

林僧自傳(選錄)

作者 阿旃 帖 (Ajaan Thate)

中譯者 阿旃 阿耆多

〔目次〕

林僧自傳.....	
引 言.....	
〔林僧自傳〕英譯註.....	
〔林僧自傳〕中譯序.....	11
泰首版序.....	1
泰十二版序.....	2
林僧自傳.....	1
雙親的生命故事.....	2
吉兆之夢 / 少時的真實知覺力.....	4
一 苦峻時代 / 對人的影響.....	6

1

二 遇見阿旃 行 堪耷呀咖麼.....	6
三 二度返家.....	8
四 受沙彌戒.....	8
五 百萬富沙彌.....	8
六 受比丘戒 / 書沓那琳寺.....	11
七 感傷的況味.....	12
八 行腳僧團出離烏波府.....	13
九 首次晤見阿旃 曼.....	14
十 第二年雨安居 / 1924 農喇村.....	15
十一 第三年雨安居 / 1925 返家助母 拿長楠村.....	18
十二 第四年雨安居 / 1926 醒睡一處方 阿嘎安虐縣北部的墓地.....	20
之一 醒睡一處方.....	24
十三 第五年雨安居 / 1927 再返拿長楠村.....	28
十四 第六年雨安居 / 1928 帕拿葩厚洞.....	28
之二 關於隆嗒 通因.....	31
十五 第七年雨安居 / 1929 納來村.....	33
十六 第八年雨安居 / 1930 與阿旃 瑪哈賓在帕克村.....	35

2

十七	第九年雨安居 / 1931 烹縣.....	36
十八	第十年雨安居 / 1932 非法的顯映與焦慮 疆臘府.....	37
	之一 非法的顯映與焦慮.....	38
十九	第十一年雨安居 / 1933 龍開府 {筆誤，應為烏東府} 沓抹縣的阿唎訝窪席寺.....	41
	之一 僧涯危機.....	43
	之三 旅客的惡兆.....	49
二十	第十二年雨安居 / 1934 邪見 妹榜的熟茶茶園 / 禪修新法.....	51
	之一 邪見.....	51
二十一	第十三年雨安居 / 1935 牡奢族村裡 (補葩呀村).....	51
二十二	第十四年雨安居 / 1936 三人雨安居.....	51
	之二 潛伏的傾向與染污 {隨眠}.....	53
二十三	第十五年雨安居 / 1937 妹汀縣的羣村.....	58
二十四	第十六年雨安居 / 1938 唎撲府靶桑縣的農魯村.....	61
二十五	第十七至二十五年雨安居 / 1939~1947 龍開府 {筆誤，應為烏東府} 沓抹縣的阿唎訝窪席寺.....	61
二十六	第二十六與二十七年雨安居 1948~1949 詹它舖哩府的沓切喇，考餒.....	63
二十七	第二十八年雨安居 / 1950 滂阿府的薹洛.....	64
二十八	第二十九至四十一年雨安居 所憂成真 普吉島.....	64

3

二十九	第四十二年雨安居 / 1964 灑空那空府潘哪尼空縣的瞰洞.....	
三十	第四十三至五十年雨安居 峇碼汴.....	
三十一	第五十一至五十二年雨安居 建立汪哪墨寺.....	
三十二	第五十三年雨安居 / 1975.....	
三十三	第五十四年雨安居 / 1976 海外弘法.....	
	之一 新加坡 / 首站.....	71
	之二 澳洲 / 與印度教領袖對話 / 要素 / 給瑪哈 灑埋的建議 / 澳洲的引思.....	76
	之三 印尼 / 我的觀點.....	83
	之四 旅外有感.....	85
三十四	第五十五與五十六年雨安居.....	67
三十五	第五十七年雨安居至今 / 佛教的美德與優點 在峇碼汴寺二十七年.....	
三十六	總結.....	90
	之一 雙親的祝福與裨益.....	91
	之二 不宜為之行，不應造的業.....	92
	之三 生死之際.....	

林僧自傳

尊貴的阿旃 帖是一位被泰國南傳體系所高度景仰的法師之一，且為國際知名的禪師。阿旃 帖生於西元一九零二年，戒臘高達七十餘載，是當代泰東北林僧脈系阿旃 曼與阿旃 少仍在世的資深徒生。除擁有廣茂的泰國信徒外，他也教授了許多西方弟徒。阿旃 帖的教法有些已譯成英語，其中的兩籍並載於此書中。

本自傳細述其於泰國最貧區裡，那虔誠家庭之成長經驗，直至身為峇碼汴寺的主持。年方十四即離家跟隨《無家》的托鉢雲水僧團；這種《林僧》的生活風格緊隨著佛陀時代的修行路線，它主要是為培養禪修並以明悉涅槃、覺悟為標榜。阿旃 帖行遍泰、寮與緬甸；而他所細述的，非僅是外在叢林山徑之行腳旅程，亦含具著內在的心路障礙與漸長過程。

除身為卓越的泰國佛教領袖之一外，在社會計劃上，阿旃 帖亦貢獻了廣龐的協助與支援，如農鄉發展與醫院、學校的建設等等。為肯定其對國家的偉大貢獻，泰皇亦贈與其諸種皇家宗教頭銜。

本書所涵的回憶錄與教法，正是將一介漫長生命獻給真理智慧的果實。

5

※

精勤不懈，戮力於更高尚的心，
智者以智慧之道鍛鍊，
寧者保有沉靜與不絕的覺照，
沒有憂愁。

自說經 四之七

※

林僧自傳

阿旃 帖（臘叉匿嚙他啞席）

※ 〈版權頁〉

6

The Autobiography of a Forest Monk

Edit by : Bhikkhu Ariyesako

ISBN 974 – 8361 – 70 –5

First published1993

©Wat Hin Mark Peng , Sri Chiang Mai ,

Nongkhai , Thailand 43130

Copyright is reserved only when reprinting for profit .

Promission to reprint as a gift of Dhamma is hereby given as

Long as no changes are made to the original .

Printed in Thailand by : Amarin Printing and Publishing

Layout by : Studio Pairoj , Ph . 053 – 270876

Photo credit : Mr . Thomas Y . Wong

FOR FREE DISTRIBUTION

7

引言

二千五百餘年前佛陀住世以降，一直有些僧眾恣隱於山林野穴深處，尋求自我隔離以便培養禪修、解悟世尊所授之法。無論獨行或群修，他們皆過著簡約、嚴格與決心堅毅的生活，這其中除佛陀外，也包含一些偉大的禪師。遠離市鎮，願意忍受嚴苛艱苦的原野生活，以便有機會向大自然學習。對俗世的聲譽與肯定不感興趣，這些林僧常總是寂寂無名，他們的生命故事消散在山巔鬱林間。

本書正是此類僧眾的自傳。阿旃 帖紀錄他自己的生命故事，不使之失佚，以裨益跟隨他的求法四眾。他細述其自孩提遇見林僧，以至如今身為現代偉大禪師之一的生命歷程。本書非只是阿旃 帖的經驗談，亦是其內在追尋的故事。處在泰國鄉野文化的獨特時期內，書裡所賦予的，不只是一個獨特的歷史性透視，當然也包括了阿旃對禪修的建議與感想。一些已故林僧的傳記雖由在家眾所披露，但他們卻無法知悉所有影響禪師生命的關鍵事件。有些傳記出於對禪師的崇敬而有所粉飾，然而阿旃 帖旨以誠直坦然的筆觸來道述影響他生命至鉅的事件，讓我們得以重新摸塑他的一生。

阿旃 帖是當代東北林僧傳統之父——阿旃 曼 鋪哩它達，與阿旃 少 甘耆席嘍仍在世的

8

最老徒生，在修行生命的早期，他享有與諸大禪師們特別親近的機會。撰寫自傳時，阿旃 假定讀者已熟悉所謂的林僧傳統，然而卻非意指英文版的讀者，因此文中也附帶一點生活型態的解說，以資瞭解。

在泰國早期村落的僧院，常常是地方的學習重鎮。僧眾們強調佛經的學術研究與宗教儀式的運作，他們大多不嚴遵律法〈佛制之出家戒律〉，持執金錢、日食兩餐以上、對禪修漠不關心。

泰國林僧傳統的復興，洵為佛陀時代的禪修與生活方式之試歸，然而繁忙的鄉鎮僧院缺乏大自然的安詳與寧靜。嚴格地緊隨律法，並強調每一細節的重要，過著身無分文的生活、無求地受供、身無長物時也耐心地承受，這為佛陀推薦的苦修被定為生活型態的一部份：一日托食一餐、著破袈裟、居於森林、簡陋的蔽所或墓地，僧人經常赤足遊走於鄉野間以尋找利於禪修之處，而隨身僅攜帶稀少的擁有物：一鉢、三衣、傘 {附蚊帳的可吊傘，如帳篷之功能} 和一點私人用具。

森林傳統的核心就是培養禪修。經由培育深定與有次第地開發身心，將生起內觀，直到見曉萬有的真正本質。在禪修時可能會遇到許多障礙，林修的禪師們則擅巧於克服困阻、染污，並擁有朝向涅槃、覺悟的堅毅決心。

讀者請瞭解，此書乃寫給泰人閱讀的泰文，原沒想過英譯。它所描繪展現的，是二十世紀初亞洲鄉野文化的生活方式、社會價值觀與性別扮演。最終真理的經驗必須透過特別的時空

9

下的傳統模式展現出來。還有一些內文，其特意旨在叮嚀、警告年輕的僧眾們。然而阿旃 帖那智慧的永恆真理一直閃耀著，將不會被時空所限制！

幾乎所有阿旃 帖所走過與提及的熱帶雨林，於他在世的百年期間已經被破壞殆盡。為減緩這種破壞、拯救雨林，出家眾總是站在最前線，提昇大眾對環保議題的社會意識。現今許多地方剩存的幾小塊綠林，即座落於寺牆之內。

阿旃 帖將其一生獻給佛法僧，出於大慈大悲，他已教導訓練了許多追隨者禪修以趨涅槃。真摯地企盼讀者能從本傳中獲取靈感的泉源，並體驗深度的安詳、喜悅與智慧——那法徑的果實。

〔林僧自傳〕英譯註

鑒於本傳的獨特性與重要性，我們必需確定譯文盡可能精確，即使是因此而失去某些原創精神和靈感亦在所不惜。

將泰文音譯為貧乏的二十六個英文字母，必需妥協於文章的諧順性與可讀性。所有的()符號為原文，而{ }與註記為譯者所補加。本書作者已充加一些內文至今，而譯者也保持其架構不變，這些架構有非常多的部分出自原版。

譯文中省略了一些巴利文標，因為一般讀者對這種特殊發音習慣並不熟悉，即使運用一些較佳的造字軟體來重造新字仍有其困難性。

作者為據用泰國文化，故當提及僧眾的尊稱或頭銜時，他採用〈帕〉或〈探〉的泰語詞，若運用過多的英語系尊稱〈venerable〉則會顯得有些累贅愚拙，所以文中已少用此字。

原文之日期多出自佛曆，現文則將其換算成西曆，例如佛曆二五三六年為西曆一九九三年。英譯所省略的泰文原版處將以……標註，請查閱字彙表中的術語解釋。

經多人之助，此全新譯版方得以問世。（希力 逋塔叔先生於一九七八年的初譯版書名為〈我的一生〉）。而這本完整版的譯作源自優婆夷 探比尊小姐之手。那那達摩比丘挹注許多的心力從中助譯、蒐圖、美編與準備付梓事宜。還有遠在英國的珍妮與史蒂芬、澳洲的貝瑞與泰國的舒瑞潘小姐等諸位大德一同戮力完成此鉅作。

翻譯難免會損失一些原味，所以還原的動作仍須讀者們親自去揣度。若有任何失準或誤譯，祈請作者與讀者們宥諒。無論僧俗或是東方人與西方人，願此〈法味歲月〉能鼓舞您去修習佛法以豐富您的生命。

英譯者

〔林僧自傳〕中譯序

11

我的名字叫阿耆多，家姓吳，誕生於一九七二年。我出生在台灣省、雲林縣內的他里霧（今為斗南鎮）。古早時代的雲林隸屬於嘉義府（今為縣），住有許多的原住民與濃鬱的森林，也因而隨後劃分行政區時，被命名為雲林。家父的名字叫東桂，家母則叫玉枝，他們都是平凡的攤販。他們來自不同的地方，在斗南鎮相遇並締結連理。父親原來自大東村，而我的母親的故居則在小東村。他們在斗南鎮建立家園並養育十個孩子——共有三壯丁、七仙女，而我則是最受疼愛的老么。

服畢軍役後一年，我向父母親戚辭別，隻身飛往泰國，當白衣、最後剃度為比丘。轉瞬間，我在泰國東北部的烏東府、曼樸縣已居住將近四年。因緣際會間，我就在林僧傳統續存最多的東北部與諸位阿旃們熟稔，其中包含諸位仍在世或目前已過逝的阿旃 曼的第一、二代弟子與其他，而他們對外國比丘也相當地厚愛，總是循循善誘著浮雲遊子的我們。阿旃 帖的幾位僧眾弟子知曉我將譯書，不時地提供給我許多額外的資訊，包括親訪許多阿旃曾至之處，甚至阿旃 曼的其他弟子之軼事；這些稗官野史就連當地居士也未必知曉（阿旃們與我相處時之口述親導）；與時地，翻譯此務似乎也染上考古與田野調查的氛圍。然而個人的因緣仍未將泰文學習得相當純熟，復加以一些僧務，最後還是選擇以英譯中為主、泰譯中為輔的方式將此書呈現在讀者面前。

相關的泰文名稱如人、地與寺名等等，以及英譯版內有所疑問或失譯之處，我採取泰譯中的策略（包含銜稱如‘阿旃’，此字與泰文同音，不採用中譯沿用已久的阿迦或阿姜一詞）；

12

讀著若以英譯版直接與中譯版比對，則在少數的某些地方會有些出入，鑑此，在求真謹慎之下，泰版原文應做為分析譯文的標準，譯者純粹為求信實，並非要增加讀者查詢英譯版時的困擾。針對英譯之註解，我也已對此有所增刪，以俾符合中文讀者之需。

既生而為眾生，必然有許多的相似之處，而譯者的俗家背景與成長經驗竟也與阿旃帖有著諸多相似之處，因此在譯畢此傳之際，譯者的眼眶似乎也顯得有些濕紅（我想抑或是高度近視的後遺症吧）。希望阮的阿爸、阿母與兄弟姐妹們都能聞知法的況味、法喜禪悅，也願以此書獻給已逝的二姐夫周敏盛先生，以及我的益師東吳社工系李明政教授，摯友千玉、僑慧、兆倚等。

泰然精舍 阿耆多比丘

泰首版序

大部分的傳記是由他人代筆，不然就是話題人物已經過世。傳記文體有個趨向就是以慣有的感性筆觸來讚揚主角，似如告別式中聽到的弔唁文。即使有人可能知悉亡者曾作過的負面行為，基於禮儀之故，對其過往種種仍會多所文飾。良善的行為可以四種方式揭露：

- 一 某人有很多的負面之處。當問及本身的事時，其不予回應或只道出一些。
- 二 某人有很少的正面之處。當問及本身的事時，其將正面之處全然道出。
- 三 某人有很少的負面特性。當問及此時，其將之全然道出。
- 四 某人的正面特性即使很多，若無人問，其亦不語；若有人問，祇道少許。

我是一個直言以求真的人，所以當我去世後，我不要任何人寫下這種傳記。我清楚我自己，這件事由我親自來做比較好。我去世後要如何的描述我，就隨他們各自的喜好。若是不喜歡我的人，他們就會反映在對我的描述上，或許令他們不悅的一些瑣事就會被誇大而悖離真相。從另一方面來說，若是愛戴我的人，他們就會誇大我的優點、寫得超出比例。

事實上，自傳的原意只是寫給自己看的，為了珍惜那身著黃袈裟的一生。我從沒想過要出版，這個主意令我感到羞赧，因為自傳本身就是一種自我擢昇。即便是他人求邀付梓，對這個構想，我依然不感到高興。

一九七四年四月二十六日，在家信徒安排我的七十二歲祝壽大典時，他們也祈請我出版流通這本自傳。我明白現在如果我不做，那麼在我逝世後，他們無論如何也會為我立傳。職是之故，我很快地將一直運筆不輟的本傳，在祝壽日前完筆。

自傳的某些部分若顯得過於自我恭賀、有失佳味的話，還望讀者們寬諒。然若不撰寫真正發生的事，我們還剩含什麼可資記述的呢？

阿旃帖（帕貼薩啣席）
於峇碼汴寺
一九七四年三月三十一日

泰十二版序

儘管我已出版這本自傳直至今日，請讀者瞭解它的核心精華處仍未曾改變，因為本書的真正主體仍在這兒……。

2

阿旃帖（臘叉匿嚙他啣席）
一九九一年四月二十六日

3

林僧自傳

我的名字叫帖，家姓瑞廉，誕生於一九零六年（佛曆二四四五年）四月二十六日，週六上午九點鐘左右。當天是虎年月缺的第四日。我出生在烏東它尼府、曼璞縣、崗涯區 { 泰地方單位依次為：府、縣、區，以及鎮或村 } 內的那悉達村。

家父的名字叫烏撒，家母則叫柯壤，他們都是平凡的稻農，而且小時即為孤兒；他們來自不同的地方，在那悉達村相遇並締結連理。父親原來自勒府的覽塞縣，而我的母親的故居在烏他拉底府、喇勒縣的墨芳區。他們在那悉達村建立家園並養育十個孩子：

……

約在這個時候，我開始對思考善惡、貞德與鄙行之事漸感興趣；有任何疑難或問題時，我一定會去請教父親，這使得他對我更加地關注起來。夜閒之際，他喜歡解說一些與這個世界或是佛法有關的事物。我依然記得他的一些教導。他說：“**生為人兒，別與家人在同一個墓園裡火葬！**”這是說，身為人子，應出鄉離家以增廣見聞。人必定會死，然而人不該躺在**出生地逝世！**這個忠告真正地吸引著我，因為我的個性已經有這種傾向了。

1

我問他：“**若有兩個人去慨捐、行善積福，一個出家而另一個則否，誰積的福較多？**”他答道：“**如果一位出家人做了這麼多的功德（他豎起一隻大拇指），那他將獲得這麼多的功德（他舉起雙手強調）！但是，若一個非出家人做相當於雙手這麼多的功德，他只會獲得一隻拇指的功德！**”

雖然當時的我可能無法完全明瞭他的解釋，我依然感到相當的滿意；可能是因為我的特質已經自然地傾向寺院生活了。我還記得出家的大哥，帶我去拜訪他寺的一個場景！那裡有位儀態舉止可資欽模的沙彌，讓我留下相當深刻的印象，也不禁使人升起對他特別的憐惜。無論是走著、站著，或是執行本務，每分每秒我都緊隨在他後面。我越是凝視著他，內在的信念和感受就越強。歸途之際，他的身影在我腦海裡一直縈繞不去，我滿腦兒只想著一件事：“**噢！要到什麼時候我才能跟他一樣剃度成沙彌呢？**”這就是我一直關注的焦點。

雙親的生命故事

……

晉身成爲一位佛教的剃度僧，任何個人的苦痛並不會自行終結。它的升起取決於內在的染污；自出生以來，我們一直都在累積這些俗世的染污。這是一直發生在無數生靈與誕生間的

2

事情，所以我們別想去揭露並細數所有的染污。某些智慧不足的人，就無法發掘那些染污的層次，也無法將它們展開來看，染污已經累積到無法計算的程度。因此，他們無法將染污給終結。(然而，剃度仍有助於人開始看清某事的來龍去脈)。

.... .

能教導家母直到其歿生之際，讓我有極大的喜悅。她的最後一口氣息，我一直陪伺在側，協助她憶念著佛法。當時她的意識清醒，願意將我的諄導銘記在心，所以在臨終時，面容顯得光澤亮潤。關於世尊，有這樣的一節偈文——如果我沒記錯的話——他略述一個良家兒若要圖報父母的仁慈惠德，應如此為之：

“如果他供給父母每一需求，是以最佳的方式，甚至為世所罕見的程度；縱然是以世界統治者的財寶來供養——這一切依然不足敷還；這仍不能視為是對父母仁慈佳惠的全償。因為那些全僅供其在世時享樂娛歡，一旦往逝，他們就無法帶走這些了。然若一個良家兒指導匱缺倫理美德的父母，讓他們建植在這些圓滿質善之中；或他鼓舞支持已建植在其中的父母增上培展，那他可被視為是個已真正還盡親債的兒子。”

聖寶 {法寶} 之富財無價，無論往向何處皆可隨攜在身。因此，若說我羈控著方向祇能去修習沿隨世尊的所有指導，那是不正確的。這完全是履行自身個己的合同，雖然一份適當正式的契約也從未被簽訂過。

3

吉兆之夢 / 少時的真實知覺力

.... .

此時還有件事發生在我身上，但這次並非作夢或是影像而已。我憶念尋思起雙親的浩愛與福禪，一直到深夜我才能入眠。我讓思緒牽縈在這兒，看他們是如何歷苦犧牲，教養我們這十個孩子直到長成。在不久的未來，孩子們也將長大結婚、擁有各自的家室，然後離散、各奔西東。想到這裡，我不得不慮及彼時父母的處境。誰會來奉養照料我的父母呢？我全是以小孩的觀點來思維，對未來沒有實際感。這讓我非常地傷心沮喪，悲憐著他們將來的窘境；而這也深深撼動到使我為之啜泣、淚濕了枕頭。長期處在這種狀態下，越是多想一點，我越是垂喪。最後，我決定長大後，不要像其他人一樣去結婚；當每個人都離開這個家之後，我會盡全力一肩扛下照料父母的責任。一得到這個解答後，我的心就感到喜悅、滿足，直到夜幕深垂，我才沉沉睡去。

一切法存乎於此，在我們每一個人裡面。而知曉法的，就是這顆心。它知道多或少，粗或細，取決於個人的能耐、資質與佈施波羅蜜 {福德資糧}，以及所受的訓練而定。

我自己得來的解答，是源因於我感激、珍惜父母的慈愛與福禪。

另一個夜晚，也發生類似的事情。我躺著回想那些一般農村的莊稼們，以及他們每年例

4

行的農務：

……

好吧！那晚究竟是什麼原因，讓我將這整個成人的年度職程鉅細靡遺地想過一遍呢？接下來，我將會怎樣？這不禁使我感傷悲憐起我們誕生後所過的生活，竟然是如此地缺乏機會與時間。出生後的生活似乎只有不斷地履踐與作為。人與人的區別祇顯現在相異的職責與位階上。未來，除非睡覺或死去，我們仍會不斷地這麼做著。

這個想法剛好跟我年少的觀點與現實感相反。我正陶醉在“世界是如此地有趣”這個念頭上。還記得，那時候的小孩不用上學，也沒什麼好擔憂的事。飽餐後，就是與同伴玩耍、找樂子。偶爾就是牽著黃牛與水牛去吃草，而那樣也會變得很好玩。

當晚，我清楚地覺察到在這世上生而為人所擁有的種種苦。我在自己的心裡看到，也從未事先想過，然而此刻所察覺到的祇是與生俱來的苦，即努力工作來填飽肚子，每天沒剩餘時間、沒有停息。我想不出法子克服、超越這種苦。如此的體解貧乏，仍不能被視為是苦聖諦，因為它祇是牽涉到慣俗性的苦而已。

……

一 苦峻時代 / 對人的影響

……

二 遇見阿旃 行 堪耆呀伽麼 Ajahn Singh Khantayaagamo

一九一六年，阿旃 行 堪耆呀伽麼（後封稱：帕 呀哪威徒 聳咪梯衛臘旃）(the future *Phra Naa.navisit'samiddhiviraacaarn*)與阿旃 康 (Ajahn Kham)——阿旃 曼 鋪 哩它達貼喇 (Ajahn Mun Bhuuridatta Thera) 的弟子，正在外行腳。他們是第一群造訪那悉達村的林僧。儘管地方上的寺裡已經有比丘常駐，他們仍前來請求與我們同住。感覺他們好像是特別鎖定目標要來看家父與我。我們以很深的恭敬心與信心來服伺他們，因為看到他們的修行方式與其他的禪師們有所不同（家父之前曾服伺阿旃 悉塔）。

尤其他們還教我有關他們的種種義務跟責任。例如，我學到與供養有關的規矩，什麼是

“應如此做”與“不能如此做”{正式的供養，主要是醫藥或食物之類}，以及有關禪修的方法，以“噗偷”{佛陀，巴利文譯音}為所緣來念佛。我的心最後也能進入三昧定，到了沒有慾念想和任何人交談的境地。這是我初次體驗禪味的安祥與寧靜，我永遠也忘不了。之後我當沙彌跟隨許多阿旃學習時，我就會溜出來——沒人知道——進入涼爽而靜謐的夜裡獨自禪修。

林僧與我們相處兩個月餘。最初他們也想在這裡雨安居，但是之前的瘧疾疫情現在又傳播開來了。所以在雨安居前，他們就遷居到一間無人寺，在沓抹縣南夢區的那崩村裡，我也可以一起前往。在這雨安居的三個月期間，師父們感染瘧疾。雖然染病在身，阿旃行仍然很慈悲地找出空閒時間教我讀寫，偶爾也訓練一些宗教事務。

雨安居將結束之際，他心中發生了某事——我真的不知道是什麼事——因為他說安居結束後必須回家鄉一趟，問我是否同行。他補充說“旅程將會很漫長而且艱困”，而我立刻就答道“探阿旃，我要跟您一起去。”

安居結束前幾天，我求其允許讓我返家向父母道別。他們兩位似乎都很高興我與他們隨行，於是他們為我打點好香、燭與鮮花向父母供養。這是一種祈請宥諒與祝福的傳統方式，(有關這類習俗，他們給了我極佳的教導。事實上，即使是初次逃家時，我也是採取這個方式。)

當晚祈請雙親的宥諒與祝福後，我也向家中與村裡的長輩祈福加被。我去拜訪的每個人都流著悲淚，好像我就要死去一樣。我感到些許感傷，淚眼無法自抑。黎明時分，母親與舅

7

舅送我到阿旃那兒，並留住一宿。這是雨安居的最後一天，翌晨餐後，阿旃就帶我們出發；而舅舅跟村民們也再次地淌下更多的淚來。

....,

三 二度返家

....,

四 受沙彌戒

在農孔村 (Nong Korn Village) 時，阿旃行送我去戒師阿旃 嚕伊(Ven. Upajjhaaya Loo-ee) 那兒，在坑崖村的寺裡受沙彌戒。而我也將近十八歲了。

....,

五 百萬富沙彌

沙彌 帖在此化身成為百萬富翁；我在講的是政府正在出點子，每年創造一位百萬富

8

翁。於是他們就辦了一局年度樂透，頭獎為五萬或六萬泰銖。當時這筆金額足被視為是泰國的百萬富翁。這樣一來，我們泰國人就不會在其他富國前感到羞赧了。

某晚沙彌 帖無法入睡，因為他剛贏得樂透頭獎。現在該是替自己覓地、建蓋豪闊的三層大廈的時候了。這棟居所將會以最摩登的設計來裝潢，並且位在商業區中心。員工和助手會架上各種想像得到的商品。屋主的身心都很輕鬆舒暢，一點也不愁世事。他慵懶地躺在沙發上耗著時間，對每個走進店裡可人的年輕女孩眉目傳情；誰朝他偶瞥一眼後倩笑，他就會回以愉悅的笑容。在生命的十八與十九歲間，這是所知裡最大的幸福了。

他真正已躋身百萬富豪之林——一如政府所期待的那樣。然而在一眨眼後，仍然鮮穎的一切全因無常而化為烏有。哎呀！無常啊！所有的一切突然從他心裡隱沒消失了，讓他感到十分地遺憾。

沙彌 帖回醒過來，覺察到現在已經是午夜時分：“現在已經是就寢時間——喂！怎麼搞的？又沒發行樂透，也沒買過獎券呢！那為什麼我還能夠成為百萬富翁？我一定瘋了。”那晚他感到羞赧慚愧到無可言喻的程度。若是讓有識見的人知道我這些幻想，他們會怎麼想？最後，他還是睡著了，在黎明之際帶著昨晚的罪惡感醒來。這是他從未向別人提過的事。

不只是沙彌 帖，誰都可以成為百萬富翁。將他說成是百萬富翁，純是因為在他的心眼裡，他可以想像擁有富裕的金錢財產。但至少他對所想像的金額是滿足的。這比那些擁有實產仍幻想著要更多的人還好得多。他們永遠對所擁有的一切不感滿足，因此總是覺得有欠缺

9

感、困惑。那財富帶給這類人什麼利益？富或窮？真正的問題就在我們是否感到快樂？答案當然不是越多財富越好。世尊因此教導我們，滿足於實際所擁有的一切，就是價值最鉅的資產。

對世尊教誨(法與律)的信心促使我剃度成為比丘。我真摯地按步修行後，清楚地看到他所指出的真理。

世尊曾舉出一袋錢包的例子給阿難陀尊者，並解釋說那是有毒的東西。他附云，那不只對與金錢沾邊的出家眾有毒害，對那些不懂得正確持有它的在家眾而言，也是有毒害的。然而，對在家眾來說，它是必要的，是必須使用的，因為他們的處境與生活方式與出家眾相當不同。進一步地說，一個擁有鉅產卻無法妥善管理的人，就如手執火把的人一般，火焰將無可避免地往下燃燒到執持火把的手。

剃度成比丘前我當了五年的沙彌，而花了這麼多時間在寺裡給了我很大的好處，遠勝於其他的初度比丘。換句話說，我已經是老手了，相當熟悉寺務的運作，比同期出家的比丘還起步得早。例如，我已經會背誦巴利經文，也能夠背誦巴地摩了。

六 受比丘戒 / 書沓那唎寺(Wat Sutat-narahm)

一九二三年五月十六日，上午十一點四十八分，我在書沓寺的戒壇裡受比丘戒，年近二十二歲。我的戒師是阿旃 瑪哈臘 臘它巴嘍 (Ven. Phra Maharat)，教授師為阿旃 瑪哈賓 般呀葩嘍 (Ven. Maha Pin Paññaabalo)。

我的師父，阿旃 行今年帶著六人僧團，四位比丘與兩位沙彌，在書沓寺雨安居。這是行腳僧團首度在烏波府的府城內雨安居。阿旃 行回來是因為他得知他的胞弟，阿旃 瑪哈賓已經從曼谷回來。阿旃 行的計劃是帶阿旃 瑪哈賓去森林裡行腳。阿旃 瑪哈賓回曼谷前已經承諾，去曼谷進修後，會再回來繼續禪修。阿旃 行一直都很高興胞弟的歸來，並且一起在書沓寺雨安居。

在安居結束與嘎別哪季節 { 迦提、羯繕那、迦繕那，雨安居前一個月，縫製袈裟的時間 } (the *Ka.thina* season) 過後，阿旃 行帶領我們一群人去 *tudong* 行腳。除了阿旃 瑪哈賓與我之外，還有康胚、慟兩位比丘及兩位沙彌，我們這幾個都是行腳新手。這群行腳團總共有十二位。

阿旃 瑪哈賓已經通過巴利文五級檢定考 { 泰國有巴利九級檢定考，通過第三級檢考後，

11

就在名字前加稱瑪哈 }。所以在泰國當時，他可被視為是第一位出來行腳的瑪哈級學僧。多數學僧認為行腳是不雅的作為 { 當時行腳並不普遍，有些人認為此舉類似紀律鬆散的遷流 }。有阿旃 行帶頭，我才能出去行腳，因為如果我不在，我的戒師就必須親自上座誦戒了。

....,

七 感傷的況味

我一直住在烏波府的書沓寺，和家人好友分離了整整六年。在那兒時，很多人送他們的孩子或孫子來托我照料。有四位男孩與我同住，當我的“弟子” { 寄宿於寺裡的男孩，接受援助與教育的同時，他們會協助一些雜事。 }，其中兩位是沙彌。自我當沙彌直到現在身為比丘，他們都一直跟著我；我們的關係猶如父子，所以當分離的時刻來臨時，他們全都哭了起來，不知將有多麼地思念。而我的眼淚也幾乎控制不住。但是身為一位教師，在他們面前掉淚並不妥當，所以我緊咬著牙根壓制感傷，不讓真情流露。但即使是這麼做了，我還是發現自己的聲音已經沙啞、摻雜著情緒。

此時的感受似乎還沒讓我潰堤，但當我們離開後，它們卻滲溢出來，使我呆滯恍惚了好長一段時間。無論行住坐臥，甚至在交談或用餐時，我的心一直被悲愁佔據著，殷盼著我的“弟子們”。他們將怎麼辦？吃什麼？夠吃嗎？還是將就地捱下去？誰來教導他們？或者有

12

人會欺負、支使著他們？這是我有生以來首次經歷到如此地沮喪。

因此我必須將我的處境仔細地思慮反省一番：“這些小孩既非我的兒子也不是我的孫子，沒有血緣關係；他們祇是要來投靠我而已。我盡最大的力量來引領、教導他們。爲什麼我這麼想念、渴盼著他們呢？”這點讓我細細思起那些擁有妻兒的人，他們會怎樣？對了！如果這些弟子是我的兒子、我的血肉，那真不知會有多麼地悲愁。我察覺到如此地渴望、繫念所帶來的缺點和危險之後，這個覺知就滲進了整個心裡了。這點知解以後我從未遺忘。

人類真的跟年輕的猴子沒兩樣，無法獨活，也無法與母親分離。這導致我全然地害怕對悲愁的執取。無論相聚或離散，這種思念與渴望導致苦。那我們要怎樣求取自由呢？

八 行腳僧團出離烏波府 Ubon

....,

13

九 首次晤見阿旃 曼(Ajahn Mun)

這些事塵埃落定後，阿旃 形帶我們去向阿旃 曼謁禮，他現正待在疆村 Kor Village，曼璞縣 (Bahn Peur)。那時阿旃 少 (Ven. Ajahn Sao) {阿旃 曼的師父} 剛好也在。所以我可以同時向他們頂禮，這也是我有生以來的第一次。當晚阿旃 曼盡全意地向我們說法，以銘註我們的首次晤面，尤其當他看見瑪哈 賓時更是如此。之前在烏波府傾聽阿旃 曼與阿旃 行的說法後，瑪哈 賓對自己下的決定，就是在曼谷學成後就回來禪修。至於我，阿旃 曼大概只知道阿旃 行所遞述的部分。

當晚說法結束後，阿旃 曼非正式地對我們說著更多的開示。最後的總結，他對阿旃 瑪哈賓與我的能力和特質作了預測。這使我感到極度的不適與窘赧，因爲我在一群人中間，非但是名初度比丘，而且也看不出自己有什麼特殊之處吸引阿旃 曼。

事實上，自初夜入寺時我已經開始相當地覺察——雖然我不曉得其他人覺得如何。我環顧週遭，注意到比丘們的生活方式，甚至寺裡的沙彌與居士也是相似的做法。他們怎麼能如此地行止有度、這麼井然有序呢？

隔晨，阿旃 行再度帶我們啓程，前往那悉達村。在那裡宿留四夜後，我們再度折返回

14

阿旃 曼那兒過了一夜。而後我們走回烏東府，再轉進灑空哪空府，以實踐對府長的承諾。然而結果卻未能符合府長的計劃，因為阿旃 瑪哈賓生了病，無法接下委託給他的職責。因此那年雨安居，阿旃 行就帶我們離開到農喇林寺雨安居。此舉讓府長對我們極度不悅，所以我們就必須補派笨比丘去接職，他已經完成基本佛法的課程。

十 第二年雨安居 / 1924 農喇村(Nong Laht)

雨安居前，我遇到一位很不錯的出家同修，那就是來自勒府的恭比丘 (Ven. Glom)。我們曾二度爬上鋪壘山的磅洞裡一起禪修；第一次是四夜，第二次則為期六晚。村長名叫蔦息（不久他升任區長，改名網把眨，然後再出家直至盡形壽），他安排人每天上山去供養食物，對他的仁心善行我一直都銘記在心。阿旃 曼也提及這位特殊的村長各方面都很聰敏幹練——從機智的言談到他的工作與社會參與等等。一切事務對他而言總是駕輕就熟。而在僧務上更是如此，他總是迅速而勝任地打點好比丘所需，完全不用僧團裡的任何人來提醒。我們具足一切灑巴呀 (Sappaaya) { 有助禪修的四個條件，即適當的：氣候、住處、食物、同伴 }

15

後，就更勁力地往前精進禪修。愈是禪修，我們愈是感激村長與村民的仁惠。每日食量含一點辣椒粉和約木敦果 [bael-fruit (Aegle marmelos)] 般大的一糰黏糯米 { 木敦：大小如橘般的解暑草藥，常被乾製成褐粉沖劑販售，華僑俗稱泰國的羅漢果 } 這些就足夠支持我們繼續禪修，沒什麼害處。減少進食量而戮力於精進禪修，帶來肢身輕、正念明、正定易的效益。竭力禪修後，我覺得正念比以往更進步、更加地穩實。在洞裡，我調訓覺念使之日夜相續不斷，當心隨外攀緣時也絕不讓它有一絲掉念。正念穩築在身心之內，閉眼睡前定心到甚麼程度，睜眼睡醒時也還是這樣的狀態；雖然在用餐時偶爾會有點疏忽掉念。

精進禪修也會使我昇起對村民仁惠的感激——猶如影隨形般，我很清楚自己是位比丘，必須依賴村民的雙手來生存，因此我持續不斷地禪修以饋還我對村民們的恩債。我也很確信在這段期間的努力禪修，已經圓滿地善盡償還恩債的義務。

雨安居來臨前，我們南下到農喇林寺與阿旃 行同住。因為尚屬新戒比丘，我不必擔負任何職責，亦即祇須照應資深比丘所需 { 阿扎哩呀——襪，阿遮利耶（阿旃）——職責，這些職責是資淺比丘的訓練 }，以及投入禪修這兩件事而已，阿旃則特別關切我們的禪修部分。

在整個雨安居期間，我按照在山上時的方針來修行，使我的禪修更加地進步。在山頂時，我附帶一點瑜珈作試驗。藉此，我有意漸次地減少日食量，從七小團的糯米減至三口的食量，然後再增至三十口的食量後，續降至五口的食量。每一段食期約三、四天左右的，就這樣地渡過整個雨安居，而最長的時間是在我日食十五口餐量且為素食之際。我的先天體格已很瘦

16

細，所以當我身形消瘦時，村民就開始關注起來。每個見到我的人就會問發生了什麼事，但我有堅定的意志力與心靈，使我繼續如常地運作己責與禪修。

雨安居一結束，我再度恢復進食魚肉類。但是，噢！現在那些聞起來是如此地腥臭。我們人類食用它們的肉，然後再轉換成自己的肉，那就好像我們盜奪一些穢臭來食用一樣，這就是為何天人不願接近人類之故——那就是我們令人厭惡的味道；然而人類卻似乎相當易於納受並讚賞自己的屍身。

雨安居後，我再次上去山頂，但這次是與阿旃 行同往。我們在那兒待了九天。直到阿旃生病，他遂令我下山並帶團裡的其他比丘回來。當我們觀察到在那兒並不方便照顧他後，我們遂下移到農哺阿的森林裡照料他（現在那裡已轉變成村落）。

那時阿旃 曼傳送訊息給我，請我去沓抹縣見他。我遵照指示，離開阿旃 行前往赴面，卻恰好遇見阿旃 曼與阿旃 少。他們已經接受烏東府城 (Udorn-thani) 內波梯聳繡寺 Wat Bodhisomphorn 的邀請，舉行新戒壇的立界碑儀式。就在此時挪祖母（帕呀 臘叉奴棍之母）也前往參與，而這是她第一次遇見阿旃 曼。她得聞阿旃 曼的其中一節說法後，就對他興起了虔信。我就在那兒與阿旃 曼待了數天後，再一同前往沓抹縣。

十一 第三年雨安居 / 1925 返家助母 拿長楠村 (Nah Chang Nam)

雨安居期間，我住在拿長楠村附近，離沓抹縣阿旃 曼的住處不遠。阿旃 穩 (Ven. Ajahn Oon) 與我很虔摯地按時拜訪並聽他說法。安居期間除禪修外，我仍然身無負職；一切其他職責如知客等事，我已經轉交給阿旃 穩處理。他曾在大眾派任教職、戒臘九年，直到最近才重新剃度轉為法眾派比丘 {轉換到另一宗派，戒臘須重新算起}。

阿旃 禡 (Ven. Ajahn Tah) 在安居期間發生了一件不幸的事。他是一位資深比丘，約有十六或十七年戒臘，我想應該沒說錯，他也是阿旃 曼的極資深弟子。最初他在曼谷研學，但沒完成學業。他也曾常從探詔崑 帕 烏巴哩（詹 悉哩詹偷） [Ven. Chao Khun Phra Upali (Chan Siricando)] 那兒聞知阿旃 曼的盛譽，因此他遂離開曼谷前來追隨阿旃 曼。

今年阿旃 禡跟阿旃 坎在勒府的琶命洞雨安居，但不久他發生精神錯亂，於是就在安居期內逃離那兒去找阿旃 曼。阿旃 禡說，他破了最嚴重的戒 {波羅夷罪，斷頭戒}，他的沮喪強烈到使他覺得袈裟正在燃燒。詳盡地詢問所發生的狀況後，很顯然地，一切全是子虛

烏有；這純祇是他對瑣事的猜疑與焦慮，進而導致他陷入迷亂狀態。

阿旃 禡的其中一個熬難，是之前在砵灑往村禪修時發生的。那時他的三摩地定變得很強，使心地也跟著光明起來。他提出的種種法疑經他探究後，似乎全都得以圓滿解決，而後又再回歸繫心一緣。這因而使他相信：我已經達到究竟了。稍後他也在僧團裡如此宣稱。俟其內心的光明消退後，他才覺察到吹誇已達究竟的作為是有罪的，而且還破了最嚴重的大戒。

即使別人向他解釋說這絕對不算是他的過患，因為那是在他錯估與誤解之下所發之語，他還是不相信。實際上，這種內隱的罪惡焦慮感早已熬磨他多年，但是他之前還能忍受。直到今年的雨安居終於隱忍不住了，他認為只有一條出路，就是還俗。阿旃 曼無法治癒他，只得讓他走，送他去阿旃 少那兒。但不幸的是，隔年阿旃 少也掌控不住局面，而最後的結果是，他真地還俗了。自此以後，他形跡杳然，猶如鑽入稀薄的空氣裡般，至今仍無人知曉他的音訊。

目睹全部經過，真使我的心沉了，我不禁感到心沈意傷。我細想，如此資深的老修行其內心仍會這般不穩，那我呢？我要怎麼做才能避免這種心緒錯亂？這些想法使我感到如此地忐忑，憂懼當前尚好的狀況，以致使我不得不向阿旃 曼揭露自己的焦慮。他說：沒錯！你必須小心自己，別離良能且識見豐富的老師{泰語阿旃一詞亦有老師之意}太遠了。一有事發生，趕緊去找他商量、請教。

安居後，阿旃 曼一群人就向南行腳到灑空哪空府。

19

....,

十二 第四年雨安居 / 1926 醒睡一處方 阿嘎安虐縣 (Ahgaht

Amnoy District) 北部的墓地

安居前際，我回到阿嘎安虐縣北部的墓地裡住 { 村外供以火葬的林地，是一處村民害怕卻有利於出家眾僻處禪修的地方 }。此時阿旃 行也在本縣南部雨安居。我哥哥、舅舅、家母及阿姨與一位來自砵灑往村的妹琪和我一起共度安居。我是唯一的一位比丘，雖然還有一位沓抹縣的沙彌 禡作陪。舅舅在近安居前逝世，所以只剩下我們六位。

此時天花疫情在村民間爆發開來。幾乎所有人都驚逃到週遭的田野森林裡防避感染。村寺裡的比丘們也隨村民離去，沒人留下來供養食物；這是因為阿嘎安虐此地從未流行過天花疫情。

這是擁有超過一千戶人家的村鎮，僅只有五人感染天花。然而，那些感染者假裝無病以逃避檢疫，等到被找出來檢測後才發現已經康復了。只要出現症候的人就會被驅離到森林裡。

他們被隔離送去住在林裡的小竹屋，村民會送食物給他們。

真是幸運，阿旃 行擁有一些森林草藥的知識，因此他能尋出一些藥草去治病，並且告訴村民別將他們的病人拋棄在林裡。結果到最後只有少數人病亡。當局知道疫訊後，就前來替每個人施打疫苗。

我們非常幸運，村民們都相當地敬仰禪修的比丘。這也就是說，雖然完全棄遺了村莊，他們仍會在清晨四或五點左右躡手躡腳地備米供養鉢食。當我們出去托鉢時，他們就會現身供食，然後再衝回森林裡。

阿嘎安虐人懼怕天花的程度遠超過害怕週遭林裡的老虎；即便是鄰居、親戚也不相互交談。我問他們要到什麼時候才會再度交談，他們說這要花好一段時間，在雨安居後的隔年一或二月才會恢復。

藉此機會，我要對村民的仁惠表達由衷地感謝與珍惜。

如斯的福德與善行超越了生命本身，因為它們是未來與此刻世間苦難者的庇蔭。當我們受苦時，如果不憑靠自己的德業與過去的善行，那我們還能憑靠什麼？

安居期間我常去聆聽阿旃 行的開示，這也就是說我必須穿過阿嘎安虐村後再走三公里（這個村已經成爲廢墟，連隻狗也見不著）。我聽了阿旃 行的教誨後真的感到混亂。也許他是故意假裝要震撼我一下，還是只因爲他還不瞭解我的真正個性？那很難說。他說我的個性冥頑不馴，亦即固執、不願去認同別人。當他說的時候，我對著自己的心，檢視內心是怎樣

的狀態。

我真的對阿旃 行懷著最崇高的尊敬與景仰，所以我總是隨時準備好要接受他的教誨與指導。但是他爲何要這樣說我呢？然而他說我——不易認同他人——這的確是事實。我一直都是這樣的人，很難苟同任何不合邏輯與道理的事情。我的見解只依尋在與我的驗究細度相同的論說上，若是未經評量或欠缺憑據，我絕對不予認同；而這就是我（對此性格，我會在後文闡述更多）。

我坐著聆聽阿旃 行的開示，同時也檢視著自己的內在。同步地查驗自己，越加使我烈膽賁湧起來，猶如傾油滅火般。我好像是滑著回到寺裡，感覺身體如此輕飄是因爲我的心全投注在這點上。當晚我加倍地精進禪修，思維著：

在此，我已經竭力禪修到這般程度。然而爲何我無法辨識自己的染污，那絕對就在此際、存在心裡的染污，別人卻可以比我還早閱視、知道它們？這真是羞恥。阿旃 行跟我同樣是人，都是由父母所生、母乳哺育、斷奶後以匙餵養，然而他卻比我還能觀察到我內在的染污。就在這裡，就是今天，如果我無法徹察自己的染污，那我情願死掉算了。

當我專注禪修時，猶如無事發生一般。然而我的確檢測了阿旃 行對我的評語與他所採取的教策——如他所想的那樣——運用他的開示並做結論：

即使我不是他想像的那樣，我仍然能夠繼續地清淨自己，因爲到了最後，別人無法比自己還瞭解自己。

經此，我的心就漸漸地安詳、平靜下來。

我的猛然精進促使體液失衡 { 地水火風四大元素失調 }，讓我覺得必須躺下來休息。然而我卻無法入睡，因為當我想睡之際，我親身經歷了俗稱的鬼壓床。人人都知道這個現象，所以我就不予詳述。現在最重要的問題依然是有沒有壓床鬼，當晚我用許多方法找到了真相。

剛開始會感覺有個巨大朦朧的黑團逼近，然後壓著胸口，致使我無法呼吸。我幾乎使盡心力來恢復知覺。有些人則堅稱自己所殺的生靈會依住在拇指裡；所以睡時將手置於胸口就會讓這群鬼出來使人窒息。因此我從胸膛移開雙手，將它們展放在身側。但是它又回來再度使我窒息：耶！這到底是怎麼回事？會不會是因為我仰睡？於是我就轉身側睡，看看會怎樣，結果窒息感又來了。這次的窒壓力重到讓我覺得就要窒息死了。

我因此轉而專想那些有關死亡的事：

第一次發生時，我引導正念以使它緊密地覺照內心，順著正念來尋知死時真正所發生的事。於是我心存正念直到最後一刻，正念薄存之際。此時我有種感覺，就是若任由知覺昏迷下去，我就會死去。

此時的問題變成是，我是否應該放下，就讓死亡發生。我覺得現在內心十分潔純，如果放下一切而去，我也不會有所損失。然而我仍有種微妙的感覺在思維著：與其放下一切死去，還不如活著，能夠繼續利益他人。如果就因為我死了而不再繼續下去，那只會是我一己的潔聖利益而已，別人也不會知道這整個死亡的原因與狀況。若真如此，那我絕對是活著比較好。

23

於是我試著蠕動並移動手腳，直到恢復過來。

第二次發生時，我沒看到身影，而是一個相當巨大的黑團朦朧地接近我，現在我相當確定那不是鬼，而似乎是與風元素向上升騰有關。在嘗試移動手腳後，它就消失了。

而第三次再度發生時，強度好像就比以前減弱些。這比較像是半昏睡狀態，於是我決定起身。對於這類情形，讀者請注意你回醒時的狀況，那會有種頭重遲滯與倦怠的情形。若此刻你不在睡前服藥以調衡風大，它就會再度發生。就我而言，我總是發現最佳而且唯一的解藥就是嗅聞廣藿香丸劑。

之一 醒睡一處方

此時，我試著揭露並瞭解睡時所存在的狀況。通常我們並不會注意睡時的狀態，唯有在睡醒後我們才知道方纔睡過覺。

睡前時身心會處於疲倦、耗弱以及半睡的呆滯狀態，思考會變得比較短促，最後所有對念頭的覺知將會消退，然後迅速地進入所謂的睡眠狀態。

當我們帶著覺念對焦在睡前的最後一刻景況，就會發現此時只剩薄弱的意識。那幾乎很

24

難專注，因為此時的心毫無所緣，唯有一種微妙的覺照仍然存在，跟隨、顧看著此際升起的心之狀態，那就好像心掉進了潛意識一般。此時若不願入睡，我們就須致力將心專注於單一的物質或精神所緣上。這可被操縱、保持並接續我們的心念過程。鑑此，心將會轉為光明嶄新，免於一切疲倦與昏沉；而那也會帶來有益的效果，等於睡過四或五個小時一樣。

另一方面，如果想睡，我們只要捨下那最後的所緣，就會使我們輕鬆而舒適地睡去。這個方法特別好，因為我們只需花非常短的睡眠時間，不會浪費光陰。那不會延超過五或十分鐘。假使你真像我解說的那樣已經建立並集中正念，就可以確定你將不會睡超過五分鐘。

若你不想睡，只是想讓身心獲得休息，那就去找個合適的安靜地憩息。這可以是完全僻處也可以是居於人群中間。平躺，伸展開來，處於放鬆而舒適的狀態，身上沒有緊張的地方，然後放下萬緣，心只繫於一緣。這樣讓心空獨一陣後，再醒過來，你會覺得好像睡了四或五小時一樣。

說到睡這個字，心其實並沒有睡，而是讓身體休息，不去作動。即使是那些已經到達滅盡定的禪者，也不能說是進入睡眠狀態。這是禪者以覺念繫心於一緣的狀態。

這個所緣穩續地變得越趨圓善——和覺念與心相同——，直到所有的感受與心念完全停止，這是靠禪者的禪修功力得來的結果。覺念不再需要做任何事，所以就完全地隱退了。呼吸雖仍持續著，但它卻變得相當地精微圓善，使人很難辨說氣息是有或無。實際上它仍存在，但它不再從鼻根明現。我們可以拿來做比較，就是外在的呼吸，不足以吹動樹葉。然而沒有

人會堅稱說，若風不動就沒有空氣，否則世上所有的生物都會死了。

世尊稱此禪定為“進入滅盡定”，因為此時六根門的神經系統不受任何涉應，而這與睡眠狀態是不同的。睡覺時，很可能會有某事物侵擾六根，使我們立刻醒了過來。滅盡定需有充分的禪修與心理準備，以使技純功深。達到此境界後，會發生許多奇異的事情；而且也無法被人所傷——即使放火燒他也一樣。然在涅槃亡生後，色身就真的會分解。

禪者可運用先前的決擇力，使自己從滅盡定中退出來 {入定前，禪者對出定時間所預下的決定}。到了出定時間，呼吸會柔緩地漸次深粗，直到身體的一切功能恢復原狀。

滅盡定是一種專注的狀態 {禪、禪那、靜慮或思維修，完全繫心於一緣的定境}，並非涅槃；這是因為它的般若正見還不足，而驗究染污的根源必須有圓足的般若正見，即便是欲界或色界的眾生亦須要。這是以理解內觀與明瞭聖道的領域；所有禪定祇是鼓舞我們、協助道途順遂、強化能量的工具而已。

因此世尊終世前，先通過諸禪階後回返四禪，最後入滅在欲界與色界內。而內觀的基礎為四禪，解脫法的基礎為欲界與色界。疑問可能就會在此發生：

“那這樣，為什麼這位老僧要進滅盡定、諸四禪與趨入涅槃呢？他已經到達而且瞭解諸禪？”疑者可能會自答道：“難道沒有人會說這是自誇已經到達出世間的聖境嗎？”

“實際上，任何修至知覺及感受中止，到達道、果、涅槃，或滅盡定境界的人，不會自評為〈我〉已經達到、進入或處於此境界，這些只不過是對達到禪境的必備技法精熟罷了。

真將進入此境界的禪者，此時若仍懷有任何對〈我〉的假定與推測，那將會使他無法成功地進入此境界。”要不然，所有因善讀而知曉法與律的聰明人，可能全都一起去達證道、果、涅槃以及滅盡定；這樣全村，甚至整個國家都能這麼做了！

“這時若還在假定、公式化，那就不是在準備進入此境界了。唯有超越那些狀況後，才能去回想、系統化地溯尋成功的狀態與發展過程。一旦成就了，才可將這境界的種種予以系統化、展列起來。”解說這些事的人也未必事先具足這類經驗，因為教法已經落置，法的精義也已建立，只要盡己所知地闡釋即可。這麼做有時正確，有時也會出錯，可是如果都不去做，那佛陀的教法又怎能延續至今呢？

“即使有許多人專心地諦聽同樣的內容，他們仍會以相當不同的方式解讀所聽到的話，各有各的運作背景。尤其那些以同一方法修習至相同境界的禪者們，也會發現各自所採取的技法與創作力相當殊異。這就是為何自己親聞與身懷的佛法，竟是如此地令人感到驚異奇特，也很難達證之故。那麼，我們就別再吹毛求疵予以加責了！{這是作者謙禮地請讀者慈悲，莫責咎作者論述涅槃一事，讓人以為他好像在宣稱證悟般。}”

請宥諒我離題說到鬼域去了，現在我們再回到自傳上吧。

安居終了，阿旃 行帶領著我們行至傘砵村。我們經常群集去頂禮在村裡的阿旃 曼。路上，我向阿旃 行提及我最近的鬼壓床經驗與想法，他並無任何回應，依然保持相當緘默。但是當我們抵達後，他向阿旃 曼遞述此事；當時我坐得有點遠，並不知道他說了什麼——

27

我聽不到。我想這很可能全是無關緊要的事，與趨向聖道無關；因此他不會再追論下去，就像其他主題一樣。

聚集約近百位比丘沙彌前來頂禮長老與阿旃們，這在當時算是一件相當大的事情。結束後，阿旃 曼就帶著我與一位比丘、沙彌前往卡農勒村。這是阿旃 穩 (Ven. Ajahn Oon、阿旃 顧 (Ven. Ajahn Goo) 與阿旃 範 (Ven. Ajahn Fan) 的雨安居地。我們待在那兒三天，阿旃 曼向僧眾提起我醒睡的禪修經驗。每個人都沉默，沒有一句評語。這尤其是阿旃 穩，他之前曾與我論及這個特殊的主題，當時我還做不到。

這段期間，阿旃 曼住在傘砵林寺並每天開示。如果發現有人沮喪、優柔寡斷，或是患病，他就轉而說道：

“那麼，我們不該恐懼死亡，而是應去害怕導致我們死很多次的慾望(他是說，若你持續勇力堅決地禪修下去，心的澄淨就會使我們減少對死的恐懼)。”

……

十三 第五年雨安居 / 1927 再返拿長楠村

……

28

十四 第六年雨安居 / 1928 帕拿葩厚洞(Phra Nah Phak Hork Cave)

....,

家父來作陪前，我一直是獨自住在山洞裡，他過世後，我又再度獨居。能夠獨處的機會實在是稀少，因此我心中就決心盡力地將這件事做到最好：

“如同有人以花獻佛的方法一樣——願我的生命、身上的血肉，願我所承擔的職責與任務，願它們全都成為我對三寶的供養與布薩。”

經此決心，我以力量與決毅來增強禪修。我在心裡定置覺念，不讓任何雜念與想像使它支引出外。每件事物仍都還在內祥寧靜的境況裡，整天整夜；而覺念的繫置狀態在睡前與睡醒時都是相同的。

有時甚至在我入睡時，意識卻仍然清醒著，但我卻醒不過來。這要費點努力移動身體後，才能再次甦醒過來。據我的瞭解是，那個靜止的一緣繫心不准讓念頭往外傾移，所以它可以轉化為一點一點的痛苦。我那時想，智慧的唯一功能就是整肅外攀的心，使它回到止靜的狀態。

29

態。

因此我並沒有嘗試以驗究識察的方法來檢測身體與精神感受，所以就無法解知身體與精神方面的智慧。這些事都是相關相依的，所以當與任何的色塵或法塵接觸時，無法避免地，心就一定會受到擾亂。這使得止靜與安頓的心動搖擾亂，任隨染污影響。

於是我置身於行禪中，直到雙腳裂開滲血。整個安居期間我一直發著燒，可是我從未鬆懈於戮力禪修。與時地，我曾經讀過許多有關資深比丘行禪行到雙腳破裂的事蹟，但是我卻覺得這實在是難以置信。於是我推測在此所用的特殊字眼“破”，是表示它們的雙腳持續地重擊、碰撞一些硬物，而導致瘀傷。專心地沿著順暢而平坦的經行步道上走——有什麼好撞的？實際上，同一個巴利字詞可譯為“破”、“磨損”或“貫穿”。

一位比丘被描述為生病（或發熱病），有幾種原因：業果、季節、膽汁失調、外物撞擊，以及禪修。唯有如此我才知道，我這樣埋頭熱衷於努力禪修，是欠缺智慧的做法。但是在那兒並沒有一個合適的禪友可提供建議。智慧落缺，只靠膽大莽勇來奮鬥並不怎麼好，這就是我發燒病的原因。

雨安居結束，我折回那空葩農府去找我哥與阿旃 少，因為我與法友和阿旃們已經仳離了超過兩年的光景。自從阿旃 少、阿旃 曼與僧團離開沓抹縣後，我一直是僧團在那區裡僅剩的一位比丘。

....,

30

之二 關於隆嗲 通因

論及無關緊要的故事後，現在我要講些有重點的主題。隆嗲 通因 {嗲字源於泰僑之泉州話——爹，漸轉為泰語，意即年長者}原是來自疆臘府的疆溝舟侯村。他來沓抹縣經商，最後致富、成為那區知名的顯賈。他與其妻皆為虔誠的佛教徒，沓抹縣的居民因他的影響而知曉在家戒。他捐出一片果園來建寺，取名為安葩灣寺——芒果林寺——內含夫妻倆的名字：妻的安字與他的因字。兩者一位剃度成比丘，另一位則成為妹琪，歷經了三年雨安居。之後他生了某種病，使他的身體膨脹起來，只能躺臥在床。

每年隆嗲 通因的孩子們會一起供養積福以增強他的病癒機運。剛好我應邀前往參與儀式，雖然我從未注意過他。當時我的戒臘五年而他七年戒臘，長我兩年。

他告訴我他的狀況使他覺得自己好像已經死了。我答道：對死人來說，這是好的。他繼續說，他不在乎什麼，唯祇將他的心安置在聖道、四果與涅槃上。我告訴他這種渴望如果還在，那他一定還沒死，因為死人是不会有慾望的。因此他嚇了一跳，並且回應道：“如果我沒有任何渴望，那我應該做什麼？”我告訴他以“嘆偷”為唯一所緣來禪修。此時，我注意到樓下已經坐滿了出家人，所以我就迅速完成我的儀式並下樓讓別寺的僧眾繼續完成儀

31

式。

（一般說來，病況好些時，他會非常精勉地完成他的日課，做很多的課誦。這要花整整七天才完成一巡他的巴利經頌。當資深的禪師們如阿旃 曼與阿旃 少來訪時，他會出去見他們，而在離開之際，他會敦促其妻與子供養禮物與食物以積福。他說，這樣就夠了，不需再多奔忙什麼了，然而他的女兒還禪修得相當不錯。）

隔晨一早，有人請我去見隆嗲，他有事情要告訴我。我說只要再等一會兒，餐後我就去。一到那兒，他就迅速地告訴我他的奇特經歷：

“阿旃，昨晚我真的有種奇怪的經歷。一般公雞會叫：古咕故——固~~，但是昨晚的啼聲卻一點也不像那樣。他們叫著：你心歸——壹。（心專繫一緣至不亂的境地時，聲音可以轉變成這樣。）”

“阿旃”他又說，“壁蛤蚧 {狀似小鱷之大壁虎，可達成人之手臂長，華人則將之乾製為中藥}之前總是叫：啣給、啣給，可是昨晚它們說道：你身、老了”（這就是正在說法，只要語音類似的聲音，就能立刻變成傳法的工具）。我說他做對了，**繼續努力精進禪修，讓心全天都是這樣地基穩紮實。不讓心有一絲散念或疏忽後，就準備好可以亡命了。**

幾天後有居士請我快去看隆嗲，因為他就要還俗了。這到底發生了什麼事？他為什麼想還俗？正因為他的禪修變得不錯了嗎？我請居士立刻去告訴他，請他等我一下不要還俗，飯後我就去看他。他的茅棚有兩道欄杆，因此當我趕到那兒時，先開外門，而其中一位陪侍他

32

的男孩就替我打開內門。他一聽到我的到來，所有的不安就都一掃而空，‘猶如全摘除一樣’。

隆喙解釋所發生的事，說：“我向女兒提及我曾跟你說過的禪修經驗，然而這卻打擊了我——噢！不！——我犯了最壞的那種{波逸提罪}，向她吹誇我已經達到超凡的境界。我感到很焦慮、沮喪，我想我必須還俗。但我一聽到你來的聲音，所有的激動全都蒸散了，因此我現在不會還俗了。”

我向隆喙解釋道，這絕對不是宣稱達到超凡的境界，因為他並沒有自誇、想獲得或求取聲名的慾念，他只是爲了分享對佛法的瞭解而已，所以並沒犯戒。

之後，回想起我的阿旃們，我已經與他們分離了兩年。因此我向他辭別，前往那空葩農府拜訪阿旃 少。

……

十五 第七年雨安居 / 1929 納來村(Nah Sai Village)

雨安居到來，阿旃 少派我到納來村雨安居，阿旃 撲咪則待在納緝蘭村，這是爲因應兩地信眾的邀請之故。安居期間，雖然身體狀況不佳，我依然毫無沮喪鬆懈地戮力禪修，我

33

願意不惜犧牲生命將它奉獻給三寶。

這讓我想起自身與佛教在未來的威脅與險阻。我所屬的比丘戒律能否繼續維存？政局可能動盪，國家可能會被敵軍入侵，而我最後可能會被徵兵入役，如果不是這樣，國家可能也會被外國勢力控制。在這種局勢下，我怎能還會是名比丘？即使我還是比丘，局勢也不會有利於禪修跟持修戒律，那我又該怎麼辦？

“此刻我們有許多良能的禪師，但當他們年老、生病、死去後，在這禪修的路上，誰來指導、帶領僧團呢？世尊的法光將會漸漸黯淡下來。”

這般細慮使我的心理滿塞著悲愁沮喪，因爲我替佛教與我的未來感到悲哀；那真像是幾天後悲景就要發生一樣。我越是想，就越覺得孤獨無助。

在這當口，我轉而想著現在我的處境。目前的國勢政局尙稱良穩，禪師們還存在，我也從他們身上接受許多的訓練與教導。擁有這樣的機會，我覺得自己必須趕緊增長禪修才是。到最後，我就能夠徹知世尊的教法，並以自己爲皈依處。無論未來會發生什麼事，不管是自己或佛教會產生哪種阻礙，我也不會迷失。

雨安居後有消息稱，阿旃 行那群人與阿旃 瑪哈賓已經從烏波府回到倥良府，我想前去謁禮，所以我就向阿旃 少辭別啓程。

同年，政府正式宣佈禁止鬼神崇拜與其他動物靈或秘密教派的信仰，百姓們轉而被督促去皈依三寶。各府的地方政府因此動員阿旃 行與同群的比丘們協助綏靖惡靈與鬼神崇拜。

34

當我抵達時，發現我或多或少也涉入了此事。

十六 第八年雨安居 / 1930 與阿旃 瑪哈賓在帕克村 (Phra Kreur Village)

....,

此次回到鳩穠華顛村，我們落腳在抖奔湖邊的叢林裡。這期間有許多人前來受教修禪，包含很多的妹琪與八戒居士。有些人達到相當驚奇的結果，他們可以在寺裡禪坐而知道村裡兒孫們在鬥嘴互虐。那些能禪修的人，會修得相當地好；而一些無法禪修的人則會持戒，因為他們的朋友也這麼做了。

有天，其中一位比丘禪修時看到一個景象，內容是某個年輕妹琪朝他摸索而來，請求觸摸他的雙足 { 這會使雙方犯戒 }。我請那位妹琪來，並教導她必須覺察所有感官欲樂的禍害，因為那些是苦之因。我又指出，色身是無數個執取的主要成分。這終於使那位妹琪接受並明白這類狀況，雖然她一定感到疑惑，我究竟是怎麼知道的。

雨安居前，阿旃 行指派我去烹縣度安居，而阿旃 撲咪則在我原駐的抖奔湖這裡雨安

35

居。

十七 第九年雨安居 / 1931 烹縣(District of Phon)

我哥阿旃 給 (Ven. Gate) 前來與我一起雨安居。我對在家眾的教導仍持續如常，而我個人與同住的比丘沙彌們，也以穩進的腳步禪修。然而關於一個女巫的離奇事件真地發生了。她有十個或者更多的弟子，靠著四處治“病”維生。我勸告他放棄鬼神信仰，穩基在三寶裡。我指出她的鬼神信仰是根植在錯誤的見解上，且缺乏道德與福澤，然而皈依三寶真的是種福澤與圓滿，這種人可被視為具有正見的佛法信徒。

她答說，她所擁有的是好的，當她被靈附身時，可以依其指示找出埋藏的寶藏，或跳進一叢刺竹裡而不被割傷。我答道，那對信徒來說可能都算是很好，然而鬼靈卻從未教導信徒棄惡養善，或是持戒。唯一的指示就是要人供上一顆豬頭、一隻雞或鴨子。促成這種牲祭後，鬼靈也不食用。自己殺生供祭後，他們不吃，還須自行消食，這種殺生的責擔與惡果並非由鬼靈承負，而是全回到殺生者身上。這些鬼靈想以何種方式幫助我們？世尊最終入滅後，他並沒有轉生為鬼靈，他遺留教法導人棄惡養善，以應自身與他人的利益；僧伽則依循世尊

36

所制的道路傳播教法給我們，使我們獲知善惡德弊直到今日，而鬼靈的教法並非如此。

女巫於是下了決定，同意放棄鬼靈崇拜並皈依三寶。當晚她依我的指導禪修後，即產生令人驚異的結果。睡前她誦三皈依後禪坐，就看到一男一女兩個鬼童飄蕩在她屋梯下的腳力舂米碓把桿上，什麼也不說、不做。這個顯影生動得像是正發生在她眼前，然而她的眼睛卻是閉著坐禪。於是她確信鬼靈再也不能佔附她，三寶的蔭德與庇力真的很強。

她先生也是一位藥草巫醫，非常信服自己的魔力以至於不願認同或合掌向僧伽致敬。進寺前，他反而會先高舉著腳（很抱歉我這麼說）。經由嚴格地遵從他師父的教規，真的使他刀槍不入，別人可以砍或刺他，他卻不會有任何的痛苦或受傷。然而同一天夜裡，他無法入睡，當他一開始打盹，就會被嚇醒然後感到驚駭，好像有某種威脅正在靠近。因此隔早他就問他太太，去見阿旃時是否接受了什麼‘特別的’東西，因為他一整夜都無法入眠。女巫就證實說，阿旃真地給她‘特別的’東西，她也會帶他去見阿旃。到最後，兩老都放棄他們的巫道，皈依了三寶。

這就是當年安居期間發生的事。

十八 第十年雨安居 / 1932 非法的顯映與焦慮 疆臘府

37

(Korat)

....,

之一 非法的顯映與焦慮

當我在疆臘府的撒拉灣林寺規劃興建蔽所與禪修茅棚時，天氣實在熱得難以置信。雖然不喜歡炙熱的氣候，我還是緊咬著牙忍受，堅忍不輟地禪修。我已經善修正念到日夜沉著冷靜的狀態。有時心念會集中然後隨之入定數小時，然而這絕非生慧之道。我一直尋求自力與他助以矯正這種傾向好一段時間，之前從未成功，直到這次，我自己尋到了出路。這個方法就是去領悟心正集中、準備入定的那個時間點。那時覺念的狀態會變得不專注，並傾向於沉溺在安詳與禪悅的狀態；覺念降退後，心就集中而後進入禪定。我們要做的，就是去領悟那個覺念正在消退、將傾於沉溺在安詳境界的時間點上，抓準這一刻，迅速置念在較粗的所緣上，以較外在的方式專注並檢試心念。

不讓心集中，進而傾向於沉溺在安詳與禪悅的狀態，這個問題就會立刻獲得解決。只要讓心置於：預阻心的集聚，然後將心的檢試對焦在身體的一處。自初進森林禪修後，我一直

38

屈處於這種狀態，唯有這次我才能自行解決。如果量算一下，我費了超過十年的禪修才得來這個體解。即使如此，當色塵侵擾時，我的心還是會受到煽動，而那些從未體驗心的平和與禪悅的人，當色塵侵擾時該怎麼辦？

對於法與律方面，我有一些疑惑，認為：“道、果與涅槃的純聖——佛教的頂點與至極目標，可能再也不能到達了。所有剩下的那些可能只是達到止息的程度而已，而這仍屬於世俗的狀態。”然而，無視於心屈於酷熱的氣候，我依然持續望前禪修。

某天，我的心念以很奇特的方式集中——它全然集中在燦爛的光芒裡，純念唯一。那兒有個清明而精微的覺識，輝耀著那個燦點。當我轉以檢試或對焦在任何主題或佛法方面時——對法與律的所有搖惑與詰疑似乎全都消失了，猶如我已達到了一切法的最終點。然而我並未思及自己的那類事，反而全力投注在如何完純地清淨己心。進昇到這般境界了，現在要做什麼？我該如何繼續提昇？

我尋機詢問阿旃 行的建議時，他推薦我多集中心念禪觀在身體不純不美的部分。他告訴我對焦在那兒直到看到它衰敗腐朽，最後崩解為四大元素為止。此時我突然起了詰疑：“當然，心念已經放下色身、只剩下心念後，再以色身為禪觀的所緣不會過於粗糙嗎？”就這點，他真地發出很大的聲音，控指著我已經自誇達到超凡的境界了。

事實上我從未——自從我最初禪修開始——從未擅於檢試身體的厭污處，這是事實。在禪修裡，我總是直接對焦在心上。我推論，因為染污自心升起，如果心不向外攀緣受擾，而

仍穩置在平和的狀態裡，那世上一切事物都將處於純一的狀態。我的這些干擾雜音導致阿旃 行相當大聲的反應，這種回應顯示他的真正性格。那我該怎麼做？我靜待著維持一種‘自我滿足感’，思索他的觀點與我不合的原因。很明顯地，這方面祇剩阿旃 曼可供我諮詢、依歸。不久，阿旃 行軟化語氣，轉而問我現在想什麼。

我堅持立場說我仍然不認同。伴隨著適度的尊敬，我堅稱他不應認為我嚴重地自誇已達至聖的境界。我純心真誠地深崇我的老師們。我坦白揭露真實感受，在此表達這種意見，是因為我在繼續提昇的路上完全失措。我解釋說，這是我初次經驗心的這種狀態，我不知這樣是對或錯，或需要矯正，或是要如何繼續提昇。我適敬地說道，對我的老師我並沒有包藏任何憎恨，如果他對解決我不確定感的技法有任何進一步的建議，那麼出於慈悲，請他全都丟給我吧。

阿旃 行於是平撫並安慰我，建議我緩慢而穩確地提昇，因為這就是培展之道。嗯，當然那天我覺得心好像完全失去一切可依憑之物，猶如失去了對團體的所有繫連與執縛。阿旃 行的其中一個冀量是不讓僧團分裂，他要我們在那個府互助以傳播佛教。但是我一直有個期望——自從在倥良府與其他人聚集時——就是分離開來去尋求僻處，因為我很清楚自己的精進與必備的禪修技巧仍然薄弱低效。我一直試著想抽離開來，但總不想讓我的老師與同伴們產生我不喜歡他們的印象，然而我卻無法做到。直到安居期後，我就有自己的機會了。

十九 第十一年雨安居 / 1933 龍開府 {筆誤，應為烏東府} 杏抹縣 (Tah Bor) 的阿 喇訝窪席寺(Wat Araññavasee)

雨安居期時，我準備好要去清邁府找阿旃 曼。這段期間我仍運用在疆臘府撒拉灣林寺時相同的技法培養禪修。雖然在心中我堅定地以阿旃 曼為禪修精進的激勵，我的心似乎並不如往昔般地精純。安居期後我向阿旃 翁息（蘇美多比丘，隨後封稱：帕帖 席拉堪 賞翁）[Ven. Ornsee (Sumedho, later Phra Khru Silakan-sangvorn)] 述及我想去清邁追隨阿旃 曼的意願。我問他是否願與我同行，他如果願意，我們就應該訂下一些原則：

- 一 不抱怨路途中所遇到的艱難，例如旅途的困頓、食物或蔽所等等。若我們其中一人病倒，我們會盡力地協助對方——‘在一起直到盡頭’。
- 二 若其中一人思家念友——例如父母——，不應煽動或幫助另一位折返。
- 三 無論死亡是在何處或如何發生，我們必須堅決地面對它。

我告訴探 翁息，若他接受並同意遵守這三個原則，他就可以前往。然而如果他覺得不能遵從，那有關前行之事他甚至不應去想，違反原則前往只會導致事後後悔，而那也會使我受苦。他說他對這個安排感到欣喜，請求同行。此外還有一位白衣居士請求與我們同行。

我們乘馬達扁舟自寮國首都永珍市逆流上行到龍帕邦市 {古代北寮首都}。有時我們停駐

在河邊的村落，有時則宿營在沙洲上。溯旅途間，我們欽讚著湄公河兩岸的自然美景，伴隨著當地鮮冽的氣候，引人僻處獨隱之感，胸襟也滿塞著莫大的喜悅，且因旅人稀微而益顯倍增——他們全都睡去，只剩船長與他的一些船夫在附近。雖然一無村落，岸上風景卻有廣深的原始林包圍著，礁岩迸岸而出，野猴、葉猴等動物在樹間追逐嬉戲時，偶爾會做出令人驚嘆的跳躍，而船隻一近岸，牠們就會群集成團，向下凝望並審視我們。直至今日，此般景緻已屬難尋，然而溯思及此仍會喚起我僻處獨隱之感。

抵達龍帕邦市，我們請求容留在新建的買寺裡，此寺接近國王的皇宮。這兒豎有帕幫佛像，深為龍帕邦市民所景仰珍惜，並予以供奉。是日皇后也恰巧前來舉行重建本市柱基的儀式，因此我們有幸瞻禮市民的這些習俗與積福的儀典，但在此我不再加以細述。

儀典結束後，我們告別住持，過岸宿於農灑拉皎寺，本寺與龍帕邦市對望，座落在湄公河對岸的高丘上。我們留在那兒等著船溯行至清閒縣，泰國的清萊府。四夜後我們再度出發，又花了四夜。清閒溯旅與上次永安舟旅的遊程長度相等。在清閒憩留四或五夜後，我們由陸路行經清萊府與 幫府。

在 幫府我們駐錫在帕把打琶的公園裡，通往山寺的入道邊；就在這兒，跟隨我們的那位居士生病了。他沒發燒卻覺得虛脫耗弱，尿液濃紅到有如洗肉水般。我們離醫生太遠，唯有尋求自力並沿用世尊的藥。因此我們告訴他喝下自己的尿液，即使尿液顯得相當赭紅。於是他喝下剛排出仍溫熱的尿液後，就奇蹟似地發生效應了，不到十天他就回復如常。等他復原，

我們就出發步履三十五公里後，再半行半搭車地經過唹撲，最後抵達清邁。當我們抵達清邁市的階氏鑾寺後，我們詢問阿旃 曼的行蹤，但卻沒獲知多少；而更糟的是，一些僧眾卻以排斥輕視的語氣論及阿旃 曼。

之一 僧涯危機

對於即將提及的僧涯危機，在此我請求讀者們宥諒，你或可從中尋得某種獨特性。這讓我感到困窘尷尬，但若漏遺這段就會使本傳不夠完整。有次當我們還在清邁的階氏鑾寺時，我覺得身體狀況相當健康——從未有過這般地好，我推測可能是因為涼爽的氣候，那總令我感到舒朗。無論如何，我去拍了照好做紀念，兩天後，我自行回照相館領取相片。就在我拾起照片檢視時，一個女人——我不知道她是哪種人——從我後面走來，就要——以非常親密的行徑——索求一張照片，她的暗示性行為似乎有意調情煽動。一聽到她這種語調使我突感驚愕，因為我才剛來本市不久，誰也不認識。一看清狀況後，我立刻作了一個完全負面的回應，而她就遮著臉轉身逃去。

聽到這種言論並看到這種行徑的確是種相當大的修行課題。這讓我思慮起之前與女性較寬度的相處經驗，我曾多次經歷這類女性行為，然而我從不感興趣，因為我決心在世尊的法

43

與律裡過著出家的生活——視女人為梵志生活的威脅。這件新事喚起之前我生命裡的所有插曲。例如，曾有位我尊為虔信的女人，她也已不再年輕，我一如傳授別人那樣地指導她禪修。不久後她來告訴我，每當靠近我時，心中的悲愁就覺得好像消失了一樣。偶爾一大群僧眾來見我時，她仍會前來陪我們坐著一段很長的時間。當時我明白她的狀況，我試著教她禪修以糾正這種傾向，但卻沒成功，於是又採用恐嚇強迫的語氣使她氣我，這也無效。某日黃昏，她突然進入我的茅棚裡，毫不在乎我說阻止什麼，一入內就漠然地靜坐著。於是我喚她的親戚來拉她走，她就開始叫嚷起來。

隔晨經行時，她朝我闊步走來並停在近處，向我尖聲地說：“你為什麼要這樣教禪修？你教人們發瘋！無論禪師是誰，沒有人可以逃離慾望。”然後她就轉身離去；**那場景讓我感到十分地悲哀。**她親戚帶她去醫院給醫師檢查，卻沒什麼問題。隨後她就去曾密切親近的妹琪道場那兒住。三個月後她回來見我，那時她已經明瞭自己犯錯了。她懺悔地說，她誤判狀況以為我有某種神奇的符咒使她愛上了我，於是她請求我原諒。第一個事件就這樣結束了。

慈悲是我迷人的‘符咒’而我卻渾然不知。就解如，我這般地受眾人歡迎愛戴——無論男女老少——來剃度並與我待在森林裡，有些人更獲致相當好的禪修成果，無論自身或群內的其他人都可見其顯明的成果。但那些無法禪修的人，反而有機會去增加染污。

經好一段時間後才發生第二個事件。我在鄉區指導來自各地的居士們禪修；那全是源於仁心與真摯關照的善意，我也準備無視於任何個人的艱困以助人。有時我會教導到深夜——

44

持續到午夜或甚至凌晨三點。對那些目前尚無牽繫與婦責的年輕女性們，我更是感到憐憫。我讓她們去看因性別所受的壓力，去看如果她們保持純質的貞節，逝世後就會降生在更高的境界，或有機會剃度；對女性我曾有這種天真好笑的想法。有天我必須出去辦點事，有位妹琪前來請求與我同行，我不允許就出去辦事。隨後，她就陷入精神混亂的狀態且不發隻字半語，每當別人問她時，唯一的回應就是笑一下；幾天後我回來看到她的狀況，就試著以強迫性字眼來激憤她，想使她出離精神凝滯的狀態，但她還是繼續笑著。我嘗試運用一些佛教的方法來拉她出離迷境還是沒效，所以我喚人帶她回去與親戚同住。那時這事並不怎麼明顯地打擊到我，我純認為這些事全只是因性慾引起的。

總之，我繼續訓練地方居士們善行與佛法，基於慈悲與念於摯祝其福而力助之。我須經歷許多危及梵行的類似小事件，然而我並沒花太多注意在上面，也沒想到任何不幸的事會發生。這類事情讓我覺得相當地窘迫，就容我不再繼續細述這些事了。然而，我將道述危及我梵行生涯的事件，這是在我初出家時發生的。

若有空，偶爾我會帶著男孩去拜訪我的信眾，這常是在夜晚時分。某天夜裡，我上去進屋裡拜訪一位信徒，她一出來就關上我們身後的大門，那讓我大為驚愕。當時她正好獨居帶著一個小孩，總之我們就以一般人會有的方式開談各種事情。有件事她似乎總會問及，就是我想還俗與否。我們都屬直率而害羞的個性，因此我總只是說“不會”，然後很快地續談與精神層次相關的事情。這次也一樣，詢問普通問題後，她卻續談她的過往。她提及婚前曾與

45

一位比丘談戀愛，但後來他們並沒結婚，而這個婚約是經過安排的，雙方家屬咸認為是個好合。而事實則否，她也不知還能再相處多久。我只是坐著聆聽，假定她這樣信任我是因為我們是密友，沒有隱藏的意圖。

但她的舉動真像是怪異了起來，她逐漸向我移近，越來越近。油燈開始爍曳著即將滅去，我就告訴她挑剪一下燈蕊，但她只是微笑著，什麼也不做。我開始感到緊繃，某種慾望的內熱正在起升，夾雜著犯錯與被人知悉的強烈恐懼。即便是今日，那一刻我仍然難以解釋，猶如我完全呆滯了一樣。直到我思緒清楚些後，我就覺得她一定也是感受強烈，要不然——她的表情怎麼會像是失去了覺念般。

她再也無法忍受了，於是就出去取水喝，潑洗她的臉後再回房裡。這樣持續地來回多次，一次一次就坐得愈加地接近。此時我躁浮生起，完全迷醉起來，於是我開始躁急了，就告訴她我要回寺裡。但這並不容易，陪我來的男孩正癱背著牆熟睡。她請求我在屋裡過夜，早上再回寺裡，而那更增強我麻滯的感覺，夾襲著令人難以置信的臊羞。直到第二度要她去叫醒男孩後，她才答應。男孩醒來，我們就一起攀下屋梯，離開之際我仍覺得迷醉，也為自己感到羞恥，我也害怕寺裡的師兄弟與阿旃們會漸漸知道發生的事。午夜抵寺後，直到天亮我仍無法入睡，這顯示了所發生的事情與原因，然而我還是奇蹟似地逃離了那些險境。

所有述及的、能想起的往事，全被那位年輕女孩所激憶起，那位當天向我要照片的陌生人，她絕對給了我相當有力的說法好讓我聆聽。“哎呀！原來這是仍迷醉在世俗感官慾望的

46

女人，他們的詭計和方法啊。”因此，請容我在此向那位女孩表達極大的感謝，她讓我上了一堂課。關於她的事件來得相當直接，但後兩個事件會發生，是因為我低估了世俗的本質，或者說是因為我的本性導致。然而我仍願坦真地面對這類事，因為那是為何我願奉獻此生剃度出家的原因。我以卓越的真心奉獻此生，以皈依在佛陀的教法裡。然如果我不是這樣地坦真，缺乏福報和善業，且又不願獻身佛教——我可能早已經淪為烏鴉的餌食了。

一憶起逃離這種駭怕的情境，我的心裡就感到相當巨大而欣喜的釋然與滿足感，甚至隨後幾天，我的身體還在感動地顫抖著。爾後每當提及這些插曲時，那些相同的感受就會升起，而這種反應也一直持續了將近二十年。

我覺得相當窘迫，並不願率直地指陳女性為梵志生活的威脅——畢竟我的母親是女性，而我庇處的清涼法蔭，主要還是依賴女性的奉獻支持。佛陀時代的女居士毘舍佉人去優婆夷，是其中一位廣為人知的佛法之卓越信徒。但佛陀警告他的親近弟子們要慎護自己的梵志生命時，他主要還是在警醒他們要對異性保持戒心。

譬如世尊的最後教誨之一，他回覆阿難陀尊者關於他最終入滅無餘後，一位比丘要如何與女性相處：

“別看或聽她們，是良好且安全的；若有所接觸，別太接近或與之交談；若必須與之交談，你要確定已經顧看且約束好心念。”

對想培純心靈以超越諸苦的女眾，應禪思異性的危險，亦即男性，是滿足她們肉軀的對

象。觀及這種錯誤與危害，她們也將會減退熱欲。猶如鬱波羅槃尼柯長老尼 (the Elder Upalava.n.na Bhikkhunii) 的例子，她曾揭示說：

“我已經看到所有感官慾望的危害，每當感官慾望圍佔著心時，它就會遮闇矇瞎他們——一位父親甚至會與自己的女兒共枕。”

總結地說，對梵志聖命的劇險威脅主要來自俗世的性慾。然而我們不能避免異性，因為所有人類與動物都是經父母雙性生殖在這個感官世界裡，因此，無論我們做什麼都無法避免接觸異性。任何想超越一切性慾的人，必須先將性慾視為非常重要的禪觀對象；這尤其要運用在表幟著性慾標記的物質形體——異性身上。貪婪與性慾是存在每個人心裡的精神質素，當它們升起時，人就感受到想盯住攀取一個物質形體，而這個盯住的物質形體已準備好以各種方式呼應貪欲與渴望。例如，它可以經由下列方式呼應：色身、性特徵、外觀、輪廓、表徵、舉止、風度與談話。

因此異性或任何激起性愉悅的物體，皆可用來提昇識別度——人對一切性慾禍害所必須的辨識度。那些東西可被視為是種使自己從慾界中解脫的極大便利。若非如此，所有法與律，那世尊的告示與林僧的禪修方式——含括一切智慧的各種方法與技巧——將完全無有價值與裨益。

所有人——無論出家或在家——已經生在這個慾界裡，被迫去抗拒這類威脅與危險，即使並無最新的武器配備，他們的父母總會形塑給他們武器（拳頭）或肌力，使他們能掌握局

勢，而那些不想起而戰鬥的人就完全浪費誕生在此的生命。然而隱士與居士所採用的兵法與戰略其不同在於，隱士的戰役是爲了{最終的}勝利，但居士的劇鬥是爲了{俗世的}征服。而什麼都不做的人，則在世時就已經在衰敗自己了。

我一直在討論的這一切，是爲了裨益那些出家與須護衛梵志聖命的人。就是它形成了世尊教法的未來延續基礎。雖然女眾可以是比丘聖命的最大威脅，同樣地她們也是教法的最大利善。女性供給了世尊與所有聖弟子們誕生的形體，也供作禪觀對象以萌生對法的瞭解。

想著某些比丘故犯戒律而與俗世的慾染，即性慾和金錢有所牽扯，的確有失冒犯。然而該怎麼說這類比丘呢？他們離開家居生活來剃度時，不打算全棄舊有的那些嗎？即使是位仍完全耽溺在世樂五繩{五官欲樂}下的在家眾，顯現這種行爲在有道德節守的人面前，也會被視爲下流骯髒。

我已經帶離讀者前來穿過一座潛在危機的森林，而讓讀者開始覺得有些厭煩了，那現在就讓我再回述有關尋找阿旃 曼的事吧。

……

之三 旅客的惡兆

……

49

約在下午四點，我們抵達阿旃 曼的住處。阿旃正在經行，但一看到我們來，他就立刻認出我們並喚著我們的名，於是他停下經行，走過來坐在茅棚裡。我們放下肩上行囊，置於外面的地上，但他不准，堅持要我們將東西放在他茅棚的長廊上。置定之後，我們就進去頂禮他。探阿旃 曼開頭就詢問我們的近況，於是我尊敬地向他解釋道：

“此次我必須尋著探 阿旃的原因，是因為我需要您協助整頓我的禪修。我已經從僧團的其他人身上學到很多，但我確定唯有探 阿旃能替我解決這一切。”

於是我繼續向他詳述我的禪修與經驗，自最初的精進直到在疆臘府向阿旃 行稟及的那些事。這因而使他道述他是如何地教導弟子，並指薦我該怎樣評估他所教的那群弟子：

“任何依循我的禪法，直到精穩地建基在此的僧眾，將會進展得很好，至少他們也能自持而且修成。如果一位比丘不循此進展，那就會使他無法久續，最後退步或還俗。即使是我自己，若是擔負許多僧眾的責任與涉務，我也無法繼續發展禪修，也不會擅於探觀色身，而心也不會變得清澈明亮。”

“至於你的觀照，別讓心棄離了身體。心無論是顯得清澈或者更形明亮，莫使堅定觀照的心從身上撤退了。你可以檢視身體的穢惡，或視身爲元素的組合，或檢視它爲蘊集，或是三法印。其中任何方法都可運用，然而你一定要固定探觀在這裡面，包含身體的行住坐臥四姿。然而這並不是說，在觀照後你就可以停止了——無論心清澈與否，儘管繼續探觀下去。

50

當心完全且清楚地照見任何部分之際，所有外在的其他事物也會清楚顯明。”

他還告訴我，莫讓心進入有貪 { 一種想存在的慾望，使人再度轉生 }。

....,

二十 第十二年雨安居 / 1934 邪見 妹榜的熟茶茶園 / 禪修新法

....,

之一 邪見

....,

二十一 第十三年雨安居 / 1935 牡奢族村裡(補葩呀村)

....,

二十二 第十四年雨安居 / 1936 三人雨安居

返回與牡奢族相處讓我感到些許不適，因為他們與我比較親熟而非阿旃 曼，而且阿旃

51

曼也很難適應冷氣候，上來處於較冷的氣候裡使他的健康狀況相當不佳，所以他不會續留在此。但因他的心靈力量與戰鬥精神，使他能克服這種困阻，在那兒度過整個安居期。在此際，我的禪修運作得相當好，除了自身的禪修技巧外，我也擁有一些阿旃的技巧，還能隨時跟他學習。雨安居將至，阿旃派我下去帶探 翁息上來同住。我離去五夜留下阿旃獨處，而就在這個僻處時分，他抱著斷然堅毅的決心拚奮地禪修，終於達到了傑出的成果，他的病也同時消失了。

安居期內我們三人都很堅志地禪修，每個人都竭盡極限地戮力著。對於發生在我們任何人身上的事件，彼此心裡都互有共識，亦即無論事情與外在或解知佛法有關，全都要讓彼此知曉。就是今年安居，阿旃 曼預言他生命的終期，這在之後也精確地應驗了。有時在他禪修裡自動升起的影像與所知，會成為與他弟子們有關的預言，但他會附加地說，切莫盲信這類事情，因為這些有可能是錯的。對我來說，他訴說關於我的事，我都維持平衡的心態，因為我瞭解這類事涉及私己，件件各異。那些不能被視為真正禪修者的最終目標與目的，最終目標與目的應在於完全將染污根除。

這次安居期親睹阿旃 曼教我們使用靈敏與精明的工具，一如他獨特精湛的技巧，我之前從未見過他這麼作。我迅即將其教導全面地付諸實踐，如此迅速以致使他曾向每個人述稱：“這位探 帖真性急！ { 泰語：心焦熱 }”

阿旃 曼向我們坦白揭露他的真性情，我唯有感到幸運，得能在此教法的禪師下接受指

52

導，我想在任何其他時候也難見他以這種方法訓練他的弟子；所涉人員、地點與時間的適當因緣，再也無法像這般地具傳導性了。即使他可能祈福並鼓舞我承繼他的佛法，我也從未疏忽或自滿地接受它。我總是抱持著無論誰會怎麼說，事實就是事實，無人能逃離事實的真相。

……

之二 潛伏的傾向與染污 { 隨眠 }

我將述說的事使我感到相當羞赧，但在染污方面就更讓人感到恥辱。究竟是什麼事？那是當我離開探 蔘息獨處時所發生的事。某天我聽到虎吼後就感到非常恐慌以致使我顫抖起來，抖到我無法入睡，完全不能安頓我的禪修。一些地方上的人就幫我以槍聲或投擲火把驅離牠，但牠離開不久後又回來了。清晨村民去田裡工作時，偶爾會瞧見老虎趴伏在前頭的森林，而他們就會迅速逃離——雖然我從未聽說老虎曾經真地傷過任何人。

無論我如何試著禪坐都無效，那時我仍沒覺察到全是因我怕虎之故。我的身體全溼透了汗，於是我想“喂！到底發生了什麼事？我既然冷卻又流著汗。”我試著包上毯子卻看到我還是顫抖著。我覺得虛脫而無法在禪修上有所進展，於是我想躺下來稍事休息，舒解自己後再做進一步努力。就在此際，我聽到虎吼聲後，渾身開始顫抖起來，猶如得了瘧疾般。如此

53

我才明瞭全是因我怕虎嘯之故。

我坐起來重建覺念，止靜地繫心一緣，準備好犧牲性命。我尚未接受死亡嗎？那不是我住在這裡的原因嗎？老虎與人不都同是四大元素的構造嗎？死後不都是以相同的狀態結束嗎？誰吃了誰——是誰死了而誰還活著？當我願意放下，並以無畏且心智專一的方式來探觀後，我就再也沒聽到虎嘯聲了。往後當我聽到虎嘯聲時，心裡仍然不為所動。現在我僅視之為物質形象的回聲空氣所產生的聲音。即使自小我就有容易噁心、情緒十分緊繃的傾向，虎嘯聲引起我過去的某種狀態，使我不自覺地駭怕起來。

就是這些潛伏的染污 { 隨眠 } 埋藏在內心深處，十分棘手。若無意願放下對這些因緣和合之物的執取與攀附，想征服這些染污是不可能的。那須有所交換，將完全缺乏價值的東西換成對無死的體味——那祇能在心裡尋得。即便是世尊右手邊的舍利弗尊者，當他證得阿羅漢時，也棄離了這些執取之物，然而他的人格特質依然存在，不如全然覺悟的佛陀 { 滅除一切染污的阿羅漢仍可保有個性與人格特質，而圓滿十波羅蜜的佛陀則超越一切人格特質 }。

這段期間，當我無畏地奮力向前禪修時，產生一些不合意的禪相，這應該向讀者揭露，以使令人羞恥的一些染污傾向能夠暴顯出來。辨識這類染污的危害或可成為他們對未來約束的警戒。這個影像是一位中年婦女，對我我仍記得很清楚，是在約五、六年前的時候。她是我的信徒，充滿著信心與真摯的意念，我視她為一個好人，佛法的信徒，謙沖高雅且適合結交，可說是成為一位教法下真誠優婆夷的好榜樣。她的外貌相當平凡，或者說，我是這樣認

54

爲。我僅想起她是一位對我身爲一名僧人的善助——僧眾依賴信眾施捨維生，此外也沒多想什麼。

當影像出現在禪修時，她好像近坐在我右邊，狀似相當親近。當時我心裡自動升起一種感覺，猶如我們兩個已經親暱地住在一起數十年了，但心裡卻無含藏任何貪婪或慾念。我被此影像嚇到了，就退出禪修並檢視我的心，但卻檢測不著一絲對她的執取之感；況且，在之前的五、六年裡我從未想過她，那爲何我會有這種影像？更周密地探觀後，我逐漸瞭解到性慾其潛在染污之本質。它深潛在‘海床’裡，絕非怠忽者所能到達與瞭解的。

涵具智慧卻缺乏信念、力量與無畏堅忍的人，將無法尋得、遇見之。

涵具信念、力量與無畏堅忍卻缺乏智慧的人，將仍無法去除之。

涵具信念、力量、無畏堅忍以及智慧的人，再加上穩固不退地培養德質：這種人將可完全去除潛伏的傾向。

於是我進一步回想關於那些成功達到一切禪定，卻被色慾欺騙而重跌下來的禪者。他們視我所述及的影像爲真的、真正顯示他們在前生曾爲夫妻。這使他們升起了溫柔與情愛，性興奮和慾望，最後進展到猶如是自己的習慣般，而要去尋找那種‘影像’。於是就去與其見面，坦訴了不應揭露的事。兩條已經平行的金屬線若有金屬再靠得太近，就會無法抗拒地被吸引然後捲入。一有了接觸，這就是爲何有如此多禪者，尤其是僧眾——有時甚至是資深禪師——掉進了地獄。一看到這種影像，卻不加警戒且視之爲一種威脅與危險——以便武裝自

己來征服它——反而卻順從並湊和之，那實在是浪費！

世尊詳述人類與動物是如何誕生在這個世間，大家全都曾爲彼此的父母、兄弟姐妹和夫妻——在一世或其他世裡，甚或我們所食的家禽與豬肉也有可能是前生雙親的肉。我們仍有染污，所以易於死而再生，死而再度來生爲數不清的生命。但究竟是怎麼回事，只因升起一次魅誘的影像，人就被勾引而追隨它去。

魔羅，即染污，已經被暴顯出來、感到羞慚了，不過我還要提及另一個事件，這與一位年輕有魅力的女孩有關。她與她的父母親戚們都對我很崇敬，我試著在道德貞操方面予以忠告指導，尤其要她去見察女性所具的先天危險處境，並要她終身持守清淨戒，但最終的結果卻非如此。她以十分不幸的方式失去貞操，當她甦醒過來時，悔淚地崩潰了。剛好聽到這個消息後，我對一切這類輕信有著很深的消沉感。畢竟她崇敬我，但在我面前她卻感到羞恥，我只想著：“怎會走到這般地步？”看著她，我感覺她的外相是個人，但心理狀態卻是隻野獸。我越思及此，就越對此感到噁心，對她與這整個事件感到厭煩——幾乎到了作噁的極點。這種心的狀態一直維持好多年，每當我一憶起這個事件，噁心的感覺就會升起。那是如此強烈的虛脫感——我從未經歷過這麼深的感受——然而這絕不是正確的禪修方式，但從前全都已經發生過了。

總之，我慮及性慾的禍害，熟思其威猛嚴重的範疇。當它在任何人的潛藏個性裡出顯時，它將完全發洩其力量，毀滅受害者，無論是具道德節操或志德怠惰的人，或是達到最高禪定

的熟禪行者皆可能發生，唯一的例外就是世尊與阿羅漢。性慾完全缺乏仁慈體貼，猶如老虎撲向無抵抗力的小狗後，冷血地大肆朵頤般。這使我對那個女人懷著更多的感性與開放胸襟，她總是心存善意、希望做個好人，然而熱慾卻是如此具有強大破壞性，無視受害者是誰地朝他們猛撲。就是這個性慾，它應當被皆責而不可原諒，而這又增加我對那個女人的憐憫之情。

那些仍耽溺在性慾洪流深處的人，也一定會再誕生在欲界裡，而這個欲界是個培養精神價值 {波羅蜜} 之地；所有想在心路有所提昇的人，這裡就是他們征勝的戰場，但對惡徒來說，這裡就是他們的墳場。存在欲界裡，就會被賦予齊全的自然資源裝備，一切外在與內在之物都齊整無缺，而智者以諸種方式任運善用之。如果森林無樹，那要怎樣尋出藥草？倘若沒有醫生，光有這些藥草還是無用；假使有藥草和醫生，病人卻拒療或不服藥方，他的病仍然無法治癒。那些在欲界追尋並全神投入在感官欲樂之列裡的人，就叫做‘享樂主義者’；感染性慾之毒並理解其毒性的人，就稱為‘看見危險’；完全放棄性慾的人，則喚作從中‘解脫’。

回到從前待過的地方，我與探 蕪息互換居處。就在此時，我與老虎有了近距離接觸。某夜有隻老虎襲擊一隻水牛並在我茅棚邊噬食，我試著以敲擊竹筒並大聲喊叫以驅離牠，但牠卻絲毫不受影響。牠拒絕縱離獵物，成功地掠走並啖食之。這次我並不害怕，可是我也不敢離開茅棚過去幫助水牛，怕牠也會吞噬人。在那兒，當我們都花了充裕時間禪修後，我們就移到散落山間的其他牡奢族部落。花點時間向他們介紹佛法、激勵信心後，我們即下返砲

縣。旅覽清撈區後，我們就再回到妹汀縣。

二十三 第十五年雨安居 / 1937 妹汀縣(*Maer Dtaeng District*)的羣村(*Bahn Pong*)

羣村裡的小林寺是阿旃 曼曾經度安居之處，詔崑 帕 烏巴哩也曾待過一陣子。此村的居士相當聰穎且明曉佛法。本年雨安居有五位：阿旃 奔湯、鏗比丘、來自勒府的一位比丘（我忘了名字）、阿旃 湊和我。我是僧首，必須選用合適的禪修技巧向團體作開示，讓他們在未來能有堅固的基礎以培養各自的禪修。此刻阿旃 湊正在修苦行。然在此群內，我很難找到更佳的法友，夜夜幾乎都由我來開示，他們也願意靜下來專心地聽我禪導。總之，我也給予機會讓他們提出任何問題與障礙，或表達他們的觀點。此外，阿旃 湊與鏗比丘擁有他心通，若有人被某事困擾著，或是破了戒，他們兩位都可以探察出來。

僧團裡我最感遺憾的人是阿旃 奔湯（來自書蘭府），他出家多年卻仍然禪修得不怎麼

好。阿旃 湊與鏗比丘能跟視他的思路與所爲——那些絕不應耽溺的事。每當法友警醒他時，他就會準備好認錯，甚至向他們頂禮，即使戒臘較低的人也一樣。他在僧團面前感到困窘與羞赧乃源於錯過阿旃 曼——雖然他曾爲阿旃 行的門生。他真地願意傾聽阿旃 曼的開示，也相信自己的識見豐富到足以立即瞭解、觀透佛法。我不斷警告他切莫狂妄，而且來見聽阿旃 曼的開示時要謹慎。過度自負使他不免納受並否定了阿旃 曼。

雨安居後，阿旃 曼再度回來探視我們，阿旃 奔湯也得能聆聽開示。令人惋惜的是，這與他的預期剛好相反，他並不滿意阿旃 曼提供的禪法。之後，或許是因爲他感覺相當失望，就棄離僧團兀自行腳去了，但他不幸感染腦性瘧疾，阿旃 蓮找到他並載負他回到清邁，最後逝世在醫院，身旁無親戚或弟子照料他。留下來接受阿旃 曼的教導一段時日後，探 鏗與我就向他辭別，往妹登河上游溯沿以尋僻處之地。我們待在一處茶園附近的山區僻處，我讓探 鏗在山腳下的荒寺裡看顧行囊，獨自攀上山脊尋求適居地。恰巧有個女人漫步經過，附隨幾個調情的地方青年，探 鏗看到此狀後便隨之強烈興奮起來。我從山上下來就看到他的狀態，於是我試著勸告並建議各種方法去平息這種情緒，還是無效。

從最初他跟我一塊兒時，我就已經暗示有這種可能性。他曾告訴我一個的影像，那是在妹隨縣和阿旃 曼一起時經歷的。他說聽到我相當地鼓勵他，使得他希望見到我，然後影像是這樣子的：

一條從他那兒的路直通到我這兒來，他一路無阻地走到我茅棚梯下，然後他好像試著抓

梯子往上爬，爬向我——那似乎相當高聳。他向我頂禮三次後，我供他一整套袈裟但他卻拒絕接受。

景況似乎開始與他的影像相符，我也感覺好像我們的共鳴關係已達極限。早上用餐時，他對我無關緊要的事大發脾氣，但到了晚上，他來向我認錯。他提到前晚的經歷，當他看到挑情的女人後，就被慾望所征服，而接下來的整夜禪修卻一直未能成功，於是他就獨自離去行遊。約三個月後我們再度見面，我鼓勵他重新開始禪修：

“如果你有足夠的決心，那你仍然有可能成功，就請你做吧，再度嶄新開始。”

但他不同意這個忠告，之後我很遺憾地聽說他還俗了。他是個意念強烈的人，沒有半點折衷，但他也非常頑固，甚至阿旃 曼的開示也不全然能使他信服。出家前，他在家鄉曾是個‘難纏小子’，胸中毫無一個真正目標。他原來自他葩巒縣的南敢村。

六神通如他心通在普通人身上並非常見，而且也沒必要顯現在每位禪者身上。有些人無論他們的心靈精純到什麼程度，這些神通也不會產生；然而有些人在禪修時專注在瞬間或接近禪定時，神通就產生了。探 鏗擅於將心置於安詳狀態，並維持這種止靜狀態整天整夜。走動時看似相當平常，但他會覺得好像走在空中；然在其他時候他又感覺好像鑽進地下。雖然探 鏗並無從專注中抽離，但他卻缺乏探究三法印的智慧，因此他的神力祇屬於世俗的特性，從世俗定裡生起。別說是探 鏗，僅想提婆達多本人就好了，他也曾與阿奢門者世王子商議過要飛進皇宮的窗戶，可是到最後，他也喪失了這種能力。

....,

二十四 第十六年雨安居 / 1938 湄撲府靶桑縣的農魯村

....,

二十五 第十七至二十五年雨安居/ 1939~1947 龍開府 {筆誤，應為烏東府} 查抹縣的阿唎訝窪席寺

離開北部前，我去向阿旃 曼禮別，他是應聳德 帕 瑪哈威拉翁的請求，在清邁的階氏鑾寺度安居。我藉機再度延請他返回東北，雨安居前也曾延請過一次，他說他也收到詔崑 它嗎階氏的邀請函。實際上是我寫信給詔崑，建議他擬送這封邀請信的。經此之後，我聽出阿旃 曼可能返回東北的意願，當我再度請求返回一事時，他說等適當時機到了就會回去。

虔敬地道出自己的回途計劃後，我就辭離。我解釋說，我在北部已經待了很久，自覺無論發生什麼事，我都能自行照料。寫信告知詔崑 它嗎階氏這兒的狀況後，我就啓程。此次他們安排一個男童陪行，而探 翁席則仍留在阿旃 曼身邊。抵達龍開府 {筆誤，應為烏東府} 的查抹縣，我決意要他們被訓練成嚴格認真在禪修上，但試了三、四年的結果，他們卻只做到百分之三十或四十，之後甚至更少。因此我將更多的解門轉化融入在行門裡，併隨使僧眾全加入經課日誦，然後再練習有韻律的經誦。我們會按時完成背誦巴地摩，因此我就訓練出

61

許多優異的誦經好手。它產生的好處是這般地明顯，因此我就將之沿用至今。

一九四一年與一九四二年在阿唎訝窪席寺度過兩年安居期後，我讓護持的信眾在崗涯村西側蓋建一間小寺，現在已經成為永久性寺廟，持續有比丘沙彌在此度過每一期安居，如今此寺稱為匿嘍他啞席寺。此時，詔崑 它嗎階氏對禪修與阿旃 曼開始起了更多的興趣；事實上，當他仍是沙彌，在去曼谷研學前，就已經是阿旃 少與阿旃 曼的弟子，但當時他對禪修沒興趣。

我想可能是在波梯聳繡寺立戒壇的界碑儀式時，他開始與兩位阿旃親熟。他是如此地感興趣，以致總是問我有關他們的禪修方法、個性與特質，偶爾還會請我依據從中聽來的佛法作開示，當我詳述這些教法時，他會非常專心崇敬地靜聽。稍後，詔崑 它嗎階氏派遣阿旃 翁 它嗎塔嘍至清邁接請阿旃 曼回來，但沒得遂。阿旃 翁(Ven. Ajahn Oon)向他道述有關素食的修持(素食主義)，最後持素這議題引起僧團內的爭執不和。阿旃 曼說，從沒有一位阿羅漢會為食物和糞便起爭執，那現在為何這些人要這麼做。詔崑 它嗎階氏必須前往曼谷處理僧務，結束事務後，他直接前往清邁親邀。阿旃 曼於是說：“耶，這是.....，你帶一封巨信來了(意即親自來邀)。”

....,

有一天我作夢，探 給與我在森林裡行腳。我們來到一條溪流前，並開始沿溪床行走，

62

溪水不深，祇到腰際，但卻沒使袈裟浸濕。我注意到溪水十分清澈，想以手汲水漱口——我的牙齒也全漱出了口！乍醒後，我以為這全是真的，要在覺察牙齒後，我才曉得那只是夢一場。我從未真地相信夢的完全真實性，我以為夢是經由心的不經意活動下產生的，所以睡著後心就開始搖擺不定，並隨之被佔據；如果我們將心看顧好，就不會有夢。然而如果真在作夢，我們也會察覺夢境，雖然我們無法起身，因為身體仍是靜止著。當身體能再度移動並醒來後，心也不再是睡眠狀態。當心沒睡著但卻搖擺不定時，也會產生夢境。

當我拒絕相信夢境時，內眼（心）有個影像產生。如前所述，九月的滿月前我病了四或五日，此際正值傳統節日，考奔撒拉琶日 {安居結束前，村民進寺供養以為亡者積福之日}，我覺得狀況很糟，沒嘔吐卻站不起來；於是我躺下來闔上眼，當我再度睜眼後，發現我正凝視著天空，雲朵飄揚過日，那刺痛了我的眼，使我嘔吐。到了佛日我無法前去開示，所以他們反去邀請探 給。他開示一個半小時，聽眾皆感到十分奇異，想不到他能說得這麼久。翌晨我的症狀似乎已經復原了，於是我就被邀去與會。

....,

二十六 第二十六與二十七年雨安居 1948~1949 詹它舖哩府的沓切喇，考餒

....,

二十七 第二十八年雨安居 / 1950 滂阿府的薏洛

....,

二十八 第二十九至四十一年雨安居 所憂成真 普吉島

....,

二十九 第四十二年雨安居 / 1964 灑空那空府潘哪尼空縣的瞰洞

....,

三十 第四十三至五十年雨安居 峇碼汙

....,

延續留院治療使我的病情惡化，直到使我的呼吸道變得十分狹窄，我的聲音也減至幾乎聽不到的呢喃聲。醫生從肺裡抽出更多的液體後，我才稍感舒適些，但是長期的疲累感並沒獲得改善。因此我請求醫生容我出院，但他們要我再待久一點，而我做不到，所以在一九七一年的八月十五日我就請許離院。就是這段期間，我不再著迷於這個令人厭煩的身體：

‘身體這塊肉帶給自己與他人疾病與麻煩，而所耗用的一切，只是每天所嚥下的極少量

食物，那我今天最好都別吃了。’

……

鏤醫師與差哇哩醫師保持聯繫，並每日攜來藥物與我，使我的病情逐漸好轉。經過自我感測後，我曉得自己的死期還未到來，然而這對別人來說可能相反；有些算命家甚至還預測我在五日內必死無疑。歐威 給督形教授來訪時，我詢問他有關我返寺的意見，而他答道，越快越好。這實在令我感到驚喜，因為我已經決定若我將逝世，那麼以一位僧人來說，辭世在寺院裡會比較好、比較合宜些。金凱老闆僱了一架專機載我回去，而機場擠滿了僧眾與居士親自目送我歸返。

……

我一回到寺裡，健康狀況就穩定地好轉起來；而一些名顯受崇的訪客也前來探視我；然而我的安居期被截短了，因為我未能及時返回之故。當時我的患病帶給我禪修相當大的利益。在龍開府醫院之際，病況惡化到使我立即準備死亡。我已經決定要放下、不再執取什麼了。於是我指導自己：

‘你一定會在醫生的雙手下離開身體與疾病，就讓自己準備好死亡吧。’我集中心志，建立強效的覺念，並將心探究到完全清淨的狀態。隨後，我的心就顯得安詳寧靜，沒有任何

65

的干擾。

當醫師前來詢問我對身體狀況的感覺如何時，我會回答還好。金凱老闆帶我飛抵曼谷時，我仍持心不變，甚至遠達希利臘醫院、醫師詢問我的狀況時，我仍再次地說道：“跟以前一樣地好”；然而只看到外在的人之想法則剛好相反。滯留在醫院已經產生了效應，我開始感到疲累，日日夜夜似乎都顯得相當地漫長；因此我必須將心念帶回到最初的決心上，即不再執取、願意放下一切：

“我已經放下一切了，不是嗎？那我為何還要與那類事情有所牽扯，那全是他們的事，那必須依循各自的職責與計劃來進行。自己的死亡與他們一點也不相干，我們必須盡力地恪盡各自的職責。”放下的決心於是就安置在‘當下’此一佛法中，直到我無視是白天抑或黑夜的狀態，只剩下止靜的心之光耀，即心本身的光輝。然後，當我檢測身與心的狀態後就明瞭，它們還未到崩解死亡的時刻。但若我待在醫院裡，我就會持續遭遇到外在的感官印象，為使這些減少，我就須以定力與智慧保持不絕的關照。決不，我最好回去在我自己的戰場上（寺院）與它們戰鬥。如上所述，這就是我返回寺裡的原因。

……

三十一 第五十一至五十二年雨安居 建立汪哪墨寺

……

66

三十二 第五十三年雨安居 / 1975

建立倫辟尼寺

……

三十三 第五十四年雨安居 / 1976 海外弘法

此趟海外之旅是由關注海外弘法的一群人所支持、協助的，我要去拜訪，並鼓舞、激勵住在那兒的泰籍與外籍的僧眾。

這帶給我的愉悅想法是，雖然我已老邁，最近也已準備好要面對死亡，然而我竟準備要出國去，甚至還不知道他們的語言。此行實際上我對自己並不全然滿意，**因為有三件事我總是銘記在心，假使有人將前往任何特殊的地方或區域，他應當：**

一，知曉其語言；二，知曉其文化與傳統；三，知曉其生計。

這全是關乎人際間適當的社交談話與溝通。然若獨僅喪失語言這項條件，就會使其他兩項也幾乎落空。儘管如此，我仍可從熟習翻譯與溝通的那些人裡獲得充裕的協助，他們讓我能有極佳的瞭解，以致使語言藩籬盡消，幾乎不再是個問題。

我很清楚自己已經相當老邁、年齡已經很高，到處走動對我來說，已經不具任何吸引力

67

了，我已經客旅至相當廣遼之處，並且尋找一處臨終之地，例如峇碼沱這個真的適合辭世之地。

……

更重要的是，我很清楚地想過一切可能性。我年事已高，形象也已經十分普及了，所以我的任何小災、生病或辭世都會造成別人的苦痛。尤其那些提出最初邀請的人更會備受指責：‘帶我離開卻沒照料我。’即便如此，她依然努力不懈地致力邀請我，而其胞兄也賦與她一些支持力。她胞兄在西澳的柏斯港領導一個佛教協會，他也寄來一封邀請函請我去拜訪那裡的佛教徒。經適度思量後，對此我有了結論；我有三個接受邀請的好理由：

第一個理由是與印尼缺乏資深的僧眾有關。超過一億三千萬的人口裡，有一千萬的佛教徒處於回教徒與印度教徒之間。當有人向我提及此事時，那真讓我對他們升起了憐憫之情，而同時我也很高興聞知他們很喜歡禪修。（任何尊崇教主的信徒都須將心安置在祥和裡，並將焦點專注在神職人員身上。）

第二個理由與在波翁寺、僧王座下剃度的許多印尼與澳洲的僧眾有關。當年雨安居前，英語系國度出生的探 唐（唐納 瑞區 Donald Riches）錄製了我的開示與照片後，在澳洲公開發表。當他得知我與一行人將來造訪澳洲時，他接待我們的準備工作引起一些人相當興奮的企盼。有位資深泰僧探 晡呀哩 拍偷(Phra Bunyarit' Pa.n.dito)已經在那裡居住並教

68

授佛法。這位比丘已在澳洲做了許多宣揚佛教的工作，而且也鼓舞了許多人前來泰國剃度。

第三個理由是因爲我慮及佛教未來將會傳播至其他的許多國家，而這可能會跟隨基督教會的模式來傳教；然而泰僧在海外傳播的，可能只是佛教的表面。然若外國人前來泰國剃度，他們就有可能深入佛教的心木，而後就能親自去傳播真實的教法，因爲這是深入根本的唯一方法。一位（在僧王座下剃度的）印尼比丘來峇峇峇寺度過前一屆安居期（一九七六年），他的確是那種能夠傳揚佛教的比丘，而他就在印尼等著我去造訪。在斟酌這三個理由後，我決定：

‘無論採取何種方法，願將我的餘生貢獻在促進佛教的進步上。’

此一決定使我得以再增加此生的可能價值，爲佛教而放棄個人的舒適。事實上我已收過自曼谷的許多個人與團體之邀，去朝拜在印度的佛教聖地，他們會照料並因應我的一切需要，但我從未首肯。爲尋求前往的激因，我常試想著此旅的景況，但我的心總是對此不怎麼感興趣。

我思及印度曾爲佛教的誕生地，雖然我錯過及時誕生以與世尊相會的時機，也錯過佛教興盛的時代，聖地依然在那裡存在著；因此我應該去那兒禮敬，並從中獲得激勵、體解與悲憫。然而我的心對此還是興趣闕如，也許這種漠然是源於前生可能是位印度佛僧，而印度教徒正在迫抑佛僧與聖地之際。或許這是一種相當程度的創傷經驗，遏抑我於此生前往印度。那些擁有信仰與機會朝訪四聖地的人，將會獲得巨大的利益。對此，世尊向阿難陀尊者說道：

69

“當我入般涅槃後，這四處聖地將成爲眾生積福的巨源。”

我無福前往，因此我只能予以崇敬、讚揚。無論如何，我想藉此機會表述對印度人民的感激之情，因爲他們的領土是佛教的誕生地。

……

我只是一名老僧，而我誕生在一處缺乏教育機會的地方。偶爾我會受邀向高教育水平的人指導佛法，剛開始我會對此感到窘赧拮据，然而此舉符合不因社會地位與階層而歧視他人的佛教原則。

評估應根據正見與正命，當一個識廣者轉而爲惡時，他或她比識淺者爲惡時更易帶來衝突與麻煩給國家；一個做惡的無知者好過一個識廣者以其所知爲做惡的工具。人類的知識可能有限，但若用來培養善行，那將會帶給一切利益，下至與自己最近的群體，上至國家的層次。

如此思量使我對教導一事擁有更多的自信，曉得聽眾的教育程度若是越高，就越易瞭解我所說的佛法。世尊的法教指出其對事物本質的知曉，而這與科學的最新觀念相互符合。一位好的學者應當只去探研尋求與影響深遠且與重要的課題有關的知識，而這些課題有益於人類的生命。他們不應利用知識來提高自己的社會地位。例如今日的教師可以教導他們的學生，直至其達到高教育水平後，再回來傳授其他的老師們。此外，也有一些壞學生醜化老師瑣細

70

的錯誤，或與他們唱反調，最後驅使他們的教師掛職求去。他們利用教師的服務，融聚所得後，再以之驅迫他或她離職，甚至還認為此舉是榮耀的、值得佩服的事。因此這就成為資育腐敗與惡毒的時代，唯有導向衰敗一途。

之一 新加坡 / 首站

我們這群人包含探 史蒂芬、探 猜昌、差哇哩醫師與妹琪 莊。一九七六年十一月七日自曼谷啓程，當日抵達新加坡，一群接機的居士團帶領我們遊覽整個城市。新加坡是個小島，只有三十公里長，二十五公里寬，三百萬餘人口密居在主島與周圍的數小島上，一區區的公寓因此被築成十、二十甚至更多層，以便善用所有的可得空間。看到這一切高聳的公寓建築，我們可能會以為新加坡相當富裕，但實際上，他們與世界上的其他國家一樣，有著相當平凡的屋舍，其上覆以鍍錫或蓬草的屋頂，與我們家鄉一樣。

一旦所有人類擁有貪、嗔、癡的染污後，各種對比與相異性也將繼續存在。即使各國政府針對並致力於達到平等，這絕仍無法遂成，我還不知道有哪個國家成功過。利用共產思想的政權發出宣傳說：他們的人民富庶無憂且均等，那為何人民還要潛逃、脫離這所謂的希望之地？為什麼？這就是因為我們人類的染污非常深牢之故。

71

i.e., rather than the underlying problems being *class and capital*, they are *greed, aversion and delusion*.

世尊持續教導此事並說，我們應對眾生心懷慈悲憐憫，常願他們在相互和融下生活適如。人人都希望如此，但當要來實踐這個原則時，染污就狡猾地蒙蔽了我們，使人遺忘這個原則，再度掉進舊有的染污裡……

新加坡擁有寬廣的大道以充足供應交通需求，而且他們的司機也恪遵交通規則，他們不會自私地任性開車。在十字與交叉路口上沒有交通警察，僅祇豎立著交通號誌燈。道路被清掃乾淨，也無太多紊亂推擠的群眾。而店面則屏立著平面玻璃以防塵煙進入。除了高聳的公寓建築外，一般的屋舍也顯得井然有序，建築風格令人感覺爽悅新潮，屋舍間與道路旁則有蔭涼的植樹，這一切都令人感到舒暢、值得一覽。無論是座落於市中心或郊區的房舍，其間若有足夠的空間，就會被植栽成爲一座大小不等的開放公園，以供人們前往就坐歇息。海邊則會植樹並提供適量的停車處。他們喜歡植栽各種不同的花卉，當地的土壤肥沃，氣候也因頻雨而使花卉與灌木叢總是保持著鮮綠。

新加坡或許領土狹小、人口繁密，然而卻不缺叢林，即使是在市中心也有森林保留區。由於意識到自身的資源貧乏，使得他們特別善護這些資源。新加坡似乎比曼谷還要高過海平面，不易患水災，也較易保持潔淨；居民也相當有意識地尊崇法律與規章制度。

72

無論外在環境如何，我們都不能疏忽自身的狀況。我們穢污地出生，而隨後也持續地與內外的染污相互淺扯著。我們洗澡沖浴，不久之後又骯髒了，最後唯一的結局是，死亡的崩壞、腐敗。如果這是潛伏的景況，那我們要去哪裡才能找到一處乾淨的地方？唯有當群體裡的每個人同來相互瞭解真理後，這淨地才有可能尋得。他們必須依據各異的職責來互助，維持潔淨。我們每個人要如何護衛內在的潔淨呢？你可以從看顧、維護週遭的潔淨開始著手。任何希冀繁榮興盛的社會，需具足以下四項條件：

一，土地與地勢適於人居；二，制法的領導人與政客必須公平，對人民不能過於苛刻或放任；三，所有百姓共同維護尊崇本地的法律；四，官員廉直。

悅納此四項條件的社會將會繁盛，但若缺乏其中一項條件，則意味任何的繁榮興盛仍將會處於匱缺的狀態。

毫無疑問地，曼谷可以做得跟新加坡一樣乾淨；但因其所處之地並不甚佳，它位於海平面以下，所以誰都甬假裝說可以解決它的問題，像在報紙上的空論那樣。最佳的方式，就是維護我們生命與責任的純淨，請別對自己份內的事如此漠視、自私。對碎細的差錯而相互虐待的人，只會污化個人的行為，喪失所有的文化與圓善，猶如一個全然無知的人。在新加坡的十夜裡，每晚我都開示有關佛法與禪修的主題，而晤面時間也不會超過三小時，每夜約有二十至三十位前來接受禪訓。

佛法的教導真的祇不過是指出世俗生命的苦痛與缺點罷了。任何能見到世俗的有害本質

之人，也就是見到了佛法，因為世俗與佛法是相關、互聯的。每當我闡釋佛法時，世俗的問題總是在各方面被強調出來。這些問題放諸四海皆準，都可被歸為三類：

一，關於家庭和生計的問題；二，關於尋求激奮力的問題；三，關於克服、超越苦的問題。

發生第一類問題並不會讓人感到驚訝；一個世界誕生時，就表示也會有世界毀滅的問題。如果我們緊抓住某物，我們也必須能夠鬆手；除己之外，還有誰能來做這件事？除非有人能以道出解決問題的方法來幫助我們。

魚兒自己被勾起，是因為牠誤認釣客的偽餌為真餌之故。牠飢餓地猛咬著餌，但當他被魚鉤給勾住後，就再也沒有進食這回事，只有疼痛與受苦的份；這就是慾望如何導向痛苦的道理。我提供給你一種想法：徒勞無功。一旦被鉤子勾住，我們越是掙扎，就越痛得劇烈，而後就對自己的受苦充滿懊悔、遺憾，然而這全都是肇因於自己致命的錯誤。我們唯一能做的事，是等著那位幸運的釣客帶走我們，成為他的晚餐。

對於第二類問題，只要仍有希望與夢想，我們就會持續地奮鬥下去，直到試過各種方法卻都失敗後，才會停止。未經訓練的心之行為，就與剛捕到的的野生動物一樣。牠們越是壓踏、抓扒著地面，越會使束縛更加地堅固不破，最後終因疲累而停歇下來，知道自己被征服了。我們人類也是同樣的道理。當我們對所愛對象的期待失望時，心就不再繼續獲得滿足了。這是因為人知道心的歸向在哪裡，然後跑出去尋找外物以求取愉悅，而外物卻只能提供膚淺、

錯誤的幸福。

真正的幸福，是靜寧的心、沒有掙扎，這是發現真正幸福的人之經驗談。無論現在處於何種行爲或狀態中，牠們都將持續遵循幸福之道。任何缺乏這種認知的人，就不會去珍惜這一種可能，他們對此完全不解。

針對第三類問題，我教他們審思、覆慮前兩類問題，直到他們有所悟察爲止，沒有寧靜的心，各種幸福都只是暫時且錯誤的。因此我指導他們要勤勉地培育幸福，而且要繼續予以審析，直到精擅爲止。適應之後，他們就能隨心所欲了；爾後無論處於何種局勢，是苦或樂，自己都能隨順自如。

(Concerning the third issue, I taught them to review and go over the first two points until they perceived, that apart from the stilled heart, every other kind of happiness was temporary and false. I then instructed them to be diligent in cultivating and developing that happiness, and to continue their analysis until they became skilled. When adept, they would be able to abide as their heart wished, whatever conditions they were subjected to, for with this accomplishment one may abide in freedom either in happiness or pain.)

從新加坡人中聞知，他們富有道德觀。他們明瞭生於世間的危險，察知這種存在是不可靠且充滿蒙蔽。我不知道新加坡人爲何會對世尊的基本教法如此知豐。……當他們領受佛

法後，所有的舊信仰似乎全都消失了，唯有佛法真理的精華遍存著。他們顯現出對知法的喜悅與堅定心實在令人欽羨，令人驚奇地是，有些人似乎直覺地就想持守五戒並且禪坐，以使關乎人己的法見得以昇起。

之二 澳洲 / 與印度教領袖對話 / 要素 / 給瑪哈 灑埋的建議 / 澳洲的引思

十一月十七日我們飛離新加坡，抵達澳洲，入關站是柏斯市，然後再續往墨爾本、雪梨與坎培拉，這些都是大城市，有許多對佛教感興趣的人；只要有佛教協會的地方，他們就會邀請我去教導佛法。無論是泰、寮、緬甸、斯里蘭卡或白人，他們都會給我相當顯著的歡迎，我們這行人全都十分感激他們的協助。

與印度教領袖對話——在柏斯市時，一位灑哇彌 {印度語，即‘閣下’之意} 前來拜訪。灑哇彌是指一位印度教剃度僧，他們的穿著的衣款與顏色類似藏僧，而他形容自己爲印度喇嘛。印度教有許多教派，許多的神祇，人可以隨意地選擇想崇拜的那幾尊神祇，而祂們全都源自一位神祇（這位神祇沒有物質形體，而祂創造了這個世界）。

這位七十六歲灑哇彌已經出家四十五年，他在候客室等著我。當他見到我後就合掌示禮，

並做出一個友善的歡迎動作。我向他致候回禮，並建立相互親善的關係，因而使我得能詢問他的宗教與特殊的禪修方式。他說，他是一位教導印度教的灑哇彌領袖，他的家人也都是印度教徒。他是一位虔誠熱忱的印度教徒，年輕時即出家，也曾經去西藏尋訪北傳的藏僧。

另一位灑哇彌則是一位普通的在家眾，不像上一位那樣已經剃度，他已經八十一歲，但他整個面容滿溢著喜悅，他的外貌與立即的微笑使他看上去像是只有六十一歲。他已經在等著我了，當我一進來，他就如前一位灑哇彌一樣也合掌致意。他告訴我說，他一見到我，就感覺有股浩愛（依我們的語言習慣來說，應該是他有種極大的尊敬感）。道畢迎致詞後，我就先詢問他的宗教，一如對第一位灑哇彌所說的那樣。在詢問之前，我先向他致歉，但他說這並不須要，因為我們的法是相等的（他所指的意涵，現在就會予以解釋）。

他說，他並沒遵從任何一種宗教，因為：“這個世界只有一位神。”每一宗教的教法皆源自這位神（稱為帕滂），若人的行為是正確且良善的話，他就是與神接觸。他告訴我，他在印度向六位老師學習瑜珈道，學習到許多技巧。他提供一些瑜珈姿勢為例，如急促地控制呼吸的進出（這顯示佛陀時代已有的技巧，仍維存至今）。他獲得極多有關印度教的知識與能力，也放棄了一切（他沒有家人），而這就是印度教信徒視他為灑哇彌之因。

我們的對話處於和諧接納的狀態，在探 史蒂芬的翻譯下進行著。他們離去前，請求觸足頂禮以行祝福與祈願好運，（那使我感覺好像被提升為某種神一般！）此舉使我感到有些窘赧，因為他們是這樣地老邁、高貴與德善。因此我告訴他們無須頂禮我，因為我們相等的法

77

所給的祝福已經足夠了。離開時，他們不斷回身再三地合掌，清楚表達他們的敬意。

即使一位出家而另一位則否，但因為都是印度教徒之故，他們向神之道都是一樣的。我問他們達到神那兒的技術，他們的答案全都相同。第一位灑哇彌答道，緩慢地覆誦梵字‘唵’二至三遍，以召喚心內的神。他說：“心憶起神時，心裡會升起一些不同的形象，然後神會傳授有關對與錯的知識…… {原文省略}，為善棄惡，……有時只會出現一種聲音而無影像。”

（根據佛教的教義，此乃‘欲界禪’，見法即見我……法是偉大的導師，持續指引前進的正途，避免誤入歧途。）

“然後神就消失，留下空的狀態，而這就是達到了神聖的永恆。”

（這是色界禪，隱士阿羅邏與鬱陀伽所培養的境界，悉達多太子離開皇宮後，就是向他們學習。最後他看到如此依然是執取禪境，不能結束苦……唯有棄執善惡才能超越苦，因此他就離開，前去嘗試苦行。）

第二位未出家的灑哇彌也是這種說法，但他沒提及梵語，或許是因為他的教派之故，使他不願揭開。然而我真的認為，他與第一位同樣都使用梵字來禪修，因為他們都是屬於同一個教派。他簡述道，當人達到神那兒時，就會顯現為許多不同的形相，或是能教人的一個聲音，他並沒道出在影像與聲音消失後，會出現空的狀態，然後達到神聖的永恆。

78

精華——致力於各種宗教的你們是否已經尋得這種禪定與禪悅了呢？我所指的意思為何？好吧，因為我從沒機會學習佛教以外的宗教經典，那我就試著以自己的想法來解釋。他們說，雖然神身不可見，然而對祂的存在，人需要有堅定的信念。當對神有了信念後，人將會敞開心扉朝向祂，或心將傾向於歇息在神裡面，值此際時，神將會顯現給人看見，而北傳佛教也是與此相似。

在南傳佛教裡，世尊真地有一具身體，亦即迦毗羅衛國的悉達多太子。他剃度且過著無家的生活，並以極大的努力將所有心裡的染污與不淨廣泛地掃除一空，經圓滿一切波羅密而成佛。然而這不僅是一具悉達多太子成佛的色身而已，眾生對世尊所具的圓滿性深具信念與信任，他們會將之納入心中，或將心置於那些圓滿性，直到使心變得全然堅定地建立在繫心一緣裡。處在此狀態時，各種影像或聲音會產生，根據無形象的神之教義，這種狀態即是與神同在，祂會現身以教導人。佛教的教法，則維持著視之為一種影像的看法，即視之為源自禪修的禪相，而聲音則是佛法的啟蒙之聲。無形無相的法需經此方法來顯現，以應有色身的眾生之需。

總結地說，每個宗教或宗派教導人們遵守棄惡為善，或將心奉獻給神，每種宗教達到神境之道都是相同的，然當一種特殊宗教的信徒們不瞭解真理，錯誤的結論就會產生。他們會認為就因其他宗教的修行方式與其不同，所以是錯的，唯有他們的方法才是真的。他們自恃超群，並加以批判而激起事端，祇是為使他們更形突出以增加更多的追隨者。這並非法的良

師所教，而智者也會對這類想法抱持著懷疑的態度。對於禪相和進去與神接觸這兩者之間的關係，修行者應視之為值得探究之事。

對瑪哈 灑埋的建議——澳洲之旅期間，我不僅能教授對佛法有興趣的人，而且也能與其他的比丘們交換意見，尤其是瑪哈 灑埋，他被瑪哈嗎帖大學派來掌管雪梨的喃它啞錫寺。雖然他是來自寮國的窟芭灑人，但從小他就住在曼谷的撒拉芭吞寺，之後就剃度成沙彌、比丘，以及通過僧王寺、瑪哈嗎帖大學的巴利文五級檢定考。一九五九年他在烏東府的波梯聳繡寺教導佛學初機一年，然後就自願前往澳洲傳揚佛法，跟詔崑 肥哩訝的第二群僧團在那兒留住兩年，而他也是首位在新建的喃它啞錫寺居住的比丘。在撰寫此傳時 {一九七六年}，他已有十三年的戒臘，並且是位謙和、可資典範尊敬的比丘。

瑪哈 灑埋可被視為泰國僧團傳揚佛教至澳洲的一個呈現，因為從未有南傳比丘在澳洲住過，地方百姓基本上都是基督徒，所以這是在此的第一所佛寺。今日世界的人們，其教育水準很高，尤其是主以研究事物真相的科學。基督教教人要依賴信念，不准批判性地分析人所信仰的教法，這違反了現代科學的原則，甚至曾有位教皇還懲治一位分析指出地球圓體系統的科學家。然而最後的每個人，包括後來的幾任教皇都採用此理論直至今日。

佛教教法賦予完全自由探究一切，甚至教法本身亦然。這是因為佛教原則的根基遠高於那些科學之故。法不祇可檢測、分析物質之物，也能偵測出隱藏在精神現象裡的真理。觀照

入裡後，所曉悟的真理祇運用在祥和與自他的利益上，沒有對任何人產生禍害。有些人可利用它來出離世間，例如佛陀與諸位阿羅漢。

真是可惜，現代人雖然接受了高等教育，多數人卻只視之為一種完成學業的過程，已經獲得足夠的程度了。有些人甚至不會去想那形成課程主材的教科書，其實是源自某人內在的瞭解，而這種瞭解比書內所能讀到的東西還要多。他們的學習並非經由他們自行的瞭解，因為真正的知識祇能源自於個人經驗。佛教的教法稱之為‘自知’，即清楚地見及或知曉自身。它的產生，是來自經過已培育的心之力量，而這個心已經達到止靜安寧的狀態，並導致內觀與自我改革的結果，這是一種真實的轉變——從舊有本質轉變為符合佛教聖諦的真實狀態。

任何想專致於清楚內觀到佛教真理的人，就必需融合學習與修行，單只有一項是不夠的。在教育進步的今日，每個人都必須以此兩種來訓練自己，方能傳揚佛教。倘若有任何匱缺，結果將不會向期待中的那麼好。我對瑪哈 灑埋的進一步建議是，他應該傳揚這一整包法囊。我的意思是除了完全遵守戒律之外，因為我們這團人數稀少，無法開課授學與人，但至少其他的職責與禪修亦應持續不輟，例如苦行——包括出外托鉢，而這也可減少對廚食的開銷。

佛教的傳播需要解行並修，這樣紮根才能耐久。瑪哈 灑埋與其他僧眾都認同我所有的建議，決定未來要實踐此一計劃。我告訴瑪哈 灑埋說，與海外傳教有關的三個最普遍批評是：

一，比丘不工作卻利用居士團求取物資；二，不像其他宗教或宗派，南傳比丘自私自利，

祇關心他們自己，卻不幫助其他有需要或身陷苦痛的人；三，南傳比丘雖然戒殺生，卻仍在食肉。

任何出去傳教的人都一定會遭遇到這類批評。所以我建議他應先備妥合適的答覆與解釋，然後就能立即回答這類批評。而更危險的是，傳教者不熟悉當地的習俗與作風，在與居民互動時可能會有所冒犯，進而導致氣餒失望，或是渾然忘我地被引誘去追尋入境隨俗化的樂趣。

澳洲的引思——我們都知道澳洲的歷史，它曾是一片野荒地，其上住著未開化的民族……，以及英國人將罪犯與歹徒流放至此地……。澳洲被賦予許多的自然礦藏，以及遼闊的幅員，雖然人口僅有一千三百萬……在坐享繁榮的同時，他們也嘗試想更進一步求發展。

回來近觀我們在泰國的天使之城，如果進城去，我們看不到一位天使，因為街道上擠滿了懶人。人們還未開化，他們甚至也不知道開化是什麼意思。他們誤以為做完某事後，將來就不需要再工作了。當孩子仍是青少年時，他們會感到快樂，唯有等到年老之際他們才會明瞭，這祇不過是邁向衰老之路的其中一個階段。

原料從某處取走，被移去建築計劃優良、吸引人的城市，以及其交通系統；這祇是顯示出物質是如何從此處被移去增展彼處罷了。因為食物使我們得以漸趨成長，但這也與摧毀其他動植物的生命有關。向前邁進時，我們祇慮及達到我們的目的，卻從沒想過我們的起源與

根據被一步步地離遠了。莫只是以前眼向前望，我們同時也要以慧眼往後看。真理將會使我們免於疏忽與貪慾，帶我們到世尊教法的聖諦裡讓我們親睹。

之三 印尼 / 我的觀點

我們從澳洲飛回新加坡，而後在一九七六年十二月二十四日抵達印尼。我認識的人似乎都在那兒——詔崑 書威拉煙、帕帖 它嗎通聳靶、帕 蘇它麼、帕 阿咖巴嘍與帕 客咪優，他們與當地佛教社團的成員都在雅加達機場等著我，而我也有機會去參訪其他地方，如：班東、鳩佳喀拉、門都、三碼啣、書臘巴極與巴里等。

我參訪了佛教社團與道場，那些是從泰國至此傳教的僧眾所建立的。詔崑 緹吞它嗎烹是這個組織的主席，他建立了許多寺院，包含在門都佛塔旁的曼棲瑪撒撒哪翁寺，還有在芭杜、嗎啣、書臘巴極三地的湯嗎替巴藍寺。我愉悅地參觀每一個景點，也注意到當地的佛教徒無論男女老少，都會每晚前來誦經禮拜，隨後就會有一位比丘開示，並指導他們禪修。

我的觀點——環遊印尼時，我見訪一些混和宗教性的聖地與建築，於此我不禁感到悲傷，並回想著泰國的現況。沒有人能否定這些遺跡與聖地的巨大價值，祇要去印尼看看即可；所

83

有的比丘與經典都已經消失殆盡，我們甚至說不出這是何時發生的事，然而無論如何，這些聖地仍存在著，以誌念佛教徒。

回思我們擁有鉅量豐饒的宗教資源與聖地，數量繁多更勝於印尼。無論印尼有多少令人驚嘆的山巒，也無法和我們的廟堂與戒壇相較，世界上再也沒有其他地方像這些建築這麼令人激賞、有價值了。我十分確定只要泰國人來學習並真正瞭解佛教，他們正確的修行將不會讓其他教派與思想來傾覆、毀滅泰國的佛教。

在整個旅訪印尼期間，詔崑 書威拉煙、帕帖 它嗎通聳靶、探 蘇它麼等人照料我們，並當我們的嚮導。雖然詔崑 緹吞它嗎烹辭往曼谷，我也很清楚地可以看出，他對此地的極大尊崇；因為只要提到他的名字，即使是小孩也知道他，這使我相信他為教法所做的努力與犧牲。職是之故，他也成為現任僧王的重要資財。泰國僧團在海外傳教已經過了許多世紀，自大城王朝 { 阿猶他雅王朝，一五六九~一七六七，被緬軍入侵的前泰國首都 } 的詔崑帕 烏巴哩帶領十五位比丘前往斯里蘭卡復興佛教以來，在印尼當地的努力算是最有效力與成果的。祇有這麼少的僧眾真是令人感到窘迫，他們是佛教與國際社團的大福報，因為現今他們是多麼地受人需要。‘供與者擁有被需要之物時，難道不應該給予有需要的人嗎？’ 或者說，成千上萬的泰國僧伽，難道就這麼無力付出任何東西給他們嗎？

此時的一些印尼人再度從佛教中尋得激勵，……完全致力於此，……即使僧團一直無法前往拜訪，居士們也會自行組成佛教社團，我們可以確信佛教復興將延續至未來……以應

84

驗那五百年前的傳說。願所有令人尊敬、價斐的僧眾散播慈悲與印尼，以對佛教致上敬意，並憶起世尊的大悲。

之四 旅外有感

澳洲、印尼與經過三次的新加坡，在旅覽這些不同的國家後，我們於一九七七年一月二十四日返抵曼谷。我們已經出境超過兩個月，雖然這似乎是個短暫的時期，我仍肯定它比我所期待的還要有價值。為數眾多的新加坡與澳洲人對錫法有著真摯的興趣。這在印尼的情況最為明顯，由於熱忱與真摯使他們越趨追隨我所能給予的教法，自行前往親睹此狀後，我不禁升起對他們的憐憫之情；即使他們的老師很少，他們仍準備要繼續修行下去。我已經撰寫有關這些教導在‘海外人士之法疑與答覆’此書中；而針對此旅更詳盡的描述則撰為‘旅外報告’此書，任何有興趣的讀者可自行翻閱{泰文版}。

榴槤果有著尖刺的厚殼以保護其果肉，想食用的人必須小心翻找凸殼尖的凹縫處，然後再沿縫撥開它。你可能曾經分享過這種上選水果，並且知道它的美味。世上有何物在各方面都呈現無瑕地良善且正確的？這就與獲取榴槤好的部分那種藝術一樣，智者知曉如何修行，以及怎樣訓練自己以培養無暇的美德。

85

在人類的種種性別、年齡層、種族及語言中，甚至延及動物的國度裡，你找不到有誰會宣稱他們不渴望幸福、不憎恨受苦的。這是因為所有世上的有情眾生都在掙求一條路以出離己所不願的痛苦，並達到他們所願的幸福狀態。有時這種掙求，在採取發展與進步時會很明顯。即使這種發展看來似乎是種合乎邏輯的進步，然而在適當的檢驗後，我們會發現這純只是單方面的進步，另一方面卻在退化衰落中。受苦經驗是進步發展之路的巨大價值（那賦予促使眾生必須更聰慧以存活的誘因）；但同時，人們卻以多種方式將更多的騷亂與苦痛帶進這個世界。

除了早上坐船划過湄公河去寮國托鉢後，再回寺裡以外，我從未出過國。我已經是一隻腳跨進墳墓裡的人，卻仍和人去參加海外旅行團。我不能說，自己去看到了什麼令人興奮的東西，而是該說，去看各國的人民與動物是怎樣生活的。所見狀況，除了各地的地方偏好有些不同之外，主體上與我所知的泰國與寮國模樣相同。一切都只有相同的一個基本主題，即憎恨受苦，並力求克服它。

所以情況就是，並非我們或任何其他的眾生希望受苦，而是我們生來就被這兩個條件所包圍著，因此我們必須思慮，應如何經由以下我將闡釋的這三項來維繫生命。我們每一人都必須活在正確、道德與佛法之下。對此誤解並誤入歧途的結果，將不需承擔無法獲得自己與他人幸福的後果，也會加倍自己與他人的痛苦。無論是具影響力、聰慧或識廣，不管是富或貧，一論及佛法的美德與其道德約束時，他們都會提出同樣的藉口：“我這麼做是因為社

86

會壓力，也就是他人對我的期待。”承認社會腐敗的事實，並開始質疑自己在裡面所扮演的角色，我們每個人為何不能去協助撥亂反正？我們為何不能反對壞的影響，去培養好的、有益的社會？

家庭、社會、生計，假使這三方面依尋世尊為在家眾所制的佛法原則來發展，那這三方面將會在和諧有序的狀況下順利地進步。缺乏調和將會使人的生活方式變得沒有價值，而且只會帶來衝突。就是那具美德的佛法帶領世界走向幸福的。任何國家、主義、體系的發展，無論是物質抑或是行政上的進步，若缺乏佛法的美德，都將不會帶來心的完全幸福。佛法需要每個人從惡行中抽離出來，而且還要對肇始敗行感到畏懼。這是對家庭、社會、提昇生活水平，以及整個國家真正且至高的進步。

……

三十四 第五十五與五十六年雨安居

……

三十五 第五十七年雨安居至今 / 佛教的美德與優點 在峇碼汴寺二十七年

……

當衣食住藥四事便得奢侈過裕之時，那將是初學禪者的障礙。一個非常富裕的寺院則易於引起糾紛不合，而對法的修習也不會像應該進展的那樣進步。那就有如今日過度富裕的世界般，對整個社團產生威脅；領導人與官員也變得貪污、欺詐公眾與政府，掠奪國產並分贓，當覺得利益分配不均時，論戰就會在他們之間升起。任何擋路且有影響力的商人或百姓都會被殺，因而產生無數的死亡事件。這就是為何世尊云：“權力與影響力摧毀智慧低劣之人。”

……

佛教的美德與優點——回憶起過去的老師與偉大禪師們，世尊是最佳的範例，也想著他們是如何善誘、指導佛法。我所升起的一個想法就是，我自己也在一步步地規劃著導引此一發展，我不浪費此世生而為人了；尤其是我剃度成為佛僧，而且也已經克盡了己責。每當人們頂禮我或供養我時，我總是想：‘他們在敬仰什麼？他們與我完全相同，都是地水火風的聚集。他們一定是在尊敬著黃袈裟，那是阿羅漢的象徵與標誌。宗教就是被這種信念所維繫著，即使自己的內心並非徹底認真，然而他們卻信任所傳遞下來的法。’

我對佛教的美德與優點十分覺察。自剃度出家以來，我一直被持續地支持、教養成為一位良好有德的人，教法從未讓我去做絲毫不善的行為。即使如此，我們卻總是不願、頑抗接受它，繼續我們的惡行。我們的住所、寢處，我們的睡墊、枕頭、蚊帳、所吃的食物，每日

在此拿來使用的，這整堆都是屬於佛陀的教法。治療一切疾病使我們復癒的醫藥，是源自於虔信的佛教信眾無私的捐獻。

初度為僧時，我們完全依賴這件黃袈裟，那是聖者的象徵，也是戒師與諸位阿旃們授與我們的（戒師與阿旃祇是教法的代表，因為他們無一例外地全都皈依在三寶裡）。當人接受了這件無可匹敵的衣服時，人們就會躬身禮敬，並供以大量的食物，我能延存至今是因為這個教法之故。佛教帶來無限無數的美德與祝福給我個人，以及在世上的我們每一人。

來到這個我從前曾造訪的地方生活，我已經善盡了我所能做的一切，不顧身體健康與否地建造一座兼顧耐久的基礎予佛教。現在我老了，已經沒有足夠的力量可用在建築計劃上，而在家信徒仍振奮地贊建將來為我而設的建築。剩餘的資源則被分享給其他的寺廟。我從未成為磚塊、水泥與木頭的奴隸，因為我知道這些物質祇不過是外在之物。無論如何地美觀與時髦的設計，不管它價值幾百萬，倘若我們的行為不道德，他們都將是空洞、完全沒有意義的東西。

佛教真正的核心或方寸並不在於物質，而在於個人的行為，這一直是我的指導原則。出家一直都被稱為捨，或棄離，是因為放棄所有形式的感官慾望之故。依尋世尊的四聖諦此教法來致力於訓練自己，以便逃離所有苦的人，不應讓自己埋葬在一堆磚塊與灰泥裡。

……

即便是一毛錢，我也從未出去尋求過，但資金卻從各處滾了進來，我已經像是中央儲蓄銀行，那些信眾想將資金直接用在對佛教最有利的地方。……若缺乏紀錄，管理這些資金就會顯得困難，……然而我卻可以流暢地予以管理。……累積足數的金額以供一個計劃的基金之用，……來完成工程，然後耗除這筆總金額。任何處理這類金額管理的僧眾，需要徹底地確定自己的能力與廉正，否則就不應干涉此事。倘若有人違反此原則，那就會毀壞他人所高度景仰的佛教，也將會導致一個人的滅亡，到處都有這種例子。這個M {金錢} 可以變得相當地致命，它已經摧毀了很多人。

單只是針對佛教的利益及一般的善行，而不夾雜自私的利益，這就會是一個很大的成果；然若擔負任何自私的動機，則將帶來不幸的結果。在運作佛教的計劃時，如果想從中為己獲得什麼的話，那將會是一個相當大的破壞，尤其是對僧眾而言。置身於這類建築工事後，這些計劃似乎將他們佔據了，然後就將所有的內在精神工作與戒律全都給遺棄了。他們建築了外在，卻無法建蓋自己的內在，因此導致了極大的衰微。

三十六 總結

……

之一 雙親的祝福與裨益

我們相信一起誕生在這個世界裡，我們都互欠彼此福報及利益。孩子受惠於父母，而父母則對他們的孩子負有新的責任。無須去想即知，每個成員都虧欠其他人的債。然而讓一個人想起親債的範圍，根據其對親債的知解將可使他得能據之以償債，有些人多，有些人則少。經由行動來實踐這種形式的債務，並不是經由他人的逼迫才去做，因此也就沒有人可以代勞。

一些人以無數不同的方式來認識親債；他們回想著，從最初至今日，他們總是以各種方式的愛與溫慈來關懷自己。譬如，必須依靠父母來學坐、躺、站、行走以及說話，種種的一切。當父母生他們的氣，並掌摑或驅趕他們時，父母也會有些牽礙，想到‘這是我的孩子’，有時他們也下不了手處罰。

親必愛子是一切眾生的自然本性，這也包含動物在內。他們不加思索、不知為何，或是沒想過要從中獲得什麼地付出親愛，而孩子也以同樣的方式回報。然而動物的親子關係卻是短暫的，且祇在下一代尚幼小時，等他們長大後，這些全都消失了。人類的愛與親情沒有止盡，這延續至死之際，甚至更久。不瞭解父母的良善與裨益的人，以及不償還其慈愛的人，比禽獸還要卑鄙惡劣。

……

91

家父著白衣十一年直到逝世，享年七十七歲；家母則為白衣妹琪長達十七年，隨家父之後辭世，享年八十二高齡。我教導他們直到最後一刻，提供所有可以付出的建議，我真地覺得我已經償盡了親債，我再也沒有其他顯著的債務了。我排適合他們身份的葬禮，再配合我比丘的身分來處理。剃度成為比丘這麼久，使我得能見知處在變化中的外在世界裡，這身老軀體不斷變化的狀態。我已經看到相當多的事情，好的、壞的，那相當地擴展了我的智慧與識見。我不覺得與他們同生共處在這個世界上，浪費了我的生命，我認為是我受恩於這個世界，因為我從中獲得地、水、火、風四元素來組成身軀；為了續存，我也已經吸收、利用了世界的東西，完全沒有一件是屬於自己的。死後的一切，就一定都會遺留給這個世界。

有些人從未想過這類課題，因此就頑強地抓取著事物——任何東西都是我的！夫、妻、孩子、孫子、家庭主婦、財產——他們都是我的。到了最後，即使那些東西消失或是毀損，他們仍繼續視他們為‘我的’。

之二 不宜為之行，不應造的業

有些行為不應去做，但做了就得承擔。我們以這個和合的我而生，因此事實上，我們必

92

定會衰老、生病與死亡。變得老衰，直到哪兒也去不了——沒有一個人想像這樣。沒有人想死去，再也看不到他們子孫的臉。死後所遺存下的身體，即便是死者的子女也不會將屍體放在家裡超過十五天，而大部分的人則是將他移去火化。這就是‘不應為之行’。人這麼尊敬他們卻將他們丟進火裡——然而這已經成為必須的動作，沒有人會將屍體留在家裡。

‘不應造的業’發生在人死後。不管是誰，其父母、兄弟、姊妹，或其他親戚，包括自己尊敬的老師在內，都必須有葬儀。這比出生時還需要耗費更多的勞工與物質，因為出生只需要父母兩個人。舉行葬禮需要宴請、接待賓客、居士與僧眾，並尋得物資以供養僧眾，這對那些並不富有的人來說，負擔並不小。他們經費不足時，就必須向親戚朋友借貸，進而成了負債。這種負債完全沒有利益，只會帶來損失，但任何想慷慨的人則視之為一種為自身利益的積福。無論怎麼做，那仍然是‘不應造的業’，況且那些還活著的人遭遇到這種狀況，他們會有種不得不的被迫感。

之三 生死之際

對這個世界的人們來說，生之際與死之時是不同的。出生之際，就有一連串對父母的依賴。先出生的，就名為大；後出生的，即喚做小；死亡可就不是這樣。人要先死或後亡，取

93

決於個人的業果；有時小者先死，有時大者早亡。死後的人並無必定需要再生為親手足，因為這又是取決於業果。作惡之人會生為惡鬼，或掉入最深的（無間）地獄裡。那些淨化諸心、超越諸苦的人甚至將會達到涅槃，那全都得看情況。

我想自己已經償還親債給已故的雙親了。……我是他們最小的兒子，我已經克盡了一位僧人對他倆所應有的一切適當責任。對此，他倆的想法可能都一樣，而且也不會再向我討債，因為一切都照其所願地實現了。我的大哥，阿旃 堪哩 瑞廉相當深摯地愛護我，而我對他逝世時，我人仍在詹它哺哩府度安居感到抱歉，我沒有以他對我的愛等量地轉報為替他安排葬禮。我其他兄弟姐妹們仍在世時，我能教導他們美德與佛法，各自根據其性格與潛力來修行，以俾其將亡之際，心中有個歸依。他們沒有浪費生命，因為當他們遇見世尊的教法後，就盡力地憑著各自的能力來修行。

……

現在我必須依賴我自己了，因為所有的親戚與阿旃們全都不復可得了。我將繼續為善，直到生命不再維持下去為止，因為死後就不再有誰能為我們為善或作惡了。

現在這個自傳已經到我的八十九歲了，我想，我就寫這麼多了。