

2019 年 10 月 1 日

照亮薩達納修行之路，成就人生的最高使命

親愛的讀者，

我們正在跨越新的門檻，踏進十月 --- 這是一個獻給古魯瑪義的古魯，巴巴穆坦南達的月份。我們親切地稱十月為巴巴之月！沙拉德月圓日（Sharad purnima），印度雨季結束後的月圓日，就落在印度農曆 Ashwin（音譯：阿樹文）月。這是神聖吉祥的一天，三十七年前，巴巴吉在世間功德圓滿，進入大圓寂。祂從此永遠融入最高意識。今年，我們將在 10 月 2 日（陽曆週年）和 10 月 13 日（農曆週年）紀念這一神聖的日子。

這個月，我們特別銘記及崇敬巴巴吉光輝的一生。祂達到薩達那修行目標，成為即身成就者（jivanmukta）--- 一位尚在人身就已開悟解脫的人 --- 之後，巴巴吉將祂慈悲的恩典賜予求道者，讓他們也有機會成就他們的最高使命。

偉大的聖者度過自己的人生，傳授教誨以提升全人類。巴巴吉和我們的師尊古魯瑪義希望我們認識自己的真我，認識我們與上主相連的深刻永恆的愛。祂們不僅希望我們這樣做；祂們還向我們展示如何認識並與上主相連。能夠領受如此無限、深不可測的恩典和慈悲，是我們莫大的福氣。

十五世紀的詩聖卡比爾說：

要知道，由於上主的恩典，你才能誕生為人。

要知道，只因師尊古魯的恩典，你才能從生死輪迴中解脫。

在悉達瑜伽道路上，在我們當中，許多人慶祝巴巴之月的一個方法，是參加每年為紀念巴巴穆坦南達大圓寂而舉行的沙迪帕精修課。通過師尊古魯瑪義的仁慈聖願，沙迪帕精修課中所發生的靈性能量的覺醒，是每個求道者人生的轉化契機。我們每次參加精修課，都會對自己的真我有更深刻的瞭解，並有助推進我們的薩達那修行。

今年精修課的題目是“心念的力量 — 瑪璣卡沙迪”。精修課將於 10 月 19 日或 20 日在全球多個地方首度舉行。請登錄悉達瑜伽道路網站以獲取更多資訊。

自年初起，我們一直投入研習古魯瑪義 2019 年的主題信息，以及祂在《2019 年甜美的驚喜》中賜予我們的教誨。我們在每個月都專注於其中一項教誨。我在準備這封十月之信的時候，其中一項教誨不斷湧現。我覺得奇怪 --- 怎麼會這樣？接著我明白了，它是在提醒我，因為這項教誨在我的薩達納修行至關緊要。儘管我在五月之信中已經提及，我希望可以再次與你們分享。在我看來，我們繼續研習古魯瑪義的主題信息時，這項教誨值得我們在今年最後幾個月進行格外思考。

古魯瑪義在講話中指導我們要作“適當的努力”，而且要努力不斷，來幫助我們的心念轉向它自身的光芒。古魯瑪義教導我們什麼是“適當的努力”，以及如何作出這種努力。當我聆聽古魯瑪義的講話，再次專注及思考這項教誨時，我很清楚，要薩達納修行取得進展，要達到薩達納修行的目標，這是關鍵因素。我的求道要取得成果的話，我真的必須瞭解，在當下什麼才算是適當的努力，並學會如何付出適當的努力。

在薩達納修行中，你們是否曾想過：“我付出那麼大的努力，那麼用功修煉，為什麼沒進展？”我記得許多這樣的時刻，儘管一直嚴謹地修煉，但好像停滯不前。古魯瑪義在《甜蜜的驚喜》中的教誨向我顯示，懂得如何作出適當的努力很重要。我們常把艱苦努力誤認為適當的努力。實現薩達納修行目標所需的適當努力，其本質和全部意義是什麼，當我們瞭解之後，再下功夫，我們便可以與心念為友，並把它引向它自身的光芒。為了加深你對這項教誨的理解，你可以再次參加《甜蜜的驚喜》--- 它仍登載於網站上。

本月的悉達瑜伽道路網站登載了一系列專欄，讓我們在加深研習古魯瑪義信息時，能夠享受並參與其中。這些專欄還讓我們有機會更多地瞭解特別的節日。我很高興為你介紹其中的一些專題：

- **巴巴的大圓寂** --- 在這裡，你會發現許多令人驚奇的珍寶，包括巴巴的教誨、祂的達省和智慧，等等。
- **巴巴月亮的圖像** --- 這是網站上一個很受歡迎的專欄，裡面刊有世界各地悉達瑜伽士傳來的漸盈月和巴巴圓月的照片，供所有人欣賞。你可以找到如何提供貴地月亮照片的方法。
- **反思古魯瑪義的主題信息** --- 這是新專欄，刊登投稿者對《2019年甜美的驚喜》一項自選的教誨所作的探討。
- 來自世界各地不同傳統的**故事**，幫助我們修習古魯瑪義的主題信息。
- **第36週作業表** --- 這將是協助我們研習古魯瑪義2019年主題信息的最後一份作業表。
- **冥想課程**已於九月結束；但你們仍可以註冊參加今年以來的全部或單次的課程。

本月我們慶祝以下的幾個節日。

- **九夜節** (Navaratri) --- 這個獻給女神的節日於 9 月 29 日開始，持續至 10 月 6 日（印度的 10 月 7 日）。在師尊穆坦南達雅詩藍，九夜節的每個晚上都有一個特別的普佳（puja），以敬拜女神的不同形態：瑪哈杜爾迦（Mahadurga），大吉祥天女（Mahalakshmi），和大妙音天女（Mahasarasvati）。網站將刊登許多九夜節的專欄，包括普佳照片、一篇闡述普佳供品的意義的文章，以及靜心法或冥想女神不同形態的引導錄音。敬請更多瞭解如何從貴地參與這個節日慶祝活動的資訊，例如，通過發願和學習獻給女神的 Jaya Devi Arati（獻祭女神儀式）的歌詞。
- **十勝節** (Dasera) --- 印度農曆十月初十，九夜節結束的那天，將舉行十勝節 (Dasera) 活動。這一天也稱為 Vijayadashami（音譯：維佳雅達沙米）--- 慶祝在該月的第十天獲勝。偉大史詩《羅摩衍那》講述主拉瑪在蘭卡戰場上戰勝魔王羅波那 (Ravana) 的故事。今年的十勝節將於美國的 10 月 7 日和印度的 10 月 8 日舉行慶祝活動。
- **排燈節** (Divali) --- 這是燈節，是慶祝主拉瑪流亡十四年後重返阿約提亞王國的節日，其事跡記載於《羅摩衍那》。那天是新月夜，阿約提亞王國的子民沿途點亮了燈，照亮他們心愛的主拉瑪回國的路。每年，在印度農曆 Kartik（音譯：卡提卡）月的新月夜，即今年的 10 月 27 日，印度人都會點亮屋內和屋外的燈，以紀念主拉瑪歸來，同時也邀請女神吉祥天女 (Lakshmi) 進入他們的家 --- 正像主拉瑪返回阿約提亞王國並成為國王之後，每個家庭都迎進了豐裕和幸福一樣。排燈節的慶祝活動從 10 月 24 日（印度的 10 月 25 日）的 Govatsa Puja（音譯：夠瓦薩普佳）開始，在 10 月 28 日的 Bali Pratipada（音譯：巴裏帕提帕達）到達頂峰，這天在印度北部是慶祝印度新年。

在這個充滿喜慶的月份，當你投入到沙迪帕精修課，當你慶祝這個十月的每一次盛事時，一定要付出“適當的努力”。願你嚐到甜美的成果：看見心念與自身燦爛的光芒同輝！

那些以前不知有我存於世的人，
今天，在遇到我之後，都想認識您，古魯瑪義。

懷著尊敬，
Garima Borwankar（音譯：伽妮瑪·博萬卡）



© 2019 SYDA Foundation®. 版權所有。

© 2019 SYDA Foundation®. 版權所有。