

# 為慶祝復活節而舉行的薩桑

## 冥思巴巴穆坦南達的開示

伊莎·撒迪賽

### 感恩生命

在悉達瑜伽復活節薩桑朗讀的《意識之戲》選段，巴巴穆坦南達講述了一位聖人臨終的故事。在選段的開頭，巴巴寫道：

[那位聖者] 預知自己的死期，時辰到了，他就召集眾人圍在自己身邊，請求他們祝福和原諒，然後向他們一一道謝。之後，他分別向四方、向五行，向他的古魯---智慧賜予者---頂禮。<sup>1</sup>

這段描述令我十分感動。從這位聖人得知自己即將離世時選擇做的事，我們可以窺見他的為人，以及他如何處世。他沒有哀嘆自己的命運；沒有與時間競賽，在離開人世前盡可能多看、多做些什麼。他用生命的最後時刻來表達感恩。在我看來，這表明了這位聖人已證得真正、恆在的內心平靜，他的人生沒有遺憾。同時也顯示他極為謙遜。

我總覺得這位聖人的一生不可能是「一帆風順」的。如果你讀過任何教派的聖人傳記，就會知道那種情況極不可能發生。在《意識之戲》一書中，

巴巴講述了他在印度遊歷期間遇到的許多聖人，他們看來都非常清苦。例如，巴巴告訴我們，偉大的悉達齊普魯安納住在「遠離村民的破舊房子和茅屋中」。<sup>2</sup> 無所不知的聖人哈里吉里巴巴身穿各式華麗衣服，卻終日在河邊遊蕩，靠向路人高聲討食來果腹。<sup>3</sup>

巴巴在選段中提到的這位聖者，僅作為塵世---生死輪迴之海---的一員，就免不了要遭遇諸多艱困磨難，更遑論可能伴隨他個人道路的其他挑戰了。然而，他話中沒有絲毫怨恨，也不認為自己該受到優待。

我們可以從中得到啟示。我相信，當我們放下對人生的種種要求，不再期待人生必須有某種特定的模樣與感受，就可能有更好的機會去體驗這世界的豐富多彩。我們來自這宇宙的物質，來自宇宙元素的獨特組合；最終，亦會重新融入這些元素中。如果我們把出生與死亡之間發生的一切---這既輝煌又令人困惑，充滿高低起伏的人生---視為饋贈，會怎麼樣呢？不把它視為承諾，也不把它視為自己應得的回報，而視它為一個機會？自從參加復活節薩桑以來，我一直在凝思這個課題---重讀了最近刊登在悉達瑜伽道路網站、巴巴撰寫的故事《生命的價值》之後，就更深入思考它了。

古魯瑪義在《勇氣與知足》一書中問道：「你踏在地球上的腳步是輕盈的，還是沉重的？」<sup>4</sup> 我經常思考這個問題。它也促使我向自己和向你發出更多的提問。

你如何修煉對生命中的人、地方、境遇和一切大大小小的事物表達感激之情？你有否騰出時間，去吸入春天的朝氣---讓每一個細胞膏沐於這優美季節那生氣勃勃的芬芳？



© 2026 SYDA Foundation®。版權所有。

---

<sup>1</sup> 斯瓦米巴巴穆坦南達，《意識之戲》：一本靈修自傳，第3版（紐約州南福爾斯堡：SYDA 基金會，2000年），頁270。

<sup>2</sup> 斯瓦米巴巴穆坦南達，《意識之戲》，頁122。

<sup>3</sup> 斯瓦米巴巴穆坦南達，《意識之戲》，頁122。

<sup>4</sup> 古魯瑪義捷維拉薩南達，《勇氣與知足：關於靈修生活的講話錄》（紐約州南福爾斯堡：SYDA 基金會，1999年），頁4。