同唤醒者交谈

保·纳图 著

版权 阿瓦塔美赫巴巴永久公益信托

作　　者:
翻　　译:
校　　对:
美　　工:　炬池
网　　站:　www.meherbaba.cn
开　　本:　850 x 1168 1/32
字　　数:　千字
张　　数:　页
版　　次:　2024 年 08 月 01 日

目 录

简单的方法 1
难为的期待！ 2
莫畏恐惧 4
回到中心 6
自我痼疾 9
放大权威 14
不为什么 17
礼物 21
悲剧的幕后 25
一切皆礼物 29
人格与自性 33
永远清新 37
唯有您属于我 41

作 者 简 介

保·纳图（Bal Natu）1944 年代遇到阿瓦塔美赫巴巴。初次见面，巴巴就对身边的弟子阿迪说，“他今生将获解脱，”并拥抱了保。保回忆说这随之让他沉浸于难以描述的持续喜悦里。与其他满德里不同，保没有留下跟巴巴一起生活，而是回到家乡继续在学校教书。1970 年代保退休后到美拉扎德定居，直到 2003 年去世。2001 年译者在印度朝圣期间，有幸见到保，深为他的人格所吸引。能感到在他平凡、谦卑和瘦弱外表下的巨大力量，生活在世间，慈爱地回应着周围的人和事，却随时随地生活于对内在巴巴的觉知，如同巴巴的其他门徒。

这里摘译的“交谈”都发生在美赫巴巴离开肉身之后。用作者的话说，阿瓦塔美赫巴巴的这些“访问”是“通过不同的门户，通过不同的心灵层面”进行的。最近重读，似乎有所悟，感到阿瓦塔美赫巴巴在通过弟子，从不同的角度，给人类提供走向他的路径。记得美赫巴巴肉身在世期间，曾通过“思想传递”在印度指导远在纽约的门徒诺芮娜·马切贝利王妃，在公众演讲中直接传播他的真理讯息。巴巴还通过门徒弗朗西斯·布拉巴赞的诗作，阐释他的教导；通过宝·喀邱瑞的灵感《觉醒》，揭示他的内在工作。让人想起美赫巴巴《语录》里的话，在阿瓦塔时期，阿瓦塔圈子成员“全部成道并为他人的解脱而工作。阿瓦塔及其弟子不仅为当代人，也为后代工作。”

——田心

简 单 的 方 法

“您能饶恕多大的罪恶？”我在一个最黑暗的时刻问您。

“直到今日，还没有人犯过大得让我不能饶恕的罪过，”一个慈爱的声音轻柔会答。

“那么一个人必须拥有多大的美德，才能赢得您的青睐？”我咕哝说。

“全人类的美德集中在一起，也不足以赢得我的一个侧视。”

“那我还怎能指望见到您？”我感到绝望。

“什么！”我听见一阵儿笑声，充满同情。“别犯傻！这很简单！”

我大吃一惊，鼓起勇气问，“您什么意思，‘简单’？是不是开玩笑？”

“不是。确实很简单！”

我愈发困惑。从内心呼叫，“我不明白您的意思。但又惊诧——这个声音从哪里来？”

回答：“它来自你内里的深不可测处，我的孩子，也就是你不在而我在之处。我可以走了吗？”

“请别把我留在这种困惑之中。您说‘简单’，我想向这个简单敞开心，秘密是什么？”

您的声音愈发深沉：“秘密是：干吗去想罪过？干吗去想美德？只要想我就是了！难道我不是你内里的最亲近最慈悲者吗？再见！”

随着这些话语，声音完全退入我内里。但这个仁慈的保证却继续我耳朵里——不对，在我整个生命里——回响。

多么简单的方法！

又多么难以做到！

难为的期待！

一天，我洗着凉水浴，渐渐感到心旷神怡。洗浴完毕，身心放松，对过去的执著和对未来的雄心似乎皆被洗去，时间止息。

沉浸于这种兴奋感觉里，我回到房间，竟发现您坐在那儿，温和地微笑着。好不意外！我不禁欣喜问道，“您在这儿，等我？”

“还会是谁？”您亲切回答。

“我今天压根儿没有期待您来。”

“所以我在这儿。期待则会让我躲开。”

“可您怎么在不存期待时瞬间出现？”

“因为我无处不在，在一切时间里。”

“也在一切万物里？”我继续问。

“是的。不仅在万物里，我就是万物。但这个话题太精妙深奥，今天不谈。”

“请您哪天都别谈那个！我只对您和陪伴您感兴趣。一个人有幸与君王为友，还有啥必要结交他的随从？您是我唯一的君王。”

“我的一体状态怎好描述？我是君王，也是随从。我是一切存在事物的孔隙。是一切生命围绕的永生光明中心。”

“怎么才能达到您——我内在的光明中心？”

“方法因人而异。我直接或间接地帮助每个人找到通向我的道路。至于你，只要毫无期待地，全心全意想念我就行，这会让你就越来越接近中心。”

“我得承认，在走向您的路途中，这种‘全心全意’对我可是个巨大跨栏。”

“别灰心！我会帮助你获得正确方法：继续把行动献给我，不要依赖任何技术。我在你内里的‘在’好比源泉。要相信你的一切行为都有我参与。

这种信任会逐渐打开源泉的中央阀——它掌握着我的在……”

“而我将浸润于您生命活水的淋浴？”

您眼睛一亮。“当然！”

您起身离开时，我忍不住问：“您明天还会来看我吗？”

“不要期望；不要期待。”您回答：“你难道不知我不在昨天，也不在明天？我就在此刻当下！”

我脑袋发懵，却继续央求，“您虽无形体，却为爱采用人身。同理，您虽无时限，难道就不能走入时间，明天来看看我？”

您向我笑笑，对这个要求是笑拒还是笑纳，我不得而知。

见过您一次，而不去期待再次会见：这是多么难为的期待！

莫畏恐惧

您和蔼地看着我，微笑着问，“还好吧？”

我受到鼓舞，壮着胆反问，“您也好吧？”

您随口说，“你好我就好。”

我很感动，说，“这会儿好了。但在您到来之前可不是。”

“怎么回事？”

“我能袒露心声吗？”

“怎么不能？”

“哎，虽然经常见您，我还是发现问题重重，被压得喘不过气。这样那样的恐惧不离左右，人性的自私迟迟不去。在您的无私关爱面前，我感到无地自容……

有您随时呵护，我还总是生活在恐惧的阴影下。要摆脱恐惧和自私这两个伙伴，不知还有没有指望。”

“你就这么急于摆脱？”

“是的。不堪活在这些阴影下。”

“要知道，但凡发生在时间领域的东西，都需要时间才能消解。”

“那您希望我怎么做？”

“首先，我希望你记住：对恐惧不必害怕。相反，要在忆念我的同时，努力加深对它的觉知……不要给自己订立一个勇敢无畏目标，因为凡是你靠自身努力所取得的，有朝一日都会崩解。但如果你开始把恐惧交给我，它自然就会化作坚毅。”

“您的话我不全懂。但我还是想请教战胜自私的方法。”

“自私有可能完全摆脱吗？光说‘无私’不会让行动无私，也解决不了问题。”

“那我该怎么办？”

“邀请我参与你的思想和行为——无论你觉得怎样琐碎。这样，你的自私将不仅被我松解，还会在你不知不觉中逐渐地融入我的无限。”

“我只要呼叫，您就会参与我的日常活动？”

“倘若呼叫发自内心，我就会想法参与你的行动，在你内里找个小小空间发挥作用。你每次合作，我都乐于唤醒你的臣服精神。”

“对不起，谈了这么多，我对目前怎样对付可怕的身心状况，还是不知所措。”

“让我们换个角度：这会儿你惧怕吗？”

“有您在，我就不怕。”

“那为何只将我的在同我的可见形体联系？要知道我也无形无相。为何不学着把我的在同我的名联系？”

“不容易！”

“也不难。不过，这的确不是学来的。即便你尽了最大努力，还是达不到。”

“这么说，不止是困难而已！”

“但也不止是容易！”您的眼睛发光。

“我还有希望吗，在某个时候？”

“有一天，我会在一瞬间把这个礼物赐予你。”

“何时？”

“这个没有定规，非关数学。”

“您的话无法否认。但我不得不说，您的算术跟您的词典一样非同寻常。”

这让您开怀大笑，您表情愉快地说，“今天就谈到这。我还有公务要处理。再见。”

我忍不住应道：

“请尽快回来，赐给我这个不怕恐惧的礼物。”我的心灵温柔地保证：

您的时间安排完美；您从不迟到！

回到中心

我们并肩静静地坐在一棵壮丽的老橡树下。树干又粗又圆，低垂的枝丫和光滑的绿叶搭成一把伞，遮掩着我们。古树的魅力和威仪溢过草坡。坡下的草地悠然地在天空下歇息，一片片的青草在刚冒出地平线的柔和阳光里闪烁。凉风习习。

您轻轻拍了拍我的肩，说，“今天你好像还安宁。这让我高兴。”

我不知您是在有意掩盖全知，还是好心刺激我。身处如此庄严景色且有您相伴的我，此刻却感到枯竭疲惫，懒得说话。真是讽刺！

我不正视您，脱口而出，“恰恰相反！我对生命，甚至连这个人身，都感到厌倦！”

您开怀大笑，并不责备，而是说，“对这个身体，你一点儿也不厌倦。你的困惑在于根深蒂固的欲望没有满足。若能满足，你巴不得活上一百岁呢！”

您诊断出我的病疾却不加谴责。“您的话也不完全错。”我承认，“但是干吗要这个身体？这个问题常常困扰我。”

您目光平静，慈爱地答：“拥有人身的目的，是要认识、感受并证悟你内里永居的喜悦、无形、无限大灵——也就是我。事实上，大灵热切地，甚至迫不及待地，等着你全心全意的应允，以便能逐渐展示自身。但它不会将自己强加于人。”

难以置信！我深吸一口气，激动地说：“对这种展示，我现在就准备好接受了！”

您宛然一笑：“首先，必须让对人身至关意义和功能的认识，成为心灵的渴望和热忱。”

我一时无语，承认：“我对自己刚才表达的意图，并不专一也不坚决。不过，我内心的冲突似乎源自于您的无限、无形大灵，它以无尽的奇妙形

式显现着。”

您的面孔被慈爱的辉光照亮：“也许你对自己的话也未必明白。主要原因是，你的头脑是只‘多头蛇’，所以做不出接近你本性的决定。这阻挠着生命的开花。”

“您的意思是？”

您优雅地仰起脸，盯着我的眼睛说：“这种开花是一个很自然和微妙的过程——逐渐地觉知你内里的我。这是我通过每个人所做的游戏。参不参加游戏——人人都有选择的自由。其过程难以用言语描述。这是一种‘喜悦安住’艺术，对人生中运行的自然法则不内在抵触。”

我被您的解释深深打动，恳求，“请引导我公平地跟您做游戏。要是我万一有幸获得小小进步，结果会怎样？”

“意外惊喜！”您表情慈祥又威严：“任何一个真诚接受我的引领者，都会很快见证，处理日常琐事将不是一件苦差，而是人生升华时刻，充满无私喜悦。”

“真的！”我叫道。“每次听您的这种鼓励之言，我都恨不得立马开始。”

您慈爱地看我一眼，温和地说，“那你为何不开始，自己去发现结果？”

我的自卫老本性复苏：“您是说我没努力过？”

“你努力过，但不是以应有的方式。”

“抱歉。我不过是个凡夫。常言道‘人非圣贤孰能无过。’”我还在试图为自己的愚蠢辩解。

您端详我一眼，说：“听着：你首先必须忘记——我是说，努力忘掉过去；我会帮助你。”

“怎样忘记？”我激动地问。

“对自己做过的，或本不该做的，不要思来想去。若受这种念头袭击，就把它们献给我。怀着对我的纯一信任，坚持练习下去，渐渐地你的心情就会轻松起来。这又鼓励你把更多的念头献给我。我尤其爱听你分享思想和烦恼，哪怕是最平凡的。”

“那我什么时候开始？”我急切地问，随即又自悔鲁莽。冲动习惯依旧。

您满面同情，平静地说："没有比'当下'更吉祥的时刻了——这个常新的当下。这个无时限的此刻，将一切时间的一切时刻都包括，而非分割。开始吧！"您慈祥地看着我。

"您知道，我只是个普通人。"我祈求，"您能否说点让我又能理解又能遵循的？"

您双目如星光闪闪，回答："只是开始观照在你内外发生的一切——那只是生活的外围；并且回到中心——也就是我。这就是在我的'在'里成长的途径。让这成为你深切的热情，你唯一的关注。现在我已为你把门打开。走进去还是留在外面——我把选择留给你。"

您说完，站起身，威仪优雅地大步离开橡树。

我目送您远去，感到刚刚发生了一个神圣的重要事件，搞不清您是行走在我之外还是我之内。

您的话——"回到中心"——似乎给整个气氛充了电。我倚靠着亲爱老橡树，感受到同样的话从树干内一遍遍地回荡。朝草坪望去，仿佛片片草叶都在齐唱同一曲副歌：

"只是观照，回到中心……中心！"

自 我 痼 疾

用完茶点，我准备好每周一次的傍晚漫步。坐公交车到城郊，走上心仪的林荫路，一条环绕山脚的长长僻静小道。我最爱这种散步，看着树枝相互交织，形成碧绿华盖。奇妙的是树与树之间谐调成长，互不干扰。树干挺拔自若，支撑着整个树枝网——天然的凉棚。

色度不一的树叶，让我想起多中一体。叶子有的长而糙，有的小而柔。还有几片泛黄的大叶子，在无怨地枯萎着，臣服于季节的流转，传递着您的讯息：愉快接受一切生命阶段。

起风时，树叶簌簌作响，仿佛在向大地、天空和太阳唱赞歌。我一边漫步，一边欣赏这万物并育的和谐景色。

突然念头闪过，“这一切生命的中心——您，此时此刻会在哪儿？”

又往前走不多远，惊讶地看见您默默坐在一条长凳上，仿佛沉浸于自身的无限。您高贵的体态温雅无比，您辐射的光辉渗透视野里的万物。

要不要过去？我迟疑不决。但心灵推着我走到您身旁坐下。您一动不动，也不跟我打招呼。静谧盈满空间，遍及我的全部。我同您近在咫尺，却感到相距亿万光年之遥。您散发出完美的超然。我再也受不了这种宁静，轻声道，“瞧，我在这儿！”

您从眼睛深处发出温柔的微笑，轻声答，“是的，我在这儿，又无所不在。”

“但这会儿，我们可以交谈吗？”

“你愿意，我就不介意，”您答完又问，“近来可好？”

“还好。谢谢您。”

“实话？”您又探问。

“我想是的，”我回答，不明白您为何重问。补充说，“我还好；睡得好。”

“吃得也好？”您调侃道。又说，“这并不说明你健康。”

“那又说明什么？”我困惑不解。“您是要我当上体育冠军，才称健康？”

“做个摔跤能手，或者其他运动健将，未必是真健康的标志。”您评论。“那叫身体健康。真健康是身体、头脑和心灵——也就是行动、思想和感情——和谐平衡。这种平衡为真正意义上的健康开路。懂吗？”

“有一点懂。但难道‘真健康’不依赖身体健康？”

您回答，“依赖，但又不完全依赖。在某些情况下，那只是冰山的可见一角。大多数时候，你的外部身体生活，受到你最内在欲望及其满足程度的指挥乃至控制。当你意识到欲望的束缚时，惟有这种觉知才会自动开始调整你的行动。一旦认识到放纵欲望是不健康，你就会努力抽身。知道火烧手指，你自然缩手，对不对？人生道理就这么直白。”

您的直截了当，加深了我对您话语的理解。

见我还听得进去，您接着说，“要进一步培养真健康，你就得了解自己的最大敌人——痼疾。”

我一脸茫然。“痼疾？那是啥东西？”

“对于此病，很难下确切定义。人人皆患此病，但并不知道。更讽刺的是，他们还对此病的外部症兆——自己的行为——感到骄傲。”您解释说。

“请原谅，我还是不明白。”

“好吧，我来举几个例子，帮你了解它的性质。比如，你乐于揭露别人的弱点，尤其在背后。有时还说怪话取笑人，以此肯定自身的优越。你或许出于礼貌，笑着跟人打招呼，可人家一转身，你就拿他们取笑。这些都是痼疾的症兆，源自于妄念——我特殊不凡。实际上这都是你的自我，因害怕自己什么都不是，而试图抓住某种‘我性’。

“疾病就住在你内心深处，但你不完全意识到。反而继续用思想和行动滋养它，直到它开始主宰你。你经常对人的言行妄加评断。视之为自己的权利，不觉得有什么不对。但你这样做，却拒绝了他人回应生活的自由。人家要是不同意，你会乐意吗？不会。你会抱怨说人家不理解你！这就是

人际互动的性质。这种反应特别具有欺骗性，因为已成为你日常生活的一个无意识部分。”

“我为何这样做呢？”我问。

“因为你的自我乐于认为自己特别，比人优越。”

我心里知道您说得对。精准指出了我行为中的主要弱点。我看到自己为坚持自我的重要，是怎样掩藏短处的。

我窘迫地低下头，望着地面。您知道我需要进一步点拨，又说，“要学会尊重你生活中的每一个人——包括那些你认为理所当然的。随着这种觉察的深入，你就会在那些直接或间接参与你生活的人那里，感受到我的‘在’。努力在他们身上见我；这种友爱态度将给你带来健康。”

您指出我的疏忽，又不伤我感情——这种慈悲让我不胜感激。我说，“我应该尊重每一个人，作为一种途径来赞美他们内里的您。我意识到以往的失察盲目。总是低估对我的生活起着重要作用者的价值。对不起。”

您辐射着神圣尊严，揭示，“过去你对生命只有理性认识。这把你引入歧路。不过，对我的信任将让你看到我居于一切众生。”

“这让我心里踏实了。不过，该怎样克服人类的这个困境——无法在遇见的每个人里感受您的在？”

“必须对自己保持警觉，无论做什么。冷静地观察自己的行动和念头。我会通过这个过程，来帮助你按我希望的方式回应。你越投入这种不断练习，就越感到我各式各样的帮助。”

“这将够用吗？”

“别担心将来！”您叫我放心。“这种觉知生活方式，将在你经历人生时，给你内在力量来面对自己。还将成为战胜自私——痼疾症兆——的良好开端！”

我大声说，“现在我明白您为什么说此病是我的大敌了。还有没有进一步的疗法？”

“有。把你的感官体验全部献给我，以此摆脱五种感官的奴役。但要做到这一点，你必须对我有坚定信心。这种信心可被称作‘第六感觉’，

它将为你的人生打开新局面，那时候活动中心就不单纯在你个人，还在于你为取悦我而做的努力。这个第六感觉将引导你越过那些误导你做痼疾牺牲品的享乐。”看我总算对自身问题的性质有了点模糊认识，您似乎对此还满意。

“万分感激，”我说。“我会尽力与此病搏斗。不过，您知道我对克服自身弱点有多无力。所以，真诚要求您指导我去尊重他人内里的您。我内里的您也被层层遮盖着，也得靠您帮我揭开。”

我再也无话可说，无言地仰视着您。

您注意到我的沉默，又分享说，“我刚才讲的觉察，将帮你松开自我痼疾的掌控。虽说病诊断出来，医治却不容易，生活还是会受影响。不过，真诚努力会召唤我的恩典，来帮你获得真健康——感受到是我在通过你生活。”

您表情愉快，温柔地拍拍我的肩，慈爱地说，“你希望与我交谈——我们还没谈够么？”

闪电般的颤栗射穿我的脊骨。我顿感无比喜悦。和您在一起，每一刻都成为一种永恒；也许是永恒被压缩成每一刻？——很难说。我拉着您的手，站起告别。望着您说“谢谢”时泪水盈眶——这是怎样的爱！我一边后退，一边盯着您。这种分离之疼您理解：朝我挥挥手，随即将目光转向一边。

我转身离开，走了几步，回头望。但此时，您似乎又如先时完全沉浸于自身存在。我不知道哪一种品质更美妙——您向我示现的亲密无间，还是您的完美超然。

我不敢再打扰，继续走路。心中欢乐满溢，步履却沉甸甸。我走在小径上，您的话语在树间回荡。您的“手、脑、心和谐”讯息响遍我全身。

您的简单而重要话语将永远像灯标，驱散曾滋养这个痼疾的各种自我中心品质。

唤醒者啊，愿您的药方礼物

提醒我觉知您在我生活中的光明存在

赋予我真正健康——无争之和谐。

放大权威

为工作上的一点小事，我跟下属吵了一架。我要他做一项职责范围内的工作。几次提醒他按一定方式，在一定时间内完成，他还是没有遵守。这项工作并不要紧，即使耽搁几小时，也无关紧要。但期待受挫，点燃我心中的权威火焰。对他大发雷霆："怎么还没做？得要我说多少次，你才把事办妥？"过后，我在房间里生闷气。对自己的反应方式懊恼，又对同事的渎职窝火。这个时候，您步入房间。见我来回踱步，问，"是什么事儿让你发脾气？"

"为一件工作跟人发生争执，心情不好。"

"那一定很重要喽。"

"其实也无足轻重。但作为他的主管，我对他没按我的要求做，非常失望。"

"真有必要按你要求的做吗？"您问。

"没有。但我明明想按一定的方式做；他不听就等于不敬。"

"你在地位、教育或智力上就这么优越？违背你的期待，就是不敬？"

"不是。我不是那意思。"我摇头否认，对说的话有点后悔。

"你寻求别人尊敬，难道不是为内心满足？"您慈爱地逼问。"可是，你只要潜意识里还有哪怕一丝想受尊敬的欲望，心就得不到满足。你在内心深处，渴望别人尊敬，尽管也许外表上谦卑镇定。"

"我知道了，受同事行为伤害的是我的自尊。"我承认。

您安慰道，"有时候别人对你表示尊敬，让你自我感觉良好。不过，你不必在乎别人看不看重你。当你觉得有人对你不敬，感到受伤害时，内心要明白，你对我很重要特殊——每一个生命对我都重要特殊。"

我感受到您话中的道理。您的爱注满我全身，融化了对同事的恼火。但又有问题涌现，我忍不住道出困惑，"我希望按一定方式完成工作，有

什么不对吗？”

“这仅仅是希望吗？有时候你表示的希望，实际上是一种渴望。记住，你该得到的，会自动到来。倘若你的期待只是个希望，那么希望未满足，你是不会生气的。你之所以勃然大怒，就是因为没得到渴求的东西。这其实不是个尊敬的问题，对不？”

我无言以对。叹口气，倒在椅子上。您在我对面坐下，接着说，“当你把期待与想受尊敬的欲望联系时，是把尊敬用作让人听从你的途径。透过权威感这个放大镜，极小的事情都被无限地放大。结果是义愤和嗔怒。不要期待他人尊敬或认可。真正的尊敬不请自来。”

我思索着您的话，回答，“我即便不提尊敬的问题，内心还是批评那人的行为。”

“你勃然大怒，心中谴责别人时，以为自己不会犯类似错误？你难道过去没失过职？”

我的心直往下沉。后悔对同事的讲话方式。在您面前深感惭愧。

“当你被指摘人的念头征服时，记住这个良好训练：只表达你在任何人面前都会说的话。要知道，你批评别人什么，就会把那些品质吸引到自己身上。你甚至可能会发现自己在做同样的事情。”

我再无话可说，只是点点头。

“不让自己受别人的行为影响，并不是说你必须同意他们。即便不同意，也要努力超越是非判断。如果在这些时候能想起我，你就会体验更深层的觉知。想念我，你的内在维度就会逐渐发生变化，提供新的视角——我是一切行为背后的原因，包括你不赞同的行为。”

“这么说是您耽误的工作？”我调侃道。

您未发话，目光已把意思传达。我看见慈爱的保证从您眼中流出：“顺从于任何一个愿望的结果，将之视为我的意愿加以接受，这将让你向更深层的心灵驱策敞开。那时你将认识到，人人都成为其所能接受事物的接受者。这将使你的身体、头脑和心灵更加纯洁。”

这种纯洁的可能性激发出我的渴望——把您的话付诸实践。我恳求，

“请帮助我不求他人尊敬，只求您给予内在满足。”

“要记住你对我有多特殊。唯一重要的是，你在我眼里是什么。”您说完便离去。

我继续默默坐在椅子上，回忆您所分享的一切。您的临在产生的转化力量，撼动我的整个生命。您的无条件接受，让我久久不能平复。

我对上午的行为和教训做了反思，认识到无论做什么，都不需要固执，只需要信任。我的感情也转化为语言：

愿我的生活以心灵为基础，

按心灵指导向变化敞开。

愿我以谦卑和念记为中心，

怀着自信跟随您。

不为什么

有一次我听见您说：
“当你信任我，我在你心中醒来。
当你安静时，我通过你说话。
当你呼叫我，我来到你面前。
你越依赖我，我越同你分不开。”

于是我问您，“我的问题是：怎样感受这种亲近？”
您笑答，“这也许是人人的问题。”

“通往我的道路无数，
每条对每人皆独特。
无限之中没有雷同，
不同道路不同喜乐。
我在随时提供帮助，
但是常常被人忽略。

我同你行走，你却找不见我；
我同你谈话，你却听不见我；
我注视着你，你却看不见我；
我同你一起，你却感受不到我。

不是我躲避你，
是你掩藏自己。
你要我提供线索——

秘密在你身体里。”

“在我身体里！”我叫道。“怎么可能？”

“听着：
这个身体赋予你，
目的是要提醒你
注意我就在这里。
你的脑心起作用
都要通过这身体。
外部活动皆指向
灵魂意识内化旅。
欲望客体被渴求
旨在喂养身内需。
中心一直在里面。
身 - 心 - 灵链是气息。
呼吸舒缓有节律，
息息赞美与念记。
道种播下勤浇灌，
一切尽在不言里。

我深深感动，向您祈祷：
“至古者啊！
愿您的名从我内在呼吸中升起
愿您的恩典指导我把生命每一刻
视作您的礼物欣然接受。”

您表情愉快，微笑说，“只要记住这个简单的《不为什么之歌》就行：

“起床时，
不为什么想想我。
睡觉时，
不为什么想想我。
出门时，用片刻，
不为什么想想我。
回到家，用片刻，
不为什么想想我。
早餐前，
不为什么想想我。
晚饭后，
不为什么想想我。
不为什么想想我，
紧张压力皆缓和。
不为什么想想我，
让你勇敢又喜悦。
不为什么想想我，
伴奏行思有天乐。
开头想想我，
结尾想想我，
我会照管中间的。
不为什么想念我，
不期待我给什么。
这将帮你准备好
听我回应每一刻。
是我跟你做游戏，
其中奥妙你捕捉。
在这个‘什么都不为’里，有你所需一切的种子。这难道不简单？”

“也许太简单了！”我说。

“我给你解释人生奥秘，你抱怨说，‘太深奥了。听不懂！’这会儿我给你指一条简单道路，你又说太简单了！”

您亲昵地瞅我一眼，叫我放心：

“信任我，莫紧张，别担忧。

想念我，向前行，要快乐。”

礼 物

“我可以问点什么吗？”我羞怯地说。

您慈祥地看着我，笑了。“我哪次来，有你不问的吗？这些问题何时完？”

“只有当我开始在心中不断听见您时。”我得意地笑道。

您扬起眉。“这个回答聪明。”

“我不想聪明，”我回应说。“请别让我聪明。我宁愿做个跟您无话不谈的普通人，能够毫不犹豫地向您敞开心扉，不管何时何事。”

“这么看，你今天是想谈正事。那好，什么事？”您的表情突然从开心转为关心。“有什么烦恼事？”

“确实有，”我坦白。“不总是有，但也够经常的。刚才您说‘聪明’这个词，提醒了我。您恩赐的这些礼物，有时候难免让我担忧。我知道不该这样，但有时候就是不由自主。”

“我不明白，”您一脸天真地说。“我的礼物，你不喜欢？”

“不是那意思！对您给的礼物，我万分感激。但有时候又甚为担忧。也许是我觉得不配，或者害怕失去您的礼物。”

这个解释苍白乏力，我住了口。

您用穿透性的目光看着我，平静地问，“我自由给予的东西，我难道不能自由撤回？”

“当然，您完全有自由。其实最让我害怕的是，倘若失去您的礼物，我也可能失去得到时的感激。我指的是各种各样的‘礼物’——健康，天赋，特长……”

您用手势打断我。“带着执著感死死抱住我的礼物，会把人限制于那些旨在自由表现生命的东西。有时候我把所赐的礼物撤回，就是为了防止这种局限和僵化。目的是为了更新。因此，你要做的是自由快乐地使用我

给你的。我要做的是随意自由地给予和拿走。你如果因害怕失去而将这些礼物据为己有，就会阻挠我的恩典在你内里流动。”

我禁不住插话，“可我就是不明白这些恐惧是从哪儿来的！”

您耐心解释，“当你感到所习惯的生活模式及其带来的快乐受到威胁时，就会感到惊恐，开始担忧。恐惧和担忧夺走我的‘在’，而这又进而强化恐惧和担忧。你开始烦恼发火，阻挠更新过程。在这种状态下，又怎能在心中体验我的‘在’开花？难道你宁愿我扣压那些会带你走近我的更深礼物？”

“对您的依靠是我唯一的力量，跟您的关系是我最深切的心愿。”我认真回答。

“那就做礼物的托管人吧。倘若你认为这些礼物是你挣来的，据为己有，就可能居功自傲，期待别人认可。这种自我荣耀会在你不知不觉中开始，最终阻止我的礼物及其更生与转化。要明白，更新是成长，成长是我对你内在生命需求的回应。成长有时候会痛苦，但要知道，在你成长成熟的每一次痛苦中，我都和你同在。”

慈悲光芒照亮您的脸，您整个身体似乎被一种柔和的神圣光辉笼罩。

“衷心感谢您为我做的这一切，”我说。“但尽管如此，更新的痛苦还是让我恐惧。内心有什么东西总是想退缩，抱着习惯不放。对不起，但我一想到剧变总感到恐惧。”

您的眼神又回到亲密关怀：“转化是不断成长过程的自然结果，为什么要抵制？怀着爱接受我必然和自然地想要给你的，那样你对我的信任就会增长。接受流逝的痛苦时刻，你就会被内在释放的疗愈能量震惊。这将重新启动你真正的心灵探索，我的恩典将自始至终支撑着你。”

您的声音愈发深远宏亮，我的惊奇感也随之增强。您说：

“每一个时刻都是一个极乐海洋；

每一片树叶都是一首清新之歌。

向你隐瞒内在魅力的

就是你受制约的觉知。”

您金色的微笑光芒冲洗着我，您用令人惊叹的慈悲甘露，一次又一次，屈尊来到我的层面把爱传递给我。

我感到祈祷脱口而出："让我的生命不断怀着喜悦念记您，欣然接受您赐予和撤回礼物。"

"要有信心，"您温和地说。"才能和优点都是我的礼物，如果这些礼物被撤回或改变，都是出于我的慈悲，为了你灵性上的健康茁壮。自满和惰性会限制我的礼物；当你信任我，接受变化时，就会再次获得自由，在内心更强烈地感受我的在。"

"我能理解应该接受您的意愿，尽管我发现自己的意愿跟您的常常背道而驰。不过……我可以坦率说出自己的感受吗？"

"当然，"您答道。"我什么时候希望你不坦率了？"

"每当我经历变化时期时，就感到失去了你的在。就是这个让我烦恼。"

"问题是你把我的在同你感受的状况相混淆。把酒与酒杯相混淆。生命是朝向我的一种不断流动。如果对过去的不快记忆，或对未来的恐惧，使你死抱着我的礼物不放，你就会失去当下的快乐，也就是生命的持续流动。"

"但是过去的阴影和未来的乌云好难避开啊。"

"努力走出去，直接进入太阳下。时间是一个'不可分当下'；在此，我的在不断地开花。生命本身就是我给你的礼物，慢慢地展开这个奇迹。在任何领域表现的杰出能力，都是我的礼物。但最大的一个礼物就是观照的能力：默默地观照生命的展开，达到我。在高度的观照中，是没有抵制地接受'如是'；因此我的回应变得深奥。只管观照，这本身就会把你更近更深地带入我的在——从你心中不断照耀和召唤你的'在'。"

随着这些简单浩瀚话语的渗入，我一时沉默。然后抬眼又看见您的开心目光。因此抱怨道："您怎么不一开始就把这些告诉我？"

你笑了。"因为那样的话，我们就会错过这次谈话的雅趣，你也不会明白真正礼物的性质！想方设法想念我，总是保持快乐。这将把你领入内在喜悦的永恒常新海洋——礼物中的礼物。"

迷人的微笑在您眼中开放，充满我的生命。

悲剧的幕后

大都市的悲剧！根深蒂固的种族仇恨爆发，全城骚乱。滋事群众横冲直撞，愤怒地投掷石块，烧毁房屋车辆。平民伤亡严重。四处是哄抢和暴力。死亡人数骤升，黑色烟雾弥漫天空。如此巨大的破坏和痛苦。我再也新闻读不下去，电视看不下去。独坐在屋里寻思："不想活在这世上了。让我悄悄淹没在最深黑暗里吧，再也不用读，不用听这种事情了。"

然而却惊讶地发现，您进了屋，回应我的心思："淹没在黑暗里，就能解决问题？"

您的话令我吃惊。但我还是难受，郁闷地回答："我无法忍受那些伤害无辜的人。"又忍不住问："这些事情发生时，您的爱在哪儿？"

您目光严肃，答道，"我在一切万物里。我就是残酷，是受害者的哭泣，也是援助之手和爱心。你以为我只在洁白的花朵，不在枯萎的枝头；在绿水青山，不在贫瘠沙漠？我的完美有着无限的表现方式。"

"我难以接受您的残酷，"我回答。"我把您视作无限慈悲者。您为什么不干预？"

"为什么？因为，在某种意义上，我也是无限残酷。你只知道且只想看见我的一个方面。但我的慈悲可以像外科医生的慈悲，做貌似残酷的手术，是为了治疗。"

我心升敬畏，听您说下去："我通过无限造物界所过的生活，是你不能测量的。我在一切层面，在一切领域——植物，动物和人类。我甚至感受地震颤动。你是否想过动物的遭遇？想过那些屠宰场，杀虫药，被迫下蛋的鸡，养渔场？难道我不同样也在这些动物的痛苦中？你为什么不想想它们？"

"作为人，我自然更同情自己的同类，"我试图为自己辩白。"不管怎样，动物也受苦这个可怕事实，能够减轻这种人类悲剧吗？"

“这些在造物界不同层面的所谓悲剧都注定会发生的。”

“但我心里就是无法接受，”我说。“这些真有必要吗？”

“当然必要。这些都是宇宙生命的一部分；生命是一个出生、成长和死亡之轮，一直持续到你在永恒生命中诞生。”

“您的这个大游戏，我怎样才能明白？”

“别担心，我会确保你能明白。”

“您是在试图安抚我。”

“不是，”您回答。

“那请您告诉我，人类痛苦是强制的赎罪？还是必要的麻烦？”我问道，随即又纠正自己，“其实我想问的是，人类痛苦是来自其过去的惩罚，还是您的计划的部分必要展现？”

“称之为惩罚也好，计划也罢，这些都有其自身意义，不是无意义的事件。你内心深处的沉默掌握着问题的答案。”

我被这些话的深度所打动。沉默充满头脑和心灵。不过很快，头脑又开始被报纸上的可怕照片扰乱。“这些暴虐和混乱让我恐惧。您的交响爱乐又在哪里？”我问道。

“这整个事件都是一个大秘密，也将一直如此。不要为这些事情失眠担忧。丢开恐惧。尽力领悟这些事情的含义，但也要知道这些是超乎理解的。认识自己的局限性。按照你内心真正感到好和正确的去行动。这是你在自己的角色中所能做的。”

“您说得对，但我可以表达一下刚才的闪念吗？”

“当然，说吧。”

“我还是不明白您有着什么样的心！”话一出口我就懊悔自己的冒失。

然而，您却面带无与伦比的微笑，答道，“关于我和我的心，你尽管表达自己的真实感受。不要压抑对我的看法；这些都融化于我的无条件宽恕。至于我的心，它比钢铁还硬，比黄油还软，但又超越一切的概念。我的心示现的艺术是：时刻自动回应每一个情形，无论是个人的还是宇宙的。”

“我不懂！”

“你不懂是因为你是自己的面纱。”

我好奇地问，“您的意思是？”

“你与自己身体的认同和与其他形体的分别，就是二元领域生活所制造和滋养的面纱。”

“我生活在二元里，该怎么办？”

“停止捕捉那些超出你目前状态的东西。在二元里，我显现于一切万物。但我是怎样显现的，则超出了你的理解，因为你尚未体验众生一体性。”

“我想这才是真悲剧！”我插话。

对我的评论您没有理睬，而是继续说，“努力在沉默和爱中想念我。这是对治头脑疾病的良药，病源就是二元。念记将帮助你改变观点和生活方式，更加接受我的意志。那时我就会点燃觉醒之光，驱除无知黑暗。”

我不觉长叹一口气。又一次说，“但我怎能不为受害者感到难过呢。那么大的痛苦和生命损失。”

“这种同情感受是自然的，但你不应被它征服。这种预料外的事件一定会震惊受限的头脑，在人们心中唤起更深的觉醒，以便能够做出清醒反应，从而帮助每一个人向真理迈进。存在周期就是一种创造与毁灭、继而再创造的不停循环。你难道不知道每个灾难都有光荣的结局？应当将这视作我的游戏的一部分。”

我点头同意。“有几处稍微清楚一些，但大部分还是不明白。最明白的是我应该总是呼唤您，您就会引导我。”

“是的，”您向我保证，表示高兴。“对我的想念将为你提供真正的支持。”

我深受鼓舞，说：“微笑着默默想念您和您的知见，将缓解并卸掉我的重压。帮助我过上诚实、平衡生活，这将会取悦您。”

您表情愉快地告别。我睁大惊奇的眼睛目送您离去。您来了，又去了——也许就在眨眼或弹指之间。您的造物界真是一个不可思议的矛盾。

在沉默中，我全心全意地祈求您的引领，几滴泪水轻柔地滚下面颊。就在这时，风在外面有力地吹起来，近处的两颗大树猛烈摇摆，树枝相撞。

突然天空一道闪电划过，下雨了。硕大的雨滴落在屋顶，雷声滚过头顶。我感到您真的体谅我的痛苦。

过了一会儿，风息，树静，雨住。阳光冲破云层，照在房屋和树木上，我也平静下来，心情转晴。走向窗口，看见一条绚丽的彩虹划过天空。我把它视作您的讯息：每一个灾难都有一个美好结局。就在我惊讶地观望之际，一群鸟儿欢叫着飞过屋顶。我感到鸟儿在对唱着："等着瞧，等着瞧……"

一切皆礼物

夏日，跟老同学重聚游玩。午饭期间分享上学时和分别后的很多趣事。聚会很愉快，我也很快乐。

回到家依然心情愉快，但是很快就开始觉得有点不对劲。很多朋友都生活“成功”，事业有成。我突然想到，“我今生都做了什么特殊事情？生活一直简单平凡，对社会也没做什么杰出贡献。”我对自己感到失望。心里知道应该为老同学感到骄傲高兴，但一跟他们比较，却甩不掉失败感。

于是闷闷不乐，自感无用。就在低沉情绪达至顶点时，帘幕突然打开，我感到房间弥漫着爱的临在。随即看见您——眼睛如灿烂发光的星星。

“需要我帮助？”您关切地问。

“当然。您总知道我何时需要您。方才我正在烦闷，不像朋友们那样对社会有特殊贡献。”

“你真想有社会地位，受人尊敬？”

“嗯，对这个我也是稀里糊涂。”

“为什么拿你自己的品质去跟他人比较？正确地看，你就会发现自己的品质把你带近我，丰富了你的生活。”

“何以如此？”我问。

“我讲个故事，看看能否有所帮助。从前有只羚羊，有一天喝完水，站在岩石上，观看水中的倒影。望着自己的角，他陶醉了，心想世界上没有谁的角比他的更美。因而感到无比自豪。他又低头看见自己的蹄子，好难看，甚至要怪罪上帝缺乏辨别力，把这种蹄子给了他。

“就在这时，远处传来猎人的马蹄声。羚羊吓得跳下岩石就跑。猎人骑马紧追不舍。不过羚羊跑得更快，飞奔了一程，来到一片森林。但他的角却挂到了树枝上。转头又看见猎人拉弓逼近。一番拼命挣扎后，羚羊好不容易挣脱树枝跑开。突然意识到：‘让我陷入危险境地的是我曾经爱慕

的角。救我的却是曾被我鄙弃的蹄。’于是恳求上帝宽恕自己一度的怀疑。

“美角和丑蹄各司其职，才使羚羊生活完整。无论拥有怎样的形体，你都要感谢我；认识到无论你有怎样的内在品质，都在走向我的旅途中具有特殊意义和目的。不要哀叹命运，而要祈求我在你心中揭示我在给予你这个身体和品质上所体现的智慧。”

这虽然唤醒我的某种新认识，但我对自己的状况还是没有把握。听您讲完故事，我受到鼓励，无拘束地说：“我感到跟您亲密，才斗胆提问，您说这些话，是不是仅仅为了宽慰我的心？”说完又马上感到内疚，期待您的眼睛闪出责备之光，然而您却温和地回答：

“天空害怕山会升太高吗？你的怀疑怎么会让我生气？——无论怀疑有多深。不要压抑。要诚实；让怀疑呈现于我宽恕一切的‘在’。也不要害怕不想要的念头突然袭击。让念头全部淹没于我的慈悲海洋。记住，我每次宽恕，都是全然彻底的宽恕，并随之在你内里唤醒对我的更大信任感。”

我为质疑您为何给我讲那个故事而羞愧。也没有想到会对您——我努力取悦的人——说这些话。“我是多么无用的家伙啊？”我问。

“一旦来到我这里，就不存在无用的问题。尽管在世人眼里，你可能被视为失败者，但我是不会让你走入歧途的。有了这一认识，你就会随着时间的流逝，越来越感受到我的帮助。要明白，无论你什么时候受苦，我也在你里面受苦。”当您说这话时，我看见您眼里的痛苦表情，您的爱让我谦卑。

您继续说，“努力让你的心灵接受我希望托付给你的更大信任。那样你就会逐渐培养这种态度：把对你发生的一切都看作我的希望来接受。这种态度还会帮助你看见一直在你周围的明亮画布。”

“什么？画布？”

“是的。我再给你讲个故事，涉及到我们的受限观点是怎样影响我们的世界观的。森林里有座小房子，有位明心见性而生活俭朴的老师在那里讲道。有时候他用比喻和象征故事，向听众讲解基本生活真相。一天，他把一卷白帆布挂在墙上，上面画个小黑点。他一边打开帆布，一边问，‘大

家看见了什么吗？’回答异口同声，‘一个黑点。’老师摇摇头，‘不对，你们错了。’他们吃惊地问，‘为什么？敬爱的老师。’

老师看着众人，回答说，‘你们没看见小黑点周围鲜亮的白帆布吗？’‘看见了，’大家异口同声。老师接着解释说，‘有那么多可爱正面的事情，就发生在我们身边，但我们不但不欣赏这些好品质和事件，却一心只想着自己不得不经历的小麻烦小困难。我们专注于自己和自身痛苦时，忘却了朝我们微笑的小快乐和好事。要是能培养对身边众多美好事物的感恩，而不是对黑点的思虑不断，那该有多好。’

“真正的老师，不是吗？”您笑问。

“真是绝妙的一课，”我回答，“看见杯子半满而非半空。”

“是的，有一天我会让你的杯子满溢，”您保证。

“什么时候？”我急切地问。

“别提要求，”您慈祥地看着我说。就在那一刻我感到您已经在向我倾注爱。多么美妙的感受！

“记住，你是我的。如果你把目光转向世间，要做的事情是无穷尽的。但如果你完全依靠我，就会在自己的时间内获得一切，而不必妒忌别人的成就。通过为我服务和生活，你就是在服务全世界。好比园中开放的玫瑰，自动向周围一切生物散发馨香。你也应该像玫瑰那样，生活在我的阳光沐浴中，我的芳香将通过你，被别人愉快地享受。”

爱和释然之泪盈满我的眼眶。您从长衫衣袋里掏出一朵可爱的褐红色鲜玫瑰花递给我，深深地注视我的眼睛，随后离开。我手捧玫瑰，感到您并未离开，而是融入花中。我望着迷人的花朵，感到您以形体出现在我面前的这些时光，只是一个幽默的计谋，好向我揭示您的无形体、无时限存在的真性。

我吸着芳香，淹没于您的在。馨香吹散了我想在世间取得特殊成就的念头和感受。过了一会儿，我想到，“同您建立关系才是真正重要的。我应该看您在我周围的‘在’这张帆布，而不是专注于自己平凡这个黑点，或者总是想着自己没有取得的成就。生活所需一切，您已经给予我，并且

继续给予我。我应该接受自己的生活，视之为您的礼物，满足于现状。即使我的所谓丑陋‘蹄子’实际上也在帮助我，因为在我走向您的旅程中，它们是我所需要的。”

您的访问带来的喜悦启迪我重下决心：全心全意地接受我在世间的生活就是您的希望。在您的“在”里，我感到放松，先前的拒斥像冰块在温水中一般融化了。

每一个时刻，您都赋予我一个珍贵的新礼物。您的每一个礼物，都带入一个更新的时刻。

人格与自性

“我可以给您讲个故事吗？”

“好啊！与回答问题相比，我更乐意听故事！”您狡黠地笑答。

“嗯。问题可能跟在后头。”我小心提醒。

“不管怎样，变化总是好的，我喜欢故事。”

我鼓足才智，清了清嗓子，讲了起来：

“从前有个小丑。远近闻名。人们看他演出，被逗得哄堂大笑，忘记烦恼，心情放松。对小丑的疗愈能力，众人都赞不绝口。每逢他出演总是场场爆满。

但讽刺的是，小丑自己因无法面对生活挑战，越来越深陷绝望。

最后，无计可施的他只好隐瞒身份，去拜访著名的心理医生。医生仔细听完他的问题，说，‘我力荐你去看看那位著名丑角的演出，他目前就在镇上。’

‘可我就是他呀！’患者叫道。

太出乎意料！这位谙熟人类怪癖的心理医生，竟然震惊得晕倒在椅子上。曾帮助很多人恢复创伤的专家却被这个直率回答压垮。

小丑只好拿起一瓶嗅盐，帮心理专家复苏。好一出喜悲剧！小丑连声说，‘先生，我没事儿。别担心。清醒清醒。这是您的诊所。’

等心理专家恢复神智，小丑离开了诊所。走出门口，他突然意识到，应另行寻找问题答案的源头，比心理学更深的源头。”

“据我所知，”我最后说。“故事到此结束。后来发生什么，我也不知道。”

我望着您，等候反应。

您表情严肃地说，“心灵创伤不是头脑科学能够愈合的。”

我一边品味您的话，一边盯着您说，“生活就这么讽刺，这么可笑！

我想知道，该怎样调整自己的人格，来面对生活中的荒唐怪事。哎，坦白讲，我连‘人格’到底是啥都不清楚，也不知道怎样有效地塑造这个人格。”

您不无同情地说，“首先问问你自己，是否准备好走出那个禁锢自己的身份。”

“准备好了。我希望自由，但不知咋做。”

“当你百分之百愿意时，我会帮助你。”

“这要求对我恐怕过高了，”我答道。“我们能不能从百分之一开始？”

您微笑道，“也好。不过在这个百分之一中，你应该百分之百真诚。”

“相信我，就我所知，是这样的。”

“你想知道这个‘人格’是什么？”

“想！”我迫不及待。

“但你知道这个问题有多深奥吗？”

“的确不知道。但今天跟您交谈时，这个我听过多次的字眼，不知怎么蹦进了我脑子里。”

“那就注意听我说。但我不确定你能听懂多少！”

“无论怎样，听您说话总能帮助我的心灵触及某些不可理解的东西。”

您面带慈祥的威仪，说道：

“每一个个体都是大灵的一个火花，只是表面不同。分别只是表层的，不是真实的；但这些分别和划分在数目上却是无限的。虽然每个人本质上都是大灵的一个火花，但因无知而坚持分别性，成为人格。在证悟与大灵一体的路途上，每一个火花都发展出众多的品质特征，这些被视作那个具体人格的特质。

因此，大灵的火花非但没有证悟真正的自性，反而受驱使去发展尚且不具备的人格特征。就这样，人格被不断地改进，或者不知不觉地变畸形。”

“有道理，”我插嘴，尽管思绪早已混乱，“这个话题似乎无比深奥。“

您没怎么理睬我的评论。继续说，“最终，一个人出于厌腻——这很罕见，或者出于焦虑——这更常见，而希望冲破人格牢狱。当与人格的认同弱化时，就有可能打开门——通向证悟真正自性的道路。”

“所以，看来我有必要努力改变我的人格，”我壮着胆说。“可是该怎样做？”

您目光慈悲，答道，“重要的是，在形成所谓‘新人格’的同时，你要乐意拆毁之前的人格结构及其喜恶——如果必要的话。要做到这一点，需要真正勇气，因为人有一个天然倾向，那就是仅仅满足于让你印象深刻和感到满意的小改变，但这些会阻碍内在流动的自发性；而带领你达到真正自性的，正是这种自发性。”

您探询地看我一眼，似乎是看看我领悟了多少。又接着说，“当你塑造雕琢某种人格构造时，无论这对别人多有魅力，你都必须准备好推倒它，甚至砸碎它。在这些废墟之下，就是你的真正自性。

“成为”这个概念关系到人格；“存在”这个概念关系到自性。一个人可能对自己的人格感到不满，并且试图改变，以便成为别的什么；这被人们称作“成长”。

实际上，既没有“存在”也没有“成为”。第一个永恒的貌似“成为”，就是‘水滴’在海洋中的形成。因此，在临时泡沫形成之前，水滴与海洋一体。这个泡沫不断变化，到了人体便被称作‘人格’。

这个泡沫制造分别的表象。是貌似实有的‘无有’。所以首先的‘成为’就是水滴泡沫的形成。最后的‘成为’就是海洋有意识地证悟其海洋性。该泡沫的无数中介状态都是人格的种种成为，这掩盖了水滴作为海洋的真性。”

您散发着平静和威仪，总结道，

“问题是你想成就什么

还是渴望成为无有；

想在妄洋里踢蹬一番，

还是潜入海底，默默无闻

——去寻得自性珍珠。”

我眼睛一眨不眨地望着您。您的深刻、奇妙话语就像一道光，照亮我的心灵，即便是我的头脑感到困惑。

您继续耐心解释："人格好比笼子；自性好比笼中鸟。无论造型大小或建造材料改变多少次，笼子依旧是鸟的牢狱。不过，这种改变也不是没有目的。如果一个人渴望在我的广阔无限中翱翔，这种渴望就将提高他的感知力，深化他心灵的接受性。

最终，笼子的棒条，由于一次次被弯曲，一个个开始断裂。人总有一天会放弃改造人格的努力，而是臣服于我的意愿。这带来人格到真正自性的最后蜕变。在这个状态，泡沫彻底消失，水滴融入海洋——我的实在。"

"恐怕这对我太深奥难解了！"我感叹道。"我感觉像被淹没一般。"

您笑了。"那我们就回到表面吧。回到你故事里的丑角。他正处于重要领悟的边缘：无论在生活中还是在舞台上演戏，就是穿戴上别人的衣裳面具。演技也可能娱乐吸引或者减轻一些观众的压力。但这种表演能够愈合觉醒心灵的创伤痛苦吗？"

您慈悲地看了我一眼，问，"这些借来的服装，你还要穿多久？难道那不是以人格变畸形为代价去欺骗别人吗？要学着脱掉这些借来的戏装，不管多么艳丽。要丢弃它们，嘲笑自己的无知——这么久抓住它们不放。这将启动并加快找到真正自性的旅程。

就这样，改进人格的过程一直持续到人格转化为真正自性，自如地显现我的真理意愿。"

我被深深地吸引，闭上眼睛，试图触摸渗入的东西：人格，自性，实在；人格——变化的泡沫；自性——持久的"水滴"；实在——永恒的海洋。

我陷入沉思，直到感到肩膀被您拍了拍。

"醒醒，"您说。"告诉我，那个丑角和心理学家后来怎样了。"

"我想他们正走在路上——在某处某时遇见您的路上！"

您笑容满面。"对！有一天他们一定会！"

永远清新

周末，和朋友到海滨度假。坐在公交车上，忧虑似乎飞出车窗，栖在路边树上。这天过得好不惬意。在池里游泳，躺在暖阳下读幽默故事，轻松愉快。带着清新感回到家，好面对下个工作周。可过了一两周，我又发现自己陷入惯常的压力疲劳罗网。也许这些东西在我回家路上，又从树丛里跳回到我身上。

我想，“要是能永远感受心身灵清新该多好！”一边琢磨怎样捕捉那种清新，一边栓上门闩，以免思绪受干扰。过了一会儿，有敲门声，没等我去开门，您就进了房间，威仪不凡。

“门栓着，您咋进来的？”我叫道。

“我掌握着打开一切门锁和门闩的钥匙。”您笑答。

“或许还掌握着打开一切头脑和心灵的钥匙，”我打趣道，烦恼一时离开。

“那你这会儿头脑和心灵怎样？”您问。

烦闷复又回来，我答道，“就像荡秋千，时而快乐，时而烦恼。”

“明白。受往事记忆束缚时，你就会感到疲惫，不胜重负。冻结的过去挡住了当下的自然清新。”

“不管我多想呆在当下，经常都做不到。当未来或过去闯入当下时，该怎样办？”我问。

“呼叫我——自由无缚者，”您答道。“我的名字能够融化往昔的坚冰。这样你不仅会卸掉对过去的回忆，还会摆脱对未来的担忧，在我的爱里焕发精神。”

您又说，“你目前是在跟随印象的影子。需要转身，面对我这个太阳。这样，对生活的消极影子就会减弱，你就会走进我的光明。面对太阳哪怕只有片刻，也会给你面对生活的勇气，并且开始感受我的在。”

我只好承认，“您说的话，我不知道是否明白。”

“好吧，”您和蔼地笑笑。“这一切其实都不过是爱的游戏。你若真的感知到其不可思议，就会体验真的‘我不知道’感。这种感受不是麻木或者茫然无知状态，而是自觉的欣赏——把整个造物界视作我的无限游戏，尽管你无法理解。等你真正达到了‘我不知道’状态，自然就会参与我的游戏；无论发生什么，你都会扮演自己的角色，顺其自然。让这种诚实的‘无知’成为意识的一部分，你就会开始在思想和行动中体验我的在。”

“您刚才说的话，我就算理解了，还是不知道该怎样融入我的意识。”我说。

“你必须有耐心。这不是抽象或智力概念，而是你生命内在层面的个人体验。真诚努力会邀来我的恩典，对生活情形的更深回应将呈现于你心中。”

“我怎么知道那是深层回应？”

“如果那些强化世俗执著的念头出现，你就会感到就像一根尖刺，也很容易避开。”

“这么说我将失去人生享乐时光了？”话一出口，我立刻感到这有多蠢。

您没有表示不快，回答说，“不是的。一旦暂时快乐皆虚妄性这种认识在你身上潜移默化，那时你不用努力，身心就会本能地做出适当反应。眼睛避开不该看的，耳朵避开不该听的。思想和行动都自觉不自觉地受制于我规定的法则。这些法则将自行调节，以适应你对生活的新觉知。”

我睁大眼睛听您解释。您严肃地说，“你的眼睛将睁得极大，直到最终迸开！”我被震慑，不敢插言。

您继续说道，“新的视力将一次次地再生，直到见者、见和所见全都融入我——唯一存在者。”

“我不是玄学家！”我抱怨说，“您的话太让我费解，甚至无法想象。”

您用有力而慈爱的声音解释道，“你越是觉知我在你内里、在众生内里的在，你的行动和思想就越是自如地与那些让你更接近我的东西协调。”

“噢，我还有这么多要学的。”我叹了口气。

您微笑建议说，“让生活成为不断的学习，以便你在对各种情形的反应中，逐渐觉知到自己的不完美。这种更深的觉知将揭示你曾错过的我的在，这种在的广大性将使你谦卑。”

“当我觉知到自己的不完美，该怎样克服？”

“这种觉知本身将回答你的问题，”您说，“一个方法是在内心向我忏悔错误；然后你就会发现不像从前那样频繁犯错了。”

“这个主意不错，但我肯定会需要您帮助。”

您理解地点点头，安慰我说，“有些习惯根深蒂固，已经成为你性格的一部分，需要时间才能改变。不过，想发现自身真性的渴望能够创造奇迹。”

“这可能需要奇迹！”我打趣道。

“我给你讲个故事吧，”您提议。

“有个嗜酒者。因为这个习惯，家庭生活和工作都深受影响。他也时常想放弃这习惯。于是有一天想出一个戒酒主意。决定沿着自己最喜爱的酒吧那条街，摸着电线杆往前走，不进酒吧。

第一天，他站在酒吧入口，拒绝进去，自言自语，‘我要是连摸十个电线杆都不进酒吧，那表明我已经战胜了诱惑。’便沿街边走边摸电线杆，大声数着。摸到第三个，他再也忍不住了，便跑进酒吧喝了一杯。不过，经过多日努力，他确实能连续摸到第十个电线杆了。于是满怀喜悦，又走了几步，摸到下一个电线杆。欢呼道，‘十一个！我真正取得了巨大成功！可喜可贺！该怎样庆祝？’这时老习惯招手。‘为了适当庆祝这一成果，我今天得进去多喝点儿！’随即又走进酒吧。”

“这就是习惯的运作方式，”您解释说。“但尽管如此，你只要全心全意地想我，就能摆脱弱点。摆脱了习惯，弱点就会自动地被那些对你成长有必要的东西取代。就好比打开窗户，阳光照进暗房。”

这些话让我振奋，但还是有点害怕。有些习惯已经构成人格的核心。要是这些走掉了，那我将会成为什么！我一定是表情颓丧，因为您露出微

笑，叫我放心，“别担心。学会在一切事情上都依靠我。继续诚恳地向我忏悔缺点，你就会获得勇气。”

“我试试把，但拿不准会有多成功，”我低声说。

“记住，我每次对你说什么，同时还向你保证了我的帮助。要抱着希望，快乐起来。”您安慰道。

您的浩瀚散发着温柔的爱，我陶醉了。您停顿片刻，继续说，“你的忏悔若是全心全意，自然会唤醒你已经被我宽恕的感受，你心中也不会留下所谓罪恶的伤疤。想念我是你摆脱以自我为主的思想和行动的途径，也是感受永远清新的钥匙。”

我被深深打动，内心默默祈祷，“请注满我的心杯。使之浸泡于对您的想念。那神秘之酒将令我忘记以自我为主的天性，唤醒我觉知您的在——我内在的永恒清新。”我感到您听见了我的祈祷。

您知道今天的交谈对我已经足够，便起身走到门口，打开门闩，头微微朝向我。您走出门时，用灿烂的一笑照亮了我。我感到您，永远清新的本源，径直步入我的心间。

唯有您属于我

我一点都高兴不起来。因被某些疑虑骚扰，我开始不信任迄今自己最相信的东西。都是因为别人对我与您关系的质疑。尽管我一再告诉自己别理会那些评论，但还是失败了。头脑会被人们的不同观点轻易战胜；对此我也没有免疫力。

正在焦虑中，我听见门铃响。忐忑不安地去打开门，却看见你站在那儿，满脸担忧和关切。您似乎是匆忙而来。

看见您面带担忧，倒是十分新鲜的事情。但是您眼中的爱，立刻给了我安全感。我感到就像个孩子，在狂欢节的喧嚣中丢失母亲，突然间又抓到她的衣边。

我们坐下后，典型的光辉又回到您脸上，我的心也再次陷入混乱和怀疑海洋。

您用温暖慈爱的声音问询，“为什么愁眉苦脸？”

“因为一颗受伤的心！”

“什么伤这么深？”

“嗯，问题严重，威胁到我跟您的整个关系基础。”

“从你的表情里可以看出事情严重。何不分享一下？”

于是我打开心扉。“有人说我写的您的这些访问全是想象。”

“他们这么说，有什么不对吗？”您温和地问。“难道他们不能自由地表达观点？为什么让自己受这种事情影响？”

“您是说他们的话是真的？”

您平淡地回答，“在某种意义上是。”

这令我震惊，瞠目结舌望着您。

您继续说道，“但在同时，千万不要忘记，别人说的话也是他们自身想象世界的产物。他们的看法反映了他们与我这个内在自有自存中心之间

关系的多样性。所以，你看，有多少人就有多少路。最终，每个人都必须找到自己的路，而不是过于受他人的好坏影响。当你决定寻找并跟随自己独有的道路时，就会越来越容易得到我对你的帮助。”

“您的话我懂一点，但有些人真心认为我的体验只是一颗软弱头脑的胡思乱想。”

您对我微笑一下，含着轻轻的责备。“记得你还告诉我，很多人发现我们的交谈充满快乐和意义！

在虚幻想象领域中的每一个道理，都有一个同样真实有效的相反道理。这归因于遍在幻相的本性。幻相中的每个人都在自觉不自觉地寻求真理。因此，每个观点或看法，只要是诚实的，就是有效的，因为这代表了观点持有者对真理的探索。所以，要持开放态度，否则就可能变得教条，以自我为中心，嘲笑人，伤人心。在走向我的旅程中，需要对个人的观点不断重新评估。”

“这么说，对这些打击，我不应该那么敏感，而应该视之为机会，以便强化对您信任。”我插嘴说。

“对！”您显得很高兴。“我不想拿走任何人不接受我的自由。这种不接受如果诚实而强烈，甚至会成为更大的机会，帮助他们更加感受我的在。所以，不要受他人的话影响。对于我，没有紧迫也没有迟缓。每个人都会在适当的时候找到我。”

您传递了这么多深奥的东西，令我喘不过气！我思索了一会儿，试探着问，“所以对我这种普通人来说，要想抛弃想象面纱去接近实相，最简单的途径就是想念您？”

您面带仁慈的温柔，回答：“我的形体是幻相的最纯洁、最重要方面，因为它直接联系着实在。虽然我的形体终极上也不真实，但它却是把人从幻相领域解放出来的首要工具。打个比方，可把我的形体比作一根利刺，用它来挑那些深嵌于脑心的刺时，它便具有神奇的疗效。当那些刺全都挑除后，这个仁慈的疗愈利刺，也就是我的形体，就会神秘地消失，这时你也完全融入我的无形存在。

所以说，要对别人的评论无动于衷。信任地遵从你在心中听见的我的话。我的名之音将把你带入我的沉默实在。对我的忆念将把你领进实在居所——我的来处。”

您优雅地挥挥手，继续说，“在幻相里存在着轮中之轮，但却都由‘主轮’转动。每个轮子都在自身想象世界里转动。有些相互密切联系，但是唯有我的渗透神圣幻相的‘在’才能触及这一切。听到任何发自心灵的呼叫，我都会采用形体，将他引到我超越想象的居所。因此，我对任何人的访问都是特别个人性的，但同时也可以对其他人具有意义。我是无上的梦者，出现在你梦里，唤醒你进入我的存在。”

我的心事已经开始消散，专心谛听。您充满神圣权威，接着说，“我是唯一的实在，是永恒常新的大灵。造物界是我的影子，我的游乐场。因此我的实在大洋在一切万物里，在每一个水滴里，但却被幻相海洋遮蔽。造物界的每一个‘水滴自我’都必须找到其真正中心，觉知到实在——我的生命。这就是我在幻相游乐场中的游戏目的。”

您的话虽让我困惑，却又传递出如此的亲密感，我打趣道，“您还能不能再深奥一点？”

“也许不能了。”您笑道。

您的笑给了我勇气。我又说，“我可否问问您为何启动这个游戏？这个幻相中的无尽游戏？”

“只有当你体验实在之后，才会知道为什么。但你将无法向任何人解释。”您顽皮地笑着。“假若当时你在场当顾问，也许我就把造物界扣留下来了。”

您说完笑得合不拢嘴。

我惊奇于您从至高神圣峰巅下降，如此幽默地回应我的愚蠢问题。

您亲切地看着我，问，“满意了？你心里确信我对你的访问是真实的了？”

我感到眼眶湿了，哽咽作答，“是的。对不起，乌云和疑虑一时遮蔽了我对您的信任。”

“现在天空晴朗了？”

“啊，是的。”

“这么说我的任务完成了。”

“最为成功地！”

我想对您表达最深的感激之情，可就在那一瞬间，您离开了。您从来不等到听见谢谢二字；怎样的慷慨！

您的话给我的摇摆精神注入了活力和宁静，其光亮几乎让我目盲。不过，您的光明有几缕投射到我的生命画布上，感动着我的心：

我完全是您的，

唯有您是我的。