

要採取具體行動

古魯瑪義 捷維拉薩南達 的講話

師尊穆坦南達雅詩藍

2020年10月31日，星期六

【2020年10月31日，星期六，舉行了古魯瑪義在場的悉達瑜伽慶祝薩桑，以紀念巴巴穆坦南達大圓寂38週年。這場薩桑由悉達瑜伽基金會製作，通過視頻流，從師尊穆坦南達雅詩藍的薄伽梵尼坦南達聖殿直播。

這場薩桑的標題是“安住於神聖安然的國度”（“*Reside in the Realm of Divine Repose*”）。古魯瑪義最初已將此標題賜予2020年的悉達瑜伽沙迪帕精修課。但由於這場疫情，沙迪帕精修課未有在本年舉行，故此古魯瑪義要求將此標題用於這場薩桑。

薩桑以一段“向巴巴致敬”的視頻開始。接下來，悉達瑜伽宇宙大廳的所有參加者向巴巴穆坦南達的摯愛古魯薄伽梵尼坦南達供奉搖燈。斯瓦米伊施瓦南達闡述了巴巴的一生和傳承，以及巴巴在世界各地成千上萬的求道者心中燃起的光。

我們與古魯瑪義一起複誦了《師尊古魯之歌》，又頌唱了雅曼卡里安調（*Yaman Kalyan raga*）的 *Om Namah Shivaya*，古魯瑪義經常說，從巴巴還在世以來，這就是孩子們最喜愛的頌歌。

唱誦之後，古魯瑪義發表了以下的講話。】

~ 伊莎·撒迪賽

巴巴穆坦南達大圓寂 --- 38 週年。為了紀念這一盛事，你們完成了《師尊古魯之歌》的複誦修煉 (*abhyasa*)。你們的歌聲聽起來很甜美。是你們的虔誠讓歌聲甜美。甜美得就像學步的羅希特 (Rohit) 的虔誠，就像他今天輔佐我向薄伽梵尼坦南達供奉普佳那份虔誠。

你們身處這裡高興吧？你們身處那裡高興吧？你們身處悉達瑜伽宇宙大廳的每個角落高興吧？

聖賢們在奧義書中闡釋了至高無上的真我。真我不用眼睛卻能看。真我不用耳朵卻能聽。真我不用鼻子卻能聞。真我不用舌頭卻能嚐。真我不需外物卻能觸。我必須說，在這場疫病大流行的艱難時期，我感到聖人的教誨更鮮活。

隔離是全世界都關注的大問題 --- 這是可以理解的。

我記得在印度成長時，拜訪古魯德悉達坡的日子。我們一旦進入雅詩藍，就待在雅詩藍。由於專注於無私服務，我們從不離開雅詩藍的範圍。但一點都不覺得像隔離。只知道我們想留在雅詩藍 --- 而我們真的就在雅詩藍！只要人在雅詩藍，別的不重要。

因此，這段隔離時期感覺就像在靈修環境中。我並不是說，要不負責任地把一切都變成“高尚”的哲學。不是要把現在正在發生的事情變成哲學。但是，擁有哲學的真知 --- 擁有真正的哲學智慧 --- 確實會有幫助。要養成一種習慣，無論何時發生什麼，你都要用真知、智慧和聖典教誨來透視它。

我們很容易受不可預見的變化強風所動搖。在壓力之下，你很容易會放棄自己的力量。很容易依賴恐懼感。很容易以恐懼為必然反應。“我害怕。我恐懼。我畏怯。我驚慌。我嚇壞了。我怕得要死。我嚇僵了。”

一旦進入恐懼國度，你認為誰會救你出來嗎？難道你不知道？是你自己創造了自我的。你做什麼，就會是什麼。所以，更努力地來實現薩達納修行的成果，這要好得多。因為你一旦發現自己處身於體驗自己美善的空間，你的美德之所 --- 你會注意到所有人都來找你，因為他們知道你有點子。你有好東西來提升他們的靈性。

要記住：要是你進入恐懼國度，沒人願意在你身邊。他們不會理你。這種孤獨不是印度聖典所說的令人欣慰的獨處。這種孤獨像大黃蜂的蜂窩，沒人願意碰它。

但是，如果你用提升自己的真知來裝飾自己，那麼你將創建天堂，所有人都想來“你的”天堂漫遊。不是這樣嗎？誰想下地獄？我認為沒有人會這麼做。人們生氣時，可能會叫你下地獄，但是你告訴自己：“我知道有個更好的地方。”

不錯，我們正處於艱難時期，而且它似乎正在自我延長。看新聞的人都聽說這充滿挑戰的時間在繼續延長。就像簽證延期一樣。只不過病毒不受政府管轄。沒有人能根除這病毒。它像個逃犯，最有造詣和名望的科學家憑著專業知識也奈何它不得。它正在玩弄人類，好像對我們使眼色，說：“我不是任由擺佈的傻瓜。”

那麼，你可能會問，是誰為這病毒簽發“簽證延期”的？讓我們想想。嗯。我們要花多長時間才能弄清楚？會是誰？是大象？鯨魚？長頸鹿？河馬？恐龍？

好吧 ... 讓我們照照鏡子吧。是我們！是這個星球上的人。是人類讓這疾病不斷蔓延 --- 是那些自以為非常、非常聰明的人，以為知道自己在做什麼的人，以為自己不需要科學家的人，以為自己已經做足準備的人，還有以為自己不在乎的人。

所以，難道不是這些人在傳播這種病毒，給它一次又一次，再一次的簽證嗎？簽證（*Visa*）。病毒（*Virus*）。勝利（*Victory*）。值得思考的是，所有這些單詞是如何以相同方式開始的（翻譯按：都是以 V 字開頭）。

如何戰勝這病毒？這取決於每個人。歷史告訴我們，是人類決定全球疫病大流行何時結束的。

我也聽說過抗疫疲勞。有趣的是：人們在談論抗疫疲勞。他們在談論抗疫抑鬱症。他們在談論全球疫病所致的人命損失。他們在談論與全球疫病相關的失業問題而感到絕望。我想看到的是，人們沒有因為悲觀而撒手不管，而是做些積極的事，採取簡單行動來克服這種惡性病毒的影響和破壞。

每次聽科學家和專家發言，他們都說：“我們對這種病毒還有很多不瞭解的地方。”當專家這樣說時，我們就得更加謹慎。就好像你還是小孩時，父母告訴你他們對這件事不了解，那麼你就得小心了。如果你父母不懂，通常意味著這事你不應去做。當然，一旦你成年了，就會知道該怎麼做。但是我現在說的是當你還小的時候。在這種情況下，我們這些既不是科學家又不是專家的人，不可忽視他們的警告。

如果動盪時期有關專家告訴我們一些信息，聽取他們的建議是至關重要的。與其對安全隔離大喊大叫，不如把這看作是你的個人時間。如果開始覺得自己快要發瘋了，想想，比如，你會如何教孩子處理這種情況。無論發生什麼，你都有理由看來快樂，感到快樂，創造快樂 --- 因為你知道孩子敬重你，希望你能把最好的給他們。同樣地，即使世間其他人都陷入困境，你也得取用你的真知，你的智慧。你能做到。

實際上，自今年3月以來，師尊穆坦南達雅詩藍就一直處於全面封鎖狀態。只要生活中有合適的人負責，你就可以成功。你為什麼不往豁達處想？如果你相信教誨：凡事為最好而發生，那就問問自己：為確保這個結果，我的達爾瑪是什麼？

你想不想更深入地審視自己和自己的行為呢？你想不想自我檢視一下呢？在通往心靈的路上，你放置了什麼路障？即使你認為自己無法進入內心，也可以用消除通往

心靈的路障來打發時間。說實在的，進入心靈並不難。都是你自己一手造成的的問題和情況，使它變得艱難。因此，就像你清理雅詩藍的小徑，清理家居，清理辦公室一樣，也要清理通往心靈的路。這就像我在薩桑經常講的，一個關於著名畫家的故事那樣。他沒有繪畫 --- 他只是擦鏡子，因為美已經在他周圍。美只需要映照出來而已。

你會承諾自己去體驗內在的美、內在的幸福嗎？悲傷 --- 不要害怕悲傷。不快 --- 不要害怕不快。要跨越它。多少海浪拍打在沙灘上？衝浪者知道哪一波最適宜駕乘。同樣地，你心裡可能出現很多感受。但是，只會有一種感受值得你追隨 --- 要駕乘它。放膽追隨自己的感受。駕乘那幸福之波，去創造幸福，創造健康，創造華麗，創造奇蹟。

很有意思，不是嗎？你如何能創造奇蹟？好好想想。如果你發現自己處於正確的內心狀態，奇蹟就會發生 --- 就這麼簡單。

今天，在悉達瑜伽宇宙大廳，由悉達瑜伽基金會贊助的視頻流直播中，《師尊古魯之歌》的唱誦歌聲很甜美。太美妙了，真的。當我複誦《師尊古魯之歌》時，我只想即興創作。每當我覺得某些東西很美，很溫潤，很精緻時，我就想即興創作，就想高歌。所以，這告訴了我，巴迪巴巴接納了我們今天的《師尊古魯之歌》唱誦，而且巴巴穆坦南達也非常滿意。捷捷（Jay jay）。

感謝你記得哪天是圓月日。是的，是今天！在一些國家，今天是冬令時間。在美國，今天也是萬聖節。在過去，今天是成年人擁抱光明的日子，而現在是孩子以糖果的形式來擁抱光明。真甜美。

我們吃了以《師尊古魯之歌》唱誦為形式的糖果，現在我們準備以糖果的形式跟孩子們分享那份甜美。孩子們的笑容很甜美。他們的聲音很甜美。我很高興小羅希特的父母決定在師尊穆坦南達雅詩藍奉獻無私服務，這樣他就可以在雅詩藍長大。我喜歡聽他的聲音。

我總是告訴孩子們，“請永遠保持這種聲音。”他們從不聽我的。從來不聽。他們長到十二歲，十三歲，長到十四歲，聲音就變了。不僅如此，他們被這個世界迷住了，這個世界也被他們迷住了---終於，若干年後，到了一個點，他們開始求道。聖人就會說：“我的孩子，你回來了。”

如果你身邊有孩子，請給他們時間，跟他們一起玩，教育他們。享受與他們作伴的時光。他們很喜歡和我們在一起。讓他們知道你多喜歡與他們作伴。你給孩子一點點愛，會回報很多。成年人則無論你給他們多少愛，他們都想要更多，更多，更多。而小孩，一點愛就可以幫助他們綻放成最美好的人。所以，抽空與自己的孩子相處，與別人的孩子相處。如果你身邊沒有孩子，尤其是在隔離期間，那就想想他們。想想你認識的孩子。想想你將會認識的孩子。想想你將會生育的孩子。想想世界各地的孩子。

前幾天，羅希特與我一起向巴迪巴巴的聖鞋供奉普佳。當他正要將米粒倒在聖鞋上時，我告訴他：“在倒米粒之前，告訴巴迪巴巴，“巴迪巴巴，我希望世界上所有飢餓的孩子都有食物。”然後，今天當我們再次向巴迪巴巴的聖鞋供奉普佳，羅希特將米粒倒在銀製聖鞋上時，他不停地說：“這聲音太美了。”他指的是米粒碰到聖鞋的聲音。

巴迪巴巴熱愛小孩。要是你想為孩子祈福，巴迪巴巴是最佳的神祇之一，也是無以尚之的古魯，因為祂對所有孩子的愛既深且廣。

要是你想支助孩子們，可以通過各種照顧孩子的慈善機構。要是你有剩餘的玩具，就想辦法送給他們。又如果你看到有孩子流落某地，可能看到圖像或視頻，又可能是聽聞他們的處境，那就抽出一刻來獻上你愛的淚珠，富足的淚珠，甜美的淚珠。我有生以來都這樣做，也會繼續這樣做。就在幾天前，我看到有孩子流落在德州河邊的圖像和視頻 --- 對，我為他們祈禱，為他們冥想。

要是你不能親自做點什麼，就要確保自己有強大的願力。以你的願力來支助孩子。盡一切可能來支助他們。要記住，孩子是這個星球的未來。

要是你想自己的國家生存，就得採取行動。光是看新聞和討論新聞是沒幫助的。你得採取具體行動去帶來改變。要採取具體行動。要採取具體行動。對所有人來說，食物、衣服和棲身之所都很重要。

現在讓我們再次唱誦三輪 *Om Namah Shivaya*，然後說三遍 *Sadgurunath Maharaj ki Jay*！此刻實在無比珍貴。因此你要發願。根據我剛才所說的來發願。以願力來唱頌。



© 2020 SYDA Foundation®. 版權所有。