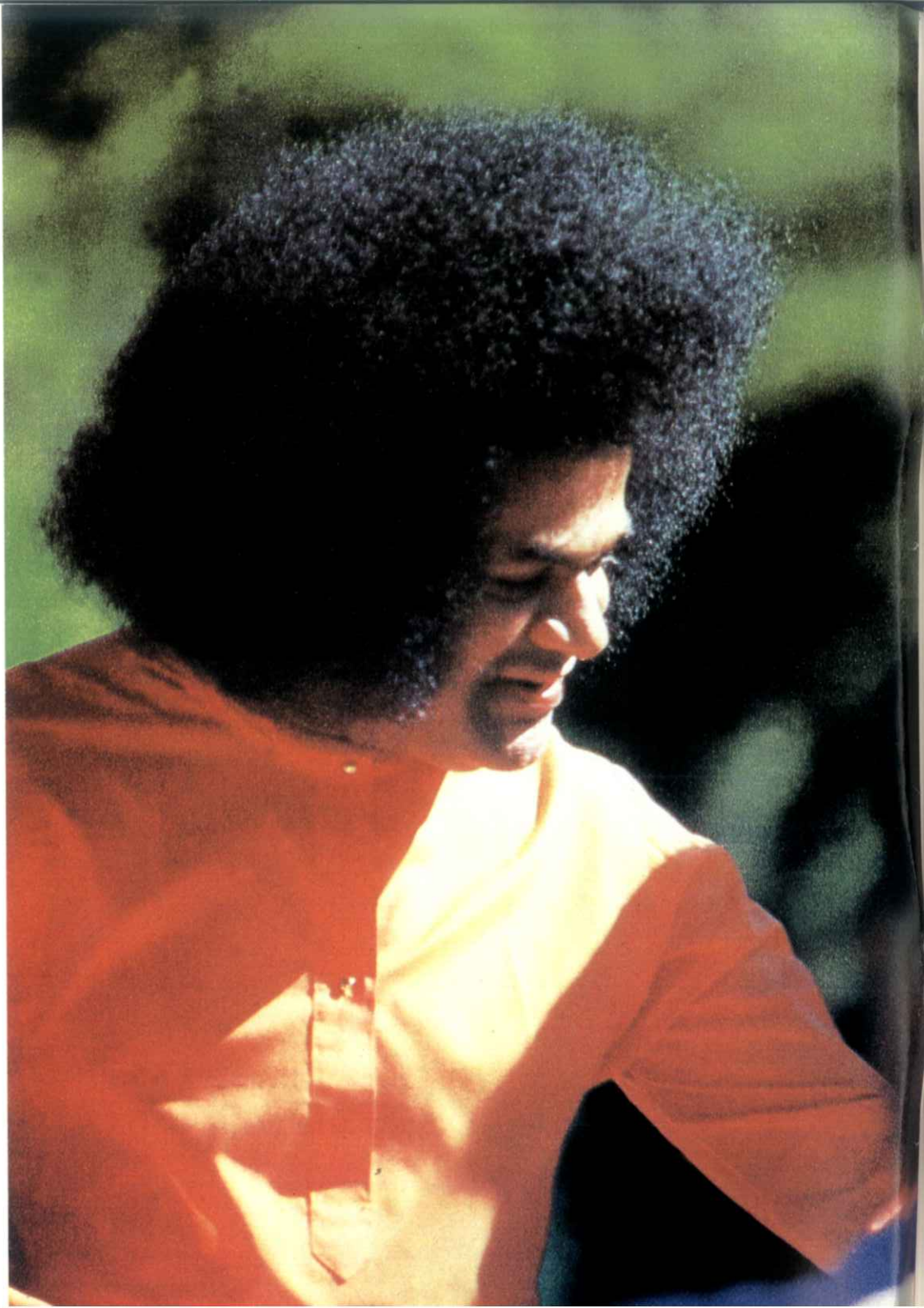




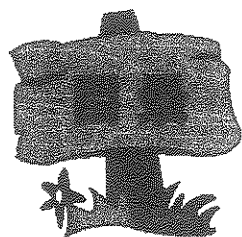
Sanathana Sarathi

永恒的

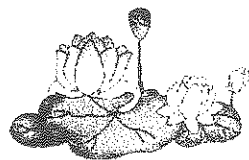
战车御者

Vol.16
第十六期

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



主题	译者	Pg
(1) 认清你的内在实相	李保章(Bro.P.C.Lee)	1
(2) 蕴于人之内 的圣灵	纪木英(Sis.Kee)	8
(3) 神给予祂信徒的爱是没有极限的	陈慧健(Sis.H.C.Tan)	14
(4) 罗摩衍那即吠陀精义	李保章(Bro.P.C.Lee)	23
(5) 培育孩子的价值观乃家长之职责	纪木英(Sis.Kee)	31
(6) 以爱心去从事一切活动	周德惠(Bro.T.H.Chiew)	39
(7) 寻觅内在的神	陈慧健(Sis.H.C.Tan)	45
(8) 母亲的祈祷维系世界	周德惠(Bro.T.H.Chiew)	48
(9) 以牺牲和爱证得神恩	李保章(Bro.P.C.Lee)	57
(10) 走真理的道路吧	李庭辉(Bro.T.H.Lee)	64



认清你的内在实相

我既非功德也不是罪恶；既非快乐亦非烦恼。我也不是下述这些：洞天福地、经典或祭祀。我不是食物，不是进食者或进食的过程。我是自性，是神性的化身。我是湿婆本身。（梵文诗）

爱的化身！

吠陀一开始便以‘平常心’开示人类。它说，你既非罪恶亦非功德；既非快乐亦非烦恼。你不是祭祀也不是慈善。你不是祭品也不是膜拜礼仪。你不是人也不是动物。那么，你是谁？你是无上意识（Supreme Consciousness）。

‘我’代表神识

由于人不明白创造的基本原理，他便基于物类的形象而以不同名称把它们分为飞禽、走兽和人类等等。你不应该以名和相作为依据。因为名和相乃入世间法门(Pravritti)。你应该开始献身于出世间法门(Nivritti)以探讨灵性，以便对基本创造原理有所了解。接着，Swami 变出了一粒柠檬，然后说道：这是一粒柠檬。我们基于它的形象和味道而称它柠檬。这是世俗层面的事务，它触摸不到出世间的层面。其实，它只不过是分子和原子所构成的细胞的综合物。在柠檬的每一个细胞中，都蕴藏着整粒柠檬的力量。这些原子无始无终，它们具有惊人的力量。这力量 and 空间(space)有密切关系，而空间又与纯意识(Pure Consciousness)有密切关系。因此，即使一粒柠檬也是纯意识所化现。吃柠檬的人也无非是人格化的纯意识而已。因此，意识充塞着天地万物。世间上的一切名和相，实与出世间法毫无瓜葛。

每一个人都使用‘我’(‘I’)和‘我所有的’(‘mine’)这两个名称。手巾、水杯、身体、意念(mind)、菩提、汽车、房子等等都只涉及‘我所有的’而非自性原理的‘我’。所以，用‘我所有的’来表达的一切事物皆属世间法，而自性则属于出世间法。这自性是常住不变和永恒

的，它是常住正觉 (Constant Integrated Awareness)，是意识的化身。这原理乃每一个人所固有者，因此，每一个人皆是人格化的意识。所以，你必须去认识此项基本原理。这基本原理共有三方面。第一是关于个人小我的舍弃。第二是舍弃凡是和这个‘小我’ (me) 和‘我所有的’ (mine) 所牵连的一切。第三是向悟道者探询自性方面之事宜。这项探询的真义是去认识到我不是这具身体、不是意念或才智或者外在世界所呈现的一切。自古以来，吠陀便一直教导这项恒常真理。

圣灵乃人身所固有

首先，你必须去探究‘本来面目’ (Self) 的性质。细胞是由无始无终、具有无穷力量的原子所构成。然而，原子和分子的力量又从何而来呢？弥漫于整个宇宙的圣灵原则便是这些力量的源头。（祂以手、脚、眼、头、嘴和耳充塞一切。祂遍布整个宇宙）。意识是无远弗届的。每一件物体皆据空间而有，而空间则被意识填满。因此，万物皆被意识充塞着。这包含了两个问题，即存在 (being) 和正觉 (awareness)。这正觉就是自性原理，也就是意识本身。而这自性原理也称为自性、佛性、佛光等等。宇宙间的各种物体皆是自性之光所显现出来的。它不是任何人的创造成果。那是性光的自现。

每一个人的体内都存在着常住不变的‘我’ (‘I’) 的原理。这就是每一个人皆以‘我’自称的原因。‘我’和性光没有分别。然而，我所有的 (mine) 这个感觉牵涉到外物。‘我’是自性而‘我所有的’则是幻觉。众生皆具这常住不变原理。但人由于本身的思维和习性而行差踏错。人替自己制造了种种关系，如父子、兄弟……等等。身体意识是造成这些关系的原因。未生之前，谁是母亲、谁是孩子？未婚之前，谁是丈夫、谁是妻子？所有这些由人所建立起来的关系都有如浮云一般短暂，不可能持久。人迷失在这些瞬间的关系中而产生种种妄想。熟睡之际，你不知道自己身体的存在。在正定 (Samadhi) 中，修道人对身体没有感觉。那么，你又怎能认为你自己就是那具身体？你不是身体，但那身体是你所有的。人们误以为感官所觉察到的东西才是真实的。事实上并非如此。唯独自性是真实的，它以反映、反应和反响呈现它自己。这一切皆非你的本来面目。自性原理才是你的本来面目。无人可以创造出你的内在实相，也无人可以否定它。这‘我’是真正永恒常住原理，它无属性、清净、无所从来、常住、自由、不垢，它是圣洁的化身。

自性原理即圣灵以众生相呈现出它自身，因而有‘神在众生之内’的说法。圣灵遍布大千世界的道理是先知们所一直强调的。譬如，你们大家都知道艾迪商羯罗和那位死背般尼尼文法纲要的婆罗门不期而遇的故事。艾迪商羯罗劝告他集中心力在歌文达 (Govinda) 名号上。在日常生活中，你用不同的名称去称呼不同的人或事物。假如你呼喊，‘喂，孩子’，有谁会来应你呢？倘若你喊，“喂，罗摩”，那位名字叫做罗摩的孩子便马上反应了。你诞生之时没有带着名字而来，名字是加在你身上的。甚至你所拥有的身体也不是你。每一次当你用‘我的’ (my) 来谈论任何物体时，便表示了‘你’和被冠于‘我的’的任何物体是有分别的，不论它是你的手帕或你的肢体。那么，你究竟是谁？《吠檀多》为了解答这个问题而有各种解说。倘若你找到了‘我’和‘我所有的’这两者的真正差异时，那么，整个世界之内的种种关系便顿时清晰了。‘我所有的’这个占有的欲望便和你的本来面目分开来了。你的本来面目超越一切以上。这便是《奥义书》之所以宣称：“我是梵”的原因。它没有说，一切我所有的是梵。它说，我是梵的化身。所以，人人必须去认识‘我’的原理。

认清你的职责

爱的化身！

当你未能明白‘我’和‘我所有的’两者间的差异时，你会感到迷惑。而你也一样对物体的实相感到迷惑。这粒柠檬由原子组合而成，它本来并非柠檬。是你为了本身的方便，称它为柠檬。但这不能帮助你去了解组成柠檬的原子和分子的基本结构。名称只是为了方便人们分辨世间上的种种物体，它不能帮助你了解它们的实相。什么是知识？对独一无二的圣灵的真知灼见便是最高知识。这个身体有好像血液循环等种种系统。除非这些系统都操作正常，否则身体便活不了。这些系统一停止运作，身体便死亡。身体虽然死了，但那些原子不变如故：原子回归原子。因此，首先，必须了解‘Mooladhara Tatthwa’这项基本原理。水的基本元素是氢和氧，氢和氧结合便成了水，可供我们饮用。但是，当我们口渴时，我们可以饮用氢或氧吗？为了方便之故，我们作了好像这样的种种假说。但所有一切假说都仅是相对实相。什么是相对实相？它既不是真实，也不是不真实而是把幻象当真。这种表面的‘有’是短暂无常的，不久之后，它们便改变了它们的形状。真实的不会改变。唯独在过去、现在、未来三际中，保持不变者才是真实的。

由于错觉，今天的人们不惜以不法行径去追逐权势和不义之财。但

它们又能维持多久呢？它们有如过眼云烟。切勿为你的财富、子孙和青春骄傲；时间的巨浪可能在一夜间把它们统统卷走。你自以为这瞬息万变的世界是真实的，以致浪费你的生命去追逐名与利。从生到死，你为了世俗的欲望奔波劳碌。你的诞生是为了要完成你的人生目标，那就是解脱。身体是求法的工具。为了法，你利用你的身体去进行某些活动。生命的奥秘在于认识你的法。什么是你的法？凡是合你心意的都是法吗？一点也不是。守着你的良知便是正义之本。你违背你的良知，使自己成了迷惑的受害者。你在镜中看到了自己的映像，但那映影是真实的吗？其实，它是左右倒反的。这种不正确的映像怎可能是真实的呢？整个外在世界也以这种方式，反映着你的内在实相。你的内在实相应是‘根本’。一旦你领悟到 Mooladhara Tatthwa 这基本原理，一切外在的错觉和迷惑都会消失。从生到死，人忽略了他的内在基本原理，徒然浪费他的生命和精力于外在世界的事物中。这不是人生的目标。你的责任是去认识这永恒的真理。认识到你内在的实相后，你必须设法去证得它。你浪费你一生的全部时间和精力在世俗杂务中。难道这是人生于世的目的吗？不，根本不是。你必须体验到生命的真实。然而，现代的人愈来愈陷足于世俗的活动中。这就是他未能取得灵修进步的原因。

在新的年头开始新而充实的生活

今年是 Vrusha 年。在一年之始，很多人预测今年会有各种事件发生。凡是会发生之事终须发生。继续去尽你的本份，并且意守 Mooladhara 基本原理。倘若你忽略了这一点，你的一切努力便付诸东流，而你也会遭遇到诸多烦恼和灾难。个人不应该谈论令人不快之事，但事实必须被揭示出来，在未来的一年里，人所遭遇到的困苦会比过去一年更多。在政治方面也会有更多问题，而地震则更加频繁。是什么原因造成的呢？那是人的罪行所招致的后果。

世界的好与坏都是人自己招来的。今天，兄弟阋墙。在政治领域之内，人性价值观已荡然无存。这不止是一国家的问题而是全球性的。个人必定会尝受到自己行为的反映、反应和反响所带来的果报，只是无人能预知它们会在何时、何处或以何种形式到来。但有一件事是肯定的，好人永远不会遭遇到困苦，而危险也不会降临在他们的身上。时时刻刻思念神，为你无法在外在世间寻找到的宁静和至福而祈祷。

在庫嘉拉 (Gujarat)，住了一位十分富裕的人，他叫柏德尔。柏德尔

是一位虔诚的信徒。身为一个有钱的人，他享受到生活上的种种舒适和便利。他每天定时举行膜拜仪礼。一天，他的一位朋友问他，“柏德尔，你已拥有人生的一切，那你为何还膜拜神呢？”柏德尔回答道：“我并非为了财富和繁荣而拜神。我只是恳求宁静和至福，这是只有神才能恩赐的，因为神正是宁静和至福的化身。这是真虔诚。宁静与至福无处可得，它只能来自神。快乐就是与神合一。祈祷神以证得至福。不论你多么努力，你也不可能从外在世界获得宁静。

了解圣灵的奥秘

很多海外信徒说，‘我要宁静。’我告诉他们，“你们便是宁静本身。你从外在世界所得到的乃支离破碎(pieces)。你们所渴望的宁静在你们之内。”你是真理、宁静、爱、非暴力，而你就是神。一旦你有了如此坚定的信念，烦恼便没有立足的余地，而你也永在至福中。切勿认为神和你是分离的。要对‘我是神’有圆满的信心。哈奴曼领悟到了个体与神的一体性，因而永在至福中。有一回，主罗摩问哈奴曼，“你是如何观想我的呢？”“在身体层面，祢是我的主人，我是祢的仆人。在精神层面，我是祢的灵体的一个小火点。在佛性层面，祢和我是一”，哈奴曼回答道。哈奴曼回答得体，主罗摩大表欣慰。

悉多对哈奴曼的虔诚十分感动，把父亲查纳卡国王送给自己的珍珠项圈转送哈奴曼。哈奴曼手里拿着这串贵重的项圈，然后把项圈中的珍珠一颗颗拔出来，先放在耳中聆听一会，再用口去咬每一颗珍珠，接着把它们一一丢弃。悉多看到哈奴曼的举动，很是吃惊，认为哈奴曼猴性难改。罗摩知道哈奴曼的意思，为了让悉多明白，祂问道，“你为什么口咬如此珍贵的珍珠，然后把它们丢弃？”“主啊！我只是检查能否从珍珠中听到祢的名号。既然听不到祢的名号，我便丢弃它们。珍珠之内若没有罗摩圣号，无异于石头。我只要你而已。”听到了哈奴曼所说，罗摩爱惜地拥抱哈奴曼，说道：“哈奴曼，我把我自己交给你。”这句话的内在意义是，凡哈奴曼所在之处，必有罗摩，或罗摩所在之处，必有哈奴曼。人们以种种称号称呼哈奴曼，如：天生宁静、道德和威武者。他的威武来自主罗摩的圣号。很多人只是口念罗摩圣号而哈奴曼则是打从内心深处诵念罗摩圣号。这就是真虔诚。

毒药终归是毒药，即使装载它的器皿镶满了钻石、珍珠、宝玉等贵重之物。圣灵的琼浆永远不会失去原味，即使你把它放置在铜的器皿中

。同样的道理，关键在于清静心而非表面修饰。诵念圣名背后的目的是清静心。诵念圣名必须发自内心而不是口唇。

同样的，在行善时，你必须认识到那是对主的奉献。这才是真善行。有一些人把钱交给僧侣，请他们代表自己膜拜。别人代替你进食能否解除你的饥饿呢？那么，你又岂能从僧侣的膜拜中获益呢？任何善举都必须由当事人亲身去做，如此，他才能从中获益。今天，人们已没有能力明白圣灵的奥秘。其实，你就是圣灵的化身。但你却认为自己是一具无常的身体。主基士拿在《博伽梵歌》中说，既然来到了这个充满痛苦、短暂无常的世界倒不如观想我吧！

“身体是臭皮囊，又容易生病；它无法越过生死苦海。意念呀！切勿误以为身体是长久的。倒不如归依主的莲花脚吧！”（泰鲁固诗）

只要一个人还活着，他便可以渴望去过一个快乐而健康的生活。健康的身体带来健康的思想。因此，要好好照顾你的身体，并且时时刻刻观想那无我、清静常住的自性原理。你是社会的一份子，你的福祉有赖于社会的福祉。那么，去渴望众生皆幸福吧！你应该时时祈祷：愿众生皆快乐！远离狭隘的思想，培养广阔的感情以便能体验到至福。去建立起平常心。

爱的化身！

今天是一年之始。根据印度年历，六十年一周期，循环不已。这六十年为 Prabhava、Vibhava、Sukla……等等。它们其实是纳拉达(Narada)的儿子们的名字。由于纳拉达意欲自己孩子名垂不朽，便以他们的名字作为年历名号。纳拉达是毗湿奴的伟大信徒。他不断诵念毗湿奴的圣号。不论他前往何处，他都不停地诵念圣号。

今年是 Vrusha 年。它会带来某些好的成果。你也必须向善。你必须建立起圣洁的感受。你应该去过一个福乐的生活。庆祝新年其实原基于此。庆祝新年不是为了大快朵颐。你必须能够吸收圣洁的感受，并且立下决心去过一个充实的生活。世界的好或坏取决于你的行为，而你的行为又取决于你的念头。因此，去开发善念。唯有这样，你才能过着崇高的生活。去作你的同胞的模范。带给他们快乐。以慈悲接待他们。和霭地和他们交谈。那是唯有你先能爱神而后才能做到的。去爱神并诵念祂的名号。

世尊以答赞“Hari Bhajan Bina……”和“Prema Mudita Manase Ka-ho……”结束祂的开示。

——译自世尊的 Ugadi 讲道

地点：百善地·宁乐园赛库如万礼堂

日期：2001年3月26日

（英译文刊于2001年4月版）

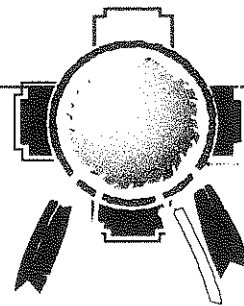
为贫困者和受压迫者服务

富有者和有权势者会有很多仆人，但那些沮丧者，穷苦者及处于困境者却得不到任何人的服务。你们要接近这样的人，向他们伸出双手而成为他们的朋友，他们的亲人，他们最亲近的祝福者。他们欢迎你。如果你试图把属灵的道理灌入挨饿者的耳朵里，那是消化不了的。你首先必须解决他们的肚子问题。

将神以食物的形式给他们。

将神以衣服的形式给他们。

—— Baba



蕴于人之内的圣灵

内心充满慈悲，言语不无信实，身体奉献于服务他人，伽利时代的
邪恶效应能奈他何！——梵文偈

世间的所有生物可分为四大类，即：(1)卵生的(Andaja)，(2)胎生的(Pindaja)，(3)土生的(Uthbhija)和(4)汗生的(Swedaja)。每一大类可再分为210万种，因此，传说神一共创造了840万种类。这840万种类皆须承受三种不同的痛苦，即：Adhibhouthika, Adhidaivika和Adhyatmika。Adhibhouthika是指因眷恋物质世界而导致的疾病，这包括由蚊子、苍蝇等昆虫所传染的疾病。Adhidaivika涉及一切由自然灾害如地震、水灾和流行病(霍乱、瘟疫等)所带来的痛苦。Adhyatmika指的是源自不适宜的食物和生活中的坏习惯所导致的痛苦，这也包括遭受野兽和恶人的残害。

自性(Self)护人

人类要以什么方法来消除这三种痛苦呢？人应该对自性（真我）拥有坚强的信心。这是拔除一切痛苦的万灵丹。人应该致力于体验自性福乐(Atmic bliss 纯灵福乐)，为此，有九种修行法门可供选择，即：听经(Sravanam)，赞颂(Kirtanam)，观想神(Vishnusmaranam)，服务于莲花足下(Padasevanam)，顶礼(Vandanam)，膜拜(Archanam)。为神劳役(Dasyam)，与神为友(Sneham)和全然降服(Atmanivedanam)。只要奉行其中一项法门，就可消灾解难。一个忘记本源及不顾正义的人，难免招来种种灾难。让我举个例子：

在俱卢雪特罗战役(Kurukshetra War)未开始前，难敌(Duryodhana)和难降(Dussasana)两兄弟向母亲甘陀利(Gandhari)告别并祈求她的祝福。甘陀利有纯净的心，稳定的思想，和无私的爱。她认为唯有正义能保护人类。所以，她对儿子的祝福是，“哪里有正义，哪里就有胜利。”两兄弟又到导师德罗纳迦耶（俱卢族统帅）处，向他辞行并祈求祝福。导师对他们的勉励是：“那里有正义，那里就有基士拿；那里有基士拿，那里就有胜利。”

何谓‘正义’？人必须饮水思源，不忘根本。鱼从水中来，它不能

离水而活。唯有在水里，鱼方能活得自由自在。那么，人源自何处呢？圣主基士拿在梵歌里宣称，“寓于众生之内的永恒性灵是我的存有的一部份。”由此可见，人乃神之一点火花。他源自性灵（自性）的原则。人若把性灵也忘掉，那他的灾难肯定没完没了。所以，决对不能忘掉性灵（自己的来源）。要对性灵怀持绝对的信心，并把性灵当作生命的基础。这是你应该恪守的正义。你的财富、权势不能给你任何保障，唯有对性灵的信心，方能给予你护佑。

不论你在从事任何你所喜欢的工作，你都应该对性灵怀着坚定不移的信心。一个母亲把孩子留在摇篮里而自己跑到河边取水。在回家的路上，她头上顶着水罐和其他妇女交谈。即使如此，她脑海中一直想着孩子，恨不得立刻回家。她深怕家中的孩子醒来时找不到母亲而啼哭。同理，不论你从事什么活动，你都应该把心念专注于性灵上而视此为你的目标。你参加诵赞会，整个晚上你唱着不同的赞歌，曲调和节拍或有不同，但你的心念应该专注于性灵(Atma)上。你的一切行动必须以取悦神为唯一的目的。阿周拿(Arjuna)问主基士拿，倘若一直冥想着神，他又如何去打仗呢？基士拿回答说，“你真愚昧，打仗的是你的身体和五官。你的意念还是可以专注于神的。”

要把心念专注于神

要常把心念导向神而非导向感官。昨天我已指出，善与恶的缘起在于感官。倘若错用了感官，就会召来恶业；若善以利用感官，就会累积功德。和蔼可亲地说话，培养纯正的思想；如此，你方能赢得他人的尊敬。你不能老顺人意，但你总可以和颜悦色地与人说话。邪念会带来危害，还是培育正见吧！基伽卡(Keechaka)因为对黑公主生起邪念而死在怖军(Bhima)的手里。非善勿听。吉迦伊(Kaikayi)因听信曼达拉(Manthara)的谗言，竟把疼爱有胜于自己亲儿子的罗摩放逐到森林里去。有哪一个女人敢取名吉伽伊或曼达拉呢？没有。社会并不尊重这两个胡言乱语及听信谗言的女人。所以，要多说善言并听信好话。或许你听到一些流言蜚语，但切莫告诉他人。为何要把这些令人不安的谣言传播给他人而令他人也感到不安呢？今天，有一些人不但听信谣言也帮助散播谣言而造成社会动荡不安。为人服务是积德，伤害他人是造业。(Paropakara Punyaya Papaya Parapeedanam)。舌头要多说令人喜悦的话语。你昨晚所做的，正是这件事。整个晚上，你诵唱赞歌，思念神的名号，把喜悦带给大家。当你全心全意思念着神，那还有时间去说人是非呢！然而，有一些信徒的祷告是在提醒神谁是祂的麻烦制造者。曾有一次，维杜拉(Vidura)

Vidura)向基士拿祈祷，“噢，基士拿，为何你还不来我的家？我绝不会像甘沙(Kamsa)般伤害你，也不会像西苏巴拉(Sisupala)般去凌辱你。那为何你还不来我的家呢？”

你或许知道西苏巴拉曾公开质问基士拿，基于什么原因去接受班度族所执行的‘Raja Suya Yajna’（一种火祭）。他说，“噢，基士那，为何你认为自己比这宫廷内的任何人更应该接受这盛大的祭祀的供奉呢？是因为你常随心所欲的与牧牛女们胡闹吗？闭嘴，你别再自我吹捧了！”西苏巴拉实在太过份了。忍无可忍，基士拿拿起盛祭品的盘子向他丢去，把他的头给切断了。基士拿的行动赢得大家的赞赏。很多人以为基士拿是用铁饼来切断西苏巴拉的头。其实，一只盘子已足以令他断头。

纯净吸引神

在不利的形势下，你手中的一根树枝也会变成一只毒蛇。反之，若形势有利，你即使踏到一只蛇，它也会像树枝般对你无害。为了营造有利的形势，你的心中就必须充满圣洁的感觉。印度的历史记载很多彰显这个真理的事例，但已逐渐的为人们所淡忘。今日，人们多行不义，邪恶事例比比皆是。人们应以印度历史上的神圣故事为鉴，记取教训。切记，要培育圣洁的感觉，让耳朵聆听神圣的故事，让舌头说出圣洁的言语，让双手去执行‘行善积德’的志业。神赐与你双手到底有何用意呢？难道只是为了喂饱你的肚子？不是，你必须以双手去造福社会。那么，你的双脚又有何用呢？难道是为了让你像浪子般四处游荡？其实，是要你常常到神圣的场所去。“今天，人们只喜欢听信流言蜚语，对神的神圣故事则充耳不闻。到戏院看戏，人们从来不感厌倦。但对专注于神的美丽形相，他一分钟也难以忍受。”（泰鲁固歌）

感官引领你去造业或积德。利用它们去行善积德是你的责任。这样，神自然会满足你的愿望。你无需对神作出要求。“勿要求，切记，勿要求。你要求愈多，你愈容易被忽略。沙峇厘(Sabari)从不要求，难道神就不赐福于她吗？耶达郁(Jatayu)从无所求，为了神圣的使命他牺牲自己，难道神就不救赎他吗？”（泰鲁固诗）

所以，首要任务是净化你的心。只有纯净吸引神。最强力的磁铁也难吸引生锈的铁钉。铁钉或许会责怪磁铁缺少磁性。磁铁告诉它们，“不论你怎么说，我一点也不在意。把铁锈去除，还你本来真面目，这样，我才能吸引你。”同样的，你那生锈的脑袋充满邪恶念头，又怎能吸

引神呢？要听善、视善、说善意温馨的话并且参与神圣的活动。只要行为端正，不必作出要求，神自然会赐福。

昨天，最吉祥的时刻从下午六点开始，随后林伽圣石(Lingam)就变现了。为何湿婆之夜(Sivarathri)是祥瑞神圣的？原因是：心念和月亮一样拥有十六个等分(Kalas 层面)在湿婆之夜，十五等分已化解，只剩一个等分。倘若最后一个等分也化解了，人就达致神性。全心全意通宵达旦地诵唱神的荣耀方能达到与神合一的境界。

舌头是感官中最重要的一个。“舌头啊，味道的知觉者！你是神圣的。你的首要任务是：以最温馨的态度说出真话及不间断地诵唱神的圣名 Govinda Madhava 和 Damodara。”（梵文偈）

舌头常作出牺牲。当尝到甜的美食时，就把它送入肚子。假如食物是苦味的，立刻就把它吐出。不仅如此，舌头还有让人尊敬的态度，即：它从不走出自己的房子（嘴）。无论在何情况之下，它安份守己，从不逾越雷池一步。每一个感官只做一份工作而舌头却需负责两份工作，即：分辨味道和说话。因此，要好好地控制舌头以免它参与邪恶的活动，例如说人闲话等。在生气时，要保持沉默。古人教导我们：多工作、少说话。话说得愈少，你的心愈纯洁。

唯道德能救赎人类

要净化感官唯有全心全意地观想神。但是今天的人类根本不能控制自己的感官。即使禽兽也有理性和季节性，但人却非如此。因为对感官缺乏控制，所以人需面对无穷的痛苦。一切灵性的修习是为了要适当的控制你的感官。吃适量的食物，勿撑坏你的肚子。以二分一之食物和四分一之水份填入肚子，再让四分一的空间充满空气。可是，人们总是把食物从肚子填到脖子，吃饱后，连起身也感到困难。这种人当然常常消化不良。

要控制你的食物，但不要控制你的爱而使之局限于某个层面。勿只爱几个人，要爱一切。爱是超越感官的。你应该这样想：“一切都是我的。”存在于我身上的生命原则也存在于每一个人身上。以这一体性的感觉去与每一个人分享你的爱。唯有爱能带来令人向往的和平。

你的Vasanas（天性—前世遗留的薰习或倾向）源自于你培育在心中

的感觉。举个例子：这张纸并没有味道。倘若你用这张纸来包装Pakodas或是鱼干或是茉莉花，这张纸就会染上这些东西的味道。心就像这张纸，把美好的感觉灌入内心，你自然会培育美好的倾向。视善、听善、言善和行善，这样，伽利时代的邪恶效应将与你无关。切莫让Kali Prabhava(伽利时代效应)压倒你的Swabhava(自然本性)。今天，人类把自己的本性都忘了。这导致正义的实践也逐渐没落。结果，地球的水平线也一直在下降。人性愈来愈糟糕。今天，社会已不再单纯，政治也不再有道德。切记，唯有Neethi(道德)方能维护Manava Jathi(人类)。

爱的化身们！

在唱峇赞时，要当心，切莫唱出带有负面意思的歌词。这里有个例子。我们的男学生唱很多兴地语(Hindi)峇赞并喜欢用‘Thu’这个字。他们常唱‘Thu Rama’，‘Thu Krishna’，‘Thu Sai’。这种称呼对神是不尊敬的。你所诵唱的峇赞须传达神圣的意思。唱峇赞时绝对不可以用任何不尊敬的字眼。

波他那(Potana)是虔诚的最佳典范

昨天拉裕(Raju)提到伟大诗人波他那，他是罗摩的虔诚信徒。他拥有一颗圣洁高尚的心。他以泰卢国语创作《薄伽梵》(Bhagavata)诗篇。他坚信这本书是主罗摩透过他写出来的。他的名有两个字，‘Po’(去除)和‘Tana’(自我)。他放弃自我完全降服于主。他把世俗的一切都抛弃并奉行自我原则(Self Principle)。这让他成为一个伟大的信徒，名垂千古。

他虽须为生活挣扎求存，却不丧失其做人的尊严。当时波他那的儿子与皇室的一个著名诗人斯里那达(Srinatha)的女儿结婚。波他那的家人以耕种为生。有一次斯里那达坐着轿子经过农地。他发现波他那的儿子正在耕作。他不但向女婿表示亲热反而很神气的问道，“噢，农夫，你好吗？”波他那的儿子不受这些讽刺之言困扰。他不卑不亢地回答道，“先生，在母亲大地(Bhumatha)和母牛(Gomatha)的护佑下，幸福地过活，岂不是比必须低声下气的在国王的旨意下讨生活来得更有尊严吗？”

唯有对Bhumatha和Gomatha信赖的人，在生活中绝不欠缺任何东西。自古以来，婆罗提耶(Bharatiyas)(印度人)已把Bhumatha和Gomatha当作生命的根基。但是，目前很多农人不再耕作并移居到城市去讨生活。

他们天天与电视机为伍，追求奢侈豪华的生活。愈来愈多的人们抛弃土地，离开农村，导致粮食的生产也愈来愈少。不再耕种，母亲大地要怎样来滋养你呢？农民是印度文化的生命气息。即使今天，还是要仰赖农民来维护印度的文化，而非任何城市的居民。唯有农村的居民认同印度的伟大文化。就因为人们不再敬畏和保护母亲大地，所以我们经历了威力强大的地震和种种自然灾害，造成不可估计的破坏。

在博伽瓦谭(Bhagavata)经典里，记述了主毗湿奴和配偶勒斯米女神下棋的一则故事。通常，女人比男人还要聪明。虽然男人被赋予很高的智力，但他们往往心猿意马而不能好好地发挥其智能。勒斯米是个聪明的女人，下棋时，她能抑制毗湿奴的象(棋子)的走势。忽然，毗湿奴站起来说道，“象啊，别担心，我会来救你。”勒斯米立即说，“不可能。”她以为毗湿奴说的是棋局中的象。其实，毗湿奴想的是象王卡真德拉(Gajendra)。当时象王正在作垂死的挣扎，希望能从鳄鱼的口中争脱。一向来象王非常自负，对自己的体能深具信心。但是，当他疲于挣扎时，他了解唯有神能挽救其生命。他喊到，“主啊！你是我唯一的庇护。我全心全意地向你降服，请消除我的罪业，前来救我。”主毗湿奴是慈悲的，祂立刻赶到，把象王卡真德拉救出来。(这时，薄伽梵吟唱一首波他那所写的美丽诗歌。这首诗描写勒斯米困扰的心境。因为当时毗湿奴什么也没说，武器也没拿，就赶去救赎祂的信徒。)波他那的所有创作充满神圣的感情。他创作薄伽瓦谭的目的是歌颂神的荣耀而非炫耀自己的才华。他与众不同、淡薄名利。波他那的诗涵盖吠陀(Vedas)的精华，指示一条走向超脱的康庄大道。

是故，你的一切言语须让听者感到喜悦，切莫伤害听者之心。倘若有一些人说些中伤你的话，要容忍，勿起愠色而对这些话作出反应。倘若听到一些中伤朋友的流言蜚语，勿把这些话告诉他以免他受到伤害。你不应帮助传播这些令人伤心、困扰的闲言闲语。这样，你的生活当会更加理想。

你们听唱的峇赞应该毫无瑕疵。峇赞的歌词不应该有错字。这样，你所唱的歌，每一个字都圣洁无比。

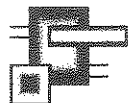
(薄伽梵以峇赞“Hari Bhaja Bina Sukha Santhi Nahi...”和“Subrahmanyam, Subrahmanyam...”结束讲道。)

——摘自薄伽梵于2001年2月22日在百善地赛满月礼堂的讲道。

(英译文刊于2001年4月版)

神给予祂信徒的爱

是没有极限的



虔诚引入至生命的终极目标；

它消毁他世俗的弊病。

虔诚助长人对神的渴慕，

并帮助他达致超脱。（梵文诗）



爱的化身们！同学们！

这印度大地世代代都一直把虔诚的信息传扬到世界各地去。虔诚并非只是遵守仪轨，修行及静坐而已，其真正意义在于对上主强烈的爱。这爱是纯净的，坚定的，不沾染任何私欲的。这种爱是没有极限的，超乎一切规范的。对神自然流露的无私的爱才是真正的虔诚。参杂着俗世欲望的爱不能称为虔诚。人唯一渴望的就是神而其他渴望都应该置在一旁。人神间不容有第三者插足。从信徒心中发出的爱务必顺畅无阻的流向神。对神的爱务必完全不受生活起伏的影响，诸如苦乐得失等等。

不断的默思神

般度族的长子，法子(Dharmaraja)是一位达致这种专一虔诚的人。当他的妻子黑公主(Draupadi)在宫廷内受尽屈辱时，他仍处之泰然。同样的，当阿周那(Arjuna)的儿子阿昆曼由(Abhimanyu 意译激昂)在战争中被杀，法子十分平静地接受这生命的判决。当德罗纳(Dronacharya 教师爷德罗纳)之子马勇(Aswatthama 阿斯瓦达马)残酷地杀戮所有般度族的孩子时，他仍旧保持平静。当他与弟兄们被迫放弃宫廷的舒适生活而必须长期流放到森林时，他也丝毫不为之困扰。法子之所以能如此是因为他摒弃了一切思维而不断的默思着基士拿，并且时时刻刻念诵着祂的名号。

像这样的专一虔诚，法子并非唯一的一个例证。他的妻子黑公主也有这种专一虔诚。般度族的孩童惨遭屠杀后，阿周那追捕凶手阿斯瓦达马，并把他拖拉到黑公主面前。黑公主不谴责他的恶行反而跪在阿斯瓦达马面前说，“我的丈夫们在你父亲德罗纳查耶门下学到了一切知识。身为德罗纳查耶的儿子，你是否应该杀死我的孩子们？你怎么这么忍心杀死这些手无寸铁，正在酣睡，对你毫无仇恨，毫无伤害你之心的年幼

者？”（泰鲁固诗）当黑公主如此喃喃祷告时，比玛(Bhima 即怖军。译注：法子之弟）难以容忍。在必须严惩犯下滔天大罪的阿斯瓦达马的一刻，黑公主竟然尝试与这恶魔理论！愤怒的怖军大吼，“这黑公主真是位愚蠢的妇人，她正为这卑鄙的人诉求自由。她憎恨这杀她孩子们的凶手。这杀人者阿斯瓦达马不是位婆罗门。切莫释放他但要杀他。如果你不杀他，我会在你面前亲自用我的神拳击碎他的头！”（泰鲁固诗）

在暴怒下，阿周那正要攻击阿斯瓦达马。黑公主举手阻止他，说，“Partha(译注：对阿周那的尊称)呀！杀害一位恐惧而懦弱者，杀死一个正在睡觉或醉酒者，杀死一个寻求庇护者或一个弱女子，都是不对的，况且阿斯瓦达马是你们导师的儿子，你不该杀他。”（泰鲁固诗）

阿周那接受黑公主的劝告，剃光阿斯瓦达马的头发以示惩罚后，就释放了他。这是黑公主对境遇的反应；对这无情手刃所有般度族后代者她毫无仇恨的心。在般度族中，法子与黑公主是两颗珍贵的宝石。这得拜不断默思基士拿之赐了，使他们能够平静地来面对一切灾难，甚至在最严峻考验的境况之下，也能表现他们宽大的胸怀与忍辱的精神。黑公主经常颂扬基士拿的神性并不断地念诵：Kleem Krishnaya Govindaya Gopijanavallabhaya Swaha! 这神圣的诵文有非常深奥的意义。Kleem 代表Prithvi(土)，Krishnaya 意谓Jala(水)，Govindaya 指Agni(火)，Gopijana-vallabhaya 与 Swaha 分别代表 Vayu(气)与 Akasha(空)。总而言之，这圣言指的是五个基本元素。通过这赞颂，黑公主宣告她深信基士拿蕴寓于一切元素之中，其实祂是一切的化身。这是法子与黑公主默思基士拿的精妙法门。不论在何种情况下，法子从来不曾责怪基士拿并精诚地礼拜祂。这种闪耀辉煌的虔诚例子可以在印度文化中见到。

理想的供奉

真正的虔诚并不只限于仪式的崇拜或颂唱祂的荣耀。它是通过你内心的爱海流出的泪潮来彰显的。对神的各种供品，《梵歌》也有所指示，如Patram(叶子)，Pushpam(花朵)，Phalam(果实)与Toyam(水)等。我们不能仅从字眼上来了解。如叶子，上主并没有指定我们非用经常用来膜拜的杜西叶(Tulsi) 或比尔瓦叶(Bilva)不可。其实，人的身体才是必要上供给上主的叶子。人体有一天也会像叶子一样凋零毁坏，只是我们不知道什么时候发生而已。在大限来临之前，我们应该把这完整的、有朝气的与纯净的身体供奉给上主并加上祷告，“上主呀！祢赐予的这个身体，我恭敬地供奉给祢，就像我用杜西叶献给祢一样。”为何你要供奉这

特别的身体之叶给神呢？因为这身体不是在一两天内就会枯萎的叶子。你要真心地说，“上主，我不知道何种叶子会取悦你，我供奉这个身体给你，请你把它视为叶子来接纳吧！”

供花时，你必须祷告，“上主呀，你给了我这颗心，这一颗心我虔诚地奉还给你。还有什么可以上供的呢？”最能取悦上主的花朵是你的心而不是从市场上买来的花朵。心不像市场上的花朵在数小时内就会凋零。它是纯净、清香、完美和溶于爱之中的，它不会轻易凋谢。什么果实能取悦神呢？是苹果、橘子、芒果或其他吗？神对树上结的果实可不感兴趣。神喜欢的果实是你的心念，要把心念供奉给祂。最后，谈到水。神喜欢的是怎样的水呢？是自来水，井水或恒河之水？都不是。神期望的是喜悦之泪水，是你内心洋溢着对祂的爱而涌出的泪水。当你礼拜神时，这些供品才是神所期望的。

只有爱能达致神

沙迪亚巴玛（基士拿的其中一位配偶）有一次想以自己的财富来供奉基士拿，她以为如此做就可以完全拥有祂。他为自己的财富而感到骄傲，忘记了除了爱之外，再多的钱财也买不到神。圣者那罗陀（Narada）为了教训沙迪亚巴玛而串演了一出戏。他要来了一个大秤，请基士拿坐在其中的一个盘上，基士拿当然知道那罗陀的用意，欣然坐了上去。那罗陀再请沙迪亚巴玛把金块放在另一个盘上。看呀！不论多少黄金放在盘上，秤都无法平衡。沙迪亚巴玛极为沮丧。

她跑去找陆米尼（基士拿的另一位配偶）求助，她正在以杜西叶供奉和礼拜神。听完沙迪亚巴玛的倾述，陆米尼说，“神是属于一切人的而且以永恒的寓居者住在每一个人心中，无人可以独占神，即使存有一点这样的念头也是不好的。”把黄金移走后那罗陀就请陆米尼尝试来平衡基士拿的重量。陆米尼回说，“尊敬的智者呀，我相信基士拿的重量是可以由诵念祂的名号来平衡的而那是我要做的。”那罗陀不以为然再说，“色相是可以看见与触知的但是名号则不然。我要你以有相之物来匹配基士拿的色身。”陆米尼同意。她拿了一片杜西叶祷告，“神呀，人们以叶子，花朵，果实与水来朝拜你，如果你真的接受人们以纯净的爱来供奉而不接受这些供品的话，那么，我祈求你，就以你的名号来平衡你吧，然后让这杜西叶移动平衡的刻度。”（泰鲁固诗）

祷告完毕，陆米尼叫，“基士拿！”秤盘立即平衡，虽然另一个盘

上是空的。陆米尼把杜西叶放在空盘上而基士拿坐着的盘子马上上升；上主岂只是被平衡而已！

这故事教导我们，上主只接受纯净的虔诚；没有其他法门可以达致祂；更甭论是财富了！精诚所至，金石为开，不诚无物，一切唯诚。所以，在印度文化里，虔诚具有崇高的地位。古人认为，虔诚比一切荣华富贵更为可贵。人们真正应该追求的是这种无价之宝而非黄金。其实，追求这无价之宝是人的天职；这宝藏并不需要到远处去寻找因为它早已经锁在人的心中。

自然与神

在每个人体中有七个轮（Chakras）或者心灵力量的中心，向来人们对它的解说莫衷一是，其中两个最重要的是Hridaya（心轮）与Sahasrara（顶轮）。轮被描述为具有多种花瓣的特殊莲花。Sahasrara（顶轮）有一千朵花瓣，每一朵花瓣代表着神性的十六个层面，所以，一千朵花瓣代表着一万六千神性层面。经书上所说的一万六千个牧牛女就是代表着一万六千不同的神性。因为她们是神性的层面，所以，牧牛女们就是神的资产。藉由她们的生命来显示神与祂的资产如何成为一体。当上主与祂的资产合为一体时，福悦，平和与虔敬则盛行无间。

牧牛女们体认到基士拿是她们的圣主并用种种的方法来描绘祂。当她们与基士拿分开时，她们郁郁不乐。缺乏了基士拿，生命是空虚与毫无意义的。她们在内心祷告，“基士拿呀，你不能来探访我们一次吗？”最终基士拿拗不过她们而现身了。那时牧牛女们因为受到离别之苦而个个骨瘦如柴。她们不觉得饥饿，口渴与肉体的存在。基士拿见此情景就劝告她们不要如此折磨自己的身体。她们回答，“基士拿，我们的食物就是你悦耳的笛声，除了这神乐我们再也不知何者为美食了。”罗陀（Radha）更说，“基士拿呀！请唱首歌，用甜言与福悦充满我们的心吧。把吠陀经的精髓转化为梵天妙音（Nada Brahma），用你悦耳的笛子吹奏出来，让我们陶醉在你美妙乐音之中。基士拿呀！请为我们高歌吧！”（泰鲁固歌）

这就是罗陀向基士拿表白的方式。基士拿于是顺手摘了支竹子做成笛子，为牧牛女们吹奏。罗陀万分陶醉而说，“基士拿，这是我期待良久的一刻，我现在是完全浸濡在福悦之中。”说毕，她离弃了身体而与基士拿融为一体。从此以后，基士拿再也不碰触笛了。宇宙万物都属于

神。一切生命都是祂的资产。《罗摩衍那》(Ramayana)提供一个例证。

在《罗摩衍那》里，悉多(Sita)是母亲大地之女，也是罗摩(Rama)的夫人。在灵学上，罗摩是神而悉多是自然。自然是神所创，隶属于神。在《罗摩衍那》里，悉多与罗摩的婚姻就代表永恒的结合，及代表神与祂所创造的万物的不可分离的本质。罗波那(Ravana)不明白其中奥妙的道理，竟掳走了悉多而付出惨重的代价。最后，罗波那的太太曼都达莉(Mandodari)说，“罗波那，斯里罗摩是神本身而悉多是神母的化身，强掳悉多，你已犯下了滔天大罪。你有什么权力拿走他人的东西呢？现在就为你的所做所为忏悔吧！去找罗摩，跪在祂足下，祈求祂的宽恕并把悉多还回给祂。”然而，当灾难向人招手时，心念往往受到困扰而不能明辨是非；罗波那置之不理而最终为自己的暴行付上代价。

灌输对神的渴慕

神献身给信徒与信徒把自己献身给神的情形是一模一样的。Yad Bhavam Tad Bhavati(你感觉什么，就成为什么)。如果你不停的哭喊，“神呀，至爱的神呀。”祂会回答，“我的信徒呀，我最爱的信徒呀。”(掌声)神心中只有祂的信徒。如果信徒时常想着神，神也会时常想着他。无人能隔开这两者。般度族向世界示范了这神圣的原则。他们必须面对数不清的困难，羞辱与痛苦，但是在这一切磨难中，他们从来没有忘记基士拿。他们常说，“基士拿荣耀的名号就是我们的食物，水与琼浆。”他们依这样的心念来圣化自己的时间。他们永远以基士拿为首，一切都在其次。相反的，俱卢族(Kauravas)则事事以自己为重，其次是亲属，最末才是基士拿。他们远离基士拿以致迷失了方向。这显示以神为首的重要性。在做优先考虑上，世界必须排在神之后。如何可能有个没有神的世界呢？神是永恒的而世界是短暂的，所以世界才被称为 Jagat, Ja+gat；它来而有所往，但是，圣灵是永恒的；它无生无死，不来也不往。你的焦点必须专注于永恒的而非短暂的，这样，你才能得到永生。

爱的化身们！

单只诵念神号与静坐参禅是不够的，除此之外，你必须对神有深切的渴慕因为只有祂是永恒的。只有藉由祂，你才能得到永恒的福悦。切莫追逐刹那的欢乐，切莫被虚幻所迷惑。世上一切的欢乐都是稍停即逝的。所以，《梵歌》说：来到了这充满着苦痛和烦恼的短暂世界，可要常常默思着我。尘世是生生死死的而神是永恒的。祂无生无死；祂不来

也不去，因为祂是永存的。那就是为何牧牛女们一直思念着基士拿并时常向祂祈祷的原因了。

神的爱或祂的甜蜜是无人可以描绘的，越描述就越觉得无从说起。有谁能描述那无限量的？人只有深入地默思神的荣耀，一如般度族们所做的一样，而那即是基士拿随时护佑他们的原因了。

基士拿慈悲的例子

被放逐时，有一天法子与黑公主在森林中漫步。黑公主看见一个巨大的果实挂在树上，她想得到那果实来为大家做一顿丰富的大餐。阿周那适巧经过，得知黑公主的愿望，就用箭把果实射下来。他尝试提取那果实但却发觉它奇重无比。法子与黑公主也来帮忙，但是，三人合起来的力量仍旧无法提起果实。法子就说，“基士拿呀，没有祢的意愿无事可成，没有祢的意愿草也无能摇曳；难道需要——来详述吗？从微细的蚂蚁到无边的星际，祢无处不弥漫着。无知者不察觉，自傲者认为是他们的才智在推动世界。他们可能聪慧精明，但他们能预知未来吗？”(泰鲁固诗)

这时，怖军(Bhima 比玛)，无种(Nakula 纳古拉)和偕天(Sahadeva 撒哈提婆)也都来了。(译注：法子、怖军、阿周那、无种和偕天是般度族五兄弟)。大家很高兴看见怖军因为他的力气奇大无比。怖军起先蛮不经心的用一只手来拿果实但提不起来。意识到这非同小可，于是，怖军出全力用双手来提起但仍不为所动。最后，六个人合力来尝试也徒劳无功。

正当他们在努力尝试时，他们看见有样东西向他们趋近。原来它是罗马大仙(Roma Rishi)的头发。培育这颗树的就是罗马大仙并且经历不少苦行才获得那果实。那果实被称为 Amrutaphala(不朽之果)，吃了它，人就不再觉得饥饿口渴。这就是大仙要保住它的原因。在禅坐中，仙人察觉有人正尝试拿走该果实，于是他的长发就飘飘然地伸展出去，寻找偷果者。一旦找到了偷果者，长发即会把他们捆绑起来。黑公主对这飘然而来的长发心生畏惧，立即祷告，“基士拿呀，祢无时不拯救我们。这一回，祢一定要来救我们。除了祢，我们还能依靠谁呢？”

基士拿即刻现身，一如往常，微笑地问，“姐妹呀，为何你在哭泣？你要这果实；你已得到了；好好享用它吧！”黑公主答，“基士拿，

我只想要这果实却不知道它的含意。我们是凡人不能意识到超自然的后果。祢现在要救救我们！”基士拿说，“黑公主，我左右为难呀。众仙人也爱我，他们不断的思念着我。我寓于他们心中，所以我也要照顾他们呀！”虽然基士拿看似不知何所适从，难道祢要轻易地放弃般度族吗？不会的，祢想了个计策来保护般度族。神所说的或所做的都是为了祢的信徒；祢不会基于个人考量或私利来行事。基士拿说，“现在你们大家到罗玛大仙的隐居处向他致敬。不要害怕，我会随着到来。不论发生什么，保持静默，尤其在我来到之后。记得，始终保持静默。”

依照基士拿的计划，般度族启程去大仙隐居之所。他们看见大仙大发雷霆并开始诅咒。大仙生气地问，“你们是谁，从哪里来的？”就在那时刻，基士拿进入茅屋。大仙马上起身迎接基士拿并说，“上主呀，我何其荣幸，蒙祢光临寒舍。”大仙欣喜万分。基士拿也显出惊奇，看见般度族也在那。于是祢恭敬地一一向他们俯身致敬。祢甚至俯伏在黑公主足下。大仙为之目瞪口呆，并对自己说，“基士拿是神，而祢向这些人俯身致敬，这是否意味这些人比神更伟大呢？”显然，这些访客必非泛泛之流。不加思索，他也随着基士拿，一一向般度族俯身致敬。礼毕，他再也不能口出怨言了！无人会咒骂自己恭敬的人。

就在基士拿诵念 Santhi(平静)时，大仙的怒气已很快地消散了。你们可知道为何Santhi(平静)要诵念三次吗？因为人要在身、心、灵三方面都得到平静。大仙然后问基士拿，“上主，这倒底是怎么一回事？没有人比祢更伟大而祢却向这些人敬礼！这又蕴含着什么意义呢？”基士拿笑着答，“尊贵者呀，我寓居在信徒们的心中。我是信徒们的俘虏。这些般度族对我有非凡的虔诚。不论在何种情况，他们都不会忘掉我。我被这种信徒所控制呀！”大仙明白了般度族的伟大并说，“请拿走这果实；我不需要它。”而后祝愿他们有个长寿，快乐与和平的生活！果然如所祝福，般度族一生都很快乐。神借这故事教导世人一个重要的训示，如果你对神有不动摇的信心，世上就没有难事了。若有难事，神一定前来相助。在神首下凡为基士拿时，这类事例可谓数不胜数了。

再一个例子。在俱卢雪特罗(Kurukshetra)战役的第九天，毗湿摩(Bhishma)发重誓在翌日太阳下山前，要把所有般度族歼灭。黑公主知道后非常惊恐。她祷告基士拿，“上主呀，不要让这事情发生。我不知道该如何做但祢千万不要让我成为寡妇。”基士拿只是唯唯诺诺的微笑说，“等着瞧吧！”神虽然看似没有承诺但如果你的祈求是诚恳的，祢必会回应。

夜幕低垂，战场上一片宁静，每个人都回帐房休息。帐幕内，毗湿摩坐立不安。那时基士拿去对黑公主说，“就是这一刻。毗湿摩不能入睡而在营帐内踱来踱去。他后悔立下誓言。你在此刻溜入他的帐幕去向他跪拜。”黑公主点头并立即前往。她脚上穿着王室特用的拖鞋而发出声响。夜深人静，声音就显得特别响亮。基士拿示意黑公主停步而说，“如果毗湿摩听到这声音，他会知道是位女士到来。所以，把拖鞋脱下给我。”黑公主遵命。基士拿把拖鞋放入上衣中，跟随在黑公主后面。

黑公主静悄悄地潜入毗湿摩的营帐。这时，毗湿摩正在沉思而没有察觉到她的进来。黑公主马上跪伏在他脚下。她手上的手镯发出了响声，毗湿摩才知道是一位女士俯伏在他脚前，他毫不犹豫地依照传统方式祝福她，Deergha Sumangali Bhava(愿你有个长久、快乐的婚姻生活！)听到这祝福，黑公主很高兴，说“这对我很足够了。”并且站立起来。毗湿摩这时才发现他祝福的是谁。他喊道，“什么！这个时候，你在这里！是谁带你来的？”黑公主答，“除了基士拿还有谁呢？这是祢的计议以阻止我丈夫们被杀。你既然祝福了我有个长久快乐的婚姻你不能食言呀！”基士拿就在这时刻进来了。毗湿摩反而为这事情的转变而高兴，虽然他要违背誓言了。般度族是理想的人，又是伟大上主的信徒。神以无量的怜悯制作了这出戏来让般度族渡过难关。

在一夜的踱步与失眠，毗湿摩疲倦不堪。他坐下说，“基士拿，祢为我带来食物吗？祢肩上负着包袱，为何不打开，给我些食物？”基士拿回答说，“你认为在战争时，携带食物是我的工作吗？这包裹内不是食物而是黑公主的拖鞋。我带着它好让黑公主悄然进来。”基士拿打开包裹，拖鞋掉了出来。毗湿摩满眼泪水，哽咽地说：“上主，为了拯救信徒，祢准备牺牲一切！”

神首是超凡的。只要涉及信徒，没有一事对祢是卑微低贱的。任何时间、地点祢都会做该做的。保护信徒与他们的福祉是祢优先的考虑。基士拿永远保护般度族而般度族也永远虔诚地敬拜祢。基士拿的名号常挂在他们唇上(Sarvada Sarvakaleshu Sarvatra Krishna Chintanam)。他们心中只有上主，上主远胜一切。基士拿也永远关怀着他们的福祉(Sarvada Sarvakaleshu Sarvatra Pandava Chintanam)。这感觉是互动的。有什么样的声响就有什么样的回声。上主之于信徒犹信徒之于上主，彼此的渴慕是相互的。人们想，“神怎么会做如此卑下的事呢？”神是没有分别心的。为了信徒，祢什么都愿意做。若无信徒，神又何在？神的伟大和义行都是为了信徒。

你们大家聚集来这里，原因何在？只有一个理由，你们都是为了某种东西而来，这东西是你所缺乏的，家里找不到的，你的乡镇也没有的。是什么呢？纯净的圣爱或Sai Prema！那是你们聚集这里的主因而不是有人邀请你们来。（热烈掌声）你所缺乏的是 Sai Prema（赛爱）或无私的爱。那圣爱只在这里有。为了寻找它，你们都来了！简单说，你们来此寻找你们极渴望得到的而在其他地方又找不到的。既然抱着这样的一个渴求而来，那就在回去之前尽量收集吧。把这圣爱满满地装在心中带回去。没有祂的信徒，峇峇在哪里呢？没有峇峇，信徒又在哪里呢？峇峇与祂的信徒之间有不断的连系。两者是不可分的而彼此是互赖的。信徒就是峇峇的生命，同样的，峇峇也是信徒的生命。两者拥有同样的生命气息。如果你彻底了解这道理，那么，不论你身在何处，你都会得到峇峇的保护。那些信心坚定的虔敬者将不会面对任何困扰。你必定听过或读过虔信者化险为夷的事迹吧！。你一定要有一颗纯净的心与不污染，不动摇的虔信。

海岸布满石头，巨浪一直冲着这些石头，但石头仍坚固如故，不为所动。你一定要像这些石头一样，虽被世俗的问题所冲击，但对神的信心却稳如盘石，丝毫不动摇，那才是真正的虔诚。

爱的化身们！

你或许可以放弃一切但决不是神。切莫忘记神！把这信念烙印在你心里，这将成为你的护身符。

世尊高唱峇赞：“Subrahmanyam，……”来结束开示。

——摘自世尊于2000年5月19日在平达弯赛拉美士礼堂为夏令营所做的讲道。

（英译文刊载于2001年4月版）

罗摩衍那即吠陀精义

正如宇宙之神下凡人间诞生为十车王之子，吠陀则以史诗《罗摩衍那》诞生在蚁垤的笔下。

爱的化身！

吠陀自它本身的神圣源头，流传了下来，而它的精髓即《罗摩衍那》。吠陀一共有四部：它们是《梨俱吠陀》、《夜柔吠陀》、《娑摩吠陀》、和《阿达婆吠陀》。主罗摩象征《梨俱吠陀》、罗什曼那代表《夜柔吠陀》，而婆罗多和暗卢祇那则分别是《娑摩吠陀》和《阿达婆吠陀》的象征。因此，吠陀四部本集便成了在十车王宫廷中嬉戏的四个王子。《梨俱吠陀》和《夜柔吠陀》记载了祭祀和牺牲祭典的祷词。这就是众友仙人带罗摩和罗什曼那到他的道场，并在自己主持祭祀时当护法的原因。罗摩流放山林期间，婆罗多离开阿逾陀，居住在名叫南地甘玛的村子里，口中不停诵唱罗摩的圣名，长达十四年之久。这就是婆罗多被描述为《娑摩吠陀》的化身的原因。而暗卢祇那驱逐妖魔，守护着祭祀和牺牲祭典的道场，所以他象征《阿达婆吠陀》。切勿以为《罗摩衍那》有别于吠陀。其实，《罗摩衍那》即吠陀精义。

《罗摩衍那》包含诸多奥义

主罗摩是三项行为守则，即：个人、家庭和社会这三方面的典范。圣灵化身罗摩下凡人间，以维护这三项守则。《罗摩衍那》传达了上天对人类福祉及改善人类操守等各方面的旨意。《罗摩衍那》时代距今已有五千多年了，然而人们对它的热爱未尝稍减，你就可以想像它的圣洁和奇特了。没有一本书能像《罗摩衍那》对人类的心灵产生如此深刻的影响。罗摩的辉煌及荣耀已在人们的心中留下了不可磨灭的印象。《罗摩衍那》的信息有二：其一与罗摩有关，另一个则牵涉到罗波那。

人本身就是真理的表征，而正义则是他的天性。真理和正义便是一切经典的精华所在，它们有如人的两只眼睛。罗摩向人类传达的信息是：维护正义和真理，并且坚守正义和真理的途径，以成就圆满的生命。但正义和真理却是罗波那所诅咒者，他既不奉行真理也不追随正义。所

以，他临死时十分后悔，他这样告诉他的人民：“我的子民，切勿象我那样。在我的一生中，我蔑视真理和正义。我集一切罪恶于一身。我是一个过多欲望的受害者，以致失去了我的整个部族。与其使自己获得美名，我反而葬送了自己的江山。终于，我毁灭了自己。罗摩受到万民爱戴，而我则遗臭万年。”

名誉和羞辱是分不开的，善与恶也如影随形。漆黑的头发围绕着皎洁的脸孔。它的意义何在呢？邪恶的黑暗把正义的光辉突显出来。没有罗摩，便不会有罗波那，或者没有罗波那便不会有罗摩。罗摩和罗波那合起来，便成了《罗摩衍那》。你必须去了解《罗摩衍那》的奥义。《罗摩衍那》的精髓即人类与生俱来而又尚未人知的人性价值观。《罗摩衍那》包含了很多玄奥的真理。罗摩衍那纪元首先阐扬的是个人的责任。《罗摩衍那》对个人责任的教导，并非只限于个体的外在形体。个体并非只指那具形体。寓居其内心的实相和神性方才构成人的真正个体性。这内在神性表现在个人的行为上。罗摩以这些人性价值向人类树立起典范。为了捍卫父亲的诺言，他宁愿承受山林生活的苦楚，但他却不认为那是痛苦。如此，他维护了自己家族‘言而有信’的传统风范。他要让世人知道，Ikshvaku家族的后裔宁可不惜一切代价，也不会做出不合义理之事。罗摩如何去执行此项任务呢？

罗摩是正义的化身

罗摩一身隐士打扮，来到乔萨厘雅宫中，向母后辞行。乔萨厘雅看到罗摩这位正要登基的太子的装扮，大吃一惊。罗摩满脸笑容，对乔萨厘雅说：“今天，父王命令我去统治山林。统治山林也是我们家族的传统。”这时，罗什曼那怒气冲冲地走进来，他说，“母亲，根本不是那么一回事。完全是吉迦伊强逼父亲才会造成目前的局面。现在，我正等待着罗摩的命令。只要他点头，我便马上去杀死曼达拉和吉迦伊，让罗摩重登阿逾陀王位。我甚至连父亲的话也不理了。”罗摩闭上罗什曼那的嘴，说道：“罗什曼那，像这样邪恶的做法是不符合我们的家规的。我们的传统是维护个人和家庭的正义。在这个世界上所发生的每一件事情，都有它的原因。父亲的命令，必有其恰当的原因。请你不要冲动，务必保持冷静。”

听到罗什曼那所言，乔萨厘雅晕倒了。过后，她说：“罗摩，作为儿子，你不是也要像听从父亲那样地听从母亲的话吗？你父亲对你所拥有的权利，我不是也同样有吗？因此，你也必须听从母亲的指示。我决

定陪你一同到山林去。”罗摩这样恳求他的母亲，“父亲因为要和我分离，极度悲伤。你在这种情况下离他而去，是不恰当的。你身负他的一半担子。你现在必须支持、协助和保护他，这是你的责任。一个妻子的首要责任是服侍她的丈夫。”站在一旁的悉多听到罗摩的这番谈话，于是问道：“罗摩，你的谈话似乎是因人和因地而异。你要我留下来照顾你的父母。但对于你的母亲，你则说服侍丈夫是作妻子的最主要责任。我的丈夫不就是我的神吗？妻子和母亲对丈夫难道有不同的标准吗？”悉多深明自己的责任，罗摩十分高兴。

罗摩秉持着个人守则的同时，也维护了家规。当罗什曼那辱骂吉迦伊时，罗摩告诫他，说道：“吉迦伊爱我比爱婆罗多更甚。你不应该这样辱骂吉迦伊。要尊敬父母有如神明一般。这是我们的家庭传统。我绝对顺从我的父亲。我尊重我的所有母亲。”罗摩根据当时的情况，向不同的人解释做人的道理。

罗什曼那在山林里割下苏雅芭纳卡的鼻子和耳朵。她向罗波那哭诉。一大群罗刹在罗波那的指示下，攻击罗摩、罗什曼那和悉多。罗摩对罗什曼那说，“你必须遵照我的指示行事。我独自一个人去迎战众罗刹。你带着悉多到一个隐密之处躲藏起来。”但罗什曼那不同意。他说，“你独自去会众罗刹，并不是好主意。我的责任不止是保护悉多而已。我的最主要任务是侍候你。作为你的弟弟，我岂能只顾自己的安全置身事外，而让你身陷险境。因此，我不能躲起来而不顾你。”罗摩回答，“在人必须肩负多种责任的前提下，这种情况难免会发生。你必须在不会违背正义的原则下，相机行事。你难道不了解我有能力单独对付敌人的千军万马吗？所以，你只须挑起保护悉多的责任。”在罗摩的婉言相劝下，罗什曼那同意留下来照顾悉多。他在罗什曼那耳边细语，说明如何处理各种相关事项。罗什曼那带领悉多来到安全的藏身之处。战场上传来了激战的呐喊声和阵阵火光。罗什曼那的内心有如万马奔腾。悉多忧心忡忡，不禁生气地指使罗什曼那去协助罗摩。她坚决说：“罗什曼那，你为何让你的哥哥单独抗敌？你马上去助他一臂之力！”罗什曼那回答道：“娘娘，我的首要任务是听从罗摩的旨意。罗摩单独对付这些敌人，一样会取得胜利。他全知全能，我的力量岂能与他的力量相提并论呢！我不会离你而去。”他这样安慰她，同时等待着。罗摩施放出千首武器，歼灭了所有罗刹。罗摩杀敌归来，看到悉多和罗什曼那安然无恙，心中十分快乐。

罗摩如何能够单独歼灭众罗刹呢？其实，罗摩并非单独的一个人。

祂具有众多形相。宇宙之主具有千首、千眼、千足。事实上，众罗刹一见到罗摩，便已经魂飞魄散。认识到罗摩的神性和全能，罗什曼那这样告诉悉多：“娘娘呀！欲细数海洋的波浪尚有可能，但却没有任何语言可以描述罗摩的力量。罗摩的力量是不可测量的；它超乎善性、动性和闇性三德(three Gunas)。我们只不过是工具而已。罗摩是全能的，祂的名号具有无穷的力量。”

“比糖更甜，比凝乳更美味，实在的，罗摩圣号的甜美，甚于蜂蜜。不停诵念这甜美如琼浆的圣号，会让人尝到圣灵的甘露。因此，人必须不断观想这甜美的圣号。”（泰鲁固诗）。

《罗摩衍那》书中对法的观点，和吠陀所阐述者并无不同之处。吠陀所说的法，概括了世间法和出世间法这两方面。世间上的一切外在活动皆属世间法的范畴。你饥饿时，世间法说，“孩子，去吃。”出世间法则告诉你：“孩子，切勿饥不择食。”出世间法告诉你，你该吃什么、何时进食以及它的食法。世间法令人意乱，而出世间法则净化人心。凡是涉及外物者皆属世间法，凡有关你的内在心性者皆为出世间法。通过眼、耳等感官以及你的意念(mind)所体验到的一切皆属世间法。出世间法超越这些感官，它使你更加接近你的真如本性。罗摩教导出世间法，它也是吠陀的主旨。

罗摩乃十车王之子。但这并非事实的全部。祂不是从乔萨厘雅的子宫出生的。祂其实是牺牲祭祀的恩赐。吠陀象征牺牲祭祀，而罗摩即牺牲祭祀的化身。罗摩原则超越意念和才智，它与世俗的一切毫无关系。罗摩、罗什曼那、婆罗多和睹卢祇那这四兄弟并非凡人。

曼达拉(Manthara)的故事

如果你深入去探讨，便会发现曼达拉的行为具有更深的内在意义。一次，祁卡耶(Kekaya)国王出外打猎，看见一对鹿在嬉戏。国王用箭射死其中的公鹿。母鹿向它的母亲哭诉，“妈妈，祁卡耶国王杀死了我的丈夫，我的命真苦哟！”鹿妈妈去见祁卡耶国王，告诉他说，“国王啊！你杀死我女儿的丈夫，你这样做是不对的。你不应该作出如此残忍的举动，拆散我的女儿和她的丈夫。现在，我蒙受丧失女婿之痛，而我必将让你有一天也像我一样，尝到丧失女婿之痛。”那头鹿妈妈转世成曼达拉，导致十车王——祁卡耶（吉迦伊的父亲）的女婿之死。如果你用心去阅读《罗摩衍那》的各个情节，你便会发现其中的道理，正是吠陀

所推崇者。《吠陀》、《典论》和《往世书》等经典其实是相辅相成、相互辉映，并不是彼此有别的。一些所谓专家学者们以世俗的尺度，把诸如《吠陀》、《典论》和《往世书》等书看成是互不相关的作品来进行各方面的研究，这是不恰当的。

善与恶纠缠不清，任何人都不可能把它们完全治理开来。一张皎洁的脸孔和一头黑发所呈现出来的鲜明对照，也一样存在于正与邪之间。没有罗波那，罗摩便不会远近闻名。罗波那并非普通人。凡是罗摩研读过的，他也一样读过，但他却没有学以致用。因此，他患上了知见障。罗摩把所学的一切，一一加以实践，从而化知识为智慧，造福祂的子民。

学习共有两种：心灵层面和世间层面。那些靠着死背生吞，然后‘吐’在试卷上的一切，皆是世间层面的学习。而那些用你的心去学、去感受它的完美，使你从而体验到至福者，便是心灵层面的学习。我们把它们分别称为教育(education)和智育(educare)。你的目标应该是智育而不仅是教育而已。这就是罗摩和罗波那两人差别之处：罗摩之所学属于智育一面，而罗波那的则仅是教育而已。

由于受到往世的誓言的驱策，曼达拉决定破坏吉迦伊对罗摩所流露出来的母爱以及她对十车王的责任。在乔萨厘雅的宫庭外面，响起了嘹亮的喇叭声，洋溢着喜悦，原来那是十车王仪仗队的奏乐：十车王正在亲自到来通知吉迦伊，他要立罗摩为阿逾陀王太子的决定。驼背的曼达拉探出窗外去查明喇叭声的原因。十车王气派令曼达拉十分反感。曼达拉走下楼来，遇见乔萨厘雅的一名侍女。侍女穿上绸缎衣裳，戴着饰物。曼达拉问她，如此贵重之物，究竟从何而来。侍女回答：“乔萨厘雅为了庆祝罗摩加冕大典，把漂亮的衣服和珠宝赏给每一名下人。”曼达拉不禁怒火中烧：竟然没有一件事情令她称心如意。邪恶的念头在她的脑子里不断地发酵。她立即前往吉迦伊处，问道：“你打扮得如此珠光宝气，究竟是为为什么呢？”吉迦伊不理睬曼达拉。曼达拉走向前，告诉吉迦伊：“你这个傻瓜，你自以为十车王爱你更甚于爱其他人。但这其实是个骗局。将来你便会知道可能发生在你身上的事情。不如听从我吧。”曼达拉一面轻拍着吉迦伊的肩膀。仅仅这样接触，曼达拉的怨恨便全数注入吉迦伊心中。

与心术不正的人士交往是十分危险的。即使稍微接触，也会使自己沾上他们的邪恶习性。一路来十分疼爱罗摩的吉迦伊，转眼间便视罗摩

为眼中钉。曼达拉提醒她，“千万要记住，你曾经在神人和妖魔大战之时，奋不顾身地协助十车王。当十车王战车的轴栓掉落了，车轮快要脱落之际，你的手指作轴栓，阻止车轮脱落，直到十车王歼灭所有妖魔为止。当时，十车王感激之余，答应成全你两个心愿。你告诉他，你要保留这份权利，直到时机成熟时才提出来。十车王说，他到时绝不食言。现在正是时候了。你除了要求十车王把罗摩流放山林一十四年外，还要坚持婆罗多立即登基。十车王快到来了，把你的首饰统统脱下来，丢在地上。快到怒厢房(chamber of anger)去，像枯萎了的藤蔓一般地倒在地上。”吉迦伊完全照办。国王来了，问起吉迦伊，得不到回应。曼达拉走前来，告诉国王；“你自己前去看个明白吧！”国王看到厢房内的情景，大吃一惊。他温柔地问：“吉迦伊，你为什么这般生气？”吉迦伊不答话。十车王进一步好言相劝，“吉迦伊，现在不是生气的时候。罗摩快加冕了，这是我生命中最重要的大事。在这个喜庆的日子，你不应该满脸愁容。不论你想要什么：皇宫或者珠宝或者其他一切，只要你开口，便是你的了。”吉迦伊说，她不要这些东西。然后，她依照曼达拉的指示，提出了她的要求。十车王听后，马上昏倒。在嫉妒的唆使下，曼达拉把吉迦伊逼到这样的境地。凡是具有嫉妒的习性者，无人能逃出魔掌。十车王哀求吉迦伊，说道：“你为何受到妒忌心的折磨？它会使你被人不齿。”但吉迦伊坚持己见。世尊一直提醒你，远离损友。宁可不惜一死，也不要与妒忌心重之人为伍。

嫉妒使全人类蒙受其害

曼达拉就是嫉妒的象征。她的嫉妒的杀伤力，竟然使到吉迦伊对罗摩的母爱干涸。任由十车王百般好言相劝，到底还是白费心机。这时候，罗摩到来向父母问安。目睹了当时的情景，祂问吉迦伊，“娘，究竟发生了什么事情？”吉迦伊不答话。曼达拉告诉祂吉迦伊的心愿。她说，“你的父亲在战场答应成全吉迦伊的二个心愿，但现在他却反悔了。”罗摩知道了事情的来龙去脉后，便对吉迦伊说：“母亲，我会实现父亲的诺言。一言既出，驷马难追。背信会使到 Ikshvaku 家族为人不齿。因此，我现在立刻到山林去。”曼达拉马上拿来隐士的服装，交给罗摩。妒忌心一发作，便不可收拾。罗摩当场换了衣服，并向十车王敬礼。但十车王不省人事，不知道所发生的这一幕。吉迦伊不想浪费时间，她于是告诉罗摩，“罗摩，要像看待祢的父亲一般地看待母亲。作为祢的母亲，我要祢立即到山林去。”罗摩毫不迟疑地听从她。

《罗摩衍那》以罗波那和曼达拉作为邪恶的象征。罗波那在战场上

被杀，但曼达拉至今仍然以嫉妒的形态活在人们的心上。无人能够消灭这位‘曼达拉’，但我们的责任却是‘不去理它’。在一切邪恶之中，以嫉妒为最，嫉妒破坏了四份之三世界。无论如何，嫉妒是没有止境的。人们妒忌他人的财富、美德和教育，不惜用一切办法去搞垮他们。

人不应该口出恶言、聆听邪恶的言论或从事邪恶的行径。这便是《罗摩衍那》的主旨。曼达拉沉溺于邪恶之言，而吉迦伊则听信于她。她们两人的下场如何呢？她们被世人唾骂。今天，有人以吉迦伊或曼达拉为名吗？你会碰到名叫乔萨厘雅的妇女，但不会遇到名为吉迦伊或曼达拉的女人。奇查卡色迷迷地看着黑公主，结果死在怖军手里。你知道有任何人名叫奇查卡吗？没有。凡是沉溺于邪恶之言、邪恶之行为或邪见者，皆不会在这个世界有立足之地。

清净心是至福的源头

《罗摩衍那》指示我们如何去过理想的生活。这就是为什么全世界不同语文的人，都对《罗摩衍那》推崇备至。这神圣的纪元历久弥新，永远令人神往。时间洪流丝毫不能损害它的光辉。由于《罗摩衍那》乃高洁理想的表征，从古到今，印度人民皆深深喜爱它。

有一回，安遮厘耶的母亲安遮那女神 (Anjana Devi) 前来拜访乔萨厘雅。乔萨厘雅问道：“访客何人？”安遮那女神回答道：“我是安遮厘耶的母亲。我的儿子一跃便越过辽阔的海洋。”不久，阿嘉斯迪亚的母亲也来了。她这样介绍自己：“我是那位一口饮尽海洋之水的人的母亲。”乔萨厘雅对她们说：“你们的儿子之所以能成就如此壮举，完全是由于我的儿子罗摩的圣名的法力所致。”罗摩在她们交谈时出现了，祂问：“母亲，你们在谈论什么呀！”乔萨厘雅回答：“儿子，我们在谈论祢的圣名的荣耀。”罗摩说：“母亲，他们之所以能完成这些壮举，岂仅是由于我的圣号使然。他们的清净心也是不可或缺的。很多人皆诵念我的名号，但，是否所有的人都能获得它的好处呢？清净心是十分重要的。”

那位具足清净、忍耐和刚毅等高尚品德者，便是神无疑。你应该在逆境时坚守着向善的决心，并且泰然自若。切勿贪图名利。保持着一颗圣洁的心。要立心行善。这便是你本来便应该去做的修行。

泰格拉遮作了这首动人的歌曲来描述罗摩法力的伟大和神奇。“噢

，罗摩，若非你的法力，一只猴子怎有可能跃过海洋？财富女神拉斯密又怎会成为你的配偶？而罗什曼那会崇拜你、才智双全的婆罗多会听命于你吗？语文根本不足以描述你的法力。”

几千年来，人们年年庆祝罗摩的诞辰，然而他们始终改不掉不良的习性。能够导致内心蜕变的庆典，才是有意义的。

学生们！

你们很年青，还有一条很长的路要走。社会有如一列客运火车，所有长者必然会在中途站先行下车。但你的旅程还很长呢！因此，你必须保持车厢清洁，使自己有一个愉快的旅程。牢记着你的目标，并使自己有资格成为主恩的受者。全心去诵念罗摩的圣名。供奉祂于你的心中，以圣洁你的生命。罗摩以自性的形态存在于每一颗心之中。这就是人称为自性罗摩的原因。自性是常住不变的，它就是你的真实形相。建立起你即是梵的信心。

爱的化身！

正如你们所察觉到那样，百善地宁乐园属于Rayalaseema区域，这区域以‘夏日的火炉’著称。虽然你在这里很快乐，但你们的身体可能承受不了夏天的炎热。炎热是这个季节的自然之事。所以，所有想回家的同学都会得到Swami的祝福，那么，高高兴兴地回去，在六月高高兴兴地回来。

世尊以“Rama Rama Rama Sita …”和“Rama Kodanda Rama …”这两首 Bhajans 结束祂的讲道。

——译自世尊的 Sri Rama Navami 讲道
地点：百善地宁乐园赛库茹万礼堂
日期：2001年4月2日

(英译文刊于2001年5月版)

培育孩子的价值观乃

家长的职责

在这世界上，唯有正法之光能照亮我们的路，其他灯光都不能为我们指示一条人生的大道。赛的话确实是真理。（泰卢固诗）

爱的化身们！

自古以来，人间疾苦是没人可以幸免的。不论他是国王、农民、富豪或是贫民，每一个人皆须面对这五种苦恼(Klesas)。

人的五种苦恼

人的第一种苦恼 Avidya Klesa，是由无知所带来的。无知乃源自对身体的眷恋。今日人类皆认为身体最为重要而在他身体的保养和舒适上给以过份的关注和特别的努力。倘若这些努力不能获得满足，人们便感到失望、沮丧，而烦恼也接踵而来。在为生存奋斗时，人往往失去对自己的控制而备尝痛苦。是故，我常告诫你们勿太眷恋自己的身体。苦与乐皆因这个肉身而引起。因此，首先，你必须眷恋的是自性，然后才是身体。倘若你漠视了自性，只执着于肉体，那么痛苦、烦恼是难以避免的。对身体的眷恋、将招致各种各样的欲望和疾病。目前的教育系统不配称为Vidya(真正的教育)，因为它仅满足人类身体的需要而忽视灵性的需要。真正的教育应该传授‘我’(Self)的知识，那就是 Atma Vidya (灵性教育)。

第二种影响人类的苦恼是Abhinava Klesa，是由思想(心念)所引起的烦恼。思想(心念)遍布各界，无所不在。所以，有这样的一句话，“Mano Moolam Idam Jagat”(心念乃这世界的根源)。在人的一生中，头脑所想要的东西实在太多了。当这些欲望不能获得满足时，人就会感到沮丧。所以，从生到死，人一直在为心念所带来的痛苦而烦恼。倘若抛弃心念和身体意识所带来的种种烦恼，人将是多么的自在快乐。所以，人必须找出脱离这些苦恼的途径。他应该抛弃“唯身体才是生命的根源”这个假象。他必须超越的是身体意识和那脆弱的思想。

第三种苦恼Asthitha Klesa，是由人的无穷欲望加上对身体的眷恋和变幻不定的心念所引起的。今天的人类已分不清什么是他所应该渴求的。他不再精于探索和分辨好与坏，对与错，恒久与短暂，合意与厌恶。他屈服于感官的贪欲，对眼睛所看到的一切，他皆希望拥有。古代圣哲们以禅坐(Dhyana)和瑜珈(Yoga)等来抑制身体的欲望和驯服思想。倘若身体和思想不受控制，为所欲为，你终将难逃毁灭的后果。抑制它们的最佳方法是不停的诵赞神的荣耀。

你们都知道马是不能静止不动的。不论何时何地它身体的某个部份总是在动。它是不稳定的。那么，骑师要如何控制马呢？他必须为马戴上眼罩，再把套在马头的缰绳拉住。即使野性难驯的马儿也会服服贴贴，听命指使。相似的，人若能控制自己的舌头，他一半的问题将可迎刃而解。这是古人学习静默(Mounam)的最大原因。他们从不把时间作无谓的浪费，他们的所作所为皆深具内涵。静默助你驾驭思绪，抑制欲望以获得极致的福乐。

人的第四种苦恼是Raga Klesa。它是由以上三种苦恼(Avidya, Abhinava和Asthitha)结合而形成的。Raga Klesa是指对钱财的过份执著和渴求。因为Raga(欲望)，人希望获得世间的一切。所以，Raga(欲望)是一切Rogas(疾病)的根源。通常，一个没本事满足自己欲望的人会向有权势有地位的人靠拢。一旦这些有权势的人不能照顾他的福利，他就会生起憎恨心而招致第五种苦恼，Dewsha Klesa。这是因憎恨而产生的烦恼。

当人被这五种烦恼所困时，他又怎能活得快乐祥和呢？其实，这些烦恼皆源自对身体的眷恋和思想的失控。为了减少对身体的眷恋，古代圣哲们离开家庭，到山林去隐居，过着圣洁、宁静的日子。在山林里，缺少世俗的种种诱惑，思想出轨的机会少，所以心念比较容易受到控制。然而，离开家庭，隐居山林并非唯一的遁世选择。保持静默也是达到

此目标的另一途径。古代圣贤非常注重Mounam(静默)。有限度的说话令人易于控制思想。倘若话说得少，说谎的机会也相应的减少。所以，还是少说话，多保持静默并且抑制欲望，方能有效地控制自己的意念。

玛德拉莎女王是个模范母亲

古人的一切所作所为皆深具内涵和目的。他们为后人树立学习的榜样，然而却得不到今日世人的重视。以前有一位名叫玛德拉莎(Madalasa)的女王。每当国王为新生儿取名字时她就感到好笑。国王问其原因，她回答说，“你能永恒自性取名字吗？纵使能够，难道你能保证孩子将来的行为能与其名字相符合吗？所以，无一个名称是完全适合的，别再为孩子的取名伤脑筋吧！”活在这世间宛如睡了一个长觉。世间里的一切经验就像一场场的梦境。是故，她把孩子放入摇篮里并为他们唱着充满智慧的摇篮曲，“你永远那么的纯洁，充满着智慧和福乐。然而，世间的种种假象使你对真如本性全然不了解。活在这世间就像睡了一场充满好多幻梦的觉。一旦出生，你就须承受世间的种种考验和磨难。倒不如把这一次的出生当作是最后的一次吧”。

她的另外一首曲子是，“睡在Omkara的摇篮里，躺在觉知的枕头上，盖着智慧的被单，噢，亲爱的孩子，在梦中与你的真如本性结合吧！”就这样，玛德拉莎把孩子都塑造成智慧的化身。玛德拉莎是所有母亲的理想模范。在执行母亲的天职时，她对世间的一切毫不眷恋。她把孩子送入森林里并对他们说，“孩子，别让皇宫里舒服和快乐的日子给蒙蔽。其实，唯有在森林里你方能享有真正的快乐和宁静。”

森林是一个寂静安宁的地方。森林里的树木把我们吐出来碳酸气吸进去，再吐出维持我们的生命的氧气。在那里，人们很少说话也很少欲望，疾病也无立锥之地。所以，人的寿命很长。森林确是个教导我们过幽静、平和生活的好地方。

家长须对孩子的劣行负责

今日的母亲喜欢把世俗的种种欲望置入孩子的小脑袋里。听听这首母亲们所唱的摇篮曲。母亲说，“在水箱附近的土地上，你的舅父正在播种。啊，我儿Sankara，去向他追讨你的一份吧！”当Sankara向舅父作出要求时，舅父回答说，“我播种、收成时你都不在那儿，为何我要把收成交一部份给你呢？”Sankara强辩说，“难道我的母亲不是你的姐

妹吗？好吧，让我们到公堂里去解决这个问题。”你看，这就是今日母亲所吟唱的摇篮曲，教导她的孩子要求分享家族的财产，否则，就把问题带到公堂里去解决。

目前的男孩子喜欢交女朋友。这是不圣洁的行为，简直是缺德、坏透了。难道这些就是男孩子们所渴望的吗？屈适当年龄，你能独立地生活，随时都可以结婚，是没有人会阻止你的。想想，假如你那么早就谈恋爱而你所爱的女孩子后来成了别人的妻子，这是多么的可悲啊！说不定，她或许会成为你的嫂子呢！今天的家长竟鼓励、支持这样的不良行为。他们以为这样一来就不必为孩子婚礼的花费伤脑筋了。对这种导致道德沉沦的行为，他们竟毫不在意。在这种环境里，要如何保有人的优良品格呢？

约束孩子的行为是家长的责任。这种约束应随孩子年龄的增长而有所改变。孩子们应该被教导，以不破坏父母的声望为重。玛德拉莎是个典型的例子。从出世后，她就引导孩子们正确的方向。所以说，“早点开始，慢慢驾驶，方能平安到达。”

为了要蛇葫芦（一种瓜类）长得直，就需要为它绑上一颗石头。同理，父母也应该系上纪律的重量在孩子身上。太过放纵他们，让他们为所欲为，势必会导致他日后的身败名裂，进而破坏整个家庭的声誉和尊严。自由是可贵的，但应在不影响家族声誉之下争取。我们的先人是维护家族声誉的先驱，所以，印度才享有今天的威望和名声。

夏里斯曾德拉国王的理想

夏里斯曾德拉(Harihachandra)国王是真理的化身。为了真理，他不惜牺牲自己的生命。皇后曾德拉玛蒂(Chandramathi)赞同他的观点。为了遵守诺言，夏里斯曾德拉必须把妻子和儿子卖掉。曾德拉玛蒂支持他的做法。她说，“主啊，无论是生是死，让我们勿乖离真理的正道，勿玷污我们的声誉。”他们走到佳喜(Kasi)城，在那里他们又遇到了麻烦。夏里斯曾德拉毫无办法，只好把自己也拍卖了。如此，他为了真理而牺牲了自己的生命。古代的婆罗提耶（印度子民）一诺千金，为了维护尊严和信誉，不惜牺牲自己。

目前，人们漠视生命的价值。他们认为活在世界上的目的是赚很多的钱以过奢侈的生活。其实，生命是一场挑战，要面对它。在生命里，

我们要面对很多问题。我们须克服难题并维护家庭的声誉。我们更应该学习祖先的光荣例子。以玛德拉莎作为母亲的典范，学习她的理想行为并从中获得鼓舞。实在的，像玛德拉莎般从小就开始塑造孩子的性格是无人可匹比的。

为何要被欲望蒙蔽，须知，在梦里的大厦是虚假的，欲望的成果也是乍现即逝。是故，要好好地控制住你的心念并减少对身体的眷恋。你应该保持身体健康，使之不受任何疾病的感染并时时抑制你的欲望。Bhikshannam Deharakshartham Vastram Sheetanivaranam(食物保养身体，衣服御寒取暖)。身体不是我们的焦点，明心见性才是我们的人生目标。没有自性，何来的身体？自性才是主人。找到了自性，人生就会富足美满。

学生们！

要提升心灵上的成长，勿为一些不必要的欲望感到沮丧、彷徨。你是福乐的化身，勿让忧郁占有你。抑制欲望是至为重要的。切莫背弃你的文化，要让家族以你为荣。倘若你的行为有损尊严，你将毁损家族的声誉。

维护家族的尊严和声誉

今天，家长并不给予孩子们正确的劝导。须知，你可在大家庭里学习的东西实在太多了。在大家庭里，倘若发生纠纷，长辈们要好言相劝并缓和情况，然而目前的新婚夫妇都喜欢搬出去住。作父母的为何要把另外一间屋子分给他们？你大可把家中的房间分一间给他们住。这样，你才能制止他们之间所发生的争端。家庭纠纷应在开始的阶段给予解决。

现代的年青人缺少耐心。他们常为一些无关痛痒的问题争吵，甚至负气离家出走。这样，生活岂不可悲！人的生命充满理想、尊贵无比。为何要破坏这美好的生命呢？不论贫、富，家长都应该把已婚的孩子留在家中，除非他们被调职到别的地方去，但若大家住在同一个地区，他们就不应搬出去住。只要家长行为端正，孩子们必定会循规蹈矩。家长应该约束孩子们的行为，可惜今天的情况并非如此。目前的年轻人有如失去制动器的汽车，横冲直撞，不知何处是正确的方向。父母的首要任务是作为他们的制动器。这样，孩子就会从善如流，幸福昌盛了。否则

，家长须承担放纵孩子的责任。没有自制的家庭肯定会毁灭的。

你应该抑制自己的欲望和眷恋。每当憎恨之心涌起时，不要立刻作出回应，而先要让心情平静下来。一个随便发脾气的人绝对不会获得成功。他会面对很多难题，犯下很多错误而自取其辱。他将失去他的拥有物和尊严。因此，要好好控制脾气，这将助你迈向理想和福乐的康庄大道。

倘若学生们仅谈论自己的虔诚或引述罗摩基士拿巴拉玛罕沙 (Rama-krishna Paramahanasa) 和辨喜 (Vivekananda) 的事迹而不将他们的理想付诸实行，那么，这与空谈有什么两样呢！学生应该讨论当今世界要事并对世局的动荡和困境提出解决之道。叫一个正在受着痛苦和悲伤的人去唱峇赞和思念神是实际的作法吗？首先要解决你的问题。把问题解决了才去唱峇赞，否则，Bhakti(虔诚)的原则将被歪曲。切记，要先维护家庭的尊严和声誉。家庭成员之间的耐心和同情心可以维护家庭的尊严和荣耀。家和万事兴，缺少这些素质，家里难有宁日。

财富岂能带来快乐！现代的城市人和知识份子皆以赚取更多钱财为目的。他们是如何聚积则富的？他们为财富而出卖道德价值。倘若人失去了道德价值，钱财于他又有何用呢？人应该活得更尊严呀！这样，你才能尽力为你的家庭幸福创造条件。“钱来而有所往，德至则有所长。”在有生之日，道德是最重要的。这是最崇高的教育方式。

单单阐述圣贤的生平事迹是于事无补的，重要的是要能把他们的理想融入生活中并付诸实行。倘若为一个孩子取名法子(Dharmaraja 正法之子)而其行为却与其名字不相符，那又有何用呢？今天，人们喜欢从电影故事或小说故事里为他们的孩子取名字。与孩子行为相符的名字才是适当的名字。上梁不正下梁歪，家长必须对孩子的不良行为负责。守纪律的父母必有守纪律的孩子。所以，家长应以身作则。家齐而后国治，国治而后天下平。

目前的世界充满纷争扰攘。要抱持什么理想去促进世界和平是我们每一个人应该探讨和执行的职责。作为社会之一员，为社会福祉作出奉献是义不容辞的。你须为社会的发展承担责任。人是社会的重要成员。倘若你把人类价值都抛弃而活得像禽兽一般，社会将变成什么样子呢？你是人而非禽兽，还是堂堂正正地做人吧！要以声誉为重。

学生须为他人树立榜样

不论身在何处，你的行为举止应作为他人的模范。说话要柔和，行为要端正。聚积金钱并非那么重要。有很多人为了要赚取更多金钱而移居外国。这简直是求乞，你大可在国内这么做呀！没有人会阻止你赚取金钱而快乐地过日子，更不会阻止你为自己的祖国服务。然而，赚钱岂是你出生的唯一目的？舍价值观，金钱再多又有何用？在本国受过高深教育的知识分子跑到外国去，他们靠做散工，甚至在酒店里洗茶杯来赚取金钱。难道他们不能留在家为母亲清洗用具而带给她一些快乐吗？他们反而觉得身在外国是件非常光荣的事而拒绝孝敬自己的双亲。这种人在家里是毫无地位的。钱要赚但对父母也要孝敬。看到今日年轻人的种种行为，我深感痛心。所以，我要教导这些年轻人日常生活的价值观。单单口说虔诚、智慧和放下是无用的，其实，只要众善奉行，这一切自然随之而至。

要做个品学兼优的好学生，这是你受过教育的标志。以理想行为来净化你的生命。这才是真正的生活。以圣洁的感受去生活，抛弃对自己及对社会有损的行为。社会若衰退，那是你的损失。有一句俗语，“告诉我你所结交的朋友，我就知道你是一个怎样的人。”近朱者赤，近墨者黑。做个理想典范吧！这样，人人都会尊敬你。

你并没有作出努力去了解印度文化。印度文化可是多么神圣的呀！你不能抗拒外国的光芒毕露，你着迷于他们的开放作风和奢华生活。可是，这一切仅是幻象啊！今日的年轻人对母亲以爱心准备的美食不屑一顾，反而喜欢外面糟透的食物。他们对这一点是不留意的。

举个例子。一间药房和一间酒店相邻，药房的老板常跑到酒店说，“我头痛，请给我一杯热咖啡”。相对的，酒店的老板也常跑到药房来投诉，“我头痛，可否给我一粒头痛丸(Saridon)？”两个人同样感到头痛，却对自己拥有的不感满意。这就是今日学生的困扰。他们羡慕他人艳丽的衣裳而嫌弃父母为他们准备的朴素衣服。其实，太过艳丽的衣裳连牛也会被吓着。白色衣裳象征纯洁、稳重和爱。我们可以轻易地在白色衣服上看到污点并立刻清洗。有色的衣服容易藏污纳垢。因此，有些学生可以一连几天都穿同一件衣裳。即使看不见污垢，也应该穿干净的衣服啊。远离尘垢，头脑才得以休息而心绪就得到宁静。宁静以致远，要以正确的行为来步上宁静之大道。

学生们！

你可以摘述《罗摩衍那》和《摩诃婆罗多》的故事来标榜理想的生活，同时你也可深入的探讨今日社会纷争动荡的原因。如果你为社会的进步作出贡献，你就可以成为一个理想的学生。只有这样，你才配称为一个模范学生。唯理想行为能提升人的生命。理想学生的首要任务是改进自己居住的社会环境。

在这世界上，没一样东西是与灵性无关的。不论是我们的操行、书写、阅读、甚至于膳食皆与灵性息息相关。神蕴寓于万物之内。凡使你漠视内在的神性而专注于外在的事物的活动都不是灵性的。你要坚信神与你同在，在你之内，在你上下和周围，纵孤独亦心安。要三思而后行，务必事先检讨行动的正确性。在他人未指出你的错误之前，先修正自己。只要是正确的行为就别理会他人的批评。为此，要培养善根，远离邪恶。秉此原则生活，你会成为一个理想的人。

爱的化身！学生们！

你对外面的缤纷世界丝毫不了解。世人的行为是令人厌恶的。别理会他人的看法，你应该过你的理想生活，为自己赢得好名声。这样，方能取悦斯瓦米。人们会尊重你为一个遵循赛教导，参与赛活动和峇赞的赛学生。你必须培育适合你的学生身份的素质。不论身在何处，应以身为赛学生为荣并为人树立理想的典范。只要遵照赛的教导，培养内在美，万事就亨通了。心安理得，何惧之有？抓住人生的根本，赢取众人的尊敬。

薄伽梵以峇赞“Govinda Hare Gopala Hare, Hey Gopi Gopa Bala...”结束讲道。

摘自薄伽梵于10月4日在百善地尼乐园赛满月礼堂的讲道。

(英译文刊于2001年5月版)

以爱心去从事一切活动

抛开傲慢，必得人人亲善；
压抑忿怒，解开忧虑烦乱；
克制欲望，一切富足美满；
舍弃贪婪，福乐永远随伴。（梵文偈）

诸位爱的化身！

只要人怀持傲慢的态度和浮夸的习性，他绝不能得到他人的敬爱，包括他的妻子和孩子。他们或许会装出敬爱他的样子，但那不是真的敬爱。只要人抛不开忿怒，他不可能避开痛苦。如果要远离痛苦和得到平和，人非抛弃忿怒不可。满怀欲望者决不能得到福乐。“行李少，舒适多”，在人生旅途中，欲望就是你的行李。如果你要过一个舒畅而自在的生活，你必须减少欲望。一个贪婪的人决不会达致富足；唯舍弃贪婪，他才会得到快乐、富足和幸福。

人的思想和行为决定世界的福利

今天是新年的开始。很多这样的新年已经过去了。人希望新年给他及整个世界带来和平、快乐和富足。殊不知世界的福利全靠人的行为态度来决定。人的行为就靠他的心念来决定。心念的本质就靠他的思想来决定。只有基于真理的思想才能推动世界的进步和繁荣。如果你愿望世界的福利，你就应该确定你的思想和行为符合你的愿望。

善和恶，乐和苦，功和罪全靠人的行为来决定。什么样的行为就有什么样的结果。但今天，人无视于行为的规律（业的法规，业报）而依据自己的喜好来行事。作恶容易但面对恶报就极难忍受了。奥义书说，“Thasmai Namah Karmane(向业致意)。”你应该向你所要采取的行动（业）致意，好让它圣洁化，带给你好声誉并促进世界福利。这就是印度文化其中一项的主要教导。从远古以来，印度子民一直对业（行动），不论大小，在执行前都致以敬意。一个舞蹈者会先对她的踝饰致敬后才开始表演。即使是一个塔不拉(Tabla 印度鼓)的鼓手，也会先向塔不拉致敬才开始打击。非但知识份子遵照这种惯例，就连卡车司机也在开驶卡车前，向轮子致意。印度文化给予行动的重视与圣洁，由此可见一斑。

向你所要执行的行动致‘Namaskar’(双手合十的敬礼)。什么是合十敬礼？那就是放弃自我的感觉。但今天，这古老文化正被淡忘而人则依据自己的心意和嗜好来行事，结果，他就难免遭遇不可言喻的痛苦了。当他得面对恶行的果报时，他深感痛苦，但在行动之前，他却不屑检讨行动的好坏。要明辨是非，三思而后行。不要仓促行事，“仓促造成浪费，浪费造成忧虑”。快乐或痛苦取决于人的行动。新年不会给我们带来快乐，也不会带来痛苦。人要面对自己行为的果报。所以，他应该行必义并以义行来造福人群。

有一次，阿育王(Asoka 译注：公元前273-232，古印度摩揭陀国孔雀王朝国王，或译作阿逾迦，义译为无忧王，初信奉婆罗门教，即位后，改信佛教)庆祝他的生日，所有隶属于他的小王国都把在他们管辖领域内，通过税收征得的财富用来朝贡阿育王。唯有玛加达国王没有进贡任何东西。于是，阿育王问玛加达国王为何空手而来。国王回答，“陛下，这一年我的小王国备受旱灾、饥荒和水灾的蹂躏，老百姓也因此而断粮缺水，流离失所，饱受煎熬，苦不堪言。为了减轻老百姓的痛苦，我把课税所得完全用于救济他们，提供食水，建立学校和医院等，所以，我现在一无所有了，还能进贡什么呢？”

阿育王听了，甚感欣慰。他吩咐玛加达国王坐在旁边并说，“国王啊！你所做的值得推崇。水维系生命，教育启发智能而医疗保健治病，你已提供最基本的设施给你的人民，真是功德无量啊。我很高兴，你以无私的态度为人民服务，并视之为对神的供奉。”在对其他国王致辞时，阿育王说，“很多人批评政府课税，但若不课税，政府哪里有钱？没钱，政府如何执行社会福利的计划？所以，政府课税是必需的。但政府应该确定钱是用在人民的福利上。那是真正的服务。”

今天，人们谈论虔诚但不知虔诚的意义是什么。我不要你的虔诚；我要你的心灵改造。什么是虔诚？Paropakartham Idam Sareeram(这身体是用来服务他人的)。你们应该了解身体是服务他人的工具而你们应该从事造福人群的活动。要下定决心步上服务之道。有些人假借虔诚之名而进行毫无意义的活动。这简直是浪费时间。真正的虔诚在于执行能够圣化时间的活动。我不是叫你轰轰烈烈地服务整个世界。只要把神放在心上而依据自己的能力去做，那就够了。“靠修行，靠朝圣，靠研读经典或靠念诵咒语都不能渡你了脱生死，唯有为虔诚者服务才可达致。”(梵文偈)服务法门远胜于所有灵性修行，如念经，坐禅和瑜伽等。只有藉服务，你才能取悦神。“Deho Devalaya Prokto Jeevo Deva Sana-

thana”(身体是庙宇，内寓者是神)。那么，就视每一个身体为庙宇吧！要坚信神以阿特玛(Atma 纯灵，真我)的形式寓于每一个身体之内。神无处不在，祂弥漫于一切名和相。Sarvata Pani-padam Tat Sarvathokshi Siro-mukham Thishthati(神以手、脚、眼、头、口和耳弥漫一切，祂充满整个寰宇)。不论你从事什么活动，都要把活动供奉给神。

善加利用你的感官

肉身由五大元素组成而有毁坏的一天。但在这短暂的肉身之内却存在着永恒的圣灵，以阿特玛(Atma 真我)的形式存在着。这普在的圣灵，我们称之为‘识’；它以局限的方式存在于肉身之内，我们也称之为‘良知’。识与良知，在质方面并无二致，而在量上就有差异了。你可以从海洋里舀取海水，装入壶中或水槽里。壶与槽的海水量有差别，但两者的盐份含量是一样的。身体可以比拟为壶，壶内装有普在的识，即良知。整个世界充满着识。基于此，吠陀(Veda)宣称，Sarvam Khalvidam Brahma(一切是梵)。无物不充斥着梵(Brahman)。你们大家都是宇宙圣灵的化身。虽然你日日夜夜都看到神，但你觉得你并没有看到。这是你的弱点的征象。要坚信肉身即庙宇。有谁会利用庙宇作不圣洁的活动呢？所以，要善加利用你的肉身。这庙宇有很多扇门，而感官之门如耳、眼和口是非常重要的，切莫让邪恶通过这些门进入你的身体和心念。

不看恶，只看善
不听恶，只听善
不言恶，只言善
不行恶，只行善
不思恶，只思善
这是通往神的道路。

身体的安全和圣洁有赖于适当地利用其五根。印度文化教导我们的虔诚九大道，就是圣洁感官的法门。这九大道是：(一)聆听(Sravanam)，(二)赞颂(Kirtanam)，(三)默念神(Vishnusmaranam)，(四)莲花足服务(Pada-sevanam)，(五)顶礼(Vandanam)，(六)膜拜(Archanam)，(七)劳役(Dasyam)，(八)友爱(Sneham)，(九)降服(Atmanivedanam)。要念诵神的名号并从事有利他人的活动。Karmanubandheeni Manushya Loke(在这世上，无人不受业的束缚)。你的生命为业(身口意的行动)所控制。你不能无业而活，哪怕是一瞬间。让你的每一个活动(业)成为你向神的祈祷。这就是奥义书(Upanisad)所阐述的真正和永恒的康庄大道并包含在这祷告里

，“Thasmai Namah Karmane”(向业致敬)。你应该供奉‘行动祷告’，给神以便祂使你履行造福人群的高尚活动进而促进世界和平。

认识一体性的原则

人身是用来服务他人的而不是沉溺于自私自利的行为。由于自私已成为你生命中的一部份，你于是放纵于许多罪恶的活动。要舍弃自私而从事无私的服务。要放弃对身体的执著，转而执著于自性(真我)。要知道同样的自我存在于人人之内。你看到无数的灯泡，在此大放光芒，灯泡不同但流经它们的电流是一样的。身体如灯泡，自性即电流。要有这种单一性的感觉或情操，并以之致力于减轻同胞的痛苦。

圣者毗耶沙(Vyasa)把十八部往世书(Purana)的精华用以下的箴言加以阐述，“Paropakara Punyaya, Papaya Parapeedanam”(助人者积德，伤人者有罪)。那么，就“总要帮助，决不伤害”吧！没有比这更伟大的修行了。这是证道的基础。

自性只不过是阿特玛(Atma 纯灵)的原理。自性只有一种。因此，有这样的一句话，Ekameva Adviteeyam Brahma(神是一而无二)。相当令人讶异的是，人并不能相信这一体性的原理。他对电视和电台播出的信息可以接受，但对自性却没有信心。对自性缺乏信心者是瞎子。除阿特玛(自性，纯灵)外，这世上无一物存在。人人都是圣灵的化身。Sarva Jeeva Namaskaram Kesavam Pratigachchhati(不论向谁敬礼，敬礼会到达神那儿)。同样地，不论你批判何人，批判也会抵达神那儿。所以，切莫批判或憎恨任何人。

许多人致力于灵性的修习，如念经、坐禅和瑜珈等。毋庸置疑，这些都是圣洁的活动，值得你修习。但确认一体性的原理是绝对必需的。神只有一个而祂是无所不在的。为什么你不能相信这普在的神呢？你乐于接受那些使你误入歧途的人但你却不相信那些引领你步上康庄的人。这是伽利时代(Kali Yoga 邪恶时代)的冲击也是现代教育的产物。现代教育仅限于书本上的知识，也即是肤浅的知识。只有一本书，你务必研读，这本书就是这个世界。你不去研读这‘世界’的天书，从中汲取教训，反而把自己局限于你的小课本之内。这些小课本有什么用处？不要仅仅满足于书本上的知识，要尝试去求取实用的知识，唯有这样，你才能究竟你的人生。

诸位爱的化身！

人人都有爱。爱是神，要活在爱之中。要是你拥有这种圣洁的爱，你为什么不能把它化为行动呢？

以爱开始这一天，
以爱度过这一天，
以爱充实这一天，
以爱结束这一天，
这是通往神的道路。

自信是成功之钥

有些人连父母都恨，这是天大的错误。Matrudevo Bhava, Pitru devo Bhava, Acharyadevo Bhava, Atithidevo Bhava(敬母如天，敬父如天，敬师如天，敬宾如天)。一个连父母都不孝敬的人，如何能崇敬神？在传授神圣教导给孩子这方面，有谁能比得上母亲！你听过林肯(Abraham Lincoln)的故事吧！他家境贫寒，连一件像样的衣服都没有。上学时，他常被同学嘲弄。不能忍受同学的羞辱，林肯有一天向母亲哭诉，“母亲，同学们都因为我的衣著而嘲笑我，他们看不起我并说我不配和他们为伍。”母亲告诉他，“儿子，你是知道我们的经济情况的，那么，就不要理会他们。要维护你的自尊，建立起自信。只有自尊和自信能给你带来富足和昌盛。”从那一天开始，林肯恪守母亲的训导，充满自信，坚持自尊，终于当上了美国总统。虽出身贫寒，凭藉自信和自尊，林肯终能攀上这样崇高的地位。自尊带来气度。不要因他人的非难和讥嘲而感到沮丧。任何事情的发生对你都是有好处的，应作如是观。一旦你培养起这样的平常心，有谁能与你相比呢！

爱是最大的财富

诸位爱的化身！

敬人者人恒敬之。你给予他人的，终归会回归于你。你难免面对你行动的反映、反应和反响。一切胥视你的行动而定，包括悟道在内。今天，新年已经开始，但它并没有带来任何新的事物。今天跟昨天没有两样。如果你现在行善，将来就得善报。所以，要圣化你的行动(业)。Na Karmana Na Prajaya Dhanena Thyagenaikena Amrutatthwamanasu(永生不能藉行动、子孙或财富达致，只有牺牲带来永生。)从牺牲中获得的

福乐是永恒的。只有这才是真正的财富而这财富也决不会消减。为了得到这种永恒的财富，你就把时间用在思念神吧！圣灵（神）弥漫于你所见到的、听到的和感到的一切。有这样的一个普在的神一直陪伴着你，你还忧惧什么呢？有我在此，为什么怕？什么都不怕因为神在你之内，与你同在，在你上下左右。祂像影子般跟随着你。不要忘掉祂。无神论者喜欢怎么说，就由他去吧！如果你有信心，不论你身在何处，在森林或在天空，在城市或在乡村，在高山或在海洋，神都会护佑你的。

今天，城市已沦为污染和动乱的中心。处处都在污化，那是因为人的心已经污化了。如果心念纯净，一切就纯净。所以，要清除你的心念。要把你的忧虑驱除出去。不要老惦念着过去，那是于事无补的。过去的已经过去了，忘掉吧。未来又是个未知数。有什么可以保证你明天还活着？不要担心未来，把握现在才是重要的，这就是全现全在，不是普通的现和在。那么，就善加利用现在而开心地过日子吧！

同学们！信众们！

虔诚并不意味着研读经典和执行仪礼，你可以继续这么做，但要常常保持心念的圣洁。不论发生什么变故，要确定你的信心不会动摇。世事瞬息万变，来去有如云烟，但爱的信念来了则有所成长。没有爱就没有神。爱是你的生命，你的朋友，你的亲戚，你的食物及你的一切。充满了爱的心是决不会被污染的。爱是甜蜜的。一旦你灌注爱于你的内心，邪恶的毒素就没有立足的余地了。

诸位爱的化身！

由于你不了解爱的圣洁，于是你就把爱转移到世俗的事物上而把它给糟蹋了。爱是最大的财富和宝藏。让整个世界充满爱。只有爱能保卫国家并使国家昌盛。让你的每一个行动充满爱。爱带来圣洁的报酬。

Prema Mudita Manase Kaho Rama Rama Ram……（以爱充斥你的内心并念诵神圣的名号）。薄伽梵以这首动听的峇赞（赞歌）结束祂的开示。

——摘自薄伽梵于2001年4月14日在平达弯的讲道。

（英译文刊载于2001年5月版）

寻觅内在的神

祂是那么充满着爱，充满着智慧并且无所不知，让人禁不住要深深眷恋着祂的形相，不断地渴求着祂的注意与指示及解答我们一切个人的疑难。

我本身体验到了许多峇赞教导我们的方式，如果我们愿意或允许祂这么做，人人都会有这样的体验。但是，如果我们不能领略祂的暗示，祂也不会强迫我们；反而祂会让我们的自我发号施令，一直到我们作好准备而向祂祈求。对大多数人来说，谦虚和认错是不容易办到的。通常我们都要等到受到挫折之后，我们才肯放弃自己卑俗的观念与强烈的欲望而转向祂，渴求祂的指引以便在灵道上有所进展，这时，我们才能接受祂所给予的一切，不论我们喜欢与否。

“在你心中寻觅我”

祂时常一再教导我们不要眷恋或执著祂这肉身之相并转向自己内心去寻觅寓于其内的峇赞的指示。对多数热心的信徒来说这是相当艰难的。跟祂接触是那么吸引人，致使我们不愿以一种更加朦胧的方式取代之。自从我与先夫在一九七三年正月第一次拜访祂，祂就把舍离的信息清晰的传达给我。那一次，峇赞住在班加罗尔附近的白草原(Whitefield)。在离别前的访谈，我问祂是否希望我们再来，何时再来。我永远记得祂的答复。祂直视着我的眼睛，用手指着我说，“首先你必须明白，你并不需要回来看这个瘦小的身体，”祂手指着自己的胸部，稍停片刻，祂注意着我的反应，并说，“…在你心中寻找我！”然后，祂满面笑容地说，“但你将会回来充电。”

这首次的交流造成我以后络绎的造访。我体认到在那简短的交谈中，祂给我指示了每一个信徒的终极目标。但是，要遵从这劝告的确是不容易的。祂是那么充满着爱，充满着智慧并且无所不知，让人禁不住要深深眷恋着祂的形相，不断地渴求祂注意与指示及解答我们一切个人的疑难。在千千万万前来瞻仰祂的信众中，虽然祂无法一一解答我们私人的问题，但我们仍旧热切地希望祂在我们的健康，婚姻，子女，职业，经济等方面及我们认为重要的事情上，给予我们保证与祝福。

有时候，在某种情况下，祂就像个慈爱的双亲牵扶着步履不稳的孩子，徐徐前进一样。但是，最终祂会慢慢地把手放开，让我们稳健地自己步行。实际上，祂是以慈悲的方式协助我们摆脱对祂形相的依赖和执著以便我们转向内心去观照和探索。祂太清楚父母与我们之间的关系，父母绝不可能永远陪伴着子女，同样，在形体上，祂也不会常常陪伴我们。所以，祂要为我们铺设‘向内心寻找方向’的道路，以便我们朝向内心去探询。这‘断奶’的过程决非简单或容易而我们常会拒绝这个观念或者怀疑我们能从那蕴寓于每一个人之内真我的真我，即不为肉眼所见的峇峇，得到真确的指引。我们害怕自己的‘小我(ego)会妨碍这内在的接触。这‘断奶’过程是渐进的。有朝一日，在形势逼迫下，我们会跳入一个莫名的境地并深信我们会得到内在的指引，要不然，我们就会不知所措而面临失败的命运了。

回顾这几年认识峇峇以来，初时，情况虽不很明朗，但我还可以遵照祂给予我生命中的指示。首先，祂很有耐心地、谨慎地给我多方面的帮助与指导。然后，有一天，在没有任何先兆下，祂注视着我并以认真的口吻说，“克利斯特女士，你不必来见我。”那是‘断奶’的开始。峇峇的教导都很简单与清晰，连小孩子都能明白与照着去做。祂现在希望我们，不但要倾听或者阅读祂所说的，而且在我们面对抉择之时，愿意把祂的教导在我们的日常生活中，在我们的各种活动中，付诸实行。

神圣交通的管道

祂清晰地解答我脑海中的问题。这事件发生在美国理事会议上。其中有一个议题是如何来看待其中一位具有强烈控制他人欲望的员工。那时我脑海中的问题是，“我们如何确定什么是峇峇的指示而不是我们的自我或者是他人的意愿在作祟？”峇峇洞悉我们的心思虽然我们没有开口，祂转向我说，“克利斯特女士，你有一个问题？”我回答我非理事会议成员，不该开口。祂挺直起身体，示其威严地说，“斯瓦米允许你说；你的问题是什么？”我遂把问题道出。

祂的回答对每一个人都有助益。祂劝告我们找一个安静的地方，面对着祂的相片，从心中诚恳地祈求祂的解答。祂保证在廿分钟内必有答案。不过，答案可能要过了一些时日才会明白，因为答案必须通过各种的途径与在适当的时候才能明确地转达给我们。这劝告现在更显珍贵了

，因为自世界各个角落蜂涌来朝见祂的人日愈增加而祂早已经警告我们，有朝一日，我们只能从远处眺望一个橙色的小点。

接收祂的指示的道管可谓众多。我喜欢从不同的源头来静观祂的启示或暗示。如果我们恳切地祈求祂的协助，放弃自己的意愿与对一切后果的成见，那我们必能得到指示。初时，我们可能有点紧张和对种种征象起疑，但是，经过持之以恒的练习之后，它就会像探宝一样，经历一番惊险才有所获，这是我始料不及的而事先也不会有任何征兆。耐心是获得成果的主要条件，而征兆往往在最后一刻才显现。它可能出现在梦中，出现在我们正在阅读的书本中，出现在朋友的一句话中，或者出现在一些看似巧遇的事例中。

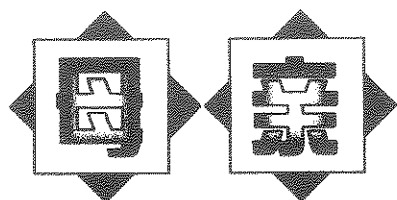
如果通过各种方式来帮助我们获得我们内在的峇峇的指引，持之以恒的练习是不可或缺的。还好，只要我们虔诚地向内在的峇峇求助，答案往往就会出现。首先，我们必须祈求，祈求是我们的职责，然后，细心观察它的出现，进而接受它来解决我们的问题。

(原文刊载于2001年5月版)

赢取神恩

赢取神恩后，你无须再祈求解脱了。祂最清楚什么是你应该得到的及什么时候应该得到。祂会赐予你应得的及你可以从中获益的。想念祂，为祂受苦；那么，你就无须祈求解脱了。如果你专心做到这一点，祂会摧毁你所有的罪。紧握着祂，祂会使你达致永生。凡欲解脱自六道轮回者就必须遵从主的诫命，并且完全降服于祂。

-- Baba



的祈祷维系世界

檀香，越加以研磨，流出的芳香檀脂就越活泼
甘蔗，越加以压榨，流出的甜蜜蔗汁就越多
黄金，经过加热，就更能提高它的纯度和光泽
而人，经过考验，就更能炼出高尚的人格

(梵文偈)

诸位爱的化身！

对一个追求高尚人生理想的人来说，生活中的苦难并不会构成障碍。虽有苦难，他总是保持心境的平和并不断地思念着神。

在印度，母子关系，自古以来一直被目为高度圣洁而温馨的。

“在憍萨厘雅(Kausalya)的关爱下，罗摩(Rama)的神性才得以绽放异彩；由于悉多(Sita)的亲切和纯朴，罗婆(Lava)和俱舍(Kusha)才得以名扬四海；受到母亲普德莉白的爱的滋润，甘地才成为一代圣雄，流芳万载；得到母亲吉贾白的细心照顾，湿婆吉(Sivaji)才成为一个伟大战士，威振九垓。”

(泰卢固诗)

种下栋树(Neem)的种子，你不可能得到甜蜜的芒果。如果要得到芒果，你非得种下芒果的种子不可。泥土一样，种子不同，种瓜得瓜，种豆得豆。母胎有如土地，子女的好坏就看父母的思想了。Janthunam Narayan Durlabham (在众生中，人身最难得)。能生而为人，算是一大幸事了。得此人身，人应该培养高尚的思想并体验内在的至福。这才是真正的幸事啊！

圣洁的母子关系

圣雄甘地(Mahatma Gandhi)的母亲，普德莉白，常恪守自己的誓言，其中一项是，除非听到布谷鸟的叫唱，否则，她不进食。有一天，不知怎的，听不到布谷鸟的歌唱。甘地，当时还是个小男孩，不忍心看到母亲饿肚子，于是，出自爱和孝顺，他跑到屋后，仿效布谷的叫声，然后又跑回屋内告诉母亲说，布谷鸟歌唱了，可以进食了。甘地的动机是好

的，但母亲却感到伤心，因为她知道自己的儿子在说谎。含着泪水，她悲叹地说，“我犯了什么罪呀，竟然生下了一个会撒谎的儿子。”说完，她痛斥儿子的不是。甘地发誓从此不再说谎。遵照母亲的诫命，甘地固守真实直到生命的终点并因此而赢得了良好的声誉。

普德莉白雇有一名女佣，名叫蓝巴。就如这样的一句俗话，“Yatha Raja Thatha Praja”(什么样的君主就有什么样的臣民)。这女佣跟女主人一样，有着一颗纯净的心。有一天，甘地匆匆地跑向蓝巴，说自己感到害怕。蓝巴安抚他说，感到害怕时就念诵罗摩(Rama)的名号。从此以后，甘地就终生念诵主罗摩的名号。由此，我们不难看到，当母亲和其他家庭成员步上灵道后，孩子在这种氛围内，耳濡目染，潜移默化，肯定会攀登人生的高峰。

商羯罗查尔雅(Sankaracharya 译注：即商羯罗(788-820)印度中世纪经院哲学家，吠檀多不二论理论家)的母亲，阿利安巴(Aryamba)把一生奉献给自在天(Easwara，即湿婆)。她每一天都为湿婆林伽(Siva Linga 译注：Siva 湿婆；Linga 椭圆形圣石)执行圣沐(Abhisheka)礼，然后啜饮圣水也给她的儿子啜饮。她不断地念诵湿婆名号。有这样的一位高贵的母亲，商羯罗终于成为世界的导师。

为解放仰光(Rangoon)而发起的战争结束后，一对母子几经波折，辗转来到城奈(Chennai)。他们风餐露宿，无依无靠。处此困境，母亲关怀孩子却远甚于她自己。这就是笔墨所不能形容的母爱。他们以一个公车站作为他们的家。每一天母亲挨家挨户去求乞，把乞得的食物先给孩子，若有剩余，自己才吃。若食物不足，她只有挨饿了。结果，身体日益衰弱，健康日益恶化。有一天，孩子告诉她，“妈，您一直在照顾我，现在应该轮到我来照顾您了。从今天起，您休息，我出去找食物。”每一天，他出去求乞把大部份的食物给妈妈，自己只吃剩下的。结果，他也变得衰弱不堪了。

一天，他站立在一个官员的家门口，喊着，“先生，我好饿，我好饿。”坐在安乐椅上阅报的官员听到了孩子的哀叫，径入屋内，用叶子包了一些食物拿出来并叫他坐下来吃。但孩子说要带回去吃。官员说，“为什么带回去？假如你真的饿了，就坐在这里吃吧！”当官员坚持孩子要在那儿时，孩子顿觉一阵晕眩而昏倒在地上。他试图要说些什么但没有气力说出来。官员趋近他，看看他想说什么。只听到孩子说，“先给我妈，先给我妈……”说完，孩子便断气了。看到这情景，官员感动

得流泪。他心想，这孩子多幸运啊，能为母亲牺牲自己的性命而这母亲又多福气啊，生下这么一个高贵的儿子。

母子间的爱是不可能描述的。印度子民视母亲的爱为真正的爱。但不幸地，现代的年青人并不体认母爱的圣洁。他们把自己的利益置于父母之上。他们不想去了解父母给予他们的爱。孝顺父母者才是真正的子女。

高贵的母亲有高贵的祝愿

维迪亚沙卡 (Ishwarchandra Vidyasagar) 与母亲住在哥卡达 (Kolkata) 附近的一个小村庄。在经济上，他们贫穷，但在道德上，他们富有。母亲常告诉儿子，“儿子啊！只提供肚子所需的教育完全不是教育。你应该为了服务社会而用功读书。你应该利用你所受的教育来为国家效劳，为国家的自主而奋斗。”因家境清寒，维迪亚沙卡经常在路灯下或巴士车站读书。在形式和实质上，他追随母亲的训示而在求学方面，他则专心致志，全力以赴。母亲的祝愿可以使任何人成为伟人。孩子有好有坏，但母亲总会爱自己的子女并祝愿他们幸福。母亲的心是充满爱和仁慈的。

完成学业之后，维迪亚沙卡找到了一份工作。有一次，村里举行一个宗教庆典，有钱的人无不穿着最体面的衣服参加盛会而维迪亚沙卡的母亲只能穿上一件旧莎莉与会。看到这情况，维迪亚沙卡甚感伤心。当他领到第一个月薪酬时，他置于母亲足前，请母亲购买一件新莎莉。她说，“孩子，不要把你赚来的钱为我购买衣服和首饰，要把钱用在服务社会上。我所要的是，你应该力争上游以期出人头地并赢取好的声誉。”接着又说，“我有几个愿望，在适当的时机才告诉你。”

逐步地，维迪亚沙卡擢升到更高的职位，薪酬也相应地提高。于是，他请求母亲道出她的愿望。母亲叫他坐在身边，说道，“孩子，你受高深教育并身居要职，但身为母亲，我必须把什么是对你好的告诉你。不论我告诉你的是什么，那只是出自母亲对你的爱。我自己什么都不要。我们的村子很小，没有学校，村里的孩子们没有接受教育的机会。所以，我要你建立一所小的学校。”遵照母亲宏愿，他在村里建立了一所学校。过了一些时候，他再问母亲，“母亲，依据您的愿望，我建立了一所学校。您还有什么要我办的吗？”她告诉他，“儿子，在我们村子里，村民因缺乏医疗设施而备受病魔折腾，就连小小的疾病如伤风咳嗽

也没人为他们治疗。如果你能设立一所小医院，对村民来说而尤其是小孩子，那就方便多了。”遵照母亲的指示，他立即办了一间小医院。

依斯瓦拉玛，神选的母亲

母亲依斯瓦拉玛也拥有同样的愿望。由于赛的荣耀开始到处传开来，她有一天来找我并说，“斯瓦米 (Swami 对赛的尊称)，看到村里的孩子必须步行那么远的路途到布卡巴南镇去上学，我感到痛心。请在村里建一所学校吧！”如她所愿，我建了一所小的学校。过了一些时日，她要求设立一所小医院。她说她不忍心看到母亲抱着孩子到布卡巴南镇去看医生。于是我建了一所小医院。那所小的学校现在已发展成为一所大学而小医院也变成一所超级专科医院了。这些非凡的任务之所以顺利完成全拜母亲依斯瓦拉玛的崇高愿力 (Sathya Sankalpa) 和赛的神圣愿力 (Nit-ya Sankalpa) 之赐。她的最后一个愿望就是为村民提供食水。她指出妇女必须从几近干涸的井水中打水，这实在是一件苦差事。我立即提供食水。今天，在‘沙迪亚赛水供计划’的努力下，整个安南达布县都得到食水的供应。

一旦你得到了母爱，你就不需要其他任何东西了。你或许知道，母亲依斯瓦拉玛已离开人世卅多年了，但她还是继续以不同的方式来表达她的爱子斯瓦米。甚至到今天，她还是随处现身。有时，她到我这儿来，表达她对我的关怀。有一次她警告我不可接受任何人的手帕。我告诉她，人们的虔诚，我不能拒绝。她说，“斯瓦米，是的，虔诚、高尚的人确实不少，但也有一小撮邪恶小人，他们可能会涂些毒药在手帕上，然后把手帕供奉给你。如果你拿手帕来擦嘴，这就会造成伤害了。”我答应她，我会接受她的劝告。直至今日，她还是经常出现在我的房中。睡在我房里的孩子们也见证这种情况。当她现身和我交谈时，孩子们便坐起来聆听。

有一天，我向孩子们要了一条腰带以扣紧缠在我腰间的丝多迪 (Dhoti)。他们给的腰带装有一个发亮的扣子，虽有我穿的长袍给隔着但仍能清晰看到。我不想用这条腰带以免他人误以为我带的是一条金腰带。这之后，有一天依斯瓦拉玛一早就到我房里来和我聊天。那时，沙迪亚吉，赛纳和斯里尼瓦斯已醒来并想知道我跟谁在说话。他们都感到奇怪，有谁能进来，因为电梯已上锁而钥匙则由他们保管。我告诉他们母亲依斯瓦拉玛造访。我把她给我的腰带出示给他们看。这腰带没有扣子。世界上不乏这样高贵的母亲，但依斯瓦拉玛则是神选的一个。我选她

做我的母亲。那就是依斯瓦拉玛和我本身之间的亲密关系。

柴坦雅摩诃伯拉布的虔诚

有一次柴坦雅(Chaitanya Mahaprabhu)到一间寺庙去并祈祷，“主啊！我知道祢是万物的主宰，祢无所不在，无所不能，无所不知，而祢有求必应，但我并没有任何世俗的欲望。我不要钱，珠宝和其他物质。我对虔诚或舍弃或解脱都不感兴趣，但我确实有一个欲望，那就是，请恩赐我力量来爱祢。只要我可以爱祢，那就够了，没有比这更崇高的了。”由于柴坦雅那么深切地爱着神，他于是把爱的信息传达给全世界。“不断地思念着神，念诵着祂的名号，在这世上，除了神而外，别无一物了。”这就是柴坦雅所传达的信息。

他的母亲为他物色了一个名叫勒斯米的女孩并要为他成亲。这女孩出身善良人家而且非常虔诚。但柴坦雅还不想结婚。他说他已把一生献给了神。他母亲说，“你或许已经把心念献给神，但你的身体呢？人生有灵和身两个层面。”在母亲的坚持下，柴坦雅娶勒斯米为妻。完婚后，他立即离家去朝圣，过了一段很长的时间都没回来。他的妻子勒斯米是一个虔诚的女子，有一颗纯净的心，充满着无私的爱。她从不间断地思念着柴坦雅，直到离开这人世。柴坦雅在她死后才回来。他的母亲对事情的转变甚感悲伤和沮丧。她认为不可能再找到一个这样虔诚和纯洁的女孩子了。然后，她又为儿子物色对象，并让他娶了一个叫维斯奴比莉雅的女孩。第二次完婚后，他又立即离家去布道，完全把家抛到九霄云外了。他视神为唯一的依归，内心完全没有其他念头。

有一回，当他在街头赞唱主基士拿的荣耀时，一群妒忌他声望的流氓流氓夺走了他手上的铙钹（打击乐器），他只好以鼓代替钹来歌颂主的荣耀。最后，连鼓也被流氓打破。但他完全不受到干扰。他觉得歌颂主的圣号也不一定需要乐器。于是，他用拍手来伴唱。这时，这些流氓在无计可施的情况下，竟狠狠地揍了他一顿，使到他血流如注。柴坦雅不以为意，仍继续歌颂主的名号。但当他的母亲赶来时，却看不到他身上有任何血迹。身上的血和血迹神奇地消失了，因为柴坦雅坚信他的身体是属于神的，并对自己的身体毫不眷恋和执著。

邪恶的人连神也不放过

如果母亲的心念纯净，她孩子的心念往往也会是纯净的。人人都

应该孝敬母亲，决不可令她伤心。当斯瓦米（赛自称或对赛的尊称）住在旧精舍时，有一天来了一夥不怀好意的傢伙，依斯瓦拉玛感到不妙，立即跑来对我说，“斯瓦米，这些人看来不怀好意，我担心他们会伤害你。我不能安心地睡觉。”我安慰她说，“别害怕，身体迟早会毁坏，要放弃对身体的执著。”那时候，我经常一个人睡在茅屋内。那天晚上，依斯瓦拉玛所担心的事情终于发生了。一些心狠手辣的傢伙，在茅屋的四周纵火，顿时，茅屋狂烧起来。看到火焰，苏巴玛和依斯瓦拉玛立即赶来，一到现场，大感惊异，大雨竟然倾盆而下，灌注在茅屋上。在这之前，茅屋的周围根本没有下雨的迹象。当我安然地从茅屋里走出来时，她俩简直欣喜若狂。

在《摩诃婆罗多》(Mahabharata)里也有一则类似的事件。主基士拿以般度族密使的身份去和高罗瓦族(Kauravas即俱卢族)谈判，寻求和解以避免战争。在出发前，祂会见般达瓦族(Pandavas即般度族)的每一个成员，征求他们的意见。法子(Dharmaraja即坚战，般度五兄弟的老大)的意见是凡具有像基士拿这样德行的人都不应该以使者身份去接触卑鄙的高罗瓦族。阿周那(Arjuna译注：般度族五兄弟之一)和怖军(Bhima比玛，般度五兄弟之一)，赞成基士拿前往，但由于他们充满激情德性(Rajo Guna)，他们希望早点与高罗瓦族摊牌然后开战以惩罚邪恶的高罗瓦族。基士拿又征求黑公主(Draupadi译注：般度五子的共妻)的意见。女人天性温柔，她不要战争，因为战争必导致两败俱伤。之后，祂又征求无种(Nakula纳古拉，五子之一)和偕天(Sahadeva撒哈提婆，五子之一)的意见，他们不置可否，没有意见。

基士拿于是启程到哈提纳布(Hastinapur)去会见瞎眼国王持国(Dhritarashtra，译注：持国与般度为同父异母之兄弟，持国生有以难敌为首的百子，是为高罗瓦族而般度生有坚战、怖军、阿周那、偕天和无种五子，是为般度族。)，试图化解两族的纷争，结果失败。当基士拿回来时，无种和偕天拥抱祂并流下喜悦的眼泪。他们说，“基士拿，祢能从贼窝安全回来，我们已经喜出望外了。在谈判之前，祢问我们要的是什么，祢的安全回来就是我们所要的。祢的福利就是我们的福利。对我们而言，祢是一切。”

女性是仁慈的化身

黑公主对基士拿说，“大哥啊，我也赞成祢去会见邪恶的高罗瓦族。人们或许会认为这是妇人之见，太懦弱了，但其实，妇女是非常坚强

的，勇敢的。在必须作出牺牲之时，妇女总是先站出来的。”

当摩诃婆罗多战事正酣时，某个晚上，教师爷德罗纳(Dronacharya 译注：acharya 为教师的意思，德罗纳为王室教师爷，后接替毗湿摩担任俱卢族统帅)的儿子马勇(Aswatthama)残杀正在睡梦中的般度族的孩子。阿周那发誓要砍下马勇的头。他告诉黑公主说，她可用马勇的血涂在身上以作为复仇的祭礼。他追捕马勇，用绳子绑着他，把他带到黑公主面前。有哪一个母亲会宽恕残杀她孩子的人？但黑公主怎么做呢？她不但诅咒残暴者，反而跪在马勇面前，说道，“我的几个丈夫都是你父亲德罗纳的学生，从他学了他们现在所知道的一切。身为王室教师爷德罗纳的儿子，你认为残杀我的孩子们是对的吗？你怎么那么残忍，杀害一群手无寸铁，年幼无知，正在酣睡中，对你没有恶意也没有企图伤害你的孩子呢？”（泰卢固诗）

内心充满忿怒的阿周那这时正想攻击马勇，但被黑公主阻止。黑公主请他别置马勇于死地。她说，“噢，巴尔塔(Partha 对阿周那的尊称)呀！杀死一个胆怯者或一个失去勇气的人，杀死一个正在睡梦中或酒醉的人，杀死一个正在寻求庇护的人或一个柔弱的妇女，这些都是不义的行为呀。你不应该杀死马勇，因为他是你老师的儿子。”（泰卢固诗）她接着说，“阿周那，我今天为孩子们的死亡而伤心欲绝。但想想看吧！假如你杀死了马勇，你会陷他母亲于什么境地呢？我们决不应该把痛苦带给任何一个母亲。那么你就不要置他于死地吧！”然而，阿周那已发誓非要马勇的命不可。她站在马勇前面以身体阻挡阿周那扑向马勇。怖军也受不了，大声怒吼着，“不要放走他，杀死他，假如你不动手，就让我亲自用我的铁拳击碎他的脑袋吧！”（泰卢固诗）黑公主也请求他放过马勇：“宽恕是最崇高的德行。它是真理，正义和仁慈。它是吠陀的精华。它是天堂和一切。”（泰卢固诗）般度族虽有高尚的德行且英勇无比但缺乏黑公主所拥有的仁慈精神。女性的心是高度圣洁的，因为它充满着温馨的爱和仁慈。所以，它易于软化。有时，女性也会生气但她们会立刻反省，作出忏悔和让步。由于受到伽利时代(Kali Yuga，邪恶时代)的冲击，我们发觉现代女性也往往缺乏爱的精神了。纵然如此，今天还是有很多深具高尚人格和道德素养的女性。就是因为有这样高贵的女性，印度才有今天的模样。一个国家的进步有赖于该国的女性。不可小看女性。要视年纪较长的女性为母亲而年纪较轻的为妹妹。只有当男性怀持这种高尚的情操时，国家才能继续保有安全和稳定。明乎此并据之而行，你连神也可达致。母亲并不只是一个普通妇女，其实她是神。敬母如天，福气无边。一旦你得到母亲的祝福，你就可以在这世

上成就一切了。决不拂逆母意或使她不快。

阿比曼由(Abhimanyu，译注：意译激昂，阿周那之子)拂逆母亲的意愿而冒险步入战场。他的母亲苏巴德拉(Subhadra 译注：意译妙贤，基士拿之妹)说，“儿子，你的父亲阿周那和舅舅基士拿正忙于和敌人战斗，在这时刻，你不宜上战场。”但激昂不理睬母亲的规劝，坚持参战。她这样地祝福儿子，“儿子，你在违背我的意愿啊！但愿胜利是属于你的！”然后她祷告，“但愿这样的祝福伴随着你，护佑着你，一如母亲高莉(Gowri)祝福她的儿子一样。”

效忠你的祖国

就使在今天，也不乏高贵的母亲。她们深感悲痛，眼见她们的孩子偏离正轨。她们竭尽所能、不遗余力地来纠正他们，引导他们步上正轨。母爱是不可描述的。母爱比父爱更为伟大。有一回，母亲波哩婆提(Parvati 译注：雪山神女，湿婆之妻)和自在天(Easwara 湿婆)看到一个人坐在树枝上而这树枝即将断裂。母亲波哩婆提请自在天救他。自在天打趣地说，“为什么要我救他？是你先看到他的，你有义务救他。”她说，“没有你的赐福，我怎能救他。我是负面的而你是正面的。除非你赐福，否则，他是不能得救的。请不要再耽搁了。”自在天回答，“难道他没有义务向我求救吗？他不呼唤我，我怎么救他？如谚语所说的，如果不被邀请，谁也不应该冒然出席庆典。”出自母亲的仁慈，波哩婆提不惜代价要打救那个人。于是，她向自在天提议，“假如那个人在跌下时，口喊老妈，我就去救他，如果他口喊老爸，那你就去救他。”自在天同意这个建议。两人焦急地等着，但那人在掉下时，口里却喊叫‘啊哟’。由于他在这一生中，从来没有孝敬过父母，当然在危急时，他就不会叫老爸老妈了。这就是他的命运。神怎会拯救一个忘了自己父母的人呢？以‘母亲是神，父亲是神’的这种感觉来报答父母养育之恩吧！

今天，我们正在庆祝依斯瓦拉玛(Easwarama)节日以宏扬母性的荣耀。世界有赖母亲的祈祷来维系。一个女性的祈祷远比一千个男性有力量，因为女性素质纯洁，心地温厚。决不引起母亲的不快，决不伤害母亲的感受，这样，你所做的一切就会得到神的护佑和帮助了。我们称我们的国家为母国(Motherland)而不是父国(Fatherland)，因此，在这世界上，母亲的地位公认是崇高的。视你的国家为你的母亲并为它效劳。不论处于什么境地，都不要伤害母亲和母国。这就是我们今天欢庆依斯瓦拉玛节日(母亲节)的真正意义和主要教导。

再过几分钟的时间，你们就可以听到苏西拉等人所呈献的音乐节目。苏是一个资深的信徒，有四十年了。当她未有生育时，我祝福她生个儿子，后来，我也为她的儿子主持婚礼。她的媳妇也是一名音乐师。他们今天都到这里来为我们赞唱圣歌，把欢乐带给大家。紧随着音乐节目之后的是孩子们呈献的话剧。你们可知道这些节目为什么做如此的安排？男人的心念有如狂猴，而所安排的讲道，音乐节目和祈祷会，其用意就在于控制起伏不定的心念。身体如水泡，心念似狂猴，不要追随身体，不要追随心念。深思你在此所看到的和所听到的，然后付诸实行并从中获取至福。

薄伽梵以答赞，“Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahin ……”结束讲道。

录自薄伽梵于2001年5月6日母亲节在平达弯所做的开示。

(英译文刊载于2001年6月版)

体验无相于有相之中

一个神化身(Avatar)采纳一个可以让世人受惠和亲近的‘相’来到世间。人是不能理解无相和无属性的神的。不幸的，即使无相的神采纳了一个‘相’，还是有人基于个人态度的驱使而把自己人性的癖病归属于神化身(Avatar)。“当祂有着跟我们一样的形相、四肢并且跟我们一样地进食、说话和行动时，神化身跟我们之间有什么分别呢？”他们这么问。由于这种偏狭的探询，这些人把自己跟神远隔了。

-- Baba

以牺牲和爱证得神恩

我既非功德亦非罪恶、既非快乐亦非痛苦。而我亦非以下这些：朝圣之地、经典或（牺牲）火祭。我不是食物、不是进食者或进食的过程。我是自性，亦即圣灵的体现。我是湿婆本身。（梵文偈）

爱的化身！

在这个世界上，本无功德或罪恶、快乐或痛苦。咒语、火祭和牺牲祭祀等，只不过是仪轨而已。唯神弥漫于一切之中。你就是圣灵本身。真正的人性在于对真理、正义的精义有着正确的了解，并且在日常生活中奉行之。真理即道德之意、正义则与仪礼有关，而牺牲带来名誉。人类乃真理、正义和牺牲的结合体。然而，不幸得很，在今日的世界里，这三者已无处可寻了。

正见是迈向涅槃的第一步

悉达多太子为了明心见性而从事种种灵性修持，这位太子最后成了举世闻名的乔答摩佛陀。他研读《吠陀》和其他经典，他也拜访了许多年高德劭之士，希望从他们之处得到真理。但这一切皆未能为他指出涅槃之路。最后，他终于领悟到，诚敬地使用眼（色）、耳（声）、鼻（香）、舌（味）、身（触）这五种感官，便是涅槃之道。他了解到念珠、冥想、瑜伽、火祭等，只不过是身体上的活动。这些修行法门对于眷恋身体的人士，自有其必要之处；然而眷恋自性的人士则无须去从事任何这类修持。根据佛陀的教导，只有通过正见、正语、正听闻、正感受和正业的建立，方才有可能成就涅槃。今天，人由于本身的邪见而污染了他的意念。你又怎能期望意念被污染了的人有可能成就涅槃呢？因此，首先，他必须培养起正见。非礼勿视，只去看善的。由于人本身的邪见，致使他必须蒙受痛苦。邪见必然导致罪恶的行为。事实上，它毁灭了他的人性。

佛陀从事过种种修行，但最后，他统统扬弃了它们。只有在舍弃了一切，以及在二元的尘世间体验到了矛盾中的统一后，他才领悟到真理。通过牺牲，他于是知道了真理的极致。这正如《吠陀》所言：“永生不能靠活动、子孙或财富获致，它只能由牺牲达致。”这永生便是真正的涅槃。正见是迈向涅槃的第一步。把你所看到的一切皆视为神圣的。

让你的目光充满着爱。充满着爱的目光便是一个堂堂正正的人的象征。一切即一，对人不可有分别心。唯有培养起正见后，你才会了解矛盾中的统一。正见使人体验到神性存在于一切之中。《吠陀》说：“真理是一，但学者以诸多名号称呼它。”以真理的目光去看世界。一即一切；人人皆具佛性。放下多元性，以成就统一。《吠檀多》称，自性原理乃‘矛盾中的统一’的基石。相同的电流，流过所有的每一个灯泡。而自性真理也一样的存在于一切之中。人没有能力去了解这统一原理，导致了他的无明。真正的人性在于了解到森罗万象中的统一。你必须先培养正见，而后你才能建立起统一。这便是佛陀的第一个开示。

以爱注满你的心

接着，佛陀强调正语的重要性。‘你必须只说不会引起他人反感的话语，这些话语必须是真实、顺耳和纯净的’。不论你说的是什么，它都不应该干扰到其他的人。它应该是真实和悦耳的。‘你不可能凡事都顺从人意，但你总可以始终和蔼地和人交谈吧！’正语是神性的显现。神以声音的形态存在着。神性具有八种形态，它们分别是：1) 声音；2) 动与静；3) 光；4) 语言；5) 常乐；6) 法相庄严；7) 幻象和 8) 财富。不论在任何情况下切勿说出一句刺耳的话。切勿激动。当你明白了一切即一，你便没有激动的理由。所有的身体都好比镜子，你在镜中看到了自己的映像。你自己的映像又怎么可能惹你生气呢？你应该以爱来说话。没有任何神性比爱更崇高伟大了。一旦你以爱注满你的心，你的念头、目光、话语和举动都渗满了爱。由于你没有以爱来注满你的心，于是很多邪恶的品质便乘机长驱直入，摧毁了你的人性。

要如何才能证得神恩呢？这是一个小例子。你勤奋工作，赚到了钱。为了安全可靠起见，你把钱存放在一家银行里。存放进去的钱是你的，这一点毫无疑问。但银行经理不会因为你开口向他要钱便会把它交给你。该银行有提款的手续。你必须在支票上签名，然后把它交给银行经理，如此你才能得到你所要提出的款项。同样的道理，你在神之处已经存入了功德善行的存款，你只须在牺牲的支票上，具备了爱的签名，然后把支票交给作为神圣银行经理的神，那么，神便会赐予你祂那恩宠的财富。这便是成就宁静和清净的康庄大道，最后引领你抵达涅槃。虽然神是牺牲的体现，而存款原是你的，你也必须完成手续上的规定，然后才能得到它。神是圣爱银行的经理，你在祂的银行里有存款。若你想把钱从这家银行提出来，你的支票必须是牺牲的支票，并且附上爱心的签名。爱是神，生活在爱之中。即使天崩地裂，你对神的爱绝对不能动摇。

。唯有具备了这种爱，你才能够追随牺牲之路，从圣爱银行提出你的‘金钱’。这里的‘金钱’并非指流通的货币，它是恩宠、智慧和正义的‘金钱’。

克制你的感官以成就清净心

佛陀从事各种修持已有一段日子了，但却得不到所预期的效果，他感到自己徒然蹉跎岁月，不禁难过起来。他明白，一个人若要明心见性，他便必须妥善去利用他的五个感官。神把这五个感官公平、一律地赐予每一个人，无分贫富。唯有在你很虔敬地去使用你的感官后，你才有可能看到神的显现。今天，人们为了追求舒适和世间的快乐而滥用了他的感官。他用神所赋与的语言功能去批评和中伤他人。说话时和颜悦色、语气温和并且动听悦耳。这便是正语。

培养了正见和正语后，你还要具备正听闻。神为何给你耳朵？只为了听是非吗？耳朵应该只听有关自性的事项。只有来自心灵的振波，你才让它渗入你的耳朵。凡是不圣洁或污秽的话语，一概不听。你的最终目标是为了领悟你那与生俱来的自性，这自性与人人之内的自性是绝对没有分别的。存在于你之中的自性也一样存在每一个人之中。它是无属性的。为了领悟这自性，你必须用爱来注满你的心。心有如一个器皿，以真理、爱和牺牲去注满它。如此，你便无须去追求宁静了；宁静会自动从你的内心显现出来。事实上，爱、真理等等皆在你的内心。你必须自你的内心把它们呈现出来。你不可能在外在世界获得它们。

一切皆是内心状态的反映。你天生的本然情况原是清净的。由于你追随世俗的道路，并且以世俗的感受去注满你的心，你那本来清净的心便有了染着。这心始终是清净、稳固而无私的。它之所以受到染着的主要因素，是由于不洁的目光、不洁的听闻和不洁的话语使然。唯有你以负责任和虔敬的态度去使用你的五种感官时，你才能够保持自性的清净。心必须满怀慈悲。正如相同的神被人用不同的名号和形像来膜拜，而自性也具有诸如：真理、正义、爱等等名称。你必须作出努力，以便能够了解和体验得到矛盾中的统一。佛陀也是在了解统一的原理后，才体验到内在的至福。他舍弃了所有感官上的快乐。他明白，由感官得来的一切体验不仅无用，而且还会带来桎梏。他知道滥用感官会彻底摧毁人性。他离开皇宫和家人，并且舍弃了世界。最后他大彻大悟，成就了涅槃。

佛陀入灭之时，侍候在侧的阿难——佛陀后母所生之弟弟开始落泪

了。佛陀对他说，“你的诞生是为了体验内在至福。那是唯有在你适当地使用你的感官后，才有可能实现的。”神是无上至福的化身、祂是无上神智、祂独一无二，超越相对二元性，像天空一般没有穷尽，神是Ma-havakya Tattwamasi(伟大基本原理)所昭示的目标：永恒、清静、常住，神是‘智’的一切运作的见证者。与其去体验这种永恒至福，现代人反而被感官享乐冲昏了头脑。倘若你像狗和猴子一样沉溺于感官的享受，那么生而为人，又有什么用处呢？猴子也体验得到你所沉溺于其间的感官上的快乐。那么，你又何苦要投生作人呢？你的行为不应该好似猴子一般。你是人类呀！你应该具备善心和慈悲心。你为了体验永恒的至福而来，而不是为了沉溺于过眼云烟般的享乐之中。

每一个人在出世时都呱呱大哭：“哎呀！我又再次诞生在这个世界。由于我和神分离了，至福对于我已经是件遥不可及之事。”如果一个人人生时也哭、死时也哭，那么，又何苦要生而为人呢？首先，人应该明白人生的目的。倘若他生时也哭、死时也哭，那么，他到底在他的一生中成就了些什么呢？人既然哭着而来，他便应该笑着离去。而人唯有在自己的一生中，妥善地使用各个感官，他才有可能笑着离去。什么是死亡？它只不过是更换衣裳罢了。死亡是生命的衣裳。身体好比衣裳。死后，你换上一件新衣裳。

每一个人都渴望成就涅槃。他需要作出何种努力呢？他把自己过去诸世所累积的功德存放在神处。神甚至在你的本金加了‘利息’呢！你所要做的只是在牺牲的支票上，划上爱心的签字，然后再把支票交上去便大功告成了。欠缺爱的牺牲是无用的。只有这两者配合一起时，人才可以得到预期的效果。

神把祂的爱和恩宠倾泻给每一个人。然而，那些不幸的人却得不到它。这是什么原因呢？他们的感受和神的感受不相配。他们不了解神的旨意。神是爱的化身，也是慈悲的海洋。而你接收不到神的爱和慈悲，那是因为你的意念充满了世俗的感受。假使你要得到某些圣洁之物，那么，抛弃所有一切不圣洁的东西吧！空的头脑才能够吸收东西。要是头脑堆满了世俗的欲望它又怎能容得下圣洁的感受呢？首先，把世俗的欲望从你的头脑统统倾倒出来，唯有这样，你才有可能以圣受去注满它。要做到这一点，你便必须培养起牺牲的精神。这才是真正的瑜伽。

今天，人们以瑜伽为名，进行没有意义的锻炼。他们曲解了瑜伽的意思。何为瑜伽？控制心猿意马就是瑜伽。假使你所做的仅是体能训练

，而不去控制你的心意，那反而是一种病态(Roga)。以爱来填满你的心意。心意圣洁时，你也就圣洁了。何种感受，招来何种结果。要达致心的净化，必须从事哪项修持呢？既不是持圣号，也不是冥想或瑜伽。瑜伽并不是指吐纳呼吸法。你应该吸进像氧气那般善的感受，呼出如二氧化碳那般恶毒的感受。‘氧气’发自内心而‘二氧化碳’来自头脑。头脑是一切恶毒感受的源头。控制恶毒感受，而去吸进来自内心，令人心旷神怡的美好感受。

神寓居在众生之中

你渴望看到神、和祂交谈、触摸祂。没有人可以描述看到神、与神交谈和触摸到神所体验到的喜悦。其实，你在自己周围的人群中，看到了神的形态。而只有在你培养起万物皆是神的法身的情操后，你的目光才会圣洁。在大千世界中的一切皆是圣洁的。凡你所见，莫非神的显现。神以世界的形态显现祂自身，而你却说自己从未看到神。神没有一定的形相和住所。祂是永恒的见证者，祂存在于一切相之中。当你有了这样的感受后，你才有可能在灵修道途中取得进步。切勿把神局限在拉威瓦玛(Ravi Varma)的作品——毗湿奴或基士拿的画像之中，画中的形象只不过是画家的想象。其实，神不具形象。祂是宇宙神灵。神是众生的寓居者。神弥漫整个宇宙。实在的，一切皆梵。

克制感官你便能成就一切。今天，人因为不能驾驭感官而变得懦弱了。与其向上提升至神的境界，他反而向下沉沦至彷徨无助的境地。稍受刺激，他便勃然大怒；遇到芝麻小事，他便十分烦恼。如此，他又怎能期望体验神呢？他应以平常心去看待苦与乐。你获得麟儿便雀跃万分，他死时你便痛哭流涕。出生的是谁？死亡的是谁？婚姻是什么？婚姻好比海市蜃楼。海市蜃楼可以解你的渴吗？结婚之前，谁是妻子，谁是丈夫？出生之前，谁是母亲，谁又是孩子？今天，人们对于自己家庭的不必要牵挂已经愈来愈多了。父母、朋友、亲属、房屋和财富等一切，都是短暂的，千万要认清这个真理啊！世间上的一切关系皆有如过眼云烟，它们来了之后会离去，唯道德来了会生根。要真诚去尽一己的责任。责任是神；工作是膜拜。切勿视工作和膜拜为截然不同的两回事。

爱的化身！

你必须要认清以下三项：1) 到来了之后便不会离去；2) 离去了之后便不再回来；3) ‘无所从来，亦无所去’。第一项是智慧，第二项是无明，而第三项是自性原理。自性是常住永恒的，它不会改变。自性的知

识有如甘露。缺乏本性的知识，你所有的世间学问都没有用处。一切从书中阅读到的东西皆来自头脑。但本性的知识不可能在书本或头脑中找到。它源自于心。首先，控制你的意念。意念似顽猿，它只不过是念头交织而成的。念头的性质决定意念的性质。因此，有了纯正的念头才会有纯正的意念。

什么是涅槃？

今天，人们渴求解脱。什么是解脱？解脱并不是证得什么果位之意。解脱即离苦得乐。你必须在三个层面得到解脱，它们是：身、心和灵这三方面。譬如，你饥饿之时，若可进食，你的饥饿便解除了。这是一种解脱。你病了，服药后便痊愈了，这也是解脱。上述的解脱涉及身体层面。在精神层面，解脱是指降服心猿意马。但真正的解脱在于对自性原理的了解，自性是‘无所从来，亦无所去’的。这就叫做涅槃。

人应该具备敬爱神灵、畏惧罪恶和社会道德这三项品质。这便是真正涅槃。远离罪恶。要明白亲近神便是真正财富。但凡夫俗子没有能力了解神。他们以为自己能够通过冥想去体验神。什么是冥想？它是一种生活方式。你在马路上行走或驾驶汽车，你的注意力必须集中在马路上，否则你有可能发生车祸。在生活上的每一个方面，集中是必需的。但集中不会成为冥想。你必须超越集中，也就是说，你的心(mind)必须静下来。你应该一念不起。这就是冥想。

牧羊女的守一

牧羊女只修持一项法门，她们的心始终守着基士拿。牧羊女习惯于到雅苏达（按：基士拿的母亲）家中，点燃自己的油灯。她们相信，在雅苏达家中点灯会升华自己的家，因为那是基士拿出生的家，是恩宠的明证。一位名叫苏库那的新婚牧羊女到雅苏达家中点燃自己的油灯。她点灯之际，基士拿在火焰中显灵。基士拿的形像迷住了她，使她竟然连手被火烧着了也毫无感觉。雅苏达嗅到烧焦的气味，急忙赶来，拉开苏库那的手。苏库那这时才知道自己的手被烧了，感到十分惊讶。她不觉觉得痛，因为她的精神高度集中。当人们要她解释她的异常举止时，她透露说，她在火焰中看见基士拿，致使她‘浑然忘我’。听到了苏库那所言，所有牧羊女都兴奋地高歌：“我们的苏库那在南达（按：基士拿的父亲）的居所看见基士拿。祂在火焰中显现”（泰鲁固歌曲）

这是什么意思呢？当你对主的虔诚一心不乱时，你便在每一处看到

祂。倘若你的思想、见地和话语都圣洁时，你自己也就成为神了。如此一来，你便无须去寻找神了；神反而会来找你。神无所不在，你无须去寻找祂。其实，神正在寻找善良的人。神的爱的受者便是善良人。像这样的善人就是神人。人应该成为善人和神人。这便是圆满人生的关键。

爱的化身！

在你之内的爱是十分圣洁的。但是，由于妄念之故，你把它污染了，以致降低了你自己的价值。在结束讲道前，我要举出一个小例子来说明。纯金明亮，价值很高。倘若你在黄金中加上银、铜、红铜等金属，它的亮度和价值便降低了。同样的，人就像纯金，但由于他热衷于世俗欲望，以致丧失了他的价值和光芒。假使你建立起真理、正义、宁静、爱和非暴力时，你便成就了崇高的地位，不论你前往何处，你都会受到人们的尊敬。

爱的化身！

切勿让世俗欲望污染你的心。由于你过去诸世的功德善行，你今生获得了人身。切勿错用它。人命是十分可贵的。奉行人性价值观以保持它的价值。这便是佛陀的教诲。人们渴望成就涅槃。你必须具备一颗清净心，才有可能成就涅槃。真正的涅槃在于爱神、畏惧罪恶和社会道德。禽兽不知罪恶是何物。因此它们不必害怕作恶。但你知道什么是罪恶，所以你必须要有畏惧罪恶之心。你应该能控制你的感官。

去反覆思索你在这里所听到和体验到的一切。去结交善知识以便为自己心灵的电池充电。如此，你才会在生命中取得进步，而你的人生才会完美。

世尊以‘Govinda Krishna Jai Gopala Krishna Jai...’、‘Vahe Guru Vahe Guru...’这两首赞赞结束祂的讲道。

——录自世尊的佛诞开示

地点：平达弯赛拉密斯礼堂

日期：2000年5月7日

（英译文刊于2001年6月版）

走真理的道路吧。

只寻求本人的解放是绝对的自私。企求自己个人的解放的欲念是说不过去的。一个为减轻同类的痛苦而奋斗的人才是一个真正的人。

(泰鲁固诗歌)

爱的化身们！

真理是人类所追求的至高无上的目标，不管他在什么地方或什么时代来到这个世界，真理都是他生命中首要的目的。自记不清的远古以来，人类都在寻求真理的真正意义。对于这种深奥的问题的答案，我们都可以从蕴藏着无数神圣秘密的吠陀经里找到。人类企图在他的日常生活中寻求安宁、安全和快乐。可是，这些都不能在外在的世界里找到。人类安宁和完美幸福的泉源是他们自己的内心。这是吠陀经所教导的。就是由于这个原因，有些人于是挑起诵读吠陀经以及为世界的和平与进步宣扬它的教义的任务。神性是吠陀经的潜流。吠陀经含有很多渊深的教义，如 Matru devo Bhava, Pitru devo Bhava (崇敬父亲母亲如上帝一样)。这些就是印度文化的支柱。可是，这些吠陀经神圣的教训，今天却为人们所忘怀了。今天，我们无从正确地给安宁和安全这些概念下个定义。这些概念渊源于人类的心。吠陀经充满诸如此类神圣的秘密。

通过无我的爱以达至上帝

对于‘Atma’(真我)，吠陀经给予了一个适当的定义。吠陀经宣说，‘Atma’比原子还要微妙，比宇宙还是宏大。由于它无所不至以及它是个永恒的见证，‘Atma’即梵(Brahman)而梵即‘Atma’。这就是吠陀经所说那句深奥的话“Anoraneeyan Mahatomaheeyan”的要义。我们怎样有本事形容如此微妙的一个原理呢？我们怎样可以将这样无所不至的一个原理局限一个地方呢？可是，吠陀经却将‘Atma’这个原理详加阐释，让每一个平常人都可以了解。没有任何问题，吠陀经对它没有答案。对人类所面对所有的难题，吠陀都有解决的方案。譬如说，你可以在一本专家们编好的历书之内找到你所要知道的日子和日期。同样的，吠陀经提供关于‘Prakriti’(原初物质)，‘Paramatma’(神)及‘Jivatma’(个灵)的智识。我们只有深入钻研吠陀的学理，我们方才可以明白如

此深奥的原理。

虽然有灿烂的阳光，但一个瞎了眼睛的人却看不见任何东西。同样的，一个无神论者对清晰地显现在整个宇宙里的神性却拒绝看见。吠陀经宣说：Yad Bhavam Tad Bhavati (如何感觉就如何发生)以及Yad Drishyam Tannashyam(你所看到的都是会毁灭的)。因此，人类必须在他们的心内培养真正的爱。我们应该试图充分了解爱的真实性质。真正的爱不是脑袋的幻觉。它是一个纯洁而没有被玷污的原理。它是一种很自然的情绪。你不能够人工地把它制造出来。正如河流流向大海是自然的，爬藤缠上大树是自然的，星星在天空里闪烁是自然的，同样地，人类的爱自发地流向上帝是完全自然的。爱是没有理由的，它不为任何规则和规章所捆绑。没有企望获得回报的无我的爱直接达至上帝。世俗化的爱不从心坎的深处涌出，它是被迫的结果。真正的爱是直接从它的源头，我们的内心，流露出来的，它不能用力量制造出来。仪式性的宗教行为不能够使你产生真正的爱。

真正的爱是自发的和自然的。法子(Dharmaraja 即坚战)是真爱的范例。即使他的妻子在公开的法庭里受到侮辱，他仍把不动摇的心紧贴在基士拿(Krishna 黑天)的身上。即使阿斯瓦塔玛残杀无辜的乌巴般达瓦斯，他仍然以一个稳定、纯洁和不受到扰乱的心继续思念基士拿。他的兄弟，比马，手脚被捆绑着，被丢进一条充满毒蛇的河流里去，法子仍然保持着和平和的心境。对于法子来说，他能够做到这一点是因为他能够超越快乐和悲哀而达至神首的绝对不二的原理。因此，只有对基本的真理有所领悟，我们才能培养起来一个不动摇的心。

人类因和俗世结交而染污了他们的本性

智力超越心意。智力的纯洁反映在心意之上。如在修行法(Sadhana)的名目之下，你只做诵经念咒(Japa)，苦心修行(Japa)和静坐参禅(Dhyana)，那是不够的。其实，是‘Chitta Shuddhi’(心的纯洁)导至‘Jnana Siddhi’(真正智识的获得)。所以，只有培养心意的纯洁是你应该着手的真正的修行法。心意纯洁了，智慧获得了，人就成就平衡。法子(Dharmaraja)就达到这个境界。在世上，有很多宗教的崇拜者都会因获得快乐而得意扬扬，因遇悲哀而愁苦沮丧。要克服心意的这种变化多端的本质，我们必须认知我们神圣的本性。现代人倾向自私是由于他们有这个动摇的心意之故。他们应该学得情绪的平静，应该培养心意的一致。这应该是人类主要的目标。可是，今天他们却把心坎装满了太多的欲望，

由此而使到自己受尽痛苦。

我们应该认识到，由于‘Atma’（纯灵，真我）存在于我们之内，我们在这世上所做的和所体验的任何事情都是可能的。所以，我们必须培养这种智识。只有这样，我们才可以了解‘Atma’。‘Atma’的原理确实的是意识的力量。什么是意识？它不是事物的部份知识，它是完整而彻底的了解。当我给你们看这块摺起来的手帕时，你们会说它是一块布。但当我把这块布完全打开而给你们看时，你们就会认出它是块手帕。因此，我们只有完全看到它之后，我们方才可以斩钉截铁地说，它是块手帕。可是，人类今天不向往这种全体性的智慧。全体性智慧只有通过全体性的信仰才能获得。所以，一个崇拜者应该培养全体性的信仰。如果你缺乏信仰，你怎样可以企求获得解放？你只要寻求自己的解放，那不是你的自私么？你以为你自己是那么重要吗？对于上帝来说，所有的人一样重要。上帝是‘Bimba’（实体），而大自然是他的‘Pratibimba’（反映）。宇宙里的每一个存在都是神性的反映。所以，我们必须在所有的生命里看见他们之间的统一性。

这块手帕的自然颜色是白色。当你拿它来用，它就变得肮脏污秽。由于所积聚的污垢，它的颜色也会改变。同样的，在一个婴儿出世之时，他是纯洁和没有被玷污的，如同闪烁的黄金一样。正如纯黄金加上银、铜或黄铜之后，乃失去其光泽和价值一般，人也会因和世俗化的欲望结交而被污染。在人类内在的大我这个原理，其生性是不朽、永恒、纯洁和快乐的。但当他们培养起来世俗化的欲望，纵情于世俗化的活动，眷恋于亲戚朋友的关系，它就变得不纯净了。是谁使到人类的人生价值受到侵蚀的？是人本身使到自己贬值。今天，我们在人类当中找不到一点人生价值的痕迹。人生价值不是从外面进来的。它们在每一个人之内已经存在了。但，人类却认识不到这一点。他们说谎、搞不正当的活动、看不应该看的东西和想错误的思念。他们已经失去了他们的纯洁性。如果一个人缺乏人生价值，我们怎样可以说他是一个人呢？

今天，人类的思想、言语和行为都不一致。他们不实行他们所想和所说的：“Manasyekam Vachasyekam Karmanyekam Mahatmanam；Manasyanyath Vachasyanyath Karmanyanyath Duratmanam”（那些思想、言语和行为都完全协调的人是崇高的人；那些不协调的则是邪恶的人。）

思想、言语和行为的一致使一个人成为一个伟大的灵魂。如果他的思想、言语和行为不统一，他就变成一个邪恶的人。由于恶劣的待人态

度和不良的操行，人类要变得刻毒(Duratma)。他已丧失了他的纯洁。但他却归咎于社会。有很多人向我抱怨说：“斯瓦米，世界每天在变化，邪恶的人大量增加。对于这种问题，我们没有补救的办法吗？”我对他们说，归咎社会是绝对愚蠢的。其实，邪恶已经在人的里面。如果人变得善良，世界也会变得善良。在这个世界里，罪恶如影随形般跟随着善良。如果没有罪恶，善良就不能被认得出来。“快乐和悲哀时常共存。没有人能把它们分开。快乐不能孤立地被看到；当悲哀终止，你就会经验到快乐。”（泰鲁固诗歌）

现代人类投降于世俗的享乐，丧失他们的品格。在现今的世代里，没有任何人有可能判定什么是好，什么是坏。有很多我们说是好的人会有一些坏的品质，有很多坏的人会有一些好的品质。要判断谁是好人，谁是坏人是困难的。罗摩纳劳乌告诉我说，我如果对崇拜者讲述我早年的各种遭遇，他们将会很高兴。

一名哈达瑜伽师给薄伽梵的挑战

三十年前，我东西南北跑遍整个国家，宣扬我的教义。每年有四次我会到孟买。现在，孟买已经变了许多。赛的机构已增加了。在孟买的每个角落都可以听到赛的名字。

那些日子里，有一个哈达瑜伽师向我挑战。有些主要的报纸把这件事情刊登于首页上。那个瑜伽师要赛塔塔表演一些荒谬的绝招，如吞噬活鱼、吃下玻璃碎片、喝镪水以及在水上行走等等。他夸说，他本人能够轻而易举的办到这些事情。这就使到赛的崇拜者大发雷霆和疼痛不已。崇拜者要求赛给这挑战一个恰当的反击。我回答说：“笨蛋！没有强制性，非回应他的挑战不可。其实，回应是显示自己的弱点。”崇拜者们说：“斯瓦米，如果你不回应，我们去回应！”罗摩纳劳乌说，他会反击。

我从孟买前往陈乃。在陈乃，文卡达吉利的王公很激动，大发脾气。那王公问我说：“斯瓦米，谁是那坏蛋？他为了挣饭吃，涂污了斯瓦米的形象。我会回应他。”我说：“大人，不要对他作出反应。”但，王公却把这件事情存在心里。一周之后，王公召开了一个很大的集会。罗摩基士拿僧团和湿婆南达修道院的很多僧人都参加了这集会。那些僧人对事件进行讨论。他们深信只有那些妒忌别人的名气和声誉的傢伙才会干这种卑鄙的勾当。王公在集会上发表谈话，并激烈地表示他的愤慨

。他把斯瓦米当作他生命的呼吸来看待，他十分爱惜斯瓦米。我企图使他平静下来，但是，他却不能停止说话。当一位僧人问我时，我便对他说：“只有相等的人才能做朋友或交手较量。他必须和我相等才有资格向我发出挑战。我不能接受街坊里所有的人向我发出的挑战。我亲爱的孩子，牛吃草，猪吃粪，人吃米。当一个人向另外一个人挑战他所能吃下的饭量，那还说得过去。但，如果一只猪挑战一个人吃粪，那人应该响应吗？因此，我不会响应这个挑战。”这个回答使到群众很高兴。

那哈达瑜伽师曾宣布在某一天，他会在水上步行。人们抢购入场卷以观赏这场表演。孟买的人有太多的金钱。我常常说：“滥用金钱是罪恶。不要浪费你们的金钱。”在指定的日子，很多很多人挤满了会场。我们赛的崇拜者也在门闸附近等待。我立刻发出一个电报给他们，叫他们不要卷入这件事情之内。当那哈达瑜伽师将脚踏落水面，他马上就沉到水里去。警察们把他捞了起来，费了九牛二虎之力才能把他从后门带回家中。为了挣钱，有些人肆意向很有名望的人挑战。他们以为如此做法能够吸引世人的注意。世上任何事情都受金钱的支配。

一个礼拜之后，那哈达瑜伽师来到班加罗尔。那个时候，我在‘乌地’的‘南达南伐南’。他要和我见面，并寻求宽恕。我叫人传话给他说，他不必乞求宽恕或后悔。我也劝告他走真理的道路。

在基士拿的时代，也曾经有过一个骗子，穿著和基士拿一样的衣服，到处宣布他是真正的基士拿。在罗摩的时代也出现过同样的例子。妒忌是这种堕落行为的根源。人类必须永远跟从真理。Sathyannasthi Paro Dharma(没有比真理更高的法)。真理是不能被征服的。真理是我的原则。没有任何人能使我逸出真理的轨道。当我是真理、法、和平以及爱的化身时，一个没有这些人生价值的人怎样可以挑战我呢？如果任何人丧失了这些人生价值，他怎样可以走近我呢？在受到考验的时刻里，一个崇高的人的纯真会灿烂地照耀。一盏灯的光亮只有在黑暗中才能看到。在每一个时代里，伟大的灵魂和神圣的化身都要面对称赞和责备，敬重和嘲笑。不要理会这些，在真理和正义的道路上保持坚定。

当你拥有神圣的品质时，对于别人的黑暗图谋，你不必恐惧。赋有超凡的肉体和心智的能力的罗波那嘲笑罗摩。对此，罗摩并不理睬。罗什曼那（译注：罗摩之弟）怒火中烧并企图攻击罗波那。罗摩把罗什曼那安定下来，对他说道：“罗什曼那，罗波那这样做是自然的。让他邪恶的情绪发泄出来吧。”在‘Dwapara Yuga’的时代，贾拉山达（Jara-

sandha)也因每次攻击基士拿时，基士拿就逃跑，不敢迎战而加以嘲笑。他也挑战基士拿留下来和他拼搏。但是，基士拿知道贾拉山达的主要弱点是他易于发怒。每当他发动攻击，基士拿就故意逃离战场。这就使到贾拉山达发怒，于是他就变得更弱，而这时，如果要消灭他就易如反掌了。不要理会世俗上奇异弯曲的行径。跟紧真理的道路，实践斯瓦米所说的话。这样就没有人可以用手指着你加以谴责了。在所有的领域里，你都会成功。

今天是 Ashtami 节日。在这个日子里，人们执行 Ayudha Puja 的祭礼。这有什么意义呢？当 Mahishasura 和其他的妖魔被 Chamundeswari 杀掉之后，她的武器就不再派上用场了。所以，那些武器就被放置在一边，受人崇拜。自古以来，这 Ayudha Puja 就一直为人所庆祝。可是，这种武器对于我们有什么用处呢？其实，我们的武器是真理、法、和平以及爱。爱比氢气弹原子弹还要威猛。当我们拥有如此力量之时，我们何须困扰？

同学们！

你们做人要正直。你们的白色衣服象征纯洁。看见你们的人应当可以立刻认出你们是斯里沙迪亚学院的学生。你们的衣服应该整齐清洁。过一个神圣的生命吧。不要给任何人有机会用手指着谴责你。百善地尼乐园和平达湾宿舍的舍监们应该多注意这点，不要不理睬任何破坏纪律的行为。任何纪律上的差错都必须立刻受到指摘。只有当我们本身的行为举止达到标准时，我们才可以向社会大众示范我们神圣的思想。

爱的化身们！

爱是你们固有的，但是你们却把它变为世俗化的爱。这就是你们所有困难和困扰的起因。培养起来对上帝真正和永恒的爱吧，而享受无穷尽的快乐。

薄伽梵以峇赞“Prema Mudita Manase Kaho Rama Rama Ram……”结束祂的演讲。

摘自薄伽梵于2000年10月在百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂的讲道。

(英译文刊载于2001年6月版)

人生四大目标

吠陀把人生四大目标置于人的面前，即：Dharma(正义)，Artha(财富)，Kama(欲望)和 Moksha(解脱)。但这四大目标必须分两组同时进行，正义和财富一组，欲望和解脱一组。那就是说，财富必须取之有道，通过正义(Dharma)而得之，而欲望(Artha)则必须为解脱(Moksha)而持之。然而，人却把四大目标分别执行以致全都丧失。他把它们间隔起来并采取各别的计划来达致。他放弃正义和解脱而浪费一生的时间来追求财富和欲望。这两者毁了他。

-- Baba

NINE CODE OF CONDUCT

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

九项行为规则

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

询问处 for Enquiries

CHIEW TECK HOE

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

CHIN WAI FUN & GOH SWEE FONG

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

网址: [Http://members.nbci.com/saiinchinese](http://members.nbci.com/saiinchinese)