

### 第三章 真實與再現——《長老尼偈》的女性圖像

#### 第一節 《長老尼偈》的形式

《長老尼偈》是以巴利語寫成之南傳佛教經藏《小部》其中的一部經<sup>1</sup>，也是一部優美的抒情敘事詩集。南傳上座部經藏偈又稱「偈陀」，是印度早期的一種文體，意思是詩歌，「偈」是一種似詩的有韻文辭，通常以四句為一偈，具有便於記憶、傳頌之優點。根據羅睺羅博士<sup>2</sup>所著之《佛，當初教的是什麼》一書中談到：「巴利語是一種溫柔、有音樂感和流暢的語言。它的時常重複，應用分類的風格不只幫助記憶，也是口傳方式所必須的；它也給予這些經典一種詩的美感和吸引力。它用了詩的節奏韻律，也完全有了詩的優雅。在熱帶樹叢或廟宇內的平靜氣氛中，用原本巴利語念誦這些經典，仍然會帶來美麗、和諧和安詳的效果。」<sup>3</sup>由此可見兩千多年前的修行者，在修習佛法的過程中，發自內心所吟誦的詩歌，如《長老偈》、《長老尼偈》等，其似詩的特殊形式與韻律，在巴利語的吟誦之下，是如何的莊嚴、平靜與美麗感人。

《長老尼偈》內容係收集佛弟子比丘尼之偈頌。頌數自一偈集之十八頌乃至大集之七十五頌，共有十六集，五百二十一頌，說偈之尼為七十三人，另有詩偈編號一一七至一二一為三十位比丘尼所說，詩偈編號一二七至一三二則為五百比丘尼所集體創作。《長老尼偈》之作者有的出身於高種姓的婆羅門、皇宮貴族的剝地利，也有出身於富豪商賈、農民階級或鐵匠；社會角色則有母親、女兒、妻子、宮女及妓女。《長老尼偈》之偈頌或長或短，短者只有一偈（四句），長者多達七十五偈（三百句），也有二偈、三偈……或二十、三十、四十偈不等。其內容有比丘尼自說證悟心得或將佛陀教誡的偈頌重說一次；也有說明善知識之重要、講述業報思想或成道過程，而長偈則像抒情的敘事詩，敘述自身的遭遇及修

<sup>1</sup> 南傳上座部佛教經藏有長部、中部、相應部、增一部和小部等，除小部無漢譯本之外，其它四部即是漢譯之《長阿含經》、《中阿含經》、《雜阿含經》和《增一阿含經》。小部包括《小誦》、《法句》、《自說》、《如果語》、《經集》、《天宮事》、《惡鬼事》、《長老偈》、《長老偈陀》、《本生》、《義釋》、《無礙解道》、《譬喻》、《佛種姓》、《所行藏》等十五部經。

<sup>2</sup> 羅睺羅博士（1907-1997）出生於斯里蘭卡南部，受當地傳統的僧侶訓練和教育，在錫蘭大學接受現代化的高等教育，以研究錫蘭佛教史榮獲哲學博士。曾任斯里蘭卡最高佛教大學校長及美國西北大學榮譽教授。

<sup>3</sup> 《佛，當初教的是什麼》，羅睺羅/著，〈台北：英特發股份有限公司，2002.10〉，頁 178。

道過程，平實中不失含蓄典雅。《長老尼偈》的語言明白如話，卻又精煉省淨、引人深思。《長老尼偈》之呈現方式巧妙多變，有的直接抒發情感，有的以對話方式呈現，有的則善用譬喻修辭，由於技巧的巧善多變，讓詩歌增添了戲劇效果與美感，是極具價值的宗教文學。西元五世紀中期，印度佛學大師法護為這些詩偈作者編寫了一段散文小傳，其中包括了姓名、出身、婚姻生活、際遇、說偈因緣……等，透過小傳的介紹，可以了解她們的生平與當時女性的生活狀況，使《長老尼偈》的形式結構更為完整。以下為《長老尼偈》作者的個人資料：

姓名	出身	社會角色	際遇或說偈因緣	時代背景
得利卡	刹地利	妻子	做菜時，領悟人生應斷貪欲	原始佛教時代
穆姐	婆羅門	不詳	坐禪時，佛陀向她放光	原始佛教時代
裴娜	農民	不詳	佛陀教導修三十七道品	原始佛教時代
蒂莎	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
蒂莎	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
娑拉	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
維拉	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
密姐	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
跋得拉	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
烏帕薩瑪	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
穆姐	婆羅門	妻子	厭惡婚姻生活	無法確認
達摩亭娜	高等種姓	妻子	受丈夫影響而親近佛法	原始佛教時代
維薩卡	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
蘇摩娜	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
烏得拉	刹地利	宮女	聽佛陀說法	原始佛教時代
蘇摩娜	刹地利	妻子	聽佛陀說法，發願出家	原始佛教時代
曇摩	高等種姓	妻子	嚮往佛教，夫死後如願出家	無法確認
僧伽	不詳	母親	不詳	無法確認

姓名	出身	社會角色	際遇或出家因緣	時代背景
孀達	刹地利	未婚	自恃貌美，佛陀說法去其慢心	原始佛教時代
金達	刹地利	未婚	聽聞佛陀說法	原始佛教時代
蘇曼格拉之母	不詳	母親	無法確認	無法確認
阿扎迦尸	富商	妓女	領悟紅顏易老出家為尼	原始佛教時代
吉達	富商	無法確認	從大愛道出家	原始佛教時代
梅迪卡	婆羅門	無法確認	無法確認	無法確認
梅達	刹地利	無法確認	聽聞佛陀說法	原始佛教時代
阿巴耶之母	高等種姓	妓女	聽兒子說法而出家	原始佛教時代
阿巴雅	高等種姓	不詳	聽聞佛陀說法、修不淨觀	原始佛教時代
薩瑪	農民	無法確認	領悟愛別離之苦，聽阿難說法	原始佛教時代
薩瑪	無法確認	無法確認	無法確認	無法確認
烏得瑪	富商	無法確認	聽聞帕扎加拉長老尼說法	原始佛教時代
烏得瑪	婆羅門	無法確認	聽佛說法	原始佛教時代
烏比婁	高等種姓	宮女	女兒夭折，佛陀開示	原始佛教時代
蘇卡	農民	無法確認	聽佛說法	原始佛教時代
塞拉	刹地利	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
索瑪	刹地利	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
巴德拉卡比拉尼	婆羅門	妻子	先入外道修行，後從大愛道修行	原始佛教時代
無名氏	無法確認	乳母	隨大愛道出家	原始佛教時代
維摩拉	妓女之女	妓女	聽目犍連說法	原始佛教時代
美孀達	刹地利	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
悉哈	刹地利	無法確認	聽佛說法	原始佛教時代
孀達	刹地利	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
孀杜德拉	婆羅門	無法確認	聽目犍連說法	原始佛教時代
梅達卡利	婆羅門	無法確認	聽《大念住經》落髮出家	無法確認
薩姑拉	婆羅門	母親	聽佛說法	原始佛教時代

姓名	出身	社會角色	際遇或出家因緣	時代背景
索娜	高等種姓	母親	子女遺棄、聽佛說法	原始佛教時代
巴達坤扎拉蓋	富商	妻子	丈夫無情、聽舍利弗說法	原始佛教時代
帕扎佳拉	富商	母親	親人皆亡，失去理智，聽佛說法	原始佛教時代
三十位長老尼	出身不同種姓		聽聞帕扎加拉長老尼說法	原始佛教時代
姜達	婆羅門	乞丐	聽聞帕扎加拉長老尼說法	原始佛教時代
五百比丘尼	出身不同種姓		聽聞帕扎加拉長老尼說法	原始佛教時代
娃塞提	高等種姓	母親	兒子夭折，聽佛說法	原始佛教時代
凱瑪	刹地利	王后	聽佛說法	原始佛教時代
蘇佳姐	富商	母親	聽佛說法	原始佛教時代
阿奴帕瑪	富商	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
大愛道	刹地利	佛之姨母	聽佛說法	原始佛教時代
吉達	婆羅門	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
維佳亞	高等種姓	無法確認	聽凱瑪說法	原始佛教時代
烏得拉	富商	無法確認	聽聞帕扎加拉長老尼說法	原始佛教時代
佳拉	婆羅門	未婚	隨兄長舍利弗出家	原始佛教時代
烏帕佳拉	婆羅門	未婚	隨兄長舍利弗出家	原始佛教時代
悉蘇帕拉	婆羅門	未婚	隨兄長舍利弗出家	原始佛教時代
瓦扎之母	不詳	母親	聽比丘尼說法後出家	無法確認
蓋薩高得密	低種姓	母親	兒子夭折，聽佛說法	原始佛教時代
烏布拉婉那	富商	無法確認	從比丘尼出家	原始佛教時代
般娜	低種姓	女僕	給孤獨長者勉其出家	原始佛教時代
阿巴帕里	低種姓	妓女	敬仰佛陀、聽兒子說法	原始佛教時代
羅黑妮	婆羅門	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
佳帕	獵戶	母親	丈夫出家後隨之出家	無法確認
遜得里	婆羅門	未婚	聽佛說法	原始佛教時代
蘇巴	鐵匠	未婚	聽佛說法	原始佛教時代

姓名	出身	社會角色	際遇或出家因緣	時代背景
蘇巴·吉娃卡巴瓦尼卡	婆羅門	無法確認	聽佛說法	原始佛教時代
伊悉達悉	富商	妻子	聽佛說法	原始佛教時代
蘇美陀	刹地利	未婚	心向佛教	無法確認

從以上的條列，可清晰的了解長老尼們的生平及出家因緣，其中除穆姐、曇摩等七人外，其餘幾乎都是佛陀時代的人物。而這些來自不同種姓，扮演不同社會角色的女性，無論其出身高低、身分貴賤，都能以實際行動表現女性堅強、智慧、慈悲的一面。

阿含經所詮釋的女性形象，是男性片面主觀的解釋，這當中自然有著當時印度社會的女性觀及父權思想，也就無法客觀地表現女性，正如美國梅里·E.威斯納漢克斯（Merry E. Wiesner - Hanks）所說：「雖然思想、規範、及法律塑造了性別的諸多方面，但他們與實際生活經驗卻不相同；它們代表的是人們看待世界形成概念的方式、人們所希望的事物狀態，或試圖創造這種狀態的努力。」<sup>4</sup>男性所凝視的女性圖像建立在失真的立場上，一切只是他們的想像罷了！而《長老尼偈》則是女性個人內在情感的宣稱，真實呈現了女性聲音，挑戰了男性觀點，也提供我們男性觀點之外的不同視域。

長老尼們以歌謠的方式將內在情感「再現」給他人閱讀、理解，透過這個開放的方式，將自身納入女性僧團的一員，並因此得到認同，凝聚共同的情感與力量。《長老尼偈》的詩句自然感人，情感真實坦率，不但銘刻女性領悟佛法的智慧，而她們追求性靈開展的決心，在這瞬息萬變、匆匆喧鬧的俗世裡，更顯出她們堅持理想、質直素樸的可貴。日本學者岩本裕在《佛教與女性》一書中對《長老尼偈》有如下的佳評：「若要了解初期佛教的思想，《長老尼偈》是極有價值的文獻，完全不亞於《法句經》與《集經》。但是《長老尼偈》還有一個巨大的特色為其他經典所缺乏的，就是從《長老尼偈》可以窺視當時的女性的生活，僅就

<sup>4</sup> 《歷史中的性別》，梅里·E.威斯納 - 漢克斯/著，何開松/譯，（北京：東方出版社，2003.1），頁 109。

這一點來說，它無疑是世界上無可比擬的宗教文學的作品。」<sup>5</sup>《長老尼偈》像一面鏡子，映現出當時女性的生活狀況與原始佛教的思想；而她們勇銳精進的生命故事與證得羅漢的智慧則像明亮的燈火，照亮女性走向宗教解脫、灑然自在的菩提大道。

---

<sup>5</sup> 《佛教與女性》，岩本裕/著，劉欣如/譯（台北：大展出版社，1998.9），頁 107。

## 第二節 《長老尼偈》的內容

### 一、 參透無常 萬緣放下

《長老尼偈》中不乏貴為王后、公主或出身富商的女性，她們在聽聞佛法後，了解感官享樂的虛妄不實，於是毅然捨離世間的繁華富貴，穿著袈裟、日食一齋，過著簡樸清淡的生活。佛姨母大愛道貴為迦毘羅衛國皇后，她放下了俗世的享樂，追尋心靈永遠的依歸，成為佛教史上第一位出家的比丘尼。也由於大愛道與阿難的請求，才有比丘尼僧團的成立，讓女性在妻子、母親、僕女、歌伎的角色扮演之外，另覓一處心靈花園，徜徉於其中的清涼寧謐。吉兒·法瑞-霍爾斯（Gill Farrer - Halls）如此讚美大愛道：「就某方面而言，大愛道是佛教的奠基者：她協助佛陀建立比丘尼僧團，是第一位受戒的比丘尼，也是第一位女性佛教老師。她有自己的弟子，並啟發了那個時代許多婦女，追隨其經驗而受戒，全心過著靈性修行的生活。或許從現代婦女的眼光來看，在佛陀時代，社會和文化加諸於婦女的各種限制，使得身為比丘尼是非常不自由的，但事實上，大愛道和比丘尼們，卻因為受戒出家而擁有她們前所未有的自由。」<sup>6</sup>大愛道在《長老尼偈》中如是尊崇佛陀的功德，並詮釋自己修道的快樂：

佛陀無上士 汝當受崇拜 將我與他人 拯救出苦海  
苦諦已領悟 貪因已斷了 也已知滅諦 修得八正道  
我曾因無明 輪迴於苦海 為母復為子 為兄為奶奶  
我已見世尊，今為最後身，生死輪迴斷，不會有再生  
比丘證涅槃 和合且精進 禮拜佛弟子 即是拜世尊  
摩耶為眾生 生下喬達摩 病死受苦者 不再受折磨<sup>7</sup>

大愛道精進修持，最後證得羅漢果位，她一生教化許多女性，是佛教史上極為重要的女性。

梅達長老尼，出生於迦毗羅衛城的釋迦族，原本是一位高貴的公主，因聽聞

<sup>6</sup> 《女性寧靜的變革》，吉兒·法瑞-霍爾斯/著，周和君/譯，（台北：法鼓文化，2005.2），頁 21。

<sup>7</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 265。

佛陀說法後成為居士，後從佛陀姨母大愛道正式受戒，並證得羅漢果位。下面這一首偈頌是梅達長老尼證悟後，以喜樂的心情回憶自己的殷勤精進：

每月十四和十五 初七初八和十三  
齋戒清淨勤修持 只待日後可升天  
如今一日食一齋 剃落毛髮著袈裟  
心中拋卻煩惱負 不生天堂已不怕<sup>8</sup>

梅達長老尼的虔心修持原本是爲了求得死後能升天，因此她的修行背負著「有所得」的心理重擔，但學習佛法後，明白捨離一切，放下期待，煩惱自然止息。梅達長老尼其實可憑著青春美麗的優勢，在眾多求親的男性裡，選擇自己的理想對象，但她勘破虛幻人生背塵而去，選擇物質生活清貧但精神糧食富足的出家生活。她的選擇擊潰男性的標準——沒在適婚年齡走入家庭，她爲保有自我與自由而拒絕社會成規，她是她自己人生的標準，她不是當客體，她是主體。

阿奴帕瑪長老尼未剃度前是富商梅迦之女，長得非常美麗動人，她的年輕與貌美成爲許多王公貴族爭相求親的對象，「願付高八倍 金寶贈予你」面對一群爭相提親的富家子弟，但阿奴帕瑪長老尼並不迷戀塵世的享樂，她厭倦人與人之間的爾虞我詐，因此她前往拜謁佛陀，聽聞佛法後披剃，七日之後證得羅漢。阿奴帕瑪長老尼的偈頌說明她的出家因緣：

我本吠舍女 生來姿色麗 父親名梅迦 富有闊門第  
王孫富家子 竟欲我為妻 遣人來提親 請求父親依  
我雖有身價 來者爭高予 「願付高八倍 金寶贈予你」  
世上傳大佛 無比高尚佛 見佛忙跪拜 然後旁邊坐  
佛陀喬達摩 憐我佛法說 我在坐聽時 即得不還果  
剃落出家後 斷除諸貪戀 從彼至今日 已是第七天<sup>9</sup>

「美」的定義向來不是由女性自己決定，而是由男性的審美標準將每一位女性同質化，而女性爲了迎合、保有這個標準，往往失去自信。德國女性主義尖兵愛莉絲·史瓦澤〈Alice Schwarzer, 1942-〉認爲：「女人甚至不是自己身體的主

<sup>8</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 237。

<sup>9</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 264。

人。企圖使女人將自己的身體交由他人支配的行動遍及所有層面。我們的身體成為被佔領地、殖民地……性侵犯是起步，接下來是專斷的美麗標準。」<sup>10</sup>他同時指出專斷的美麗標準不僅是時代品味問題，也是權力問題，因為美貌只要被意識形態所框限，就容易成為權力施加的對象。標準化、理想化的美宛如玻璃櫥窗中的芭比娃娃，雖有漂亮的臉孔與曼妙的身材，但在男性文化及商業宣傳下，卻只是一幅毫無生命的虛構圖像。每個女人都有其特質與個性，一個聰明有思考能力的女性，如果因外形不夠出色，或者不具備父權社會所制訂的柔美、溫和、情感、嬌弱等女性特質，就會因此失去寵愛，在父權思想的扼殺下，「女性」一詞代表的只不過是一種性別生物與存在性質，而非完整獨立的個體。

下一首是孀達長老尼的詩偈，她是釋家王族的公主，長得十分美麗，所以大家稱她為「美孀達」，她在難陀王子、羅睺羅王子、佛姨母大愛道等多人相繼出家後，受他們的影響也剃度出家。孀達長老尼因自恃貌美而生慢心，佛陀便變現出另一位比她更美的女子，並使其死亡並腐爛，孀達長老尼見了之後，明白美麗之短暫，並知自己的驕慢無禮，經佛陀開示及精進修行下，證得羅漢。以下是佛陀與孀達長老尼的對話：

孀達你來看 此軀病骯髒 快使心安靜 修習不淨觀（佛說）  
此具臭皮囊 愚人卻喜歡 其他諸軀體 皆與此一般  
我用禪定慧 軀體細觀看 晝夜勤用功 終見軀之患（以下為孀達說）  
精進不放逸 慧眼觀身軀 內部及外部 已見其實際  
於身既無貪 於心亦無戀 精進破結縛 清靜得涅槃<sup>11</sup>

美麗是對女性的一種控制，女性常以傷害自己的方式達到男性所制定的「美的標準」，美容手術原是為了解畸型或燒燙傷病人所實施的醫療行為，其目的是減輕病人日常生活所可能產生的障礙，但為了追求美麗及在消費文化的推波助瀾之下，女性不惜將寶貴的生命暴露在危險的刀口下，例如過度的減肥、不當的抽脂、割雙眼皮、鼻子整形、穿耳洞、隆胸、穿束褲、穿高跟鞋等，在男性觀點的

<sup>10</sup> 《大性別》，愛莉絲·史瓦澤〈Alice Schwarzer〉/著，劉燕芬/譯，〈台北：商務印書館 2001.12〉，頁 243

<sup>11</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），251 頁。

「外在」判斷下，美貌成了女性的壓力，女性對自己身體感到不滿意，便對自己產生厭惡與仇恨，而女性一旦對外部箝制毫無自覺，只得服膺這盡乎病態的美麗標準，把時間浪費在身材與臉孔的雕塑，她們所需要的只不過是他人的愛護與讚美，卻忽視對心智的涵養及其他潛能的開展。十八世紀末的英國女性主義者沃爾斯考夫特〈Mary Wollstonecraft 1759-1797〉在她的代表作《女權的辯護》中談到女性必須避免落入對美貌與讚美的貪愛：「當我們的美貌正值巔峰之時，他們捧寵我們宛如皇后，如果我們接受這種待遇，就像囚籠中的金絲雀一樣，除了帶著可笑的虛榮，從一個棲木再走到另一個棲木，雖不須勤力勞作，卻付出了健康、自由、人格的代價。」<sup>12</sup>美麗是短暫的，亦非女人的最高榮耀，解脫必須靠智慧而不是靠恩寵，孀達長老尼修習佛陀教誡之不淨觀明白身軀的危脆不可靠，終於出離對色身的貪愛，超越對美貌的執著。

出身富家的蘇佳姐長老尼一日和丈夫到花園遊玩，回家途中在昂伽園林遇到正在弘法的佛陀，夫妻兩人向佛陀禮拜後，佛陀對蘇佳姐說法，其後蘇佳姐正式出家為尼。對衣食不虞匱乏的蘇佳姐來說，穿金戴玉美食好漿都是對物質的一種貪愛，斷除貪欲才能得到內心真正的寧靜：

美服身上穿 搽粉帶紅環 梳妝打扮好 僕女相陪伴  
美食與好漿 餐飯俱帶全 一同離家去 園中遊玩閑  
玩罷回家轉 途經薩市邊 為了瞻佛寺 進入昂伽園  
見佛拜上前 佛燈照世間 佛陀有慧眼 說法把我憐  
大聖佛陀語 聽之明真諦 當即得涅槃 斷絕諸貪欲  
既已明佛理 於是受度剃 並且得三明 佛教實不虛<sup>13</sup>

優渥的物質生活與高貴的出身，並未阻攔她們的求道決心，生命其實可以有很多選擇，她們卻選擇皈依佛法，過著「著糞掃衣」、「日食一齋」的僧團生活。

《法句經》說明色身無常：

老則色衰 病無光澤 皮緩肌縮 死命近促 身死神徒 如御棄車  
肉消骨散 身何可怙 身為如城 骨幹肉塗 生至老死 但藏恚慢

<sup>12</sup> 《女性主義經典》，顧燕翎、鄭至慧/主編，〈台北：女書文化，2003.3〉，頁7。

<sup>13</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁263--264。

老則形變 喻如故車<sup>14</sup>

盛壯的色身免不了會衰落羸劣、病痛困苦，終致死喪散滅，貪戀這具會枯朽的肉軀，卻忽略了法身的清淨修持，等於忽略了諸行無常的本來面目，無疑的，支持她們做出這斷然的決定，是她們對自我理想的追尋與生命價值的堅持，她們成爲真正的自己，而不是在他人所制定的美麗標準中找到認同。

阿巴雅長老尼出生於高種姓家庭，她和好友帕杜瑪沃蒂一起出家，爲了修不淨觀到林中觀屍體，從觀膨脹、清瘀等相明白苦諦而證得羅漢：

俗人苦戀身 不知身弱脆 毅然拋此身 明此我有慧

已明諸苦諦 精進不放逸 佛教我實行 涅槃無貪欲<sup>15</sup>

此身此世並非爲了貪圖享樂，根據《增壹阿含經》卷第二十七如是形容善知識難得、佛法難聞：

「如來出世，甚爲難值。聞法亦難。受四大形，亦復難得。諸根具足，亦復難得。得生中國，亦復難值。與善知識相遭，亦復難得。聞法亦難。分別義理，亦復難得。法法成就，此事亦難。」<sup>16</sup>，《雜阿含經》卷第十五記載：「苦聖諦當知，當解。於集聖諦當知，當斷。於苦滅聖諦當知，當證。於苦滅道跡聖諦當知，當修。」<sup>17</sup>標準的、理想化的美麗形象與現實生活中會老化、會鬆弛、有皺紋的身軀背道而馳，就向阿巴帕里長老尼所云：

往昔我髮美 色顏如蟻蜂 如今人衰老 變為黃麻棕

佛語皆真諦 確實第一義 髮簪飾滿花 宛如香匣秀

如今人衰老 變為兔毛臭 佛語皆真諦 確實第一義

.....

目如藍寶石 迷人亮晶晶 如今人衰老 濁眩無明睛

佛語皆真諦 確實第一義 往昔青春在 鼻高且端清

如今人衰老 乾癯無神情 佛語皆真諦 確實第一義<sup>18</sup>

<sup>14</sup> 大藏經，第四冊本緣部下，《法句經卷上》，頁 565 中。

<sup>15</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 238-239。

<sup>16</sup> 大藏經，第二冊阿含部下，《增壹阿含經》卷第二十七，頁 700 下。

<sup>17</sup> 大藏經，第二冊阿含部下，《雜阿含經》卷第十五，頁 104 中。

<sup>18</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 282-283。

長老尼們在釋尊的化導下，了解人身難得，諸行無常，因此擺脫俗世的女性姿態，捨棄塵愛，以佛法為心靈原鄉。由於對靈性開展的渴望，這些貴為王后、公主或出身富商的女性們，放棄物質享受，不再戀棧錢財珠寶與青春美貌，也無須以裝扮的人工美來掩蓋或打造真實的身體，拋卻了短暫的、虛妄的美麗形象，她們獲得了真正的自由與心靈解放。出家，象徵著女性對自身存在的覺醒與行動，她們放棄了家庭，走入另一個戒律更為嚴謹的團體，這是因為女性已經認真而且嚴肅的面對自己的存在，因此她們可以超越世俗規範，接受更嚴格的淬煉來圓滿自身，在自我實現中享受真正的寧靜自在和快樂。〈大愛道比丘尼經〉說女性的八十四醜態有「女人喜摩眉目自莊……女人喜傅脂粉迷惑丈夫……女人喜嫵媚細視……女人喜丹脣赤口……女人喜耳中著珠璣，……女人喜著珠寶繒綵之衣，……女人喜著糸履……」<sup>19</sup>美麗是男性所訂的審美標準，女性的美麗裝扮或對身材的關注、臉孔的憂慮，是爲了要討好男性，因為男性掌握了權力，而女性卻只能依附他們生存。女性的心思被認為只專注於虛榮的物質生活，但比丘尼捨棄物質享受、不顧戀自身美色的作爲顛覆了男性的刻板印象，創造了自身的真實！

## 二、反省婚姻本質 挑戰傳統角色

由於社會文化的建構，女性被侷限在狹隘的私密領域，日復一日，輾轉於繁忙卻又單調的家務。無論是道德保守主義或生物保守主義，二者皆持本質論，認為男女各有不同，因此陽剛/陰柔正是男/女內在本性的彰顯，「男人與女人的本性限制了他們一般能有的的行為模式和態度。」<sup>20</sup>因此前者主張爲了維護家庭，男性應養家活口對社會有貢獻、女性則應操持家務照顧小孩；後者則認為男性俱侵略性、主動、具競爭性，因此他們應扮演養育者、強者的角色，才能控制他們反社會的本性。此二者之理論都只是試圖爲男性這個既得利益者提出一個「合理」的解釋，但其結果卻製造男女雙方的不平等。男性關心的是自己在社會中表現得

---

<sup>19</sup> 大藏經，第二十四冊律部三，《大愛道比丘尼經卷下》，頁 954 上。

<sup>20</sup> 《男性氣概的當代觀點》，肯尼斯·克拉特鮑/Kenneth Clatterbaugh 著，劉建台、林宗德/譯，〈台北：女書文化 2003.11〉，頁 45。

好不好、權勢大不大、夠不夠強壯；女性則關心自己對他人付出夠不夠、合不合乎大家的標準。女性在兩性關係中以取悅他人為主，將自身需求轉移至家人身上，極力討好他人的結果，卻忽略了自我的存在；不僅傳統如此，女性自身也認為生來就應以服務他人為目標，別無選擇。然而，當女性自覺到自我成長與需要時，便超越男性所定義的「女人的意義」，擁有自己獨立的價值，成為創造自己命運的主人。

以下的偈頌是薩姑拉長老尼所創作，她出身於婆羅門家庭，佛陀得到祇園精舍的施捨時，曾有盛大的法會，薩姑拉長老尼在法會上聽聞佛陀說法而開悟，隨後便皈依佛教披剃出家。薩姑拉長老尼最後證為羅漢，佛陀稱她為「天眼第一」。薩姑拉長老尼的偈頌如下：

我本在俗家 羅漢為說教 涅槃無煩惱 聞法明此道  
放下子與女 捨棄糧與財 剃落頭上髮 皈佛出家來  
我為學戒女 涅槃道上走 遠離貪與瞋 以及諸多漏  
受具為一尼 獲得宿命通 佛聖之天眼 我也修成功  
諸法因緣生 易碎易變幻 無我離諸漏 清涼得涅槃<sup>21</sup>

在凡情的牽絆下，女性很難走出自己的一片天，但薩姑拉長老尼從家庭走入僧團，「放下子與女 捨棄糧與財」擺脫了父權所指派的社會角色與永無止盡的家務勞動，不僅創造自我的生活方式也挑戰傳統禁忌，「當女性要求自我及自決權時，必然的，她們將為人類社會的歷史寫下嶄新的一頁——衝突是人類存在的基本過程。」<sup>22</sup>女性面對自我與社會的衝突時，而明白文化加諸於自身的不合理，才能擺脫社會期待的重軛，活出真實的自己，薩姑拉長老尼的「無我離諸漏 清涼得涅槃」正是這樣的寫照。

以下是伊悉達悉長老尼的詩偈，伊悉達悉長老尼出生於富商家庭「我父善且富 本住烏得尼 我得父寵愛 是父獨生女」<sup>23</sup>，她在適婚年齡有許多年輕人爭相提親，父親將她嫁與富商之子，但「一人金多寶，做了他兒媳」說明當時女性

<sup>21</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 253。

<sup>22</sup> 《女性新心理學》，珍·貝克·密勒（Jean Baker Miller）/著，鄭至慧·劉毓秀·葉安安·顧效齡/合譯，〈台北，女書文化，1997.5〉，頁 144。

<sup>23</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 301-302。

的婚姻必須由父母做主，但父母選擇女婿的標準並非對方的人品學識，而是他的金多財多。婚後的家庭生活則是：

早晚敬公婆	磕頭體投地	聽從其教訓	事事任使役
丈夫有友人	姊妹和兄弟	見到他們在	讓座身顛慄
食品和飲漿	家中一應俱	我依各人好	分取勤供給
適時來侍奉	門檻手腳洗	洗淨進屋中	合掌拜夫婿
拿起梳和粉	鏡子和畫筆	為君巧裝扮	像是女奴隸
親手去做飯	親自洗炊具	母待獨生子	似我待夫婿
謹慎勤侍候	盡心且殫力	夫君仍不滿	發怒常罵詈
夫君稟公婆	『我要離家去	不願和伊悉	居住在一起』

公婆問緣由：「伊悉甚勤奮 有智通情理 不知緣何故 不討兒歡喜」，丈夫的理由卻是：「她雖沒欺我 我也不願意 她於我無用 不辭也出離」由於伊悉達悉不能討得丈夫歡心，因此被「撵回父家去」隨後父親又為她尋了另一門婚事：

陪聘減其半	父親另擇婿	此婿亦富貴	嫁到他家去
日月勤侍奉	處境似家奴	守規無怨言	再度遭驅逐

父親將被夫家離棄的伊悉達悉許配給前來行乞的沙門，但沙門隨後又離開伊悉達悉，命運的多舛讓伊悉達悉傷心悲痛，因此她只想尋死或出家離開傷心之地，但在見到吉娜長老尼後，生命有了轉機，父親勉勵她「人間有佛陀 佛法應修習 涅槃要證得」，伊悉達悉拜別父母出家皈依佛教，終證得羅漢果位，並了解自己曾在往世犯下奪他人之妻及挑撥他人夫妻情感的惡業，因此在佛世時代她的婚姻並不幸福。伊悉達悉在這首長達四十偈的歌謠裡，除了說明自己的修證過程，以「我本闍金匠 家住艾城里 年輕性狂妄 曾經淫人妻 金匠死去後 長受地獄苦 下世去投胎 母猴生我出 出生剛七日 王闍其性器 遭此惡業報 只緣淫人妻……」闡述佛教業報思想，亦道出當時女性的無奈與宿命，女性被剝奪婚姻的自主權，一切聽任父母安排，婚姻生活不是夫妻兩人的甜蜜世界，而是附屬著對眾多親友的責任，如翁姑、叔伯、友人……等，這個緊密的人情網絡，讓女性陷入一個完全異己的陌生環境，不但要侍奉公婆、相夫教子、操持家務，

即使婚後戰戰兢兢以犧牲、無我來自我定義與自我規範，但完全利他的付出並不能保證俗世生活的美滿幸福。在這首詩偈中，我們看到女性求助無門的恐懼與焦慮，由於女性可透過婚姻而改變其社會地位，因此她們在家中的地位是短暫的、間接的，隨時可能因丈夫的選擇而被其他女性所取代；男性在家庭中被賦予了優勢的特權，個人的喜愛決定了妻子的去留，女性在婚姻生活中缺乏安全感，只能居於被動、弱勢的相對立場，等待隨時可能降臨的不幸。

《增壹阿含經》卷第二十七記載女性有「五欲想」：

女人有五欲想。云何為五欲想？一者生豪貴之家，二者嫁適富貴之家，三者使我夫主言從語用，四者多有兒息，五者在家獨得由己，是謂。比丘，女人有此五事可欲之想<sup>24</sup>。

女性在地位低落、一無所有的時代裡，希望有朝一日能嫁入豪貴之家，飛上枝頭作鳳凰的願景，被男性喻為「有五欲想」，這種歧視正說明女性對美好生活的嚮往與永恆的期待。壁壘分明的種姓制度，規定了社會民眾的生活方式，據《摩奴法典》第三卷第十三條「婚姻、家長的義務」中規定：「首陀羅只應該以首陀羅女子為妻，吠舍可在奴隸種姓或本種姓中娶妻；刹帝利可在上述兩個種姓和本種姓中娶妻；婆羅門可在這三個種姓和僧侶種姓中娶妻。」<sup>25</sup>，由於婆羅門種姓可娶其他種姓的女子為妻，因此女性可藉由婚姻改變悲苦的命運，也難怪女性總是對婚姻寄予美麗的憧憬。然而，女性只能接受男性安排，「性別支配」的事實讓伊悉達悉長老尼徹悟人生無常，因而拒絕沉默地接受他人安排，伊悉達悉長老尼在不公義的婚姻制度裡，以皈依佛法精進修行為生命尋求出口，終得以浴火重生，舞出動人的生命丰姿。

這些自我抒情的詩偈，以素樸的語言及簡潔的敘事過程，表現出女性在父權體系下內心世界的悲傷無奈，長老尼們深刻體會出：即使做好賢妻良母，未必能帶給自己幸福。當她們重新省視婚姻的本質與婚姻帶來的衝突時，也重新發現了自我。

---

<sup>24</sup> 大藏經，第二冊阿含下，《增壹阿含經》卷第二十七，頁 699 中。

<sup>25</sup> 《摩奴法典》，摩奴一世 Swayambhura Manou 迭朗善/著，馬香雪/轉譯，（台北：商務印書館，1998.10），頁 46。

### 三、觸境悟道 好學佛法

修學佛法應重戒、定、慧三學，菩薩所修的六度法中亦包含了般若波羅蜜，「欲學阿羅漢法，當聞般若波羅蜜，當學當持當守。欲學辟支佛法，當聞般若波羅蜜，當學當持當守。欲學菩薩法，當聞般若波羅蜜，當學當持當守。」<sup>26</sup>有了智慧才能轉迷啟悟，離苦得樂。《長老尼偈》中有多位女性即透過日常生活累積的經驗，觀照人生社會的事理，實踐善法，徹證人生真諦。例如得利卡長老尼在做飯時，聽到菜葉在熱鍋中滋滋作響，明白人生受各種苦痛所逼迫，就像鍋中焦炙的青菜，唯有放下執著才能離苦得樂：

得利卡著糞掃衣 行住坐臥甚愜意  
如炙青葉葉焦炙 阿那含道斷欲趣<sup>27</sup>

以下的偈誦為娑提卡長老尼所作，敘述她在靈鷲山坐禪時，心緒紛亂無法寧靜，正好見到大象馴服地接受馴象師的指揮，因而了解心就像難馴的動物，而自己就是馴獸師，必須以佛法調伏難馴的心：

我在靈鷲山 剛剛納過涼 見象下河浴 又復返岸上  
馴師持象鉤 令象伸出腿 象馴腿伸出 踏腿登上背  
大象本難馴 如今已服人 得啟回林中 重使心安頓<sup>28</sup>

帕達佳拉長老尼未出家前多次經歷與親人死別，因無法承受一次又一次的哀痛，導致精神錯亂行爲瘋癲，後因聽聞佛陀開示而恢復理智，並正式出家修習禪觀。以下偈誦之前兩偈說明帕達佳拉長老尼精進持戒，但儘管如此辛苦的付出，卻依然毫無所得，不像從事農耕的農民，只要勤耕即有收穫養活妻小，帕達佳拉長老尼在言詞間充分流露出心有餘而力不足的無奈。及至帕達佳拉長老尼以清水洗滌雙足，看到水從高處往低處流去時，頓悟人心易受外境影響，如果放任六根攀緣外在的美好事物，那麼心如水之就低，往而不返，難得清淨，因此她以下列的詩偈抒發悟道心得：

人用犁耕田 田裡播種子 收獲得穀糧 養活妻和子

<sup>26</sup> 大藏經，第八冊般若部四，《道行般若經》卷一，頁 426 上。

<sup>27</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 226。

<sup>28</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 242。

持戒甚謹嚴 佛教勤實踐 不驕亦無慢 何未證涅槃  
以水濯雙足 水流到低地 看到此水流 因之得啟迪  
如馴服駿馬 修觀心入定 燃燈入禪房 禪房照亮明  
乘亮坐床上 拔蕊燈熄滅 我心得解脫 如同燈熄滅<sup>29</sup>

這幾首來自日常生活的點滴感悟，真切地道出靜觀自得的靈感，而觸境悟道的智慧實賴她們接受了佛法的薰習與平日的精進修持，一旦艱難的修行如花朵綻放般地自然，便能有靈光乍現的頓悟。在父權制度下，能為自己的自由與快樂而努力奮鬥的人只有依賴女性自己，但開啓智慧的鑰匙卻是不可或缺，對女性而言，這把鑰匙即是教育。被譽為「婦運之母」的貝蒂·傅瑞丹〈Betty Friedan〉在1963年出版的《覺醒與挑戰—女性迷思》一書中談到教育對女性的重要，透過教育的啟迪打消她們長大後想成為「只是個家庭主婦」的念頭：「我們需要徹底重塑文化的女性意象，讓女人得以達到真正的成熟、找到自我認同、完整的自我，而無須以性別角色的完善相衝突……，對女孩施以同樣的關注，給予她們得以發展自我的資源，賦予她們得以發現自我認同的目標。」<sup>30</sup>女性在婚姻的現實生活中，身限於次級地位，對自己毫無認同，只能把愛情、婚姻、小孩當作自己生活中的唯一的、根本的一件大事。但在佛陀的教誡下，她們體悟了真理，激發強大的生命能量，突破了傳統文化的性別導向及女性特質，把時間和精神用來修行，讓自己能從無明中覺悟，拔除偏見與習性。面對修行所遭遇的困難，就像貝蒂·傅丹瑞所言：「沒有一個開始自我追尋的女人不曾經過掙扎、矛盾，沒有一個人不是鼓起全部的勇氣來開始這趟旅程的……，但是若女人像男人一樣，從生物性的生命中超脫出來，從而意識到她們身為人類的自我時，這剩下的後半輩子或許會成為她們擁有最偉大成就的歲月。」<sup>31</sup>如果我們的教育只是教導女性成為天生的關懷照顧者、支持者、非競爭的家務勞動者，那麼女性將毫無機會成為真實自我的存在。佛法與僧團提供給女性另一個嶄新生命的可能，破除女德教

<sup>29</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁257。

<sup>30</sup> 《覺醒與挑戰—女性迷思》，貝蒂·傅瑞丹〈Betty Friedan〉/著，李令儀/譯，〈台北：新自然主義，2000.4〉，頁525-526。

<sup>31</sup> 《覺醒與挑戰—女性迷思》，貝蒂·傅瑞丹〈Betty Friedan〉/著，李令儀/譯，〈台北：新自然主義，2000.4〉，頁542。

育的迷思，走出私密領域的侷限，長老尼們才能踏上真正屬於自己的人生大道。

#### 四、空間驛動 躍升心靈高度

由於家是提供休息、得到溫暖的重要領域，因此家庭被認為是滿足人類深沉情感與生理需求的地方。但女性對住宅空間的體驗，說明「家」不是溫馨的避風港，而是一個永無止盡的勞動場所，也是限制女性學習、支配女性生命的場域。出生於婆羅門家族的穆姐長老尼，她的父親將她嫁給一位彎腰駝背的婆羅門，穆姐長老尼終日在家務勞動中打轉，她出家為尼後，修習止觀證得羅漢果位。當穆姐長老尼從彎腰倒米、彎腰舂米、侍奉駝背丈夫的「三彎」中解脫、也從生死中解脫後，愉快的唱出如下的偈頌：

我終得解脫 擺脫白和杵 擺脫駝背夫 三彎終解除  
無生亦無死 生欲已滅除<sup>32</sup>

從穆姐長老尼的經驗中了解被片面簡約為「甜蜜的窩」的「家」，其實糾葛著女性許多的辛勞與辛酸，而且女性從原生家庭到婚姻家庭，必須切斷與家人的親密關係，對男性的原生家庭而言，她雖是陌生人，卻必須以外來者的身分提供勞動服務與情感服務，關懷家中每個人的溫飽與情緒。下一首偈頌亦描述家庭生活的辛勞，由蘇曼格拉之母長老尼所說：

解脫自在尼 擺脫舂米杵 不再鍋邊轉 也不需製傘  
今得離他家 擺脫無恥婿 貪瞋根斷盡 嘖嘖似有音  
行至樹蔭下 禪定樂無垠<sup>33</sup>

源于女性生物生殖能力所建構的母職身分與家務勞動一向為主流觀點所忽略，歷史書寫了男性與男性之間的戰爭或男性統治下的政治、經濟、思想，然而不管太平盛世或連年戰爭，儘管女性對人類貢獻心力卻不被重視，她們依然認命地操持家務、照顧他人、甚至在田裡工作養活家人，「每個時代的女人持續進行工作，不管它是什麼，女人從不詰問。事實上，她們擔負了生養後代的工作中較重的部分，她們必須在田間或工廠勞動，還要扮演妻子、母親、主婦的角色，負

<sup>32</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 229。

<sup>33</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 235。

擔數量與種類皆不成比例的其他工作——家務、社交、醫藥、教育、情感，以及性。境況越苦，女人越得努力工作，以供養家人。」<sup>34</sup>女性獻身給父系社會，無止盡的家庭勞動雖為男性創造更多財富，卻未被視為社會角色，無法在歷史上佔有一席之地，男性的歷史舞台顯然有意地排除了女性這個重要的幕後功臣。然而當女性擺脫了婚姻的牢籠之後，再也沒有其他阻力來干擾她們追求自由與獨立了，在僧團中，女性既無婚姻壓力，亦毋庸擔任母職，她們改變了女性角色的內容與標記，以獨立自主擺脫陽性的象徵秩序，以專心修行發展自己的潛能智慧，對渴望提升精神生活的女性而言，「擺脫舂米杵 不再鍋邊轉 也不需製傘」，擺脫了沉重的體力負荷，「禪定樂無垠」是多麼難得的幸福與自在！「人類的身體必須存在於一定的空間。就這個根本的物質狀況而言，文化和地方的關係，並不可能完全的消除，而且當地環境繼續影響人類的生活，因為這是人類生活世界的物質環境。」<sup>35</sup>性別決定位置，位置則代表社會位階，男/女分別代表著室外/室內、公共領域/私密領域、主流/邊緣，由此可見物質空間已型塑了個人的身分地位與階級，自然也影響個人看待自己的方式；比丘尼從私人領域跨越到僧團的空間驛動，代表女性免於角色之桎梏，自社會意識的「我」躍升為主體意識的「我」。瑪莉·達利〈Mary Daly〉認為：「〈女人革命的〉過程涉及創造一種新空間，在其中女人可以自由地成為自己，擁有真實且有意義的其他選擇，而有別於父權體制之封閉空間所提供的認同。」<sup>36</sup>比丘尼除了在結夏安居期間必須居有定所之外，其托鉢的生活方式已使她們能在男性的公共領域來去自如，由於移動能力的增加，比丘尼比起傳統的女性角色更有能力掌握自己的生命向度，這種行動及空間的移動已打破女性與私密領域的傳統連結，女性一但鬆動了「家庭堡壘」這樣的物理空間，便已拆解既定的社會範疇，創造屬於自己的地盤，開拓寬廣與深邃的心智廣度。

---

<sup>34</sup> 《女人的世界史》，羅莎琳·邁爾斯 Rosalind Miles/著，刁筱華/譯，〈台北：麥田出版社，1998.12〉，頁 194。

<sup>35</sup> 《文化全球化》，John Tomlinson/著，鄭榮元、陳慧慈/譯，〈台北：韋伯文化，2004.7〉，頁 165。

<sup>36</sup> 《設計的歧視》，Leslie Kanes Weisman/著，王志弘、張淑玫、魏慶嘉/合譯，〈台北：巨流圖書，1997.7〉，頁 238。

## 五、以具體行動跨越性別疆界

男、女本屬自然的生理性別，但由於文化的介入，將自然性別與社會性別做了連結：陽剛等同於男性，陰柔則代表女性。這樣僵化的分野，將人隔離成了兩個對立的觀念，葛羅茲〈Elizabeth Grosz〉運用對立結構觀念來解釋男女二極化的關係：「從陽性角度去定位男女關係時，男則為 A，女則為 -A，完全抹煞了男女二元之間存有的差異而非相反的對立的事實，在 A 與 -A 的對峙中，可以明顯的看出 A 的傲慢專橫，將 -A 消耗成否定，以確保自己的肯定。」<sup>37</sup>《長老尼偈》中的女性承受挫折的韌性與勇猛精進的修為，表現女性陽剛積極的一面，也打破「女性=陰柔」的僵化思維。以下是吉達長老尼的偈頌，她成年後即出嘉，年老後雖然體摔力弱，但仍前往靈鷲山苦行修道，她道出如下的心聲：

瘦弱又多病 出入依杖行 縱然累如此 仍上靈鷲峰  
袈裟置一旁 鉢亦扣一邊 坐在石山上 斷除痴愚闇  
修持破我執 諸使不再現<sup>38</sup>

拖著一身病痛的梅迪卡長老尼亦有相似的生命經驗：

體衰青春逝 患病多苦痛 行路依手杖 爬上靈鷲峰  
袈裟置一旁 鉢亦扣一邊 坐在石山上 精進斷諸漏  
已贏得三明 佛教已實現<sup>39</sup>

年邁體衰的長老尼，不因身體的病痛而萌生退心，對他們而言，身體的病痛比不上心靈的苦，只有斷除痴愚、破除我執，才能感受無有累惑的自在輕鬆。出家二十幾年，心仍未清淨的薩瑪長老尼亦精進不退：

出家皈依佛 已有廿五年 時已到今日 未曾得心恬  
修禪不得定 心根未得安 想起佛教誡 慚愧由衷生  
已嘗諸多苦 勤勉斷貪念 遵從佛教誡 無欲已七天<sup>40</sup>

長老尼們在修道上以無比堅毅克服困難，忍受年老病弱、氣力衰微的折磨，在漫長歲月中專心修持，她們沒有被痛苦擊潰，以不悔不退的精進努力，克服修

<sup>37</sup> 《女性主義理論與流派》，顧燕翎/主編，〈台北：女書文化，1996.9〉，頁 316。

<sup>38</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 236-237。

<sup>39</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 237。

<sup>40</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 240。

道上的障礙，如此大無畏的氣魄表現了女性剛強的一面，也打破了「女性是陰柔」的迷思。人本來就具有陽剛及陰柔之特質，女性的陽剛或男性的陰柔並非刻意以「模擬」（mimicry）或「操演」（performance）的方式，假扮性別越界之戲碼，而是面對外境的心理反映與情感的自然流露，所以是不具任何價值判斷的。根據《佛母般泥洹經》記載，佛陀在姨母大愛道比丘尼入滅後，如此讚嘆其勇猛精進如大丈夫之氣象：

斯聚舍利，本是穢身凶愚急暴，輕心疾轉嫉妬陰謀，敗道壞德為亂作先之類。今母拔女人兇愚之穢，為丈夫行獲應真道，還靈本無淨過虛空，行高無蓋何其健哉。<sup>41</sup>

佛陀在《雜阿含經》如是定義「大丈夫」：

若比丘身身觀念住，彼身身觀念住已，心不離欲，不得解脫，盡諸有漏，我說彼非為大丈夫。所以者何？心不解脫故。若比丘受、心、法法觀念住，心不離欲，不得解脫，盡諸有漏。我不說彼為大丈夫。所以者何？心不解脫故。若比丘身身觀念住，心得離欲，心得解脫，盡諸有漏，我說彼為大丈夫也。所以者何？心解脫故。若受、心、法法觀念住，受、心、法法觀念住已，心離貪欲。心解脫，盡諸有漏，我說彼為大丈夫也，所以者何？心解脫故。<sup>42</sup>

觀世間一切皆是緣起，離有離無，不常不斷，除一切相，心無所著，才是真智慧。男性之陽剛特質或女性之陰柔特質都是文化制約的結果，為了符合社會制定的刻板印象與理想，男性必須放棄發展陰性特質才能進入父權秩序，女性則被教導不能發展陽性特質方能成為女人，兩性都必須修正行為以適應社會標準，因此能否跨越既定的男性氣概或女性氣質的疆界，除了決定於個人的思想外，更需以行動實踐之。比丘尼為了心靈的滿足與人格的獨立，以具體行動全力以赴，翻轉父權思想，對傳統社會而言，她們雖是叛逆的，但唯有身體力行這勇敢果決、不畏強權的「男性氣質」，才能跨越陰性特質之版圖疆界！

<sup>41</sup> 大藏經，第二冊阿含部下，《佛母般泥洹經》，頁 870 中。

<sup>42</sup> 大藏經，第二冊阿含部下，《雜阿含經》卷第二十四，頁 172 上。

## 六、轉迷啓悟 煩惱即菩提

「煩惱即菩提」這看似弔詭的話語，即是說明人在遭遇困頓苦厄時，能以正面積極的態度來面對，從經驗煩惱挫折的過程中，增長自己的人生智慧與挫折容忍力。煩惱與菩提雖是相對的名詞，但負面的缺憾往往是累積人生經驗的試煉石，正如《維摩詰所說經·佛道品第八》所示：「譬如不下巨海，不能得無價寶珠，如是不入煩惱大海，則不能得無上至寶。」生命怒海縱然捲起無常與苦痛之千丈惡浪，但《長老尼偈》的作者面對煩惱，並未擱淺於人生險灘，卻以智慧駕馭煩惱狂濤，化憂悲苦惱為巨大能量，度過生死海流，尋獲清涼寧靜的彼岸。

生、老、病、死、愛別離、怨憎會、求不得為人生至苦，有情眾生面對人世的分合來去，總免不了情傷黯然；而白髮人送黑髮人的輓歌，更是身為父母的至痛。年輕貌美、貴為拘薩羅國皇后的烏比婁長老尼，在女兒不幸夭折之後，苦嚙生離死別的絕望悲痛與無盡思念，她每天跑到墓地痛哭，期待喚回愛女重生，但死別如針，日夜刺痛著為人母的心肝。佛陀明白合會終有離的至理，便以如下的偈頌為她開示：

烏比婁哭喚吉娃女 汝當首先知自隨

此墓火葬八萬四 皆名吉娃哭阿誰

傷心欲絕的烏比婁長老尼聽到佛陀說法後，說了如下的偈頌：

悲痛好似刺扎心 此刺無形卻似真

如今尖刺已拔除 心明不再悲痛生

如今尖刺已拔除 貪欲已斷得涅槃

誠心皈依佛法僧 永無惱煩無悲痛<sup>43</sup>

當身軀已老、已病或遭受天災人禍的意外，四大假合的肉體便要毀壞、死亡，這是有情眾生無法抗拒的宿命，能參透諸行無常，便能了解生死交謝，寒暑迭遷均是自然法則。生命本是危脆無常的，「應壞之物欲使不壞者，終無此理」，佛法告訴我們無須眷戀終將離去的一切，清楚覺知諸行無常，隨順因緣，不分別計較，也不受其左右，才能獲得真正的寧靜。佛陀以「此墓火葬八萬四 皆名吉娃哭阿

<sup>43</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 242。

誰」一語驚醒夢中人，烏比婁長老尼「心明不再悲痛生」，終於出離火宅，並誠心皈依三寶，以佛法豐富心靈。

世間實相必須親自體會，才能從中歷練強韌的生命力，並萌生慈悲心幫助他人，正如帕札佳拉長老尼對失去子女而流淚哭泣的母親們所說的：

來到世間又離去 來去行蹤難知悉  
既不知伊胡處來 何呼我兒痛哭泣  
來到世間又離去 來去行蹤皆知悉  
如此無須痛悲傷 生命本依此規律  
無須乞求來世上 未得應允可離去  
生來數日某有情 去後投胎多變異  
人們死亡離世後 常以人形漫游離  
如此生來如此去 何須為此痛哭啼<sup>44</sup>

.....

下面的偈誦由巴達坤扎拉蓋薩長老尼所作，丈夫雖是親密的枕邊人，但卻貪愛她的錢財，起了謀財害命之想。人心險惡與恩愛無常，讓她勘破紅塵，放下情緣，學習耆那教的修行方式，然而耆那教的教義無法令她信服，於是她離開耆那教，遊走四方。後來遇到舍利弗並與之辯論，在一來一往的分別法義中，深知佛陀開示的法才是人生的究竟，於是巴達坤扎拉蓋薩長老尼便前往拜謁佛陀，並剃度出家。巴達坤扎拉蓋薩長老尼從不幸的婚姻與險惡的人性中，了解人生無常，於是放下仇恨，以佛法為心靈依皈。

落髮披布衣 牙齒積垢穢 非者偏為是 是者偏為非

.....

巴達長老尼 擺脫諸束縛 居士供袈裟 智高多積福<sup>45</sup>

人生的解脫必須來自對真理的自覺與澈見，若不能了悟實相，內心將受紛然的感苦所煎熬；一但明白苦、空、無我的人生實相，則一切空明廓徹，清涼自在。人生總有許多難過的關卡，但生活、婚姻、健康或生死的無常，卻蘊含智慧的種

<sup>44</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 260。

<sup>45</sup> 《長老偈·長老尼偈》，鄧殿臣/譯（北京：中國社會科學出版社，1997.8），頁 255-256。

子，能轉化生命的創傷，提高對痛苦的覺照力與包容度，讓自己在經歷生命怵目驚心的災難、仇恨之後，依然可以美好圓滿，這是一種自覺的抉擇，一種堅毅的表現。「修道所面臨的各種困難，可以被視為一種祝福，因為正是這種困難幫助我們放下我執和痛苦，了悟到人生中沒有任何事物是永恆的」<sup>46</sup>，《長老尼偈》的作者能勇敢面對生命中的驚懼與痛楚，發揮強韌的生命力，不向現實困境低頭，也不沉溺在怨恨的負面情緒中，以智慧煉成內在的能量，將哀哀淚水化為沃土，在心田綻放朵朵不染塵的蓮。

---

<sup>46</sup> 《女性寧靜的變革》，吉兒·法瑞-霍爾斯/著，周和君/譯，（台北：法鼓文化，2005.2），頁 115。