

虔誠

古魯瑪義捷維拉薩南達

為生日喜樂而選取的美德

悉達瑜伽冥想老師羅拉·迪金遜闡釋

虔誠的含義包括深切敬重和神聖敬拜，以及內在信仰和外在修煉ⁱ。在梵語，表示虔誠的詞語是 *bhakti*（音譯：巴克提），著名的韋達聖人那拉達將整部經典《那拉達虔愛經》（*Narada Bhakti Sutra*）奉獻給這個主題。那拉達將巴克提定義為「愛的最高形式」，意思是對上主的愛ⁱⁱ。這純粹的愛會隨著你在靈修道路上的進步自然自發地綻放。

每位追尋真理的求道者都有與生俱來的能力，去發現內在的巴克提藏庫，因為渴望實行靈性修煉本身就是巴克提。當你實行靈性修煉時，巴克提會彰顯為不同色彩、不同樣貌的感覺：內心升起的深邃平靜；滲透身心每根纖維的甘甜，從心靈迸發出的喜樂能量。

巴克提本身也是一種修煉。十三世紀聖哲奈安涅殊瓦瑪哈拉吉在其撰寫的《薄伽梵歌》評註中，以精確的詩意揭示了修煉虔誠的奧秘，為想培養巴克提的求道者開闢了一條路徑。

奈安涅殊瓦瑪哈拉吉說，

कां चैतन्याचिये पोवळी - । माजीं आनंदाचां राउळीं ।
गुरुलिंगा ढाळी । ध्यानामृत ॥ १८६ ॥
उदयिजतां बोधार्का । बुद्धीची डाल सात्त्विका ।
भरोनि त्र्यंबका । लाखोली वाहे ॥ १८७ ॥

kā caitanyāciyā povalī, mājī ānandācyā rāuḷī,
gurulingā dhālī, dhyānāmṛta.
udyizatā bodhārkā, buddhīci ḍāla sātvikā,
bharoni tryambakā, lāxholī vāhe.

[求道者]在真我喜樂的聖殿安放了古魯的聖像，並將冥想甘露灌澆其上。
對大梵的覺知如太陽般升起時，他讓自己的智慧籃子滿載純潔的感情，
將感情開的花獻給古魯形相的香卡（譯注：希瓦的別稱）。ⁱⁱⁱ

在這段描述中，求道者將自己的心靈看成廟宇，安住其中冥想，觀想古魯。他喚起的內在景象引發虔誠心。當虔愛與日俱增時，他將它視為聖禮，回饋給古魯。他秉持的覺知是，古魯就是香卡，上主的一個名號。當求道者在內心繪畫這場景時，巴克提便油然而生。

你也可以通過內心凝視上主造物的一個方面來修煉虔誠。例如，你可以構思一幅大自然的圖像，如莊嚴的山、雄偉的樹，或寧靜的湖。抱著對它們固有神性的覺知，把注意力集中在這些景象上，可以讓對上主的愛在心靈深處浮現。

古魯瑪義在《律己瑜伽》中闡釋了巴克提的巨大力量。祂說，

對上主的虔誠遠非只是一種感覺。虔誠會讓上主為你活現。虔誠也會邀請你敬拜的主進入身內、心念和生活中。無形會變成有形，你可以與之交流。^{iv}

當你將敬拜的對象帶入自己之內，會產生點石成金的作用。空達裡尼沙迪---靈性力量或能量---在你體內增強，你會開始獲得自己所敬拜者的品質。通過肯定內心綻放的虔誠，你會培養對上主深刻的愛，而在這過程中，你會發現上主為你活現。

虔誠的自我肯定

我肯定心靈聖殿中虔誠的力量。



ⁱ 《簡明牛津英語詞典》，第五版(英國牛津:牛津大學出版社，2002 年)。

ⁱⁱ 《虔愛經》，2；威廉·K·馬奧尼，《精微奧妙的愛：就那拉達的〈虔愛經〉對靈性生活的反思》（戴維森，北卡羅來納州：薩爾瓦哈瓦出版社，2014 年）頁 37。

ⁱⁱⁱ 《奈安涅殊瓦理》，13.386–387，斯瓦米穆坦南達，《完美的關係：古魯與弟子》（紐約州南福爾斯堡：悉達瑜伽基金會，1980 年），頁 164。

^{iv} 斯瓦米捷維拉薩南達，《律己瑜伽》（紐約州南福爾斯堡：悉達瑜伽基金會，1996 年）頁 26。