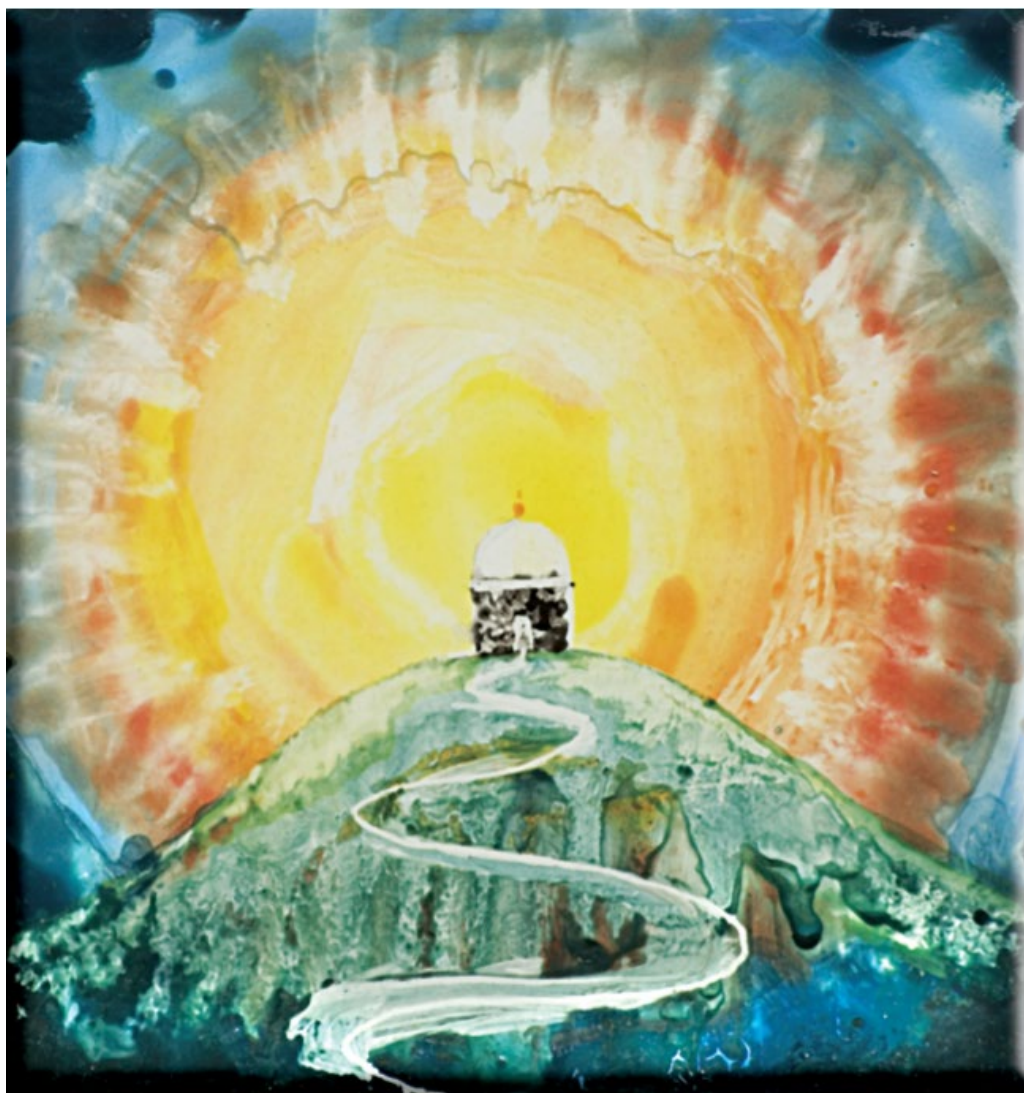


聆听沉默

来自灵界疗愈之爱的真实故事



楠·乌姆瑞伽著

《沉默之声》的作者

对《聆听沉默》的赞誉

楠的第二本书《聆听沉默》，汇集了她首本书（《沉默之声》）的受益读者们的故事……此书非常畅销，许多人期待着她的第三本书。

《G2 杂志》，2010 年 8-9 月刊

本书(《聆听沉默》)由近 30 个感人故事组成。故事的主角，是那些可能走过漫长道途，在隧道尽头寻得光明的人们。

《社会杂志》，2010 年 7 月

本书《聆听沉默》从第一页就俘获了读者的心，吸引你进入与上帝和灵界沉默交流的世界……它是感动灵魂的心灵倾诉，不宜走马观花式阅读。它值得慢读，细品每句话，视之为神恩礼物。

《积极人生杂志》，2010 年 9 月

她的首本书，10 多年前出版的《沉默之声》曾引发轩然大波，因为它挑战了对生死的既定观念……后续的第二本书（《聆听沉默》），是在一场非同寻常的读书活动会上推出的。

《印度时报》，孟买，2010 年 4 月 8 日

“痛不可避免，苦是选择，”作者楠·乌姆瑞伽如是说……《聆听沉默》记录了许多人对灵界的体验，以及巴巴教导对他们的影响。

《DNA》，浦那，2010 年 6 月 20 日

“《聆听沉默》是作者经广泛调查后编著的，该书记述了人们讲的故事：他们在最绝望时刻的疑虑和恐惧，是怎样被作者的灵性导师美赫巴巴救赎的。”

《DNA》，孟买，2010年4月9日

聆听沉默

来自灵界疗愈之爱的真实故事

楠·乌姆瑞伽著

贝贝翻译 石灰校对

翻译顾问：杜尔加·普拉塔普·辛·西索迪亚



Yogi Impressions



Yogi Impressions

《聆听沉默》

2010 年在印度首次出版

瑜伽士印象图书私营有限公司

印度，邮编 400005，孟买，卡夫广场

世贸中心 1 号中心 1711 室

网址: www.yogiimpressions.com

2010 年 3 月首版

2017 年 6 月第五次重印

2010 版权归属：楠·乌姆瑞伽

版权所有。未经出版单位的书面许可，不得以任何形式复制及传播全书或部分，但书评人在书评中的简要摘引除外；未经出版者书面许可，不得以任何形式或任何电子、机械、影印、录像等等手段，复制、在检索系统中存储或传播本书的任何部分。

本书包含的信息无意用于代替专业的医学建议。对本书信息的使用由读者自行决定。作者和出版商明确否认由于使用或应用本书包含的信息所直接或间接产生的任何默示责任。作者和出版商都不推荐对身心健康的自我管理。读者决不应该由于在本书学到的东西而忽视医学建议或拖延就医。应特别要求，书中某些人名予以更改，以保护所代表的人士。

中文版权声明：本书由作者以及版权拥有者授权，在阿瓦塔美赫巴巴中文网独家发布免费电子书。欢迎各位分享，但严禁用于商业用途以及出版纸质书，违者自行承担可能导致的法律责任。

ISBN 978-81-88479-50-4



卡尔的讯息

亲爱的妈妈，
巴巴对这本新书有很多愉快想法。
他始终殷切致力于世界的福祉，
始终希望通过他的慈悲
以及积极参与世人的生活，
能成功地消除他们所有的困扰。

所以你能想象得出，当他看到
许多人怎样真正爱上他
并因为这份爱而感动，发自内心
亲手优美地写下他们的经历时，
给他带来的愉快想法。
尤其当他们继续主动接触他，
他能从内在对他们分享他自己时，
则让他极为高兴，经历更喜悦的时刻。
但他希望你，不仅向那些故事的作者，
而且向那些辛勤工作使之成书的人们，
传达他的爱与感谢。
他更希望伸出手来，
向现在和将来通过使更多世人接触本书
从而分享并协助传播他的爱的所有人致意。

——爱，卡尔

2009年6月16日

2010年4月5日

最亲爱的母亲楠·乌姆瑞伽：

我很高兴这是你的第二本书，
你从儿子卡尔那里接受了多棒的礼物！
我翻阅了几页你的新书《聆听沉默》，
写得很好。你在写作是件好事。
这是你从至爱美赫巴巴接受的礼物。

因为你儿子死后，他给你传讯
让你去巴巴的三摩地。从那以后，你一直在写作，
你给予了全世界多棒的礼物。
美拉巴德的照片非常美，
这些照片的拍摄和制作都很细致！
我看到书中有许多关于至爱美赫巴巴以及美拉巴德的内容。
它确实很美。
你在做至爱巴巴的工作。
不胜感谢，向你致以全部的爱和捷巴巴。

在他的爱与服务中

宝吉

V. S. 喀邱瑞，由美赫巴巴昵称宝，亦被尊称宝吉，是印度阿美纳伽的阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托的现任主席。

目录

致谢 1

前言..... 1

1. 爱之海洋 1--6

2. 家庭成长7--14

3. 浦那.....15--20

4. 为不确定的生活领航.....21--28

5. 我在这里.....29--38

6. 其它爱的信号.....39--45

7. 其师必有其徒·····	46--54
8. 搭建桥梁·····	55--64
9. 年轻人·····	65--76
10. 我的更多考验·····	77--82
11. 通向彼界的渠道·····	83--95
12. 天使之光·····	96 -- 109
13. 指导方针·····	110 --119
14. 到处逛街·····	120 --126
15. 与巴巴同笑·····	127 --138
16. 怎么样!·····	139--143
17. 慈父·····	144 -- 150
18. 难忘的拥抱·····	151 -- 159
19. “神啊，为何是我?”·····	160 --168
20. 更换大师·····	169 -- 176
21. 红心之王·····	177 -- 191
22. 三摩地·····	192 -- 203
23. 我宽恕·····	204 -- 213
24. 精神食粮·····	214 -- 217
25. 一去不复返?·····	228 - 235
26. 艰难决定·····	236 -- 242
27. 与光融合·····	243 -- 248
28. 重新出生·····	249 -- 256
29. 我依然聆听·····	257 -- 258
卡尔之歌·····	259 -- 260

附录

A. 美赫巴巴生平事略·····	261 -- 269
B. 美拉巴德的爱之墙·····	270 -- 271
C. 那些服务巴巴者·····	272 -- 274
D. 美拉巴德朝圣者须知·····	275 -- 277
E. 各地美赫巴巴中心的信息·····	278 -- 282
F. 术语表·····	283 -- 287
G. 引文注释·····	288 -- 295
H. 版权细则·····	296 -- 297
I. 阅读推荐·····	298 -- 299

致谢

我很激动。

2007年1月，我想我的《聆听沉默》一书终于快成形了。我把初稿拷贝到光盘上，并给我的出版商和他的员工带了一瓶红酒和一些糖果，出发来到孟买世贸中心他的新办公室，准备把全部东西给他。

你猜出了啥事？电梯没有把我送到十七层，而是送到了十八层。电梯工为操作失误道了歉，请求我从楼梯往下走一层。于是，我拎着所有东西——手机、提袋和光盘，开始往下走。

我记得，自己紧接着说，“哦，天哪！我摔倒了。”我头朝下滚落15级大石阶，发现自己坐在底下。我的左腿向内折贴着髁部，右脚踝明显肿胀，头部流了血。所有东西散落在楼梯平台上。我环顾四周，寻找帮助。我的叫唤声在空中回荡。那是下午

三点，不见人影。我抬头望着上方高处的台阶，心忖：“天哪，我真从那里摔下来了，还活着？巴巴，现在怎么办？”

传来一阵脚步声，有个陌生人朝我跑过来。他试着帮助我，见我无法站立，便跑去找人。很快找到我的出版商，他带着几个员工来了。我被紧急送往医院。结果是股骨骨折，脚踝骨折，头部有一道很深的伤口。那瓶酒、糖果、手机和光盘都完好无损。除了我本人骨折，什么也没摔破。

我告诉你们这些，因为我想向你们表明这次摔伤带来的影响远不止疼痛。它使我身心俱损，停止工作三个多月。此事让我忆起1994年，就在完成第一本书《沉默之声》前，我从著名灵媒睿希夫人家的台阶上摔倒。我记得，我是怎样拖着骨折的脚踝，在一台普通旧打字机前坐了数小时，才打完手稿的。最重要的是，两次事件都带来许多正面的东西。

它向我证明，我的书尚未准备好出版。时机不当，还有许多事要做。我被迫呆在家里，与那些写自己故事的人们频繁会面，提供了大量修改的机会。此事还加深了我与出版商的友谊。

用了近两年多时间，又加上三次手术后，我的骨骼才痊愈，又用了更多时间才完成新光盘。我真诚希望巴巴最终会对之满意。

所以在此我要深深感谢我的出版商，长久以来对我的耐心支持。我感谢他的鼓励，他对本书值得出版的确信。我感谢你高塔姆，在这段艰难岁月里常给我打电话让我保持专注，感谢你逐章地阅读手稿，并且与我分享你的知识和见解。

我要感谢金姆·维尔马，在编辑的最初阶段花费大量时间审阅手稿，帮助确定标题，以及应保留哪个故事，使之各就其位。我非常感谢希乌·夏玛，他之后接手书稿，做了杰出的工作，予以精微地调整、编辑并且完成本书。

尼莎·高希，感谢你的友谊和支持。你多次到我家，帮助本书的写作、组织和目录。卡玛尔·穆拉，感谢你不仅发自头脑而且从心灵自发流溢的全部协助。

还有其他许多人，在成书过程中提供了坚定的协助。艾米·拉芭迪，伽亚崔·巴施佳，我珍重你们的评论和建议。普利亚·帕迪瓦拉，史蒂文·马蒂亚斯和费罗扎·巴巴，亲爱的朋友们，我赞赏你们的所有投入，帮助我全面地看待我的思想。

索米和赛勒斯·卡姆巴塔，我衷心感谢你们的支持、丰富知识和对巴巴引文的细致编辑。你们为我提供了许多优美的巴巴轶事和照片。

我深深感恩阿瓦塔美赫巴巴信托的主席宝·喀邱瑞；还有沃德·帕克斯和泰德·贾德森在必要的许可和细节上给予我的大量帮助。

我极为感激朵特·莱兹尼克对美拉巴德的美赫朝圣者静修所瓷画墙的优美描述，更要感谢那位不知名的艺术家，他的瓷画被用于本书封面。您的视角很美。同样感谢霍姆亚·米斯特里完美拍摄了整幅画和对细节的一丝不苟处理。

特别感谢海得拉巴的斯维缇和博佐，金奈的迪内什·奇伯(卜达)和所有巴巴友人，丽莎和捷罕吉·杰吉博伊，以及苏尼塔·伽威和莱拉·比利莫瑞亚的慷慨、信任和支持，帮助使本书变得独具韵味。

但最重要的，我要对所有与我分享故事的人们表示感谢。对我来说，每一个故事都是最重要的，可是尽管我很想做到，却不可能将它们悉尽收录于本书。我希望你们知道，我深深地感谢你们的努力。

本书的创作是一种伙伴关系，一段共度的奇妙旅程。我相信，所有和我一起走过这段旅程的人，都会怀着感激之情回忆起珂希德·巴芙娜格芮。她现已过世，但我将永远对她心存感激，因为正是通过她与去世儿子维斯皮和拉图的联系，我才知道卡尔的情况——并知道了美赫巴巴。

至爱巴巴，重登这些大石阶很难。在这个阶段，我仍在攀登，深知惟有藉着您的帮助，我才可能抵达目标。

感谢你，我的卡尔，还有我最亲爱的家人，帮助我实现目标。

楠·乌姆瑞伽

前言

“口舌沉默时，思想诉说；

思想沉默时，心灵歌唱；

心灵停止歌唱时，

灵魂开始体验其原始大我。”¹

从我的首本书《沉默之声》到《聆听沉默》，我走过一段美好的旅程。独自出发的旅程，如今成了我们的故事和我们一起的旅程。本书写的是现在跟随巴巴的你们，以及那些尚未到来的人们，更确切地说，巴巴将吸引走向他的人们。正如他的原话所述，“**我是心灵的盗贼**”。书中每个故事都描述了这位神圣盗贼的工作，经历这么多年和无数的事件后，我依然对完人之完美赞叹不已。

我本人的沉默之旅始于 1979 年 4 月的一个下午，那天我儿子卡尔从马上坠落。5 月 3 日，他撒手人寰，我的灵魂陷入默默的巨大悲痛。后来，就在我认为生活已经面目全非的时候，不可思议的事发生了。卡尔从彼岸联系我，开始一系列交流，讲述了他对灵界的大师、他的“天父”、至爱美赫巴巴的爱。他说自己有了新使命，只要两者世界之间的沟通作为一种体验可以被理解、证明或解释，它“就不会成为属于无私纯爱之能量的障碍。”美赫巴巴将向我们表明，生活总体上对我们内心的爱不会构成障碍。

卡尔最初就敦促说：“将会有很多人找你求助。你要把他们全都带向巴巴，要知道一旦他们走向他，他会照顾他们，决不会让他们失望。你所要做的，就是把他们带向他。告诉每一个人，他使他们成为他大爱的一部分，那份大爱永不会辜负他们。幸福和喜悦在等待他们。只管和他在一起。这是我要说的全部。”

卡尔对至爱美赫巴巴的爱，影响了我与无数人。正是这种爱的精神，促使我写了首本书《沉默之声》和现在的第二本书。本书将更多地告诉读者，我们拥有的爱，以及爱那位使一切成为可能者的挣扎。你可以用喜欢的名字称呼那位，但对我来说，一切都是巴巴的。是巴巴的爱在路上帮助我。是他的爱帮助我走出曾经吞噬我的无边沉默，开始倾听灵魂的内在驱策；聆听带有疗愈讯息的声音，其回声依然在我的心中鸣响。

如今，我也只是聆听。

一直来，我听过许多悲伤心碎的故事，涉及事故、悲剧、心灵破碎和不幸婚姻。有许多人，其亲人魂归西去，他们走向巴巴以便和亲人建立联系。藉着巴巴的恩典，我有机会帮忙，将巴巴通过卡尔送来的爱与希望之优美讯息传给他们，从而提升他们的生活。我非常荣幸把许多人带到那个叫美拉巴德的天堂，带其中一些人跨过三摩地的门槛，把他们送入美赫巴巴的温暖慈爱怀抱。我见证了许多人的生活方式得以改变。目睹巴巴怎样涤去悲伤和痛苦，转变人们的生活，令我无比欣喜。巴巴用他的爱感动每个人的方式，总让我惊奇不已。

巴巴说：“**每一个生灵都有意识或无意识地寻求着某样东西。对于低级生命形式和不太开化的人类，这种追求是无意识的；对于先进的人类，这种追求则是有意识的。追**

求的目标有多种称谓：幸福，和平，自由，真理，爱，完美，圆满，证悟自性，觉悟大我，成道，与神合一。在本质上，它是对所有这一切的追求，只不过是以特殊的方式而已。每个人都有过幸福的时刻，对真理的瞥见和与神结合的瞬间体验；他们想要的是使之永久……我的作用是指明人类必须旅行的道路方向，指出道上的陷阱，减少困难路段的危险，使之更轻松走完最后阶段，最终让人们的追求臻至顶峰。

我给人类带来神爱和永生。”²

自《沉默之声》出版以来，许多人问询我的后续旅程，以及那些走向巴巴者的不寻常经历。我没有资格诠释一些交流中呈现的灵性洞见，不过在有限理解力的范围内，我试着忠实记录了多年来观察生活进程所学到的一切。我必须告诉你们，遇见这么多人，与他们互动，听他们的故事，目睹他们生活中的变化，是如何影响我自身的思维，并极大地帮助我探索自己的。我现在知道，只要你真诚地探寻，巴巴总会找到某种方式来回答你的问题。

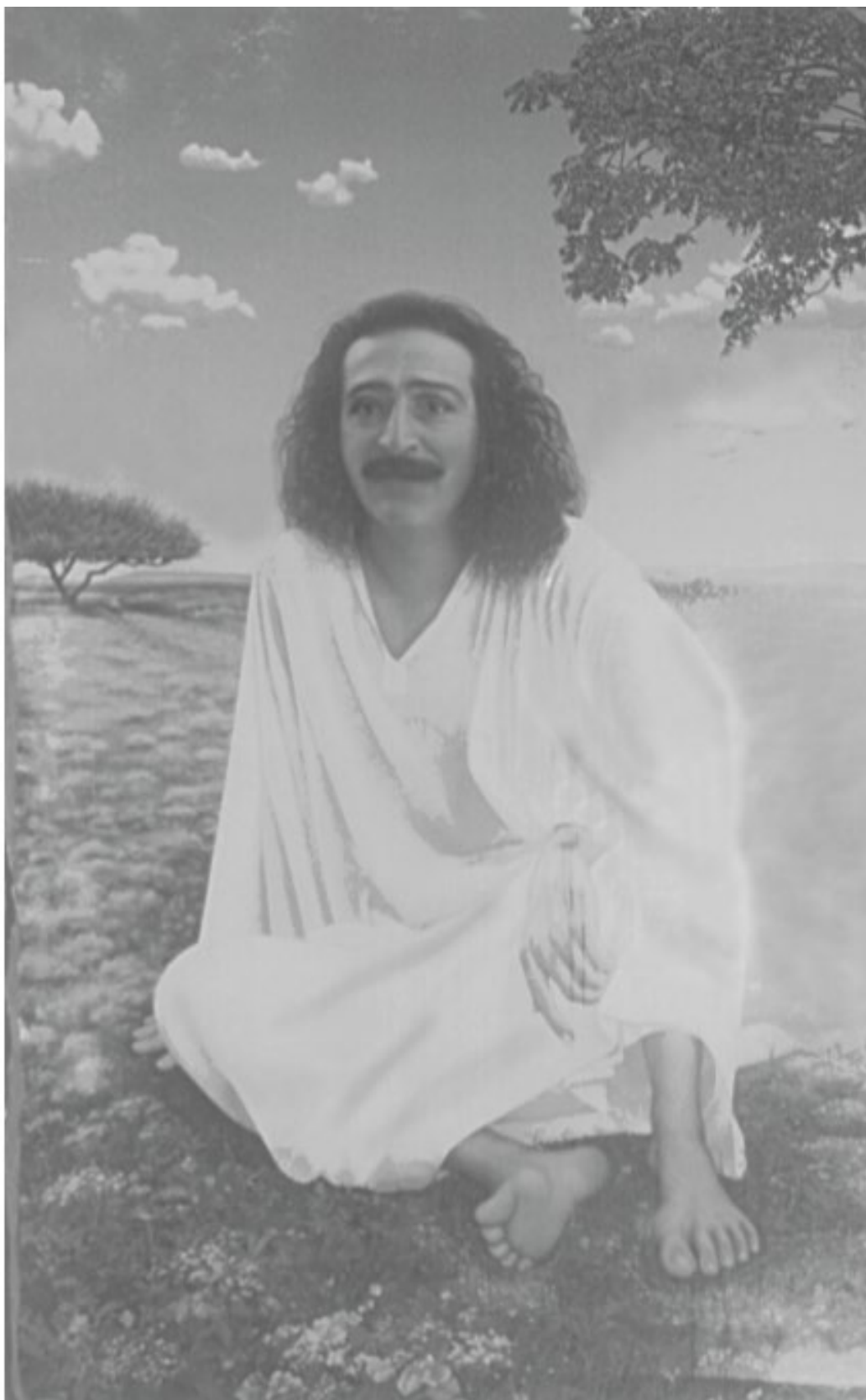
因此，作为对各种问题的回答，并穿插我自己的一些学习经验和来自灵界的卡尔的几起淘气行为，本书汇编了我们大家所涉及的奇妙旅程的一系列故事。这是所有足够幸运与至爱建立联系者以及有信心和勇气继续与他携手同行者的内心倾诉。本书是许多主动与你们分享心声者的共同努力。有人只听到低语，有人听到响亮回应，而少数人真正听到了上帝的雷鸣。

我丈夫吉米曾表示怀疑，说：“浪费时间……没有人会让你复述他们的故事或用他们的名字。”可是他错了，因为不仅每个人都欣然同意，他们还决定写下自己的简短故事，请相信我，他们是真正用心写的。

愿所有这些故事触动你，唤醒你，并帮助你知晓、理解并意识到：人生除了活着，还有更多更多。我确信，书中某处的某个内容将触动你的心弦，也许它会以某种不起眼的方式，给你带来一种认知和惊奇感。它也会赋予你战胜逆境的力量，在自己的道路上进发，实现你自己的命运。

所有数算主恩的人一定知道：上帝是爱，万事皆有缘由。那些关注自身成长的人也一定知道，这种视角上的改变，将确保他们踏上人生更美的新旅程。

我希望本书将帮助每个人找到该旅程。



这张美赫巴巴画像是我收到的生日礼物。

第一章



爱之海洋

那是1996年6月3日，我的生日。早晨醒来，天空优美多云，凉风习习，细雨绵绵。亲友们打来的问候电话，手捧果篮花束的送信少年，成了今天的主旋律。

心情愉快的我拿起笔，开始每天上午与卡尔的交流。“嗨妈妈，”他说，“世间的人们想祝你生日快乐，我们也是。巴巴，你的爸妈和姊妹，你的叔叔阿姨，你的爷爷奶奶，还有这里许多爱你的其他人，他们都想祝贺你，妈妈。巴巴特别道贺：‘祝福你！’”

感谢巴巴的特别祝福与关注，我开玩笑地问卡尔，会不会接到他亲自送的礼物。话音刚落，就有人敲我的门。仆人伊什瓦，通常不会在我祈祷时打扰，用古吉拉特语说，“夫人，有人来过，留了这个给你。”说完，他把一个信封放在我桌上，就走了。我盯着空白信封，忍不住中断晨间日程，打开信封。

我倒吸一口气，因为取出一大张美赫巴巴的优美画像！

我把珍贵的生日礼物贴近心窝，在浦那的新家漫步。我走入小花园，篱笆上盛开着粉白交织的木槿花，我坐到长凳上，静思这一切。岁月流逝，今非昔比。

我望着手中的巴巴像，想知道自己将面临怎样的生活。此时我的全家人分散在世界各地。儿子内维尔和家人在迪拜，女儿蒂娜和家人在孟买，我和丈夫吉米搬离了原来的老家，独自居住浦那。

是的，感觉有点奇怪。巴巴是想对我表明什么吗？我暗自觉得，他以独有的方式试图说服我：一个称为家的地方其实只是徒有四壁的空间；家实际上是心灵所在之处，我们深爱的、称为的家人始终与我们在一起，不管我们身居何处。

松开我的强烈执著……是他在做的事吗？

不过，这些想法太难处理，我让自己忙于适应新环境，竭力希望：不管情况怎样，我能够好好吸取教训，巴巴会在不久的将来带给我一些美好惊喜。

果然来得很快。就在第二天上午，我自动书写簿的页面上跃然呈现卡尔的新讯息，“妈妈，我已给你最伟大的爱礼，巴巴的礼物。你还能要求什么？无论你在何处，巴巴都与你处处同在，最重要的是爱他。”

这让我沉思并且回顾我的生活。我还是小女孩时，曾害怕失去父母。我深爱他们。我对神的祈祷是，让他永远保佑他们安全。每当父亲必须离家去外地，我就害怕地哭。我祈祷我和姐妹们会永远相伴，不管我们有什么差异、优缺点，尤其最小的一个天生是残障婴儿。我还为我的宠物祈祷。

我的祈祷得到了回应。

我上学时，希望像队长一样漂亮，像女班长一样受欢迎，像邻桌同学一样聪明。我一直为此向神祈求。我还祈祷能够赢得我参加的所有体育赛事，让父亲为我感到骄傲。但最重要的是，我会在考试期间祈祷。

我的祈祷得到了回应。

我毕业后上大学，那时我向上帝祈求的对象是男朋友。我想成为当红女生。我祈祷广受欢迎，享受聚会乐趣，获准熬夜，别被抓到逃课。我祈祷有一辆自己的车，能像身边的那些才俊学子一样驾车兜风。

我的祈祷得到了回应。

我嫁给青梅竹马的恋人，成为三个可爱孩子的母亲。虽然分娩并不容易，我祈祷能熬过去，不断地求神帮助我的宝宝茁壮成长、健康快乐，让他们所有的梦想都成真。

我的祈祷都得到了回应——直到4月的那天下午，卡尔遭遇坠马事故。之后我的祈祷是前所未有的。我不但祈祷，还哀求神让他活下去。

我的祈祷没有得到回应。我不再祈祷。门关上了。

似乎我们都进入一个无底洞，没有阳光透入。那个时候，家人对神、对世界的美好丧失了全部信心。至于我，我悲恸心碎；事实上彻底崩溃了。我竭力去理解为何发生这样的事。我们做错了什么，该遭此大难？神在我们受苦的过程中扮演什么角色？祂为何决定在我儿子年轻时就把他带走？神到底是什么，是谁？祂是我年轻时想象的那位身穿白长袍、手指天空的琐罗亚斯德吗？祂是人？祂是光？祂是能量？祂究竟在吗？

这样持续了近四年，直到巴巴进入我的生活，一切改变了。我永远忘不了那个蒙福之日，我首次跨过三摩地的门槛，进入巴巴的慈爱关怀。生活改变了方向，尽管有巴巴是不是神的内心冲突，我信任儿子跟我的沟通。卡尔说他和巴巴在一起、蒙受他的关照，并把巴巴视为他的“天父”，这个事实对我开始呈现某种意义。

后来每次的美拉巴德之旅，每个新来的人，我经历的每次新体验，都让我获得越来越深的理解。无论我遇到什么事，不管多微小，都使我意识到：发生的每件事——可能是某个信号，某个现身，或者一件意外——都是被精心策划把我带近他的。我的日常祈祷变成：“神啊，让我懂得真理，以免我整日责怪你。”

巴巴用他自己的方式回答：“头脑不可能靠强力转向真理。一开始它必须被哄诱，从其通常的游荡中争取过来，就像为了引诱孩童放弃玩耍开始学习，有必要哄诱他们一样。大师以无限的灵巧赢取求道者朝向真理。当头脑被赢取朝向真理，所有的感官将会自动跟随。”¹

我的情况也是如此。就像文中所述的孩童，我一直被巴巴哄诱，以接受他的真理。

过程中我逐渐明白，神并不是我们苦难的制造者。是我们自己的羯磨，我们过去行为的果实，自动自发地——虽然有时在潜意识层面上——制造了这样的境况，以平衡我们的羯磨债务债权。因此是我们的灵魂选择了必须经历的体验，幸福或悲剧、销魂狂喜或挣扎度过惨痛的时期。通过这一切，神

始终在我们身边帮助我们，引导我们，提升我们脱离自造的迷宫，只要我们愿意呼唤他，并且体验他永恒流向我们每一个人的无条件之爱。

换言之，只有通过体验我们羯磨中的起伏波折和由之引发的印象，我们才能最终达到平衡。只有达到平衡，我们才能自由并且认识神。

巴巴在《神曰》书中授述，“**只有通过各种对立印象以及各自的对立体验，浊界的浊意识人类灵魂才可能在经历数百万次的出生死亡后，藉着生生死死的这些对立体验，有一天能够平衡或减弱残余或浓缩的对立印象。**”²

我慢慢开始理解，这些考验和动荡时期在我们生活中的角色，乃是成长的一部分，对过去行为的平衡作用，朝向目标的进步。

我一旦开始接受这一切，就改变了。我开始痊愈。我开始通过卡尔，通过书籍，通过巴巴跟随者，通过我周围的人，聆听上帝的启示。虽然大部分都超出我的理解，但我想沿途总有一点点领悟，之后多些，后来则更多。它提供某些东西让我沉思考虑，让我知道当困难时刻来临，上帝就会干预，牵住我们的手，帮助我们度过难关。

神开始成为我的朋友，而非敌人。

那么现今我生活在哪里？

是的，自从我迁居浦那，巴巴的临在对我来说肯定更活跃了。难以置信的是，我竟然居住巴巴诞生的城市。他的老家被称为“巴巴之家”，位于不远处的达斯托-美赫路，到现在为止他占据的不只是我内心的一个角落。对我来说，巴巴肯定不止是我的恒常伴侣，而且是我生活的中心。

我感激地闭上眼睛，再次望向自动书写簿上的字。上面写着：“巴巴与你处处同在，最重要的是爱他。”



浦那的巴巴老家

第二章



家庭成长

巴巴极为尊重家庭，这对我带来进一步的影响。他总鼓励跟随者把家庭放在第一位。有许多故事谈到，巴巴总会说，首先要履行家庭义务，父母首先要称职地完成生来要扮演的为人父母角色，然后才能考虑其他想法。是的，甚至包括加入他的想法。

他说：“虽然子女成为父母婚姻的受益者，父母的婚姻生活又被子女的存在所丰富。子女给父母提供表现和发展自发真爱的机会，其中牺牲变得轻松而愉快。子女在父母生活中所扮演的角色，对父母本身的灵性进步具有重大意义。因此，当孩子在婚姻生活中出现时，应当受到父母全心全意的欢迎。”

1

我成年后，从未注意到子女们对我的灵性影响，或者除了关心抚养他们、给他们最好的教育、价值观等责任之外，有什么重大意义。我的父母曾教我，把时间用于祈祷、忆念和感激我们领受的所有恩赐，是一种爱神的方式。我记得也鼓励子女们这样做；通过背诵我们信奉的圣书《阿维斯陀》上的祷文来祈祷，然后也许再增加一点，就是对上帝倾吐心声，请求那个特定时间需要的帮助。

随着时间推移，我继续拜访火庙。我尊崇上帝，但各方面都不算太过虔诚。我困惑的是，有些学者和宗教领袖敦促我们，通过追随仪式、阅读并深入讨论现代作家所写的主题来重新发现我们的宗教。如果我们恪守原则，自觉地保持善思、善言和善行，我们就是遵循宗教的基本宗旨，同时在爱神。在我看来这就够了。它使我们成为好人。这是我的坚定信仰。

当美赫巴巴进入我的生活时，我几乎没意识到将带来觉醒，巴巴不仅影响了我，而且影响到其他家庭成员。发生的许多其他故事，都增进了我自身的成长和学习。

我写的如下故事，会有什么收获呢？



我的侄女齐娅·卡玛说：

我曾收到的最伟大礼物就是巴巴——阿瓦塔美赫巴巴——它是卡尔送给我的。

卡尔是我的表兄，所以很自然我们一起度过了童年。因为我们非常亲近，他 18 岁遭遇事故英年早逝，我们全家当然深受影响。

六年后，有一次全家人围聚在我们的大餐桌旁，姑妈楠(我们叫她楠妮)对我们讲述了她和卡尔的神奇交流。坐在她身边，远眺大海，听着她的故事，我丝毫不惊讶，因为她的话只是证实了我父亲常说的话。他作为拉玛那·马哈希的虔诚信徒，相信灵魂不朽。

我纳闷怎么会是楠妮姑妈给我们讲述这一切的，因为她似乎是整个家族中最不虔诚、最不热衷灵性之人，总喜欢漂亮衣服、玩闹和参加聚会。这让我有点困惑，直到我懂得，要接受这种不寻常经历你无需变得阴郁。我还记得感到极为高兴，因为卡尔重新回到我们中间了。卡尔不仅回归了，还带来他称为“天父”的另一个人。

就这样，卡尔把我们全家介绍给阿瓦塔美赫巴巴。从那以后，美赫巴巴对我的生活产生零星的影响。渐渐地，我接受他成为日常生活的一部分。历经多年后，伴随巴巴信徒的渴望在内心不断增长。我希望他更切实清晰，不仅通过信号和异象，而且通过阅读、讨论及倾听他的故事就体验到存在的平

和。这一切都慢慢实现了，直到最后我知道且内心确信：对我来说巴巴是上帝。

我生活中的几件事，有助于我的成长和确信。

有一次我与朋友们去美拉巴德，最后拜访了浦那巴巴中心，在那里我奇怪地被一款巴巴吊坠吸引，便果断买下，心中明白我会永远戴着它，它将成为巴巴持续陪伴我度过人生的象征。

当时我的颈部严重疼痛，却一直不管它，和家人去度假。在海里游泳，伸展双臂破浪前行，让我感到一阵刺痛，我决定出水上岸。像往常一样，我抬手去摸吊坠——它不在了！它掉了！我震惊不已。全家人知道它对我有多么重要，花费一整晚努力寻找。我们在沙滩、海浪里以及粉白色贝壳中间拼命地搜寻，却不见巴巴吊坠。我潸然泪下，整夜辗转难眠。我一边从房间的大开窗往外看，望向屋外大树的幽暗枝干、苍穹和繁星，一边想着巴巴。第二天早上醒来时，我的目光立即又转向那扇敞开的窗户和屋外的那棵树，令我惊讶的是，我在树枝间看见巴巴的清晰形象。我不想挪动身体，以免至爱巴巴的形象消失不见。他会用这种方式亲自向我显现，让我感到敬畏。

我们穿好衣服，带孩子外出，做晨间驾车兜风。我们走向轿车，车一向停在我窗外的那棵大树底下。尽管风景秀丽，但我内心依然颇为沉重，兜风过程中，我感到不安和难过。我们返回后，重新把车停在老地方，同一棵树下。我推开车门下车时，就在我脚边的沙地上，竟躺着倒置的巴巴吊坠！我

简直不敢相信！我把它捡起，贴在心窝处。虽然巴巴迁就我，把吊坠还给了我，我猜想我曾经把巴巴局限于吊坠里，而事实上他始终在我的周围。

现在我的颈部疼得越来越厉害，大部分时间让我难以忍受。没人能诊断出疼痛原因。这使我越来越转向能真正帮助我应对的唯一者——巴巴！后来，我被诊断为第 6、7、8 节颈椎受压迫，被建议立即做手术。卡尔的讯息说：“齐娅，你的颈部只采用治疗的话，将需要很长时间痊愈。手术将是获得改善的更快方法，所以尽管去做，但你在动手术时，要聆听巴巴的声音。他会守在你的床边，用他的光照着你。莫害怕。”我激动不已，巴巴、卡尔和灵疗师朗博士都会来我身边。交托给巴巴后，我对手术结果很有信心。它果然成功了！

回顾过去，跟随美赫巴巴是他在我身上成长的过程。我的生活中有无数的例子和事件，微妙地——有时则明显地——对我证实了他的神性。言语似乎不足以表达这些美好的体验。也许这些微妙的体验，是让我去品尝生活的滋味。

卡尔送给了我阿瓦塔美赫巴巴，而至爱巴巴赐予了我生命——活着念记他，臣服他，取悦他。谢谢巴巴赐予这个礼物！

这对我来说是一个学习经历。每个新人过来，每个新事件发生，巴巴都在表明某个观点。上述事例中，我惊讶地发现，这么短时间内，巴巴如此优美地向齐娅伸出援手，她则欣然对他的爱作出回应——我本人这么久才达到

的境地。巴巴引领她参观了他在世生活过的所有重要地点，把她介绍给许多服务他的爱者。把她带到他的家，他的三摩地，让她认识他的权威。通过实例，让她懂得：你无需宗教或灵性就能接近他。他曾教导她，她不应该把他等同于有形之物，他如海洋一样无限，欢迎所有河流汇入他。为了让河水优雅地融入大海，你要做的全部就是发自内心地爱他。这些也都是给我的功课，我开始真正仔细地聆听他的话。

很快，我的巴巴家庭又添了一名新成员。

那是1996年9月14日。雨季的乌云雷电和阵雨已撤离，浦那的早晨开始变得干爽。我坐下来和卡尔进行平常的交流。通常他会先给我某个初步建议，但今天不知何故，他开门见山地说：“嗨妈妈，今天有只小狗会来你家门口，它来的时候，你不要把它赶走。它需要你，反过来也会成为全家的好朋友。你会在白天发现它。”

太不寻常了！我准备去商场采购每周的生活用品，快速浏览清单后，我开车去浦那的主要购物中心，希瓦吉商场。我沿着一条单行道驱车回家，顺路驶过达斯托-美赫路的巴巴老家，这时一只模样可怜的黑狗跑到我的车前。我不由自主地说：“哦上帝，可怜的家伙！”那只狗处于可怜的境地。它几乎没有毛发，浑身湿疹，被跳蚤叮咬。它骨瘦如柴，全身到处是溃疡和伤口，苍蝇盘旋上方。它的状态太糟了，几乎走不了路。

我还没回过神，离家只剩一半路了。我继续开车，开始琢磨，也许这就是卡尔今天早上提到的那条狗。我感觉好内疚——应该停车返回吗？可随后

一想，如果我塞给丈夫吉米一条被跳蚤叮咬、行将死去的流浪狗，他的脸上会浮现怎样恐惧的表情。我接着找借口辩解，卡尔提到“小狗”，而那是一只相当大的狗。尽管我感觉很难过，不够人道去停车帮助那只可怜的狗，可是我无能为力，因为那时我都快到家了。驱车返回太迟了。

我一到家，就把整个故事说给吉米听。“你疯了吗？你想得狂犬病？算你幸运没有把那东西带来，因为你知道那会发生什么事吗？”他停顿一下，接着吼道，“你和那杂种狗都会被赶出去……赶出去！”

10月1日，那天是吉米的生日。女儿蒂娜打电话来说“生日快乐”，祝贺生日后，她说：“哦，顺便问下，你听到消息没？内维尔养了一只新的小狗。”我没来得及消化此事，电话又响了。这次是儿媳萨碧塔祝贺吉米。他们说话后，我接过话筒，问起新狗的事。“哦是的，妈妈，”她回答，“说来话长。你看，一天下午我坐在门廊台阶上，等孩子们放学回家，我的思绪愉快地转向卡尔。我也很想念巴巴，感觉有点失落，于是我请求巴巴给个信号——任何信号都行，只要向我表明他离我很近。花园的大门半开着，一只小狗走了进来。虽然它看上去像迷路了，却带着凶猛的神情，于是我叫仆人把它赶出去。4点钟，孩子们扎汗和扎拉放学回到家，那只毛茸茸的小白狗尾随他们又溜进来了。



拉弗斯——步入我们家和家人心灵的小狗

“凑近端详，它的样子其实不像流浪狗，因为毛刷得整齐又干净，但显然它迷路受惊了，太需要爱，我立刻对它产生怜悯心。不过，家人的安全是第一位的，而我不知它来自何方，我想最好跟它保持距离，直到我们可以放心。于是我们在花园中为它放了一碗牛奶和面包，然后关上家门。你猜怎么着，第二天早上我们醒来时，它还在那儿。它渴望地望着我们，慢慢地走进屋。孩子们同情它，央求收留它。现在你知道吧，它就是不肯离开我们，大家都喜欢它！直到今天它还和我们在一起。它已成为家庭的一员，妈妈，它叫拉弗斯。”

我听完整个故事，不过挂断电话后，无意间才恍然大悟，于是又打电话过去，只问了一句。“萨碧塔，这只狗是哪天来的？”果然不出所料，她说：“9月14日！”

但故事没完。一年后，我的孩子们从迪拜回来，当然拉弗斯也一起来的。
你猜怎么着？它进入我浦那的家是在9月14日——不过刚好过了一年！

想一想，假如我意识不到巴巴的工作方式，本来肯定会错过这种联系。
这只是证明“巴巴信号”不总是按你期望的方式发生，相比仅仅文字中的隐蔽信号，你要给它们一个更广阔的视角并且更深入的观察。

现在拉弗斯成了我们家庭生活的一部分。但最令人惊讶的是，所有人当中，竟是我丈夫吉米离不开它！同样令人惊讶的是，它受到大家的喜爱，除了一名巴巴的亲密跟随者。她住在我家的同条路，很怕它。拉弗斯经常躲在角落，直到她过来，然后像恶魔一样冲向它，直到可怜的女士僵立路边，紧闭眼睛，祈求巴巴保护，不停地念，“捷巴巴，捷巴巴，捷巴巴。”拉弗斯只是站在那里，朝她吠叫。我真不知道，这对于它是个游戏，还是也许它只是喜欢听到巴巴的名？

第三章



浦那

跟往昔的生活相比，浦那的生活肯定有变化。我现在居住新的绿色城市，有着开放的空间，小型商业中心，古朴的小房居住着相当不同的民众。与这种静谧相比，孟买的嘈杂，比如交通、汽车喇叭、拥堵、摩肩擦踵的人群，似乎都那么遥远。尽管浦那拥有独特的风韵，我依然思念在孟买时，卧室窗下飘来远方大海那熟悉的海草味。我思念我家附近，奔涌的海浪冲刷着岸边，阳光在浪尖舞蹈，那波光粼粼的洋面。但生活还得继续。

有一天，我受邀前往拉纳乌拉附近的纳诺里，参加一家新种马场的开业仪式。那天从浦那坐车去的客人中有莱拉队长，我多年未见、未联系的同学。两小时的旅程中，我们坐在一起，叙旧聊起我们生活中发生的一切。她对我讲述，自从我上次遇见她后，有关她自己的一切、她的希望和抱负。

在我的印象中，人类的苦难总会引起她的关注。在校期间，她的梦想是当一名医生，可尽管她试过，却没有成功。于是她尝试了其他职业，比如加入航空公司，培训当上兽医，后来结婚，最后迁居浦那。她在浦那获得机会

做她一直渴望做的事——把时间用于去医院，坐在那些痛苦挣扎的患者床边，帮助那些无望存活的病人。她就想握着他们的手，给他们的不仅仅是药物——而是某种发自内心的东西。

我相信她的生活这样持续了很长一段时间，她很满意，但世事无常。到1994年，她苍老多了，背部开始给她添麻烦，不可能再做病床护理。此后她探访医院的次数越来越少。当时她丈夫已去世，女儿结婚，儿子则忙于自己的工作。现在她的生活需要某种动力和新方向。她说话时，我能看出她的能量处于低水平，感到相当孤独和迷茫。

接着她话锋忽然一转，改变话题，向我问起《沉默之声》。在颠簸的巴士上，我花了些工夫解释一番，事实上我无需担忧。原来自动书写对她来说并不新鲜，因为她从母亲那里听说过。不过某种新奇的事确实发生了。

这是她第一次听说美赫巴巴，如往常一样，巴巴的时间安排是完美的。

我们那天在巴士上谈话之后，莱拉突然开始对巴巴产生浓厚兴趣。阅读《沉默之声》进一步激发了她。像往常一样，她爽快地主动帮忙。她自己主动和我保持联系。帮助我组织多次美拉巴德之旅，照顾新来者，让他们感受到巴巴的爱。于她而言，这是生活方式的改变，她开始热爱它，几乎像我一样。

这样顺利持续了一阵，直到1997年12月的一天，我和吉米离开，要在孟买居住通常三个月的赛马季。我打电话去说：“莱拉，我要走了。我身边

有几位女士，她们刚知道巴巴，需要帮助和引导，所以我把她们留给你照顾了。她们现在是‘你的人’啰。”然后我就走了。

从那一刻起，一切都为她奇迹般改变了。巴巴巧妙地改变了她的生活方式，从帮助病人和濒死者变为帮助生者获得重生。她不再坐在濒死者的床边，而开始帮助活着的人处理在世的生活。他们都成了她的朋友。她的孤独一夜之间消失了，又恢复成为我记忆中的莱拉——一个坚强、出色的组织者，不愿容忍任何废话，却是我所认识最善良、最有慈悲心的人。我告诉你们这些，是因为至今莱拉始终站在我身边，矢志不渝地支持我。

后来发生了什么？莱拉带着我刚出版的一摞书，自告奋勇帮忙在浦那分销。因为蓝钻酒店的书店离她家最近，她先留了几本书在那里出售。几天后我们走进去，汇总一些销售细节，迎面遇到一位女子，她有着美丽的眼睛，年轻动人的脸，用轻柔的声音说：“您是楠·乌姆瑞伽吧？我的天啊，真不敢相信您真的从这扇门进来了。我期待已久想拜会您。你可否抽出几分钟时间？”

她叫雪莉·克米萨瑞特（Scherry Commisariat），下面的故事让我喘不过气来！

对雪莉来说，往事要追溯到 70 年代，当时卡尔是著名的赛马骑师，她是个迷恋他的少女；对于少男少女，这是平常自然之事。她从未遇到卡尔本人，却总感觉自己熟识他。虽然她并不热衷看赛马，却渴望有一天能认识他。

但这注定不会实现，因为有一天早上，报纸登载了卡尔·乌姆瑞伽惨遭事故去世的噩耗，她的梦戛然而止。“就这样了，”她想，“我再也见不到他了。”

1996年，大约在我的《沉默之声》书出版前6个月，她做了个梦，对她产生了巨大影响。她梦见自己从睡眠中被(多年前去世的)祖母叫醒，被带到了另一个维度，发现自己在一个大厅内，许多神情愉悦的魂灵在举行盛大聚会。她环顾四周，突然迎面遇到一个年轻男子站在她面前，双手合十，嘴角带着淘气的微笑。她盯着他，试着回忆之前是否见过他，那时他问：“你认不出我了？”她用手击额，狂喜地叫道：“卡尔！我忘了你在这里！”他们像老朋友一样拥抱，她本能地知道，这是她多年来一直期待的。不用说，她拒绝离开他身边，央求尽量长久地跟他在一起。“不，”他说，“你现在必须回去，你的时间到了，我会来找你。但你现在必须回去。”她惊醒过来，心中困惑不已。她同丈夫交谈重温了这个梦，对方意识到那晚她经历了某种重大事件。

说来也巧，一段时间后，有个朋友借她一本《沉默之声》。她一看到封面，顿时大吃一惊！这正是她梦中见到的那张脸！

像命运的安排，她不久遇到了莱拉队长，两人一拍即合，缔结了美好亲切的友谊，延续至今。

在书店邂逅我后，她对我更多讲述了她当前生活中的困难，并收到卡尔传来的很多暖心讯息。随后是多次美好的美拉巴德之旅，她觉得好像自己的生活开始有了某种意义。但这未持续太久。她面临诸多个人危机，带着沉重

心情苦苦思索其困境和未来。就在那天，她看到了美赫巴巴在她床尾显现。巴巴穿着白长衫，慈悲地朝她微笑，用古吉拉特语说：“我的女儿，牵着我的手，我将照顾你的所有烦恼。一切很快会好起来。”她被他的爱、慈悲与显容深深感动，一夜之间成为他的跟随者。她知道自己找到了所寻找的爱与光。那就是巴巴。

1999 年，她突然不幸丧夫，处于震惊状态。那些日子她深深绝望，不过对巴巴的信心帮助她迅速恢复。美赫巴巴以他独有的方式照顾她和子女们。与他的内在联系，尽力无条件地爱他，帮助她做出正确的决定和选择，让她保持专注于更高道路，向她证明：信心和信任决不会没有回报。巴巴向她表明，任何情况下，爱都是最伟大的疗愈者。

迄今为止，雪莉的生活发生了根本变化，继续前进。她说：“虽然人生有跌宕起伏的艰难过程，有障碍和赏赐，对巴巴的深爱 and 绝对信心给我带来一种和平、安宁、喜乐和感恩的新体验。如今我渐渐年迈，生活中又发生了更多事情。巴巴帮助我打开视野，现在我成了感恩工具，将清明带入其他人的生活。现在我能用迥然不同的眼光看待世界，对生活真谛有了更好的理解。美赫巴巴是我最富于智慧、爱与慈悲的教师、向导、大师，最重要的是朋友。巴巴现在并将永远支持我。”

就这样，我在浦那的生活逐渐成型。雪莉之后，来了佳娅·谢蒂，还有之后的拉朱·乔杜里。我提起这些名字，因为莱拉很快成为他们的“慈母般的人”，他们都成为了我坚定的浦那巴巴团体成员。现在 10 多年过去了，我们依然坚定不移地爱对方、爱巴巴。从那以后，像滚雪球一般——朋友带

朋友，然后带另一人，以此类推。巴巴影响着大众，许多人开始走向美拉巴德。令人惊讶的是，我甚至遇到一些人，他们一直在浦那生活，至今都不知道巴巴在这里出生或者他的老家依然在。突然间，巴巴对他们有了崭新意义。浦那拉斯塔-佩斯的巴巴中心声名鹊起，成为愈来愈多人的拜访地。

但一如既往，巴巴是“沉默大师”，从容不迫地在众生的心中唤醒他自己。

第四章



为不确定的生活领航

尽管我们现在浦那安家，但马儿和赛马继续吸引着吉米和我，孟买的摩诃拉克西米赛马场有其独特的魅力。我们不舍得离开它太久。所以我们决定，在那里有一个俱乐部度过几个月的孟买赛季。

巴巴继续将我的亲近巴巴圈子凝聚在一起，朋友们——艾米、芙芮妮、卡姆露、珍妮、苏希拉和我基本每天打电话给对方，互相分享一切。就这样，我们设法满足人们的各种要求，他们读过书后，希望越来越多地了解巴巴。人数很多。

《沉默之声》成为指示牌：“此路通向美赫巴巴。”

越来越多的人读到这个指示牌。越来越多的人开始自己去探索：巴巴是怎样爱的，他多么辛苦地工作把众生引向他，以及一个人的生活中有了他意味着什么。

有大量故事充斥我的脑际，纷纷证明了巴巴无所不在的爱与影响。不可能把它们全部收录于本书，我会将它们保留到将来的某一天。

下面是孟买两位朋友的故事，可能会触动你的心灵。阿迪尔·甘地对读者讲述他被介绍给巴巴以及后来发生的故事。



1996年12月《沉默之声》出版的第一天，楠就赠书给我。我很快读了前半部分，因为写的是卡尔，他自幼一直是我的好友，也因为书中写的每个人和每件事我都知道。不过，书开始详细写到美赫巴巴，这个自称上帝的人时，让我感到震惊：他不仅曾经生活在我们中间，而且我以前从未听说过他。太神奇了！我合上书，再也没翻开，直到很久以后。

1997年10月，我亲爱的老朋友，一个著名航空公司的资深飞行员扎瑞尤斯·达斯托，成为周围环境和残酷命运的牺牲品，无辜遭到起诉，最终被关押入狱。

我深感悲哀，出席了每场听证会，以表示我对他的支持。我还祈祷，通过某种奇迹他会获释，即便不是无罪释放，至少能获得保释。

就在同期，我注意到，身陷囹圄的这位可怜无辜朋友身上突然发生某种变化。尽管他处于这般不幸境地，却虔诚镇静且安详。他不再有最初被捕时的敌意、怨恨和不确定的宿命感。我们在法庭上的简短会面期间，他所做的事是谈论美赫巴巴！我想知道，他是怎么做到这点的？

他入狱期间，一个共同的好友安妮塔律师，给了他《沉默之声》这本书。其他很多好友也主动用其它书籍、祈祷等形式帮助他，但心怀怨恨的他拒绝了，一概不睬，甚至不瞧一眼。不过，当他看到这本书封面上卡尔的脸时，忆起过去童年与乌姆瑞伽一家的联系，曾经和他们居住同一栋楼。因为没啥别的事可做，他仅仅出于兴趣拿起书。很快，他发现自己彻底沉浸书中。扎

瑞尤斯一章接一章地读，过程中感到自己被这位古鲁——卡尔充满爱意谈到的美赫巴巴——强烈吸引。开始爱上他的面容、力量和美。

除此之外，发生了另一件很奇怪的事。那个在扎瑞尤斯身边制造事端导致他被捕的人，恰好被关押同一间牢房。很巧，他女儿是热忱的巴巴信徒，给了父亲一本美赫巴巴著的《语录》，希望此书对他有所帮助。他不想读这本书，把它扔给扎瑞尤斯，说：“我不信巴巴们……你想读就读。”

对扎瑞尤斯，此书成了他的福音，改变了他的人生。他读到造物界的开始与结束，业相的形成和作用。他思考巴巴关于善恶、自我的性质所阐述的内容。但最重要的是，他开始静思巴巴，从内心寻找答案。他有充裕的时间任由支配，逐渐沉浸于巴巴，极为认真地研读《七个真实》，努力理解之，并贯彻在自己的生活中。

美赫巴巴的七个真实

1. 唯一的真实存在是唯一之神的存在，他是每一个有限我里的大我。
2. 唯一真实之爱是对这个无限（神）的爱，它唤醒人们要见到、认识并且同其真理（神）合一的强烈渴望。
3. 唯一的真实牺牲是在追求此爱的过程中，不惜牺牲一切——身，心，地位，利益，以至生命本身。
4. 唯一的真实舍弃是摒弃一切的自私念头和欲望，即使在履行世俗责任之中。

5. 唯一的真实知识是认识到神是好人也是所谓坏人、是圣人也是所谓罪人的内居者。该知识要求你，按形势需要平等地帮助一切人，不计回报；被迫参与争论时，不带丝毫的敌意或仇恨；努力使他人幸福，以兄弟姊妹般的感情对待每个人；不在思想、言语或行动上伤害任何人——甚至那些伤害你者。

6. 唯一的真正克制是训练感官不放纵低级欲望，惟此才能保证性格的绝对纯洁。

7. 唯一的真正臣服是在臣服中心理平衡不为任何逆境所扰乱，个人在各种困难中都绝对安然地顺从神意。¹

囚犯在院子放风或活动锻炼时，扎瑞尤斯会带上书学习，并和他人分享新发现的智慧，希望也使他们从他的知识中受益，给他们分享一点巴巴的爱心。这过程中，他自己学到很多东西。他学会宽容敌人，以及如何处理监狱中的害怕、恐惧和暴行。虽然获释的希望不大，因为毒品交易被认为是不可保释的罪行，尽管如此他学会用积极态度度过每天的生活。他制定了一套经验法则，有些用于灵性成长，另一些用于和狱友相处，但全都围绕一个简明的理念——爱。

他抽时间给年轻的爱妻和三个子女寄去爱笺，并对年迈的父母保证一切很快会好起来。事实上，他开始尽量去看光明面，相信巴巴会协助正义战胜错误。当然，有时他因无望获得自由深感绝望，但那种时刻很少见，总体来

说，在巴巴的陪伴下，他开始以勇气和刚毅驾驭自己。最后，甚至内心宽恕了那个给他的生活造成这场重大变故的人。

1998年1月12日，扎瑞尤斯的女儿霞敏，在度内日去美拉巴德求巴巴“赶快让她亲爱的父亲获释。”对于现场的许多人，那是非常感人的时刻。

几天后，囚犯们遵令给囚室搞卫生。扎瑞尤斯用海绵、皂沫和水准备擦洗房间墙壁。当他抬手伸向墙时，震惊地后退——不敢相信眼前的一幕！墙上有三个面容。一个优美的耶稣像，一个是特蕾莎修女像，第三个是美赫巴巴！同屋狱友也看到这些形象。有人惊叹地顶拜，另几人被吓跑。这次异象是扎瑞尤斯人生中诸多类似事例的开始，这些事例太多了，以至他不再把它们归因于巧合。

尽管后来随着频繁地出庭参加听证会，有许多煎熬的日子，扎瑞尤斯始终专注于这些异象和卡尔定期传来的鼓励讯息，“巴巴和你在一起——巴巴爱你——巴巴总会做最有益你的事”，如此等等。这使他保持坚定的信心和信任。

截止1998年3月，我的飞行员朋友被捕快5个月了。安妮塔提出送我去美拉巴德。由于发生了那么多让扎瑞尤斯震撼并且不停地谈论的事件，我深受鼓舞，想看看这地方能带来什么，人们说的这位上帝是怎么回事！于是，我们规划了一天的埃舍之旅，抵达时正赶上早晨7点的阿提。我得承认，我发现这是个可爱、宁静祥和的地方，无疑给了我非常正面的感应，不过……当时仅此而已。

就在那天，我跪在巴巴三摩地前，说：“如果你是像人们说的，是一位大圣人或神人，那么请帮助我的朋友脱离这种不幸的困境，或者至少帮他获得保释。如果你这样做，我许诺会和他一起回来，当面承谢你。”

四个月后，历经漫漫无尽的十个多月囚禁之后，高等法院的保释上诉终于开庭审理，卡尔给扎瑞尤斯女儿的讯息说：“解铃还须系铃人。”

我们屏息以待。那个造成扎瑞尤斯入狱的人走进来，对其罪行供认不讳。扎瑞尤斯因证据不足被判无罪，如果我没记错的话，这是当局第一次批准被指控涉毒犯罪者获得保释。

我随后自忖，“这位巴巴确实履约做了他的工作，现在是我履约的时候了。”

于是几周后，安妮塔、扎瑞尤斯和我去拜访美拉巴德。这是机长第一次拜访，自然他的激动心情显而易见。他难以置信，自己来到了入狱期间曾经读过且梦寐以求的地方，他果真将要拜谒如今自己深爱和信仰的那位。

对我来说，在美拉巴德的那个周末，可能是我一生度过的最糟时光。临行前几日，我自己的世界分崩离析了。我接到消息，经历 25 年的婚姻后，妻子要跟我离婚。获悉这个可怕消息，我强忍内心痛苦，不得不信守承诺带朋友一起去拜谒巴巴。

可说来也怪，一到那里，我的怨恨就消散了。我想到我的朋友，他的可怕困境，以及巴巴怎样用他的爱帮助他。我想到，有时候似乎山穷水尽，但只要真正爱他，巴巴总会为你找到出路。由于发生这一切，我开始走近巴

巴。在深切的痛苦和悲伤中，我真正敞开了心灵，让巴巴进入。我跪在三摩地，请求他帮助，并指导我做正确的事。

有天早上我坐在三摩地，接到巴巴给予的一条直觉讯息，通过卡尔说，“不要试图争斗、报复或留住你的妻子。让她安静地走吧。”

我静静坐着，让这个选择渗入全身每个细胞。似乎没有挣扎或反抗，取而代之，我内心深处感到一股强大的力量和自由。

从那以后，有段时期我经常拜访美拉巴德，因为我知道，我从巴巴那里汲取了灵性力量，他在各方面帮助我处理损失，在此过程中越来越爱他。

那阵子有段时期，我也极度渴望像扎瑞尤斯和许多人那样，亲睹他临在的证据。我不断请求巴巴，不管用何种方式，向我表明或显现他自己。

那是在1999年2月25日，巴巴生日，我目睹巴巴的愿望终于实现了。我突然发现家中卫生间的墙上，有至爱美赫巴巴的优美面容，由三部分组成，他一只眼闭着，带着沉思冥想的姿势！确凿无误——一模一样，长尖的鼻子和浓密的小胡子。哦，毋庸置疑！我欣喜若狂，难以描述。

自从巴巴最初进入我的生活，现已过去多年。他显现的形象依然留在我家的墙上(虽然现已褪色)，总体上我与自己、与生活都能和平相处。我知道我所学到的功课是，每个人的生活难免有跌宕起伏，但据我的经验，巴巴会帮助我们在思想、灵性和情感上成长，最终变得更坚强更好。

当前扎瑞尤斯的案子尚未结束，但不管怎样他都爱巴巴。他仍在保释期内，与家人平静地生活。他仍会尽量常拜访美拉巴德和三摩地，被问及原因

时，他说：“每当有空闲，我就会拜谒巴巴的三摩地，因为我还有更多东西要学。另外，我可能不得不重新回去。”

我亲爱的朋友教了我重要的一课——要不带任何期望地爱巴巴，从内心继续爱他，并且相信“无论我的大师做什么，都是为了所有相关者的最高利益”（哈菲兹诗句）。捷巴巴！

第五章



我在这里

“我从不沉默。我永恒言说。在灵魂深处听见的声音就是我的声音……灵感、直觉、指导之音。通过善于接受该声音者，我说话。”¹

上天的讯息不总是以神圣的方式来临，也不总是由天使传递。云雀鸣唱，你可以聆听。雷声轰鸣，你可以聆听。星辰闪耀，你可以看到。生命诞生，你可以觉察。上帝会俯就接触你，因此你不该驱赶蝴蝶。他一直对我们言说。问题不在于他如何说或对谁说，而在于谁会聆听。

因此，讯息其实是：“切莫因为神的祝福裹着不合你心意的包装而错过它们。”

神用不同的方式与我们交流——通过感觉，通过思想，通过体验，通过形象和图像。神通过爱唤醒我们。有人可能会在重要的梦境和异象中看见他；

有人甚至会感到实际的临在，或者压倒性的爱。他也经常通过信号接触我们。言语实非必要。他对我们的回应，跟我们的领悟力成正比，并且用他知道我们能理解的语言。比如，事情突然水到渠成，不寻常的巧合，找不到合理解释的信号。某个朋友说的话，杂志上的评论，或者一场意外的电话交谈。

我曾看到，巴巴用简单的小事和非常随意的时刻，对人们揭示他自己。他会以最平常的方式迎接我们——只要我们用眼去看，用耳去听。在他精心策划、看似偶然的人生旅途邂逅中，他不使用重大神迹或壮观事物。“没有长途跋涉，没有漫长旅程要走，没有陌生语言要学，没有狂喜状态要体验。只是半路相遇而已。”

我记不清是哪天，只知道 1996 年 9 月的某日，邓·斯蒂文斯进入我的生活。你们可能会问，“邓·斯蒂文斯是谁？”

他是一名退休的国际石油公司高管，毕生的求道者。1943 年，邓成为美国苏非教运动的成员。正是这点，把他带到美赫巴巴的指导下。目前他住在法国巴黎，是曾与巴巴有密切联系的少数在世西方人之一。他现在把全部时间用于撰写关于默文·希瑞亚·伊朗尼(后称美赫巴巴)的书。他安排巴巴著作的翻译，与欧洲、英国和印度的若干美赫巴巴团体密切合作。他最为人知的，是担任巴巴的著作《神曰》的联合编辑。

我不记得，同他和他的图书委员会在孟买阳光沙滩酒店会面的缘起是什么。不记得是我打电话给他，还是他打给我。我只记得当时我不仅很紧张，而且对有缘拜会这一德高望重的人物备感敬畏。我需要极大的勇气在场，同

一位文学奇才讨论当时快完成的《沉默之声》手稿。纯粹为获得支持，我带上艾米·拉巴迪和茱莉妮·佩德两位朋友。他会怎么看待我们？他会认为此书荒唐，不予理会吗？他会认为我们走向巴巴的方式是凭空想象的吗？他会作何反应？

而实际上我无需担心。一见面，他那亲切的“巴巴拥抱”，友善温和的态度，使我们立刻喜欢上了他。此外，他在回答问题之前深思熟虑，说话方式从容不迫、措词精准，打消了我们对如何与他相处的疑虑。

他把我的手稿带到法国，后来我很高兴接到他从法国打来的漫长电话。我只是结结巴巴地答复：“多谢，多谢，谢谢您对我的书的亲切回复与积极响应。”

从那以后，他成了我们大家的好朋友。他总是乐意给我们分享他的知识，伸出援手。他会力争出席我们组织的活动，与巴巴有关的每个重大场合。

他现已 91 岁高龄，却一如既往地活跃，对巴巴绝对忠诚。那是他身上最感人可亲之处。

他最近访问印度期间，推动把巴巴的主要著作——如《神曰》和《语录》——译成印地语、马拉地语、古吉拉特语和泰卢固语，我有幸再度拜会他。这次他把他的新书《美赫巴巴-本时代的唤醒者》赠送我，我慢慢品读邓与巴巴长期交往期间的所有私人接触，读到题为《阿瓦塔》那章的过程中，几乎令我啜泣。

在该章，邓对我们讲述了他在美拉扎德伴随巴巴度过的典型日子，并简略谈及 1952 年至 1968 年间他本人和巴巴的亲近关系。



邓说：和巴巴的关系总是非常个人化的。你感到你是宇宙的中心。你确实是。巴巴从不装模作样。你是独特的，没有任何事表明，你在巴巴面前不是最重要的对象。这不在于和阿瓦塔的良好关系。这是实相。

……9 点半左右，我们全体在满德里大厅集合。然后巴巴会过来。通常情况，首先是一串必提的问题：“邓，你昨晚睡得如何？”“你的消化情况如何？”对身体的适当照顾一贯是巴巴的重大关切。巴巴也总能瞅到某个老朋友，看出其情况不太好，打手势说：“你看起来很虚弱。”

……也许有人认为，伴随一位大师生活必定充满有关神性的启示性论述，以及为赢得他临在的必要修炼。这并非伴随巴巴的日常活动。有时，他会提出灵性领域的某个有趣观点，但那不是常规话题。

……通常有些娱乐活动，如玩七砖游戏，或偶尔玩一种特别的纸牌游戏。（他大多会赢。）巴巴有着绝妙的幽默感，每当事物变得紧张，巴巴总会找到一个有趣的要点，从而缓解紧张气氛。

……巴巴对面墙上的时钟开始走向下午 5 点时，我们会不离视线盯着它。因为往往大概此时，巴巴会宣布当天他打算离开了。到下午 5 点半，基本总是此时，他开始走向朝着美婍花园和他夜间就寝主屋的双扇门。随后，巴巴大多会扶着一名跟随者的胳膊，走向他寓所的门廊。

……在他晚年，有一次拜访期间，他要我扶着他的胳膊。走近台阶，一名女弟子在那里，把他领到屋内就寝。这一次，我刚转身回去，听到他的拍手声，便马上转身，看到他要我回去接受拥抱。我感觉着他温暖的臂膀搂着我，之后显然我该离开了。我开始往回走，前方的满德里却喊，巴巴要我再回去。我走回去，他再次温柔地将我拥入怀中，吻我的脸颊。我再次转身，几乎含着泪，走向满德里大厅。可他再次击掌，简直是奇迹，又一次更温柔地拥抱了我。那是我最后一次看到美赫巴巴的在世肉身。

这里我必须再谈谈，巴巴在肉身最后几年受的苦。在最后的日子里，哪怕最轻微的动作，都会导致他的肉身严重痉挛，被他称为“十字架受难”。一次最后的痉挛期间，巴巴做出巨大努力，对亲密弟子埃瑞奇打手势：“但我将会回来。”这是巴巴给他和物质世界的遗言。²

1969年1月31日，邓·斯蒂文斯在伦敦，那天电话铃响了。一开始他只听到有人哽咽的声音。“是谁？出啥事了？”他问。哽咽和喘息声继续，最后他才听懂意思：“他走了。他离开了。巴巴离开肉身了。”

邓感到如雷轰顶！他认识且深爱26年的巴巴离开了肉身。这不可能。当他回过神，唯一能想到的就是赶赴印度，最后瞻仰至爱巴巴的肉身。他必须赶到那里。可怎么办？美国人必须办理入境印度的签证程序至少需要几天。不过他决定试试。于是，他去找高级专员办公室。运气不佳——大家都周末放假了，找不到人。他心情沉重。有位朋友建议他，去邦德街的印度航

航空公司办事处试试，他就去了。直觉引导他走到位于房间侧面的桌前。他坐下来，注意到小块的标示牌——伊朗尼女士。

在那里发现一个与巴巴同姓的人，让邓相当震撼。

向她说明巴巴的姓名、邓的目的地和紧急情况，伊朗尼女士答应她会将此事作为紧急情况处理，尽量让他准时抵达。

她立即拟了一份优先发送的电传申诉书，申请人道主义特别许可，让邓降落孟买机场。她安慰邓，若运气好，他有望及时收到回复，赶乘下午 3 点的印航班机，经停孟买飞抵浦那。下午 1 点，邓的心脏快跳到嗓子眼了，双手颤抖再次拨通电话。令他欣喜的是，指令刚收到，他的眼里涌出宽慰和喜悦的泪水。

通过护照查验，在休息室等候片刻，邓登机来到指定座位，有一半空座的飞机掠过蓝天，飞向巴巴。一会儿广播系统响起，一个愉快的声音说：“女士们先生们，抱歉耽误，欢迎你们登机。我是你们的飞行员，伊朗尼机长。我们现在正飞越日内瓦。”播音被邓的心跳声淹没，因为邓再次陷入极大困惑。又一个伊朗尼！两人对他的使命都很重要，都叫伊朗尼！他突然失声大笑。

“好，巴巴，我懂您的意思了。”他自言，确知与自己的伴侣及大师的联系根本没有切断；巴巴现在比以往任何时候都更活跃。

在德里加油时乘客下飞机，他在德里版《印度快报》上读到，一位可靠的巴巴弟子萨若希·伊朗尼，已决定将入葬时间推延到1969年2月2日星期天，以便让国外爱者参加。

不可思议！太幸运了！

后来，他站在两排登机队伍中，每人须自报姓名，配合航班核查名单。轮到邓正要报出名字，无意中听到队伍中身边一个年轻人自报名字。又是伊朗尼先生！

最后抵达浦那，接着前往阿美纳伽，上美拉巴德山，到三摩地赶到巴巴跟前。邓的旅程结束了。他缓步走向熟悉的陵墓。他及时赶到了。

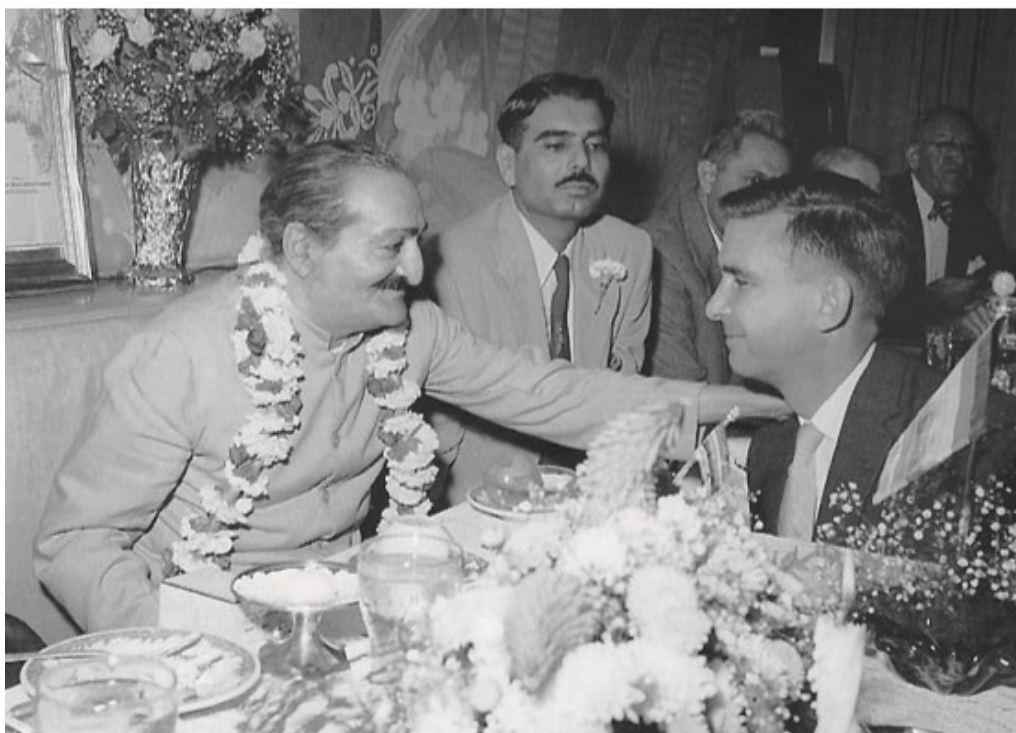
读者也许认为邓的故事讲完了，并非如此。过了一会儿，当他伫立闭目沉思之际，感到有人在身边。那是个面容温和的高大老者，他认不出是谁，老者却提醒他，几年前巴巴曾介绍他们认识。当他得知邓刚从伦敦飞来时，就说：“那你的飞行员一定是我儿子，伊朗尼机长。”

我希望你们知道，几个月后经查询，发现当时印度航空公司只有一名伦敦职员带伊朗尼的姓氏，也只有一名飞行员有此姓氏。

邓竟在同一天遇到他们俩！

邓总结故事说：“无法描述完人的恩典和体贴入微。它用无所不包的全知之爱 and 安全感包围一个人。发现这点被彻底证实，其优雅表达如此幽默，是完全出乎意料的。知晓这些，我深受感动。”

你们可知，为什么在邓的书中读到这一切，让我几近哭泣？那是因为我确凿无疑地认识到：巴巴从放弃肉身的那一刻起的所作所为，甚至现在依然在做。我们许多人从那以后经历的细微信号，并非只是想象或痴心臆想，也不是潜意识头脑玩的把戏。那正是巴巴表明爱的方式，所以我想和你们分享它们。



巴巴和邓·斯蒂文斯，埃瑞奇在后面

邓·斯蒂文斯对你们叙述的事件发生在 1969 年。现在我们来讲 2001 年。



活泼迷人的安妮塔·罗伊读了《沉默之声》，激动不已。她对书中内容颇为着迷，便打电话约我会面。我们不厌其详地谈论美赫巴巴。美赫巴巴是

谁?为何他不太出名? 他的三摩地在哪里? 但尽管我对她讲述了一切,我推测她需要自己寻找答案。

她去了美拉巴德,生活就这样被改变了。

安妮塔续述:我于2000年12月29日结婚,懵懂之中于2001年1月15日乘坐印航飞机从孟买飞赴伦敦。道别后,我坐到座位上,但就在飞机即将起飞之际,我突然醒悟过来,开始啜泣。我想起在孟买的所有童年记忆和成长的岁月。我想到所有的亲人好友被留在身后,不禁想知道等待我的将是怎样的新生活——我的生活会不会依然如故。如果不会,我能否应对新的生活,如何应对?我做了那种情况下唯一知道做的事。

我闭上眼,开始向巴巴祈祷。正在祈祷,突然产生一个可怕想法——如果巴巴和我一起,如果我不再是我在伦敦的忠实伴侣,怎么办?我何以生存?我开始嚎啕大哭。我对巴巴说:“请给我一个你和我同行去伦敦的信号吧……现在就给我信号吧!”随后,我对自己的问题感到满意,自忖巴巴将如何在即将起飞的飞机上给我这样的信号,一边擦干眼泪。

可我的思绪尚未结束,就听到飞机广播系统的声音:“上午好,女士们先生们,我是你们的机长扎瑞尤斯·达斯托。欢迎登机。”我惊呆了。只是一个名字,但无需更多,因为我知道这句话就是给我的。我的心狂跳不已。巴巴给我的信号绝对完美,因为扎瑞尤斯是一位热忱的巴巴信徒,他本人走向巴巴的故事非常强大震撼,以至我都不敢相信他居然是我的航班机长,一

路带我到孟买飞赴伦敦。我给他写了便条，让空姐送去。他真出来见了我们，我们聊了一会儿巴巴，以及我们从他那里领受的一些奇妙体验、信号和讯息。

我忘却了一切，包括眼泪与羞怯，并且懂得巴巴这样做是让我持续觉知并确信：他确实时刻和我们在一起，即使我们意识不到。

我抵达伦敦，住在那里，谁也不识；没有家人，没有朋友，陪伴我的只有新婚丈夫和英国史上最寒冷的冬季之一！我绝望中给楠打电话。“抓紧巴巴，”她说，并给了我伦敦巴巴中心的负责人，苏珊·比杜这个名字。楠建议我联系她，她可以带我去伦敦中心。我找到那里，却看不到一张熟悉面孔。在伦敦的首周，我到了厌恶每一刻的地步，现在更糟的是，站在满屋子的陌生人跟前。

那是2001年1月31日，永恒日——巴巴“离开肉身”的纪念日。中心挤满巴巴爱者，都来表达敬意。我在角落坐下，怀疑可能除了巴巴有没有人会注意我，此时活动开始了。我努力向巴巴祈祷，给我传个讯，向我证明那天他在我们中间。我甚至威胁他说：“如果您不让我知道您在这里，我再也不来这个中心了。”

就在那时，一个装有巴巴箴言的盒子被传给大家。要每人取一份，然后大声读出。盒子传过来，我取了一份。迄今为止巴巴无不回应我的呼唤，因此我不知道能否说自己感到震惊或者只是意外，可我既意外又震惊！我的纸条上写着：“我在这里，我在这里，我告诉你——**我在这里！**”

第六章



其它爱的信号

巴巴的信号继续。大多很神奇，有些非常大胆，常使人喘不过气来，令我好奇巴巴怎么有时间想出那么多优美的方式来触动人心。

芮娜·塔亚巴里在寻找关于她母亲，关于死后生活的答案。她小时候母亲就去世了。她不记得母亲，但一生都深感损失。她的寻找把她带向我。她写信给我，希望通过卡尔接收她母亲的音讯。她母亲果真有给她的讯息。



我等待楠通过卡尔给我传递母亲的讯息时，不无其他想法。这怎么可能？是真的？我，接收母亲的讯息？我何以知晓那会不会真是我母亲？我可能会收到美好的讯息，但如果我不能确定是她的，对我又有何益？

于是，我热切祈祷。“妈妈，请给我清晰的信号，”我说，“向我证明真是你。”

终于信寄到了。我用颤抖的手打开信，读完后，喜极而泣。这是我一生中接到有人给我的最美讯息。信中谈到我们跟对方的深刻联结，超越尘世生活的不朽之爱，还有我今后会在巴巴和他的爱中找到她。讯息末尾，卡尔补充说，“她对女儿一无所求——惟愿一缕阳光将母亲的爱带给她。”

我确凿无疑，知道了讯息是真的。我收到了信号。它跟我的名字有关。

我叫芮娜。我受洗证上的名字是芮(娜)。此事一直令我困惑。我曾被告知，我被取名芮娜·伊丽莎白(Raynah Elizabeth)，因为我和英国女王的生日是同天，而“芮娜”是葡萄牙语中女王的译名。我记得大约四年前，一个从国外来探望我的表姐无意间提到，我母亲很想叫我“芮”，她怀孕我的时候常说，“如果我生女孩，会给她取名‘芮’。她将是我的阳光（译注：英文Ray意为阳光或光线）。”我还记得，就在我收到讯息的几个月前，在一场聚会上，有人恰巧唱了那首旧歌《你是我的阳光》，后来有个阿姨对我说，“顺便说下，这是你母亲最爱的摇篮曲，她总唱给你们这些孩子听。”

我不可能收到比这更美的信号了。当然啦，楠不知道“芮”这个词的重大意义。事实上，我们根本没见过面。有人会说这纯粹是巧合，但我心知肚明，我收到了自己要母亲给的信号。

就这样，我踏上了爱与臣服的道途。后来我常去美拉巴德，在三摩地旁边的小屋呆上好几个小时——我喜爱那间小屋。我用了很长时间坐在地上，只是和巴巴在一起。我在那里接受的能量棒极了。我感觉仿佛自己跳入爱的海洋。

在小屋里，我感到自己生命的最深处与爱合一，从那里我学习审视我生活中的方方面面。我看到我的行为、情绪、思想、缺点乃至一切，我让它们发生，每当我记得，就把它们都带给美赫巴巴。这个“让它们发生”是很棒的体验。我感到安详多了，越来越意识到他在照顾一切，只有巴巴最重要。

我越来越深刻地发现“别担心，要开心”这句话的含义。我愈臣服，就愈体验到这点。

对我来说，来自母亲的信号实乃礼物，有时我难以置信，自从我转信巴巴并认可他是上帝，我的生活发生了怎样的变化。



有一天，吉塔·布迪拉贾通过卡尔收到儿子阿米特的讯息：“妈妈，去找蝴蝶——蝴蝶是我。”通常，你收到这样的讯息后，想象力往往会接管。因此当她从德里的家中打电话给我，歇斯底里地告诉我一群蝴蝶突然围着她时，我决心为她感到高兴，并帮助她保持理智。很可能蝴蝶一直在那儿，只是她第一次开始注意它们。但说来也怪，从她的描述来看，无论她走到哪里，在做什么，都会突然发现蝴蝶直接朝她飞来，落在她的手指上，落在蛋糕的糖衣上，或者只在她房间的角落飞舞。她茫然无措。这真是阿米特在跟着她吗？她觉得美好得不像是真的。“我生日那天，”她说，“我要阿米特向我显示他自己。傍晚刚回家，女儿安佳莉就叫我赶快进屋。我们走入大厅，墙上有幅阿米特的可爱照片。照片他的额上落着一只黄黑相间的小蝴蝶——活生生的蝴蝶！它在那里呆了一会儿，然后你猜怎么着——它飞入了我的手提包！”

卡尔告诉我们：“蝴蝶是上帝的生灵，通过这些温柔的灵魂使我们的临在被感受到，是可能的。我们发现跟它们相处很容易，因为蝴蝶拥有超感官能力，其超越了人类的情感和欲望。我们可以让蝴蝶听从我们的默许愿望。”

所以，每当你跟一只蝴蝶建立关系，你将知道自己现在处于巴巴的氛围中，正是巴巴在寻找方式和手段连接你。他希望你觉知到这点。因此只管跟随你的感觉走，我敢肯定，随着你有了对蝴蝶的体验，你将开始感受内在的幸福。”

吉姆·维尔玛是何时要巴巴给他信号，表示他在聆听她的？当时她扫视到巴巴的书《神曰》，它始终和《沉默之声》并排放置在床头柜上，随后突然有一股无法遏制的冲动，把电视机从静音状态开大音量。电视在直播演唱一首西蒙和加芬克尔的老歌，她所喜爱记得的歌。她努力去体会这首歌要告诉她什么，直到她意识到，卡尔的书名和这首歌名都叫《沉默之声》！



我记忆中的莎乐美·罗伊·卡普尔是个漂亮的小姑娘，她和哥哥埃德温在招待会和婚礼上跳的舞很专业。她引起我的注意，不仅因为她身材娇小，而且当时的她和现在一样优雅。之后过了很久，巴巴通过一本书影响了她，向她表明他的爱。

莎乐美说：2000 年一个可爱的早晨，我唱着巴巴最喜爱的歌《跳起比根舞》，深切想起美赫巴巴，还有如果我能设法去一趟美拉巴德的三摩地会是多么美妙。

事件的进展太神奇了。就像巴巴真听到我的想法和愿望，因为就在那一刻，我的朋友兰嘉娜打电话告诉我，她替我报名和她们一起去阿美纳伽的三摩地，而且居然和楠本人同行。好得难以置信。我不假思索地说：“好啊！”

实话说，确实出现了障碍，我又产生其他想法，不过我迫切需要前往，于是反复对巴巴说，“拜托您让它实现吧！”。随着日子临近，一切似乎水到渠成，我上路了。

让你们知道六年前我做的一个梦尤为重要。在梦里，有个男子穿着白衫，周围是蓝天和轻软的白云，他递给我一根镰刀形的孔雀羽毛。他告诉我，他给我的东西非常重要，我应该永远保存身边。多年来我一直记得这个梦和那根华丽的孔雀羽毛，但说来也怪，我压根儿没想这些，直到进入三摩地达善巴巴。

晚间阿提后，我是排队等候者中的最后一个。我踏入三摩地，视线落在陵墓内的巴巴画像上。他身穿白衫，周围是轻软的白云，仿佛在等候欢迎我。一种熟悉的氛围强烈地袭来，我很感动，只问他一个问题：“巴巴，如果您是您在六年前来到我的梦里，现在请向我表明真的是您。设法向我展示孔雀的信号吧。”

我最后一个从三摩地出来加入大家，他们站在外面，美婊的墓旁。楠对大家介绍她知道细节——这个那个是谁的墓。我刚赶到，听见她说：“这是巴巴父母的遗物和一些亲近门徒的长眠地。这些是巴巴爱犬的墓，还有他孔雀的小墓！”

我手捂心窝，心砰砰狂跳。“你刚才说什么，楠？”我带着敬畏的口吻问。他们很快意识到出大事了。我脸色苍白如纸，他们扶我坐到长凳上，我好一会儿才定下神来，对他们解释刚才发生的事。

过了许久，我走向孔雀“莫提”的墓。在那里默坐良久，向巴巴表示感谢：亲爱的巴巴，这不只是一次令我欣喜的经历，而且将永远铭记我的心间。我非常感激您让这一切实现了，因为我知道这只是开始，还会有很多很多。

读过本章，你们可能认为，巴巴都把时间耗费在给走向他的所有人发信号了。但信号并不代表一切。它只是他用到的诸多可爱方式之一，使我们在道上迈出第一步。有些旅者去巴巴和美拉巴德那里寻找答案，也有些人来时并不知道会发生什么，回家后却发现有一种爱与满足，是他们过去认识或感受过的任何事物都无法比拟的。

瑞希·沃赫拉就是其中之一。出发前，由于个人生活事务上的动荡，他处于迷茫不安的状态。其实他来时没有抱太大期望，认定自己会带着和出发时同样的心境返回。可一到美拉巴德，一切似乎都不再重要，每次他的额头顶触巴巴三摩地的清凉碑石，立刻感到一股抚慰，使他的感觉平静下来，减轻了他背负的沉重心情。

瑞希坦承：虽然还有很多巴巴的东西需要我学习，但我懂得他的爱是无条件、无止境的。我很感激当时的境况驱使我联系上他，因为他把我带到那个神圣的新世界，这本身是个信号，即他把我视为他所爱的人。最初，我不

断地要求很多东西，以及清理我生活中的所有障碍。但在美拉巴德随着时间的推移，我发现自己为我拥有的一切感谢他。现在我感到强烈的冲动，要和他建立更深的联系，让他彻底成为我生活的一部分。我希望旅程继续。

第七章



有其师必有其徒

我深深感激巴巴，在我本人走向他的旅途中，频繁给我的所有信号。它们为我起到路标的作用，为此我永远感激他。巴巴信号向我清晰地表明他的爱与慈悲之奇迹。它们开启了我灵魂的窗户，使我日益爱他。

必须承认，当我第一次去美拉巴德和三摩地时，更多是去“见”卡尔而非巴巴，但多年后事情发生了变化，去那里“找”卡尔的紧迫感似乎不再那么重要。如今我只是开心地在那里亲近巴巴，宽慰地知道儿子处于巴巴的照顾下，我不再要求或期待卡尔“现身”。此外，我清楚地记得，著名的灵媒艾微·诺瑟菊告诉我的话。她说：“亲爱的，你不知道你在要求什么，我不认为你真正理解，每次你去让卡尔做这件事是多么困难，他要多么辛苦地工作才能完成着手做的事。”她告诉我这个之后，我不再为自己索要魂灵存在的更多证据，不过卡尔从未中止尝试，巴巴也从未中止，让这些对疗愈心灵大有裨益的小事发生。

然而我完全意识到，终极目标是巴巴，采用任何魂灵的代表只是路标，把我们置于通向他的道路。巴巴满足灵性需求。如果需要信号，它就成为某人的主旋律。如果需要智力激励，如静心、臣服、舍弃和服务神的其他训练，也会提供。每个灵性体验对该个体是独一无二的，意味着巴巴的特别关注，

勾勒出个体走向他的道路与成长的细节。故对我来说，这显得如此美好，一切都是可能的，接下来我想对你们更多谈谈，我本人生活中发生的几件暖心插曲。

我常想知道，此事是否纯属巧合，回溯 1986 年，我读到关于死后生命主题的第一本书是雪莉·马克莱恩写的《孤立无援》。卡尔遭遇事故去世七八年后，吉米和我带着极大困难，终于说服我们自己去国外度假。我们登机时怀着诸多悲伤思绪：我们曾怎样为卡尔的首次出国之行打包准备，他对自己有机会与世界上的一些顶尖骑师——他心目中的英雄莱斯特·皮高特和史蒂夫·考森——同台竞技的激动心情。我们记忆犹新，卡尔在那几天想象着，他的飞机会怎样在云雾中盘旋，最终在伦敦机场着陆。但一切成了泡影。

我坐在座位上，所有这些可怕的场景浮现眼前，萦绕心头，泪水开始流下来。哦，我们为啥要来？我想折返回家。我朝吉米望去，看得出他很安静，陷入沉思，看上去不仅是忧郁。“巴巴，请帮帮我，以某种方式帮助我，别这么难过。”我央求道。

最糟的时刻来了。我们在伦敦机场降落。飞机着陆，滑行，最终停下。我们解开安全带，正要站起，此时广播传来通知。“请注意，有人留言给我们飞机上的一位乘客。马克莱恩先生在机场等候欢迎你！”悲伤顿时不翼而飞；马克莱恩这个名字带回了对那个美好日子的鲜活回忆，那天我们第一次到巴巴三摩地联系卡尔的灵，他现身为一个白皙俊美的外国人，穿着红衬衫、棕色裤子，脚上没有穿鞋。他叫哈玛·马克莱恩。

我确信，马克莱恩这个名字突如其来地出现，正如之前常有的做法，只是向我们证明，尽管卡尔的肉身不在场，他其实是怀着在世时梦寐以求的激动心情和我们一起到伦敦机场的。

不过，跟巴巴、还有名字的这种联系，是几个月后才豁然明白的。有一天，我在美拉巴德坐着，这时有人过来，给我一个意外拥抱。原来是克莉丝汀·马克莱恩·卡尔森。是的，就是我在三摩地难忘的第一天，在曼萨丽房间遇到的那位克莉丝汀。彼此致意寒暄后，她的眼睛突然亮了起来，仿佛刚忆起什么，说：“你知道吗，楠，我有话对你说。你还记得很久前写信问我能否解读一下哈玛·马克莱恩的名字吗？喏，我为你解开了谜。我认为，卡尔其实写的是“呼玛”。听上去很像“哈玛”。你可知道呼玛是巴巴的笔名？每当巴巴写作想保持匿名，会署名呼玛！”

我惊呆了！我的心跳加快，因为愈深入思考，我愈理解其中的联系。巴巴一直在背后。我们都在某处、以某种方式有着联系。想到多年来，我一直努力要弄明白那个至关重要的哈玛是谁，却没有想到这样的答案。我始料未及！

我还没料到这件事，1996 年我走入核算师办公室，告诉他我写了一本书，需要他建议应当如何出书。“书！”他难以置信地喊道，“你写了一本书！啥内容？”他是个正统的帕西老头，我不想再让他震惊，就低声敷衍了几句。他犹豫地介绍了开设新账户的流程，并告诉我要给出版社取个名。他合上眼，手指抵在额前，静静坐一会儿，仿佛在沉思。稍后他突然圆睁双眼，

说：“你何不叫它呼玛企业？”我呆如木鸡！天哪，他咋会说“呼玛”这个名？

“就是个名字而已，”他若无其事地说，耸耸肩。

可对我来说，它不止是名字。那是巴巴给予批准的方式。实际上巴巴正是内容的思考者、写作者和做事者。这是他的方式，来告诉我《沉默之声》和卡尔的故事会带着他的祝福和庇佑走向世界。我欣喜若狂地回家了！

所以，其师必有其徒。卡尔对巴巴怀有强烈的爱，我相信他一定会想效法大师，自己也会做些出人意料的事。

皇家西印度赛马会命名了一项比赛，颁发纪念卡尔的奖杯，我每年会去孟买颁奖。2001年赛马会修改规定，也允许儿童参赛(卡尔一定希望他的年代有此规定！)因此，那天我所有的子女、孙辈、表兄妹、侄子女都在赛马场。我的女婿佩西·什罗夫也是骑师，将参加卡尔杯比赛，有机会获胜。全家人对之兴奋不已。

实际比赛开始前，发布了有关连赢彩池的几项公告；奖品是一块萧邦手表，或者一张去果阿的机票，或者两张去迪拜参加购物节的机票。通常我不会让任何事分散对比赛的注意力，但这次不知何故，我怂恿女儿蒂娜。“我们试试运气，我们去果阿吧，蒂娜。”我说，她却没当回事地说，“你随便买吧，妈妈，我不介意。”于是我悠哉走到窗口，买了需要的奖券。然而不出所料，果阿之旅的中奖号码公布时，不是我的号。

接下来的活动是卡尔杯比赛，我很快把前面的事忘得一干二净，何况佩西真的赢得了比赛，让在场的家人非常高兴。更令人激动的是，获胜赛马的

主人就是卡尔的好校友扎希尔·拉喀卡。所以实际在颁发奖杯时，有许多拥抱、亲吻和激动的瞬间，而不是通常的握手。

我走出围场时，麦克风播音：“若中奖者不来认领两张赴迪拜的机票，奖品将送给下一位。最后通知一遍，奖券号……”我回过神，打开钱包仔细查看。是的，在那里。那是我的奖券。我居然获奖了，也在卡尔杯那天！

照例宣布后，我在家人的欢呼声中走上台领奖。一位绅士过来，给我一个信封和他的名片。我谢过他，走下台。走近家人时，我看了手里的信封，差点晕倒。里面不仅有去迪拜的机票，上面还写着“卡尔(魏斯)致以美好的祝福”。这是来自天堂的票！

那是2002年12月28日，我心情抑郁。圣诞节刚过，新年临近。我不由任思绪纷飞，忆起在一起的快乐日子：圣诞晚会、金属箔片、包装精美的礼物、晚礼服、长袍、舞会；还有午夜时分，朋友们手拉手围成圈唱歌迎新年。我苦苦思念卡尔。我呼唤他。呼唤我的儿子，我的“柯利”，那是我有时深情呼唤卡尔的昵称。我很久没用这个名字了！

我尽力摆脱心中突如其来的抑郁和渴望阴云。试着把注意力集中在上午的琐事和一大堆摆在我面前的信件贺卡上。我随意拿起手边的贺卡。图上有个小男孩手持一朵长茎红玫瑰。花朵部分藏在他背后，他脸上挂着淘气的表情，仿佛在说：“我要不要给你？”我不由微笑，无意中翻开贺卡。眼前看到的文字出乎意料。空白首页写着：“卡尔谨此献上玫瑰，说他爱你。”



持玫瑰男孩的图片

抑郁不翼而飞，虽然头脑仍乱糟糟的，我慢慢把视线移向下一页。上面写道：“祝您新年兴旺，幸福美满！2003 新年顺利。爱您，柯利。”

可把我激动死了！

今天怎会有这张贺卡，连同这些字句和署名，寄到我这里？巴巴，这是巴巴，对我来说，这是一种世间最甜美、最善良的姿态。巴巴不可能想到更好的主意了。半晌我才镇定下来，想知道巴巴挑选这个来填补我内心空虚的人，这个柯利是谁？我最终断定，满世界我只认识另一人叫这名字。肯定是那位亲爱的女士，她仅靠卡尔传递的、她已故丈夫的讯息活着，会把讯息放在枕下，“每当孤独压倒我时”便拿出来读一读。一定是她。

我提笔给她写信，说她的贺卡、字句和署名对我意味着什么。为表示感谢，我要卡尔传了她丈夫的另一则讯息，随信附上。几天后收到回信，她告诉我，她感到非常高兴，以绵薄之力为我带来深甚喜悦，并补充说：“可你

不知道你为我做了什么。你的来信和我亲爱的丈夫的讯息，是在 2003 年 1 月 5 日寄到的，那正是我丈夫的去世纪念日！”

每当我计划去美拉巴德，巴巴总像滚雪球那样，组织一大批人。2005 年 7 月，这回跟我同行的，有新西兰来的恰克，加纳来的一家人，还有芒格洛尔来的五个女子。此外，我们还有孟买来的一对母女，浦那来的一些新老朋友。总共大约 24 人。

照例有巴巴通过卡尔传递的爱与希望讯息，出发前一天，我给相关者一一抄写了讯息。我最后乘巴士前的那天早上，惊喜地看到卡尔的话：“嗨妈妈，别以为你有许多事要处理，我就不在场了。我将是邮差，会送信给你，也会接收回信。那也是我在这里的工作，所以要留意找我，妈妈！”

美拉巴德的邮差！这些年来，我从没见过有人登门。不过，我照例跟朋友们分享了此事，很快就忘了。这一天很忙，要带那么多人到处参观，照顾其舒适。唯一放松的时间是晚餐后，我们都坐外面的走廊聊天。下着蒙蒙细雨，灯光昏暗，气氛祥和。我正聊着，被一个陌生人的甜美声音打断说：“阿姨，我有东西给你。”说完，把一个白信封塞我手里。我正准备搁在旁边晚些再看，在座有人喊道：“楠，邮差！”我手攥着信，心跳加速，第一反应是跳了起来，给亲爱的邮差一个大拥抱。之后我冷静下来，打开信封，发现了什么？一大张白纸。上面画着一颗心，周围是阳光。下方潦草地写着“爱你”。

来自沉默的声音果真神奇！



邮差信上的画

后来有一天，我问卡尔，他为啥认为有必要不断地给我们这些优美的小信号，来提醒他的临在？难道他不知道我们已完全信服，他不必如此辛苦工作再证明他自己？以下是他说的话：

“可是当然，我爱你，妈妈，我需要时不时向你传达这点。人们彼此相爱时，不是常说‘我爱你’吗？人需要言语保证，因此我们也想时不时给你保证。这是主要原因，没别的，妈妈。此外，你也可以说，这是让电池充满电，保持活力不泄气，让你开心，让你知道巴巴与你同在的方式多种多样。

换句话说，让你保持活跃的兴趣，以便能继续对人们讲述发生的种种新奇事物。以免你一遍遍重复讲同样的故事。连艾米都听厌了，你没看出来吗，妈妈？巴巴喜爱淘气的游戏，我也是。我们喜欢看到你圆睁双目，倒吸一口气，脸上“啊哈！”的僵滞表情。我们会彼此含笑击掌相庆，大喊：‘我们做到了！’现在我还需要多说吗？爱你的卡尔。”

卡尔接下来做的事，确实值得“击掌相庆”。

全家人聚集浦那附近的卡姆雪特，在我小姑的农舍，庆祝我儿子内维尔的生日。雨下得很大，户外活动受到限制。于是关闭窗户，拉上窗帘，我们围坐一起，突然想起卡尔；我们非常思念他。我们决定跳过正常程序，直接召唤他和我们在一起。我们和他对话的过程中，有人问：“卡尔，你真在这里吗？若是，就展示给我们证明。”

“拉开窗帘，”他写道，“你们看到窗玻璃上的音符了吗？”扎拉奔到窗前，掀开窗帘，那儿有一个你能指望看到的最漂亮的高音谱号，又大又清晰。它被描在窗上的空白处，周围是滴落的雨水。

冲去拿相机拍照，成像却是空白的。也许注定拍摄不了。

第八章



搭建桥梁

你们已读过人们怎样找到巴巴并学会爱他的一些故事，但我相信，你们读完下面的几个故事，将有助于你们确信我们离世后的生活。我一开始也认为，人死后就没有明天。你的心脏停跳后，就是你在尘世旅程的终点。可现在我知道其实不然。我用了一段时间才接受这一切是真的，但随着时间推移我逐渐确信，当我们溘然长逝后，仍是在世的同个人。如果此人足够坚强，勇敢面对生活的难题，毕生都能接纳一切，就更容易继续前进。但无论年轻老迈，若是突然死亡，逝者的首个念头通常是尝试联系留在身后的亲人们，让他们放心。一直会想办法这样做。

我发现，见证巴巴如何设法触及人心并搭建阴阳两界的桥梁实在太有趣了。上帝日日造访我们，你所爱的人也会如此。

本章是关于这些造访的。每个故事都有独特的美，所以我决定把它原样呈现给你们。首先是斯姆卢蒂·米拉尼的故事。



巴巴的承诺是，不管我们是否记住他，他将永远和我们在一起，引导并照顾我们，赐福我们，让我们快乐。他的言语和微笑，帮助我们处理所有的障碍，帮助我们活出生命的极致。他帮助我们个个成为更好的人。难以相信，我们在寻找父亲的过程中，最终找到了巴巴。

世人的父亲终将去世，留下的唯一父亲是我们的天父。我知道这点，可当我父亲纳伦德拉·帕里克的尘世生命有一天突然结束时，我母亲哈芮、妹妹查娅和我（斯姆卢蒂·米拉尼）都感到被彻底遗弃，悲痛欲绝，我们的生活完全陷入停滞。

为什么，哦，为什么要发生这样的事？

他是全世界最好的人。他爱生活，爱子女，宠爱宝贝妻子。他为我们做一切；而没有他，我们什么也做不了。他总说：“天堂都无法诱使我离开你们大家。”

因此，当一位朋友给我们《沉默之声》阅读后，在那种心神狂乱的状态下，它就像荒野的一束光。该书名副其实，引人入胜。它赋予我们一线希望，有助于我们相信自己拼命想信的——即我们的父亲并未彻底离开我们，他

的魂灵仍在帮助我们，保护我们；真有可能联系上他，请他从灵界继续关照。

我们满怀希望做了预约，第一次拜见了作者楠·乌姆瑞伽。

基本都是我在说话，妹妹查娅敏感、温柔肤白，样子很可爱，补充了几句。我母亲头发略灰白，朝后扎着小辫子，苍白的脸上带着悲伤迷茫的表情，自始至终像机器人一般坐在那里，只管听着所有的谈话，整晚一语未发。我们都读遍全书，记得每一章、每个人物和事件。我们毫不含糊地告诉楠，目前我们很想跟父亲建立联系，然后自学继续做这件事。

“谁来做书写呢？”楠问，这时我们第一次听到母亲出声。“我来做。”她说。

就这样，父亲的第一则讯息通过卡尔传给我们，深深地打动了我们，因为明显就是“他”，我们毫无困难地相信它的真实性。后来，在楠的帮助下，轻松地开始学习如何做自动书写，接收我们自己的讯息。

大约6个月后，我们又会见楠。我相信，她一定无比惊讶地看到一个全然不同的家庭——最大的改变是我母亲。她像换了个人。不再衣服邋遢、扎紧发辫。她现在穿着可爱的库尔达-帕贾玛，长发垂肩。她步履轻快，面带微笑。变化太神奇，我敢肯定，楠难以置信她看到的是6个月前刚遇到的那个羞怯的矮小女士。“发生了啥事？”她惊奇地问。

我们解释说：阿姨，妈妈开始自动书写时，通常是涂鸦、线条和圆圈，持续了些时日，直到她生日那天，突然整页写满了“生日快乐，生日快乐”。妈妈非常高兴，因为那天她确实感觉到爸爸在。当晚，全家决定外出，到爸

爸最喜欢的地方吃饭，可我们没有预定，看到排着长队，对桌位没抱太大希望。我们突然听到，服务员过来说：“帕里克先生的 12 人桌准备好了。”可我们只有 11 人呀。我们这才知道，爸爸是和我们在一起的，要庆祝妈咪的生日。他不舍得离开我们。从那天起，我们的生活改变了。

这仅仅是开始，这样的事例一直在发生。查娅是成功的年轻艺术家，最久才恢复状态。就在父亲去世前，我们在伦敦的哈罗兹百货商场安排了她的画展，一直兴奋地为此做准备。现在时间临近，画作远未完成，可失去了心爱的父亲，查娅似乎兴味索然，无意推进此事。我尽量鼓励她努力完成任务，可她创作不出值得一提的作品，心不在焉。

于是我们三人带上几幅画，动身去了伦敦。入住酒店房间后，孤独又担忧，却迎面看到一幅巨大的图，上面有三匹高大俊美的赛马。这立刻给了我们想要的前进信心，因为我们确信，这是卡尔和我们在一起的信号。查娅的心情改变，随即坐下来，照那幅图挥笔作画。从那以后，灵感如魔法般纷纷涌现，恰好在展览日之前，她完成了所有其它画作。

与此同时，我母亲哈芮，在楠的经验引导下，前往贝尔格雷夫广场 33 号的灵性中心，看能否有所发现，结果让她非常着迷。

现在，没什么能阻挡妈妈了。她的渴望不可遏制，想深入认识灵性世界。她甚至说服我们，报名入读埃塞克斯的通灵研究院，史坦斯岱会馆。我们在那里住了整整三周，吸收了灵媒们传授的全部知识。我们学遍了气场阅读、

心测术、灵视和灵听。你可能很难相信，我母亲居然多次上台，参与现场举办的各种演示！

不过，我们最棒的经历是，有个灵媒看到爸爸和一位穿白长袍的圣人漫步云端，我们知道那一定是美赫巴巴。最后，巴巴主动显示向我们保证，正是藉着他的恩典，我们亲爱的父亲才回到我们身边的。我们太开心了。

后来，我们多次拜访伦敦巴巴中心，那里的氛围始终充满巴巴的在。他和我一起漫步，在湖泊和花园中安祥地踱步，嗅着茉莉花的醉人芳香。我们结识可爱的人们，所有的巴巴跟随者，他们给我们播映了巴巴电影和录像。我们坐在中心的巴巴肖像旁，沐浴在他的温暖脸庞和可爱微笑下，连续数小时地聆听他喜爱的歌曲。

终于，经历所有这些奇妙体验后，快到时间回孟买的家了。最后一站是苏格兰高地。有一天我们走在街上，被一座美丽教堂吸引，一时兴起步入，却发现那是唯灵论教堂，在举办聚会。我们安静地坐后方，观察并聆听那位灵媒，她正给在场者提供存活的大量证据和许多美好讯息。快结束时，我们有点失望，没有给我们的。我们正要转身离去，灵媒指向我们，用浓重的苏格兰口音说：“稍等，稍等，这里有位先生，他不达目的不罢休。他推开大家，想对你们说点什么，可我不能正确地发音。那好像是个名字，听起来像纳伦-纳伦-纳伦。”

我们含泪离去。亲爱的父亲挤开了分隔阴阳两界的全部障碍，还给出他名字——纳伦德拉——的证据。夫复何求？

日子继续。我母亲哈芮每天继续感谢巴巴，再度对生活燃起兴趣。巴巴祷文萦绕在她的脑际、唇边和心灵。它被永远铭记着。我同家人和孩子们幸福地生活，查娅则继续作画，多次成功举办画展。我们写下自己的故事，因为我们都希望通过讲述亲身经历，尽量帮助曾像我们一样心碎欲绝的所有人。

在巴巴和卡尔的帮助下，我们重新开始生活。知道我们必须经历自身的羯磨，之后才会与父亲再度团聚。我们懂得且接受他的肉身已不在，但它不是结束，事实上它是关系的新开端，这种持续关系超越了今生；超越了另一个世界和另一生……直到永远。



哈德瓦尼是奈尼塔尔山麓的一个小镇。位于库马翁地区，喜马拉雅山的雪峰环绕四周。在大自然的山谷美景中，我，普娜姆·乔希，开始与阿洛克的婚姻生活。

他喜爱我们住的小村庄。但世事无常，年仅 32 岁的阿洛克突然去世，留下我和 6 岁的儿子。当地的美景对我失去了意义，生活变得充满痛苦。我活着是因为不得不活着——仅此而已。

直到有一天，我出于寂寞翻阅了《社会》杂志，它是阿洛克在世时买的，我的目光突然定格在一篇文章上，它介绍了楠·乌姆瑞伽的著作《沉默之声》。读到的内容让我惊叹不已，于是立即写信给编辑，索要作者的联系方式。我现在知道，我肯定受到某个人的指引。

远离文明生活，我无法轻易弄到这本书，除非作者本人相助，事情果然如此。楠·乌姆瑞伽给我寄了书，并附上亲切来信。这为我开启了新的生命源泉，因为她教我怎样与巴巴世界里的阿洛克联系交谈。

那是1997年11月26日，我结婚八周年的纪念日，在美赫巴巴的允许和卡尔的帮助下，我开始与心爱的丈夫进行自动书写，我的生活再度改变，脱离了深重痛苦，至少慢慢恢复正常。

一整年过去了，我费力地书写字句，一直受卡尔和楠的亲切讯息所鼓励。我也知道，至爱美赫巴巴的恩典和爱与我同在，我渴望去美拉巴德的三摩地，哪怕只有一次，我可以把头献在巴巴足前，感谢他的关爱。我不断地祈求巴巴，设法让我在那里度过来年11月26日的结婚周年纪念日，如果我告诉你们这果真发生了，你们会相信我吗？一天，我居然准备好出发，长途旅行去浦那，然后和楠同赴美拉巴德。

我问阿洛克会不会和我一起去，他会怎样在场。他回答：“通过巴巴的光照射你身上。”我不太自信有能力获得正确答案，便请求楠传讯，以下是卡尔告诉他母亲的：

“我们将和你们一起——有好多男孩，和这些男孩一起的，将有个视力不佳者，并将获得我的帮助。那人就是隐藏盲者背后的阿洛克，实际上他能清楚地看到普娜姆。他想告诉她，他极为高兴她来这里，并且会让她如愿以偿的。我们会同你们在一起。”

我们都上山去了三摩地，确实遇到一大群小男孩，却没有盲人。不过，那种能量和舒适感太太好了，其实没有太多时间感到悲伤，我很高兴只是和巴巴一起在那里。

我们两天的逗留即将结束，唯一剩下的就是去美拉扎德会见满德里，参观巴巴之家。出发前，我们站在朝圣者中心外的树下，为我们全组人拍照，然后挤上巴士，很快上路了。我们经过阿美纳伽镇，有人表示想在一家精品店停留，以便买点土特产。其他人都同意，于是我们拐入一条侧路，很快抵达一座古朴的小平房，屋顶有大榕树遮荫。

它正是巴巴的亲密跟随者阿姆芮特·伊朗尼的店。丈夫达拉站在门口，仿佛等着欢迎我们。

我们专车内部好像突然大乱，我不得其解。实情是，那些以前去过巴巴那里的人都意识到：达拉是巴巴的侄子，他是盲人！

似乎谁都不知道接着该做什么，于是我们默默走下巴士，进屋后，楠把大家一一介绍给达拉。轮到我的时候，他握住我的手良久，好像在用心感受；他仰起脸，嗅嗅空气，仿佛有所感触，说：“普娜姆，普娜姆，我怎么有种明显的感觉，之前见过你？”大家都肃静下来，我感到内在涌现一股激动心情。楠觉得我有崩溃的危险，赶紧接管，带领我们大家进屋。然而，他没有松开我的手，却要我和他坐到长椅上，对他讲述我的全部经历。过一会儿，我突然意识到这个事实：我此时坐在他身边，对他讲述一切，而他其实什么都看不见。

我慢慢鼓起勇气，也开始问他的生活。他解释自己是怎样逐渐失明的，但随后强调说，他到 32 岁才完全失明。我一时未意识到此事的意义，直到恍然大悟——阿洛克也正是 32 岁那年去世的。

卡尔的讯息应验了。其余一切似乎消逝，时间停止了。

其他人很快从店里出来，热情地向我们展示他们买的东西。大家一起喝了杯茶，快到离开时间了。阿姆芮特和达拉对发生的事浑然不知，来到巴士前道别。我们正要上车，有人叫我的名字。是达拉，他说：“你会再来吗，我会等你。”

我泪如泉涌，害羞地搂住他，拥抱了他。“我肯定会来，”我答道。

从那个重要日子至今，过了一年多了。我未能成行回去，却常接到他的来信，说‘你好普娜姆，只想让你知道我常惦念你，希望很快再见到你——捷巴巴，爱你的达拉。’你们知道，只要巴巴在，奇迹永不停息。

我回到哈德瓦尼，把美拉巴德的照片冲洗出来，果真有惊喜等着我。有一张我和楠的照片，我们站着搂住对方，有一缕极美的光线穿透林间，照射我们身上，用它的美裹着我们。

我曾问：“我何以知道是你阿洛克？”他回答：“通过巴巴的光照射你身上，普娜姆。”



光线照射下的普娜姆

如今，上帝巴巴，是我的向导。我希望把这份爱传播给其他人。我很想为他工作，传播他的爱与名。有一天我也将回到三摩地，怀着全部的爱把头置于巴巴足前。

第九章



年轻人

世间生活带来的诸多挑战中，孩子的死亡可能是最困难的。有些人说，我们都在出生前选择了挑战。若是这样，我常想知道，我为何会选择不仅让我自己也让家人心碎的事？可是，当巴巴把新人带给我的时候，我看到有那么多人像我一样，承受过同样的心碎往事。

其中大多数人读过《沉默之声》，并与卡尔建立联系，设法来到美拉巴德顶拜巴巴，而且在此过程中，有福领受他给的一些证据。这是他在丧失信心者心中点燃爱灯，并帮助身心交瘁者在世间重新找到自己位置的方式。

只有巴巴的爱才能让这些发生。他会出于对受苦凡人的慈悲让它发生，以便其接纳死亡，或者让其知晓并理解：尽管肉身存在不见了，生命依然继续。也可只把它用作踏脚石，以进一步获得灵性知识。无论他选择帮助谁，选择何种方式，他的援助方式就像恩赐，像崭新日子的灿烂阳光，总是带着希望和爱的讯息。

下面是纳维德·哈桑的故事。



典型的邻家男孩？！不，你不能这样描述我们的儿子阿扎尔。他是那种非凡的灵魂，会影响跟他接触的任何人。

他热爱各种运动和户外活动。不过，对板球的热爱，使他完全沉迷于这项运动。他的板球装备总带有几只雾化泵，因为他有哮喘。除此之外，他是个健康活泼的男孩，热爱生活，活得很充实。在1997年11月17日命定的那天，我们失去了心爱的阿扎尔，他因哮喘导致心脏骤停。

我们悲恸欲绝。

一个来访的朋友苏莱雅·马斯特斯，向我们讲起楠，以及她与卡尔的联系。当然我很感兴趣，可妻子鲁布娜不以为然。她认为那样会打扰儿子，还把苏莱雅好心寄给我们的书《沉默之声》藏起来。

但阿扎尔坚持继续联系我们。后来，他似乎从某处找到一个盟友，很快不知从哪里送来另一本《沉默之声》，这次是当着我的面交给鲁布娜的。不用说，我迫不及待地翻开书阅读内容，迄今我们所收到阿扎尔的所有信号，忽然开始向我呈现更多意义。我们通过楠请卡尔传递讯息，但被告知我们必须等待三个月。

我不知道是巴巴的爱，还是阿扎尔坚持渴望与我们交流，最终使一切成为可能，但如今我明确感到，两者兼有。1998年2月17日，我叫鲁布娜打电话，看有没有给我们的讯息，可她仍不信，一直用种种借口回避那样做。不过苏莱雅最终给我们打来电话。

刺耳的电话铃声把我们吵醒。是苏莱雅(上帝祝福她)带来卡尔的一则优美讯息。来自灵界的惊喜不断,仅几小时后,另一个朋友,平时会和她父亲通灵,打电话来给我们另一则阿扎尔的讯息。现在很清楚了,阿扎尔想和我们建立联系——怎么办?

我们决定探访鲁布娜在美国的亲人,楠得知后,就体贴地在孟买会见我们。她尽力对一个悲恸欲绝的家庭解释这个现象,他们很想相信她说的每个字,却根本不懂这一切怎么可能。

其实那时,我就暗自下决心,想要学习如何亲自做通灵,但鲁布娜仍不赞成。我们一起坐着,楠用了很长时间向我们解释,如果周围有负面氛围,通灵就难以顺利运作。这样只会让灵界的阿扎尔感到困惑,于是她建议我们去美国,认真考虑一下,再做决定。

她反复尝试,尽其所能地解释,后来看见我们脸上的空茫表情,她灵机一动,突然问:“你们看过《人鬼情未了》这部电影吗?”

“没有,”我们回答。接着她坚持让我们在美国时找一找看看。不过,她特意说明,这部电影是老电影,现在可能买不到录像带了。

于是我们表达了诚挚谢意,道别后赶赴机场,心情依然沉重。我们去见楠,是希望我们可能和阿扎尔直接对话,但说实在的,我们非常迷茫。

我们登上赴美国的飞机时,仍在争论此事。入座后,准备起飞,我几乎听不到机组人员的安全指南。鲁布娜还在生我的气,不愿让步。她甚至转身

背对我，不理不睬，望着窗外。突然间，我的耳朵一阵热！我没听错吧？安全指南宣布后，接着是商业广告，然后播放当天的电影——《人鬼情未了》！

我使劲掐鲁布娜一下，引起她注意。随着电影情节的进展，不禁泪流满面。当永生的现实展现出来，一切尽在不言中。内心深处，楠解释的一切开始呈现意义。你所爱的人决不会离开你，他们就在你身边，告诉你：“我在这里；向我开启你的心扉吧，看我，听我，感受我！”

1998年4月，我开始与阿扎尔通灵，经过失望透顶的一个月后，终于形成第一个可辨认的字——“爱”。

从那以后，爱一直是阿扎尔全部讯息的精髓。爱是唯一实在，所有其他情感都是因为爱。5月中旬，更清晰的讯息开始传入。我得说，这个体验是回报最大的。不过六个月后，巴巴认为我们最终准备好拜访他的三摩地了。我们在苏莱雅、楠和另几人的陪同下旅行前往。这次经历感人至深，让人安心，非常祥和。

卡尔的讯息写道：“阿扎尔和我将在一起。你们会看到大象的外形。它们前方，将是游行的人们和长着犄角长牙的牲畜；那将是我们。”

我的反应是“我的天啊”！这是哪门子的讯息？毕竟我们怎可能在美拉巴德找到大象？

虽然我们拜访美拉巴德的主要目的是伴随巴巴，以了解他、爱他和感谢他，尽管如此我们还是在期待某种“大象外形”中度过了两天两夜。

什么都没发生。什么都没看见，一点暗示，一种声音，甚至大象的图片都没有——啥都没有！尽管我们决心满满，我能感觉到，一家人内心隐藏着一股悲伤。我们从班加罗尔远道而来，想获得巴巴的某种保证，即我们亲爱的儿子处于他的悉心照顾下，不过，当然我们什么也没说。

离开的时间到了。我们依依不舍地说捷巴巴道别。巴士启程，开了几英里，拐过十字路口，过了桥。旅者们都放松下来，有些甚至打盹，小睡片刻。这时我们忽然听到坐在巴士前座的莱拉大喊：“噢，我的上帝！大象！大象！”

在路边，我们看到两只庞大笨拙的黑象。它们后背左右摆动，小尾巴疯狂地甩动，驱赶苍蝇。巴士驰过时，我们看到一队穿着白长衫的人们，在前方慢慢地走着。每人的颈上挂着鲜橙色花环，额上涂着大块的深红吉祥痣。队伍前方，两只白牛庄严地走着，优美的犄角裹着银纸。牛拉着轿子，轿内摆着一尊带有象鼻长牙的伽内喜像。

这一幕绝对不可思议！难以置信，令人心碎激动！我们巴士内一片骚乱。有人站起身凑近看，有人疯狂挥手，大喊：“停下，停下！”，有人高兴地尖叫，另一些人则惊呆了。无人知晓游行队伍从哪里来，要去何方，可我知道有一点是确定的——巴巴证明了他的观点！巴巴的爱证明是如此强烈，不会让一个丧亲的家庭未如愿就回家去。

自从那次难忘的旅行，现已过去十年。漫长时光飞逝。我们依然和阿扎尔通灵，就像卡尔一样，他仍继续从灵界帮助许多人。我们也全心全意地爱巴巴，感谢他赐福我们。

“爱是神的律法。你生活，以便学会爱。你爱，以便学会生活。人无需其它功课！”¹

被问及如何定义生活时，阿扎尔说：“生活是一场旅行。”他的肉体旅行已结束，但灵性之旅继续。



那是1999年2月的圣瓦伦丁节，我心爱的儿子拉伽夫，参加聚会后回家途中遭遇事故去世，去了美赫巴巴的世界。面对可怕悲剧，我、普娜姆·梅拉和家人陷入茫然、震惊和无助之中，留下许多悬而未解的疑问。

你深爱的人怎可能就这样消失了？死后真有生命吗？如果灵魂存在，它会蓦然去何方？有什么办法知道，拉伽夫现在情况如何、在何处、和谁一起，还是我们只能束手无策地让他消融于虚无？

处于所有的悲伤和混乱中，我突然想起了什么。有一本书，封面有张年轻的脸，书名是《沉默之声》。

我回想到那天，曾在《Femina》杂志上读到一篇书评，谈到一本刚出版的書。它强烈吸引我的注意，以至我寻遍旁遮普的所有书店。最后，好像受神驱使，我走入一家不起眼的小书店，找到该书，它摆在隐蔽处，仿佛专为我准备的。

我含泪读完书，被内容深深感动，便把故事和所有不寻常的经历分享给自己的孩子瓦伦、拉伽夫和沙克希。我对他们讲述，深爱母亲的卡尔克服了种种障碍，来给她传递阿瓦塔美赫巴巴的讯息。

所有这些加上别的，如今浮现脑际，仿佛拨雾见日。有一点我确定无疑。我必须以某种方式——任何方式——联系到作者。

通过出版商，我疯狂地查找她的电话号码，打电话给她，抽泣着对她讲述我的悲剧，央求她请卡尔寻找拉伽夫，哪怕只给我讲讲他的现状。她对我说，她会竭尽全力让我尽快了解情况。

不出数日，我们通过卡尔得知消息：拉伽夫已抵达，美赫巴巴和卡尔去迎接他，他认出了美赫巴巴，且令人惊讶的是，对他有所了解。我肯定楠一定很好奇怎么可能，因为她不知道拉伽夫对巴巴的仅有了解就是通过她本人的书，两年前我念给他听的章节。

当下，想到儿子处于美赫巴巴的庇护下，给了我巨大安慰。但对我来说还不够。我不顾一切地想打听拉伽夫的情况，快把我逼疯了。

最终，三个半月后，卡尔说：“现在拉伽夫可以对你说话了。”第二天，我通过卡尔收到儿子的第一条讯息。他说：“妈妈，你告诉卡尔要照顾我，我得到悉心照顾，有时觉得自己又成了婴儿，你和爸爸站在我的床边。巴巴让我明白我曾经是谁，帮助现在的我成为应该成为的人，因此我要争取做你曾经的那个儿子。我爱你们大家胜过一切，但我意识到，现今我们的生活不得不分离，虽然以另一种方式联系。我很高兴能跟你说话，和你在一起，所

以开始学习如何和我交流吧。那样我们将能够继续我们的关系与爱。你们大家必须重新开始感到快乐，不然的话，我将无法前进。我需要你的帮助和你的力量，有助于我在这里进步。巴巴说你必须努力，妈妈，以便反之我也可以为你做这些以及更多。我把小折刀留在家里；请为我保管好，妈妈。爱你的拉伽夫。”

你不难想象我们的反应！读到这条讯息时，我们望着对方，好奇那把折刀的下落。我们没见过拉伽夫用过它。瓦伦冲到他的房间，我们都坐在楼下，屏息以待。瓦伦疯狂地寻遍他的柜子和抽屉，我们默坐着向巴巴祈祷。突然，我们听到瓦伦跑下楼，手高举着一把小折刀。我们拥抱一起，喜极而泣。我们心照不宣，无以言表。是的，拉伽夫已联系上家人。

就这样，日子缓慢稳定地过去。我逐渐恢复失去的镇定，又收到几条安慰的讯息后，门为我和拉伽夫敞开，我们彼此开启活跃的交流。在楠的帮助下，我开始和儿子进行自动书写。很快，往常的点 and 波浪线开始演进为峰谷形，然后形成常见的圆圈和图案，最后构成第一句优美的话：“爱你，妈妈。”我感觉自己的心快爆裂了。

随着时间流逝，越来越多的文字让我充满新的温暖，直到有一天，拉伽夫叫我们前往美拉巴德和巴巴三摩地。敲定日期，我们全家人从卢迪亚纳的老家旅行至浦那。在那里我们终于见到楠，虽然我们是第一次见面，却仿佛认识她多年。

期间，我的书写突飞猛进，自己曾收到拉伽夫的讯息，比如他会如何现身。他说：“妈妈，美赫巴巴会过来祝福你。你若看见一个身穿印式服饰的西方女孩，就会知道我在场。”

那是早晨阿提时间。我们得知，即将遇到不常有的事。巴巴满德里计划来美拉巴德，我相信这是非常难得的事件。我们热切又焦急，上山去三摩地，大家排队迎接她们。楠站的地方离她们上山处最近，突然朝我们狂热地打起手势，因为和巴巴满德里一起走上斜坡的，有个可爱的西方女孩身穿东方服饰！太阳刚升起，淡玫瑰色的光线使她的白皙皮肤和金棕头发显得格外耀眼。她看上去像来自另一世界，身穿可爱的粉色沙瓦-卡米兹，美极了。她们朝我们走来，双手合十，柔声说‘捷巴巴’跟我们打招呼。我们呆立原地，因为一点没错。在巴巴神圣能量的帮助下，拉伽夫来见他的家人了。

那次旅行之后，拉伽夫和我很快安定下来，显得更为平和——他在灵界，我在世间。我的信心与日俱增，因为逐渐信服该事实：藉着巴巴的恩典，我真找到办法接触儿子。生活于我重新有了意义，生意开始好转，事情似乎又恢复常态。我每天会收到拉伽夫的讯息，有时未透露内容与楠核对，很多时候我的讯息被证明是正确的。这些讯息得以证实，使我万分激动。

之后不久，我的另一儿子瓦伦，宣布他打算和一个姑娘哈妮结婚。我看到哈妮就喜欢她，很快定了订婚日。

当然，我们都想要拉伽夫在婚礼现场，希望他以某种方式，通过照片和图片——也许一张脸，一个字，一个声音，任何东西——向我们表明他在场！

2001年7月1日，卡尔给我们讯息。“拉伽夫很高兴，他弟弟如愿以偿，妈妈被说服同意了。这些皆拉伽夫所为，他想祝瓦伦和未婚妻幸福美满。巴巴说，鸟儿总会出现瓦伦的生活中，每当他听到鸟鸣，它们将成为和拉伽夫一起游戏的回忆。此外，鸟儿也是拉伽夫在这里的朋友，他帮助鸟儿继续生活，向前进。此刻他就和孔雀在一起，并怀着美好祝愿，想给弟弟捎去一根孔雀羽毛当作吉祥物。等着看吧。”

这怎么可能？卢迪亚纳只是小镇，人口稀少，有个嘈杂的市场，所以我肯定，以楠的有限了解来看，卡尔的讯息一定显得相当怪异不妥。她有所不知，其实卢迪亚纳有很多鸟，我的日常习惯就是，每天至少一次在露台上喂鸟，尤其漂亮的孔雀！

订婚仪式结束了。我心急火燎地叫摄影师尽快冲洗照片。

第二天，订婚照就给我们送来。没有金线，没有显容，没有拉伽夫在场的迹象，不像我们翘首以盼的那样。全家人相当难过沮丧。

但几小时后，婚礼录像带送到。第一个镜头是我们家的。第二个镜头播放哈妮和家人抵达。第三个场面，摄像师毫无缘由地，好像把镜头对准了屋顶，忽然放大焦距，锁定了你可能见过的一只最美孔雀！它坐在那里，俯视下方，华丽的尾羽悬垂门梁上，哈妮正准备进屋时，简直不可思议，孔雀好像狂喜地鸣叫起来。原来是拉伽夫在欢迎新娘进入我们家。

卡尔说过：“等着看吧。”我们看到了，屋里的人们无不眼眶湿润。

瓦伦的订婚仪式过后几天，报纸登载了一篇文章说有 80 只孔雀死了。这让我们忆起卡尔的讯息，其中说：“*鸟儿是拉伽夫在这里的朋友。他帮助鸟儿继续生活，向前进。此刻他和孔雀在一起。*”

爱凝聚我们穿越时空，因为爱是永恒的。我们作为灵魂，曾经并将永远在一起。经历死亡，我们仅仅损失了看、听和触摸亲人的能力，但其实我们永不分离。跟我们的灵性纽带相比，物质纽带不算什么。美赫巴巴对我们的爱把我们永远相联，将两个世界融为一体，正是这种爱将帮助我们永不分离。

尽管我依然很思念儿子，但不再为他悲伤，因为我知道他不仅是我的爱子，而且是美赫巴巴的孩子。这就是我想同你们，以及和我一起来到这所称为“地球”学校的所有人分享的内容。对那些信者，无需奇迹；对那些怀疑者，再多奇迹也不够。



新婚家屋顶的孔雀

第十章



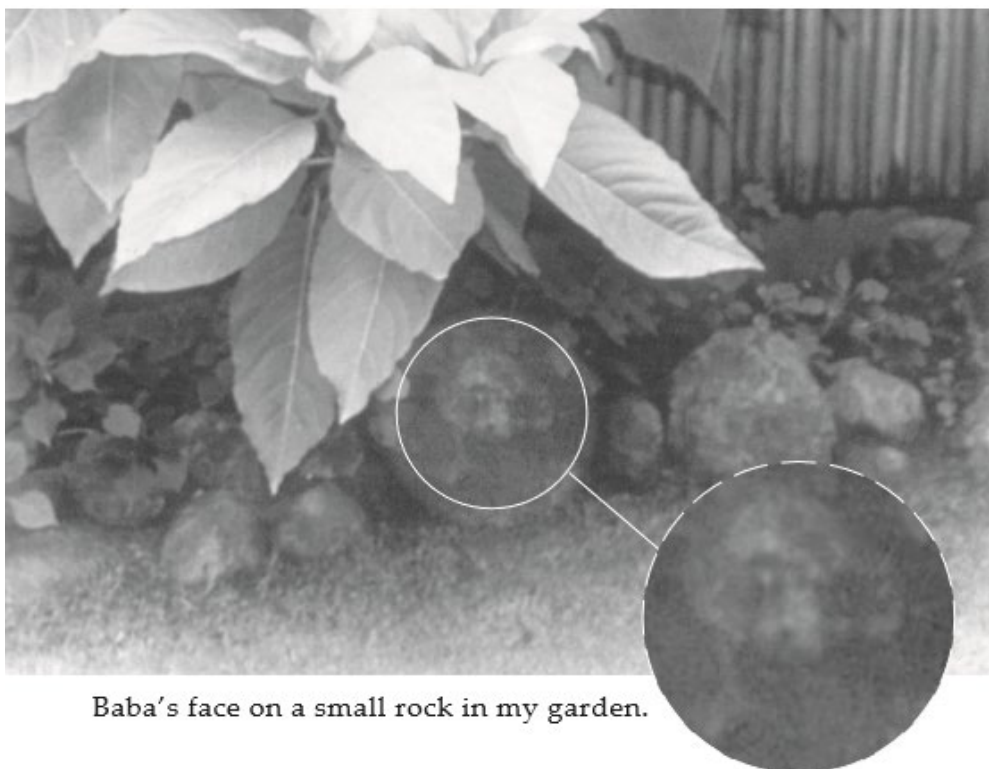
我的更多考验

2000年8月。一天早上，我被激动的喊声惊醒。“妈妈，快下来看——看我们花园里有什么！”

我跑到楼下门厅。儿媳萨碧塔拉住我的手，带我出去到庭院，推我坐到椅子上，说：“只管坐下，妈妈，视线盯住这些石头。看花园里那些翠绿叶子的下方。你看到了吗？”

虽然我没有立刻看到什么，不过聚焦在她手指着的地方，我惊讶地看到一张脸的隐约轮廓。我惊奇地盯着它，过了片刻，确实能看到灌木丛的翠绿叶子下方的一块石头上印着巴巴的形象。看到我脸上的表情，萨碧塔说：“哦这太清楚了，妈妈，怎可能看不见？”她冲去自己房间，取相机回来。她放大镜头对准那块石头，按几下快门，突然相机卡住，令她失望的是，不能再拍照了。随后，她被内维尔责备冲昏头脑，便返回自己房间，当天早晨就这样结束了。

几天后照片寄到，看哪，那正是巴巴的形象，清晰优美，有眼睛、高挺鼻子和灿烂笑容。太明显了，我心中不再保留任何疑问，巴巴果真显现在我的花园里！这好得简直不真实，萨碧塔激动万分。



Baba's face on a small rock in my garden.

巴巴的脸显现在我家花园的小石块上

我的思绪回到卡尔很久前写的一则讯息：“巴巴就像全能的磐石。要紧紧抓住他。他不会对任何事物让步。他屹立在风暴的中央。在天堂的中央，在巨大地狱的中央，他坚不可摧地屹立着。他决不会崩溃或失败，所以若你紧紧抓住他，就可以跟他去任何地方。告诉每个人，他已经使他们成为他的大爱的一分子，该大爱永不会辜负他们。所以要紧紧抓住他。他将带你穿越任何痛苦或悲伤。幸福和喜悦等着你们所有人。只管跟随他，这是我要说的全部。”

很久以后，我记得在《辉光》(巴巴季刊)上读到一篇题为《回忆曼萨丽》的文章，被其中的比喻震撼。文中说，美赫巴巴曾问满德里成员曼萨丽，“**爱是什么？**”随后亲自回答该问题，说，“**你们见过，海边的岩石是怎样**

被频繁、猛烈且反复撞击的。事实上，海浪撞击岩石的强度如此之大，以至磨损了岩石侧面。但岩石始终坚定不移。你们的爱应当坚如磐石——永不动摇。”¹

不过我在喜悦中，开始琢磨巴巴为何选择此时显容？过了几个月后，我终于明白了。

最近四年，我丈夫吉米的健康一直在恶化。他自从年轻时，一直受肾结石困扰，卡尔住院时，吉米由于压力和整个悲剧，承受了巨大的身心痛苦。随着时间推移，他的肾功能进一步恶化，我们迁居浦那后，他最终采取了每周两次透析的治疗方案。日子一天天过去，治疗增至每周三次。四年来他勇敢地承受了这一切，从未抱怨。

如今他日益虚弱。肾脏基本丧失功能。他很难自己开车去做透析，或者坐着看完心爱的赛马会，或者像过去那样敏锐地观察马匹。不过他独立自主的勇气和决心实在令人佩服。

在此期间，我紧紧抓住巴巴的衣边——决不放手。我借助对巴巴的爱，帮我度过这段艰难时光。我吸引他的爱与光环绕我们，让它持续地庇护吉米。我们俩一起坐着，几乎无话不谈，包括我对家庭的强烈依恋，对独处的害怕，以及对他的持续依赖。我答应他，如果到了他再也不能活动或自己做事的阶段，我会同意他关于是否继续透析的任何决定。我还承诺，除非我确实需要他，否则不会召唤或打扰离世的他。表面上我努力做到勇敢，内在却拼命地抓紧巴巴，因为我害怕极了。我害怕有一天，不得不面对失

去亲爱丈夫的生活。有时他察觉到我的焦虑，会安慰我说：“巴巴在，我知道你会没事的——我知道你会得到照顾。”我向他做了保证。我没有料到这一天会快速到来，可它真的来了。

2000年12月中旬，他变得愈发虚弱，很难从床上起来。我呼求巴巴帮助。几天后，卡尔要我不断地持巴巴的名，把巴巴的度内火灰抹在吉米身上。“到周日，事情会明朗的，妈妈。”他说。

周一到了，吉米再也起不来。他没做当天的透析，周三又没做。体内毒素在升高。周四我们把他送入医院。周五，尽管透析中心就在病房过道对面，用担架很容易把他抬过去，吉姆却拉住医生的手，注视着我，摇头拒绝。他受够了——他已经决定！

离年终只剩几天，吉姆永远合上了眼睛，这世间我最爱的人去巴巴那里了。

我们在自己家和花园为他举行四天的祈祷，现场温柔慰人，充满正面振动和美好回忆。我连续坐着几小时，凝望火焰的余烬，听着声音。我听到的是幸福的声音——我们一起度过多年的声音。透过檀香木的熏烟和芳香，我听到我们养育的三个孩子的欢快笑声，忆起我们并肩经历晚年遭遇的种种命运变迁。我望向屋外，美丽的三角梅攀附上小平房的屋顶，如瀑布般垂挂着粉色和白色的花朵——仿佛代表着我们一生的所有高潮低谷。我通过祈祷所做的，是请求巴巴帮助吉姆度过他的过渡期，安全地抵达巴巴。

我还真诚地祈求帮助，能像巴巴希望我的那样度过余生。我听到鸟儿歌唱，开始感到某种安宁。

尽管多年来，巴巴仅在罕见时刻出现在我的活跃通灵中，但这次我知道，他肯定会来对我说话。巴巴知道我多么需要他，果然就在第二天，他来了，给我一则非常优美的讯息，真正温暖了我的心田。

谈谈巴巴的爱！

卡尔随后接管，说：“妈妈，你不知道巴巴多么关心你。他每时每刻都在这里。他坐着和爸爸说话，与他一起笑谈爸爸生前关于他的所有言论。爸爸现在正反思，为他曾对巴巴有过的负面思想而懊悔，为可爱正面的思想感到欣慰。现在爸爸完全懂得，他打交道的是一位富有人性的神，而不是高高在上的神，他之所以施奇迹，只为证明他的在和他的爱。

“最重要的，爸爸说一定要转达他对你们大家的感谢，帮助他释放自己，因为实际上他最大的愿望莫过于此。现在他在这里，妈妈，他很好——所以你不用再担心。爱你的卡尔。”

我丈夫吉姆是我的生命，我的一切。我肯定思念他的人身，但在此巴巴也向我优雅地表明，他依然和心爱的儿子卡尔，和最亲爱的巴巴，一起继续生活。是的，尽管我俩之间说过不要经常同他通灵，可我确实有时和他说话，而有一天，就像过去一样，他甚至提醒我不要忘了锁柜子！

我没想到，能如此平衡地接受生活中如此重大的变故。我过去总害怕孤独，现在吉米突然不再和我分享生活——但巴巴会。时间流逝，我不再害

怕。我更有自信了，如果我需要巴巴，需要做的就是召唤。巴巴出于慈悲，最终使我摆脱了对独处的恐惧，以及自从记事以来对家庭强烈依恋的负担。

我现在懂得，爱不意味着你得一直不断地亲近依附某人。爱也意味着放手——爱意味着自由。

第十一章



通向彼界的渠道

“天地之间有许多事物，荷瑞修，
是人类的哲学所无法想象的。”

——威廉·莎士比亚

你读的最后这几章都是关于搭建桥梁的；生死之间的桥梁。我同意琳达·威廉姆森的说法：“也许我们必须建立的终极桥梁，是在地球上彼此之间的桥梁，这样我们才能实现和平，它只有在我们意识到我们都是来自同一源头的灵魂时才会到来。”¹

在古代，大多数人都把灵媒想象成矮小的老妇人，穿着镶褶边的衣衫，戴着长串珠项链，坐在昏暗的房间里，盯视着水晶球，并召唤亡者。那个年代，唯灵论者遭受一定程度上的迫害，有时被逮捕，就像圣女贞德，甚至被

烧死在火刑柱上。灵媒必须勇敢且有献身精神，才能在遭遇公众的敌视怀疑时坚持自己的立场。

逐渐地，形象有了改变。在西方，多丽丝·斯托克斯(《耳边的声音》)和多丽丝·柯林斯(《灵女》)这样的灵媒，会帮助世人。在印度，只提我认识的几位灵媒，我们有睿希先生和夫人、卡帕迪亚先生和夫人这些。他们提供的证据是无可争辩的。他们设法表明：灵界就在我们身边；死亡决非结束，而是开始；他们不是被任何欲望或个人荣耀所驱使，只是为了服务人类。

他们之后的灵媒，有斯蒂芬·奥布赖恩(《另一个世界的异象》)、科洛·珀瞿(《鲜活形象》)、厄休拉·罗伯茨(《生活在两个世界》)、巴芙娜格芮夫人(《灵界的法则》)和其他许多人。他们写的书影响了许多人，并成功地使一部分人相信：深入另一个维度是可能的。

现今灵媒获得更多的认可、尊重和追捧。他们不再被视为“怪人”，而是在困难时刻提供帮助的通灵者。由于他们的专注努力，人们现在来到这样的阶段：他们开始相信有可能跨越巨大的分界线；并懂得死亡不是终点，实乃通往新存在的大门。

当今我们有布莱恩·魏斯，此人深入研究前世，并公开谈论转世主题。他的书《前世今生》已成为畅销书。我们还有尼尔·唐纳德·沃尔什，著有《与神对话》。这些书不仅广受欢迎，其中一些正被拍成电影，很快将影响成千上万人。还有很多关于死后生命的电影在制作中，还有如《鬼语者》和

《信不信由你》这些印地语的电视连续剧，深受欢迎。还有一些组织邮轮旅行，你可以享受观光的乐趣，并当面会见著名的灵媒。

据说，我们都有成为灵媒的潜质，能够提升意识，并与无形的世界建立联系，但大多数人没有意识到这点。我们都是从灵界，从上帝那里——即我们真正的家——来到这个世界的。可一旦进入世间，我们的日常生活挤走了记忆。正如华兹华斯在他的著名诗歌中吟道：

“我们的出生无非是入睡与遗忘，

与躯体同来的灵魂，生命之星

原先在异域安歇

此时从远方来临……

人生襁褓之际，天堂环绕四周。”

实际上，灵媒不是属于另一世界的纤弱敏感生灵，而是像你我这样脚踏实地之人。少数人以剧院和礼堂作为平台举办大型会议并且公开工作，有些人则举行私人聚会。有些人天生具有灵视、灵听、疗愈和通灵的天赋，其他人则需要参加拓展圈子，以强化他们的天赋。另外，有些人像我一样，只是因为迫切需要才去接触发展的。

我在早年探索真理的过程中，有幸拜访过埃塞克斯的史坦斯岱会堂(《沉默之声》有记录)，许多方面都有益于我的发展。戈登·希金森教导我们，“来自亲人的私人讯息本身不应成为目的。它们应该只是灵性知识道路上的

第一步。”当时我可能没有这样想，但事后看来，这肯定有助于我懂得，尽管还有很长的路要走，但我处于正确的路径上。学院还教导我们，通灵者和灵媒有着细微的区别；通灵者运用自己的通灵能力，而灵媒依靠其指导灵的协助。他们努力使自己的心处于被动状态，以便在两个世界之间提供一个清晰的交流渠道。多数情况下，他们不会预测未来，只提供建议和传递爱。

缓慢而确定地，我的情况也是如此。当然我一开始从事自动书写，只是为了跟卡尔在一起，和他对话。巴巴进入我的生活，只是因为他爱卡尔，在照顾他。但过程中，来自巴巴的诸多恩典瞬间向我显明证实，自始至终巴巴是这一切背后的源头和灵魂。没用多少时间我就意识到这点。

即使现在，尽管我很想，却不能“灵视”、“灵听”或“做”任何事情。我无法预言未来，或者玩寻找失物的游戏。我现在的工作，不仅要联系那些已故者，且要帮助、引导和带领人们通过联接美赫巴巴找到他们的幸福。在我看来，一切都是巴巴的。有句谚语道：“你能把马牵到水边，但没法强迫它饮水。”所以我可以带你去那里，但余下的就靠你自己了。你来自于他，并且回归他。卡尔和我只是中间的渠道。

下面的故事是一位天生的灵媒美茹·甘地的，另一个是关于萨拉斯瓦蒂·南德库马发展成灵媒的故事。

美茹是当今印度我认识的最古老、最强大的天生灵媒之一。她拥有直觉能力看见、听到灵界的人，而且不必提升意识就能做到。她也在睿希先生和

夫人的指导下进一步发展，曾经同卡帕迪亚先生和夫人、享有国际地位及声誉的所有灵媒一起举办课程。以下是她的故事……



从记事起，我一直对灵界很敏感。我天生拥有灵视灵听的天赋，但经过一段时间后，我才意识到巴巴对我多么重要。

我大约 9 或 10 岁时，得知有个叫美赫巴巴的人。我住在格兰特路，听到许多颇具争议的故事，讲到一个叫美赫巴巴的琐罗亚斯德教徒，据说他长期保持沉默。人们有很多猜测，比如他是否像大家说的那样真保持沉默，还是会偷偷地说话。

1994 至 95 年，我从舍地返回，同几个朋友在纳西科的艾米和姜古家宿夜。一走进他们家餐厅，我就感觉那里有一股强大的临在。我不仅能感到振动，还感到有人不断地拍我的头和肩膀。扭头一看，一个人也没有！

艾米问我对她的房子感觉如何——能否感到良好的气氛——我说，“是，气氛确实好，但你的餐厅有某种更强大的东西。”她笑道：“这是美赫巴巴静坐过的房间。”她丈夫姜古与巴巴关系密切。

这是我第一次正式接触到美赫巴巴。

几年后，我偶然发现楠的书《沉默之声》，从而重新接触巴巴。期间那几年，我一直被唯灵论深深吸引，和当时著名的灵媒卡帕迪亚夫妇一起，学习把自己培养成了周六团体中的一名灵媒。我有自己的指导灵和自己的团

体，我们会举办课程，做大量事情，尽量多帮助人们解决问题。不过在我读到楠的书之前，巴巴其实并没有对我呈现太大意义。从那之后，他一下子进入我的视野。

我可曾“看见巴巴”？是的，很多次！

某周六，楠接受我的团体邀请，来谈谈她最近出版的书。作为这方面的新手，我相信她有一点紧张，当她讲话并接受提问时，有几个团体成员在诘问她，我清晰地看到两个人影在房间来回走动，非常关切她。那是巴巴；但有两个——一个是年轻的巴巴，另一个是年老的巴巴。

这本书和楠对我们讲述的故事感人至深，有一天，整个团体决定前往美拉巴德，亲自看看这一切是怎么回事。一对虔诚的夫妇朵丽和佳尔·达斯托，开一辆苏莫车到车站接我们，驶往美拉巴德山下他们的家。一路前行，我看见有人坐在轿车的引擎盖上。他是谁呢？一个年轻人欣喜地坐在车顶上，头发在风中飘舞！

我进入朵丽和佳尔家，看到那年轻人的不同人生阶段的大量照片。随后我意识到，我看到车上坐着的人不是别人，正是年轻时的美赫巴巴。

我可曾‘听到巴巴’？是的，若干次，但只是在我的头脑和心灵中，它永远是爱的声音。

一天，我的朋友安妮塔律师通知我，她要去美拉巴德参加度内日。我感觉也想和她一起去。离家之前，我在圣坛前祈祷，听到巴巴说：“你会把我的照片供这里吗？”我回答，“我若得到照片，会供的，但我不会刻意去要。”

度内上，有一位马哈拉施特拉邦的老先生在分发帕萨德，还一道给几张巴巴照片，不过那是老年巴巴的大照片。我不喜欢大照片，也不喜爱老年巴巴，于是我把大照片卷起放在一边，说：“我不喜欢这个巴巴，我远更喜欢您年轻的照片。”

话音刚落，我看到安妮塔朝我走来，递来几张巴巴照片。“选一张吧，”她说。我选了，那是我一向喜爱欣赏的年轻巴巴。

“嗯，巴巴，看来您决意要俘虏我。您不放走我。现在我得把您供在我的圣坛上。”我想。于是我把照片供在那里，承诺每天会点油灯。就这样，我开始越来越多地对他说，并在内心理解他告诉我的一切。

7月10日是沉默日(巴巴1925年进入沉默的日子)，尽管我知道那里一定人山人海，仍被吸引去了美拉巴德。我体态重，患有严重关节炎，让我在人群中穿行并不容易，我坐在那里，只是倾听着沉默。

太美了，因为那天大自然在诉说，人们保持沉默。鸟儿鸣叫，火车呼啸，风儿吹拂。队伍蜿蜒曲折。我自觉很难站久，便放弃进入三摩地的想法。我坐到长凳上，祈求巴巴说：“我费尽周折远道而来，请你照顾下，给我一次适当的达善。”

他说：“闭上你的眼睛。”我照做了。从内视里，我看到巴巴房间旁边显现他的脸的那棵树，并看到它周围的一些花。我说，“不，我不接受这个，巴巴，这个我在孟买都能看到；我想要的是进入您的三摩地达善。这是我来目的。”

大家都保持沉默，但我决定想办法，准备找纸笔给值班者写申请，这时我听到巴巴的声音说：“跟在穿蓝纱丽的女士后面，进入三摩地。”

“我怎么去？”我争辩，“还有那么长的队！”就在那时，值班女子看到我孤身坐在长凳上，便示意我站起来。她叫我跟着穿蓝纱丽的女士进入三摩地！

一进去，我被巴巴的体恤深深感动，不由眼泪直流。我肯定地知道，我确实和他有联系，他确实回应了我。我不假思索地跪了下来。

几年过去了。现在，我的一言一行，帮助的每个人，都是处于巴巴的帮助和指导下。驱使我的是，我内心对至爱巴巴的爱。他是我的生活和工作中非常重要的部分。由于他的恩典，他的大爱力量，一切皆成为可能。



萨拉斯瓦蒂·南德库马，住在拉斯塔-佩斯，离浦那巴巴中心很近。从1993年起，她养成习惯每天早晨去露台散步。她经常每天驻足几分钟，欣赏巴巴中心前面的漂亮玫瑰园，却未曾停下想过或尝试了解这是谁的中心。

到1997年10月为止，她只是一个脚踏实地的普通上班族母亲，有两个可爱的孩子，努力在银行的全职工作和家庭之间保持平衡。此时她生活中产生一股强烈的疗愈渴望，随之而来的是极美妙的转变。她开始试着帮助人们摆脱各种身心疾患。

1998年7月12日，她丈夫夜晚回家，相当兴奋。他从办公室回家，在M. G.路上遇到他们的灵气导师卡伦。卡伦曾立有规矩，一向谢绝学徒邀请他登门作客，却突然主动提出到他们家吃晚饭。这份兴奋感富有感染力。萨拉斯瓦蒂给几个灵气界的朋友打了电话，和他们分享这个消息，过程中让他们都有点嫉妒了。她有所不知，卡伦来访的目的，其实跟疗愈毫无关系！

萨拉斯瓦蒂继续说：卡伦在约定时间登门，意外地叫我领他参观屋子。他一进卧室，视线落在几天前我从浦那图书俱乐部借的一摞书上。他从中挑出那本叫《沉默之声》的书，惊呼：“哦，很久来我一直想读这本书，就是它了。”我被书名吸引才选了此书，却不了解内容。卡伦告诉我，美赫巴巴是他的古鲁，他会定期拜访我们家旁边的浦那巴巴中心。

卡伦对书的介绍，使我满怀敬爱阅读了。我认同这位母亲楠·乌姆瑞伽痛失爱子的悲伤，重获他的喜悦，在巴巴照顾下的快乐。就这样，正是通过《沉默之声》，巴巴最终进入我的生活——微风般轻柔，飓风般强大。

几天后，我读完全书。凌晨4点左右，我正睡觉，却因闻到周围的美妙花香醒来。我坐起，颇为困惑。房间里一朵花都没有。几分钟后，花香消失了，我又躺下睡觉。

那个周末，我正给孩子们——13岁的阿努沙和9岁的约格希——讲述卡尔的故事，阿努沙突然跳起来说，“妈妈，我闻到可爱的花香。”约格希和我也闻到了。就是几天前我在半夜闻到的同样香味。我们冲到窗边，却发现屋子里外没什么特别的东西。

阿努、约格希和我开始频频闻到花香，但无论如何我们都分辨不出它属于哪种花。我丈夫则格格不入，每当我们讨论此事，总是狐疑地望着我们。他认为这是我的想象，而孩子们天真无邪，只是附和我的看法。不过我对美赫巴巴的真诚奉爱，使他不嫌麻烦查明巴巴在坎普的老家。一天，他好心地送我过去。巴巴的 7 字形小屋坐落在老家的后院，我正忙着看照片，从一幅移到另一幅，突然一股熟悉的花香弥漫空气中。我激动不已。“你能闻到吗？”我兴奋地说。我等着他会像往常一样反驳，但他没有。他反而目光闪烁，示意一张巴巴的大照片，挂着许多美丽白花编成的花环。我们被告知，这是古切蒂（Gulchedi），巴巴最喜爱的花。

直到如今，除了变得敏感之外，我开始做一点治疗。不久开始频繁感到巴巴的临在，只需要我静下心来。我常好奇这一切怎么发生的，靠巴巴的恩典，有一天我在读芭芭拉·布伦南的《光之手》时，找到了答案。她说：“当一个治疗师全心全意尝试治愈病人时，总会获得一位神圣指导灵的支持，后者会让他的临在通过花香被感觉到。”我原本平凡单调的人生有了美妙的转变。

经过长时间计划，我们最终于 1999 年 2 月 26 日前往美拉巴德。一到那里，我完全迷失了，俯首顶拜三摩地时，我清晰地听到一个声音说：“我与你同在，我在你内里。”

一天晚上，给朋友维娜治疗后，我离开房间。大约过了 20 分钟后，她不胜欣喜地出来，不停地感谢我，告诉我她感觉很棒。我说那是巴巴做的。接着她对我分享了经过。她说：“萨拉斯瓦蒂，我听到你走出房间的脚步声，

便睁开眼睛。看见一个美丽的金色身影坐在我身边，手放在我身上。我立即闭上眼睛，享受喜乐状态。现在我懂得，为何那种能量感觉如此特别。我现在知道，是巴巴通过你做的，我很幸运能看见他。”不用说，一直困扰她十多年的银屑病现在基本消失了。

有了巴巴的时刻指导和保护，我的生活变得越来越美。1999年4月，我丈夫的一名同事失去了年轻儿子普什卡，当时全家去大吉岭度假，处于极度悲惨的境地。一周后，我在静心时，听到一个声音告诉我，“请告诉我父母，我在巴巴的照顾下，非常快乐。请帮助他们走出悲痛。”我本能地知道，那是普什卡的声音。由于之前没见过普什卡的父母，我有点迷茫，犹豫传递这个消息。可每当我静心，那个轻柔的恳求声音不断请求我这么做。我依然未能凑足勇气。然而普什卡不甘罢休，就在他父亲上班后的一天，普什卡好像施了奇迹。他让父亲去找我丈夫，提出奇怪的要求：“我知道你和你妻子都有特殊天赋。求求你们，你们能否帮我们走出悲伤？”我丈夫再也抑制不住自己，因为这正是普什卡对我说过的话！普什卡的母亲，在他死后彻底垮掉，无法正常行走，在巴巴的恩典和帮助下，她缓慢稳定地恢复目光中一度失去的光彩，从那以后，夫妇俩成了美赫巴巴的了不起信徒。现在，每当我需要保护和帮助他人，普什卡会和巴巴一道随时出现。不可能的事得以轻松实现。

巴巴在我的人生和所有与我建立联系者的生活中创造奇迹。每件事都是藉着巴巴的恩典发生的，因为他使不可能之事轻松地成为可能。我现在甚至开始用水晶治疗，许多疗愈得以实现。人们避免了手术，严重抑郁症一次就被治愈，排泄系统失常——甚至在美国也没有医好——在一个月内痊愈。我

母亲避免了手术治疗颈动脉阻塞，我父亲的心脏问题也消失了。在底特律的姊妹，尽管有严重孕期问题，最后顺产了一个 9.5 磅的宝宝。

巴巴给我的礼物都很特别，但对我来说，其中最大的礼物是他的爱。

这份爱的特别证据，恰巧是他的优美面容，有一天它呈现在我的一块水晶里。一颗完全清澈的水晶突然开始显示某种形状，我好奇地跟踪此事，直到有一天我发现那是巴巴的脸——无可辩驳地铭刻其中。就在第二天，我从卡崔娜·拉斐尔著的《水晶光能启蒙》书中读到这个信息：“……当一个守护天使在支持你的治疗时，他往往会显形在你的一颗治疗水晶里。”不用说，我感到无比喜悦。



水晶内巴巴的侧面像，下面是放大图

这一天终于到来，我见到了楠·乌姆瑞伽。这是我的特别时刻，此时可以告诉她，我的生活发生了怎样的变化，她的书给我带来多大的影响。

但最重要日子是 2001 年 1 月 26 日那天。那是在美拉巴德的日子，我在他的三摩地祈祷，告诉巴巴我对他的深爱。

我顶拜巴巴，诚心地感谢他使我成为一个渠道，他的爱和仁慈通过它流向那些受苦者。

我知道好戏还在后头，虽然我在灵性道路上取得诸多进步，但我不胜感激巴巴给我的人世生活注入意义，一种非常美的意义。

第十二章



天使之光

疗愈也是灵媒的天赋。当今有许多疗愈方法和不同类型的疗法。不过，我写关于灵疗的这章时，坚信是巴巴把我带向了我认识的最佳治疗师。我写这些，不是因为我想冒犯任何人，或者让他们违背其坚信的东西，而仅仅是希望它能帮助所有那些虽有医生护士的照顾却备受煎熬无从缓解的人。

我想对你们传达这个观念，即有可能让灵体接受治疗，反过来让它帮助肉体痊愈。我相信，这就是所谓的灵疗。

灵疗师宣称，“灵疗中运用的疗愈力量属于神圣源头。疗愈直接来自神。它构成宇宙自然法则的一部分，必须相应采用。因此，它可以供全人类使用，不管肤色或信条。还有，它接受灵界的指导灵指导，其使用治疗师作为工具，通过他们传输疗愈能量。重申一遍，治疗师正是他的灵界助手的桥梁。”¹

但我现在要谈的人，与一般人有所不同。他以极不寻常的方式进入我的生活，而且我真的感到，是由于巴巴的恩典才发生了这些。我要讲的是乔治

•查普曼，居住威尔士的“灵疗外科医生”。多年来，我对他不仅产生极大信心和信任，他和妻子艾莲也成了我的好朋友。

从我第一次接触乔治已过去多年，尽管他一贯主张，只有你的羯磨允许的情况下他才能提供帮助，根据我的有限了解，他在大量治疗中都发挥了作用。

就我来说，是从我孙子、年仅一岁的扎汗的幼小身体遍布淤青的那天开始的。看了医生，进行化验，显示他的血小板数量骤降。医生诊断为 I.T.P (特发性血小板减少性紫癜)，警告我们若继续下降会危及生命，因为目前尚无公认有效的疗法。他母亲萨碧塔回家后哭了。对此病了解有限，我们想到最坏的情况，我再次奔赴美拉巴德，祈求巴巴莫让我们经历又一次煎熬。

我回来后，就在当晚，一本书送上门，是约瑟夫·伯纳德·赫顿著的《治疗之手》。晚饭后，我安顿下来，读了前两页。书中首先写道：“我原本会失明，我原本会死去。这些都没有发生……”

该书接下来讲到一位出神灵媒——乔治·查普曼，他的治疗事迹现已闻名世界。查普曼曾是艾尔斯伯里的一名消防员，自称由威廉·朗博士的灵魂所控制，后者是一位眼外科医生，于 1937 年去世。该书还讲述了当赫顿实际拜访查普曼，遇到这位灵疗医生后，发生了一件意想不到的奇迹。他的视力恢复了。

我一直读到深夜。

一个医生真能从另一世界回来继续做他的工作吗？我颇为好奇。随着我往后读，不知何故产生强烈的确信。我知道美赫巴巴为我“找到”了这本书。我曾向巴巴求助，他回应了我。

于是，我们接下来与乔治·查普曼建立通讯，他反过来持续进行他所谓的“非现场治疗”。日子一天天过去，虽然扎汗仍会流鼻血，但病情稳步好转，直到两个月后的一天，卡尔说：“现在他好了，你不用再担心了。”看医生后，证实了这一点。扎汗的血小板数量恢复了正常。你可以想象，我们多么高兴。

这个“乔治·查普曼—朗博士”现象让我深受触动，遂决定去拜访他。我相信是美赫巴巴把他送给我的，没有亲自见他并当面感谢他的帮助，我就无法安心。

此时在伦敦，我邂逅一位来自瑞士的朋友，答应陪我去威尔士中部偏僻的马汉莱斯村，乔治·查普曼居住治病的地方。

我们从伦敦的尤斯顿站乘火车，很快颠簸驶过崎岖的乡村，到达潘特-格拉斯的山坡。美丽的深绿群山，点缀着毛茸茸的绵羊和肥壮的威尔士小马驹，依偎在树木环绕的山谷间，可以远眺卡迪根湾的壮观景色，那里坐落着你能找到的最美圣所。那种祥和的感觉跟美拉巴德非常相似。

我们早到一些，有闲享受清新的早晨，坐等他的到来。一位男子从房子走过来，大步沿路进入圣所，我第一次见到乔治·查普曼。

他妻子艾莲把我介绍给他，他简短跟我说了几句。他中等身材，头发略带灰白，脸庞光滑，有一双亲切和善的蓝眼睛。他的声音坚定有力，身材笔直挺拔。他穿过一扇门进入小房间，由于我是第一个预约，很快被领入。

治疗室有种独特的氛围和能量。一眼望去，只见一套桌椅，一张凳子，一张治疗长榻，一只小红灯和一碗水。乔治·查普曼坐在桌边，微笑着欢迎我。他让我坐下，耐心等他一会儿，直到朗博士和他联系上。当时，我不知道也没意识到，能亲眼目睹乔治·查普曼进入出神状态有多么荣幸。我相信，有机会见证这种不寻常现象的人为数不多。

他一动不动坐着，合上眼睛，似乎闭得越来越紧，直到面部皱起来，容貌发生了显著变化。他变得苍老、智慧，弓着身子。他的嗓音带上浓重的南方口音，变得更虚弱，语调像老人那样尖高。我面对同一个人，又完全不同。

他站起来，伸手打招呼。“我能为你做些什么，年轻人？”他说。相比他的智慧高龄，我是年轻人？我被他的风度吸引，对他说自己是来当面感谢他帮助我的小孙子扎汗的，他的爱、奉献和关怀照顾感动了我的心。他报以沉默，示意我也应该躺到长榻上，因为我身体的几个部位也需要他的治疗。

他把手放在我前额上方一点，我感到奇妙的宁静。他把手移到我患关节炎的膝盖上方，我感觉血液加速流动。他打个响指，“隐形助手”递给他“工具”，他开始在软骨上做手术。

“现在，”他最后说，“我肯定你会好起来。”我的拜访很快结束了，
往回走下山时，感觉不一样了。我在走路，却感到自己轻飘飘的。我感觉像
一只想展翅飞往天堂的鸟儿。我不再感到疼痛，惟有幸福。

此后，我和乔治·查普曼的联系持续了多年，我把许多受病痛折磨的患
者引荐给他。他从不拒绝任何人，大多数患者显然通过联系都得到某种程度
的帮助。



一名艺术家对乔治·查普曼由朗博士和灵界治疗者协助的印象

1989 年的一天，我惊讶地收到卡尔的话：“朗博士说他想来孟买。你将会
看到。”我没太注意此事，因为我认为可能性很渺茫。乔治·查普曼在法国、

瑞士和德国都有诊所。我确信，随着他年龄增长，他会发现千里迢迢旅行到印度颇为不易。不过，我很快接到一封信，说他满腔热情想要来，请我为他的来访做好安排。

我惊慌失措！卡尔安慰我。“巴巴说你别无选择。他主意已定。巴巴答应你，一切将由他来照顾。”果然如此。

乔治·查普曼到了。跟往常一样，艾莲陪同他，担任助手、保护者和译员三重角色，安排他的预约，始终在治疗室不离左右。她是许多年前结识乔治·查普曼的，当时朗博士治疗并照顾过她的小女伊莎贝尔，直到有一天女儿安详地辞世。后来她把毕生献给他和他的工作。

乔治·查普曼和艾莲抵达孟买。我们在机场迎接他们，送他们下榻喜来登酒店，照顾他们，尽量以他们应得的爱与尊敬款待他们。许多助手忙前忙后。有人提供酒店折扣，有人提供轿车，许多人主动帮忙日常安排。顺便提一句，皇家西印度赛马会（卡尔曾是该协会的名人）的会长，为我慷慨提供了做治疗的场地。正如巴巴承诺的，一切各就其位。

六天内，朗博士治疗了 300 多人。幼者老人、富人穷人和病苦者纷纷预约前来。像往常一样，整整六天我都在紧张中度过，尽管卡尔给了巴巴的保证，称一切都会顺利。

我丈夫吉米，当时把我吓得够呛。“如果有人死了，你要负责的；如果有人出现癫痫或心脏病发作，你会吃官司的！”等等。到最后一天，我紧张

得要命。我央求卡尔，请巴巴在场保护指导。卡尔说：“妈妈，巴巴会尽量在各方面帮助你，今天我会在场，我会在那里。”

我坐在室外的预约桌旁，周围的人吵嚷着，希望有机会让灵疗医生看病。突然，艾莲从治疗室出来，向我招手。“楠，”她用法式英语说，“朗博士说转告你，卡尔在里面。”

美妙的幸福感涌上心头，我流下热泪。除了巴巴和吉米，无人知晓我的晨间讯息。我走入静谧的治疗室，室内散发柔和的红光，安详寂静。我安静地站在旁边。尽管我不能实际“看到”或“听到”卡尔，却知道他如约而至，向我表明他在帮助心爱的家人和所有相信他的人。为此我只能感谢一个人——巴巴。

我还要补充一点。这么多人过来，只有一人取消预约。乔治·查普曼返回威尔士的家后，过了几天，那人的女儿打电话给我。她为此事懊悔，父亲未能履约，几天后便去世。我猜想，吉米的担忧是没有根据的，我的担忧也是，当时我被告知，如果那是你的羯磨，灵疗有时候不会有帮助，不过从未听说它真会伤人。



迈克尔·查普曼(右)继承了父亲乔治·查普曼的工作

自从我第一天结识乔治·查普曼，现已过去 23 年，但我经常通过电话或邮件与他保持联系。依我之见，正是藉着巴巴的恩典，这些年间他完成了许多堪称奇迹的治疗。

朗博士和乔治·查普曼的伙伴关系继续，但不再来自这个世界。乔治已经去世，而他儿子迈克尔也是一名成功的治疗师(不是出神治疗师)，现在子承父业，与朗博士之子、也在灵界的巴兹尔·朗合作。

两个世界里的父子治疗团队实属非凡现象。巴巴怎样把他带入我的生活也是颇不寻常的。

接下来是发生的两桩不可思议的疗愈故事。



霍尔莫兹德·纳里奥瓦拉讲述：我有幸仅 16 岁时就遇到美赫巴巴，不过当时未意识到，拥有如此强大的灵性力量指导我的重大意义。我现在才 25 岁，而我感觉最近几年于我可能是最艰难的。我很幸运遇到了美赫巴巴——我永远的朋友，虽然我无缘遇见他的人身，但我对他的深爱难以言喻。

迄今为止，我的生活并不精彩，也没有活出极致。说实话，我其实不知道我想在生活中实现什么。我试着探索当一名时装设计师的可能性。当我卧床不起，被诊断患椎间盘突出后，所有这些杂乱的想法都戛然而止。我经历了赴浦那、孟买四处求医的过程，甚至找过一个德国医生；我认识每个理疗师、热情过度的运动疗法医生，以及阿育吠陀和顺势疗法医生；我练习瑜伽，做了大量背部练习。我定期拍 X 光片，甚至做 CT 扫描，但真正让我害怕的是，整个煎熬过程中，我每天要吃五颗止痛片，体重剧增。病情恶化了。我厌倦了被困于四壁，讽刺的是，床现在成为我的避难所。六个月过后，我清楚地记得，最终医生建议需要动手术。一直以来我认为这只是背痛，会消退的。我没有意识到陷入什么问题。我哪里不行？我无法抬高腿，右脚侧丧失知觉，只能弯腰 10 度，当然会有刺痛。不止疼痛，我还丧失了希望，处于极低的自尊状态。

我记得有一天，我妈妈的亲戚喜拉姨母，讲起她到威尔士看灵疗医生，他如何通过某种疗愈力量帮助她康复的经历。听着太神奇，太不实际了。这会不会是又一次摆脱困境的傻气尝试？但她热心地打电话给她的姊妹楠妮，第二个星期她便来看望我们。

我们聊了一个多小时，她谈起她与儿子卡尔、美赫巴巴和最后朗博士的经历。听着像电影里的故事。有一刻我以为是止痛药的副作用，和我聊天的这位女士突然成了我想象中的朋友。不过，计划是写一份详细报告，把我的治疗史寄给乔治·查普曼，楠妮阿姨会联系卡尔寻求帮助。这也会是又一次浪费时间吗？

我现已卧床八个月，部分的我希望事情会改善。一周过去了。我感觉稍微好点，但并没有太大变化，现实地说，我也不抱指望。

一天夜里，一次剧痛发作期间，我突然滚下高床，直接后背落地。令人惊讶的是，我半空中醒来，感到有东西或有人垫住了我。感觉就像我倒在了羽毛床上！不过睡觉从不醒来的母亲听到砰的一声，就跑下楼，震惊地看到我躺在地板上说不出话。就这样了，我想，我快死了！我简短地祈祷，然后第一次用美赫巴巴的名，请求帮助。“巴巴，请帮助我起来，回去睡觉。”我祈求了，令人震惊的是，果真如此。我慢慢地站起来，毫无疼痛，回到床上。第二天早晨起床，我以为这个经历只是个梦，但它不是。回顾头晚，我想到哪怕最轻微的触碰都会引起我的脊椎阵阵作痛和坐骨神经痛，这样的摔落居然对我毫无伤害。怎么可能？它是巴巴、朗博士和卡尔的帮助吗，纯粹是巧合，还是三者的合力？

我对巴巴和存在另一世界的信心逐渐增强。后来，我应卡尔建议寻求物理治疗，并开始游泳。从那以后，我的体重开始减轻，止痛药开始慢慢减量。十个月过去了，一直和乔治·查普曼往返通信，来自卡尔的多篇讯息使我保

持专注于巴巴。我们最终计划，和几个巴巴爱者朋友一起拜访美拉巴德，也安排到那里与楠妮阿姨会合。

我第一次拜访三摩地是在晚上。那是迷人的夜晚，人们围聚着，大家在唱歌，念巴巴祷文。之后到了顶礼拜谒的时刻。我慌了！“这事决不可能，我做不到，”我对自己说，可当我稳步走近时，能看到的只有巴巴俯视朝我微笑的大幅画像，我就知道他会理解的。不过，我走得更近时，想到也许我可以做的就是双膝跪下，触一下石碑。可某种东西促使我又前移一步。我鞠躬亲吻地板。我做到了，毫不费力。你想象不到，它对我意味着什么。自从我上次弯腰，有整整十个月了。这期间，我不得不让人替我系鞋带，我不能从地上取东西，弯腰坐入轿车成了挑战，而在这里，我居然跪拜向美赫巴巴致敬。这本身就是奇迹。爱从我的心中涌现，眼泪夺眶而出。在巴巴的帮助下，我克服了迄今人生的最大挑战。

当晚我做了抉择。我选择追求时尚，勇往直前。但我对过去做的事不太满意，感觉在浦那受限。我没有施展空间，没有兴趣在印度做事。于是我申请了巴黎和另几个时尚中心，你猜怎么着？世界上所有的地方中，我被威尔士录用了！当面拜访乔治·查普曼做个案治疗，届时肯定在我的日程上。

此刻我就在英国新港的威尔士大学的一间 IT 套房写文章。我成功读完了第一年学位，期待接下来的两年。我知道，完成学业本身是个挑战。但我知道，无需担心。我学会了相信自己的能力，而且有巴巴照顾我。我深爱他。

遇见至爱巴巴的过程经历了痛苦，但我现在知道，那是可能发生我身上最棒的事。所以，敞开你的心扉，相信他，像爱你的生活一样爱他，像爱他一样爱你的生活。



扎芮娜·迈斯曼说：

如果你对巴巴有坚定不移的信心，他可以为你做任何事，甚至让你重获新生，就像他为我做过的那样。我愿简短讲述美赫巴巴为我做了什么，以及我为何毫不怀疑他是上帝。

1992 年，我做了子宫切除术。麻醉效果一消退，我就开始说嗓子疼。医生将它归因于咽喉痛，但它不是。不用说固体食物，我甚至无法吞咽喝的水或含住水。之后我从一家医院转到另一家，从一个专家转到另一个。内窥镜显示多发性狭窄，食道完全闭合。后来开始做疼痛难忍的扩张术。但即使经过 28 次这样的食道扩张术，住院 1 个半月后，我也没有感觉好转。靠流质饮食维持生存了六年，我瘦了 22 公斤。

医生们对我的存活放弃了希望。

尽管看过极为敬业的灵媒和治疗师，我的考验仍在继续。现在决定，我应该做手术，切除食道。我们咨询的专家说，我有 70% 的成功机率。通过我的朋友、用通灵板工作的著名灵媒维拉·克什瓦拉，美赫巴巴说，“不要手术。”

我不肯听。我千方百计想要康复，像其他正常人一样。

我坐着轮椅，被推入手术室。后背贴上三个大圆片。手指夹上线夹，脸部戴上氧气罩。我的医生进来。他检查了X光片，突然转向我说：“你怕吗？”当时我说，“不，我不怕，”他说，“我怕。这是长达10小时的手术，可你知道吗，我看到你的腹部、手和脸似乎相当圆润，无论如何，我感觉有人在照顾你。”他停下动作，闭上眼睛，似乎在考虑片刻。突然，他转向我说，“我脑海里有个声音强烈地告诉我，不要给你做切除术。我不能置之不理。”于是手术被取消，第二天我回家了。

我的内心深处明知，美赫巴巴跟这一切有关。但我对他很失望，因为他中止了我的手术；我失去了唯一的康复机会。一想到余生只能食用流汁，又强烈渴望吃面包黄油，我就心酸难过。我为何不能像别人那样？为什么，巴巴？

然而，似乎美赫巴巴对我另有计划。出院回家两周后的一天，我为儿子摆了几片抹有黄油的面包，这时听到一个清晰的声音说：“拿起来吃。”它不停地催我，最后我拿起一小块，放入嘴里。我能咽下！我居然能咽下！我尝试多吃些，直到贪婪地吃完整整两片黄油面包。从那天起，我开始进食。医生们用了六年做不到的事，美赫巴巴在几秒钟内就做到了。除了上帝，谁能让你重获生命呢？

那六年里，我多次体验到美赫巴巴的爱与慈悲。他是我的持续伴侣。如今回顾从前我还不知道巴巴的岁月，我纳闷自己生活中没有他的存在，是怎么过的。没有他的生活毫无意义，毫无价值。

1997 年，巴巴送给我《沉默之声》，我所读过最精彩的书。它是我的伟大灵感之源，给我指明前进的道路。它起到磁铁般的作用，不断地把我引向美拉巴德和巴巴三摩地。现在，每当我情绪低落、沮丧或悲伤，就拿起此书翻阅几页，它总能振奋我的精神，让我走上正确道路。我把这本书保管身边，它对我来说简直像圣经一样。我从和卡尔的谈话中获得巨大安慰，他的可爱讯息给了我需要的力量去投入生活的战役。

迄今为止，我有种印象，即美拉巴德必定是个普通地方，就像我们到处可见的达伽，不过楠对三摩地、朝圣者中心以及那里的爱和能量的描述，激发了我的想象力，以至前往那里亲眼一睹的冲动与日俱增。人间真有这样的地方吗？听着像天堂一般！哦，我多么渴望前往。

巴巴肯定听到我了，因为就在那晚，维拉阿姨打电话来说，她全家计划赴美拉巴德旅行，她做了安排让我跟他们一起去。我欣喜得跳了起来。

我对三摩地的第一印象，是无法言喻的；此地的美、和平、爱和能量渗透了我的灵魂。泪水开始涌出眼眶，我啜泣良久。山坡、石块、小灌木和花的颜色；一切就是那么美。我感觉仿佛树木伸开枝叶展臂欢迎我，一切显得生机勃勃。整个区域散发着独有的芳香，我有一种奇妙的归属感。我觉得经历多年的流浪，终于回家了。

现在我的生活被无所不在的巴巴临在彻底影响。我觉得这么多年的饥饿、身体痛苦是值得的，因为它带来我与巴巴的密切联系。他给了我第二次生活的机会，为此我永远感激。现在唯一重要的是我对他的爱。对我来说，巴巴是万人万物，我的整个生活都围绕着他。

美赫巴巴会照顾那些真正把生命彻底交给他的仁慈之手的人。这是他的奇妙恩典。

第十三章



指导方针

“在履行宇宙工作中，人神具有无限的适应性。他帮助别人时，不拘一格；不循规蹈矩，因为他本身就是规矩。他应变自如，根据形势需要扮演任一角色，却不受约束。”¹

自动书写作作为神恩时刻来我身边，疗愈我的心灵，把我引向光明。它改变了我的生命进程。我变成了“写爱笺给世人的上帝手中的一支小小铅笔（特蕾莎修女语）。”

在第二次去美拉巴德之前，我已身陷争议。我首次拜访期间讲的故事，和我通过自动书写与卡尔通灵的消息，传遍了巴巴社区。这似乎违背了美赫巴巴的指示；即他的跟随者不应当涉入秘术。我相信，在他的有生之年，美

赫巴巴认为它是灵性圈套和陷阱，曾警告他的跟随者，如果他们涉入其中，弊大于利。

不过，我幸而对这些一无所知，继续迈向巴巴的美好旅程，始终在美拉巴德受到热忱欢迎。巴巴的至爱美嫒，巴巴的妹妹玛妮，还有满德里们，仅仅遵循大师无条件之爱的榜样，允许我有自己的空间，以他希望的方式成长迈向巴巴。巴巴召唤了我，这对他们就够了。缘起和过程其实并不重要。说实话，正如曼萨丽曾告诉我的，他们认为书写一旦完成使命，就会停止。可这些年来，它非但没有停止，反而蓬勃发展，对吸引许多人走向巴巴发挥了重要作用。它成为巴巴大树上的一条强健新枝，以至有一天我自己都忍不住请卡尔给个解释。下面是他说的话。

“你必须真正理解，当巴巴制定这些准则时，世上尚未有如此丰富的知识来利用秘术媒介找到通向光明之路。现在这些已经汇聚动力，成为抵达神的途径。所以随着时代变迁和思想改变，支配世界的巴巴会在他选的途径上做出自己的补充和选择。

因此，妈妈，不要老想着此事。要有你一向有的信任，即你做的事是正确的，你有巴巴照顾你。要有力量和意志、对巴巴的爱和信心，要能够把那些抛在一边，以便当我们交流时，带着爱这样做，并分享送给那些孤立无援者。巴巴希望你感到自由，无拘无束。爱你的卡尔。”

那么，什么是自动书写？

当年我曾前往埃塞克斯，史坦斯岱会馆的亚瑟-芬德利学院，在那里度过一周以获取更多经验，所学到的东西远远多于我从阅读知名作家关于该主题的书籍中获得的知识。用埃登·麦考伊的话说，“自动书写是进入一种意识改变或冥想状态，通过使用纸笔联系其他智慧生命的艺术。”它并不难，大多数人能相当快地获得一定程度的成功。很有必要让你们遵循一些基本规则，并尽量理解有关它的来龙去脉。

许多天赋潜藏于我们内在，我们的心有诸多神奇能力，却不知如何利用它们。通过正确使用这些天赋，把自己与宇宙精神能量相融合，我们的超意识心可以打开许多扇门，获得迄今不为我们所知的大量信息。

因此自动书写基本是一种融合，两者的心相连，答案便从灵界的心流向人心。思想先经过大脑，然后通过手写出来，如果你花一点时间和努力，其实它不是太难，没有那么戏剧性。不过，很多时候，尤其在初级阶段，单词和句子往往会一遍又一遍地重复，直到你疑惑会不会出现其他内容，接着突然一个新词闪现在纸上，令你无比欣喜。其次，最重要的是专注练习。

你在自动书写时，最好屏蔽来自外界的所有干扰和噪音。在安静熟悉的地方坐下，止息心念，尽量让自己处于灵媒水平的意识状态。埃登·麦考伊说：“这样不会有任何危险，因为你任何时候都不会切断与外界的联系。虽然你会凝神专注于你的努力，不会完全觉知到你的言行。你的眼睛是睁开的，你的耳朵能听到……你不会失去与任何身体机能的联系。你只是在运用心灵能量……让它为你工作。”²之后你肯定不是用它预言未来，而是为了获得

主意、建议，汲取灵界的帮助。最重要的是，你决不该任由这一切压制或左右你，而要怀着更大理想使用之。

我们在学院还被告知，可以进行三类联系。你可以联系你的高我、其他富有爱的实体或者你自己的指导灵。

谁是你可与之交流的指导灵？他们在我们的世间生活中扮演什么角色，我们如何才能知道他们？

我们自己都有所谓的“守护天使”——看护我们一生的灵魂。这些守护天使耐心地伫立我们身边，爱并帮助我们，以尽可能最佳的方式经历我们所选择的生活。他们中的许多位，曾于数世纪前在人间生活过，并臻达灵性发展的很高水平。他们是值得信赖和珍重的朋友，拥有大智大勇，你与他们有约定，在你度过人生期间守护你。

指导灵的存在，其实不是要教导你或干涉你的自由意志。神圣指导决不会为你做选择。这是因为事实上，我们每个人必须面对自身选择的后果。指导灵其实是上帝的信使，只在那里为你指明道路，并确保你为自己制定的计划得到实施。他们的指导一般遵循灵界的法则；通常不预测未来，而是帮助你发现人生的目标和使命。他们可能是男性或女性，有时候与你有往世的联系，或者过去曾是家人。他们可以和我们做自动书写，出现我们的梦中，或者给我们信号。他们很少透露自己曾在人间生活的身份，却竭尽所能为我们服务，利用一切可能的手段把他们的讯息传给我们。

何以知晓你接收的讯息果真来自源头？

从另一世界传来的所有讯息总是支持性的、强大有力，大多是直切要点。它从不破坏我们的信心，而是赋予你前进的力量，保证你能够做到。它给你倾注一股温暖慈爱的正能量，赋予你对未来的希望，让你放心：上帝爱你，一切将会好起来。

一位伟大的治疗师和通灵者哈里·爱德华兹建议，有一点非常重要，需要记住。你是在接收另一个维度传来的信息，仅仅因为某人在灵界，并不会使他成为神！他依然是生活中的他，因此聆听他说的话，但也要运用你自己的直觉和推理能力。不要盲从任何指令，除非来自你内心的指示。判断你书写内容的精准度的最佳方法，就是观察它有多少实现了。

由于爱，许多联系得以建立。有人停留边缘，仅满足于和亲人对话，有人进一步发展，开始帮助别人，继续探索灵性领域。另一世界的人们也是如此。他们也有各自的角色要扮演。有人只是继续把希望与心安给予所爱的人，有人则指导、帮助并带领人们踏上灵性道路，而有人根本不愿被打扰。

我记得，卡尔通过巴芙娜格芮夫人给我的第一则讯息叙述：“妈妈，过去几年来我很努力地工作以达到高水平，并且希望引导在人间的你，但只有少数人能这样做。”当时，这句话对我来说只是文字，毫无意义的文字，因为我压根儿从未想到卡尔有灵性使命！我还记得，就在朋友艾米开始和她女儿尼珂交流之后，巴巴用另一个灵魂代替了尼珂，因为尼珂被巴巴安排培训了一段时期。艾米本人被告知，她必须阅读、学习和弄清关于五大宗教的一切。

你迄今读过这么多美好的经历和故事，可能会有这样的印象：即自动书写传达的所有讯息都是完全正确的。正是卡尔对美赫巴巴的信心，使他能够向所有来找他的人传达希望之讯。有时，他的讯息惊人地真实清晰，有时尚有疑问。另一些时候，它们没有立即显明意义，却在后期阶段获得证实。尽管卡尔始终坚持提供无可争辩的证据，以便证实这种交流，但与美赫巴巴的最终联系赋予每个人爱之纽带，最重要的，对他非肉身临在的信任。

有一次，有个女士来找我，迫切希望巴巴帮忙，让她的烤箱重新工作。我目瞪口呆——提这种要求？不过后来，我得知她经营一间蛋糕店和一间面包店的所得收入用于支付她的医疗费，不由为自己的想法感到羞愧。她是有严重残疾的病人。如今即使在她的店里，也到了这样的地步，每当有设备出现重大故障，连员工们也会说，“你为啥不告诉巴巴？”

这是我学到的教训：对一个人微不足道的事，对另一个人却未必如此。

之后不久，一个叫索娜莉(化名)的年轻女士从加拿大打电话给我，说她的亲戚在自己家中惨遭杀害。一天晚上，他们的独子回家，发现父母的尸体躺在血泊中。索娜莉忧心如焚，对这场悲剧毫无头绪，想知道卡尔能否就此事提供一些启示。

我觉得，书写其实不能协助破解谋杀案，也不该用于惩罚人。同时，我经历过那位女士和她的烤箱事件，感觉虽然我应当使用决定权，但不能由我来决定提什么问题和避免什么问题。于是我让卡尔决定，用他认为合适的方式回应。接着我收到了极为离奇的讯息。

“他们根本不想有所作为。丧亲的家属中，除了报告事件，没有人去找警察，也不再进一步追究。他们爱儿子，为他感到难过，但并不为自己难过，因为他们已安顿下来，和巴巴在一起，故无意改变什么。除了留在身后的孩子，他们什么都不缺，并要求切莫干涉调查工作。警察会告诉他，他们毫无线索，但他们有的，他会被带到花园的小径——所以，最好别再问了。真相将以最意外的方式向他揭示。他们致以深深的爱。”

你会如何看待这个讯息？继续阅读前，请再看一遍讯息，试着找出答案，因为我们试过却失败了。父母为何不愿追究调查？

警察沿着“花园小径”搜查，就在那里找到了凶器。嫌疑犯竟是儿子！突然间，卡尔的讯息对我们就合乎情理了，因为父母准备宽恕心爱的孩子，依然深爱着他。

巴巴曾经说过：“发电站永远不会失灵，只要电线们照看好自己与发电站的联系。”³

所以，要牢记巴巴说的话，我们必须懂得，我们所接收的一切都是跨越“巨大鸿沟”传来的。在这边，我们仍是人类，人心有自己的思想，只是从另一个维度获取我们的能量。因此，就像通电话一样，也有可能线路出故障。可能会有干扰、情绪、气氛和阴晴变化。决不会彻底关闭，但你必须考虑到通讯中断甚至线路故障。

25 年来，除了在美拉巴德之外，我一直每天和卡尔交流。就我而言，我只跟儿子有联系，并没有得到其他交流手段。我只是接通他的能量，与他

联系上，然后让书写进行。我会获得信号，拇指会震动，基本上手会移动，好像它有自己的生命一样。有时甚至感到刺痛，有点沉重。

多年来，我学到很多，有时过程也很艰辛。由于缺乏自信，我仍会犹豫给别人讯息，因为我虽不怀疑讯息的真实性，却常怀疑自己有没有能力正确地接收它们。万一我接收错了呢？万一它被我自己的想法影响呢？万一我的态度有太多评判呢？

卡尔经常通过告诉我“一切都是巴巴”、我不负责谁会过来以及他接受什么讯息，来使我保持脚踏实地。我尽可能理解这点，不过仍缺乏自信，因为我没有值得一提的实际通灵资格或抱负，只有对巴巴的真切深爱。因此，来来去去的每则信息仍伴随着忐忑不安的心境。

我记得，当我首次向巴巴的妹妹玛妮提到我在《沉默之声》中记录的经历时，她对我说：“亲爱的杜恩(玛妮总这样叫我)，这是你的私人故事，为什么不保密呢？大多数人可能不了解自动书写及其来龙去脉，会造成一些争议。为何不避免它？”接着见我一脸失望，她和善地说：“不过我本人乐意读一读，你不妨把书稿留下，将来我看一遍。”我灰心了！我花费多年，那么多的日日夜夜才写成这本书。不仅有我，还有我的朋友艾米，都投入了大量工作。我一直获得很多亲密巴巴友人的帮助和鼓励，而对我真正重要者的这种反应，让我心乱如麻！但没有玛妮的准允和祝福，我没有意愿或心情去完成此书。让大家意外的是，我丈夫吉米，一贯总给我从事的巴巴活动泼冷水，却发声为我辩护。他双手叉腰，说：“为啥？为啥玛妮说不行？”我耸耸肩，摇了摇头。我快哭了，说不出话。我决定，不想冒犯最亲爱的巴巴满德

里的感情，因为我太敬爱他们了。于是我把手稿留下，让玛妮安排时间阅读，并充分准备着漫长地等待，甚至可能遭拒。

不过，两天后，我接到她的电话，叫我去见她。她紧紧拥抱我，说：“读了你的手稿，我感觉无权阻止你出版你的故事，因为这是你走向巴巴的个人旅程，不管是何途径。我把它交给巴巴的意愿和旨意。不过，我有个要求。如果新人经由你的通灵被带向巴巴，是可以的，但请不要把任何讯息给老爱者。请对他们说明，既然他们已经与巴巴建立联系，他们可能只是失去与巴巴联系的直觉能力。所以，尽管他们可能受到诱惑，除非你感觉他们由于某种原因真正需要它，否则请不要鼓励他们靠通灵获取答案。”

我对她说我理解的，除非是巴巴的指示，或者我深切感到有必要，否则我不会纵容或鼓励这样做。我对玛妮遵守了诺言。我在美拉巴德的时候，从不和卡尔交流。对我来说没有必要，因为我知道巴巴既是源头又是目标。



巴巴的妹妹玛妮

我意识到，很多情况下，巴巴的恩典，卡尔的助手角色，也许我的咨询师角色，确实有助于获得成功的结论，但这不应该被视为每个人问题的理想解决方案。我得记住，通常事情不会那么容易解决，会由于羯磨债务出现问题，或者有些功课需要学习时，有时是看不到真正结论的。有许多波折起伏，有更多的功课要学习。但在这个旅途中，随着一次次赴美拉巴德旅行，随着每一天的流逝，我越来越接近巴巴。

一开始如果你告诉我，卡尔给我的讯息会停止，我肯定会崩溃，但现在不会。当然我会思念对卡尔说话，因为他是我的儿子，但那不会是世界末日，因为现在我知道：一切都是巴巴的。只要巴巴在，就无始无终，只有永远！

第十四章



“到处选购”

“一旦你展翅飞翔，必须像天鹅一样直飞。不要像麻雀那样在树间飞来飞去，否则许多事情将在道路上使你分心，路途漫长。”¹

《沉默之声》是十多年前写的。如今世界上有很大一部分人开始对神秘学和死后生命感兴趣。但那个时候，我周围的人包括我丈夫，都不仅持怀疑态度，还有一些人对它大肆嘲讽抨击。所以，我最初对分享通灵非常谨慎，而且害怕写一些贴心的事。

自动书写的经验是我的一切，因此是我的现实。我不是为自己找借口，但对我来说它是全新事物，自然会有怀疑。大多数人体验世界依赖于他们对它的看法——这是每个人的现实，有时可靠，有时不然。所以他们会“到处选购”。宇宙提供你要求的東西，故每个人体验的现实皆独特。每个人的现实都受到他人的评判和质疑。问题在于，孰对孰错？孰弱孰强？谁在智力和灵性上领先或落后游戏？富豪名人处于聚光灯下；穷人被忽视遗忘。人会想，

这一切是真的吗？如果是真的，那么宇宙引导你前进，你的成长则取决于自己的思维方式。它是安排好的，是完美的，直到一位大师步入你的生活。然后开始探索之旅，不是对宇宙及所有的奇妙诱惑物而是对大我的探索。

《沉默之声》因此成为别具一格的故事，写得简练而用心。它成为人们谈论的话题，因为唯灵论者不仅认为它非同寻常，且表示其独一无二。它值得一读，配得恩典，无需理由，因为它来自神秘学的背景。

不过，怀疑自己是很自然的，因为讯息可能以不同的方式、色调和尺度来临，通过不同的人以不同的方式传递。我们得裁定什么最适合我们，什么让我们感到幸福，还有最重要的，得学会适可而止。但我们不是这样。往往诱惑太大，我们倾向于莽撞冲动，不停地“到处选购”。

虽然我的世界肯定以巴巴为中心，可经常朝不同的方向进发，希望我不是在自欺，在前进中寻找更多答案和证据。后来，灵界设法阻止我，不时地敲打我，巴巴以独特的迷人方式给我教训。遗憾的是，这发生在我身上不止一次了。

第一次是我刚开始和卡尔通灵的时候。我处于极度兴奋的挣扎中，想找更多的方式和手段联系儿子。当时我对埃娜瓦丝和菲罗兹·卡帕迪亚产生极大信心和尊敬，他们都是多年的著名灵媒，与我更早结识的灵媒普若芭瓦蒂·睿希夫人也有密切联系。

菲罗兹和我，就我的经历和疑惑进行了漫长讨论，尽管他对灵性现象有独到的诠释，但对卡尔以不同的形体和形态现身，在唯灵论的范围内却找不

到解释。不过他毫不怀疑我的真实经历，强烈敦促我信任该指引，因为它是由一位灵性大师掌控的。据他所知，拥有该优势者为数不多。此外，我直接联系的不是别人，正是自己儿子。

他问我想不想参加他的周六聚会，以便更多地经验灵性现象，我欣然同意。可问起卡尔时，他对此不太高兴。“既然我们在这里教导你，你何必去别处学更多东西？妈妈，何需去别处？”他说。可我已准备好赴会，就出发了。

我被领入大厅。有一个内圈，由那些积极参与活动者组成；一个外圈，主要是那些联系不太密切者以及新来者。我被要求坐外圈的椅子上，并保持绝对安静。

我很兴奋。最初联系的柯希德·巴芙娜格芮夫人，就是在此地，与同批人举行类似聚会时，收到她儿子的第一则讯息。我真希望卡尔会给我带来一则惊人的讯息。

全体会众唱诵“噢姆”。我加入唱诵。他们把灵性能量传给领袖菲罗兹，用来联系他的指导灵。我极为好奇。他的嗓音变了——变得粗哑洪亮——听着一点不像菲罗兹。很快，他的指导灵来了，给我们做了关于唯灵论益处的演讲。我颇受触动，因为它确实极具启示。另一生命如何能够从彼界演讲，告诉你这么多美妙的真理？

这一场结束，接着轮到埃娜瓦丝进入出神状态。我深为着迷！一个修女的灵魂进入她。她的嗓音和语调变了。“我的孩子，”她说，开始在房间走

动，把富有意义的讯息给予外圈的人。她走近我。我闭上眼，十分确信卡尔会来，并给我一则震撼灵魂的讯息。她离我一步之遥时止步，左右摇晃，似乎丧失了一些能力。“嗯……，”她咕哝道。全体会众又唱诵“噢姆！”给她额外的灵性支持。她指着我的方向说，“有东西，有东西从那边过来，我无法越过这个位置。”说罢，她转身往回走。

我吓得蜷缩在椅子上！发生什么了？我想逃开。菲罗兹慈祥地笑笑。他用手势示意我不必担心。他有经验，明白可能是卡尔在干扰整个会场，因为他想证明一点。他想对母亲表明，美赫巴巴应当是她生命中的重要主题，我应该学会了解、信任并相信巴巴。

另一次类似事件，发生在我去史坦斯岱会馆的亚瑟-芬德利学院期间。《沉默之声》有详述此事，但我觉得需要在这里略微谈谈，因为它对我有很大的影响。

世界著名的通灵师科洛·珀吉，把亚瑟-芬德利学院推荐给我。这所学院可追溯至公元 1096 年，世界各地的人们都会来访。艾微·诺瑟吉也是著名灵媒，曾警示我，“如果我是你的话，不会去那里。”她说，“因为那里的灵媒，很难懂得像美赫巴巴这样的灵性大师的自然指导。事实上，你甚至不会住满一周。”尽管受到警示，我和朋友艾米·拉巴迪还是报名入住拜访 7 天，和往常一样，我们必须边生活边学习。访问全程我们一直保持沉默，后来才勉强决定同大家分享卡尔和美赫巴巴的故事。我对反应毫无准备。正如预言的，那里的灵媒无法理解我们这样的经历。他们给我们的故事挑破绽，

诋毁自动书写，对我们的指导灵表示严重怀疑。我们感到受伤和失望，比原计划提前一天离开了学院。

还有一次，我希望是最后一次，发生在我刚搬到浦那后，有一天醒来发现房子被盗。早晨我从房间出来，发现东西乱糟糟的；衣服扔得到处都是，柜子被撬，电器都失踪了。警察带嗅探犬过来，未能解决问题，尽管我们等待数日，也没有窃贼的音讯或追回被盗物品的希望。书写时问卡尔，只给了一个提示，称是内贼所为，而巴巴不会惩罚人。要求进一步澄清似乎没有意义，因为问题纯粹是物质方面的，而且我认为，让灵界人士花时间精力在上面，可能太过琐碎。于是事情就搁置下来。

一天，有个邻居出于好意告诉我，有位本地女士拥有“千里眼”或遥视天赋，也许能给我一些主要线索，比如谁是盗贼。因为她住在离我家很远，靠近机场的某地，我不想孤身前往，于是没通知吉米，就和邻居一起去了。我们穿过无人居住区、荒野和开阔空地，终于来到一条蜿蜒的路，通往一个小村庄。村里有间小屋，里面是那个女占卜者。她听了我的故事，一番念祷后，给我一只裹布的护身符。叫我保管十天，再回来要答案。

约定时间到了，我打电话给邻居，可他去不了，当然我就壮胆决定独自前往。暴雨倾盆，但阻止不了我，我找到了路，轻松穿越空地。我开着马鲁蒂小轿车，勇敢驶过多石地带，直奔荒野，却陷入泥沼。我还没反应过来，就被困住了！半个车身下陷！我使出全身力气推开车门，设法艰难地挤出来。无助地环顾四周，不见人影。我的心开始怦怦狂跳，望着轿车越来越深地陷

入泥沼。我开始对自己的愚蠢感到不解。我为啥要来？我为啥要干这些事？它那么重要吗？

我绝望地等待。突然发现远处两个骑自行车的人。我把四指塞入嘴里，使劲发出最响的口哨。我上蹦下跳，疯狂挥手，吸引他们的注意，但他们只挥挥手，继续骑行。幸运的是，他们一定注意到我遭遇了麻烦，过一会儿，终于改路线，朝我骑来。可以想象，看到我的车快要消失在泥浆里，他们当时的反应！

真不知何故，但我相信巴巴一定帮了我们，我们设法把小车从淤泥中推出，重新将它推到路上。但你猜怎么着？令我惊恐的是，我发现车子没有朝我可以重新开回家的方向，竟然把它撂在错误的那边！可以想象我现在多么害怕，别无选择，只好往前开，找到那女士的小屋。我不记得怎么到那里的，只是被告知当天是她的斋戒日，根本不见人。

现在怎么回家？我坐在车中，努力平息怦怦直跳的心。试着回忆读过、接触过的所有资料，其中声称：正面思维是帮助上帝使你运用其力量帮助你自己的方式。我不断地对自己说：“别慌，楠，巴巴在你身边。他始终和你同在。”然后，我念着他的名，发动轿车，盲目地沿前方的路行驶。

它管用——它居然管用了！因为突然间，仿佛不知从哪里冒出，另一辆车出现眼前，信不信由你，它居然朝我驶来。司机显然看出我心烦意乱的样子，好心地给我带路，挥手指导我驶到主路上。

五小时后，我终于到家。吉米大发雷霆，要求告知我刚才去哪里了，什么原因。你可以想象那个场面，尤其当他看到那辆可怜的轿车时。

自从那天接受教训后，我不再迷途，多大的诱惑都不再把我带去“到处选购”。也许本书读者在踏上这类旅程前也会三思，并学习仅仅依靠那位进入我们生活且深情照顾我们的人。

第十五章



与巴巴同笑

“我与至爱结合之前，失去了一切——自我、心和低级意识。不过，感谢上帝，我没有失去幽默感！”¹

巴巴的幽默明显体现在跟他有关的每件事上。它甚至显著地呈现在我接到的所有讯息中。它们让我惊讶，让我着迷，使我确信灵界是一个快乐的地方。在这个有趣的地方，我们可以把全部尘世烦恼抛在身后，享受和他在一起，在他的关爱中进步。

当你看到巴巴电影时，他大多时间在微笑，或做些让你发笑的手势。一些电影中你可以看到，他亲切地和周围的年轻人玩抛接糖果的游戏，然后高兴地拍手。还有很多故事讲到，巴巴在世时如何把跟随者逗乐的。

我记得战争期间有段时间，巴巴和几名满德里不得不乘坐三等小车厢辗转各地。因列车总是挤满乘客，巴巴为了自己的工作，不希望外人在沿途车站进入这节车厢。可满德里成员想不出可行的办法做到这点，也不认为这是可取的做法，因为愤怒的暴民往往是危险的。最后，巴巴亲自想出一个计划。

他跟满德里要了一块白布单。然后把自己全身盖住，躺在入口处——纹丝不动。他还让满德里装出严肃忧郁的样子，不管谁问起，都不说话不回答。

计划见效了。火车一进站，巴巴和满德里便各就其位。乘客们见“尸体”直接躺在门口，致礼后便走向另一节车厢。火车一开动，巴巴会坐起来。以这种方式，巴巴旅行至远方，未受任何打扰，这是他出于自己的原因所希望的。

卡尔告诉我们，“巴巴说，始终努力含笑面对生活。始终努力看生活的有趣面，因为含笑面对一切事情，100%比皱眉面对它更管用。上帝创造生命是为了让人享受，因此继续前进吧。只要想着巴巴，观想他的脸，知道他始终与你同欢笑。”我了解卡尔，相信他肯定会率先加入巴巴的所有幽默活动并尽情享受之。

我好奇谁策划了下面这件事？

那是我的一次美拉巴德之旅，发生一件奇事。在美拉巴德朝圣者中心，用餐时间是友好时光，来自不同国家、各行各业的人们一起坐在餐厅，不仅共同进餐，还增进了解对方。在这特别的下午，我们刚吃完午饭，很快开始消遣，彼此敞开心扉，分享经历交流故事，讲述巴巴的爱之小奇迹。

轮到我时，我不知何故促使我讲了下面的故事。

往事令我莞尔，我开始讲述：你们可能知道，我女儿蒂娜和卡尔有一种非常特别、轻松的关系。她是他妹妹，就像所有孩子一样，两人之间有许多争执，甚至延续至今。

蒂娜素来爱美食。哥哥卡尔一向有点嫉妒她的海量胃口。作为骑师，他必须注意体重，故不可能随意摄食。有时纯粹为了逗他，蒂娜会把他最爱吃的美味佳肴晃来晃去，逗弄他，直到他垂涎三尺，之后她飞快地把美食塞入自己嘴里。这样总会爆发一场大战。

卡尔去世了。多年过去了。

蒂娜怀了第二个宝宝，预产期快到了。她肯定不喜欢住院的日子，对我嘟囔道：“妈妈，我该怎么安排伙食？真见鬼，你觉得我要在那里吃那么多天吗？唉！医院的伙食！”她做了个鬼脸。

“得了吧，蒂娜，别小题大作，”我责备道，“我相信你能应付。没几天的。”

时间很快到了。她住入病房，仍抱怨她的伙食，不过像往常一样，带着巴巴和卡尔的照片。打开行李后，她把相片放在床头柜上的显眼位置。

预备工作结束后，医院营养师走入病房。我看到蒂娜的脸一沉，营养师开始按部就班地安排，并读出平淡无奇的食谱。接着奇迹发生了。蓦然她的视线落在床头柜的巴巴照片上。她公事公办的态度突然消失了，脸绽笑容，简直像巴巴一般灿烂。“哦，你是美赫巴巴的跟随者，真可爱！我也是，”她说，“我跟你讲啊，你尽管告诉我你爱吃什么，我会尽量给你加几道额外的美味。”



巴巴处于愉快嬉戏的心情

你们可以想象，蒂娜精神大振。她难以置信自己的好运。

她拿起巴巴的照片，笑着一遍遍地感谢他的体贴。她皱起脸，朝卡尔竖起大拇指，仿佛在说：“你看，我终究得到了！”

故事接近尾声时，坐在桌旁的人们纷纷发出赞叹声，只有一个女士除外，我注意到她似乎明显不自在。我对她的反应感到尴尬，便看着她说：“对不起，我说了啥让你不舒服了？”

她垂下眼帘，微微一笑，腼腆地说：“不，夫人，不过我就是那个营养师。”我想知道是什么，更确切说是谁，让我选择今天和这个时刻分享这个故事的。

下面是阿迪尔·甘地给你们讲述，他一次与巴巴有关的滑稽经历。



我心情抑郁。我的婚姻刚破裂，在寻找感兴趣的东西。一天晚上，我在网上看见有一面 ICQ（聊天工具）小旗不停地闪烁，出于兴趣开始留意，发现那是来自牙买加的尼米。我跟她随意聊了起来，很快发现她似乎是相当有趣且聪明的人。

令我惊讶的是，我们很快成了网友，我发现自己越来越投入。一天，她说想把她的照片发给我。她警告我说，她其实很年迈了，希望我不介意交一个老年网友。虽猝不及防，我仍大方地向她保证，年龄并非友谊的障碍，并且焦急地等待照片传来。

传来的照片确实让我大惊失色。我倒抽一口气！盯着她，随后不禁爆发大笑！一个满脸皱纹的百岁老人，通过电脑屏幕看着我！



尼米，阿迪尔的网友

这种不寻常的通讯持续了一段时间，最后她承认只是开玩笑，然后把真实照片发给了我，非常惊艳。我欣赏她罕见的幽默感，很快我们俩成为好友——足以分享我们的生活经历。于是我告诉她，经过 25 年的婚姻后，我和妻子分居了，以及它最终怎样引导我寻得更好的归宿，走向灵性的。我没有详细解释每件事，而是写下整个故事发给了她。

你不会相信发生的事！原来她本人是巴巴爱者！和我一样，她也为整个事件着迷，正期盼阅读《沉默之声》，和我同赴美拉巴德。她同意，有关巴巴之处不存在巧合——因为一切都是注定的。

我能说的就是，你能想象吗，千百万的上网者中有一条信息闪现，我们成了朋友，结果证明竟是巴巴爱者！

如果这不是巴巴特意安排的——那是什么？

最后是安妮塔律师，对你们讲述她关于巴巴的一次幽默亲身经历。



1997年3月7日。赛马场的漂亮绿草坪被无数灯泡点亮，音乐奏响，成对的人儿在舞池中翩翩起舞。我没有想到，那些无数灯泡很快将给我的存在带来亮光，我自己的生命之舞即将开始。

我发现远处的楠。见她置身于赛马场，让我忆起她骑马时的优雅姿态。

我走向她和亲友们坐的地方。她的书《沉默之声》最近刚发行。我听许多人说起此书，却未得到书。寒暄一番后，我告别楠，向她保证无论如何我第二天都会找到该书。

可次日却发生了意外。我最亲爱的朋友卡瓦斯，在浦那突发心脏病去世，我赶去参加他的葬礼。

在浦那，我碰巧同好友费罗扎和费萨尔·莫洛波伊一起住，在那个悲伤难过的日子，我随口提到，倘若此时身边带着楠的书，该有多好。我没来得及多说，书就摆在我面前了。费罗扎带着这本书！

不用说，这本书很精彩，我读了起来，爱不释卷。此前我并不了解实际内容，只知道是关于卡尔，以及他与母亲楠的交流。

这是我第一次真正接触大师美赫巴巴，当然之后我的全部想法就是拜访美拉巴德。

我的首次行程结果极为激动人心。是的，肯定是巴巴把我吸引去的，不过也是我读到的所有事件，发生的种种显现，激发了我的兴趣。这是何其奇妙的地方，上帝的爱与慈悲照耀之地，巴巴能量如此强大之地，他让人强烈感受其临在之地？！怎可能有这样的地方，人们忘却难题、找到帮助和安慰之地，眼泪干涸、亲人得以团聚之地？！

我离家前，曾跪在圣坛前，念了感恩的短祷文，并祈求巴巴恩赐我某个讯息或证据。它以极不寻常的方式向我呈现。

我们都坐在中心的走廊上，这时我似乎看见树林中有匹小马。我素来喜爱动物，尤其马，于是朝它走去。最后几步我奔跑起来，因为那里果真有一匹马，可它的模样很可怜。瘦小的马腿弯着，是畸形的——事实上，它几乎没有蹄子。它基本是瘸的！我本能地走上前，慈爱地抚摸它，眼泪流下脸颊。

稍后，楠带我们参观场地和周边地区，突然马儿又出现了，就是那匹站在角落的小马，离我们不远。我们止步不前。我伸出手，慢慢地，小家伙一瘸一拐向我走来。我们望着对方，它是那么可爱，我温柔地抚摩它。但我们得继续前行，遂颇为遗憾地把它留在身后，可虽然我人走开，心思却莫名地始终牵挂他。我不想谈别的事。一有机会，我让一位居民珍妮特告诉我马儿的名。马儿叫唐纳德。



可怜的小唐纳德

除了在三摩地与巴巴的奇妙联系外，我们逗留期间点缀有许多有趣的插曲，比如听巴巴的满德里宝吉的谈话，赴美拉扎德的巴巴寓所之旅。不过，着实令我们着迷的，是拜访巴巴的玛司特(停在层面之间的神醉灵魂)穆罕默德，我们在他身边度过整整半小时。他如今近百岁，因年迈弯腰驼背。关于这个玛司特，有许多有趣的巴巴故事，太长了现在无从说起，不过我们着实为他着迷。

时间过得太快，该启程了。楠和我正收拾行李，突然她腼腆地说：“安妮塔，我想让你知道，在美拉巴德巴巴永远是最重要的。我们必须全神贯注并努力接近的是巴巴，不过卡尔总让我不解。我确实发现，很难理解并准确描述他这次给我的讯息。我纳闷，他今天是什么，或者不如说是谁。”然后她笑着透露了卡尔早些时候传给她的讯息。

讯息说：“我将无人陪伴——孤身一个。不会有人在我身边，没有人属于我，也没有人因为我来找巴巴。我没手指，也没脚趾，非常奇怪。”

我的天哪，这么说终究有一则讯息的。巴巴可能确实听到我了，我的祈祷获得了回应。唯一问题是，谁是卡尔？

可这天已结束，我们已挤上巴士，开始前往浦那的两个半小时车程。归途中，我们都有充裕时间集思广益，琢磨来自卡尔的有趣讯息。我们思考、争论，对照笔记和观点。我们多数人得出结论，肯定是给我们留下深刻印象的玛司特。唯有他真的没有亲属，手脚确实因年迈而弯曲。不过，我们的思路被同伴罗克珊打断了，她说完全不同意。直觉告诉她，是深深吸引我们的那匹瘸腿小马。“它有通人性的眼神，”她说。

但说实话，我认为罗克珊·马克的话是胡说！那么它到底是谁呢？

我们仍想知道，却得不出结论，后来到浦那著名的帕西美食饭馆，多拉伯吉餐厅，停车吃午饭。我们仍然争论着，在唯一的空桌旁坐下，突然有样东西引起我们的注意。餐桌对面墙上有张巨幅海报，一只淘气的黑猩猩瞪着我们。它咧嘴笑着，表情仿佛在说：“把你们当猴耍了！”下方有行标题，写着：“嗨，我是唐纳德！”

大家面面相觑，爆发大笑。巴巴回答了我们的问题——用极为滑稽的方式！

本章结束之际，我乐意对你们讲述我的一次个人经历，至少当时我不觉得太好笑。

很久前，1959 年，我和丈夫吉米受邀赴浦那，在古鲁普若萨德居住几天，那时的古鲁普若萨德亦称巴罗达宫。是一个朋友慷慨提供机会给我们的，

他恰好是巴罗达王妃的亲戚。一想到和年轻朋友一起在王宫热闹地度假，我们都兴奋不已，翘首以待。可好景不长，我们才度假一半，被告知有个古鲁，一个叫美赫巴巴的人，选择此时过来。我们的假期因此缩短了！

你可以想象我们的反应。我可以向你保证，我们所思所言都很不快。“他以为他是谁？凭什么因为他决定要来，我们就该离开？让他等着，要么上别处去。”当然啦，我们不得不走人。

这些遥远的记忆像阴影一样留在背景里，直到多年后，我同美婊、玛妮和满德里一起坐在美拉扎德门廊上，正巧讲起巴巴在古鲁普若萨德的故事。听起来特别耳熟。我恍然大悟，心想：“天哪，就是他！就是这位美赫巴巴把我们赶走，毁了我们的假期！”

我猜巴巴笑到了最后！



美赫巴巴在古鲁普若萨德宫的草坪上

第十六章



怎么样！

巴巴喜爱玩游戏，花很多时间和跟随者一起做些简单的事，比如玩弹珠和放风筝。他还擅长跑步和健行。我记得有一两次，巴巴也让至爱美妮最喜爱的马儿希巴参加赛马会，他爱这匹马。

谈到马儿和赛马，我不由忆起 1985 年的往事，当时我曾问巴巴，为什么他主动帮助我的儿子，还有我们大家，尽管我们从未跟他有过联系，甚至连他的名字都不知道。巴巴通过卡尔写讯息，回答：

“赛马，为我本人所喜爱。我常去从场外观赛，多次见卡尔骑马。我观察他，欣赏少年的他。我知道，如果他出事，我会永远照顾他。我一直知道，他注定前程远大，不过他的职业生涯中断了。我和你们一样难过。我在这里哭了，立即带走了他。。”

很久以后，巴巴的至爱美妮确认这是真事。他的理由不为人知，但巴巴经常会去，站在赛马场外，观看马飞驰而过——有时还买赛马手册！但最吸引巴巴的不是马匹和赛马，他最爱的是板球赛。下面的故事是个生动例子。它不仅表明巴巴热爱所有的运动，还欣赏参赛者，不嫌麻烦地帮助他们。

希琳·拉拉走向巴巴的方式简单而自然。实际上，没有戏剧性事件或奇迹，而是巴巴通过她父亲，著名印度板球运动员波利·乌姆里伽，缓慢逐渐地把她全家人揽入他的怀抱。因此是父母带她去见了巴巴，当时她才三岁。父母那时并不知道，这是他们能给予孩子的最伟大爱礼。接下来，希琳很乐意亲自告诉你们这一切。



我的故事实际始于 1959 年，当时印度板球队即将赴英国。出发前他们在浦那待了几天。板球委员会的某高官提议，全队应先去达善美赫巴巴再启程。他希望他们获得巴巴的祝福。那是我父亲第一次接触巴巴。他后来才懂得，这是怎样的祝福啊。当时并没有发生什么大事。第二天，板球队离开浦那，巴巴的一名亲近满德里纳瑞曼·达达禅吉来到车站，把巴巴亲授的一封信优美的信交给我父亲波利。多年来，我母亲一直把此信保管家中，我很乐意和你们分享这封优美的信。



1959 年 4 月，美赫巴巴和波利·乌姆里伽以及印度板球队

致全印度板球队：

在代表印度体育界前往英国的同时，你们自身也有了独特机会去实践，并且向当地民众传达，那种专注与爱的伟大灵性功课。当你们走上赛场，如果你们 11 人齐心协力，个个像享受自己的发挥那样，享受其他球员的杰出表现，不管该队员在你们这方，

还是在对手球队那方，从而消除通常玷污该运动的嫉妒、嗔怒和骄傲感，你们将不仅娱乐观众，而且彰显真正的体育精神。真正的体育精神，乃是专注能力，活跃着对他人表现的欣赏。当这种精神得以展现，在场的每个人，包括球员和观众，便在娱乐的同时获得了灵性提升。

你们中的一些是“全能手”。我是一切时代最伟大的灵性全能手，因为我和圣人、瑜伽士、哲学家和板球队员，以及所谓的罪人和恶棍在一起，都感到同样自在。我祝福你们，在一切行动中展现爱的精神。

——美赫巴巴

古鲁普若萨德

浦那，滨江路 24 号

1959 年 4 月 2 日

父亲还记得，在车站接到巴巴捎给他的口讯。

他说：“别烦恼你这次未当选队长，本次巡回赛中你将有出色表现。”

之后，父亲随印度板球队前往英国。比赛期间，他一直好奇，巴巴为什么选中他接收那封特别的信。他念了信，和队员们分享内容。当时他还不是队长。那次巡回赛上，他的表现惊人的棒，球技令全场欢呼雀跃。简直像巴巴在通过他打球，因为他戏剧性地连连得分。他取得了不可思议的三个双百分和两个常规百分，对自己的表现激动万分。对这一切是不是巴巴给的某种信号，他的感情上有了彻底转变。他记起巴巴的口讯，意识到全部实现了。就像巴巴对他兑现了诺言。一方面，他不想再见这位巴巴，认为他父母和妻子肯定不会赞成。然而他感到一种渴望，深受巴巴吸引。他从英国回来后，

好友达达对他解释：巴巴难得像这样挑选人，甚至派满德里送信给他们。他引导并鼓励我父亲去见巴巴。父亲再去拜见了巴巴，从此便义无反顾，终生着迷。

从那天起，父亲开始愈发亲近巴巴。他先带上我母亲迪奴，然后带上我的两个兄弟和我。就像其他父母带孩子去火庙或各自的圣地，我被父母带到巴巴身边。我还记得拜见巴巴的情景吗？那时才三岁，年龄太小，不记得精确细节了。我记得在古鲁普若萨德的日子。我喜欢去那里。对我来说，那意味着乐趣、朋友和全家人欢喜地处于巴巴的爱里。我对巴巴本人的主要童年记忆是他优美的双足。我脑海里依然有印象：富有光泽的双足，皮肤白皙，非常柔软，长着茸毛。我会用头顶拜它们，非常兴奋。当时我幼稚的头脑曾冒出的想法是：没有人会有这样的脚，它们属于精灵天使的世界。这不是凡人的脚，而是上帝的脚，本是如此，因为巴巴是上帝。

母亲说，我会跑来跑去采花，把它们放在巴巴的腿上，然后跑开，觉得那是很棒的游戏。我不记得了。只记得，那里总有大批人群、鲜花和花环，围着许多亲切友善的大人，有很多孩子可以一起玩。那是父母带我去见的一个很特别的地方和一位非常特别的人。

过了多年，古鲁普若萨德的日子之后，又迎来美拉巴德的日子。它们给我留下深刻印象。一方面，我们属于这个巴巴大家庭，总充满乐趣和游戏。就更为严肃的方面，我正在理解和学习关于巴巴的一切、灵性对我意味着什么以及如何在日常生活中遵循巴巴的教导。我心目中巴巴最有意义的话，并应用于日常生活的是：

“要忠实地履行世俗义务，但要记住所有这一切都属于巴巴。”

当你感到幸福时，就想：“巴巴要我幸福。”当你经受痛苦时，就想：“巴巴要我痛苦。”

顺从于每一个形势，真诚地想：“是巴巴把我放在这个情形中的。”¹

作为小女孩，我对巴巴满德里的想法是——我爱他们，并依然如此。我们分享那种亲密无间。他们向我们这些孩子和青少年倾注大量的爱和感情。我喜爱当年的美拉巴德，怀念旧日时光，虽然今天的美拉巴德对我来说依然特别。

如今我意识到，正是通过爱、相聚和愉快时光，巴巴确实教会我功课，使我准备好成年生活中必须面对的事情。他帮助我学会处理或应对他希望我经历的一切，以及后来将要发生的事，无论涉及我的孩子还是生活中的其他阻碍。那时我内心铭记的，是他的这番话：**“我希望你保持愉快，不要为任何事情烦恼。只要你对我的爱坚定不移，就足以面对一切。”²**

第十七章



慈父

“生命的目的是爱神，生命的目标是与神合一。”¹

巴巴的一生和教导有助于我们根据对真实目标的崭新认识，调整自己的价值观、视角和生活中的优先事务。他无条件的爱和绝对无私服务的一生，是最佳的慈悲典范。事实上，他活在肉身中就是他的慈悲；也就是说，他的

降临人间就是为了使他的临在更真实，使他的爱更有形可触，并成为准绳，让我们用来衡量自己所在何处和应当在何处。

巴巴的慈悲以许多不同方式流向我们。有时候，巴巴认为宜于主动为我们解决世俗问题，给予我们需要的东西，从而帮助我们更接近他。有时候，他觉得让我们去奋斗更为有益，同时始终让他的慈爱纳扎（关注）在我们身上，帮助我们学习功课和成长，赋予我们人生的方向，让我们运用直觉遵循他的希望。

有很多事例可证明这点，但最贴近我心的是，最亲爱的朋友和邻居芙芮妮·达达禅吉的故事。她是美赫巴巴的热忱忠实跟随者，不是从她的人生之初，而是在她结婚之后。她认识巴巴的故事也引人入胜，但这里我只想谈，巴巴一定有好的理由派遣她作为我在浦那的邻居。巴巴知道我有很多地方需要向她学习。

随着时间的流逝，我们变得极为亲近，我每天会跟她分享我的小小事迹和经历。她确实很关照我，每当她认为我被自己的情绪冲昏头脑，总会温柔地引导我。今天，我向她致以最深的感激和祝福，多谢她一路支持我。

几年前，芙芮妮患了癌症。她做了无数手术，经受巨大痛苦和化疗，可她脸上总挂着微笑，心系巴巴。患病期间，她始终优雅自若，总是先人后己。

你决不可能看出她受了这么大的苦，因为她很注重仪表。肌肤保养得柔软又光滑，一贯衣着得体。她从未怨言，或要求治愈。她的信心从不动摇，虽然我们两家只隔一道篱笆，她却未请我传讯帮助。无需如此。她完全臣服

于巴巴,对他有着绝对的爱和信任,知道每件事都是按照巴巴的意愿发生的。临终之际,倒是我不忍心看着她受苦,在绝望中有一天我问卡尔,“卡尔,她如此深爱巴巴,并把毕生献给他,究竟为什么他让她受这么大的苦?”

卡尔说:“因为他在把她带近她的目标——成道。”

“哦,”我想,“对她来说太棒了。”

那时我理解了,成道是造物界一切众生的目标。受苦是根除业相以达到目标的手段之一。因此,需要它。

芙芮妮不久便去世了。如今,她肯定实现了心灵的归宿——和至爱巴巴在一起。我爱你,芙芮妮。

来自巴巴世界的另一个可爱故事是关于阿美纳伽的萨达家庭,他们过去与巴巴有着密切联系。

家中的杜恩,昵称“杜奴”,是长期的肌肉萎缩症患者。她个子矮瘦,病情影响全身。她不得不被抬着,才能去别处。有部巴巴电影里,可以看到她在达善巴巴,目光凝视着至爱,巴巴则报以温柔地注视。

杜奴有敏锐的头脑和机智的幽默感。常从她的居住地,阿美纳伽的阿克巴棉纺厂,写些幽默的杂记和“新闻简报”寄给巴巴,而给美拉扎德制造欢快的氛围,使得巴巴莞尔微笑,有时甚至大笑。杜奴会用拳和嘴,久久紧握

画笔或钢笔，为巴巴和美婊精心绘制生日卡片和其他贺卡。但她从未要求巴巴治愈她，彻底顺从他的意志。

旁人会恳求巴巴治愈她的病苦，而巴巴出于无限慈悲，有一次对她说，最好今生就了结痛苦，不要把它留到来世。



“爱能改变你的生活——我现在相信这点，” 纬露·伊朗尼说，她坐在轮椅上，身边围着所有过来和她一起喝茶的人。

“此话怎讲？” 我们问。

“我来告诉你们。” 她说。

纬露继续：1927 年我嫁给萨若希·伊朗尼。我嫁到阿美纳伽时，是个光彩照人的 16 岁年轻新娘。一天，我丈夫对我说：“我有位古鲁，美赫巴巴，我认为他是神。”

哦，神在楼上，我嘲讽道。祂怎可能下来？不，我不信你的这个神。

我热爱生活。我会寻找乐趣和嬉闹，不愿受任何古鲁或巴巴约束，也不想花宝贵的时间听关于灵性、诚实和真实的花言巧语。我更愿意和新结识的朋友一起喝下午茶、打牌，让萨若希按他想要的方式膜拜美赫巴巴。是的，我有时会去拜访巴巴，只是出于对丈夫的尊重，可每当萨若希做过头了，我总是坚决反对。我甚至反对他把巴巴照片放在家里，并且约法三章，想方设

法把巴巴排挤出我的生活。我不喜欢它，巴巴知道我不喜欢它，不过他总是说，“随她吧，萨若希——她的时间到了，会走向我的。”

不太可能，我自忖。不过，我倒是找过他一次，当时我想要一条钻石项链，萨若希拒绝给我。那时我去请巴巴替我说情，结果他支持我，叫萨若希应该始终尽量在各方面取悦我，让我可开心了。

“你现在觉得他怎么样？”我丈夫问。

他很不错，我说，不过只有他为我施奇迹，我才会信他。后来我姐姐死了，我崩溃了。可怜的巴巴过来，和我一起坐了几小时，对我解释了生死，叫我不要太过难过，可我很固执。我现在要他施个奇迹，现在是他向我证明的机会了。我要我姐姐复活！当然那不可能——我知道！

多年过去了，我依然等待见证奇迹发生！

1962 年，巴巴受邀去北方邦的哈默坡地区。由于他不能成行，要求萨若希代他去。还向我发出邀请，承诺他会安排我习惯的种种舒适，比如干净的床和洗澡热水。考虑到这点，加上当时我对生活感到相当无聊，我想此行可能会蛮有意思。也许我会遇到一些年轻官员和妻子，跟他们玩几局纸牌。

不过，因为巴巴没去，我发现自己被安排在前排，面对前来达善巴巴的成千上万民众。唉，我让自己陷入怎样的局面？

接着忽然，我看到他们的目光落在我身上。我的反应是：“天哪，他们这样过来了，我该怎么办？”我是个很挑剔的人。我讨厌被人触碰，所以一开始我极度反感，可后来只有神知道我身上发生了什么。令我惊讶的是，面

对这批密集的人群，我忆起了巴巴一贯是怎样拥抱每一个人，不管其地位、年龄、性别、种姓、信条或宗教的。我目睹过他拥抱每个来见他的人，仿佛他们是特殊人物。他给予他们温暖慈爱的拥抱，令有些人简直欣喜若狂，有些人则被爱感动、喜极而泣。此事是我的转折点。

我意识到巴巴的权威，当他说“你和我不是我们，而是一²”时，那不只是给世人的口头保证，他还活出了它。我意识到，巴巴的慈爱拥抱总是会被带回家的东西，他从内心给每人的这份爱，会被那些像我这样有幸联系他的人终生珍藏。我发现自己逐渐地遵循巴巴的榜样，尽我最大努力，怀着爱伸手迎接所有来者。

多年后，我的萨若希去世了，在一次内视中巴巴来看望我。他用可爱的手势指指他的双眼，然后指着，向我保证他会永远照顾我和我的家人。巴巴信守诺言至今。

纬露于 96 岁高龄去世。直到最后，她仍热爱生活，喜欢打牌，只有一样东西改变了：她不再需要奇迹来证明巴巴是上帝。



莱拉队长的故事表明，巴巴的爱是不可动摇、完全无条件的。她讲述：

一天上午，我照例拜访 N.H. 瓦迪亚心脏病学研究所，得知有个来自美拉巴德的病人住院了。几天前他做过心脏搭桥术，如果我上二楼看望他，将

会很棒。于是我去了，敲门后，推开门。你们猜我看见谁在病床上？美拉巴德的巴巴信托主席，宝吉！我不知道他被安排在这家医院做手术。他在我的地方，住在我的医院，显得那么疲倦难过，我不禁握住他的手，用另一只手抚摩他的头。我能帮忙做点什么？



宝·喀邱瑞，阿瓦塔美赫巴巴信托主席

询问一番后，我发现宝吉的陪护者需要电子邮件连网。我跟行政经理谈了此事，为他们获得必要的许可，通知他们做了安排，便离去。

几天后，我想再去探望宝吉，却被早先遇到的主管护士告知，他已出院。可她对我说话的时候，我看出她一脸困惑的样子，反复端详我戴的吊坠。

“这是谁的照片？”她问。

“怎么了？”我说。

“哦，因为这张照片曾放在病人的床头柜上，我以为那肯定是他父亲。你看，照片上的这位先生，每晚都会来询问病人的病情，然后坐到他床边的这把椅子上，充满爱意地握住他的手！”

我惊呆了！那是美赫巴巴的照片，而这个护士值夜班时居然看到了他！

第十八章



难忘的拥抱

是的，一个拥抱就能改变你的生活，但如果我们之间隔着距离和维度，爱何以克服之，神在哪里发挥作用呢？

这正是发生在科威特的法特恩身上的事。它是关于来自天堂的拥抱。

故事始于一天早晨，法特恩醒来时，看到丈夫阿布杜拉俯身望着她。她注视他的眼睛，问：“塔里克？”

他默默地点头。他们的儿子塔里克，因遭遇事故去世了。塔里克年仅23岁，是她两个儿子中的次子，在国外学习。他是她生命中的快乐和阳光，他每到一处，都会传播一股幸福和能量。儿子走了，她的生活便支离破碎。

法特恩说：我在科威特的家中茫然地走动。我对一切都麻木了。不想见人，也不想跟人说话，只想把自己封闭起来，对付我的悲伤。我想独处。我丈夫一如既往地善良和温柔，默默地理解我的每个需求，尽力帮助我。

一年半过去了，这段时间，塔里克仍离我很近的感觉变得越来越明显。不知何故，我就是知道，他不会这样轻易离去——我们太爱对方了。我必须跟随这种感觉。尽管我会忙碌做日常家务，却基本像隐士一般闭门不出，如饥似渴地读了一百多本关于死后生活和来世的书。我要学习了解与之相关的一切。塔里克在哪里？我必须找到他。就在此时，我听说了一场邮轮度假，是著名精神分析学家、前世疗法的作者布莱恩·魏斯博士，和著名灵媒詹姆斯·范·普拉组织的。我和阿布杜拉参加了这次邮轮度假。

为期一周的度假是受益匪浅的经历。随着一天天过去，我获得许多答案。我比以往更确信有死后生活。了解得越来越清楚。

度假接近尾声，一名来自印度班加罗尔的女士尼丽玛·罗弗来找我。我们莫名地被对方吸引，很快聊了起来。除了别的，她问我是否听说过自动书写。我说不了解，尼丽玛对我谈起她读过的一本书，曾给了她很大的希望和安慰。她承诺把书寄给我。

令我怀疑又惊讶的是，尼丽玛信守了诺言。书寄到了，是楠·乌姆瑞伽著的《沉默之声》。奇怪的是，书上她的签名日期恰好是我的生日。

我翻阅了几页，好像作者说出了我的心里话。我立即认同她表达的每个细微想法和感受，为她的痛苦而哭泣，因为那也是我的痛苦。读到书中一半

时，我意识到必须去见见这位女士。这种感觉压倒了一切。我打电话给班加罗尔的尼丽玛。“我想和这位母亲谈谈，”我说，“请帮我联系她。我感到一种强烈召唤。我要去美拉巴德这个地方。”

尼丽玛爽快地为我安排会见楠·乌姆瑞伽。约定日期时间后，我从科威特飞赴浦那，楠到酒店接我。很快，我们奔赴美拉巴德。

那是2001年11月19日。尽管我其实不抱期望，卡尔却有给我的讯息。讯息说，“你会在两处而非一处，一起看到我们。塔里克曾请求巴巴的特宠——能拥抱他母亲，因此你将得到特别的拥抱，一次在上午，一次在傍晚。当然，拥抱会发生在平常的地方，会连同通常的仪式，将给你平时得到的爱的感觉。一个来自塔里克，一个来自巴巴。是巴巴把你带给我们，把我们带给你的。无须进一步说明是何人或什么对象。你一感到这个拥抱，就会知道是儿子在等候，并激动地雀跃不已，因为时间很近了。巴巴亲自等候欢迎你，并希望给你一个熊抱，向你表明你对他有多么重要。塔里克说：‘妈妈，你的爱是我的救赎和路灯。’爱你的卡尔。”

虽然我从前住过埃舍，却不得不适应那种清苦的生活条件。不过绝不稀缺的是到处洋溢的爱。它偷取了我的心。周围的每个人都有那么多的爱可以给予分享，我难以言传，只是在那里就让我感到何其快乐平和。

我整天忙着四处打量，狂热地寻找“拥抱”。虽然拥抱似乎无处不在，因为每个人都那么亲切和善，却没有什么事让我确信，对方是我的儿子塔里克或者巴巴在欢迎我。我能感觉到楠也紧张，尽管我相信她之前有过上百遍

类似经历了。我知道，她真心希望我找到儿子塔里克，就像她找到卡尔那样，但我猜想她肯定知道，巴巴的构想只为他所理解，因此我们只好顺随之。

第二天早晨7点阿提时间，按惯例，祈祷结束后，唱诵赞美巴巴的歌。空气中萦绕着美妙音乐。蓦然，我内在感到一阵搅动。“有事发生了，”我对静立我身边的楠说。我内心汹涌澎湃，不知不觉中，泪流满面。泪水就是止不住地流。那一刻，我内心感到，这是我与巴巴的第一次连接。

早餐后，大家赶紧沐浴，匆匆准备前往美拉扎德拜访满德里。途中，满载朝圣者的巴士在信托办公室停靠，让我们缴费，赶紧买些巴巴的书和照片，好回家带给亲友。只停车十分钟，于是楠催促我，这时我们的室友苏珊走过来，说信托主席、巴巴最喜爱且信任的跟随者之一宝吉，想要见我。乘巴士的所有人中，他为啥选我？我很惊讶，这时宝吉走出办公室，几个年轻助手紧随其后，让我愈发惊讶。他叫巴士司机等着，领我们进入一个小房间。“宝吉想让你把这个花环挂在巴巴的照片上。”苏珊解释。

巴巴的照片在高处，我只好登上小台阶，才够得到。很快我独自站在台上，凝视他的眼睛，他那诉说着很多故事的眼睛，直视我流血的心的眼睛，仿佛在说：“呼唤我，我将在你身边。”我伸手，慢慢把花环挂上相框，双手合十，在那里站立良久，用我特有的方式感谢巴巴。余者合掌站在后方，我听见他们念了一篇短祷文。

我从平台下来，宝吉朝我走来，使劲紧紧地拥抱我。我的心静止了。我立即知道这是“巴巴的拥抱”，激动万分。

我们转身正要离开，这时有人拍拍我的肩。我听到有人小声说：“摩诃-萨拉玛特（Maha Salamat）”，转过身来，只见一个小伙子，有着灿烂的脸容，卷曲的金发，绽放的笑容像半个月亮。

我感到头晕，天旋地转。这个词在阿拉伯语中的意思是“再见”！

“我的天，你从哪里知道这个词的？”这是我的第一反应。

他停顿一下，困惑地环顾四周，好像对自己都感到惊讶，咧嘴笑答：“我不知道。”

“你是哪里人？”我接着问。

“美国，”他回答。

我顿时心跳加速，眼睛盯着他。

“你多大了？”我问道，不敢抱希望。

“23岁，”他回答。

我崩溃哭了。他走过来，亲切地拥抱我，我紧抱着他，不舍得松开。

是的，他是塔里克。体型感觉跟他一模一样——23岁，身材高瘦。我浑然遗忘了时间，泪水哗哗地流。都不知自己在说什么或做什么。“再拥抱我一下。”我恳求。那一刻我们都心潮澎湃，我哭了，楠哭了，他哭了，连宝吉都快哭了，虽然其实不知发生了什么事。

巴士等着，我们得走了。在楠的帮助下，我竭力控制自己，走向巴士，前往美拉扎德。可一到那儿，我总算平抑住自己的感情，却发现在匆忙混乱

中，居然把眼镜忘在巴巴相片下方的桌上。一位好心的女士在回程中提示巴士停车，我跑去找丢失的眼镜。

你猜怎么着！沙发上坐着的只有两个孤独身影，一个是宝吉，另一个是那个小伙，我丢失的眼镜在两人中间。没有人说话，我却得到了第二次拥抱！一次在上午，一次在傍晚！

在我看来，巴巴实现了奇迹，卡尔的讯息成真了。

两年过去。我的生活继续。我现在忙于在科威特组建一个阿育吠陀治疗中心，专家来自喀拉拉邦。我为此定期旅行去印度。一次又一次，我也去美拉巴德，不仅因为塔里克，而且因为巴巴用他的爱把我吸引过去。我内心感受到他。

我现在不太经常要讯息，但抑郁回来的时候，我会求助巴巴。那时通过卡尔，塔里克总给我传讯让我暖心，不仅因为这些讯息很美，而且结果总证明它们真实不虚。

有一天我问塔里克，我能否用某种方式知道，巴巴对我从事的工作——在科威特经营阿育吠陀治疗中心——有何看法。他赞成吗？他有没有要给我的什么帮助或指导？

讯息是：“妈妈，您一向是了不起的母亲和好朋友，但最近几个月，您也成为了善人。一个善人意味着关怀自己家庭之外的其他人。巴巴也很高兴看到你的改变，并想告诉你，你为项目投入的辛苦工作是很棒的。巴巴说‘Quo Vadis’。爱你的塔里克。”

楠不知如何解读这个讯息。‘Quo Vadis’——是什么意思？巴巴究竟想说什么？于是向她的支持团体发出求助信号。没等多久，不到 15 分钟，其中一个叫佳娅的人异常激动地打电话来。“楠妮，”她尖叫道，“你不会相信发生了什么。你打电话后，我就到处张罗给你找答案——运气不济。我不愿放弃，于是使出最后一招，决定打电话给一位学者朋友。我拨了他的电话号码，只响了一声，立刻有人接电话，听到一个奇怪的嗓音说：“圣保罗大教堂，我是牧师。”我大吃一惊，不知该说什么！我结结巴巴，脱口说：“对不起，你能不能告诉我‘Quo Vadis’的意思？”

“当然可以，”他回答。然后给我讲了一个冗长的故事，那是尼禄迫害基督徒的恐怖年代，圣彼得为了活命逃跑，迎面目睹耶稣的异象，耶稣要他回去完成他的使命，说“我和你同行。”圣彼得回去，最终被钉上十字架。那位可敬的牧师讲完他的神奇故事，说，“这就是那个传说，但在我看来，圣经对‘Quo Vadis’一词的实际释义是：‘无论你去何处，我必同行’。”

不止是佳娅和楠感到震惊！

我还要补充一件事。去年，我和丈夫阿布杜拉在德国，他患了重病。我不得不把他送入院，让他住院。我吓坏了。我记得我由于塔里克经历的一切，但也记得巴巴的讯息和他的承诺：他会永远照顾我和亲人。

我走出医院大门，马路对面一家餐厅的巨大霓虹灯招牌照着我的脸。上面写着“QUO VADIS（无论你去何处，我必同行）”。

法特恩的神奇故事尚未结束。我要告诉你们，还有一起更奇妙惊人的事件，作为巴巴的爱和塔里克继续活在她生活中的更棒证据。这是我儿子内维尔和儿媳萨碧塔告诉我的，他们当时在场，亲眼见证。

那是 2005 年。她的长子萨德，决定和一个可爱的土耳其姑娘结婚。她借此机会邀请了所有的亲朋好友，包括我和我的家人，现在我们都跟她很亲近。我未能成行，但孩子们从浦那过去，为她带去很重要的讯息。

是的，整个庆典过程中，塔里克会在场伴随他们，并且照例通过拥抱，让他的临在被感受到，巴巴也会用某种方式祝福他们。

热烈多彩的庆祝长达一周。气氛充满了音乐舞蹈，持续多日。婚礼期间，法特恩和女儿阿比尔一直觉得塔里克就在身边，甚至有时候阿比尔会感到自己被拥抱，转身却发现没有人在。

婚礼结束后，有些客人从土耳其乘飞机回家，法特恩带着留下的客人去伊斯坦布尔的著名旧鱼市吃晚饭。跟往常一样，那里嘈杂热闹，心态年轻的人们享受着乐趣。过程中，萨碧塔注意到两张餐桌外，有个男子和另一群人坐着。他看起来有点残疾，跳舞又饮酒，可身边的年轻人在开他的玩笑，嘲讽他。

令她惊讶的是，他很快朝他们这桌走来，没搭理聚会的人群，径直走向萨碧塔，并吻她的手。他为何这样做？随后走到桌子另一边，把头靠在内维尔肩上，手放在内维尔的心窝处。他怎可能知道他们的关系？最后他转向法特恩，温柔地握住她的手，放在他的胸口，望着她，仿佛在寻找母爱。那时

她才注意到他头戴一顶白帽，上面用粗体红字写着：“KRAL BABA（克拉尔-巴巴）”。

她惊呆了，不敢相信看到的一切。她难以置信，如此奇妙、温暖、富于人性、如此真实的事情发生在她身上，而且在土耳其的鱼市中！

对法特恩来说，确实感觉像塔里克来参加他兄弟的婚礼。他和他们一起度过当晚，直到时间已晚，该离开了。那时他又走向她，拉着她的手，带着央求的眼神看着她，仿佛说“别离开”。

这下可好。她情不自禁，再也承受不了。

她对他说：“我知道你是谁。”

他点头说：“是的。”

她失去冷静，大吼道：“我叫你不要喝酒抽烟，你就是不听。”

他流下泪水，垂目，小声说：“我很抱歉，真对不起。”

只有他独自站在人行道上，挥手告别，直到他们的巴士驶离。

自从那个奇妙日子已过去几年。法特恩和她丈夫阿布杜拉仍经常旅行印度，前往美拉巴德。我们两家人如今亲如一家，分享着我无从解释的亲密。法特恩对巴巴的爱让她不断前进。她知道，无论她去哪里，无论她做什么，都会得到他的神圣帮助。她对巴巴的爱，以及她与爱子的持续联系，是她人生的两大支柱。



伊斯坦布尔的鱼市，戴着“克拉尔-巴巴”帽子的男子

第十九章



“神啊，为何是我？”

人人都追求幸福，但大多数人却陷于某种痛苦。我们的生活中总是交织着苦乐。幸福来临，如绚丽一时的彩虹；在我们身边停留片刻，稍纵即逝，通常留下我们凝望天空的乌云，阳光已消失。

问题是，我们何故受苦？谁来决定谁承受什么，如何承受？为何有人生来富有，有人生来贫穷？为何有人年富力强时去世，有人却活到高寿？为何有人被困在轮椅中生活，有人则享受活动和表达的自由？是神决定我们身上发生的事吗，为什么？

巴巴说，“在羯磨造成之前，个体有某种选择的自由……在尘世生活中体验的苦乐，伴随的成败，充满的成就挫折，出现的敌友：全部由往世羯磨决定……往世的行为决定今生的状况，今生的行为也对决定来世状况起一份作用……羯磨决定律被通俗地称为命运。”¹

这意味着，你通常交往的那些人，不仅今生而且往世与你都有联系。在羯磨运作的过程中，爱延续着，恨被缓和，化敌为友，朋友继续帮助你。善战胜恶，若你幸运，生活将呈现新的意义，使你意识到从前错过的东西。通过你自己的选择和行为，你成为现在的你。

现在请阅读丽莎律师的故事，她的生活中发生了什么，以及她从中学到了什么。



当我回首往事，想知道自己怎么熬过来的。出现的答案总是响亮而清晰——“美赫巴巴”！

我有过那么多的经历，才使我走到今天。没有至爱巴巴和卡尔的帮助，我不可能做到。我一直相信所有的宗教，有很多的信仰，但我意识到相比从前的感觉，我现在的信仰是毋庸置疑的。

我是11年前知道卡尔和巴巴的，那时我才18岁。母亲把《沉默之声》带回家，要我读它。我从小就对神秘学感兴趣，所以楠·乌姆瑞伽著作中的内容对我来说并不新鲜。不过，巴巴是新的。

我抽时间去了美拉巴德，然后读了关于美赫巴巴的更多资料，开始获得自己的认识，明白与他的关系。我发现自己越来越敬畏巴巴的爱，以及他对人类的服务，接触并改变他们的生活。我从未意识到，很快我自己的生活就不再缺乏惊喜。

事情经过是这样的。虽然我在孟买长大，我的梦想一直是去美国学习戏剧和音乐。我知道，像我这样的人要在那里工作和生活是很困难的，因为我没有完成学业，也没有愿望或资格找一份朝九晚五的工作，帮助我在那里生活和工作。不过我申请了。尽管我的工作简历很苍白，却于1998年我生日

的前一天，奇迹般地获得美国绿卡。这是名副其实的梦想成真。很快我就启程了，去探索自我，认识人生真谛。

然而，假如我知道接下来六年将发生的全部事件，肯定会重新考虑美国之行，因为从未料到胆小的我必须面对将发生的那些事。事实表明，在美国生活非常孤独，工作辛苦繁重。有许多日子，我孤独坐着，止不住地哭，不知道自己的生活是怎么回事。我有多份兼职工作，以此谋生。我努力让自己聚焦于实现当演员的目标，可总是偏离轨道，不得不为生存挣扎，疲于奔命。我花光了钱，生了病，并开始质疑我为何被赋予机会在美国生活。巴巴为何让我来这里，既然要受这么多的苦？

绝望之下，我祈求卡尔给点讯息帮助我，给我勇气去做巴巴希望我做的事。我接到的答复，完全改变了我的生活。它说：“不久两位天使将被派给你，它将是巴巴的工作，你将获得帮助。”就在那周，在一个拥挤的当地酒吧，一个高大英俊的男子引起我的注意。几周后，我被介绍给他。

就这样，第一位天使进入我的生活，成为我的最大支持和知己！他叫凯文，传教士的儿子，真正是我的救主！他帮我度过最糟糕的时刻，照顾我，在我负担不起一顿像样的饭时招待我吃饭。那个月末，我开始在一家酒店工作，遇到另一个男孩。他真是太有趣了。接下来几个月，他和我一起工作，很快他成了我的第二个天使！虽然他被大多数同事嘲笑是同性恋，我们却互相支持，他觉得自己不再需要别人。他叫安德烈斯。

没过多久，我们发现他是艾滋病阳性患者，生存期不会超过几个月。我心都碎了，再次问巴巴。安德烈斯是那么棒的好人，为什么要背负如此沉重的十字架？

我往孟买打电话，请卡尔传讯，帮助安德烈斯度过可怕的时光。我的好母亲立即响应，通过下趟印航飞机寄来卡尔的讯息和一本《沉默之声》。

周末过去了。周一早上，我接到安德烈斯的电话，他的话令我大惊。他说头天晚上，他经历了某种难以解释甚至不合常理的事。在梦中，他漂过一座小山，周围环境祥和。到山顶后，他进入一个“寺庙般的地方”，有个身穿白衫的高大男子，全身散发美丽光辉。那人缓缓打手势，招呼他走近。走近后，不由注意到他脸上带着灿烂笑容，蓄着飘逸的小胡子。那人接着颌首，抚摩安德烈斯的脸，仿佛告诉他：“安德烈斯，没事的！”接下来安德烈斯记得的是，他在床上完全醒来，有一种极为平静幸福的感觉。

第二天，我收到楠妮阿姨的书和卡尔给安德烈斯的讯息，它们是跨越重洋快速寄到的。他翻阅了书，看到有三摩地照片的那一页。他睁大眼睛，从后背口袋掏出他画的一小幅画，上面是他梦见的地方。我们对照了两者。令我们惊讶的是，它们一模一样！更神奇的是给安德烈斯的讯息：“他应当允许巴巴进入他的生活，让自己被他的爱触动。”真不可思议！

安德烈斯现在是巴巴爱者，学会臣服于发生的一切。他比过去更健康，每次体检都让医生惊诧不已。现在已六年了，安德烈斯没有离世的征兆。他说这一切都归功于巴巴和卡尔！

世上有许多人，可能像安德烈斯一样领受过巴巴的恩典，但为此我将永远感激。我从这次经历得出结论，受苦是我们为走向他攀登的阶梯。那种彻底臣服，是对一切境况的接纳，不在意或不控制生活环境的改变，也不想为自己谋求改变。因此，无论结果如何，经历多大困难，我学会了不去埋怨或质疑苦难，尽最大努力臣服于巴巴。

我实在无法用语言描述，自从我知道巴巴后，生活有了怎样的变化。他赋予我力量、能力和意志臣服于他的意愿。我对我的人生目标和我们何故受苦有了更棒的认识。正由于巴巴，我才自觉地认识到，什么才真正是体验他的永恒、不评判、普遍以及无条件之爱——即生命——的美！

我的祈祷从说“巴巴，我想要……”变成说：“巴巴，我感谢……”。



现在轮到美赫·卡斯泰利诺告诉你们，她是如何学会应对生活的：

我的人生有许多低谷，也有高潮。但直到 1996 年，我才能以克制的心态处理这些问题。13 年前，一天晚上我突然失去丈夫布鲁诺，导致我和孩子们的生活陷入停滞。他是我的朋友、导师和亲爱的生活伴侣，孩子们的慈父。我对上帝很生气，因为他夺走了我们最宝贵的财产。

我和孩子们的生活依然继续，但我内心深处，始终萦绕着这个问题：“为何是我？神啊，为何是我，你为何把我丈夫从我身边夺走，结束我的生活？”

我决定应付这场打击的方式，是用工作耗尽自己的身心。我还想确保孩子们衣食无忧，在身兼父母含辛茹苦的过程中，我自己的疗愈过程停滞不前。结果导致我太易哭泣，一直压抑的情绪常表现为对他人或事件的错误愤怒。

1988 年，我遇到夏玛克·达瓦，在我们交谈过程中，他提起与离世者交流的话题。我女儿很想联系她父亲，可我当时对这类事非常犹豫，坚决认为不应该打扰死者。我们很快放弃这个主意，因为我对它感觉不舒服。

早些时候，我的第二个支柱，我母亲，从我身边被夺走，之后我的世界真的全面崩溃了。最终，1996 年 4 月，我陷入绝境，面临今生最煎熬的时刻。一场个人冲突逼得我走投无路。我感觉似乎上帝真的无暇眷顾我。我自感是一个失控境况的无助受害者。我处于极糟的情绪状态，以至无法有条理地思考。百般无奈之下，我想到与布鲁诺通灵，尽管我依然担忧会打扰亡魂。

我迟疑地求助朋友的母亲，她是个灵媒，我问她愿不愿帮助我与布鲁诺通灵。她邀请我参加他们的聚会，在现场说，美赫巴巴通过显灵板指导他们。美赫巴巴对我来说不是新名字。我住在浦那的叔父就是美赫巴巴的追随者，我听说巴巴在离开肉身之前长年沉默。聚会上，灵媒对我保证，整个经历将具有启示意义，我不应该对与亡魂交流或打扰他们感到内疚，因为她知道，如果他们不愿意，就不会来讲话。带着这个保证，我向前走，却仍然忐忑不安。布鲁诺会来回答我的问题吗？会发生什么事？会不会有一束光或者一缕狂风？

显灵板由灵媒用指针操作，从一人移到另一人，最后移到我这里。接着，美赫巴巴对我表示欢迎。然后布鲁诺出现在板上，对我说话。一开始他很慢，因为他从未跟我们交流过，自然也未练过移指针的技巧。当他拼写出给我们爱与安慰的私密讯息时，我不敢相信自己的眼睛和耳朵。

聚会后，我想更多了解美赫巴巴。简直如痴如醉。我去了拉明顿路的中心，把能找到的书都买了；《至师》、《神曰》、《听着，人类》。我像挨饿的难民，一本接一本地读。我继续参加聚会，安然感到巴巴和布鲁诺在身边指引我们道路上的每一步。

那是 1996 年的圣诞节。生活仍充满荆棘，步步刺痛。孩子们给我带了一本新书作为圣诞礼物。12 月 24 日午夜，我们打开礼物。我读了楠·乌姆瑞伽著的《沉默之声》，直到 25 日凌晨 3 点半。我哭，我笑，我欢呼，我经历了她笔下人物的考验和苦难；她对美赫巴巴的体验，以及和儿子卡尔的交流。

我一生阅书无数，但《沉默之声》给我的生活带来最深刻影响。这本书不仅让我深深着迷，而且回答了自从布鲁诺去世后一直困扰我的诸多问题。它甚至把我引向巴巴。

我以前从未给一个作者写信表达自己的想法，但在 12 月 26 日，我匆匆给楠·乌姆瑞伽写信，模糊记得我们曾于 1961 年在塔塔纺织品展览会上一一起做过模特。我们约了见面日期，从那天起我和巴巴的纽带越来越紧密。

1997年2月，楠邀请我拜访美拉巴德，庆祝巴巴生日。那是我认为难以言喻的旅行。那是每个人必须亲身经历才知道的体验。对我来说，美拉巴德就像天堂。

之后，我读了关于巴巴教导的更多书，每本书都开启了我心灵和头脑的内门。我读的每个字、每一页，都为我打开新视野。我过去对上帝提的所有问题，都向我呈现了答案。它不仅使我确信死后有来生，而且解释了远远更多。简单来说，我懂得世界充满了悲伤和痛苦，但并非上帝对你而为。是你选择了经历那种特别的体验，而上帝来临就是为了帮助你。他在那里，帮助你审视你的生活，使它活得更更有价值。我们是带着目的来到这个地球的，我们选择了自己的命运，每个人都有特别的工作要做。关键是我们如何做这项工作。我们如何平衡生活并且努力达到超然(一个要实践的艰难功课)，将把我们带到一个进化和灵性的更高水平。

1997年后，我多次拜访美拉巴德，每次拜访都比上次更美、更富成效。每次我带着新想法回去，被拓宽视野。我学会努力工作，对自己真实，把其余的交给他。我学到诚实是唯一道路，爱生爱。我学到顺应生命之流，即使事情不如意，也不要灰心丧气，因为人生中发生的每件好事坏事都有其原因。我学到了人间和彼岸的生活。我学到关于生与死的一些知识。我现在为人冷静得多，更宁静平和，乐于处理世事杂务。

我学到为什么亲人们不可能陪伴我一生。总之，我学到了，有巴巴在我身边，去应对生活中的高潮低谷。我的唯一遗憾是，今生未能更早地遇见或

知道巴巴。不过正如谚语所说，“凡事有其时间地点，当弟子准备好，大师就会出现。”

第二十章



更换大师

一旦我们踏上灵性道路，开始寻找古鲁，生命就具有更大意义。古鲁也会呈现为不同的形体、不同的名字和不同的教导，有各种关于神的思想。人们前往一个个埃舍，寻找和平、爱与认识，有时找到，有时不然。

这方面我一直极为幸运，因为我找到了美赫巴巴。我找到他是通过一种奇特的方式，那么悲惨，后来又给我带来很多快乐的方式。你可能知道，我也经历过夜以继日的心痛、犹豫和困惑，不知巴巴究竟是何许人也。最初我把他视为一个长发飘逸、菩萨心肠的好人，在那里照顾我的儿子。后来我把他视为我的恒常伴侣、朋友和天父。

很久以后，卡尔让我认识到巴巴是上帝。从那天起，我不再感到需要去别处寻找，因为我已安心。找到了安全的避风港，一份使命，生活的动力。尽管我有兴趣阅读和了解其他古鲁和大师，但现在我的关注焦点和深沉永久爱只属于巴巴。

但这并不意味着你不具有自由意志去选择自己的大师，要明白这点：所有河流虽形态各异，终将汇入同一个海洋。

下面我将直接切入一个故事，它优美地描述了当一位大师把你交给另一位大师时，人所感到的强烈内疚。这就是鲁帕姆·南吉亚身上发生的故事。



2000年9月2日夜的一次简单谈话，给我的灵性之旅带来极具戏剧性的转折。它让我接触到一本书，通过书中内容找到了亲爱的美赫巴巴！那次谈话是关于与逝者通灵的。

阅读《沉默之声》是我扣人心弦的经历。我多次翻到封面，看上面的字：“真实故事”。这会是真的吗？它真会发生吗？一个去世的儿子能像卡尔那样回归他的家庭，从另一个世界进行交流？上帝能进入普通人的生命和心灵，像美赫巴巴对乌姆瑞伽一家那样？那么，为了一瞥上帝风采，毕生祈祷、苦修和静心会如何？这个故事为何如此单纯美丽？

一方面有无数疑问袭击我，另一方面矛盾的是，我对作者感到同情，由于知道生者和死者之间仅一线之隔而感到喜悦。我对所有涉及生死问题的持续疑问似乎突然找到一个讨论平台，很快就把这些惊人的内容分享给家人。

很快成了一段动荡不安的时期。从我记事起，我们一直信奉舍地的赛巴巴。书中解释，赛巴巴和美赫巴巴之间有联系。它还告诉我们，美赫巴巴把赛巴巴视为他的灵性大师，可此人，这个美赫巴巴，怎能自称为本时代阿瓦塔？我能找谁去核实这个大胆的宣称？赛巴巴为何没有认可美赫巴巴是他的弟子，赛巴巴为何没有谈到他今后作为阿瓦塔降临？这不是常见现象。赛巴巴为何没有提及此事？

我的家人极为世俗。尽管有这些相当进步的观点和教养，我还是经历了一段冲突期。读过《沉默之声》，就某些紧迫的家庭问题通过卡尔接收讯息后，美赫巴巴作为上帝，而不是祂的诸多助手之一，进入了我们的生活！赛巴巴会如何看待这点？一整天，有时夜间，我会自问几百遍，赛巴巴赞不赞成我们把美赫巴巴视为上帝。他会不悦吗？我决定，停止胡思乱想的最佳及唯一办法，就是请赛巴巴亲自给我某个暗示或指示，表明他理解我对此事的立场，并希望我继续前进，带着信心看待美赫巴巴。我祈求赛为我指路。

我对赛巴巴说，如果美赫巴巴真是上帝，他必须在接下来的 24 小时内给予同样的清晰指示。他必须仁慈地向我们表明，美赫巴巴和奎师那是同一个。应该以某种形式赐予我对奎师那的达善。我诚心诚意热烈祈求，倘若我的问题带有对更高力量的不信任或者我个人的傲慢，但求宽恕。

之后，我很满意托付给赛巴巴的任务，次日早晨醒来，我颇为确信自己所有的怀疑都是有根据的，为稳妥起见，我打算把《沉默之声》和美赫巴巴永远搁置一边！但上天笑到了最后，你瞧，第二天早上，我们收到了一包帕萨德和一张来自益世康的奎师那相片，祝贺我妹妹几天后的生日！祝贺生日不会总有奎师那的相片——而这一次有！我们都大为吃惊，使得懊悔的我认定，我收到的这一证据抵得上百万个！

事后，我母亲马上带着两个笃信的女儿，前往阿美纳伽和美拉巴德。我们每隔一段时间赴舍地的旅行会做精心计划，以照顾她的年纪，但这次行程很匆忙，未作筹备，也许正由于如此让人兴奋！我母亲似乎毫不介意。她真洒脱！

我们把头放在他的三摩地上，经历令我们永志难忘！它一下打消了所有的疑虑，一股静谧感降临于我们。我自己像往常一样向奎师那祈祷，抬起头后，“感受”到了美赫巴巴。通过他的照片，他似乎在告诉我，这样可以。他听到了我。这个信号让我泪如泉涌，感到全身充满和平与宁静。我妹妹和母亲也有同样的体验。书中卡尔说，巴巴会触动每个达善他的灵魂，带走他们的顾虑和烦恼。看来果真如此！

就这样，我们开始了与美赫巴巴的互动，它日益亲密，为我们开启了崭新的灵性视野。这个互动网络吸引了所有人——父亲、母亲、我已婚的姊妹和她们的家人、许多其他的亲戚朋友。真的很开心！

三摩地之行后，我们对美赫巴巴的信爱大增，伴随着巴巴在我们生活中的证据。此外，最近几年，对我来说一直充满巴巴事件！一个安慰，某个及时的帮助，一个电话，我读到的一本书——所有这些来自意想不到的地方，并且发生在我情绪最低落之际。对我来说，这些信号都是来自巴巴的，给我的混乱头脑带来安慰，让我高呼：“我爱您，巴巴！”。

不仅如此，关于美赫巴巴让我震撼的是，对他而言，没有什么事是愚蠢或无足轻重的。回顾往事，我知道有些担忧——甚至对我来说——都显得相当琐碎。但巴巴富于人性，他尊重这些，没有使我觉得寻找这些问题的答案是愚蠢的。我感到幸运的是，他接受了我兴致盎然抛给他的挑战，如今当我开始和他的心理博弈，说“巴巴，如果您真是神……”时，不仅马上会停止，而且没说完一整句，就感觉输了！

面对这些依据，任何理性的人都会倾向认为，我寻找上帝的旅程如今理应得出一个符合逻辑的愉快结论。一个人智力上理解有一个上帝，但情感上有时难以接受。有些时刻，头脑被上帝的二元性问题所围攻。我的情况也是如此，虽然我逐渐越来越爱巴巴，这些纠缠念头却不肯离去。

一个人应该放弃把他带给其他大师的原大师，还是应该向两者祈祷？一个人应该忽略先前的大师形体，因为新大师也会回应？可不可能用新关系抹

除旧关系，还是可以互换地信奉两者？巴巴进入我们的生活时，也许是我们最需要他的时候，是否总有某种原因和时机，为何对二元和“多”的疑虑会困扰我们？这表明缺乏信心，还是淘气头脑过度活跃的产物？或者只是一个人对崇拜已久的神明的强烈忠诚所致？

对这些问题我都没有答案，不过一向知道，巴巴会很快为我设法解决这些问题。我有种感觉，会从一个或多个来源，通过偶然事件或提问，于刹那间或经历一段时间，呈现出答案。不管他采用什么手段，我都知道问题是由他引发的，最终也会由他来回答！他自有用意，我只需等待，观其真相！

很奇怪，在我写这个故事，把所有的困惑诉诸笔端的过程中，突然心生一念。何不问问卡尔，对此有何说法？我打电话给楠，第二天早上我的电脑屏幕上闪现出这条讯息。

一个人能有两个以上的大师吗？

“是，这是可能的，因为所有的大师都相互关联、和谐与共。每当他们觉得有必要，就会把你从一位大师交给另一位。不过有些印象会在人类头脑里，使你觉察到形体和名字，从而可以分辨他们，但所有大师的灵魂皆融为一体，又是独立的。根据情况，有些人会觉得巴巴就是巴巴，另一些人会觉得巴巴是奎师那，还有人会觉得巴巴是耶稣——但他集他们全体于一身，是一个巨大的慈悲宇宙球体，充满灵性大爱和能量。实际上，大师的灵魂是无面容无形体的，但在你最初意识到他们时，它会用你所关联的方式展示给你，以便进入你的意识，使你体验到幸福。爱你的卡尔。”

几天后，我看到巴巴本人的文字，进一步确认我的心灵已知晓、头脑却需被说服的东西。内容是：

“大师的至高无上权威，甚至不可被弟子对其他大师产生的敬畏所挑战。所有的大师在意识上皆一。一位大师并不比另一位更伟大，然而弟子必须把自己的大师置于其他大师之上，直到他超越二元领域，证悟一体。”¹

现在又轮到我了。为了一劳永逸解决该问题，我向巴巴提出最后的终极问题。我说：“亲爱的巴巴，您知道我灵性上的过去和现在。大慈大悲的您，在不同的时间，以不同的形式回应了我。商羯罗、玛塔、奎师那和赛巴巴——他们都在您里面。请指导我，告诉我：谁是我的大师，虽然我可以崇拜您的多个形体，‘哪个’形体才是最推荐我专注的？”

通过卡尔，不久传来答案。它具有深意，给我巨大快乐，我很想与你们分享。卡尔传来的巴巴讯息是：

“专注于你自己，鲁帕姆，因为我居住你内里。我就是你，你就是我。所以当你问谁是你的真正大师时，要知道是你我两者。当你审视自己内心，你将看到我。当你倾听内在声音，将听到我的声音。因此，专注于爱，专注于希望，专注于真理，专注于大我。所有这些合在一起将构成你的天堂，我将通过你自己用爱、希望、真理守护你。要开心。爱，巴巴。”

这之后，你一定知道，我的疑虑悉尽消失，二元困境现成为往事。此后不余困惑，不再寻找“真上帝”。感谢您巴巴，给我们的生活注入真理。

在本章末尾，我要告诉你们，我记得有一回，巴巴被一批基督徒问及二元性的问题。他们热切想知道，巴巴是否希望他们停止向耶稣祈祷（他们从出生起一直这样做），代之以崇拜巴巴。巴巴让他们放心，他们无需这样做，他与基督是同一个。

巴巴肯定有办法找到适当的源头联系我们，而几周后拜访他的美拉扎德寓所证实了这点。我们照常围聚巴巴妹妹玛妮身边，她在门廊上讲述她伴随巴巴的故事，来款待我们。那天我注意到，人群中坐着一位容貌出众的女士。她人到中年，一副皇族气派，骄傲而强势。她的中分黑发，在耳后梳得很顺滑，戴着两只漂亮的耳环。手指修饰整齐，戴着有家族徽章的大图章戒指，十指紧扣，仿佛隐瞒着什么。不过，当她请玛妮允许她分享故事时，声音洪亮而清晰。

她说：我来自西班牙，自豪地拥有大片的地产，几乎像个小镇，包括其居民、耕地、学校和娱乐设施。我居住一幢漂亮的宅邸，有自己的大家庭。我负责照顾所有跟我一起生活的人和身边的人。我笃信基督教，有座自己的美丽大教堂，也对愿意访问的所有人开放。里面有真人尺寸的基督像，我每天跪在它面前，全心全意地祈祷。

我的子女们这样的环境中长大，可有一天，我的一个儿子决定跟随一个叫美赫巴巴的古鲁。我十分震惊！不管怎样劝说或威胁，都不能使他改主意，我别无选择，只好请他走人。他和家人一起离家而去，我则继续履行义务——虽然伤心，但仍坚信自己的信仰。

几年过去，期间我经常疑惑，是什么深深打动了我的儿子，以至于他会背弃成长过程中抱持的信仰。后来有一天，一场可怕旱灾袭击我的村庄。随后是饥荒、疾病和无尽的痛苦与动荡。虽然我竭尽全力，还是死了很多人。

绝望中的我跪在基督像前，闭上眼，痛苦地呼喊：“亲爱的耶稣，请拯救我的人民。如果我做错了什么，请给我指出，我保证会弥补。请给我指示。”

我抬起头，看到雕像上有一道奇光。它变得越来越亮，直到突然一闪，刹那间我在耶稣的心口清楚地看到另一位。那是美赫巴巴。

我跪在那里，狂喜地久久凝视，泪流满面。

我的村庄复元了，很快恢复了正常。我那时知道，我对儿子的所作所为是错的，我一生依附的思想和信仰其实毫无意义。

我远道而来，就是为了当面道歉、顶礼并且承认这个事实：其实没有分别——他们是同一个。

第二十一章



红心之王

巴巴的妹妹玛妮有一次问巴巴：“当我们死后，再次出生，会发生什么？我们怎样才能认出你？我们还须寻找你吗？今生学到的功课会怎么样？我们还得从头开始——重新来过吗？”巴巴摇头否认，打手势，“总是向前进，从不后退……总是向前进……从你离开的地方接上去。”

常言道，往世善业使你获得拥有大师的利益。一旦他进入你的生活，最好做法就是尽量臣服于他，真诚地爱他，用你的生命服务他。你在往世可能对大师的奉爱，有助于你与大师重新形成深厚联系，乃至他的恩典和帮助直接流向你。由此，你也赢得机会清理自己的羯磨纠葛。

师徒之间的关系，完全不同于通常生活背景中出现的其他世俗关系。它衍生于灵性生活的基本法则。从灵性观点，它是一个人能进入的最重要关系。大师为弟子的灵性进展负责，因此，无论他们转世与否，这种关系依然持续。

巴巴说：“*师徒关系往往从一生带到另一生，连续几生。在往世同大师建立联系者，被一种无意识的磁力引向大师，连自己也不知何故。弟子对大*

师的似乎无法解释的忠诚，通常有悠久的历史。弟子一般在前生停下之处重新开始。”¹

下面的故事对本书读者来说很重要，但对我更重要，因为它开启了我的人生新篇章。在《沉默之声》中有细述，但这里我要告诉你们一点，带你们回到 1985 年的一天，那时我刚开始和卡尔通灵。期间新大门为我打开，我首次听闻美赫巴巴这个名。有几天，书写反复地呼吁：“讯息-美赫巴巴，美赫巴巴-讯息。去，去他在的地方。”可他是谁呢，为何要我去他所在之处？

卡尔带着讯息出现，不仅改变了我的生活进程，也改变了我的整个家庭，以及后来的更多人。他说：“我在等你们，妈妈。我会在那里，你们来了肯定会看到我，我保证你会知道那就是我。我是男子，现在住那里。我会走近你，坐下来。我会穿红衬衣，棕裤，脚上没鞋。我是外国人——白皙英俊，18 岁至 25 岁，我叫哈玛·马克莱恩。我是巴巴的得力助手。”

这一切怎样按卡尔说的精确地发生，我们怎样在三摩地联系到那个小伙子，令我永远忘不了。他是外国人，白皙英俊，穿着红衬衫和棕裤，脚上没穿鞋。他叫帕特里克。

接下来的事更神奇。那天在山上的曼萨丽房间，我们遇到一位可爱的女士。她和我们讲的卡尔和书写故事所感动，告诉我们，她的丈夫如何死于一场车祸，她是如何来到美拉巴德寻求内心安宁的。最后安慰我们说，巴巴会设法为我们做同样的事。

我们太兴奋了，忘了问她的名字，于是到孟买后，我们打电话询问。通过电话杂音，我听到答复：“她叫马克莱恩夫人。但实际上，她有两个名字——她自称克莉丝汀·马克莱恩·卡尔森夫人（Kristin MacLane Carlson）。”当我听到最后的名字 CARL SON(卡尔-儿子)时，疑云顿消，恍然大悟。

两年后，我们再次遇到她，对她讲述了我们的奇妙经历。我对她讲了那个“穿红衬衫，棕裤，脚上没鞋”的小伙子在三摩地问候我们。说到一半，她拦住我说：“可你为啥不问他的名字？”

“我问了，”我回答：“他叫帕特里克。”

“哦，我的上帝，”她惊叫道：“我丈夫就叫帕特里克，帕特里克·卡尔森，他安葬前，我给他穿上了红衬衫！”

这是我第一个真实证据，表明卡尔的灵魂确实与美赫巴巴在一起，巴巴当时就忙于建立联系，且延续至今。

25 年过去了，如今得知克莉丝汀和她丈夫生活的更多细节后，我不再疑惑卡尔为什么选择由帕特里克代表自己了。那是因为他对至爱美赫巴巴的爱优美无私、深厚持久，且绝对忠诚。

你将要阅读他们故事的标题是《红心之王》，是他妻子克莉丝汀·马克莱恩·卡尔森写的。



我成长于新英格兰的一个知识分子家庭，有个自称无神论者的父亲。我青少年和成人时期，效法父亲，对宗教表现出极为轻蔑。我对心理学感兴趣，年少时就规划做精神治疗师。

我记得第一次看到美赫巴巴的照片是在 1970 年代初期。一天在伯克利，我看到一张美赫巴巴老年时期的海报，脸庞圆阔，目光闪烁。底部用大写字体写着“别担心，要开心”。我的反应是对那些被冠以古鲁者的习惯性厌恶，没仔细看照片，愤然地断定：“别担心，要开心”公然写在海报上，是高度不负责任的言论。

我在加州的圣克鲁兹继续生活了多年，做治疗师工作，没再听说巴巴，直到 1978 年遇到帕特里克·卡尔森。我第一次去帕特里克家，一张异样的照片引起我的注意，一位男子身穿白衫，躺卧床上。我问此人是谁，吃惊地听到美赫巴巴的名字。我刚与帕特里克恋爱，希望这个美赫巴巴不会在他的生活中占据重要位置。

我失望地得知，帕特里克实际上对美赫巴巴极感兴趣。甚至于 1970 年在美拉巴德生活过四个月，将之描述为他此生最美妙的经历。我私自认为帕特里克需要有人扮演父亲形象，因为他自己的父亲是酗酒者，家庭生活很悲惨。

帕特里克和我开始一起度过很多时光，把我介绍给他的好多朋友，他们也知道美赫巴巴。一天晚上，贝弗莉·史密斯放映了她去美拉巴德旅行的幻灯片。其他巴巴友人也来见他们，他们都兴奋地谈论着巴巴和印度。

我默默听着，断定他们肯定都有过不幸的童年，成年生活中需要这样的拐杖。我发现他们相信美赫巴巴是人身上帝，这尤其令人惊骇。“上帝”这个词本身对我来说就极为刺耳，如同原教旨主义传教士叫嚷的声音。

“如果你需要靠幻想生活，”一次我对帕特里克说，“美赫巴巴听起来很不错。可我不需要借故事构建生活。我的童年不像你的那样不幸。我不需要在印度建新家，也不需要靠神话生活。”我提防着帕特里克和他的朋友们转化我的企图，可他们只是礼貌地听完我的异议，继续谈论巴巴，热情依旧。我发现自己被人们家中的巴巴照片和画像困扰。目光撞上一幅，就赶快转开，几近尴尬。他的眼神令我不安，我不想看它们。

一天晚上，帕特里克和朋友们想去参加聚会。聚会结束时，所有人站起来念一个祷文，我感到强烈排斥，发誓绝不再参加美赫巴巴的聚会。我对自己说，这些人遭受着可怜的错觉，他们对此人的信仰表明尚有未愈的童年创伤。

虽然多数时间我对有关巴巴的谈论都抗拒，但偶尔也有些软化的时刻。当帕特里克弹唱巴巴喜爱的科尔·波特的歌曲，或讲述巴巴的妹妹玛妮，晚间朗读谋杀侦探小说供他消遣的故事时，我又被这个奇人所吸引，不过我从未向别人承认这点。

一年春天，我遇到美赫巴巴的侄女希琳，她刚嫁给帕特里克的老友。希琳觉察到我的内心冲突，试着安慰我，就讲了巴巴禁止她读任何有关他的书的故事。我立马来来了兴趣。他希望希琳通过别的方式认识他，不被文字和概

念影响。她建议我也不必读巴巴的任何书，我感到莫名的开心和释然。我再也不用去推断那些话的对错了。

几年后，帕特里克和我决定结婚，计划在缅因州海滨举办婚礼，有亲人朋友参加。因为更偏爱非正式的个性化仪式，一天我们坐下来写结婚誓词，几乎立刻因为婚礼上提神的事争执起来。“我绝不允许婚礼上有神这个词，”我激烈抗议，“我不信神，我的家人不信神，我的朋友们不信神。神不可以参与这个婚礼。那会非常尴尬的。”

“那你认为婚姻的意义是什么？”帕特里克有些震惊地问。

“我不知道，但肯定跟神无关，”我语气强硬，“我也肯定没有那种‘直到死亡将我们分开’的感觉。”

帕特里克在海滨久久踱步，整理心绪。后来他才告诉我，这次散步时，他质疑了整桩婚姻，但最终还是回来，向我提出了一个可行的妥协方案。“我们不提‘神’这个词，但我希望让卡尔·恩斯特在婚礼上读几段美赫巴巴的短文。”

“行，”我同意，“但要穿插在中间，并且要简短。”我暗自希望短文夹杂在一片音乐声中，没有人会注意到。

婚礼如期举行，念美赫巴巴的短文时，我设法堵上耳朵。新婚燕尔，我们开始计划出国旅行。帕特里克常谈起重访印度，对此我不太感兴趣，不过既然对他显得那么重要，我同意了。我们决定在欧洲旅行个把月，然后向东进发。

“我们可以去美拉巴德两周，从那里去斯里兰卡，然后去尼泊尔，”
我表示，“我不介意见满德里，既然他们对你这么重要，但别指望我进美赫巴巴的陵墓或类似的古怪做法，”我警告帕特里克。他告诉我，我可以做自己喜欢的事。我打算补充阅读一些资料。

在伦敦，我们的住处叫“海洋美赫”。我避开了让我参与谈论巴巴的诸多尝试，有时真希望没有答应过帕特里克随他去印度。不过，虽然我多数时间感到戒备和恼火，偶尔的软化时刻也会不期而至。一天晚上，有人在看巴巴的录像，我受好奇心驱使也看了，但只看了一两分钟，便扭头走开。另有人随便摆着一本简·艾德尔的书《阿瓦塔》，我略有兴趣翻了几页，突然又把书扔在一边。我告诉自己，我才不要进入这种美赫巴巴狂热崇拜的圈套。只有绝望的人才会执迷虚假承诺。我不需要这个，我给自己打气。我已经很快乐了。我的人生很精彩。我刚嫁给心爱的人，我们一起环游世界，我有工作、家庭和朋友，我很满足，别无所求。

我们动身去印度的时间终于到来。在法国和英国旅行期间，我注意到帕特里克想去美拉巴德的无言急躁，对他不安心永居法国郊外，我感到失望。他为何要如此痴迷这个美赫巴巴？在其它各方面，他看起来都是一个理想的伴侣。

1980年10月的一个晚上，我们飞赴孟买，或者至少努力飞往孟买，飞机却因大雾无法着陆，被迫继续飞往马德拉斯加油。后来情况变得更糟。返回孟买起飞过程中，发动机出故障。所有人都扣紧安全带坐在座位上，知道

一定是出了严重问题，希望航程安然无恙。许多人在祈祷。我希望自己相信上帝。

雾消散了，在巨大的欢呼和掌声中，飞机终于着陆。印度显得神奇。我们急切走出机舱牢笼后，我真想亲吻大地。我立刻爱上了孟买，它充满活力的脉搏、喧闹和气息。它让我想起自己少女时代生活过的非洲西部，我有种到家的感觉。我们来到达达尔区的某个地方。正在庆祝印度教节日，许多年轻人在街上跳舞，举棍与伙伴手中的棍子相击。喧闹声令人陶醉。我从沿街的一个小门廊伫望，感受到一种野性的兴奋，几乎难以入眠。我们住了几天，安排去阿美纳伽的行程。我仍对祈祷和美赫巴巴的照片感到不适，但总体环境让我激动不已，其余的都能忍受。我们居住她家的那位女士看上去也非常可爱，我不想因为祈祷时不起立而冒犯她。

一天晚上，我们乘公共汽车前往阿美纳伽。我整夜清醒着，充满莫名的兴奋，而帕特里克在我旁边打瞌睡。凌晨4点，我们在阿美纳伽的阿肖克旅馆下车。寥寥几人在夜里游荡，但城镇大部分人仍在沉睡。帕特里克有10多年没来过这里，辨不清方向。黑暗中，我们拖着行李蹒跚寻找信托办公室。我越来越气恼，想住旅馆睡一觉，可帕特里克非要找能代表巴巴社区的地方。

在那片区域绕了大约半小时，终于找到信托大院，可大门关着，门前地上睡着几个人。帕特里克提议我们坐嘟嘟车去美拉巴德。找到一个司机，不懂英语，似乎从未听说美拉巴德，但一提到阿冉岗，就摇晃脑袋。

“我记得美拉巴德在阿冉岗村附近，”帕特里克告诉我，“只要我们朝那个方向去，就可能找到。”我知道同帕特里克争辩是不管用的，他非常固执，显然打定主意要去美拉巴德的地盘。我们上车出发，驶入茫茫黑夜，很快拐入荒僻的乡间马路，广袤的幽蓝天幕繁星点点。帕特里克和司机都对路线没把握，我后悔真该多争几句，留在镇上，至少等到天亮。我正开始游说返回镇上，帕特里克叫道：“美拉巴德！美拉巴德！”并指示司机驶入一条模糊幽暗的车道。

我们在一座狭长的矮建筑外停下，从嘟嘟车向外张望。黑暗中，一扇门砰地打开，从房屋另一头传来怒吼声。“你们干什么？你们知道自己在做什么吗，这么早把大家吵醒？你们这些傻气的朝圣者。你们为啥来这里？你们应该去朝圣者中心，而不是大半夜……”一个蓬松白发的瘦高男子大步走来，滔滔不绝地责骂。突然，他好像认出了帕特里克，张开双臂搂住他，长串的骂人话戛然而止。我仍在动摇，好想跳上嘟嘟车离开。

又一扇门打开，一名女子冲了出来。“帕椎，海瑟！帕特里克！”三人都在黑暗中大叫，又拥抱。拥抱过程中，帕特里克介绍了我，而我已经不喜欢这地方了。帕特里克问起艾瑞克，听说他的旧友仍在山上陵墓旁当守夜人，想再次冲入夜幕赶去。我又恼火，又精疲力尽，现在面临选择：要么同帕椎和海瑟留在下面，要么随帕特里克上山去陵墓。我曾决定不靠近陵墓，以防有人要我进去顶拜，我感觉这个想法特别可怕。一想到留在下面，黑灯瞎火地和陌生人待在一起，更让我感觉恐怖，于是带着糟糕的心情陪帕特里克上山。

我们到陵墓时，帕特里克找到了艾瑞克。他们拥抱后，开始低声热烈交谈。我站在黎明前的黑暗中，一动不动，不想被人看见，不知道多久才能离开。等待中，我预想了几句话跟帕特里克说。我要告诉他，无论如何我都不想待在美拉巴德，建议我们马上去斯里兰卡，或至少去阿美纳伽。

一个女子拿着一只小壶和几块抹布，打开陵墓的门走了进去。从我外面站的位置，我看见她开始擦一块大理石，仔细地往抹布上滴些水。从我们来的方向，夜幕中又过来几个女子，开始帮忙清理。我盼望帕特里克结束谈话，我们好离开。女子把头探出门外，看到站在黑暗中的我，招手让我过去。我笑着摇头，打手势表示“不，谢谢。”她将头一歪，微笑着，更急切地招手。我想告诉她，我对美赫巴巴不感兴趣，不想进入他的陵墓，但门外有一块大指示牌上写着“安静”字样。我想告诉她，我根本不想来这里。我只是等帕特里克和朋友谈完话。她仍不停地默默招手，敦促我进去。

比留在山下更烦人，我最终决定：干脆拿过布，她指哪儿我擦哪儿，把活儿干完，这样还容易些。也许那时她会让我单独呆着。我脱了鞋，走上石廊，接过棕色小抹布，迈过门槛进入陵墓。我发现自己进入绘有壁画的小空间的那一刻，就开始流泪。其他人没有注意，那位女子微笑着示意我擦拭大理石，我猜想那覆盖着美赫巴巴的肉身。我感到虚弱，便跪下来擦拭大理石碑面。

我边擦边流泪。不知自己因何哭。我不觉得难过，眼泪却滑落脸颊。我认定自己一定是时差反应。内在有个声音说：“这就是世间每个人在寻找的！这就是人人所求之爱。”我的其余部分争辩说，是疲劳和时差之故，催促我

走出陵墓去睡一觉。我在里面待了感觉有几个小时，而我出来时，帕特里克和艾瑞克仍在原地交谈着。后来，我走下山，晕乎乎的，把要离开的计划忘得一干二净。

我想远离陵墓的决心烟消云散。我像磁铁一般被深深吸引，一天回去数次，坐在里面的地上，甚至用之前让我恐惧的方式顶拜。我居然唱了阿提，聆听祷文。泪水止不住地流，有时在陵墓内，有时在听人提及巴巴的名，看到他用过的物品，或想象他曾走在我正走的路上时。我告诉自己，是时差反应，疲劳过度。

一天上午，我盘腿坐在陵墓内，抬头看见美赫巴巴站在角落，挨着一瓶鲜花。他看起来很年轻，穿着白色长袍，美妙绝伦，含笑望着我。形象清晰，却不是固态的。我可以把手穿过去。幻觉，我警示自己，仍继续凝望着他。肯定是因为旅途太过劳累。他美得令我屏息。我只想尽情地哭泣。

我一次次回来，期望更多的瞥见。很多次我可以看见他在窗户之间的角落里，有一两次看见他经过右侧的窗户，长袍飘拂。他大步走过时，目光会透过窗户与我的相遇，我感到晕眩。我自忖，一定是我的想象。似乎每当我往角落看，都能看见他的形象出现。我告诉帕特里克，他建议最好不要过多谈此事。我跟巴巴的亲近弟子保·纳图谈过，他说我能见巴巴很幸运，可我不完全相信他的话。有时我怀疑自己会不会被洗脑了，因为周围有那么多巴巴照片，不过我仍然喜爱看见他。

一天，我坐在陵墓里，开始听到他对我说话。似乎是无声之声，但我知道他在说，“你被阿瓦塔的概念困扰吗？你不能相信这个？”

“是的，我无法接受这一切。有人成为神，这听上去很疯狂。我甚至不知道神是什么？”

“这无关紧要。你不必使用那类词汇。你只要接受我是你最好的朋友。你现在对心理学感兴趣，你相信高我这个概念吗？”

“是的，那对我讲得通。”

“那就是我所是的。我是你的高我。但最重要的是，倾听并服从这个高我。”

人们谈论的服从美赫巴巴，一直令我困扰。以一种西式背景，我无法理解服从大师的概念。现在我觉得符合自身逻辑，简单而有力。

“现在站起来，走到外面去。”

“什么？我刚刚在这里坐下，”我抗辩。

“学会听从这个声音，服从它。”他命令。我开始担心自己出现幻听，不过还是服从了他。我从心理学课程知道，幻听比我所经历的幻视症状更严重，尤其是听到神音的错觉。我怀疑自己在经历某种精神衰弱。不过我感到很快乐，继续跟随这个声音，引导我进行各种看似无意义的训练，练习倾听和服从的艺术。最终，这个声音变得更内在，语言更不明晰，直到它成为一种知道，而不是命令。

时间流逝，帕特里克和我在美拉巴德度过了两个月，而不是两周。我没有过多谈论我的体验，经常怀疑其真实性。最终放弃了自己出现精神病症状的观点，断定只是想象，自我乐做的小游戏。

我们回到美国，定居新英格兰。我内心对巴巴持有一种安详的个人感情，仍不喜欢读书或讨论形而上理论。最初朋友们以为，我这次印度之行可能会带来改变，但很快接受了我还是老样子。我也感觉确实没变，又完全不一样了。

几年后，帕特里克和我带着一位朋友，重回印度参加永恒日。我期盼在陵墓内再次看见巴巴的形象，因为我在其他地方都无法使之重现。我坐下盯着角落，却没有形象出现。“也许我失去了诀窍”我寻思，失望于只看到绘着壁画的墙。我多次尝试想见巴巴的形象，都不行。不管怎样，我喜欢这次旅行，这是帕特里克的最后之行，因为第二年他就死于车祸。那次，他手持火炬，清晨从美拉扎德跑步到美拉巴德，于拂晓时分点燃永恒日度内火。后来他说，“若不出现意外情况，这次行动之后，我今生已经圆满。”

1984年6月1日，我下班回家，发现门上贴着纸条，要我联系警方。我知道帕特里克出事了。打了电话，警官让我去警局，因帕特里克遭遇车祸。朋友开车送我去警局。我一路念着巴巴的名，知道帕特里克已去世。我依然处于麻木状态，意识到自己一直知道这件事会发生，就好像名叫帕特里克、克莉丝汀和那个酒驾司机(我不记得他的名字了)的三人，曾经相约在今生如此交集。我感觉冥冥之中有准备，知道美赫巴巴会帮我度过接下来难以想象的痛苦。

当天晚些，我同朋友们带着美赫巴巴的照片，以及巴巴一次在美拉巴德点的少许度内火灰，到殡仪馆看遗体。我以前从未见过遗体，第一次走进房间，看见帕特里克躺在医用床上，双手不同寻常地合抱于胸前，我无法理解究竟发生了什么。显然这个僵硬的身体不是帕特里克，或者不是我熟悉的他。我默默地问巴巴，帕特里克的现况如何。我站在床边，触摸他僵硬冰冷的手，抬头向左看，因为我看到他的头旁有光。巴巴站在那里，微笑望着我，但这次是年老形象，穿着优美的白袍。

随着视像聚焦，我还清晰地看到帕特里克站在巴巴旁边。我惊讶地发现，他穿的衣服不是我带给殡仪师为遗体穿的那件。不相干的小细节印在我的脑海里。他为何穿着蓝色牛仔裤和深蓝色衬衫？而我带来的是深红色衬衫。

帕特里克在巴巴身边站了几秒钟，同样微笑着，很放松，无忧无虑。他的形体无碍无声地移到巴巴前面，随后消失了。我仍然凝神注目，凝视巴巴有几分钟，他的眼睛反映一切，我所知的和未知的。他承受着我所感受的全部痛苦，以及未来日子里我将会感受的一切。那一刻我明白在陵墓中看见的那些形象，从来就不是我所创造，而是巴巴给我的珍贵礼物。几分钟后，巴巴的形象消退，但他的回应让我感到安慰。

我再也没能像早期那样看到巴巴的脸或形象，那是我最需要他的时刻，不过有时巴巴以其他美妙的方式，让我知道他的临在，教我在处处见他。例如，帕特里克去世后不久，有一天我去了洛杉矶附近的西海岸参加撒晤斯。我想和巴巴爱者在一起，但在那里认识的人很少。这也是帕特里克去世后，我第一次离开家人朋友。有一刻我突然感到很孤独，不确定此行是不是好主

意。我祈求巴巴离我近些，让我知道他一直与我同在，就像在许多痛苦时刻他所做的那样。

休伊·麦克唐纳突然朝我走来，头戴魔术帽，在我面前铺开一叠扑克牌，牌面向下。他无言地邀我抽一张牌，任意一张。我摸遍整副牌，专心挑选，预期着戏法，抽出一张。我翻转纸牌，再次意识到巴巴离我无比近。牌面是红心国王！

和帕特里克最后一次去美拉巴德的旅途中，我曾为巴巴写过一首歌，有一行合唱歌词是：“我哭了又笑，我伸出手，他给我发牌红心之王。”

第二十二章



三摩地

“置身于孤岛中，总有些事物继续给你希望，一条船将会向你驶来。

置身于沙漠中，总保留希望，有一天骆驼会路过你身边。生病过程中，你保持信心，医生将使你很快康复。同理，置身于看似无法克服的难题中，你会感到巴巴在那里，会为你改变周遭的一切。只有当你拥有无保留的信任和信心、相信在天堂的神永远会以爱和慈悲照看你，这才会发生。

“美拉巴德的三摩地是你的船、骆驼和医生。它是你的存在之锚，把你带向巴巴。你只要去那里要求，就能得到。

“所以我对所有人说——爱他，请求他的丰盛恩典。他想要帮助你，服务你，照顾你。给他个机会这样做吧。爱，卡尔。”

也许你注意到，在人们写的大多数故事中，拜访三摩地成为他们改变的中心点或者说生活的转折点。这不是出于计划，当然也非巧合。

你也可能注意到，进入三摩地区域，把头放在大理石墓碑上，对有些人成为净化时刻。有人体验到宁静的时刻，有人感到爱不可遏制地涌现。三摩地建造上面的那个小山丘，似乎被无数来访者的泪水所浸透。你可以坐在轻轻摇曳的茵茵绿树下，卸除心头负担或表达你的感谢，簌簌的树叶声传来抚慰低语。在那片静谧的山上，人人找到了内在自我。这是你能在巴巴三摩地体验到的安宁与和解。你走下山，聆听着那意味深长且永远伴随你的静默。

巴巴的三摩地位于阿美纳伽市以南大约9公里的一座山上。这个叫美拉巴德的地产座落于阿冉岗村附近。一条铁道穿过，将它分为下美拉巴德和上美拉巴德。1920年代，巴巴曾沿马路行走，在一棵楝树下休息，近处有间废弃的邮局，他决定居住此屋，从事与自己工作相关的活动。一天，巴巴步行上山，突然在山顶选了一处，命令在指定处挖一个六英尺长、六英尺深、四英尺宽的穴坑。这个穴坑成为特殊之地，巴巴会在里面闭关数小时、数日乃至几周，常伴随长时间禁食，做他称为的宇宙灵性工作。后来，将巴巴早期居住的邮局拆除，石块被门徒珍惜地运上山，用于建造穴坑上方的屋子。

1938年8月起，瑞士艺术家海伦·达姆遵照美赫巴巴的要求，给穴屋内壁绘制彩色壁画。她从早到晚全心投入工作。虽然海伦不是年轻人(当时60岁)，仍背躺在脚手架上工作，绘制穹顶内壁。海蒂·默敦斯也是画家，会协助海伦调制颜料，不过由海伦实际绘制人像。最后以简明原始的风格传达了“冥想和神秘变容的氛围”。

之后在屋上建造圆顶，并安置四大宗教之象征——基督教十字架、印度教寺庙、伊斯兰教清真寺和琐罗亚斯德教圣火瓮。门上方铭刻着巴巴的座右铭：“在服务中主宰”。

1938年巴巴命满德里在穴屋上方建造圆顶，大家才知道这是他未来陵墓的地址。这是巴巴1927年闭关过的屋子。他也常在里面宿夜，直到1935年山上建了锡皮屋。现在大家知道，这个“穴坑”将安葬他的遗体，都带着神圣感情看待这间简朴的屋子。

1938 年，一次巴巴在山上漫步，挥挥手说：“**整个宇宙都是我的，但这块地方是专属我的。**”¹ 此地后来注定成为他的最后安息地——三摩地，陵墓——全世界的朝圣地。

1969 年 1 月 31 日中午 12 点 15 分，巴巴在美拉扎德他的房间停止呼吸，从而“永远活在爱者们的心中”。遵照他的意愿，在遗体旁边播放七遍他最爱的歌曲《跳起比根舞》。然后将巴巴的肉身从美拉扎德运到美拉巴德，在打开的墓穴内保存七天，露出他的面容，让爱者最后瞻仰至爱。成千上万的人从东西方蜂拥而至，最后达善他的肉身。巴巴的遗体最终于 2 月 7 日安葬，据琐罗亚斯德教历，这一天恰好是他的生日。

三摩地从每天早晨 6 点到晚上 8 点开放。任何拜访三摩地者，都会从源头接受无条件爱的不可磨灭印象，不管此人当时是否意识到。巴巴表示，地球上的所有地方中，亚洲尤其印度，离“创世点”最近。因此美拉巴德的三摩地现已成为独一无二场所，乃是他的直接临在和亲身辐射的源头，向世界各地散发着他的爱与慈悲。

多年来，我带了很多人去巴巴三摩地，无不惊叹他们生活中的变化。我注意到，他们每个人都找到了特有的方式与他联系，很快他就成为他们生活的核心。他们由亲身经历获得确信且证实：巴巴在照看他们，慈爱地聆听他们的诉说、问题、请求和抱怨，并帮助他们最终成功地处理每件事。

巴巴触动爱者心灵的方法无与伦比，他回应每个爱者的需要所采用的方式都非常个人化，以便他们能全心全意接受。他的爱是无条件的，不求回报。它只是等待理由流向你。

巴巴说：“**我不来不去，无处不在。我从不离开，岂不妙哉？**”²

你们可能会说，倘若巴巴在这儿那儿、无处不在、在万人万物内，那我们何需前往三摩地，与他建立联系？三摩地的意义何在，我们为何顶拜，用头碰触他的足？这些做法有什么好处？

我通过和卡尔的自动书写，首次知道美赫巴巴时，接到第一条讯息，“讯息-美赫巴巴，去，去他在的地方。”我一头雾水。当时我不知，这个叫三摩地的小屋对我来说蕴藏着什么。我不完全理解巴巴的肉身已不在世，但希望也许他的心灵永远活跃，会帮助我、爱我、倾听我。说实话，那时我前往阿美纳伽的朝圣者中心和三摩地，只是因为卡尔要我这么做。要给我讯息的这位美赫巴巴是谁？我从未去过这类地方。

我记得那是3月初，虽然太阳高挂，我的生活仍充满乌云。然而那天我一登上山顶，一股和平感顿时降临于我。我记得自己迈过门槛，伫立凝望巴巴的墓，试图弄清该做什么或说什么。那种气氛是压倒性的，一时竟然无言。我随后跪下，用头触拜三摩地的清凉大理石碑，向巴巴问起儿子卡尔的事。我来了——可为什么？儿子的灵魂果真与巴巴在一起吗？

我记得自己说，“亲爱的巴巴，您是谁，您来自何方？我此刻能做的，就是打心底感谢您，让我知道了你。我的卡尔，我最亲爱的儿子，他那么年

轻，他认识的亲友们都活在世上。请告诉我，因为我需要知道，谁会在那里怀着爱照顾他守护他？”

从陵墓深处传来回答：

“我会。我在这里。不要担心。”

随后，出于不可思议的原因，我忽然安下心来。这是我第一次联系巴巴。

从那以后，巴巴逐渐渗入我的生活。一种新的幸福慢慢流经我，很快寻找卡尔好像不再是头等大事。我每次去，都想越来越接近巴巴。我猜想，只要能和亲近巴巴者交往，踏在他走过的路上，进入他住过的房间，坐在三摩地触抚他的墓碑，就开始让我感到越来越接近他的亲身临在。我需要他的帮助，使我越来越爱他。我想按他应该被爱的方式爱他，却不懂怎么做！

所以我尽可能常去三摩地。那是非常舒适的栖身之地。我会找一天中很少人上山的时间。然后步行上山，在四周漫步，或坐在树荫下，只是与他同在。那个地方没有规章制度，只需保持绝对安静。有思想和行动的自由，没有问题要问，我在此可以做自己想做的——祈祷、静心或只是聆听沉默。那是巴巴有时间陪我的地方。有趣的是，我会准备一大堆问题和事情问巴巴，可只要我进入陵墓区域，所有的问题好像都消失了，我发现自己说的是：“谢谢您，巴巴。我爱您，虽然是以我自己的方式。”

许多次坐在三摩地内，甚至现在，我会发现自己止不住地流泪。我也经常看见人们在里面泣不成声。巴巴的妹妹玛妮形容这是“融化”，告诉我们最好是“放手，因为在巴巴的爱火下，蜡烛会融化。”

三摩地的祈祷和阿提于早晨7点和晚上7点进行。首先是《宇宙祷文》或称《大师祈祷》，然后是《忏悔祷文》，之后做阿提。结束后，人们一一进三摩地达善，外面的人们则用印度和外国各种语言继续唱巴赞、克坦、卡瓦里和赞美歌。

你可以加入大家一起念祷文唱阿提，或者就静静站那里直到结束。你可以参加，也可以不参加。曾有朝圣者质疑在巴巴三摩地做祈祷阿提的价值，巴巴的妹妹玛妮经常指出，这是怀着爱念记巴巴、专注他的机会。她称之为“减速带”之一，它让你想念巴巴，阻遏头脑的轻率冲动，以及它对短暂事物的涉入和迷恋。

我记得我对《宇宙祷文》或称《大师祷文》的第一反应是，“它为何不像我们在校学的基督教《主祷文》那样简单易懂？巴巴为啥要用这么华丽的辞藻和高深的语句，让人很难记住？”虽然巴巴鼓励跟随者放弃所有的仪式，却明确表示他希望跟随者每天念诵这些祷文。为什么？这肯定是有原因的。

通读其他巴巴爱者写的书，我揣摩这些祷文并非为了荣耀巴巴。这是巴巴从世界上各大宗教典籍，比如《圣经》、《阿维斯陀》、《古兰经》和《薄伽梵歌》中挑选的词；有着最强有力振动、最有益人类的词。我记得，巴巴本人念诵这些祷文时，会洗手洗脸，整理外套或长衫，然后极庄重地站起，双手合掌，闭上眼睛并带着极大崇敬，聆听《大师祷文》中上帝的所有这些属性。显然，这些盛赞之辞充满深刻意义，对巴巴的宇宙工作非常重要。甚至到最后，巴巴的身体难以站立，在念诵祷文的过程中，他仍会叫一个门徒搀扶他站着。“我授予这些祷文是给人类念诵的。它们是给子孙后代的……”

重要的是我参与了祈祷。任何时间、任何人念诵这些祷文，我都和他们在一起，他们灵性上将得到帮助。”

1952年11月，巴巴在美拉巴德授述了《忏悔祷文》。我记得，一开始自忖，“我何必念这个？我没有做错事，有啥好忏悔的？”我只站着听听，直到有一天打动我的是祷文中使用的“我们”这个词，我豁然明白巴巴也参与了我的忏悔，从那以后我的不满消散了，祷文开始对我呈现意义。我相信我们不经意地做了那么多事，每天都在累积业相。所以，如果我们养成习惯每天把它们交给巴巴，以免我们将来积聚业相，会有助于我们减轻痛苦。

最后是《至爱上帝祷文》，至今我觉得它是最容易、最简单、最好的祷文。它祈求上帝帮助我们全体越来越爱他，“直到我们值得与您结合，帮助我们全体紧紧地抓住巴巴的衣边，直到最终。”我觉得这篇毫无困难。

每天清晨6点清扫陵墓，新来者尤其受欢迎。黎明时分起床，匆匆喝杯热茶，快步走上山，及时参加清扫三摩地，用爱和鲜花装饰陵墓，相当让人激动。据说，如果你为大师做服务，对你的灵性成长大有裨益，此外它给你一种美好的参与感，定会使你感觉更接近巴巴。

我常听到，美拉巴德居民和巴巴亲近者总说，“尽量多进三摩地。”被问及理由时，他们解释：巴巴说过，他离开肉身70年后，美拉巴德山上的陵墓会成为全世界的朝圣中心。他们还说，“尽可能常把头放在陵墓上，因为受益巨大。”我好奇原因，直到有一天，我的邻居和亲爱的朋友芙芮妮·达达禅吉，一位热忱的老爱者，对我解释了一切。她的思想可以用迪莉娅·德

里昂的《爱之洋》书中的话予以诠释。“人们来找至师，以头顶拜他的足时，就把他们的业相负担——将个体灵魂束缚于尘世生活轮回的那些思想、情感和行动的精微印象——卸给了他。”当耶稣说，“凡劳苦担重担的人，可以来我这里，我会使你们得安息。”指的就是这个负担。

我由此推断，尽管这个巨大帮助“现在”可能并不明显，它会减轻你过去的业相负担，从而帮助将来的你。有时，巴巴会选择加速消耗我们的业相，我们原本不得不在许多世经历的事情，会在今生加速并消耗。发生这点时，一个人会有种面对更多挑战的感觉，虽然这是暂时的。但最终，业相变得越来越轻。结果是更容易顺利地接近他，最终与他合一。

爱的疗愈触抚对所有人都有效，而那座山上丰沛可得。与大师的联系使你感受那份爱。它帮助你内在携带疗愈火焰，然后将它传播给那些需要者。和他建立联系后，巴巴会看见你的痛苦和不幸，尽其所能把它转化为觉知、接纳和喜乐。

三摩地是他的直接临在和亲身辐射之源头，美赫巴巴在这里回应渴望他亲身陪伴的心灵。据说，任何拜访三摩地者都会接受巴巴的无条件之爱，不管当时是否意识到。

那什么是永恒日（Amartithi）？1月31日，巴巴“离开肉身”的日子，为何如此重要特殊？成千上万人为何甘愿忍受不适，乘坐马车、牛车、人满为患的巴士和拥挤的火车、出租车和超载的轿车旅行，在临时帐篷中宿夜，睡在硬铺盖上，排长队站立数小时，只为能够把他们的头顶拜三摩地几秒

钟？人们为何要经受这一切，既然在平常日子，你可以利用机会在三摩地不受打扰地静坐数小时，无需经历那样的艰辛？

一天，我坐在房间和一个新巴巴友人聊天，他突然问我同样的问题。我本能地回答：“因为那天，巴巴的亲身临在会被更强烈感受到，他的达善极其强大，会利益全人类。”我刚说完这句话，就用手捂嘴，纳闷这句话怎会脱口而出。我没有权威这样说，因为我其实不知是否真如此！

那人走后，我懊悔脱口失言，便求巴巴宽恕，我是否无意说错话了。我意识到所作所为正是自己屡遭吉米批评的——把自己置于无所不知的位置，却没有真正权威这样做。我知道这句话是自发说的，便问巴巴，他能否用某种方式让我知道，我说的话有无道理。

第二天，一位很亲近的巴巴跟随者萨姆·帕特尔打电话给我，说他想跟我分享一个经历。他过来，我们坐着用茶和三明治，他给我讲了下面的故事。



1999 年永恒日期间，我在三摩地周围做志愿工作，上午 11 点半左右结束后，我想静坐凝神专注于巴巴，但要在千万人群中找个地方坐下相当困难。我费尽周折，终于混入一些安得拉爱者中间。在三摩地附近巴巴小屋旁锡棚的地上，简直完美。他们不认识我，我听不懂他们说的话。

大约 11 点 45 分，我合上眼，试着观想 1969 年那个重大日子发生的事。那天，主的整个身体会颤抖，他怎样忍受那些痉挛，并问起金德医生有没有到，还叫阿娄巴读出哈菲兹的这个对句：

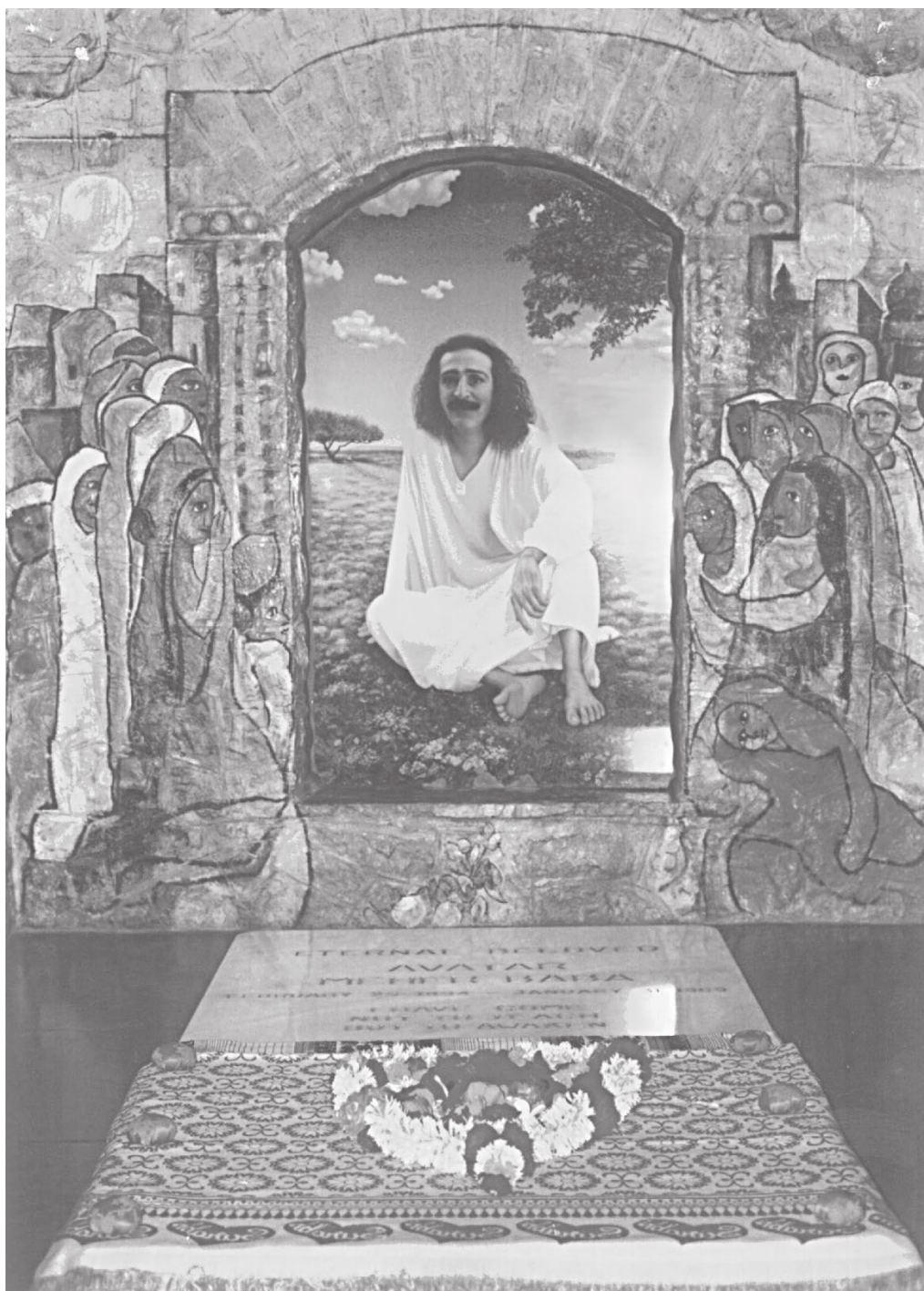
“适合于一个幸运的奴隶，去执行大师的每一个命令，不问为何与什么之问题。

“对于大师对你说的话，切莫说不对，因为亲爱的，错就错在你缺少理解他的能力。

“我是把我从无知中解脱的大师的奴隶。无论我的大师做什么，都是为了所有相关者的最高利益。”

默想至爱的这些苦难，令我泪如泉涌。就在此时，终于宣布从中午 12 时起到 12 时 15 分，保持 15 分钟沉默。这时我开始有了内视。

我蓦然看见，美赫巴巴站在(通向曼萨丽房间方向)的绿大门旁边。巴巴穿着白袍，容光焕发，让埃瑞奇站在他右边。他们一直望着聚集的成千上万人，后来巴巴突然轻推埃瑞奇，要他开始往前走。之后他俩前行穿过人群，来到集会平台。埃瑞奇扶着巴巴走到台上。此时，我跑过去对埃瑞奇说：“巴巴在做什么？如果人们看到他，会引发踩踏的。”埃瑞奇叫我保持安静，站在后面，让巴巴做他的工作。我站在原地，不知所措。



美拉巴德的美赫巴巴三摩地

后来巴巴展开双臂，伸向四面八方，把他的祝福洒落给所有的聚会者。持续了十分钟左右，现场聚集的成千上万人一片寂静。然后一些婴儿开始啼哭，人们开始清嗓子。一开始发生这些，巴巴便再次轻推埃瑞奇，告诉他该

走了。埃瑞奇扶巴巴下来，他开始匆匆迈向三摩地。我尾随其后。巴巴越过门槛，登上去，走向巨大的大理石碑，将它当盖子一般提起，进入躺下，双手合抱胸前，叫埃瑞奇赶快盖碑。埃瑞奇遂叫我帮忙抬大理石；此时巴巴对我打手势，表示“把你看到的告诉人们”。我们随后动手盖好墓穴，覆以鲜花。就在这时，我醒来意识到现实，人们开始呼诵“阿瓦塔美赫巴巴凯捷！”，我看到自己坐在众多爱者中间。

萨姆讲完他的故事，我几近流泪。因为它不仅是一次美好的体验，而且极为真切地回答了我自己的问题。

你肯定明白，经过 17 年对巴巴的了解和爱，这么多年的美拉巴德三摩地之行，我终于在 2000 年 1 月 31 日，首次参加了巴巴的永恒日，和众多人群一起站着排队，做特别的达善。



巴巴的永恒日期间，信众前来拜谒

第二十三章



我宽恕

1945 年，在拉文斯布吕克集中营发现了下面这首诗。它是在人类可能遭遇的最恶劣环境下写的，彰显了人类精神对看似不可克服之困难的胜利。

“主啊，

请不仅记住善良的男女，

也要记住那些心怀恶意者。

但不要记住他们施加于我们的诸多苦难，

要记住我们获得的成果，

由于这份苦难——

我们的同胞情谊、忠诚、谦卑，

我们的勇气、慷慨、宽宏大量

皆从这一切中获得成长，

当他们接受审判之际，

让我们孕育的全部成果

成为对他们的宽恕。”

难以理解，任何人在遭受这样的暴行之后，怎可能怀着宽宏大量的精神请求神这样做。它向我们表明，只要我们付出努力，自己有能力做到什么。在该案例中，它向我们表明，受害者是如何克服重重困难，成为胜利者的。

携带愤怒和怨恨，就像用纤弱的手捧着沉重的巨石。要么你捧着该沉重负担，直到某一天它变得太重，砸伤你；要么你可以有意识地将巨石抛到路上，从而将过去抛在身后，摆脱沉重负担，继续前进。选择权全在于你。

宽恕是释放痛苦，接纳已发生的事件，因为它不会改变。我们想到宽恕时，可能产生惧怕：你若宽恕，会让伤害你的人得自由。而事实上，一个人若宽恕，是让自己得自由。实际上，我们没损失什么，反而得到礼物。

我们的过去是一系列功课，帮助我们提升至更高水平的生活和爱。倘若我们做出抉择，就能从最痛苦的境地走出，对我们是谁、我们想要什么获得深刻洞见。我们的错误、挫折、失望与失败都是灵性成长所必要的。

有一次，巴巴在浦那的古鲁普若萨德度夏，门口的看守进来说，某达官贵人来求达善。巴巴让他进来。那人致敬后，巴巴问他的姓名和职业。那人

回答他是法官，巴巴笑容满面，打手势说，“我也是法官，但有所不同。”接着表示，“你要给人定罪，惩罚他，而我知晓人的罪，宽恕他。”

我们是否经常把这个原则贯彻于生活中？我们是否经常、快速地宽恕那些毁坏我们生活的人？

请接下来阅读了解，珍达·玛丽·布莱尔是如何面对生活中的诸多问题并学会宽恕的。



过去三十年里，我一直奋力寻找活着的理由，我确信正是这点，使我在完美的时机联系到楠和她的卡尔，以及他们通过一位美好的灵性大师所做的工作，这位大师一度生活在我们的地球上，叫美赫巴巴。我生活中的讽刺在于，我的职业是注册护士。我能帮助别人，却找不到自己的路。我活着出于唯一目的，即我漂亮女儿米歇尔的爱。我分享我的心曲，希望你们能明白，我的生命之线串联着所有的心碎和痛苦，并把我带向巴巴。

我小时候，经历过许多欢乐和艰难，使我活下来的是我对上帝的爱。我把一切都献给上帝。不过唯一的问题，正如我今天看出的，是我其实并没有一个慈爱的上帝。那时生活中的每一件事都旨在教我，制造对上帝惩罚的恐惧和罪疚；这些事只会导致一个遭受家暴的小女孩更缺乏自尊和价值感。但我倚靠上帝；他是我绝望时刻的唯一依靠。我发挥全部的意志力，不得不尽量接受有破洞的鞋子和经常的殴打，努力成为完美之人，不犯一点儿错误，以便家庭生活会变得更好。

读高中时，我遇到一个好人，他叫罗伯特·爱德华·考德威尔。我不仅爱他的家人，他们也都爱我，与我一起度过时光，从不评判我的贫困生活。他的家成了我的家。在这种幸福状态下，我不仅成为一名优等生，还获得了奖学金，于1966年8月开始上大学。上帝终于爱我了。

没多久，爱迪和我正式订婚。他刚结束新兵训练营，成为海军陆战队士兵，为服务祖国而自豪。他很快接到命令，赴越南服役13个月。我感到害怕，极度不安。他出航前对我说的临别之言，就是承诺回家。

他的兵役比计划返家日期缩短了12天。他坐医疗直升机时，被敌军火力击落而身亡；被烧死，没有遗体。我记得自己对上帝尖叫：“我恨你！我再也不走向你。”他父母悲痛欲绝，忍受不了继续和我生活，那样太痛苦了。就这样，我失去了一个同样爱我的家庭。我封闭自己，努力完成学业。

毕业后，我嫁给了一个叫杰瑞的男人，他有明显的酗酒、吸毒和暴力问题。我嫁给他时相信，他需要的全部只是有个人爱他，他的生活就会变好，而我不再自感无价值。12个月后，我们有了小孩米歇尔，她非常漂亮，红发碧眼。但不久，我丈夫的问题变本加厉，导致他更常使用肢体暴力。不用说，我成了他的虐待目标，直到后来我向法院上诉求助，没不久，他企图杀死我们母女，遂被警察开枪击毙。

接下来30年，是一段在工作、关系和灵性之间漂泊的时期——无一成功。我竭力驱赶恐惧，却无济于事。

后来发生了此事。我在一家精神病院做注册护士，同一位护士关系很好，她的灵性名字叫比斯克拉。没多久，我失去了父亲，由于我对父女俩的关系既有深厚的爱，又有极大痛苦，他的去世让我完全迷失，感到永远失去了宽恕的机会。后来比斯克拉提到，南卡罗来纳州的默土海滨有一个灵性静修中心，并同我分享谈起她的阿瓦塔美赫巴巴。我本能地知道，我会走向他的。

于是做了安排，我前往美赫灵性中心。仿佛回家了。在优美的小屋——周围有我所见过的最美环境——居住两晚后，我有了某种内视。巴巴来找我，握着我去世父亲的手，用手指指，并通过脸上的表情向我表示，“瞧，他现在和我一起！”它不仅揭示了这点，即我父亲确实听到了我请他给我一个表示他安好的信号，而且我后来得知，巴巴作为阿瓦塔在世生活期间并没有说话。这是我灵魂之旅中一个强大的觉醒时刻。

接下来 10 年里，我有了更大的觉醒。我与巴巴的关系日益坚固，虽然生活有了很大改善，各方面情况更为稳定，我依然怀念爱迪和他的爱，另外竭力想学习宽恕杰瑞。我记得当时曾想过，我对幸福的渴望永不会消散或削弱。我有巴巴、女儿和生活，不过内心的空洞被寒风拂过，依然如故。

通过杰瑞·沃森(一位毕生忠诚的巴巴爱者)，我得知了楠、卡尔和她的书《沉默之声》。我笃信自己得联系她。我还买了书，对我最有意义的是，莫过于和这个美好家庭一起学习阅读的爱之旅。

于是我听从内心，给她发电子邮件。真希望我能在这里摘录我通过卡尔接收的爱迪和杰瑞的通灵内容，那样你们将能清楚地看到，我生命中那条美丽的金线。

藉着巴巴的恩典，爱迪现在回到我的身边，就像他离家前答应的那样。杰瑞现在和我们的至爱在一起，我内心明晰地知道，通过这次通灵，我慢慢学会了如何宽恕他，并引导他获得迫切需要的帮助和爱。在婚姻誓言中，我内心一直向他许诺要帮助他，现在他再也不必踽踽独行。巴巴向我确凿证明，我们所爱的对象决不会离开我们；决不会太迟或做不到宽恕，去治愈我们的创伤并且帮助我们所爱的人。

在过去的两年里，巴巴领我踏上一段旅程，清理释放所有非真实之物。一言蔽之，我经历了个人意志和生活的深度彻底臣服，仅仅依靠该认知：巴巴手牵手、心连心地与我同行。我每天感谢楠信任巴巴，“走她自己的路”，同时帮助了许多像我这样的人。我理解，孤独地发展一种灵性禀赋并不容易被所有人接受——你对神有绝对信任才做得到！

我必须对你们讲讲另一次真正感动我的经历。一天，我坐在美拉巴德山上，注意到一位女士独自坐着，远离人群，默默静思对巴巴的爱。我被她吸引，因为她看上去那么安详平和。她的面容很熟悉。后来我记起，前段时间，她读过《沉默之声》后联系了我。她还是小女孩时就失去了母亲，在思念她的爱与关怀中长大。书中内容触动她的心灵，而由于巴巴通过卡尔传给她的

爱讯，她和母亲再度愈发亲近。我们的目光相遇认出对方，她笑了。那天晚些，她走到我跟前，对我讲述这个极为神奇的故事：



亲爱的楠，我来到美拉巴德，只想感谢巴巴让我知道母亲的情况。我进入三摩地，坐到他墓前的小小空间。可当我坐着对他倾诉时，非但没有展开我当前生活中的问题，反而似乎魂不守舍，突然回溯往事，忆起我还是少女时，未婚产子、被迫把婴儿送人领养的痛苦日子。那段时期，我经历了自己造成的可怕地狱。真不知道，很久前已被我埋葬的这部分人生，为何在安详的三摩地内突然扬起它的蛇头。

我环顾四周，泪水无声地从眼眶滑落。没有人在，除了巴巴和我。就在那时，我决定对他诉说我隐藏多年的心事。

我痛苦地大声说话。向巴巴倾倒秘密，对他讲述一切后，跪在他跟前祈求：“巴巴，我的心向您哭诉。我的孩子在哪里？我多年前生的小孩、我只见过一次的可爱小脸在哪里？巴巴，求求您告诉我，他在哪里？他怎么样？他好吗，快乐吗？我只想知道。我渴望通过您巴巴，得到他的宽恕。”

我坐在那里，不知哭了多久，同时自感惊讶，居然对巴巴吐露了我锁藏多年的秘密。

走出三摩地后，我回到当前生活，日常世界的问题，丈夫和子女、健康和幸福的问题又涌了回来，还有作为我内心携带的永久痛苦的小秘密又回来了。只是这次，它因为分享变得略轻松些。

几个月后，我参加一个商业研讨会，巧遇来自斯堪的纳维亚半岛的几个女士。我不太记得怎么谈到未婚先孕的母亲和收养机构的话题，讨论过程中，她们中的一位说的话令我茅塞顿开。就像巴巴抓住绳子，用双手摇铃——声音响亮而清晰。

于是我开始追踪线索，掀起一连串事件，揭示一个又一个事实。它把我带回那个地方，年少惊恐的我先躲在那里生下孩子，那天我心中充满了爱，第一次看到他的小小身体，我父亲则把孩子从我的怀里抱走送人，我的亲骨肉就这样永远随他而去了。

如今蓦然间，莫名地照亮一条路——一条带我艰难地经过繁文缛节和大量规章条例的路。调查各领养机构，寻遍各国，找遍错综复杂的人物地点，终于我来到一对夫妇的门前，他们多年前从印度领养了一个小男孩。这并不容易，巴巴确实让我为此努力，可是……

是的，我找到了儿子。我最终在斯堪的纳维亚找到了他，但按照我对巴巴的承诺，我不会告诉他我是谁，或者他对我意味着什么。他快乐而成功，得到疼爱，我安心了。我不想在任何方面打扰他，使他的生活复杂化。我知道巴巴不希望我这样做。我也知道这是我的羯磨，它必须完成。

我曾在深度绝望和悲伤中请求帮助和宽恕，而巴巴出于无限慈悲，怀着全部的爱把它给了我。

现在，多写一点我自己的事。我最近一次美拉巴德三摩地之旅，真让我大开眼界。那晚，我在朝圣者中心的大厅吃晚饭，女儿蒂娜打电话告诉我，他们马厩里有一匹叫‘旗手’的马，当天上午去世了。它深受宠爱，他们很难过。所以我可否请求巴巴和卡尔照看它的灵魂，一路帮助他？

第二天早上7点，阿提时间。祈祷刚结束，将要开始唱歌。我前面的人刚进三摩地达善。我在后面排队等候，深思中突然记起蒂娜要我做的事。我把头靠在三摩地外的石墙上，对巴巴说：“巴巴，请您照看这匹马，让它和您在一起。”



一名骑师骑着“旗手”



我儿子卡尔骑着“瓦苏达”

这时轮到我了，我迈过门槛，一首新歌唱起：“瓦苏达—瓦苏达—瓦苏达—瓦苏达。”音量越来越大，歌词打破了我灵魂的寂静。

我步入三摩地，从头到脚颤抖。瓦苏达正是卡尔坠落的马，它的蹄印，像灼热的红铁块，留在他瘦削的胸口上。它是导致他死亡的马儿。

我思绪混乱，跪在墓前，从内在深处听到自己的声音脱口说：“巴巴，我宽恕。是的巴巴，从今天起，我不再把这些藏在心里。”

我过于震惊，不得不扶门走出三摩地。我坐到外面长凳上，感到呼吸困难。我用些时间让心跳平缓下来，以更理性的态度看待它。这一切意味着什么？巴巴想告诉我什么？

是的，也许我一直无意识地把此事藏在心里太久了。也许我真需要宽恕那匹马，以便那匹马、卡尔和我之间的羯磨纽带才能最终得到解决。

而我一回到家，最终把这个经历分享给家人时，是内维尔指出了两匹马的惊人相似处。它们有同样的奔跑动作，体型和大小一样，都是栗色的，而且有同样的白斑！

有可能是同个灵魂重新出生吗？

第二十四章



精神食粮

一天早晨醒来，我有一种强烈的直觉：是时候再去孟买和巴巴旧友们一起叙叙旧，并亲自接触巴巴带给我的新人了。我没喝完晨间咖啡，电话就响了。是兰贾娜·萨尔维，我老团体的巴巴跟随者。“早上好，楠，”她说，“我今早醒来，就想劝你来孟买。我们都很想再见到你，所以请过来，让我们一起分享对巴巴的爱。”

瞧，我就知道！和往常一样，巴巴一开始就全盘计划好了，且从不浪费时间，通过击落他发现的第一颗闪烁流星实施他的构想！

我终于来到孟买，在兰贾娜美丽宽敞的家中，与大家聚会用午餐。先寒暄招呼、热烈拥抱过后，我们进行认真地讨论。

当然，首先是我和兰贾娜怎么都直觉地收到大家需要见面的这个紧迫讯息。我们该叫它什么？该称之为直觉还是巧合，或者纯属想象？这样的话，一个人该如何识别？

我们面面相觑，不知从何谈起。有人提出一种解释，有人则有另一种解释。尼莎·高希引用了《浦那时报》上的优美语句，其中肯地表示：“声音超越了分隔阴阳两界的沉默鸿沟。我们大多数人会在梦中、有时甚至在心中听到直觉之声——但只有少数人聆听。”

随后就此展开热烈讨论，最后孟买巴巴中心的赛勒斯·卡姆巴塔——那天很幸运他和我们在一起——要来一本宝·喀邱瑞著的《美赫主》，帮我们找到了书中巴巴的原话：

“当你感到某种直觉，并且对之确信无疑，那就相信它是真的。对短暂的疑念和情绪，不要重视。但你若觉得它触动自己的心灵，就听从之。来自头脑的，不是直觉。直觉意味着来自心灵的东西。在神圣道路上，首先有直觉，之后有灵感，再之后有觉照，最后是证悟。”¹

这似乎暂时答复了那个问题，接着讨论的话题是“运气、命运与自由意志”以及两者的区别。

这个问题相当复杂，为了更深层理解它的运作，需要更细致地加以讨论。于是我们又开始朗读身边书中的一些语录，以便对运气、幸运或机运与行使自由意志的关系有个清楚的概念。

书中读到：“运气是人自己的造作从往世追逐他。正如以往羯磨决定了它，今生的羯磨也同样能改造、重塑、以至解除它。对羯磨律的适当认识和使用，能使人通过明智行动，成为自己命运的主宰。”²

赛勒斯阐释，这段话解决了两者的冲突：即我们生活中的事件是命中注定的，还是我们可以自由选择改变进程。他阐述道，我们都可以在“此时此地”看到我们以往羯磨之果实的交集点，我们称之为运气，呈现我们的生活中，作为环境、状况、事件、形势或场合，以及在永恒当下的每时每刻我们始终可获得的行使自由意志之机会。过去可能驱使我们采取某种行动过程——某种习惯模式或心理倾向——但它决不可能强迫我们采取该行动。此处呈现出选择的力量或自由意志，在当下此刻改造、重塑乃至化解我们的过去，使我们摆脱过去结果的束缚。

那么，何为命运？

“命运是引导我们经历无数生命的神圣法则或神圣意志。从进化伊始，直至成道之目的，每一个灵魂都必须体验苦乐、善恶……我们可把命运比作700吨苦乐善恶，每一个灵魂在整个存在期间都必须负载。一个灵魂负载700吨铁。另一个负载同等重量的钢，其他的负载铅或金。重量总是相同，改变的只是物质类型。个体的印象各异，所积业相构成个体来世的结构和状况。因此，命运都一样，但运气有别，各不相同。”³

这段话实乃精神食粮，不过我们的注意力被女主人的叫唤突然打断：“请注意——当前目标——充饥的食物，你们要是现在不来，命中注定将会挨

饿！”于是我们做出选择，跑过去，享用各种汤和沙拉，然后是美味的巧克力蛋糕、水果和冰淇淋。

填饱肚子，讨论又开始，但这次脉络完全不同，是分享个人经历。结果那天分享了两个很美的故事。我不知道该形容它们非凡迷人、欢欣鼓舞，还是振聋发聩。

吉米·莫迪称他的经历“奇怪”，帕米妮·萨瑟则说她的经历“难以置信却真实”。下面呈现给你们的是那天讲的故事原文。



吉米·莫迪说：几年前，我才听说“美赫巴巴”这个名字。有人告诉我，他是最伟大的圣人之一。

但他有何教导？我会问。

最后有人建议我可以读楠·乌姆瑞伽的书，我的朋友菲露大方地把她的书借给我。太棒了！楠的经历非常棒。不过阅读它是一回事，亲身经历则是另一回事。那一刻我想知道，有多少读者对此书也有同样感受。是什么似乎总使我们远离“信仰”或人称的“信念”？如果我们每次都要亲历一些事才能相信，那么美赫巴巴一定面临着艰巨的任务！毕竟，我们有什么办法呢，既然我们生来携带有这些身心局限？

我今生唯有的一次错过火车，就是在我们决定去美拉巴德的那个早晨。奇怪！尽管如此，凭着一点坚毅、决心和狂奔，我们终于到达目的地，尽管晚了一小时。

这次行程中，我遇到一位年轻的母亲苏妮塔，一年前她刚失去丈夫。陪伴她的是可爱的15岁女儿普嘉。她们俩显然仍处于失落哀伤的状态。

我们坐一起吃午饭，我难过地倾听她们的故事。她们告诉我，如何通过楠联系卡尔，与心爱的人取得联系，最后收到一则讯息，但仍心存疑虑，因为如我之前指出的，人类的头脑需要某种信号或证据。

楠向她们解释，她不是严格意义上的灵媒，她的所有讯息都源自美赫巴巴的恩典，它们通常采用来自灵界的帮助和指引的形式，所以很难让她获取具体的姓名，不过她说：“我肯定巴巴会找到办法让你们安心的。”

于是安排了美拉巴德之行。赴美拉巴德之前，她们又要了一条讯息，提出一个至关重要的问题：“请问卡尔，我们所爱的人在哪里？请帮助我们，给我们一个信号。”卡尔答道：“当你们从一个拱门下走过时，将是你们与他会合的时间和地点。你们会知道的。”

我很好奇，加入搜寻。我们环顾四周——朝圣者中心到处是拱门。是哪个拱门？我们该看哪里？信号在哪儿？我们要在哪里，如何感受这个临在？

傍晚，我们全体决定上山到三摩地。我单独和苏妮塔一起走，其他人落后几步。我们沿着路，踏上一条通向铁道口的小路。我们慢慢走近，依然沉浸于谈话，前方有根铁栏杆，类似门栏，用于隔离铺着石子的褐色铁轨。过

铁道的唯一办法就是弯腰走到另一边。我们离铁栏大约 20 英尺时，苏妮塔大声尖叫起来，僵立着，一边指前方铁栏，一边盯着喊道：“看，看！”我不知发生了什么。生锈的旧铁栏形状像拱门，左边白粉笔以大写字体写着“S-O-N-U”。那是她丈夫过去叫她的名字，苏妮塔的呢称。怎会有人知道？奇怪！

巴巴刚才不止一石二鸟，而是三鸟！他用爱箭穿透了三颗心，用她们的经历打动了我的心。

我们到三摩地时，需要坐一会儿以吸收刚才发生的事，但时间不多，因为晚间阿提很快开始了。那对于我是非常强烈的体验。音乐、人群——来自异国他乡和本地的人们——盲人音乐家、孤儿们、染红的夕阳、贫瘠的原野、相思树，一切都让我们感到融为一体。有一刻，我似乎不复存在。

夜幕降临，我们走下山，我走在朋友们的后面。我几近处于入定状态，试图从刚才体验的狂喜中回过神来。很快注意到，苏妮塔的 15 岁小女儿放慢了脚步，和我同行。我希望她会保持沉默，因为我没有心情说话。我把头转向左侧，我们目光相遇了片刻，某种奇异的事发生了：我彻底失去了意识！至今我仍不知自己怎么回事！不知道我失去意识多久！唯一知道的是，当我恢复意识时，发现自己还走在路上。我甚至没有摔倒！这是我一生中有过的最震撼体验！言语无法形容。

继续沉默中，我感到受驱策问她是否注意到什么或体验到什么，她随即柔声对我说：“你知道发生啥了？美赫巴巴派我父亲来陪我了。他和我并肩同行——我敢肯定——刚才那一刻，你就是他！”

这不是奇迹。我想知道，我们能否暂时超越“你和我”的分别或二元。我们能否与“神爱”暂时合一？

我可能永远认不出“神爱”，即使它掉落我的腿上！相反，我可能只认出它是一个神奇的相聚，一个神秘的巧合，一个上天的安排，或者巴巴大能的展示。但这一次，对我来说，它纯粹是我无从解释的事。我感觉无需解释这次经历。奇怪吗？谢谢您巴巴。



帕米妮·萨瑟说：我本不是会去这类地方的人，可朋友莎乐美提到她要几个朋友去一个叫美拉巴德的地方，我心血来潮地说：“好，帮我预订，我也去。”就这样，我终于来到浦那车站，第一次见到楠。她知道我的名字，仅此而已，可我一看见她，内在就感到激动。

寒暄问候互相介绍后，我们都挤上公共汽车。上路后，楠把那天早上接收的卡尔讯息交给我们。有的是私人的，有的是普适的，有的只是欢迎辞，但都强调了巴巴的爱、帮助和支持。

之前从未收到过灵界的讯息，我用颤抖的手打开我的讯息。上面写着：“亲爱的朋友，我们素昧平生，但我看到且知道你的心中承载着悲伤。你父

亲说：‘我希望你知道，巴巴是你可能拥有的最仁慈、最温和慈悲的朋友。因为你我不止是父女，还是好朋友，我现在会安排你在美拉巴德找到一个朋友，他将永远成为你的右手，并通过这个右手，你将找到自己的幸福，因为那将是我的右手在帮助你。’”父亲接着告诉我，我们心心相连，过去多世都有灵性联系。他向我保证，本次巴巴三摩地之行将难以忘怀，它会帮助我永不再悲伤。

读完后，我坐在那里盯着纸条，不知所措。不过，在最初的犹豫后，我承认卡尔是对的，我的内心是承载着悲伤。那是因为我亲爱的父亲，我最敬爱的人前不久去世了。没有他，我完全迷失了。我非常思念他，因为他不仅是我父亲，也是良师益友。我的生活不再一样了。

不过，我们快到中心时，我把所有这些思绪抛在脑后，因为大家看起来都很愉快，我也融入其中，微笑面对朋友们的轻松玩笑，他们调侃我说：“来吧，帕娣，让我们请巴巴为你找个好丈夫！”

在美拉巴德的第一天美妙而令人振奋，三摩地的能量对我们全体产生了强大影响，虽然我们很好奇，从接收的讯息拼命找线索。不过最终，其实没找到任何答案，我决定把它交给巴巴，去享受渗透我整个存在的和平宁静。这个地方的整个感觉真是太美了！

第二天，一件奇怪的事发生我身上。那是晚间阿提，祈祷结束，我眼睛闭着，喜悦地听着美妙歌声。刹那间，周围一切好像消失了，我发现自己单

独和巴巴在一起——完全孤单——其他人似乎都消失了，现场不再有任何人！

我固然知道我在做什么，记得自己走入三摩地，顶拜巴巴的陵墓，然后去拜亲爱的美婣和玛妮的墓碑。甚至记得，后来走到几步之遥的巴巴小屋，敬拜了巴巴最后一段旅程躺过的担架——然而这一切似乎都不真实。

夜幕降临，我环顾四周寻找同伴，却不见人影。他们都去哪儿了？

我缓步走下山坡，仍处于半恍惚状态，不久意识到身边有一团奇怪的光影，突然间，似乎是我父亲和我一起步行下山。他问起我的近况，我母亲的健康，还有我的职业情况，我一一相告，可还没来得及发问，竟发觉一个孤独的男子挨我身边走着，就在那一刻，他踉跄一下。我不敢置信地望着，好像恢复了意识，本能地抓住了他的左手。“不，”他说，“我左半身瘫痪的。”

我的心口像被猛击一下。我父亲去世前就是左半身瘫痪的。

我忐忑不安地握住他的右手，陪他越过铁道。我们就这样抵达朝圣者中心，然后分开。我全身颤栗，面无血色。我不知自己怎么用晚餐的，因为过了许久，我仍亢奋地沉浸在美妙经历中。后来，我终于能够对朋友兰贾娜分享此事，后来又对楠分享了。

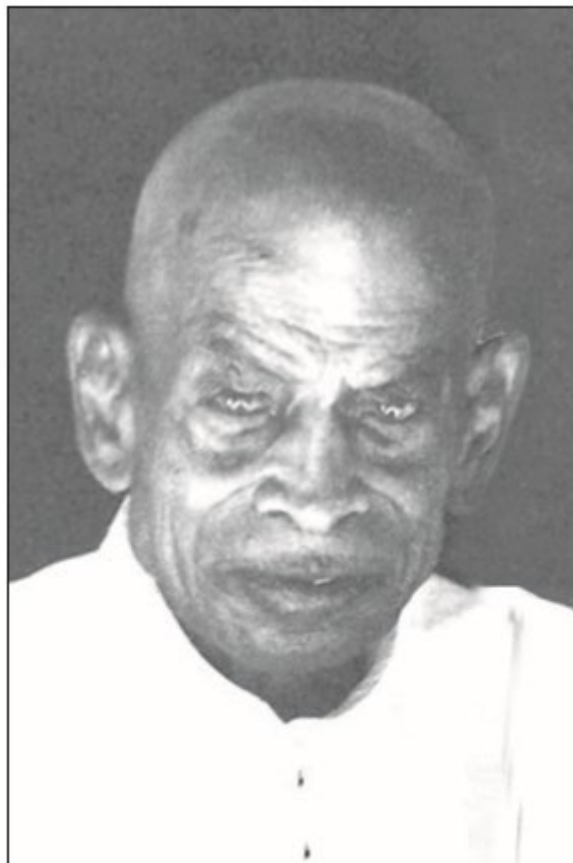
那讯息说过：“通过这个右手，你将找到自己的幸福。”

此言何义？我反复琢磨，一遍遍地问：‘爸爸，我真看到你了吗？巴巴真带你来见我了吗？你真在那儿吗？’

我整晚半睡半醒，一遍遍回想此事，但内心很清楚，我并非想象出这件事。我仰望天空，祈求道：“上帝啊，我真能得到此事的答案吗？”

我们三天的逗留结束了，最后一站是拜访巴巴的玛司特穆罕默德。玛司特是神醉灵魂，被美赫巴巴用于他的宇宙工作。“玛司特拥有影响自然法则的能力，可随意地施奇迹。他们即使不进食，生活场所不卫生，不洗澡，无遮身之地，也能维持身体健康，有违所有的医学知识。”⁴ 巴巴在一生中，不辞辛苦地联系并且召集了印度各地的大量玛司特。穆罕默德是巴巴带回美拉巴德帮助他工作的玛司特之一。

当天，穆罕默德心情不佳，耷拉着头，坚决拒绝看望或理睬围聚在那里的人们。我走入房间，突然止步！一看见他，令我屏息惊呆。他看上去和我临死前的父亲一样——同样身体虚弱，嘴角流涎，白床单遮着腿，同样光秃的脑袋和耳朵。我不敢相信自己的眼睛。



穆罕默德玛司特

我不假思索地跑去，跪在他的脚边。用马拉地语脱口唤道，“爸爸，爸爸，您认得我吗？”

他猛然抬头，眼含微笑，注视我的眼睛，说：“捷巴巴。”

我永远忘不了他脸上的神情，那是父亲临终前给我的，同样充满爱的神情。

我的美拉巴德之行果然是启蒙之旅，我被一种超越表达的爱——对巴巴的爱所吞没。我要感谢你卡尔，你用独特方式触及人们的心灵，但对我来说，你提升它超脱我的身体，把它献在巴巴足前。我是来敬拜神的，其实不期望

任何回报，我的身体虽离开，内心灵魂却留在巴巴三摩地，强烈渴望不断地回到巴巴身边。

谢谢您让这一切发生。

帕米妮讲完，客厅里鸦雀无声，连针掉下来都听得见。仿佛那天坐在那里的我们，也被巴巴送往他的至乐净土。生活中时而有这种无法定义的事例。其次，我们人类为什么想把所有东西放入盒子，贴上标签？关于生命奥秘以及阴阳两界之间的联系，我们还有更多未知的。也是在这类时刻，你会感到那些在另一世界的人——我们所爱的人——确实透过薄纱触及我们。把他们和我们隔开的只有一道阴影。我们感受到他们的在，几乎能触到他们，他们也几乎触到我们，几近如此。

热茶和巧克力蛋糕让我们有暇逐渐恢复常态，问起关于穆罕默德玛司特的更多问题。有人知道他的更多细节吗？

巴巴的一位老跟随者，达拉·卡特拉克，那天恰好和我们在兰贾娜家，主动讲了下面的故事。

穆罕默德的原名叫图克拉姆。他是陶工之子，居住勒德纳吉里地区，一个叫索纳瓦迪的小村庄的溪边。他在这种淳朴环境中长大，很快结了婚，育有二子。后来他为了消遣开始玩赌博游戏，出手就赢。几乎不会输——赢得太多，甚至很难把赢来的奖品搬回家。

此番好运开始后，不久发生一件怪事。一天早晨他醒后，站起身，将胳膊直举头上方，站在屋内，身上只穿内衣，发呆狂喜地入定，保持该姿势近12天。最终他出定，穿上凉鞋，把全部的钱给了妻子，道声再见，离家而去。

可他身上发生了什么？

用他自己的话说，“我成了提婆（天神）。”

他此生不是求道者，但前世曾是一间小堪都巴庙的牧师。我猜是某种东西突然觉醒了，此刻他显然接受了召唤。最后当他遇见巴巴时，他们拥抱在一起，无比幸福。从那以后，他永远爱着他的“达玛恰-大大”（*dharma chadada*）——全人类信仰尊崇的大哥。

故事接着讲到，二次世界大战期间，巴巴在美拉巴德建了玛司特埃舍。从各地带来许多玛司特，他会连续数小时，甚至夜以继日和他们在一起，帮助他们在内层面的灵性旅程，而且将其灵性能量运用于他帮助人类的宇宙灵性工作。一天，巴巴把自己和穆罕默德关在闭关小屋。指示埃瑞奇在屋外站岗，任何情况都不许任何人进入。巴巴说，该工作对人类的利益刻不容缓，他不希望受到丝毫打扰。埃瑞奇耐心等待，一个又一个小时，突然小屋门被推开，穆罕默德跑出。他夺路奔过时，埃瑞奇被猛地抛在地上。随着玛司特走过，一股电流涌过埃瑞奇的全身，他差点昏过去。

等他回过神，只见巴巴奋力走到门前；他大汗淋漓，眼中含泪。他望着埃瑞奇，难过地摇摇头，仿佛在说：“我试过了，我真试过了，可我不能那

么做，我不能。”第二天，晨报登载了敦刻尔克惨败的头条新闻，全世界和巴巴一起沉浸于哀悼。

被问及时，达拉·卡特拉克说明，二战期间，穆罕默德与德国有深刻联结，巴巴常通过他工作，尽量避免这样的悲剧。不过，这里需要注意的是，虽然对巴巴来说没有什么事是做不到的，他通常会让自己遵循自然法则的约束，在其范围内工作。

近 24 年来我每次去美拉巴德，都会特意拜访穆罕默德，哪怕只待一两分钟。我的记忆中，是看见他坐在满德里大厅外的走廊上。他像“尊贵的外星人”，难得说话，有时叫嚷“走开”，有时只是微笑，若看到肥皂，会比平常笑得更欢！他喜爱洗澡和肥皂的新鲜香味，我相信，尤其在巴巴给他慈爱地洗澡时。他是那么纯朴和特别的灵魂。从与他接触而受益者的数量就能看出，他多么特别。

我记得有一天接到消息，穆罕默德病重，呼吸停止。巴巴跟随者和亲密门徒为他准备了丧事，甚至给他挖了墓穴，可他复活了！他继续生活了几年，直到最后融入他亲爱的巴巴。

一直照顾穆罕默德的艾瑞克·纳德尔说：“他清楚地知道自己快死了，临终过程快速优雅，没有任何躁动、焦虑、恐惧或愁苦，偶尔迸发出幽默和快活的念叨。他美好又可爱，直到生命尽头。我从不夸大也不足以形容他的慷慨和慈爱，还有他在我心中激发的、对他挚爱的‘大大’——我们至爱的主美赫巴巴——的爱。”

穆罕默德于 2003 年 6 月 17 日去世，回归巴巴。几天后，许多人注意到曼萨丽房间外的锡棚下，长椅上的巴巴相片出现了变化；现在它清晰地显现出一个以前从未被注意到的形象——穆罕默德的面容。他的头倚靠巴巴的肩上，拥抱着他的至爱。

第二十五章



一去不复返？

从我首次致函美拉巴德申请拜见美赫巴巴，过去 25 年以来，加里·克莱纳和我一直是朋友。那时他给我回信，说由于巴巴已“离开肉身”，我不可能拜会他，不过他介绍我如何前往三摩地，就这样我第一次去了那里。

二战后，加里出生在俄罗斯。父亲是犹太人，大屠杀的直接受害者。母亲生活在斯大林格勒市，当时城市遭到轰炸，被夷为平地。加里年幼时在波兰，上学常路过被炸毁地区和建筑物。后来全家去了美国，那时他爸爸的口袋里只剩 18 美元，开始新的生活。所以，正如他常说的，如果他能够开心，谁都能开心！他采取了诸多步伐，确保自己不会成为生活的牺牲品。他迈出的最大步伐是，当爱以美赫巴巴的名敲响他的心扉时，他选择自愿打开门。

从 1978 年起，加里一直为巴巴服务，对所有的来访者分享他的快乐。他婚姻幸福，在美拉巴德郊外有自己的小寓所。

大约四年前，加里·克莱纳邀请我去美拉巴德参加工作坊。我接到他的电话邀请，有些忐忑。美拉巴德的工作坊？我觉得难以置信，他解释说，是在他家中举行的，实际跟信托无关，但这是他个人的首次努力：在美拉巴德的居民和朝圣者中间鼓励一种亲密团结精神。最初一直是巴巴满德里在做这

个爱的服务；他们把大家召集在美拉扎德大厅，用他们伴随巴巴生活的奇妙故事吸引我们的注意力。现在，多年过去，许多亲近巴巴者(美嫒、玛妮、曼萨丽、高荷、阿娜瓦丝、恺娣、埃瑞奇、阿娄巴和保·纳图)都走了——他们已永远安息在巴巴里面。巴巴对未来有何打算呢？

这种以同伴和分享精神召集人们的做法，是年轻一代帮助在世满德里履行任务的勇敢努力，尽管它确实进入一个略新的方向，我感觉它值得我们考虑和支持。我们都是同一棵树——巴巴之树——的叶子在拥抱阳光，虽然可能是通过不同的方式寻找表达。

我问加里工作坊的主题是什么，讶然听到主题是“如何处理死亡和临终问题？”

我的第一反应是：“死亡与临终——不，不，我不能去！”事实上，我每天都把来自巴巴和卡尔的安慰讯息寄给许多人，觉得自己无需多余地面对这个问题。然而，随着日子临近，我的好奇心占了上风，约定的那天早晨，我火速赶往美拉巴德。及时赶到，参加了工作坊。打招呼后，我们会见了主持人安·斯佩里斯，她是一位有魅力的女士，介绍其导师是伊丽莎白·库布勒·罗斯医学博士。这位导师是生于瑞士的精神科医生，2007 年入选美国国家女子名人堂。她对死亡的广泛研究，促成 1969 年出版《论死亡与临终》一书。她后来写了二十多部关于死亡的书。

安简短解释了死亡与临终的不同方面和路径，让我们安顿下来，然后带我们进行引导冥想，以体验面对自身的死亡。哦，这可是新鲜事儿！

许多年轻人呜咽流泪、彼此依偎，而我发现，年长者面对该练习更具接受性。我们从这个相当困难和情绪化的练习中恢复后，进入更轻松的心境，被要求把我们的印象记在纸上。用杂志剪报、彩铅笔、颜料和蜡笔的协助，我们得创作一幅自己对死亡的感知和概念的拼贴画。结果相当有趣。对某人来说，它是人世苦难的终结，对另一人则使其想起车祸、事故和悲惨结局。对有人来说，它是一段关系的悲哀结束。当它发生时，许多东西都封闭了。

之后，我们用十分钟时间写一首关于死亡的诗，我心想天哪，你能在十分钟内写出什么！但令我惊讶的是，纸上呈现的文字让我自己始料未及。我写的诗是：

“死亡意味着搁置一切，

要知道我曾笑过哭过。

要知道我已竭尽全力，

现在休憩的时刻已到。

要与我所爱的人相聚，

并知道我已赢得比赛。

上帝帮助我终此一生，

做个贤妻慈母。

上帝使我活得有价值，

伴我一路同行。

最后见他在那里微笑，

目光闪烁和金色头发，

那对我是无比的幸福，

死亡将把我领向彼处。”

我念诗的时候，都不敢相信自己所写。此诗果真让我回溯人生。我的天！我已走了多远？

卡尔于1979年5月3日归向巴巴。犹如昨日，1979年4月15日，我在电梯里向他道别，他最后一次去参赛。出事后他住院的18天，对我来说永远是一场噩梦——是，那些漫长黑暗的日子。他去世后，尽管我几乎夜以继日在煎熬中“醒着”，从不想睁眼看见曙光。随着亲爱的卡尔的肉躯消陨，我花了很长时间才学会面对并接受事实：他已不在我们身边。我成了无尽哀伤的牺牲品，那时未意识到生命溪流如海浪般滚滚向前。我认为，也许我愿意认为，人死灯灭——没有明天——什么都没有。想到再也见不到儿子，我心如刀绞，在漫漫长夜中哭泣。多么不公平！

但幸亏有了巴巴，那些日子逐渐不再可怖。我不再排斥它们，而学会面对它们，更重要的是，放下它们。我一路收到的许多信号和证据肯定对此有帮助。我不断告诉巴巴，我现在相信了一切，但依然如故，年复年日复日，他不断给我传来奇妙的确认，着实使我惊喜。我深深感激他，懂得一个母亲是多么渴望知晓孩子的状况。

下面是供你们思考的另一些轶事。



1997年，普纳，电话铃响了。“对不起，乌姆瑞伽夫人，你不认识我，可发生了一件奇事，我必须打电话跟你谈谈。”

她继续说：“我有个女儿，叫迪娜瓦丝，五岁左右，似乎有灵异能力。她能看到想象中的朋友，跟他们聊天，玩耍，相处得不亦乐乎，似乎从不挂念现实中的人或同龄孩子。我真为她担心，因为她会安排想象中的茶会，跟想象中的孩子长久对话，而其实现场根本没有人。我一直问她在做什么，跟谁说话，她只幸福地微笑，说，“我在跟朋友们玩呢。”一天，她高兴地蹦蹦跳跳，在花园到处跑，我参与其中，开始缠着要她至少告诉我一个玩伴的名字。迪娜瓦丝第一次突然停止游戏，把头歪向一边，注视着我，直截了当地回答。“他叫卡尔，”她说，我不得不满足于此。

几天后，我在读朋友给我的一本书，同时持续留意在花园玩耍的女儿。门铃响了。我把书放桌上，过去应答。回来后，迪娜瓦丝已进屋，盯着那本书的封面。她激动得两颊泛红，眼睛像宝石般发光，脸上有种无法形容的喜悦神情，我惊呆了。“迪娜瓦丝怎么了，出啥事了？”我问。

“我的朋友，我的朋友，”她高兴得尖叫。“这正是我的朋友，妈妈！”乌姆瑞伽太太，我只想告诉您，我读的那本书就是《沉默之声》，封面上正是您儿子卡尔的脸。



1998 年。一个温文尔雅的声音通过电话告诉我，她是来自孟买的迪宝（化名）。丈夫最近去世。她被留下肩负责任，不仅要照顾孩子和年迈父母，还要打理家族生意。她听说《沉默之声》，买书读过，便打电话来问，有没有可能给她丈夫传个讯。

很快建立了联系，藉着巴巴的恩典和卡尔的努力，迪宝收到讯息，暂获安慰，感到满意。她甚至随后自学了自动书写。有时书写讯号很弱，她感到沮丧；也有欣喜之时，比如他说的话让她心领神会，她能清晰感到他的临在。他也会不停地谈巴巴，更由于这点，迪宝学会了爱巴巴，对巴巴有强烈依赖。

随着敏感度增加，她开始有种强烈感觉，就是她丈夫拉梅什(化名)和卡尔成了朋友、彼此有密切联系。有什么办法能确定？这种情况是很正常的：到某个时候，我们往往会怀疑自己的能力，觉得自动书写其实不是来自灵界，而只是自己潜意识心的产物。这也发生在迪宝身上，她开始怀疑那到底是拉梅什，还是纯属迪宝的！此时此刻，她确实需要获得确信。她希望有更多证据，更多答案，更多爱语，并想尝试不同的方式和手段来获得之。谁能怪她呢？我自己不也做过同样的事？不久，迪宝去了一个偏远小村庄，探访她的亲戚。有人告诉她，有个村妇宣称有第六感，是很厉害的灵视者。迪宝挡不住诱惑，去拜访了那个妇女。

她受到欢迎，被安排坐下冥想她丈夫，同时村妇做些必要准备。不一会儿，迪宝的思绪被打断。香熏烟绕之际，她听到这些话：“是，我能看见他，我能看见你丈夫”，那位村妇接着把他描述得很完美，直到突然住口。她眯起眼，仿佛在寻找更多东西，补充说：“等等，我能看到更多东西，有人和

他在一起，那人个子瘦小，像赛马骑师——他有没有那样的朋友？”迪宝大吃一惊。这村妇怎可能知道骑师长啥样？

迪宝获得了证据。

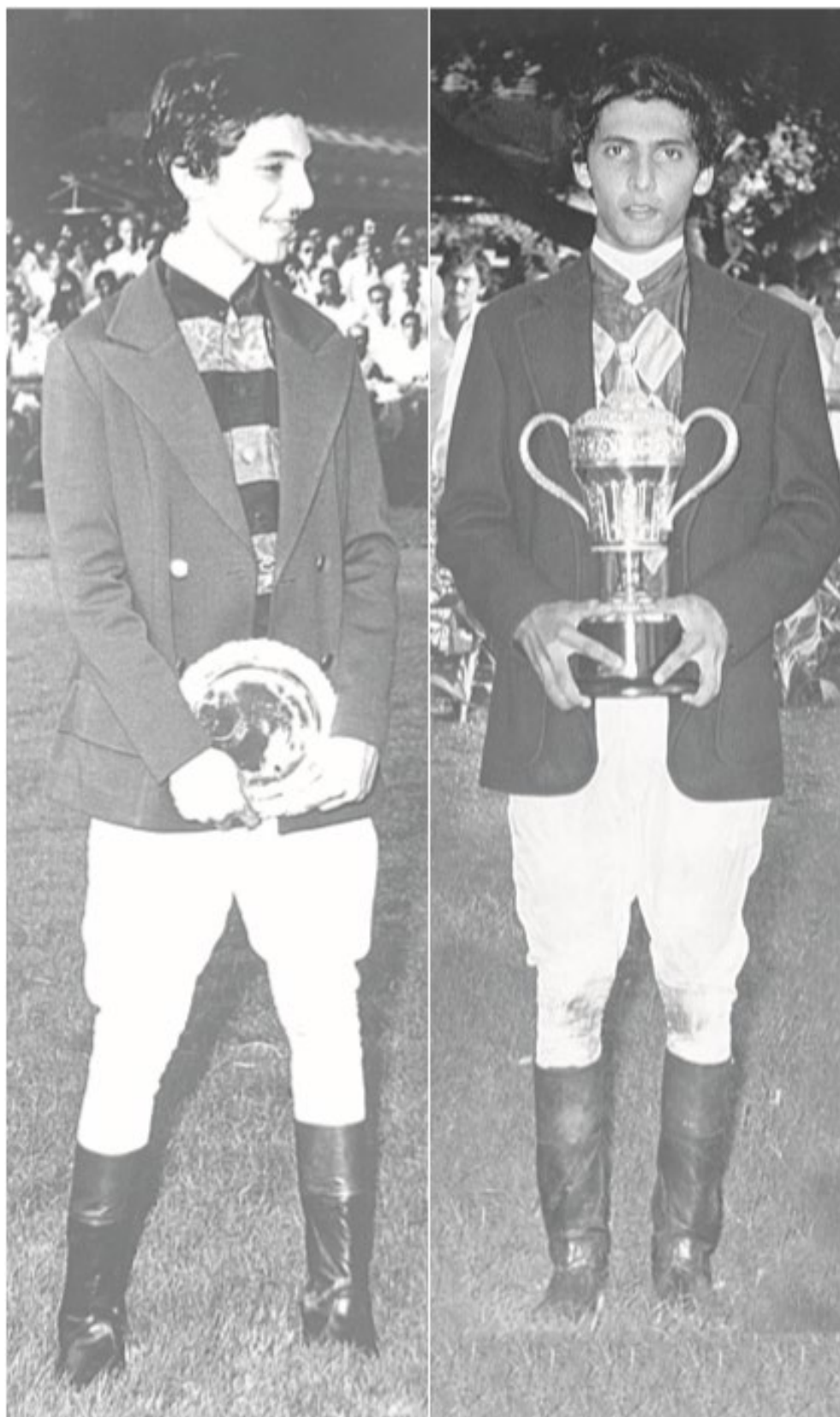


1999 年，藉着巴巴恩典，一对姐妹通过卡尔与父亲取得联系。这是她们的故事：

一次赴英国旅行时，她们来到贝尔格雷夫广场 33 号的灵性中心，走进在主厅举行的一场灵媒综合演示。她们未抱太多期望，直到聚会快结束时，讶然发现灵媒用手指着姊妹俩说：“我看到现场有人很想联系你们。他很着急，但希望你们知道他多么爱你们；等一等，我看到了什么？我还看到他身边有个年轻人，奔跑上下楼梯。他的服饰让我看出，他肯定跟马有关。他们俩说他们在一起，希望在各方面帮助你们。”

花园中的一个五岁小孩，人烟稀少村庄的一个村妇，以及英国的一位职业灵媒，都在不同时间以不同方式看到了卡尔——而且始终穿着他的赛马服！

我曾以为失去了儿子，可现在知道卡尔其实没有去别处。巴巴出于无限慈悲，一次次地证实：当你所爱的人死去，他们并非一去不复返。



身穿赛马服的卡尔

第二十六章



艰难决定

在我们的生命进程中，许多人都经历过创伤的时刻，并发现难以处理遭遇的情况。很多人经历过濒死体验，很难解释清楚。有些人只能眼巴巴望着所爱的人陷入昏迷。我们大多数人发现，那种时刻来临时很难“放手”。有时，我们面临最悲惨的情境——那种不得不决定了结痛苦的内疚感。跟他人谈论这一切并分担这种重负会有帮助，接下来我将尽力对你们讲几个事例，其中朋友们好心分享了自己的考验和经历。

一天，我和几个朋友乘巴士去美拉扎德，我们碰巧谈起阿娄巴，巴巴信赖的满德里之一。他是伊朗裔穆斯林，小时候在伊朗就离家出走，加入巴巴。他对巴巴有一种狂热的爱，毫无顾忌地告诉任何人：是巴巴，而且只有巴巴，才应当成为一个人生活的重心。他说话方式一向直率，新来者需要点时间才能适应。他虽然跟别人有点不同，肯定自有其魅力。

我身边坐着一位女士，我记得她是从法国一个小郊区远道而来的。她好像无意中听到我们的交谈，突然插话说：“不，不。别提阿娄巴的事。他这人非常非常特别，我会告诉你们理由。”

她一开口讲故事，就使我不由坐直了身子！



我死了。

我生病住院，之后死了。没多久，我飞速穿越一条幽深的隧道，越来越快，直到突然抵达尽头。只见一个优雅的身影伫立那里，穿着白色薄长袍，环绕着美丽的光。他举起手，掌心朝上，说：“停下！你得回去。你的时间没到。你得回去。”

我很快发现自己又通过幽深隧道返回，越来越快，直到突然重新飘入病房。我看到自己的身体在床上，仪器哗哗作响，医生们猛力按压我的心脏——砰！我再次回到身体里。

我苏醒了，活了下来，一段时间后出院。不过，这整个体验让我记忆犹新。我一遍遍地重温它，直到几年后的一天，我走进一家书店。一本书掉落我头上。我捡起书，翻了翻，看到一幅相片，让我心跳差点停止。我觉得自己快昏倒了。是的，就是他！！就是在隧道尽头拦住我的那个穿白色长袍的优美人物。相片下方标着“阿瓦塔美赫巴巴”。

我用了很长时间进一步了解他的情况，最终来到这里。

经过漫长劳累的旅程，我抵达美拉巴德。那是上午 10 点，就像现在一样，巴士驶往美拉扎德。由于那是最后一天允许朝圣者拜访那里，办公室接待人员建议我把行包留下，坐上巴士，以便我能参观巴巴之家，在它关闭之前拜访满德里。巴士嗒嗒地驶过炎热多尘的马路。我静静坐着，不认识车上的人。到美拉扎德下了车，我走入大门，此时一个穿白衫的人朝我跑来，展开双臂紧紧拥抱我。

“欢迎，欢迎，”他说：“我完全知道你为什么来。我知道你身上发生了什么事，我知道你为何和怎样回来的。我还知道谁阻拦了你！”



阿婆巴

我一时语塞。他怎么会知道？这就是阿婆巴。所以请别说有关他的事。他非常特别。

不管怎样，这让我们大开眼界。我们清楚地懂得，巴巴选择所有的满德里成员自有原因，如今我们学会了永不质疑大师的行事方式。

有些时候，你面临艰难抉择，不知该如何处理。这些就是巴巴主动伸出援手的时候。

普里雅·帕地瓦拉的母亲住院已超过三年半，康复希望渺茫。她基本处于无意识状态，几乎无法睁眼或看清女儿善良可爱的脸。也许因为她觉得唯

一的孩子将被孤独地留在世上，所以她才维持生存。普里雅该怎么办？她应该带母亲回家，还是让她留在医院？应该让她这样耗尽时间，还是让她使用生命维持设备？卡尔让普里雅坐在母亲的床边，不断地帮助她放下，告诉她：“妈妈，我没事的。请在安详与爱中走吧。一切安好。去巴巴那儿吧。”

他不断强调重点在于：在一个需要放下生命、继续前进的弥留者床边，不要执著、啰嗦或歇斯底里。卡尔解释：“昏迷不意味着灵魂离开身体。它只是意味着肉身处于昏迷状态，无法将信息传给大脑。结果大脑无法对身体的任何感官作出反应。眼睛认不出，嘴唇动不了，脸无表情。噪音有显示，声音有显示，声音会振动，但不懂其意义。所以不管怎样喊叫或大声说话，都无济于事。有一种不知置身何处的感觉——就像处于中间过渡状态。它是一种你要么选择从那里再返回，要么希望逃离的状态。不过，倘若你只是安静地坐着，触摸对方的手，多多传递温柔的爱，会帮助对方懂得，他们并不孤单，那里总有关心他的人。这会有帮助。”

“昏迷期间，上帝允许灵魂休息，然后让其做羯磨选择，要么留下要么离开。这是根据其羯磨计划，决定是否延长、限制或结束日子的时间。不管怎样，该计划都必须在灵魂离开身体之前完成。巴巴让灵魂在去世之际意识到一切，从那以后按正常程序继续前进。”

虽然早期普里雅经常哭泣，并鼓励母亲奋力活着，但很快她开始尽量按卡尔告诉她的话去做。过程中，她发现自己平和多了，懂得把母亲托付给巴巴照顾是最好的决定，到时候一切都会好的。

8 个月后时间到了，2008 年 9 月 17 日，普里雅的母亲安详辞世，走向巴巴。葬礼结束后，普里雅和好友史蒂夫来到美拉巴德，感谢巴巴在她需要的时候给予的全部帮助。她坐在三摩地内，眼含泪水，真诚地感谢挚爱的神圣大师。巴巴能否给个信号，表示他听到了？

她站起来，到三摩地后面撒了一撮母亲的骨灰，并许愿全家人在各方面都能融入巴巴。然后她和史蒂夫坐到陵墓前的长凳上，默默坐一会儿。她感到有人轻挤了她一下。一个小女孩居然挤过来，坐到他们旁边。他们好奇这小女孩为何要挨近他们，便凑近端详她。她身穿 T 恤衫，中央印有心形，横向有一行粗体字：卡尔。

普里雅说：卡尔是我特别喜爱的朋友和向导，他也同我和妈妈一起度过最近三年零八个月的旅程。通过卡尔，巴巴在我妈妈状态尚好时，对她做了承诺。答应她，他会永远照顾我。他这样做了，至今依然如此。当那个 T 恤上印着卡尔字样的小女孩过来坐我们旁边时，就像卡尔在对我说：“瞧，巴巴在履行他对妈妈的诺言。要知道，我也同你和所有需要巴巴的人在一起，直到永远。”

结束本章之前，我不能不对你们讲讲，我的另一个最困难时期。

我儿子卡尔于 1979 年 5 月去世。后来，就在我想远离医生、医院和火葬场之际，我需要时间和空间熬过这场悲剧之际，在我看来，当时上帝另有打算。我亲爱的父亲于 1980 年 1 月去世，我珍爱的母亲于 1980 年 10 月去世，同样亲近的婆婆则于 1981 年去世。这是我人生中最痛苦的时期。巨大

的空虚感袭来。不仅我深爱依赖的亲人忽然离我而去，而且母亲去世那天的情形给我留下可怕的罪疚感，一直伴随我直到不久前。

我父母之间有着美好亲密的关系，父亲去世后，我总感觉到，母亲没有了他是活不久的。她是个勇敢的女子，奋力支撑着，直到有一天早上她呕吐了，说胸口有点痛。我们送她住入医院，家人轮流陪伴。过了几个下午，轮到我陪伴。我很高兴看到她恢复元气，气色很好。我坐在床上接近她，我们聊了很久。后来她拍拍我的头，说：“齐娅很快会来接班的，我现在很好，所以我要你回家休息，亲爱的，明天再来。”她坚持己见，不容拒绝，于是我吻了她，就走了。

我家离医院只有几分钟路程，我刚进家门，电话铃就响了。我母亲刚刚去世！

我很窘迫，非常悲恸。我侄女齐娅晚到了医院几秒钟，对我来说不算什么。唉，我为啥走开了？我妈妈毕生都照顾着我们，为什么去世时却没有人在她身边？

我带着这种懊悔生活了多年，直到有一天读到尼尔·唐纳德·沃尔什的《与神对话》一书。他写道，“你可曾注意到，有多少人等到房间空了才死去？有些人甚至不得不告诉亲人，‘不，真的，去吧。吃点东西。’或者‘去睡个觉吧。我很好。明早见。’之后，忠诚的护卫者离去后，灵魂也离开了被守护的身体。你能给予弥留者的最大礼物就是让他们安息，让他们有尊严地死去。”

啊，真是如释重负！也许发生的情况正是如此，也许这正是我母亲希望的。她需要自己的空间安详地离去，与我父亲一起安息。

现在我常阅读这类书，似乎不再害怕死亡。当然，我也意识到大多数人其实不是怕死亡本身，而是怕死亡的方式。随着年龄增长，人们总会在祈祷中添上一句特别的话：“神啊，请别让我受苦。”让人惧怕的是受苦，而不是去世本身。不过若我们稍停片刻想一想，会意识到受苦也是我们的选择。我们有意做的选择，以平衡自身羯磨。开始尘世生涯之前，我们实际上对希望经历的各种体验都做了选择，以便获得成长，对我们许多人来说，身体痛苦就是这样一种体验。我们可能希望从中学会忍耐、宽容或心理克制，或者我们只是选择它作为工具，以接近更高源头。这种痛苦很可能是我们许多人最初踏上灵性道路的原因。巴巴通过《语录》，要我们把身心痛苦视为上帝的礼物，一旦被优雅地接受，将引向永恒幸福。故即使我们受苦，从该视角来看，也更能忍受，更易处理。我们只要一直保持信心，要知道不管发生什么，都是我们为自己和全体相关者的最高利益所做的选择。



与光融合

尼尔·唐纳德·沃尔什在他的《回归神》书中，优美地描述了我们与光融合的时刻。他描写那是一种“蓦然接受温暖拥抱、深深安慰……以及无条件之爱”的感觉。

你去世时，到底发生了什么？你抵达灵界的程序是什么？灵魂是如何继续存活的？从外界传来太多的信息，我想了解更多，尤其巴巴对此的看法。

于是有一天在书写过程中，我问卡尔死亡之际到底发生了什么，以下是他的答复：

“妈妈，在世的最后一日对于任何人都是最难应对的，因为那天你无处可归。你命若悬丝，不知何时会断——愿意它发生，却不太确定前方面临什么。不过，当巴巴进入你的生活后，这根线就成了金线，因为它一旦断了，就会被心怀大爱的巴巴抓住。你立即能感到巴巴在你身边，感到由他流溢的力量。他随后引领你走向光，让你宽心知道：因为有人抓着你，你决不会坠落或漂向未知世界。你不知道那会使你感觉多美好。”

这会是真的吗？神真会在那里迎接并帮助我们吗？

读过这些，尤其卡尔的讯息，使我更深地探究该问题。我开始问卡尔更多问题，如饥似渴地浏览不同作者写的关于死亡和死后生活的书，但该主题

是如此广大，书中表达的观点参差不齐，导致我读得越多越困惑。我深感受挫，便呼求巴巴，说：“巴巴，请帮助我认识真相。”

突然，我有了主意。

除了定期去美拉巴德，我有时会去孟买拉明顿路的巴巴中心。和其他巴巴爱者互动，尝试理解我感兴趣、却似乎超出我有限理解力的许多东西，挺有意思。那里的团体聚会，通常由赛勒斯·卡姆巴塔或别的主讲人举办。我知道每周四用于自由交流巴巴故事、个人经历，分享世界各地的巴巴活动信息，以及提问题。于是我带着满脑子的问题去了那里。

我晚到了，聚会已开始，但和往常一样，人们纷纷含笑拥抱欢迎我。轮到我发言时，我对赛勒斯提出最关心的问题。“请你能否用简练的语言告诉我们，巴巴是如何阐述这个被称为死亡的现象以及死后灵魂之旅的？”

赛勒斯沉思许久，清清嗓子，好像在准备长篇演讲，说道，“首先我想澄清一下，我在这里所说的，是我对巴巴——知识源头——在不同书中授述内容的理解和诠释。应你的要求，我会尝试使他的文字更易理解。另外，我凭记忆援引巴巴的话时，可能并非精确的原文，不过会传达出总体意思。这点是需要明白的。

“为了理解死亡及死后生活，一定的灵性认识是必要的。我们需要知道这些基本事实：我们不仅由肉体，而是由几个不同却相互依存的身体组成的。除了具有浊感官的肉体外，我们还有带着精感官的精体，以及带着心感

官的心体。自然的这些精微方面不为我们感知。它们并非遥远，却不为通过肉体感官发挥作用的意识所及。

“仅有浊意识的普通人意识不到这些内层面或世界，就像聋人意识不到声音，不能有意地对待它们。因此，声音对于他是‘另外的世界’。因为我们大多数人只有通过肉体才有意识，因此意识不到其他身体，我们对独立于肉体的生命缺乏个人认知。因此，如巴巴所述：**‘通过浊体媒介表现的生命，只是个体化灵魂连续生命的一部分；其它的部分在别的世界表现。’**¹”其他人也参与进来，接下来的问题是，“为什么死亡被认为是存在的终结？”

赛勒斯考虑片刻，显然在汲取他对巴巴文献的广博知识。

“人类在其所有的活动领域中，只涉及外部形式即浊身体。所以他执著于它，赋予它过高的重要性。因此，他把身体存在的始末视为个体灵魂的始末。由于这点，自然驱使他相信生命随着肉体存在的终止而结束。但这种观点是不对的。”

此时，大家的兴趣被彻底激发，随后纷纷提问。赛勒斯耐心专注地予以回答。

问：人的一生中，死亡通常发生在什么时候？

“正常情况下，只有当为此生表现而释放的业相耗尽后，死亡才发生。这意味着，该特定身体的目的实现后，灵魂便与形体或身体脱离联系，因为

后者对该目的不再有用。虽然灵魂放弃了肉体，精体（能量体）和心体（心）却保留着其脱离的尘世生涯中积累的所有新鲜印象。”

问：死亡痛苦吗？

“不管生活多痛苦，死亡本身的体验是完全无苦的，摆脱了死前身体可能曾忍受的任何生理痛苦。”

问：情感痛苦呢？

“是的，一个人要割断与浊界的情感纠葛有时很难。正由于这个原因，人们在亡者死后会立即举行各种宗教仪式，以帮助灵魂继续前进的旅程。”

又轮到我了。我都晕头转向了，但得了解更多。我听见自己的提问声，仿佛是从远方传来的：“接着会发生什么？”

赛勒斯用巴巴的话阐释，“个体灵魂陷入一种主观状态，开始重温尘世生涯体验的新过程……假若一次死亡所含的教训被个体完全吸取，他所获得的好处就会等同于几生的耐心灵性努力。不幸的是，大多数情况并不是这样，因为死后个体通常试图恢复他所积累的业相。通过这些复活的业相，重新捕捉他所经历过的体验。因此紧随死亡的时期一般成为重复以前全部经历的时机，而不是通过认识所经历过的一切来获得解放……²

“然而，倘若天堂和地狱纯粹是对过往尘世的思想重温，就对个体灵魂的生活，没有特别有用的目的。那会意味着对已发生事件的简单重复。在这些死后状态，意识能够从容有效地考察尘世生活的生动记录。能够通过体验的强化，更方便有效地观察其性质……灵魂从这种盘存和回顾中学到的教

训，在心体上由强化苦乐的力量所巩固。成为下一生的积极意识的直觉构造部分，又丝毫不会造成前世个别事件的详细重现。心在死后生活中所吸收的真理，成为下一生先天智慧的一部分。

“发达的直觉，是从往世积累的各种大量经验中提炼出来的强化和精简认识。”³

聚会就此结束。虽然没有人想回家，赛勒斯却很明智地认为，他应该给我们时间来消化他陈述的所有奇妙道理。他答应下周继续讲。他是对的，因为尽管他在不改语义的前提下尽可能简化巴巴的话，但像我这样的人要一下子把它全部吸收是相当难的。我需要时间，也许还需要关于该主题的更多阐释。

于是第二天，我和卡尔交流时，又向他提出最后那个问题。“卡尔，请再为我解释一下，按照告知我们的话，人们去世后的下一步是什么？”

卡尔简要地说：“之后会发生什么？我们带你去巴巴那儿。然后我们会确保你睡得非常舒服，你的许多天使和指导灵围绕你，怀着爱照顾你。你完全不必担忧，因为此时你将进入深度休眠，在第一阶段，你所有的需要和愿望都会得到满足。然后，开始第二阶段，在温柔慈爱的引导下，将对你展示你毕生的生活方式，以及怎样处理你所遇到的机会。这一切都有极为私密的性质，不能透露给任何人。然后开始第三阶段，启动复原，之后一切结束。这就是我们去世后，灵魂接受帮助的程序。

“在那之后，我们可以选择希望逗留之处——和谁一起，如何去；最后一点是，我们希望何时、何地、和谁一起转世。

“你知道，这一切是很美妙的景象。因为我们作为灵魂的帮助者，能看到灵魂所经历的变化。我们看出，他们如何被巴巴——这里全程各步骤的监督者——给予他们的爱所影响。

“因此，那些留在尘世的人必须尽量继续过日常的生活，不要再担心他们所爱的人。现在他们处于睡眠状态，是绝对幸福的。如果在世者也安心，将有助于这里的灵魂。

“不过他们要知道，即使在该阶段，他们仍可以与处于睡眠状态的灵魂相聚。不管有人怎样想、怎样感受，可能告知你们相反的话，他们都会相聚。灵魂处于深眠时，相聚就会发生。要知道：巴巴出于慈悲，以这种方式密切关注着双方。爱，卡尔。”

第二十八章



重新出生

几周后的一个礼拜四，我又赶往巴巴中心。我不想错过聚会的任何一刻——一切太引人入胜了。在场聚会的大多数人显然有同样想法，因为满怀期待的人群比往常更多。

“那么，谁第一个提问？”赛勒斯问道。

近 20 人同时举手，当然只有一人可以回复。什么问题？转世！

实话相告，在巴巴进入我的生活之前，我从不信转世理论。尽管同卡尔的交流中收到大量讯息，我仍需要更多知识和理解。所以正是我，在当天聚会上开始问道：“赛勒斯，依然有许多人不信转世——就像我曾经那样。你有什么要对他们说的？”

赛勒斯引述美赫巴巴的话，答复：

“自从造物界的最初显现，转世就是永恒神圣的事实；现在如此，将来也继续如此，不管人在无意识中是否拒绝接受该事实。在灵性进化的过程中，所有的人类都达到一个意识点，届时转世的事实对他们变得生动清晰；一旦如此，死亡现象便呈现出全新的面貌：其揭示了它在神圣生命模式中的创造性地位的固有之美与崇高。”¹

聆听美赫巴巴的原话肯定让人信服。大家感到，所说的和接下来说的内容非常重要，都洗耳恭听。

提问继续，赛勒斯继续回答。

问：如果这确实是永恒神圣的事实，那么为什么像琐罗亚斯德、耶稣和穆罕默德这样的圣者教导我们只有一生，而吠檀多教徒相信有许多世？

“罗摩、奎师那或佛陀的教导，与琐罗亚斯德、耶稣或穆罕默德的教导并没有区别。他们的意思都一样。这种表面的差别不是事实，而是后人诠释所致。

“事实上，只有一次‘真生’和‘真死’。我们实际只出生一次，只死亡一次。

“唯一‘真生’是我心的诞生，那时意识获得最初最有限的业相，使我们体验到自己是孤立特别、相异受限的个体，而不是整体(神)。

“唯一‘真死’，是在意识通过多种多样的物种，经历了多种多样的体验之后，最终从一切虚幻的束缚和局限中解放出来，永恒地体验无限实在之时。也就是，它有意识地体验与神合一。

“在我心的一次‘真生’与一次‘真死’之间，有着无数次身体的所谓生死，被吠檀多教徒称为转世。灵魂是永恒的，永远不死。”

引述《神曰》中巴巴的话：“所有的所谓生与死只是睡与醒。睡眠与死亡的区别在于，你在睡眠之后醒来，发现自己在同一个身体里；但死后你以不同的身体醒来。你永不死。只有蒙福者才会死，与神合一。”²

问：但为什么我们必须重新出生？

“我们之所以重新出生，是为了平衡我们从前联系所致的羯磨债务和债权，并在神圣游戏中采取一套新的体验，从无意识神性前进到有意识神性。在我们的意识卸除负担、清空任何印象或业相的时刻之前——它们被完全消除之前——我们会继续重新出生。”

问：你在生活中经历各种体验，不是因为神意如此，而是因为你选择之，这是真的吗？如果是真的，为什么有人会选择负面、悲惨、艰难的生活？我们也会选择自己出生的时间、地点、家庭、种族、宗教、出生环境和死亡方式吗？

“神的意志是通过羯磨律的机制在世间运作的。该律则不可阻挠，始终寻求自身的平衡。我们所有的经验都是自身先前选择的结果，该律则的无情运作帮助我们平衡自身羯磨。因此，正是积累的印象或业相，决定了我们投生在东方还是西方，采用男身还是女身，在这个家庭还是那个家庭，等等。个体灵魂准备好转世时，根据其过去的业相联系，会自动被吸引到未来的父母、兄弟姐妹及其他人身边。正是在这个意义上，我们，意为我们的业相，选择了自己的人生及其环境，以加速我们的羯磨平衡。”

问：既然如你所述，我们转世时带着体验和平衡业相的日程表，我们为何不记得？我们为何没有保留对往世的记忆？

巴巴说：“*对一切往世的记忆，都保存于个体灵魂的心体，但因面纱覆盖，不为常人意识所及。变换肉身时，灵魂获得一个新脑。正常醒意识的作用，同大脑的过程密切相关。在一般情况下，只有今生的记忆才能出现在意*

识中，因为新脑对往世通过其它大脑媒介所积累体验的记忆的释放，起着阻碍作用……初看上去，前世记忆的丧失似乎是个纯粹损失。事实却远非如此。在很多方面，对往世的知识，对指导灵性的发展进程，根本没必要……

如果一个人灵性进步不够，却背负着无数往世的有意识记忆，生活会无限复杂化……灵性进化在于用直觉感知的最高价值指导人生，不是让过去来决定今生。”³

问：现在明白了，转世的主要原因是通过体验对立面来抵消积累的业相，对吧？但该过程何时结束？它会不会结束，怎样结束？

“只要我心及其积累的业相渴望表达存在，就有不可避免和无法抗拒的转世冲动。当所有的欲望形式消失时，创造并激活我心本身的业相得以消除。随着这些印象的消失，我心本身脱落，结果就是转世的停止。”

问：这回答了“何时”，但我们该“怎样”去做？

“美赫巴巴的《语录》有一章是关于业相的消除，其中他授述了摆脱业相的五种途径。但要理解这点，求道者自身的任何努力只能将他带到第六意识层面（心层面）。超越其上的，他无法靠自己前进。惟有在世的至师或阿瓦塔即永恒至师的恩典，才能最终消灭业相。”

问：有无其他更简单的途径可以脱离生死轮回？

“有，但那需要阿瓦塔或在世至师的恩典。我们自身，随着持续不断地忆念神名，尤其在临终之际，将最终从生死轮回中解脱，永恒地体验无限极乐。”

这些话对全体听众产生奇妙作用。我们显然被听到的内容迷住了，知道即将触及深层问题。尽管时间一分一秒地过去，问题还是不断涌现。比如，什么是命运，谁“书写”了不同个体的命运？自由意志在我们的生活中占据什么位置？羯磨律、神圣意志、神圣恩典等等呢？

但夜幕已降临，赛勒斯解释，由于这些主题错综复杂，为了真正理解这一切，必须远更细致地予以讨论。虽然巴巴的《语录》、《神曰》和《光束》中对此都有清晰阐述，我们不得不改日举办另一场聚会，对这些主题进行解释。

我确实希望感谢赛勒斯的全部广泛解释，令我感到惊奇的是，他对巴巴关于这类复杂主题的讯息理解得如此清晰，对所有问题的答复清晰自如，凭记忆详尽地援引巴巴的话。

“谢谢你赛勒斯，真是太棒了，”我赞赏道。“我们结束之前，你还有没有想让我们知道的，你认为对你个人很重要，对我们大家有益的东西？”

赛勒斯答道：“我和妻子苏米亚都觉得，我们都极幸运地出生在阿瓦塔降临时期。现在有待于我们每个人善用这点，通过遵循巴巴的希望，以尽快抵达目标。我们要通过越来越爱巴巴，通过忆念他来培养与他的直接联系，让他成为我们思考、感受、说话和做事的恒常伴侣，来努力实现这点。巴巴说，这是通向内在发展的所有道路中的快道。

“我们还祈求巴巴，帮助我们在临终时刻念记他。‘这是我们的祈求，余下的取决于您的意愿。’”

那天我离开中心时，想象着我的来生！选择权将是我的——多么令人兴奋！当然，我会乐意和巴巴一起度过时光，永不再回来。但如果那不能实现，我会选择去哪里呢？我会选择和谁在一起呢？

有一点是肯定的，这次我不会把对巴巴的记忆抛在脑后！

我很高兴，一路慢跑回家。后来，当仔细琢磨自己多么幸运地获得所有这些指导和知识时，我突然记起，与卡尔的交流中发生过的、有关上述主题的一次个人经历。我怎么没早点想到——本可以在中心对他们分享的！不过，现在我来分享给你们。

迪娜(化名)在少女时期，父母就离异了，她随母亲从印度迁居英国。因此，她成长过程中缺失了亲生父亲安迪(化名)的亲密感情和影响。不过，跟他保持着关系，假期才能和他相聚。她没有意识到自己多么爱他，直到他去世。

后来她回到印度，想在他生前的环境待一段时间，并妥善安排他的事情。迪娜读过《沉默之声》，爱巴巴，并不止一次去过美拉巴德。她来问我们能否给她父亲传个讯。她就想告诉他，自己多爱他，多想念他。

所以，尽管我们不得不等待一段时间，但很快我们建立了联系，开始从尘世到灵界、从父亲到女儿、从印度到英国往返传讯。虽然迪娜很高兴接到讯息，却仍有一定程度的怀疑。这些讯息真是来自她父亲吗？她需要一些正面证据。她问他能否告诉她，她每天在他的照片旁放了什么。

卡尔说：“他无法回答那个问题。巴巴说他不可以被打扰。他已进入闭关，处于深度冥想中，因为他想重返人世。他想亲近女儿——重新进入她的家庭，所以此时此刻，他在为此做准备。”

这么多年来，我从未收到这样的讯息！我希望这不是卡尔避免直接回答的借口，便写下来寄给她，但愿她会懂得信中内容。信居然没有寄到！过些时日，她又打电话来：“阿姨，我的讯息呢？”我自忖真奇怪，因为我记得是我亲自邮寄的。我答应她我会重写，再寄给她，可当天是星期日——赛马日，我非常忙——于是决定一有机会就重写。

我出发去看比赛，一进场遇见了谁？安迪一生最后几年的亲密女友和伴侣。她走向我，令我很惊讶，居然问道：“最近有安迪的讯息吗？”见我一脸惊诧，她匆忙补充说：“你知道我为啥问吗，因为过去两天里，我重复做了同样的梦。我梦见安迪显得强壮又健康，他告诉我，‘别再试图联系我了，因为我要回去了。我要回去了，但这次我要去英国的凉爽葱绿平原。’阿姨，你有没有可能知道安迪的意思？”

太让我震惊了！我把此事写入信中，寄给迪娜。她曾要求某种证据，巴巴以他独有的方式给了，不仅给她，还给了我。

经历这一切，我现在相信生命、羯磨和轮回是关联的。选择的道路必定是前进的道路，带着所有命定的功课，而转世理论对人生的种种难解问题及其貌似的不公平提供了解释和回答。它允许这种可能性，即一个人今生生来富有，下世可能必须体验贫穷，如此等等。它解释了神童现象，他们展现了

当事人此生不具备时间发展的天赋。它为约伯的古老问题“为什么好人遭遇厄运？”提供了独特答案。它把夭折、疾病和痛苦纳入背景，并向我们保证，某种平衡将会到来。我们拥有的每一次人生，都是那个主拼图中的碎片，所有碎片都要各就其位，直到拼图完整——之后我们才最终与造物主合一。所以，是我们该明白的时候了：我们过的这一生只是诸多世之一，我们拥有不朽的要素；我们拥有内在的神和永生的灵魂。

这些现在已成为我个人认知的一部分。我期待未来发生的一切，知道有巴巴在，他会在各方面照顾我。我知道他会。我现在认识到，个体灵魂不同于肉体，我们都要一遍遍地来来去去。肯定有希望，我确实会与巴巴相聚。我非常渴望面对面看见他，给他最热烈的拥抱。我知道自己也将重新见到我的卡尔，不管他的形体如何，因为他必定和巴巴在一起。我知道他在。

第二十九章



我依然聆听

据说祷告时我们对神倾诉，静心时我们聆听。

从《沉默之声》开始到本书结尾，对我来说是漫长的旅程，从背离上帝到学会重新爱他。让我用了 25 年时间，结识了许多可爱的人，逐渐了解并爱他们。就这样，巴巴给了我一个更大家庭，为此我真诚地感谢他。我的多次三摩地之行，曾接到并仍继续接到的信号，以及卡尔从另一世界传来的优美讯息，依然启发着我。

只有时间才能说明，一个人是否走在正确道路上，前进了多远。巴巴说灵性不是来自外在的积累，而是内在的展现。这种缓慢稳定的展现，最终把人引向满足感，并带来生命的沉静状态。

虽然我在探索上帝的过程中遇到大量新鲜事物，它帮助我根除了对生活和自己的无知。哦，我过去是怎样挣扎着经历这一切，并怀疑一切的！我仍旧会挣扎，却不复怀疑。内心深处，我现在知道，人生肯定远不止是寻找解

答、一天天混日子、只考虑生活中的难题琐事。我过去担心能否做出正确选择，现在我懂得选择道路其实不是那么重要。生命的目标才是你必须为之努力的，而目标就是最终与神合一。

上帝是爱的化身。他对我们所有人的爱是无条件的。它无需借口就流向我们，我们无需任何资格就可拥有它。我们这方面需要做的，就是和他保持联系。我们该怎么做？通过念记他，爱他，让他参与我们每时每刻的生活，无论我们在做什么，无论我们邀请他以什么角色或身份与我们同在，都要让他成为我们的恒常伴侣。我们必须认识到，我们皆一体，要获得幸福需要做的，就是挖掘全爱全乐的源头。

我的进步一直很慢。有许多痛苦时刻，也不乏幸福瞬间。我经历了酸甜苦辣，体验过这一切，终于开始依赖巴巴的理解，然后是友谊、陪伴和引导。从那以后，我开始信任他的慈悲，对他的爱产生信心，最终确信他的神性。

巴巴进入我的生活，恰好在我急需他的时候——我进入他的三摩地，生活得以改变。历经多年的挣扎和受苦，长年累月的痛苦，巴巴都支持着我，就像那年8月的下午，“上帝之石”显现在我的花园里，如卡尔所述，我真正需要做的就是“抓紧他”。

如今，我依然如故，还是那个楠，还照顾着我的家和亲人，和过去一样到处奔波，做种种事情。不同之处在于，我学会了聆听灵魂深处的无声之声——灵感、直觉与指导的声音。

我学会了聆听沉默之声。



卡尔之歌

美丽的梦中人，快醒来看，

美赫巴巴的爱在等待你。

白日蒙受的尘世喧嚣之苦

被他的爱光所安抚，将很快逝去。

美丽的梦中人，沉睡抚平恐惧，

释放过去，拭干眼泪。

巴巴送来此书自有原因，

不仅为一日，更为常年四季。

美丽的梦中人，快醒来看，

新世界的思想在等待你。

他的沉默之声将在你心中鸣响，

黎明预告着云雀之歌。

你阅读的故事皆真实不虚，

有缘者众多，却鲜为人识。

因此听好了，莫耽搁太久，

美丽的梦中人，请齐唱我的心曲。

——爱，卡尔

附录 A

美赫巴巴生平事略

默文·希瑞亚·伊朗尼于 1894 年 2 月 25 日凌晨 5 点出生在印度浦那，他父母是波斯裔琐罗亚斯德教徒。父亲希瑞亚是热忱的求道者，12 岁时离家，开始在伊朗各地流浪，寻找真理。八年中，他过着苦行僧的生活，没有任何结果。他受挫失望，坐船去了孟买港。在印度，也持碗杖流浪四方。沿途他遇到许多萨度和苦行僧，在不同的朝圣地栖身。他只渴望见到至爱的神——耶兹单。为实现目的，他甚至施行了奇拉·那希尼，在一个圈子内严格苦修 40 昼夜，不吃不喝不眠。坚持 30 天后，他再也受不了那种折磨，拖着身子离开了，瘫倒在河边，昏睡过去。

后来他听到神音开言：“你所寻求者，你想亲见者，注定不为你达成。达成者将是你的儿子，通过你的儿子，你也会达成。”

未能实现追求的觉悟，他最终受指引前往浦那，姐姐琵罗佳的家。琵罗佳敦促他结婚并安顿下来。听从姐姐的建议，希瑞亚娶了十几岁的少女希芮茵·道拉布·伊朗尼，后来为他生育了七个孩子。

默文是他们的次子，希瑞亚知道正是这个孩子，能通过他实现自己的内心渴望。早期发生的几件事证实了他的直觉。

默文诞生的那天凌晨，母亲希芮茵目睹异象，并讲给她母亲听。“我看见一个太阳般尊贵之人，坐在一辆战车上，其清凉光辉弥漫四周。有几人拉

着战车，成千上万人在他前面列队游行。百万双眼睛注视着他，被其神圣光辉所抚慰。”

默文降生数月后，希芮茵做了一个梦。她梦见自己站在家门口，怀抱着默劳戈(默文的昵称)。旁边有口井，从井里升出一位美丽的提婆，就像印度教女神。她穿着华美的绿纱丽，手腕到肘部的胳膊上戴满绿玻璃手镯，向希芮茵招手时叮当作响，还说：“把你儿子给我，把他给我。”希芮茵吓坏了，紧紧抱住默劳戈，从梦里醒来，看到默劳戈睡在身边，才松了口气。

随着他的成长，有许多类似事例，但总体来说，默文度过了活跃幸福的童年。他非常机警、敏捷和淘气。朋友们昵称他“快电”。他心地善良，帮助贫困者。这孩子心肠软又神秘，对文学和诗歌有着浓厚兴趣。他喜爱打板球，玩弹珠，放风筝，听音乐。他擅长跑步和健行。他是天生的领导者，却不图声名。1911年，他被圣文森特中学录取，那是市区最好的高中之一，后来他上了德干学院。不过，1913年的一天改变了他的整个人生进程，学业陡然中止。

默文每天骑自行车往返于家和学院。他每天路过一棵楝树，树下常坐着一位穆斯林至师，近120岁的赫兹拉·巴巴简。1913年5月的一天，默文路过那棵树，她突然看着他并招手示意。他下车向她走去。他被她吸引过去，就像铁被磁石吸引。四目相遇，巴巴简站起身，热烈地将他拥入怀中，犹如母亲找到失散多年的儿子。泪水从她布满皱纹的脸上滚落，她一遍遍地说：“梅拉·辟亚拉·贝塔（我的爱子）……”。默文陷入恍惚。接下来的体验难以描述——他的个体意识融入了极乐海洋！他丢下自行车，步行回家。

渐渐地，默文对生活完全丧失了兴趣。他无法专注做任何事，也无法对任何人表达他所体验的一切。之后的七个月里，默文有规律做的唯一之事就是每天拜访巴巴简，在她身边一坐就是几个小时，有时直到深夜。1914年1月的一个重大夜晚，默文正准备离开，亲吻了巴巴简的手，巴巴简则把他的脸捧在手里。时间到了。巴巴简用全部的爱注视他的眼睛，吻了他的额头。她转向周围聚集的跟随者，宣布：“这是我的爱子。有一天他将震撼世界，全人类都将受益于他。”巴巴简的神定任务已完成。默文开始体验成道的无限喜悦。后来巴巴亲自讲述：“在巴巴简给予我对我自身实在的涅未卡帕体验时，虚幻的身、精和心体——心、诸世界、一切的造物——对于我皆停止了存在，即便是作为幻相。我开始看见唯有我而别无一物存在。”¹

母亲希芮茵忧心忡忡，因为残忍的邻居们嘲笑默文的空茫神情。她的默劳戈怎么了？父亲则耐心又同情地看待年轻的儿子。他一直知道发生了什么事，却没有说破。默文的眼睛睁着，却什么也看不见。他的耳朵张着，却什么也听不到。他活在世界上，却不属于它。他仿佛去了某个遥远的地方。接下来九个月里，他不曾睡眠，空茫地盯着前方。他不吃固体食物，日益消瘦苍白。他若坐下，一坐就数小时，一动不动。他若走路，会连续走数小时，直到有人拦住他。他的大部分时间呆在家中阁楼上，独坐漆黑小室里。

1914年11月，默文多少恢复正常，渐渐认出周围的人和地点。他也开始吃少量的食物。他开始深情地唱起波斯歌——唱颂神的荣耀。他对朋友们谈论神、内在道路、古鲁的必要性及其他类似的灵性主题。他的脸上熠熠生辉，因为沉浸于最高的灵性意识状态。

后来他开始拜访一些朝圣地和圣人。

他拜访了凯德岗的至师纳拉延·马哈拉吉。宫殿在举行达善，马哈拉吉头戴金冠，端坐在达塔特瑞亚神的银宝座上。马哈拉吉一看到默文，就终止达善，叫人散去。他从宝座走下，拉起默文的手，温和地把他领到自己的宝座前，让他坐到宝座上。马哈拉吉随后从自己颈间取下花环，戴到默文的脖子上，并给他芒果汁喝。他们交谈了一会儿，然后默文离开此地。这次会面后，默文开始感到他的神性荣耀。

接下来，默文拜访了另一位至师，那格浦尔的塔俱丁巴巴。虽然那天塔俱丁心情不佳，不许任何人靠近，他一看见默文，即刻沉默下来，手持玫瑰朝他走去。他们四目相遇，目光锁定。二人没说一言。塔俱丁用玫瑰抚过默文的面颊和额头，默文转身离去时，他挥动玫瑰表示道别，喃喃低语：“我的玫瑰，我的天堂玫瑰！”默文已接受他的“塔吉（皇冠）”。

1915年12月，他去舍地见赛巴巴，库特博-埃-俄希得——五位至师的首脑。赛巴巴正在队列中，从堞地出恭回来，默文五体投地拜在他的足前。赛巴巴对年轻人回礼，以深沉的威音道出“帕瓦蒂伽”，意思是“全能上帝维持者”。那一刻，赛巴巴将无限能力赐予默文。

赛巴巴随后示意默文继续赶路。三百码外，有座古老的堪多巴庙，乌帕斯尼·马哈拉吉住在那里。当默文双手合十走向马哈拉吉时，马哈拉吉站起，可以说是用石头迎接他的，猛力掷过来。正好击中默文前额上巴巴简所吻之处，流出血。这是神圣知识的一击。随着该冲力的作用，默文的意识开始返

回浊界。不过后来迁至萨考里的马哈拉吉又用了七年多时间，帮助默文完全恢复人类的浊意识。

这一天终于到来。阿瓦塔的神圣使命开始了。1922年1月，在默文离开萨考里前的几分钟，乌帕斯尼·马哈拉吉把他叫进小屋，双手合十，宣布：“默文，你是阿底·刹克提——原始力！你是阿瓦塔，我向你致敬。”默文喜极而泣，拜在至师的足前。直到马车消失在视野之外，乌帕斯尼·马哈拉吉一直久久凝视着路上扬起的尘土。当默文离开“瑜伽之王”开始他的使命时，泪水无声地滑下这位赛古鲁的脸颊。那是喜悦之泪。27岁的默文年轻力壮又英俊，开始为人类工作。

一小批人被他的神性和磁性人格所吸引，开始聚集他周围，组成他的核心满德里。其中有人开始称他为“美赫巴巴”，意为“慈父”。巴巴最慈爱，却也纪律严明。他强调，对神的爱和无私服务乃消灭孤立假我的孪生神圣品质。他的座右铭是“在服务中主宰”。他的爱者来自各行各业和各个社区。他允许每个人遵循自己的宗教，但强调需要理解和活出宗教之核心，而不是拘泥于外部的仪式、教规和教条。至于他自己，他说：“**我不属于任何一个宗教。每一个宗教都属于我。我的个人宗教是我作为至古无限者，我教给一切人的宗教是爱神，此乃一切宗教的真义。**”²

美赫巴巴在马哈拉施特拉邦，阿美纳伽地区的阿冉岗村附近，建立了一个叫美拉巴德的社区。他在这里的山上选定了最后安息地。亲自监督陵墓的建造，用数日乃至数周，不定期地坐在墓穴内祈祷冥想，散发振动，从而给

许多人带来幸福与安慰。他的陵墓，今称三摩地，已成为他全世界爱者和求道者的朝圣地。

他在美拉巴德的工作，包括一所强调灵性训练的免费学校。并设立了免费药局和医院，向穷人提供医疗援助、住所和食物。他为疯人和玛司特建立埃舍。巴巴在美拉巴德及其它地方的活动都有个独特的特征，他的风格是：不管花了多少时间、金钱、精力，也不管成功与否，他会在没有任何警示或令人信服理由的情况下，突然中止某个项目。巴巴把所有的外部活动和项目仅仅视为他内在灵性工作的脚手架。正如房屋一建成，就会拆除脚手架，巴巴的内在工作一旦完成，就会放弃他的外部活动。

1925年7月10日起，美赫巴巴开始保持沉默。这不是采用某种苦修。巴巴说：“我的外部沉默不是灵性修炼。它纯粹是为了他人的利益才进行和保持的。”³ 他最初通过指点英文字母板上的字母和数字进行交流。1954年10月7日，他停用字母板。后来，通过独特的手势和面部表情进行交流，满德里成员则熟练地予以翻译。他在沉默中授述了若干著作和讯息；其中最主要的是《语录》和《神曰》。自1927年1月1日起，他放弃了书写，也不再碰钱，除了分发给穷人的时候。

美赫巴巴对他称作的玛司特做了广泛工作。玛司特是陶醉于对神的强烈之爱和渴望的灵性高级灵魂。他们极度沉浸对神的直接感知，以至失去对身体、行动和环境的意识。巴巴认为，联系玛司特对他在地球上的工作至关重要：“我为玛司特工作，他们自觉或不自觉地为我工作。”⁴

1949年10月16日，巴巴同被选的伴侣——16名男子和4名女子——出发过一种他称为的“新生活”——绝对纯洁，完全无欲，彻底依靠神，在一切情况下保持愉快，并且不重视仪式教规的生活。在该阶段，巴巴铲除了各种个人障碍：如脾气、习惯模式、执著、希望、欲望、渴望和安全感。师徒关系被放弃，巴巴作为全体伴侣的大哥，示范了真正求道者的生活。

美赫巴巴多次赴世界各地旅行，为他的灵性工作“铺设电缆”。1952年一次访问西方时，他在美国南卡罗来纳州的默土海滨开设了美赫灵性中心。巴巴称之为他在西方的家。他还建立了新苏非教团，剥除了夏里亚特部分——即外部的仪式教规，命名为“苏非教再定向”。它以对神的爱与渴望为基础，并且最终体验合一。后来1956年和1958年，巴巴访问了澳大利亚的几个地方，并在昆士兰州的坞拜镇建立了“阿瓦塔之寓”。

巴巴经历了两场施加给自身的汽车事故，缄默无声地承受了巨大痛苦。这些苦难为他所预言，是他主动承担世人苦难的宇宙灵性工作的必要部分。

他不顾自身疼痛和不适，继续为穷人工作。花费大量时间给麻疯病人洗脚，给成千上万的贫困者分发粮食、衣物和钱。苦难并未阻碍他“唤醒”世人、并在他们心中播下爱种的工作。他造访印度的偏远地区，给成千上万爱者公开施达善，打开爱闸。有一次达善活动后，巴巴评论：“**你们看见我向成千上万人施达善、发帕萨德，这不是机械的，也不是无目的。这些都是手段，我的爱由此流向人类。**”⁵

他晚年用于严格的闭关。那是彻底专注做内在宇宙灵性工作的时期。

1968年7月30日晚上，巴巴宣布：“我的工作已做好，让我百分之百满意地完成。”⁶后来，巴巴说：“我一直在说：时间近了，它快到了，它就在眼前。今天我要说：时间已到。记住这点！”⁷

1969年1月31日，星期五，下午12点15分，美赫巴巴在美拉扎德住所离开肉身。所有真诚爱他、对他有信心的人们，始终感到他的临在与爱。当天被称为永恒日，成千上万的人聚集在他的三摩地，以缅怀永恒至爱。他的碑文是：“我不是来说教，而是来唤醒。”

美赫巴巴的灵性发展道路超越了宗教哲学不同派系之间的差异。他从不谋求组建教派或宣扬某种教义。他吸引并且欢迎所有信仰和各个社会阶层的人们。因此，他的爱者不建立任何教派或宗教，继续聚集讨论和阅读他的著作，并通过音乐、诗歌、舞蹈、戏剧、绘画等艺术形式，表达他们对他的生活和讯息的反思。

“我比你的呼吸离你还近。想念我，我便与你同在，我的爱将引领你。”⁸



“真正的幸福在于让他人幸福。”——阿瓦塔美赫巴巴

附录 B

美拉巴德的爱之墙

2006 年初，在美拉巴德的新美赫朝圣者静修所（MPR），餐厅对面的大庭院墙壁铺贴了 2000 多块手绘瓷砖。

瓷砖墙项目被视为一种让大批爱者为该建筑做出艺术贡献的有趣方式。让尽可能多的人获得参与机会，每人绘制的瓷砖数量不限。指示很简单，用提供的 6 英寸方形瓷砖和釉下颜料阐明同一个主题：**欢迎来到我的世界。**

从 2003 年开始，由美国、加拿大、墨西哥和澳大利亚的巴巴爱者绘制了上千片瓷砖。另 1000 多件作品，是由附近居民、印度各地的来访者以及数百名外国朝圣者在美拉巴德绘制的。这是名副其实的国际项目。彩砖墙被视为巴巴神奇世界的彩色“家庭相册”。

2005 年底，全部瓷砖集中在静修所的一个大房间，准备组成一幅浑然一体的艺术作品，构成“欢迎来到我的世界”瓷砖墙。目睹全部瓷砖集中一处，令人叹为观止！每片瓷砖的各种美丽色彩、想象、独特表达和真诚意图都很棒。但更重要的是，每件作品流溢的衷心努力和爱。即使随意散布在地板上，现场依然可强烈感触到世界各地众多爱者的丰沛感情。

用一个月时间把所有瓷砖铺在衬板上，然后在衬板上绘制砖墙的轮廓。设计过程中面临的诸多挑战之一，是要确定有无足够的瓷砖铺满墙壁，或瓷砖会不会太多。对墙面予以最终测量并决定如何安置瓷砖后，算出墙壁宜铺 2145 片手绘瓷砖。确定绘制瓷砖的精确数量颇为困难：一遍遍清点瓷砖，每次得到的总数都不一致。

直到衬板上的设计初步成型，计算瓷砖才容易些。最终得到准确计数，只差两片瓷砖。或者似乎如此。根本无人知道，美赫巴巴在幕后亲自计算。他一直细致地跟踪，精确地知晓每片瓷砖的来龙去脉。一天上午，将最后几片瓷砖摆入衬板上的设计后，这点顿时显而易见。神奇的是，空间一一填满了。手绘瓷砖总数根本没有差两片，而是刚好。正是 2145 片。

最后，将全部瓷砖运到庭院，泥瓦匠把它们贴到墙上的美丽蓝色边界内。巴巴生日前一周，铺贴工作顺利完成。每片瓷砖各就其位——六英寸见方的每片瓷砖都极为精彩地表达了对他的爱，成百上千的瓷砖共同构成一面壮观的爱之墙。但最棒的是，美赫巴巴一直细致计算，完美地安排了一切。

——朵特·莱兹尼克（Dot Lesnik）

朵特·莱兹尼克是瓷砖墙项目的主要组织者。

她负责瓷砖的整体艺术布置。

附录 C

那些服务巴巴者

我向你们简略介绍一些仍在美拉巴德和美拉扎德服务巴巴者。这些人一直与我打交道多年，总会帮忙让我度过难忘的时光。随着时间推移，又增添了许多人，但我把它交给巴巴。我相信当你去那里的时候，他会把你领向注定要见的那些人。

如今巴巴的女满德里只有一位在世——美茹·伊朗尼。每周二、周四和周日，你可以在美拉扎德的巴巴之家见到她。和她一起消磨时光是莫大的荣幸。我的记忆中，她会与亲爱的助手凯茜、德瓦娜和雪莉一道，活跃在巴巴的美丽家园。她们照顾满德里，领你参观巴巴之家，让你度过难忘的日子。

宝·喀邱瑞是巴巴的东方男满德里中唯一至今仍在世的。宝吉担任巴巴的守夜人多年，他从不犹豫跟我们大家分享他伴随巴巴的亲身经历。他是阿

瓦塔美赫巴巴永久公益信托的现任主席。如果你想要联系宝吉，一向由他的助理克雷格接听你的电话。

每天总会看到高大庄严的泰德·贾德森，在晨间阿提期间弹吉他唱歌，那种始终如一的热忱和爱，首先引起我的注意。他妻子叫珍妮特，是个可爱的女士，在照料那里的植物和花园。她还处理档案工作，和丈夫一样深爱巴巴。

加里·克莱纳是我首次去美拉巴德时初交的巴巴友人，从那以后我们一直是朋友。他妻子是美丽的年轻女士美婊。你通常可在用餐时间遇到他，他会很乐意对你分享他的人生经历。

在我记忆中，强壮结实的艾伦·瓦格纳一直掌管厨房。艾伦每天中午时分在三摩地背诵的巴巴祷文，即使你回到家，耳边仍会余音缭绕。

海瑟·纳德尔嗓音动人，她和丈夫艾瑞克一生都在服务巴巴。艾瑞克也曾照顾巴巴的玛司特穆罕默德，于最近去世。

朱迪会带你参观三摩地和整个美拉巴德地区。阿戴尔、苏西和劳蕾尔会含笑在接待处欢迎你。安医生随时待命，以防有人身体不适。平素快活带笑的罗克珊·杰西娅负责客房服务，不遗余力地确保你在朝圣者静修所居住舒适。

如果你要在朝圣者静修所预订住宿，只需打电话给帕特·萨默斯和她的同事艾琳和梅瑞迪思。他们不仅会为你预订住宿，还会帮你做旅程安排。如

果你需要阿美纳伽信托办公室的人，可以联系沃德·帕克斯，或者负责书店的美赫纳施。

阿姆芮特和达拉(巴巴的侄子)已从阿美纳伽迁居美拉巴德的可爱新家。他们除了通常在喝茶时来到餐厅，现在每天早晨都可以看到阿姆芮特在三摩地值班，帮助新来者用鲜花装饰所有的陵墓。

最后同样重要的是朵丽和佳尔·达斯托。现在通常由朵丽领阿提，早晨6点她会欢迎你参与清洁陵墓。佳尔也是信托成员，负责客栈。他还负责为每月12号的度内火做准备以及全盘安排。

所有这些美好的人都在美拉巴德和美拉扎德生活。他们不仅爱并服务巴巴，而且致力帮助服务所有走向巴巴的人。他们怀着深爱和理解做事，确保朝圣者获得进步，使三摩地之旅永远成为难忘的经历。

这份名单是列不完的，巴巴的影响无止境，他对万人万物的爱无穷尽。

附录 D

美拉巴德朝圣者须知

美拉巴德

美赫巴巴的陵墓(三摩地)位于上美拉巴德，全年开放，供达善时间是每天早晨 6 点半至晚上 8 点。祈祷和阿提于每天早晨 7 点和晚间 7 点举行。

朝圣者的宿舍男女分住，位于上美拉巴德的美赫朝圣者静修所(MPR)、下美拉巴德的客栈和招待所。每年 6 月 15 日至次年 3 月 15 日提供住宿，须提前预定。随着新美赫朝圣者静修所于 2006 年 6 月启用，旧美赫朝圣者中心 (MPC) 现作为朝圣者登记中心及聚会厅。

美拉扎德

美赫巴巴之家，他曾和一些满德里居住的地方。它继续作为在世满德里成员的私人住所。周二、周四和周日对朝圣者开放，具体见通告时间。

预定和入住

美赫朝圣者静修所(MPR)的预定申请, 应提供每人的全名、出生日期、
邮寄/电子邮箱地址、电话号码、到达/离开的日期和时间。

美赫朝圣者静修所的电子邮箱: pimco@mail.ambappct.org

联系地址:

Pilgrim Reservation, Avatar Meher Baba Trust, P.O. Bag 31, King' Road,
Ahmednagar 414001, Maharashtra, India.

预定最早提前 6 周确认。不接受电话预定, 但可以打电话到办公室查看
预定状态、更改等等。电话: 0241-2548733, 0241-2548736。

美赫朝圣者静修所的登记入住时间是上午 10 点至晚上 7 点。

怎样前往美拉巴德

从印度各地: 美拉巴德位于马哈拉施特拉邦的阿美纳伽市郊, 经由全国
各地的铁路和公路均可到达。最近的机场在浦那和奥兰加巴德, 两者距离美
拉巴德约 2.5 小时的路程。到阿美纳伽火车站或公共汽车站后, 可以乘三轮
车或当地交通工具赴距离 6 公里的阿冉岗村。

从孟买: 可乘坐火车、长途巴士、私人汽车或出租车。孟买到美拉巴德
的公路距离约为 300 公里, 走高速公路和查尔坎支路, 不进浦那市区, 大约
需要 5 小时。

从浦那: 可乘坐火车、长途巴士、私人汽车或出租车。浦那-美拉巴德
距离约 100 公里, 耗时近 2.5 小时。

朝圣者预定办公室提供旅行方面的资讯和帮助,也可安排从孟买和浦那机场的私人包车接送。

以下为美拉巴德的地图:

From MPC to MPR.

Left on Main Road (0.3 km)

Right to 1st Road. Follow around curves, parallel tracks to RR crossing. Right across tracks. Right 0.2 km to 1st road, take Left ... go straight.

Follow over bund. At top of hill, road goes right. Keep to the right. Continue on the curvy road until the MPR is on your right.

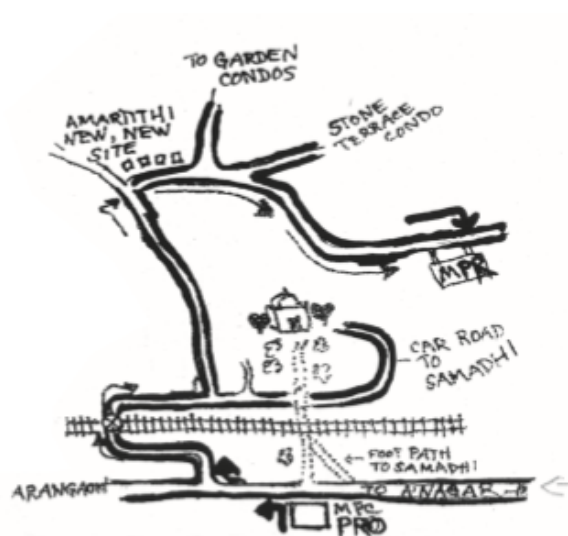
Distances:

MPC to Garden Condo turnoff 2.0 km

MPC to Stone Terrace 2.6 km

MPC to Bus entry sign 3.0 km

MPC to MPR parking/staff entry 3.2 km



附录 E

各地美赫巴巴中心的信息

印度

Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust,

P.O. Bag 31, King' s Road,

Ahmednagar 414001, Maharashtra.

Contact for Trust matters: Mehernath Kalchuri.

Tel: 0241 2343666/7419/7093

Reservations at Meher Pilgrim Retreat (MPR):

Contacts: Pat, Irene, Meredith.

Tel: 0241 2548733/36

Meher Pilgrim Retreat

Contacts: Heather Nadel, Adir, Suzy

Tel: 0241 2548211

Avatar Meher Baba Bombay Centre,

Navyug Nivas, 'A' Block, 3rd flr., Dr. D. Bhadkamkar Marg, Opp. Minerva
Theatre, Mumbai 400007.

E: avatarmecherbababombaycentre@rediffmail.com

Contact: Cyrus Khambata

Tel: 022 28117639, 9821009715

Avatar Meher Baba Poona Centre,

441/1, Somwar Peth, Near K.E.M. Hospital, Pune 411011

Contact: Pratap Ahir,

Tel: 9763701780

Avatar Meher Baba Delhi Centre.

50A, Tughlakhabad Industrial Area, Road, Near Batra Hospital. New Delhi

110062

Contact: Manoj Sethi, Tel: 9810123853

Contact: Kusum Singh, Tel: 9313879011

Avatar Meher Baba Hyderabad Centre

Esamia Bazar, koti, Hyderabad 500 027

Andhra Pradesh

Contact: Balaji, Tel: 9849090417

Avatar Meher Baba PPC Trust,

Meher Dham Nauranga,

Taluka Rath, District Hamirpur. Uttar Pradesh.

Contact: Shaligram Sharma, Tel: 05282-22217, Mobile: 9415145978

Avatar Meher Baba Tamil Nadu Centre

22, Moorthy Nagar, Villivakkam, Chennai

600 049

Contact: Dinesh, Tel: 9840032490

海外

Meher Spiritual Centre On The Lake,

10200 Highway 17, North Myrtle Beach, South Carolina 29577, USA.

Sufism Reoriented Inc.,

1300 Boulevard Way, Walnut Creek, California 94595, USA.

Avatar Meher Baba Centre of Southern California,

1214 South Van Ness Avenue, Los Angeles CA 90019-3520, USA

Meher Baba Association,

1/228 Hammersmith Grove, London W67HG, England, UK.

Meher Baba Foundation Australia,

P.O.B. 22 Woomby, Queensland 4559, Australia.

Meher Baba Information,

Anthony Thorpe, 3 Flowers Track, Christchurch 8, New Zealand.

部分网站

avatarmeherbabatrust.org

avatarmeherbaba.org

meherbaba.com

meherabode.org

jaibaba.com

lovestreebookstore.com

详细名单请访问:www.trustmeber.com/files/centers.htm

附录 F

术语表

阿提 (*Aarti*) : 传统印度教奉爱崇拜神的方式。带有副歌或主题的歌曲或祈祷, 表达把自我献给被崇拜者的渴望, 或描述祂的神圣属性并寻求祝福的颂神歌曲。

永恒日 (*Amartithi*) : 1969 年 1 月 31 日, 巴巴离开肉身的日子。

埃舍 (*Ashram*) : 灵性导师的简朴寓所。

自动书写 (*Auto writing*) : 秘术现象, 由自身之外的灵性源头启示的书写。

阿瓦塔 (*Avatar*) : 人身上帝在地球上的总显现; 神的降临; 又称神人、弥赛亚、佛陀、基督、救世主、拉苏、撒合卜-埃-扎满。

阿瓦塔时期 (*Avataric*) : 在该时期, 阿瓦塔作为至高的成道者, 承担起灵性阶层的首脑位置。他唤醒当代人对其真正灵性的认识。阿瓦塔带来新的能量释放, 新的意识觉醒和新的生活体验——不仅是为少数人, 而且是为全体。

阿维斯陀 (*Avestan*) : 琐罗亚斯德教徒的圣典。

拜 (*Bai*) : 年迈的妇女。

巴赞 (*Bhajan*) : 各类印度奉爱歌曲。没有固定形式: 可能像曼陀罗一样简短。

奇拉-那希尼 (*Chilla-nashini*) : 独处苦修的灵性修持, 多见于印度和波斯民俗。仪式中, 托钵僧或苦行僧努力保持坐在一个圈内四十昼夜, 不吃不喝不眠。

衣边 (*Daaman*) : 衣服边缘。巴巴说“抓紧我的衣边”, 代表爱、服从和臣服于他。

达伽 (*Dargah*) : 某位受尊敬的宗教人物 (通常为苏非教圣人) 的墓上方建造的苏非教圣陵。

达善 (*Darshan*) : 拜见大师。面见、合掌敬拜或顶礼大师的脚, 表示奉爱的举动。大师在三摩地的灵性临在。

度内 (*Dhuni*) : 在特殊场合点燃的仪式用火。按巴巴的希望, 每月 12 号在美拉巴德点燃度内。

油灯 (*Diya*) : 油灯。

禅那 (*Dnyan*) : 灵知, 灵性真理的知识。苏非教中被称为 *Irfan*。

长椅 (*Gaddi*) : 长椅或宝座。

伽内喜 (*Ganesh*) : 印度教的神, 长着象头。

古切蒂 (*Gulchedi*) : 一种芳香的花。

古鲁 (*Guru*) : 导师。常指灵性导师或大师。

羯磨 (*Karma*) : 行动。也指作用和反作用律则的运作——效应、命运。人生中的自然和必然事件, 由前世和今生的行为所决定。

克坦 (*Kirtan*) : 印度的奉爱传统中, 由主唱与应和构成的唱诵。

库尔达-帕贾玛 (*Kurta-pyjama*) : 印度传统的男式服装; 系带的长裤, 上搭齐膝的长袖衬衫。

楞地 (*Lendi*) : 舍地的赛巴巴每天在规定时间内, 由声势浩大的游行队伍陪同去排便的仪式。赛巴巴解释说: “我大便时, 给我的阿卜道 (内层面的灵性特使们) 分配他们对世界的任务。我利用游行队伍的乐声召唤他们。”

满德里 (*Mandali*) : 亲近者, 通常表示巴巴的亲近弟子。

曼达普 (*Mandap*) : 由四根柱子支撑的神圣建筑, 下方举办吉祥仪式。

玛司特 (*Mast*) : 灵性道路上的神醉者。

纳扎 (*Nazar*) : 视线。大师对弟子的护佑照看。

涅未卡帕 (*Nirvikalp*) : 完人的“我是神”状态体验。

通灵板 (*Ouija board*) : 由字母和其他符号组成的书写板, 与可移动的指针一起, 用在降灵会中获取讯息。

帕瓦蒂伽 (*Parvardigar*) : 毗湿奴。保护者或维持者。

至师 (*Prefect Master*) : 同时具有上帝意识和造物界意识的成道者, 有职责在造物界工作以帮助其他灵魂成道。也称为库特博、人神或赛古鲁。

帕萨德 (*Prasad*) : 由大师赐予的、通常可食用的礼物, 代表传递的内在灵性礼物。

卡瓦里 (*Qawwali*) : 赞颂安拉的伊斯兰教奉爱歌曲。

灵气疗法 (*Reiki*) : 宇宙能量。一种通过双手按摩的古老触疗体系。

赛古鲁 (*Sadguru*) : 至师, 库特博, 人神。

长袍 (*Sadra*) : 精致的细棉布长衫。

撒晤斯 (*Sahavas*) : 亲密伴随。由大师举办或为纪念他举办的聚会, 爱者和跟随者在场亲切感受他的亲身或灵性临在。

沙瓦-卡米兹 (*Salwar-kameez*) : 印度传统民族女性服装; 系带的长裤, 长袖和齐膝的衬衫, 头部或颈部裹有长围巾或披肩(称为“杜帕塔”)。

三摩地 (*Samadhi*) : 灵性大师的陵墓。巴巴的三摩地位于印度马哈拉施特拉邦阿美纳伽的美拉巴德。

业相 (*Sanskaras*) : 一个人所积累过去经历的印象, 决定了其在今生的欲望和行为。

业相联系 (*Sandkari*) : 人、地点或事物因过去业相形成的联系。

纱丽 (*Sari*) : 印度妇女的传统服装, 大约五至六米长, 用于裹身。

塞瓦 (*Seva*) : 服务。

夏里亚特 (*Shariat*) : 外部遵守宗教诫命和传统的正统奥秘道路。

苏非教运动 (*Sufi Movement*) : 一门神秘的学科, 起源于古代, 时间不详。

据称琐罗亚斯德时代已存在, 琐罗亚斯德本人被称为苏非。它是一种生活方式的表达: 目的是通过精神冥想和狂喜, 涤净心灵中除了上帝以外的一切, 最终达到完全沉浸于上帝。它被不同的阿瓦塔所复兴。先知穆罕默德的奥秘

教导的拥护者后来被称为苏非教徒。在西方运作的苏非教再定向，则遵循巴巴的宪章。

蒂卡 (*Tikka*)：印度妇女常用朱砂红颜料在前额中央涂抹的红点。

马车 (*Tonga*)：用于运载人的马车。

附录 G

引文注释

前言

¹ 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 16 卷，第 5652 页 (*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 16, p, 5652)

² 《美赫巴巴的沉默教导》，至爱档案馆，由饶希文·安扎尔于 2001 年编著，第 13-14 页。 (*Silent Teachings of Meher Baba*, Beloved Archives, Inc. 2001, compiled and edited by Naosherwan Anzar, pp. 13-14.)

第一章-爱之海洋

¹ 《美赫巴巴的真理火花》，C.D.德希穆克的版本。希瑞亚出版社，版权所有：美国普世灵性联盟，第 40 页。 (*Sparkles of the Truth from dissertations of Meher*

Baba, A version by C.D. Deshmukh. Sheriar Press Inc., Copyright The Universal Spiritual League in America, Inc., p. 40.)

² 《神曰》，美赫-莫那瓦尼出版社的印度修订版和苏非教再定向的增补第二版，第 39 页。（*God Speaks*, Meher Mownavani Publications, Indian Edition of Revised and Enlarged Second Edition, Sufism Reoriented, p. 39.）

第二章-家庭成长

¹ 《语录》，美赫巴巴著，1987 年第七次修订版，版权所有：印度，阿美纳伽，阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托。第 106 页。（*Discourses*, Meher Baba, Seventh revised edition, 1987, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, India. p. 106. ）

第四章 为不确定的生活领航

¹ 《语录》，美赫巴巴著，1987 年第七次修订版，版权所有：印度，阿美纳伽，阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托。第 1-2 页。（*Discourses*, Meher Baba, Seventh revised edition, 1987, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, India. pp. 1-2. ）

第五章-我在这里

¹ 《沉默大师》，版权所有：美赫巴巴档案馆，1967 年，第 7 页。（*The Silent Master*, Copyright Meher Baba Archives, 1967, p.7. ）

² 摘自《美赫巴巴——本时代的唤醒者》，邓·斯蒂文斯，第 141-146 页。

(Information, excerpts and quotes taken from *Meher Baba - The Awakener of the Age*, Don Stevens, pp. 141-146.)

第九章-年轻人

¹ 《密尔达特之书》，米哈伊尔·奈米。（*The book of Mirdad, Milhail Naimy.*）

第十章-我的更多考验

¹ 《辉光国际》，铎希文·安扎尔，1887 年 2 月刊，《回忆曼萨丽》第 9 页。

(*Glow International*, Naosherwan Anzar, February 1887, Remembering Mansari, p. 9.)

第十一章-通向彼岸的渠道

¹ 《灵媒及其工作》，琳达·威廉姆森著，第 166 页。（*Mediums and their Work*,

Linda Williamson, p. 166.)

第十二章--天使之光

¹ 《非凡的邂逅》，乔治·查普曼著。（*Extraordinary Encounters*, George

Chapman.)

第十三章-指导方针

¹ 《阿瓦塔美赫巴巴的教导摘录手册》，版权属于阿瓦塔美赫巴巴永久公益

信托。（*Brochure on the extracts from the teachings of Avatar Meher Baba*,

Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust.)

² 《如何做自动书写》，埃登·麦考伊著，95-96 页。（*How to Do Auto writing*, Edain McCoy, pp. 95-96. ）

³ 《三摩地：无限之星》，保·纳图著，版权所有：希瑞亚基金会，1997 年版，第 57 页。（*The Samadhi: Star of Infinity*, Bal Natu, Copyright Sheriar Foundation, 1997, p. 57. ）

第十四章-到处逛街

¹ 《三摩地：无限之星》，保·纳图著，版权所有：希瑞亚基金会，1997 年版，第 115 页。（*The Samadhi: Star of Infinity*, Bal Natu, Copyright Sheriar Foundation, 1997, p. 115. ）

第十五章—与巴巴同笑

¹ 《美赫主》，版权归属印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 13 卷，第 4444 页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 13, p. 4444. ）

第十六章-怎么样!

¹ 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 15 卷，第 5341-5342 页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 15, p. 5341-5342. ）

² 巴巴给饶希文·安扎尔的讯息。（*Message given by Baba to Naosherwan Anzar.* ）

第十七章-慈父

¹ 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第20卷，第6531页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 20, p. 6531.）

² 《美赫巴巴的呼召》，版权属于阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托。（*Meher Baba's Call*, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust.）

第十八章-“神啊，为何是我？”

¹ 《语录》，美赫巴巴著，1987年第七次修订版，版权所有：印度，阿美纳伽，阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托。327 - 330页。（*Discourses*, Meher Baba, Seventh revised edition, 1987, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, India. pp. 327-330.）

第二十章- 更换大师

¹ 《神对人与人对神》，C.B.坡德穆编著，1975年版，版权属于阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托，第47-48页。（*God to Man and Man to God*, ed. C.B. Purdom, Copyright 1975 Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, pp. 47-48.）

第二十一章-红心之王

¹ 《语录》，美赫巴巴著，第七次修订版，1987年，版权所有：印度，阿美纳伽，阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托，335页。（*Discourses*, Meher Baba,

Seventh revised edition, 1987, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, India. pp. 335.)

第二十二章--三摩地

注：本章的资料/文摘引自保·纳图的《三摩地：无限之星》。（Note: Information/excerpts in this chapter are all taken from *The Samadhi: Star of Infinity*, by Bal Natu.)

¹ 《三摩地：无限之星》，保·纳图，版权所有：希瑞亚基金会，1997 年版，第 39 页。

² 《三摩地：无限之星》，保·纳图，版权所有：希瑞亚基金会，1997 年版，第 15 页。

³ 《三摩地：无限之星》，保·纳图，版权所有：希瑞亚基金会，1997 年版，第 68 页。

第二十四章-精神食粮

¹ 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 11 卷，第 3812 页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 11, p. 3812.)

² 《语录》，美赫巴巴著，1987 年第七次修订版，版权所有：印度，阿美纳伽，阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托。330-331 页。（*Discourses*, Meher Baba,

Seventh revised edition, 1987, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, India. pp. 330-331.)

³ 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第6卷，第2172页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 6, p. 2172.)

⁴ 《探索者的回忆》，阿米亚·库玛·哈兹拉著。（*Memories of a Zetetic*, by Amia Kumar Harra.)

第二十七章-与光融合

¹ 《语录》，美赫巴巴著，1987年第七次修订版，版权所有：印度，阿美纳伽，阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托。304页。（*Discourses*, Meher Baba, Seventh revised edition, 1987, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, India. pp. 304.)

² 《听着，人类》，美赫巴巴著，由D.E.斯蒂文斯编著，1957年版，版权属于阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托基金，阿美纳伽，102-103页。（*Listen, Humanity*, Meher Baba, narrated and edited by D.E. Stevens, 1957 Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, pp. 102-103.)

³ 《语录》，美赫巴巴著，1987年第七次修订版，版权所有：印度，阿美纳伽，阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托。314-316页。（*Discourses*, Meher Baba, Seventh revised edition, 1987, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, India. pp. 314-316.)

附录 A-美赫巴巴

¹ 《听着，人类》，美赫巴巴著，由 D.E.斯蒂文斯编著，1957 年版，版权属于阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托基金，阿美纳伽，附录二，第 245 页。（*Listen, Humanity*, Meher Baba, narrated and edited by D.E. Stevens, 1957 Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, Appendix II, p. 245. ）

² 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 12 卷，第 4341 页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 12, p. 4341. ）

³ 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 20 卷，第 6533 页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 20, p. 6533. ）

⁴ 《沉默大师》，版权所有：美赫巴巴档案馆，1967 年，第 36 页。（*The Silent Master*, Copyright Meher Baba Archives, 1967, p.36. ）

⁵ 《美赫主》，版权归属：印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 11 卷，第 4062 页。（*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 11, p. 4062.）

⁶ 《美赫主》，版权归属印地语作者宝·喀邱瑞；劳伦斯·赖特英译，第 20 卷，第 6641 页。(*Lord Meher*, Copyright Bhau Kalchuri, author in Hindi; English translation by Lawrence Reiter, Vol. 20, p. 6641.)

⁷ 《最后的撒晤斯》，版权属于 H.P. 巴如查医生。(*Last Sahavas*, Copyright Dr. H.P. Bharucha.)

⁸ 《美赫巴巴的呼召》，版权属于阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托，阿美纳伽，第 29 页。(*Meher Baba's Call*, Copyright Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, p. 29.)

附录 H

版权细则

1. Copyright ©All rights reserved. With permission from Bhau Kalchuri, Chairman, Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar, M.S. 414001, Indai for all of Meher Baba's words, messages, and discoursed quoted in this book, as also for photographs and

paintings of Meher Baba, photographs of His mandali members and the *Tile Wall – Welcome To My World*.

2. . Copyright ©All rights reserved. With permission from Bhau Kalchuri, Author of *Lord Meher, The Biography of the Avatar of the Age Meher Baba* for use of excerpts and photographs.
3. Copyright ©All rights reserved. With permission from Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust to quote excerpts from *Listen, Humanity*.
4. Copyright ©All rights reserved. With permission from D. E. Stevens to quote excerpts from *Meher Baba The Awakener of The Age*.
5. Copyright ©All rights reserved. With permission from Sufism Reoriented, Inc. Walnut Creek, California to quote from *God Speaks – The Theme of Creation and Its Purpose by Meher Baba*.
6. Copyright ©All rights reserved. With permission from Naosherwan Anzar to quote from Meher Baba’ s letter to him in 1966. Extracts from *Glow International – A Journal Devoted to Meher Baba* and *Silent Teachings of Meher Baba*.
7. Copyright ©All rights reserved. With permission to use the article on *Welcome to My World. The Wall of Love*.
8. Copyright © Homyar J. Mistry, Homzprints, for the use of Inside Samadhi Image.

9. Photo of Bhau Kalchuri courtesy of Lynwood Sawyer (Shiva).

附录 I

阅读推荐

下列关于美赫巴巴的书籍，欲购者可联系阿美纳伽的阿瓦塔美赫巴巴永久公共慈善信托（Avatar Meher Baba Perpetual Public Charitable Trust, Ahmednagar），以及美赫巴巴孟买中心（the Bombay Centre, Navyug Nivas, Bhadkamkar Marg, Opposite Minerva Talkies, Bombay 400 007）。另有胸针、挂坠、音频 CD、VCD / DVD 等出售。

《阿瓦塔》，珍·艾德尔著（Avatar, *Jean Adriel*）

《与唤醒者交谈》(系列)，保·纳图著（Conversations with the Awakener (Series), *Bal Natu*）

《语录》，美赫巴巴著（Discourses, Meher Baba）

《神兄》，玛妮·S·伊朗尼著（God Brother, Mani S. Irani）

《大师是怎样工作的》，艾微·O·杜思著（How A Master Works, Ivy O. Duce）

《听着，人类》，美赫巴巴著，邓·斯蒂文斯编辑（Listen, Humanity, Meher Baba, *Don Stevens*）

《美赫巴巴-本时代的唤醒者》，邓·斯蒂文斯著（Meher Baba The Awakener of the Age, *Don Stevens*）

《美婁》，珍妮特·贾德森编著（Mehera, *Compiled by Janet Judson*）

《甚深沉默》，汤姆和多萝西·霍普金森著 (Much Silence, *Tom & Dorothy Hopkinson*)

《有与无》，美赫巴巴著 (The Everything and the Nothing, *Meher Baba*)

《三摩地:无限之星》，保·纳图著 (The Samadhi: Star of Infinity, *Bal Natu*)

《曾经如斯》，埃瑞奇·杰萨瓦拉著 (That's How It Was, *Eruch Jessawala*)

《至爱》，铎希文·安扎尔著 (The Beloved, *Naosherwan Anzar*)

《行道者》，威廉·邓肯著 (Wayfarers, *William Donkin*)

《美赫主》，宝·喀邱瑞著 (Lord Meher, *Bhau Kalchuri*)

《美婍-美赫》，戴维·芬斯特著 (Mehera-Meher, *David Fenster*)

可通过电子邮件联系作者:

umrigar@vsnl.com

更多信息, 请联络:

Yogi Impressions Books Pvt. Ltd.

1711, Centre 1, World Trade Centre,

Cuffe Parade, Mumbai 400 005, India.

填写我们下列网站的邮寄表格

将通过电子邮件收到关于书籍、作者、活动等信息。

请访问: www.yogiimpressions.com

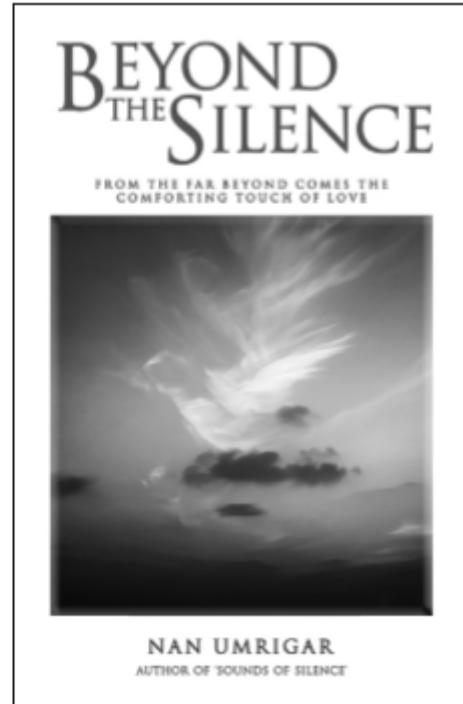
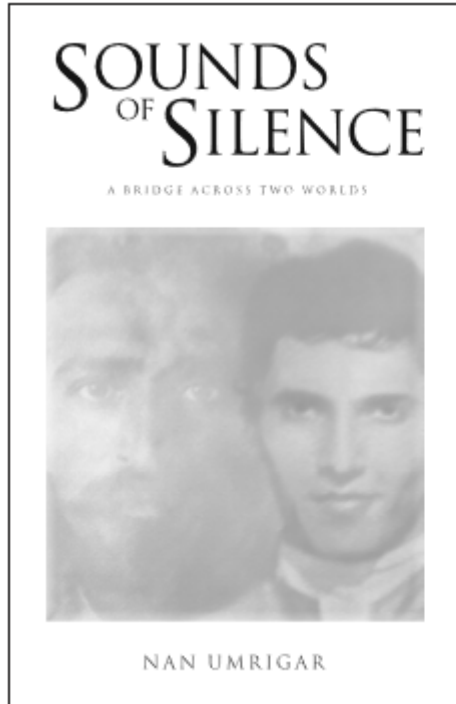
Telephone: (022) 61541500 61541541

Fax: (022) 61541542

E-mail: yogi@yogiimpressions.com

脸书地址:

www.facebook.com/yogiimpressions



“将会有许多人找你求助……

一旦他们走向他……他会照顾他们，

你要做的就是把他们带向他。”

——卡尔去世后传给母亲楠的话。



楠最初写的畅销书《沉默之声》中的故事，影响感动了世界各地人们的心。她独自出发的旅程，如今已有无数人纷纷加入，他们的痛苦和悲伤被清理，其人生被来自上界的灵性大师——美赫巴巴的疗愈之爱所转变。

她儿子卡尔的爱望讯息来自灵界，鼓舞并激发了那些来访者的心灵，并加强其决心，去聆听内在的沉默，并通过大师的恩典寻找自己的答案。通过这些答案，楠本人的生活开始呈现更深的灵性意义。

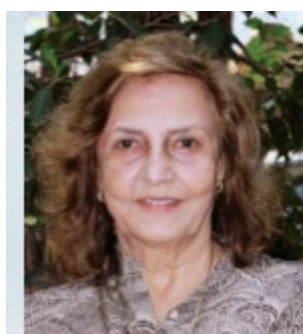
她的故事环环相扣，交织着人们叙述的一系列感人故事——当他们向大师敞开心灵后体验的神奇经历。

在《聆听沉默》中，楠向我们展示了大师是怎样——纯粹且绝对地——通过爱的力量工作的。她也同我们分享了对意识进化、生死、羯磨、爱与宽恕以及灵魂前进旅程的更深层理解。

更重要的是，《聆听沉默》给予你战胜逆境的力量，发展你自己的道路，并且过上自我实现的生活。

“《聆听沉默》从第一页就俘获了读者的心，吸引你进入与上帝和灵界的沉默交流。”

——《积极人生杂志》



Yogiimpressions®

中译文版权声明：

First published in India in 1996 by Huma Enterprises

Copyright © Huma Enterprises 1996 本书由作者以及版权拥有者授权，在阿瓦塔美赫巴巴中文网

独家发布免费电子书。欢迎各位分享，但严禁用于商业用途以及出版纸质书，违者自行承担可能导

致的法律责任。