

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

上主的聖殿

巴巴穆坦南達在《意識之戲》講述的故事中，說到一位聖者在臨終之際，向他周圍的所有人與物道謝---包括他的古魯、四方和五行。巴巴說，最後，這位聖者「向會走、會動、會說話的上主聖殿---他自己的身體---道謝和致敬」。¹

「身體是上主的聖殿」---即上主的臨在存在於人身之內---這一觀念可見於許多宗教與靈修傳統。例如，基督教的《聖經》有這一名句：「看哪，神的國就在你們心裡。」²《古蘭經》則描述真主用泥土創造人類，並將自己的靈氣吹入他們體內。³在巴巴開示及與信徒交談時總愛援引的印度經典中，我們一再發現這項教誨的詮釋。請看以下的詩句，它出自《奈安涅希瓦理》（*Jnaneshvari*），大詩聖奈安涅希瓦瑪哈拉吉的《薄伽梵歌》注疏。詩聖以主奎師那的視角寫道：「毫無疑問，我存在於一切形相中，而萬物皆安住於我。」⁴

某程度上，人身是上主的居所---這確是眾所周知的真理。問題是：這真理和我們日常活在這身體的經驗怎樣才能一致呢？我記得小時候對此一直困惑不已。那時我對悉達瑜伽教誨還沒有任何真正知性的了解，甚至還沒有恰當的字眼來表達我困惑的原因。我會盯著窗外發呆，有時一連幾個小時，想知道為什麼別人會用我的名字來叫我。為什麼他們會認為**這個**名字、這張臉、這個身體就是我？在我**內心深處**有一個真正的「我」---我對此深信不疑---而那個「我」，比起人們似乎只重視的外在表徵，才更像是「真正的」我。

我當時無法理解，直到多年後我開始認真研讀古魯瑪義和巴巴的教誨，才明白箇中深意。我想，這就是為什麼我覺得巴巴的經典教誨「上主寓居於你之內，上主就是你。」有如此深刻的啟示---尤其是最後三個字「就是你」。它解答了我兒時的疑問，撫平了我長久以來的焦慮。我極渴望他人能看見的「我」，其實並不獨立於他們見到的「我」之外。（若想更深入了解巴巴這一教誨和其內涵，我推薦你閱讀斯瓦米伊施瓦南達對此主題的精彩闡述。）

我覺得巴巴賜予的意象---身體是**聖殿**---尤其啟發性。當我想到身處聖殿中，我的體驗---真切感受到神的臨在---是從跨過門檻的那一刻就開始了。有時甚至更早，當我從外面看到聖殿建築，看到聖殿頂高聳入雲的聖水罐

(*kalash*) 時，這份體驗就已經開始了。當然，我越深入聖殿，越接近至聖所，我對上主的體驗就越深刻。但在此之前的一切也都是體驗的一部分；它們影響我親近、理解和敬仰神明的方式。從這意義上說，身處聖殿和與神同在是密不可分的。

說到這裡，我想問：你會採取（或正在採取）哪些措施來提醒自己，你的身體就是上主的彰顯？你有否騰出時間，去吸入春天的朝氣，讓春天的希望和勃勃生機，為你的視野披上新裝？



© 2026 SYDA Foundation®。版權所有。

¹ 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。

² 路加福音 17:21。

³ 例如，請參閱《古蘭經》15:28-29、《古蘭經》32:9 和《古蘭經》38:71-72。

⁴ 《奈安涅希瓦理》第六章，第390節；斯瓦米克理帕南達，《奈安涅希瓦的薄伽梵歌：奈安涅希瓦理的譯本》（紐約州奧爾巴尼，紐約州立大學出版社，1999年），頁82。