

巴巴的徵兆

2020 年 10 月 1 日

親愛的讀者，

每年，在整個十月，也就是我們慶祝巴巴大圓寂 --- 祂離開塵世與神聖真我完全融合的時候，古魯瑪義都鼓勵我們去觀察巴巴的徵兆。巴巴的徵兆是怎樣的？只要有意願和專注，我們就可以體驗到世界上充滿巴巴的徵兆！巴巴的恩典彰顯的方式如此豐富，一旦我們的注意力轉向擁抱此機會，我們每天都可以看到巴巴的徵兆。這樣，我們就能察覺到，既與無限合而為一，又讓其臨在與愛彰顯於我們生活中的巴巴了。以下是我寫的一首詩，以加深我對這神聖悖論的理解和體驗：

現在，讓我們慢下來，

為光，為心，

為一切充滿生機的寂靜

騰出空間。

我們崇拜的祂在內。

我們崇拜的祂在外。

我們該往何方？

古魯瑪義邀請我們觀察巴巴的徵兆，給我們帶來愉快的挑戰：以嶄新的眼光去觀察日常世界，在遇到的一切中認出光輝的真我。也許你甚至想到，在整個被悉達瑜伽道路稱為“巴巴之月”的十月裏，隨身攜帶小筆記本，以便寫下經歷到的所有巴巴徵兆。我期待着自己這樣做，同時拍下我在這段時間看到的光影和美麗的瞬間。

巴巴是在 1982 年 10 月 2 日，一個月圓日，進入大圓寂的，所以每年的紀念日，按陽曆(西曆)是 10 月 2 日，而按農曆(印度曆)則是月圓日。2020 年，我們將在 10 月 31 日慶祝巴巴的農曆大圓寂，這天不僅是月圓日，也是一個藍月日 --- 西曆這個月的第二次滿月。在西方，*once in a blue moon*（藍月亮出現才有的機會）指的是既稀有又珍貴的東西，用它來形容像巴巴這樣的偉大靈魂的一生和祂的恩典，最貼切不過了。

對我來說，如巴巴 --- 和古魯瑪義那樣 --- 持續處於體驗實證上主，並全心全意把他人帶到同樣崇高的境界，這樣關聯生命的靈性美德實在超乎想像。然而，根據印度傳統，在這些聖者的大圓寂紀念日向祂們致敬的人，會獲賜這靈性功德的一部分。因此，我們要在這神聖日子銘記巴巴。

在巴巴穆坦南達大圓寂的月份，我們每人都可以選擇銘記巴巴的方式。今年什麼方式最吸引你思念巴巴呢？是閱讀悉達瑜伽士分享他們對巴巴大圓寂的的體驗？是探索古魯普佳修煉？是為悉達瑜伽道路網站拍攝漸圓月的照片？還是以其眾多曲調之一詠唱 *Om Namo Bhagavate Muktanandaya*，歌頌巴巴的聖名？

我讀了網站有關巴巴大圓寂的描述後，受到感召，要到古魯德悉達坡的巴巴三摩地聖殿作一次精神朝聖。我由衷地渴望感受巴巴，祂在世時我沒見過祂，我希望親炙祂的臨在。我坐下來冥想，內視自己穿過古魯德悉達坡的前蓮花門，首先進入庭院，在那裡我向古魯瑪義的聖座叩拜。我在那裏逗留了幾分鐘，在古魯臨在的平靜中渾然忘我。然後我去三摩地聖殿，以為一進門，就會在巴巴安息的莊嚴的大理石聖墓前的高臺上見到祂的聖鞋。然而，我發現巴巴站在那裡，就像在等我似的。祂高興慈愛地對我微笑，然後擁抱我。我心內有些什麼融化了，深邃的平靜和愛油然而生。那感覺既奇特又平常。我覺得巴巴一直在我身邊，保護著我，指引著我，不論何時，只要我的心把我拉向祂，我都可以與祂在一起。這種恆存弟子心中的臨在，是悉達瑜伽古魯所賜的恩典。

你曾否想過，恩典究竟是什麼？

在現今世界面臨巨大挑戰之際，我一直反覆深思什麼是恩典，以及它如何改變我們的人生。在最超然的層面，恩典的神聖力量喚醒我們的神性 --- 我們的真正本質，並將我們的渺小感轉化為覺知我們身心、世界和身邊的人的光與美。這真是個奇蹟！通過沙迪帕迪沙（*shaktipat diksha*）--- 喚醒我們內在的神聖空達里尼能量 --- 古魯使我們走上覺知之路，逐漸認識到上主之光就是我們自身的光。

恩典也可能以完全個人化和妙趣的方式，輕微地彰顯於我們的生活中，例如天然的心形小石塊，適當時候出現的友好臉龐，或者是孔雀羽毛形狀的雲朵。正如我所提到的，整個十月裏，你都要仔細留意巴巴的徵兆：在大自然中、在他人身上、在遍佈我們生活的大小美景和奇蹟中。這些都是神聖恩典的彰顯。

我要向你介紹一個恩典展現的可愛方式，是悉達瑜伽道路網站題為《*Divya Sukta* -- 恩典的色彩》的網頁。這裡古魯瑪義展示了一系列簡明的教誨，有些很簡短，有些只有一個字長。每個教誨都巧妙地展示在一幅瑰麗的大自然照片上。也許你像我一樣，會受到啟發而選擇一項你特別喜歡的教誨，在網站瀏覽器上整天打開這個頁面，以便自己不斷重溫它的美麗與智慧了。

十月也是我們對古魯瑪義主題信息的反思進行吸收，並敬拜偉大女神的大好時機。

反思古魯瑪義的主題信息

悉達瑜伽修煉的其一個最重要的方面，是在我們日常生活中學習、思考和實踐古魯的教誨。在《反思古魯瑪義的主題信息》專欄，悉達瑜伽學員分享了他們對思考和實踐《甜美的驚喜》其中一項教誨的體驗。2020 年，這些反思從九月已開始刊載。每一篇都是珍寶；每一篇都激勵我們在薩達納修行和生活環境中實踐古魯的教誨。更多內容將在十月刊載。

九夜節和十勝節：10 月 17-24 日（印度的 17-25 日）和 10 月 25 日

納瓦羅蒂 (Navaratri)，“九夜節”，是印度的傳統慶典，向尊貴的女神和萬物之母 Devi 致敬。祂的本質是至高無上的沙迪，表現為多種形態的女神，以保護和提升世界。

在印度，2020 年的九夜節將在 10 月 17 日至 25 日舉行。在悉達瑜伽道路，習慣上連續三晚向三種形態的至尊女神致敬：依次是瑪哈杜爾迦 (Mahadurga)、大吉祥天女 (Mahalakshmi) 和大妙音天女 (Mahasarasvati)。在西方，今年的慶祝活動在 10 月 17 日至 24 日舉行，使傳統的九夜只得八晚。出現這種情況，是因為月亮週期的緣故，兩個吉祥夜晚落在同一個晚上。因此，在師尊穆坦南達雅詩藍，今年的頭兩晚將紀念瑪哈杜爾迦。這兩晚會進行所有應當供奉的普佳。

在印度和西方，10 月 25 日是十勝節 (Dasera)，也稱為十勝凱旋節 (Vijayadashami)，“第十天”和“勝利日”。在印度，這是一年中最吉祥的三天半之一。神聖經文記載，在這輝煌的一天 --- 儘管年份，甚至年代不同 --- 至尊女神擊敗了惡魔瑪何沙 (Mahisha) (《瑪哈密亞女神》)，主羅摩戰勝了十頭的羅瓦那 (《羅摩衍那》)；潘達瓦王子們在流放十三年後歸家 (《摩訶婆羅多》)。因此，十勝節以多種形式標誌著光明戰勝了黑暗。

《修習真我》學習課程

如你所知，《修習真我》(Svadhyaya) 學習課程於週六在悉達瑜伽宇宙大廳以視頻流直播形式進行。梵語 *svadhyaya* 的字面意思是“自修”，而正如學習課程的常務總

監斯瓦米阿堪達南達（ Swami Akhandananda ）在導言《*Svadhaya* 是什麼》中指出，*Svadyaya* 也指“修習真我”。它是指歷史悠久的複誦神聖文本的修煉。在這些學習課程中，我們得到有關如何複誦《師尊古魯之歌》的具體指導，以便我們有意識的 *svadhyaya* 修煉能更有效地引領我們去理解和體驗神聖真我。

在第一節課程中，斯瓦米阿堪達南達談到 *Svadyaya* 更深層的含義，並介紹了那週的重點主題：在悉達瑜伽道路網站上可以找到多種學習機會的指引。在《修習真我》的學習課程 II 中，斯瓦米吉詳細解釋了我們在複誦時，無論是坐在地板上還是椅子上，都應該採用的正確“姿勢”（ *asana* ）。然後，他帶領我們，按照古印度吠陀聖賢們所賜予的“與神聖真我同一不二”的真言，寫下了我們對靈性修煉的個人自我肯定。在我們深入有“ber”字母的月份之際：十月（ *October* ），十一月（ *November* ），十二月（ *December* ）--- 在北半球，有些人會把它們看作“*brrrr*”月份（翻譯按：冷得打哆嗦的意思）--- 我們正進入悉達瑜伽修習一個充滿啟發和創新的時段。

在我心目中，巴巴一生中最偉大的傳承之一，就是在師尊穆坦南達雅詩藍入口上方，以祂自己的說話表達的教誨：“上主在你之內，上主就是你。”最近，一位來探望我和妻子的朋友講述她二十多年前到達雅詩藍時的體驗。她說，當她在雅詩藍入口的拱門上看到巴巴的教誨時，一股喜悅的洪流湧遍全身，帶給她絕對的信念，上主的確在她之內，上主就是她。這位女士是神經科學家 --- 一個研究大腦的

人 --- 她非常善於觀察自己大腦發生的一切。令她驚訝的是，巴巴的教誨把她長期以來自覺是罪人的感覺一掃而空，取而代之的是無限的平靜和完滿感。

同樣地受到巴巴和古魯瑪義的恩典和教誨觸動的人，數目雖然無法統計，但我喜歡想像一個蔥翠微妙的花園，以某種方式遍佈全球，扎根在許多、許多、許多人的心靈和生活中。我認為這是悉達瑜伽道路傳承的核心。在本月慶祝巴巴大圓寂之際，我們每人都可以反思自己的轉化，以及我們如何負責，為悉達瑜伽傳承作貢獻，造福未來的世代。

致上溫暖的問候，

Paul Hawkwood (音譯：保羅何活)



© 2020 SYDA Foundation®. 版權所有。