

百善

38



2012年活动点滴



百善地理事会主席到访



百善地喜迎农历新年



士姑来：持名祈福法会



东甲：牙科室启用



百伽律：世尊入灭一周年追思会

百善38期

目录

A.	编者的话	4
B.	完美的信徒：约翰希斯洛博士	6
C.	峇峇福音	
	• 讲道1：肉身执着是人之束缚的起因	21
	• 峇赞推荐：乘愿下凡	28
	• 讲道2：苏巴斯旃陀罗博斯的模范爱国主义	30
	• 爱的见证：阿特翁尊赛博士	36
	• 讲道3：以监视和静虑去消除心念	43
	• 峇赞推荐：提醒我，我的主	52
	• 讲道4：了解一体性的原则	54
	• 爱的见证：尹慧敏赛兄	65
	• 讲道5：以善业救赎自己	75
	• 小小故事：慈悲与暴力	85
	• 讲道6：世尊的首次公开讲道	87
D.	教育天地	
	• 感恩	95
	• 宽容	98
	• 我曾在春天里播种爱	100
E.	同一个舞 同一首歌	106

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

Month/Year : Nov 2013 (1000 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 : sathyaibaibaccm@yahoo.com

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

编 者 的 话

本期《百善》刊登了6篇世尊
峇峇的讲道。“在心中膜拜”是
世尊于1953年的首次公开讲道，而其
中3篇讲道则是湿婆之夜（Sivarathri，意谓
吉祥之夜）的福音，阐释这个节日的来源，意
义以及信徒应该注重的灵性修习。

“赛人物”系列继续介绍3位杰出的信徒。首
位是世界赛组织的前领袖，已故约翰希斯洛博士（Dr.
John Hislop）。世尊曾经说过希斯洛是和祂会面次数最
多的西方人。通过他的多部著作，希斯洛经由自己的亲身经历，
描绘了世尊的事迹、奇迹和教义，让读者更了解赛的使
命和福音。我们也记录了泰国著名科学家，阿特翁尊赛博士
的信赛历程，同时了解他为什么选择将余生奉献给赛人类价
值教育的推展。大马赛组织于去年失去一位可敬的信徒和领
袖，尹慧敏赛兄；在“懂得为人付出的人最幸福”这篇文章
里，我们缅怀尹赛兄对赛组织所作出的贡献，其中最令人称
道的就是他的慷慨解囊，捐出居林赛中心的会所。

这一期《百善》推荐了2首新赞歌，“乘愿下凡”
和“提醒我，我的主”。

在“道德教育”栏目中，我们探讨两项价值观：‘宽容’和‘感恩’。林爱群赛姐在“我曾在春天里播种爱”一文中叙述了她班上的一个‘问题’学生。她以世尊所倡导的心灵教育去贴近他，及时给予表扬，并从多方面去关心他，使他逐渐改掉坏习惯。

“介绍赛中心”系列给大家报告吉打州居林赛中心的成立和逾30年的拓展过程。前人栽树，后人乘凉，我们向当年为居林赛中心付出艰辛努力的先贤们致敬，同时也展望未来，继续努力肩负赛使命，弘扬赛精神。

2013年9月

完美的信徒：约翰希斯洛博士 (DR. JOHN HISLOP)



7月2日是神圣的导师节(Guru Purnima)，一个向导师表达敬意的日子。世界各地的信徒在这一天感谢伟大导师薄迦梵峇峇，引领大家走向永恒的平和之道。懂得感恩是一件好事，但是，什么才是至尊峇峇所想要的呢？其实对峇峇来说‘赞美’并不重要，信徒在灵修道上的修养才是重要的，是信徒表达谢意的最佳方式。就像老师因为学生，画家因为画作，雕塑家因为雕塑品，上师因其弟子而闻名一样，神化身最在意的是祂的信徒。一个完美的信徒应当将自己完全奉献给主，践行神的教导，如此反映神的荣耀。他成为一个工具，一个导引，带领信众进入神的爱的轨道。作为引线，他将众人带领到感受神之爱的道路上。如此，才能真正地表达

对导师的感恩。约翰希斯洛博士(Dr. John Hislop)就是这样一位薄伽梵信徒。

希斯洛是将薄伽梵峇峇福音传遍世界的杰出的信徒之一。在18岁的那一年，他去了太平洋大溪地历险。在那里，他遇到一位牧师，牧师与他分享有关神智学(Theosophy)的信息。一回到洛杉矶，希斯洛马上加入神智学协会(Theosophical Society)，因为他要为人类服务。不久，他就积极投身于由安妮贝仙博士(Dr. Annie Besant)在加利福尼亚州奥嘉(Ojai)成立的神智学协会的活动。

在奥嘉，希斯洛认识了来自印度的克里斯南慕地(J.Krishnamurthi)，这位被安妮贝仙誉为‘世界导师’的修行者。希斯洛说：“克里斯南慕地和贝仙博士有如地平线上升起的巨人。当时我认为只有他们两人才是真正寻找到了生命真相的人。我永远衷心感激贝仙博士和克里斯南导师对一位放荡不羁的年青人的慈祥和耐心。但是，作为克里斯南慕地的追随者，智慧却没有在我的内心萌芽。”

其间，希斯洛继续深造，并在美国加州洛杉矶大学分校获得博士学位。经历一段教书生涯后，他转入商界，并大获成功。同时，他与维多利亚成婚，妻子与他共享哲学的热忱。希斯洛和维多利亚一起，追随一个导师到另一个导师，直到50年代认识了当时屡上西方报纸头条新闻的玛哈

里斯·玛希士瑜伽师（Maharishi Mahesh Yogi）。他俩拜他为师从而结束了多年的寻觅和飘荡。然而，二十五年过去了，他俩寻觅的那个‘东西’一直没有出现。

1958年，希斯洛来到印度的喜玛拉雅山帮助玛希士瑜伽师设立一间禅修学院。由于他的美国身份，他一开始被误以为是中央情报局（Central Intelligence Agency，简称CIA）的特工。过后，他们允许他展开工作。在这时期，希斯洛休假到缅甸去，学习佛教徒实行的内观调息静坐法（Vipassana Meditation）。希斯洛认为佛教的灵修风格是迷人而美妙的。他说：“佛家的灵修是一种心、识之道。虽然我非常赏识也非常庆幸能够涉猎这个法门，但却感到自己的内心了无生气。我有着一颗干涸的‘西方人的心’，心中的爱，真是太少了。我开始领悟到，内观调息静坐法对世俗的人，可能会有危险。一个人如果要妥善修持内观调息静坐法，他就应该出家....”

这时候，缅甸开始封闭，不再对外开放。希斯洛只好打消继续留在缅甸出家为僧的念头。由于缺乏其他可选择的修持途径，他继续修持调息静坐法。如此，又过去了几年。

“1968年，内人和我第一次听到峇峇，是一位到过印度的女士向我的一位朋友谈起的。她带回来一些圣灰，一枚美丽的戒指，说是高深莫测的峇峇送给她的礼物。她有讲不

完的神奇故事。一句殊胜的话触动了我的心弦。那位女士说，她和峇峇在一起时，感觉到自己的性格改变了，而那改变在她回到家后仍旧持续下去。这句话在我的心中造成莫大震荡。是否真有这样的人，他的生命竟如此玄奥，如此强大，如此神奇，如此神圣，以致能够改变人心的地步？如果真有一位这样的人活在今日的世界，那么在我的生命中，便没有任何事情比去寻找他更加紧要了。我衷心祷告，希望他以恩宠和慈悲来触摸我那颗干涸了的心房，使它再度充满活力，生气蓬勃起来。

星期一我和内人听到峇峇的故事，在同一周内，我们就乘机飞到印度。见到了峇峇，我毫不怀疑，马上知道在面前的这位，正是智慧的真实源头。要用笔墨来形容和峇峇初次会面对我所产生的影响，不只困难而且是不可能的。我整个生命深深的受到影响和改变。于是，峇峇立即成了我生命的枢纽，至今不变。在第一次会面的时候，我的世界在他的跟前消失了。我的整个意识全被吸引向内，直到‘觉’的最玄微的层次，峇峇以爱呈现在我的内心。这爱是千真万确的，而峇峇就是爱也一样千真万确。我的看法是，只有神才有可能以爱进入我的心中。从那时候开始，这股与主同在的圣洁感受，始终保持不变....我自己深感惊讶，虽然我一直用理性推理的方法去进行灵修生活，可是当我一旦看到峇峇，

便很自然地认为虔敬之途（Devotional Path）才是自己的道路。”



斯瓦米赐予希斯洛无数次体验神的经历，以便后者能感受到全方面的神性。峇峇还接受希斯洛无数次的会面和采访，详细地回答他的问题，在希斯洛患病期间救治他，为他化解灾难，变现物品给他，甚至以基士拿的形相显现赐福予他。我们就从峇峇变现一个十字架给希斯洛的著名故事开始吧！有趣的是，这个十字架是在1973年的湿婆之夜（Mahasivarathri），在森林深处变现的！当时峇峇与一小群人一起庆祝这个神圣的节日。让我们听听希斯洛回忆这件事：

“十字架是峇峇在湿婆之夜，这个非常祥瑞的日子变现出来的。1973年，在湿婆之夜前夕，我们接到通知，要

求作好明天一大早就远行的准备。只有安放好行李，准备开车时，我们才会知道目的地。斯瓦米决定，只能有极少数人随行。我们的目的地是旁德坡森林（Bandipur Forest）的旁德坡野生动物保护区，离开迈梭(Mysore)省有好几个小时路程。中午过后不久，我们抵达森林区的客栈。第二天早晨，我们坐上汽车，在森林局人员的引导下，故意弯曲迂迴地行驶，希望能遇上一群野象，可是大象全都躲藏起来，一头也看不见。然而，这次驱车翻越山岭却有更重要的目的。

过桥的时候，峇峇表示，桥下干涸了的沙土河床，就是要找的福地了。车队在路旁停了下来，我们爬下河堤，向沙质河床走去。我走在峇峇身旁。当我们经过一株小灌木时，峇峇摘下两根枝桠，把它们叠在一起，问我道：‘希斯洛，这是什么？’



‘唔，斯瓦米，那是十字架。’我回答道。接着，峇峇把枝桠握在掌心，向着拳头的拇指与食指间，吹了三口很是缓长的气。然后他打开手掌，变现出一个耶稣受难的十字架。他把十字架交给我。他说：‘这是耶稣离开他的躯体时的真实情况。不是

艺术家所想象或史学家所描述的那样。他的肚子陷了下去，肋骨全都暴露出来。他已经八天没有进食了。’

我看着十字架，说不出话来。峇峇接下去说：‘十字架的木头，来自基督被钉死的那个十字架。经过了两千年，再要找回那些木头，就得多费些时间。基督的样子是他死时的样子，那是一张死亡的脸孔。’

我发觉有一点奇怪之处，便问峇峇：‘斯瓦米，十字架顶上的洞，到底是什么？’峇峇回答说：‘十字架原本是挂在杆子上的。’

峇峇变现十字架后不久，我们就在沙质河床上庆祝Sivarathri，信徒颂唱峇赞，峇峇吐出一个林甘(Lingam)，象征创造的意义和纪念这神圣的日子。”

几年后，一些美国信徒问斯瓦米关于祂变现给希斯洛的十字架。峇峇回答道：“是的。当我寻找那些木料时，十字架的材料已全部分解，回到原来的元素状态了。我找到那些元素，把它们重新组合，凑足一个十字架的材料。斯瓦米很少干扰大自然，但偶尔会为一位信徒而做。”

十字架上的故事到此并未结束。几个月后，当希斯洛把十字架交给几个朋友观看时，他们经历了以下事情，他说：

“几个星期后，我们回到墨西哥的家。不久，便亲眼

看到与十字架有关的一连串神奇事迹....这时大概是下午五点钟。墨西哥海岸上空，一片晴朗，十分平静。蓦地间响起一声巨雷，我们向窗口望去，看到电光从一堆乌云层中放射出来。一阵狂风吹进屋里，愤怒地把门窗吹得乒乓乱响，差一点把玻璃震碎了。窗帘四处乱飞。我们对这突如其来的事故，感到愕然。我的妻子立即说：‘现在是下午五点，那是基督被钉死在十字架的时辰。现在发生的事情，圣经也有记载。’后来她拿来一本圣经，大家一同翻阅，找到了那段记载：基督离开他的躯体时，狂风暴雨，雷电交加，殿里的帘布被风使劲地吹打。我们一致认定，发生在眼前的，是一幕超乎常人所可能想象的奇迹。我们目击了基督受难的实况。第二天，圣地牙哥各报章简约报道了墨西哥海岸，靠近恩仙纳附近所发生的，突如其来的神秘风暴....大约一年后，我把这件事的始末完完整整寄给范尼班达博士（Dr. Eruch B.Fanibanda），作为他出版《圣灵的踪影》（Vision of the Divine）这本书之用。他把稿件拿给峇峇看。峇峇看后说道，事情的发生和所记叙的完全吻合。它的意义也如同所述，正确无误。”

我们不时听到薄伽梵峇峇在危险和灾难时刻挽救信徒的事迹。斯瓦米也曾经为希斯洛消灾解难，但希斯洛的经验非常地与众不同。



“1973年傍晚八点，我离开平达弯回班加罗尔。我们五个人共乘一辆计程车，加上司机总共六个人。班加罗尔公路只有两条车道。出了平达弯数哩后，我们超越一辆公共汽车。司机看到前面的灯光，估计有足够时间超越公共汽车。他真是大错特错！前面的灯光是一部高速疾驰，迎面而来的车子....

这段路非常危险。马路在修补中，泥土和石头高高的堆积在沿途路旁。因此，迎面而来的车子根本不能闪避到路旁去。我们的情形也是一样，左边是公共汽车，右边是修路的材料。这时候，对面的车子已经来到面前，面对面了。一个愚蠢的司机在那部车子内，另一个同样愚蠢的司机在我们这部车子里！

那部迎面而来的车子的灯光，照在我们计程车的挡风镜上。两部车子大概相距不到一秒钟的时间了。我们惶恐万

分，膛目结舌，说不出话来。没有人想到峇峇或呼喊祂。我们以为自己死定了，惊惶失措地等待相撞的那一刻。可是，就在那时刻，发生了常理所不能理解的事情。前一瞬间，两部车子面对面，快要发生死亡车祸了。后一瞬间，迎面而来的车子却落在我们车子的后头。我们前面的道路空荡荡的，我们继续超越公共汽车。我们回过头去，看到那部车子红色的车后灯，在黑暗中远去。车祸没有发生....

第二天上午，我们照常在八点左右坐车子到平达弯，在走廊等待峇峇出来赐福大家。他一踏出房间，我便上前去摸那双莲花脚，说道：‘我们要感谢峇峇，昨晚救了我们。’

峇峇笑着道：‘是的，非常危急。你们太过害怕，以致没有人喊斯瓦米！但斯瓦米到底还是救了你们。’然后他用德鲁古（Telugu）语告诉一群男子整个事件的经过。

于是我说：‘斯瓦米，为了救我们你改变了时间和空间。’峇峇只是笑笑并没回答。”

有时候，峇峇会赐福予一些信徒，化身为其所膜拜的神的形相显现。希斯洛很幸运地窥见峇峇化身为斯里基士拿。以下是希斯洛所说的故事：

“好几年前，我坐在峇峇的汽车内。他和另两位信徒坐在后座，我和司机在前座。这时，车子正朝向布达峇地开

去。以乘客身份和峇峇共同坐一部车子外出，是一件使人难忘的事....

在途中，也许是半路，这时峇峇在谈话，我转过身去，我呆住了，不能呼吸。我不敢相信自己的眼睛....

使我呆住和停止呼吸的正是祂的脸孔。我所熟悉的那张脸孔不见了。眼前的却是一张极其美丽的脸孔。造型和轮廓和我们所敬爱的赛大不相同。那张脸孔的魅力竟是如此巨大，如此的难以抗拒，以致我的心产生了好像病危时的绞痛。在我的一生中，我从来不曾在相片或名家的绘画中看过如此迷人、如此美丽的脸孔。那张脸孔是不可能凭脑子或构思想像出来的，它的美丽，更是现实生活中难以接受的。



我的眼睛被峇峇的脸吸住，移不开来。那两位和峇峇坐在一起的人，开始以迷惑的眼光看我...

过了数哩后，坐在峇峇左边的斯里·维达拉·劳勿（Sri Vittal Rao）问我道：‘希斯洛，你为什么这样看峇峇？’

我没有搭腔，却反问峇峇：‘斯瓦米，那蓝色是什

么？’

祂回答说：‘噢，那个呀！每当深奥莫测的事物出现时，它便呈现深蓝色。’

这件事的对话到此结束。很自然的，我的心在想，也许是主基士拿。但是，在当时或这次体验之前的任何时候，我从来不曾以斯里·基士拿称呼过峇峇。”

事情就这样过去了，直到1975年11月。有一天，生日过后不久，斯瓦米召见某个家庭，同时也把希斯洛叫进去。

“过了一会，峇峇对我说：‘希斯洛，告诉他们一些你的体验吧。’恭敬不如从命，我先说一些故事，然后把上述的事件（关于深蓝色的脸孔）告诉他们。一个男子大为感动，脱口而说：‘啊！那肯定是主基士拿。’峇峇笑道：‘对的，就是基士拿。不是画家所能描绘或作家所能想象的。我给希斯洛看基士拿的真实形相。’”

希斯洛有很多峇峇恩赐的奇妙经验，明显地他是峇峇特选的信徒。以下是他描述峇峇无所不在的体验。

“一连三年我到百善地尼乐园会见峇峇。回到美国，我一下飞机，就感觉从头发起，峇峇的头部和肩膀与我的身体重叠一起。所以我对祂说：‘斯瓦米，欢迎您到美国来。’那个感觉一连三年延续着。我每到一个地方，斯瓦米就会站在房间里。当我在中心与人谈话时，斯瓦米就站在房

内每一个人的身后。我望向墙壁，就会看见一排的斯瓦米沿着墙边站着。那个现象最终于三年后结束。我告诉斯瓦米：‘斯瓦米，现在那个现象已结束了。’斯瓦米说：‘希斯洛，难道你不知道所有现象都会结束吗？’祂接着说：‘之前，你无需做出任何努力就可以看到斯瓦米的显现。从现在开始，你要刻意去想象斯瓦米的无所不在。’我记住，并一直付诸实践。”

希斯洛又描述了他的另一个奇特经验：

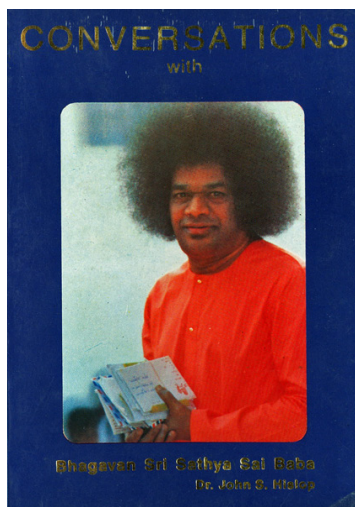
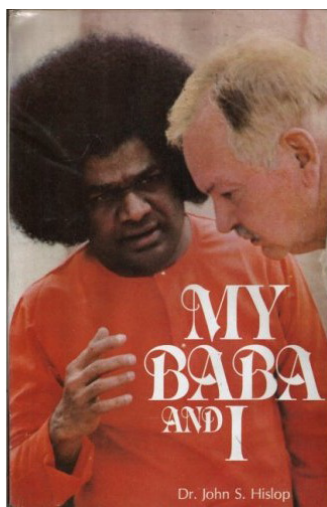
“有一次，斯瓦米到马德拉斯，出乎意料地去探访一家信徒。须知，当至尊到访时，信徒都希望以鲜花、水果和其他物品来迎接祂。这家主人也不例外。

抵达那家门口时，斯瓦米敲门。应门的女主人一看到斯瓦米，不禁惊叫：‘噢，斯瓦米，看到您，我太高兴了。但是，斯瓦米，您没说要来，我没什么东西来迎接您。我没有水果和鲜花，我什么都没有。’这位女士感到很懊恼。斯瓦米对她说：‘别担心，别担心。’接着，斯瓦米转身向祂的车子示意。

从车上飘出两个拥有一对翅膀的天使，手中托着一个银盘，装着水果，鲜花和其他物品，都是一些这位女士想要迎接斯瓦米的供品。天使把银盘拿到屋前交给这位女主人。

斯瓦米转向天使，挥手要他们回到车里。天使飘向车子，叠起翅膀，进入汽车，消失无踪。”

多年过后，有一回，斯瓦米乘巴士车带领学生到马德拉斯观光学习。首先，祂带学生们到那位女主人的家。女主人看到巴士上的学生，赶紧进入屋内把银盘拿出来，向他们讲述这段‘有翅膀的天使’的故事。



经过多年的追寻探索和未完成的期待，斯瓦米终于让希斯洛接近身旁，并赐予他无尽福乐。希斯洛把握这难得的机会，无私奉献，充当义务大使，以演讲和书籍传播峇峇的福音到世界各地。即使患上癌症，他还是到处旅行，义不容辞地讲述这位他发现的主。他说：

“在这摩登时代，枯燥无味的生活是大数人的体验。眼看世人在疯狂追寻诱惑和感官的快乐，成年人都不约而同

地祈祷：主啊，请让我的心充满新希望，让爱的河流再度在我心中澎湃地流淌。

对我来说，峇峇的最大奇迹是：信奉祂后，束缚的心就会获得解放。看到祂，知道祂绝不会抛弃你，是一个最奇妙的感觉。有此倚靠，心充满了喜乐。对峇峇的爱与日俱增。祂是信徒的圣父母。对祂的爱可以毫无保留，不必任何防备，也没有恐惧....”

直到最后的日子，希斯洛还是不停地诵念峇峇的圣名。朋友们围绕着他，不停地诵赞‘OM’，送别他的灵魂离开肉体到永恒的憩息地 - 峇峇的莲花足下。过了一段时间后，峇峇问坐在走廊的一个美国信徒：“希斯洛在那里？”信徒向上望，表示希斯洛就在天堂。峇峇接着说：“他已在我这里。一个好人，一直想着斯瓦米，一直在为斯瓦米工作。”确实没有比这更好的评语了。

取自：赛电台电子杂志（E-Magazine）2004年7月刊

肉身执着是人之束缚的起因



人啊！不要因为自己接受高深教育
而引以为傲。

如果你不向神顶礼也不以虔诚之心去想祂，
你所有的教育就付诸东流了。（泰卢固诗）

你可取得诸多领域教育的知识，但你所有世俗教育的价值是等于零的，如果你没有培养对神的虔诚心。由于人们不能体认这真相，他们就以自己世俗的教育为傲。所有学问有什么用？于此庄严的讨论会中，对于这种教育的最终结果，我不知道该说什么？

吠陀正法已式微；
沿用母语被认为是一大错误；
人们胆怯于遵守社会道德；
信徒啊！维护印度正法是你的义务呀。
(泰卢固诗)

供奉你的心念给神

诸位爱的化身！

今天每一样东西都以快速的脚步在这个世界上移动。我们看到的秒，分和时是那么快速的流逝。60秒构成1分钟而60分则构成1小时。然而今天，小时飞逝得如分钟一般。原因何在？在于心念的操作。他的心念以很快的速度奔驰并且每一瞬间都在改变。常说，Manah Eva Manushyanam Karanam Bandhamokshayo（心念是人之束缚和超脱的起因）。人的束缚和解脱的根由非他而是他的心念。心念是什么？一束束的欲望而已。我们应该抑制我们的欲望，至少到某个程度。今天，人控制一切但控制不了自己。当人为所欲为，肆无忌惮之际，即便他能控制一切又怎么样？

首先，人应该供奉其心念给神。心念是神恩赐给人的礼物。是神赋于人以心念。所以，人应该把心念供奉给神。若遵此原则，你将体验到圆满的福乐。

当人自其母亲子宫出世时，
他脖子上并没有挂上任何花环；
没有珠宝或金光闪烁的金饰物；
也没有镶着翡翠和钻石等宝石的项链。
但绕在他脖子上却挂有一个花环。
那就是梵天（Brahma）把他过去世的业报
串在一起的一个沉重的花环，
并在他出世时挂在他脖子上。

（泰卢固诗）

其实，天地万物无非神恩赐的礼物。我们理应珍惜这无价之宝的礼物。

诸位爱的化身！

天赋人以三大属性 --- 纯质（Sathwa），激质（Rajas）和翳质（Thamas）（或平静，激情和惰性）。我们应该培育纯质。有邪念者会在每一物中看到邪恶。怀善念者就处处看到善。一个完全排除一切思想者得享彻底而永恒的平静。

布是由线织成的。线来自何处？来自棉。人身若布，由我们的过去世的业之线织成，而这业之线来自我们的行之棉（Samskara，行或起心动念或潜在的形成力）。这人身之布是神赐给人的礼物。

什么是真正的舍离？

乌巴亚婆罗蒂 (Ubhayabharathi) 天生有伟大的智慧。她是曼达纳米斯罗 (Mandana Misra) 的妻子。一天，乌巴亚婆罗蒂与她的信徒们到恒河去洗澡。途中，她看到一个舍离者 (Sanyasi)，悠哉游哉地把一个晒干的葫芦置于头下。他用此葫芦盛水喝，所以非常小心地保管着它。看到舍离者如此执着于葫芦，于是，乌巴亚婆罗蒂对信众说，“看！此人自称是一个舍离者，但却执着于他的葫芦而小心翼翼地放在头下当枕头。”舍离者听到了但一语不发。当乌巴亚婆罗蒂偕其信众正要离开时，他把葫芦抛在他们面前以示他并不执着于葫芦。看到他这种行为，乌巴亚婆罗蒂做出了适当的评语，“我以为他只有一个缺点 --- 那就是执着 (Abhimana)。现在才意识到他还有另一个缺点 --- 自我 (Ahamkara)。一个既执着又自我的人如何能成为一个智者和舍离者？”

她的评语使舍离者心窍为之一开。他感激乌巴亚婆罗蒂给他灌输舍离的真知识。然后乌巴亚婆罗蒂告诉他，“好孩子！整个世界充满虚幻。人在这世上看到很多形相，并被它们所吸引。但所有这些形相是人思想的反映；它们不来自外在。世上的每一样东西，其实，都是人自己心念的创造。有好一段时间，你培育起对你肉身的执著。稍后，你自己把

肉身给抛弃。建立起对肉身执著的是你而抛弃的也只有你。执著与抛弃两者都产生自你的幻觉。它是由Dehabhranthi（身体执著所引起的幻觉）所引起的。所以，要舍弃Dehabhranthi而培育起Daivabhimana（对神的爱）。身体是神的庙宇。要认身体的内寓者为Devadeva（无上之神）。 ”

肉身是由五大元素构成的而迟早会败坏，
但其内寓者则无生亦无死。

内寓者没有任何执著，不论是什么执著，
并且是永恒的见证者。

说真的，内寓者，亦即存在于阿特玛
（Atma）之形式者，确实就是神祂自己。
（泰卢固诗）

世俗的关系是短暂的

人的世俗思想是由他的无知所创造的；所有这些都不是实在的。只要身体还活着，世俗的爱就存在于个体之间。一个丈夫爱他的妻子，但这爱是肉体的爱。两个身体不在同一时间来到这世间，也不会同一时间离开。

Punarapi Jananam, Punarapi Maranam,
Punarapi Janani Jathare Sayanam,
Iha Samsare, Bahu Dustare,
Kripayapare Pahi Murare. (Sanskrit Verse)

主啊！我受到生死轮回的桎梏；
一次又一次地体验到身在母亲子宫的痛苦。
要渡过生死轮回之海洋可真不易呀！
请渡我越过这海洋并赐给我超脱吧！（梵文偈）

Bhaja Govindam, Bhaja Govindam,
Govindam Bhaja Moodha Mathe,
Samprapthe Sannihithe Kale,
Nahi Nahi Rakshati Dukrun Karane. (Sanskrit Verse)

噢！愚蠢的人啊！念诵哥文达的名号吧；
当末日来临时，
语法规则是不会前来拯救你的。（梵文偈）

今天一个人或显得精力旺盛，体力充沛，但无人能料到明天会有什么事情发生在他身上。身体有如一部车子，而心念有如车子的方向盘。如果一个人不去控制心念的方向盘，他怎能沿循正确的方向驾驶他身体的车子？

诸位爱的化身！

在过去十天来主持火祭的祭司（Ritwiks）或许也怀有

其他思想，但他们的心念主要是专注于圣洁的思想。在他们之中有不少年青人。国家需要年青人。看到年青人步上这高尚之路，我深感欣慰。做了最后的一个供奉（Poornahuthi）后，我将会跟他们聊聊，满足他们的热望，带给他们快乐。

你们很多人都有‘舍离’的热望，但你们感到困扰，因为你们尚未能放弃某些执著。我会告诉你们易于解除这些执著的正确方法。我们的主祭司可以指引你们并以他自己的实例去指示你们正确的途径。若追随这样的一个祭司（Acharya），你们就很容易地克服所有障碍而抵达你们的目标了。

达至神是很容易的。其实，神属于你而你属于神。我你之间的关系是父子关系，因此，要过一个充满快乐，安定和幸福的生活。当你明天离开这里时，我会感到你的分开。我也愿意随你而去。我们不能没有对方而生活。要认为我和我的这个关系是实在的和永恒的，而且要努力去维系它。我明早会再来，让你和乐融融。

译自2006年8月18日薄伽梵于百善地尼乐园的讲道，
时值大火祭（Athi Rudra Maha Yagna）之日。

英译文：见2008年3月版

峇赞推荐：乘愿下凡

5	3 2	3	3 3	5	3 1	2	2 2	2	2 2	2	1 2	3	1 6	1	—
导	师乘	愿	下凡	驻	锡峇	地	弘法	那	罗延	那	赛	那	罗延	那	
6	6 6	6	6 1	6	5	5	5 6	0 3 5	3 2	2 2	2	0 3	1	3 3	3
那	罗延	那	赛	那	罗	延	那	道	理	童	能	晓	证	道	叟难 达
0 2	2 1	2	2 2	3	1 6	1 1	1	0 1 2	3 5	6	6 6	0 6	5 3	5 5	5
向	内探	求	实真	别	向外	求虚	假	清	虚	即	是家	何	须	好烟	霞
6	5 3	2	1 2	3	1 6	1	—	6	6 6	6	6 1	6	5	5	5 6
那	罗延	那	赛	那	罗延	那		那	罗延	那	赛	那	罗	延	那

歌词借用唐代诗僧贯休诗，“野居偶作”：

高淡清虚即是家，何须尽占好烟霞。
 无心于道道自得，有意向人人转赊。
 风触好花文锦落，砌横流水玉琴斜。
 但令知此还如此，谁羨前程未可涯。

贯休（832～913年）唐兰溪人，字德隐，俗姓姜。7岁出家，善诗书画。其书人称姜体，善画佛像，以罗汉为最著名。号禅月大师，其诗编入禅月集中。

【赏析】

导师赛峇峇是那罗延那（Narayana，毗湿奴的别名）。祂乘愿下凡，驻足布达峇地（Puttaparthi）弘扬正法。道理小孩子也能明白，觉悟证道却到老都难达到。我们要向内探求真实的本真，莫向外求虚假的世间物。参禅不一定要占尽天下山河，只要有一个清虚淡泊的家就行了。

此歌收集在《赛峇赞》CD系列第5辑中，而其MP3格式可以从中文组网站（www.sca.org.my）下载。

峇峇早年珍贵照片



峇峇从一支火把变出一尊主基士拿(Krishna)的神像。摄于1960年代，当时峇峇正在乘车前往巴德里纳特(Badrinath)途中。峇峇的传记作者，卡斯杜里(Kasturi)教授，坐在他右边。

苏巴斯旃陀罗 博斯的模范 爱国主义



很多演说者在我之前已致辞过了，但没有人谈到天赋有诸多伟大素质和能力的苏巴斯旃陀罗博斯（Subhas Chandra Bose）。印度文官（ICS）考试及格后，他回到印度，参与政治活动并在多方面做出重要的贡献。然而不幸地，他非得离开国家不可，因为当时的印度人民就像一盘散沙。甚至在他居住外国期间，他还是为印度的解放运动（脱离英殖民）扮演着一个非常重要的角色。

苏巴斯旃陀罗博斯为印度解放运动所做出的努力

他哥哥的女儿，拉丽达（Lalita）有一次来到布达峇地（Puttaparthi）。她对诞生于印度这块圣土的叔叔，苏巴斯旃陀罗博斯之必需离开印度，深感遗憾。她很欣慰自己能住在这个国家并获得斯瓦米的达瞻（Darshan）。她

也到白草原平达弯来并住了几天。后来她坐上我的车子，跟随我走。她经常弹琴唱峇赞。当我到乌地（Ooty）和哥戴卡纳尔（Kodaikanal）时，她也随行。她一直念诵‘Sai Ram! Sai Ram!’，内心除了这之外，别无其它。

苏巴斯旃陀罗博斯天生有身心灵的强大力量。但他从不向任何人展示他的灵力。他有一个强烈的愿望，要使印度成为一个伟大而昌盛的国家。没有一个领导者像苏巴斯旃陀罗博斯一样，对印度的解放和进步，抱着如此强烈的愿望。他是个相信行动的人；他不像其他许多领导者一样，言而不行。我们国家有不少领导者，甚至在今天，也还是言行不一。言而不行，一切枉然。他们说了千万件事情，但一件都不付诸实行！看到今天无人怀念这一位为国家做了那么多事情的苏巴斯旃陀罗博斯，我甚感心痛。他把一生奉献给国家，鞠躬尽瘁，死而后已。甚至在居留国外期间，他还是心系祖国，爱祖国，以祖国为第一优先。这种情结与日俱增。

不以自己的祖国，母语和宗教为傲者，
确实是个行尸走肉。（泰卢固诗）

苏巴斯旃陀罗博斯竭尽所能想把国家带到进步与富强的道路。他展示爱与容忍的精神理念。不爱祖国者无异于行尸走肉！只有维护国家名誉者，为国争光者才可以被称为一个堂堂正正的人。

获得自性的独立

在这同时，印度获得独立（Swatantrata）。但只是‘Swatantrata’，不是‘Swaatantrata’。什么是‘Swatantrata’？它与身心智相关，但‘Swaatantrata’则与阿特玛（Atma）相关。那些追随自性原则者才是真正的独立。‘Swarajya’与‘Swaarajya’之间的差异也是这样。我们应该以实现‘Swaarajya’为目标而不是‘Swarajya’。如果我们追随阿特玛原则，事事如意。非但如此，它还会给整个世界带来幸福与昌盛。我们不应该只满足于政治上的独立；我们应该达到与阿特玛相关的独立。苏巴斯旃陀罗博斯致力于达到的就是与自性相关的独立。有志者事竟成，最终他成功了。人人都应该尽力去认识这样的一个高灵。苏巴斯旃陀罗博斯在他那个时代可说是极少数达到自性独立（Swaatantrata）的印度子民之一了，而其他人则追求自私自利的目标。他们心怀狭隘的动机和分歧，而苏巴斯旃陀罗博斯则以整个国家

为念。

阿特玛原则等同地存在于人人之内。人人天赋有自性力量。人是阿特玛的化身。那就是为什么基士拿在《梵歌》(Bhagavadgita) 中宣称, Mamaivamsho Jivaloke Jivabhuta Sanathana (在众生之内的永恒的阿特玛是我存有的一部分)。他说, “人人都是我神性的一个层面。” 当我认为你是我存有的一部份时, 你也应该认为他人是你自己。爱众生, 服务众生。你应该一视同仁, 没有分别心, 不要视此为穷光蛋而彼为百万富翁。在印度, 百万富翁不少。然而, 他们还是汲汲于营利, 大饱朵颐为要。他们连一点食物也不愿意施舍给站在他们家门口, 不停地念着 Bhavati Bhiksham Dehi (母亲, 请施舍) 的穷人。我们的国家有这样的富翁, 何益之有? 在名誉上, 他们富有, 但实际上, 他们是穷人中的最穷者。我们国家虽有那么多富人, 但正义和慈善却难得一见。是故, 这国家的人民, 当务之急就是步上慈善与正义的康庄大道。要视他人为你自己的兄弟姐妹或宁视他人为你自己。人们口称他人为‘兄弟姐妹’于各种场合, 但有谁真的采取实际的行动? 没有人。

人们应该怀念像苏巴斯旃陀罗博斯这种高灵

今天，你触目所及无非以金钱为挂帅的一群。人们只知囤积财富而无人致力于培育仁义的德性。前三位演讲者谈及世界但无人谈及阿特玛。同样的阿特玛原则存在于人人之内。它存在于你，我和每一个人之内。Daivam Manusha Rupena（神在于一个人类的形相之中）。因为每一个人都是神的化身，对任何人不敬都是不对的。你应该以‘人皆兄弟’的坚定信念过你的生活。只有在我们培育起这样宽宏的心胸之后，我们才能获得‘Swaarajya’。在这之前，我们只有‘Swarajya’，而‘Swa’意指‘Swartha’（自私）。然而，我们应该渴望的是‘Swaarajya’，在此，‘Swaa’与灵心（Hridaya）息息相关。

你们正在执行乡村服务（Grama Seva），服务贫困者。但首先，你应该达到‘Swaatantrata’。要爱，尊敬和帮助每一个人。只有这样，你才能被称为一个真正的赛学生。每一物都能改变但阿特玛不变。即便一个邪恶者或一个恶魔都不能给阿特玛带来任何改变。要致力于达至这样的不改变而永恒的阿特玛王国。要培育自信。有了自信，你才能达到作为一个人类的自然境界。此乃你真实而永恒的境界。我以我美好的愿望与祝福结束我的讲道，但愿你进入自性的王国并赢得好的声誉。

我作此讲演仅出自对苏巴斯旃陀罗博斯的爱，虽然事先无人邀请我。像苏巴斯旃陀罗博斯这样的人应该一再地诞生于印度。印度也应该致力于再创辉煌，重现其本来的荣耀。如果苏巴斯旃陀罗博斯还活着，他肯定史无前例地获颁最高的荣誉。这国家就再也没有乞丐了。然而，不幸地，印度子民本身应该对他的离开印度负责。最终造成他们现在正面对种种艰巨的困难。我们应该敬爱和信任这样的高灵。敬爱和信任是我们实在的力量。我们决不应该遗忘苏巴斯旃陀罗博斯。他的教导充满着崇高的理念和伟大的理想。

遗憾地，人们忘掉这样的好人而记得坏人。这是一大错误。绝不忘掉好人。他们就像是宝石。我希望你常常怀念这样的高灵。我以给你们的祝福来结束我的讲演。

译自薄伽梵于2007年8月15日在百善地尼乐园所恩赐的讲道，
时值印度独立60周年纪念。
英译文：见2008年3月版



苏巴斯旃陀罗博斯

(Subhas Chandra Bose, 1897年—1945年)



赛人类价值 教育的先驱

著名科学家和发明家
阿特翁尊赛博士
(Dr. Art-ong Jumsai Na Ayudhya)

阿特翁尊赛博士解释为什么他选择将余生
奉献给沙迪亚赛人类价值教育的推展

阿特翁尊赛博士 (Dr. Art-ong Jumsai Na Ayudhya) 的事业，从大学讲师，科学家，国会议员至道德教育的先驱，可说是极为多姿多彩。

回顾他那充满戏剧性的人生历程，尊赛博士承认自己少年时期是个制造麻烦的孩子，特别是在英国寄宿学校的那一段日子，他会以拳头来回应种族主义者。然而，在十五岁那一年，他连续三个晚上都被同一个声音唤醒：除了呼唤他的名字三次，那阵声音也问道：“你为何要这样做？”这三个晚上的心灵醒觉成了他生命中一个重大的转折点。

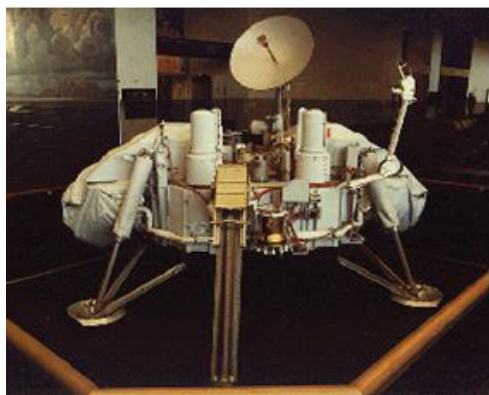
他补充说：“我开始意识到我做错了，从那时候开始，我对佛教产生兴趣并每一天静坐。我的生活起了改变，每一天静坐一小时，心境变得很平静。同时我的学业猛进，在所有的测试甚至于博士的考试，我都得到最高分。”

静坐 --- 启发智慧的泉源

尊赛博士把他的智慧泉源归功于每天一小时的静坐。他的博士论文题目，所应用的理论，以及研究的方法全都在他静坐的时候出现在他的冥想中。

这位当时的博士生一点也不知道，帮助他取得博士学位的策略，在他日后负责人类探索太空的任务中，也被应用来设计登陆系统，让美国的航天器能够顺利地登陆火星。

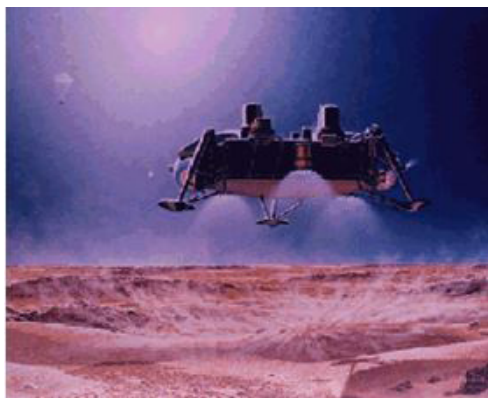
三十岁那年，他任教于朱拉隆功（Chulalongkorn）大学的工程学院。他和美国航天局签约负责发展太空船着陆星



球的设备。在第一年里，他以科学的方法来进行和处理他的任务 --- 收集资料、研发理论、制造原形样板等。他孜孜不倦地钻研，失败了他就修改理论，再重新设计过程。经过四次的失败，他决

定中止西方的科学研究作法，改为沿用东方的方式来研发。

“我登上加利福尼亚的一座山，在山顶上静坐了五天四夜。到了第五天，一切的构思涌入我的



大脑，我突然间晓得如何继续进行。我做成了三台机器装置在维京（Viking）一号、二号及三号太空船上。后来，第一和第二号被发射并成功着陆火星。”

丰厚的待遇留不住为祖国奉献的心

身为太空探索发展史的一个重要人物，美国当局多次尝试挽留他参与更多的太空计划，如给予他美国公民权和二十倍的待遇，然而尊赛博士拒绝了所有的献意，坚持要回去祖国，“我告诉他们我是泰国人，我来美国并不是为了钱，也不想改变国籍。我决定回到泰国并继续在朱拉隆功大学教学。”

他在朱拉隆功大学执教了七年后，决定去探索新的挑战。他涉足商界，成为一个成功的商人，之后又步入政坛，在多个政府部门服务，包括身任外交部的秘书长。

在为期五年的政治生涯里，他备受推崇；最终却对当时的政界感到失望，而无意间开展了另一段人生使命 --- 发展和改善当地的教育体系。“作为一位工程师，我创造了许多重大的发明，我想也许是时候我改弦易辙，培养高品质的人吧。”他解释说。

新的旅程 新的使命

尊赛博士为泰国的教育体系开拓了一个新方向。当时，泰国政府的教育常务委员会委任他负责起草一个新的教育法案，一个强调伦理道德与学业成就并重的计划。他的计划书最终被呈上国会，并在几乎没有争论的情况下获得通过。这时，他对政治活动已感厌倦，便决意退出政界，全面投身于教育事业。

他说：“我在一次印度之旅期间与世尊赛峇峇会面，祂望着我的眼睛对我说，祂唯一要我做的事就是把我的余生献给教育发展。”



“我回到泰国后，就遵照峇峇的指示去进行教育发展的使命。我走遍了全国各地给成千上万的老师讲课，讨论如何使学生在学业和道德上都能获得优越的表现。在其中一个研讨会，与会的老师告诉我，他们希望看到一所能够把理论真正付诸实践的学校，就这样促成了泰国沙迪亚赛学校的成立。”



以道德为本的心灵教育

一个“以道德为本”的教育机构，旨在教导学生兼备学术能力和道德操守的沙迪亚赛寄宿学校于1991年在泰国华富里（Lop Buri）开始授课。这间学校坐落在美丽的乡区，与巴萨（Pasak）河为邻和青翠山峰为伴，为300多名学生提供了一个绝佳的教育环境。

沙迪亚赛学校有第一年级至第十二年级的学生，至今第一届的学生即将完成他们的大学学位。学校采用‘心灵教育’（Educare）的原则，目的是用正面的方式让学生们进行互动交流，带出他们积极的一面。



尊赛博士说：“要实现这一个目标，教师是最关键的因素。我们需要良好典范的老师，来塑造好的学生。这里的老师不以体惩来处罚学生。老师带领学生进行教学活动，并在开始上课前，引导他们进行简短的静坐。”



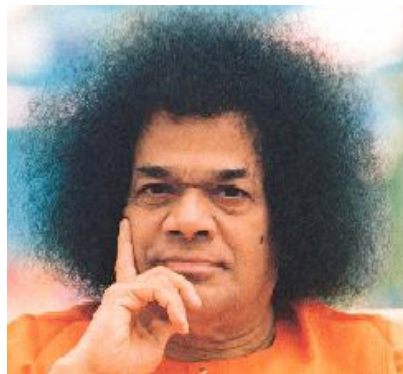
1998年，尊赛博士成立一所沙迪亚赛教育学院，目的是宣导沙迪亚赛的教育理想，进行价值教育各方面的研究工作，以及举办培训教师研讨会和工作坊。这所泰国学院已经培训超过六万名老师，而泰国教育部也积极推荐老师们到这所学院参观，每星期都会有逾200名老师和教育工作者到访。

尊赛博士是一位著名的人类道德价值观的培训和主讲者。他曾受邀到许多国家去主持培训工作，其中包括沙特阿拉伯、阿联酋、中国、印尼、台湾、马来西亚、斐济等国。

人类道德价值教育是世尊赛峇峇最主要的使命。世尊指示通过这种教育，祂的神圣讯息才能够传达全世界，从而建立一个和平的世界。通过这个教育系统，孩子们将被改变；当孩子们回到家里，他们将会改变他们的父母，而整个社会也会受到正面的影响。这就是我们努力地在世界各国建立沙迪亚赛学校，作为模范学校的原因。直到今天，一共有57间沙迪亚赛学府在35个国家成立了。

摘自2005年尊赛博士的专访录音

以监视和静虑 去消除心念



在1959年‘湿婆之夜’（Sivarathri）的讲道中，薄伽梵解释‘湿婆之夜’的意义并劝导世人以苦行，监视和静虑去控制心念。

在经典（Sastras）中有许多不同的故事去阐释‘湿婆之夜’这节日的来源。有一些已由几个演讲者向你们详述了。有一个故事是描述湿婆与所有神祇及圣哲同欢共乐时翩翩起舞，跳起宇宙之舞（Tandava Nritya）的一天。当湿婆喝下毒（Halahala，一种致命的毒液，由神祇与恶魔搅拌海水而呈现的乳状毒液）以拯救众生，免于毁灭时，即便湿婆也受不了蒸汽所散发出来的高温。所以传说，恒河之水不断浇淋在湿婆的发结以冷却之 ---- 这也解释了Abhisheka（在林伽，Linga，上浇淋圣水、油、牛奶的一种仪式），在所有的湿婆庙里都有此供奉，数小时不间断地执行 --- 但

湿婆仅纾解部分痛苦。基于此，清凉的新月就置于头顶以助纾解。这之后，湿婆与众神共舞，跳起宇宙之舞。那就是故事的来龙去脉，但所有这一切并不在此特别的日子发生，所以湿婆之夜不能说是在那天庆祝就算了。

有些人说，湿婆在这一天诞生，好像湿婆跟常人一样有生有死似的。有一个故事，描述一个猎人坐在比尔瓦（Bilva）树下，等待猎物出现而击之，不具任何膜拜意愿，不知不觉间，树上的叶子掉落在树下的林伽上，并因此而得救；这故事仅解释这一天的重要性而没有说明它的起源。再者，我们不但拥有每年一次的Mahasivarathri（大湿婆之夜），也拥有每月一次的Sivarathri（湿婆之夜），对湿婆的膜拜。

心念与月亮之间的密切关系

夜晚是受到月亮的控制的。月亮分有十六个部分（Kallas）；而当它每一天亏缺时，它渐渐减少直至新月夜时完全消失。之后，每一天它的分量又开始增加直至月圆之夜。月亮是心念的主管之神；Chandrama Manaso Jatah（月亮生自上主的意愿）。心念与月亮之间有着密切的关系；两者都有盈亏圆缺。月亮的亏缺象征心念的亏缺；因为心念必须受到控制，减少及最终摧毁。所有灵性修习都指向这个目标

---- Manohara (毁灭心念) 以便粉碎虚幻 (Maya) 而揭露真实。

在半个月的黑暗期，月亮与其相对应的人的心念，都在亏缺而每一天都在消失之中，心念的力量也因此而亏减

--- 最后，在第十四个夜晚，Chaturdasi (十四)，只剩下一点点遗留下来，仅此而已。如果求道者在那一天加多一点点额外的努力，就连这遗留下来的一点点也被清除而且 Manonigraha (心念的控制) 即可完成。半个月的黑暗期的 Chaturdasi (十四天) 因此被称为Sivarathri (湿婆之夜)，而在那一夜应该为湿婆持名 (Japa) 和坐禅来度过，排除任何其他杂念，不论是食物或睡眠。这样，成功就指日可待。并且在一年一度的Mahasivarathri (大湿婆之夜)，一个特别的灵性活动被推荐，以便借驱除心念的杂质而把所谓的Savam (物质的，有形的) 变成Sivam (吉祥)。

经典中所说的话的象征意义

这是‘湿婆之夜’的目的。所以，认为‘保持清醒’是遵守此节日的不可或缺的动作，可说是愚蠢甚至有害的欺骗行为。人们试图借玩牌，不停地看电影或观赏戏剧来逃避睡眠于此吉祥之夜。那可不是在‘湿婆之夜’这节日所应该加强的灵性修习。那是‘守夜’誓言的一个歪曲。它使你变

得庸俗并鼓励邪恶与怠惰，卑鄙和虚伪。

在湿婆之夜这一天，心念必须获得融合（Laya）。林伽（Linga）意谓世界（Jagat）获得Laya --- Leeyate；这世界融合于其中 --- Gamyate。给林伽做一个审核；三大属性（Gunas）以三个平台（Peetha）来表示；林伽象征生命的目标。林伽意谓象征，天地万物的象征，三大属性和梵（Brahman）之活动的结果；这梵，无上真性，充斥于其内并提供意义与价值。当你膜拜林伽时，你应该对这象征意义充满信心地去执行。

经典所说的每一句话和所用的每一个方式都具有一个象征性的意义，以使之具有价值。Prapancha这个字常被用来标明‘被创造的世界’，它所指的就是由‘五大元素’

（Pancha Bhutas）--- 地、火、水、风、空，构成的一切。就拿Hrudayam（心）这个字来说吧！它意指Hrudi（在内心），Ayam（他）。换句话说，它指的不是把血液打到身体各部位的器官，而是神的宝座，安装湿婆神像的神台，点亮智慧之灯的所在。再者，我们不说湿婆骑的是一只叫做公牛的动物，公牛仅只一个正义的象征，以真理，正义，平和与爱的四只脚站立着。

林伽是至尊神首的象征形象

湿婆的三只眼睛就是揭示过去，现在和未来的眼睛。只有湿婆才拥有三只眼睛。披在湿婆身上的兽皮仅是基本兽性原始特性的象征而此特性因其恩典而毁灭；他使之丧失威力且不造成伤害。其实，说他撕裂牠们成碎片，剥牠们的皮也只不过是使牠们无从展示其凶残的威力。他的四张脸分别象征Santham, Roudram, Mangalam和Utsaham（平和，凶狠，吉祥和狂热）。就这样地，当膜拜林伽时，要认识湿婆诸多属性的内在意义。因此要在这一天静虑于湿婆以便除去你最后遗留的虚幻的痕迹。

就如唵（Om）是神的口头表象一样，林伽也是至尊神首的象征性的形式。这仅是一个形式。每一物无非虚幻（Maya）而为了得之，你必须处置虚幻，否则你不能体认其力量（Shakti）。神存在于宇宙之内，一如生命之存在于卵之内。小鸡存在于卵的每一部分；同样，神存在于世界的每一部分。大家都在这礼堂之内，而每一个人都不拥有礼堂于他之内，不是吗？同样，大家都在祂之内；这样的说法比‘祂在大家之内’更好。

蒙蔽和限制人的是虚幻；所有灵性修习就是要征服虚幻。一块铁会沉在水底，但如果加以捶打使之凹空，它就能浮于水面。所以，要捶打心念使之成空。这样，心念就

会浮于尘海（Samsara）的水面。最重要的是要具备明辨力（Viveka）而不致误入歧途。

身心灵都要成长

你无需浪费时间于发掘我及我的本质。要了解的是我所教的，而不是‘谁是老师’，因为我是超越你的智能和潜力（Shakti）之外的。只有通过我的工作你才会了解我。这就是为什么有时我为了揭露我的本来面目而亲自出示我的名片给你的原因；那名片也就是你称之为‘奇迹’的东西。要确认其中的奥秘（Marma）并执行我分配给你的义务（Karma）。

在未来的几年里，一些年轻人会以虔诚的求道者的身份，在灵性领域里散发光芒。他们知道他们每一个人都是 Nityam, Sathyam 和 Pavitram（永恒的，真实地和纯净的）而他们都是 Amrita Putra（永生之子）。他们在明辨（Viveka）和冷静（Vairagya）中成长而他们以持名（Namasmarana）来净化自己。然而，长辈们却因他们步上灵道而嗤之以鼻。如果长辈们的孩子们成群结队地浪荡街头，抽烟或咒骂，以及专注于阅读海报，他们或许感到快慰。

其实，长辈们应该为他们的孩子们步上灵道，为他们也为世界作出更好的服务，而感到欣慰和满意才对。由于你

不知道如何打造黄金为饰物，所以你把黄金交给金匠。你为何还担心金匠把黄金融化，敲打，贯穿，拉成线并搓扭和切割呢？就让精通打造技艺的他塑造孩子成为社会的饰物；你大可放心。

你务必一天一天地成长，不只是身体，心灵也必须成长。你将继续留在小学多久，只写下字母？起来吧！要求考试，及格后升入更高的班级！

先控制内在世界

你现在正坐在礼堂的地上但也要寻求观看最顶楼的方法。前进！向前迈进！那么，湿婆之夜（Sivarathri）就会变成吉祥之夜（Mangalarathri）。否则，这仅是一个被糟蹋的夜晚。

很多人也许会向你说些气馁的话，说什么坐禅和膜拜可以在步入老年时才执行，好像他们是老年人的至高权利或加诸老人的特别惩罚似的。尽情地享受人生然后才想下一步---那倒像是他们的心态。

孩子在比较安全的家中采取其最初的几个步伐：在其内蹒跚而行，直到步伐稳定，平衡完美而可以不要人陪伴而毫无恐惧地到处走动。之后，他才胆敢走入街道和外面的世界。同样，Jivi（个人或个灵）必须先控制内在世界而对诱

惑无动于衷。他应该学会虽受感觉之绊也不倒；他应该学会心念的平衡，而不致于倚靠一边多于另一边；掌握这种辨识（Viveka）后，他即可自信满满地步入外在世界，不忧惧个性之被伤害。之所以有这‘守夜’或警戒的坚持，就是这个原因。

若你尚未掌握自制的技巧和尚未毁灭虚幻的根由，你就不能自称受过教育或已长大。不仅在这个夜晚，你应该静虑于湿婆，而是在你的一生，你都应该活在主的永恒显现之中。

人的天性寻求平和

不要告诉我，你不在乎那至福，你满足于虚幻并不愿意执行严苛的‘守夜’。相信我，你的天性厌恶这吃喝睡的无聊而枯燥的老套。它寻找某种它知道它已失去的东西 --- Santhi（平和，平静）。他宁愿寻找解脱，解脱自琐屑而短暂的事物之束缚。每一个人在其内心都热望它。而它只在一间专柜里才能找到 --- 静虑于无上自性 --- 所有这一切外观的基础。

不论鸟儿飞得多高，牠总得栖息树上以享平和与安息。同样，这一天将会到来，当就算是最傲慢，最顽固，最不相信的人以及那些断言‘借静虑于最高自性不能获得喜悦

与平和’的人，也会祈祷，“神啊！赐我平和，赐我慰藉，力量和喜悦。”

译自薄伽梵的神圣讲道，于百善地尼乐园，
时为‘湿婆之夜’，1959年2月7日
英译文：见2008年3月版

峇峇早年珍贵照片



峇峇身披下垂及足踝的巨大花环。摄于1960年代，
当时峇峇到喀拉拉邦（Kerala）访问。

峇赞推荐：提醒我，我的主

6 | 1̣ 7̣ 6̣ 6̣ • 3̣ | 5̣ 4̣ 3̣ 3̣ • 7̣ | 2̣ 1̣ 7̣ 7̣ • 5̣ 7̣ | 6̣ — — 3̣ 3̣ |
 提 醒 我,我 的,主, 提 醒 我,我 的,主, 提 醒 我,我 的,主, 我 是 谁 我 是

5̣ — — 3̣ 3̣ | #5̣ — • 6̣ 7̣ 6̣ | 6̣ — — 6̣ 7̣ ||
 喃 我 是 喃 永 恒 的 喃 通 过

6 | 1̣ 7̣ 6̣ 6̣ 6̣ 6̣ | 5̣ 4̣ 3̣ 3̣ 3̣ 7̣ | 2̣ 1̣ 7̣ 7̣ • 5̣ 7̣ | 6̣ — — 3̣ 3̣ |
 这 迷 乱 纷 扰 而 虚 幻 的 生 命 提 醒 我,我 的,主, 我 是 谁 是 真

5̣ — — 3̣ 3̣ | #5̣ — • 6̣ 7̣ 6̣ | 6̣ — — 6̣ ||
 理 是 平 和 是 福 乐 啊

6 | 1̣ 7̣ 6̣ 6̣ 6̣ 6̣ | 5̣ 4̣ 3̣ 3̣ 3̣ 7̣ | 2̣ 1̣ 7̣ 7̣ • 5̣ 7̣ | 6̣ — — 3̣ 3̣ |
 福 乐 的 化 身 嘿 大 爱 的 化 身 提 醒 我,我 的,主, 我 是 谁 我 是

5̣ — — 3̣ 3̣ | #5̣ — — 7̣ | 6̣ — — 3̣ 3̣ ||
 爱 我 是 爱 纯 爱 (我 是)

歌词译自一首英文峇赞 “Remind Me, My Lord”：

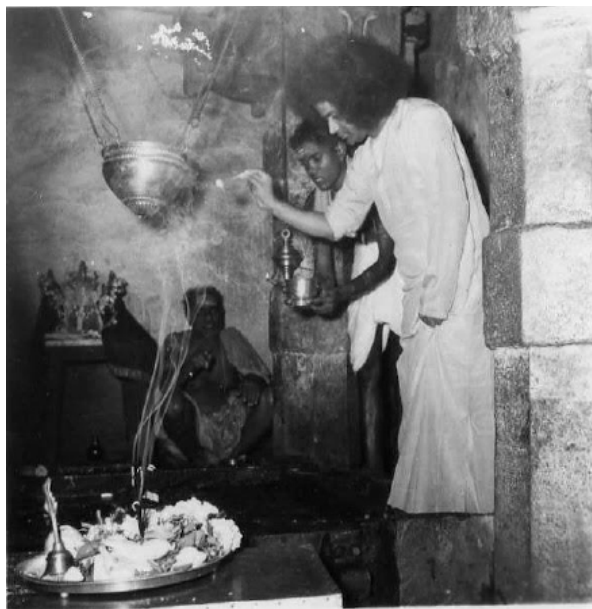
Remind Me My Lord (3), Who I Am
 I Am Om, I Am Om, Eternal Om
 Through this Life of Distraction and of Illusion,
 Remind Me My Lord, Who I Am
 I Am Truth, I Am Peace, Divine Bliss
 Ananda Swarupa, Hey Prema Swarupa,
 Remind Me My Lord Who I Am
 I Am Love, I Am Love, Pure Love

【赏析】

面对纷扰迷乱的浮华社会，人往往很难抵挡外界的诱惑，容易误入歧途而迷失自我。唯有向主祈求指引，提醒我们，究竟什么才是真实的自我。祂提醒我们：人的本质与神无异；是唵（OM，宇宙中所出现的第一个音），是真理，是平和，是福乐，是爱。

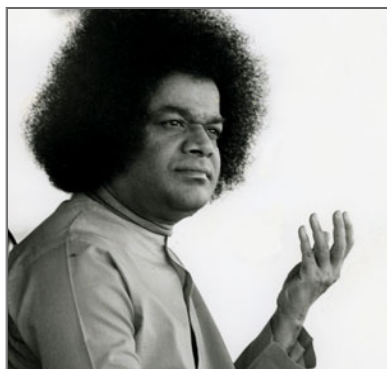
此歌收集在《赛峇赞》CD系列第6辑中，而其MP3格式可以从中文组网站（www.sca.org.my）下载。

峇峇早年珍贵照片



峇峇在一座古寺（Sri Sailam Temple）的内殿，主持灵甘(Lingam)膜拜仪式。

了解一体性的原则



人们承受诸多痛苦，日夜挣扎，只是为了钱。他们甚至不择手段以得之。他们的自我本位和精神错乱给他们增添痛苦。只要世界还处于这样恶劣的境地，人是不可能逃避痛苦的。只有当他言行一致而心念充满温馨时，他才能获得平和与昌盛。带着困扰或波动的心念，你不能得到神的显灵。

(泰卢固诗)

诸位爱的化身！

今天，整个世界围绕着金钱运行。从一个学生到一个蔬菜商，人人都追逐金钱。你不能肯定地说这个人或那个人更渴望金钱。但人人认为金钱是他生活的全部和最终的目标。人们为了钱而忍受种种苦难，但没人为了神而忍受种种苦难。神护佑众人。一个人或拥有任何数量的金钱，但没

有神的生活则完全不是生活。然而，在生活中，视神为最重要，最优先的人毕竟少数，而说到静虑于神者，那更是凤毛麟角了。

神以爱的形式存在于人人之内

那就是为什么我们开始赞唱峇赞（Bhajan）的原因。或许有少数人即便参加了峇赞之后仍步入歧途。但总的说来，当人们赞唱神的荣耀时，他们是会静虑于神的。

海洋有多种浪涛，但海水是一样的。同理，人们有多种不同的思想潮流，但同样的神存在于人人之内。生命众多但寓于其内的阿特玛原则是一样的。Ekatma Sarva Bhutan-taratma（同一的阿特玛寓于一切众生之内）。Ekam Sath Viprah Bahudha Vadanti（真理是一个，但智者以不同之名称之）。

凡执著于此真理者其实就是真正的信徒。吠陀经的精华在于确立此真理。然而，了解此真理者今天已难得一见了。决不放弃真理。当真理与正义一起降临时，你就可以体验到平和与爱了。真理是每一物的基础。Sathyameva Adviteeyam Brahma（真理是梵，梵是一而无二）。真理表现爱的形式。

诸位爱的化身！

爱不来自外面的某个地方。它存在于每一个人之内。人不能无爱而活。这爱以许多方式呈现，如夫妻之爱，母子之爱，及朋友之爱等等。除了不同的形式外，爱是一样的。若有人问你，神在哪儿，你可以回答，神以爱的形式出现于每一个人的内心。这爱表示一体性原则。遵守爱之原则的生活是真正的生活。缺乏爱的原则的生活就完全不是生活了。所有其它的价值都包含在爱之内。

这里有一个小例子。几天前，苏里耶（Shourie）离开他的肉身。很多人前来执绋。当他的身体火化时，他身体的五大元素融合于它们的源头 --- 地归地，火归火，气归气等。最后剩下的是什么？只是一堆灰！但在他之内的阿特玛原则就随神圣方向而去。

一切都存在于梵（Brahman）之内。若有人问你，你叫什么名字，你应该回答，“Aham Brahmasmi（我是梵），没有其他名字。”人们以不同的名号称呼神，诸如罗摩（Rama），基士拿（Krishna），哥文达（Govinda），那罗延那（Narayana）等，但梵是一。Brahma Sathyam Jag-anmithya（只有梵真实，世界是虚幻）。人们给神取许多名字。名字是根据各人喜好而取的。母亲给她的子女取某些名字并以这些名字喊叫他们。同样，我们在世上以不同

的名字呼叫他人。但神只有一个名字，那就是梵。凡了解梵原则者即成梵。神的一切名号如，罗摩，基士拿，哥文达，那罗延那等指的仅只梵而已。是故，我们不应该太执着于名号的重要性。Sathya, Dharma, Santhi, Prema（真理，正义，平和，大爱）是神圣原则。如果坚持这些神圣原则，我们就能接近神了。要以梵存在于万物的感觉去静虑于梵的任何名号。你或以任何名字来辨识他人，但梵寓于人人之内，因为祂是全在的。我们触目所及，无非梵而已。梵是唯一的真实。因此，我们应该时时静虑于梵。每一个人都应该念诵“*Namah Sivaya, --- Namah Sivaya, --- Namah Sivaya*”（向湿婆顶礼）。梵原则出现于此圣洁的五字真言里。

上个月的整个月里，我一直看到伊斯瓦罗姆玛（Easwaramma）和伯达文卡玛拉祖（Pedda Venkama Raju）。当我到赛古鲁弯礼堂来时，他们两人也出现在我面前。连睡在我房间的沙迪亚吉（Satyajit）也看到他们。他们两人都穿上黄色的服装。黄色代表梵原则。今天我要取出一颗黄色的林伽。但当我步入礼堂时，所有学生，信徒和精舍住客都向我祈祷，“斯瓦米！你不必吐出林伽，我们不忍心看你承受痛苦。我们要看的是你那福乐怡悦的形相。”

我的心是完全纯净的。凡我所意愿的必会实现。世人的心总是不稳的。但赛的心是既稳定而又不变的。在真理原则里，怎么会有任何改变呢？无人能了解这永恒的真理原则。曾经有一个瑜伽行者，他花了很大的精力苦研和掌握了吠陀经和其他经典。当他被问及他所学为何物时，他说他掌握了所有吠陀经，往世书（Puranas）和其他经典。然而，所有这些经典来自何处呢？来自‘音息’（Word）。原始的音息形式是什么？它是Pranava或Om（唵）。神体现于声音之中。所有其他能量的形式都从之散发。同样，当湿婆跳其宇宙之舞时，他的鼓声就包含着一切乐器的声音。

有一首歌是描述湿婆的宇宙之舞的。当跳宇宙之舞时，只有为了圣灵而非其他，湿婆才有可能采取任何形相显现。我们决不应该忘掉这样的一个神圣的形相。

主湿婆陶醉于欢乐之中，
 超上自在天 (Parameswara) ，
 三姆湿婆 (Sambasiva) 陶醉于欢乐之中，
 翩翩起舞，舞的是宇宙之舞 (Tandava) ，
 有圣哲那罗陀 (Narada) 伴奏，
 弹奏着‘弹布拉弦琴’ (Tanpura) ，
 主的发结闪烁着光辉，
 手持三叉戟，湿婆正翩翩起舞，
 舞步轻盈，节奏和谐。主湿婆。。。有萨罗斯瓦蒂文艺女神 (Saraswati)
 弹着‘维纳弦琴’ (Veena) ，
 因陀罗 (Indra) 吹着笛子，
 主毗湿奴敲击着鞞鼓 (Mridanga) ，
 踝铃发出悦耳的‘体米’声响，
 构成美妙的乐音。主湿婆。。。恒河在发结间流淌。第三眼在额头上闪烁，
 挂在颈上的水晶念珠闪闪发光，
 湿婆跳着宇宙之舞。

(泰卢固诗)

人应该记得他的神圣父母

自在天 (Easwara) 与波哩婆提 (Parvati, 雪山神女，湿婆配偶) 所跳的宇宙之舞是非常迷人的。无人能与之比

美。波哩婆提与自在天是世人的神圣父母。若常忆念着他们，我们就不会受苦了。然而，今天没人记得他们。那么，人们又怎能获得庇护呢？

有一次，湿婆与波哩婆提在空中云游，他们看到有一个人在砍他所坐着的树枝。当他正要摔下之际，波哩婆提祈求湿婆拯救他，“主啊！请你救他吧，他快要掉下了。”但湿婆对波哩婆提说，“先看到他的是你。知道他要摔下会死的也是你。所以，你有责任救他。”于是，波哩婆提建议，“亲爱的主，当有人要摔下时，他会喊阿妈或阿爸。若这个人叫阿妈，由我救他，但若他叫阿爸，就由你去救他。”自在天同意。当树枝被砍断时，湿婆与波哩婆提同时去救他。然而，当摔下时，他既不喊妈也不叫爸而是喊‘啊唷’。虽然湿婆与波哩婆提两人都等着救他，但是，他并没有叫他们。故事的寓意是我们应该时时记得我们的父母。一个人处于危急时刻仍不记得父母，他确实是一个愚昧至极的人了。主自在天和母亲波哩婆提是宇宙父母。若时时记得他们，一个人就不至于遭遇任何苦难了。遗憾的是，今天人们不记得他们的父母。那就是为什么他们得不到护佑的原因了。

当接近人生终点时，我们应该记起我们神圣的母亲或者我们神圣的父亲。那些记得他们神圣的父母的人有福了。

世人今天连自己的生父母也不记得，甬说圣父母。为什么要记得自己的母亲？母亲怀胎九个月生下你，她含辛茹苦地把你抚养成人。不感恩和怀念母亲的人简直是一大笨蛋。同样，你父亲承受各种苦难供你接受教育和把你带大。不拜师学艺和接受教育而在人生旅途中有所进展，有可能吗？因此，人人都应该时时记得他的父母。其他人，你记不记得倒无所谓，但你必须记得你的父母。

Sivarathri（湿婆之夜）的福音

伊斯瓦罗姆玛是这肉身的母亲。‘Easwaramma’这个字的意思是‘Easwara’（神）之母。在灵性的经历中，母亲伊斯瓦罗姆玛以身证明她是神圣的母亲。不仅如此。伯达文卡玛拉祖，这肉身的父亲，也给世人展示他乃七岭之尊。现在他俩寓于无欲天（Vaikuntha）。斯瓦米是波哩婆提和自在天两者的化身。在赛神化身一连三次的转世中，第一位是舍尔地赛，第二位是峇地赛而第三位是伯里玛赛（Prema Sai，Prema是爱）。伯里玛赛会带给人类大同世界。爱是世界的统一力量。

现在我们看不到在世界上有任何一体性。差异还存在并且处处都有。唯有在人的心内有爱的彰显，世界才有完整的一体性。那么，万物浑然纯一体，我们大家都是一体。我

们就有种姓，文化和国家的一体性。当有人问你，你来自何处时，你不应该说你来自迈索尔（Mysore），卡纳塔克邦（Karnataka），安得拉邦（Andhra Pradesh）或泰米尔纳德邦（Tamil Nadu）。你应该说你来自印度（Bharat）。你应该很光荣地宣称，“印度是我的国家。”其实，印度是每一个人的家园。当我造访东非时，阿明（Idi Amin）问我，我从哪儿来。我不说我从卡纳塔克邦或安得拉邦来。我告诉他，“我来自印度。”若人人培育起这样的归属感，那整个国家肯定昌盛繁荣起来。不要多久，整个印度就会团结一致而所有的分歧也会荡然无存。种姓，文化和国家的统一是必需的。当一体性存在于这三者之间时，我们大家于是乎就会团结在一起而生活得有如兄弟姐妹一般了。印度历史例证这一体性的精神。

在《罗摩衍那》（Ramayana）的故事里，为了得子，十车王（Dasaratha）执行火祭（Yajna）。火神交给十车王火祭的神圣布丁，而十车王把布丁均分给三位妻子，憍萨里雅（Kausalya），吉迦伊（Kaikeyi）和须弥陀罗（Sumitra）。当须弥陀罗的布丁被一只老鹰给啄走之后，憍萨里雅和吉迦伊都愿与她分享她们的布丁。

于是，憍萨里雅生下罗摩（Rama），吉迦伊生婆罗多（Bharata）而须弥陀罗生下罗什曼那（Lakshmana）和设

睹卢祇那（Satrugna），他俩分别伺候大哥罗摩与二哥婆罗多。十车王所有的三个妻子和四个儿子都给世人树立了一体性和爱的最高典范。

为了与《罗摩衍那》所制定的高尚传统协调一致，我们应该时时维系一体性，道德观和灵性。Sumitra（须弥陀罗）这名字本身就表示，她乃所有人的好友和一切美德的模范。同样，悉多（Sita）的另一个名字，Vaidehi，意指她是Videha（超越肉身意识者）的女儿。

《罗摩衍那》，《摩诃婆罗多》（Mahabharata），《薄伽梵》（Bhagavata）及其他经典都是以其人之德性而命名，且名副其实。同理，人以不同的名字称呼神，所有名字都具有深邃的内在意义。这肉身的名字叫沙迪亚赛（Sathya Sai）。但这也有着一个深邃的内在意义而它意指一个依靠真理的人（Sathya Shayee）。所以，我们大家都应该团结在一起。人们或说不同的语言，接受不同领域的教育，但大家都应该遵循一个国家，一个种姓及一个文化的原则。目前分歧之形成，是因为人以群分之故，基于种姓，语言和文化来把人分类而有以致之。湿婆之夜（Sivarathri）的信息是，印度应该达到整个国家的团结目标。

诸位爱的化身！

不论你到哪儿，你都应该以身属印度为荣，并追随印度文化和口操印度语言。如你了解一体性原则，培育起对它的信心并依之而生活，那是再好不过的事了。种姓，文化和国家应该协调一致，团结一体，这样，我们的国家才能达到预期的进步。‘Bharat’（印度）这个字含有两个音节 --- ‘Bha’ 和 ‘rat’。‘Bha’ 意谓神而 ‘rat’ 代表爱。因此，Bharat 指的就是其国民爱神的国家。你应该了解这真理，并珍藏于你内心。

（薄伽梵高唱峇赞 “Hari Bhajana Bina....”）。

凡希望得到平静者必须赞唱峇赞。只有峇赞能带来平静。

摘自薄伽梵于湿婆之夜的讲道，时为2008年3月6日，
地点在百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂。
英译文：见2008年4月版

懂得为人付出 的人最幸福



尹慧敏赛兄与胡如凤赛姐
(居林/吉隆坡)
*Bro Wan Wai Mun &
Sis Oh Joo Hong*

在吉隆坡甲洞赞诵会，每逢周日早晨，总会见到尹慧敏赛兄与胡如凤赛姐夫妇俩虔诚用心的唱颂赞歌，然后中午前又赶往离开吉隆坡约50哩的新古毛（Kuala Kubu Baru）残障院参与服务工作，每周风雨无阻，无私奉献的精神令人钦佩。

自2001年退休后，慧敏赛兄和太太一直住在吉隆坡。不过居林其实是他们第一次接触峇峇的地方，而慧敏赛兄曾经于1987至1995年间担任居林赛中心的主席，因此居林赛中心在他们心中一直占有特殊的地位。一有机会，他们会回去居林和老朋友一起峇赞，交流心得，也顺便探望年迈的岳母。

缘起

1976年，慧敏赛兄荣升为一间种植业公司的经理。之前，这个职位一向是洋人的专利，慧敏赛兄是第一个担此重任的本地人，同事和下属都向他投射异样的眼光，而总部也在观察他的表现。工作上的巨大转变，让他承受庞大的压力。不久，慧敏赛兄开始有失眠和心悸的问题，有时甚至感觉到随时会爆发心脏病。医生查不出他有什么病，但就是与无形的心理压力纠缠不清。他曾有辞职的念头，但家里的三个小孩是心中卸不下的责任。

1985年，事情终于有了转机。有一天，卢文光赛兄邀请慧敏赛兄去一间淡米尔学校参加庆祝峇峇生日的峇赞。这是他和太太第一次参与峇峇的活动，而当晚他睡得非常香呢！

这次峇赞的前几个月，文光赛兄交给他一卷有关赛峇峇生平的录像带。晚餐过后，一家人观赏录像带，影片中峇峇在道场为信徒分发圣粉，不可思议的是峇峇把一只手伸进罐子拨弄，圣粉就从里头如瀑布般倾泄出来。他的手一停，圣粉也停；他的手一伸进去转，圣粉又再倾泄。正在他们观赏当中，太太和二女儿闻到浓郁的茉莉花香，不过其他人却没闻到，慧敏赛兄也不再追究花香的来源。

几天后，慧敏赛兄把录像带还给文光赛兄，并告诉他当晚闻到了花香。文光赛兄很兴奋地说：“那是峇峇到了现场！”慧敏赛兄在文光赛兄的家中看到很多覆盖了圣粉的峇峇照片。文光赛兄过后给了他一张峇峇的小照片。

慧敏赛兄把照片放在神台上，接下来神奇的事情一再发生。每天四至五点，他们都会闻到淡淡的茉莉花香。几天之后，峇峇照片甚至出现几滴蜜汁！全家人都很兴奋，往后的日子更加虔诚膜拜。

首次朝圣和召见

慧敏赛兄和太太第一次的朝圣是在1986年1月。他们参加了文光赛兄组织的朝圣团，而这次Puttaparthi之旅真的让他们大开眼界。他们从未见过这样的场面：几千名来自不同国家的信徒身穿白衣，鸦雀无声地等候峇峇。太太每次



一见到峇峇就会情不自禁地流泪，慧敏赛兄倒是比较冷静，一直在揣测自己是否会得到峇峇的恩宠召见。

到了第三天，峇峇终于召见他们，与一班意大利信徒坐在一间小房子里，峇峇面带微笑地走进来，坐在椅子上。祂和几个信徒说完话后，



转向来自怡保的一位姓梁的赛兄，问候他的健康状况。峇峇伸出右手，变出一条银链送给他。峇峇还变出圣粉分派给其他信徒。当峇峇招手叫慧敏赛兄过去时，他下意识地：“峇峇，我的健康不好。” 峇峇的回答让他永远忘不了：“What is poor health? It is like bubbles in the water, it comes and goes, it comes and goes. 什么是疾病？它就像水中的泡沫，来了又去，来了又去。” 峇峇再次伸出右手，变出一些圣粉，涂了一些在慧敏赛兄的额头，然后叫他吃下剩余的。峇峇拍了拍他的头后走开，慧敏赛兄受宠若惊，深深感动！

朝圣回来后，两人对峇峇更加虔诚。他们开始参加每逢周日在居林一间店屋里举办的峇赞，大家合唱的峇赞歌曲让他们充满活力。慧敏赛兄在家里设置了一个祈祷室，里头

挂满峇峇和其他神明的图像。他们每天祈祷，每逢周二和周四用录音卡带播放峇赞，也开始阅读峇峇的教导，加上和其他信徒的交流，生活过得很踏实。

第二次朝圣，力行其教导

六个月后慧敏赛兄夫妇又再随文光赛兄带领的朝圣团到Puttaparthi去。这次他带了一张放大的峇峇照片（首次去时拍的）。慧敏赛兄有两个愿望：让峇峇在照片上签名，并亲吻祂的莲花脚。很幸运的再次获得召见，而两个愿望也随之实现！

第二次的朝圣回来后，他决定不只参加周日的峇赞和祈祷，还要做得更多，以遵循祂的训示。慧敏赛兄虽然没有抽烟，但偶尔会喝点酒，以为酒精有助于安睡。他决心要戒酒。在应酬顾客时，慧敏赛兄让他们了解他的信仰和决心，顾客们也逐渐体谅他的立场。少了酒精的依赖，慧敏赛兄靠阅读峇峇的书籍入眠。

他和太太开始做义工，包括去医院、孤儿院、养老院和捐血等。慧敏赛兄还记得刚开始时那种尴尬的心境。由于他习惯在公司里管理下属和指挥别人，到大山脚医院去放下身段工作，对他来说是很具新鲜感和挑战性的事情。强烈的药味、尿骚味和病人的鲜血深深震撼他，蹩脚的福建话也常

常让他出丑。

慧敏赛兄夫妇勤用爱心和病人展开话题，虽然他们很多时候都不理睬。两人慢慢从中学习，时间一长，探访医院成了习惯，每周五和周日都很期盼到病房去服务，在劳动中体会到喜悦。服务的同时，他们学习到惜福，珍惜神赐予的平安和健康。峇峇说：“Behind every work that comes your way is His hand. Recognize that! Then treat work with respect, time with awareness and effort with love. Work is then worship! 你所执行的每一件工作的背后就是神的手。要确认那一点！然后以谦恭的态度对待工作，以觉知对待时间并以爱对待努力。工作于是成了膜拜！”

居林赛中心会所

1987年，居林赛中心同修们推选慧敏赛兄为主席。在中心的三四十位赛信徒中，有许多人的资历比他深，因此他督促自己尊重每位信徒，常常咨询他们对中心事务的意见。

1988年，他们从店屋搬到Devaki赛姐的幼儿园去进行星期日的峇赞。两年之后，马来裔屋主把房子卖掉，幼儿园关闭，他们又再度搬迁。不久在附近找到另一间房子，不过当屋主知道房子是用来办赛中心后，马上终止合约。无奈地，他们再度寻寻觅觅，结果在1989年终于找到现在的永

久活动中心。这个华人屋主很乐意把房子以一个月200零吉租给赛中心。这间半独立式房子所处位置宁静，四周有充裕的停车空间，邻居也没有对赛中心的活动有任何投诉。



但是到了1991年，问题又出现了。屋主有出售的念头，而且已经有买主愿意出价7万零吉。所有赛信徒获知消息后都很难过。慧敏赛兄和太太经过考虑后，决定把原本打算作为两个孩子深造费用的积蓄用来买下这间房子。他诚恳地和屋主磋商，终于说动屋主，以6万5千零吉转让给慧敏赛兄。

居林赛中心终于有了属于自己的会所！加上手续费和重新油漆，共花了7万零吉。几个月后慧敏赛兄在股市赚了一笔，孩子的教育费又有着落了。慧敏赛兄把对峇峇的爱扩

及众人，为了赛中心无私喜舍，不假思索地付出。心中有神，何事办不成呀！

同一年，居林赛信徒于Sera Division Mariaman印度庙庆祝峇峇生日。当他们把一张峇峇的大型照片从印度庙送回去中心时，神迹出现了！照片一摆在神台上，大量的圣粉就出现在玻璃框架下端及花圈的四周。这绝对是峇峇对这间中心的一种肯定！

残障院义工



1991年，慧敏赛兄在赛刊物上读到有关雪兰莪州新古毛的一所残障院（Taman Sinar Harapan），那里的恶劣情况让人震惊。万挠和吉隆坡的赛中心每周都会有信徒帮忙住院者洗刷身体，清理环境，让他们过得比较舒适

些。这些义工的举动让慧敏赛兄和太太深深感动。他们心想，如果有一天有机会到那里服务，那该多好啊！慧敏赛兄

心想这是不可能的，因为工作在居林，而且一直都想在居林过退休生活。谁知到了1995年，慧敏赛兄竟然被公司调到雪兰莪州，这是峇峇的意愿，让他们完成在残障院服务的愿望。除了往后在沙巴州工作的那三年，两夫妇每周都到残障院当义工。

峇峇的恩宠

所有的赛信徒都想得到峇峇的赐福。慧敏赛兄读过一篇灵修文章，里头写着：“God’s grace is likened as the breeze blowing in the ocean. We as the sailing boat must raise up the sail to catch the breeze for the boat to sail forward. If the sail is not pulled up and unfurled, it will not catch the breeze, thus the boat will drift aimlessly in the ocean. The effort in hoisting up and unfurling the sail represents the sadhana we carry out according to Swami’s teachings. 神的恩宠就像海上的风，我们应该采取主动，扬起船帆来捕捉海风。如果船帆没有扬起来，海风不会对船只有任何作用。我们扬起船帆的努力，就犹如对峇峇教导的实践。”

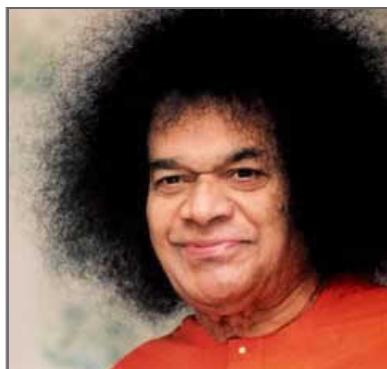
峇峇博大精深的教导，为人人点亮一盏心灵的指路明灯。祈祷和峇赞是不足够的，我们必须遵循峇峇的教导，尽量把祂的训导融入日常生活中，才能体悟幸福快乐的真谛。

慧敏赛兄走向峇峇之路并不好走，途中考验重重。他虔敬谦虚，喜舍结缘，不让世俗物质的追求偏移目标，峇峇的从旁协助，让他充分发挥人生的价值。

2009年12月
摘自《Sathya Sai Baba Centre of Kulim: 25th Anniversary
Magazine 2005》

注：尹慧敏赛兄于2012年逝世，我们致上悼念之意，并感念他对赛组织所做出的诸多贡献。

以善业救赎自己



人因业而诞生，他活于业而死于业。
业确实是神，它负责人的快乐和痛苦。

(泰卢固诗)

业确实是人的生命。从早到晚，不论人执行的是何事务，首先他应该知其所为，三思而后行。这是人的基本义务。行为的性质决定应得的果报。行善得善报，行恶得恶报。

顶天立地地做人

蝙蝠有如其他栖息于枝头的鸟类一样，飞翔于天空。然而，牠们与一般鸟类的栖息不同，牠们倒挂于树枝，头在下，脚在上。有人用绳子把牠们绑在树枝上吗？抑或，有人

强制地把牠们倒置？不。这是牠们的业造成的。同理，若人心怀邪念而从事恶行，他肯定得恶报。然而，若行善，依据业的性质，他会得善报。看看蝙蝠，何异于其他鸟类而其命运就不同于其他自由飞翔的鸟类。

业报无可回避。但我们期盼恶业带来善报。无人希求善业带来恶果。每一个业都有一个与业性质相应的果报。若你在试卷上写下正确的答案，你得分；若答错，你被扣分。同理，做为一个人，你得先审核一件事情的对与错，然后才执行。人的基本义务就是行善。行恶是野兽的特质。你应该时时提醒自己，你是人，而应该做人该做的事。在行事前，你应该自问，“我的行为像人还是像野兽？”要三思而后行。人应该做利益人类的事。如果你违背人性而行事，即便邻居也会责备你，“连禽兽都不如。”就这样地，如果他的行为无异于禽兽，他就会受到同类的惩罚。是故，人应该顶天立地，做个堂堂正正的人。身为人，而行若兽，此乃对人类的一个侮辱。人要活得像人。善有善报，恶有恶报，此理放诸四海皆准。

不可忽视你的人性

你所做的恶业，不必神来惩罚你。你自己的恶业会给你惩罚。恶业不可能得善报，其逆亦真。我们应该了解‘生

而为人只是为了行善’的道理。‘Manava’（人）这个字含有三个音节 --- Ma, na, va。Ma意谓无知，na意谓不具备，va意谓去行动。一个堂堂正正的人是一个不表现无知的人。生而为人就应该表现得像一个人，言和而色怡。鸟类也一样，种类繁多。有些鸟，歌声悦耳，把快乐带给大家。但有些鸟，如乌鸦，其声嘈杂刺耳，一听其声，人们就要把牠们赶走。人喜欢聆听杜鹃的啼声，历久不腻。同理，我们希望他人对我们的说话和行为一如我们对他们者然。

我们来到此世间只是行善而已。身为人就应该协助他的同胞。总要助人，决不伤人。不要伤害任何人。有时我们有意识地伤害他人。这是一个较大的错误。神赋予了人以心念，智能和心思（精神素材）让人善加利用。就是基于此原因，吠檀多（Vedanta）宣称，Manah Eva Manushyanam Karanam Bandhamokshayo（心念是人之束缚和解脱的起因）。既然神把心念给了人，人就应该用之于正途。批评他人，取笑他人或伤害他人并非人的本质。人应该抛弃任何邪恶。即便动物尚且为人服务，人助人是应该的，没什么了不得。既生为人，就得爱人，如爱自己的兄弟姐妹。那就是一个真正的人的标志。

首先，人应该遵从神的诫命。同样的神圣原则存在于所有人类之内。Daivam Manusha Rupena（神寓于一个人

的形相之内)。人应该绝对遵循化身为人的神的指令。你应该听从神的指令而不是你的朋友指令，不论他与你有多亲近。我们都诞生为人。我们长得也像人。所以，我们必须表现得像一个堂堂正正的人。决不在身口意上伤害任何人。要表现得像个人且维护你的人性。不论隶属哪一个种姓，哪一种文化，你都应该从中取得美善的素质。由于你在人类之间诞生，在人类之间生活，你就应该遵从人性。只有这样，你生为人的生命才有价值。若你忘掉你的人性，任你执行任何数量的持名 (Japa)，苦行 (Tapa)，灵修 (Yoga) 和祭祀 (Yajna)，皆属枉然。不论你执行何种修行，只有当你维护人性时，你才能被称为一个人。

身口意一致为先

你应该只执行取悦神的那些行动。只有这样，你的生命才显得有意义。Jantunam Nara Janma Durlabham (人身难得)。你不应该糟蹋这样可贵难得的人身。如果你沉溺于虚假，不公，不正，不义，你将会完全丧失你的人性。是故，你应该怀持正念，正言和正视 (或正觉)。要向善，行善，存善。这就是人生的内在意义。

有些人看似善良，笑口常开但他们的念头却充满着邪恶的企图。这是不好的。

Manasyekam Vachasyekam,
Karmanyekam Mahatmanam;
Manasyanyath Vachasyanyath,
Karmanyanyath Duratmanam.

（身口意一致者乃高尚之人，不一致者乃邪恶之人）。

人的身口意应该一致。若身口意一致，你即可达到纯净而纯净就会引领你达至神性。所以，要达到神性，你得先达到纯净。说一套而做一套是不行的。这就完全言行不一了。言行不一，何来纯净？所以，要得到纯净必先身口意一致。假设有人批评你，你应该认为这也是对你好的。不论他人对你做了什么，你要想那是为你好而做的。执行一切行动都要以救赎自己生命的目标为依归。你应该确定你没有丧失你的人性。你可以丧失任何物质资产但不可丧失人性资产。要带着笑容和快乐过你的生活。但不必要的笑容也是不好的。要以良好的动机去从事一切行动。执行好的行动，你的思想也因此而变好。充满善念，恶念自然消失。因此你只应该时时培育善念。这会带给你好的健康。你应该爱每一个人。爱众生，服务众生。若坚持此原则，你永远会有好的健康。

健康是必要的。健康不仅限于身体；它也包括精神状

况。绝不吃不宜的食物。只吃有益的，圣洁的且供奉过神的食物。不可供奉不适宜的食物给神。只供奉纯质的（Sathwic）食物给神并用清洁的器皿盛之。作什么样的供奉就得到什么样的回报。就如我们执行什么业就得什么报一样。恶业不可能带来善报。是故，我们应该行善以尝善果。这样我们才能获得健康。吃好的食物，我们就有好的念头。但今天，世人言行不一，说一套，做一套。

有一次，一个舍离者（遁世者）来到一户人家化缘。该户人家的主妇对他说，“孩子！到河边去洗个澡，在这同时，我会为你准备食物。”这舍离者天生是一个懒惰的人，他对她说，“母亲！对我们这种舍离者而言，Govindeti Sada Snanam（念诵哥文达名号就等于洗澡）。这时，聪慧的主妇给他一个贴切的回答，说，“Govindeti Sada Bhojanam（念诵哥文达名号无异于进餐）。你可以走了。”说什么Govindeti Sada Snanam 以辩解我们的懒于洗澡，那是毫无意义的。若说念诵哥文达名号就如洗澡，那么，你就应该接受念诵哥文达名号等于进餐。在生活中，我们应该遵守礼仪。

益友的重要性

有时，你或得到坏的念头。你应该立即给予纠正。就

这一点而言，益友是不可或缺的。告诉我，你所交的朋友，我即可告诉你，你是怎样的一个人。结交益友，你就变好。反之，结交损友，你就变坏。是故，你总要与益友交往。若你沉溺于吸烟，喝酒和吃肉，人家是不会接受你为好人的。若你要成为好人，你只有行善。不论你所做何事，你都会获得相应的果报。

人身极其圣洁。得此人身可谓前世带来的福报。成千上万的人聚集于此。为了什么？只为了神。很多人也聚集于酒廊。但你不能在那儿得到善念。所以，你总该广结善缘，广交益友。

我们应该结交益友以培育善念。切莫怀持嫉妒，嗔怒和自我。非但如此，你还必须感恩，感激为你做任何好事的人。感恩极为重要。怀感激之情者无往而不利，处处得尝善果。出卖恩人者，大有人在。这是不好的。即便为我们做了那么一点点好处，我们也应该感激不尽。若不知感恩，你就白活了。要培育高尚的素质。不论你到哪儿，你都应该怀持善念并服务每一个人。即便遇到仇敌，你应该热诚地迎接他。他也是会礼尚往来的。另一方面，如果你对他说说话无理，他一样也会对你无理。我们的一生不外乎反应，反映和反响。若你想获得善果，你就应该过一个高尚正直的生活。若你勤于学习，用功读书，你会名列前茅。然而，若你不用

功，你如何获得好成绩？若你不用功而又获得好成绩，人家就会怀疑你在考试时作弊了。你的良心就是你的证人，见证你获得好成绩是因为你考得好。所以，好自为之，获得好成绩。只有如此，你作为一个人才有真正的意义。要以一个真正的人去过你的生活。

你无需求神庇护。你的善会庇护你。你的善是你生活的真正支柱。Manasuku Manasu Sakshi（心念是心念的证人）。我们不需要任何其他证人。律师说，证人，证人，证人。但是哪一种证人呢？不总是一个真实的证人吧！我们的真实证人只是我们的心念。不论是为了赚取金钱或培育美德，我们都应该以正义的态度去待人处事。我们只应该执行那些我们的良心可以接受的事情。自我满足极其重要。有了自我满足，我们才能做出自我牺牲。

同学们！从这年龄开始，你们应该培育善念。这是真正的教育。读圣贤书，所学何事，若不培育善念，一切枉然。很多学生，看起来很勤奋，用功，时时伏案。但有谁晓得，他们真的学了什么。要确实知道某种学问对你好的，你才着手研读。你不应该阅读教你背离人性的书籍。

为取悦神而行事

你们都是学生。因此，你们唯一的目的是接受

教育。哪一种教育呢？Atma-Vidya（自性的教育。译注：Atma，自性，纯灵；Vidya，明。）你们应该学习自我满足。有些学生日以继夜地发奋读书，但无人知道他们学习什么。他们拥有厚厚的书本而在这些厚厚的书本中，他们藏有一些劣等书籍并偷偷地阅读。他们的父母深感欣慰，认为，“我们的孩子正阅读《摩诃婆罗多》（Mahabharata）！”你们不应该诉诸这样的邪恶行径。若如此，你会为社会所不齿。不止如此，你的一生还会为之毁灭。

首先，学生应该控制自己的脾气。而后，他们应该培育容忍。不仅是这个，他们还应该常常保持平静。唯有当你平静时，你才能理解你所得的学问的实在意义。在这个年龄，学生都有一颗赤子之心。把赤子之心供奉给神吧！你不可能取悦世上的每一个人，但你必须取悦神。若你归还某人给你的钱，他会感到满意。但你不应该只还钱，你也应该给他爱。你应该怀感激之心。然后你才能说你已清还了你的债务。

每一个人都要快乐。但快乐在哪儿？“Hari Bhajana Bina Sukha Santhi Nahi....”（不念诵神的名号就不可能得到快乐与平静）。导师那纳克（Guru Nanak）之所以创始团体赞唱圣歌就是这个原因。当很多人一起赞唱神的荣耀时，至少会有几个人能把心念专注于神而达到自我满足。有

些人或许会打瞌睡而有些人或许心不在焉，神不守舍。但至少有人会专注于神。所以，团体峇赞（赞唱神荣耀）是非常好的；它把至福充斥你的内心。

昨天是湿婆之夜（Sivarathri）。湿婆之夜意谓吉祥之夜；培育美德之夜。日夜轮流交替。但不是所有的夜晚都是湿婆之夜。你念诵神的名号的那个晚上就是真正的湿婆之夜。那就是给你带来吉祥的晚上。是故，你应该在内心培育善念，至少在湿婆之夜。

摘自薄伽梵于湿婆之夜的讲道，时为2008年3月7日，
于百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂。
英译文：见2008年4月版

小小故事（Chinna Katha）：

慈悲与暴力



在克尽职责时，我们或许会伤害到另一人；警察在执行任务时，或须伤害到一个侵犯他人权益的犯罪者。军人在保卫国家时，或须伤害到敌人。他们无意伤害别人，但基于职责，不得不这么做。圣哲赛峇峇说：“如果一个贼砍断你的手，这可谓暴力；如果医生为了救你的命而切断它，那是非暴力。”

就较小的层面而言，为了保持家里的卫生，消灭一些蟑螂、害虫、小动物等，有时在所难免。我们可以借规劝让小动物离开以避免伤害牠们，好像稍微发出‘嘶嘶’的声音

以警戒之。以下一则印度寓言正说明了这一点。

从前在一个村子里，有多个村民已被一只巨大的眼镜蛇袭击，导致人心惶恐。毒蛇潜藏于路边的黑暗之处，对任何太靠近牠的人进行攻击。村民们请求一个路过的高人帮忙。高人念咒，好言相劝并教导眼镜蛇非暴力的理念。

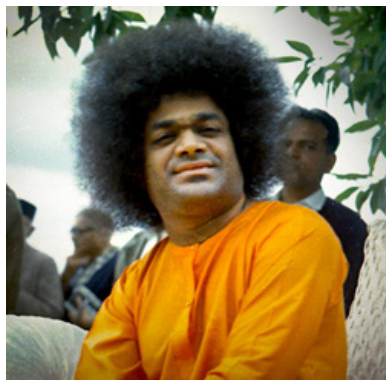
高人的说教改变了令人生畏的猛蛇，牠变得温驯了并且只进食水果与牛奶。村里的孩子们发现蛇不再攻击他们，他们大胆地握住牠的尾巴在空中舞动，大肆虐待。蛇变得胆怯畏缩，白天藏匿，夜晚才出来觅食。牠全身伤痕累累，日渐消瘦。

当高人再度到村里以视察蛇弟子的进展时，有人告诉他该眼镜蛇已极少出现，听说处境堪怜。高人发现眼镜蛇畏缩在洞穴里，询问之下，得知这只昔日令人生畏的猛蛇的遭遇。看到蛇弟子受尽凌辱的样子，高人责备牠欠缺智慧：“我说不要袭击任何人，我没说你不能发出‘嘶嘶’的警告声啊！”

就每一个人而言，人身都是难得的，我们必须在非常情况下采取行动保卫自己。所谓对人慈悲，并非允许别人对我们或其他人使用暴力，而是要我们做出有智慧的决定。

世尊的首次公开讲道：

在心中膜拜



当我在乌那瓦干大（Uravakonda）一间中学读书时，你知道我有一天离开了学校，将书本抛掉并宣示有任务在等着我去办。那位泰卢固（Thelugu）学者在他的演说中叙述那晚之事给你听。那天我以赛峇峇的身份公开现身。我从泰卢固学者的家去到一座花园，并在花园里教导在那儿聚集的群众第一首峇赞：

“Maanasa bhajare guru charanam
Dhusthara bhava saagara tharanam.”

我呼吁在这无止境的生死轮回里受难的人，顶礼在导师的脚下；就是那位正在宣示的导师，祂再度降临以负起那些求祂庇护的人的重担。这是我对人们的第一个教导。

‘Maanasa bhajare’（在心中膜拜）。我不需要你的花环和水果，你用钱买的东西，那些不是真正属于你的东西。给

我真正属于你的，清洁和带有美德与单纯之芬芳的，及用忏悔的泪水洗净的，东西。你所带来的花环和水果只不过是炫耀的工具，展示你的虔诚罢了；比较贫穷的信徒因买不起而受辱，他们对于自己的无能而感到难过；他们不能够以你那种豪华的形式来表达虔诚。把神放在你心中，把你行为的水果和内在思想与感情的花朵献给祂。那是我最喜欢的膜拜，我最赞赏的虔诚。

不管在什么时代，坚持‘人类的重新教育’

在商店里，物品被包装在个别的包裹里，而每一包都有特定的物品或一组物品。但是在一个展览会上，许多商店参与，使各种各样的东西都可以买到，而且有很多的橱窗布置和陈列品。在这一段日子里，我一般上都给予个别的忠告，就好像商店里的包裹一样，并对个别的问题给予答复。今天的‘谈话’对你们来说将是一个新的经验。我今天向一个聚会致词；对你们来说可能不习惯，而我却不然。我已经在大集会给过开示，虽然不是以这个‘外貌’出现。每当‘无形’（Niraakaara）成为‘有形’（Sakaara）时，它必须履行使命，并以各种方式去进行。但是，‘人类的重新教育’这一个目标，务必坚持，不管在什么时代。

正如我常对你们说的，这个神圣生命的首十六年注重

于‘神圣孩子似的游戏’（Baala leela），而其次的十六年将充满奇迹（Mahimas），以便把快乐（Santhosha）带给这一代。快乐和满足是短暂的感觉；你要抓住这些心情，使之成为一个永久的拥有：福乐（Aanandha）。过了三十二年后，你将看到我越来越活跃在灵性教育（Upadhesa）工作上，教导误入歧途的人类和引导世界走入真理、正义、和平和爱的道路。

我并不是要把奇迹排拒在‘我的活动’之外。我的意思是，重新建立正义，改正人类的诡谲心念和引导人类回返‘永恒的大同宗教’（Sanaathana Dharma）将是我此后的工作。

不要被疑惑和不切实际的争论引入歧途；不要问我是怎样和是否可以做到这些工作。平达湾（Brindhaavan）的牧牛人也怀疑过那位在他们当中长大的小孩是否能够把牛增山（Govardhanagiri）举起。所需要的是信心，更多的信心。

灵性成就的秘诀

有一次基士拿（Krishna）和阿周那（Arjuna）一起在路上走着。看见一只小鸟在天上飞，基士拿问阿周那，“那是一只鸽吗？”阿周那回答，“是的，牠是一只鸽。”

基士拿再问阿周那，“那是一只鹰吗？” 阿周那立刻回答，“是的，牠是一只鹰。” 基士拿问道，“不，阿周那，以我看来牠像一只乌鸦。牠不是一只乌鸦吗？” 阿周那答道，“对不起，无可怀疑的那是一只乌鸦。” 基士拿大笑并斥责他，不论祂发表什么意见，他都同意。但是阿周那说，“对我来说，你的话比我的眼睛的辨证更有分量；你可以把牠变成一只乌鸦，一只鸽或一只鹰，所以当你说牠是一只乌鸦时，牠一定是一只乌鸦。” 绝对的信心是灵性成就的秘诀。

记住，神所爱的不是信徒本身（Bhaktha），而是信徒的诚心（Bhakthi）。神的恩赐好像雨水，纯洁的水，平均地降落在每一个地方；但是水的味道却根据它流过的泥土而改变。所以神的话对一些人听起来是甜蜜的，而对另外一些人可能是苦涩的。神的方式不可思议；祂这样地祝福维杜罗（Vidhura），“被毁灭吧。”，然而对难降（Dhushsaasana）则这样的说，“活一千年。” 祂意指代表‘我’的维杜罗将被毁灭，而邪恶的难降将会在这个世界遭受十个世纪的磨难。你不会知道神的行动背后的真正原因。你尚不能理解其他人的动机，虽然他们的一切都几乎像你，也被相同的动机所激发和有着相同的喜恶！但是，你却那么轻易地看得出那位远远超越人类的创造者的动机！对一

个如此陌生的事物，你竟然夸夸其谈，妄加评论！

痛苦预示新生命的诞生

人有四种：‘死’人 --- 他们否认神的存在，只相信自己的单独存在，独立，自由，自我调节和自我导向。‘病’人 --- 当遭受灾难，或当他们感到暂时失去平时的支援时，才会求助于神；‘迟钝’人 --- 他们知道神是永生的同伴和看守者，但是只有在意识强烈时，才隐约地记得祂；最后一种是‘健康’人 --- 他们坚定地信靠神，常活在祂安稳，充满创造力的存在中。

世间风雨的磨练使你从‘死’到‘生’，从‘病’到‘健康’。世界是一个人必经的基本课程；经过搜索的痛苦，婴儿（智慧）诞生了。痛苦是值得的；痛苦预示新生命的诞生。从动荡不安（Ashaanthi）你达到完全的平静（Prashaanthi），从完全的平静（Prashaanthi）你达到光明的灵性照耀（Prakaanthi）；然后，从光明的灵性照耀（Prakaanthi）达致至上的神圣光辉（Paramjyothi）。这种反复的欢乐与悲哀，就像日夜的交替。日和夜是孪生姐妹，两者都是不可缺的，她们使土地更肥沃，以激活和更新生命。她们好像夏季和冬季。有些人请求我，“峇峇，让这个夏天不太热吧！”但是赤热的夏天让大地获得所需要的太

阳能，以便雨水降临时迎来大丰收。

让你的天性闪耀发光

‘冷’和‘热’两者都是神的部署，而你的责任只不过是知道这点，然后对两者都看作是宝贵的。有刺和无刺的植物两者都在自然界里存活；智者知道两者的价值，他先种下无刺的植物，然后四周种下有刺的植物围绕作为防卫。行动可以‘拯救’，也可以‘扼杀’；它好像会咬的猫，它咬住小猫只为了把牠带到安全的地方去；然而猫咬老鼠却是为了杀牠，吃牠。要成为那只小猫，行动就会像一个母亲般救助你。假如成为一只老鼠，那么，你就迷失了。

神把人引近祂；这种密切关系是两者的天性，因为他们是同一的。他们好像铁和磁铁。但是，假如铁生了锈而被一层层的尘埃盖住，磁铁便不能吸住。把障碍除去，这是你所要做的。让你的天性闪耀发光，而神就会把你牵到祂怀里。考验和磨炼是清洗的手段。那就是为什么贡蒂（Kunthi）向基士拿（Krishna）祷告，“不断地给我们悲伤，使到我们永远不会忘记你。”它们好像医生指示的饮食规定和其他限制，用来补充持名（Naamasmarana）的药物效果。

勿放弃修行

赛是众生的至爱 (Sarvajana priya)，因此任何令你喜悦的名字，你都可以采用。品味有所不同，它是根据个人经多世的活动而塑造的性情和性格而定。咖啡馆的老板去附近的药商买一粒药丸来消除头痛。当药商老板头痛时，他去咖啡馆喝一杯咖啡，因为他相信咖啡可以医好他。人就是那样的；品味不尽相同 (loko bhinna ruchih)。智者 (Jnaani) 说，“一切寓于神之内 (Sarvam Brahma Mayam)”；另一个瑜伽行者 (yogi) 说，一切是能量；第三个是信徒 (Bhaktha)，他说一切是主的游戏。每一个人的说法是根据其品味和修行进展。不要催促或嘲笑他们，因为他们全都是在同一条路上的朝圣者。

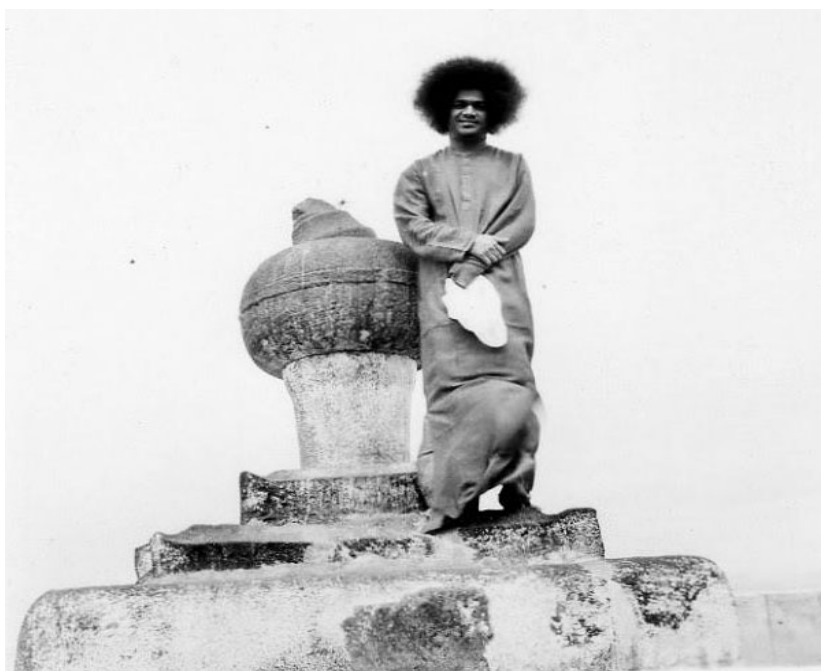
控制心念和心念所追逐的欲望最需要的就是修行。如果你发现你还未成功，不要放弃修行，反而要更尽力去执行，因为它是一项你不需特别苦读以获得及格分数的科目，不是吗？修行意味着内心的清洁和外在的清洁。如果你在冲凉后穿上未洗过的衣服，你不会感到爽快。同样的，穿上洗过的衣服而不冲凉，你也不会感到爽快。外在和内在 (baahya and bhaava)，两者都需要。

当你给孩子们说警察要捉他们或鬼要打他们，孩子们都会相信。他们心中充满了恐惧、毅力和信念！可是，上了

年纪的你，头脑里充斥着各种的教义、教条、理论和论据，你现在得用你的辨别力（viveka），历经艰难去发现神。我要告诉你这一点，那是无法逃避的；众生有朝一日都得回到神那儿，不论所采取的路线是长是短。

译自1953年薄伽梵于百善地尼乐园的讲道

峇峇早年珍贵照片



峇峇摄于一座古寺（Sri Sailam Temple）。

感恩

孝首重在顺，能迁就父母，
不违逆他们，才是真正的孝顺。

今天在《小作家园地》里看到好多篇小朋友们写有关母亲节的文章。个个真情流露，孩子和妈妈之间的亲昵关系在字里行间表露无遗。

记忆中，我小时候从来都没有庆祝母亲节。在乡下，爸爸一个人要担负一家八口的担子，根本没有闲情逸致去搞他所谓的‘西方人的玩意儿’；妈妈则谨守奉行‘骂的教育’，她坚信小孩子不骂不成器；所以常骂我们不会赚钱就别学人花钱。

我们几个兄弟姐妹就这样地在父亲赚钱，母亲煮饭，我们吃饭、上学中懵然无知地度过了一个个的母亲节。

小时候，我不知道母亲是要用来感恩的。被打时，我常常问老天：“为什么您生妈妈做母亲，生我做孩子呢？不然的话我就可以又打妈妈又骂妈妈了。”

我一直都没有感觉到妈妈爱我，直到第一次出远门念书时，她用笨拙的笔写第一封信（也是至今唯一的一封信）

给我；叫我要好好照顾身体，夜凉时要加盖张被，喝几杯热茶，我才真正第一次感动和感恩。

由于爸爸妈妈爱我们的方式是如此含蓄，我们子女在表达我们的爱时也显得相当笨拙，所有的感动和感恩都放在心里。今天看到这群小朋友说他们又搂着妈妈，又给她亲吻时，我还真羡慕他们呢！

今年的母亲节，我已经会赚钱买礼物，可是妈妈‘骂的教育’还是不变。她还是骂：会赚那么一点点钱，就乱花钱了！

这，就是我的妈妈。如果以前，我会顶嘴，不要就算了，唠叨什么。现在，我学会了感恩，更明白了‘孝’首重在‘顺’。物质的回馈只是我们对自己心灵的交代，希望弥补父母为了我们而遗失了的过去。而能够迁就父母的意思，不违逆他们才是真正做人子女应尽的孝道。

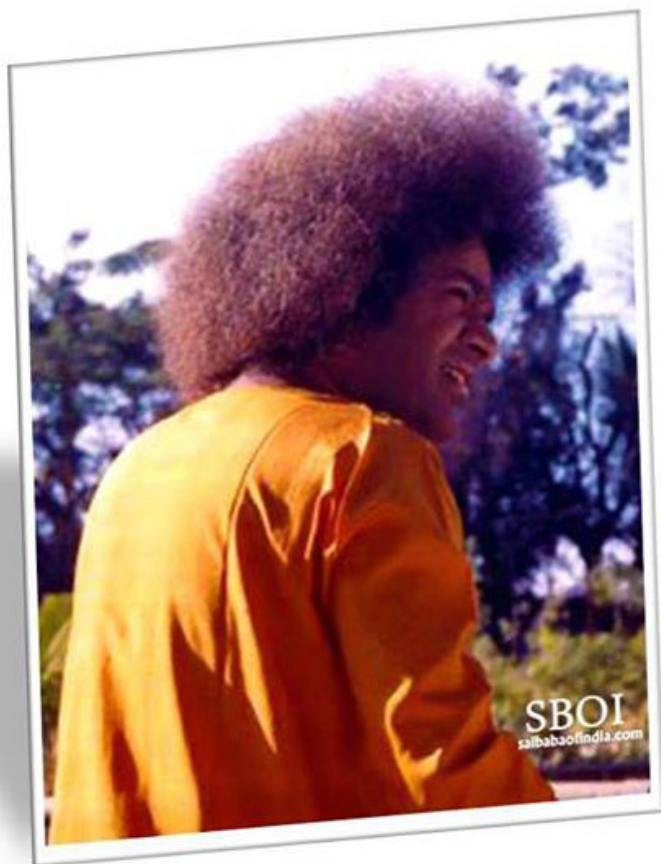
今天的小孩子，有幸是因为现代的父母除了对子女又搂又抱外，都讲求双向沟通，所以孩子不难知道父母的意愿；而我们的老一辈的爸爸妈妈就不一样了，他们都不肯放下身段和子女沟通。这就有赖我们做子女的多用心了。就比如我们被妈妈骂多了，就知道什么是‘真骂’和‘假骂’了。所谓‘真骂’就是真正生气的骂；而‘假骂’就是在骂时，语气中渗透了对子女无限的爱与包容。

说来，父母的恩情何止是在父母亲节时才要感念？若有来生，我想还是要感恩他们成就了此生。

作者：谢丽华，前韩江校长，现任慈济科技学院人文科主任

Sri Sathya Sai Baba's ABC

Always Be Careful
Always Be Carefree
Always Be Cheerful
Always Be Calm
Always Be Charitable
Always Be Courteous
Always Be Considerate
Always Be Cooperative
Avoid Bad Company
Accept Benign Company



宽容



从前，在一个乡村里有一对清贫的老夫妇，有一天他们想把家中唯一值钱的一匹马拉到市场上去换点更有用的东西。老头子牵着马去赶集了，他先用马与人换得一条母牛，又用母牛去换了一头羊，再用羊换来一只肥鹅，又由鹅换了母鸡，最后用母鸡换了别人的一大袋苹果。在每一次的交换中，他总是想给老伴一个惊喜。

当他扛着大袋子来到一家小酒店歇气时，遇上两个英国人，在聊天中他谈了自己去市场换东西的经过，两个英国人听了之后哈哈大笑，说他回去一定会挨老婆子一顿揍。老头子坚决说：“绝对不会。”于是，两个英国人就用一袋金币来打赌，如果他回家竟未受老伴任何责罚，金币就算输给他

了，三人于是一起回到老头子家中。

老太婆见老头子回来了，非常高兴，又是给他拧毛巾擦脸又是端水解渴，听老头子讲赶集的经过。他毫不隐瞒，把自己换东西的过程一五一十地从头说到尾。老太太每听老头子讲到用一种东西换了另一种东西，她竟十分激动地予以表扬：

“哦，我们有牛奶了。”

“羊奶也同样好喝。”

“哦，鹅毛多漂亮！”

“哦，我们有鸡蛋吃了！”

最后听到老头子背回一袋已开始腐烂的苹果时，她同样不愠不恼，大声说：“我们今晚就可吃到苹果馅饼了！”说完搂起老头子，深情地吻他的额头……

两个英国人看得目瞪口呆，不用说，英国人就这样输掉了一百多个金币。

同学们，宽容，是一种美德。宽容，也是一种博大；有容乃大。一颗心，能装下别人或者自己的缺点，才能装下整个世界的风风雨雨。宽容，更是一种赐福。我们宽容了别人，不仅给了他们尊重和信任，同样也给我们自己赐福。

我曾在春天里播种爱



又是一年春来到，又是一个新学年。

记得就是那个“新”的起点上，我被分配教小一的华文，也做他们的级任老师。学校规定所有的老师都要提早到学校迎接新学生，尤其是级任老师，负责点名、照顾或安抚一些战战兢兢的小学生。我也不例外，一早就到学校执行我的任务。

所有的学生都聚集在礼堂听完校长的讲话，便由级任老师负责带各班学生回教室。就在我叫全班同学站起来准备回教室时，发现队伍的后面一阵骚动，原来是一位叫小亮的同学，不但不愿意站起来，还把鞋子脱了躺在地上。幸好三四位家长义工合力把他扶起来，他才勉强跟着队伍回了教室。

回到教室的小亮，并没有收敛自己的“壮举”。把鞋子脱了丢在一旁，并且不听劝告，开始到处走动。

好不容易熬到放学时候，每位学生都把学校所分给的苹果放进自己的书包里，但小亮却大踏步地走在食堂里，把那苹果一口一口地的咬碎，狠狠地吐在地上，搞到满地都是苹果碎末，他自己却怡然自乐。那双“备受瞩目”的鞋子，也不知道被丢去哪里了，而此时的小亮正躺在长凳子上，若无旁人！

我真的是看呆了，其他的老师也以一种无奈的眼光看着他。我就那样一直“盯”着这个孩子，直到他的妈妈来接他了。这位年轻的妈妈看着“战绩累累”的儿子，一言未发，默默地带着他转身。此时的我，终于长长地舒了一口气，然而望着他们的背影，一种无言的辛酸涌上心头……

一个七岁不足的小一新生，就这样，在我的新学年静谧欣喜的心湖中，丢了一块大石头，一时水光四下飞溅：

1. 在课室里，只要他不爽，同学们的文具就得“残废”。
2. 不论在礼堂还是课室，兴致一来，便席地躺下，管你谁来劝阻，统统是耳边风。
3. 鞋子、袜子，这些“可有可无”的“身外之物”，他向来是随意脱下，到处乱丢。
4. 什么指示、什么劝告，对不起，他不会理你。

5. 在食堂里，折断学长的眼镜也倒罢了，还把口水喷了学长一脸。
6. 不论英文课、数学课、音乐课，还是书法、手工、体育课，没有他不闹事的。
7. 还有什么招？推翻桌子？与师长打架？随意冲出课室、跑出校门？他早就做过了！

由于“功绩”卓越、“成就”显著，入学不久的小亮，很快成了千夫所指的“红人”，有些家长甚至提议校方把小孩转到其它学校。作为一个处在风声鹤唳、四面楚歌的环境里的孩子，小亮得不到任何关爱。于是，唯有继续闹事。

作为小亮的级任老师，对于这孩子，我感到十分无奈与苦恼。于是我四处“求医问经”，与经验丰富的老师讨教，但当他们听完我的叙述，便纷纷摆手，说从没碰过小一就这么“犀利”的孩子，有些同事还问我“为什么你这么heng的”，我哭笑不得，无言以对。

孩子的妈妈告诉我，小亮从小脾气就很坏，不听管教，她对这孩子没办法。毫无疑问，这个“烫手的山芋”是掉到我的手里了。孩子的爸爸还比较坦诚，他告诉我，这个孩子很“坏”，会打架，如果有事情可打电话给他。

其他科目的老师都无法忍受这孩子的行为，频频打电话给孩子的父母，直到后来，他们都选择不要接听。

经过一段时间的观察与思考，我觉得我不能再与其他同事用一样的态度和方法来对待这个孩子了。天天指责孩子，打电话向父母投诉，这些别的孩子身上的“利器”，在小亮身上完全无济于事，而且我觉得这孩子处在四面楚歌的环境里怎么会有改变呢？不断地苛责，只能使他变本加厉。

说实话，我对孩子的感觉是同情多于指责，孩子是一张白纸，是无辜的，今天会演变成这样子，总是有他的原因的。于是，我彻底让自己冷静下来，因为我需要研发一剂属于小亮的“良药”。

冥思苦想之际，脑海里浮现出峇峇的教导：“爱的力量能改变一切”。我想，接下来，我该换一种姿态面对这个孩子了！

我开始用奖励的方式，肯定孩子小小的优点，比如今天他不在班上脱鞋，上课没有离开座位，没干扰同学上课，我马上在同学的面前表扬他。奖励的方式可以是提早去课间休息、小零食、贴纸等。

这个每天只会听到责骂声的孩子，面对我的表扬和奖励，一下子变得“无所适从”起来。他开始不再捣乱同学，开始不再伸胳膊扔腿，甚至开始偷偷注意我的表情了！我告

诉自己，这方法奏效，要继续使用。接下来，我不但奖励小亮，还特地奖励帮助他的同学，于是他便和同学们之间渐渐地建立起“互利互惠”的合作关系，并开始一起玩耍，其乐融融。这时的小亮，由于得到师长的关怀，也渐渐感受到了和同学们在一起的欢乐、温暖和安全感。我也惊喜地在他的脸上看到了希望、看到了尊严、看到了自信！

但是，小亮还是只能在上我的课堂上，保持良好的行为，在上其他科目时，还是不与老师合作，一旦被老师指责就“大闹天宫”，毫不受教。于是，当其他科目有“事故”发生后，我就叫两位同学，陪着他去跟老师道歉，过后，我在班上赞扬小亮是一个勇敢的孩子，因为他勇于道歉，但是要改正错误才是真正的好孩子。小亮的信心，一次又一次地加强了。渐渐地，他在其它课堂上的行为，也跟着慢慢地有所改变了。各科老师也改变了对小亮的态度。小一要结束的时候，这个年头还让人为难抓耳挠腮痛苦不已的“问题学生”，已经骄傲地站在同学们中间了！

有一天，小亮从家里带来了好几种饼干给我，当我告诉他母亲时，她一脸惊愕地说，这孩子是从来不会把任何食物与人分享的！于是，我们相视一笑，默默领悟。

再后来，每当孩子的妈妈看到孩子在家的行为态度转变时，都传简讯给我，看到那些充满感激的文字，我的内心

无比的快乐。校长也把小亮妈妈感激的话传达给我，大家都清楚，没有很大的耐心是无法教导这个孩子的。

当我点点滴滴写这篇文章的时候，小亮已经是五年级的学生了，也听说如今的他，各方面都不错，数学成绩更是顶呱呱。偶尔在校园遇到他，我还是忍不住像当年一样，会买一些汽水或小零食给他，而他，则会一脸喜悦地告诉他的同学：“这是我小一小二的华文老师林老师！”

回头看看走过的路，我要感激峇峇的教导，使我能够在面对棘手的问题时不抛弃、不放弃，努力寻找方法与出路。虽然改变的过程是艰辛的、缓慢的、反反复复的，但其结果却是令人振奋，令人欣慰的。能够实践峇峇的教导，我更相信这一切都是峇峇的安排，使我的教师生涯更上一层楼。

作者：林爱群赛姐（新加坡实里基赛中心）

同一个舞 同一首歌

我们都是峇峇花园里的花朵
在阳光灿烂的日子里
穿着同样的花衣裳
跳着同一个舞 唱着同一首歌
一样的祝福，一样的期待
我们的手紧紧地扣着彼此的手
千言万语 我们有许许多多的话要和对方说
缅怀着那褪了色的记忆 殷切的期盼
让我们再一齐跳着 同一个舞
让我们再一齐唱着 同一首歌

我们都是峇峇天际里的星星
在星光灿烂的黑夜里
闪烁着同样的笑靥
跳着同一个舞 唱着同一首歌
一样的心，一样的感受
我们的肩紧紧地靠着彼此的肩
千言万语 我们有许许多多的话要和对方说
缅怀着那渐逝的点点滴滴 殷切的期盼
让我们再一齐跳着 同一个舞
让我们再一齐唱着 同一首歌

2012年活动点滴



全国赛会员大会



槟州：灯笼制作比赛与提灯游行



甘马挽港口华小心育激励营



亚庇：第二届东马赛会员大会



赛小学10周年校庆联欢晚宴



认识赛中心 居林赛中心



1980 年 3 月，Thiru赛兄，Desu赛兄和几位信徒，假居林觉民学校礼堂发起首次唱赞会，获得约500人出席参与。之后，居林赛信徒开始每周在住家进行峇赞，直至热心的Muthukrishnan医生提供自己的房子作为峇赞地点。1980年12月，信徒们开始儿童德育班。

居林赞诵组积极参与扶贫服务工作，如，慰问吉南、威省一带的孤儿院和老人院，分发米粮和日用品给贫困户等活动。信徒们也定时到居林和大山脚医院探访，并参与在双溪大年附近的园丘里举行的义诊营。

在 1980年至1990年期间，居林的峇赞地点多次搬迁。1990年12月，峇赞中心租下Taman Bersatu现址的房子，后来尹慧敏赛兄买下房子捐赠作为永久的赛中心。

1999 年，居林赞诵组获得了赛中央理事会的批准，注册为居林赛中心。

地址：

No 142, Jalan Merbau, Taman Bersatu, 09000 Kulim, Kedah.

峇赞：星期日，晚上七时四十五分