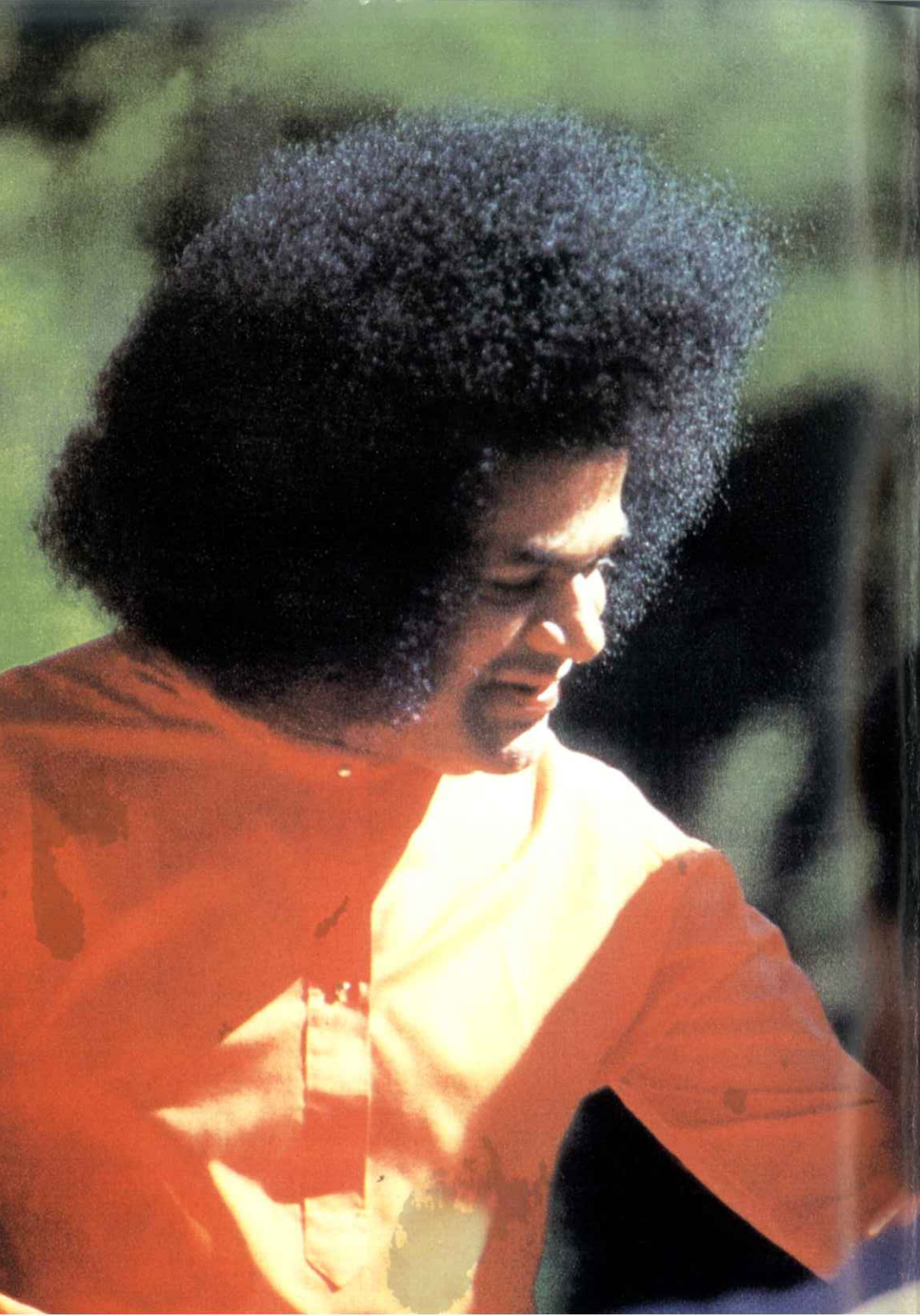




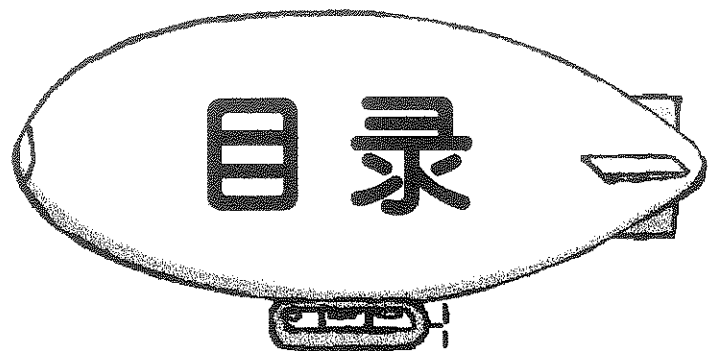
Sanathana Sarathi

永恒的

战车御者

Vol.7
第七期

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



主题	译者	Pg
(1) 牺牲导致永生	周德惠 (Bro.Chiew)	1
(2) 认识你的真实身份	李保章 (Bro.Lee)	8
(3) 一体性即生命气息	纪木英 (Sis.Kee)	14
(4) 人、真理、爱与神	陈慧健 (Sis.Tan)	20
(5) 圣灵护佑人	李保章 (Bro.Lee)	24
(6) 服从神的指令	陈慧健 (Bro.Tan)	33
(7) 培育爱于你的内心	纪木英 (Sis.Kee)	39
(8) 口吐宁甘，彰显神性	李保章 (Bro.Lee)	48
(9) 心中常怀至尊莲花足	冯崇合 (Mr.Pang)	55
(10) 宇宙天地在你心内	陈慧健 (Sis.Tan)	61

牺牲 · 导致 · 永生

穆斯林崇拜的神是阿拉，
基督徒崇拜的是耶和华，
毗湿奴派信徒崇拜的是莲花眼毗湿奴，
湿婆教徒崇拜的是湿婆等等，
人们都膜拜神为一个赐予健康和财富的无上自性，
膜拜的名与相虽不同，
但同一的神回应所有不同的祈祷。(泰卢固诗)

诸位爱的化身！

众所周知，人身难得，生命可贵而神圣。本着关心社会，服务人群的原则，阿南达布沙迪亚赛高等学府同学会以“沙迪亚的使者”自居来投入服务工作。当然，首先我们得了解“使者”的意义。每一个人都是神的使者，他的诞生是神的旨意。唯不断的探讨，你才能一窥神派遣祂的使者的奥秘。

泰卢固诗云：

人最大的义务就是输通圣爱之流，使之遍及世界。
人之诞生并不仅为自己。
唯献身于服务，人之生命方显高贵而圆满。
神遣人至世间就是要他实践和宣扬这则信息。
不服务社会，人生有何价值？

人人都是神的使者

既已来到世界，你就得认自己内在的神性。既是神的使者，你最主要的任务就是实践和发扬真理、博爱与和平的原则并体验和与人分享幸福、快乐。凡沉溺于世俗的、短暂的和无常的俗务者没有资格被称为神的使者。

耶稣诞生时，三个阿拉伯国王去探看他。看到了那新生的婴孩，他们三人都满怀喜悦。临别时，第一个国王对玛利亚说：“母亲，您生下了一个爱神的孩子。”第二个国王说：“母亲，您生下了一个神爱的孩子。”第三个国王说：“母亲玛利亚，您的孩子与神无异，他跟神是为一体，他就是神。”一旦我们了解这三句话的意思，我们就了解真理了。爱神的人是神的使者；神爱的人是神的儿子；了解一体性的人就是神。

今天，传达神的信息者寥寥无几。既是圣爱的接受者，你就应该把这同样的原则传达给你的同胞。耶稣在离开尘世时宣称：“我的孩子，大家同属一体，要一视同仁。”我们要放弃对身体的执著，身体一直在变化乃至毁灭。神是真理的化身；真理是不变的，过去如此，现在如此，将来也如此。人务必步上真理之道以阐扬真理和圣爱。神爱这种人。耶稣宣扬博爱的信息，他说：“死亡是生命的衣裳。”他强调人人必须放弃对身体的执著以发展对灵性的归依。身体是一个水泡，很快就会蒸发消失，它仅是灵魂的外衣。

印度有这样的一句话：“Deho Devalaya Proktho Jeevo Deva Sanathana”（身体是神的庙宇，其内寓居的是永恒的圣灵）。为了把真理之道指示给世人，无始而永恒的圣灵不时化身降世。儿子有权继承父亲的财产，人也有同样的权力去领取神的财产，这财产是爱、真理、宽容、平和及慈悲。爱是至高无上的，是人类价值的根本原则；爱是神，要活在爱之中。

人人都是神的使者。人不应该把生命浪费在吃喝玩乐上；这样的生活是人性的污点。人的每一个活动都应该是神圣信息的反映，然而，不幸地，今天的情况却不是这样。有些人宣称他们献身于神的使命而其实他们却把时间浪费在物质的追逐上。研究学问、勤奋工作和赚取金钱都没有错，但要本着造福人

群的正确精神和出发点去执行。

你看到许多受苦受难的人，你该怎么去协助他们？在耶路撒冷，耶稣反对用动物来祭祀，结果，他遭到强烈的反对。助人者反受到伤害。

在苦与乐中崇拜神

生活中的相对性，如苦和乐，是结伴而行的。泰卢固诗云：

苦乐同在
不能分开
乐不独存
苦尽乐来

要把这真理的信息宣扬开去。没有苦，人就体会不出乐的价值。在黑暗中，你才能体会光的价值。这就是耶稣的教导。要取得成功，你就得克服困难。要把快乐带给受苦的人，要视每一个行动为神的工作。人一生下来就尝到苦和乐的滋味了，但他不能体认乐乃寓于苦之中。那是怎么样的乐呢？它是与身体相关抑或与心念相关？不，都不是，它是与灵(Atma)相关的。

不论在身、心、灵哪一方面，安祥、平和都是基本的需要，而只有在建立起对神的爱之后，在这三方面上的平和才得以达致。不爱神的人决不能有平和的心境。世俗的欢乐是短暂的。商羯罗阿闍梨(Sankaracharya)对这种感受有这样的反应：“Ma Kuru Dhana Jana Yauvana Garvam

Harathi Nimeshath Kalah Sarvam”。

不要因你的财富、子孙和青春而引以为傲，需知：时间的浪涛随时会把它们卷走的。悦乐是什么？是坐在空调室之内抑或品尝佳肴之时？这仅是身体和心念上的悦乐，不属于灵的。真正的悦乐是和灵分不开的。不怕困难，困难只是过眼云烟；切莫沮丧，切莫犹豫，以稳定而不动摇的心去面对一切。头、心和手三者必须一致，这是基督徒点十字圣号的真正含义。（斯瓦米点十字圣号以示它如何涵盖心、手和头）。要心中怀着神，思念着神；要行善，把每一个行动看成是神的工作。仅只提供食物和衣服给贫困者并不是究竟的服务，究竟的服务必须有爱，永恒的爱。一切活动都应该洋溢着爱。

以爱开始你这一天，
以爱充斥你这一天，
以爱度过你这一天，
以爱结束你这一天，
这是通往神的大道。

有几个人宣扬这个信息！自称 为神的使者是不够的，你还必须阐扬神圣的福音。能重视神的训示是你莫大的福气。不管他人听或不听，你的职责就是宣传神的福音。

很多人自称为虔诚的信徒，但却不了解什么是虔诚。虔诚并不指执行祭礼。真正的虔诚是遵主诫命，宏扬福音。诃利旃陀罗国王(King Harischandra)遇到数不清的困难但他

怀持坚定不移的信心，决不脱离真理的正轨。不论处于顺境或逆境，都要以同样的心境来膜拜神。不幸地，由于受到迦利时代的影响，人们只在顺境时赞美神而在逆境时就埋怨神了。当一道令下，凡耶稣门徒一律跟耶稣一样要被钉在十字架 上时，连耶稣最亲近的门徒如彼得、马太和保罗也拒绝承认自己是耶稣的追随者。这可以称为真正的信徒吗？为了神，信徒应该准备牺牲一切才对呀！不论什么境况，切勿违背神的指令。这就是坚贞。坚贞促成牺牲，牺牲导致永生。

“Na Karmana Na Prajaya Dhanena Thyagenaike Amrutathwa Manasuhu”，带来永生的只有牺牲，不是财富，不是子孙也不是行动。失去金钱和健康可以再拥有，但失去人格，一切都丧失了。今天，人们为财富和幸福而努力不懈但却忽视人格。真理和圣爱才是真正的财富。追随真理，困扰不起。不奉行真理，如何期盼神的护佑和恩宠！真正的虔诚在于以平等心去看待苦和乐。把这神圣的信息传开去吧！爱的福音是真正的福音；让大家分享爱吧，没有比爱更大的财富了。有一次，天使来到约翰的梦中，交一本书给约翰，要他详细阅读，好好消化。这里消化意指付诸实行。尽管罗波那(Ravana)精通六十四门知识，跋弥(Valmiki 蚁垤)还是把他描述为一个愚昧的人；那是因为他知而不行而罗摩(Rama)就不同，他把所学的全 全付诸实践。

奉行耶稣的理想

吠檀多(Vedanta)说：“Brahmavid Brahmaiva Bhavathi”(知梵者即梵)。约翰在各方面颇近似耶稣，因为他无时无刻不心系于耶稣。“你怎么想，你就是怎么样的人。”不断地思念神，你就成为神的显彰。钵罗赫拉德(Prahlada)虽身处困境，也决不放弃神的名号。他完全降服和献身于那罗延天(Lord Narayana)，故得到护佑。当他被抛入大海时，海浪化为那罗延天而救了他。当他从悬崖上被推下时，那罗延天把他抱在怀里。当他被毒蛇噬咬时，毒液化为甘露。遇到困难，决不气馁。神决不会把你所不能承受的苦难加之于你。祂以不同的方式试炼祂的信徒。试炼是祂所好。不要害怕试炼，要准备为神牺牲一切，就连生命也在所不惜；只有这样，你才得到神的护佑。

起初，保罗痛恨耶稣。有一天，耶稣来到他的梦中并亲切地问他：“保罗，我做了些什么，为何你如此批评我？你的痛苦是你的行为造成的，你该负责和承受，与我无关。”后来，保罗被改造了并成为一圣徒。耶稣就这样地改造了不少罪人，使他们成为圣者。要以奉行耶稣的理想来崇拜耶稣。耶稣明示三大阶段。第一个阶段是‘我是神的使者’。他要宣扬神的福音。第二个阶段是‘我是神的儿子’。儿子有权继承父亲的财富。神的财富是什么？那就是真理、爱、容忍、平和与正义。所以，人必须致力

于获得这些德性。他必须实践、体验和发扬这些德行。只有这样，人才配称为神之子。第三个阶段是‘我和我父是为一体’。了解一体性原则，这个阶段就达到了。当耶稣臻此阶段时，他完全摆脱了痛苦的桎梏而沐浴在福乐之中并准备迎接任何苦难，甚至在被钉在十字架时，他还是面带笑容，泰然处之，因为他知道他不是那具身体。身体肯定会毁灭但内在寓者是不生不灭的，其实，内在寓者即是神本身。耶稣了解身体仅是外衣，而‘他’是内在寓者。

对‘你就是神的使者’，要抱持坚定的信念。要传扬斯瓦米(Swami导师)的福音，传遍整个世界。有人喜欢，有人或不喜，都没关系，不要理会人家怎么说，管它是‘不’或是‘是’。‘是’和‘不’或跟你才有关系，但对赛而言，一切都是‘是’，‘是’，‘是’。神是完美无缺的，祂的一切话语和行动都是完美的。你可以看到自己感觉的反映、反应和反响；在本质上，它们都是属于心理上的。神只给予善，一直给予善，对这一点，要加以理解和体验啊！

马太曾是一个收税员。他经常会见渔夫们并询问他们如何对耶稣取得信心。汤姆士时常怀疑耶稣的神性。在迦利时代里，像汤姆士这种人与日俱增。不要跟这种人为伍。神是火，你是炭，当炭与火接触时，炭与火熔为一体。同样地，当你跟神接触时，你便与神合为一体

。对神要有十足的信心。

诸位爱的化身！

人人都是神的使者。人人都是爱的化身。人人都有爱。然而，你却把爱转向物质世界。无疑地，你必须照顾妻儿，但这并不是全部呀。只有神才是重要的。在零之前加上数字，零才有价值。月亮是零，太阳是零，世界也是零，只有神才是灵。没有灵，一切等于零；有灵，但忘了神，也等于零。不要让怀疑有立足的余地，成功必属于你。耶稣体验了这个真相并且加以宏扬。

与神亲近是莫大的财富

Christmas(圣诞节)这个字源自罗马文。说起来，圣诞节应该是在三月而不是十二月。由于在十二月，天气寒冷，人们都留在家，所以就借这个机会在家里庆祝圣诞节，其实，耶稣是在三月诞生的。随着时光的流逝，圣经就将错就错地记载下来。“Munde Munde Mathir Bhinnah”(人人都有自己的想法)，有人说耶稣根本未曾诞生，有人说被钉在十字架上的不是耶稣的兄弟，耶稣当时还在日本。这一切无非想像。耶稣是真理。

耶稣小时候，父母带他到耶路撒冷去参观展览会。没多久，玛利亚发现耶稣不在身边，以为他走失了，于是焦急地到处找他，最后，她在一所庙里看到他全神贯注地在

聆听圣职者讲道。那情景使她想起了在耶稣诞生时，前来探看耶稣的一位阿拉伯国王所说的话，‘他很有慧根，他爱神’。她跑前去拥抱耶稣，流下了喜悦的眼泪。耶稣说：“母亲，我和神为伴，你随时可以找到我，但是，你却一直到其他地方去找我。我视亲近神为我莫大的财富。”

精奥的信息就在这里面。人在寻找神，殊不知神是无处不在的，是遍在的。祂是爱的化身而只有凭借爱才能与祂亲近。认识到‘你和神同在，你为神而存在，你来自神’的真相，你就会处处找到神了。要加强‘神在你之内，与你同在，在你左右’的感觉。神若遍在，你还需要找祂吗？圣者泰格罗遮(Thyagaraja)在一首圣歌中表现了这种感觉，“Nenendu Vedakudura Rama……”(啊，主罗摩！我还要到哪去找祂呢？)。“祂是我唯一的归依，我不能没有祂”，说着，他便跳入河里，并且在河里找到了罗摩的圣像，欣喜欲狂。“啊，罗摩！祂是那么崇高和仁慈，祂一直和我同在，由于不了解这真相，我的一生便在无知中度过了。”他百般地赞美罗摩并在赞歌中表达了他的感受，“Raa-ra Maa Intidaaka……”(主啊！请莅临我的住所吧！)。只有热诚的信徒才能体会到与神合一的至福。对疾病患者来说，糖呈苦味但问题出在舌头而不在糖。沉溺于物质欲望的人亦然他体会不出圣灵的甜美温馨。要确认‘神在我之内，与我同在，在我前后左右’。作如是想，你

便圣化了。千万别认为你和神是分开的。

诚服为你赢取神恩

昨天，当我分发沙利(Saris)给‘使者们’时，她们感激地说：“谢谢斯瓦米”。我说：“不必谢我，我并非他人。母亲每天为你准备食物，你会说谢吗？外人帮助你，你会向他道谢，但我不是外人。”那么，你就不要谢斯瓦米了，把斯瓦米看做是你自己，只有这样，你才有亲近斯瓦米的权力。我不要你的任何东西，我也不为自己说什么或做什么。我什么都不要，只要一样东西，那就是你的爱。甚至连爱也不是你的所有物而是我的所有物。爱不能用任何手段获得，它是神的礼物，要把这礼物——爱，奉献给神，只有这样，你才会得到自我满足。这是你该尽的义务。古圣们经常作这样的祷告：“主啊！我奉献我的心给你而这心也只是你恩赐的礼物啊！我把你恩赐的礼物奉献给你，我还能奉献什么呢？请你接受我这谦恭和虔诚的顶礼呢。”泰卢固诗：抱持这种高尚感觉的人才是真正的信徒，献身的信徒。

一味排除他人而只赞美自己的虔诚，这是自私的行径。千万别让‘自我’滋长。伟大信徒如杜卡蓝姆(Tukaram)，罗摩达斯(Ramadas)及泰格罗遮(Thyagaraja)等人，在获得圣恩之前，他们不知面对多少严峻的考验和试炼。苦难是伟大信徒生命中主要的一环。神置祂的信徒于

试炼之下就是要加强他们的信念和净化他们的心志。你必须尽力把生锈的容器清洗干净；‘苦难’洗涤‘心’的容器。当泰格罗遮的罗摩神像被取走后，他深感悲痛并对主罗摩的神性置疑。“是你没有能力解决我的问题还是我缺乏虔诚？我绝对虔诚，那就是你的力量不足了。”他继续以这种情绪来赞美自己的虔诚而致使自己成为一个非常自我的人。最后，在静坐冥想时，他才觉悟，怀疑罗摩的神性乃愚昧之举。于是，他不断地反省和反问，若非主罗摩的恩宠，一只猴子如何能渡过海洋？若非罗摩的力量，罗什曼那(Lakshmana)如何会死心塌地崇拜他，财富女神勒斯米(Laksmi)如何会服侍他而具有极高智慧的婆罗多(Bharata)又如何会向他顶礼？“主罗摩啊！你的法力肯定是浩瀚无边的。对你神性的怀疑是出自我的愚昧和卑鄙呀！”他请求罗摩的宽恕并完全降服于罗摩。

当你净化你的心并完全降服于神的时候，神便立即显灵，一刻也不延误。这可以从罗摩达斯的事例中获得证实。当罗摩达斯完全降服于神时，罗摩和罗什曼那化装去见国王坦尼沙(Thaneesha)并为罗摩达斯缴付税金。在问及他们是何人时，他们回答说是罗摩达斯的仆人。在此，我们可以看到，如果信徒降服于神，神就成为他的仆人了。这就是‘诚信’的力量。

诚信之路，障碍重重。遇到苦难，有些人会责怪神。每一个人都

必须为自己的行为承担后果，与神无关，神也不受到影响。神是纯净的、无瑕的、圣洁的。人家要说什么，由他们去吧！但你必须保持冷静、平和，不作不必要的争辩以免引起不和与敌意。遇到批评，色愈恭，言愈和，批评自然平息。微笑是对批评的最佳回答。当保罗责骂耶稣时，耶稣亲切地走近他，向他微笑；耶稣如甘露般的笑容改造了保罗恶毒的心肠。要常带笑容，切勿拉长着脸，即使身处逆境也要保持悦乐。“与神合一，福乐洋溢。”

百善地的圣诞节

诸位爱的化身！

圣诞节每年都在这里隆重庆祝。通常，印度教徒庆祝印度教节日，穆斯林庆祝回教节日，基督教徒庆祝基督教节日，还有其他等等，然而，只有在百善地尼乐园，不同宗教的信徒，大家欢聚一起，共同庆祝圣诞节，这才是真正的圣诞节。(掌声)。百善地象征着宗教的一体性。其他地方，人们乘此节日狂欢作乐，喝酒吃荤，但在百善地，圣诞节则在一种浓厚的神圣气氛下庆祝。圣诞节是一个神圣的日子(Holy day)而不是一个假日(holiday)。

把你在此所学的带回你的国家，力行实践。加强‘你是神的使者’的这种感受并广为宣传神圣的福音。这是你主要的任务，任何服务都没有它伟大。要弘法利生，造福

世界。世界就像是一幢大厦，不同的国家即是大厦内不同的房间。胸襟要宽阔，不要只求自己国家的昌盛、幸福，也要为其他国家祈福。就这一点，古圣们作这样的祈祷：

“Loka Samastha Sukhino Bhavanthu”(愿全世界幸福)。培育爱才是真正的灵修(Sadhana)。昨天，孩子们呈献一出大型的戏剧，描述爱的力量。爱能改造邪恶者；这只是时间问题，因此，你必须要有耐心。要尽量地拓展爱。斯瓦米的神性和圣洁是人所不能理解的。廿年前当第一个圣诞节在百善地庆祝时，我唱了这首歌：

“爱是我的形相，真理是我的气息，福乐是我的粮食，我的生命是我的福音，扩张是我的生命，爱没有原因，爱没有季节，没有生也没有死……”

若有人要你谈谈赛峇峇，你就唱这首歌吧！它传达整个信息。告诉他，爱是祂的形相而祂的生命是祂的福音。切要树立‘人皆兄弟，神即父性’的崇高感觉。

薄伽梵以峇赞“Prema Mudhitha Manase Kaho……”结束祂的讲道。

——取自1998年12月25日薄伽梵在百善地赛古鲁弯礼堂所作的圣诞节讲道。

(原文刊载于1999年1月版)

认识你的

真实身份

有人精通世间上的一切学问，
有人辩才无碍，把对手驳得哑口无言，
有人在战场上冲锋陷阵，英勇无比，
有人贵为天子，统治广阔的版图，
有人以奉献牛群和黄金来行善，
有人有本事数清夜空的繁星，
有人对地球上的各种生物了若指掌、如数家珍，
有人是瑜伽各宗派的权威，
有人甚至可以到月球，然而
他们却无法控制身体、心念和感官。
回过头来观照自己的内心
以便成就平静的心境吧。

——泰卢固诗

爱的化身！

一个人如果要在世间上完成任何任务，他便必须具备意志力(Ichcha Shakthi)、智力(Jnana Shakthi)和体力(Kriya Shakthi)。意志力是指要做某件事情的决心。智力是指完成任务所采用的策略和方法。光有意志力和智力是不够的，你必须要有体力才行。

倘若你要织布，那你必须先要有棉；再把棉纺成纱，然后织成布。这是关系到体力之事。至于选择有关的设备，就涉及智力了。人拥有这三项潜能，但这还是不够。他必须知道如何配合、协调这三者。

创造的始因

现举出一个小例子。试问，有了花朵和针线，你是否便能拥有花环呢？是不是需要有人把花朵串成花环呢？你拥有一盏油灯，也有灯油和灯心，仅仅这三者，它们便能放发光明吗？不能。必须有人点燃灯心才行。你有黄金、宝石和珠宝，它们是否便会成为耀眼的饰物呢？不能。你需要金匠把它们制成首饰。这说明了物体的创生，必须具备两类原因：一类是作为主体的因(Upadana Karana)；另一类是作为客体的缘(Nimitta Karana)。金匠把黄金打成各种首饰，但又是谁创造了黄金呢？他就是神。所以，神是因，金匠是缘。没有作为主体之因的神，

缘就不能发挥作用了。神是这个世界的创造者，祂是因；而人是缘。人设法以种种方法去体验和享受这创造。但是，人遗忘了原始之因的神，反而认为自己是作者，并且对自己的成就引以为荣。

没有这个原始的因作根本，人是不能有任何作为的。理科学生都明白这一点。两份氢和一份氧结合，便成了水。科学家因成功地制造了水而自诩，完全忘记了创造出氢和氧的神。在目前的这个新时代里，人以作者自居，以致冲昏了头脑，他已经忘记了维系天地的根本原理。陶瓷匠的本领是制作陶瓷器，但如果缺少了泥土和水，他就英雄无用武之地了。陶瓷匠只不过是工具，因此他是缘；创造出泥土和水的神则是因。

印度文化认为天地间一共有八十四万(84 lakh)众生。这些众生可以分成四大类：1)卵生；2)胎生；3)湿生和4)化生。每一大类各有二十一万众生，四大类总共有八十四万众生。众生虽多，但其生存原则却是一。在广阔无际的海洋中，有数不尽的海浪，每一个前浪和后浪的形状都不相同。海浪的外貌虽不相同，但海洋却是这一切海浪的根本。同样的道理，所有八十四万众生皆来自永在-正觉-至福的海洋。永在-正觉-至福便是一切众生的根源。

人的本质是神

什么是永在-正觉-至福？永在(Sath)是指那位常住不变的存在者。正觉(Chith)的意思是圆满的觉悟。永在‘Sath’好比糖，而正觉‘Chith’则有如水。加糖于水中搅拌，糖和水都不见了，取而代之的是糖浆。‘永在’和‘正觉’的情形也一样，两者融合之后便成了至福(Bliss)。这永在-正觉-至福是一切众生所共同具有的。然而，人由于领悟不到他自己的真实身份即是永在-正觉-至福，便往外去追寻快乐。情形有如他到处去寻找他自己。他岂能在外头找到他自己呢？他必须回光返照。

在醒时的境界中，你受到四项因素的限制。它们是：时间(Time)；行动(action)；原因(reason)；和责任(duty)。比如，你决定坐汽车到班加罗尔(Bangalore)去参加一个讲习会。你清晨五点出发，上午八点到达班加罗尔，时间是三小时；行动是你以汽车作交通工具；原因是讲习会；责任则是你要参与。这四项因素存在于醒时的境界。且让我们想像你在晚上十点作梦了，你梦见你在班加罗尔参加一个讲习会。你是什么时候出发的？你怎么去的？你何时到达？而又是什么原因呢？你不知道。这说明了在梦时的境界中，时间、行动、原因和责任这四因素是不存在的。在深沉熟睡的境界中，没有时间、没有原因、没有责任，而你没做什么；你只体验到至福。

在醒时的境界中，你通过你的

身体去做种种事情。在作梦的境界中，你创造了梦境中的一切，包括你自己在内。在深沉的熟睡中，你享受到至福。在这三个不同境界中的你，是相同的一个人。基于这个道理，人在醒时、梦时和睡时这三个阶段的时间中，可说是不变的(Changeless)，他直接或间接体验到至福。他在所有这三个阶段的时间中，体验到一体性。一旦他领悟到灵性的‘一’，便再也不会再有分别和矛盾了。只要你仍然认为你就是那具躯体，你所看到的只能是个花花世界。

商羯罗的三项罪行

有一回，艾地商羯罗(Adi Sankara)来到卡斯(Kasi)，他这样地向主威凡那(Lord Viswanath)祈祷：“主呀！我是为了要弥补我所干下的三项罪行而来的。”商羯罗从未伤害过任何人，他也不曾偷过任何东西，那他为何要自称是罪人呢？

对于他的第一项罪行，他解释道：“我自己是那位宣称 Yatho Vachho Nivarthanthe Aprapya Manasa Sah的人，我明知称是超乎思想和言语的，而我却用一连串字眼如：Isha、Gireesha、Naresha和Paresha等来描述你。我的第一项罪行是我没有照自己的话去做。虽然我宣称神无所不在，而我却千里迢迢到卡斯来，寻求你的赐福，好像你只存在于卡斯似的。我的第二项罪行是：言行不一致。而我也说，Na Punyam, Na Papam, Na

Sukham, Na Duhkham，意思是：自性本空，何来罪恶、何来功德、何来喜悦、何来烦恼，然而我却在这里祈祷，为我的罪恶赎罪，这是我的第三项罪过。”

商羯罗话中的意思是，身、口、意不和谐这本身就是一项罪行。那位做到了身、口、意的统一之士，便是尊者。

圣号：唯一的救赎

商羯罗的一举一动都是人类的教材。他在离开卡斯途中，遇到一位不停背诵般宁宁(Panini)文法纲要的人。商羯罗决定开导他。他走上前去，询问那位先生，熟读般宁宁文法对他有什么好处。对方回答，这样会使他成为博学之士，可以在朝廷中身居要职，赚取大量金钱，过着舒适的生活。当商羯罗问他，他死后的前途又如何时，他说不知道。商羯罗便说道：“愚昧的人呀！要知道身体、金钱和权力都是短暂的。要证得永恒的至福；这永恒的至福是即使在你死后还可以享受的。”商羯罗跟着颂偈如下：

“愚昧的人呀！诵念主的圣名。当死神到来之际，只有神才救得了你，而不是你的文法。”商羯罗致力于解放人性的工作，他从来不曾有过要求取私利的念头。

从事善行

像商羯罗那样的人不仅只有商

羯罗一个人而已。基士那也不例外。祂在《博伽梵歌》中说道：

“我和这三界(three worlds)既无关系，而我也一无所得。但为了开示人类故，我从清晨直到黄昏，不停地工作，以便人们能够追随我的榜样，去净化他们的生命。”唯有付诸行动，人才能救赎他自己。“你只须确保你的所作所为是恰当的，你不必为成果操心”。“人类必须接受行为的果报，没有人可以不做任何事情而能打发时间。”

当我问某些外国人，他们正在做些什么时，他们回答道：没做什么。他们认为活动是指牵涉到工作上的某些事务或商业行为。事实上，我们的呼吸也是一种活动。即使眨眼睛也是活动。身体日夜不停地进行各种活动。最高尚的活动就是让身体去从事灵性的九种修持：1)聆听主的事迹；2)颂唱主的荣耀；3)思念主；4)侍奉主的莲花足；5)膜拜主；6)顶礼主；7)作主之仆人；8)与主为友；和9)全然依归主。

你应该明白，无论你所从事的是何种修持，或念珠持咒，或苦行，或瑜伽，或坐禅，或参赞等，那完全是由于你从中得到了满足感才去做的。神不需要那些法门。有些人认为他们的膜拜是为了神的好处，这是错误的看法。人所做的事情都是为了成全自己和满足私欲罢了。

人的本来面目

你吸气时，你制造‘So’的声音，而呼气时的声音则是‘Ham’。‘So’和‘Ham’合起来成了‘Soham’，意思是：‘我是那’，也就是‘你是神’之意。倘若你一直不停地念‘Soham’——我是神，怎么还有必要去从事其他修持呢？神在哪？要如何方能看见祂？自古以来，如何见到和体验到神这类问题，便一直存在着。事实上，你必须采取心灵的道途，才有可能看到你的本来面目，也就是你的神性。那位明白自己的真实身份者，便是真正的求道之士。倘若不能明白这项道理，所有的修行都是浪费时间。

天赋的人身必须从事善行。什么是我们的正法(Dharma)？爱是我们的正法；真理是我们的正法；宁静是我们的正法。我们应该追随正法。糖的本质是甜味；倘若它不甜，那么它便不是糖了。同样的，爱是你的天性，要是没有了爱，你便不能被称为人了。你有的是爱，而你局限了它，仅把它施给你的家人、朋友和亲戚。但是，要记住，你的亲人只能陪伴你直到坟场为止。唯有神才会一直与你同在，即使在你死后也是如此的。

人身是最宝贵的。千万不能虚掷如此神圣的生命。既已获得了人身，你便应该树立起好榜样。舞蹈员起舞时，他的心中只有舞曲的韵律。同样的，不论你所做何事，牢记住你那固有的神性。摩耶(Maya)有如舞者(Narthaki)，它一直要迷惑你。为了约束这‘Narthaki’，你把

这个字颠倒过来，它便成为‘Kirtha-na’，这个字的意思是诵唱主的圣名。(掌声)。

在目前的伽利时代里，我们唯一的庇护是主的圣名。

许多人渴望能看到自己的本来面目。西方人则寻求解脱，但他们不知道解脱的意思。倘若你要看到你自己的本性，你便必须放弃对身体的眷恋，并培养起对本性的眷恋。唯有这样你才能看到你的本来面目。出世之际，你哭喊着：‘呱呱’(‘Koham’，‘Koham’)。那是你在问：‘我是谁？我是谁？’当你离开这个世界时，你不应该还在问这个问题。在你弥留之际，你应该充满喜悦，坚决地说：‘Soham’——‘我是神’。找到了‘我是谁’的答案，便是解脱。

今天，你有无穷的烦恼，诸如：生、死、老、丧失、失败和家庭的问题等等。这一切完全都是你自作自受。它们来自你的眷恋和妄念。神不曾把它们加诸你的身上。既然你自己本身就是神，又何来施者和受者呢！只要你的妄念不净，你是不可能成佛的。正如灰烬将火遮盖起来，摩耶也一样把你的实相掩蔽住。吹开灰烬便能看见火，放弃对身体的眷恋，你便会看到你的本来面目。

从统一到神性

《吠檀多》说，“真理是一，

但学者们替它取了种种名称。”相同的水在不同语文中的称谓互异。神是一，人们却以种种形象和名号去膜拜祂。从叫化子直到百万富翁，人人都用‘我’来介绍自己。这‘我’便是你的真实身份。单一字母的‘I’(我)是指真我(Atma)，而三个字母的‘eye’(眼睛)指的是身体。身体具有三种属性；真我没有属性。真我是至福。它是语言所不能描述的永恒见证者。众生皆具佛性。

爱的化身！

设法去享受和体验你那内心的爱。倘若有人说神是不存在的，你要告诉他，“也许你的神不为你而存在，但我的神却为我而存在。你没有权利来质疑‘我的神为我而存在’这个课题。”你必须信心十足地去争论，如此一来，对方便哑口无言了。这个世界有如一间精神病院，每一个人都疯了，病情则因人而异。有些人为了自己的夜郎自大而沾沾自喜；有些人则粗声大气，一味怪罪他人。但是，为神而疯狂却是最高贵的。神要确保你不再继续为世界疯狂，转而为祂疯狂。只有极少数的幸运儿拥有为神疯狂的福气。要是全体人类都培养起为神疯狂的风气，天下便太平，没有纷争了。

学生们！爱的化身！

每一次唱完答赞后，你为世界和平而祈祷(Loka Samastha Sukhino Bha-

vanthu)。然而，你目击到的是支离破碎(pieces)，而和平(peace)则失去了踪影。其实，只要你养成了‘民胞物与’的爱心，你便再也不必为世界和平祈祷了；世界很自然的变成了人间乐土。

开发你的爱心，在一天之中，和十个人分享你的爱。印度的人口共有九亿五千万。如果每一个人都拿出爱心与他人分享，则人人皆归一了。你会从这项统一(Unity)中证得圣果。有了失误，便有所恐怖；有了爱，则无有恐怖。一旦自性呈现了出来，又何来恐怖？(Why fear when I am near and dear？)(掌声)你应当对圣灵有全面信心。到这里来的信徒，究竟有几人具有坚定不移的信心呢？所有世俗欲望的本质都属负面的。消极的感受是争取积极感受的障碍。因此，不要沉迷在消极感受中。开发积极的感受，并坚定不移地去思念神。

——录自世尊讲道

地点：百善地●宁乐园

日期：1998年9月26日

(原文刊载于1999年1月版)

海洋与海浪

要保持纯朴和诚恳。如果用花环装饰寺庙里和你家神台上的神像和照片并在神台上排列贵重的用具、器皿和供品以显示你的诚信的话，那简直是浪费金钱。这可说是一种欺诈；强加浮华、夸耀与知名度的欲望于圣灵而低贬之。我只要求心的纯净以便施恩赐福。不要在你我之间设立屏障，拉开距离。不要在你我之间置以导师——学生之关系的一般规矩或甚至神——信徒之关系的显著差异。我是你；你是我；这是真相。我们之间没有差异，差异仅属幻象。你是海浪；我是海洋。要确认这一点而摆脱拘束，显现神性。

—— Baba

一体性即

生命气息

爱的化身们！

失去财产，可以设法取回；失去朋友，可以结交更多新的；失去妻子，可以再娶；失去土地，可以想法再拥有；但是，一旦失去人身，可就得不回了。

忧心影响健康

人得此身就是要成就正义之举，因此人必须以圣洁的行为来净化这身体而唯拥有健康的身体才能实现这个理想。其实，健康是人生不可缺少的基本要素。失去健康，你就要受很多苦了。健康可说是人最大的财富。

人体由不同的肢体组成。当所有的肢体皆用于执行神圣的任务时，人就会拥有健康与快乐。要有健全的头脑必须有健康的身体。精灵(Atma)是基于身心的健康而维系着人的生命的。健康身体是所有高尚情操与善行的基石。它是体现人生四大目标的基本条件，这四大目标即：正义(Dharma)、富足(Artha)、爱欲(kama从心所欲不逾矩)及超脱(Moksha)。

我们需要找出失去健康的原因

。过度的思考、忧虑和学习是人类患病的主要原因。有一些学生不分昼夜的苦读而失去健康。凡事要有节制。希腊的哲学家，阿里斯多德(Aristotle)，对人类消化系统作了广泛而深入的研究而得此结论：过多思考，有损健康，最终引起消化失调而丢了命。贺宁医生(Dr.Herlin)从不停歇地研究心脏疾病，最终却因心脏病发作而逝世。无论从事任何行业，过度的活动都有损健康。谨记人体的极限而勿操劳过度。

心理因素是人患病的主要原因。这起源于心理上的错觉与假相。人们往往心理作祟，想像别人身上的疾病也同样会发生在自己的身上。八十巴仙的病症都是心理造成的。在焦虑时检查脉搏，心跳一定不正常，因此别花太多无谓的心思在健康上，只要心平气和地、愉快地去执行你的任务，一切就会平安顺利了。

要言行一致

我们要把人类价值原则灌输给学生，并要密切注意每一位学生的学习能力。较差的学生应该在思想及生理上先让他们作好充份的准备，才教导他们较深奥的价值观。要把‘健康即财富’，灌输和烙印在

他们脑里。‘Vidya’这个字源自梵文。‘Vid’的意思是智慧、光辉、至福。‘Vidya’的英文同义字是‘Education’(教育)。(Education’(教育)源自“Educere”，意思是‘使显出’或‘诱发’，即是把人类天赋的潜能发挥出来。

“Educere”包括头脑(head)和心灵(heart)两方面。脑的功能使人能读书、写字、做工和就业。圣洁的品质如慈悲、爱、容忍、真理、正义、公正等都是从内心发出的。这些素质并非提供谋生技能，而是使人活得更有意义。前者(头脑)属于Pravritti，是外在的现象知识，其本质是负面的，而后者(心灵)属于Nivritti，是内在的和正面的。慈悲、爱、真理和容忍皆不能从书本上获得。它们寓于人的内心，唯教育能把这些天性诱发、显现出来。

头脑所发出的一切是短暂的。适当的使用脑和心可以确保身体的健康。人本身有很多天赋的潜质，但人只重视他所看到、听到或经验到的，却忽视内蕴的品质。其实，内蕴美德才让人真正体验到行动的成果。所有人类的优良情操皆发自内心，不能得自书本或老师。今日的人类只拥有人的外壳，而缺少人的内涵。我们应把天赋的优良品德发掘出来，发扬光大，这样，身体就会获得健康。

老师们应以身作则，言行一致。要存善、行善、向善和言善。言教不如身教。现代的学生都很聪明

，他们观察老师的言行举止，他们只服从思、言、行一致的老师。从前，老师被称为‘Acharyas’，意思是‘言行一致’者。今天，老师只传授书本上的知识，而非自身的实际经验，因此，‘Acharyas’这个字已经失去其意义了。这就是我们为何不能实现所期望的教育目标的原因。

神依据一定的法则与规律来创造万物。日出日落无不依照天理而运作。但是，今日，人类虽被赋与无上的智力，却不遵照神的诫命。人类追求学问，只注重资讯传授，而不是心灵改造。这种只重视资讯的学问把人塑造成一台机器，一架电脑，而心灵改造却能造就人成为创作者。今天，每个人在为电脑疯狂，到底它能为人类带来什么好处？现代人类没好好的使用头脑，连简单的算术都依赖计算机。其实，人类应该充分利用那架原始的‘电脑’，即神所恩赐的头脑，然而，我们却放弃那原始的头脑而向往那人造的电脑。艺呈于外而心存乎内。人们舍心而求艺，殊不知艺出于心。

女性带路

现代的教育系统有很多需要改进的地方。我发现男士们没有积极的参与赛儿童价值教育运动(Bal Vikas Movement)这可从今天颁发给女教师的文凭数目印证出来。赛儿童价值教育取得进展是因为有女士们的热烈参与。男士们应该向女性看齐

，加入她们的行列，成为赛儿童价值教育的活跃分子。有一些男士以工作或其他任务为借口，推辞赛教育的活动，但是，他们却有时间看电视、玩牌、读报纸及参与俱乐部的活动。难道他们不能像女士们一样把时间花在赛教育上吗？如果男性是跟女性一样的忠实、献身，国家肯定繁荣进步。以百善地尼乐园(Prasanthi Nilayam)作为一个例子，这里有一间小学，一间中学及一间学院。小学生的素质与中学生，学院生的素质有天渊之别。这是因为小学的教师全是女性，她们以母爱及慈心对待学生。相反的，男士们谨以父亲般的严厉与权威去教导学生。在教育上我们应该以全副的爱心与关怀来教育学生，不幸的，今日的男性缺少这些品质。当一位女教师知道她的学生病了，她会去探访他，慰问他。男性应该培育更多这样的关爱才对。

男士们应该履行其职务，至少要跟他们所获得的薪酬相符。这方面，女性是最佳的例子。班加罗尔(Bangalore)的一间电话工厂只聘请女性工人。被问及此事时，工厂总裁解释说那是因为女性的生产力比男性高。在工作表现上，女性的确比男性更积极，愿奉献，肯牺牲。这里还有一个例子。今天，你看到不论男女都在驾车，但是，多数的交通意外是男士造成的。这是由于男性驾车不专心导致的。

在马来西亚、新加坡、日本和德国等国家，实践人类价值的女士

比男士多。无论在任何环境之下，她们都遵从斯瓦米的指示。这里有个小例子，我在此提起并非特意的去赞扬某个人。上星期，有一位志愿女工作者的母亲忽然去世，她整夜呆在医院，翌晨却如常的到来工作。我问她，母亲刚去世，怎么即刻就来工作。她回答说，“斯瓦米，您曾说生死是自然的事，两者如一对相伴的鸟，共同进退，如影随形。有生必有死。要发生的事已经发生。但是，我必须履行我的职责。这是对神的责任。世间的一切都是短暂无常的，唯有神的工作是恒久的。因此，我回来执行我的工作。”她住在修道院(Mandir)里，已服务了好多年。她从没拿过一天假期。亡母之痛未能让她忽略了工作。她把全副心思寄托于神而能承受这一切悲痛。女性就有这种坚强的信念。她就是坐在绍丽(Shourie)夫人旁边的艾沙(Asha)女士。她的丈夫希夫班迪(Shiv Pandit)是本学院的讲师。

一体性即神性

世界上有千千万万默默耕耘的忠诚人物，他们不求名利，只想获得斯瓦米(Swami)的恩宠。这显示他们以正确的精神、态度来接受斯瓦米的教导。一个人即使只实践一项或两项教导，他也会获益良多。基士拿(Krishna)在《梵歌》(Bhagavad Gita)里宣称，“在这世界上，我没有什么需求。但是，为了人类的福乐，我还是不停的忙着。”连神都能为人类做出无私的服务，何况是

人类之于之类？当神与祂诚挚的信徒携手并进时，成功是必然的。所以，我们应以无比坚定的信心，步上神指示的道路。荣华富贵如过眼云烟。“钱来而有所往，德至则有所长”(money comes and goes, but morality comes and grows)。会赚钱没有什么了不起。往昔的帝王，统治广大的国土，如今何在？当他们离开这个尘世时，他们可曾带走什么？没有！所以，要把赚来的金钱用在人类福利上。别对所拥有的财富感到自大自豪。伟大在于牺牲。能牺牲者才是一个真正的‘yogi’(瑜伽修行者)。只知沉浸于世俗的愉悦者是‘Rogi’(有病的人)。唯勇于作出牺牲者能获得永生。要在你们自己的家乡服务。服务不单指扫马路，清洗庙宇或喂饱穷人，真诚的去执行你的任务就是服务。你的实际工作必须与所得的薪酬相符。这才是为国家服务。要确保在任何情况下国家都不会蒙受损失。由于我们没竭尽所能为国家作出奉献，故而导致政府要向外举债。所有赛组织的成员须一心一德，夙夜匪懈，为人类做出奉献，为社会谋福利。

爱的化身！

培育爱心，照顾身体的健康，以便为社会服务吧！这样，神就会赐与你力量与幸福。若神能使哑巴讲话，瘸子爬山，难道祂会遗弃那些忠实、勤备的工作者吗？对神要有信心。不停的念诵神的名字，并不能为你带来心境平和；唯有无私的服务加上对神无比的信心，你才

能获得心境平和。要以兄弟情谊对待每一个人。有时难免意见不同，但是这不应该导致憎恨和敌对。

班达瓦(Pandavas 般度族)是最佳的例子。般度兄弟被放逐到森林后，基士拿去拜访他们。当只见到达摩拉惹(Dharmaraja 法子，即坚战)一个人时，基士拿问起其他兄弟的行踪。达摩拉惹说有四位兄弟去取食物，其他一百人留在哈斯汀拿布(Hastinapur)。基士拿故意责备达摩拉惹也把高罗瓦斯(Kauravas 俱卢族)当作兄弟。达摩拉惹回答说，“基士拿，你知道吗？当我们发生内斗时，我们是以五个对一百个，但是，当受到外侵时，我们团结起来，成了一百零五个。”意见不同不能分裂我们。赛组织的成员要有这种一体性的精神，不要发生任何冲突，要如一家人般的生活在一起，要获取好名声而使到世界上没有一个组织能与赛组织匹比。大家要培养爱心、团结一致、协力合作。

五只手指合作无间，无论任何工作皆能完成。即使是身为组织的主席，你也不可一意孤行。虽然我知道赛组织里还没出现这样的一位头号人物，但是，我还是要告诫你们。万一有一天，五只手指吵了起来，每只手指就会认为自己是最大的，最重要的。尾指觉得自己是大家的首领，因为它常常带头处罚坏人。无名指常穿戴珍贵的珠宝，所以认为自己是王者身份。中指觉得自己最威风，因为在两旁各有两只手指相护。食指唯我独尊，因为

它评估谁好谁坏。最后，大姆指宣称自己最伟大，因为少了它，其他的手指起不了作用。每一只手指，各有其独特之处而如果大家团结起来，成功就垂手可得了。

无论是主席，秘书，联络员或会员，在组织里大家都同样重要。为了使工作顺利，每一位成员的合作是必需的。组织的每一个小组，如行政，服务，教育组等均需互相协调，和睦共处。所以，一体性是重要的。若孤军作战，你会感受到压力和紧张；若大家同心协力，团结一致，工作就会变得轻松、愉快了。

让我们一起成长，同欢共乐，让我们一起完成英勇伟大的工作，让我们在没有矛盾和冲突下，和谐相处，愉快生活。（泰卢固诗）

吠陀 (Vedas) 也这么说：

Saha Nahavathu, Saha Naw Bhunakthu .
Saha Vereeyam Karavavahai, Tejaswi
Navadheetamasthu Ma Vidvisavahai .

这种患难与共的精神，使印度成为一块具有高度精神文明，不怕牺牲，崇高圣洁的国土。

个人对社会的重要，就如手、足之于身体。身体要发挥充分的作用，手、足必须互相协调。基于此，一体性之于人类是不可或缺的。一体性净化思想进而显彰人的神性。要建立人与人之间的手足之情及

人与神之间的父子之情。尽管文化、语言、国籍有所不同，但大家都是神的孩子。若你还是以国家、文化、语言来区分彼此，你决不能理解神性。每个人都是这宇宙大家庭的一份子。教师必须了解这真理并把它传授给学生。

一个国家、社会或团体若缺少“一体性”的精神，将会四分五裂。因此，当前急务就是要认识一体性，达到一统。赛组织的成员应该视一体性为生命气息。勿以阶级、宗教、国籍来区分会员。要以赛作为学习榜样。赛对每一个人都一视同仁，难道你就不能吗？别让分别心有发挥作用的余地。真正的独立自主在于促进团结，培育一体性精神，因此，要发扬圣洁的人类价值，首先要认知一体性。

要时时刻刻谨记沙迪亚赛组织的威信与荣耀。你的言行举止，不论好坏，都会影响沙迪亚赛的形象。为了维护沙迪亚赛的尊严，你要待人以诚、信。组织的成员不应该有门派之分或勾心斗角。以爱心与理智去解决纠纷与冲突。神是爱，要活在爱中。

工作即膜拜

要清楚的了解以下这一点：参与不同活动的人们在一星期中需要休息一天。为什么呢？人和机器需要定期歇息才能发挥更高的效率。休息是为了要走更长远的路。赛有

休息天吗？没有！赛每天，每分，每秒都在工作。尽你的责任才是真正的修行 (Yoga)。责任即神明；工作是膜拜。

长者若是理想模范，后辈就会以他们作为学习的榜样。长者应该以身作则，在前领导，应该实践及宣扬人类价值。主席、秘书和联络员应该积极投入工作。唯如此，才能带来正面的‘改变’ (transformation)，要不然，只有不断的接收和传送资讯 (information) 而已。资讯以数量为计，而素质的改变不能以数目衡量。质才是重要的，不是量。领袖们要经常反省，做出检讨，看看有多少人改变了而不是有多少人获得了他们所颁发的证书。在海外，有很多工作在进行着，我们务必认清目标，向前迈进。学生们视人类价值如其生命。虽然，家长们在开始时有点犹豫不决，但是，把孩子送进儿童道德教育班 (Bal Vikas) 后，发现孩子都有了显著的改变。人类价值观的宣扬落在教师的身上，他们的热忱和关切是成功的要素。人人都应该热爱自己的工作并以诚恳、奉献、自律的心态全力以赴。

爱的化身！

为了要贯彻你所订下的目标，大家要通力合作。高尔斯坦医生 (Dr. goldstein) 和尊赛博士 (Dr. Jum Sai) 语重心长地说出肺腑之言，要大家开办更多的人类价值教育中心，从小学到大专。这值得鼓励。这样崇高的教育事业在世上萌芽茁壮时，

和平还会远吗？

若携手合作，这些事情随时就可办到。我一直与你同在，在你上下左右，在你周围。我并不局限在百善地尼乐园或印度，有你的地方，必有我在。你的心是我的庙宇。你不会有所欠缺而你的努力也不会落空。要以全副信心与爱去投入工作，成功是属于你的。整个世界将成为赛组织而沙迪亚赛将永驻于每个人心中。要了解：服务是为了提升自己，而非利益他人。你不必等我的批准才去进行你的计划。我祝福你们每一个方案与计划。

世尊以赞歌 “Govinda Krishna Jai ……” 来结束祂的讲道。

爱的化身！

在随我唱赞时，你们表现得非常融洽和谐。当你们投入服务活动时，也应当有如此的和谐一致。合唱如此合作也应该如此。这样，你们才得享至福。我愿你们，不论是唱赞圣歌或服务社区，都要洋溢着这种和谐、完整和一致性并从中取得福乐。

——取自薄伽梵于1998年11月20日第一届海外赛中心主席会议在百善地古鲁弯礼堂举行时所作的讲道。

（原文刊载于1999年1月版）

人、真理、爱与神

吠陀经，神圣经文与其他的经典都无法助人切断妄念的帐幕。人站在帐幕之前，神则在幕后。‘因’在幕后而‘果’则在幕前。（泰卢固诗）

爱的化身们！

从远古，印度就很重视、珍惜精神上的财富并且宣扬“Loka Samastha Sukhino Bhavanthu”的信息到世界各地去，祈愿全世界的人类都幸福快乐。今天人类在科学与科技方面已经达到相当的发展，但是在道德价值与正义的行为上却每况愈下。他已经成为自私自利的奴隶，在思、言、行上都以利己为根基。在人类身上，人性的品质日愈稀少而兽性的品质则日愈显著。

纪律的价值

人的生命是极为神圣的而人如果没有活出他为人理想来，那是件羞耻的事。今天人类随心所欲地过其生活，完全不遵守纪律。要维系生活的正确方向，不论在哪个领域都不可忽视纪律。一条河流两旁有堤岸。没有纪律就像无堤之河水，可能四处泛滥，淹没土地与乡村，造成不可言表的痛苦和灾难。如果有河堤来引导水流的方向，则河流就有利于灌溉了。

在同样的情况下，‘生命’的河流必须局限在两则公理的两个堤岸。一个是“Sraddhavan Labhate Jnanam”另一是“Samsayatma Vinasyathi”。这两句宣言是基士拿上主在《梵歌》中宣说的。首句的意思是，“只有信心能让人获得智慧。”次句的意思是“疑惑的人会毁灭”。只要心存疑惑，人就无法成就任何事。心无疑惑而有全然的信心者他可以成就一切。人生的河流奔流于这两个堤之间，它最终必成功抵达目标。

一株树只需要水来灌溉其树根而已。虽然眼睛看不到埋在地下的树根，但它却是树有赖以生长的根本。如果树根干枯，树就活不了。所以，你务必保护树根。同样的，你也务必保护生命之根，那就是，你要对真我有坚定不移的信心。所以，这两则公理是生命中必不可缺

的。“Samsayatma Vinasyathi”好比是树根，而“Sraddhavan Labhate Jnanam”好比是生命之树。你拥有一株树的枝叶与组成成份。种植一株树苗的目的就是要获取果实。人生的目标就是‘Poorna Jnana’（圆满的知识）。要成功达致这目标，信心就不可缺了。

神的三个层面

人要扩大心胸来培育生命之树，使之成长和保持活力。所以，古圣先贤经常如此祷告：“Annam Brahman, Raso Vishnu, Vak Maheswara。”这是古圣先贤们在食前诵念的祷告。食物的精华平均分布到身体的各部份以维持身体的力量。要保护所有肢体与感官的功能健全，就必须有健全、悦乐的心，至于这‘Vak’（言语），就必须是真实而有意义的，所以，人生命的这三种不可或缺的素质即：身、心与言（Mano - Vak - Kayam）可被视为神性的三个层面 - Brahman（梵天），Vishnu（毗纽天）与 Maheswara（自在天）。Vishnu 是无所不在的；心念也是无所不在的，这就是所谓的‘Manomoolam Idam Jagath’。Maheswara 代表 Sabda（声音，Vak）。那是为何先称神首为‘Sabda Brahmanmayi’，其次为‘Characharamayi’，Jyothirmayi，Vangmayi，Nithyanandamayi，Parathparamayi，Mayamayi 与 Srimayi 的原因了。扩大爱心，我们可以得到所有八种的神性。每一个人都要体悟自己内心中的神性。唯有如此，他或她才能过着真正的圆满究竟的生活。

身体并不是个只拥有肢体与器官的肉体而已。神赐予人这个躯体是要他来行使其‘道’的责任。心念创造出 Bhavam（感觉或者思想）而后以口舌来表达言语及以肢体来操做行动。人的生命就是思、言、行动的组合。神显彰于人，纵使很多人并不觉察。

（世尊唱一首歌，说明神的全

在与遍布一切：你可以限制那创造宇宙万物的‘一’于一个相框内吗？如果神仙也无法了解祂，更甭说一个受生老病死束缚的人了。你如何来称呼那显彰于一切名与相中的‘一’呢？对于那肚内怀着宇宙万物的超然力量你可以供奉什么呢？那位其光辉如亿万太阳者，你要用什么光来照亮祂呢？）

我们不能用狭隘的方式来膜拜这种至高无上的力量。虽然祂是如此广大无边，你还是可以在心中领悟祂，就像你可以从一片小镜子中一睹外面的世界一样。祂是 Hridaya - vasi。你是谁呢？祂是谁呢？如果你探讨，‘我’，内在的自己，是个观看者，而所有的这一切则是所见者。整个世界就是观看者与所见者的结合。很多人坐在这个礼堂内。

‘我’是个观看者，我看见所有的人及我的身体本身。所以，观看者，‘我’，是有异于我看见的肉体。‘我’是永恒的见证者。我们不要被‘所见者’所迷惑了。我们要努力来理解这‘观看者’。肉眼是无能为力的。要见到这‘观看者’，我们就得发展‘智慧眼’（Jnana Chakshu）。靠内视而非肉眼的外视，你才能获得超脱。纯意识（Chaithanya 觉知原则）是遍布于世界上的一切处。但是我们不理睬 Chaithanya 却去想像 Jada（无活动力的）。

要了解灵性的真实性，你可以拿动物作为例子，当动物跟神有某种关联时，它们变为神圣而受人膜拜。围绕在湿婆天脖子上的蛇就为

大家所膜拜。如果它在他处被人遇见，那它可就没命了。同样的，老鼠是Vinayaka的交通工具，当它和Vinayaka在一起时，就受人膜拜，但是，当它在你家里出现时，你设陷阱捕捉它并尝试消灭它。当我们在湿婆寺庙见到石头的公牛时，我们膜拜它，但是当我们在日常生活上见到一头公牛，我们甚至毫不犹豫的打它。这给我们启示：当我们与神在一起时，我们的地位就提高了。

肢体是我们身体的一部份，同样的，我们是‘宇宙色相’之‘身体’的肢体(Sahasraseersha Purushaha Sahasraksha Sahasrapad)。¹‘宇宙色相’是千头，千足，千手与千眼的。一切色相都是属于祂的。如果我们培养这种强大的信心，我们就能明白神性的真正精神了。(世尊以泰卢固文唱首歌来说明神的确是不可言宣的。“用人类有限的智力可以来描述祂吗？祂比原子更细小却比大宇宙更广大。祂以精微的色相存在于所有八百四十万种物类中。祂是偏布于一切处，谁能描述祂呢？)

是的，你是在寻找真理，真理存在于每一个地方及每一个人之中。当你的家中有灯火时，你何需向邻居借灯火呢？要在你内心培育无量的爱之光。生命之光在你之内散发光芒。如果要看到光，你不必借另一道光。要看到月亮，你不需要借手电筒。相同的，没有必要借助任何亮光来体认人内在自我发光的纯灵(Atma真我，真如本性)。生命之光就是圣灵。神说你是祂的永

恒自性的一部份。每一个个人都是神的一点火花。

沙基达南旦先前讲演时提到Sa-ranagathi或者降服。降服涉及三个本质：一是降服的人，二是他降服的对象，三是降服的动作。如果我们以灵性之意识来小心分析，假设我们有一人，镜子和映像，当你拿走镜子，映像就自动消失，所以，我们发觉三减一等于一，留下的只有人而已。相同的，prakriti(世界)就是镜子，Jeeva(个人)就是神的映像。当‘世界’这面镜子被拿走后，剩下的就只有一而已，那就是神。个人只是映像而已。当你的目光转向物质世界时，你就有二元性了。当你把目光朝向内在时，你就是‘一’，那即是神而已，别无其他了。就是世界也是神的创造。如果一切是神圣的，就无第二类的了。这神圣的就是存在于一切生命中的爱。爱就是神，要活在爱中。它是无始无终的。它是无极根的，你无法击碎它。所有的灵性法门皆是爱的法门。它的目标也是爱，永存于世界。什么时候你都不应该放弃爱。

世俗的说法，忌妒、骄傲等都是邪恶的属性。但是如果你以爱来看待它们，你决不会产生憎恨。只有‘一’而非‘二’时，憎恨的问题就不存在了。真我(Atma)的电流以爱流动于一切生命中；你务必培育爱的精神并扩大之。你切莫在乎名与相，要在分殊中的名与相中，看到单一。你会体认到神的。就像

Bh-ramara(低声吟唱的蝴蝶)把吟唱声注入昆虫内，转变它们为自己的形相一样，你也要专注于神而圣化自己。

我已说过，你是梵天，毗纽天与自在天。父母给了你一个躯体与名字，但是你的心(灵性)是神所赐予的。无人能给你这灵性。慈悲的心是天赋的。它是施而怨，毫不渴望求得任何东西。要以爱来培养一体性。人们修习种种法门如念经与静坐。当身体静坐不动时，心念则四处奔驰游荡！在静坐时，你的心却静不下来，就是一只小蚊子干扰你，你也要尽力扑杀它。你应该舍弃对肉体的执著。身体是神的庙宇，神寓于其内。你切莫忘记这真相。天地万物也是神的显彰。古人体会到食物是梵天，心念是毗纽天，而声音是自在天的真理。人则是这三者的结合。那就是为什么当我们向湿婆祷告时，我们说我们奉献这三层身体与祂，就好像我们把圣叶(Bilva叶)的三部份供奉给湿婆一样的原因了。这是降服的原理(Sarana-gathi)。

远离邪恶的人和地

罗什曼那的诚服于神的精神是最佳的榜样。当罗摩、悉多与罗什曼那流放森林，抵达吉特拉库时，罗摩告诉罗什曼那，“我很累而悉多也疲倦了。就让我们在这里休息一些时候吧！你就去选块地方，建间小茅屋，说不定我们会在此果上

十年呢。”

罗什曼那听后心中感到烦闷，垂头丧气。悉多看出了便问他说，“罗什曼那，什么事情烦着你呀？你的哥哥并没有说任何重话，为何你闷闷不乐呢？”罗什曼那说，“我可曾有过自己的选择？我离开母亲，妻子与舒适的生活来追随你们，服侍你们，我已把自己奉献给罗摩，我怎会要有自己的选择呢？我唯罗摩之命是从呀！我如何受得了罗摩要我随自己的意愿择地而建屋的冲击呢？”罗摩看出了罗什曼那的神圣的感觉及对他诚服的态度，遂自己选定建屋的地方。

这样虔诚的信徒，有一次突然改变态度地说，“罗摩，我要离开你返回阿逾陀去。为什么我要跟随你？是你，只是你被放逐到森林。我要回去和我的太太、母亲团聚。”罗摩对罗什曼那这突如其来的改变感到惊讶，遂请他稍待片刻，自己走到有一段距离的树下，站立在那。之后，罗什曼那为自己的鲁莽感到忏悔并走前去对罗摩说，“我不是真要离你而去，我不知道我为何刹那间会有这种反常的态度！”罗摩说，“你当时受女魔邪般那卡的影响，心念才起动摇而飘忽不定。现在你已离开了她的控制，一切回复正常了。”这让人看到纵使是一个虔诚信徒如罗什曼那者，也可能在近朱者赤，近墨者黑的情况下受到恶人的干扰。罗摩认为吉特拉库曾是得道者修习之地，于是就决定住下来。

所以，你应该避免与邪恶之人为伴并远离恶人出没之地。要明辨是非善恶并认清何者能带来持久的福乐，何者仅属短暂的。要众善奉行。要与‘真我’认同，归依之，深怀之，执著之，神就会一直伴着你了。

世尊以答赞“Govinda Krishna Jai”结束其开示。

——摘自一九九八年四月廿三日世尊在哥代卡那的讲道。

(原文刊载于1999年1月版)

圣灵护佑人

倘若你不能完成你的心愿，不要犹豫或沮丧，面对一切困境仍然保持愉快的心境者是一位成道的人。
(泰卢固诗)

爱的化身！男女学生们！

圣灵是整个宇宙的根本。正如没有太阳，便没有阳光；没有圣灵这个原始的根本，世界也一样不能存在。在这张桌子上，有鲜花、茶杯、麦克风和手帕。英文字‘is’（存在、有、是等）表示了所有这些物件在此一刻存在着。所以，问题的重点完全在‘Is’这个字上。这里有(is)一张椅子；那里有(is)一个花瓶和那里有(is)一个人。‘有’(is)这个字证实了他们的存在。

元素的力量

‘Is’这个字完整地解释了圣

灵原理。圣灵的法力、祂的戏法(Leelas)和祂的光辉是无边的。五大元素的责任在于保护和维系世界。第一个元素是土，它是山岭陵丘、江河和海洋乡村、城市和山林的基础。因此，你可以想像支撑这一切的大地，它的力量有多巨大。地球具有无穷的力量。科学家发现地球不停地转动。这是事实。照理说，山岭、陵丘、江河和海洋、乡村、城市和山林也应该和作为它们基础的地球同时转动。但事实上却并非如此。只有地球独自转动。铁轨是火车的基础，使到火车可以在轨道上疾驰。设使轨道也会移动，则火车内搭客的处境将会如何呢？我们可以推论，铁轨就是基础而火车则是它所支撑之物。这张桌子是基础，用以放置麦克风。要用一些心思去了解支撑者与被支撑者两者之间的关系。地球是所有力量(电力、磁力等)的总汇，它是地面上的一切

物体的基础，它同时也保护和维系它们。地球拥有一切力量。正因为地球的力量无穷，它才有能力养育万物。

第二个元素是水。水是有形的，它也是无形的。水在地球上到处存在着。水支撑着人类的生命原理。它不但维系着地球上的生命，同时也推动着生命的进化。

第三个元素是火，火也是到处弥漫着的。它以火气存在于身体中。这火气维持人的体温在华氏98.4度。火也存在于即使海洋中，这就是‘Badabagni’（火存在于南极之下）。在树木之中也有火，将两根树枝互相摩擦，便能取火。火也同时存在于石头之中，两片石块相击，便擦出火花。如果根据这种方式追查下去，我们所得到的结论是，天地间没有一处是没有火的。

同样的，第四种元素风和第五种元素空也是无所不在的。空是所有一切的基础。它是声音的源头。其实，其他元素皆源自于空。

我们于是可以断定，全能、全在的圣灵力量存在于这五种元素中。这五种元素本身的力量既已如此巨大，那么，神的力量究竟会大到什么程度呢！（掌声）。虽然这五种元素本质上是神圣的，且又全都存在于人体中，而人却四处去追寻神通法力，因为他认为这神通法力存在于身外之处。对于能知过去、现在、未来的神，这些法力是微不足

道的。所以，还是设法去了解神的全知、全能、全在的本质吧！

Swami不眷恋自己的身体

宇宙是由这五种元素的聚合所形成的。缺少了其中的任何一种元素，宇宙就不能存在了。不论你是否能看得见，这五种元素存在于每一个地方。现举一个例子来说明：空气没有形体，不可捉摸，它却在每一个地方存在着。同样的，圣灵无形，不可捉摸，但祂却无所不在。由于人知觉不到本身内在的灵性，致使他认为他的一切成就完全是由他所受的教育、他的聪明才智和他的强壮身力所促成的，因而自高自大。事实上，在人从母胎走向坟墓所踏出的每一步中，神都保卫和护佑着他。没有一个人有能力保护他自己。人之所以能保护他自己是由于圣灵的力量和圣灵的旨意。只有圣灵才有自由意志，其他生灵则没有自由意志。

凡神所说或所做的，完全是为了人类的福利。神无私心，即使一丝自私的痕迹也不会有。太阳从东升西落中，究竟得到了什么好处？完全没有。日出日入是为了人类的好处，让他可以日出而作、日入而息。同样的，神的一举一动都是为了人类而不是为了祂自己的好处。

诚如那罗士汉摩地所说，有一次，卡树厘向我进言，请我不要为了拯救一位信徒而忽视健康。我回

答道：“这具身体是为了信徒而来，所以它必须去做凡是有利于信徒的事情。眷恋身体者是人；斩断一切眷恋者是神。对身体的眷恋是众苦和诸烦恼的根源。既然神毫不眷恋身体，祂不会重视祂的身体上的痛楚。只要祂据有一具身体，很多事情便会发生在那具身体上；不论所发生的是什么事情，都是以全世界的福利为目的的。

学生平安博取Swami欢心

不论是男生或女生，他们都是好学生。学生们参加种种活动，无论是学术性的或体育竞赛，都抱着要使Swami满意和博取Swami的欢心而做。我对这件事情了如指掌。学生们尽一切努力，讨Swami欢心，使祂快乐，这是无可置疑的。但是，他们却不去探讨，什么才会真正使祂满意、快乐和博取祂的欢心。你认为Swami会因为你跳过火圈，或者飞跃过疾驰的卡车，展示了你的英勇而高兴吗？你认为你驾驶电单车，飞过躺在地上的十至二十人，作出向死神挑战的表演，以表现你的勇气，Swami便会高兴吗？只有你们平安无事，而你们的表演又获得观众的赞赏，Swami才会高兴。那位知道应该如何处事，使自己或他人都不会受到伤害的人士，是有福之人。你要以安全为重，凡事平安，同时要抗拒去参与令人惊心动魄的表演。这就是我所要的。我重视的是内在感受而不是表面功夫。满怀爱心而做的即使是一件很小的事情，

会博取我的欢心。

离开班加罗尔回来之际（那是十二月的事），我吩咐校监不要率领男生参加运动会。他们纷纷猜测我话中的意思，理由虽多，但我只对行动有兴趣。回到这里之后，我告诉副校长，我不反对男生参加各种竞赛，如羽球、网球、排球等。同时我提醒他，在正月十一日那天的各项活动中，要确保不会有运动员或观众受伤的事件发生。

正月十一日发生了什么事情？

学生们的心地纯正，充满高贵的情操，他们很爱Swami。他们为了讨我的欢心而筹备各项节目。我心知肚明，将有危险之事会发生。可是学生却不听我的话。在这种情况下，我觉得去劝告他们，没有多大意思。只有在他们必须承受不听我的旨意的后果时，他们才会珍惜我的每一句话。到目前为止，没有人知道十一日早上将会发生的事件。他们说运动会将会很成功。如果他们成功了，我会替你们高兴。学生们表现优异，每一个人都各尽所能，付出最大努力，为运动大会的成功，作出了贡献。

那天早上，当我走进体育场时，我看到两辆卡车，而潜伏着的危机也浮现出来了。卡车上搭好了巨大的鹰架，那些男生要在鹰架上作特技表演。我知道其中一根架子绑错了，随时都会松脱下来。果真如

此，表演的男生头部和脊柱骨会严重受伤。我的旨意是男生们必需得救，便决定把他们的伤势转移到自己的身上。

在这之前，一位男生脊柱骨受伤了，必须住入班加罗尔玛尼巴医院留医。我立即安排救护车，运送伤者到班加罗尔，并拿出一万卢比作临时开销费用。我也安排了我们的医生陪伴伤者。伤者的父母知道Swami倾泻给他们的儿子的爱时，不禁流下了感恩的眼泪。医生说，伤者的脊椎骨严重受损，他将从此瘫痪，动弹不得了。我告诉医生，“不要胡思乱想。照我的话去做。”在伤者抵达医院时，他奇迹般地可以坐起来了。（掌声）。他可以坐在病床上。方才还麻痹的四肢，现在恢复知觉了。伤者已没有任何危险了（掌声），这是我的无限慈悲和丰厚的爱，护佑着他。我意欲这样的不幸事件不应该再度发生。脊椎骨一旦折断了，便不可能复原。全体学生都必须平安，没有意外。我曾经一再重覆，学生是我的资产（掌声）。学生的福利便是我的福利；学生的欢乐便是我的欢乐。我从来不为自己的快乐和舒适打算。我所关心的只是学生们不应该失望或有任何烦恼。

运动会的前一天，我指示四位男生在取名为‘Chariot’的校阅车四周，看守着‘Chariot’。他们对Swami充满着爱和虔诚。但我注意到他们并不在岗位上。没有人需要被责备。他们不是故意不在场的。

Swami是学生的生命气息。（鼓掌）。我下令Chariot停下来。Chariot的驾驶员是一位资深信徒，他怀着满腔热诚、爱心和虔诚来驾驶。他遵照我的指示，停下车子。当我正要和副校长谈话之际，他无意中松开踩着离合器的脚。车子向前急冲，我跌倒在车上。我的头、手和脊柱受伤了。我代替学生们承受他们必定会遭遇的伤势。

Swami显露祂的法力

在看台上，坐满了男女观众。我必须留意，不能让任何人发现我受伤了。我装着若无其事的样子。副校长担心Swami不能站起来。我很清楚，如果我不马上站起来，便会引起信徒的关注。因此，我忘了身体上的痛苦，站了起来，挥动双手，赐福信徒。我的身体十分疼痛，手的伤口很深，好像被一把刀切过。照理，我的袖子应该先行撕裂，然后手才会受伤。但我的袍衣丝毫无损。这件事可以让你看到圣灵无边法力的迹象。

我的处境是相当难堪的。我必须步上高台而又不能让人发觉我受了伤。因此，我下了旨意，没有人会观察到我的情况，不然他们一定会很担心了。我步上高台，在我的座位坐下来。这时，在袍衣内里，我下半身的印度服装dhoti已被鲜血染湿了。我担心信徒们会知道这件事，便小心翼翼地走到洗手间。洗澡间里的面巾不够用，抹不干流个不

停的血。为了避免有人看到沾着血渍的面巾，我强忍着剧痛，用肥皂洗掉面巾上的血，然后用力扭干面巾，挂好晾干。无论如何，我都不会透露我的痛楚和疲惫。一些学生好奇地想知道，为什么我不时到洗手间去。我回答说：“为何你们要操心？那是我的工作。”平时，我每天只去洗手间两次，早上和傍晚各一次。因为流血不止，我在那段短时间内必须到洗手间五、六次。

在这其间，两名学生来了，他们跪在我的面前，请我主持升旗礼。当我从椅子上走下来时，我觉到全身有如触电似的。我对自己所安排的这一幕游戏笑了。我站得不很稳。‘有身为大患’，我不应该受惑于对身体的眷恋，我微笑着向前走去。升旗以后，我点燃火炬。我发现自己处在尴尬的境地中。没有任何坐姿会使我觉得舒适。我自己规劝所有信徒，放下对身体的眷恋，那我便必须在这方面树立起榜样。我这样对自己说，并照话中的意思去做。

小学生的表演非常精彩，他们祈望能和我拍张团体照，我不愿令他们失望，便走去和他们拍照，完成他们的愿望。接下来，我还得在操场上来回五次，和其余的学生拍团体照。这样，我做到了和身体分开来，不去牵挂它。我的身体麻木，完全失去知觉。我感到天旋地转。我决心不论自己的身体出了什么问题，也一定要使他们快乐。我决定对此事保密，不向任何人吐露。

为了避免有人发现血渍，我从操场返回高台时，便迳自回到自己的座位坐下来。任何人可能在这样盛大的集会中，众目睽睽之下，隐藏起像这样的严重受伤，竟然如此之久吗？不能。我坐上椅子上长达五个小时。

我讲述这一切是为了让学生和信徒能够理解圣灵的本质。任何人遭遇到像我当时的情况，是没有能力坐在椅子上即使只有一分钟之久，更休想能举起脚踏出一步了。身体引起的震荡贯穿全身，好像受到电击似的。震荡是由于电流造成的，但我本身就是那电流，又何来我遭受电流的震荡这回事呢？（掌声）我在这种感受中坐着，直到完场为止，然后才返回庙(Mandir)里。中央信托委员们跟随在后，但他们完全不知道所发生的事情。我叫他们去用餐。那位驾驶‘Chariot’的资深信徒对所发生之事表示深切歉意。我对他说：“为什么你要为过去之事烦恼？过去的已经过去了。我很快乐，不必为我操心。”他们全都去用午餐。午餐过后，又开始流血了。学生们和铜乐队员在外面等着拍照。我再次到浴室去把血抹干。英都拉沙看到这情景，大声喊道：

“Swami，这是怎么回事？”我很慈祥地告诉他：“英都拉沙，应该发生在这个身上的事情，现在发生了。”说完之后，我让他们看我的伤势。他们每一个人都痛苦地叫喊。他们看到我浑身是血。我告诉他们，如果他们这样难过，以后我再也

不会告诉他们任何事情。直到我回到庙里之前，没有人知道这件事。

以前，我也曾经如此这般，在不同的时间，接过了不计其数学生和信徒的痛苦。没有人须要为这件意外负责。你也许会蓄意怪责某人，但没有人应该被指责。该发生的事情终于发生了，仅此而已。

‘你迟早会尝受到你命定的快乐和痛苦，即使你躲在深山，也躲避不了。时间一到，你的身体便化为尘土，即使你用尽心思去保护它’——泰卢固诗。

即使统治天下的帝王，处心积虑去照顾身体的健康，也得在指定的时间，放下他的身体。注定会发生的事情，迟早会发生。人们不应该过份去抗拒它们。

正月是新年的第一个月，如果你在一年之始体验到快乐，你整年都会快乐。‘趁早出发，小心驾驶，平安抵达’。今年泰卢固Pramaadi新年已近在眉睫。每一个领域都有危险。这是危险将要来临的预兆。没有人需要担心我的福祉。我有能力做任何事情和每一件事情。（掌声）这就是一个小小的例子。

在摩诃婆罗多(Mahabharata)战役中，基士那替阿周那驾驭战车。毗湿摩(Bhishma)用箭射阿周那。基士那转移箭的方向，使到所有朝阿周那射来的箭都射中他自己，因而保护了阿周那。每一支射中基士那的箭都造成他大量流血。由于基士那

是战车的驾驭者，他必须根据阿周那的命令，操纵战车行驶的方向。在那时候，还没有指示方向的罗盘。所以，每一次阿周那要战车朝右行驶时，他使用铁靴压一下基士那右眼眶旁边的部位；向左时则压左眼眶旁的部份。结果，基士那的脸流血，全身也浴血。因为战事在进行中，各人忙着执行自己的任务，再加上基士那的座位比阿周那的座位低得多，人们只能看见阿周那而看不到基士那，所以没有知道基士那受伤了。

基士那遵守所下的承诺，保护阿周那。战争爆发前，阿周那和难敌(Duryodhana)分别去找基士那求助。难敌选择基士那的七十万大军，而阿周那则选择基士那本人。基士那保证说，“阿周那！你不必怕。那些大军好比火车的车厢，而我却是火车头。”（掌声）。“车厢必须由火车头来拖动。阿周那，你不必担心，因为你和火车头在一起。”阿周那回答道，“基士那，只要在我这一边，就不会有所匮乏了。”所以，阿周那将会遭遇到的任何危险，基士那都一一接过来，由自己承担。类似这种神保护他的信徒的事迹，时常都会发生。

因此，在当天所发生的一切事情，完全是我的旨意。任何人，包括学生们都不须为这件事负责。学生们天天询问，为什么我行路的步伐这么慢。我告诉他们，“我没有足够广大的空间，可以让我奔跑，否则我随时都会奔跑呢！”我面带

笑容和他们交谈。现在，我把这件事情的经过说出来，只是为了要证实一件事：我会不计一切去保护遵守我的旨意的信徒(掌声)。

回到庙里，我叫那四名男生前来，他们看到我的伤势，十分难过。我责备他们不听从我的旨令。我问他们，“为什么没有遵照我的指示，在指定的时间内看守校车？如果他们听话，这件意外便不会发生。”我告诉他们不必为这件事难过。

所有注定会在这一年之内发生的事情，现在已经发生了(掌声)。所以，要听从上天的旨意，凡事小心，以安全为重。为学院争取良好声誉，使父母快乐。

免费供应伙食给服务员 (Seva Dal)

明天是Uttaravana(大雪，廿四节气之一)佳节。毗湿摩(Bhishma)全身中箭，倒在地上，奄奄一息。他苦撑了五十六个漫长的日子，为了等待这一天的到来才断气。明天，太阳开始向北回归，这是最吉祥的一天，在古时候，人们为庆祝Sankranti佳节的到来而高歌：

‘太阳暖融融，天气晴朗，
白昼开始愈来愈短，
秋风已经吹起，
稻田一片金黄，正是收成时节。
夜晚，农民在皎洁的月光下，
欢庆丰收。

水道两旁，花蕾纷纷冒了出来，
恰似珍珠串成了花环；
辣椒红了，
农夫把刚收割的稻谷带回家中，
齐呼喜气洋洋的 Sankranti。

——泰卢固诗

凡是我所旨意者，一定会实现，没有人能阻止。我要再讲述另一件事情。去年十一月十九日，女士们聚集在此，庆祝妇女节。她们说，“Swami，我们穿着祢所赠送的莎丽(Saris，印度妇女的服装)，我们体验到祢与我们同在。我们要如何才能感恩图报呢？请祢赐给我们一个机会，好让我们能为祢服务。”我回答道，“你们不必做任何事情，要时常保持快乐，就足够了。”但其中一些人还是苦苦哀求，希望能获得供应食物给服务员(Seva Dal)的机会。服务员人数众多，他们来自全国各地，到百善地宁乐园提供服务。我向她们保证，我已经下了旨意，在不久的将来，这件事将会成为事实。我的旨意是，一年三百六十五天中，服务员将获得有营养的免费伙食。每一天，这里大约有三千名服务员。他们将获得营养良好的伙食(掌声)。一切都已经安排好了。货棚已经建好了。必需品如煤气筒、厨房用具、碟子、汤匙、米、黄豆等全都已经采购了。但无人发觉此事。沙迪亚赛是一位默默耕耘者(掌声)。从明天开始，服务员将永远获得免费伙食。

然后，我召集中央信托局的成

员，问他们做了些什么工作。身居要职而不诚心去执行任务，究竟有什么用处？每年到这里来当服务员的人士，来自社会上各个行业和各个阶层。我可以供给免费伙食，但谁来负责他们的交通费呢？火车票天天起价。从前，从这里到马德拉斯只需二十卢比，而现在，即使两百卢比也不够了。我命令他们和火车局接洽，为服务员提供优待券。我平时谈话向来语气温和，但是，在讨论执行责任的问题时，我是很严厉的。我告诉他们，不认真做事便必须辞职。中央信托局委员和火车局管理层商谈，替到这里来当服务员(Seva Dal)的信徒争取到优待券。(掌声)。由于受到伽利时代(Kali Age)风气的影响，人们已经很自私了。自私使他们懒惰。因此，在受到警告后，他们才认真做事。火车局管理层十分高兴，他们感谢我，说道，“Swami，能够有机会为祢的信徒做一些事情，真是我们的福气！”

布达巴地火车站

这还不止呢！为了便利服务员和信徒到布达巴地来，中央政府已经拨出五百万卢比，在汽油站附近建一间火车站。(掌声)。这间火车站使扁奴各达(Penukonda)、达玛瓦蓝(Dharmavaram)和布达巴地有铁路联接。这是火车局前几天在德里开会决定的。凡是到百善地宁乐园来庆祝Swami 75岁诞辰的人，都应该有个愉快的旅途。不论在孟买、马德拉斯、德里、海德拉柏等地，你都

可以乘搭火车来到百善地宁乐园。

史无前例之事迹

从前，布达巴地只是一个穷乡僻壤，人口仅有一百人。有谁会想得到，在这样短短的时间内，这里竟然建立了一间大学、一个飞机场、一家高级专科医院和一个火车站？这些事情发生在这位至尊神首(Avatar)的一生中。这是史无前例的。以前下凡的神首，没有一位曾经在这样的时间，完成这么多事情。还有很多更美妙的事情将会发生。今天你们可以在近距离看到我，不久之后，你也许要从数里之外观望我了。

‘所以，充份利用亲近赛圣灵的机缘。一旦你失去了侍奉祂的莲花脚的宝贵机会，你便永远不会重新获得它。赛恩赐你虔诚、力量和最终解脱。别让自己被别人的话语误导。牢牢记住这一点，并救赎你自己’——泰卢固诗。

为了你们，我让自己承受这次痛苦；为了你们，我决定现在治好我自己，以回应你们的祈祷。不要存有任何忧虑。现在Swami完全复原了，完全复原了，完全复原了！(掌声)。

遵照Swami的旨意，争取好名声，考取高分，为全世界树立起好榜样。这才是我所要的。除了为义工提供更多设施外，我们正在筹备

兴建一百个屋棚，让信徒有栖身之所。我们也在小丘上买下一块适合建筑外国信徒宿舍的土地，面积总共有一百五十英亩。在七十五岁诞辰这天，有谁知道自己会被分配到哪间宿舍？但是，倘若你获得Swami的恩宠，则不论你在何处，你都是属于Swami的。Swami始终与你同在。切勿怀着Swami会离你而去的感觉。要对Swami有信心。

灵性是唯一的良方

学生们！你们将来可以顺利举办任何节目。在接下来的年头，你们可以主办比这次更大型的运动会。我不会制止你们的活动。但是，在某些方面，你们必须听从我的话。这是为了你们的好处，而不是我的好处。凡事要小心，以安全为重，去过高尚的精神生活。

今天，到处充斥着焦虑、不安和烦恼。灵性是治疗这些社会病态的唯一良方。由于缺乏灵性，人成了沮丧和疾病的受害者。疾病是心念而不是身体的产物。心绪不宁导致沮丧；沮丧导致疾病。培养健全的体格，对神要有信心，把你所体验到的至福与他人分享。无论发生任何事情，切勿放弃圣灵。唯有对神虔诚才能保护印度，而非其他因素。远离兽性，提升人性，直到你与圣灵合一。倘若你连人性价值观的重要性都不了解，试问，你又怎会了解神性呢？首先，实践人性价值观，神性便会跟着显现。去过灵

性的生活，并到全国各地去宣扬精神生活的崇高理想，进而为全世界的福祉尽力。

——录自世尊的讲道

地点：百善地宁乐园 Kulwant 礼堂。

日期：1999年正月14日。

圣恩的珍宝

不要为了求取这个或那个心爱的事物而向神祈祷，原因是没有人能知道储存在圣恩宝库内的极为珍贵、神圣和优异的瑰宝是什么，也没有人能知道神要给信徒的又是什么。在这种情形下，祈求琐碎的事物不就低贬了自己神圣的地位！既然没有人能了解神要赐予一个有资格领取圣恩之信徒的是什么样的珍贵、圣洁和神圣的礼物，那么，我们就不应该向神祈求琐碎的事物了。其实，比什么都珍贵和可欲的就是神的爱。

—— Baba

服从神的指令

一些人刁难地质问高灵，
就像恶犬狂吠巨象一样。
(泰卢固诗)

受到迦利时代的影响，我们常会遇到这种情况。在听到杜鹃鸟的美妙歌唱，出于妒忌，乌鸦开始对着它们哇哇乱叫，但是那并不会制止杜鹃的鸣唱。同样的，看见天鹅，鹤就嘲笑它们，但是天鹅却不受到影响。相同的，一位得道者决不会因为受到称誉而欣喜或受到诋毁而沮丧。

舍弃带来平和与快乐

人的生命是神的赏赐。如果你应用这赏赐得当，你的人生就会圆满无憾了。人类可以分为三种：(一)Adham(低俗与鄙劣)(二)Madhyam(中等)(三)Uttham(高尚)。人体可以比拟为一个神圣的器皿。‘Uttham’是一位适当地应用这神赐的器皿的人。‘Adham’是一位不知器皿之价值而用之于不圣洁的目的上。Madhyam则是一位把身体用在圣洁与不圣洁的目的上。

如果人不能睡得安宁，舒适的床，柔软的枕头与天花板上的风扇又有何用？一样的，人虽赋予似床

之心，似软枕之念及似风扇之智，但却享受不到平和与快乐，那么，这心、念、智要来何用？

我们形容心为纯净无瑕的，我们也把弥漫于一切的属性归之于心念(Mano Moolam Idam Jagath)。我们描述智慧为超凡的原则(Atheendriyam)。神赐予人这些工具以便让人得享平和与快乐。可惜，纵然拥有这些有价值的工具，人却没有享受到平和与快乐。我们说人身难得与珍贵无比(Janthoonam Nara Janma Durlabham)，但是你的行为配得上这种描述吗？你没有适当的应用心念与智慧，而且没有保持心的纯净，结果，你就无法体验到平和与快乐。缺乏平和与快乐的人生简直是不是人生。

伟人们都说要享有平和与快乐的人生，你需要培育舍的精神。舍并不意味着人要离开家人与财产，到森林里去隐居。学生们必要明白‘放弃’的真实涵意。你应认清这粗糙世界(Gross World)是呆滞的、无生气的。要认识这世界的精微层面(Subtle aspect)是虚幻而它的因果层面(causal aspect 圣灵层面)只是一种反映。只有在你明白世界的粗糙，精微与因果层面之后，你才能‘放弃’一切。然而，人相信这粗糙世界是真实的，却忘了基本原始的因，

神。

组成这外表世界的三个层面会迷惑你。你要明白这基本的因 (Primal cause 始因) 即真我原则，而后你才能体验到福乐与平和。你要尽力去了解人生的价值。人被称为 ‘Na-ra’。‘Nara’ 是什么意思呢？即 ‘自性’ - ‘真我’ 的化身。

牧牛女们经常如此的祷告：“Kleem Krishnaya, Govindaya, Gopijanavallabhaya Swaha。” ‘Kleem’ 意为大地，‘Krishnaya’ 为水，‘Govindaya’ 为火，‘Gopijanavallabhaya’ 为气，‘Swaha’ 为以太 (Akasa 空间)。这世界上无物无处不具备这五种元素。它们是无处不在的。这是牧牛女们用来形容无所不在的基士拿。神寓于这五种元素的形相中，祂是全在、全能和全知的。所以，人主要的责任是适当的善加应用这五大元素。误用五大元素就等于误用圣灵。

人认为身体是一切而毕其一生在追求身体的舒适与方便。身体必毁坏。百岁寿年虽赋予人类，但也不可‘想当然耳’，死亡随时降临，哪怕是在中年或少年。没有人知道他的死期。那么你为何要花如此大心血来照顾你那好像水泡似的身体呢？有幸生而为人，你应该过着一个理想的生活并且把快乐带给大家。你不应该执著于身体，要视之为工具。心念就像是风扇。只有当你把风扇转向你的方向，你才能感受到凉风。同样的，只有当你把心念转向神，你才能体验‘至福’的

凉风。但是，如果你把心念转向尘世而说你无法体验至福，那只好责怪你自己了。你要把心念转向神，而非转向身体。为身体的舒适所做出的一切努力，都是白费的。

你无法在外面的世界感受到平和的，它在你内心，所以，要往内心去寻找。心是一直充满着平和、爱与至福的。它是慈悲、仁爱、容忍等一切圣洁品质的基石。凡从你心中散发出来的都是圣洁的。身体则是所有六大恶劣品质（欲望、嗔、贪、骄傲、执著与忌妒）的根由。所以，切莫执著于身体。

人类最大的敌人

人的生命是非常神圣而珍贵的。心念、智慧与感官只是工具而已。但是你却不断去了解这一点。你只是尝试去了解这些工具的本质，而不是真我原则也就是生命最原始的根基。只有当你明白这真我原则，你才能圣化你的生命。为了圣化生命，人们修习种种法门，但是，如果没有纯净的心，一切的修习都是徒然的。首先，要净化你的心。不要让欲望、忿怒和贪婪等邪恶的感觉有立足的余地。在灵修法门上，这三者是最大的敌人。

在《罗摩衍那》里，罗波那是欲望的象征。罗波那就是那位修大苦行而得到神的嘉惠者。他掌握了所有六十四门知识。像罗波那这样有威力的伟人却因屈服于欲望而最

终毁了自己的一生。

在《梵歌》中，喜兰耶卡西布是嗔怒的象征。他是位了不起的科学家。他掌握了控制五大元素的技术。现代科学家可以达到月球，但是喜兰耶卡西布尝试去到太阳，他甚至尝试停止地球的转动。这样伟大的科学家却毁在嗔怒上。泰卢固诗云：“嗔怒的人决不会成功。他不但会丧失所有财产也会失掉人们对他的尊敬。人们会因他的罪行而唾弃他。”

在《大婆罗多》里，难敌代表贪婪。要扼杀一位吝啬者并不用伤其身，只要开口问他要钱，他将立即‘死亡’！（泰卢固诗）难敌是如此一位守财奴，他最终能成就什么呢？所以，对于一位求道者，欲望、嗔、贪是他最大的敌人。数十年修行的功德将在一刹那的嗔怒中化为灰烬。所以人一定要控制这三毒。

在这世界上，每十个人中可能至少有一个是好人，在每十个好人中，可能至少有一个是爱神的。在每十个爱神者中，可能至少有一个是追求证道的。在每十个追求证道者中，可能至少有一个是随时准备好服从神的指示的。只有那位服从神的指示者才被救赎。不服从神的指示，修行有何意义？

今天，每个人都想快乐却不明白快乐的意义。真正的快乐是要成为无欲望的人。欲望是痛苦和烦恼

的起因。富有者虽然不缺乏金钱，食物及其他物质上的舒适，但是他仍然缺乏平和与快乐。物质虽然可以供应身体的舒适，却不能供应精神上的平和。金钱可能让你享有名誉，但可不是尊敬。你可以雇用众多仆人，但他们不是朋友。他们的服务全是被动的，非出于爱。你只有一位真正的朋友，他时刻与你同在，在你之内，你的周围，祂就是神。水槽内只要有水，上千的青蛙就会聚集在那。一旦水槽干枯了，一只青蛙的踪影也难觅了。相同的，当你富裕，有权有势时，每个人都表现得像你的朋友，但是一旦你失势、落魄，你所谓的朋友将会抛弃你，连一声再见都懒得跟你说。

温馨的话

在这世上，无物是永久不朽的。只有你心中的爱的原则是恒久的。只有爱能赢取人们的心。如果你心中有爱，全世界都站在你这一边。是什么原因使到这么多来自不同国家的人聚集于此呢？因为这里有某种特殊之物，是你的国家，你的乡村和你的家庭所没有的。那就是无所不包容的爱。（掌声）。只有借爱，你才能与人建立密切的关系。缺乏爱的心就像一块不毛之地。在人类的心田中应该有爱。牧牛女们如此向基士拿祷告：“基士那呀！吹奏祢的笛子，好让爱的种子从我们贫瘠的心田中萌芽，同时让爱的雨水与河流不断的流淌着。（泰卢固歌）。

爱永远只是给予而绝不是领取。这样的无私的爱只有在神那儿可以找到。你们聚集于此就是要体验那‘爱’。无人寄出请柬，邀请你来。只有爱把你们带来了这里。我给你们什么呢？当我只问你，“你什么时候来的？”你就欣喜若狂了。就是在我说出的话中就隐蓄着如此多的温馨。你也应该学习说话温柔而甜蜜。“你不可能永远取悦他人，但是你可以永远亲切的说话。”苛刻的言语就像是原子炸弹。当有人来你家访问时，你就是没有食物招待他，至少要言和色怡的与他交谈，这甚至可以缓和他的饥饿。相反的，如果你说话苛刻、粗暴，那不但增加他的饥饿，也使他更加沮丧。

慈善是手真正的修饰。
真理是喉咙真正的修饰。
听经是耳朵真正的修饰。
为什么还需要其他任何的修饰呢？
(梵言偈)

你不应该认为只有你的国家才需要快乐。你要为整个世界的福利而祷告。(Loka Samastha Sukhino Bhavanthu) 愿每一个人及每一个国家都快乐。只有当你拥有如此广阔的胸怀时，你才会被人尊敬。如果你的行为不检，言语不当，是无人会尊敬你的。

学生们！尝试去了解人生是什么。奥义书上说生命是非常有价值的。蕴于人内在的神圣品质是不易理解的。一切相及一切力量都在人

之内。人们以为黄金与钻石最有价值，但是，实际上是人们给它们定的价值。“人本身比世界的一切财富更珍贵”所以，莫浪费这样稀罕珍贵的人生呀。

古代圣哲如婆喜史多(Vasista)，为了救赎和圣化他人的生命，他不遗余力，竭尽所能来达致之。为什么婆喜史多要加入十车王(Dasaratha 译注：罗摩之生父)的朝廷议事呢？有一天，婆喜史多亲身向十车王如此解释：“陛下，我来归向你不是因为你的财富与权力，而是因为那罗延天(Lord Narayana)，祂本身将会诞生为你的儿子。我要追随祂以便圣洁化我的生命。”婆喜史多一直想着神。所以，他有个外号叫‘Brah-marishi’(梵仙)，而毗舍米特拉(Viswamitra 译注：意为宇宙之友，七仙人之一)也只不过被称为 Rajarishi(王仙)而已，因为他还具有激质的德性。几经努力，毗舍米特拉最后还是无法取得‘梵仙’的称号。为此，他对婆喜史多产生了恨意。毗舍米特拉的憎恨使他丧失了他所有的力量。你们都知道，伟大的仙人杜婆婆，也有嗔的恶品格，就是用‘手电筒’来探照、寻找，你都无法在他身内找到一丁点的爱心。成为一位大圣哲而内心无丝毫的爱与祥和，有什么用处呢？只有当一个人具有温和的言语与圣洁的行为时，才可以被称为一位真正的大圣哲。

印度在古代的进步，全是因为有了这些圣人与高灵。虽然屡经外人的侵犯，这个国家都没有崩溃，

因为它有着深厚的灵性力量在支持。为了保存与维持这些圣哲高灵遗留下来的强大的灵性基础，我们务必培育真理、正义、和平、爱与无暴力等人性价值。如果你维护这些价值，它们也会反过来维护你的。

“Dharmajeva Hatho Hanthi, Dharmo Rakshati Rashitah。”如果你维护法(Dharma)，法也会维护你。相同的，如果你毁灭法，法也会毁灭你。

爱是你真正的色相，只有透过爱你可以成就一切，无需去寻找神也无需任何灵性修行。“爱就是神，活在爱中吧。”不费分文，步不出户，你即可达致超脱。要如何做呢？就是透过爱。所以，培育爱心吧！

爱的化身们！

对任何人都切莫心存憎恨。开始去爱那些甚至曾经辱骂过你的人。只有借爱，你才能改变他人。人们刺耳的言语使你痛苦，但在你越来越爱他们时，你的痛苦也就越来越少了。苛刻的话语就好像刺入人心的利箭。无药可以治愈语言所造成的伤口。被语言的利箭刺伤时，你要以充满爱的温和而亲切的语言回报。这是最好的良方，它立即解除苦痛。任何不治之症都可以用爱来治愈。

爱是无以描述的

疾病的起因是什么呢？就是人

自己制造出来的精神紧张。紧张使人容易发怒，而紧张和忿怒，这两者合起来就可以把人给摧毁。如果你要在一杯装满水的杯内倒入牛奶，你该如何做呢？你要先倒掉水而后再倒入牛奶。同样的方法，先除去心中一切坏的想法和感受，然后再注入爱。

“以爱来开始这一天
以爱来充塞这一天
以爱来送走这一天
以爱来结束这一天
这是趋向神之道。”(掌声)

你可以靠与他人分享爱来培育你心中的爱。爱永远不会减少的。它是甘露并且是永恒的。有一次，那罗陀(Narada)询问那罗延那，可有什么是比琼浆更甜的。那罗延那回答，“爱比琼浆更甜。”你可能会因为常喝琼浆而觉得厌烦，但是对爱则永不会有此厌烦的感觉。越感受爱，则越向往之。首先，你得清除你内心的一切污垢(恶劣品行)。小牛一出生，母牛就反复舐净它身上的胎垢而后再喂养它。一只动物对幼崽尚且有如此深重的爱，你不难想像神对祂的创造物的钟爱了。爱是无法以言语来表达的。那罗陀说，“Anirvachaneeyam Prema”意思是：爱是无法言说的。

人们以为那罗陀喜欢制造差异(Kalahapriya)，但这是错误的见解。是的，他早年曾经是一位‘Kalahapriya’，但是后来他觉悟到自己的错误，就以严格的修行来纠正他自

己，最终他成为一位伟大的导师。就是那罗陀把 Nara (人) 与 Narayana (神) 结合在一起。他精进、修行并获福悦与完全消除悲苦。他说，“真我，灵魂，就是神。”是那罗延那让你忘却对肉体的执著而沐浴与沉醉在神的爱中。

爱就是神的原则。你心中拥有这爱的话，你为何受苦呢？你为何有烦恼呢？事实上，你毫无困难也无忧虑，只有福悦。但是，你如何来体验这福悦呢？你要依据着这爱的法门。只是重复呼喊着饭碗，你怎能解除饥饿？你必须动手与嘴巴，把食物填满你的胃。同样的方法，你必须采取中听柔和的话语及正义圣洁的行为才能享受到生命的甜美而沐浴在至福之中。

大家都是永生的子女。你们都是至福的化身。奥义书上说，人是“Ananda Pipasi”（福悦的寻觅者）。既然他是从福悦中脱颖而出，他就得回归他的源头去。就好像鱼群，在水中出生，就一直要回到水中去，人也一样，从福悦中出生，不论他身在何处及在从事何事，他永远都在渴求福悦。不回到源头，人就无法平静下来。人一直都无法平静因为他无法在世间找到福悦。那是为何《梵歌》里说，“Anithyam Asukham Lokam, Imam Prapya Bhajasve Maam”，（既然拥有这短暂而无乐趣的人生，就时时刻刻膜拜我吧）。你可以忙碌于你每天的日常生活；你并不需要放弃你的工作与事业，但是，要时时刻刻牢记着神，只

有如此，你才能享有宁静、祥和与欢乐。在尝过蜜糖后，你可以说它是苦涩的吗？事实上你并不曾体验过福悦。一旦你体验过神圣的福悦，你就再也不会渴求世俗的快乐了。所以，要尝试体验在你内在的福悦。福悦是你的源头，福悦是你的呼吸，福悦是你的生命。福悦与神同在。要求取圆满成功，要超凡入圣并且欢享神圣的福悦。

世尊以峇赞，“Govinda krishna Jai, Gopala Krishna Jai...”来结束祂的启示。

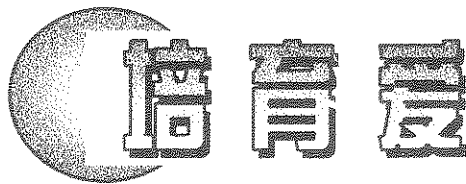
——摘自一九九八年九月廿七日世尊在百善地尼乐园之讲演。

（原文刊载于1999年2月版）

制作一件珍贵的宝物

把你的心念交给导师就像你把金子托付给金匠一样。导师或需熔化、铸炼或捶打你的心念，但不必担心，他会把它制作一件珍贵的宝物还回给你。不要说‘斯瓦米，赐我祥和，不要让我受苦’，因为在净化过程完成之前，斯瓦米或需加上一些‘痛苦’的试炼。

—— Baba



于你的内心

在心田里撒下爱的种子而丰收爱的果实者才是一个真正的基督徒，锡克教徒，兴都教徒或回教徒。是的，一个内心洋溢着爱的人才是世上真正的一个人。（泰卢固诗）。

爱的化身！

爱是人的生命气息，是蕴于众生之内的意识，是人生的目标。人生充满爱。昧于永恒的爱原则，人便受到物质的、世俗的牵挂和忧虑的冲击和困扰。

是人，是魔或是鬼？

Hiranyagarbha (金卵) 的原则寓于人人之内。Hiranya 的意思是黄金。当黄金与其他金属如铜、银、黄铜混合时，它就失去原来的光泽、价值与特性，于是这混合的金属就很难辨认出它是金、银、黄铜或铜了。同样的，当人的心(Hiranmaya)与感官欲望(Vishaya Vasanas)结合时，它就会失去光彩、价值和本来面目了。结果，它使到我们不能确定一个人是真正的人或兽或魔或鬼。今天，人们的心里没有爱，欠缺爱的生命即是魔鬼的生命。拥有魔或鬼或兽的品质，这种人能被称为人吗？由

于不了解真理、正义、和平与爱的康庄大道，人正过着妖魔似的生活。神并没有创造任何妖魔鬼怪；妖魔鬼怪是人的造物。

这里有一个小例子。在般度兄弟(Pandavas)被放逐森林期间，基士拿(Krishna)关心他们的情况而去探望他们并在森林里和他们相处一夜。般度兄弟在森林里备尝不可言喻的诸多苦难。因为黑公主(Draupadi译注：黑公主为般度五兄弟之共同妻子)跟他们在一起，所以般度兄弟每晚都必轮流守夜一小时以保护黑公主。基士拿也要求守夜。坚战(Dharmaraja法王。译注：有译‘法子’者，意即正法大神之子，是坚战的另一个名号)感到疑惑，心想：“你既是整个宇宙的保护者，现在却提供一小时的值夜守护，这是什么意思？”但是，想归想，他还是告诫基士拿说：“基士拿，附近有魔鬼，我们兄弟们每晚都遇到并且有很多次被它攻击，因此，我们请你别参加看守行动。你来探望我们，关心我们的生活，我们感激不尽，怎么可以让你为我们冒险呢！你还是好好休息吧！”基士拿回答说：“坚战，这是你对我的神性的了解吗？你一方面赞扬我为宇宙的护佑者，另一方面又担心我不能保护自己

。你担心妖魔会伤害我。难道休息能保证它不会碰触我！还是让我加入你们的行列，执行一小时的看守任务吧！”在完成一小时的守卫任务后，基士拿坐在一块石头上，莞尔而笑。接下来是阿周那(Arjuna)值班。他赶着去见基士拿，担心基士拿被妖魔攻击。看到基士拿态度自若，脸带笑容，阿周那跪拜在他的脚下并问基士拿是否已击退妖魔。基士拿回答说：“阿周那，我并没有创造妖魔呀！不存在的东西又如何能在森林里出现呢？你们所谓的妖魔决非妖魔，那仅是你们内在邪恶品质，也就是心魔的反映吧了，这些心魔就是憎恶、愤怒、妒忌等。你的愤怒以魔鬼之形态显现，其威力的强度与你的怒气成正比。”

今天，人们的邪恶品质就是困扰他们自己的妖魔，但人们误以为妖魔是存在的并且是妖魔使他们受苦。这一切仅只是他创造的幻像和心理上的恐惧引发出来的。实际上，只有人才会造成另一个人受苦受难。天地间是没有什么妖魔鬼怪的。阿周那对基士拿所说的话深信不疑而自此以后，他再也没有遇到妖魔了。承蒙基士拿的开示，他跪拜在基士拿的莲花足下以示感激之情。一切唯心造，好坏善恶无非人的创造。

佛陀与安巴莎莉

佛陀证悟后，云游四海，到处说法。人们目睹他那光辉灿烂、端

庄清秀的形相都赞叹不已。有一位女士，名叫安巴莎莉慕名而至并走向佛陀问道：“啊！伟大的尊者，你身着黄袍，俨然像一位尊贵的王子。能让我知道你这么年青就出家的原因吗？”佛陀答说他出家修行是为了寻求三个问题的答案。他说：“这个年青又英俊的身体有一天会衰老，罹患疾病以至于死亡。我要探求生老病死的起因。”她被佛陀追求真理的精神所感动，遂邀佛陀共进午餐。这消息不胫而走，旋即传遍整个村庄。村民相继力劝佛陀不要接受安巴莎莉的邀请，因为她是个行为不正，品德不良的女人。佛陀耐心地倾听他们的抱怨，然后微笑地问村长：“你也确定她是个坏女人吗？”村长回答：“对她的坏行为，我可作一千次证明。请别到她的寓所去。”佛陀握住村长的右手，并叫他拍掌。村长说他无法照做，原因是他的右手被佛陀握住，一只手掌是拍不响的。佛陀回答：“对的，要不是村中有品德败坏的男人安巴莎莉怎么会变坏呢？如果村中都是好的男人，这个女人就不会变坏了。因此，她的变坏是男人和金钱造成的。”说完，佛陀想知道在场的人，有谁是没缺点的，好让佛陀跟他共进午餐。没有人敢出来说自己是完美无瑕的。佛陀于是说：“当村中有这么多坏男人时，单单指责一个女人是不公平的。她学坏是因为与坏人来往，近墨者黑呀！”俗语说，‘告诉我你交往的是什么人，我就知道你是怎样的一人’。这些人顿觉自己的无知，跪在佛陀足下，求佛陀原谅

。从此以后，他们把安巴莎莉视为村中的一份子，不再蔑视她了。安巴莎莉得到佛陀的鼓励也步上出家修行之途，过着虔诚幸福的日子。

一个人的善恶果报必须由自己承担，完全与他人无关。谁是善？谁是恶？无论什么，首先我们得抛弃自己一切恶的，然后摄取一切善的。自己邪恶透顶却敢于指责他人，这是罪过。耶稣对这一点也曾作同样的评论。

今天，人们对自己犯下的无数错误置若罔闻，却对别人的丁点错误大加抨击。他们吹毛求疵，处处找人差误，这可谓人类的悲哀。由于让邪恶潜入内心，人正丧失其真实本质。今天，人们宁是乐于看到别人的缺点而不是别人的美德。只看到别人优点的人才是一个真正的人呀！

谁是真正的兴都教徒

心中充满爱者才配称为一个真正的锡克教徒，兴都教徒或回教徒。不幸的，今天人们没有在心田播下爱的种子，那又怎能收到爱的果实？心中没爱，怎可称为一个真正的兴都教徒？当‘Viswa Hindu Parishad’的会员来见我时，我问他Hindu(兴都)这个字的真正意义是什么。他们给了我很多答案。有一位说：

“Hindu是指一个怀持慈悲、正义的人。”我问他们Hindu这个字的英文拼法。他们回答说H-I-N-D-U。于是

，我告诉他们，H代表Humanity(人性)，I代表Individuality(个性)，N代表Nationality(民族性)，D代表Divinity(神性)，而U代表Unity(一体性)。

一个真正的兴都教徒必须具备这些素质。爱是这五种素质的基本原则。一位真正的兴都教徒，回教徒或基督徒应都是爱的化身。回教徒祈祷‘Allah Ho Akbar’，意思是伟大的真主。伊斯兰(Islam)这个字的意思是‘祥和’。因此，一位真正的回教徒应过着安祥平和的日子。祥和来自一颗充满着爱的心。欠缺爱，无人能得平静。是故，对任何阶级，种族或宗教信仰而言，爱就是根基。爱是Sivam和Mangalam，意谓‘圣洁吉祥’，爱不伤害任何人。凡不伤害人者即Sivam。无爱之人就是Savam(死尸)。充满爱者为Sivas-warupa(圣洁吉祥的化身)。

别歪曲经典的教导

今天我们庆祝Sivarathri(湿婆之夜或吉祥的夜晚)。Sivarathri是什么意思呢？Rathri(夜晚)与黑暗有关。吠陀经宣称：“Chandrama Manaso Jatha, Chaksho Suryo Ajayatha”(月亮生自真元体之心念而太阳出自其眼睛)。月亮是掌管心念之神，所以，心念必须皎洁、纯净。吠檀多(Vedanta)里的每一章句都蕴含着深邃、广博的意义。误解其含义就会导致困惑。在这一天，人们通常以火祭(Yajna)和献祭仪式(Yaga)为名来牺牲那些无辜的动物如山羊、绵羊等做

为祭品。

有一天，有一位圣者看到一群动物浩浩荡荡地被驱赶着。他得知这群动物是准备送到祭坛作为献祭之用，于是他询问动物的主人，牺牲这些动物有什么好处。主人的答复是，这些动物在奉献给神明之后，就会获得解脱。圣者听后说：“啊，人呀！你的父母、妻子、儿女都渴望获得超脱，为何你不牺牲他们以成全他们的愿望？为何你不满足那些渴望超脱的人反而要牺牲那些不知超脱为何物的畜牲呢？若你坚信牺牲(祭品)能获得永生，为何你不牺牲自己的父母、妻儿呢？”

沿循向内之道

有一些人主张参与峇赞、行善及服务等活动的重要性，他们认为这可以带来超脱。倘若如此，他们为何不严格奉行，言行一致？说易行难呀！Moha Kshayam是 Moksham（完全放下就是超脱）。执著带来痛苦。因此，首要的就是抛弃执著。婚前，女孩病重，男朋友不会那么紧张、担心；婚后，只要该女孩有些微发烧，男孩就诚惶诚恐、忧心如焚了。这是什么原因呢？这就是执著。婚前，他们之间没有任何关系；婚后，男孩觉得女孩是他的妻子，牵挂、执著就产生，痛苦也因而而起。执著与解脱是两极端，越靠近执著就越远离解脱。纵使执著在所难免，也该有个限度啊。

水浸到颈部，还能开口说话，但若完全沉没水中，情况就完全迥异了。同样的，一个人若完全沉浸于神性之中，他就找不到适当的辞句来描述神的荣耀了；唯有那些对神一知半解者，尝试以各种不同的方式来形容、描述祂。你应该完全地沉浸在神圣的感觉和纯净的爱之中。今天，就是因为缺少爱，才导致个人与个人，村子与村子，省与省乃至国与国之间的种种纷争。

吠檀多宣称：“认识你自己。”凡沿循 Pravritti Marga(向外之道)者只对收集他人的资讯及行踪深感兴趣。他不停地向人问道：“你是谁？”“你从哪儿来？”等。凡步上 Nivritti Marga(向内之道)者则会向内探视并自问：“我是谁？”“我从哪儿来？”Nivritti Marga 是正面的而 Pravritti Marga 在本质上是负面的。若你心中充塞着负面的感受，你怎能期盼正面的效果呢？相由心生，外是内的反映。种瓜得瓜，种豆得豆，吃了芒果，打嗝时怎会吐出黄瓜之气呢？因此，要获得正面的效应，内心就必须充满正面的感觉和情怀。爱、祥和、慈悲皆发自内心并且在本质上是正面的。所有负面的思想皆是头脑的产物。

心灵比头脑更重要

科学与技术跟头脑相关联。由于人的心术不正致使今日的 Technology(技术)变成了 Tricknology(骗术)。具备高度智力而欠缺正面素质，

又有何用？今天，人类已获得各种学问但却不认识自己。一个卑鄙小人，纵使学问渊博还是不能根除其劣根性。一切世俗的知识只能加强争辩的能力但不能带来究竟的觉知。无论学问多么渊博，你最终难免一死，因此，还是探讨达致永生的知识吧！今天，追求世俗学问者日增而探讨心灵素养者却日减。不毛之地再大也没用。一小块肥沃的土地远胜于十亩的大荒地。宁可培育一种发自内心的崇高德性而不培育十种发自头脑的卑下品质。所有发自头脑的念头皆不可取。科学家的大部份活动是在用脑而不用心。学生们都知道发现地心吸力者是牛顿。牛顿因用脑过度而必须在精神病院度过最后五年才辞世。别用脑过度呀！

如今，学生们花很多时间读书、学习。好几次我坐车出游时，都发现很多小学生肩负沉重的书包。你可想像这些小孩必须将这么多本书的信息装进小小脑袋的境况！结果，他们稚嫩的心灵将被不必要的信息侵占、污染。因此，切记学习也应该有某种程度上的极限。唯如此，你才能保存良好的记忆及智力。

从内心发出的情怀是不朽和甜蜜的，然而你曾否加以最起码的应用？若能保持平静，那已经是难能可贵了。峇赞时，你口诵三声 Shanti(安祥)，但你却没有丝毫安祥的感觉，只要身旁有一点小动静也足以干扰你，使你诵念 Shanti 的声音因动

气而变质。连口诵 Shanti，尚且没有丝毫 Shanti，更甭说，心中无爱而期望体验‘心境的平和’了。你不但没有培育爱，反而滋养妒忌、憎恨等邪恶品质。若有人批评你，别放在心上，就当作是对你的一种鼓励。吹毛求疵，处处找茬儿是莫大的罪恶。总之，最重要的是静思已过，过不悛改，同时，取人之长，从善如流。

共犯之罪

若你心中无爱，你就不配称为一个真正的基督教徒，锡克教徒，兴都教徒或回教徒而你是魔鬼的化身。若心中充满着爱，你就是神明的化身。你是神或是魔鬼取决于自己的情怀。别总在他人身上找茬儿。佛陀接受安巴莎莉的邀请受到很多人的非议。她的变坏，岂可怪她一人，还有很多人怂恿她、鼓励她，他们也该负责。

每一项罪行有五种人要同时负责。第一个是主犯，第二个是引发者，第三个是鼓励者，第四个指示途径者，第五个是坐视者。这五种人皆须面对罪业的果报。当黑公主(Draupadi)被难敌(Duryodhana 译注：持国长子，俱卢族后裔)和难降两兄弟当众侮辱时，长者如毗湿摩(Bhishma 译注：俱卢族的统帅)和德罗纳(Drona 译注：俱卢族师爷，后接替毗湿摩成为统帅)竟作壁上观，没有劝阻难敌的恶劣行为。就这一点，维杜罗(Vidura)在圣典里指出，

不只是真正的罪犯须下地狱，其他上面所述的四种人也必须同往。在黑公主受辱的事件中，像毗湿摩这样的智者也袖手旁观，不仗义执言，结果他必须承受苦难，满身中箭倒下，如躺在箭床上，五十六天之后才断气。若他及时阻止黑公主受辱，他可就不必受这个罪了。

投入神圣的活动

一个人的功或罪往往说不上来。然而，脱离罪恶的最佳途径是步上灵修之道。不论有心或无意，你犯下罪行，结果，你得承受痛苦。你很难找出导致你受苦的原因。因此，积极行善是为上策。培养圣洁的情操，为人服务，这样做就等于对神的虔敬了。虔诚并不意味着执行膜拜仪式或供奉鲜花给神明。膜拜只等于是一种良好的行为。一个人应该心存善念。存心不良或心怀某种目的去做善事，你是不会获得救赎的。举个例子，有人为慈善乐捐一百万卢比，但另一个人则为了沽名钓誉而捐出一百五十万卢比，其实后者一点功德都没有，要不是为名，他连十个卢比也舍不得捐出。这种人只配在舞台上扮演英雄而在现实中，他可是只狗熊了。一个人的思、言、行必须一致。这就是所谓的‘研究人类宜从人著手’。

爱的化身！

为了救赎自己，你应该在你的心田里播下爱的种子再以‘爱’之

水灌溉，‘爱’的果实就指日可待了。水可说是人的命根。你若连一滴水都不舍得布施给需要的人，你如何圣洁你的生命？水是神圣的。梵文称水为 Naaram，眼睛为 Nayanam，因此，源自 Nayanam 的 Naaram 就是只为 Narayana（那罗延天，神）而存在的。要流喜悦之泪而不流悲伤之泪。何时流下喜悦之泪？就是当你的努力换取成功之时。

大家都知道这个集会会有很多人是从玛哈步那卡和眉达这两个县来的。斯瓦米已同意为这两个地区提供食水。这两个地区的人，很多都没见过斯瓦米。当他们获悉斯瓦米赐予的爱与恩宠时，大家感到无比的兴奋和快乐，男女老幼无不雀跃万分。每星期很多人从这两地赶来见斯瓦米，表达感激之情。你们应该投入这种神圣的活动，造福人群。圣者毗耶沙(Vyasa)宣称‘Paropaka-ra Punyaya Papaya Parapeedanam’，意思是‘总要援助，决不伤害’。尽你所能帮助他人，千万别伤害他人，连敌人你也应该爱他。别用无情刻薄的话伤害他人之心。今天的伤害，将来会带给你十倍的痛苦。

只有在你除去一切恶劣德性并在内心培育起圣洁的爱之后，你才能以真正的精神庆祝 Sivarathri（湿婆之夜）这个节日。只在这一天守夜是不够的，你必须持续不断地冥想神明。很多人在 Sivarathri 夜玩牌，通宵不眠，并宣称已遵守‘Jagarana’（守夜）。渔夫捕鱼时，全神贯注鱼网的动静，难道说他们是在坐禅

吗？若某人与妻子吵架而罢食，这可以说他是在禁食吗？当然不。同样的，不能以通宵玩牌的方式当作 Sivarathri 的神圣守夜。你应该整夜诵念神名并把时间用在行善上。

跟随我的脚步

别浪费宝贵的时间在无谓的闲谈上。你应该到乡村或贫民窟去进行服务工作，为贫穷和不幸者提供基本的必需品如食物、衣服等。这些服务，功德无量。我从小就开始服务。

当有人在门前乞讨时，家里的人总是说‘不是现在，不是现在’，但是，我会私下救济他们。若有人需要衣物我会毫不犹豫地供给他们。Griham Ammayi（这肉身之母）经常回忆并讲述这些事情。信不信由你，我一整年只穿用一套学校制服。每天放学，我围上一条毛巾，将制服洗净，晒干，再以一个装上余烬灰屑的容器作为熨斗来烫平衣服。当我有件新衣时，我将旧衣送给穷人或需要的人。Griham Abbayi（这肉身之父）从来不为这件事责备或惩罚我。他还称赞我说：“你真是一位 Mahathyagi（伟大的牺牲者），我们自叹不如你。”他很高兴地称我为 Vedanti（吠陀经论者即哲学家）。

这肉身之母也是这样，她照顾我，无微不至，充份表现了慈母的关爱。人们常常跪在她脚下，向她倾诉种种不幸的遭遇和痛苦，求她

转达给我。但是，我经常委婉地推辞她说：“别为他人的问题操心。”纵然如此，她还是不死心地说：“斯瓦米，若我不去帮助这些不幸的人，我生而为人又有何用？我真的觉得若我把他们的苦难和感受转达给你，他们的痛苦就会获得纾解，因此，即使你反对或责怪，我还是要这么做。”就这样，这肉身的父母过着非常虔诚而圣洁的生活。整个族群因之受惠。

头脑的价值

培养优良素质。近朱者赤，近墨者黑，要远离不良友伴。在这生命的列车上，年青人是长途乘客，年长者可能在下一站就下车。你们年青人还有一大段路程要走才能抵达目的地。首先，你得对自己有信心。今天，人们陷入痛苦的泥泞，其原因就在于缺少自信。若你对神怀着无比的信心，一切难题就可迎刃而解。在人生旅途上，波折在所难免，但可别为之担忧，受之困扰。你应以坚强的勇气面对一切困难，如此，你才能拥有真正的快乐。纵身处逆境，面对困难，也决不怨天尤人。不论好坏，你都必须对自己的行为负责，接受行动的成果。但是，若有了神的恩宠，情况可就迥然不同，你会以平常心对待一切，好坏可就没有分别了。所以，要建立起对神的更大的信心啊！

对认识没几年的朋友，你尚且信任他，但是对一直伴着你过一生

的神你却沒有信心。你信任洗衣工，所以才把名貴的衣裳交給他；上理髮店，你隨時在理髮匠面前低頭，讓他理髮；坐在汽車上，你把生命完全交給司機。這都是信心。但是你卻不相信那無所不在，無所不能，無所不知的神。為何你不在神面前低頭？有一些存心不良者還批評那些向神叩拜的人。這些人決不會有向神低頭的福氣。

有一天，波迦王(Bhoja)偕大臣驅車至一村庄。途中，他遇見一出家人迎面而來；國王立即下車，向出家人跪下，在他足前叩頭頂禮。大臣對國王的行为不以為然，並說：“陛下，你貴為一國之尊，怎可將尊貴的頭顱置於一個普通出家人的腳前。”國王要等待一個適當的機會才給予回答。有一天，國王給大臣一個綿羊頭，一個山羊頭和一個人頭，吩咐他到市場上去賣。大臣賣出兩個羊頭，唯獨人頭無人問津。他回到宮里對國王說：“陛下，沒有人要買這人頭呀！”國王說：“你還記得那天你反對我在出家人足前叩頭嗎？並說我的頭是尊貴的。現在你应该明白人頭的价值了吧！”一個人在生時就应该向高靈的足前叩頭頂禮，因為死后，連鷹犬對人的頭也不屑一顧了。

幸运的一小群

自信是不能以金錢買到或從書本上學習到的。自信是依據人之資格，應得則得的。你應培育神聖的

思想以獲取這應得之物。其實，你們是最幸運的一群了，要不然為何世界那麼多的人，只有你們幾千人來到這裡？要抓緊這黃金般的寶貴機會，步上靈修之途。若你对神有信心，你會在逆境時獲得護佑。祂時時刻刻都伴着你，別讓邪念惡意有滋長的機會，別恣意批評他人。你知道得很清楚每天報紙都刊登黨派鬥爭的新聞。他們互相批評，彼此找茬兒，他們不斷地在造惡業。這就是我為何不閱讀報紙的原因了。我為何要翻閱這些丑聞？很多人浪費好多錢買報紙，這簡直是瘋了。要多讀好書才是呀！詆毀是莫大的罪過。

愛的化身！

就如副校長在他的講詞中所說的，在早年每當Sivarathri(濕婆之夜)，我都會從體內吐出Atmalingam(譯注：亦稱Shivalingam橢圓形聖石)。Lingobhava(Linga神石的显现)是在每年的Sivarathri節日發生。為了觀看聖石的显现(從峇峇口中吐出)，成千上萬的人集合在小禮堂里，結果，信徒們因爭先恐後而互相踐踏，導致有人受傷。從此以後，我就不再在公眾場合吐出林迦(Linga)了。

Lingobhava會在一個特別的時間內發生，通常是在晚上八時至九時之間。時間一到，不論我身在何處，它都會發生，也一定會發生。那些有幸看到神聖的Lingobhava者可以消除業障。你一定要看到它如何显现，但是有一些人即使坐得很近也

不能看到。能看到林迦的显现是极其重要的，看到者就获益匪浅了。除此之外，这吉祥的节日也带有其他诸多重要的环节。

若你在当夜通宵达旦地颂赞神的荣耀，你会获得莫大的好处。月亮是掌管‘心念’之神，有着十六个相位(Kalas)。在Sivarathri之夜，十五个相位与神合一，只留下一个相位。若不断地忆念神，诵念神名号，第十六个相位也会跟神合一。整年里只此一晚彻夜诵赞神的荣耀，你也办不到吗？以赞唱圣歌来圣洁这一个夜晚吧！你从峇赞中获得的至福，从诵念神名中获得的美妙体验及从观想神的形相中获得的快乐是无以伦比的，是不能从他处获得的。没有什么不可能的事，只要通过爱，凭藉爱就得了。那么，就培育爱而圣化你的生命吧！

薄伽梵以一首峇赞“Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahi……”来结束祂的讲道。

(取自1999年2月14日世尊在百善地赛古鲁弯礼堂所做的湿婆之夜讲道)。

(原文刊载于1999年3月版)

最有资格领受圣恩的信徒

谦逊和服从是信徒应有的德性。谦逊常和诚信结伴，跟神的亲密关系又是达致无上智慧(Atmajnana神识)的不可或缺的一环，然而，在建立跟神亲密关系的过程中，过份的谦逊或许会形成一种障碍。在另一方面，亲密的友好与太过的亲昵或许会令到一个人流于放肆，滥用不适宜的自由。有鉴于此，基士拿以阿周那为例，特别指出他既是‘信徒’，也是‘朋友’，或者是一个既能以谦逊提升友谊又能以亲密提炼诚信的人。阿周那是主的虔诚的信徒也是主的忠实的朋友，所以，在梵歌里，他是最有资格领受圣恩的人。

-- Baba

吠陀宁甘, 彰显神性

那位忘记过去, 不担心未来
只去执行自己当下的责任者
便是了悟之士——泰卢固诗

爱的化身!

‘过去’已经过去了, 未来却充满着变数, 只有当下才在我们的掌握中。生活在当下这一刻, 并与他人分享自己的喜悦, 是作人的最重要责任。说真的, 在众生之中, 人类是最幸福的。人与整个天际比较, 渺小得有如一粒原子, 可是他却有能力了解这广阔无垠, 无边无际的创造, 真叫人惊叹不已! 凡能了解无穷小和无限大之间的一体性者, 便能证得永生。诚如我昨天所说, 凡是在他的心田收获爱的耕耘者, 是一位真正的基督徒, 一位真正的锡克教徒, 一位真正的兴都教徒, 一位真正的回教徒。事实上, 他才是世间上堂堂正正的人。

爱源自于道心(Hiranyagarbha, 菩提心)

没有爱, 人便不能生存。这爱的原则就是道心(Hiranyagarbha)。这道心位于人体右边, 而心脏则在人体左边。在左边的心脏, 总有一天会在某种情况下被丢弃。位于人体

右边的道心永远都是正确的。它是不死、神圣、永恒和无所不包容的。它不只存在于人类身中, 也一样存在于飞禽、走兽和其他一切有情众生之中。《吠陀经》说: “众生皆具佛性”, 又说: “佛性遍布三千大千世界”。爱源自于道心, 它是道心的反映。反应、回响和反映这三个原则, 也源自于道心。由于人未能认识他的真实身份, 致使他浪费生命去追逐短暂幻变, 如过眼云烟般的享乐。昨天, 我曾经对你们说, 黄金和其他金属如银、铜、黄铜熔合后, 便失去了它的价值、光泽和性质。心也是如此的, 它会由于与世俗欲望的污秽为伍而失去它的价值、光辉和本性。这正是当今人类的处境。因为人已忘记了他的神性, 以致他的行为有如魔鬼和禽兽一般。圣爱源自于道心, 这无私的道心建立在‘施’和‘恕’上, 而自私的爱则表现于‘取’和‘忘’之中。无私的道心对于人十分重要。

现在举一个例子来说明这点。当罗波那(Ravana)在战场上被诛杀后, 哈奴曼亲自向悉多(Sita)报告好

消息。悉多喜出望外, 她称赞哈奴曼, 说道: “哈奴曼呀! 你是一位不惧的勇者, 你在危机四伏下进入楞伽城; 你是一跃而跨过海洋的壮士; 你圆满完成了罗摩的旨意, 你是猴族中的瑰宝。”但哈奴曼对悉多这一连串赞美无动于衷。悉多于是说道: “哈奴曼, 直到今天, 我尚未遇见像你这样贤明的人。在这个世界上, 没有人能和你的体力相比。”她册封哈奴曼‘智勇双全’。但这一切都不能令哈奴曼高兴。最后, 悉多祝福哈奴曼说道: “愿罗摩永远爱你、永远活在你的心中。”哈奴曼高兴得跳了起来, 他说道: “娘娘呀! 在这个世界上, 没有什么比神恩更加重要了。我对名衔没有兴趣。我所渴求的只是罗摩的爱。要是得不到罗摩的爱, 即使全世界归我统治, 我也一样不会高兴。只有当我成为祂的爱的受者时, 我方能享受到生命的满足感。”像哈奴曼这位智勇双全而又极度虔诚的信徒, 除了渴求罗摩的爱外, 便一无所求。所以, 一位真诚的信徒应该渴望神的爱, 而爱即一切。人性在于点燃内心的爱, 以爱来交谈, 以爱来行动。常言道: “要彻底了解人性, 非人不可。”(The proper study of mankind is man)正是此意。

克制感官就是最高的修行

有一位婆罗门高僧, 向佛陀挑战, 要求进行辩论。条件是: 要是他输了, 他便率领门下三千弟子, 归依佛陀, 而他愿意终身侍候佛陀

。但是, 如果佛陀输了, 佛陀便得追随这位婆罗门高僧, 做他的弟子。佛陀微笑地说, 真正的高僧是一位持着平常心者。真正的高僧对生命不怀得失之心, 也没有诸如痛苦和快乐, 喜悦和烦恼的分别心。具有愤怒和我执者, 不配称为婆罗门高僧。在有名的朝圣中心如哈利瓦(Haridwar)、利斯吉斯(Rishikesh)、巴地纳(Badrinath)、奇达纳(Kedarnath)和安玛纳(Amarnath), 你会看到Pandas(译者按: Pandas原意不明, 姑且译作庙祝)分发超度亡魂的往生咒。这些庙祝不能被称为婆罗门高僧。在这个世界上, 有很多人研读群经。佛道不可以从书本上求得或者从坐在一位导师身旁得到。研读万卷经典的人, 为数众多, 但是, 是否会有一个人去奉行其中的至少一项教诲呢? 如果你终生都在读书, 那么, 你怎会有时间去身体力行呢? ‘知而不行等于不知’。《博伽梵歌》说, “自性是全知的, 它是众生的寓居者和主宰。”

谁是一位Kavi(诗人)。Kavi是一位知道过去、现在和未来者, 而不仅是玩弄文字游戏者。这意指唯有神才是Kavi(诗人)。Purana的内在意思是什么? Pura就是身体, 在身体之内, 圣灵遍布其间。Purana是指遍布全身——从头顶到脚跟的圣灵原则。接下来是Anushasithara(指挥和支配的主宰)。你可以监禁一位囚犯, 但你不能阻止他的心神遨游四海。在这个世界上, 没有一位法官可以惩罚心念。只有神才具有支配人的心念的力量。所以, 神是唯一的主

宰。

婆罗门僧人听了佛陀的一番道理后，哑口无言了。佛陀劝告他，切勿因自己的博学而自高自大，也不要被世间的学识冲昏头脑。佛陀更劝告他去求取和奉行灵性的知识，以及归向神。佛陀说：“我从事灵修已经很久了，我阅读过种种经典，希望从中获取自性的知识。最后，我了解到控制感官对获取自性的知识至为重要。五种感官是神的恩赐，好好去使用它们。唯有这样，你才能明心见性。徒然阅读经书和从事灵性的修持，但却不去好好使用五大感官，究竟有什么用处？我已经控制了这五种感官，使它们处于‘至善’的境地，由于这个缘故，我体验到了至福。”

佛陀通过控制以及适当地使用他的感官而证得涅槃。什么是涅槃？只不过是消融于至福之中罢了。水泡来自水，靠水来维系，最终消融于水之中；同样的，人类诞生自至福，靠至福来维系，最后与至福融合。通过降服感官，便能体验到至福。这就是真正的修行。仅是诵念主的圣名是不够的。首要之事是控制感官。佛陀入灭时，他看到他的继母所生的弟弟阿难正在流泪。他叫阿难到身边来，说道：“阿难，（Ananda，至福之意）你应该人如其名，体验至福。你千万不能流下伤心的眼泪。你是至福的化身，我们大家都是梵天的化身。”佛陀一边说一边用手按着阿难，然后便证入涅槃。

凡是了解到这个道理的人都可以证得佛道，体验至福。获致解脱原这么简单容易之事，为什么你却为了它，挣扎得如此辛苦？这岂不表示了你未曾作出尝试，去了解这个道理的内在意义。你把世俗欲望的金属和你道心的黄金混合在一起。结果，道心被污染了，以致失去了它的真正身份也就是至福。古人说，至福在于观照和体验你的本来面目，也就是自性原则。适当地使用感官会启发真我的知识。巴旦加利（Patanjali）尊者说，“控制感官是真正的瑜伽”。没有比这更高的修行。倘若不能控制感官，则所有修行方门诸如念经、苦行等都不会有结果的。你也许认为人类是不可能征服感官的。征服并不是指‘灭绝’的意思。去执行你作为一家之主、一位学生或一位商人的责任。但是，无论你做的是什么事情，你都要抱着为了讨好神的心情去做。一旦你养成了这个习惯，你的所有感官便自然而然的受到控制了。

爱的化身！

你觉得要做到全然归依神是很不简单的，但依我看，没有比这更简单的事了。把花朵串成花环或从一朵花中采摘它的花瓣也许会有困难，但全然归依神要比这更简单容易。你认为它很困难，那是因为你尚未对神具有坚定不移的信念。神就是当下（God is）。没有任何地方是神所不存在的。没有不具灵性的众生。每一个众生都是神的显现。

全面信心使归依更加容易

要是你对这个道理有全面信心，你决不会遭遇困难。如果你的信心不足，你便会觉得要完成任何一件事情都有困难了。要对神有信心，要爱神。爱就是神。倘若你对神有十足信心，则你所做的每一件事情都一定会成功。只要获取了神恩，则不论如何艰难之事，都能顺利完成。

哈奴曼便是一个好例子。他仰赖着罗摩的恩宠，一跃而越过海洋，抵达楞伽城，找到了悉多。他回去见罗摩，描述了悉多所忍受的难以形容的痛苦：“罗摩呀！请聆听我所说的话。我见到悉多娘娘被一群妖魔围住她，好像一只被关在笼中受惊的鹦鹉”（泰卢固诗）。一听到这些话，罗摩和罗什曼那马上去拿他们的弓箭。罗摩说：“悉多吃苦，我受不了。走吧，我们现在就到楞伽城去。”罗摩作出这样的反应并不是由于他对配偶的牵挂。悉多象征大自然（Prakriti）。神不能忍受大自然受苦。为了减轻大自然的痛苦，罗摩便决定立刻到楞伽城去。

人生的目标

正法（Dharma）、财富（Artha）、心想事成（Kama）和解脱（Moksha）被认为是人生的四大目标（Purusharthas）。它相当于人生的四个阶段：学生生活、家庭生活、退休生活和僧侣生活。但是，这种说法和Purusharthas这个字的真正意思是有出入的。今天，

人们误以为 Purusha（蒲鲁沙）这个字是专指男性而言，而和女性无关。其实，Purusha 是真我或神灵或生命气息或个体灵魂之意。而真我是没有男性或女性之分别的。其实，Purusha（蒲鲁沙）意指真我法则（Atma Dharma）或成佛之道（the Dharma of the Awareness Principle）或生命原理（the Dharma of Life Principle）。这就是真正的Purushatha（蒲鲁沙达）。人们不去事先搞清楚蒲鲁沙达的意思，所以才会谈论男性有一套正法（Dharma），而女性的则是另一套。真我法则是万法归一，这才是真正的蒲鲁沙达。

第二个目标是财富。财富并非指金钱或黄金。赚取金钱或黄金并不是人生的目标。金钱到来后会失去。智慧才是真正的财富。（灵性上的体验和正见才是真正的财富）。大家都必须去争取这灵性的智慧。

第三个目标是心想事成。这里指的并非感官上的欲望。人应该有成就解脱的欲望；他应该有了悟自性原理和证得圣果的欲望。

这些便是人生的主要目标。《吠檀多》（Vedanta，终极吠陀）书中的每一个字，都有着许多不同的意思。每一个人有各自的见解。今天，人们把人生的四大目标解释成人生的四个阶段：学生生活时期、成家立业时期、退休生活时期和出家生活时期。但它们和心性之道（Adhyatma-mika Dharma）扯不上关系。只有心性之道才是正道；只有它才能导致解脱。什么是解脱？它不止是抵达神

那儿，而是与神浑然合一。每一条河流诸如恒河，歌文达利河、沙拉斯瓦底河各有各的名称和形象，但一旦它们汇流入海洋，它们便失去了他们的名称、形象和河水的味道，而成了海洋。同样的，一旦你与神融合，任何的差异或分别都不再存在了。人生的真正目标是去体验这种非二元性(non dualism)的至福。

爱的化身！

今天是湿婆庆典(Sivarathri)。根据传说，湿婆为了拯救世界，喝下一种名叫哈拉哈拉(Halahala)的剧毒。祂昏了过去，倒在地上。毒药发作时所产生的热量影响了整个世界。湿婆创造了喜玛拉雅山，用它来冷却世界。祂把整座喜玛拉雅山放置在自己的肚子上。喜玛拉雅山吸收了祂身上的热气，最后，祂站起来了。人们称纪念这件事的庆典为Sivarathri。但这只是世俗之见。

阴阳和合

说真的，喜玛拉雅山就在你之内。其实，整个世界就在你的心中。在你之内的灵性是不生不灭的。身体会变，但道的本体是常住不变的。爱是永远不会变的，它始终是爱。糖的本质是甜味，它的这项本质不会改变，不论你把它加到咖啡、茶、水或是白米制成的甜品里。我们称那永远不变的本体为Sath。这本体就在你之内。爱就是它的甜味。我们必须把这份爱朝向神，而

不是朝向感官的享乐。这本体的Sath好比糖，而Chith(觉性)则有如水。把糖加在水里，便成了糖浆。同样的，当本体(Sath)和觉性(Chith)合在一起时，它的效果就是至福(Anau-da)。Sath和真我(Atma)作伴，而Chith则与身体为伍。真我就是蒲鲁沙(Purusha)，蒲鲁沙属阳，而身体是大自然(Prakriti)，大自然属阴。阴阳和合，便是人生。所以，每一个人类都是雌雄同体的：阳中有阴或阴中有阳。湿婆原则的精义正是阴阳和合。这就是湿婆庆典Sivarathri的真正意思。人们忘记了这个原则，而认为身体是由血肉和排泄物所组合而成的臭皮囊。身体的确是由这些成份所组成的，但是，千万要记住，圣灵弥漫着整个身体。要在这个世间上树立起崇高的榜样，则非有一副人身不可了。

爱的化身！

身体是芭娃蒂(Parvati，湿婆的配偶)而真我是自在天(Eswara，湿婆名号)。从前，有一位求道者，他照着导师的吩咐，修持‘Mantra Sivoham’真言。有一天，有人问他所持的真言的意思。他回答道：Si-voham是“我是湿婆”的意思。但当人们追问，他和芭娃蒂有何关系时，他连忙掌自己的咀，以好像犯上一件很大罪行的口吻，惶恐地说道：“亵渎神明！亵渎神明！”如果他真的对所持的真言有信心，他肯定会说：“芭娃蒂是我的本体的一部份。”他没有这样说，那是因为他还眷恋着他的身体。对身体的

眷恋产生了分别心，这正是人类受苦的原因。

自在天(Eswara)和芭娃蒂存在于每一个人之中。这两方面的结合便构成了Manavatwan(人类)。Manava是指人而言。Ma是‘不’；Nava是‘新’。所以，人类不是新出炉的，他是古老和常住不朽的。但你们却不能明白这番道理。Manava是由Ma-Na-Va这三个字组合而成的。Ma是‘摩耶’(幻象)；Na是‘不受’；Va是Varthinchuta(端正一己的行为)。那位不受幻象所惑而又行为端正者，便是堂堂正正的人。可是，今天，人们却反其道而行。从今天开始，至少设法去了解其中的道理吧！你可以把你的身体和国家比喻为物体和它的反映。正如你悉心照顾你的身体，你也得为国家的福利费一番心思。

口吐宁甘的意义

要了解湿婆庆典的真正意思和它的内在意义。(世尊出示宁甘给信徒观看，继续说道…)它就在每一个人的道心(Hridaya)之中，而这道心在人体的右边。至道的原则遍布我的全身，它照着我的旨意从无形变现有形。任何人如能看到这颗宁甘出现的过程，便不必再轮回。

(掌声)人们应该看到它出现时的形状。为了圣洁你们的生命，我时常让你们观看这神圣的显现。唯有这样，你们才能了解人性中与生俱来的神性。既使你从高处用力抛掷

这颗宁甘，它也不会破裂。这是永生的象征。它不会变形。你不可能在这个世界的其他地方看到这样的显现。这是唯有神才能够做到的。这是常住不变的神灵的显现。(掌声)。

(唱过峇赞：“Siva, Siva, Siva, Siva Anarada…”后，世尊继续说下去)在过去的廿年里，信徒没有机会看到口吐宁甘。原因是到满月礼堂来观看‘口吐宁甘’这个奇观的信徒一向来太多了。由于满月礼堂容纳不下蜂拥的人潮，互相推挤的情况在所难免给信徒带来了诸多麻烦，因而取消了当众口吐宁甘。

不止这样，口吐出来的宁甘共有三类。它们是Bhur(地)、Bhuvah(空，介于天地之间)和Suvaha(天)。Bhur是指‘有物生成’(身体)，Bhuvah是指震动(生命气息)，而Suvaha则指辐射(真我)。我时常说，你不止是一个而是三个人：一个是你所认为的你自己(肉体)，一个是别人所认为的你(精神体)，一个是真正的你(真我)。在每一个湿婆庆典那天，这三类宁甘通常都会出现。即使现在，其他两颗宁甘也蠢蠢欲动，开始要呈现出来，但被我阻止了，因为我有许多事情要告诉你们。将来，你们会成为更多这类神迹的目击证人。要知道只有置身在神的近旁，而不是在其他地方，你才可以体验到这至福。不要因为我像你们那样，会说、会笑、会走路、会吃而受惑。不要被身体的感受所迷惑。我的所有一切行动都是

无私的、无私的、无私的。我没有任何自私的迹象。对这一点要有坚决信心。倘若你有强烈的信心，则无论你身在何处，你的一切心愿，都能成全，即使你不曾要求。只有那些不具全面信心的人才会受苦。培养起自信。它是你要去做的第一项修持。

你们真是最幸运的人。今天是Somavar(星期一)，对于Somasekhara(Eswara，自在天)来说，星期一最具意义。这就是湿婆被赞叹为Someswara(神仙)和Somasekhara(自在天)的原因。这具肉身也是在星期一出世的。每逢星期一，每一间湿婆庙都会举行特别的祈祷会。

星期二(Mangalavar)是礼拜哈奴曼的日子。当哈奴曼急忙去告诉悉多，关于罗波那战死沙场的消息时，悉多欢喜若狂，并且大赞哈奴曼一番。悉多说：“哈奴曼，我不知道今天是什么日子，既然你带来了期待已久的好消息(Mangalakar Vartha)

，且让我们称今天为Mangalavar(星期二)，而你也将在这一天被人们崇拜。

在三分时代(Treta Yuga)，诸如星期一、星期二这些日子是不存在的，因为采用阳历是最近的事。所以，在印度文化中，每一个名称都有着深邃的意义。但是，印度的子民却不尝试去了解它们，他们已走错了路。文化是重要的，而种姓却不。我们必须维护本身的文化。

爱的化身！

要明白爱就是真我，真我就是爱的道理。

——录自世尊讲道，地点在百善地宁乐园赛Kulwant礼堂，日期是1999年2月15日。

注：古圣说：人心死，道心生。人心指世俗的私情，道心指天地间的真情。

神的‘形相标记’

林迦(Linga)的显示是我本质的一部份。你务必认之为圣灵的一个显示，无限圣恩的一个讯号。正如唵(Om)是神的‘音声标记’一样，林迦是神的‘形相标记’或可见标记——那最有意义、最单纯及最稀罕的属性附加物。林迦指的就是这无常世界(Jagat)达致融合(Laya)或溶解(Leeyathe)于其中的那个。一切相最终融合于无相。湿婆是‘一切名和一切相’及‘一切实体和个我’的‘朽毁原则’。所以，林迦是显现而融合的最单纯的标记。

—— Baba

心中常怀 至尊莲花足

不论是饱读经书的人，或百战百胜的英雄，或在穷困中挣扎者，假如，他是一个不虔信神的人，他是毫无价值的。

一个虔信神的仆人，比一个不虔信神的国王更加令人尊敬。

——泰卢固诗

自开天辟地以来，人的生命是最难得、最珍贵的。生而为人如果你不知道天赋的神性，你的生命就变得毫无价值了。钻石经过多次切割后，才显得璀璨绚丽，其价值也跟着提高。同样的，你也得面对诸多障碍的考验、磨炼，你才能体验内在的神性。是故，信徒们面对苦难和考验，那是很自然的事，千万别让你的虔信因此而消减。

只有虔信才带来至善

只有虔信才解除生死轮回的桎梏

只有虔信才是明心见性的不二法门

只有虔信才是达致超脱的唯一道路

(梵文偈)

马尼迦瓦萨卡尔(Manikavachagar)的故事

你或许会面对他人的抱怨和苦难等等的问题，而唯有对神的虔信才能保护你，使你不受到干扰。从前，在泰米尔纳都有一个王朝叫般迪亚王朝，国王很喜欢骏马。有一

天，国王派遣一位大臣去购买马匹。这大臣到了一个叫百伦都赖的村子。在那，他遇见一位名叫巴拉瑜基斯瓦拉(Balayogeeswara)的圣者在说法，于是，他便加入听众的行列。全神贯注的听道竟使他忘了自己也忘了自己的任务。他对圣者产生了一种强烈的信念并且完全沉浸在对神的冥想之中。有一天，他经过一间湿婆庙，看到庙已残破不堪，于是他他把国王给买马的钱完全用在维修破庙上。当国王知道此事，召他回宫并责问他。大臣说道：“陛下，我把钱用在神的身上。每一样东西都是神的恩赐，我把神所赐的奉还给神也把自己奉献给神。”但国王责备他说，把钱用在其他目的，而不是原来的目的就不对，就是违抗命令。大臣申辩，钱是用在神圣的目的，不是世俗的目的。国王勃然大怒，把他打入牢狱。这大臣也满不在乎。在狱中，他反省回想圣人的教导并写成诗歌。他每天都在写歌颂神的诗歌，完全浸濡于福乐之中，不知时间的消逝。后来国王觉悟了，并释放和召见大臣。看到大臣满脸红光并有光环从脸上散发，国王甚感惊讶，他怎么会有光环呢！这光环是由于大臣不断地冥想神、赞美神而获得的。这大臣就是鼎鼎大名的马尼迦瓦萨卡尔。他的每一首诗歌都反映吠陀及其他经典的精华。这部作品就是《圣语》(Thiruvachakam)(译注：马尼迦瓦萨卡

尔为九世纪泰米尔最杰出的湿婆教派诗人，卒时年仅三十二岁)。

自古以来，泰米尔纳都出了不少这样的圣贤。在泰米尔纳都，香火之盛，对神虔信之诚是其他地方所看不到的。人们一早就到庙里去参拜、供奉以圣化他们的生命，这就是为什么泰米尔纳都的庙比其他的邦多得多的原因了。

提鲁瓦鲁瓦尔(Thiruvalluvar) 改造一年青人

有一位圣人名提鲁瓦鲁瓦尔。他原是一名纺织工人，每天只织一件莎丽(Sari)，拿到市场去卖以养活一家大小。善恶同聚，不能分开。在同一村子里住有一户有钱人家，有一个好吃懒做的儿子。人一有钱，自我就产生，不良品质也跟着来了；一旦没有了钱，不良品质也跟着消失。有一天，这位富家子弟来找提鲁瓦鲁瓦尔想买一件莎丽布料。提鲁瓦鲁瓦尔告诉他每件四个卢比。这富家子弟生性调皮、嚣张，他把莎丽剪成一半并问一半的价钱，提鲁瓦鲁瓦尔答说两个卢比；他又把其中的一半再剪成半并问四份之一布料的价钱。提鲁瓦鲁瓦尔说是一个卢比。这富家子弟觉得奇怪，他把莎丽剪了又剪，提鲁瓦鲁瓦尔竟然一点都不生气反而和气地告诉他价钱。顿时，他跪拜在提鲁瓦鲁瓦尔的足下，请求他原谅。他坦白承认自己态度嚣张、傲慢，决定痛改前非，于是买下所有莎丽，放在提鲁瓦鲁瓦尔足前便离开了。在

泰米尔纳都虽然出了很多这样的圣者，可作为社会的理想模范，但很可惜地，人们并没有接受和奉行他们的教导反而只愿意安置和崇拜他们的雕像。雕像不重要，重要的是教导。要宣扬他们的教导。唯有身体力行，以身作则才是最佳途径。

人性与神性

手、脚、眼、耳等器官组成人身的身躯，人是社会的身躯，社会是整个人类的身躯，整个人类是大自然的躯体而大自然是圣灵的躯体。大自然维系着人类；人类是以真理和正义两大支柱为根基的。没有个人就没有社会；没有社会就没有国家。可见个人在社会中的重要地位。对个人而言，躯体是重要的，所以，要善加利用躯体，用之于圣洁的目的上。

非善勿视，非善勿听，非善勿言，非善勿思，非善勿行。此乃通往神之路。

人身难得，生命可贵而圣洁，要好好利用这身体来从事正义的活动。马尼迦瓦萨卡尔在祈祷时说：“主啊！接受我的心吧！这心是祢所赐，心的功能也是祢所赐，除了心我还能奉献什么呢？我奉献祢所恩赐的一切。”

喀拉拉邦(Kerala)是泰米尔纳都邦的邻邦，是阿迪商羯罗(Adi Sankara)的诞生地。阿迪商羯罗宣称：

“人生无常，青春无常，财富

无常，妻子儿女都不是永远的，只有真理和好声誉才是永恒的。”

所以，我们要博取好的声望，说真话和奉行真理。真理是神。万物因生理而生，最终融合于真理。泰卢固诗说‘何处不弥漫着这不二原则？’正如水中的泡沫，从水而生，因水而存，最终融入水中，整个世界亦然，始于真理，存于真理，最终归于真理。

人因‘永生’(Amrita)而生却陷于‘虚妄’(Anrita)。这样的人生有何用？现今，人们有高度的智慧并获得各种的教育。他应该为社会确立一个理想。人应该明白教育是分享和服务而不是谋利赚钱。教育的宗旨在于Dharmacharana(奉行正义)而不是Dhanarjana(求取财富)。“Dharma-moolam Idam Jagath”(这世界是以正义为根基的)。

身体是不应该用在短暂的享乐上。《梵歌》(Bhagavad Gita)宣称，“既然诞生在这无常而苦恼的娑婆世界，那就敬拜神吧。”很多人以为这世界有的是快乐，殊不知它是短暂的。“啊，人呀！不要因财富、亲人或青春而感到骄傲，时间的浪涛随时都会把它们给卷走的。”

神的永久住址

脚在帮助我们行动，有这么的一句话‘Pada Darshana Papa Nashanam’(看到主的莲花足，罪恶即清除)。脚是那么的圣洁。双足支撑着整个身

体，这身体是神的庙宇。你必须把主的莲花足安置在你的心里。无疑地，对神的莲花足的外在膜拜也是重要的，因为持续不断地膜拜外在的莲花足，久而久之，这莲花足也就自然而然地铭刻在你的心里了。

有一回，那罗陀(Narada)去见那罗延天(Lord Narayana)问道：“那罗延天，每当我有问题时就想到要见祢，但我不知道祢住在哪儿。是在凯拉沙(Kailasa, 湿婆住所，在喜马拉雅山)或外昆达(Vaikunta 注：字义为无欲，指最高天)或史瓦伽(Swarga 译注：指天堂般的恒星或半人神的居所)？”那罗延天回答：“我的信徒在哪歌颂我的荣耀，我就在哪出现，而Kailasa, Vaikuntha和Swarga都是我的支部。”神不住遥远的一方，祂一直寓于我们心中。这‘心’指的是灵心，充满慈悲的心。

人有舒适和便利的生活。他有很高的智慧，但他还是不能到达目的地。人应该有坚定的意志，义无反顾地勇往直前，朝向神圣的目标迈进。就说一只小蚂蚁，如果它有这种意志，它可步行数里的路程，然而一只只能腾空飞翔的老鹰，如果它没有意愿要动，一时也动不了。

泰格罗遮(Thyagaraja 译注：Thyaga是牺牲，raja是王)说：“罗摩(Rama)啊！祢无所不在，从蚂蚁而梵天，祢无不存在其间。祢以湿婆(Siva)和克沙瓦(Kesava 即基士拿)显现。无处没有祢，无名不是祢。”但是，今天，世人已被虚幻蒙蔽而看不到

这个真相。要是梵天出现在他面前，他必会顶礼、膜拜；如果同样的梵天以蚂蚁的形相出现而咬他，他就会立即置蚂蚁于死地。凡思、言、行不一致的都是邪恶的人。如果说神也存在于蚂蚁身上，你为什么弄死它呢？难道你真的弱到不堪被蚂蚁一咬或被蚊子一叮吗？人确实是越来越弱了。古圣先贤们苦修多年，他们不在乎蛇蝎在他们身上爬行，但是，现代人对身体就执著了，岂容外物干扰。他们却不执著于真我(Atma)。

罗摩克里士拿与罗尼罗沙马尼 (Rama Krishna and Rani Rasamani)

现代人的心念不够平静和稳定。有些人唱答赞(唱圣歌)时，还心想着放在屋外的鞋子。有一回，罗摩克里士拿在庙里说法时，寺庙主人罗尼坐在第一排。正当众人聚精会神地在聆听时，罗摩克里士拿突然走到罗尼面前并刮了她一巴掌。大家顿时吓了一跳，以为罗摩克里士拿疯了。之后，罗摩克里士拿向大家说：“你们以为我不该给她一记耳光！你们来此干嘛？是来听道理的。不管你是否遵从这些道理，至少你应该聆听，如果不想听，就应该留在家中。罗尼身坐在此，心想她的法律诉讼。为什么要坐在这里而想其他事物呢？”罗尼承认自己不对并答应不再重蹈复辙。现今，听法者众，感动的也不少，但奉行的有几个人呀？“

罗摩(Rama)与罗波那(Ravana)都

是博学之士，但跋弥(Valmiki 即蚁垤)却指罗波那为愚昧者，因为他没有学以致用，而罗摩就不同，他依据真理，把所学的付诸实行。罗摩是人人应该学习的好榜样。罗波那只知累积学识而不知实践，导致‘消化’不良。凡不能学以致用者是蠢材；学以致用者才是真正受教育者。教育应培育谦逊。

社会充满纷扰与不安。同学们，你们应该走入社会并鼓励每一个人奉行真理和正义。要成为一个良好的公民。这是我的愿望。我对你们没有其他的要求，只希望你们学以致用并在社会中成为他人的典范。“Sarveloka Hithe Rathah”(乐于服务，造福人群)。要以造福人群为已责，不可憎恨任何人。“Sarve Samudhitha Gunaihi”(要培育良好的德行)。今天，人做坏事却不愿面对后果。要积德，唯行善。做好事，怀悦乐并与他人分享悦乐。以这样的圣洁情怀来深思冥想于主的莲花足下吧！

牧牛女们对基士拿的爱

乌达婆(Uddhava)这样地描述牧牛女们对基士拿的虔诚：“纵使家婆对她们不满，丈夫反对基士拿，她们不说一句话也不生气。”她们坚忍地承受一切。她们什么都不怕。基士拿之印在她们的心如画之印在纸上。她们心中只有基士拿。

有一回，牧牛女们来到基士拿的家，基士拿装着睡着了。牧牛女

们拉着基士拿的脚，试图弄醒他，但基士拿翻过身，继续打鼾。于是，她们唱道：“要把一个熟睡的人唤醒绝对不难但要把一个佯睡的人唤醒可就不可能了。基士拿，你根本没睡，如果你睡着，整个世界也跟着睡着了。我们清楚地知道，你的奥秘神性，无人知晓。你小于原子却大过宇宙。你寓于八十四万种物类之中，从小自原子而大至宇宙你无不弥漫其间。基士拿，我们怎能了解你呢？请你别开我们的玩笑，把快乐恩赐给我们吧！我们不再和你隔离了。”

基士拿的圣笛与罗陀

罗陀(Radha)临终前坐在雅母纳河边，因基士拿不在身边而感到痛苦。她诚恳地祈祷，希望得见基士拿最后一面。她唱道：“啊，基士拿，跟我说话吧并以至福充斥我的内心。灌输吠陀精华，让它在你的圣笛所奏出来的永恒的乐章中畅流无阻吧！”当她这么一唱，基士拿立即显灵而以圣笛吹出神圣的乐章来完遂她的愿望，最后她在圣乐中安然长逝。她的生命之光(Jeevana Jyothi)与基士拿融合。基士拿于是把笛子丢弃，从此不再吹了。在电影中，你们看到基士拿吹笛，其实在罗陀离开人世后，他已不再吹笛了。这是基士拿的承诺。神化身每一次降世都在维护真理。人或会忘记他的矢言，但神绝对不会。

罗陀是谁呢？人们以为她是一个普通女子而误解了一些事实。她

不执著身体，只心系于基士拿。这就是罗陀的本质(Dhara)，是这本质化身为罗陀。这本质(Dhara)是万物的根本(Adhar)。在罗陀(Radha)的这个字中，‘R’代表Radha，A代表Adha(根本)，D代表Dhaara(持续)，第二个A代表Aradhana(膜拜)。它意味Dhaara Aradhana是Radha的Adhar(持续不断的膜拜即为罗陀的根本)。她一直忆念着基士拿，甚至在熟睡时也呼唤着基士拿的名号。

如何达致无欲境界？

基士拿在开牧牛女们的玩笑后，总是躲避她们。有一次，牧牛女们等着捉拿基士拿，基士拿出于慈悲，故意留下线索让她们跟踪。他悄悄地进入屋内，拿了一壶牛奶，把脚浸在壶内。当牧牛女们来捉他时，他就逃跑，但因脚上沾了牛奶，牧牛女们就跟着足印追踪。基士拿用这方法暗示牧牛女们，只要追随主的足印就可赢得主的恩宠。那些归依主的人，不会犯罪也不会遭到不幸。归依主的足下，深思主的莲花足，你就不会有欲望了。昨天，迦迪亚博士致辞时，谈到膜拜圣鞋(Padukas)，人们会有美满的婚姻，没有孩子的也会早生贵子。这些无非世俗的果报。这难道是膜拜圣鞋的期盼？不。你不应该为世俗的利益来膜拜圣鞋。你应该为步上内向之道的进展而膜拜圣鞋。如果可以获得更好的结果，为什么求取世俗的利益呢？为什么追求小石头？要追求‘金山’，那就是主的莲花足。

有一回，闍耶(Jaya)与维闍耶(Vijaya)(最高天的看门人)问毗湿奴(Vishnu)，“导师，祢为何造了这座金山？”毗湿奴回答，“一个无欲的人是不在意这座金山的存在的，但对于一个贪得无厌者来说，纵使 he 得了一百座这样的金山，他还是不满足的。世上最富有的人是谁呢？是知足的人。世上最贫穷的人是谁呢？是有很多欲望的人。所以，我造了这座金山借以教导人们不要有欲望。”

神没有任何欲望。祂唯一所想的的就是祂的信徒。信徒们应该是善良的，应该促进社会繁荣，应该为社会谋福利。他们不应该有自私自利的念头。他们应该有宽阔的胸怀，扩展的心量。心量小者决不能完全降服于神的莲花足下。切勿让世俗的欲望有立足的余地。要培育神圣的思想。

虽然信徒众多，但这世界仍旧是苦难重重。这是因为虔信之不足或不恰当。信徒只注重膜拜仪式，其实诚服才是真正需要的。诚服比膜拜崇高，它使你跟神融为一体。

同学们，你们应该以社会和世界的福利为指标。教育的最终目的并不是让你们得到一份好的工作。要常问自己，‘我能为社会做些什么？’要问社会需要你做什么。你应该朝向这方面不断地努力，只有这样，你才能为国家的进步繁荣尽一份心力，作为贡献。

信徒们！爱的化身们！

很多人从不同的国家到此地来庆祝他们的节日。例如，华人在此地庆祝春节。安得拉邦(Andhra Pradesh)的信徒也到此欢庆圣鞋祭礼。但是最令我感到欣慰的是马杜赖(Madurai)的信徒，他们非常有秩序地、有系统地执行庆典的仪式。他们的严守纪律可作为他人学习的榜样。苏伯拉马念年事已高，但人人都遵从他的指示，都很自律，行动一致。马杜赖的圣鞋基金会，组织严密，纪律严明，在此如此，在其他地方也如此。

虔诚，义务，纪律

斯里沙迪亚赛组织的三大重要原则就是虔诚、义务、纪律。我们要诚恳地遵守这三大原则。履行你的义务，坚定你的虔诚并且恪守纪律。做到这三点，你还会不快乐吗？这优良的传统不能止于你，要继续发扬光大。不管处在什么境地，切勿放弃诵念神的名号。你应该畏惧犯罪，敬爱神明和重视道德。要追求理想的生活和体验神圣的真我原则从而圣化你的生命。

世尊以答赞‘Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahi …’结束开示。

——取自1998年10月12日在百善地庆祝第六届圣鞋节日的庆典上世尊所作的讲演。

(原文刊载于1999年2月版)

宇宙大地在你心中

就是百万富豪也要对普通的饮食知足，
他无法依赖黄金作为食物而生存。
当时运不济时，一支木棍也可能变成一条蛇，
而，当时来运转时，尘土也可能变成黄金。
时间的轮子可以把一位学者变成一位蠢材，
并把一位蠢材变成一位圣者。
一位富有者有时可能成为灾难的玩物。
不论你多勤劳，多努力，
命中注定无的，你就无法得到。
人呀！切莫过于野心勃勃，
还是适当的应用智慧过一个高尚的人生吧！

(泰卢固诗)

爱的化身！

在这浩瀚的世界里，人类就是万物之灵。一位能生而为人者是因为他过去许多世累积的功德所达致的成果。就好像在一个细小的留声机唱碟内，包含着很多首歌、诗与对话一样。相似的，人心中包含着天地万物于一个精微的形式中。你不能把唱碟贴近眼睛来阅读。在其内的对话与歌词，或者把它贴近耳朵来听其声音，只有用留声机播放，你才能听到里面的音乐与对话。

宇宙烙印在人心

人的心，可以比拟为一个留声

机的碟片，里面容纳着众多过去世的一切特性，你所曾见到，听过与经验的一切反应，反响与反映都包含在内。浩瀚汪洋，巍峨高山与一切你曾涉足的不同地方都一一深深刻印在你心中。简言之，天地万物都刻印在人的心中。所以，可以说人是 Viswavidatāswarupa (宇宙原则的化身)。但是，人类今日无法体认这真理而自视低贱，并受苦、乐、善、恶的左右。

这宇宙源自于何处呢？Sruthis (天启圣典指吠陀经等)曾给了我们适当的答复。宇宙的源头是在‘我’原则的起源处。那就是‘Hridaya’ (心)。天启圣典上宣称‘心’是‘我’原则的起源。这个‘我’是

无所不在的。每个人在介绍他自己时都用‘我’。无地无人没有这个‘我’原则。就是飞禽走兽也有‘我’原则，纵使它们没有表达的能力。不论‘我’在何处，何处就有‘心’。心不仅限于肉体之内而已，它是无所不在的。‘我’就是真性 (Atma) 的名字。所以，在人人身上，真性是以‘我’的形式存在其间。它是与菩提 (智慧) 联合的。

联合心与智

下自文盲上至学者，人人都把菩提定义为区别短暂与永恒的能力。这不是正确的意义。人们只从世俗的观点来下定义。事实上，菩提有五个层面。它们为 Sraddha, Rutham, Sathyam, Yogam 与 Mahatthatwan。

Sraddha 有两种能力：兴趣与稳定。Rutham 指的是思、言与行的合一。用文字来表达 Rutham 时就是 Sathyam (真理)。Yogam 指的是控制恍惚的心。(Yoga Chitta Vritti Nirodha)。凡圣洁的、神圣的皆属于第五个层面，Mahatthatwan。如果菩提具有所有这五个层面，而我们又把它定义为区别短暂与永恒的能力，这岂不是低估它了吗？

今天，许多人谈论 Manas (念) 与 Buddhi (智慧) 但却不明白它们真正的意义。他们以为‘念’只是思想的组合，其实，行为也包括在内。当念与智结合时，人性就达致一个自由的境界，那就是所谓的 Mok-

sha (解脱)。

以灵性修习来控制‘念’是错误的做法。‘念’的本质是诡秘的。它是不稳定并与 ego (自我) 相关的。谁能控制这种的‘念’呢？所以切莫尝试去控制这‘念’。要追随智慧，‘念’自然降服。‘念’的主人是智慧，智慧的主人是 Atma (真性)。真性则无主子。所以要主宰念而成为主导者。

接近与亲近神

寻找真理就是在寻找神，因为真理就是神。所以要崇敬真理，追随真理与实践真理。人们可以否认神的存在，但无人能够否认真理。你不能把真理分开而说，这是巴基斯坦的真理，美国的真理，印度的真理等等。真理是一致的，不论对哪一个国家，哪一个种族，哪一种信仰都没有不同。真理只有一个，所以神也只有一位。但是人们以不同的形式来膜拜神。这是 Bhranthi (幻想)。只要你心存有妄念，你就无法达到 Brahma (梵神)。这幻想就是你一切痛苦的起因。所以，首要的就是要舍弃妄念。

以为神与你是分开的，这是错误的想法。一旦你悟到你与神是一体的，你就永远不会与神分开了。比如，当你把杯里的水倒入海中时，杯里的水与海水就结合一起了。你再也无法分开它们。相同的，一旦你的爱与神合一，你与神就合而

为一了。如何合一呢？当火与煤炭分开时，火是火，炭是炭，只有当把两者放在一起，火才会进入煤炭内。如果再煽之，炭就转化为火了。同样的，要跟神融为一体，你就得亲近祂并全心地爱神。接近神可以比拟为炭接触火 (接近)，全心的爱祂可以比拟为煽风 (亲近)。这种的接近与亲近，最终神会让你与祂结合为一。这就是吠陀经上说的“Brahmavid Brahmaiva Bhavathi” (知梵者即梵)。

神性在你心内

人体内包含了所有三界：Devaloka (在天)、Naraloka (在喉) 与 Nagaloka (在心)。头归之于 Devaloka (天堂)，因为它拥有所有五种感觉来辨识 Shabda (声), Sparsha (触), Rupa (色), Rasa (味) 与 Gandha (香)。肉体是由五种元素组成的，所以它会腐坏，但是寓于其内者却是永恒不朽的。内在寓者是无生、无死与无束缚的。老实说，那位内在寓者就是神祂本身 (泰卢固诗)。这么神圣的肉体，神的庙宇，却被人滥用了。昨天我告诉你，世界是由五大元素组成的。人的肉体也是由五大元素组成的。神以五大元素的形相弥漫于天地间。吠陀经宣说：Antarbahishcha Tath Sarvavyapya Narayana Sthitha，它的意思是神在你之内，与你同在，在你上下左右。

每一个人都有五身 (或藏或鞘)：Annamaya Kosha (食所成身或粗身)

)，Pranamaya Kosha (气息所成身)，Manomaya Kosha (意所成身)，Vijnanamaya Kosha (识所成身) 与 Anandamaya Kosha (妙乐所成身)。为了获得智慧 (识)，你并不需要阅览神圣的经典或者听闻前辈的教导。神圣的知慧鞘即识所成身在你之内，一旦你体验了识所成身，你就会体验到妙乐所成身了。就好像水泡是由水形成，由水维持最终与水融合；所以，人也是因福悦而生，因福悦支持，最终与福悦融合。但是，由于不了解这一点，你在浪费时间、金钱与精力四处去寻找福悦。

认识自己

老实说，人浪费大部份时间在追求世俗物质。但是他可不曾花片刻时间来认识他的真我 (Self)。“我是谁？我生来何为？我在做什么？”人从来不质疑自己这些问题。相反的，他质问他人，“你是谁？你从哪里来？你在做什么？”他好奇的要认识其他的人，却不好奇的来认识自己。

生命的目的是什么呢？绝不是 Khana, Peena, Sona, Marna (食、喝、睡、死)。天赋予你这躯体是为了让你追随‘法’。你的‘法’就是要认识你自己的真我。要视每个人为神圣的，视整个世界为神的大厦并供奉一切行动给神。让你口出的每一句话成为 Mantra (真言)，让你所做的每一活动成为 Pradakshina (环绕神)。人拒绝去过这种圣洁的生活，

反而浪费时间与精力去屯积财富。由于过多的欲望，他的生活是空洞的、不圆满的。

零之能有价值，就是当‘一’（英雄）排在它之前。如果‘一’排在零之前，其数值就增加了。同样的，如果你忆念着神（英雄）一切的零，诸如你的身体，心念与感觉也有了价值。如果忘记神，英雄可就等于零了。世界是零，生命是零，天空是零，阳光是零，月光也是零。这一切的零因神（英雄）之在其前而有价值。

爱的化身们！

要为人服务，但不要老把服务挂在嘴边、心上。你只是在为自己服务而已。同样的，一切的灵性修行如诵念神名，苦行，静坐与赞颂神都是为了满足你自己的心灵，神并不需要它们。神只要求一件事——你要认识你的真我。只有从这里，你才会认识神。对自己和对神都要有信心——这是成为伟人的秘诀。钵罗赫拉德（Prahlada）对那罗延那有十足的信心，而喜兰耶卡西布对身体有信心。神会永远护佑像钵罗赫拉德这种有坚定信心的人。

今天，人们参访寺庙与朝圣中心去感受祥和、宁静，但是平和并不在朝圣中心内。平和是不能在外在世界感受到的，它在你内心深处。你是平和、真理与爱的化身。所以，要向内探索，沿着爱的大道迈进，只有这样，你才能体会到安详

和平静。借爱，你能成就一切。神是爱，要活在爱中。缺乏爱，你无法有任何成就。爱可以帮助你认识你的真我。要体验爱，你不要求助于人也不必费尽心力，你只要向内探索就得了。

减少你的欲望

基士拿说，“Mamaivamsa Jeevaloke Jeevabhutha Sanathana”（人类是我的神性的火花）。事人即事神。爱神的最佳途径就是去爱一切与服务一切众生。如果你过着这种服务生活，你的一切活动都会取悦神。

爱的化身们！

如果你生病了，你需要食物，衣服，房屋与一些钱来买药。那是为什么我在开始时就讲，“人呀！切莫太过野心勃勃，适当地应用智慧来过着高尚的生活吧。”知足常乐。心无满足，痛苦丛生。要体验平和，你要好好的控制你的欲望。有欲望就有苦恼。在这人生旅途上，欲望就像是行李。“行李少，舒适多，旅途就愉快。”所以，减少你的欲望吧！这是所谓的Vairagya（舍弃）。对物之欲减少时，对神之愿就增加。吠陀经这么说：Na Karma Na Prajaya Dhanena Thyagenaika Amruthathwamanusu（人之获得永生，不是因为行动或子孙或财富而是因为他的牺牲）。把一切行动奉献给神，视众生为神的子女，视财富为神的恩赐而善加利用。没有牺牲，你只能有Anruthathwa（虚假），只有牺牲

才带来 Amruthathwa（永生）。

由圣洁的爱来体验喜悦

什么是达致永生的途径呢？唯一的途径是消除罪恶。没有根除恶劣的品质如欲望，嗔怒，贪婪与忌妒，你如何期盼达致永生？当玻璃杯已经盛满了水，你就不能再倾入任何东西。同理，当你的头脑已经装满了邪恶的品质，良善的品质就进不来了。你把自己的心壶充满了各种各样的忧虑，你如何快乐起来呢？毗耶沙（Vyasa）把所有十八部往事书（Puranas）用一句话来概括：总要帮助，决不伤害。只有如此你才能快乐。如果不能帮助，至少，在任何情况下也不要伤害任何人。你应该全心全意地去服务，不为名也不谋利。

今日，人类过着毫无理想的世俗生活。他不去尝试认识他自己的真如本性，却浪费时间在无价值的追求上。“他知道去美国的途径，却不知道去Kasi的路，他认识很多植物，却不知道Tulsi树的用途。”（泰卢固诗）。过着这种生活有何用处呢？培育Daya（慈悲）在你的心中吧！今天人们只讲究外表时髦，内心却缺乏慈悲。人类的意义是什么呢？人类应该拥有善良的心。无善良心者不配做人，而是个魔鬼。适当的来研究人类的应该是人自己吧。思、言与行要和谐一致。任何发自内心者应以言语表达出来，而后，言出必行。

有一次有一位信徒做如此的祷告：“世尊呀！人们寄上无数的信件给你，表达他们的愿望。你如何有时间一一过目呢？你什么时候回信呢？如果是我们，就是读上两封信我们就觉得头痛了，但是你阅读这么多的信件并一一复信。虽然你如此忙碌，你却仍旧是那么快乐与兴致勃勃。这就是神的征象。”我所做的一切并非为了我自己的快乐，而是为了你们的快乐。很多人见面招呼我‘生日快乐’。我永远都是快乐的。你不需要如此的问候我，把快乐散播给那些不欢乐的人吧！你是不能从灵修中体验欢乐的。你只能由圣洁的爱中才能体验到欢乐。如果你爱神，你的这一生绝不会是失败的。正如前一位致辞者说的，有些人失败是因为缺乏信心。有强烈信心的人是不会失败的。人们之所以受苦就是因为缺乏信心。

为了要体验福悦，你需要培育爱心。爱就像是玫瑰而欲望像是它的刺。要避免碰触刺而把玫瑰摘下来供奉神。你应该供奉自己给神，那就是完全的降服。你内心的爱要与神的爱融合。福悦就在那里。

在早年就要忆念神

在罗摩耶那，婆利（Vali）与苏利瓦（Sugriva）都受到苦难的煎熬，因为他们缺乏一体性的认识。同样的，罗婆那，昆巴迦尔纳与维比沙那也一样，因为不能团结一致而陷入痛苦的深渊。虽然般度族兄弟之间有

异见，他们却能团结一致，所以，他们的名声远播四方。团结一致你们就能成就一切。在印度有九亿五千万人，如果他们之间能和谐、团结，他们就可以把这个国家转变为天堂了。但是这里没有和谐，没有纯净，只有敌意与仇恨。心好像是一张单人椅，不是一张音乐椅或者双人沙发。所以，如果让爱占据那张椅子，恶劣品质就无地立足了。现代的虔诚已沦为形式上的做作，人们言行不一致，这是不正确的，它简直是自欺欺人。

每个人都要面对自己注定的遭遇。所以，你应该作好准备，面对困难。没有苦，何来乐。黑夜来临时，不要气馁，要想到月光接着就会出现；没有黑夜就衬托不出满月的皎洁了。痛苦中蕴有欢乐。你无法从欢乐中得到欢乐，只有从痛苦中尝到欢乐。

虽然你们是爱的化身，你仍必须精进修习与服务人群直到你明心见性为止。有些人说，“斯瓦米，为何我们必须非常年青时就要对

神虔诚呢？我们可以在退休后才虔敬神呀！”当死神的使者来索取你的生命时，当你的亲友准备把你的身体放在屋外时，当你的妻子儿女在为你的离去而哭泣时，你是否还能忆念神？所以，归依神是越早越好啊！那就是我之所以说，“趁早出发，慢慢驾驶，安然抵达”的原因了。

爱的化身们！

要抗拒邪念恶行，就要远离损友并与善知识交游。要培育善的思想，善的情怀，并从事善行以期达到明心见性的终极目标。

世尊以答赞，“Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahi …”来结束祂的开示。

——摘自世尊于一九九八年九月廿八日于百善地尼乐园的赛古湾礼堂的讲演。

(原文刊载于1999年3月版)

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

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。