

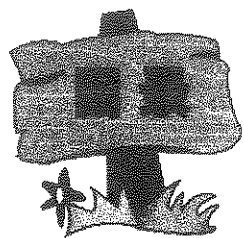


Sanathana Sarathi

永恒的
战车御者

Vol.21
第廿一期

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



控制感官乃最高修持

所有名和相无非神的彰显。神乃和平与吉祥的化身。
祂是存有一觉知一至福，是绝对者及不二者。
祂是真善美。

(梵文偈)



主题	译者	Pg
(1) 控制感官乃最高修持	周德惠 (Bro. T. H. Chiew)	1
(2) 真理是人的生命原则	陈慧健 (Sis. H. C. Tan)	10
(3) 古印度卓越的教育体制	周德惠 (Bro. T. H. Chiew)	18
(4) 培育圣灵感觉以成为圣灵	纪木英 (Sis. Kee)	28
(5) 无私服务以证道	周德惠 (Bro. T. H. Chiew)	37
(6) 理解自性原则	纪木英 (Sis. Kee)	45
(7) 用智慧之火燃烧你的欲望	周德惠 (Bro. T. H. Chiew)	52
(8) 圣灵以爱的形式存在于人人之内	周德惠 (Bro. T. H. Chiew)	62

诸位爱的化身！

人竭尽所能去追求快乐。他阅读经典，拜会高人，进行灵性修习并到处寻求快乐。但他任何地方都找不到快乐。佛陀也曾做出同样的努力去寻找快乐之源。他到处寻找，最后他发觉快乐就在他之内而不在外在世界。他确认自己就是至福 (Ananda) 的化身。通过感官而得到的快乐完全不是真正的快乐。

至福得自感官的控制

神以存有一觉知一至福 (Sat-Chit-Ananda) 的形式弥漫整个宇宙。地、水、火、气、空五大元素乃神的化身。祂以真善美彰显于天地万物之中。是故，每一个人都是存有一觉知一至福的显现。神以声、触、色、味、香呈现于五大元素的空、气、火、水和地之中。由于祂弥漫于所有五大元素及天地万物之中，奥义书 (Upanishad) 于是宣称，Isavasyam Idam Jagat (神遍在于整个世界)。神是全在的，无处无神。Sarvata Panipadam Tat Sarvathokshi Siromukham, Sarvata Sruthi-mal-loke Sarvamavrutya Thishtathi (神以手、脚、眼、头、口和耳充斥于万物，弥漫于整个宇宙。)



如果神存在于每一处，那么，为什么人们还说他们看不到神。海水反映空中的太阳。当水面受到干扰时，太阳的反映也就受到干扰。同理，神在人人之内，但因为心念受到干扰致使他看不到神。一个受到干扰而摇摆的心念决不能反映神。一个受到干扰的心念引起困惑和沮丧。正如在《梵歌》(Bhagavadgita)中阿周那所说的，Chanchalam Hi Manah Krishna Pramathi Balavadrudham(这心念是非常不定、动荡和有威力的)，心念极为诡谲、飘忽不定。人们进行灵性修习，目的就在于平定心念。如果心不定，诵经、参禅和瑜伽等修炼皆属枉然。一旦你能控制五根，你就可以体验到神了。神离你不远，祂在你之内，在你上下左右，在你周围。其实，神寓于人之内，然而人却看不到神。原因何在？在于欲望。无穷而强烈的欲望阻碍他，使他看不到神。欲望是烦恼的根源。控制感官和抑制欲望将助他看到神并体验到至福。因此，我们务必控制我们的欲望。我们不应该担心他人的恶言恶语。我们不应该受到他人毁誉的影响。

要像佛陀一样，达致无欲境界

为控制五根，佛陀首先决定做到正视(Samyak Drishti)。人之所以不能控制他的视觉，完全因为心念不定。电影、录像、电视等外在因素正污染人的心念。他不看善也不听善。人该对自己的心念不安而负全责。除了正视，佛陀也强调正听闻(Samyak Sravanam)、正语(Samyak Vak)、正感受(Samyak Bhavam)和正思维(Samyak Chintanam)。由于缺少了这些感官使用法则，人正不断屈服于魔性与兽性之下。兽性不断在人之内滋长。其实，野兽还是拥有季节性和理性的，但人却没有。今天，人比禽兽还糟糕。人类的素质如仁慈、善良、博爱和容忍等几乎完全消失了。他应该完全摆脱邪念的纠缠，这邪念正是烦恼的根源。要做到这一点，我们就需要 Abhyasa(持之以恒的修习)。人可以靠 Abhyasa 来控制心念而获得心境平和。只有平和的心念才能带来高尚的思想。心念应该受到约制。要主导心念而成为心念主导。不幸地，人不但不能控制心念反而成为感官的奴隶。这就是不安的主要起因。再者，他还陷于肉身执著(Dehabhimana)。这就是为什么他易于一受到批评就感困扰的原因了。如果肉身仅如一滴水泡，他为什么要为之担心呢？你应该放弃肉身执著。

人今天拥有无边的和不必要的欲望。举个例子吧，一个人想当村长。如果他当选村长，他进一步想当部长，然后又想当首席部长，最后想当总理。这些地位到底是什么？如果他只有不良的欲望，他能从这些高位中获得什么呢？不良欲望的结果是不良的。因此人不应该让不良欲望和不良思想有立足的余地。如若不然，他们的反映、反应和反响也肯定是不良的。不良欲望导致不良的思想。佛陀培育稳定、圣洁和无私的正见。他做出了极大的牺牲，舍弃一切世俗的享受，离开他的家庭和年幼的儿子，然后，渐渐地他消减对肉身的眷恋直到最终他完全消除了肉身执著。那就是他如何达致无欲境界的情况。

肉身执著乃虚幻起因

对我们而言，认同肉身是一大错误。当我们说，“这是我的身体，我的心念，我的菩提，我的心，我的心声”，这意谓我们跟身体、心念、觉知等是分开的。认为我们是这个身体是一个 Bhrama(虚幻)。培育 Bhrama(虚幻)等于疏远 Brahma(梵，神)。越远离 Bhrama(虚幻)就越接近 Brahma(梵)。佛陀请教过很多大师并聆听他们讲道。他饱读经书。最后，他认识到凡此种种仅是无谓的举措而已。

现代的学生花费很多金钱，出国留学。这种崇洋媚外的心态简直愚不可及。家长们也鼓励孩子们出国，煽动孩子的欲望。他们以孩子留洋为荣，其实，他们是在纵坏自己的孩子。为国尽忠，为国效劳远比为了钱而到国外当乞丐好得多。人们在国外赚到什么呢？当他们回到印度时，他们带回来的仅是 Papa(罪)而已。还是留在祖国，赚取 Punya(功德)吧！无边的野心造成这种留洋淘金热。

在过去数十年来，很多国家的人一直邀请我到他们的国家去，但我哪儿都不想去。他们说，“斯瓦米，到我的国家来吧！”但哪一个国家是你的呢？你并不属于任何一个特别的国家。世上没有一样东西是永恒的。你的肉身也不是永恒的。是的，身体必须获得妥善的照顾，但肉身执著就要不得。肉身执著带来永无止境的生死轮回。因此，阿迪商羯罗(Adi Sankara)说：“

Punarapi Jananam Punarapi Maranam

Punarapi Janani Jathare Sayanam

Iha Samsare Bahu Dustare
Kripayapare Pahi Murare。”

(生死轮回桎梏着我，使我直接受孕于母亲子宫里的痛苦。要横渡茫茫尘海可真不易啊！主啊！渡我吧！使我脱离苦海。)

世俗的生活充满痛苦。主基士拿说，“Anityam Asukham Lokam
Imam Prapya Bhajasva Maam”(既然尘世是短暂的、充满痛苦的，那就不
断地深思着我吧！)既然生而为人，你就必须究竟和圆满你的人生。
你必须步上康庄大道。不要因为人家称誉而膨胀，也不要因为诋毁而收
缩；要平等对待毁和誉；要超越毁和誉。要培育心境的‘和平’。和平
在哪儿？它不在市场里，等你来购买。‘和平’在你之内。你在外面找
到的仅是‘碎瓶’而已。其实，一切都在你之内。

你是和平的化身，
你是真理的化身，
你是爱的化身，
你是神的化身。

到处寻求快乐而忽视内在神性的人是多么可怜啊！一切都是许多前
世带来的业报。为什么你还要在外在的世俗生活中赚取罪业呢？最好向
内观照，你将会在那找到至福。至福是你的资产。没有至福，你连一分
钟也活不了。至福是你真实的本质。

佛陀的伟大牺牲

诸位爱的化身！

佛陀不是一个普通的人。他出身帝王之家，在优异而舒适的环境中
长大，但他在一夜之间舍弃了一切，作出了最大的牺牲。Na Karmana
Na Prajaya Dhanena Thyagenaikena Amrutatthwamanasu(永生不能靠
行动、子孙或财富来达致；只有靠牺牲才能达致永生)。佛陀恪守吠陀
的这个训谕。他没有执著，因此，他能够舍离他的亲人。他的父亲则因
执著而受苦。

佛陀云游四海，足迹遍及大江南北。他进行种种苦行。有一次，一
位女士供奉食物给他。佛陀说，“这不是我要的食物。我要 Jnana
Bhiksha(智慧的食物)。我到处寻求智慧食物而不是世俗食物。”

一天，他看见一个农夫在分派米粮。佛陀走前去问他，“我的份
呢？”农夫说，“哦，懒惰的和尚，我为什么要分给你？我只把食物分
给辛勤工作的人。我自己也辛勤工作。我还是耕耘、播种、除草、灌溉
乃至最后收割，但你什么都不做。”农夫自以为很勤奋。佛陀回答，
“我耕耘心田，我以爱灌溉，我除去恶癖之草，我收割智慧之稻而我获
得至福之果。”有关佛陀的这一类事迹多得不胜枚举。其实这不仅是故
事而是个人经验。他在年青时便作出极大的牺牲。他从牺牲中获得的喜
悦是无量的。体验牺牲的喜悦吧！

从赞唱峇赞和执行膜拜中所得到的喜悦是短暂的，但你可以从体验
Soham Mantra 中得到永恒的喜悦。Soham 也叫 Hamsa Gayatri。“So”
意谓，“那”(神)，“Ham”意谓“我是”。Soham 即“我是那”。你
应该在每一个呼吸间都体验到它。当你吸入时，你听到“So”的声音，
而当呼出时，你听到“Ham”的声音。小心观察你的呼吸并在每一呼吸
间体验“Soham”的真谛。Watch(观察)这个字有着一个重要的信息要传
达，即：

- W - Watch(观察)你的 Words(话语)
- A - Watch 你的 Actions(行动)
- T - Watch 你的 Thought(思想)
- C - Watch 你的 Character(人格)
- H - Watch 你的 Heart(心)

那个“Watch”(手表)有一天会停下来，但这个“Watch”(观察)是
不间断的。因此，要怀持着这个“Watch”。要 Watch(观察)你说的是
好话还是恶言，观察你是在中伤他人或赞赏他人。你不应该用三寸不烂
之舌来辱骂他人。辱骂他人是一项罪行。不要让你的舌头沉溺在这种罪
行之中。你不能避开业报。每一事物都有反应、反映和反响而它又会以
某种方式回归于你。所以，要控制你的舌头啊！

佛陀奉行“Mounam”而保持静默。每一个行动都有回报。保持静

默，佛陀开始体验到内在的“Soham”。你可以借念诵罗摩、基士拿、哥文达、佛陀和赛的名号来平息你的心。一旦安了心，你就不必再念诵了。要保持完全的静默。所以，我们说静默是金。一旦话少了，心念的活动和变化也跟着少了。话多，心念的变动就多。以静默来平息心念。然而，说倒容易，做起来可就难了。人会死但心念不死。当话从心念中消失时，心念也就消失了。保持“Mounam”（静默）是平息心念的一个法门。古人之所以修习“Mounam”就是这个缘故。我们不应该让心念为所欲为，不应该让它愚弄、伤害和痛恨他人。如果你伤害他人，你会承受十倍的伤害。你也许会因为你已经辱骂了某人而感到骄傲，但也会有他人以同样的方法对付你。你今天所犯下的罪，以后总有一天会加倍地回报在你身上。

诸位爱的化身！

我们已经诞生为人。生为人，我们该怎么生活呢？以这一生来赚取金钱的富足吗？不，完全不！我们应该赚取的是道德的富足，现代的学生感兴趣的是财富、权力和朋友而不是道德。没有道德，生活有什么意义？

“尽管受高深教育，才智过人，一个愚昧者不会认识他的本来面目而一个卑鄙小人也不会舍弃他的邪恶本质。现代教育只培育智巧而不是完整的智慧。如果世俗教育不能带来永生，那世俗教育岂不枉然？求取能使你达致永生的知识吧！”

（泰卢固诗）

肉身是短暂的，有如一滴水泡。水泡来而有所往，随时破灭，肉身亦然。

“这肉身是藏污纳垢之所并易受疾病侵袭；它不能渡过生死轮回的苦海。心啊！切莫妄想肉身是永恒的！还是归依神的莲花足下吧！”

首先，我们应该培育舍的精神。要以对神的虔诚心态来执行一切行动并把一切行动供奉给神。这样，每一个行动就会变得圣洁。这是佛陀的教导。在这世界，人的五大感官扮演着一个极其重要的角色。佛陀认为控制感官是最重要的。如要控制心念，我们应该先控制五大感官。只

有这样，我们才能体认神。靠爱，一切都能达致。神是爱，要活在爱之中。只有培育起爱之后，我们才能了解灵性。所以，我常说，

以爱来开始一天，
以爱来充实一天，
以爱来度过一天，
以爱来结束一天，
这是通往神的道路。

凭借爱的力量，一切都是可能的。在这世上，爱是一切。没有爱，世界就不能存在。不要持有邪恶的欲望。它们会带来破坏。怀有邪恶欲望，不能安然离开人世。我们必须保持心境的平和与圣洁。唯有爱能带来平和。

诸位爱的化身！

经历了诸多困难和不便，你千里迢迢从远方的国土来到这里。要过一个平和与至福的生活。你也许有一些麻烦，但你不应该让这些麻烦制服你。只有当你不理睬这些麻烦时，你才能保持平和。要以爱来歌颂神的荣耀，单靠祈祷是不够的。你应该认为自己是神。要断然说，“我是神”并不断深思着神。佛陀也宣称人是神圣的。神一直在你之内，与你同在，在你上下左右。例如，看看 GOD（神）这个字吧！如你以 G 开始，你读成 GOD 神，但如你以 D 开始，它就成为 DOG（狗）。差异出现在你的视觉。世上的每一物都是神圣的。所以，要培育神我为一的感觉。

肉身是神的寺庙

你们从世界不同的地方来到这里。我祝愿你们平安回家并充满平和与至福。要培育‘一切都依据神的旨意发生’的这个信念。佛陀尝试各种修行法门。他研读经典，但没有任何文献清楚地解释五根的本质。最终，他得到一个结论，即：没有比控制感官更高的修行。他认识到控制五大感官是真正的灵性修行。我们不应该放纵感官。只有通过爱，才能抑制感官。要永远活在爱之中。用你的爱使他人快乐。决不对他人怀持恨意和恶意。吠檀多（Vedanta）的精华是：总要帮助，决不伤害。经典

说, Paropakara Punyaya, Papaya Parapeedanam(助人 有功德, 害人是罪孽)。

一旦你相信神在你之内, 你的心念就会保持稳定。开始时, 你的修行或许不会立即奏效但如果你继续深思着你内在的神, 你肯定会获得平和与至福。神不出现在寺庙、清真寺和教堂里。身体是神的庙宇。

“神不在你之外而在你之内;
罪不在他处而在你作恶之处。” (泰卢固诗)

一切在你之内。你大可不必研读经典。你所需要的是自信。对性灵发展而言, 自信是极其重要的。

有自信就有真理,
有真理就有至福,
有至福就有平和,
有平和就有神。

因此, 你必须培育自信, 否则, 你就摆脱不了困惑。就拿这个建筑物来说吧! 这建筑物坐落在地基上。没有地基, 这建筑物就不存在。同理, 对生活中的一切而言, 自信就是地基。有自信, 你可以成就一切。要以诚信和自信去履行你的职责并奉行佛陀所定下的理想准则。佛陀要风得风, 要雨得雨但他放弃了一切。至福存在于 Thyaga(牺牲)之中而不在于 Bhoga(感官享乐)之中。一旦你步上牺牲之道, 你就会达致至福。那就是佛陀的崇高教导。

诸位爱的化身!

首先, 要减少你对肉身的执著。肉身执著增加, 你的痛苦也跟着增加。肉身是神的庙宇。要认定这是神的庙宇, 不是你的肉身。由于神寓于肉身之内, 肉身因而圣洁。这是神赐予人的礼物。因此, 要用肉身来执行圣洁而高尚的活动并从中获得至福。当你与他人分享至福时, 你就会体验到圣灵了。要继续你的灵性修习, 但要一直保持‘神寓于你之内, 在你上下左右’的这种圆满的感觉。决不要认为神和你是分开的。

“我不孤单, 神与我同在。”要加强这种感觉并据此以塑造你的人生。要以爱来生活。

薄伽梵以答赞, “Prema Mudita Manase Kaho……”结束讲道。

录自世尊 2002 年 5 月 26 日在平达弯所作的佛诞讲道。

(英译文刊载于 2002 年 7 月版)



不论在教育或其他生活的领域, 借用的理念和外来的体制, 极端的效忠和多变的政策只会带来灾难。除非教育使人的热衷和情绪变得甜美和高洁, 否则, 社会不能摆脱不满和贪婪的冲击。教育并不仅是资讯的搜集或技术的训练而已, 它是心念的清涤, 无私性向的加强以及潜伏于众生之内的真善美的揭露。它是正直、容忍和慈悲的培育。它是天地万物之核心之神的启示。印度文化强调这些基本目标而沙迪亚赛教育机关也指向这些目标。

-- Baba

真理是人的生命原则

在这世间，真理就是神，
真理是寓于莲花上的女神（沙拉斯瓦蒂），
真理在于为他人福利所做出的努力之中，
没有比真理更崇高的目标了。（梵诗）

爱的化身们！

真理是自在天(Easwara 即湿婆)的真正财富。短暂的世俗享乐仅是这无上财富的副产品而已。世上最崇高的莫过于真理。力量最大的莫过于真理。真理蕴寓于人人之内。Sathyam Sarvabhutantaratma(真理是寓于一切生命中的灵)。真理是神。

莫忘真理

真理去哪里？它无处不在。世上没有一个地方是真理所不存在的。真理是昌盛的源头。由于人忘了这神圣的真理原则，致使他必须承受不幸和苦难。今天世界的纷纷扰扰，其原因何在呢？在于真理被遗忘了。真理与道德有如一对孪生兄弟。昨天，我谈到 Neeti(道德)的重要性。是道德带给你 Khyati(声誉)的，不仅如此，道德与 Nijayati(正直)是 Manava Jathi(人类)的生命气息。甚至是死神也不敢步入以道德和正直为最高本位的地方。生命的圣洁就在于遵守这两个原则。一个真正的人类是一位遵守道德者。勇敢的印度子民呀！倾听这真理吧！

人的首要义务就是在真理的形式之中去体验圣灵的显现。只有这种人才是一位真正的人。Sathyannasti Paro Dharma(没有比遵守真理更高的法了)。马奴大帝以各种方式教导世人真理原则。他说，没有比遵守真理更崇高的法门了。

万物生于真理而融于真理，
有哪一个地方是真理不存在的？
观想这样的纯净无瑕的真理吧（泰卢固诗）

真理就是神，但是现代人完全忘记了真理。人忘记了 Sathyam(真理)就不能达致 Nityatwam(永生)或者 Daivatwam(神性)。所以，切莫忘记真理。神化身为人就是为了传授这永恒的教导。在古代，君王们都以恪守真理的原则来治理他们的王国。哈里斯真陀罗国王视真理为他的生命气息，为了维护真理，他舍弃了王国，甚至必须贩卖妻子与孩子来维护真理。他视真理为他的王国，认为没有真理就不能自称为国王。他为了真理不惜牺牲一切。真理就是人的生命。

有真理就有正义

真理是不能用世俗方法来达获的。人渴望世俗的和物质的拥有物而忘记真理。喜兰耶克沙，喜兰耶卡西普，罗波那，昆巴迦尔纳，难敌，难降都是既有权力又有本事的人，但是因为他们背弃了真理，最终，遭受到毁灭的命运。他们都是有才华的知识份子，因为不遵奉道德与正直而丧失了一切。人决不应该汲汲于世俗拥有物，因为拥有物是乍停即逝的。真理永远与你同在并保护你。它是不变的、稳定的。如果真理与你同在，你将享有富足、昌盛、舒适和安逸。人不应该疯狂地追逐世俗的和短暂的利益。人首要的任务是维护与宣扬道德与正直的原则。今天，人们为了短暂的利益而放弃了真理与正义。正义在于有真理之处。正义是真理的真心朋友，彼此不分离。人有幸得此人身，本该培育真理。今天人要享受而把真理、正义、道德和正直抛开一边。不认同真理的人不能信守道德与正直。

今天年青人应该以道德与正直为生命重要的目标；他们应该准备献出一生的生命来培育这些美德。如果人忘记真理，他会丧失一切。人应该维护真理。在舍弃王国后，哈里斯真陀罗国王与王妃真德拉玛蒂在恒河河边散步。他正想着如何渡河到彼岸去，然后，真德拉玛蒂鼓励他说，“我们一向信守真理并正步上真理之道，如果放弃真理，我们必将溺毙，但是，如果严守真理，我们必得到保护。所以，我们无须害怕。真理将会渡我们过河。”真德拉玛蒂如此鼓励面对难关的丈夫。在任何

情况下，他俩都坚守在公正与真理之道上。今日，人们纪念哈里斯真陀罗为真理哈里斯真陀罗。人绝对不能违背誓约。这是真理的世俗意义。

当巴利大帝答应把三步的土地赐给耆摩那时，他的导师苏格拉查耶劝他背弃诺言并提醒巴利大帝说耆摩那并不是一个普通人而是罗摩衍那上主。他提醒巴利不要答应耆摩那的要求。巴利大帝微笑地问，“身为一国之君却违背诺言是否应该呢？”他接着说，“人应该在任何情况下都坚持真理以便救赎自己。所以，我绝不会背弃真理。”他宁可背叛导师也不背叛真理。他觉得违背诺言是莫大的罪行。

般度族献身真理

在般度族中，法子(Dharmaraja 即坚战)是真理的化身。他从来不逾越真理之道。当他的妻子黑公主被邪恶的难敌在宫内羞辱时，他安慰自己的弟弟们说，既然他们在掷骰子游戏上输了，就该服输而屈服于俱卢族下。他更说，在这种情况下，身为国王的不应当有发泄忿怒、贪婪、怨恨或仇视的权力。黑公主赞美法子的品行说，“法子，由于你具备真理的圣洁素质，使我能在这些恶劣的环境下得以保持心境的平和、宁静和安详。否则，我无法想像我会遭受到什么样的命运。你的真理原则将会保全大家。我们当然犯下了大错，接受俱卢族的掷骰子游戏，我们明知他们是不怀好意的。我们做了一国之君不应该做的事而现在我们正付出代价了。”那时代，妇女们都很虔敬与高贵。她们协助她们的丈夫步上正道。就是因为印度有这样高尚人格的子民，印度自古以来便已经把真理之光向全世界散播开去。

当杀死正在熟睡中般度族孩子的马勇(Aswatthma)被阿周那擒拿并带到黑公主面前时，她如何处理呢？任何妇女在此情况下都会破口大骂，但是黑公主是一位慈悲与忍辱者，她伏在马勇的足前说，“我的丈夫们跟着你的父亲德罗纳查耶学习一切知识。身为德罗纳的儿子，你是否应该杀死我的孩子们呢？你怎么这么狠心杀害这些手无寸铁、年幼、正在熟睡中、对你毫无敌意与没有存心伤害你的孩子呢？”(泰卢固诗)

听到黑公主尝试跟马勇讲道理，威武的怖军(Bhima)不禁大为震怒。他觉得黑公主太过善良，并说这样的邪恶之徒绝对不能得到宽恕。

他要一拳击碎马勇的头颅。黑公主好言相劝才使他平静下来。她说杀死导师唯一的儿子是一种罪行。再者，她自己为失去孩子而悲痛欲绝，所以她不愿意去伤害另一个母亲。但是阿周那已发誓要杀马勇。黑公主就对他讲，“巴达(Partha 译注：阿周那之尊称)啊！杀死一个恐惧的懦夫，在熟睡中或酒醉的人，一位寻求庇护者或者是一位妇女，都是不义的行为。你不应该杀死导师唯一的儿子。”(泰卢固诗)。

因为有这样完美品德与高尚贞节的妇女，印度直至今天仍旧能够坚持真理和正义。甚至今天，世上也不乏这一类高尚的女性。

一切世间的功名成就都是短暂的，只有真理才是永恒的，所以，要置真理于心中并献身于真理。“就是哈里斯真陀罗国王，一个恪守真理者，最终也得放弃他的王国和荣华富贵而离开人世。统治大帝国的纳拉(Nala)大帝也一样空手西归。光耀黄金期(Krita Yuga)的曼塔达(Mandhata)国王在离开人世时可曾带走任何财物？即便是建造横跨大洋之桥梁的主罗摩，我们今天也看不到他了。很多国王曾经统治这块土地，但是没有一人带走任何东西离开，哪怕是一小块泥土。高贵的人呀！你以为在你离世时可以把国家与财富扛在头上带走吗？”(泰卢固诗)

过去，有很多国王统治很多国土，但是可曾有任何一人在离世时带走一分一毫吗？从来没有。在你离世时只有真理跟随着你。真理是无法隐藏的或者是改变的。真理是永远闪亮的。但是人竟然为了微不足道的欢乐而忘记了这永恒的原则。有幸得了天赋的神圣真我原则的人身后，人竟做出违背他神圣本性的事，这可不是天意呀！人的主要目标在于实践与宣扬真理原则。这是我们祖先树立的理念。同样的，今天的男男女女都应该以遵守真理与培育道德和廉正来维护古代的文化。

要宏扬真理就先实践真理。不论在任何情况下，都应该有勇气与信心来步上真理之道。甚至不惜牺牲食物，衣服，居所与性命，人都要来实践真理和正义从而发扬光大印度古代的文化。在《梵歌》内基士拿上主宣说。“Yada Yada Hi Dharmasya Glanir Bhavati Bharata, Abhyutthanamadharmasya Tadatmanam Srujamyaham.”[当 Dharma 或正义式微而 Adharma 或不义嚣张时，我就下凡来重振正义]

《梵歌》以 Sloka(诗)作为开场白：

“Dharmakshatre Kurukshetre Samaveta Yuyutsava ,
Mamaka Pandavaschaiva Kimakurvata Sanjaya.”

瞎眼的持国国王询问山杰，俱卢族与般度族在俱卢雪特罗战场干什么。问这问题不是很愚蠢吗？在战场上除了打战还会干啥呢？有人会在哪儿享受大餐吗？持国是全盲了，眼盲心也盲。他把别人的国土也认为是自己的。最后，山杰告诉他，“Yathra Yogeshwara Krishno Yathra Partho Dhanurdhara Tathra Srirvijayo Bhutir Dhruva Neetir-mathir Mama.”

(有基士拿处就有瑜伽之主而有佩带神弓的阿周那处就有财富、胜利、荣耀和永恒的道德。这是我的看法。)

《梵歌》第一句的 Sloka 的首字是 Dharma，末字是 Mama，合起来是 Mamadharma(人的正义或正法)。人首要的任务就是维护正法或正义。这是《梵歌》的精华。只有当你维护正法或正义之时，你的心才会平静。

我们古代的文献充满着数不尽的优良理念。不幸地，现代学生却不加于珍惜和注重。他们一味追求高级学位，但是，如果本身缺乏道德与正直，这些学位有何用呢？那就是为何我常告诉教师们要开办道德班并教导道德原则与古代文化的重要性的原因了。古代都以圣洁的 Panchakshari 真言 ‘Om Nama Sivaya’ 或者 Ashtakshari 真言 ‘Om Namō Narayanaya’ 作为启蒙教材，这种理想的教育培养了理想的男女。今天，孩子们启蒙时便学习，“Ding dong bell, pussy in the well…” 与 “Ba Ba black sheep…” 由于这种毫无意义的教材，学生们不变成 black sheep(黑羊)才怪！孩子的教育应该以神的名号开始。

固守印度文化的理念

我非常期望你们复兴我们古代圣洁的文化。即使是一分一毫，我也不想要你们的，我唯一想要的就是能通过你们来振兴古文化。你们都有此能力，也唯有你们是适当的人选。文化不是可以取之于外的；它必须

发自内心。伟大的史诗如《罗摩衍那》与《摩诃婆罗多》阐述印度文化中应该加以实践的优良理念。再者，人应该放弃恶劣品质和不良习性而培育优良德性和高尚人格。这才是文化真正的意义。这里有个小例子。

农夫们从稻中分开谷和禾，再把谷去壳而得米。米经烹煮后才能食用。这样的精炼就叫做文化。人不吃稻或禾，只有动物食之。再举个例子。你买了一件二米长的布料，你不会即刻就拿来穿或围在身上吧！你拿去给裁缝师剪裁，做成一件衬衫。这裁剪的过程就是文化过程。这过程是每个生命层面所不可少的。人人对文化都有不同的概念。有些人认为古文化是过时的、不适用的。这是愚蠢的想法。真正的文化是助人消灭兽性，培养人性更进而提升人性至神性。你生而为人而如果你以一个人的身份死去，那你成就了什么？你一切的教育有何用呢？在未死前你应该升华到神性的阶层。

你应该学以致用，建立良好的声誉。只有把你所学的用来造福社会人群，你的教育才算圆满成功。现代教育只是灌输书本知识。我一直在观察学生。他们把书本知识灌入脑袋。在考试时，他们开夜车，强记死背，把背诵的写在考卷上，然后空着脑袋步出考场，感到如释重负。过了一天，他们连前一天所做过的问题也忘得一干二净了。这就是现代教育的情况。这种肤浅的书本知识有什么用呢？你应该学习对你日常生活有帮助的实用知识。

维护古印度文化的理念

自古以来，印度文化就一直在宣扬圣洁的理念。外国人可能会嘲笑印度人，说印度人真愚昧竟然膜拜石头、大树、土地、蛇、狗、牛等等。真正了解印度文化涵义者会适当的回答这些指责。他们会说，“老兄，我们所做的并非出自愚昧，其背后含有高尚的意图。我们不愿意神赐的爱原则只局限在人类而已。我们与鸟、兽分享此爱。当我们与一切众生分享爱时我们才能究竟和圆满人生。”当你爱众生，你就能体验不可言喻的喜悦。你可能会反驳说，以牛奶喂蛇是危险的，蛇可能会咬伤你，即便你是出于善意的。然而如果你出自真心诚意来喂养蛇，蛇是决不会伤害你的。你应该有坚强的信心。

古代的修道者居住在浓密的森林里，与野兽为伍而毫无畏惧之心。当他们到河边去洗澡时，狮子和其他猛兽躺在他们所经过的路上，他们不以为意而猛兽也不伤害他们。什么原因呢？因为他们心中无恨。结果就连凶猛的野兽也很友善了。Yad Bhavam Tad Bhavathi(什么样的感觉就有什么样的结果)野兽也会回报你的内心感觉。修道者没有携带任何防身的武器，随身的只是 Japamala(念珠)。但是神号的武器则是永远与他们同在的。今天，人们虽随身佩带枪械也感到不安全。所以，人除了圣号外，什么武器也不需要。当你一心诵念神号时，没有恶人能接近你，没有毒蛇会伤害你。

古人常常以稻粮来喂鸟类并以米的粉末喂蚂蚁。米的粉末用来装饰屋子的前门，主要的用意就在于喂食给蚂蚁。不明白其背后的目的，人们今天以石灰取代之。古代印度人都坚信圣灵存在于众生之内。所以，泰格罗遮(Thyagaraja)这么唱，“罗摩呀，你存在于 Cheema 与 Brahma(梵天)中。你存在于湿婆(Siva)与克沙瓦(Kesava 毗湿奴或基士拿)中。”神遍在于众生之中，从蚂蚁到狮子，从鸟类到 Paramahansa(觉者)。所以，你应该与大家分享你的爱。这是印度文化的教导。你必须明白这真理并与朋友分享你的知识。这是你能给朋友的最大的帮助。我不是要求你们慷慨解囊。如果你能与他人分享你的高尚素质，那就足够了。这是智慧的标志。Advaita Darshanam Jnanam(了解不二性是无上的智慧)。神赐你爱。莫用之于自私自利上。要与大家分享爱。要培养宽大的胸怀。这就叫做扩张的爱。但今天，我们只看到收缩的爱，收缩的爱等同死亡。决不伤害任何人。总得帮助，决不伤害。如此，你应该过一个富有爱与真的生活。

哈里斯真陀罗国王 以实践与宏扬真理来圣化自己的生命。他的成功得归功于他的坚守真理。众友仙人(Viswamitra)置他于严峻的考验，最后，要求他的宽恕并使他得回他的王国及与妻儿团聚。因为哈里斯真陀罗通过了所有的考验，众友仙人答应哈里斯真陀罗任何要求，但哈里斯真陀罗说，他别无所求，他人生的唯一目的就是维护真理。我希望学生们能效法哈里斯真陀罗的理念而赢得好声誉。

学生们！

求取学位，谋求高职或者远赴国外，都无可厚非，但千万不要成为一个铁石心肠的人。现在许多人心硬似铁，连神的诫命也不遵从。过这样的生活有何意义？你应该有一颗柔软如 Venna(奶油)的心，而这颗心就会明媚如 Vennela(月光)了。这样，你的一生才会有平和的心境。

昨日与今天，我讲了道德与正直的重要性。你可能没有意识到人生是高度圣洁的。只因为天赋你以眼、耳、舌等，你就可以随心所欲地滥用它们吗？你应该永远说真话，聆听圣洁的话语并尝试观想神。明天，我会解释如何应用五大感官。

世尊以答赞，Prema Mudita Manasa Kaho...，结束祂的开示。

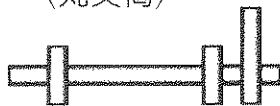
——摘自世尊于2001年10月21日在百善地·尼乐园，所作的达沙拉节日讲道。

(英译文刊载于2002年7月版)

古印度 卓越的

教育体制

“失去金钱可以再赚回来，
失去旧友，可以结交新知，
失去妻子，可以另娶新人，
失去土地，可以另购一块，
凡此种种，失可重得，
唯独此身，失去就永远失去了。”（梵文偈）



你也许失去财富但你还是可以赚回来；你也许失去朋友但你可以再交新的朋友，可能是更好的朋友；你也许失去妻子但再婚还是可能的；你也许失去土地或产业，但这一些都可以重新购得。所有这一切，如果失去都可以重新找回来，唯有这具身体，一旦失去就永远得不回了。只要身体健在，你即可以体验福乐，所以你应该趁身体健在之日尽量体验福乐。古人竭尽所能来照顾和保护他们的身体就是为了体验福乐，但他们不能永远保有他们的身体。由于身体不是永久的，所以，你应该在这有限的一生中尽量去达致福乐的境界。

古印度的理想教育

自古以来，印度这块圣土一直都是所有知识和教育之分流的发源地。数字命理学、语法学、音乐以及其他艺术无不源于此。总之，在此找不到的，其他地方也没有。这块圣土是许多高人大德诞生的地方。

“印度出了不少高尚贞节的女性，如娑维德利(Savitri)，她使丈夫起死回生；真陀罗玛蒂(Chandramati)，她以真理的力量扑灭熊熊野火；悉多(Sita)，她为证明自己的贞节，毫发无损地从烈火中走出来，以及达玛阎蒂(Damayanti)，她以贞节的力量把邪恶的猎人化为灰烬。这块虔敬神明的圣洁土地之得享富足和昌盛并成为全世界的导师全拜这样的贞节女性之赐。”（泰卢固诗）

然而，一些愚昧者却认为他们可以在外国找到一些印度所不具备的东西。有什么是你在这一块圣土上找不到的？这地方是一切知识和财富的储存库。不幸地，人们缺乏毅力和决心。如果一个人有决心，肯努力，没有什么是他不能在印度成就的。在教育领域里，印度过去作出了极大的努力去探讨和研究并树立了一个很好的教育体系。当时，每一所大学都有其专长的学科。卡西(Kasi)大学在语文方面，名闻遐迩；克什米尔(Kashmir)大学以修辞学见称；乌戟尼(Ujjaini)大学以法学最为凸出，在此，法学以完美和纯真的方式来教导和保留。今天的法学已变质了，已成了不法之学。另一方面，在乌戟尼，任何不法的事物皆难入其大门。印度以宏扬高尚理念见称并因有献身的师生而闻名于世。在印度，Ayurveda(保健学和医药)也得到很好的发展。每一所大学就是这样地有其专门和特别的学科教授并以之成名。在古代也有好几所类似的有名学府。

乌戟尼、卡西、达克沙西拉和克什米尔等大学都是很好的学府。纳瓦维巴(Navadvipa)以教授逻辑学和法学著称。法学真义在其他地方或许得不到正确的诠释但在这里却得到圆满的解释和吸收。不幸得很，现代学生忘记了印度的财富和智慧的力量，一味想到外国去寻求财富和知识。这是非常划不来的也是一种错误的观念。这样的无知应该消除。我们应该点燃起智慧之光于我们内在，只有这样，我们才能认识神而体验至福。

诸位爱的化身！

你今天必须确认，印度是一切知识和力量的储存库。科学、物理学和艺术如音乐和诗歌，都诞生在印度，为印度古人所发掘。为什么学生会忽视这样的一块圣土呢？这是盲目追求高等学位的一个无明的标志。学生不了解真相因而纵情于追求世俗的欢乐。他们决不能从中得到幸福，即使得到也不长久。

理想的师生关系

昔日的大学没有大建筑物也没有基础设施。老师的宿舍就是大学。大树底下就是课室。老师的谆谆善诱和柔和语调就是清凉的微风，深深

地触动和烙印在莘莘学子的心坎。学生的人数不多但老师灌输给学生的知识容量却很大。清晰明了的教导使学生易于了解和吸收更高深的学问和学科。这样的学制在古印度非常盛行。在英国统治期间，英国人也对印度的教育制度颇感兴趣并尝试探究古印度高等学府有如此高水平的原因。然而，他们的努力没有成果。

印度的教育体制主要是基于口授(Sabdapramana)，书写并不流行。学生专心聆听老师讲解并立即牢记在心。这就是古印度教育水平之高的原因。整个沟通系统就是口述授法；没有严格的时间表也没有什么课程和讲义，老师随兴教导学生任何学科或主题，胥视学生的兴趣和需要而定。政府完全不加以干预。教和学的过程完全是心对心的。学生敞开心胸让老师灌入知识。这就是心对心的学习过程，因之印度得以传达智慧和知识到世界各个角落。授课不分昼夜，随时进行。老师心地纯净、圣洁，他们不收分文。他们的生活由社会负担，根据大家的物力和财力来为老师提供安适的生活，但老师决不向学生收取任何费用。因此，印度的教育体制是高度圣洁的、深具价值的并且是福乐绵绵的。然而，不幸的是，印度子民正舍弃他们的古代的教育制度并因此而失去一个知识和至福的无价宝藏。

在那个时代，学生的义务是什么呢？他们一早起来便进行斋戒沐浴和祈祷，然后才开始学习。他们挨家挨户为老师和自己收集食物而老师只取自己所需的，其余由学生们分配。师生都没有私心，他们的心是高洁的。经典和诗歌等的知识就在这样的—个和谐的氛围中传授和学习。

老师们是非常献身的和无私的，每一个念和每一句话都发自内心深处，然后以慈爱的方式传达给学生。今天，由于教育已商业化，人心也就堕落了。在古代，食物和教育都是非卖品。教育是免费的、义务的。萨拉斯伐蒂(Saraswati)女神不为商业所束缚。她是知识的赐予者，把知识恩赐给老师和学生们，所以她获得感恩的老师和学生们的膜拜。

“萨拉斯伐蒂女神以多种形相显现而我以对她的顶礼做为我的教育和学习的开始。她是恩惠的赐予者。但愿她赐予我成功！她的眼睛如莲花花瓣，她的肤色如莲花花粉，她寓居于莲花之中。但愿她护佑我。”萨拉斯伐蒂(Saraswati)、薄伽伐蒂(Bhagawati)、婆罗蒂(Bharati)、

普念都彬般那那(Poornendubimbanana)都是她的名号。在教与学开始之前，每日向萨拉斯伐蒂祈祷是不可或缺的早课。但在现代教育体系里，萨拉斯伐蒂显然被遗忘了。人们也以勒斯米(Lakshmi 译注：幸福女神，财富女神)的多个名号如因蒂罗(Indira)、罗卡玛达(Lokamatha)、罗摩莽卡拉蒂伐达(Ramamangaladevata)、巴卡薇(Bhagavi)、罗卡贾纳尼(Lokajanani)、克舍拉婆卡拉甘耶卡(Ksheera Sagara Kanyaka)等来膜拜勒斯米。向诸女神祈福给 古代印度人在教学上注入了纯净和温馨。

教育的目标在于明心见性

就是在这样的一块圣土，神一再地化身降临。神并不是某个不可理解的人物或实体。祂可以是最容易被人体验到的。神以人身下凡。但是今天，人尚未作好准备来接受这一真相。古人追随行动(Karma)之道、膜拜(Upasana)之道及识(Jnana)之道来体认神。他们向神祈祷并以种种方式来膜拜神。

“那神是知识和慈悲的海洋，深不见底、永远不变、充满纯净的属性，并受到志于道者的膜拜。”

圣洁的知识是免费提供的，没有种姓、社群、种族和信仰的分别，一律得到平等的对待。音乐、文学、舞蹈和艺术得到鼓励和促进，可谓百花齐放，百鸟争鸣，而其他技艺如木工、陶瓷器、冶金等也得到同样的重视和发展。其主要的目的在于培育学生有一技之长而能自力更生。老师是知识的储存库，每一个学生都从老师那儿直接受惠。没有老师就无从学习。古代的老师行为正直，道德高尚。

古印度的医药已相当发达。查拉卡(Charaka)是这领域的佼佼者。今天，我们需要心肺仪器及其他精密仪器的协助方能治疗心脏病，但在古代，不必依靠这样的器材，各种病症就可治愈。查拉卡在为病人治病时，必定念诵咒语来赞美神明，祈求神的加被和赐福。心脏病因神的加被而霍然痊愈，不留一丝痕迹。有关这一点，每一种疾病都可以求神降恩来治疗。人可以借念诵圣号来获得心灵的力量。

持名以证道

诸位爱的化身！

没有神的恩宠，不可能成就任何事情。可悲的，今天人已深陷于不公不义的渊藪之中，思想既自私又邪恶。他的视觉缺少爱的温馨。理想主义已到了谷底。首先，人必须在其心田插下爱的秧苗。这是查拉卡的教导。神不在远方而在你的内心。祂与你同在，在你之内，在你上下左右。有了这种信念，人就应该念诵圣号。因舍弃如此方便的法门，人正遭受许多不必要的痛苦和烦恼。另一方面，古人凭着持名，任何烦恼无不立即消除。“处此伽利时代，持名乃解脱的唯一法门。”

在伽利时代(Kali Yuga)，持名是一切苦难的万灵丹，没有比圣号更大的力量了。念诵圣号带来无限的福乐。圣号法力之大非人所能预测。在黄金时代(Kreta Yuga)，参禅是主要的解脱法门，三分时代(Treta Yuga)是祭祀而在二分时代(Dwapar Yuga)则是膜拜。但在伽利时代，持名是赢取神恩的最有力的灵性修习。持名(Namasmarana)之所以普及，原因即在此。

同学们！

如果你作深入的探讨，你会发觉一切力量都在你之内。那深蕴于人之内强大磁力在其他地方是找不到的。世上一切力量都寓于人之内。人虽然是这样的一个强而有力的实体，但他却认为自己是脆弱的并因此而受苦。你们都是神的化身。神和你是不分开的。祂寓于你内心。如果你向内观照，你可以一睹神的圣容。你看不到祂，那是因为你缺乏信心。

斯瓦米在孩提时代所写的诗歌和剧本

我在孩提时就写深具意义的诗歌并教村民们唱以娱乐大家。那时正值第二次世界大战而希特勒正大举进兵苏联。有人召集了一个会议，要我写一些鼓励自由斗士的歌曲。我看到一个洋娃娃正放在台上的摇篮里，于是即兴地作了一首催眠曲。

“别哭，孩子，别哭！

如果你哭，你就不能被称为英勇的印度之子，
睡吧，孩子，睡吧！

你会因希特勒进兵无敌的苏联而感到害怕吗？

睡吧，孩子，睡吧！

别哭，孩子，别哭！

红军正在前进，在史大林的领导下，

他们会消灭希特勒，

全体国民团结起来，为赢得自由而战。

睡吧！孩子，睡吧！ (泰卢固诗)

村民们聆听了这首歌曲，甚是欣赏也感讶异。很多人感到奇怪，年纪这么小的沙迪亚那罗衍那拉祖怎么会知道希特勒和史大林。这些名字对这地区的人来说是陌生的。没有什么是赛所不知道的！但我却装着全然不知。我问你，“你是什么时候来的？”你也许觉得赛峇峇连你什么时候来都不知道。我是知道的，但我还是要问你，让你感到快乐。我的意图就是让你为了我跟你说话而感到快乐。我不认为你会怀疑我知道你的到来。

一天，一些学生来找我，他们都称我为沙迪亚(Sathya)。他们说，“沙迪亚，我们正计划在学校里演出一场戏剧，想请你写剧本和歌曲。”我答应他们的要求并着手写剧本，同时也写了两首歌曲并教两个同学当众演唱。

“这是什么时代，突然降临！

世人啊！这是什么时代，突然降临！

扑面粉已成为郁金根粉的廉价代替品；

世人啊！这是什么时代，突然降临！

金项链已被价廉的普通链子所取代；

世人啊！这是什么时代，突然降临！ “ (泰卢固诗)

我就是这样地经常给予人们必要的指导。那时候，带上一只手表被认为是上流和时尚了。

“左腕用皮带挂着一只银牌，人们称之为时尚！
不为肉眼识破的奇异装扮，人们称之为时尚！
剪掉长发，仅留鼻下的一小撮黑点，人们称之为时尚！”
(泰卢固歌)

我经常写这样的歌曲来嘲讽时尚从而引起公众对古代传统文化的注意，尤其是年青人。

卡拉南苏巴玛是一位高贵而虔诚的女士。她很疼我。当时我年仅七岁，她经常来找我，呼我为“沙迪亚”。我并不予以立即回答。她每一次叫我时，总是问，“孩子，为什么不到我家来？”我答说，“我不是乞丐，挨家挨户叩访。我只有在被邀请时才造访。”一天，她祈求，“儿子，我丈夫正以不道德的行为来摧毁他自己。你能帮我使他改过自新吗？”我回答，“如果你不介意，我会教训他。我会写几首歌曲，填上有关的歌辞，然后叫小朋友们在他的面前唱给他听。”苏巴玛担心丈夫会生我的气。我安慰她说，“一个人的忿怒是他自己的敌人，伤害不了我。”于是，我训练一些小朋友唱一首旨在纠正邪恶者的歌曲。这任务是不能用甜言蜜语来达致的，只有用严厉的字眼才能使他感到羞愧而做出改变。小朋友们有点害怕。我鼓励他们并说我会跟他们一起行动。卡拉南的名字是那罗衍那劳勿。为了纠正他，我特别写了一首歌曲，歌辞如下：

“在你自己的社区里，你会成为一个局外人，
你的亲戚将不会欢迎你并会把你撵走，
你的朋友会用拖鞋来打你，如果他们看到你。”

我用这样的严厉言辞来激他改过自新。我一定办得到。卡拉南终于学乖了并放弃了恶习。苏巴玛喜出望外。虽然我仅是一个小孩，她还是跪在我脚下，表示感激之情。她说，“拉祖，你在外形上虽小，但在你之内却有着无比的神圣力量。像我丈夫卡拉南这样的一个人执迷不悟的人是没有人可以改变他的。”她把事情告诉我这肉身的父亲并说，“文卡巴！如果你把你的儿子看成是一个普通的孩子，你就大错特错了。他拥有很高的法力，将来必给整个世界树立典范。不可认为他仅是你的儿子。叫他到我家来住吧！”他拒绝了她并说，“我们家不愿意把自己的孩子寄养在他人家里。尽管我们经济能力有限，我们也得照顾他，抚养

他长大成人。我不能送他到别的家去。”

就这样地，我过着一个自由自在和敢做敢为的生活。我不允许任何人控制我。我没有缺点或不足。那么，我还怕什么？我无忧无虑地生活。

我也写了一些剧本，有好几小剧本是为小朋友们写的。有一个戏剧的名称叫“Cheppinattu Chestara”（他们言行一致吗？）

从小就应该培育神圣情怀

有一个叫罗摩巴的人，他的母亲叫卡美斯瓦丽。卡美斯瓦丽经常在傍晚时分分为几个志同道合的女士们主持讨论会(Satsanga)，把自己读过的经书向大家解释。每当她讲道时，我都坐在那。她阅读哲理精奥的吠檀多经典，尽管这些道理不易了解，她还是必须向大家讲解。甚至连字义她都不很明白，于是她就尝试用自己的方式来加以诠释和教导。她向组里的妇女们解释说，神是全能的、全知的并且是正义的维护者。我经常抓住适当的机会，告诉她有关经文的真正含义以便她向大家解释。

那个时代，女性几乎没有受教育的机会。她们经常在傍晚时分围着像卡美斯瓦丽这样的识字女性，聆听圣歌和神的事迹。我那时就已经组织了这样的小团体，经常告诉他们 Satsanga(译注：Sat 真理，sanga 同伴)的好处。我召集小朋友们，组织一个赞唱小组，一大清早便起来沿街边唱边舞，歌声、脚铃声以及铙钹声叫醒了睡梦中的村民。通常村民们在早上七时以后才起床，但自从有了这个赞唱小组后，他们五点便起床了，并且在洗完圣浴之后便开始膜拜和祈祷。

“铙钹在手宜紧握，左右合击韵铿锵，
内心嗔欲尽敲出，永持平静保安详。
让我们步上到舍地(Shirdy)的道路，
让我们高唱‘Jai Jai Ranga’，让我们高唱‘Jai Jai Sai’
并大步迈向主。”(译注：Jai，胜利，Ranga 毗湿奴的另一个名号) (泰卢固歌)

因此，我们就开始有了 Nagar Sankirtan(绕街赞唱)的理念。在我七岁时便开始‘绕街赞唱’。苏巴玛也不声不响地加入赞唱行列并兴致勃勃地敲击起铙钹来。

打从孩提时，我就从不间断地、不厌其烦地把知识和哲理灌输给人们。赞唱小组一时声名大噪，附近乡村的人也前来参加。来参加的人无不感到和乐融融，至福绵绵。苏巴玛更是兴高采烈，满面春风。当时两个卢比就可以买到一包蒸饭，她于是为所有的人安排饭包。并当做祭品(Prasadam)来分给大家。从小就开始培育圣洁的情怀是在所必需的。

后来我到卡玛拉布兰求学。卡玛拉布兰位于朱达巴和达地巴特里两个市镇之间。在卡玛拉布兰有一个叫苏本纳的商人知道了我有填词谱曲的才华，跑来对我说，“拉祖！我听说你能写很优美的诗歌。”我告诉他，“我不是写诗，凡我说出来都是诗。”他说，“如果你为我写一些诗歌，我送你一套衣服。”我立即告诉他，不要用这种低廉的物质来换取我的诗歌。我这样地教训他，“我不是在等待你的施舍。如果你抱着这样的态度，我们是没有什么好谈的了。”

他然后解释说有一种新的药品存放在店里。他列出药品的效用交给我，这药的名称叫“Baba Bhaskara”。他请求我写一首有关“Baba Bhaskara”的歌，让小朋友们沿街赞唱，我告诉他一个小时后再来。课照旧要上，我绝不逃避责任，因此我叫苏本纳一小时下课后再回来拿他所要的歌。我于是写了这样的一首歌：

“看啊，就在那儿，就在那儿，孩子们，来吧！来吧！
有一种药叫 Baba Bhaskara，
肚子不适脚肿胀，
关节疼痛胃胀气，
任何疾病，确定或不确定，
服下 Baba Bhaskara，立即见效，
在哪买得到？在苏本纳的店里，
就在他店里，你可以去拿，
来吧，孩子们，来吧！
这是一种神奇的药水，

由著名医生哥巴拉查耶亲手配制，
来吧，孩子们，来吧！”

(泰卢固诗)

苏本纳听了这歌，喜出望外。他为了表示感激之情，买了一篮糖果送给我，我吩咐分派给在场的每一个人。我从小就不吃糖。当一切甜蜜都在我之内时，我还需要糖吗？我的心念是甜蜜的，我的爱是甜蜜的。那我为什么还需要糖呢？我的主要任务就是给你带来快乐和带走痛苦。

诸位爱的化身！

我们的副校长祈求，我应该谈谈圣洁的喜悦之源，《罗摩衍那》(Ramayana)。说实在的，我并不满意目前的教育方案。今天，人们可以尽量求取学问，但这种教育有什么用？他们从事的是 Dhanarjana(赚钱)而不是 Gunarjana(育德)。无疑，金钱是必需的但它不是生命的全部也不是生命的目的。道德是最重要的。凡你所学的总有忘记的一天。我们今天需要的是灵性教育。常说，“灵性知识才是真知识。”就是这种知识我们必须培育在心。这圣洁的知识可得之于《罗摩衍那》。《罗摩衍那》是一部古老的经典，虽经时间的考验，历史兴衰的磨练以及其他种种冲击，它仍然屹立不动，保持崇高的地位而成为人类的典范。《罗摩衍那》有几个微妙的奥秘是很多人所不了解的，我会把这些细小的种子培育和发展成巨大的树木，好让你们坐在树阴下乘凉、休息。从明天起我将会一一为你们开示。

薄伽梵以一首答赞，“Rama Rama Rama Sita……”结束讲道。

摘自薄伽梵于 2002 年 5 月 16 日在赛拉美士基士拿礼堂所作的夏令营讲道。

(英译文刊载于 2002 年 7 月版)

培育圣灵感觉以成为圣灵

月亮照亮黑夜，太阳照亮白天。

正义照亮三界，好男儿则照亮整个族群。（梵文偈）

诸位爱的化身！

太阳照亮白天，人们得以看清这个世界，月光在黑夜中为我们引路，正义则为三界里的众生指示一条光明大道。同样，一个品格高尚的好男儿照耀族群，成为世人的典范。

圣哲卡拿达(Kanaada)揭示原子的力量

圣哲卡拿达为世界确立了一个无以伦比的理想典范。他曾经体验那遍在的神并把这真理公开及传播给世人。他有何发现呢？他发现神弥漫于寰宇的每一个原子之内。神是小而无内，大而无外的(Anoraneeyan Mahato Maheeyan)。从生到死，他一直在向世人传播这个真理：神蕴寓于宇宙的每一个微粒之中。他也宣称，没有原子，世界就不能存在。

开始时，宇宙空无一物，太阳、月亮、星星、地球等都不存在。到处是漆黑的一片。原子的结合形成了一种高密度的坚硬物体，并产生了高度的热能。突然间，一声巨响，这坚硬物体爆炸成碎块，分布四周。这就是创造的基本起因。这也是圣哲卡拿达的体验。源自那巨响的声音就是 Pranava 也就是 Omkara，原始之音。这原始之音是遍在的。它源自何处？它源自 Paramanu(原子)。实际上，在这宇宙，除了原子，再也没有其他东西了。但是，人如何去了解这个真相是圣哲卡拿达要探索的问题。终于，他发现人心须观想 Pranava(原始之音)方能了解这个真理并获得超脱。

“原始之音 Pranava 是小而无内，大而无外的。它无所不在，是永恒的见证者。Pranava 是神而神是 Pranava。”（泰卢固诗）

这是圣哲卡拿达向全世界传播的真理。从 Pranava，产生了太阳、月亮和地球。原子是整个创造的基础。每一个人都是一堆原子的结合。没有原子就没有物质。然而，现代人类却不了解原子的奥秘。他们竟把古代圣贤的教导当作故事与笑柄。这些人根本不能了解那深奥而神圣的古印度文化。他不能理解那蕴寓于内的最高实体。为了表示尊敬，他供奉古代圣贤的塑像但却不去了解与实践这些圣贤的教导。其实，他应该把这些神圣形相安置在心中并遵循他们的教导才是。卡拿达确认氢和氧的原则，氢代表水原则而氧代表火原则，这也被现代科学所肯定。今天，人们对科学家的发现总深信不疑，但却不去了解也不接受古圣先贤们经过探索和体验而获得的真理。

原子力量是极其神圣的

要如何了解原子的力量呢？原子非肉眼可见但却无处不在。我们所喝的水，吃的食物，说的话，听到的声音，样样都充满着原子。人一直在踩着原子，吃着原子，喝着原子，但他就是不了解原子的奥秘。他总以为只有科学家才会去探索原子的本质。实际上，原子的变化过程是极其神圣的。只要以正确的方式去探索，你就会了解神性。这就是圣哲卡拿达的教导。但是今天，没人会真正去探索和体验原子过程。人们只以物质观来过他们的生活。这里有一个小例子。

一天黄昏，阿育王(Asoka)和他的大臣一同散步。途中，他们遇见一个和尚。阿育王立刻脱下皇冠，向和尚下跪并把头顶在他脚上。大臣觉得不可思议，尊贵的国王岂可把头顶在一个普通的出家人脚上呢！国王觉察到大臣的感受而想给他一个教训。阿育王尊重所有的宗教。他奉行正义和牺牲之道，并给世人树立了一个理想的典范。时间一天一天地过去，但阿育王并没忘记要给大臣一个教训。有一天，他吩咐大臣拿来一个山羊头，一个绵羊头和一个人头。大臣收集了一个山羊头和一个绵羊头，然后，再到墓地去取一个死人的头。他把三个头颅拿去给国王。阿育王吩咐他拿到市场去卖。山羊和绵羊头很快就卖出去。剩下的人头

却无人问津。当他回覆国王时，国王叫他把人头免费送出去。大臣把人头挂在市场好几天，即使免费，也没人要。大臣只得回报国王，国王于是对他说，“大臣啊，当我把头顶在和尚的脚上时，你觉得不对。你可知道人死后，其头颅的价值吗？根本一钱不值。实际上，我的生命因向家人的脚敬礼而获得净化了。”物质、财富和地位是短暂的。唯有真理和正义与人为伴并救赎人的生命。

只要 Sohum(我即彼)存在于肉身之内，肉身就有价值。那就是 Pranava(原始之音)。那是原子能量。这能量源自圣灵，无人可以创造。这是圣哲卡拿达传授的真理。要了解原子的力量并不容易。神蕴寓于每一粒原子之内。整个世界，包括空间和声音都是原子的展现。所以，切勿忽视原子的原则。在这宇宙间的所有可动与静止之物皆由原子组成。它拥有强大的力量。很久以来科学家一直针对这原则展开各种试验。原子需要二千二百亿年才会回归它的原处。虽然原子在太初之期已经存在，但奇怪的是人类还未能揭开其奥秘。

地球绕地轴自转同时也绕着太阳公转。谁该对这现象负责呢？无人可以解释。地球绕着地轴自转时，形成了日和夜。当地球绕着太阳公转时，就形成了季节，以便我们种植维持生命的食物。这一切皆遵照神的旨意发生。这是神为世界福利而作的伟大计划。至今，人类尚未理解圣洁的原子力量(Anushakti)。人们总以为原子是没有生命的。这是错误的想法。实际上，维系整个宇宙的生命力量也在于原子。所以说，神存在于小宇宙里也弥漫在大宇宙中。人应该尝试去了解创造的奥秘，确认本身所应尽的义务并据之而行。人必须了解原子原则。了解了原子原则，他就成为万事通了，因为原子就是神。存在于原子之内的生命原则也存在于整个宇宙。圣哲卡拿达说，一旦了解原子原则，你就会了解圣灵。当你握住手掌时，你已抓了好多原子在掌内。一张开手掌，原子就会四处散开。原子所发出的 Pranava(声音)就像微粒般的细小。

你和我是一

信徒向神祈祷。但是，有一些人却对祈祷的成效置疑。但事实上，祈祷确能帮助完成任何艰巨的工作，把不可能的事变得可能。让我举个例子。前十天，我的下巴有一个肿块。我没服任何药物。昨天，我发现

集合在这里的信徒皆把眼光投在这个肿块上，而非我的身上。他们担心肿块若未消退，斯瓦米必受很大的痛苦。在致完闭幕辞后，我就进入房内休息。在我休息时，有好多信徒一直在祈祷，希望我至少在神圣的导师节(Guru Purnima)之前治好自已的病。他们的祈祷到达我这里。他们皆祈祷我在导师节时痊愈。翌日早晨，我起身时，一切病痛都消失了。我并没有以自己的意愿来治病，而是信徒的祈祷力量治愈的。昨天，很多人茶饭不思，眼中含着泪，不停地祈祷。我的意念转向他们一会，但我没意愿我的病痊愈。我为何不这么做？就如珊杰沙尼所说，‘你和我是一’。你和我并无不同。这不是我的身体，它是属于你们的，因此，照顾这个身体是你们的责任。我从不为我的身体及其利益着想。对这个身体我没有任何意愿(Sankalpa)。从头到脚我没有一丝自私的念头。所以，我有权利宣称‘你和我是一’。

每一个人都拥有同等的原子力量。他必须尽力去了解这一点。自古以来，人们习惯向神的偶像膜拜。你膜拜罗摩(Rama)和基士拿(Krishna)的偶像，但是，你可以看到他们的形相吗？不能。你膜拜自在天(湿婆-Easwara)，但你可以看到祂吗？这意味罗摩、基士拿和自在天的形相是存在的，但由于狭隘的心胸，使人看不到祂们。现代人的心胸越来越狭窄，所以他觉得到处是空虚一片。心胸开阔象征创造而心胸狭窄代表死亡。一个心胸狭隘者如行尸走肉。我们应该时时保持心胸开阔才足以了解那博大扩张的神性。

导师指示神圣大道

古圣先师常奉行种种不同的灵性修持。圣哲卡拿达也常常进行苦修。结果，他悟到自己源自原子而最终将融入原子。他舍弃对身体的眷恋并认同原子。今天，人人都在追求物质享受，为私利而奋斗。只要心中稍有自私的念头，人就难以了解神圣的原子原则。你或许不停的在持名(Japa)、参禅(Dhyana)和膜拜(Puja)，但你不应该将原子原则忘掉。原子包容一切。我们的身体、思想、智力、心念(Chitta)，内在激因(Antahkarana)，无一不是神圣原子的显现。

神肯定聆听信徒们的祈祷。有一些人对祈祷感到迟疑因为他们不想为神添麻烦。他们错了。没有人能给神任何麻烦。神根本没有苦难。祂

以信徒之乐为乐。然而，信徒之乐源自物质而神之乐却源自自性原则。你以虔诚之心所作的小小奉献，在我看来是巨大的。反之，你对所获得的巨大恩宠却不知足。

什么是 Guru Purnima(导师节)的内涵？导师为你指示一条导向神性的大道。Purnima 意味满月的圣洁光芒。满月象征完全光明、毫无瑕疵的心念。纵使心念出现一个微不足道的小污点，它也会带来黑暗，使你难以获得完美的至福。

诸位爱的化身！

让你的心念装满圣爱的光辉吧！一味追逐书本知识是无用的。你所学到的只是冰山之一角。然而你竟为此而感到骄傲。你的学问与神的智慧相比，是多么的微不足道。你是不能以学问、权力和财富来达致神性的。唯有爱能让你接近神。只要培育爱，你就会在每一颗原子体验到祂。毫无保留地去爱神就是虔诚。

金钱、权力和政治不能引领你亲向神

诸位爱的化身！

在导师节这一天你应该知道些什么呢？你须了解神时时与你同在，在你之内、在你上下左右、在你四周。实际上，你就是神。这是你须先确认的真相。切勿产生太多欲望而活得像个乞丐。真心诚意地负起你应尽的责任，那才是真正的修行。在办公室里，要专心办公，勿牵挂家里的事。同样，在家时，就要照顾妻子和孩子的需求，千万别把家当办公室。但是，今天，人们因工作太多，往往把办公室里的文件带回家来完成。他们公私不分，所以面对困扰。相似的，切勿把生意与灵修混在一起。

前几天我曾告诉你们，喜兰雅卡沙(Hiranyaksha)和喜兰雅卡西布(Hiranyakasipu)是伟大的科学家。现代科学家仅能到达月亮而喜兰雅卡西布却曾到达太阳，他甚至连北极星也能摸到，但最终他还是必须承受苦难。他或许是一个伟大的科学家，但若超出自己的极限，他就会

陷入痛苦。要体验神性，科学家必须拥有广阔的胸怀。古代的圣哲对心念有深入的探索而培育了开阔的心胸。

人会死但心念不死。人在今世所做的一切会烙印在心念里并带到下一世去。无人可以估计心念的力量。切勿以为人一死，心念就跟着灭亡。心念是永不灭亡的。因承受不了痛苦，很多人自杀而亡。他们认为这些痛苦皆源自心念，所以要把它扼杀掉。殊不知这是罪大恶极的。要杀死心念谈何容易。所以千万别萌生自杀这个蠢念头。人必须以无比的勇气去面对任何困难并以对神的坚定信心去努力奋斗和净化其生命。钵罗赫拉德(Prahlada)说，“切勿怀疑神的存在。无论你到哪儿寻找，祂都会出现。”自性是神，神是自性。“自性是永恒的，它无生亦无死。它无始无终也无过程。它是无所不在及永恒的见证者。”（泰卢固诗）是故，人必须以这样的信念来生活，即：“我是神。只有身体会毁灭。‘我’是无生亦无死的。只要活着一天，我会把爱奉献给神，唯神而已。”

有一天，一个富翁到舍地(Shirdi)见峇峇。这个富翁的口袋装满钱币。所以，峇峇决定试探他的虔诚。峇峇叫一个男孩进来并对他说，“我现在急需 5 个卢比，你去向南度(Nandu Marwari)借吧。”过了一会儿，这孩子回覆说南度不在家。峇峇吩咐他再去向另一个生意人借。这一次，孩子还是空手而归。峇峇叫他再去找另外一个人。然而，孩子还是借不到钱。这个富翁把一切看在眼里，但就是不主动地把口袋里的 5 卢比拿出来。他缺少的是牺牲精神。

对于很多人，金钱就是神，政治是神，权力也是神。人死后，这些金钱、权力和政治会随他而去吗？他们到底想成就些什么呢？什么是人生的目的？既然你已获得人身，可千万别因小失大啊！要参与对社会有益的活动。当我这样说时，千万别误解。今日，政治是污染人心的主要因素。即使是儿童，他们的幼小心灵也受到政治的污染。纷争和动乱已成了今日社会的家常便饭。丈夫与妻子缺少一体性。温暖的家也被政治所侵蚀。在未独立之前，印度人民还没这么痛苦。那时候，只是白种人与非白种人之间的斗争，然而今日的印度竟分帮分派互相残杀。这可不是我们所期望看到的啊！还是抛弃这些邪恶素质并培育高尚的感觉吧！

什么是忧虑的形态？

诸位爱的化身！

以爱来充实你的生命并以爱来结束你的生命。你是全在的爱的化身，你须认清你的真实本性。这才是真正的人生。奥义书对人的生命有很高的评价。Manava 是人敬人爱的。他必须以平常心去对待苦与乐。中国有一句谚语，“苦难是我们的朋友，要坦然去面对。”

从苦中所得到的乐是他处难寻的。你不能从快乐中再得到快乐(Na Sukhat Labhyate Sukham)。很多信徒来见我，告诉我他们面对很多苦难。当他们这么说时，我真想笑出来。我想知道苦难和悲伤指的是什么。我没有尝过苦难的滋味。我一再地告诫信徒切勿让苦难击倒你。我决不让悲伤有立足的余地。这个身体将近 77 岁，直到今天，我还未尝过一丝悲伤的滋味。人渴望至福，实际上，他就是至福的化身。至福是他的真正属性。既然如此，人为何还有悲伤？只因为人还未了解其真正的本性。世俗关系来而有所往，但爱的原则却来而有所长。

诸位爱的化身！

从今天起，尽量减少对尘世的眷恋。自己要快乐也要把快乐带给他人。把烦恼和悲伤看作过眼云烟吧！你拥有家庭及其他关系，损失和问题固然不免但勿因此而起烦恼之心。当你仰望天空，你看到很多云朵。同样，你的心灵天空也布满了思绪和感觉的云朵。假如你对它们产生眷恋，你将被黑暗所包围。浮云来来去去，飘忽不定，别对它们牵挂。什么是忧虑的形态呢？它是在精神上创造出来的一种恐惧，是你幻想的结果。每一个人都会遇到困难与损失，我们要勇敢地去面对。

让神圣的感觉充满心中

还记得阿育王(Asoka)如何教导他的臣子吗？有生命的身体才会有人尊敬。一旦生命结束，它就毫无价值了。难敌(Duryodhana)在弥留之际也曾这么说过，“在有生之年，我一直受到尊敬。我死以后，乌鸦、狐狸和野狗会把我的身体饱餐一顿。”要发生的就让它发生吧！在有生

之年，要活得堂堂正正。人应该从人性提升至神性的境界。这样，你才不会白活一场。今天，人过的无非世俗的生活。当然，世俗生活是无可厚非的，但要从世俗生活中悟出超越性原则。尘世生活如过眼云烟。我们岂可对过眼云烟操心。人应时时保持快乐及欢享至福。

诸位爱的化身！

从导师节(Guru Purnima)这一天起，要净化及圣洁你的心灵。要像赶走叮你的蚊子一样地把困扰着你的烦恼赶走。勿因痛苦而悲伤，勿因快乐而激动。要培育平常心，为达致神性而努力。

(至此，薄伽梵唱答赞“Vahe Guru Vahe Guru Vahe Guru Ji Bolo...” ，接着，继续讲道)。

你只有一个导师。你不可以把导师分成外在和内在的两个导师。唯有导师能让你体验真理及带领你步上真理之道。

Gurur-Brahma Gurur-Vishnu

Gurur Devo Maheswara ;

Guru Sakshat Param Brahma

T'asmai Sri Gurave Namaha .

(导师是梵天、是毗湿奴，是自在天。

导师是最高的梵。向导师敬礼吧。)

你是三神(梵天，毗湿奴和自在天)合一的化身。所以，导师与你是分不开的。你是一切。要专心一意的迈向目标。不论你是一个学生，一个家长或是一个修行者，你们的目标是一个，是相同的。观想从你内心发出的 Soham 原则。要说 Aham Brahmasnei(我是梵)。说这一句话并没有错。有一些人错误地以为有我执(Ego)的人才说这一句话。其实，说这句话的人没有我执之心。这是你们的权利。把自己当作一个平凡的人是小看了自己。你们都是神的化身。要培育这信心以成为神。神是没有任何邪恶素质的。所以，你必须过一个纯洁、稳定和无私的生活。在这神圣的导师节，要视善、言善及行善。你应成为大众的模范。假如你的心灵不纯净，膜拜不会给你带来任何好处。你来到这里膜拜斯瓦米已

好多年了，但是，你改变了吗？你漫无目的地来到这里，然后回去。这种人根本不需要到这里来。无论身在何处，你都要修持(Sadhana)。来到这里，你就应当培育圣灵的感觉而成为圣灵。要逐渐放弃对尘世的眷恋。大限到时，世界不会跟着你一起离开，你连一点尘埃也带不走，你能带走的只有品德。要尊敬你的老师、长辈和父母。敬奉母亲为神、敬奉父亲为神、敬奉导师为神(Matru Devo Bhava, Pitru Devo Bhava, Acharya Devo Bhava)。要把每一个人当作神。即使是狗，神也在于其内。对遍在的神要有信心，没有比这更大的修持了。只要人民拥有这种信心，国家就会繁荣、进步及昌盛。让神圣的感觉充满心中。这是你今天所要学的。

薄伽梵以答赞“Hari Bhajan Bina…”和“Subramanyam Subramanyam……”结束讲道。

摘自世尊 2002 年 7 月 24 日在百善地所作的导师节讲道

(英译文刊载于 2002 年 8 月版)

无私服务以证道

如果你缺乏纯净的心念和崇高的人格，你怎么能够期望平和、爱、福乐和昌盛的赐予者，赛，的加被呢？
你怎么能够期望 Prema Sai (伯里玛赛) 视你如己呢？

(泰卢固诗)

人的心本来就是纯净和慈悲的而他的念也是充满温馨的。得天独厚，有如此圣洁的素质，人该怎么生活呢？人生大厦应该建立在什么地基之上呢？人生乃建基于 Samata(平等心)、Samaikyata(一体性)、Saubhratrutvam(兄弟情)以及 Saujanya(高尚素质)之上。这些美德构成人生大厦的地基。失去任何一项，人生就失去意义了。是故，每一个人都必须培育和维护这四大美德。

服务以见性

人人都渴望平和与福乐。人如何能达致平和？实行人类价值即可达致。人类价值不可外求，只可内觅。如果忽视人类价值，你还能成就什么？首先，人应该认识人生的真谛并尝试去理解人性的意义。

Sathya(真理)是 Neeti(道德)，Dharma(法，正义)带来 Khyati(荣誉)而 Thyaga(牺牲)则是生命之 Jyoti(光)。Manaya Jathi(人类)及 Sathya、Neeti 和 Thyaga 的结合体。但今天，人正忘记这三项生命原则。不仅为了社会也为了自己的救赎，他必须遵守这三大原则。如果要人尊重你，你得先尊重自己。自重是人生的根本。不自重焉得人敬重。再者，你也必须敬重他人并与他人分享你的爱。其实，这就是人的主要义务。人不仅是一个 Vyashti Jeevi(个体)，他也是一个 Samashti Jeevi(宇宙实体)。Vyashti(个人)与 Jeevudu(个灵)相关；Samashti(

实体)则与 Devudu(圣灵)相关。人必须从个人的层次提升到圣灵的层次。这条路该怎么走呢?首先,人必须认识存在于人人之内的 Jeevan Jyoti(生命之光)的共通原则。只有在人了解 Ekatvam(一体性)原则之后,他才能体验和实行 Samatvam(等持)原则。我们从事的服务活动,目的就在于体验社群的一体性。如果你认为你是在为人服务,那就大错特错了。其实,你不应该把任何人看做是他人,因为人人都是圣灵的化身。但人却不致力于了解这真相,所以必须承受种种痛苦。一旦人了解了神是遍在的,他便从痛苦中走出来了。为此,人必须奉行一体性原则。一旦了解一体性原则,宇宙原则就垂手可得了。

人有如镜前之物。自然是镜子。你在镜中所看到的不是别的,只是你的映像而已。今天,人过的是一个自私自利的生活,所以他到处看到的只是自私自利而已,而无私则无迹可寻。Dehabhimanam(肉身执著)正日益高涨而 Deshabhimanam(国家执著)则日益衰减。即便是有着纯净心念的求道者和高灵,他们也不能放弃肉身执著。只要 Dehabhimanam(肉身执著)还存在, Daivabhimanam(圣灵执著)就不能取代。

“由五大元素组成的肉身是脆弱的也一定会瓦解的。虽然人有百年寿命,但你不能‘想当然耳’。你随时都会离开这肉身,哪怕是童年、青年或老年。死亡是必然的。因此,在肉身败坏之前,人应该竭尽所能去认识他的本来面目。”(泰卢固诗)

最大的正义莫过于维护真理

天赋你以此身就是让你去体悟你的本来面目。浪费时间和精力去追逐世俗的一切是不明智的举措。如果你了解你真实的自性,你就了解一切了。

诸位爱的化身!

凡你外在所看到的一切无不出现在你之内。高山、海洋、城市、乡村等都出现在你心里。一切存有(或实体)都在你之内。你是每一物体的根基。既然如此,你还想在外面的世界看什么呢?受到外在反映的迷惑而忽视内在真实,岂不愚昧!

了解人类价值乃首要之务。第一个人类价值是真理。真理不变并且超越时间和空间。绝对没有什么美国真理,苏俄真理,印度真理或巴基斯坦真理。不论在哪一国,在哪一刻,真理只有一个,是同样的一个。你是真理的化身。真理是神。所以,要竭尽所能去探求真理。Sathyam Bruyath, Priyam Bruyath, Na Bruyath Sathyamapriyam(说真话,说话语气亲切和蔼并且不要说令人反感的真话)。忘了这永恒的真理原则,人现在追逐的尽是短暂的事物。坚持真理就是 Neeti(德行)而德行就是正义的行为。Sathyanasti Paro Dharma(最大的正义莫过于坚持真理)。Sathya(真理)和 Dharma(正法,正义)两者一同确保安宁。坚持真理和奉行正义者必得安宁和昌盛。你不必到处去寻求安宁或平和。有真理处,就有安宁。有安宁和真理处,就有仁慈。真理、正义、安宁、爱和非暴力是主要的人类价值。然而,真理和正义的根本就是爱。爱是神,真理是神,正义是神。缺少这些原则的人可说是行尸走肉了。这五大人类价值可比为人的五大生命原则(Pancha Pranas)。如果你不说真话,你失去第一个生命原则。所行不义等于失去第二个生命原则。以此类推,如果你不实行其他的人类价值,你便失去其他的生命原则。因此,你必须尽力维护这些本质神圣的生命原则。

人性中有神性。要明白这一点。今天,人的每一个活动领域都被污染了。一旦人净化他的心,他就会处处看到纯净。外在世界仅是你内心世界的反映。如果你把爱注满你的心,你就会处处体验到爱了。如果心里有恨,恨就反映在外。凡你所见、所听和所体验无非你内在存有的反映、反应和反响。你外在世界所遭遇到的一切好和坏的都只是你自己的反映。所以,不要指着他人加以辱骂和谴责。整个世界就依靠你自己的行为了。如果你善良,世界就变得善良。认为你在这世界上是被邪恶所包围的,这是错误的想法。其实,反映在外面的正是你自己的邪恶。如果你心里有魔,整个世界对你来说就变成魔了。如果你内心圣洁,无处就不圣洁了。

整个人类是一个大家庭

诸位爱的化身!

你的渴望神的反映就是爱。如果你怀持着这爱,那么,反映在你语言上的就是真理而在行动上的就是正义。如果你怀有爱、真理和正义,

你的身口意就协调一致了。只有在这个时候，你才得到安宁。Sohum(我即彼)的神圣原则与你的呼吸程序相关联，一天二万一千六百次不断地要 you 想起你自己的真实本质。如果一天有那么多次提醒你而你还是不能记取的话，你的教育岂不枉然？你或许聆听无数次的训示，研读无数经典和请教无数高灵，但如果你忘掉你内在声音指示你的真理原则，所有这一切都可说是白费了。

佛陀放弃荣华富贵而抱持 Sannyasa(舍离)。他遁入山林，聆听高灵讲道及研读经典，但所有这一些都不能满足他。最后，他悟到他的心才是神赋予的真正经典而神才是真实的朋友。他抛开所有经典并停止拜访高灵。他向内观照以探求真理。人忽略神圣经典(心)和忘掉真正朋友(神)，而到处去寻求安宁。

首先，要善加利用神赐给你的眼睛。视觉的纯净会带来生命的纯净。如果你有纯净的心念和圣洁的行为，你还有什么要成就的呢！如果你的视觉受到污染，你所有的灵性修行也就泡汤了。你的 Nethra(眼睛)是神恩赐的 Sastra(经典)。要了解这经典并据之而行。一旦你控制了你的视觉，你就能控制你的言语。只说真话，最崇高的莫过于真实(真理)了。Samyak Drishti(正视)和 Samyak Vak(正语)带来 Samyak Bhavam(正感受)。特别是年青人更应该控制他们的视觉。了解人类价值并付诸实行之后，Manava(人类)就变成 Madhava(神)了。今天的年青人是国家未来的栋梁，所以他们应该培育稳定的心念和自信。

有自信，就有真理；
有真理就有安宁；
有安宁就有至福；
有至福就有神。

没有自信，你就不能达致神性。你的自信就是你的神。所以要培育起不动摇的自信。自信和自重带来纯灵的至福和自性的彰显。你们大家都坐在这礼堂里。有许多柱子支撑着礼堂。你们欣赏礼堂的壮丽。没有稳固的地基，这礼堂就不会在这里了。同理，‘自信’就是‘生命’大厦的地基。有了‘自信’的地基，你就可以筑起‘自得’的墙壁而在墙壁之上，你就可以盖上‘自舍’的屋顶并因此而过一个‘自悟’的生

活。所以，要打下坚固的‘自信’的地基啊！

印度文化宣扬 Sathyam Vada, Dharma Chara(言必信，行必义)。不仅是印度文化而已，其他国家的文化也宣扬同样的真理。真理是每一种文化的根本。一种文化与另外一种文化之间并没有不同。整个世界就像是一幢大楼而不同国家就像是大楼之内的不同房间。所以，不要用国籍来划分界线。这划分造成人性的衰微。赛信徒不应该有这样的分别心。大家应该同心协力，团结一致。名、相、肤色虽异但整个人类是一个大家庭。神是一个。所有人类隶属一个家庭。

牛只众多，牛奶是一
生命众多，内寓者是一
种姓众多，人性是一
花卉众多，膜拜是一
法门众多，神是一

因此，你应该放弃所有基于种姓、宗教和国籍而产生的差异并培育起爱的精神。年青人应该为国家献身。国家的昌盛繁荣全看年青人的人格来决定了。人格是根本。今天，很多人只会空谈而没有实际行动。要言行一致，要培育圣洁的情操，这样，你才能从事圣洁的善行。虔诚并不仅仅意谓执行膜拜仪式。以纯净和无私的爱去做任何工作就是虔诚。

我代你受苦

诸位爱的化身！

从今天起就把爱注入你的生命中吧！让你的双手为人类服务。让你的思想集中于爱的理念。你应该以 Vyashti(个人)的层次提升到 Samashti(社群)的层次，最后，融入于 Parameshti(神)之中。在这短暂的物质世界里，你触目所及无非动荡不安。有时，你的肉身也会感染疾病但你不应该因此而过度焦虑不安。

“这肉身是藏污纳垢之所，易受疾病侵袭，
它不能渡过生死轮回的苦海。

心啊！不要妄想肉身是永久的，
还是归依神的莲花足下吧！” (泰卢固诗)

你不应该过度眷恋肉身但必须好好照顾肉身。有时，由于你的忽视，你的肉身罹患了疾病。但出自我对信徒们的爱，我代他们受肉身的苦。这里有一个小例子。有一个孩子因患耳下腺炎而痛苦不堪。医生说至少要在廿天到廿五天才会痊愈。他忍受不了剧痛而哭个不停。我叫他进来并安慰他说，“当斯瓦米跟你在一起时，你为什么还哭？”我变现一颗糖给他并叫他吃下。我转移他的痛苦到我身上。对任何人而言，这种痛苦或许是难以忍受的。斯里尼瓦申非常担心，我会因承受这么多的痛苦而不能主持会议。由于我的嘴的两旁肿了起来，吃饭和说话都成了问题。几天不进食，这身体又会怎么样呢？因此，我全不在意。我告诉会议筹备委员如期举行会议。斯里尼瓦申问，“斯瓦米，你怎么能致开幕辞呢？”我说，“如果我认同这个身体，我就会感到疼痛。但这不是我的身体而是你的身体。”你们所有的身体都是我的，因此，我为你们承受痛苦。那是我的义务。这不是我的身体，所以我不在乎它的痛苦。不仅是现在而是任何时候，我完全不在乎任何痛苦。我言行合一，言教与身教合一。所以我说，我的一生就是我的福音。要大家了解和认识我的神性是不可能的。我不要在一般民众面前说出来。我不要大作宣传。但事实是，你们都是我的而我也是你们的。我完全没有欲望。我所有的欲望就是给你们带来快乐。我要使每一个人快乐。说教没什么，身教才伟大。一个真正的导师(Acharya)在言教之前已身体力行了。那就是我现在正在做的。我告诉你的都是我经验过的。

青年男女们！

要了解你的真实本质。要追随真理。Sathya(真理)是我这身体的名字。要在你之内培育这真理。真理是神。爱是神，要活在爱之中。如果你追随爱和真理的道路，你肯定会获得至福。有些人埋怨我，怪我给了他们缺陷。这是一大错误。我没有缺点。我是圣洁和纯净的化身。我没有丝毫不净。你在我之内看到你自己感觉的反映，一如你在一面干净的镜子里看到自己的映像。要净化你的心而后你才能了解真理。

诸位爱的化身！

今天会议已正式拉开帷幕，接下来很多节目还要继续进行。为了让议题有更足够的时间讨论，我现在就结束我的讲道。以后，我准备花更多的时间提供给你们必需的指导原则。

录自薄伽梵 2002 年 7 月 21 日在百善地为世界服务会议主持开幕所作的讲道。

(英译文刊载于 2002 年 8 月版)



你外在世界所看到的一切叫 Drishya(被见物)。太阳、月亮、星星、构成宇宙的五大元素，都是 Drishya。你也同样可以看到你的肉身，所以肉身也是 Drishya。那么谁是 Drashta(看者)呢？肉身是客体而你是主体。没有主体或看者，一切被看物或客体就不必谈了。这见者和被见物的知识就是 Ganapati(象头神)的伟大福音。‘Ga’是‘Buddhi’ (菩提，觉)，‘Na’是‘Vijnana’ (识)，‘Pati’是主宰，所以，‘Ganapati’就是一切识、觉和慧的主宰。

— — Baba

基士拿一生的福音

基士拿一生的最高福音就是独一无二的爱原则。这福音是世界所需要的。基士拿是爱的化身。这爱只有通过爱来了解。它如钻石般坚强、灿烂和不可破。它是极为珍贵的。如果你想获得这样的神圣的爱，你对神的爱也必须是同等的坚强。你只可以用钻石来切钻石。爱生爱。恨生恨。妒生妒。嗔生嗔。因此，如果你想培育爱，你必须排除恨、妒和嗔。

-- Baba

不要把自己系于更多的事物而要系于伟大的解救者，神。要走入世界，但不要让世界走进你。要睡在灵修(Sadhana)的蚊帐里，不让爱欲(Kama)和嗔怒(Krodaha)的昆虫飞进来伤害你。

-- Baba

理 解 自 性 原 则

人人追求的是生活中的闲适、地位和富足。

只有少数人渴望智力、智慧和高尚品格。

对这一群高尚的灵魂，还有什么好说的呢？（泰卢固诗）

诸位爱的化身！

在这世间的每一个人，不论他是一个文盲(Pamara)或是一个觉者(Paramahansa)皆用‘我’来代表自己。假如鸟兽有说话的能力，它们也会以‘我’来介绍自己。通常，人拥有好几个名字来作为世俗用途及满足自己的需求。实际上，我们真正的名字是‘我’。

Aham 是神的真实名称

‘我’不是一个普通的字，如奥义书所诠释，它含有重要的灵性内涵。奥义书里的箴言“我是梵”(Aham Brahmasmi)，拥有深邃的意思，说明‘我’(Aham)比‘梵’(Brahma)更早出现。下凡神首的名号如罗摩(Rama)、基士拿(Krishna)，指的是他们肉身的形相。其实，他们真正的、永恒的名称是‘Aham’或‘我’。Aham才是神的第一个名称。

在这无常的世间，人们常以不同的名号和形相去膜拜神。实际上，Aham才是神真实而永恒的名字。吠陀经的四句箴言阐明了这个真理：梵是最高意识(Prajnanam Brahma)；我是梵(Aham Brahmasmi)；你即彼(Tatwamasi)及这‘自性’是梵(Ayam Atma Brahma)。奥义书也宣称：一个梵把自己繁衍成众多(Ekoham Bahusyam)；真理是一，但学者以多种名字称呼它(Ekam Sath Viprah Bahudha Vadanti)。圣灵只有一个，它就是Aham。人为了满足心灵上的需求而以不同的名称去膜拜神。

人的种种错觉皆源自其心念。要树长得挺直，要把石头雕成各种美丽的塑像，这些都不是难事，但是，要平伏人的心念却不容易。实际上，一切灵性修习的目标就是要把心念引向正轨。然而，人们只能从他所进行的种种修持中获得短暂的满足而已。须知，唯有在了解‘我’ (Aham) 原则后，人方能体验永恒的福乐。人以各种名号和形相膜拜神，但他们却不了解神性原则。

“能把遍布寰宇的圣灵局限在庙宇里吗？”

能以一盏小灯去为光辉灿烂如亿万个太阳的圣灵照明吗？”

能为连创造者‘梵’也不理解的圣灵塑造形相吗？”

能为整个宇宙都在他肚子之内的圣灵供奉食物吗？”

诸位爱的化身！

顽劣的心念往往使人忘记自己的本性。几乎没人能理解其心念的本性了。苍蝇和蚊子可随意栖息在任何地方，但它们决不接近火。同样，人的心念因物质的诱惑而趋之若鹜，但对神却退避三舍。净化心念并时时忆念神才是真正的修行。一切灵性修习旨在控制心念。在九项虔诚法门里，降服心念于神是主要的目的。九项虔诚法门为：1) 聆听 (Sraavanam) 2) 赞诵 (Kirtanam) 3) 默念神 (Vishnusmaranam) 4) 服务莲花足 (Padasevanam) 5) 顶礼 (Vandanam) 6) 膜拜 (Archanam) 7) 劳役 (Dasyam) 8) 友爱 (Sneham) 和 9) 降服 (Atmanivedanam)。

九项虔诚法门皆以抑制心念为主。心念不仅仅是一团思绪。(薄伽梵举起手帕问道) 这是什么？你说，这是一块布。它不单单是布，它是一团线。其实，它也不是一团线，它是棉。把棉作成线再把线编织成布。同样的，你不是一个而是三个。一个是你认为的自己(肉体)，一个是别人认识的你(精神体)，另一个才是真正的你(灵体)。真正的你是‘自我’，那就是梵，那就是神。神没有特定的名称和形相。神是无属性、纯净、最终归宿、永恒、无瑕、正觉、超脱及圣洁的化身。(Nirgunam, Niranjaanam, Sanathana, Niketanam, Nitya, Shuddha, Buddha, Mukta, Nirmala Swarupinam)。人为了满足自己而给神冠上各种名号和形相。最终，他应该在各种形相中看到神。

巴利大帝出生在喀拉拉(Kerala)这块圣地。主那拉延那化身为耆摩那(Vamana-意谓侏儒)来求巴利大帝施舍三步土地。巴利大帝答应了耆摩那的要求。巴利是一个伟大的国王也是神的忠实信徒。他是自我牺牲的化身。为何主那拉延那要化身为侏儒呢？原因是，世人皆把求乞者当作是矮小的而不是魁梧的。所以，财富女神勒斯米(Lakshmi)的伴侣，主那拉延那(Pakshi Vahana 以大鹰为交通工具者)化身为侏儒来向巴利大帝乞讨。耆摩那向巴利要求的施舍是微不足道的，祂只要三步土地而已。耆摩那的身体小，所以脚步也小。巴利大帝的导师苏克拉阇耶劝他别答应这项要求，因为耆摩那可非普通人而是主那拉延那的化身。但是，巴利大帝决定遵守诺言，并不听从导师的劝告。一言既出，驷马难追，要发生的就让它发生吧！即使是导师，他也不听从，他准备把自己奉献给神。神法力无穷，是无所不能的。耆摩那的脚印遍满三界，即：Bhur, Bhuvah, Suvah。Bhur 指的是物质世界，Bhuvah 代表思想领域或心念而 Suvah 乃自性原则。这三者皆寓于人之内。

喀拉拉是一个牺牲之地(Thyama Bhumi)是虔诚和降服于神的中心。在这片土地上行乞的乞丐是不会空手而归的。在这里，人人都尽力布施。巴利大帝就在这块积德之地(Punya Bumi)诞生。世人往往以土地、牛只、食物、衣服和黄金来布施，但是，巴利大帝是把自己奉献给神来作出至高无上的牺牲。随着岁月的流逝，喀拉拉难免有所改变，但它仍继续保有其虔诚和牺牲之地的美名。主的伟大信徒钵罗赫拉德(Prahlada)也是在这里诞生的。巴利大帝为了神而不听从自己的老师，同样的，降服于神的钵罗赫拉德则违背了自己父亲喜兰尼亚卡西普(Hiranyakasipu)的意旨。很多这样的高灵都诞生在喀拉拉这块圣洁的土地。

现代科学家由于无知而否认神的存在。神是无所不在的。神遍布整个寰宇，并以手、足、眼、头、口和耳弥漫一切(Sarvatah Panipadam Tat Sarvathokshi Siromukham, Sarvatah Sruthimalloke Sarvamavrutya Thishthati)。钵罗赫拉德也曾宣称：“切勿对神的存在置疑。无论你到哪儿寻找神，神就会在哪出现。”(泰卢固诗)他对神怀有坚贞不移的信心。喜兰尼亚卡西普是一个伟大的科学家，他甚至远到太阳并移动地球的位置。他拥有无以伦比的勇气。直至今日，没有一个科学家的成就能与他

相比。然而，尽管他英勇无比、满腹经纶，却不洞悉神性。须知，唯有通过爱，你才能了解神性。爱是通向神的主要途径。唯有爱，能令你降服于神。

勿让名与相蒙蔽你

诸位爱的化身！

吠陀经的箴言“我是梵”(Aham Brahmasmi)揭示了‘我’即是‘梵’。它是神(Parameswara)，它是自性(Atma)。它是光辉灿烂的、永恒的、超越性的以及充满极终福乐的。一切都包容在‘我’之内。当有人问你，“你是什么时候来的？”你说，“我昨天来。”这个‘我’是指你或是你的身体？是你的身体昨天来而并非是你。既然你确定自己是这个身体，你就认为你昨天来到这里。假如你在路上摔了一跤而折断了脚骨，你就会说，“我折断了脚。”想想这一句话。当你说，‘我的脚’，这意味你与你的脚是不同的。这表示你并非这个身体。你说，这是我的脚，我的身体，我的思想，我的智慧等。那么，你是谁？这样一层一层的检验自己，你将会了解这些肢体不能代表你的‘真我’。身体相当于你的形相(Akara)而‘真我’则相当于至福(Ananda)。这个‘我原则’与身体是不同的。每一天，人们一直在用‘我’这个字，但却不了解它的内涵。不论是一个乞丐或是一个富翁，这个‘我原则’是相同的。神弥漫整个宇宙(Isavayam Idam Sarvam)。神以‘我’之形相寓于人人之内。有‘我’的地方就有神。对这箴言要充满坚定的信心。当你说，Aham Brahmasmi(我是梵)时，‘我’出现在‘梵’之前，所以，它是神的第一个名称。

一切与你有关的事都由‘我’负责。‘我’是你感到快乐或悲伤的根本。缺少‘我’，何来的快乐或悲伤。在这世间，每一个人的‘我’是相同的。它以爱蕴寓于人人之内！‘我’和‘爱’是一，也是一样的。人不能缺少爱而活。在每一个人身上，‘我’以‘爱’散发光芒。缺少电流，灯泡不能发亮。同样，缺少‘我’，身体就毫无作用。因为有‘我’，眼睛就能看到，耳朵就能听到，舌头就能说话。不是眼睛看到而是‘我’借眼睛来看外面的世界。当你闭上眼睛时，你什么都看不到。那寓于你眼睛之内光就是圣灵。实际上，神是无所不在的。所有的名和相都是圣灵的显现。所以，俗语说，“不论向谁敬礼，敬礼都会

到达神那儿”(Sarva Jeeva Namaskaram kesavam Pratigachchhati)和“无论你诽谤谁，诽谤都会到达神那儿”(Sarva Jeeva Tiraskaram Kesavam Pratigachchhati)。当你在指责或批评他人时，你等于在指责神。倘若你尊敬他人，你就是在尊敬神了。

诸位爱的化身！

敬人者人恒敬之。这是唯一能获得他人尊敬的方法。同样，爱人者人恒爱之。发自你内心的‘爱的光芒’是神圣的。爱即是‘我’原则。把这些当作你的人生目标吧！在屋里的每一个房间，都有一个电灯的开关，这些开关是由一个总开关器控制着。相似的，眼睛、耳朵、舌头等有如各种开关，由总开关‘我’或‘自性’控制着。唯有当总开关开着时，身体的每一肢体才能活动。所以，‘我’才是真理。真理是神，神是真理。爱是神，要活在爱之中。假如你了解这个真理并加以实践，你就无需任何灵性修持了。神是你的思、言、行的永恒见证者。每一个人选择了自己要膜拜的神之名号和形相。其实，所有的形相都是祂。是故，要尊敬和爱每一个人。缺少扩张的爱，你就活在‘自我中心’里。那是狭隘的，是不好的。

人是万物之灵。在众生中，人身最为难得(Janthunam Narajanma Durlabham)。神以人之形相降世(Daivam Manusha Rupena)。所以，人是圣灵的化身。倘若你关心的只是这个肉身，你当然否定这个真理。内在真实才是重要的，不是外在形相。当你到市场时，你看到以糖制成的各种动物玩具，如猫、狗、鹿等。这些形状各异的玩具，其价钱是一样的。有些孩子喜欢猫而有些孩子则钟意鹿。这些玩具的区别在于名称和形相而已，其糖份的含量是一样的。你付的是糖的钱而不是动物形相的钱。唯有孩童被这些动物所吸引。同样，无知的人总是被名和相所迷惑。一个真正的修行者或信徒只注意基本原则。切勿让名或相误导你。要了解‘自性’的本质，并培育起对它的爱。这‘自性’即 Aham 或 Atma 或‘我’。名与相不一，但其基本原则是一且是一样的。一旦理解这真理，人就成圣了。人是万能的。而实际上，他就是神。这是为何神总是以人的形相降世的原因了。

让你的心怀充满慈悲

每一个人都有一颗心(Hridaya)。这颗充满 Daya 或 Karuna(慈悲)的就是 Hridaya(灵心)。当人们的心中充满爱和慈悲时，世界就会享有和平，处处就有爱没有妒忌、憎恨和忿怒，而动荡不安的局面就不复存在。心怀慈悲的人得享安宁、幸福。你必须认清这个事实。人们把 Hridaya 当作心脏。其实，Hridaya(灵心)不是别的而是处处弥漫的自性原则，也就是 Aham。所以，人应该时时保持心灵的纯洁和神圣。要如何维持心灵的纯洁呢？让我举一个例子吧！

没人会把珍贵的珠宝放在小偷可触及的地方。但是，我们却把珍贵的宝物如慈悲、容忍、爱等让没有比小偷好多少的心念保管。假如把贵重的珠宝放入小偷的手里，会安全吗？根本不可能。道德有如珍贵的宝物，必须由 Hridaya(灵心)来保管。切记，别让心念(小偷)保管它。然而，人却这么做了。他的一切行动竟让心念来支配。他把心念当主人，以它为一切活动的基础。一个随心所欲的人比小偷还要糟。所以，要遵循 Hridaya(灵心)的指示，这样，你方能理解自性原则。Thiruthondalwar 强调心的纯洁性。千万别让飘忽不定的心念支配你。

天赋人以高尚之品质和纯洁之思想，它们就像珍贵的钻石一样。但是人竟错误地让心念保管它们，结果，使他不能在灵道上有所进展。把爱和真理作为你生命的根基吧！真理无处不在。真理只有一个。它是永恒的，超越时空的。真理是不分印度真理、巴基斯坦真理或美国真理的。唯有把永恒的真理和爱的原则当作生命根基，人才能体验平和与至福。

喀拉拉是圆满与成功之地

先前发言的两位部长祈求我造访喀拉拉。我一定会到喀拉拉去（鼓掌）。从今年起，喀拉拉在科技方面会有很大的进展。人们一直以为只有卡纳塔克(Karnataka)邦和安德拉(Andhra Pradesh)邦在科技上有所进步，但喀拉拉将会在这一方面迎头赶上并超越之。总理也答应给予支持。喀拉拉的地位将更为显著。印度文化强调：说真话，行正义(Sathyam Vada, Dharmam Chara)。喀拉拉邦是块真理、爱和正义的圣土。所以，我一定会在今年造访喀拉拉。喀拉拉的人民富有爱心。在政治上，人们常常说的是一样，做的又是另一样。灵修强调的是身、口、意一致。很快地，喀拉拉邦将发展为全国的一个主要的科技之邦。

喀拉拉在很多领域都会居于领先地位。就连季候风也先在喀拉拉着陆，才吹向其他邦。这种地方肯定与神很亲近。在喀拉拉，你可以体验到圣灵的存在。它是巴利大帝，主禾摩那和圣哲伽玛达尼(Jamadagni)的诞生地。早期，悉达精舍(Siddhashram 译注：Siddha 明心见性者，Ashram 精舍)也建立在这块圣地。Siddhashram 意谓一块圆满和成功之地。因此，圣哲众友仙人(Viswamitra)决定在此修练。悉达精舍(Siddhashram)因众友仙人(Viswamitra)在此修行而获享恒久的荣耀。此外，还有很多古圣先贤在此诞生及苦修。很多人并不晓得众友仙人(Viswamitra)原本是一个国王。后来，他放弃一切，遁入山林，故被称为 Rajarishi(王仙)。认识婆喜史多(Vasishta)后，他也想获得与婆喜史多同样的尊称即：Brahmarishi(梵仙)。一个人如果要达致“梵仙”的境界，他就必须完全放弃憎恨之心。众友仙人(Viswamitra)在抛弃嗔怒和憎恨之心后，也获得了梵仙的美名。他为罗摩(Rama)和悉多(Sita)主持婚礼，完成了他欲把 Prakriti(自然)和 Paramatma(神)结合的心愿。婚礼过后，他隐遁山林。众友仙人的所有神圣愿望终于在悉达精舍开花结果。这一切都是‘爱’所带来的成果。

诸位爱的化身！

要爱一切，勿憎恨任何人。就连敌人，你也要去爱他。要把心中的悲忿和憎恨化为爱，这样，你就会成为一个 Maharishi(大仙)。即便是走到你面前敌人，你也应该尊敬他。憎恨是不好的并且是非常邪恶的。要以爱心与人交谈。

薄伽梵以答赞“Prema Mudita Manasa Kaho...”结束讲道。

摘自薄伽梵 2002 年 8 月 21 日在百善地所作的奥南节日讲道。

(英译文刊载于 2002 年 9 月版)

用智慧之火



燃烧你的欲望

一个确定与我结合为一并且崇拜我为众生之内寓者的瑜伽师，不论他所做何事，他一直在我之内。（梵文偈）

诸位爱的化身！



确认同样的阿特玛（Atma 自性，纯灵）寓于他之内也寓于众生之内的人有福了，他能体验到神性。不论是一个舍离者、一家之主，一个学生或一个眷恋物质世界的俗人，只要他认识自性原则，他肯定步上圣灵之道，过一个虔诚的生活并视之为莫大的财富。人的主要义务是什么？他应该致力于了解《梵歌》（Gita）的教导，Sarvatah Panipadam Tat（神遍在整个寰宇）。

‘存在于众生之内的阿特玛是一个也是同样的’，这真相是你应该知道的。因不认识自己的真实本质，人在生活中正面临种种苦难。他误以为他就是这肉身，结果导致他遗忘了自己的真实自性而浪费时间和精力于追逐短暂的物质客体。

在生活中，灵性第一

今天，人把他个人的利益置于最优先的地位，社会次之，最后才是灵性。这是一大错误。就是因为这样，他才不能体会真理而陷入苦难的深渊。SAI 的信息是什么？‘S’代表 Spirituality（灵性），‘A’代表 Association（社会）而‘I’代表 Individual（个人）。它意谓灵性在先，社会次之，最后才是个人。但今天，人却反其道而行，把个人利益放在社会责任之上而把灵性放在最后，结果他拉远了跟神的距离。他就这样地糟蹋了他的时间。时间是宝贵的。其实，时间就是神。

首先，人必须步上灵道，了解一体性原理而后服务社会，而只有经过这过程之后，他才能提升个人的层次。反过来，如果他先专注于个人层次，他决不能了解灵性。如喜兰耶克沙（Hiranyaksha），喜兰耶卡西普（Hiranyakasipu）和甘沙（Kamsa）等人物，他们只关注个人利益而完全忽视灵性层面。在体魄和智力上，他们是强劲的。喜兰耶卡西普是个伟大的科学家，但不能带给他持久福乐的科学知识有什么用呢？喜兰耶克沙和喜兰耶卡西普内心都充满着负面的感觉。他们怀持着本质上是短暂而负面的世俗欲望。现代科学家已登陆月球，但那时的喜兰耶卡西普已远到太阳了。尽管他们有强大的能力和丰富的科学知识，他们还是体验不到圣灵而最终因物质欲望而遭受到毁灭的命运。同样，人现在不也正在滥用他的能力和知识！他不把重点放在真正的目标上。天赋予 Manava（人类）极大的力量。所以奥义书（Upanishad）这样地劝导世人：Uttishtha Jagratha，Prapya Varannibodhata（起来吧，醒来吧，向高灵们学习明心见性之道）。啊，笨蛋，从无明的酣睡中醒来吧！把视线转向圆常大觉的光辉吧！要排除翳质（Thamasic），放弃世俗欲望并要了解世界的短暂本质。

喜兰耶克沙和喜兰耶卡西普拥有无比的力量但却不能明心见性。他们探索万物的奥理，甚至尝试改变星球的轨迹，但对圣灵原则，他们却一无所知。在另一方面，喜兰耶卡西普的儿子钵罗赫拉德（Prahlada）在年纪很青的时候就已经明白圣灵原则了。一天，喜兰耶卡西普问钵罗赫拉德从导师那儿学到了什么。钵回答，“导师教我不少东西。我学会了 Dharma（法或正义）和 Artha（正直和富足）的原则并且研读经典。其实，我学会了一切知识的精华。”喜兰耶卡西普听了，甚感欣慰。他说，“儿子啊！你就说说那伟大的知识吧！”钵说，“我已了解神全在的真相。不论我把目光投向哪儿，我都看到神在哪。”喜听了，火冒三丈。他用手推钵并喊道，“你说导师教你很多东西，这就是你已经学到的？世上有那么多对我们很重要的东西要学而你却忽视了而大谈起神来。神在哪儿？”钵很冷静地回答，“父亲，不要怀疑神的存在，不要怀疑祂在此而不在那，其实，你到哪儿找祂，祂就在哪儿。”（泰卢固诗）喜的自大被刺戳。他想，“你这乳臭未干的傢伙竟敢教训起老子来了！”他向钵挑战，“如果神是遍在的，那你可以在这柱子里展示神吗？”钵不假思索地回答，“是的，我可以。”这就是钵的信心和虔诚。喜于是用手杖敲那柱子。哟！你瞧！神果真从柱子里出现了。这内在的意义是什

么呢？人如何能看到神？对这一点你必须具备三个不可或缺的条件，即：不动摇的虔诚、坚定的信心和纯净的心念，除此之外，你也应该解除肉身执著的桎梏，这样，你就可以获得神的显灵了。即便人拥有权力、地位和高深学历，他还是跳不出无明的巢穴。这里有另一个例子。

除去欲望，达致纯净

你使牛奶凝固而从中取得奶油，然后把奶油加热而得液体奶油。如果奶油中含有水的成份。在你加热时就会产生一种怪味。怪味随着你继续加热而逐渐消失。只要水份还在，怪味就存在。水份必须完全被蒸发。奶油代表 Jeeva(命我或个灵)。你的恶质等于怪味。当人进行灵修时，恶质的怪味就会在这过程中从他之内散发出来。他应该继续他的修行(Sadhana)以便克制那些恶质。当他继续加强修行，在他之内的恶质就会像水一样被蒸发而消失。最终，他的修行就会开花结果而他就会得到神的显灵，就像奶油中的水份被蒸发之后而得到纯净的液体奶油一样。

天赋每一个人以肉身、心念、智力和自我。钵在喜的追问下回答说，“父亲，我不是这具肉身也不是心念或智力或自我。我是阿特玛(Atma 自性)的化身。”如果抛弃自我，你就保持像液体奶油一样的纯净。不要培育起对肉身的眷恋也不要被心念的诡谲所迷惑。存有水份的奶油肯定有怪味。只要心念还有欲望，你就避不开怪味。喜兰耶克沙和喜兰耶卡西普虽博学多闻但充满世俗欲望。他们的邪恶癖性毁了他们。

今天很多人赞唱峇赞(Bhajan 赞唱圣歌)和布道，但他们却不能排除世俗欲望的恶臭。除非放弃世俗欲望，否则，他们不能达致纯净的境界。他们已经习惯了物质生活的臭味。他们以满足世俗欲望的观念来进行峇赞、苦修、参禅等活动。他们不啻是含有水份的奶油。在灵道上，你不应该让世俗欲望有立足的余地。有些人自称是信徒，但他们因欲望而变得邪恶。这样的人能算是信徒吗？不，不！如果他们真的是信徒，他们怎么还放出恶臭呢？他们的肉身、心念、才智和行动都沾染了污秽。

信徒们！

首先，你应该自问，你之所以放出恶臭，原因何在。你的心念应该在生活的起伏中保持平稳；你应该具备坚强的信心。这样，你才能过一个平和安详的生活。钵虽受到各种严峻的考验但他的信念稳如磐石，丝毫不为所动，对神的爱一点也不消减。他视对神的爱为其生命气息。但今天的信徒却完全与钵逆道而行。他们的信心是如此的摇摆不定以致心念稍遇一点麻烦便焦虑不安，于是他们开始怀疑并丧失信心。失去 Viswasa(信心)无异失去 Swasa(生命气息)。不论发生什么，你应该以坚定不移的信心继续你的灵性修行。这是虔诚的标志。虔诚并不仅仅意谓赞唱峇赞，执行仪礼和念诵圣号。你应该把圣灵稳固地安置在你的内心。要确定世俗欲望在你内心没有立足的余地。置一切欲望于智慧之火中烧成灰烬。只要世俗欲望一息尚存，它就会慢慢增长扩大以致于引领你误入歧途。为了摆脱邪恶行为和邪恶习性的纠缠，要肯定你没有保留一丝一毫的欲望于你之内。但由于受到伽利时代的冲击，即便是一个信徒，内心也充满着欲望。

诸位爱的化身！

说真的，生而为人是非常幸运的，但他却被因世俗欲望而引发的不幸所困扰。这就是为什么他不能亲近神的原因了。他博览群书和到处讲课，但这有何用呢？他言行不一，尝试以讲课来掩饰自己，欺骗他人，其实他在欺骗自己。倘若他能做到他所教导的一小部份，那已经是很足够了。他的心充满虚伪，他的行为毫无正义，因此，他无法体验安宁。他远离真理和正义。吠陀劝导世人：Sathyam Vada, Dharma Chara(言必信，行必义)。真理是神。如果你忘掉真理，有谁能保护你？

诸位爱的化身！

你也许在做一些灵性修行，但千万不要引以为傲。首先，要把存在于你内心的世俗欲望的恶臭给消除掉，然后把道德的芳香注入。这芳香会带给你安宁。如果你心存邪恶，你的邻居也会感染到你的邪恶。你不但害了他人也害了自己。仅只阅读和听道，不能带来太大的裨益。首先，要培育 Sraddha(坚定的信心)和 Bhakti(虔诚)。Sraddhavan Labhate Jnanam(信心带来智慧)。所以，我们应该培育信心和爱心。如果你把爱注入你的心，你的心就变为纯净和圣洁了。

以赛之名谋利是最大的罪行

诸位爱的化身！

什么是你该修的呢？首先，你要净化你的心。迪鲁顿达阿尔华(Thiruthonda Alwar)说，“如果一个人的心不纯净，他连念诵主罗摩的圣号也不够资格。”以一颗污化的心来念诵圣号有什么用呢？今天，世界受到各种污染之苦。人的思想、语言和行为也受到污化。他怎么能够培育诚信呢？今天，人们正带上诚信的面具来欺骗他人。不要欺骗他人。总要帮助，决不伤害。这就是十八往事书(Puranas)的精华。欺骗他人等于欺骗自己。从你内心发出的感觉一定要像恒河之水一样的纯净。口说不够，行动才是必需的。身口意必须一致。身口意不一致者是一个邪恶者。研究人类宜从人本身的性行着手。今天，人只从不真、不义和不公正的角度来观察身口意的一致性。被认为有崇高思想和正直行为的人往往反其道而行。

世上所谓的信徒与日俱增。现在我觉得，告诉你们几个重要事项的时机已经成熟了。有些人正以赛之名来谋利。他们假装是赛的虔诚信徒并借之以欺骗别人。我不允许这样的行为。他们绝对不是赛信徒。他们以赛之名到处撞骗甚至远到国外。这是一大错误。我从不向任何人要一分钱。我决不赞成这样的做生意的手段。如果有人怀着这样的一个邪恶动机来见你，不论他是谁，叫他立即滚蛋。不要让商业活动进入灵性的领域。为了维持家用你可以做你想做的，但任何人都应该用赛的名来做生意。不幸得很，这类活动却与日俱增。在很多乡村里，我们发现很多人滥用赛的名来谋求私利。这甚至也发生在其他国家如美国、英国、日本、德国、新加坡、马来西亚等地。不要与这样的奸佞小人交往。保持你的心纯净和圣洁。只有这样，你才配称为人，否则，你就像是一具行尸走肉了。这样的人不应该得到尊敬，最好为他们举行葬礼。你应该以圣洁的感觉向神祈祷。当你怀持世俗欲望时，你正一步一步地远离神了。

诸位爱的化身！

你带着一颗虔敬而真诚的心来到这里。不要被挂羊头卖狗肉的人所

骗。在很多地方，我们都看到很多这样的卑鄙小人，要跟他们保持一定的安全距离。Tyaja Durjana Samsargam；Bhaja Sadhu Samagamam；Kuru Punyam Ahorathram(远离损友，结交益友，众善奉行)。那就是我们应该做的。宁可跟毒蛇在一块也不要与卑鄙小人为伍。我们正在从事那么多的社会福利活动但我从来不向任何人要分文。你们是知道的。我不要牵涉在金钱之内。但今天，人人都是拜金主义者。这种人怎么能够被称为信徒呢？

我早些时候已经告诉你们这一点了。我已开始一个新的计划，就是照顾孤儿的计划，以每一个孩子的名誉存入银行十万卢比以便作为他们日后的需要。关于这个计划，我从未向任何人要求资助。但今天有一些人却在筹款，说是为斯瓦米的这个计划而筹募的。另有一些则骗说他们已经领养这些孩子。还有比这更糟糕的罪行吗？所有这样的人都是神的叛徒。纵使沦为街边乞丐，他们也不应该以我的名来敛财。

斯里沙迪亚赛小学计划

今天早上，一些老校友来见我。你们认识来自班加罗尔のスリニ瓦斯吧！他毕业于我们的学院并曾在平达弯医院当过一段时间的管理员。他不想到外面找工作，因为他想服务斯瓦米。他时常插足于取悦斯瓦米的这样的活动。他现在是我们在班加罗尔的高级专科医院的管理人员。今天他来见我并说，“这样高水平的免费教育和医药照顾，可说是世上绝无仅有的了。祢给了我们免费教育并且那么爱我们，无微不至地照顾我们，我们要谦卑地为祢服务以报答祢的恩典。”他带来了一个计划。他要在没有学校的乡村建立学校。他要斯瓦米当天就开始这个计划。我告诉他，不要操之过急。

今天的年青人做什么事情都是要快，这不是正确的态度。提早出发，缓慢驾驶而安全抵达。因此，我告诉他，要慢慢来，稳扎稳打。但他说，“斯瓦米，我们有好多同学都已在此；祢给了我们免费教育并在各方面照顾我们，难道这不是我们的义务来表达我们的感恩之情吗？”他祈求斯瓦米当天就宣布这个计划。我答应。我对任何善事，从不说“不”。那些要献身于这种高尚事业的人应该勇于负责而克尽厥职。这就是他们救赎自己生命的法则。在真奈(Chennai)和海德拉巴

(Hyderabad)我们有很多校友正渴望为斯瓦米服务。不幸得很，当老的一辈走入歧途时，年青的一辈也步彼后尘。我们在真奈和海德拉巴的赛组织的命运又该怎么说呢！少说为妙。我告诉他们选择一个适当的地段；我准备建一座活动中心。他们缺乏诚意，只是说说而已。这种不诚信的行为对他们是不好的。他们给那里的信徒带来诸多不便。年青人满脑子都是计划，想做很多事情，但没有老一辈的支持，他们能有作为吗？老一辈的人不希望主导权也不让年青人为所欲为。我不需要任何庙宇；我对产业不感兴趣；我所要的是你应该以爱心和无私之心来服务社会人群。如果老一辈的人不接受你的建议，不要在意。那是他们的造化。年青人应该忠于职守，克尽厥职，帮助需要帮助的人及提供食物给饥饿者。

不要到处寻求他人的帮助。如果你需要帮助，就找我吧！我会毫不犹豫地提供帮助。不要接受一分一毫的捐款。有些人捐出几百卢比却要回几千卢比的荣耀。我对这样的活动不感兴趣。当我正像一座山一样地站在你旁边，为什么你还要求助于人？不要为了得到帮助而缠着他人不放。他们只会高谈阔论，鼓吹一些毫无用处的高深哲理。不单单印度是如此，全世界各个角落也是这样。不论到英国、日本或德国，同样的情况处处可见。从每个地方发出的都是这样的交易新闻；斯瓦米接收很多这样的信息。我觉得这很无聊。这不是我乐于听到的信息。我乐于听到的是，你们大家勇猛精进，昌盛繁荣和福乐绵绵。挂着赛的名来做的生意是令人厌恶的、可悲的。虔诚和商业决不能挂钩。就连含盐的海水，也可能产生食用的淡水但这种唯利是图、以商业为本的虔诚肯定是不不会产生任何东西的。不要让要钱的人接近你。我从不向任何人要求捐款而我也指定任何人做我的代理来宣扬我的福音。我从来不与这些招摇撞骗之徒来往，我跟他们没有任何关系。我不需要物质财富。我唯一的需要就是爱。要施爱而受爱。这爱就是我唯一想要的。以爱来救赎你的生命吧！没有比爱更大的虔诚了。任何一个以爱来执行的小服务就已经足够了。如果你以爱来提供一杯水给一个口渴者，那就功德无量了。你可以从给人解渴中获得无比的福乐。很多人自称是斯瓦米的信徒，但事实上，几乎百分之九十都是假信徒。以前，情况完全不同，当时信徒不多但都是真信徒。现今，有太多利己主义的骗子佯言是虔诚的信徒。他们在额头上点上圣粉，在脖子上围上围巾并伪装成一副信徒的模样而到处游荡，到处打交道。就连到处找吃的迷失的狗也比这种伪信徒好得多。

千万别接近这种骗子！

不要把灵性商业化

诸位爱的化身！

要培育爱。要确保在你内心的爱不会消减。体验完满的爱和欢享受所带来的至福吧！我不需要任何庙宇或大建筑物。你的心是我的庙宇，对我而言，这已经足够了，我会很快乐地寓居其内。我从那些所谓的庙宇中所得到的消息是令我感到非常悲痛的。这悲痛是你们想像不到的。不要假借赛之名来从事不良的勾当。如果你不能做好事，至少要保持静默或不要插手。你不必作出各种承诺。要在静默和爱之中去欢享圣灵的至福。当世界各地的人都聚集在此的时刻，我要用简单明了的话把有关这点的真相告诉大家。不要跟那些以赛之名来谋利的卑鄙小人有任何挂钩。用祝福把他们包裹起来送出去吧！与这样的骗子交往的人是一流的笨蛋。要在老远的地方就先跟他们道别。如果你需要什么，就问我要好了。我从不欺骗任何人也不让任何人失望，而我永远不会这么做。我从不说假话。我必须把所有这一切说出来，因为一些冒充信徒的奸佞小人正在进行种种罪恶的活动。

以前，当我拜访孟买（Mumbai）时，我经常随处都看到人们赞唱峇赞（Bhajan 赞歌）和绕街赞唱（Nagar Sankirtan），完全不管是什么地方或什么时候，甚至在机场也不例外。今天，你难得在公共场所听到有人念诵圣名了。当然，我们还有极少数的人是如此，但他们还是不好意思在公共场所念诵圣号。在早期，我经常造访许多城市如真奈（Chennai），孟买（Mumbai），海德拉巴（Hyderabad）等地，但近年来我哪儿都不想去。所有这些地方都被这类邪恶之徒挤满了。排除他们而鼓励虔诚之士是我们当前首要之务。神从不舍弃任何人。祂帮助和支持所有的人。神没有分别心。其他的人也许怀有恨意，但神没有恨意。神是爱而只是爱而已。你们大家也应该尝试去培育爱。至于这礼堂是否坐满人，我全不在乎，我要的是质而不是量。一茶匙的牛奶比一桶的驴奶好得多。只要有几个心地纯净，行为高尚的人就足够了。身为一邦的赛中心主席和信托召集人应该采取必要的行动以迈向正确的方向，否则的话，他们应该辞职。我们自己会负起这个重责。全印度所有赛组织的主席也都在此，

他们应该坚定自己的立场与这样的人摊牌。他们应该立即解除这些卑鄙小人的职务。我对目前我们组织的情况忧心。这种感觉已有一段时日但我一直在等待适当的时机来向大家宣布。由于海内外那么多的人齐集在这里，我想这是一个最好的机会来表达我的感想。

诸位爱的化身！

要培育爱，消除恨。总要帮助，决不伤害。排除邪恶的癖性。身为沙迪亚赛机构的成员，你就应该追随真理之道。有一些人，只要他们还在百善地尼乐园之内，他们就装成谦卑而虔诚的信徒，一旦他们步出这个大门，他们就原形毕露。这样的邪恶品质应该被烧成灰烬。要培育起虔诚的情操。神随时都会回应你的祈祷。不要怀疑这一点。神一直在你之内，与你同在，在你上下左右。神决不离开你。所以，要培育起对神的信心。不要转变对神的虔诚为谋利的商业。

出自爱，我才这么叮嘱你们。要明白我已传达给你们的信息并解释给你们同伴听，让他们也明白。对神的虔诚必须在静默和真诚的情况下培育起来。不要怀持欺诈的手段以致摧毁了你的一生。Sathyam Bruyath(说实话)。真理是神。因此，为了最终融合于真理之中，你就过一个诚信的生活吧！

明天，呈上你们所有的疑惑，我会一一给予澄清。首先，要远离损友。要立即离开损友。如果你们这么做，我会感到欣慰。我不是要你们为我工作，我不会向你们要求任何东西。我亲自做我自己的工作。我不寻求他人的帮助。只要我意愿，全世界都会来帮助我。我不需要你的帮助。帮助你自己吧！服务社会并把自己塑造成为一个理想的正人君子。

(这里，斯瓦米唱一首峇赞，“Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahin……”再继续祂的讲道。)

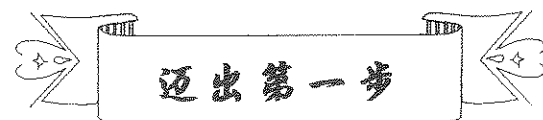
诸位爱的化身！

在过去四天里，很多信徒为斯瓦米代信徒承受痛苦而深感痛心。要知道斯瓦米是完全不感到痛苦的，虽然祂把信徒们的痛苦转移到自己的

身上。我怎么会在我减轻了我的信徒的痛苦之后而感到痛苦呢？然而，在这方面，一些条规还是必须遵守的。我承受了某人的痛苦，所以我必须忍受那个人应该受的同样时间的苦。对我而言，那是没有问题的。如果我真的因痛而苦，我能在此给你们说那么久的话吗？我不感觉痛苦；痛苦已融化在我的爱之中了。大家都应该快乐、幸福和舒适。这是我所意愿的。不要为这件事情而担忧。我没有痛苦。其实，我随时都可以承受你们的痛苦。为我没有痛苦而快乐起来吧！

录自薄伽梵 2002 年 7 月 21 日在百善地为国际服务会议所作的第二个讲道。

(英译文刊载于 2002 年 9 月版)



这里的导师节 (Guru Purnima) 与其他地方的导师节不同。我和你的关系不是一般人所说的信徒 (Shishya) 与导师 (Guru) 的关系或朝圣者与引导者的关系。外在导师不应该等同于内心寓者 (Sarvantaryami)。即便是巨鹰 (Garuda)，如果不展翅飞翔，它也绝不能飞抵目标。所以，起步吧，向前跨出第一步，这是一项急不容缓的任务。在这一天你应该作出决定以渴望成功的热忱来起步。已经前来协助你的主一定会加被于你。

-- Baba



圣灵以爱的形式 存在于人人之内

鱼生于水，活于水而最终死于水。

牛奶优于水，但鱼能活于牛奶中吗？ (泰卢固诗)

不畏罪，不爱神，人性已衰败；

这给世界和平带来破坏。 (泰卢固诗)

诸位爱的化身！

人类虽然有不同的名字、形相、肤色并且有各自的行为标准，但大家基本同属一个类属，那就是人的类属。为了得到神的显灵，人应该培育诚信和正直的品德。神是爱的化身；同样的爱蕴藏在人人之内。人应该与他人分享他的爱，就像神平等地爱世人一般。这是人主要的义务。人不应该利用神给予他的爱来图谋私利而应该跟每一个人分享神的爱。只有这样，人才能接收到神的爱。

确认在人之内的爱原则

与他人分享爱，人可以从两个方面获益，即：他使他人快乐及获得神的爱。神只把爱和恩宠赐给那些爱他人的人。所以，如果你想得到神

的爱，你就必须确认存在于人人之内的爱原则。一如阳光由七种色彩组成，人性也是由真理、正义、道德、爱等崇高品德组成的。人类的爱仿佛是一个罗盘。不论你把罗盘置于何处，它总指向北方。同理，人类的爱应该永远指向神。人应该排除私心，超越‘我的’和‘你的’的感觉及认识‘万物一体’的原理并据之而行。为了了解爱原则，人必须认清寓于人人之内的神性。只有这种人才是真正的人。

爱是极为圣洁、可贵和博大的。它遍在于众生之内。人的主要职责就是去体认以爱的形式存在于他之内的圣灵，但人偏偏不往这个方向去努力。他面对困难，因为他认为神与他有别。神和个人是不分开的。祂以爱的方式寓于众生之内。你必须竭尽所能去体会这个真相。无人不具备爱。爱是神圣的。但是，人却不了解爱的神圣本质反而把爱跟世俗而短暂的事物以及与肉身有关的一切挂钩，并因此而局限了爱。母子之间的爱叫 Vatsalya(亲情)，夫妻之间的爱叫 Moha(恋情)，亲友之间的爱叫 Anuraga(执著)，对物质的爱指的是 Ichchha(欲望)。所有这一切都是世俗的爱。但真爱基本是神圣的。你应该记取这一点。忘了这基本事实，人于是因肉身关系而生起分别心。这是人受苦的主因。只要有分别心，他绝不能达致神性。我一直不断地督促你们，要放弃肉身执著。Daivabhimanam(对神的执著)随着 Dehabhimanam(对肉身的执著)的增加而减少。肉身执著在本质上是世俗的而圣爱是和心息息相关的。人人都有同等的权力去体验这爱。

人之所以不能了解神的爱是因为他尝试去把神的爱和他那狭隘而自私的爱作比较。这种比较是不对的，因为神的爱是完全无私的。它是无量的、不朽的和不可测的。根据吠檀多(Vedanta)的说法，圣爱是 Angirasa [精髓。在人之内的神力。译注：Anga(肢体)+RASA(精髓)]，是循环于人体之内的一种神力或精髓。再者，俗爱与圣爱不论在质和量上都是一样的。认为两者之间有差异是愚蠢的。人尝试从世俗的观点去理解圣爱，但世俗活动与圣爱之间是没有任何关系的。它们之间完全不同。

圣爱存在于人之内但人并不了解这一点。Janthunam Narajanma Durlabham(在众生中，人身最难得)。神以爱的方式存在于人人之内。Daivam Manusha Rupena(神以人身下凡)，但人还是没能认识神。人已

从神中出现。既然如此，为什么人认为自己跟神有别呢？神是你的天父。祂的精髓流动于你之内。了解这真相者绝不远离神。爱是神，要活在爱之中。神没有特别的形相。

执著是人为的，爱是神圣的

在这世上，无物不具形相。这里有一个小例子。花卉散发芳香。你说花卉有相而芳香无相。但如果没有花卉，何来芳香？所以花是芳香的相。同样，母亲是爱的相，因为没有母亲，你不可能体验到爱。所以，世上的每一物都有一个相。神存在于一切之内。Anoraneeyan Mahato Maheeyan(梵乃精微中之最精微者，浩瀚中之最浩瀚者)。你在质和量中寻求差异，但事实上差异并不存在。“Poornamada Poornamidam Poornat Poornamudachayte Poornasya Poornamadaya Poornameva Avashishyate”(那是完满，这是完满，从完满中取出完满，剩下的依旧是完满)。基本上一切都是神圣的，都是圣灵，但因为肉身执著，使人不能了解圣灵。无疑，在世俗生活中，执著是难免的，但人不应该太过执著于物质世界而远离了神。在母子之间，夫妻之间，兄弟姐妹之间，执著肯定是存在的。你必须明白，执著是你自己造出来的，不是本来就有的。所以，执著是人为的，只有爱才是与生俱来的、神圣的。

在这人生舞台里，神是演员也是导演。只有神才扮演各种不同的角色。你也许会认为，你在人生舞台上扮演着一个特别的角色，但事实上，那是神扮演你的角色。神似乎在保护某一个人而惩罚另一个人而其实，体验保护和惩罚的都是神本身。在这世上，某些东西看来是好的而另一些东西看来是坏的但事实上，好和坏是相对存在的，而神则是一切的根基。祂演出，祂导演，祂体验而祂在每一个方面树立典范。首先，你应该了解这真相。

你用功读书并参加考试。基于人身，人们说有人考及格，有人名落孙山，但，事实上，那考获‘0’水准的是神而考不及格的也是神。从阿特玛(Atma 自性)的观点来看，万物是一体，一切是神。赞美者是神，谴责者也是神，尊敬者和拒绝者都是神。世上一切无非神的游戏。了解此真相者才是一个真正的 Vyakti(至人)。较早时，我告诉过你们 Vyakti(至人)的意思。彰显内在神性者就是一个真正的 Vyakti(至

了解一体性原则的法门众多。Ekam Sath Viprah Bahudha Vadanti(真理是一个，但学者以多种不同的名字称之)。人们以不同的名号称呼神。所有名号都是人自己创造的。神没有特定的名和相。祂是爱的化身并超越所有属性。祂没有丝毫恨意或分别心。你看到神之内的差异仅是你自己内在的感觉的反映。但当神以人身下凡时，为了树立一个典范，祂遵守某些差异。

明心见性

确认神存在于众生之内者是一个真正的人。奥义书(Upanishad)称为 Nara，意谓一个永恒、不朽者。人是五种元素组成的。圣爱就是表达于五大元素的形相之中的。太阳神咒(Gayatri Mantra)以 Bhur, Bhuvah, Suvah 开始。Bhur 指的是物质化(肉身)，物质的一种组合。Bhuvah 指的是振荡(生命力)，促使肉身运作。Suvah 指的是辐射体或发光体，也就是根本。所有这三者代表同样的圣灵。同样，人们以不同的名号称呼神但神基本上只有一个。一个从事世俗活动者，我们称之为一个人而一个从事圣灵活动者我们称之为神。其实，世上无人不是圣灵，众生都是圣灵的化身。一切相都是圣灵宇宙相(Viswa Virat Swarupa)的一部份。但由于你的肉身执著，你认为你自己是人类。放弃肉身执著之后，你才能明心见性。Atma(自性)这个字是 Dehatma, Jivatma 和 Paramatma 的共同体。当 Atma(自性)与 Deha(肉身)结合时，它就叫做 Dehatma。当 Atma 与个人结合时，它就叫做 Jivatma。当 Atma 与神(圣灵)结合时，它就叫做 Paramatma。Atma 是永恒的、不朽的。虽然这样的神圣原则存在于人之内，但是，他却认为自己是脆弱的、卑下的。其实，你并不脆弱或卑下；你是神。当你本身是神时，为什么你还要到处去找神呢？Pashyannapicha Na Pashyati Moodho(看到真实却不认识真实者是一蠢材)。你到处看到神，但你认为自己没有看到，这岂不是愚昧吗？不管你看到什么，你看到的是神的一个形相。由于你认为自己仅是一个人，所以你不能在你周围看到神。

有一次辨喜(Vivekananda)问罗摩基士拿(Ramakrishna Paramahansa)有没有看过神。罗摩基士拿回答说正在看着神。辨喜又问，“在

什么形相中？”罗摩基士拿回答，“就在你的相中。”然后他指着他的信徒说，“梵喜和常喜，他们都是神的化身。我在你们身上看到神。”辨喜不甚了解又再问，“斯瓦米，我们都是凡人，我们怎么能够认为自己是神圣的呢？”罗摩基士拿于是说，“笨蛋，你从肉身观点来看每一个人而我则从圣灵观点来看每一个人，所以对我来说，每一个人都是神了。”

我常常告诉你们，你不是一个而是三个。第一个是你认为的自己(肉身)，第二个是他人认为的你(心念)而第三个是真实的你(Atma 自性)。从肉身的观点来看，你是一个凡人但从阿特玛的观点来看，你是神。一旦你把肉身观点转换为圣灵观点，你就会看到神在你之内了。谬误在于你的视觉(Drishti)，不在造物(Srushti)。你所看到在造物中的缺陷是你内在感觉的反映、反应和反响。所以，你首先得培育起神圣的感觉，然后你才能了解人性的真谛。

爱是自性(Atma 真我)的真正形相

‘Manava’这个字的意义是什么？Ma 代表无明，Na 是没有，而 Va 是表现。所以一个真正的人就是一个表现出自己不是一个无明的人。说真的，你是智慧的化身。智慧是什么？Advaita Darshanam Jnanam(认识万物一体 就是智慧)。这样的智慧才是神圣的。当你是一切时，一切就在你之内了。你为什么到处去寻找神呢？我们的珊杰沙尼在他的致辞中指出，神在你之内，与你同在，在你周围。

同样的爱原则存在于人人之内。这爱与肉身、心念、感觉或智力完全无关，而与阿特玛(Atma 自性)息息相关。爱是阿特玛的真正形相。吠陀描述阿特玛为爱。如果你泡在水里而水深及颈，你还能够讲话，但如果你完全沉浸在水里，你就不能说话了。同样，一个只体验到部份圣爱者，他会开始用各种方式来描述他的体验；这种人完全不了解圣灵。阿特玛处处遍在，圣爱处处弥漫。了解阿特玛的真相并完全沉浸于圣爱之中的人是不能用言语来描述他的感受的。如果你还能谈论圣爱，那就意味着你还未完全沉浸于其中，也意味着你还处在肤浅的阶段。这样的人如何能了解圣灵？你应该超越肤浅的台阶而攀登更高的台阶，换句话说，你应该了解一体性的原则。一切都包含在一体性之内。不了解一体

性原则者会成为疑惑的牺牲者，而达致一体性原则者会浸濡于爱的海洋里。所以人应该成为爱的化身。他应该和大家分享这爱。

诸位爱的化身！

你们都还年青，对未来抱持许多计划。你可以从事任何活动但千万别忘记爱就是神。你也应该记得你们都同属一个大家庭。整个人类属于一个类属，人的类属。人类有一个父亲，神。大家都是神的子女。一旦你认识这真相并据之而行，分别与冲突便没有立足的余地了。国籍虽异，肤色虽异但人性则一。同样的糖制作成不同的动物玩具如狗、鹦鹉、天鹅、鹿等，在市场上售卖。这些不同形状的动物是为了吸引小孩而制作的。动物玩具小贩这么唱着，“选择你喜欢的，一只狗或一只鹦鹉，一只天鹅或一只麋鹿，价钱一样，两安那一只。”名与相虽异但每只动物所含的糖份是一样的。你付的只是糖的钱而不是动物形状的钱。同理，人的名字不同，样貌和肤色不同，但在人人之内的阿特玛是同一的。阿特玛是不变的、永恒的，没有生也没有死，无始无终亦无过程。它是众生的内寓者，它无所不在。(泰卢固诗)神以阿特玛的方式存在于人人之内。你必须认清这基本真理，然后你才能了解一体性原则。

避免紧张、忧虑和咖哩

有一些人到海边去泡海水浴，之后，他又回家去再洗淡水浴，他们并不知道海水浴的好处。如果泡了海水浴之后，一整天都不洗淡水浴，那么附在皮肤上的盐份就会起作用而治疗多种皮肤病。神为各种疾病提供自然疗方。其实，神创造的每一物质都有它的作用和某种疾病的疗效。你在很多地方都可以看到草地，绿草如茵，给人一种柔和与清凉的感觉。你可以在绿草中找到白草。白草可以治疗痢疾，只要吃一两片白草即可止泻。狗在这方面就比人强了。当主人把他的狗放出去的时候，狗就会跑到草地上去找白草吃，因为狗知道白草能治愈消化不良的病症。狗也有神性。当狗发高烧时，它就不进食，就算你给它牛奶，它也不喝。但今天，即便是受过高深教育的人，他们在生病时也不戒口。如果发高烧，他们照样到饭店满食一顿。他们难道不知道在感冒时不宜吃太饱吗？连狗都留意这一点，但人却不管这么多。众生皆具神性。吠陀宣称 Prajnanam Brahma(觉知即梵)。这不仅是觉知而是圆常大觉。但

现代人却没有时间去思考这一类事情。他总是那么紧张。紧张造成浪费，浪费造成忧虑。是故不要紧张或仓促行事。紧张、忧虑和咖喱是造成心脏病的主因。决不紧张，放弃忧虑并少吃咖喱(油脂)，那你就不会有心脏病了。当一个胖子去看医生时，医生第一件事就是告诉他，要减肥。有这样的一句话，Vaidyo Narayano Hari(医生确实是神)。神是你的医生，神是你的朋友而神也是你的亲戚。你是神的形相。形相不同但神则一。Ekam Sarvabhutantaratma(同样的阿特玛寓于众生之内)。Ek Prabhu Ke Anek Nam(一个神有多个名称)。所以，所有人类基本上都是神圣的。千万不要认为你跟神是有别的。

神在你左右

昨天，我在讲道中谈到真理是神，Sathyannasti Paro Dharma(没有比奉行真理更大的正义)。有真理处就有神。所以，你不必到处去找神。既然神遍在，你还需要到处找祂吗？要认为自己是神。决不在Jeeva(命我或个灵)和Deva(神)之间看到任何差异。所以，你千万不要批评或愚弄任何人。奥义书宣称 Sarva Jeeva Namaskaram Kesavam Pratigachchhati(不论你向谁顶礼，顶礼会抵达神那儿)。同样，Sarva Jeeva Tiraskaram Kesavam Pratigachchhati(不论你诋毁谁，这诋毁会抵达神那儿)。奥义书给神下了定义并阐扬单一性原则。Upanishad是什么意思呢？Upanishad 意谓，把你带到神那儿。神是非常亲近你的。即便是你肉身母亲，她也许会远离你但神一直与你同在并在你之内。祂如影随形般跟着你。

当你为他人服务时，你就是在为神服务。所以，要全心全意地为人服务。那就是真正的修行和参禅。“苦行、朝圣、读经、念咒都不能渡你了脱生死，只有为虔诚者服务才能渡你。”(梵文偈)不要鄙视任何人，因神寓于人人之内。不要依据名和相去行事。要看内在的灵性。从自性的角度来观察，万物同属一体。如果你认为人人是神，你就会过一个至福的生活。如果你认为个人与神有别，邪恶癖性如憎恨、妒忌、自私便在你内心滋长了。一旦你认识神性存在于众生之内，褒或贬就没有立足的余地而你就会体验到终极的至福了。

Brahmanandam , Parama Sukhadam Kevalam Jnanamurtim, Dwandwa-

teetam , Gagana Sadrisham , Tattwamasyadi Lakshyam , Ekam , Nityam, Vimalam , Achalam , Sarvadgee Sakshibhutam(神是至福的化身、是绝对智慧、是独一无二、超越二元性、像天空一样辽阔和遍满、是《大格言》所指示的目标、是永恒的、是纯净的、是不变的、是一切智的见证者)

你很幸运得此人身。那些志于道者有福了。但我们因步上错误的道路和沉溺于邪恶的活动而糟蹋这个人身。我们如何能明心见性呢？唯舍弃肉身执著才能明心见性。

诸位爱的化身！

珊杰沙尼说，Loka Samasta Sukhino Bhavantu(愿天下苍生幸福快乐)。神是福乐的化身。大家都应该体验这样的福乐。爱肯定会带来这福乐。当人培育起爱时，世界就会免于冲突和战争了。二分(Dwapar Yuga)之后五千年间，共有一万一千场战争，直至今日，战争仍旧不断。原因何在？在于人不能确认他的本来面目而起了分别心。他被‘我的’和‘你的’之感觉所困惑。当他诞生时，他连一片小布料也没带来。当他离开时，他也不会留下他的地址。那么，世上什么东西是他所拥有的呢？什么都没有。只要他还活着，他觉得他拥有某些东西。当他离开人世时，他就不知道他的拥有物会怎么样了。既然如此，他为什么还要培育自私和执著呢？这简直是无知。万般带不去，唯有业随身。

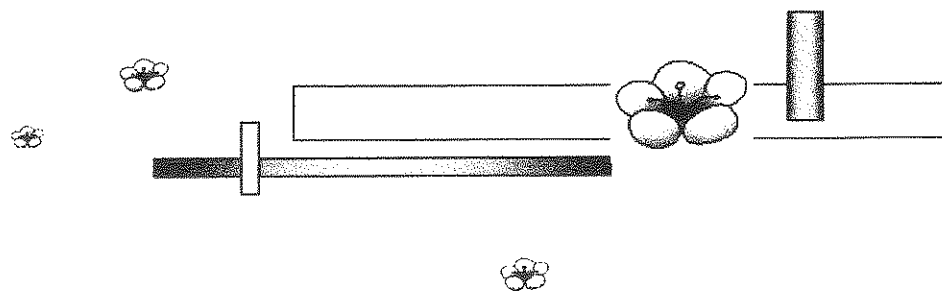
因前世罪业，你才来到世间。你应该在今世行善以免再轮回。你应该竭尽所能去达致解脱。如何能达致呢？只要稻米不去壳，它就发芽而再生长。Punarapi Jananam Punarapi Maranam(生生死死，循环不息)。一旦稻米去了壳，它就不再发芽了。Punar Janma Na Vidyate(了脱生死)。只要人还被虚幻或执著之壳所覆盖，他就得轮回。一旦执著之壳被除去，他就解脱而不再轮回了。一切灵修，其作用在于去‘壳’。每一个人都应该朝这方向努力。努力是你的职责，成功或失败则掌握在神的手里。为了成功，你必须尽全力履行你的职责。即便是你的母亲，如果你不要求，她也不会给你食物。如果不敲门，门是不会开的。要求，食物就来；敲门，门便打开。同样，你应该向神祈求，赐你解脱。

今天虽然神本身已经来到人的身边，但人却跟神保持距离。没有比这更大的不幸或罪过了。这是前世累积的罪业。不要再犯上这种罪过。要亲近神。奥义书 (Upanishad) 规劝人，要诚心诚意地致力于救赎自己。人应该从无明的酣睡中醒过来以一睹觉知 (Prajnana 般若或智慧) 的曙光。这是奥义书的教导，但没几个人追随。只有在你把奥义书的教导付诸实行之后，你才能认知和体验真理。

薄伽梵以峇赞 Bhaja Govindam……结束讲道。

摘自薄伽梵 2001 年 10 月 22 日在百善地所作的达沙拉节日讲道。

(英译文刊载于 2002 年 9 月版)



询问处 for Enquiries

CHIEW TECK HOE

Block 8 Angklong Lane #09-01 Singapore 579981

Tel: (65)64577305 Fax: (65)64577331

CHIN WAI FUN & GOH SWEE FONG

25, Jalan Kuning Dua, Taman Pelangi, 80400 Johor

Bahru, Johor, Malaysia

Tel: (60)7-3322646 Fax: (60)7-3323046

NINE CODE OF CONDUCT

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

九项行为规则

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