



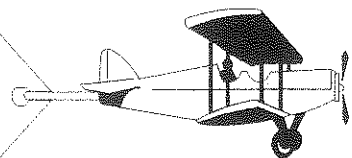
**Sanathana Sarathi**

永恒的  
战车御者

Vol.5  
第五期

Printed in Malaysia for  
the Sri Sathya Sai Central Council  
(for circulation to members only)

# 目录



| 主题                 | 译者  | Pg |
|--------------------|-----|----|
| (1) 女性的光辉          | 李保章 | 1  |
| (2) 人、真理、爱与神 (三)   | 陈慧健 | 7  |
| (3) 静默乃充满动力的灵修     | 周德惠 | 11 |
| (4) 追求真理           | 李保章 | 14 |
| (5) 人、真理、爱与神 (四)   | 陈慧健 | 22 |
| (6) 真理和爱塑造正义       | 李保章 | 27 |
| (7) 人、真理、爱与神 (五)   | 陈慧健 | 33 |
| (8) 真正的教育在于培育人类价值观 | 纪木英 | 38 |
| (9) 常向内看           | 周德惠 | 41 |
| (10) 正法与宇宙和谐       | 周德惠 | 44 |
| (11) 达瞻 (Darshan)  | 周德惠 | 49 |

# 女性的光辉

在印度这块土地上，出了一位贞洁女士，她就是莎威娣利 (Savitri)。莎威娣利和死神阎王搏斗，使死去了的丈夫复活过来。

在印度这块土地上，出了一位贞德典范，她就是曾德玛地 (Chandramathi)。由于丈夫哈利曾德拉的遭遇，使她吃尽苦头。

而罗摩 (Rama) 虔诚的配偶悉多 (Sita)，她可说是母亲大地 (Mother Earth) 的圣洁女儿。她为了证明本身的清白，丝毫无损地从熊熊烈火中走出来，她就是诞生在印度这块土地上。

达摩燃地 (Damayanthi) 也是一位至为贞洁的妇女，她在任何艰难的情况下，一直支持她的丈夫那拉 (Nala)。她也一样诞生在印度。

爱的化身！

在印度这个神圣和坚贞的国土上，诞生了像这些出类拔萃的妇女，她们高贵的品德，使印度享有“巾帼英雄”之国土的美誉。

自古以来，主掌太阳神咒 (Gayathri Mantra) 的太阳神祇 (Gayathri Devi)，就被人们看成是吠陀

之母 (Mother of the Vedas) 来崇拜。在人们的心目中，《吠陀》是最古老、最有权威性的一部智慧经典。印度这块圣洁的土地，就是太阳神咒的发源地。现在，这神咒的光辉已经在全世界各个角落传扬开来了。印度人民以各种方式崇拜“伽耶特黎” (Gayathri) 而得到救赎。崇拜“伽耶特黎”的方式，总括来说，可以分成四部份：① Sathyavathi；② Angavathi；③ Anyavathi；④ Nidhanavathi。这四类同样神圣，散发出无比恩宠。

第一部份 Sathyavathi 意味着众生皆具佛性，情形有如牛油存在于牛奶中一般。它宣称：那相同的大我在众生中存在着。智者以种种方式去阐述这唯一的真理。

第二部份 Angavathi 意味着五大元素（按：土、水、火、风、空）和五种感官的见、闻、嗅、味、觉各种作用都是众生所具有的。在这个世间上，没有一物不是由这五大元素所组成的。这 Angavathi 就是这五种基本元素的体现。

第三部份 Anyavathi 是指圣灵诸法相的属性。例如，主湿婆 (Lord Siva) 之法器是三义戟、第三眼等等。毗湿奴 (Vishnu) 所携带的法

器则是海螺壳、铁饼、狼牙棒等。梵文以“Sankhachakragadapani”称呼祂。甘那巴地(Ganapathi)的标志是象首和大肚。在所有祭礼中,都先拜祭祂。娑罗室瓦蒂(Saraswathi)则手提维那弦琴,用它来教授称为“Nadabrahma”的仙乐原理。因此,Anyavathi意味着圣灵诸法相所具的法力各不相同。

Nidhanavathi是第四部份。它传授九种虔诚法门。它们是:听闻(hearing)、颂唱(singing the glory of God)、持圣名(thinking of the names of God)、布施(sevice)、顶礼(prostration)、膜拜(worship)、作主之仆人(servitude)、与主为友(friendship)和全面归依(surrender)。

世界就是这四部份“伽耶特黎”的象征。这就是为什么它被称为属于阴性的大自然。我们称生于斯的祖国为母亲的大地。

### 妇女维护品德

印度视妇女为社会道德的维护者而给予她们崇高地位。这可以从神仙配偶如毗湿奴和拉斯米(Lakshmi)、湿婆和芭娃蒂(Parvathi)的称呼中看得出来:女士的名字居先,男士的在后,如:拉斯米·那拉衍那(Lakshmi Narayana)、乌玛·大自在天(Uma Maheswara),说明了印度文明对妇女何等重视。

一般上,人们把女性视为弱者。现在,印度文化终于承认不应该把女性看成弱者。主持家务的妇女扮演着把良好声誉带给家庭的重要角色。其实,她们的任务不止把荣誉带给自己的家,甚至也为国家和整个世界带来美名。自古以来,妇女在社会上享有崇高的地位。

经典视妇女为具备了七项美德的一群。这七项美德是:真理、爱心、正义、平和、容忍、至福和灵性(Spirituality)。

家庭主妇享有 Grihalakshmi 的美誉。Grihalakshmi 是掌管家庭幸福的女神。丈夫碰到困难时,妻子便不辞劳苦,随时准备分担丈夫的忧患,甚至为了丈夫和家庭的福利,就算牺牲了自己的生命也在所不惜。她是美好家庭的贤妻良母。妇女是牺牲的显现。虽然,男仕们也会作出牺牲,可是他们的牺牲往往沾染了自私的成份,而妇女们的牺牲却完全是无私的。所以,我们大家都应该为我们的妇女而骄傲!

### 妇女在古印度社会的崇高地位

印度的精神文明在经过外国长期统治下,还能够继续生存下来而不致被消灭,就要归功于国家妇女们的勇气和毅力了。先前,吉达拉地博士(Dr.Geetha Reddy)致词时,就已经提到妇女是手握真理和正义为武器的英勇战士。她们通常是不说谎言的,虽然其中的极小

数人可能会无意中犯错。但是,总的来说,她们维护真理和高尚品格的风范,男仕们是不能比拟的。她们追随吠陀的训谕:“说实话,行正义”。

有一回,遮那卡国王(King Janaka)和群臣会议,欲挑选一位适合颁发学术荣誉给自己的人士。虽然与会者有不少德高望重、学问渊博之士,如耶那维克亚(Yajnavalkya)等人,但是,遮那卡国王最后还是认为戈尔基女史(Gargi)才是最适当人选。这个例子说明了古时候的妇女,在普通老百姓或甚至国王的心中,占据着崇高地位。然而,妇女的崇高地位已随着时代的变迁而日渐衰落,最后到了连遁世之士也不给予妇女应有的礼遇了。例如,当圣哲玛旦加(Mathanga)欲接纳伟大的虔诚女子娑芭莉(Sabari)为门徒时,却遭受到许多遁世修行的弟子们反对。但是,玛旦加独具慧眼,看出娑芭莉求证佛道的决心和至诚以及她那不同凡响的贞洁气质,将她收入门下,留在道场修行。最后,她向全世界证明了她并没有辜负玛旦加的厚爱,她依照玛旦加的教导,对罗摩(Rama)极尽虔诚之能事,并通过对罗摩的膜拜而获得解脱。

### 妇女对家庭和社会的责任

由于受到新时代教育歪风的不良影响,造成人们把妇女看成玩物,不把她们当人看待。妇女具有吉

祥和高贵气质。但是男人却把她们看成煮饭婆,只配留在家中的四面墙壁或厨房内。但他们却忘记了妇女不但要料理家务,并且还要照顾家中所有成员的健康和幸福。今天,政府颁发诸如“Padmashri”、“Padmabhushan”等俗不可耐的荣衔给它所挑选的公民。但是,妇女早已拥有更尊贵和有价值的称谓,如:家居女神、贤内助、较好的一半等等,这些荣誉是她们以美德和牺牲精神所换来的。

人们也许会问,如果妇女上班去了,由谁来看家呢?或者母亲到学校当老师,教导别人的孩子,那么,她自己的孩子又由谁来管教呢?等诸如此类的问题。有些人说,妇女出外工作补贴家用所造成的严重后果是得不偿失的。但是,在这个新时代的社会里,妇女有必要分担维持家庭生计的负荷,不能全靠丈夫一人来承担。因此,妇女应该尽量追求更高的学识,以期能够找到合适的工作,赚取收入,帮补开销。如果妻子拥有足够资格,而丈夫却不让她去上班,那就未免自私了。妇女们天赋的爱和牺牲精神的这些美德,使她们有资格单独掌管整个世界。妇女不习惯发怒,但对男仕们来说,却是司空见惯。虽然,妇女之间也有发脾气的例子,但那是绝无仅有的,而男仕们这方面呢,却刚好相反。

莎威娣利和死神搏斗,成功地使死去了的丈夫复活。你可以从典籍或历史中,找到丈夫随时为妻子



作出牺牲生命的例子吗？如果妻子死了，他随时都可以继弦。像这样的事情在世界各地天天发生，这对妇女是不公平的。这就是为什么我们决定在每个月的十九日庆祝妇女节而不是只在十一月十九日那天才庆祝。

在赛运动 (Sai Movement) 中，热烈参与社区服务的信女，人数非常之多。她们的服务包括教导较不幸的妇女学习实用的手工艺，例如缝纫等等，以便她们能够赚取一些金钱补贴家用，同时也可以很好地利用她们的时间。如果这种活动能够在全国各地得到积极的响应，国家便会繁荣起来。这类神圣的工作正是我们这个文化古国的一个典型例子。妇女是我们古老文化的传人，而文化就是有教养的意思。妇女是文化传统的接棒者，她们为了国家的解放而劳动。

吉达拉地博士谈到伟大妇女们在战场上可歌可泣的事迹，像罗尼 (Rani of Jhansi) 这位巾帼须眉，战败沙场，却宁死也不投降！她实践了吠陀的教导：唯有作出牺牲，人才可以获致解脱。在目前的伽利时代 (Kali Age)，也许会有几位妇女不遵守真理和正义的特殊例子。一般上，妇女通常都会奉行这些理想的。不过，我们并不鼓励妇女去炫耀她们的才干。即使在家中，她们也需要面对障碍和对抗。假使妇女获得应有的尊重和鼓励，她们一定会在每一个领域大放光芒，胜任愉快地为家庭、国家乃至全世界

服务，促进全体人类的幸福。

无可置疑的，妇女之中也许存在着几个欠缺妇德的害群之马，但这是社会上每一个阶层中无可避免的现象。就以橙的果实来说吧，你必须先剥除苦涩的外皮和去掉它的种籽，然后才能享受到鲜味的果液。人生的果实，它的外皮更加苦涩。你必须把它剥除，并且去掉不良品格的种籽，使你可以尝受到果肉甜美的液汁。

假使男性能追随女性的榜样，吸收纯洁和牺牲的品质，世界肯定会进步。人们说，“工作是男子汉的份内事”，好像只有男人才可以工作似的。这是错误的。妇女们也在做各式各样的工作，和男人无分轩輊。事实上，妇女做起事来比男人称职、用心。最近，印度电讯公司的一位董事前来看 Swami，我问他，妇女在他公司员工中所占的比例，他回答道，百份之九十九是女性，并且还说，妇女的工作效率比男工高出十倍。她们不会在尚未做完指派的工作便离开工作岗位或放下工作。她们的工作态度比男仕们的好。在任何一本经典中，都找不到女性只能煮饭，而不能像男人一样工作的记载。

事实上，即使男人也要学会烧饭做菜和处理家务，以便必要之时，助太太一臂之力。觉知 (Awareness) 就是生活。觉知是指全面知识而不是部份知识，而妇女充满了这方面的热忱。即使男人也应该作

出努力，去学会每一件事情。妇女具有内在的潜力，你应该鼓励她们去展示她们的才华。(Swami 讲述一位在军队中使士兵战栗不已的指挥官，回家后被妻子诘问时直打冷颤。同样的，有一间学府的校长，学生也许怕他怕得要命，但，当他被妻子盘问为何迟归时，不也怕得冷汗直流吗？)

### 神一视同仁

一般上，“Purusha”（按：太古原人）这个名目，根据其体形，被解释为男性之意。这是不正确的。它代表众生体内，从头顶到脚跟的 Atma（真我）或 Chaitanya（采旦耶）（按：Chaitanya，主的众多名号之一）。人生的主要目标有四，它们分别是：正义 (Dharma)、幸福 (Artha)、随心所欲 (Kama) 和解脱 (Moksha)。它们并不是只适用于男性。它对女性也同样适用。

其实，妇女诚心追随正义的准绳，而男仕做的却是表面功夫。凡是证得自性的人便是神灵 (Purusha)。个人的职责 (Swadharma) 是指天赋的责任 (Atmadharma)，并非和身体的事务有关。《博伽梵歌》(Bhagavad Gita，简称梵歌) 对这一点有加以说明。这是古人所追求的理想。

幸福并非光指财富或金钱。它指的是智慧的财富。不论男女都拥有权利去体认绝对的一元性，而这

绝对一元性就是真正的智慧。

随心所欲是对神而非世俗物质的渴望。

第四项人生目标是解脱。求解脱的欲望是人所共有的，不论是男性或女性。解脱 (Moksha) 是 Moha Kshaya —— 舍弃对身体的眷恋的意思。如果你不去追随感官和心念，而只去追随你的良知，你便在通往解脱的道途上迈进了。

为了要阐扬经典的精义以及鼓励妇女们在社会上扮演她们的角色，十九日这天便被选作妇女节。唯有妇女才可能匡复正义在社会上应有的地位以及重振正义的雄风。但是男人也拥有相同的权利，他们应该参与这项艰巨而神圣的工作，以便国家能够繁荣起来。就算男士不愿积极去参与，他们至少也要让妇女在不受干扰的情况下，推动她们的工作。

基士那在《梵歌》中说：“凡是一心不乱膜拜我的人，我会照顾这些坚定不移的信徒的福利。”这是对大众所作下的承诺，没有任何分别心的成份。每一个人都应该培育起好像这种一体性的情操。圣灵无所不在。基于种姓、教条、性别和国籍所形成的差异，必须连根拔起。神没有偏私。你也应该奉行这项平等原则。神无所不在。你不可能以你那狭隘的思想去约束神，好像你有本事把祂局限在你的那个小小的相片框里似的，这种想法真是

荒谬极了。祂具有成千上万的法身和名号。当你修持 Sahasranama Ar-chana (诵念主的一千个名号) 法门时, 每念完一千个名号一遍, 你便奉献一朵鲜花。你所有奉献的对象是那一张照片, 而不是一千张照片。所有一切都可以被认为只牵涉到那唯一的神而已。你可以念阿拉 (Allah)、耶苏、罗摩或基士拿以及其他名号, 但这一切名号所指的都是那相同的神。倘若你认为你所膜拜的形相才是唯一的神, 那么, 你便把遍满法界的神灵局限在小小的角落里。

你应该放下所有宗教之间的差异。只有一门宗教: 爱的宗教; 只有一个种族: 人性的种族; 只有一种语言: 心的语言。较早时, 我谈到伽耶特黎 (Gayathri) 的四个部份和五大元素。这一切都是神, 何来种姓、教条或其他的分别呢! 如果你体验到这一体性, 你便达致清净和圣灵了。由于你们忘记了这一点, 你们才会有敌对的思绪和社区的差别。神没有好像社区、国籍或性别等的差别。古时的人没有这样的分别心。千万别让这种情愫有立足的余地。神是一, 而世界上的每一个人都拥有相同的权利去享有祂的恩宠。世尊以 “Bhajana Bina Sukha Santi Nahi” 这首峇赞结束祂的讲道, 时为1998年4月19日于 Kodai-kanal “Sai Sruthi”。

(原文刊载于1998年7月版)

### 渡越生死之洋 (Bhava Sagara)

道德是净化人生各个层面的内在意识的最有效途径, 因为道德促使人们明白什么是该做的而该如何去做。只有赢得了优良天命的人才能获得卓越的识别力, 而朝向这方面的决心就是渡越“变化无常”和“充满恐惧”之生死之洋的浮槎。有美德之人可谓近乎超脱。如果非卷入有关的剩余行动不可的话, 对一个有美德的人来说, 那行动的冲击就起不了作用了; 他可以跟梵 (Brahman), 也就是至福的化身, 融为一体。

- - Baba (1998年7月版)

# 人、真理、爱与神 (三)

离弃损友,  
结交善知识。  
经常行善,  
辨别永恒与无常。(梵文的偈)

爱之化身们!

今天, 人们都努力去求知什么是快乐, 而且只向外在的世界去探询而已, 但是却没有一个人尝试去了解他自己。知道世界上的一切, 却不认识自己, 那是毫无用处的。整个世界只是根基于一个“我”而已。当你问一个人, 不论他是个富豪或是个贫民, “你是谁?” 答案必然以“我”为开始, 我是某某人是一般的回答。再查问下去, 他可能会说我是个医生或者我是个商人。医生指的是他所做的工作而商人指的是他的职业。如果你问到姓名, 回答可能是拉玛耶或者基士那耶。这些名字是给身体取的, 短暂的, 并不代表真正的“你”。你是个永恒的实体。不明白这个真理, 人被无常的现象所迷惑, 一味的耽溺于自私自利的追求而已。他对世界是毫无贡献的。每个人都生在社会, 长在社会, 是社会的一个肢体。只有当人为社会服务时, 他才能兴盛繁荣。今天每个人都尝试为自己而活, 罔顾社会的一切。

### 寻找福悦的源泉

你莫忘记自信是生命的基石; 就好像你不能在没有基石的土地上来堆砌墙壁一样, 你应该只基于自信来过着有意义的生活。当自信坚定时, “自我满足”与“自我觉知”的优秀品质可能让人升华到“自我开悟”或者达致福悦的人生最终目的。当人遗忘了生命的基石, 他如何能盼望悦乐或者祥和? 真我就是本性, 人必须领悟这个真相并弃绝对身、心、意的执著。本性 (Atma) 是主人, 认识这一点以便让它成为主脑。不要误认你的工具为你的本性。所有躯体内之器官或工具都被源自本性的振波所操纵。仅只如此, 人是无法生存的。遗忘了这本性的原则而失去了悦乐是可悲的。人只是强装高兴和欢笑, 实际上, 他们并不快乐。神是悦乐的主宰, 所以除非你跟神认同, 不然, 你是不会真正快乐的。

当你想到神而向祂祷告时, 你不应该求取琐碎的事物, 你应该要求一件你本身缺乏但神却拥有的东西, 那就是福悦而神就是福悦的化身。所以, 你应该仅为至福祷告而已。那些自称为信徒的人却为了满足他们琐屑的欲望而祷告, 他们不

是真实的信徒。神被形容为“Nithyanandam Paramasukhadam, Kevalam Jnanamurthim”（永恒至福，无上悦乐，完全智），所以你仅要为此福悦祷告就够了。如果你作深入的探询，你会知道神并没有离开你。生活上好与坏的经验皆是自己造成的。种瓜得瓜，种豆得豆。所有的果皆是由自己行动的因造成的。凡悟知这真理者就可以明白神性原则了。

虽然几经努力探讨和进行灵修，人却无法达致开悟，其原因就在于观念的不正确。佛陀对此做了深入探讨，最后悟到开悟的绊脚石就是心念，而他达至“Amanaska”（无念）的境界，也就是他去除了心念的障碍获得了涅槃或超脱。他体认了真性（Atma）。如何去除掉这个心念呢？你可以把你的注意力转向智慧并开始分辨什么是永恒的、什么是无常的就行了。

抛弃追求肤浅的、书本上的知识，你要追求的是有识别力的知识。在这方面，你千万别为自己私利而鉴别，应该基于众生的福利来作决定。这便是开阔的心胸与扩大的爱心。不要有狭隘的看法，狭隘看法是爱的收缩。与朋友打招呼，你说“哈罗”，但这并不反映出你的爱心，你内心应该保持纯净空无，不沾丝毫感觉与欲望并朝向超越心念的目标迈进。佛陀深思了六年后才能成就这个结果：“Buddhigrahayam Atheenathriyam”。他在超越了身心意后才觉悟了真性（Atma）。

今天人类只是像影片中的演员在表演，一切仅属装束，近乎虚伪。“Manava”这字的意思是指人，分析起来，它的意思即：人就是克服“幻像”者，（“Ma”是幻像；“Na”是不；“Va”是行为）。什么是幻像呢？就是把不存在的事物视为存在的。当你走路时，你的影子跟着你。每个动作都有反应如回声与映像。就是你的感觉与念头也都反映在你的举止行为上。只要你起心动念，在灵修上你就不可能有所进展。如我在上一个讲演所解释的，“Man”这字本身就是M-Maya（幻像），A-Atma（真性），N-nirvana（涅槃），那就是说，只有当你克服幻像时，你才能体悟真性及达获涅槃或者解脱。这境界只可以由自信来获得，那是对真性的信心而非对工具的信心。

今日，对肉体与物质的执著使人忧虑重重，垂头丧气。他把全副精神献给他的家人并极力追逐财富与名声。如果他能把一小部份的精力献奉给神，他就能得到一切了。为何你对全能的上主没有这份信心呢？你反而准备为尘俗的琐屑事物而牺牲。如果你肯为上主牺牲，你就可以得到无限量的恩赐，你与家人及你所关心的人也因而会得祥和与悦乐了。

虔诚的求道者（Bharatiya）经常为了整个世界的幸福与福利而祷告。这是你该向神做的正确的祷告。你是世界的一份子，而你也会与他人一起共享祥和与福乐。

## 培育圣洁的思想

“Bharata”这字有很神圣的意义在内。“Bha”代表自性的光辉。一个力求“自我光辉”的真性的人就是个“Bharatiya”。在音乐上，“Bharata”这字有特殊的含意。“Bha”是指“Bhavam”（感觉），“Ra”是Ragam（旋律），“Ta”是“Talam”（节奏）。Bhava、Raga与Tala和谐地结合起来就制成悦耳的音乐。同样的，神圣的思想应该弥漫于各个层面如道德、伦理及精神等方面，这就是“Bharatiyas”的特性。

神是存在—意识—福悦（Sath-Chih-Ananda）。有了永恒的感觉（Saswatham-sath），你应该寻找“Chith”（灵性智慧），而后你就能得到“Ananda”（福悦）了。你只能从福悦得到福悦，而不能从沮丧中得到福悦。你要以爱来崇敬上主因为爱即是神而神就是爱。这会给你真正的喜乐。今天，人们假装在表现爱，但内心却没有爱的感觉。“Yad bhavan thath bhavathi”

。感觉什么就成什么。现在我们可发觉感觉与表达是有所不同了吧。你不知道什么时候这身体停止活动，可能在婴儿时，孩提时，年青时或年老时，但死亡是必然的。虽然这身体就像个垃圾筒，堆满了屎尿，我们还是必须保养它，使它处在良好的状况，因为这臭皮囊也是神寓居的庙宇。身体本身是无法助你渡过生死的海域的。你必须降服于

神。从早到晚，人只为填饱肚子而忙碌，就这样地糟蹋他的生命而不致力于对神的探索。为了看场电影或旅行观光，他们宁愿花时间排长龙来买票，但是他们却不喜欢排队等待上主的“达瞻”（Darshan，神人相见）；在“达瞻”时，神可以恩赐无比的福乐。

就拿树来作例子吧，树结成果累甜美的果实而利益他人，它本身却不去享用；牛供给奶给人，本身却一滴奶也不尝；河流源源不绝的供给水给人类、动物和鸟类，但它本身却丝毫不取。人只享受一切而不知回馈社会。“法”保护那些护法者，但会摧毁那些企图灭法的人。

爱之化身！

有了上主的恩赐，你才有这难得的人身；勿以世俗的享乐来糟蹋它，要利用它来向神祈祷，要以服务人类来供奉神。

## 要敲对门

阿迪商羯罗（Adi Sankana）用其一生来传扬不二法门的真知（Ad-vaitha Jnana）。但是从他著名的“Bhaja Govindam”诗句上，他也强调祷告的效益。他说人在面对死亡时，知识并不能救赎他。人必须祷告及崇拜神，才能从生死的枷锁中解脱。以爱之原则（Prema thathwa）为基石的虔诚是解除每个人枷锁

的不可或缺的因素。无二法门就是在歧异中见到其中的同一性。（世尊拿着一个银做的水杯说，当这杯被熔化而制成一个盘时，银会永远保留下来。形状虽异，银则不变。

至上权威的基本原则是有一种。你可以继续举出很多例子，如：首饰众多，黄金是一样的；花卉繁杂，供奉是一样的等等。虽然你供奉不同的花朵给神，但祂却只喜欢一种不会凋谢的花，那就是你心内的花。心既是上主的祭坛，当然是祂最喜爱的了。在生活上，你需要食物、衣服与住所，但是，你不应该忘记这一切的根基就是神，所以就算是在投入尘俗的工作时，你都要时时刻刻思念着上主。

以纯净之心，无欲之念来祷告神。不要为了满足琐屑的欲念而祷告。以无欲之心来敬爱神。沙巴利（Sabari）如何得到罗摩的恩宠而让她获得解脱呢？查达由（Jatayu）如何享有安死于上主怀抱里的特权呢？他们是从不为芝麻小事而祷告的。与其祈求一件特别的首饰如戒指或者项链，不如祈求黄金吧，你可以用黄金制造成任何首饰。

忘了上主的训谕与保证致使你与祂的指导背道而驰。神告示：

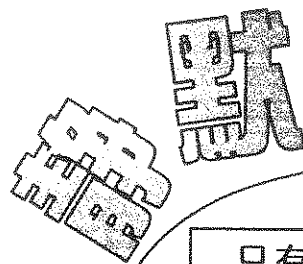
要求而一切将会赐予，  
寻觅而你将会找到，  
敲门而门将会为你打开。

你并未向正确的源头要求。你求之于世界而非求之于创造世界的神。你如何能获得回应呢？你也没有寻找正确的东西。你只寻求无甚价值、过眼云烟的财富与地位。你敲的是什么门呢？你在敲悲伤的门。你如何能获得福悦呢？如果你遵从上主的指示，你必定会得到适当的效果。如果你打开心扉，一心爱神，你会获得你所要的一切。不要乞求任何琐碎的恩泽，要求的是神本身。祂可以给你任何东西及你所要的一切。祈求神的爱，你会有爱。靠神的爱，今后你会昌盛繁荣。

世尊以峇赞“Prema Muditha Manase Kaho Rama, Rama, Ram”来结束祂的启示。

1998年4月21日世尊在哥达卡那“Sai Sruthi”的启示。

（原文刊载于1998年7月版）



## 乃充满动力的灵修

只有在至静之处，你才能体验到神，当然，首先你必须建立起那种感受性。

的确，把静默视为灵修（Sadhana）的求道者（Sadhakas）必竟少数，而或许，能认识到峇赞的渐进动力之法则者更是稀少了。这法则之于最精妙的灵性修习，就像其他法门如膜拜、持名、服务与坐禅一样，有着同样的作用。然则，深沉的静默并非仅如一般人所理解的三缄其口而已，相反的，它意味着“三因平静”（Trikarana Mounam），即“意的平静”（Mano Mounam），“口的平静”（Vaak Mounam）及“身的平静”（Kaaya Mounam）。换句话说深沉的平静意味着一个全然的、完美的静止，于斯，我们不仅控制语言的机能也控制所有精神的对话，乃至身体的操作，其实，这就是我们所认识的不可言喻的、如如不动的三昧地（Samadhi）或至静（Mahamounam）。

### 静默的效益

除了跟神融为一体所体验到的“不可言喻的至福”的最高效益外，峇赞说静默也带来其他较小的效益（具同样价值）。例如，静默有助于避免冲突（Mounena Kalaham

naasti），使我们免于说溜咀而导致不快或祸害，如峇赞所说的，说溜咀比滑跤更加危险，因为滑跤所受的伤可以治疗而言语所造成的伤口往往是不能愈合的。说太多话会导致身体早衰，也会使记忆力衰退，智力的敏锐性丧失而静默却能增进这两者的功能；再者，静默除了能保存身体和精神的能量外，它对身、念、心三者都有莫大的裨益，使三者得到松弛、休息甚而产生治疗的力量。斯里罗摩那（Sri Ramana）宣称：“公开讲演、身体活动和物质补助都比不上高灵们的静默。高灵们的成就更大。”

以下这段斯瓦米（Swami 导师）对静默的优点所作的评语值得我们牢牢记在心里：静默是最佳的修习……没有比静默更能平息你内心的波动了……静默是求道者的表达方式，是悟道者的唯一语言……静止和沉默皆属纯意识的本质，凡达致者得享最高的平和与最高的福乐。”

持守静默有助于促进一个丰硕的生命，所有伟大的科学家、诗人和作家及哲学家，他们的一生已证

实了这一点。纵使是忙碌的蜜蜂，它们也有非常丰硕的成果，其成果不在于发出嗡嗡的叫声而在于默默地采取花蜜从而促成异花授粉的功绩。更重要的是，对“静默”不断的修持最终会带来心念的专注和心境的平和，纵使处在激烈的行动甚或动乱的情况之中。

### 攀登“静默”的高峰

就这一点，或许可以这么说，除了悟道者和神化身如基士拿、赛塔塔之外，其他的人要在从事激烈行动中仍旧保留完美的静止或静默的理想境界是不容易的或甚至是不可能的。但是，无论如何，让我们努力修习，持之以恒，朝向这个理想迈进。塔塔鼓励我们并且保证：“修习静坐冥想，我们就可以在机缘成熟时培育起平静和寂然不动的心境，哪怕是处于最繁忙的闹市之中。”在这方面，我们或可基于人们攀登这高峰时所处的梯阶位置来对他们加以分类。

在梯阶的最底层，就是那些沉溺于声音者，其沉溺的程度简直致使他们视几分钟的静默为一种惩罚，他们患上“言辞痢疾”之症，成为碎咀子，喋喋不休，好谈论是非，打听消息和散播流言蜚语。他们甚至需要电视机、收音机或录音机所发出的声响来催眠。

这种人简直就是他们自己创建的或来自其他源头的内在（精神）

噪音与外在（物体）噪音两者的受害者。他们应该遵照塔塔的金玉良言，即：“过多的说话危及心念而一般的说话危及福乐（Athi bhaasha mathi haani, mitha bhaasha athi haayi）”去尝试攀登下一个较高的梯阶，也就是“内在有声但外在平静”的阶层。他们应该了解神之所以赐予人类一个舌头，还有盖住舌头的两个盖（上下唇及两排牙齿）作为味觉与说话的两种机能，但却赐予人类两只耳朵（无盖），只有“听”的一种功能，其原因就在于提醒他们要少说话多聆听。在这第二阶段，人们于是想避开外面的声音来达致“处在平静”或“Vaak Mounam”，但他们还是不能达致“内在平静”或“Mano Mounam”（意的平静），那是因为“精神对话”还存在之故。其实，“处在平静”的修习可以协助揭发那不间断的、默默的在心念和自我（ego）之间引起的内在的“喋喋不休”，否则，当一个人沉溺于不停的说话之中时，这“喋喋不休”就不会被察觉了。

这第二阶段相当于斯瓦米所称谓之“Bhoutika Bhakti”，最终以除去“外在噪音”来达致心念的平息，特别是在坐禅的时候，但是这还没有达致“内在平静”。处此阶段的人就应该尝试提升到下一个更高的梯阶，即：内在和外在都达致平静的境界，这就是斯瓦米所说的“Ekantha Bhakti”的境界。在这阶级，静坐时，其目标就在于以内在与外在的平静来平息心念。根据塔

塔所说，“只有在你把心念从外在的感觉客体转向内在并体验纯净的真我（Atma）时，你才能达到这境界。”在这“心念平静”（Mano Mounam）的阶层，求道者在不坐禅之时就应该控制说话的量也应该控制说话的质，以奉行斯瓦米的劝导：“说话语气温柔、甜美和亲切”及“若不能使人快乐，你也要言和色怡”来达获之；同时，要恪守永恒之法（Sanathana Dharma）的指示：“说真话，说愉快的话。不说不愉快的真话也不说愉快的假话。”努力沿循这些路线迈进加上虔诚的祈祷、持名和坐禅，神圣的恩典必会降临而使志于道者能够平息其心念，虽然，聆听着神的声音于圣音“唵”之中或其他形相之中，心念可能还是停留在二元性的领域里。

在下一个更高的“Ananya Bhakti”（Ananya 唯一无二，Bhakti，诚信）的梯阶里，二元性随着心念一起消失，导致“Amanaska”（无念）的境界并且处处呈现圣灵的“非二元性”的体验。这就是至静（Mahamounam）的最高峰，这时，求道者修成一个“Siddha”（全知者），达到了内在平静的高峰，纵使外在的噪声依然存在而他完全不受影响。如基士拿对阿周那所说的刻骨铭心的话：“Sarveshu Kaale-shu maam anusmara yudhyacha”（要一直忆念着我而展开人生之战），他现在已修得这样的境界而能依照这句话来行动了。这完全符合塔塔常引用的箴言：“Haath mae kaam

，dil mae Ram！”（工作在手，神在心里）。这种内在平静与外在行动的结合带来一如塔塔所说的“工作、膜拜和智慧三者的综合最终会带来怡悦而完美的极致”。

倘若有人对这令人赞赏的目标缺乏信心，那么就让他读一读以下塔塔所说的话以便鼓起他的勇气，使他振作起来而满腔热忱地朝向这目标迈进：

“静默是沟通技艺的开始。要学习每天静默一段时间，只是完全静默地坐着，听听神的声音。你也许不能用耳朵听到神的声音，因为神可以通过“静默”跟你说话，而你纵使听不到声音也会觉知神的信息。那么，就在那一段静默的时间里，让你的心念休息在神的怀里，而后神的信息就会进入你的心念了。但是，要有耐心，不可期望立竿见影的效果；要持之以恒，成功必属于你。总之，要确知我和你同在，就算当你什么也听不到的时候，我还是和你同在。因为，我是你而你是我，那么，我们怎么可能不可以沟通呢？多想想！可别轻易放弃啊！”

（原文刊载于1998年7月版）



# 追求真理

苦行、到圣河沐浴，以及  
熟读经书或诵念  
都不会助你横越生死轮回苦海  
倘若你不供养明心见性的悟者。

爱的化身！

人以种种方式求取解脱（从世俗的桎梏中解放出来）。苦行究竟为谁而做的呢？它不是为了别人，也不是为了替天行道，而是为了本身的利益而做的。千万要知道的是，我们是为本身的满足而不是为了他人的福利才诵念主的圣号的。那么，人到底要怎样才能从生死轮回苦海中得致救度呢？诵念圣号或牺牲祭祀或其他宗教仪式，都是徒劳无功的。你需要去服务人类。

## 布施是真正的膜拜

布施是最崇高的膜拜，也是最佳的苦行，更是最重要的诵念。金钱失去了可以再赚回来，友情失去了也会有办法补救，甚至妻子死了，也可以再娶。但是，如果你现在的身体失去了，那便是永远的失去，它是不可能恢复的。所以，人身是非常宝贵的。

这宝贵的人身之所以要善加照

顾，其原因何在呢？那是因为它成就是正法（Dharma）的工具。

人身难得，它是十分圣洁和可贵的。既已得了人身，却又不知珍惜生命的可贵，那么，生而为人又有什么用呢？人具有天赋的记忆力，而他也具有自觉的能力。探寻生命的意义是一件值得赞赏的行为。这项探寻导致人类的创造潜能，不论在科学或是在其他领域中，都取得了辉煌成就。然而，由于人错用了他的才智，因而迷失在种种探究之中。有一个人看见了一棵树，他只看见枝叶而看不见树的根。另一个人则只见其根而不见其枝叶。这都不是探寻任何事物真象的正确方法。

## 搅拌心的海洋

要探究事实真象，就需要对枝叶的组织、树根的构造，乃至整棵树的结构有着全盘认识。科学家只对枝叶有兴趣，而吠檀多奉行（Vedantin）则研究树根。凡是真理

的追求者，不论他是科学家或是吠檀多奉行者，都必须把枝叶、树根和那棵树看作一个整体来研究。

经典用一个例子来说明此事。罗刹（Rakshasas，妖魔）和神祇一齐搅拌牛奶海洋（Ocean of Milk）（希望能够搅出琼浆）。第一个搅出来的是称为哈拉哈拉（Halahala）的剧毒物品。但他们并不气馁，继续不停地搅拌海洋。接着，幸福女神拉斯米（Lakshmi）、神奇的天兽如爱罗瓦陀（Airaavatha，天帝因陀罗的神象）陆续出现了，最后琼浆也终于搅出来了。他们怎会得到这许多呢？那是因为他们具有百折不挠、锲而不舍的精神。

今天，人们应该把全副精神用在探寻真理上。人心象征着牛奶海洋。如果你以智慧的绳索去搅拌这海洋，它所带来的，可能会是某种失意或失败。如果你不被这些失败打倒，继续坚持下去，你便会获得好像真理、正义和公正这些瑰宝，而诸如忍辱和慈悲等品质也跟着出现。

人应该致力去培养好像容忍、爱心、同情、正义、公正和真理等品质。然而，人们却忽视了这些品质的重要性。他们在短暂和不具价值的世俗事物中探寻真理。人们应该真诚地为追求永恒的真理而献身。一切美术都是追求真理的产品。

## 圣灵的征兆

在真理的探寻中，你也许还不能体验到神，但那些指向神的征兆肯定已出现了。这是怎么回事呢？譬如，有人用手去指树梢上的北极星。事实上，树梢和北极星是毫不相关的两回事。但树梢却是北极星的指标，你向着树梢望去，便看到了北极星。同样的道理，我们的一切方向，我们所说的每一句话，我们的一切行为和我们所看见的一切，都和真理的探究有所关连。它们全都证明神的存在。

譬如，就以辽阔的海洋来说吧！看到了它的辽阔，我们的心就开了；看到高山峻岭，我们便油然而起喜悦之情；看到茂密的丛林，我们的心情舒畅。这些都是发现真理的征兆。虽然你在它们之中看不到神，它们却说明了神灵存乎其间。

一颗种籽生长成一棵巨树。小鸡从蛋壳中走出来。一物之死是另一物之生。花朵散播芳香。牛油来自牛奶。这些都是探求真理的过程中所发现的道理。

## 存在于宇宙万物之中的神

整个宇宙基于三大类活动而运作；这是我们日常生活中的体验。第一类是创造（成）；第二类是维系（住）；第三类是创造的败灭（坏）。成、住、坏是我们天天所体验到的事情。我们目击着它们的发生。而这一切皆证实了作为真理化身的圣灵是存在的。人们未能领悟

这个基本的道理，于是便对“神在何处”争论不休。提出关于神的问题容易，但是去寻找神却难了。为什么呢？因为神是真理中之真理。即使在虚伪之中，神一样以真理存乎其间。祂以恶存在于恶之中，以善存在于善之中。祂是行善者的“德”，是作恶者的“孽”。基于这个道理，《梵歌》（Gita）于是宣布，主是一切事物的精髓。神是糖浆中之甜份。糖浆中无糖便不能成为糖浆。同样的道理，神存在于所有物体之内。祂有如牛奶中的牛油，花朵中的芳香；祂是每一件物体中的善良素质。这便是经典箴言中的意义：“祂是所有一切的精髓。”。

神存在于宇宙万物之中，有如糖之于糖浆。它是肉眼所不能看见，而必须亲身体验的。

成、住、坏根据天道的法则运行。《吠陀经》称这三类活动的主宰为神。《奥义书》也证实此一说法。可兰经、圣经和锡克教经典（Granth Saheb）都一致提到，种种预兆皆暗示着神的显现。

整个宇宙之中，没有一物能够摆脱成、住、坏这三个过程。任何人都必须承认这个事实，那怕他是哲学家或科学家、工程师或医生或其他人士，他都要接受这项法则。这个程序的支配者就是神。

神的英文字母 GOD 意味着什么呢？“G”表示创生（Generation）

。“O”表示组织（Organisation，以维系已创生的）。“D”表示毁灭（Destruction）。倘若我们仔细观察任何物体，我们便会发现这三种现象。这三种程序的进行，全是神的意志所策划。整个宇宙都受到成、住、坏这三个程序的支配。

### 人身的五藏 (five Sheaths)

一个人要怎样才能体验到神的意志呢？人的一切思绪都来自心。如果心是清淨的，则我们的一切思维、语言和行为都会是高尚的。倘若心所想的全是善念，那么我们的一切行为便会是正直的，而我们的生命便得到救赎。我们本身的一切善或一切恶都来自我们的心。善和恶是很难分开的，它们其实是分不开的。快乐并不是单独的境界，它是痛苦的终结。

圣灵的一体性涵盖着宇宙万物，而人性正是体验此一体性的梯航。经书说，相同的圣灵寓居在众生体内。

人身由五藏（five Sheaths）所组成。它们是：食物或肉身藏（Annamaya Kosa）、气息藏（Pranamaya Kosa）、意念藏（Manomaya Kosa）、智慧藏（Vijnanamaya Kosa）和福乐藏（Anandamaya Kosa）。唯独作为万物之灵的人类才具有五藏中的智慧藏，其他生物则不具智慧藏。因此，人应该认识到这天賦的智慧藏是何等可贵。它不应

该被错用。人具有许多崇高和可贵的品质，他不应该被视为无足轻重的泛泛之辈。

人遗忘了自身的无限潜能，而把肉身看成是首要的，以致过着毫无意义的生活。

肉身并不是真的那么重要。只要人把肉身看作是他的生命，他便不会安宁。

### 科学和灵学

圣哲那拉达（Narada）精通64门学问，但他的内心却不能平静。于是，他向善纳古玛拉（Sanat Kumara）求教。他说：“导师啊！请您驱除我的无明，传授我宁静的法门吧！”善纳古玛拉说：“那拉达！没有一门知识是你所未精通的。你熟悉《吠陀经》、《奥义书》以及其他经典所记载的一切法门。然而，这一切知识却不能带给你内心的平静。这些知识所涉及的仅是现象世界的事物，而现象世界的本质是无常的。在你尚未获得关于“永恒”这方面的知识之前，你是不会获致宁静的。”

科学家说，科学的尽头就是灵学的开始，这和上面的说法可说是异曲同工。

科学以宇宙万象为其研究对象。它提供了身体上的一切所需。身体必须善加照顾，那是毫无疑问的

。但是，你却不能认为身体就是一切。不过，你应该为它的保养和舒适而作出努力。所有成就都导源于身体。有了身体，你甚至连圣灵也可以体验得到。但是，你却不是那具身体。它只是用来体验神的工具。更重要的是，宇宙神智（Paramatma）寓居其间。

### 爱：人的神圣品质

世间上有着许多重要的事情需要我们去实现。而这一切的主要依据就是爱。在维多利亚女皇时代，有一位首相名叫威廉·格莱斯顿（William Gladstone），他证实了爱和善心能够成就一切。在他的传记中，他被作者描写成一位以爱心和牺牲精神去执行职责的人。

人有许多圣洁的品质，诸如爱和牺牲。然而，他却丝毫没有保留地去把它们表现在自己的行为上。每一个人都具有灵性。由于认识不到这一点，人于是在世俗享乐的追逐中，白白浪费了他的生命。人是世界上最珍贵的创造，而其他一切，不论它们多么贵重，其价值都是人附加上去的。而人的最圣洁品质就是爱。爱就是神。生活在爱之中。培养起对众生的爱。这个广阔的世界所需要的，是无限包容的爱。如此，人性便会彰显。人生中的烦恼和苦难皆因缘聚而生，它们毕竟会由于缘散而灭，成为过去。我们所珍惜的价值观才是永久的。

## 印度文化根源于灵性

在这个世界上的每一个国家，都有各自的理念和宏愿。每一个国家都应该坚守着它本身的价值观。任何国家如果不重视它的理想，整个国家便会衰落。

印度文化是一个光辉灿烂的文化。它在五千年动荡的历史中生存了下来。一棵巨大的榕树之所以能够生存，是因为它的根深植于泥土中。许多国家的古老文化早已消失了。但是，只有印度文化仍旧世代相传，直到如今（掌声）。这是什么原因呢？那是印度精神文明的基业已牢固地在国土中扎根。这个文化的灵性面貌促进了它的成长。

我们不应该把印度文化看作是崇尚空谈的文化。它源源不绝地提供了灵感和案例。即使它在其他方面会有所改变，但它在这一方面却是不变的。然而，这个源远流长、历久弥新的文化信息，却得不到正确的认同。

尽管科学日新月异，并且在各方面取得了长足的进步，然而，先进国家却仍然得不到安宁。缺乏安宁，怎么可能有快乐呢？有一天，邱吉尔很感慨地说，人类取得了许多胜利，但仍然未能臣服他的感官。柏拉达（Prahlada）把同样的看法告诉他的父亲。倘若一个人不能控制他的心念，那他在其他方面的胜利又有什么用呢？

控制心念是先决条件。它只能通过心灵的修持获致，其他方法都是徒劳无功的。

## 神是唯一的精神导师

今天，我们庆祝导师节（Guru Purnima），它的意义何在呢？人们把传授知识者尊称为导师（Guru）。但是，他们大多数只是老师而不是导师。世间上只有一位导师，祂就是神。

许多自称导师者在这一天向他们的弟子们鸠收捐献金。（按：Gu-ru是由“Gu”和“Ru”这两个字组合而成。）“Gu”意指超越一切属性者，而“Ru”则指不具形像者。只有神才是既超越属性而又不具形像者。“Guru”的另一个意思是驱除无明（愚昧）者。大多数的所谓导师，他们本身也在搞世俗活动。在伽利时代，连灵学也成了一门生财大道呢？

人们应该明白人间私情和天地真情的分别。世间私情以“取”为出发点。天地真情却只知“施”。神的爱是连续不停的施予。这就是圣灵的真实征象。它是清静不垢的。灵性和人情世故背道而驰。世俗的活动有时是免除不了的。世俗的活动有时是免除不了的。但是，倘若你把它视为祭品去讨神的欢心，它们便得到净化。凡是你的一切成就，你都要看作是神的恩赐。如此，你便能体验到真正的人性。

真正的人性在于良好的行为、良好的思想和良好的话语这三者的统一。不要违背真理。让爱从你的心泻流而出。

## 心念对健康的影响

最近在班加罗尔（Bangalore）的会议上，一位信徒说：“我终日沐浴在班加罗尔的生命之河流里。”但是，在班加罗尔你要到哪里去找这条生命之河流呢？他表示他这城市里的阴沟看作是赋与生命的河流。它潺潺地流，从来不曾干涸过。沐浴在这种生命之河的人，难怪一身是病。

今天，人们百病丛生，到底是什么原因呢？不清洁的空气、污染的水、不健康的食物等等便是。其实，这还不止呢！即使心念也被污化了。这些心理上的毛病使人堕落了。大多数病痛是由于心理失常造成的。百份九十的疾病是心理上的。终日担心自己的健康是许多疾病的根由。一位整天替心脏病病人诊断的心脏专科医生，因为担心自己的心脏而死于心脏猝发症。另一位肠胃病专科医生也由于担心自己的消化系统而最终死于胃溃疡。

一个人健康与否，主要取决于他的心念。因此，圣哲们宣称：“心念是解脱或是束缚的根由。”把心念朝向圣洁事物者，他的人生就会圣洁。在那个境界中，一切你所想的、所看的或所听到的，都会变

得清静和圣洁。

心好比一把锁，而心念便是它的锁匙。把锁匙朝向神，你便培养起“了无牵挂”之心；把心念朝向世间尘俗，你便有着种种牵挂。我们不应该把心放在对世俗的牵挂上。把世间的一切看作是神。

## 对神的真正渴望

有一回，辨喜（Vivekananda，维威克难达）去问导师罗摩基士拿·柏拉曼汉沙（Swami Ramakrishna Paramahansa）：“您见过神吗？”罗摩基士拿说：“见过。”辨喜问：“是哪个形象？”罗摩基士拿答道：“我看到祂就好像我现在看到你”。“那么，为什么我却看不到祂？”罗摩基士拿解释说倘若辨喜对神的渴望好像他对许多事物的渴望那般强烈，他肯定会体验到神。罗摩基士拿说，人们为亲属、财富和其他事物落泪，但究竟有多少人为神落泪呢？罗摩基士拿劝告辨喜全心全意去渴望神。这样，神便会在祂面前显现。

如果我们真的很希望能体验到神，我们便必须对神虔诚。人为了财富、亲属、地位和权力而经历种种烦恼，倘若他们能从那些时间中，抽出一小部份去思念神，他们便能体验到不畏惧死亡的自由。倘若你所想的全是世俗之事，你又如何能得到宁静和至福呢？

集中心意去爱神。诚然，你要视自己的母亲、父亲和导师有如神一般去尊敬他们，但他们毕竟不是神。你要把神视为母亲、父亲、导师、族人和朋友来崇拜。父亲、母亲和导师各有他们自己的住所。但神居住在你的心中。去爱居住在心中的神。其他一切心爱的玩物都是短暂的。如果你不曾学习去崇拜神，那你所受的教育究竟有何用处？

膜拜神的意义何在呢？诸如打坐、诵念和忏悔等修持全都已经受到自私的沾染。真正的膜拜是通过明心见性以和神合一。人以他的一呼一吸去诵念“*So-Ham*”这个真言，目的在于说明他和神是一。

人必须认识清楚，身体原来就是圣殿，因为它是神的寓所。认识到神是寓居者会消除一个人的所有不良的习性。

自我（*Egoism*）是人的最可怕敌人。占有欲是另一个邪恶的品质。我们必须铲除这两者，因为它们是一切罪恶的根源。铲除了自我和占有欲后，人的灵性便得到提升。

### 神要的是爱而已

人培养起爱之后，他便看到了众生的神性。情形有如戴上有色眼镜。如果你透过爱的镜片去看世界，你将会在每一处看到爱（掌声）。镜片和心地必须和谐一致。唯有具备了爱的眼神，你才可能通过爱

的镜片，让自己看到世界的美妙。

任何灵修法门都不比爱的修持更加伟大。像友善、慈悲、同情等高贵品质，都是以爱来栽培的。

爱的化身！你们进行着各式各样修行。神要的不是你们的修行，也不是你们的虔诚，祂要的是你们的爱。

### 神的信徒和神的仆人

不久前，沙迪亚赛中心信托局（*Sathya Sai Central Trust*）的一位委员前来看我。他在交谈时问我，“神的信徒和祂的仆人这两者之间有何差别。”我告诉他：“仆人是位视他的身体为事奉神的工具者。信徒是一位终日思念神者，不论他身在何处。所以，信徒终日思念神，仆人则随时为事奉神而挂心”

### 商羯罗采尔耶（*Sankaracharya*）和柏曼巴达（*Padmapada*）

商羯罗采尔耶有五位弟子。一位弟子心地纯洁，其他四位弟子则埋首研读《法论》（*Sastras*）、《奥义书》（*Upanishads*）和其他典籍。他们也进修逻辑和文法。一天，商羯罗采尔耶教授这些弟子逻辑学。其中一位弟子所关心的，却是如何去侍候导师；他视自己为导师的仆人。每天早上，导师沐浴过后，他便把导师换下的衣服，拿到恒

河去洗，晾干后才带回道院。他把全副精神放在导师的生活起居上。他负责洗导师的衣服。他不停诵念导师的名号。有一回，他从河的另一岸回来，却没有发觉恒河的水上涨了。他涉水渡河之时，河水已经涨到他的颈项。他举目四望，但并不曾想过自己是否会被河水冲走。他想，就算陪上生命，自己也得把衣服交还给导师。他把衣服放在头顶上，一面诵唱着“*Guruji! Guruji*”（尊贵的导师），一面不停地向河的另一岸走去。由于他对导师的至诚，使到他每一次落脚时，总是踏在莲花形的石块上。他因此博得柏曼巴达（*Padmapada*，脚踩莲花）的称誉。商羯罗采尔耶叫他过来，把心法传给他。他告诉柏曼巴达：“侍奉导师是大功德。导师代表神的三一原理（*Divine Trinity*），是至高无上的神灵（*Supreme Self*）”。

今天，经书说，导师就是梵天、毗湿奴和自在天，但是我们不可以根据字面去了解，因为它的意思是：唯有神才是真正的导师。商羯罗采尔耶开导柏曼巴达，不应该把个别师父当作神明来膜拜。然后，他把心法传给柏曼巴达。

在这之前，其他四位弟子都视柏曼巴达为笨蛋。柏曼巴达得到商羯罗采尔耶的真传后，便能一字不漏地背诵整部吠陀经文。他擅长解说《吠檀多》（*Vedanta*），比起许多学者要精彩得多。

一天，商羯罗采尔耶传召柏曼巴达前来，问他究竟向何人说法，而所说的又是何法。柏曼巴达立即唱出赞美湿婆（*Siva*）的偈，并说商羯罗是他说法的灵感，而他所说的一切法皆是供奉商羯罗的祭品。那么，商羯罗究竟是谁呢？商羯罗就是不惑的悟者之称谓。

没有人应该对神存有任何疑惑。疑惑的人不能成就任何事情。具备着全盘信心和全面的爱，你可以成就一切。

大家应该明白，像对音乐、文学和艺术等方面的专长，皆是神之恩赐。一切美术皆是神的赐物。没有一件事情你可自认是本身的成就。神恩的受者无所匮乏。他毫无烦恼，也不会犯错，这是因为他已经归依了神。认为神就是他的一切的那位人士和神浑然合一。因此，把你的心念朝向神吧！

世尊以答赞“*Bhajana binaa Sukha Sauthi nahi*。”结束祂的讲道。地点：百善地尼乐园赛 *Kulwant* 礼堂，日期：1998年7月9日导师节。

（原文刊载于1998年8月）



# 人、真理、爱与神

(四)

良友难逢  
而损友则充斥全世界；  
小圆石遍布处处  
但珠宝与钻石则极为稀少。

爱的化身！

在这宇宙，生物有数不尽的种类，而人类是万物之灵，最为尊贵及崇高。如果人失掉金钱，他可以再赚回来；如果他失掉一位朋友，他可以再找一个；如果他失去妻子，他也可以再婚而再拥有太太；如果他失去一块土地权，他可以另找一块土地；但是，一旦他失去身体，他就永远找不回来了。人不了解生命的无价而加以多方面的滥用。你一定要认识到一旦一个夜晚消逝后，它就不再回来了。河流一旦融入汪洋，它绝不再倒流。当你吃一粒水果时，你就无法再恢复其原状了。人不知道自己的价值所在，实际上，他有甚多才华和能力。人的第一个上天的恩赐是“Mathi”（智力）。第二个恩赐是“Sthithi”（姿态、安定），第三个是“Paristhithi”（环境），第四个是“Gathi”（命运），这一些组成了他的“Sampathi”（拥有物）。

人宝贵的拥有物

一切发生在人身上的事情都是依据他的命运而定的。心念是以我们的行为作基础的并且它塑造我们的命运。智力应该要健全，其他一切皆靠姿态与环境了。了解这一点，你就可以了解你的命运。每个人都必须保持精神的平衡以做出适当的行动。

比如一个人手里有把刀，他可以用它来切菜煮食以便充饥，另一方面，他也可以用来砍他人的颈项而导致悲惨的后果。你一定要知道任何物质的正确用法。你一定要认识天赋予你的各种不同的力量（Sakthi）。

人的生命可以比喻为有三支指针的大钟（钟有时针、有分针也有秒针），这三支针分别代表年、月与日。它们在完美的配合下转动并决定你的一生。虽有这三个调整的因素，人并未享有美好的生活。三十天成一个月，十二个月成一年，你必须知道如何善加利用每一天而不致于浪费宝贵的时间，你也必须知道每件事情的发生都是上主的意愿。

你不可能期望神依照你的思想或欲望来行事。上主完全知悉每一个家庭、国家乃至整个世界的需要

，而在适当的时机赐予所需要的利益。且让我们来看一个例子，大自然的一个赏赐如何利益一些人，而对另一些人则又另当别论。比如有一个家庭要庆祝婚宴，这家人就祷告俾雨好让他们办喜事，而在这同一时刻，开垦土地的邻居则为干旱的土地祷告，祈求大雨的持续好让他们能够耕地翻土。神是不偏不倚的，不会顺从特殊的个人需求而行事，他衡量一切众生的需求并维持在一个平衡的状态。

## 全人类的通病

所有的人通常都患有一种绝症，只是病情有轻有重而已，但无人能幸免。这绝症是“自负”（ego），就是经验老到的专科医师也对之束手无策。对一个平凡必死的人，他还需要自负吗？当你把自己跟整个世界来比较，你只不过是一粒极其微小的沙尘而已。在世界地图上，印度是一个小国，而淡米尔那都又是印度的一小部份。在淡米尔那都邦内，科戴卡那只是所能见的那么的一个细点而已。在这种情形下，你一个个人的地位是什么呢？当你如此的分析，你就会知道你仅仅是不重要的其中一个而已。如果你以为自己很了不起，自负得很，这纯是无知。如果人能认知自己的圣洁神性，则不会有自我（ego）了。这世界上的一切都是圣洁的，而你也是亿万人类中的其中一人。当你认识这真相，自负又从何而生呢？人感觉自大自负全是因为他的无

知，也因此而面对众多的问题。

意念引发行动并引起感觉而感觉促成品质（Sheelam）。品格使一个人成为真正的人。所以，人必须以圣洁的心念与善行来培养他的品格。为此，最基本的必需条件就是控制心念，也就是思想的源泉。

在梵文，思想称为“Sankalpa”，意指它是由神的席位（Sam），也就是心所引发的。Salokhya, Saroopya, Sameepya 与 Sayujya 都与“Sam”有关。Sam与Sath同义。Sath是永恒不变的真理（Saswat-ham）。当心念良善并以神为依归时，人的状况就会美善。“Sampathi”不意味世俗或肉体的舒适。它含有Sath Vichar与Sath Sankalpa（好的探讨与好的思想）。只有从“许多前世”累积的功德（Poorva Punya）人才能拥有这种以恒常真理为根基的善念。这人身是经历了无数次由低下类属的生物演进而来的。在这种情形下，为何你要去犯罪作恶呢？就是因为你对外在世界有不正确的观点，你才犯罪的。所以你要培育Samyak Drishti（正见），你应该把世界视为神的显彰。世界是果，而因是神。

整个宇宙是因与果的现象。只看外在世界而认为它只是物质（Jada），那是愚不可及的。你要观看整个创造后面的真相。如果你以圣法透视力来看一切，一切就会是圣洁的了。（Sarvam Vishnumayam Jagath）。

你看到阿尼·古玛 (Anil Kuma) 戴着眼镜, 对阿尼的眼睛来说, 眼镜看起来好像是种障碍, 但是它却帮忙他看得更清晰。同样的, 如果你戴着爱的眼镜, 你就可以看到神在一切之内, 尽管爱的眼镜看起来也像普通镜片一样构成障碍。生命的首要原则是爱, 否则, 母子、夫妇或者朋友之间就不会有爱的存在了。爱把个人从人性阶层提升到神性阶层。现在, 人只把爱给自己的亲人与自己的拥有物因而使爱变为狭隘了。应该把爱扩展到全人类。如果爱完全占据了单一席位的“心之椅”, 那么, 忌妒、仇恨及其他的邪恶感觉便没有立足的余地了。

### 玛达拉沙(Madalasa)皇后的摇篮曲

伟大的皇后玛达拉沙经常亲自给她的孩子们唱摇篮曲以启发他们去认识他们的本来面目也就是真我, 从而放弃对身体的执著。就是当孩子们还躺在摇篮里时, 她就教导他们灵性知识 (Atmajnana, 真知)。孩子们长大后, 她把三个孩子送到森林里去学习经典。当她还要再把第四个孩子送出去时, 她丈夫出面干涉, 想阻止她并替孩子求情说如果这孩子也送走, 那就没有人继承王位了。她反向丈夫求情说她只是教导孩子们真性的原则, 依据Om-kara, 原始圣音, 来让他们注意到它的伟大。这圣音是宇宙所有七个世界的众生所称诵的。她说她唱的摇篮曲并不是世俗的、消极的催眠曲而是有关于神的、积极的真理。

### 思、言、行的和谐

当你在从事世俗的活动时, 你也要遵从 Daiwathwa (圣灵意识)。虽然历经了以百万年计的轮回, 人仍然不能明白他的真实本性, 他如何能认识神性呢? 培育起人性, 你就容易体会神性了。吠陀经教导 “Sathyam Vada, Dharmam Chara” (说真话、行正义), 可是, 现在的人抹杀真理, 忽视正义。Santhi (祥和) 与 Prema (爱) 都贬降至最狭隘的范围。把真理、正义、祥和与爱协调起来, 使它们和谐一致, 以便促进世界与人类的繁荣昌盛。如果你研究这里的光如何操作, 你就会知道那是电流通过电线而点亮了灯泡的。Sathya (真理) 就是电流, Dharma (正义) 就是电线, Santhi (祥和) 就是灯泡; 当电流流到灯泡, 它就明亮。这光亮就是爱 (Prema), 于是, 你会看到真理、正义、祥和合起来就构成爱的要素了。

在古代, 人们在餐前常祷告, Annam Brahma (食物是梵天), Raso Vishnu (水是毗纽天) 与 Sakthi Eswara (热量是自在天)。他们如此祷告, 相信食物、水与热量是代表 Brahma (梵天)、Vishnu (毗纽天) 与 Eswara (自在天)。

食物的粗糙部份滋养身体 (Kayam), 精细部份滋养心念 (Manas), 更细致的部份滋养言语的力量 (Vaak), 所以, 所有的三个成分

Mano, Vaak, Kayam —— 意, 言与身是由食物来维持的。这三者联合形成人的完整人格。思、言、行的和谐使人成为一位圣者 (Mahatma)。这三者的不和谐就使人成为小人 (Duratma 邪恶的人)。

Manasyekam Vachasyekam  
Karmanyekam Mahatmanam  
Manasyanyam Vachasyanyam  
Karmanyam duratmanam

在后者, 因为缺乏真理的电流, 所以它无法发光, 一旦协调和谐, 电流不会失误。在一间屋子内有个总开关来控制所有的开关, 关闭总开关, 光就被切断了。对身体而言, 总开关就是心; 当人的心内有爱时, 人的思言行就会散发出爱的光辉。所以, 你应该在心中充满爱并与他人分享你的爱。当你的“心”之水槽填满真理与正义时, 作用如水龙头的身体所有肢体就散发出同样的真理和正义。爱是无私的, 而“私”是无爱的。爱是施而恕, 私是受而忘。如果你的一举一动都含有爱, 那么, 一切就亨通完美了。

爱的化身! 把在内心总开关的爱启发出来才是真正的修行。这爱的力量可以成就一切事。爱是灵道上不可或缺的根基。其他修行如禅坐、念经等本身都是很好的, 但是没有爱心寓于内, 它们就成了无用的仪式。什么是禅坐? 这是每个活动如步行、谈话、书写、阅读, 甚至睡觉, 都需要的。你必须专心于所做的一切。生命是场竞赛, 俗谓

“缓慢而稳重, 赢得竞赛”。这相当适用于人生的竞赛, 欲速则不达, 仓促造成浪费, 浪费引起忧虑, 所以你要缓慢而稳重地前进, 不要胆怯或犹疑不决。无论你做什么, 甚至跟人说话, 你都认为是在做神的工作; 如果你能如此修习, 你就能得到心境的平和了。

Shreyohi jnanam abhyasath  
Jnanath dhyanam vishishyate  
Dhyanath Karmaphala thyagah  
Thyagath Santhiranathasam

在《梵歌》, 主基士拿说, 牺牲胜过智慧与禅坐。牺牲立即带来心境的平和。

人们谈论瑜珈 (yoga) 而巴旦查利 (Patanjali) 已给 “yoga” 定义为心与感官的控制。水往下流而火则向上升, 这是他们的本质。世俗的欲望就好像水, 把你往下拉。它们是负面的。

正面的智慧是真我的智慧就像火。如果你明白这真相, 你就不会一味的去追求世俗的欲望了。天赋予你这副身体是让你去活动与体会神。让身体去受饥受苦等等苦修行, 你不会取得任何好处; 你务必保持身体健康才能体认神。你一定要修习思、言、行的合一。如果你以爱心来成就思言行的合一, 这就是上乘的苦行了。视你所做的一切为供奉神明和取悦神明, 以爱来完成你的职责并视尽责为对神的供奉, 没有比这更伟大、崇高的膜拜了。

神是无限的、浩瀚的。不要局限祂于一个小框框内。开扩你的视野、扩大你的爱心去爱整个人类。确认一切众生都是圣灵，然后你就会了悟万物是一体了。

继续堆积“我”加上“你”，“我”加上“你”，它就成为“我们”，再以“我们”加上“我们”——我们都是“一”了。大家都是神的子女，这就是“人皆兄弟，神即父执”。《梵歌》说“世上一切生命都是‘我的永恒自性’的一部份。”所以一切生命也是永恒的。一切皆是神的彰显。虽然形相互异，真性则一。Prema Thatwa（爱的原则）一定要加以培育和发展。神是 Trigunarahitha (Nithyanandam Paramasukhadam, 永恒的至福至乐)。为什么把品质归属于神？爱是上主最基本的本质，不是一种附属品。要把爱发挥在言语上、感觉上与行动上。如果每个人都发挥爱心，世上就不会有动乱、仇恨也就消失了。

世尊以峇赞“Bhavabhaya Harana”来结束祂的启示。一九九八年四月廿一日，世尊于科戴卡那“Sai Sruthi”的启示。

（原文刊载于1998年8月版）

## 寻求幸福

寻求幸福，人必须注意以下三项基本要务：（一）他应该忘掉他所必须忘掉的，即，他周遭的世界和惹弄人的欢乐。（二）他必须到达他所必须到达之处，即，神的目标，万能之主的显现之处。（三）他必须放弃他所必须放弃的，即，物质的欲望和追逐。若心念转向神或至善，它便成为人性的；若它转向邪恶的思想和恶劣的自我，它就变成魔性的了。经常追逐刺激之物，如刺激的食物、言谈、书籍、电影、游戏、视像和声音等，对人是没有任何裨益的；它们乃充满激情之物，干扰和搅拌着人的心念。

—— Baba (1998年8月版)

## 真理和爱塑造正义

神是爱的化身。

倘若在这个世界上，你连这爱的点滴也不了解，那你又怎能期望去实现真理和完成你的理想呢？

爱的化身！

宁静、友情、无私的服务、和需、慈爱等，都是用来表达爱的基本原理的字眼。人培养了愈多的爱，他就会愈幸福。为什么人要追寻幸福呢？因为人的天性是至福的，他来自至福。他生于至福，死于至福。这至福就是神。虽然这项神性的品质潜伏在他的体内，他却往外去寻找。至福不是一种能够单独存在的本体。人以为通过学习便能够得到快乐而勉强自己去学习。他尽一切努力去谋求一份差事，以便自己能得到快乐。他以为职业会带来快乐，便咬紧牙根往上爬，以期能身居要职。他也认为当了一家之主后便会快乐。虽然他做出了这一切努力，却发现快乐仍然遥不可及。

在神的许多属性和名号中，以“Sat - Chit - Ananda”最为可贵。要达致那种至福，人便得追随“Sat - Chit - Ananda”的道路。“Sat”是真理，它超越三千大千世界（Three worlds）及过去、现在、未来三际而不变。“Chit”是至高无上的觉悟（Totalawareness），成就了

这正觉，便是佛。有了“Sat - Chit - Ananda”这三个原则，至福便会到来。

### 神因何下凡？

人从事种种修行以便证得此至福。但是这些修行仅能提供短暂的满足而非常住的至福。它们都是尘世间的事物。一旦你弃了世间的法门而往内心去寻找，你便得到了至福。凡是有志于这永恒、无上、绝对的至福之士，应该追随“Sat”和“Chit”的法门。要得到这至福的境界，个人必须奉持真理。真理就是神。真理遍满法界。真理超越时空，非人所能想像。若你追随真理，你自然会体验到神，因为神就是真理的化身。吠陀经文中的“Uddhareth Atmanaatmaanam”便是此意。你应该为自己的解放而努力。你应该知道你的真实身份。往你的内心去探寻，那儿有真正的福乐。心外求法只能带来暂时性的满足。

人生有四大主要目标：正义、幸福、随心所欲和解脱。这些目的

赐予我们世间的舒适，为我们的一生带来安详和快乐。但是，人生还有第五个目标，它便是至爱（Supreme Love）。正是爱的原则使你很热烈去爱神。凡是明白并且奉行这圣洁的爱的原则之士，会成就解脱。什么是解脱？放弃对外物的追逐就是解脱。要以何种祭品奉献给神呢？应该把作为神的圣殿的身体奉献给神。梵文称它为“Pindarpa-nam”。身体是Pindamu（按：Pinda：肉团、食粮；mu：最终的解放），把它奉献给神就是解脱。那就是说，我们这具身体所作的一切，都应该奉献给神。这就是人生的第五大目标，亦即圣洁的爱的理想。为了要教导这爱的道理、为了宣扬这圣洁的爱、为了散播这爱，更为了让人们能够畅饮这爱的甘露，不具形象的神于是从基士拿的天堂（Goloka）下凡人间来了。

神降世的那一天被人视为神的生日来庆祝。祂为何下凡？神下凡是要让人们能够畅饮爱的甘露，并且享受圣洁的甜美。唱了这甜美的甘露的人，便会忘记自己而和神认同，自此以后，他便置身在福乐的境界之中。经书说：“Shariramaad-yam Khalu Dharma Saadhanam”意思是：身体具有从事圣洁活动的天赋。我们必须执行我们的职责，并且舍弃我们工作的成果。我们必须培养起舍弃的精神，同时也要远离世俗的享乐。神是舍弃的化身。你从舍弃中所得到的福乐才是真正神圣的。有志于享受圣灵福乐的境界之士，必须斩断对身体感官的眷恋

而转向自己的内心。我们不应该把所有时间花在纵情享乐上。我们有必要去照顾身体。天赋与人以形体是为了什么呢？是为了事奉神。我们必须把整体的爱奉献给神。

### 圣灵根据品德来评判

身体总有一天会败坏。我们不应该为了这具不断变化的身体而浪费时间和精力。我们需要的是优良的品德。现代的学生为了得到体力、友情和财富而用功。但这一切都不重要，品德才是重要的。缺少品德，体力、友情和财富都没有用处。你应该维护你的品德，即使失去财富或友情也在所不惜。古人相信，“财富失去了，你没丧失什么；健康失去了，你丧失了一些什么；品德失去了，你丧失了一切。”今天，人们受到伽利年代（Kali Age，末法时期）的影响，于是说道：“品德丧失了，不会失去什么；健康失去了，只会失去一些什么；财富丧失了，我一切都完了。”这就是新时代潮流。这不是我们所要走的道路。为了使人类培养起优良的品德，基士拿传授了种种法门，并且宣扬爱的原理。渣达济博士（Dr. Chatterji）先前致词时，提到基士拿为了保护牧牛男女们，逃过狂风暴雨之劫难，举起高文达那基利山（Govardhanagiri）之事。基士拿以祂的小指，举起高文达那基利山后，吩咐人们躲在山下避难时，人们心里害怕而不敢照做。祂不过是个小孩，他们怀疑祂的神性！（诗句

）人类根据体形和体力来评断，唯有神灵根据品德而非体力来审判。

### 敬爱神是最佳的修行

我们必须能了解神的爱和人的爱之间的差异。神一直不停地“施”，而不曾“取”过任何回报；人却总是要“取”，而不曾想过去“施”。

我们必须在每一个活动中探寻真理。体验到这项真理的人，永远生活在至福中。爱是真理，爱是生命，而爱就是生命的极致。爱是至高无上的，唯有爱才能和爱相比拟。唯有以爱作途径，你才有可能抵达神——爱的化身那儿。这爱不是外在的、尘世间的情爱，而是永恒的、圣洁的心灵之爱（Nivritti Prema）。批评或赞叹一样可以使你赢取神恩。当坚战（Dharmaraja）以国王的身份在朝庭上向基士拿顶礼时，希苏柏拉（Sisupala）便开始从多方面批评基士那。坚战目睹此景，十分反感。然而，他却在希苏柏拉苛刻的批评声中，看到了希苏柏拉的生命原理（life principle）融入于基士那体内，这使他更加不快和不满。他苦思不解，像希苏柏拉这种人的生命原理，怎么会融入于主之内。坚战请求身边的圣哲那拉达（Narada）解释其中的道理。那拉达说，“国王啊！毁或誉的对象只是身体，它们和灵性扯不上关系。而且，希苏柏拉是出之于爱而不是恨去批评基士那，因为他知道，自

己越发批评基士拿，便会越快与祂融合。如果你基于爱去批评神，不会有错。那些批判甚至还是一种赞美呢！”

当甘婆（Kamsa）知道自己将会死在基士拿的手中时，便决定先下手为强，把基士那和巴拉罗摩（Balarama，按：基士拿的长兄）杀了。他立即传召阿古拉（Akrura），命令阿古拉诱使基士那和巴拉罗摩前来。甘婆对阿古拉说道：“阿古拉呀！你既是基士那的好友，也是他的信徒，如果你去邀请，他们肯定会纡尊降贵，答应你的要求。”阿古拉不能违抗国王的命令，于是前去拜访南达（Nanda）和雅苏达（Yasoda），告诉他们甘婆正在举行某种祭祀，并且要基士那和巴拉罗摩参加。南达和雅苏达夫妇不赞成他们的儿子到甘婆的皇宫去。

### 牧牛女对基士拿的爱

牧牛女听到了这项消息，便把南达的住所围起来。她们坚持基士拿不能到玛度拉（Mathura）去，因为祂是她们的生命，失去了祂，她们便活不了。她们提出种种反对的理由。神奇奥秘原是基士拿的本然状态，他知道要说服牧牛女是件棘手之事，便不说一句话。祂一坐上战车，便运用法力，隐形而去，一直来到耶慕那（Yamuna）河的堤岸，也没有人发觉到那座战车。牧牛女无可奈何，只好返回平达弯（Brindavan）。由于牧牛女对基士拿



的爱十分强烈，致使她们可以看到这爱充塞着每一个角落。每当世道沉沦，人心不古，丧失了天良和爱心之际，神便下凡了，为了散播爱的种籽，阐扬爱的道理。神的主要使命是要在人间建立起爱的原理。只有当我们陶醉在圣爱的醍醐而遗忘了自己时，我们才能够找到那条解脱的道路。为了使自己体验得到存在—正觉—至福（Sat-Chit-Ananda），我们应该沿着真理的道路行走。我们应该对大我（Self）有着全面了解，而后我们便能享受到神的显现。神并非在遥远的他乡，祂存在于你的体内。

### 爱和真理这两大原则

有一回，基士拿问围绕在祂身边的牧牛童，“谁才是真正的胜利者？”其中一个说，“战场上的胜利者便是”，有一些则说，“百折不挠、勇猛精进去面对任何困苦和烦恼者便是”等等，众说纷纭，莫衷一是。最后，基士那和颜悦色地说道：“牧童呀！你们所举的人物，他们的本质都是短暂的。所以，没有一个是真正的胜利者。真正的胜利在于克制一己的感官。若能成功做到这一点，便是真正的王者了。人必须能够控制他的感官；感官属于身体之事。要使身体成为神的寺庙。”

没有人可以描绘神。牧牛女唱道：“基士那呀！我们有可能了解祂吗？祂比原子还要小，又比最巨

大之物还要大。祂永远存在于八十四万众生之中。从原子直到整个宇宙，祂无所不在。”要了解神是不可能的。我们必须认为祂就是爱的化身而去了解祂，同时也要基于祂就是真理的化身而去辨认祂。我们必须确保自己能够追随真理和爱这两大原则，而后我们便能克制自己的感官。我们不可能通过种种修持或者体操运动来控制我们的感官。唯有通过爱和真理的原则，我们才有可能驾驭感官。真理和爱两者配合起来，便塑造了正义。一旦我们唤醒了心中的真理，我们便看到了神。我执（ego）和牵挂是众苦之因。欲舍弃这两者，就必须建立起爱。在任何情况下，都不能放弃爱。唯有凭着爱，你才有可能建立起信心。爱是神，生活在爱之中。牧牛女于是向基士拿祈祷：“为了在我们贫瘠的心田播下爱的种籽；为了确保爱的甘露倾盆而下，使到爱的河流永不干涸，基士拿呀！请吹奏祂的圣笛，好让大地、种籽、雨水、河流、树子、果实以及一切的一切，都充满了爱。”（歌曲）

### 把你的身体奉献给神

既已获得了原本是充满着爱的人身，我们究竟怎么会失去了那爱呢？因为我们把爱用在世俗红尘上。什么时候它才会成为真正的爱呢？只有在我们把身体奉献给神之后。奉献自己的身体给神才是真正的奉献。许多人奉献各式各样东西给神，但，一个真正的信徒把自己奉

献给神。巴利大帝（Emperor Bali）奉献自己给神而了脱死生，不再轮回。我们应该视身体为鲜花，必须把它奉献在主的莲花脚下。因此，你必须把天赐给你，使你作人的生命，用在行善上，并把善行奉献给神。婆罗门人认为“Pindarpanam”这个字是指吊丧奠祭，这是不正确的，奉献自己的身体给神才是真正的“Pindarpanam”。这才是真正的奉献，它导致我们的解脱。一旦把身体奉献了给神，便不会有所牵挂（Noha）。了无牵挂，便是解脱。那些明白这个道理，并且遵照奉行的人士，便享受到至福。在我们尚未抵达那样神圣尊荣的层次之前，我们必须保养我们的身体。我们一定要去完成本身的责任。

自古以来，印度精神文明把舍弃（牺牲）看作是最紧要之事。人民十分重视正义（Dharma）。他们最钦佩舍弃的精神，他们也推崇真理。从古到今，崇尚精神文明的人们，心中满怀慈悲。曾经有过好多次，我向学生们提起马克斯·慕勒（Max Muller），由于他的高贵品格而被称为“解脱者慕勒”。他虽然是外国人，但他爱印度之深切，可说是无可比拟的。他打算死在这块神圣的土地上。他的许多朋友问他，印度究竟有什么特别之处。他对他们说：“印度的空气中有真理；尘埃蕴藏着正义；泥土中孕育着爱；而恒河正是川流不息的爱。没有一个国家能像印度这般圣洁。凡是印度所无的，也不会存在于世界上其他国家。”生在印度，被称为

精神文明的信仰者的我们，却察觉不到印度的伟大。要了解印度的神圣和伟大，我们非得下一番苦功不可了。

### 基士拿的戏谑的意义

有一天，巴拉罗摩带领了几名牧童，向母亲雅苏达（Yasoda）投诉：“母亲呀！为什么基士拿整天都那么饥饿？他在家里贪吃，出外也照样贪吃。今天，他居然吃泥土，他为什么要吃泥土呢？”雅苏达既难过又十分生气。她捉住基士拿的手，问道：“基士拿，难道我亏待了你，不让你吃吗？街坊的牛酪，你难道还吃不够吗？为什么你竟然去吃泥土？”基士拿解释道：“母亲呀！我岂是一个小孩或顽皮蛋，怎会去吃泥土呢？”（诗句）。虽然基士拿当时只有五岁大，而祂却告诉母亲自己既非小孩，也不是顽皮蛋，用意在于暗示祂是那全能的唯一。如此，基士拿吐露出许多深邃的奥秘。没有人对基士那的戏谑（Leelas）有足够深度的了解。那些戏谑既有表面的含意，亦有内在的奥义。但是，今天，已经很少人知道内在的本体了。人们充满疑惑。母亲雅苏达在基士拿口中看到了三千大千世界，而她自己也不禁迷惑了。主要的原因在哪里呢？那是由于基士拿是她的儿子的缘故。身体上的眷恋导致迷惑。

个人应该对自性（Atma）朝思暮想。一旦自性消融在自性之中，

所有一切都变成绝对的“一”了。这自性的联系便是佛道。亲属关系是基于身体而建立的。基士拿正是那位澄清迷惑、证明和显现出众生皆具佛性者。虽然，凡是化身皆是神灵，但下凡神首基士拿却有祂的独特之处，那就是一整天都笑口常开，充满着爱。祂从来不曾生气过，祂始终都脸带着笑容。这便是神的主要特性。神完全没有丝毫自我或骄傲或嫉忌的迹象。像这样圣洁的品质，只有在赛神首身上再度出现（掌声）。这种现象在其他的化身中却看不出来。虽然，所有化身的神性是一样的，但下凡神首却根据当时的民风习俗来现示祂自己。因此，你应该建立起对神的十足信心。正如你对自己有信心那样，你也要对神有信心。对自己有信心，对神有信心。这便是伟大的秘诀。你是神，而神就是你，仅此而已。为什么要让怀疑有立足之地？事实上，这些怀疑会毁灭你。那么，抛弃所有一切怀疑吧！建立起爱，追随真理的道路而去体验神。这就是真正的修行，这就是真正的灵性！

世尊以答赞“Hare Rama, Hare Rama, Rama, Rama, Hare, Hare ……”和“Govinda Krishna Jai, Gopala Krishna Jai ……”结束祂的讲道。时间：1998年8月14日，地点：百善地宁乐园。

（原文刊载于1998年9月版）

### 以纯净之心膜拜

没有人可以动摇真相，没有人可以设置假相。没有人可以了解我的奥秘，最多你可以做的就是浸濡于其中。那不可思议的、不能描述的力量已来到人人伸手可及之处。没有人是为他人而诞生、为他人而生活的。每一个人都有自己要挑起和放下的担子。如果不把水管接到供水系统，水龙头是不会有水来的。你是否已把你的服务活动接上你内心的“爱”的蓄水池？你是否以良善的意识去做每一件事情抑或仅仅是为了自豪和名声去采取表面的、形式化的例行行动？对这要加以究诘并予以纠正。如果心不纯净，感官不受到控制，膜拜可就不能有成果了。

—— Baba (1998年9月版)

# 人、真理、爱与神

## (五)

缺乏行善的意向，  
违反正义的原则，  
欠缺慈悲与爱心，  
人是在毁灭自己。

（泰鲁古诗）

爱的化身！

在这广阔世界的人海之中，我们可以见到三种人：Pushti Jeevas, Samashti Jeevas 与 Pravaha Jeevas。

### Jeevas 的分类

第一种人是 Pushti Jeevas：这些人因为过去世累积的功德，今世得享上主的恩泽加被，虽然今世他们并没有介入吉祥祭礼，研读经文，与圣贤交往，朝圣等活动，但是，过去世的无量功德让他们能在上主的陪伴下得享欢乐。他们欢乐得手舞足蹈，体验着上主的恩惠。就好像烹煮完毕之后不再需要火一样，这些人现在不需要任何的灵性修习，因为他们已经达获所有修行的目标。你或许看不到这种人作任何灵道上的修习，但是他们却过着真

正的生活并体验纯意识的福乐（Brahmananda）、永恒的福乐（Nityananda）、独一的福乐（Advaitananda）与无上的福乐（Paramananda）。这种人不需要寻求任何修行法门。

第二种人是 Samashti Jeevas：他们熟读经书文献而且积极的求取名气，使自己成为学者。由于他们以成为学者为荣，他们使到自己不配成为上主恩泽的接受者。如果一个人不断地研读直至老死，他哪里有时间来执行、发挥他的理想！他们时或参加讨论会并结识一些高灵，但他们本身却远离神的恩宠因为他们根本没有时间来想神、念神。这就是所谓的第二种人叫 Samashti Jeevas 的一般情形。

第三种人是 Pravaha Jeevas：他们永远忙碌于人为的活动以追求肉体的舒适与尘俗的乐趣。他们完全忽略神而以为他们自己有能力来获取他们需要的一切。至少，邪恶之人在处于困境时还会想到神。这 Pravaha 的人毫无机会来认识神。他们没有机会解脱。他们有一些人或许有美善的感觉潜存于内心；但是他们不结交善知识，不持守良好行为与正直的活动，虽然他们之中有

一些人可能意识到自己内心存有的神性。有一段小故事可以例证这种人的一些特别的案子。

有对夫妇，妻子很虔诚，常忆念着神。她为了丈夫从来不曾念过神名而担忧。她深信诵念神号是最好的解脱方法，也是一艘渡过生死海洋的船。她祷告、祈求神怜悯她，让她的丈夫诵念神号，她甚至质问上主，有此丈夫是不是她的不幸。慈悲为上主难道不能转变她的丈夫成为像她一样的信徒。同一个夜晚，当她在祈求神而深思时，她听到丈夫忽然在睡梦中诵念“罗摩，罗摩 Rama Rama。”她感到无比的兴奋，以为祷告得到了回应。翌日清晨，她比往日更早起身，以 Rangoli 装饰她家的门口，并准备弹奏 Mangola Vadya。当丈夫起身时看见这些装饰与吉祥的音乐，他感到惊讶怀疑今日是什么节庆。他于是问妻子，妻子说他前一晚在睡梦中诵念罗摩的名号，所以她非常高兴而决定庆祝一番。她丈夫听后，迷惑的叫起来，“我真的叫出一向小心翼翼珍藏于我内心里的上主吗？可惜呀！”说完，他呼出了最后的一口气。

### 灵修趁少年

在这种情况下，Pravaha 类形的人可能从来不曾念神名或者执行仪式上的朝拜，但是在他们的内心深处却牢牢铭记着神。一些现代的青年唱颂峇赞与参加绕区赞唱（

Nagarsankeerthan）。一些年老耆看到这种情形就质问：“为什么这些年青人在这种年纪就来参加这种活动呢？他们应该在年老退休时才来参加呀。”这是绝对错误的观念。思念神及诵念神号应该是不间断的，在任何地方，任何情况下，都持续不断的（Sarvada Sarvakaleshu Sarvatra Harichinthanam）。诵念上主的名是没有时、空的限制的。你无从知道什么时候，什么地方及什么方式你的末日来临而离开这喧嚣的尘世，到时你就来不及诵念神号了。（世尊唱首歌表达此意：当死亡使者把缠绕在你颈项上的绳索拉紧时，你的躯体被拿走了，而你的妻子与亲戚在一旁哭泣，你是不可能在此情况下思念神的。只有你以前做过的善行义举才能拯救你。所以，你应该在早年时就开始行善积德）。

以前一间寺庙内，有个祭司，训练有素，凭他长久的经验，习惯于一手持着圣火，另一手拉动响铃。他过世之后，新的祭司继承他的职事，但是这新祭司则不能同时执行这两个任务，一手摇铃，另一只手就不能挥动圣火而一手挥动圣火，另一只手就不能摇铃。这是因为缺乏训练之故，所以，训练诵念神号必须从小开始。你可能注意到军队里的士兵是要经过严格而全面的训练后，他才有资格被派遣到前线去服务。任何人加入军队，不论是洗衣的、掌厨的或者是士兵，有两件事必须达到一定的水平，必须及格：一是掌握使用步枪，另一是操

练。不论在军中所司何职，每个人都要经过这两方面的训练。同样的，灵道上每个人也必须执行两件事，就是敬爱神与服务社会。这两者是神圣生命的最基本的成份，帮助我们体认内在的神性。你要趁早训练自己以便离开这人世前明心见性。你无从知晓什么时候大限来临，要及早作好准备。摄影师在拍摄前都会预先通知，并给你时间准备，但是上主的拍照者却不会给你任何的通告，你要随时作好准备来迎接状况。

### 神寓于信徒的心中

如果你有参予于峇赞与 Daiva-chintanam（Keerthanam 和 Smaranam，即重复赞颂和忆念神），你就不会临时措手不及了。举个例子，如果你有位主人，他家的大门外有只德国狼狗守护着，而主人在屋内一楼，那么，要接近主人就只有两种方法，一种是与狼狗友善而借机入屋，另一种是在楼下高声喊叫主人，让他出来监视狼狗。虚幻就是狗，神就是主人。要嘛你就控制虚幻，不然你就诵唱神号和歌颂祂的荣耀好让祂下来接引你。我们要在内心深处好好地珍惜祂，内心就是祂的圣坛。

当杜巴蒂（Draupadi 黑公主）在如杜约丹那（Duryodhana，难敌）王宫被屈辱时，她祈求基士拿说，“啊，Dwaraka Vasa，Bridavan San Chara，帮忙我。”她得不到任

何反应而觉得疲累了。最后她以微细的声音乞求，“啊，Hridayanivasa！祢不来拯救我吗？”基士拿立即把她从困难中解救了。后来有一个机会，她询问基士拿，在困苦时，她诚心地祈祷，为何在如此长时间后才有反应。基士那回答，“你说 Dwaraka Vasa, Brindava Sanchara 等，我必须尊重你的意思，于是我必须从你的心奔驰到遥远的 Dwarka 和 Brindavan 而没有一架飞机让我飞到那儿。当你说 Hridayanivasa，那就是我寓居之处，我马上就到了。”

所以，每个人要有十足的信心，安置神于心中。如果认为神只存在于清真寺、教堂或者寺庙内，那是天大的错误。神的席位是在信徒的心中。这就是为何《梵歌》说“Pasyam napicha Napasyathi”（虽然他看到，可惜他并不觉察心中的神）的原因了。你所看到外在的一切只是内在“存有”（being）的反映而已。“Sarvathah Panipaadam thath Sarathokshi Siromukham。”所有的脚、手、眼、头全都是祂的。这是什么意思呢？这意味着祂存在于一切众生之中。

一位信徒询问神，“祢说祢在我内里，在我之上，在我之下，为何祢却不护佑我？”神回答，“我永远在你之内，在你周围，不用到外面去寻找我。”信徒问，“祢真的在我后面吗？”上主回答，“我的影子就是你的身体”。当信徒转身去看神是否在他后面时，但却看

不见祂。他问，“祢不是在骗我吧？我找不到祢呀。”神回答。“当你转身时，我要转身呀，所以你看不到我。你还是不明白真相”。如果你站立在一张椅子前面，椅子就在你面前；如果你转身，椅子就在你背后。神只依据你的 Bhava（感觉）而示显。当你祷告，“祢听不到我的祷告吗？”你想像祂用耳朵在听。当你祷告，“祢看不到我在受苦吗？”你只看祂的眼睛。当你祷告，“为何祢不与我同在？”你听祂的足音。你要保持完全的静默。古代先知们花长时间来倾听神的声音，也就是气息（Pranava）。就是现在你也可以体验到这种情况，轻轻地闭上双耳，你就听到从内里发出的“Om”了。神宣告，“信徒啊，你是在用肉眼来看，用耳朵来听呀。要完完全全的静默下来，你就可以听见神的脚步声了”。伟大的信徒们已经指示了这条神圣的法门。不了解这一点的人就是处在无明之中。

### 基士拿上主与苏达斯(Susdas)

苏达斯是基士拿的一位虔诚的信徒，有一次他追求一位妇女并跟踪到她家，被她的丈夫惩戒他说，“天给你眼睛是干什么的？为了这不圣洁的追求？追求一个有夫之妇？为何你不专一于神呢？”苏达斯立即开悟，并用附近一株菩提树的刺去戳入自己的眼睛。然后，他前往座落在杜拉卡（Dwaraka）的基士拿庙。途中，他险些掉入一口井

中。基士拿化身为一个牧牛童，及时抓住他的手臂，问他，“你要去哪里？”苏达斯说，“我要去杜拉卡”基士拿说，“我带你去”。隔天他们在路边的一间茅房休息。基士那想要离去，但是苏达斯不肯离开祂。睡觉时他把手放在牧童身上并请牧童把手放在他身上。因为这圣洁的接触，他所有的罪恶都被赦免了。（Sparshanam Papanasanam）之后，基士拿告诉苏达斯，“我就是那位你经常向祂祷告的基士拿。我扮演这个角色来向你显示我的形相”。祂触摸苏达斯的眼睛，他的眼睛立即复明。看到了上主的形相，他欣喜万分。基士拿要他保留视力而苏达斯却说，“我已经看见你了，我这双眼睛不要再看任何东西，我不要视力。很多人有眼睛，但他们可曾见过祢？很多人有耳朵，不幸他们都无福听到祢施律优美的乐音。我只要 Jnanachakshus（慧眼）”。

基士拿把手放在苏达斯的头上，后者于是与神融合为一体。无人能知什么时候神会赐福！你必须认为一切都是神的赏赐，要以感恩、欢悦之心接纳之（世尊以一则故事为例：一个国王意外切断他的手指而大臣说，“这是好事”。国王生气而把大臣关起来。大臣笑着说，“这也是我的好事”。后来，这事情果然应验了，有一天，国王独自到森林去狩猎，他被部落民族抓去做祭品，由于国王少了一根手指，没有完整的躯体，他被释放了。后来，大臣说如果他不是身在牢狱，

他必定陪伴国王狩猎，那他可就成了牺牲品了）。

神所做的一切无不为了信徒的好处。祂是无私的。如果你的后庭园里有一株圆愿树，你为何到处去寻找果实呢？纯净的爱念应该从你流向神，而后神的爱才会流向你。当你寄挂号信给另一个人时，证明这信已寄达的就是你拿到的收条。神给你的恩典就是证明你的爱所展露的真诚。

欲得神的恩宽，你务必耐心等待，不断诵念圣名。你肯定会获得神的显灵的。

世尊以答赞：“Hare Rama！Hare Rama！Rama Rama Hare Hare！Hare Krishna！Hare Krishna！Krishna Krishna Hare Hare！”来结束祂的启示。

1998年4月23日，世尊在科戴卡那“Sai Sruthi”的讲道。

（原文刊载于1998年9月版）



教育程序尚未获得有识之士的适当关注。教育机关本应该是“Saraswathi”（娑罗室伐蒂，文艺女神）的庙宇但却变成了“Lakshmi”（勒斯米，财富女神）的庙宇。展现在天真无邪的孩童面前的理想更是一个赚钱的任务而不是一个平和、满足和博爱的人生。狭隘的效忠、争夺和竞赛正污染孩子们的心灵。家长、老师及所有志于谋求人类福利的人士都必须对这情况加以关注。教和学两者已成为机械化的例常事务了并且丧失了只有生命力才能提供的朝气和悦乐。教学程序的价值在于提高学习者的意识层次、增强求知欲、培育尊敬他人的态度及强调万物一体的重要性。国家的命运取决于老师把什么理想灌输给莘莘学子。教育工作者不仅要注意学生的体育和智育更要注意德育和灵育的进展。教育应该教导人去过一个有意义的生活而不应该只致力于提供谋生之计。

-- Baba (1998年9月版)

# 真正的教育

## 在于培育人类价值

整个世界由神主宰，神由真理显彰，  
真理由高灵实践，这样的高人是圣灵的化身

爱的化身们、同学们、教育促进者  
及老师们！

今日的人类不了解神性，不明白神的意义，以致糟塌了自己的生命、时间及生活中的珍贵之物。人类价值不仅要靠教育的宣扬更要靠文化的传承。何谓文化？文化即去芜存菁、舍弃邪念恶行、培育好的思想和促进崇高的情操

世界的状况取决于人的活动，活动高尚，国家就高尚。思想操纵人的言行，头脑支配人的思想，好的思想是人类价值观的根本。

### 好的思想带来美善

由于人类价值不受重视和奉行，世界乃陷于混乱之中。脑和心是人的最重要的器官。起于头脑的思想是世俗的、易变的，并且受到外在活动的左右。读书、写字、饮食、赚钱无非外在的活动，它们都是头脑的产物。神圣的感觉则起自心灵，诸如慈悲、博爱、同情、容忍和真理等圣洁素质都散发自心灵。所有这一些都属于内在的德性。这

世界不外乎外在活动与内在感觉的相互结合。就像好的树苗能长成开花结果的大树一样，圣洁的思想也会带来结成果的行为。

人是身、心、灵三者的合一。首先是身体，它是各种活动的工具；心念（头脑）是思考的中枢；良知是性灵（Atma），是以“意识”而存在的精神体。换言之，人的生命就是行动、思想和意识这三方面的结合。“身”若不经“心”与“灵”的磋商而独自行动，这行动无异于禽兽的行动；“心”若不经“身”与“灵”的协调而独自行动，这行动是着魔的；“灵”若独自行动，这行动则是超越“身”与“心”的。

美善是人的真实标志，它不来自一般的学术教育。仅从书本上获取知识岂是真正的教育？缺少灵性知识和智慧，人能称得上是受过教育的吗？

### 培育价值观的教育

教育必须灌输人类价值，如真理、正义、博爱及和平，使人崇尚

而力行之。教育是为了究竟圆满的人生，圆满的人生是人的追求目标，有了人就有社会，有了社会就要研究的学问，而学问就是灵性的探索，灵性（精神文明）是国家的建设方向，国家是世界的一部份而世界是朝向和平的。今天，人人要和平，其实，只有凭借人类价值，你才能获得和平（安祥、平和）。对平和与幸福而言，人类价值极其重要，缺少人类价值，人决不能享有安宁。今天，人在不了解这理念的情况下接受教育，以为智育（传授知识）就是教育，殊不知传授信息并不等于传授人类价值。现代教育把一个人造就成一台机器，一架电脑。“伟大”不在于成为一架电脑而在于成为一个创作者。你必须接受教育以使你的人生臻于理想。现代教育有使人变得自私的倾向，纵使自私，也应该有个限度。政府在每一个乡村及每一个地区兴办学校，就以为国家教育已经很进步了，这是自欺欺人，每一个学生都必须培育正确的人类价值观才是啊！

教育的素质是什么？品格、智慧、服膺真理、诚信、自律、尽责等便是主要的素质，是教育所必须灌输的，是学生所必须学习的。现代教育的所谓“进步”是什么呢？今日的学生试图破坏监护人所寄予的希望、伤害关心和帮助他们的人、嘲弄师长，这就是“进步”的征象。真正的教育是：培育学生养成服从的精神、谦恭的态度及正确的人生观并且达到至善。现代的学生不了解什么是真正的教育，结果，

社会受到污染，真理及其他人类素质被破坏和歪曲，于是乎人性的圣洁很快地便消失，义行与慈悲也被视为不切实际而弃若敝屣了。你认为这就是教育的“进步”吗？当然不！你应该以实践正义与培养慈悲来表达人类价值。诗云：“接受良好的教育，你就有文化；有了文化，那才是真正的人生。接受良好的教育，你就快乐；有了快乐，你就会心平气和。接受良好的教育，你就会与善者交游；与善者交游，你就会有好的德性。接受良好的教育，你的生命就会充实圆满，于是，你就可以达获超脱。”

学生应该遵守真理和正义两大理想。在这世界上，真理最为重大，你应该使自己成为真理的化身。在日常生活中，你应该追随真理的康庄大道以迈向明心见性的境界。要获得果实，你务必给幼苗浇水。爱是人的天性，应以“信心”之水来灌溉和维系它。我们应该竭尽所能来争取真正的和平与安祥。今天我们所获得的平和是短暂的，我们不能称之为平和。

### 印度：令人怀念的地方

处在现代的世界，印度仍旧代表圣洁的一切。自古以来，印度一直是全世界的一个典范和理想。印度的空气充斥着真理，印度的尘埃弥漫着正义，印度的沙石蕴含着爱而印度的水包藏着慈悲。容忍是印度文化的核心。为了享有和体验这



# 常 向 内 看

我们认为主是全在的，但在实际行动上，我们却不往我们的心里去寻找神，反而向外到处去寻找。

## 一切名一切相皆属于我

在峇赞终了时，大家都在“火供”（Arathi）的赞歌中这么唱，“啊，斯瓦米！祢是我们的父母、导师、神明及一切；是的，祢是一切。”祂也这么说：“我是每一物，我在每一处，永远如是…… Antha Sayi Mayam, Jagamantha Baba Mayam —— 整个宇宙充满着赛峇峇。Anu Vanuvu, Kana Kanamu, Kshana Kshanamu Sayi Mayamu 即每一个微粒，每一个细胞及每一瞬间无不充满着赛。”为了揭露创造万物背后的秘密（或如峇峇所说的：宇宙的显现或投影），祂扼要地说：“我把自己从我自己中分隔出来就是为了爱我自己。”又说：“一切名和一切相都是我的 —— 不仅是所有神祇的名和相，也包括一切有生命和无生命的名和相。”

## 人类共有的失败

无论如何，坦白地对斯瓦米和真诚地对自己，我们必须承认我们大部份人都不能觉知祂是一切名和一切相，那是因为我们过份地耽于

名和相的表象。基于我们对他人的态度和看法完全迥异于我们对斯瓦米的并形成强烈的对比，显然地，很少人，甚至没有人，真正可以在众生之内看到赛。这确实是人类的共有的失败。

## 诀窍

那么，我们如何才能能在众生之内看到斯瓦米呢？在祂恩赐给我们的慈悲和爱之中，祂已经透过祂名字的简单而精深的字母给了我们完美的答案，即：SAI BABA，SAI 代表 See Always Inside（常向内看）；BABA 代表 Being Awareness Bliss Atman（存有 - 觉知 - 至福 - 真我）。这精博的、共通的七个字母真言（Saptaksharee Viswa Maha Mantra）力劝我们常向内看，内看每一物、每一个人，包括我们自己，以便在短暂的、易令人误解的一切名和相的外观中去找寻“存有 - 觉知 - 至福 - 真我”。适得其反，我们经常有“常看外表”的倾向，结果，误导我们只看外表的分殊性却看不到根本的单一性。峇峇常常引用梵文释义：“Pasyathi ithi Pasuh”，意谓凡看外表者无异于禽兽。

些人类价值的瑰宝，连外国人也决定来印度定居。在古代，印度人勇于作出牺牲，他们献身于正义与真理，有杀身成仁，舍身取义的精神。有幸生于这块圣土，你可别忘掉这些优良的传统美德。打开历史看看，你就会知道印度从来没有侵略或占领过任何国家，他们只有抵抗外来的侵略者。“Bharatiyas”（印度民族、文化）是“无私”的象征，无时无刻不表现出大公无私的精神。印度从来不曾觊觎他国领土，其历史可说是一长篇的牺牲。

河里斯真陀罗国王（Emperor Harischandra）曾为了真理准备放弃一切。西毗（Sibi）国王牺牲自己的血和肉来救活一只鸽子。印度出了不少肯作出牺牲的人士。现代的学生正想把这块崇尚牺牲、重视灵修的圣地改变为追求享乐的俗土，殊不知一切享乐仅只过眼云烟。要确认你天赋的神性，从而达获永恒的至福。

昨天，有一个美国男孩来见斯瓦米（Swami 导师）。薄伽梵（Bhagavan 世尊）问他：“你今年几岁？”男孩回答：“七岁。”世尊又问：“你怎么知道的？”他答道：“爸爸妈妈告诉我的。”斯瓦米说：“有一才能得七。一加一加一……等于七。没有一就没有七。每一个数目都是从一演变而来的。真理是一，学者以多种名字称呼它。名与相虽异但在万物之内的圣灵只有一个，是同样的一个。首先，你得对自己有信心。若对自己没有信

心，你怎会对他人有信心？让这信心（Visvasa）成为你的生命气息（Svasa）。让我们的教育成为真正的教育。不在生活上予以实践的教育仅是书本上的知识。你也应该热爱自己的国家。罗摩（Rama）说：“祖国大于天。”这种爱国精神是非常重要的。

世尊于1998年8月10日在斯里沙迪亚赛高等学府礼堂的讲道。

（原文刊载于1998年9月版）

## 磁石与铁屑

对一个人来说，最有裨益之事莫过于赢取神的爱了，而他所给予神的爱可就比较不重要，因为那是神圣的爱与世俗的爱的一个不完美的混合。正义就是赖以赢取神之爱的最重要的行动。金、银、铜、铁屑、钻石、红宝石、丝绸及其他贵重之物或可放在一块，但磁石只选择铁屑，对任何珠宝都不感兴趣。神对信徒亦然，祂不根据财富来遴选，只看心的纯净。

—— Baba（1998年9月版）

“薄伽梵要我们克服这种只看外表的倾向，这倾向是我们在由动物层次演进到人层次的过程中，经过许多多次的生命轮回所继承过来的。顶多我们也许应该被称为补鞋匠，只注意外表的皮而已。斯瓦米问，“会有这样的傻瓜吗？自己家里已有美味而营养丰富的食物，还要到市区去乞食！同样地，在你内心已有了神圣的安祥和福乐，你还要到处去找而不往内心去寻吗？是的，到处寻找神（Paramatma）而不往自己的内心去寻找，那是愚不可及的。我们认为主是全在的，但在实际行动上，我们却不往我们的心里去寻找神，反而向外到处去寻找。”

### 类似例子

斯瓦米列举许多类似例子让我们对“分殊中的单一”这个真相有深刻的印象。兹录一些简明例子如下：首饰有多种，黄金则一；壶有多种，陶瓷之土则一；波浪多状，海洋则一。再者，祂要我们明白，就是那单一的、同样的、看不见的电流启动各种机械如电风扇、各种不同形状和颜色的电灯泡、电冰箱及电子设备等等；同样，就是那单一的、同样的、看不见的遍在意识能量（Universal Conscious Energy），我们称为“神”的，也正在激励着、贯注着生气给天地万物，包括具有热量和动力的微小原子。

除了以上祂所述及的拉丁字母所代表的意义外，斯瓦米也给祂所说的“Oka Chinna Udaaharana”打了一个小小的比方，但对我们来说却是一个大的信息。斯瓦米说，“假如你正沿着一条街走着，无意间来到了你的一个劲敌的家门口而恰巧你的视线又投向挂在那所房子走廊墙上的斯瓦米照片。这时，你该怎么办呢？你是否憎恨斯瓦米的照片，只因为它挂在你的敌人的家里？不，相反的，你会自动地举起双手向照片顶礼，然后继续上路。同样的，斯瓦米寓于众生的身体核心之内，包括那些你厌恶他们的外表与行为的人。只要你明了全在的斯瓦米在每一个身体及每一物之内，你就不会有憎恨了。在你向斯瓦米照片顶礼时，你也同时向你敌人的家顶礼，纵使是无心的，至少在心灵里，你顶礼斯瓦米于每一个众生之内而不理会外在的附属物或表面装饰之无关紧要的特征。唯一不同点是你用你的常看外表的肉眼来看斯瓦米的形相或照片，而其实，你也可以用常看内在的内在之眼来看无所不在的斯瓦米。不论男女，人人皆具有天赋的内在之眼。但是，由于一直只贯注于用肉眼来看外表，人们忽略了内在之眼而没有善加利用。至少现在就要觉醒，解除内在之眼的衰退并在每一个身体及每一物之内看到全在的斯瓦米。”

透过以上美妙而简单的类似例子及祂的名字字母，峇峇已经给我们加持并恩赐我们这个法门，使我

们获得同样的视力或“Samadarshan”（定观），如《梵歌》所描述的：

圣贤以同样的眼光看待一个博学而谦虚的婆罗门（Brahmin），一头牛，一只象甚至一只狗和一个不属于四种姓之内的人。（译注：四种姓为婆罗门、统治者、庶民、奴隶。吃狗肉者被排斥在四种姓之外。）

根据对“神寓于众生”的明确认识和真实感受，如果尚未达致“Samadrishti”（定见，等持之见），任何对无私的、普遍的爱的谈论仅只是一个小孩的半截话而已，而“爱众生，服务众生”也宁是一个陈言烂调和一个空洞的口号而不是一个极想努力达致的理想。我们应该注意到，赛义工在修道院或其他地方所做出的表现已颇获好评，然而，斯瓦米还是经常敦促他们要改进服务品质，而服务品质，根据峇峇所教导的，只有在服务的对象被真诚地视为神（Paramatmudu）而不是一般人（Parudu）时，才能获得改进。只有把人（Manava）看成是主（Madhava）之后，工作才能变成膜拜（不只是社会服务）。若遵照赛的诫命来常向内看（See Always Inside），这就可以办到了。我们知道已故的母亲德肋撒（Mother Teresa）在加尔各答为贫困者服务时，如何以身作则地表现了这种态度。就这一点，如果我们能够依据“SAI BABA”这七个字母的内涵而“常向内看”（See Always Inside：SAI）的话，这就会引领

我们到这字字母的另一个重要的含义，即“服务-敬爱-光明”（Service-Adoration-Illumination：SAI）。换句话说当我们“常向内看”时，我们就会看到峇峇在众生之内，因此，我们就能发心为众生“服务”并且能以“敬爱”神的精神去服务，最后，我们会得到“光明”，即智慧，消除无明了。

### 结论

所以，只有遵照斯瓦米的诫命去“常向内看”，去发现在一切名、一切相之后的单一的“自性”并依据此发现而付诸行动，我们就会立即究竟和圆满我们的人生了。这时我们才能很自然地宣称，“主啊！迁入了‘祢的无所不在’的大厅，我知道我爱的只是祢，祢显现为父母、亲友，不，甚至敌人、众生及万物，尽管他们的外形与行为有所不同！借只爱祢，我的心已拓展到爱众多。我拥抱在众生之内的祢，不，祢就是众生！”

—— Dr A. Adivi Reddy

（原文刊载于1998年9月版）

# 正法与宇宙和谐

@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@

正法只是无动机而自然的  
对神之诚信的流露，心灵  
借之以达致无上的满足。

薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇对“Dharma”（法、正义、职责）所下的定义是：“那维持和促进‘包含在每一众生之内具有创造力之能量’的升华。”。“Dharma”这个字取自“Dharitri”，意指“支持”或“聚合”。正法（Dharma）归纳和综合那些促进宇宙和谐的世间活动。为使人们生活于彼此相亲相爱与合作之中，我们务必相信我们都是圣灵，在本质上彼此是相连的且都必须努力朝向天人合一的共同目标迈进。透过直觉和识见，人可以协调在他内在的对抗力量以达致至高无上的意识。“Sanathana Dharma”（永恒之法）在人本身的深处自有其神圣的开端和起因。其实，它与“religion”（宗教、信仰）同义而“religion”，源自拉丁文“religio”，意谓“综合”或“联结身、意、灵为一体”。吠陀经典乃神圣的启示，最早对永恒之法（Sanathana Dharma）加以阐释和论述。精通吠陀（Vedas）的圣哲们生活在最高的意识觉知之中，通过直觉，他们悟知只有凭借内在与神合一，才能达致外在与万物的合一。吠陀（Vedas

丰富的象征性义理所围绕的就是这“分殊中的单一”的中心原则。其他古代的根本传统，包括埃及（Egypt）、苏美尔（Sumeria 译注：古代巴比伦南部的最早民族）、波斯（Persia）、亚述（Assyria 译注：古代东方—奴隶制国家）和希腊（Greece）的文化，也都基于这样的认识即：只有一个“真理”，是万物所固有的但却是超越的，同时也是不受任何特别的名和相和人格的局限的。根据佛陀所说，“人与人的关系必须被带入普遍天理的和谐之中”。佛教的座右铭是“依据法则而不依据人”。希腊的哲学家如毕达哥拉斯（Pythagoras）、柏拉图（Plato）和柏罗提挪斯（Plotinus）也都基于不朽的印度信仰来建立哲学体系。

## 正法的衰微

“Sanathana Dharma”（永恒之法）或不朽的哲理（现代术语），其精神价值（如爱、真理与和平）的信念在十七世纪的推理时代遭受到急速的衰退，那时，唯物主义与唯理主义的兴起造成西方的哲学与科学的分开。在大多数地方，尤其是西方，宗教信仰在权力和财力的影响下变成制度化并且堕落乃至丧

失其成为人类灵性整合之直觉指针的真正意义和目的了。今天，“religion”（信仰）这个字给心念带来一套严格的教义和庆典，包括根据宗教和政治系统来制定的行为准则所约束的仪式。

吠陀义理以宇宙的循环不息和周期性的创造及天地万物的破坏来解释此不朽哲理之信仰的衰退。我们现在来看看文明的四大年代：Sathya Yuga（实谛年代，即依惯例所说的黄金时代）、Treta Yuga（特达年代即三分时）、Dwapar Yuga（杜巴拉年时）及 Kali Yuga（伽利年代即虚伪纷争的年代，也就是我们现在所处的年代），每一个年代的持续期逐渐递减而在遵行正法时尤见其缩减。在黄金时代里，Dharma（正法）完全受到维护或遵守而生活则以简朴见称，在圣灵的探索上更是不遗余力。在伽利年代里，最后循环的一个年代也就是我们现在所处的年代，人类社会已经进入瓦解的极点。毗湿奴往事书（Vishnu Purana）说，只在这个年代，产业与财富决定社会地位而外在的探讨与内在的灵修已混淆不清。这就是为什么斯里沙迪亚赛峇峇在伽利年代下凡的原因了。祂是普遍的正法原则的化身，来到世间唤醒人类确认他们固有的、天赋的灵性。祂说祂来此并非为了要创立一个新的宗教而是要揭开“所有宗教的种子乃在永恒之法之内”的这个真相。就是这永恒之法把成千上万不同信仰的求道者带到祂的莲花足下。祂告诉我们一个仅仅依据条规和

伦理的文化是不能把社会推向其终极目标的。

1968年11月23日斯瓦米生日的那一天，斯瓦米作了一次非常精采的讲道，祂强调祂的降世是要为深陷黑暗的人类重建这条古老的吠陀大道。祂说：“吠陀之法（Vedic Dharma）是曾祖父，佛教是儿子，基督教是孙子而伊斯兰教是曾孙，若它们之间有什么误会，这仅是家务事。祖先遗留的资产，我们共同分享，绝无厚此薄彼的现象。

## 至高意识的原型

吠陀谈及的神及其他宗教的神并不代表那被人所创造而盲目崇拜的形象或拟人形的实体，相反的，他们则象征存在于至高意识中的各种原型。所有这些原型代表整体的范本及内在微妙的秩序，是神在创造人时所规划的。在吠陀宇宙论及其他古代宗教理论中，就拿太阳神来说吧，它代表智力和“照亮我们心灵、助我们整合我们真实本质”的光。Gayatri Mantra（伽耶特黎真言）就是向太阳神（Savita）颂祷的祈愿真言，求祂让我们超越身、心、灵的层次（Bhur, Bhuvah, Svaha）以便达致菩提（Buddhi）的正法层面而成为开悟者。因陀罗神（Indra）是另一个例子，祂代表感官（Indriyas 诸根）的控制动因，这些感官即关系我们在醒时的一般意识层次。是故，我们在外在世界所看到的或世界所显现的一切有其

灵性的原型寓于微妙的内在世界里。对万物的敬爱产生自“感觉世界的外在分殊萌芽于弥漫寰宇之自性 (Self) 的单一 (Oneness)”的信念。这真相铺设了一条达至内在“心与灵融合”的道路。西方著名的心理学家荣格 (Jung) 说过, 我们无不连结于一个更宏大的原始而集合的无意识心念, 它所产生的共通的表征和程序是我们大家所分享的。他说: “法在心里是不牢靠的。这改造作用显示东方是如何的正确, 认定‘法’的错综复杂的体验来自‘无意识’之内。”建立知觉的外在世界的就是原型感觉要素的内在世界, 对这一点的了解是很重要的。在古代宗教的黄金年代里, 较为低下的领域确实有内在的法世界的投影而使到人们可以生活在相关的和平与和谐的“单一”之中。

祭祀 (Yajna), 另一个基本的观念, 代表“法” (Dharma) 的一个与生俱来的本质, 于其内, 一切众生皆被视为奉献给“一体性之火” (The fire of oneness) 的供品。整个世界被认为是一个活动的产物: “梵天 (Brahma) 的祭祀”。祭祀其实是内在自我 (ego) 的供奉, 通过虔敬诚服来奉献给神。

### 心灵内的法

在古代, 存在于人性中的差异, 相当于人类各个不同的灵阶, 就反映在社会的四重分段上, 在其间, 人利用他的内在特质来执行他的

天职 (Dharma) 以朝向共同的终极目标演进。在做人的立场上, 一个特别的职责 (Dharma) 也许低于或高于另一个职责, 瑜伽师斯里基士拿伯林姆 (Yogi Sri Krishna Prem) 有这样的评语: “在作深一层的分析, 我们发现圆全, 只在于总体之内……而一切都是宇宙运作所必需的。”因此, 主基士拿 (Lord Krishna) 警告阿周那 (Arjuna), 试图去执行一桩与自己天赋本质相反的职责 (Dharma) 是充满危险的, 这无异把自己的一生建立在一个未开发因而是卑劣的任务上, 对“天职的和谐” (Dharmic Harmony, 法性、法的协调一致) 没有助益。然而, 这四重分段, 后来却掉入取决于权威和财富的压制性种姓系统之中, 反映着存在人之内的、以自我为根基的内在分歧, 并使社会分裂永久化也使一个种姓对另一种姓的压制性支配永久化。这就是为什么佛陀说“不以一头乱发, 不以血统也不以出身来决定一个人是不是婆罗门 (Brahmin), 他之所以是一个婆罗门是因为真理和正法都在他身上”的原因了。

人类心灵内的正法 (Dharma), 其历程反映于主张“宇宙恒动”的吠陀经里。Jagat (世界) 这个字, 意指恒动之物, 不论在物质上、精神上或经验的情绪层次上皆是恒动的。它可分为两种运行: 一种是与宇宙规律 (Rita) 和谐一致的, 另一种是在心灵统一体之内造成一种压力而导致不和谐与偏差的。这两者分别被称为 Dharma (法) 与

Adharma (非法)。“非法”行为在心灵内造成压力, 结果产生一种报偿性效应叫羯磨 (Karma 业) 的。宇宙的律法或规范以七种经验层面存在于我们之内, 每一种层面都是同一的心灵母体也就是整个宇宙, 的一个分开的组成部份。凭此七重原则, 人的灵性得以演进而跟神融合。处于底层的物质、生命和心念的三个层面属于现象世界并受制于羯磨 (Karma 业) 和自我 (ego); 其上智力的领域或永恒之法 (Dharma) 的中心地。这领域与存有之绝对者 (神)、意识和至福彼此形成完整的一部份, 代表超凡的四重神性 (four-fold Godhead) 或圣界 (Causal Realm 原因领域)。负责综合底层的三个领域与上层的三个领域的就是这个正法领域 (Dharmic Realm) 或直觉智慧的所在地, 从而使我们看到自己是神圣自性的一部份而神圣自性就寓于众生之内。圣灵的原型就寓于这个甚为高尚而完美的住所。这就是为什么斯瓦米说“Dharma不来自外界, 它是你自己的真实本质, 你的独一无二……它使一个人脱离禽兽”的原因了。阿特曼 (Atman 真我) 是在此层面的顶端, 它是光, 反射在感觉或意念 (Manas) 的世界上。纯粹的意念 (Manas) 或个别的自我 (ego) 是人生的症结所在, 神圣的超脱就全看它了。它扮演着一个中枢的角色, 若在角色中, 它把“真我之光 (Atmic light) 反射在菩提 (Buddhi) 上, 那它就在我们内在产生“法的协调” (Dharmic Harmony), 但如果它只把那光反射于感觉

世界上, 它就变成较为低下的自我的一面或欲念 (Kama Manas) 的一面了。这就是为什么人在两种方式中来看世界的原因了。这两种方式即: 一种是不同元素的“统一与互相连接”的方式; 另一种是强调诸物之“分开与互为独立”的方式。对我们大多数人来说, 非常不幸, 拉向底层的感觉意念之力极为强大, 致使我们只反映我们真正和谐的高尚自性的一部份而已。假如看不到真理是包容一切的总体, 我们就必须利用良知的声音从自我 (ego) 和理性 (intellect) 中挣扎出来, 这良知的声音就是菩提在低下阶层的一个显现也是连接更高自性的桥梁。只有在意念与菩提结合时, 合成的直觉知识或 Vijnana (识) 才成为我们一切活动、感觉和思想的指针, 而这时, 我们才开始感觉到“心的张力”直伸向神并发现正如德日进神父 (Father Teilhard De Chardin 译注: 1881-1955 法国古生物学家、哲学家、耶稣会神父) 已谈到的“当一个人开始追寻比自己更伟大的‘那个’时, 由转变带来的“神圣的环境”就是在‘存有知觉’下产生的。”

### 内外和谐一致

在《梵歌》中, 阿周那 (Arjuna) 的“活动的思考” (Karmic thinking 业的思考) 与“存在的痛苦”就在以下的认识中找到新的立足点, 这认识就是: 正法是一切活动的根本基础而他的解脱全在于由他内

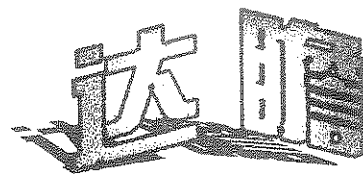
在本质决定的“整个的社会和概念之系统”的复苏。《梵歌》说：“‘活动场所和正法’的知悉者处于一切活动的核心。”有了宇宙观之后，阿周那重新认识“他乃宇宙节律与则律的一份子”。看到无限的形相，其内是神、梵天（Brahma）及心灵原型或他熟悉的万物的微妙形相，他确知就是这“存有”（Being）维系着永恒之法。是故，立稳了脚步于萨埵（Sattva 潜在力、智识要素、纯质）或正确识见的观点之后，他说，“我的错觉毁灭了。”这识见就操作于存有的一个更深的层次中而当自我（ego）最终降服于神的意愿时，它带给他一个完整的理解和圆满的觉知。就是这识见渡人脱离生死轮回，即佛陀所说的“Anagamin”或不再诞生者。超越了历史的空间和时间，他从虚幻的世界中解放出来，永远与他的神圣自性融合。阿周那对他最敬爱的主基士拿，神化身及万物的维系者，表露无限的崇敬和爱。这并不是欲望性的爱而是根之于菩提的爱。信心于是突飞猛进，不是神秘宗教的信心，这信心是内在圣灵和谐的一个反映。然而，所有这一切只是一个启示（Vision），之后，阿周那回到色界，虽然他还具备着统一的法知识。但是，无论如何，他人格的整个变化，只有在他完全学会在现实中生活之后，尤其是在他那个别的自己、社会和神的关系被整合的时候，才会产生。正法的历程包含一个人的思想与冲动的升华，这思想与冲动乃起自一个人内在的初始本能而以众善奉行的一种感觉与

观念进入有效益的活动。

所以，正法是超越行为、职责和社会义务的伦理道德规范的。伟大的物理学家爱因斯坦，有一次在谈论人性时，他仔细考虑了伦理道德与社会义务的缺点，然后说虽然阿里斯多德（Aristotle）是希腊最著名的哲学家之一，但他宣称奴隶是不良品种，他们之被征服和剥夺自由是公平的。尽管他绝顶聪明，但缺乏眼光和识见，不能从他的文化和社会的传统偏见中走出来。因此，爱因斯坦警惕我们要谨慎“勿把智力变为神”，他也说，“对方法和工具来说，智力不愧是一只明锐的眼睛，但它却看不见终点和价值。”当主基士拿告诉阿周那“放弃一切来归依我”时，祂给人类的信息是：真正的解脱者是一位超越“以伦理来判别那基于自我（ego）的善与恶”的人，他完全从世俗的执著和罪恶的诱惑中解放出来。只有当社会或外在生活的和谐反映我们内在圣灵的情况时，我们才可以说正法已取得优势。在《薄伽梵往世书》（Bhagavata Purana）的简单而精深、优美的文字中，正法被释为“无动机而自然的对神之诚信的流露，心灵借之以达致无上的满足。”

——Indira Pradhan

（原文刊载于1998年9月版）



（Darshan）

达瞻——在这一刻我们有机会看到主的圣容，获得主的赐福。有人说，“当神莅临地球时，人类的登陆月球就显得不重要了。”古圣们把在我们之间走动的神描述为“神是深不可测的，是人所不能理解的”，而吠陀经则说神的荣耀是不可言喻的。在“达瞻”时的短短时间里，美妙的音乐，随风飘荡，千万只眼在守候；主来了，祂在我们之中，祂步履飘逸、雍容华贵；祂恩赐我们“达瞻”，让我们得一睹丰采；祂以跟信众一样的热切的眼睛来和久候的信众们会面。

坐在地上等候着祂的人，形形色色，各有苦衷，各有所求：有的患上绝症，痛苦不堪；有的终日忙碌于事业，虽成巨富，但心灵空虚，烦恼重重；有的仅来一睹圣容就心满意足。

对祂而言，“达瞻”仅属例常公事，恩赐“达瞻”，接收信件，拭干人们的眼泪，减轻人们的恐惧，治疗人们的生理上的顽疾和心理上的挫折与失望。递减的“边际效用”的定律在祂来说是不存在的。祂以同样的爱、同样的兴致、同样的关心及同样的仁慈来恩赐“达瞻”，数十年如一日，不曾改变。

祂步伐缓慢、轻盈宛如浮在空中、脚不着地似的，穿梭于男女分坐的行列中，并开始接收信件，这些信件记述有关个人的疑难和问题。祂是所有问题的接纳者及所有疑难的解答者，所以大家都把一切不能解决的事情丢给祂。那边坐着一个生命垂危的癌病患者，病魔把他折磨得只剩下骨头，他完全绝望了，不知何去何从。主来到他跟前，给他一个肯定的微笑并变现一些胜于放射性疗法的圣粉给他。然后，主继续往前走。有一个年青人坐在那儿，社会的邪恶使他怀疑神的存在。主走近他，向他微笑并轻拍他的头，那年青人生平第一次尝到爱的滋味，合手祈福，眼泪潸然而下并把心搁在主的莲花足下。主继续往前走，这儿坐着另一个男仕，脸上露出讥讽的冷笑及一种藐视的神态。主来到他面前，同样向他微笑然后再往前走。毕竟祂是扮演“主”的这个角色的最佳演员，也扮演着祂自己创造出来的、对祂怀疑的“众生”的角色。祂用手一挥，邀请一组人入内作个别面谈，对这难得的机缘，被邀者脸上无不泛起无比的兴奋和喜悦。

之后，祂转向学生，这时，情况完全迥异，祂的步伐，说话语气都改变了，一种不拘礼节、熟悉得



不分彼此和相互归属的气氛笼罩着，说说俏皮话，开开玩笑，场面显得格外清松。然后往前走，祂看到一个手包扎着绷带的男孩并以慈母的口吻问道，“手怎么啦？”男孩回答，“斯瓦米，在玩游戏时……”，此时，严父的脸显露了，“太不小心，太不小心！老是匆匆促促。”对一个孩子，祂给予一个会心的微笑，意思是“我一直和你同在”；对另一个孩子，祂给予一个透视，直达内心深处并加以搅拌，意思是“我知道你所做的。我知道，我知道”。有时，祂把视线投向“梦想境界”，这是祂要建立的，一个充满爱和兄弟般情谊的世界，没有不和与憎恨。祂有一个宏观并要把世界带到那儿。祂指望学生，祂要把重要使命的一部份交给他们，视他们为火炬的高擎者，不论他们到哪儿，他们都是光辉理想的化身，坚守着祂的诫命和原则。抱着这个宏观，祂继续向前走。

每一个“达瞻”可说是一个改造，一个潜移默化。主用每一个“达瞻”来使世界更进一步与祂接近。祂改造许多心灵，治愈无数疾病，把希望带给被遗弃者或绝望者。这五分钟的时间看似单纯却充斥着诸多值得大书特书的事件，意义深邃的事件，与众生相关的事件。但是，对学生而言，每一个“达瞻”即是一个大好机会，在赛的督导下改造我们的生命；赛是我们的母亲、父亲、导师、朋友及我们心中至高无上的主。我们只可以向祂祈求，“敬爱的主，恩赐我们一个明晰

而不被蒙蔽的心念以便我们明察祂的荣耀。如祂要塑造我们成为理想的模范，那么，请祂叫醒我们，让我们对它有所反应吧；当祂把祂的爱浇灌我们时，也求祂恩赐我们适当的心念架框以接收祂的爱吧。”

—— Ashok Sundareshan

### 达瞻时，该如何？

老实说，“达瞻”并不是以强烈的祈祷来打动斯瓦米之心的时候或地方。你应该静静地坐着，有如静坐一般但不是静坐冥想或专注某物，就像在苏巴（Subud）里所教导的“准备接收”的状况一样，身体放松，心念平静而敞开，随时接收斯瓦米在“达瞻”时所给予的祝福。心念有如像机的底片，既敏感又随时可以接收来自主的任何神圣的光辉。

据我所知，我的一些朋友就曾在“达瞻”时，以一种接收式的姿态坐着，结果，获得了奇妙的恩赐。我认识一位美国妇女，在她的第一个“达瞻”时，获得圣爱的浸洗以至泪如雨下而且她的愿望也实现了。另一位来自英国的妇女则被斯瓦米双眼所发出的光所触及而使到她的乳癌霍然痊愈；斯瓦米不曾跟她说一句话。其实，不知有多少人经历了“心灵改造”、“生命转变”或“神圣疗效”，简直不胜枚

举。他们不仅身体坐在“达瞻”的行列里而他们的心也敞开着随时领取指示和改造。

—— Howard Murphet

### 达瞻后，该如何？

在我的“达瞻”过后，找个安静的角落坐下，你可以进入宁静的境界并领受我给予的完整的祝福。当我经你而过时，我的能量便散发出来，传达给你而如果你继续和他人谈话，这能量立即回归我这儿，你就完全没机会利用它。请放心，凡我眼睛所触及的一切都会变为充满活力的和可以做出改变的；你也是我眼睛所触及的，所以，你是会一天一天改变的。

—— Baba

### 何处找神？

神弥漫于万物，但是，我们还是有一些科学家们断言，“我们已寻遍外太空，我们也到月球找过了，完全没有祂的踪迹，祂是不存在的。”他们并不知道找寻的是什么也不知道到哪儿去找，可是他们还是冒然地断定神是不存在的。神难道占据了一个可识别的身体或形相？祂可有一个传统的住处和寓所？神就是这一切或更多；祂在这一切之内也在这一切之外。祂是“否定祂”的科学家的内在动力！人本身即是神；一切物质，包括月球，神无不显现其间。以实验室的仪器来寻找神等于是把眼药水滴在眼里来治疗肚痛！过去的大师们在那知识领域里已经给这个目的建立和宣布了一套法门和一种特别工具。透过舍和爱来擦亮你的眼睛并且磨利你对识别的感觉以便消除偏见或偏爱，然后，你就可以在你之内、在你周遭、在你所认识和感觉的一切之中看到神。

—— Baba (1998年8月版)

## 抑制愤怒

一位贤士从喜马拉雅山下  
来并宣称他已克服了愤怒。  
他会见朋友们，告诉他们  
说他已完全达致平和的  
境界，完全摆脱了愤怒。  
其中一位朋友问道，“先  
生，你已经克服了愤怒吗？”  
“是的，我已克服了。”  
他谨慎地回答。那人再问，  
“先生！你真的克服了愤怒？”  
“当然是真的。”回答的语  
气有点不耐烦。“什么！这  
真令人难以置信。你怎么能  
克服愤怒呢？”那人作第三  
次质问。“哎！我已经说过  
了，你难道不明白吗？”语  
气颇为暴躁。“先生，看  
你这种语气，你怎么能克服  
愤怒？”那人第四次质问。  
“你真是不可理喻！我告  
诉了你我已经克服了。”就  
这样，当他说他已经克服  
了愤怒，但却对他人的重  
复发问感到不胜其烦而控  
制不了自己的情绪。若不  
以语言表达和刺激，愤怒  
或可平息。由于缺乏容忍，  
愤怒才会迸发。要治理愤  
怒，唯容忍一途；培养起  
容忍之心，愤怒自然止息。  
要驱除黑暗，就得引入亮  
光，同样，要驱除愤怒，就  
得培养容忍之心。

-- Baba (1998年9月版)

## 平和的三大柱子

放下、信心和爱乃平和的  
三大柱子。在这三者之中，  
信心是关键所在，因为，  
没有信心，灵修便成了空  
洞的仪式。只有“放下”  
可使灵修收效而“爱”则  
迅速引领至神。“信心”  
令人感到跟神隔离的痛苦；  
“放下”疏通沿着归向神  
之路的阻碍；“爱”则点  
亮归向神之路。神会恩赐  
你所需要的或你所应得的；  
你不必要求也没有理由埋  
怨。不管发生什么，何时  
发生，要随遇而安并要感  
恩，因为没有祂的旨意，  
一切都不会发生。

-- Baba (1998年8月版)

## AKASA (空、虚空、以太) 之瑰宝

真正生活的其中一个原则  
就是修习“静默”，因为  
神的声音只有在舌头静止、  
暴风和波浪平息时，才可  
在你的心的领域内听到。  
当你轻声细语地跟他人  
说话时，你将不会引来他  
人的大声吼叫。你要调整  
自己的声量，要尽量的低  
但必须高到最外圈的人  
也能听到。不要浪费声音，  
因为它是要素“虚空”  
(Akasa, 空、以太) 的瑰  
宝，乃神本身的一种散发  
物。

-- Baba (1998年7月版)

转向另一个斯瓦米，从一  
种修习法门换到另一个修  
习法门。这种走马灯似的  
更换能有什么效益呢？这  
简直是浪费时光和生命。  
一心，一思想，一神，一  
目标。不论诵念的神号是  
阿拉 (Allah) 或耶稣  
(Jesus)，佛陀 (Buddha)  
或左罗阿斯特 (Zoroaster，  
译注：波斯的祆教或拜火  
教始祖) 或导师那纳 (Guru  
Nanak) 都是一样的。

-- Baba (1998年8月版)

## 一神，一目标

超脱 (Moksha) 并不是指  
达致某种圣灵的境界。其  
实，圣灵乃在你之内，你  
必须做的就是把它显彰出  
来。凡不存在的，不会到  
来；凡存在的，不会离去。  
一切都在此时此地立即  
出现在你面前。是故，任  
何探索或任何修习可谓  
没有必要。无论你做什么，  
把你所做的都献给神。切  
勿在“我的工作”与“神  
的工作”之间划分界线。  
若区分，敌对便因差异  
而产生。如有敌对，神性  
、纯净和一体性就没有  
立足之地了；若心中有  
神，其他的便进不来。但  
今天的求道者却把心当  
作一张游戏音乐椅子，他  
们从一个斯瓦米 (Swami  
导师)

转向另一个斯瓦米，从一

## 觉知神

神是无所不在的，那么，就不要在离开我的时候有不同的行为。要时时在在都意识到神就在你面前。纵使是从事一些琐碎的小任务，也要警觉、谨慎。要维持内心深处的平静也要维持外在的平静。《梵歌》说“神的手和脚是无处不在的”。只有在没有其他声音的干扰下，你才能听到祂的脚步声。神，出自祂无限的恩宠，化身信徒所心仪的形相。祂是纯净，祂是至高无上的智慧，祂总是自在自如，慈悲为怀。要培育起对神的觉知，要看到神并且服务神于众生的身上。

— Baba (1998年7月版)

## 赛疗法

在一个非正式的集会中，有人问峇峇：“斯瓦米，当祂出现在许多病患者的面前时，他们立即体验到疗效，其秘密是什么呢？”峇峇即时便作简短的回答：“这是我的体验，是“我与众生为一、与每个人为一”的体验。我的爱倾注于每一个人，因为，我视每一个人为我自己。如果一个人把我的爱从祂纯净的内心深处反映出来，那我的爱便和祂的爱协调一致，而祂的病痛自然就霍然痊愈了。没有回应便没有疗效。”

— Baba (1998年8月版)

## NINE CODE OF CONDUCT

- 1) Daily Meditation and Prayer.
- 2) Devotional Group Singing / Prayer with members of family once a week.
- 3) Participation in Educational Programmes (Bal Vikas) organised by the Centre for children of Sai devotees.
- 4) Participation in community work and other programmes of the Organisation.
- 5) Attendance at least once a month in group devotional singing organised by the Centre.
- 6) Regular study of Sai Literature.
- 7) Speak softly and lovingly to everyone.
- 8) Not to indulge in talking ill of others especially in their absence.
- 9) Put into practice “Ceiling on Desires”, and to utilise savings generated for service to mankind.

## 九项行为规则

- 1) 每天静坐和祷告。
- 2) 每周一次与家人一起唱颂和祈祷。
- 3) 参与赛中心为孩子开办的道德教育课程。
- 4) 参加赛组织举办的社区工作及其他活动。
- 5) 每月最少参加一次赛中心的集体唱颂会。
- 6) 经常研读赛著述。
- 7) 对人说话要语气温和，态度亲切。
- 8) 不说他人的坏话，尤其是在他人的背后。
- 9) 实行“节制欲望”并把省下的钱用来服务人群。

### 询问处 for Enquiries

#### CHIEW TECK HOE

Block 8 Angklong Lane #09-01 Singapore 579981  
Tel: (65)4577305 Fax: (65)4577331

#### CHIN WAI FUN & GOH SWEE FONG

25, Jalan Kuning Dua, Taman Pelangi, 80400 Johor Bahru, Johor, Malaysia  
Tel: (60)7-3322646 Fax: (60)7-3323046