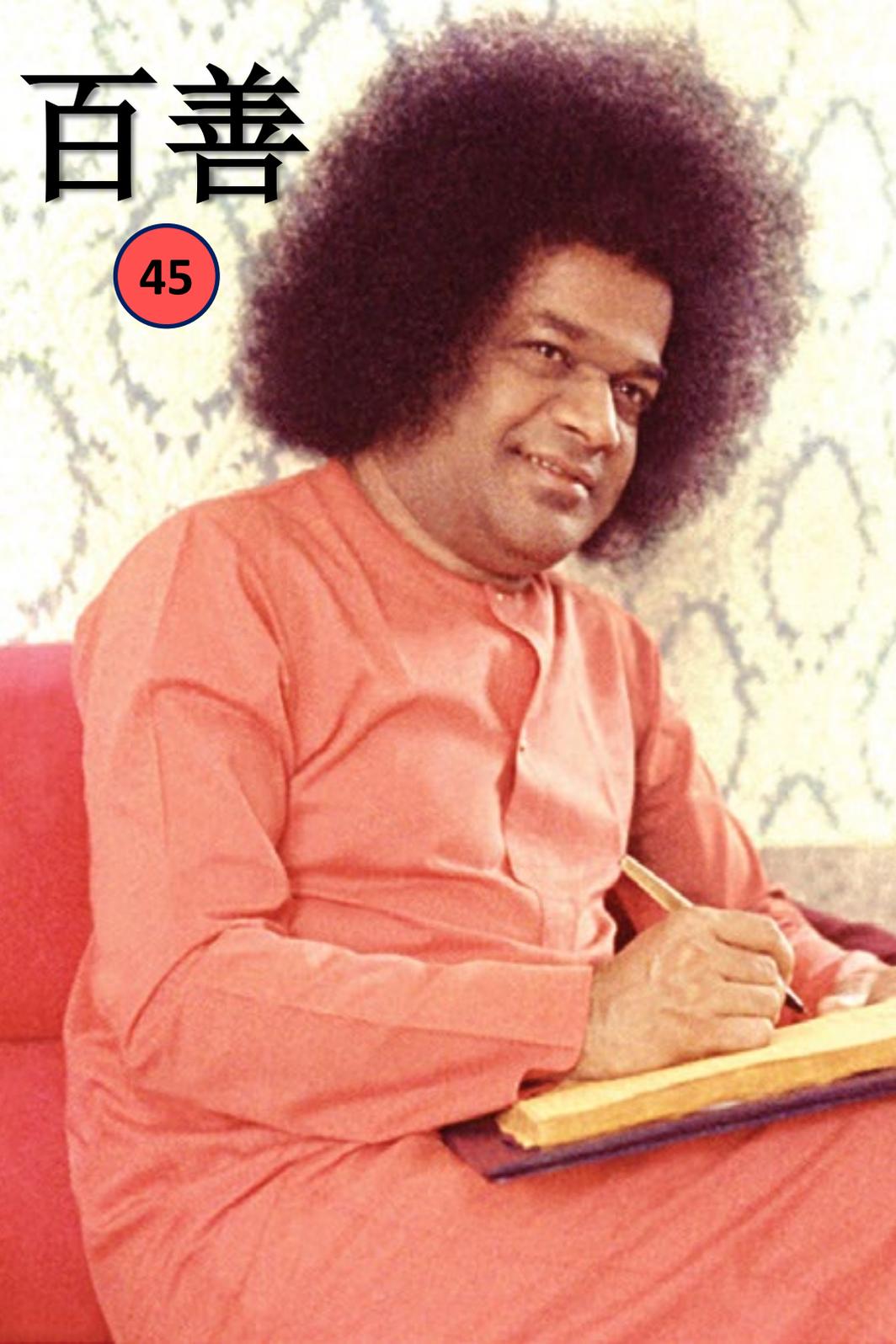


百善

45



2019 年活动点滴 (1)



百善地迎新春联欢会
(11-12/2/2019)



吉隆坡赛小学师生联欢贺新年
(2/3/2019)



为麻风病康复者新年送暖
(24/3/2019)



沙迪亚赛全国会员大会
(10-12/5/2019)





百善 45 - 目录

	页码
编者的话	2
赛广播电台	3
峇峇福音	
• 讲道 1: 一个正直的国君与善良的臣民	11
• 爱的见证: 补鞋匠赢得主恩典	25
• 讲道 2: 学生们与纯质纯净	29
• 峇赞推荐: 牵我手; 我主给世界这样美好的声音	38
• 讲道 3: 心的纯净是真正的灵性修习	40
• 爱的见证: 紧紧抱着祂	53
• 讲道 4: 你必须维护的三个资产	59
• 放空, 方能得神恩	69

认识赛中心: **Shivam** — 海德拉巴的神圣住所

Title : 百善 Bai Shan
Magazine on Sai Baba Discourses, Education in Human Values, Service, Chinese Tradition and Culture

Month/Year : August 2020

Publisher : Sathya Sai International Organisation of Malaysia (SCA)
B-3-20, Pusat Perdagangan Seksyen 8, Jalan Sg Jernih 8/1,
46050 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia

Website : www.ssiomalaysia.org.my; www.sca.org.my;

Email : webmaster@ssiomalaysia.org

Phone : +603-7499 3159



编者的话

第 45 期《百善》对设在百善地尼乐园的赛广播电台作专题报告。自 2001 年 11 月 23 日开播以来，赛电台工作人员为全球听众每周 7 天、每天 24 小时不间断地传播赛峇峇的爱与和谐的福音。该电台节目伴随许多人的灵性成长，其影响力深入人心。

2020 年适逢世尊降世 95 周年，沙迪亚赛国际机构（SSIO）将世尊的两个基本教导：一体性即神性（Unity is Divinity）及纯净即开悟（Purity is Enlightenment）的有关讲道汇集成两组学习指南供信徒修习参考。本期‘峇峇福音’栏目里刊登了其中的 4 篇讲道。此外，我们继续分享 2 则见证故事及推荐 2 首峇赞。‘介绍赛中心’系列为你叙述海德拉巴赛峇峇中心——Shivam 的历史特色。

感谢赛主令第 45 期《百善》能够成功出版。在此呼吁同修们勤祈祷、静思和念诵真言，虔心祈愿新冠疫情早日平息。祝福大家身心安康。

Jai Sai Ram。

2020 年 8 月



赛广播电台

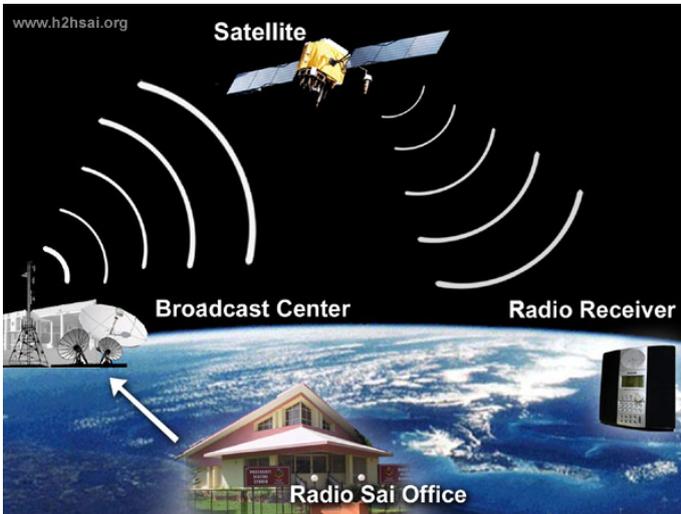


2001年9月，世广卫星集团（WorldSpace）首席执行官诺亚·萨马拉（Noah Samara）和世尊赛峇峇会面后，献议提供一个免费频道向全世界播放赛峇峇的福音。文卡塔拉曼教授（Prof. G. Venkataraman，尔后成为赛广播电台台长）被告知，他们希望在2001年世尊生日前首播。当时离期限只有80天时间，文卡塔拉曼教授知道该广播服务是斯瓦米所指定的，他坦然接受任务。尽管困难重重，赛广播电台还是如期于2001年11月23日播出。纵然首播仅仅10分钟，这却是一个具有里程碑意义的事件。世广卫星集团董事，同时也是诺贝尔奖委员会成员，迈克尔·诺贝尔博士（Dr. Michael Nobel）在移交仪式上发表演讲后，邀请世尊按下启动按钮，宣布赛广播电台（Radio Sai）正式开播。



世尊按下启动按钮，宣布赛广播电台正式开播

简单地说，我们是这样收听到赛电台的节目的——节目在百善地的演播室制作后，通过互联网发送到位于澳大利亚的一个广播中心，之后上行传输到 **Worldspace** 卫星。听众可以通过数码收音机接收从卫星发来的信号，即时欣赏节目。





2002年8月29日，设立于百善地的数码制作室由世尊赛峇峇亲自主持开幕。从2008年起，一座现代化和设备完善的电视录像室就一直被用来录制访谈、印度及海外著名音乐家们的音乐节目等等。录像室和广播办公室专为赛峇峇的福音做出分类，保管档案，再通过不同的传播媒介，如：视频，网络、电台广播和印刷物，传播赛峇峇的爱与和谐的福音。



赛电台演播室



工作人员为听众录制各类节目



多年来，赛电台发展已臻完善，其内容涵盖 4 个领域：

- 全球和谐广播服务 RadioSai Global Harmony Broadcast Service
- 《心心相连》电子期刊 Heart to Heart E-Journal
- 《赛启示》每日灵粮 Sai Inspires Daily E-mail
- 网站 RadioSai Website

RADIO SAI SERVICES



全球和谐广播服务覆盖全球，向听众提供每周 7 天、每天 24 小时的不间断服务。它提供 6 个不同的互联网流媒体 (streaming media) 频道：亚洲、非洲、美洲、泰卢固、讲道和峇赞。亚洲、非洲、美洲频道提供针对这三大洲时区的节目。峇赞频道每天 24 小时播放赞歌，而讲道频道则是 24 小时播放世尊多年来的演说。赛电台也播放信徒分享以及在百善地举办的音乐节目和演奏会。



《心心相连》（**Heart to Heart**）是一份电子月刊，其宗旨为透过世尊赛峇峇的纯爱 and 无私使命的分享去激励人心和提升人品。它冀求将每一个人心中的‘小爱’与永恒、取之不尽、最充实的‘神圣大爱’连接在一起。《心心相连》首刊于 2003 年 8 月出版，初期每两周出版一次。2004 年 9 月 1 日改为月刊后，一直持续至今。《心心相连》月刊上登载多项赛电台节目。随着时间的推移，《心心相连》的许多文章亦被录制成赛电台的节目。此外，它也刊登信徒们的投稿。《心心相连》目前以英语、印地语、泰卢固语、西班牙语、俄语和德语出版。

《赛启示》（**Sai Inspires**）是一个激励人心的电子邮件服务，每日免费发送给赛电台的订阅者。它引用世尊的神圣话语及每天登载一幅世尊的相片，并提供《心心相连》月刊和赛电台节目的链接。世界各地的信徒每天都期待阅读《赛启示》引文，从中得到启发，使他们增强对生活的热情和对神的信心。

赛电台网站（RadioSai Website） 创建于 2002 年 7 月。其内容包罗广泛，囊括各类赛信息，如：世尊生平事迹、文章、节目、产品、讲道、小小故事（*chinna katha*）、激励故事、峇赞学堂、猜谜节目、灵修问与答、吠陀经沉思录和各类文章、音频和视频档案等。赛电台播放的峇赞是该网站最受欢迎的项目，深受所有年龄段的人喜爱。小小故事让儿童和德育老师受用。网站上的峇峇照片为众人所瞻望。该网站张贴了关于赛组织在世界各地的活动新闻，还有数百篇叙述峇峇信徒的信赛经历文章，让读者引以为励。赛电台网站也直播在精舍里的节庆活动。



听众在反馈线上的踊跃反应，让赛电台节目充满活力，并且不断演进与全球新世代科技接轨。学生和赛信徒的经验、在许多不同国家的活动故事及服务动态、赛医院病患们的疗愈档案、精舍庆典的详细报告，都佔有很高的点击率。

赛电台把世界各地信徒和百善地尼乐园联系起来，促进他们的灵命成长。一位名叫 Uday Sane 的水手在写给赛电台的信里说道：“我在船上工作，现在正穿越阿拉伯海。我望向前方的大海，幸有母亲赛在我身旁通过赛电台对我说话。”他反映了万千听众对赛电台的感激情感，他们都深深感受到峇峇一直激励着自己。

2011 年 11 月 23 日世尊赛峇峇的生日庆典让成千上万赛信徒们留下了深刻的体验，那是第一次在世尊入灭后的情况下庆祝这一天。在一连串的庆祝仪式中，除了亲自到百善地精舍参与的信徒之外，还有数不尽、未克出席的其他信徒也能同步躬逢其盛。这全赖于赛广播电台的现场直播，让世人一起分享喜悦！

摘自：RadioSai E-Journal
Volume 8 - Issue 01
January 2010

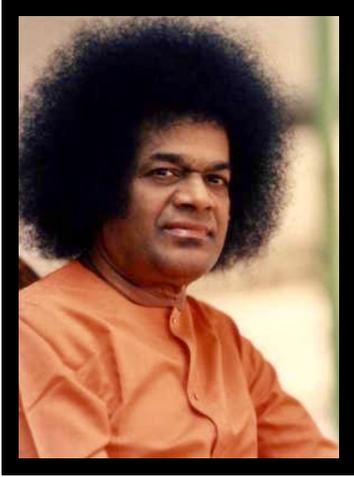


【编后语】：

赛电台现已升级其设施，新建了 3 间最先进的演播室。此外，办公室和工作区也进行了装修，让工作环境更宽敞。这些新设施于 2020 年 6 月 24 日正式启用，而赛电台亦将更名为‘斯里沙迪亚赛媒体中心’（Sri Sathya Sai Media Centre）。







一个正直的**国君**
与
善良的**臣民**

*Anapekshah Suchir Daksha
Udaseeno Gatavyathah
Sarvarambha Parithyagee
Yo Madbhaktah Sa Me Priyah*

*那信徒是我亲爱而可贵的
他没有欲望，
他有纯净的身体和心念，
他意志坚决，无忧无虑，
他没有悲痛，而他已放弃所有为之者的意识。*

Anapekshah 意味着一个没有任何种类的 Apekshah（欲望或期望）的人。在这广大的世界里，有任何人可以摆脱欲望吗？这是不可能的。某些东西也许会吸引一些人而一



些崇高的目标也许会其他人感兴趣的。所欲之物体是肉体上的快乐和舒适以及俗世的东西。Sreshta（较高的目标）与非感觉的，非肉体的及超俗的相关。几乎所有的欲望落在这两个种类的其中一个。那么，怎么可能放弃这两种欲望？这是可能的。

在 Bhagavad Geetha（梵歌）中，主已宣称，祂出现于所有正义的行为中。所以，那些执行正义行为的人能够培育 anapekshah（无欲）。这意味着当一个人把执行的一切行动供奉给主时，它们就变成 anapekshah（无欲的行动）。主就是那个从内在使到一个人行动、说话、聆听、看和做诸多其他行动者。祂是为之者和享受者。如果一个人执行一切行动而以内寓之主是真正的做者为其信念，那么他的行动就变成无欲的了。是故，每一个求道者应该把他的行动供奉给神。

忙于思忖过去，推测未来，人正失于尽责于现在。
这是他痛苦的起因。

Suchi：这意谓纯净。这术语并不仅指肉体的外在清洁。求道者也需要内在的纯净。内在纯净的意义是什么？一个人所执行的一切行动都是发自内在的激动力而不是来自外在的力量。它们是他内在存有的一个反映。只有在人有了纯净感觉于他之内，他的行动才能纯净。如果在他之内污化，他所有的行动也就不纯净了。



如何成就语言的纯净？

内在的冲动或激动力是如何被净化的？这一些都与心念、语言和身体息息相关。这三者中，语言是最重要的。语言的纯净是如何成就的？“Anudhvegakaram vaakyam sathyam priyahitam cha yat，”梵歌说。你所说的每一句话应该是不具有 anudhvegakaram（引起刺激或煽动）的。它应该是 sathyam（真实的）和 priyam（喜悦的）。有四大因素造成舌头的污染。一，是说假话；二，废话连篇；三，说别人的坏话；四，辱骂或批评他人。舌头容易沉迷于这四种罪行。不幸地，在这伽利期（Kali Yuga）里，所有四种因素都猖獗。不实的话成了普遍存在的现象。人们随心所欲地沉溺于毁谤他人。搬弄是非继续着。放纵于说太多话极为广泛。只有当你排除这四种邪恶倾向之后，你的说话才能变得纯净的和不受污染的。是故，首要任务就是净化一个人的说话。

如何净化心念与身体

接下来的是心念。心念因错误的思想和不良的感觉而被污染。人应该致力于排除所有不良思想以免侵害他的心念。如果一个人不停地灌注自己以不良思想，他只能收获不良的成果。要净化心念，所有不良思想必须被排除在外。不要让它们有任何生存的空间。不良感觉应该排除自心念。只有这样，心念才会完全得到净化。

然后来到身体的纯净。一个人必须有一个没有暴力污点的身体。人以其双手错做许多暴力的行为和许多有罪的行为。天赋人以此身主要是要他执行正义。这样的一个圣洁的礼物应该只用来服务人群和执行虔诚的行为。此乃净



化身体的方式。因此，当说话、心念和身体得到净化，内在的纯净是肯定的了。Suchi（纯净），因此需要内在的纯净以及外在的清洁。

Daksha：这意谓一个人在执行其行动时要具有坚定的意志。这坚定的意志应该局限于纯净的，对他人有所助益的以及使人升华的行动。没有人能避免执行某种或其他行动，即便是一瞬间。在任何情况下，一个人都不应该从事不纯的行动。这就是通过坚定的决心去成就纯净的途径。只有这样的人才能被称为一个 Daksha（有决心的人）。

Udaseeno：这意谓摆脱对任何东西的执着。它意味着对褒或贬，平和或悲伤，得与失，快乐和痛苦，都保持平静和不为所动，不以物喜或受挫而沮丧。一个人不应该屈服于诬蔑，也不要因受到赞扬而雀跃不已。名望与非难有如过眼云烟，视之仅如一个见证者然。对待它们如 Udaseeno（处之泰然的感觉）。对它们太认真只会使心念受到干扰而已，而或许引来邪恶的倾向。

排除担忧

Gatavyathah（一个没有苦恼的人）：Vyathah（精神苦恼）构成今天人类的最大弱点。人不理会他现在必须执行的义务。他思忖很久以前所发生的事情。他不断地推测未来可能发生的事情。为什么担忧将来或不能回头的过去？往者已矣，忘掉吧！未来不可测。无人能肯定第二天什么会发生。不要想未来，因为你不能肯定之。要关心的是现在，那是过去的孩子和未来的父母。这心态可以用 Gatavyathah 这个术语来代表。忙于思忖过去和推测未



来，人正失于尽责于现在。这是他的痛苦的起因。要好好地利用现在，把握现在，而一个好的未来肯定会降临。求道者应该记得这真理而专心致志于当下。有关过去或未来的精神担忧是一个 rajasic（激质的或激动的）质地。它应该被拒之门外。

Sarvarambha parithyagee（放弃一切所为）：这品质要求放弃任何形式的 Ahamkara（自我主义）。自我植根于 Mamakara（占有本能）。当自我主义与占有本能一起来到一个人的心上时，他就完全被毁了。是故，一个人要去去除自我与执着。

上述的六大品质是圣洁的德行。开场诗节宣称，有了这六项品质的信徒是主所喜爱的。

人的六敌

除了这六大好品质外，人还有六大恶习：Kama（欲望）、Krodha（忿怒）、Lobha（贪婪）、Moha（妄想）、Mada（自负）以及 Matsarya（妒忌）。人的这六个敌人务必去掉而六个好品质应该栽培起来。只有那时人的生命才能有意义。

国王 Bali（巴力）是一个赋有这些高尚品质的人。因为这个原因，主下凡来并向巴力征求一件礼物。世界上的慈善家很多。这些人能以土地，或牛只，或食物，或衣服，或黄金，来送礼，但很少人愿意把自己当作礼物送出去。国王巴力就是一个准备把自己当作礼物送出去的人。

“主啊！我现在供奉给您，我拥有的一切，我的财富和家



庭。只有阿特玛我保留。拯救我，我皈依您，”梵文偈中这么解释。“我向您保证。我把我的王国给您。现在我也供奉我的身体给您。”做了这样的宣称，国王巴力跪拜在 Vamana（禾摩那，主毗湿奴的化身）的面前。

人的心念被污染。人的心灵被污染。
他的所有感觉被污染。
就是因为这根基的污染，
致使所有其他的都呈现污染。

在古时，不乏这样高尚和崇高心念的统治者。巴力已与真理结合在一起。他关心的只是他的人民的福祉。他维护真理。他实行正义。

这样的一个人统治者在那个时候统治 Kerala（喀拉拉）邦。他从他祖父，Prahlada（钵罗赫拉德）那儿得到他所有多方面的德性。然而，巴力的父亲，Virochana（维罗阐那），痴迷于邪恶思想和恶劣行为，一如钵罗赫拉德的父亲，Hiranyakashipu（喜兰尼耶卡西布）。所有三者都属于同一氏族。维罗阐那曾试图使巴力误入歧途。但好的和坏的态度是不能强加之于人的。人的好行为的标志反映他们内在的善良。

钵罗赫拉德是个不偏心和公正的评审员

有一次，钵罗赫拉德的儿子，维罗阐那，与圣者 Angeerasa（安基罗萨）之子，Sudhanva（苏坦瓦）之间有一个竞赛。双方达成协议，输的那一方必须赔上生命给赢的那一方。他们两人都祈求钵罗赫拉德当竞赛的评审员，



理由是他们都相信他会完全不偏袒和公正的。钵罗赫拉德同意当评审员因为他立誓维护真理，没有其他考量。看了竞赛之后，钵罗赫拉德宣布苏坦瓦获胜而他自己的儿子，维罗阐那败北。

无法控制他对判决的喜悦，苏坦瓦情不自禁地拥抱钵罗赫拉德并说：“钵罗赫拉德！因为有像你这样坚定的真理拥护者，世界才大放光芒。要是地球上没有可贵的人，世界怎能有亮光？钵罗赫拉德！因为你遵循真理，你下了不利于你自己儿子的判决。”钵罗赫拉德知道不论谁输了竞赛，他都要丧失生命。但那不会阻止他宣布不利于他儿子的判决。没有比坚持真理更伟大的正义了 - “Sathyanasti Paro Dharmah。”钵罗赫拉德并不被任何父爱的意识所动摇。他不流泪。他以一种成就感观看他判决的结果。

认识了钵罗赫拉德对真理和正义的彻底奉献精神之后，苏坦瓦宣布：“钵罗赫拉德！你的献身于真理将恢复你儿子的生命。我不索取他的生命作为我胜利的报偿。我把你儿子的生命交回给你。”

正义保护它的保护者

“Dharma eva Adharmo hanti. Dharmo Rakshati Rakshitah”（正义毁灭那个伤害它的人。正义保护它的保护者）。“钵罗赫拉德！你信守正义。因此你救了你儿子。”苏坦瓦这样地赞美钵罗赫拉德。



钵罗赫拉德的一生成为无数道德与理想的典范。在那时，因为这样伟大和正直的统治者，世界充满了和平与繁荣。今天处处不稳定、不满意、不信任、不公正、不关心之于好的而沉溺于那不好的，太执着于肉体上的快乐、自私自利和自我中心，凡此种种是那么猖獗于众人之中。不幸的，印度曾几何时，以道德与正义名闻于世，以其献身于真理和正义见称，却已经退化到今天这个水平。这不只是国家的一个污点，也是印度子民的一个耻辱。如果我们一窥社会的境况，我们不难看到所有在社会上的活动都与自我赞赏，辱骂他人，口是心非不无关系。这三种恶习现在普遍存在。曾经是那么荣耀的印度社会现在则陷入黑暗之中，笼罩于不协调、骚乱与污染之中。

今天，心的污染非常值得关注

人考虑到空气是污染的，水是不净的而声音是不忍卒听的。甚至食物是污染的。政府也考虑到整个环境的污染。巨资被耗费于净化环境上。我们应该挂虑的不是环境的污染而是 Hridaya（心）的污染。人的心念被污染。人的心灵被污染。他所有的感觉被污染。就是因为这基本的污染造成所有其他东西也显得污染。

今天主要的需要是去擦掉在人心念中的污染。如何成就这一点？今天心念沉浸于世俗的欲望与快乐之中。结果就产生精神上的不满足和苦涩的挫折感。心念应该回到它所从来的源头。一只离开水的鱼必须回到水中去重获新生。如果把牠放在卧榻并喂之以咖啡，牠能生存吗？只有回到牠的老家，牠才会重获平和与生命。同样，人的心念必须回复到它在阿特玛（自性）中的原来的家。不做到这



一点，怎么能得到平和？因此，精神平和必须来自阿特玛。这需把心念转向阿特玛，凭借良心的利用。

以完满的自信追随良心

不要依赖身体。身体是一个水泡。不要依赖心念，它有如一只疯猴。要追随良心。当你以圆满的自信去追随良心时，你就能成就一切。

国王巴力就是一个有这样的自信的人。他的老师 Shukracharya（苏克罗阿者黎，即苏克罗导师）劝阻巴力别赠送礼物给 Vamana（禾摩那，毗湿奴的化身），并指出那少年并非普通的 Brahmana（知识分子）而是 Vishnu（毗湿奴）祂自己的化身，巴力说：“如果少年是毗湿奴祂自己，如你所说的，那我更有理由去遵守已经做出的奉献，如果恳求者是至高无上的主。这难道不是我的大好运作为一个主的供应者？所有人都在寻找主的欢心。当这样的一个神圣的存有向我要求三尺长的土地时，我是何其幸运？这机会降临于我因为我前世的功德。我愿意违背我老师的指令，但我不会违反主的命令。誓言要维持。你可以用两只眼睛去看两个客体并以两只耳朵聆听两种不同的东西。但舌头只有一个。所说的话一定要兑现。一言既出驷马难追。不实践诺言者会被授予罪人的恶名。我立下决心履行我的誓言。神是至高无上者和一切生命体的主。只有祂的话我会遵守。”

国王巴力就是这样的一个意志坚决的统治者。因此，他获得一个光荣的机会。然而，巴力对他的臣民却有一个特别的执着。臣民也一样地执著于国王。人民效忠于统治



者，统治者则执着于臣民。他们相互的关系是亲密的和不可分割的。因为有这样的—个统治者和这样的臣民，国家才快乐和繁荣。

Onam（欧南）节的意义

不愿意放弃他的臣民，而同时又不能违背他给主的承诺，巴力向其臣民保证每年—次会回来拜访他们。这欧南节日是巴力每年拜访地球的吉祥日。这是圣洁的—天，国王巴力回来祝福他的臣民。在 Shrivana 这个月里，当月亮接近 Shrivana 星座的时候，巴力说他会出现。今天那吉祥的连接正出现。如 Sri Eradi（斯里依拉底）早些时候致辞时所说的，这是薄伽梵出席下庆祝欧南节日的第二十五周年。在这二十五周年的欧南节庆中，什么教训可以学到？过去二十四年，你—直聆听薄伽梵的讲道，体验祂的现身和享乐庆祝。你把斯瓦米的教导付诸实行了多少？每个人都有一颗心。这心充满着爱。有多少人得以分享于你内心的爱？没有—个人。那么，那爱有什么用，假如它不与人分享？你务必与众人分享在你心里的爱，不仅是人类，还包括万物中的—切生命体。爱，神的礼物，—定要与世界上的每—个人分享。

与所有人分享你的爱

所有人的苦恼都因没有跟大家分享这爱而产生，而这纯粹是自私所致。每个人都重复这样的祝福：“Loka-samastha-sukhino Bhavantu！”（愿天下苍生快乐）。你能赐予快乐给几个人？你是机械式地重复这些祝福而已，但你是否发自内心地为世界祈福？不，—点也不。你关心



的只是你的私人利益。你自你内在把自私的根拔起的那一天起，神性就会在你的心开花了。

**不要追随身体。要追随心念以及阿特玛。
追随阿特玛者才是真正的求道者。**

人们谈论有关 Sakshatkaram（体认）。它是什么？它不是某种外在之物。Sakshatkara 是时时刻刻，于所有境界中，在自己内心对神的静虑。“Sarvada, sarvakalesu sarvatra Hari Chintanam”（无时无地不在忆念着神）。人们的确有不停地重复念诵罗摩的名号。但这念诵会不会带来解脱？要获得解脱，要赢得罗摩的恩典，只是重复念诵祂的名号是不够的；你的行动还必须遵守罗摩的原则。罗摩为了 Dharma（正义）而牺牲一切。你必须做出同样的牺牲。将正义成为你的理想。要从事于正义的行动。只有那时，罗摩才会把祂的恩典洒向你。如果，相反的，你没有执行正义的行动，而只是重复罗摩的名号，这等于是侮辱罗摩。

同样，重复念诵基士拿的名号也是没有意义的。信徒应该做的是去体验基士拿意识的喜悦。不止于此，你还应该培育基士拿的平等心。基士拿维持同样的心念平静，不论是在一个 Yoga-Bhumi（瑜伽场地），或一个 Yuddha-Bhumi（战场）或 Sashana-Bhumi（坟场）。他总是处于一个福乐的境界。你应该渴望去体验这样的福乐。只有如此你才能被称为体验基士拿意识。不论你膜拜的是什么神祇，你都要体验神祇的教训于你之内。



以爱灌注你自己来体验赛的真理

斯瓦米的主要教导是 Prema tatwa（爱的原则）。你们大家正在体验这爱。你与多少人分享这爱？在周围有的只是憎恨。只有自我主义一直在出现。夸饰也一直在展示。那么，你怎能认为你已体验了赛的真理？吸取了那些真理的人一定充满着爱。那才是虔诚的真正标志。

国君巴力是一个充满着义气的人，对其国民有容忍、仁慈、真理、正义和献身。你是否在培育至少一种这些优良的品质？巴力答应他的国民每年都会出现在他们面前，因为他的国民都具有这些品质。今天的人民就不同了。谁能知道国君巴力会出现？人们以一个节日来庆祝巴力的造访，但巴力并没有来。为什么？因为昔日人们的素质是今天的人所不具备的。毋庸置疑，巴力爱他的国民。但今天人们必须具有能力去吸引他的造访。

他们要像一个强有力的大磁铁，能够吸住一块重的铁块。然后他们就能够感动和融化神的心。你们无疑是磁铁。但你必须净化你自己以增强你的磁性力量。那净化包含在意言行的三大纯净之中。

恶人融合于主的原因

不论一个人做什么，神都不会有瑕疵。不论你赞美或责怪神，这都影响不了祂。在 Mahabharata（摩诃婆罗多）里，有一次，Dharmaraja（法子，即坚战，般达瓦五兄弟之兄长）痛苦地看着 Shishupala（西殊巴拉）针对基士拿的辱骂，而基士拿忍受了好一段时间。然后他向西殊巴拉猛掷一个碟子；碟子击中并割断了他的头。法子看到



血从西殊巴拉的身体流向基士拿，而一道神圣的火焰从他的身体融入基士拿。

法子问 Narada（那罗陀），一个邪恶的人如西殊巴拉，他的灵魂如何可以融入基士拿之中。那罗陀解释说，好和坏，著名和恶名仅与身体相关而不关系到阿特玛。膜拜主于许多方式的信徒的融合于神要经过一段长时期的考验与磨练之后发生，但它会永远地持续下去。在邪恶人士的例子中，他一直以憎恨心记得主，那么融合很快地发生，但仅维持一段短时间。灵魂的与神合一有许多原因会发生。就 Kamsa（甘沙）而言，那是对基士拿的害怕，使他常常记得基士拿；在于西殊巴拉和 Dantavakra（丹大瓦克罗）的例子，那是憎恨；在于 Yashoda（雅苏达）的例子，那是母爱，她通过爱与基士拿合一。Gopikas（牧牛女）通过专一的虔诚与主融为一体，以及 Radha（罗陀）与主合一是因为 Ekatma bhava（灵性一体性的意识）。大家都达到融合为一。但在每一个例子中，那就靠一个特别的层次来决定。

培育牺牲精神

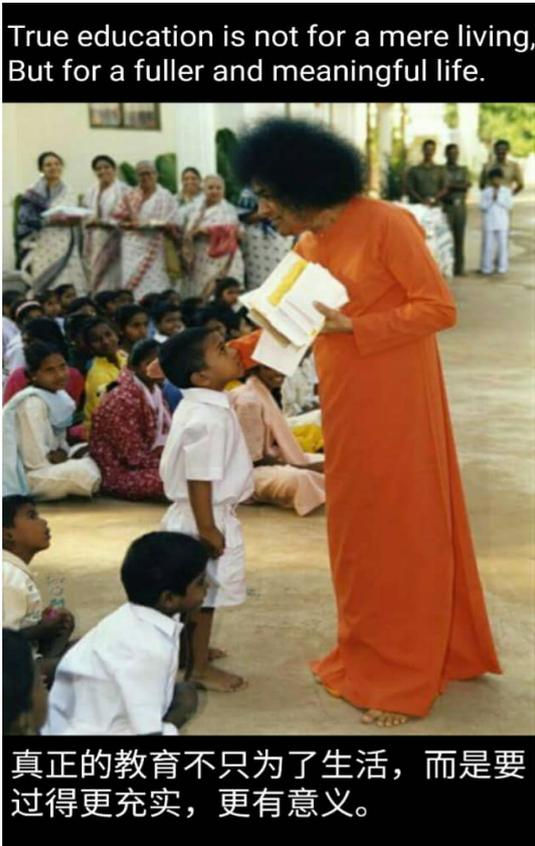
不要追随身体。要追随心念以及阿特玛。追随阿特玛者才是真正的求道者。

要全心全意地静虑于神，念诵祂的名号并降服于祂，那祂就会救赎你的生命。神的名字和名望不是来自外面。它们不是报纸和小册子的创作。它们不会随着任何情况而改变。主的名号和名望出自它们的圣洁与爱。因此，不要



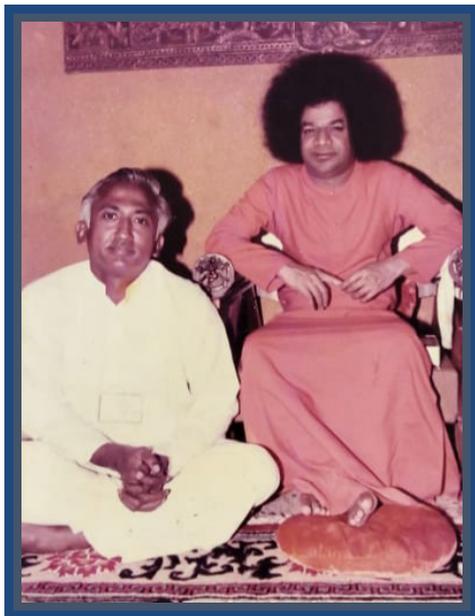
为任何事物操心。扩展你的爱。促进你神圣的本质。培育牺牲精神。

译自：薄伽梵于 1993 年 8 月 30 日
在平达弯赛拉梅什礼堂的讲道
英译文：沙迪亚赛说第 26 册第 29 章





补鞋匠赢得主恩典



1967年，克里希纳穆尔蒂（T.G.Krishnamurthy，简称TGK）第一次到阿南塔普尔（Anantapur）与斯瓦米会面。有一天早上，斯瓦米比平时早出来，并要求TGK立即启动汽车，不必等待其他资深的随从。TGK开车后，斯瓦米不时地给他指路。他们离开了镇郊，沿着一条乡村公路走了一段路，斯瓦米吩咐他停在一棵大榕树附近。

一个补鞋匠在那里等待着斯瓦米。斯瓦米打开车窗，对他说：“我来了。”TGK对斯瓦米充满熟落之意的语气感到惊讶。在斯瓦米的指示下，补鞋匠坐在汽车前座，他们



继续行驶，补鞋匠给他指路。不久，他们到达贫民区的一间小屋。补鞋匠下车并邀请斯瓦米进入他的家。那时候 TGK 对斯瓦米还不熟悉，他不懂斯瓦米到底会怎么做，但斯瓦米以一贯的神圣笑容，愉快地走进屋子，且要求 TGK 跟随。

屋子里弥漫着一股浓浓难闻的皮革味。补鞋匠在泥土地板铺上一个破旧垫子，斯瓦米从容地坐在垫子上。刺鼻的气味令 TGK 难受，想藉故开溜，但斯瓦米不容许。斯瓦米要他坐下，TGK 别无选择，只得服从。补鞋匠的妻子和孩子来到斯瓦米面前，恭敬地跪在斯瓦米的莲花脚下，斯瓦米不停地祝福他们。斯瓦米微笑抚摸着孩子们的头的那一幕很感人！

过了一段时间，补鞋匠说，“斯瓦米，我可以给你倒一杯酪浆吗？”斯瓦米欣然接受。补鞋匠端来一杯酪浆递给斯瓦米，他一口一口细细品尝。TGK 看到那个铝制杯上有几个凹痕，他满怀孤疑，不知道补鞋匠用什么样的水来制酪浆；不论是井水还是池水，两者都可能受沾污。他觉得斯瓦米应该婉拒。

当这些念头在他脑海中闪过时，斯瓦米给 TGK 出了道难题。他告诉补鞋匠，TGK 渴了，也需要一杯酪浆。一想到要喝下用污染水制作的酪浆，他几乎晕倒了。可惜他没有选择的余地，就算感到脏，硬着头皮也要咽下去。TGK 暗暗念叨，让他们不要拉肚子，无论如何也要撑到他们回到斯瓦米的住所。



然而，斯瓦米并不着急，又给补鞋匠一家人一轮的祝福，然后才离开小屋。TGK 立即开车过来，为斯瓦米开车门。斯瓦米似乎和补鞋匠一家十分投合，如鱼得水，祂坐在车里还再次祝福了他们，之后才叫 TGK 开车回去。TGK 满脑子都是疑问，他再也抑制不住自己，问斯瓦米为什么特地大老远过来补鞋匠的家，且喝他的酪浆，召他到斯瓦米在阿南塔普尔的住所不是更方便吗？

斯瓦米说，“他前世是我的忠诚信徒，但他后半生做了坏事，结果落得出生在一个低种姓家庭，当补鞋匠的下场。不过他的许多善行的福报也伴随着他，造就了他此生的品格。

我在世界各地有许多信徒。他们每天祈祷，祭祀，参与节庆，参访寺庙和朝圣地，上香捐钱，但是这一切只是机械性地执行，毫无诚意，对他们的品格修养也没有裨益。这个补鞋匠是低种姓，不会被允许进去寺庙。他既没有钱去朝圣，也不能腾出钱添香油。我显现在他的梦里，从那天起，他开始全心全意膜拜我的形相。他会把他的顾客脚当作是我的脚，以崇敬心为顾客服务，且称顾客为‘斯瓦米’。当顾客询问服务费时，他总是回答说，‘斯瓦米，随你便’并乐意接受任何款额。

每次他虔诚地称呼‘斯瓦米’的时候，它都会到达我，因此他每天都体验到我的神圣形相。他经常在内心与我交谈，而我也在他内心予以安慰和祝福。就这样他每天给我顶礼，所以当我出现在他面前时，他一眼就认出我，与我如此熟悉地交谈。



今他恶报已受尽，福报已至。这就是为什么我要到来给他和他的家人祝福。他很快就会有一座混凝土屋顶的房子，孩子们将顺利成家立业。他一生都是我虔诚的信徒，而我将一直护佑着他和家人。”

TGK 听得目瞪口呆。补鞋匠的福报不可思议，而 TGK 得此机遇，亲耳听到主述说这美妙的故事，福报可谓不浅。当然，不用说你也知道，TGK 既没有消化不良，也没有拉肚子。

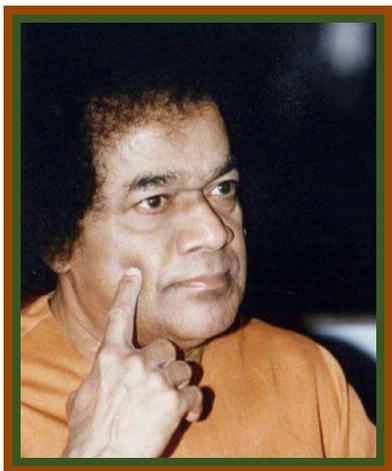
赛母对信徒的爱果真是无穷无尽！

摘自：“Mother Sai’s Miracles of Love”

Col.S.K.Bose (Retd.)

【编者按】：

克里希纳穆尔蒂 (T.G.Krishnamurthy, 简称 TGK) 在印度沙迪亚赛组织长期服务并担任要职。他曾于 1995 年被委任为泰米尔邦 (Tamil Nadu) 沙迪亚赛服务机构主席。TGK 和妻子 Soundarya 与斯瓦米有过无数的珍贵经历。他时常给斯瓦米当司机。TGK 多次被斯瓦米指派在百善地尼乐园、平达弯、奥蒂、科代卡纳尔和钦奈 (Prasanthi Nilayam, Brindavan, Ooty, Kodaikanal, Chennai) 的信徒集会上演说。



学生们 与 纯质纯净

一个没有美德的儿子
一个没有目标的教育
一个没有正义的生命
一个没有道德风尚的社会 和
一个没有月亮的夜晚
对世界是没有用的。

亲爱的学生们！德育对每一个学生来说是生命中的主要必备条件。这是他的根本义务。在梵文里，个性被描述为 *pourusham* -- 一个 *purusha*（个人）的标志。虽然，‘个性’与 *pourusham* 或许有着同样的意思，它们是充满着意义的字眼。那些不认识这术语的内在意义的人们，就随便使用它们。只有那彰显内寓的、看不见的神圣原则于他之内的人才 有资格描述他自己为一个 *purusha*。他应该彰显在他之内的神圣力量。



梵文的 Pourusha 意谓一个与德行相关的品质。英文的 “person” 是取自拉丁文的 “persona”。在后基督教时期，“persona” 这个字是用来指神采取人的形相下凡。不久，它渐渐地就被用于所有人为天赋神性的个人。

人的主要义务

术语 Pourusha 常被用来指憎恨或愤怒或威力。然而，它的真正意思是与 Purusha 相关的一个品质。Purushatva（Purusha 原则，男人气概）并不是指外表如穿着或其他身体面貌。圣者 Narada（那罗陀）指 Purusha 为 Puman 并宣布不论谁了解 Puman（至高无上之人）者就会充满着神圣的至福。是故，Purusha 这个字只可以用在神这方面。

所以，人的主要义务就是于此生中去彰显在他之内的神性。一个人的一生的故事被认为是由孩童、成长、成就、他的思维和理想形成的。但对一个人的生命来说最基本的是他的道德高度。Neeti（道德）出自梵文 Nita。Neeti 意指正确的行为。它是一条康庄大道引领人到崇高的境界。好的品格、思想的纯净与无私的奉献都被涵盖在 Neeti 里头。它包括所有好的行为。“只有致力于道德的社会才是一个真正的社会，” 一则名言说。古人认为 Neeti 是基本的，没有它社会就会崩溃。要促进 Neeti，在每一个人之内的神性一定要彰显出来。为了达到这个目的，甚至身体也要保持干净，而因此好的健康是不可或缺的。

“Health” 这个字是源自 Anglo-Saxon（盎格鲁撒克逊，古英文）的 “helig” 字，意为 paripoornamu（总体）或内在精灵。什么是要成就的总体？身体包含意识感官、



心念、智能、意识与内寓精灵。“总体”意谓所有这些元素应该成为一整体。心念应该处于一个圆满的境界。它不应该处于“跳跳蹦蹦”的境界。不要有困惑或沮丧的空间。

灵性修习以训练心念

要成就这样的心念境界，有必要了解每一物及每一情况的含义。例如，如果一个学生考试不及格，他不应该陷入沮丧。反而，他应该审核自己失败的原因，自己是否没有好好地用功读书或对主科了解得不够正确。如果他找出失败是由于准备得不够充足，那么他就应该下定决心在下次的考试考得更好。

要培育一个人道德上与精神上的力量，你应该实习灵修以训练心念。为了达到这个目的，你必须促进十种纯净（satwa）。

个人是 Chit（觉知）。神是 Sat（永恒的绝对存有）。
当 Sat 与 Chit 联合起来，你就有 Ananda（至福）。

第一个纯净是你住所的纯净。你必须以纯质的空气灌注于你住的或读书的房间。你所看到的照片或其它物质应该灌注你以平和与纯净的思想。那些引起干扰和不良思想的物质应该没有存放的空间。房间应该打扫干净而不要放置任何不纯净之物。



第二：在你同住的一家人里，应该互相谅解和合作以及有和谐的感觉。家和万事兴，家里不要有会造成不良气氛的纷争。一个和谐的环境会给你真正的心境平和。

第三个需要就是纯质食物。这意味着所吃的食物不宜太酸，太苦或太辣。你应该避免吃激质的食物（**rajasic**，激发激情或令人陶醉的食物）如鱼或肉。甚至好的纯质食物也不宜吃得过量。有一些人吃那么多的纯质食物，虽然是纯质的，但是它会发展为激质。当你用餐时以一个轻松的肚子坐下，吃完之后也带着一个轻松的肚子站起来，这才是纯质的！如果你以一个轻松的肚子坐下而后以一个很重的肚子站起来，这就变成 **tamasic**（翳质）了。

第四：不论你喝什么流体，你也应该选择纯质的。你不该有水就喝，要纯的水才喝。酒精应该避免。

第五：纯质的思想与感觉是极其重要的。学生们有忽略这因素的倾向。只有在你的思想与感觉是纯净的时候，你才能够得到一个干净的房间，一个好家庭及纯净的食物所带来的圆满利益。

第六：如果你要培育纯质的感觉与思想，你的视觉必须纯净。一切 **Srishti**（创造）根基于 **drishti**（视线）。只有在你拥有错误的视觉的时候，你才有错误的思想。你必须看待年长的妇女如你母亲及所有年轻的女子如你的姐妹。当你充满这样的纯净思想时，你就拥有纯净的感觉。就是因为你们是学生，我必须告诉你们这一点。想象你会有多么生气，假如某人以邪恶的眼光来看你的母亲和姐妹。认



识到这一点，你就必须以纯净的感觉来看其他的女人。你不应该犯下你不会容忍他人所犯的罪行。

第七：不论你阅读什么书籍或写什么文章都应该是纯净的。这是有关研究学问的 *sadhana*（灵修）-- *sahitya satwika*（你所阅读的文学的纯净）。如果你读的或写的都不纯净，它就歪曲你的心念。一本好书造就一个好心念。你研读的任何有关物理或化学或其他科目的书籍都不会影响你的人格。但是文学书籍并不总是好的文学作品。假如不适当的书籍被规定去研读，那么就把它当作教科书一般，而不要附加任何高的评价给它们，作为生活的指南。

第八：纯净的纯质服务。关于服务，你必须决定什么是纯质和什么是激质。我们清洗街道，在乡村里建造马路或挖井，并做这一切为社区服务。但我们所做的这种服务工作应该带给人们真正的快乐。在‘社会工作’的名堂下，你到医院去接触一个病人。这并非真正的服务。你想服务的任何人，你都应该认他为一个神的化身。去帮助贫困者和被忽视者即为神服务。

Narayana（那罗延那）有两个形相：一个是‘勒斯米那罗延那’（*Lakshmi Narayana*），另一个是‘大力德罗那罗延那’（*Daridra Narayana*）。勒斯米那罗延那充满着财富。祂有能力帮助任何数量的人。祂能够召唤很多人为祂服务。但大力德罗那罗延那则没有人去服务祂。就是对这样的人，我们应该做纯质的服务。



第九：Sadhana（灵修）。这是灵性的修行。这一定要纯质的。有些人修习 hatha yoga。有的致力于发展 kundalini shakti。有些人求乞于邪恶精灵去做伤害他人的勾当。这些灵修的方式根本就不是灵修。个人是 Chit（觉知）。神是 Sat（永恒的绝对存有）。当 Sat 与 Chit 联合起来，你就有 Ananda（至福）。

Sat-Chit-Ananda（存有-觉知-至福）。只有以体现 Sat-Chit-Ananda 所执行的灵修是真实的灵修。这 Sat 在哪儿？这 Sat，神，是在每一个人之内的。是故，你必须做好准备去服务每一个人，认每一个人为神。你可以与你的亲戚有一个正常的关系。那是无可厚非的。你一定要以‘一弥漫于众多’的精神去执行灵修。在这过程中，你要培养爱的感觉。最高的灵修莫过于爱的培养了。

牧牛女们对基士拿的虔诚

Uddhava（乌闼瓦）是 Jnana Yoga（知识和智慧的瑜伽）之道的一个高手。他要教导牧牛女们智慧之道。所以他就来找基士拿。基士拿告诉乌闼瓦：“牧牛女们对我完全虔诚。她们的虔诚对她们生命来说是至关重要的，并抵达我的心！她们的纯净和虔诚有如一盏照耀的灯光！你不能了解这样的信徒的心！我完全地被供奉在她们的中心里。”乌闼瓦怀疑那些愚昧的、目不识丁的牧牛女们是否了解神。为了清除乌闼瓦的怀疑，基士拿把他送到 Repalle（维伦达文 Vrindavan，基士拿童年生活的地方）去。乌闼瓦召集牧牛女们并告诉她们：“我将教导你们 Jnana（智慧）之道以认识神。”牧牛女们来到乌闼瓦面前并说，“我们对学习任何 shastras（经书）不感兴趣！教导我们一



个简单的法门以便我们能体认基士拿就够了！我们不知道任何 **yoga**（主宰心念的变化）或 **bhoga**（欢乐）或 **mantra**（真言，咒语）。基士拿是我们的一切，我们的 **yoga** 或 **bhoga**。因此，请告诉我们获得基士拿的法门！我们不要浪费时间于 **yoga**。”

乌闼瓦问牧牛女们：“你们怎么能与基士拿融合为一？”其中一个牧牛女回答：

“如果基士拿是一朵花，我愿是一只蜜蜂，围绕着祂。如果祂是一棵树，我愿是一支藤蔓缠绕着祂。如果祂是一座高山，我愿是条河流，从其顶峰蜿蜒而下！如果基士拿是辽阔无边的天空，我愿是一颗星星在穹苍中闪烁。如果祂是深不见底的海洋，我愿是一条小溪流入海洋。这就是我与基士拿为一起与祂融为一体的方式。”另一个牧牛女说：“如果基士拿是一朵花，我愿是一只蜜蜂，吮吸每一滴花蜜，品尝甜美的甘露！这是我们亲近神的方式。”所以，灵性修习意味着把一座山或一棵树，或一朵花，或海洋，作为体认神的法门。

第十：你的职业或专业。你应该从事的是哪一种行业？应该是对国家、社会有益的工作。国家让你谋生。你必须回馈国家。要问自己：“我能为社会做什么服务，给什么帮助？”在你所做的任何工作里，你一定要确定没有虚假、没有不公、没有欺诈、没有邪恶的动机。



以现在的业确保再生的超脱

这些都是你一生必须遵守的纯净事物。如你从事正确的行为，你就不会被 karma（业）的结果所束缚。因为过去的业，你才有当下的生活。基于你现在的业，你可以确保再生的超脱。凭借爱，你培育起信心；凭借信心和热忱，你获得知识；凭借知识，你发展灵修，而凭借灵修，你抵达目标。所以，为了练习灵修，你需要智慧，而为了得到智慧，你需要 sraddha（热忱和信心）而为了 sraddha，你必须培育爱。所以，爱是法门而为了这个，你就必须控制感官。如果你渐渐地减少你的欲望，就能使你的感官得到控制。

每一个学生都要为自己做好准备成为社会的理想。你的大学同学之间应该没有矛盾，也没有憎恨或恶意的空间才是。你要克尽厥职并以你的良好行为去取悦你的父母。要努力为你的学院带来荣誉。尤其是，要尝试以帮助你的同胞而赢取神的恩典。只有这一些树立真正的教育。

知识的不同分支就像是河流，而灵性知识就像是海洋。甚至如河流之汇入大海一样，一切种类的知识也融入灵性知识。

你一定要注意你的朋友是什么人。Kabir（卡比尔）说，“我向不好的也向好的敬礼！”卡比尔被问及：“我们能了解你之所以给好的敬礼，但为什么要给不好的敬礼，我们就不得而知了？”他回答，“当我敬礼不好的，我在敬礼他们并告知，请在我面前消失吧！我敬礼好的，并告知，请到我这儿来吧！”你要远离损友并结交好的朋



友。与好的交往（satsang）是纯净的瑜伽！我希望你们追求这类的瑜伽而给予所有你结交的人带来快乐！

你应该致力于清除你所有的坏思想，改掉你所有坏的特性，尽你孝敬父母的义务，给予社会无私的服务，因此而救赎你的生命同时赢得神的恩典。这是我给大家的祝福。

录自：薄伽梵于 1985 年 12 月 29 日
在平达弯的讲道
英译文：沙迪亚赛说第 18 册第 31 章



斯瓦米为学生们在科代卡纳尔（kodaikanal）露天讲课



峇赞推荐

本期推荐两首赞歌：《牵我手》和《我主给世界这样美好的声音》，两首歌皆译自拿督捷卡迪申（Dato J Jagadeesan）的英文原曲。

牵我手 Take My Hand

1 2 | 3 . 1 5 3 3 | 4 2 - - (7 1) | 2 . 3 2 7 | 6 6 5 - (1 2) ||

Take my hand dear Sai Sathya Sai Take my hand and walk me through this land Take my
牵我手仁慈的沙迪亚赛 牵我手而走走过这尘埃牵我
qian wo shou ren ci de Sathya Sai qian wo shou er zou guo zhe chen ai qian wo

3 . 1 5 5 5 | 5 4 3 2 - (2 3) | 4 . 4 3 7 | 2 2 1 - (4 5) ||

hand dear Sai Sathya Sai Take my hand and walk me through this land Take my
手仁慈的沙迪亚赛 牵我手而走走过这尘埃抓住
shou ren ci de Sathya Sai qian wo shou er zou guo zhe chen ai zhua zhu

6 . 6 6 5 4 3 | 5 - - - (3 4) | 5 . 6 5 3 3 4 | 3 2 - - (1 2) ||

heart my Lord Sathya Sai Take my life and fill it with your love Let the
我的心沙迪亚赛 接受我此生而注入爱 使我
wo de xin Sathya Sai jie shou wo ci sheng er zhu ru ai shi wo

3 . 1 5 5 5 | 5 4 3 2 - (2 3) | 4 . 4 3 7 | 2 2 1 - (1 2) ||

love in me be love divine walk with me oh Lord Your hand in mine Sai
内在的爱圣洁不衰 陪我走噢主免我挂碍
nei zai de ai sheng jie bu shuai pei wo zhou o zhu mian wo gua ai

3 . 1 5 3 4 | 2 - - - (7 1) | 2 . 3 2 1 7 6 | 5 - - - (1 2) ||

Ra - ma Ram Sai Ram Sai Ra - ma Ram Sai Ram Sai

3 . 1 5 5 5 | 5 4 3 2 - (2 3) | 4 . 4 3 7 | 2 2 1 - ||

Ra - ma Ram Sai Ram Walk with me oh Lord your hand in mine
陪我走噢主免我挂碍
pei wo zhou o zhu mian wo gua ai



我主给世界这样美好的声音

The Lord Gave the World Such A Beautiful Sound

5 || :1 1 2 3 5 5 | 1 1 1 2 3 0 | 5 5 4 3 3 | 2 · 1 7 - (5) ||

The Lord gave the world such a beauti - ful sound Om Om Om Hari Om The
我 主 给 世 界 这 样 美 妙 的 圣 音 唵 唵 唵 河 利 唵 我
wo zhu gei shi jie zhe yang mei miao de sheng yin Om Om Om Hari Om wo

7 7 1 2 5 5 | 7 7 7 1 2 0 | 5 5 4 3 2 | 1 - - - :||

Lord gave the world such a beauti - ful sound Om Om Om Hari Om
主 给 世 界 这 样 美 妙 的 圣 音 唵 唵 唵 河 利 唵
zhu gei shi jie zhe yang mei miao de sheng yin Om Om Om Hari Om

|| :1 1 1 2 3 3 3 | 1 1 1 2 3 3 3 | 5 5 4 3 3 | 2 · 1 7 - ||

Hari Om Hari Om Hari Om Hari Om Om Om Om Hari Om
唵 唵 唵 河 利 唵
Om Om Om Hari Om

7 7 7 1 2 2 2 | 7 7 7 1 2 2 2 | 5 5 4 3 2 | 1 - - - (5 5) :||

Hari Om Hari Om Hari Om Hari Om Om Om Om Hari Om (From the)
唵 唵 唵 河 利 唵 从 这
Om Om Om Hari Om cong zhe

|| :1 1 1 2 3 3 3 | 1 1 1 2 3 - | 5 5 4 3 3 | 2 · 1 7 - (5 5) ||

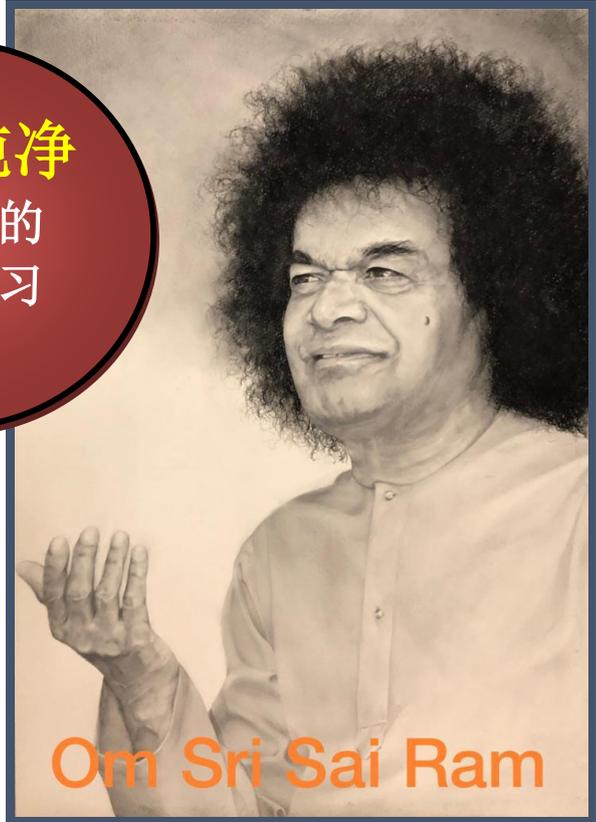
silence of nothing the Lord gave a word Om Om Om Hari Om (From the)
空 无 的 寂 静 我 主 唱 一 真 言 唵 唵 唵 河 利 唵 从 这
kong wu de ji jing wo zhu chang yi zhen yan Om Om Om Hari Om cong zhe

7 7 1 2 5 5 | 7 7 7 1 2 - | 5 5 4 3 2 | 1 - - - (5 5) :||

sound of God came this beauti - ful world Om Om Om Hari Om (From the)
神 的 声 音 美 好 世 界 降 临 唵 唵 唵 河 利 唵
shen de sheng yin mei hao shi jie jiang lin Om Om Om Hari Om



心的纯净
是真正的
灵性修习



没有任何真实的工作，一整天都在聊天，
这是灵性修习吗？你认为呢？
依照一个‘一日三餐喂饱你肚子’的惯例，
你认为它是灵性修习？
白天剧烈的活动而夜晚酣睡，
你认为这是灵性修习？
这可是神创造你的原因？
你花费很多时间于这种生活惯例



但这并非灵性修习。
不要这样浪费你的时间。
从这一刻起要致力于认识神。
只有这个才是灵性修习。

(泰卢固诗)

诸位爱的化身！那遍及一切的意识就叫做神。它也说，神出现在所有生命体之内。但没有人见过那无所不在的神。

只有人类能静虑和认识那广大无边的神。实际上，人的生命本身就是神圣力量的彰显。但有些人不同意这种说法。

神性彰显于每一个生命体之内。同样的自性原则（Atma Tatwa）不仅出现在人类之中，同时也出现在宇宙中的一切生命体之内。但一个人必须有一个纯净的和无私的心才体会到这真理。为了体会这真理，你要不断地静虑于神。凭借这么做，你的心就变得纯净与平和。你达到那境界的那一刻，神肯定会明显地彰显于你。

这必须是你的灵性修习（sadhana）。它并非仅靠练习坐禅就能使神彰显给求道者。

神以内寓者均等地出现于人类之中，以及昆虫鸟兽之中。假设你提出一个问题，“神现在在哪儿？”不假思索的回答是，神也出现于你之内。有些人从事灵性修习，如坐禅以寻找这种问题的答案。



圣者 Narada（那罗陀）确定可以通过九大形式的虔诚来认识神，诸如，聆听、赞唱、静虑于毗湿奴、服务于祂的莲花足下、顶礼、膜拜、劳役、友谊、和自我降服（*sravanam, kirtanam, Vishnusmaranam, Padasevanam, vandanam, archanam, dasyam, sneham, Atmanivedanam*）。

在这世界上没有一个人的心不是神以内寓者寓居的场所。因此，为了看到这样的一个遍在的和全在的神，坐禅是必需的吗？

今天，很多人教导不同的坐禅技术。但坐禅是为了获得灵心的纯净，因为，没有达到心的纯净，觉知的宝座，神，就不能被认知了。是故，你必须致力于达到灵心的纯净。

Kamsa（甘沙）在 Dwapara Yuga（二分期，伽利期之前，基士拿诞生于这个时期）时所执行的是哪一种灵性修习？其实，他一直不断地辱骂主基士拿。然而，主基士拿是那么的仁慈，以致于还赐给甘沙祂的 *darshan*（一睹圣容）。

没有灵修可以帮助你体认神，假如你缺乏心的纯净。不同种类的灵修如禁食和坐禅等等，会助你培育信心于全在的神，而祂其实以内寓者寓居于你之内。



一般上，人们认为神把‘达瞻’（darshan）给某某人。但真实情况是神从来就不把达瞻给心不纯净的人。是故，如果你希望获得神的达瞻，你就必须培育心的纯净。

所有种类的灵性修习都是为了达到纯净而已。你达到心的纯净的那一刻，无所不在的神会彰显于你面前。不幸地，今天在世界上，能坚定地带领求道者步上纯净之道的导师确如凤毛麟角。他们只专注于坐禅的某些机械式技术以换取金钱。

其实，你大可不必执行任何复杂的坐禅系统。你可以执行‘不断的静虑于全在的神’的简单灵修就可以了。现在很少人教授这样简单的法门。人们聆听和阅读几种有趣的坐禅方式而开始选择那个引起他们的兴趣或想象力的来学。

爱的化身们！如果你想看到神，你就必须获得心的纯净。你指着某一个人而说他是你的父亲。但那父亲感到尴尬，这样地被指为父亲，因为他其实是出现于所有人之内的同样的自性原则（Atma Tatwa）。

神出现于每一个人之内。

**所有人类其实就是这样的全在之神的反映。
是故，每一个人必须被视为神的化身一般来尊重。**

你跟某个女子结婚，并指她是你的妻子，但她其实是神圣自性的化身。同理，你亲切地抚摸着一个小女孩，称他



为你的儿子。但那儿子也许会告诉你说他其实不是你的儿子而是神的化身。因此，在这世界上所有关系实际上只是自性的关系而已。

说真的，真正的自我证悟（Atmasakshatkara）是命我（jeeva）之融合于至高无上之我（Brahman 梵）。你所遇到的任何人都确实是神。没有如此全在的神，怎么可能有人类？

主基士拿宣称祂一再地下凡，每当正义的实践式微的时候。祂也宣称祂是在所有生命体之中的种子。虽然祂亲切地与牧牛男孩们和女孩们（gopals 和 gopikas）活动在一块，可祂从来就不曾被他们与祂之间的关系所束缚。

那些觉知这真理的牧牛女们不断地静虑于祂，念诵神圣名号，“基士拿！基士拿！”基士拿的名号把神圣阿特玛的化身带到她们眼前。牧牛女们是高度觉悟的灵魂；她们对于同样的自性原则出现在每一个个人之中，不，每一个生命体之中，抱着坚定的信念。那就是为什么她们能在每一个人之中及世界的每一物体之中看见基士拿的原因。

在这物质世界里，所有我们看到的，例如这礼堂，周围的建筑物等，并非真的是客体。人们在看到它们的外貌时，常常被误导入这样的妄想。宇宙的自性原则（Atma Tatwa）出现于所有这些客体中。只有牧牛女们天生的、自然地认识那无上的真理。她们能在所有个人与客体中看到基士拿。



因应世俗的关系，我们往往指某某人为我的儿子，我的兄弟，我的父亲，我的母亲，我的妻子等等。但事实上，同样的神正通过所有那些人而彰显。是故，你一定要认每一个人为神的化身。整个宇宙都充满着神的原则（**Brahma Tatwa**）。所有给予自性原则的名字与形相都是我们自己造成的。

Ramakrishna Paramahansa（罗摩基士拿巴拉马汉沙）常给 **Mother Kali**（母亲伽利）一整天执行几种膜拜法门。有一天，神圣母亲出现在他面前并问道，“罗摩基士拿！你越来越疯了。你膜拜我于一个特别的形相。为什么你局限我于某一形相？其实，所有形相都是我的。不论你遇到什么人，都认为他们是神的化身。”

神是纯净的和无属性的。这样的一个无属性的和无瑕疵的神出现在每一个人之内。所有人类其实是这样的一个无所不在的神的反映。是故，每一个人都必须被看作神的化身来尊敬。虽然神是无所不在的，祂采纳一个特别的形相并在多方面去服务人类。从现在起，要认清‘一切名和一切相都是祂的’的这个真实情况。要认为你遇到的任何人都是神的化身。当你培育起了这样的心态，你就随处能见到神。

到 **Mathura**（秣兔拉）或 **Dwaraka**（杜瓦拉卡，多门城）（这两个基士拿住的城市）去看看人们怎么以同样的虔诚热忱照旧膜拜主基士拿，即便祂已离开祂的肉身于二分期（**Dwaraka Yuga**），大约五千年前。



当神化身为人的形相时，认为祂是一个平凡的人，那是自然之事。这不是正确的途径。我常重申我是神，但我也提醒你们，实在的你们也是神。不要提供余地给任何在这方面的困惑与意见分歧。真的，你们每一个人都是神的化身。

当你们建立起这样的一个坚定信念时，你们就能在每一个人身上看到神了。只有在维持这理念，经书里的表达“感觉是什么，结果就是什么 (yad bhavam tad bhavati)”才得以成立。

不要认为任何人是你的敌人而辱骂他们。

一天，他们也许是你的敌人，

但在另一天，你们也许成为朋友。

不要认为某人跟你是分开的。大家都是朋友。

由于人们不知道神的真正本质，他们指某些人为父亲、母亲、叔叔等，只关注他们的形相及与他们的关系来决定。如果人们是那么容易地被身体关系的基础上所蒙骗，他们一定会对有关神的真实本质有所混淆。

在展示祂的无所不在的神性之际，主基士拿有一次宣称，除了祂之外，在这整个宇宙间没有第二个了。同样的事实包涵在这宣布之中，即：“真理是一，但智者以各种不同之名称之 (Ekam sath viprah bahuda vadanti)。”例如，1 这个数字只是 1。当你加上三个 1 时，它就变成 4。如果我们继续给 1 加上数字，就会得出其它数字。然而，第一个数字保留一样，还是 1。那是神。这就是那深奥的宣



称，“那一意愿成为众多，（*Ekoham bahusyam*）”所说的。

人们常用这两个术语‘神（*Deva*）’和‘个灵（*Jeeva* 命我）’。其实个灵或个别生命体是完全不存在的！一切仅是神的化身而已！

于是问题产生了：为什么人会死亡？由于人们不能了解寓居于人体之内的阿特玛的不朽本质，他们就利用死亡这个术语。阿特玛是没有死亡的！它是不朽的。那些理解这真理者得与神融为一体。而那些不能理解这真理者，个灵依然是个灵而神依然是神。这二元性感觉在他们之内持续着。

什么是在公告里，“神是一而没有第二个（*Ekameva adviteeyam Brahma*）”的基本意义？由于在这宇宙内，除了梵外不存有其他实体，它因此而被宣布。这是吠陀经的宣布。

奥义书（*Upanishads*）解释我们真正的本质于伟大的格言中“你是彼（*Tat Twam Asi*）。”在另外一则伟大的格言里，他们宣布“梵是至高无上的意识（*Prajnanam Brahma*）。”这宣布指的是谁？再一次，它指的是神。因此，所有吠陀经和奥义书声明个灵（*Jeeva* 命我）与神（*Deva*）为一而只有这个一的非二元性概念。但没有人正致力于认识这真理。结果，他们认为神与他们是分开的。



人们常常区分神的不同形相，例如基士拿，罗摩等。由于他们试图把他们自己投身于一个特别的形相，所以他们就怀着差异的感觉。因这么做，他们就渐渐离开神而仅仅保留个灵（jeevas 命我）。所有这些差异只存在于个灵而已。神只有一个。

其实，祂跟你没有不同。祂在你之内，而你的确是神！如果不是如此，为何吠陀经宣称“你即彼”？

培育坚定的信念，即：你和神是一个。当你达到这样的一个坚定信念时，你就与神合一了。

例如，你摆放一些赛峇峇的照片在你的祈祷室里，但在所有的照片里，你看到同样的神有不同的拍照姿势。当你了解神的根本一体性时，就没有任何混淆的空间。你将能够了解和体现真理。我所谈论的只是真理。由于你不知道这真理，你不能建立对它的信心。

有好些人今天自称是神人；他还没有止境地教授这理念。相信我，他们都是为了疑惑信徒们。其实，当你建立起坚定信心于这宣言，即：神只有一个，你就能明白这真理。一个能明白这真理者不会陷入混淆与怀疑之中。

切莫对任何人用苛刻的语言。其实，在世界上是没有敌人的。不要认为任何人为敌人而加以辱骂他们。一天，他们或许是你的敌人，但在另一天，你们或许成为朋友。不要认为某人跟你是分开的。大家都是朋友。



爱的化身们！你们正以伟大的爱去膜拜和祈祷神。要继续爱神并对祂培育起信心。只有在那时，你所有的怀疑才会清除，而你就能够完满地了解神的本质。

怀疑意味二元性，即，您与神之间的一种分离感觉。其实，并没有两个实体——神和你。一切都是“我”，“我”，“我”。坚持着“神是一而没有第二个（Ekameva adviteeyam Brahma）”的真理。

举个例子，钟表展示几个小时？12 个小时。当时针越过十二点时，它又移到一点。当它越过一点时，它移到下一点。因此，只有当时针越过一的时候，它才移到二。同理，没有任何东西可以被称为第二个。神只有一个。

然而，如果你希望纠缠你自己于世俗的事务，二元性就来了。其实，就神而言，二元性是不存在的。有时我叫醒睡在我房里的学生们并问他们，“现在几点了？”

他们回答，“斯瓦米！十二点。”

我问，“是白天或是晚上？”

他们回答，“是晚上十二点。”

因此，当白天的十二小时加上晚上的十二小时，它就成了二十四小时。

严格地说，二十四小时是不存在的。因为日以继夜而夜以继日，所以才有 24 小时。是故，不要在日夜之间找差异。



铁路局人员为了他们的操作方便而制作这样的差异。对我们来说，日以继夜而夜以继日。日与夜两者是为为一体。

所以，在你于世界上所遇到的一切，要建立起对一体性原则的信心。神是一个而且是唯一的一个。如果你对这原则不建立起坚定的信心，你可能膜拜神的一个形相而憎恨另外一个形相。总是要坚持神的一体性的原则。那就是真理。

如果你不能建立这样的信心，就不要理会它，也不要引起争论和冲突。绝不要把二元性归因于神。神总是一个而只有一个。当你能够理解并建立坚定的信心于神的单一性，你的一生便一帆风顺了。

（手里拿着一束花儿在听众面前，斯瓦米问）这是什么？一束花儿。好多朵花靠一条线的帮助把它们穿在一起，结果，花儿采取一束的形式展现。虽然花儿有多种，把它们握在一起的线只有一条。同样的原则在吠陀经里也解释过了：神是一而没有第二个（**Ekameva adviteeyam Brahma**）。以上的例子展示二元性中的一体性。

你指一个人为一个男人或女人。你指聚集在一起的许多人为一群人。虽然指个人与一群人所用的术语有很大的不同，在分类中还是有着一个基本的一体性。那一体性就是神，永远不要忘记祂。



不幸地，现在，人们在这物质世界里看到的是明显的二元性，而忽略基本的一体性原则。例如，般达瓦兄弟。他们是谁？那五个般达瓦兄弟是昆提（Kunti）的儿子。一个母亲但五个儿子。在一般世俗意识里，他们是五个。

你或许不能了解神的单一性的这个原则，但假以时日，当你能以一个成熟的心念去认识这原则时，你就会了解真理是一，不是二了。

继续去爱神和建立对祂的信心。只有这样，你的怀疑才能被清除，而你将能够完满了解神的本质。

这是一条手帕！（展示一条手帕给听众）几根线编织在一起而成。由于线的经纬编制，手帕就成了这个模样。布是一，而线则很多。

你必须了解‘二元性中的一元性’的原则。我们看到好几个学生聚集在这礼堂里。每一个人看起来都有不同，但他们都是斯里沙迪亚赛大学的学生。因此，你要致力于发展那一体性。

亲爱的同学们！我非常高兴看到你们大家。我从早起到就寝，执行了多项任务并参与一些节目。我感到高兴并且精神充沛。没有其他的人像我一样地享受这种福乐。我总是高高兴兴，快快乐乐的。



我不在乎褒贬。它们只是一个人的感觉所表达的言语。它们与我无关。我根本不怀有任何差异的感觉。“万物一体，要一视同仁。”

（薄伽梵以峇赞“Govinda Krishna Jai.....”结束祂的讲道）。

录自：薄伽梵于 2005 年 10 月 9 日达萨罗节
在百善地尼乐园的讲道
英译文：沙迪亚赛说第 38 册第 24 章



斯瓦米莅临孟买赛中心，达摩雪特罗（Dharmakshetra）



紧紧抱着祂...

作者：普瓦内斯瓦里·纳拉亚纳萨米
(Puvaneswari Narayanasamy)



1984年，六岁的我在妹妹朋友的家中第一次看到斯瓦米的相片。尽管对斯瓦米尚一无所知，但我莫名地被祂吸引。在成长的岁月里我一直梦见祂。祂常向我显示即将发生的好坏境遇。那时我就知道在我人生的一切遭遇中，斯瓦米都会紧握着我的手。

20多岁时（确切的时间我已记不清楚），斯瓦米出现在我梦境里，祂触摸我的两只耳朵并微笑着说“别担心”。我至今仍感觉到祂那柔软温暖的手托住我的双耳，那修剪圆润的指甲触摸着我的耳后。我热泪盈眶对斯瓦米微笑，顶礼于祂的莲花足。祂深情地摸摸我的头，祝福我。我知道有重大的事情即将来临。



在此之前，我19岁时两只耳朵逐渐丧失听力，已被确诊为感觉神经性耳聋（Sensory Neural Hearing Loss）。我看过许多专科医生，但每次的诊断都是一样的，“我们只能拭目以待，完全失聪是不可避免的”。

失去听力就像失去生命一样，因为与人沟通变得极痛苦。在工作上我面对困境，也为无法和家人有效沟通而沮丧。我失去唱歌的能力，因为音调障碍而节奏感变差。我依赖助听器，但似乎没有太大的帮助。

每当我因为失聪而想放弃生命时，斯瓦米总会透过出现圣粉或出现在我梦里来展示祂的加持。这些发生都加强了我对祂的信心。祂的爱更胜于千千万万个母亲的爱。

更糟的是由于助听器耳机受到细菌感染而引起耳道过敏反应，我无法佩戴助听器。真是祸不单行啊！我被迫于2011年辞去银行的职位。每次清理耳朵的脱皮时，我都感到奇痒甚至引起流血。只有斯瓦米知道我的痛苦。我多次哭着在神台前质问祂。但一看到祂的笑容，我的心顿时软化了，无奈只好向祂申诉“斯瓦米，我会紧紧抱着你”。

2015年11月，过敏反应带来的巨大痛苦已经令我难以忍受。我决定去政府医院再做检查。医房里有2名医生，其中一位初级医生为我看病。检查的诊断也如往常一样，“对不起，我们帮不到你。失聪已不可逆转。”但我拒绝放弃，我告诉自己要抓住机会询问关于植入人工耳蜗的手术。



我大胆问道，“我可以植入人工耳蜗吗？”那时我不晓得在场的另一位医生实际上是耳鼻喉科主任，他也是人工耳蜗手术的首席外科医生。我的问题引起了他的注意，他放下手里的工作问我是否知道人工耳蜗植入手术的风险。我告诉他，“医生，我知道，但我想听听你的意见。”就这样，我取得预约进行后续检查。

接下来的许多血液测试、过敏测试、听力评估、X光检查，磁共振成像（MRI）等等，令我心力憔悴，但斯瓦米激励着我继续前进。我本是一个缺乏耐心的人，但在人生的这个特殊阶段，我居然这么有耐心。这绝对是斯瓦米的加持。与此同时，尽管生活上有种种不便和困难，我参加了沙迪亚赛人类价值教育（EHV）教师培训课程。2016年中旬，医院外科主任，菲利普医生捎来好消息，我符合人工耳蜗植入术的指征。我高兴得不得了，但听到近7万令吉的手术费，我的心顿时沉了下去。这笔费用，对于失去工作的我和普通打工族的丈夫来说，实在拿不出。医生建议我去申请政府福利援助金。

很快的，我又迎来另一波考验；应付福利部官员多次的家访和面谈。第一次的面谈发生在2016年8月2日。面谈前一晚，我把所有文件准备好并置放在神台的斯瓦米座位前。第二天早上，我发现斯瓦米座位的扶手出现了圣粉。我知道一切的发生都是根据祂的意愿。面试进行得很顺利，但看来不太乐观。或许是斯瓦米的加持，那位福利部长官似乎知道我的苦衷，她承诺会尽量帮助我。我一路经过了3次面试。



大约一个半月后，福利部还没有下文。我向斯瓦米表白，“好吧，斯瓦米，一切的发生只有您最清楚。把机会赋予比我更需要的人吧。我尚可以忍受这种残疾。”两周后的一个星期四，妈妈递给我一封福利部的信件。读完那封信，我简直不敢相信自己的眼睛。我让妈妈再给我读一遍，泪水忍不住滑下来。福利部基金会批准了6万余令吉的援助金，这意味着我只须支付4千令吉的差额。这是我一生中听到过的最好消息之一。

我自己存了一笔钱，准备参加于2017年2月在印度百善地举办的EHV教师培训课程毕业礼。我很想在百善地接领证书，这可是千载难逢的机会啊！我在手术和毕业礼中陷入两难。慈悲的斯瓦米再次施予援手；家人和一位赛兄雪中送炭，帮助我缴付了手术费的差额。

2017年2月，我前往百善地接领毕业证书。之后，我急切盼望着手术日的到来。同时，我一直想为癌症患者出份力。一个想法在我脑海中浮现。由于手术前我需要剃掉一



小部分头发，我打算把头发剃光，将它捐给慈善机构制成假发，供癌症患者使用。在家人和斯瓦米的激励下，我想出另一个主意——慈善落发活动（#Bald4aCause），为我接受手术的同一家医院的儿科肿瘤病房筹款。

2017年3月22日，我和5个朋友把一头发丝剃掉，为患癌儿童筹得8千4百50令吉，同时把长发捐给癌症协会制作假发。接着，我于3月24日植入人工耳蜗，并于4月16日完成开机。蒙斯瓦米恩典，整个手术过程很顺利。





现在我期盼尽快克服音调障碍，为斯瓦米唱出我最喜爱的2首峇赞：Sai Hai Jeevan 和 Sundara Sundara Nache。从陷入绝望到回归有声世界，有斯瓦米一路加持，而我总是一如既往地紧紧抱着祂。

摘自：RadioSai Journal
Volume 15 - Issue 11
November 2017



你必须维护的
三个资产

*Gurur Brahma Gurur Vishnu
Gurur Devo Maheswara;
Guru Sakshat Param Brahma
Tasmai Sri Gurave Namaha.*

导师是梵天，导师是毗湿奴，
导师是自在天。
导师确是至高无上的梵。
所以，向导师顶礼。

(梵文诗句)



梵天（Brahma），毗纽天（毗湿奴 Vishnu）和自在天（湿婆 Shiva）是同一个神的三个不同的名字和形相。“众生是一，要一视同仁。”虽然肉体的名和相不同，但是在众生之内的神只有一个。梵天是创造者，毗纽天是保护者，而自在天是破坏者。但所有三个面貌代表一个神。那一个神，从事于祂的创造层面指的就是梵天，当保护与维系生命体时，指的就是毗纽天，而最后，在解体行动上，指的就是自在天。为了避免因赋予神不同的名和相而引起的混淆，神被指为阿特玛或绝对梵（无名，无相，无属性的神）。那一个阿特玛充满一切生命体。

宗教不同，道路则相同
布料不同，棉则一
存有不同，阿特玛则一
国籍和生活方式不同，
人的诞生则相同。

每一个人必须培育三种品质：爱神，畏罪及社会道德。只因缺少畏罪才造成社会缺乏道德的现状。爱是团结人们的巩固因素。有爱，社会就会团结。缺少道德，一个人就不配被称为人类。是故，道德对一切都重要。虽然神把祂的爱洒向大家，但是丧失了畏罪的宝贵品质的是人类。人们今天正犯下几种罪行，并相信神是仁慈的而最终会原谅这些罪行，结果，他们反而沉溺于更多的罪恶行为。在这方面人们已变得自满而认为他们能躲开惩罚。但事实刚好相反。虽然神是慈悲的而也许会原谅所有罪恶行为，但是人类不得不为他们的罪行付出代价。是故，每一



个人都必须培育这三种品质，即：爱神，畏罪以及社会道德。缺乏畏罪就没有社会道德。

如果心念健全，就能够培育对神的爱

人们表现非常不负责任的行为，并且以放纵的自我去从事一些不良的活动。他们不畏罪。他们甚至想都不想他们行为的后果。你必须克制自己不去看邪恶，说邪恶和做邪恶。否则，这些邪恶行为所造成的后果，即使不是今天，稍后将会反击到当事者的身上。也有可能，所有这些罪行的结果将会一次过全部爆发在那人身上。如果一个人是真的对社会福利感兴趣，他一定要为发展社会道德而努力工作。

一个缺乏德性者不算是一个人，他的确只是一只禽兽而已。说假话，行不义以及沉迷于不正确的行为与不良的勾当是非常恶劣的。一个人必须依据爱神、畏罪、社会道德这三大原则去生活。常说，一个没有道德者比一只猴子还不如。其实，一只猴子比这样的一个人还好。在这世界上，没有人会敬重那沉迷于不道德行为的人。只有一个追随道德原则者才使人不得不肃然起敬。甚至想伤害这样的人的那些人，也会遭到其他人的警告与杯葛。“他们是好人。不要试图去干预他们。”那些缺乏道德的人在社会上是被人看低的，比一只狗还不如。是故，你必须培育道德而无时不去过一个依据道德原则的生活。

一共有三种灵性修习，借之可以发展爱神、畏罪、社会道德这三大原则。它们是：对神虔诚（bhakti）、智慧之道（jnana）、舍离（vairagya）。活动或作为



(karma) 是身体的一种自然而必需的属性。只有在身体从事好的活动时，心念才会操作得好。当心念健全时，就能够培育对神的爱。因此，虔诚、智慧、和舍离与爱神、畏罪、和社会道德是连结在一起的。它们就像是一支电风扇的三支叶片。只有当三支叶片转动时，我们才能获得新鲜空气；否则，我们就感到不舒服。

良心的纯净是最重要的

今天人们质问为什么我们必须培育对神的爱。爱神能够培育畏罪，进而培育社会道德。人人必须明辨是非好坏。经过分析之后，你就必须尝试行善而已。存善、行善、向善 —— 这是朝向神之道。缺少了这三种条件，任何仪式、膜拜、持名和苦行都枉然。

虔诚的九种形式是：聆听、赞唱、静虑于毗湿奴、服务于祂的莲花足下、顶礼、膜拜、劳役、友谊、自我诚服（*sraanam, kirtanam, Vishnu-smaranam, padasevanam, vandanam, archanam, dasyam, sneham, Atmanivedanam*）。第一个步骤是聆听。然后你就得分析你所听到的是好的或是坏的。如果你认为它是一个坏的建议而因此不合你意，那你该怎么做？今天你大可凭借说假话去完成工作，并凭借虚伪和不义的手法去击败他人。是故，你必须探询所从事的每一个行动的圣洁与否。你不要对随着而来的结果踌躇满志；罪恶行动的结果迟早会呈现出来。它也许现在就发生或稍后任何时刻。是故，要做好准备只以纯净的心念去从事好的和高尚的行为。尤胜于一切，良心的纯净是最重要的。那就是阿特玛原则（*Atma Tatwa*）。



没有人能了解什么是 Atma（阿特玛，自性，纯灵）。由于身体与形相众多，一些名字必须被冠上以便区分他们。然而，Atma（自性）或 Brahma（梵天）既没有生亦没有死，不像人类身体者然。是故，无人能确定它为某某东西。阿特玛虽然不为人所理解，却已经被描述为：永恒的、纯净的、开悟的、自在的、以及圣灵的化身（nitya, suddha, Buddha, mukta, nirmala swarupinam）。它是不沾污的而且是永恒的住所（niranjanam, sanatana nicketanam）。阿特玛只有一个，而它存在于众生之中。那是阿特玛的基本本质。

一个小例子；在一个有月光的晚上，当你安置一百个装满水的水壶在天空之下，你会看到一个月亮反映于每一个水壶里。身体就像一个水壶。它任何时候都会灭亡。之后，月亮（Atma）去哪里？它哪儿都没去。它还是在那儿。然而，由于没有水，它不会反映在水里。同理，阿特玛出现于每一个人之中。

如果一个人没有好的人格，那么在这个人之内就没有道德。如果没有道德，他就不配被称为一个人了。我们必须社会里为自己赢得荣誉与尊敬。然而，这些日子，我们找不到任何关心自己在社会里享有好名声的人。但人们特别讲究的是谁富有谁贫穷。有一句格言：钱来而有所往，德至则有所长。因此，渴求财富、权威以及这样的其它俗世之物，这是不对的。所有这些拥有物都是乍停即逝的。你可以尝试紧握着它们，但它们会在不知不觉中从你身边溜走。然而阿特玛是永恒的。就阿特玛而言，它是不来也不去的。它始终是世界上一切的发生的永恒见证者。



我们要建立起信心于这样的永恒的阿特玛。那些建立起信心于阿特玛原则（Atma Tatwa）者，不会被不公正，错误和不良的实习所干扰。

如果你要改造社会 你的心一定要纯净

人们说如果你要改造社会，你的心一定要纯净。你说，“我的身体，我的感官，我的心念，我的智能，”等等，但“你”并非这一些。例如，你说，“这是我的书。”这本书刚好此时在你手里。下一刻有人希望看一看这本书，它就落入他们的手里。同样，你拿着一些货币在你手里。过了一些时候，它会落入其他人的手里。它来来去去。但德来则有所长。德是无形的。如果有人要改进社会和世界，首先他们自己必须培育起道德。

近来，有好几个政党挺身而出，说他们将会改进社会。他们提议改造社会，但他们总是失败，因为他们尝试去争取人们的选票只是纯粹为了自私的目的。他们一点也不关心社会。如果你要改造社会，你的心一定要纯净。首先，是个人；然后是社会。要改造个人，爱神和畏罪是不可或缺的。然后才轮到社会道德。构成社会的是个人。是故，如果人们之间的一体性或团结建立起来，那我们就有纯净和神性。一体性、纯净、和神性不能仅靠教育而达到。

真正的坐禅就是忘我

假设你静坐，闭上你的眼睛。然而，心念却继续到处游荡。你尝试把它带回起点。这都靠练习。只有在波动的心念平静下来，静坐才有可能进行。使到心念稳定的这个



过程就叫做专注。只有在专注之后，静坐才有可能进行。正确的程序是专注、静虑和禅定。不要相信有人声称他一坐下来就进入禅定。那是一个虚假的运动不是坐禅。真正的坐禅是完全忘掉自己。那是完全忘掉认同身体的感觉（dehatma bhava）。你必须完全放弃对感官的执着。然后你的心念才会稳定。

一次，有一个父亲，膝下有四个儿子。每一个儿子都要以不同的职业去赚钱。一个儿子要做生意。另外一个儿子要开一间杂货店。第三个儿子跟人家打工，而第四个儿子又是另有抱负。虽然赚钱是共同的目标，每一个人都要走自己不同的道路。最终，他们赚钱的方法将导致德行或罪行的累积。人们甚至在不知不觉中犯下罪行。人们所犯的罪行会继续纠缠着他们。

前一段日子，奥里萨邦闹严重的水患。四个县的好多个村庄被蹂躏。房屋，树木，农作物，甚至动物和人类都被洪水冲走。几百个乡村被淹没，人民孤立无援。他们对自然灾害深感恐惧。我打了一个电报去：“别担心。要快乐。我会重建你们的房子。”奥里萨邦的居民安排了一趟特别的火车来见我。政府官员在那儿，国会议员和立法议员也在那儿；人们期盼着他们在这水深火热的时刻来救灾并提供援助。然而却没有一个人站出来。我立即捐赠一亿卢比并安排分发救济品以及建造优良品质的房屋给灾民。

我没兴趣囤积财富。我只要你的爱。保持快乐。培育你的道德和对神的爱。如果你培育起爱，那爱本身就会把你之内的恶魔品质给赶走。



不论好或坏，你会得到你的业的果报

在罗摩与罗波那（Rama-Ravana）的战争开始前，Hanuman（哈努曼）就进入楞卡（Lanka）。这是他的使命的一部分，以寻找悉多（Sita）的踪迹。找到悉多之后，他正要回去把消息报告给斯里罗摩。在回程中他被恶魔抓去而把他带到罗波那的宫廷。看到了哈努曼，罗波那暴跳如雷，因为当哈努曼回去的时候，他摧毁了美丽的 Ashoka（无忧）园林。罗波那质问哈努曼，“你是什么人？胆敢闯入楞卡这个坚不可摧的城市？”他低估了哈努曼的威力，嘲笑他并称他为一只普通的猴子。

以同样的语调，哈努曼一视同仁地回应罗波那，“是那个割下你妹妹的耳朵和鼻子的主派遣我来的。”罗波那非常生气，因为没有人敢用这样的无礼态度跟他说话。其实，哈努曼用的正是罗波那用的那种口气。罗波那感到受辱。哈努曼一点都不在乎，因为他一直在念诵 Ramanama（罗摩名号），这给了他勇气和力量去面对任何情况。

罗波那不能忍受哈努曼的跋扈和嚣张，所以他命令用泡了油的布把哈努曼的尾巴包裹起来，并点起火。哈努曼并不保持缄默。带着那燃烧的尾巴，他跳过一间建筑物到另一间建筑物而因此把整个城市给烧了起来。

点缀以高贵石头的美丽而宏伟的建筑物不一会就陷入火海当中。甚至连曼陀达利（Mandodari）的宫殿也被火焰给吞噬。她跑了出来。人们狼狈地到处乱闯。没有一幢建筑物得以幸免。哈努曼于是劝告曼陀达利，“母亲，对于



这场毁灭性的火患所造成的如此多的生命和财产损失，这是你丈夫的罪过的后果。请告诉你丈夫从今以后不要再犯这样的滔天罪行。如果你能这样救了你丈夫，这就等于救了你自己以及恶魔（rakshasa）家族。”

人们必须承受他们的行为的后果。神只是一个见证者。好或坏，你得承受自己的业的果报。是故，首重的，你必须培育道德，根基于先培育起人类的品质。如果要培育人类品质，你应该爱神。因此，爱神，畏罪和社会道德是互相依存的。当有了社会道德之后，所有的人就会安全了。

在这方面，要牢记一个要点。你也许能隐瞒你的行动，不公诸社会，但无所不在的神无所不知。你将不得不承受你行为的果报。这是一个不可改变的定律。是故，如果你能帮助他人，那就再好不过了。否则就保持缄默吧！不要伤害他人。不要以意言行去犯错。有时，你或许不会立即得到行为的果报。它需要一点时间。但后果肯定会接踵而至。人们研读灵性书籍，如梵歌，但却不认识自己的天赋本质。奥义书（Upanishads）告诫一个人，“亲爱的孩子，你首先要尝试去了解你自己的本质。认识你自己！如果你能做到这一点，它就等于认识一切了。”自性的知识（Atma Bodha）需要体悟，“我不是身体，我不是心念，我不是智能，”等等。

心念就像是一块布，由编织在一起的线组成。这块布可以持续多久？只要线完整无损，它就持续多久。一旦你把线给抽出来，布就失去它的形状。或者，如果你把布投



入火中，它就会被烧成灰烬。人们说，“这是我的妻子，这是我的孩子，这是我的女婿，这是我的儿子，”等等。这些关系仅属虚幻。所有这些人到底是谁？都是神的资产。在这世界上的每一样东西都是神的资产；任何人都没有任何权利。人们互相斗争以取得拥有权，因此而浪费他们的时间。浪费时间即浪费生命。实际上，我们浪费的不是时间而是宝贵的生命。

最后，我再一次强调，你要培育爱神、畏罪、以及社会道德。这些都是有价值的资产，你必须始终维护。如果你维护这些价值观，它们会反过来保护你。你认为你今天必须了解梵天原则（Brahma Tatwa）。其实，梵是无名无相的。神是无属性的、不污染的、最终归宿、永恒的、纯净的、开悟的、自在的、和圣灵的化身（nirgunam, niranjanam, sanatana nikanam, nitya, suddha, buddha, mukta, nirmala swarupinam）。

从泰米尔邦来的 Bal Vikas（儿童教育班）的孩子们正等着呈献一项文化节目。见证那节目。我会在明天继续我的讲道。

译自：薄伽梵于百善地尼乐园

赛古鲁弯礼堂的讲道

时为 2009 年 7 月 6 日

英译文：沙迪亚赛说第 42 册第 9 章



放空，方能得神恩

... 摘自赛电台与全印度斯里沙迪亚赛服务机构主席，
尼梅斯·潘迪亚（Nimish Pandya）的访谈



我的父亲是位聪明的律师。他有很强的记忆力。一天，他坐在精舍的门廊里，斯瓦米走过来问他：“嘿，潘迪亚，你想要什么？”我父亲已拥有生活所需的一切，实在想不出要什么东西。然而，他忍不住自作聪明地答道：“斯瓦米，我要解脱（Moksha）。”斯瓦米说：“我懂了，你要解脱吗？跟我来，我们进去里面。”

斯瓦米带他进去会面室。我父亲高兴极了，心想这下可好了，斯瓦米赋予我解脱。



斯瓦米让他坐下并说道：“告诉我，你叫什么名字？”接着，他们展开一连串问答式的对话。斯瓦米问了许多问题，关于我父亲的出生地，他父母亲的名字、妻子的名字，儿子等等。这一直持续到一百、两百、三百道问题——简直不可胜数。

我父亲凭着敏锐的记忆力对每一道问题都作出适当的回答。最后，斯瓦米说：“啊，如果你记得这么多东西，怎么会得到解脱呢？”

从我父亲的那次经历中，我领悟到，我们需要“放空，方能得神恩”。要把东西忘记了，把头脑里不必要的信息清空，才能够得到解脱。

斯瓦米告诉我们：“学会忘记一切。”如果你能忘掉一切，并自由自在地活在当下，那你就是一个快乐的人。一个始终背着包袱的人，已经和死人无异。

摘自：RadioSai E-Journal
Volume 11 - Issue 01
January 2013

2019 年活动点滴 (2)



吉打州中文组修学营
(5/7/2019)



柔佛州中文组修学营
(13/7/2019)



吉打州赛中心喜庆中秋
(6/9/2019)



槟岛东北县赛中心庆祝成立 35 周年
(29/9/2019)



环球持续峇赞
(9-10/11/2019)



《峇峇与我》访谈录影

Shivam — 海德拉巴的神圣住所

Shivam – Divine Abode in Hyderabad



斯瓦米到访海德拉巴（Hyderabad）最早可以追溯到1958年，祂接着在60年代多次到访。1971年，普拉萨德·拉奥先生（Mr.Prasad Rao）梦见斯瓦米，在梦境中祂出现在一枚林伽（Lingam）里。拉奥先生请求斯瓦米恩准在海德拉巴建造一座林伽形状的建筑物。他将制作好的模型展示给斯瓦米。斯瓦米给了修正意见后核准该项计划。

1971年10月25日，斯瓦米莅临海德拉巴为祂的住所和峇赞礼堂大楼奠基。斯瓦米为它取名‘Shivam’。Shivam 的建设于18个月内完成。1973年4月4日，在吉祥的泰卢固新年（Ugadi）那一天，斯瓦米为 Shivam 主持落成典礼。斯瓦米变现一枚林伽并把它安置在大殿里供信徒膜拜。接下来的10天里，斯瓦米每天早晚赐予信徒们其现身祝福及阐述湿婆原则的讲道。

斯瓦米数十年来在海德拉巴的神圣住所里激励众多信徒体现湿婆的无私奉献精神，并确保这座宏伟的圣殿成为圆满众信的吉祥与平和的集中点。

**地址： Prasanth Nagar, Nallakunta, Hyderabad, Telangana
500044, India**