

a u m (唵)
分別代表
梵天(Brahma)
毗濕奴 (Vishnu)
濕婆 (Shiva)



被認為是

- 世界上第一個聲音
- 創世之聲
- 神聖的梵唱 (mantra)
- 梵天 (Brahma)
- 世界本身。

Shruti 所聽 - Smriti 所憶

印度教徒朝聖

Hindu Pilgrimage

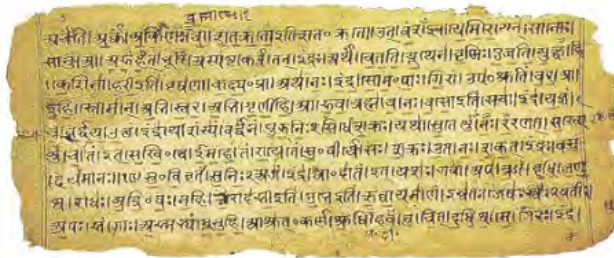


婆羅門教 (Brahmanism)



三德 (Gunas古納) 即
 悅性 (sattva) 前進和發展的原動力、為認知的能力 (Brahma)
 激性 (Rajas) 中立的原動力、按自己利益行事、為運動的能力 (Vishnu)
 惰性 (tamas) 保持原狀或回歸的原動力、為穩定的能力 (Shiva)

印度河谷吠陀 Veda 文化



約公元前1500年左右，雅利安人從高加索進入印度，帶來吠陀宗教崇拜自然神祇，如天父神 (Dyaus)、太陽神 (Sūrya)、雷神 (Indra)、火神 (Agni)、酒神 (Soma)、地母神、植物神、動物神等

祭祀與讚頌這些自然界諸神是這時期主要的信仰內容。

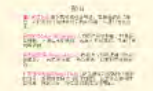
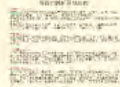
印度教 (Hinduism興都教)



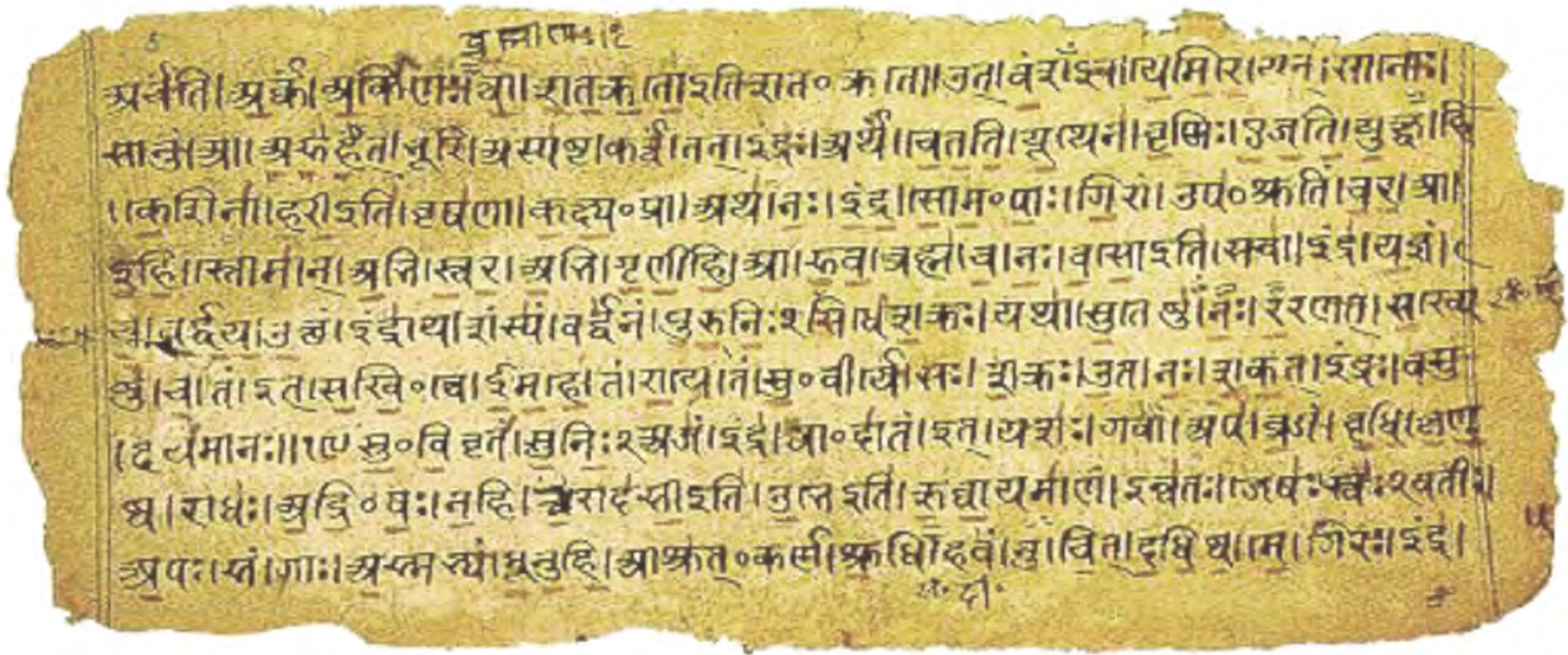
印度教是印度的主要宗教，約佔印度13億人口中的79.5%。其他印度教信徒人口較多的國家有尼泊爾 81.3%、 斯里蘭卡 48.5% (2008年)

沒有統一的教義，卻有共同的傳統
 既是宗教又是文化，既是哲學又是神學
 尋求解脫之相信輪迴，面對死亡卻沒有死亡

印度教在現代印度佔主導地位，印度教理論的核心成分來自古代印度的婆羅門教，但其中也大體融合了古代許多其他宗教的成分。印度教徒以「永恆的律」(Sanatana Dharma)來稱呼自己的信仰，意謂透過對「法」的實踐以達到永恆的生命。

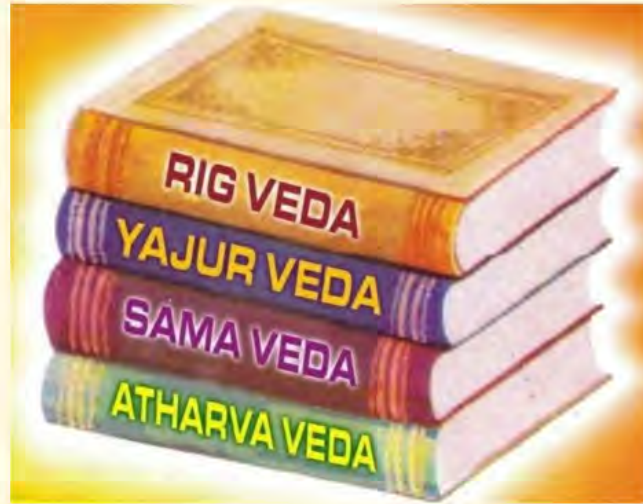


印度河谷吠陀 Veda 文化



約公元前1500年左右，雅利安人從高加索進入印度，帶來吠陀宗教崇拜自然神祇，如天父神（Dyaus）、太陽神（Sūrya）、雷神（Indra）、火神（Agni）、酒神（Soma）、地母神、植物神、動物神等祭祀與讚頌這些自然界諸神是這時期主要的信仰內容。

吠陀經典



《吠陀 Vedas》撰於公元前1500年,是以詩歌的形式寫成的經典,與宗教祭儀相關,四部吠陀指:

《梨俱吠陀 Rigveda》

《娑摩吠陀 Samaveda》

《夜柔吠陀 Yajurveda》

《阿闍婆吠陀 Atharvaveda》

加上《梵書》和《奧義書》又稱六吠陀

這些經典記載和反映當代人的日常生活及對神靈美好的嚮往



吠陀時期，以世襲的「種姓」階層制度，規範社會地位、義務與責任，甚至飲食的規範，種姓只內部通婚等。

四個等級：

婆羅門(Brahmins)祭司、學者；

刹帝利(Kshatriyas) 掌權者、王族；

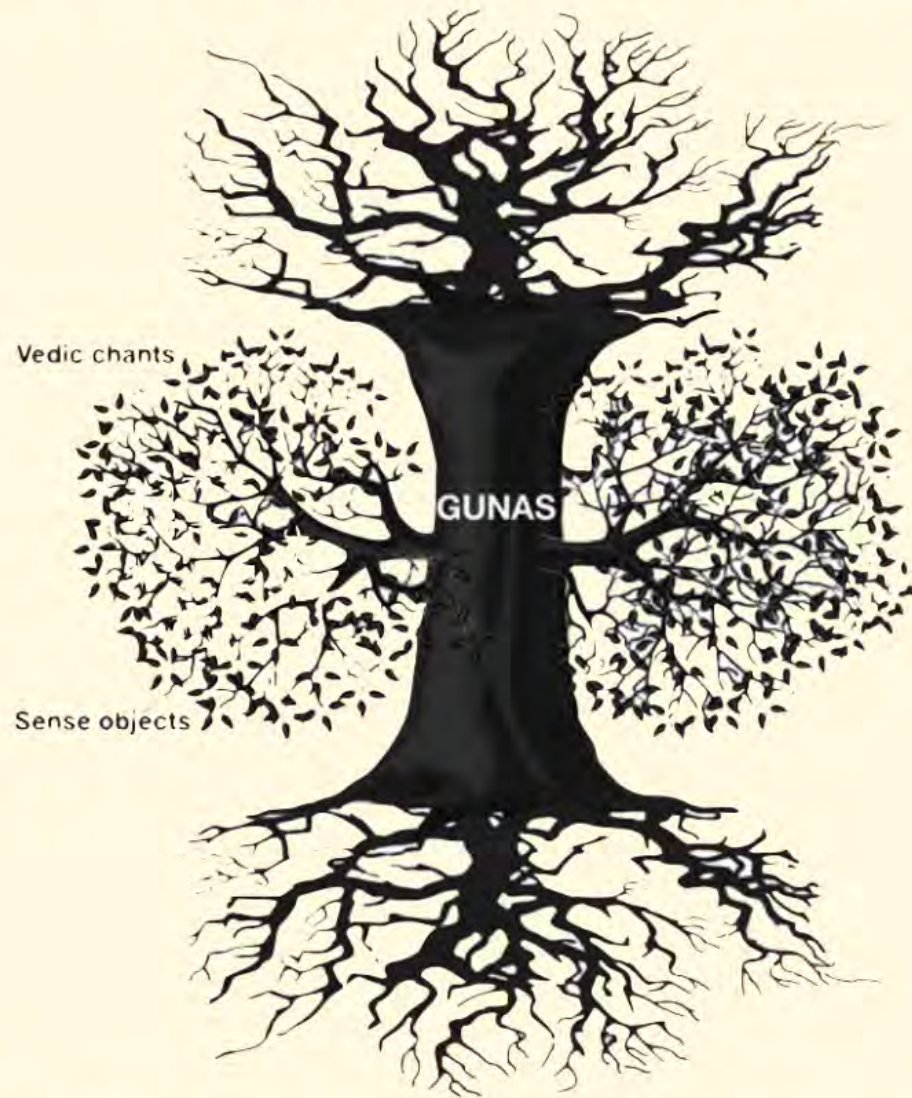
吠舍(Vaishyas)農工商等平民；

首陀羅(Shudras)勞工、奴隸。

在種姓之外，還有賤民，深受歧視與壓迫的一群人。

當時，由於祭祀變得重要，重視祭司的地位，社會由婆羅門主宰，於是形成婆羅門教(Brahmanism)。

婆羅門教 (Brahmanism)



三德 (Gunas古納) 即
悅性 (sattva) 前進和發展的原動力、為認知的能力 (Brahma)
激性 (Rajas) 中立的原動力，按自己利益行事、為運動的能力 (Vishnu)
惰性 (tamas) 保持原狀態或回歸的原動力、為穩定的能力 (Shiva)

婆羅門教增補了各種《梵書 Brahmanas》，闡述吠陀祭儀、咒語及祭祀儀軌的規定。

又增補《森林書 Aranyakas》，闡述在森林修煉有關的事宜以及探究宇宙的奧秘；該書乃史詩《羅摩衍那 Ramayana》的第三章。

其後又增補《奧義書 Upanishads》詮釋《森林書》，論述「梵我合一」的思想，確立輪迴、業、解脫、瑜珈等重要的思想與實踐。被視為奧義書之一的《薄伽梵歌 Bhagavad Gita》乃史詩《摩訶婆羅多 Mahabharata》的第六章；描述了阿周那 Arjuna 王子與馬車夫黑天 Krishna 之間在戰爭前的對話。最終說服王子參戰。

另外，還有以吠陀為基礎，明訂各種權利義務、生活規範的《法經 Dharmashastra》。

婆羅門教的三大綱領為

- 吠陀經典由創造神梵天(Brahma)所啟示，具有絕對的神聖與權威；為終極實在的神格化一元論，由多神崇拜逐漸演變為主神崇拜，隱含著一神的信仰。
- 祭祀及各種儀式能使教徒獲致現實生活所追求；
- 婆羅門為種性制度最高的社會階級。

婆羅門教和其他宗教

佛教Buddhism

兩教都從印度古代聖典吠陀和奧義書中吸取了不少成分，有不少共同處。例如，輪回解脫的理論、善惡因果的思想、否定形態的思維方式等。

佛教在產生時主要反映了刹帝利及吠舍等種姓追求社會平等。但在發展中基本能和平共處。

佛教的核心哲學理論並不是梵一元論而是緣起觀，認為世間一切事物都是緣起的，否定最高根本因的思想，認為事物是無常的，無真實不變主體。

耆那教Jainism

耆那教的信眾基礎大致與佛教相近，也是來自沙門思潮，也吸收了奧義書中的一些基本思想。因此，婆羅門教與耆那教在歷史上雖有思想沖突，但也基本是和平相處。

伊斯蘭教Islam

在伊斯蘭教曾經成為古印度的主要宗教，但與印度古代聖典吠陀奧義書沒有淵源。於是發生了激烈的沖突。然而婆羅門教在社會中有著根深蒂固的影響，雖然受到伊斯蘭教的沖擊，並未被完全擊垮。佛教受到的打擊最為巨大，在13世紀後在古印度衰落，直到19世紀，才有所"復興"。

錫克教Sikhism

反對傳統印度教和伊斯蘭教中的一些陳規。如印度教中有寡婦殉葬的習俗，伊斯蘭教中有男女權利不一樣的規定。錫克教則主張在神面前人人平等，反對歧視婦女。此外，錫克教還反對種姓分別、祭司制度、繁瑣祭祀，把這些看作是違背神意的。印度宗教不少派別中有一種消極遁世的傾向，而錫克教則主張積極人世。

印度教（Hinduism興都教）



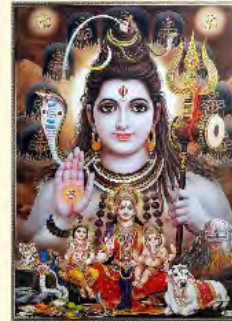
印度教是印度的主要宗教，約佔印度13億人口中的79.5%。其他印度教信徒人口較多的國家有尼泊爾 81.3%、 模里西斯 48.5%（2008年）

沒有統一的教義、卻有共同的傳統
既是宗教又是文化、既是哲學又是神學
尋求解脫又相信輪迴、面對死亡卻沒有死亡

印度教在現代印度佔主導地位。印度教理論的核心成分來自古代印度的婆羅門教，但其中也大量融合了古代許多其他宗教的成分。印度教徒以「永恆的法」(Sanatana Dharma)來稱呼自己的信仰，意謂透過對「法」的實踐以達到永恆的生命。

印度教承繼吠陀文化中三大主神

Vishnu



破壞、再生和舞蹈神
濕婆Shiva(佛教稱為「自在天」)，妻子為雪山神女，他在印度的影響最大，全國有3000多座廟宇供奉他或他的妻子，專門崇拜他妻子的為性力派(Shaktism)。



梵天(Brahma)-(佛教稱為「大梵天王」)，他創造了世界萬物，他的坐騎為孔雀，妻子是辯才天女，不廣為印度教教徒崇敬，印度全國4000多座印度教寺廟只有一座是供奉他的。但他在泰國影響力相當大，華人俗稱「四面佛」。

Brahma



Krishna

保護神毗濕奴Vishnu(佛教稱為「遍入天」)，有眾多化身Avatar，其中最著名的是黑天Krishna。他的坐騎為大鵬金翅鳥，妻子是吉祥天女，印度教徒有一派專門供奉他，全國有1000多座廟宇。

Shiva

公元四世紀在印度衰落已久的婆羅門教復興而流行。公元八世紀商羯羅(Adi Shankara, 約788-820)對婆羅門教進行改革，仿效沙門時期(shramana - 前8世紀的出家運動)佛教的僧團制度形成了印度教(Hinduism)。他承繼《奧義書》「梵我不二」的思想，認為梵(Brahma)是宇宙的本源，而人的靈魂(Atman, 阿特曼)只要擺脫無知，便能擺脫輪迴，達到「梵我不二」的解脫境界。

梵天 (Brahma)- (佛教稱為「大梵天王」)，他的創造了世界萬物，他的坐騎為孔雀，妻子是辯才天女，不廣為印度教教徒崇敬，印度全國4000多座印度教寺廟只有一座是供奉他的。但他在泰國影響力相當大，華人俗稱「四面佛」。



Brahma

Vishnu



破壞、再生和舞蹈神
濕婆Shiva(佛教稱為
「大自在天」), 妻子
為雪山神女, 他在印
度的影響最大, 全國
有3000多座廟宇供
奉他或他的妻子, 專
門崇拜他妻子的為性
力派 (Shaktism) 。

Shiva



Brahma



Krishna

保護神毗濕奴Vishnu(佛教稱為
「遍入天」), 有眾多化身
Avatar, 其中最著名的是黑天
Krishna。他的坐騎為大鵬金
翅鳥, 妻子是吉祥天女, 印度教
徒有一派專門供奉他, 全國有
1000多座廟宇。



破壞、再生和舞蹈神
濕婆Shiva(佛教稱為
「自在天」)，妻子
為雪山神女，他在印
度的影響最大，全國
有3000多座廟宇供
奉他或他的妻子，專
門崇拜他妻子的為性
力派 (Shaktism) 。

Shiva

十一世紀波虔敬派(Bhakti) 運動，批判印度教諸多繁瑣宗教儀式，提倡「虔信熱愛」的實踐道路，認為只要虔敬熱愛崇敬神，便能獲得神的恩惠，達到解脫。強調對神的冥思、不著重外在的崇拜形式，而重視內在的精神狀態，並透過導師(guru古魯)而不是祭司的指導以正確地認識至上神。

印度教主要可分為三大派別：

崇奉毗濕奴神Vishnu，以及祂的種種化身與配偶。認為宇宙本體梵也就是毗濕奴神，個體應該透過對神的虔敬，進而達至與梵的合一以獲得解脫。對毗濕奴的虔敬奉獻是不分種姓高低男女性別之分的。進行膜拜時默唸神名並坐禪，其他的修行還包括：苦行、素食、禁欲等。主要流行於印度北部和西海岸、尼泊爾、英美等西方國家。

崇奉濕婆Shiva，希望透過其強大的毀滅力量與創造(生殖)力而獲得恩惠達至解脫。支派中的林伽派(linga,生殖器)主力崇拜其生殖力，主要分布於南印度。此派質疑吠陀的權威與婆羅門的至上地位，同時也反對歧視婦女。

性力派(Shaktism)

性力派是獨立於其他教派對生殖力的崇拜發展出來的，崇奉女性性力(shakti)神格化的女神崇拜，如濕婆的配偶難近母Durga、毗濕奴的配偶吉祥天Lakshmi、黑天的配偶羅陀Radha。此派認為女神性力是宇宙萬物創生的動因，是最高實在顯現的一面。該派的左道採秘密祭儀、修持瑜珈、男女交合、以動物犧牲為祭祀，反對種姓制度與婦女歧視。該派右道舉行公開儀式，過清淨修行生活，在孟加拉省相當盛行。

三途徑、四階段

印度教的傳統實踐有三途徑(marga)導向自我解脫，與神聖合一。

智(知識)瑜珈(Jana Yoga)、透過學習吠陀經典、思考教義，進而認識到個體靈魂與梵之間無別，即是以知識理解終極實在的梵作為解脫的方法。

業(行動)瑜珈(Karma Yoga)、「業」即是行動，而每一種行動都有其後果。業瑜珈的目標則在於消除對業在自我果報上的執著，不著眼於自我利益，善盡社會義務與責任，那就是一種無我無私的行動了。這種超然無我的行動促使自我靈性與神性的合一。

虔信瑜珈(Bhakti Yoga)，以愛與奉獻的修練，全心全意地崇敬、奉獻予神、信賴神，這裡所說的神可以人或者其他各種方式呈現，通過朝聖或誦念神的名字可以達到這個目的。

印度教的實踐把人生分為四階段(arama):

梵行期(brahmacarin) - 孩童於5-7歲時，拜婆羅門為師學習吠陀經典；
家居期(grihastha) - 成年後娶妻生子，履行家庭社會義務
林棲期(vanaprastha) - 50歲左右，離家到森林隱居，過修行生活
隱世期(sanyasa) - 走出森林，雲遊托鉢，以追求解脫為目標

節日

灑紅節(Holi) 慶祝豐收或紀念英雄，是驅邪避凶的節日。人們可以打破種姓與宗教的限制，互灑紅粉或紅水。

濕婆節(Maha Shivaratri) 人們湧進濕婆神廟，吟唱濕婆頌歌、對濕婆林伽膜拜，或進入恆河淋浴、並進行齋戒等活動。

黑天誕辰節(Janmashtami) 教徒進入神廟誦讀《摩訶婆羅多》，向黑天祈禱，齋戒禁食，以表對黑天的崇敬。

杜爾伽女神節(Durga Puja) 紀念濕婆之妻戰勝牛魔王的節日。期間信徒誦念《杜爾伽經》並製作女神神像與神車，環街遊行，婦女盛裝圍繞女神舞蹈。

《薄伽梵歌》 (Bhagavad Gita)



《薄伽梵歌》是印度教聖典《摩訶婆羅多》中，阿爾諸那與奎師那的對話，探討了戰爭與靈性的關係及如何以正法戰勝。

這首詩是前一千九百年的作品，由阿爾諸那與奎師那在戰場上對話。奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。

奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。



阿爾諸那與奎師那的對話，是《薄伽梵歌》的核心。奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。

阿爾諸那與奎師那的對話，是《薄伽梵歌》的核心。奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。



阿爾諸那與奎師那的對話，是《薄伽梵歌》的核心。奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。

阿爾諸那與奎師那的對話，是《薄伽梵歌》的核心。奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。



阿爾諸那與奎師那的對話，是《薄伽梵歌》的核心。奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。

阿爾諸那與奎師那的對話，是《薄伽梵歌》的核心。奎師那在阿爾諸那的戰馬車上，向他講解了如何以正法戰勝。阿爾諸那在戰場上感到困惑，奎師那向他講解了如何以正法戰勝。

國王達利塔拉施特拉 (Dhritarashtra) 由於失明，請其秘書講述他的兒子和表兄弟間的戰鬥。



《薄伽梵歌》被視為最重要的奧義書，是吠陀知識的精華，說明了獲得最高覺悟和成就的方法和途徑。

在五千多年前的一場戰事中，毗濕奴(Vishnu)化身(avatar)為黑天(Krishna)作為戰車夫為王子阿周那(Arjuna)服役。戰車停在兩軍之間，王子因預見在敵軍中的親友將陣亡，而失去勇氣而決定不再戰鬥。

王子聽了黑天(Krishna)所解說的道理後決定作戰，並在十八天後才獲慘勝。



黑天(Krishna)解說: 肉體才會死亡，永恆的自身則是不朽；身為一個戰士應負作戰的責任，不執著於其結果，如蓮花之出污泥而不染。

行動而不執著於結果，不為感官的快樂或悲傷所惑，同樣能得到解脫，如同棄絕行動一般。



黑天(Krishna)解說: 人的內在自我 -又稱「梵我Atman」, 同宇宙超驗本體「梵Brahman」為一體。它本身常住不變, 清淨不受污染, 是「輪迴samsara」的基礎。

短暫的物質軀體和永恆的靈魂之間的區別能通過宗教修行, 與梵回到合一, 即是「解脫moksha」。永恆不變的真實身份 -- 本然的「真我」。

『我、你, 以及這些國王, 從沒有一刻不曾存在, 我們中的任何人將來也不會結束存在。』 -- 《薄伽梵歌》 2.12



黑天(Krishna)解說:「業 karma」(本義是動作、行為)是指有情個人過去、現在的行為所引發的結果的集合，是組成因果報應的原素，主導有情眾生輪迴的因。

在死亡之時憶念最高存在便能達到永恆無上的住所。以「一切皆在我之中」此方式在任何情況下都憶念著最高存在。

『靈魂受假我的迷惑，以為是自己在活動，卻不知道，其實是物質自然的三種屬性在活動。』 -- 《薄伽梵歌》 3.27

『在物質世界中，從最高等的星球到最低等的星球，都是有生死輪迴的痛苦之地。但是，琨緹的兒子啊！到達我住所的人，永遠不再投生。』 -- 《薄伽梵歌》 8.16

瓦拉那西 Varanasi



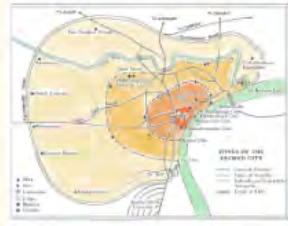
(Banaras/Avimukta/Kashi)

Septi Puri (avatars 化身)



- Dwarka (Vishnu as Krishna)
- Ujjain (Shiva as Mahakaleshwar)
- Kanchipuram (Durga as Kamakshi)
- Haridwar (Shakti as Mayadevi)
- Mathura (Vishnu as Krishna)
- Ayodhya (Vishnu as Rama)
- Varanasi (Shiva as Vishwamath)

瓦拉那西 Varanasi = 瓦魯那Varuna河 + 阿西 Asti 西



以曼陀羅Mandala來構建宇宙模型，探索宇宙奧秘。



瓦拉那西被稱為人類最古老的市史和印度教最神聖的城市，在《梨俱吠陀 Rgveda》中被提及為最發達繁榮的城市。城市自12世紀開始興建城牆，在18世紀重建，總長二萬三千英尺。在印度古早的8個神聖河岸，它的歷史可以追溯到公元前6世紀佛蘭時期，一直是賢哲、作家和靈修門戶中心。



朝聖者在瓦拉那西神聖空間內沿順時針方向行走，依該右邊的神廟和神像，並在左邊的位置進行表演，其目的為敬奉神像。

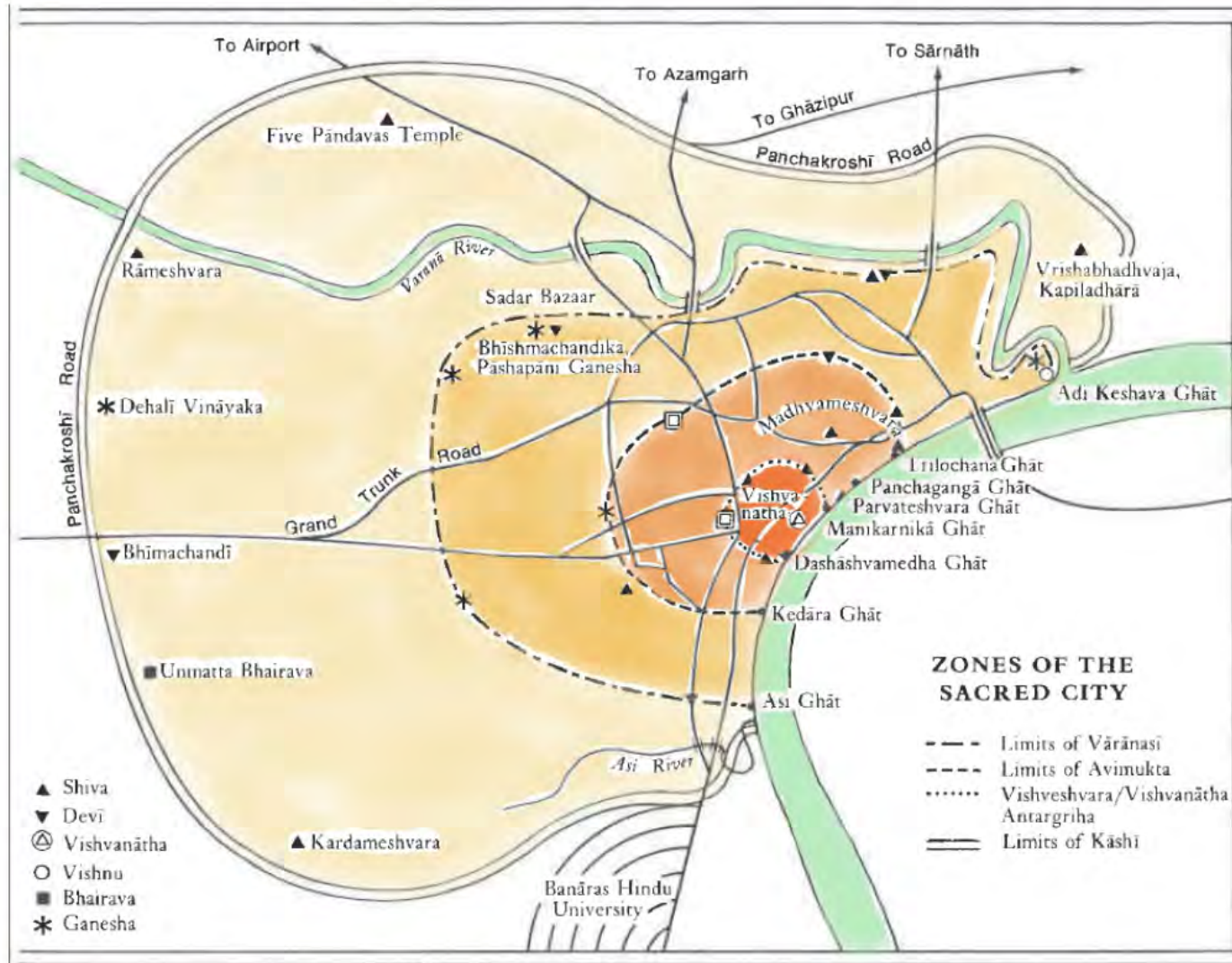
- 1) Shachibhadr 距離約40公里，拉賈曼達爾五天。
- 2) Nagar Pradhakshina 距離。
- 3) Avimukta Kashi 距離。
- 4) Ananganal 距離 (環繞市中心)

Septi Puri (avatars 化身)

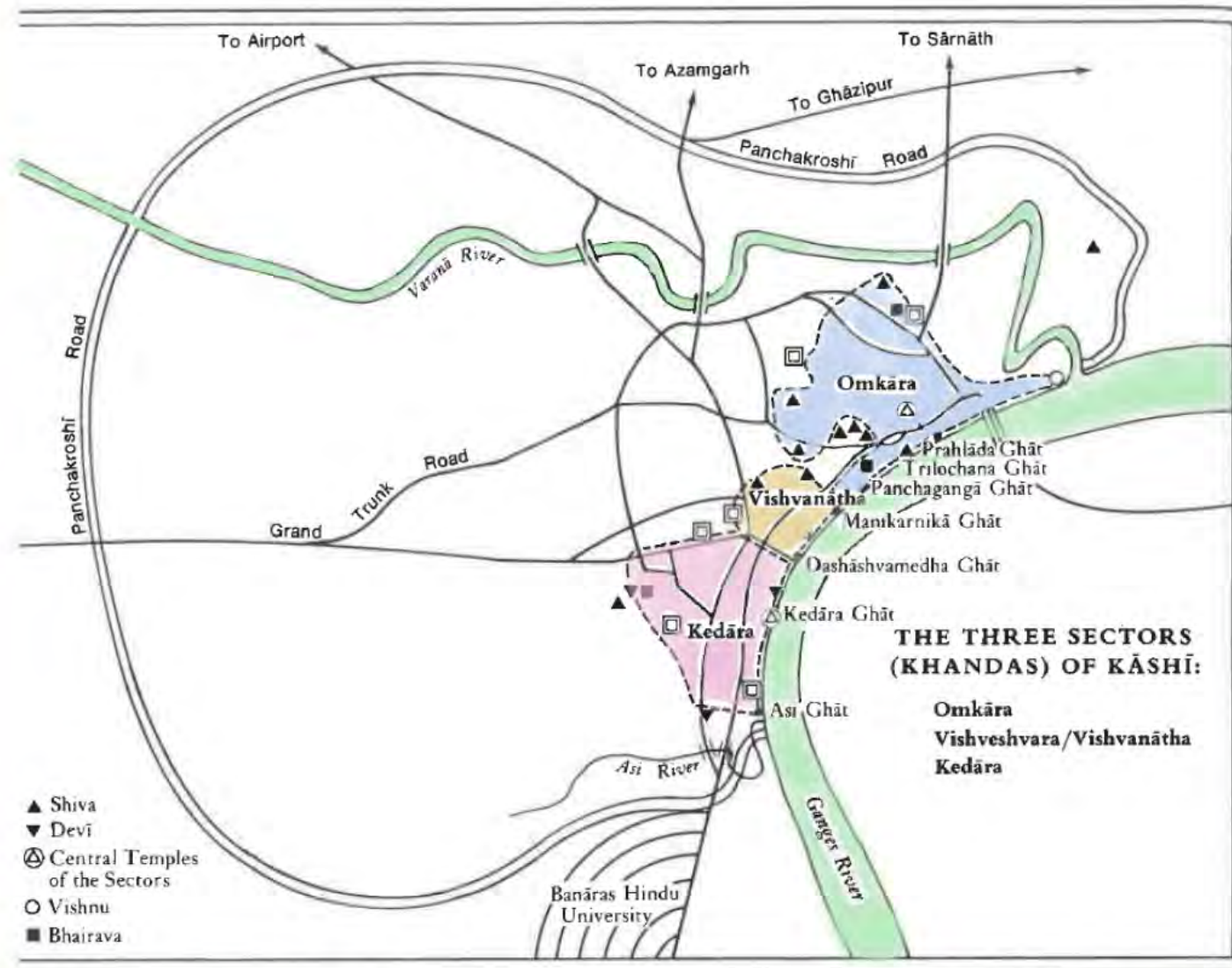


- Dwarka (Vishnu as Krishna)
- Ujjain (Shiva as Mahakaleshwar)
- Kanchipuram (Durga as Kamakshi)
- Haridwar (Shakti as Mayadevi)
- Mathura (Vishnu as Krishna)
- Ayodhya (Vishnu as Rama)
- Varanasi (Shiva as Vishwanath)

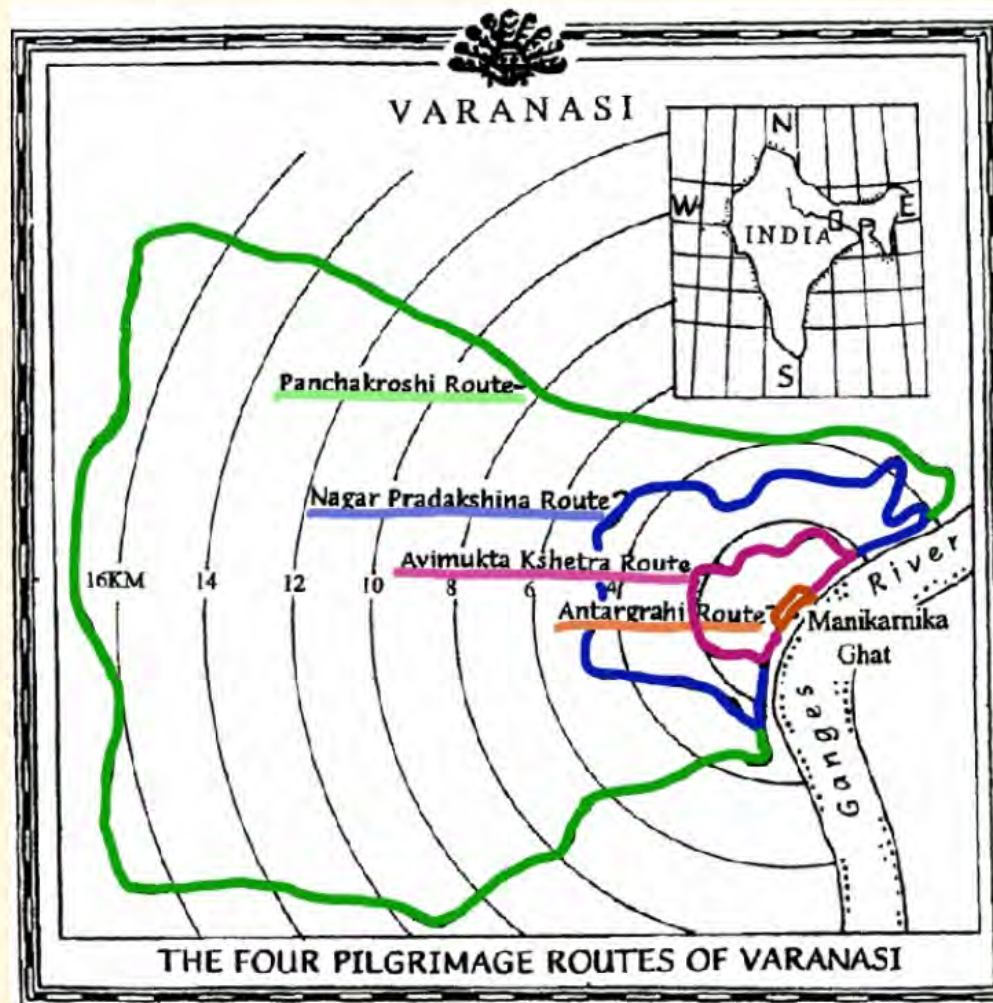
瓦拉那西 Varanasi = 瓦魯那 Varuna 河 + 阿西 Asi 河



以曼陀羅Mandala來構建宇宙模型，探索宇宙奧秘。



瓦拉那西被稱為人類最古老的市集和印度教最神聖的城市，在《梨俱吠陀 Rigveda》中被提及為濕婆最喜歡的城市。城市在12世紀被穆斯林破壞，在18世紀重建。擁有二萬三千個廟宇，在恒河左岸有81個沐浴河岸。它的歷史可以追溯到公元前6世紀佛陀時期，一直是賢哲，作家和婆羅門學習中心。



朝聖者在瓦拉那西神聖空間內按順時針方向行走，參觀右邊的寺廟和神壇，並在左側的位置進行洗濯。共有四條朝聖路線：

- 1) Panchakroshi路線約近80公里，行程通常需要五天。其他三個較短的朝聖路線位於神聖的同心圓之內。
- 2) Nagar Pradakshina路線
- 3) Avimukta Kshetra路線
- 4) Antargrahi路線（環繞著市中心）







「梵我Atman」沒有一刻不曾存在，將來也不會結束

「輪迴samsara」與「解脫moksha」

「梵我Atman」與「梵Brahman」合一