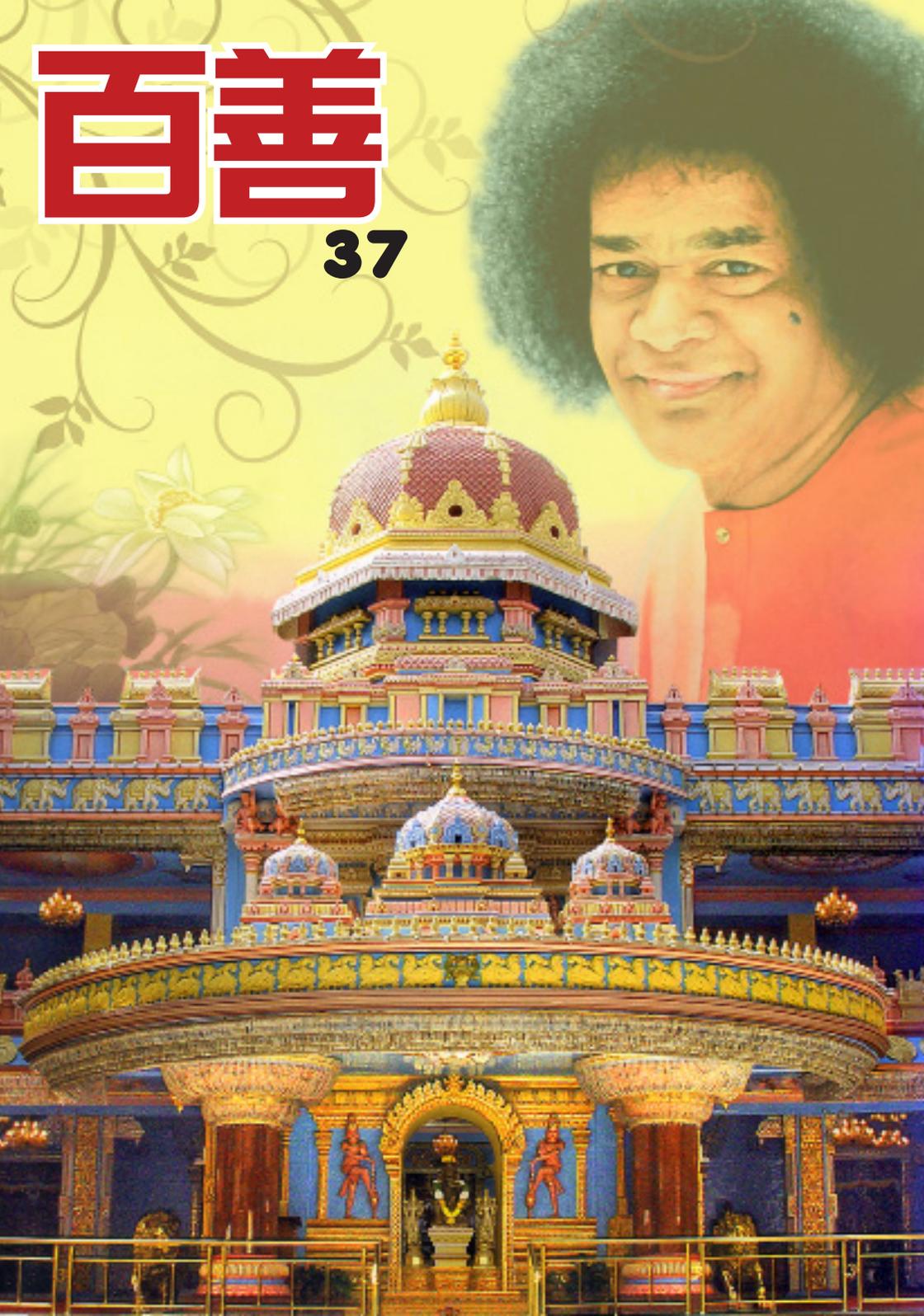


百善

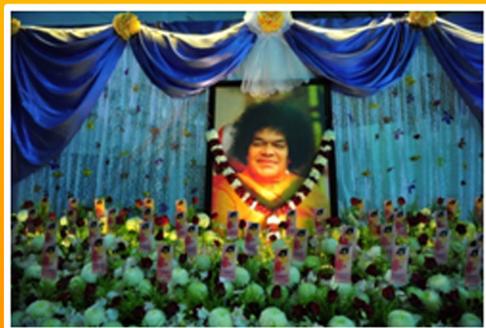
37



2011年活动点滴



百善地农历新年庆祝会



柔佛东甲：追思感恩会



柔佛百伽律：庆祝卫塞节

檳島东北县：养老院庆母亲节

百善37期

目录

A.	编者的话	4
B.	赛峇峇的圣笛： 向伟大的赛弟子维克托‘基士拿’卡努致敬	6
C.	峇峇福音	
	• 讲道1：你的真正的名字是梵	31
	• 峇赞推荐：拥毳对芳丛	44
	• 讲道2：神以爱的方式存在于众生之内	46
	• 爱的见证：周德惠赛兄	55
	• 讲道3：峇赞带来平和与快乐	62
	• 问与答：峇赞	73
	• 讲道4：爱是我最大的资产	77
	• 问与答：海纳百川	90
D.	服务关怀	
	• 幸福迴路	95
	• 医疗圣殿的第一个痊愈者	98

Title : 百善Bai Shan
Magazine on Sai Baba Discourses, Education in Human Values, Service, Chinese Tradition and Culture.

Month/Year : Nov 2012 (1200 copies)

Publisher : Sathya Sai Baba Central Council of Malaysia (SCA)
B-3-20, Pusat Perdagangan Seksyen 8, Jln. Sg Jernih 8/1,
46050 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia

Website : www.saicouncil.org.my; www.sca.org.my Email : sathyaibabaccm@yahoo.com

Phone : +603-74969358 Fax : +603-79607454

编 者 的 话

这一期《百善37》刊登世尊

峇峇从2007年12月至2008年1

月的4篇讲道，主题强调培育爱。世尊

说，阿特玛（Atma 自性）是神的另一个名

字，它意谓爱，唯爱而已。如果大家都步上爱

的道路，世界就会大同，人人就会平等。反之，如

果着重的只是人与人之间的分殊，缺少一体性，我们

就难以认知和体现神性。

赛组织亦不例外，必须以爱心去经营。对于赛中心领袖应该如何以爱去包容、感化一些所谓的‘另类’，中央理事会顾问贾格迪生赛兄提出的精辟见解，归纳于《问与答：容纳百川》这篇文章里。

峇赞是体验圣灵的最简易法门之一，信徒难于从其他事物中体验从峇赞中所获得的福乐。《问与答：峇赞》里总结了世尊对于峇赞的开示。我们也介绍一首新编的中文赞歌“拥毳对芳丛”，诗意盎然的歌词令人深思世间万物的无常，唯有道是永恒的。

全球各地许多赛信徒在默默地、无私地为世尊赛的任务作出奉献，已故维克托卡努（Victor Kanu）就是其中的佼佼者。他把一生付出于赛人类价值教育的发展，建立了赞比

亚的“奇迹学校”。他的所作所为深受世尊赞赏，是大家的模范。《赛峇峇的圣笛》描述了维克托的故事，阐扬每个爱峇峇的信徒应该拥有的奉献胸怀和精神。

百善地的斯里沙迪亚赛高等医学研究所于2011年度过20周年，至今已进行了逾14000项手术。维杰巴斯卡尔（Vijay Bhaskar）是这所“医疗圣殿”治愈的第一个病人，他的见证让我们感受到世尊对病者的关怀备至，及医护人员的热忱和爱心。

2012年于波德申举行的马来西亚赛会员大会中，有3位对赛志业贡献良多的资深信徒获颁杰出贡献奖，其中一位是多年来翻译赛法，谱写中文赞歌的周德惠赛兄。2011年突如其来的一场大病痊愈后，让他更珍惜光阴，继续为赛服务。期望他的感人事迹将会激励更多的人加入赛志业的行动队伍。

我们希望这期《百善》所摘录的赛教导，智慧言语和信徒的感人事迹，会让读者有所领悟，在人生道路上更畅通无阻。敬请大家继续支持百善的发行，也欢迎你们提出宝贵的意见和建议。

2012年11月

向伟大的赛弟子维克托 ‘基士拿’卡努致敬

“我只是向神祷告：神啊！让我成为您的工具。神啊！让我成为您的工具。”赛峇峇于是这样回应我：“是的，是的。我会让你成为我的工具。”对于赛峇峇，我只能这样说：“祂就是神。祂是我祖先的神，祂是恒久以来非洲人民所膜拜的神。沙迪亚赛峇峇其实是神的化身。”



以上是已故赛信徒维克托卡努 (Victor Kanu) 所展现的信心和虔诚。难怪当查理士乌卡达神父 (Father Charles Ogada) 于2001年在会见室里很诚恳地祈求赛峇峇探访非洲时，峇峇的脸挂上美丽笑容，对他揭示说：“我已身在非洲.....我通过维克托卡努来展开工作。”

那么，卡努是主的哪一种工具呢？几年前，当卡努著作的书，《Sathya Sai Baba: God Incarnate》(神化身:沙迪亚赛峇峇) 刚出版时，峇峇看到一个男孩在布达峇地的精舍阅读，向他问道，“你手中拿的是什么？”男孩把书拿给峇峇看，峇峇只看一眼就说：“好人！好书！”

卡努散发赛的光芒

维克托卡努是神的‘好人’，是神变现奇迹的工具。最奇妙的奇迹莫过于成立非洲赞比亚（Zambia）的沙迪亚赛学校。通过卡努，峇峇挽救了很多个在经济和社会边缘徘徊的学生，把他们蜕变为精英，拥有高尚的品格。查理士乌卡达神父曾说：“维克托吸收‘凡人’（zero）并把他们改变为全能的‘英雄’（hero）。”

“有始以来，”世界沙迪亚赛基金会主席，迈克尔戈尔茨坦医生（Dr Michael Goldstein）说，“每当某个时间和某个地点需要爱的光辉、证悟神的智慧、承继神的悲心时，祂就会把这些伟大的人带到世间来。”敬爱的峇峇把维克托卡努放置在非洲作为转播祂的爱和智慧的一盏灯。

因此当主的信使维克托卡努于2011年9月3日因心脏病发而往生时，不单非洲，世界各地来自赛大家庭的信徒都感到惊愕和悲痛万分。

毫无疑问，维克托卡努博士是神选派到非洲的。对全世界的赛信徒而言，他是非洲大陆的模范表率。峇峇如何善用维克托为工具的曲折故事，不但表现出神恩的无所不在和神奇，也是每一个愿意要为神工作的虔诚信徒所该学习的榜样。

他的早年事迹和牛津教育



1929年7月14日维克托卡努于非洲西部的英殖民地塞拉利昂 (Seirra Leone) 的一个小镇Yoni-bana出生和成长。他后来到首都Freetown接受中学教育并培训成为老师。维克托25岁时到英国牛津大学深造，这是他人生的转折点。

维克托从小就很敬爱神明，是个有宗教信仰的年轻人。2007年维克托接受赛广播电台的一个访问，他说：“我有一个美好的童年。我爸爸是基督徒而妈妈是回教徒。我从小就相信神。我很喜欢耶稣基督，尤其是祂的爱和怜悯。祂让我们了解到，除了吃喝玩乐跳舞外，应该还有一些更重要的东西。这一点和祂的其它故事深深吸引我。例如祂能让死人复活、瞎子重见光明、瘸子走路等……这些事迹让我感到惊奇。唯有在后来的生命中，我来到比耶稣做得更多的主面前。”

维克托热爱牛津大学那充满学术气息的环境。1961年他回国时，塞拉利昂已独立，不再受英国管辖。

政府专员的高级生活与其教训

维克托成为政府公务员，是发展局秘书处的官员。这虽是一份优差，但不久后他离职到英国钻石公司上班。就在这一段职业生涯中他被政府派遣到英国出任外交专员，并兼任挪威和瑞典的事务。他在任四年后，因为政府的替换而离职。

这一段经验教导维克托更多的是生命而不是外交。他说：“回想这段日子，并不是我要的生活，因为外交官的日子其实是虚假和肤浅的。我这么说是因为人们总以为与女王交际用餐，出席盛大宴会就是生命的全部。这就是大家所认为人生最大的成就。但后来我看透了，一旦失去这个职位及身分，一切的特殊待遇将成为过往云烟。”

这段时期所敲响的警钟促使他深深反省，回想童年的宗教教养，他又开始上教堂礼拜，这是他到英国后不曾做过的事。

震撼心灵的初次拜访

以上这件事情发生在1978年。当维克托在1980年第一次见到赛峇峇时，方才明白了这一切事情的来龙去脉，恍然大悟峇峇在这两年是如何默默地，奥妙地把他拉近身边。

“1978年，我参加圣诞节前夕的祷告会。一位女神父 Ms. Rosa La Robles 为一出关于耶稣出世和任务的话剧作讲述，她说：‘你知道吗，今天在印度有一个年轻人正在做着2000年前和耶稣一样的事。他的名字叫赛峇峇。’这是我第一次听到赛峇峇的名字。

我很激动，地球上竟然有人在做着与耶稣一样的工作？我决定去了解更多关于此人的事迹。但当时是圣诞假期，所有书店都不开门。我终于找到 Howard Murphet 所写的书《Sai Baba - Man of Miracles》。刚开始翻阅这本书时，我根本不相信我所读到的。1979年的每个周末我都在读这本书，读了一遍又一遍。

后来，我读到更多有关峇峇的书，我知道假如我向祂祷告，祂会听到并作出回应。在1980年2月大约晚上11时我直接向祂祷告。我说：‘噢！赛峇峇，我不认识您，但从我所读到和听到的，毫无疑问您是神化身。我和太太都想成为您的信徒。假如您接受我们，请显示一些迹象。’这些是当时我所说的，至今不曾忘记。

我祷告完后，直接上床睡觉。在半夜12时30分，我浑身发抖流汗。赛峇峇来到我的房间，当我转身看到祂时，我很害怕，开口叫道：‘噢神，帮助我！噢耶稣，帮助我！赛峇峇，帮助我！’之后我即惊醒。

换句话说，从晚上11时至2时半的几个小时里，赛峇峇即刻回应我成为祂信徒的要求，祂来到我的梦中。这是第一次的呼唤及我接受祂所显示的迹象。”

这是峇峇第一次让维克托见到他本人。其实，早在1978年的前三年，维克托曾经历了一连串当时难以理解的梦境。维克托在2002年于百善地，对峇峇的大学生演讲时提到了这一点。

赛净化并准备维克托为祂工作

“1975年，从酒吧回来我做了一个梦。在伦敦，当时流行男人吃完晚餐就到酒吧与同事喝酒，抽烟。我也不例外。当天我喝完酒就回家。第二天醒来时，发现自己还穿着昨天的服装、鞋子、外套和领带。我知道自己昨晚喝醉了，也做了个梦。

两个天使来找我。我们三个在空中飘浮，我在中间，大家并没说话。深蓝色的天空很平静，我们去一个我不知道的地方。到达目的地时，我们像飞机一样下降。我们穿过一个半圆的拱门而进入一个小村庄。在拱门的右边有一位天使手上拿了一串花交给我，并对我说‘欢迎’。

接着我们走过一条窄路。左边是一堵高墙，天使把我带到这堵墙的门口，就消失无踪。在那里我看到世界各国的

人，包括对我说家乡话的祖先，有很多人在进行治疗、传教及探讨灵性的活动。

就在那个时候，我醒过来，并发现自己衣着笔挺。但是从那天起，我开始有所改变。我舍弃酒精，不再去酒吧喝酒或吸烟。我很难解释原因，在1975年我忽然停止了这一切。当时我并不认识赛峇峇，对印度也毫无认识。”

在维克托还没听过祂的圣名以前，峇峇已通过天使把维克多带到百善地尼乐园（Prasanthi Nilayam）并开始改变他的心灵。五年后，当维克托通过Gopuram正门进入精舍时，他立即记起当时的梦境，并清楚地确定当时天使留下他的地点。

经历过1978年的梦境后，他要拜访峇峇的欲望不断加剧。他终于在1980年初次访问印度，这次的拜访又是一个引人入胜的故事。

令人费解的印度旅费变现

“自从我梦见峇峇后，我到处寻找对峇峇有所认识的人。幸运的是，在离我家步行15分钟路程的地方有一个赛中心。我在那里遇见了中心的领导Kirit Patel。那年（1980），Kirit要组团到印度拜见沙迪亚赛峇峇。我告诉他我和妻子想参加，虽然我们当时并没有余钱作旅费。”

当Kirit知道维克托的财务困境时，他提议给他夫妇俩预定机票，维克托拒绝了。Kirit甚至建议维克托回来后才支付机票，但他也不接受。不久之后，发生了一件有趣的事情。

有一个英国人，他不是维克托的朋友，甚至不晓得他们的旅程，竟寄了两张机票的钱给他们。

维克托叙述说：“钱是邮寄来的。那一天邮递员带来两封信，第一封是这位仁兄寄来的。我打开它，发现里面有一张支票，我很高兴地跑上楼对我的妻子说：‘瞧，我们有钱去印度了！这是500英镑。’

第二封信是我母亲寄来的。她说塞拉利昂土地干旱，要我寄一笔钱给她。两封信，一封有500英镑，另一封是妈妈向我要钱。我转过身来对妻子说：‘吉纳维芙（Genevieve），我觉得这个人-赛峇峇在考验我。’我可以顺其自然把这笔钱寄给我母亲，但却不是正确的做法。我认为这是一个测试，峇峇必会照顾我母亲的。”

赛揭开“蓝色之谜”



出发前三个月的某天，祂再次来到我的梦里。祂身穿红色长袍，但脸是蓝色的。我很担心，以为祂生病了，开始问其他信徒这是什么意思。Kirit说：“哦，基士拿是蓝色的！”他指给我看一张挂在墙壁上的基士拿照片。

我们于1980年8月14日，终于来到班加罗尔的白草原，薄迦梵峇峇为我和妻子进行了灵性婚礼。当我们向他致谢时，他说：“噢，你以为自己来不了印度，因此我送你一张支票。”

我说：“是的，斯瓦米，但你的脸是蓝色的，我很担心！”

祂看着我说：“啊！蓝色！深奥的！玄妙的！”

这是维克托于1980年在平达湾（Brindavan）的美妙经验。

维克托的第一次达瞻（Darshan，与神会面）发生在布达峇地，这经验让他毕生难忘。

维克托的第一次达瞻： “我马上就相信祂了！”

“我们坐在布达峇地的沙地上。当祂来了，我的目光落在祂身上，我很难形容心中的感受，因为在地球上我从来没有见过这样的人。我充满了喜悦，我非常，非常高兴。突然间，我所有的恐惧消失了。我只是爱祂，我认为祂确实是上帝。

祂来到我面前说：“去！”我们就进入会面室，在那里我看到了第一个奇迹。我看见祂在挥手間变现出戒指和其它一些东西。接着，祂说一些关于我妻子的事，都是同行的成员所不知道的。祂向我们透露许多细节，然后建议我们跟随祂去白草原，在那里祂将为我们举行一场灵性婚礼。

我们去到白草原，峇峇把我们叫到祂的房子里。这是一个很小的房间。我们看到一个纤弱的意大利女人，她行动不便，一个男孩带领她进入会面室。她坐在那里等待峇峇。

峇峇一进入房间，便呼叫我和妻子，然后背诵一些赞美诗；接着又变现出李子、纱丽和一些婚礼仪式上所需要的东西。过后，他向坐在角落的女人说：“女士，站起来，行走。”

我们都转过身看着她，她犹豫了一下，但峇峇说：“到我这里来。” 女人不久站起身来，真的朝他走去！峇峇带她到会面室的内室里，并给了她一件纱丽。

看到这一幕，我想起耶稣基督让瘸子行走的奇迹。峇峇只是一句简单的命令，没有任何的祈祷。这是我亲眼目睹的。”

人类价值教育虏获卡努的心

维克托于1980年见过峇峇后，在1981年他再次回到百善地尼乐园参加国际赛组织所举办的Bal Vikas（赛儿童教育）会议。他接触到人类五大价值：真理、正义、和平、爱与非暴力。人类价值教育计划让维克托非常感动并留下深刻的印象，所以一回到伦敦，他立即在位于朗利路的家成立赛中心，期望大家认识赛峇峇和他所创建的赛人类价值教育。

不久后，他参与伦敦教育委员会，并成功地在伦敦的一些学校引进这些价值观。该组织的前主席，Isver先生说：“维克托和他的妻子，吉纳维夫，是把沙迪亚赛人类价

价值观引进英国教育的先驱。”

过后，维克托热忱地在非洲大陆参与推动人类价值教育。1983年他代表非洲大陆的赛信徒出席在百善地尼乐园举行的第一届海外信徒Bal Vikas训练班。这个课程引起他们对价值教育理念的深深赞赏，也让他们认识到非洲五花八门的教育系统之不足。此后他们经常出席在百善地尼乐园和欧洲举行的SSEHV（沙迪亚赛人类价值教育）课程和深化课程。1983年至1985年间，他们见证了SSEHV课程的培训和计划在欧洲和非洲的迅速发展。

峇峇指示：“到赞比亚去！”

维克托对人类价值教育的反应是那么的热烈，把它当作自己的使命。他经常访问布达峇地寻求峇峇对此项计划的指示。峇峇也总是给他特殊的接见和明确的指导。

1989年，维克托来见峇峇。其实当时峇峇已有要他离开英国的计划。维克托如是说：

“1989年7月的某一天，当我们获得峇峇接见时，他对我们说：‘去赞比亚（Zambia）吧，通过学校把我的爱的信息传扬出去 --- 去建立一所学校。’我们曾经前往赞比亚举办一个为期三个星期的研讨会，仅此而已，我们并不认识任何人。但峇峇却很清楚地指示：‘去那里建立一间学

校，并传播我的爱的讯息。’

当我们会从会见室出来时，吉纳维芙有点不知所措，她转过身问道：‘但斯瓦米，我们要去哪里筹钱？’峇峇说：‘卖掉你的房子，用这笔钱来建立学校。如果还不够，向银行借！’

身为一个基督徒，我想起了耶稣基督的故事。有一个富人到祂那里去说道：‘我已经做这，做那……我还能做什么来救赎我的生命？’耶稣说：‘把你的所有卖掉，交给穷人，然后跟从我。’一听耶稣这么说，这名男子跑了！思考过后，我知道这是峇峇对我的一个考验。如果峇峇想创造什么，他可以立刻做到，他可以变现金钱自己建设。但是，祂为什么要我们卖掉房子？这是一个考验啊！

所以我们非常高兴。实际上，我们感到非常幸运，因为上帝选择了我们。‘圣经’上的记述正在重复，这就是我们为何到赞比亚去的原因。1989年12月22日，我们准备离开伦敦。我们已经变卖了所有东西，当然，我们不能直接卖掉房子，因为它需要时间来完成手续。当时我们还有一些储蓄，我们出售了所有的东西，包括保险、汽车、甚至窗帘和锅碗瓢盆，因为峇峇说：‘别留下任何东西！’换句话说，他要我们断绝一切关系！

这是我们去赞比亚的过程。虽然身处在一个陌生的国

家，但我们对祂充满了信心，祂说：“建造一所完整的学校！”我们花了18个月建立这所共有24间教室的学校。赞比亚的学校是印度以外的第一所沙迪亚赛学校。”

赞比亚位于非洲大陆的南部，它是世界上最贫穷的国家之一。即使在2011年，近70%的赞比亚人民生活在贫困线下。大多数孩子在7年级后就辍学，因为他们付不起学费。想象在1989年，20多年前的情况下，峇峇竟指示维克托到赞比亚去。

赛指示学校必须建立在最穷的地方

维克托是在西非的小国塞拉利昂出生和长大，对赞比亚几乎与印度一样的陌生，他把赞比亚叫做‘陌生的国度’。那么，他将怎样在这个即陌生又资源欠缺的国家建设学校呢？他面对哪些挑战？在建校的最初几年斯瓦米对他有何指导呢？维克托有精彩的故事与我们分享：





“首先，是寻找建立学校的地点。专家希望我们把学校建立在城市中心，但是，在乡镇地区还有另一个地点（恩多拉，Ndola）。于是，我派吉纳维芙去见斯瓦米，问祂我们应该在哪个地区建立学校。峇峇说：‘去乡镇 -- 这是个贫困地区。’实际上这是一个没有水电供应的贫穷地方，连道路都崎岖不平。我们选择了这个地方，当然，现在那里的情况已有所改变，道路相对较好，也有水供。

我们对建筑一窍不通，也没有足够的钱聘请建筑商，只好自己动手。我从村里找来一些建筑工人，和他们每天一起工作12个小时。我向他们学了建造房屋的知识，现在我已可以胜任。后来，我甚至在非洲建立了沙迪亚赛教育学院。

建造学校是不容易的，有时我得从恩多拉飞往卢萨卡（Lusaka，赞比亚首都）购买材料，如螺栓或螺母。我们克服万难，终于把学校建立起来。我们太高兴了，因为神赋予我们建校的使命。我们的信念是坚定的，从来没有怀疑

过，我们乐于实行祂的工作，能把斯瓦米的使命，尤其是教育使命带到非洲是一个难得的机会。”

赞比亚的沙迪亚赛学校达致“不可能”

获得神的青睐去推动神圣的教育工作让维克托激动不已。有两个原因促使他全力以赴；第一是他对斯瓦米无比的爱，第二是他对峇峇的人类价值教育计划有很深的信念。他认为这是解决当今混乱世界，尤其是非洲大陆的灵丹妙药。于是，他在这间新学校实施这些教育原则。事实上，当地人第一次听到沙迪亚赛是从维克托为学校买的一辆二手面包车的车牌号上所写的名字。渐渐地，他们知道沙迪亚赛峇峇是印度的一位圣人。

峇峇曾指示维克托：“研究这个系统，在一年内建立学校，先以三个班级开始。” 在1990年6月10日开始建设工作，建立在14英亩的美丽土地上的学校于1991年6月开始公开招生。最初开办3班小学和3班中学，而中学所招收的学生都是在第7级国家考试里名落孙山的男生。

为什么要招收考试失败的中学生？这会带来什么挑战？维克托说：“要开办小学很容易，因为有许多小孩子。你只需要吹吹哨子，他们就会跑过来。但要开办中学很难，他们必须完成小学教育并考试及格。

那些考试及格的学生已有学校去，但失败者不知何去何从。因此，我们选择了这些不幸的学子，把他们带到我们的学校。人们都认为我们疯了，他们说：‘你怎能把失败的学生带进学校？这些人无可药救，他们既难管教又智障。’我们说：‘我们会尽力而为。’

就是这些中学男生为学校争光，打响学校名声。因为两年后，当他们参加第9级国家考试时，他们的成绩在全国名列前茅。学校在第一次参加9年级的全国考试时获得99%及格率和30个特优，并在随后的几年中获得100%及格和超过50个特优的成绩。”



“奇迹学校”的秘密

赞比亚的沙迪亚赛学校在赞比亚教育部的法定架构内运作，准备中学生考取赞比亚的普通教育文凭。学校有24个课室；14班小学和10班中学，一座行政大楼和一个可容纳2000名学生的大礼堂。



如前所述，学校的优异成绩来自先前已归类为“辍学”的男生，这也许是世界上唯一亲切地接受‘失败者’的机构！学生的才华和品格是如何获得惊人的改变呢？

“这是因为人类价值计划，”维克托说，“当局看到我们在学校里实践真理、爱、和平、正义与非暴力的价值观。我们培养学生成为爱的典范，让他们觉得自己个个都是我们的孩子。我们只是给予爱，把爱和更多的爱给予他们，这是他们在家里从来没有体验过的东西。”

维克托和他的团队如何把爱给予孩子？

“分享我们所拥有的，与他们长时间相处，为他们着想，为他们牺牲自己的生活，长时间帮助他们，使他们相信自己并不是失败者而是成功者。通过分享，关怀和宽恕他们的错误。纠正但不伤害他们，就像斯瓦米对待我们所有人一般 -- 祂引导我们，没有让我们感到痛苦。”

“当我们把这些价值观付诸实行时，学生给予回应！他们努力耕耘而获得成功，这就是如何年复一年，我们从9年级至12年级的学生获得100%及格的成功故事。学校被称为“奇迹学校”，这真是一个奇迹，因为不可能在赞比亚发生的事情，已成为事实。”



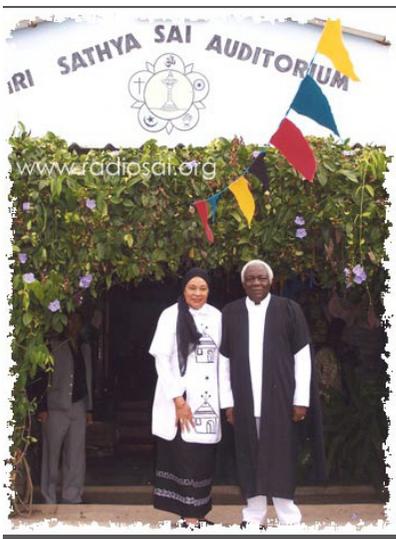
非洲的沙迪亚赛教育学院应运而生

主激励维克托，指导他，最后肯定他。对维克托而言，他只有一个任务，既是传播峇峇的爱和信息。为了确保沙迪亚赛学校所提供的教育质量与时俱进，也为了在非洲进一步推广价值教育事业，于1999年在Durban举行的全非洲赛会议决定开办非洲沙迪亚赛教育学院。

这个机构的使命是培训赛人类价值教育教师，进行研究和进一步发展价值教育方案。该教育学院主管非洲的所有

赛学校。从2000年开始，它已积极扮演着这个角色。政府学校派来受训的教师都会获颁文凭。维克托是这所学院发展和推动的背后功臣。

斯里沙迪亚赛国际基金会教育委员会主席，卡廷雷（Kalyan Ray）曾说维克托在推动峇峇的使命起了很大作用：“他深信人类价值能帮助塑造一个‘新的人’或一个‘新的社会’。他还以非凡的技巧说服联合国于2001年在非洲推行以人类价值为基础的资源保护教育计划。维克托，他的妻子，吉纳维夫和非洲沙迪亚赛教育学院的教员，任劳任怨，花了整十年在联合国计划下，在14个非洲国家的国立学校，引入人类价值教育课程。十年过去了，维克托的价值教育课程已走出非洲，传播到亚洲和拉丁美洲彼岸。”



维克托在非洲各地坚持不懈地为赛组织服务

事实上，维克托不但背负着峇峇的教育使命，他也是全非洲赛组织的中央协调员。看到维克托这几年的无私奉献和奉献精神，斯里沙迪亚赛世界基金会主任，雷迪医生（Dr. Narendranath Reddy）说：“除了教育方面的领导工作，卡努博士还积极参与赛组织的许多人道主义工作。他帮助协调提供食品、衣物和医药，救助有需要的人士。他也参与Sainet项目，为非洲疟疾流行地区提供经过杀虫剂处理过的蚊帐。在为期一年的后续行动中，发现那些获得分发蚊帐的非洲村庄，减少了50%的疟疾发病率。卡努博士是一个模范信徒，直到最后一口气，他还在为斯瓦米奉献与服务。

查理士乌卡达神父曾与维克托在赞比亚一起工作，并经常称之为‘爸爸’。峇峇和维克托给予彼此的关注和爱让神父感到惊奇。他说：“维克托是一个莫大的启发。我非常好奇他是怎么做到这一切的。他风雨无阻，完全奉献自己，可说是个完美的典范。按常理他的健康状况不可能让他以这种魄力处理那么多事情。他患有糖尿病，视力严重受损，几乎看不到任何东西。他还患有心脏病和高血压，但他从来不谈论自己的健康问题或有所抱怨。他生机勃勃，充满活力，心情愉悦。他把工作当作在执行一项神圣的责任。既然他已

经把自己的身体交给主，这是主的责任去照顾它。”

赛照顾维克托的心脏病



峇峇一直以无尽的爱和关怀来照顾着维克托。2007年，维克托出现心脏骤停时，医生建议他动手术，但究竟发生了什么让他的病情恢复，让我们直接听维克托叙述吧：

“嗯，我身体不好，赞比亚的医生告诉我是心脏病发作。他们说，有两种类型的心脏病；一种是猝痛，另一种是由糖尿病引起的慢性病，他们说：‘你的属于第二种，它可以在任何时候杀死你。’他们建议我进入心脏医院治疗。

他们叫我去南非，那里有大医院。但是，当Kaiyan Ray先生和 Dr. Michael Goldstein医生获知我的病情时，他们告诉赛峇峇医院的Safaya医生。感谢许多赛学生的帮助，我很快就抵达布达峇地，峇峇指示Safaya医生：‘没有必要对他

动手术，只要给他最好的药，其他的我来处理。’这正是峇峇为我所做的。

我在峇峇优雅的超级专科医院的空调急救室里住了19天。我已完全康复，并能健康的在此与你们对话，这是斯瓦米所赐予的能量！”

维克托于2010年6月再次生病，并进入布达峇地的赛医院。薄迦梵对他无限关爱，专程到医院看望他，护佑他。不久后，维克托出院，感觉精力充沛。他回到非洲，以更大的热情与活力继续峇峇的工作。

在峇峇的恩宠下，维克托于2011年4月回到赞比亚参加沙迪亚赛学校20周年的校庆。这所“奇迹学校”现在已经成为一个耀眼的模范，激励着非洲和其他地区的学校追求学业和品格的发展。

卡努 - 崇高的启示，奉献的泉源

2011年4月27日薄迦梵峇峇圆寂，美丽的肉身不再出现。维克托的悲痛和打击简直难以想象，然而这并没有挫伤他的奉献精神。他比以往更卖命的工作来实现对主的承诺。雷迪医生回忆说：“他在2011年7月再度前来百善地尼乐园。在沙迪亚赛世界基金会教育委员会会议期间，维克托以他真诚的信念呼吁：所有由薄迦梵峇峇创建的机构和组织，

应被赋予最崇高的敬意。他强调，最重要的是所有赛组织的职员和信徒能够继续以和谐、团结、爱和奉献的精神展开赛的神圣使命。”

从百善地尼乐园回国后，一些不可知的原因促使维克托访问他的家乡，他想在塞拉利昂传播赛的福音和爱，因此他与一队来自英国和其他国家的医疗专家小组前往祖国，为当地遭受战争蹂躏的人民提供服务。

维克托安详地躺在祖国的怀抱中

在2011年9月的第一周，维克托再次前往塞拉利昂。这一次他是回去自己的出生地监督一个赛中心的建设和开幕典礼。能把斯瓦米的爱带到祖国，他感到无尽喜悦和满足。2011年9月3日清晨，维克托安详地咽下最后一口气。大家心中明白，维克托的逝世是赛组织一个无可弥补的损失。



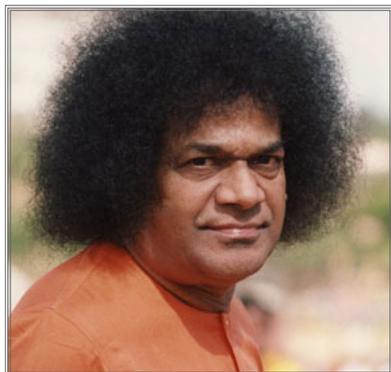
峇峇无与伦比的工具 - 永远形影不离

其实峇峇曾经提到，维克托将永远与主同在。峇峇于1985年会见维克托时，曾明确地说，维克托会回来，会与峇峇的下一世Prema Baba一起生活和工作。

对于如圣笛一般无私、纯洁、正直、朴素、谦逊和神圣的信徒，主的宠爱何止千万倍。维克托喜欢被称为维克托“基士拿”卡努，他的确名副其实，就象一支圣笛，让主赛基士拿吹出不朽的人类价值旋律，提升千百万人的心灵，灌输永恒的人类价值观。通过维克托，主示范了我们每个爱峇峇的信徒该如何生活，方能让我们斯瓦米告诉我们：“我爱你...我在通过你执行工作！”

取自赛广播电台电子月刊，2011年10月，第10辑

你的真正的 名字是梵



嗔者，一事无成。他会犯罪并受他人嘲笑。
他的亲友会遗弃他。 （泰卢固诗）

爱是神，神是爱。人人都有爱。不和，冲突和争吵
主要是由于人心缺少爱而产生的。

认识你的本来面目

很多人以各种论调谈论充满悲哀，不幸和困难的世界。然而，凡此种种其实是不存在的。它们的存在不是别的，仅是我们的幻觉而已。实际上，苦难是不存于这个世界的，而纷扰不安在任何地方也是看不到的。触目所及无非平和，平和，还是平和。内心有平和，处处皆平和。内心无平和，无处不纷扰。所有纷扰，悲哀和焦虑都是我们的反应，

反映和反响。这一切无非我们自己的杰作；它们没有任何真实的存在。其实，反应，反映和反响是我们种种幻觉所引起的。当你问某人，“你叫什么名字？”时，他会告诉你，他父母为他取得名字。（在此，斯瓦米问其中一个学生的名字而他回答，维卡斯）。说真的，维卡斯不是他的名字。你去问任何人这样的问题，每一个人都会以同样方式回答。如果你问神同样的问题，祂会说，“Aham Brahmasmi”（我是梵）。我们大家都应该作同样的回答，“Aham Brahmasmi, Aham Brahmasmi.”除了这个名字外，我们没有其他名字。我们所采用的名字是我们的父母为我们取的；不是天赋的。你的真实的名字是梵（Brahman）。那些不能体认这真相者决不能在生活中体验到真正的快乐。

诸位爱的化身！

爱是梵的另一个名字。你可称之为爱（Prema），阿特玛（Atma），我（Aham），梵（Brahman），它们都有着同样的意义。在这世上，除了爱之外，你还能看到什么。然而，我们却不了解爱的真正意义。我们把它与世俗的和肉身的关系挂钩而加以认同。但肉身关系并不包含真正的爱。真爱就是那始终是真，绝对不虚的。你不是一个而是三个：一个是你认为的你；一个是他人认为的你；最后一个才是真正的

你。人家怎么看你只是他们的想像。你的‘自性’是你的本来面目。何谓自性？它意谓‘I’（我）。这‘I’（我）是宇宙的，共同的，并且均等地出现于人人之内。然则，只有在你横切你小我的‘I’（十字架）时，你才得以体验一体性。这就是基督徒所崇拜的十字架的内在意义。万物一体。没有人与你分开或作对。你应该永远珍藏这真相于你的内心。

因业而生且靠它而维系的一切都是虚幻的，短暂的。如我先前所告诉你的，你是梵的化身。只有在你以梵自居时，你才能认识这真相。只要你不认识这真相，你就认同你父母给你取的名字，如罗曼那，基士那等。所有这些父母取的名字只是为了方便辨识而已。你生下来时并没有带来任何名字。你与生俱来的名字是什么？你不知道。假设你去问刚为人父母者，“你给孩子取了什么名字？”他们或会说，“还没有取。”世上人口有几十亿，但似乎没有人知道‘他是神’的这个真相。人们只以父母所给的名字来确认自己。他们不知道与生俱来的名字。因此，他们认同给他们取的名字而过一个世俗的生活。人的真实的名字就是那个他与生俱来的名字，也就是阿特玛。那就是梵。何谓梵？它指的就是你而已。梵无生亦无死。只有了解这真相，你才能知道你的本来面目。

物体如何产生？它们是凭借意志力创造出来的。（这时斯瓦米变现一条金链子并说这是祂的意愿促成的）。这产生自‘我的意愿’而原先它是不存在的。一切因神的旨意而生。神是虚幻（Maya）的起因。天地万物是虚幻与神结合的结果。没有虚幻就没有造物。所以，虚幻如一个人的影子般跟随着一个人。我们在虚幻的影响下生活。它就像我们的影子一样，紧随着我们。它是我们所有假象的起因。日出时，我们的影子长。日正当中，影子在脚下。所以，影子会增长和减短。是故，我们不应该以影子作为我们生命的根基。

神是万物的基本起因

诸位爱的化身！

爱极为重要。爱是信心的根基。无人知晓这爱来自何处。英文的爱字是LOVE，其L代表LORD（主）。主是宇宙的创造者。一切众生，从一只小蚂蚁到一只大象，都源自于神。他们都是神所创造的。

若非神的旨意，一根草也不会摇曳。
不明白这真相，人的头脑被其引以为傲的智力与知识所冲昏。
但无人，不论他多伟大，可以预知他未来所面对的一切。（泰卢固诗）

一根草的源头是什么？它的源头就在于神的意愿。它因神的意愿而出现以便给幼小生物提供庇护。每一个生命体都来自神的意愿（Brahma Sankalpa 梵天愿力）。没有神就没有天地万物。炎热的夏季，大地光秃一片，不见绿油油的蔬菜。然而，当天降甘霖时，那么多的植物就争相露脸。它们来自何方？来自甘霖。甘霖来自何方？来自雨云。雨云来自何方？来自太阳。太阳来自何方？来自神。因此，每一物的根源只在于神。没有神，就没有空气，没有太阳，没有雨水，当然也就没有植物了。是故，我们不应该忘掉神。你什么都可以忘掉，就是不能忘掉神。忘掉神就等于忘掉一切。每一物的基本起因是神。我们正忘掉这基本起因。没有地基，就不能砌墙。没有墙，就不能盖屋顶。没有屋顶，就不成屋子。所以，地基最为重要。柱子只能树立于地基上并支撑着屋顶。同理，自信是生命的地基，自我满足之墙建立于其上而支撑着自我牺牲之屋顶。唯如此，我们才获得自我

证悟之生命。没有自我牺牲之屋顶，自我满足之柱子形同虚设。但若没有地基，墙和柱，屋顶则无以立。因此，你们大家都应该认识地基的重要性。这是基本的真理。我们决不应该忘掉这基本的真理。

耶稣的博爱

耶稣是木匠约瑟夫之子。约瑟夫娶玛利亚为妻；玛利亚奉神之命生下耶稣。怀耶稣时，玛利亚必须跟丈夫一道赴伯利恒参加罗马统治者下令的人口普查。他们没有交通工具，只得骑驴子去。抵达伯利恒时，订不到房间，所有客栈都客满。最后，他们敲一客栈的门，店主出来也说没有空房。当约瑟夫告诉店主说，他妻子怀有身孕并即将分娩时，客栈主人勉强提供一间马棚给他们。当天晚上，玛利亚在马棚内生了一男婴。他们在马棚内用草和叶子再盖上布，为孩子做了一个小床。这孩子名叫做耶稣。

耶稣在父母的爱心照料下成长。父母尽量要传授许多东西给他，但他不接受这些世俗的教导。有一回，玛利亚与约瑟夫带耶稣到耶路撒冷的一个市场去。在人群中，耶稣走失了。父母到处都找不到他，心急如焚。耶稣一直坐在一所寺庙的角落头，聆听祭司说教，未曾离开。母亲最后找到了他。她赶紧跑去抱他并说，“儿子啊！你怎么啦？你跑到哪

儿？我们一直在找你呀。”耶稣告诉她说，“我哪儿都没去。我一直在庙内听祭司说教。”祭司说世上一切都是虚幻和短暂的；没有一样东西是真的。他解释说，“你是唯一的真。人人皆不例外。所以你应该认识你的本真。”耶稣牢牢记住这些教导于心坎里。

他独自一人在山坡上徘徊并深思这些教导。不久，他来到海边，看到一大群渔夫坐在那儿。在那儿，他遇见彼得并问他，“你叫什么名字？”彼得回答，“我叫彼得。”彼得指着一位老者并说，“他是我父亲。”这老者正在修补渔网。彼得与耶稣一见如故，耶稣问彼得为何脸露愁容。彼得回答，“昨天我们出海捕鱼却空手而归。”耶稣告诉他，朝向一个特别的方向，一定满载而归。耶稣自己坐在渔船上，跟他们一道出海。他们照着耶稣所指的方向，结果捕获了很多鱼。所有渔夫们都知道耶稣是一个高人并且无所不知，于是他们开始尊他为师。

耶稣年纪虽小，智慧甚高。所以，大家都成为他的追随者。他跟他们生活在一起，吃同样的食物。一天，他分发一块小面包给大家，而每一个人都吃得饱饱的。再者，这面包有着一种特别的甜味。从那天起，大家对他深具信心并开始遵从他的教导。虽然耶稣看起来与普通人无异，但是，他法力无边。由于渔民都遵从耶稣的指示，他们无不满载而

归。所以他们日益富裕起来。看到渔民的富裕，其他人也想跟随耶稣。当耶稣声名大噪时，有人起了妒忌心而开始反对他。有朋友也会有敌人。耶稣的这些敌人提出抗议，说他妖言惑众。于是，他被捕。在法庭上，耶稣被问及如何获得法力，他回答说，那都是神的旨意。被提控时，他保持缄默，因为他不想争辩。在祭司们无理的控诉下，耶稣被判死刑。地方长官是个心地善良的人，为这样的一个人，在没有犯罪的情况下被判钉在十字架而感到哀伤和遗憾。在被钉在十字架时，母亲玛利亚走近耶稣并流下悲伤的眼泪。耶稣安慰她说，“母亲，您为什么哭泣？肉身是短暂的。让他们对这肉身为所欲为吧！您认为这般人会杀死我。我没有死亡。没有人能杀害我。”玛利亚然后问他，“你不是这肉身的儿子吗？”耶稣回答。“当然是！在肉体层面，您与我是母子关系。但，‘我是我’，仅此而已。大家都是我的子女。大家都是圣灵的化身。”

耶稣并非凡人。他是圣者。但有些人并不相信他。直至今日，尚且如此，有些人对他有信心，有些人则没有；有些人赞美，有些人批评。然而，每一个人都受到他的信仰的护佑。如果你视一块石头为你的神，那它就变成神。在那些日子里，耶稣受到诸多考验。耶稣护佑所有的穷人并提供食物与住宿给他们。有一次，当他经过一个沙漠时，一个妇人

找他要食物，他立即把食物给她。他可说是有求必应了，人们要什么，他就给什么。被问及这些物品来自何处时，他说，来自他的愿力和神的恩典。世上最大的力量莫过于愿力。凡神创造者就是神的化身。凡认识此真理者，他本身即是神。Brahmavid Brahmaiva Brahvathi（知梵者即梵）。

有信心和爱，你能成就一切

一切按照神的旨意发生。是故，人的义务就是认识什么是神的旨意。凡对神的旨意深具信心者必获护佑。那些缺乏信心者糟蹋他们的生命。就每一事物而言，信心不可或缺。今天人们已丧失其信心之眼，举止行为一如瞎子。他们应该保护信心如同保护他们的双眼。维系宇宙万物的根本原由只在于信心。有信心与爱，你能成就一切。

所以，首先你应该有信心。在具备信心的同时，爱也是非常必需的。有了这两者，我们在各方面就能有所进展。信心对每一个人都很重要。有信心就有爱。当信心和爱都具备时，你就能拥有一切。你应该有坚强的信心。没有信心，生命本身就没有意义。有了信心，什么都可能；你甚至可以改变体质。信心使一切变成可能。很多信徒有信心但没有爱。没有爱，信心的作用不大。爱与信心有如电流的正负两极。所以，要有所成就，两者都不可缺。

所以同学们！首先你应该培育起信心。众生皆有信心。这信心本身就是你的自性。没有自性你不能提供任何帮助给任何人。所以信心本身就是帮助。只有在你具备信心时，你才能成就任何事情。那些有信心膜拜耶稣者，无往而不利。有些人只有在欲望得到满足后才建立起信心。一旦欲望得不到满足，他们就丧失信心。你应该信心十足，不论欲望是否得到满足。你应该维持信心的安定稳固。如果你稳固地抓住信心，你的进展就无限量了。有信心，连瞎子也能看到，哑巴也能说话。所以，不要让怀疑有立足的余地。

耶稣必须面对诸多考验和苦难。即便今天也还是这样。但有了信心，你能面对任何挑战而不惧。有些人以为耶稣是个普通的人。甚至现在有些人还认为我是一个普通的人。这是大错特错。一个普通的人能有这么伟大的成就吗？若你以肉眼来看，它似乎是如此。差错在于你的视觉，不在于我。你的眼睛有问题，所以，你应该矫正你的视觉。如果你没问题，我也没问题。我的快乐寓于你的快乐。你们所有人与我无别。你们只在我之内。要视此为基本真理。我正通过你来做这工作，因为我需要一个工具来工作。所以，我正借传授般若（Prajnana，恒常大觉），智慧（Vijnana，上上识）和明辨（Sujnana，上识）来造就你成为我的有价值的工具。因此，要以坚定的信心去过你的生活。你认为世界

进步是教育带来的。这不是事实。在这世上，受教育者何其多，但他们带给世界什么利益？其实，他们带来的伤害比好处更多。有了坚强的灵性基础，即便受的教育不高，你也会得到护佑。但是，如果你缺乏灵性而拥有一切，那么一切皆归于零了。所以，要归依神，虔敬神。常念着：“我不是这个臭皮囊。它仅是我披上的衣服。操纵一切的是内在的神。”神在你之内，与你同在，在你周围，在你上下。所以，要对圣灵原则有完全的信心。持此信心，你即可成就一切。

耶稣有天赋的法力

同学们！

你就像是成熟的水果。但水果内应该有甜美的味道。不具甜美的果汁，它就不是水果。所以你们每一个人都应该持有爱，爱，爱的甜美果汁！没有爱的甜美果汁，人生就毫无意义。不具甜汁的水果，人们弃之如敝屣。所以，要注入爱的甜美果汁。你可以膜拜神的任何形相或念诵神的任何名号，但首先，你得有信心。神的名号众多，但神只有一个。首饰众多，黄金是一。没有黄金，你做不出任何饰物。所以你不应该舍弃黄金，也就是神。

要以信心为重。不论你是否得到你所要的结果，你都

应该保持坚定的信心。不但要培育信心也要培育爱。我是你而你是我。在这世上，所谓的多样性是不存在的。只有单一性。Ekoham Bahusyam（那‘一’愿化为众多）。一个神显现于众多形相。只有了解‘一体性’的人才能获得彻底的福乐。每一个学生都应该培育信心。你来此，不仅是求取世俗的教育。你来此，主要是学习斯瓦米的教导。如果你以绝对的信心去遵行这些教导，你的努力肯定会获得成功。你应该爱斯瓦米的教导；你应该崇尚和遵行斯瓦米的教导。（薄伽梵唱一支峇赞，“Hari Bhajan Bina.....”然后继续讲道）

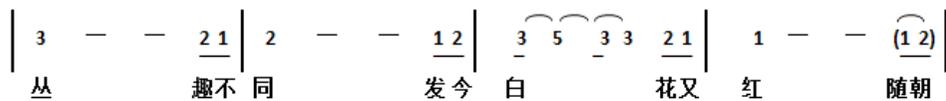
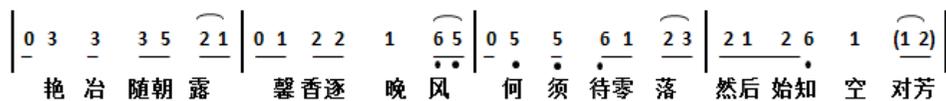
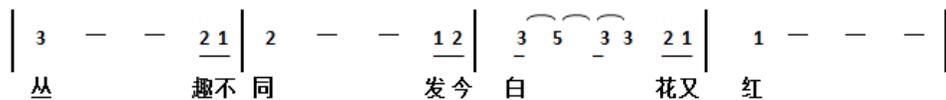
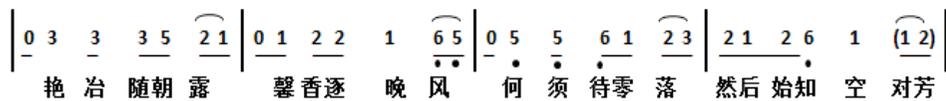
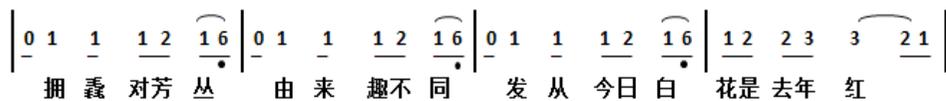
我们可以从峇赞中得到快乐与平静。所以，我们应该时时记得神的名号，不可或忘。是否执行念经，坐禅，瑜伽，倒不成问题，但你必须持名。没有比这更方便的法门了。不论小孩，大人或老人，人人都能持名。要常念诵神的名号。考取学位没什么不对，但赞唱峇赞不可或缺。不要视耶稣为凡人。他有天赋的法力。他能承受任何考验。也决不视任何人为凡人。在他之内看到神。不要有分别心而说，“他是男性，她是女性.....”不，不。男性和女性并没有不同。万物一体。要一视同仁。这样，你才能达到真正的平和。主基斯拿在《梵歌》中说，Mamaivamsho Jivaloke Jivabhuta Sanathana（在众生之内的永恒阿特玛是我存有

的一部分)。众生是一。大家都是一体。你们都是我的神性的一个层面。因此，你和我为一；我们不分开。我在你之内，在你上下，在你周围。好好珍藏这感觉于你内心而过一个快乐幸福的生活。你们已了解我所说的吗？回到你的房间后，不要认为斯瓦米在某处而你远离了祂。要常想，“祂与我同在，在我之内，在我上下。”万物一体，众生同源。

薄伽梵于2007年12月26日在百善地尼乐园所恩赐的圣诞节讲道
 英译文：见2008年1月版



峇赞推荐：拥毳对芳丛



歌词取自法眼文益禅师的一首示道诗：

拥毳对芳丛，由来趣不同，

发从今日白，花是去年红。

艳冶随朝露，馨香逐晚风，

何须待零落，然后始知空。

拥毳：穿着毛衣（毳：鸟兽的细毛）

【赏析】

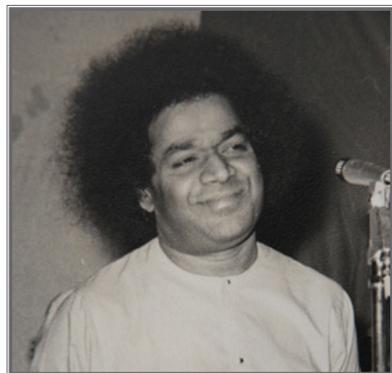
禅宗语录《五灯会元》记载，文益禅师（公元885-958年）在做南京清凉寺方丈时，与南唐中主李璟甚善。一天，当他们谈论道之后，一起出去看花。李璟请文益作诗，于是，文益禅师写了这首《无题，拥毳对芳丛》的五言律诗。李璟读完，顿悟‘空’的意义。文益禅师死后被李璟谥为“大法眼禅师”，故有“法眼”之称。

首二句讲僧家与花冠大氅的俗士观花的情趣是不一样的。那观空之士是如何观花的呢？头发是从今天才开始发白的，但牡丹花哪一年不是一样红呢？

花儿在朝露中艳丽地绽放，馨香随晚风四处飘散。可见花事亦匆匆。何必要等到花儿凋零后才明白一切本空的道理呢？

诗人在这首诗中一共用了四个表示时间的词：“今日”、“去年”、“朝”、“晚”，就是强调时光荏苒，无常迅速，宜尽早知空，早日归乡。

神以爱的方式 存在于 众生之内



诸位爱的化身！

人们认为世界本来就纷纷扰扰，多灾多难和充满悲哀不幸，所以他们深感焦虑不安。但事实上，没有这样的事；世界到处都洋溢着福乐。

阿特玛的真实意义是爱

世界是神的创造。从人类到一切生命体，包括鸟兽昆虫都是神的创造物。由于众生是神的创造物，所以他们的起源都在于福乐。神是一切福乐的源头。Brahmanandam, Parama Sukhadam, Kevalam Jnanamurtim, Dwandwateetam, Gagana Sadrisham, Tattwamasyadi Lakshyam, Ekam, Nityam, Vimalam, Achalam, Sarvadhee Sakshibhutam（祂是至福的化身，是绝对智，超越所有反义的对偶（beyond the pair of opposites），扩张和弥漫如天空，是‘大格言汝

即彼’所指示的目标（the goal indicated by the Mahavakya Tattwamasi），是一而无二，是永恒的，纯净的，不变的，是智之所有操作的见证者（witness of all functions of the intellect））。

所有这些困难和困扰仅是人的想像。没有苦，何来乐。快乐介于两个痛苦之间。这些苦难就是为了给你带来快乐，不是使你更加哀伤。所以，不论面临的是什麼，都要视之为神的礼物而欣然受之。不要认为它是来折腾你的。假设你肚子疼痛，医生会怎么做？如他为你动手术，也不是要使你疼痛。医生给你短暂的疼痛，就是不要让你受苦。所以，要视障碍和困难为解除你受苦的手段。

世上有几百万种生命体。它们都源自于神。因此，同样的神存在于一切众生之内。世人给与神诸多名号，如，罗摩，阿拉，耶稣等，但神只有一个。阿特玛（Atma 自性，真我）是神的另一个名字。同样的阿特玛寓于人人之内。阿特玛的真名是爱。爱只有一个，但它无处不在且能减轻和缓解你所有的痛苦。有爱者，无痛苦。你们从那么遥远的地方，如美洲，来到这里。为的是什麼？因为你爱我，你才来。有爱，即能成就任何事情。神没有特定的名字。祂以阿特玛之形式出现于人人之内。何谓阿特玛？它意谓爱而已。团结大家，把大家联系在一起的就是爱。如果你们摄取这一

体性原则，大家就融合为一体了。当你们达至这一体性时，你们获得纯净性。有了纯净性，阿特玛原则（自性原则）就会彰显于你之内。是故，要超凡入圣就非有一体性理念不可。我和你为一。神与你为一。神不在与你有距离之处。你应该培育起‘你自己就是神’之信念。

不具爱的灵性，毫无价值可言

当你说‘我’（I）时，它代表一体性。从一体性所导致的福乐是无以估计的。万物一体。飘忽的心念是不稳定的，变化无常的。只有一样东西是稳定的，那就是爱，爱，爱。这就是我们今天必须学的。同样的爱存在于人人之内。所有的人都是神的子女。所以，神爱所有人。祂没有恨。祂不是你的痛苦和苦难的起因。神不与你分开。你在哪儿，神就在哪儿。神不遗弃你。神无处不在。你们都是神的化身。你有两只眼睛，但你能看到大群的人。同样，神是一个，但祂可以看到所有人。神在哪儿？祂在你之内，与你同在，在你上下。你没有必要去找祂。由于我们的视觉局限于物质层面，我们看到的是差异，分殊。我们不应该依靠肉身。肉身如水泡，心念似疯猴。这一刻，心念在此，下一刻，它又飞到另一处。Manas, Buddhi, Chitta, Ahamkara（心念，菩提或智能，精神素材，自我）都是短暂的，如过眼云烟。只有

一物是永恒的。那就是你。你应该培育‘你自己就是神’的感觉。

你可以执行任何数量的灵性修习，如峇赞，持名和苦行，但爱应该是这些修行的潜流。其实，如果你有爱，就不必执行任何灵性修习。如果你没有爱，执行灵性修习也没用。把爱注入你内心。“Prema Mudita Manase Kaho Rama Rama Ram...”（以充满爱的心去念诵罗摩名号）。把爱置于最重要的位置。爱是神。要活在爱之中。这就是你必须从事的灵性修习。世俗的关系是短暂的，来来去去如过眼云烟。它们是你精神上的反应，反映和反响。

（斯瓦米出示其手帕）这是什么？是一块布。它不仅是一块布，而且是由线结合而成的。它甚至也不是线的结合；它是棉，是神创造的棉。一切皆来自神就如线来自棉一样。你随你喜好来织纱为布。但你的喜好并不重要，重要的是神喜好的是什么。身体与心念可能会改变，但爱是不变的。爱是永垂不朽的。凡物有生有死而爱是无生无死的。无生无死的爱只有一个。它来自真理。真理是一。真理是神。处于爱之中的神，存在于每一处；你触目所及无非神。

没有比爱更高的神

神彰显于人的呼吸之中。当你呼吸时，呼吸从哪里来？来自你内在。呼吸本身即是神。它以什么方式呈现？它以‘SOHAM’的方式存在于人之内，以揭示人的神圣身份。‘SO’指的是‘彼’，‘HAM’意谓‘我’。因此，‘SOHAM’意谓‘我即彼’。‘彼’指的是神。神以爱的形式存在于人之内。所以，人应该好好珍藏爱于其内心。其他思想来而有所往，如过眼云烟。只有爱是持久的，永恒的。你应该以爱去执行每一个任务。即便遇见敌人，你也应该亲切和蔼地跟他打招呼，说，‘你好’。他也会回应‘你好’。这就是你感觉的反应，反映和反响。你所体验的好或坏，都起自你自己的感觉。一切来自你的内在。是故，你应该常常沉浸在爱之中。有爱，你能成就任何事情和执行任何任务。有爱才有天地万物及其操作。没有比爱更高的神。爱是神。不以爱去做的一切仅是徒劳无功的动作。所以，要珍藏爱于你内心。人人都会被这爱所吸引。它授予你每一样东西。当你以肉眼来看世界时，你看到多样性于其内。但其实，每一样东西都是爱。爱是不变的。你应该怀持着这样的爱。如果你遵照这爱的原则去行事，它会赐予你灵性修行的成果。

人们以诸多名号呼唤神，诸如罗摩，基士拿，耶稣，

阿拉等。但所有名字都指同一的神。如果你叫祂阿拉，祂会回应。同样，如果你叫祂耶稣，琐罗亚斯德罗或罗摩，祂也会回应。所有这些名字都是人给祂取的。神本来没有这些名字。神原来的名字是爱。你可以查阅字典，爱只是一个而不是两个。人可以拥有许多肉身的关系。你可以有某人作为你的丈夫或妻子，某人作为你的儿子和女儿。所有这些关系是肉身的，世俗的。是谁建立起这些关系的呢？只有你而已。由于这些关系是由你而得来的，它们就易于改变。但爱保持不变，始终如一。你可以用这样的爱去念诵任何圣号，如罗摩，基士拿，歌文达，那罗延那，耶稣或阿拉。所有这些名字指的都是同样的神。你可以把米磨碎而做成各式各样的糕点，如多萨，依得里等。你可以把糖加入米之内而做成巴耶萨姆（甜布丁）。但在所有糕点中，米还是米。同样，只有一个神存在于万物之中，而那就是爱。所以，你应该以爱去执行每一个任务。

爱是神的真实形相

我们称他人为兄弟姐妹。在形体层面，他们似乎是分开的。兄弟姐妹和亲戚朋友都是一体。这些关系是你自己创造的，但绝不可分彼此。你看到一个老人也好一个小孩也罢，但他俩基本上是神圣的。神超越一切年龄和形相。只有爱才是祂的真实形相。同样的爱存在于你所看到的所有形相之中。是故，人人都应该培育爱。你可以称神为罗摩，基士拿或赛。但这仅是名字的不同而已。神只有一个。要全心全意地爱每一个人。只有这样，你才能体验到至福。只要有爱，你就不会缺乏至福。

今天人们有分别心，视各人各异。你并非一个而是三个：一个是你所知道的你，一个是他人所知道的你，一个是真正的你。在肉身（物质）层面，人们以你的名字，形相和村子来确认你。但实际上，你是圣灵。这是你必须认清的。要认知宇宙万物的一体性。当你认知这一体性时，你世俗的关系也会有其价值。你可以在‘1’之后，加上任何数量的零，其总值会增加。如你拿掉‘1’，数值就不存在。那给予每一物数值的是神。Ekam Sath Viprah Brahudha Vadanthi（真理是一个，但智者以不同之名称之）。吠陀经确证同样的真理。心中有爱，你可以到任何国家，念诵任何名号，执行任何灵修。不可憎恨任何人，总得助人，绝不害

人。这就是信徒应该做的事。当你自称自己是个信徒时，你就不应该持有分别心，如“你不是我的，他不是我的”。这是不好的。如你恨任何人，这无异于恨神。你应该想“神在我之内，与我同在，在我周围，在我上下”，你触目所及，同样的神即在那儿。要培育一体性这感觉。这样，你就会达到最高至福的境界了。

培育一体的感觉

你们来自不同的国家也拥有不同的名字和样子。但来了这里，你们都是一个。从今日起，愿你们永浴于至福！人们说，“今天是我的生日。”何谓生日？这是身体诞生之日。今日它诞生，明日它可能死亡。然而，你却是永恒的！你无生亦无死。总要保持快乐，那是我所渴望的。不要让‘我的’与‘你的’这种差异走近你。你们以一个声音一体赞唱主的荣耀。这一体即圣灵。缺乏一体，分殊就产生。所以要培育一体性。有一体性，就有纯净性。吸引神的是纯洁。你所穿的白色的衣服象征纯洁。穿上不同颜色的衣服，差异就明显。你不应该让差异有立足的余地。不仅在服装上，就连你的心念，感觉和思想也应该保持一致与纯净。万物一体，众生同源。回到你们居住的地方后，要依据一体性，爱和至福去过你们的生活。

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

视峇赞如你的食物，它足以充你灵性之饥。你应该每一天每一刻都享用峇赞的食物。从早到晚，你都应该不断地赞唱峇赞直至终生。这是斯瓦米的教导。内心深思着神以执行你所有任务。神在你之内，之外，之上，之下及之后。乐也融融。

薄伽梵于2007年12月15日在百善地尼乐园的神圣讲道
英译文：见2008年1月版



患难 见 真情

周德惠赛兄的见证

(新加坡实里基赛中心)

著述：刘懋芬赛姐

2011年7月23日至7月24日，承蒙马来西亚赛兄弟姐妹热心的协助以及赛的护佑与指引下，使得新加坡华文赛中心顺利举办了有关优质父母的讲习会。在两天的讲习会里，参加者无不尽情地融入活动之中，大胆地发问，热烈的互动，大家都展现出一体性的精神。主讲者对主题的掌握，几近完美，故能发挥得淋漓尽致，使在场的人达到浑然忘我的情景，乃至于纷纷表达自己的意见，完全融入话题之中，表现大方，全无羞涩忸怩之态，诚属难能可贵。偶尔有不足之处，但在孔伟兄弟和木英姐妹的补充和阐释下，更令大家耳目为之一新，精神为之一振。

这是第一次由新加坡实里基华文组主办的活动。未举办前，心里确实有点担心，唯恐办不好，因为我们都没有这方面的经验。幸得有经验的主讲者的协助与指导，才得到圆

满的结果。尤其是在最后的一堂课，志平兄弟活泼地，诙谐地领导大家蹦蹦跳跳，手脚齐发，左右脑并用，使到整个活动达到高潮，大家达到忘我的境界。确实，脑，心，手，脚，头及身体的各个部位的动作，都把我们带回童年，带回童年的无拘无束，天真无邪。尽情的，毫无顾忌的表达令大家打成一片，融为一体，欢乐的笑声不绝于耳。每个人的心情完全放松，没有丝毫紧张的感觉。课程在愉悦，和谐，欢乐中落下帷幕。然而，大家仍觉意犹未尽，并希望每年都举办此类活动。

两天课程之后，我顿感身体疲乏。一个星期休息之后才恢复过来。但是老周却完全虚脱，没精打采。见此情况，原本计划于八月末回台湾探望老母亲的行程也不得不取消。一向不愿看医生的他也挨到八月二十号在寸步难移，脸色苍白，两眼呆滞之际才勉强去看心脏专科医生。检查结果，有两条血管阻塞百分之九十。于是在二十五日动手术并置以支架。二十七日出院，我还以为没事了，心情还算轻松愉快。老周虽然还未痊愈，体内发热，没有胃口，疲倦无力，但是一有朋友造访，他什么都忘了，谈笑风生。接下来，身体每况愈下，两眼模糊，精神溃散，口齿不清，最后几至神志不清，生活不能自理的地步，连孙子也不认得了。一向爱跟我抬杠的他，却落得如此下场，终日躺在沙发上，一言不发，

双眼紧闭，面呈灰色。我不时陪伴在侧，观察其一举一动。我真不敢想像装了血管支架之后竟然产生如此恐怖的现象。我注意到这几天，他原本常发出的体味消失了，胡须也不长了。

九月二日与心脏医生联络，告之详情。三日上午，未见回音。我不断地呼叫峇峇，同时也叫老周祈祷，求助于峇峇，虽然我明知这个样子的他是办不到的。他只点点头，似懂非懂。此时，我内心确实恐惧万分，只有不停地喊着峇峇并以华语问峇峇，“难道华文峇赞仅止于299首吗？难道他的翻译到此结束了吗？”我又说，“峇峇，我就把他交给你了。”

这时，突然间，老周坐直起来，邀我一起念诵伽耶特黎真言（Gayatri Mantra 太阳神咒）。他念了三遍，字正腔圆，且声音洪亮。之后，我无意识地把左手掌放在老周的头上，完全不知为什么有这个动作。念完太阳神咒，他又倒下，紧闭双眼。这不就是峇峇显灵吗？不久，电话响了，是心脏医生来电，要立即送老周去医院。傍晚六点抵达医院，老周神奇地还步入医院。后来我才知道他的荷尔蒙只剩下百分之五，是不可能走动的。主治医生安排了七位各个领域的专家，会诊到凌晨两点，确定有一粒如高尔夫球般大的脑瘤在头中央，介于两耳之间。这应该早就形成了，只是到现在

才发作而已。脑瘤在荷尔蒙腺之上，破坏了荷尔蒙的制造，导致荷尔蒙与盐分的不足。荷尔蒙只剩下百分之五，一般上病人是不能走动的。脑科医生确定可以从鼻孔取出，并决定星期一动手术。

礼拜天凌晨三点偕儿子从医院回家，身心俱疲，倒下即睡。惊醒时已早上九点，匆匆忙忙与家人赶到医院，看到老周那幅模样，不禁心酸。人是何等的脆弱啊！平时动作敏捷，体力充沛，精神抖擞，思理明通的他现在却任人摆布，连看到爱孙也认不出来。我忍住泪水，提醒自己要坚强，对峇峇要有信心。我自勉，峇峇与我们同在，要把一切交给祂。医生再向我们确定星期一开刀，不能拖。手术需时约五个钟头，颇为复杂。我只有打从内心喊着峇峇，“救救老周，他的任务尚未完成，给他健康的体魄去完成吧！”

九月五日下午动手术，先照磁场共振影像（MRI）。老周告诉我，当准备推进磁场共振影像机器时，他就开始念诵太阳神咒，不感到压力，时间也很快就过去。之前，他闭上眼睛就看到一群高僧引领几百人赞唱主的荣耀，也听到教堂的钟声响起。我认为这是一种吉兆。峇峇不曾离开老周。这时我通知纪木英姐妹，告知详情。她热心联络大马各中心与新加坡实里基华文组共同为老周祈祷。老周与我由衷地感激大家。我们何等福气，承蒙大家这么关心，这么爱护，为我

们祈祷，我们真的是永志不忘。

进入手术室之前，老周似乎看出我的焦虑不安而清楚地对我说，“峇峇要让我年青。”五小时的手术过去了。医生带着微笑对我们说，“一切顺利，手术成功。”我激动得几乎想冲过去拥抱那位脑科医生。（心脏医生与脑科医生皆为印度同胞，我深信这是峇峇的安排）我热泪盈眶地紧握着医生的手以示感激。兄弟姐妹们轮流不断地到医院探望老周，陪伴我，度过一段最艰难的日子。大家都那么关心老周，关心我们，此恩此情，没齿难忘。

第二天星期二到医院看老周，发现他红光满面，精神奕奕，连脸上的皱纹也少了，简直好像回到三十年前的模样！大家看了，都觉得不可思议！精神好，胃口佳，不像是刚动过大手术的病人。他这时告诉我的第一句话是：心中无神是可悲的。峇峇的力量真大，把一个顽固不冥的人，彻底从无神论中改变过来。老周说，“峇峇以法身代替肉身，祂离开了祂的肉身却永远不会离开我的心。”我问他，可记得开刀前几天的情况；他说，没有记忆，一切皆空。真是个“大死一番，再活现成”。

手术后医生发现老周血压很低，可能因血液流失造成。于是输血，以便作肠胃检查。检查结果发现胃呈黑色，是胃溃疡，且为时已久。最令医生头痛的是，老周没有感

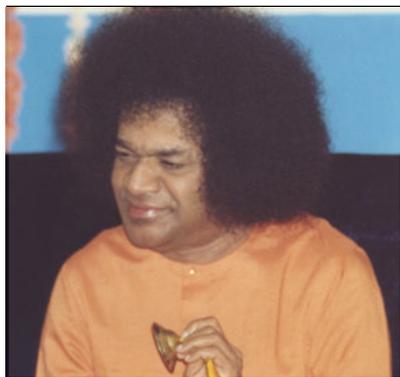
觉，不觉得痛，好像峇峇都把他的痛给带走了似的。医生也担心还有其它病症，诸如癌症等。于是再作扫描，确定没有患上癌症，才于9月14日出院。老周患鼻窦炎几十年。这次的脑瘤是从鼻孔取出，所以必须清理鼻子，切除息肉。结果他的鼻窦炎也几乎痊愈了。多慈悲的峇峇啊！这么大的手术前后，老周一一点都不感到疼痛，完全不必服食止痛药丸。

事后，我的问题一一出现。中医诊断结果，说我操劳过度致使五脏六腑失调，气力不足，喉咙沙哑。失声了三个月经调理后才恢复。双眼的白内障恶化必须动手术。手术后又摔了一跤，导致行动不便。这时我深深地体会到暴风雨前后的宁静。居安思危，不可不时时提高警惕。一连串的事故发生之后，回想起来真是不寒而栗。关注老周的一举一动已成为我每天必修的功课。峇峇不断地在考验我，试炼我，有时，真有挨不下去的感觉，但在最后关头，峇峇又拉了我一把，给了我信心。人的心志就这样地被磨练出来。感谢峇峇给了我们每一个人独特的任务，在我们能力范围之内去完成。SAI RAM!



编者按：周德惠赛兄多年来翻译赛法，谱写中文赞歌，对赛法的弘扬贡献卓著。在2012年8月于波德申举行的马来西亚赛会员大会中，大会颁发杰出贡献奖予周赛兄，以示表彰。

峇赞带来 平和与快乐



遵守真理之道的訶利斯旃陀罗 (Harischandra) 最终必须撒手人寰，抛下他辽阔的王国和巨大的财富。继承一个大王国的那罗 (Nala) 大帝，离开这世界时，什么也带不走。使黄金期 (Krita Yuga) 增添光彩的曼塔达 (Mandhata) 国王何曾带走任何财富离开人世？甚至连建造横越海洋之大桥的主罗摩 (Rama)，今天我们也看不到他了。很多国王统治过这地球，但没有一个国王能带走一把泥土。各位高人啊！当你离开人世时，你能带走你的王国和财富吗？（泰卢固诗）

生不带来，死不带去。人在一生中囤积他所要的每一物。所有的金钱，资产和银行存款都不是你与生俱来的，而在你死后也带不走的。那么，当你失去你的财富，资产和银行存款时，有什么值得你流泪的？

一生中无时不念着神

人不是为哭泣而诞生的。他应该快乐地来，快乐地活也快乐地走。人为何为短暂的世俗拥有物而忧心忡忡？那是不必要的。要视每一物为神的恩赐。要了解个人（Vy-ashti），社会（Samashti），万物（Srishti）和神（Para-meshti）彼此之间的关系。天地万物来自神而社会是天地万物的一部分。没有个体，何来社会。是故，个人极其重要。天地的每一物无非神恩赐的礼物。然而，吾人可曾渴望神而为神流泪？短暂而不久留的世俗物质不是人类为之流泪的标志。凡此种种无非过眼云烟，来而复去。有时，浓密的乌云遮蔽太阳和月亮，使吾人看不见它们。不必担心，等候一段时间，乌云就会消散，日月又会重现。吾人需要的仅是一点耐心和容忍而已。

容忍是印度这块圣土真正的美德。在所有仪规中，坚持真理是最崇高的修行。在这国度里，最温馨的感觉是对母爱的感觉。生命诚可贵，人格价更高。

人们忘了这伟大文化的基本原则而盲目地仿效西方。天啊！印度子民之不知自己文化遗产的伟大，何异于一只大象之不知自己力量之威猛！

（泰卢固诗）

人是万物之灵。天赋人的巨大力量是其他生命体所不可相比的。这就是为什么神也以人身下凡的原因了。Daivam Manusha Rupena（神在人的形相之内）。最崇高和最伟大的莫过于神了。是故，遗忘神无异于亵渎神。其实，我们终生都应该念着神，记得神。人汲汲营营于他的事业，忙忙碌碌于他的任务。不论你从事任何任务，你任何时候都不应该忘掉神。那就是真正的人。

世界之所以纷纷扰扰就在于我们因妄想而忘了神。人只是由于妄想而承受那么多的痛苦。神不带给人痛苦和悲伤，祂总是赐予快乐和幸福。但由于妄想，我们甚至误以为快乐就是悲伤并受尽种种苦头。你自己的感觉就是你痛苦的起因。如果你改变你的想法而注入神圣的感觉于你内心，你就不再受苦了。其实，人是活在妄想之中的。

今天，运动团队的队长身穿的是黑色外套和白衬衫。当阿尼尔古玛看到大家都穿黑色外套，他也穿上黑色外套。这就是正在流行于世界的仿效。但这是不好的。它只带来短暂的快乐。仿效决不能给人带来持久的快乐。

所有的国王和统治者最终都双手空空地离开世界。他们连一根草也带不走。只要我们还活着，我们就与世俗的事物和世人维持一定的关系。然而这些关系会随着我们的离开世间而告终止。其实，所有这些关系都是我们建立起来的。

我们不可被这些关系冲昏了头脑。我们应该过一个快乐幸福的生活。人生是一个欢乐的节庆。这欢乐指的不是享受冰淇淋的欢乐而是内心的欢乐。我们应该过一个总是体验这种欢乐的生活。

舍弃行动的成果

人体是由五大元素组成的，迟早会败坏。婴儿诞生时，人们雀跃不已；亲友逝世时，人们哀伤万分。你不应该让哀伤有机可乘来侵害你。要勇于面对一切困难。要确信你是神的一个层面而不轻易流下眼泪。

的确，学识是优于机械化的实行。优于学识的是静虑于神。然而，优于静虑的则是舍弃对行动成果的渴望，因为立即跟着来的是心境平和。

（梵文诗）

真正的人性在于舍弃吾人行动的成果。对成果的期盼给人带来痛苦。婚前，他是个单身汉，用两只脚向前直走。婚后，他有了四只脚。当一个孩子诞生后，他成了六只脚的动物。随着脚的增加，他的痛苦也增加。他所承受的所有这些痛苦都不是神赐给他的，那是他自己的愚昧造成的。你应该视任何一件事情的发生都是为了你自己的好处而发生的。若你以这样积极而正面的感觉去生活，悲伤就不能有立足的

余地了。

你的常年运动会和文化集会刚刚结束。你在运动会上的表现是来自你的内在而非外在的源头。苦与乐全看从你内在发出的是什么而定。世上的每一物都是你自己感觉的创造。你能在此停留多久？你存留在这世上直至你完成你受托的任务为止，然后你得放下一切而离开。是故，你绝对要认清这真相并据之而行。世上无一物是永恒的。所以，不必为来而复往的短暂之物而担心。不必为某人的逝世而哀恸也不必为某人的诞生而欣喜。今天某人诞生，但没人知道明天会发生什么事情在他身上。其实，昨天，今天和明天是一样的，没有什么不同。同样，过去，现在和未来是一样的，只是我们在这三个时期的体验有所不同而已。我们不要担心过去，往者已矣，它不会再回来。未来是个未知数，不能确定。但现在就不仅是现在了；它是全现全在。这全现全在包含过去和未来。因此，我们应视过去，现在和未来为一体并体验福乐。

摆脱挂虑

同学们！

凡你在世俗层面所体验的一切都是短暂的和不真实的，有如过眼云烟。对此种种，不要有任何挂虑。你必须在

人生旅途上向前迈进。向前迈进之后，就没有必要回顾了。过去，现在和未来就是如此地来而又去。因此，在这世上你绝不应该对任何事情有所挂虑。但还是有人挂虑重重，不能放下。你们很多人担心教育，还有些人担心他们的家庭。例如，很多妇女为死去的丈夫哀伤不已，老想着先前的欢聚而现在却抛下她们走了。有生必有死。只有神永远存在 -- 过去，现在和未来。人们由于想像而受到名相的分殊的困惑。要抛弃这种想像并了解万物一体的原则。你认为新年已开始。但新年从何而来？没有旧的哪来新的？随着时间的隧道，旧的变新，新的变旧而已。旧与新就像是物体与影像。是故，你不应该为这些事情挂虑。驱除所有挂虑，哀伤和痛苦。

考期来临时，有些同学开始感到焦虑，心想，“噢！考期近了，我怎么办？”凡你所读过的都可以写在考卷上。要勇敢面对你的考试。不要担心未来会发生什么事。有勇气就会成功。若缺乏勇气，你会失去一切。所以，千万别丧失勇气。这勇气就是能量。构成五大元素的就是这能量而五大元素是万物的根基。同样的五大元素出现于你之内。其实，一切都在你之内；没有来自外在之物。那么，还向外求取什么？人之所以受苦就是受到六大邪恶德性，即：欲望，忿怒，贪婪，妄想，傲慢和嫉妒的抑制。你有诸多欲望。一

切都在你之内了，你还渴望什么？你自己应该了解这真相实情。决不认为你缺少任何东西。一切都在你之内。凡在于内者必反映于外。你看到的反映于外的一切其实都在你之内。是故，你应该维系内在的纯净。只有在那个时候，你才会获得做出努力之后的成果。忘了你内在的实在而渴望外在的物质是一大错误。

爱的化身们！同学们！你接受各种教育。但教育有什么用？

现代教育只带来争论，不是智慧。接受不能带给你永生的教育有何用？求取会带给你永生的知识。
(泰卢固诗)

真知来自内在

你的教育应该反映在你的行为与生活上。你更应该把这知识传授给那些缺乏它的人。这可以帮助你的同胞也步上正途。把你所学到的一切与他人分享。只有这样，你的人性才得以扩展。

你应该培育起你感觉或官能的力量。要做到这一点，你就得控制它们。我们正毫无节制地滥用感觉。我们到市场时，什么都要看。控制感觉极其重要，不仅是对你的学业有所助益，并且在生活的理想行为上亦帮助很大。神已赋予你

感觉，以便你善加利用它们。若不控制感觉，你不能获得力量（Pushti）和快乐（Santushti）。神赐予你感觉不是让你随心所欲地欢享世上的物质，一如其他生命体。即便是鸟兽昆虫也会这么做。蚂蚁也会繁殖，传宗接代。只为了养家，人不必储蓄那么多的钱。创造一切生命体的主也同时会提供一切所需来维系他们的生命；对此你应该有信心。所以，你不必太过担心衣食住行。

人们出国只不过为了赚取更高的薪水。他们或许每个月赚五千美金，折合印度币几十万卢比。然而，五千卢比在印度比五千美金在外国更好用。你也许在外国赚很多钱，但你的损失远比你获得的更大。很多人带着许多欲望到外国居住。但外国有的是什么？其实，当你出国时，你失去你的身份。所以你大可不必到外国去。留在此，侍候你的父母，好好带大你的孩子，教导他们印度伟大的文化。这才是真正的教育。教育是什么？你能说那些能读能写的人是受过教育的人吗？不，绝对不。不具实用的知识，你所有的教育等于零。所有的知识都在你之内，不在外面。老师只传授书本知识。但真正的教育是在你的头（Mastaka）内而不是在书本（Pustaka）之内。书本只协助你收集资讯。

培育辨识力

不要浪费时间于蒐集资讯上。你日以继夜地读书，甚至废寝忘食。也许你会因此而损害你的健康。你应该规划你读书的时间，读你该读的书。不要浪费时间于读不必要的书。人们有书就捡；他们也在路边购买一些劣作。这不是你应该读的。首先，把你脑海里累积的垃圾给抛掉，如电影故事等。读了这种无益的书籍，你会失去你的尊严和名誉。打开任何报纸看看，刊登一大堆电影图片和广告。你不能从中得到什么。真正的教育来自你内在的声音。那就是你应该追随的。如果你追随你良知的声音，你就会成为真人了。

你不能被称为人只因为你有人人的形相。人不能因为他有脚手眼鼻口等而成为一个人。小昆虫不也具备所有这些器官。我们可以过着跟它们一样的生活吗？不，不。我们应该有崇高的生活理想。你的行为应该反映你的真实人性和教养。你真正的教养必须是理想的。教养教导我们该做什么和如何去做。教养告诉我们什么是好的和什么是坏的。记得你是属于人的种姓。你真正的种姓不是你诞生时就定的。你真正的种姓是“人”的种姓。这决不能改变。要珍藏这真相于你内心并遵从教养。除了人的种姓和教养，你还必须有辨识的能力。不具辨识力，你会做出你不应该做的事。你的智力是不重要的，重要的是辨识力。你应该求取你所需要的。在

黑暗中，你需要光。在大白天，你不需要任何灯光。只求取你过正直生活所需要的东西。你要学的和培育的不仅是书本知识和或体力。它们来而又去，不会久留。你应该培育会一直陪伴着你的辨识力。凡你所看到的，你应该能够判决，“这是好的或坏的？有用的或无用的？”你应该这样地培育起你作为人的素质。要三思而后行，“我该做或不该做？”

使父母快乐

决不令生你育你的父母伤心。这就是为什么吠陀有这样的一个嘱咐“敬父如天，敬母如天”（Devo Bhava, Pitru Bhava）的原因了。但今天，孩子们都不照顾父母；他们视妻子为最重要，最优先。他们忘了怀胎九个月，生下他们，然后含辛茹苦地养育他们的母亲。你可以爱你的妻子但你应该敬重你的父母。其他一切关系都是其次。最重要的是，你应该爱你的母亲并且孝顺你的母亲。只有令母亲快乐，你才能得到快乐和平静。如果她伤心流泪，你肯定不好受。如果你令你母亲快乐，你的一生就会洋溢着快乐。遗憾的是，今天很多人都不知道母亲的爱也不会反馈母爱。当母亲要告诉他们某件事时，他们却叫母亲住口，说他们知道一切。他们告诉她，“我考获多个学位。你认为我连这点小事都不知道吗？”你或许拥有多个学位，但这仅是某方面的知识。“一

般生命来源”的学位来自何处？它只来自你的父母。就算你得到再高的学位，首先，你得孝敬母亲，服侍母亲并使你母亲快乐。然后你的生活才会快乐幸福。你应该学你该学的一切，而在日常生活中热忱地克尽厥职。这是我赐给你们的福音。

要不断地念诵神的名号。念诵神的名号会带给你什么？它会带给你平和与快乐。“Hari Bhajan Bina Sukha Nahin....”（不赞唱神的荣耀，无人能得到平和与快乐）。当你参加峇赞时，你变得多快乐与平静！其他的歌曲与诗歌都不能带给你这种平静与快乐。所以说，峇赞是非常重要的。你们大家已聚集在一起参加峇赞。我们应该学习和谐地赞唱峇赞。首先你自己应该开口唱然后带动他人也跟你一起唱。这样你才得到真正的平和。“Jap Dhyam Bina Samyog Nahin”（不念诵也不静虑神的名号，就不能与神融为一体）。极其重要的可以说是峇赞了。若你有任何犹豫而不敢大声唱，你可以唱在心里。很多人连这一点都不愿意去做。这是不好的。你什么都可以忘掉就是不可以忘掉神。每一样东西都是来而有所往，但峇赞则不然，它不来亦不往。它是永恒的，不朽的。所以，绝对不可忘了去静虑冥思神。

薄伽梵于2008年1月15日在百善地尼乐园所恩赐的三格兰提（Sankranti黄道吉日）讲道。英译文：见2008年2月版

问与答：峇赞

1. 赞唱峇赞有何好处？

斯瓦米回答，有双重的好处，自己获得喜悦，也与他人分享喜悦。

2. 峇赞对灵修有帮助吗？

斯瓦米说，峇赞是体验圣灵的最简易的法门之一。

3. 持续峇赞 (Akhanda Bhajan) 开始于何时？ 如何开始？

在1976年的讲道上，斯瓦米就这一点作了详细的描述。他说，1975年11月23日世界各地的信徒聚集于此欢庆50周年诞辰，时值所有世界中心负责人在此召开世界大会以及其他的活动。他们表示想在50周年诞辰之前定下一个时间，好让世界各地的信徒可以庆祝斯瓦米的生日。为不使信众失望，于是决定在生日前十天前后的周六下午六点半至礼拜日下午六点半，共24小时持续不断地赞唱峇赞。

4. 赞唱峇赞的先决条件是什么？

斯瓦米指示：身口意必须纯净。口唱出的神的名号或教导必须系之于心，行之于身（拍手以应口之赞唱与心之

静虑)。身口意和谐一致的赞唱净化心灵和滋养虔诚的感觉。

5. 我们该选什么样的歌曲？

斯瓦米建议，我们该选大家都会唱的歌曲，这样才会引起共鸣和激发良好的反应。不熟悉的歌曲会导致参与者的分心。如果能令大家都随着节奏和旋律起伏，那么，它所产生的振荡就会引起喜悦与和谐，而参与者就不致于感到乏味和瞌睡了。

6. 一首峇赞应该多长？

斯瓦米说，不要独占峇赞的时间，一首峇赞不宜超过六至十分钟。每一行不宜重复超过两遍。要有快与慢的两个速度。这样，我们就可以多安插一些不同旋律，不同形式的歌曲。

7. 这个时代主要的灵修法门是什么？

斯瓦米开示：这个时代主要的的灵修法门是峇赞（Bhajan，集体虔诚赞唱），念诵圣号(Namasmarana) 以及虔诚音乐或妙音（Sankeerthan）。峇赞是赞唱神的荣耀和慈悲，是向神祈祷的一种程序，是求神加持的一种法门。峇赞对身心灵都有莫大的好处和功效。

8. 赞唱峇赞者应该有什么样的心态？

斯瓦米的指示是：

- (一) 要注意歌曲的内容，以正确而优美的旋律唱出
- (二) 仔细聆听领唱者的赞唱，然后以感情重复之
- (三) 必须开口唱，不要只唱在心里
- (四) 每一个字都必须注入感情

这就是所谓的‘Sankeerthana’（与大家协调地齐声合唱）

9. 赞唱者应该保持什么心态？

峇赞是唱给神的，取悦神的，不是取悦人，只给人听的，所以，赞唱者必须虔诚，谦卑，不可炫耀个人的歌唱才华和技巧以博取众人的称赞。必须以纯净的心念唱出，摆脱杂念和情绪的纠缠，同时信心必须坚定平稳。纯净的心才能取悦神。

10. 峇赞具有祈祷的效应吗？

祈祷是发自内心的，峇赞亦然。若以祈祷的方式赞唱，效应是肯定的。斯瓦米以一个掉入井里的人来比喻；他如果不大声呼救，谁会来救他？

11. 峇赞是否会有振荡？

唱者心念要纯净，信心要坚强，而感情就是振荡的动力。斯瓦米强调峇赞应该充满活力和感情：不要视峇赞只是一种消遣。当成千上万的人一起赞唱时，大家会全神贯注于此灵修过程及处于忘我的境界。峇赞应该充满活力和感情，而不是机械化，或趨於平淡的。让节奏 (tala)、旋律 (raga)、感情 (bhava) 结合在一起，大家以同样的感情，同步合唱一首曲子，即可共沾法喜。

12. 人们应该从什么年龄开始参与峇赞？

斯瓦米坚持年轻人及早参与峇赞，“当一些年轻人唱峇赞时，有些年长者质问这些青年的参与，他们认为唱峇赞应该是晚年退休后的活动。这是完全错误的。静虑于神、念诵神名，理应持之以恒，不论在任何场所及任何情况之下。”

取自赛广播电台电子月刊，2009年11月，第7辑

爱是我最大的资产



在生活上，有许多事物是人所不可或缺的。然而，在这世上的每一物都是短暂的，乍停即逝，一如过眼云烟。凡他所认为永恒之物其实是短暂的。唯一想获得永恒，真实和不朽之物的途径就是要体认人人都是神的一个层面的真相；这是主基士拿在《梵歌》（Bhagavadgita）中所宣称的，即：Mamaivamsho Jivaloke Jivabhuta Sanathana（在众生中的永恒的阿特玛是我存有的一部分）。《梵歌》训示：所有众生都是无上存有的一部分而无上存有寓于所有众生之内。

让你的爱在真理的镜子之内大放异彩

我在你之内，与你同在，在你上下左右。Easwara Sarva Bhutanam（神是一切众生的内寓者）。Isavasyam Idam Jagat（神充斥着整个世界）。这世界无处没有神的存在。

同样，没有物质或名号是不属于神的。然而，人却不能认识这真相而感觉到“不论我看哪儿，我只看到人类；我看不到神。”Yad Bhavam Tad Bhavathi（感觉什么就是什么）。如果你站在镜子之前，穿了一件特别的衣服，你会看到同样衣服反映于镜子内。不论我们有的是好的思想和感觉或坏的思想 and 感觉，同样的东西都会反映在外面。每一样东西都是反映，反应和反响。你过你生活的方式，它将会以同样的方式回归于你。

我们发出的声音回归于我们，所以我们才听到我们所说的。但我们以为，是这个人在说话或那个人在说话。然而，这和那是不存在的。万物一体。Ekam Sath Viprah Bahudha Vadanti（真理只有一个但智者以各种名字称之）。Ekoham Bahusyam（那意愿成为众多的一）。不论我们看到什么物体，那都是我们自己的反映。不论我们看到什么人，其实那就是我们自己的形相。即便我们罹患的疾病也是我们自己行为的反应。那么多人已聚合于此。如果你点算一下，其数量有好几千人。但在众人心内的圣灵是一样的。这里所说的心不是心脏，它是灵心。但许多人都不相信灵心，那是由于他们接受错误教育的缘故。你们正在求学，正在接受诸多种类的教育。

尽管接受高深教育且智力过人，一个愚昧者
还是不会认知他自己的真实自性，
而一个卑鄙小人也不会放弃他邪恶的本质。
(泰卢固诗)

这类的教育不是我们所应该要的。所有这一切都是老师教的书本知识。今天，不仅是教育，连我们的谈话也变得造作，伪装了。只有一样东西是每一样东西的根基，那就是‘真’（真理，真相，真实）的原则。真在哪儿？你如何能看到它？它存在于人的内心。以自己的努力去彰显这真相（真理）于外就是含有‘心育’（educare）的意思。心育是那把我们内在之物呈现出来者。教育是世俗的和外在的。但‘心育’则不然。它寓于吾人心内，纵使不为人所能见。平和在哪儿？外在吗？不，不。外面的仅是碎片（pieces，译注：与平和的发音近似）。平和（peace）只在你之内。同理，你看不到爱。爱也在你之内。爱是神，要活在爱之中。它也是‘心育’的一个层面。同样，非暴力（Ahimsa）不在于外在世界。今天我们到处都看到纷纷扰扰，因为人们彼此恶斗。平和不能求之于外，它在我们之内。真理，正义，平和，博爱和仁慈（或非暴力）有如我们的五大生命

气息。如果你有爱在心，正义于是彰显。所以，要注入爱于你内心并坚持真理。真理是永恒的。真理是神。在任何时期，任何国家，任何地方，真理保持不变。让你的爱在真理的镜子之内大放异彩。

了解爱的原则

从世俗的观点来看，你或认为某人是你的敌人，但其实他跟你是没有不同的。如果你向他发脾气，这就无异于你只向你自己发脾气。如果你伤害他，这意味着你正伤害你自己。在这世上没有第二个实体。只有一个。首先，你应该遵循这真相。今天任何人都看不到真相，不论他是学生，政治家或一般人。那就是为什么那么多人对簿公堂的原因了。他们在法庭上说什么？在那儿他们也诉诸假相。我们到处都看到假相；看不到真相。然而获得胜利的只有真相。人们耗费巨资寻找真相，但真相不需要钱。如果人的心有爱，那就够了。即使你的敌人找上门来，你应该礼遇他，那么他也会礼尚往来。你有什么感觉，人家也会用什么感觉对你。

今天，你看不到平和了。当四个人聚在一起时，他们开始争吵和争论。这种争吵到处可见，在市场或商店。如果你走入一间酒店，你不难看到有人在争吵和叫嚷：“这黑绿豆饼 (Idli) 做得不好，这多沙 (Dosa) 做得不好，这瓦达

(Vada) 做得不好。” 每一样东西都不好，不好，不好。这种情况到处可见。你甚至连‘平和’这个辞儿也难得一听。

从平达弯和布达峇地毕业的莘莘学子到了不少国家，但他们在任何地方都得不到心境平和。在这礼堂内你可以看到只有平和在此。其他地方，你找不到这样的平和与爱。你为何向神祈祷？你祈求平和，快乐，爱以及至福。说真的，平和在你之内。向外寻找是无用的。同样，真理和爱都在你之内。如果你有爱，你可以获致任何东西。爱是斯瓦米最大的资产。注入这爱给每一个人是我的义务。如果你了解这爱的真正意义并善加利用它，你在生活中就会大大地向前跃进。

除了爱，无物能保护我们。因此，你们大家都应该了解这爱的原则。你们大家都是兄弟姐妹。但有时，兄弟姐妹之间也会有矛盾。我们必须知道的是什么？如果你知道爱的原则，你就知道一切了。任何时候都要保持笑容。决不拉长着脸。做到这一点，你的一生就高尚和理想了。你应该一直处于福乐之中。你缺少什么？每一样东西都在你之内。你连一点小困难都不能忍受。然而如果你以耐心面对困难，这就会带给你快乐了。你不是一个人，而是三个 ---- 你认为的自己，他人认为的你，真正的你。‘他人认为的你’是二元论

(Dvaita)。当你持二元论时，你到处看到差异与分殊。‘真正的你’才是真（真相）。

集中心念于神

你博览群书。你可以阅读任何数量的书籍（Pustakas），但如果你头脑（Mastaka）不纯正和正直，一切枉然。Mastaka（头）甚是重要。Educare（心育）与Mastaka（头脑）相关而与Pustaka（书籍）无关。今天各类的书籍到处都是，由伟大的作家所著。每个作家都以自己特别的手法著书立说。不论作者在其书中所持的观点是什么，所有的作者都应该认识人类一体性的基本神圣原则。只有这样，世界才能大同。只有一个人的思想方式才会给他的心念带来改变。有时你自己的心念或会违背你。每一样东西，不论好坏，只在你心里，不在外面。如果你的心象不好，你到处都看到不好的东西。在另一方面，如果你的心象是好的，每一样东西都会呈现好的给你。在孩提时，一个人看不到差异。例如，小学生看不到任何差异。然而，当他长大后，诸多差异就产生了。这些差异是暂时的，并且是由心念的幻觉引起的。当你放弃爱与真理（真相）时，你就看到分殊了。是故，你应该把你的心念聚焦于万变不渝的和永恒的圣灵。

同学们，爱的化身们！

你们在遥远的国度里工作，但你们还是记得斯瓦米并且都来了这里相聚一起。这是你们的福气。出于你们对斯瓦米的爱，你们不惜破费和忍受劳累偕家人来了这里。你们也许是平达弯或百善地尼乐园的校友。但若有人问你们，“你是从哪里来的？”你们不应该说，你们是从平达弯或百善地尼乐园来的。你们应该认清平达弯和百善地尼乐园总是与你们同在并且在你们之内。一切都在你们之内。那只是为了表白你们的身份，你们才说，“我来自百善地尼乐园，我来自平达弯。”你这么说只是满足你自己。如果你要达到Atma Tripti（自我满足或自性满足），你应该体认万物一体，大家是一。

宗教众多，目标是一
 布料众多，纱线是一
 首饰众多，黄金是一。（泰卢固诗）

耳环点缀耳朵，项链点缀脖子而手镯点缀手，但所有这些首饰都来自同样的黄金。同理，牛的颜色或有不同，但牠们所提供的奶只有白色。牛奶的浓度或因牛所吃的饲料而有所不同，那是可能的，但牛奶的颜色还是一样的。同样，

人的外形或有不同，但他们在内心体验到的福乐是一样的。吾人应该在不看任何个体差异的情况下去渴望福乐。

人与人之间的个人差异是短暂的。只有神才是永恒的。同样的神在不同的时期或采纳不同的形相下凡。在三分期（Treta），祂采取罗摩（Rama）的形相。在二分期（Dwapara），祂化身为基士拿（Krishna）。尽管神在不同时期以不同的形相下凡，神只有一个。同样，梵天（Brahma），毘纽天（Vishnu）和自在天（Maheswara）是同样的神的三个形相。那同一的神也存在于你之内。那就是，‘我’。当有人问你的名字时，你把你父母给你取的名字告诉他。但那不是与生俱来的名字。那是你父母为了方便辨认而给你取的名字。诞生时，你不是男的就是女的，仅此而已。名字是后来取的，不是与生俱来的。由于我们错误的想法，我们甚至在神的不同的名字之中也看到不同，以致于认为神的一个名字与另一个名字是有所不同的。不论你看到什么，都要视之为神。假设你到市场去，并看到一个乞丐，你也要视他为神，看到神在他的形相中并向他敬礼。这样做没有错。要向每一个人敬礼。万物一体，一视同仁。我们应该爱大家，不论贫富。每一样东西必随时间而改变。该得的，跑不掉，终归是你的。

在这新年里，很多改变将会发生于肉身的层面。但在灵性的层面则绝不会有任何改变。在世俗的层面，或有许多冲突和争论。或有很多帮会。帮会，帮会，帮会-----只有茶会而已！要遵循一体性原则。那才能给你带来真正的快乐。你所有的哀伤和苦难只是短暂的。最终，一切将会是好的。你的苦难最终意味着带给你快乐。欢乐是介于两个痛苦之间的。在这世上，好的和坏的彼此同时存在。以平常心来看待两者是人的主要义务。基于人的食物，行为和习性，其心念也起很多变化。心念有如一只疯猴。不是一只普通的猴子而是一只疯猴！无论如何，我们属于人类。是故，我们的心念必须注入仁慈。然而我们却把它转为一只猴子的心念。

人应该有‘人’的行为。即便有人伤害我们，我们不可耿耿于怀。我们应该谨言慎行，不给他人造成伤害。这是我提供给你们福音。现在这肉身已82高龄。这些年来，我不曾给任何人带来任何伤害，损失或苦难，即便是一刹那也没有。我总是坚持真理或真实，决不纵于虚假。撒一个谎是非常痛苦的。所以我们总该说实话。这样我们肯定会在生活中有所成就。我们总该追随真理之道并待人以爱。你或说，就你而言，这确实非常困难，但其实这是一条易行之道。爱他人容易，恨他人就非常困难。

如果人步上爱的道路，世界就会有大同和平等了。大同与平等会引领我们达致圣灵。因此为了达致圣灵，首先我们应该拥有大同。而为了获得大同，我们应该放弃狭窄的心胸。（斯瓦米展示他的手帕）。这是一条用线织成的手帕。如果你把线抽出，那就没有布了。因此，无线不成布，而无棉不成线。同理，无人性和人类价值，就没有人类的存在。这些人类价值会渐渐地把人改造成圣灵。当你持着圣灵时，你就有神圣的力量。这神圣的力量存在于人人之内，无人不具之。但人却疏忽了它，因为心念老是专注于他世俗的存在。其实人反而应该把心念聚焦于他内在的圣灵或神性。

有很多人问我，“如何能达到一体性？” 一体性是你的本质。如果你只察看人与人之间的分殊，你就不能认知和体现你的神性。万物一体，要作如是想。你说某某人是你的父亲，某某人是你的母亲，及某某人是你的姐妹。但这些关系仅止于肉身阶段。其实，无人是你父亲，无人是你母亲，也无人是你姐妹。夫妻关系只在结婚之后才存在。结婚前，谁是你的丈夫，谁是你的妻子？所有这些关系都是你自己所为。然而实际上，关系是不存在的。只要这些关系存在，你就得遵从。绝不对任何人造成任何伤害，任何时候都不要。绝不要有家暴或殴打妻子。若她犯错，你可以告诉她，“你犯了这个错误。” 诉诸暴力是恶魔的行为。如你静虑于神

并把持一体原则，你就会达致净化。那么斯瓦米肯定会赐你达瞻（Darshan，显灵或现身），不论你到哪儿。我是你的。你们大家都是我的！我不看差异。察看差异是一大谬误。在世俗层面，我们或说“这是我的而那是你的”但在我们心的核心，我们不应该看到任何差异。

身为赛学生，该赢取好声誉

亲爱的同学们！

你带着给斯瓦米的伟大的爱来到了这里。把爱注入你的内心。在任何情境下都要说真话。当你说真话时，你可能会面对某些障碍。不论后果如何，你总该说真话，甚至付出生命的代价也在所不惜。只有这样你才能取得成果于你所做出的努力。这里有一个小例子。事情发生在班加罗尔。一个贼窃走一个妇人的金链。警察抓到了贼，拿了项链给妇人看并问她，“这是你的吗？”她回答，“是的，是我的。”有一个警官问她，“项链有几个环节？”她说，“我从来没算过，虽然我一直戴在脖子上。”然后她问警官能否告诉她，他胡须的数量。他回答不能，于是她说，“你每天都刮胡子，却不知胡子的数量；同样，我每天戴项链却不知项链有多少环节。”她勇于说实话而警官只有把项链还给她。

所以，绝对不怕说真话。你宁可为真理（真相）而战。真理会保持不动摇而让你获胜。Satyameva Jayate（只有真理取得胜利）。是故，总得说真话。考试时绝不作弊。若有老师问你，告诉他，“我没偷抄，我把心中呈现的写下来而已。” 如果你这样地坚持真理，你绝对会考到好成绩。如果你诉诸不实，你就考得不好。所以，你总应该追随真与爱的康庄大道。爱是真，真是爱。若你保护真（Sathya）与爱（Prema）一如你的眼睛，你所做出的努力必有成效。不要重复“Bhakti, Bhakti, Bhakti（虔诚）”以之作为一种空洞的口号。你可以才智过人，满腹经纶，但如果你缺乏辨识力，一切等于零。所以辨识力是极其重要的。在进行任务之前必先审核它是对的还是错的。如果你认为是对的，你就奋斗吧！

今天世界充满纷扰和苦难。不论身在何处，从一间小旅馆到一座法庭，我们看到的无非冲突和争吵。今天世人都充满着自私自利。凡有自私自利之处，就有挫折和失败。身为沙迪亚赛学院的学生，你应该过一个理想的生活并致力于取得成功。当人们赞扬沙迪亚赛学院的学生时，我甚感欣慰。没有比这更好的礼物了。当你赢取美誉时，我为你感到高兴。赢取美誉不是为了我，是为了你自己的好处。哦，金块啊！就这样的待人处事吧。不论你在哪儿，千万别忘了静

虑于神的名号。你可以用任何名字叫祂 --- 罗摩 (Rama) ， 基士拿 (Krishna) ， 哥文达 (Govinda) ， 那罗延那 (Narayana) ， 马度苏达那 (Madhusudana) ， 特里克拉玛 (Trivikrama) 等等。名号虽异但神是一。Sahasra Seersha Purusha Sahasraksha Sahara Pad (那宇宙存有 (神) ， 拥有千头，千眼和千脚)。所以，心里要念着神并坚持真理。把爱和真珍藏在你的内心。

(薄伽梵唱这首峇赞，“Hari Bhajan Bina Sukha Santhi Nahin”，然后继续讲道)

在峇赞里头蕴藏着那么多的福乐。你在峇赞中所体验到的福乐是在任何事物中所体验不到的。是故，峇赞是非常必要的。不在乎是否有人听到你的峇赞，你专注于你赞唱的快乐就够了。不要在乎若无人跟着你唱，你大可以为你自己而唱。

(薄伽梵对校友说) 你们什么时候回去？你们有不同的离开前的节目或计划。不论你们到哪儿，斯瓦米的恩典都会大量地撒在你们身上。明天，我会给你们祭过神的食品。尽兴而归吧！

薄伽梵于2008年1月1日在百善地尼乐园所恩赐的新年讲道，亦值斯里沙迪亚赛大学校友会聚会日。

英译文：见2008年2月版

问与答：海纳百川

能否让肉食，吸烟或嗜酒的信徒领唱或伴奏，或甚至让他们被选为理事或身居要职？众说纷纭。兹列举大马沙迪亚赛中央理事会顾问，贾格迪生赛兄（J. Jagadeesan）的意见如下：

他说：

“让我们看看斯瓦米怎么说。在九项行为准则中，在三大格言中（3 maxims - Deiva Preethi, Paaba Bheethi, Sanga Neethi），在十大原则中，在理事的资格以及赞唱等方面.....斯瓦米可曾在素食与肉食信徒之间划分界线？

在赞唱方面.....其特点或基准就是在一个小时内保持着感情的振荡，并带领信徒们进入安宁和愉悦的天界。

看看九大行为准则.....第七与第八条准则这么说：‘对人说话要语气温和，态度亲切’及‘不说他人坏话，尤其是在他人背后’。试问会员和理事们做到了吗？

如果我们严格执行这一切，很多赛中心的理事都必须引咎辞职。还是不要对他人诸多挑剔。肉食的信徒，他们伟大的事迹比比皆是。班达瓦（Pandavas）族是素食者吗？如果是的话，他们为什么打猎？只为了杀戮？

我认为鼓励信徒吃素是好的。我们不能墨守章程的规定而以铁腕的手法去执行赛中心的职务。我们大可以用爱和指导去感化对方，效果或会更为显著。

不瞒你们说，当我被委任为世界赛委员会委员时，我不是素食者。当我被委任为区域统筹者及世界青年团统筹者时，我也还不是素食者。及至1994年，获得许多次面谈之后，在一次的面谈中，斯瓦米特别告诉我，尽量成为一个素食者，我才立志成为素食者。

就这样的，祂让我顺其自然地演变和改造，完全不觉得有任何恋恋不舍或念念不忘的后遗症。借激励，借指导，借意识的进化，才是适宜的方法。

至于其它的‘罪行’……难道我们只允许圣洁人士加入赛组织？难道那些受到赛的爱的激励而参加赛活动的嗜烟，嗜酒和嗜赌者就没有希望，没有机会得救了吗？我们忍心看着他们被在职理事的“非爱”拒于门外吗？

不如让他们来，让他们加入，让他们参与而慢慢地，随着赛领导者之以爱去指导他们，感化他们，有朝一日，他们的陋习自然离开他们。此之谓意识进化。

容我讲述一则有趣的故事，与各位分享。这事发生在孟沙赛中心。那是很多年前的事了，当时我还是该中心的主席。我们的中心靠近廉价组屋的附近。一群粗鲁的印度孩子

(有人认为他们是流氓) 因受到峇赞的吸引而加入我们的中心。他们爱唱也爱打鼓。我鼓励他们。

一天，有一位大叔对我说，“賈格迪生兄弟，对这些来自组屋的粗鲁孩子加入中心，我们应该有所行动吧！”

我言和色怡，态度亲切地回答，“是的，大叔。我们应该有所行动。我建议你为了避免与这些孩子碰面，还是不要到中心来的好。”

他愣住了，然后说，“你言下之意是什么？”

“大叔，赛中心是为孩子们开的。如果我们是那么的圣洁，我们就不需要一个赛中心了。就我而言，我宁可自己不到中心来也不愿剥夺孩子们加入中心的机会。”

大叔泰然接受，并了解我的用意。他没生我的气，因为他知道我爱他而我说话的语气温和亲切，不会伤到他的心和自尊。

亲爱的兄弟姐妹，让我们大家明白，一个赛中心有如一架灵性洗衣机。我们不会把干净的衣服而是把肮脏的衣服置于洗衣机内。所以赛领导的挑战就是把肮脏的衣服，和干净及刚洗过的衣服混合，再加入峇赞、学习圈、服务等肥皂、漂白粉、香料，然后用爱的水清洗。假以时日，所有的衣服都变得干净了。这就是赛中心领导的最大的灵修。

那么，作为一个全国性的赛灵性统筹者，其关键问题是.....我们能否激励所有的赛中心，使之成为爱的中心，改造的中心.....接纳所有这些所谓的‘罪恶’的人，欢迎他们，感化他们而他们是会做出改变的，不必假借照章行事的强硬手腕而是假借爱与谅解的温柔谦和的手法。

如果你做不到这一点.....失败的不是所谓的‘罪恶’的人而是赛中心的领导。所以，凭我多年活动于赛组织，我斗胆地建议大家，要欢迎嗜烟和嗜酒的人。给他们爱，给他们机会赞唱，给他们适当的位置，给他们指导以便他们步入神圣的境界。要做到这一点，我们必须具备爱的神圣能量。让赛的爱畅然流通并通过领导者而流向‘罪恶者’.....而在那过程中，领导者本身在灵修方面也会有所进步和提升。”

以上是贾格迪生赛兄针对赛中心领导者之于一些所谓的‘恶类’所应持有的态度而提供的精辟见解。赛中心就像是浩瀚无垠的大海，有容纳百川之量。中国的古圣先贤也都有这样的看法。所谓的“海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。”正说明了这一点。史记中也有这样的话，“泰山不让土壤，故能成其大；河海不择细流，故能就其深，王者不却众庶，故能明其德。”

赛中心也应该像是一个教育机构，除了世俗的德育，智育和体育之外还加上心育。教育本来就应该如论语所说的‘有教无类’。宋朝朱熹对这一点的注解是：“人性皆善，而其类有善恶之殊者，气习之染也；故君子有教，则人皆可以复于善，而不当复论其类之恶矣。”有人说，“得天下英才而教之，不亦乐乎？”我想多补充一句，“得天下‘差生’而教之，不亦善乎？”



幸福迴路

我们到底用心思考还是用脑思考？

这是一个有趣的问题。

因为有时候我们生气一些人，会骂他：“没用大脑。”

有时候我们把事情搞砸了，

我们又会说：“真是不够用心。”

显然，所谓的“不用心”，

就是对某件事情投入的关注力不够；

所以有时候我们会“视若无睹”、“听而不闻”，

所看到的東西或听到的声音都无法储存在大脑。

科学家证实，大脑只会记录自己关心的资讯。

所以脑科学家教导人们利用“专注力”、“集中意识”，

以改写脑地图。

专家认为，容易忧郁的人倾向将小悲剧放大，

要改善状况，就是要清楚，

负面思考只是大脑错误路线所产生的幻觉，

只要改变大脑迴路，就可以防止忧郁复发；

更积极的可以透过心智训练，强化正面情绪。

人只要体验过嫉妒、愤怒、欲望、羡慕、憎恨带来的痛苦；就会明白断苦就是断掉以上负面情绪。

那要怎样让自己的心灵可以获得平静和快乐呢？

多为别人着想和祝福，肯定能产生正向的能量；也是改变大脑迴路，趋向幸福感受很重要的练习。

当我们为别人的幸福祝福时，我们的嘴角是上扬的；心就不会有嫉妒和愤怒。

另一个训练“幸福迴路”的方法就是付出去帮助他人，在帮助别人时，见苦知福，也会减少我们的欲望和憎恨，心灵自然容易趋向平静和感觉幸福。

根据生田哲博士所说，

人可以把“不幸脑”变成“幸福脑”；

透过冥想，他所谓的心灵的重量训练，可以活化我们的左额叶，造成正面情绪。

他说，人在明确知道生存的目标，

能掌握自己的人生，能接受最真实的自己这三件事，就比较容易获得满足感，也比较容易享受人生。

所谓的冥想就是专注——

所以，让我们一起时时将心专注在想好意、

口专注在说好话、手专注在做好事；

自然就有一条幸福迴路带领我们迎接积极、正向的人生。

作者：谢丽华，前韩江校长，现任慈济科技学院人文科主任





“医疗圣殿” 的第一个痊愈者

庆祝二十年来斯里沙迪亚赛高等医学研究所 (SSSIHMS) 的无私奉献

二十多年前，薄迦梵在公开演讲中承诺一个奇迹。祂宣称将在布达峇地（Puttaparthi）建立一间超级专科医院，为居民提供最先进的专科医疗。在距离最近的城市大约一百公里的村庄建设一间先进的医疗中心，这样的想法似乎是一个遥不可及的梦想。薄迦梵还让人惊讶地进一步宣布，医院将不收取任何费用。奇迹不仅如此，更神奇的是在这一块贫瘠了数十年的土地上，祂同时宣称医院将在短短的一年后完工，第一个手术也将在同一天进行。时间见证了這個爱的奇迹。

百善地的斯里沙迪亚赛高等医学研究所（SSSIHMS-PG）从此跨越了不少里程碑。它的成就让原先反对和怀疑的人都变成崇拜者。今年，这份赐予人类的神圣礼物已度过了二十

周年。数以千计的人来到这座医疗圣殿，并健康地返回。位在布达峇地的薄迦梵超级专科医院至今已进行了14000项手术。

每一个漫长的旅程都始于第一步，而这一长串的受益者名单则始于一个心脏有孔的小男孩。转眼间，有关这小小心脏的奇迹已过20年了。

在斯里沙迪亚赛高等医学研究所开幕那天，当时14岁的维杰巴斯卡尔（Vijay Bhaskar）接受了心脏手术。他现在与父母、妻子和两个孩子在Anantapur镇生活。回忆起当时如何沐浴在赛峇峇和医药人员的爱当中，他非常感恩：

“我觉得自己很幸福。斯瓦米是我的Pranadaata（赐予生命者）。祂赐予我新生命。我永远无法偿还斯瓦米为我所做的一切。

在1991年，我第一次被诊断出心脏有问题。家里没有一个人知道我到底发生了什么事。我经常昏厥，大部分时间感到气喘吁吁和全身无力。我们先在Anantapur求医，当地的医生说我的心脏有问题，并要求我做一些扫描。医生阅读了审查报告后，告诉我们我的心脏有孔，必须动手术。

之后，我的伯父带我到Hyderabad的医院。那里的医生说我的情况很糟糕：‘你必须尽快接受手术，任何延误都会有生命危险。’但是，接近二十万卢比的手术费用给我们更

大的冲击！这个数额超出我们的经济能力，我们简直无计可施。我只好默默地，无助地继续承受痛苦。

邻居的指引

在这个时候，奇迹发生了。我们的邻居Mahananda Reddy（一位退役军人）是赛峇峇的忠实信徒。当他获悉我的困境后，说峇峇正在布达峇地建设一间先进的医院。他建议：“去那里看看吧，你或许会获得治疗。”

我们接受他的建议。那时是1991年10月的最后一周，我们到达当时仍在建设中的超级专科医院。我们被告知前往布达峇地的综合医院（旧医院）。

在综合医院里，Bhagvat医生看了我的报告，告诉我必须立即入院留医。当时邻居Mahananda和我的伯父Peddananna留下来陪伴我。



住院期间，我才意识到我将会在新的超级专科医院动手术，但我并不知道自己是峇峇新医院的第一个病人。

母亲般的关怀，源自神圣母亲的启迪

我在综合医院住了20天，健康状况一直不好，医生为我作手术前的准备。在这段时间里，护士和工作人员的亲切关怀让我永远难忘。他们每天都会询问我喜欢吃些什么，需要些什么。我只能说，他们就像母亲照顾孩子一般地照顾我。

在这期间，我还亲眼目睹了一件让我非常感动的事情。有一个非常衰弱的老病人，无力照顾自己，甚至无法移动身体。在医院服务的一位义工非常了不起。他喂老人吃饭，洗澡，甚至处理便盆。其实，这是我对‘赛之爱’的第一次体验。这位义工为老人家所做的事，即便是亲生孩子也可能不会为自己的父母做。这时，我才意识到能在斯瓦米的医院治疗是件多么幸运的事。

坦白说当时还是小孩子的我对手术没有什么观念，我不知道自己的胸部将要挨刀。我并不感到害怕，但我的伯父却很担心。之后，一件奇妙的事情发生了。

神赐予爱、关怀和保证

几天后，斯瓦米来到综合医院与我说话。祂安慰我说，祂时时与我同在，我没有什么可担心的。祂甚至亲切地捏我的脸颊！哇！这些记忆永远留在我心中。

两天后我听说新医院的建设委员会开会，讨论是我或另一个有类似心脏问题，从马哈拉施特拉邦来的男孩子，成为新医院的第一个病人。不久，一名护士告诉我被选中了。

手术前两天，即11月19日，我被转移到新的超级专科医院的心脏病房。这里的护士也如综合医院般，以同样的爱来照顾我。

1991年11月22日，开幕典礼当天，我被送到手术室。我突然看见斯瓦米向我走来，我立刻坐起来。其实他们已经给我注射麻醉药，我不能坐得很稳，慢慢地滑落在床上。但赛峇峇很亲切地急步上前，托住我以防跌倒。峇峇叫我躺下，把手放在我的头上，向我保证一切都会好起来。祂旁边是当时的印度总理Mr. P. V. Narasimha Rao。斯瓦米甚至陪我走到手术室门口。

一进入手术室，他们把面罩套在我的脸上，我顿时失去了知觉。我记得醒来时，医生叫着我的名字说：“起来，起来。你的手术已完成。你现在没事了！”那时我才注意到在我胸口的疤痕。我住在加护病房里，他们喂我吃甜的pon-

gal（扁豆饭）。不久就把我转移到心脏病房。

我担心伤口拆线将会很痛，感到有点害怕。但在拆线的那一天，有一个医生来和我谈话。他与我谈论很多事情，在这过程当中，他随口说：“没什么了，你的线已拆除！”我没有感到丝毫疼痛。

一个星期后，斯瓦米再次来病房看我！这个经验让我犹如置身于天堂之中。我从床上起身，并与斯瓦米一起行走！斯瓦米的手挥动，变现出圣粉（vibhuti），然后把它放在我的手中。他用同一只手，充满爱意地捏我的脸颊，在上面留下圣粉的印记。幸运的是，有人在那一刻拍了照片。直到今天，这照片是我最珍贵的收藏。



我在医院住了大约20天。共有七个患者在这期间进行手术，有一些在同一天，有几个在第二天。这些病人都获得了前所未有的关爱。

小小爱的行为， 成为难忘的回忆和启示

我想提一提两件在医院逗留期间发生的难忘的事。在医院里，所有食品必须遵循严格的饮食规定，因此许多食物的味道很平淡。有一天，当护士主管问我想吃什么时，我告诉她想吃 chinnakaya pacchadi（花生酸辣酱）。由于她不是来自安得拉邦，她不明白我指的是什么。在一个懂泰卢固语的护士的帮助下，她了解了我的要求。在我下一顿饭里，竟出现了这道菜肴。后来，有一个护士告诉我，护士主管亲自用杵磨花生，此事让我感动得全身起鸡皮疙瘩。

另一天，有一道菜肴非常辣，我正要把它吐出来。一位护士看见了，立即伸出手叫我吐在她手中。我很难想像一个人可以获得这么多的爱。我不得不承认，我在这里获得的爱比母亲的爱还多。不单是我，每一个病人都沐浴在同样的爱中。

当我出院时，医生告诉我生活可以如常，不必戒口，什么都能吃，但六个月内不能碰冰淇淋。他们还劝我不要提重物，直到完全恢复为止。

主实现一个热切的期盼

出院之前，我心中有个愿望。我希望获得斯瓦米的达瞻（Darshan与神会面）。他们为我作了特别的安排。我记得那是1991年12月20日，峇赞刚刚结束，我被带到峇赞大厅内。

当时斯瓦米居住在峇赞大厅上面的房间。峇峇展示无限的爱，祂步下梯级，站在我面前！我跪了下来，把一朵玫瑰献给祂，并要求顶礼莲花足（pada namaskaram）。斯瓦米轻轻地拉开长袍，让我触摸祂的脚。我心满意足的回家，心中感到幸福无比。

在医院里的一个月是我一生中最难忘的日子。我真是有福气，获得很少人能得到的爱和关怀。我永远感激斯瓦米。

我的家人很高兴看到我健康回家。出院后的一个星期我就开始打板球，母亲对此感到很困扰，最后我只好停止这种运动。

手术之前，我的胸部凸出来，经常被别人嘲笑。但是，它在手术后消失了。我也开始享受食物，你可以看到我现在已经发福了！



现在我已结婚，有两个小女儿，一个5岁，一个刚好一岁。

我是Sri Krishnadevaraya大学图书馆的助理。让我告诉你：即使是现在，我也承担不了斯瓦米在20年前为我动手术的经费。许多人像我这样受惠于斯瓦米的爱，无人能想象该如何去偿还斯瓦米。”

取自赛广播电台电子月刊，2011年11月，第11辑

2011年活动点滴



甘马挽港口华小心育营



新加坡实里基：教养课程



士姑来：捐血运动



诗巫：第一届东马赛大会



浮罗交怡：中文组联谊会



认识赛中心

浮罗交怡赛中心



1984年，热爱真主赛峇峇的黄素凤赛姐，在其住家开始峇赞唱诵会。为了容纳逐年增加的信徒，浮罗交怡的信徒们后来迁到店屋举行活动，直至2005年9月23日终于有了自己的家，一幢敞阔、宏伟的会所。

除了星期四晚上的峇赞，浮罗交怡赛中心也积极举办定期的社会服务，如：医院探访、捐献粮食和捐血活动。道德教育方面，中心举办儿童道德教育班、道德价值徒步等活动，同时也推动环保运动，尤其是到沼泽地带种植红树。

每年世尊峇峇的生日庆祝会都受到岛上居民的重视；会上呈献歌唱、舞蹈、话剧表演，让更多人认识世尊的教诲，从中得益。浮罗交怡赛中心于2011年10月成功举办了马来西亚赛中文组进修联谊会，以及盛情款待到访的阿尼尔古玛教授。

浮罗交怡赛中心信徒们奉行世尊“爱一切，事一切”的博爱精神，感化社会大众，使他们乐意参与赛中心的活动，加入志愿服务的行列。

地址：

Lot 1 & 2, Lorong Sri Aman 1, Taman Sri Aman, Jalan Batu Asah, 07000
Kuah, Langkawi, Kedah.

峇赞：星期四，晚上8时30分