

古魯瑪義的故事（一）

莉拉瓦提·史都華·薩克利夫 敘述

1980 年代，我拜訪古魯德悉達坡時，剛 20 歲出頭。我到達後不久，就在院子裡領受了古魯瑪義的達省。祂懷著多麼大的愛來歡迎我！古魯瑪義向我建議，在無私服務的訪學期間，花時間進行內心工作，專注於薩達納修行，觀照內心，對我會有裨益。

要保有這個專注點讓我很興奮！我思量應該如何入手。心想，我會努力冥想！那麼內心世界就會向我展現。

我獲派的無私服務是在安穆特咖啡室（Amrit Cafe）擔任「聯絡員」。那時候，每天大約有三百人到安穆特咖啡室來。我訪學期間，其中一個項目是翻新工程，把安穆特館的大牆拆掉，以建造更寬敞的用餐區。我的職責是與工程的項目經理合作，讓安穆特咖啡室的運作保持暢順。例如，我們有時得在花園設置臨時用餐區，以確保大家仍然有地方坐下來用膳。很多時候，我發現要維持一切順利進行具有挑戰性。

當事情不按計劃進行時，我真想撤出安穆特，去冥想洞做古魯瑪義指引我做的內心工作。不過，我知道繼續奉獻無私服務對我很重要，而最重要的是遵循古魯瑪義的指引。所以我思忖著，不能去冥想洞的話，我會在做無私服務的同時，找個辦法來做內心工作！

我下了決定，在與別人和我參與的活動建立連結之前，首先要連結自己的心靈空間。我留意到，越是將行動與心靈連結，完成的工作就越多。那些在腦海裡

看似難以克服的問題，其實很容易解決！我發現並非在冥想洞才可以體驗內心的寧靜。在活動期間保持平靜，那感覺真好。

在無私服務訪學的最後幾天，有一次我看到古魯瑪義穿過美麗的花園。古魯瑪義叫我與祂一起散步，並問及我在雅詩藍的日子。「你做了什麼？」古魯瑪義問道。我說起自己作為聯絡員的角色。古魯瑪義再問：「你做了什麼？」我不知道該說什麼，就沉默了。古魯瑪義笑道：「你拆了牆！」

古魯瑪義又再問：「你做了什麼？」我說：「我拆了牆」。我聽到自己說出這四個字的那一刻，領悟到我說的不是安穆特的牆。

古魯瑪義向我揭示了，我的心靈與行動之間並沒有屏障。籍著遵從古魯瑪義的指引，我學會了在奉獻無私服務的同時如何連結自己的心靈。我發現自己內心的空間能夠過渡到外在的空間，指引我輕鬆地完成自己設定的目標。

感恩您，古魯瑪義。

古魯瑪義的故事（二）

莎蘭尼·伯恩斯 敘述

2002 年，我離開在澳洲珀斯的家，遠赴師尊穆坦南達雅詩藍，出任悉達瑜伽基金會的全職人員奉獻無私服務。

全職工作幾年後，有一天，我特別想家。那天正好是美國的公共假期，雅詩藍不少無私服務員都回家探親去了。

有一股力量吸引我去尼坦南達湖繞湖漫步。令我非常欣喜的是，我走在湖邊時，看到古魯瑪義朝我的方向走來。祂和一位我以前見過但不認識的女士在一起散步。我非常歡喜地向古魯瑪義敬禮，然後繼續往前走。

古魯瑪義停了下來，喊我的名字。祂問我是否認識與祂一起散步的女士。我說：「不，古魯瑪義，我不認識。」古魯瑪義說我與這位女士都是澳洲人，祂想我們會有很多共通之處。然後祂就邀我跟她們一起繞湖散步。

我們邊走邊聊，我與那位女士分享了各自的生活點滴，並發現我們確實有很多共通之處。我能感覺到鄉愁正在消散。

古魯瑪義說，祂注意到來自墨西哥的全職人員和訪學的無私服務員都很擅長聚在一起，但澳洲人卻不那麼擅長。我們都笑了，因為這是真的！我幾乎每天都看到，來自墨西哥的無私服務員圍坐在安穆特咖啡館的一張長桌，興高采烈，談笑風生。

一兩天後，應古魯瑪義的要求，雅詩藍為所有澳洲無私服務員舉行了一個帕薩德（*prasad*）聚會。澳洲美點樣樣齊全！澳洲巧克力、餅乾、糖果、蛋糕，還有澳洲茶。我們當中不少人以前從未見過面，又或者沒花時間相互認識。而現在可以這樣做，讓我的心暖暖的。我們分享了自己的薩達納體驗，以及在澳洲最心愛的地方和活動。當其中一人提到澳洲獨有的東西時，我們雀躍歡呼。我們大笑 --- 笑個不停。

我記得，當我環顧同樣是來自澳洲的無私服務員時，感覺非常輕鬆、舒暢、快樂。在古魯瑪義把我們聚在一起之前，我不知道自己與他們每人都有共同的話題。我心裡感激滿盈。

聚會後，過了幾天，我有幸再領受古魯瑪義的達省。古魯瑪義對我說，他希望我與澳洲同胞們的下午茶敘已讓我振奮起來。我整個身心都笑了！確實有效。我感謝古魯瑪義為我們舉辦了一個如此精彩的澳洲聚會，讓我們聚首一堂。

由於與古魯瑪義的互動交流，還有他的帕薩德（*prasad*），我更清楚地理解與身邊的人共聚的重要性。我把古魯瑪義的教誨銘記於心，不僅在與澳洲人互動交流時如此，在與遇到的許多其他人互動交流時也如此。努力去認識他人 --- 找出大家的共同點並享受我們的緊密關係，讓我一次又一次地體驗到益處。

感恩您，古魯瑪義。

