



薩達那
泰戈爾與你談生命．自由．愛……

SāDHANā
The Realisation Of Life

〔印度〕羅賓德拉納特．泰戈爾 著
鍾書峰 譯



香港中和出版有限公司
www.hkopenpage.com



羅賓德拉納特·泰戈爾
Rabindranath Tagore
(1861.5.7—1941.8.7)

獻 給

歐那斯特·萊斯

中譯者序

每翻譯完一本書，我幾乎都有一種衝動與習慣，會寫寫翻譯過程之中的一些感受與體會。不過，完成泰戈爾《薩達那：生命的證悟》之後，我原本並沒有撰寫“譯者前言”或者“譯者後記”之類文章的打算，原因很簡單：不是我不想寫，而是我心中的感想太多，竟不知從何寫起；泰戈爾的人文關懷思想與精神很深邃很廣博，我的理解很膚淺很幼稚，生怕誤導讀者諸君。誰知出版社的編輯老師偏偏哪壺不開提哪壺，命我一定要按照慣例補上譯者序之類的東西，因此，我只好勉為其難，說上幾句無關痛癢之語，敬請諸位大家斧正。

擺在大家面前的這本書，主要是泰戈爾在美國哈佛大學的演講集，實質上是泰戈爾向西方人介紹印度古文明與文化的文集，歸根到底是泰戈爾在國內外講學時所闡述的以《奧義書》為主要來源的思想觀點的匯聚。

《奧義書》是印度最古老、最經典的哲學著作，是用散文或者韻文闡發最古老的吠陀文獻的思辨著作。它記載的是印度古代導師和聖人的觀點，在很大程度上構建了印度哲學的基礎，實際上是一種哲學論述或者對話錄。值得注意的是，它記錄的不是一家之言，而是諸家之說。據統計，在《奧義書》中提到的哲學家達百餘名，其中有以鄒達羅迦為代表的唯物論者，有以耶若婆為代表的唯心論者。《奧義書》種類繁多，據說多達兩百多種，泰戈爾在本書中引用的主要有《蒙達迦奧義書》、《伊莎奧義書》、《白騾奧義書》、《廣林奧義書》、《由誰奧義書》、《尼理心訶奧義書》、《羯塔奧義書》、《迦塔奧義書》、《泰迪黎耶奧義書》、《泰蒂利耶奧義書》等。據說，最權威的《奧義書》有十三種。它們是婆羅門教與印度教的經典源泉，也是古印度佛教思想的直接源泉，因此，可以說，婆羅門教、印度教與佛教，都是同源同宗的。

我沒有考究，彼時泰戈爾演講的西方聽眾及其後閱讀此書的西方讀者是否與泰戈爾產生共鳴，但是，我敢斷言，中國讀者幾乎都會與泰戈爾產生共鳴，主要原因有兩個：

第一，中國的佛教文化，直接來源於印度。從釋迦牟

尼佛祖到達摩祖師再到完全實現中國化的禪宗，佛學、佛經、佛事活動、佛家弟子，莫不以印度為師。可以這麼說，發源於印度但在印度已經式微的佛教文化，卻光大於中華大地以及深受其影響的周圍各區域。泰戈爾這部聚焦於人生哲學的著作思想，與佛教文化密切相關。因此，從文化角度而言，中國讀者閱讀本書，根本不存在文化障礙，根本不存在理解隔閡。

第二，泰戈爾的文風，尤其是泰戈爾的詩歌，推進了中國白話文尤其是現代詩歌、散文的發展。泰戈爾的詩歌或者散文詩引進中國之時，正是中國白話文以及現代詩歌、散文初步發展之際。“五四”運動後創作的現代新詩、散文，其中的不少作者都不諱言，他們都從泰戈爾的詩歌或者散文詩之中汲取了營養，都具有刻意模仿泰戈爾散文詩《飛鳥集》等詩歌的痕跡。

泰戈爾自 1913 年獲諾貝爾文學獎後，其作品與思想逐漸引起中國知識界的注意。

最早著書介紹泰戈爾作品及其思想的中國人，可能是國學大家、博古文學家、東方學派思想家錢智修。他於 1913 年在《東方雜誌》第 10 卷第 4 號上發表《台峨爾氏之人生觀》，其中的“台峨爾”即指泰戈爾。

最早翻譯泰戈爾詩歌的，似乎是引領“五四”新文化運動的旗手陳獨秀。他以五言古詩形式，從泰戈爾代表作《吉檀迦利》中選譯了四首詩歌，即該詩集第一、二兩首和第二十五、三十六兩首，取名為《讚歌》，刊載於1915年出版的《新青年》前身《青年雜誌》第一卷第二號。在篇末，陳獨秀對泰戈爾作了簡要介紹：“達噶爾印度當代之詩人。提倡東洋之精神文明者也。曾受 Nobel Peace Prize，馳名歐洲。印度青年遵為先覺，其詩富於宗教哲學之理想。”

最早較全面接觸泰戈爾作品並受其較大影響的中國知識分子，或許是郭沫若。1914年，他初到日本留學時，正值日本出現“泰戈爾熱”，至1915年達至高潮。據他於1923年10月14日在《創造週報》第23號發表的《泰戈爾來華之我見》的文章稱，當時他讀到泰戈爾詩歌的感受是：“我真好像探得了我‘生命的生命’，探得了我‘生命的泉水’一樣……一種恬靜的悲調蕩漾在我的身之內外”。於是，他與“泰戈爾的詩結了不解之緣”、“簡直成了泰戈爾的崇拜者”。作為中國新詩第一人的郭沫若，他自稱自己文學生涯的“第一階段是泰戈爾式的”。

據冰心自述，她的作品，尤其是詩集《繁星》和《春

水》，就深受泰戈爾文風的影響。她說：“我自己寫《繁星》和《春水》的時候，並不是在寫詩，只是受了泰戈爾的《飛鳥集》的影響，把許多‘零碎的思想’，收集在一個集子裡而已。”

郭沫若、冰心等人又以其作品，影響了一代又一代的中國作者與讀者。因此，從語言風格角度而言，中國讀者閱讀泰戈爾的這部作品，就如同閱讀中國作者撰寫的作品一樣。

與出版社達成委託翻譯協議後，我發現：有位名為“宮靜”的譯者，已將本書譯為《人生的親證》，經名為“章堅”之人校譯後，於1992年8月由商務印書館出版。據該譯本“譯後記”介紹：早在二十世紀二十年代，就已經有人將其譯為中文出版，如錢家驥、王靖翻譯的名為《人生之實現》的譯本、馮飛翻譯的名為《生命之實現》的譯本；在宮靜譯本出版的前幾年，有黃心川翻譯的名為《生命的親證》的譯本。遺憾的是，除宮靜譯本外，其他譯本，我都沒有找到，也就無法在翻譯過程中予以學習借鑒。為表示對宮靜譯本的感謝，將拙譯與宮靜譯本的部分對照譯文列於下文，並誠邀讀者諸君斧正拙譯。

鍾書峰譯本與商務印書館宮靜譯本部分對照版

鍾書峰譯本

薩達那：生命的證悟

作者序

或許不妨說明一下，本書所錄文章內容，並非哲理性的說教，也非學究式的考據。筆者成長於每日誦讀禮拜《奧義書》經文之家，而且父親就是筆者榜樣：在漫漫人生中，父親一直與神保持密切聯繫，但並沒有忽略應盡的塵世義務，也絲毫沒有減少對人間萬事萬物的濃鬱興趣。因此，也許這些文章，讓西方讀者有機會接觸我們神聖經文所揭示的而且是我們如今日常生活所展現的印度古老精神。

評判人類一切偉大言論的依據，不是其言辭，而是其精神——是在歷史長河中伴隨生命

宮靜譯本

(商務印書館 1992 年 8 月第 1 版)

人生的親證

作者序言

闡明這本書所發表的論文題材，我沒有用哲理性的說教，也沒有以學者觀點加以探討，也許這對我來說更為合適。我生長在一個以奧義書經典作為日常禮拜的家庭，並且在很久以前父親就作出了榜樣。父親在他漫長的一生中一直保持著與神的密切交往，但是他沒有忽略對世界應盡的責任，也絲毫沒有減少對世俗事務的強烈興趣。因此，我希望這些論文能使西方讀者有機會接觸到印度的古代精神，這種精神曾反映在我們的聖典中而今天仍然體現在我們的生活中。

人的一切重要言論不是通過

的成長而呈現的精神。例如，無論當代基督教與早期基督教，存在多大差異，甚至在重要方面存在多大差異，我們了解基督教的真諦，都是通過觀察它在當代鮮活生命中的表現而得到的。

印度的偉大宗教經文，對西方學者似乎只具有考古與懷舊價值，對我們卻具有重要的人生意義。我們不得不認為，製作成木乃伊標本並貼上標籤陳列於櫃子中的人類思想和願望，披上博學外衣後，雖然得以永存，但卻失去其意義。

源於偉大心靈體驗的鮮活文字的含義，永遠不可能通過甚麼邏輯解釋體系予以闡述清楚，只能通過個人生活體驗而不斷地進行解釋，而且每當有新發現，都會增加其神秘性。在我看來，《奧義書》與佛教經文，始終是精神財富，始終具有無限生機。那些

詞句而是通過精神來判斷的——這是在歷史中伴隨著生命的成長而呈現出來的精神。我們懂得基督教的真實含義是在觀察它的當代生活各個方面而得到的——無論如何，它與早期的基督教，甚至在重要方面都可能是不同的。

印度偉大的宗教聖典對於西方學者來說似乎只具有懷舊與考古的興趣，但是對我們卻具有生活的重要性，我們不得不認為人類思想和願望的木乃伊標本，陳列在帶有標記的櫃子裡時，儘管在博學的外衣下永遠保存起來也會失去它們的重要意義。

源於偉大心靈的體驗的有生命的語言，其意義永遠不會被某一邏輯闡釋體系詳盡無遺地闡述清楚，只能通過個別生活的經歷不斷予以說明並在各自新的發現中增加它們的神秘。對我來說《奧義書》的詩篇和佛陀的教導

經文，就如對其他人一樣，對我具有獨特意義，已經融入我的生活與講學中。雖然它們有待於人們去證悟，但我的一家之言，想必也有其價值。

或許還應說明一下：我把這些文章彙編成冊，是為了便於出版，而其思想觀點是從幾篇孟加拉語講稿中摘取的。那些講稿，是我在孟加拉波浦爾的學校授課時經常用到的。我在各種場合所引用的上述講稿的一些英譯文，是由我朋友巴布·沙迪什·錢德拉·羅伊和巴布·阿吉特·古瑪爾·查克拉瓦蒂翻譯的。本文集第六章，由我侄子巴布·蘇列德拉·納什·泰戈爾譯自我講授“卡瑪瑜伽”的講稿。

藉此機會，感謝哈佛大學詹姆斯·H·伍教授，是他的厚愛，激勵我完成這本文集的編撰工作，鼓舞我在哈佛大學講授其

永遠是我的精神財富，因此它賦予我無限的與講學之中。雖然它們有待於生命力，我已經將它們貫徹到我自己的生活和我的言論中，它猶如天性對於我有獨特含義；對於別人同樣也期待著他們的證實。而我自己特殊的證明一定會有它的價值，因為它有個性。

或許我還要補充一點，這些文章用連續的形式彙編起來是為了便於出版。其中一些觀點是從幾篇孟加拉語論文中選出的，在孟加拉波浦爾（Bolpur）我的學校中，或我習慣於同我的學生們進行討論。我使用的這些譯文是由我的朋友巴布·沙迪什·錢德拉·羅易和巴布·阿吉特·古瑪爾·錢哥羅瓦爾蒂翻譯的。這本文集中的“在行動中親證”這一篇，是由我的侄子巴布·蘇列德拉納什·泰戈爾從孟加拉語論文“業瑜伽”譯出的。

趁此機會我向哈佛大學詹姆

中的大部分章節；感謝歐那斯特．萊斯先生熱情相助、提供諸多斧正意見並審校樣書。

最後，說說“薩達那(Sādhana)”的讀音：重音應落在第一個“ā”上，並發洪音。

斯．H．伍教授表示謝意，由於他公正的評價才鼓舞我去完成這本文集並在我去哈佛大學之前閱讀了其中的大部分。我還要感謝歐內斯特．里斯先生的幫助，他熱情地提出建議幫我修訂並審閱校樣。

關於 Sādhana 的發音，還須要說一句，重音應該放在第一個 ā 上，這是這個字母的寬音。

鍾書峰

壬辰年秋分草於南粵海豐天星河畔
壬辰年重陽改於南粵鵬城尖崗山下

作者序

或許不妨說明一下，本書所錄文章內容，並非哲理性的說教，也非學究式的考據。筆者成長於每日誦讀禮拜《奧義書》經文之家，而且父親就是筆者榜樣：在漫漫人生中，父親一直與神保持密切聯繫，但並沒有忽略應盡的塵世義務，也絲毫沒有減少對人間萬事萬物的濃鬱興趣。因此，也許這些文章，讓西方讀者有機會接觸我們神聖經文所揭示的——而且是我們如今日常生活所展現的印度古老精神。

評判人類一切偉大言論的依據，不是其言辭，而是其精神——是在歷史長河中伴隨生命的成長而呈現的精神。例如，無論當代基督教與早期基督教，存在多大差異，甚至在重要方面存在多大差異，我們了解基督教的真諦，都是通過觀察它在當代鮮活生命中的表現而得到的。

印度的偉大宗教經文，對西方學者似乎只具有考古與

懷舊價值，對我們卻具有重要的人生意義。我們不得不認為，製作成木乃伊標本並貼上標籤陳列於櫃子中的人類思想和願望，披上博學外衣後，雖然得以永存，但卻失去其意義。

源於偉大心靈體驗的鮮活文字的含義，永遠不可能通過甚麼邏輯解釋體系予以闡述清楚，只能通過個人生活體驗而不斷地進行解釋，而且每當有新發現，都會增加其神秘性。在我看來，《奧義書》與佛教經文，始終是精神財富，始終具有無限生機。那些經文，就如對其他人一樣，對我具有獨特意義，已經融入我的生活與講學中。雖然它們有待於人們去證悟，但我的一家之言，想必也有其價值。

或許還應說明一下：我把這些文章彙編成冊，是為了便於出版，而其思想觀點是從幾篇孟加拉語講稿中摘取的。那些講稿，是我在孟加拉波浦爾的學校授課時經常用到的。我在各種場合所引用的上述講稿的一些英譯文，是由我朋友巴布·沙迪什·錢德拉·羅伊和巴布·阿吉特·古瑪爾·查克拉瓦蒂翻譯的。本文集第六章，由我侄子巴布·蘇列德拉·納什·泰戈爾譯自我講授“卡瑪瑜伽”的講稿。¹

藉此機會，感謝哈佛大學詹姆斯．H．伍 教授，是他的厚愛，激勵我完成這本文集的編撰工作，鼓舞我在哈佛大學講授其中的大部分章節；感謝歐那斯特．萊斯先生熱情相助、提供諸多斧正意見並審校樣書。

最後，說說“薩達那（Sādhana）²”這個詞的讀音：重音應落在第一個“ā”上，並發洪音。

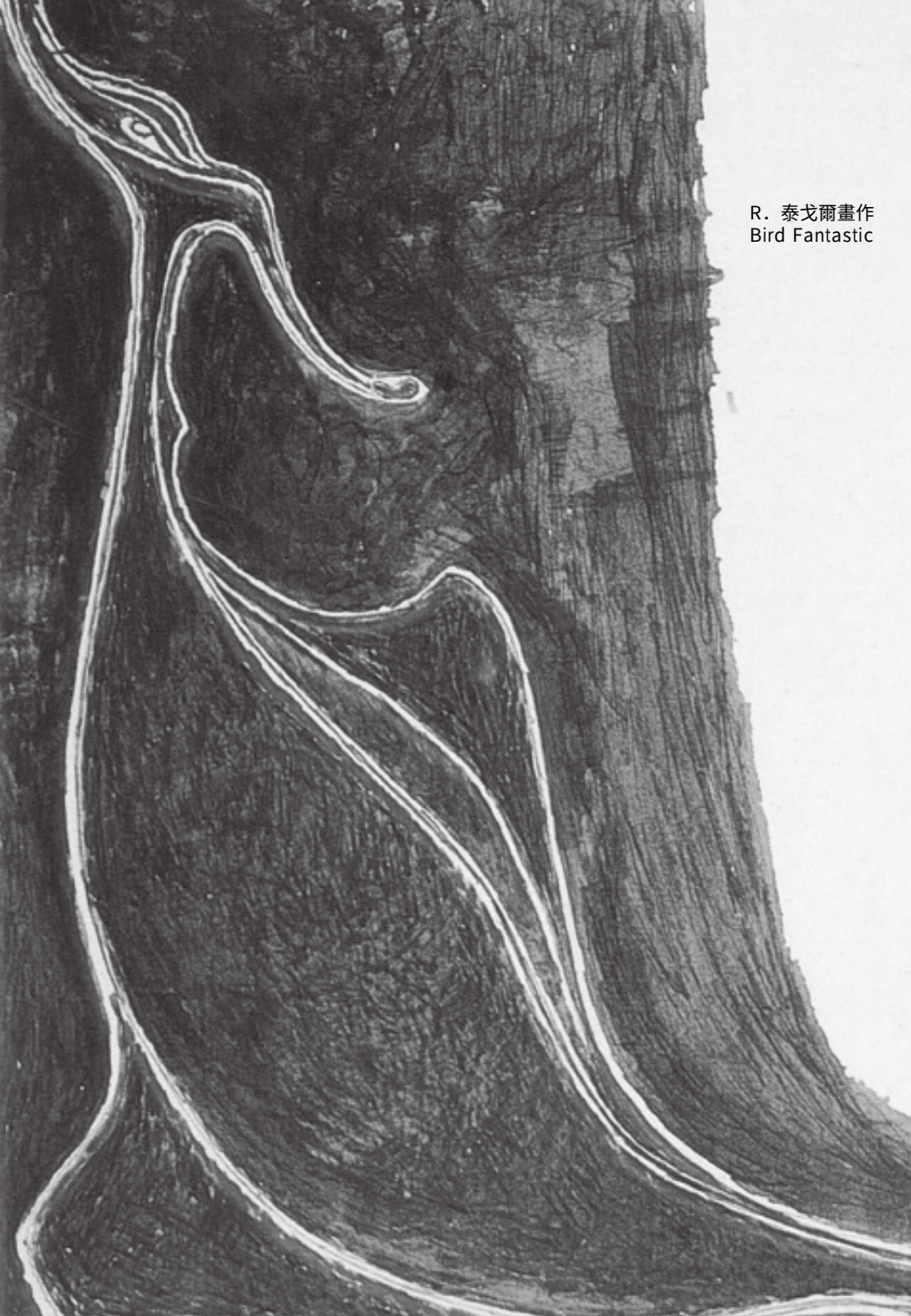
註釋：

- 1 本段最後一句泰戈爾原文是：“The last paper of this series, ‘Realisation in Action,’ has been translated from my Bengali discourse on ‘Karma-yoga’ by my nephew, Babu Surendra Nath Tagore.”。其中的“last paper of this series”，係指“本文集最後一章”之意，但從所明言的章題“Realisation in Action”來看，實際上並非指本文集最後一章，而是指第六章。為方便讀者閱讀，本書編輯對中文版的章節標題進行了修改，例如第六章原標題為《行動之悟》，現修改為《萬物由歡樂而創造》。——譯者註
- 2 “薩達那（Sādhana）”，印度教與佛教用語之一，在泰戈爾的思想體系中，特指人追求最高靈魂、最高精神、宇宙精神、宇宙意識或者無限世界即梵或者神等而與其融為一體的身心修煉，即追求充實而有意義的正確人生。這裡的“最高靈魂”、“梵”或者“神”等等，實質上

是指物質世界、精神世界以及兩者交相互動的“法則”、“規律”或者“客觀規律”之意。此外，也請讀者注意如下兩點：1、泰戈爾曾為其侄子創辦的一份名為《薩達那》的雜誌供稿並擔任編輯。2、“薩達那”也指一種瑜伽、靜修或者靈修活動。——譯者註

目 錄

027		第一章	愛的別名就是“理解一切”
047		第二章	要到戶外尋找自己
069		第三章	不完美正是完美的體現
089		第四章	唯有為愛做事才是自由的
113		第五章	愛是最自由的
137		第六章	萬物由歡樂而創造
155		第七章	直抵心靈的美之語言
165		第八章	歡愉之中尋找無限
186		附 錄	泰戈爾生年表



R. 泰戈爾畫作
Bird Fantastic

R. 泰戈爾畫作
Animal



第 章

愛的別名就是“理解一切”

古希臘文明孕育於城牆之內。其實，一切現代文明都起源於灰泥與磚所堆砌的搖籃之中。

那些城牆，在人類頭腦中留下了深深的印記，給我們確立了一套“分而治之”的思維理論。這套理論，讓我們養成了這麼一種慣性：要確保征服成果，就得防範、分化征服對象。因此，我們將人分為不同的國家民族，將知識分門別類，將人與自然截然分開。結果是，我們作繭自縛，對外界任何事物都持強烈的懷疑態度，認識任何東西

都要經歷一番艱苦努力。

第一批雅利安人入侵時，印度是一片廣袤的森林地帶，他們迅即加以利用。森林為他們躲避酷熱的驕陽和肆虐的熱帶風暴提供了庇護場所，為牛羊牲畜提供了牧場，為祭祀之火提供了燃料，為建造農舍提供了木材。不同的雅利安族群，在其族長的帶領下，定居在不同的森林地帶。這些地方，都能夠提供充足的水和食物，所賜予的天然保護各具優勢。

所以說，印度文明是發源於森林的。正是這一起源和環境，讓印度文明擁有與眾不同的特點，環繞其四周的，為其提供衣食住行的，在各方面與其保持最密切最頻繁聯繫的，都是生機勃勃的茫茫大自然。

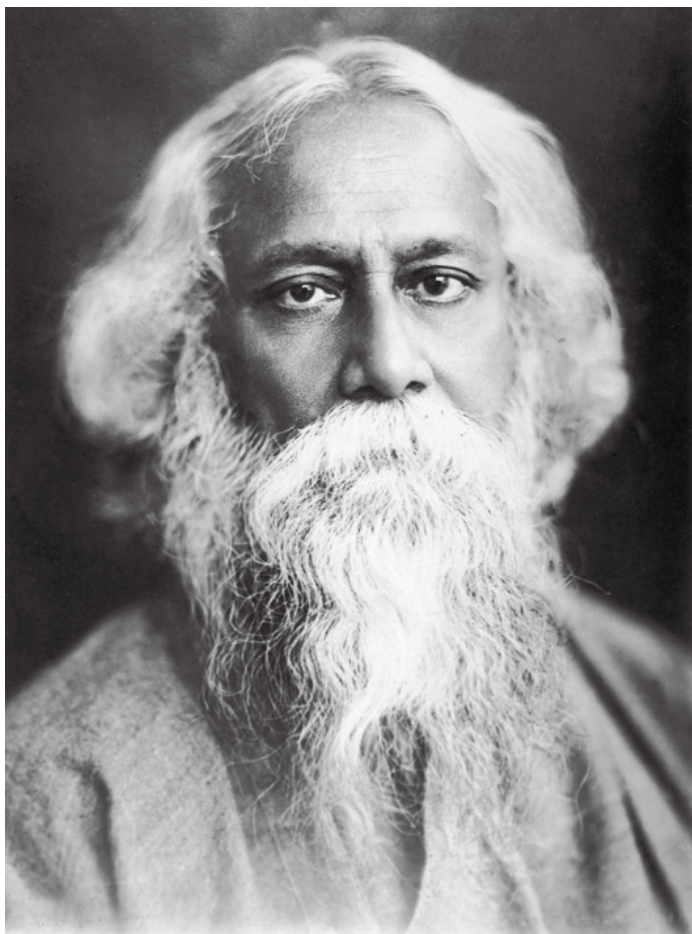
也許有人會認為，如此降低水準的生活方式，會愚鈍人類心智，會削弱其發展動力。可是，我們發現，古印度的林中生活環境，除調整人之發展方向外，並未抑制其思想，並未削弱其活力。人的思想，在擺脫了企圖在所獲取之物周圍起界牆以擴大控制範圍的慾望後，通過不斷接觸生生不息的大自然，變得自由自在。人的追求，不再是獲取，而是通過融入周圍環境並與之共同發展，去感悟與提升自身意識。他意識到，真理是全方位的，沒有絕對的孤立存在，而且認識真理的唯一途徑，就是與一切客體互為交融。古代印度聖

賢隱居山林的修行之舉，就是為了在精神上實現天人合一的偉大和諧。

後來，那些原始森林讓位於農田，四面八方都興起富庶的城鎮，幾個強大王國得以建立並與世上所有大國都有所交往。不過，即使在其物產豐饒的鼎盛時期，印度人仍然以崇敬之心，回望遠古時代艱辛自悟的早期理想和隱居山林的簡樸生活風骨，並從其所蘊涵的智慧中，汲取最佳靈感。

然而，西方世界對其正在進行的征服自然行為，似乎是引以為榮的。那裡的人們，好像是生活於充滿敵意的世界之中。他們想要的任何東西，都得從心有不甘的異己手中奪取過來。這種情感，就是在城牆內所養成的習慣，就是在城牆內所受思維訓練的產物。究其原因，乃生活於城市的人們，必定是只把其眼界聚焦於自身的工作與生活，結果在人本身與其所依偎的大自然懷抱之間，人為地製造了隔閡。

印度的看法則不同，認為偉大的真理就是，人與世界是融為一體的。印度強調個體與宇宙的和諧相處，並認為倘若周圍環境與我們人類毫不相關，我們就不可能與之發生任何聯繫。人之所以抱怨大自然，就是因為他不得不通過自身努力而獲取大部分生活必需品。當然，人類的努力並非竹籃打水一場空，而是每天都有收穫的。這表明，人與大自然之間



泰戈爾在二十世紀二十年代的留影

附 錄

泰戈爾生平年表

1861 1861 年 5 月 7 日，羅賓德拉納特·泰戈爾出生，出生地為泰戈爾家族在西孟加拉邦加爾各答市的喬拉桑戈的家裡；他的父親是印度著名宗教改革家戴文德拉納特森·泰戈爾，母親是薩拉答·德薇；他是父母親的第 14 個孩子。

1866 羅賓德拉納特開始與兄弟們一起學習基本的字母表。

- 1868 被錄取為東方神學院的學生，但隨後轉向了普通學校。
- 1869 羅賓德拉納特第一次嘗試寫韻律詩，並對法國作家貝爾納丹·德·聖皮埃爾的《保羅和維吉尼亞》一書的孟加拉文譯本產生了濃厚的興趣。
- 1870 開始學習繪畫、音樂以及其他學科；開始接受摔跤和體操訓練。
- 1871 被一家白人印度學校孟加拉學院錄取，開始逃學。
- 1873 他的入教儀式得以進行（婆羅門開始進入加亞特里訥祈禱）並第一次到聖汀尼克坦這個地方；在那裡，他寫了一部戲劇 *Prithviraj Parajaya*（手稿已經遺失）；這一年他還遊歷了印度很多地方。
- 1874 他準備用韻律詩翻譯莎翁戲劇《麥克白》；他的詩集 *Abhilasha*（《慾望》）匿名出版；被加爾各



泰戈爾 7 歲在加爾各答拍的照片

答的聖澤維爾學校錄取。

1875 在一次印度人集會上朗誦一首愛國詩歌；失去他的母親；加入文學組織；為一首詩和一首歌作曲，並撰寫敘事長詩《野花》，離開聖澤維爾學校。

1876 加入一個短暫存在的秘密組織；仿照馬志尼的《燒炭》創作第一本文學批評集；他的第一本孟加拉文詩集 *Bhubanmohini Pratibha* 出現在雅納恩卡。

1877 1877 年 1 月 1 日，在里頓勳爵的安排下，在德里皇宮參加維多利亞女王登基為印度女皇的儀式，創作並朗誦了一首諷刺詩；在他的家中的不公開演出上，第一次作為主角登上舞台出演 Jyotirindranath 創作的一部戲劇；創作了他的第一部長篇故事《女丐》和第一部未完成的小說《卡魯納》和一首長詩《卡比·卡赫尼》。

1878 到艾哈邁達巴德學習英語；創作一些歌詞；撰寫一系列關於英國生活、書信的文章，並撰寫但丁、彼得拉克、歌德、帕若堤等詩人們的愛情故事；第一次乘船出國，從 1878 年 9 月 20 日到 1880 年 2 月，他在布萊頓的學校學習。

1879 抵達倫敦，並被大學錄取；經常造訪大英博物館；並撰寫很多讚揚英國社會和人民的文章發表在《帕若堤》上；開始撰寫他的第一部詩歌劇《破碎的心》和一首長詩《沉舟》。

1880 沒有完成任何正式的學科，回到印度；在不公開的演出上，參加 Jyotirindranat 撰寫的抒情戲劇《曼恩莫伊》的演出。

1881 仿作他的第一首信仰歌曲；他的第一部音樂劇上演，出演一個小角色；他的兩本書 *Rudrachanda* 和 *Bhagnahriday* 得以出版；撰



泰戈爾 1879 年在英格蘭的留影