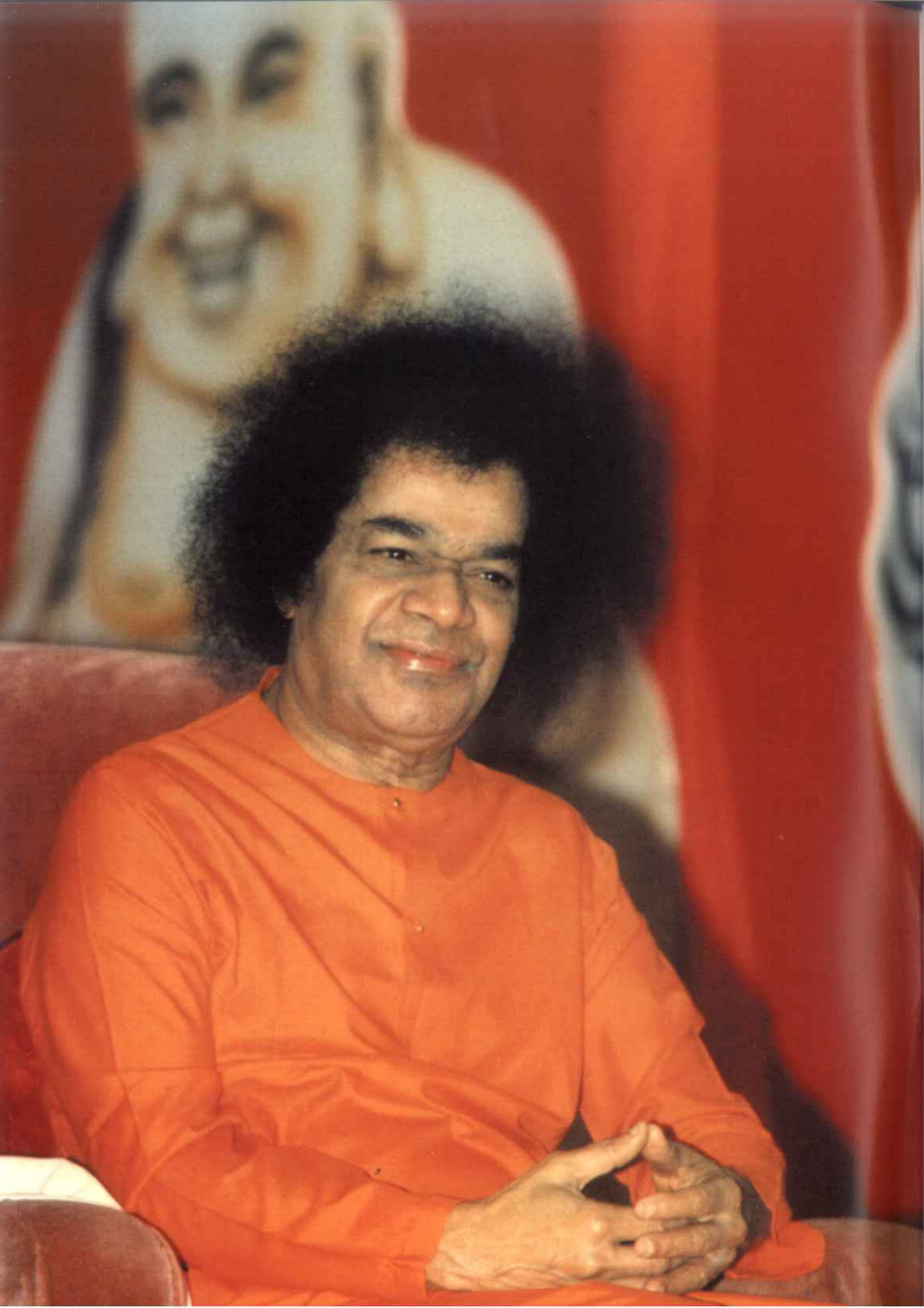




Sanathana Sarathi

永恒的
战车御者

Vol.25
第廿五期

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

目录



主题	译者	Pg
(1) 净化你的心念并专注于神	郭文荣(Bro.B.E.Kher)	1
(2) 美德是青春的特征	周德惠(Bro.T.H.Chiew)	10
(3) 培育真我意识	周德惠(Bro.T.H.Chiew)	21
(4) 认识你的本来面目	陈慧健(Sis.H.C.Tan)	28
(5) 教育的宝冠是人格	陈慧健(Sis.H.C.Tan)	39
(6) Soham 是人内寓的神圣原则	纪木英(Sis.Kee)	49
(7) 基士拿降世以维护正义	纪木英(Sis.Kee)	63
(8) 放弃肉身执著	周德惠(Bro.T.H.Chiew)	72

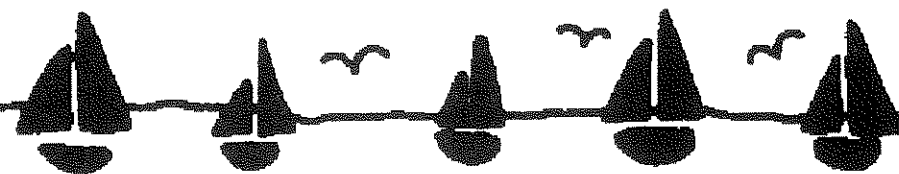


净化你的心念

并专注于神

人呀！为什么你还要到处去探索神呢？祂就在你之内，向内看吧！你会找到祂的。没有比向内观想神有更大的福气了。除了这之外，还有什么要向在场的高灵传达的呢？

(泰卢固诗)



诸位爱的化身！

神所创造的一切是神奇的。灵修者渴望能见到神，为了达成愿望，他们着手各种修持法门，如念咒等。每一个咒语都是由文字组成的，含有深长的内在意义。一个咒语具有多种意义，但是我们只要选择一种最适合自己的就行了。

纯净心念的力量！

圣者达喜纳穆迪(Dakshinamoorthi)把这些咒语(Mautras 真言)的内在意义以简单、易懂的方式展现给求道者，使他们更易于了解经文并体验至福。他用一种简单扼要且明白易懂的方式来诠释真言，给人们指示一条康庄的灵性道路。他特别强调三个字 Jiva (个灵)、Deva (神) 及 Manas (心念)。心念是介于个灵及神之间的。它扮演着什么样的角色呢？其角

色是以融合呆滞的肉身与纯粹的意识(Chaitanya)来改造一个灵而使之达致神的层次。神乃纯意识(Chaitanya)的化身。个灵、心念及神三者构成‘Mantra Jiveswaraprakriti’(自性活力真言)。心念如何执行其功能来改造个人达致神的境界呢？个人叫做‘Vyashti’，而神是‘Samashti’(宇宙、整体)的化身，所以心念是由Vyashti(个体)及Samashti(整体)组合而成的。有时我们以‘猴子心念’来形容心念的善变，但是正确的形容应该是‘人类是神’，而不是‘猴子般的心念’。心念是人与神之间的桥梁，所以心念是非常神圣的且具有超凡的力量。Manah Eva Manushyanam Karanam Bandhamokshaya (人能否获得解放或受到束缚，完全操纵在心念)心念的力量是无以匹敌的。

不了解心念的力量，人们就不能领会神的荣耀。他们不理解‘心念’的真正含义，于是就在琐屑的，世俗的感觉里滥用他们的‘心念’了。心念是联系个人与神之间的桥梁，这联系是紧密的。它被赋予纯净、勇猛和圣洁的素质。心念的本质与力量是不易为人所明了的。没有心念，人就不能了解Jiva(个灵)和Deva(神)的价值。把联系个人与神之间的强大力量展现出来的就是心念。我们每个人一定要做出努力，去了解心念、个灵与神的不同点。纯净心念的力量并不亚于圣灵的力量。

吠陀和奥义书所传达的信息

就如昨天我告诉你们的，心念代表Vishnu(毗湿奴)，气息代表Easwara(自在天)而言语代表Brahma(梵天)。有人说梵天是从毗湿奴的肚脐中出来的，同样的，言语源自心念。言语天赋有强大的力量。吠陀本集有四种：梨俱吠陀(Rig Veda)、夜柔吠陀(Yajur Veda)、沙磨吠陀(Sama Veda)和阿达婆吠陀(Atharvana Veda)。每种吠陀都含有一个精深的意义，即：Prajnanam Brahma(至高意识即梵)、Aham Brahmasmi(我是梵)、Tattwamasi(汝即彼)、Ayam Atma Brahma(此自性即梵)，除此之外，吠陀及奥义书还记有这样的金玉良言，如：Sarvam Khalvidam Brahma(确实，这一切都是梵)，Brahmavid Brahmaiva Bhavati(知梵者成梵)等。

所有这些金言玉语其实是非常神圣而具有巨大力量的真言(Mantra 咒语)。它们包含着不为大家所理解的精深的意义。它们可以用多种方式来加以阐释。它们是四种吠陀的精髓。例如：Tattwamasi(汝即彼)和Aham Brahmasmi(我是梵)。当你往深一层探询时，你会很清楚看到这两者的意义是一致的。‘Sarvam Khalvidam Brahma’这真言也传达同样的真理。就这样，所有真言基本上都是指同样的真理。真正的灵修在于了解这单一性。一旦了解这单一性，你就成为神了。这是奥义书所传达的信息。

食物在灵性成长中所扮演的角色

神被认为是‘Hiranyagarbha’(宇宙之所由生的金卵)。祂出现于人之内。由于你是神的化身，所以我称你是Bangaru(金)。只是金是不够的，它必须做成饰物。为了做成饰物，你必须加入其他金属如铜、黄铜等等，这样，饰物才会更加坚固、更有重量和更具韧性。理科学生就很容易了解这个道理了。我们所吃的食物之中，就含有许多金属如金、铜、铁等等。蔬菜的叶子含有许多铁质。食物促使我们身体亿万细胞的形成，所以，增强我们体质的就是食物。

食物带有神圣的力量，所以在我们的灵道进展上，它扮演着一个非常重要的角色。如果我们吃下纯质的食物，它会在我们致力于认识神的途径上给予莫大的帮助。在食物、头脑和神之间有着一种复杂而分不开的关系。什么样的食物就有什么样的心念。只有心念纯净的人才能了解神。为了培育纯净的心念，你就应该选吃纯净的食物。你应该视食物为神。有这样的一句话，Yad Bhavam Tad Bhavati(你想什么，你就是什么)。假如你认为食物仅仅是物质，它就是物质，它随你的感觉而改变。就拿体内的磁力来说吧，身体就像是一台发电机，经过微妙的过程，磁力就转变为电力，从而产生声能，也产生亮光(Tejas)。宝石需要细琢，才会闪烁光芒，同样地，人的光辉也随着他的纯净而增强。人人都有天赋的光辉，这光辉就叫做Chaitanya Shakti(意识力量)。

以神圣的思想来净化心念

假如你作深一层的探讨你就会觉察到神圣的意识力量存在于人人之内和存在于万物之内。物质(Padartha)不应该仅仅被视为物质而已，它应该被看作是 Paratha (圣灵的精髓)。物质(Padartha)与圣灵(Parartha)之间有着天壤之别。Padartha 是相等于世俗的物质，而 Paratha 是超凡的神圣原则。由于物质(Padartha)被视为纯物质而非圣灵精髓(Parartha)，于是它就失去它的价值了，其实，我们往往把没有实质价值的东西视为最有价值的东西而在另一方面却把最有价值的东西给忽视了。这一切都是心念造成的。所以，我们必须净化心念并把心念系于神，而我们的 Tejas (光辉)也就因此而增强了。然而，我们却反其道而行，浪费精力于把邪恶思想灌入心念之内。

你自己就是神

各位爱的化身！

首先，你要了解，你就是神。人人都是神圣的。你或许会质疑，“需要拜神吗？”你必须礼拜神直到你完全明了和体验这单一性。你正在过一个非常平凡而世俗的生活。以这样的情况来说，你如何能够了解超凡的圣灵原则呢？你是 Vyashtiswarupa (个体的化身)而神是 Samashtiswarupa (宇宙或整体的化身) 因此，Vyashti (个人)是不可能了解 Samashti (整体)的。灵修或念咒都不能把 Vyashti (个体)改造成 Samashti (整体)，只有当 Vyashti (个体)认知自己是 Samashti (整体)时，改造才能达致。

你应该知道‘你是神’的这基本原理。只有当你有坚定的信心时，你才可以说你是神，因此你应该培育起坚定的信心。你的源头是神圣的，而你的目标也是神圣的。世上的每一物，最终都会融合于其出处的源头。这里有个小例子。

有一个陶工，在河边收集粘土并和以水，然后置入旋转机的盘上，以便制造水壶。粘土必须在火中焙烤，才能保住水。人就像是陶做的玩偶，是无价值的也是不耐久的。就像陶壶必须经过火的锻炼，才变得坚固而有价值一样，人也必须经过智慧之火的锻炼才变得精美和纯净。Advaita Darshanam Jnanam (理解不二性即智慧)。你应该提炼自己于智慧之火中以便体验不二原则。黄金经过琢磨而制成美丽的装饰品后，就会光芒四射，且价值非凡。同理，提炼促使人内蕴的神性显现出来并增加他的价值。

今天，人浪费精力来迎合不良的思想及感受。如要抑制不良的思想，人必须培育起神圣的思想。什么是神圣思想呢？你应该认为我们身上的每一滴血都充满着圣灵。食物在我们体内产生血液和能量。要妥善的利用这神圣的能量来接纳神圣的思想。当我们培育起神圣的思想时，我们就能抑制世俗的思想了。你应该把所有的物质(Padartha)看成是圣灵的精髓(Parartha)。

举个简单例子，假设你带来了一袋稻谷。在未加工之前，你是不能食用的。这必须经过加工而获得米。这加工的过程是打谷、舂谷去壳和除去尘埃。同理，要得到奖赏，就必须付出，Kashte Phali (勤奋工作带来丰厚的回报)。快乐不能仅靠要求而取得，你必须勤奋工作，才能得到。行得越正，回报越多。所以你应该努力提炼自己。你们是学生，必须用功读书来磨练自己。同样地，吃、行、坐、跑、笑和哭，无非磨练的过程。哭泣如何提炼人呢？当一个人哭泣时，他的不净就随着泪水流掉了。提炼的过程在于接受善良的和排除邪恶的。我们吸入氧气而排出二氧化碳。在举行结婚庆典时，一大群的人就会聚集在一起，释放出大量二氧化碳，而把空气污染。绿叶吸收二氧化碳而释放氧气，这就是为什么我们的祖先在结婚或其他庆典上用新鲜芒果叶和香蕉叶来布置场所的原因。很不幸的，现在人们已经忘了这样的圣洁传统的内在意义了。他们用塑胶叶来布置会场，因为这些叶子很耐用而且容易购得。当今世界正苦于受到空气的污染。美其名是现代化，其实人类是在摧毁自己的

健康，他们不了解食物的圣洁。同样的，他们用现代化的方法来处理食物，而在这过程中他们浪费了很多的金钱。

现代化已经使人们变得懒惰了。他们付双倍的价钱请来“苦力”把蔬菜送到家中。这是很可悲的一件事。要视食物为 Parartha (圣灵)而不仅是 Padartha (物质)。要注意你吃下的食物能维持你的健康。不要吃腐臭的食物。腐臭的食物就像是毒药。

同学们！你们应该学以致用，你已学过，水是两个氢，一个氧组成的。但这能在你日常生活中派上什么样的用场呢？如果不能从实验室所做的实验中获得好处，那岂不是枉然？这些实验的结果必须能对大家的日常生活有所作用才对。今天好多地区的人都有缺水的问题，能否用氧与氢的结合而做成水给他们呢？不必！印度有许多河流，但有什么用呢？这些水源在没有被利用时便流入大海了。当今，各个不同的邦都卷入水供的纷争。为什么他们不能善加利用水源呢？好好地利用流入印度的河水吧！印度是一块高度神圣和吉祥的土地，它被叫做 Annapure (食物充足的土地)，但是今天却有许多地方遭受到食物短缺之苦。这是什么原因呢？原因在于我们滥用既有的天然资源。如果我们善加利用这些资源，我们和我们的同胞都能过着快乐的生活。

浪费水、食物、时间、能量、金钱都是邪恶

各位爱的化身！

不要浪费任何东西，即使是在洗手时，有些人把自来水开关开得太大，结果把水给浪费掉了。浪费水实在令我痛心。只用你需要的水。用完之后，立即关上，这样你就能节省用水了。不要浪费水也不要浪费食物。只吃你所需的食物。世界上有許多人因为饥饿而濒临死亡。不要浪费食物，把食物送给那些极度需要者。有些人争论说，他们丢弃的食物并不浪费，因为狗及其他动物会来食用。即使是狗，也不会去吃完全

发臭的食物。在这摩登时代，不只是人类，连动物都非常聪明。它们只有在嗅闻食物之后，才决定要不要吃。所以，不要浪费水、食物、时间、能量及金钱。要明白，时间是非常重要的。浪费时间，就是浪费生命。昨天，我已详细为你们讲解了几个话题。就是因为我每天不停地讲，所以我的声音也就越来越大声与清楚了。这说明了只有讲好的话，才能使我们更省力量。不要沉溺于无谓的闲聊。

可与言才言，不可与言则不言。不要浪费我们的唇舌。如果要大声说话，这就等于浪费你的唇舌了。你说话的对象，只是那些应该倾耳聆听你说话的人。有些人在走路时，也提高嗓子，高声说话。这样的人是不受人尊敬的。他们会丧失掉自尊。你必须维护你的自尊并以言谈与行为来彰显之。Na Sreyo Neiyaman Vina (没有纪律，就不会有幸福)我们的言谈举止都应该文雅高贵，才能博取他人的尊敬。有些人步行得很快，而我却不要走快。为什么我走得慢呢？我要给你们有更长时间的达瞻 (Darshan)。我原本可以走快点，但我不要这样做，因为慢行，才能让你们心满意足地获得我的达瞻。当你们高兴时，我就高兴。这就是我慢行的原因(掌声如雷)反之，如果我走太快，许多人会感到遗憾，不能获得一个圆满的达瞻。我们应该遵循一个原则，那就是‘总要帮助，绝不伤害’。我们要经常帮助别人。今天你必须学习的就是不应该浪费食物或水。言谈要谨慎而有所约束。如果你尊重自己所说的话，你就会博取他人的尊敬。

谦卑与尊敬他人

同学们！

你们可以用功读书而得到好的成绩和一个学位，但这是不够的，你们也应该步上崇高的道路。你们应该培育自信和追随良知。如果你满足你的良知，你肯定会生活美满、春风得意。你们都知道林肯这个人 (Lincoln)。他出生在一个贫穷的家庭。在孩童时代，他连最基本的食物也没得吃，也没有像样的校服上学。同班的同学都是来自富裕的家庭，他们

时常取笑他。有一天，他放学回家，哭着对母亲说，他不能忍受同学们对他的侮辱。当母亲质问林肯时，他说班上的同学嘲讽他贫穷。他要妈妈给他一套新校服。妈妈安慰他说：“孩子，让他们去说吧！你要尊重所有的人。不要怨恨任何人，要了解我们的家境，量力而为。以我们微薄的收入我们买不起新的校服给你。你只要保持衣服整齐干净，培养自信，维护你的自尊就够了。”

妈妈这番话，在林肯幼小心灵里留下了不可磨灭的印象。他遵循母亲的教导，尊师重道、待人有礼，最后成为美国总统。他能有这样尊贵的地位，是因为他尊重他人以及培养自信。不要受到“自大”的影响而不尊重他人。

我个人有个例子。当我在读第三及第四年级时，我只有一套短裤与上衣，我没能力拿到洗衣店去洗烫。每天放学回家后，我围着毛巾来洗自己的校服，我常常把未用完的余烬放进熨斗内来烫衣服。不久之后，在那一整年里，我幸运拥有两套校服。每当伯达文卡玛拉祖 (Pedda Venkama Raju 这肉身的父亲) 问我可需要新校服时，我常回答道：“我已有足够的校服了，我什么都不要。”我不要浪费金钱。滥用金钱是罪恶的。在当时，衣服价钱很便宜，一套短裤和上衣只值几分钱而我决不多要。我总是亲自处理自己的事情，即使现在，我还是这样。人们也许会以为 Swami 有一大群侍从替他做事。我不需要任何人来服侍我，我不期望任何人的服务。从孩提时代起，我已经尊敬每一个人了。如今全世界的人都尊敬我。（掌声不绝）就如我那天告诉你们的，如果你能爱和尊敬他人，你会得到同等的待遇。我们要不分阶级、语言、宗教与国籍来爱他人，这样，神就会把爱赐与你了。你越是以牺牲的精神来服务他人，你越是能提升自己的崇高地位。尊敬每一个人毕竟是不会令你有任何损失的。

学生们应该要谦卑和彼此尊敬。他们不应以无礼的态度向长辈说话。但是现今的学生，即使是对自己的父母亲也缺乏尊敬及关怀之心。他

们穿戴各种鲜艳时髦服装而漫无目的到处溜跶。假如你要获得良好的声誉，你应该有良好的行为。要爱和尊敬每一个人，那么别人就会爱你。今天全世界都尊敬我，因为我尊敬每一个人。我以 Bangaru (金) 来称呼我的信徒并亲切地跟他们说话。同样的，你们也应该学习以温馨而亲切的语气来与人交谈。你们决不应该以粗言相待。总要保持语气的温和、甜美。林肯之所以能在面对极度的贫困时而出人头地，全在于他的谦卑与自信。要学习他的榜样。他的母亲含辛茹苦把他抚养成人。所有的妇女都会努力去维持她们家庭的尊严。今日，这种思想已经荡然无存了。他们要过着奢侈的生活。这是不好的。知足常乐，不要持有任何奢望。

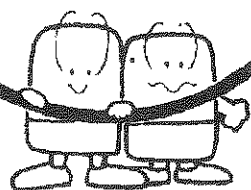
同学们！有许多神圣的教导，都记载在奥义书里，去实践这些教导，替自己博取良好的声誉吧！

世尊以答赞 “Hari Bhayan Bina Sukha Santhi Nahin” 结束开示。

摘自 2002 年 10 月 13 日世尊在百善地·尼乐园赛古弯礼堂所恩赐的讲道。

(英译文刊载于 2003 年 9 月版)

美德是青春的特征



青年男女们！

人们认为青春就是年青的男孩和女孩，但这并非如此。青春表示某些素质，其主要素质是纯净、圣洁和勇气。然而，今天的青年一般上都与 Arishavargas (六大内在敌人) 挂勾，这六大内在敌人就是 Kama (欲)、krodha (嗔)、Lobha (贪)、Moha (迷)、Mada (慢) 和 Matsarya (妒)。青年应该了解感官的能力并善加利用之。他们应该怀持人格的勇气和力量。他们的言行举止应该恰到好处。

实行人类价值

年青人应该致于于 Satsanga (实僧伽)。人们认为 Satsanga 的意思是与善者游，其实不然。Sath 意谓真实，也即是在过去、现在和未来三际中保持不变者。它始终如一地呈现于 Trikalas (三际) 和 Trigunas (三大属性) 之中。Sath (真) 是非常圣洁的。它在所有三际中提供福乐。真正的 Satsanga (实僧或实僧伽) 指的就是依据 Sath (真) 而生活的意思。要培育良好的行为，Satsanga 是不可或缺的。第一位编纂和宏扬‘法论’ (Dharma-sastra 或法典) 的摩奴 (Manu) 就特别强调 Satsanga 的重要性。其教导的三大主要原则是：视善 (Bhadram Pashyantū)、听善 (Bhadram Srunvantu)

精读吠陀及其他经典都不能剥去把人跟神隔离的‘虚幻外衣’。个人是在虚幻外衣的一端而神则在它的另一端。行动在一端而目标在另一端。

(泰卢固诗)

)和行善 (Bhadram Kurvantu)。这些都是青年的极为重要的座右铭。但是，如果我们作深一层的探讨，我们不难发现，其实这三大原则是人人都必须据之而行的，而不仅限于青年。你不应该认为这三大原则不易实行。它一点也不困难。在所有法门中，表现高尚素质是最容易的了。我们之所以觉得困难，是因为我们没有遵循正确的途径。首先，你应该培育起正见、正听和正行。

“你的眼睛应该充满着仁慈，你的话语应该甜美如蜜糖，你的脸庞应该带着笑容而你的心应该洋溢着温馨的感觉，把喜悦带给大家。”

(泰卢固诗)

同学们！

由摩奴 (Manu) 所提出的‘法论’ (Dharmasastra) 对每一个人来说都是非常重要的。现在我们所谈到的法律就是根据摩奴的‘法论’而来的，但今天，人们却不依‘法’生活了。

人应该常带着笑容。只有这样，他才能散发祥和给他人。笑容增进人性的美。圣洁是一个人的基本素质。但他什么时候才变得圣洁呢？只有在他把人类价值付诸实行的时候。如果缺少人类价值，他便丧失圣洁。所以人应该把人类价值付诸实行。丧失人类价值者就不是人而是恶魔了。假设你在路上遇见一个敌人。如果你视他为仇敌，在他内心所产生的仇敌也跟着加倍，最后可能导致你和他在路上大打出手。反之，如果你先向他打招呼说，“哈啰！朋友，”他一样也会以同样的口吻回敬你而你们之间的仇恨就会消除了。只有以温和亲切的语气跟人说话，你才能跟人建立起友谊。你可以在年青人之中藉好言好语来树立一体性并处处散播喜悦。

培育跟神的‘接近’和‘亲近’

明心见性有三个阶段。我在光之中；光在我之中；我是光。当你认识到你是光时，你会到处看到光。你可以通过虔诚和自我降服来达致这终极的境界。当问及神在哪儿时，有人回答，神在我心里。这是一个不正确的答案。（薄伽梵展示祂的手帕）这手帕在哪儿？在我手里。因此，我的手大于我的手帕。同理，如果你说，神在你心里，这意味着你比神高一级。所以，不要说神在你之内。你在神之内。一旦你认识这真相，你自然就培育起谦卑和虔诚，于是，憎恨的感觉也就完全消除了。

‘自性—探讨’可以引领人达致福乐的境界。正如我早上所说的，嗔是恨的根由。除非把嗔连根拔起，否则，爱不能在你之内滋长。

“嗔者一事无成，他会犯罪并为众人所讥嘲” （泰卢固诗）

“他会被自己人所唾弃，他会丧失一切尊敬和财富。

嗔会彻底毁灭他。” （泰卢固诗）

因此，不要让嗔有立足的余地。一旦嗔进入你的内心，其他一切恶质也接踵而至。要把爱注入你的内心，这样，恨与嗔就进不来了。因受到伽利期(Kali Yuga)的冲击，今天，嗔怒、自我和嫉妒在年青人之中正日益提升，结果，人性完全被淡忘了。

爱的化身们！

让爱充斥你的每一滴血，避开一切恶质。奥义书(Upanishad)宣称：Tattwamasi(汝即彼)。¹² ‘Tat’意指超脱的圣灵原则。因它超越感官，故以‘彼’示之。‘Twam’指的是个体的‘我’。因此，Tattwamasi指的是‘汝即彼’。吠檀多(Vedanta)主要着重于两个层面，即‘彼’与‘此’。‘彼’超越感官而‘此’在感官范围之内。你并非‘此’，你是‘彼’。你应该了解和体认这真相。由于‘Tat’超越你的感官，所以你不能了解它的形相。‘Twam’靠近你，所以，你可以清楚地想像它的形相。为了清楚观想‘Tat’，你必须把它转变成‘Twam’。只有如

此，你才能说，‘我即我’。

当你在路上行走时，假设在相当的距离处你看到一条绳子，一个问题油然而生，‘那’是什么。由于有一个相当的距离，你看不清楚而怀疑是一条蛇。当你走前去用手电筒一照，你发现‘此’仅是一条绳子而它不是一条蛇。只要绳子在远处(彼)，你就有怀疑。当你走近一看(此)清楚时，怀疑就消除了。当你误以为是蛇时，你内心起恐惧而当你走前一看，了解真相，恐惧就消除。是什么引起人的恐惧呢？他认为神离他甚远并对神(圣灵)的真正形相感到怀疑而有以致之。首先，你得走近神(圣灵)，而后你才能摆脱恐惧。这是奥义书(Upanishad)的训示。‘Upa’意谓‘近’，‘ni’是‘下’而‘shad’是‘坐’。因此，Upanishad引领你接近神(圣灵)。一旦你走近神(圣灵)，你便能观想你的本来面目。奥义书(Upanishad)证明神的‘接近’。不论你是谁，你都应该觉得你跟神是接近的。光是接近还是不够，你更应该亲近祂。一旦你建立起跟神的接近和亲近，你就再也不会感到忧惧了。

同学们！

奥义书(Upanishad)以及摩奴(Manu)的‘法论’(Dharmasastra)是非常精深微妙的。只有在作深入探讨时，你才能理解其意义。你的整个存有是神圣的，然而你却不能了解寓于人性之内的潜在神性。你正研读一些书籍并接受各类教育。你能够知道一切但你却不能知道你自己。

有一次，那罗陀(Narada)遇见沙纳特古玛拉(Sanat Kumara)，并请求他给予有关‘自性’的知识。古玛拉问，“是什么使你认为自己有资格获得‘自性’的知识呢？”那罗陀回答，他已经掌握四大吠陀(Vedas)和六大典论(Sastras)了。于是，古玛拉说，“那罗陀，光只研读吠陀和经典而不付诸实行又有什么用呢？如果你已把所学付诸实行，你肯定已获得‘自性’的知识了。”古玛拉就这样地把一则伟大的教导传授给那罗陀。如果你不了解你的真实自性，所有对经典的研究，所有对朝圣中

心的造访都是没有什么价值的。不要问他人，“你是谁？”首先要问自己，“我是谁？”“我是谁？”我是赛峇峇。一旦你知道自己是谁，你就知道每一个人了。主基士拿(Krishna)说，Mamaivamsho Jivaloke Jiva-bhuta Sanathana (在众生之内的纯灵是我的存有的一部份)。每一个存有都是神(圣灵)的一个反映。实体和其反映并无二致。如果你了解这一体性，你就不会被多样性所迷惑了。你应该在分殊中看到单一。但今天，人正反其道而行。他为自己的才智感到骄傲并努力去展示自己的精明能干。结果，他变得非常自我和自大。自我和自大毁了他的一生。

世界是你的反映、反应和反响

爱的化身们！

首先，你们得认识自己。如果你们认识了自己，其他一切就不在话下了。对年青人而言，认识这真理是极其重要的。你们不可基于年龄和体力而称自己为年青人。谁是一个年青人？一个年青人是一个赋有爱、真理和至福的人。当你认识到你自己的自性时，你就充满至福了，然后，你就摆脱所有忧虑。如果你缺乏至福并为忧虑所困扰，这仅意味着你并不知道你的真实本性。你是神的反映。凡你所见无非反映，凡你所听无非反响而凡你所体验无非反应。既如此，何忧惧之有？

有一次，一个牧童到附近山上去放牛。当牛吃草时，他便开始唱歌。当他听到自己歌声的回音时，他感到困惑，认为有人仿效和嘲笑他。他生气地喊道，“你是什么人？为什么老唱我唱的歌？”他立即又听到自己的叫声。他觉得有人羞辱他并要找出那个人是谁。傍晚时分回家后，他把所发生之事告诉母亲。第二天，他母亲随他到同样的地点并叫他再唱歌。回声又来了。母亲笑着说，“孩子，你听到的是你自己歌声的回声。”孩子感到惊讶而从此以后，他对这现象再也不感到困惑了，因为他知道那仅是反响而已。对真理缺乏认识致使人产生嗔怒、憎恨和妒忌。如果他认识到整个世界仅是他感觉的反映和反响，那他就不会对人产

生嗔怒、憎恨和妒忌了。圣者泰格罗遮(Thyagaraja)唱道，Telisi Rama Chinthana Cheyave Manasa (心念啊！去认识真理和静虑着罗摩吧)。仅只赞诵罗摩名号而不了解其效应，那是没有意思的。

凡你在外面所听到的一切仅是你发出声音的回响，它不是来自其他地方的。正如我现在跟你说话一样，你们大家都听到我的声音。如果我闭口不说，回响怎么产生呢？反映、反应和反响是从内在发出的。快乐与痛苦来自内在。我们是我们自己痛苦的起因，没有人把痛苦加在我们身上。如果有人要把痛苦送给我们，我们肯定不会接受。痛苦来自我们的内在。凡你在外在所体验的一切无非你的反应、反映和反响。如果你了解这真相，并据之而行，你必会洋溢着福乐。如要了解圣灵原则，你就致力于探讨你是谁吧！

人的三大债务

人一生下来就负有三大债务：Daiva Runam (负神之债)、Rishi Runam (负圣者之债)及 Pitru Runam (负父母之债)。你必须行善以便偿还欠神的债。神弥漫于你身体的各种部份，祂以 Rasa (精髓) 的形式存在于你身体的每一个细胞和原子。这就是为什么神被歌颂为 Angirasaya Namah (向那位以精髓弥漫万物者顶礼)的原因了。在醒时，你认为是你在保护你的身体。但当你睡着时，是谁在保护你的身体呢？不是别人而是神。祂以精髓的方式，从头到脚充斥着你的身体并在醒时(Jagat)、梦中(Swapna)和酣睡(Sushupti)中保护着你。如果是这样，对神感恩不就是你的义务吗？为了感恩，你应该怀持 Satsanga (实僧伽)，培育高尚感觉以及执行圣洁活动。由于神无时不在保护着你，偿还欠祂的债务是你最优先的义务。行为端正、乐善好施就是你清还债务的方式。

另一个债务人是圣者，他们编辑吠陀(Vedas)、典论(Sastras)、史诗(Itihasas)和往世书(Puranas)，供我们参阅。他们了解神的本质并宏扬给世界。遵从和奉行他们的教导就是偿还所欠他们的债务。第三个债务人

是父母。母亲怀胎九个月才生下你、养育你、悉心照顾你；父亲养家，提供衣食和教育。他们恩重如山，经典之所以歌颂父母为神就是这个原因。Matru Devo Bhava, Pitru Devo Bhava (敬母如天，敬父如天)。对父母感恩图报是你的本份。一旦你偿还了这三大债务，你就会到达梵天、毗纽天和自在天这三位一体的天国了。但今天，年青人缺乏对父母的孝敬，他们甚至对养育他们的母亲也没大没小，语气非常不客气。

同学们！

你可以用功读书，考获好成绩并在社会上展示才华，出人头地，赢取美誉，但千万可别忘了，这一切都是你父母带给你的。百善孝为先，不孝是天地间最大的罪孽和背叛。母亲、父亲、老师、神是古人按照先后秩序给予的优先地位。母亲地位最崇高，因为孩子的第一课就是在母亲的怀抱中学习的。母亲侨萨厘雅 (Kausalya) 因生出罗摩并给予罗摩在一个理想的环境中长大，而获得高度的尊敬。就这一点，圣者泰格罗遮这么唱：

罗摩啊！母亲侨萨厘雅的修行多崇高啊，贏取了无限的福气而有资格在祢光辉且柔和的脸颊上轻轻一吻啊！十车王 (Dasaratha) 的修行多伟大啊，获得了无上的荣耀，称祢为他的爱子啊！（泰卢固诗）

圣者往往只诞生在高尚的家庭。他们的父母必定是进行了诸多修持之后才有这种福气的。泰格罗遮详细地描述了母亲侨萨厘雅和十车王的福气。

一般上，母亲象征爱和虔诚。在神的天国里，女性可以进入内殿 (Antahpura) 而男性只可以到外厅 (Durbar)。这意味着能接近神的是那些充满着虔诚和完全舍离的人。

慧眼才能看到神

爱的化身们！

要在内心培育虔诚和舍离的感觉。不论得意或失意，都要时时刻刻静虑神的名号。这样，你们就不会受到忧虑的干扰了。决不仓促行事。仓促造成浪费，浪费带来忧虑。所以，千万别仓促行事。要了解，神是无所不在的。祂在你之内，与你同在，在你周围，在你上下左右。没有一个地方是神所不存在的。Sarvata Panipadam Tat Sarvathokshi Siromukham, Sarvata Sruthimalloke Sarvamavruthya Tishthati (神以手、足、眼、头、口和耳弥漫于一切，祂弥漫整个宇宙)。

当我说神无所不在时，你或许会问，“祂在哪？你指给我看看吧！”是的，我可以让你看到神，但你可有眼睛去看吗？你有唇舌可以发问但你却没有眼睛去观看。这里，我说的眼睛是慧眼而不是肉眼。就连鸟兽也天生有可以看到外在世界的肉眼。蛇、蝎、青蛙等都生有肉眼，但它们能看见神吗？你不可能期望用肉眼来看神。你必须修得慧眼而这可以通过培育爱、虔诚和舍离精神来达致。一旦修得了慧眼，你就可以认为，神跟你就很接近了。你视祂为你的老朋友。圣者泰格罗遮建立起了跟神的这种亲密关系，所以，他能在谱写的歌曲中以亲密的口吻呼叫罗摩，就像呼叫老朋友一样。其中有一首有名的歌曲是，“Ra Ra Maa Intidaaka……”（罗摩啊，到我们家来吧）。当你邀请一个新朋友到你家来，你会用尊敬的字眼来称呼他，但在另一方面，当你邀请老朋友来时，你就不会那么客套了。你会很亲切地、很自由地随意称呼他。你应该体验跟神的这种亲密，因为祂是你的老朋友。不要认为神高高在你之上，要视祂如己。只有在你培育起爱之后，你才能做到这一点。

爱的化身们！

要致力于清还你欠神的债务，因为祂遍满你的整个存有并且保护着你。是谁在负责你体内的血液循环呢？为什么血液在体内循环而不流出体外？你以为是食物在维系着你，但是食物和血液都不能维系你，维系

你的只有神。无论如何，你的每一滴血都来自父母。他们吃下的食物采取你的血液的形式来显现，因此，孝顺父母是你的天职。如果你今天不孝顺父母，那以后你的子女也不会孝顺你。到时就为时已晚，后悔莫及了。要孝顺父母而给孩子立下好的榜样。不孝者何异于恶魔 (Rakshasa)。不要活得像一个恶魔，要活得像一个人 (Manava)。谁是一个 Manava？‘Ma’ 意谓无明，Na 意谓‘没有’，而‘Va’ 意谓好好做人。一个真正的 Manava 就是一个排除无明而好好做人的人。

敬父母如天

爱的化身们！

若以年龄和体力作为考量‘年青’的基础，那就错了。只要你拥有爱、宽容、奉行真理和正义等美德，你就可以自称‘年青’了。你天生有强大的力量并且是俗世的解放者。仅只把身体锻炼好是不足够的，你还必须加强你的智力。如果你克尽孝道，神会在你面前显灵。本达里卡 (Pundarika) 的事迹就足以印证这一点。当他为父母按摩脚时，主般度朗伽 (Panduranga，译注：即主基士拿) 现身并说，“本达里卡啊，我来赐福你了。”本达里卡回答，“主啊！我正服侍我父母，请稍候。”他把身旁的一块砖推给主并请主坐下。主要试探他，于是说，“蠢才！当宇宙之主的我站在你面前时，你还要服侍你的父母吗？还是服侍我吧！”本达里卡回答，“主啊，现在祢已来此恩赐达瞻 (Darshan 得睹圣容) 给我，然而，这些日子以来，祢在哪儿呢？我的主要义务是服侍我的父母，因为他们生我、育我、无微不至地照顾我。等我服侍我父母之后，我才来服侍祢。请祢等到我完成我的义务吧！”本达里卡的孝心令主感到欣慰。祂走近本达里卡并嘉许他说，“这就是真正的爱和虔诚，我期望我的信徒有这种美德。”缺乏孝心，膜拜神亦属枉然。人人都应该学习本达里卡的孝顺。先要服侍父母后才想到神。如要认识神，你得先培育起对父母的爱和虔诚。

爱的化身们！青年男女们！

至少从今天起就服侍和孝顺你的父母并成为他们的爱的接受者。那就是真正虔诚的标志。那就是真正的人性。我要告诉你们一则有关我生活中遇到的事情。一天，母亲依斯瓦拉玛 (Easwaramma) 来找我并说，“斯瓦米，在你之内，你拥有一切力量，没有什么事是你所不能做的。我们的村庄很小，没有医疗设施。村民因缺乏医药照顾而痛苦不堪。请你设立一间小医院，为村里的孩子们治病吧！”我向她保证，一间小医院很快就会建立起来。在很短的时间内，小医院终于建成了而安得拉邦 (Andhra Pradesh) 首席部长哥巴拉来迪 (Gopala Reddy) 也应邀出席落成典礼。他说，“斯瓦米，在这么小的村庄里，有必要设立一间医院吗？”我说，“村民不是人吗？他们不需要医疗照顾吗？为了村民的福利，我才建立这间医院。”

过了一些时日，母亲依斯瓦拉玛请求我在村内设立一所学校。她说，“斯瓦米，看到孩子步行那么远的路程到布卡巴特南 (Bukkapatnam) 去上学，我就感到非常心痛。”我立即答应她的请求，设立一所小学校作为起点以完遂她的愿望。随着时间的过去，斯瓦米的荣耀也日益远播四方。又有一天，母亲依斯瓦拉玛又有所要求而来找我，这时她说，“斯瓦米，你已依我愿望开办了一间医院和一所小学校，我还有一个愿望有待实现。我们的村民必须走相当远的路程去取水，由于扛那么远路的水，他们的肩膀都扛肿了。请祢在村里给他们掘口井以解决水的问题吧。”她要的是一所小学校，现在我有了一所大学；她要的是一间小医院，现在斯瓦米已建立了一间高级专科医院；她要的是一口井，现在我已为整个安那达布 (Anantapur) 县提供了食水设施。你要的虽少，我给的却是那么多。然而，却没有人前来提议这样的崇高愿望！人们确实有所要求但他们怎么要求呢？他们只是用口求而不是用心求。

“我在寻找，我在寻找，我时时在寻找一个执行正义的堂堂正正的人。” (泰卢固歌)

我正到处寻找一个正直的人但我始终都找不到这样的一个人。只有

在你步上正道的时候，你才能体认神的真正面貌。

要孝顺父母并且不要辜负他们对你的厚望。要在你的村庄展开服务活动并且逐渐扩大之。不论怎样，首先要自重，能敬重自己则能敬重他人。还有很多东西有待传授给你们，斯瓦米明天再跟你们谈了。

(薄伽梵以答赞，“Pibare Rama Rasam…”结束讲道。)

录自薄伽梵在平达弯(白草原)给予喀拉拉青年进修营所作的开示，时为2003年4月12日。

(英译文刊载于2003年9月版)

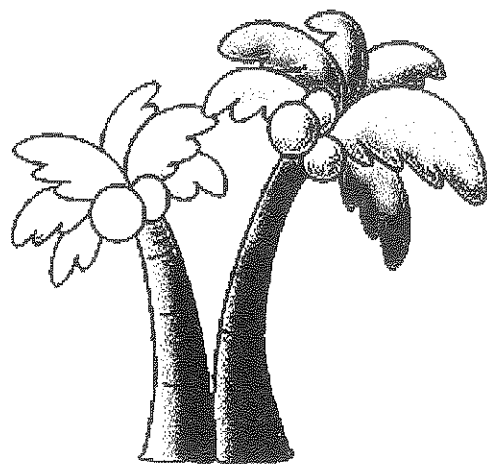
无上的虔诚

那罗陀(Narada)创造了这样的辞句，“Parama Bhakti”(至高无上的虔诚)来描述牧牛姑娘们的虔诚。这些怀持至高无上虔诚的牧女们视神为她们的同伴和最珍贵的宝藏。她们的虔诚是那么的强烈，致使她们经常如醉如痴，完全不在意世上其他的一切。当听到基士拿的笛声时，她们奔入森林寻找基士拿，把一切都抛诸脑后。牧女们认识到‘Jnana’(无上的神识)在于天人合一的体悟。在她们天人合一的感觉之中，她们没有分别心，有情与无情、有生命和无生命之间完全没有差别。她们在万物之中看到神。

-- Baba

培育真我意识

如果你向着我，我会向着你。



容忍是印度这块圣土的财富。最大的修行莫过于恪守真理。这国家最温馨的感觉在于对母亲所怀持的爱的感觉。人格比生命本身更为可贵。人们已经忘掉了这伟大文化的基本原则而一味仿效西方文化。天啊！印度子民完全不了解自己文化遗产的伟大简直就像是一只大象之不了解它自己的强大力量一样！

(泰卢固诗)

人生于行动，系于行动，最终融于行动。行动是快乐与痛苦的根由。其实，对人而言，行动不啻是神。

(泰卢固诗)

诸位爱的化身！

一般上，人好像活得非常健康，他力求幸福并一直在维护和增强身体的健康，然而，人身却易于受到风、胆汁和痰不调和的影响而染上各种疾病。既然如此，人怎能享有真正的健康呢？只有在他培育起‘真我意识’而抑制风、胆汁和痰的不调和之后，他方才可以过有一个健康的生活。

身体执著是痛苦的起因

在过去的一个月里，你们大家都得不到斯瓦米的达瞻(Darshan)。什么原因呢？原因是这个肉身感到不适。我并没有承受任何人的疾病而这肉身也没有任何疾病出现。今天我要把实情告诉你们。肉身是由五种元素组成的而迟早会衰朽但其内寓者是不生不死的。“内寓者没有任何执著，其实，内寓者是神本身，祂以阿特玛 (Atma 真我，纯灵) 的形式存在于众生之内。” (泰卢固诗)

人一直很关心自己的健康。然而，他因忘掉‘真我意识’而卷入‘肉身执著’之中，致使他成为多种疾病的受害者。疾病提醒人应该放弃‘肉身执著’。人必需认识这个真相。

你们都知道，我的臀部骨折，骨头破碎成三片而其圆形突出部份也分开了。这造成的剧痛是一般人所不能忍受的，简直寸步难移，其痛楚有如触电一般，但我完全不受它的影响。为了让你们了解一个人应该超然于‘肉身意识’并培育起‘真我意识’，我承受了这样的痛苦。我不是这个肉身。肉身执著是痛苦的起因。你必须放弃肉身执著以便欢享平和与快乐。这肉身到底是什么呢？

这肉身是藏污纳垢之所，易受疾病侵袭，同时也一直在起变化。它不能横渡生死的海洋；它不是别的，仅是一束骨骼而已。心念啊！不要以为肉身是永恒的，还是归依主的莲花足下吧！ (泰卢固诗)

当我被送入医院时，我一直带着笑容，毫无痛苦。很多医生围绕着我，感到焦急万分。我告诉他们，不要担心。我说，“这肉身不是我的。我把它交给你们，你们想怎么处理就怎么处理，我是不会有任何痛苦的。”三小时后，我从手术室内被推出来，脸上带着笑容。一个真正的求道者就是一个能笑迎一切痛苦者。

手术后的三天内，我就能步行，原因就在于我没有丝毫‘肉身执著’。我以‘真我意识’把幸福带给大家。我教导每一个人，“亲爱的！不要成为‘肉身执著’的猎物，要培育‘真我意识’而过一个幸福的生活。”你的 Ananda (福乐) 就是我的 Ahara (食物) 和 Arogya (健康)。什么是健康？你说一个人身体健康，那是因为他的身体器官操作正常。我身体所有器官都很健全。

身体免不了皮肉之苦，但这也仅是过眼云烟，来了又去，不会久留。人生是一个挑战，迎接它吧！人生是一场游戏，参加吧！你必须抱着正确的精神来参加这个人生游戏。我一直就是这样地来玩这场游戏。我绝对没有痛苦。通常，臀骨碎裂所造成的痛楚是难以忍受的，但是，我完全不受任何身体器官损坏的影响，甭说臀骨了。当你认同身体时，痛苦便产生。因我没有肉身执著，故我没有痛苦。我在你的爱之中找到快乐。什么原因使我这么快复原呢？信徒们的恳切祈祷就是原因所在。世界各个角落的信徒都在为我祈祷。藉祈祷的力量，你可以成就一切。就是这祈祷的力量使我迅速康复。

一旦你培育起 Daivabhimana (圣灵意识)，因 Dehabhimana (肉身执著) 而起的痛苦也就烟消云散了。在灵道上，第一步要做的就是克服肉身执著，肉身执著陷你于痛苦。肉身执著增加，真我意识就相对地减少。

没有人能躲开业 (Karma 行动) 的果报。业是造成生死轮回的原因。Karmanubandheeni Manushya Loke (人在世上受到‘行动’的束缚)。人如何能躲开业 (行动) 的束缚呢？《梵歌》(Bhagavadgita) 宣称：Karman-yevadhikarasthe Ma Phaleshu Kadachana (你只有行动的权力但没有行动成果的权力)。当人以身体执行行动时，他应该放弃成果的欲望而培育真我意识。法子 (Dharmaraja 即坚战，般度五子的大哥) 虽是正义的化身但他也必须承受痛苦。般度五子不是遭到放逐而历尽艰辛吗？丧失王位的哈利斯真陀罗 (Harischandra) 不是沦落为一个坟场管工吗？人人都必须面对自己行为的果报。然而，人确实是有能力摆脱业的果报的。因肉身执

著而不能善加利用天赋的才能，致使他最终变得懦弱了。因有此身，痛苦难免，但肉身是短暂的，随时会崩溃，所以，要逐渐减少对肉身的执著。

医生节

不要在意肉体的痛苦。对人而言，痛苦是自然的事。要以真我力量来面对痛苦。努力工作，不断研究，医生终于找到了各种疾病的疗方。今天，医生人数众多，但病人更多。一室之内有两个医生就有四个病人！医生人数增加，病人也跟着增加。但这绝不是医生的过错。原因何在？在于人不能控制他的欲望。

诸位爱的化身！

要逐渐放弃肉身执著，要培育真我意识。只有真我(Atma)是真实的、永恒的。真我是我们的支柱。世上一切皆如过眼云烟。不要被肉身执著所迷惑。今天，我们庆祝医生节。在这一天，医生们重新献身于减轻病人的痛苦而使病人得以舒解身心的不愉快。有些医生以牺牲的精神来无私地履行自己的职责并视病人的福祉为自己的主要目标。

孙达雷士(Sundaresh)医生竭尽所能，不遗余力地照顾我的身体。他无时无刻不在追踪和监视我的健康状况的进展。我总是告诉他，“孙达雷士，别为我的健康担心，我没事的。”但他并不放心。他会老是询问我什么地方有疼痛的现象。其实，他对其他病人也一样地这么关心。当我们学院的一个学生骑电单车遇到意外受伤时，孙医生日夜夜监察他的伤情，甚至在夜晚也到布达峇地来探望他。如果世上的医生都像孙医生这样，有爱心，肯负责，那么，疾病就可消灭了。今天，疾病之所以上升，原因就在于医生太过唯利是图。

大概在九年前，有一天，我正用一个美国医生送给我的吹风筒来吹头发。我不习惯于使用现代的机械产品。当我在用时，突然停电了。在

我仔细察看吹风筒为什么不操作时，电力突然回复，结果，一阵炽热的风正吹向我的左眼并破坏眼睛的晶体。但我并不因此而受到干扰。我想一只眼睛也够看这广大的世界了。Sahasra Seersha Purusha Sahasraksha Sahasra Pad (神有千头、千眼和千足)。

当我这次在医院接受臀骨手术时，穆地医生(Dr.Hemanth Murthy)要我也同时进行眼科手术。他为我开刀并换上新的晶体。之后，我的两只眼睛都能看得清楚了。有这样好的医生，任何手术都能成功完成。眼科医生如穆地医生及整形外科医生如孙达雷士都是世上不可多得的医生。这样的医生应该得到鼓励和支持。

今天，很多糖尿病患者来动眼睛手术。动这一类的手术，必须有精密的仪器。但是，政府没有能力给医生们提供必需的设备 and 仪器，结果，使到医生束手无策，不能尽其本份。不论一个医生的医术有多高明，如果没有适当的配备，他也不能有效地执行他的任务。我要提供必需的基础设施和精良配备以鼓励和支持这样的医生。医生节就是为了对这样的医生表示鼓励和贺忱而庆祝的。

行医不是企业

对人的一生而言，健康和教育是非常重要的两项要求。没有教育，生命有何用？除了教育外，你也得有良好的健康。有健康的身体，你才能把自己所学的付诸实行。时至今日，很多人还是因为得不到医药照顾而饱受折磨。你的主要任务就是去协助受苦受难的同胞。只有这样，国家才会昌盛繁荣。钱来而有所往，德至则有所长。今天，很多医生把行医看作是一种企业。他们希望赚取病人的金钱而不是乐见病人的康复。在医学的领域来进行谋利的商业活动是一项深重的罪行。医者应该培育起牺牲精神并乐于助人。一个好医生只考虑到病人的福利。我们一定要激励这样的医生。如果这样的医生得到鼓励，那就是病人的福气了。

诸位爱的化身！

你必须以健康为重，注意饮食和健身的习惯。在我们的国家里，还有不少人连最基本的生活需要都缺乏，如食物、衣服和房屋等。当他们患病时，谁来照顾他们呢？不要认为我是在过份夸耀我们自己的医院。你不妨到我们的医院来看看就知道了。如果你到我们的普通医院和专科医院，你会发现很多穷人都到这里来免费看病。在其他地方，专科医院都是为了谋利而设的。他们连量一量病人的体温也要收费。穷人怎么能够负担得起高昂的医药费呢？医生应该在可能的范围内给病人免费治病，不应该置病人于痛苦之中，哪怕是那么些微的痛苦！

服务病人就是服务神

很多医生都有牺牲精神来为病人看病。没有比帮助病人更伟大的服务了。神是贫困者的唯一救星。因为人是神的化身，所以帮助贫困者是人的主要义务。很多大医院都是为了赚钱而设的。行医并非一种商业。行医是促进医生与病人之间的一种心连心、爱对爱的关系。一个真正的好医生了解这个道理并据之而行。一个爱钱的医生绝对不是一个医生，其实，他是一个病人！牺牲精神是一个真正医生的标志。

在我们医院服务的医生都有牺牲精神。莎薇特里医生和其他医生不辞劳苦，日以继夜地在我们的中央医院服务。我常告诉他们，“首先，你们得照顾自己的健康，然后，你们才能为他人治病。没有健康的身体，你们如何能照顾病人呢？”我们的院长在致辞中说：Vaidyo Narayano Hari（医生确实是神啊）。身为主那罗延那（Narayana）的化身，医生应该为每一个人服务。神总是在为人服务。Paropakara Punyaya, Papaya Parapeedanam（助人者有功德，伤人者得罪业）。

你不必成为医生才能帮助他人。你应该竭尽所能帮助你的同胞。我们在很多地方都设有医院，如：布达峇地、班加罗尔、阿立克、穆典纳

哈里等地。看到医生在那里工作，我心里感到无比的欣慰。我们在最近才在阿立克（Alike）设立医院，为广大贫苦病人治病。看到病人脸上挂着喜悦，我感到非常兴奋。他们的喜给了我极大的力量。

只有通过服务，你才能成为神恩的接受者。如果你不参与服务活动，你这一生就失去意义了。爱神的最佳方式莫过于服务神。你应该为众生谋福利并遵循着爱与服务的途径。只有这样，你才能究竟人生。

在布达峇地，我们有一所中央医院，另一所在白草原（Whitefield）。在这些医院里，不少病人治好了他们的病。病人的快乐带给我快乐。如果你渴望斯瓦米健康和快乐，那么你就好好地照顾病人吧！病人的福利必须是你的最优先。要诚心为他们服务，为病人服务就是为神服务，没有比这更崇高的服务了。

医生节的庆祝意义在于执行服务活动而不在于穿上华丽的盛装。如你所知，莎薇特里医生和珊达拉医生正服务于这里的中央医院，作出伟大的贡献。不仅如此，还有很多医生经常从城市到这里来做义诊，奉献出他们的一份心力。（庆典在唱国歌之后拉下帷幕）

录自薄伽梵在班加罗尔·平达弯（白草原）·赛拉美士克利珊礼堂所做的讲道，时为2003年7月5日。

（英译文刊载于2003年7月版）

认识你的本来面目

你所说的存在，其实是不存在的。你所说的不存在，其实是存在的。只有神无处无时不存在。天地万物只是幻象。要明白这真理啊！
(泰卢固诗)

自古以来，人类就已经致力于寻找神。古圣先哲们远遁山林与黑洞进行苦修以盼望神的显灵。

神性是一切生命的种子

他们终生努力不懈地来达到这目标，然而，只有少数人如愿以偿。这些成功者宣称，Vedhametham Purusham Mahantham Adityavarnam Thamasa Parasthath (我已得睹至高无上者，神，祂发出亮如亿万个太阳的光芒，祂超越无明) 他们向全世界透露这真相。基士拿上主在《薄伽梵歌》里宣称：Sarva Bhutanam Beejam Tadaham (我是一切生命的种子) 这种子成长为一株巨大雄伟的宇宙树，散发出数不尽的枝枝叶叶。亿万的生命由这树滋生，他们就像是结下的果实，每粒果实都含有圣灵的种子。这圣洁之地的圣贤们明白这真理并把圣灵的信息传到世界各个角落。他们竭尽一切力量来保卫和维护这宇宙树。

基士拿上主又说，Mamaivamsho Jeevaloke Jeevabhuta Sanathana (寓于一切生命的永恒纯灵是我生命的一部份)。每一个生命都是神的一部份，绝无分离的实体。神以一粒种子存在于人人之中。个人不仅是神的一面，又是神本身。不要以为神只在这儿不在那儿，祂无处不在且在一

切生命中。我们的古圣先贤以无比的信心与意志倡导这真理。圣灵(神)灿然闪耀于天地万物中。谁是神？祂真的存在吗？凡人心存疑虑，这是愚不可及的。神存在于天地万物。经过好多年的研究，科学家才知道原子弥漫一切。钵罗赫拉德 (Prahlada) 在几千年前就宣布同样的真相。他说，不要怀疑神的无所不在。不论你在何处寻找祂，祂就在那里。(泰卢固诗)

这是无可置疑的。你不能否认站在你面前的人的存在。同理，你不能否认弥漫于万物的神。你如何说祂在这而不在那？你到哪里寻找神，祂就在那里。世上万物无非神的彰显。祂寓于万物及众生之内。这怎么可能呢？这里有个小例子。当你播下一粒种子之后，它成长为一株结着累累果实的大树。在每粒的果实内，你可以看到你所播下的同样的种子。同理，神的种子种在万物之内。神不仅存在于人类之内也存在于鸟、兽和昆虫之中。

培养坚定的信心来体验神

今天，科学进步了但感官却退化了。结果人心中的怀疑与日俱增。科学的影响是什么呢？今日科学界所发现的，明天就可能站不住脚了。科学所涉及的仅是物质的研究。你不应该只是研究更应该决心探求真理。这样，你才能了解圣灵。除非你认识某人，否则，你不能说他不在这儿。同样，你没有权力否定神的存在。事实上，祂无处不在。祂存在于一切相。名和相虽然不一但是神只有一位。人人都应该努力来认识与体验这个真相。神不是一个分开的实体。祂寓于一切生命之中。祂是福悦的化身。Nityanandam, Parama Sukhadam, Kevalam Jnanamurtim, Dwand-wateetam, Gagana Sadrisham, Tattwamasyadi Lakshyam, Ekam, Nityam, Vimalam, Achalam, Sarvadhee Sakshibhutam 【神是永恒福悦的化身，祂是纯智慧，独一无二，超越二元性，辽阔和遍满如天空，‘Mahavakya Tattwamasi’ (大格言汝即彼) 指示的目标，永恒的，纯净的，不变的，一切智之操作的见证者】。

仅凭书本你不能领悟圣灵原则，而你必须把书本知识转变为实用知识才行。你应该培育一颗圣洁的心，不让丝毫瑕疵或怀疑有立足的余地。因为伽利时代的影响，人成了怀疑的托马(doubting Thomas 怀疑者)。要体认神，人一定要有坚定的信心。神只为那些认为祂存在的人而存在，祂不为否定祂的人而存在。祂依据你的感觉来回应。你得改变你的观想和观念以便体认神。正面的观想和观念使你更亲近神。

爱的化身们！

对神你应该有不畏缩的信心。你可以用任何名号称呼祂，任何形相默思祂。你可称祂为耶苏，阿拉，罗摩，基士拿，琐罗阿斯德或佛陀。不同宗教以不同的名和相归属于神。这都只是外在的形相。一切名和相的基本原则全在你之内。凡你外在所见的一切都只是基本原则的反应、反映和回响。可是，你却被反映所蒙蔽了而把它当真。你为自己制造的幻相而烦恼。你欺骗自己，出卖自己。一切都是你的感觉在作祟。你的怀疑是造成这一切烦恼的因由。

爱的化身们！

根据《吠陀经》与《奥义书》的教导，人类应该是完全不受怀疑的束缚的。他应该是坚定的、稳固的，但今天，人却充满着怀疑。怀疑从何而生的呢？都是来自人自己的想像。实际上，人是 Sat-Chit-Ananda (存在-意识-福乐) 的化身。他是真理和正义的仓库。他是神的一点火光。但是，怀疑让他面临劫数。他到处可以见到神但他却认为他没有看到神。神在你之内，和你同在，在你周围，在你上下左右。祂无处不在。你是谁？你本身就是神的化身。

神的种子存在于众生之内。要视这种子为生命的基本原则。如果你把种子种下，它成长为一株大树并结下累累果实。每一个果实之内都有种子。你只种下一粒种子却获得这么多种子。同理，每一个生命就像含

有圣灵种子的每一个果实。那即是阿特玛 (Atma 真我、纯灵)。但是，你却不做出努力去认识种子。你吃水果，喝果汁，但你抛掉种子。今天的人没有分辨真伪的能力。他渴求短暂的事物而忽视真实与永恒的原则。他觉得自己不需要它。他不了解一切都包含在永恒的原则之内，也就是包含在神的种子之内。

人人都可以体验神；祂是爱的化身。你不必到处去寻找神。你到哪儿，祂就在哪。你为什么忘记这么容易接近的慈悲的神呢？祂以纯意识的形态存在于人人之内。意识弥漫于天地万物。你根本无法指出那个地方是纯意识所不存在的。因为你没有体认到意识就是神，所以，你忽视了它的存在。你必须做出努力去体验真理。意识闪烁于人人之内，它是无形的。这里有个例子。你可以看见吸入和吐出的空气吗？你可以用双手抓住空气吗？不能。但是，你不能否定它的存在因为生命靠它才能生存。同理，圣灵存在于你之内而到处去寻找圣灵是愚不可及的。

首先你必须培育信心。视 Viswasa (信心) 为 Swasa (生命气息)。爱源自信心。你爱你的母亲因你坚信她是你的母亲。所以，信心是人人不可或缺的。

有信心，就有爱。

有爱，就有真理。

有真理，就有平和。

有平和，就有福悦。

有福悦，就有神。

如果没有信心，你如何经验神？重要的是对自己有信心，没有自信的人对神就没有信心。

神弥漫宇宙

你每天都看到神。你在哪儿看到祂呢？你触目所及无非祂的形相。Sahasra Seersha Purusha Sahasraksha Sahasra Pad (神有千首、千眼、千足)。你见到千首，但你却认为自己没有见到神。多愚不可及呀！你以为他们只是外在的形相。事实上，你外在所看到的无非你内在的反映。你忘掉实体而被实体的反应、反映与回响所蒙蔽了。

爱的化身们！

你处处只看到神，没有第二个实体。(峇峇展示其手帕)这是什么？你说是块布，但它不仅是块布。没有线，成不了布，没有棉花，成不了线，棉花是布的基本。同理，神是一切名和相的基本。圣灵（神）在人人之内发光。同一的电流流到不同的灯泡。没有电流，灯泡不能发光。每一个人就好像是一个灯泡。圣灵以发光体(Tejas)的方式存在于人人之内。你应该努力去观想这发光体。瞎子或闭上眼睛的人，是看不到光的。把眼睛张开的人处处都看到光。圣灵的光是无处不在的。Sarvata Panipadam Tat Sarvathokshi Siromukham, Sarvata Sruthimalloke Sarvamav-ruthya Tishthati(神以手，足，眼，头，口与耳充斥一切并弥漫整个寰宇)。

眼睛的功能在看，这功能何来？那就是神。眼内的视力是神。舌上的味觉是神。所食之物是神圣的。你的 Maatalu (言语)，你的 Antalu (游戏)和 Paatalu (歌)，一切都是神圣的。鸟孵蛋，一粒小种子长成一棵巨树，花朵芬芳四溢，这一切都只是神促成的。神存在于一切。有些人否定神的存在。这种论调是没有根据的。就连你所说出的话也来自神。声音是神。所以神被描述为，Sabda Brahmayi, Characharamayi, Jyotir-mayi, Vangmayi, Nityanandamayi Paratparamayi, Mayamayi 和 Sreemayi (是声音，动和静，光，言语，永恒，福悦，完美，虚幻和财富的化身)。在这世上，神就是彰显于这八大形相上。你可以到处看到神的这些八大宝相。

愚人或智者，科学家或圣哲，但神都毫无分别地寓于其中。科学家

谈论的是实验，圣哲谈论的是体验。科学家说原子弥漫一切而圣哲则说灵性弥漫一切。Sarvam Vishnumayam Jagat (毗湿奴遍在于天地万物)。Sarvam Ramamayam Jagat (罗摩遍在于天地万物)。如果你说神是遍在于一切，科学家是不会赞同的。他们说依据实验，原子才是处处存在的。神不能靠实验来了解；只能靠体验。物质实验仅揭露短暂的真相，但是向内在探询阿特玛(Atma 真我)就揭露永恒的原则。

钵罗赫拉德说神无所不在。其父喜兰尼耶卡西布 (Hiranyakasipu)指着柱子问，“你的神存在这里吗？”钵回答，“当然”。喜兰尼耶卡西布即刻用手杖敲打柱子。果然，那罗申哈神化身(Narasimha Avatar)现身了。这事件的含义是什么？我们说，Deho Devalaya Proktho Jivo Deva Sanathana (身体是庙堂，内寓者是神)。神在体内。当你不执著于肉体，祂即刻显灵。只要你一味执著于肉身，你就无从看到神的显灵。

神无所不在。由于心有质疑，你无法体验这真相。假设你口袋内有包火柴盒。每一支火柴内都蕴有火种。但它会燃烧你的口袋吗？不会。只有在你擦火柴时才能起火。同样，在每一个人之内，都藏有神的火柴盒。当神名的火柴支擦在神盒上，智慧之火便会点燃。

除去疑惑，才能见神

爱的化身们！

神以爱的形式存在于人人内心。爱是神。最优越的莫过于爱了。当你内心有爱时，你就能处处见到神。Yad Bhavam Tad Bhavati (什么样的感觉就有什么样的结果)。神以你的感觉回应你。你见不到神因为你内心缺乏爱。你爱亲朋戚友。但这不能称为真爱。这是眷恋。你一定要去除我执才能培育真爱和体认神。肉身执著让人心生疑惑，结果，毁了你的一生。

今天，人心充满疑惑。耶苏门徒中有一位疑心的汤姆斯。他时常怀疑耶苏的神性。甚至是辨喜，有一次也怀疑到底罗摩基士拿(Ramakrishna Paramahansa)是否是真的神圣。他置放一枚硬币于其床单下，然后静观动静。罗摩基士拿一躺在床上，马上退缩好像被蚂蚁咬一样。于是他揭开被单，找到了硬币。祂问，“谁藏了硬币在这里？”辨喜招认说，“是我在试探你。”罗摩基士拿告诉他，“孩子，我不要试探。我要你的爱。爱是我的嗜好。与人人分享你的爱吧！”在每一位下凡神首的时代都有存疑的人。只要有怀疑，人就无法体认神。怀疑破坏了人的天性。所以，首先要彻底除去怀疑。对自己要有信心，只有这样，你才能对神有信心。

不能因为见不到神而否定祂。只有培育出爱和信心后，你才能见到祂。对神的无所不在要有坚定不移的信心。即便是那么一点怀疑存在于你的内心，你就看不到神了。我们的眼睛长仅一寸但却可以看到遥远的星星。谁赋予这种眼力？就是圣灵的力量存在于眼睛之内。疑心就像白内障，蒙蔽视线。有白内障的人无法看见近在咫尺的妻儿。同理，有疑心的人无法见到神。你必须动手术，切除‘白内障’，你才能看到神(Sakshatkava)。

体认你的神性

人赋有无比的力量，人的潜能是巨大无比的、在其他地方是找不到的。没有什么是人所不能成就的。在科技上，人已经有了很大的进展，他遨游太空，登陆月球，然而他却不能向内迈进分毫以观察自己的内心。如果不认识自己，你所有的俗世学识有何用呢？

爱的化身们！

人人都天生有爱与真的圣洁素质。要沉思静虑这些神圣的哲理。只有一个真理。没有所谓的美国真理，巴基士坦真理，苏联真理等等。真

理就是真理；是弥漫于一切的。真理是神。要恪守真理。在任何情况下，都不要说不真实的话。怀持爱来说真话。爱是神，要活在爱之中。要培育更多的爱。爱是你的真性。人人都有爱，但是人把爱转向妻子、孩子、亲友和世俗物质。要把爱转向神并念着祂。这样，你才能处处看到祂。你可能会怀疑。相信我，这是可能的。你到处寻找神而忽略了自己的神性。你是神本身。你怎么可以四处寻找自己呢？要认识自己真正的身份。你们都是神的形相。这就是为何大家聚集于此的原因。你的神性让你爱这神相。你我并无差别。只有一个神圣原则。不要让因阶级、宗教和种族而起的差别有立足的余地。要与他人分享你的爱并坚信神存在于一切之内。你是神，没有比你更优越的了。要培育起这样的信心。一旦培育起信心，你就能培育起爱心。

爱的化身们！

你不需要寻找神，也不用千里迢迢去看神。人们到喜马拉雅山和各朝圣中心去拜会神。但是，神在哪儿呢？祂在心内。如果寻找神于外在而忘记自己内在神性，你如何能找到神？要认识自己。圣灵弥漫一切，小至原子，大至宇宙。Anoraneeyan Mahato Maheeyan (梵比最精微的精微，比最浩大的浩大)。神小而无内，大而无外。

为了吸引孩子，人们把糖果做成了各式各样的鸟兽形状出售。你折断其任何部份如尾巴，耳朵或身体来吃而每个部份都是甜的。圣灵之弥漫天地万物一如甜味之弥漫于糖娃娃。不体悟这真理而去找神，你只是浪费时间。时间是神。神是时间的化身。祂是 Karma (行为)的化身。所以，在你行动之前，要向行动(Karma)致敬。你避不开业(Karma 行动)。它如影随行。一旦你体悟圣灵(神)，影子就消失而真实就留存。

视爱为神

首要的是培育起‘神是无所不在的’这个信心。这样，你才能真正

见到祂。切莫以为神只存在于一个特定的地点。你不必千里迢迢来见赛峇峇。祂在你之内。如果你想到某处去找祂，你肯定会失望的。你脚下的大地藏有巨大的财富，但是，除非是在正确的地方挖掘，否则你是无法取得的。同理，你必须培育起爱，履行你的义务并且以坚定的信心步上正道而后你才能明心见性。《奥义书》描述人为 Manava。谁是 Manava (人)？只徒具人形不配称为人。那被赋予爱，真和信心者才是 Manava。比如，在路上你碰见一位妈妈，怀中抱着小孩子。你对小孩微笑，他也以微笑回应。同样的，凡你在世上所看到的一切只是你内在存有的反应、反映和回响而已。

愚蠢的人到处去找神。你不需要到任何地方找祂。你只要闭上眼睛，向内观照，你就会找到神了。没有 Daiva (神) 就没有 Jiva (个灵)。事实上，Jiva (个灵) 就是 Daiva (神)。个人被称为 Vyashti (个体)，神是 Samash-ti (社会、群体、整体)。上百的个人组成个社会，上百株树构成森林，上百户人家结成村落。名称虽异，根基是同样的。

神不被局限在某个特定地方。祂无处不在。神圣原则只有一个。祂以‘我’存在于人人之内。你我无分别。我们是同一的。要致力于了解这个真实情况。神与你是不分开的。祂在你之内，和你同在，在你四周，在你上下左右。

爱的化身们！

要培育爱。要爱每一个人。不要恨任何人。你所展示给他人的憎恨会以反映的方式回归于你。假如遇见了一位憎恨你的人，你对他说，“喂，我的朋友，你好吗？”用爱心和他交谈，而他也必以同样的感觉来回应你。相反的，如果你憎恨和辱骂他，他也会以同样的方式回敬你。憎恨及嗔怒是你最大的敌人。

“愤怒的人一事难成。他只会犯罪而被人藐视” (泰卢固诗)

“他会被亲友抛弃。他会失掉一切的尊严。嗔怒会完全毁灭他。”
(泰卢固诗)

事实上，嗔怒，妒嫉与憎恨等恶质不是人类的天性。

爱的化身们！

不要仇恨任何人。要与人人结善缘。但要记得，只有神才是你真正的朋友。‘友谊’是九大虔诚法门之一。为了培育起跟神的友谊，你就得培育爱心。爱的力量可以征服任何人，甚至是罪大恶极者。

有一次当佛陀在森林中步行时，有一个恶魔想伤害他，恶魔目露红光，穷凶恶极并大声喝道，“你是谁？”佛陀笑着回答，“我是你的朋友。”恶魔马上软化并回应，“我也是你的朋友。”后来他化为一只鸽子飞走了。你到哪儿去找和平？从爱中。

所以，要爱众生。不要恨任何人。即便是敌人，你也应该爱他。这样，你一定会获得和平。现代人都在找和平。但是世界到处是碎瓶，没有和平。和平在你之内。你是和平的化身。你是爱的化身。你是真理的化身。你是神的化身。佛陀教导，Buddham Saranam Gachchami, Sangham Saranam Gachchhami, Dharmam Saramam Gachchhami (归依佛，归依法，归依僧)。一切高尚人格无不把重点放在爱的培育上。无爱心者不算是人。爱是我们的生命。一旦内心洋溢着爱，我们会体验到永恒的福悦了。

当佛陀在涅槃时，他的堂弟，阿难陀开始掉泪。佛陀说，“阿难陀，我的涅槃让你悲伤吗？为何哭？你也应该借培育爱来达致这福乐的境界啊！”说完，佛陀就离开了。阿难陀完全追随佛陀的教导而体验了 Ananda (福悦)。

首先，要培育的是爱心。有爱就有神。银行中有数之不尽的钞票，

你能仅凭乞讨而得吗？不。除非你先把钱存进去，否则你得不到分文。同理，你必须把信心和纯爱的‘款项’存入圣灵银行，之后，你才能领取神圣的恩典。

世尊以答赞，“Prema Mudita Manasa Kaho……”来结束开示。

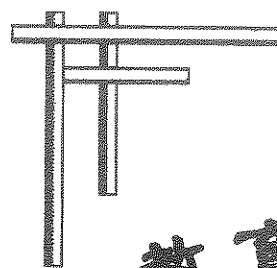
——录自 2003 年 5 月 18 日世尊在哥代卡那尔的赛斯鲁迪所作的开示。



一个神圣的家庭

人的克服自己，他的发现万物的基本一体性及他与统一一切的真理作脉动性的接触，凡此都在吠陀经(Veda)里都有了最早的实证。吠陀宣称：神是 Sarvabhutantaratma (神乃众生内寓的精灵)，Isavasyam Idam Sarvam (神弥漫整个寰宇)，Vaasudevasarvamidam (一切是神)。在人之内之的圣灵原则就像是点亮不同颜色和亮度的灯泡的电流一样。同样的神照亮每一个人，不论他属于哪一种信仰，哪一种肤色，哪一个族群或地区。那些看到差异的人是被虚幻所蒙蔽的，他们被偏见、自我、憎恨和敌意所笼罩着。爱使大家融合于一个神圣的大家庭里。

—— Baba



教育的宝冠是人格

如果你抛弃了自我，你成为人人的至亲；
如果你克服了嗔怒，你就摆脱忧虑；
如果你控制了欲望，你就富足；
如果你克服了贪念，你就快乐。（泰卢固诗）

爱的化身们！

今天人类在各个领域包括教育都陷于不安，不义，不公之中。放眼今日世界，处处仅见灾祸，苦难和暴乱。事实上，不论是政治界，金融界或是灵道上，纷扰的观象都在与日俱增。

培育勇气和坚忍来克服恐惧

不论身处何地，人都被恐惧所困扰。今日世界，要找一位无畏无惧者简直是难如登天。什么原因呢？不论是在家里，街上，办公室，学府内或闹市，人时时刻刻都由内心不自知的发出恐惧。有哪个地方是恐惧不存在的？唯一没有恐惧的地方要算是充满圣爱的寺庙了。这到处泛滥的恐惧是人自己的缺陷引起的。英国首相邱吉尔说，“人征服了一切，但却征服不了他自己。”钵罗赫拉德同样也对父亲说这样的话。在小的时候，钵罗赫拉德就胆识过人。在父亲面前，他毫无顾虑地向父亲阐释灵性真相。今天，人必须了解如何来培养像钵罗赫拉德这样的勇气。今天，虽然青少年甚至成年人都有培育勇气的能力但是他们却充满着恐惧。人是应该培育勇气和毅力来面对恐惧的。只有从神那儿，他才能得到

勇气。为此，他必须培育对神的信心与虔诚。

男女学生们！

你们必须勇敢面对今日世界的情境。我们真正的力量在于勇敢与坚忍。如果你培育起对神的虔诚，你就有信心和勇气面对世上的挑战了。生命是个挑战，面对吧！生命是场游戏，参与吧！缺乏勇气，你就会成为恐惧的牺牲者。所以，要培育勇气来面对世上的一切挑战。

教育不仅是教导读与写的能力。什么是 Vidya (教育)？Sa Vidya Ya Vimuktaye (真正的教育在于超脱)。真正的教育教导学生培育勇气和毅力。这正是我们应该以无比的勇气来面对生活的时候了。我们绝不能迟疑、畏缩，若要在生活的各个领域达致成功。

智慧不局限于书本之内

人们研究经典，求取学问并在各个知识领域有所建树，但是他们却缺乏真正的知识。有一次，闍纳竭 (Janaka) 国王主持一个学者会议。那时，有一位圣者叫阿斯达瓦克拉 (Ashtavakra) 的步入会议厅。他一进会场，场内学者们都哄堂大笑。阿斯达瓦克拉见此情境也随着大笑甚至笑得更大声。一位学者站起来问，“我们笑你是有道理的。那是因为你的身体歪扭成八段而你为什么笑我们呢？”阿斯达瓦克拉回答，“学者们啊！你们笑我歪曲的身体。我笑你们歪曲的心念。你们应该先控制自己的心念呀！”

俗语说，要控制心念而成为心念的主宰。阿斯达瓦克拉继续说，“你们的笑是无理的和无意义的。我以为这是一个崇高学者的集合，但我看不到一个真正的学者。这仅是鞋匠的一个集合。”听到这种污辱，学者都受不了并气愤地问，“鞋匠是做草鞋和拖鞋的。我们是学者。你怎能将鞋匠和我们相提并论？”阿斯达瓦克拉说，“只有鞋匠以皮估价，

学者则不为。Pudita Samadarshina (学者是持平等心者)。这集会中没有人有平等心呀。”

在这一阵交锋中，闍纳竭平静的坐着，目睹一切。放弃了执著，他心如止水。听了阿斯达瓦克拉一番话，他甚感欣悦并说，“圣者阿斯达瓦克拉啊！你所言绝对是正确的。的确，这里没有一个是持平等心的学者。平等心、纯净心和恪守真理是教育和学识的标志。我们很幸运在这次会议上有你这样的智者。”

新式教育只传授书本知识。书本知识是表面的。它不能启发学生的爱心。这种教育有何用呢？你应该追求充实生命的实用知识。这样，你才能赢得真正学者的地位。今天的学生追求好成绩以期名列前茅。但如果内心没有爱，这又有什么用呢？拥有地位、权势、学识和高尚品德的闍纳竭国王非常敬佩阿斯达瓦克拉的教导。

在古代，印度出了许多像闍纳竭和阿斯达瓦克拉这样的学者和圣哲。这些学者和统治者现在已经看不到了。现代教育家缺乏古代学者所拥有的高尚品德。因此，他们所追求的知识是没有什么意义的。没有人格的教育不算是教育。你可以拥有一切，但如果缺人格和善良品质，这一切都是枉然。不要夸耀你所受的高深教育。今天你所受的教育是属那一类的？严格说来那根本不是教育。在真正的学者面前显耀这种肤浅的教育是可笑的。教育不仅是求知识。教育意谓维持人类价值观及实现社会福利。但是，今天的教育已经变成了一个企业。更甚的，人们完全不了解什么是真正的教育。我们应该接受有助于我们达致超脱的教育。这才是真正的教育。优秀的学生不少。他们应该渴望这样的教育。

今天你在学校学到了些什么？你学“Ba-Ba Black Sheep”。不是吗？你想成为黑羊 (Blacksheep) 吗？这不是你非学不可的。你必须学有关神的一切。你必须通过教育学到勇气和优良品格。真正的力量发自内心。你应该追求那能培育和启发你内在力量的教育。

学生们！现代教育已经变得歪曲了。阿斯达瓦卡拉只有歪曲的身体，但现今的受教育者却有歪曲的心念。首先，我们必须除去歪曲的心念，之后，我们才能成为真正的受教育者。我们今天所学的完全是没有意义的，就连我们求得的书本知识也是不正确的。今天世上的学者多得不计其数，就使把他们都集合起来也抵不过一位阿斯达瓦卡拉。今天，你再也找不到像阿斯达瓦卡拉这样的一个学者了。这种学者已经绝迹了。

教育的目标是人格

爱的化身们！

我们一定要询问，我们研读的是什么。今日，教育有很多种。其范围已经是没有限制的了。这教育的精粹是什么？喜兰耶卡西布问他的儿子钵罗赫拉德，从老师詹达和阿玛卡那儿学到了些什么。钵罗赫拉德说：父亲！老师教了我很多东西。我了解了人生的四大目标，即：Dharma（正义），Artha（财富），Kama（欲念）和 Moksha（解脱）。我学到了不少东西。其实，我已了解教育的精粹。（泰卢固诗）

他父亲就问他，教育的精华是什么。钵罗赫拉德说，“Om Nam Narayanaya。”喜兰耶卡西布大为震怒并警告他不可再提及那罗延那（Narayana）的名字并把他推出去。这种厌恶灵性教育的心态，在今天也屡见不鲜。很自然地，今天的教育已看不到一丝虔诚、爱或仁慈的痕迹了。在这样的情况下，爱如何能培育呢？

学生们！

你们正在求学。要把你们所学的深深地烙印在心里。古代，父母设有正式受过教育，但是他们却把深奥的哲理灌输给孩子，就连目不识丁的母亲也把伟大的智慧传授给孩子。你们今天可有学到一点圣洁的智慧？首先，你应该学会向神祈祷并且歌颂祂的荣耀。要静虑于神以赢取祂

的恩典。这才是真正教育的精粹。我们必须把这种教育提供给学生。孩子们应该听从父母的劝导。他们应该步上圣洁的康庄大道。如果你不能了解自己，那你的教育岂不枉然？在了解其他一切之前，你务必先了解自己的本来面目。古人这么说：

闻鸡即起，进行祭礼；礼毕沐浴，衣著整齐；

早餐适量，过犹不及；上学读书，勤奋努力，

光耀门楣，赢取好声誉。

雨天不出门，步不近沟渠。

定时游戏，定时休息，活动要参与，体魄应操习。

谨守这些规矩，保你健康和富裕。（泰卢固诗）

那时，家长常耳提面训。我们必须从我们的父母和长者而不仅从书本，学习到这样的好习惯、好操行。今天你到学校求学。‘Badi’意谓学校，也意谓轭，即把两只牛系在一起的横木。轭的作用就像是一个控系统。学校应该有适当的管理和纪律。缺乏管理，学校有何用呢？如果不学习调控和节制，每天上学回家不是没有意义了吗？现代教育仅有丰富的厚厚书本而已而没有任何智慧。这些厚厚的书本仅可以用来作枕头睡觉。你需要的是真正的智慧啊！

男女学生们！

首先，你应该学习 Daiva Chintana（默思神）。尝试去了解“Hari”（神）的意思。如果你念诵‘Hari’的名号，你会得到真正的启发。不学这个，其他免谈。你不努力去求真知；你只为谋生而求学。今天，就连受高深教育者也缺乏真正的智慧。书本知识不重要；重要的是行为。你应该步上圣洁的康庄大道。行为不检，教育枉然，一切所学又有何用？

“无人可以改变书写在你额头上的标志。如果你不明辨是非，不阻止恶念进入你的头脑，那你所受的教育有何益处呢？”（泰卢固诗）

首先，要修正自己的想法和心念。心正则行正。若不正心，其他一切皆徒然。你应该有自己独立的心念，不假借他人之念，这样，你才能给人立下好榜样。我希望自今日始，学生们要培养优良品格，良善行为和高尚品质。你可以拥有一切，但如果没有人格，一切都是徒然。教育的最终目标是人格。没有人格，教育等同虚设。每个学生应该展现出他的卓越和高尚的人格。他的言谈应该充满着温馨、纯净和智慧。

马勇(Aswatthama)是个良师的儿子，但他是个没有人格的人。他头上顶着具有保护力量的宝石。拿走宝石他就失掉一切能力。当哈奴曼到楞伽(Lanka)时，悉多(Sita)把她的宝冠送给他。这大大地加强了她的力量。有这宝冠在手，他英勇无比。他非常珍惜它并视之如命。今天我们有这种宝石吗？(世尊提到他最近在哥代卡纳尔变现悉多宝石给学生看的事情。)就今日的情况而言，这宝石就是人格宝石。人今天需要的就是人格宝石。没有人格宝石，其他宝石不就等于废物了吗？

哈奴曼对罗摩的虔诚

在罗摩加冕时，他想要赏赐所有曾助他的人。悉多于是说：“哈奴曼是众猴中的宝冠，他完成了你的使命。在楞伽找到我并勇猛无比的毁灭了楞伽市。”(泰卢固诗)

悉多问罗摩赏什么给哈奴曼。罗摩说，“悉多，哈奴曼不喜欢任何平凡的回报。我知道他要什么。我会赏给他要的。”悉多把阑纳竭赠她的珍珠项链给哈奴曼。哈奴曼把一粒粒的珍珠咬碎并丢弃。没有包含着罗摩名字的珍珠有何用呢？罗摩起立，抱着哈奴曼说，“这是我赏给你的，我们同在一起，永不分离，你我之间的爱的联系是永恒的。”哈奴曼喜极而说，“除了你，我还奢求什么呢？我对财富没有兴趣。您的名号是我唯一的瑰宝，您的形相是我的财富。”悉多听了也欣慰无比。

有一次，斯里罗摩庆祝生日。侨萨厘雅做了可口的甜品，分送人人

。她邀请众人出席并送礼给他们。这日，侨萨厘雅为悉多在额头上点上朱砂，而后悉多和罗摩回房去。哈奴曼要跟随罗摩但被侨萨厘雅阻止他进入房间。她说悉多有朱砂印可入罗摩房间而哈奴曼不行。哈奴曼很生气，跑到市场去买了一大包朱砂，涂满全身并说，“悉多只是点朱砂在额头，就有权进入罗摩的房间而我满身朱砂，更可以进入了把？”哈奴曼的忠心耿耿，呈现着一片纯真与圣洁。古代人有极高的圣洁感，今人则没有。但往者已矣，不可复得；来者可追，要把握现在。

有一次，安珍尼雅(Anjaneya)的母亲，安查娜蒂薇(Anjana Devi)来访侨萨厘雅。她自我介绍说，“我是那位跨过巨洋的安珍尼雅的母亲。”不久，圣哲阿卡斯迪雅(Agastya)的母亲也来访。她自我介绍“我是那位一口吞下汪洋之水者的母亲。”侨萨厘雅对她们说，“你们的儿子之所以能够完成如此惊人的工作是因为我儿子罗摩名字的神力。”在她们交谈时，罗摩进来问，“母亲，你们在讨论什么？”侨萨厘雅回说，“儿子，我们在谈论你名字的荣耀。”罗摩就说，“母亲，这并不是因为我的名字，而是因为他们的净心，使他们有这样的神奇力量。很多人诵唱我的名号，而是否人人得此利益？净心是必不可缺的。”那时的母亲都是功德无量的女性。但是，今天的孩子都却不尊敬母亲了。

每个家庭都该保持的理想

有一次全村人聚集在一起，庆祝斯瓦米的生日。他们对母亲伊斯哇兰玛说，“今日是你儿子的生日，你要来啊。”她欣然接纳，并认为这是她无比的荣幸。她从村里走到我房前，坐在阶梯上并说，“斯瓦米，我只能走到你的房间，没有力气再走了。”文卡玛听了就来帮忙她。伊斯哇兰玛说，“我不需要任何人的帮助。只有斯瓦米会帮助我，无时无刻保护我。”

平达弯的夏令营正在进行中。伊斯哇兰玛用完早餐和咖啡后，嘴里嚼着药酱叶。忽然间她大叫，“斯瓦米，斯瓦米，斯瓦米”三次。我回

答，“我来了，我来了，我来了。”于是我立即下来。她呼了最后的一口气，毫无苦痛的过世了。谁能如此从容离开？所有和我这肉身有关连的人都有此经验。巴达文卡玛拉祖也是这样安然离开的。正当我邀请一些人来面谈时，他来找我。他说，“斯瓦米，我想和你谈一下。”我说，“有很多人在等着我。”他就说，“是急事呀。”然后，他拿些钱放在我手上并说，“我是个穷人。在我死后的第十二天，用这些钱来供养穷人吧！”

我这肉身的双亲很慷慨。有如此双亲是很幸运的。伊斯哇兰玛经常帮助来向她求助的贫穷人家。有些妇人说她们欠缺手镯，于是她就拿谷物去买手镯给她们。那时候，人们没有钱，是用谷物来买东西的。

祖父康达玛拉祖也是如此，他人格高尚，一视同仁。他说，“我不要财富。巴达文卡玛拉祖、秦那文卡玛拉祖、苏巴拉祖和文卡达兰玛可分享财产而我只要一样东西。”大家都在那儿，就问，“父亲，你要什么？”他说，“给我沙迪亚。如果沙迪亚和我同住就够了。”我那时还很小。九岁时，我到布卡巴南上学，也沿着同样的路回家。傍晚时分祖父会叫我，“沙迪亚，来这里。”他从不以‘沙迪亚那罗延那’来叫我，只叫我沙迪亚。别人都叫我拉祖。他靠近我说，“沙迪亚，我们的邻居病了，发高烧，给他做些 Rasam 吧！”我就做 Rasam 送去给病者。我做的 Rasam 被视为医药，能治病。

我全力帮助祖父。一天，我装睡，他靠近我躺下，听见我的呼吸，好像发出‘Om’的声音。翌晨起来，他说，“沙迪亚，过来！今天我们要庆祝一下。”我问，“祖父，什么节日？”他说，“我听见你的呼吸发出 Omkar。”我说，“这不新奇，一直是如此。”康达玛拉祖体验到斯瓦米的神性而感到快乐无比。这家族的名声好，家中成员人人都尽量维护这荣誉，没有人涉及不公平和不正义的活动。在死前，康达玛拉祖交些铜币给我说，“我做的小本生意，还存有一些积蓄，也许我有亏欠某些人也说不定，我死后，尸体抬出来时，把这些钱币丢在我身上，

让穷人捡拾。这可说是清还了我欠人家的债务吧！”我告诉他，“为何给我钱？我有钱。”他回答，“不，我不要任何人的钱。我要把自己的钱给人。”这家庭的成员，人人都有圣洁的感觉，牺牲的精神。查那基兰玛伊雅(斯瓦米的弟弟)也常行善。这家族的男男女女都保持着自我牺牲和真理的理想。

我们都必须维护真理的原则。能这么做就不枉此生。康达玛拉祖逝世前，一天召我来说，“我知道你是神，虽然人们都不觉察到。”每天晨早他拿着拐杖从村落走来，一见他来，我就装睡。他常常掀起毯子，摸我的脚就离开了。一天，他请伊斯哇兰玛为他做‘Obbattu’(他喜爱的食物)并说，“我的时间近了。”伊斯哇兰玛问，“你还健康得很，为什么这样说？”他回答，“我知道，请照做。”她煮好后，康达玛拉祖叫我吃但我拒绝。他说，“我现在已一百十二岁了，而我从未供养过你。今天我要亲手喂你。在上一个‘时期’你被耶苏达和乔萨厘雅供养，今天是我的福气了。”他把一些食物放进我的口里，但食物却不他的手上或我的口里。在旁观看的伊斯哇兰玛也感到惊奇，食物去了哪里。康达玛拉祖说，“斯瓦米有很多 Leelas (神的游戏)，这只是其中的一项。”

康达玛拉祖安详地走了。事实上，这家族的成员都是平平静静地离开的。他们面临种种苦难但总是保持快乐。他们虽不富裕但却乐于助人。从各方面来看，这是理想而高尚的家族。人人都应该向这家族看齐。人人都应该致力于成为这样理想家庭的一员。

报父母养育之恩

学生们！

要尽一切能力来帮助他人。帮助人接受良好的教育。我在这里，会永远帮忙你。布施食物给饥饿者。没有比 Annadana (提供食物给饥饿者)更崇高的慈善了。要免费提供食物。要免费提供一切给需求者。

没有比父母更伟大的神，
没有比人格更高尚的美德。
没有比慈悲更崇高的正义。
没有比益友更大的收益。
没有比嗔怒更强大的敌人，
没有比污名更可悲的不幸。
没有比美誉更美好的福气。
没有比知足更富足的财富。
没有比赞诵圣号更可贵的饰品。（泰卢固诗）

最高的修行是 Daiva Chinthana (默思神)。对父母，要竭尽所能令他们满足、喜悦。在父母临终时，要记得你的义务就是供奉水给他们。你应该每一天都触抚父母的脚，表示你的孝心。为人子女者要克尽孝道，尊敬父母。只有尽了孝道，你才能究竟人生。即便你不在父母身边，你也应该觉得他们时时与你同在。在他们过世后，要执行 Tarpanam (祭礼)。什么是 Tarpanam (祭礼或忌辰)？仅只执行祭礼是不够的，你还应该抱着感恩之心，流下感恩之泪来追忆父母。这才是无上的功德(Punya)。

祝愿大家继续对双亲表达意义深远的感恩之心和敬仰之意来圣洁化自己的生命。我就谈到这里了。

世尊以峇赞“Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahin...”结束开示。

——摘自 2003 年 6 月 2 日世尊在平达弯，赛•拉美斯•基善礼堂所作的开示。

(英译文刊载于 2003 年 7 月版)

Soham

是人内寓的神圣原则

梵天(Brahma)是宇宙的创造主，
毗湿奴(Vishnu)是宇宙的维护者，
而湿婆(Siva)是负责宇宙的销毁者。
这就是你们正在接收的真相。（泰卢固诗）

诸位爱的化身！

沉溺在苦海中的人类，想在这浩瀚无边的宇宙追求些什么呢？人到底是为了什么而进行灵性修习？在这世间，有一些人在浪费宝贵的光阴去追逐世俗的种种物质享受。更有一些人为了要满足自己的欲望而忙忙碌碌，不可终日。然而，却有一些求道者，渴望获得神的 Darshan, Sparshan 和 Sambashan (会见神，触摸神及与神交谈)。

Soham 遍布你的每一个气息

世人多以梵天(Brahma)，毗纽天(Vishnu 毗湿奴)和自在天(Maheswara 湿婆)的形相去忆念神，然而，梵天、毗纽天和自在天是既无形相也无属性的。所以说 Easwara Sarva Bhutanam (神寓于每一个众生之内)。那么，神是以什么形相寓于众生之内而人该如何去忆念祂呢？实际上，神存在于人的气息里，让人得以窥见、聆听以及认知祂。可是，人要怎样聆听神及领会祂的存在呢？奥义书为这无形的气息冠上梵 (Brahman)

和阿特玛(Atma, 自性)的名号。遍布在气息内的声音是 Sabda Brahman (原始之音)。我们要如何辨识以这‘原始之音’的方式存在于人之内的神性(Easwarathwa)呢？其实，神性是以 Soham 的形相存在于人的气息之内。‘So’ (Sah)的意思是‘那’ (神或圣灵)。Soham 的意思是‘我是那’。所以，以 Soham 的方式蕴藏于人之内的‘原始之音’证实了神的存在于人之内。人有可能认识这‘神的相’吗？如果你认识这个相，你就会认识你的本来面目了。

假如你只专注于观想神的形相而忽略了其声音，那么，你就很难认识神了。相是以属性(Guna) 来确定的。Soham 具有纯质的属性 (Sattwa Guna)。这纯质(Sattwa Guna)代表湿婆原则(Easwarathwa)。Soham 也同时拥有毗湿奴原则 (Vishnuthwa)。什么是这毗湿奴原则的相呢？心念的思想代表这个原则。心念是由 Sankalpas 和 Vikalpas (正面和负面的思想)组成的。这就是毗湿奴原则。还有一种产生自毗湿奴肚脐的相，我们称之为梵天(Brahma)。梵天是言语的化身(Vaak Swarupa)。这意味，人们所说的每一句话都是梵天(Brahma)，心念中的每一个思维都是毗湿奴 (Vishnu)而身体所呼出的每一个气息都是自在天(Easwara)。是故，神是以‘Soham’的方式遍布于人之内的。只要人一息尚存，神就不会离开他。所以，梵天、毗湿奴和自在天是以 Soham 原则(Soham Tattwa)寓于每一个人之内的。发自毗湿奴肚脐的声音形成梵原则 (Brahmattwa)，因此，声音 (Sabda) 是梵原则的根源。其实，神是声音，动态和静态，光，言语，永恒至福，完美，虚幻和财富的化身(Sabda Brahmayi, Charcharamayi, Jyotirmayi, Vangmayi, Nityanandamayi, Paratparamayi, Mayamayi 和 Sreemayi)。人在呼吸的时候，他的每一个气息都一直在赞诵着 Soham。少了 Soham 的声音，呼吸就会立刻停止。同样，没有心念，思想(Sankalpa)就不能产生。缺少念头(Sankalpa)，人就说不出口了。所以，Soham 的声音，心念中的愿力(Sankalpa)和言语是息息相关，互相依存的。人应该竭尽所能、深入地去探索 and 了解这些关系。

有些人从事于研究奥义书(Upanishads)。什么是奥义书的精华？奥

义书揭示人的真实本性。它阐扬分殊性中的一体性。今天，人们忘了奥义书的教导，终日汲汲营营于照顾和滋养他的肉身。从这种肉身的滋养中，能为人们带来什么益处？其实，一点好处也没有。当然，只要这个肉身还在，我们就必须照顾它。同时，我们也需要睡眠。在睡眠中，我们获得快乐。我们能在醒来的时候，还能体验到同样的快乐吗？不能。今天，人忘掉了奥义书的教导，一味盲目追求短暂虚幻的快乐。他常常被名和相所蒙蔽而对奥义书的精华一无所知。为了体验永恒的至福，人应该了解奥义书的真实内涵。神是没有自己的名号的，但是，所有的名和相皆属于神。神是无所不在的而世上无一物不属于神。圣灵(神)的本质就是爱。然而，很少人致力于认识这‘爱的原则’。

Hridaya(灵心) 就是吠陀

诸位爱的化身！

人的身体有如一台精致的机器，其机能并不容易了解。然而，人体的所有系统是由一个主要的开关在控制着。人的眼睛可以看到各种颜色，舌头可以品尝各种美味，耳朵可以倾听各种声音。但是，这些体验是以什么为根基呢？是阿特玛(Atma 自性)的基本原则让人获得这些体验。由于 Atmatattwa (自性原则)，心才会产生感觉。Hridaya (心，灵心)就是 Veda (吠陀)。吠陀是一部天启圣典，这部圣典的精髓就是吠檀多 (Vedanta)。所以，切勿以为吠陀离你很远。其实，这部圣典的声音一直与你同在，在你之内，是你的一部份。你不单要辨识发自内心的吠陀的声音，你还应该深入地了解其重要性及其内涵。

今天早晨，你们必定已听到，祭司们在满月礼堂(Poornachandra hall)所颂赞的吠陀真言。虽然你并不了解这些真言的意思，但是聆听这些真言会让你体验至福。这些真言涵盖很多意思及有很多不同的解释。你切勿因此而感到混乱。假如你要理解这些真言的真正内涵，那你就以深思静虑来进行灵性探索吧！如能一心不乱地深思静虑，你会悟出其中的道理的。

在昨天的讲道中，我提到每一样的东西的固有本质。为何甘蔗是甜的，辣椒是辣的，榛树(Neem)叶子是苦的？茉莉花的香味来自何处？我们说这是自然的。不，不是。这些都是神在自然界里的显现。的确，要在自然界里去了解神可并不容易。

理解 Soham 的神性原则

要了解神(Paramatma)，我们必须要把心思专注于超然原则(Paratattwa)。到底思维源自何处？它源自正面与负面的心念(Sankalpas 和 Vikalpas)。思维是声音(Sabda)的根本。声音是梵原则(Brahmatattwa)。寓于梵原则的 Soham 原则就是自性原则 (Atmatattwa)。所以，要了解自性原则，就必须先认识气息 (Swasa) 的本质。Soham 遍布你的每一个气息。缺少神圣的 Soham 原则，你就不能生存。Soham 是所有声音的源头。那么，什么是人生的目的？人生的目的就是去了解 Soham 的意义。若对 Soham 一无所知，人活着就毫无意义了。Soham 也被称为 Hamsa Gayatri。‘So’ (Sah)的意思是‘那个’，而‘Ham’是我(Aham)。所以，Soham 的意思是‘我是那个’。‘那个’是什么呢？是心念吗？但假如你的思想如疯猴一样多变、浮躁，那你怎么能在灵修道上靠‘那个’而获得进步？稳定性和纯洁性让思想赋有神性。实际上，心念就是毗湿奴(Vishnu)的化身。没有心念就没有气息。你必须深入探索方能了解这些深奥的意义。

当你静虑 Soham 原则时，你会察觉到，‘So’是吸气而‘Ham’是吐气。你必须小心注意这个过程。在此，‘So’涉及圣灵而‘Ham’则涉及我执(Ahamkara)。当‘圣灵’进入体内时，‘我执’就会离开。在呼吸过程中，你必须屏息(Kumbhaka)以让进入体内的圣灵原则保留在各个系统里。人们修习 Pranayama Sadhana (气息修炼法)并称这些过程为 Puraka (吸气)，Kumbhaka (屏气)和 Rechaka (吐气)。Soham 呼吸法包括以一个鼻孔吸气并念着‘So’，屏息一会儿，再以另一个鼻孔吐气并念着‘Ham’。在进行 Soham 呼吸法时，三个过程(吸气，屏气和吐气)

的时间要拿得很准，分秒不差，这样才会获得最大的效果。假如你在练习 Pranayama (气息修炼法)时，对时间毫不在意，那将会危害到你的性命。在练习的过程中，Puraka (吸气)，Kumbhaka (屏息)和 Rechaka (吐气)的三个时段必须相同。梵天(Brahma)是时间的化身(Kaalaswarupa)而 Soham 是梵原则(Brahmatattwa)。所以，在 Soham 修行里，时间占很重要的地位。然而，更重要的是大家必须保有纯洁的心念。心念代表毗湿奴‘纯洁’的化身。我们的心念(思维)必须时时维持圣洁。为了保有纯净的思想，我们的生命气息也必须保持纯净。所以，梵天、毗湿奴和自在天是不可分离而互相依存的。他们是同样的一个。我们必须竭尽所能去了解这三合一的本质。奥义书所揭示的就是这些真理。

要理解奥义书的内涵

今天，没多少人有兴趣去了解奥义书的真正内涵。要描述，分析并真正地理解奥义书的每一诗句的深奥内涵，你需要至少一个月的时间。它的每一个字就具多个含意，要视情况来下定义。为了理解每一个字的正确意思，即便是最细微的读音也不可忽视。为此，每一个字的声和韵的微妙差别也必须搞得一清二楚。

时间、地点和状况决定一个文字的明确含意。每一个国家，每一种语言都有其不同的方式去描述某种特定的情况。所以，掌握这些因素以便理解文字的真正意义是重要的。

亲爱的同学们！

假如你想要了解奥义书的涵意，你就必须请教精通奥义书的大师。奥义书的精华源自梵原则(Brahmatattwa)。梵原则是言语(Vaak)的化身，而心念则是毗湿奴原则(Vishnutattwa)。所以，你必须要有好的思想。假如心念的思想是好的，你就会以好的言语把想法表达出来，而好的言语也会传达好的意思。所以，梵天、毗湿奴和自在天是密不可分的三位一体。气息(Swasa)代表自在天，心念(Manas)代表毗湿奴而言语(Vaak)代

表梵天。这三者的合一表示自性原则(Atmatattwa)。

诸位圣爱的化身！

如果我一再地重复这些道理，你可能还是不能了解，同时，也可能引起那些对奥义书不甚了解者的误解。因此，奥义书必须在一个祥和、神圣及安宁的环境里来教导，更重要的是要以圣洁的言语来颂赞奥义书的真言，连气息也必须是净洁的。在解释气息原则(Swasatattwa)的过程中，奥义书描述了一个特别的咒语以净化人的气息。诵赞这个咒语并遵循正确的呼吸过程可以治愈多种疾病。第一，我们的气息会变得圣洁。因胆固醇过高而引起的高浓度血液也会变得稀薄而且更顺畅地在血管里流通。就连眼睛的白内障也能治愈而喉咙发出的声音也会被净化。当然，我们必须以正确的音调来颂赞这些咒语。这样，咒语的真正涵意才能显露出来。借对奥义书精华的理解，你身体的整个本来面目就昭然若揭了。舌头如何分辨各种食物的味道？它是怎么办得到的？其实，舌头具有几十万个味蕾，是这些味蕾帮助它分辨味道的。同样，眼睛能发出几十万条光线以让我们看清楚不同的东西。我们应该善加利用之以圣化我们的视觉。诵赞奥义书里的咒语能医治多种身体疾病。还有，当你了解这些咒语的真正意思时，你的行为也会有极大的改变。行为的改进带来正确的思想；正确的思想会以适当的言语表达出来。

Om 的正确诵赞法

诸位圣爱的化身！

文字众多的每一个字有多种意思。了解我们所涉及的这些文字的真正含意是重要的。尤其在灵修方面，更不可以照字面来解释它的意思。除此之外，以正确的音调(Swara)来诵赞这些咒语也是绝对必要的。

我常常引述一些呆板念诵 Aum (唵)的人的例子。Aum 拥有三个音节，‘A’，‘U’和‘M’。念 Aum 的时候，‘A’必须发自喉咙，

‘U’发自舌头而‘M’发自紧闭的双唇。(斯瓦米示范 Aum 的念诵)。由这三个音节结合起来所发出的 Aum (唵)是发自肚脐的。但是，有一些人在念诵 Aum 时，常把三个音节分开念。(斯瓦米示范 Aum 的错误念法)。这样念是错误的。这三个音节必须协调一致。(这时，斯瓦米示范正确的 Aum 念诵法)。声音必须发自丹田(肚脐)。声音在喉咙时必须达到最高的音调。从喉咙的最高音调，慢慢降低，最后止于双唇。唯有正确地念诵咒语，你才会产生美好的感觉。很多人告诉我，“斯瓦米，我念诵‘Omkar’已经好多年，到今天我还是没有把握念得好。”你念诵的音调不准确，也不理解它的真正意思，又怎能有把握呢？你必须以准确的音调，节奏和拍子来念诵 Omkar。

显然，奥义书是深奥难懂的。但是，如果你掌握了那些文字的真正意思，它就变得很容易了。所以，你应该竭尽所能去了解奥义书里的文字的真正意思而不是去理解所有奥义书的精华。念诵咒语时你必须了解它的真正含意。那些没有牙齿的人，因为口齿不清音调不准，念起咒语来会有一定的困难。其实，念诵咒语是不必大声的。你大可在心中默默地念。

颂唱时要注意脸部表情

在音乐方面，有些人专注于曲调并喜欢随着曲调(Swara)而改变他们的噪音，同时，他们的脸部表情也随着改变。很多时候这些表情显得很优雅。犯上这样的错误，你很难体验到唱赞的福乐。当一个人开始学音乐时，他必须先学习如何配合曲调的节奏和拍子，要不然，音符与曲调就会‘不和’(apaswara)。要避免这种事情的发生，你必须注意控制自己的身体。或许你曾注意到一些领唱者在唱赞时，常在高音阶部份改变其音腔。这是不对的。腔调不可以随意更改，这是大家必须注意的。

有一些人闭着眼睛唱赞，有一些人则两只眼上下不一。这些扭曲

的表情和姿势非常不雅观。有些领唱者甚至在风琴上摆了个小镜子以便唱歌时观察自己的嘴唇，眼睛…等。如果唱得荒腔走板，脸部的表情就会显得很尴尬。如果你不能保持正确的唱法，那你的歌唱就失去意义了。唱歌时，脸上保持正确的表情是重要的。总的一句话，绝对的专注还是必需的。

以圣洁的行动来圣化时间

我们常因粗心大意而犯错。举个例子，我们一面喝牛奶，一面谈话。一不小心牛奶会溢出而溅到衣服上，甚至会呛到咽喉。在喝水或吃东西的时候，我们是不应该谈话的。从前，圣哲们在吃喝时皆保持肃静。不单不如，他们在还未进食前，先诵念经文，把食物供奉于神。

假如在吃东西的时候谈话，你会破坏身体的消化系统。消化系统一旦失调，就会带来很多疾病。在进食时，你应该先闭上双眼向神祈祷，然后才开始吃东西。很多人对这一点毫不注意。还有，你应该在安静的环境里进食。进食时切忌大笑或哭泣，也勿在进食前后，为各种事情操心。假如你要活得快乐、幸福，你就必须遵守这些规则。

诸位圣爱的化身！

你们常谈到灵修。但是，灵修并不是一件容易的事。假如你仅默记奥义书的诗句，那是不足够的，你应该致力于理解梵原则(Brahmatattwa)，毗湿奴原则(Vishnutattwa)和自性原则(Atmatattwa)的内涵。你应该深入地研究并了解每一诗句的真正涵意，并在生活中体验它所阐扬的真理。谈论九大修行法门如 Sravanam(聆听)，Kirtanam(赞颂)等是很容易的，但要真正地去实行就很困难了。什么时候你才能达到第九法门 Atmanivedanam(自我舍离)？你只有在达到第八法门 Sneham(友爱)之后，才能达到第九法门。无友爱，何来舍离。很多人根本不懂得什么是真正的友爱。在他们看来，友爱就是互相问候‘hello, hello’。‘hello, hello’

是什么意思呢？其实是‘hollow, hollow’(空，空！)。一点意思也没有，这根本就不是友爱。友爱是两个人之间难以分解的情谊。虽然他们的身体并不相同，但大家的生命原则是同样的一个。当两个人的思想和感觉都不相同时，就不再是友爱了。所以说“有着二元心念的人是半盲的”。怀持相对的两个念头就变成二元心念。当你怀有二元心念时，你如何能静虑于神呢？

很多学生认真地进行灵性修习。基于他们坚定的信心(Sraddha)，我愿意再与大家谈谈。切勿乖离神圣之道。只要遵循圣灵之道，你的一生必定是圣洁的，而成功也必定是属于你的。时间是我们的生命。不要浪费时间。你因无知而浪费时间。有这样的话，“Kaalaya Namah, Kaala Kaalaya Namah, Kaaladarpa Damanaya Namah, Kaalateetaya Namah, Kaalaswarupaya Namah, Kaalaniyamataya Namah(向时间，向那在时间之上者，向那征服时间者，向那超越时间者，向那时间的化身，向那决定时间者，敬礼)。时间是一切。你以不净洁的行动来糟蹋和沾污时间。神赋予你 Kaya(身体)以净化 Kaala(时间)。你应该以神圣的行动(karma)来净化时间(Kaala)。时间(Kaala)，行动(Karma)和任务(Kartavya)必须互相协调。

要迎接苦难因苦难使你亲近神

人的肉身到底是什么？它只是一颗水泡而已。它随时会破灭，今天，明天或后天。我们不必为这容易腐朽的肉身而悲哀。有生必有死，有来必有往，所以，我们不必太在意生生死死，来来往往的一切。我们务必致力于体认那超越生死的实体。

圣洁或不圣洁，快乐或悲伤都是相对的。有一些人认为悲哀是苦难造成的，但这并非如此。其实，快乐来自苦难而非安逸。在苦难时所获得的智慧不是在快乐时所能达致的。你问一问任何一个悟道者或圣哲，看他是如何达致无上智慧的。他会告诉你，他必须经历种种苦难然后才

获得智慧的。在你承受苦难时，你会从中取得快乐。去体验寓于烦恼中的福乐吧！但是，现代的学生都害怕面对苦难。他们盼望能不劳而获及轻而易举地达致解脱 (Kaivalya)。这怎么可能？努力是不可或缺的。好逸恶劳，你得不到快乐。唯有经历过种种苦难后，你才能真正地体验快乐。

有一次基士拿向昆蒂(Kunti)询问她的近况。昆蒂问基士拿，“你什么时候来的？战事如何？”基士拿回答说，“母亲，在战事中，好事坏事都在发生。生与死对每一个人来说是一样的。不要为它担心。告诉我，你要些什么？”昆蒂回答，“儿子啊，我只有一个要求。请继续把困难恩赐与我，直到我离开这个肉身，与你结合为止。”基士拿说，“母亲，自嫁给班度王之后，你一直在承受着苦难。难道这还不够吗？为何你还要求更多的苦难呢？”昆蒂回答说，“噢，基士拿，在苦难中我获得快乐。这些苦难让我享有与祢亲近的福乐。我所生的孩子个个都成为祢的恩宠的接受者。这带给我莫大的福乐。如果孩子得不到神恩，再多也没用。孩子多并不一定受益，孩子少也并不一定吃亏。重要的是：孩子必须维护家庭的声誉，过正直的生活，与善者交游及赢得神的恩典。我的孩子个个都很虔诚。朝朝暮暮，他们颂赞祢的圣名。我还期盼些什么样的快乐呢？请让我继续享有这种快乐吧！”现代的母亲会作出这种祈求吗？她们希望孩子幸福却不希望孩子亲近神。她们对这一点有所恐惧。实际上，家长应该鼓励孩子努力去获得神的恩宠。这才是人生所应该追求的目标。人出生的目的是什么？很多人不愿致力于了解这一点。既生而为人，我们就应该朝向人生的目标迈进。

渴望与神亲近

在人生的道路上，人难免会面对悲伤，挫折和种种苦难。对于这一切你无须太过在意。你应该把‘与神亲近’当作是你所要追求的最大财富。坚定你对神的虔诚之心吧！切勿对那永恒的真理，也就是神，失去信心。你的虔诚应该是稳定的、纯洁的和无私的。在这现象世界里，除了

虔诚外，人们也渴望其他的一切。这怎么可能？你只拥有一张嘴巴，但你却同时要喝牛奶和水。这根本不可能。所以，你必须争取一样东西，那就是神。假如你只渴望神，祂会照顾你的一切所需。

什么因素致使屡次遭遇挫折的班度族 (Pandavas) 享有永恒的福乐呢？那是因为他们与基士拿的亲近。亲近神会让你获得真正的快乐。这是在此世界里的唯一的永恒至福。在亲近神之中你看不到悲伤，忧愁和烦恼。一旦亲近神，一切烦恼和焦虑会立刻离开你。有一个人曾经告诉我，“斯瓦米，我虽是神的信徒，但痛苦还是不时在折磨着我。”我回答他，“假如你是神的真正信徒，这些痛苦怎么会找上你呢？你从神那儿获得的只是快乐而非悲伤。假如你说，你正在体验痛苦，那是不对的。神总是赐与快乐与至福。神根本没有烦恼和痛苦。祂又怎能将痛苦赐与你呢？实际上，是其他因素令你烦恼和痛苦而你却归之于神。这是错误的。”神是福乐的化身。祂赐与你的只有福乐而已。你是神的一部份 (Amsa)，所以，你只获得神圣的感觉。难道神赐福的食物 (Prasada) 是苦的？不，绝不！但是，无知的人们总是那么想。

避免宗教仪规和无谓的争论

摩诃哇阇耶 (Mahawacharya) 是主基士拿的伟大信徒，住在卡纳达区内。他持续地赞颂主基士拿的圣名。有一天，他告诉信徒们， Bhishma Ekadasi 节日是在第二天。他要信徒们遵守 Ekadasi Vrata 的节日条规，即：一连三天禁止喝水及进食。从那天起，他们必须完全禁食，也不可喝水，甚至连口水也不可咽下。他们必须无时无刻观想着神。在第三天，主基士拿出现在摩诃哇阇耶的梦中，告诉他，修行并不一定要遵守宗教仪规并劝告他要遵守原则而非注重仪式。很多人严格遵守 Ekadasi Vrata，禁食三天。但在第四天，竟准备四十块 Dosas (煎饼) 大吃一番。这就是 Ekadasi Vrata？根本是错误的。重要的是你必须在修行里注入爱的元素。一旦你培育起对神的爱，你就会忘记饥饿和口渴了。

圣哲 Viswamitra (众友仙人)带着罗摩(Rama)和罗什曼那(Lashmana)到森林里去守护祭祀。当时罗摩和罗什曼那都很年轻,不曾经历任何磨难。十车王(Dasaratha)很担心他们在森林里的生活。当他们到达沙拉龙河畔时,众友仙人教导他们‘Bala’和‘antibala’咒语以让他们在守护祭祀时忘记饥饿和睡眠。他们很乐意地顺从众友仙人的教导。难道众友仙人不知道罗摩是神的化身吗?若知道这一点,为何他还要教导罗摩这些咒语呢?很多人一直在作这些无谓的争论。虽然罗摩和罗什曼那是神的化身,但是他们是以人的躯体生活,所以需要食物和睡眠。众友仙人教导他们‘Bala’和‘antibala’两则咒语,以便他们不会受到饥饿和睡眠的干扰。一旦人不再受到饥饿和睡眠的干扰,无论多高的修行他都可以达致而他也可以成就一切。即使是最凶猛的恶魔,他也可以将他们打败。这就是众友仙人教导他们咒语的原因。高灵传授这些咒语以协助维持世界和平。所以,对众友仙人为何要教导圣灵化身的罗摩和罗什曼那咒语的这种争论根本是无聊的。教导他们这些咒语是应当时的情势所需的。

奥义书的精华集中于阿特玛 (Atma-自性),心念和言语(Vaak)。我会再向你们解释奥义书的崇高哲理。

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

——摘自薄伽梵于2002年10月12日所作的拉沙拉讲道。

(英译文刊载于2003年8月版)

真理(Sathya 真实)乃意、言、行的一致性。充满 Sathya (真、真理) 的行动就是 Dharma (法、正义)。当所有行动都是义行时, Santhi (平和)就享有主导地位而心念就完全摆脱暴力了。Prema (爱)是所有四大价值的维系者。爱之于思想是真(Sathya),爱之于行为是义(Dharma),爱之于感觉是平和(Santhi)而爱之于了解是非暴力(Ahimsa)。当这些能把人提升到神的层次的基本价值被人在求学时和在毕业后、在乡村里和在乡村外,加以实行和宏扬时, Bharat(印度)的这个字眼就会呈现出它的真正意义了: Bha-rat (光辉-喜悦)——从神的光辉中取得喜悦的国度。

—— Baba

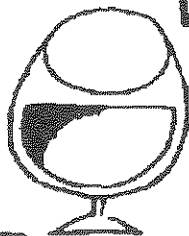
爱是人的基本素质

真爱是善行开花之后所结成的甜蜜果实。爱是不诉诸武力而治,不诉诸法律而约。唯具备这样的真爱的人才配称为人。不具此爱者仅虚有其表而已。有如莲花在太阳升起时盛开一样,人的心也因爱的进入而盛开。如火焰的光芒,如太阳的亮光,如海洋的波浪,圣爱是一个人的基本素质。内心充满纯净、无私的爱的人才配称为人。

——Baba

神是至高无上的导师

神应该被视为至高无上的导师，祂能为你驱除无明。忘了这个真相，人们反而去追随作自我标榜的导师，这些导师只专长于传授一则咒语并伸手要钱。这不是导师的意义。要把神安置在你的内心。从内心发出的振荡会提升你的灵性并带来神圣的智慧。这智慧被定义为圆常大觉(Prajnana)。要获得这样的智慧，你必须时时勤拂拭你的心镜，用泡在 Prema(爱)之水中的 Sraddha(坚定信心)之抹布来拂拭之，不使之惹上尘埃。



向巴利大帝看齐

巴利大帝是一个完全舍弃自我和执著的典范人物。仅仅崇拜和赞美巴利大帝是不够的，人们必须向他看齐，摄取他的优良品质。他们应该培育起像巴利大帝那样的雅量，应该像巴利大帝一样献身给神。很多人念诵罗摩的名号但有几个人在孝顺父母和友兄悌弟上追随罗摩的典范？一个真正的罗摩信徒应该培育起罗摩的品质，一个真正的基士拿信徒应该奉行至少一两则基士拿的训示。

-- Baba

基士拿降世

以维护正义

所有名和相无非神的显彰。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 (Sathyam, Sivam, Sundaram)

(梵文偈)

诸位爱的化身！

庆祝 Krishna Janmashtami 是纪念主基士拿的诞辰。何谓基士拿的真正诞辰？当人的心灵变得纯洁、神圣的时候，主基士拿就会在那儿出生。实际上，你不必为神的生日操心。既然人的心灵是主的诞生地，它就必须像喜马拉雅山般时时保持冷静与安祥。基士拿是在 Ashtami 日的半夜出世。有一些人认为 Ashtami 日是不吉祥的。可是，主基士拿的生日怎么会不吉祥呢？神的降世为大家带来吉祥和兴隆。所以，祂的生日是神圣的吉日良辰。

神化身的诞辰是圣洁而吉祥的

基士拿是在牢狱里出世的。虽然刚沙指示所有的狱卒必须保持高度警戒，但当晚他们却昏昏然入眠。在基士拿降临的时候，唯有提婆吉 (Devaki) 和富天 (Vasudeva) 是清醒的。初生婴儿向提婆吉和富天显露其圣灵形相并吩咐富天把他带到歌古尔 (Gokul) 及把耶苏达 (Yashoda) 刚出世的女儿带来。听从主的指示，富天小心地以一块布包着婴儿并把他放入一个篮子里。富天把篮子顶在头上，从自动打开的牢门走出来。当时，外面正下着倾盆大雨。富天祈祷孩子不被大雨淋湿。遵照主基士拿的旨意，Adishesha 变成一只巨蛇，跟着富天，以其头额部份罩住圣婴，以防他被雨淋湿。当富天到达坐落于耶牟那河对岸的耶苏达的屋子时，已经是深夜了。这时，耶苏达刚生下一名女婴。每一个人，包括耶苏达的丈夫都在睡梦中。富天静悄悄地吧圣婴放在耶苏达身旁并把女婴抱走，匆匆地赶回玛都拉 (Mathura)。

“在所有三界之中，主的事迹，既神奇又神圣，它们像镰刀一样把世俗的藤蔓——一切断。它们是高尚的、令人振奋的，带给在森林里苦修的圣哲及修道者无限的福乐。” (泰卢固诗)

神的旨意是难以理解的。即使是富天对自己所做的也不全然了悟。他把圣婴基士拿带到耶苏达的家里而把女婴带回来。他是在催眠状态中完成这一切。有一个小女孩罗陀 (Radha) 目睹这一连串事件并把它铭记心中。

一回到玛都拉 (Mathura)，富天就恢复常态。当他一走入牢狱，牢门就自动在他身后关闭并上锁。他把女婴放在提婆吉的身旁，牢里的铃声忽然响起。狱卒立刻起身，报告刚沙关于女婴出生的事。刚沙与随从立即赶到牢里。他以左手举起这个新生婴儿，想要把她杀死。然而，转瞬间，女婴挣脱其魔掌并消失在空中。这时天空中出现一位神勇无敌的女神。她警告刚沙，他的杀手已经出世了。目睹这一切，提婆吉简直吓呆了，但她了解这出戏是遵照神的旨意上演的。知道杀手已经诞生，刚沙坐立不安。不论白天或黑夜，他都千方百计地要设法捉拿这个杀手。

对捉拿基士拿，刚沙无计可施。他唯有下令把国内的所有初生婴孩杀死。开始时，他只下令杀死男婴，过后他连女婴也不放过。他因惧怕而干下这些令人发指的恶行。基士拿在耶苏达的爱护和照顾下健康成长。随着时间的流逝，小基士拿的声名远播。基士拿在很多时候展现其神圣力量。神的事迹最为神奇奥秘。刚沙的随从一直在密切注意和寻找基士拿的踪迹。最终，他们在叻巴里 (Repalle) 看到他并通知刚沙。

歼灭邪恶的刚沙

一个注定被歼灭的人，其心智会变得错乱无常。(Visashakale Vipareeta Buddhi)。开始时，刚沙派很多个凶猛的恶魔到叻巴里去杀死基士拿。但是，神勇无比的基士拿却把他们一一消灭掉。刚沙的末日很快到来。他设计了一个阴毒的计谋以期把基士拿和大力罗摩诱到玛都拉来然后歼灭之。他要求基士拿的崇拜者阿古拉，代为诱骗基士拿和大力罗摩到玛都拉来参加他所举办的祭祀和摔跤比赛。

当基士拿和大力罗摩到达玛都拉城的时候，城里的居民被这两兄弟的丰采迷倒了。刚沙的残暴行为令玛都拉的居民感到痛苦和不满，他们祈盼这两兄弟的解救。在走向皇宫的途中，两兄弟遇到刚沙的男洗衣工。他们向他拿了刚沙的丝质皇袍，打扮成皇室成员。过后，他们又遇到一个每天送花到刚沙皇宫的花贩。这个花贩把美丽的花串送给基士拿和大力罗摩。再走下去，他们遇到一个常送香花和香水给刚沙，名叫古佳 (Kubja) 的妇人。古佳是一个驼女。她的身体扭曲，外貌丑陋。她知道基士拿是神。看到这两兄弟，她无比兴奋，向他们献上香水。她说，“这一定是我前世修来的福气，我才有机会为你服务。今天，我终于感到生命的圆满了。”基士拿很赞赏她的虔诚。他把脚踏在古佳的足上，捉牢她的下巴，用力一提，啊，她的缺陷完全消失，她变成了一个美丽的少妇。如此，基士拿显现其惊人的神圣力量，为很多人解除了烦恼和痛苦。

刚沙获悉基士拿和大力罗摩穿着他的皇袍，不禁恼怒万分。此时，古佳来见刚沙并对他说，“陛下，没人能理解基士拿的神圣事迹和神秘力量。你也别尝试去了解它。我看你还是把这件事忘了吧！”刚沙想，“为何她敢这么无礼地对我说话，肯定是基士拿在唆使她的。”那时，刚好有一些人吸引了刚沙的注意力，于是，古佳乘机溜走。

基士拿和大力罗摩雄纠纠地如两只小雄狮般走入刚沙的宫殿。他们先制服了宫廷的摔跤手。过后，基士拿连跳三级，冲上刚沙坐着的平台，抓住他，拳如雨下，狠狠地把刚沙打成肉浆，看到刚沙被杀，整个朝廷大惊失色。对年纪轻轻的基士拿竟能把凶残的刚沙歼灭，他们甚感惊讶。刚沙在宫里部署了一队专门对付基士拿和大力罗摩的士兵，他们也经受不起基士拿的攻击而最终降服在基士拿的足下并祈求宽恕。

基士拿如何战胜敌人

基士拿和大力罗摩到达叻巴里。然而叻巴里的居民因看不到他俩的踪影而感到焦虑。母亲耶苏达非常挂念这两个孩子。牧牛女皆认为基士拿和大力罗摩已被刚沙伤害，他们感到异常伤心而开始埋怨和诅咒刚沙。所有叻巴里居民，不论男女老少，都很虔诚地不断祈祷，诵赞基士拿的圣名。忽然间，基士拿和大力罗摩出现在他们之间，令他们惊喜万分。基士拿很温柔和善地安慰他们。

刚沙拥有两个妻子。她们是佳拉善达的女儿。刚沙死后，她们搬去与父亲住在一起。愤怒的佳拉善达一直想为被杀的女婿报仇。他们的众多亲戚也对基士拿感到憎恨。这个消息传到耶苏达和南达及提婆吉和富天的耳中，他们不禁为基士拿的安危担心。然而，提婆吉是个充满勇气和虔诚的伟大信徒，虽然受到兄长刚沙的百般折磨，她总是欣然以平静的心去承受。提婆吉对基士拿充满信心，她深信没有人可以伤害到基士拿。这些敌人皆不敢挑战基士拿，他们唯有骚扰叻巴里的居民。基士拿知道后，前来把他们一一赶走。

不久，基士拿已届成婚之龄。维达巴(Vidarbha)的公主鲁迷妮(Rukmini)深爱基士拿，要与基士拿结婚。但是，她的哥哥鲁迷(Rukmi)却要把她许配给自己的朋友须苏巴拉并积极地在作各种安排。基士拿对这一切的发生了如指掌。当时，鲁迷妮托一个婆罗门为她传达信息给基士拿。她写道，“基士拿，我再也不能忍受与你分离的痛苦。父亲违反我的意愿要把我嫁给须苏巴拉。婚礼将在明天举行。假如你不在明天之前及时把我带走，我会结束我的生命。”基士拿依鲁迷妮所愿，安排了一个解救她的计划。在往日，依照风俗新娘必须在未成婚前先去膜拜女神高莉(Gouri)。这天，鲁迷妮依传统前往神庙膜拜。害怕受到基士拿的攻击，鲁迷妮那心术不正的哥哥鲁迷，已作好种种防备。他与须苏巴拉及基士拿的敌人南达瓦特拉联手对抗基士拿。

鲁迷妮伤心地慢慢走向神庙，以为基士拿不会前来拯救她。其实，基士拿早已悄悄地隐匿在庙门口等候她的到来。当她到达门口时，基士拿很机敏地把她拉上马车，扬长而去。接着，基士拿向鲁迷和其朋友展开一场大战，最终把他们击败了。基士拿把鲁迷妮带走并与她成婚。基士拿化身降世就是要来消灭邪恶，护佑善良和伸张正义。须苏巴拉痛恨基士拿，因为基士拿把他所爱的人带走了。基士拿这一生必须承受诸多磨难。所以，人们把他的生日，Ashtami 日看成是受难日。打从出世那天起，基士拿就必须承受刚沙的种种磨难。在基士拿幼年时，即使是其他村庄的村民也同样受到刚沙的折磨。他还必须面对须苏巴拉和南达瓦特拉等恶魔的挑战。即使是与鲁迷妮的婚姻，也遭受到种种困难。然而，他排除万难并获得最终的胜利。

虽然受到须苏巴拉的对抗，基士拿最后宽恕他并让他活得很长命。当坚战(Dharmaraja)在进行 Rajasuya Yajna (王祭)时，他把第一个供奉(Agratambulam)奉献给基士拿。看到这一幕，须苏巴拉异常恼怒，他诅咒基士拿并说他是一个懦夫，不应该受到这样的礼遇。他质问坚战说，“礼堂里有这么多德高望重的长者，如毗湿摩(Bhishma)等，你为何要选择这个懦夫来接受这种荣耀呢？”他准备与基士拿交战，口中吐出最

恶毒的言语：“你以为乘牧牛女们在沐浴时，偷走她们的沙丽(衣服)就让你拥有这份荣耀吗？你以为把一切时间花在陪伴牧牛女们就让你享有这份荣耀吗？闭嘴！你这个自大狂！”

终于，基士拿把须苏巴拉杀死。很多人误以为基士拿是以他的神圣武器 Sudarshana Chakra (圆碟) 歼灭他的。其实不然，基士拿是以他人供奉给他的飞碟子投向须苏巴拉而把他的头割断的。这在伽利时代，人们一直以 Vishnu Chakra 和 Sudarshana Chakra 作为基士拿的武器。其实，在基士拿的旨意下，任何东西都可成为他的飞碟。

神的行动是难以理解的

在基士拿的一生中，他必须面对很多挑战。所以长者们皆说基士拿的生辰 Ashtami 与苦难脱离不了关系。基士拿诞生的日子是 Ashtami，而星座是 Rohini。大家都相信在这个日子和时辰出生的人，一生必须承受很多苦难。也有人相信这个人将是人类的苦难解放者。基士拿除恶护善，伸张正义，竭尽所能护佑高尚及善良的人。所以，切勿把基士拿出生的日子和时辰当作不吉祥的。它是个吉祥神圣的日子。

由始至终基士拿的所作所为是多么的奇妙，神圣，奥秘及超越人类所能理解的。因此，视祂的诞辰为不吉祥的日子是错误的。这是一个神圣的日子，大家应该欢庆它。

班度族的母亲昆蒂是基士拿的虔诚信徒。她把基士拿当作自己的生命。她盼望从杜瓦拉卡(Dwaraka)回来的阿周拿捎来基士拿的消息。她年龄已高，身体衰弱，久久不见阿周拿的踪影令她感到心焦。阿周拿一到达家里，立刻去见母亲，兴奋地叫她，“妈，妈！”她立刻问他道，“儿子，基士拿在哪里？他还好吗？”阿周拿垂头丧气地说，“妈，我该说些什么？基士拿，我们的朋友，亲人，指导，守卫和神，已经不在。”一听到这不幸的消息，昆蒂立刻离开世间，往生了。她是一个伟

大的信徒，不能没有基士拿而活。基士拿离开尘世后，雅达瓦族也因连年内战而灭亡。这个族群的灭亡是因为受到一个圣哲的诅咒。

经过这一场变故，班度族决定遁入喜玛拉雅山修行与世隔绝。这是一个不可思议的处境。一方面，必须举行巴里须多(Parikshito)的加冕典礼。另一方面，必须为昆蒂举行葬礼。坚战把昆蒂的头靠在腿上，一面忙着指示怖军(Bhima)筹备巴里须多的加冕礼。他吩咐阿周拿为昆蒂的葬礼作准备，同时他又吩咐纳古拉(Nakula)和沙哈提哇(Sahadeva)为他们作好遁入喜玛拉雅山的安排。三件事情同时发生，唯有对神有坚强信念者方能以安祥的心去应付、去作安排。这一切皆按神的旨意发生。

神性的显现

我要在这里提一件事。当这肉身出世时，在本村庄和多个邻村引起一些混乱和不安。当时，村里正暴发霍乱和瘟疫等传染病。人人害怕不敢到处走动或互相拜访，连喝杯水也避免。在此情况下，这肉身的母亲依斯哇南玛也不允许我去探访他人。这肉身的祖父 Kondama Raju 是个很守纪律，很有原则的人。他不轻易接受他人之物。当时，我与祖父住在一起。他不允许任何人包括我的姐姐 Parvatamma 和 Venkamma 接近我，怕我受到疾病的感染。但是，我常悄悄地从家里溜出去。祖父一旦知道，总是温和地责备我说，“沙迪亚，为何不听我的话？你不应该到处乱走。”祖父很关心我的安危，他不喜欢我到别人的家走动。他指示村民：假如看到我在外面溜达，必须立刻把我带回家。他以这种方法限制我的行动。然而，有谁能限制我？我在村里到处走动但没人发现我。有时候，我同时在十个不同的家庭里用餐。我探访这十个家庭，与他们一起进餐以满足他们的愿望。

有时候，苏巴玛会从窗口叫我并把一些食物交给我。苏巴玛是一个伟大的虔诚信徒。我常去她家探访。有一个妇女因我常造访苏巴玛而感到妒忌。于是，她决定毒害我。有一天，她邀请我到她家作客。她对我

说，“沙迪亚，今天你必须来我家吃点心，我准备了可口的 Vadas (一种油炸的饼)给你。”当我到达她的家时，她拿放了毒药的饼给我。我明知她的阴谋，却毫不犹豫地吧饼吃下肚里。我的身体立刻变成蓝色。看到这个情形，一些人赶紧跑去通知苏巴玛和依斯哇南玛。当祖父知道这件事后，他非常愤怒。他召唤村民给这个女人一个教训。我劝告祖父，“爷爷，你是村里的长者，不应该有这种复仇的行为。假如你不阻止村民攻击她，我将会永远和她住在一起。”祖父和苏巴玛终于接受我的劝告，阻止村民到那女人的家去。我就这样地消除人们之间的仇恨并促进他们之间的合作与团结。

我的心中毫无恐惧感，我会毫不犹豫地吃下他人所供养的食物。有一天，就在以前旧精舍的地方，我居住的小茅屋被一个恶棍纵火。当茅屋被大火吞没时，天忽然下起倾盆大雨，而且只下在茅屋的地点。这件事让大家认识了我的神性。从那天开始，崇拜我的人们从布达巴地，甘玛瓦里巴里，贾纳甘巴里等地方慕名而来。他们也在各自的村庄举行峇赞(诵赞会)。

我的信徒是我的财产

我要告诉你们一些往事。我还在班加罗尔(Bangalore)时，有消息传说我跌倒并折断了腿骨。各村庄包括布达巴地的村民，为我举行特别峇赞，他们甚至在很多村庄里进行 Sathyanarayana Vrata。这些行动让他们赢得了斯瓦米(Swami)的爱。在这期间，没有一个人不想着斯瓦米，斯瓦米的荣耀遍布四方。

每当我从班加罗尔回来，途中各村庄的村民会阻拦我的汽车并向我献圣火(Arathi)。吉卡拉布(Chikhallapur)的路途挤满热诚的村民，他们赞唱峇赞及献圣火。一看到我抵达，他们就热情地欢呼“Sathya Sai Babajiki Jai。”卡巴拉班达和马来拉昆达的居民也同样地表达了他们对斯瓦米的爱和虔诚。

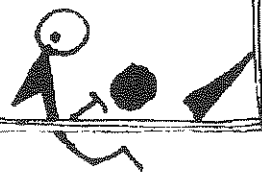
医生说我的腿伤需要一年的时间才可以完全恢复。我告诉医生根本不需要一年的时间。我向他们保证，信徒们的‘爱的祈祷’会立刻治愈我。他们的祷告是医治这个肉体的万灵丹。我已不再需要任何治疗或药物。信徒们的祈祷带给我无限福乐。虽然骨折，我还时时微笑。当我被送入医院时，人人眼中流泪，只有我在微笑。为我动手术的医生看到我的微笑不禁感到惊奇。通常，骨折的疼痛有如触电一般，但是，对我而言，却毫无影响。我并不觉得痛，我还可以轻松地走路。我没有感到任何痛苦。信徒是我的财产而我是信徒的财产。我并不感到惧怕或焦虑。在此情况下，我还能快乐地到各处去。你不必为斯瓦米担心。我时时感到快乐充满至福。我祝愿你们幸福快乐。

薄伽梵唱峇赞“Bhaja Govindam, Bhaja Govindam, Govindam Bhaja Moodha Mathe …”结束讲道。

摘自薄伽梵于2003年8月19日在百善地满月礼堂的基士拿诞辰讲道。

(英译文刊载2003年9月版)

放弃肉身执著



诸位爱的化身！

整个宇宙是神的愿力 (Sankalpa) 所创造的并且也是神所维系的。它最终会融合于它的源头之中。这神的意愿所展示的宇宙被称为 'Viswan'。Viswan 象征扩张和福乐而这就是创造的主要目的。然而，世人却背其道而行。Viswan 不仅是一种物质的展现，它还是神的直接彰显，是神的个性与肢体的彰显。Viswan 象征神的扩张的本质而这本质只能透过明辨 (Viveka) 来理解。神是超越时间和原因的。物质世界是由所谓的 '因' 来操作的，但神的旨意不受 '因' 的限制。神是宇宙的始因。宇宙是神的反映。Viswan 和 Vishnu (毗湿奴 译注：维系之神) 并无二致。'V' 这个字母，在 'Vishnu' 来说，它代表 'Viveka' (明辨) 和 Vistara (扩张)，因此，Viswan 乃 Vishnu 的 '相'。其实，天地万物乃神的肢体所构成的。

明白灵性的真正意义

天地间的每一物质有五个层面，即：Sat (存有)、Chit (意识、觉知)、Ananda (至福)、Rupa (相) 和 Nama (名)。前三者是永恒的原则而名和相则是短暂的借用。Sat、Chit、Ananda (存有、意识、至福) 是名和相的

根基。人类的一切活动都基于名和相。决定每一个名和相所该做的一切者就是神。有些人是激质的 (Rajasic)，有些人是翳质的 (Thamasic)，而邪恶品质如憎恨和妒忌等则在这样的人之中取得优势。它们基于名和相来生活。他们忘掉 '存有、意识和至福' 这三大主要原则而视名和相为唯一的实体。名和相不是永恒的。它们不代表真实。但人们只根据名和相来行事而忽略 '存有、意识和至福' 的永恒原则。结果，他们被迷惑了并且忘掉了在名和相背后的、强大的、神的力量。在主毗湿奴肚脐上的莲花代表神的愿力，因此毗湿奴 (Vishnu) 被称为 Padmanabha (肚脐长出莲花者)，祂也被称为 Hiranyagarbha (孵化出宇宙的金卵)。如 Padmanabha、Hiranyagarbha 等每一个名都有其精深的内在意义。灵性就是用来解释神的原则和这些名的内在意义。然而，人今天并不了解灵性所指的是什么。他误以为灵性仅意味对神的膜拜而已。取是之故，有这个必要来阐释灵性的内在意义和归属于神的各种名和相的用意。

真正的力量在于一体性

要使人了解神的本质是不可能的。神是一个不需要凿子的雕刻家，是一个不需颜色和笔来作画的画家。这世界看似像没有柱子支撑而屹立着。神是一切的支柱。你务必致力于了解 Adhara 和 Adheya (物体和其支柱) 的原理。你应该知道这真相并依之而行。不要仅仅浪费时间于膜拜仪式上。真正的灵性修习在于理解 '人乃圣灵的一点火光' 的这个真相。这就是《梵歌》(Bhagavadgita) 所宣称的：Mamaivamsho Jivaloke Jivabhuta Sanathana (寓于众生之内的永恒自性是我存有的一部分)。Vaa-sudevasarvamidam (瓦苏提婆神弥漫整个世界)。你必须体验这个真相并向世界宏扬之。

在 1968 年，沙迪亚赛服务机构 (Sathya Sai Seva Organisation) 的第一次世界大会在孟买 (Mumbai) 举行，时间刚好就在孟买的 'Dharmakshetra' 中心开幕典礼之日。英杜拉沙 (Indulal Shah) 是筹建 Dharmakshetra 中心的主要负责人。他孜孜不倦地为宏扬斯瓦米的福音而工作。他的妻

子莎拉沙(Sarla Shah)也在 Bal Vikas (儿童教育班)及 Mahila Vibhag (妇女组) 这两个领域的发展上扮演着积极的角色。这一对夫妻就这样地努力把赛信息带到全世界。即便现在到了年迈时期,他们仍旧不遗余力地为赛组织服务。

在过去,要建造朝圣中心委实不易,很多人都面对了不少困难。Bhadrachalam 就是这样的一个中心。阿迪商羯罗(Adi Sankara)不顾体力,由极南端步行到极北端就是为了在巴德里纳(Badrinath)和克达尔纳(Kedarnath)设立朝圣中心。许多朝圣中心在世界各地建立起来。每一个中心都有它自己的一段历史,达摩雪特罗(Dharmakshetra)中心也不例外。只有斯瓦米洞悉英杜拉沙负责建立这个中心所面对的许多困难。在当时,没有直通现在达摩雪特罗中心所在的位置。英杜拉沙必须披荆斩棘,步入该地来选择建立达摩雪特罗中心的合适地点。然后把选定的地点请示于我,那就是坐落在马哈卡里洞路的地方。他努力不懈地为这工程而工作,也得到不少人的协助。偌大的工程,没有人协助是不行的。在执行任何善事的初期,遭遇一些困难乃在所不免但决不应该因此而沮丧。当牛奶之海被众神(Devas)与众魔(Danavas)所搅拌时,初时释放出来的是毒液,但那并没有吓倒他们,他们坚忍不拔地继续搅拌,最后,搅出了神圣的琼浆玉液。我们的心可比为牛奶之海而搅拌可比为灵修。进行灵修的初期,障碍是免不了的。我们不应该因这些障碍而停止前进,反之,我们应该信心满满地继续努力。只有这样,我们才能抵达喜悦和福乐的境界。

莎拉沙和英杜拉沙在当时必须面对诸多困难。他们凭着勇气和毅力克服重重困难和障碍。他们住在孟买这个不寻常的地方。孟买就像一颗炸弹。不论你做什么,好的或坏的,你都必须面对许多困难。问题虽多,他们仍有不俗的表现。事实上,英杜拉沙的确受到很多干扰和麻烦,但他以不动摇的虔诚来继续他的任务而最终他获得了成功。你必须有神灵的恩典来完成任何工作,但同时,你也必须寻求他人的协助。有团结就有福乐。在这伽利时期(Kali Yuga),世人已不再有一体性的精神了。世

界没有一体也没有纯净。因此,人心产生敌意而导致苦恼和困扰。其实,一体性是当下最迫切的需要。人类的真正力量在于一体性。那些从事神的工作的人应该准备以决心来面对一切障碍。英杜拉沙的一生就是这一点的明证。在过去四十年来,他都以坚定不移的信心,持之以恒地为赛服务。他走遍世界各个角落来传达赛的信息。任何人若有疑难向他请教,他无不予以适当的回答以释其疑。你应该在生活的各个阶层准备接受生活的挑战,不论是世俗的、伦理的或灵性的。英杜拉沙把全副精神都放在赛组织上。

现在我想跟你们分享一件小事。上个月英杜拉沙到平达弯来找我。他看到我躺在床上休息而感到非常伤心。他并没有说出心中的感受而只是默默地祈祷斯瓦米早日康复。在过去一个月来,他为了斯瓦米的健康和赛组织的未来而废寝忘食,结果,他失去了健康而变得衰弱,要不然,他是会保持健康的。对赛组织的成长,他有很多计划。他一直在祈求,斯瓦米给予他所需的力量来执行那些计划。他们两夫妻极其关心斯瓦米的健康并一直惦念着斯瓦米。他们并不理会他人说些什么,他们只相信自己。

有什么样的思想就有什么样的行动。有什么样的行动,就有什么样的果报。今天,人不能达到人生的目标是因为他没有抱持圣洁的思想。首先,他应该培育圣洁的思想。很多人自以为他们爱神,但他们却充满着对肉身的执著,汲汲于追求财富和占有物质。这种爱毕竟不是真爱,而是假爱。很多人写信给我,“斯瓦米,我们爱你,请你接近和亲我们吧!”就这一点,让我断然地告诉你们,赛并不是那么容易亲近的。你可以说你爱我。但我怎么相信你呢?在你的爱之中,可有任何牺牲的精神?你的爱强到什么程度?今天你许下一个愿而明天你又改变初衷。有谁会相信这样的一个虚伪的人?真实而永恒的爱源自心,这是心与心的互动与关联。它不能被分成碎片。人不能在爱神的同时也爱稍即逝的物质和有关系的对象。可分裂的爱仅是虚假的。你只有一颗心。你不能把心分成多片,然后分发给他人。它不像 Laddoo (译注:可能是一种甜

品)或甘蔗,可以分成许多部份来分发给他人。心是永恒的、温馨的并且充满着福乐。人们忽视其内在的、不朽的福乐而步入世俗之途并认为福乐蕴于外在世界。这仅是他们幻想的产物。真正的爱与阿特玛 (Atma 纯灵) 原则息息相关而阿特玛原则是以‘纯意识’的方式存在于人人之间的。这‘纯意识’乃阿特玛和梵 (Brahman) 的化身。阿特玛与梵之间并无二致。‘纯意识’在,所以人在。它是寓于人之内的永恒的、不朽的和二不的‘福乐’的源头。这寓于你之内的‘福乐’是谁给你的呢?

人在‘言论’上很‘行’但在‘实践’上却是‘零’。今天,世界正被这种人所蒙蔽了。那些心里有真爱的人不会沉溺于夸大的言论之中,他们会把他们的爱展现在行动上。今天,坐而言者,比比皆是而起而行者却寥寥无几。这样的人简直跟贼没有两样。如果你信赖这种无耻之徒,你能达到人生的目标吗?你的心应该融合和流向于神之中。只有这样,你才能获得祂的恩宠。人们爱怎么说,就由他们去吧,切勿被他们所蒙蔽。不要在意困难和苦难,坚持圣灵原则,朝向人生目标迈进。一个真正的信徒是一个以坚定的信心和毅力,不在乎考验和苦难,勇猛精进地致力于达致神的人。如果要达到人生的目标,你就应该有坚定不移的毅力和决心。

既然决定了你该决定的,你就坚持到底直到你成功。

既然渴望了你该渴望的,你就坚持到底直到你的渴望获得满足。

既然祈求了你该祈求的,你就坚持到底直到你如愿以偿。

既然想了你该想的,你就坚持到底直到实现。

有一颗温馨的心,主一定偿你所愿。

你应该在没有考虑到自己的情况下,全心向祂祈祷。

不屈不挠,坚持到底,决不放弃,

这是一个信徒应有的素质。

(泰卢固诗)

信徒的祈祷是我的药物

就连神,现代的信徒也想用甜言蜜语和虚情假意来蒙骗。这种人决不能达到神的境界。你应该有不可动摇的信心。即便处于危难之境,你的信心仍保持稳定。只有在困苦之时,你才能体验到神。Kashte Phali (辛勤的工作换来丰厚的回报)。有这样的一句话,Na Sukhat Labhyate Sukham (你不能从快乐中得到快乐)。要视苦难为神的礼物而欣然接受之。

任何人都不必为斯瓦米的安康而担心。任何危险都不会降临在斯瓦米身上。斯瓦米会毫发无损地从困境走出来。祂必会获得成功。在肉身的层面上,的确会有一些改变,但也仅是短暂的而不是持久的。因此,我要你们大家振作起来。现在我已康复并站在你们面前。我服了什么药物呢?信徒们强烈的祈祷就是我的药物。在过去一个月里,不论是在真奈(Chennai)、海得拉巴(Hyderabad)、班加罗尔(Bangalore)或孟买(Mumbai),信徒们无不加强他们的祈祷和灵性活动。恭赞和持名都很实在地在每一个家庭里举行。一些信徒还执行苦行和火祭(Yajna)。就这样地,一些为斯瓦米的康复而举行的灵性活动于是展开。这样的热诚祈祷使我得以站在这里跟大家讲话。我不想要这种病痛也不想要它的治疗。你们要这身体痊愈而你们已通过祈祷达到了目的。这身体不是我的而是你们的。因此,照顾这身体是你们的义务。我不是肉身(Deha);我是内寓者(Dehi)。

肉身是由五大元素构成的,迟早都会衰朽,但内寓者是没有生也没有死的。内寓者没有任何执著并且是永恒的见证者。说真的,内寓者确实是神本身。

(泰卢固诗)

阿特玛没有生死,没有痛苦。你或许不会相信,但医生们已经看到了我臀部受伤的情况,他们知道。对任何人而言,这样的伤势至少需要两三年时间才会痊愈。髌关节的凸出部份已经离位,没有肌肉支撑。我的骨头像钻石一样的硬,不可能把它们连接在一起,因此,必须动手术并加上一支铁片以支撑。照说,动了这样复杂的手术之后,通常需要几

年时间才能步行。我全不顾这一切便开始步行。医生们尽全力来保护这个肉身。他们已尽了责。但我完全不去想这肉身。我树立了‘你不应该有肉身执著’的典范。我不仅现在这么说，其实在过去两年里，我一直都在重复地劝导你们大家，要放弃肉身执著。要逐渐减少你们的 Dehabhimana (肉身意识) 并培育起 Atmabhimana (阿特玛意识)。你并非此身；你乃阿特玛的化身。肉身来而有所往。只有肉身有痛苦，阿特玛没有痛苦。

值得学习的虔诚

在我的髌骨折碎时，我完全不能动，只要一动，它就像触电一样剧痛不堪。我告诉医生们，“这不是我的肉身，是你们的肉身。任你们处置了。”放弃肉身执著，就不会痛苦。沙迪亚吉(Satyajit)一直与斯瓦米在一起。他意志坚强并发誓要一直跟着斯瓦米。当我被一辆货车送到医院时，他就坐在靠近我头部的地方。当我被推入手术室时，他也跟着进来。通常，当手术进行时，任何外人是不能进入手术室的，但沙迪亚吉不愿意离开我，他想知道医生怎么对待我的肉身，因此，他获准身穿外科医生制服，进入手术室。我告诉沙迪亚吉，“你不能看到血，还是留在外面吧！”但他坚持说他会获准进入手术室。手术进行时，他一直陪伴着我。他看到医生手执锤子，在我的骨头上开了一个洞。手术后，他问道，“斯瓦米，你怎么能忍受这样的痛苦？”我告诉他，“像你这样的信徒，他们的爱就是我的力量。”爱的力量是最大的力量。有了爱的力量，你可以克服任何痛苦和危险。

你应该具备坚定的信心，不应该抱持丝毫疑心。你的意、言、行必须一致。很多信徒因有这样坚定不移的信心而成为斯瓦米恩典的接受者。在过去一个月里，峇赞(赞唱圣歌)在每一个乡村都举行。他们唯一的祈求是，斯瓦米早日康复并赐予达瞻(darshan, 与信众会面)。在每一个人的心里，斯瓦米的安康是最重要的事了。我收到信徒们寄来的无数的电报，祝愿我早日康复。很多信徒对我的健康感到非常焦虑并一直在祷告。他们的焦虑转变为苦行。他们的这种苦行的力量就是我健康和快乐

的根由。由于他们的爱和虔诚，我现在才这么健康。我没有用我的神力来医治我自己。如果我这么做，我立即就可以痊愈，何必煞费周章！我没有这种‘我要痊愈’的自私念头。我没有丝毫私心。

人人都应该快乐。人人都应该体验善和看到善。这是印度文化的精华。你应该在你的生命中摄取这高尚的理念。在这伽利时期，人们有诸多怀疑，特别是那些接受高深教育的年青一代。在伽利时期和现代教育背景的影响下，年青一代之不能培育起对神的信心是自然之事。

沙迪亚吉和迪立普献身地服侍我。即便是半夜或深夜一两点，当我醒来，我便看到这两个孩子，一个坐在靠近我头部，一个坐在靠近我脚步，两眼张开地看顾着这肉身。迪立普任职于这里的高级专科医院。最近，他的腿部折伤，腿上还包着石膏。即便如此，他听到斯瓦米身体不适，他还跑到班加罗尔来服侍斯瓦米。这两个孩子一直以最大的虔诚来照顾斯瓦米所需。我敢说，他们对斯瓦米的爱和虔诚是没有人比得上的了。人们可以在嘴巴上挂着‘爱’，‘爱’，但没有人能像这两个孩子一样把爱表现在行动上。即便是三更半夜，只要轻声叫出‘沙迪亚’，孩子便立即起来问我要些什么。他是那么的警觉和周到。他俩经常照料我所需的一切，包括饮食。其实，当他们服侍斯瓦米之时，他们完全忘了自己的需要。这完全是父母积的功德，孩子才有这样的虔诚的感觉与服务的精神。因此，父母首先应该成为神的信徒。我常对这两个孩子说，我的身体好多了，并劝他们去吃点东西，但他们总是不肯离开。当他们接到询问斯瓦米病情的电话时，他们总是说斯瓦米很好。他们从不详加说明。他们经常以爱和机智来回答信徒的问题。他们如何修得这种崇高的爱和巧妙的机智呢？不是因为高深的教育也不是因为达到某个年龄阶段。这只是因为他们怀持着对斯瓦米的强烈的诚心和信心。那是真正的德性。基于这样的崇高德行，他们才这样献身地服侍斯瓦米。今天，我之所以能够站在你们面前，为你们讲道，这全靠这两个孩子所展现的伟大服务了。

有好些人已作好准备来为斯瓦米服务，只要给予他们机会。然而，他们没有一个人得到这个机会。这两个孩子得到这个独特的机会，于是他们便善加利用这个机会。还有什么比服侍斯瓦米更大的修行呢？还有什么比斯瓦米认同你的爱更为圆满呢？你看不到有人有这样年青的时期就整整一个月，日以继夜地做出这样伟大的服务吧！有些人或许会高谈爱和服务，但像这样既亲切可爱又虔诚献身的孩子就看不到了。我已在这两个孩子身上看到了崇高的信仰、虔诚和坚定，他们之所以赢得了斯瓦米的心，就是这些因素。

有了信心和献身精神，你可以成就伟大事业甚至于举起一座山。就拿哈奴曼(Hanuman)的例子来说吧！当罗什曼那(Lakshmana)昏厥于战场上时，罗摩为之焦虑不安。哈奴曼奉命去取一种叫山吉维尼(Sanjeevani)的药草去救罗什曼那。哈奴曼不知药草在哪儿，他把长有这类药草的整座山搬到罗摩的面前。同理，神的信徒必须准备从事任何服务，不论任务有多艰巨。一般上，人们都有躲避困难而趋向欢乐的倾向。那是不当的。你必须面对一切困难。人身易于罹患疾病和陷入苦难，但你不应该因此而感到心灰意冷。你必须培育起对神的信心。那 Viswara (信心)必定是你的 Swasa (气息)。

(薄伽梵唱一首峇赞，“Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahin…”然后继续讲道。)

我必须告诉你们另一件事情。世界各地成千上万的人在斯瓦米患病时，不停地为斯瓦米祈祷，希望斯瓦米早日康复。有些人已发出 Vratas (虔诚立誓)。电报和电话，不计其数，纷至沓来，询问详情。基达勒迪(Geetha Reddy)是安得拉邦(Andhra Pradesh)印度国大党(妇女组)的主席到平达弯(Brindavan)来并暂住在那儿。她为斯瓦米的康复祈祷并希望得到祂的达瞻(Darshan)。由于那时候，任何人都不准进入斯瓦米的住所，所以，她没有机会得到祂的达瞻。然而，她却下定决心要住在那儿，纵使她在海得拉巴有紧急的任务。在这一段时间内，她几乎都在班加罗尔与

海得拉巴之间乘坐飞机来回穿梭。她不在乎涉及庞大的费用和家庭的问題。她所要的是为斯瓦米的康复祈祷。她视斯瓦米为她自己的生命。那就是取悦斯瓦米的真正的爱和虔诚。对神的虔诚和降服可以减轻你的痛苦。

还有另一件小事我想告诉你们。有一个美国女士对医生诊断出的疾病感到极度担忧。她得了癌症。她和丈夫到班加罗尔来祈求斯瓦米的祝福。我保证消除她的癌症并请他们放心。在一个星期的治疗中，她的癌细胞消失了，但还有一点恶性部份存留，于是我吩咐医生把它切除。医生照做。翌日，她可以走动了。她现在很健康，一切回复正常。类似这样的例子有好几件。赞诵圣号可以治愈奇难杂症。这正是她所做的。这位女士有赞诵圣号的习惯，‘Sai Ram’，‘Sai Ram’持续不断地发出。有好些人赞诵圣号而我也治愈了好些患上绝症的人。所有这些人现在也已为我的健康祈祷。只有他们的祈祷能助我早日康复。

不仅如此，我在九年前就失明的左眼也顺便开刀而恢复了视力。这九年来我一直只用右眼看东西。我们医院的院长纳拉欣哈穆迪(Narasimha Murthy)祈求我，在动臀部手术的同时也动眼睛手术。我告诉他们，这么多年来我只用一只眼看东西而没有大碍，何必动手术，但最后我还是答应他们热切的祷告而接受动手术。

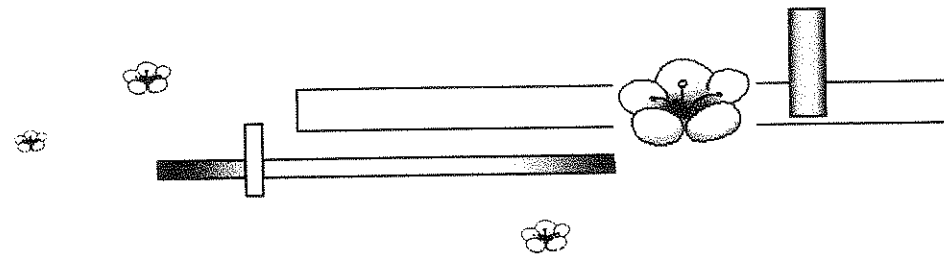
当我在早上七点要到赛古鲁弯礼堂给予达瞻(Darshan 一睹圣容)的时候，沙迪亚吉提议我延迟到七点半才去以免影响伤口。他就是这样地关心我的健康。还有其他好些信徒也有这种高尚的情怀。这就是为什么圣者泰格罗遮(Thyagaraja)吟唱他的不朽赞歌，“Endaro Mahanubhaavu-lu…”(高灵不少啊…)的原因了。其实，印度就是因为有这样的高灵，这个国家才得享安全与安宁。

印度不仅是一块土地而它确实是整个世界的心脏。如果印度安全，整个世界便安全。不幸的是，印度子民并不明白这个事实。自私自利到

处泛滥。所以，要除去你们的私心而献身于服务社会人群。要为天下苍生祈祷。那才是祈祷的真正意义：Loka Samasta Sukhino Bhavantu (愿天下苍生快乐幸福)。要全心全意地为整个世界的福利而祈祷，那你肯定昌盛繁荣。我想我占据了你们太多的时间了并且也使到你们感到不便。大家应该向莎拉沙和英杜拉沙看齐而注入服务的精神。我祝愿他们夫妻俩健康、长寿、幸福。

——摘自薄伽梵在百善地赛古鲁弯礼堂所恩赐的导师节讲道，时为2003年7月13日。

(英译文刊载于2003年8月版)



询问处 for Enquiries

CHIEW TECK HOE

Block 8 Angklong Lane #09-01 Singapore 579981
Tel: (65)64577305 Fax: (65)64577331

Sis. Shirley

10, Jalan Tembaga Kuning 4, Taman Sri Skudai,
81300 Johor Bahru, Johor, Malaysia.
Tel: (60)7-5570435

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。