



真正的旅程： 在爱的道路上 前进

亲爱的朋友们：

灵性寻求者都有一个共同的目标，即自我转化。有不少灵修方法主张依赖一位师傅，但直到我们仍然依赖他人的时候，转化不可能发生。只有当我们替自己负责并说：“我必须行动”时，转化才变为可能。甚至依赖上天都是“踢皮球”。

假如认为自己的师傅或其他任何人应当为自己的进化或转化负责，那么这种转化注定不会发生。原因很简单：上天和师傅早已完成了必要的工作。如今轮到我作为寻求者去领略在我心中以种子的形式赐予我的东西，进而加以辨认并允许这些种子发芽成长。依靠命运更是徒劳无益，纵然某种意义上可以说通过自己的作业我们自己制造了自己的命运。

如对转化自己心怀深切愿望，则会发现灵修（尤其是印度传统中的灵修）会涉及作业、学问以及虔诚三个方面。满心之道无疑是此三者的美妙融合。尽管如此，走在这么一条道路上，我们仍然会遇到很多陷阱，这是因为我们过于看重作业和学问这两个途径。当被夸大时，此二者会与道路的精微形成矛盾。

大家也许听说过一些婆罗门从灵性的高度一落千丈，沦为婆罗鬼，瑜伽士同样会从高度坠落成为瑜伽朽。他们的瑜伽旅程因无数个原因变得不完整。那么学问者和作业者都容易坠落，但是大家可曾听说有虔诚者或信徒坠落？虔诚朽这类词不可能存在，这是因为信徒已属于其主的看管之下。主必定保护任何达成归依的人，即以不可抵抗的仰慕而真正臣服之人。只有当我们变成“作者”的时候，问题才会开始出现。任何虔诚者都未曾经历灵性退步；这是不可能发生的事情。假如发生了，只说明缺乏真正的虔诚或归依之心。

当我最初被介绍入门自然之道的时候，我的导师赛巴迪女士问了我一个根本的问题：“您为什么要冥想？”

“我在寻找上天”，我回答道。



主必定保护任何达成归依的人，即以不可抵抗的仰慕而真正臣服之人。只有当我们变成“作者”的时候，问题才会开始出现。任何虔诚者都未曾经历灵性退步；这是不可能发生的事情。

如今当我反思一些个人信念时，对事物的理解变得有些不同，也发现当初自己的想法是多么错误的。尽管我们当中多数人的确会说我在寻找上天，如今对我而言，这听起来有些滑稽。细小的东西也许不那么显眼，但我们怎么可能对无所不包的实体视而不见？与此同时，当东西无所不在时，我们似乎看不见，这好比大海中的鱼，对自己整个一生都在水中毫不知情。另一方面，我们将上天想象成一个度量无极限的实体并陷入疑惑，毕竟我们从未见过，也无法想象存在的末端。在极微的层面上神性更会变得无形。

即使开始去寻找祂，如何才能用有限的领悟能力去领悟无限，除非有来自祂的某种程度的帮助？无限超越我们的理解——如何去想象比最小还要小以及比最大还要大？即使能想象，还有一个问题是——粗重无法赏析细微。

原本我们缘何与祂分离，以至于今天需要去寻找祂？为了重新建立那个已失去的连接，我们需要认清并排除导致分离的因素。这便是真正旅程的开始。



因此带着敬仰归依和敬畏是惟一的办法：

वो दिल कहां से लाऊं, जो तुझे पहचाने!

能认识您的心往哪去找？

在所有这些之外，我们还有一个根本的谜底需要揭开：原本我们缘何与祂分离，以至于今天需要去寻找祂？为了重新建立那个已失去的连接，我们需要认清并排除导致分离的因素。这便是真正旅程的开始。想象自己在海滩上观赏着荡漾起伏的海浪。但是我们无法看见海底深处的水，只能看见海面的波浪。海浪也不停地发问：“海洋在哪里？”他们也因自己的寻求而坐立不安。但在他们慢下来静止的那一刻，海面的波浪就会与海洋融在一起，留下清晰的水面。

海浪忘记了自己源于大海，忘记了自己源于大海并终将归回大海。为了让海浪与大海合而为一，关键在于慢下来、停下来，变得静止。终极静止是死亡，因此只要能效仿并学习死亡的特征，变成活着的死人，接受就会自动在我们心中诞生。如今，与本来的海洋合一的吉祥时刻就会开始，这个状态犹如本来的三昧之境。肉体死亡解决不了问题。实际上，问题会继续隐藏在我们细体之中，会让生死的循环无限持续。

静止、让自己被对亲爱者的爱所征服，这种艺术便称作虔诚。正是超越自己的时候我们才会找到解决方案。

जब मैं था तब हरि नहीं, अब हरि है मैं
नाही । सब अँधियारा मिट गया, दीपक देखा
माही । ।

当我在，祂就不在；如今祂在，我就不在。
黑暗全被驱散，我看见了光明。

“自我”的幻象便是遮盖我们视野、让我们看不见主的黑暗。当心中有祂在，则只有光明，自己存在的黑暗从此缺席。

觉知的路上最后境界便是全面圣化。觉知的高山和深谷都在意识本身的海洋中。当我们理解这一点时，就会明白亲爱的巴布济那个发人深思的问题：“是什么支撑着意识？”只有当否定爱和崇高者时，我们才会对自身存在的高深视而不见，只留下一层狭窄的意识。

比起失去内在指南针或指南针与神性背道而驰的人，没有更贫穷、更悲惨、更凄凉和无意义的人。虔诚，亦即对亲爱者强烈的爱会熨平情绪的起落、存在与成为，将其转为与神性同质。相反，正是偏离对亲爱者的意识才会带来痛苦与烦恼。

犹太人的传统中明确认为偏离可敬者便是“罪行”。巴布济说忘恩负义是罪行。正是当我们变得忘恩时，偏离真正关系的萌动才开始出现。忘恩负义是偏离正轨的开始；因此这是一种罪行。爱这就变得荡然无存，关系也就告一段落。断绝了关系你会走向何方？想象波浪被问道：“亲爱的伟大海浪啊，离开了海洋，你会去哪里？”



只要能效仿并学习死亡的特征，变成活着的死人，接受就会自动在我们心中诞生。如今，与本来的海洋合一的吉祥时刻就会开始，这个状态犹如本来的三昧之境。

从这个角度看，任何偏离，即令意识与世俗占有物、身体、心思、智力或自我联系在一起，则等于偏离中心——生命的本源或本我。巴布济十分美妙地用数论派式23圈图，简化并反映了认同迷幻或自我的情况。在途中迷障只有五圈，自我主义则有十一圈。这只能说明正是自我让我们走向边缘、偏离中心。作为一个障碍，自我远比迷障要厉害，是一种幻象。

圣人波颠阁利将其称为“幻见”，即误会。我并不反对拥有世俗物件，但认同外在繁荣或占有物反映着内在穷困。这种财富只会导致幻象或缺乏安全感。生命就在这种认同所导致的错误中继续。我们当中哪怕最好的人都无法认清这个真理。

虔诚，亦即对亲爱者强烈的爱会熨平情绪的
起落、存在与成为，将其转为与神性同质。
相反，正是偏离对亲爱者的意识才会带来痛苦与烦恼。



在幻象、愚昧、阴暗和无知的阴影中度过的人生犹如置身地狱中。相反，带着视野的清晰、单纯、愉悦去度过人生则相当于天堂般的生活。这便是虔诚的美丽所在，也是伴随虔诚而来的结果。哪一天我们真正厌倦于昧行的生活，出于深切的失望我们就会宣布：“从此，我要采用有利于内在化的生活方式。”

这便是海面之波浪静止的开始。为满足各种需要所进行的努力及其导致的冲突可以变成一种修身的途径。假如变成修身途径，我们无疑能从履行义务转向以爱为亲爱者履行那些义务。这个轨道就会成熟并化为没有瑕疵的虔诚。

虔诚也意味着带着觉知的光明度过人生，充分意识到带着接受的心经历人生各种对立面的必要。冥想不仅仅是一种思维活动，而是超越身心的事情。很多人抱怨，各种干扰导致他们无法冥想，但是带着虔诚进行的冥想能让人更加准确地去领悟“无形”，毕竟头脑可以远离认知或冲动性成见。分心是各种形式的心思偏离所带来的结果。这些心思偏离则是我们自身条件作用的结果，我们称之为印记。

中心

迷幻阶段
(五圈)

自我主义阶段
(十一圈)

中心区
(光环七圈)

迈向自由的道路

降服头脑并逐渐释放印记在多数情况下是一个缓慢的过程。我们花费很长时间才能让自己适应内在环境，也让印记逐渐让位于内在的广阔。至此，我们才明白，我们不仅在承受疼痛方面有限制，在承受快乐方面亦无异。

与修习以及将修习方法带给我们的人形成愉悦或悲伤的状态难免夹杂着杂质。直到愿望得到成全，我们的信仰就会加深。一旦某个愿望处于等候状态过久，我们就开始要么怀疑组织、怀疑修习或怀疑师傅。我天天见证这种情况。举例来说，有一位修习者来信说：“达济，我的状态如此之好，承蒙您的恩典，我的女儿已经出嫁了，如今我完全自由了，无忧无虑，并觉醒将余生奉献于为您服务。”过了几个星期之后，同一个人抱怨，乃至指责我有偏心！而当我询问为何会发生这种变化时，他很干脆地说：“我妻子生病时你都没有帮助她，如今她已经离世了。我全心向你祈祷，你看得到什么结果。如今我已经没有信仰，也无法冥想。真希望巴布济还在。他一定能治愈我的妻子。”

在幻象、愚昧、阴暗和无知的阴影中度过的人生犹如置身地狱中。相反，带着视野的清晰、单纯、愉悦去度过人生则相当于天堂般的生活。



每日见证着这类事情，我们无疑能欣赏那罗多虔诚经第54颂背后的智慧：

गुण-रहितं कामना-रहितं प्रतिक्षण-वर्धमानं,
अविच्छिन्नं सूक्ष्मतरं अनुभव-रूपम् ।
(नारदभक्तिसूत्राणि ५४)

虔诚中无性质或欲望，只有时刻存在、微妙并可以体验之境。

真正的虔诚不会因缺乏奖励或进一步的奖励而动摇，在任何情况下其都只会加强。虔诚并不妨碍我们享受与妻儿在一起的天伦之乐。当逆境困扰这么一个虔诚者时，其只会以风度和感恩去接受。虔诚不能有条件，这是超越心脑，超越逻辑和情感的。

虔诚堪称是丰富人生，达成纯意识的最具影响力的因素。

爱是虔诚者的权利，爱意味着给出。慈悲意味着给出。相反，激情则意味着掠夺、利用他人。慈悲之心懂得等待，激情的人则没有这个耐心。因此，我们完全可以得出结论认为，不论是圆满时代还是争斗时代，有一个永恒的现象，即被激情支配的人永远不能信任自己。有不断增强的爱之人仍然会对信任有些不确定，有时候信任自己，有时候信任他人（这也意味着有时候不信任自己，有时候不信任他人）。被虔诚征服的人则由于满怀对主的信仰，会留在对主的信任之中。这么一种交付具有圣化和提升作用。虔诚者的信任永远不会撤退，反而只会不断增强。

被虔诚征服的人则由于满怀对主的信仰，会留在对主的信任之中。这么一种交付具有圣化和提升作用。虔诚者的信任永远不会撤退，反而只会不断增强。



1981年在艾哈迈达巴德的时候巴布济传达了一则简单的信息。那时他准备在库沙尔拍·巴特尔的陪同下前往南非，并在我们那里只待了两晚。这则信息至今仍在我耳边回响。

राहें तलब में ऐसे बेखबर हो गए,
मंज़िल पे आके मंज़िल को ढूँढते हैं।

在苦苦寻求中变得如此不知情
已到达目的地却仍然在四处寻找

听到这番话我欣喜若狂，这让我们放心，知道自己已经达到了目的地！其实对一个信徒而言，道路就可以成为目的地，而这无疑是他恩典和仁慈的结果。否则，回看我们这一方，我们其实什么也没有做。



我们用各种方法都是为了让自己的心做好准备，
变得敬仰、专注和臣服。正是这种已然被腾空的心吸引至高。最后结果的出现只能是出于圣者的慈悲与仁慈，而非因为我们已经做好了准备。

那么师傅和上天呢？假如上天要求任何东西，那么祂恐怕也是一个乞丐。我们不能把祂拉下来到我们的程度，而已然超越了二元对立和活死人的状态、已经与至高合一的师傅有可能允许他的徒弟去崇拜自己？他既不需要满足自尊也不谋求名利声望。或许记住称职的师傅应当具备这些特征能让我们少走很多弯路。作为徒弟我们应当学着与值得关注、敬佩和爱的人形成共振。

不论凭着自己的努力能够成就些什么，比起上天赐予的礼物都会黯然失色。尽管苦苦修习很多年，我们仍然不能要求至高全面降临我们心中。我们用各种方法都是为了让自己的心做好准备，变得敬仰、专注和臣服。正是这种已然被腾空的心吸引至高。最后结果的出现只能是出于圣者的慈悲与仁慈，而非因为我们已经做好了准备。在这里我们可以理解《薄伽梵歌》第二章第47颂：

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते संगोऽस्त्वकर्मणि ॥

你有权利履行指定的义务，
但对行动之结果无权利可言。

请永远不要认为自己是自己各种行动的结果，也不要执着于不履行自己的义务。

带着由衷的祈祷，

葛木雷什

2021年7月4日
于甘哈静园



纪念

敬爱的查里济大师

94年诞辰日

2021年7月24日

heartfulness
在爱中前进

