



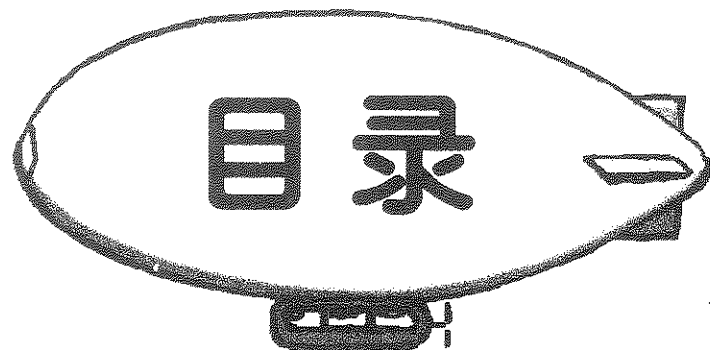
Sanathana Sarathi

永恒的

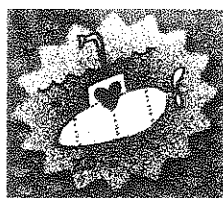
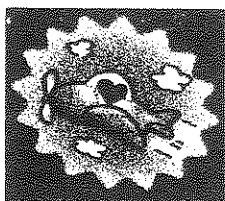
战车御者

Vol.9
第九期

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



主题	译者	Pg
(1)控制你的感官	李保章 (Bro.P.C.Lee)	1
(2)限制欲望	陈慧健 (Sis.H.C.Tan)	8
(3)爱象征神	陈慧健 (Sis.H.C.Tan)	14
(4)爱的力量	周德惠 (Bro.T.H.Chiew)	20
(5)短暂性与超越性	纪木英 (Sis.Kee)	26
(6)光辉灿烂的印度文化	李保章 (Bro.P.C.Lee)	33
(7)认清‘我’的原则	李保章 (Bro.P.C.Lee)	41
(8)心是真正教育的根源	纪木英 (Sis.Kee)	46
(9)生活在神意识中	周德惠 (Bro.T.H.Chiew)	52



控制你的感官

爱的化身！

信心是灵修之始

失去了财富，你没失去什么。失去了健康，你失去了一点儿什么。倘若失去的是品德，你便失去了一切。这就是印度文化的信息。但是，对于当今这个新时代的人们而言，则是：失去了财富，便失去了一切；失去了健康，只是失去了一些什么；而失去了品德，反而没失去什么。自古以来，印度子民始终奉持灵性原则，因而证得至福，并与全世界分享之。印度北方有喜马拉雅山岭(Himalayan Mountains)为其屏障。‘Hima’乃清净和圣洁之意。山岭象征稳定。清净、圣洁和稳定是印度子民的表征。恒河、雅慕那(Yamuna)河和地底下的娑拉斯瓦底(Saraswathi)河，自古以来，便在这块土地川流着。这三条河流象征工作、膜拜和智慧这三重法门，为人们提供了达致灵性的道路。《罗摩衍那》、《摩诃婆罗多》和《博伽瓦谭》这些经典，为全人类树立了崇高的理想。‘Bharat’这个字的内在意义是什么？‘Bha’指光明、辉煌和灵性之意。因此，Bharatiyas(印度子民)乃指散播光明和智慧的荣耀者。印度经典如《博伽梵歌》、《奥义书》和《梵经》(Brahma Sutras)始终光华四射地照耀着，为人类指示出通往灵性的道路。

佛陀诞生在印度这块神圣的土地上。他向全世界宣布：非暴力乃最崇高的法。他尝试过好几年苦行，见过很多高灵，聆听过许多讲道，也研读过种种经典。但这一切都不能使他信服。一个有志于至福者，他要如何才能证得此至福呢？有了信心，爱便会到来；有了爱，宁静便会到来；有了宁静，真理便会到来；有了真理，神性便彰显出来；彰显神性，便是至福。灵修的道路以信心作开始，以至福为终结。至福不可能从世间的人物或事物之享乐中获得。唯有恰当地使用五种感官（按：眼、耳、鼻、舌、身），人才有可能体验到至福。

今天，人们以读圣贤书来求取至福，但所有经书都有其本身的局限。人不可能从书本上取得无穷至福。人必须去读一本无穷的天书，他才有希望获得无穷的至福。这个世界的本身就是一本无穷的天书。在这个世界上，有许许多多东西等待我们去体验。谁是你的朋友？不是你班上的同学或校舍的室友。唯有神才是你真正和永久的朋友。（掌声）。而只有在你获得这位朋友的协助后，你才有能力去研究这本无穷的天书——世界。一个人若

要研读这本无穷的天书，他便必须实践佛陀的五项重要的教言。它们是：正见(right vision)、正感受(right feeling)、正听闻(right listening)、正语(right speech)和正业(right action)。一个堂堂正正的人就是跋涉在真理的途者。真理、正义和牺牲应该是我们的生活方式。佛陀说：归依佛、归依法、归依僧。它的意思是菩提(Buddhi, 慧)应该循着正法的途径，而法则应该在社会上传扬开来。唯有这样，国家才能繁荣。这也是SAI这个字的内在意义。‘S’表示‘心灵的改变’(Spiritual Change)，A表示‘社群的改变’(association change)，而I则是‘个人的改变’(Individual Change)。只有产生了这三种改变后，人的心念才会清净、圣洁。

人的性命原理

每一个人都具有潜在的灵性。但是，今天，人已忘记了他本身的灵性，致使他迷失在短暂的世俗享乐之中。真理、正义、宁静、爱和非暴力乃人的五大性命原理。它们有如他的五类生命气息(Pancha Pranas)，即Prana、Apana、Vyana、Udana和Samana(注)。倘若他失去了真理，他无异于失去了他的一份生命气息。结果，他便会遭受到来自四面八方的痛苦和暴力。谁应该为这种情况负责呢？这是人自己一手造成的。佛陀说，非暴力是最伟大的法。只有奉行非暴力之后，人才有可能培养出爱来。培育了爱之后，世界才会和平。世界享有和平，人才会

很自然地踏上正义的道路。当人追随正义的途径后，他便证得真理了。因此，每一个人的最基本责任便是去培养这些性命原理。

有一回，佛陀沿途到各个乡村去弘法。一天，他觉得倦了，便叫其中的一个弟子为群众说法，自己则到屋内休息。那名弟子在说法时说道：“在这个世界上，好像我们的佛陀这样伟大的精神导师，是前无古人，后无来者的。”群众欢呼雷动。佛陀听到群众的欢呼，便走了出来。一名弟子告诉佛陀群众欢呼的原因。佛陀微笑地叫那名说法的弟子前来，问道：“你今年几岁了？”对方说，他已经三十五岁了。佛陀再问：“你到过几个国土？”对方回答道，只到过两个。佛陀接着说道：“你今年三十五岁，只到过两个国土。你连当前的情况都未能全盘了解，那你又怎能高谈过去、阔论未来？去论断佛陀是前无古人、后无来者的精神导师是毫无意义的。过去，许多神首(Avatars)和先知曾经在印度这块圣洁的土地上诞生，而将来也会有更多神首和高灵在这里诞生。在今天的这个世界上，还有许多圣洁的高灵，我向他们致敬。”佛陀以这样的方式责备他的弟子。一个知识浅薄的人装成很有学问的样子是很愚蠢的。

印度这个国家的神圣和伟大，实非世人所能测量的。作为一个印度人，实在是一件很光荣之事。(掌声)。主曾经数度亲自下凡这块土地，向人类指示那条通往至圣的

道路，光凭这点，就无人能描叙印度人的福气有多大了。许多圣贤、先知和遁世者先后在这块土地上诞生。印度的神圣和美誉是举世无双的。这就是佛陀选择印度作为他的祖国的原因。

首先控制你的眼和舌

佛陀的生平是十分庄严和神圣的。他舍弃一切，到处去寻找真理。他说，我以法作归依。个人必须修习、宣扬和体验法。但是，今天，正法已经沉沦了。人们认为金钱就是一切。情形有如地球环绕太阳公转，而人则环绕着金钱团团转。“有些人为了金钱，贪赃枉法。他们也许能欺骗别人，但有谁能欺骗神呢？他们肯定会收割他们自己恶行的果报。”(泰卢固诗)。这正是佛陀的教导。重要的是品德，不是金钱。通过对感官的控制，才能够成就至福，而不是苦行、持咒和冥想。苦行、读经、到圣河沐浴等都不能让你成就解脱。只有事奉圣洁的高灵，人才能够横渡生死苦海。没有比控制自己的感官这条康庄大道，更容易使人达致宁静与至福了。

然而，今天，人已经放弃了这条简易的康庄大道，他反而去渴求感官的享乐；追逐感官的享乐只会带来不幸和悲哀。即使飞禽走兽也懂得享受感官的快乐。来自感官的快乐根本不是真正的快乐。因此，人的最紧要之事便是设法去控制他

的感官。而那是只有在他恰当地使用他的眼睛后，才有可能做到的。一旦眼睛被控制住，要驾驭其他感官便容易了。但是，今天，人控制不住他的眼睛。他去看他所不应该看的东西。凡是人所观看的一切事物，必然会在他的心中留下印象。因此，去开发圣洁的视野。在人的眼睛内，有四百万条敏锐的视觉神经线；由于人滥用他的眼睛，它们的敏锐性便消失了。当你去看不正当的事物时，你便耗损了甚多视觉功能。舌头有三百多万条味觉神经线，它们会因两舌和绮语而被破坏。所以，首要之事是务必使眼睛和舌头受到管制。否则，人可能会失去他的人性，最终身败名裂。有了正见和正语，人应当同时养成正听闻(right listening)。如果有人在你的面前谈论不正当的课题，你便马上离开。正见带来双重利益，它除了增强你的意志力外，也使你的眼睛炯炯有神。佛陀悟到了这个道理后，便立下决心去控制他的感官。冥想和苦行只能导致短暂的快乐；永恒的快乐来自对感官的控制。佛陀本是太子，整个江山在他的掌握之中，但他舍弃了这一切而设法去控制他的感官。他之所以能够体验至福和证入涅槃，是由于他已经臣服了他的感官。

了解爱的原理

通过神的恩宠，人可以获得无穷的力量。然而今天，人却不曾作出任何努力去了解爱的原则。人的

爱和神的爱相比，就像一颗原子那般渺小，而神的爱却是无穷尽的、永恒的，而且有如甘露一般甜美。人不了解爱的原理，但他却以为自己已经知道一切，这正是人的愚昧和无知。他应当以爱的眼神来看，以爱的耳根来听，并去培养爱的感受。

一个身、口、意不一致的人，不会从灵性的修持中受益。身、口、意三者的统一构成人性。唯有人才真正了解人性。人(MAN)这个字的意思何指？M表示摩耶(Maya)，A代表见性(Atma)，而N则是证得涅槃(Nirana)之意。人必须抛弃物质的享乐以便能获得解脱。什么是解脱(Moksha)？舍弃执著(Moha)便是解脱。放弃身体意识便是解脱。然而，今天，人却沉迷在身体的执著上。当他回过头来去执著自性后，他才能够成就解脱。“人性已经式微，因为人缺乏畏惧罪恶和敬爱神明之心。这就是世界动荡不安的根源”（泰卢固诗）人应该建立起敬爱神明和畏惧罪恶之心，而后道德才会社会上盛行。

爱的化身！

不论你参加过多少神诞庆典，以及从事了多少种类的灵修，倘若你的内心毫无圣洁的感情，则这一切都是白费心机。不要去看不洁之物。让你的视线充满神圣的感情。唯有在你培养起高尚的品质后，你才会明白和体验到种种神圣原则，诸如：众生皆具佛性、佛性遍满宇

宙和佛在我心头等等。为了要培养起圣洁的感情和高尚的品质，你必须控制你的感官。倘若你不能控制你的感官，你便断送了你的一生。

个人、社会、创造和创造主

江河沿着堤岸奔流；否则它便泛滥成灾，为两岸的村庄带来诉不尽的痛苦。同样的，人生有如流水，它也应该以两句箴言作堤岸——具有坚信不渝的人，才可以成就智慧；以及怀疑者必定败灭。如此，人生的河流才会汇流入恩宠的海洋。如果你的生命的江河不在堤岸之间流动，那你不但浪费了自己的生命，你也同时制造了他人的痛苦。怀疑神者不会得到神恩。在人生中不具诚意者，不会有所成就。一个具有诚意者会充份利用给予他的即使是一个小小的机会。例如，他可以使一点星火化为燎原的大火。相反的，一个缺乏诚心的人，即使你供给他大量炙热的火种，那些火种也燃烧不起熊熊烈火的。他那懒散的态度会使燃烧着的火种变成黑炭。你应该全心全意去看待灵性方面的事务。

你付出心血去争取世间上的教育。你花了很多时间专心在学业上。你究竟从中得到了什么利益呢？你所学到的知识只不过使你得到温饱而已。但是，你所受的教育一样可以用来造福人群。我们应当放下私心，而以‘天下之乐为乐’。我们的祷文和宏愿应该是：愿天下苍

生皆快乐。这才是真正的修行。Vya-shti 是个人的意思，而 Samashti 是社会，那么，你应当从个人的小我走入社会的大我；再从社会回到创造(Srushti)，最终与神合一。你应当成就个人、社会、创造和神的浑然合一。唯有心灵的转变才可以带来社会的福祉。在 Sai 这个名字中，S 代表服务或工作，A 代表膜拜，而 I 则是智慧。所以，Sai 这个名字象征工作、膜拜和智慧这三者的一体性。

今天，人已经不能了解人的诞生之圣洁性和目的了。既已得了人身，你就应该设法去体验至福。你虽有成就至福的欲望，但你却没有作出必要的努力。如果你把容器倒反过来放，你便连一滴水也收集不到，虽然当时天正下着倾盆大雨。假使容器的口朝上，它便会收集到一些雨水。因此，如果你想要成就佛性，你便必须奉行正法，这就是归依法的意思。但它也必须能够导致众生的福利（归依僧）。这就是佛陀的教导的内在意义。

有一回，佛陀率领众弟子来到一个乡村。一位女子亲自请求佛陀到她家中用餐。佛陀祝福她，并答应了她的邀请。许多村民，包括村长目睹此景，便劝告佛陀，说道，“佛陀呀！您是一位智者，而您已经舍弃了一切。这名女子的品德不好，您和她共同进餐是不恰当的。”佛陀紧握着村长的右手，然后叫他拍掌。村长说，佛陀握住了他的一只手，他怎么有可能拍掌呢！佛陀说道，“双手相迎，才能击掌。

倘若村中没有坏男人，这位女子是不会变坏的。村子的男人是她的不良品德的根源。”村民听后，明白了自己的过错，不约而同地跪在佛陀脚下，请求佛陀宽恕。佛陀通过他的教导将清静和智慧灌输给民众。佛陀的教导十分神圣，并且具有玄奥的内在意义。

和真理为友

佛陀出世八天后，母亲摩诃摩耶夫人便逝世了。他的继母乔达弥(Gautami)夫人把他抚养成人，这就是他以乔达摩为名的原因。佛陀出世时，取名悉达多。他成就了无上菩提(Buddhi)和辨别种智(discrimination power)，故被称为佛陀。辨别共有两类：属个体辨别者(individual discrimination)为一类；属本体辨别者(fundamental discrimination)为另一类。个体的辨别能力来自私心；本体的辨别智所关注的是众生的福祉。人应当抛弃个人的辨别能力而只存着本体的辨别智。这就是佛陀寂灭前对乔达弥夫人的儿子阿难的开示。当佛陀将要入灭时，阿难流着悲伤的眼泪。佛陀安慰他道：“阿难，你为什么要为了我的成就涅槃而难过？在过去几年里，我所渴望的就是涅槃的境界现在我体验到了至福，为什么你反而流下伤心的眼泪？”阿难领悟到这项真理后，便奉行佛陀的教导。最后，他自己也证得涅槃。真正的宏愿是告诉他人如何在他们的日常生活中领悟正法。人应当成为身体力行的佼佼者，而不仅是

说法者。这就是佛陀的理念。所有神首与高灵都过着可供人作为典范的崇高生活，并协助人们去体验灵性。佛陀说，“人呀！你不必四处去寻找神。你本身就是神。”《博伽梵歌》、《奥义书》和《吠陀》对这个原理也有类似的说法。《吠陀》说：你是那个(Thou art That)。今天的人们，早上静坐有如瑜伽师，白天大吃大喝有如享乐者，晚上睡觉有如病夫。这并不是人所应该过的生活。人应该时时刻刻都是瑜伽师；人应该时时刻刻都怀着圣洁的情操。人所做的一切事，都应该为了讨好神而做。圣灵超越时空。一切皆梵。

为了能够了解这项真理，人应当培养起圣洁的品德(Sadgunas)。但Sadgunas并非只是圣洁的品德而已。Sath是存在之意，而这存在是常住的。因此，Sadgunas是具有圣洁的感情之意。同样的，Sathsang(萨商)这个字是指与圣灵为伍，而不仅是指与善者交游。神灵在我们的内心。那神灵就是Sath。人必须去和神灵(Sath)建立起友情，这才是真正的萨商和真正的友谊。千万不要依靠世俗朋友。世俗朋友朝来暮去，不会持久。只有和神建立起来的友情才是真实和永恒的。神是你的真朋友，世界是一本书而慈悲心(Hridaya)是你的导师。要是你能明白这项道理，并以它来生活，你必定会体验到生命的充实。严格地说，世间上的所有导师并不是导师，倘若他们不能指示出人生的目标，那么，他们怎可能被称为导师呢？一旦你领

悟到心(Mind)的玄奥时，它便成了你的导师。

爱的化身！

你可以用任何名号呼喊我——耶苏、佛陀、阿拉、罗摩或基士拿等等。神是一，祂据有众多名号。要是你明白了这个道理，你便能领悟到众生的佛性。向个人顶礼无异于顶礼佛。当你培养了如此广阔的胸襟后，你的生命才会圣洁。去开拓宽阔的胸襟。切勿对圣灵有丝毫怀疑。所有这些怀疑全都来自你的想像。切勿被它们屈服。只去追随圣洁的情操。

追随主人，
面对邪恶，
坚持到底，
完成人生的游戏。
这应该是你人生的目标。

爱的化身！

今天，来自香港、日本、泰国和其他国家的信众，齐集于此，他们带着极大的虔诚和献身精神而来。说真的，他们的心高度圣洁。虽然他们在这里享受不到种种舒适和方便，他们却视这一切为修行，而以平常心去看待它们，因而体验到至福。他们的虔诚是真正的虔诚。在灵性的道路上，个人应当具备勇猛精进的决心去面对可能遭遇到的一切束缚。那勇猛精进的决心才是真正的苦行。缺少了决心，它便成为颓丧。“你立下决心要成就某些

东西，直到你得偿所愿，切勿罢休！你对某些东西有着欲望，直到你圆满了你的那些欲望，切勿放弃。你曾经要求过一些东西，你不可气馁，直到你如愿以偿为止。你必须为了祈祷神而忘记你自己，务使祂成全你的所求。半途而废并非一位真正信徒的本色”——泰卢固诗。

培养舍弃的精神，以便为面对一切困境作好准备。快乐不可能通过快乐获得。古圣先贤曾经历过几许折磨和艰辛。他们必须隐居山林，以薯类作物和野菜充饥。经过了这一番磨练后，他们才能看到神所现示的实相。他们向世人宣布：人呀！我们看到了神，祂超越黑暗的无明，祂发射出千万颗太阳的光芒。他们也说，“祂遍布法界，我们是在自己的内心而不是在外在的现象世界里看到祂。如果你去观照你的内心，你也一样会看到祂。”

为了获致灵性，人必须修心养性。是哪一类修持呢？不是苦行也不是冥想。他必须控制他的感官。少说话，多做事。唯有这样，个人、社会以及国家才会享有整体性的繁荣。切勿浪费时间，时间是神。浪费时间就是浪费生命。《奥义书》说：人身是十分宝贵和难得的。因此，去思念神以净化你的生命。奉献你的一切活动给神，如此，你方能获得内心的宁静。

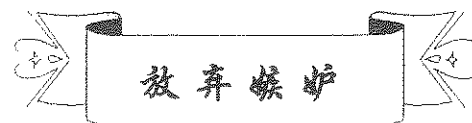
——录自世尊的讲道

地点：平达弯 Ramesh 礼堂

日期：1999年5月30日

注：根据生命气息所司掌的职责而分成五类：1) 主宰呼吸者；2) 主宰排泄者；3) 主宰循环者；4) 主宰消化者；和5) 发动更高中枢(higher centres)气机者。

(原文刊载于1999年7月版)



放弃嫉妒

要确认爱在每一个人之间的这个真相，这是最重要的。当你恨人，你在恨爱；当你恨爱，你在恨你自己。当你把痛苦强加于他人时，记得：他人其实就是你自己的另一个形相，另一个名字。嫉妒会给被嫉妒者带来痛苦。如果他人时来运转，你何必眼红？如果他人大饱口福，你为何激动？要放弃这嫉妒的恶德；要随喜。这比你念咒、诵经、坐禅或供奉鲜花更能取悦神。

—— Baba

限制欲望

在印度这块圣洁的土地上，容忍可说是真正的美德了。在所有圣洁的美德中，依据真理才是真正的大德与修行。在印度，最温馨的感觉就是对母亲的感觉。人格被视为比生命更为可贵。今天，人们已经忘记了印度文化的基本原则而一味追随西方的生活方式。印度人民之不了解自己传统文化的伟大就如大家之不了解自己具有强大的力量一样。（泰卢固诗）。

爱的化身们！

今天人们修习众多法门以求取智慧。严格地说，人们所学到的知识并不是真正的知识。灵性知识才是真正的知识。那就是梵识(Brahma Jnana)。灵(Atma)，梵(Brahman)和识(Jnana)是同义的。基于此，吠陀经说：Sathyam Jnanam Anantham Brahma (梵即真理、智慧和永恒)。

工作，膜拜，智慧

自古以来，印度文化就着重工作、膜拜和智慧这三个层面。

工作、膜拜和智慧都以服务作为开始。无论什么服务，只要是发自爱心和圣洁的情怀，这服务就是膜拜。

什么是智慧？凡与我们的感官，俗世的短暂物质及吾人的刻意作

为有所关联者即是无知。一旦心念平息，智慧就产生。介于两个连续意念中的无念境界就是梵识。人无法体验这个梵的无念境界并且被乍停即逝的、变化无常的物质所冲击。智慧生于无念之时。赛的哲理谈的就是工作、膜拜和智慧的协调一致。

点燃内在的爱之光

印度文化坚信‘分殊’中的‘单一’的这个理念，这是真正的智慧。很多知识份子只看到‘单一’中的‘分殊’或‘多样’，而能在‘分殊’中看到‘单一’者却寥寥无几。自古以来，印度子民就一直遵循和实践这些原则并与世界分享之。印度一直为世界的进步和福祉祈祷、祝愿。这就是吠陀经所说的 Loka Samastha Sukhino Bhavantu (愿天下苍生幸福快乐！) 我们的祷告并不仅限于印度，我们为全人类祈福。

这具有宽大胸怀之美德的印度文化已不复为当今印度子民所可理解与认同了。

爱的化身们！

你们必须了解印度文化的圣洁啊！你可以博览群书，你可以参访高灵，你可以聆听圣训，但实际的成果只有一个，那就是身体力行。知行合一者必竟少数。你只要把你所知道的一两项原则付诸实行就够了。

人无不致力于求获快乐、幸福。福乐在哪呢？在物质里，在世界上，在个别的事物里，在书本里？都不是。福乐在你的自性中。你忘了自己的真如自性，福乐的源头。你拼命地向外追逐空泛的快乐。你不了解蕴寓于内心的实体，其实，一切福乐都在那儿呀。爱源于内在的心而非外在的世界。人人都应该培育爱，爱不嫌多，但今天，到处都是憎恨和忿怒。触目所及无非贪欲、敌意与忧惧。在这种情形下，你如何能在平静中生活呢？如何能得到福乐呢？点燃内在的爱之光吧！而后，忧惧和虚幻就可消除而明心见性就可达致，否则，你势必一直苦下去了。

行李少，旅途愉快

你务必限制自己的欲望。土地和产业尚且有条规加以限制而你却不能制定限制自己欲望的条规吗？

限制欲望就是控制欲望；控制欲望，福乐自然降临。

人生如旅，行李是欲望，行李少，旅途就愉快。从今天起就控制你的欲望吧！使它一天一天地减少。你误以为欲望满足后，快乐就到来，其实，适得其反，快乐是在欲望消除后才降临的。当你减少欲望时，你就步上‘舍’的道路了。

你能从欲望中获得什么呢？有所得必有所失。你拥有一块土地，你就想种些什么也想要丰收，于是‘自私’和‘执著’的本能就会陷你于痛苦的深渊。唯舍弃自私与执著，你才能获得福乐。

独立而不团结，有何意义

总理、部长、大法官及其他官员显要聚集于首都德里。大家都说为了争取独立，不知经历多少苦难，牺牲多少生命，才能如愿以偿，但是，我们却一直不能团结起来。国家独立而不团结，那又有什么用？独立后，谋杀、绑架、劫持与日俱增。这难道是我们所要的独立？不。独立的目的是要把和平带给人民和发展国家固有的文化。我们应该自力更生，独立自主，不要仰赖他人。

印度是一块圣洁的土地，出了不少圣贤。罗摩(Sri Rama)统治过这个地方。圣诗《薄伽梵歌》完成于此。第一位诗人跋弥(Valmiki 蚁垤)

诞生于此。编纂、分类吠陀经的毗耶沙(Vyasa)也诞生在这里。这里有佛陀的足迹；这里是功德与牺牲的圣土，是求道者的乐园，是圣者的诞生地。然而，现代的人却一点牺牲的精神都没有。唯牺牲才能带来永生，财富、子孙、善行都没有用。所以，要培养牺牲的精神，而唯有在内心培育起爱之后才能做到这一点。

培育爱心，作出牺牲

这个国家，有钱的人不少，有学问者也不少，有胆识者更不少，可谓人才济济，但又有什么用呢？人与人之间存有憎恨，同行之间存有敌意，这是极其恶劣的。万物一体，要一视同仁，要相亲相爱。然而，今天，人们没有宽大的心胸。我们应该把爱扩张才是呀！可是今天，人们却把爱收缩了。

泰卢固诗云：“受心念牵动者必自毁，他可连禽兽都不如。发菩提心者是为智者。”所以，要精进啊！心念不断，烦恼不止。

导致烦恼的是心念，装满欲望的是心念而创造天堂或地狱的也是心念。Mano Moolam Idam Jagat(一切唯心造)。受心念的诡谲的困惑，你迷失了方向，脱离了永恒的康庄大道。

爱的化身们！

要爱每一个人但不要信赖任何人。你只要信赖神。原因何在？为什么你不应该信赖人？人是变化无常的。梵歌说世界是瞬息万变的、短暂无常的。

人身不是永久的。它充满污秽和疾病。它不能横渡这生死的汪洋。人呀！切莫以为这生命是永恒的。（泰卢固诗）。人们认同这个躯体而忽视内在的灵性。你应该对神有坚强的信心而不是这个短暂的躯体。身体有如水泡，心念则似顽猴。不要追随身体也不要追随心念，要追随良知，这就是“真我”(Atma)的原则。追随良知才能体验圣灵。

你可以以任何名或相来膜拜神。神不看你的阶级或地位，祂只期望爱。你不需要靠任何苦行或执行任何严峻的灵性修习来培育爱。你可以很容易地培育起爱来。爱在你心里。你要与他人分享这爱。去伤害曾经伤害过你的人，没有什么了不起，了不起的是去爱曾经伤害过你的人。

认识你的本来面目

爱的化身们！

人生充满着爱。人生的目的是什么？就是爱，只是爱而已。爱是神，要活在爱之中。培育起爱后，神才会显灵。你不必到处去找寻神。圣经也这么说。可是今天，人们到处去找神。如果神是无所不在的

话，你何必去找祂呢？其实，你就是神。如果你不知道自己的本来面目，一切修行都是枉然的。与其质问他人‘你是谁，你是谁’，倒不如质问自己‘我是谁，我是谁’。这是我的书。这是我的杯子。那么。我倒底是谁呢？这‘我的’的幻觉是虚幻(Maya)。首先，要知道你是谁。

这一切无非是物质。这一切无非是负面的。你是这物质世界的主人。要控制心念而成为一个主导者。你应该致力于认识自己的本来面目。要做到这一点，你就得舍弃对身体的执著。这是我的手帕。当我说这是我的手帕时，我和手帕是分开的。同样的，当我说‘这是我的身体’时，我和身体是分开的。我说我的心念，其意思是我和心念是不同的两码事。那么，我又是谁呢？持续不断地探索下去，有朝一日，你必能明心见性。在实验室里做实验，人们表现得精明如灵，但在生活体验上，他可就空乏如零了。你应该成为实践上的英雄。在阅读和授课上大展雄风是毫无用处的。英雄只有一个，他就是神。神是唯一的真实，其他一切都是虚幻。与神作伴，一切皆真。零之前加个一就是十，随着零的加多，数值也跟着加多。如果把一去掉，一切就没了。所以，如果你忘了神，一切就不灵，一切就等于零。纵然你是一个地位崇高的饱学之士，如果你忘了神，你就不能自称是一个智者了。

认识神的简易途径

在印度，科学已经发展到相当的程度了。人类也涉足了太空旅游。然而，这又有何用呢？人类想探知太空中有什么，月球上有什么，他甚至想远到太阳。首先，你必须认知在你自己之内的神性。打开心扉，培育更多的爱，探讨真理并体验神。福乐就在你的内心。认识神是件容易的事，但人却不了解这一点。

你务必尽力去探讨内在的神性，这神性被自我与忿怒覆盖着。所以，有这样的一句话，Moham Hithva Punar Vidya(执著一去除，真知即呈现)。这执著从何而来呢？过多的欲望导致执著。

爱的化身们！

一切都是神的化身。Sahasra Seersha Purusha Sahasraksha Sahasrapad(神有千首，千眼和千足)。向内心深处探索，你就会体验到神了。

凭藉念经、坐禅和瑜伽等修习，你或可达致心境的平和，但这平和是短暂的，不是永恒的。要获得永恒的平和，你应该培育起爱。爱可以改变一切。这圣洁的爱就在你之内，但你却把它导向错误的方向，致使它脱离正轨。你要对所造成的损失和痛苦负责，对种种邪恶的行径与外在的干扰负责。

前一位致辞者提及疾病和治疗

法。疾病是怎么产生的呢？医生人数日益增加，今天，每个家庭都有一个医生而每个家庭至少有两个病人。大多数的疾病是心理上的。如果你一直觉得自己有病，病就来了。不要以为自己有病。要经常保持愉快和健康的感觉。要培育圣洁的爱并体验你天赋的神性。这就是印度的文化。Bharata的Bha意指光辉，光辉就是神；Rata就是去爱。凡爱神者就是一个真正的‘Bharatiya’（译注：泛指求道者）。

天赋人以智慧就是让人去认识神而不是去囤积财富。你为什么求学？为了消除无明。真正的教育在于消除无明，认识神性。

爱的化身们！

重复的教导并没有帮助你了解神性。前世累积的业障致使你不能了解神性。今天，人类价值每况愈下。人类已存在了几十万年，但时至今日，他还是不了解人类价值。有这样的一句话，“要对人类作正确的研究就要从人本身着手。”什么是对人类的正确研究呢？那就是要研究人的思、言、行是否协调一致了。人之所以面对种种问题是因为他缺少了这种一致性（或一体性）。

让我们从今日起就在思、言、行上取得完全的和谐吧！你应该心口一致，言行一致。你不必到处去寻找神，你就是神。神在你之内，与你同在，在你上下左右。要去了

解这个真相并向内探索，唯有这样，你才能得到福乐。

多少年来，我经常造访门拜(Mumbai)这个地方。在这期间，你得到了什么？你做了什么灵性的修习？你认识了什么实相？今天，人们渴求书本上的知识，肤浅的知识及一般的知识，但却缺乏实用的知识。有了实用的知识才能明心见性。但今天，人们在台上是英雄，在台下却成了狗熊。你应该在实践上成为英雄，至少要实践一两项圣洁的原则。你至少要说真话或培育爱，那就够了。有什么修行比这更好的呢？Sathyannasti Paro Dharma（最高的法莫过于追随真理）。何谓法？真正的法就是培育爱。是爱把一切结合在一起。这爱会助你体验‘分殊’中的‘单一’。

神圣真我的化身们！

不论你修习什么法门，这法门应该帮助你消除无明才对。何谓无明？相信外在的一切就是无明。你务必明辨是非，你应该怀持正见(Samyak Drishti)，这样，你就一切亨通了。

我随时都可以告诉你通往神的简易法门。只要你快乐，我就快乐。把你所听到的付诸实行吧！

峇赞(Bhajan, 赞唱圣歌)是圣洁的，它圣化我们的心灵。重要的是，峇赞必须发自内心，是真情的流露而不仅是节奏与旋律而已。你应

该以爱来赞颂神的名号，精诚所至，金石为开，神会因你的真诚的爱而显灵的。

许多高灵藉爱而跟神融为一体。你可知道米拉(Mira)就是靠颂唱基士拿的名号而开悟的。钵罗赫拉德(Prahlada)在被毒蛇噬咬，被大象践踏，被人下毒之时，仍然颂唱神的名号，而最终获得超脱。在他眼中，一切都是神圣的。Yad Bhavam Tad

Bhavati(有什么感觉就有什么体验)。所以，你应该以爱来思念神呀！

世尊以峇赞“Prema Mudhitha Manase Kaho...”来结束祂的开示。

——摘自1999年3月14日世尊在门拜所做的开示。

(原文刊载于1999年7月版)

三大脚步

主的第一个脚步覆盖这个世界，第二个脚步覆盖其他世界。主的脚步何其大呀！偌大的脚步，第三个脚步又如何能在巴利大帝的头上立足呢？这三大脚步的内在含义是这样的：由于巴利大帝供奉他的身、心、灵给主，主于是就进入巴利大帝的身、心、灵之内。一旦舍弃自我(ego)与肉身意识，证悟途上的障碍便解除了。就是这肉身意识阻挠了你在灵道上的进展并使你忘掉了神。伐摩那(Vamana)开启了巴利大帝的眼睛使他看到了神。

—— Baba

大好机会

要在内心里和我保持亲近而你将得到报偿，然后，你也将获得部份的圣爱。这是一个大好机会。要自信你能超脱；要知道你会得救。很多人犹豫不决，不相信情况会改善，不相信大家会充满喜悦，过着幸福的生活，不相信黄金时代会到来。让我向你保证，这法身(Dharmas-warupa 正义的化身)，这神化身，绝不会白白来到这世间。人类的危机是会成功地被清除的。

—— Baba

爱象征神

无属性，无为，永恒，超越心念，纯净，无瑕。和无相，这梵的境界是得道者可以达致的。（梵文诗）。

有一个原则，它是无属性，无相，永恒并超越思言行的，这原则就是爱的原则。奥义书(Upanisad)称这爱为真我(Atma 纯灵)。人类如何了解这无属性、无相的爱呢？这爱不是智的运作，不是心理的现象也不是梦境的反映，它是一切有情众生的生命原则。高灵们以不同的方式来传扬这爱的原则。很多长者，年青人，学者也讲授爱的原则并歌颂其荣耀。然而，爱又岂是诗歌、文章或语言所可描述！“Yatho Vacho Ni Varthanthe Aprapya Manasa Saha”（难以言喻，超乎意外）。所以，爱是超越人之理解能力与表达能力之外的。

领会爱，领会神

如果有人问，爱的形相是什么，你可以回答说爱是神。神是谁？神在哪儿？祂的形相是怎样的？如何去找祂？自古以来人类一直在探询这个问题。但没有人可以描述神。吠陀说“Vedahametham Purusham Mahantham Adityavarnam Thamasa Parasthath”（‘绝对存有’以千万颗太阳之光照耀着并超乎无明之黑暗）。神是在人类的理解力与表达能力之上的。

人如何能够了解这‘爱的化身’的神呢？在这世上，爱表之于母亲、父亲、兄弟、妻子、朋友及亲属等不同的形相上。在这俗世的爱之中，你看到自私自利的展现。但是，神圣的爱是绝对无私的。神爱一切，你也应该像祂一样，爱一切，因为在《梵歌》中，主说，“Mamaivamso Jeevaloke Sanathana”（寓于众生之内的永恒性灵是我的存有的一部份）。所以，要像祂爱你一样地爱众生，把快乐带给众生。但今天，人类彼此间的这样的爱已不复存在了。圣洁的爱不期盼回报。如要培育这样的神圣的爱，人就应该信心十足地认为自己是神的一点火光而且也应该确认，同样的神也寓于众生之内。一旦了解这真相并对之坚信不移，你就能爱每一个人了。今天，人无法找到这种爱，这意味着人对神已丧失了信心。

正如罗盘永远指向北方，爱，不论在任何情境下，都要指向神。爱不受时间、空间及个别情况的影响。爱是神的真正的标帜。领会爱即领会神。

宇宙的根基

没有人能决定神的形相。进入电影院，你看到一个大银幕。仅只看着银幕，你得不到满足。你要看的是反映在银幕上的影像。没有银

幕，你能看到影像吗？不能。当影片投射在银幕上时，银幕虽在那但你却看不到银幕。它与影片合而为一。银幕一直在那，在电影放映之前或之后都在那。吠陀宣称：“Anthar Bahischa That Sarvavyapya Narayana Sthitha”（那遍在的神出现于内也出现于外）。圣灵(Atma 真我)之于万物犹银幕之于影像。‘圣灵’的‘银幕’乃天地万物的根基。当影像（万物）投射于银幕（圣灵）上时，它们便结合在一起了。所以，有这样的一句话，“Sarvam Vishnumayam Jagat”（圣灵弥漫整个宇宙）。圣灵（神）出现于影像（万物）之内，前后左右。所以，有谁能知道这样的一个圣灵（神）的形相呢？

圣灵（神）以爱的形式存在于众生之中。在‘爱’的‘银幕’上，你看到‘天地万物’的‘影像’。你能把什么形相归之于寓于你内心的爱呢？这是做不到的。不了解自己真实本质的人，怎能了解神呢？所以，首先你应该尽力去了解自己的‘自性’。

真我(Atma 纯灵)没有固定的名与相。“Ek Prabhu ke Anek Nam”（唯一的主具有诸多名号）。真我(Atma 纯灵)是基本的原则，它是纯净的、不变的、无瑕的；它是宇宙的根基而天地万物赖以生存。吠陀宣称：“Pashyannapi Nacha Pashyathi Moodho”（愚者视而不见真相）。同样的真我原则反映于一切生命之中。神是宇宙的根基。既如此，我们还在质问神在何处，岂不荒谬？神在山林

也在大厦，祂在你心中也在你言谈之中，祂无处不在。那么，你可别尝试去查询祂了，反之，要对祂有信心，跟随祂，崇拜祂并体验源源不绝的福乐。

用信心之眼来看神

要体验神，就看这个例子吧！母亲的本质就是爱。母亲有一个形相而爱则没有形相。你可以从母亲身上体验到爱，因为她是爱的化身。同样的，由于真我原则的显现，你可以从世界的形相中看到它的反映。整个世界仅只是反映、反应和反响，别无他物了。‘真我’(Atma)是唯一的‘真实’，但人只看到反映而看不到‘真实’。没有动作，何来反应；没有声响，何来回音。处处有‘真实’，你却视而不见。如何能看到‘真实’呢？有坚定的信心、无私的爱，并且持续的想着神，你就可能看到了，神必会显现在你面前的。今天，人诵念神号并渴望神的显灵，但因缺乏信心而未能体验神。信心至为重要。现代人丧失了‘信心’的双眼而成了失明者。自信是地基，你可以把‘自我满足’的墙壁铺设其上，然后在‘自我满足’的墙壁上盖上‘自我牺牲’的屋顶。在‘自我牺牲’的屋顶下，你可以过‘自我证悟’的生活。墙壁没有地基而不能立，屋顶没有墙壁而不能盖，所以，地基（自信）是至为重要的。

我们的副校长描述斯瓦米的爱有如千万个母亲的爱。但是，如果

你连一个母亲的爱尚且都不能了解，你如何能了解千万个母亲的爱呢？所以，首先你得尝试去了解和体验你这肉身的母亲的爱，然后再继续把这爱扩大千万倍。女神的神性原则就在于这爱之中。这爱是你的生命原则，要体验这爱并要了解在这九夜(Navaratri)庆典中膜拜圣母的意义。

创造者与祂的创造物

在这尘世，人类心中的爱是以文化与学识来表达的。心的涵养是生命的主要标准。这涵养是什么呢？就是源自内心的神圣感觉。神圣意识的力量存在于你的内心。人之名与相或异但心的涵养原则只有一个并且是一样的。神寓于这神圣的心之内。祂的形相是怎样的呢？吠陀描述祂是无相、无属性、无始和永恒的。没有人能够把一个名字归属于神。如果有人早在神之前就存在，他必会给神取个名字，但是，没有人在神之前就存在。创造物本身是不存在的。

几千万年前，只有黑暗，那时，没有太阳，没有月亮也没有生命。之后，大雨下了几万年，形成了海洋。接着，太阳和月亮被创造，于是就有了光。河川也因海洋而形成。整个天地形成之后的几千万年，人类才出现。所以，你怎能期盼人类了解神呢？

首先，人必须除掉寓于他之内的翳质(Thamas)。水虽无色，如果将

它装入红色的瓶子内，它就呈现红色。同样的，纯净、无瑕的真我原则，若在具有激质的人身上，它就显现‘红色’，在具有翳质的人身上，就呈现‘黑色’，而在具有纯质的人身上，它就呈现‘亮丽’的颜色。

在《薄伽梵歌》里，基士拿说祂创造了四种‘Varnas’。但人们错误地归之于四个种姓，即：婆罗门(Brahmin)、统治者(Kshatriya)、普通百姓(Vaisya)和贱民(Sudra)。这里，‘Varna’指的是颜色，不是种姓。苏联人肤色红，英国人肤色白，日本人肤色黄，非洲人肤色黑，其他颜色是这四种颜色混合而成。

学生们在进食前，先祷告并把食物供奉给神。他们怎么祷告呢？

Brahmarpanam Brahma Havir
Brahmagnou Brahmana Hutham
Brahmaiva Thena Ganthavyam
Brahmakarma Samadhina。

他们认为他们是把食物供奉给梵，但是，梵在哪儿呢？祂在人人之内。祂会对祷告立即反应。是怎样的反应呢？

Aham Vaishvanaro Bhoothva
Praninam Dehamasritha
Pranapana Samayuktha
Pachamyannam Chathurvidham。

这是什么意思呢？它意谓梵以‘消化之火’(Vaishvanara)的形相寓于你之内以消化你所吃下的食物。你的血液循环是由谁来负责呢？是谁让你心跳廿四小时呢？一切都是

神的创造。没有人可以理解这一点。在神的创造中，祂恩赐人类一个特殊的地位。祂赐予人类菩提(Buddhi)。吠陀称之为般若(Prajnanam)并宣称梵即恒常、圆满的觉知(Prajnam Brahma 梵即般若)。

有一次，维克拉玛地提亚(Vikramaditya)召集一个学术会议。他问学者们菩提(Buddhi或智慧)与才智(Medha Shakthi)，哪一个较为优越。学者们都认为菩提胜过才智。他们说才智是俗世的，短暂的而菩提(智慧)则由五个层面组成，即：虔信(Sraddha)，真诚(Sathyam)，正道(Rutham)，自克(Yogam)与尽性(Mahattatwan)。一切俗世的成就有赖于才智而非智慧(Buddhi)。智慧或菩提(Buddhi)是超凡的，在感觉之上的。它与出世法(Nivritti 内在之道)有关而才智则与世间法(Pravritti 外在之道)相关。

爱的原则是最重要的。爱是真我(Atma 纯灵)，爱是智慧，爱是真理，爱是正义，爱是平和，爱是非暴力。有爱存在，虚假、暴力、动乱就没有立足的余地了。人的心是一张单人椅，不是双人沙发或音乐椅。所以，一旦你心中充满了爱，邪念就进不来了。一切都包含在爱之中。爱是生命原则。但人忘了这爱的原则而以俗世的爱来摧毁自己的一生。母子间的爱是Vatsalya(亲情)，夫妻间的爱是Moha(恋情)，亲友间的爱是Anuraga(感情)。你不能称这些为真爱。严格地说，只有圣爱才是真爱。爱只用之于神而已，

没有其他。这爱字虽简单却弥漫寰宇。

这里有一个小例子。《罗摩衍那》(Ramayana)为跋弥(Valmiki 蚁垤)所著，内含上亿输洛迦(Slokas 一种富节奏感的诗律)。神、魔、人无不知晓凡阅读《罗摩衍那》而付诸实行者就可超凡入圣。于是，他们立即要求梵天让他们有机会一读《罗摩衍那》。梵天把《罗摩衍那》分成三部份，每部份有33,33,33,333输洛迦并平份给他们。一个输洛迦保留32个字。然后，梵天又把每个输洛迦分成三部份，每份十个字，最后剩下两个字，即神的名号——罗摩，基士拿，河利，湿婆，赛，峇峇。之后，梵天说，“这两个字不能再分了，所以，就让大家共享吧！”爱与这两个字有着同样的意义。所以，爱是基本的生命原则。它是永恒的，其他一切都是短暂的。

善行得善果

只有爱才能给世界带来和平，才能使非暴力得以实践。佛陀说非暴力是至高无上的法。他苦修多年，请教于长者，聆听他们的教导，但始终得不到什么进展，最后，他转向自己的内心探寻并达致正觉。他说正见(Samyak Drishti)，导致正觉(Samyak Bhavam)，正觉导致正言(Sam-yak Vak)，正言导致正业(Samyak Karma)。灵修并不是指坐禅或诵经。圣洁的行为才是真正的灵修。基士拿说了：“Karmanyevadhikarasthe Map-haleshu kadachana”，在行动上，你有

权力，但在行动的成果上，你就没有权了。人类社会取决于活动，所以，要从事良善的活动。这原则跟五大元素一样重要。

圣灵弥漫一切，从蚂蚁到梵，无不充满着圣灵，但人却不认识这一点以致于滥用他的身体。身体是神的恩赐。滥用身体是一大罪行。罪行与功德紧随着你的行为而不在身外。善有善报，恶有恶果。所以，要善加利用神所恩赐的身、心和智。

什么是灵修？服务是真正的灵修。要服务社会，要视每一个人为兄弟姐妹。只有透过无私的服务，你才得救赎。要抱持‘服务人即服务神’的理念。不幸的，人们今天为求回报而服务，一切以利为出发点。过多财富令人自私自大，自私自大带来诸多恶劣的德性。过多欲望陷人于痛苦，欲望增多，痛苦也跟着增多。“Asanthruptho Dwijo Nash-ta”，不知足者两面受苦。不满所得，苦；得不到，更苦。所以，要知足呀！要与他人分享你的所得，分享你的福乐。待人以诚，神会亲自把福乐赐予你。

就如我们的副院长所说的，当哈奴曼(Hanuman)到楞伽去找悉多(Si-ta)时，须羯哩婆(Sugriva)，詹巴凡达(Jambavantha)等人都怀疑他能否渡越大海。哈奴曼微笑地说，既然罗摩要他去找悉多，祂当然会赐给他力量以渡越大海。(掌声)。他口诵罗摩名号，跃过大海，抵达楞伽

。在罗摩的指令下，他从不怀疑自己不能完成使命。一旦神要你完成某件任务，祂一定会恩赐你所需的能力。所以，不要犹疑，照神的旨意去做，你必成功。

教育的本质

随着科学的进步，人的怀疑心态也增加了。越是聪明你的怀疑越多，所以不要渴求更多的聪明才智。善加利用神赐予的智力，你就快乐无比了。

福乐寓于你与神的融合之中。神是永恒、完美、纯净和不二性之福乐的化身。如果你忘了神，那是你最大的不幸。不要放弃赛，好好把握赛给予你的机会。一旦失去了服务神的莲花足的机会，你就找不回了。赛赐你诚信、力量与解脱。切莫轻信他人而毁了自己。不要信赖任何人，要信赖自己的良知。遵从良知才是明心见性之道。要培育自信，崇拜神，显彰神性并给他人树立起好榜样。这就是教育的本质。

但知埋头苦读而不慎思明辨，势必迷失方向，找不到自己。劣根性重，纵博览群书亦难放弃其劣根性。那为什么要浪费生命来追求不能改造心灵的学问呢？还是致力于求取带来永生的智慧吧！

世俗的教育带给你争辩的能力而非圆满的知识。争辩简直是浪费时间，也是无知的表现。所以，切莫作无谓的争论。“Vade, Vade Var-

jathe Vairam”，争论只会引起敌意。今天我们需要的是和谐、纯净和神性。

‘真言’(Mantras)培育圣洁情怀

爱的化身们！

过去七天，你见证了这神圣的祭礼(Yajna)。为什么要举行这祭礼呢？为了世界的福祉。应该把神的名号传遍世界各地。比如，德里(Delhi)离此甚远，但是如果你调对收音机的频率，你就可接收到德里的广播。这是因为电波可以在空气中传送的缘故。

电波和磁波存在于整个世界。同样，在祭典上诵念‘真言’，也将传遍世界各地并净化大气。一旦这‘真言’进入你吸呼的空气之中，你就会因为体内吸了‘真言’而培育起圣洁的感觉了。身体是工具(Yantra)，心是密法而呼吸是‘真言’。呼吸时发出Soham。Soham意谓‘我是神’。没有比这更具威力的‘真言’了。所以，要诵念这个神圣的‘真言’，过着理想的生活并把人间变为天堂。

最崇高的莫过于牺牲

在这人生的列车上，年青人是长途的搭客。因为他们有一段漫长的旅程要走，所以，他们应该致力于促进世界和平。要教导圣灵的原则给他人。即使是冥顽不化的人，你也要把神圣的感觉灌注给他们。

要把神的名号根植于每一颗心之内。这样，有朝一日，世界就会变成天堂了。你快乐，世界就是天堂；你痛苦，世界即成地狱。所以，要保持快乐并且服务每一个人。不要心胸狭窄，只求印度昌盛繁荣而忽略了其他国家。要为全世界的繁荣而祷告，因为，四海之内皆兄弟呀！要有宽阔的胸怀和圣洁的心念。只有这样，“Loka Samastha Sukhino Bhavanthu”(原天下苍生皆幸福)这箴言才能实现而人人才能沐浴在喜悦之中。与大家分享这不朽的原则吧！

奥义书(Upanisad)称你们为永生的子女(Srunvanthu Viswe Amruthasya Putra：听吧，永生的孩子啊！)要像圣人泰格罗遮(Thyagaraja 牺牲之王)一样过着名如其人的生活。他说，“心啊！告诉我，带来快乐的是钱财抑或亲近神？”他拒收国王送来的财宝并说罗摩(Rama)是他唯一的财富。泰格罗遮(Thyagaraja)之意为：与牺牲合一。所以，其为人也一如其名。最崇高的莫过于牺牲。

爱的化身们！

切莫对则富有过份的欲望。要过一个具有牺牲精神的生活，过一个安宁的生活。

世尊以誉赞“Prema Mudhita Manase Kaho Rama Rama Ram...”来结束祂的启示。——摘自1998年9月30日世尊在百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂所作的启示。

(原文刊载于1999年7月版)

爱 的 力 量

如作深入的探讨，你会发现在这世界上，无论是慈善、圣洁仪式、修行、智慧、纯净或据于真理或永恒之法，没有一样可与爱相比。（泰卢固诗）。

诸位爱的化身！

人生的主要目标就是明心见性。这才是人生的真正目标。达此目标，人生才算完满。明辨何者为永恒、何者为短暂之能力、控制感官之能力、力求超脱之发心及探讨自性之意愿，所有这四个吉祥而高尚的德性胥视虔诚而定。‘Bhakti’（虔诚）这个字源自‘Bhaj’，‘Bhaj’意为纯净、无瑕及对神的无私的爱。

培育爱，体验至福

任何德性都不比爱伟大。爱是真理，爱是正义，爱是财富。这世界源自爱，赖爱以维系，最终融于爱。每一个原子都在爱中产生。世上有无数的能量，如原子能、电磁能等，无一能量能及得上爱的能量。缺乏信心和爱，人生就毫无意义和毫无用处了。对世人而言，爱是生命，爱是一切。五大元素(Pancha Butas)来自爱。爱在人人之内闪烁着光辉，但由于不理解爱的真义，人

把爱跟世俗的关系挂钩。例如，母亲对子女的爱，叫 Vatsalya（亲情，舐犊之情），夫妻之间的爱，叫 Moha（恋情，鸢鹜之情），亲友之间的爱，叫 Anuraga（感情，执著之情）及对物质的爱，叫 Ichcha（物欲之情）。对神的完整的、毫不保留的爱，叫虔诚。

包容整个世界、遍满整个世界的就是爱。不论是人类或禽兽昆虫不能一刻没有爱而继续生存。这爱是神的真实显彰。但今日，人们却滥用这圣洁的爱而把它转向短暂的尘世。切勿低估爱的力量。古圣们之所以能在浓密的森林中单独与野兽和谐共处就是因为他们的爱的力量。

爱能成就一切，它甚至可以使顽石熔化。若能把寓于人人之内的爱的本能统一起来，那就可以形成宇宙的圣爱(Viswa Prema)了。如欲满足你对爱的渴望，你得虔敬神并祈求祂的恩宠。如欲体验至福，你得致力于培育和扩大爱。没有爱，你决不能体验到至福。其实，爱就是以至福的方式展现的。

喜兰耶卡西布(Hiranyakasipu)无所不用其极地要阻止儿子钵罗赫拉德(Prahlada)步上灵道，但钵罗赫拉

德不为所动，坚持诵念那罗延天(Narayana)的名号。有一天，喜兰耶卡布受到那罗陀(Narada)的唆使而召唤钵罗赫拉德并问道，“儿子，到现在为止，你学了些什么？”回答时，钵罗赫拉德唱诵这首诗歌来赞美那罗延天：

Narayana Param Brahma,
Narayana Param Prema,
Narayana Param Thapa,
Sarvam Narayana Sama.

他说，“父亲，我知道那罗延天是至高无上的主，祂是爱的化身。不断诵念其名号是最大的修持而一切仅是那罗延天而已。”要像钵罗赫拉德一样，常常诵念神的名号呀！圣者如胜天(Jayadeva)，高郎迦(Gauranga)，杜卡蓝姆(Tukaram)和罗摩克里希那(Ramakrishna Paramahansa)无不热切而诚心地向神祈祷和祈求神的爱。向神哭求吧！就像沙古白(Sakkubai)和米拉(Meera)一样，不能忍受跟神分离的痛苦而哭着祈求。由于那样强烈的哀求，他们获得神的显灵和恩宠。但是，因为受到伽利时代(Kali Age)的冲击，人们只想获取圣恩却不愿付出任何代价。邪恶、不幸和暴力随着对神的爱的衰减而增加。把所有邪恶的德性如嫉妒、忿怒等转化为爱吧！

爱导向永生

神是这世界的创造主。祂是作业的主宰(Karmadyaksha)。没有木匠

，你得不到桌子；没有建筑工人，你得不到房子。同样，每一件东西都有一个创造者。你所看到的一切，不论是活动的或静止的，无非神的创造。这就是为什么祂被称颂为作业主宰(Karmadhyaksha)的原因了。祂主宰一切行动。

今天，求道者修习各种法门如坐禅、苦行、瑜伽和赞唱圣歌等，而爱应该是所有这些法门的幕后支柱。如果没有爱的感觉，诵念真言亦是枉然。吠陀宣称：Na Karmana Na Prajaya Dhanena Thyagenaikena Amritat-wamanasu(财富、子孙或善行都不能带来永生，只有牺牲能带来永生)。永生非他而是爱而已。爱是甘露，它是无限的而它是至福。今天，人们并不致力于了解爱的原则。只有爱的力量才能消除祸根和罪恶；只有爱才能带走一切痛苦的感觉并促进生活的温馨情趣。

人人都应该成为世界之友和世界的支持者，但是，今天，这样的友谊和爱的情怀却找不到了。蜜蜂不计花类，只采花蜜。人应该像蜜蜂一样，只看万物的善的一面。你应该可以从‘悲苦’的井中抽取‘悦乐’的水才是呀！那就是爱的真正品质。快乐介于两个痛苦的空隙之间。快乐与痛苦共存于神的造物之中。就拿神如何创造人的例子来说吧！在人的光辉而秀丽的脸庞之上却覆盖着乌黑的头发，而其实，这乌黑的头发反而突显了脸庞的秀丽。同样地，在痛苦介入之后，快乐才更显可贵。‘好的’和‘坏

的’共存于万物之中，但今天，人们不看‘好的’，只看‘坏的’。

爱的速度不可思议

每一个行动都在神的控制之下。地球以每秒18.5英里的速度绕太阳运行，环绕一周，需时一年。光的速度更是惊人，每秒186,284哩，并需要2200亿年才能环绕宇宙一周。根据 Vishnu Sahasranama Stotra，整个宇宙是毗湿奴的化身或形相 (Viswam Vishnuswarupam)。即使人能以光速飞行，也需时2200亿年才能环绕毗湿奴一周。有谁能活得这么长久？由于受到伽利时代的不良影响，人连一百岁也活不到，甭说2200亿年了。

要在一秒钟之内环绕神化身的宇宙诚属不可能。只有爱能做到。爱的速度可以在一秒钟之内环绕宇宙一周。光的速度还可以算得出来而爱的速度就算不出来了。但是，人在那样的一个超越一切而没有极限的爱的周围，设下了障碍并将它用在琐屑的目的上。此乃今日世界动乱的根由。人们或许会归之于其他的原因。其实，主要的原因还是人不能在内心培养起爱来。他并没有尽力去体认他那与生俱来的无限的、不朽的、如甘露般的爱。让你的意、言、行充满着爱吧！让你的生命充满着爱吧！除了爱之外，你还需要什么来获得神的显灵呢？爱是神，要活在爱之中。

圣恩是真正的财富

今天，由于人心充满欲望，这才致使爱没有立锥之地。有信心，才有爱；有爱，才有平和；有平和，才有真理；有真理，才有神。那何不建立起对神的信心！昨天有人问我如何建立信心。我回答信心是生活的方式。对人而言，这只是很自然的事。‘我在’的感觉即表示信心。‘我在’ (I am) 意即‘我存在’ (I exist) 。“在”本身即表示信心。如果在你的存在中没有信心，你一刻也活不了。

真理、牺牲和正义构成人性。真理是 Neethi (道德)，正义是 Reethi (行为准则) 而牺牲是 Khyathi (荣誉)。三者结合起来是 Manava Jathi (人类)。(掌声)。人不能仅凭其形相而被称为人。他必须依据真理，奉行正义，有牺牲精神才能赢取‘人’的资格。泰卢固诗：“要视众生为一体，无缘大慈，同体大悲。每日至少一次热切地深思着神，然后你才能看到神的显灵。神是存在的但不为肉眼所见。只有在你排除世俗的幻觉之后，你才能看到神。今天，人处在何种境地呢？当拥有财富时，他欢喜若狂；当失去财富时，他痛苦万分。他沉溺于奢侈浮华的生活乃至丧失一切于其中。他满脑袋都是暖昧的赚钱手段和方式。就像地球绕太阳旋转一样，他绕着金钱旋转。”

金钱不重要，圣恩才是真正的财富。得到圣恩，你就得到一切了

。人格才重要不是钱财，但人却毕其一生，追逐钱财。当然，我们需要金钱但总该有个限度吧！要拨出时间来为人服务。要爱你的同胞。要降服于神。无物超越圣爱。整个世界弥漫着爱。吠陀宣称： Anthar Bahischa Tat Sarvavyapya Narayana Sthitha (内内外外都是遍在的神)。一切名，一切相都是祂的。名和相有异但寓于一切之内的‘真我’是一样的。要确认万物浑然纯一体；这会带来大爱（圣爱）。世界宛如一幢大厦，大家同属一种人类，在这大厦内，一体性应该普及。

让心念皎洁如满月

诸位爱的化身！

今天是导师节。导师节的意义是什么呢？

Guru-Brahma Guru-Vishnu
Guru-Devo Maheswara
Guru Sakshath Param Brahma
Thasmai Sri Guruve Namah。

三位一体的梵天、毗纽天和自在天都在我们之内。这就是为什么我经常说，你不是一而是三的原因了。这是伽耶特黎真言 (Gayathri Mantra) 中的 Bhur, Bhuvah, Suvaha 这三个字的意义。Bhur 意为 Bhuloka (大地)。大地由物质组成，所以由物质构成的肉身亦被称为 Bhuloka。这也泛指物质。Bhuvah 意为生命力 (Prana)。这生命力是身体的动力，是振荡。Suvaha 意为智慧，是放射 (Radiation 辐

射)。吠陀宣称： Prajnanam Brahma。这 Prajnana (般若，智慧，圆常之觉知) 不是别的而是放射。人类是物质、振荡和放射的结合。你无需向外寻找神；向内，你就可以找到祂了。

今天是满月之日。吠陀说： Chandrama Manaso Jatha Chaksho Suryo Ajayatha Mukhadindrascha Agnishcha (月亮生自至高无上之真元体的心念，太阳生自其眼睛而火和因陀罗生自其嘴巴)。月亮是心念的主宰。满月的那一天，其真正意义就是心念充满着纯净的爱的时候。让你的心念在满月之日散发出似月亮般的皎洁光辉吧！只有在内心充满着爱的时候，你才能做到这一点。

天上银行的存款

诸位爱的化身！

今天人们把钱存入银行。同样地，把你的感觉力量，你的心念及你的智慧存入神的银行吧。它们决不会变少；它们会继续增长并会在你需要时回归于你。要维系和保护圣洁的爱。决不生起憎恨之心。不论发生什么，都要认为是‘为你好’而发生的。你或许在报章上已看到最近印度与邻国的边境纠纷，但不论发生什么事，对印度来说都是好事。不是吗？在某种意义上，中国、美国和俄罗斯已经和印度建立了更加友好的关系而印度也在国际舞台上获取了更好的声誉。这是印

度爱好和平的本质使然。和平乃印度的真正风范。(掌声)。

有一次，我到孟买去。当时出任‘Bharatiya Vidya Bhavan’校长的士里门西(Sri K.M.Munshi)召集了一个学术研讨会并邀请我来演讲。听众中有人问我，“斯瓦米，美国和俄罗斯正在研发更多的新式武器。但是，印度在这方面显然落后很远。印度是否也应该向这方面发展，研发新的武器呢？”我告诉他，“印度今天必须做的不是武器、炸药的装备而是伸张正义。Dharmo Rakshathi Rakshitha(维护正义者，正义必维护之)。我们不应该浪费金钱来制造武器。”一些国家花费大量金钱于国防上，结果造成其国民在饥饿线上挣扎。能够保护国家的是圣爱和圣恩而不是武器。你或许已读过《摩诃婆罗多》(Mahabharata)吧！般度族五兄弟的怖军(Bhima 比玛)，阿周那(Arjuna)，无种(Nakula 纳古拉)，及偕天(Sahadeva 撒哈提婆)都绝对服从正义化身的大哥坚战(Dharmaraja 法子)。同样地，印度、美国和俄罗斯可分别比之为坚战、阿周那和怖军。正如阿周那和怖军之服从坚战一般，假如印度能伸张正义，美、俄也是一样会信服的。印度必须拥有的是Sathyasthra和Dharmasthra，真理和正义的配备。一如大树成长自一颗小种子，整个宇宙乃源自爱。

百善地尼乐园的音乐学院

诸位爱的化身！

你可以藉爱来成就一切。我就是最好的例子。爱是我最大的资产。我爱每一个人。除了爱之外，我什么都不要。爱的力量能转变大地为太空，太空为大地。在这世上，没有什么是爱所不能达致的。这里有一个小例子：

很多学生来此求学。但是，现代的教育并没有给世界带来什么好处。所有学科如物理、植物、化学等只提供学生谋求生计的知识而已。但这些学科都不像音乐一样，能打动人们的心，就连神也被音乐所吸引。一次，那罗陀问毗湿奴，“斯瓦米，祢有许多支部如Vaikunta(毗湿奴住所)，Kailasa(湿婆住所)及Swarga(因陀罗住所)。但是，我想知道祢的总部在哪儿，以便直接和祢连络。”毗湿奴说，“Madbhaktha Yathra Gayanthi Tathra Thistami Narada(我的信徒在哪儿歌颂我的荣耀我就在哪儿出现)。(掌声)。这就是为什么我们赞美神为Ganapriya和Ganalola(音乐爱好者)的原因了。音乐能融化人心并感动每一个人。是故，我们的学院应该有音乐系。我要在此设立音乐学院。但我不曾向任何人提及此事，通常我不事先告诉他人我的计划。我所意愿的，肯定会发生。上周有一个叫普里的信徒从印尼来到这里并向我祈祷，在此设立一所音乐学院并说他愿意捐献一亿卢比。现代音乐固然重要但一般戏剧，赞唱神的事迹等也应该同时加以提倡。在促进印度文化上，音乐扮演着重要的角色。这音乐学院将于下个月(Sravana天籁，聆听神之音

、神的荣耀)动土。这个月叫Ashada，据长者说在这个月份内不宜大兴土木，故而延至下个月。

班加罗尔的高级专科医院

上个月我在班加罗尔(Bangalore)，一天，卡纳塔克邦(Karnataka)的首席部长来找我并说，“斯瓦米，祢在百善地建了一所高级专科医院，利及贫苦大众。但是，疾病是不分贫富的，不分城市和乡村的。斯瓦米，若祢能在此兴建一所高级专科医院，则班加罗尔的居民幸甚了。”我笑而不答。

第二周，首席部长，财政部长，税务部长及其他官员带了七十英亩土地的文件来这里，商谈建造医院事宜。地点坐落于‘资讯与科技学园’的附近，水电供应齐备。如果你们准备接下这崇高的任务，整个世界都会支持你们的。一个叫星克雷的美国信徒义不容辞、不落人后地前来捐款，以前他也曾捐款给百善地的高级专科医院。我还没有向外宣扬这个计划，否则义款便会源源而来了。在这世界上，肯做出牺牲的人可还不少呢！但我不喜欢向人开口，一切随缘。你不应该置疑义举是否成功。还有很多事情都会发生。

爱的教育

内心要充满爱。最伟大的莫过于爱，什么财富、正义、禅定等都望尘莫及。我期盼你们像兄弟姐妹般生活在一体性之中。如果你体现爱，你就成圣了。Brahmavid Brahmaiva Bhavati(知梵者成为梵)。

学生们是‘社会列车’的长途乘客，年长者肯定不久就要下车。所以，学生最重要的任务就是培育圣洁的爱。我们学校所提供的主要教育就是爱而已。不要为了满足世俗的欲望才去爱神。要以灵性的宏观来爱祂。牧女们向基士拿祈祷，“让我们聆听祢那圣乐的旋律，以便爱的种子能在我们这因缺少爱的滋润而荒芜了的心田，发芽成长。让爱的甘露滋润我们的心田，让爱之川不停地流过我们的心田。”

我提供给你们免费教育和免费医疗服务，而你们必须回馈我一样东西，那就是爱。要培育爱，这是我对你们的要求。我要你们发大愿心，从今天起，过一个充满爱的生活。我就以这个期望来结束我的讲道。

——取自1999年7月28日薄伽梵在百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂所作的讲道。

(原文刊载于1999年8月版)

短暂性与超越性

缺少爱的生命就像缺少电流的电线，缺少水源的田野，缺少神像的庙宇和缺少老师的学校。（泰卢固诗）。

言语带来昌盛

言语带来友谊

言语带来束缚

言语也能导致死亡。（梵文诗）

在这世界，言语的价值比钞票更高。在古代，人们很注重语言的应用。言语帮助他们致富、昌盛甚至赢得王朝。善言令人品格高尚而恶语使人面目可憎。言语增进友谊也带来分歧。言语拉近亲戚之间的亲密关系也导致冲突的发生。言语的效应不仅限于短暂的世间俗事，也影响我们的灵修进展。言语甚至能致人于死地或救人一命。甜美的言语也能为你带来盛名。今日，人类不再说温馨甜美的话语，不再持和蔼亲切的态度了，这使他备尝痛苦的折磨。这就是为什么我常告诫学生‘你不能老顺人意，但你总可以和颜悦色地跟人说话’的原因了。好的说话能令人成为 Hero（英雄），但不好的说话却会使人沦为 Zero（零数）。谁是英雄？神是 Hero（英雄）而世界是 Zero（零数）。因此，你应与英雄结交。永恒的圣爱本质是无瑕的、无私的、纯洁的，并能经得

起真正友谊的考验的。在享受与这朋友（神）的亲近交往时，即使面对难以克服的困难，你也毫不畏惧。缺少信心是人类感到害怕的主要原因。因此，人类的首要任务是培养对神的信心。凭着这种信心，你就万事亨通了。

什么是这世界纷争，骚乱的主要导因？由于无知，人类不再畏惧罪恶和热爱神明，结果，导致人性腐化败坏。这是对世界和平的迎头一击！——（泰卢固诗）。

向内探寻爱

今天，人类在各种领域里皆有巨大的进展，但是，这些进展可比喻为一条不通电流的电线，因为他没有培育起人类价值观。敬爱神会产生无穷的力量。让我举个例子。人们花费这么多金钱和时间，从遥远的印度各个角落及世界各地，风尘仆仆地到这里来。为何他们要到此处？是什么原因呢？在这里，他们找到一些在自己的家庭、朋友、亲戚、社群或国家之中都找不到的东西。倘若他们能在自己本身、社区或国内找到，他们绝对不会到这里来。他们要在这里寻找什么呢？那就是爱。为了要体验神的爱，你

们长途跋涉到这里来。但是，若你细心观察及深入探索这问题，你会发现其实爱寓于你之内。在梵歌（Gita）里，基士拿（Krishna）宣称：Mamaivamsa Jeevaloke Jeevabhutha Sanathana（那寓于人人之内的永恒自性是我的一部份）。由此可见，神的爱寓于每一个人之内。可是，人类不明了“爱寓于其内”这个道理，反认为爱与自己是分开的，而不惜长途跋涉来这里寻找爱。须知神与你并无不同。Sarvata Panipadam Tat Sarvathokshi Siromukham（那无所不在的梵，其手、足、眼、口遍布各界）。

要一窥那无所不在的神，你必须做一些探索。吠陀经宣示：梵是无所不在的。Easwara Sarva Bhutanam（神寓于每一众生之内）。若人类想要洞悉这些真理，他就必须培养高尚的品格。缺少这些素质，人类连 Sarvam Khalvidam Brahma（其实，一切都是梵）这一句真理的皮毛也难了解。唯拥有高尚素质者才能认识那无所不在的神。培养高尚德性是对神虔诚的基本条件。

培养高尚品德，正确态度，服膺真理，自律及责任感是你虔信神的表示。唯拥有这些素质者方可称为信徒（devotees）。

我们的首要任务是培养 Sadgunas（高尚素质）。梵文的“Sath”指的是永恒（eternity），也叫存有（Being）。我们必须培养‘存有’（Being）的素质。这些素质是什么呢？它们是无属性，纯净，稳定及开悟。要获得

这一切素质并不容易。然而，有一条途径可行。既然这一切德性皆蕴藏于纯洁的、无私的及神圣的爱里，倘若你培育爱，这一切品德自然就会显现出来。要培育内心真正的爱以体验那与生俱来的神性。

我是谁？

吠檀多（Vedanta）很明确的多次阐明‘我是谁’这个问题。它的内涵是什么？这个‘我’涵盖一切。要问自己，“我是谁？”你或许会产生一个疑问：在这资讯发达的时代，到处充斥着引人深感兴趣和喜爱的事物，为何还要费时去思考‘我是谁’这个问题呢？若你能找到这问题的答案，你不仅能了解自己的真如本性，也了解世界上千千万万众生的真实本性。

每当你碰到一个陌生人时，总会不厌其烦地问他，“你是谁？”反之，你应问自己，“我是谁？”在探索这问题答案时，你将能轻易的查出他是谁，因为每一个人的真如本性是单一的、相同的。人人皆自称“我”。“我”这个字适用于每一个人。若你真了解“我”这个字，你就明白了这世间每一个众生的真实本性。

举个例子。看看这些灯泡及灯管。它们的颜色、瓦特及形状虽不相同，但你却知道流经各种灯泡的电流只有一种而且是相同的。Ekam Sath Viprah Bahudha Vadanti（真理是唯

一的，学者却以多种名字称呼它)。相似的，名与相虽异，而神的震波 (Divine Vibration) 是相同的、单一的。因此，宇宙间只有‘一’而已，没有第二个。若你认识神性，你就能洞悉那寓于众生之内的“我”的本性。其实，一切皆源自于神。

再举个例子。你本来是孤单的。然后，你结婚。婚前你仅有两只脚并享有极大的自由，想到哪就到哪。婚后，你多了两只脚，行动开始受到限制，因你不想留下妻子独守空闺。这就是束缚。两年后，你渴望的儿子诞生了。有了儿子，你又多了两只脚。你的行动更加受到约束。随着光阴的流逝，你觉得缺少一个女儿是件憾事，纵然你已拥有一个能光宗耀祖的儿子。女儿的诞生为你多添两只脚。脚越来越多而你的自由也就越来越少。你把女儿嫁出去，女婿的家庭成员成了你的亲戚，又娶了一个媳妇，她家庭的成员也成为你的亲属。如此，一个变成了好多个。单一性形成了多样性。倘若你了解这真理，对吠陀经的原则 Ekoham Bahusyam (一个梵把自己繁衍成为众多) 就能容易了解了。其实，单一性 (oneness) 即是多样性 (multitudinous) 之统一的力量 (unifying force)，这就是印度文化的精髓。但人类并不朝这方面思考。他将单一化分为众多。他执著于有形的身体并沉溺于世俗的关系如女婿，媳妇，孙子等等。这些执著构成了束缚。倘若他了解这个真相即：寓于众生之内的真正的“我”是单一的也是相同的，那他就不再受痛苦

的折磨了。

培养纯净的情操和神性

世界有如一间电影院而自性 (Atma) 就是银幕。在银幕上出现的不同投影是短暂的而银幕则保持不变。故此，吠檀多 (Vedanta) 宣称 Brahma Sathyam Jaganmithya (梵是真，世界是幻)。投影在银幕上的画面来来去去，但银幕保持不变。让我们从吠檀多宣示的这句话 Sarvam Khalvidam Brahma (整个宇宙即是梵) 的角度来分析。当画面在银幕上出现时，你就看不到银幕。它去了那里？它还是在那，在影像里。没有银幕，你看不到影像。

观察的结果揭示：银幕并不受到种种画面或音响效果的影响。出现在画面上的大火不会将银幕烧毁。一场大风暴在银幕上出现，也许会把大树连根拔起，但屏幕仅只对影像作出描述却不受到影响。有时，我们看到银幕上的大水灾，如恒河，耶牟那河，歌达瓦里河的泛滥等，但银幕没有被浸湿。什么原因呢？出现在银幕上的大水灾、地震、大风暴皆非当时现场的实况，所以，银幕不受到它们的影响。银幕只是一个见证者。你的心是一张大银幕，是如如不动的。在你内心的银幕上，你看到苦难，欢乐与折磨。这些都是短暂的景象，如过眼云烟。唯有你心中的银幕是永恒的。那即是神。它也被称为良心，是不朽的真理。

对‘周遭的一切事物’及对‘我们透过身体感官和思维能力去接触的人物’所作出的‘有意识的感知’是乍得即逝的。良知寓于内。它在整个身体内振荡而意识的知觉则与感官息息相关。这两者，良知和有意识的感知到底从何而来？两者皆源自那遍在的、共同的纯意识 (universal consciousness)。你到哪儿去找纯意识？它并不被局限于某个地方。它是无限的、不朽的、无形的及遍布的。首先，你要了解这纯意识，然后才能与神的意识合一。这种结合能带来至福与超脱。

要如何获得这种纯意识？空气弥漫处处。它是无形的、不可捉摸的，但无人能否定它的存在。它是我们的生命动力。因此，它确实存在并遍布各处。在你体内的空气是有限的。倘若你吹胀一粒汽球，周围的空气进入球中，但其量有限。若你再以一条线绑住这粒汽球，里面的空气就不会外泄而与外面的空气结合。什么原因呢？它被装在球内而受到局限。要如何克服这种局限？唯有把其密封毁掉。要怎么做呢？把更多的空气贯入汽球中直至胀破为止。那么，球内的有限空气就会与球外的无限空气结合。同样的，身体只是圣灵的一件外套，把圣灵给束缚住。在体内也有这种圣灵的空气，但其量有限并且被围困着。倘若你培育越来越多的纯净情操和神性，这将助你破除对身体的执着而引领你走向解脱之途。

身体由五种元素组成，是无常

且易于灭亡的。常言人生百岁，但别相信这话。人在任何时候，不论是孩提、少年、中年或老年，皆面对死亡的威胁。人啊，不论身处何方，乡村、森林或水中，你都有可能被死神所召。身体藏污纳垢，易受各种疾病的侵袭、痛苦的折磨。它受制于生死轮回而不能渡过生死的大海。人啊，别再犹疑，要相信人能获得超脱。还是降服在神的莲足下吧！（泰卢固诗）

舍尘世之乐

为了满足物欲的需求，你朝朝暮暮，备尝生活的煎熬，到底从中获得了什么呢？你仅能体验短暂的快乐。其实你应认清“永恒的至福寓于你之内”的这个真相并作出努力去体会之。

神与你并无不同。祂并非仅仅局限于庙宇、回教堂或礼拜堂里。祂是无所不在的。祂寓居于你心中。身体即是神的庙宇。因此，你应该加强你内在的爱的感觉。你也有爱，但你仅爱你身边的人。你爱你的儿子，父亲与母亲。你认同身体，并把爱导向跟你这肉身有直接关系的人。你无法显彰超越名和相的那种爱。爱没有形相，不分男、女、老、少爱是爱。它不能与任何东西相提并论。爱是神的显现。爱即是神，要活在爱之中。该如何做呢？

以爱来开始你这一天

以爱来填满你这一天

以爱来渡过你这一天
以爱来结束你这一天
这就是通往神的道路。

培育爱有几个可行之法，但勿把它局限于身体之需求和关系上。只要你活在这世界上，你难免渴望温暖的亲情。你可以祝愿他人幸福、进步，也可以分享他人的快乐，但是，这些情怀仅属短暂的世俗关系。

人类拥有头脑与心灵。所有发自头脑的念头皆与世俗的事务有关。读书、写字、行走、疼痛与欢愉皆发自头脑。不朽的价值如真理、爱、容忍和慈悲皆发自内心。发自头脑的一切是属于世俗及短暂的而发自内心的情怀是超然而永恒的。那发自内心的导向Nivritti(向内之道)，而发自头脑的导向Pravritti(向外之道)。头脑承担责任而心灵指示正确的方向。头脑指示的任务是短暂的。你觉得饥饿，就到食堂去吃两片印度煎饼充饥，但两个小时后，你会再度感到饥饿。饿了就吃，吃了就消化，消化了又感到饿，饿了又吃，就跟生死轮回一样，循环不息。

商羯罗阿阇耶说：

生死轮回不断的重演。世界是痛苦的海洋。何不赢取神恩而超越之。噢！痴迷的人啊，诵念神名吧！为何要强记语法，它可不能在你临终时向你伸出援手。（梵文诗）

三种意识状况

当你醒着时，你渴望很多东西和沉溺于很多活动，你也经历多种不同的体验。但是，一旦进入梦乡，你把一切都忘了。睡觉可比作短期的死亡而死亡可比为长期的睡觉。要了解生与死的真正含义并不容易。睡觉时你把白天的经历忘掉，因此，睡眠可当作一场短暂的死亡而醒时的状态可比作长寿的生命。尽管如此，醒或睡两种状况皆属于短暂的。但是，见证—意识(witness-consciousness)一直存在于这两种状况之中并体验一切。

举个例子，在醒着的时候，你的身体到处走动、聆听并体验快乐。你申说是你自己在经历着这一切。但作梦时，是谁在梦境游历？是你自己。沉睡时，你忘掉一切，并欢享至福。是谁在欢享至福呢？还是你自己。因此，在这三种状况中（醒时，作梦，沉睡），你是存在的并且体验一切。Trikal Badhyam Sath-yam(在这三个时段里，真理维持不变)。在这三种状况中，你保持不变，那么，你可就是那真理了。

把握现在

爱的化身！

随着光阴的流逝，一切都在改变，醒着、作梦和沉睡都不例外。物质、人世的一切、身体皆由五种

元素组成并一直在改变中。心念、智力、感情和感觉也变化无穷。感官更受到多种疾病的侵袭，因此，它们都是短暂的。然而，你却是不朽的而你能体验一切。勿缅怀过去，往者已矣，忘了它吧！未来还不明确，是你所不能预见的，所以还是把握‘现在’，唯有‘现在’才是永恒的。这可不是普通的‘现在’，而是普遍的‘遍在’。怎么说呢？‘过去’，是在‘现在’之中而‘现在’，则是‘过去’行为的成果。‘现在’的行动决定‘未来’，所以，‘未来’也存在于‘现在’之中。是故，你应该要好好的把握‘现在’。勿太在意那短暂的欢乐，还是步上正途吧！这是目前你应当做的，可是，你并不珍惜这机会。你还在缅怀‘过去’，担心‘未来’，并忽视‘现在’，故而遭受苦难。何不在当前的事务中寻求快乐呢？缅怀‘过去’和担心‘未来’是人类苦难的最大原因。为何老想‘过去’？你很清楚自己走的路，为何还要回头望？好好地把握‘现在’，快乐地生活吧！这是你应该追求的。你或会遭遇诸多苦难，但别太在意。快快乐乐的渡过你这一生吧！

很多人不惜代价追求快乐。他渴望快乐。他的一切行动都是以追求快乐为出发点的。不论是从商者或是普通职员，他的目的无非追求快乐。但他找到了吗？不！他找到的仅是短暂的俗世欢乐，而恒久的快乐只有在念着神时才能获得。还是念着神吧！要明白：什么材料决

定什么产品。你可用黏土制成一个土娃娃。可是你能用黏土制成一个金娃娃吗？你的身体由五种元素组成。身体仰赖食物而活。你准备了好多菜肴，但你需在食物腐烂之前享用。若你浪费时间，佳肴就会腐坏而不宜食用。同样的，你须在身体还未败坏之前，及时体验那永恒的神圣至福。这是人类的当前任务。你不去体验那神圣的至福反而去体验那些微不足道的事物。那神圣的至福才是至高无上的福乐，是无上的菩提，是独一无二的。它广阔如天空，弥漫寰宇，它是恒久的。圣洁的和始终如一的。它是见证者，见证一切。

培育圣爱

在这灯光明亮的集会上，有些人正在听我讲道，有些人正在走开又有一些人正在打瞌睡，各做各的工作。灯光只是见证者，不受你的睡眠或走动的影响，也不被你对我讲道的心不在焉所影响。它只是保持着见证者的身份。神就像灯光，见证一切。它的光辉照耀万物。它藏身于何处？在Asanthi(动乱)中，我们找到Santhi(和平)。在极度的Santhi中，Prakanthi(最灿烂壮丽的光彩)显现。在Prakanthi，你即可体验那Param Jyothi(神的光辉)。Param Jyothi以Atma Jyothi(自性之光辉)的身份寓于你之内。那就是独一无二、永垂不朽的光辉，是永生(超脱)的光辉，也即是“自性”(Self)的光辉。既然这光辉在你之内，你还怕

什么呢？还担心什么呢？快乐起来吧！快乐在哪儿！要如何体验它？与神合一即是快乐。

要明白，神即是爱。只要心中有爱，‘不安’就不能进入了。今天，人们易于感到不安和不乐是因为他们误解了爱的本质，而把某些不纯净的感觉归之于爱的缘故。这是大错特错的。须知圣爱(Divine Love)是无瑕的、无私的及纯洁的。勿再犹疑，努力追求并拥有它吧！

这世界充满着苦难，无处不存在着忧惧和悲伤。人们为谨防不良份子的陷害而害怕乘飞机、火车或汽车去旅行，连步行也没有安全感。坐在家中的人也对种种事情感到惧怕，他们真如惊弓之鸟。这到底是什么原因呢？他们不能承受苦难与考验。想想，是谁在经历苦难？是谁在承受痛苦？只是五种元素组成的身体而已。减少对身体的执著，你就会体验到那永恒的至福了。‘虔诚’的真正含义是减少对身体的执著并加强对“自性”的认知。对身体的执著导向Pravritti(向外之道)而对“自性”(Self)的执著则导向Nivritti(向内之道)。两者合而为一即是人生。

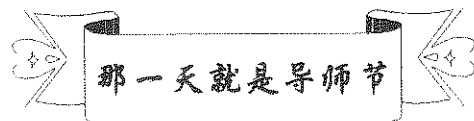
爱的化身！

加强你的爱，以爱充实你的人生，并生活在圣爱之中。

世尊以答赞“Prem Muditha Manase Kaho Ram Ram Ram …”结束讲道。

取自1999年4月26日薄伽梵在Kodaikanal的‘Sai Sruthi’礼堂的讲道。

(原文刊载于1999年8月版)



导师节(Guru Purnima)这一天就是你想要尊敬和赞美导师的日子。但这并非这节日的真正意义。天赋人以心念。心念可以把人束缚起来也可以使他获得解脱。心念必须发出祥和的光辉而绝不带一丝一毫的邪恶；心念必须只系于至高无上的神。成功达到这境界的那一天就是导师节(Guru Purnima)，是心念的满月，因为月亮是主宰心念的神明。

-- Baba

光辉灿烂的

爱的化身！

失去了钱财，不必忧虑，因为你可以再赚回来。失去了一位朋友，你可以另交新的。失去了妻子，你可以再娶。倘若你失去了你的土地，你可以购买另一块。但是如果失去的是身体，你便再也不能争取回来了。

栽培无私的爱

人身是十分神圣和宝贵的。所以，它必须受到小心照顾。在一切有情众生之中，生而为人最为难得可贵。然而，由于人不了解他的真实身份，致使他白白地浪费了他的一生。自古以来，印度文化极力宣扬三种重要的价值观：说实话，切勿为了讨好某人而撒谎，这是个人道德价值观；说话时要和颜悦色，这是社会价值观；不要说令人不快的实话，这是精神价值观。《博伽梵歌》说，人应该说真实的、悦耳而善意的话，这对听者有益。

今天，人已遗忘了他的真实身份，造成他被幻象冲昏了头脑。原因何在呢？可以用下述例子来说明。纯金明亮，价值很高。但是，纯金和其他金属如银、红铜、黄铜等

印度文化

熔成合金后，它不但失去了它原有的性质，同时也失去了它的价值。而人好比纯金，由于他的心被世俗的思想和齷齪的感受所污染，使他失去了他的本性和他的价值。严格地说，今天的人已不配被称为人类了。由于人的恶念和结交损友，造成他失去了他的人性。今天，人需要去栽培的，便是他那永远璀璨辉煌的人性价值观。人性价值观不可能从外在世界获得，它们是与生俱来的。但是，人已经忘记了这些与生俱来的价值观。现代的人已是样貌像人而行为则否。

从古到今，印度是人性价值观的先驱。这些价值观是：真理、正法、宁静、爱和非暴力。爱本是人的天赋，但他却以自私和自我中心去沾污它。他应当培养无私的爱，以便他的生命能闪耀出璀璨的光芒。当电流通过电线接触到电灯泡时，你便得到光明了。真理、正法、宁静和爱可以比喻为电流、电线、电灯泡和光明。(掌声)因此，若要体验爱之光，你便必须栽培真理、正法和宁静。爱是神，神是爱，生活在爱之中。不论是叫化子或是百万富翁，他都不能没有爱而又能继续生存下来。人爱他的妻子、财富和儿女。但伟大在于能让每一个人分享你的爱，而不是把它局限于

你的亲朋戚友之间。

《吠檀多》说，爱每一个人，但不要信任任何人。原因是人身是瞬变的。“它是血肉和骨骼所构成，而且十分污秽。它被种种疾病侵袭。它不能渡过红尘苦海。心念呀！要认识到这肉身是短暂的，还是归依主的莲花脚吧！”——泰卢固诗。只要生命犹存，身体不但宝贵并且还是祥瑞的。一旦生命离开了身体，它便成为毫无用处的死尸。所以，要明白身体的无常，而基于这样的见地去作人。让每一个人分享你的爱，而你的整个生命都基于爱。

守护感官，免受不良影响

爱的化身！

自古以来，印度文化十分强调正思维、与善者游和良好行为的重要性。‘说真实的话，作正义之行’。奉行这句箴言，人便可以成就崇高的境地。而只有印度子民才会了解这个真理。然而，令人遗憾的是，今天的印度子民已经忘记了这个真理。“今天的印度人并不曾作出任何努力去了解本身的庄严而圣洁的文化。由于缺乏畏惧罪恶和敬爱神明之心，人已经不再具有人性了。人类的不幸，莫过于此。”——泰卢固诗。

人应当认识到他本身固有的神性。而只有在人善用五大元素和天赋的五种感官后才有可能做到的。

人的基本责任不是守护财富和珠宝，而是保护五大元素和守护五种感官，免受不良影响。乔达摩佛陀所宣扬的也正是这个信息。起初，他研读种种经典，拜访许多名师大德和进行各种灵性修持。但这一切都未能满足他对灵性方面的渴求。终于，他领悟到唯有恰当地使用五大感官，才可能导致心(Mind)的宁静。他首先强调的是正见。一切你所见的，不论是好的或是坏的，都会在心中留下不可磨灭的印象。因此，非礼勿视，只去看善的；非礼勿听，只去听善的，就是正听闻。正见和正听闻导致正感受。一旦你培养起正感受，你的生命便得到净化。人的生命是以感受作为基础的。没有了感受，人类的生命便不能存在。今天，人欠缺宁静的心，那是因为他没有正见、正听闻和正感受。我们埋怨别人造成我们的痛苦。不必指责别人造成你的痛苦，因为你的一切不幸皆根源于你自己。无论是快乐或是痛苦都是你自己一手造成的。你所体验到的一切，无非是你内心的反映、反应和反响。佛陀明白了这个道理后，便妥善地使用他的五种感官，因而证得涅槃。当他证入涅槃之际，他处于无上至福的境界。那境界可以被描述为：永恒至福、极乐、一切种智、超越相对二元性、像无限的天空一般、太初、最终目标、一、常住、清静、如如不动、无所不在的见证者、无亲(beyond emotions)及不具三属性者(the three Gunas)。

当佛陀正要入灭之际，他的继

母所生的弟弟阿难在佛陀身旁流下眼泪。佛陀目睹此景，微笑地对阿难说，“阿难，你为了我的证入无上至福而难过，真是意想不到。相反的，你应该致力于控制你的感官，以期也能证得这无上至福的境界。”

印度文化的精神价值观

印度是许多高灵的故乡。因此，所有印度人都有必要去了解崇高的印度历史。然而今天，似乎已经没有人有兴趣去了解印度的历史和文化了。正法是印度文化的基础。正法(Dharma)已被误解为宗教。正法有如浩瀚的海洋，而宗教却有如池塘。印度文化的精神文明是清静不垢、永恒常住的。古时候，孩童到了五岁，便开始接受印度文化精神价值观的熏陶。他们的启蒙教育是诸如‘Aum Namah Sivaya’和‘Aum Namo Narayana’这类神圣的真言。但是，在现代教育的教材之中，好像湿婆(Siva)和那拉耶那(Narayana)等圣名已没有落脚之处。孩童唱的是“咩咩羊”这种毫无意义的儿歌。人们已经不会用心去了解这些真言的能效了。

毫无疑问，人是需要世间教育。但是，在接受世俗知识的同时，他也必须作出努力去吸取文化的价值观。由于不具文化价值的世俗知识不断发展，人于是成了怀疑的总汇。即使父母和子女、丈夫和妻子之间也互不信任。在耶稣之时，只有一位怀疑者托玛斯，而在今天的

伽利时代，每一个人都是怀疑者托玛斯！

罗摩和罗波那两人都一样精通36门学问。但是，《罗摩衍那》的著者蚁蛭，把罗摩塑造成圣者而罗波拿却在他的笔下成了大笨蛋。那是因为罗摩很恰当地使用他的知识，而罗波拿则误用他的知识。这就是罗摩被描述成为圣者的原因。由于罗波拿不能控制他的情欲，导致他的儿子和弟兄们的死亡。他的邪恶思想和邪恶行为成了他的整个部族被歼灭之因。罗摩过着崇高的生活。今天，很多人渴望在政治圈里施展拳脚，以期谋得一官半职，虽然他们并没有那样的本事。然而，罗摩却放弃了江山，虽然身为长子，继承王位是理所当然的。他为真理而牺牲一切。他服膺吠陀的箴言：没有比真理更伟大的法。他为了实现父亲的诺言，毅然舍弃一切，自愿流放山林。吠陀也清楚指出：唯有通过舍弃才能获得永生，而财富、子孙和善行全无用武之地。其实，舍弃才是真正的瑜伽。倘若你不把所吸入的空气呼出来，你的肺便会受到损害。假使你不把所吃下的食物排泄出来，你便会患上肠胃病。因此，你必须以舍弃的心，把赚来的钱用在慈善上。这便是福乐之道。

印度文化不会基于阶级、教条、肤色、宗教和国籍之不同而厚此薄彼。它说，“让我们一同前进，让我们一同成长，让我们分享知识并改良之。让我们和谐共处，没有

丝毫纠纷！”（泰卢固诗）。它谈到众生平等。它说，愿全世界皆快乐。它平等地对待每一个人，不论他的阶级、教条、肤色、宗教和国籍。这也是耶苏的主张。他说，“孩子们，一切即一，对人不可以有分别心”。事实上，所有宗教的基本原则都是相同的。但是，人们已经忘记了这一体性，门户之见便因而产生。

探寻真理

爱的化身！

爱就是生命。因此，人必须确保这爱沿着一定的渠道，朝正确的方向流去。切勿让它流向错误的目标。倘若你能好好地控制它，那么，你便能在一生中成就一切。印度文化提倡探寻真理。为什么人要去探寻无所不在的真理呢？究竟什么才是这探寻真理的内在意义呢？印度文化对此作了一个令人激赏的比喻。你用相同的一双眼睛看你的母亲、你的妻子、你的女儿和你的媳妇，但你看她们的感情却是不相同的。在这个例子中，所谓探寻真理是指去思量，你应该以怎样的感情去看她们的每一个人。印度文化十分强调自我的参究(self enquiry)。

有些人说，神不具形象，所以神是不存在的。但是，神是有形象的。在这个世界上，凡不具形象的东西都不可能存在。从科学的观点来看，整个世界由原子所构成。而

原子是有形象的。《吠陀经》说，神比最小的原子还小，比最大的物体还大。原子是神。打从你所喝的水和你所吃的食物，没有一样不是原子。科学家经过了好几千年，方才明白这个道理。然而，很久之前，一位名叫钵罗赫拉德(Prahlada)的小孩，便指出了这项道理。他说，“不要以为神在这里而不在那边。祂是无处不在的。不论你在何处寻找，你都可以找到祂。”印度是许多高灵的诞生地，他们也像钵罗赫拉德一样，体验到圣灵的无所不在。自古以来，印度人民膜拜土地、树木、蚁丘和山岭，因为他们相信神在每一处和在每一件事物之中。

Sarvata Pani Padam Tat,
Sarvatokshi Siromukham, Sarvata
Srutimalloke, Sarvamavritya Tishtati.

祂具有千手、千脚、千眼、千首、千嘴和千耳，祂弥漫于天地间，祂充塞整个宇宙。

神无所不在。这就是我们古老文化的教导。由于人的意志薄弱了，致使他对这些古老价值观失去信心。情形有如其他金属和黄金熔合，造成黄金失去了它的光泽和价值，而不良的习性和不良的感受也使人失去了他的价值和光辉。

爱的化身！

为了你本身的快乐和幸福你必须建立起对神的信心。假使民众建立起对神的信心，则全国便会快乐

。因为你们对本性(Self)失去信心，所以才会遭受种种烦恼。对本性具有信心是十分紧要的。千万不能被世间的学问冲昏头脑。事实上，凡是涉及心念和感官的所有的一切，只不过是无形(Ignorance)罢了。灭绝心念，才是真正的智慧。心念只有一堆念头和冲动。因此，凡是牵涉到心念的一切事物，都是变幻无常的。唯独自性(Atma)是真实常住的。

人随着岁月的变迁而改变，但他的本体是不变的。在诞生之初，你是婴儿。十年后，人家称你为小孩。三十年后，你是一个成年人。七十五年后，你被称为老爷。婴儿、小孩、成年人、老爷都是同一个人，但是你却被体形的改变迷惑了。你应该时时心系那常住不变的本体。这才是真正的人性价值观。世间知识虽然有它的用处，但它绝对不是生命的一切。世间知识仅能谋求在这个世界上的快乐，灵性方面的知识同时确保死后的福乐。唯有灵性知识才会在你之内，在你之上，在你之下，在你四周护佑着你。

有些人否认神的存在，因为他们的肉眼看不见祂。如此说来，你便可以否认肉眼所不能见的空气的存在吗？虽然人类的眼睛看不见神，慈悲心(Hridaya)却看得见祂、听得到祂和体验到祂。这就是我们古老文化的教导。几千年来，这古老的文化始终保存着它的活力。爱因斯坦说，能量不生不灭。它只是改变它的形状而已。而我们的古老文化，也应作如是观。

从一到九之间的数目字中，以一为最大。因为没有前者，后面的数目字便不存在。正是由于‘一’，而衍生了十、百、千、万……。有一在零的前面，这零数方才具有价值；而零的数目愈多，它的价值也愈大。一是宝，世界是零(One is hero, world is zero)。这宝就是神。你们一个个统统是零。所以，设法以神这个宝作你的靠山。建立起当下就是神的信心。重覆念诵马铃薯和春卷不会解除你的饥饿。同样的道理，仅凭阅读经典或聆听圣者的讲道是不会令你有所成就的；倒不如奉行至少一项教诲。唯有这样你才能体验到喜悦。

这里有一个例子：加两茶匙白糖于盛着水的杯中，白糖便沉至杯底。如果你不去搅拌白糖，水不会有味。搅拌之后，全杯水就甜了。人心有如盛着水的杯子，神性则好比白糖。以菩提的茶匙去搅拌它。这搅拌的程序就是探究。完成了探究后，神性的甜美便遍布你的身体。如此一来，你所看、所听、所说和所做的一切便弥漫着神性。你的生命本身也被爱填满。

为了建立爱，你必须加强你的虔诚。很多人认为虔诚不过是愚蠢罢了。其实，徒具书本上的知识而不知实践，才是真正的愚蠢。你千万不能因拥有书本上的知识和肤浅的知识而自满。你也必须掌握普

通知和使你能分辨是非的有关知识。如此，你才能拥有实用的知识，这实用知识非常重要。然而，今天似乎已经很少人拥有实用的知识。大多数人浪费他们的生命去追逐表面的知识。

就灵性的领域来说，倘若你缺乏虔诚和精进心，那你便一无所得。在百货市场里，如果你不付出一些金钱，你连一条手帕也休想买到。同样的，除非你先奉献出你的爱给神，你是不会获得神恩的。神也似个生意人呢！神做的是哪门生意呢？不是世间上的生意，而是灵性方面的。祂接过你的爱后，便倾泻祂的恩宠给你。把你所有的念头和烦恼统统交给祂，去换取至福。

这便是你理当和神所进行的交易。但在当今这个伽利时代里，人们和神所做的却是另一种交易。学生在庙里祈祷，“主啊！如果你让我考试及格，我便奉献两粒椰子给祢。”神要如何处理你的椰子呢？正是好像这类愚蠢的誓言使到灵性在许多人的眼里，成了荒唐可笑的行径。你们很多人也许都知道，在安德拉巴拉迪斯（Andhra Pradesh）有一个很出名的圣地，叫做第鲁巴地（Tirupati）。第鲁巴地供奉主文卡德斯瓦拉（Lord Venkateswara）。有些人到那里去祈祷，“世尊，要是我中彩票，我便奉献我的头发给祢。”他们没有想过，神并不需要他们的满头脏发。你必须奉献出你的所有邪恶品质和邪恶思想给神，以换取圣洁的品质和圣洁的思想。假使你有

一张破旧的钞票，又没有人愿意接受它，你可以拿到储备银行去换一张新钞。你那被恶念污染了的心地，好比那破旧的钞票……即使你的妻子和儿女们都不会接受它。因此，奉献它给神。神就像储备银行的主席，祂会换一个善良的心地交回给你。以后，你便会过着快乐的生活。

善用财富

根据《吠陀经》，人的生命十分神圣。切勿以恶念和恶行去沾污它。赶快步上灵修大道，以爱去填满你的一生。灵修不仅是外在的膜拜和仪轨而已。你的内心应当有殷虔诚的感受。如果你有兴趣，你也可以从事外在的膜拜；外在的膜拜没有什么不对。但是，缺乏恰当的感受，一切活动都徒劳无功。所有一切膜拜和仪轨的目的，在于唤醒你的觉性。否则，你便有如动物一般，只知追求世俗的快乐和舒适。

‘食物、睡眠、恐惧和子孙是人类和禽兽相同之处，而唯人拥有智慧，缺乏智慧的人，与禽兽无异。’

今天，人们忙于屯积财富，然而，善于运用财富的人却寥寥无几。很多人领取高薪，但他们所付出的代价却低于所领取的薪酬。不论你所做何事，都要为了讨好神而做。唯有这样，你的生命才会得到救赎。

爱的化身！

印度有不计其数的富翁、教育家、科学家和博学之士。但能够恰当去使用他们的钱财和资源的人并不多。而能够尽忠职守的人更是少之又少了。这就是国家会遭受到像今天的种种困难的原因。所有富豪都必须认识到，在他们离开这个世界的时候，他们带不走即使一分一毫。你在社会上所赚到的钱，应当完全用来造福社会。你们大家都知道库如万赖（Kulwant Rai）斥资大量金钱兴建这栋美仑美奂的大厦。这个国家有很多有钱人，但他们之间有多少人去做好像这种慈善和牺牲的义举呢？牺牲是最高尚的品德。有些人基于商业的立场去建医院和学校。如果他们付出五十元去建医院，他们所期望的利润是一百元；如果投资五十元于教育机构，他们便要赚两百元。这样的商业行为是不健康的。凡是你所做的一切事情，都要为了他人的利益而做。你空着双手来到这个世界你也一样空着双手离开，你带不走任何东西。你所拥有的富丽堂皇的楼宇和银行里的巨大存款，不会为你带来任何好处，倘若你不利用它们来造福人群，回馈社会。唯有这样你才能赢取神恩。把舒适和温情带给贫困大众吧！

在德里有很多付担不起医药费的穷苦人士，还有更多缺乏经济能力送子女到学校接受教育的家庭。去成立医院和学校，为穷苦大众提供免费服务。你不必等人家来提醒

，你要自己发心去做这些善举。我从来不曾叫库如万赖建造这栋大厦。这栋大厦是他本人的心意。这种高尚的心意源自于过去诸世所累积的功德。也许有很多人会嫉妒他。建筑这栋大厦的人有福了；嫉妒他建筑这栋大厦的人有祸了。每一个人都必须去做好事；视每一件好事为神的工作。（掌声）。说实在的，库如万赖建了这栋美仑美奂的大厦，等于为赛组织作了一项伟大的布施。他不是为自己的利益而是为他人的利益而做。每一个有钱人都应该养成牺牲的精神。

认为印度是一个贫穷的国家是错误的。它是女神勒苏美的寓所。古时的旁遮普州，有些房屋是用银建筑成的。外国侵略者掠夺这些建筑物，用骆驼运走银器。他们洗劫宋纳庙（Somnath temple）内的所有金器。如果印度真的是一个贫穷的国家，它便不会遭受曾经被外国侵略的痛苦。印度并不缺乏财富。有些人称印度是贫穷的国家，诚属不幸。印度是一个资源丰富的国土。印度人并不贫穷，他们很富有。谁是世界上最富有的人？知足常乐的人最富有。谁是世界上最贫穷的人？欲望过多的人最贫穷。具有牺牲精神者是最富有的人。假使你有十个卢比（Rupee），捐出至少一个卢比给穷人。然而，乞丐却不以一个卢比为满足，因为，现今的一个卢比连一小片面包也买不到。

我们的祖先视自己的诺言重于金钱。你们诞生在印度这块神圣的土地上，实在是你们的福气。你们应当奉行以及向全世界宣扬正义，毋辱作为印度儿女的身份，这会让我感到无比快乐。信不信由你，我从头到脚都没有丝毫私我的痕迹。一切我所做的，全都为了他人的福利而做。存善、向善、行善。这才是真正的人性。

神是常住、正觉和福乐的化身。常住和正觉结合起来，便成了福乐。因此，一个人若要体验福乐，便必须与神为友。神是唯一的真正朋友。你们大家都了解世俗朋友的面目。只要水池里有水，成千只青蛙便聚居在那儿。一旦水池干涸了，所有青蛙便绝尘而去。同样的，只要你有权力和金钱，所有势利朋友便争着巴结你。一旦你失去了权力和财富，他们没有一个人会再看你一眼。但，与神的友谊是真挚和永恒的。神在你得意和失意之际始终陪伴着你。哈利曾德拉国王为了捍卫真理而经历种种苦难和折磨。由于他坚持着真理的道途，神一直护佑着他。金钱有如浮云一般聚散无常，但品德来后便会增长。（掌声）。这是你们今天要牢记之事。

德里是印度的首都。所以，如果德里好，全国便会好。团结可以成就一切。放弃个人与政治上的歧见。心中谨记着国家利益至上。团结一致，为祖国的福利而不惜牺牲自己的性命。维护国家的荣誉，并将之传播四海。

爱的化身！

如果你在每一天之中，致力去使至少五位同胞走上正途，你便可以以为九亿八千万印度人口带来团结和新气象。为国家的福利祈祷。培养爱国精神。如此，国家和社会便会繁荣。我希望你们不会因为我讲得太多而不耐烦，只是实在有必要灌输这些圣洁的教导给你们。真理的阐扬必须以大无畏的精神去做。假使你追随真理，便不必有任何顾虑。人生受4个F所支配：

追随主人 (Follow the Master)

面对邪恶 (Face the Devil)

斗争到底 (Fight to the end)

完成游戏 (Finish the game)

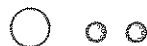
你的良知就是你的主人，追随你的良知吧！人生是一场游戏，去参与吧！人生是一场梦，去实现它吧！人生就是爱，去享受它吧！假使你明白个中的道理，并且去奉行至少其中一项，你的生命便得到救赎。时时刻刻思念神。快乐的秘诀在于诵唱神的名号。你可以诵唱神的任何名号而得救。

——录自世尊讲道

地点：德里

时间：1999年3月12日

认清‘我’的原则



爱的化身！

三界存在于纷飞妄念中；一念不起时，始知本来无一物。心念是痛苦和烦恼之主因。人必须克制他的欲望，以便能达到控制心念的目的。

大自然是伟大的导师

树木一律为前来纳凉者提供遮荫之处，不论他们的种姓、主义、宗教和国籍上的差异，从而展示了平等心的神圣原理。崇山峻岭忍受严寒、狂风暴雨和酷热，教化人们不要过份执著他们的肉身。飞禽满足于每日所觅得的食粮，它们不会囤积居奇，告诉人们不要为明日担忧。死亡传达了肉身的无常，而我和我的 (I and mine) 的感觉只不过是幻象。大自然是传授人类真知的唯一学府，而神是唯一的精神导师。（泰卢固诗）。

爱的化身！

大自然为人类树立了牺牲精神的典范，让人们去仿效，去过高尚的纯朴生活。这世界既短暂又充满痛苦，倒不如去冥想神吧！在这种情况下，为什么人还不能培养起牺

牲精神呢？明知身体的无常，他仍然陷身在欲望的牢笼里。由于人的欲望无穷，他的烦恼也就永无尽期。若要消除烦恼，他便必须仿效大自然。大自然是最佳的传授师，它告诫人们培育爱、慈悲和牺牲精神。

自古以来，在印度这块圣洁的土地上，不知出过了多少圣贤、先知以及帝王，他们不遗余力地阐扬牺牲和灵性原则，为全人类指示出那条宁静及福乐的道路。巴利(Bali)就是其中一位以身作则的帝王，他奉持许多祭祀和仪礼。他甚至不顾国师苏格采耶(Sukracharya)的劝告。苏格采耶劝他不要去实现对禾摩拿(Vamana)所许下的诺言。他对国师说，罪恶莫大于食言，他宁可不计一切后果，也不会违背诺言。

由菩提(Buddhi)来掌管心念

曾经一度是牺牲、灵性和宁静之乡，并且诞生了好像巴利这类出类拔萃的帝王的印度，现在已经沦落为不义、虚伪和动荡之地了。切勿被身体所迷惑，身体总有一天会败坏。唯有自性原则才是永恒常住的。一个人必须基于自性原理而不是以物质世界的瞬间快乐为依归去生活。大自然具有双重面貌，即物

质层面和精神层面。凡是你所见、所听和所想的，都涉及物质世界的事务。而自性原理的空性(The unmanifest principle of the Atma)却是宇宙万象的基础。以某栋楼宇为例，你看到它的豪华和气派，但你看不到它的地基。身体好比楼宇而心念则是它的地基。正如楼宇建筑在它的地基上，而身体则建筑在心念的地基上。倘若心念稳定，身体便稳定；反对来说，身体稳定，心念便稳定。已经获得人身我们，有必要去了解身体、心念、才智(intellect)和感官的功能和作用，以便能正确地使用它们。

在驾驶汽车前，个人应该明白刹车制、离合器、加速器等的位置以及它们的正确操作方法。我们的身体有如一部汽车，心念好比驾驶盘，眼睛是照明的车灯，心脏是内燃机、胃是油箱，而人生的四大目标：正义、幸福、随心所欲和解脱便是那四个轮子。车身外面的轮子由车内的驾驶盘来控制。同样的，心念是驾驶盘，它控制着人生旅途的方向。因此，人应当尽一切努力去了解心念的本质。即使人死了，他的心念还会继续存在。人的纯洁视他的心念是否清静而定。倘若他的心念不清静，那么，他的整个人生便是污秽不堪的了。

虽然现代的人充满了不正当的念头，但他却尽力去争取宁静和快乐的生活。倘若他不放弃不正当的念头，他又怎能期望会有好的结果呢？在尘世间所体验到的平静和快

乐都是短暂的。事实上，真正的快乐并不存在于现象世界而是存在于内心世界之中。心念是好或坏、是快乐或痛苦等等一切之因。吠陀经说：心念既是束缚也是解脱之因。人如果听从他的心念的指使，他便比禽兽还不如，最终葬送了自己的一生。只有当他追随菩提的指使，他的生命才会净化。凡是任性的人，他的人生不会平坦。那他又怎能享有持久的快乐呢？所以，人的首要之事是使心念安定下来，使它圣洁。每做一件事之前，他必须考虑清楚，这是好的或是坏的、对的或是错的。但人却把他的辨别能力用在自私自利的途径上，这就是个体辨别力。今天，我们所需要的是本体辨别智，这本体辨别智是以真理、爱和正义等神圣原则为其基础。真理是神，爱是神，生活在爱之中。真理是一，它放诸四海皆准，也不会因时间的推移而改变。真理源自于道心(Hridaya, 菩提心)。一旦你对真理有着全面的信心，并且义无反顾地去追随它，你的心念便受到控制。

人最基本的努力应当是心念的控制。要成功控制心念，则必须压抑欲望。然而，今天，人的欲望已经太过多了。人有欲望，这是毫无疑问的，但它们必须有限度。今天，即使是遁世者也不能控制他们的欲望，至于普通民众更不必说了。他们的欲望随着他们道院的扩建而高涨。为什么人要有无穷的欲望呢？艾迪商羯罗(Adi Sankara)说：“不要为你的财富、子孙或青春骄傲

，时间的洪流有可能在刹那间把它们统统卷走。”青春和财富有如浮云一般，转眼间便消失了。人应当保持着一颗静定的心，以便能够随机应变。你们方才听到了一位歌手高歌泰格罗渣(Thyagaraja)的作品，曲名叫“Samayaaniki Thagu Maatalaadene”。泰格罗渣是一位了悟真理和热爱神之士。但是，当苦难到来之时，人往往约束不了他的心念。由于这项弱点，使到人居然把本身的烦恼归咎于神，而泰格罗渣也不能例外。当他忍受不了人生中所遭遇到的苦难时，他便埋怨起罗摩来，他说道：“罗摩呀！我对你的虔诚十分强烈，然而你却没有任何力量护佑我。”事后，他进行了深沉的反省，他为自己鲁莽的谈话而忏悔。他唱道：“罗摩呀！要是你欠缺力量，那么，一只猴子又怎能一跳而跃过辽阔的汪洋？而财富女神勒斯密娘娘又怎么可能成为你的配偶？罗什曼那(Lakshmana)怎会膜拜你？才智超凡的婆罗多(Bharata)又怎会侍奉你？而我那有限的头脑又岂能了解你那无边的法力呢？”(泰卢固诗)。

具备了广阔的胸襟后，人才有可能了解神性的广大无边。今天，人的心胸已是如此狭窄，致使他放弃了崇高的理想，转而去追逐欲望的生活。去过充满圣洁感受的生活吧！放弃世俗之情。对神要有全面的信心。有了信心，你便能成就一切。

真理、正义和牺牲这三者构成了人性。真理就是道德，正义就是

行为守则，而牺牲则是声誉。这三者结合起来，便是人类。但是，这三者在现代人的身上全都销声匿迹了。因此，我们只看到人的形状，却看不到人的行为。今天的人由于心猿意马，他已经不能安静了。但是，人需要心念，具有心念者才能作人。欠缺心念，他便不是人了。所以，人应当对本身内在的神性有所觉醒，而以此一觉知去作人。不幸得很，很多人不相信神的存在。神在哪？祂无所不在。

祂的手、脚、眼、口、头和耳弥漫十方，祂无远弗届，遍布法界。

爱的化身！

人需要意志力(power of mind)比体力更甚。人应当控制他的情绪，在失意之时更须如此。

人生是挑战，去迎接它吧；
人生是游戏，去参与吧；
人生是梦，去实现它吧；
人生是爱，去享受它吧。

欠缺爱的人不过是行尸走肉而已。爱、爱、爱。爱就是一切。生活在爱之中。爱表现于施与恕上；私表现于取和忘之中。

真正的智慧在于体验到一体性

目前，世界人口约有六十亿。但是，每一个人体内的‘我’的原

则却是一样的。每一个人，不论男女都以‘我’自称。一个人要如何才能认识这六十亿人呢？一旦你体认到‘我’的原则，你便能认识全体六十亿人。这里有很多发光的灯泡；流通过这些灯泡的电流是相同的。同样的，所有人体之内的‘我’的原则都是相同的。与其去问“你是谁？”，倒不如自问“我是谁？”先认识你自己，而后你便会认识所有的人。

造成世界冲突和纷争的主要原因何在呢？对于一体性缺乏认识便是。倘若有人批评你，不必动气。要谨记相同的自性原理存在于你们之中。那位批判他人者和那位被人批判者并不是两个不同的本体。倘若你明白了这个道理，你便无从动气了，而宁静和安祥便会笼罩着整个世界。相同的，神和信徒是彼此分不开的。那位膜拜者和那位被膜拜者是同样的一个人。膜拜神的信徒其实只是在膜拜他自己。相同的自性存在于每一个人体内。一体性的原理就是梵天。把此一体性看成宇宙万象便是幻象。正是这个幻象造成全世界的动荡不安。真正的修行在于培养起一体性的精神，没有比这更伟大的修行了。不论你所持的是哪一项法门，你都应当基于爱去做，如此，愤恨和嫉妒便无从产生了。若要明白吠陀经的名言，如：众生皆具佛性、一切皆是梵，人便应当秉持高贵的品质。财富、子孙、善行皆不能导致永生；唯有牺牲才能成就永生。只要你在社会上身居要职，人们便会尊敬你。一旦

你失去了权力和地位，你周围的人便一哄而散，没有人会跟随你了。吠陀经称人为永生之子，你们务必好好作人，毋辱这个崇高的称谓。你们是永生之子，不是伪君子。

在肉体之内，有正觉存焉。这正觉就是真智慧。吠陀经称它为常住的觉性。由于这常住的觉性，身体、心念和才智才能发挥它们的功能。宇宙即梵、梵即圆满正觉、你是那和我是梵这四句箴言所指的正是这常住的觉性。要领悟到你就是神的真理。你也许以为你和 Swami 分开了。但事实上，我和你是分不开的。‘我是你的，你也是我的’，‘你和我是一’（掌声）。去领悟这个道理，并基于此去作人。体验到一体性便是真智慧。只有一而已，除此之外，别无他物。假使你不停地把一加在一之上，它的价值便不断增加。在另一方面，即使你把千万个‘我’加在‘我’之中，它照旧还是那个‘我’。这个‘我’就是圣灵。一旦你领悟到这个真理，你便会明白众生皆是圣灵的化身。吠檀多(Vedanta，吠陀的终极)的精义，尽在这四句箴言之中。

通过爱便能看到神的踪影

你们来自奇勒拉(Kerala)。你们也许听过很多无神论者申辩他们不相信神，因为他们看不见神。但何处才能找到任何一种不具形象的东西呢？人们看不见空气，但他们不能因此便否定空气的存在。同样的

，他们不能否定神的存在。神存在着，而你却看不见祂。一切名、一切相都是祂的。一旦你建立起这样的信心，你便会建立起对神的爱。

当基士拿到玛杜拉(Mathura)去了，牧牛女忍受不了与基士拿别离的痛苦。经过了深沉的反思后，她们领悟到基士拿和她们并不曾分开，因为在任何时候基士拿都是无所不在的。到玛杜拉去的并不是‘基士拿’，而是他的身体。她们唱了这首歌以表明她们所悟到的道理：“基士拿！我们怎会有可能了解祢？祢是小而无内，亦是大而无外。你存在于八百四十万众生之中。”没有人能认为神只在这里而不在那边。祂所无不在。只有通过爱，人才能看到神的踪影。人之所以能在镜子中看到自己的映像，完全是由于镜子的背面涂上了某种特别的化学物。同样的，你的心(Hridaya)也要涂上爱的涂料，以便你能看到神的踪影。以爱去注满你的心，如此一来，贪、嗔、痴等邪恶性质便无立足之地。石腊接触到热时便融化。心有如石腊，它受到爱之光照射时也会融化。

巴拉达(Prahlada)的故事正好说明了这一点。即使处在极度困苦之际，他仍然以全面爱心不停地诵唱那拉耶那的圣名。他被推下山岭，被扔到海洋中。人们设计用巨象践踏他、用毒蛇咬他。但，无论如何，他始终不停地诵念那拉耶那的圣名，连一次也不曾停过。巴拉达的爱融化了主的心，每一次巴拉达危

急之时，主都及时拯救了他。在快乐和痛苦之际表现出平常心，便是真正的虔诚。巴拉达便是一个很好的例子。他在极度痛苦时既不悲哀也不恐惧。他对‘神就在他的内心’有着全面信心。凡是诵唱神的所在，神都会在那里显现，如此，悲哀和恐惧怎还会有立足的余地呢？人应当在快乐和痛苦、得与失、成与败之时保持着平等心。唯有通过爱才能成就这种平等心。

爱的化身！

所有的人都是爱的化身。爱是最基本的力量。一旦你在自己的内心建立起爱，你便永远不会恨任何人。今天，仇恨在每一处日渐高涨。自我(Ego)是仇恨的根源。放弃自我，你便能明心见性，而唯有爱才能成就这一切。你应当以爱来生活，没有比这更伟大的虔诚了。

——录自世尊讲道

地点：百善地宁乐园 Kulwant 礼堂

日期：1999年8月25日

(原文刊载于1999年9月版)



是真正教育的根源

一个人心中充满慈悲，口说真话，身体奉献于服务人群，那么，伽利时代的坏影响能奈他何？

爱的化身！

人的心应该充满慈悲，口应该说真话而身体应该致力于为社会谋福利。思、言、行要时时保持圣洁。心灵不被欲望与愤怒污染，舌头不被妄语沾污、身体不被暴力摧残，这些才是真正的人类价值。今天，就是因为缺少这些人类价值，国家才面对困境。自古以来，印度是灵修的圣地。但，今日，它已丧失真理和正义而陷入不义、虚假及不公正的罗网中。因此，恢复古印度的原来的荣誉是学生们义不容辞的责任。就如父母为学业落后的孩子忧心一样，母亲印度对其人民的伦理道德的沦丧也感到痛心。请记住，那些你们尊敬的模范市民及高灵们也曾一度是学生。勿忘记，今日的学生即是国家未来的市民和领袖。

世俗教育与灵性教育

文化背景影响一个人的价值观。文化的真正意义在于杜绝邪恶的思想及不良的行为而培育圣洁的思想和高尚的行为。国家不仅是一块土地，也是人民聚居的地方。公民

必须培养道德、伦理及灵性价值，这样国家才会进步，而这些价值必须从小就培育并加以实践，否则就为时已晚了。倘若一个人从小就多行不义，其人生是毫无意义的。

学生能否拥有高尚优雅的生活，家长与老师在这方面扮演着重要的角色。首先，他们必须探讨如何帮助学生戒除恶习。玉不琢不成器，在良好环境中成长的学生将成为理想公民。家长与老师须对学生的行为负责。但不幸的，家长与老师皆不明白自己在塑造学生的模式上所扮演的重要角色。

无可置疑的，老师的任务是在课室里教导学生。但何谓‘Vidya’，它源自“Vid”，意思是“求知”。什么是一个人想要知道的？Vidya的英文同义字是‘Education’（教育）‘Education’源自拉丁文的‘Educare’，意思是‘使显出’或‘诱发’。Educare包括世俗与心灵两方面。世俗教育传授尘世间的学问。心灵教育诱发人类与生俱来的神性。因此，两者不可缺一，要不然生命就无甚意义。但是，现代的教育系统并不注重心灵教育。它仅注重世俗教育。鸟儿需要一对翅膀才能飞得高，推车需要两只轮子才能推得动，相似的，人类也需要这两种教育的相辅相承，才能达到人生的目标

。心灵教育让人究竟人生，而世俗教育仅提供谋生的技能。唯有两种教育兼备者才能获得社会的认同与尊敬，才能过着自我满足的圆满生活。

与头脑有关的世俗教育是短暂的。读书、写字、谋生与获取名利，这些皆世俗教育的成果。世俗教育造就‘伟人’，而心灵教育则造就‘好人’。心灵教育与内心相关，圣洁的素质如慈悲、真理、容忍和爱皆发自内心。今天，父母皆期望孩子受高深教育，赚大钱及成为大人物，但很少父母要求孩子成为大善人。善良是不朽的素质而伟大只是短暂的。善良是精神生活的根基。世界上有千千万万的所谓大人物，但是有几个人对社会的福利作出贡献呢？为他人服务才能为你带来盛名。因此，要努力追求善(good)而非大(great)。

现代的学生喜欢到海外接受世俗教育而忽略了其内心才是真正的教育源头。真正的教育使人类趋向理想。父母是孩子的启蒙老师。他们应引导孩子向善。仅受高深教育并不能令人变得善良。世俗教育传授的不外是Artha(财富)和Swartha(自私自利)。这种教育导致人类堕落。世俗教育传授信息(information)而心灵教育则改造心灵(transformation)。注重信息的教育把人塑造成一台电脑而改造心灵的教育令人成为一个创作者。人应该成为创作者而非电脑。是谁制造了电脑？是创作者。因此，人类必须明白真正教

育的含意。

今天的道德，伦理和精神价值逐渐衰微。在现代学生的身上，已找不到这些价值观了。他们不再尊敬父母和社会。这样下去，他们怎可期望得到自己孩子的尊敬？我们的古代文化告诫说：Mathru Devo Bha-va, Pithru Devo Bhava, Acharya Devo Bha-va（要如神般尊敬你的母亲、父亲及导师）。敬人者人恒敬之，要以身作则，身体力行，你才能成为一个创作者。

在《摩诃婆罗多》(Mahabharata)里有这样的故事。有一个在王宫里长大的国王，叫杜善达(Dush-yantha)，他沉溺于追逐尘世间的物质享受。相对的，他的儿子婆罗多(Bharata)却在Kanvashram(圣者Kanva的修道院)出世和长大，集道德、伦理和精神价值于一身。修道院教授的是人类道德、价值。婆罗多成为所有价值的典范，因他从小就接受这种理想教育的熏陶。这让他过着平和、快乐的日子。所以我常说，趁早出发，慢慢驾驶，平安抵达。杜善达是一个能干的统治者，享尽人间的荣华富贵。可是，他并没获得任何灵性成长，拥有这一切又有何用呢？这很明确地显示城市教育与寺院教育的不同。

人类价值为做人之本

五大人类价值：真理，正义，和平，博爱和仁慈（非暴力）可比

喻为五项生命原理，即：Prana, Apana, Vyana, Udana 和 Samana。能实践这五大价值的人，才是堂堂正正的人。今天人们害怕受到伤害而不敢说真话。他们不行正义，因为他们不知正义为何物。

无论如何你都不应放弃人类价值。丧失其中一项无异自杀。倘若你不说真话，那就丧失了生命原理中的一项。真理是你的自性(Atma)。因此，至死都应维护真理。印度的文化教导：Sathyam Vada, Dharmam Chara (说真话，行正义)。这些价值放诸天下皆准。

全世界的人都在祈求心境的平和。要如何获得平和？唯有实践真理和正义。今天，人类在过着缺少真理和正义的生活。这导致世界没有和平（或心境平和），爱心也不复存在。缺少这四种价值，非暴力怎能独存？无论在家庭，市场，工厂里，暴力事件猖獗。丧失了这五大价值的人类，活得像行尸走肉。因此，今日的人类需要注入生命力而注入生命力的必要条件就是对神的信心。有了信心才会有爱。有了爱才会带来平和。有了平和才会有真理，有了真理，神才会显现。有了神的显现才能获得至福。所以，人生必须以信心开始，才能获得至福。

古代和现代的老师

今天，纵使是父母与孩子之间，妻子与丈夫之间皆缺少互信。他

们所显示的爱仅只是造作的。在此情况下，爱如何发扬呢？要有坚定的信心才能体验到真正的爱。不论做什么事都应该全力以赴。要满怀慈悲。若心中充满爱，你的一切行动也就会充满爱了。

在尊赛(Jumsai)的演讲中，他说 EHV 就是 3 HV。第一个 H 代表心(Heart)，第二个 H 代表头脑(Head)而第三个 H 代表手(Hand)。心、头和手的协调象征真正的人类生活。Manasye-kam Vachasyekam karmanyekam Mahatmanam (他是一个高灵，思、言、行皆协调一致)。Manasyanyath Vachasyanyath karmanyanyath Duratmanam (他是一个邪恶的人，思、言、行皆不一致)。Hridaya (Hri + Daya) 这个名字表示慈悲(Daya)。因此，要心怀慈悲。当心中充满爱时，你所说的无非真话。爱之于言是真理。爱之于行是正义。爱之于思是平和。爱之于悟是非暴力(仁慈)。因此，爱是真理，正义，和平及非暴力的根本原则。

在古代，教师被称为 Acharyas，意思是言行一致者。今天的教师不可被称为 Acharyas，因为他们言行并不一致。现代教师擅长在讲台上演说而古代的 Acharyas 精通实践的学问。

倘若老师不能言行一致，要如何叫学生听从教诲呢？当母牛正在吃草时，难道小牛只会在旁观看吗？小牛自然有样学样。老师与学生的关系就像母牛与小牛一般。这意

味老师须把学生当作自己的孩子。遗憾的是，这样的师生关系不复存在。师生两者皆只向钱看。结果，学生不再尊敬师长而老师对学生也漠不关心。

教育是免费的

很多学院把名额分配给一些能付得起大笔捐款的学生。这种配额制度(Quota system)带来了全面性的堕落。政府竟也助长这种风气而使到教育制度完全丧失其价值。要阻止这种不良的趋势，唯有提供免费教育。人人皆有受教育的权力。教育是神的恩赐。无人有权将它贩卖。教育应导向 elevation (提升) 而非 agitation (震荡不安)。但是，我们发现处处都在动荡。

今天，金钱可以买到入学证、出席证、分数甚至于学位。医科学额仅分配给那些付得起 200 至 300 万卢比的考生。为了赚回学医所花掉的那笔钱，医生向病人收取昂贵的费用。同样的事情也发生在工程系。即使是第一年的入学，很多学院也征收二万至二万五千卢比。现代教育使人变成一个乞丐(beggar)。一个人应变成 bigger (更大) 而非 beggar。我不是感到骄傲才这么说的，实在的，沙迪亚赛学院是唯一提供免费教育的学院。尊赛(Jumsai)说，应该建立更多的学院。这是令人鼓舞的，但可别忘了，要提供完全免费的教育呀。唯有这样，我们才能把学生塑造成理想的市民。老师应

全心全意与学生分享心得。他们须言行一致。这是我对老师们的期望。以大笔捐款求得的教育根本不配称为教育。唯那些拥有黑钱者才会以这种非法的手段去获得学位。为国家谋福利才是真正的捐献。

要学以致用，为社会与国家谋福利。与他人分享你的学问。不必成为老师你也能做到这一点。在你居住的地区或许有一些穷学生，你可为他们开办黄昏特别班。今天，人们早出晚归，忙忙碌碌，为钱财奔波。他们不择手段，锱铢必计。人活着并非只为金钱。倘若只为钱财而活，那倒不如死去的好。如你有多余的钱，还是拿来帮助不幸者，为穷人提供免费教育及医药治疗吧！在赞比亚(Zambia)有一位信徒名维特卡奴(Victor Kanu)。他现在正在这里。他在赞比亚建了一间沙迪亚赛学校，有很多穷学生在那里读书。他们两夫妇以爱心与关怀教导这些孩子。（在这当儿，世尊问维特卡奴，学校有几个学生。卡奴回答说有 520 名学生）。他们给学生传授斯瓦米(Swami)的教导及人类价值。在不久的将来这间学校将成为一间学院。

世界上有很多富裕的人。但他们并不作出牺牲以帮助这些神圣的教育学院。其中有一些人为了名利，虽作出一些捐献，他们却期望自己的名字会获得大事宣传。记住，沙迪亚赛学院并非钓名沽誉的场所。在这里，我述说一件与此有关的事。在某地，当我要开始讲道时，

有一个人竟把风扇关掉。我问他，“为何你把风扇关掉？现在很热，我们需要它。”这人回答说，这把风扇是他捐出来的，他的名字写在扇叶上。除非把风扇关掉，否则看不到他的名字。

教育导向超脱之途

印度的文化宣称：“Na karmana Na Prajaya Dhanena Thyagenaikena Amrutathwamanasu”（唯作出牺牲才能获得超脱，财产、子孙或善行都起不了作用）。你的一切活动与宗教仪式必须能造福社会。你应鼓励自己的孩子为国家的进步而奋斗。唯有作出牺牲才能获得超脱。你要竭尽所能参与各种慈善工作。挑选一些值得赞助的学生，为他们提供免费教育。

教育并非为了要获得物质上的进步。教育是要建立理想，体验快乐并与他人分享心得。所有的长辈、教育家，富裕者和学生们皆应携手同心，为教育宏图共同奋斗。一条线把各色花朵串连在一起形成一条花串。爱与牺牲的情怀也应像线一样把你们紧紧地连系在一起。花儿会凋谢而线将保持不变。花蕾会绽放成盛开的花朵。儿童也会长大成人，当父亲、祖父。唯有爱的情怀永远不变。它是永恒的，是真实的。

人类不该丧失这五大价值中的任何一项。舍弃之即等于自杀。但

今天，人类竟连禽兽都不如，动物所拥有的牺牲精神也难在人群中见到。牛吃的是草，挤出来的是奶。但人类喝的是圣洁的牛奶，行的却是不义的勾当。（倘若人类不能舍弃邪恶品格，纵使接受高深教育又有何用？所有世俗学问仅引领他作出空洞的辩论而非提升智慧。这怎能帮他逃脱死亡的魔爪。人应该追求那能令他获得解脱的学问。——泰卢固诗）。

教育的目的应该是培育高尚的情操。世俗教育是负面的，而心灵教育是正面的。一个不通电流的灯泡有何用处？世俗知识就像灯泡而心灵知识就是电流。两者是人类及世界的进步与发展的绝对要素。请记住要好好的利用你的学问。做家长的要关心孩子的教育。勿期望你的孩子成为‘伟人’（great person）而应祈求他们成为像婆罗多（Bharata）这样的一个人，‘好人’（good person）。这才不枉此生。

‘好人’和‘伟人’

倘若你读过圣典如罗摩衍那（Ramayana），博伽瓦谭（Bhagarata）和摩诃婆罗多（Mahabharata），你就能了解欲望（Kama），愤怒（Krodha）和贪婪（Lobha）的邪恶后果。在罗摩衍那里，罗摩象征善良（goodness）而罗波那（Ravana）象征伟大（greatness）。虽然罗摩和罗波那皆精通一切学问。但罗波那并不能善用其知识因为他不能控制自己的感官，而罗摩（Rama）却

能控制自己的感官并为真理而牺牲一切。罗摩衍那也被称为罗摩的故事（Rama charitra）。而罗波那的故事则被称为欲望的故事（Kama charitra）。

博伽瓦谭述说一个人因憎恨而需面对的后果。喜兰尼卡沙（Hiranyaksha）和喜兰尼亚卡西普（Hiranyakasu）皆拥有无上的权力，却因对神的憎恨而自取灭亡。喜兰尼亚卡西普是一名伟大的科学家。今日的人类仅能登陆月球而喜兰尼亚卡西普却能到达其他星星。但最后，他被自己的愤怒所毁灭。

在摩诃婆罗多里，难敌（Duryodhana）和难降（Dussasana）两兄弟象征贪婪，是一种负面力量。相对的，般达瓦（Pandavas 般度族）代表正面的力量，无论在任何时候他们都在维护正义。相似的，喜兰尼亚卡西普象征负面力量而钵罗赫拉德（Prahlada）则是正面力量。因此，我们到处看到正面与负面、善和恶都是同时存在的。要弃恶从善以赢得好名声。这样，你不但可以成为一个伟人也成为一个好人。

重视人类价值而非金钱

老师们！你们出席这三天的讨论会，大家皆心怀崇高的理想，但必须谨慎地把理想付诸实现。要重视人类价值而非金钱并注意学生们的全面发展。

学生们！我希望你们成为理想

的领袖。利用所学为穷人服务。为贫苦的孩子免费补习并让他们合用你的书籍。唯有这样，你才能培育‘四海之内皆兄弟’及‘以神为父’的情怀。

我已说过，Educare是指两方面：发自头脑的是Pravritti（向外之道）而发自内心的是Nirvritti（向内之道）。神是Hridayavasi（寓居于内者）。因此，一切发自内心的都是神圣的。那么，让你所有的思、言、行皆发自内心吧！行善、存善、向善是迈向神的途径。将苦与乐当作是神的恩赐。良药苦口利以病，为了治愈症疾，需服苦药。人也要面对困境才能苦尽甘来啊！所以，我们说，快乐存在于两个痛苦之间。倘若没有黑暗，何来光明。同样，若没有痛苦，快乐哪里值得珍惜！

学生们，要竭尽所能去为社会服务。当然，你必须做工干活，但勿贪得无厌，要对所得知足。亚历山大占领很多国家并囤积了很多财产。当大限来临时，他知道自己一个铜板也带不去。他吩咐大臣把他的手伸出棺外，让人们知道即使强大如亚历山大皇帝，在离开这世间时也两手空空。人都是生不带来死不带去的。百万富翁吃的也只是米饭而非黄金。所以，对衣、食、住的需求要知足。要忠于职守，闲暇时多参与服务活动。培养对神的信心。倘若对神毫无信心，也不畏惧罪恶，你将变成一个恶魔。因此敬爱神明、惧怕罪恶是绝对必要的。两者兼备，你的努力势必带来成功

的果实。要视一切好的工作为神的工作。

爱的化身！

完成学业后勿渴望跑到外国去。要为祖国服务。主罗摩说，Janani Janmabhoomischa Swargadapi Gareeyasi（母亲与祖国皆大于天）。还是替祖国效力，为穷人服务吧！‘爱众生，服务众生’是爱神的最佳途径。要及时为他人作出服务。你是为体验爱而来到这世间的。你的生命充满着爱，但你却不了解这爱的原则。在这世间，没有比爱更伟大的了

。爱即是神，神即是爱，要活在爱之中。

世尊以答赞“Bhava Bhaya Harana……”和“Sathyam Jnanam Anantham Brahma……”来结束讲道。

——取自1999年7月26日薄伽梵在百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂为第一届士里沙迪亚人类价值讲习会（有关父母之责）的闭幕礼上所作的讲道。

（原文刊载于1999年9月版）

生活在神意识中

“驯服身体，修正感觉，结束心念。”

这是印度文化主要的‘抑制原则’之一。每一个婆罗提耶(Bharatiya 求道者)都是这遗产的继承者，所以，他应该充份地利用这遗产来救赎其生命。辱骂他人者，其实他在辱骂他自己，因为辱骂者与被辱骂者是同一个人，他们内在的圣灵(Atma 真我)是一样的。那么，这倒底是谁骂谁呢？同样的真我原则寓于众生之内。基于此，经书上说：“Ekam Sath Viprah Bahudha Vadanti”（真相只有一个，但智者以不同的方式论述）。

人类基本的一体性

这杯子里有水，泰卢固语称水为‘Neeru’，泰米尔语称之为‘Than-ni’，兴都语叫‘Pani’，英语叫‘Water’而梵语叫‘Vaari’。叫法不同，水是一样的，其素质不因名称的不同而有所改变。在这森罗万象的世界里，人类有不同的名字和形相。外貌虽迥异但真我是一样的。‘在分殊中认清单一’就是灵性的修习。如果一个人更深一层地去探询他所赞美或低贬、爱护或信赖的人是谁时，他不难发现他其实在赞美、低贬、爱护或信赖的仅只是他的‘自性’而不是他人。

开天辟地以来，多少世纪过去了，但人到今天还是不了解自己的真如本性。天地万物都有其源头而创造者是神。祂这样地意愿：“Eko-ham Bahusyam”（我仅单一，让我成为众多），于是乎天地万物因其意愿而显现。Srishti(天地万物)源自Paramesthi(至高无上之能量)。所以天地万物(Srishti)乃无上能量(Paramesthi)的一肢。社会(Samashti)是天地万物(Srishti)的一肢。同样，个人(Vyashti)是社会(Samashti)的一肢。没有天地万物，就没有社会；没有社会，就没有个人。正如人有四肢，如手、脚、头等，组成他的身体，同样，人是社会的肢体而社会则是天地万物的肢体。是故，人并不脱离社会、天地万物和无上能量。所有人类都是神的同样身体的肢体。如果人能认识他与社会、天地万物和无上能量（神）的密切关系，他就不会憎恨或辱骂他人了，因为大家同属同一身体的肢体。体认四肢与身体之间的关系的真相是灵修的基本要素；这真相也是部份与总体之间的关系的真相。凡了解此真相者就不受褒贬的影响了。

有一次，一个高人从一个乡村到另一个乡村去。一个不敬神的人紧随在背后并且不断地批评和辱骂这位高人，但高人不予以理会也不表示忿怒或苦恼。当他们快要抵达目的地时，很多村民都出来欢迎这位高人。那个不敬神的人当然也看在眼里。高人于是对其中一个村民说，“在提供我所需之前，请先给这位先生一些牛奶和食物，因为他

一路上不停地责骂我，想必非常疲倦，又饥又渴了。”这人顿时觉悟他所辱骂的人竟是如此伟大。他自忖，“他不受辱骂影响，全不在乎褒或贬，他必定是个高人，值得尊敬。”然后，拜倒在高人足前并说，“斯瓦米，虽然我那么无理地辱骂你，但是，你一点也不生气。”高人回答，“你这笨蛋，你不了解同样的圣灵寓于你我之内吗？你谴责的是这个肉身还是自性？如你谴责自性，你不是在谴责自己吗？因为同样的自性在你我之内。如你谴责我的身体，我自己也无时无刻不在谴责我的身体，这身体由五大元素组成并且充满着恶臭而肮脏的物质如粪便等。我谴责我的身体，因为我厌恶它。所以，如果你辱骂我的身体，你是在帮助我呀。”

梵的本质

仅仅认同身体是一个妄想(Bhramatathwa)，因为你在单一中看到分殊。反之，如果你在分殊中看到单一，你就明心见性(Brahmatathwa)了。所以，在单一中看到分殊就是Bhramatathwa(妄想，幻像)而在万物中看到一体性就是Brahmatathwa(对圣灵的觉悟)。主的事迹(Vishnu Chaitra)真不可思议(Chitra)，这些事迹圣化所有三界的众生，它们是斩断束缚之乱麻的快刀。它们就像是高贵的朋友(Sanmitra)。对圣者的园地而言，他们是春天，使园地百花盛放，百鸟争鸣。

神是不可描述的。连伟大的圣者那罗陀(Narada)，梵天之子，也不能了解神的威严和奥秘。有一些人误以为那罗陀是个制造矛盾的人。这是错误的。Narada指的是启迪智慧的人。他宣称，了解不二论就是智慧。他随时可以进出Kailasa(湿婆住所)或Vaikunta(毗湿奴住所)。

云游四海的那罗陀有一次到Vaikunta去会见毗湿奴。毗湿奴要试探那罗陀，故意说，“那罗陀，你已没有执著，并且常常走动于三界之中并不断地诵念我的名号，但是，你曾否试图去了解我创造万物的奥秘。我创造五大元素。整个宇宙是五大元素组成的。你可曾想过五大元素中哪一个最重要？”那罗陀回答，“我的主，我怎么知道这一点呢？在这创造中，我认识每一样的东西。如果我不能了解这真相，谁还能了解呢？”主于是再问，“五大元素中，哪一个元素最重要？”那罗陀回答，“水是最重要的，因为地球上的四分之三的土地被水覆盖，陆地只占四分之一。”毗湿奴说，“但圣者阿卡斯提耶(Agastya)一口就把海水给喝了。阿卡斯提耶不是比海水更大吗？”那罗陀回答，“我的主，没错，阿卡斯提耶确实比海水大。”毗湿奴又问，“但是，这阿卡斯提耶只不过是太空(Akasa)里的一颗小星星。那么，太空与小星星哪一个较大呢？”那罗陀回答，“当然太空比较大。”主点头并说，“你的理解是对的。太空的确比较大。当主以伐摩那(Vamana)化身降世时，主要求巴利国王

(King Bali)的三大脚步。在这过程中伐摩那化身为特里维克罗摩(Thrivikrama)并以第一步覆盖整个地球，第二步覆盖从地球至太空的空间，而第三步就无处可置了。巴利国王必须提供他的头作为第三步的落脚点。那么现在，是神大还是太空大？”那罗陀回答，“斯瓦米，如果神的脚可以覆盖整个太空，那祂的整个形相该是多大呀！神的确比较大。”毗湿奴问，“包含整个宇宙的神寓于信徒的心里。现在，是信徒的心大呢，还是神大？”那罗陀回答，“的确，是信徒的心较大”。那么，你看有什么比信徒的心更大的呢？无限的神以其微妙的形相蕴寓于一个真正信徒的心中。所以，祂被称为Anoraneeyan Mahato Maheeyan(小于最小，大于最大)。有谁能了解或描述神的真相呢？

要生活得像朵莲花

如你想了解神圣的原则，你必须了解印度文化的精华。印度文化教导我们，以‘伟人’见称是微不足道的，以‘好人’扬名才是重要的。在《罗摩衍那》中，罗波那(Ravana)是一个伟大的人物，但罗摩(Rama)则是‘善’的化身。罗波那的‘伟大’与罗摩的‘善’有何不同？‘伟大’者在Narayana(那罗衍天，神)中看到Nara(人)而‘善’者则在每一个Nara(人)中看到Narayana(神)。关键在于在人之中看到神，这是真正的吠檀多(Vedanta，译注：Veda知识，anta最终。)。Sarvam Khalvi-

dam Brahma(一切皆梵)。Sarvam Vishnumayam Jagat(圣灵弥漫宇宙)。Ishwara Sarva Bhutanam(神遍存于众生之内)。知道此真相者就是一个‘善’者。

人与神之间有什么不同？有‘分隔’和‘个我’(Vyakti)的感觉者是人而神则视宇宙万物为祂的显彰。认识‘一切皆神’的这个真相就是‘悟’。高尚的人认自己为社会的一份子，更高尚的人认自己为天地万物的一份子而认天地万物为神的显彰者则是明心见性的人。明心见性者在天地万物的每一部份中看到圣灵。一个明心见性者的属性是什么？其心就像莲花。莲花来自何处？来自污泥。长于何处？长于水面上。莲花出污泥而不染，但它不能一刻没有泥和水。人在无数过去世所留下的薰习(Sankaras)就像是泥，现世好比是水。明心见性者不受前世影响，而其现世虽是前世的果报，但他仍可以从过去薰习的污泥中跃起以保持清净和自在。

人人皆具神性，但人却利用这些天赋的圣洁素质作为追求物质的手段而已。他浪费时间于俗务上。其原因何在？主要原因在于人的‘自我’(Ahamkara)和‘执著’(Mamakara)。除了这两者，人也是嫉妒(Asuya)的牺牲品。嫉妒是大危机的根源。不论个人的学问有多渊博，权势有多尊贵或德行有多崇高，一旦受到嫉妒的吞噬，他便失去一切了。好比这里有株枝叶茂盛、花朵盛开的绿树，假如有一只白蚂蚁进

入树内，很快地这株绿树便会被摧毁。没有人会觉察白蚂蚁在啃树根。嫉妒就像是白蚂蚁。俱卢族(Kauravas 高罗婆族)因嫉妒而自取灭亡。嫉妒之人没有随喜心，看到他人快乐、健康、有钱或比自己强，他反而不快乐。内心怀持着‘无人应该驾凌自己之上’的感觉就是嫉妒的根源。嫉妒有三个儿子，即：欲(Kama)、嗔(Krodha)及恨(Dvesha)，但它也有一个姐妹叫Anasuya(没有嫉妒的人)。Anasuya是圣者阿特里(Atri)的妻子。她使到三位一体的梵天(Brahma)、毗湿奴(Vishnu)和自在天(Maheshwara)成为婴孩。她能神忘掉他们的神性，使神灵成为她的孩子。嫉妒的扩张是没有极限的。这是非常危险的。嫉妒是使人倾倒的主因。所以，你应该摆脱嫉妒的纠缠。嫉妒与印度文化格格不入。印度文化一直把人类视为一个实体。吠陀祷文的意义如下：

Saha Navavathu
Saha Nau Bhunakthu
Saha Veeryam karavavahai
Tejaswi Navadheethamasthu
Ma Vidvisavahai
Om Santhi Santhi Santhi。

(愿我们一起得到保护和滋养！愿我们执行英雄式的善举！愿我们充满着神圣的光辉！愿我们彼此间没有恨意！噯！平和！平和！平和！)

多圣洁的祷文啊！这是印度传统的一部份而类似诸如此类的印度文化的圣洁信条简直多得不胜数

。文化(Sanskriti)是什么？凡精练出来的就是文化。这精练出来的信条已被人遗忘了。人也忘了他的人性反而培育起兽性来了。这兽性转而变为魔性。你应该尽力排除兽性而培育人性才对啊！

及早起程

今天人们进行各种灵性修习，但是，他们收到什么效果呢？人的肉身有如柔嫩的芭蕉叶。你以芭蕉叶来包裹五种可口而具有甘露素质的食物。这五种食物的组成部份是五大元素（地、水、火、气、空）、五大生命原则（Prana、Apana、Vyana、Udana Samana 译注：Prana，气息，指向上气息，位于心内，主呼吸；Apana 向下之气息，位于脐下，主排泄；Vyana 充贯全身之气；Udana 位于喉之气，主连接心念于睡醒之境；Samana 位于脐之气，主消化与输送食物。）及五大感官。你首先该把食物供奉给谁？你不把食物供奉给神反而供奉给爱欲（Kama）、嗔怒（Krodha）、贪婪（Lobha）、执著（Moha）、骄傲（Mada）、嫉妒（Matsarya）诸魔。你就这样地把你的五大感官供奉给这些魔。当这些魔饱食之后，当肉身的柔嫩芭蕉叶变成破碎的残片时，你才转而供奉给神。这是你应该做的吗？食物准备好就应该立即供奉给神，然后才进食。为什么你要供奉这美味佳肴给爱欲、嗔怒、贪婪、骄傲、嫉妒等恶魔呢？泰卢固诗云：“当年迈时，身体衰弱，视线模糊，满脸皱纹，孩子

们围绕着你并捉弄你而你的肉身成了不幸的一种负担。那可是你供奉你的肉身给神的时候？不，绝对不。你应该在年青时就把自己供奉给神，这时你的身体机能处在最佳状况，充满活力和生气。”

你该怎么做呢？你可以遵循真理、正义、平和、博爱和非暴力的原则去做。其实，这些都是你应该供奉给神的圣洁而美味的食物，当然，你也必须以新鲜而嫩绿的芭蕉叶来包裹（以柔软而敏捷的身体来供奉）。在早年时就虔敬神，归依神，你的这一生就可以究竟圆满了。你已忘了这个真相。如有人问你，为何你不念着神，你会说这还早，还有时间，等退休之后再说吧。即使退休后，有些人还要另谋他职。泰卢固诗云：“当大限来临时，再多的钱又有何用？你这傻瓜，想想看吧，谁会跟着你去死呀！在挣扎求存时而忘掉神是愚不可及的。照顾你的家庭，履行你的职责，但可要把神一直放在心上啊。”

那就是 Manava（人类）的真正意义。Manava 指的是什么呢？Ma 意为无知，Na 意为没有而 Va 是行动。整个字 Manava 的意思是：不在无知（无明）之下行动的人。另有一种解释，Ma 是‘不’，Na 是‘新’，意即人不是新的。他有许多前世，他不是突然间变为人的。所以，一个人知道如何做一个堂堂正正的人，那是很自然的事。这里有一个小例子。一只母牛生下小牛，刚诞生的小牛本能地会吸吮母乳。是谁教它

呢？同样地，一个新生婴孩也会吸吮母乳。这一切仅是多次前世遗留下来的意识。从这个例子，你必须了解，你并非新的造物，其实，你已很古老了。

你已轮回多次，但你仍旧不认识神。仅只重复诵念基士拿、罗摩、哥文达是没有用的。你必须对神有信心。有信心才能得救。要视信心（Viswasa）为你的生命气息（Swasa）。没有生命气息，你就活不了。

有气息，才有生命。
有信心，才有爱（Prema）。
有爱，才有平和（Santhi，心境平和）
有平和，才有真理（Sathya）
有真理，才有神
有神，才有福乐（Ananda）

体验内在的福乐

人生应该以信心开始，以福乐结束。没有信心，何来福乐？要增强对神的信心以达致心境的平和。要藉真理来体验神。神是福乐。体验圣灵就是真正的福乐。福乐和你同在，福乐在你之内，在你前后左右，在你周围。如果你沉浸于福乐之中，你还需求什么呢？体验福乐的途径就是我在开始时所谈到的：驯服身体，修正感官，结束心念。这是真正的修身养性。对这修身养性要有信心，要过一个纯净而有意义的生活并且要达致人生的终极目标。

履行你的职责。Karthavyam Yoga-muchyate（尽责即修炼）。职责是神。今天，你忘了修炼（Yuga）而追逐事业（Udyoda）。在事业上，你或会擢升但也必须面对退休。在修炼上，没有退休。修炼是永久的（Nithya）和真实的（Sathya）。Yoga Karmasu Kausalam（完美的行动即真正的修炼）。有效地履行你的职责并以爱心去履行，这就是修炼（Yoga）。职责是神。

圣灵遍满天地万物。神已把玄妙和美烙印在大自然内。人人都必须尝试去揭开大自然的这个神圣的玄妙。大自然充满着神圣的美。这美绝不是人所能创造的。太阳东升时，一切呈现金黄。神的造物可用不同方式来描绘。神的造物已是如此之美，那么，神该是多美呀！在想像创造主之美时，你应该先探寻和欣赏大自然的美。

只要你还活着，你就应该尽你的职责。在尽职的同时，你也应该要拨出时间来深思圣灵。今天，你浪费时间。时间是神的真实形相。吠陀说：“Samvatsaraya Namah”。其实，Samvatsara 是神的名号。我们甚至说 Nutana Samvatsara（新年）。神总是新的。神永远是新的、光辉灿烂的；祂以人的形相降世而我们称之为神化身（Avatar）。其实，每一个新生婴孩都是神化身，因为神以真我（Atma）寓于每一颗心之内。

凡活着的身体都有灵（Atma）。没有身体就不可能理解灵。身体和灵互相关系，它们是互相依存的。

身体必须维持健壮以体验神圣的福乐。你不应该浪费时间在吃喝玩乐上。你应该执行你俗世的职责并拨出时间把自己供奉给神。

你应该为神服务。“Sarvakarma Bhagavad Preethyartham”(一切作为应该取悦神)。你不应该溺于世俗的偏爱。满足个人欲望的作为属于Pravriti Marga(向外之道，俗世之道)而取悦神的作为则属于Nivritti Marga(向内之道)。切莫迟疑，切莫等到脚不能走，眼不能视，满脸皱纹，满头白发的时候才归向神。何不及早归向神？及早起程，慢慢驾驶，安全抵达。这也应该成为人生旅途的指导方针。

泰卢固诗云：“在早年就要归依神。人啊，不要因为美丽的身体，骄人的青春和充沛的精力而感到骄傲。别忘了，很快你就会面对衰老的悲哀。你的身体只不过是一个木偶，一个虚有其表的娃娃。要了解这木偶舞的真相啊！”要好好利用这臭皮囊并体验终极的真实。在这Mrinmaya(土制的肉身)之内的是Chinmaya(真我的觉知)。肉身因‘真我的觉知’而显得尊贵。泰卢固诗：“身体是生锈的铁罐子，内装有无价之宝如钻石、翡翠、蓝宝石等。罐子一文不值，但珠宝价值连城。肉身卑微但内寓之主尊贵。肉身是个泥娃娃，是个皮偶像，是个惑人的玩具。”然而，那如甘露般的、不二的、永恒的福乐乃在你之内。有这些宝藏在你之内而你却到处寻找，到处朝圣。没有必要。福乐

在你之内，让它出来吧！这才是真正的修正。不要为世俗的问题而烦恼，它们如过眼云烟，不会久留。永恒的真理只有一个，那就是真我(Atma)的原则。肉身是短暂的，但其内则蕴有不朽的、永恒的真如自性(Atmatathwa)。

爱的化身们！

人人都是圣灵的化身。神以真我寓于你之内。要善加利用这身体。怎么用呢？要说真话，说话要温柔亲切；要行正义，务必明辨是非而后行。不在忿怒和憎恨的情绪下轻举妄动。不欺瞒，不辱骂，不伤害任何人。

我们到处看到污染。我们不应该让污染得逞。该怎么做呢？内心要充满爱。

薄伽梵以答赞“Prema Mudhitha Manase Kaho……”和“Govind Krishna Jai……”结束讲道。

——取自1999年4月27日世尊在哥戴卡纳尔的讲道。

(原文刊载于1999年9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。