

# 内观通讯 2024 年 4 月

## Words of Dhamma 法语

*Karaṇīyamatthakusalena,  
yantasantam padam abhisamecca;  
Sakko ujū ca suhujū ca,  
suvaco cassa mudu anati mānī.*

精通了解幸福，又希望达到究竟安详的人，  
应该要：具有能力，正直，  
非常正直，言词温婉，和善且谦虚。

— K.N. Suttanipāṭapāḷi, 8/143 Mettasuttam.

——《慈心应作经》（《经集》8/143）

### 葛印卡老师于1989年3月4日在法岗

#### 内观中心年度会议上的闭幕致辞

我亲爱的正法儿女们：

我的正法父亲乌巴庆长者将一份重任托付给我，至今已近二十年。当我在回顾这份“正法使者 *Dhamma-dūta*”的工作时，我非常惊讶地看到正法的成果，以及正法如何地增长。二十年前，此一方法对这个国家来说很陌生，老师也默默无闻，但仍然有成千上万的人们开始前来参加课程。

当中心开始建设起来，看起来好像有了这些设施，事务单位会比较轻松点，但其实这些设施自有性质不同的问题，新的建筑物不断盖起来，而不论建造了什么，都需要维修与保养。

无论是法工或是助理老师，他们都是在家人，而且每个人都有一些家庭及生计责任，然而他们却腾出那么多的时间，承受这么多的不便，实在令人难以置信！甚至没有任何人想要金钱补助，他们训练自己，去了解人们给予他们的尊重，其实是给予正法的，他们只不过是法的代表而已。

纵然有那么多的不适，法工们还是觉得十分喜悦：“看，这么多的人正在获得正法！”除了这份喜悦以外，他们还得到什么？老师继承了他正法父亲的特质，纪律非常严格，而且有时候他讲的话很严厉。法工们做了这么多无私的服务，却换来这样的谴责：“你这样做了吗？你这没用的家伙！为什么你要那样做？”这就是他们从他们正法父亲与别人那里所得到的！没有人感谢他们所做的服务。

某人可以很轻易地说：“算了吧！让这个老师自己来做吧，为什么我要花时间在这里？这些忘恩负义的家伙，我干嘛把时间花在他们的身上？”但不是这样，尽管被责难，他们还是继续付出。

这背后有很好的理由。我们不知道在过去多少生中，曾一起做过功德善行，一起累积功德会让人们来世再相聚，再度一起行善。或者，在那么多的过去世中，我们可能曾在一起修行，这让我们又一次聚在一起修行。

所以，有些人并不纯然是因为在最近的十日课程中获得正法，对法无

尽地感激，才想来服务。哦，不是！当然那是现前的原因，但更主要的，还是我们曾在不同的过去世中一起做过的工作。

在过去曾以这样或那样的方式尝到法味之后，这个人会想：“愿愈来愈多的人可以接触到正法，并脱离他们的痛苦。”

在很多生中，一个人明白——  
*sabbadānaṃ dhammadānaṃ jināti* “法施为最上等的布施”，每一次我们服务，这就变得愈加清楚。一个人可以辛勤工作并布施百万钱财，为他人建造各种设施——人们会因此获益，这是很好的，不要停止这么做；但当与法布施相比较，他就会发现是没得比的。

人生的起落必然发生，如果有人能以微笑来面对一切，啊，这对任何人来说，都是可及范围内最上等的礼物！只有老师或助理老师是不够的，还需要那些所有来服务的人，才能一起完成法的布施。

虽然近二十年来完成的工作令人满意，不过仍然有许多工作有待完成。当

痛苦如此之多，正法就必须升起。当到处都是黑暗，就需要光明，需要正法。

我看到光明的未来。不单是因为现在有一群人那么无私的付出，更因为世世代代那些在过去积累了良好波罗密 *pāramīs* 的人们，将会接手这项工作，法轮将继续转动。

如果人们把正法作为谋生的手段，那会危及法轮的转动。这怎么会是正法呢？你在期盼有所回报。如果疯狂的人们在服务时执取地位、权力或是身份，这也制造出危险。因为失去了纯净，正法不再是正法。另一个危险是，仅仅为了取悦某个特定团体或宗派，有些人会在正法中加入一些东西。当一个愚痴的人开始这么做的时候，这对法轮常转来说，将是一个非常危险的信号。没有什么是需要增加的，也没有什么是可以削减的。正法是绝对纯净、绝对完整的——*kevalamp aripuṇṇam, kevalam parisuddham*。

那些为正法服务的人们要记得，

正法并不是因为有他们才能传扬，而是正法传扬的时机到了。他们只不过是载具，而且应该为能够成为载具而感到高兴。因为这样，他们得到了殊胜的波罗密、美妙的智慧，也增上了自己的修持。这不是普通的获益。

有许多受苦的人们过去累积了一些不善的业习 *saṅkhāras*，这些业习带给他们这么多的痛苦；但也有很多人具备了某些非常好的业习，现在时候到了，他们的善业要结成法的果实。这样，怎么会是你或我给予他们正法？他们是因过去的善业，才能接收到正法，我们仅仅是载体，如此而已。

我常常说的故事，走在牛车底下的小狗心想：“我扛着整辆牛车耶！那个商人如此看重那两只牛，但是它们只背着牛轭的重量，而我身上却扛着整辆牛车的重量！”一只疯狂的小狗。

为正法服务的人都不该有那只小狗的想法。你要想，“是正法在运作，我有一个很棒的庇护所，我在正法的庇护之下。真好！”

要一直记得此对句 (*dohā*)，它出自这个国家的伟大圣者卡比尔 (*Kabir*)：*Kabīra khalā bāzāra meṅ, liye kuḷhārā hātha; Śiśh utāre, bhui dhare to cale hamāre sātha.*

卡比尔说：“我在此呼唤你，但我持斧在手。唯独那些愿将自己头颅砍下，并掷弃于尘土者，可随我而行。”这是先决条件：砍下你的脑袋，放下所有的自我，然后随我来。是的，对你或是对任何修持正法的人们来说，那将非常好。我相信不光是现在，世世代代都有会愿意将脑袋砍去的人出现，他们不会为自我所驱策；这样，正法将保持其纯净。

我相信将会有很多人获益——那些服务和那些被服务的人们。正法是双向运作的：对你好，对其他人也好；利益你，也利益他人。

愿正法增长，继续借着在法中、在法的庇护下成长，来享受正法；愿正法增长，好让世上愈来愈多受苦的人，能在正法的庇护下成长，并脱离

他们的痛苦。愿正法传扬——为了众生的利益，为了众生的解脱。

愿众生吉祥！

## 感恩!

最敬爱的上师乌巴庆老师：

我仍能感受到您慈悲的存在。正法在哪里，您就在哪里。愿正法常驻，愿您的慈悲同在！这是我最大的愿望。

每当我来到正法面前，我总能忆起您无限的慈悲，同时我心中充满着感激和喜悦。这是多么的美好！

我的心中充满了对佛陀的无限感激。全然觉悟者释迦牟尼乔达摩，无数世过着修行生活，不断圆满十波罗密。藉由此，他发现了这条道路，不仅走在其上自获解脱，他还向众人阐释此道，好让他们走上它也获得解脱。他怀着慈悲之心，终其一生向人们教导此道。无数人从中受益。

我心中对所有已获解脱，并胸怀

殊胜理解的阿罗汉们充满感激。为了众生的利益和福祉，他们遵照佛陀的崇高愿望，从一个村庄到另一村庄，一个城镇到另一城镇，一个地区到另一地区。“去吧，比丘们，去行路，怀着对他人的慈悲，让更多人获得利益，让更多人获得福祉。*Caratha bhikkhave cārikaṃ, bahujanahitāya, bahujanasukhāya, lokānukampāya.*”他们一生都在教导和阐释这条通往解脱的道路。

我的心中也充满了对所有伟人们的感激，是他们让纯净的正法恒河世代流淌不息。

我心中对两位阿罗汉充满了感激，他们是须那（Sona）和郁陀罗（Uttara）。他们勇敢地冒着各种危险前往异国他乡，像巴吉拉特王（King Bhagīrath）一样，将正法的恒河引流到金地（*Suvaṇṇa Bhūmi*），解除众生之渴。

我心中也充满了对缅甸正法老师们的感激。是他们，遵循师徒传承，一代代保持着这一教法的纯净。他们保护着教法，使其免受掺杂，哪怕是

一字之微。他们保护着它，不让它染上任何宗派的色彩、形式或想象。他们守护着它，令它的原始纯净风貌完好。也正因如此，我们才能接收到这一纯净的教法。

这条道路引领着人们从最粗显的表面实相出发，抵达最微细的终极实相。它的确是一条宽广大道，指引人们通向至高真理。它不会把人们引入死胡同，在黑暗中对真理作盲然求索；它不会让人们囿于表面实相而不及终极实相；它也不会让人们止步于半途，停留于思考或想象，将之误认为终极实相。

我的心中对雷迪大师（Venerable Ledi Sayadaw）充满了深深的感激，他是上世纪一代代传承老师中最明亮的星。我心中也对铁吉老师（Saya Thetgyi）充满了感激，他以如此卓越的楷模风范完成了他的使命。

上师！我全身心充满了对您深深的感激。是您，满怀慈悲之心，赐予我这无价的正法珍宝！

倘若我没有获得这一正法珍宝，我会身陷何境？我可能会耗费毕生，沦于

疯狂竞争，只为积聚财富、建构个人社会地位。即使我转向正法，也可能受缚于宗派信仰的枷锁，且以之为荣。我可能会挥霍一生，为我那基于他人经验而得的学识洋洋得意、自我膨胀。我如何才能从出自亲身体验的正法理解中发展出正见呢？我可能受制于某种想象，错认为那就是正见，并感到满足。我如何能从如其本然的实际体验中获得正见？我可能会把宝贵人生浪费在了仪式庆典、祈祷、读经、唱诵或是相信那些并非来自亲身体验的哲思观点上。

上师！您赐予我这至高无上、无与伦比的正法之礼，并为我的人生赋予了价值。

确实，正法的修持是一条至高无

上、无与伦比的道路。它多么直接，多么清晰，多么科学，多么仁慈！它带领人们从束缚走向解脱，从虚幻走向真实！这是一条将人们从表面实相带往终极实相的道路！愿如此宝贵的正法保持其原始的纯净！这是我在这个吉日立下的宏愿和决意。愿我不会将纯净正法与任何虚妄事物掺杂，即使疏忽也不犯此类过失。愿这无价之宝保以其纯净无瑕的面貌！愿人们通过修行抵达涅槃！

只有以此方式，才能真正表达我们对您的感激之情。这是向您致敬的最好方式。

*您谦卑的法子，*

*S. N. 葛印卡*

*于2013年5月26日，卫塞节*

## DHAMMA DOHAS

### 法 偈

*Jana-jana ke kalyāṇa hita,  
stūpa sthāpanā hoyā;  
Jāge viśva vipaśyanā,  
jana-mana maṅgala hoyā.*

**佛塔已立于世间，为大众获最高福祉。  
愿内观生起，裨益一切众生。**

*Patthara-patthara joḍa kara,  
liyā caitya cinavāya;  
Jisake nīce baiṭha kara,  
dhyāna kare sukha pāya.*

**垒石成塔，端坐其中，尽享禅乐。**

*Isa maṅgalamaya stūpa se,  
dharma prakāśita hoyā;  
Jana-jana kā hita-sukha sadhe,  
bhalā viśva kā hoyā.*

**正法塔中耀，利益传众生，幸福遍世界。**

*Patra puṣpa naivedya se,  
chichalā vandana hoyā;  
Karen vipaśyanā sādhanā,  
sahī vandanā hoyā.*

**鲜花水果供养浅，修习内观成至礼。**