

百善

41



2015 年活动点滴



东海岸 SAIRAM 赈灾运动 (1/1/2015)



百善地庆祝农历新年 (24-26/2/2015)



赛小学：舞狮贺年 (4/3/2015)



雪隆区演讲技巧工作坊 (23/5/2015)



甘马挽港口华小心育营十周年
(11/7/2015)



百善地导师节表演 (30/7/2015)



百善 41 - 目录

	页码
编者的话	2
阿卜杜尔·卡拉姆博士为世尊所作的诗	4
斯里沙迪亚赛中央医院成立 60 周年	6
峇峇福音	
• 讲道 1: 印度的丰富文化遗产	19
• 爱的见证: 刘玉燕赛姐	34
• 讲道 2: 《薄伽梵歌》是神的气息	46
• 爱的见证: 只有神才是最终的避难所	55
• 讲道 3: 罗摩是神圣的自性原则	63
• 峇赞推荐: 佛在灵山莫远求	73
• 峇赞推荐: 罗摩圣名	75
• 讲道 4: 教育彰显我们天赋的美德	78
• 爱的见证: 沈兰芳赛姐	88
• 士姑来中心自我提升课程经验汇报	93
教育天地	
• 生活的价值	97
• 谢绝分数 追求童真 贯彻大自然教育	100
服务人间	
• 爱恨交加的环保	108
认识赛中心: 古晋赛中心	

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

Month/Year : December 2016

Publisher : Sathya Sai International Organisation of Malaysia (SCA)
B-3-20, Pusat Perdagangan Seksyen 8, Jalan Sg Jernih 8/1,
46050 Petaling Jaya, Selangor, Malaysia

Website : www.saicouncil.org.my; www.sca.org.my;

Email : secretariat@saicouncil.org.my

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



编者的话

印度前总统阿卜杜尔·卡拉姆博士与世尊颇有渊源，多次到访百善地。他于 2015 年 7 月离世，享年 83 岁。在哀悼他逝世之际，本期《百善》刊登他为祝贺世尊八十一岁诞辰所作的一首诗。

1950 年代，当时布达峇地没有基本的医疗设施，村民必须长途跋涉到城区求诊。不忍心看着村民受苦，仁慈的母亲 Eshwaramma 恳求世尊峇峇提供医疗服务，祂应母亲的请求于 1956 年建立起斯里沙迪亚赛中央医院。60 载岁月更替，当年世尊培育的幼苗现今已成为一棵参天大树，提供了六十年的免费医疗服务，让超过 400 万名病人受惠。这一期的封面图片及专题报告描述了这所布达峇地历史最悠久的服务机构。

“峇峇福音”系列刊出四篇世尊讲道，为我们阐明‘珍惜文化遗产’、‘如何把《梵歌》的教导付诸实行’、‘《罗摩衍那》中众多神祇故事的意义’和‘五大人类价值是人的真正财富’等灵修话题的要义。

此外，马来西亚赛组织近年来大力提倡自我提升课程，士姑来中心是少数以华语进行该课程的中心，本期《百善》向大家汇报士姑来学员们的课后感想。

这一期为大家推荐两首新峇赞，分别是“佛在灵山莫远求”和“罗摩圣名”。



在“只有神才是最终的避难所”这篇见证文章里，我们介绍一位名叫罗森的抗癌战士，他借着生病逆境的引领而亲近峇峇，依靠峇峇。另两位赛姐，刘玉燕和沈兰芳也深受峇峇感应，写下她们的见证。这些见证故事提醒我们：信神，一切的困难都会迎刃而解。

“道德教育”栏目中刊登一篇题为“生活的价值”的文章，作者在养鸡的过程中领悟到金钱和价值在很多时候是没有直接关系的。甘马挽港口华小谢月美校长也再次与我们分享她的教育心得——‘谢绝分数，追求童真，贯彻大自然教育’。

默默耕耘的亚罗士打赛中心环保推手们在“爱恨交加的环保”一文中回顾当年开始回收工作的趣事。

“介绍赛中心”系列呈现砂拉越州古晋赛中心的报告。该中心在提升偏远农村的福利和医疗服务，以及与当地一家华文报配合定期刊登峇峇的格言、德育故事等方面都做得很用心，值得我们学习。

2016年12月



阿卜杜尔·卡拉姆博士为世尊所作的诗



印度前总统阿卜杜尔·卡拉姆博士（Dr. A P J Abdul Kalam）——一位虔诚且非凡的世尊弟子，于 2015 年 7 月离世，享年 83 岁。世尊与卡拉姆博士有过多次交往，并对这位曾为科学家，备受各界尊敬的政治家表示赞许。在哀悼他逝世之际，我们回顾他为祝贺世尊八十一岁诞辰所作的一首诗。

Earth Shining In Glory

Our Milky Way is shining,
with millions and millions of stars.
Our beloved star Sun,
along with eight other planets around
orbits the Milky Way,
finishes one orbit in two hundred and fifteen million years.
Somewhere in the galaxy,
echoed a voice in surprise.
“See there the Earth shining in glory
how come it got light?”



A sweet and soft reply comes:

“It is not the mere light,
It is the light of knowledge,
It is the light of service,
It is the light of peace.

Specially radiating from Prasanthi Nilayam,
when Earth completes its eightieth orbit
carrying a great soul in its bosom.”

地球闪耀生辉

我们的银河在闪耀着，
内有数以亿万计的星星。
我们敬爱的太阳，
带着八大行星
一起绕着银河公转，
二亿一千五百万年绕行一周。
在银河的一角，
一个惊叹的声音在回荡。

“看。。。那儿的地球正闪耀着光辉，
为何它发光？”

传来一个甜蜜又温柔的回答：

“这不是普通的光，
这是智慧的光，
这是服务的光，
这是祥和的光。

特地发自百善地尼乐园，
当地球完成了第八十次绕行
怀着一个伟大的灵魂在其中。”



斯里沙迪亚赛中央医院成立60周年



播下种子

“这里离石器时代只一箭之遥。”

这是斯瓦米一位早期信徒，阿诺德舒尔曼（Arnold Schulman）对七十年代初期的布达峇地（Puttaparthi）的形容。斯里沙迪亚赛中央医院（Sri Sathya Sai General Hospital）的传奇故事始于1950年代，当时布达峇地根本没有基本的卫生、教育和饮用水等设施。村民，包括孕妇不得不长途跋涉以获得医疗服务。不忍心看着村民受苦，仁慈的母亲 Eshwaramma 恳求她的儿子，世尊斯里沙迪亚赛峇峇提供这些设施给村民。祂积极响应母亲的请求。在其怜悯慈爱，普及众生的使命的驱动下，祂建立了庞大的服务机构。这些机构运作至今，见证了祂对世人的圣爱与慈悲。



斯里沙迪亚赛中央医院是世尊建立的第一所服务机构。该医院于1956年10月4日，杜瑟拉节（Dusshera）的第一天，由世尊亲自开幕。这所神圣的机构成为接下来开展的许多医疗、教育和社会关怀计划的先导。





医院的精髓不在于壮观的建筑物和现代化的设施，而在于普及大众、神圣无私的服务理念。世尊开导我们：“寻找赈济、救援或扶助他人的机会。训练自己使你可以快速、完善地给予帮助。服务他人是最值得，最令人满足和愉快的修行！它源自爱而它散布丰厚的爱，它在石头上播下种子，喜悦地看着种子发芽！用爱去播下种子，种子将会发现石头里的爱，并从中获取滋养。”

60载岁月更替，让我们回顾这颗小小的种子如何长成今天的参天大树。。。

从种子萌芽到根深叶茂

诚如主罗摩激励猴兵们建立连接印度和斯里兰卡的桥，我们的赛罗摩献给祂的信徒建立这所医院的天赐良机。以下是斯瓦米的传记作家，卡斯图里（Kasturi）对这所建在百善地精舍南方小山上的医院的建造过程所做的描述。

“推土机把小山丘剷成三个梯级状平台，医院就建在最高的平台上。尽管工程师们有所顾虑，斯瓦米还是选择了这个地点，祂认为，从山顶上可饱览吉达瓦地（Chitravathi）河的壮观景色，将有助于病人的康复。由于没有道路，卡车不能把建材运到山上，只能靠人力把铁枝、石头、砖、水泥、水或红泥等建材接力搬上山。斯瓦米时常亲自到工地派发糖果、水果或糖水”。

斯瓦米清楚地表明一家医院的目的，“有人可能会问为什么要在这里设立一家医院。为什么峇峇不行使其全能把疾病治好？这是你们想问的问题。医院的目的是为了加强信



心，显示神性和消除疑虑。这些都是必要的。此外，你也要应付人们的需求。很多人都渴望得到医疗服务，获得药物和注射后才会感到满意。他们对神恩的信心还不够坚强，因此需要一所医院。”

原有的医院建立在现今 Sai Sreenivas 宾馆的所在地。它是一栋单层建筑，中央有一个大房，左右两侧分别有一个较小的房间，外面围绕一条走廊。中央的大房以一道屏风间隔男女门诊部。毗邻女门诊部是一个分娩室，以及一个 4 张床位的女病房。同样的，毗邻男门诊部是一个配药室和一个男病房。

斯瓦米自己曾经说过，入院的病人睁开眼睛可以看到美丽的风景，他们也可以听到从精舍传来的美妙赞歌声。这些喜悦肯定让病者减轻病痛和安抚心情。

门诊时间是上午 8.30 - 11.00，下午 3:30 - 4:30，每天就诊人数约 100 人。世尊，那神圣的疗愈者，经常到医院探访及巡视病房，并劝病者吃药和哄小孩打针。祂温馨的话语和抚慰的眼神让病人更快速康复。祂也给予每一个人适合于其身心和生活习惯的实用劝告。

医院的第一任院长是 Bikkini Sitaramaiah 医生。他从安得拉邦政府医疗服务退休后加入赛的大家庭。斯瓦米向他承诺自己会透过他而执行工作，因为他只是其神圣计划的一个工具而已。他幸运地被选中是无比的福报。当主降世的时候，祂确实带来了一个伟大的计划。



医院的周年纪念日都在每年杜瑟拉节的第一天庆祝。纪念日早上，斯瓦米在精舍里主持隆重的升旗仪式，而晚上的庆典包括念诵吠陀经、峇赞、乐器表演和敲钟仪式。大会通常邀请一位首席贵宾主持晚上的庆典，院长循例在会上阅读年度报告，接着贵宾和世尊分别致辞。



主的慈悲是永无止境的。祂关怀贫病人士的使命并不局限于一所医院而已。斯瓦米赠送一辆客货车，让医院的医生和医务人员每逢周四和周日到附近的村庄提供服务给那些不能到医院来的贫病人士。这种流动医疗服务也有助于提高村民的健康意识。

在1960年，世尊训示道：“你们聚集在这里纪念斯里沙迪亚赛中央医院成立四周年。我想告诉你们，最好、最明智的措施是保持健康而不生病。医院也应该提供预防性护理，教导村民预防疾病的方法。培育自力更生的能力。这是最好的良药。”



今天，你只能在拥挤的人潮中瞥见斯瓦米的橙色踪影，相比之下，早期信徒的福报何其丰厚，简直令人无法想象。斯瓦米每天都到医院探访，对各种奇难杂症的诊断和治疗提出建议，也为病人和医生打气鼓励。就这样斯瓦米亲力亲为，培育这所医院的成长。





斯瓦米分派纪念日活动徽章给志愿者

从1960年代开始，许多人前来布达峇地，尤其是节日的时候。中央医院的医生和护士们挺身而出，为病人和有需要的人提供医疗服务。斯瓦米亲自分派徽章给这些志愿者。在几年之后一个正式的义工组织（Sevadal）就被成立了，让信徒们参与服务，作为最高层次的灵性修持。





世尊时常告诫义工们：“不要让这个徽章引起你的傲慢心。它并不是你放到祂手里的请求，而是你献在祂足下的供品。这是你和你侍奉的人，两人的本性之间的亲密交流。”

自1972年起，中央医院的医生和医务人员在节日期间于圆月礼堂（Poornachandra）两侧举办医疗营。1979-1980年后，医院工作人员忙于院里的日常工作，主办医疗营的工作交给了来自全国各地的医生们。现在，这种活动的规模更加扩大，甚至动员来自全世界的医生。



新院大楼的南座于1984年2月29日落成启用。这座大楼有手术室、产房、产前检查、产后护理病房，和住院设施。妇产科医生已能处理剖腹产手术，并在一年后施行一般外科手术。医院于今年设立牙科部。



在 1991 年 11 月 22 日，安得拉邦首席部长，贾纳尔达纳雷迪（N. Janardhana Reddy）主持新院大楼北座的落成典礼，世尊亲临观礼。斯里沙迪亚赛高等专科医院也在同一天落成启用。中央医院成为将病者转诊到专科医院的第一线医院。中央医院在接下来的几年里，逐渐扩大其医疗服务范围。

世尊播下种子，并以神圣双手培育的幼苗现今已成为一棵有许多分支的参天大树。在今天现实的世界里，这所以无条件的爱、无私付出的医院是一个伟大的奇迹。唯有凭借神的慈悲和恩典才可以完成此重任 —— 提供六十年的免费医疗服务。它也体现了‘万物一体’的精神：患难与共，和衷共济。





注:

斯里沙迪亚赛中央医院现在提供初级和二级保健服务，已有超过400万名病人受惠。其基本设施包括：

- 94 张床位
- 2 间手术室
- 8 个病房（手术前及手术后）
- 7 个临床科室（全科医学、普外科、儿科、耳鼻喉科、眼科、牙科、妇产科）
- 实验室
- 辅助设施







摘自：Divya Sanjeevini,
斯里沙迪亚赛中央医院60周年纪念特刊（1956-2015）

沙迪亚赛组织的特点是把服务当作是为寓于每一个众生之内的神服务。

The uniqueness of Sathya Sai Seva Organization is the fact that it regards seva as the form of service to the Divinity that is in each being.

- Baba



印度的丰富文化遗产



蒙薄伽梵的恩宠与仁慈，从 1996 年 6 月 16 日起一连接近两个月的时间，每天都在百善地尼乐园的赛古鲁弯礼堂讲道。这些讲道涵盖一个广大领域的灵性话题，适合现代人的实际用途，同时强调根据吠陀经的印度的丰富文化遗产。身为读者，他们会看到，这是一个‘灵魂提升’的灵性知识的丰富宝藏，足以丰富，照亮和改造人类。这刊物记载薄伽梵的第二次讲道，开讲于 1996 年 6 月 17 日。《永恒战车御者》（Sanathana Sarathi）会时时转载这些讲道；这些讲道被称为 Amrita Dhara（芬芳的溪流）。

一个愚蠢的人只有在他的家里得到尊重，而一个乡村的领导只有在他的村子里得到尊重。同理，一个国王只有在他的王国里得到尊重。然而一个满腹经纶的人则到处得到尊重。

（梵文偈）



不论一个人怎么愚蠢，在他家里，他总是被尊敬的。父母肯定爱他们的子女，即便子女很笨。什么原因呢？父母与子女之间的爱的联系甚为密切，他们不会放弃对子女的执着的感觉。一个村长可能犯下几个错误，可是村民还是一样给与尊敬。什么原因？原因是他握有实权。由于人们尊敬权力，他们也尊敬掌握权力的人。在这伽利时期（Kali Yuga），人们尊敬财富与权力而非道德与人格。不论一个国王是怎么样的人，他的老百姓一定会予以尊重。原因在于他掌握权力。只有饱读经书者到处受到尊重。

印度文化的深厚博大

什么样的知识才能赢取尊敬？Jnananam Jnanamuttamam（知识中之最尊贵者）。它就是 Atma Vidya（自性的知识）。Atma Vidya 处处得到尊敬，不分地缘，时间和情境。这就是源自吠陀经的梵（Brahman）的知识。这就是吠陀学者格里菲斯（Griffith）（注一）以多种方式去传授的吠陀知识并宣称，“吠陀是人类所说的第一个字。”同样，梵文学者德国的马克斯缪勒（Max Muller）对吠陀经有极高的评价。他把吠陀经翻译成英文并传授吠陀经的精深博大的哲理及印度的文化给英国牛津大学的学生和在英国报考成为印度公务员者。他的著作，《印度 -- 能教我们什么？》（注二）叙述吠陀经的深奥教导及印度文化原来的荣耀。印度教导世界的是什么呢？它教导，Sathyam Veda, Dharmam Chara（说真话，行正义），Matru Devo Bhava, Pitru Devo Bhava（敬父如天，敬母如天）。他说，“这就是印度文化体系的四大支柱。”

所有源自吠陀经的行为准则也都是印度文化的一部分。受到印度文化极大影响和感染的威尔逊（Wilson）（注三）描述印度文化的古老的，原来的荣耀。他把圣者巴罗沙那



(Parasana) 所著的毗湿奴往世书 (Vishnu Purana) 及其他梵文经典译成英文。在翻译的过程中，他发现经典里记载的多个预言，包括有关伽利期的赛神化身的预言；它这么说，祂名称为真理 (Sathya)，祂有最大的磁性并将吸引着整个世界。在印度得道仙人所写的 Nadi (纳迪) 书里，描述了许多类似的预言。另一个伟大的梵文学者，威廉琼斯 (William Jones) (注四)，把统治者 Manu (摩奴) 的 “Manusmriti” (摩奴法论) 译成英文。印度文化以其有关各种领域的知识的教导吸引了整个世界。有这样的一句话，印度所没有的，世界其他地方也找不到。天赋与这国家的礼物在其他地方是找不到的。一切都在印度。不幸地，今天印度子民本身却忽视这样的一个伟大文化的原则。

思想决定命运

命运的幸与不幸，或好和坏，胥视你的思想而定。昨天我谈及 Adrishta (不可见)。“A-drishta” 意指不为肉眼所见。它也意谓命运，好的或坏的。播下一个思想的种子，我们就收获一个业报 (Karma 业或行动) 的果实。播下一个 Karma (业) 的种子，我们就收获一个性向 (tendency) 的果实。播下一个性向的种子，我们就收到人格的果实。播下人格的种子，我们就收到命运的果实。所以，命运胥视人格而定，人格胥视性向而定，性向胥视行动而定，而行动胥视思想而定。因此，好的思想是我们好的命运的根基。造成不幸的是什么？当我们播下一个坏思想的种子，我们收获一个恶业的果实。当我们播下一个恶业的种子，我们收获一个坏的性向的果实。当我们播下一个坏的性向的种子，我们收获不好人格的果实。当我们播下不好人格的种子，我们收获不幸命运的果实。因此，命运的幸与不幸只看我们的思想而定。所以，我们应该时时持有崇高的思想。



在此我们已说过了，一个愚蠢的人只有在家里才受到尊敬。但谁是一个愚蠢的人？知道什么是好的，而且也被很多人提醒过，但他却忽略什么是好的而步上错误的道路，这样的一个人就是愚蠢的人。纵使一而再再而三地告诉了他什么是好的，他还是一点儿都离不开他的不良品质。他顽固地执着于他的邪恶品质。他知道什么是 **Sathya**（真理）而什么是 **Dharma**（正义）。但他还是不追随之。**Duryodhana**（难敌）和 **Dussasana**（难降，难敌之弟）也清楚知道正义是什么，但他们却不付诸实行。他们也知道真理是什么，然而他们仍追随虚假的途径。忘掉那神圣的而去追随那世俗的，这可谓愚蠢至极。这一类的愚蠢近来正在日益增加中。因此，人今天应该培育神圣的情怀才是。

一个真正的信徒绝对服从神的诫命

神（圣灵）超越一切属性。神是什么？存在于人人之内的爱就是神。爱是神。它存在于每一个人之内。神把祂的爱给所有人，同样，人也应该把爱给每一个人。爱应该获得崇高的崇拜。**Ananto Vai Prema**（爱是无极限的也是不可测量的）。它应该被视为神圣的。无人能购得爱，如一般货品者然，不论他是怎么有钱，有智能和有权势。它不能被施与或借贷。它完完整整地出现在每一处。但今天，人们却以商品来对待爱。我们应该只凭借爱去赢取爱。这就是人的主要目标。今天人正求取各类的教育和权威。他正居高位，揽大权。然而，这一切都不重要。我们应该达到赢取这圣爱的资格。吠陀经之所以发展成许多分支及次级分支，就是为了弘扬和教导爱的这个无上的原则。爱原则的形式是什么？它无相，但它可以在一切相中被体验到。它以被凸显的相为相。若有人问及，空气的相是什么，我们可以说空气是无相的。但空气存在。没有空气，我们活



不了。我们该如何去决定它的相呢？当我们把空气灌入一粒足球时，它采取足球的相。当我们把它灌入一个气球时，它采取气球的相。同理，爱采取凸显它的那个人的相。

水的情况亦复如是。它没有自己的形相。它采取盛着它的器皿的形相为形相。因此，爱只能凭借一个形相去彰显。今天，人只看外在的形相而不看内在的感觉。他只追随 **Pravritti Marg**（世俗之道）而完全不了解 **Nivritti Marg**（灵性之道）。何谓虔诚？人们认为执行 **Dhyana**（参禅），**Japa**（持名）和 **Namasmarana**（念诵神的名号）就是 **Bhakti**（虔诚）。然而，虔诚共有九大途径。**Sravanam**（聆听），**Kirtanam**（赞唱），**Vishnusmaranam**（静虑于主毗湿奴），**Padasevanam**（服务于祂的莲花足下），**Vandanam**（顶礼），**Archanam**（膜拜），**Dasyam**（劳役），**Sneham**（友谊），**Atmanivedanam**（自我降服或献身于主）。

在这九大途径中，哪一个排在 **Atmanivedanam**（自我降服）之前？那就是 **Sneham**（友谊）。只有在友谊之后才有完全的降服。否则，完全的降服是不可能的。何谓降服？它不是赐予什么事物。它是把自己给奉献出去。首先，我们得把友谊给建立起来。何谓友谊？仅仅嘘寒问暖，或打个招呼吗？不，不。在真正的友谊里，肉身有异但生命原则是一个。两人的感觉是一致的。友谊也可称为‘**Maitri**’或‘**Mai-tri**’。‘**Mai**’的意思是我；‘**tri**’的意思是三，亦即身心灵。身，心，灵三者应该完全融合为一。那就是真正的友谊。

有关降服，也是一样。完全的降服意味着身心灵的降服。这样我们才能达至神性。只要我们保持我和你之间的分



殊，我们就不能达至神性。主基士拿之所以在《梵歌》（Gita）里说，Mamaivamsho Jivaloke Jivabhuta Sanathana（在众生之内的阿特瑪是我的实体（存有）的一部分）。祂宣称，“每一个人都是我的神性的一个层面，而每一个实体都是我的自性的一部分。”因此，你并非一个分开的实体。由于你对身体的执着，你才认为你自己是分开的。为了培育与神的友谊，我们应该服从祂的诫命。今天信徒所拥有的那一类虔诚是这样的；在他们的心念里，他们的自私是占有最高地位的。他们不服从神的诫命。那么，你的虔诚（Bhakti）又有什么意义呢？为什么神要跟你说话并给予诫命？如果不把神所告诉你的付诸实行，你的虔诚何在？你应该遵照神的指令去生活，并在生活中无不遵主指令去做每一样事情。这就是真正的康庄大道。那就是为什么 Purandaradasa（布兰达达拉达萨）说，“神啊！我再诞生于这个世界，因为我遗忘了你。只要我心里有你，我就不再轮回了。”所有的怀疑只有一个起因，那就是身体执着。不放弃执着，怀疑不会离开你。想一想吧！

是谁提供食物给石头缝隙里的蝌蚪？是谁灌溉长在峭壁顶峰的植物？是谁为孔雀美丽的羽毛染上七彩缤纷的颜色？是谁使到鹦鹉因拥有那么颜色鲜艳的羽毛而那么具有吸引力？

（卡纳达语诗）

树木长在山地的石头上。是谁提供水份和肥料并且照顾它们的成长？只有神才能做到这一点。谁给了孔雀那么美丽的颜色？不论一个人的绘画技艺多高，他不能把绘画的颜色染得那么自然，有如鬼斧神工一般。神是一个多么伟大的艺术家啊！绿色鹦鹉的红色的嘴多美啊！谁创造了这一切？科学家能理解这个道理吗？他们认为这仅是一种自然



现象。它并非如此。只有追随灵性之道（Nivriddhi Marg），你才有可能了解这真相。

一切都依照神的意愿而发生。没有祂的旨意，这世界上一切都不会发生。我们应该培育这样的坚定信念。很多人都认为他们贫穷，低贱，但事实并非如此。所以 Purandaradasa（布兰达拉达萨）说，“神啊！当你在陪伴我时，我怎么会贫穷？我怎么会是一个陌生人？不，不。你是唯一的做者（为之者）。只有你传授知识给我，指示我正确的道路，保护我和惩罚我。无物不在你的手里。你有支配我的每一种权利。那么我怎么成为一个孤儿呢？若我是个孤儿，你就不会把你的权利用在我身上。我是你的。你之所以运用你的权利于我身上，就是这个原因。”

注入神圣感觉于你内心

大家都是神的化身。要认知这真相并致力于达至神。否则，接受各种教育和得居高位又有何用？只要你还掌握权位，你得到敬重。一旦退位，谁还会尊敬你？只有那些亲近神的人，不论到哪儿都受到敬重。

不论你身在何处，神就是你唯一的避风港，
在森林，在穹苍，在城镇或在村庄，
在高山之巅或在深海的中央。

（泰卢固诗）

如果祂满足你的欲望，你认为祂是 Daivamu（神）。否则，你称祂为 Dayyamu（魔）。其实，认神为魔者，他本身就是魔。



不要使到你的心成为世俗欲望之魔（Dayyam）的住所；要注入仁慈（Daya）于你的心。如果你注满纯净的水于一个水槽，那么只有净水才会从接上的水龙头流出来。但如果你注入肮脏的水，流出的就只有脏水了。Yad Bhavam Tad Bhavathi（有什么样感觉就有什么样的结果）。神依照你内心的感觉来显现在你面前。在《罗摩衍那》（Ramayana）里也有同样的叙述。罗摩是何方神圣？Yama（死神，阎摩）是谁？其实，阎摩即罗摩，罗摩即阎摩。他们彼此没有分别。皈依罗摩足下的 Vibhishana（维毗沙那，罗波那之弟）视罗摩为神。但对误入歧途的 Ravana（罗波那）而言，祂是阎摩。同理，不断念诵‘Om Namō Narayanaya’的 Prahlada（钵罗赫拉德）把 Narayana（那罗延那）看作神。但基于名与相之差异来观察事物的 Hiranyakashipu（喜兰尼耶卡西布，钵之父），同样的那罗衍那则变成阎摩。对怀持邪恶品质并以残酷的手段折磨自己亲妹妹的 Kamsa（干萨）而言，基士拿现身为阎摩。但干萨的父亲 Ugrasena（乌格拉仙那）则视基士拿为神。因此，罗摩与阎摩彼此并没有不同。

一切依照你内心的感受而发生。好的和坏的感觉是你命运好坏的主要原因。你应该成为福星高照者。要成为幸运者，你应该培育好的品质以塑造你好的品格。如果你培育好的品质，你培育好的性向。只有这样的一个人有好品格的人会从事好的行为。一个人如何执行他的行动？Sarva Karma Bhagavad Preetyartham（执行一切行动以取悦神）。于是，不论人从事什么工作，他都视之为神的工作。这样的人会只有好的思想。坏的思想不会走近他。我们要以充满神圣感觉的心去执行世俗的义务。马克思缪勒所传授给那些在英国被征招到印度去服务的公务员的就是同一类的课程。课程完毕后，一位印度公务局的官员去拜会马克思缪勒。那时，马克思缪勒正在翻译吠陀经。即便在印度，也找不到像他这样伟大的梵文学者。他把很多吠



陀经典译成了英文。他希望，若有来世，他愿意诞生在印度！如果他能把印度圣灰点在他的额头上，那就幸运之至了。那位印度公务员去拜会对印度充满着那样的爱与热诚的感觉的马克思缪勒。

那个官员把名片呈上。那时，马克思缪勒正在研究 Gita Sloka（梵歌颂）的意思：

Kavim Puranamanushasitaram
Anoraniyansamanusmarenya,
Sarvasya Dhataramachintyarupam
Adityavarnam Tamasa Parastat.

（静虑于一切精通的，长生不老的实体，一切的统治者，比精妙更为精妙，宇宙的维系者，超越人类对所有相的观念，像太阳一样光辉明亮，及，远远驾凌于无明之上，这样的一个人确实抵达圣灵或神的境界。）

他在想，到底这诗章的意思是什么。然后他看到那张名片。名片上写了些什么？官员的名字，Chaturvedi Amareswara Sastri（萨斯特里）。看到这，马克思缪勒甚感喜悦，并吩咐工人准备两杯茶。他想，“我连一篇吠陀经都不能融会贯通。但有萨斯特里在此，他的名字表示他精通四大吠陀。能结识这样的一个伟人，我感到多么荣幸啊！”就在那一刻，马克思缪勒出去把官员带入他的房间，说道，“幸会，幸会。”他请他坐下并以茶招待。当马克思缪勒问官员来自何处时，他回答，他来自印度。然后马克思缪勒说，“我正在翻译吠陀经。由于你是Chaturvedi Sastri（精通吠陀经者，吠陀经能手），请你告诉我，这个 Sloka（颂）是什么意思。”于是那官员回答说，他对吠陀经一无所知，而他认为吠陀经是毫无用处的。马克思缪勒听了，甚感惊讶。“这是什么嘛？老远从



印度来并以 Chaturvedi Sastri 为名，竟然批评吠陀经。多令人遗憾啊！遇到这样的一个人是我的不幸。”

与好人为伍并保存好的事物

你可以看到海外的人，他们的信心与神圣的感觉，反而在喝印度的圣水，吃其食物和呼吸其空气的印度子民来说是颇为缺乏的。自那天起，马克思繆勒自忖，“我无需到印度去。现在我的心念是圣洁的，纯净的和稳定的。如果我与这样的印度人交往，我不知道我心念的情况会变成什么样子。”告诉我你所结交的朋友，我就可以告诉你，你是怎样的一个人。近朱者赤，近墨者黑。是故，我们应该结交益友并拥有好的事物于我们的周围。你认为斯瓦米赐你以戒指，手錶和护身符是为了满足你世俗的欲望。这是一大错误。不要作如是想。当你穿戴这些圣洁的物品时，你会培育起圣洁的感觉。这些就是引领你将来步上崇高而贞洁生活的步骤。职是之故，在森林居留时，悉多告诉罗摩，“罗摩！你穿着得像一个隐士，而在舍弃荣华富贵之后，正住在森林里。你拥有权利去享受王室的舒适，但你却出自自己的意愿而牺牲了这一切。你到森林去过一个高尚的生活。那么你为什么还带着弓箭来？有弓箭在身，你会有暴力的倾向。”

不论我们携带什么，我们的感觉也会随之而培育起来。孩子知道得很清楚，如果他们手上有笔，他们就会开始在手上或在墙上涂鸦。这样的涂鸦已成了他们的习惯。如果他们有一把刀在手，他们会开始割他们的指甲或把刀插在木棒上。他们会那样的做这个或那个。这是他们前世作为猴子的一种倾向。因此，你不应该身上带有这些东西。Sathyam Kanthasya Bhushanam（真理才是佩戴的真正项链）。我们应该只说真话，真话是神的相。Hastasya Bhushanam Danam（慈善是手的缀饰品）。再者，你除



了用手来行善外，你也应该戴上神出自圣恩而给的戒指或其他物品。很多人认为他们不需要戴上这些东西。不知真相者始作如是想。在印度文化里，蕴藏有很多这样的圣洁教导。

你应该知道文化的真正意义。那把精纯或精炼带来的就是文化。怎么带来呢？当稻米成熟时，我们连外壳也一起吃吗？不。首先，我们从稻草中摘下稻谷，去掉外壳，就得到煮来吃的米。这样，它才成为我们的食物。精炼包括把稻米跟稻草分开，去掉它的外壳，及用火烹煮米。精炼包括除去一切不必要的和无用的。一袋的稻谷可能值二百卢比。但一袋经过精纯提炼的米可能值得一千卢比。有了精炼，一样东西的价值增加了许多倍。那么，精炼的意义是什么？精炼的意义是把不好的去掉而保留或培育一切好的。这就是所谓的‘生活方式’。不透过这些精炼的程序，稻谷的价值不高。很多事物皆如此。这是一个银盘子。若保留银的本来样子，我们不能利用它。当它被加热于火中，用铁锤敲打，然后铸造成为一个盘子时，它才变成我们有用的器皿。

这是一块布。它如何变成这块布的样子？我们先有棉。有了棉，我们做成线然后织成布。于是我们才能利用布做其他的用途。这就是我们所谓的‘生活方式’。精炼意味着把事物从原来未开发的形相改变为可资利用的东西。对每一事物而言，精炼是不可或缺的。当我们从外面回来时，我们先把脚洗干净然后才进入屋子里面。为什么我们这么做？在外面走动时，许多有害的细菌会黏附在我们脚上。之所以把脚洗干净即是这个原因。对每一物而言，净化是必需的。在进食前，婆罗门（**Brahmins**）执行‘**Aaposhanam**’。他们把水拿在手上，在念诵“**Pranaya Namah, Apanaya Namah, Vyanaya Namah, Udanaya Namah, Samanaya Namah**”时，



把水洒在盛着食物的碟子的周围。他们就以这种方式崇拜五大生命原则。为何他们把水洒在碟子周围？这也是一种净化的形式。在端上食物而进食的过程中，蚂蚁及其他小昆虫可能试图进入盛食物的碟子里。如果你洒水于碟子的周围，牠们便不能进入。你可以看到，即使像这一类的小事，印度文化也有适宜的解答。在这文化里，你连一个毫无意义的字眼都找不到。印度是这样的一个伟大文化的诞生地。只有那些不了解这些常规的意义者认为它们是无用的。

学生们应该了解印度文化的伟大

不知者往往不接受他们的不知。他们装得他们知道一切者然。那是十足的愚昧。知之为知之，不知为不知，是知也。一个人应该致力于知其所不知。一切力量和潜能皆珍藏于圣灵原则之内。吠陀真言（Vedic Mantra）充满着神圣的力量。整个世界由 Padartha（物质）所组成。例如，这是一朵玫瑰花。‘玫瑰’指的是一种特定的花。同理，‘手帕’指的是一种特定的布料。如此这般，在这世界的一切物体都表示其词语的意思。但还有其他的词语在它们通常的，共有的意思之外，仍另有一个意思。例如‘Akshara’这个字。‘Akshara’这个字含有一个崇高的灵性原则。其真正的意思是什么？人们以为‘Akshara’指的是字母的标记。但在 Vedanta（吠檀多）语言上，‘Akshara’指的是那永恒的。神被描述为‘Akshara Swarupa’（永恒的神圣原则）。‘Akshara’含有两个音节 - ‘A-Kshara’。‘Kshara’意谓会腐败者，也就是 Jivatma（个别的灵魂）。‘Akshara’意指不腐朽的，即，Paramatma（神）。前者是短暂的实体而后者则是永恒的神圣原则。‘Akshara’这个字表示 Jivatma（个灵）融合于 Paramatma（神）。这是在无常之中的永恒原则及在永恒



之中的无常实体。在许多这样的吠陀经字眼中都有着一个内在的意义。这就是我们必须从我们的文化中理解的学问。

学生们！有关印度文化，你所必须探讨和知道的还是那么的多。它在你所执行的所有职务中予你以指导。吠陀经与往世书（Puranas）的每一个字有其迷人与吸引人的地方。

有一次 Gajendra（象王）被一只鳄鱼咬住而不能从其魔掌中挣开。于是，牠高声极力地祈求，“噢，自在天！噢，恩惠的赐予者！请来保护我吧！”神立即回应牠的祈求并拯救牠。基于这事件，有人问道，“神有多远？”有些愚蠢的学者则说，“神处在祂能听到象的叫声的地方。”愚蠢至极！神不需要从一个地方到另一个地方。不管你以什么形相祈求神，神就采取那形相回应你。有些人祈求神，“哦神啊！与我同在并予我以保护。”他们只能听到神的脚步声于他们的背后。那些做这样祈求的人，“噢，神啊！你看不到我的困难和我的哭喊吗？”，他们只看到神的眼睛。那些这样祈求的人，“你听不到我的哭喊和祈求吗？”，他们只看到神的耳朵，因为神在每一处都有祂的耳朵和眼睛。类似的事件发生在舍尔地（Shirdi）这个地方。

有一次，舍尔地峇峇告诉一个信徒，“噢，鲁莽的人！我一直与你同在而我也出现在你背后。”走了一段距离之后，那信徒转过头来看看但他却看不到峇峇。于是，他以为峇峇给他撒了个谎，“他告诉我，他会在我的后面，但我却看不到他。”他回到峇峇那儿去并说，“噢，峇峇！你是这样的一个人。你怎么可以对我说谎？你答应我，你会在我背后。但当我回头看时，我找不到你。”峇峇回答，“噢，撒旦！这就是你的智能吗？当你向后面看时，



你也同时把背转过来。因此，我也跟着转向你的背后。”
瞧！当信徒看后面时，他的背也跟着转。它之所以看不到峇峇，就是这个原因。峇峇一直在他的背后。神的话是不可思议的，令人惊叹的，而具有更深邃的意义的。不是所有的人都能了解神，因此，不要试图去了解祂。要遵从祂的诫命。那是你的义务。

有关神的事情，你必须知道得那么的多。没有人能完全了解神。表面上，神或许以一个常人现身，但祂随时都能展露祂的玄妙卓越的力量。这是凡人所不能做到的。因此，要执行你的义务。要奉献你的心给神。那是你最重要的义务。然后你所有的疑虑将一并被清除。

（薄伽梵以“**Prema Mudita Manase Kaho Rama Rama Ram...**”这首峇赞结束讲道）

注一：Ralph T.H. Griffith（格里菲斯，1826-1906）教授，一个伟大梵文学者，后为 Benares（贝拿勒斯）学院院长。他把吠陀经，Ramayana（罗摩衍那）及 Kalidasa（卡利达萨）的著作译成英文。

注二：《印度 - 能教我们什么？》是由七个剑桥讲座集合而成，由马克思繆勒于 1882 年为印度公务员候选人发布。这些讲座的稿件于 1883 年编成书而发行。马克思繆勒教授（1823-1900）是一个伟大的梵文学者，执教于牛津大学，是多年的比较语言学教授。他把 Rig Veda（梨俱吠陀）译成英文，把雅利安（Aryan）文化介绍到西方，还有其他东方的古老文化，在他的指导下，译成英文，透过一套 50 集连续经典，编印成一本名为《东方经典》的书。



注三：H.Hayman Wilson（威尔逊，1786-1860），牛津大学梵文教授。他是一位伟大的东方专家，1808-1832 住于印度，服务于东印度公司。他以翻译见称，把 Vishnu Purana（毗湿奴往世书）和 Rig Veda（梨俱吠陀）译成英文。

注四：Sir William Jones（威廉琼斯，1746-1794），把 Manusmriti（摩奴法论）译成英文，并以“The Laws of Manu”（摩奴法典）的书名出版以飨西方读者，助其了解印度教的丰富与辉煌的内涵。他是孟加拉亚洲会社的创办人及第一任主席。1783 年他担任加尔各答高等法院法官。

录自薄伽梵神圣的讲道，时为 1996 年 6 月 17 日，
于百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂。
英译文：见 2008 年 7 月版

勇者学习去战斗每一个恐惧；懦弱者接受其恐惧，却又学习去憎恨。

The brave learns to fight every fear; The coward accepts his fear and instead learns to hate.

- Baba



迟暮的年华 多彩的人生

刘玉燕赛姐 Madam Low SH (吉隆坡)



如果你有参与赛中文组或是吉隆坡孟沙（Bangsar）赛中心的活动的話，总会看到一位年长、脸形瘦削的女信徒的身影。这位活跃的女信徒就是刘玉燕赛姐或更为人所熟悉的 Aunty Low 了。

刘玉燕赛姐在 1926 年出生，虽然年事已高，头发斑白却不会给人一种老态龙钟的感觉。乍看她第一眼，走起路来平稳自如而没有气喘之容、在合唱团听她和大伙一块儿引吭高歌，毫无疲惫之色、更能和年青的一辈做蹲站运动而毫不逊色，令许多比她年轻一辈的我们都要自叹不如。在加上她对服务的热忱，为多个团体不间断的给与关爱和援助，和参与中心大大小小的活动，更叫我们感到汗颜。



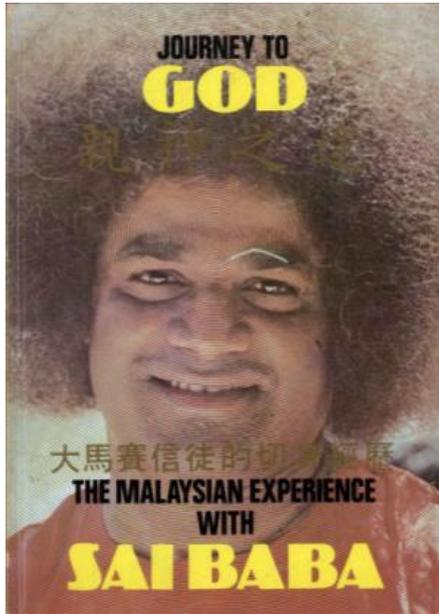
人生七十古来稀，一个人来到这段迟暮之年，还有如此健壮之体能为社会服务，诚属难得。是什么力量推使玉燕赛姐这么积极的走在服务的前线上，为社会奉献她的力量呢？是积极的人生观？是对峇峇的热爱？还是峇峇的那一句叮咛叫她如此无怨无悔的付出？





走出怀疑 迈入笃信

刘玉燕赛姐开始接触峇峇的事迹是在 1978 年间。当时她的女儿美玲，在一个偶然的机缘下买了一本 Jegathesan 赛兄（简称 Bro. Jega）的著作《Journey to God》送给玉燕赛姐阅读。玉燕赛姐回忆起当时女儿的话：“妈，你这么喜欢做服务，这本书对你一定有很大的帮助和激励。”玉燕赛姐接过书，看到封面上峇峇的照片，峇峇大大的、圆圆的、爆炸装束的头发让她无法接受，并萌起了一种抗拒的心理，心里想：“怎么是一个印度人？”她对那本书并不感到兴趣，于是就随手把书放在书架上。一个不成熟的机缘就在一瞬间和她擦身而过。





约莫半年后，美玲来探望的时候，看到了那本已经蒙上了一层薄薄灰尘的书。虽然美玲再三的说了不少的好话，还是改变不了执意的玉燕赛姐。然而，美玲坚定的意念并没有因为妈妈多次的拒绝而放弃。

有一次，一个赛信徒的朋友告诉美玲，那本书的作者的家里每星期都有一次的唱颂会（Bhajan），也经常举办一些非常有意义的社区服务活动。于是她就想带妈妈去参加唱颂会，也好让她有机会接触更多喜欢为人服务的信徒并参与他们的服务活动。

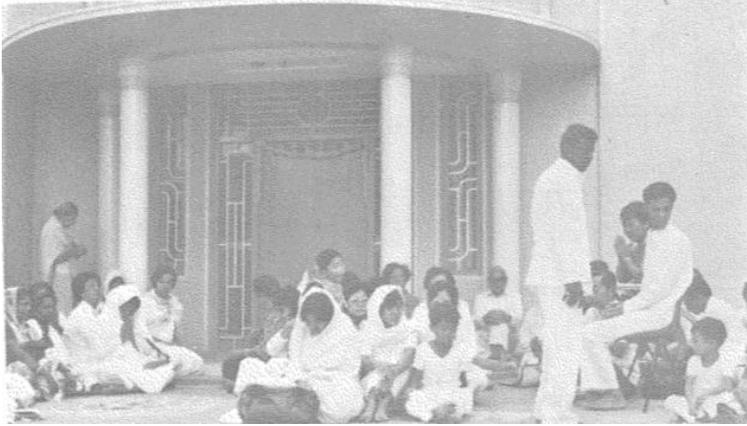
美玲多次打听 Bro. Jega 位于吉隆坡孟沙的住处都无法得知他的正确地址，然而她还是半游说半强迫的载了玉燕赛姐到 Bro. Jega 的住家去。由于没有 Bro. Jega 的确实地址，美玲只好凭着朋友所描述的在那一带的住宅区来回寻找。车子缓缓地行驶，母女俩左顾右盼，同时也张大耳朵去捕听那家传来唱颂的歌声。皇天不负有心人，他们终于找到了 Bro. Jega 的住家。一名华裔信徒，Sister Lina Heng 看到两位新来的朋友，笑容可掬的热情欢迎她们。

这一次的唱颂会虽然改变不了玉燕赛姐对峇峇的观点，她却被动听的唱颂歌声深深吸引，撩起内心的喜悦，也从那一天起和唱颂会结下不懈之缘，播下了和峇峇结缘的种子。从此，玉燕赛姐不但风雨不改的到 Bro. Jega 的家去唱颂，还和大伙到过各地，远至安顺等地方，的印度神庙去唱颂，为当地的信徒带来欢欣喜悦的时光。



1979年4月28日，有人组团到印度去觐见峇峇。当时的玉燕赛姐还没有完全接受峇峇，只是对唱颂喜爱，享受它带来的心灵安乐。玉燕赛姐回忆道：“当初被邀一同去印度时，其实我是一口就推却不去的。后来，有一位团员游说她的妈妈年纪大和有病在身，恳求我陪同她的妈妈一齐去。”经过一番思量后，为了帮助这位朋友和想亲自去验证峇峇的神奇，她决定跟随来自全国各地的36位信徒到印度朝圣。





玉燕赛姐第一次见到峇峇是在白草原（Whitefield）的精舍，当时，玉燕赛姐被安排坐在第五排，手里还拿着一大束从马来西亚带来的玫瑰和菊花准备献给峇峇。峇峇一身黄袍的装束，在人群中慢慢地走动，并停在玉燕赛姐的前方。峇峇严肃的眼神，让她深感敬畏而不敢正视他，在茫然失措中也不会举高手里的花示意要献给峇峇，而是发愣般的呆坐在那里。峇峇在那里站了好一会儿，仿佛若有所待。只见峇峇和侍从做了一个短暂的交谈后，精舍志工便对玉燕赛姐说峇峇要接受她手里的鲜花。接着志工们便马上要求前面的信徒们向左右移动腾出空间来。突如其来的惊喜让玉燕赛姐格外欣喜，她在惊慌失措之余跪着爬到峇峇跟前，战战兢兢的把鲜花送上了给峇峇。

峇峇接过了玉燕赛姐递上的鲜花，就转交给了侍从并吩咐把它放到他的居所。当时，紧张的玉燕赛姐仿佛舌头打了结地说不出半句话来，还没回神之际，峇峇已经悄然离去，玉燕赛姐顿失一个和峇峇交谈的良机。



峇峇走后，志工们对玉燕赛姐说，她很有福气因为通常奉献给峇峇的花都是摆放在精舍里的神台上，而这次峇峇却吩咐把她的花放在住所里，这是前所未有的一次。玉燕赛姐听后更是万分的欢喜雀跃。

这一次朝拜玉燕赛姐可说是得到了峇峇的特别眷顾，他们一团 36 人（分成两组）都如愿以偿的获得峇峇的会见。在会见时刻，玉燕赛姐和 17 位赛兄姐面对峇峇盘腿而坐，静静的聆听峇峇的教诲。玉燕赛姐说：“当时的感觉就像是小时候围着老师听他教导，那样自然和亲切。和蔼可亲的峇峇就像慈母一样问候大家，再三嘱咐用心做峇峇的工作，多做公益志业，峇峇必会加持我们。”

神光耀眼 见证神奇

一天早上，信徒们像往常一样绕着街道赞唱圣歌（Nagara Sankeerthan），到达峇峇居所前，玉燕赛姐和其他赛兄姐等待峇峇的出现。峇峇出来站在骑楼间，信徒们都不约而同地往那个方向望去争睹峇峇的风采。玉燕赛姐看着峇峇，开始时并没觉得有什么异样，心想：“人人都说你是神化身，变现无数的奇迹，你现在站住，我倒看不出有什么神迹？”就在那一霎那间，玉燕赛姐看到了一团的光彩围绕着峇峇，从他的腰部往上升起来，直到他的头部再到天空。这团光芒清晰夺目，玉燕赛姐看得发呆了，不相信眼前所见的奇迹。她连忙揉一揉眼睛再往峇峇看去，又是一团耀眼的光彩从峇峇的腰间升起，直到头顶再到天空。她猛猛地摇一摇头，再一次的揉眼往峇峇看，又是一团耀



眼的光彩，第三次的呈现在她的眼底。她终于相信眼前所见的是一团神光，而神光里的峇峇就是神的化身。

馈赠名片 如获至宝

第二年，玉燕赛姐再一次到印度觐见峇峇。这一回，没有了怀疑而是抱着一颗虔诚、笃信的心，还带了一包里面装有 6 盒樟脑（camphor）的礼物要献予峇峇。在会面室里，峇峇接过礼物，并问其他的信徒，有谁知道手里拿着的是什么东西？提问三次，信徒中没有人能回答，原因是玉燕赛姐不曾告诉过任何人。峇峇说是樟脑，是从马来西亚带来的樟脑。祂的无所不知，大家得到了一个亲身经历的见证。



过后，峇峇对玉燕赛姐说：“You are the Master. You are a Divine Person. You will be more Divine than now when you return to Malaysia. 你是个杰出人物。你是一个圣洁的人。你



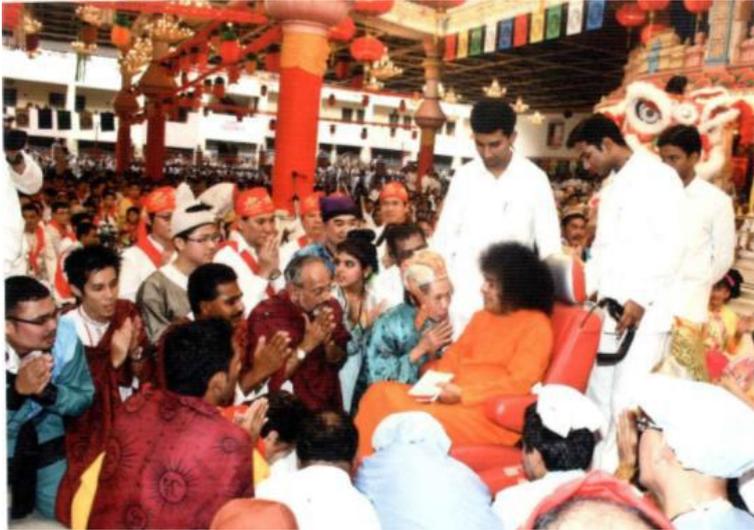
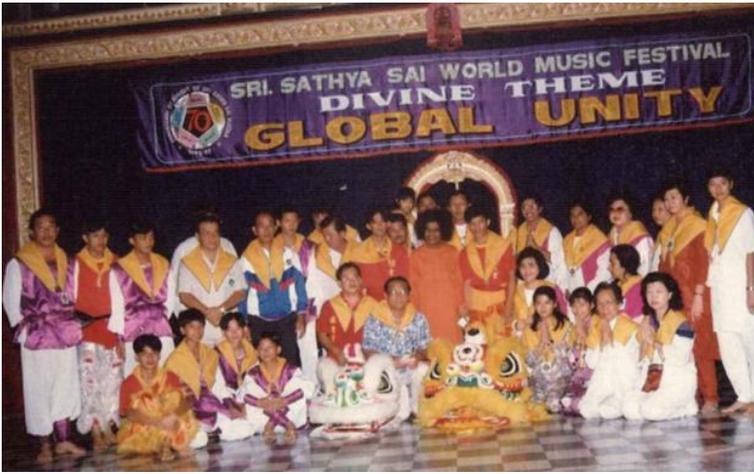
回到马来西亚后将是一个更圣洁的人。” 峇峇的温馨话语让她感到好感动、好幸福。

这次的觐见，他们九人之中，有五人得到了峇峇赠送戒指，而玉燕赛姐和另三人则得到峇峇馈赠变现出来的珍贵名片，让众人满怀欣喜、法喜连连。

百善地 - 情牵的人间净土

玉燕赛姐和峇峇结缘迄今已三十余年，也前后四十多次到过印度去见峇峇，其中得到六次的会面。问她还会不会再到印度呢？玉燕赛姐毫不犹豫的说，百善地是一块净土，来到这里的感觉很安详平静，她一定会再到印度去。她也奉劝我们：“峇峇曾经说过我们是多么幸福能够有缘亲近祂，尽量从与祂亲近的每一刻中获益，将来会有更多的信徒涌到印度，那时候就只能从远处看祂的长袍所发出的一小点红光。”

从抗拒峇峇到接受峇峇、从怀疑到笃信，玉燕赛姐对峇峇的看法是完全的改变了，特别是多年来峇峇为当地人民所做的服务，如免费水供计划、免费小学到大学的教育计划、专科医疗服务等，让许多的贫穷人士受惠。峇峇的善心和教诲激励着她更积极的参与社区和组织里的活动。多年来，她全心全意地投入社会慈善服务的行列，在多项活动献出爱心与良能。



问她参加过哪些服务活动，她都能如数家珍般地列举出来：早期（80至90年代）每月一次到吉隆坡沙登老人院做清洁服务、准备食物、与老人谈天交流。每逢星期四到吉隆坡的赛医务所（Sai Clinic）值班。每逢星期六到十五碑盲人院为视障人士唸书信，褶捐款信，打印等工作。每逢



星期日到雪州新古毛为智障人士冲凉、洗刷及更换床褥、喂食等。每年三次探访双溪毛糯的麻疯病院。

玉燕赛姐可说是‘全职’的峇峇信徒；不但活跃于吉隆坡孟沙中心、八打灵 SS3 中心和思菩提赞颂组每星期举办的唱颂会及合唱团演习，也积极参与年度活动如赛小学义卖、生活营、持咒念诵、华人新年文化表演、卫塞节合唱团演出等。她每天的时间安排得满满的，分秒不空过，欢喜付出，与众人结善缘。

峇峇强调：“Our organization rules emphasize that members must first practice what they stand for. Whatever you desire others to do, you must first put into daily practice sincerely and with steadfastness. 我们组织的规则强调会员必须以身作则，身体力行。你期盼他人做到的，你必须先真诚地，坚定地在自己的日常生活中实践。” 在这方面，玉燕赛姐可谓是赛同修们的典范。

玉燕赛姐在结束访问之前，我们问她活到这把高龄，还是那样健壮、充满活力和朝气的秘诀？她以峇峇的经典语录：“Do good. See good. Be good. This is the way to God 行善、向善、存善，这就是通往神之道。” 和大家共勉。

采访于 2009 年 8 月





《薄伽梵歌》是神的气息



在没有任何轴的支撑下，使地球运行的是爱的力量。维系星星于原来的位置而不掉下来的是爱的力量。抑制海洋而不使地球沉没于其下的是爱的力量。使风吹遍七大世界的是爱的力量。这圣洁的爱是永恒的，不可思议的及不能被分裂的。这爱是人的生命气息。

(泰卢固诗)

称之为真理，称之为爱或称之为 Aham（我）皆无不可，因为一切都是神的神圣名号。如你问神的名字是什么，祂会说，Aham Brahmasmi（我是梵）；祂不会告诉你其他的名字。

创造出自真理而融于真理。宇宙间有什么地方是真理所不存在的呢？想象这纯净的和无暇的真理吧！



(泰卢固诗)

发生于世界的一切，其起因就是神。Shivraj Patil（湿婆拉惹巴迪尔）在深思其内容的内在含义并在他内心融会贯通之后，写下了《薄伽梵歌》（Bhagavadgita）的评论文章。一般上说，著书立说者，大有人在，你随处可以看到。但是，他所写的书另有一番意义，因为他把烙印在心里的一切都转移到纸上。在写作的过程中，他给我看他的手稿，寻求澄清。《梵歌》的完整的精华都包含在这本小册子里头。

Guru Purnima（导师节）的真正意义

Guru Purnima 的真实意义是什么？Purnima 就是在那一天，心念有如满月一般的纯净，安定和不受到污染。从这样的—个圣洁的心念所发出的任何思想都是神的真实话语。人们付钱给一个所谓的圣者或隐者以便得到 Mantra Deeksha（开始步入虔诚之道）并认为他就是导师而值得向他膜拜。然而，你不能认为这样的导师是一个真正的导师或者他的教导是真正的教导。发自你内心的圣洁感觉和精深真理才是导师真正的教导。

*Gurur-Brahma Gurur-Vishnu Gurur Devo
Maheswara;*

*Guru Sakshat Param Brahma Thasmai Sri Gurave
Namaha.*

（导师是梵天，导师是毗纽天，导师是自在天。）



导师确实是至高无上的梵。那么，就向导师顶礼吧！)

(梵文偈)

谁是真正的导师？真正的导师是三位一体的梵天，毗纽天，自在天。换句话说，神即是你真正的导师。

有一次，幼年时的高罗瓦族（Kauravas）和般达瓦族（Pandavas）在玩球时，那粒球掉入附近的一口井里。孩子们试用各种方法想把球拿出来，但都失败。那时，教师爷德罗纳（Dronacharya）刚好与妻子和儿子路过该地。他来到井旁，并问围着井的孩子们，“好孩子，发生了什么事？为什么你们站立在井的周围？”孩子们回答，“斯瓦米，我们的球掉入井里。”“别担心，我会把球拿出来。”说着，教师爷德罗纳拿出一支箭，瞄准着球射去。箭射穿球。然后他又射出另一箭；第二支箭刚好射入第一支箭内。如此这般，他一箭又一箭地射出，直到成为一条箭索，然后把球拿出来。看到德罗纳高超的技艺，他们都跪拜在他足前。他们心想他们终于遇到了一个神射手。他们把这事情告诉 Bhishma（毗湿摩），于是毗湿摩就委任德罗纳当高罗瓦与般达瓦的导师。

有关艾卡拉夫亚（Ekalavya）的事迹，你是知道的。他去找教师爷德罗纳，求他收自己为徒。但是，教师爷德罗纳拒绝收他为徒并说，“我不教狩猎者或住在森林的人。我只传授我的技艺给英勇无畏的王子们。”即使听了这样的话，艾卡拉夫亚还是恭恭敬敬地向他顶礼并决定以师事之。纵使他没有获得任何启示和教导，他仍视德罗纳为



偶像并加以膜拜和静虑于他。他把导师的偶像作为他唯一的伴侣，别无他人。凭借他的信心及对导师的坚定虔诚，他终于成为一个出类拔萃的射箭名家。

有一次，教师爷德罗纳偕所有门徒到森林去打猎。就在他们的猎犬狂吠的当儿，不知从何而来的箭如雨般从天而降，击中猎犬的口而使之不能吠叫。阿周那目睹此景而对隐蔽的弓箭手的射术甚感惊讶。于是阿周那就去寻找这弓箭手，结果发现是艾卡拉夫亚。他问艾卡拉夫亚，他的箭术是从哪儿学来的，师父是何人；艾卡拉夫亚指着教师爷德罗纳并说，“他就是我的导师。”阿周那对艾卡拉夫亚的回答甚感困惑，并向教师爷德罗纳抱怨说，“你答应过我，不把 Sabdabhedhi 技艺（听声而发箭的技艺）传授给任何人，除了我之外。我相信你的承诺，但看来你已经教了别人。”然后德罗纳说，“亲爱的，我可不是他的导师，我根本就没有教过他这种技艺。”当阿周那再质问艾卡拉夫亚时，他回答，“是真的，教师爷德罗纳拒绝收我为徒。然而，我把他的形相烙印在我心里，并以对他的虔诚而深厚的感觉去揣摩和学习整个技艺。”

阿周那听了，妒由中生，因为他觉得在射箭技艺上还有人胜他一筹。于是，他要求教师爷德罗纳迫使艾卡拉夫亚执行 Guru Dakshina（对导师所做出的奉献）。阿周那对教师爷德罗纳说，“艾卡拉夫亚掌握了射箭技艺，你理该负责，因此你应该彻底地使他丧失这技艺。”教师爷德罗纳觉得阿周那受的伤害和委屈太大了。为了满足他，于是他问艾卡拉夫亚，“你要奉献什么样的 Guru Dakshina？”艾卡拉夫亚回答，他愿意奉献老师所要的任何东西。于是，



教师爷德罗纳要艾卡拉夫亚把右手的拇指给他作为 Guru Dakshina。艾卡拉夫亚遵从师命，不假思索地切下他的拇指献给导师。

*以其右手拇指奉献给导师，他就不能再開弓了。
因此，他的射术完全退化而满足了阿周那的自我。*

(泰卢固诗)

艾卡拉夫亚完全不在乎把拇指献给导师。其实，他很高兴，能够满足他导师的愿望。从那天起，艾卡拉夫亚就再也不动用弓箭了。这令到阿周那沾沾自喜，因为从此以后，世上就再也无人在射箭技艺上超越他了。这种优越感的意识可以成为一个人自我的起因。

放弃自我以体现自性原则

一个导师或会传授某种威力给其门徒，但不是所有门徒都能获得导师的真传。同理，在《梵歌》中的极为崇高的教导，也不是所有阅读过的人所能完全了解其每一个精华的。无论如何，真正的教导只来自一个人的内心。湿婆拉惹巴迪尔在内心体验了《梵歌》的教导后，写了一篇极佳的评论文章。虽然他博览群书，但是他未能清除所有的疑虑。最后，他写下他内心深信的，及其内心所驱使他去写的。他不寻求澄清于任何人或参考其他人所写的有关评论。基于他自己的研究，他终能成功地完成这任务。他的书涵盖了《梵歌》的所有重要的层面。



在此书中，他说，一个人可以体验到自性的原则，只要他能除去‘我’与‘我的’的感觉。今天，有很多人尝试去理解阿特玛原则。然而，不论我们如何尝试去理解，我们都不可能如愿，除非我们除去‘我’与‘我的’的感觉。首先，我们应该放弃我们的自我。这会打开我们的慧眼。你知道，把‘I’从中间切断，形成了十字架，就这样它成为基督徒的一个膜拜物体。自我是我们一切悲哀，担心和痛苦的起因。人人都说‘我的，我的，我的’。这‘我的’的感觉应该断然抛弃。当你想，‘这么多人是我的信徒’时，这也令你自我膨胀。决不抱持着‘我与我的’的感觉。这样，你才能了解自性原则。

把《梵歌》的教导付诸实行

湿婆拉惹巴迪尔在过去 30 年间都一直与斯瓦米保持联系；他不是一个新的信徒。他第一次获得斯瓦米的达瞻是在查梵（S.B.Chavan）的家。之后，他俩经常一起来接受斯瓦米的达瞻，不仅在百善地尼乐园，也在其他地方。这坚定了他对斯瓦米的虔诚。初时，他是孟买的一位部长。后来他到德里担任政府部长和国会（Lok Sabha）议长等要职。就这样他在仕途上步步高升，达到一个显赫的地位。纵使他身居要职，他却不持有任何欲望。每一次问及他欲求何物时，他从来没有表示需要任何东西。因此，在政府圈子里，他赢得很好的声誉。这就是为什么政府对他深具信心的原因了。

首先，你应该对神有坚定的信心。自信是第一位；接下来是自我满足与自我牺牲。有了这三者，你就能在自我证悟



的道路上畅行无阻。湿婆拉惹巴迪尔降服一切给神。不论所做何事，他都认为那是神的工作。他之所以能以适当的用字遣词来写出这样的一个美妙的《梵歌》评论，就是这个原因。《梵歌》也强调这三大步骤 -- 自信，自我满足和自我牺牲。研究《梵歌》助你培育自信。之后，一切自然就回归于你，偿你所愿了。所有世俗的志望有如海市蜃楼。《梵歌》是一本圣洁的经书。其实它就是神的气息。人人对神都应该有坚定的信心。然而，人们时或膜拜神，时或因缺乏信心而开始怀疑神，憎恨神。这样的人在真正的意义上是不能被称为真正的人的；其实他们是恶魔。人只有在他对神具备坚定的信心和完全降服的意识之后，他才能够获得心境的平和。只有这样的人，在世上才获得重视和尊敬。你或遍读群书或被邀讲演，但如果你不把所学付诸实行，你是不可能消化和吸收你已学到的知识的。首先你得到神的达瞻，然后培育起信心，接着你膜拜。同理，自我证悟也有三个步骤 -- 自信，自我满足和自我牺牲。当人培育了这三种德性之后，他离完人（Purnatwam）就不远了。这就是 Purnima（满月之日）的真正意义。只有这种完美而无任何污染的境界是 Purnima 的象征。只有在你培育起思想，语言及行为三方面的和谐一致之后，你才能体认真理或真实。缺乏这三者之间的和谐一致，等同于虚幻。这样的一个人不能达到完满的境界。湿婆拉惹巴迪尔把自己感受的一切描述下来，然后印刷成书。由于他是为了自我满足而写下此书，那肯定会赢得崇高的声誉。

把得自书本的所有资讯深藏在你的心念中是无用的。你应该与所有的人，包括你的师长和父母，分享这知识。你应



该跟父母维持亲密热诚的关系。当你爱你的父母并孝顺他们时，你的努力就会得到成果。

《梵歌》的最后的一节诗（Sloka，诗歌）涵盖了它的整个精华。

*Yathra Yogeshwara Krishno Yathra Partho
Dhanurdhara
Tathra Srirvijayo Bhutir Dhruva Neetirmathir
Mama。*

有瑜伽之主，基士拿与挽着强弓的阿周那的地方，就有财富，胜利，荣耀和永恒的道义。

当基士拿和阿周那在一起时，胜利肯定在那儿。今天湿婆拉惹巴迪尔已给了你们《梵歌》至福的，如甘露般的教导。每一天都听到这样的训示，那是你们的福气。人们书写了诸多种类的书籍。有些学生到图书馆去阅读灵性书籍，但有的就喜欢阅读无聊的书籍，如小说等。有些学生把小说藏在课本和灵性书籍里，偷偷阅读。他们展示给人，他们阅读的是灵性书籍而其实他们是在阅读无聊的故事。他们就这样地培育起欺瞒的行为，这是不对的。我们之所以不在图书馆里收藏这一类的书籍就是这个原因。即使把这一类的书搁在那儿，我们的学生也不会去碰触的。他们的心是纯净和圣洁的。如果你怀持那样的圣洁感觉，你将会达到圣洁的最高境界并获得心境的平和。我们所有的学生都很好和自爱。然而由于受到年龄的影响，精神上他们有时会陷于失常。这样的错乱有如过眼云烟，来而复往。一旦这样的思想进入你的心念，你就应该立即把它们赶出去。



我们的大专院校物理系有一个成员，叫高利商羯罗（Gowri Shankar），受邀到匈牙利去呈现他的论文。不是每一个人都会受到这个大会的邀请。有一个高级别的委员会审核呈上来的论文而只甄选那些非常突出者。商羯罗受过高深教育且品学兼优。邀请机构将负责他的所有费用。他赢得了这样一个崇高的荣耀。（值此时刻，斯瓦米召唤高利商羯罗并祝福他说，“赢取好的声誉。”）同样，你也应该培育你的能力而致使其他大学也邀请你并荣耀你。那将令我感到欣慰。你的父母也一样会感到欣慰。你们大家都应该成为这样的好学生。

当你到其他大学去的时候，你应该与他人分享你在这大学里所学到的知识。你可以向湿婆拉惹巴迪尔看齐。同理，你也应该与他人分享你在此所获得的实用知识，及，你在此所过的纪律生活。同样，阿南达普尔（Anantapur）的两个学生因成绩优异而被邀请到美国去交流。邀请的机构将负担她们的一切费用。他们说，“如果你已经结婚了，我们也会负担你的配偶的费用。否则，你可以带着另一个女性伴侣一同前来，而我们一样会负担她的费用。”如此这般，我们的大学生从海外机构收到不少这样的邀请书。你们大家都应该赢取这样的声誉。很高兴。

录自薄伽梵在百善地尼乐园赛古鲁弯礼堂所作的导师节讲道，时为 2008 年 7 月 18 日
英译文：见《永恒战车御者》2008 年 8 月版



只有神才是最终的避难所



Davdass Taurah 于 1976 年 7 月 10 日在伦敦出生，乳名罗森（Roshan）。他的出生给父母的生活带来了无限的光亮、爱与喜悦。虽然略瘦，孩子健康快乐的成长，父母对他抱着很大的期望。但是一个残酷的考验却向着他们席卷而来，大大出乎了他们的意料！

急性淋巴白血病

罗森的喉咙突然疼痛，久久不能痊愈。在这期间他间歇性发烧，食欲不振，双脚也开始疼痛，使这个只有三岁的小孩不时哭闹。罗森的父母被这突如其来的变故吓慌了，赶快送他去伦敦市最好的一家儿科医院——位于大奥蒙德街的儿童医院。他住院留医，医生为他做了一系列的测试。那天是 1979 年 10 月 6 日。



检验结果，罗森被确诊患了急性淋巴白血病（ALL，Acute Lymphoblastic Leukemia）。ALL 是血癌的一种。目前，儿童白血病的存活率约在 25-75%之间，但是在 40 年前，存活率却只有 10%而已。医生善意地告诉罗森的父母，他的 5 年存活率有 30%。面对令人沮丧的诊断结果，他们一时不知所措。任何不能 100%痊愈的几率总是令人失望，而医生也无能为力。

罗森在医院住了三天后，医生劝告他的父母带他回家休养。悲痛欲绝的父母问医生：“你可否让我们知道，我的孩子‘百分之百’的能活多久？”“哦！在这种情况下，我们没有百分之百的把握。实话实说，大概几个星期吧。”

这时，罗森的父亲走出医院，茫然地漫步街头。他要平复心潮，清理思绪，考虑解决问题的方法——如何帮儿子找药物抗病？自从这次漫步之后，他接下来有多次的这种漫步。

在一次的漫步中，他步入了一个赛峇峇中心，这是伦敦市其中一个最大的赛中心，而它就在儿童医院对面。当时峇赞正在进行中，他被歌声吸引着。数周前，他开始听说这位神化身赛峇峇，而这是他第一次接触到峇峇的活动。他坐下参加峇赞，接圣火过后他跟几个信徒交流，并分享他不幸的遭遇。



THE HOSPITALS FOR SICK CHILDREN

SUMMARY

From

QUEEN ELIZABETH HOSPITAL FOR CHILDREN
HACKNEY ROAD
LONDON, E2 8PS
Telephone: 01-739 8422

From

THE HOSPITAL FOR SICK CHILDREN
GREAT ORMOND STREET
LONDON, WC1N 3JH
Telephone: 01-405 9200

From

THE HOSPITAL FOR SICK
TADWORTH COURT
TADWORTH, SURREY
BURGH HEATH 57171
(STD CODE 25)

Confidential

NAME: DAVIDASS TAURAH NO: 527941
ADDRESS: 199 The Avenue, N.17.
DATE OF BIRTH: 10.7.76. PHYSICIAN: Dr. Chessells
ADMITTED: 6.10.79.
DISCHARGED: 9.10.79.
DIAGNOSIS: 'STANDARD RISK' ALL, COMMON IMMUNOLOGICAL SUBTYPE
HISTORY:

Davdass was transferred by Dr. Marshall from St. Ann's Hospital with the diagnosis of acute lymphoblastic leukaemia. 2 months before admission he suffered from a sore throat and anorexia and after a course of Penicillin these symptoms improved. One week before admission he complained of pain in both legs and was limping. His parents also noted that he was febrile every evening. He was seen by his G.P. who noticed his pallor and sent him for a full blood count. This showed pancytopenia and Davdass was admitted to St. Ann's Hospital. Bone marrow aspiration performed the day before admission to this hospital showed that Davdass was suffering acute lymphoblastic leukaemia. He was transfused with 2 units of packed cells and referred to us on 6.10.79. for further investigations, and treatment.
Previous Medical History: Unremarkable. Davdass never had measles and whether he had chicken pox is uncertain. He is fully immunised against diphtheria and tetanus.
Family History: Both parents are healthy and his 5 year old brother is well.
Social History: His parents are from Mauritius but both Davdass and his brother were born in this country.

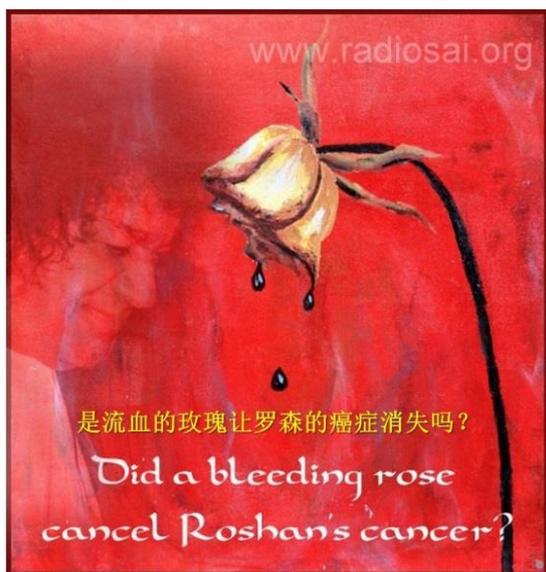
ON EXAMINATION:

He was a cheerful 3 years 3 months old little boy. He was afebrile and in no distress at all. After his blood transfusion he was, of course, pink.
Height 85cms, weight 13.9kg. SA 0.95m². B.P. 105/65. Respiratory rate 22/min. pulse 90/min. There were some petechiae on the upper eyelids but no other signs of bruising. The liver was palpable 3cms below the right costal margin and the spleen 1cm below the left costal margin. He had generalised lymphadenopathy but more prominent in both cervical areas and both inguinal areas. The rest of the clinical examination was unremarkable.

大家也不知道该怎么帮他，只能为他及他的儿子做个特别祷告，然后把摆放在峇峇莲花脚相片下的玫瑰花环送给他。罗森的父亲拿了花环回医院，放在儿子的床边。这时他只能认命接受命运的安排，除了无奈还可以做什么？就在此时，医生传唤他，并劝告他说：“你还是带儿子回家吧，我们已经无能为力，祈求他能够平安无事。”罗森的父母痛苦绝望，心里明白医生言下之意。他们心痛得几乎



要麻木了，而当他们回到儿子的病房时，更触目惊心的一幕出现在眼前。



让医生感到困惑的离奇事情

罗森的白色床单被血染红了，而罗森仿佛昏迷不省人事。医生在他父母的惊呼声中赶到病房。在他多年的从医生涯中，医生还没遇到过这种奇事。更奇怪的是，医生发现床单的血不是出自罗森，血似乎来自那个玫瑰花环，而罗森正甜甜地睡着，并没有昏迷。这件事让每个人都感到迷惑。医生们觉得不可思议，要求他们快点把罗森带回家。

这‘流血’奇事却让罗森的父母添加了信心，他们深信有神力在加持。但是罗森的病情并没有好转，他的症状未能



消失，身体每况日下。他的父母又陷入痛苦和绝望之中，‘流血玫瑰’的加持似乎日渐消逝。

直到某天，罗森精神充沛地醒来，告诉父母他在梦中见到一个身穿橙色长袍，长着一头拖把布似的头发的男人，乘坐直升机在他面前出现。不知道是不是巧合，当天有人告诉他父母，世尊峇峇在 1975 年的 50 岁生日庆典上乘坐直升机给信众达瞻（darshan）。在没有其他办法之际，他们开始给罗森吃大量的圣粉，甚至停止了其他药物。与此同时又发生了一桩神奇的事。罗森告诉他父母说他看到峇峇出现在床边的玫瑰里（根据医生的报告，这是罗森的幻觉。世尊曾说，在世人的眼光里，一个对神的热诚者似乎是一个傻瓜）。

大胆的一步

有一天晚上，他父亲梦见峇峇召见他去百善地，并对他说：“为了证明我要你来印度，明天一早你就会收到已经被批准的护照。” 梦境果然应验了。看到及感应到这一切，罗森的父亲已经完全信服，不必再去求证。两星期之后，他抵达百善地，虽然路途漫长且辛苦，他乐意承受。他不晓得在百善地该做些什么，也不知道几时才回去伦敦。峇峇在梦中的召见会实现吗？他心中没把握。

终于，峇峇示意他到会面室。他上前跟其他受召见的信徒坐在一起。在进入会面室之前，峇峇指着他向大家宣布说：“你们看那个人，知道他是谁吗？他的儿子患了癌症。我是他的医生，我已经彻底治愈他了。”



那一刻，罗森的父亲抑制不住自己，在一群陌生人的面前放声大哭。与他对话的时候，峇峇慈爱地一一揭示他所面对的难题，并保证一切祂都知晓。“你的儿子好吗？”峇峇问。“世尊，医生说 he 病得很重，将不久于人世。。。”他哀伤地说道。“一切都会好起来的，”峇峇语重心长道，“你的儿子已经好了，不必担心。”说完世尊挥挥手变现一些灰色圣粉，交给他让他转送予儿子。

这时，峇峇吩咐他把口袋里的信交上来（他把自己面对的一切难题都写在信中）。他愣怔了好一会才缓过神来，把信交给峇峇，心想峇峇其实已经回答了信中的每一个问题，那封信似乎是多余的。他拜别峇峇，然后启程回去伦敦。

跳出油鍋落入烈火？

我相信读者们都猜想，经过这次百善地之旅，罗森的父亲和家人的信心将更坚定。但事与愿违，老天的考验还不只如此。罗森的病情没有好转，反而越来越严重。他再次回医院复诊，医生对罗森的情况非常不乐观，劝告他们要为抗癌的漫漫长路做好准备。

世尊在百善地给予的祝福让他们看到希望，感受到慈爱。罗森的父母受够了医生的疗程，决定减少对药物的依靠。过了几个月，他们完全停止药物，只用峇峇的圣粉治疗。他们谨记着峇峇的话：我是他的医生，我已经彻底治愈他。



延续的传奇

转眼已经过了 33 年，罗森长得高大健康。停止了癌症治疗多年后，他于 1984 年 5 月 4 日的检验报告显示没有任何异常症状。





Dear Dr. Tank,

Davdass TAURAH - d.o.b. 10.7.76
199 The Avenue, Tottenham, London. N.17

I saw this boy who has been off treatment for his leukaemia for 2½ years.
He remains very well with no abnormal physical signs. We will see him
again in 2 months.

Yours sincerely,

4th May, 1984

DR

罗森和家人对峇峇的爱信心十足，时间和距离都不能动摇它。回顾这些年的遭遇，罗森感谢世尊，借着生病的逆境引领他亲近祂，依靠祂。

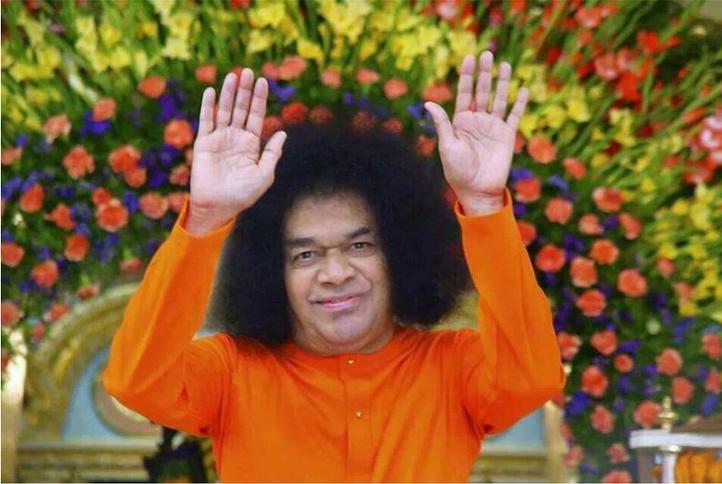
信神，一切的困难都迎刃而解。峇峇在讲道中说：
Nammaka Chedinavaru Unnaru Kani Nammi Chedinavaru Leru,
Leru Leru（有一些人，由于对神缺乏信心，而毁了自己；
对神有信心而失败者，一个也找不到）。

注：罗森在儿童医院的那位主治医生，Dr. Tank，成为峇峇的虔诚信徒，积极地参与英国各个赛中心的义务医疗活动。

摘自：H2H, Volume 11 - Issue 07, July 2013
报导：Aravind Balasubramanya (Radio Sai Team)
图：Mohan Dora (Radio Sai Team)



罗摩是神圣的自性原则



诸位爱的化身！

一个星期的罗摩衍那庆典（Ramayana Saptaha），大家都尽兴地庆祝了。满腹经纶的致辞者，他们的虔诚与热心，以及祭司们，他们纯熟地主持祭拜仪式的执行，使到这庆典在隆重庄严的情况下圆满完成。斯里谢迪（Sri Setty）是整个庆典的策划者和组织者；他提供所有的设备，筹划周全，完整无缺，令到每一个人都感到喜悦万分。（薄伽梵高歌三首峇赞之后，继续祂的讲道。）

静虑于罗摩并赞唱祂的荣耀

不断的静虑于罗摩和赞唱祂的荣耀会给大家带来平和与昌盛。如果大家一起赞唱，而不是个别赞唱，那效果将会更加完美。导师纳纳克（Guru Nanak）因此而开始创立集体赞



唱。个别赞唱远比不上集体赞唱。当很多人共同一心一意地赞唱罗摩的荣耀并静虑于祂时，其中一些人的祈求至少会抵达主那儿而大家都会因此而赢得祂的恩典。所以，集体赞唱超越个人赞唱，获益更大。静虑于主给人带来平和与福乐。因此，你只要静虑于罗摩就足够了。罗摩并非任何特别的个体。罗摩是寓于众生之内的神圣的自性原则。罗摩其实就是 **Atmarama**，阿特玛（自性）的另一个名称。因此，所有的人不论老少都应该静虑于罗摩。有时我们尚且可以看到视觉障碍者念诵‘罗摩，罗摩，罗摩’。给人们带来平和与福乐者就是罗摩的名号。即便是财富，财产或其他任何事物都不能给他带来平和与福乐。因此念诵主的名号比其他灵性修习更好。念诵主的名号及对主的静虑会解除人的一切担忧和牵挂。

泰卢固诗云：

轮回是一种忧虑，来到世间是一种忧虑；世界是忧虑的一个起因也是死亡的一个起因；一切行动和困苦引起忧虑；甚至连快乐也是一个不可思议的忧虑。只有献身于斯里罗摩会终止你的一切忧虑。

是故，不论你有什么忧虑，就静虑于罗摩吧！静虑于罗摩不是什么新的修习。它是由几千年前十车王（**Dasaratha**）开始的。他发下了许多大愿心并执行求子火祭（**Putrakameshti Yajna**），终于应验而获得罗摩化身为他的儿子。十车王的元配夫人是孀萨里雅（**Kausalya**）。她首先生了一个女儿，取名三塔（**Santha**）。十车王把女儿送给好



朋友抚养。她后来嫁给为十车王主持求子火祭的大仙里氏雅思灵卡（Sage Rishyasringa）。

当一边念诵有关的火祭咒语，一边把祭品投入火中时，只见一个发光的物体从火中出来并把一个盛着甜品的器皿交给十车王并且交代他，要平均分配给三位皇后。十车王遵照旨意，分派甜品给僑萨里雅，须弥陀罗（Sumitra）和吉迦伊（Kaikeyi）。僑萨里雅和吉迦伊拿了甜品就径自回到她们的膜拜室去。她们每一人都感到很兴奋，都认为自己的儿子将成为阿逾陀未来的国王。吉迦伊认为十车王会把王位传给她儿子，一如结婚时他所许下的承诺者然。僑萨里雅认为自己是元配，她的儿子当然名正言顺是继承者。至于须弥陀罗就没有这种要求。她是一个美德的典范。顾名思义，她的名字‘Su-mitra’的意思就是，她将成为大家的好朋友。她拿了盛着甜品的碗到阳台去，置于围墙上，然后在太阳底下晒干自己的头发。突然间，一只老鹰自空中扑下，把碗抓走，飞入山中。安佳那蒂薇（Anjana Devi）发现那个碗并吃下甜品。于是她怀孕并生下猴神哈奴曼（Hanuman）。

罗摩与罗什曼那，婆罗多及设睹卢祇那之间的爱的联系

须弥陀罗跑去告诉僑萨里雅与吉迦伊事情发生的经过。僑萨里雅与吉迦伊伸出援手并与她分享她们的甜品。僑萨里雅把属于自己的一半给须弥陀罗而吉迦伊也照做。不久，僑萨里雅生了罗摩（Rama），吉迦伊生婆罗多（Bharata）而须弥陀罗生罗什曼那（Lakshmana）和设睹卢祇那（Satrugna）。僑萨里雅和吉迦伊各生一个儿子而须弥陀



罗则有两个儿子。僑萨里雅与吉迦伊的儿子很快乐地在摇篮里嬉戏，而须弥陀罗的两个儿子则一直在哭闹，不想吃奶。如果我们探询其中原因，我们不难发现其背后的秘密。须弥陀罗六神无主，不知所措。最后，她去求助于圣者婆喜史多（Sage Vasishtha），告知自己的苦恼。圣者婆喜史多闭上眼睛。他的法眼使他立即看到真相。他对须弥陀罗说，“由于你吃了僑萨里雅给的甜品，你生下罗什曼那，他是罗摩的一部分（Amsa）。同样，设睹卢祇那因你分得吉迦伊所给的甜品而诞生，所以，他是婆罗多的一部分。你只要把罗什曼那置于罗摩身旁，把设睹卢祇那置于婆罗多身旁，他们就不再哭闹了。”须弥陀罗照婆喜史多的话去做。于是，罗什曼那和设睹卢祇那就停止哭闹而快乐地在摇篮里嬉戏。这就是罗摩与罗什曼那，婆罗多与设睹卢祇那之间的亲密关系的根基。须弥陀罗的两个儿子，罗什曼那和设睹卢祇那，总是与罗摩和婆罗多结伴，形影不离，其原因就在此。十车王的四个儿子就在这种爱与幸福的环境下成长。须弥陀罗感到欣慰，因为她认为自己的儿子，在长大之后，罗什曼那将会侍候罗摩，而设睹卢祇那则会侍候婆罗多。

罗什曼那伦理道德的最高理想

当罗摩，罗什曼那与悉多（Sita）被放逐到森林时，他们住在班查瓦提（Panchavati），这时一个名叫马里查（Maricha）的恶魔，受到楞卡（Lanka）魔王罗波那（Ravana）的指使，装扮成一只金鹿来到那儿。悉多被金鹿的魅力所迷住，于是劝说罗摩把金鹿给抓起来。罗摩忠告悉多放弃这样的欲望，但悉多不听。当罗摩追逐金鹿时，



他发出一支致命的箭，把金鹿给打回恶魔的原形。这时恶魔佯装罗摩的声音高喊罗什曼那与悉多的名字。悉多听到这声音，力劝罗什曼那去援助罗摩。在离开之前，罗什曼那在隐居处周围画了一条线并发了咀咒，凡越过此线者，不得其门而入隐居处。他吩咐悉多切勿步出隐居处。那时罗波那佯装一个化缘的托钵僧来到悉多所在地。当悉多要在罗什曼那所画的线内施舍食物给罗波那的时候，他拒绝接受并要她走出来把食物给他。由于他佯装饿得发慌，无力步入，悉多于是越过线而把食物给他。罗波那变回原形，然后强把悉多拉上他的空中战车，把她拐到楞卡。途中，悉多把她的珠宝绑在一块布里并把这束珠宝抛下，以便罗摩和罗什曼那得知她的去向。当罗摩与罗什曼那正在森林中寻找悉多下落时，猴王须羯哩婆（Sugriva）捡到这些珠宝，并把珠宝交给罗摩和罗什曼那。罗摩把这些珠宝给罗什曼那看并问他，“罗什曼那！这些珠宝是谁的？”现代的丈夫会持着妻子珠宝的列表，但罗摩并非如此。当罗什曼那看到这些珠宝时，他对罗摩说，“罗摩！我不认得其他的珠宝，但我只认得母亲悉多的踝饰，因为我每一天都敬礼于她的脚下。”（掌声如雷）。

欲望给悉多带来痛苦

当罗波那拘禁悉多于楞卡的阿烁卡树林里（Ashoka Grove，无忧林）时，悉多后悔自己的过错，为之哀叹不已，“噢！为什么那只罪恶的动物会到我们的隐居处附近？为什么我会对那只金鹿起心动念？由于我叫罗摩去捉拿金鹿，才使我陷于这可悲的境地，并因此而被佯装金鹿的恶魔所欺骗了。”但是，在罗波那的拘禁之下，担心和忧虑



又有何用？围绕着她的是是一群面目狰狞的女魔。她们是罗波那派来守卫和胁迫她的。但其中有一个女魔向悉多表达善意，处处保护悉多，向悉多说安慰的话以缓解她的痛苦。那女魔名叫特里加达（Trijata）。悉多感到惊讶，楞卡竟然出现这样的好人！

虽然悉多落在罗波那的手中，拘禁于无忧林里，但是罗波那还是因为惧怕焚身的后果而不敢对她轻举妄动。他尝试胁迫悉多，意图使她诚服，但悉多却不屑看他一眼。当他开始诋毁罗摩时，悉多手中拿了一片草叶并对他说，“你是如此的低贱与邪恶，连这片草也比不上。你竟然敢说罗摩的坏话？”其实，悉多命中注定成为罗波那毁灭的起因。根据她前世的事迹，在她还是一个女孩的时候，有一次她执行苦修仪式，罗波那一见到她就情有独钟，企图把她带回楞卡。于是她发誓来世会成为他毁灭的起因，然后投身火堆中自焚。悉多又在灰烬中诞生并成为国王者纳竭（Janaka）的女儿。悉多的另一个名字叫怀得悉（Vaidehi），意为不执著肉身者。国王者纳竭把悉多许配给罗摩。诸如此类的惟妙惟肖的秘密，在《罗摩衍那》的故事里头比比皆是。

哈奴曼，一个无与伦比的信徒

在哈奴曼启程赴楞卡寻找悉多下落时，他必须先获得某些悉多的特征以辨别悉多，因为他从来没见过悉多。他听说悉多美如天仙，不难辨识，因为在态度举止上，她与楞卡的女魔完全迥异。哈奴曼在晚上进入楞卡，立即到处寻找悉多踪迹。他甚至进入罗波那宫殿的内室，在那儿，他看



到一些穿着得非常单薄的女魔在喝酒跳舞。哈奴曼是一个完美的独身主义者，不把她们放在眼里。目睹此景，他的心念一点也不为之所动，因为他的心念已聚焦于罗摩给他描述的悉多的形相。《罗摩衍那》并非一部普通的小说。许多这样的微妙真理蕴寓于其内。哈奴曼乃诸多高尚品质的象征。他英勇，平静，正直和高贵。在心念与智能的素质上，无人可与之相比。其实，论大师级的人物，无人比得上罗摩；论弟子，无人比得上哈奴曼。他们两人可谓得天独厚，绝无仅有，世上再也找不到第二个了（掌声如雷）。他俩联合起来，所向无敌，共同击败了罗波那。

昨天，一个致辞者谈及《罗摩衍那》的‘美妙篇’（Sundarakanda），描述哈奴曼，其本质为罗摩的一个无与伦比的信徒。当学生们刚才赞唱峇赞，‘Rama Lakshmana Janaki’时，观众在合唱时回应，‘Jai Bolo Hanuman Ki....’，这表达了哈奴曼身为一个理想的信徒的特殊意义。凭借膜拜这样理想的主的信徒，我们就能培育好的思想，好的素质，好的行为和好的品德。教育的目的在于培育品德。在罗摩与哈奴曼身上所看到的高尚人格是值得我们大家时时刻刻静虑深思并向他们看齐的。尤其是，当我们陷于生活中的严峻考验时，我们更应该遵从他们的理想（掌声如雷）。你可以用任何名号去称呼祂 -- 基士拿，罗摩，毗湿奴或湿婆，因为所有的名号都属于祂。

珠宝众多，黄金则一，
信仰众多，目标则一，
牛只众多，牛奶则一。 （泰卢固诗）



同理，名号不同，但神是一。如果你问不同的人的名字时，其中一人或说，“我叫罗摩伊雅。”第二个或说，“我叫罗什马伊雅。”另一个或说，“我叫哥文达巴。”但如果你问神，“你叫什么名字？”，祂会回答，“Aham Brahmasmi”（我是梵）。你也应该这样回答，“我是阿特玛（Atma），没有别的名字。”阿特玛是无属性的。

Nityanandam, Parama Sukhadam, Kevalam
Jnanamurtim, Dwandwateetam, Gagana
Sadrisham, Tattwamasyadi Lakshyam, Ekam,
Nityam, Vimalam, Achalam, Sarvadhee
Sakshibhutam, Bhavateetam, Trigunarahitam.

神是永恒至福、绝对智慧、超越一对对的反义、如天空一般的辽阔遍满、‘汝即彼真理’大格言（Mahavakya Tattwamasi）所指定的目标、一而不二、永恒、纯净、不变的、一切智之作用的见证者、超越所有精神状况及三大属性（纯质 Sattwa、激质 Rajas 和翳质 Tamas）之上，的化身。

体认人类的一体性

由是得知，神是没有任何属性的。祂不生也不死，虽然祂化身为人的形相来到世间。Daivam Manusha Rupena（神寓于人的形相之中）。是故，人非他物而是圣灵。如果有人问你的名字，你应该回答，“我是神，我是神。”罗摩伊雅，罗什马伊雅等名字仅是你父母为你取的名字；那不是天生的名字。其实，你没有特别的名字。人基本是神圣



的。不论神采取罗摩，基士拿或湿婆的形相，实际上，这些都是人的形相。神寓于每一个人之内，不，是以阿特玛的方式寓于每一个生命体之内。Ekatma Sarva Bhutantaratma（寓于众生之内的只有一个阿特玛）。同样的神出现于所有生命体之内。你或许膜拜神的不同名号与形相，但你必须培育起‘神只有一个’的信念。奉献你的敬礼给你所遇见的每一个人。甚至在你遇见一个乞丐时，你也应该向他致敬。他的肉身或以一个乞丐（beggar）出现，但就阿特玛而言，他是不止于此的，比这更崇高伟大（bigger）（掌声如雷）。因此你该向所有的人顶礼，因为同样的阿特玛寓于众生之内。决不视任何人为你的敌人；决不憎恨任何人。

人人都自称为‘我’（‘I’）。我们说，“这是我的身体，我的心念，我的智能，我的精神素材（Chitta, mind-stuff）。”那么你到底是何方神圣？你是神。同样的‘我’代表不同的名字。当我们把这‘I’从中间割开，它就成了基督教的标志，十字架。它象征着除去人的小我或自我。我们说，“我到此来”，“我告辞了”，“我来了”；来来去去有所不同，但同样的‘我’在来去两者之中。因此，你们大家是为一个。要培育 Ekatma Bhava（一体性的感觉）。那才是真正的虔诚。不要培育‘我和你各异’，‘你和我不同’的感觉。如果你想一睹阿特玛的真相，你就得认同‘我’与‘我们’是一样的。然后你会看到万物浑然是一体。放弃‘你的’与‘我的’的不同。要认同，‘我们是为一体’。万物一体，一视同仁。这就是吠檀多（Vedanta）的精髓。很欣慰。



取自薄伽梵在百善地尼乐园古鲁弯礼堂的讲道，
时为 2008 年 6 月 28 日
英译文：见 2008 年 8 月版



少年时期的峇峇



峇赞推荐

佛在灵山莫远求

6 6 1̇ 1̇ 2̇ 2̇ 3̇ | 6 1̇ 7̇ 6̇ 7̇ | 3̇ 3̇ 5̇ 5̇ 6̇ 6̇ 1̇ | 7̇ 6̇ 7̇ 5̇ 6̇ - |

佛在灵山莫远求 莫远求 灵山就在你心头 你心头
Fo zai ling shan mo yuan qiu mo yuan qiu ling shan jiu zai ni xin tou ni xin tou

6 6 6 7 1̇ 7 6 | 5 3 5 7 6 (1̇ 1̇) | 1̇ 2̇ 1̇ 7 6 | 7 7 5 6 - (33) |

人人有个灵宝塔 灵宝塔，只向灵宝塔下修 塔下修若无
ren ren you ge ling shan ta ling shan ta, zhi xiang ling shan ta xia xiu ta xia xiu ruo wu

6 - - 7 6 | ⁶5 - - 3 3 | 7 - - 7 5 | 6 - - - |

求， 就无 忧 息妄 念 唯灵 修
qiu, jiu wu you xi wang nian wei ling xiu

6 1̇ 2̇ 3̇ | 6 1̇ 7̇ 6̇ 7̇ | 3 5 6 1̇ | 7 6 7 5 6 - |

人生在世 欲何求 富贵荣华 不久留
ren sheng zai shi yu he qiu fu gui rong hua bu jiu liu

6 6 6 7 1̇ 7 6 | 5 3 5 7 6 (1̇ 1̇) | 1̇ 2̇ 1̇ 7 6 | 7 7 5 6 - (33) |

法法皆心 宜内视 宜内视 天空 海阔任遨游 任遨游若无
fa fa jie xin yi nei shi yi nei shi tian kong hai kuo ren ao you ren ao you ruo wu

6 - - 7 6 | ⁶5 - - 3 3 | 7 - - 7 5 | 6 - - - ||

求 就无 忧 息妄 念 唯灵 修
qiu jiu wu You xi wang nian wei ling xiu

这首赞歌按原曲《Azhagiya Muruga》填词：

Azhagiya Muruga Neeyae Vaa

Katharulum Theva Neeyae Vaa

Shiva Shiva Bala Neeyae Vaa



Mayilodu Neeyae Vaa Muruga
Muruga (x4)
Vel (x5) Muruga
Vel (x3) Vetri Azhaga
Shiva Shiva Bala Neeyae Vaa
Mayilodu Neeyae Vaa Muruga
Muruga (x4)
Inbamun Thumbamum Nee Muruga
Noiella Vaal Vae Unarul Muruga
Shiva (x4) Bala Neeyae Vaa
Mayilodu Neeyae Vaa Muruga
Muruga (x4)

【赏析】

歌词取自一首佛偈：佛在灵山莫远求，灵山就在你心头，人人有个灵山塔，只向灵山塔下修。

‘佛在灵山莫远求’——灵山并非远在印度的灵鹫山；

‘灵山就在你心头’——其实我们内心的真如自性、就是灵山；

‘人人有个灵山塔’——每个人心中都有一座灵山塔，都有真如自性；

‘只向灵山塔下修’——因此，必须自己向内心好好修行。

这首佛偈告诉修行者所有的道场都不在别处，而在于你的心头。放下心头的欲求妄念，即灵修。

此歌收集在《赛峇赞》CD 系列第 9 辑中，而其 MP3 格式可以从中文组网站（www.sca.org.my）下载。



峇赞推荐

罗摩圣名

1 1 2 3 5 | 6 5 3 1 2 - | 2 2 2 1 6 | 2 1 . 1 1 - ||

罗摩圣名 基士拿圣名 末法 时代 宜 持名
luo mo sheng ming ji shi na sheng ming mo fa shi dai yi chi ming

5 5 3 5 3 5 | 6 6 5 6 3 5 | 1 1 7 7 6 6 5 | 3 5 5 3 2 - ||

专心持名自然 气和心平达 到如 如 不动 了了常明
zhuaxin chi ming zi ran qi he xin ping da dao ru ru bu dong liao liao chang ming

1 1 2 3 5 | 6 5 3 1 2 - | 2 2 2 1 6 | 2 1 . 1 1 - ||

罗摩圣名 基士拿圣名 末法 时代 宜 持名
luo mo sheng ming ji shi na sheng ming mo fa shi dai yi chi ming

. . . 1 1 1 6 5 5 6 | 6 - - - | 6 6 5 3 3 6 6 | 5 - 3 5 6 1 ||

此心看得圆 满 自无缺陷的世 情
ci xin kan de yuan man zi wu que xian de shi qing

5 3 5 6 1 1 1 | 1 . 6 5 5 5 6 3 || 5 6 5 3 2 5 5 | 3 2 1 1 - - ||

此心放得宽平 自无险侧的人情 才华须韁 心事宜 明
ci xin fang de kuan ping zi wu xian ce de ren qing cai hua xu yun xin shi yi ming

这首赞歌按原曲《Rama Kaho Krishna Kaho》填词：

Rama Kaho Krishna Kaho Iswara Rahim Sai Kaho
Buddha Kaho Guru Nanak Kaho Zorashtra Mahavira Yesu Kaho
Rama Kaho Krishna Kaho Iswara Rahim Sai Kaho
Nirakara Tumaho Vishwa Shakthi Tumaho
Sarva Dharma Priya Sai Mahesha Para Brahma Tumaho



【含意】

Kaho: 称诵、呼唤；**Iswara:** 自在天、湿婆；**Nirakara:** 无相的；**Tumaho:** 你是；**Priya:** 亲爱的；**Sarva:** 一切

称诵罗摩、基士拿、自在天、佛陀、那纳克宗师、琐罗亚斯德、玛哈维拉、耶稣的圣名。你是无相的，你是宇宙的原动力。你是亲爱的赛主，你爱一切宗教，你是至上的梵化身。

【赏析】

中文歌词叮嘱我们遵从世尊峇峇的教诲：**末法时代，持名是最有效的灵修。**

峇峇说：神明只有一个，人们以各种不同的名号呼唤祂，祈求祂。每一个名号都有祂的荣耀，祂的成就，祂与个人的关系。有一些人确实会质问以各种名号来呼唤神的恰当性。每一个名号只是表示灵性的一个层面。眼睛，鼻子，嘴巴，手或手指或许可用不同的字眼来表示，但它们都属于同样的个人。同理，每一个名号仅是神的一个刻面，一个部分，一道光而已。

歌词也引用了《菜根谭》的两则语录：

1. “此心常看得圆满，天下自无缺陷之世界；此心常放得宽平，天下自无险侧之人情。”

一个人如果能胸怀一颗圆满善良的心，那么在他眼中的世界将是美好而没有缺陷的；一个人如果能胸怀一



颗宽大仁厚的心，那么他就不会感受到阴险不正的人情了。

2. “心事宜明，才华须韞。”

一个君子的心地像青天白日一样光明，没有什么不可告人的事；他的才华像珍藏的珠宝一样，不轻易炫耀让别人知道。

此歌的 MP3 格式可以从中文组网站（www.sca.org.my）下载。



信徒在峇峇足前献花祈祷（Padha Pooja）



教育彰显我们天赋的美德



在印度这块圣洁的土地上，容忍是真正的美德。在所有仪式中，执着于真理乃最崇高的赎罪苦行。在这国家，其甘甜的感觉就是给予母亲的爱的感觉。人格远比生命更有价值。人们忘了这伟大文化的基本原则而一味地追随西方文化。可惜啊，印度子民不认识自己文化传统的伟大处，就如一只大象不知道自己拥有很大的威力一样。

（泰卢固诗）

一个普通的象夫能嚇住一只威猛的大象，屈服于他，因为大象不知道自己的威力有多大。象夫命令牠坐下，牠就乖乖坐下，命令牠站起来，牠就站起来。同样，人受到俗世虚幻的约制，而由于他不认识自己的灵性，又不认知自己就是阿特玛的化身，于是他得承受各种痛苦和烦恼。



金钱与权威不能带来平和与快乐

人连一个小困难都不能忍受。他甚至连由一处转移至另一处的小事情也感到害怕。当他的孩子病倒时，他心生恐惧。由于他不认得自己的真正力量，他活在恐惧的掌控中。造成这一切的基本起因就是教育的问题。现代教育涉及人的外在世界；它可以造就他赚钱，填饱肚子。它只提供他物质的和短暂的需求。你可以赚取任何数量的金钱，但你不能从之得到心境的平和。最多，金钱只能提供你物质上的舒适而已；它不能带来灵性的福乐。由是观之，在任何情况下，我们绝不应该忘掉灵性原则。如果你坚持灵性原则，即便缺乏物质拥有物，你还是可以体验到平和与福乐。平和与福乐何在？**Hari Bhajana Bina Sukha Santhi Nahi**，只有赞唱神的荣耀，你才能获得平和与快乐；平和与快乐不能得自金钱或世俗的权威。金钱，权威和世俗教育满足你物质的需要，让你过一个世俗的生活。

纵使他受过高深教育和才智过人，一个愚昧者将不会认知他真实的自性而一个卑贱小人将不会放弃他邪恶的品质。

（泰卢固诗）

现代教育只带来争议而非完全的智慧。不能带来永生的教育，受之何益？要追求让你达到永生的知识。

（泰卢固诗）



浪费了这么多年去接受这样的教育，又有何用？人必须追求的是，真理（Sathya），正义（Dharma），平和（Santhi），博爱（Prema）和非暴力（Ahimsa）的人类价值。这五大人类价值对人生而言是极其重要的。另一方面，欲望，嗔怒，贪婪和执着则属于兽性。不幸地，人今天培育的只是兽性而非人性。就算家财万贯，他还是缺乏平和与快乐，原因即在此。是故，心育（Educare）必须受到重视，远胜于其他教育如智育，体育。何谓心育？把人类天赋的素质给引发出来是也。当我们彰显这些素质时，我们就体验到极大的福乐了。

人类价值是人的真正财富

今天，世上有无数的大专院校，有无数的教授及无数拥有博士学位的学者。接受了这样高深的教育之后，他们得到快乐吗？世上有这么多接受高深教育者，为什么还缺乏平和？原因何在？在于他们所接受的教育是针对填饱肚子而已。因此，除了教育外，我们还应该接受心育。教育是世俗的，外在的而心育则涉及内在实体，也就是阿特玛。阿特玛在哪儿？它无所不在。它存在于所有生命体的内心。人基本是神圣的。然而，他却认为自己仅是个凡人，因为他认同他自己就是这肉身。人所有的品质都在人之内。

人的第一个素质是真理（Sathya）。真理的形式是什么？它能被描述吗？它是不为肉眼所能见的。同样，我们也看不到平和（Santhi），但它寓于人心之内。同理，正义（Dharma）不具形式，爱（Prema）也如是。爱在每一个人之内，但不为肉眼所能见。只有在你把爱给他人时，它才



能被体验。有爱之处，就不可能有恨，所以就没有暴力。没有暴力就是非暴力（Ahimsa）。所有这些素质都不具形相，但它们都是一个人的真实属性。这些素质赋予价值给人类。然而，今天，人类怀持错误的观念，以为囤积巨大财富，存入银行，是一个伟大的人类素质。他们认为他们的教育仅止于此。这不是教育的目标。真理，正义，平和，爱和非暴力的人类价值才是人的真正财富。但今天人什么都要，就是不要这五大人类价值。结果，他培育起了兽性。当这些兽性在你之内浮现，你就要提醒自己，“我不是野兽。我是人类。”

你确实是一个人类，不是一只野兽。但只有在你拥有人类的素质时，你才能被称为人类。你可以博览群书，但若你缺乏人的素质，你就不能被称为人。最多，你或可被称为一个学者或一个受过高深教育者，但不是一个真正的人类。那些吸收和实践这些素质的人，他们是名符其实的人类。你或可成为一个伟大的国君，拥有巨大财富与权威。然而，财富与权威不能保护你。即使人获得一切俗世的拥有物，它们不能带来真正的快乐。真正的快乐得自内在的品质而不是外在的拥有物。

你们都知道征服世界的亚历山大大帝的故事吧！他甚至渡过印度河来到印度。从印度班师回朝时，他罹患重病。经多名医生诊治，但都不能治愈。他们告诉他说，他不久将离开他的身体。他统领成千上万的军队，没有一个人能从死亡中把他给救出来。于是，亚历山大告诉他的大臣们和军中将领，在他死后，他的身体用白布包裹，双手置于白布外，然后灵车在其老家的市镇游行。当路人问及国王双



手露在外头的原因时，告诉他们，虽然国王建立了一个庞大王国，拥有强大的军队和多位名医，但是没有人能从死亡中把他救出来，而他得两手空空地离开世界。亚历山大劝勉他们应该宣扬这个事实。同理，即使是一个千万或亿万富翁也不得不空手离开世界。你可以储存你所有的金钱于银行，但最终，你所有的金钱不是落在盗贼的手里就是落在官府的手中。你连一把沙或一粒尘也带不走。

你我是为—体

由于你得此身，你必须赚一点钱来养活它。世俗教育在养身方面是有所帮助的，除此之外没有别的用处。今天，我们所有的教育都是世俗的。世俗教育也是必需的。但是与内在感觉相关的教育是极其重要的。你可以博览群书；你甚至可以把自己所学的传授他人。这种教与学，其范围是有极限的。他不能给人生带来理想。那么怎么样的教育才是人所应该追求的？那就是心育。何谓心育？心育者，彰显吾人天赋之美德也。要做到这一点，你无须阅读任何教科书。

我们应该拥有既有能力传授世俗教育也有能力在心育的道路上给我们指引的教师。这就是我们提供给加入我们大学的学生的教育，与心育结合的教育。你们大家都知道我们大学的第一任校长郭卡克（V.K.Gokak）。在开办大学前，我就认识他了。他经常静虑于斯瓦米的名字并向我学了很多东西。他与其夫人对斯瓦米的虔诚是专一的。每当我到他们家去拜访时，他们经常先带我到他们的祭拜室。郭卡克是一个非常善良和人格高尚的人。这样的一个人格



高尚的人成为我们大学的第一任校长。今天，我们的孩子正欢享他努力所带来的成果。他默默耕耘，对斯瓦米的指令的内容和精神充分遵从和执行。他的长子安尼尔郭卡克（Anil Gokak）后来也成为我们大学的校长。他谆谆善诱，教导有方，学生们获得许多高尚的教导。他一有疑问，总是来找斯瓦米而斯瓦米会为他解疑释惑。安尼尔郭卡克不愧是他伟大父亲的接班人。今天他已完成了三年任期，卸下校长之职。他卸任后或许离开了大学，但在精神上，他将一直在这儿，与大学同在。他与夫人都是斯瓦米的热诚信徒。我们以为我们正在向他们告别，欢送他们。然而事实上，有谁能送他们离开而他们也不会离开我们。不论他们到哪儿，大学的甜美回忆总是烙印在他们的心坎里。他们的心念总是聚焦于斯瓦米而斯瓦米也永远跟他们在一起（掌声如雷）。在这个意义上说，他们一直在此，未曾离开我们。你或许认为我们今天给他们举办一个送别会。不，不是。我们在此唯有欢迎，欢迎，欢迎而不是送别！因此我告诉他们，无论往哪里去，要时时回来这里。打从一开始，他们整家人都团结一致地对斯瓦米虔诚有加。不论他们身在何处，斯瓦米都牢牢地寓于他们的内心。身体上，他们也许跟我有距离，但在精神上，他们总是跟我融合在一起。他是我的而我是他的。我告诉了他，“你和我是为一体”（掌声如雷）。不仅是安尼尔郭卡克，你们所有人都和我是分不开的。

培育信心于你的灵性

你们认为你们都是分开的个体。个体你或许是分开的，但总的来说，你们所有的人都在我之内。所以吠陀经说，



Easwara Sarva Bhutanam（神是众生的内寓者）。Isavasyam Idam Jagat（神弥漫于整个宇宙）。一切生命体都是圣灵的化身，哪怕是一只小蚂蚁。因此，在这世上，无物不是神圣的。

泰卢固诗云：

万物源自真理而融于真理，宇宙中有真理不存
在之处吗？想象这纯净而无瑕疵的真理吧！

一切都是神。惩罚和保护你的就是祂。不要认为有人在惩罚你。不论你从事的任务是大或小，一切都是神圣旨意的指导。因此，你应该认为纵即使是那些伤害你的人也是你自己。万物一体，要一视同仁。肉身和感觉或有所不同，但同样的阿特玛原则寓于众生之内。阿特玛是不能分开的。就像太阳，阿特玛不随地而异，不论是美国，印度，日本，德国或巴基斯坦都一样。现在这里是白天，但美国这时是夜晚。这可说是，太阳只在这里，不在美国吗？当然不。太阳在此也在那。只是它不能同时出现于各处，由于地球的自转。无论你往哪儿看，你所看到的只有一个太阳和只有一个神。神无处不在。你无须到处去寻找神。祂寓于你之内。你应该对神在你之内，与你同在，在你周围，在你上下，深具信心。那些具备这样坚定信心者，触目所及都会找到神。当你念诵罗摩或基士拿的名号时，要把他们的形相烙印在你心里，你肯定会看到他们。当你念颂伽耶特黎真言时，它会赐你所需。其实，只要念诵“唵”就足够了。一切就会如愿以偿。决不要持有神离开你的感觉。如果神离开你，你怎能生活？因此，要确认你总是与神合为一体的。神也以 Ardhanareeswara（男女不分）见



称。它意味着 **Prakriti**（自性，原初物质）和 **Purusha**（真元体，神灵体）结为一体。人易受各种烦恼和痛苦的折腾，因为他更执着于自己的个性或自性。因此，人不应该认为自性仅是自性而已，应该认为自性乃神的彰显。这样，他应该培育起与自性合一的感觉。你不应该认为神与信徒是分开的。绝不要认为，“祂是神而我是祂的仆人。”你不仅是一个信徒而神与你是分不开的。祂是神而你也是神。你总应该有这样的信心，“我是神，我是神，我是神。”

取名只是为了方便辨识而已；它们不代表你真实的身份。说真的，总有一天你肯定会抛下你的名和相而离开。但阿特玛是永恒的。是故，你应该体验阿特玛的一体性。一旦你放弃‘我与我的’的感觉，你本身就成为神了。你说，“这是我的身体。”那么你又是谁？只有当你与你的身体分开时，你才能说，‘我的身体’。因此，你并非身体，亦非心念。你的身体，心念和器官是神恩赐的礼物，让你去体认万物的一体性。神是万物的主宰。其实祂是万物一体的根本原因。如果你以水填满一千个盆，你就可以看到每一个盆都有太阳的反映。但这不能说是有一千个太阳。当你把水倒掉时，你再也看不到太阳的倒影。同理，如果你放弃‘我与我的’的感觉，你就可以排除自我并因此而体验到神的一体性。神是一个，目标是一个。因此，你应该认为一切皆神。不论发生什么事，好的或坏的，利益的或损失的，都要认为那是神的旨意。

今天安尼尔郭卡克辞去校长之职，由新的校长，**Vishwanath Pandit**（维氏万那般迪）接任。般迪拜访过不少国家。他是一个极其高贵的人。他的名字叫维氏万那（**Vishwanath**，湿



婆的另一个名号)！此后他将是我们大学的校长。不要认为安尼尔郭卡克正离开我们的大学到其他地方去。说真的，他并没有离开我们。没有来来去去这回事。在身体层面，很多校长来了又走，但在自性层面，他们一直与我同在。其实我就是他们的阿特玛（自性，Atma）。不要认为一个人走了，另一个人来代替。尽你的职责去做你被指定的任务。这职责培育你与神的关系。其实，职责即神。以这样的神圣感觉去克尽厥职。安尼儿郭卡克也尽了自己的职责把工作做好（掌声如雷）。即便他有某个小疑点，他都会来找我澄清。我们需要这样的肯献身的人。从他父亲郭卡克到安尼儿郭卡克，所有的校长都属于我。所有未来的校长也属于我。这是他们的家。不论他们什么时候到这里来，他们都会得到礼遇和尊重。其实我们并没有遣走任何人。为了学生的利益，我善加利用所有的校长的服务。

我们的学生都很自爱。有些外面其他大学的学生是问题学生。他们与我们的学生是不能相比的（掌声如雷）。我们的学生是不会与他们为伍的。这不意味着我们的学生憎恨任何人。不，他们决不怀有恨意。他们以爱待人处事，遵从斯瓦米的诫命。不论他们到哪儿，他们都洁身自爱，保持他们的独特性。

灵性有如头脑。所有肢体都在它的控制之下。是故，我们所有的学生都必须认为灵性是他们的头脑。老师教导他们的科目。凡他们在课室里所教的，我们都应该烙印在心坎里。决不比较老师的优劣而批判这老师比那老师好。当你放弃所有的差异而行为举止皆合乎理想状态时，你将成为国家未来的领导。因此，你应该怀持平等心而接受你所有



老师的教诲。这是我今天给予你的福音。身口意必须一致。说你所想的而做你所说的。如果你遵守身口意的一致性，你就会成为三神合一的梵天（**Brahma**），毗纽天（**Vishnu**）和自在天（**Maheswara**）的化身了。其实这才是真人。人类的素质在于这三者的一致性。一致性并不意味着几个人组成一个团体。身口意的一致性才是真正的一体性或一致性。那是真正的心育。我们不需要靠课本而得之。你的心是课本，你应该追随之。只有这样你才能成为好人。好人就是神人。不要认为你仅是一个学生。从肉身上看，你是一个学生，但从灵性上看，你是神。

今天安尼尔郭卡克离开我们的大学。但他肯定会回来。不论他们在哪儿，他们都属于我而我也属于他们。此乃我们的亲密关系。要从善如流而以爱，尊敬和欣喜来欢迎新的校长维氏万那般迪。

取自薄伽梵的神圣讲道于百善地尼乐园满月礼堂，
时为 2008 年 8 月 6 日。
英译文：见 2008 年 9 月版。



沈兰芳赛姐（一副刺绣的朝圣因缘）



我于 1995 年加入赛家庭，转眼已 20 年了。想起几年前第一次去印度朝圣的故事也可说是一件奇迹！

记得第一次踏入赛家庭，有一种十分可亲又充满着爱的感觉。虽然中心里印度人多过华人，可是古晋有一种不同的，‘华印一家亲’的氛围，大家感情十分好。很多老人家也一样踊跃地参加中心的活动。我们就以这种互助互爱的精神相处得像亲弟妹一样。



每年华印赛兄弟姐妹们必定结伴一大队去印度朝圣，而我们都会去机场送行。每次送行时，见到比我加入中心较迟的兄弟姐妹们都去印度朝圣了，他们兴高采烈的笑容，让我好生羡慕！



有一年，Bro. Nesa（古晋赛中心最早期的主席）又带了一队华印赛兄弟姐妹们去朝圣。那时我站在登机口的门边，呆呆地羡慕着，看着他们登机，我心酸了。这一幕给 Bro. Nesa 看到，他老人家过来拥抱我说：“不要愁，有一天你会有机会去的。那时我们会陪你去！”经他如此安慰，我深感羞愧，眼泪悄悄掉了下来。我自嘲想，“我可能去吗？有什么本事去？我这种条件，吃饭都成问题。”我那时的生活过得促襟见肘，加上先夫长年生病，凡事我一人承担。那时想去印度，真是一点儿头绪都没有，心情十分失落。

有一天，我走过一间手工艺店，见到他们在刺绣，心想要不然来绣一副峇峇的画像吧！我便拿一张峇峇的相片去问店主可否帮我印一张峇峇的刺绣图像。店主说这要寄到外地的厂才能印，而且厂方一定要几百张的订单，只印一张是不可能的。我请求店主试试寄过去。

一个月后，十分幸运的厂方把图像寄回来了。我摊开一看，老天啊，密密麻麻的，要绣到什么时候呢？我喃喃道，“绣吧！可能绣好时，我也有钱去印度了。”

我一针一线地开始绣，花了整整三年的时间终于把它绣好。奇迹出现了！就在把图绣好的第二天，一直生病的丈夫突然好起来，可以去市场帮我做生意了。也在那个时候 Bro. Nesa（当时已迁居吉隆坡）托一位古晋的印裔赛姐来问我，要参加他们下个月的印度之旅吗？可问题是那时我几乎身无分文，还为衣食忧愁，那有本事去印度，除非天掉下钱来。我便告诉她我去不了，而她也说自己也没钱



去。我开玩笑地告诉她，假如峇峇让我筹到钱，恩准我去印度朝圣，我也会买一张机票给她。

半个月后，Bro.Nesa 回来古晋，我把峇峇的刺绣图交给他请他代我拿去印度。可是他不肯帮我拿，他要我自己亲手带去印度。当时我心里泛起了一个念头：“我求峇峇给我钱去吧。”记得那天是星期五，当天晚上我梦见中心一个已逝世两年的华裔赛兄，他逝世前一直希望与我同去印度，可惜等到他往生了都未能成行。他在梦里跟我说：“Sister Sim，妳也去印度是吗？没钱去吧！不如你买我的车牌吧！”第二天真的开出头奖，让我有了足够的钱买了两张机票，与那位印裔赛姐一起同往印度朝圣。





就在 2002 年百善地的达瞻时，我兴高采烈地亲手把刺绣递上给峇峇。祂用手加持，可是却不接收。我好失望，不过祂在台上说了一句话，“妳绣了三年的图，我让它给人看三百年。”那时我不明白祂说什么，我想，“不要紧，反正有心把图绣好，峇峇也加持了！那就带回去古晋挂在中心吧。”

后来，我们一团人到百善地的博物馆参观，有一位印裔赛兄突然心血来潮问起博物馆管理员说有一副峇峇的刺绣图，可否挂在馆里展示？管理员说不是说想挂就能挂的，要看看有什么特别。管理员看了那幅峇峇刺绣图后，竟然一口答应了。哇！我好高兴，任务完成了，心里感到舒畅、感恩。感恩峇峇赐予我这份刺绣的因缘，让我完成朝圣的心愿。Sai Ram.

古晋，沈兰芳赛姐稿
2015 年





士姑来中心：自我提升课程（STP） 经验汇报

报告：谢雪梅

在士姑来赛中心举办的自我提升课程（Self Transformation Program）是以华语进行。我受英文教育，听不懂学员之间大部分的对话。我坐着观察他们的脸部表情和肢体语言，试图去了解他们在说些什么。从中我得知他们的生活经历，他们的恐惧、困难和疑惑，以及如何成功地克服挑战或面对挫折。

通过观察，观看他们的表情，倾听他们的心声，我获益良多，也对这些学员多了一份尊重。他们的故事让我得以分享他们的内心世界，这不禁令我深思——倘若我是他们，我是否有同样的勇气和决心去面对挑战？这我并不确定。那么，我还有什么好骄傲的？还要抱怨些什么呢？这些学员们让我反省，看清自己，承认自己的不足，并感恩所拥有的一切。我发觉自己无异于他们；难免有时会脆弱，会感觉无助，而这是无可厚非的。有时候，我看到他们眼神里的悲伤与无奈，或勇气和决心，但最重要的是，他们让我看到自己。我以这种方式在 STP 课程中‘提升自己’——从他们的身上我学会谦卑，为此我万分感激。

学员们的改变也令人鼓舞。以前，对我而言，他们只不过是某赛兄或某赛姐，但现在他们露出更多的笑容，更加友善，大家互相扶持分享。其实，这并不出人意料。当大家敞开心怀，分享观念和经验时，自然而然关系就更密切。



每一次的 STP 课程学习都充满了笑声、嬉戏和互相鼓励，就像一个快乐的家庭聚会。这是我看到 STP 在信徒之间所产生的奇妙作用。

总而言之，STP 无疑是赛组织有史以来最重要的一个灵修课程，必须长期举办。毕竟，只有斯瓦米是完美的，我们凡人都必须进修，力求上进。Jai Sai Ram。

以下是士姑来赛中心学员们的心声，分享他们的感受和 STP 如何帮助他们作出改变，自我提升。

陈夏圣:

我发现自己在很多方面都有所改善。我会主动去参与公益活动而不必等待别人的催促；例如，我们中心在一所小学举办 ROSE（英文德育班）课程，我和队友们都很积极，聚思广义地希望把活动办得更好。我也学会优先处理最重要的事，无论它是否公益活动。STP 让我反省自己过往的错误，并努力去改变自己。

侯保成:

我觉得 STP 是一项极富激励性的课程，我尝试把我所学的付诸行动。祈祷和静坐让我意识到斯瓦米与我很亲近。虽然我还没有持续地定时静坐，不过我经常念诵 Gayathri 真言，它帮助我更好地面对生活的挑战。每当我遇到不开心的事时，我就念诵真言，并立即感受到斯瓦米的护佑。

陈妹妹:

我喜欢听学员们分享故事和经验，因为我可以从中学习新知识。这样，我可以借鉴他们的长处，来弥补我生活中的



不足。现在，每当我感到烦恼时，我都能轻易地忆念斯瓦米，降服于祂。

陈柯欣:

我现在说话比较谨慎，以免无意中得罪别人。家里的氛围因此变得更愉快平和。

梁永生:

STP 课程让我受益匪浅。我现在比较少发脾气，变得更有耐心。我学会了放下。

林倫生:

我发现自己没以前那么暴躁了。现在，每当遇到挫折，想要一泄心头怒火的时候，我会让自己冷静下来，控制自己的情绪。

林牡丹:

STP 课程让我对人生抱着更积极乐观的态度。我变得更有信心，内心感到非常平静祥和。

邱明英:

STP 课程教会我很多解决问题的方法。每一个单元和所涉及的讨论内容都关乎我们的日常生活，我觉得很受用。

蔡美燕:

在没参与 STP 课程之前，我对斯瓦米的教义不甚了解。现在，我学到了很多，所以我尽可能出席每一次的聚会。



洪正珉:

自从参与了 STP 课程，我与别人的互动交流已加强，脾气也明显的改善了。

戚月萍:

STP 课程教导我祈祷和冥想的重要。我以前总是以“没时间”为借口，但现在我尝试经常在家里静坐，心灵显得更加安详平静。

纪木英（STP 课程主持人）:

大多数学员都尽量参加每一次的 STP 课程。每一次的聚会都充满着笑声和热烈的讨论，大家都很享受这学习的过程。同时，最重要的是，学员之间相互了解，展现更多的关爱与团结精神。许多学员们开始对修行比较认真和守纪律，例如：经常在家里祈祷和冥想。STP 课程也帮助学员对斯瓦米和其教义有更深入的了解。因此，STP 课程值得大力提倡。Jai Sai Ram。

唯有持续不断的努力才能驯服心灵。

Steady perseverance alone tames the mind.

- Baba



生活的价值

如果一个人还能算清自己的钱像算清自己的价值，
就是还没有找到自己的价值。

“阿龙，公公出门去了，你要记得帮公公喂鸡哦！公公把鸡仔吃饭的时间表贴在鸡寮那儿，你可别忘记哟！”公公叫起来嗓门特别大。弟弟年纪小，大家都知道公公这些话是唸给妈妈听的。

公公喜欢养鸡，可他三两天又想到姑姑家小住，每次出门时最牵挂和放心不下的就是他的那几只小鸡，因此只有劳烦妈妈帮他看顾了。可是妈妈以前帮忙喂鸡时，常爱唠叨，不只因为养鸡麻烦，甘榜鸡野性大，爱乱跑，又到处拉屎，弄得满屋子都是鸡粪臭，实在叫人难以忍受，家里大大小小都怨声载道。

尽管公公养鸡的嗜好受到年轻一辈的极力反对，他还是我行我素的坚持到最后他往生后方停止。

本来公公去世后，我们以为家里就此可以得到片刻的清香了，然而谁也料不到，妈妈竟然到巴刹去买了十几只小鸡来养。妈妈的这个转变说来可真不小，每次煮饭时总不忘交给我煮多一点饭给她的鸡吃，偶尔饭煮少了，小鸡不够吃，我还会被骂呢！

那时候，我心里最不服气，一直嘀咕：自己的孩子竟然不如鸡仔。这是什么世界嘛？然后，我会接着跟妈妈做算



术：“妈，人家养鸡是吃剩肴残羹的，你的鸡还要人家另外给牠们煮饭，你算算看，一斤米多少钱？牠们又要吃几斤米才长大成‘鸡’？到最后，我敢说您的鸡一定比市场卖的鸡还贵。”

妈妈不出声。哦嚟！我可得意极了。我的知识水准总算超越了妈妈。不久，我就到吉隆坡唸书了。

唸书时，住在宿舍里，同室朋友最感奇怪的是我这个人从来都不用闹钟，早上却一定可以准时起床。本来我也没有觉得这有什么稀奇的，经她们这样一讲，我猜那一定是以前家里的公鸡母鸡和小鸡仔早上要吃的叫声把我训练起来的。

我对自己说：下次回家时，一定要找那些放臭鸡粪的鸡仔、鸡爸爸和鸡妈妈谢谢一番。

就在一次假期回家时，一大早我就看到妈妈蹲在院子里，手里拿着一大盆的饭，嘴里又学着母鸡‘咯咯咯咯……’的叫个不停，在喂一大群鸡吃早点。那一刻，我对那群鸡的感动和感恩真的是难以形容。没想到，在我们这些子女个个长大离开家后，这些鸡仔竟代我们陪伴妈妈，成了妈妈的好朋友。

妈妈见到我回来，眼睛一亮，急不及待的问我什么时候再回去。我说：“再过两个礼拜吧！”



她很满意的说：“到时候这两只红毛的应该够肥了，你拿回去吉隆坡给姑婆。”

啊！我的妈呀！我心里暗叫：吉隆坡也有卖鸡呀！我还没出声，妈妈接着说：“吉隆坡哪里有甘榜鸡？自己养的一定比较好吃。”

这一次，我不再跟妈妈争执。或者我比以前笨了，但是我想真正的原因应该是我终于了解，金钱和价值在很多时候，甚至是大多数时候，是没有直接关系的。

妈妈可能花很多时间，甚至以更高的成本来养她的鸡，但是她的鸡在饲养的过程，却给了她很多的快乐，这些鸡不只成了她的生活良伴，成了训练她子女早上起床免用闹钟的专家，也成了她日后给远方亲戚表示关怀爱意的礼物。我想，这些都是金钱买不到的。同样的，吉隆坡或许有鸡卖，但是妈妈的甘榜鸡肯定比较好吃，因为那里面渗有妈妈的爱和一颗真诚的心。

其实，王安电脑公司的负责人王安曾说过这样的一句话：如果一个人还能算清自己的钱像算清自己的价值，就是还没有找到自己的价值。

妈妈虽然不够聪明，虽然没有经济头脑，但是她却活出了生活的价值，也因为这样，她常常使我们这些凡事斤斤计较，自以为了不起的知识青年，自惭形秽。

作者：谢丽华，前韩江校长，现任慈济科技学院人文科主任



谢绝分数 追求童真 贯彻大自然教育

专访：甘马挽港口华小 谢月美校长



家人及贵人给予的鼓励，让港口华小谢月美在无后顾之忧下教育出一代代重情义的爱心学生，如今，来自校友的回馈及爱心言语，成为她人生的阳光，足以温暖一世。

取之大自然，用之校园，港口华小校长谢月美从师长身上汲取‘教育绝活’，将大自然与教育结合一体，坚持最纯的教育理念，以不一样的教育模式贯彻在‘A世代’身上，制造温暖社会的‘爱心世代’。

最好的教材是大自然，在渔村长大的谢月美汲取了师长的教学模式，通过复制方式，秉持承先启后的精神，与港口华小全体师生一起努力，为华社打造大自然味道浓厚，只说爱心，不讲究功利的‘渔村学校’。



讲‘心’不讲‘A’



在物欲横流，凡事讲‘金’的年代，教育工作者要与家长及学生讲‘心’不讲‘A’，必须有足够的忍耐力及说服力，来面对额外的压力及异样眼光。

功利社会的驱使下，多‘A’思维已是一个现实的趋势，要在功利社会制造一股清流，并不是简单的事。谢月美是甘马挽港口华小的‘产品’，她享受过大自然带来的好处，因此，会以同样的教育模式教育下一代，爱心逐渐远播后，吸引有同样教育理念的家长，不惜舟车劳顿，将孩子送到该校。取之大自然，用之学校，在甘马挽土生土长，谢月美就地取材，让渔村学生与绿色为伍，利用港口华小周边的大自然作为教材，将童真还予学生，让他们快乐度过童年。

谢月美简单直接的教育理念，协助孩子找到童真，她谢绝分数比赛，为教育生涯制造很多津津乐道的故事，2009年



港口华小被选为爱心学校，证明受肯定，越走越宽。

头脑单纯吸引力强

“大自然能塑造人格外，也能把人的头脑归零，加强灵活性，成为一个吸收力强的大海绵。”

她觉得，有童真的孩子往往吸收力强，塑造度高，学习能力也相对高。“当年我升上中学时，连什么是成语都不懂，朋友说，四个字的就是成语咯！我当时英文程度不好，连 BOOK 的发音也不准，不过，可能有大自然赋予的能量，我们当时头脑活跃，可以在很短的时间内追上课程，与城市学生平起平坐。



“与大自然接触多了，我们思维没有那么复杂，头脑清静且灵活。升上中学后，我们投入学习时，真的就如海绵一般，将所有文字吸入脑袋内，短时间内追上了学业，不亚于其他城市学生。”



她说，当年的老师都是户外型的，杨昭钟校长和现任董事长陈应祥任教时与教师们打成一片，经常冒险坐船渡河，捉水母捉鱼，充满乐趣。

静思语教学净化学生思维

将口语化的静思语纳入教学纲要，注重学生‘快乐指教’，谢月美相信这样能塑造健全人格的学生。她喜欢简单易懂的静思语，将口语化的语录置入教学课纲内，潜移默化中净化学生的思维，回归淳朴，学习路上会更顺利，吸收能力会更强。

当年她教华文，每天会教导学生一句静思语，然后，会要求学生应用在周记上，训练学生的表达能力，顺道将良好的词句植入他们的脑袋，相信会有用到的一天。

“长年累月与智慧性词语为伍，潜移默化中，慢慢看到学生的变化，无论是思想或者是学术层面。”

身为港口华小一校之长，她建议所有班主任与学生分享静思语，复制她的教学模式，待以时日，学生的文章会越来越好，逐渐出色。

“一个每天想着要竞争的人，会很自我，人格会走偏。”

鼓励学生多交朋友

谢月美说，所有学生都是一样的，没有成绩好坏之分。她



经常鼓励后进班的学生，不管成绩如何，一定要升学，因为交朋友很重要。“我期望学生争取升学的机会，首要目的是多交朋友，特别是其他种族的朋友，因为朋友是无价的资产。”她不停强调，这个世界成绩好不代表一切。她坦承，在学校学术不标青的学生，到社会走了一趟后，会有更高的成就，会回馈母校。

杏坛打滚28年‘子孙满堂’

在教育界打滚了28年，谢月美自侃早已当了婆婆，忙着教育当年学生的后代，子孙满堂。“昔日的学生已为人父母，他们知道我在港口当校长，就将孩子送来，我有时会取笑他们说，是不是当年给我打不够？”

2016年，该校有140名学生，学生人数逐年增加，2015年则有134人；早期，学生人数不足100。

学生感恩心温暖心扉

1987年正式进入教育界，触动谢月美最深的，是学生对她的感恩心。回头与她相聚的学生，还记得她当年的循循教诲，还有不堪回首的‘骂人语录’。

“我依然和我早期的学生联系，他们都长大了，我们用社交网站联系。”

“有一个学生当了理发师，我是他的顾客，我的理发费用比其他顾客低，剪了多年，都是老师价。有一天他突然



说，还记得我骂他的话，我感受到，我的学生已长大了，成熟了，体悟到我当年的话。”

“早期，一个升上中学的学生在我准备离开学校时，突然出现在我的车旁边，他向我道歉，因为没有听我的话中途辍学。他还用打工的第一份薪水买了个水晶球送给我。”

与校友群策群力建校

谈起过去的心路历程，谢月美感恩谢舜源的提拔，当年不断鼓励她当教师，以正确的思维执教鞭。“他是我的中学华文老师，鼓励我们学好中文，做一个有使命感的老师。我进师训之前，他是我的担保人。”她2005年回到港口华小掌教后，谢氏曾任校长，经常分享经验并给予建设性的指导。从督学岗位退休后，他在登州马华爱心基金会里担任要职，时时刻刻关心港小的发展。

她与现任董事长陈应祥合作无间，配合昔日同班同学拿督苏国贤，还有各方贵人，逐渐将学校搞起来，无论是基建或学术成绩，都有显著的进步。

生命中出现的贵人，改变了谢月美的人生，走上了以爱心为主轴的教育轨道，成为了学习典范。

感谢生命中有他们

“一个特别感恩的人，是元生集团总裁林春发，在我工作上遇到阻力时，他总会很正面、很阳光地给予开解，同



时，他也把很多阳光朋友带进学校办活动。”



“赛心育华文组的杨孔伟老师及纪木英老师和他们的团队十年风雨不改，为这渔村学校办活动，激励学生老师，也是我生命中的恩人。”

“我必须感恩教育部爱心教育总策划张瑞慈督学。在她的领导下，我有机会接触爱心教育，明白善待每一个孩子的教育理念，有规划的办学方针，锲而不舍地相信爱心教育能感化孩子，培养人格。”



“在我的精彩人生中，绝对不能少了港口华小爱心爸爸刘格亨。刘爸爸自2005年给予学校和孩子们的真心付出，事事亲力亲为，随传随到，是港小每一个成员有目共睹的。刘爸爸把学校当做第二个家，把港口华小当第二生命。初期，他为学生人数奔波；后来，为学校发展建设劳碌。他以行动感化周围的人，以大爱成就了港口华小，他是撑着港口华小发展背后的巨人。走在港小路上，感恩有刘爸爸与我同在。”



“感恩孩子和背后男人的体恤，让我没有后顾之忧完成自己的理想；还有一群伟大的爱心妈妈，他们的无私奉献真的带给学生及老师很多幸福！”

“感激校友拿督苏国贤离开母校40年后依然回来助我一臂之力，让母校更精彩。”

摘自：南洋商报 ‘精彩人生系列9’
2016年1月27日



爱恨交加的环保



我的启蒙老师是石贤福赛兄，也是亚罗士打赛中心环保运动的推手。那该是 2000 年 6 月期间的事，不知不觉时光倒已流逝了 15 年。

有人说朋友是帮你唤起记忆的人。有些往事，已经在脑里的硬体中腐蚀了，可是邂逅某个关键人物或物件，却会不期然勾起一些往事，让你借此回忆，把当年的事迹，重新回味。

十五年前回收旧报纸、衣服以及塑胶物品，还是一件新鲜事。虽然平面媒体时有报导有关环保课题，如‘温室效应’，地球温度增高等，但对一般市井小民的我们，好比吹皱一池春水，关卿何事。因此要唤醒一群沈睡的人，并不是轻而易举的事。当时我们便议决依‘以身作则’的原



则，身体力行，希望借此影响周边的人，尤其是家庭成员。

环保的意识其实包括五项，即是：婉拒（**refuse**），再使用（**reuse**），修补/理（**repair**），减少使用（**reduce**）以及回收（**recycle**）等所谓的 5R，而其中的每一项的确和赛修行工课中的节制欲望所倡导的概念，不吻而合，因此我们觉得，更应当向赛信徒们，推动环保运动。

万事起头难，何况‘惯性’原本是项本能，非有豁出去的毅力，否则你也许只有五分钟的热忱，在大家鼓噪下，折腾了一阵子，过后就好像没有这回事似的，打回原形。

让我以‘想当年’的心境，回顾走过的这段心历路程。记得开始学习实践环保意识时，举凡每去菜市，必自备三四个不同体积的塑料盒子及一些清洗过的塑料袋。来到了卖鱼虾肉的档口，相熟的档口小贩朋友就会对其他来光顾的人说：“看，这这个 **uncle** 自备了塑料盒子装鱼虾。很环保啊。”原先，我还真觉得腼腆，不好意思，况且我先前对这‘主流’的做法，即是与其应用档口供给的塑料袋，不如用自备塑料盒子，深恐会引发小贩的误解，便自惕要低调，同时也不要介意人家的善意调侃，置之一笑即可，何必认真。

不久，大家也都对我自备塑料盒的举动，习以为常，更何况几星期后，竟出现意料不到的情况。有一天清早，我如常上菜市，居然看到有三两同道，自备盒子和环保袋，出现在不同档口。当时心中委实有点暖洋洋的感觉，咀角必



也绽出自信与满意的微笑，真想趋前与他们搭讪，后又意识未免太唐突，便又作罢。唯又自我调侃：“吾道不孤。”

曾有一次，本打算买些糕点当早餐，选好几块煎饼，却发现忘记带塑料盒，只好硬着头皮，连声向那中年主妇小贩道歉说不买了，但却没说明原由，就匆促地落荒而逃，身后我仿佛听到她嘀咕：“这人像是 short 了似的？”

纵然说过要尽量不用或减少用塑料袋，可是你却会碰见一些情况，逼使你自食其言。更何况有些情况，显然你能不用它，可索性把东西放进篮子，或双手拎着，然而身边的人却非要你索取一两个塑料袋不可，好让东西放得妥当，有条不紊。于是你只好暂时搁置环保措施，苦着脸迁就她，以免引发不必要的冷战。这当儿假若你脑筋灵活，转得快，你必然很快就有了解决问题的方案：何不把这些用过的塑料袋，改天再送回给小贩的手里，那么你不就回归到原点。能悟出这简单的双赢方案，岂不令人皆大欢喜。

其买，我是多么企盼所谓的双赢是绝对的，但造物者弄人，是你始料不及。事缘是我把用过的塑料袋，先洗涤晒干，经折叠后放进另一个塑料袋，方带去巴刹送给一位与我年龄仿若的单亲卖蛋兼多种杂货的阿姨，后者也因我这环保的举动，也向其他的顾客鼓吹环保意识，不仅能藉此唤起大家响应环保运动，同时也可因此省却少许开支，岂不是利人利己。不久事情传开了，于是我每次准备把塑料袋送去再作循环使用时，身边总听到一些冷嘲热讽的声



音：“你的好朋友今天可乐极了，’cos you make her day（你造就她一天的快乐）。”

我在家的后方，即是毗连卧室墙的另一面，置放着长形的铁架，作储放回收的物件，如旧报纸书籍，衣服，书包；各种款式的旧鞋，铁/铝制品，则分门别类放置于环保袋或塑料筐。邻里知道我参与是项活动，也乐于把可作环保的物品，绑扎或用纸箱装妥，拎到我家，倘若我出外就干脆留在门外。怎知却因此引起一些小误会。一些收买报纸及纸皮之类的商贩，每每路过我家时，看见屋前堆放几沓的旧报纸和一些纸皮，以为我是同行。本想向他们道明原由，却始终没碰到一个巧合的时间，在门外见到他们。

全天候的实践环保意识，不仅仅只是局限于塑料制品和一些可作回收的物品，节省能源的应用，以及在尽可能的情况下，减少污染环境，节省能源，也是我们应注意的事项。曾有一次，我晚间上厕所，拎着手电筒进去，孩子问我为何不开灯，我本能的回应：“节省能源啊。”“哪你不就摸黑进去更环保。”

我开始用可再充电电池，已有一段时间。其实，使用可再充电的电池，本是项环保措施，但苦于没有特定的机构回收及妥善处置废弃的电池，却是美中不足的事，这也间接促使一些人裹足不前。你总不能以眼不见为净的把它埋了或干脆抛弃进垃圾桶算了。没有妥善的处理，它‘肚子里’毒性化合物，最终会进入食物链。



因此我觉得这环保的工作，无论你怎么用心良苦的去实践，都难做得合乎你所求。然而世事有那几项是尽善人意？纵然世上最先近的国家如美国，其环保工作，也未必尽善人意，而我们这些还未达到先进指标的国家，又何苦作诸多的苛求。其实，只要环保的工作，能减低对环境的污染，我们即可心安理得，祈望明天会更好便是。

后记：从修行的观点看，真诚並毫无私念的去做，不失为一项为群为己的双赢功课，重点诚如训言中提及，你要以正确的态度去进行，才能在潜移默化中提升自己。

作者：Sojourn 守仁

食物是神，切勿浪费食物。

时间是神，切勿浪费时间。

金钱是神，切勿浪费金钱。

能量是神，切勿浪费能量。

Food is God, don't waste food.

Time is God, don't waste time.

Money is God, don't waste money.

Energy is God, don't waste energy.

- Baba

2015 年活动点滴



吉打州环保植树活动
暨中秋晚会 (18-20/9/2015)



《Baba & I 峇峇与我》访谈录影



柔佛州修学营暨世尊诞辰庆祝会 (21/11/2015)



中文组组员莅临古晋游学 (4-6/12/2015)



认识赛中心

砂拉越州古晋赛中心

Sathya Sai Baba Centre of Kuching, Sarawak



古晋赛中心于1991年由古晋南市市长主持开幕典礼。中心每逢星期一举办华文峇赞，而星期四则办华印文峇赞。星期日的活动有 Gayatri 真言唱诵会，以及儿童道德教育班。在服务方面，中心在多个地区举办社区领养计划，除了为贫困乡民建造或翻新屋子，提供水电、卫生设备及医药服务之外，中心也布施物资给贫困家庭，前往中央医院探访病人和举办捐血活动。古晋的赛峇峇信徒积极到社区和学校推行人文价值教育活动，深得好评。本地一家华文报与中心配合定期刊登峇峇的格言及德育故事。



地址： Lot 65&66, Section 36, KTLD Jalan Batu Lintang,
93672 Kuching, Sarawak

峇赞： 星期一，晚上7时半；星期四，晚上7时半