

# 內觀通訊 2021年12月

## 法 語

*Nidhīnaṃva pavattāraṃ, yaṃ passe vajjadassināṃ; Niggayhavādiṃ medhāviṃ, tādisaṃ paṇḍitaṃ bhaje; Tādisaṃ bhajamānassa, seyyo hoti na pāpiyo.*

— *Dhammapadapāli - 76, Paṇḍitavaggo.*

若見彼智者 — 能指示過失，並能譴責者，當與彼為友；  
猶如知識者，能指示寶藏。與彼智人友，定善而無惡。

— 法句經，76，智者品

## 我無法忘記他們的協助



可敬的 葛印卡老師寫作中的一段摘記

我無法忘記他們的協助

於 2008 年 5 月內觀通訊中發表的一篇文章中，可敬的 葛印卡老師對於他的家人，以及其他幫助他完成巨大任務的人表達感激。此篇文章的摘錄闡明一個充滿法的家庭如何幫助傳播法至全世界，如今重印在此以鼓舞禪修者。

-- 編輯者

我已 85 歲了，身處人生的遲暮。我想要感激的名單非常長，在這一小段文章中無法囊括他們為法服務的細節。如果我能騰出時間寫一本關於我的心靈之旅的書，或許可以還他們一個公道。請那些沒有在此文章中被提及的人不要傷心，應理解此為時間與空間之限制之故，並對此產生慈心。

我對我品德高尚的父母及家人表達最深的感激，也對我的小學老師 潘迪特·卡莉亞杜塔·杜比 Pandit Kalyandutt Dube 和馬丹·莫漢·夏爾馬 Madan Mohan Sharm 懷著感恩的心。我對讓我在法中重生的法父 - 可敬的 烏巴慶長者 Sayagi U Ba Khin 懷有深深的感激之情。我也感激我在法中的母親 道·妙·斯溫 Daw Mya Thwin。感激在法中的同伴們及支持者們：烏高萊教授 U Ko Lay、烏巴波 U Ba Po、烏廷易 U Tint Yee 及作家 烏帕古 U Pargu。

家庭成員之中，我感激我的大哥 巴爾·克里希納 Bal Krishna，他從我一開始擔任內觀老師時就一直支持我。當我在印度幫助傳法時，我看到很多印度人虐待那些離開了緬甸的工作和生意來到印度成為難民的親戚們。其中，有一個人被他的親生兒子所欺騙。然而我的情況完全不同，在我抵達印度之後我從未在家族企業的工廠或公司上過一天班。儘管如此，當我的兄弟在分配企業資產時，我慷慨的哥哥分給我與他人均等的一份。在那八年之中，他提供我所有一切生活必需品，支付我的旅費、膳食以及提供了從第一期課程開始所有印度內觀中心的課程所需的捐款。在我抵達印度時，他指派了一位新上任的印地語速記打字員 拉姆·普拉塔普·亞達夫 Ram Pratap Yadav 不分日夜地協助我，從那時開始，他一直是身旁忠誠的助手。

儘管在當時我遵循了一條不同的心靈之路，我的哥哥 巴爾·克里希納 Bal Krishna 仍協助我傳播內觀。如今，他已是一名完全成熟的內觀老師，在其他老師的協助下管理南印度的內觀中心。我已故的兄弟 巴布·拉爾 Babu Lal 也協助了我，之後也成為了一名內觀老師。

我的兒子也協助我為法服務。我已將從家族企業中獲得的生意及現金移交給他們，我從未在生意上幫助過他們。他們持續負擔我的旅費及其他服務課程中所需的一切開支，也提供給我醫療費用以及其他的生活必需品，因此我才能將我所有的時間奉獻在為法服務上。如果我哥哥命令我參與家族企業，我該如何能達成在印度復興及傳播法的神聖任務？同樣的，在分配事業後，我深知沒有一個兒子對此事業具備充足的經驗，如果他們堅持要我在事業上協助及帶領他們，而我必須參與其中時，我該如何能達成將法傳播到全世界的任務？我如何能將法傳播給成千上萬的人？由於他們的商務經驗不足，他們在經營初期面臨了一些挫折，儘管如此，他們仍免除我在俗世的一切責任，好讓我能心無罣礙地為法服務。如今，我的兒子們也相繼年長，而他們的孩子 — 我的孫子們也加入了家族企業。很快地，我的兒子們就可以從家族企業的責任中脫離。我的兒子 普拉卡什先生 Sri Prakash 如今負責之前由我弟弟 拉德·夏姆 Radhe Shyam 所負責的內觀出版品，包含書籍、CD 及 DVD。如果我其他的兒子希望其他的領域中來為法服務以累積功德的話，我也會很開心的。

最後，我如何能忘記我的終生伴侶呢？如果沒有她，我如何能圓滿地完成如此漫長的法之旅程？

對於全世界其他所有為法服務的人致上我無限的慈心與祝福…

願所有法工及禪修者的波羅蜜持續增長！願一切眾生快樂！願眾生安詳！願為所有人獻上無限的慈心與祝福！

慈心，

S. N. 葛印卡

發表於 2008 年五 - 六月內觀通訊



可敬的師母 伊萊奇德維·葛印卡夫人 Illaichidevi Goenka

(1929 年 1 月 18 日 - 2016 年 1 月 5 日)

為了紀念可敬的師母逝世週年，

以下是一封葛印卡老師寫給師母的信 - 編輯者

### 願法的覺知不斷明亮地燃燒

班查亞特瓦迪，孟買

1969 年 12 月 28 日

親愛的 伊萊奇德維 Illaichi，

當我還在馬德拉斯（清奈）時，我已收到了妳於 12 月 10 日寫的信。事實上，無論在哪裡舉辦內觀課程，當這麼多法的弟兄們在法中得到法益時，妳也分享了我們的功德。

我很高興得知妳每天都拜訪內觀中心並規律地在家靜坐。妳能從靜坐中獲益，真的為我帶來極大的滿足。妳絕對離我不遠。每當妳在靜坐中法的覺知由內升起時，妳必發現我離妳很近。

內觀課程：位於巴拉恰基亞  
1970年3月14日

妳在信中寫道妳在法中領受了一個無價的珍寶，的確如此。這如此珍貴的珍寶只有那些相當有福氣的人才能得到它。它本身的力量就足以使妳在如此艱難的時刻保持快樂。妳向四周望去都只會看到喜悅，而非沮喪及悲傷 - 這是緣於妳本身的善業。當悲傷升起時，它將在靜坐中被驅散，令其人常保喜悅。若對心中悲傷產生習性反應，只會衍生更多的悲傷。

此刻的困難應被視為過去業果的成熟，我們應該微笑且如法地承擔它。我們要保持警覺，不要種下新的業習。善用此靜坐的方法，舊的業果將會愈來愈薄弱而新的業果將不會產生；將來則會是一片光明。

希望在妳自身之中，法的覺知不斷明亮地燃燒 - 這是我對妳的祝福。

艱苦的日子應藉由靜坐減弱其強度終至消失，其痛苦的影響力也被削減...

妳生命旅程的伴侶，

S. N. 葛印卡

-----

對一位如師母般的如法者真正的紀念將來自於：我們如法地走在法的道路上

(摘錄自印地語書籍 - 「慈愛的師母」)

---

## 摘錄自給哥哥 巴布·拜亞 Babu Bhaiya 的信

摘錄自可敬的 葛印卡老師寫給 巴布·拜亞 Babu Bhaiya (哥哥 巴布·拉爾先生 Shri Babulal) 的信，主要為了向 烏巴慶長者匯報內觀課程在印度籌辦的情況。從文中我們可以清楚看出，當年無論課程規模大小，可敬的 葛印卡老師在正法的道路上都秉持著極大的平等心及慈悲心引導學員前進。即使這些信件撰寫的日期至今已超過了 50 年，其中關於課程的資訊及方法指導，至今都仍相應。 -- 編輯者

巴布·拜亞 Babu Bhaiya,

致上我尊敬的問候！

已收到您 3 月 4 日於德里寫的長信，很開心得知可敬的 薩亞瑪母親 Mother Sayama 生日是 3 月 26 日，而可敬的 烏巴慶長者 Gurudev 生日是 4 月 2 日（依據緬甸曆）。此次課程結束後，我希望能於 3 月 26 日起在加爾各達舉辦一期內觀課程。如此，他們生日的那週將會恰好與課程重合。屆時會有 10 至 15 位外來的學員。但由於前任的組織者家中剛舉辦一場婚禮，我無法信任其他人的安排，所以我無法接受。我希望自 薩亞瑪母親 Mother Sayama 生日至烏巴慶長者 Gurudev 生日期間，我可以來帶領課程。如果計畫不可行，我則希望在這段期間能不做其他事情，而是在王舍城或菩提迦耶禪修七天，遠離喧囂忙碌的人群。

這次的內觀課程於前天晚上開始，糖廠行政人員的平房很安靜整潔，座落於農場間，四周環繞著美麗的綠意。所有的設施皆配有水電及浴室設備。一切設備皆齊全，且有幾名家僕在此。在私人住家舉辦內觀課程並非最理想的，但由於沒有其他的選擇而課程即將開始，於是我同意了。也許這是個好決定。我發現自從兩天前課程開始後，正法的氛圍即開始瀰漫開來。原先預期此課程最多可容納 20 個人參加。然而在我抵達的週三傍晚，廟宇內舉辦了一個公開的開示，許多人因此被啟發。故約 46 至 47 名學員參與了此次課程。儘管還有很多報名申請，但由於場地的限制及條件，我們無法再錄取其他人。我不知道我將如何適切地處理這樣規模的課程，以及是否能完全公平地分配資源。來自這個營地的四個學員中，包含一位從普拉塔加爾來的比丘尼。課程中，還有兩位來自埃塔瓦的比丘、來自附近一個名為瑪丘利亞的城鎮的三位在家居士、七位來自拉克索爾的學員，其餘的則來自當地及納克提甘傑。那些從瑪丘利亞來的學員是 Shah Mr. Champalal Saraogi 沙尚帕拉爾·沙羅伊先生的親友，在他的要求之下來上課。在他們之中，Shri Shiv Shankar Kanodia 希沃·尚卡爾·卡諾迪亞先生的情況很令人擔憂，雖然他右邊的肢體沒有痲痹，然而由於某種神經衰弱的緣故，導致他的右手及右腳不停地顫抖。我希望崇敬的 烏巴慶長者和薩亞瑪母親 Mother Sayama 的慈心能為他帶來助益。其他人都好。

您的弟弟

S.N. 葛印卡