

永懷葛榮

(輯自於尼藍毘禪修中心的一個葛榮辭世四週年演講)

達彌卡法師 講

(Bhante S. Dhammika)

何松年 譯

葛榮在 1932 年 9 月 6 日誕生於斯里蘭卡的康提 (Kandy)。他的父親是在康提山上 Hantane 的一個茶園當高級文員而他的母親是個土氣的家庭主婦。他有三位兄弟和四位姊妹，其中一位妹妹胎死腹中，一位哥哥在結婚當天死於車禍。三位在世的姊妹是 Dorothy, Matilde 和 Lakshmi，而兩位在世的兄長為 Felix 及 Hector，而葛榮排行最幼。他們這家庭住在離康提市中心不遠的 Peradeniya 道上的一所樸實小房子。大家都知道葛榮從小就受到他虔誠的母親的感染而對佛教有濃厚興趣。他常常於廟會日子 (Poya Days) 陪伴媽媽去廟宇參拜，並靜坐一旁傾聽佛理的講解而不像其他孩子般到處玩耍。有一次他在回家途中經過一個園子偷偷摘了兩個果子，他媽媽帶他回到這園子並由他交還這兩個果子。

在中學時期，他的好友名 Siri Gunawardana，他後來成為僧人 (Venerable Sivali) 並成為一位知名和受敬重的禪修導師。葛榮的禪修興趣始於他在假日去了幾次 Kanduboda 禪修中心，而後來他媽媽也跟他一起去。他是一位能幹但成績一般的學生，於 1956 年畢業後隨即到 Kegalle 公眾圖書館工作。然而他那溫文、仁慈的天性已是眾所周知。一次，圖書館夜更看守員因無處棲息而央求葛榮准其於圖書館內留宿一晚，葛榮同情他處境而答允他。可是當葛榮翌日上班時，發覺這人竟然帶同一批圖書館的圖書走了。葛榮須以扣薪補償這批失書。葛榮後來獲陞任康提的 D. S. Senanayaka 圖書館館長直至 1979 年提早退休。

葛榮約 5 呎 10 吋高，中等身材而具黝黑皮膚；髮直而黑，隨歲月增長則變灰而後為銀白色。他有些聳肩，晚年則成駝背。他的小動作是用手指梳頭，另一小動作是以左手捧着右手肘，而以右手支托臉頰。他可保持這動作幾小時，有時則捧着雙手好像擁抱着自己。跟別人談話時，他常常是閉目靜坐來聆聽對方。但葛榮最經典的動作是會心微笑，有時吃吃地笑或大笑。葛榮不注重外表，只需要清潔而見得人。在家、在禪修中心或出外旅行，他總穿著不予熨平的單調、素色衣服。

1996 年當我居於香港，我邀請葛榮在一次國外旅程完結回斯里蘭卡前轉往香港。我把這消息告知香港的朋友，他們都很雀躍期待聽他的講話。大約有 15 位朋友陪我一起到機場接機。葛榮出現於接機大堂時，仍是如常穿著單調的衣服，足踏一雙舊涼鞋和手提一個破舊的袋子。我發覺我的朋友面色下沉，其中一

位滿臉懷疑地對我耳語說：“是他嗎！？”顯然，他們沒有感到興奮。但不久他們開始懷著欣賞的態度熱烈歡迎葛榮。葛榮不需有力的後台，也不需要浮誇的虛銜或公關的技倆去取悅別人。人們只要用些少時間跟他相處就可覺察到他的特質。

三位對葛榮的靈性修為最有影響的人是：德國僧人 Ven. Nyanaponika（向智法師），著名佛學及哲學家 K. N. Jayatillake，及印度思想家 J. Krishnamurti（克里希那穆提）。雖然葛榮早年已對禪修有興趣，但發覺很難找到人可以向他闡釋使其明白。六十年代初，他開始在康提剛成立的佛教出版社（Buddhist Publication Society）協助向智法師及當時的秘書長 Mr. Richard Abhayasekera。他會在辦事處外招呼客人，之後跟向智法師討論有關禪修和心理學問題。在這段時期，他對向智法師建立了很崇高的敬意並時常推薦法師的兩本著作：*The Heart of Buddhist Meditation* 及 *The Power of Mindfulness* 為最佳禪修書籍的其中兩本。

這時，他亦遇到 *The Early Buddhist Theory of Knowledge* 佛學初階書的作者 Jayaatillake 教授，並成為好友。他常常往訪教授家，跟教授談論佛家哲理，特別是與西方哲學的相互關係。也是 Jayatilleke 教授的原因令葛榮開始對心靈學（parapsychology）發生興趣。葛榮曾對我說：“我從 K.N. Jayatillake 處學習思想，向智法師鼓勵我閱讀佛經，而克里希那穆提的著作則解讀清楚。”

克里希那穆提的根本與及無畛限的靈修之道最能引起葛榮的興趣，他有時以“沒有佛學的佛法（Dhamma without the Buddhism）”來形容它。他特別深受克里希那穆提的“無選擇性覺知（choiceless awareness）”、與及無意見（no opinions）、無自我形像（no selfimage）、無期待（no expectations）的理論所影響。雖然他極為欽佩克里希那穆提，但於 1980 年這偉人蒞臨斯里蘭卡時，葛榮卻沒有去可倫坡（Colombo）聽克里希那穆提的演講。我問他不去的原因，他告訴我他很熟悉克里希那穆提的教誨，去見他沒有什麼增益，所以不必去見他。大家都知道克里希那穆提有時會責罵聽眾，說若聽眾真正認識他就不必經常去聽他的講座。我感到葛榮是真正了解克里希那穆提的其中一人了。

葛榮除了少年時在 Kandaboda 禪修中心的幾次之外，他從不以正常的盤膝坐姿來禪坐，亦不練習特定的禪修方法。在傳統的角度來說，他不是個禪修者，倒是說他似乎是不費力的來禪修才對。自早期起，他從向智法師，克里希那穆提和佛經的所學的影響，一種自發的覺知令葛榮變得自然地具覺知和安穩。同樣地，人們從葛榮身上感受到的溫暖和悲憫，非出自傳統的慈心禪修，而是出自他內在天賦的善。

我曾問葛榮怎樣達致他的修為境界。他說：“我真的不知道，只是發生了，

可能是我前世已很努力禪修之故。”然後發出招牌的傻笑。另一次我問他對女士可有發生過興趣，他說其實曾有女朋友。我問：“怎樣了！”他答：“我當年只是二十出頭，那時男女交往只可秘密進行。我們相約在某地方會面，有時她會出現，有時她卻爽約。當她遲到或失約，我感到心痛，我停止去見她，她便放棄我了。”

當我於 1977 年首次見葛榮，他跟母親和姊妹全家住在 Peradeniya 道，他與姪兒 Palitha 共住一小房間。那房間十分凌亂，從窗外繁忙路上飄進來的塵埃滿佈在每件物品上。兩道牆的由地面到天花的書架堆放着書籍、雜誌的影印副本與及學術期刊的剪報。

假使房間的情況不足以反映葛榮的思維，那麼他的讀物內容就肯定可以了。讀物種類相當多，但以幾個主題為主：心理學、心靈學、人類學、社會學和佛學等。葛榮床上通常散滿書籍、剪報和期刊，任何人拜訪他都只能坐在床邊談話。言談間，他總會在床上或在書架上翻出一本書給客人看其中一段，或遞給他閱讀。我常向他借書，雖然我時常歸還，但我從不記得他有沒有提我還書。

葛榮在他那凌亂的圖書室收藏了多年來各方海外朋友送贈的書本。其中最初是維珍尼亞大學（University of Virginia）著名的心靈學家 Ian Stevenson 教授。教授於 1968 年第一次到斯里蘭卡研究那些能夠記憶前生事蹟的孩子，在停留斯里蘭卡期間，他得到 Francis Story 及 V. F. Gunaratna 兩人的協助。這兩人都是葛榮的好友。當教授於 1970 年再到斯里蘭卡時，Francis Story 介紹 Stevenson 給葛榮認識。之後葛榮便成為教授的翻譯、朋友及不可或缺的研究助手。當葛榮一得悉有小孩有前世記憶時，便會收集及整理該小孩的詳細資料匯報給教授。

1977 年 Stevenson 教授邀請葛榮前往維珍尼亞（Virginia）協助他的研究工作。由於這次關係，許多社會學家和人類學家漸漸認識葛榮，而且到斯里蘭卡跟他學習。其中一些人因翻譯技巧而影響其學習佛理、斯里蘭卡習俗及傳統等，葛榮都樂意予以協助。

七十年代初，葛榮每不足一週都收到來自美國、英國或德國的包裹，內有一本書或專題論文，這些書本或論文內總寫上感謝葛榮對該書或論文能面世的貢獻的字句。Ian Stevenson 教授給葛榮的那本書“可記憶前生事蹟的孩子（Children Who Remember Their Previous Lives）”，內裡寫著：“葛榮，對你給我這本書的貢獻致以萬分謝意！ Ian Stevenson 致 1988 年 1 月 15 日”。J.S Kruger 給葛榮的那本超神論（Metatheism）——“早期佛教及傳統基督教神論(Early Buddhism and Traditional Christian Theism)”，內裡作者題寫著：“向我的老師兼朋友葛榮致以謝意及愛意”。在他的圖書館中有很多很多像這樣的書。

雖然葛榮博覽群書而且喜歡談論或聆聽學術，但他只是以書籍研究或自行研究學術。他沒有經過學術訓練，只對關乎人類裨益方面的研究有興趣。當他參加過的討論或閱讀過的書太純理論的話，他便會失去興趣。

約於 1977 年葛榮認識了在康提全科醫院（Kandy General Hospital）精神病房工作的 L.Rodrigo 醫生。Rodrigo 醫生對禪修應用於治療感到興趣，並邀請葛榮見他的一些病人。他那些病人把葛榮當作為一位富同情心的聆聽者和一位出色的輔導者，但 Rodrigo 醫生給他的是以人進行有較多的系統性研究的機會。他喜愛這份工作，因為這工作不單可使他學到分散病人痛苦的方法及認識到病人痛苦的複雜情況，還可以讓最喜歡助人的葛榮有機會幫助在悲痛中的人。

不久，有一批人經常到來見他。很多時候，他常請我坐在他身旁聆聽他跟這些人談話。看着他工作真是美極及令人感動。當這些人感到釋懷的時候，你當會察覺到葛榮愛心的湧現。他通常閉目聆聽他們的傾訴。若他們流淚時，他會張開眼睛，握着他們的手或者輕拍他們的背。許多人只要跟他談話一會便會感覺得好些，這已是不足為奇的事。

他引用從佛經裡讀過的概念，來逐漸發展一套幫助人們解決精神問題的方法。他根據以下的原則入手：先跟他們交朋友，令他們開放地和自由地說出自己的問題，然後強調他們的難題可以解決，接著是鼓勵他們要對自己負起責任；教導他們以出入息念禪修方法來使自己平靜下來，教導他們如何應付病痛，教導他們修習慈心禪。

除了這些非正式協助外，葛榮在康提亦開創出幾個項目來持久地協助人們。第一個亦是最成功的一個項目是為癌症家庭設立了一個“家訪計劃”。他組織一些人到臨終病人家中提供食物、化妝品及其他必需品；而他自己在這計劃所擔當的工作是教導病人以禪修來面對痛苦及死亡的恐懼。

我陪同葛榮每週去家訪約共兩年。我留意到同情的微笑往往足以令人感覺得好些。有一次，我們駐足跟一位口部有腫瘤的女士交談。當她說話時，她帶有惡臭的呼吸令我小心地別過臉去，而相反地葛榮卻繼續坐下與她交談，似乎沒有受到那氣味的影響。

另一次一位很窮的老婦懇求我們給她一些錢買一罐奶粉，葛榮在衣袋裡掏出一點錢給她。巡房完畢，我們步行到巴士站。當我們在等候巴士時，葛榮對我說：“Bhante，有錢嗎？”那些日子，我從不用錢，回說：“你知道我沒有的。你的錢呢？”“我全給那婦人了。”他吃吃笑笑地說。我們只好徒步走回市內。這

就是葛榮一個典型例子，當他被同情心打動時，他往往毫不想過自己。當然，我知道佛經有云“施予應毫無保留。”但是葛榮是我認識的人中唯一能够做到自然無私的人。

1971 年的學生反政府運動中，許多年青僧侶亦有參與，Peradeniya 大學當局因而關閉了大學寺院。而在七十年代後期，當局決定在校園內重新建立佛教的“存在”，因此將工程系一所舊式小平房撥作一所佛教中心之用。

佛教中心落成後，當時很少學生對宗教活動感興趣，而該中心大部分時間空閒着。後來該大學一些教授，Mrs. Lily de Silva 教授 與 W.C.Vitnachchi 教授開始在該中心每週聚會一次，主要是討論佛經。漸漸地開始有大學以外的人參與，而在 1977 年一個正式的小組組成了，其中包括葛榮，Mrs. de Silva, Vitnachchi, Mr. Ratnakara, Pat Jayatillake 與及 Dr. Parakrama Fernando。我就在那兒跟葛榮初次相識。

這小組每週聚會兩次，逢星期四我們讀一篇佛經，然後加以討論。Mrs. de Silva 教授是巴利文學者，她會對特別的名詞加以解釋，Parakrama 則提出在哲學方面的見解，而葛榮則提出在實踐應用方面的建議。討論往往很熱烈甚或支開到其他話題，我留意到當這些情況出現時，葛榮會交臂、閉目及保持緘默。每逢星期五晚我們聚會，禪修一小時，然後一邊喝茶或咖啡一邊討論。葛榮在有關的討論中所提出的見解很恰當，有時更是令人吃驚的深度見解。

終於我們全都成為朋友，並決定以印度一個佛陀間中停留傍近竹樹林的地方名字“Veluvana”來作為小組的名稱。由於這中心沒有僧侶，我被邀請在這裡駐持並負責組織這小組的活動。許多學者來大學探訪，會被邀請給我們講話，或參與我們的討論，其中聞名的有“神的忠僕”高級教士 Robinson 主教，由劍橋來的梵文學者 Richard Gombrich，Walpola Rahula 與及來自夏威夷大學的 David Kalupahana 教授。

於 1979 年初，一位康提的富商 Mr. Alakoon 和他的太太開始逢星期五晚都來參加禪修。當大學貼出告示宣佈將中心改為該大學的職員俱樂部，我們須遷出這座小平房時，Mr. Alakoon 宣佈他會捐贈他擁有的一個茶園的部分土地，並斥資在那片土地上興建一座禪修中心。我們的小組自然涉入成為 Nilambe 禪修中心的一分子。葛榮於 1979 年離開在康提的圖書館長的工作，初時暫做新中心的管理人員，後來則成為駐中心導師。

Nilambe 禪修中心啟用的第一個禪修課程，由著名的美國禪修導師周斯夫·葛斯汀（Joseph Goldstein）主教，吸引了 70 位本地和外地人士參加，證明

十分成功。但當各人包括周斯夫·葛斯汀回家後，我們突然發覺這兒有禪修中心，卻沒有禪修導師！

後來只好在每個月的頭十天由我主持課程而葛榮則管理這中心，而事實上在這一年內是由葛榮承擔導師的工作。初時，好像我一樣，他真的不知怎樣設計及主持一個禪修課程。在進行禪修課中，他會如常沒精打采地靠著牆坐，以左手捧着右手肘，而以右手支托臉頰。我責備他說：“葛榮，你要坐直，你不想見到參加者照着做吧。”雖然他看來不像一般傳統導師，但不久傳出他有點特別。

初期，人們來到 Nilambe 禪修中心主要為學習禪修而來，但隨着時間過去，他們卻是為着葛榮而來。在八十年代中期，他愈來愈出名，他應邀到瑞士、德國、英國；後來到南非、香港、台灣和新加坡。他給不同的小組教授禪修課，包括基督教教士和牧師與及中國的北傳佛教徒。整個九十年代，到來 Nilambe 禪修中心的人士愈來愈多，包括外國人和斯里蘭卡人。

自我認識葛榮以來，我從來未聽過他說別人的不是，甚至不會表示些微的不耐煩、憤怒或不滿意。我不認為他會故作好人，又或看不見別人的缺點——事實上，他對人有不可思議的洞察力。確切地說，其他人的負面情況根本影響不到他，甚或我從不記起他曾有不耐煩、失意、惱怒或擔憂的表現。

他極親近他的媽媽，但她在 1977 年 7 月 22 日離世，他飲泣了約半小時，然後回復如常的安穩。在祭祀儀式和頭七儀式中，他的兄弟姊妹有些哭泣，有些流淚，但他仍然保持沈默和安穩。

若說葛榮有缺點，就是他太急於避免任何人有不愉快的事。倘若遇到 Nilambe 的一位禪修者搞破壞或一再拒絕跟隨禪修中心的時間表來活動，葛榮會放下自己的工作，跟他進行對話，無論談多久葛榮也會跟他談。因而好幾次引致葛榮不能約實他人的約會，令他或令他人感到相當不便。我記得有一位相當不開心的男士常常到葛榮家假裝徵詢他的意見。其實，這位男士會用幾小時激動地訴說關於他不喜歡的人。每逢星期四他會等候葛榮回家，而每星期四葛榮會坐着忍受此人冗長而激烈的申訴。有時當他知道這位男士會在其家等候他，他甚至避免回家。幾個月後葛榮終於告訴這人不能幫助他，並着他以後不必再來。

另一關於葛榮性格有趣的一面，是他會相當天真地待人，尤其是對那些想欺騙他的人。雖然他對人類的秉性有深刻的體會，但由於他的善心和率直，他常不明白別人可不必跟他所想的一樣，許多時這會令他判斷錯誤。

葛榮一直以來患有肝病，這令他的身體逐漸衰弱及越來越感疲倦。雖然他知

道這是生命威脅的先兆，他繼續履行他對全世界許下的諾言。當他在 2000 年 2 月經過三個月的旅程從南非回來時，他的腳跟腫起和腹部有輕微腫脹。他跟他的好友 Harilal 及 Visakha Wickramaratne 在一起，他們帶葛榮到一位醫學專家給與藥物治療。無論如何，葛榮認為向這位醫學專家求診，會令那長期照顧他的家庭醫生感到不快，所以他堅持同時也給家庭醫生診治。這位家庭醫生推介給他的是一種很不同的藥物。

兩天後約凌晨三時，Harilal 聽見葛榮房內發出一些聲音，他便進去看個究竟，他發覺葛榮無力地躺臥床上。我當日早上從印度回來，得悉葛榮被送到康提的醫院，便急忙到醫院看他。他看來疲倦和憔悴，否則他應該會興高采烈地露出自然的微笑。我不知這次是見他最後的一面，之後他進入昏迷而繼續不醒人事地留在深切治療室達 48 小時。他終於恢復神志，雖然當時很多人想探望他，但葛榮被安排出院到 Wickramaratne 的家靜養。

當葛榮在醫院時，他曾對 Visakha Wickramaratne 說：“我要放棄教學，我為別人已做了很多，現在我認為我要為自己做點事。”約兩星期後他再度陷入昏迷，因而被送到 Peradeniya 醫院。兩日後 Visakha 接到烏普 (Upul Gamage) 的來電，着她立即到醫院去。當她抵達醫院時，她倆進入葛榮的病房，但他已於幾分鐘前死去。我接獲她倆的來電，着我立刻到醫院去，而我則於約 20 分鐘後到達。當我見到 Felix，Upul 及 Visakha 時，他們的面色蒼白和雙眼垂淚，我知道發生甚麼事了。葛榮卒於 2000 年 3 月 22 日上午 9 時 30 分。

在斯里蘭卡，死者遺體通常會停放兩、三天，目的在讓家人及親友致祭。無論如何，葛榮之前指定他的喪禮於死後儘快辦妥，因此，他在死後一天進行火化。雖然只有一小段有關喪禮的儀式登報，但消息在當日口頭傳遍整個康提，以致超過 600 人集體湧往 Mahayawa 墳場致祭。

當我到達葬禮現場時，葛榮的兄長 Felix 走過來問我怎樣進行儀式。我未有準備被要求主持這葬禮儀式，但我想了一刻想到一位如葛榮這麼深愛寧靜的人，我們若能在葬禮當中來十五分鐘的靜默，可能是適當的。Felix 同意了，並宣佈即時開始。我們閉上眼睛，垂低頭，靜默地悼念這位給了我們許多許多的他。

幾分鐘後有人突然從人群中走出來喘着氣盡情呼叫，這不速之客在單調乏味地說話，他的手指在空中舉起。當時我太悲傷而不感到困擾，但我覺得他加插的高叫令人感到不快。很多人面上亦露不悅之色。我突然想起葛榮遇到這樣愚蠢和可笑的事時的忍耐與理解，他會見怪不怪。我想像葛榮在上面看着我們，看着這不速之客在漫談，而他會這樣說：“Bhant，你以為他是有覺知地這樣做嗎？”然後吃吃地笑。這樣想着令我有點釋懷。終於，有人過去抓着這人的臂膀並耳語

叫他停止，他照辦了。十五分鐘時間已屆，葛榮的兄長及姪兒抬起棺材，把它滑進火葬場，然後關上門。我們一起唱着慈經（**Metta Sutta**），向我們的至愛老師暨朋友作最後致敬，然後一一離開。幾天後 Visakha Wickramaratne 把葛榮的骨灰帶到 Mahaweli 河並撒進那寧靜的流水裡。

葛榮死後四年我無時無刻都在想念他，我肯定我有最少一兩種特質是來自他的訓誡及出自他的以身作則的良好榜樣。葛榮給我的身教是他已超越：自我的囿限、負面的情緒、微小的野心及恐懼而變成一位真正快樂與及受人愛戴的人。對我來說，他是個活生生的例子證明佛法是可以活出來的。我今年 55 歲，回顧我的一生，可以毫不猶豫的說我欠葛榮的比欠任何人多，而他是我一生有幸遇到最有智慧和最仁慈的人。

（編按：本文英文版原載於 **The Gentle Way of Buddhist Meditation** 一書，**Inward Path, Penang, Malaysia** 於 2007 年出版。蒙 達彌卡法師准予譯為中文刊載於本書，謹此致謝。）