

# 内观通讯 2023年3月

## Words of Dhamma

### 法 语

*Ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo, dhamme hontu sagāravā;  
Sabbepi sattā kālena, sammā devo pavassatu.*  
—*Dhammasaṅgaṇī-aṭṭhakathā, Nigamanakathā.*

愿正法永驻，愿正法长存，  
愿圣者的甘露，  
泽益一切有缘众生。

—《法集论注》

## S. N.葛印卡老师的百年诞辰庆典

2023年1月29日，星期日，葛印卡老师百年诞辰庆典以全球内观大佛塔举办的一期大型课程（mega course），拉开了序幕；期间还发布了庆祝活动的全年计划。我们鼓励那些熟知葛印卡老师，或曾与他并肩共事，或参加过他亲授课程的学员们，能前来分享他们的故事。这些追忆故事将使葛印卡老师的形象更为鲜活；并为只在银幕上见过他，或只听过他开示的人们，带来激励。我们将刊印这些回忆录，以饶益所有人。

(联系邮箱:guruji.centenary@globalpagoda.org)

我们希望学员踊跃参加即将在全球内观大佛塔举办的大型课程，期待他们能从这“集体共修的喜悦”（‘*Samaggānaṃ tapo suko*’）中获得无上裨益。

1999年，于乌巴庆老师百年诞辰之际，葛印卡老师曾写下过一篇鼓舞人心的文章；我们现将之刊登于此，献给葛印卡老师的百年诞辰。

—编者

# 百年庆典

作者： S. N. 葛印卡

我的人生已历经七十五个春秋。最近有人对我说：“在您生日那天，让我们来庆祝阿姆里特·马霍察夫（Amrit Mahostav，意为：为一个年事颇高的人祝寿）吧！”我回答道：“阿姆里特·马霍察夫？”对于一个已经七十五岁，过不了多少年定会离世的凡夫来说，这样的庆祝又有何用呢？

不如，让我们来庆祝尊敬的乌巴庆长者的阿姆里特·马霍察夫吧！他的 rūpa kāya（肉身）虽已不在，但藉着对他的无限敬仰，我们将长久缅怀他的荣光。让乌巴庆老师的精神万古流芳，这才是一个有意义的阿姆里特·马霍察夫。

值此乌巴庆老师百年诞辰的殊胜之际，让我们在无限感恩中坚定信念：我们要让这位划时代的菩萨（Bodhisatta）光辉永存。内观大家庭，不光今世，还有未来的修行者，都将世代感念他的慈悲善行。只要对释迦牟尼·乔达摩佛陀（Sākyamunī Gotama Buddha）的神圣忆念还存于世间，那么对这位佛陀法子无限慈爱的光辉忆念，也将永存于世。

我们永远感激缅甸，这个国度不仅以圣洁的师徒传承，保存了佛陀原始教导的纯净面貌，同时也保留了佛陀给予人类最为珍贵的礼物——内观教法。

我们也无限感激崇高的比库雷迪大师（Ledi Sayadaw）。内观教法由出家僧侣保存了许多世纪，而雷迪大师则让在家居士可以方便地学到这一方法，同时他还训练了一位在家居士成为内观老师。

我们也对第一位在家老师铁吉长者（Saya Thetgyi）感激不尽。他圆满卓越地履行了这项殊任，使人们相信，在家居士也可以成为充满慈心、技法纯熟的內观老师。

而我们对于他的大弟子乌巴庆长者的感激之情，更是无法言表。正因他的满腔热忱和对法的超凡领悟，才使我们能够获得这一解脱的方法。这方法在失传了数个世纪后，被释迦牟尼·悉达多·乔达摩重新发现；这方法不仅成就了他自身，也利益了无数众生。但又一次，法失传了，不止在其发源国印度，也在除金地（Suvāṇṇabhūmi）缅甸以外的任何地方。但我尊敬的老师对自古以来的说法深信不疑；他坚信，这一方法会再次复兴，并回流到它的发源地。他一再地说，内观的钟声已经敲响，内观将在它的发源地印度再度兴起。许多具足波罗密（pāramīs）的人，已在印度出生，他们会欣然接受内观。然后，内观会像太阳一样，穿透笼罩世间的无明黑暗，成为朗照乾坤的光明之源。

他常说，几个世纪前，缅甸从印度承袭了这个方法。作为回报，内观方法也要重回印度。他本想亲自去印度开展这项神圣的工作，但事与愿违。虽不能亲身前往

印度，但他的精神却与他的法子同在，支持着他完成法的使命。

内观禅修者们不要误以为，他们是从葛印卡那里获得了这宝贵的技法。葛印卡只是个媒介，实际上，我们都从乌巴庆老师那里学到了此法。自1969年7月葛印卡第一次教授课程至今，每次授课，他都谦逊地表明这一事实，往后也会如此。传授观息法时，他的法音在课程中回荡：

*"Guruvara! Terī ora se, deuñ dharama kā dāna...."*

“尊敬的老师，以您之名而传法……”

同样，传授内观时：

*"Guruvara! Terā pratīdhi, deuñ dharama kā dāna...."*

“尊敬的老师，我谨代表您，传此法之瑰礼……”

课程结尾，慈心观后返回住处时：

*"Guruvara! Tero punya hai, tero hī paratāpa;  
logāñ nai bañtyo dharama, dūra karaṇa bhavatāpa."*

“尊敬的老师，因您的功德、您的荣耀，我得以传播正法，以拔众生之苦。”

所有助理教师授课时，都会播放这些录音。未来世世代代的老师们也都将使用这些录音指导课程。毋庸置疑，纯净的内观重回印度，又从印度传至全世界，其真正功劳归于我的恩师乌巴庆长者。身为内观禅修者，怎能不感念他的善行？

这是再明朗不过的历史事实：如果不是缅甸，内观就不会被保存下来；如果内观没有被保存下来，就不会有雷迪大师；如果没有雷迪大师，就不会有铁吉长者；

如果没有铁吉长者，就不会有乌巴庆长者；如果没有乌巴庆长者，又何来葛印卡呢？葛印卡就是乌巴庆长者的法子。如果乌巴庆长者心中未曾升起过强烈的回报印度恩情的正法感召，如果他不曾怀有将内观传至全印度乃至全世界的正法弘愿，那么，今日的丰绩何以达成？这位伟大的在家圣人，在第二次佛法弘传期 (Dhamma Sāsana) 的复兴与传播中，发挥了举足轻重的作用。我们当如何报答他的恩德呢？所谓是：

*Roma roma kṛitajña huā, ṛṇa na cukāyā jāya.*

全身充满感激之情，至恩无限难以报答。

*Jīyeñ jīvana dharma kā.*

唯有践行正法生活。

在他百年诞辰的殊胜之际，让我们所有内观禅修者都下定决心：尽其所能，过正法的生活。我们作为乌巴庆长者的学生，要为他的荣耀持续增辉。我们坚定地走在正法之道上，这不仅使我们自身受益，也为他人带来利益。看到我们如法的行为，那些对内观尚无信心者，会升起信心；那些已具信心者，则将信心更足。如此，内观的传播将引领无数人走向真正的福祉。

得益于恩师乌巴庆长者的无限慈心，内观于过去三十年里，已在印度稳稳立足。印度各阶层、各宗教团体的人们，都欣然接受了内观。来自世界六大洲、一百多个国家的人们，也毫无障碍地接受了内观，并获益良多。

我们不要低估如此短期内我们所获得的成就；同时也要认识到，未来定有更多

工作等我们去做。无论过去我们已达何种成就，让我们视之为未来的阶梯，为内观的传扬光大而常备不懈。在这特殊的时间节点，让我们同心合力，运筹谋划，使内观之沾溉，行之有效地浸润新的千禧之年，从而实现乌巴庆老师的法愿。

- 在印度和世界各地那些已建成并开课稳定的内观中心，还有那些新近落成的中心，让它们都蓬勃发展起来，让更多人从中受益。

- 除了在设施完备的内观中心开办课程，许多国家也开办着非中心课程，令更多人从内观获益。这类非中心课程应在更多地方举办。

- 在尼泊尔、台湾、英国和美国举办的内观监狱课程，对帮助囚犯改过自新起到了重大作用。这类监狱课程应在这些国家继续举办，也应在其他国家的监狱举办。

- 在印度和尼泊尔，为视障人士举办的内观课程极具成效。这类课程应不止于此，也要在其他国家开设。

- 在印度为麻风病患者开设的内观课程，极大地改善了这些病患的心态。他们从内观中得益，自卑感得以消除，生命中有了满足感。内观的这一成功应用理应持续延绵。

- 许多沉迷于赌博、抽烟、酗酒的人们因修习内观，摆脱了瘾头。澳大利亚和瑞士，已开展了由政府资助的研究工作，继

续将内观应用于戒毒康复中。这种有益的研究，在其他国家也应得到鼓励。

- 在印度和许多其他国家，成千上万的小学生受益于观息法，不计其数的大学生受益于内观。我们应在此领域加倍努力，让我们的后代能够在互爱、真情和善意中，过上美好祥和的生活。

- 在印度，尤其是在孟买，观息法成功地传授给了街头流浪孩童。此种做法，可推而广之。

- 内观实修 (Paṭipatti) 就是正法的实践层面；而内观研究所的成立，则是为了彰显正法的理论层面 (pariyatti)。目前，这一机构已取得显著成果，出版了包含原始巴利三藏经典的光碟，其中含有所有义注、复注、复复注以及其它巴利文本。其它仍存世的稀有巴利文献，也应尽可能地收录进这张光碟。此外，这些文献的书籍出版工作，也在有条不紊地进行。

- 同样值得赞叹的工作是，含有全部梵文经典的光碟项目也已开动。这项工作将利于我们潜精研思，探究原因，了解为何裨益众生的内观方法及其相关文献会在这个国家失传。知根达地，将有助于内观法门及其文献的薪火相传，从而实现我恩师“愿正法久住 (ciraṃ tiṭṭhatu saddhammo)”的愿望。这项工作，不应掺杂对其它任何宗教的排斥，而应只为探寻真相而做。我的恩师正是“真理自会显现(satyameva jayate)”

这一法理的拥护者。这句格言以缅甸语，铭刻在他的椅背上。

• 另一个至关重要的项目，是尽快完成位于孟买的全球内观大佛塔的建设，此塔为纪念敬爱的乌巴庆老师而建，将只用于内观禅修，以实现尊师的法愿。成千上万的内观禅修者，将在这巨大的禅修大厅中参加集体共修或一日课程，并从中受益。不难想象，五十到一百人的集体共修能让禅修者获益匪浅，那数千人的集体共修又将会给他们带来多大的裨益？他们将可直接体验佛陀所说的“共聚禅修是快乐之源 (Samaggānaṃ tapo sukho) ”。

不知详情的人们对于兴建大佛塔有所误解，这是自然的。他们可能会觉得，这是在建造某种宗教象征。然而届时，他们看不到任何宗教仪式，也找不到焚香、供灯、供品、扣钟或偶像崇拜的踪影，这些误解自会消除。

的确，我们可以建造一座不具佛塔样式、能供万人禅修的无柱大厅。那为何要冒风险，建造可能会引起宗派主义误解的大佛塔呢？当人们明白，采用佛塔样式只是为了提醒我们感念缅甸的恩情，他们将不再误解。这座塔象征着我们对这个正法国度的无限感激。当内观法传到邻国时，人们建造的第一批佛塔，就仿照了当时印度佛塔样式。人们看到这样的佛塔便会忆念到，这份伟大的赠礼来自印度，他们会虔诚顶礼；建佛塔便是出于这一目的。同样，当人们看到这座仰光大金塔的仿建

时，也会忆念到，这是来自缅甸的赠礼。正是缅甸，这视内观为无价瑰宝的国度，长久地保存了这一修行方法。人们也会感念这位缅甸的在家圣人乌巴庆老师，正因他的不竭热忱，印度才得以重获此古老珍宝，并由印度遍传世界。也正因此，印度再次无愧于“世界之师(Viśhvaguru)”的称号。可见，这座佛塔是我们表达感恩的象征，而非宗派的显现。确切地说，这座佛塔将成为内观在印度重新复兴的宏伟象征，同时也会成为乌巴庆老师丰绩的纪念塔。

• 我们将在塔外建一道特别的展廊，展现乔达摩佛陀神圣史迹和超凡人格的真正本质，以此廓清人们因失真传说，对佛陀存有的谬见；也以此，印度将再次昂首于世界之巅。展廊将使用先进的视听技术，展示佛陀一生的重要事迹，并呈现古老的内观技法。此展览将可驱除印度普遍存在的对佛陀及其真正教导的无知，让更多人接受佛陀不具宗派、科学而有益的教导。许许多多前来参观这座庄严佛塔的人们，将会对内观禅修有所了解，其中的许多人更会在印度或其本国参加内观课程，并因此获得巨大裨益。以这样的方式，内观将会传遍整个世界，并为世界带来福祉。

这是我尊敬的老师乌巴庆长者的神圣法愿。来吧！让我们肩负使命，实现他的崇高愿望，也增进我们自己和他人的福祉！

——善友

S. N.葛印卡

## DHAMMA DOHAS

### 法 偈

*Jaya jaya jaya gurudevajū, jaya jaya kṛpānidhāna;  
Dharama ratana aisā diyā, huā parama kalyāṇa.*

我的老师，愿您胜利。  
慈悲的人，愿您胜利。  
您赐予我正法的珍宝，  
让我如此受益。

*Aisā cakhāyā dharamarasa, viṣayana rasa na lubhāya;  
Dharama sāra aisā diyā, chilake diye churāya.*

您予我正法之妙味，  
超越任何感官诱惑。  
您予我正法之精义，  
让无明的桎梏剥落。

*Dharama diyā kaisā sabala, paga paga kare sahāya;  
Bhaya-bhairava sāre miṭe, nirbhaya diyā banāya.*

您予我强大的正法，  
护持我每一步前行。  
助我摆脱一切恐惧，  
让我变得毫无畏惧。

*Yadi guruvara milate nahñ, baramā deśa sudeśa;  
To mithyā janjāla meñ, jīvana hotā śeṣa.*

若不是在福国缅甸得遇恩师，  
我便会沉沦苦海，虚度此生。