

Words of Dhamma  
法 語

*Kiñcāpi so kammaṃ karoti pāpakaṃ,  
kāyena vācā uda cetasā vā.  
Abhabbo so tassa pañicchadāya,  
abhabbatā diṭṭhapadassa vuttā.  
Idampi saṅghe ratanaṃ pañītaṃ,  
etena saccena suvatthi hotu.*

– K.N., *Khuddakapāṭhapaṭi*  
-6-12, *Ratanasuttaṃ*.

如果做了不善行為，  
無論是以身體，語言，或心意，  
他也不會遮掩，  
因為已見道的聖者不可能隱瞞。  
這如此珍貴之寶在僧伽。  
以此真實語，祝福快樂！

-- 巴利經藏《小部·小誦經》  
- 6-12，三寶經

偉人佛陀的崇高教導-內觀的起源與傳播

描繪佛陀一生與內觀禪修相關故事的畫作，正在孟買全球內觀大佛塔的展廳中展出。這每幅畫的文字說明，都由尊敬的葛印卡老師親自撰寫。應葛印卡老師的邀請，一些緬甸藝術家曾駐于大佛塔現場，孜孜不倦地投入工作，將印度藝術家 Shri Kamath的原畫轉繪到畫布上。這些畫作繪製精美，它們講述著佛陀的故事，內容引

人入勝。展廳為參觀者提供先進的語音講解系統；通過耳機，參觀者可聆聽到每幅畫的講解。同時，展覽現場也提供一本包含這些畫作及故事的書籍，該書印有多種語言譯本。讓我們來摘錄書中的一些片段，以饒益廣大讀者。

-- 編者

## 耶輸陀羅

佛陀並沒有忘記耶輸陀羅的功德。一天，他親自去了她的住處。淨飯王捧著佛陀的鉢，陪佛陀同去，舍利弗和目犍連也跟隨前往。佛陀指示他的大弟子們：無論耶輸陀羅選擇以何種方式禮佛，都不要阻止她。

傳統中，女性是不允許碰觸比丘身體的，連腳也不行；更何況佛陀不是普通的比丘，他是阿羅漢，完全覺悟了的人。任何女性，即使過去曾是他的妻子，也不可以碰觸他。然而，無限的慈愛從慈悲者心中升起；耶輸陀羅來到佛陀面前坐下，以她期望的方式握住了他的雙腳，表示敬意。沒有人阻止她。隨後，淨飯王簡要描述了耶輸陀羅的美德：

1. 當你放棄家庭生活，且歸家無望時，許多皇子都想娶這位年輕女子。但我女兒甚至沒抬眼看他們一眼。
2. 當我女兒聽說你出家並剃度時，她也剃了髮。

3. 當她得知你披上了赭色長袍，她也放棄了她精美的皇家服飾，披上粗糙的赭色長袍。
  4. 當她聽說你一天只用一餐時，她也限制自己一日一食。
  5. 當她聽說你捨棄高廣大床時，她也開始只睡低矮平臺。
  6. 當她聽說你放棄裝飾身體、不香油塗身時，她也不再使用這些。
  7. 當她聽說你不再享受舞蹈、音樂和其它所有娛樂時，她也遠離了它們。
- 這必然會發生。

無數世前，在悉達多·喬達摩還是過去世中一個名叫蘇密達的苦行僧時，他得到了過去佛燃燈佛的祝福，並被授記日後成佛，名為喬達摩。當時還是婆羅門女的耶輸陀羅，也獲得了祝福：她將累世成為他的生活伴侶並生生世世支持他。

現在，是他們的最後一世。身為悉達多·喬達摩的妻子，她如何會不支持他成為完全

證悟者呢？

如果耶輸陀羅沒有這樣的靈性積澱，當丈夫離家時，她也會像普通在家人那樣感到悲傷。她會咒罵丈夫離她而去。她不可能捨棄飾物，反而裝扮更迷人，以年輕貌美的王妃身份嫁一個英俊王子，享受快樂奢華的婚姻生活。

不過，在過去很多世中，耶輸陀羅是菩薩（Bodhisattwa 未來佛）的生活伴侶。她怎麼可能那樣做？她理解丈夫離家的崇高目標。她沒有悲傷，反而一直祝福他實現他的偉大使命。

後來，耶輸陀羅，跟隨摩訶波闍波提·瞿曇彌，協助建立比丘尼僧團，並幫助了許多婦女。她自己成了阿羅漢，脫離生死輪回之苦，她也激勵其他人走上這條聖道。

這就是羅睺羅的母親，耶輸陀羅，一位內心純淨的修法者。

## 羅睺羅

站在皇宮陽臺上，羅睺羅和母親耶輸陀羅一同目睹著佛陀和他的僧團走上皇家大道。這時，母親向羅睺羅介紹了他的父親——佛陀。

*看，那的確是你的父親，人中的獅子。*

*看，他鼻高修直若金鋌，睫如牛王目紺青，眉細纖長似霓虹，*

*頸項圓隆極柔軟，頤如獅子獸王身，其膚細滑真金色，*

*髮彩紺青比蜂王，額廣平正有金光，眉間白毫若晨星，*

*面貌猶如淨滿月，人中龍象天人師，刹帝利種生勝族，人天歸敬彼尊足，戒定等持心意間，*

*猶如滿月處虛空，無量眾星所圍繞，諸弟子等伴牟尼，利益世間大丈夫，那就是你的父親，人中的獅子。*

— 律藏，附篇3. 221-23

耶輸陀羅以喜悅的心情向兒子羅睺羅介紹著她從前的丈夫，很明顯，她既沒有在心中滋生憤怒，也沒有為丈夫的離棄而悲傷。與之相反，她對他深信不疑，並為之自豪：他達成了出家的目的——幫助受苦的人類。她希望兒子心中也升起同樣的心念；因此，她給出了這樣恰當且令人讚賞的介紹。

## 羅睺羅出家

慈愛的母親耶輸陀羅向羅睺羅介紹了父親，並向他說：去見你的父親，懇請他賜予你遺產。他有四個罐子，裡面裝滿了“珠寶”。裝滿珠寶的四個罐子是什麼？是四聖諦，比珠寶更為珍貴。它們實在是無價之寶。

因此，有偈雲：

**於此處他界，或於諸天上，  
無論何種寶，難與如來等，  
唯於佛陀中，具足如斯寶。**

— 巴利經藏《小部·小誦經》- 6，  
《三寶經》- 3

四聖諦是佛陀親證並與人分享的無價之寶。你有權獲得。你是繼承人。這是屬於你的財富。去，請求他饋贈予你。

耶輸陀羅自己想，“我也要獲得這無價之寶的饋贈。出於各種原因，佛陀還沒有建立比丘尼僧團。只要他一建立比丘尼僧團，我就出家剃度。我要追隨他的腳步，遵從他的教法；在獲得解脫後，我要致力引導大眾走上正法之道，好讓他們也都受益。我心愛的兒子從宮中的感官享受中能得到些什麼？如果他能在父

親的指導下成長，他將會獲得無價的正法寶藏；他的人生才會真正成功。”

如此想著，她告別兒子說：“去吧，我的孩子，求你的父親賜予你遺產吧。”

羅睺羅高興地去見佛陀。當他走近時，內心體驗到極大的安詳，他說，“隱士，連你的影子都令我歡喜。”

見到正覺者，歡喜心自然生起。在佛陀面前，各種形態的邪惡都會消失。羅睺羅得到了父親仁慈的保護。佛陀將正法這無價之寶作為遺產，賜予了羅睺羅。他召喚舍立弗，指示他為羅睺羅剃度。

就這樣，羅睺羅成長于正法環境，學到了內觀，持續修習並成為了阿羅漢。他是幸運的，他所得到的遺產，令他受益無限。

— 摘自《偉人佛陀的崇高教導，  
內觀的起源和傳播》（佛陀生平紀事）

善友，

S. N. 葛印卡

## 四念住課程中的問與答

問：次原子微粒 (kalāpas, 最小的不可分割的單位) 從何處生起？又以何種形態消失？不能無中生有吧？

葛印卡老師：宇宙從何時開始，如何創造出來的？這是臆測，所有的哲學由之而生。佛陀稱它們都是無關緊要的問題。它們與苦、苦之集、苦之滅、滅苦之道一點關係都沒有。時時刻刻創造都在發生：次原子微粒生起，它們生起又滅去；而對這種生滅的無知，導致了痛苦。除此之外都無意義。人的生命是短暫的，你要做的工作十分艱巨，你要從內心最深層改變心的習慣模式，並要獲得完全解脫。不要浪費時間，用功吧，你所體驗到

的實相，日後將揭示一切。

問：是什麼導致身心世間的存在？

葛印卡老師：無明產生行 (saṅkhāras, 心理反應和心理狀態)，而saṅkhāras繁衍無明。整個宇宙由此兩者相互作用而產生，沒有別的。

問：無明是怎麼開始的？它不能與愛、智慧和知識共存嗎？

葛印卡老師：當然，但更重要的是能看到此刻的無明，並讓清淨來臨。否則，它就只成為一個哲學問題，無濟於事。

— 摘自《四念住開示集要》  
第七日開示  
S. N. 葛印卡

## DHAMMA DOHAS

# 法 偈

*Buddha ratana-sā jagata meṇ, anya  
ratana nā koya; Satya vacana ke teja se,  
dharama prakāśita hoyā.*

世間佛寶最殊勝，  
願以此真諦，正法耀光芒。

*Dharama ratana-sā jagata meṇ, anya  
ratana nā koya; Satya vacana ke teja se,  
dharama prasārita hoyā.*

世間法寶最殊勝，  
願以此真諦，正法得廣傳。

*Saṅgha ratana-sā jagata meṇ, anya  
ratana nā koya; Satya vacana ke teja se,  
dharama pratiṣṭhita hoyā.*

世間僧寶最殊勝，

*Tīnoṇ ratnoṇ meṇ nihita, dharama  
ratana pahacāna;*

願以此真諦，正法得建立。

*Binā dharama nā buddha hai, nahīn  
saṅgha yaha jāna*

體認三寶，皆以法為核心；

了知無法則無佛，亦無僧。