



# 與奶奶同在

平凡日常・非凡修行  
一代證悟者的慈悲足跡

蘇妮達・納森 (สุนิดา นาคเสน) 著

奶奶的心純真無瑕、清澈美麗，毫無造作。

她能夠自我教導，懂得良好地訓練自己，使自身充滿了各種崇高美德：知恩圖報、尊重他人、謙遜自律、慈悲為懷、整潔有序、勤奮努力等等。

正是這些美德和善行，讓她得以證入極其細膩且深奧的佛法，甚至得到了北欖寺住持的讚譽，稱她為「獨一無二」。



# 與奶奶同在

---

平凡日常・非凡修行  
一代證悟者的慈悲足跡



法身基金會







圖/ 照片中奶奶位於中央，左邊為本書作者蘇妮達師姐，  
右邊留耳下短髮的為阿麗潘師姐，奶奶的首位侍者。

# 前言

「奶奶沒有結婚，但奶奶的徒孫滿屋滿城。」我曾聽奶奶說過這句話，帶著充滿慈愛的微笑。奶奶的弟子遍布國內外，數量衆多。大家各自肩負著不同的任務，每個人都努力認真地履行自己的職責。每一位奶奶的弟子都極其愛戴與尊敬奶奶。

身為奶奶的弟子，我感到特別榮幸與感恩，能有機會擔任擔任侍者，隨侍在側。越是親近奶奶，越能感受到她明亮非凡的智慧與卓越高尚的品德。

奶奶，是我生命中最純粹、最美善的人。

有些感受，難以用言語或文字盡數表達，即便能寫出來，也僅能觸及其萬分之一。這本書僅是其中的一小部分，分享給各位讀者，期盼能透過這些文字，讓大家彷彿親身與奶奶同在，感覺更貼近奶奶。

時光流逝，或許會讓許多事物逐漸模糊，但我希望這些美好的畫面永遠清晰地留存在我心中。

願將書中的點滴美好編織成串，宛若一串寶花環。在此謹以最崇高的敬愛之情，恭敬獻給奶奶——我們無上的導師，您的智慧與美好，將永誌不忘，長存於衆弟子心中。

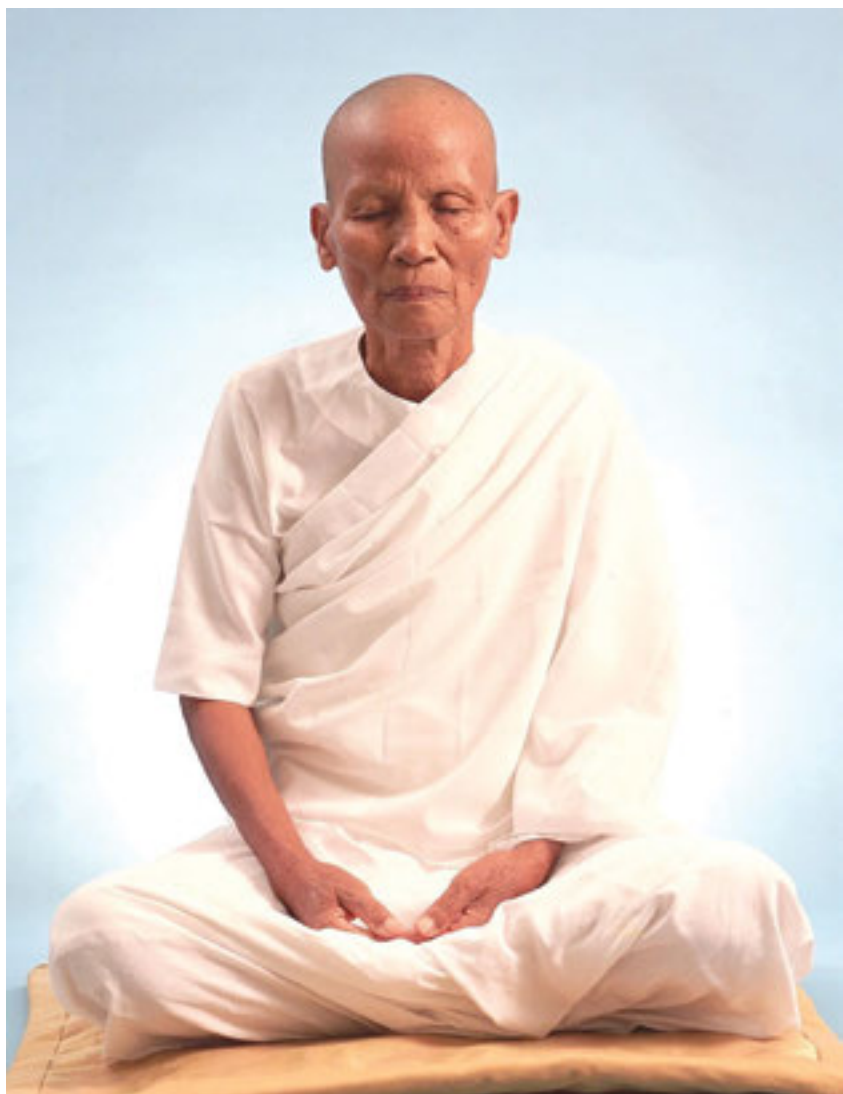


謹獻給……

至高無上的偉大導師，

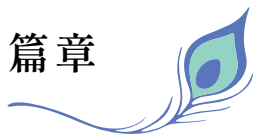
奶奶，

您將永遠美好地長存於弟子們的心中。



大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父  
คุณยายอาจารย์ มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง

# 篇章



前言 . . . . .	4
奶奶 . . . . .	10
<b>#01</b> 第一印象與崇高的使命 . . . . .	15
<b>#02</b> 舉手投足，優雅動人 . . . . .	29
<b>#03</b> 維護佛教資產	
<b>#03.1</b> 坐三輪車巡視寺院 . . . . .	47
<b>#03.2</b> 巡視廚房 . . . . .	69
<b>#03.3</b> 善用信眾供養 . . . . .	85
<b>#03.4</b> 使用淨房 . . . . .	93
<b>#03.5</b> 足跡所及之處 . . . . .	103
<b>#04</b> 綠樹成蔭 . . . . .	117
<b>#05</b> 奶奶接待訪客 . . . . .	129

#06	他化自在天 . . . . .	149
#07	每一個氣息 . . . . .	161
#08	目不識丁 . . . . .	185
#09	莫向他人拋媚眼 . . . . .	207
#10	知恩圖報 . . . . .	219
#11	奶奶與大法身塔 . . . . .	241
#12	法護之家 . . . . .	267
#13	奶奶的健康狀況 . . . . .	289
#14	最後的畫面 . . . . .	311
#15	衆弟子團結一心 . . . . .	331
#16	荼毗之日 . . . . .	367
	靜坐指南 . . . . .	398
	法身寺華語區各分院中心 . . . . .	408
	附錄:延伸資源 . . . . .	412

# 奶奶

「奶奶」這個詞相信每個人都曾使用過，可以用來稱呼母親的母親，或普遍用來稱呼女性長輩。這個稱呼充滿了溫暖、親切與熟悉感，無論是開口呼喚的人還是被稱呼的人，都能深深感受到。

然而，在法身寺，這位被大家親暱地稱為「奶奶」的人，並非泛泛之輩。她出身於泰國佛統府，是位生長在田野中的農家女兒。她的人生就像是一朵美麗的蓮花，從泥濘中冒出，努力伸展莖幹挺立於水面之上，緩緩綻放出美麗的花瓣，在陽光的照耀下散發芬芳，飄散四方，吸引著無數人前來欣賞。

這位奶奶一生都在不斷地向前邁進，她果斷、堅強、專注、堅忍，從不氣餒。為了達成目標，她勤勉奮鬥，一心一意，勇往直前。

這位奶奶的心純真無瑕、清澈美麗，且毫無造作。她能夠自我教導，懂得良好地訓練自己，使自身充滿了各種崇高美德：知恩圖報、尊重他人、謙遜自律、慈悲為懷、整潔有序、勤奮努力



等等。正是這些美德和善行，讓她得以證入極其細膩且深奧的佛法，甚至得到了北欖寺住持的讚譽，稱她為「獨一無二」。

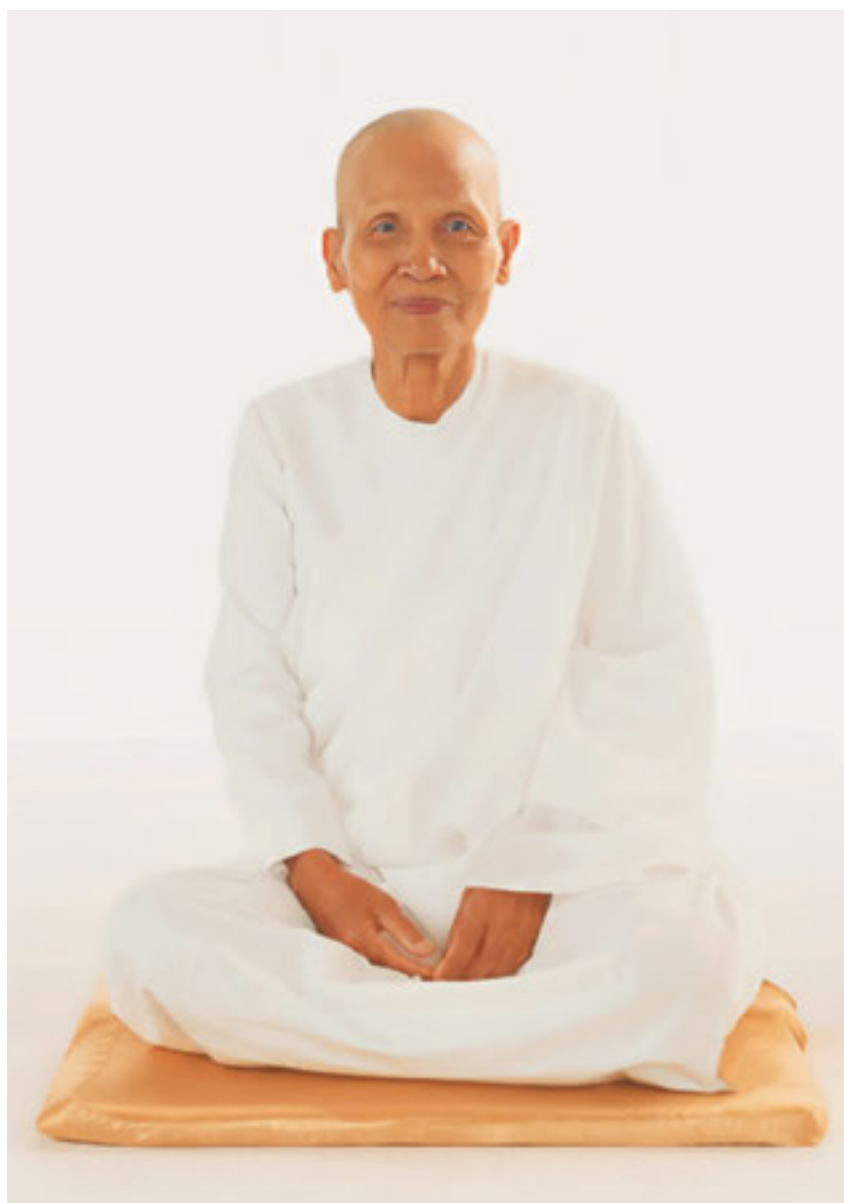
這位奶奶，外表看似嬌小平凡，其內心卻無比宏偉廣大，即便不識字，她內在的智慧之光卻異常明亮。她那雙手雖小，卻是開拓者之手，一手創建了法身寺。她的心堅強果決，專注認真，不畏辛勞亦從不厭倦，致力於塑造與引領他人。她為法身寺制定了方針，為建設優良寺院、培養優秀僧人、教育良善之人奠定了扎實的根基。

在她的帶領下，衆人將一片遙望無際、空曠荒蕪的田野，開拓轉變為獨具特色的法身寺：一個乾淨整潔、井然有序、簡樸莊嚴且處處充滿寧靜祥和氛圍的修行寺院。這裡的人們面帶微笑、神采洋溢、謙遜有禮、親切友善。這些特質吸引了來自四面八方的人們前來修行佛法，且人數仍在不斷增加。

這位奶奶是善知識的極致典範，是卓越的導師，也是修波羅蜜者真正的崇高楷模。她的一生美好無比，充滿了美德與善行，每一個氣息都與功德緊密相連。她人生的道路從未迂迴徘徊或停歇不前，而是筆直地朝向涅槃彼岸邁進。

因此，「奶奶」這個稱呼在這裡具有無比深遠的意義。每當有人呼喚「奶奶」時，都能感受到奶奶的溫暖與她強大的精神力量。


能夠認識到奶奶——大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父 (คุณยายอาจารย์ มหารัตนอุบาสิกาจันทร์ ขนนกยูง)，是我們莫大的福報。任何能夠追隨奶奶腳步，以她為榜樣，遵循其教誨的人，都將在今生和來世找到幸福，並最終以涅槃為歸宿。



# Chapter #01



## 第一印象與崇高的使命



初次見到奶奶的情景，至今仍清晰地印在我的腦海之中。

西元 1986 年 6 月 2 日，在大學佛學社的學長姐及朋友們的熱情邀約之下，我第一次來到了法身寺，參訪當時的所有景象都令我深深難忘。寺院的整潔有序、綠樹成蔭，以及那清新舒適的氛圍，令我心曠神怡。

我和佛學社的朋友們一起在兜率法堂拜見法勝師父。在我們各自頂禮了一兩次之後，師父親切地說：「你們從哪裡來？來，再一起同時行禮一次吧。」我被師父散發出的那股光明、清淨的氣質所深深吸引。

我還去拜見施命師父，當時師父正與其他六七位法師一起在夜摩廚房<sup>1</sup>裡用膳。在此期間，學長帶領我們進行早課，這同樣令我印象深刻，因為我從未嘗試過如此長時間的誦經。

在我第一次參訪寺院時，並沒有見到奶奶，當時甚至連奶奶的名字都沒聽說過。

直到有一天，當我和朋友經過夜摩廚房旁的儲水塔時，看到一位年長的八戒女，身材嬌小，皮膚黝黑，戴著一副大大的茶色眼鏡，坐在一張矮凳上。在她面前，有四位優婆塞整齊地坐在地上。那位八戒女正在和他們談話，雖然我不知道她在說什麼，但整個場面給人一種輕鬆自在、親切隨和的感覺。

就在那時，和我走在一起的朋友突然興奮地說道：「是詹老奶奶！法勝師父的師父！」語氣中充滿了極度的喜悅，他一邊說著，一邊一把拉著我跪坐，雙手合十行禮。這是我第一次認識奶奶，並在遠處向她合十行禮。我心裡暗自疑惑：為什麼法勝師父的師父是一位女性？她教了些什麼，以至於能被稱為法勝師父的師父？

我的朋友繼續興奮地告訴我，這位奶奶是教導法勝師父佛法的師父，她擁有高深且精細的佛法。「高深的佛法」和「精細的佛法」這些詞，當時對我來說既陌生又新鮮。

---

1. 夜摩廚房，法身寺第一座中央廚房，位於寺院最初建地196萊(泰畝)區。



圖/ 夜摩廚房裡設有供僧眾使用的僧座台，可用於用膳、開示與接受供養。

依泰國傳統，居士會席地跪坐（正跪或側跪），與僧座台上的僧侶交談，以示尊敬。

照片中，僧團法師正與側跪坐著的奶奶親切交談。

朋友帶我去大理石公關大樓結緣一本名為《往幸福的大道邁進》的書。讀完之後，我的各種疑惑逐漸消除，理解得更加清晰。尤其重要的是，我終於明白為何這位奶奶能成為教導法勝師父佛法的師父。

我感到非常幸運，能在那天遇見奶奶。從最初只聽聞「詹老奶奶」這個名字，到後來越來越熟悉「奶奶」這個親暱的稱呼。所有與奶奶相關的點滴，都緊密地聯繫著我對她的第一印象。



圖/《往幸福的大道邁進》  
泰文版書籍封面。





圖/ 這張珍貴的照片，是法身法門導師們齊聚一堂的歷史性見證。(詳見p.253)  
照片中央牆上，懸掛著法身法門的發現者——北欖寺住持，帕蒙昆貼牟尼祖師的法照。祖師證入法身後，將此法門傳承給後人，其中一位即是照片中坐在中央的奶奶。

照片左方戴眼鏡者為法勝師父，奶奶的嫡傳弟子；右方為施命師父，由法勝師父引薦，入門成為奶奶的弟子。

當我成為膳食部的義工之後，每週日我都會來幫忙分發食物給信眾，有時在夜摩廚房幫忙洗碗，有時在前方廚房<sup>2</sup>幫忙準備食物。雖然我並不常見到奶奶，但我越來越熟悉「奶奶」這個稱呼。因為奶奶負責管理與制定廚房的各項規章制度。

我經常聽到義工前輩們分享，奶奶所教導的各種做事方法：物品要放在正確的位置、分類整齊，以及奶奶對細節的要求等等。因此奶奶的廚房，無論哪個角落都乾淨整潔。準備供僧的食物與水果亦是如此，一切都精緻美觀。

自此之後，我親歷了許多前所未見的美好事物，並從中得到許多啟發與收穫。最重要的是，我慢慢地更進一步親近這位具備多項美德，能成為世人典範的導師。從一開始只能在遠處合掌致敬，直到能走近至奶奶的身前頂禮，我在奶奶的眼神中，看到了滿滿的慈悲、真誠與溫暖，這個眼神，也同樣深植在許許多多弟子的心中。

每次去寺院時，我總會隨身攜帶一些巧克力或小點心，這樣當遇到奶奶時就能即時供養。當我供養這些東西時，奶奶會看著我，並簡要地說：「願妳獲得很多功德，我的孩子」、「祝妳好運」、「非常感謝」等等，我至今仍記得奶奶當時的眼神，充滿了慈悲和感激

---

2. 夜摩廚房又稱「後方廚房」，與後來增建、因更靠近馬路而得名的「前方廚房」相應。兩座中央廚房僅一門一牆之隔，可各自獨立運作。

之情，感謝我帶東西來供養，即便我供養的只是一些孩子能力所及的小東西。

有時候，當我雙手合十向奶奶致敬時，奶奶會用雙手握住我的手，這讓我感到無比法喜與溫暖。我深深敬愛奶奶，如同所有認識她的人一樣。

畢業開始工作後，我仍堅持守八戒，並經常來寺院。某些週日，我會幫忙到傍晚，或因幫忙而在寺院過夜，這時候，便有機會看到奶奶和阿麗潘姐姐<sup>3</sup>從夜摩廚房走過。有時候，奶奶會停下腳步，與負責那個區域的心威法師<sup>4</sup>聊天，氛圍溫馨又親切。而後，阿麗潘姐姐會帶奶奶繼續走向廚房後面的住所。我則會坐在一旁，雙手合十向奶奶致敬，靜靜地觀看著這附近的一切。

我很喜歡看阿麗潘姐姐牽著奶奶的手同行的景象，常常在背後目送著她們，直至她們的背影消失為止。我總是在心裡想著，奶奶看起來是如此地自然，是一位讓人很想親近的長者，而我也希望能如此地親近奶奶。

---

3. 阿麗潘姐姐是奶奶的首位侍者，長期陪伴在側，是位深受眾人敬愛的師姐。此處暱稱「姐姐」以表達親近，並非指有血緣關係。

4. 心威法師(พระรังสฤษดิ์ อิทธิจินตโก, Bhikkhu Iddhicintako)，奶奶暱稱其為「謀法師」。法師承蒙奶奶指定製作奶奶金像；亦受法勝師父所託，主導研發大法身塔上，百萬尊佛像的製作技術。現任法身寺住持。

## #01

### 第一印象與崇高的使命



圖/ 奶奶與幾位法師弟子的合影，照片中左一為施命師父，左三為心威法師。



圖/ 奶奶金像與心威法師



圖/ 阿麗潘姐姐牽著奶奶的手同行

沒想到，在未來的某一天，我有機會協助阿麗潘姐姐，真的能如此這般地親近奶奶。

大約在我進寺院住下的三個月前，我夢見奶奶站在我的面前，用慈祥的口吻對我說道：「要努力打坐喔！」我非常高興能夢見奶奶，即便醒來之後，夢境畫面依然十分清晰，彷彿真實發生過一般，於是我便開始非常勤奮地打坐。

此外，週日去寺院的時候，我還得到一份特殊的功德任務：幫忙打磨用樹脂鑄造的佛像。這些佛像正面寬三英寸，底座造型為紅色蓮花瓣，從橡膠模具中取出。在送去正式噴塗亮光漆之前，心威法師讓我們用粗砂紙和細砂紙將佛像磨得平整光滑。

那段時日，我的心始終沉浸於功德之中。再加上有機會聽聞維尋明法師(Bhikkhu Vijjesako)關於報答父母恩情的開示，我決定再次請求父母親的允許，讓我到寺院全職幫忙。法師說，最高尚的報恩方式是引導父母親認識佛法，鼓勵他們學習布施、持戒和靜坐，走向修行佛法的光明大道。

這已是第二次的請求。第一次是在剛畢業時，我曾請求過，但當時父母親不同意，理由是：「別人會說我們在依靠寺院生活。」他們住在外省，從未造訪法身寺，無論我怎麼解釋，都很難讓他們理解。這次請求，我準備了很多理由來向他們解釋，但奇蹟發生了。我告訴父母親我想換一份自己喜歡的工作(也就是去寺院工

作)，他們竟然沒有反對或爭論，只是問了我一個問題：「那麼妳會結婚嗎？」

如果是以前，我會堅決地回答「不結婚」。然而，時間教會了我以一個更中立的答案來回應，以體諒他們的感受：「這要看孩子的緣分了。」

他們同意了我的請求，說道：「就隨妳的意吧，只是我們需要一些時間來調適。」我很清楚他們擔心我的晚年，擔心我年老時沒人照顧。父母對孩子的愛是偉大且無限的，而我深信自己所選擇的是一條最崇高的道路，也是能以最大程度回報父母恩情的道路。

西元 1990 年 7 月 28 日(六)，我來到寺院，自豪且全力以赴地開始為佛教事業服務。我在廚房幫忙，同時也協助心威法師製作橡膠模具，用來澆鑄樹脂佛像，完成後的成品是一尊尊安奉在紅色蓮花寶座上的透明法身佛像。

我每天都在夜摩廚房的房間裡製作模具，房間的木門上鑲有玻璃，因此可以透過玻璃看到房間內部。

傍晚時分，阿麗潘姐姐會陪同奶奶走到夜摩廚房。有時她們會經過這個房間，奶奶不時停下來，透過玻璃往裡看。偶爾，奶奶會打開門走進來，看我製作佛像的橡膠模具。每次見到奶奶，我都感到無比的開心與溫暖。



# #01

## 第一印象與崇高的使命



圖/ 法身寺最早一批以樹脂鑄造的佛像之一，底座為紅色蓮花瓣樣式。

有一次，我一大清早就來工作，但可能是因為在混合橡膠催化劑的比例上產生了偏差，使得橡膠遲遲還不凝固，我只好不斷地刮來抹去。我持續耐心地工作，到了接近早上九點時，奶奶和阿麗潘姐姐一起走進房間，站在一旁看我刮除橡膠，修整佛像。

奶奶對我說道：「妳會得到很多功德的，製作佛像供人頂禮膜拜。」接著又說：「去吃點飯吧！」

我深深感動於奶奶的慈悲，同時在心裡暗自納悶：奶奶怎麼知道我還沒吃飯？奶奶怎麼不會想說我是吃完飯才來工作的呢？奶奶真是個洞察力特別敏銳的人。

感動之餘，我也感到非常開心，內心充滿清涼與喜悅，想著：必定是由於懷抱著一顆純淨明亮的心來行善，所以才能遇到如此令人開心的事。這同時也激勵我心中更大的動力，能持續去做更多的善事。



過了沒多久，阿麗潘姐姐來跟我說，她想找人協助一起照顧奶奶，因為奶奶的年紀越來越大，健康上需要更加小心謹慎地照顧。目前只有阿麗潘姐姐一個人承擔著日夜照顧奶奶的功德任務，她希望我能試著來幫忙。

阿麗潘姐姐給了我一些建議：「照顧年長者是項細膩的工作，需要周密謹慎，在許多方面都要特別小心，尤其一定要注意，絕對不能讓老人家跌倒，因為跌倒後身體無一例外地都會逐漸衰退，很難恢復到原來的狀態。」並補充道：「奶奶喜歡誠實且勤勞的人。」

後來，我有機會在雕塑工作室前拜見法勝師父，日期是西元1990年12月8日，這是我一生永難忘懷的一天。師父向我提出一些問題，並對我的任務職責給予諸多教導，我認真記錄並牢記於心。其中一段師父說：

「照顧長者的工作需要十分細心。事實上，作為奶奶的弟子，師父應當親自承擔這項任務，服侍與照顧自己的導師，如果師父是女性，會把這份工作做到最好，然而師父目前的性別身份並不合適，因此讓妳們來替代師父完成這項任務 ...」


這次拜見，讓我深深感受到師父對奶奶的敬愛，而這份諄諄教誨，也展現出師父的細緻入微、周密慎重與高度的遠見。

隨著時光流逝，我越發體會到師父種種教誨的深意，並將其視為神聖的指導，支持我以純淨且圓滿的方式執行任務。

# Chapter #02



## 舉手投足，優雅動人



老奶奶是我見過最強壯、最勤勞的長者。雖然已屆八十三歲高齡，但奶奶看起來依然強健、精神煥發、動作敏捷。她走路時腰板挺直，步伐又大又快，腳步輕盈，彷彿腳下裝了彈簧，並且每一步都充滿了正念與穩健。

有時候，當年方二十出頭的我，甚至必須使出全力邁步，才能跟上八十多歲的奶奶。

我忍不住讚歎，對她說：「奶奶，您已經八十多歲了，走路還這麼敏捷靈活，我們年輕人都快跟不上了呢！」奶奶回答道：「奶奶以前是農民，所以腿腳特別行。」

## #02

舉手投足，優雅動人



即便坐著時，就算是椅子有靠背，奶奶也不會輕易往後靠，她總是挺直腰板，雙肩挺拔，看起來堅強而優雅。奶奶雖然身材嬌小纖瘦，體重只有 40 公斤，但她的力量和體力卻驚人地強大。

我第一次親身體驗到這一點，是在奶奶巡視廚房時。當時我對她說：「奶奶，我們往這邊走好嗎？」同時盡全力試圖引導她往另一個方向走，因為不想讓她看到一些還沒收拾好的東西，以免她因為要去整理而感到疲累。

但沒有什麼能瞞得過奶奶，她回道：「就往這邊走」說著便拉著我的手。當時我因為不太想讓她往那個方向去，所以稍作抵抗，但最後我竟被奶奶拉著，不得不跟著到處走。我忍不住在心中驚嘆：八十多歲的奶奶，為何竟有如此大的力氣，真是不可思議。

每次奶奶握住我的手，我都能感受到她身上散發的力量。奶奶的手指看起來豐潤飽滿，泛著潤紅的血色，每根手指都圓潤而結實。

奶奶常常展開手掌給人看，然後說：「奶奶的手大得像划船的槳，一輩子都在勞作，不像別人的手那樣小巧漂亮。」

心威法師則常對奶奶說：「奶奶的手很美，奶奶的手指很美，就像那些雕刻的佛像手指一樣。奶奶您見過古代的佛像嗎？大多數佛像的手指都雕刻得一樣長，每根手指都飽滿結實，十根手指尖都有螺紋，就像奶奶的手一樣。」

雖然奶奶出身農家，但她的皮膚細緻，光滑潔淨。我喜歡偷偷觀察奶奶的臉，即使八十多歲了，她的臉還是緊緻飽滿，皮膚細膩光滑，我不禁在心裡納悶，奶奶的魚尾紋和皺紋都到哪去了，只在眼角和嘴角有那麼一點點而已。

原來經常保持內心寧靜，專注於身體中心的人，皮膚會如此細膩光滑，顯得特別年輕。除了皮膚之外，我還喜歡看奶奶那優美的前額和眼睛。



奶奶的眼睛非常吸引人，因為那是一雙明亮且閃耀的眼睛，充滿純淨、慈悲與真誠，即便是在照片中，依舊能感受到清亮耀眼的光芒。而同樣這雙眼睛，當需要認真嚴肅地維護規矩紀律時，就會散發出堅定、果斷、威嚴且充滿力量的光芒，這時無論是誰被那雙眼睛凝視，都會感到不寒而慄。





## #02

舉手投足，優雅動人

奶奶的生活簡單樸實，但生活中的每個舉止皆怡然優雅、恰到好處，充滿了正念，體現出奶奶深邃的智慧。奶奶的修行與生活融為一體，與每一次呼吸相伴，因此，她的一舉一動，從早晨醒起直至晚上入睡，都能成為無聲的教導。

早晨，奶奶上淨房時，會精準地倒水沖洗馬桶，避免水濺濕地板，因此淨房的地板總是能保持清潔乾燥。

漱口時，奶奶會含剛剛好的水量，吐水的力道和節奏也都恰到好處，吐出一道線狀的水流，直接流入水槽而不會四處飛濺。

洗完臉後，奶奶會將濕毛巾適度擰乾，展開後輕輕擦拭，同時反覆換邊，一面擦臉，一面擦耳朵。

在坐下之前，奶奶會先站定，然後精準就位，坐於椅子的正中央。

吃飯時，奶奶會將飯勺盛得恰到好處，米飯與配菜的比例適宜，不多也不少。進餐過程中，奶奶的餐盤始終保持美觀，米粒從不凌亂四散。每次用膳，奶奶總會把飯菜吃得一乾二淨，連一粒米都不剩。

奶奶使用的物品，總是擺放得極為整齊有序，精準對齊，不偏不倚。若有物品收放不夠整齊，奶奶便會伸手重新整理，使其井然有序。

甚至，連經過曬抹布的衣架時，奶奶也會走過去調整，讓抹布的下方整齊劃一，看起來賞心悅目。

無論拿起、抓住或放下什麼物品，奶奶的每一個動作都細膩、精緻且優雅，始終如一。不管是抹布還是擦臉手帕，奶奶都給予同樣的重視，以同樣細膩、精緻且優雅的方式去照料。

我很榮幸能有機會見證，奶奶於人生末期，依然展現出靈活敏捷且充滿活力的生命狀態。她的行動矯捷，卻不見絲毫倉促、焦躁或慌亂，反倒矯捷中流露出優雅從容的平靜氣質，令人賞心悅目，心情也隨之平和。



## #02

舉手投足，優雅動人



我是個做事慢的人，曾請教過奶奶如何才能做得快些。她慈祥地答道：「做事慢沒關係，慢慢來，專心去做就好，做著做著，自然就會越來越熟練，自然就會變快了。」

無論是做任何事情，「專心」都極為重要。專心，將心安住於身體中心點——純淨及美好的泉源——便是這一點，使得奶奶在日常生活中，舉手投足之間，處處充滿著優雅與完美的平衡。



雖然奶奶的各種儀態舉止對我來說，已是生活中常見而熟悉的景象，且每次看見，都還是忍不住感到優美，每次看見，都能給自己帶來啟發。

當我將之應用來訓練自己時，就更深刻地體會到奶奶爲人的高尚。因爲要能做到像奶奶那樣的程度，心必須時刻保持正念，時刻安住於身體中心點。

## #02

舉手投足，優雅動人

奶奶是個非常勤勞的人，即便已屆八十多歲高齡，也從不放任自己虛度光陰。如果不是真的累了或身體酸痛，奶奶不會躺下休息，而即便是躺著休息，奶奶也會說：「奶奶身體躺著休息，心持續保持入定，奶奶不喜歡在大白天睡覺。」

那段時期，晚上奶奶在寮房就寢，白天則在秘書室<sup>1</sup>小憩。

早晨用過早膳後，奶奶會坐三輪車巡視寺院，大約九點鐘回來，如果感覺不會太累，她便會到秘書室小憩。這裡有一把奶奶常坐的暹羅玫瑰木搖椅，有腳踏和扶手，並鋪有坐墊，這樣坐起來便不會太硬。另外還有一把是奶奶吃飯時坐的椅子。

秘書室四周都是玻璃窗，奶奶的椅子處於室內視野絕佳的位置，她可以透過玻璃窗，清楚地看到附近的寮房、水道、以及往來的人們。

奶奶的休息從不只是單純地坐著，她會觀察周遭的一切。有時候看看樹木，有時候看看在月橘樹上跑來跑去的頑皮松鼠，有時候又看看在附近啄食的雞群。

---

1. 秘書室：位於奶奶第一座寮房（詳見第六章「他化自在天」）對面那棟建築物的樓下房間。

有時看到母雞帶著小雞來覓食。雖然奶奶不識字，但數數很快，記性也非常好。她會數這隻母雞有幾隻小雞：「4、5、6、7隻。」第二天，母雞再帶小雞來時，奶奶又數：「3、4、5隻，怎麼少了兩隻？」等到母雞好不容易將小雞養大到能自己照顧自己時，往往只剩下一兩隻而已。

這大概便是寺院不允許人來放養貓狗的原因，因為這些動物經常會偷抓小雞來吃。



此外，奶奶也負責監察寺院內的各種事物。於奶奶視線所及之處，誰進出她的寮房，她都看得一清二楚。遇到有人在經過時大聲喧嘩，或因有意或無意而違反寺院規矩，將車駛入寮房區等等的情況時，不用奶奶開口，我便會主動上前提醒，並向他們解釋寺院的規矩。

奶奶的目光還能看到寮房與忉利天大樓之間的水域。當看到有小朋友在水邊玩耍時，奶奶就會讓我去跟孩童的父母說，要好看顧孩子，不要讓他們到水邊玩耍，以免不慎失足溺水。

有時，當看到年輕男女坐在水岸邊聊天，奶奶就會讓我去請他們到別處。寺院是讓人來打坐修行的地方，不是談情說愛的地方。關於這一點，奶奶特別地嚴格和重視，會想盡各種方法來防範危險與不當行為。



一次平常的非假日，不像週日那般會有很多信徒來寺院參加活動。一位容貌和衣著打扮皆很漂亮的女士，緩緩走過通往僧眾居住區的不鏽鋼柵欄門。門上的告示牌寫著：「僧寮區清修之地，非關要務者，請勿擅入。」

奶奶看著那位獨自走進來的女士，問我是否認識她，知不知道她叫什麼名字。然後奶奶讓我去問她：「請問您叫什麼名字？來找誰呢？」在讓我出去問之前，奶奶還先仔細地教我該怎麼說話。

我帶著微笑，心想：奶奶真是個謹慎周到又富有遠見的人，任何有可能發生的問題，她都有辦法預先防範。

有時，奶奶會慈祥地講述各種故事給我們聽。我經常聽到的故事包括：幫助父親的故事、清除炸彈的故事、建寺的故事，以及關於兩位住持的故事等等。

奶奶在講述這些故事時，總是非常快樂，而且從不厭倦。當奶奶講述幫助父親、清除炸彈等故事時，從她的語氣、用詞，以及表達出來的情感，讓我彷彿親歷其境，看到了那些事件的畫面。

每次講述故事時，奶奶的每一句話都和之前完全一致，毫無差異。無論時間過去多久，那些話語都和原來的一模一樣，如同錄音帶的重播。真實的話語，無論何時說出來都是真實的，無論何時講述都不會有所改變。

因此，我一點也不奇怪，爲什麼奶奶在講述這些故事時從不感到厭倦，而且每次都充滿了快樂、喜悅與自豪，因爲這些事件都是深深烙印在她腦海中，令人難忘的珍貴記憶，是奶奶奮鬥、努力、傾注生命全心全意投入行善的畫面。每當回憶起這些情景，奶奶就會感到自豪、快樂和喜悅。

奶奶就是這樣的一個人——說什麼，就做什麼；做什麼，就說什麼。

這令我不禁反思：如果我有機會活到年邁，又將會有什麼樣的美好故事？那自己曾經全心全意、傾盡全力去做，以至於成爲永難忘懷的珍貴回憶，可以自豪而喜悅地講給後輩們聽，無論講多少次都不會厭倦的故事。


# Chapter

# #03.1



## 維護佛教資產

### 坐三輪車巡視寺院



高齡八十三歲的奶奶，依舊勤勉不懈。我經常看到奶奶做的另一件事，便是坐三輪車巡視寺院各處，這是奶奶於早晨及傍晚的例行日常。

早上將近八點前，會有一位優婆塞騎著三輪車來，停在秘書室前等候奶奶。奶奶用完早膳之後，阿麗潘姐姐便會扶著奶奶坐上三輪車。有時候奶奶提前用完早膳，三輪車還沒來，阿麗潘姐姐就會攙扶著奶奶慢慢散步，幫助飯後消化，然後在廚房等待三輪車。

早晨，陽光尚未那麼炙熱時，奶奶會先坐三輪車到朝東的寺院前方，然後繞道巡視寺院後方，那裡樹林茂密，即便到了晚一點，艷陽逐步高升時，也不會太熱。

## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院





## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院





奶奶從寺院的前方開始，巡視至寺院後方，然後返回秘書室，大約需要一個多小時。平均而言，奶奶會在早上九點左右回到秘書室，可能會略早或稍晚一些。

阿麗潘姐姐將迎接奶奶的任務交託給我。因此，我通常會在九點之前，踮著腳尖、探頭張望，沿路看奶奶的三輪車開到哪裡。這樣，當三輪車一抵達，我便能立即上前攙扶奶奶下車。

有些日子，奶奶的三輪車會提早抵達，但有時到了九點多還未回來。如果比平常晚太多，我就會騎自行車去找，查看發生了什麼事。

大多數時候，我會發現奶奶的三輪車停在梵輔天大樓前，那是一棟兩層樓的建築，是法師、優婆塞及優婆夷工作的地方，類似於現在的綜合辦公大樓。有時我會看到奶奶仍坐在停妥的三輪車上，與附近的法師或寺院工作人員（優婆塞、優婆夷）交談；有時則會看到空無一人的三輪車停在大樓前，跟上前看才發現奶奶已經走進大樓裡了。

奶奶常在梵輔天大樓停留，特別是在巡視寺院時，若發現需要改進的地方，她便会順道停下，向在那裡工作的法師和工作人員述說觀察到的情況，讓大家能共同協助改善。

而有時，奶奶只是單純地進入大樓，檢查建築狀況與環境是否整潔有序；同時，也關心大家的近況。

## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院

三輪車巡視回來後，奶奶總會分享她觀察到的各種情況，這些大多與維護寺院物品、保持環境整潔有序相關。對於奶奶能處理的事務，她會親力親為，同騎三輪車的優婆塞一起，立即著手解決。





有一次，奶奶回來後告訴我：「今天奶奶去除了白茅草和碰碰草<sup>1</sup>。」

我問奶奶：「您也親自拔草嗎？」奶奶回答道：「是啊，我和巴迪（現為巴迪法師，Bhikkhu Pradit Ariñjaya）一起拔的。早上奶奶還能拔，晚上洗完澡之後就不拔了，只是坐在車上看著。」

雖然奶奶已年過八十，但她從不會閒著袖手旁觀，只要是她能做的事，她都會立即動手去做。

---

1. 碰碰草：翠蘆莉，雜草的一種，奶奶喜歡稱它為「碰碰草」（ເປ້າະແປ້ະ）

## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院

有時，若奶奶遇到超出她體力或能力範圍的工作，她會仔細觀察並記住那個地方，然後想辦法解決，不會拖延到第二天。

巡視回來後，奶奶有時會躺下稍作休息。

奶奶說：「只要奶奶靜靜地入禪定休息，解決方法就會自然浮現，讓奶奶知道該如何處理。」

因此，奶奶總能找到極具智慧的解決問題方法，鮮少有人能與她相比。因為奶奶的智慧並非來自一般的邏輯思考，而是源自內在證入的法身。

有時奶奶回來後，會告訴我她看到哪個地方雜亂不堪，或是哪處物品收納不當將造成寺院損失等等，同時讓我打電話給相關負責人告知情況。絕大多數時候，都免不了要聯繫寺院前的倉庫，那裡當時是工程組、土木組、衛生組等部門的集中地，有充足的工作人員負責看管。

不過，有時遇到重要的緊急狀況，打電話告知可能不如奶奶親自前往說明來得有效。因此，在坐三輪車巡視回來，稍作休息恢復體力後，奶奶便會請阿麗潘姐姐開車，載她再出去一趟，前往寺院前的倉庫。

大多數時候，奶奶會去見負責管理該區域的禪智法師(Bhik-khu Jhānābhiñño)。

當奶奶的車抵達時，若法師得知消息，便會立即走到車旁，以恭敬及愛戴之心迎接奶奶。與此同時，奶奶見到法師走上前來，也會即時合掌頂禮，然後向法師問候，並分享在坐三輪車巡視寺院時所觀察到的情況。

「法師，奶奶在紫檀山坡那附近，看到工人們把東西隨意亂丟乱放，完工後沒有收拾 ...」然後，奶奶總會以一句充滿託付與信任的話語結尾：「請法師幫忙奶奶照看寺院喲。」這是我經常聽到奶奶對負責寺院各區域事務的法師們說的一句話。

奶奶做任何事都會親自跟進，從不感到厭倦或氣餒。

有一次，奶奶坐三輪車巡視寺院時，注意到在草地上有人們行走留下的腳印痕跡。奶奶說：「既然已經有專門修建的人行道可走，為什麼還要懶惰、抄近路穿越草地呢？」於是想了一個防止人們穿越的方法，吩咐巴迪師兄在工人們常抄捷徑的地方，立一個「禁止通行」的牌子。

告示牌豎立好後，奶奶每天乘坐三輪車時，都會特意繞道去查看。若發現立告示牌效果不佳，奶奶便會繼續思考新的解決方法。奶奶常說：「做事時，奶奶會慢慢循序漸進，一步步觀察情況。」

然後，奶奶讓巴迪師兄找來帶刺的植物種下作為屏障。這下子，應該沒人敢再穿越了，因為害怕被植物的尖刺刺傷。

## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院

在奶奶的字典裡，從未有「拖延」二字，也找不到「以後再說」的藉口，更沒有「半途而廢」的念頭。腳踏實地、持續跟進、永不放棄，才是奶奶一生遵循的原則。

一旦奶奶有了想法，就會立刻付諸行動。我從未見過奶奶著手去做卻未成功的事，即使她已年近九十歲高齡。這是因為奶奶完全具備了四神足之法：

欲神足(Chanda)：樂意去做

勤神足(Viriya)：精進不懈

心神足(Citta)：專心去做

觀神足(Vimamsā)：運用智慧，審視與改進

正因如此，奶奶是成功者的典範，一位真正的楷模。

後來，隨著奶奶年歲漸長，她經常感到頭暈。在頭暈的日子裡，自然無法乘坐三輪車。而在能乘坐三輪車的日子裡，阿麗潘姐姐通常會讓我騎著自行車，跟在奶奶的三輪車後面。

這是一個極其難得的機會，讓我能跟隨奶奶——這位在各方面都出類拔萃的典範，一同參觀寺院，巡視各處。

奶奶說：「奶奶喜歡坐三輪車巡視寺院，三輪車不像其他車那樣顛簸。」更重要的是，無論奶奶指向哪裡說想去看看，三輪車都能載著她自如穿梭，深入寺院的每個角落。

那位負責踩三輪車載奶奶的優婆塞師兄，總是以不快不慢的適中節奏踩車前行。奶奶的三輪車上放有一個胖胖的白色靠背枕，每當奶奶坐上車時，優婆塞師兄都會細心調整靠枕位置，墊在奶奶的背部與座椅之間，這樣奶奶在巡視寺院時，就不易感到腰痠背痛。



## #03.1

維護佛教資產/ 坐三輪車巡視寺院



奶奶坐在三輪車上時，總是挺直身子，目光掃視兩旁的景色，時而注視近處，時而眺望遠方。她的手不時舉起，指向這兒或那兒，同時愉快且自豪地講述各種故事。

「奶奶沒想到我們的寺院會有這麼多人。當初法勝師父出家時，奶奶原本只打算用 50 萊<sup>2</sup> 來建寺，現在 2,000 萊的地都快被塞滿了。」

---

2. 萊：泰畝，泰國土地面積單位，1 萊 = 1,600 平方米



奶奶的三輪車會轉進忉利天大樓旁鋪有水泥板的路，沿著水泥小徑前行，經過一座拱橋，繞過鐘樓，再通過一座拱橋，最後抵達紫檀山坡。之所以稱為「紫檀山坡」，大概是因為這片區域長滿了蒼翠濃密的紫檀樹林。

有時會遇到散落的雜物、樹枝或雜草阻礙通行，其中最常見的是奶奶愛稱為「碰碰草」的翠蘆莉。奶奶總會讓三輪車先停下，以便清理這些雜草。後來，隨著奶奶年紀漸長，身體狀況不如從前，便只能坐在車上看著。

紫檀山坡蚊子很多，若三輪車停下不動，蚊子就會飛來。因此，踩三輪車的優婆塞師兄會試圖引導奶奶看向沒有碰碰草或雜亂樹枝的地方，以避免停車。可惜，總是逃不過奶奶銳利的目光。若必須停下三輪車，我就會揮動布驅趕蚊子，不讓牠們叮咬奶奶。

優婆塞師兄會去收集那些雜亂的樹枝，將它們整齊堆放。而碰碰草一旦被奶奶發現，就必須立即拔除。若數量太多，奶奶便會讓我一起幫忙拔草。

我擔心蚊子會來叮奶奶，奶奶說：「沒問題，奶奶會動動腿，這樣蚊子就不會來叮。」一邊說著，一邊晃動腳給我看。

奶奶總是如此純真自然。我也不會走遠，就在三輪車旁拔著碰碰草，一會兒拔雜草，一會兒用布幫奶奶驅趕蚊子。

## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院

我非常欽佩奶奶的毅力，她做任何事，在成功之前絕不輕言放棄，對付碰碰草也是如此。無論拔了多少，彷彿總也拔不完，但奶奶不屈不撓，堅持不懈地清除它們。這就像對付心中的煩惱習氣一樣，奶奶從未放棄努力，總是致力於將它們一一徹底根除，成功戰勝它們。

等到適當時機，我會邀請奶奶繼續乘坐三輪車，從紫檀山坡出發，直接朝寺院前方前行。抵達寺院前方時，可見一扇造型簡約、高聳挺拔的不鏽鋼大門，在早晨陽光的照耀下閃閃發亮，優美大方。

奶奶指著那扇門說：「前面那扇門啊，是奶奶去勸募來的。以前是舊鐵門，推來推去都快壞了，所以門做好後，奶奶特別開心。在建這扇門之前，奶奶去看他們建圍牆，打地基樁，把圍牆建得非常堅固。奶奶就想著，要打造一扇永久的大門，只要圍牆不倒，這扇門也不會壞。」

那扇門彷彿是一幅重複訴說善業的畫面，每次經過時，奶奶總會帶著幸福與自豪的心情注視它，憶起自己曾經修過的功德。



## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院

從寺院前門離開後，奶奶的三輪車會轉回來，經過大理石公關大樓和四大天王禪堂。

那段時間，工人或員工在開始工作前，會先聚集在四大天王禪堂誦經做早課，由法師在那裡負責管理與清點人員。在誦經前，法師會帶領先到的工人一起打掃，有的在禪堂內擦桌拖地，有的在禪堂外清掃落葉。

當奶奶的三輪車經過時，大家都會合掌向奶奶頂禮，奶奶也會合十回禮，親切問候每個人。如果發現有什麼可以教導的地方，奶奶會慈悲地停下車，向工人們指導教誨。



圖/ 四大天王禪堂施工中



圖/ 四大天王禪堂



圖/ 信眾聚集於四大天王禪堂內靜坐、聞法。

## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院

奶奶主要教導大家如何保持整潔有序，以及如何維護佛教資產。例如，掃路上的落葉時，應將樹葉掃成堆，集中起來，而不是掃到路邊就置之不理。掃完後，還需找袋子將成堆的樹葉裝好拿去丟，不能只是堆在那裡，否則可能一會兒就被動物翻弄，或被強風吹散。

使用完各種工具和物品後，務必記得放回原處。對於那些做事馬虎、不懂得愛護寺院資產的人，奶奶會特別提醒與教導，反覆叮囑多次。

我覺得早期的工人們很幸運，能經常見到奶奶，並接受她的培訓與指導。對於一些年長的工人，奶奶還能清楚記得他們的名字，以及他們負責的工作。

在那邊照顧工人的法師，也總是會得到奶奶的問候。奶奶常說：「法師啊，請幫奶奶多多關照與教導工人們。」或是：「法師啊，請幫奶奶照顧寺院。」

有時，坐車經過時，奶奶會自言自語道：「這位法師很勤奮。」因為每次經過，都能看到他在認真工作。

奶奶的三輪車隨後會駛進僧寮區，這片區域通常不允許非相關人員進入。而我是藉由騎自行車跟隨奶奶三輪車的機緣，才能有機會深入僧寮區的每個角落。

僧寮區深處有一棟舊寢室，過去是優婆塞的住處，現在已改爲大梵天大樓。

僧寮區內有許多小型寮房，每間恰好容納一位法師居住。這些寮房建得極爲堅固耐用，分散各處，遍佈整個區域，並由小徑相互連接。居住在此的多是第一代的法師，他們是從奶奶還在北欖寺時就已出家，或者是最早入寺的優婆塞。



圖/ 奶奶與弟子們於鐘樓前合影，後方為心威法師(Bhikkhu Iddhicintako)。



## #03.1

維護佛教資產 / 坐三輪車巡視寺院

奶奶能精準記得哪間寮房住著哪位法師，例如這是心威法師(Bhikkhu Iddhicintako)的寮房，那是常淨法師(Bhikkhu Titasuddho)的寮房等等。每間寮房周圍的環境都保持得非常乾淨，落葉也清理得十分整潔。

從寮房區和禪修堂出來，奶奶的三輪車會正好駛入經過梵輔天大樓前面的那條路，然後從那裡慢慢駛回休息處。

雖然已接近上午九點，但路旁兩側綠樹成蔭，使奶奶的三輪車經過時，仍能感受到清涼宜人的氛圍。

我注意到奶奶在乘坐三輪車巡視寺院時，顯得非常快樂與喜悅。從寺院前方到後方，每一處景象都在引導奶奶回憶那些她全心投入行善的種種功德。因為無論這裡或那裡，處處都是奶奶的心血，每個經過的地方，都源自「法身寺創辦人一詹·孔諾雍老奶奶師父」的雙手。

即使有時在乘坐三輪車巡視時，看到雜亂無序的情況，讓奶奶不得不費心一再提醒和教導，但在這些辛勞中，她仍感到自豪。因為她盡了全力照顧與維護佛教資產，好讓後代能繼續使用。

正如奶奶常說的：「無論是誰做了什麼，都要好好跟進維護，那些負責維護的人非常重要。你看，奶奶建了寺院後，也是一直照看著、維護著寺院。將來奶奶和大師父不在了，你們就負責修補，哪裡壞了就修，哪裡舊了就補。」



無論奶奶的三輪車駛向何處，無論那裡是人跡罕至還是人來人往，只要有奶奶在，那片場地總是乾淨清新、整潔有序、優美怡人。

隨著年歲增長，奶奶從坐三輪車改爲坐電動車，只能行經主要道路，無法像從前那樣穿梭小徑，在每個地方停留、細察每個角落。然而，有一件事從未改變：當奶奶坐車遊覽寺院時，望向各處的眼神中，依然充滿幸福、喜悅與自豪。

「奶奶的寺院美麗，因爲奶奶的心美麗，奶奶的心澄澈清淨。這一世奶奶建寺院，下一世奶奶還要再來建寺院，要把曾經與奶奶一起修功德的人都帶著，一個也不落下。」



# Chapter

# #03.2



## 維護佛教資產

### 巡視廚房



除了乘坐三輪車巡視寺院周圍各區域外，奶奶的另一項每日例行活動，是在她的腳力範圍內，步行巡視廚房與住所周圍的情況。

廚房與奶奶密不可分，因為它為寺院裡所有人提供糧食。

奶奶非常重視提供糧食這件事，因為「軍隊是靠肚子行軍的」<sup>1</sup>。我常聽奶奶如此發願：「願功德助奶奶，無論來多少男女隨眾，奶奶都有足夠的財富供他們吃用不盡。來一百人能養一百人，來百萬人能養百萬人。」

---

1. 軍隊是靠肚子行軍的：泰國諺語，強調糧食的重要性。

## #03.2

維護佛教資產 / 巡視廚房

因此，奶奶常常一天去巡視廚房多次，視情況而定。有時早晨，有時上午，有時下午，有時傍晚，有些日子甚至這四個時段都去巡視。

另一個原因是，奶奶說：「法勝師父曾託付奶奶說：『奶奶啊，請幫忙看管廚房。』所以奶奶每天都會去廚房。」無論法勝師父交託給奶奶什麼任務，奶奶總是全力以赴，盡心盡力完成。

抵達廚房時，奶奶會先繞一圈，檢查一切是否整潔有序。

奶奶經常這樣教導：「物品必須擺放整齊有序，如果我們做事有條不紊，就能教導他人。無論做任何事情，我們都做得井然有序，到了來世，也就能將事情處理得條理分明，遇到的事物也都會整齊有序。」



廚房裡的各種用具皆擺放得整齊有序，並按類別妥善分區收納。無論是碗盤、湯匙、水杯等，僧侶與在家居士用的器皿也明確分開，不允許混用。

跟隨奶奶四處走動的經歷，讓我越發感受到她的卓越非凡，無與倫比。

奶奶環視各處的眼神敏銳而犀利，即便只是匆匆一瞥，也能將所有細節盡收眼底，無論是前方、側面、下方還是上方。我心裡暗自比喻：「奶奶的眼睛就像是雷達一般。」

無論奶奶看向何處、轉向哪個方向，都能捕捉到每個細微之處。骯髒、凌亂、不整潔，皆逃不過奶奶的眼睛。這與我有天壤之別，我需要反覆觀察多次，才能發現奶奶一眼就能察覺的細節。

此外，奶奶內在法眼的洞察力更是敏銳，無人能在她面前隱瞞什麼。在這裡，所謂的「灑香菜點綴」<sup>2</sup>是完全行不通的。

在夜摩廚房的大廳及外面的空曠處，設有一排排齊腰高的不鏽鋼櫃。在食物準備區，有兩排不鏽鋼櫃呈直角排列。這些櫃子裡存放著各種碗盤餐具等，皆按類別整齊堆放。

奶奶說：「以前用木架子擺放倒扣的碗碟，結果好端端地卻有狗跑來在上面撒尿。所以奶奶就去募款，換成這些不鏽鋼櫃。」由於不鏽鋼櫃數量眾多，門板開合頻繁，開關櫃門時需對準位置和角度才能完全關緊。有時候因為匆忙，經常有人沒能將櫃門關好。

當奶奶來時，她會繞一圈檢查，若看到哪個櫃子沒關緊，便幫忙重新調整、關好。奶奶總是不斷提醒大家要將櫃門關緊：「這

---

2. 灑香菜點綴：泰國諺語，指做表面功夫。

樣關門，門很快就會壞掉，一定要關緊。如果沒關緊，蟑螂就會跑進去大小便，然後我們還得用這些碗盤來裝食物。」同時，奶奶也示範如何正確開關櫃門。

「開關時要小心，先看好是否對齊了，然後才關。」「不鏽鋼櫃的抽屜也是一樣，關抽屜時如果不小心，用力推得太重，就會發出很大的聲響。」奶奶不厭其煩地教導，屢次為大家示範。

「要輕輕地關，做什麼都要輕柔細心，如果粗魯大意，東西很快就會壞掉。」奶奶一遍遍地叮嚀，教我們使用各種物品要非常小心謹慎。即使是不鏽鋼櫃子背面有一點小刮痕，奶奶也不會視而不見，她會招所有工作人員來看，提醒大家一起愛護保養，小心使用物品，想辦法防止類似的刮痕再次發生。

例如，假若有東西放在櫃子上，移動時不要拖拉，應該將它們抬起來移動。準備食材時，無論是切或剝，每次都務必找砧板墊著，並且要到專門的備餐區，不能直接在不鏽鋼櫃上處理食材。

奶奶的廚房裡還有一樣不太常見的獨特東西：帶輪子的不鏽鋼置物架。它取代了原本容易受潮腐爛的木製架子，更為耐用。這類不鏽鋼置物推車有多台，每台設有3至8層，可靈活運用。它們既可用來擺放芭蕉、水果，也能作為烹飪前洗淨蔬菜的暫放處；而最常見的用途，便是運送餐具，並將洗淨的碗盤器皿倒放於架上晾乾。

## #03.2

維護佛教資產 / 巡視廚房

僧團用膳後，公用區裡未食用的餘食會換用其他餐具盛裝，供居士們繼續享用。而僧侶們使用過的碗盤、湯匙、叉子等餐具，則會集中收集，置於不鏽鋼推車架上，再一併推到後方洗滌區，依類別分批放入洗滌槽清洗。

當要放在架子上晾乾時，也會分組排列，從小到大，依照類別整齊倒放，這樣收納起來更方便。盤子、碗、托盤和湯匙都會一支支或一個個排成一排。完成後，就將載著倒放餐具的不鏽鋼推車推到有陽光的地方晾曬。等餐具乾了，再把推車移至陰涼處，然後將餐具收進櫥櫃裡。

由於這些不鏽鋼置物架裝有輪子，方便四處推動，有時會被人用來推送物品到夜摩廚房。因此，每當來到廚房看到不鏽鋼置物推車時，奶奶常會說：「數一數廚房裡有幾台，是不是都在這裡，推去哪裡用了之後都要推回原處。」

奶奶總是謹慎周到，細心將管理做到極致，悉心照料並維護寺院裡的每件物品和每項資產。

若將寺院比喻成一個家，那它就是一個非常龐大的家族，擁有眾多成員與家用物品。而奶奶作為這個大家庭的總管，職責履行得無比出色，很難找到能與她媲美的人。

奶奶擅長將物品整理得井然有序，不僅賞心悅目，更方便取用，且遺失時易於察覺。



當物品遺失時，她懂得尋找；物品損壞時，她懂得修理；同時，她也懂得如何適量、適當地使用物品。奶奶以身作則的這些示範，都是維護家業，使其長久興旺的關鍵因素。



## #03.2

維護佛教資產 / 巡視廚房



此外，奶奶還慈悲地、從不厭倦地教導家族成員，勉勵大家時常效法這些行爲。

然而，作為長輩，奶奶有時也會因擔心晚輩而忍不住說：「幸好奶奶長壽，如果奶奶不在了，新一代人不知道能不能好好愛惜這些東西。」

除了保持清潔、整齊有序，以及懂得如何照料維護佛教財物外，奶奶還經常提醒大家要注意一件事，也是她特別在意的，那就是在工作時別閒聊或大聲喧嘩。

若奶奶發現這種情況，便會立即走過去提醒。奶奶提醒的方式多樣，有時她會邊走邊招呼道：「在聊什麼呢？」或「在抱怨什麼呢？」僅這簡單幾句，大家便心領神會，立刻安靜下來。

但有時在奶奶走進廚房前，談話聲已傳到外頭，甚至在奶奶進入廚房後，大家仍在熱烈聊天，沒人注意到奶奶已經進來了。這時，奶奶會走向聲音來源，有時還會逐一嚴厲提醒。

奶奶經常這樣教導：「工作時要專心工作，不要邊做邊聊天。說話需要思考，心就會分神去想聊天的話題，但工作還沒完成，應該趕快專心做完，完成後再聊天。」

奶奶對這件事極為嚴格，一發現便會立即提醒。若聽到哪裡有喧嘩吵鬧聲，奶奶總會直接朝那裡走去。

## #03.2

維護佛教資產 / 巡視廚房

做人實事求是、做事認真負責，不輕易放棄、堅持不懈直至成功，並不厭其煩地教導眾人，這些特質使奶奶深受廚房裡每個人的敬愛與敬畏。

奶奶彷彿是清潔、整齊、寧靜、正念與謹慎的化身。每當她走進廚房，那些原本邊工作邊聊天、做事分心的員工與義工們，都會立刻閉上嘴巴，安靜下來，專注完成手上的工作。

那些原本粗心大意、放置物品時砰砰作響、時常草率馬虎的員工與義工們，都會變得細心謹慎，輕拿輕放，將所有物品整齊有序地歸位，同時保持環境整潔乾淨。

雖然奶奶對各項事務要求嚴格，但所有親近她的人都有同樣的感受，那就是能感受到奶奶的慈悲、善意、自然、親切與謙遜的氣質。

因此，大家都非常尊敬與愛戴奶奶，並非出於畏懼，而是因為在奶奶身邊感到溫暖安心。此外，奶奶能準確記住每位在廚房幫忙者的名字，並十分了解每個人的性格。



## #03.2

維護佛教資產 / 巡視廚房

在靠近儲水塔一側的廚房門旁，不繡鋼櫃的最邊角處，擺放著一張奶奶的高腳藤椅。奶奶檢視完廚房是否整潔有序後，常會在這張椅子上稍作休息。

當奶奶坐在這張椅子上時，可以一覽廚房裡所有的工作情況。這一區在削水果擺盤，那一區在準備供僧的齋食，還有另一區則在爐灶前烹調食材。任何人一走進廚房，都能從老遠就看到奶奶。

有時當護法居士來供養食物給僧團時，奶奶也會慈祥地與他們親切交談問候。

奶奶通常會在前方廚房稍坐片刻。若不感到太累，她會繼續走進夜摩廚房(後方廚房)。那時的廚房僅有幾位專職的優婆塞、優婆夷和員工，但在週日會有許多義工前來幫忙。

夜摩廚房是寺院的首座中央廚房，專為所有來到寺院的人供應餐點，包括僧團、工作人員，以及週日入寺修行的信眾。因此，這裡備有眾多器具設備和各種食材，連使用的器皿也都是大型的，舉凡炒鍋、湯鍋，還是菜盆等。

除了專門料理食材的區域外，這裡還設有專門洗滌餐具的區域。鍋子、臉盆等從各處收集來的餐具，都會被帶到此處清洗，然後倒扣成排晾乾。

來到夜摩廚房時，奶奶會四處巡視查看，有時甚至直接走進正在準備食物或洗碗的區域，儘管那裡濕漉漉的，她也毫不介意。

## #03.2

維護佛教資產 / 巡視廚房

有時，新員工們大聲喧嘩聊天，洗鍋洗盆時發出很大的聲響，使用物品時也不小心，隨意亂扔。奶奶通常會囑咐心威法師或常住的資深工作人員，請他們幫忙照看、教導新員工。

奶奶說：「這些年輕人還不懂事，以為不是自己的東西，就不小心使用，不懂得節約，也不懂得愛惜。大家要一起幫忙提醒教導。鍋碗瓢盆這些東西，若不小心使用，東敲西碰發出很大聲響，很快就會壞掉。」

由於奶奶常來夜摩廚房，心威法師特地為她準備了一套桌椅，擺放在法師與廚房工作人員辦公桌旁。

奶奶的桌子與其他桌子相同，但椅子比較特別，是一張可旋轉的四腳椅，讓奶奶在移動或轉向時也能保持穩固。如果來到夜摩廚房，奶奶通常會坐在這張椅子上休息片刻。



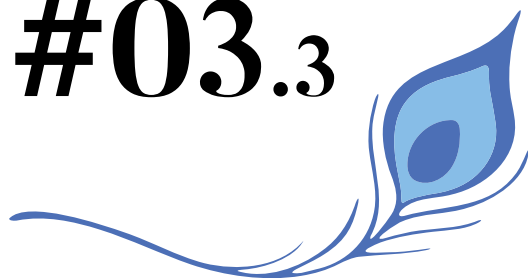
那時廚房的椅子皆為三腳椅，唯獨奶奶的椅子例外。奶奶的這套辦公桌被視為廚房最高榮譽顧問的席位，因為當奶奶巡視完廚房後坐在這張椅子上，或環顧四周時，總會給法師和廚房工作人員提出很棒的建議，使廚房工作不斷改善進步。

坐著時，奶奶有時會旋轉椅子，面向通往廚房的馬路。從前這條路上車輛不多，來取餐的多是載貨三輪車。若是汽車，奶奶會讓他們將車停在外面，再將食物搬出去裝上車。

早上十點是奶奶洗澡的時間。奶奶會看著時鐘，一到十點便會起身返回秘書室，無需任何人提醒。奶奶曾說，小時候住在佛統府，沒有時鐘可看，她是靠太陽的位置來判斷時間，正午時太陽會正好位於頭頂。


# Chapter

# #03.3



## 維護佛教資產

### 善用信眾供養



夜摩廚房(後方廚房)與前方廚房之間隔著一道牆，中間設有一扇不鏽鋼滑動門可供開關通行。當時在前方廚房這一側，不鏽鋼門處有一塊略微架高的木板，製成矮矮的平台，用來放置烹飪所需的食材，如麻布袋裝的洋蔥、大蒜、檸檬、各種蔬菜等。

偶爾奶奶經過時，瞥見孩子們弄掉在地上的小蒜瓣，便會立即讓我撿起來。奶奶的眼睛總是如此敏銳。我蹲下身，拾起地上的三四瓣蒜頭，放回麻袋裡。

奶奶說：「無論使用什麼東西，都要小心謹慎，不可以浪費亂扔。我們用的東西、用的錢，都是人們恭敬供養來的，如果不懂得妥善使用，下輩子還得去還債。」

## #03.3

維護佛教資產/ 善用信眾供養

奶奶教導的「我們用的是人們恭敬供養來的錢」這句話發人深省，令我印象深刻，更讓我領悟到許多原本未曾深思的道理。寺院仰賴信眾的虔誠信仰而得以維持，他們布施的每一銖每一分錢，都是辛勤賺來的。

在供養前，信眾會將供品高舉至額頭，以示至高敬意，然後虔誠地再三發願，願以此供養獲得功德，並期盼這些供養物資能發揮最大效用。

我們使用的每一樣東西，都是信眾如此虔誠恭敬供養而來，因此必須謹慎使用這些物品及所有善款。



圖/ 照片中左方合掌頂禮的女士，是將196萊土地供養給寺院作為最初建地的巴雅女士 (Prayad Phaetayapongsa-Visudhahibodi的簡稱)。  
當時，寺院僅有3,200泰銖的建築經費，以及這片196萊的田地。

## #03.3

維護佛教資產 / 善用信眾供養



圖 / 在奶奶與法勝師父的帶領下，眾人合力將這片原本荒蕪的 196 萊土地(左圖)，從開鑿水道、植樹造林開始，一步步開墾為莊嚴的寺院聖地(右圖)。



## #03.3

維護佛教資產/ 善用信眾供養

因此，作為寺院義工的我，常以奶奶教導的這句話：「我們使用的是人們恭敬供養來的錢」作為自我警醒。在使用各種物資和善款時，我學習效法所見的典範，遵循一代代傳下的教導，節儉謹慎，並盡己所能運用智慧，判斷何事該做，何事不該做。

奶奶是最佳的典範，我從未見過有人像她這樣，如此節儉、物盡其用地使用與保管佛教資產，使每樣東西都能發揮最大價值。

奶奶常說：「不懂得用錢，就會成為錢的奴隸。不懂得用電，就會成為電的奴隸。不懂得用水，就會成為水的奴隸。」

無論做任何事，奶奶都極為謹慎，時刻保持正念，審慎考量。無論是使用物品、用水，還是用電，皆是如此。除了親身實踐、以身作則外，奶奶還慈悲地指導教誨身邊的人，從不感到疲倦或厭煩。





圖 / 在奶奶與法勝師父的帶領下，建寺團隊成員們各司其職，竭力協助修建寺院。他們為了佛教的利益，甘願奉獻生命，過著最簡樸的生活，節省每分開銷，只為維持修行所需，而非追求世俗之樂。


# Chapter

# #03.4



## 維護佛教資產

### 使用淨房



奶奶對待我和其他寺院義工都一樣，每當有機會，她便会挽著我們的手臂、牽著我們走進淨房<sup>1</sup>，親自教導如何使用。

我對奶奶的教導印象深刻，應該沒有哪位老師能像她這樣無微不至、巨細靡遺地教導弟子。這些教導讓我感受到奶奶的正念、深思熟慮與透徹的智慧，很難找到能與奶奶媲美的人。

奶奶教導說：「做任何事，都必須保持正念，仔細考量判斷，才能做得好。」

---

1. 淨房：佛教寺院中廁所或洗手間的專稱。

## #03.4

維護佛教資產 / 使用淨房



奶奶從最基本的事情教起：「上淨房時，要對準位置坐好。沖水時，要舀適量的水——舀太少沖不乾淨，舀太滿提水瓢時水會濺出，弄得淨房到處是水。應該只舀半瓢水，提水瓢時高度要剛剛好，不要太高或太低，然後慢慢倒下去，這樣水就不會濺出。」

奶奶慢慢傾斜水瓢倒水，同時逐漸降低水瓢高度，直至水瓢完全倒空。隨後，奶奶會輕輕搖晃水瓢，確保甩乾所有水滴，才將水瓢翻正。

「洗完手後關水龍頭，力道要剛剛好。關得太鬆，水會一滴滴漏出；關得太緊，水龍頭裡的橡膠圈會很快損壞。因此要關得剛剛好，不緊不鬆。」

奶奶一邊教導，一邊熟練地示範，顯得非常快樂，樂於將這些傳授給後輩實踐。我恭敬地站著，看著奶奶示範如何使用淨房，心中充滿敬仰與信服。即便是舀水沖淨的節奏與姿態，都如此和諧優美，彷彿奶奶將這些粗活化爲精緻細膩的功夫。

雖然我沒能親眼見到奶奶拿著水瓢和百潔布教導寺院義工們如何清洗淨房的情景，但我有幸跟隨前輩們學習如何清洗淨房，這些教導皆源自奶奶的傳承。

## #03.4

維護佛教資產 / 使用淨房

我仍清楚記得第一次來到寺院的情景。其中令人印象深刻的是，位於大理石公關大樓旁、竹林後方的淨房。

我從未在任何寺院見過如此乾淨整潔的淨房，潔淨到讓人感覺可以直接坐在淨房內的空地上休息，涼爽的微風吹過，沒有一絲異味。而當學長邀請我參與「潔淨天宮」的功德時，更是令我印象深刻。

那時，每週日的法會儀式仍在四大天王禪堂舉行。下午聽完佛法開示，大家準備回家之前，有許多功德可以修，例如：分發飲用水、擦拭坐墊草蓆和塑膠布等。其中一項功德名為「潔淨天宮」，這個名稱十分優美，讓人一聽就立刻想去做，而它所代表的意思，便是打掃淨房。



圖/ 現今的大理石公關大樓，旁有竹林，竹林後方為淨房。



## #03.4

維護佛教資產/ 使用淨房





當我們去幫忙時，學長除了教導清潔方法、詳細講解打掃淨房的功德利益，還分享訣竅給我們：「越深入清潔(馬桶)，心就越清淨明亮。」

每個人都準備就緒，稍微捲起褲管，領取功德部門提前備妥的工具，包括：裝有清潔液的水瓢和百潔布。我們一人分配到一間淨房。

說起來，這項功德挺受歡迎的，因為報名參與的人數比淨房數量還多。沒能進入淨房清潔的人，便去擦洗淨房外的地板，或是刷洗周圍的洗手台。

## #03.4

維護佛教資產 / 使用淨房

每個人都積極勤奮地修功德，齊心協力，互相幫忙，臉上洋溢著歡喜的笑容。

我從淨房牆壁開始擦拭清潔，一直到馬桶底座，每一處邊角和縫隙都仔細清理乾淨，然後慢慢清洗至馬桶內部，深入到彎管處，「越深入清潔，心越清淨明亮」。

早期，我們都赤手空拳不戴手套，當時我心中毫無嫌惡之感，因為大家皆如此，一心只想修功德。何況這裡的淨房十分乾淨，看了令人心生清淨喜悅，樂於打掃。

完成第一道擦拭後，再用水瓢舀清水沖洗，直到表面的洗滌劑泡沫完全消失，留下潔淨、明亮如新的淨房與馬桶。

當我清潔完淨房時，心中想著，我的功德天宮肯定格外地光明燦爛。

坐車返回大學的路上，我感到輕鬆愉快，內心法喜充滿。在這座寺院裡，我嘗試了許多從未做過的事，也完成了許多原以為自己做不到的事。

此外，我還聽到阿麗潘姐姐轉述奶奶的教導，關於如何使用溫室<sup>2</sup>。奶奶說：「洗澡時要坐著洗，慢慢舀水淋在身上，這樣聲音就不會太大，水也不會濺得到處都是。洗完澡後，要用乾毛巾將溫室牆壁擦乾。」這些事以前從未有人教過我。

這些都是日常生活中，每日例行的平凡瑣事，但有誰會如此細心地思考，並做得如此精緻呢？

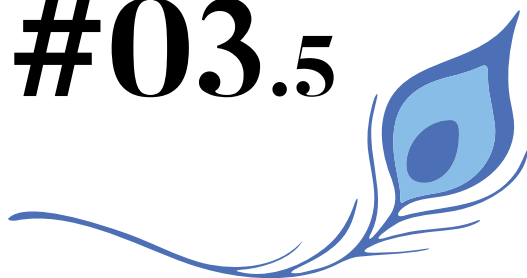
我們真是有福氣，能有這樣一位導師作為典範，無處不給予我們指導與教誨，即便是微小之事，也能映照出奶奶內心的清明與純淨。

---


2. 溫室：佛教寺院中浴室或淋浴間的專稱。

# Chapter

# #03.5



## 維護佛教資產 足跡所及之處



除了廚房，奶奶還喜歡巡視寮房周圍的整潔情況，一天數次。

奶奶的寮房下方有一片狹窄的臨地空間<sup>1</sup>，她將各種桶子和清潔用具，如茅草掃帚、椰子葉掃帚等存放在這裡。

此外，還有一個可折疊的鋁梯，平放收納在寮房下的臨地空間。奶奶巡視寮房時，有時會爬上梯子去查看寮房上方，有時則在寮房四周走動查看。她的目光總是能察覺到一般人容易忽略的細微之處。

---

1. 臨地空間(ใต้ถุน)：指泰國傳統高腳屋抬高於地面的底層空間，主要功能是通風、散熱、防潮，並防止蟲蛇入侵屋內。

## #03.5

維護佛教資產 / 足跡所及之處

放在寮房入口樓梯旁、臨地空間裡的掃帚，必須整齊分類，掃帚頭與握柄需朝同一方向，且每個握柄都要排列對齊。

當奶奶看到我整理好後，便會說：「對，就是這樣，物品要收拾得整整齐齊，如此一來，無論轉世多少次，我們都能一直遇到整潔有序的事物。」

臨地空間裡的鋁梯共有兩把，一把短的，一把長的，兩把梯子上都寫著「奶奶寮房的梯子」。奶奶說這樣標示，不是因為捨不得給別人用，而是為了讓使用者知道，用完後應放回原處；若梯子不見了，有人看到它被隨意放置，也會知道要將它歸回正確位置。「物品可以拿去用，但用完後一定要物歸原處。」奶奶總是如此細心謹慎地照料佛教資產。

在奶奶寮房後面的雨水槽旁，有一個盛滿雨水的大水缸，上面蓋著蓋子。以前奶奶會用這水缸裡的水洗澡。

早期水缸的蓋子是用舊鋁片製成，表面有些小凹痕。雨季時，水常會積在蓋子上的凹陷處，雖然看起來只是少許的水，但奶奶從不輕視這件事，每當經過時，她總會瞄一眼水缸，看蓋上是否有積水，若有，便會打開蓋子，將積水倒掉。

對於這些微小之事，奶奶從不忽視，也從不厭倦。只要是她決定要做的事，便會持之以恆地堅持下去。

從水缸處再走幾步，便會看到一個曬衣架，上面晾著用來擦拭寮房的抹布。這是另一處奶奶幾乎每次經過，都會停下來檢查整潔的地方。

曬衣架上常掛的抹布有大有小，有薄有厚，奶奶常會走近查看，這邊調整一下，那邊拉平一下，將每塊抹布的邊緣對齊，讓它們整齊美觀地晾著。

奶奶寮房的抹布總是洗得極其乾淨，讓我暗自發笑，心想這些抹布恐怕比我的毛巾還要乾淨。奶奶從不因它們是抹布而輕視，反而像對待其他物品一樣，用心照料。

即使是卑微低等的物品，在奶奶的照料下，都會散發耀眼光芒，讓每個看到的人眼前一亮，忍不住讚嘆：「是誰把東西照料得如此細膩、精緻又優美呢？」

## #03.5

維護佛教資產 / 足跡所及之處

秘書室旁邊有二十間淨房，即使平日人少時只開放兩三間<sup>2</sup>，奶奶也從不忽視。只要有機會，她便會走進去檢查每間淨房的清潔情況。

奶奶總是耐心地叮囑與教導：如何舀水沖馬桶、保持淨房地面乾燥，以及水龍頭的開關使用。若看到水瓢漂浮在水槽裡，奶奶便會將它拿起，倒扣在水槽邊上。而奶奶最常發現的問題是有人忘了關燈，於是她會特別留意，主動去將燈關掉。

有時奶奶四處看著、走著走著，一路走到了施命師父的寮房，位於三號門的岔路口。

---

2. 每逢月初的週六，功德部門的義工們會一起來清潔淨房，並在月初的週日開放所有淨房供使用。



奶奶會在寮房周圍走繞看看，一切都井然有序。走到寮房後面，看到有空地，奶奶便讓人找來香蕉樹苗種植。

剛種下香蕉樹的那段時間，奶奶幾乎每天都來查看，雖然從她的寮房到法師寮房的距離，對於八十多歲的她來說頗遠，但這正是奶奶的爲人：一旦投入某事，便會持續關注照料，絕不輕易放棄。種植香蕉樹亦是如此，奶奶會親自跟進照顧。

有時奶奶走來時，正好遇見小沙彌在出坡清掃施命師父寮房周圍的落葉，奶奶總會恭敬合掌，對小沙彌說：「小沙彌，跟奶奶一起修功德結善緣吧，請幫奶奶給香蕉樹澆水好嗎？」

可惜的是，由於那片區域的土壤很硬，類似砂石地，香蕉樹生長得不太好。

## #03.5

維護佛教資產 / 足跡所及之處

有些日子，奶奶巡視完前方廚房，稍作休息恢復精神後，會在附近散步，一路走走看看，直到水上涼亭<sup>3</sup>。

路過大理石公關大樓時，奶奶忍不住順道檢查旁邊的男士淨房與女士淨房。檢查完後，奶奶便走進公關大樓，與負責管理的善明法師(Bhikkhu Suvijjābho)聊天，順便坐下休息片刻。

---

3. 水上涼亭：當時，四大天王禪堂已無法容納日益增多的修行信眾，因此這座橫跨水道的涼亭應運而生，與禪堂相連以擴增修行空間。目前這座水上涼亭已拆除。



圖/ 奶奶於四大天王禪堂中為信眾開示。



圖/ 隨著信眾日增，四大天王禪堂漸不勝負荷。

## #03.5

維護佛教資產 / 足跡所及之處

這時，奶奶會聊起她與那些製造髒亂的人「作戰」的經過。

「法師啊……奶奶還得跟那些喜歡把寺院搞得亂七八糟的人『搏鬥』。一般人到什麼年紀退休？奶奶都八十三歲了，還沒能停下來呢。」

與法師聊完天，休息到不再疲倦後，奶奶便選擇經過忉利天大樓的路線返回。如往常般，每當奶奶路過這棟樓時，總會停下腳步，站在寫著寺院規章的告示板前，指著告示板說：「唸給奶奶聽聽，上面寫了什麼？」

我便為奶奶唸，從「佛輪修行中心是所有佛教徒的功德聖地，是一處需保持佛教特質的場所，即：安靜、整潔、有序且莊重……」開始。

「因此，請大家嚴格遵守以下規則，共同維護佛教，促進佛教興盛發展……」一直唸到最後一行：「智者當知之，並遵行之。」

奶奶說：「這些規矩和戒律是奶奶制定的。奶奶雖然不識字，卻建了寺院給大家住，規劃一切，制定規矩戒律。不知道是怎樣做到的，內在的心指引著奶奶，應該是奶奶前世累積了許多功德吧。」

隨後，奶奶便慢慢走回寮房。



這就是八十多歲奶奶日常生活的點點滴滴。

奶奶勤奮努力、認真負責，從不袖手旁觀或讓時間白白流逝。對比她日漸衰老的年紀與身體狀況，奶奶做的事實在太多了。憑藉永不凋零的堅強心志，奶奶總是盡全力把事情做到最好，不畏辛苦勞累。我常問：「奶奶，您累不累？」

奶奶會帶著不願認輸也不願休息的態度，慢慢地、一字一句地、堅定而清晰地回答：「累，但奶奶會堅持。」或說：「累，但奶奶會忍耐。」

奶奶簡短的回答深深烙印在我心中，永難忘懷，因為我能從中感受到，奶奶內心中深具偉大意義的人生信條：「堅持和忍耐」。

無論時光流逝多久，「堅持」與「忍耐」這兩個信念始終深植於奶奶心中，使她成為世人的最佳典範，也是我心目中最強大、堅毅不拔、永遠的超級女英雄。







圖 / 奶奶所制定的寺院規章(早期)。全文翻譯如下：

「佛輪修行中心是所有佛教徒的功德聖地，是一處需具備佛教特質的場所，即：安靜、整潔、有序與莊重。因此，請大家嚴格遵守以下規則，共同維護佛教，促進佛教興盛發展：

1. 禁止吸煙，禁止攜帶任何麻醉品或有害物質。
2. 禁止攜帶任何商品或物品進入販賣。
3. 禁止募捐或分發任何形式的募捐單。
4. 禁止閱讀或攜帶報紙或引起不安的印刷品。
5. 禁止使用收音機、廣播設備或播放錄音。
6. 禁止在寺內進行任何形式的買賣交易。
7. 禁止唱歌、跳舞或進行任何形式的娛樂表演。
8. 禁止調情或進行占卜、算命。
9. 未經許可，禁止在寺內放生動物。
10. 請著裝端莊整潔，禁止赤手赤腳或做出不雅舉動，禁止在寺內閒躺，影響觀瞻。智者當知之，並遵行之。」





วัดพระธรรมกาย

### กฎระเบียบของวัดพระธรรมกาย

๑. ห้ามสูบบุหรี่ และไม่นำสิ่งเสพติดให้โทษเข้ามาในวัด
๒. ห้ามอ่านหรือนำหนังสือพิมพ์หรือสิ่งตีพิมพ์ซึ่งนำมาเพื่อความร่อนใจ
๓. ห้ามนำสินค้าหรือสิ่งของใดๆ เข้ามาจำหน่ายภายในวัด  
(รวมถึงห้ามทำการค้าขาย ห้ามทำธุรกรรมทางการเงินภายในวัด เพราะวัดเป็นบุญสถาน ไม่ใช่ศูนย์การค้า)
๔. ห้ามเปิดวิทยุ เครื่องกระจายเสียง หรือเครื่องบันทึกเสียงเพลง
๕. ห้ามนำสัตว์มาปศุสัตว์ในบริเวณวัด
๖. ห้ามโฆษณาชวนเชื่อหรือหาเสียงใดๆ ทั้งสิ้น
๗. ห้ามร้องรำทำเพลง หรือแสดงการละเล่นทุกชนิด
๘. ห้ามทำนายทายทักโชคชะตา หรือคุยกันเรื่องการเมืองที่ทำให้ร่อนใจ
๙. ห้ามเรียไร และแจกใบฎีกาทุกชนิด
๑๐. โปรดแต่งกายให้สุภาพเรียบร้อยด้วยชุดขาว

ประกาศใช้เมื่อปี พุทธศักราช ๒๕๑๔

圖/ 於佛曆2518年(西元1975年)頒布實施之寺院規章。

# Chapter #04



## 綠樹成蔭



「這是黃槐樹，是奶奶讓人種下的。」奶奶指著一棵長在水邊、開著黃花的樹給我看。那是一棵挺高的小喬木。我這才知道這種樹叫作黃槐。而在後來，我也認識了許多其他樹木的名字。

我跟隨奶奶走動時，發現她極其熱愛植物，特別喜歡種樹。在寺院最初 196 畝的土地上，處處可見奶奶精心栽培的各類植物，她對它們瞭若指掌。奶奶寮房前方的道路旁，種著一排高大的月橘，樹齡估計與寺院歷史相仿。

奶奶常叮囑烏東師兄（現為法師 Bhikkhu Yatissaro）：「請別修剪這些月橘。」因為法勝師父也同樣喜愛樹木。每逢月橘結出紅色果實的季節，奶奶會說：「請幫忙留著種子，奶奶要拿去種新株。」



通往奶奶寮房的小徑兩側，各矗立著兩株高聳挺拔的白花黃牛木(*Cratoxylum maingayi*, White Mempat)。我平日鮮少仰望它們的枝幹與樹葉，直到花季，當花瓣紛紛飄落滿地，才驅使我抬首尋覓，想看看這些花從何而來。

白花黃牛木在開花與長新葉的季節尤其美麗，當花朵飄落時，整個地面鋪滿了白中帶粉紫的小花。奶奶說，這些白花黃牛木是法勝師父親手種下的。

奶奶的寮房四周，栽植了許多不同品種的植物，包括隆都花、鐵力木、香欖等馨香樹木，以及一座攀滿鷹爪花的棚架，寮房後方還聳立著一株大芒果樹。

奶奶說：「這是帝比芒果樹，是奶奶親手種的。」每到結果季節，奶奶會將芒果供養僧衆，或與信衆分享。有時，四處嬉戲的松鼠會弄掉幾顆芒果，奶奶便會細心叮囑將掉落的芒果一顆顆撿起，有時還說：「待會兒也拿些給奶奶嚐嚐喔。」



我很清楚奶奶並非垂涎美味的芒果，而是想品嚐親手栽種且成功結果的那份喜悅，那顆芒果因為是奶奶雙手孕育的結晶，才顯得特別值得品味。對種植者而言，自己親手種出的果實總是格外香甜。

在奶奶寮房後方，我發現了一種出乎意料的植物。

平日，奶奶多在寮房周圍走動，很少去到河邊。一天下午，奶奶邀我一同往那個方向走，彷彿有種直覺，知道自己種的植物又結果了。那條小徑少有人走，我格外留意腳下的路，小心護送奶奶前行。

突然，我瞥見草地上躺著兩顆木橘果，撿起後，奶奶說：「這是奶奶種的木橘樹。」

回到秘書室，阿麗潘姐姐說：「待會兒把木橘送到廚房，烤過搗碎後，煮成木橘茶給奶奶喝。」

走在通往秘書室的路上，秘書室前種著一排狄薇豆樹，一路延伸至施命師父寮房前的道路盡頭。這種中等喬木有著小巧的羽狀複葉，新葉柔嫩，綠意盎然。到了落葉時節，它的落葉不會像其他樹木那樣使地面雜亂，因為葉片細小如絲，能很自然地與地面融為一體。

當時，秘書室前庭仍是自然土質地面，還未像現在這樣鋪設石材。不知從樹上掉落的狄薇豆莢種子，在土壤中沈睡了多久，總是時不時冒出嫩綠幼芽。

一旦幼苗長得翠綠些、變得強壯些時，奶奶便會讓人把它們移植到育苗袋中。因此，秘書室後方，總是整齊排放著許多裝有幼苗的育苗袋。

奶奶常去查看那些幼苗，時而叮嚀道：「記得幫奶奶澆水照顧這些小樹苗啊！」時而又說：「嗯，我們該把這些小樹苗種在哪裡好呢？」



從秘書室走過兜率法堂，在法堂旁邊，有一片水梅樹，開著可愛的小白花，散發著淡淡香氣。嫩莢呈深綠色，形似剪刀，成熟莢果會變成褐色。當莢果裂開時，蓬鬆的絨毛種子便會隨風飄揚。

奶奶經過水梅樹時，有時伸手觸摸，有時則拉低樹枝仔細觀看。奶奶把水梅樹稱為「剪刀樹」。

馬路對面種著兩三棵梔子花，是奶奶請巴迪師兄種的。剛栽種不久時，奶奶每次經過總會駐足查看是否有人為它們澆水。

梔子花是奶奶鍾愛的花卉之一。奶奶寮房前樓梯口旁，有一棵繁茂的梔子花，奶奶常在附近散步，欣賞初綻的花朵。



在夜摩廚房旁的儲水塔邊，我仍清晰記得奶奶第一次指給我看的那叢香蕉樹，縱使時光荏苒，十年過去了，那叢香蕉樹至今依然茁壯。

奶奶說：「奶奶喜歡種香蕉樹，結果時可以摘來吃。採收香蕉串後，砍掉老叢，新的幼苗會從根部萌發，長出來接替老叢。」

除此之外，香蕉樹還能覆蓋地表，抑制雜草生長。用奶奶自己的話說：「種香蕉來征服『碰碰草』。」奶奶口中的「碰碰草」便是翠蘆莉，這種雜草的果莢遇水會發出「碰碰」聲響。在寺院 196 萊的圍牆內，處處可見香蕉樹叢，只要有空地，奶奶便會讓人種上香蕉樹。

## #04

綠樹成蔭

無論是翠蘆莉還是其他雜草，奶奶一見到便會立即剷除。那些攀附在其他植物上雜亂生長的藤蔓，她也總是毫不猶豫地上前拔除。就連她常喝的紅瓜菜湯，只要其藤蔓新芽雜亂地纏繞、攀附在仙丹花或月橘上，奶奶也會毫不留情地立即拔除。

因此，每當我跟隨奶奶時，總得左顧右盼，趕在她出手前，先把這些雜草拔除，好讓奶奶能省點力氣。



在忉利天大樓旁的河灣處，有兩棵西印度醋栗樹並排而立，奶奶說：「這是奶奶親手種的。」

這些樹想必是品質相當優良的品種，因為果實只帶微酸，且年年結實累累。有一次，奶奶走過，見到樹上結滿了果實，便喚來廚房義工幫忙採摘。她站在一旁，開心地看著大夥一起幫忙採摘，臉上洋溢著幸福的笑容。

有人用長竿摘取樹上的果實，有人撿拾掉落在草地間的果實，還有人用撈網撈起掉入河中的果實，最後採得滿滿一大桶的西印度醋栗。奶奶將這桶果實交給蓮居士<sup>1</sup>帶回廚房，製成各種料理分送給大家。



---

1. 蓮居士：一位廚藝精湛的義工，常在寺院廚房幫忙，作者也會親暱地稱她為「蓮姨」。相關事蹟，詳見第九章「莫向他人拋媚眼」。

## #04

### 綠樹成蔭

放眼望去，法身寺內處處綠樹成蔭。這邊有奶奶親手栽種的緬甸花梨樹；靠近水邊圍牆處，大葉相思樹傲然佇立；大雄寶殿後方，則種著香灰莉，每逢花季，香氣便撲鼻而來。此外還有許許多多其他種類的樹木...

曾聽維尋明法師(Bhikkhu Vijjesako)開示，這片綠蔭得來不易，歷經無數次重複栽種。有的樹苗因難敵酸性土壤而枯萎，有的樹苗因遇上建設工程而遭剷除。但奶奶從不灰心氣餒，帶領弟子們一次又一次重新種植。

我心想，在這 196 萊的寺院最初佔地裡，可有哪一寸土地不會留下奶奶的足跡？又有哪一棵樹木，是與奶奶不相識、不熟悉的？



這些樹木皆是傾注了汗水、體力、意志與愛心栽種的。期盼它們能茁壯成長、枝繁葉茂，為前來歇息的人們帶來清涼蔭庇。

「咕咕，咕咕咕」，陣陣斑鳩鳴叫。

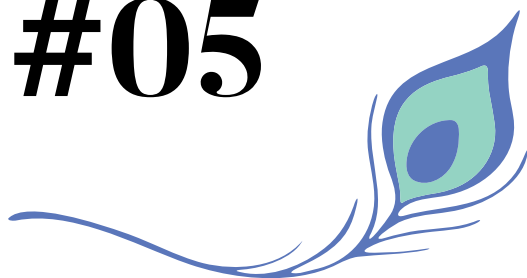
奶奶說：「我們的寺院樹木茂密，百鳥都來這裡棲息。如果是在外面這樣叫，牠們早就被捉進籠中賣掉了。」

奶奶猶如菩提樹，令人懷思可倚托，


弟子恰若林間鳥，棲身波羅蜜蔭中。



# Chapter **#05**



## 奶奶接待訪客



奶奶通常在每週日下午接待訪客。普通週日會在夜摩廚房的小房間；若逢每月第一個週日，則因人數較多，移至夜摩廚房的大廳接待。此外，每月的第三個週六，奶奶會在兜率法堂帶領「淨寶功德團」<sup>1</sup> 靜坐、放生，並為衆人加持功德。

---

1. 淨寶功德團：由信衆自發組成，定期於週六下午拜見奶奶，彼此結識並互相扶持。類似團體多設領袖，帶領修功德。隨著法身寺信衆增加，這些小型團體逐步整合為按區域劃分的功德團，方便交通、食宿及法會安排，現多以地區命名，如東北部或南部功德團。



拜訪奶奶的客人來自各行各業，不分性別、年齡。有的從嬰兒時期就被父母抱來：「奶奶，請幫我的孩子取名。」「奶奶，請幫我的孩子剃胎髮。」也有年邁體弱，需要兒孫攙扶或坐著輪椅前來的長者。

奶奶的形象令每位訪客印象深刻：她總是腰板挺直地步入房間，臉上掛著燦爛而和藹的笑容，雙手合十，親切地問候在場的每一個人。



隨後，奶奶會在一張小小的、僅及膝高的方桌後坐下。

奶奶爲人謙遜隨和，從不擺架子，以慈悲心平等對待每位訪客，不論階級、性別或年齡。她的話語簡單易懂，充滿善意，直達人心。言談間，奶奶的明澈智慧展露無遺，彷彿能看透每個人的內心，並給予最貼切的鼓勵。

奶奶總是不斷勉勵大家及時行善、勤修功德、遠離惡業。她常說：「人身難得最爲殊勝，要懂得修福積德、布施行善。人死後什麼都帶不走，只能帶走功德與惡業。行善就帶著功德而去，作惡就背著惡業而去。人死後並非虛無，還有功德與惡業跟著我們。」



## #05

### 奶奶接待訪客



奶奶有時會用發人深省的話語問候新訪客：「能懂得來寺院是好事。如果現在不來寺院，等往生後還是會被人抬著進來。我們是要趁活著時來，還是等死後才來呢？」<sup>2</sup>

---

2. 泰國習俗中，人往生後會將遺體送至寺院舉行喪禮。



奶奶對孩子們總是疼愛有加，慈祥備至。每當孩子隨父母前來行禮，奶奶臉上便會綻放出燦爛的笑容，流露著滿心歡喜。她會親切地牽起孩子的手，輕擁他們的手臂，時而輕捏臉頰、慈祥撫摸頭頂，或溫柔地為他們撥弄髮絲或髮辮，那份疼愛之情溢於言表。奶奶常慈愛地對孩子們說：「別調皮哦，不然爸爸媽媽要拿鞭子嘍。」

奶奶有時會對某些人說：「把孩子過繼給奶奶當養子(女)，這樣會比較好養。」她解釋道，古人認為，如果來投胎的孩子功德福氣大過父母，父母養育會很困難，必須過繼給他人。奶奶小時候也曾因難養而被父母過繼給人。有些孩子一聽到「過繼給奶奶」便哭了起來，奶奶慈祥地笑著安慰他們：「只是名義上過繼，實際上還是爸爸媽媽養你的。」

對於來訪的年輕一輩，奶奶總會問：「你們出過家了嗎？」有些年輕人回答：「我參加過佛法薪傳者短期出家活動。」有些則回答：「還沒有。」

奶奶會慈祥地建議：「身為男子，應當出家，如果不出家，會被稱為生人(未受佛法教化者)。去出家吧，至少度過一個雨季安居，直到功德衣法會結束之後再還俗。」

有一群年輕人經常來向奶奶行禮，她也總是這樣反覆叮嚀著。

有些人來向奶奶行禮時，會帶著已故親友的照片，當中包含因各種緣由離世的父母、手足、親戚與摯友。他們希望能藉由奶奶的功德波羅蜜庇佑，讓逝者往生善處，遠離苦厄。

「奶奶，我的父親上週六過世了，我帶來了父親的照片，懇請奶奶幫幫忙。」

有人帶著看似已歷經數十載歲月的黑白照片前來：「奶奶，請您幫忙看看我父親的照片。他在我還小的時候就過世了，不知道他現在在哪，過得好不好？」同時將照片呈遞給奶奶，照片背面寫有詳細資訊，並轉身對阿麗潘姐姐說，因為這是家中僅存的唯一一張照片，希望還能將其取回。

到了下週，同一位訪客再度前來，報上姓名取回照片。阿麗潘姐姐將照片呈遞給奶奶。奶奶凝視片刻後，將照片交還給訪客，說：「奶奶已經幫助逝者往生善處了。」那位訪客隨即向奶奶恭敬致謝，方才告辭離去。

還有人帶著大張地契影本前來，文件資料填寫詳盡，並摺疊整齊地置於托盤上。行禮時，他將托盤呈至奶奶桌前，雙手合十稟告：「奶奶，弟子現在遇到財務困難，擁有一塊在某區的土地，懇請奶奶的功德波羅蜜庇佑，讓有緣人來購買此地，好讓弟子能還清債務並布施修功德。」奶奶接過文件，說：「奶奶會幫忙的。」

不久後，這位訪客再次來訪，向奶奶行禮。此次他同樣帶來托盤，上面擺放著捐款信封，信封上寫道：「某日弟子祈求奶奶功德波羅蜜庇佑賣地，現土地已順利賣出。弟子與家人謹向奶奶致上最深的謝意，並奉上供養金 ..... 元，願與奶奶一同參與功德衣的功德。謹致崇高敬意 弟子……。」

藉由口耳相傳，許多因受到奶奶幫助而成功的案例廣為傳頌，慕名而來的人日益增多。人們帶著地契、房屋平面圖或店面圖，前來尋求奶奶的幫助。凡是前來求助者，奶奶總是慈悲相助，許多人往往因此遇見意想不到的奇蹟。

有人面帶愁容、神情痛苦不堪前來，彷彿窮盡所有希望，帶著照片來到奶奶面前：「我母親罹患癌症，醫生說已經到了末期。」

奶奶接過照片看了看，緩緩地說：「癌症這種病，一旦得了之後很難痊癒。讓母親多誦經拜佛、行善布施，這樣功德就能跟隨她。如果她沒有力氣誦經，你就替她誦，誦給她聽。」同時安慰求助者：「活著時幫不了，往生後奶奶還是能幫得上的。」

奶奶常感嘆癌症難癒，隨即雙手合十發願：「願我和衆人都不要遇到這種病，願它從世上消失，沉入海底。」

有人匆忙來訪：「奶奶，我的母親今天要做心臟手術。她年紀大了，我擔心有危險，所以來拜見奶奶，懇求奶奶的功德波羅蜜庇佑，保佑母親平安無事。」

奶奶回答：「讓母親一心憶念功德善業。治療分粗糙與細膩兩個部分：醫生用我們能看見的粗糙方法（藥物或醫療器材），但另外還需細膩的功德善業來幫助。讓你母親憶念功德，奶奶會幫忙的。」訪客聽完後恭敬致謝，隨後告辭，趕赴醫院陪伴母親。

有人因被身邊親近之人欺騙，前來向奶奶求助，希望能拿回被騙的錢。奶奶耐心傾聽，給出簡短卻發人深省、終身受用的箴言：「相信別人可以，但別太快放心託付。」

有些請求出人意料卻不離常理。一位看似四十多歲，談吐流利、舉止活潑的女士前來向奶奶行禮，她說：「以前我長期背痛，到處求醫，聽說哪裡好就去哪裡，但一直都沒有好轉。直到上次來拜見奶奶，奶奶輕撫我的背，回家後竟然就好了。這次我來是想請求奶奶幫忙按摩肩膀和手臂。」

奶奶莞爾一笑，回道：「奶奶不會按摩……」話尚未說完，那位女士就繞過擺在奶奶面前的矮桌，湊到奶奶身邊說：「請奶奶摸一摸就好。」

同時轉身彎腰，擺出準備讓奶奶按摩的姿勢，雙手仍舊合十，面向其他等待接見的訪客。奶奶慈祥地笑著，伸手輕揉她的肩膀，說：「好了！祝妳痊癒。」女士感激地叩謝奶奶，笑容滿面地離開。

女士認真向奶奶提出請求的模樣也把我給逗笑了，但其實她所言並不誇張。奶奶的雙手蘊含著巨大的內在與外在力量，任何親身經歷過的人都能深刻感受到。只要奶奶輕輕握手或撫摸頭部，一股清涼祥和的力量就會傳遍全身的每一個毛孔。

這些來拜見奶奶的訪客，形形色色，各種類型都有。

奶奶能夠與各式各樣的人交談。她無私、純真、誠懇的心，如同甘霖滋潤著每一位來訪者。人們感受到奶奶那一視同仁的慈悲與善意，使內心充滿了無限的希望與力量，並明白功德才是我們真正的依靠。

因為奶奶總是教導我們，只需憶念著功德善業與美好的事物，一切都能藉由功德之力而成就。奶奶經常如此祝福：「願你所想所願之事，都能藉由功德之力圓滿成就。」





## #05

### 奶奶接待訪客



前來拜見奶奶的訪客，大多數是來祈求奶奶的祝福與幫助，懇請奶奶的功德波羅蜜庇佑；有些則是來表達感恩之情，感謝奶奶助他們實現願望，使生活安寧順遂；還有一些訪客，幾乎每週都會來向奶奶行禮，並時常帶來各種供品。

有些人沒有特別目的，只是想來向奶奶行禮，看看奶奶慈祥的面容。有些人在行禮後捨不得離開，便退到房間後方坐著，聆聽奶奶與其他訪客交談，直到所有人都走了才離開。

週日，在功德衣法會或是供養袈裟法會<sup>3</sup>結束後，奶奶會親自贈予「奶奶的肖像吊墜」給每一位參與供養袈裟的信眾。當他們憑證明卡來領取時，奶奶會將吊墜放在對方的掌心，並說：「帶著奶奶一起吧。」凡是能將奶奶帶著（銘記於心）的人，通常都能體驗到吊墜的神奇威德力。

---

3. 「功德衣法會」(Kathina)是佛教年度重要儀式，依律須於雨安居結束後一個月內舉辦（約在十至十一月），日期不限週日。至於供養袈裟法會，沒有特定時間限制，視寺院安排活動而定，常為便利信眾而安排在週日。

無論天氣多麼地炎熱，奶奶總是帶著燦爛開朗的笑容接待訪客。

每月的第一個週日<sup>4</sup>，總會有大量訪客前來拜見，人山人海地圍坐在奶奶身邊，擠滿了整間房。奶奶的座位旁擺著一台小風扇，吹來的微風絲毫無助於消暑，但即便如此，奶奶依然神采奕奕地迎接每一位訪客。

我一張又一張地遞過紙巾，給阿麗潘姐姐擦拭奶奶額頭與耳邊不斷冒出的汗水。剛泡好的芳草茶<sup>5</sup>靜置一旁，待阿麗潘姐姐適時呈給奶奶飲用。有時因久置兒涼卻，便需再次沖泡。

儘管如此，奶奶依然笑容燦爛，深感欣慰能肩負起這份使命——作為善知識，引領衆人行善，並為每個人提供培植福田的機會。

直到最後一位訪客離開，奶奶才起身，與阿麗潘姐姐一同走出房間。在踏出門前，奶奶不忘轉身對正在整理房間的我囑咐道：「別忘了關燈和拔掉風扇插頭喔。」奶奶一向如此節儉又細心。

---

4. 法身寺於每月第一個週日舉行薈供法會，由法身法門導師親自帶領靜坐供養諸佛，機緣殊勝，吸引衆多信衆不遠千里而來。

5. 芳草茶：一種泰國傳統芳香草藥茶，能提神醒腦、補養心臟，並緩解頭暈、暈厥等症狀。



我還記得有好幾次，八十多歲、將近九十歲的奶奶在接待訪客前或後，常因頭暈目眩而需要喝芳草茶、臥床休息。但這從未阻礙她。憑著堅韌不拔的鬥志和始終如一的態度，除非有不可抗的因素，否則每逢週日奶奶必定準時接見訪客。

奶奶總是慈祥地問：「他們等很久了嗎？」「不想讓特地來拜訪奶奶的人失望，下去見一面也好。」

除了週日，平日也常有人來拜見奶奶。有些人是心頭有煩心事；有些人是碰上急難事，很多無法等到週日，便會來此等待拜見、向奶奶求助。

當奶奶從寮房出來，走向廚房或是其他地方時，他們便會上前行禮。一旦遇見，奶奶總會慈悲地與他們交談，幫助每一個人。



一次，當奶奶正從寮房前往秘書室，一位二十多歲的年輕女孩不知從何處來，徑直朝奶奶走來。

奶奶緩緩問道：「有什麼事嗎？」女孩眼眶泛紅，問：「奶奶現在有空嗎？能不能請奶奶到那邊（兜率法堂）聊聊？」由於奶奶當時感冒尚未痊癒，我於是趕緊在女孩耳邊悄聲說，奶奶身體不適，恐怕不方便過去，請她在此簡短陳述即可。

然而，奶奶對待衆人一向慈悲憐憫，於是便走到兜率法堂去聆聽那位年輕女孩的故事。我雖然擔心奶奶的健康，卻也只能想著，奶奶是爲了開導這位正在受苦、想要依靠她的女孩。

這位女孩有著家庭問題，生活在一個破碎的家庭裡，必須和繼母一起生活，她一邊向奶奶訴說，一邊哭泣。奶奶坐著聆聽許久，然後慈悲開導並鼓勵她：「能夠投生爲人是很難得的，現在的處境是因爲往昔的業力，是我們過去所作所爲的結果。所以我們要繼續忍耐行善，再忍耐一下吧，沒幾年就結束了。」

年輕女孩還告訴奶奶，曾有位八戒女爲她看相，說她前世是一隻猴子。

奶奶立即說：「那個不重要，我們前世是什麼都不重要。重要的是現在我們投生爲人，要趕緊行善積德，功德才會跟著我們。趕緊把學業完成，找工作賺錢，就不用依靠他人了。奶奶連一個字都不識，但現在也能爲大家建寺院。奶奶一路都在奮鬥，在去



北欖寺之前，奶奶得在別人家裡工作，什麼都做——掃地、拖地、幫這個人那個人燙衣服。奶奶從來不氣餒，生而爲人就必須忍耐，不管別人說什麼、做什麼，都要忍耐。」奶奶安慰她、鼓勵她，並爲她指明了一條光明的道路。那位年輕女孩隨後行禮告辭。

我不知道她現在過得如何，但我相信，若她能依循奶奶的教導去做，一定能成功克服生命中的種種困難。

儘管身體不適，奶奶卻從不過分擔憂自身的病痛。她更在意的是，如何幫助那些前來求助的人脫離苦難。奶奶的慈悲之心浩瀚無邊，平等地施予每一個人，不分階級，無論是孩童或成人、富翁或乞丐，凡是來拜見奶奶的人，都能同等地獲得她的慈悲相助。

奶奶之名「月」<sup>6</sup>，恰如其人。

她如同天上的滿月，散發著溫潤柔和的暖黃光輝，讓每個見到她的人都感到心安。無論是國王、富商、平民、乞丐或遊民，只要有心求見，人人皆能一睹皎潔明月的柔美光輝，無有分別，一律平等。

---

6. 奶奶的泰文全名為 จันทร์ ขนนกยูง，中文音譯爲「詹·孔諾雍」。「詹」的意思是月亮；「孔諾雍」則代表孔雀羽毛。

# Chapter **#06**



## 他化自在天



寺院內的建築群以佛教欲界六層天界命名，分別為：四大天王天(第一層天界)、忉利天(第二層天界)、夜摩天(第三層天界)、兜率天(第四層天界)、化樂天(第五層天界)，以及他化自在天(第六層天界)。

其中，第六層天界「他化自在天」這個名稱，相較於其他建築名，鮮少為人所知或被提及。一來是因為它發音拗口，二來這棟建築的門牌常隱於蔥蘢樹影之中。於是人們更習慣稱這座建築為「奶奶的寮房」。

奶奶的寮房是僧寮區的第一棟建築，鄰近廚房，來往十分方便。若觀察寺院最初 196 萊的佔地，奶奶寮房——這棟凝聚各方信眾心靈的建築，恰好坐落在這片福地淨土的核心位置。

寮房四周環繞大大小小的樹木和各種芳香植物，如月橘、香欖、隆都花、鷹爪花等。這裡並無圍籬或明確的區域界限，僅在通往寮房的路上立著一塊告示牌，寫著「寮房區禁止進入」。

奶奶的寮房是一棟樸素的單層高腳屋，臨地空間狹矮，設有兩級台階。這些台階是懸空的，沒有延伸至地面的支柱。整體建築結構穩固且堅實。寮房門口上方的牆壁上掛著一塊牌匾，上面寫道：

「塔納與莫利 · 柯曼 敬獻

謹以此功德迴向給

披雅 · 披帕薩薩塔亞提拍泰(已故親友之名)<sup>1</sup>

佛曆 2518 年」

在我開始協助阿麗潘姐姐工作的那段時期，奶奶只有晚上才回寮房就寢休息，白天則會在寮房對面那棟建築樓下的秘書室裡歇息。我負責白天時段的功德任務，在秘書室裡擔任侍者，照顧奶奶。

---

1. 泰國佛教徒藉由布施修功德，將功德迴向給逝去的親友，期盼其在往生之境能有功德做為依託，以此報答親友之恩情。

奶奶在秘書室休息時，經常前去寮房查看一切是否妥當。我也因此有機會跟隨她進入寮房區。在此之前，我只能從寮房外走過。每當聽到「奶奶寮房」這個名字，或路過這裡時，我總會感受到它是一處神聖之地——不僅是居所，更是德高望重、具有高深佛法修為的導師修行之處。

無論是水晶球、佛牌或其他物品，凡是供奉在奶奶寮房裡的，皆被視為極具吉祥與神聖的物品。從信眾口耳相傳的靈驗事蹟中，可以印證這份神聖的力量。

寮房後庭一隅擺放著一張舊藤椅，供奶奶休憩。坐在那裡，正好可以欣賞河岸的優美景致。

陪奶奶上寮房查看時，我通常在護送她抵達後，就在屋外等候，不隨行進入。偶爾會聽到奶奶的說話聲從屋內傳來。有時候，如果見奶奶進去後久無聲響，我便會出聲詢問：「奶奶，您在做什麼呢？」

奶奶不時會喚我進屋幫忙找東西，但我總會婉拒，並繼續守候在屋外。我深知自己初來乍到，資歷尚淺，奶奶的寮房如此重要，想來還未到我能踏足進入的時候。

而奶奶彷彿能洞悉我的內心，走出寮房時說的話，正對應著我內心所想。令我感到無比歡喜，對奶奶的敬愛與信仰也隨之增長。

終於，我有機會進入奶奶的寮房。那一天，阿麗潘姐姐身體不適，腹痛難起。平時負責夜間侍者這份功德任務的她，便請我代為照顧奶奶，並囑咐我晚上九點到寮房。

到了晚上九點，我抵達寮房，內心既興奮又緊張，心跳怦然加速。從踏上寮房台階的那一刻開始，我便一直努力保持正念，將心專注於身體中心點。

寮房陽台上點著一盞小燈，剛好足以照亮通道。推開寮房門後，裡面沒有任何燈光，只有朦朧的街燈光暈，從微微敞開的窗縫透入，氣氛顯得寧靜而祥和。

我格外小心地行動，唯恐發出聲響打擾奶奶。此時，奶奶已闔眼躺在床上。

奶奶的寢室是一個小小的房間，裡面只放了一張床，以及牆邊一個小型置物架，除此之外，便僅剩一點點空間在床邊及床尾作為通道。

對年長者而言，床鋪會比睡地板更便於就寢與起身。奶奶的床極其簡單樸素，由一塊厚實的大木板直接放在四腳不銹鋼框架上，高度適中，讓她坐於床緣時雙腳能自然觸地。床墊偏薄，上面鋪著一層白色床單。床頭枕旁放著一把編織扇子和一支手電筒。房內沒有冷氣或任何製冷設備。

我特地選了一個能聽見奶奶起身動靜的角落安睡。這種寂靜無聲、格外安詳的氛圍，對我而言很新奇，讓我不自覺地收斂心神，時刻專注於身體中心點。雖然我覺得自己確實入睡了，但每當奶奶起身時，我總能察覺到，無需任何人來喚醒我。

夜裡，奶奶通常需要起身上淨房好幾次。由於她總是為他人著想，因此每次都是自己默默起身，從不驚動他人。正因如此，我必須保持警覺，一聽到奶奶翻身的動靜，就得趕在她獨自行動前起身攙扶。

首次執行夜間侍者這份任務時，我忘了帶最重要的工具——手電筒。由於奶奶不喜歡不必要地開燈，手電筒便成了夜間不可或缺的必需品。

當時病中的阿麗潘姐姐，臥榻於奶奶床邊的地板上，隨身準備著一支手電筒。每當奶奶要起身時，她便会打開手電筒，貼著地面為奶奶照亮行進的路。

奶奶身體還很硬朗，起居行動自如，我只需謹慎地跟隨著她的腳步，保持在能及時攙扶的距離。我專注且小心地為奶奶注意路面，以防她絆倒或是碰撞到任何東西。

夜裡，奶奶會戴上一頂我從未見過的鬆織毛線帽，網眼大而稀疏，能避免頭部著涼，這景象對我來說十分新奇。

奶奶的面容安詳莊嚴，令人敬畏。在我的感受中，奶奶彷彿時時刻刻都專注於細膩的修行。她做任何事都帶著一股堅定的專注與謹慎，動作輕柔無聲，使周遭的氛圍也隨之變得一片寂靜，悄無聲息。

我始終努力保持正念，將心專注於身體中心點，不是因為擔心奶奶知道我在想什麼，而是唯恐散亂的言行會成為一種對奶奶不敬的干擾。這種持續的專注讓我變得更加謹慎、善於觀察，也更懂得掌握恰當的時機與步驟，對於自己該做什麼、說什麼，更有把握和自信。

從奶奶的床到淨房僅有幾步之遙。我會為奶奶打開淨房門前的電燈，她會自己舀水沖廁，所有事都親力親為。雖然我很想幫忙，但奶奶每次都堅持自己來。

每次如廁完畢，奶奶都會走到旁邊的水槽，拿起一個帶把手



的小不鏽鋼杯。從杯子的狀態看來，應該已經使用了很長一段時間。奶奶會用杯子接水漱口兩三次，吐掉之後，才回到床邊。

躺下後，無論入睡與否，奶奶都會安靜地躺著，不會翻來覆去，只有右手偶有些許細微的動作。在尚未入睡時，奶奶通常會將右手放在腹部，我猜想那大概是身體中心點的位置。時而可見奶奶用手指在那個區域輕輕打轉，若有所思。

我常見奶奶的嘴唇微微輕啟，似乎正在說話，我凝神觀察並豎起耳朵，卻始終聽不見任何聲音。奶奶究竟說了些什麼？又是與誰在交談呢？

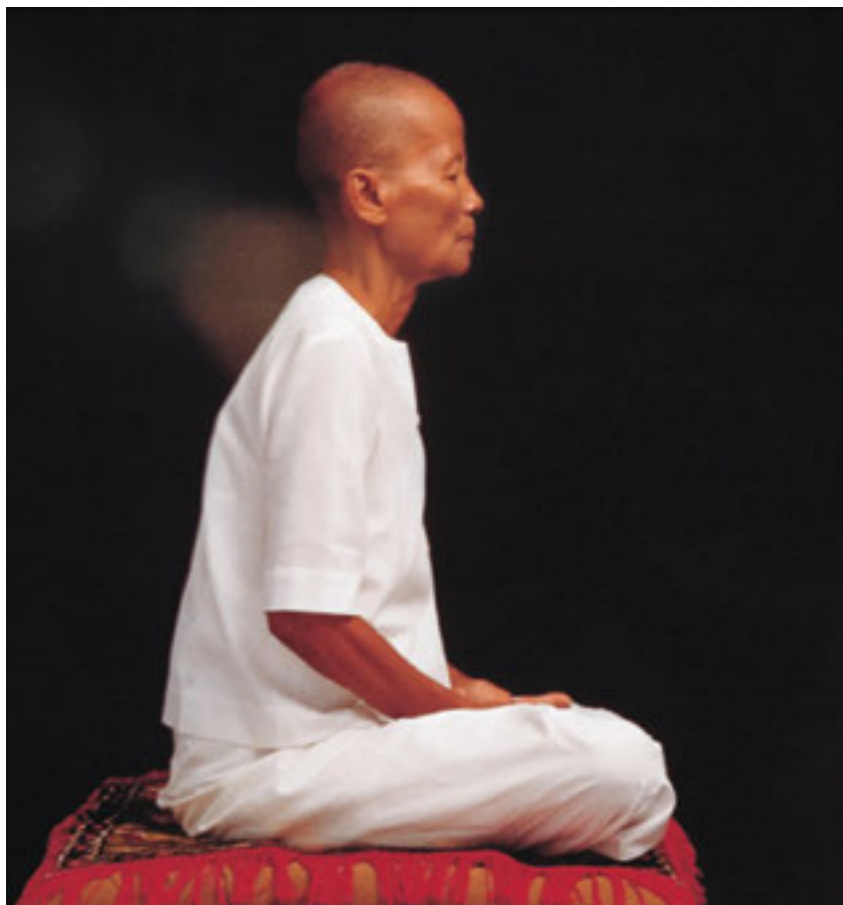
我順利完成了首次夜間侍者的任務，那晚奶奶起身入淨房約莫三四次。此後，我多次擔任這個任務，從偶爾到漸漸頻繁。有時我來得早，於奶奶就寢前便抵達，因此有機會見證並感受到奶奶對衆人無量的慈悲心——那是一種浩瀚、難以估量的偉大慈愛。

幾乎每晚熄燈就寢前，奶奶都有一項「功課」要做：幫助那些前來祈求庇佑、祝福以及功德波羅蜜的弟子們。

入睡前，阿麗潘姐姐會將人們請求奶奶功德庇佑時所帶來的文件仔細唸給奶奶聽。若文件附有照片，她會先唸完文字內容，再呈上照片請奶奶過目。

奶奶總是以專注且用心的態度，認真聆聽每一位求助者的請求，從第一位到最後一位，無一例外。這一點從奶奶的回應中可見一斑：每當對細節有所疑惑時，她必會再次向阿麗潘姐姐求證，而後才進入深度禪定，全神貫注地運用佛法來幫助他們。

有時奶奶會靜默沉思片刻，隨後又追問更多細節。這讓我深深感動於奶奶對衆生無盡的慈悲胸懷。



任何人遇到困難前來求助，奶奶皆以誠摯認真的態度給予慈悲關懷，平等地施予援手，無有分別。無論對方是誰，不分新舊弟子、熟人陌生人，只要來到奶奶面前，她都會傾盡全力相助。我完全理解為何人們會不遠千里，只為拜見奶奶，祈求她的慈悲相助。

後來，在夜深人靜時分，我漸漸能聽見奶奶嘴唇輕啟所發出的聲音。那是一種深邃偉大的慈悲之聲，為全人類和一切有情眾生發願祝禱。

這一切都發生在奶奶靜靜躺臥於幽暗深夜之際。

於幽暗中，我隱約看見奶奶一次又一次地將雙手合十，舉至額前，同時發願：「任何來請求奶奶功德波羅蜜庇佑的人，願以功德之威德力，令他們都能圓滿如願。」

靜默片刻後，奶奶再次將合十的雙手舉至額前，發出同樣的宏願：「任何來請求奶奶功德波羅蜜庇佑的人，願以功德之威德力，令他們都能圓滿如願。」

奶奶的慈悲浩瀚無邊，無法估量。是何等的功德福分，讓我得以有幸認識如此偉大的導師。

# Chapter **#07**



## 每一個氣息



「當奶奶安坐入定時，平凡的鄉村婦女形象頓時轉變。奶奶的坐姿挺拔優雅，沉穩而凜然，宛如將軍之長槍，矗立於戰車上 ...」

這段文字出自《關於奶奶的故事》，是施命師父描述初次見到奶奶靜坐時的深刻印象。讀到這段文字時，令我聯想到戰場上英勇傑出的戰士，精神抖擻、士氣高昂、毫無畏懼，隨時準備好迎戰任何形式的敵人。

這正是奶奶的靜坐姿勢。她決心與敵人(大大小小的煩惱)戰鬥，直到將其徹底消滅殆盡。即使歲月流逝，奶奶年事已高，她靜坐的姿勢依然挺拔、穩健，優雅如昔。

## #07

每一個氣息





我第一次有機會與奶奶一同靜坐是在兜率法堂。

當時，每個月的第三個週六下午，奶奶都會在那裡接待訪客，並為淨寶功德團加持放生功德。

奶奶帶領靜坐時，言簡意賅，包含發願文與祝福語，聲音溫婉悅耳，使用語尾助詞<sup>1</sup>，令人倍感親切。

奶奶每次帶領靜坐的時間不長，約十五至三十分鐘。

奶奶坐定闔眼後，通常會如此引導：「請各位攝心安坐，奶奶會為大家加持功德。現在，讓我們專心靜坐，憶念所修的功德，憶念放生的功德，祈願一切祥和安康。願我們身體健康強壯，無病無痛；願消除一切困厄愁苦，財運亨通；願我們遠離諸般險難，免受火災意外、盜賊惡人的侵害，無論去到哪裡，皆平安無恙；願人人都能得見清淨佛法。」

然後，奶奶會說：「在心中默念『三瑪阿羅漢』。」靜默片刻後，她接續說道：「現在可以結束靜坐了。隨喜功德，願大家獲得無量的功德，所求皆圓滿，以此功德威德力，祝各位吉祥如意。」

---

1. 語尾助詞：泰語語尾助詞，能使語氣較為和緩有禮。

隨著奶奶話音落下，所有與會者齊聲誦念「薩圖」<sup>2</sup>。

某些週末，奶奶帶領靜坐時，比平常沈默更久，遲遲未開口說：「可以結束靜坐了...」。我出於好奇，想知道為何今日靜坐時間特別長，便緩緩睜眼察看。只見坐在我前方的人們，有的頻頻打盹、搖晃不定，有的向左傾斜，有的向右歪倒，有的頭已低垂得看不見了。

我望向奶奶，她的面容安詳寧靜，坐姿依然挺拔、優雅，穩若泰山、端正筆直，不見一絲左搖右晃，彷彿在昭示著真正修行者的風範：一種堅定、凝聚、安然不渙散的覺醒者姿態，已然擺脫一切煩惱束縛，邁向覺醒解脫。

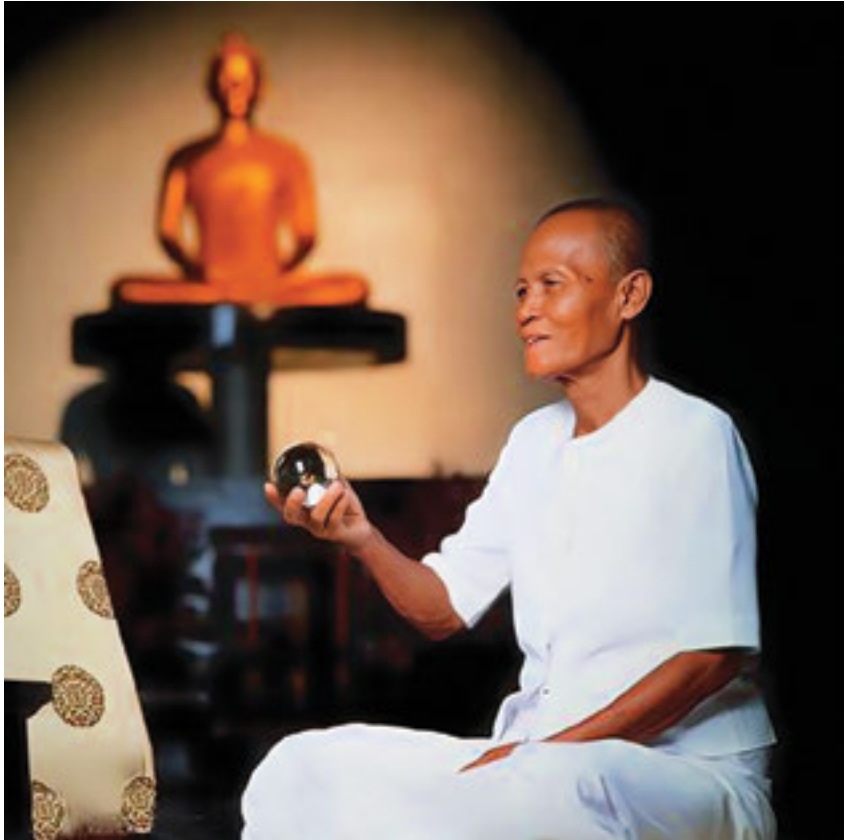
我曾聽奶奶說過：「靜坐時，奶奶不喜歡打瞌睡。如果覺得困，奶奶就會起身走動走動，去淨房洗把臉清醒一下，再繼續靜坐。奶奶看到有些人靜坐時，沒一會兒就點頭打盹，這樣靜坐能證得什麼呢？」

奶奶深愛靜坐，極為重視修習靜定。她深知一般普通人的心態，因此總是教導大家時刻謹記：要精進不懈，認真靜坐。

---

2. 薩圖：巴利語 Sādhū 的音譯，在此處的意思為「善哉」，用於接受奶奶的祝福。薩圖還有許多其他意思：「是的」、「善的」、「好的」、「吉祥的」、「善哉」等等。主要用於以下情境：接受祝福、迎接法師、表示同意、表示讚嘆、用於發願，以及隨喜功德等。

「靜坐時，僅僅默念『三瑪阿羅漢』，就已經獲得功德了。要證得法身並不容易，因為我們的心總是四處奔馳，跑遍全世界。因此，我們必須收攝心念，讓它靜止在身體中心點，也就是肚臍上方兩指處。其他事物不必多想，拋開一切，放下所有。當心靜止，光明便會在腹中顯現。讓心止息，觀想清靜明亮的佛陀法相。」



「想要證得法身，也需要仰賴過去所累積的功德。我們要精勤靜坐，即使這一世還沒能見道，來世投生後仍然可以繼續靜坐。如此持續修行，心自然會純熟。修行佛法必須認真，真誠務實地努力，並且要持續不懈地精進。」

奶奶是卓越的「真修行者」。

憑藉著真誠與精進，奶奶證得了深奧微妙的佛法，並獲得了北欖寺祖師稱讚：「詹弟子是獨一無二的。」



奶奶曾經說過：「從前在北欖寺時，奶奶白天靜坐六小時，晚上靜坐六小時。」她在一處名為「深修工廠」的地方靜坐。

「奶奶是深修工廠第二班的班長。在八戒女區和比丘區之間有牆壁相隔，彼此看不見，進出也使用不同的通道。奶奶會仔細聆聽北欖寺祖師下達的指示。奶奶坐在『斷覺座』上修行。」

當聽到「斷覺」這個詞，我立即感到好奇並產生濃厚興趣。

奶奶解釋：「斷覺」就是完全放下外在的一切，不執著任何事物，心只專注於內在的佛法——心完全止寂，達到百分之百的圓滿寧靜。

奶奶還講述了第二次世界大戰期間的情景。

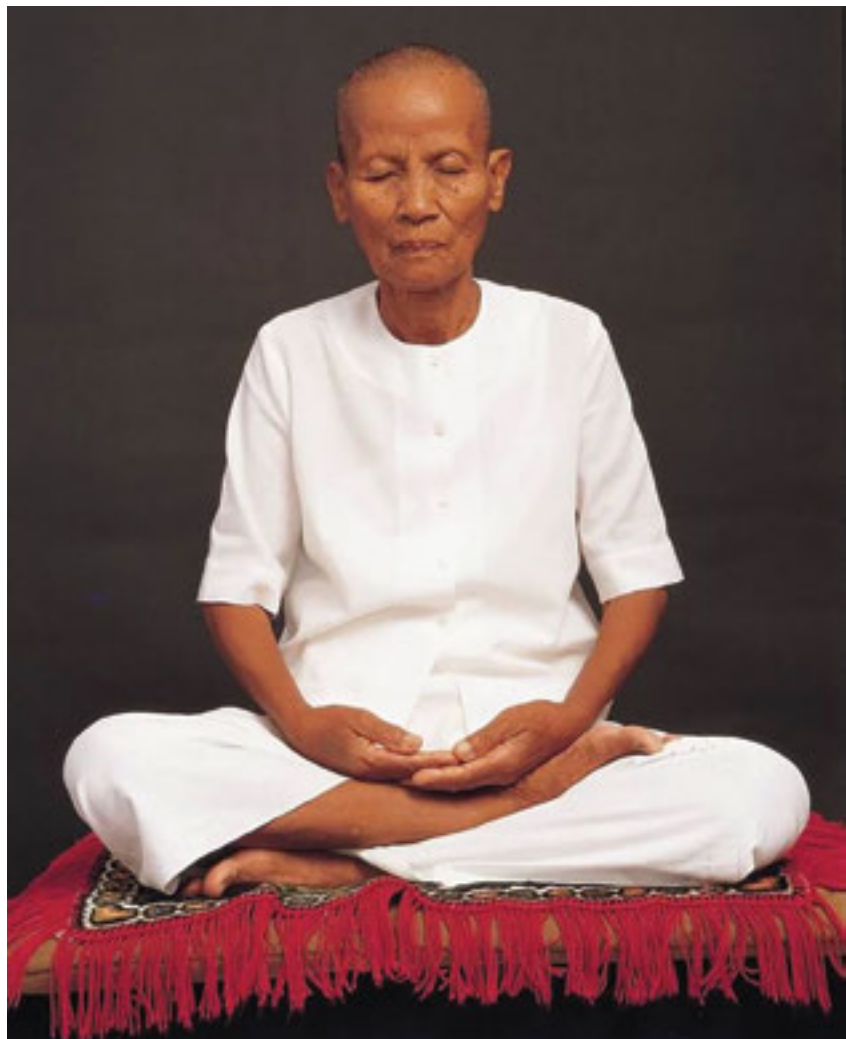
她說，當時深修工廠的大門都上了鎖，不讓裡面的人出去。當飛機投擲炸彈的警報聲響起時，有些一起靜坐的八戒女嚇得亂了方寸，驚慌竄逃，但奶奶卻毫無畏懼，心想：反正也跑不出去，何必害怕。

於是奶奶閉眼靜坐，專注入定，化解炸彈。

心志堅定者，即使面臨危難也不會動搖。

## #07

每一個氣息





奶奶深愛靜坐，從不間斷。即使在初到法身寺時，工作繁重、任務衆多，她也未曾懈怠。奶奶曾說：「早上用膳後，奶奶會先靜坐，然後才去幫忙種樹，直到種完樹，傍晚五點回來洗浴，接著靜坐到晚上十點才休息。」

當奶奶年過八十，她那一直挺直的背脊開始感到疼痛酸楚，尤其是長時間靜坐時。曾經能長久盤坐或側坐的雙腿也日漸僵硬，無法如昔日般靈活伸展。

奶奶時常談及身體的衰老，告誡我們切莫因年輕而疏忽放逸，奶奶說：「現在奶奶老了，才坐一會兒就開始酸痛，只好躺著修行。你們現在還不明白，等到老了，就知道是什麼滋味了。腰酸背痛，是年輕時無法體會的。從前，奶奶可以白天靜坐六小時，晚上靜坐六小時。想要靜坐修行，應當趁現在及早精進，等到年紀大了將會力不從心。」

雖然身體會自然衰老，但奶奶從未讓它成為靜心的障礙。即使無法久坐，當奶奶躺下休息時，仍持續深入佛法修行，時刻憶念功德。

「現在奶奶沒辦法久坐靜心了，就躺著靜心修行，不斷憶念功德。」

當奶奶坐三輪車去巡視寺院，或步行去廚房視察回來後，如果特別疲累，便返回秘書室躺下休息。但奶奶的休息不同於一般年長者的午睡。雖然靜靜躺著，卻並非在睡覺。

奶奶躺下休息時，特別喜歡寧靜。若有不尋常的聲響，她通常會輕聲詢問或睜眼查看。儘管奶奶從沒要求，但我們都很有默契地將守護這個空間、保持極致的靜謐視為己任。

在房裡走動或坐下時，我會謹慎留意，專挑木地板較結實的地方落腳，以防發出吱吱嘎嘎的聲響。有時室內靜到只聽見牆上掛鐘的滴答聲，我望著那鐘，心想：若有必要，我會毫不猶豫地搬張椅子爬上去，取下掛鐘電池，好讓奶奶擁有更靜謐的空間。

我感覺，奶奶的躺下休息，只是從坐姿靜心轉為臥姿靜心，這是為了因應逐漸衰老的身體狀況。

而無論是坐姿還是臥姿，奶奶的智見始終如一，清明無礙。

有很多次，奶奶巡視完廚房回到秘書室，靜靜閉眼躺下休息時，她的右手食指與中指會習慣性地置於腹部，隨著某種節奏輕輕晃動。我則帶著輕柔的微笑，坐在床尾為奶奶按摩雙腿與腳。

在這些時刻，能如此照料奶奶，讓她得以歇息，便是作為侍者最深的滿足。我們會竭盡所能，讓奶奶感到舒適、安心與平安，確保她目之所及，皆是能使身心愉悅的事物。我心下盼望，這樣她能多休息一會兒，以免去看到那些凌亂的地方，又得費心操勞。

然而就在那一刻，我臉上的微笑逐漸消失，因為奶奶說：「等會兒奶奶要去看看垃圾場。」奶奶指的是越過馬路、在廚房對面的垃圾場。當時那裡相當凌亂，堆滿了破舊損壞的物品。真的是沒有任何事能逃過奶奶的法眼。

奶奶說：「只要心靜片刻，就能在內心看見。」無論我搬出什麼理由勸她先休息，奶奶都堅定地說：「不行的，奶奶想到了就會馬上去做。」面對奶奶的這份堅持，我也只能束手無策。

有些日子，我因心中有煩惱而感到鬱悶憂愁，帶著不太開朗的心情來服侍奶奶。這是新人尚未修得堅強心性<sup>3</sup>時的常態。陪伴奶奶時，奶奶問一句，我答一句，隨即又回到自己內心的煩惱中。

突然，奶奶問了一個與此前完全無關，卻正好觸及我心中所想的問題，還教誨道：「別把小事變大事。」那一刻，我感到無比溫暖，心情頓時開朗、明亮起來，內心忍不住讚嘆：我們的導師詹老奶奶真是太厲害了！

閉目靜養時，奶奶時不時會開口提出一些問題，通常是關於寺院事務，像是供養功德衣、袈裟，或法勝師父的近況等。那段時期，法勝師父經常去清邁靜坐修行，奶奶便時常問起師父去幾天了，何時回來等等。

其中，奶奶最常問的是：「奶奶當過幾次功德衣法會的主席了？當過幾次供養袈裟法會的主席了？」這樣的詢問不只一日一次，幾乎每次躺下休息，靜心片刻後，奶奶便會問起：「奶奶當過幾次功德衣法會的主席？幾次供養袈裟法會的主席？請幫奶奶數一數，奶奶不識字。」而每次提起，奶奶總會虔心發願：「願功德衣法會和供養袈裟法會能有很多很多人一起來修功德。」

---

3. 五根(อินทรีย์ 5)，指五種心理素質(心性)：信根(堅定信心)、精進根(精進努力)、念根(清明正念)、定根(一心專注)、慧根(智慧觀照)

奶奶首次擔任功德衣法會主席是在佛曆 2531 年(西元 1988 年) 11 月 6 日，首次擔任供養袈裟法會主席則是在法身寺二十週年慶，佛曆 2533 年(西元 1990 年)3 月 14 日。

此後，奶奶便成為每一次功德衣法會與供養袈裟法會之大會主席，直到佛曆 2543 年(西元 2000 年)9 月 10 日圓寂為止。奶奶總共擔任了十次功德衣法會的主席，以及二十次供養袈裟法會的主席。



## #07

每一個氣息



奶奶說：「奶奶想了好多年，一直很想當一次功德衣法會的主席。於是奶奶去請示法勝師父：『住持師父，奶奶想當一次功德衣法會的主席。』獲得師父同意後，奶奶就到處積極募款，遇到人就邀請，希望大家都能跟奶奶一起來修這份大功德。現在師父讓奶奶每一次都當主席，無論是功德衣法會還是供養袈裟法會。」

我依然清晰記得奶奶首次擔任功德衣法會主席的情景。奶奶是一位最優秀的善知識、一位最卓越的功德領導者。

那時，我尚未住進寺院。在功德衣法會前幾週的某個週日清晨，我走進寺院，當奶奶的三輪車正要經過時，我依循慣例跪坐在路邊合十頂禮。

往常三輪車都會緩緩駛過，那天卻在我面前停了下來。奶奶平時總是合十回禮，那天卻招手呼喚，示意我靠近。她的眼神顯得格外明亮，笑容比平時更加燦爛開朗。接著她對我說：「住持師父讓奶奶當功德衣法會主席，是哪一天來著？（轉頭問巴迪師兄）佛曆 2531 年 11 月 6 日。孩子，幫奶奶宣傳這份功德吧，告訴你的朋友、父母、兄弟姊妹，讓他們都來跟奶奶一起修功德。」

可能是因為離功德衣法會的日子尚遠，又或許是奶奶洞悉我健忘的性格，她再次叮囑：「別忘了哦，幫奶奶宣傳功德。找個筆記本寫下來：某月某日 ... 詹老奶奶擔任功德衣法會主席。把它記下來，孩子你識字的，記下來就不會忘了。」

我立即從包包裡取出小筆記本，按照奶奶所說記了下來。隨後，奶奶的三輪車緩緩駛離，我懷著無比歡喜的心情離開，因為想到奶奶特地慈悲停下三輪車與我分享這份大功德，我也下定決心要盡全力幫奶奶宣傳。

然而，那天的驚喜並未就此結束。我到夜摩廚房幫忙準備供信眾享用的午齋。正當我坐在矮凳上專心切菜，與負責管理後廚房的黛師姐一起忙碌時，驀然抬頭，竟發現奶奶就站在我的跟前，然後她緩緩地來到我身旁的矮凳上坐下。我從未想過能以如此親切自然的方式遇見奶奶。

那天，在短短數小時之內，我竟有兩次與奶奶如此親近相遇的機會，這著實出乎我的意料之外。我感到有些忐忑、坐立不安，覺得自己怎麼能與奶奶平起平坐，想從凳子下來坐在地上，卻又無從實行，因為周圍地面一片濕漉。見廚房裡的師姐們與奶奶談笑自若，似乎早已習慣奶奶這般來訪，我便不再拘束，安然地坐著聆聽奶奶說話。



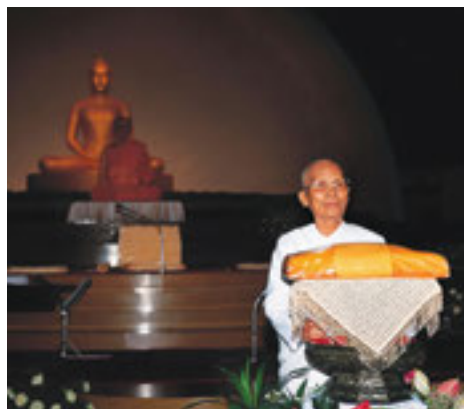
奶奶法喜地宣傳著功德衣法會的功德，毫無倦意或厭煩。頓時我領悟到，奶奶的每一分心力、每一個氣息，皆已全然投入於這次的法會——奶奶首次擔任主席的功德衣法會。

這是一場歷史性的法會，憑藉著奶奶無比的凝聚力與功德威力，不僅人人同心協力參與籌備，法會當天更是十方善信絡繹不絕。

此後，在多場功德衣法會與供養袈裟法會中，奶奶始終作為我們最優秀的善知識、最卓越的功德領導者，無人能及。

奶奶的心時刻與功德緊密相連，無論遇見誰，奶奶皆希望對方能與她一起修功德。





奶奶經常對寺院裡的法師們說：「請法師們幫忙廣度衆生。人生在世，我們必須多多行善布施，勤修功德。人一出生就注定走向死亡，死後能帶走的只有功德和惡業，請幫忙奶奶，多多去度化信衆。」

一個人的一生，如果每一次呼吸、每一個氣息都與功德善業相連，這樣的生命該是何等美好啊！


「奶奶的心想得很遠、很廣，一心總想著如何才能多做些善事。因為死後除了功德和惡業之外，什麼都帶不走。所以奶奶一輩子都在努力做善事：建寺院給大家、當功德衣法會主席、供養袈裟法會主席，精勤累積能帶走的功德。」



# Chapter #08



## 目不識丁



奶奶手捧著信衆在路上供養的素白信封，步入秘書室。坐下歇息時，她拿起信封仔細端詳。我跟著望向那封信，上面書有三行字，然而奶奶手持信封的方向，字跡恰好是顛倒的。

奶奶隨即將信遞給我，問道：「他寫了些什麼？」

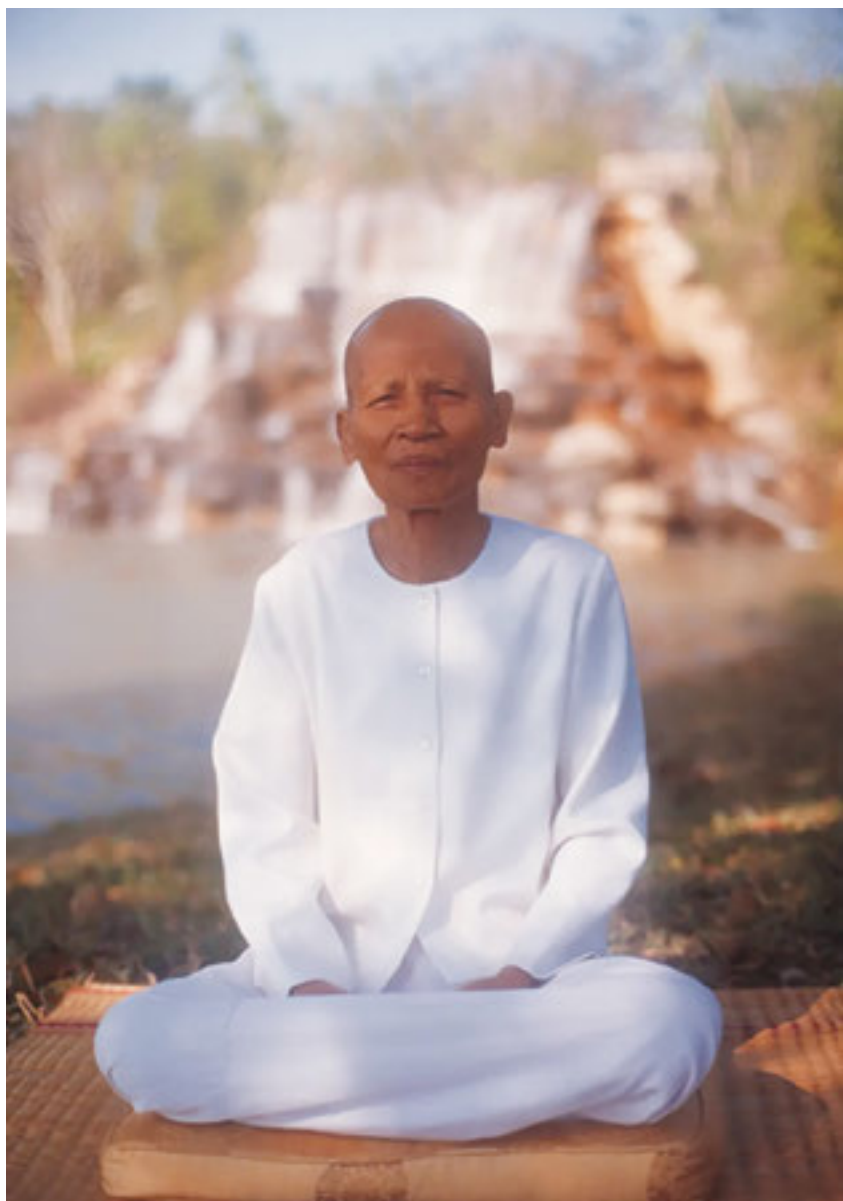
我恭敬地接過信封，很樂意為奶奶讀出內容。同時心中泛起一陣感觸，以自己淺薄的智慧思忖著：不識字的奶奶，內心該有多麼難受啊？如果有人讀錯了內容，奶奶又該如何分辨呢？

就在此刻，我不得不停下這些飄遠的思緒，因為奶奶開口說道：「奶奶為人耿直誠實，雖然不識字，但一言一行都發自純淨的心。奶奶祈願，無論輪迴轉世多少次，遇到的都是善良正直、有德行的好人。奶奶不怕任何人，因為奶奶心地純淨，用善良和功德來面對一切。」

奶奶彷彿完全看透我的心思，無需我開口詢問，便能清楚地回答我內心的疑惑。這令我越發欽佩，對奶奶更加信服與敬仰，心中不禁讚嘆：奶奶真是了不起！

儘管奶奶無法讀懂一般書籍上的文字，但她卻能讀懂世界上最難理解的書——人心。奶奶能以法眼的智慧洞察力，清晰、透徹、準確地看透他人的內心世界，沒人能在她面前隱藏任何事。





## #08

目不識丁

奶奶的智慧不限於某一領域，而是涵蓋萬象萬物；她的智慧永不過時，無論何時運用，皆與時俱進，總能帶來幸福安寧的生活。

因此，儘管奶奶目不識丁，她的門下弟子卻遍及各年齡、性別、教育與專業領域。無論博士、學生、醫生、還是護士，皆以無比恭敬謙遜之心，向不識一字的奶奶請益，將她視為導師與典範。







奶奶從不因不識字而感到自卑，因為她的心靈無比純粹且清淨，清淨到能超越世俗的觀念與感受。

「奶奶不怕任何人，因為奶奶的心地純淨。」

因此，無論身處何地，奶奶總是昂首挺胸，從容自在，優雅莊重。即使在無人認識奶奶，僅將她看作一位普通、年長八戒女的地方，奶奶也從不惶恐或忸怩羞怯。



每當奶奶與人交談後，我注意到人們無一不對她心生敬佩與喜愛。即使面對說著不同語言的外國人，奶奶也能以微笑——這世界共通的友誼之語——從容問候，毫不尷尬。

## #08

目不識丁

儘管如此，奶奶卻不輕忽大意，把握每一次累積功德的契機，並時常發願，將有所缺憾之處補足圓滿。

「奶奶這輩子的缺憾就是不識字。如果識字的話，奶奶能做的事就更多了，有什麼事都可以『諾特』<sup>1</sup>下來。奶奶一個字也不認識，但是奶奶勤修功德，內心深處的佛法會教奶奶分辨，什麼是善，什麼是惡，奶奶全都知道。」

「願奶奶來世能讀書識字，一路唸到學士、碩士、甚至博士學位。」

---

1. 諾特：奶奶用泰語發音唸出英文的 Note(紀錄)。

在我剛開始擔任侍者時，阿麗潘姐姐建議我在閒暇時讀書給奶奶聽。秘書室裡有一套書籍，大多與寺院和奶奶相關，例如《法身寺二十年》、《往幸福的大道邁進》、《關於奶奶的故事》(施命師父著)，及《法身寺成功背後的推手》(優婆夷塔文·瓦提蘭古著)等。

每當有機會，我都會挑選這些書籍朗讀給奶奶聽。我感覺奶奶在聽這些故事時非常快樂，彷彿與之深刻共鳴，投入於每段被朗讀的事件之中，理解每一句話、每一段文字，無需任何解釋，反而還會時常補充細節，或是用自己的話重新闡述一遍，因此我們經常是讀一段，聊一段。



這與讀其他一般書籍給奶奶聽時的情況很不同。讀其他書時，我需要邊讀邊抓重點，將每段內容用簡單的話語詮釋給奶奶聽。

不過，奶奶偶爾也會問出一些令人意想不到的問題，比如：『氛圍』是什麼？』『現場直播』是怎麼回事？』等等。

因此，為奶奶朗讀的書多半環繞著寺院、兩位師父，以及與奶奶自身相關的點點滴滴。這些篇章無論讀了多少遍，奶奶依然聽得津津有味，絲毫不厭倦。

有些書，奶奶不僅聆聽時感到開心，當讀到特定的段落與句子時，她更是興致盎然。其中施命師父所著的《關於奶奶的故事》，書中有許多章節段落，都能讓奶奶展露會心一笑，顯得格外開心。例如師父寫道：

淨心啟慧傳師德，度眾離惡創新篇。

法身寺院光耀起，歷經多載終力竭。

恩德浩瀚難計量，一言難盡萬篇長。

助眾破障傳真諦，法身弟子念師恩。

祈願十方福德圓，涅槃功德耀天邊。

出家修行積功德，敬奉師尊降魔顏。



白話註解：

奶奶以清淨之心開啟智慧，展現高尚品德。

奶奶引導弟子出家修行，幫助他們遠離惡道，走向光明善道。

奶奶創建法身寺，使之光輝燦爛。

歷經多年勞累，奶奶筋疲力盡，終究不堪負荷而病倒。

奶奶的恩德浩瀚無邊，難以計量。

即使萬篇文章也無法說盡這份感恩。

奶奶幫助衆弟子對抗煩惱、破除障礙，傳遞佛法的真諦。

法身寺弟子們永遠感念奶奶的恩情。

祈願十方世界衆生福德圓滿。願涅槃的功德照耀天際。

願以我出家修行的一切功德，

虔誠敬奉給奶奶——這位以堅定毅力降伏一切魔障的導師。

雖然內容採用泰國傳統詩歌形式，詞彙深奧難懂，但奶奶卻明瞭每一句的含義，無論是字面上的意思還是深層的隱喻。

讀到最後一句「... 降魔顏」時，奶奶輕笑著說：「奶奶費了很大的勁，跟那些魔障周旋了很久，才終於降伏它們。」

當讀到「施命師父來『佛法成就之家』拜見奶奶」那段、「魔王之花」<sup>2</sup> 那段，或是「種香蕉樹來踢」<sup>3</sup> 那段時，奶奶總會開懷大笑，彷彿往事正清晰地浮現在她眼前，歷歷在目。

還有一則故事我常讀給奶奶聽：《心中的明月》，這是一篇收錄在慶祝寺院二十週年「善知識會訊」紀念特刊中的文章，摘錄了奶奶從童年至創建寺院的種種事蹟。

特刊封面是奶奶手捧功德衣、笑容滿面的照片。

每當讀到童年往事的片段，奶奶總是顯得格外開心，並常以生動活潑的語氣，再次補充細節。

---

2. 魔王之花：出自《關於奶奶的故事》一書。奶奶藉此譬喻魔王如何以異性為誘餌，用光鮮亮麗的外表迷惑世人，實則暗藏萬丈深淵，最終將招致痛苦。此番教導深刻，旨在幫助弟子們對抗煩惱，破除障礙。

3. 種香蕉樹來踢：出自《關於奶奶的故事》一書。奶奶深知施命師父性格易躁，便打趣道：「現在師父已經出家了，不能隨意與人起爭執，所以奶奶讓人在院中種了香蕉樹，給師父踢踢，好消消氣。」奶奶這份用心良苦的巧思，同樣也是為了幫助弟子對抗煩惱，破除障礙。

例如，讀到「奶奶愛護所有動物」這段時，奶奶會憶起曾經養過的動物。她清楚記得每隻動物的名字和特徵，像是背部彎彎的水牛，牠的名字叫「彎彎」；還有毛色發綠的小狗，牠的名字叫「小綠」。

奶奶總是慈愛地對待每一隻動物，細心為牠們準備飲食。



當讀到「朋友們都喜歡和奶奶玩」這段時，奶奶便會提起：「奶奶有很多朋友，因為奶奶從不與任何人作對，也不會偏袒任何人，能跟所有人玩在一起。」隨後，奶奶會提到一些朋友的名字，感嘆道：「不知道現在他們還在不在，還是已經離開這個世界了。」

讀到「玩潮汐遊戲」那段時，奶奶的眼神裡閃爍著回憶童年頑皮時光的歡樂。她笑著說：「漲潮時朋友就拉著奶奶的耳朵往上，退潮時就往下拉，一直上上下下，拉得奶奶的耳朵都受傷了。」邊說著，奶奶邊伸手輕摸我的耳朵：「朋友這樣拉奶奶的耳朵，傷了這裡。」奶奶指著耳垂的凹陷處。

「奶奶很喜歡游泳，現在看到水，還是會想下去游呢。」奶奶的目光投向忸利天大樓附近的河灣。「不知道如果下水的話，還記不記得怎麼游泳呢？」

看著奶奶憶述童年往事，臉上綻放著笑靨與欣然神采，不難想見奶奶小時候必定是個天性活潑、開朗愉快的孩子。兒時的淘氣活潑，正展現了奶奶自幼根植於心的特質：勇敢、率真以及無拘無束的自由胸懷。

如今，奶奶已然成爲一位心靈明澈、慈悲無垠、胸襟浩瀚的長者。

有一本書是爲了慶祝「大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父」八十華誕而製作的，內容以圖片爲主。

收錄一篇法勝師父親筆寫下關於奶奶的文章：

「完美的昨日，更好的今日，最美的明日，這是奶奶奉獻自己於佛教的生命軌跡。日復一日，年復一年，永恆如是。這是師父近三十年來『與奶奶同在』，所親眼見證的。

「每當回憶起那些往日景象，內心總是洋溢著無比的幸福。師父永遠不會忘記，如今這件清新雅緻的陶器，曾經只是一塊蒙積塵埃的老舊泥塊，直到被奶奶拾起，經過她一次又一次、反覆且細心地捏塑，最終成形。」

「因此，師父願向奶奶獻上最崇高的敬意，至誠頂禮膜拜奶奶，這位佛門瑰寶、法軍統帥。奶奶不僅是賜予師父新生的衆生慈母，更是成就一切的幕後推手。」

## #08

目不識丁

我將這段文字讀給奶奶聽，她靜靜地坐著，全神貫注地聆聽。她的表情與眼神彷彿追憶起往昔情景——當年，奶奶收了一位少年弟子，悉心栽培扶持，直至成為如今的法勝師父。

讀完，我將書遞給奶奶，讓她細細翻閱每一頁的圖片。





## #08

目不識丁

當她翻開第一頁，映入眼簾的是法勝師父的照片。奶奶指著照片說：「這是法勝師父。」接著，又指著旁邊有師父字跡的那頁，說道：「這是法勝師父親筆寫的，奶奶認得師父的字跡。」

我不禁疑惑：不識字的奶奶，為何能認出法勝師父的筆跡呢？凡是與法勝師父相關的一切，奶奶似乎總能記得特別清楚。

「法勝師父很愛讀書，有滿櫃子的書。」奶奶說道。

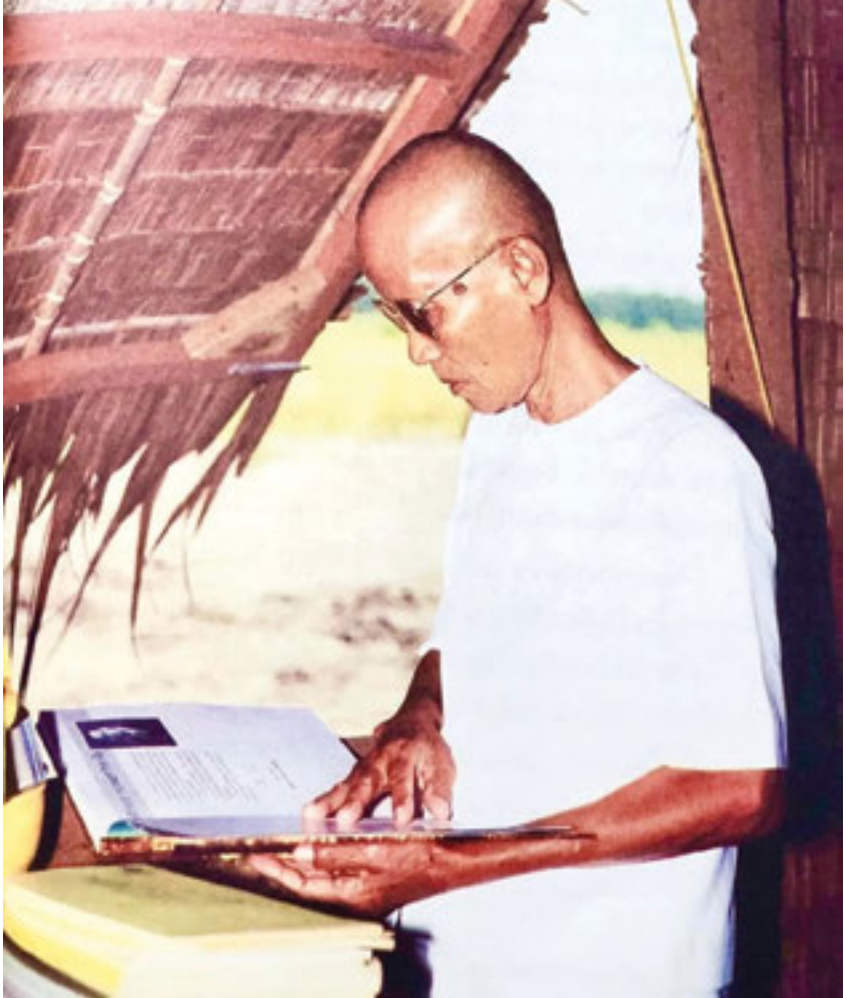
每當我翻開寺院的照片集給奶奶看時，她總能一眼認出法勝師父的身影，說道：「這是法勝師父。」哪怕是早期的舊照片，比如那張穿著玫瑰園學校制服的小照片，奶奶也能清晰辨認：「這是法勝師父在玫瑰園學校讀書時的照片，那時他來找奶奶說想要出家。」



圖/ 法勝師父就讀於玫瑰園學校(高中)時期的照片。



我時常看見奶奶拿起手邊的書籍翻閱，有泰文也有英文的。奶奶從容地翻開每一頁，沒有閱讀文字，而是仔細凝視每一張圖片，細細品味，而後再輕輕地翻向下一頁。



## #08

目不識丁

儘管目不識丁，奶奶卻擁有觀察入微的智慧，能深刻領會萬事萬物。她的見解透徹深遠，甚至能超越今世，洞察來世。在奶奶眼中，世間萬事皆為老師，每件事都能啟發她自我教導。

對於親近奶奶身邊的人來說，另一幅熟悉的畫面就是她時常雙手合十，誠心地發著各式各樣的願，並以這句話作為每次發願的結尾：「願生生世世如此，直至證得究竟涅槃。」

在奶奶的發願文中，既有每日慣常的祈願內容，如：願遠離惡人，願耳聰目明、無病痛無災禍等；也有因應當下所見所聞而發的願。無論遇到什麼事，什麼因緣，奶奶總能將其化為發願，並會在當下立馬虔誠地雙手合十，開始發願。



例如，當見到體重超重者，奶奶思索片刻後，隨即雙手合十發願：「願我不過重，保持適中。」

聽聞有人遇害被殺的新聞，奶奶說：「這是前世曾經殺過別人，這輩子才會被人殺害。」接著她便雙手合十，發願道：「願我生生世世不殺生，也不被人殺害。如果惡人想靠近，願他們自行退避，無法靠近。」

奶奶每一次的發願、對每一件事物的深思省察，在在都展現出她敏銳耀眼的智慧。

縱使目不識丁，連基本筆劃也寫不來，也絲毫無損其智慧的光華，反而更彰顯了奶奶的非凡特質——那無量的智慧之光，光明璀璨，足以清晰明確、毫無遺漏地照亮離苦之道，指引衆生通往涅槃彼岸。

「奶奶爲人耿直誠實，雖然不識字，但一言一行都發自純淨的心。奶奶祈願，無論輪迴轉世多少次，遇到的都是善良正直、有德行的好人。奶奶不怕任何人，因爲奶奶心地純淨，用善良和功德來面對一切。」

# Chapter #09



## 莫向他人拋媚眼



奶奶是位洞悉家庭生活弊端的智者，深諳持家之憂，明白修持梵行的益處。因此，奶奶經常雙手合十，虔誠祈願：「願我將來轉世爲人，生來便能夠修持梵行，投生在具有德行與正見的家庭之中。」

奶奶自幼就具備自省的智慧。

「小時候看見父母親吵架，奶奶便決定不要成家。」

## #09

莫向他人拋媚眼

我剛開始當侍者照顧奶奶時，每逢傍晚，奶奶坐三輪車回來後，常會去散步，或在夜摩廚房之家<sup>1</sup>坐著休息。在那裡，經常會看到「蓮姨」來陪伴奶奶。

蓮姨是一位年過半百的未婚女性，不僅廚藝精湛，更是勤勞能幹。初來寺院時，她便以護法居士的身份，經常準備食物供養寺中僧眾，奶奶因此稱呼她為「蓮居士」。後來，每逢佛法薪傳者培訓及週末五、六、日期間，她都來幫忙下廚料理。如今她已常住寺中，不僅幫忙備膳供僧，更盡力協助一切能力所及的事務，宛如一位全職的常駐義工。

奶奶常與蓮姨提到不婚的益處：

「蓮居士啊，妳像奶奶一樣不結婚，這樣很好呢！單身的人就像自由的小鳥，想飛到哪裡就飛到哪裡，任意翱翔，無拘無束。一旦結婚可就麻煩了，一會兒牽掛孩子，一會兒牽掛丈夫，還要操心養家餬口。」

---

1. 夜摩廚房之家：那是一間小房間，位於夜摩廚房旁的一棟建築之中。正式名稱「優婆夷室」（參見第十四章）。

夜摩廚房之家由一位優婆夷(蕾師姐)負責照料。她自寺院建造大雄寶殿時期便來幫忙，畢業後，奶奶慈悲為她在蘭實區(Rangsit)的一家銀行安排了工作。蕾師姐每天傍晚下班，處理完個人事務後，經常會來陪伴奶奶，好讓阿麗潘姐姐能有時間處理自己的事情。

我常聽奶奶對這位師姐說：「阿蕾啊，可別對任何人拋媚眼喔！」有時，奶奶會像長輩疼愛晚輩那般，用手指輕托她的下巴，凝視她的眼睛，含笑問道：「妳是不是對誰拋媚眼啦？」

我想，奶奶之所以一再叮嚀，應該是出於關切。畢竟這位師姐在寺外工作，環境不同於寺內。同時，奶奶也為她的未來著想，單身一人總需要存些錢，以備不時之需。

後來，奶奶也對我說：「小丫頭，可不要對任何人拋媚眼喔！」

這句話，奶奶不只一次，而是多次反覆地叮嚀，以至於它清晰地迴盪在我心中。隨著時光流逝，我對這句教誨的領悟也越發深刻。回想當初，我只是微笑聽著，覺得奶奶說話用詞真新潮，因為當時的我，還不懂這句話中的深意。

奶奶經常教導我們：「別對任何人拋媚眼。男女之間，光是眼神就能傳情，四目相交，眉來眼去，不一會兒就擦出火花，自己心知肚明。」

想來奶奶必定是不會對誰拋媚眼的，但她肯定見過許多人眉目傳情。奶奶洞悉人心，故而如此諄諄教誨。

奶奶還講述自己年輕時的往事：「奶奶年輕的時候，有小夥子來追求、找話題聊天，奶奶就回說：『我不懂啦!』沒有開口罵人，也不去責備，以免他們惹事糾纏。用這句『我不懂啦!』直接打斷話題，久了他們自然知難而退。別讓人有機可乘，這取決於我們自己。」



寺院設立多項行為準則，用以規範優婆塞與優婆夷，以及僧侶與優婆夷或女居士之間的互動。設立這些規矩，旨在幫助我們順利修持梵行。



然而，關於眼神這方面，卻是每個人都必須學會自我反省與約束的。再多的規條也無法真正束縛眼神，唯有靠自己才能加以控制。這世上，沒有人比自己更能關照自身，並及時提醒自己。

眼神勝過言語，能傳遞萬千訊息。無論是別人投來的目光，抑或是我們望向他人的眼神，「眼睛乃心靈之窗」，一個短暫的對視，往往便勝過千言萬語。

因此，奶奶千叮萬囑的「莫向他人拋媚眼」，是在教導我們防患未然，謹慎約束自己的眼神，只看該看的事物，不看那些不該看的。

「男女之間，目光交會，瞬間便能擦出火花，從眼神中就能看出情愫。」懂得防範於未然，便能在火苗尚未蔓延之際將其熄滅，不至於演變成難以收拾的局面。

奶奶常教導弟子們要好好守護梵行，一有機會便諄諄提醒，告誡大家不要背離自己最初的志向。

對於優婆塞，只要奶奶有機會遇到，同樣會慈悲地給予勸戒。

每逢月初的第一個週六上午，通常會有一群優婆塞來幫忙整理寺院環境，或在奶奶寮房周圍清掃落葉，或在兜率法堂上下擦拭清潔。這時，優婆塞們常有機會見到奶奶，因為奶奶去廚房時必須經過那個區域。

有時，奶奶會靜靜地坐在秘書室裡看著他們工作。偶爾，奶奶會忍不住走出去看看，或給予指導。她只需一眼，便知道誰勤快、誰偷懶。從握掃把的姿勢、擺動掃把的方向，哪邊向上哪邊向下，奶奶便能判斷出誰掃地熟練，誰不擅長。

## #09

莫向他人拋媚眼



每當奶奶走出去時，總會有優婆塞上前合掌頂禮。最初僅有兩三人，但只要奶奶駐足交談，附近的優婆塞們便會逐漸圍攏。氣氛溫馨親切，不時傳來陣陣笑語。這便是奶奶常對寺院義工們展現的慈愛之情，時而諄諄教誨，時而閒話家常。

「你們都還年輕力壯，有什麼事就趕快去做，做到完成，別偷懶。」

即便是掃落葉這般小事，奶奶也教得仔細入微。甚至在將樹葉裝袋丟棄時，她也會叮嚀我們，只撿樹葉，別把寺院的土也一同丟了。

有時，奶奶會一個個指著他們說：「可別偷溜去玩鬥雞，小心被女夜叉抓去吃掉。」

在寺院待了很久的資深優婆塞常向奶奶祈求祝福：「願我能早日出家。」奶奶答道：「這要看大師父的意思，大師什麼時候允許，你便能出家。」

奶奶修持梵行極其堅定，常說：「我們不必結婚，死後不用擔心沒人火化，要是真的發臭了，自然會有人把我們抬去處理。奶奶就是這麼想的。」

奶奶雖為女兒身，心志卻如高貴的男子一般，堅毅穩重，矢志不移。

奶奶總是沉靜自若，不喜不憂，不輕易受外境動搖。一般那些會阻礙女性修行梵行或實踐佛法的性格特質，在她心中完全不存在。若要找尋修持梵行的典範，奶奶便是各方面皆圓滿的最佳楷模。

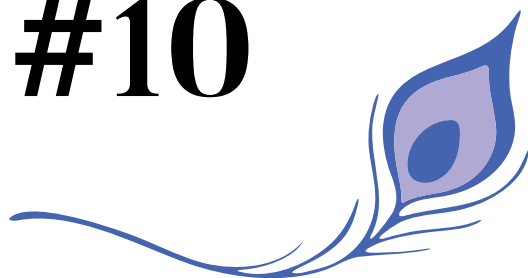
在行為方面，奶奶在與僧侶互動時極為謹慎自持，無論處在什麼場合或情況，她都舉止合宜，恰如其分；在言語方面，奶奶只說真實、有益之言，引導人心向善，不說諂媚奉承之語，亦不會在背後批評詆毀他人；在心念方面，奶奶一心一意專注於功德善業，勤修禪定。「奶奶只想著一件事，那就是要累積很多很多的功德，其他事都不放在心上。」

在與奶奶朝夕相處的時光裡，我心中總有一份深切的感受：奶奶是福德深厚之人，更是積累許多往世善業的賢者。她能在萬事中自我教導，因此，奶奶的種種品性，都是能引人邁向解脫、證得涅槃的特質。即便如此，奶奶仍勤修不輟，精進累積功德，持續不懈地訓練自己。



圖/ 奶奶於北欖寺受戒成為八戒女，終生持守清淨梵行。  
攝影年份無從考證，僅知其二十九歲時入寺受戒。

# Chapter #10





## 知恩圖報



知恩圖報是善良之人的重要標誌。「知恩」是將他人的善行銘記於心，深懷感激；「圖報」則是以行動表達謝意，報答恩情。

舍利弗尊者，佛陀右側首席大弟子，被佛陀讚譽為眾比丘中智慧第一，不僅智慧出眾，更在知恩圖報方面展現了卓越的品德。

奶奶是具備知恩圖報這項美德的最佳典範。

我曾聽奶奶講述，她爲了向父親懺悔、請求寬恕，堅定地尋找已故的父親。憑著這份不捨的決心、不懈的努力，以及一顆知恩圖報之心，奶奶終於找到他，並透過法身法門，幫助在地獄中沈浮受苦的父親脫離苦海，以此報答父親的恩情。

奶奶也曾講述照顧通素老奶奶的經歷。通素奶奶是奶奶的第一位佛法老師，更是引領她進入北欖寺的恩人。

在通素奶奶罹患子宮癌末期時，奶奶盡心盡力、不知疲倦地悉心照料通素奶奶，即使面對散發惡臭的血液和膿液，也毫無嫌棄之心。

奶奶用「我竭盡全力」來表示，因爲通素奶奶對她恩重如山。

當通素奶奶往生時，奶奶親自主持並安排喪禮，盡其所能地做到盡善盡美，使喪禮莊嚴隆重且體面。



圖 / 北欖寺八戒女合照。通素奶奶居前排中，詹老奶奶居前排右。

對於北欖寺住持帕蒙昆貼牟尼祖師，奶奶以最崇高的敬意，遵循其教導；以最深厚的知恩圖報之心，善盡弟子的職責。

不僅如此，奶奶更勤奮精進，努力鑽研法身法門，以求精通於法。精通之後，便透過傳承和弘揚法身法門，來彰顯祖師的功德與恩澤。



上圖/ 北欖寺住持帕蒙昆貼牟尼(梭·湛塔薩羅)祖師教導入法身法門之靜坐方法

下圖/ 北欖寺住持帕蒙昆貼牟尼(梭·湛塔薩羅)祖師與僧團合照

即使是對牲畜，奶奶亦懷著感恩圖報之心。童年時期，她每天清晨會牽著家中的牲畜去放牧，在田野間奔跑嬉戲。到了雨季，便讓這些牲畜幫忙耕田。待牠們年老，無力耕田、牙齒落光時，奶奶仍繼續飼養，不忍心宰殺，只因感念牠們過往的貢獻。奶奶會親自去找新鮮嫩草，每天親自餵食，直到牠們自然離世。

種種事蹟皆展現出奶奶知恩圖報的美德，令人印象深刻。

這些奶奶的過往經歷，我是從聽聞中得知，而當我有機會親近奶奶時，更能切身感受到她知恩圖報的天性。這些美好的畫面，深深烙印在我心裡。

每當有機會跟隨奶奶到寺院各處時，我常聽到她懷著感恩之情，提及各位善信大德的名字。從寺院前門到後門，每件事物的來歷，是誰提供了幫助，或是奶奶向誰募得的，她都記得一清二楚，令我不禁對奶奶的記憶力感到驚嘆。

「這片土地是由恩優婆夷(塔溫·瓦蒂蘭公)前去懇請而來的，本來只想要 50 萊，但對方給了整整 196 萊的土地。」



圖 / 奶奶位居照片正中，法勝師父位居左一。

於師父前方盤坐的巴雅女士 (Prayad Phaetayapongsa-Visudhadhibodi) 供養 196 萊土地作為法身寺最初建地。

## #10

知恩圖報

「寺院的前門，是請里居士設計的，他喜歡設計尖頂大雄寶殿。」

「這一帶，是向灌溉局借了船來幫忙挖掘的。」

「這座涼亭，是由馬廄的主人建造的。」

「忉利天大樓，是讓阿麗潘去向阿普索居士募款建造的。」

「鐘樓是奶奶讓阿比去向他的家人募款建造的。」

「那棟兩層樓的建築，是由蓬居士和蘭如居士共同建造的。」

「這棟建築則是由薩育和蒙塔捐建的。」

…還有許許多多，其他善信大德的名字。

奶奶常懷著感激之情提起這些名字，感恩他們幫忙建造寺院。

奶奶總是說：「願他們都能跟奶奶一起獲得很多的功德。」



圖 / 照片上方建築為鐘樓，下方建築為忉利天大樓。



然後，她會微笑著以這句話做結尾：「奶奶很會募捐，募到足以建成一座寺院。在去募捐之前，奶奶會先想好要將善款用來做什麼，好讓對方獲得功德，我們也能獲得功德。對於那些幫助過奶奶的恩人，奶奶從不會忘記。」



圖/ 法身寺大雄寶殿



圖 / 僧眾於大雄寶殿進行各項儀式：出家、背誦戒律等。



上圖 / 早期大雄寶殿，鐘樓屹立其前。

下圖 / 後期因僧眾與信徒日增而擴建為「三藏大雄寶殿」。

原鐘樓處改建為寶島天塔，供奉有二十四尊至上佛。

每當看到奶奶遇見老友或早期弟子，我都深受感動。

雖然奶奶沒有直接明說，但從她的眼神、舉止和那親切熟悉的談話方式中，我能感受到她非常高興能相遇，而且一直掛記著他們。



某一個週日下午，奶奶在夜摩廚房接待完訪客，正準備返回寮房。途中，她遇見了正在兜率法堂等候拜見法勝師父的恩阿姨(塔溫·瓦蒂蘭公優婆夷)。

奶奶臉上帶著微笑，雙手合十向她問候。當兩人走近後，奶奶用自己的雙手握住恩阿姨那雙依然合十著的手，輕輕地搖晃著，流露出相遇的喜悅之情。

奶奶與恩阿姨親切地寒暄問候，關心她的近況之後，才回到自己的寮房。

奶奶回到寮房後，表達了她內心的感受：「奶奶尊重他人的恩德。剛才在涼亭遇見恩(優婆夷)時，看到她就想起她的善行，想向她合十問候。對於有恩於奶奶的人，奶奶從不曾忘記，除非奶奶不在了，否則永遠不會忘記的。」

奶奶的心靈是如此澄澈明亮，沒有絲豪傲慢，只有溫和謙遜。她總是念及他人的恩德與善行。正因如此，奶奶常駐於弟子心間，贏得了每一代弟子們永不退減的愛戴。





我有機會與一些長輩交談，像是負責縫製法師袈裟的坤阿姨（奶奶喜歡稱呼「坤居士」），以及喜歡編織毛線帽和圍巾供養奶奶的珠阿姨。奶奶曾說：「這頂帽子是珠阿姨織給奶奶的，很好用，戴了這麼久都沒壞。」奶奶經常戴著這頂帽子，儘管它看起來已經舊了，但每當給奶奶換上新帽子時，她總會問起這頂舊帽子的下落。

另一位是奶奶的親侄女，香欖阿姨，她是奶奶大姊（卓奶奶）的女兒。每個月，香欖阿姨都會來禮拜奶奶，為她修剪頭髮，並探望她的身體狀況。

面對需要轉乘多趟公車的香欖阿姨，奶奶總是慈愛體貼地詢問她：「妳是怎麼來的？會不會很辛苦？」而香欖阿姨的回答總是一樣：「不辛苦的，我打算每個月都來看奶奶，直到我走不動為止。」



我能感受到那些資深弟子們對奶奶極為敬愛，他們不僅十分尊重她的教誨，更是毫不懈怠地將其付諸實踐。



圖/ 奶奶與弟子們共同澆鑄蠟燭

感恩圖報之心，以及「希望對方能從奶奶這裡獲得許多的功德」這樣的念頭，始終存在於奶奶心中。

每當有人來幫助奶奶，為她提供便利，做這做那時，奶奶總是會向每個人表達真誠的謝意，無論對方是誰。

每當奶奶外出，我常看見她合掌向所有人問候，這既是打招呼，也是表達感恩之情。

奶奶會向所有的警衛合掌致意，不僅限於寺院內的警衛。這是她表達問候及感謝的方式，感謝他們提供幫助，打開路障讓她的車通過。有時，奶奶還會慈祥問道：「我們有什麼點心可以給他們（警衛）嗎？」無論是對寺院裡的警衛，還是其他地方的警衛，奶奶皆是如此。

有時，奶奶出寺看醫生或辦事，途中需在寺外用餐。每當此時，常會有護法居士幫忙安排，張羅一切。

無論是對護法居士、用餐處的屋主，還是準備食物的雇傭，只要是提供幫助的人，奶奶都會雙手合十，向他們行禮致謝，彷彿在說：「願你們能從奶奶這裡獲得許多功德。」她對所有人皆是如此。

而在最後離開之前，奶奶通常會再次表達感謝，並賜予祝福作為告別。



奶奶總是爲他人著想。每次到訪他人家，奶奶都會非常客氣謹慎。當只剩下自己人在場時，奶奶常會悄聲問阿麗潘姐姐：「我們來用他們的房子，他們會不會介意啊？」阿麗潘姐姐則會回答說：「不會的，他們每個人都想跟奶奶結善緣，一起獲得功德呢！」

每當奶奶外出時，通常有位優婆塞專門負責駕車接送。但有時他不在，就需要找其他人代替。下車前，我常見奶奶轉向司機，雙手合十行禮，給予祝福，並再三感謝對方來與奶奶結善緣，為她開車，因為她自己不會開車。

奶奶素來喜歡親力親為。每當需要有人幫忙處理私事時，她總會感到過意不去。即便是對我這個心甘情願來侍奉她的晚輩，也不例外。每次服侍奶奶時，我都能感受到她對我的感恩之情，無論是透過言語、教導、祝福，或是眼神。

我倒水端給奶奶喝，她接過杯子，同時說：「薩圖 (sādhu)。」(表示善哉、感謝)

我沖芳草茶給奶奶，她接過茶杯，同時給予我祝福：「願妳能看見清澈的佛法。」

當我為奶奶按摩腳掌時，她很不好意思地說：「妳啊，幫奶奶按摩腳，按完後一定要去洗手喔，奶奶的腳踩在地上，有污垢很髒的。」

我攙扶奶奶去淨房，她說：「願妳從奶奶這裡獲得許多功德，跟老人家結善緣，等妳年老時也會有人來照顧妳。」等等。

何處能找到像奶奶這樣的人呢？

奶奶始終懷著知恩圖報之心，即使面對的只是他人微小的付出。而奶奶從未想過，她給予他人的恩惠是何等豐厚、何等崇高。

很難有人能夠完全地回報奶奶的恩情。

# Chapter #11



## 奶奶與大法身塔



奶奶熱愛大自然，無論河流、田野、天空還是太陽，她都深深喜愛。

回憶童年時光，奶奶曾說：「奶奶喜歡看太陽，不論是日出還是日落，那顆紅色圓圓的大太陽，奶奶總想朝它走去。」即使到了晚年，那輪又圓又大的太陽，依然在奶奶心中閃耀著光芒。

每逢傍晚，若那天奶奶沒有坐三輪車，阿麗潘姐姐便經常會帶她坐車去佛法廣場(今國際法身禪堂所在地)欣賞日落。我偶爾有機會伴隨同行。



奶奶看日落時，總是興致高昂，心情愉悅，她會用手指著那輪又大又圓的紅太陽，邀我們一同欣賞。當落日快要觸及地平線時，它越發顯得巨大渾圓，尤其在冬季。

時常與落日一同出現在視野中的，是成群結隊飛回巢穴的烏鴉。每到這時，奶奶總會感嘆：「一天又過去了。」

有時，阿麗潘姐姐會帶奶奶坐車繞佛法廣場一圈，欣賞周圍的景色。遇上天氣佳、人又少的日子，她便會停車，陪奶奶在廣場裡走走、散步運動，有時還會沿著草坪斜坡走上廣場。

傍晚陽光柔和，微風徐徐，令人心曠神怡。



「荒田化寺莊嚴地，奶奶費心勤打理。

昔日田野連天際，今朝法場現圓明。」

奶奶以獨特的節奏和韻律吟誦這首詩歌，聲音悠揚，充滿喜悅與自豪。這首詩歌，我常聽奶奶反覆吟誦，以至於在心中將它視為「奶奶之歌」。因為通常當人們感到幸福快樂時，往往會哼唱自己心儀的曲調，映照當下的情境、心情以及時代背景。



圖/ 昔日的佛法廣場舊貌。場地中央白色拱形寶壇中，供奉著一座大型白色主佛。如今，原址已發展為「國際法身禪堂」、「大法身塔」及新版的「佛法廣場」。

「奶奶之歌」與眾不同。自我擔任侍者侍奉奶奶起，直到奶奶生病，我便一直聽到奶奶吟誦。恐怕再也無人能像奶奶這般，以滿溢的情感與美妙的聲調吟誦這首詩了。每次吟誦，奶奶都顯得分外幸福、歡喜與自豪。

奶奶常談及這首詩歌的來源，說：「不知道是誰把奶奶寫入詩裡。」也許源於奶奶首次作為主席代表的功德衣法會，當時有人作詩讚頌奶奶的功德，內容是：

晨風輕拂曙光熙，彩虹橫跨三溪碧。  
碧藍映眼景無際，歲月悠悠印痕跡。  
奶奶勤勞憑雙臂，勇者堅毅破萬疑。  
嬌小身軀力無比，建寺鉅細籌不疲。  
奶奶傾盡畢生力，巾幗奉獻志不移。  
弟子感懷深銘記，八方共助不相離。  
荒田化寺莊嚴地，奶奶費心勤打理。  
昔日田野連天際，今朝法場現圓明。  
慧心巧手弘願立，法身寺名千古譽。  
築寺善業功無量，泰規梵律威儀具。  
數十寒暑勞不計，殿堂巍峨光華溢。  
幕後默默奉獻者，奶奶馨德天地憶。

奶奶大概是聽了這首詩，記住其中一部分，改編成簡化版本：「荒田化寺莊嚴地，奶奶費心勤打理。昔日田野連天際，今朝法場現圓明。」



當時，2,000 萊<sup>1</sup>的土地仍為空曠田野，僅佛法廣場區域用於舉行儀式，包括：繞佛行禮、萬佛節點燈供佛，以及清晨的僧團托鉢儀式。

---

1. 2,000 萊(約 320 公頃)土地，為寺院第三期建設開發的新增土地。

每年萬佛節，奶奶都會參加早、午、晚三時的儀式，其中包括點燈供佛的環節。這展現出奶奶極大的堅忍與慈悲。即便年逾八旬，她依然風雨無阻，整日坐鎮於無遮無擋的戶外露天場地，為所有眾生祈福。

無論是下午的暑熱難耐，還是晚間的霧氣、露水繚繞，奶奶從未抱怨，總是滿心歡喜、容光煥發。因為她看到來自四面八方的善信大德們，一同參與這場功德盛會，現場燈燭光芒四射，輝映著整個佛法廣場。



圖/ 佛曆2533年(西元1990年)2月9日萬佛節，點平安燈法會，攝於佛法廣場。



後來，2,000 萊的土地啟動改造。佛法廣場後方區域開始進行挖土、填土和整地，為即將到來的建設工程做準備。

當有機會時，阿麗潘姐姐仍會開車帶奶奶去佛法廣場參觀。但這一次比以往任何一次都更特別，因此我將那天令人難忘的情景記錄下來，並摘錄部分內容供各位參讀。



佛曆 2534 年(西元 1991 年)5 月 13 日，這將是令人長久難忘的一天。阿麗潘姐姐開車到夜摩廚房接奶奶，要帶奶奶去佛法廣場。奶奶看起來精神煥發、神采奕奕。阿麗潘姐姐驅車來到廣場後方。那裡正在進行挖土、整地與開墾，為即將建造的佛塔做準備。

那片區域滿是高過人頭黑色土堆，一望無際。土堆之間留有通道，恰好容車輛穿行。區域中央，一面紅色旗幟挺立飄揚著，標示著未來佛塔的基座所在。





能隨奶奶和阿麗潘姐姐一同來到此地，我感到無比喜悅。

眼前這片空曠的田野，在未來數年內，將蛻變為宏偉的功德聖地。我由衷地希望奶奶身體健康，能親眼見證這 2,000 萊土地上的一切建設圓滿成功。

阿麗潘姐姐駕車繞著佛法廣場，又轉了兩圈。待陽光變得和煦些時，她陪著奶奶走上佛法廣場。

奶奶徑直走向那尊莊嚴矗立在廣場上的大型白色主佛像。她來到佛像跟前，坐在階梯狀的木板平台上，距離佛像所在高台僅有二三級台階之遙。

奶奶虔誠地頂禮三次，然後雙手合十，仰望那尊巨大的白色主佛像，許願道：「請佛祖幫助奶奶，順利推廣供養功德衣的功德，願能募集到許多善款，用來建造佛塔。也祈願奶奶身體健康，現在感到越來越沒力氣了 ...」

雖無人告訴奶奶建造佛塔需多少預算，但奶奶心裡十分清楚。她總是不斷地祈願能有充足的資金。那段時期，奶奶常感嘆道：「土挖了又挖，佛塔何時才能建起來呢？奶奶還來得及看到嗎？」

與此同時，奶奶合掌發願：「願建設資金源源不絕，讓佛塔能早日建成。」





昔日的「佛法廣場」。在「大法身塔」聳立於此之前，這裡的視覺與信仰中心，便是安奉於白色拱形寶壇中的白色大主佛。

上圖 / 恭迎白色大主佛儀式；下圖 / 大主佛安坐於寶壇內的歷史留影。

奶奶繼續說：「奶奶有很多佛舍利，是通素奶奶給的，奶奶把它們交給大師父保管。還有很多人也將佛舍利獻給大師父。大師父說，要將這些佛舍利供奉在佛塔裡。不知道佛塔什麼時候才能竣工，也不知道奶奶能不能見證佛塔落成。薩圖！願資金源源不絕，讓佛塔能早日建成。」

及至佛曆 2538 年(西元 1995 年)9 月 4 日(五)，奶奶參加大法身塔首根基樁的奠基儀式。

一年後，佛曆 2539 年(西元 1996 年)9 月 1 日，奶奶再度來到現場，見證了兩場意義重大的儀式：大法身塔混泥土地基的澆注儀式，以及最後一根基樁的完工儀式。



圖/ (後方大海報) 佛曆2539年(西元1996年)9月1日，大法身塔混泥土地基儀式。



圖/ 大法身塔最後一根基樁完工儀式。奶奶為基樁貼金箔(上圖)。



佛塔開始成形的同時，奶奶的身體也逐漸變得虛弱。

即便如此，阿麗潘姐姐一有機會，便會帶奶奶去頂禮佛塔、發願，定期跟進佛塔的建設進度，直到佛塔外部的法身佛像安奉完成。



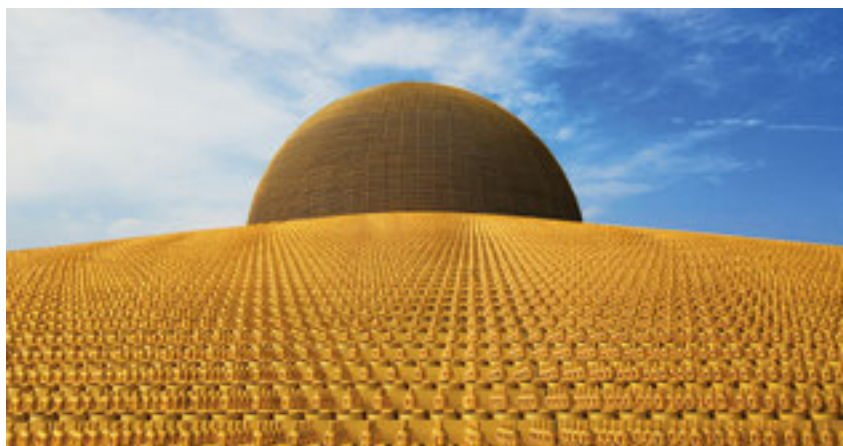


圖 / 大法身塔·百萬尊佛塔

外部供奉三十萬尊法身佛，內部七十萬尊，合計百萬尊法身佛像。

佛曆 2542 年(西元 1999 年)4 月 22 日，是大法身塔・百萬尊佛塔的創建慶典。

數十萬計來自全國各地的僧侶、沙彌雲集於此，國內外信眾亦如潮湧至。佛法廣場內圍，圍繞著大法身塔的區域，盡是僧眾的橙黃袈裟；外圍則由信眾的素白衣裳環繞。此情此景，令所有目睹者無不法喜充滿，深感震撼。

奶奶乘車前往，親眼見證了這令人敬仰的壯觀盛景。



# #11

奶奶與大法身塔







圖 / 現今的大法身塔，環以佛法廣場與長寬各一公里之大寶牆，可容納百萬人同時靜坐。攝於佛曆 2568 年(西元 2025 年)4 月 22 日世界地球日，全泰國四萬所寺院大齋僧法會。

如今，這片 2,000 萊土地上的建設已漸成雛形。

儘管奶奶已然離我們而去，沒能來得及親眼見證所有工程的圓滿竣工，但她仍及時參與了奠定基石的部分，為這一切成就立下了最堅實完整的根基。



圖 / 奶奶參與第一尊祖師金像鑄造法會



帕蒙昆貼牟尼祖師的紀念金像共鑄八尊，其中七尊分別供奉於其七處重要聖地，第八尊則用於年度巡禮。

左圖：第一尊金像。最初供奉於法身寺的祖師紀念堂，現供奉於北欖寺。

中圖：第七尊金像，供奉於第七處聖地——法身寺的祖師紀念堂。

右圖：第八尊金像，於每年一月為「佛法巡禮」的比丘們引領頭陀行。



本組圖片見證法身寺與佛光山寺之法誼。

左、中圖：星雲大師親臨法身寺，兩寺共舉法會之珍貴場景。

右圖：法誼之基石——兩寺於 1993 年 10 月 17 日簽署的兄弟寺締結證書。

## #11

### 奶奶與大法身塔

即便是帕蒙昆貼牟尼祖師紀念堂，奶奶也親自參與了第一根基樁的奠定儀式，以及最後一根基樁的完成儀式。



圖 / 帕蒙昆貼牟尼祖師紀念堂奠定基樁儀式。





圖 / 現今的帕蒙昆貼牟尼祖師紀念堂

# #11

奶奶與大法身塔



圖/2000萊土地建設，自前而後：祖師紀念堂、國際法身禪堂、大法身塔巍然相連。  
詳見地圖QRcode (p.412)。




餘下的任務，就待我們這些弟子團結一心，攜手相承，繼續完成與維護一切建設，令其與法身寺法脈同輝、永續長存。

# Chapter #12





## 法護之家



奶奶的新寮房建於最新開發的 2,000 萊土地上，鄰近佛典學院旁的禪修村。這是一處經過各方商議，為方便照顧奶奶年邁健康而精心安排的居所。

在奶奶的親近弟子與知悉此事的善心人士們群策群力、齊心贊助之下，這座新寮房終告建成。

當新寮房竣工後，法勝師父為它取了一個吉祥的名字：「法護之家」，意為「受到佛法守護之家」，並定於佛曆 2538 年(西元 1995 年) 4 月 22 日入住。

當天，寺院長老們前來誦經祝福，奶奶與護法居士們一同供養僧團午齋、水晶球、護持善款及僧具。隨後，他們更於新寮房前方的河邊碼頭，舉行了放生儀式。

法護之家，即奶奶的新寮房，其設計充分考量了年長者的需求，同時也盡可能貼合奶奶的日常作息。其建築特色如下：

◇ 單層建築設計：採用堅固的混凝土結構，地面略微抬高。由兩棟相隔不遠的建築體組成，並以走廊、陽台及屋頂相連，創造出寬敞的屋簷下空間，為奶奶提供了理想的散步運動場所。

◇ 無障礙設施：通往奶奶寢室的入口沒有階梯，設有斜坡方便行走與輪椅使用。入口旁還備有專屬停車場，方便車輛停靠。

◇ 隱私與界線：寮房周圍設有通透圍欄及兩側水道作為界線，在劃定其專屬領域的同時，既能確保奶奶的隱私，也能防止外人打擾。

◇ 多功能環狀通道：一條環形小徑環繞著整個寮房，不僅便於車輛接送，同時可作為步道，供奶奶散步運動。



◇ 放生碼頭：於寮房前方的寬闊水道，專門打造了碼頭及通往水道的階梯，方便奶奶放生與餵魚。



寮房周邊的空地種植了各式各樣、大大小小的樹木。這些樹木有些是原本就生長在這片土地上的，如開出鮮艷橙紅花的膠蟲樹；有些則是從其它地方移植而來；還有許多富含香氣的樹種，如梔子花、水梅、月橘、鐵力木、印度軟木、檀香樹和黑板樹等。

那棵黑板樹長得高大，近年來每年皆如期盛開，呈淡綠白色的花簇香氣四溢，芬芳瀰漫了整個區域。除此之外，其餘空地皆鋪滿了翠綠茂盛的草坪，整片景象清新宜人，令人賞心悅目。

清晨大約六點多，空氣正清新通透時，阿麗潘姐姐會帶奶奶沿著寮房四周的環形小徑散步，運動呼吸新鮮空氣。

奶奶走走停停，不時站著休息，並做一些健身操。阿麗潘姐姐一邊示範動作，一邊數著拍子，奶奶便跟著節奏數拍子，模仿動作。健身操動作大多是輕輕擺動手臂，將其舉過頭頂再放下，反覆進行。





做完後，奶奶便繼續慢慢散步。散步過程中，奶奶會觀察寮房周圍的環境，包括各種樹木。無論是哪棵樹開花結果，尤其那些色彩鮮豔的花朵，她總會一眼發現，並指給阿麗潘姐姐看，問道：「這是什麼花？」

偶爾，奶奶會拾回一些落在地上的花朵或果實，可能是雞蛋花，也可能是後院那棵大洋紫荊樹的粉紫色花，又或者是圍欄旁星醋栗樹上結的果實。

通常繞著寮房走完一大圈後，奶奶便會入室小憩片刻，然後享用早膳。但若感覺體力尚可，她則會繼續走第二圈。

用完早膳或午膳，奶奶會先坐著稍作休息，然後出來走走，幫助消化，不過此時會是沿著寮房的陽台走廊散步。這條走廊環繞並連接寮房的兩棟建築，因地面採用略微抬高的混凝土結構，為了確保奶奶的安全，走廊上特別設有不銹鋼欄杆。

「法護之家」與佛學院比鄰而居，再往北走一點，則是新比丘修行村，因此位置相當靠近僧眾的活動區域。每當僧眾行腳去用膳或托鉢時，無論去程或返程，他們都會成群結隊地沿著松樹林小道，行經奶奶的寮房。

寮房的門窗皆為玻璃製，拉開窗簾後，可以清晰地看到屋外的景象，包括僧眾來來往往的畫面。

奶奶喜歡看僧侶們經過，她的視力極佳，即便是走在遠處、馬路的另一側，也能老遠就辨識出他們。奶奶總會合掌頂禮，偶爾以食指慢慢一位一位地，數看行經過的僧侶共有幾位。奶奶頗愛數數。



某些清晨，奶奶會到寮房前院的圍欄門口供鉢。在供鉢時，奶奶會恭敬謹慎、小心翼翼地將供養的食物——多為點心或乾糧——輕輕放入僧侶的鉢中，。

奶奶是一位極其尊重且重視布施的人，她不僅以身作則，更慈悲教導我們：「即便只是修小小的功德，也別忘了每一次都要發願。」

我經常聽到她反覆發的願之一，便是：「願在每一世都遠離惡人，直至證得涅槃。」







當奶奶將供養的食物放入鉢中後，會恭敬地向每位僧侶合掌行禮，直到最後一位僧侶走過，才慢慢地放下雙手。

從奶奶手中接受供鉢食物的僧侶們，內心想必特別法喜。每位僧侶都帶著端重莊嚴的威儀，行腳至奶奶面前，微微彎腰低頭，打開鉢蓋以接受奶奶的供養。

每位僧侶的神情舉止，彷彿在傳達著：「願奶奶獲得無量功德。」

有些僧侶在奶奶供鉢後，會給予祝福。雖然用詞各有不同，但每位皆會祝福道：「願奶奶身體健康、長壽安康。」



圖 / 奶奶暮年體弱，不便出門時，會邀請僧眾至法護之家接受供養。



由於法護之家鄰近佛學院，常能見到小沙彌來往經過。他們吸引奶奶注意的特點之一便是：無論走到哪裡，嘖嘖喳喳的嬉鬧聲便會隨之而來。小沙彌做事總是充滿幹勁與歡樂，儘管有指導法師在各方面嚴格督導，他們那青春活潑的年少本色，依然從聲音中透露無遺。

奶奶對小沙彌十分慈悲，疼愛有加。在她身體仍然硬朗時，只要有機會，便會親自帶著巧克力、糖果或冰淇淋去佛學院供養他們，特別是在兒童節那天，佛學院稱之為「沙彌日」。

在那一天，小沙彌會舉辦各種活動。每年，奶奶都會準備獎品供小沙彌抽獎。在某些年份，她也有機會親自帶禮物去供養，並在法寶樓為小沙彌作簡短的開示。

帶禮物去供養小沙彌時，奶奶看起來無比快樂，笑得合不攏嘴。她的眼神清澈明亮，閃爍著發自內心的喜悅光彩。

奶奶常對小沙彌說的一句話是：「小沙彌啊，可別調皮搗蛋喔，不然會挨打的。」望著奶奶那閃閃發光、歡欣明亮的眼神，讓我不禁遐想奶奶童年時的景象。





當奶奶還是個生活在大自然田野之間的農家小女孩時，她活潑開朗、快樂無憂，略帶一絲調皮，在所有兄弟姐妹之中，最受父親寵愛。

縱使時光流逝，奶奶眼神中那份喜悅、開朗與明亮的神采，卻從未消失。

隨著年歲增長，特別是在生命的暮年，奶奶顯得越發開朗、明亮，內心充滿了喜悅。與任何人交談時，她臉上總是掛著一抹微笑，時不時還會發出輕柔的笑聲。

每當傍晚，夕陽變得柔和，微風輕拂時，奶奶便會在寮房周圍散步，舒展筋骨。某些日子，她還會走到寮房前方的碼頭餵魚。

到了生命的晚期，奶奶的體力日漸衰微，走不了多遠便感到疲倦，於是開始使用輪椅。儘管如此，她仍經常前往餵魚。我們這些侍者常會推著奶奶的輪椅來到水岸碼頭，將大塊麵包掰成適當大小，一塊塊遞給奶奶，讓她拋入水中餵魚。我們時而遞向奶奶的左手，時而遞向奶奶的右手，藉此幫助奶奶鍛鍊身體。

餵魚時，奶奶會將麵包均勻拋向各個方向，無論多遠，她總會奮力將麵包拋出，確保每一個角落的魚兒都能獲得餵養。

奶奶還會邀請我們一同幫忙，將麵包拋入水中。這個舉動充分映照出奶奶滿懷的善心、慈悲與憐憫，願將愛心慷慨地分享給每一個生命。





傍晚，奶奶在寮房四周散步運動時，有時會遇到小沙彌同來整理佛學院周邊環境。他們積極勤奮地打掃，偶爾互相嬉鬧。他們有的忙著清掃落葉，有的於圍牆附近割草拔草，甚至一路清理至奶奶寮房大門口。

每當奶奶經過，小沙彌總會停下手邊的工作，帶著純真的好奇目光望著奶奶。

後來，有人在冰箱裡準備了冰淇淋。若哪天奶奶經過看見小沙彌正在幫忙做事，她便會將冰淇淋供養給他們。

一天傍晚，奶奶身體較為虛弱，需要坐輪椅。每次奶奶坐輪椅外出，身邊總會有至少兩名侍者隨行：一人負責推輪椅，一人陪在身旁，走在奶奶能看到的位置，不時陪她聊天、做些輕量運動，協助她鍛鍊身體。

那天，當奶奶的輪椅經過前門圍欄時，她看見小沙彌正在圍欄邊清掃落葉。奶奶的輪椅停在圍欄大門附近的空地，平時緊閉的大門此刻已敞開，迎接著小沙彌。我跑回寮房，拿了巧克力給奶奶。小沙彌紛紛上前，排成一列，有的穿鞋，有的赤腳。

我注意到，當奶奶望向小沙彌時，她的眼中閃爍著明亮、慈悲與疼愛的光芒。她拿出各式各樣的巧克力，無論是袋裝、條狀還是盒裝，凡是手邊有的，都一一供養給每位小沙彌，並向他們合掌行禮，直到每一位都收到為止。

同時，我也注意到小沙彌各自以不同的姿態，流露出喜悅之情：有的咧嘴笑得燦爛，有的目不轉睛地凝視著奶奶，還有的在接過巧克力後，輕輕微閉雙眼。然而，最令我感動的是，當每位小沙彌都從奶奶手中接過巧克力後，這群年幼好動的小沙彌低聲交頭接耳，稍作商量了一番。隨後，他們整齊地排成一列，那些原本穿著鞋子的小沙彌也脫下了鞋子<sup>1</sup>。約十位小沙彌同時雙手合十，全神貫注地以巴利語唱誦了一段長篇祝福經文。

奶奶坐在輪椅上，雙手合十，臉上洋溢著微笑，接受小沙彌的祝福。我心中不禁思索，是什麼樣的力量，這群正值年幼、調皮的小沙彌，在沒有指導法師或年長沙彌的督導之下，竟能自發地思考並做出如此莊嚴的舉動呢？

我想，這份力量，便是來自於奶奶對小沙彌的慈悲、善意與尊重。這份關愛深深觸動了他們，讓他們發自內心地感到感恩，進而懂得去思考如何回報這份恩情，希望讓奶奶獲得更多的功德。

於是，這群年幼的小小出家人，將他們純淨的心念凝聚成一篇最誠摯的祝福經文，獻給了奶奶。

---

1. 在泰國文化中，腳被認為是身體最卑微、最不潔淨的部位，鞋子則被視為帶有外界塵土和污穢的物品。因此脫鞋代表著尊重與潔淨，無論法師或是居士，在進入佛殿、禪堂，或舉行重要儀式時都會脫鞋。

不僅如此，奶奶還是所有學習巴利語的僧侶與沙彌的精神支柱與鼓勵來源。每逢考試即前夕，奶奶總會帶著原子筆、糖果和巧克力，前去供養他們。

這些糖果與巧克力，多半是來自信眾的供養。他們彷彿深知奶奶的心意，知道奶奶會將這些糖果與巧克力留著供養給小沙彌。因此，無論他們身在何處，總會從世界各地、國內國外，帶回各式各樣獨特的糖果或巧克力來獻給奶奶。而不管是誰拿來供養，奶奶皆會悉心收集，直到數量豐足，便將其供養給每一位僧侶和沙彌，無一遺漏。

奶奶準備的原子筆亦是無比尋常。在供養前，她會先將原子筆放在床頭數日，然後才供養給僧侶與沙彌應試使用。

而當僧侶與沙彌在學業上取得成就，考取巴利語最高級別「巴利九級」時，奶奶也會準備禮物前去供養，以表達隨喜讚嘆之意。奶奶會獻上祝福道：「願每位都能成為德高望重的『昭坤』<sup>2</sup>（尊貴的高僧頭銜）。」這份賦予崇高榮譽的真摯祝福，令所有前來接受供養的巴利九級僧眾都深感榮幸，喜不自勝地綻放出燦爛的笑容。

---

2. 「昭坤」(泰文：เจ้าคุณ)是泰國上座部佛教授予僧侶的一種榮譽頭銜，其下包含數個不同的僧階等級。根據級別高低，可由僧團或泰王親自冊封。授予此類頭銜旨在表彰受封者崇高的地位與卓越的貢獻。

奶奶的一生充滿了奉獻與給予。

給予者，總是深受愛戴。因此，奶奶成為衆人所愛戴之人，亦是所有人心靈的凝聚點。


無論身處何地，奶奶都是每個人的精神支柱與力量源泉。



# Chapter #13



## 奶奶的健康狀況



奶奶給人的印象，是一位身體硬朗、精神矍鑠的長者。她步履輕快、身手俐落、行動敏捷。

雖已八十三歲高齡，背脊依然直挺端正，耳聰目明，肌肉和皮膚也都緊實。言談之間，更是思維活絡，反應機敏。若非事先得知真實年齡，旁人多半會以為奶奶只有六十五至七十歲。

## #13

### 奶奶的健康狀況





從我開始服侍奶奶起，直到佛曆 2539 年(西元 1996 年)年底，奶奶仍居住在她原來的寮房(他化自在天)。那段日子裡，我從未見過奶奶病重到需要住院的程度，頂多只是做些例行的健康檢查。

然而，在奶奶看似強健的外表之下，其實常會有些輕微的小毛病，比如經常感到頭痛和頻尿，這些對一般年長者來說，都算是尋常現象。

除了手臂不太能舉高、盤腿或跪坐會感到不便等肢體活動的問題，奶奶還常常頭暈。每逢此時，她便会說：「頭有點暈乎乎的，感覺怪怪的。」並解釋道：「醫生說奶奶貧血。」

每當奶奶頭暈，我們通常會為她沖泡芳草茶<sup>1</sup>，讓她躺下靜靜休息，並幫她按摩手腳，如此症狀便会慢慢緩解。有時，我們也會請傳統的泰式按摩師來為奶奶調理。

---

1. 芳草茶，泰國傳統芳香草藥茶，能提神醒腦、補養心臟、緩解頭暈、暈厥等症狀。

每當問起奶奶的身體狀況，她總能用自己獨特的比喻說得清楚又生動，比如「一塊錢只剩一毛錢」，讓人一聽就懂。

有段時間，奶奶的手臂抬不太起來，雖然勉強還能活動，但穿衣服、舉起手臂時總顯得特別吃力，無法完全抬高。為此，醫生們也各自提出了不同的治療建議。

在阿麗潘姐姐為奶奶安排了具體的治療方案後，奶奶也積極配合，始終耐心堅持，努力照著指示復健。

那時候，秘書室裡還特別裝了一個滑輪裝置，用來幫助奶奶鍛鍊肩膀和手臂。裝置的繩子兩端各繫著一個軟橡膠環，讓奶奶可以伸手握住。當一隻手拉下時，另一邊的手臂就會被抬高，如此雙手交替進行。

奶奶每天都認真使用這個滑輪裝置做復健，從不鬆懈。

在秘書室的後方，還設有一項手臂鍛鍊器材，是阿麗潘姐姐請寺院木匠幫忙製作的。它的外形類似公園常見的健身設施，木製底座中間橫置一根圓形木棒，兩端裝有握把。奶奶雙手抓握把手後，便可向上舉起。藉此伸展雙臂、鍛鍊肌肉。

奶奶每天都會走到秘書室外進行舉臂練習，一天約做十到十五次。她會自己計數，舉起再放下算作一次。奶奶會依照當天的身體感覺來決定做的次數，通常以十五次為目標，如果覺得累了，就做到十次停下，然後說：「好了，今天先到這裡。」

此外，每到傍晚，阿麗潘姐姐都會拿來草藥熱敷球，為奶奶熱敷肩膀和手臂，從不間斷。她抱著堅定無比的決心和持之以恆的態度，日復一日地付出，只盼奶奶能夠康復。

最終，奶奶的雙臂完全恢復，能夠正常高舉無礙。即使年近九十，奶奶不僅仍能高舉手臂，還能每天進行多次的舉臂鍛鍊。

奶奶十分注重自己的健康，凡是有益於健康的事，皆樂於實踐，無論是飲食還是運動，她都保持規律和持之以恆。

在飲食方面，阿麗潘姐姐會確保食物的營養均衡，涵蓋各類營養素，並適合奶奶的年齡與身體狀況。

早晨，奶奶會吃稀飯配菜，並加入一些營養補充品，如卵磷脂、小麥胚芽、米糠和黑芝麻等；午餐則是白米飯配菜，配菜主要包括魚、炒青菜、清湯和水果。奶奶喜歡自己用湯匙舀飯，而阿麗潘姐姐則會幫忙將菜夾到奶奶的湯匙上。

奶奶每一匙飯都會送入口中，從不拒絕，除非湯匙裡的小菜裝得太多，她會把多餘的撥掉一些，說：「這樣會太鹹。」（或許是因為老一輩人更偏重吃米飯，而非配菜。）

我從未聽過奶奶評論食物的味道，說這個好吃、那個不好吃，這個喜歡、那個不喜歡。奶奶只會說：「什麼能吃，奶奶就都能吃。」奶奶是一個生活知足簡樸、從不挑食的人。

一直以來，奶奶從不曾主動要求想吃什麼，全由弟子們安排準備。我們只能透過日常仔細觀察，去揣摩她的喜好。比如有一回，難得聽見奶奶問：「那個紅紅的東西叫什麼？」指著一盤脆麵，我便猜想她或許喜歡脆麵，於是為她多添了一些。

廚房準備的水果盤裡，通常會放上幾樣不同的水果，切成小塊方便入口。奶奶會用叉子自己挑選。我默默留意她常選哪些果塊，漸漸發現奶奶特別喜歡白色的水果，即梨子。



在鍛鍊身體方面，除了阿麗潘姐姐定期帶奶奶做的甩臂和舉臂運動之外，奶奶還喜歡做一些伸展運動。例如，她會坐著將腿向前伸直，然後彎腰以手指觸碰腳尖。這個動作奶奶做得非常出色，甚至勝過許多年輕人。

奶奶的肌肉柔韌度極佳，她會緩緩將手沿著大腿向前滑動，逐漸彎下身子，直至手指觸碰到腳尖。不僅如此，奶奶甚至能用整隻手抓握住腳趾。她稱這個動作為「搖擺前彎」。

此外，還有一些善信供養的健康器材，奶奶也勤於使用。

在寮房的陽台上，有一個用竹筒剖半製成的腳底按摩器。每當奶奶進出寮房時，總會順道走過去踩踩這個竹筒按摩器。她手扶著陽台欄杆，將腳掌踏於竹筒凸起處，來回移動踩踏。

秘書室內有個被打磨光滑的公椰殼，剖半後倒置於厚毛巾上。奶奶會扶著餐桌，腳踩在椰殼上，利用椰子殼尖凸的部分來按摩腳底。

無論做任何事，奶奶總是持之以恆，絕不輕言放棄。我對她這種堅持不懈的精神深感佩服。

有段時間，奶奶每天都會將手浸泡於海水之中，因為她的一些指甲出現了白色滲入物，指甲組織間還形成了小空洞。這種情況看似是由真菌感染，但經過醫生檢查，判斷並非真菌感染。

奶奶說：「以前住在那空猜西的時候，奶奶下田種地，指甲就變得不太好了。」雖然治療了很長一段時間，卻始終不見好轉。有人建議，將手指浸泡在海水中能治癒，奶奶便決定一試。

為此，奶奶在寮房下方備有一桶海水，需要時就舀一些到盆裡。每天上午的休息時間，奶奶都會勤勞地將手指浸泡在海水中。

然而有一天，工人來修補塌陷的馬路，他們將路面抬高，然後用噴砂機噴砂。噴砂機的巨大噪音迫使我們暫時搬到夜摩廚房那邊的房間。我心想：今天奶奶應該會暫停浸泡海水了吧。沒想到，這個念頭才剛浮現，奶奶就開口說：「把那盆海水也帶上，這樣奶奶就能繼續泡，讓指甲快點好起來。」

我心裡不禁對奶奶湧起深深的敬佩。一旦她下定決心做某件事，便一定會持之以恆，帶著熱忱與決心，認真以赴——這也正是奶奶被譽為「真行之人」<sup>2</sup>的原因。

---

2. 真行之人：泰文「คนจริง」，代表著言行一致、腳踏實地，不會輕言放棄，一旦下定決心達成目標，便會真正著手去實踐，至真篤行之人。

雖然奶奶極為注重養生，但我觀察到，一旦投入工作，她便会全神貫注、全力以赴，從不因疲累或艱辛而有所保留。無論多麼勞頓，她也從不退卻，那份堅定的決心彷彿什麼也阻擋不了，總要堅持到事情圓滿完成為止。

奶奶開始越來越常感到頭暈，尤其是在下雨天。由於她原本居住的寮房<sup>3</sup>周圍樹林茂密，空氣濕重，我們便決定將她的住處從寮房遷至忉利天大樓。

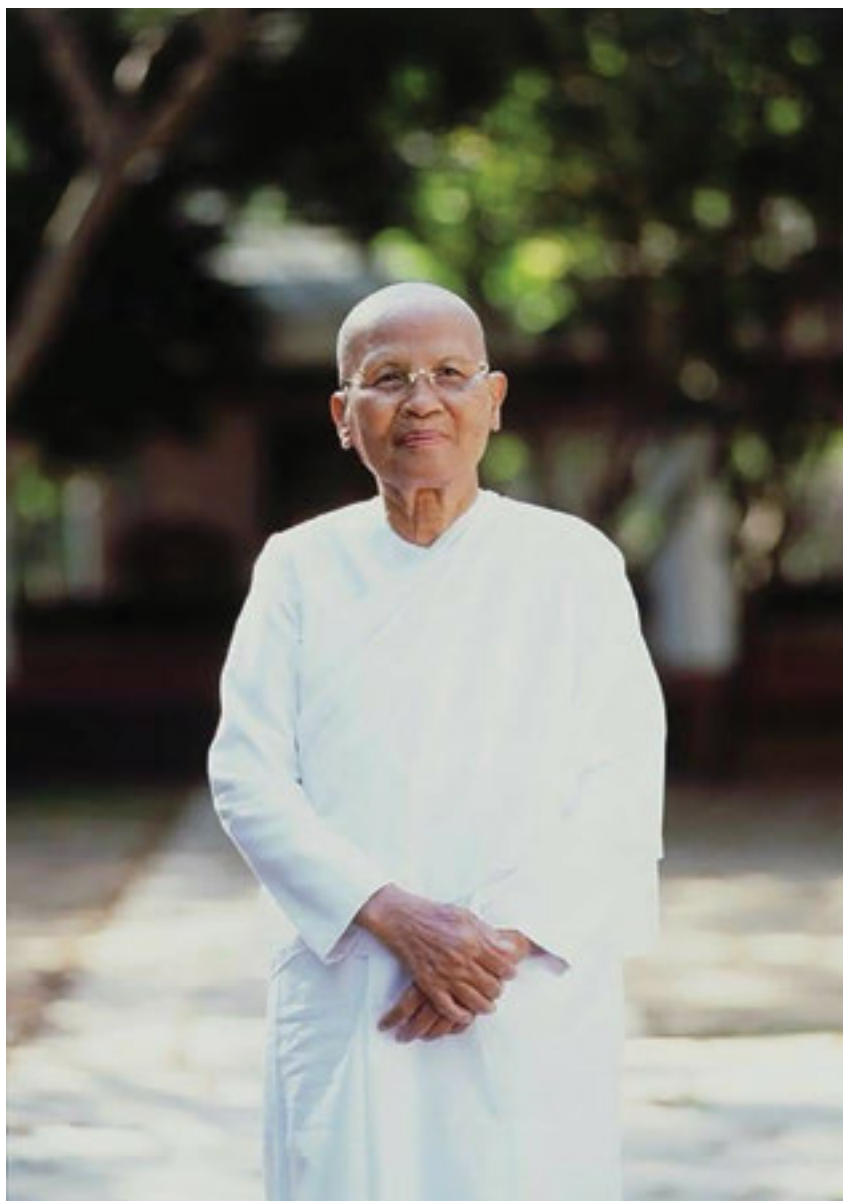
那時的忉利天大樓是音響部門的工作場所，擺放著許多設備與工具，但仍有一個空房間可用作奶奶的寢室。因此，我們暫時將那裡作為奶奶的臨時住所。直到後來，奶奶才搬進「法護之家」居住。

近來，我留意到奶奶頻繁吐口水，便為她備好一個專用痰盂。此外，奶奶的體重比從前增加了不少，儘管她的食量並未改變。奶奶的臉龐看起來飽滿紅潤，容光煥發，氣色極佳。她的心情開朗，常懷喜悅，凡是親近奶奶的人，都會被她那溫暖的笑容所感染。然而，與此同時，奶奶的體力卻在逐漸衰退。她常說：「奶奶沒什麼力氣了。」

---

3. 此處的「寮房」指的是奶奶最早的住處「他化自在天」，位於寺院最初佔地196 萊的土地上。





## #13

### 奶奶的健康狀況



偶爾，奶奶也會提起關於離世的話題，說：「奶奶年紀大了，已經做好一切準備了。做善事、布施、修功德，參加寺院功德衣法會和供養袈裟法會。等時候到了，就會離開的。」

奶奶經常提及離世的準備，說：「到了命終時，願奶奶能走得輕鬆安祥。」我心想，奶奶之所以談起這些，是因為她向來謹慎，習慣凡事提前準備，從不怠慢。

而我總覺得，離奶奶真正離世之日，應該還有很長一段時間才是，因為儘管她偶爾會感到氣力不濟，但整個人看上去依然神采奕奕，容光煥發，宛若健康之人。

然而，佛曆 2539 年(西元 1996 年)開始，奶奶疲憊無力的狀況卻愈發明顯，有時甚至會出現類似昏厥的情況。從那年年末至佛曆 2540 年(西元 1997 年)，奶奶多次進出醫院。

尤其在佛曆 2540 年(西元 1997 年)9 月至 11 月間，由於醫院設備更完善、照護也更專業，奶奶大部分時間都在醫院裡休養，接受檢查與觀察。爲了能充分靜養，奶奶每次前往醫院都保持低調，不讓外人知曉。

奶奶住院休養期間，法勝師父親自來病房探望。那時奶奶正躺在病床上接受點滴輸液。當她一看到大師父，便緩緩地舉起雙手，合掌行禮。法勝師父對奶奶說：「奶奶，您躺著靜心禪修，要一直觀想佛像喔！」

奶奶點頭應允。大師父接著向奶奶講述起往事，回憶當年在佛法實踐之家<sup>4</sup>遇見奶奶的情景，以及當奶奶五十三歲重病臥床時，大師父曾去探望的情景——那時奶奶還住在素坤逸路一帶。

大師父憶述，前往探望卧病在床的奶奶時，自己席地靜坐於病床前，並詢問奶奶：「(靜坐)到這裡了，接下來該怎麼做？」奶奶回答後，大師父接著提問，於是奶奶又繼續回答。就這樣一來一往，大師父全心專注地向奶奶學習佛法。

此刻，奶奶躺在病床上，睜眼聆聽法勝師父述說往事，眼眸裡彷彿浮現往日的光景，唇邊也漾起一抹輕柔的微笑。

離開前，法勝師父勉勵所有照顧奶奶的侍者，叮囑大家盡心盡力履行職責，與奶奶結下善緣，修得無量功德。大師父說：「因為奶奶的身軀，猶如無數無量法身佛的神聖居所。」

---

4. 佛法實踐之家：奶奶早年修行與引導眾弟子靜坐之所，位於北欖寺北邊。前來追隨的弟子們與日俱增，遂籌建法身寺。詳見奶奶傳記 QRcode (p.412)。



圖 / 奶奶與眾多弟子，攝於佛法實踐之家。

奶奶的病情逐漸好轉。每當身體狀況稍有起色，她便常說：「奶奶要回家！」「奶奶要回寺院！」我們只得一同勸說，請奶奶繼續住院，直到完全康復再回去。

待奶奶的身體恢復到令人放心的程度後，我們便將她接回寺院，安頓在「法護之家」靜心休養。然而，令人感到奇怪的是，即便奶奶已經回到寺院，有時她仍會像之前那般說：「奶奶要回家！」

法勝師父與施命師父時常找機會來探望奶奶。

每當法勝師父來訪，總會談及功德善業，為奶奶帶來吉祥的話語，並時常祝福她長壽安康、身體強健、早日康復，遠離一切疾患。奶奶會不時合掌，雙眸明亮而清澈，恭敬地領受大師父的祝福。

在寺院的諸多功德活動期間，比如功德衣法會、供養袈裟法會，或是法勝師父的誕辰日等，奶奶總會預先備好裝有供養金的信封袋，以便供養大師父，布施累積功德。

施命師父也常常找機會來探望奶奶。每次來訪，師父總會先繞著房間仔細巡視一圈，細查窗戶開闔是否得宜、空氣流通是否順暢。施命師父不僅學識淵博，通曉萬事，更是洞察入微，鉅細靡遺。

師父總是諄諄教誨，詳細指導我們如何妥善照顧和管理奶奶的房間，確保空氣流通暢順。師父還會細心指點我們何時該開窗、何時宜開冷氣，風從何處吹入、又從何處流出，教導我們留意每一個小細節。

每次施命師父探望奶奶時，總是面帶笑容，聲音洪亮清晰。師父常關切地詢問：「奶奶，今天吃得多嗎？」、「奶奶，今天睡得好嗎？」諸如此類的問題，流露出對奶奶深切的關懷。

從外表來看，奶奶似乎健康如常，臉頰豐潤，氣色明亮。然而，當她起身走動時，便能察覺到她的體力已大不如前。





## #13

### 奶奶的健康狀況

奶奶越來越頻繁地提及回家，總說著：「奶奶要回家！要回家了！」阿麗潘姐姐每天都會向奶奶請求好幾次：「奶奶，祈願您身體強健，能夠參加佛塔落成的第一次慶典！」

而當第一次慶典結束後，阿麗潘姐姐又再次向奶奶請求：「奶奶，祈願您健康強健，能夠參加慶祝佛塔落成的慶典滿三次！」





然而，無人能逃避的命運正悄然逼近，任何祈求皆無法阻擋。

爲了謹慎起見，我們對奶奶的照護變得更加嚴密，全天候二十四小時不離視線地看護。夜間有專業護理人員協助看守，白天則會在部分時日安排看護。

侍者人數增至一支龐大隊伍，輪班照料，每班至少三至四人。一旦出現絲毫異常症狀，衆人便會即刻請醫生前來診察，毫不延誤。

我深深感動於每個人的盡職奉獻。大家全心全意、盡心盡力、甘之如飴地照顧與侍奉奶奶，力求做到最好。這不僅僅是出於職責，更是源自對奶奶至深的敬愛。



凡是認為對奶奶有益的事情，無論多麼費時、多麼瑣碎，大家都樂意去做，毫無怨言。每個人都體會到「耐心無極限」的深意。只要心懷滿溢的愛與信仰，人人都能無限拓展自身的耐心之界。

「奶奶是衆人心靈的凝聚點，永駐於每個人的心間。」

昔日奶奶身體健朗時，堪稱無與倫比的頂級導師，無人能與之相比。她以身作則，從不懈怠地教導弟子們行善積德、修福修慧。她總是孜孜不倦地為弟子指點正途、修正偏差，從未顯露出一絲厭倦。



步入高齡後，奶奶是一位慈悲、氣色紅潤、心境開朗的長者，她的溫暖親切讓人總想親近她。她體恤身邊每一個人，喜歡自理而不願輕易勞煩他人。任何親近奶奶的人，都能感受到那份暖意，並深深地愛戴她。

當奶奶身處病痛之際，是一位最讓人心甘情願想去照顧的病患，因為她具備超凡的忍耐力，無人能及。

我們皆有同感：無論奶奶身上排出何種穢物，都彷彿是清淨的，沒人感到嫌棄。相反地，每個人都急切上前，竭盡所能服侍奶奶。因此，奶奶是位周身時時潔淨，散發馨香氣息的病患。

最重要的是，奶奶是一位因其美德而偉大的人。這與「因權勢而偉大」截然不同。權力一旦消逝，倚仗權勢的偉大也將隨之湮滅；而因美德成就的偉大，其光輝將永不黯淡，高尚的德行會長久留存在人們心中。


正因如此，所有人皆樂於主動為奶奶做任何事情，從不需要奶奶開口請求。

縱然時光流逝，奶奶的身軀隨著歲月而逐漸衰老，但她那源自美德所產生的浩瀚感召力卻從未消滅。這份光輝，始終璀璨輝耀於每個人的心中。

# Chapter #14



## 最後的畫面



奶奶已許久未踏足那名爲「醫院」的地方了。記得那期間最後一次陪奶奶去醫院，是在佛曆 2540 年(西元 1997 年)11 月 22 日。

然而，命運的轉折發生在三年後，佛曆 2543 年(西元 2000 年)9 月 6 日，週二深夜，我再次陪同奶奶前往醫院，心裡抱著一如既往的期盼，希望她能如往常般康復回家。但這一次，卻事與願違。

佛曆 2543 年(西元 2000 年)9 月 9 日，週六早晨，我正在爲加護病房中照顧奶奶的師姐們和護士準備早餐。飢腸轆轆之際，我將最後一片削好的蘋果送入口中，那片蘋果香甜脆嫩，美妙的滋味在味蕾上蔓延開來。

就在此刻，守護在加護病房照顧奶奶的阿麗潘姐姐推門而入，雙眼通紅，對我說了幾句話。剎那間，飢餓感與蘋果的美味餘韻蕩然無存，只剩下一股窒悶的感覺，彷彿有什麼東西哽塞在喉間。

我放下手中一切，逕直走向加護病房，換上專用鞋，踏入房內。我輕輕握住奶奶的手臂，仍感到微微的溫熱。奶奶闔目安睡著，神情略帶疲憊，但在我眼中依舊安詳、寧和如常。這與醫生依據醫療儀器判讀的結果，竟如此矛盾。

我走到床尾，跪了下來，向奶奶的雙足恭敬行禮。我沒有發出任何聲音，卻用心靈之聲向奶奶傾訴了無數話語。最終，我期盼奇蹟降臨，期待某種神奇的力量能助奶奶好轉，同時也一邊告訴自己必須堅強。

阿麗潘姐姐囑咐我回寺院取幾樣東西。我不敢耽擱，沒等他人接送，便下樓在醫院門口攔了輛計程車前往寺院。車上，我在心裡不斷規劃，以求妥善安排時間，盡快完成所有任務。

儘管內心一邊安慰自己時候未到，另一邊卻又擔憂這期間會有突發的變故，哪怕一秒也不敢耽擱。

抵達寺院後，我馬上取了車，趕往夜摩廚房之家<sup>1</sup>，去選奶奶的八戒女正裝。奶奶僅在每月第一個週日或重要法會時才穿正裝，那是一套純白色、有著長袖上衣的套裝，搭配一條斜披肩巾。

這一次為奶奶準備衣服，與以往任何一次皆不同。

---

1. 夜摩廚房之家：為一間小房間，位於夜摩廚房旁的一棟建築之中。正式名稱「優婆夷室」。



圖 / 奶奶身著八戒女正裝。

奶奶已經好些年沒穿這些衣物，其中有些布料稍厚，適合涼爽的天氣；有些則因年久而微微泛黃。我從中挑選了一套看來最雅致舒適的，配上輕薄的斜披肩巾。這披肩巾雖然僅此一條，卻始終如新。

我仍清楚記得奶奶最後一次穿這套正裝的情景。那是三年前的某個月初週日早晨，奶奶穿上正裝，準備前往法身國際禪堂。

我們一起幫奶奶更衣，繫腰帶、扣鈕扣、穿襪子，唯獨有一件事必須由奶奶親手完成——披上斜披肩巾。她用雙手將披肩巾輕捏出鬆軟自然的褶邊，從容且精準地斜披在肩上，彷彿一門藝術，透著奶奶獨有的細緻氣質。就算他人想代勞，也做不出她自己披上的那份優雅。

我將選好的正裝交給蓮姨再熨燙一遍。趁此期間，我趕往忉利天大樓領取袈裟。奶奶精心準備並收集了一批質地精良、縫製精緻的袈裟，等待合適的時機供養僧眾。我從中取出一套貼有「法勝師父」小標籤的袈裟。

接著，我前往「法護之家」取水晶球。

奶奶的水晶球大多來自人們的供養，包括比丘與沙彌。在各種重要場合，奶奶的弟子們總是懷著恭敬虔誠之心，尋來珍貴的物品供養奶奶，禮敬她的崇高德行與深奧修行，並感恩她無盡的恩澤。這些供養中，其中之一便是各種大小的水晶球。



寺院常住僧侶、沙彌及弟子們，雖然經濟並不寬裕，卻滿懷虔誠敬愛之心，願意割捨自己最珍愛的物品，獻上供養——比如自己最大的一顆水晶球。

奶奶將這些水晶球悉心收集起來，每逢吉祥的日子，像是某些靠近新年的生辰，她便會取出它們，供養給全寺的僧眾與沙彌，有時也會分享給寺內所有的工作人員。

這些畫面，一直是我記憶中最感人至深的部分，看見師長對弟子的無限慈悲，以及弟子對師長的至高敬愛。

我挑選了一顆最大的水晶球，直徑約十公分。隨後前往奶奶的寮房，取來那只「重要的袋子」。

返回醫院時正值中午，我將袈裟、水晶球與袋子帶進加護病房，交給阿麗潘姐姐，請她轉交給奶奶發願。在我眼中，奶奶的氣色依然平和良好，沒有任何異樣。

我走回病房，此時這裡或許更該稱為看護者的休息室。早晨為大家準備的早餐仍然原封未動，沒有人碰過分毫。那沈重的感受令人完全失去食慾，我理解這種心情，但俗話說「軍隊是靠胃行軍的」，每個人都需要力氣，才能繼續履行自己的職責。於是，我再次為大家張羅了午餐。

下午，大家的情緒逐漸平復，氣氛似乎也趨於平靜。奶奶的氣色依然安好，讓我心裡不禁浮起一絲期望：距離那漆黑的長夜來臨，應該還有一段時間。

到了傍晚，趁著片刻空檔，阿麗潘姐姐將那只「重要的袋子」交給我，請我協助處理後，便前去與施命師父商討各種事宜。師父幾乎每天都會撥空來醫院探望奶奶。

阿麗潘姐姐說，這個重要的袋子裝著奶奶特別存起來、打算用來修功德的供養金。奶奶親自整理好後，交給阿麗潘姐姐，囑咐她將這筆善款供養給大師父。

我接過袋子，雖然因歲月而略顯褪色陳舊，但看來仍舊紮實，有黑色繩子作為提手。打開一看，裡面裝有許多淡褐色的信封，數個信封綁成一小疊，共有好幾疊。

我一疊一疊地取出信封，小心翼翼地解開，逐一查看。每個信封裡都有一疊紙幣，用橡皮筋捆綁得整整齐齊，顯得既精緻又美觀，讓我的心感到無比柔軟。當想到是誰如此用心整理這些善款時，種種畫面便浮現在我的腦海中。

同樣的工作，每個人做起來卻大相徑庭。即便只是整理紙幣，也能從中窺見奶奶閃耀而獨特的個人特質。

這裡面每張紙幣想必都經過奶奶親手撫平，確保平整無瑕、毫無折損，然後才將它們整齊地疊放，用橡皮筋於兩側恰到好處的位置上穩妥捆好。這些細微之處，使得奶奶的紙幣與眾不同。最重要的是，奶奶是帶著一顆細膩、精緻而優美的心，完成這一切。

我將袋子裡所有的信封和善款逐一清點、匯整，直到將近午夜才完成。然後，我把所有東西交給阿麗潘姐姐，好讓奶奶再次發願。

準備離開病房前，我再次凝視奶奶的臉龐，在那一刻，心中依然覺得奶奶的氣色很好。

將近凌晨一點，我誦經、打坐，為奶奶祈願之後，才躺下休息。儘管心裡惦著隔天還必須早起回寺院拿東西，我卻輾轉反側，久久不能入眠。

於是，我打算播放大師父引導靜心的音頻，繼續靜坐。

我只將耳機塞進一側耳朵，另一邊耳朵則保持警覺，以防任何突發狀況。

約莫凌晨三點，我聽見有人開門，護士走進房找我，這次並非需要幫忙或準備什麼。憑著直覺，我立刻意識到即將發生的事。我急忙趕往加護病房，所有人的神情都透露出，那一刻即將來臨。

在奶奶的病床邊，我緩緩伸手去觸碰她的手臂。然而，這一次的觸碰與以往任何一次都不同。即便我用手掌和五指輕輕握住、輕捏奶奶的手臂，仍然感覺那觸碰無法真正觸及奶奶，而僅僅是觸及到她表面的肌膚而已。

阿麗潘姐姐坐在病床邊，始終握著奶奶的手，她不時傾身湊近奶奶耳邊，對奶奶訴說一些關於功德的吉祥話語。接著，她開始播放法勝師父引導靜心的音頻給奶奶聽。

雖然法勝師父沒有親身在此，但每個人都清楚知道，奶奶始終處於大師父的身體中心點。縱使身處遠方，卻彷彿近在咫尺，因為奶奶不會從大師父的內在視野中消失。

大師父的內在法眼時刻守護、關照著奶奶。無論於何時何地，皆不斷為奶奶祈福祝禱，匯聚功德福澤，源源不絕地傳送給奶奶。

當施命師父抵達時，奶奶供養了水晶球、袈裟以及善款。

加護病房裡，奶奶病床邊狹小的空間已被眾人圍坐包圍，隨後又有三位醫生加入。

我坐在床尾的地板上，不再留意周遭的任何事物，只是閉目靜坐，將心安住於身體中心，緩緩在心中描繪出我最喜愛的奶奶的形象，讓這個畫面逐漸變得越來越清晰、美好。我陸續聽到施命師父在為奶奶送別的聲音，那語調充滿了無比的溫柔與至深的敬愛。我持續憶念奶奶的面容，心逐漸凝聚，感到無比平靜。突然，一個念頭閃過，我想到奶奶的慈悲：她一生奉獻，即便臨終前，仍在為弟子們聚積功德。想到這裡，我不由得抬起袖子，擦去眼眶中滿溢的淚水。

佛曆 2543 年(西元 2000 年)9 月 10 日，黎明之前，約凌晨五點，病房內的聲音逐漸沉靜下來，直至完全寂靜。

施命師父告訴大家：「向奶奶行禮致敬吧。」所有人俯身，向奶奶作最後一次頂禮。師父接著說：「我們已盡了最大的努力，不要哭泣。」

雖然知道這一天終將來臨，也已經盡力做好心理準備；雖然每日誦經的內容都在提醒著我們：死亡乃自然常態，無人能超越，我們終將與所有摯愛之人事物分離；雖然明白奶奶已累積豐厚圓滿的功德福澤，離去僅是遷往新居。

然而，愛與情感的深厚紐帶，卻難以在瞬間斬斷。

我望著阿麗潘姐姐，深深理解她的感受。十七年來，她始終陪伴在奶奶身旁，服侍奶奶的時間遠超於我。她緩緩地為奶奶擦拭身體，清理乾淨，進行最後一次換裝。

見幫手已足夠，我便悄然退至一旁，叮囑自己：穩住心神，保持正念，因為接下來還有一些事需要處理。

我通知負責駕車的師弟備車，準備送奶奶回寺院。隨後到病房收拾重要物品。接著，我致電寺院，簡單地交代奶奶將於今晨返回，請他們備好房間與床鋪，讓奶奶抵達後便可直接休息。

奶奶乘車返回寺院，一如往常。途中，我們看見僧眾正外出托鉢化緣。阿麗潘姐姐若有所思地說：「奶奶是在僧人托鉢時出生的，離去時也是在僧人托鉢的時候。」我也曾聽聞：奶奶出生於僧人出外托鉢化緣之際，因此為人特別勤奮。

奶奶終於回到了寺院家中。

她安詳地躺著，雙眼輕闔，嘴角帶著一抹柔美的微笑。這景象彷彿奶奶正深深熟睡，沉浸在幸福與安寧之中。我忍不住一次又一次地走近她的身旁，輕輕握著她的手臂，一遍又一遍地低語：「奶奶，您終於可以休息了。您看起來睡得真安穩，充滿了幸福呢！」

在緩緩退至床尾，盤腿閉目靜坐之前，我憶起奶奶的種種畫面。其中最鮮明、最清晰的，是她作為一位鬥士的形象。

奶奶就像是一位身經百戰的偉大戰士，在戰場上堅韌不屈地奮戰，最終帶著勝利走出戰場。

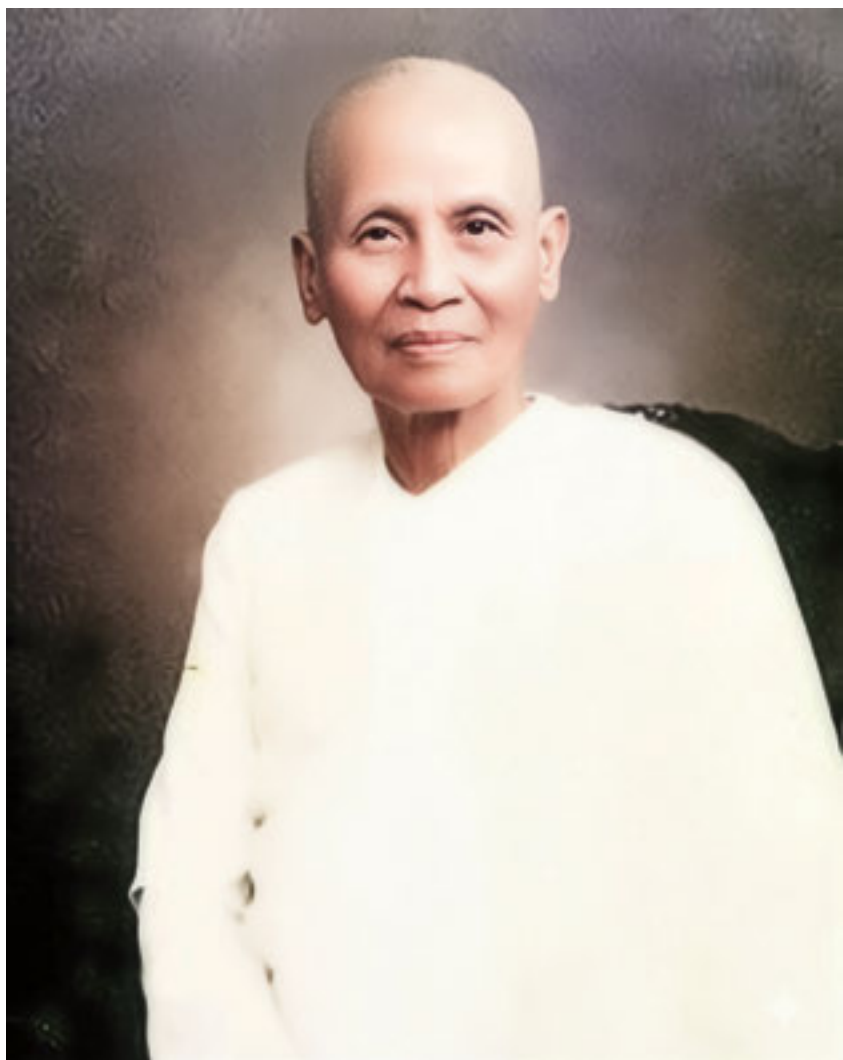
如今，終於到了奶奶可以安然休息的時候。

我回想起奶奶曾說過的話：「奶奶一直都在奮鬥，拼盡全力地奮鬥。只要我們還活著，就得繼續奮鬥；等到哪天去世了再休息。如果我們退縮，就會輸給對手，輸給那個『黑傢伙』（魔羅）。」

法勝師父說：「奶奶的微笑，是勝利者離去時的微笑。」

奶奶的勝利，純淨無瑕，極其壯麗，是一場永不再失敗的勝利，因為它源自純粹的清淨與良善。





傍晚，施命師父、長老僧團以及塔翁師兄<sup>2</sup>帶來了一座嶄新的金棺，獻給奶奶。凡是能為奶奶做的事，法勝師父總會立即付諸實行，並做到盡善盡美，這座金棺亦不例外。在法勝師父的構想下，這座金棺完美地映襯出奶奶的崇高地位，以及她一生所圓滿的廣大波羅蜜。

這座嶄新的金棺以烘乾的柚木製成，每一面均由一整塊厚約五公分、無拼接的大木板打造。

金棺表面以精湛的工藝貼上金箔，片片無縫相接，渾然一體，宛若由整片純金鋪蓋，閃耀著燦爛的光芒。

金棺的內部，每一面都鋪以芬芳濃郁且稀有珍貴的檀香木。特別的是，這批檀香木材依據金棺的設計需求，採用了整塊無拼接、厚達三公分左右的木材，極為珍稀難得。這想必是仰賴於奶奶的功德波羅蜜，才得以取得如此珍貴且符合特殊需求的檀香木。不僅如此，這批檀香木質地優良，香氣持久，如同天然香料，時刻禮敬與供奉著奶奶的肉身。

---

2. 塔翁師兄：Phi Tavorn。一生致力於寺院的建設與弘法事業，其中包括多項關鍵貢獻，如：鑄造法身寺本院及分院之主佛像、佛殿修復，以及協助法勝師父進行各項大型佛教活動等等。

奶奶那帶著溫柔微笑的肉身，穿著象徵持守戒律與梵行的八戒女純白正裝，被緩緩地用一匹質地優良的白布層層包裹，接著再裹上棉絮。白布與棉絮交替纏繞，一層又一層，層層疊疊，直到整匹布料用盡，約莫纏繞了四十三圈。最後，再遍灑上茉莉花精油，讓香氣瀰漫全身。

在各個步驟進行的同時，衆人不斷頌揚奶奶。這些讚頌之詞雖然千言萬語且無一重複，卻仍難以盡述奶奶的功德與恩澤。

奶奶的肉身被恭敬地安放至金棺之中，再次遍灑上香郁的茉莉花精油直至浸透。隨後，柚木製的金棺蓋子被關上，四面封口緊密無縫。最後，再以另一層外部金棺將其包覆。



圖 / 塔翁師兄端坐於他受命塑造的大法身塔主佛像前，此像正待安奉入塔。

這座外部金棺呈箱形，用以包覆內部的柚木金棺。它的內層底板以細銀絲編織而成，尺寸略大於柚木金棺；外層則覆蓋著由純金打造的金絲編織。

匠人們將金子壓成極薄的箔片，裁切成細條，以精湛古法編織而成，層層覆蓋於最外側。這層金絲編織使得金棺越發輝煌奪目、金光燦爛，在眾人眼中熠熠生輝，閃耀不息。

在後來的時日裡，當人們前來禮敬奶奶的肉身時，奶奶的眾多弟子與追隨者齊心協力，共同織就了一匹精緻絕倫的「大金輝寶綾」。這匹綾羅是用來覆蓋金棺的布料，以此向奶奶崇高的德行與深奧的修行，表達至上的禮敬。

這匹大金輝寶綾由純金打造而成。匠人將金子熔化後，拉成細如蠶絲的絲線，再製成數以百萬計的微小圓環，環環相扣，最終編織成這匹巨大的金布。布料的四邊，垂掛大小不一、色彩繽紛的各式寶石作為裝飾。

金布上以金字鐫刻著銘文：

「獻給

大寶優婆夷 詹·孔諾雍」



大家滿懷著對奶奶的無限敬愛與感恩，竭盡所能將一切做到最好，所有供奉皆與奶奶的德行相匹配，恰如其分。因為，奶奶是一位功德福報圓滿、無與倫比的至高導師，無人能與之媲美；她更是一位始終心懷感恩、恭敬踐行師尊教法的真誠修行者。

當奶奶捨報離去之時，弟子與追隨者在法勝師父的帶領下，齊心協力，匯聚智慧與力量，盡各人所能做到的極致，為奶奶獻上最好的一切，以此向這位恩德無量的偉大導師致上最崇高的敬意。

此刻，我的肉眼無法穿透金棺，看見安詳靜臥其中的奶奶。然而，我的內心之眼依然清晰地看見奶奶的身影，如此鮮明而美好。

奶奶並未離我而去，始終駐留在我心中。每當我念及奶奶，她的影像便會浮現；而當我的心格外清淨時，奶奶的身影就越發顯得清晰奪目，美好無比。

無論奶奶身處天界或他方，相信她的目光依然溫然地注視著我們這些弟子後人，帶著那充滿慈悲與鼓勵的微笑。若我們能依循她的教誨而行，想必奶奶定會綻放出更加欣慰、幸福的笑容。

奶奶熱愛功德，遠離惡業

奶奶鍾愛靜心，時刻修行

奶奶關愛師父，慈護弟子

奶奶摯愛法身，心繫寺院


我再次問自己：「是什麼功德，讓我有幸與奶奶相遇？我又該如何守護這份功德，該如何報答奶奶的無盡恩情？」

# Chapter #15





## 衆弟子團結一心



奶奶捨報後，她的遺體安詳地靜臥於金棺之中，被安置在法護之家奶奶的寢室裡。

大家對待奶奶，猶如她仍在世一般，沒有人感到畏懼，也沒有人疏遠。人們輪流前來禮敬奶奶，並在旁靜坐。

特別是阿麗潘姐姐，她不僅靜坐，更日夜守護在金棺旁，幾乎二十四小時相伴。

不久後，在一個合宜的時機，施命師父召集寺內所有弟子——比丘、沙彌、優婆塞、優婆夷，齊聚於國際法身禪堂二樓的法身佛寶壇前，舉行內部會議，正式宣布奶奶捨報的消息。一聽到這消息，有些人還沒來得及做好心理準備，淚水便奪眶而出，忍不住潸然淚下。

施命師父慈悲爲大家開示教誨：

「... 奶奶走得很安詳，無愧於修行者之名，以一種令我們所有人都感到驕傲的方式離去。奶奶一生專注修持，全面涵養自身。她體悟到，自我修煉的最高境界，莫過於修行禪定——將心靜止，安住於身體中心點，並持續修行中道，探向中心之中。

我們不必悲傷難過，如果真的愛奶奶，就要像奶奶那樣，精進靜坐，並時時返照自身，看看還有沒有需要修煉與改進的地方，看自己是否已準備好足夠的資糧。

唯有如此，我們才能追隨奶奶、追隨北欖寺祖師，以及我們的團體，繼續一起修功德、累積波羅蜜 ...」



圖/ 法身寺國際法身禪堂二樓，法身佛寶壇。

壇頂供奉法身佛主佛金像與帕蒙昆貼牟尼祖師蠟像，階梯區為僧寶座席，中央講台供住持與執事長老引領各式法會。

此外，施命師父還談到，將爲奶奶籌辦的「誦阿毘曇<sup>1</sup> 功德迴向法會」的整體安排：

「希望能營造出一種功德盛會的氛圍，讓所有人都能來此追思與憶念自己過去與奶奶一同修功德的點點滴滴。同時，也以奶奶爲啟發與榜樣，不斷修煉自身、精進修行，藉此延續與奶奶的善緣，追隨她的腳步累積功德。」

法勝師父也提到，由於奶奶生前熱愛靜坐，師父特別計畫安排一個專屬場地，讓大家在參加完誦阿毘曇儀式後，能在此靜坐，以此讓奶奶的弟子們能有機會向奶奶獻上最虔誠的靜坐供養。

---

1. 「阿毘曇」取自巴利三藏阿毘達摩(Abhidhamma，論藏)的部分內容，是佛陀教義的深奧剖析。按照泰國上座部佛教的傳統，於往生者遺體尚未火化期間，或追思法會中，人們會恭請僧衆誦念阿毘曇以作功德迴向。人們相信，此舉能爲逝者帶來殊勝的功德。

這場爲奶奶籌辦的「誦阿毘曇功德迴向法會」爲期將近兩年，每日恭請僧團誦念阿毘曇，將功德迴向予奶奶，以此報答奶奶的宏恩。

法身佛寶壇後方的廣場，原為 MPL(My Papa Love)研討會場，那段期間被改造為誦阿毘曇功德迴向法會的場地。

眾人同心協力，集思廣益，傾盡智慧與能力進行籌備，在有限時間內迅速建成一間足以容納數萬信眾前來聆聽誦阿毘曇的大型誦經廳<sup>2</sup>。場地四周設有紗網，正前方搭建了穩固堅實的台座，以安奉奶奶的金棺；而在西側邊，則搭建了可供多達二百位比丘誦阿毘曇的僧座台。

---

2. 大型誦經廳：這片區域如今被稱為「詹老奶奶師父金家」。



圖 / 現今的「詹老奶奶師父金家」為法身寺僧團舉行托鉢儀式的常設地點。

爲了方便信衆能席地安坐聆聽誦阿毘曇，地面特地鋪設了地毯。要在如此大的場地、有限的時間內，完成這項鋪設著實不容易。因爲需要多達一萬平方碼，統一色調與圖案的地毯，通常還得特別訂製，且製作相當耗時。

然而，最終不僅及時購得所需地毯，價格還僅爲市價的一半。大家異口同聲地讚嘆：「這是奶奶的功德波羅蜜庇佑！」才能如此神奇地獲得這些地毯。更令人驚喜的是，這些地毯色調典雅，有著猶如孔雀尾羽<sup>3</sup>般的華美圖案。

隨後，所有的義工、員工、優婆塞、優婆夷齊心協力，將地毯一片片鋪設並縫合，使其成爲一片完整的大地毯。大家日以繼夜趕工，終於在法會儀式開始前數小時內順利完工。

---

3. 奶奶的姓名：詹·孔諾雍，其中「詹」意爲月亮，「孔諾雍」意爲孔雀羽毛。



佛曆 2543 年(西元 2000 年)9 月 17 日星期日下午，法護之家再次擠滿了人潮。相關人員與車隊運來了外層金棺，以其包覆內層金棺後，便將奶奶的金棺恭請移奉至預備好的法會場地，即「詹老奶奶師父金家」。





恭請金棺的車隊抵達法會現場時，優婆塞們早已準備就緒，小心翼翼地將金棺從車上移至轎子，加入由僧團代表引領的恭迎隊伍。

我放眼望去，整個場地信衆滿座，井然有序，許多人前來迎接奶奶。當隊伍經過時，衆人紛紛起立，目光凝視著奶奶的金棺，雙手合十，滿懷敬愛與不捨地虔誠致敬，一些人甚至淚流滿面。





我隨隊緩行，內心懷著相同的感觸，於是努力將心專注於身體中心點，時刻保持正念。

終於，恭迎隊伍抵達安奉金棺的台座，優婆塞們將金棺安置其上。我有幸能坐於為奶奶侍者們準備的專區，位於東側的最前排，靠近僧團座席，舉目前望，正好能看到法勝師父、施命師父與諸位長老的聽經席位。



儀式以點燃香油燈供奉奶奶開始，此香油燈自誦阿毘曇首日起，便未曾熄滅，直至法會終日。最大盞的香油燈置於奶奶金棺的正前方，另有六盞較小的香油燈，則於金棺後方整齊排列著。每座燈台的底座都設有托盤，盛放著各色寶石，作為莊嚴的供養。

首日的誦阿毘曇儀式，由法身寺二百位比丘僧團進行。當僧團誦阿毘曇結束後，優婆夷們列隊整齊，優雅地捧著供品(袈裟及僧具)呈給護法居士代表們，再由代表們上前將供品恭敬地供養給誦經僧團。這些代表多為奶奶的長期弟子，面容熟悉，親切可辨。

儀式簡樸而莊嚴，衆人在神聖的氛圍中追思奶奶，憶念她一生的修行與功德。在場的每一個人，都懷著對奶奶深切的敬愛專程而來，只為了延續她的步履，持續累積功德。



在僧團祝福後，施命師父登台開示說法，正式為「誦阿毘曇功德迴向法會」揭開序幕。

誦阿毘曇儀式每日定時舉行，時間依平日與週末而有所不同：週日，於寺院例行的固定功德法會結束後（約下午三點半）開始，由二百位比丘誦阿毘曇；平日，於晚間七點半開始，由五十位比丘誦阿毘曇。

佛曆 2543 年（西元 2000 年）9 月 19 日星期二，時任北欖寺住持摩訶拉查曼卡拉查亞尊者，親自率領北欖寺僧團、優婆塞、優婆夷，並與崔塔·尼安坎老師一同蒞臨，參與為奶奶舉辦的誦阿毘曇功德迴向法會。緣於這份殊榮，當日特別增設了一場下午時段的誦阿毘曇儀式。

其後的每個週日，皆邀請各地的高僧長老、寺院執事住持以及比丘僧衆，輪流前來參與誦阿毘曇儀式。

衆長老慈悲蒞臨誦阿毘曇，並常在儀式結束後，慈憫開示，讚歎法身寺僧團與信衆的團結奉獻。這令我們法喜振奮，內心因受到鼓勵而充滿了力量，深深地被諸位長老寬厚無盡的慈悲與溫暖所感動。

我每天都會坐在慣常的位子上，聆聽僧團誦阿毘曇，這項活動早已融入我的生活，成為不可或缺的一部分。環顧四周，多是熟悉的面孔，大家同樣天天來報到，聆聽誦阿毘曇儼然已成為我們彼此共同的日常。



圖 / 僧團於僧座台上誦阿毘曇，攝於詹老奶奶師父金家。

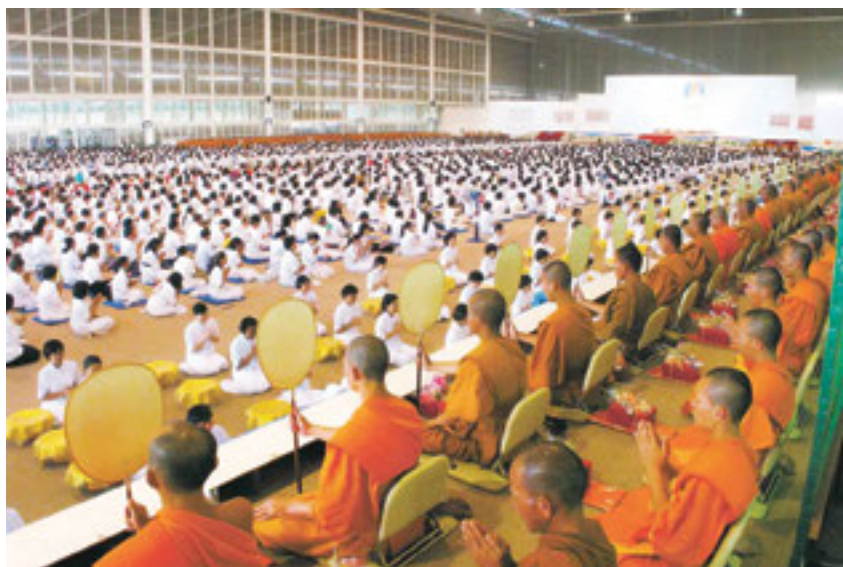


圖 / 護法居士代表供養僧團袈裟及僧具



爲奶奶舉辦的誦阿毘曇功德迴向法會洋溢著對她的深切愛戴，所有人皆懷著虔誠之心前來，期盼延續與奶奶的善緣，追隨她的腳步累積功德。除了常見的熟面孔，還有來自全國各地及海外的弟子紛至沓來參與法會，使得現場天天人山人海，熱鬧非凡。

法會場地的外圍，東側設有點心飲品服務區；西側則爲休憩過夜區，專供遠道而來的信衆，以及欲在奶奶身邊長時間靜坐的信衆使用。這些信衆往往會靜坐至深夜，困倦時便於此區入睡，醒來後繼續靜坐。我也曾在此區搭蚊帳過夜。

這場法會也成爲許多人久別重逢的契機，十餘年未見的法友們得以相遇。

我的一位師妹在東北地區從事藥品銷售，每逢週五下班後，便驅車趕來寺院參加誦阿毘曇儀式，並留下來在奶奶身邊靜坐。她的後車廂備妥蚊帳與過夜用品，直到參加完週日的誦阿毘曇儀式後，才返回工作崗位，如此每週持續不輟，直至法會的最後一天。這位師妹真摯虔誠地追隨奶奶，勤修功德，令我由衷欽佩。

而事實上，還有許多奶奶的弟子們，懷著同樣的熱忱，從不間斷地參與法會，無論大雨滂沱或交通壅塞，皆無法阻礙他們前來。



圖 / 詹老奶奶師父金家。正前方台座上安放著奶奶的金棺。  
紗網內西側邊為僧團誦阿毘曇區；中央為供給信眾的聽經席位，鋪設有大型地毯。



在詹老奶奶師父金家，信衆靜坐供養的氛圍虔誠不輟。誦阿毘曇儀式結束後，便有一部分的人會繼續留下來靜坐。每當有機會，我也都會來這裡與奶奶一同靜坐。此處堪稱一座寬敞通透的大禪堂，四方輕風徐徐，令人心靜神寧。

回頭望，大法身塔莊嚴佇立<sup>4</sup>，金光燦爛；向前望，奶奶的肖像慈悲微笑，溫柔地注視著我們。肖像下，奉於台座上的金棺閃耀著璀璨光芒，奶奶的遺體安奉其中，台座四周點綴著鮮花，雅緻而莊重。

---

4. 當時環繞塔身的大僧座寶牆尚未興建，因此能一眼看見大法身塔。



我常見有人走近金棺，虔誠頂禮，並在此祈願良久，尤其是在紅毯區，此地被視為最親近金棺的區域。這不禁讓我想起大師父對奶奶的讚嘆之詞：

「……奶奶的遺體宛如金山，是無價之寶，因為這是奶奶用來累積功德波羅蜜的珍貴色身，全身散發著戒香、法香與善德的芬芳，純淨無瑕，因此人人都渴望親近……」

許多人之所以能親身感受到功德之神奇威德力，正是因為他們來此向奶奶發願祈福，或於金棺前與奶奶一同靜坐。

無論我何時前往靜坐，總能見到有人在此靜坐。不論是深夜、清晨或下午，甚至在工作人員用吸塵器清潔地毯、聲響喧囂時，依然有人靜坐一旁。

來此靜坐者，包括優婆塞、優婆夷、寺內工作人員及一般信眾。其中，有些團體更是定期來此修持「不臥禪」<sup>5</sup>。而某些優婆夷更是固定來此靜坐，每次前來都能見到她們的身影。而其中最令我感動，並始終在心中默默讚嘆的，是阿麗潘姐姐。

---

5. 不臥禪：頭陀行的一種，意指保持站、走、坐三種姿勢，不躺臥休息。

每次聆聽誦阿毘曇結束，處理完個人事務後，阿麗潘姐姐便備好禪修用品，如坐墊與可摺疊個人小蚊帳，前來奶奶身邊靜坐，直至清晨才返回。幾乎每日如此，從未間斷。

雖然場地設有紗網，但由於空間寬廣，仍有蚊蟲侵擾，許多人因此會在靜坐時搭上個人蚊帳。

另有一位女士，雖不相識，我卻經常留意到她的身影，因為她非常勤於來此靜坐。可以說，幾乎整個法會期間，她都在寺院內搭蚊帳過夜。

儘管這位女士擁有博士學位並於私立大學任教，她卻放下舒適生活，誠心追隨奶奶修功德。每日清晨，在禮拜大法身塔、供養僧衆早齋後，我常看到她駕著藍色賓士車離開寺院前往工作。她如此虔誠修行，持續前來參與直至法會結束，歷時逾五百天。

整場誦阿毘曇功德迴向法會歷時將近兩年。自佛曆 2543 年(西元 2000 年)9 月 17 日起至佛曆 2545 年(西元 2002 年)2 月 2 日，奶奶的弟子們持續前來與奶奶同霑功德。

有人前來聆聽誦阿毘曇，有人發心供養僧具。寺內比丘弟子輪流誦阿毘曇、開示佛法；優婆塞們輪流協助儀式進行；優婆夷們則幫忙捧持呈供品用的金托盤。

除此之外，儀式、場地與公共事務等各個部門也都全力支援，妥善維護誦阿毘曇場地；推廣部門則精心準備供僧用品，鋪設與收拾坐墊，確保護法居士代表每日皆能供養僧具。

衆人懷著堅定無比的熱忱，誠心前來追隨奶奶的腳步，同霑功德，絲毫不感到疲倦或厭怠，反而對這詹老奶奶師父金家充滿了愛與依戀之情。

與此同時，其他部門亦同步籌備奶奶茶毗法會的相關工作，可謂是全力以赴，力求做到最好、最精緻，且最重要的是，務必按時完成。

我回到精緻藝術部門工作，該部門由心威法師擔任主管，親自負責各項任務，如製作經扇、坐墊以及協助其他部門完成多項專案。

其中一項重要的任務便是製作「孔雀天船」<sup>6</sup>，這艘天船源於法勝師父的構想，專門用來恭送奶奶的金棺。

佛教藝術部門的法師們依大師父的構想繪製草圖並拆解設計，製作出一個長約 40 公分的「孔雀天船」原型模型。「孔雀天船」這個名稱，由「孔雀」、「船」與「天空」三詞組合而成。

「孔雀」與奶奶的名字「詹·孔諾雍（意譯：孔雀羽毛）」相呼應；而「天船」則象徵著助人渡過輪迴苦海之舟。

---

6. 孔雀天船（泰文：มยุรนาวกาศ，音譯：穆雅拉納瓦阿嘎）：此泰文名稱由三個部分組成：

มยุร (Mu-ya-ra)，泰文意為「孔雀」，源自巴利語「mayūra」。

นาวา (Na-wa)，泰文意為「船」，源自巴利語「nāvā」。

อากาศ (A-gat)，泰文意為「天空」或「空中」，源自巴利語「ākāsa」。

奶奶作為我們累積功德波羅蜜的修行典範，不僅引導自己超脫輪迴，更指引並帶領我們共達彼岸，猶如這艘天船一般。因此，特地選用「孔雀天船」恭送奶奶金棺。這座巨型孔雀雕塑，堪稱舉世首創——從頭至尾全長約三十米，高約九米，重達四十五噸。

從小小的原型模型，發展至如此宏偉巨大的孔雀天船，這一切都要歸功於各部門的集思廣益與智慧凝聚，是各方全力團結合作的成果。

佛教藝術部門的團隊使用了大量的黏土，塑造出與實物同尺寸的等比模型。由於難以採購如此龐大數量的黏土，心威法師於是改良配方並自製了十噸黏土供雕塑使用。

然後，精緻藝術部門的團隊負責將模型拆解成多個部分，再用玻璃纖維進行鑄造。最後，這些部分被精準地組裝起來，構成了完整的「孔雀天船」。

在堅固安全的結構下，「孔雀天船」配備了精密的引擎機械系統，成為一座能移動行進的巨型雕塑。這是一項前所未見的創舉，整個製作過程可謂是步步充滿挑戰。

然而，憑藉著奶奶的功德威德力庇佑，以及所有人想要報答奶奶恩德的堅定決心，我們成功克服了各階段的困難與障礙。眾人異口同聲地讚嘆：「這一切，都是仰賴奶奶的功德波羅蜜才能成功的！」

## #15

衆弟子團結一心



當孔雀天船的基本造型完成後，便進入上色與裝飾美化的階段。儘管孔雀天船體型龐大，製作過程中的每個環節卻極其細緻考究。

從部件的無縫銜接，使其平滑如一體成型，到上色與裝飾的精雕細琢，處處盡顯美感。最終，這艘孔雀天船彷彿被賦予了生命，栩栩如生，無論從任何角度觀賞，皆美不勝收。

我有幸參與製作孔雀天船的功德。當時，許多志願者前來協助，負責團隊於是劃分了工作區域，根據每個人的技能水平分配任務，從需要精湛技藝的工種，到剪紙、貼膠帶等簡單的任務皆有。

我被分派到攀上孔雀尾羽的最外圈，黏貼壓克力寶石。這項功德任務非常刺激，因為從上方俯瞰時，能感受到自己正處於驚人的高處，高至工作區域的鷹架延伸不到。因此，我必須將一隻腳攀附在孔雀尾巴的斜面上。

我格外謹慎，小心翼翼地執行這項功德任務，唯恐墜落，內心默默祈願奶奶庇護，保佑我平安。我深信奶奶時刻守護著每一位弟子，因為無論工作多麼危險，所有人都安然無恙；無論任務多麼艱鉅，最終都能圓滿達成。

隨著奶奶的茶毗法會臨近，各部門皆緊鑼密鼓地準備，幾乎通宵達旦地忙碌。我在 6 號倉庫（精緻藝術部門的工作區）幫忙，望向斜後方稍遠處的白色廠房<sup>7</sup>，那裡同樣徹夜燈火通明。

比丘與沙彌們正馬不停蹄地趕工，製作法會當天使用的圓桌。現場氣氛熱烈，每張圓桌皆是由大家齊心協力、親手打造而成。最終完成大型圓桌與小型配桌共計一萬餘張，供參與法會的僧衆用餐及擺放供養食物使用。

---

7. 白色廠房：此處原為佛像鑄造場，由塔翁師兄負責。現已改建為法身寺常住僧衆的寮房，名為「降魔僧大樓」。



在詹老奶奶師父金家的東側，信眾們同樣濟濟一堂。誦阿毘曇儀式結束後，原本的聽法活動轉換為一項特殊的功德活動：

摺疊袈裟，以供養參與奶奶茶毗法會的僧眾。

摺疊袈裟的工序繁複且極其細膩，數量龐大多達數十萬套，需眾人團結同心，耗時準備。除比丘與沙彌之外，奶奶的信眾弟子們也都前來幫忙，一起修這份特殊功德。現場每日都洋溢著一片和諧、團結一心的溫馨氛圍。

袈裟需靠兩人協力摺疊，熟練者得不斷指導新手，以確保方法正確。因為若是摺疊有誤，負責檢查的法師便會退回要求重摺，導致進度延誤。

此外，一套完整的袈裟需包含外袍、下裙、肩衣、胸布與腰帶等多個配件，這些都必須精心整理，才能搭配成一套精緻美觀、完整無缺的袈裟。

此外，還需準備另一項不可或缺的物品——僧扇。

在誦完「瑪蒂卡」<sup>8</sup>後，僧衆將以僧扇進行接受袈裟的儀式。

僧扇組裝的每道工序皆相當講究，需發揮極致的藝術性與精緻度。奶奶的弟子們全心全意奉獻細膩手藝，力求為奶奶打造最完美的作品。經過層層篩選，最終製成逾三萬把美輪美奐的僧扇。

僧扇正面繡有孔雀羽毛開屏圖案，中央嵌以大法身塔標誌，背面則繡有以下文字：

「點燃寶火荼毗儀式

大寶優婆夷詹·孔諾雍

法身寺，巴吞他尼府

佛曆2545年2月3日」



---

8. 瑪蒂卡(มาติกา, 巴利語 māṭikā, 意思為：主題、母法)，為巴利三藏阿毘達摩(Abhidhamma, 論藏)中的核心綱要。按照泰國上座部佛教的傳統，人們常會恭請僧衆於喪禮火葬儀式前誦念，用以迴向給逝者殊勝的功德，引導其趨向善道。



圖 / 僧眾以僧扇進行接受袈裟儀式。

膳食部門同樣策劃了完善的籌備工作，包括：清洗與整理數量龐大的各式器皿——鍋、盤、碗、水杯等、摺疊餐巾紙、將叉匙配成套組，並備齊供數十萬僧衆用餐的食材。

這些工作無一不仰賴大家全心投入、團結協作與縝密規劃。奶奶的弟子們陸續投入，爲修功德而持續參與各項任務。其中，更有些人是每日報到，甚至在此期間駐於寺中，以便全力協助。

與此同時，在大法身塔廣場——奶奶茶毗法會的點火儀式場地，正進行著盛大而隆重的準備工作，場面佈置得相當宏偉，莊嚴且肅穆。

一座專用於茶毗點火儀式的小塔被搭建起來，其樣式仿照大法身塔，按比例縮小而成，因此被稱爲「小佛塔」或「奶奶之塔」。此塔位於大法身塔前方，與國際法身禪堂排列成一直線，其穹頂部分將作爲金棺的安置之處。





小佛塔的基座內部爲寬敞的大廳，用於舉行荼毗儀式。大廳後方設有現代化無污染焚化爐，入口處配有機械門，方便金棺移入。此外，內部還配置了液壓系統，可在儀式進行時將金棺從基座內升至穹頂展示，正式荼毗時再降回。

小佛塔的外部台階分爲上下兩個部份。

上半部共有七層台階，每層以單一色系的鮮花環繞裝飾，呈現出壯觀的七色花海；下半部則由另外七層金色的台階所組成，設計成潺潺流動的瀑布。當燈光灑落，流水波光粼粼，映照出一片流動的金色光華。





在大法身塔廣場上，還搭建了供逾三萬位僧侶<sup>9</sup>使用的僧座台，作為僧眾座席以及受供台，以舉行功德衣與僧具的供養儀式。

這項工程同樣需要投入龐大的體力與精神，因為這是在烈日炎炎下進行的戶外任務，且耗時數月才得以完成。若將各段僧座台相連，總長超過三十公里。

此外，廣場四周亦準備了逾十萬盞燈，供信眾在法會中點燃，以萬燈光芒，輝映大法身塔全區。

---

9. 這場奶奶的茶毗法會，同時也是法身寺首次舉辦的供養全泰國三萬所寺院大齋僧法會。

荼毗法會前夕，現場排練氣氛熱鬧非凡，可說是日夜不息。各部門全心投入彩排，彷彿已是正式活動當天。午後，我參與了優婆夷的行進隊伍彩排。爲求步伐整齊劃一、節奏和諧優美，我們多次集合，反覆排練。

而優婆塞的排練更爲嚴格，因爲他們肩負著功德重任：抬起恭迎奶奶金棺的轎子。轎身相當沈重，因此他們不僅要操練行進步伐，還要每日進行體能訓練，試抬與金棺等重的物體，以鍛鍊體魄，確保在承重之際，步伐依然莊嚴平穩。此外，扛移恭迎金棺轎子的節奏與協作，也必須練習到精準一致。

這無疑是我們在修功德波羅蜜的生涯中，一段值得深深銘記、引以爲榮的篇章。

準備過程中，孔雀天船也進行了駕駛演練。它一登場，便吸引了所有人的目光，並引發大家共同的疑問：這艘孔雀天船究竟是如何驅動的？

事實上，駕駛孔雀天船時，駕駛者完全無法看到外部環境，必須倚靠天船內安裝的監視攝影機與螢幕顯示器來判斷路線。因此，駕駛者不僅需要熟練的駕駛技術，更必須對天船內部的各項機械系統瞭如指掌，才能確保行駛得安全而平穩。





入夜，我有幸參與了小佛塔內茶毗室的清潔功德。

當時，小佛塔外各項準備工作正緊鑼密鼓地進行：燈光與音響系統反覆測試、引火燈逐一裝設、七層黃金瀑布也進行了啟動測試。爲了讓瀑布在燈光下流光溢彩，工作人員們傾注了大量心力，克服了水電共存的技術挑戰與安全細節。

與此同時，花卉部門正竭盡全力，將事先悉心準備好的七色鮮花，環繞著小佛塔分層佈置。待到法會當日，小佛塔上半部便會莊嚴地綻放一片絢爛的七色花海。

此外，尚有諸多工作組別，各部門各單位皆全心投入，不遺餘力，力求將一切做到盡善盡美。每個人都竭盡所能地運用自己的知識、智慧與潛能。這一幕也讓我深深領悟到：舍利弗尊者之所以能以智慧著稱，想來必定是源於同樣的這份知恩圖報之心。

就在此時，奶奶的弟子們從四面八方匯聚而來。他們不分來處、不計背景，無論個人或企業，皆竭盡所能，以各種方式鼎力相助。

縱使來歷不同，來自不同部門、單位，各司其職、各擅所長，所有人都懷抱著同一個心願：願能持續追隨奶奶的腳步，與奶奶一起累積功德善業，結下累世的善緣；並願以此功德，報答奶奶創建法身寺的深恩。

最終，衆人齊心協力，成就了這場殊勝的輝煌，那份難以言喻的法喜之情，將永遠銘刻在每個人的心中。若是沒有無私的奉獻與緊密的凝聚，這一切不可能實現；正因為我們團結一心，方能衆緣和合，圓滿功成。

而這一切，若是沒有法勝師父，更不可能成就。

法勝師父作為奶奶弟子們的領袖，懷抱至誠無上的感恩之心，一心一意只想著報答奶奶的恩德。因此師父竭盡全力，將所有的一切都做到盡善盡美、精益求精，以此作為對奶奶最崇高的供養與緬懷。

# Chapter #16



## 茶毗之日



佛曆 2545 年(西元 2002 年)2 月 3 日，被定為奶奶的茶毗日。

這一天，既是北欖寺住持帕蒙昆貼牟尼祖師(梭·湛塔薩羅)的圓寂之日，亦是大寶優婆夷通素·紳登辦老奶奶師父的捨報之期。

因而特選此日為奶奶舉行茶毗，以寄緬懷，致敬三位偉大的導師。

當天，我在清晨醒來，耳邊已傳來巴士川流不息的聲音。自前夜起，四方僧眾與信眾便陸續抵達，絡繹不絕，皆為參與奶奶的茶毗法會暨寶火燃點儀式而來。

寺院入口處駐有接待團隊，熱情迎接與會的僧眾與信眾，現場洋溢著溫馨友善的氛圍。年輕活潑的義工們笑容燦爛、朝氣蓬勃，高舉歡迎標牌的身影彷彿不知疲倦，予人極佳的印象。

入口處懸掛著奶奶茶毗日的紀念徽章，其圖案為孔雀開屏的尾羽環繞，中央嵌有大法身塔標誌，並伴隨著活動標語：

「知恩圖報，乃善人之標誌」。



一抵達國際法身禪堂，我心中首先浮現的念頭便是：「奶奶真是一位擁有巨大功德波羅蜜之人！」舉目所及，處處人潮滿溢。

轉向禪堂後方的僧眾接待區，可見來自全泰國逾三萬所寺院的高僧大德正依次登記報到。法身寺內的執事僧人們謙恭有禮、笑容溫煦，始終熱誠地接待著每一位僧眾貴賓，未曾停歇。

放眼望去，一片橙黃袈裟如雲交織，僧侶間相互問訊、合十致意，場面莊嚴而溫馨。

而在今日得以迎接四方高僧長老與寺院住持之前，法身寺的僧團其實經歷了一場同時考驗功德力與意志力的艱鉅試煉。

那是一段令人難忘且深感自豪的歷程：僧眾必須在有限時間內，依照名冊分赴全泰國超過三萬所寺院，親自向各寺住持遞送邀請。

每一封邀請函皆由法勝師父親筆簽署，恭請所有僧團領袖蒞臨盛會，成為殊勝的功德福田。這不僅是全國僧團史無前例的盛大匯聚，更將為未來佛教徒的團結與和諧，凝聚起強大的力量。

這場殊勝盛會萬眾雲集，除了泰國本地的僧侶與信眾，更迎來了海外諸位高僧長老，以及遍布全球的奶奶弟子，共襄盛舉。

現場僧侶逾十萬，信眾人數亦超過十萬。眾人皆懷抱同一心願：齊聚於此，參與「大寶優婆夷詹孔諾雍老奶奶師父之茶毗法會、寶火燃點暨迴向大功德儀式」。

上午，法勝師父慈悲引領大眾靜坐，並住持薈供法會（適逢當月的第一個週日）。法會中，大眾齊聲誦念大齋僧供養詞，舉行隆重的供僧儀式，供養超過十萬位特地蒞臨現場、作為眾人功德福田的僧侶。



國際法身禪堂的一樓，設有僧團用齋區，供奉著精緻潔淨的美味佳餚，擺設優雅美觀。

這份出色成就，是所有奶奶的弟子——包含工作人員、義工與功德團體的領袖們——齊心協力的結晶。從烹飪、盛裝、擺盤，乃至恭敬地供養各用齋區僧眾，每一個環節皆井然有序，令所有蒞臨的僧團領袖與見證者都留下了深刻的印象，讚歎不已。



此外，另有一群奶奶的義工弟子，來自各行各業、不分年齡性別，他們自願傳承奶奶清潔寺院的功德傳統，承擔起清潔淨房的任務。此項善舉被命名為「天宮明亮心清朗」，令所有使用淨房設施的僧侶與信眾深受感動。

當時，國際法身禪堂的建設尚未完全竣工，部分僧侶專用淨房仍為臨時搭建，零散分佈於場地各處。這些臨時淨房地面鋪滿碎石，僅簡單以綠色遮陽網作為圍隔，標示出淨房的區域。義工們想辦法將每一處精心佈置成清新雅緻的小花園，細心維護整潔，不僅毫無異味，反而常瀰漫著淡淡馨香。

如此舒適宜人的環境，讓僧侶們在使用淨房後得以在此休憩片刻，甚至輕鬆交流佛法，好不愜意。

即便是那些位於場地外圍的露天臨時淨房——一間間以鐵皮圍隔以供信眾使用——也同樣維護得潔淨清爽，始終縈繞著清淨氣息。

「天宮明亮心清朗」此項功德，是由法勝師父親自命名的。源於奶奶對淨房清潔極為重視，視之如迎賓之廳。師父希望能夠延續奶奶這項美好的功德傳統，讓所有前來參與茶毗法會的賓客親身體驗。

因此，師父特別委託阿麗潘姐姐組建團隊，專門負責這項特殊功德。在茶毗法會之前，他們便開始召集人員、安排物資並精心規劃工作流程，以便能在整個法會期間，迅速輪流清潔上千間淨房。

關於淨房的清潔維護，師父曾對弟子們開示：「希望每位弟子都能藉此機會修鍊自己的習性，這便是功德的來源。我們要讓每一位在我們之後使用廁所的人，都感覺自己像是第一位使用者。這意味著：洗手台與淨房的每一處，都須保持潔淨與乾爽。」

今天參與此功德的每一個人，皆懷著傳承奶奶美好功德文化的信念，以歡喜積極的態度投入勞動，絲毫不將淨房視為污穢厭惡之處。

他們工作有條不紊，手持著清潔工具，排列有序，分區逐次進行清潔。他們整天不斷地輪流清潔各區，贏得了使用者的隨喜、讚嘆與感恩。有些高僧大德甚至慈悲上前問候，關切詢問團隊成員平日從事何職、為何前來清潔淨房等。

亦有僧侶從隨身提袋中取出聖物品贈予清潔團隊。而最為可貴的是，這些引人讚嘆的景象，啟發了在場的高僧大德，使他們發心以此為典範，改進並提升自身寺院淨房的品質。

下午，於詹老奶奶師父金家前方舉行了迎請寶火的莊嚴儀式。「寶火」源自純淨之源，是專為奶奶茶毗儀式所燃起的殊勝火焰。

「大清淨寶火法台」(簡稱寶火法台)被打造得極為精美。中央矗立著一座金屬主火炬，在陽光照耀下，散發出熠熠光輝；法台基座則鋪陳著莊嚴的紅布，與主火炬互相輝映。



點燃寶火的方法，是透過「聚光寶鏡」匯聚太陽光，將光線聚焦成焰，點燃引線，繼而將火種傳遞至法台中央的主火把，最終使清淨寶火輝煌燃起。

共有六十四位具足功德的奶奶弟子獲選為代表，登上寶火法台，親手以聚光寶鏡匯聚日光，點燃這殊勝的寶火。



法勝師父於迎請寶火的儀式中給予開示，以下謹節錄其中的一部分：

「... 奶奶的身體是無比清淨的，因為奶奶一生精進修煉，不斷地自我教導，離惡行善，持續淨化內心，使心清淨明亮。自奶奶二十六歲<sup>1</sup>起，直至九十二歲生命的最後一刻，她始終不懈地累積功德波羅蜜，涵養一切美善德行。

奶奶不僅教導他人，也一直在教導自己，持續不斷地自我修持。因此，奶奶的五蘊、血肉之軀、身口意，都是清淨無染的。

特別是這副父母所賦予的色身，奶奶更是僅以純淨之念充盈其中，使身、口、意恆常清淨，遠離一切不淨的事物，持續修習靜定，終至證入法身。

其後，奶奶便與北欖寺祖師及深修團隊共同參究法身法門，將所證得的精細法身，用以濟拔衆生之苦。

---

1. 奶奶二十六歲時，動身前往曼谷，為的是拜北欖寺住持為師。詳見奶奶傳記 QRcode(p.412)。

... 奶奶時時刻刻精進不懈，性格果斷堅定，嚴謹認真，內心知足少欲。她不熱衷世俗熱鬧，樂於獨處，也甘於接受隨緣所得的資具，隨遇而安。數十年如一日，奶奶修行不輟，持續淨化身、口、意。

即便在北欖寺祖師圓寂之後，奶奶依然恪守祖師在世時的修行規範。她還教導那些有福報親近她的弟子：應當如法行善修道，讓心止息以證得法身；要持守清淨戒律，累積廣大的布施波羅蜜；並要改正缺點、革除惡習，只保留美好的品格與性情，讓這些美善的特質延續至來生來世。

奶奶教化的弟子無數，遍及全國，乃至遠播世界各地。今天，來自國內外的弟子們齊聚一堂，共同參與這場殊勝盛會 .....

因此，這並非尋常的火焰，而是純淨的寶火。唯有清淨的火焰，方能與奶奶那清淨澄明的法性相稱，這是最匹配，也是最恰當的。」

迎請寶火的儀式圓滿後，僧眾與信眾們陸續前往大法身塔廣場，依序入座。同時，我與諸位優婆夷朋友列隊加入恭迎金棺的行列，準備將奶奶的金棺自詹老奶奶師父金家，恭請至孔雀天船。途中，優美動人的詩歌吟誦悠揚響起，讚頌著奶奶的功德：

金屋輕移朝聖航，孔雀天船莊嚴翔。  
皎潔光輝如月朗，清輝普照映天蒼。  
佛法清涼恩澤廣，庇護塵寰福蔭康。  
祖師讚譽如明珠，獨一無二世無雙。  
引導群倫修福業，開墾功德向涅槃。  
法身寺宇輝煌聳，聲名遠播顯榮光。  
智慧光芒破邪障，奶奶德威伏魔亡。  
累積福田培佛藏，傳承法身永不殞。  
醒寢居中心定常，數十寒暑勤未央。  
九十二年身力竭，肉身歸去兜率翔。  
戒德圓明功行滿，護法慈澤潤十方。  
衆生積善獲安樂，功德引領福綿長。  
僧團誦經遍塵寰，佛音響徹震河岡。  
肉身雖化歸塵土，諸天共詠德無疆。  
寶女遺澤法身在，永耀人間智慧芒。



雖是短暫的路程，能有幸加入恭迎金棺的隊伍，已讓我欣喜無比。我不禁想著：若能成為一名優婆塞該有多好——如此便能手持孔雀羽扇，隨侍於孔雀天船兩側，一路護送奶奶至小佛塔區。



## #16

茶毗之日

金棺由轎子抬起，緩緩登上孔雀天船。天船上方，即孔雀的背脊處，設有一座「蓮花塔」，形如層層蓮瓣環繞相疊，專為安奉奶奶的金棺而精心造設。



當那閃耀著金光、璀璨奪目的奶奶金棺，被繡有大法身塔徽記（象徵佛法戰士）的鮮紅布幔覆蓋，並莊嚴地安奉在孔雀天船上後，迎請隊伍便正式啟航。

隊伍由僧團前行引領，隨後是榮譽旗隊以及寶火隊伍。





在優婆塞們手持孔雀羽扇、步履整齊劃一的護送下，孔雀天船緩緩前行，宛若飄然騰翔於空中。

伴隨著隊伍行進，莊嚴而宏偉的樂聲響起。那激昂的旋律喚起衆人心中的壯志豪情，亦牽動對奶奶深切的追憶——她是佛法隊伍中，最爲英勇無畏的戰士。





奶奶如霧薄輕揚，心志堅金耀靈光。

盡獻此生創淨土，功德廣布福無疆。

汗水晶瑩潤三界，寶珠璀璨照十方。

世人皆仰奶奶德，慈顏笑綻子孫仰。

非凡建業千秋頌，安詳歸赴兜率鄉。

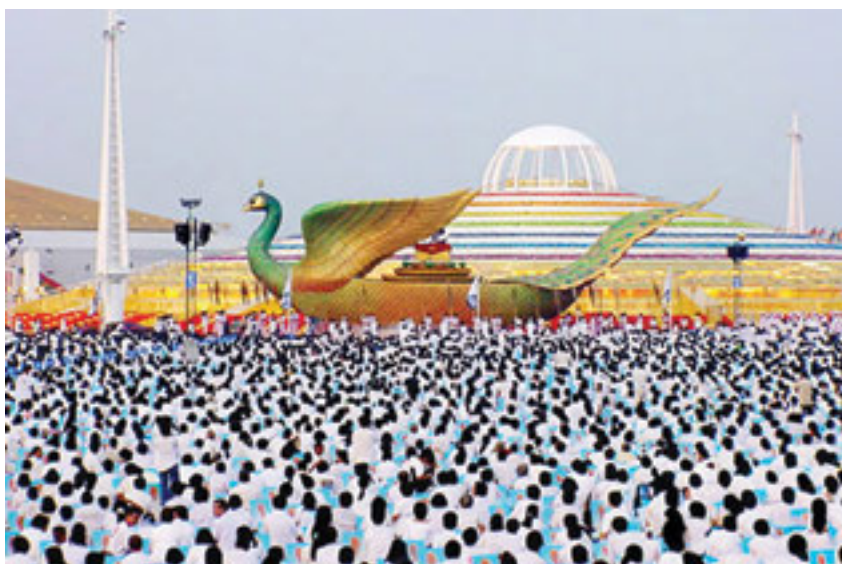
孔雀天船緩緩穿梭於信眾之間，所有目光都被這壯麗的美景所吸引，眾人無不為之驚嘆。大家虔誠地雙手合十，敬拜天船上的金棺，心中滿懷眷戀，讚揚著奶奶的功德波羅蜜。這是向奶奶色身致敬的最後一次機會。

我進入大法身塔廣場的座位區，放眼望去，大法身塔上呈台階狀的僧寶席間，眾多僧侶端坐如鐘，場面恢弘而肅穆。現場信眾更是人山人海，萬首齊仰，蔚為壯觀。

這場金棺迎請儀式宏偉隆重，令人震撼動容。儘管今天是奶茶毗的日子，現場卻洋溢著法喜、圓滿與功德之光。我在心中將這份功德恭敬地供養給奶奶——我們至高無上的導師。



孔雀天船緩緩停駐於小佛塔後方。



在金棺被迎請安奉於小佛塔的過程中，奶奶的錄音悠然響起，彷彿她正親臨現場，與我們同在。那熟悉的聲音猶如面對面般教誨著每一位弟子：

「大家要用心努力啊，我們生而為人是最珍貴難得的，沒有什麼比做人更好的了。」

「轉眼一天，轉眼一夜，轉眼又是一年，生命不等人。既然我們出生了，就要行善修福，累積功德波羅蜜。當我們往生離開人世時，什麼也帶不走，能帶走的只有功德與惡業。」

「要多行布施，多種善因。只做善事，離世時才能將這些功德帶走，讓我們生生世世都有持續行善的資糧。每一生、每一世都要行善做好事，不要做壞事。」

「... 我們要小心行善，這樣功德才會真正屬於自己。功德是修來的，不修就沒有。離開人世時，那些我們不曾累積的功德，終將如塵土般留於大地；唯有我們親身行善所修的功德，才是真正屬於我們的，會伴隨我們而去。」



「每個人能投生爲人，並不容易。我們歷經無數次生死輪迴，曾投生爲各種動物來償還業報。牛、水牛、大象、馬、烏鴉、雞、豬、狗 ... 其實都曾是人啊。當人造了業，就會轉世投生爲這些動物償還業力，等到業債還清，才能再度投胎爲人。」

「因此，既然我們投生爲人了，就要持續行善，保持良善，這樣未來世才能繼續投胎爲人。死亡不是終結，生命不會化爲烏有。逝去的只是肉身，那不斷輪迴的真實本性，是不會消失的。」

「回去後，要常常憶念自己所修的功德。如果我們經常憶念功德，心中的功德球就會越來越大；惡業也是一樣，如果我們時常想著惡業，心中的惡業球也會不斷增長。所以，不要想惡業，應當只憶念著功德，當功德球日益增長，功德自然會引領我們前往善趣；如果去想惡業，惡業球增長，便會帶人墮入苦道。大家要記住啊！」

「修波羅蜜不是一件容易的事，要忍耐，要奮鬥。奶奶一生努力奮鬥，歷盡艱辛，即使頭破血流也不退縮。衷心感謝大家前來和奶奶一起修功德，願每位都能獲得無量功德，能與奶奶同行。」

「願大家都成為善信大富翁，生生世世帶著福慧資糧而生，擁有無盡的財富用來布施行善。願大家都能清淨見法，證得法身。當有想不明白的事，不妨先靜坐，然後便能豁然開朗。願大家永遠幸福，長壽安康，恆久行善，累積功德波羅蜜。無論有什麼願望，都能憑藉著布施行善的功德威德力，如願圓滿。」

「願大家生生世世，都能再遇見奶奶。奶奶要回去了，來世我們會再相見，繼續來和奶奶一起修功德，累積波羅蜜吧，生生世世都要如此喔。」

「謝謝大家，祝福大家，奶奶要回去了。」

奶奶的聲音落下後，歌曲《在此處》隨即響起。

此時，我看見金棺緩緩上升，莊嚴地安奉於小佛塔的穹頂之內。許多人因為思念奶奶而悄然拭，與此同時，衆人亦忍不住讚嘆金棺被迎請安奉在穹頂的方式：「真是太不可思議了！這究竟是怎樣構思、又如何成就的呢？」



## #16

茶毗之日

晚間的儀式開始，首先由時任北欖寺與臥佛寺的住持慈悲帶領誦經。緊接著，護法居士列隊上前，向來自全泰國三萬所寺院的住持供養袈裟及僧具。供養儀式圓滿，眾人回座。

法勝師父引領大眾靜坐，為即將進行的荼毘儀式做準備。靜坐結束後，司儀上台誦讀讚揚奶奶功德的致辭，再次凝聚全場之心。

隨後，荼毗儀式在法勝師父的帶領下正式展開。奶奶的弟子代表上前，點燃寶火火炬，火光循著引線，一路導向小佛塔穹頂內的金棺。





當寶火熊熊燃起，一首讚頌奶奶的詩歌隨之響徹雲霄，歌頌著奶奶這位佛法軍團中勇毅無畏的戰士。那是我生平第一次，應該也將是唯一一次，聆聽如此撼動心魂的曲調——因為這般的讚頌，通常僅用於勇猛戰士的茶毗儀式。

詩歌中的每一字、每一句，越聽越讓人感到震撼，越聽越觸動深心。

## #16

茶毗之日



與此同時，廣場上每一盞燈燭皆被點亮，光輝燦爛，照耀著整個大法身塔廣場。

茶毗儀式圓滿後，僧團齊聲誦經賜福，洪亮的祝福聲遍滿全場，迴盪不絕。

法勝師父向諸位高僧大德致謝，並懇請僧團允准，將今日慈悲蒞臨的每位法師尊名，銘刻於自身佛像之上，安奉於大法身塔中。僧團一致應允，全場信眾齊聲讚嘆：「薩圖！」以示隨喜功德，並同心發願護持——為三萬所寺院的住持法師，敬造自身佛像。



儀式在夜空中綻放的絢爛煙火中緩緩落幕。當煙火與燭煙漸次消散，奶奶的金棺也徐徐下降，終至隱沒於衆人眼前，降至小佛塔內，準備進行下一個階段的內部荼毗儀式。

今天這場荼毗法會慶典，不僅莊嚴肅穆，更是一場隆重盛大的告別，令人永生銘記。而其中最動人的，莫過於在法勝師父的帶領下，所有弟子對奶奶——這位法身寺創辦人——所懷抱的至高敬仰與感恩之情。

這股虔誠之力，最終匯聚成一幅宏偉的畫卷，展現了佛教徒堅定的信仰之力，以及全國僧團與各國各宗派僧衆同心一體的和諧景象。

此刻，奶奶這一生用以累積善行、淨化身口意的寶貴色身，已在烈焰中化作清淨灰燼。然而，奶奶一切的美德與偉大貢獻，她那作為奮鬥者、創建者與傳承者的精神，將永恆不逝，長駐於每一位弟子心底。

「大寶優婆夷詹・孔諾雍老奶奶師父」之名，也將與法身寺相依永在，亙古長存。





圖/ 荼毗法會後，法勝師父先將奶奶的舍利安奉於詹老奶奶師父金家，供弟子瞻禮；而後，待奶奶紀念堂圓滿落成，再移駕安奉於紀念堂之中。



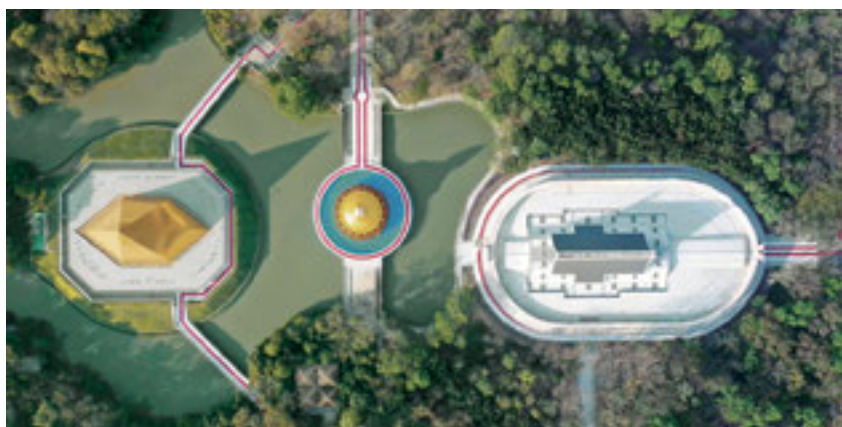
圖 / 法勝師父率領眾弟子，陸續完成法身寺各項建設，並皆以奶奶之聖名為銘，以誌深恩，永傳懿範。

## 大寶優婆夷——詹·孔諾雍老奶奶師父紀念堂

內供奶奶金像與舍利，讓弟子們得以在此與奶奶共修靜坐，延續修行之道。

2002 年：3 月 14 日打入第一根地基柱

2003 年：9 月 10 日封頂，12 月圓滿竣工



圖/ 由左至右：奶奶紀念堂、寶島天塔、三藏大雄寶殿



**大寶優婆夷——詹·孔諾雍老奶奶師父膳堂**

秉承奶奶宏願：「來百人養百人；來百萬人養百萬人。」為僧眾與信眾提供膳食。

2003 年：1 月 19 日打入第一根地基柱

2004 年：1 月 19 日舉行揭幕儀式



**大寶優婆夷——詹·孔諾雍老奶奶師父百年大樓（紀念奶奶百年誕辰）**

作為法身寺全球弘法中心，承續奶奶推廣法身法門的堅定願行。

自西元 2009 年 11 月開始動工，歷時五年建設。

# 靜坐指南



## 靜坐方法

靜坐能使您輕鬆舒服，擁有內在的祥和與快樂感。它長久以來被佛教所推崇，能為我們的日常生活帶來快樂與平靜，能提高我們的警覺性與智慧。它並沒有什麼神秘之處，且很容易被一般人所接受。（註：最好能有具經驗的導師在旁指導，方能獲得最佳的成效，患有精神問題者忌習）

以下是泰國北欖寺 - 帕蒙昆貼牟尼祖師所教導的法身法門之靜坐方法。

### 一、首先向三寶致敬：

受持五戒或八戒，這能使我們的心作好一開始的準備，讓自己具有完善的德行。

### 二、回想自己所修的功德：

以跪坐或側坐的方式，然後回憶起自己過去、現在與未來所修的功德。憶念功德，直到覺得全身都充滿了功德。

### 三、放鬆心情、準備靜坐：

請採取單盤的坐姿，腰背挺直，右腿盤放在左腿上，右手疊放在左手上，雙手的手掌朝上，擺放在內足踝上，右手的食指輕輕的碰觸左手的大姆指尖，然後輕輕地閉上眼睛，猶如晚上入睡前一樣，不需要緊閉雙眼，要讓眼眉的部位沒有壓力。

放鬆全身的肌肉，從臉部開始，然後到脖子、手臂、胸口、大腿以及小腿。注意眉心與肩膀有沒有緊繃的感覺，持續地放鬆，維持這種輕鬆舒服的感覺，慢慢讓心進入靜止的狀態。

### 四、在心中觀想一顆水晶球(所緣)：

觀想一顆晶瑩剔透的水晶球，既透明又光亮，浮現在心中，從第一點鼻孔開始，慢慢移動，經過體內其他的定點，直到身體中央第七點，同時在心里輕柔地默念著佛聖號：三瑪阿羅漢，感覺默念的聲音彷彿從水晶球的中心處發散出來。

當您已經看到體內中心點的水晶球時，請持續保持輕鬆舒服的感覺，繼續觀想它。如果水晶球消失了，不要感到失望，繼續保持那輕鬆舒服的感覺，然後再重新觀想一顆水晶球。

如果光球不是浮現在體內的中心點，而是在其他的地方出現，您不需要用任何力度，只需慢慢地將它引導回體內的中心點。當水晶球已在中心點靜止時，再把注意力擺在光球的中心點。

當那光球的中心點有一顆小的星星出現時，再把注意力放在那顆小星星上，讓它成為您靜坐的重心。

這時您的心會自己調整，直至完全靜止。就在這時候，您的心會從此點墜落，然後會有另外一顆光球，從原有的那顆光球的中心點浮現。這顆光球就是「初道光球」或稱為「法球」，是通往涅槃之路的起點。

以上便是觀想所緣的方法，常常在日常生活中練習，如：坐著、站立、行走、躺下休息或在進行其他活動的時候，都可以觀想所緣，持續地練習，並且是以輕鬆舒服的心態來練習，將有助於正式靜坐時，心更容易穩定下來。

不管練習到什麼樣的程度，必須要謹記的是，請滿足於自己當下的進度，如此才能避免過分渴望成就的感覺，造成靜坐過程的障礙。若是您已經靜坐到了一個穩定的階段，能觀想到如鑽石般光亮的「法球」出現在自己體內的中心點，則請試著維持它，若能如此，將會使您的靜坐持續進步，並使您的生命邁向快樂、成功、寧靜與祥和。



## 安放心的七个定点（处）





## 安放心的七个定点（处）

第一点（处）：鼻孔（男右女左）

第二点：内眼角、眼泪流出的位置  
（男右女左）

第三点：头部中心点，  
与眼睛同一高度

第四点：口腔上颌区，舌咽饮食点

第五点：喉结的喉结上方

第六点：腹部中心  
（与肚脐同一高度）

第七点：身体中心第七点  
（肚脐往上提升两指宽的  
腹部中心）



## 靜坐需知

### 一、忌有壓力：

當靜坐時，不要強迫自己，不要緊閉雙眼，以為這樣會更快看到光球或所緣。不要讓您手臂、腹部或身體感到有壓力，因為任何的壓力都會造成心離開您體內的中心點，而移到您感到有壓力的部位去。

### 二、當能看到任何東西時，忌求急進：

保持心處於中立，不過度緊繃擔憂，也不過度鬆弛渙散。不必擔心法球會在什麼時候出現，當心完全靜止時，它自然而然地會浮現，就如同太陽一樣，自然地升起與落下。

### 三、不必觀呼吸：

這個靜坐方法不需要觀呼吸，而是以憶念所緣的方式讓心集中、靜定。

當靜定到能證得「法球」時，能繼續往內觀「細人身」（即是做夢時所看到的自己）、「天人身」、「色界天人身」和「無色界天人身」（即欲界天、色界天和無色界天，「三界」內的身體），直至「種姓法身」、「須陀洹法身」、「斯陀含法身」、「阿那含法身」與「阿羅漢法身」（超越「三界」的身體）。

#### 四、時刻將心維護在自己體內的中心點：

在靜坐完畢後，還是要時刻將心維護在自己體內的中心點。不管是在行、住、坐、臥，都不要讓心離開體內的中心點，繼續保留在自己體內的中心點，觀想水晶球和默念佛聖號「三瑪阿羅漢」。

#### 五、把「所緣」接引到中心點：

把心中所緣，輕輕接引到體內的中心點。如果所緣消失了，不必追尋；只要繼續維持您的注意力於體內的中心點，然後默念佛聖號，心會自然地獲得寧靜，新的所緣也會出現。

以上所描述的基本靜坐方法，至少會讓我們體驗到心寧靜下來的快樂。如果研習者不放棄，繼續地精進練習，乃至證得法球，並能終身持續地維護在體內的中心點，它將會成為您今生的依靠，帶給您今生與生生世世真正的快樂。

（注：以上所敘述的靜坐方法，是祖師所教授與傳承的，如有何疑問，請向有經驗的導師或法師詢問，或至各分院中心，尋求指導。）

## 靜坐的益處

### 一、對個人的益處

心理方面：您的心會感到輕鬆舒服，平靜祥和，記憶力也會增強。

性格方面：您的自信心增加了，體現了自性的鎮定，而嗔心也隨之削弱，對待他人謙恭慈悲。

日常生活：您的生活素質，隨著壓力的消失而獲得提升，事業或學業都會更順利，進而身心健康。

道德與抉擇：能清楚地識別事情的對錯與好壞。再者，因為研習者了解因果規律，對重要的抉擇能做出正確的判斷，抑制錯誤的行為，並對自己所作的決定充滿了自信與滿足感。

### 二、對家庭的益處

寧靜與成就：家庭生活會更和諧，通過家人之間的互相尊重、互相體諒，身為父母者能更好的領導家人邁向美好的人生。

團結合作：家庭成員會齊心協力，攜手合作，解決彼此之間共同面對的問題。

### 三、對國家的益處

和諧安寧：個人不健全的性格，會給國家社會帶來很大的問題。如果每個人都能學習靜坐，使內心祥和平靜，人與人之間必能和睦相處，那麼，犯罪和濫用毒品的問題，就會與日銳減。

彼此尊重：修行靜坐與持守戒律，將會使人與人之間，更能互相尊重、互相體諒，這樣也勢必能消除個別社區的互相猜忌。

付出關懷：經由研習靜坐，我們在享受平靜的生活之餘，更願意參與社會的義務工作，為國家社會謀求幸福。

### 四、對宗教的益處

- 正確的了解佛教，以及佛陀教導世人解脫之道的恩澤。修習止觀禪定，將能自行驗證，明白能引領世人離苦得樂、趣向涅槃的修行之道真實存在。

- 促使對三寶產生堅定之敬仰，成為諸佛之護法者，進而加以推廣，成為正確地弘法與修行之主力。

- 延續佛之慧命，弘揚佛法。只要世上仍有信眾勤修戒定慧，佛教必依然昌盛不衰。

- 成為優秀的佛法善知識，當體證修行之益處後，將能以自身為榜樣，力邀親友共同行善：布施、持戒、修習禪定。

## 法身寺華語區各分院中心





### 泰國 (Headquarters)

法身基金會 Dhammakaya Foundation

23/2 Moo 7, Khlong Sam, Khlong Luang,  
Pathum Thani 12120 Thailand

+ (66) 2831-1000

info@dhammakaya.net

<https://zhs.dhammakaya.net>



### 新加坡 (Singapore)

Dhammakaya Centre Singapore

6 Sumang Walk Punggol, SINGAPORE 828675

+ (65) 6926 2072, + (65) 6383-5183

info@dhammakaya.sg

<https://dhammakaya.sg/>



### 馬來西亞 (Malaysia)

Dhammakaya Meditation Association of Selangor

( Wat Phra Dhammakaya Kuala Lumpur)

No 7, Jalan Layang-Layang 5, Bandar Puchong Jaya,  
47100 Puchong, Selangor, MALAYSIA

+ (60) 12-299-5869, + (60) 17-331-1599

<https://www.facebook.com/mydmckl/>

### Dhammakaya Meditation Center of Penang

1-3-1, 1-3-2, Tingkat Kenari 5, Kenari Avenue,

11900 Bayan Lepas, Penang, Malaysia

+ (60) 4-688-4405, + (60) 19-457-4270

### Dhammayothin Meditation Center (Butterworth)

3 Lorong Nuri Emas, Taman Nuri Emas, 14300 Nibong Tebal,

Seberang Perai Selatan, Pulau Pinang, Malaysia

+ (60) 12-576-9352



**台灣 (Taiwan) ／台灣法身寺禪修協會**  
**台北分院 Dhammakaya Center Taipei**  
220 新北市板橋區四川路二段 16 巷 9 號 3 樓  
3F.No.9, Lane 16, Sec. 2, Sihchuan Rd., Banqiao District,  
New Taipei City 220620, Taiwan(R.O.C.)  
+ (886) 2-8966-5072  
name072@hotmail.com  
<https://www.dmctw.org/tpe-center/>

**桃園分院 Dhammakaya Center Taoyuan**  
330 桃園市桃園區復興路 20 號 2 樓  
2F., No. 20, Fuxing Rd., Taoyuan Dist.,  
Taoyuan City 330045 , Taiwan (R.O.C.)  
+ (886) 3-335-4000  
nop\_sg@hotmail.com  
<https://www.dmctw.org/tyn-center/>

**台中分院 Dhammakaya Center Taichung**  
402 台中市南區復興路三段 313 號  
No. 313, Sec. 3, Fuxing Rd., South Dist.,  
Taichung City 402008 , Taiwan (R.O.C.)  
+ (886) 976-360-204  
<https://www.dmctw.org/txg-center/>

**高雄分院 Dhammakaya Center Kaohsiung**  
807 高雄市三民區河北二路 206 號  
No. 206, Hebei 2nd Rd., Sanmin Dist.,  
Kaohsiung City 807002 , Taiwan (R.O.C.)  
+ (886) 7-2610-720  
peaceposition@gmail.com  
<https://www.dmctw.org/khh-center/>





**中國香港 (Hong Kong)**

**Wat Phra Dhammakaya Hong Kong**

2/F, Henning House, 385-391 Hennessy Rd.,

Wanchai, Hong Kong

+ (852) 2762-7942

kittithano@gmail.com

**Wat Bhavana Kowloon**

Flat B, 24/F, Kingsford Ind Bldg, Phase1,

26-32 Kwai Hei Street, Kwai Chung

+ (852) 3597-5601

## 附錄:延伸資源

以下為書中提及之相關資源與參考連結，供讀者進一步探索

地圖資源：法身寺線上地圖

<https://naruemitsilpa.net/360/Map/>



奶奶傳記：大寶優婆夷——詹 · 孔諾雍老奶奶師父之生平

<https://zhs.khunyaichand.net/biography/>



## 貢獻者



書名： 與奶奶同在  
作者： 蘇妮達·納森 (สุนิดา นาคเสน)  
翻譯： 釋法深、許詠妍  
校對： 許詠妍  
排版設計： 許詠妍  
特別鳴謝： 泰國法身寺翻譯中心  
印刷廠商： Printing Co.,Ltd.  
出版日期： 2025年12月  
版權所有： 泰國法身基金會  
官方網址： [www.dmcchinese.tw](http://www.dmcchinese.tw)

本書內容與版權均歸泰國法身基金會所有。有關此書的任何部分，在未經出版者允許的情況下，請勿翻版或刊登在任何搜索系統或以任何其他方式播放、複印、收錄等。



## 特殊榮譽助印者

วัดพระธรรมกายไทเป 台北法身寺

วัดพระธรรมกายฮ่องกง 香港法身寺

พระครูสิริศาสนวิเทศ(ธณฺชฺ ญาณฐธมฺโม) 釋法深

梁月嬌、巴薇雯、巴枝強





## 榮譽助印者

高雄法身寺

วัดพระธรรมกายเกาลูน แก้วเกาลูนบุญอนันต์

กัลฯ สุขเกษม - ไมตรีจิตร์ สุพรรณานนท์ พร้อมครอบครัวญาติมิตร

黎育翔





## 助印者

วัดพระพรหมจางฮั่ว

พระครูปลัดนพดล จิตวิโส

และหมู่ญาติ

พระมหาเจษฎา กิตติฐานโน

และญาติมิตร

พระมหาขลิต อดุลโชโต

พระมหามนตรี ธมฺมรฤทธิโต

และกัลย กรกนกภรณ์ แซ่ซุ

พระมหาศุภณัฐ จันทขโย

และคณะญาติมิตร

พระมหาอภิชาติ ธมฺมญาณโน

ครอบครัว และทิศ 6

พระณัฐวัฒน์ อินทวิโร 釋勇杰法師

พระพัฒนา สิริวฑฺฒโน

พระสุนทร เขมพนฺโธ

釋善德法師與親友

釋法益法師

釋光明法師、莫關瑞蘭

釋覺念法師

釋稻慧法師

舒崇梅闔家

曾義雄

賴紅君

張雅芳

กัลย ขวัญดาว กุลวงศ์ และครอบครัว

กัลย ขวัญฤทัย อินเทพมงคล

กัลย คำปลิว อัครพัฒน์

กัลย คำเตย จง

กัลย จิตินันท์ แซ่ตั้ง และครอบครัว

กัลย ดี มุนินทร์ เขียะ

กัลย เตี้ย พชรมน เขียะ

กัลย ธารทิพย์ เจียดโคเวียด - ไดอานา โรเบิร์ต

กัลย นลินพรรณ ทัดธนวนค์ และครอบครัว

กัลย นันทนา เรียรเมธากุล

กัลย นิตยา ยานะสิงห์ และครอบครัว

กัลย บุญธรรม อำนวยปรีชากุล

กัลย บุญส่ง - อาคม ดีซ้อน

กัลย บุญเย็น ยานะสิงห์ และครอบครัว

กัลย เบญจวรรณ เฟื่องสกุล





## 助印者

กัลฯ เบญจวรรณ เมนากิจ และครอบครัว

กัลฯ ประนอม พูลสุขเสริม และครอบครัว

กัลฯ ปาริชาติ อินตะ และ 黃正宏大德

พร้อมครอบครัว

กัลฯ โปว์เจีย เฉิน

กัลฯ พรนิศา หวง

กัลฯ พญ.ลัดดาวัลย์ อ้อเผ่าพันธุ์

กัลฯ พ่อพันธุ์ พลศิริ

กัลฯ ฟอง สายสุทธิดี และครอบครัว

กัลฯ ภารณ์ คำแสง และทีศ 6

กัลฯ 王忻瑩闔家

กัลฯ ภาวิณีย์ อัศวจิระพงษ์ และครอบครัว

กัลฯ มณีกานต์ เฉิน

กัลฯ แม่วาปี พลศิริ

กัลฯ ยุทธพงษ์ ดีซ้อน

กัลฯ เขียวเรศ โจ

กัลฯ รมย์ชลี แรงเขตวิทย์ และครอบครัว

กัลฯ วันอัญเชิญ เจริญชัยจิระกุล

กัลฯ วิภาวดี แซ่ตั้ง และครอบครัว

กัลฯ เวชพิไลฐ บัวจวน

กัลฯ ศรัณย์ ดีบपालะ

กัลฯ ศิริลักษณ์ ศรีบุระเดช

กัลฯ สมชาติ ทองดินอก

กัลฯ ลิวลี หล่อวิมจล และครอบครัว

กัลฯ สุจิตรา ศรีสถิต และครอบครัว

กัลฯ สุนันท์ ชูไทย และครอบครัว

กัลฯ สุนิดา นาคเสน

กัลฯ สุภาภรณ์ ศรีวงศ์วรรณ และครอบครัว

กัลฯ สุวรรณ บุญสน และครอบครัว

กัลฯ อรุณศรี พลศิริ

กัลฯ อลงกรณ์ เขียะ

กัลฯ อารีพันธุ์ ตรีอนุสรณ์

กัลฯ อารีย์ ฤาฬี และครอบครัว

ครอบครัวธรรมานุการศรี

บุคลากรรุ่นที่ 24 ทองล้นองค์ 法身寺

第二十四屆成員—金光滿溢

王春霞

王賜英

庄榮材





## 助印者

余素嬌

吳婳配

邱金柳

林五妹

林秀嵐 闔家

林欣宜、林宜旻 闔家

林東元、游悅靈

林彥佑

林修平

林峻毅

林家碧

林鼎鴻

林雙平 闔家

林瓚佐

洪傑儒

許詠妍 闔家

陳金寶

陳侯靚 諷

陳勇吉

陳娟娟、林冠男

陳閔勛

曾子灝

游鴻添

游鴻謐

楊栩渙

黃月平、宋德元

黃月英

黃淑嫻

黃碧維

黃龍棗

廖惠卿

蔡欣宜

劉欣詠

黎淑惠

黎潘賢女

龍星云 闔家

鍾昀澤、胡斯遠 闔家

謝涵美

謝發龍

藍月數位行銷有限公司 張俊偉

羅梓毓 闔家

關書佩

蘇阿有

Katsu



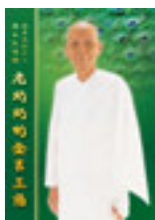


謹向所有慷慨助印的善心人士，致上最誠摯的謝意；也感謝此刻正在閱讀的您。願這些來自親近侍者的側寫與回憶，能帶您走近奶奶的身影，感受她日常中的溫潤風采。更願本書能成爲一座橋樑，引領您探尋奶奶完整的教法與智慧。誠摯邀請您參閱奶奶的其他相關著作：



《導師之行道》

本書詳細闡述了北欖寺住持帕蒙昆貼牟尼祖師與詹老奶奶的生平事蹟。



《老奶奶的金言玉語》

一本匯集奶奶修行智慧的語錄集。由內自省，延伸至待人處世，爲讀者提供清晰而實用的修行指引。



《奶奶在我心中》

由法勝大師講述，記述奶奶如何精深透徹地修習法身法門，被祖師譽爲「獨一無二」。



《真正的智者》

收錄素汶查頗法師的開示，敘說奶奶簡樸又高尚的生活方式和深厚圓滿的德行。



《生於老奶奶的雙手》

法身寺現任住持釋心威長老記述奶奶親手建立寺院、教導人才、並弘揚法身法門的珍貴事蹟。



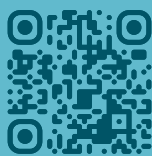


作者 蘇妮達·納森 ( สุนิดา นาคเสน )

大寶優婆夷詹·孔諾雍老奶奶師父侍者



「奶奶猶如菩提樹，令人懷思可倚托，  
弟子恰若林間鳥，棲身波羅蜜蔭中。」



法身基金會