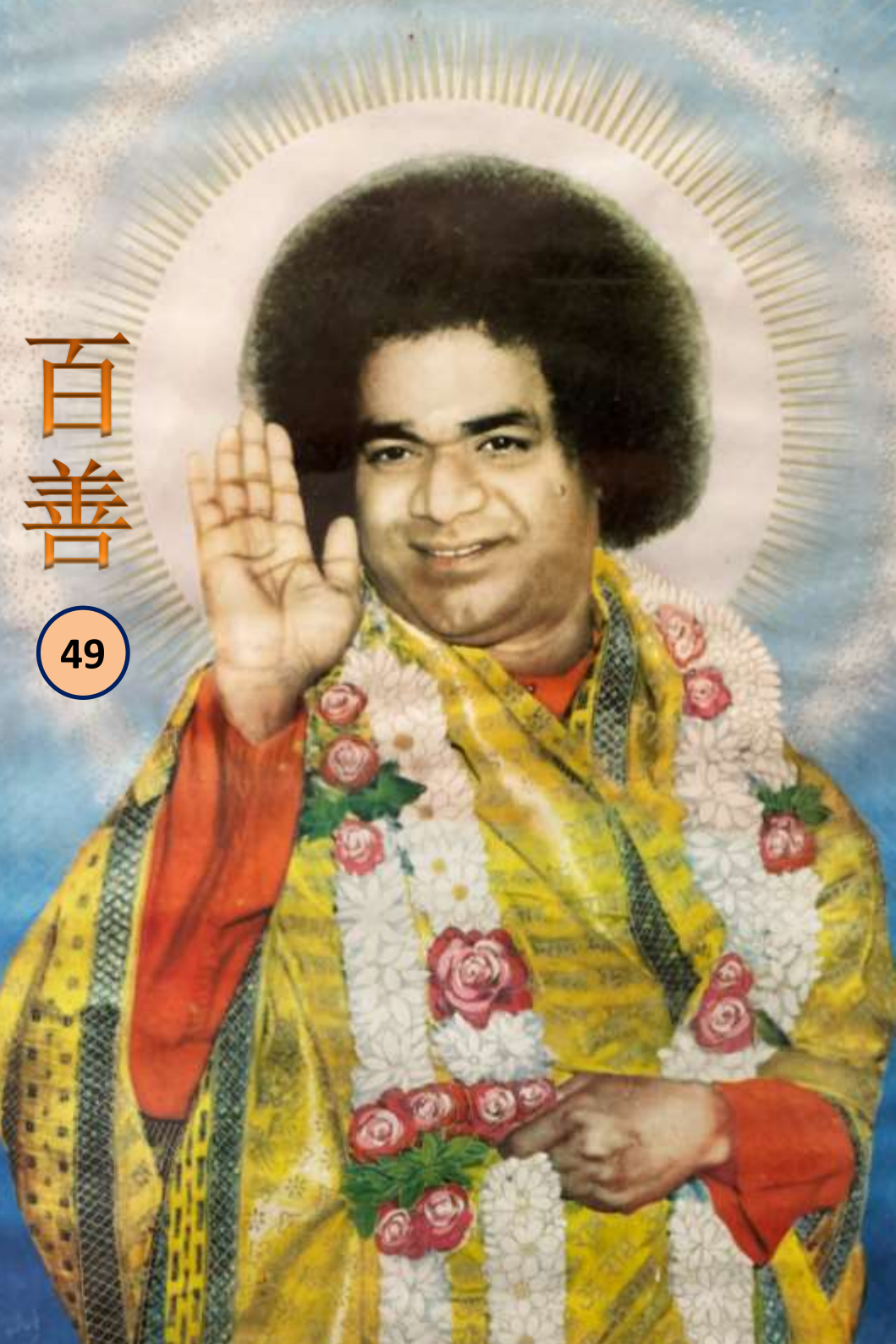


# 百善

49



# 2023 年活动点滴 (1)



快乐同庆吉祥兔年  
(22/1 - 5/2/2023)



浮罗交怡中心捐血活动  
(6/1/2023)



柔佛州中文组峇赞学习会  
(1/5/2023)



东北县中心送缝纫机扶贫  
(25/5/2023)



雪隆区心育嘉年华暨义卖会  
(15/7/2023)



# 百善 49 - 目录

|                                        | 页码 |
|----------------------------------------|----|
| 编者的话                                   | 2  |
| 伽耶特黎真言的力量和庇护                           | 3  |
| 赛喜乐全球会展中心落成仪式                          | 12 |
| 《峇峇与我》访谈节目达 100 集里程碑                   | 16 |
| 峇峇福音                                   |    |
| • 讲道 1: 寻求永恒的福乐                        | 18 |
| • 爱的见证: 卡罗尔·阿尔德曼<br>(从 SSEHV 中发现自己的义务) | 27 |
| • 讲道 2: 印度是神化身之国                       | 49 |
| • 爱的见证: 王庆新<br>(昨日桎梏红尘俗事 今日笑拥自在人生)     | 55 |
| • 峇峇的亲笔信: 灵性的渴望                        | 68 |
| • 爱的见证: 卡斯督里教授 — 雨呀, 雨呀, 快走开!          | 71 |
| • 灵性的觉醒                                | 74 |
| • 峇赞推荐: 清晨入古寺                          | 78 |
| 认识赛中心: 柔佛州东甲赛中心                        |    |

---

|            |                                                                                                                                   |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Title      | : 百善 Bai Shan<br>Magazine on Sri Sathya Sai Baba Discourses, Education in<br>Human Values, Service, Chinese Tradition and Culture |
| Month/Year | : January 2024                                                                                                                    |
| Publisher  | : Sai Chinese Affairs Malaysia                                                                                                    |
| Website    | : <a href="http://www.sca.org.my">www.sca.org.my</a>                                                                              |



## 编者的话

伽耶特黎真言（Gayatri Mantra）是吠陀经中最古老、最有威力的真言，而薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇特别强调这个真言。本期百善转载了祂对于伽耶特黎真言的开示。

2023 年，位于百善地尼乐园的赛喜乐全球会展中心正式落成启用，而《峇峇与我》访谈节目迎来 100 集里程碑，我们向读者报告这两件吉祥喜事。

“峇峇福音”栏目里选刊 2 篇峇峇讲道，并刊登“斯瓦米的亲笔信”的第二章，以及 3 则见证故事。本期也为大家推荐一首新赞歌“清晨入古寺”，而“介绍赛中心”系列报道柔佛州东甲赛中心的历史与活动。

衷心感谢薄伽梵加持，使《百善》第 49 期成功出版。相信读者能从内容中获得有益的启示，汲取向上的力量。

Jai Sai Ram。

2024 年 1 月



# 伽耶特黎真言的力量和庇护

**Om Bhur Bhuvah Suvah  
Tat-savitur Vareṇyam  
Bhargo Devasya Dheemahi  
Dhiyo Yo naḥ Prachodayāt**

我们冥想那创造并支撑着大地、宇宙及天堂的无比力量。

它即是象征着灿烂光芒的主。

我们衷心的敬拜你，请启发我们的智慧吧！

照‘伽耶特黎’诗格，全诗三行，每行八音，有学者译成  
华文如下：

太阳神光辉至可怕，  
神光辉我等静虑之，  
愿扬举吾人之心思。

---

## 伽耶特黎（Gayatri）：所有知识之母

伽耶特黎真言（Gayatri Mantra）是吠陀经中最古老、最有威力的真言。它被认为是“吠陀经之母”（所有知识之母）—— Gayatri Chandaso Mata。伽耶特黎是无与伦比的，因为它是一种真言、祈祷和冥想。几千年来，伽耶特黎真言为数以万计的求道者带来了精神和物质效益。薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇特别强调这个真言，并将其声明为 Sarva Devatha Swarupini 和 Sarva Mantra Swarupini（所有神灵和所有真言的化身）。祂单独及在集体仪式中亲自



向许多人传授伽耶特黎真言，不论他们的国籍、宗教、种姓、信仰、年龄、性别、种族和肤色。祂强调，这真言是对内在的和超越的神性的祈祷，使其具有普遍性和非教派性。

## 伽耶特黎真言的启示

伽耶特黎真言是经众友仙人（Vishwamitra，真言的先知，印度神话中最伟大的仙人之一）所揭示的。主神是 Savitur，代表梵（Brahman）的太阳神，而吟诵它的韵律被称为伽耶特黎（Gayatri）。

众友仙人本来是一位国王，名叫憍尸迦（Kaushika），他强大，但充满了自我、骄傲、嫉妒和仇恨。他经历了数千年的苦行、忏悔和冥想，才获得了心灵的纯净。他开悟后，伽耶特黎真言的 24 个神秘音节就在他深度冥想的状态中授予他。出于对众生的爱，他将真言赐予人类，因此憍尸迦国王成为众友仙人——整个宇宙的朋友。我们有幸出生于赛的黄金时代，获得祂于伽耶特黎真言力量的无限智慧。

## 伽耶特黎真言的效益

这真言被描述为 Manana Trayate Iti Mantra ——静虑之，就会受到保护。它也被称为 Gayante Trayate Iti Gayatri - 念诵它，我们将免受一切障碍和灾难。薄伽梵于 1995 年 8 月 23 日的神圣开示中颂扬伽耶特黎为 Sarva Roga Nivarini Gayatri、Sarva Dukha Pariharini Gayatri 和 Sarva Vancha Phalasiddhi Gayatri。



**Sarva Roga Nivarini Gayatri** – 伽耶特黎可预防一切身体和心理疾病。

**Sarva Dukha Pariharini Gayatri** – 伽耶特黎消除一切悲伤，不论来自于我们自己在思想、言语、行为上的错误（*adhyatmica*），或是来自他人、动物或外在来源的折磨（*adhibhautika*），或是源自如地震、洪水、火灾和飓风等自然灾害的影响（*adhidaivika*）。

**Sarva Vancha Phalasiddhi Gayatri** – 它满足我们日常生活中所有正义的愿望。它也满足人类要获得本性认知和解脱（*Self-Knowledge and liberation*）的最高愿望。

薄伽梵在 1983 年 3 月 17 日的开示中说，每天的业力都可以在当天通过念诵伽耶特黎真言来救赎。

此真言具有独特的力量，可以给个人、家庭、社会、国家和整个宇宙带来和平与喜悦。

### 伽耶特黎的含义和内在意义

当一个人以正确的语调和发音念诵威力强大的伽耶特黎真言，并清楚地理解其含义和内在意义时，它的效果会成倍增加。我们很幸运获得我们的赛主亲自念诵的伽耶特黎真言录音，以帮助我们正确地念诵。

我们建议每天至少念诵伽耶特黎真言三次，最好是在日夜交界点（*Sandhya*），即黎明和黄昏，以及在中午。然而，也可以随时、尽可能经常地念诵，并带着平静的心念



和充满爱的纯净心。醒来时和睡觉前念诵是十分有用的。沐浴时也可以唱颂伽耶特黎真言，作为对神的供奉（*abhishekam*），在饭前念诵来圣化食物（*prasadam*），以及在行走时念诵作为对神的绕行朝拜（*pradakshina*）。

伽耶特黎女神被描绘成有五张脸，代表着真言的五个组成部分。

**第一：**唵（AUM）是代表 *Nirguna*、*Nirakara-Brahman*，那超越一切时间、空间和因果关系的无形、无属性的梵，的原始声音。A-U-M 这字母代表三种意识状态，A 代表清醒状态（*Jagrat*），U 代表梦境状态（*Swapna*），而 M 代表深度睡眠状态（*Sushupti*）。之后的静默是此三状态之外的状态（*Turiya*），也就是意识。《蛙氏奥义书》（*Mandukya Upanishad*）详细阐述了 *Omkara* 的重要性。主基士拿在《薄伽梵歌》中颂赞 *Omkara*，“*Om ityekaksharam Brahma*”（单音节的“Om”就是梵）（薄伽梵歌，8:13）。斯瓦米很正视 *Om* 的重要性，祂以念诵 21 次 *Omkar* 来开始每天的活动，接着念诵清晨唤醒赞歌（*Suprabhatam*）。这有助于净化五个 *karmendriyas*（行动器官）、五个 *jnanendriyas*（感知器官）、五个 *pranas*（生命气）和五个 *koshas*（鞘），而后第 21 次的 *Om* 有助于阿特玛（*Atma*）的证悟。

**第二：***Bhur Bhuvah Suvah*，被称为 *Vyahruthis*，是梵的显现。根据《舍利奥义书》（*Taittiriya Upanishad*）中的解释，它们代表神明的三个 *Lokas*（世界）—— 现界、幽界和天界；三种气（*Prana*）—— 入息、出息、周遍息（*Prana*、



Apana、Vyana）； 三部吠陀经（Vedas）—— 梨俱、夜柔、娑摩（Rig、Yajur、Sama）； 以及三位神 —— 火、空气和太阳。正如祂经常所做的那样，斯瓦米用简单的话来说明，Bhur Bhuvah Suvah 指的是身体（materialization 实现）、生命力（vibration 振动）和阿特玛（radiation 辐射）。

**第三：Tat Savitur Varenyam**，这指的是太阳神 Savitur；也指梵，我们所崇拜和赞美的万物孕育者，生命之本原。

**第四：Bhargo Devasya Dhimahi**，我们静虑着神的神圣光辉，它驱散我们无明的黑暗，并照亮心念。在 2007 年 7 月 28 日的神圣讲道中，斯瓦米向我们保证，仅仅 11 秒的认真冥想就能看到神的显现。因此，我们能直接的接触实相，并在一瞬间，意识到一切都是梵。

**第五：Dhiyo Yonah Prachodayat**。我们祈求 Dhi（神圣智慧）； Dhi 是用于我们五个高级机能（根，faculties）的术语，如下所示：

- 首先，这句真言打开我们的灵性之心来接受 Brahma vidya（神圣知识）并自悟本性（Self-realization），这是人生的最终目标。
- 第二个机能是 Medha，更高的智力，使我们能够行使根本的辨别。
- 第三个机能是般若（Prajna）或更高的觉知。《奥义书》声明 Prajnanam Brahma，更高的觉知就是梵。



- 第四个机能是 **Dhriti**，意思是做正确的事的意志力，以及在自悟本性的灵道上精进的决心。
- 第五个机能是 **Smriti**，即记忆力。我们要培养良好的记忆力，这对世俗生活和灵修都非常重要。

### 伽耶特黎：保护者和救赎者

全球 24 小时伽耶特黎真言念诵会（**Akhanda Gayatri**）对个人和国家都产生了神奇的影响。

2021 年夏季，西欧经历了持续两周的热浪，气温超过摄氏 36 度，比平均气温高出摄氏 14 度。热浪经常会夺去老年人宝贵的生命，尤其是那些独居在没有空调的家里的老年人。全球 24 小时伽耶特黎真言念诵会结束一小时后，天空降下大雷雨将气温降至 20 多度左右，让所有人都松了口气。

念诵伽耶特黎真言能帮助改善身心健康，免受灾难和痛苦，并实现所有正义的愿望。伽耶特黎是一种真言、祈祷和冥想，它引导我们、守护我们，并最终引导我们自悟本性。

这里有个关于一对虔诚的丹麦籍夫妇的故事，他们在紧要时刻真挚殷切地念诵伽耶特黎真言。斯瓦米予以回应，驾驶他们的汽车，在无司机干预的情况下将他们安全带到目的地。这个奇迹事件向我们展示，如果我们降服于祂，并怀着信心、真心诚意向祂祈祷，祂就会成为我们生命的战车御者。



## 斯迪格·迈因克（Stig Meincke）：对伽耶特黎的信念

90 年代末的一个冬夜，当我和妻子，比吉特（Birgitte）正在为哥本哈根赛中心的一项活动做准备工作时，比吉特突然大声喊道：“妈妈倒在地板上，站不起来。我们快开车去沃尔丁堡（Vordingborg）救援。”我回答说：“等等！你确定吗？”她说：“我正瞧着在电脑旁边的峇峇照片，突然感觉妈妈倒在地板上！我们现在得开车过去！”

尽管我内心感觉这件事是真实的，我理性地分析道：“这只怕行不通。我们相距 105 公里；而且正在发生暴风雪，如果汽车在行驶中出现任何问题，没有道路支援服务怎么办？不如我们先致电家庭护理中心，他们就在当地，有你妈妈公寓的钥匙。”我们联络上家庭护理中心，他们同意立即开车去我岳母家。大约 30 分钟后，电话响起，话筒的另一端证实了比吉特的直觉，他们说岳母手上的金手镯被楼梯栏杆卡住了，她倒在楼梯上，浑身冰冷，筋疲力尽。他们把她扶到床上，并联系了值班医生。

比吉特和我决定开车前往岳母居住的沃尔丁堡，尽管当时正值暴风雪，路况危险不适合开车。我们在覆盖着约 20 厘米积雪的道路上行驶。当我们驶入高速公路的入口坡道时，我告诉比吉特，“这对我来说太危险了，现在我需要峇峇接手驾驶任务。”

我踩下油门，驶入外侧车道，然后双手放开方向盘。车速逐渐达到每小时 110 公里。外面到处都是雪，能见度低于 50 米。雪花扑向挡风玻璃，什么也看不见。我们俩开始不断地念诵伽耶特黎真言。我知道燃油量不足以行驰全程，



但我们有足够的汽油到达前方约 40 公里处的加油站。好几次我心里直嘀咕：“这太疯狂了，我竟然没有握住方向盘！”但每次我一握住方向盘，车子就会开始旋转打滑，根本驾驭不了，而我就呼叫：“斯瓦米，你干什么呀！”

我在下一站加油，进站付款时，看见两个道路救援队员，我向它们询问前方的公路情况。它们回答说一切服务都已停止，没有道路支援，也没有除雪，警方劝告我不要开车。

我回到车里，把我刚刚听到的道路情况告诉比吉特。我发动车子，开上高速公路的外侧车道，并放开方向盘。我踩着油门，对斯瓦米说：“你来开车，我踩油门。”

后来我们看到前方车辆红色尾灯。他们在内车道上以非常缓慢的速度行驶。我闪几下车头灯，警告他们有一辆快速行驶的汽车正在驶近。当我们的车子驶过时，有些车辆似乎静止不动，因为我们开得太快了！我再次想：“这太疯狂了，我没有握住方向盘，速度也太快了。”但同样的，每当我一碰方向盘，车子就会开始转向，我控制不了。一旦我放开方向盘，车子就直走，继续平稳地行驶在 15-20 厘米厚的积雪上，偶尔还会驶过更高的雪堆。我们一直唱诵伽耶特黎真言并祈求斯瓦米的帮助。祂确实正在驾驶着我们的车子！

一小时十分钟后，我们到达比吉特母亲的家。与此同时，另一辆车停在我们前面。我们猜想可能是值班医生，因为他拿着一个医疗包，走向前门。



我们一起上一楼到我岳母的居所。医生检查后说，她只是躺在楼梯上受冷感冒了，并不是什么大病。他问我们从哪里来，我们告诉他我们住在距离约 105 公里的哥本哈根。他说：“你们肯定已经在路上好几个小时了。”我说：“不，只有一个小时左右。”然后他惊讶地回答道：“从普雷斯托（Praesto）到这里，我开车 15 公里，花了一个半小时才到呀！”我们无言以对，有谁能解说斯瓦米的爱的奇迹？



注：

斯迪格·迈因克（Stig Meincke）是两家公司的经理，他举办过有关沟通和人类价值观的研讨会和课程。他为患有各种学习障碍的儿童、青少年和成人提供支援服务。自 1983

年起，斯迪格成为丹麦赛组织的成员，并担任过多种职务，如人类价值观教育教师、中心主席、灵修协调员、丹麦赛理事会主席以及哥本哈根赛中心协调员。他也是丹麦赛书籍和出版主任。

译自：《Sathya Sai - The Eternal Companion》  
（沙迪亚赛 - 永恒的同伴），2022 年 6 月刊

\*\*\*\*\*



## 赛喜乐全球会展中心落成仪式

在薄伽梵峇峇的祝福之下，印度总理纳伦德拉·莫迪于 2023 年 7 月 4 日以视频方式出席在布达峇地举行的赛喜乐全球会展中心（Sai Hira Global Convention Centre）落成仪式并发表致辞。以安得拉邦首长阿卜杜勒·纳齐尔为首的政要、赛组织领导以及来自世界各地的信徒应邀参与其盛。

该会展中心坐落在百善地精舍范围内，由著名慈善家、虔诚赛信徒，比良竜虎（Ryuko Hira）出资兴建，而斯里沙迪亚赛中央信托会负责建造工程。中心旨在促进文化传承，提升精神修养和构建和谐世界。它拥有世界一流的设施，为来自印度和海外的赛团体举办活动、表演和会议提供便利。这座庞大的建筑群总建筑面积为 56,500 平方英尺，设有两个会议厅，分别可容纳 1000 人和 300 人，还有静修区、休闲花园和住宿设施。

莫迪总理在致辞中表示，赛喜乐全球会展中心是弘扬文化多样性和宏伟设计的典范。他相信该中心将成为学者和专家齐聚进行灵性和学术讨论的焦点。

我们祈望印度和海外信徒们充分利用斯瓦米的这份礼物，踊跃参与将在这座会展中心举行的各类展会及活动。



2018 年 10 月 31 日奠基仪式



建筑工程如火如荼进行中



会展中心坐落在百善地精舍范围内



会展中心外观宏伟且拥有先进的设备



印度总理以视频方式见证落成仪式



落成仪式庄严隆重，众宾云集

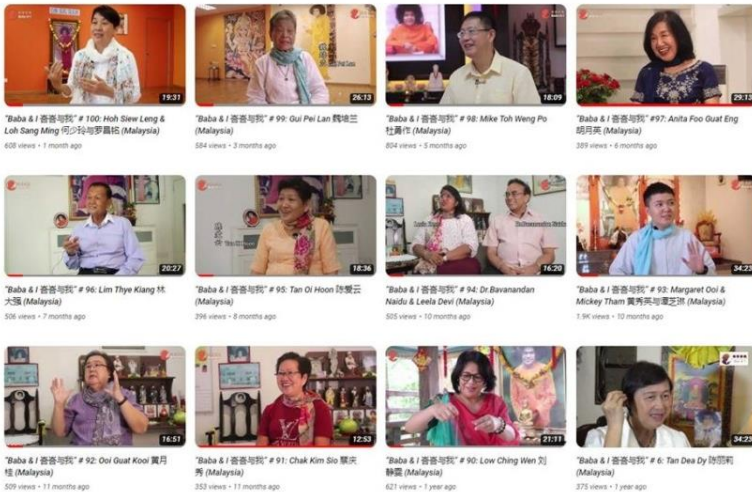
\*\*\*\*\*



# 《峇峇与我》访谈节目 达 100 集里程碑



《Baba & I 峇峇与我》访谈节目自 2014 年 11 月开始录制，于 2023 年 7 月已迈入第 100 集。此系列节目是一个分享与世尊赛峇峇结缘经历的平台，让节目嘉宾讲述信赛过程，表达对赛法的体会，以及见证峇峇对众生的大爱无疆。





许克勇赛兄领导的制作团队勇挑重担，足迹踏遍了全国各地，甚至也到邻国和印度，走访资深信徒。他们一步一脚印、步步踏实走，从当初的经验和设备的不足，透过不断摸索学习，现今已逐步上了轨道。团员们起初对视频制作都没有专业技术，蒙峇峇加持，他们从受挫中学习、种种困难都能迎刃而解，并慢慢建立起信心。

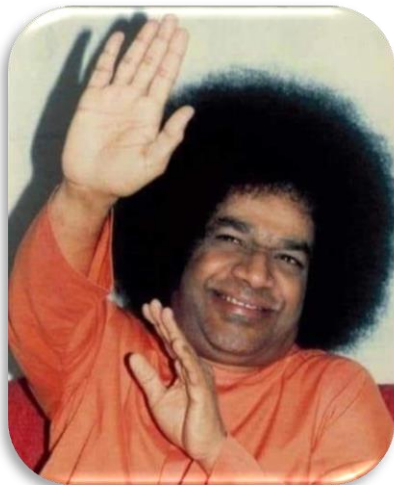


衷心感谢这 100 名峇峇信徒的分享，让观众感受到峇峇的爱与力量。期望制作团队继续努力把更多真善美的事迹与大家分享，也敬请大家记得订阅、按赞与分享《Baba & I 峇峇与我》You Tube 频道。

\*\*\*\*\*



## 讲道 1



# 寻求永恒的福乐

Seek Perpetual Bliss

薄伽梵的生日讲道

谁能为那超越一切界限和外形的祂赋予一种形相？

那些对祂胡想瞎猜的人

你只能一笑置之。

祂没有手、脚、四肢或身体部位：人类怎能描绘祂？

祂的光辉相当于亿万个太阳甚至更多：心念怎能仰望到达祂？

这无形的力量要完全领会之

谁敢尝试？谁敢断言成功？

这是没有固定形相的阿特玛，亘古以来，

照亮虚空及无垠天地。

祂永恒存在，无生亦无死，

没有开始，中间或结束，不生，不朽，不死。

祂是阿特玛，那永恒的、永存的至尊。

（泰卢固语诗歌）



“将每一个思想、言语和行为都奉献给神。不要把你的一些活动当作是为神做的，而另一些活动则当作是为自己做的。它们就像豆粒的两半。树苗从豆粒的中间发芽，从两半平等地汲取营养。警觉的和迟缓的、有生命的和无生命的、移动的和不动的都是神。加强这个信念，活在这个信念中。这就是获得永恒的至福（**Brahmananda**）的处方。”薄伽梵于 1983 年 11 月 23 日的生日演讲中说道。

## 切莫忘记你的神性

爱的化身！

今天一早，“生日快乐”这句话就一直挂在每个人的嘴边。这句话到底是什么意思？使用这句话时是否有意识到其意义，或者只是作为传统礼仪而说的？这样的疑问确实存在。

英语单词“happy”（快乐）在泰卢固语的对应词是 **Santosham**。我们来探讨 **San-tosham** 的含义。“**Tosham**”意指 **Prasannata**（喜悦）。前缀“**San**”表示喜悦是经过正义和高尚的途径赢得的，也就是说，得自“**detachment**”（舍离）和“**sacrifice**”（奉献）。



## 当不满消失时，喜悦就树立了

一个人必须放弃那些奴役、囚禁、带来悲伤的欲望。欲望可以分为两种：渴望获得其他人未曾获得的物品或体验，以及渴望自己已获得的物品或体验不会被其他人获得。这两种欲望都是荒谬的。所求的如影子般虚幻。你越快地向它，要攫取它，它就离你越远。当你追求欲望时，它就会逃跑；当你鄙弃它时，它就会屈从，就像你背对它时尾随着你的影子一样。欲望是由贪婪而生的。当贪婪越来越弱时，不满的情绪也会相应减少。而当不满消失时，喜悦就会树立。

## 人是福乐的化身

此外，喜悦赋予人巨大的力量；而焦虑却剥夺了他所拥有的力量之一。真正的喜悦不能通过努力获得，也不能人工生产或按设计维持。没有任何一种灵修课程可以让一个人赢得福乐。因为，人事实上就是福乐的化身！但由于他无法识别出真实的自己，他向外、在周围的物体中寻找它。对于那些已认识到自己是永恒的、真实的和纯净的阿特玛的人来说，福乐自然唾手可得。福乐是梵；《博伽梵歌》以多种方式教导这个真理。

每个人都能在 **Sushupti**（深度睡眠）时得享福乐。在这种状态下，他对自己的名和相都没有了意识，感官也不会发挥作用。所以，他此时处于完全的福乐中，那是他的原生核心，他与生俱来的权利。这就是为什么他从醒来的那一刻起直到入睡的那一刻都焦躁不安地寻求它。他不察觉自己内在的不竭源泉，却为了谋生而致力于追求知识和技能。



知识、财富、权力和地位都只能带来世俗的快乐、欣喜或欢腾。当然，不论其程度或性质如何，你要认识到这种快乐只是阿特玛意识的至福（**Brahmananda**）的一个颗粒而已。富翁的豪宅里充斥着许多奢侈品，但每一件都是 **Lakshmi**（财富女神）恩典的一个颗粒而已。人们可能会从巨大的财富、渊博的学识或孔武有力的体格中获得快乐，但这些实际上都是出自至福的一道光线。光线因反射于不同的介质而有所差异，但源头总是“一”，本质也是“一”。

### 求福乐显示人与生俱来的神性

福乐寓于一切造物之中，因为福乐是梵。一切都是 **Sat**（存在）、**Chit**（意识）和 **Ananda**（福乐），也就是说，神圣的。一切都是“IS”，而“IS-ness”是“**Sat**”（存在）所能成为的。接下来关于 **Chit**（意识）：认识和被认识的能力、获得意识和授予意识的能力就是 **Chit**。当我们带着孩子去集市、市场或展会时，他会要求我们回答数不尽的问题：“那是什么？”、“为什么会这样？”、“它叫什么名字？”。这种求知的渴望就是 **Chit** 的标志。

虽然我们看过那么多人死去，听闻过很多人的死亡，也目睹了那么多人的磨难和痛苦，我们仍然渴望不死、不悲的人生。我们为了续命而不惜花费重金。这就是我们内在“**Sat**”的渴望。另一个我们渴望知道的是我们内心“**Chit**”的表达。我们与生俱来的神性的第三个证明就是我们对内在福乐的渴望。每个人都被这个求福乐的渴望所激励，无一例外。



## 以纯净的心念获得神圣恩典

然而，所有这些渴望都有两个方面 —— 感想（内在）和表达（外在）。例如，Sat 有“存在”（being）和“成为”（becoming）。“成为”的过程就是伽耶特黎（Gayatri）祷文所祈求的“唤醒我们的智力，提升和扩展我们的意识（Prachodayat）”。“成为”是经过扩展、体现更广泛、更多样化的形相来实现的。《奥义书》宣称：“祂是存在于内在和外在的一切”。Antarbahischa Tatsarvam Vyapya Narayana Sthita（无所不在的神存在于内与外）。祂看一眼，一切都发生了。

“成为”是那推动“存在”的神圣意旨的一个反映；所以，“存在”就是“成为”。“成为”从“是”（Is）变为“曾是”（Was）；它是不稳定的，而“存在”是稳定的。“存在”是屏幕，而“成为”是屏幕上掠过的图片。当没有图片时，谁会被屏幕吸引到？没有屏幕怎么看图片？“转瞬即逝的”和“固定的”是相互依赖，密不可分。

客观世界不过是一系列影响心念的瞬间画面。身体清醒时心念是活跃的。身体由食物构建、维持及分解。身体有五鞘（sheath），最外面的鞘是 Annamaya Kosha（食物鞘）。它也被称为 Sthula（粗身）。接下来的三个鞘，Pranamaya（生命）、Manomaya（精神）和 Vijnanamaya（智性）形成 Sukshma（微妙）身。微妙身也活跃于梦境中。第五个也是最里面的鞘是 Anandamaya（福乐）、Karana（因果）身。



对福乐渴望的表现是爱和喜悦。喜悦是爱的产物和投射。Chit 的表现是意识。Sat 的表现是成为（Becoming）。神性是体现在多样性中的一致性，众中的“一”。“一”是众的动力因和物质因。“一”寓于众，并闪耀于它所成为的众中。“一”是最至高、最持久的福乐的源头。

### 至福（Brahmananda）是人与生俱来的，是他的源头

当饥饿被一顿饭满足时，我们得到的喜悦是短暂的。不久之后，饥饿会再次困扰着我们。不论食物有多香甜可口，大量食用会感到恶心。据说，神话中的鸟（Chakora）只以月光为食，但我们可以肯定，过多的月光也不受它的欢迎。即便是花蜜，如果无休止地饮用，也会变得腻味。

然而，至福是不同的…… 因为，它是人与生俱来的，是他的源头和养料。人一阶层的精进修行就是要实现这一目标。把一条鱼放在一个镶满宝石的艺术金碗里，它感到痛苦。它没有福乐，因为没有水。水是它的家，它真正的源泉和养料。人不论漂泊多远，也必须回到原来的家。特亚加拉贾（Thyagaraja，印度作曲家）唱道：“夜幕降临前，大大小小的鸟儿都在寻找可供歇息的树。我紧紧握住你的脚；噢 罗摩，救救我吧”。《博伽瓦谭》说得更明确，“对于一切众生来说，最好的途径是到达其起源的源头”。

### 神圣福乐是我们时刻关注的目标

地球上有许多暴涨的溪流。水从哪里来？当然是海洋。想想溪流在到达源头之前必须克服的诸多障碍！人类生命的洪流源自至福，而它必须到达它之前离开的源头。人必须在每一刻、每一项活动中回忆起至福的喜悦，才能成功。



特亚加拉贾（Thyagaraja）陶醉于诗歌、音乐和学术所能赋予的福乐中，但由于学习所能赋予的福乐（Vidyananda）很容易减弱，他认为它只是他所寻求的至福的一个颗粒或预先的体验而已。那种福乐源自于普遍的、永恒的喜悦，**Nirguna Ananda Brahman**。那种福乐是人的真实，因为人就是神。

神与你既不遥远也没有差异。你是神。你是 **Sat-Chit-Ananda**（存在、意识和至福）。你是 **Asti**（存在）、**Bhati**（意识）、**Priyam**（福乐）。你即是一切。你什么时候会认识到这个真理？当你摆脱那隐藏真相的妄想时。如果你对体验至福（**Brahmananda**）、**Sat-Chit-Ananda** 的渴望是真诚和纯洁的，从今天起，请一直记住我将要告诉你的话：

(1) “我是神；我无异于神。”

始终要意识到这一点。永远记住它。“我是神；我是神。我无异于神。”提醒自己这一点。祈求你能完成这项修行。

(2) “我是 **Akhanda Para Brahman**（不可分割的至高梵）。”

这是要在意识中建立的第二个真理，要经过不懈的重复和祈祷去达到。

(3) 我是 **Sat-Chit-Ananda**（存在、意识和至福）。

(4) “悲伤和焦虑永远不会影响我。”



通过反复的肯定和祈祷来培养这种信心并说服自己要相信这个真理。

(5) “我始终都满足；恐惧不会占据我内心。”

要一直持这种感受。祈祷这个信念越来越坚定。告诫自己：“噢 自性！念诵 Om Tat Sat, Om Tat Sat, Om Tat Sat，梵的三重象征。”

身体是靠五气（Pranas）去维持健康强壮的，这五个祈祷文将赋予你“梵的觉知”，这与“梵本身的地位”是一样的。

不要贬低或责怪自己低下、渺小或软弱。身体只不过是人生旅程的载体。不要误认为它是你的自性，并将它的跌宕起伏强加在自己身上。你购买一辆车，是为了它的实用性，而不是为了把它锁在车库里。这身体（车）要好好利用去证得至福。人生的四个目标 —— Dharma（正义）、Artha（财富）、Kama（欲望）和 Moksha（解脱）是车子的车轮；mind（心念）是驾驭这四个车轮的方向盘。Buddhi（智力）是开关。faith（信念）是轮胎内胎的空气，而 Ananda（福乐）就是目的地。

福乐是维持生命的呼吸。这个目标在人生的海洋航行时必须保持在视野内。你所博得的一丝最微小的福乐痕迹，都是至福的反映。人们要牢记这一点。任何所做的、所说的或所见的，都只是梵的提示，而梵是一个人的真实。要对这个事实有信心。



为了发展和加深这个信念，可以实行某些修行法门。不要感到你与神分离，并将祂视为给予者，而将自己视为接受者。这让人有些商业交易的感觉。想经过你提供的东西而让自己得偿所愿是不对的。神不会理会你对物质的贪婪；祂观察心及其内容。信神者如果跟神讨价还价，渴求世俗物资，那他根本就不了解神。因此，他们自古以来都饱受苦难。神只寻找并奖励神圣的品质、美德和行为。

将每一个思想、言语和行为都奉献给神。不要把你的一些活动当作是为神做的，而另一些活动则当作是为自己做的。它们就像豆粒的两半。树苗从豆粒的中间发芽，从两半平等地汲取营养。警觉的和迟缓的、有生命的和无生命的、移动的和不动的都是神。加强这个信念，活在这个信念中。这就是获得永恒的至福的处方。

薄伽梵于 1983 年 11 月 23 日在百善地尼乐园的生日讲道。  
(英文版:《Sanathana Sarathi》2022 年 11 月版)

\*\*\*\*\*



1940 年代 - 百善地尼乐园



## 爱的见证

### 从 **SSEHV** 中发现自己的义务



“我愿意为你的一個微笑行万里路”

“若我们知道这一生的义务是什么，我们就很幸运了。我的义务是传播人类价值教育中的赛福音。**2007** 年，我曾在印度班加罗尔拜访过一位棕榈叶占卜师，他准确地描述了我生活中最私密的方面，并告诉我，我人生的目的是‘促进宗教和谐’。当然，这正是沙迪亚赛人类价值教育（**SSEHV**）所提倡的。真理、爱、和平、正义和非暴力这五种价值观是世界所有主要宗教的基础，而当我在世界各地举办 **SSEHV** 培训班时发现，每个人都会领悟这五种价值观是自己的宗教信仰的基础。”

卡罗尔·阿尔德曼（**Carole Alderman**）



卡罗尔·阿尔德曼（Carole Alderman）在英国、爱尔兰、加拿大、埃及、摩洛哥、以色列和迪拜举办了逾 60 场 SSEHV 工作坊，成功培训了包括专业教师在内的近 2000 人。她努力将沙迪亚赛人类价值教育（Sathya Sai Education in Human Values，简称 SSEHV）纳入教学课程的核心组成部分，迄今已影响了数以万计的儿童及其家人。

例如，学生人数超过 600 名的英国莱斯特（Leicester）艾比社区小学（Abbey Primary Community School）多年来一直在实行人类价值教育。在英国超过 200 所学校透过各种教学方式将人类价值教育纳入其课程中。

在埃及举办了人类价值教育工作坊后，如今埃及所有小学都在使用这些技巧将人类普世价值观融入世俗学习体验中。



受过卡罗尔培训的学员们进而培训了数百名教师，让人类价值教育得到不断的传承。

然而，卡罗尔·阿尔德曼培训人们把出自内心的人类价值观融入教学体验的旅程开始得相当“偶然”。



据说，神创造世界始于一次大爆炸。实际上，这就是英国籍夫妇卡罗尔和鲍勃·阿尔德曼（**Bob Alderman**）开始与薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇结缘的情况。

夫妻俩经常前往直意大利或法国南部地中海沿岸度假。1983年，他们在法国多尔多涅（**Dordogne**）地区租了一间小屋。当他们离开英国并穿越英吉利海峡时，天气很好，但异乎寻常的是，他们一踏上法国就下起了雨。这让他们足不出户，假期变成了一个读书周。也许是天意吧，鲍勃第一次从公共图书馆为他妻子借了一本书——霍华德·墨菲特（**Howard Murphet**）所著的《赛峇峇奇迹》。鲍勃形容这本书是“一本轻松的读物”。卡罗尔立即被它迷住了。赛峇峇的教义清楚地解释了《梵经》（**Brahma Sutra**）的含义，而这是她在就读的哲学班里一直苦于无法理解的经文。

在法国呆了三周后，卡罗尔和鲍勃回到英国。汽车驶到距离他们家仅几英里的一条繁忙高速公路的拐弯处时失控打滑，在路上乱窜，眼看就要撞上一堵混凝土高墙。“我们就要死了，”卡罗尔心想，“不知是否还会有来世。”她脑海里闪过一种恐惧，担心自己会受到重伤致残，就像她女儿黛比几年前的遭遇一样。脑海里接着浮现那本峇峇书中的一句话：“不论你以什么名字呼唤我，我都会与你同在”。

汽车撞向混凝土墙之际，她采取防冲击姿势并祷告，“赛峇峇，我是一个基督徒。主耶稣基督，求你怜恤我。”



汽车重重的撞到墙上后又弹了回来，在三车道高速公路上打转，最后停在路肩上。

可令他们惊讶的事情发生了，鲍勃和卡罗尔竟然毫发无伤。整个过程就好像在游乐场玩碰碰车一样。鲍勃的脚踝有轻微的擦伤，车窗、座椅和车门都完好无损，虽然车头和车尾被撞得面目全非。奇怪的是，平时繁忙的公路，事故发生时交通却异常冷清。卡罗尔和鲍勃都感到一种非常平静的感觉，像受神灵保护，被神握在手掌中的感觉。

不到一个小时候，卡罗尔和鲍勃回到家，开始滔滔不绝地向女儿黛比和她的朋友安妮讲述赛峇峇和祂的教义！

次年，即 1984 年，为了了解更多关于赛峇峇及其教义的信息，卡罗尔与鲍勃一起前往印度。回到英国后，她立即给维克托·卡努（Victor Kanu，峇峇的资深信徒）打电话，告诉他这些奇迹和经历。维克托邀请她下周日见面，因为到时他有几个朋友来拜访，他们也有兴趣听听她的经验。在约定的时间到达维克托位于伦敦南部的家后，他开车载卡罗尔去了当地的赛中心，在那里她才得知自己是演讲嘉宾！卡罗尔从未在公共场合发表过讲话，所以感到非常紧张不安。她也没有任何笔记，尽管这些经历在她的记忆中仍然历历在目。在她的演讲过程中，维克托与她没有任何眼神接触，他后来淡然道出，任何认识赛峇峇的人都必须学会在公共场合谈论他们与祂的经历。



## 注定的角色

几周之内，卡罗尔开始帮助维克托于人类价值教育的工作。由于她没受过教学训练，她的职责仅是提供行政和精神上的支持。1985 年，一项国际人类价值教育会议在伦敦福禄贝尔研究所（Froebel Institute）召开，来自 19 个国家的代表，包括英度拉沙（Indulal Shah）夫妇、阿特翁尊赛（Art-Ong Jumsai）博士等资深信徒出席了会议。

1986 年，维克托于加纳阿克拉（Accra, Ghana）举办第一届非洲沙迪亚赛人类价值教育和社区服务会议。卡罗尔作为他的秘书和通讯员出席了这次活动。回家几周后，她意识到自己是仅有的三名白种参会者之一。此种不分肤色或种族的精神向她展现了实践赛峇峇人类价值教育的真正力量。

1987 年，一个由维克托和吉纳维芙·卡努（Genoveva Kanu）以及其他 22 名成员组成的信托基金，“沙迪亚赛（英国）人类价值观协会”，正式成立。人类价值观的小种子在英国播下，之后于 1989 年，在薄伽梵峇峇的建议下，卡努斯一家回去非洲赞比亚（Zambia）开办一所学校，而沙迪亚赛人类价值教育在英国的工作随即戛然而止。

## 重复功课直到受教为止

尽管卡罗尔在 1983 年就听闻了斯瓦米，并在三周内去了印度朝圣，但直到 1990 年第四次朝圣期间，斯瓦米给予她第二次面谈时才开始与她对话。斯瓦米问道：“谁是教师？”没有人回答，卡罗尔说：“斯瓦米，我不是教师，我是辅导员。”祂接着问：“教师有多少种类型？”卡罗



尔知道斯瓦米曾讲过这个题目，但她不知道正确的答案，所以保持沉默，期待着其他人的回答。但是，斯瓦米转向她重复问同一个问题。卡罗尔瞎猜道：“两种，好的和坏的。”

当然，与斯瓦米交流根本没有蒙混过关的余地，祂严谨地说“不对”，然后转身走开。

次年，卡罗尔已经研究了斯瓦米在这问题上所说的讲道。当斯瓦米再次问同一问题时，她回答说：“三种类型的教师：抱怨型、解释型，启发型（**Complaining, explaining, inspiring**）。”“错！”斯瓦米答道，并以不同的顺序重复了答案：“启发型、解释型、抱怨型。”

接下来的一年，当斯瓦米再次问她同样的问题时，卡罗尔回答说：“三种类型：启发型、解释型、抱怨型。”“是的，”祂说，“而你是解释型的。”

再过了一年，同样的问题第四次重复，而当她给出同样的答案时，斯瓦米说：“对，而你是启发型的。”卡罗尔很高兴，觉得自己比上次进了一步。可是，卡罗尔高兴的太早了，斯瓦米接着说：“对不起，我说错了。你是解释型的。”

1996年，在她第十次朝圣时，斯瓦米第五次问了同一个问题。在那一趟朝圣，她在精舍待了两个月，并在圣诞节庆典上与斯瓦米进行了很多次的互动。她的心平静了许多。“斯瓦米，有三种类型。”她答道。斯瓦米笑着轻拍她的



头说，“好姑娘。”卡罗尔坦承，她花了五年时间才能让她躁动的猴子心念停止顶嘴，并开始变得谦逊。

从 1988 年到 2000 年，除 1993 年外，卡罗尔每年都得到斯瓦米的面见。这 12 次的面见都是与其他人一起，除了两次只是她与丈夫鲍勃单独和斯瓦米见面。其中一次的单独面见发生在 1999 年 1 月 18 日，当时斯瓦米为卡罗尔变现了一个镶嵌钻石和红宝石的孔雀胸针。祂领着卡罗尔和鲍勃进入内室，为鲍勃变现一枚绿色钻石戒指，并将它戴在鲍勃的手指上，说道：“看，完美的吻合。”然后祂把手放在他们的头上为他们祝福，并以“……予以长寿而平和的人生”这句话结束这个美好的仪式。



斯瓦米为卡罗尔变现的孔雀胸针和 101 颗金珠组成的项链

### 传播赛的福音

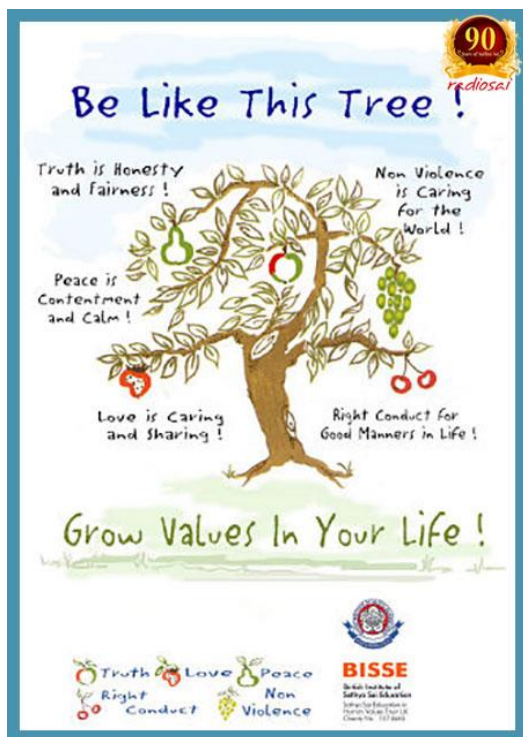
峇峇予以的长寿而平和生活的祝福，为卡罗尔提供一个跳板，让她在生活中发现自己的义务并实现它，正如那位占卜师所预言的那样。



1993 年，艾梅·利维（Aimé Levy）重新启动了英国的 SSEHV 工作。经过一系列的高层变动后，卡罗尔于 1995 年被任命为全国召集人。由于她没有受过专业培训，卡罗尔同意担任该职位直到找到合格的人选为止。在复活节期间举行的一次会议上商定，作为献给峇峇的生日礼物，卡罗尔将于 11 月前编撰 15 篇教案，即分别给三个年龄组各撰五篇教案，每一篇教案涵盖五大价值观之一。

接下来的几周充满了挑战，因为她发现其他人发送给她的教材根本不适用于西方或海外人。她甚至一个教案也撰不出。卡罗尔感到无助和绝望，于是向斯瓦米祈祷寻求帮助。

祂的回应真是何其的丰盛！援助以多种形式涌入，源源不断。人们会打电话给她询问某件事情，但最终会告知她正在准备的教案所需的故事或活动。当她需要一首歌曲时，她会在半夜醒来，脑海里播放着她梦中所听到的歌词和旋律。她觉得万物不停地为她提供所需要的东





西。至到 1995 年 11 月，卡罗尔编写了一本包含 50 个教案的书，远远超过原定的 15 个教案目标！这本书被带去给斯瓦米祝福。

获得峇峇会见的机会从来都不是一件容易的事，卡罗尔不得不等待多天才能向祂展示这本书。她甚至一度认为过去八个月的工作做得不好，并在心里对峇峇说：“斯瓦米，如果你不想要这本书，那么我也不想要它了，把它烧掉算了！”

两天后，即 1995 年 11 月 2 日，她获得了会面机会，并被允许向峇峇展示这本书。祂逐页浏览，并对书中所采用的‘价值水果’的象征意义提出许多问题和评论。峇峇对她一番调侃后，卡罗尔得到了峇峇的祝福和对她的工作“非常满意”的评语。

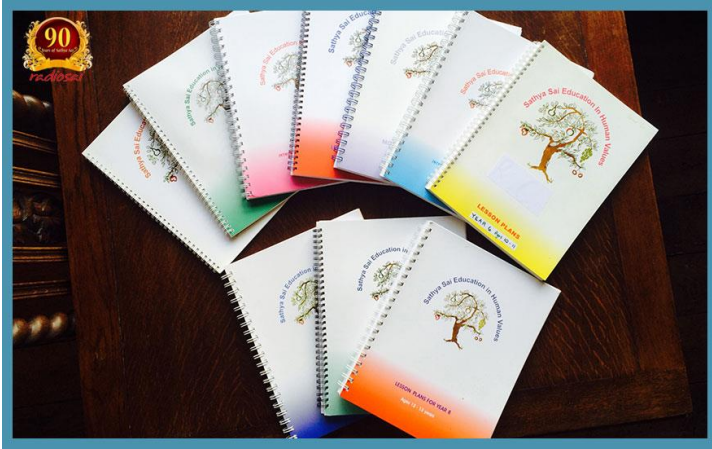
斯瓦米随后问她是否打算在英国推广 SSEHV。“斯瓦米，这是我的意向。”卡罗尔答道。但她心里想，“但这会很困难。我需要你的帮助，斯瓦米”。这个想法在她脑海中浮现的那瞬间，峇峇移动祂的手，变现出一条 101 颗金珠组成的链子，然后把它戴在她脖子上，说道：“千万不要把它摘下。”

虽然卡罗尔以前见过斯瓦米的变现，此次为她的变现还是令她震撼不已。从那时起，她没有摘下过链子，即使是做大手术也是如此。“我相信它确保我的安全并引导我。”她说。

1996 年，卡罗尔添加了更多教案，然后将其分为 2 个



年龄组：第一册（6 至 8 岁）和第二册（9 至 12 岁），每册包含 26 个教案。卡罗尔要把这些教案带给斯瓦米，以获得祂的认可和祝福。



### 没有价值观，就不是人，只是禽兽

1996 年 11 月 6 日，卡罗尔带领的英国团队有幸获得与峇峇会面。卡罗尔坐在祂的左边既焦虑又渴望地等待着，她的腿上放着那两本新的教案书。为大家变现了美妙的白色圣粉后，斯瓦米带着他们一团人进入内部会见室。祂拿过教案书放在腿上，一页一页地仔细阅读，不时发表评论或提问。

斯瓦米随后要求她修改书本的序言，其中声明价值观是‘人类天赋的一部分’。斯瓦米说，“不是一部分。没有价值观，就不是人，只是禽兽。”因此，卡罗尔将文本更改为价值观是‘人类的天赋’。尽管书本已经被送往印刷并且大部分都已经完成了，但神奇的是，当卡罗尔就这个修正告知在英国的丈夫时，她发现错误所在的第 14 页却



尚未印刷！

### 沙迪亚赛人类价值教育的乘数效应

1997 年，一名公立学校的教师，迪帕克·库曼·法基（Dipak Kuman Fakey）先生在莱斯特的一所学校使用 SSEHV 教案创办了一个“良好价值学会”（Good Values Club）。该学校获得了英国政府教育标准办公室（OFSTED）非常好的评价报告，这很大程度上归功于斯瓦米的价值观教育教学法。多年后于 2013 年，迪帕克因其在教育和社区方面的奉献而得到英国女王颁发大英帝国勋章（OBE）。

同时于 1997 年，第三册教案（12 至 15 岁）成功出版并再次受到斯瓦米的祝福。在与祂会面的大部分时间里，祂一直把教案摆在腿上。

卡罗尔得知学校每个年级都需要一本教案书，所以她必须再编写六本。她将这一系列的教案书重新命名为“Reception”，涵盖“一年级”（4 至 5 岁）到“八年级”（12 至 13 岁）。





SSEHV 课程于 1998 年被引入考文垂市（Coventry）的多所小学。卡罗尔和她的团队也开始在爱尔兰提供培训，致使 SSEHV 课程在当地迅速扩展。

1999 年，英国赛组织推出了一个全国 SSEHV 网站（现为 [www.bisse.org.uk](http://www.bisse.org.uk)），并成立了一家有限公司和慈善机构，以便为不断壮大的志愿者队伍的培训和其他有关工作给予更有效的支持。赛组织于 2000 年开始在网站上发布电子刊物，很大程度上取代了印刷刊物。

为了使该课程更具包容性，第一册教案的文本被录制成有声读物光碟，方便视障教师使用。

2001 年，志愿者开办为期 5 天的假期课程，颇受欢迎，有 108 名儿童参加了在东伦敦伊尔福德（Ilford）举行的首次此类活动。



### 于伦敦举行的假期课程

一项全国戏剧节吸引了来自英国各地的许多学校的踊跃参与。卡罗尔与来自苏格兰的伊索贝尔·里奇 (Isobel Ritchie) 一起前往以色列，为 20 名教师提供为期一周的培训课程。她也于 2001 年 11 月在百善地精舍举办的妇女节庆典上发表演讲。

2002 年，赛组织为教师们设立 SSEHV 援助热线电话服务。培训班在威尔士 (Wales) 举办之后，齐塔·斯塔基 (Zita Starkie) 开始在那里的六所小学任教。



英国沙迪亚赛教育学院 (British Institute of Sathya Sai Education, 简称 BISSE) 于 2003 年成立。蒙峇峇祝福，该学院所举办的为期 7 天的培训课程获得英国最大的独立课程认证机构，开放大学网络 (OCN) 的认证。除了提高 BISSE 在英国公众和教育界眼中的可信度之外，



这一认证还意味着学校教师可以通过参加 BISSE 的 SSEHV 培训课程获得其专业发展的“学分”。

第一张 DVD 影碟于 2004 年制作，将学校和假期课程的上课内容展示于众。同时迪帕克·库曼开始制作价值观棋盘游戏。

卡罗尔随后前往埃及，培训在开罗贫困地区的一所学校工作的志愿者。后来她培训了一大批穆斯林教师，SSEHV 受到他们的好评，而他们也声称“它直接来自《古兰经》”。在卡罗尔的陪同下，克里斯蒂娜·威尔逊（Christina Wilson）和帕梅拉·纳什（Pamela Nash）在摩洛哥用法语举办了教师培训研讨会。



卡罗尔在埃及办培训时为小组讲故事



在培训穆斯林教师时，卡罗尔和她的团队将五个价值观翻译成古典阿拉伯文。第一册和第二册教案书都已被翻译成阿拉伯文，并在 [www.bisse.org.uk](http://www.bisse.org.uk) 网站上发布。

教案也被翻译成法文、西班牙文、南美西班牙文、中文和其他语文，其中一些样本可以在她的网站上免费下载。

直至 2005 年，SSEHV 已明显获得主流认可，教师们开办了 14 届假期课程（为儿童在学校假期期间提供五天的课外活动）、9 次亲子课程、教师继续培训班，以及 19 项其他价值观活动，包括在英国各地举办的五个展览会。

卡罗尔还与米歇尔·怀特（Michelle White）一起前往多伦多（Toronto），为 125 名加拿大教师提供为期 7 天的培训课程，参与者来自加拿大各地的公立和私立学校。

从 2005 年到 2010 年，SSEHV 在英国各地不断扩展，并定期举办培训课程，致使越来越多的学校使用其教案。教案书至今已在印度印刷，在精舍书店的销售量达数千本。



在温布利（Wembley）的老师和孩子们

### 尽管面临挑战仍要执行义务

正当上天似乎眷顾 SSEHV 课程的发展时，一个巨大挑战正在等待着卡罗尔。

经过数十年致力于 SSEHV 在全球各地的发展，国际赛组织于 2010 年要求 BISSE 停止运营，而它将被另一所“沙迪亚赛教育学院”（Institute of Sathya Sai Education - UK）取代。新学院将重写所有的培训和教案。BISSE 停止了所有会务，包括培训和新教案的出版。卡罗尔还获悉斯瓦米指示应邀请她成为新学院的董事之一，但她一直没有收到任何邀请函。

卡罗尔并不完全理解关闭 BISSE 的决定，因为该学院具有良好信誉，其工作也受人赞赏。但作为斯瓦米的忠实工具，她接受祂的意愿，并认为也许她在 SSEHV 的工作已经完毕。



然而当她随后去精舍时，她收到了那些参加过培训或正在使用教案的信徒们的诸多鼓励，而他们也建议她应该继续 SSEHV 的工作。卡罗尔意识到她必须继续执行她的义务。自 2011 年以来，卡罗尔通过一个名为“神圣与世俗的人类价值教育”的单位，继续向公众人士传授 SSEHV。

她每年一次都会在位于东萨塞克斯（East Sussex）的住家举办培训，吸引了来自世界各地的参与者。卡罗尔的第 9 本，也是最后一本教案书于 2015 年出版。这绝对是最后的一本，因为现在已经有了一套完整的教案书提供给每个年龄段（4 岁到 13 岁）的孩子。

卡罗尔回忆起一段珍贵的记忆，那就是斯瓦米曾经称她为“英国鸽子”。她意识到鸽子是一种传递信息的鸟。作为她手中的工具，卡罗尔将斯瓦米的人类价值教育传播给世界各地的教育工作者。卡罗尔培训过的每一位老师都受到鼓舞将普世人类价值观带入课堂，而孩子和家长们也从实践真理、和平、爱、正义和非暴力等价值观中受益，这只鸽子很明显地已履行了它的义务！

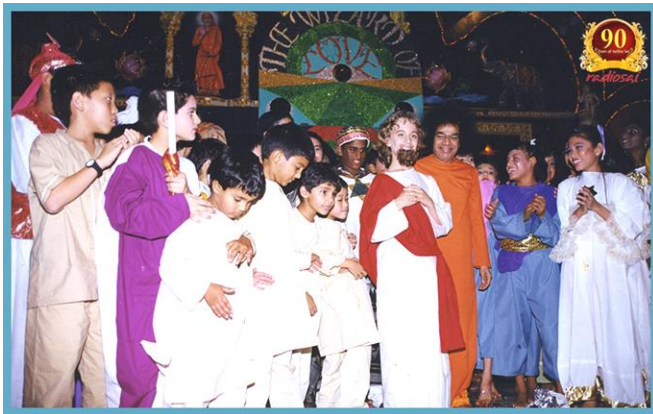




## 感恩圣诞节戏剧期间的神圣互动

卡罗尔赢得的最大的祝福之一是 1996 年至 2001 年在百善地精舍举办的圣诞节排演期间与斯瓦米的诸多互动。当时她负责后台保安工作。斯瓦米当时的住所就接近后台，而祂常到舞台上为正在排演的众人祝福打气。

在每年 12 月 24 日演出前的几天里，斯瓦米几乎每天都会和卡罗尔有多次的谈话。起初，她被告知斯瓦米总是在男士那边走向舞台。卡罗尔心想：“这很奇怪，神化身不可能有性别偏好。我们能做些什么才能让祂过来女士这一边呢？不论有多么拥挤，我们都要遵守纪律和秩序，为祂腾出空间。”



斯瓦米在普尔纳詹德拉（Poorna Chandra）礼堂的圣诞节演出结束后与孩子们合影

有大约 80 个女孩和 50 个男孩坐在舞台后面，他们中间隔着斯瓦米的房门，约四英尺宽。卡罗尔告诉女孩们背着门口整齐地排排坐着，在她们前面与舞台幕布之间留出大约 18 英寸的空间。她吩咐说，当斯瓦米出来时，她们



要双手合十并且不要触摸祂或与祂说话，除非祂先开口。每当卡罗尔值班的时候，虽然女孩们坐得很挤，斯瓦米总是走过来女孩们这一边！

卡罗尔的工作是记录参与该剧者的名单 - 有时多达 1200 人，他们来自多个不同的团队，如灯光、服装、合唱团等。可是斯瓦米似乎总是问一些让她无法回答的问题。

“斯瓦米会开玩笑、取笑我，同时也教会了我很多东西，尤其是在数据的准确性方面。能够直接为斯瓦米服务并接近祂绝对是一件令人愉悦的事，就像有一首歌的歌词所描述那样“我愿意为你一个微笑行万里路。”

有一天，斯瓦米问卡罗尔有多少位女义工。她报上数目，但后来发现人数不对，因为她忽略了在西餐食堂服务的 40 位女士。她想承认自己的错误，但心里忐忑不安，因为一个月前，斯瓦米曾斥责过她。当时祂准备予以卡罗尔的团队会面时，她错报了团体人数。然而，当斯瓦米出来时，卡罗尔还是硬着头皮上前向祂报告正确的女义工人数。斯瓦米举起手做出要打她的样子，卡罗尔下意识地弯下身子，试图躲在雕像后面。卡罗尔抬头偷瞄到斯瓦米的笑脸，在场的孩子们禁不住也笑出声来！

卡罗尔于 1998 年 12 月第 13 次前往百善地精舍，再次参与主办圣诞节戏剧。24 日早上，她与筹委会的女士们安排当晚的座位，希望大家在戏剧结束后能得到向斯瓦米顶礼的殊荣。卡罗尔自己从未顶礼过圣足，因为这不是西方文化礼仪。“但我内心肯定有缘顶礼圣足确实非常有福报。后来，当我独自一人在后台时，斯瓦米走了出来。我被委



托代厨房里服务的义工们请求斯瓦米赐予她们顶礼圣足的机会。于是我双手合十走向斯瓦米，表示我想发言。斯瓦米亲切地停步让我发问：“斯瓦米，您能给在厨房里工作的义工们顶礼圣足的机会吗？”

斯瓦米说，“好，行。”卡罗尔猜测祂可能听错她的话了。“斯瓦米，不是我，是厨房里的义工们。”她特别强调地回答，而斯瓦米用郑重的语气吩咐道，“你现在就顶礼吧。”于是卡罗尔跪下，用额头轻触斯瓦米的双足，她感觉到全身都被斯瓦米圣洁至福的能量所充斥。“我无法抑制内心的喜悦，永生难忘。”她回忆道。



卡罗尔与斯瓦米还有多次的互动。2000 年 9 月，斯瓦米在精舍里亲自颁发人类价值教育文凭给她。那次在泰国沙迪亚赛教育学院举办的课程本身很优秀，但在那里的十周却给她带来了许多挫折和考验。当斯瓦米给她一个灿烂的微笑并说“非常高兴”时，所有的烦恼都随之云散烟消。



之后，斯瓦米赠送纱丽给来自非洲和泰国沙迪亚赛学校的老师们。祂看着卡罗尔说：“老师？”并抛给她一件 3 种颜色（奶油色、红色和金色）交融的纱丽。同时，斯瓦米对洛兰·伯罗斯（**Loraine Burrows**），泰国学校的创始人之一，和赞比亚学校的校长吉诺瓦·卡努（**Genoveva Kanu**）说道，“她来自伦敦，非常好的女士。”斯瓦米的赞誉令卡罗尔振奋不已，因为这是给英国 **SSEHV** 课程的极大嘉许和鼓励。“斯瓦米一直祝福着我们的课程，并使其成为个人成长的一个好工具。”她说。

### 教师是终身学习者

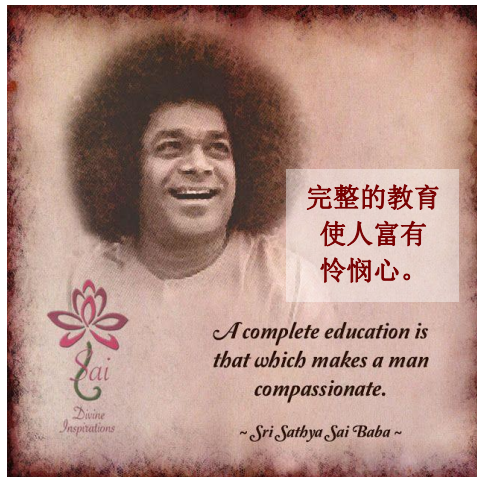
在总结人类价值教育工作对她生活的影响时，卡罗尔说：“它是一个好伴侣，指引了我的人生并赋予它意义和目标。通过这项工作，我结识了成千上万的好人，访问了许多国家，与各色各样的人交流，而意识到每个人的内心都是五大人类价值观的体现。峇峇的教义具有普遍的吸引力。这就是为什么祂的 **SSEHV** 课程如此容易被众多群体和文化所接受。它也给了我个人和心灵修养的绝佳机会。我非常感谢我们挚爱的斯瓦米。”

译自：沙迪亚赛媒体中心期刊，第 13 卷，  
2015 年 4 月 1 日



卡罗尔于 2001 年妇女节庆祝活动中发表演讲后，  
获得了斯瓦米珍贵的赞赏微笑。

\*\*\*\*\*



插图由 ‘saidivineinspirations.blogspot’ 惠供



## 讲道 2

# 印度是 神化身之国

India Is  
The Land Of **Avatars**



### 无人能理解天地万物的奥秘

神化身并不意味着祂独自一个体现神性。你们都是神化身。神化身这个词的意思是降世。你们都已降世了。仅将神称为神化身是错误的。神的降临是根据需要、时间和情况而定的。由于印度人信仰神化身的教义，因此它在印度受到特别的重视。Poornavatar（神圆满荣耀的化身）的出现只发生在印度。



## 举行火祭的意义

在这个国家里时常举行盛大的 Yajnas 和 Yagas（火祭和仪式）。进行吠陀火祭供奉祭品时，真言的力量会产生振动。这些奉献的振动和力量遍布四方。祭祀时发出的每一个声音都被牢牢地固定在空间中。它转化为一切事物里的神圣本质。这里有一个小例子。在德里的广播电台，有人唱一首歌。远在科代卡纳尔的收音机会立即接收到其歌声。这是太空中的声波所造成的。学物理的同学们应该很了解这一点。发自班加罗尔、钦奈、孟买和德里的声波遍布各处。但它们并不会相遇。它们是彼此分开的。它们也在这个房间里。只有我们选择的广播电台的节目会传送给我们的。其他电台的节目是不会传送给我们的。它们都是永久的并获取能量的电波。

可能会出现一个疑问，为什么神化身仅出生在印度。让我问你一个小问题。一列火车有大约 25 节车厢。驾驶员是在机车厢上还是在其他车厢里？驾驶员当然是在机车厢上。其他的车厢都与机车连接在一起，由它牵引行驶。印度是时常举行火祭仪式的国家。火祭坑中的火焰就像机车锅炉中的火一样。机车是印度。与印度有联系的国家就安全。如果失去了联系，它们就会遇到麻烦。并非每个车厢都有火，它们都没有驾驶员。锅炉和驾驶员仅在机车上。

## 印度——吠陀文化的发源地

印度自古以来就是吠陀文化的发源地。不仅如此，印度还是世界上最早开始外科手术的国家。巴拉德瓦贾·马哈希（Bharadwaja Maharshi）是外科手术的创始人。工程学也起源于印度。哲学也起源于印度。数学的创立应归功于



印度。它被带到罗马，从那里传播到世界各国。在罗马有供奉象头神的神庙。印度人发明了 0, 1, 2, 3 ... 10 十个数字，并通过拉丁语传播到其他国家。

很多印度年轻人认为，以婆罗门、刹帝利、吠舍、首陀罗等种姓为代表的种姓制度只在印度存在，而国外没有。所有国家都有社会划分制度，虽然名称不同。婆罗门在其他国家被称为牧司，刹帝利被称为士兵，吠舍被称为商人，从事种植业的人称为农民。所以，这四种划分在每个国家都有。正如婆罗门受到印度教徒的尊重一样，祭司也受到基督徒的尊重。牧师受邀主持婚礼和仪式。所有宗教都有这四种划分制度，只是名称不同而已。每个种姓的功能都保持不变。

印度国大党成立于 1885 年，印度独立运动从此开始。看看今天印度的政党内部发生了多少次的分裂。同样，基于印度教文化的印度传统也根据对每个创始人的崇拜经历了许多变化。一个教派根据摩努法（Manu Dharma）形成，而另一个教派则根据苏卡法典（Code of Suka）成立。还有另一个教派是基于考底利耶（Kautilya）的《政事论》（Arthashastra）而形成的，而又有一个教派是基于马哈希·萨纳卡（Maharshi Sanaka）的法律体系而形成。同样，乔达摩（Gautama）、巴拉瓦贾（Bharadwaja）和其他人也建立了自己的教派。



## 神是独一，崇拜不同

为什么会发生所有这些变化？对神灵的崇拜以及宗教信仰是根据人们的方便、品味以及思维方式而变化的。在古代印度，有些人曾经住在森林里。今天我们称他们为部落。那时候他们之间没有争吵。他们信仰某种神灵，并根据各自的所在地以耶拉玛（Yellamma）或冈伽玛（Gangamma）的名号崇拜神灵。仙人（Rishis）对各部落崇拜神的方式予以认可。这些部落相距很远，没有交通可言。用一个小例子来澄清这一点。一个男孩穿着一件衬衫。你们所有人都是可以穿这一件衬衫吗？这件衬衫对某人来说可能太松，而对另一个人可能太紧。每个人都可以根据自己的尺码缝制合身的衬衫。同理，人们可以根据自己的品味和思维方式为自己的神命名。同样的东西根据每个人的品味而采取不同的形相。当这个男孩被问到喜欢吃什么甜食的时候，他会说喜爱蜜糖炸线圈（Jilebi）。另一个男孩想吃迈索尔甜点（Mysore Pak）。旁遮普男孩喜欢吃牛奶糕（Barfi）。有人会说他喜欢米布丁（Kheer），而另一个男孩想要油炸饼圈（Jhangri）。每个人都有自己的口味，但糖是所有甜食的共同点。虽然神是一，但人们以不同的形相、不同的名称来崇拜祂。

## 神寓于一切众生

不要对不同的崇拜形式进行比较。人们可以安置自己选择的神祇。某人穿衬衫，另一个人穿外套，还有一个穿狩猎衫。同理，人们对同一个神祇的态度也有不同。他们视“一”为多。没有分裂，那来对一体的体验。



举一个小例子。你去商场买了两米长的布。它是一块布。你能这样穿吗？裁缝师必须将其切成合适的碎片并将它们缝合在一起才能制成衬衫。裁缝师把一变成多，又把多变成一。他如何实现一？就按照你的尺寸做。把神划分来适应你的品味也是类似的行为。但是，你不应该把划分保持不变。你必须将它们接合起来。裁缝师有两种工具，一种用于切割，另一种用于接合。剪刀把一剪成许多。针将多合而为一。心念是把一分为多的剪刀。菩提（智慧）之针将多合而为一。

人的身体由细胞组成。每个细胞本身就是一个完美的形相。鼻子、耳朵、腿、眼睛和手可能都在每个细胞中。孩子自一个细胞发育出来。如果耳朵在一个细胞里，鼻子在另一个细胞，腿在第三个细胞，那么胎儿的形成就会不规律。细胞分为两部分，这两部分合二为一。手、眼睛和所有其他器官都存在于这两个部分中。有时，左变右，而右变左。当血型不同时会发生这种畸变。这就是创造的秘密。本来应该是左边的变成了右边，右边的变成了左边。如果左眼被置于右眼的位置，就会导致斜视。这种怪事时有发生。到第六个月时，胎儿的各个部分开始连接在一起。头部首先开始发育，然后身体不断地长大。

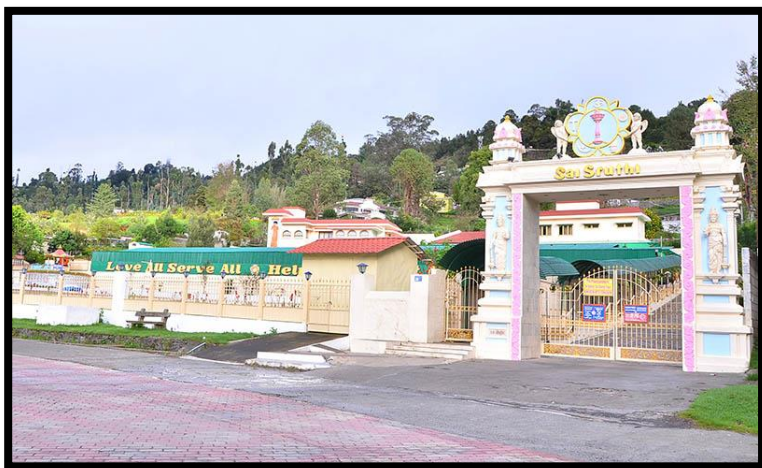
在《奥义书》时代（Upanishads age），印度人口为三千万。《往世书》时代（Puranic age）到来时，人口增加到 3.3 亿。近代人口达到了 7.8 亿，并将于未来 15 年内增至 10 亿。神祇的数目也相应的增加。这意味着每个人都是一位神的化身。在印度传统中，每个人都是神。“神”并不表示祂以某种特定的形相降临。神性是所有人有生俱来的。



当我们说印度有 3.3 亿的神祇时，这意味着印度的人口是 3.3 亿。根据印度哲学，神寓于一切众生。这就是为什么有人说，Jivo Deva Sanathana（内寓者是神）。

薄伽梵于 1988 年 4 月 26 日  
在科代卡纳尔（Kodaikanal）精舍的讲道。  
（英文版：《Sanathana Sarathi》2022 年 11 月版）

\*\*\*\*\*



薄伽梵峇峇有好几年都于 4 - 5 月在科代卡纳尔（Kodaikanal）这个山景区度过夏季。祂在这里的住所被称为“Sai Shruti”。



## 爱的见证

### 昨日桎梏红尘俗事 今日笑拥自在人生



王庆新赛兄（吉隆坡）

---

王庆新赛兄是位资深的赛峇峇信徒。他常以笑脸迎人，柔和态度让人乐于亲近。回想当年母亲的病让他走进峇峇的怀抱，而今，子欲养而亲不在，王赛兄期盼大家都能运用父母给我们的身体，尽力为善、造福，回向给父母，就是最大的报恩。

#### 缘起

1986 年，王庆新赛兄 69 岁的母亲，黄桂英女士患了肺癌。为了医治母亲的病，他四处奔波寻医，只要是听到能够医治母亲的病；能够减轻她的痛苦，他都不会放弃每一个机会。



在一个机缘的撮合下，庆新认识了彭女士（Sister Phang），一位住在吉隆坡蕉赖的赛信徒，与赛峇峇的缘分因而开始。当时彭赛姐的家出圣粉，加上之前也听闻许多有关峇峇能医好病人的故事，于是他便多次带了母亲到她的家去唱赞歌。庆新谈起他母亲患病的事，彭赛姐认为峇峇能医治他母亲的病。当时，庆新心里虽不是一百巴仙的信服，但是出自于对母亲的爱，只要能医

治好母亲的病，纵使只是一线的希望，他也不愿放弃。

有一天，庆新的母亲口吐白沫昏迷不醒。在送院途中，庆新祈求峇峇保佑并为母亲搽圣粉和唱圣粉颂，还未抵达医院母亲便苏醒了过来。这一个亲身的见证，庆新对峇峇能医治母亲的病更具信心和期待。

不久，庆新母亲的病日愈严重，癌症已经进入末期。癌细胞扩散到身体的其它部分，医生已经无能为力，只能给吗啡来减轻她身心所承受的痛苦。庆新看在眼里痛在心里。。。

看到医生们都束手无策，庆新回忆起当时的心情：“唯一的希望就是祈求峇峇的神恩，恳求祂赐给母亲一个奇迹。同年八、九月间，我抱着出现奇迹的梦想，做出一个艰难的抉择，那就是带母亲到印度见峇峇！然而，迢迢千里长



途跋涉，母亲病痛缠身虚弱无比，还能够承得起这种遥远路途之苦吗？万一发生了什么事，我负得起母亲死在异乡的风险吗？”经过多次的考虑，庆新决定把全部的希望都放在峇峇那里，和太太，两位妹妹一起带母亲到印度去。

## 朝圣

在彭赛姐的带领下，他们一团 8 人飞至印度马德拉斯市（Madras），再转机到班加罗尔市（Bangalore），然后租了一辆客货车直奔峇峇在布达巴地（Puttaparthi）的精舍。当年的马路不平坦，路面常有许多的窟窿，车子一路颠簸，母亲被折磨得痛苦不堪，痛楚的呻吟。庆新一团人为母亲唱赞歌，涂圣粉和用圣粉冲水给她喝。说也奇怪，母亲在唱赞声中，渐渐不再辗转呼痛，而慢慢地进入了睡梦中。过了数小时，车子驶入了百善地精舍的大门时，母亲才醒了过来。

他们初次来到百善地精舍，人生地不熟，还被安排住在大寮房里。里面空荡荡的，洋灰的地面，没有床和床褥，加上四处的苍蝇和蚊子，其卫生条件比庆新想象中的还要差，他不禁为母亲能否适应而流下眼泪来。这时候，庆新看到寮房里有一位信徒摆了一张床，急问之下，被告知在商店里租得到，并说货源奇居，叫他应尽快租借。庆新担心母亲睡在地上会加剧她的痛楚。于是急忙到商店找床去，可是他走遍了整个小市镇的商店都没有床出租，情急之下他压不住内心的悲恸，凄然泪下。



在茫然失措地漫走中，忽然听到有人在后面呼叫“Uncle, Uncle”。起初，他不以为意也不加理会，因为初到此地，怎会有人叫他？

“Uncle, Uncle”，声音又一次的传到耳边。庆新转过头来，见一男孩正向他打招呼，确认后问道：“Yes？”

男孩举起一根手指头，“Bed? Yes, one bed.”

找遍商店无觅处，一床难求的情况下，这突如其来的大好消息，真的让他意外和惊喜，急呼，“Yes, Yes...”当他把那张床送到母亲的身边时，开心的泪水潸潸而下。。。

第三天的早课，母亲坐在轮椅上等候峇峇。庆新坐在男信徒的一边，恳求峇峇留意到母亲，医治和帮助她。庆新唸着经，真诚的母子情怀令他泪盈满眶，双手盖着眼睛，偷偷的在啜泣。峇峇果真走近母亲的身旁并挥动其右手，圣粉便在他的挥手之间变了出来。“Vibuthi, BABA gives your mother Vibuthi”，坐在庆新身旁的信徒向他说。庆新急忙望向在母亲身旁的峇峇，开心激动之情不在话下，久久不能自己。可惜的是当时的母亲由于双手不灵活，没有亲手接过峇峇赐给她的圣粉，让庆新觉得有点美中不足而心存遗憾。

在精舍住了五天后，他们于第六天早晨离开回到马德拉斯市。之前，庆新曾阅读和听说过《Man of Miracle》这本书的故事，故事里描述峇峇曾到医院为病人医病的事迹。庆新和太太决定陪母亲在马德拉斯市的癌症医院留医，期



望得到峇峇的眷顾和奇迹的出现。然而，奇迹并没有出现，两天后，庆新带着失望的心情与母亲出院回国。

回到家后，获知彭赛姐的一个亲戚的家里有奇迹，如蜜糖般的物质在峇峇的照片流出来。庆新拿了一瓶圣蜜回家，和圣粉掺在一起，每天定时的给母亲服用。服用过后，母亲的痛楚明显的减轻了。庆新甚至把母亲定时服用的吗啡从之前的每 3 小时改为每 12 小时一次。虽然母亲承受的痛苦已减轻，但是癌细胞肆虐，继续扩散侵蚀到眼部。她的视力逐渐转弱而最终两眼都瞎了。当她吃完从印度带回来的最后一包圣粉时，冥冥中仿佛她的生命也来到了尽头。从印度回来的第 30 天，庆新兄妹们围绕在母亲的身边目送她安详地离去。母亲虽已病逝，庆新心里还是万般不舍，不时地问：“峇峇，为什么要把母亲带走？”

### 发挥良能，爱心服务

1987 年 6 月间，庆新为了更了解峇峇的教义，便到孟沙赛中心参加唱颂会和中心的其它活动。庆新是一位道教徒，从小对神就有一种敬畏的心理，打从在基督学校念书时，如果有人要他改信他教或游说他洗礼时，他都有一股强烈的抗拒心。相比之下，峇峇说祂来到这世间不是创立新的宗教，祂要的是，“如果你是一个道教徒，我要你成为一个更好的道教徒。。。”峇峇这席话，庆新非常认同，心里感到很舒适和乐于接受，于是他便积极的参与孟沙赛中心的活动。



庆新最喜欢社区服务活动。每个星期他到新古毛的 Sinar Harapan Retarded Home 为残障人士清理和洗刷工作。他以亲切的态度迎向任何需要帮助的人，用心付出，每次参加都有满满的收获与感动。不久他在孟沙赛中心的服务组负责双溪毛糯麻疯病院的探访工作。每三个月，他带领众志工一起去关怀麻疯病患者。庆新的投入和热忱感染现场的每一个人，大家合唱赞歌，也不由自主地手舞足蹈，跟着哼哼唱唱，好不热闹。峇峇说得好：“服务拥有两份恩宠，它使施、受双方同时快乐。”

### 坎坷平坦皆是人生的际遇 逆境顺境皆是人生的谱曲

1989 年庆新和朋友合伙的生意宣告倒闭，家庭的生计也陷入谷底。他承受着日渐沉重的压力，处于生命中最黑暗的日子里。在朋友的面前，庆新没有刻意颓废的装作；更没有虚伪地表现自己的坚强。落魄的生命像是一根风雨中的残烛，孤身独影在黑暗中微弱地闪烁。他选择放任和逃避，更萌起了决生命的念头。庆幸的是在所有的希望都几乎消逝破灭之刻，心中还存着对峇峇的信念；还依附着对峇峇的寄望，和太太（梁宝玉赛姐）那不离不弃的支持。



“把那部旧车子卖了，到印度去见峇峇吧！”宝玉赛姐提议。庆新感激太太多年来在风雨同路中陪他共渡，在艰难的时刻给予他鼓励和支持，但是他却不能让她过平定舒适的生活，心中感到非常的内疚。

在宝玉赛姐的多次催促下，庆新决定到印度去觐见峇峇和寻求帮助。出发到印度之前，庆新对她说：“我可能不回来了。”一句话已经道破了他心中的想法。与其说他是去寻求峇峇的帮助，不如说他有意的想躲在峇峇的精舍里，永远的逃避现实，永远的逃避自己。。。

### 贵宾似的接待，令他受宠若惊

来到印度马德拉斯市，在朋友的家住了一个晚上。由于朋友的家里来了客人，不能再呆下去，他在圣诞节的前夕决定到布达巴地见峇峇去。当天，从班加罗尔市去布达巴地的赛信徒比起平时来的多，都想和峇峇一同欢庆圣诞节。庆新祈求峇峇能让他买到一张巴士车票，不然的话他将无栖身之地了。排队买票的人很多，他如愿的买到了一张 29 号位的车票，也是最后一张的车票。时间掌握的那么准确，这难道不是峇峇的意愿和安排吗？

中午时分，抵达布达巴地精舍。住入宿舍后，才惊觉住的房子是在 Round Block 里，一个通常都是供给西方人住的上等房子。地面是大理石，有 2 张床和风扇，是一位澳大利亚信徒所拥有的房子。一个人住在这么好的房间，他感到意外和受宠若惊。



## 峇峇的提示，令他无地自容

晚饭后，庆新到书店看书。他信手拿起一本蓝色外皮的 书，翻开其中的一页，眼前的一个句子清清楚楚的写道：**One who deserts one's family is a coward.** 这一句平凡话，如核弹爆炸般冲着他而来。当时，他震惊得放下书本匆匆的离开，回到房里抱头痛哭。“我是逃避现实的人，我是懦夫，我是逃避现实的人，我是懦夫。。。 ” 声音不断地在脑海里盘旋回响。

第一天来到精舍峇峇赐给庆新的提示，是一个震撼的礼物，一个惊天动地的旱天雷，道出他逃避现实、不敢面对事实，令他无地自容。。。

## 峇峇的教训，令他如梦初醒

当晚，有人敲门，一位 20 多岁的年轻人被安排到庆新的房间来。他名叫艾温（Alvin），瑞典人，母亲是华裔，是一位虔诚的赛信徒。他的到来，仿佛是给庆新找到一个倾诉的对象。庆新和他谈起了他心头落莫的感受和对母亲的思念。对于母亲的离去，还流露出峇峇为何不施援手，那种耿耿于怀的情怀。

艾温听后安慰说：“如果你的母亲因病而卧床不起多几年，你们夫妻俩也许会为了照顾她而放下工作，全心全意的服侍她，还可能要眼巴巴地看着她承受病魔折腾的痛苦，如此，你们母子会感到开心吗？”



年青人的一番话使他如梦初醒，难道要因为他个人的不舍得母亲的离去，而让母亲痛苦下去？多年的心结终于解开，庆新感谢峇峇的安排，一天内送来两份珍贵的提示。

### 不求回报才是服务的真谛

在布达巴地精舍渡过圣诞节后，庆新于 1990 年初跟随峇峇到班加罗尔市的白草原（Whitefield）精舍过农历新年。当年白草原的宿舍还未完全建好，男宿舍里有七间厕所，因为没有水供而非常的肮脏，一层层干巴的粪便积得厚厚的，看了使人感到很噁心。庆新心想就让他年初一来一个大洗刷，为众人服务吧！

于是，在大年初一的早上，庆新趁着信徒们都去了晨祷的时候，拿着一个六寸长的刷子，口唸着 Om Sai Ram，鼓起勇气地猛洗猛刷。说也奇怪，先前那种难闻噁心的感觉完全没有了，七间厕所在他约两小时的努力下，洗刷得干干净净大功告成。他冲凉换衣后，心里似有期待和盼望峇峇将会给予他赞赏和奖励。

然而，峇峇经过时，只是看看他而已，并无其它表示。这不禁让他大失所望，也让他上了宝贵的一课，那就是不要自以为在大年初一所做出的‘牺牲和奉献’，就会得到峇峇的回报。峇峇说，“真正的服务，是一种不望回报的服务，是一种牺牲和奉献，如果任何人抱着这种心态去做服务，肯定会大失所望。”庆新总算明白了其中的道理。



## 重新振作

在印度住了三个月，庆新体会到了峇峇给予他的爱，也给予了他很大的安抚力量。1990 年 3 月 12 日，他重拾信心，离开精舍回到马来西亚。在家人的鼓励和支持之下，他投入工作，生活也日益稳定，工作之余也继续参与赛中心的活动。



除了定期的参与探访和济贫活动之外，庆新也热衷于赈灾行动。1997 年，朝鲜发生饥荒，马来西亚赛组织发动粮食、衣被、药品的紧急援助。当年的筹募活动，庆新还是历历在目，“其中一项极有创意的活动是在八打灵 Jaya Supermarket 举行；我们在购物中心前鼓励顾客认捐一罐奶粉或一包米，并在赠品上贴写一纸‘爱的叮咛’。大家本着虔诚的心情，用心地说明，获得大众的满满爱心响应，购物中心的奶粉和米竟然全部售完。”善心不分大小，只要人人有善念，积沙可成丘、积水可成河，赛组织总共筹获了 75 吨的救济品。庆新一马当先随同大队把救济品送到朝鲜。峇峇在印度的提示，他铭记心中，透过力行实践，发扬赛的慈善志业。



除此之外，在当时的全国赛中央理事会主席谢云光赛兄的推荐下，庆新当上了中文组的副联络员，协助开展那时候刚刚起步的中文组活动。

1995 年，宝玉赛姐因为一个灯泡坏了而站在一张凳子上去更换，仓促间站得不够稳而往后跌，她在情急之下高喊峇峇的名号，往后跌的身躯在瞬息之间感觉到有一双手把她往前推回，才免得失足跌倒在地上。这一件小意外，让庆新更深一层的了解到峇峇是无所不在的，我们无论何时何地都要把祂铭记在心。我们的呼唤，峇峇都会感应。



1994 至 1998 年间，庆新数次重回印度，参与“Silent Killer”戏剧的演出，以及农历新年的庆典。



接下来的 1998 年至 2004 年，庆新找到一份薪酬较优厚的工作，事业也慢慢的进入顺境，生活起居日愈安定。

### 月有阴晴圆缺 好日子开始逆转

2004 年，这段舒适的日子开始逆转。宝玉赛姐的健康亮起红灯，她不幸中风了，在昏迷状态中送入医院。当天晚上，庆新守护着太太。大约凌晨三、四点，宝玉赛姐在昏迷中梦见峇峇扶她起来，并不断用力的摇动她。接着，她便清醒了过来。凌晨五点，庆新睁开眼睛，听见太太柔声的叮嘱他多睡一会儿，看见太太清醒过来，他惊喜若狂。夫妻俩为峇峇的加持雀跃不已，无尽感恩。



2006 年，宝玉赛姐再次中风。她在医院里昏迷了四天，情况不乐观。赛兄弟姐妹们纷纷前来慰问并为她祈祷。后来，庆新在甲洞赛中心的林医师赛兄的建议下把太太送到林医师的诊疗所作中西医结合治疗。此时，庆新心中向峇峇祷告，希望这是一个正确的决定。隔天，在林医师的回春妙手下，宝玉赛姐苏醒了过来，他感动得哭红了双眼，心中感恩赛同修们的关怀祷告。经过太太的二次中风，他深深的体会到生命的无常和健康的可贵。

由于工作上的需要，庆新经常到国外去公干。每逢出远门，庆新都会默默向峇峇祈祷，把太太付托于祂，才放心出门。



近几年来，生活奔波忙碌，他慢慢地疏于峇峇的工作。现在，他明白了健康的重要；爱护自己的身体就是爱护家人和爱护自己的道理。他每星期抽出两个晚上来练气功，剩余的时间陪伴家人和为赛组织贡献力量。



庆新叮咛大家，“生活越是舒适，往往越注重和强调物质生活，忽略了峇峇的工作，为人生和社会做一些有意义的事。切莫为了追求物欲享乐而理直气壮地说

没有时间做服务。生活可以清淡平实，只要抱着欢喜心来投入志工行列，绵延不断的把爱传出去，生活必然会开心自在。要谨记峇峇的教诲：‘Service to man is service to God 服务众人即为事奉神’。”

昨日桎梏红尘俗事，今日笑拥自在人生，贴切地形容王庆新赛兄眼下的心境。。。。

2009 年 5 月

**注：**王庆新赛兄于 2023 年 1 月往生，特此刊发这篇纪念文章。

\*\*\*\*\*



斯瓦米的亲笔信

## 灵性的渴望

*Spiritual Hunger*

Prasanthinilayam

16-12-73

My Dear! Have you got any  
spiritual hunger?

Spiritual hunger is the  
ultimate meaning of every  
activity in life. The dissatis-  
faction and the restlessness  
that remain even after obtain-  
ing all the necessities of life  
show that everyone conscious-  
ly or unconsciously, does  
suffer from spiritual hunger  
and it is not appeased until  
the spirit within is realised.  
Without this divine discontent  
there is no real progress.

World peace is possible when  
all the people of the world trace  
up to the facts governing  
universal life and when  
there is a heart to heart  
feeling of goodness, love and  
oneness among the inhabitants  
of the world. With Blessings

Sri Sathya Sai Baba



My Dear! Have you got any spiritual hunger?

Spiritual hunger is the ultimate meaning of every activity in life. The dissatisfaction and the restlessness that remain even after obtaining all the necessities of life show that everyone consciously or unconsciously, does suffer from spiritual hunger and it is not appeased until the spirit within is realised. Without this divine discontent there is no real progress.

World peace is possible when all the people of the world wake up to the facts governing universal life and when there is a heart to heart feeling of goodness, Love and oneness among the inhabitants of the world.

With Blessings  
Sri Sathya Sai Baba

1975 年 12 月 16 日

亲爱的！你可有任何灵性的渴望？

灵性渴望是生活中的每一项活动的终极意义。即便获得生活中的所有必需品之后，其所遗留的不满意和不安表示每一个人，自觉或不自觉地，都遭受到灵性渴望的苦而这不会缓和，直到内在的圣灵得到实现为止。没有这种神圣的不满足，就没有真正的进步。



当全世界的人对统御宇宙生命的事实起醒悟，并且世人心中有一种心照心的善、爱和一体性的感觉时，世界和平才有可能实现。

祝福你们的  
斯里沙迪亚赛峇峇

自我反省的问题：

问：一旦你第一次了解到在你生活中躁动的不满意是来自灵性的渴望... 你如何试图满足这种灵性的渴望？

问：那神圣的不满足是如何促使你对善、爱与一体性的心心相照的感觉有所醒悟呢？

摘自：2021 年导师节学习指南

\*\*\*\*\*



## 爱的见证

# 雨呀，雨呀，快走开！

- 卡斯督里教授（Prof.N.Kasturi）

---

我记得另一件有趣的事情。我们在库尔奇（Coorge），那里的降雨量是印度南部最高的，一旦下雨就会持续 10 至 15 天。因为峇峇的到来，当地举行了一场公开集会。我负责将峇峇的演讲从泰卢固语（Telugu）翻译成该地区的语言，卡纳达语（Kannada）。在峇峇发表讲道前，祂吩咐我说几句话。我傻乎乎地以雨为主题开始演讲。





坐在观众席上的约一万人不时回头望着远处的山脉，因为他们意识到，一场大雨很快就会洒在他们身上。我在演讲中说：“为什么你们都回头看向远处的山脉呢？不会下雨的，因为峇峇说过，有峇峇在场的活动不会被雨水干扰的。”我接着给他们讲了《薄伽梵歌》中的一个故事。

据说雨神因陀罗（Indra）觉得自己受到基士拿（Krishna）的侮辱，因为基士拿要求停止对因陀罗的崇拜，并表示当地的山岭应该受到崇拜。基士拿说：“为什么人人都崇拜天上的神，我们要敬拜山岭，因为它长满了树木，正是这山岭带来雨水，长出了青草喂养我们的牲畜。因此我们要感谢山岭，而不是天上某个虚幻的神祇。”因此，人们停止了对因陀罗的崇拜，因陀罗一怒之下把滂沱大雨倾倒在每一寸土地上。基士拿用一根手指举起一座山，为人们和牛群遮挡风雨。

我告诉观众，斯瓦米不需要像基士拿那样把山举起来，也可以止雨。

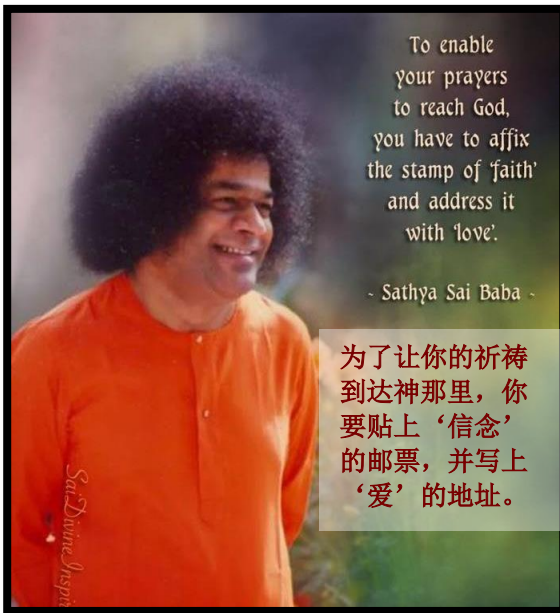
当斯瓦米开始演讲时，我站在祂身边，为祂做翻译。我看向远处的山脉，雨离我们越来越近了。大雨从山上奔向平原，正向着镇里袭来。山雨欲来，冷风飕飕，而我心里焦急，一直在祈祷：“斯瓦米，请你停止这场雨。如果它下到这里，人们就会感到失望。对不起，斯瓦米，我应该先征求你是否同意让我讲述你能够控制雨水的故事。我该向你请示！是我疏忽了，请原谅我的无礼。”



我感觉很糟糕！我的心颤抖不已。但我要注意斯瓦米的讲话，为祂做翻译，所以我必须镇住心中的恐惧。在斯瓦米讲话的那一小时里，我受到了极大的折磨。我不断地在心里向祂祈祷：“斯瓦米，雨要来了，请停止演讲吧。斯瓦米，请你停下来，雨要来了。”可是祂不只不停止，甚至还延长了演讲时间。最后，祂结束演讲时说，“卡斯督里这家伙，讲述了下雨的故事，自己却没有信念，心里一直担心我能否将雨制止。雨就要来了，大约 15 分钟后就会到这里。现在你们都回去吧。”

译自：<http://www.sssbpt.org/pages/Specially/RainRain.htm>

\*\*\*\*\*

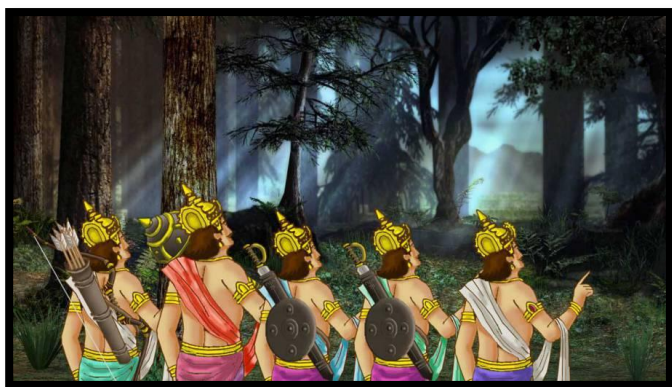


插图由 ‘saidivineinspirations.blogspot’ 惠供



## 灵性的觉醒

在印度史书《摩诃婆罗多》中，记载了这样一个发人深省的故事。



有一次，斯里基士拿（Sri Krishna）和般度族（Pandava）五兄弟去森林打猎。当他们结束狩猎时，太阳已经落山，夜幕即将降临。他们知道当天无法返回王国了，决定在森林里过夜。他们找到一个山洞过夜，并商定轮流守夜，每人两小时。

最小的弟弟，偕天（Sahadeva）值守第一班。他举着武器在洞口坐下，其他人则在里面睡觉。一个半小时后，偕天突然注意到一个侏儒从森林里向他走来。“来人止步！”偕天一声厉喝，“你是谁？要去哪里？”侏儒说：“你看得出来我是一个侏儒。我想和你比个高低。”偕天心想，“我堂堂六尺汉子，又岂会怕一个身長尺半的侏



儒，打败他简直易如反掌。”为了给自己解闷，他同意与侏儒来一场较量。然而，想不到这并不是个普通的侏儒，他竟然打败了偕天，并用绳子把偕天捆绑后摔倒在地上，然后扬长而去。

过了一会儿，无种（Nakula）睡醒了。他走出去不见偕天的踪影。他一阵呼叫后，一个微弱的声音回答道：“我在这里。”无种发现他后惊问，“这是谁干的？”偕天对于自己败给侏儒一事羞于启齿，所以他撒个谎：“我把自己绑起来，躺在地上休息。”无种说：“好了，你去里面睡觉吧，我来看守。”

无种的看守时间即将结束时，那个侏儒再次出现，而同样的事件也发生在无种身上。接下来轮到阿周那（Arjuna）值班。他发现无种躺在地上，身子被绳子绑着。每个般度族兄弟都接连遭受同样的经历，包括怖军（Bhima）和坚战（Yudhishtira）。

最后，基士拿出来，发现坚战躺在地上。坚战是一个总是说实话的人。他告诉基士拿整个过程，“我不明白发生了什么事，当我的值班时间即将结束时，一个侏儒不知从哪里出现，挑战我与他摔跤。当我们开始摔跤时，奇怪的事情发生了。我越打他，侏儒就变得越高大，直到他变成了一个巨人。我在他面前就像个孩子。他轻而易举地抓住我，把我摔倒在地上，并把我绑起来。我不能理解他是一个什么样的侏儒。”基士拿微笑着说：“别担心，你去休息吧。我睡醒了，我会把他处理好的。”



黎明即将破晓时，基士拿看到那个侏儒向他走来。基士拿问道：“是什么风把你吹到这里来的？”侏儒回答说：“我怀着同样的愿望挑战并击败了你的五个朋友。我要和你比赛摔跤。”基士拿做好了准备，两人开始摔跤。很快，侏儒的体型开始增大。基士拿已经对此事了如指掌。他放松手脚，静静地坐在地上，并对侏儒说道：“你尽管打我吧。”这时，侏儒的体型开始缩小，基士拿只是盯着他。最后，当侏儒变得很小的时候，基士拿把他裹在随身的黄色布包里，然后坐下休息。

不久，般度族兄弟们都醒了，从山洞里走出来。他们向基士拿询问：“你站岗的时候有人来见你吗？”基士拿回答说：“没错，来了一个侏儒。”兄弟们问道：“那么，你对他做了什么？”基士拿回答说：“我什么都没做。他就在这里面，在我的皮包里。”般度族兄弟们都直呼不可思议：“我们与他战斗时，他不断地变大，而你却能把他裹在你的布包里！”基士拿向他们解释侏儒到底是谁。他就是怒火。基士拿说道：“怒火化作侏儒的形相与你们战斗。你越是抵抗眼前的怒火，你内心的怒火就越升高。这使得你面对的怒火越烧越猛，直到它变得巨大无比，完全压倒你并将你绑在地上。”坚战赞叹道：“现在事情全明白了。你是唯一对它了然于胸的人。当你不与怒气对峙时，它就变得渺小，微不足道。”

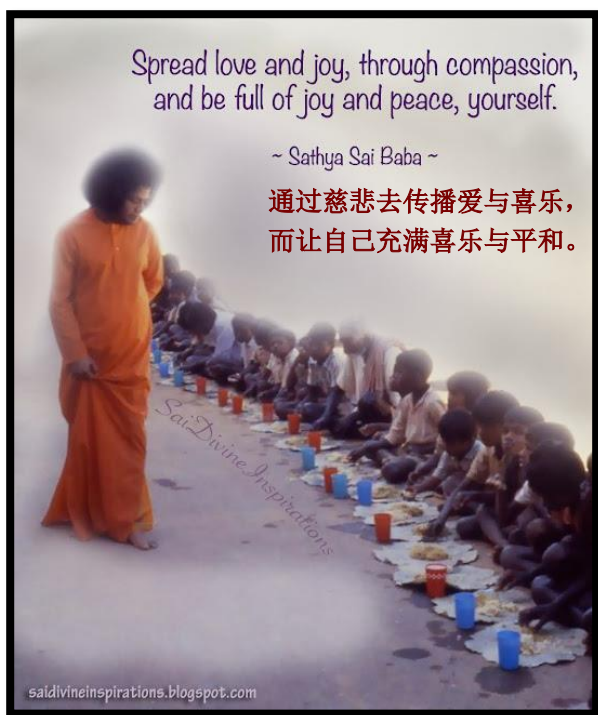
这个故事表明负面品质一直存在着。如果你试图将它们从你的生活中消除，你最终会陷入一场注定失败的战斗，因为你越是与负面情绪斗争，它就会变得越强大。



故此，不要理会它，在生活中持着正面的品质、倾向、行动和行为即可。负面情绪会自行消失，变得肃静无声。

这就是所谓的灵性的觉醒！

\*\*\*\*\*

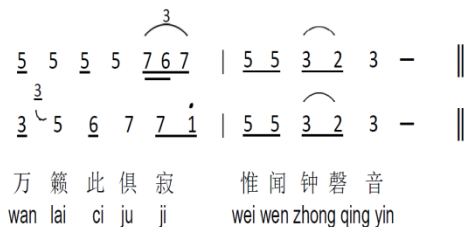
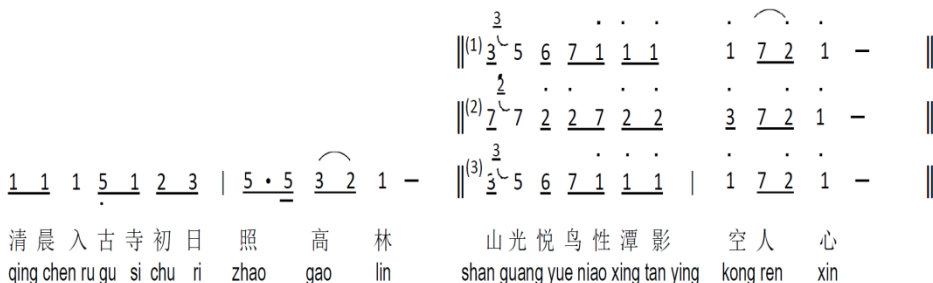


插图由 ‘saidivineinspirations.blogspot’ 惠供



## 峇赞推荐

# 《清晨入古寺》



这首赞歌按原曲《Pavana Suta Hanuman Ki Jai》填词：

Pavana Suta Hanuman Ki Jai  
 Sita Pathi Ramachandra Ki Jai  
 Pavana Suta Hanuman Ki Jai  
 Parakrama Anjaneya Ki Jai  
 Parthi Puri Sai Nath Ki Jai



### 【原曲含意】

胜利归风神之子哈努曼，胜利归悉多之主罗摩，  
胜利归安阇娜女神之子（哈努曼），胜利归峇地之主赛。

### 【赏析】

中文歌词出自唐代诗人常建作品《题破山寺后禅院》。

清晨入古寺 初日照高林  
竹径通幽处 禅房花木深  
清晨入古寺 初日照高林  
山光悦鸟性 潭影空人心  
万籁此俱寂 惟闻钟磬音

大清早我走进这古老寺院，旭日初升映照着山上树林。  
竹林掩映小路通向幽深处，禅房前后花木繁茂又缤纷。  
山光明媚使飞鸟更加欢悦，潭水清澈也令人爽神净心。  
此时此刻万物都沉默静寂，只留下了敲钟击磬的声音。



此诗抒写清晨游寺后禅院的观感，以凝炼简洁的笔触描写了一个景物独特、幽深寂静的境界，表达了诗人游览名胜的喜悦和对高远境界的追求。

这首歌的 MP3 格式可以在中文组网站（[www.sca.org.my](http://www.sca.org.my)）下载。

## 2023 年活动点滴 (2)



槟州植苗 700 株造林添新绿  
(26/8/2023)



亚罗士打中心公益活动迎国庆  
(31/8/2023)



东甲会员造访古晋中心  
(22-24/9/2023)



Alma 中心提灯园游庆中秋  
(1/10/2023)



九皇爷素食义卖活动  
(14-23/10/2023)



纪念世尊诞辰 98 周年  
(23/11/2023)



认识赛中心

## 柔佛州东甲赛中心 Sathya Sai Baba Centre of Tangkak



王庆玲赛兄与多位信徒于2005年11月23日发起成立东甲赞颂小组，至今已有17年。在大家的共同努力下，成功于2014年提升为东甲赛中心。如今，东甲赛中心活跃会员约有40人。中心的主要活动分为两大类：

灵修：峇赞、赛教导研习、自我提升课程、修学营。

服务：每月赠粮予贫困家庭、探访及供食给贫户及老人院，办健康检查营、植树活动等。中心也多次发动捐助灾民活动，献上温情和关怀。

除此之外，中心也庆祝各宗教及传统节日如春节、圣诞节、双亲节等，并主办多次印度灵修之旅，获得众多信徒的热烈响应。



**地址： 1st Floor, LC339, Jalan Pelangi 1, Taman Pelangi,  
84900 Tangkak, Johor.**

**峇赞： 星期四，晚上 8 时**