

# Unity is Divinity

## 一体性即神性

学习指南



沙迪亚赛国际组织

# 目录

前言.....	3
第一章 绪论.....	5
第二章 个人层面的一体性(Vyashti).....	8
第三章 社会层面的一体性(Samashti).....	10
第四章 创造阶段(Srushti)的一体性.....	17
第五章 全能阶段(Parameshti)的一体性.....	18
第六章 给我们的第一则也是最后一则讯息.....	22
赛巴巴讲道(一)：一体性即神性.....	23
赛巴巴讲道(二)：促进社会一体性的服务活动.....	25
赛巴巴讲道(三)：从人到神.....	29
赛巴巴讲道(四)：致力于一体性、纯净性和神性.....	32
赛巴巴讲道(五)：在多样性里看到一体性，就是真正的灵修.....	38
赛巴巴讲道(六)：一体性、纯净性、神性.....	44
赛巴巴讲道(七)：赛的宗教观.....	49

# 前言

「实践我的教导，就足够了。那便是我要的。」

—赛巴巴，1963年10月20日

世尊沙迪亚赛巴巴—普世的导师、爱与真理的化身—教我们如何才能达到生而为人的终极至高目标，也就是明了我们的内在神性，以及这神性是万物与生俱来的。因着对我们的爱，祂给了我们二个箴言：「一体性即神性」以及「纯净即开悟」。要达到一体性及纯净，祂也给了四个神圣的戒律—爱万物；事万物；永远帮助；切莫伤害。

巴巴将祂神圣的名字借给了沙迪亚赛组织，在这个组织内我们成为兄弟姐妹，并藉由遵循上述的箴言及戒律实现生命的目标。巴巴说过只要我们带着虔诚及绝对的信心，我们定可以透过遵循祂的教导，全然、即刻地达到至善。

因此，第11届国际沙迪亚赛组织全球会议将聚焦于巴巴的两个教导，将主题订为：一体性即神性；纯净即开悟。为了协助全球各地的沙迪亚赛信徒提升灵性，特将巴巴关于一体性及纯净最精华的教导，集结汇编成二本学习指南。

## 一体性即神性

第一本学习指南和第一个箴言有关——一体性即神性。巴巴说，就如同我们被镜子环绕，会看见许多自己不同的映像一样，我们周遭显而易见的多样性，也是我们自身—即我们的实像—的众多映像。了解一体性这个重要的原理原则，将使我们的的心灵纯净。透过圣洁，我们获得证悟，不但了解我们的内在神性，也知道所有的事、所有的人也都是神圣的。

巴巴说我们是那同一个神性的不同映像、是那一个不朽自己的不同面向，而我们的本质是爱，爱是我们真实的天性，是神我的自性。虽然基本上是一，一体性却会经由许多方式展现出来。根本来说，一切皆为神(Isavasya Idam Sarvam, All is God)。下一个阶段则是大自然—神是大自然；大自然是神。同一个神性展现于大自然的多样性中，人性则是大自然不可或缺的一部分。一体性也可以展现在个人、家庭、沙迪亚赛组织及社会当中。世尊提醒我们：人(Vyakthi)是社会(Samashti)的一部分，社会是宇宙(Srushti)的一部分，而宇宙是神(Parameshti)的一部分。这个学习指南探索了上述各部分的关联及原则，也教我们如何在那些多样性中看到一体性。

## 纯净即开悟

第二份学习指南和纯净即开悟这个箴言有关。

巴巴说纯净是体验神性及永恒法喜的根本。除非我们很纯净，否则是不可能体验到神性的。事实上，巴巴说所有的灵修活动，诸如无私的服务、虔诚的活动以及教育，都是为了洁净心灵。

要如何培养纯净呢？这才是关键之处。巴巴精妙地阐述过年幼时，便要培养纯净的重要性，以及外在纯净及内在纯净的各种面向。外在纯净指的是身体的层面，包含食物、话语及行动的纯净，也包含一个地方及环境的纯净。然而，光是身体纯净是不够的一纯净的心灵及心智是不可或缺的。巴巴有关如何培养内在纯净(Antahkarana Suddhi)的教导皆列在这个部分。在祂无尽的怜悯之下，世尊建议我们在日常生活当中，按照确切的步骤去培养十种不同的纯净，祂也指示我们如何灵修，诸如持名(Namasmarana)、无私的服务、冥想等。

学习指南也包含了巴巴对于在培养纯净的过程中，碰到困难时的告诫。祂警示我们在从事灵修活动，如唱圣歌、服务活动、读书会时会遭遇的困难，并提供实用的解决方案去克服障碍。祂指引我们如何在日常生活的思、言、行当中实践纯净。

学习指南阐述了爱是培养纯净的基础。我们的爱愈多，便会变得愈纯净。最后也有简短讨论，如何效法不同的灵性大师、圣哲、圣徒，学习如何达致纯净。

## 结论

上主所赐与的实用忠告是如此的简单而美妙，不论何时、何地，对所有想要在灵性上有所精进的信徒来说都弥足珍贵。整个来说，祂的教导对社会及世界的永续和平及繁荣也是非常实用的。

让我们探究祂甜美的教导，虔诚地藉由讨论、读书会及工作坊来了解个中的道理。让我们下定决心带着一体性向前行，希望能在此生达致纯净、体验神性。

**Jay Sai Ram.**

以爱为赛服务

瑞迪博士

百善地议会主席

国际沙迪亚赛组织

# 第一章 绪论

## 第一节 何谓一体性？

### 了解准则

#### 一体性的基础

所有生命都受到依附关系的影响，但人类有能力脱离它，获得自由，人类内在的神性力量可以让依附关系转换为自由，虽然人类似乎有更多表达神性的力量，但事实上，宇宙中的万物都有潜在的神性，正是这种无所不在的潜在神性，为另一种清晰又令人困惑的多样性，提供强而有力的一体性，我们所见的仅是肤浅的表面，而真相往往隐藏其中。

以看透真相的双眼观看世界，会发现一切事物是一，且都有神性。印度哲学的不二论(The Vedanta)说到，自性(Atmic)原则是多样性中的一体性，就如同灯泡有许多种类，但其中的流变却大致相同，而人类却因为无知，所以无法了解一体性的原则，人性的真谛在于可以在多样性中了解一体性。你必须培养正确的视野 (samyak drishti)才能拥有一体性，这是佛陀的首要教诲。

#### 一体性不是事物的综合体，而是一种体悟

一体性是什么意思呢？它并不是很多事物的综合体，而是对完整合一事件的体悟。当你被镜子环绕，你会看到自身各种映像，这些都是你不同的形象，但却不是事实，提出问题以及给予的答复，两者的本质都是一致的，因为它们可以连贯为一体。

吠陀(The Vedas)中有说：我是梵(Aham Brahmasmi) 以及「彼即汝」(Tat Twam Asi)。这两个有关吠陀(The Vedas)的宣言也标明两件事：「我和梵」以及「彼即汝」。真正的智慧是洞见清晰事物的能力：非一分为二的经验才是智慧的真谛，未察觉一分为二的特质忽略潜在的一体性，是一种无知，将事物一分为二并非真理。佛陀仔细推敲后，最终得到「我是我」的结论，这才是真实的体悟。

### 实践准则

灵性的智慧可以认知到万物的一体性，因此，对于同样一事物，他人的感觉也会成为个体自身的感受。

### 范例

我们只有一个太阳，但我们却能在各地的水面上看到阳光的倒影，不论是在河流或是任何容器中，把水倒入盘子，而你甚至可以在水中看到太阳的倒影。难道这是因为太阳在这盘水中吗？不是的，那只是太阳的倒影罢了，同样的，自性(Atma)也是唯一的，心理、智能、潜意识和自我的意识就像各式各样的容器，因此，神性是唯一的。

## 第二节 为什么一体性重要呢？

### 了解准则

#### 一体性是为了要免除世上的纷乱与冲突

在现今的时代，我们看到纷乱、暴力与冲突，世界仿佛就像身患多重疾病的人，而究竟什么是解药呢？人们必须摆脱私心、贪婪与其他源自内在不好的特质，人们必须培养仁慈，以达到纯净的目标，透过纯净的心，人们会获得一体性，而后到达神性的境界，因此我们必须根据以下四个基础上经营生命。

当人们忘却一体性，争执与冲突就发生了。因此，我们是时候转化这种现象了，如此，一体性才得以重生，伴随着一体性的是纯净，当一体性与纯净共存的时候，神性就得以展现了。一体性、纯净与神性会使人们得以体悟 Atma Principle。奥义书(The Upanishads)，特别是鹧鸪氏奥义书(the Taitiriya Upanishad)，最终便解决贯彻自性(Atma)原则，达成如此的境界，必须透过自性(Atma) 原则培养信心。

神创造万物的一体性，而人类却从中衍生很多不同的样貌，因此，一体性正是我们需要的。

#### 摆脱自身不正当的想法

经历牺牲的过程让你了解，我们的真实人性是宽宏仁慈的，仁慈指的并不是捐钱给个人或是机构，而是摆脱所有不正当的想法，宽宏仁慈的心会转化为纯净，一体性于此而生，一旦获得一体性，便达到神性的境界。

#### 扩张我们的爱

每个人心中都有爱，爱的形式是什么呢？爱的本质又是什么？当我们仔细分析，便会发现人类不是唯一拥有爱的生物，所有生命都有爱的能力，每个生命都被赋予崇高如神性一般的爱，为了要培养一体性和纯净，人们必须摆脱愤恨，才能理解真谛。

世上的所有事物都会有所变化，而爱的原则却不会有变化，爱是唯一真实且永恒的快捷方式，它会引领你到神性，神性遍布于人体各处，但只有在了解一体性的原则之后，我们才能真正把神性具象化。

#### 与幸福感接轨

人们扩张自我，是现今普遍的现象，我们的欲望变得无穷无尽，因此，我们的心中仅有自私，容不下同情理解的能力，这也是何以人们无法洞见自性(Atma)与获得幸福。

#### 经历不二论(Advaita)

商羯罗了解到我们必须倾全心力，摆脱任何一丝自我和所有非黑即白的想法，才能了解非一分为二的真谛，所以，练习瑜伽让我们与神同行、得到奉献精神 and 无私的行为，瑜伽让人们预备心境，我们因此能领悟自身在浩瀚宇宙中的真实一体性。根据商羯罗，这些经历会增长我们的智慧、洗涤情绪和净化内心，非一分为二便是我们对万物神性彻底觉悟的成果。

### 实践准则

#### 修正我们的灵修方式

我们必须接受一体性的熏陶洗礼。面对任何萍水相逢的人，你说：「他是我的兄弟、姊妹。」如此，你便可认知到，四海之内皆兄弟，并且贯彻一体性的理念。所有人都是神的儿女。因此，一旦你和他人之间产生了嫌隙，记得提醒自己，你不是完全独立于他们的个体，试着想想，万物是合而为一的，因此我们要获得一体性和经历幸福，在歧异中洞见一体性，这便是

神性和真实的灵性。研读经文、参与仪式与敬拜等等，并不能代表真实的灵性，认可自性原则和一体性的能力才是真正的灵性，当你理解一体性，你便因此得到神性的恩典。

### **坚定我们的信念**

当人们得以契合自身状态时，便不会自私自利，也才能理解内在神性。造物者的多元是个不争的事实，即使是双胞胎也不会相同，但多样性不应变成歧异和争端。我们必须知道，一体性意味着多样性，这种一体性是建立在现存事物的神性。而唯有对神有信心，才能完整了解一体性的意义。

### **培养博爱**

你声称你是奉献者，但若你存有厌恶、怒气、忌妒、伪善、恶意，这种声明又有何用处呢？这些恶的本质会损毁你的人生。你必须以微笑和别人对话，发展一体性的精神，永远以爱万物。当你以这种方式爱每个人，任何厌恶、怒气、贪婪等等的恶，都不再与你为伍。

不以厌恶待人、不挑别人的错。摩诃般若多史诗(Vyasa) 有十八部往世书(Puranas)巨作，其中总结：善待人是唯一的真谛，以恶待人是罪过。

当你无法行善时，至少避免邪恶的作为，因为这本身即是善事。别找出不同点，因为即便是不同国家间信念和阶级的差异，人类的内在渴望其实都是相同的，如此生命的目标，意味着人得以透过爱理解神，了解爱的面貌。

另一个指引是：留意自我发展和更正错误，胜于他人的善与恶，当你自己变好的时候，会有充分的时间思索他人的善行，而尽力把喜乐(Ananda)带给别人，避免让他人受苦，是重要的目标。

### **在所有地方看见神性**

现今的人们有许多私心，没有私心，甚至就无法向前行。唯有摆脱私心时，你才能体悟神圣的自性原则，并走在通往神性的路上。

## **范例**

### **罗摩(Rama) 和喇西玛那(Lakshmana)**

罗摩(Rama) 和喇西玛那(Lakshmana)、波多罗(Bharata) 和夏楚格那(Shatrughna)之间存有强烈的爱，所以他们无法和彼此分离。这是何等强大的力量啊！当你不跟对方讲话，也不发展一致性，你将会一无所有。

若有敌意从你心中油然而起，试着彼此调整，信徒应该以适当的理解调整自身行为。即使他人批评你所信靠的神，也不要回应这些评断，只要想着，你的神已担负评论家的角色，对神来说，赞美和指责在神的眼中并没有异同。

### **持国王(Dhritarashtra)的思维**

当人们了解神性是全能的，则习性的自私或是分裂性便会被拒于门外。当持国王(Dhritarashtra)区分「他的」儿子和般度族(the Pandavas)的时候，就显示了他的盲目忽视一体性，而一体性包含世界的多样性。

## 第二章 个人层面的一体性(Vyashti)

### 了解准则

#### 思想、言语和行为的一致性

天堂与地狱都取决于人类的行为。身体是三项元素的居所：心智(manas)、言语(vak)和行为(四肢与器官)

通往心灵成长的第一步是达成思想、言语和行为的和谐性，适当整合思想促成人本主义的生成和表达，若无法连结思想、言语和行为，会导致自我欺瞒、伪善和心灵崩解。换句话说，心灵和身体活动的连结，在灵修活动方面扮演重要的角色。

思想、言语和行为的一体性是人的指标。

当言语和思想一致时，两者成为真理，当言语转换到行动，便成为了正确的行为。

我们说：「了解人们最合适的方法就是透过人本身。」头脑、心灵和手应该要彼此协调达成和谐，这就是 3HV，这展现人类最高的价值。

### 实践准则

#### 思想、言语和行为的交互作用

面对特定事件，你如何决定它是否是正确的行为(dharma)呢？方法是促使心智(manas)、言语(vak)和行为(四肢与器官)的达到和谐，也就是说，根据言语付诸行动，依据感觉说出感受。

从意识中解放的思想必须透过言语表达，如果内在感觉和说出的话语不一致，那么那些言语可以被视为真理吗？很明显的，那种言语不是真实的，当行为和言语不一致时，就造成 adharma(不正当的行为)。，真理和正确的行为可以展现意识深度。

别否定你的意识。不要以错误的外衣覆盖你的思想，不要强制奴役你的意识，或是用意识不接受的方式来压抑意识，如果合乎这些理念，就是正确的行为(dharmic)。

若时常做对的事，事情就会变得越来越简单，而习惯就会成为意识，一旦你建立正确的行为，你会自然而然地做对的事，你如何做一件事取决于你自己本身，而你之所以是你，取决于你做什么事，这两个元素彼此有紧密的交互作用。

### 范例

#### 阿迪·商羯罗(Adi Shankara)

瓦拉纳西(Benares)的印度教教士(pandits) 为学者在圣城里规划大型集会，许多学者都盛装出席，而商羯罗(Shankara)却穿着简单，身穿及膝的缠腰布(doti)和覆盖肩膀的衣巾。其他印度教教士看到他的时候，都觉得那是个笑话。，有些教士说：「他甚至都没配戴金刚菩提子(rudraksha mala)，教士应该要有气势，而这位小伙子可以告诉我们什么啊？」因此他们如此问他：「我们知道你精通吠陀(the Vedas)和圣典(Shastras)，是一位文法修辞和逻辑的权威，也是不二论的倡导者。」

接着，商羯罗唱圣歌，指出物质生活转瞬即逝的本质，并且放弃所有世俗欲望，他声称教士们也必须有这样的思想，应该放弃对财富的渴望，而这也是行为的结果。「放弃对财富的渴望，展现对神的渴求。」商羯罗义正辞严地说，接着，他清楚解释不二论的形上学。



所有教士和他们的信徒都对于年轻商羯罗的表现感到惊讶，他们发现他不仅是一位好老师，也将思想付诸行动，如商羯罗展现思想、言语和行动的一体性和纯洁性。

许多教士因此请教商羯罗许多问题，而商羯罗轻而易举地回答所有的问题，他说道，不二论意味着灵性的一，而能够意识到这样的一就是真实的智慧 (jnana)。灵性的智慧本身即是真实的智慧，然而，当今的教士却没有体悟到这个道理，

商羯罗指出，虽然有许多名字和形式变化，但自我(Self)是唯一的，那个自我存在于每个人心中，他跟所有的教士说到纯净的心重要性，并跟随意识的指导做出行动，商羯罗清楚地表明，不论有多少不一样的信仰，神都是唯一的。

## 第三章 社会层面的一体性(Samashti)

### 第一节 家庭中的一体性

#### 了解准则

##### 家庭和世界的连结

家庭是世上最重要的单位，如果家庭的功能健全，那么世界也会顺利运作，而即使家庭关系有极小程度的受挫，世界也会因此有所动荡，一体性给予家庭成员力量，因此，每个家庭都要努力达成一体性，并和彼此和谐共处。

和平源于家庭，当家庭中成员相互理解、关系和谐，那么和平便会散播到小区，并再扩展到国家和世界上，因此，一体性是今日的首要目标，它带来喜乐和和平。

#### 实践准则

##### 理解和调整

理解他人并以此调整行为是促成和谐家庭关系的必要条件，例如：若夫妻间理解对方，那么妻子便不会太在意丈夫的晚归，妻子反而会在焦虑地等待丈夫归来时，猜想或许丈夫正忙于工作或是遇上塞车，然而，若夫妻间没有好好了解对方，那么即使丈夫只晚了几分钟回家，他们也会因此有争执，唯有在相互了解的前提下，才有可能修正与调整行为，对于学生间、老师间或是家庭成员间，相互理解都非常重要。

把你自己认定为家庭中的兄弟姊妹，但不要因此停下脚步，尝试超越亲情层面，达到自我的一体性，屏除所有的自私自利，并将服务活动视为生命的终极目标，服务必须成为你的呼吸的一部份，你必须成为理想的服务者 (sevaks)，并竖立标竿。

#### 范例

##### 五根手指

任何事都可以藉由一体性达到，举五根手指为例：唯有在五根手指彼此合作时，我们才能完成一件事，俱卢族(The Kauravas)人口有一百人，但是他们并非依着正当理由聚集。所以他们最终的命运如何呢？相同地，《罗摩衍那》中的婆梨(Vali)和须羯哩婆(Sugriva)其实是兄弟，但他们对彼此心生厌恶，最后，婆梨(Vali)在罗摩(Rama)的手中结束他的一生。

##### 般度族

他们可以获得克里希那(Krishna)的神圣恩典，所以团结一致的心，可以完成许多事情。

## 第二节 沙迪亚赛组织中的一体性 了解准则

### 沙迪亚赛组织最重要的责任

沙迪亚赛组织最重要的责任是提倡一体性，因为这是沙迪亚赛组织最重要的神性元素。若没有了解这个基本原则，则有关「服务」的讨论都是空谈，如果没有好的思想和感觉，则服务就缺少了神圣性，拥有纯洁、无私与平等的心，才能将服务变成好的行为 (dharma)。

在沙迪亚赛组织中，一体性和相互信任是必备的，唯有一体性才能增进世界福祉，如果无法符合这个目标，那么你怎么服务别人呢？让自己拥有宽容的心，而透过爱，去除不好的特质。

沙迪亚赛中心 (Sathya Sai Seva Samitis) 唯一的目标就是一体性，但是组织扩张危及中心，十个人发展出十一个组织，就如同政治会造成分歧、竞争和人们要求拥有权力。这些人因为贪婪而出现。人们无法阻挡政治选举和政党的感染力，而这样的想法则不容于致力于达到灵性一致的组织。

### 无私的服务

沙迪亚赛组织需要依据以下的重要原则运作：蕴藏在每人内在的灵性都必须是相同的自性 (Atmic)。

### 道德是重要的，而非金钱

人们会回避抑制自身欲望的议题，而捐钱给沙迪亚赛组织，其实，我们从来不渴求金钱，沙迪亚赛组织的目标是希望人们可以竖立典范，我们必须渐渐地转换我们的思维以达成这样的目标，摒除一切对阶级、信仰和国家的歧视。

## 实践准则

### 跟随沙迪亚赛组织的人们

铭记组织的声望和荣耀，你做的任何事，无论好坏，都反映沙迪亚赛组织，真诚的行为可以维护组织的尊严，组织成员之间不得有任何争吵，解决争执的方式就是透过爱和理解，爱就是神，我们必须活在爱中。

### 谢绝政治

不要让竞争和派系之争侵入沙迪亚赛组织。

你参与的活动不应该有政治色彩，若和许多人建立连结，那么这一切活动就变得政治化了，这并不是我所乐见的，不论你们在何处，都要为着传唱圣歌齐聚，不要滋长分裂的因子，所有人必须团结一心。

### 三个重要的特质

人应该要有什么样的特质呢？

沙迪亚赛组织成员应该要有什么样的特质呢？他们的心要像奶油一般柔软、意念要像月光一般清凉、话语要像蜂蜜一般甜美。当你有这些特质时，你就有资格成为沙迪亚赛组织的成员，这些特质便可以展现神性。

不要为了在组织中赢得权威而建立政治派系、小团体、散播丑闻。不要为了赢过别人而建立派系，即便你被毁谤了，也不应该破坏这样的平衡，忍耐毁谤和谣言丑闻，根据 Vishwamitra 所说，愤怒是灵修活动的主要敌人，愤怒会耗损为期三个月的健康和做事效率。

## 实践准则

### **Yudhishtira**

许多人需要了解坚战（Dharmaraja，般度族年纪最长的兄长）所秉持的原则。

有一天，当克里希那(Krishna)问到他的弟弟的所在时，他回答：「有些人在哈斯蒂纳普尔（Hastinapura）城，有些则在森林里。」

克里希那很惊讶地说：「坚战，你在想什么？你五位所有的弟弟都在森林里，这是你知道的，没有一位在哈斯蒂纳普尔城。」

坚战说：「神啊，请原谅我，我们一共有 105 位兄弟。」克里希那假装把他说的话当成错的，他再数一次，并且问他为什么要多加一百位。

「我父亲有五位儿子，而父亲的弟弟持国王（Dhritarashtra）是位盲人，他有一百个儿子，当我们和他的这一百位儿子争吵，是我们五位兄弟对上对方的一百位兄弟，如果我们不争吵，我们便有 105 个人的力量。」

因此，当厌恶和贪婪出现在争吵中，则兄弟便分离了，当今，许多地方都有分裂，甚至在我们的组织单位里也有分裂，而愤怒、忌妒和分裂都会快速生长，这是自然的现象。

### 第三节 信仰的一体性 了解准则

#### 真理只有一个，但信仰有很多种

所有的人都隶属于同一个信仰，那就是「人的信仰」，对所以的人而言，神就是父亲，因此身为神的儿女，我们是兄弟，因此，这次集会和家庭聚会，这种聚会并非根据特定国家或宗教，而是不同思想的汇集之处，这个聚会跟任何一个文化或是哲学都没有关联，而是和各种信仰的神圣生活有很多关系，集会的目的是要看见神性中的一体性。

吠陀教导我们必须爱神并敬仰祂，圣经教导我们必须为和平祈祷并培养仁慈的心，可兰经告诉人们怜悯受苦的人，并且将自己降伏于至高的神面前，佛经教导我们自身内在的荣耀，领袖必须向他的学生传授这些思想和例子。

#### 造物的一体性

世上有不同的宗教，但所有宗教都有相同的目标，也就是神。服饰有很多类型，但质料都是相同的，同样的，个体和动物有许多样貌，但是生命的力量基本上都是相同的，展现如此造物中的一体性就是所谓的自我认知的宁静 (jnana samathva)。

#### 所有宗教的基本真理

不论来自于什么国家或种族，所有宗教阐扬的真理都是相同的，哲学思想或者实践的方式或许有许多种，但是它们的终极目标只有一个，所有的宗教都宣扬神性的一体性，并且培养超越阶级、国家、种族和信仰的爱，忽视这个重要的真理会让人变得骄傲和自我中心，而这种现象就会分裂神性，并制造混乱，把无限的神性分裂为许多部份，这会违背神性的原则，以神为中心的生命基础必须是神圣的自性(Atman)，而肉身就是灵性的居所。

社会生活也必须遵守这样的灵魂基础。然而，人们会仅仅以肉身为真理的基础，唯有改正这样的错误，人们才能修正自我，人们必须了解，个体和社会都展现神圣意志，而神性充满宇宙间，唯有理解这样的真理，人们才能不再以自我为中心，并以应尽的责任为人生志业，社会不应该成为自私个体的居所，而是由一个社群，这个社群能以神性为指导原则。

随着科学的进步，人们觉得自己主宰宇宙，并往往忘了神性。人们想了解万物的神秘和神性，因此登陆月球、到外层空间，但虽然已到了外层空间，却也因此发现宇宙的浩瀚知识已超越人们智力所及，当人们发现越多宇宙的神秘讯息，就越能体会到神是造物主，也是万物的起源。

所有宗教都认同这样的真理，人们可以做的只有在自我有限的知识中不断获取新知，学习了解无形且无限的真理，并且学习敬拜与爱神。

所有宗教教导的都是一个基本的信条：屏除自我中心、追寻小确幸的欲望，每个宗教都教导我们要让自己充满神的荣耀，且把虚荣心驱逐于外，宗教以脱离依附和有所区分作为教导依据，人们可以因此有远大的目标，并得到自由。

相信所有人都是被唯一的神鼓舞，而所有信仰荣耀这位唯一的神，所有语言形式都可以描述唯一的神，不同信仰、国家的人们都培养合一的态度 (Ekabhava)。这就是我带来有关爱的讯息，也是我希望你铭记在心的智慧。

所有宗教都希望人们可以洁净内心、去除邪恶、贪婪、厌恶和愤怒，一旦达成内心净化的目标，可以得到恩典这份礼物，被自我中心荼毒的心会产生优越感和自卑感，若有人宣称他所信仰的宗教比较神圣，则代表他忽略了信仰的核心价值。就如同树叶、花朵和果实只专属于

特定种类，但注意树干，你会发现树干间有很多相似处，同样的，灵性活动(sadhana)揭示所有宗教的一体性，当然，那是一条艰难的路，但那是一条所有人迟早都要面对的事情。

### **因为宗教产生的世上纷争**

宗教并非纷争的根本源头，纷争和仇视是因为自我无限扩张，而宗教的任务便是消除这种不好的倾向，所以，宗教必须被支持，而非谴责，该被谴责的应该是那种狭隘的态度，人们因此因为持有不同意见而相互仇视。

宗教战争在忽视和贪婪氛围中滋长，当人们无视于一体性的真理，便会开始恐惧陌生的接触，而培养爱人的心，可以让人们了解世上只有一种阶级和宗教，也就是称为「人性」的阶级和「爱」的宗教，正因为没有任何宗教宣扬暴力，或者鄙视爱的力量，所以我们不该将纷乱归咎于宗教。

你相信吗？在 25 到 30 年间，人类会变成单一的群体，也就是说，信仰印度教、伊斯兰教和基督教的人会变得一致，世上会变得完全一致，为神奉献的精神起源于印度，这样的精神会散播到全球——把这个真理铭记于心。

## **实践准则**

### **培养相互的尊重**

不论彼此的宗教为何，我们必须尊重对方的信仰，若无法尊重对方的信仰选择，则代表这个人不是他所信仰的宗教的真正信徒，严谨地遵守自身的信仰教条是不够的，而是必须尝试了解不同宗教的一体性，唯有了解这样的一体性，人们才能体会神性，宗教不应该有强迫性，而是必须以平静的形式被讨论，不要认为某人的宗教拥有比较优越或是低落的地位。我们必须完全消除因为宗教而产生的纷争，因为宗教的缘由而使彼此产生隔阂，就是违反人性。

### **以无私服务他人**

不同信仰间的差异是怎么生成的呢？不同宗教的创立者过世之后，他们的信徒违反这些创立者的教诲，因为自私自利而和彼此争执，随着时间流逝，信仰分裂，因此产生不同教派，这样的结果并不是宗教创立者的错，而是个人的自私。

人们必须首先屏弃自利和自我中心，他们必须培养爱和同情，有了爱和同情，我们才能把自己视为和平的爱好者和世界的福祉，服务他人时不能有所差异，你必须准备好牺牲自己，这样的牺牲会让你变得更高尚。

### **参与集体性灵修**

学习活在爱中，和彼此和谐共处--这是基督教和伊斯兰教的基本教导，锡克教领袖比较倾向群体祷告，而非让个体独自祷告。当众人集结并向神祷告，这样的祈求会使神动容。在大型集会中，至少会有一个人以纯净的心祷告，因此，信徒应该参与社群，他们必须参与社群服务，并将自己奉献于社群中，而这样的奉献高尚的。

## 第四节 社会的一体性 了解准则

### 对人类生活和灵性很重要

人类的生命应该根基于平等 (samata)、一体性 (samaikyata)、博爱 (saubhadrutvam) 和高尚品格 (saujanyaam)，这些构成人类生命的根基。如果缺少了其中之一，生命便会变得毫无意义。。

永恒的正法 (Sanatana Dharma) 最值得注意的特色，在于对于全人类福祉的关怀，之所以有这样的关怀，是因为意识到人人都源于一体，人们可能因心理或生理才能、教义的宣称以及拥有的知识技能而不同，甚至于，本质上就有不同。但有一件事是一样的：我们对于创造进程的普遍性，这是这样的特质让我们接纳所有生命的平等性，也是以这个为基底，一个新的社会应该要建立。

人类发展的过程是从个体到社群，然而，是什么样的道路指引着人类呢？首先，要认可存于所有生命之中的生命之光(Jeevana Jyoti)。只有在人们了解一体性(Ekatvam)的准则之后，才能体验并实践平等性(Samatvam)。

社群是非常中重要的。你生于群体，长于群体，最后死于群体，你永远不会有脱离社会群体的一刻，所以要在群体中确保一个好的名声，当你是属于群体的一员，这就是真正的一体性，这样的一体性会引导你达到纯正性。这样的一体性会进而带领你到神性，当失去了一体性、纯正性和神性，仇恨就会趁虚而入。今时今日，社会上缺乏一体性、纯正性和神性，取而代之的只有仇恨，所以，我们急需一体性。

### 消除看法的不一致及苦难至关重要

造成今日世界上痛苦困境的原因是什么呢？是因为人类在发展出不合和不同的此时，也在沉沦当中，在忽视灵魂的一体性的此时，人类也跟着沉沦到无尽深渊，所以我们对于和平的渴望，其实也源于我们本身的自私。

造成人类苦难的原因，是因为人总是将爱仅限于自己以及家人。所以人们应该将这样的情感发展、扩张，因为所有生命都是我们的手足，生命是爱的扩张；死亡则是爱的限缩，所有生命都是神的子民；所有生命都是神性的火花。上主克里希那说过：「寓居于人人心中的永恒自性皆是我的一部分。」所以一个人应该要拥有博爱精神，在群体中认同自我，若缺乏博爱的精神，人性是永远不会进步的。

## 实践准则

### 发展包容和相互尊重

发展这项真实的情感，远离所有的分歧，发展爱，发展包容(sahana)，一起前进，引领你的生活到一体性。

当一个人成功完成他的义务时，他们家庭也会跟着进步，在 'samaja' 这个字当中，'sam' 指的是你已达到的，'aja' 指的则是纯正，Samaja(社会群体)指的就是达到纯正。当社会进步时，我们也跟着进步，所以在心灵中，我们要有所行动并实践以维持社会的福祉。

我所希望的是：无论有任何对于你的误解时，一定要运用爱及包容端正自己，你不能一头栽入太强烈的情绪，让事情变成延烧成争吵或四分五裂，请认知到自己正参与开阔心胸的练习，透过表露爱来接近神的圣足，除非我们发展爱、包容、人性、信念和崇敬，否则是不可能理

解神意的。

### **发现一体**

无私的服务本身可以达到人类的一体性，只有透过一体性，人性才可以达成神性，因此，服务对于了解人性的一体性是必要的，对于服务人们认为仅是帮助老弱病残、孤苦无依，然而，认为自己是在施舍是一个谬误，(p.21)事实上，你是在服务自身。因为一样的自性 (Atma) 准则，一样的爱的准则存在于众生之中，所有人类都是一体，唯有不同之处在于感受，所以一个人要改变他(她)的感受，并试着体认有一样的神性存在于所有人的心中，只有到了那时，才会有转变降临在人类身上。

进入社会，遇到困境时保持沉着，将你的心灵专注于神。带着众生是一体的意识和远见生活，千万不要认为你和其他人是分开的，只有这样，你才能经历神性，发展对神的爱以及达成一体。

### **不断提供服务**

人们总是期待社会能给予他的，多过他能给予社会的，但是，怎么会不对社群做任何好事却抱持着从社群里取得好处的心态呢？如果你为社会的祥和及发展所奋斗，那么相对的，社会也会为了你的祥和及发展做出努力。

所有人都应该要有坚定的决心(*diksha*)，那就是只要生命还存续，那么他就会对其他人类做出贡献，如此一来，他就会实现人类为一体的理念，这一体性的感受会引导至对神的领悟，一个有决心服务社会的奉献者将会亲近神。

爱是上天给所有人的赠礼，这样的馈赠应该要被运用到社会服务当中。一体性对于社群的进步是至关重要的，每个人都应该分享他(她)的爱给他人，只有到了那时，他(她)才有资格成为社会上的一份子。



## 第四章 创造阶段(Srushti)的一体性

### 自然中的一体性

#### 了解准则

##### 自然是上天的衣裳

对于神而言，宇宙间的所有事物都相似，因为他们都是神性的展现。经典《Sarvam khalvidam Brahma》宣告了这项神性的展现，所有，任何崇敬至高无上的神的人，也都应该崇敬大自然(Prakriti)，他也应该爱护自然，因为大自然和至高无上的祂并无区别。可以将大自然视为果，而神便是那个因。

##### 从中寻找

你在世界上所见的任何事物都是真理的表现，当神性无所不在，那么岂有不是真理的存在，但假若你无法领悟神性的无所不在，那么请将向内心看看，观察那绝对的宁静。只有那时，你才可以理解到无所不在的神性，仅仅是智力上的磨练并不会帮助你取得这方面的成就，你所看到的、听到的、体验过的都是神性的展现，只有神才能无所不在。

#### 实践准则

##### 透过对自然的敬畏来崇拜神

我要告诉你一个可以给予你神圣力量的崇拜方式，神本身即具有五种元素—地、水、火、风、空，万物皆由以上任两者(或更多)所调配出来，仅比例之不同而已，是故，因为这些元素都沉浸于神圣之中，当我们使用时就要秉持敬畏、人性以及感激。

因此，有效率的使用资源也是一种崇敬的表现，我们的身体具备着不同的机制来确保稳定的体温，若体温过高或过低则会使人不健康或消沉，自然本身就代表着神性，万物都是神圣的(Ishavasyam idam sarvam)，万物都是神(Vasudevas sarvamidam)。

##### 向大自然学习

请了解一体性的准则，并将神铭记于心，若丧失一体性的准则，则我们很有可能会失去多样性。如果你不了解一体性，那么你也无法理解大自然的多样性，大自然是最好的传教士，所以请追随着由这位传教士用爱(*preeti*)所传递的理想吧！

当你累积的爱愈多，离你能够见到神的日子也就越近。身体上的依恋是造成所有分歧的原因，只有当你放弃身体依恋，才会了解并体会到宇宙的一体性，一旦你摆脱了身体依恋，很快地你将会体会到神，在多样性中，一体性的准则即是神性，但你尚无法理解并欣赏这真理。因此，为了理解真理，你理当对你的感受进行全盘的转变。就如同戴着有色眼镜一般，你需要摘下对身体依恋的有色眼镜，以一窥真实的样貌。

## 第五章 全能阶段(Parameshti)的一体性

### 第一节 一体性即神性

#### 了解准则

##### 人就是神

神圣我也是个体我，所以个体我也同样神圣，任何领悟到一体性的人都将受到启迪。

你必须要思考 Soham (I am That, 我是神)的意义，你是什么？你是神，你是神性的火花之一，而非只是肉体、感官、心灵、智慧...等你所认同的自己。你是神，只不过被自己所哄骗，困在这躯壳罢了，灵修 (sadhana) 则是所有赛的追随者必修的功课，因为单单透过灵修，就可以提供他们祥和(shanti)和最重要的赠礼：爱(prema)，这都将改变他们的眼界，并使他们能够超越多样性—语言、信仰、国籍、信念、肤色及种性的多样，最终达成一体性。

并没有特定的名字。祂透过自性 (Atma) 的形式存在于我们之中，自性代表的是什么呢？它所代表的很简单，只有爱，是爱，将万物团结再一起，假若你吸收了一体性的准则，那么所有皆会合而为一。当你成就了一体性，你将会拥有纯正性。当你有了纯正性，那么自性的准则 (Atma Tatwa) 就会体现在你身上，因此，你必须先拥有一体性以成就神性，我和你都是一体，神和你也是一体。神并不是和你相隔遥远的存在，你要发展出一套感受，感受到你就是神，当你说：「我」的时候，也同时代表着一体性，你无法估量来自一体性的福分，因为它是一也是所有。

##### 非二元的体验

吠陀是人类战胜自身最早的证明，祂发现了埋藏在万物之下的一体性，而祂和真理生生不息的接触也促成一统，他们宣称：神是万物内在的本体；万物都是神。

不论是何种信念、肤色、部落或领土，神都以同样的光芒照耀着所有生命，若将我们眼前所有的动物和生物视为一个个灯泡，那么神性就是驱动这些灯泡的原动力。那些眼中有分歧的人是迷惑的一方，他们被偏见、自大、厌恶或敌意所蒙蔽，然而，唯有爱才能将一切视为一个神性的家庭。

降服并不代表你是被击溃的一方，或对方是胜利的一方，在灵修上，这代表着两者合而为一，而无关舍与得，请认识到宇宙间无所不在的一体性，认识到一体性的基础不是别的，正是神，如此一来，你将自然而然地体会到神。

#### 实践准则

##### 消除分离的想法

请不要认为你和神是分离的，实现一体性的准则的人才是真正的人类，千万不要只局限在节庆上崇拜神，因为每时每刻都应该用来沉思神。

千万不要区分你的功课和神的功课，因为你的功课即是神的功课，反之亦然，若你认为以祈祷堂作为神和你的职责分野，那你就大错特错了，你不该助长这种分离感。试想你的心灵为神的祭坛，并转而将视野向内发展，一个能够了解这项真理并实际运用的人，便可以称为真正的人类。

当一个人立足于强烈的爱，那么他(她)将有资格和神性融合，进而成为一个拥有神性的人。

##### 避免自我意识

一个人唯有在卸下「我」和「我的」的感受时才能够实现自性的准则。今日，许多人都努立

想要实现自性的准则，但他们最终都功亏一篑，即因他们尚未摆脱「我」和「我的」的感受。事实上，这是自我实现之道上的阻碍。

首先，要先消除「自我」的感受。接着，实现感将会显现在你身上，基督教的十字架象征也预示着自我的了断，以自我为中心的「我」主张是一切悲痛、不安和困难的来源。因此，人们需要认知到这项真理，「我的」的感受也要被卸下，当一个老师发展出了「这些都是我的纪律」的感受时，自大之心也会浮出水面，因此，「我」和「我的」的感受必须要消除，只有到了那时自性的准则才能实现。

### 发展平等的眼界

我们都有敌友及好恶，然而吠陀哲学教导我们要发展出平等的胸怀，就如同我们将所有器官都是为身体的一部分，所以不会惩罚自己不小心咬到舌头的牙齿；我们也应该抱持相同的心态——永恒且普世的自性存在于每个人及每个角落，我们应该专注于一体性，而不是强调分歧与不同。

假若我们侧重身体的关系，那么个体的差异就会浮现，反之，我们应该铭记老师、朋友、演员、宗师和门徒只有名称和形式上的不同而已，自性便可以见证以上所有人物都相同的意念，存在于上述名称及形式里的自性建立了他们之间的一体性。

### 怀抱怜悯之心生活

万物须保持一统。当哪里有一体性时，哪里就有纯正性；当哪里有纯正性时，哪里就有神性。所有人都应该在生活中留心这三个面向：一体性、纯正性、神性。

## 范例

### 佛陀

佛陀教导我们真我一体性的原理是世上唯一的真理。祂说过一个人若运用灵性智慧去实践那个真理就是真正的佛陀。这世上除了真我(自性)，什么都不存在。

佛陀教导我们应该不愤怒，不找别人的碴，我们不该伤害彼此，因为万物都是自性纯洁永恒的准则的化身。对于穷苦的人要有怜悯之心，并试着尽可能帮助他们，那些你认为穷苦的人可能缺乏财富，但众生都被赋予心灵上的富足。

请了解及尊重这潜藏于一体性和神性的普世准则，并亲身体会看看这样的福气，是一也是所有，对所有人都要一致，这将是你的首要任务。这也是佛陀最重要的教诲，但人们通常并不会询问佛陀的教诲，也不了解祂心中的神圣之处，他们只会谈论祂的故事而已。

老实说，佛陀并不只是一个个体，你们所有人都是佛陀，当你理解到这个真理，你将会发现一体性无所不在，即使在最多样的地方也存在一体性。当你被镜子所包围时，你会看见无数的反射镜像，这些映像虽众多，但都反映出一个人而已，换言之，许多反应、反射及反响都会存在，但真相永远只有一个。

我们必须体认，在我们心里存在着一体性的准则，只有当内心体验了一体性的准则，一个人的生命才会完整，若只是对人们提出一体性的论点却没有使人心团结，那这一切也将没有意义。

心灵是决定人类束缚或解放的关键因素，你可能会说一个人是坏人；或是宣称另一人是好人，但是现实中，好与坏只存在在你心中，而不在你周围的人之中，每个人都该努力在多样性中实现一体性，只有到了那时，才能体验到神性。

## 舍地·赛·巴巴

在我的《Avatar as Shirdi Sai Baba》一书中，有些人无法理解我的文字及行为所包含的微妙讯息，他们会找上巴巴并抱怨道：「巴巴！你答应会来到我身边，所以我们一直在等候你。但你为什么要让我们失望呢？为甚么要让我们陷入如此的麻烦当中呢？我们究竟犯了什么罪孽呢？」

巴巴回道：「你们着实愚蠢，我确实有造访过你们每家每户，但你们却用棍棒驱赶我啊。」

这些信徒们纳闷道：「您说什么？我们曾几何时犯下用棍棒驱赶您，如此逆天的过错？」

接着巴巴告诉他们，祂曾以一只黑狗样态造访过他们家，透过这样的方式，巴巴向信徒展示了神存在于万物之中的真理。

## 罗摩克里希那

罗摩克里希那曾经向迦梨女神展示不同模式的崇拜，有一天，圣母出现在祂面前并问：「罗摩克里希那！你每天变得愈来愈狂热，你只用特定的形式膜拜我，为何你要将我限制在不是这个形式，就是那个形式呢？事实上，所有的形式都是我，无论你遇见了谁，都要把他们想成是神性的化身。」

## 耶稣基督

灵修可以用来称作达成一体性的过程中，心灵上的约束和智力上的努力。耶稣牺牲祂的生命，倾尽祂的鲜血，为人类的心中注入爱与怜悯，因为如此，所以人们会因祂人开心而愉悦，因他人悲伤而沮丧。

## 第二节 一体性是沙迪亚赛化身的目的

### 三位一体化身的使命

我的目标是建立人类的一体性以及向世人揭露神性，也就是每个人都应该寻求的唯一目标梵（Brahman），同时，让你们意识到存在于所有人的神性，以及人与人之间应该存有的关系，也是我的责任之一。

### 「我是来点亮爱的灯火的...」

一直以来，我保持着点亮爱的灯火的使命，看着它日复一日增添光辉，我不是代表着特定教规而来的(像是印度教或是其他宗教的教规)，我不是来宣传特定的宗派、教条或因果，我也不是为了任何教条来募集信众的，我无意吸收任何信徒到我或任何人的麾下，我是来告诉你一体性的普世信仰、自性准则、通往爱的道路、爱的教规以及爱的义务。

### 我带来的讯息

帮助一体的态度在所有教义、国家及大陆上茁壮，我带来的是关于爱的讯息，也是我希望你可以放在心上的讯息。

## 第六章 给我们的第一则也是最后一则讯息

### 第一场公开讲道

事实上，在世尊沙迪亚赛巴巴一九五三年第一场被记载的公开讲道当中，他以「我给人类的第一则讯息」作为开头，在这场讲道当中，他谈及了存在于所有个体及神之间的一体性。

在心中膜拜宗师的圣足，这将会引领你横渡世间万物之海...神将个体招唤到祂面前，正因为他们都是相同的，所以自然会有吸引力...我在此向你说明，所有的生物有朝一日都将到达神的跟前，没有一个例外。

是故，「透过神性的一体性」是巴巴向世人传达的第一则讯息，这也确实是他的最后一则讯息。

### 最后的公开讲道

在 2010 年 11 月 22 日，沙迪亚赛巴巴在他的最后一次讲道中，恳求我们保持一体性。

我们都是人类，都是神的子民，因此，要和一体性共存，不要让分歧有任何生存的空间，这是我今天想传达给你们的讯息。

他给我们的第一则讯息，是对达成一体性的劝戒，他所传达的最后一则讯息，则是恳求我们保持一体性，因此，一体性可以说是巴巴的使命，一体性也是巴巴留给我们馈赠，所以我们每个人都是这项遗产的继承人。

## 一体性即神性

各位神的化身！如果不是有重大的意义，来自世界各城市的人不会聚集在这个历史悠久的城市中。你们要明白你们是来这里学习的，学习你们之前从未学过的。并且从人生旅程的新概念中找到灵感。

这个研讨会不是为了任何特定宗教、国籍、种族、中心或个人而举办的。这个研讨会是为了让大家理解在所有经典中最重要真理，并且藉由建立真理和正义的概念，进而促进全世界人们的和平与福祉。

全世界所有的人类都属于同一个宗教——人的宗教。对所有人来说，神就是父亲，人类都是同一个父亲的孩子，因此所有的人都是兄弟姐妹。所以，这是一个家族聚会。这个研讨会不是世界不同国籍和宗教的聚会，而是心与心的聚会。这个研讨会无关乎任何文化或者哲学思想，而是着重于在所有宗教教义中隐含的道理——生命的神圣之道。这个研讨会的宗旨是要明了在神性中的一体性。

### 所有宗教都宣扬神性中的一体性

无论国籍或种族，所有宗教中最基本的真理是一致且相同的。每个宗教的哲理、修行方式或敬拜仪式或许不同，但每个宗教最终目的都只有一个。无论种姓、宗教教义、国家或肤色，所有宗教都宣扬神性中的一体性，以及培养（对众生的）大爱。不明白这个基本真理的人，就会以自己所信仰的宗教为傲并且产生（有区别的）自我意识。这样的人会因为将神性做了区分，而造成极大的怀疑和混乱。这种将无限的神性进行定义与区分的方式本身就是大大背离了神性。以神为主且充满灵性的人生核心是寓居于我们所有人内在的自性（阿特曼，或称神性）。

在社会中的生活也必需遵循这个（灵性/神性）基础。然而，现今人类生活的核心价值是相信唯有物质身体才是真实的。为了要去除人类这种错误的信念，人类必需学习什么是自性。人类必需了解，个人和社会本身都是神性意志的化现，而且神性遍布宇宙万物当中。只有当人们领悟这个真理，他们才能放下自我，然后将生活的目标转变为尽力完成自己的职责。社会不该成为自私的人类聚集的修罗场，而是一群遵循神圣旨意的人类的聚集地。

随着科技的进步，人类以为自己就是宇宙的主宰，并且忘记神的存在。虽然今日的人们已经登陆了月球，并开始探索宇宙，但当人类开始思考无数未解的神秘事件，以及各种未知物种的奥妙，他们就会理解这一切都不是人类有限的心智能力和聪明才智可以理解的。当人类发现更多宇宙的秘密与奥妙，他就更了解神才是造物主和推动万事万物运行的主宰。所有的宗教都认同这项真理。而人类所能做的就是努力运用其有限的智力和知识，以明了无形无相却无限广大的神，并学会敬拜与敬爱祂。

### 社会服务是促进一体性的方式

人类被困在自己物质成就所建构的监牢，除了明心见性，也就是明了自己与生俱来的内在神性之外，没有其他方式可以从物质牢狱中得到解脱。比起人类在科学和科技上的成就，真正伟大的是人类内在被赋予的神圣意识。人类藉由选择相信物质世界的真实，或许可以在短时间内建构一个科学、科技和物质蓬勃发展的社会。然而，在这个社会蓬勃发展的同时，人类的自私、贪婪和憎恨也会同时伴随增长，然后这一些邪恶的质量便会使得整个社会走向自我毁灭。假如，人类能够反过来先探索自己内在的神性而明心见性，人类便可以建构一个以一

体性和无条件圣爱为基础的社会。

这个深刻的转化首先必须从个人的内心开始。当每一个人类都转变了，社会也就转变了。而当社会转变了，全世界也随之改变。一体性是社会进展的关键，而社会服务是促进一体性发展的途径。因此，每一个人必须以一种灵性奉献的心态来投入社会服务当中。

我们必须明白，物质上的舒适并不是社会生活的唯一目的。如果社会中的每一个人都只考虑物质上的享受，那这个社会便无法拥有和谐与和平的氛围。在只顾虑物质享受的社会中，因为强者会欺凌弱者，因此和谐只是暂时营造的假象。而自然资源的平均分配最终也不过沦为名义上的公平。在以欲望和能力为核心价值的社会中，怎么可能达到物质资源的公平分配呢？因此，我们必须藉由发展灵性修持，以及将追求物质的心态导正为追求心中的神性，以此来节制欲望。

### **神性经验是人类与生俱来的天性**

当人类认知到神寓居于我们内在的真理之后，人类便会体会到世界有如一个大家庭。如此人类心中便会充满圣爱，并会依心中的圣爱做出每一个行动。人类会停止追逐永无止境的欲望并转而寻求内在的和平和宁静。当人类将对物质的爱转变为对神的爱之后，人类便体验到神。这种神圣的体验对人类来说并非遥不可及，反而是人类与生俱来的天性。这就是人类的人性和神性根源的奥秘。

无论信仰什么宗教，每个人都应该培养对于其他信仰的敬意。如果有人无法包容和尊重不同的宗教信仰，那么他便不会是自己所信仰的宗教的合格信徒。仅仅只是严守自己所信仰的宗教规范是不够的，人类必须看到所有宗教最核心的一体性。唯有如此，人类才能体验到合一且完整的神。在宗教的领域中不该存在着控制和压迫，关于宗教的议题应该以冷静且不激进的态度进行探讨。绝对不要增长自认自己的宗教胜过其他宗教的感受，基于宗教差异所产生的冲突应该完全根除。基于宗教信仰而导致的分裂冲突是悖离人性的罪行。

今日的人类自以为已经了解有关大自然和宇宙的一切，然而如果人类连自己都不了解，这些所有的知识对人类又有什么用呢？只有当人类了解自己时，他才有能力去了解外在世界的真相。透过探索外在世界无法了解人类内在的真理，只有当人类将视线转向自己内在，并了解自己的神圣本质，人类才能对万事万物建立起不批判、不分别的平等心。人类便可以在这种合一的感受中，体验到理解这个真理的至福。

1983年10月31日发表于「一体性即神性」罗马国际研讨会

沙迪亚赛语录第十六册第二十九章：1983年10月31日



## 促进社会一体性的服务活动

如果你没有纯洁的心和良好的品格，  
你怎么能期望和平、爱与幸福的赐予者赛巴巴珍爱你？  
你怎么能期望圣爱巴巴把你当成他的化身来对待？

泰卢古诗

人类生命是恩赐、时间是神圣的；心地是纯洁的，而心智如同花蜜般甜美。人类被赋予了如此珍贵的人身，那么他们应该做些什么呢？什么才是人类生命的根基？每一个人都向往着和平与幸福。如何拥有一个和平的人生？只有当一个人开始实践人类价值时，才有可能做到。人类价值不需要向外寻找；它们是每个人心中的一盏明灯。如果人类忘记了这些价值，人类的生命怎么会有进步呢？首先，人类必须探寻自己出生的目的。

### 你不是在为别人服务

人类的生命应该根基于平等（samata）、一体性（samaikyata）、博爱（saubhadrutvam）和高尚品格（saujanya），这些构成人类生命最底层的根基。如果缺少了其中之一，生命便会变得毫无意义。每个人都必须培养并维持这四个美德。首先，人类必须了解人性的意义：真理助长道德（neeti）；正义赐予名誉（khyati）；牺牲奉献（tyaga）是生命中的光辉（jyoti）。人类（Manava jati）则是由其中三种所构成——道德（neeti）、名誉（khyati）及光辉（jyoti）。然而，今日人类却忽略真理、正义和牺牲奉献的原则。人类不是为了社会，而是为了自身的救赎，所以必须遵循这些原则。如果你希望获得所有人的尊敬，你必须先学会自尊自敬，这也是人类生命的根本。一个不懂得自尊自敬的人，无法要求别人尊敬他。首先也是最重要的是，人类必须尊敬其他人并全心全意地与他人分享爱，这就是人类首要的任务。

人类不是只是一个分离存在的个体（vyashti jeevi），人类是社会的一份子（sameshti jeevi）。个体（Vyashti）只与个人（jeevudu）有关，而社会（jeevudu）则与神（Devudu）有关。人类必须从个人的阶段提升到社会的阶段。那么提升阶段需要藉由什么方式呢？首先，人类要认知到使所有生命都充满光辉（jeevana jyoti）的大原则。只有当人类理解一体性（ekatvam）的原则后，才能体验并实践平等性（samatvam）的原则。

我们所做的服务活动是为了使我们体验社会中的一体性，如果你认为这些服务活动是在服务别人那么你就大错特错了。事实上，你不应该将任何人当作「其他人」，因为所有人都是神的化身。然而人类并未努力去理解这一真理，因此他遭遇困顿。只要人类明了神是无所不在的，他就会从受苦中解脱。为了从受苦中解脱，人类应该在社会中实践一体性原则，当人类明白一体性原则时，就可以达到宇宙原则的境界。

### 放下对身体的执着

大自然像是一面镜子，你在镜子中所看见的只不过是你自己在镜中的倒影而已。今日人们过着自私自利的生活，自私自利在社会中泛滥猖獗。对身体的执着（dehabhimanam）逐渐增加，而对自己国家的爱（deshabhimanam）则在消退。甚至连灵性追寻者和有着纯洁心灵的大师都无法放下对身体的执着。只要还有对身体的执着（dehabhimanam），人类便无法培养对神的爱（Daivabhimanam）。

身体是赐予你来体认自己的真实本性的，浪费时间和精力在世俗的追求上是愚蠢的。如果你明了自己的真实本性，你就能明了万事万物。

各位爱的化身！所有你外在世界肉眼所见的一切，从微观到宏观，都呈现在你的内在。山脉、海洋、城市、村落等等都呈现在你的心中。万物都在你心中。你就是万物的核心。依照这个道理，什么是你想在外在世界中看到的？若你个人只是致力于外在的倒影，而忽略了内在的真相，是多么愚蠢的一件事啊！

## 实践人类价值

首先要明了人类价值。而其中最重要的一项价值就是真理，因为真理是永恒不变且超越时间和空间的。在任何的年代和任何国家的真理只有一种，你就是真理的化身，真理是神。所以你必须努力明了这项真理。以喜悦之心说真话，但别说令人不悦的真话（Sathyam bruyath, priyam bruyath, na bruyath sathyam apriyam）。人们长久以来遗忘真理这项永恒的原则，却追寻着次要的事物。遵循真理便是正义（neeti）。没有比遵循真理更伟大的正义原则（Sathyannasti paro dharmah）。真理（Sathya）和正义（Dharma）结合便会产生和平。一个遵循真理和正义原则行事的人会一直保持平静。所以不需要向外寻求平静，只要有真理之处便会有和平；有和平之处，便会有非暴力。

我们称人类价值为：真理（Sathya）、正义（Dharma）、和平（Shanti）、爱（Prema）和非暴力（Ahimsa）。实际上，爱是真理和正义的基础。爱是神；真理是神；正义是神。缺乏这五大原则，人类便会形同行尸走肉。这五大人类价值可以看作在我们体内的五大生命原则（气息）。如果你不能说真话，那你就丧失其中一项生命原则；如果没有做出正义的行为，你就会失去第二种生命原则，而同样地，你也会失去其他生命原则。因此，你应该竭尽所能地保持本性中这神圣的五大原则。

人性中具有神性，你必须了解这一点。今日所有人类的行动都被污染了，只有当人类净化心灵，他才能在所见之处发现纯洁。外在世界仅是你心灵的投射，如果你心中充满爱，你会在各个地方体验到爱。如果你心中存有憎恨，那么你内在的憎恨同样会投射到外在世界。所有外在世界的所见所闻和经验，都只是你内在世界的投影、反射以及回音而已。你外在世界所体验到的好与坏都是你内在的投射而已。所以不要指责他人的过失，全世界的好坏都取决于人类自身的行为。如果人类是良善的，则世界也随之变为良善。你认为你触目所见皆是亵渎，这其实是你的误解。事实上，你外在世界所见的亵渎仅是你自己内在的亵渎投射到外在而已。如果你的感受是邪恶的，你就会发现在你周遭充满邪恶；如果你的感受是神圣的，你就会在每一处发现神圣。

各位爱的化身！你的心中充满了爱，从你心中满溢出对神的渴求就是爱。让你的话语和行动反映出真理和正义，而真理、正义的和谐与爱会带来和平。

用你的呼吸来进行「Soham」，这项仪式可以每天提醒你自己的真相两万一千六百次。如果每天提醒你这项真理那么多次你却仍然无法记得，那么你受的教育又有什么用呢？你可能听过无数次讲道；你可能阅读无数神圣经文；你可能造访无数大师，但是如果你遗忘你内在声音所教导你的真理，那么你所做的这一切便是徒劳无功的。

佛陀放弃了皇宫一切的舒适，并且达到舍离。他游荡在森林中，静静聆听大师的教诲，并且阅读神圣经文，但这一切都无法令他感到满足。最后，他明了他的心才是神所赐予的神圣经文，并且神才是他最真实的伙伴，他放下所有的书本并停止追寻大师。他向内探寻，并探索内在真理。人们忽视神圣的经文—自己的内心，并遗忘真正的挚友—神，并到处奔波寻求内

在平静。

首先，你必须以神圣的方式运用神所赐予你的双眼，唯有如此才能使你的生命圣洁。唯有拥有良善的心，并且行为足以成为典范才算是真正的人。如果你的双眼受到污染，你的灵性追寻就不会有太大的成果。你的眼睛（nethra）是神所赐予的经典（shastra），你必须明了这部经典，并依此行动。如果你能控制你的双眼，你就能控制你的口舌。只讲真话，没有比真理更伟大的事了。纯洁的双眼（Samyak drishti）和圣洁的言语（samyak vak）会带来纯洁的双耳（samyak sravanam）和圣洁的感受（samyak bhavam）。

特别是年轻人更应该练习控制他们的双眼。当人类明了今日的青年会成为国家未来的栋梁时，人便成为神。所以，青年们应该培养平静的心念和自信。

缺乏自信，你就无法达致神。你的自信来自于你所信仰的神。所以培养对于自性（神）无懈可击的信心。自信和自尊会带来自性（神）的祝福，以及自性（神）的视野。自信是生命的根基，一旦你拥有自信，你便可以构筑自我满足的墙，在此之上你可以建构自我牺牲的屋顶，最后建筑一个自我实现的人生。因此建立一个稳固的自信的根基吧！

### 真理是所有文化的基石

印度文化宣称：「口说真理；遵循正义」。不只是印度文化，许多国家的文化也宣扬同样的真理。真理是每一个文化的根基，绝对不要依据文化而对人有所区别，不要用国籍来区分人类。正是由于这种依据文化和国籍的区别，使得人性正逐渐衰退。赛信徒不应该怀抱这种分别心，要将一切视为一体。名号、形象和肤色或许不同，但人类是同一个种族。神是一，所有的人类都同属一个大家庭。

因此，你必须放下任何基于阶级、宗教和国籍的区别心，并培养博爱的精神。青年男女应该致力使国家繁荣进步，唯有在青年都培养出良好品格的情况下，一个国家才能繁荣。人类的生命应该根基于品格。今日，许多人光说不练，但你的言行必须一致。培养神圣的感受，因为唯有如此你才能做出神圣的行动。所谓的奉献不应该只限于进行敬拜的仪式，任何以纯洁无私的爱作出的举动都是奉献。

各位爱的化身！从今天开始，让你们的生命中充满爱；让你们的双手进行对社会大众都有益的善行；让你们的念头集中于爱的原则。你们应该从个人（vyashti）的阶段进展到社会（sameshti）的阶段，并且最终与神（Parameshti）合一。在这个充满物质且无常的世界，触目所及皆是变化。有时你的身体病魔缠身，但你无须过度烦恼。因为身体有生有死。

### 实践的伟大胜过传道

不需要过度执着于物质身体，但必须要适当地照料身体。有时你因为过度轻忽、疏于照顾而患病。我会将信徒的病痛取走，因为我爱他们，病痛会如同突然发病一般突然消失。

我会带走你们的苦痛，因为这是我的职责。这不是我的身体，所以我并不过分关注它。不只是现在，而是每一个片刻，我都不在意身体上的任何苦痛。我的言行完全一致。这就是为什么我说：「我的生命就是我的讯息。」任何人要单凭人类心智去明解我的神性是不可能的。我不想当众这么说，因为我并不热衷于广告宣传自己。

所有我的一切都是你们的，反之亦然。我完全无欲无求，我唯一所求便是带给你们幸福。传道并不伟大；真正的伟大是在实践当中。真正的导师都是先实践后才来传道，这也是我正在做的。

年轻人—无论男女！明了自己的真实本性，并遵循真理之道。真理（Sathyam）才是这具身体的名字，在你的心中培育这项真理。真理是神；爱是神，要活在爱之中。当你遵循爱与真理之道，你就会自然而然达到至福。有些人怪我，却无视于自己的错误。这是天大的错误，无论如何我（神）都是没有错的。我像是一面纯洁的镜子，在我当中甚至没有一丝丝的不洁。你只是在我当中看到你自己感受的投影。洁净你的心，唯有如此你才能明了真理。

2002年7月21日讲于百善地尼勒岩  
(国际服务研讨会开幕致词)

沙迪亚赛语录第三十五册第十章：2002年7月21日

## 从人到神

各位神圣的爱的化身！现今全世界的人们被各种问题所困扰，当一个问题获得解决，另一个相关的问题随即产生。会造成这种现象，是因为个人和社会没有建立起正确且良好的关系。

在一开始，我们要谨记四大实体：第一是可以在一瞬间解决任何问题的神或至高存在（Parameshti）；第二是宇宙（Srishti）；第三是人类的集和体—社会或社群（Sameshti），第四则是个人（Vyakti）。这四个部分并非彼此独立存在，我们首先必须先辨认出最重要的部分，神或至高存在（Parameshti）。只有当人们理解神或至高存在（Parameshti）时，他们才能明了万物的奥秘。而当人们理解万物的奥秘，自然会明白社会的重要性，并明白个人所扮演的角色。

如何辨认神或至高存在（Parameshti）？藉由培养神圣的特质和敬爱神或至高存在（Parameshti），个人便能明白造物（Srishti）的奥秘和社会的重要性。今日，如果你想了解大自然和神奇的宇宙（Prakriti），你必须先了解社会（Sameshti）。

「Sameshti」这个词汇包含所有社会中的组织。社会或社群（Sameshti）是由个人聚集所组成，这种个人合而为一个整体的情况，对于成为神而言是很重要的。

### 三项促进集体行动的原则

以现在的论坛为例，来自世界各国、拥有不同信仰的人共同聚集在这里。他们之间有什么共同点？正是对于赛的原则的信心将大家聚集在一起，所有人都尝试在异中求同，找到一体性。为了促进一体性，我们必须理解集体行动（Sameshti）的概念。有三项原则被证实可以促进集体行动：说真话 / 真理（Sathyam bruyath）、说甜美的真话（Priyam bruyath）、绝对不说不好听的真话（Na bruyath Sathyam apriyam）。

谈到道德，真理是其中对于生命和灵性进展上最为重要的。从道德的角度来看，你必须说真话。从这个观点看来，你必须避免说出不好听的话，即使那是真话。《薄伽梵歌》中也教导我们，不要说会使人激动的话，但要说甜美且有益的真话。

### 真理的三个面向

在吠檀多（译注：古代印度吠陀哲学中一直发展至今的唯心主义理论）当中也有三个构成真理的类似概念：与神或至高无上相关的「Paramarthika」、与世界万物相关的「Vyavaharika」以及赋予物质灵性的「Prathibhasika」。这三项原则并非彼此相异，它们是同一物体的三种面向，如同海洋、波浪和泡沫。

波浪和泡沫与海洋有同样的冰凉感和咸味的特性。当你思索与世界有观的议题时，你会使用「Vyavaharika」这个词汇。当你思索与心智相关的经验时，你称呼这些经验（与神相关的）「Paramarthika」。当你思考和想法相关的议题时，你用「Prathibhasika」来说明。虽然称呼是不同的，但这些词汇所隐含的真理是一致且相同的。

要明了神的本质，第一步是要了解社会的形成。从神（Parameshti）开始，你了解造物（Srishti），并明了社会或社群（Sameshti），并且了解个人（Vyakthi）所扮演的角色。了解这一切是完整且一步接着一步的过程。没有个人的存在，就不会形成社会；没有社会，所有造物的存在便失去意义。虽然吠檀多哲学中有许多用语说明不同程度的了悟，但对于这个达到一体性过程的完整理解是：个人从社会开始到宇宙，最后达到神。

个人与神之间的关系需要适当的了解。神是包含一切的整体，个人必须体验祂无所不在的一体性。这种遍布一切的现象被称为「神无所不在的形象」( Vishva-Virat-Swarupam )。你在宇宙中所见的一切，都是神显化出的无所不在的形象，这也代表万物都隐含神性。如果执着于万物是独立存在的观念，就无法看出神无所不在的本质。忘记你的自我，然后明了你的灵性本质。正是由于对身体的执着，使得人们失去了内在的和平。

人们探索了外在世界的一切，却并未明了自己的真实本性。因此，产生了疏离感。一旦人们了解自己的本性，就不再会有疏离感，人们会领悟万物为一体。

### 赛志工的角色

为何举办这次的论坛？在目前的情况下，有三件极为重要的事。第一，赛组织中的成员需要具备什么特质？他们的心需要平静如明月；他们的头脑需要纯净如同奶油；他们的言语要甜美如同蜂蜜。只有当具备平静如明月的心、纯净如奶油般的头脑和甜如蜜的言语，才能成为赛组织中的合格成员。当具备了这三项特质，就会具备神性。

在《薄伽梵歌》中，克里希那建议阿周那放下所有世俗的责任、规范与行动，转而依靠祂。因为你不了解工作的本质，所以那些需要被放下的世俗职责都成为了担忧。但一旦你了解职责的本质，你就会一直很快乐。这份领悟会让你了解神 (Parameshti)。只要明了神的本质，所有经验都会成为糖果或各种甜点般的甜蜜祝福。

### 吠檀多和科学宣扬同样的真理

要明白寓居于每一个人心中的神性都是相同的，这是吠檀多哲学中宣扬的真理。科学家最近透过不同的方式得到了相同的结论。几千年前的古代圣哲宣扬神无所不在，而古代诗人拉玛达斯和波那塔也在他们的诗作中描述这一真理。科学家目前宣称，宇宙是由能量所构成。许多年前，在班加罗尔的科学机构，一名科学家谈到太阳的年龄，推断太阳大概有几十亿岁。

古人称呼太阳为「anadi」，意思是太阳的起源无从得知。科学只是大概推论出数十亿的数字，这样会比古代圣哲所说的更有意义吗？「anadi」(无法得知起源者) 这个对太阳年龄的描述，比科学家推断的数十亿年年龄更真实。古人藉由明了神或至高无上的造物主 (Parameshti) 来了解所有造物的奥秘。藉由了解造物，他们了悟社会和个人的真相。

自我探询是达到自我实现的方式。自我探询会让人明白我们不是身体、感官或心智。我们是身体、感官和心智的主人；我们是阿特曼 (自性)。根基于身体的知识是世俗的知识 (Bhoutika Jnanam)；而根基于心智的知识是理智的知识 (sujnanam)；根基于心的知识是自性的知识 (Atma Jnanam )

### 我们是一家人

这场论坛最关注的就是如何让与会的成员了解神 (Parameshti)，而达成这个目的最首要的前提是与益友为伴。与益友为伴会对形成良好的思想有所帮助。神永远只有一位。沙法雅博士感谢韩国信徒作为礼物赠送的毛毯。虽然许多人已经亲近巴巴许多年了，但对于巴巴在许多小事上的教导仍不甚理解。你不要只感谢自己人，在赛组织中并没有「别人」，我们是一家人。在赛组织中，不应该使用「感谢」这个词汇，因为这个词汇不过是世俗中表达礼貌的表现而已。

赛组织成员在进行服务时，不应该期待任何回报或表扬。赛组织成员应该致力于提升自己，至少在参与这场论坛时要有所提升。不要纠结于过去，要专注于当下。从现在起，应该步上

崇高的道路。不要让相互的忌妒、憎恨或者不愉快有空间增长。致力「永远帮助；切莫伤害」。

1995 年 11 月 20 日讲于师利·沙迪亚·赛巴巴服务组织第六届世界论坛  
Sai Kulwant Mandap

沙迪亚赛语录第二十八册第三十三章：1995 年 11 月 20 日

## 致力于一体性、纯净性和神性

各位爱的化身！人类虽然被赐予说话这项神圣的能力，却没有办法好好善用。其他生命体都没有人类强大的智力和寻求内在和平的能力。在这个世界上所有物体都有五个面向，也就是：存在（sath）、觉知（chith）、至福（ananda）、形象（rupa）以及名号（nama）。而存在（sath）、觉知（chith）以及至福（ananda）是人类三大核心属性。这三大属性是真实且永恒存在的，而形象（rupa）与名号（nama）只是暂时易变的。误认名号和形象是永恒的错误知见使得人类浪费他们宝贵的生命。

在这个世界上，有两种知识分子。第一种是眼光完全朝向物质世界的科学家，他们心中只有物质和世俗的目标和收获。

他们着迷于大树外表无数的分枝和枝桠，却对于找到其根源毫无兴趣。而吠檀多智者（精通吠檀多哲学的人）则是另一种知识分子。他们并不着迷于大树表面的形象，反而对找到大树的根有无比的兴趣。把目光转向外在的世俗之人只是浪费时间浇灌树枝，而吠檀多治者则浇灌树根并享受大树结出的果实。

人类应该绞尽脑汁试图去明了自己的真实身分，而不应该因为一开始的障碍和阻碍而停下脚步或者感到沮丧。

存在—觉知—至福（Sath-Chith-Ananda）是人类最根本的本性。然而人类遗忘了自己最原始的本性并浪费时间追求转瞬即逝的短暂欢愉。人类在这个状态下无法了解自己与生俱来的本性：存在—觉知—至福（Sath-Chith-Ananda）的价值。一旦人类了解自己本性的价值，便可以到达任何崇高的状态。事实上，这样一来，人类真的成为了神。当人类真的明了自己与生俱来的天性时，人类可以完成所有重大的任务。潜藏在人类当中的能力并非随处可见。虽然人类被赋予存在—觉知—至福（Sath-Chith-Ananda）的三种属性，但因为人类被妄念所蒙蔽，误以为名相是真实的，所以忘记了自己与生俱来的存在—觉知—至福（Sath-Chith-Ananda）三种特质。首先人类必须认知自己与生俱来的神性，然而人类却并未朝这方面努力。人类成为感官的奴隶，并且浪费时间在不重要的琐事上。因此，人类首要的职责是正确了解人类本性，并且将这份理解付诸实行。

人类本性的价值和重要性是无法衡量的。唯有实践人类价值，才能使人生获得救赎。人类是神性的火花，这就是为什么上主克里希那在《薄伽梵歌》中说：「万物当中永恒的阿特曼（自性）是我的一部份（Mamaivamsho Jeevaloke Jeevabhutah Sanatana）」事实上，内在声音（antarvani）每一天不断提醒人类自身的神圣本性。然而人类从未努力倾听自己的内在声音，人类努力于获取更多不重要的物质资源，而遗忘了自己神圣本性，最终使自己远离生命的终极目标。名



相是短暂存在的如同梦幻泡影，人类受到名相的妄念所蒙蔽，因此遗忘自己最珍贵的神性本质。人类被赐予无限的神性能力，一块被烧红的铁片会比火本身更有用处。人类身体可以比喻为一片铁片，而内在的神性则是火，人类应该明了这一真理，并妥善地运用身体。

各位爱的化身！在新年的清晨，人们总是满怀希望和梦想。事实上，你应该将每一刻视为新年的开始。如果缺乏永恒的美德，名相是没有价值的。人们因为各种身体上和心灵上的疾病而受苦，医生可以医治身体上的病痛，而阿特曼（自性）的感受，也就是万物都是同样阿特曼（自性）的化身（Atma bhava）是所有心灵疾病的良药。你们应该努力了解阿特曼（自性）的原则，阿特曼（自性）是梵（Brahman）的同义词，是遍布所有人当中的神性意识（Chaitanya）。人类有名有相，但神性意识（Chaitanya）没有特定形相，存在人类当中的神性意识（Chaitanya）称为良知，而存在万有当中的「Chaitanya」，则称为神性意识。当一个人了解万有中的一体性时，他的内在良知便转化为神性意识。虽然被赋予如此神圣的能力，人类却被世俗的万象所迷惑，只认为转瞬即逝的新年的开始是最重要的。其实，人类应该看重永恒存在的时间，然后妥善地运用时间。

在这世界上，唯有真理和良善能永远与我们同在。真理和良善的价值无法估量，所以我们应该努力培养内在的真理和良善。我们不应该热衷于追逐名声。例如，我们不应该陷入这样的妄念，认为是我们提供泰卢固河的水给钦奈，水不是一个地方可以给另一个地方的物品，水是大自然给所有人的赠礼。每个人都可以获得自己所应得的水量。只有当人的行动在时间上、行为上、原因上和职责上（kala, karma, karana, and kartavya）都和谐一致时，才会对所有人都产生美好的结果。因此，我们应该真诚地努力并等待最佳时机，当行动的产生后果时，我们应该根据时机和情况妥善运用。

男孩们（巴巴之前的学生）做了许多很棒的事。他们前往许多村庄，利用服务活动和巴赞带给当地的人们欢乐。他们应该以充满爱的精神进行这些活动，没有什么比爱更伟大。你应该让你的生命充满无私的爱。

各位爱的化身！你只是参与的服务活动和巴赞是不够的。你应该放下服务他人的感受，这是非常重要的。当你在服务别人时其实你是在服务你自己，你应该将万物视为自己。事实上其他人并不是别人，而是神的其他形象。因此对于人类的服务，就是对于神的服务。所有的服务活动都应该加强你这样的感受，你应该以无私的爱投入服务的领域，这样才是真正的服务。其他并非无私的服务是世俗且暂时的。

学生们！如果你认为你是在服务别人的话，你的认知就是错误的。你应该放下这种感受，唯有如此，你所做的服务才是严格意义下的真正服务。服务不仅仅是帮助他人，爱神的最佳途径就是爱万物；事万物。你的服务行动必须充满爱，如果缺乏爱的正向动力，你所有的服务的本质都会变成负面的。

所有的身体都是灯泡，而爱是灯泡的主要开关。只有当按下了开关，身体才能绽放照亮自己和他人的光彩和幸福。你们要打开开关然后享受幸福，这是做得到的。Hrid + 慈悲 (daya) = 心 (Hridaya)，你的心应该充满慈悲；你的所有行动应该充满爱。因为没有任何力量强过爱。

我们古代的圣哲和先知曾经和野生动物长居茂密的森林当中，他们没有携带任何武器，然而他们却毫无恐惧地来去自如。他们勇气的来源是什么？因为他们拥有爱这项最强大的利器，使他们免于遭受野生动物的侵袭。古印度的文化是神圣的、弥足珍贵、美好且充满至福。然而你们却没有努力去了解古印度文化的伟大之处，你们反而轻视这个神圣的文化。你们受到不同阶级和文化的幻象所迷惑。其实，只有一个阶级，人类的阶级。源自于心中的爱是真正且唯一的宗教，全人类是个大家庭，所有人都是兄弟姐妹，世界是一栋大房子。当你建立起这种宽大的胸怀时，你所能体会的幸福是无可言喻的。因此，在所有人类当中看见神性。

神的所造的万物是最神奇和奇妙的。天空中有无数星辰，就算光的速度是每秒几千英哩，有些星星的光芒还是要花费数年才能抵达地球。如此一来，你就可以清楚想象每颗星辰和地球之间的距离。当万物本身是如此浩瀚无限且无法言喻时，那么造物主又该是何等伟大和超能？

有关神的事无法在三言两语之间说完。人类依据自身的有限的推论来想象神。实际上，神是超越一切定义的。

这个世界上有各种经验 (pramanas)，像：直接经验 (pratyaksha pramana)、推论经验 (anumana pramana)、二元性的经验 (dvaita pramana)、非二元性的经验 (advaita pramana)，由于神超越所有经验，所以被称为无可计量或定义者 (Aprameya)。神以其神圣之能寓居于所有人当中。

神的美好和伟大无法以言语形容。祂被颂赞为「赞扬那位拥有黄金子宫者 (Hiranyagarbhaya Namah)」。「Hirany」意思是黄金，存在于祂的心中。就如同食物的精华被吸收后会滋养全身，同样地，黄金遍布祂的全身。因此祂是最美好的，祂是万物最根本的源头。

所有的事都依其旨意而发生。由于祂是万物的造物主，祂也被称为：「Prajapati」。由于祂是最有智慧者，祂也被称为：「Dakshinamurthii」。如此一来，神拥有无尽的名号。人类根据自己有限的理解而将神描绘为特定的名号和形象，并依此来景仰膜拜祂：神是超越各种属性、纯真、最终极的寓所、永恒、纯洁、开悟的、解脱的以及神圣的化身 (Nirgunam, Niranjanam, Sanathana Niketanam, Nitya, Suddha, Buddha, Mukta, and Nirmala Swarupinam)。当人类心中秉持这个原则，人类怎么可能觉得自己渺小、软弱？你们应该放下认为自己不够好的感受，没有比人类更伟大的存有了。其实，神遍布全人类当中。然而，不幸的是，你们却认为人类的生命是微不足道的。你们会成为你所想的，这种（认为自己）不重要的想法，使你们的心也变的器量狭小。

当你看见山丘间有袅袅白烟升起，就代表附近有火。当你直接看到火，那就称为直接经验（pratyaksha pramana）。当你只见到白烟而没有亲自到那里看见火，你假设在浓烟后方有火。但这只是你的猜测，和一种可能性，这就称为间接经验（anumana pramana）。很有可能像烟一样的雾，并且其实并不在山丘上。因此，间接经验（anumana pramana）会产生疑虑。

爱是神在人类当中的唯一直接经验（pratyaksha pramana）。当有人询问神在那里，最直接的回答是神是爱，而爱是神。同样地，真理是神；没有什么比真理更伟大。没有任何神的等级高过真理，真理无所不在。国家或许不同，但真理却只有唯一一种。这世界上并没有美国真理、日本真理、德国真理等等。只有心胸狭窄的人类才会作出这样的区别。

我们并非心胸狭窄且心怀恶意之人，我们是无限的（神）的化身。人类应该要一直提醒自己，自己是真理的化身、爱的化身、至福的化身等。人类拥有灵性观念和追寻灵性的无限能力，然而人类是否明了自己的真实本性呢？

以一把在盘子中的沙子为例，科学家以沙子的颜色和重量判定沙子是来自哪个国家。然而哲学家就不完全是这样想，他们认为沙子是神的造物与神的所创造的幻象（maya）。因此圣哲和科学家的认知差距十分巨大，科学像一个半圆，从一个点开始然后结束于另一个点，但灵性却将开始和结束视为同一个点，所以是一个圆形，这就是神。

这样的神，也是圆满的化身遍布于每一个人类心中。然而，不幸的是，人类并未努力去了解内在的神性。是谁在人类熟睡时看顾他们的身体？身体如何在人类不知情的状况下，完美地运作？没有人知道，因为万事万物的创造、守护和维持—都是由神负责的。这样的神性能力存在于每个人当中。尽管如此，人类却时常因为遇到困难而沮丧；因为喜悦而兴高采烈，但这不是人类生命的目的，人类生命真正的目的是维持一个总是平和宁静的心态，而不是让情绪在悲伤和喜悦的两极间摆荡。快乐在两个悲伤之间，因此我们不应该追求快乐，因为大部分的喜悦在我们之内。事实上，你们本身就是至福的化身。

各位爱的化身！永远保持快乐和愉悦，因为你与生俱来的天性就是至福。你不用在外在寻求幸福，至福从阿特曼（自性）中衍伸。无论何时只要你想要幸福，你就可以得到。幸福就是回归于神，因此永远与神同行。只要你在神的陪伴之下，幸福便如同倒影一般永远相随。

今日，人们向外寻求快乐，并且在这个过程中，成为快乐的奴隶。这是不正确的，事实上，快乐应该成为你的奴仆，因为你正是神圣阿特曼（自性）的化身。无论你是否相信，我永远充满至福。你们都可以体验到至福的状态。你不应该向外寻求快乐，反而是要让快乐跟随着你，无论你到何方。

首先最重要的是，你应该成为真正的人类。你应该培养对万事万物仁慈的态度，唯有如此你才有资格被视为人。

各位爱的化身！你们追求世界一流的教育；你们阅读几本巨着；你们追求更多的权力。但这些都是次要的而且转瞬即逝。因此你只要将你的想法定焦于神性能力，也就是让你的心充满至福的无限神性能力。当这股无所不能的神性能力在你当中，你为什么还会遭遇到困难呢？

今日，我们的老学生齐聚一堂。他们在印度不同地区或国外从事各种服务活动，他们从这些服务活动当中获得极大的喜乐。

在我看来，他们应该在他们所在的地区，以他们的方式提供社会服务。邀请其他人和他们一起服务不一定是好的或者必要的，因为这样一来容易让服务活动沦为商业交易。他们应该在各种偏乡提供服务并且为居民带来幸福。

在偏乡地区，有许多需要服务的不同领域。我并没有抛弃我的故乡，在像这样的地方，需要完成多重大的服务活动。所以我拒绝搬离百善地（Puttaparthi），在当时此地仍是没有现代设施的偏远村落，而现在此地拥有设备先进的医院，就在我们门外。而所有现代便利设施在百善地（Puttaparthi）这个村落中都已经建设完备。

一个国家中最有价值的资产便是村落。没有什么比妥善地服务村落更伟大了。为村落服务，就如同为神服务（Grama seva is Rama seva）。

在城市和乡镇进行服务是没有成就感的，都市的人们是冷漠而且自我中心的。即使有小偷闯空门进入邻居家，他们也不太在意。另一方面，在村庄中即使有一点点小骚动，村民便会聚集。

这种一体性和团结性仍然存在于村庄当中。那里有一体性，那里就有神；哪里有神，那里就有至福。因此，为了你所诞生的村庄的发展而真诚地努力。你们每一个人都该为自己的村庄的发展尽一份力。

你的服务活动不该是为了政治活动而进行，藉由招集各种的人马，而将服务行动变成一个政治活动，我不喜欢这样。可以为了巴赞而聚集在任何你们想去的地方，但不要有任何分裂的想法，万事万物皆为一体。

无论你在哪里，抱持着团结和一体性的精神进行服务活动，不要发出异议。印度一直以来都是和平的国家，而且所有的印度人都团结一体如同一个大家庭。然和现在印度是什么情况呢？在过去，任何人无论何时造访一个村落，所有的村民都会聚集在他身旁，并且友爱地向他问好。然而，现代那种爱和一体性的精神已经完全丧失了。无论你去哪，你都会发现因为一些鸡毛蒜皮的小事而出现分歧和紧张。尤其是印度独立之后，暴动和骚乱在全国各地产生。人类生命的圣洁似乎完全沦丧，人类的生命失去价值。人类像虫蚁般遭到杀害，这些都是不人道的恶行，这不是人类所应具备的特质。

我们必须将我们内在神圣能力的明灯转化为为社会服务的技巧。当知识转变为技术，你就能在生命找到平衡。在这种宁静和平的状态下，你就能培养洞察力。当你怀着洞察力和神圣能力进行服务活动，将会使服务活动替社会带来更多好处和成果。

无论你在何方，服务你所在之地使其能够发展得更好。在某些地方的人甚至会去其他地方，协助当地的发展。然而这种混合来自各地的人进行的服务活动，会使得服务的目的被混淆，进而造成困惑，并玷污良好的感受。不要让你的困惑有增长的空间，也不要让不必要的区别心污染你的心念。

你应该总是怀着纯洁的心进行服务活动。一体性带来纯正性；而纯正性则反过来增进一体性。因此永远谨记一体性、纯正性和神性不可分割的关联，并努力达成以上的特质。你们应该以牺牲奉献的精神齐聚并共同进行服务，但是如果来自不同区域的人聚集，并对村落贫民的进行无私服务（Grama Seva）时，对村庄本身而言会带来不好的结果。因为每一个参与服务的人心里都怀着不同的感受，因为这些感受彼此混杂会污染他们的心，而这个村落就沦为了商业交易的场所。

灵性不是商业活动，而是一个神圣的寓所。灵性与一体性相关，在万物中看见一体性或使你幸福。我希望你们都能培育心中的一体性原则。也唯有如此，你所做的服务才会有价值和圣洁。如果因为各种区别心而玷污了神圣的服务行动，服务本身便失去其作用了。举个例子，黄金储存在金矿当中，当你将黄金挖出并予以精炼，它就变成 24K 纯金。这块黄金就会很有价值。然而，如果你将其他金属，例如铜加到黄金当中，它的价值就下滑了。不仅如此，黄金的光泽也减损了，如果你加入更多其他金属，它就完全失去价值了。我们的心像是一座黄金庙宇，它是「拥有黄金子宫者（Hiranyagarbha）」。我们绝不能玷污这座神圣的黄金宫殿，要使它永远明亮闪耀。

各位爱的化身！和每个人分享爱，并永远保持一体性和纯正性。

2003 年 1 月 1 日讲于百善地尼勒岩  
(新年演说)

沙迪亚赛语录第三十六册第一章：2003 年 1 月 1 日

赛巴巴讲道(五)

### 在多样性里看到一体性，就是真正的灵修

*所有的名和相都是至高无上遍在的化现，祂就是和平、吉祥的化身。  
祂是存在、正觉、至福，以及非二元性的，  
祂是真善美。*

梵语诗句

神圣自性的化身！现今世界上的人们接受了许多种的教育，但他们欠缺一种人性的知识。他们在一体性中看见多样性，却无法在多样性看到一体性。爱的化身！在多样性里看到一体性是非常容易的，每个人都可以这样做。但要将在这个世界里的多样性视为一体性，需要许多的努力。

### 体认神圣原则存在于万物中

现今人们应该试图获取万物一体性自性原则的知识，一个了解自性原则的人知道所有的事情。体认到在这个世界上，所有人都是一，体认整个人类族群的一体性。

在神的整个创造当中存在一体性，但是人类却将它的分歧，现今全体人类最需要的就是一体性。当你培养一体性，你的内心就会变得纯正。当心中有纯正性时，神性就会出现。一体性、纯正性、神性是紧密相连且互相依靠的，但现今人类远离一体性，我曾说过：有许多宗教，但目的只有一个。

有许多人聚集在这个大厅，虽然他们以不同路径来到这里，但他们的目的都是一样的。同样地，所有人都必须抵达神，神性蕴藏于每个人当中，人的生命不可能没有神性，「神存于人之中(Daivam manusha rupena)」，谁是人？没有理解这个字的意义，人们只会认为人只是被赋予一个人身，有手、脚、耳朵、眼睛等，就像一般人一样，但事实并非如此。

事实上，人无异于神，人并不是分别的实体，一个能了解他与神是一体的，是一个真正的人，虽然在人的身体上可能存在着不同，但同样神圣的原则存在于万物当中。然而，有些人会透过不同的方式企图造成人与人之间的分歧，这就是造成现今世界所有冲突、痛苦、悲惨的原因。当一个人了解同样神圣原则存在万物中的这个事实，分歧跟麻烦就没有存在的余地。因此，总是集中注意在人类的神性上，当我们升起了分别心、忘了神性，所有的困难就会升起，因此，我们应该要坚定地将神圣原则深植在我们心中，每个人都拥有的那颗心。

### 你可以透过诵念圣名成就每一件事

诵念神的名号、苦行、瑜珈和一些让我们直接感受神的仪式，都不算是灵修，许多人已经从

事了这些练习，但他们又经历、到达什么样的境界呢？这些都只是肉体上和外在的练习。

神的名号是最重要的，当你知道这个真理，你就会知道每一件事情。那就是我一再地跟你们说的：「没有诵念名号，是不会有幸福与和平的(Hari bhajan bina sukha shanti nahin)。」你可以只透过诵念圣名成就每一件事，我们应该将这事实珍藏在我们心中。

不要去评论罗摩(Rama)、喇西玛那(Lakshmana)、比马(Bhima)等等的名字有什么差别，我们应该要体认自性的原则也在他们当中，并视所有为神的化身。假设你的心里没有圣名，灵性的练习如诵念名号、冥想、苦行、瑜珈就根本没有差别。

你有一个名字，那是你出生时，你的父母给你取的，你并不是带着这名字出生的，你是带着罗摩的原则而诞生的，那就是自性。称它为自性(Atma)、称它为奥姆卡拉(Omkara)，称它为罗摩(Rama)，所有这些都与同样神圣原则有关。即使你在路上遇到你的敌人，也要跟他们行礼问候，你的问候不是到你的敌人那儿去，而是到神那里。当你愉悦地跟你的敌人打招呼、说哈啰，他们也会放弃仇恨，与你变得友善起来。但现今人们出于我执，将他们自己视为他们的名字，他们认为他们自己是罗摩亚(Ramaiah)，克里希那亚(Krishnaiah)等，而不是认为自己是自性，因此才会产生种种的困难。

遍在宇宙万物当中的名号，就是罗摩的名号，当你向他人行礼时，你想着罗摩，你的问候将会到达罗摩那里，因此要做所有能取悦神的行动，所有我们每天日常的家庭杂务，例如烹饪、吃东西等等，都充满着罗摩原则，人们执行这些世间、外在、身体上的练习，是因为他们不了解这微妙的真理。

### 我执和执着是束缚的原因

所有科学的发展只是在世俗与身体的层次，所有世间事情总有一天腐败。

当我们只为了自己个人的利益，一点都不伟大，我们所做的，应该有益于社会或小区，我们的福祉是建立在社会的福祉之上，但现今没有人会想到社会。不论我们走到哪里，都看到自私、自我意识的猖獗，这就是为什么有这么多的冲突和困难。

即使在一个家庭当中，也有许多纷歧。由于在人当中的分别心日益增加，一体性于是被破坏，因此要为一体性而奋战，你和你的邻居是一，只是在你们的名字出现差异，但潜藏在你们两个当中的神性都是一样的，当一体性的神圣原则深植在你心中，使用不同的名称叫称呼对方并没有错。

履行你的义务就像是管家一样，但这是你世俗的义务，你必须视你的义务为神圣的存在(daiva dharma)，是普遍存在的(universal)，那是为什么我称你们为「神圣自性的化身(Divyatma Swarupulara)」的原因了。当一个人要说他所说的是绝对正确时，他要用“*Atma sakshi*”这个词，代表自性是他的见证。因此，我们的行为也要能够体认自性的原则。

现今世界的一体性，因人的分别心不当地增加而遭到破坏，因此不要去注意名和相的差异，对自性原则培养信心。自性只有一，它是不可分的，无法被分裂成一片一片的，只有身体会死亡，自性是永生的。据说：人经历生死轮回，但，只有人的身体有出生、成长和死亡，但自性没有，因此要知道自性原则的一体性。

就让人们尽情地去说吧！但你应该体认你的自性是你的见证，在任何情况下，都不要放弃这个神圣原则。无论你做什么，为自性而做。无论吃什么样美味的食物，要认为这些食物是要奉献给神的。在生活中无论你做什么，要将它认为是奉献给神的感觉。「所有的行动都是奉献给神的(Sarva karma bhagavad preetyartham)」当你有如此圣洁的感觉时，你就可以非常容易地成就超脱。

唯有人放弃世俗的羁绊(moha)，人才能成就超脱 (moksha)。「我」是我执的原因，「我的」是执着的基础，我执和执着都是束缚你的原因，因此首要之务就是试图去除我执和执着，你试图降低这两者有多少，你离超脱就更近了多少，「行李少，舒适多」，降低你欲望的重担吧！

然而，人们往往在成长的过程当中，逐渐增加他们欲望的负担。当他们的欲望增加，人性就会减少，他们就会丧失觉知他们神性的能力。因此，我们要培养在我们之中的神性。每件事物总有一天会消逝，无论我们如何确保我们财产的安全无虞，最后我们总会失去它们，或许我们将所有的钱存放在一家大银行，或锁在保险箱内，为了钱安排所有保全的方式，尽管我们做了所有努力，我们总有一天还是会失去它，不要被会毁坏的事物所引诱，可以和我们永远在一起、存在所有地方的是自性原则。

### 培养一体性的精神

尽管罗摩下凡成为十车王的儿子，已经几千年前的事，但现今所有人包括小孩、老人都还诵念祂的名号。当遇到任何困难，人们喊着：罗摩，罗摩。这个圣洁的名号被低声念出，传到临终者的耳朵里。你们应该要喜欢罗摩的名号，而不是其他事物。祂吸引了每一个人，因此被给予了罗摩这个名号。

你可能诵念任何神的名号，但你应该对你们之中存有自性这个神圣原则，具有坚定的信心，如此，你将不会有任何困难。

我们累积了那么多的钱，是为了谁？当我们离开这个世界时，我们能够带走一分一毫吗？不，不，我们甚至将我们的身体留在这里，心念可能动摇，智力可能被蒙蔽，但自性依然是一个永恒的见证者，这是罗摩的原则。

罗摩这个名字并不代表某一个特定的形相，因此不断地诵念神的名号，可以是罗摩、克里斯纳，或是其他的名号。湿婆代表吉祥，也只有神的名号传递吉祥的讯息给我们，我们可以称



Srinivasa, Venkatesha, 罗摩(Rama)等, 所有这些都是同样代表神圣原则, 要将这神圣原则深植在你心中。

人们重复诵念着: 罗摩、罗摩、罗摩的名号, 当念完罗摩的名号时, 罗摩也跟着被忘记了。但我们不应该忘记罗摩, 不论我们进行着什么样的工作, 我们应该持续诵念这神圣的名号。在现今这个伽利年代(Kali Yuga), 诵念名号(namasmarana)是达致解脱的药方。体认这个事实, 古鲁那奈克(Gura Nanak, 锡克教创教人)开始在小区进行吟唱, 所有人都应该聚集在一起唱巴赞。有些心念可能飞走了, 但至少有一些人会将心念聚集在神的名号上, 因此如果集体唱巴赞, 至少有一、两个的祈祷会嘉惠所有人。

在罗摩(Rama)、喇西玛那(Lakshmana)之间, 以及在波罗多(Bharata)、夏楚格那(Shatrughna)之间那种强烈爱的连结, 使得他们不会抛下彼此。瞧! 这样一体性的力量多么强大! 团结就是力量。当你们彼此不说话, 不培养一体性, 你根本无法完成任何事。纵使在你心中升起了一丝的敌意, 试着彼此去调整, 信徒应该要求自己礼貌、要适当地体谅和调整, 即使有人批评你所敬拜的神, 不要对那批评有所反应, 不如换个方式想, 是你的神假装成批评者出现在你眼前, 赞美、谴责对神没有任何意义。

总是爱万物, 如果你以这个方式爱每一个人, 所有邪恶的性质例如憎恨、愤怒、贪婪都会离开你。当你没有这些特质, 你将可以很轻易地达致超脱。当你声称你是一位信徒, 如果你有憎恨、愤怒、嫉妒、虚伪、敌意等, 那又有什么用呢? 这些邪恶特质会毁坏你的生命。微笑地对人说话, 并且培养一体性的精神。

许多人来到这里, 所有人都参加巴赞, 但有多少人的心里有真正的虔诚呢? 即使只有十个人, 就足够了。

所有的你们都应该有一体性的精神, 不管碰到什么人, 都要说:「他是我兄弟、她是我的姊妹。」就像这样, 认为所有人都是你的兄弟姊妹, 让自己的行为充满一体性的感觉, 所有人都是神的孩子, 因此在任何时候, 如果有憎恨的感觉升起时, 要提醒自己跟他们是没有分别的。

要认为所有人都是一, 达成一体性, 体验它的至福。在多样化看到一体性是神圣的, 是真正的灵修。

研读经典、执行一些仪式、礼拜等, 并不是真正的灵修, 体认自性原则的一体性才是真正的灵修。当你体认到一体性, 你将赢得神恩。

你们总是念着: Sai Ram, Sai Ram, Sai Ram, 但只有这样做, 并不会在你们心中培养虔诚。你们应该接受一体性的精神, 并且诵念神圣的名号, 来培养真正的虔诚。纵使你只有一点点真正的虔诚, 为别人做好事, 并与他们和谐地相处, 不要恨任何人, 要爱所有人, 如果你有爱、

有信心，你就能培养非暴力，唯有如此，你才能体验至福。

### 人类的一体性即将到来

告诉你们培养真理、正义、和平与爱的真正目的是什么呢？正义由真理显现出来。没有比「坚守真理」更大的正行。没有真理，不可能有正行；同样地，没有正行，爱不可能存在。如果你有爱，你就不会憎恨或不尊敬任何人。真理、正义、和平与爱(Sathya, Dharma, Shanti and Prema)是人的基本本质。愤怒、嫉妒、恶意、伪善、淫欲、憎恨、贪婪并不是人的特质，只要你有爱与和平，所有其他美德都会自动地在你之中被培养起来。

人们总是不断地说：「我要和平，我要和平。」这样重复地说，就能得到和平吗？不，一点也不。唯有培养爱，你才能有和平。和平不是商品，到超市，就能买得到。它是来自一颗充满爱的心。

爱是从那里来呢？爱来自正义，正义来自真理；因此真理是正义的源头，正义是爱的源头，爱是和平的源头。当和平和爱同时存在的地方，就有非暴力。因此，真理、正义、和平、爱、非暴力是真正人类应有的特质，要认为它们是你的五个生命气息(pancha pranas)。

今天人们已经忘了人类特质的五个生命气息，取而代之是，以淫欲、愤怒等邪恶特质来当作是他们的生命气息，也因此陷入了许许多多的困境，当你培养人类特质，你肯定会达到和平，因此，保留你与生俱来的人类特质，例如这五个生命气息，远离邪恶特质，例如淫欲、愤怒等。

相不相信，接下来的 25 到 30 年，整个人类族群会一体性。所有宗教像是印度教、回教、基督教等也会统一，整个世界会完全的统一。是印度将对神虔诚的精神散播到世界的其他角落。要在你的心中珍藏真理。

人类将文化视为生活方式，不！不！不是这样子的。所有的一体性是文化；纯洁是文化。当你烧掉你所有的杂质，你就会体验神性。当你培养爱，所有你的邪恶特质，例如憎恨等也会渐渐消逝。

人类会有憎恨和嫉妒，是因为有人在他们的面前炫耀，说：「你看，他多么有钱！你看他官做得多大。」他们讨厌那些有很多成就的人，这并不好。如果某些人获得比你更多的成就，你要想是自己的能力不足，造成自己较少成就的原因，发展你的爱，扩展你的心胸，你会因成就更多而成功。

成功和失败取决你心里的感受，吠陀经里说到：「心念是束缚和解脱的原因(Manaeva manushyanam karanam bandha mokshayo)」我们的心念是我们爱恨情仇的根源。无论我们做什么工作，我们应该以一体性的精神去做，执行你所有的行动，只为了取悦神，如此，肯定会

让宇宙变得美好。

在巴赞结束后，我们都会唱：「愿三千大千世界一切众生悉得喜乐(Samasta lokah sukhino bhavantu! )」如果只有你一个人快乐，那算什么伟大成就？所有人都应该快乐。你的快乐来自于所有人的快乐，你的福祉来自于所有人的福祉。当别人不快乐时，你不可能快乐。因此，要为所有人的福祉祈祷，包括小的生物及昆虫，这才是真正的一体性，唯有渴求万物福祉的一颗心，是神所看重的。

所有今天我所说的，都是很深的真理，是虔诚的精髓，虔诚是什么意思？它不是大的海洋，它是个充满至福的海洋。那就是为什么会有以下的形容：

神是永恒至福的化身，  
至高无上喜悦的赠与者。  
祂是全然的智慧，  
超越了对立的双方，超越了二元性，  
广阔、弥漫，就像是天空，  
这目的地在格言里被指出：「汝即彼」。  
只有一，没有第二，  
永恒、纯洁、不变的，  
见证所有智者的聪明才智，  
超越所有精神上的状态和三种属性，即善性 (Sattva)、激性 (Tamasic)、钝性 (Rajasic)。

我们应该要达到这个永恒的至福。

2008年5月31日讲于平达湾  
沙迪亚赛语录第十四册第八章：2008年5月31日

## 赛巴巴讲道(六)

### 一体性、纯净性、神性

在孩提时代，人培养与其他孩子游玩的兴趣，  
在年轻和中年阶段，他被世俗的事物缠住，并全神专注在赚钱这件事情上。  
最后到了老年，他渴望这个、渴望那个，即使到了成熟的阶段，他还是没有沉思于神，  
因此，他浪费了非常宝贵的人身。

泰卢古诗

在这个世界上，有成千上万的受过教育的人，从小孩子开始，到博学的老先生，每一个人都对读书、获取知识，充满兴趣。但是，他们从书本上所获得的知识，究竟带给他们什么好处？这样的教育仅能勉强帮助你维持生计。从乞丐到富翁，每一个人都希望自己的孩子受教育，父母亲准备大笔的钱，他们甚至去借钱(甚至超过他们的财力)，为的是要提供优良的教育给他们的孩子，尽管父母亲在教育孩子上，面临着极大的困苦，然而孩子们对于他们的恩情，却没有任何的感激，他们没有深自反省：「所有我的进步，是谁成就我的？是谁成就今天的我？」

在这些事实和情况下，我们必须探询教育的真正目的，一个人可能研读很多书，精通各学科的知识，但他有享受和平与宁静吗？所有这些我们从书本上所获得的知识，只能照顾我们身体的需求。事实上，真正的知识潜藏在每个人之内。女性在学术领域并不会落后给男性。人们认为教育赋予他们尊敬和尊重，但是人们缺乏真正的智慧，尽管他们在学术上有很高的成就。

### 教育必须促成转化

现今，父母亲要他们的孩子只追求工作导向的教育，但这种不会令孩子转化的教育又有什么用呢？不仅孩子无法因此受惠，也无法为他们父母亲提供任何协助。现代人因为他在教育上的成就而培养他的我执，谦虚才是真正教育的标志，如果一个人缺乏明辨力(viveka)、谦虚(vinaya)，所有他所受过的教育都变得没有价值，你应该了解你所受的教育是为了社会的福祉和进步。

然而，社会是否受惠于这些受过教育的人呢？事实上，你们正从这个社会学到很多事，并从中受惠。但所谓的明辨力在那些没有受过教育的人身上被发现，那些受过教育的人身上反而却没有被发现。当这是事情的真实状态，那些受过教育的人为什么会因为我执而自我膨胀呢？那是因为在现今的学生身上缺乏谦虚的缘故，他们不会对年长者表示尊重，他们没有发现自己对社会的责任。如果一个人不懂得尊敬长者、服务社会的话，仅仅从书本获得的知识，又有什么用呢？一个过着这样生活的人，没有忠于他的本性。

如果这是大学教育的结果，到底为什么要上大学呢？每个学生必须问自己：「我在大学里做什

呢？我认为应该要做什么呢？」唯有他进行这样的自我探询，他才能了解教育的真正意义。只有书本的知识并不是真正的教育，这样仅仅只是把书(pustaka)里面的东西移到头脑(mastaka)里面去而已，并没有确实地了解教育的真正意义，他们只是在浪费时间追求书本的知识，而不是去取得实用的知识。在书本(pustaka)里，无疑是有许多的信息，但当头脑(mastaka)充满着污秽，用它来做什么呢？你永远无法从那样的教育获得你想要的结果。看看现在受过教育的人在社会扮演什么样的角色？他们是否促成社会的和平？他们是否试着想要让个人获得转化？没有，事实上他们甚至无法反复教导纪律给他们自己的小孩。大部分的小孩在父母亲的面前可能装得很乖、很谦卑，但是一旦他们走出家门，行为举止可能像是一个无赖。

学生应该努力在社会获取好的名声，今日的教育却把学生变得唯物主义，它没有让学生准备好，向内探寻，听听自己内在的声音，人们应该取得自性的知识(Atma prabodha)，这才是真正的教育，没有觉知大我，所有其他知识都是没有用的。为什么人应该追求这种教育呢？

### 言行一致

人们常常喜欢行使他们的影响力及权力，他们却没有努力去洁净他们的心念(mind)和他们的心(heart)，这是现代教育的结果，他们学到说话要甜美，但他们却没有将他们所说的话转变成行动。

爱的化身！只有靠死记书本知识的学习并不重要，你应该吸收文本(granthas)里的精华(gandha)，这才是真正的教育，人们读了很多书，有什么用？他们只是引用别人说过的话，这是你认为应该要学的吗？你应该听听你自己的内在声音，并和他人分享，但现在几乎没有人会这样认为。

爱的化身！你必须将至少一个或两个你所学到的原则付诸实践，并成为别人的榜样。我们有许多博学的学者，请问他们是否实践了他们所学到的知识呢？他们在人前，像是成就显赫(chief)，但在行为上就一文不值(cheap)。我们应该将品格视为我们不可缺的生命气息。只有教育而没有品格是无用的，就像没有煮熟的米一样，我们应该练习至少一个或两个的原则，那时我们才能跟人家讲道理。

每一个人都有三项重要原则：心念(Manas: Mind)、智力或思维能力(Buddhi: Intellect)、自性(Atma: Self, 大我)。自性的本质是什么呢？它是遍在的。真正的教育源自于心，这里所说的心是灵性的心，而不是肉体上的心，有许多崇高的灵魂将他们的知识转变成行动，为社会设立典范，如果你不以有原则的方式来做事，所有你所受的教育都会变成没有用的，你所做的才要紧，而不是你所说的，不管你到哪里，你的行为应该成为模范，这样才能取悦我。

### 努力取得灵性的知识

快乐是与神合而为一。你们不是平常的凡人，所有在实质上都是神圣的，为了了解你的真实本性，练习你所说的，唯有如此，你才能体验至福，事实上，至福正是人的真实本性。为什

么你要放弃对你是最自然的，却过着不自然的生活呢？无论你到何处，在大学、在学校，所见到的学生都缺乏实践的知识，他们只重视书本的知识，因而让他们自己也变成书了。

真正的教育是那些源自于心的，心对于人的存在是非常重要的，当孩子出生时，人们观察的第一件事是它的心跳。你应该多依靠灵性的心，胜过身体上的心，良知是灵性的心的另一个名称，保持你心的纯洁，这是你最应该要努力的事，任何以爱完成的事，心的纯洁将赐予你至福，事实上，至福潜藏在每一个人之中，但人却不知道这个事实。人们应该努力使他自己的内在至福得以彰显。

这至福的本质是什么？神是永恒至福的化身，祂是伟大喜悦的给予者，祂是全然的智慧，超越了对立的双方，祂超越了二元性。只要人还沉浸在二元性当中，就不可能体验至福。

首先，必须要了解一体性的原则，一体性可以导致纯正性，纯正性导致神性。一个真正的人是为统一性、纯正性、神性努力的人，否则他与鸟兽无异。第一，你必须净化你的感官，培养一体性，并视所有人为你的兄弟姐妹，生活在和谐当中。在一些公开的演讲当中，我们常常听到讲者称大家为兄弟姐妹，但他们所说的真正代表他们的意思吗？今日，你是否看到在这些兄弟姐妹当中有着一体性？没有，真正的快乐是存在一体性当中。沉思神就像是一朵花，从那里你可以得到至福的果实。

学生们，你们肯定会获取学术上的知识，但千万不要以此为满足，你应该要向内探求，同样地也要寻求灵性的知识，唯有如此，你才能够达到和平。

爱的化身！爱是教育的精髓，没有了爱，教育是人工、造假的，因此首先培养爱。要了解寓居者都是一样的，虽然身体是不一样的。要好好掌握这个基本原则，并体验至福(ananda)，就像你们聚集在这里，每一个人的注意力都集中在师尊的身上，同样地，也让你的心念总是集中在神性上。

沉思于神，服务你的同胞，服务那些极度渴望你帮助的人，给他们快乐，你可以只透过服务，达到神性，人身是最珍贵的，可是人却行动地像动物一样，因而浪费了他的生命。

学生们！身为一个求知者(Vidyathis)，你应该努力获取真正的教育(vidya)。只有念过书，而没有了解教育(vidya)的真正含意，根本没有意义。总是沉思于生命的基本原则，生物可能有许许多多，但圣灵的原则是一，而且是相同的。因此，要认知神性的原则是以自性的形相存在万物之中。自性是支持(adhara)，身体是被支持者(adheya)。要认为自性是你生命的基础，其他所有事情都会被照顾。每一个人都可以有自性的视野，所有都被赋予这样的能力。

问问自己，读过这许许多多的书，究竟赢得了什么？你变得冷酷无情。如果这是教育的结果，到底你念书是为了什么？首先，培养爱。如果在你的心中有爱，每一个人都会变成你的朋友。如果你的心没有爱，你的人生就会变得造作、不自然的。如果没有爱，生命就没有意义。如

果每一个人都与他的邻居分享爱，就没有仇恨存在的余地。与每一个人分享你的爱，就像兄弟姊妹般地生活着。今天我们看到兄弟姊妹之间有许多冲突、争论，就是因为他们缺乏正确的了解。

### 了解一体性的原则

人们并不了解爱的真正含意，他们的爱被身体的、世俗的感觉所污染。当你了解爱的原则，以及培养爱与爱的关系，所有的将会变成一。吠陀经说：「Sahasra Seersha Purushah...」代表所有的头、所有的眼、所有的脚都是祂的。一旦你了解一体性的原则，也就是存在万物中，就可以真正手足之情和谐地生活着。

深刻地探询，会发现心是最重要的，身体、心念、智力只是工具。因此，一个人应该尽一切努力听从心(良知)的建议，要了解所有是一，所有每一个都是同等重要。千万不要自大地认为只有自己是重要的。千万不要浪费你宝贵的时间在没有意义的争论上。对所有人事物都要友善，以一体性与和谐来面对生命中的挑战。

学生们！你们应该以理想的方式来过你们的生活。事实上，所有的典范都潜藏在你之中，它们无法从书中获得。这个“我(I)”的原则存在万物当中，这个单一的字母“T”代表了自性的原则。吠陀经宣示：神是一，没有第二(Ekameva Adviteeyam Brahma)。

真正的灵修在于了解真正的大我，但通常你们无法了解自己真正的大我，却将你自己认为是这个身体。认定这身体无疑助长了我执，一个我执的人是无法了解实相。当你有坚定的信念认为所有都是一，你的和其他人的福祉才能被确保。要培养这种一体性的精神。你无法期待神性显现在你之内，除非你培养一体性。

有些学生连教科书也不愿与其他人分享。如果他们是如此地以自我为中心和狭窄的心态，他们要如何达到快乐呢？你们所有人都应该是一体的，有一体性，才有至福。

爱的化身！只有一件事，你必须学习的就是培养爱。同样爱的原则也存在你之内、在我、在每个人之内。在我看来，只有爱在每一个人当中，因此，对我来说，所有都是一。同样你也应该培养这种爱和平等的感觉，所有都是一，对每一个人都要一视同仁。这是今日你们应该要学习的。

爱的化身！除了世俗的知识外，你们也应该努力去了解一体性的原则，唯有如此，你才可以实现一体性及和谐，人们礼敬九大行星祈求赐福，你们应该已经观察到在九大行星当中完美的合一及和谐。

培养一体性，要勇敢、培养必要的勇气来面对人生的变化无常，我不想占用你们太多的时间，无论你们在这里学到什么，都要把它深深地记在心里，唯有如此你才能到和平，你的教育才会变得有意义。

爱的化身！我倾注我的爱与祝福给你们所有人，总是一体性，将你的时间花在至福中，让你们的父母快乐，你的身体是父母亲所赐予的，因此，首先要为这个礼物对他们表示感激，如此，你才能发现生命获得实现。

2005年8月17日讲于百善地尼勒岩国际教育会议  
沙迪亚赛语录第三十八册第十五章：2005年8月17日



## 赛的宗教观

回教徒敬拜阿拉，基督徒敬拜耶稣，正是那位响应他们的祈求，赐予所有人健康、繁荣、幸福，不论他们在哪里。祂，唯一的神，是所有人类的神。

印度从很久以前教导灵修的讯息及方法，以确保宁静与喜悦。多少个世纪以来，她身为世界的训诫者，她教给她的子民这样的祈祷：愿世界上所有的人们都幸福、快乐(Lokah samastha sukhino bhavanthu)，这是吠陀思想的实现，因为自古以来的先知及瑜珈者(以神为中心的人)引导百姓以及纯洁的母亲抚养下一代，都是在灵修努力的氛围下形成的。

但由于国家历史的变化无常，当人们受到压力及反压力的影响，这些理想就会遭受挫败。信仰的抽象接受具体化的形象，逐渐形成特定可识别的名和相。每一个新的想法或习性，每一个新的具体化，变成一个特别的教派，以及每一个理论基础将它自己包装在它自己的壳当中。

### 在印度，新教派的成长和信仰的建立

因此，这个吠陀的宗教变成许多教派的起源，建立信仰，例如：Gaanaapaathya (是以 Ganapathi 的观念为中心)、Shaaktheya (是以宇宙能量的观念做为中心为神的代表)、Soura (是将太阳视为源头、粮食及灵性成就的目标为中心)、Chaarvaka (是以喜悦和物质的繁荣的观念为中心)，以及 Veerasaiva (则是以湿婆神为万物内在动力的观念为中心)。这些教派或其他更多教派，详尽地规划他们自己礼拜的仪式和方法、在灵性成就上的优先考虑、有关个人、物质世界和神的教义文本。

这些法典和方法的目的都是为了净化心念，以坚持在崇高美德的练习上，但是这些立刻被忽视，取而代之，将重点转移到肤浅的顺从及外在的纯洁上，渴望个人权势的膨胀和力量，使得每个教派、信仰和宗教，变得死板且枯燥无味，因此，在今日，特别需要发现所有信仰的内在泉源，这泉源丰富外在的仪式和典礼，一项小型的、私底下的研究将会揭示道德的热忱和灵性的探险有一条潜流。

### 只有一个种族，就是人的种族

关于宗教，通常使用 matha 这个字，暗指 mathi，心念这个字。将这两个字放在一起，可以被称为宗教(matha)主要或是应该从事整顿及增强心念(mathi)这件事。所有的教义、信仰、宗教的目标、目的、要旨、精华就是这件事而已，人心念的升华就是要确保个人的超脱以及社会的幸福，其中人是社会的一员，原则和规范围绕这个主要的需求被聚集起来，许多不同的教义就是这样的结果。

宗教企图灌输圣洁的想法到人们的心里，但是人们却不让其发芽、成长。在许多的情况下，

人们的我执渴望权力和竞争的成功，已经促使他使用宗教当作是一种折磨迫害的工具，它没有努力将人类整合起来，反而变成一种用仇恨和狂热的墙所隔绝的系统。因此，每一个宗教就像是武装的军营，沉浸在自我膨胀，试图防止其他人进入营区里面，并且避免人员的背叛。因此宗教被指责为混沌、冲突的根源，尽管宗教在生命的许多其他领域当中，有长足的进步，宗教间的仇恨到今日依然在世界许多地方持续地燃烧着。

必须被重视的是，宗教并不是形成这种状态的根源，难以驾驭的我执，才是造成派别的战争和狂热的仇恨不断地上演的原因。是宗教企图摧毁这样邪恶的倾向，因此它应该被支持，而不是被谴责。必须被谴责的是狭隘、不正当地仇恨别人不同意你或是有着不同意见的人的态度，正是这样神秘、不可思议的力量让这宇宙充满活力。

宗教的战争和冲突，在无知和贪婪的烂泥中繁殖，整个人类家族是个密不可分的「一」，当人们不了解这样的真理时，他们就会在黑暗中摸索，害怕陌生的接触，只要培养爱，就能使人们相信这个事实，也就是只有一个种族，就是人的种族，只有一个宗教，就是爱的宗教，因为没有宗教会支持暴力或鄙视爱，所以混乱的原因归咎于宗教，是不对的。

### **我们所经历的多多样性不是真实的状况**

参加宗教任何诋毁他人或夸大宣传用以招揽教徒的宗教活动，同样也是不对的。假如每一个宗教都能以它创办人所提倡的典范来生活，不受到贪婪或仇恨所影响，这世界对于人类来说，将会是一个比较快乐、和平的居住地。

印度教强调所有创造的一体性，并且宣称我们所经历的多多样性不是真实的状况。唯有纯洁的心能体验一体性，宗教导师们却提倡二元性，甚至说有许许多多、不同的神祉，这些分裂的过程已经在一些主要的宗教里发生。

伊斯兰教有什叶派、逊尼派，基督教有天主教、新教，但无论裂缝多么地深，没有任何教派否定神，也没有任何派别颂扬暴力、虚假，名号或许不同，着重的方面或许不同，但全能的神代表着绝对的、永恒的，在所有状况发出力量的潜流是爱，是万物对万物的爱，创立人总是看到所有生命的一体性，前进的路程不过是从人到神而已。

### **商羯罗的一元性哲学**

在解释吠陀经(最远古天启的经典)的人当中，第一位为了发现哲学的学派和建立灵性修持的道路，以便从这个学派受惠的人是商羯罗，他诞生于克刺拉(Kerala)州。在他非常短的生命当中，他确立逻辑及直觉的安全基础，也就是只有一个神，其他只是这个实相的表象。就是「没有二」，或是「非二元性哲学」，或是说明个人的本质与神是完美和谐的信念。吠陀经的原则：「我是一，让我变成许多(Ekoham Bahushyaam)；神寓居于万物之中(Ishwara sarva bhoothanam)；所有这一切被神所弥漫、包围(Ishavaasya idam sarvam)。」等等这些被商羯罗的智慧所启发，变成独创的真理。

## 与源头的融合是最终的命运

由商羯罗所提倡的一元论，是吠陀经的基础，对大多数的人来说，似乎是太简单的解答，以致于无法满足他们内心迫切的渴望。在他们之内，对礼敬的热切渴望，将他们自己奉献给更高的力量，他们无法掌握他们内在实相的真理，也就是一，只有一。他们的情感和行动必须被虔诚的纪律所升华。罗摩奴闍(Ramanujacharya)以一种崭新的看法对吠陀的文本及宗教经典提出批注，这使得「非二元性」有了特别的面貌，因使它被称为「特别的非二元性(visishta adwaita)」。虔诚的途径因此被建立，以使人们可以与神融合。

人从源头采取，并与源头的融合是最终的命运。河流就像是拥有无法抗拒的爱的热情，引导它往下流，直到它到达被爱的那一个，在那里，爱人的、被爱的、以及爱三者融合在一种启发的狂喜当中，最高的爱(Prema)是对神执着，不容许任何事来妨碍或是削减它的质或深度，神为了祂自己被信徒所爱，不是因为偶发的利益或祝福，它是自动的、持续的、庄严的，就像一个幼儿站在镜子前，尽情享受它自己的打扮和姿势。

完全的臣服到几乎要消灭掉他自己的程度，可以超越大部分的求道者，糖不能被糖所尝、所享用，你必须将自己变成一只蚂蚁，你才能陶醉在食物中。摩陀婆(Madhvacharya)说人的这种渴望应该被满足，他宣称个体灵魂会与宇宙始终保持分离，不会有融合。在「非二元性」当中，智慧的灵光一闪指出，仅仅只有自性存在，所有其他是迷惑的表象。「特别的非二元性(visishta adwaita)」假设河流是海洋不可缺的一部份；「二元性」指出喜悦来自崇拜，礼敬就足以汲取神赐的恩典。

## 所有先知们所建立的途径都引导到同一目标

同样也有其他的先知建立途径到相同的目的，他们宣称宇宙是属于神的，人们不应该想要累积或占用神的宝藏的任何一部分，他们建议必须要培养英勇和警觉心来保护虔诚的小树苗，免于受到懒惰、怀疑和迷信的危害。

在大多数的宗教中，我可能提过佛教，佛陀曾经对人们的生老病死感到极度痛苦，他开始探究心念的运作和人们推理的方式，发现治疗的训练方法。他分析是心念的异想天开，造成人们陷入欲望的漩涡，他同样分析论理的方式，被污染的地方就是偏见生根的地方。最重要的是，他宣扬要臣服于正行、慈悲，与正觉(启迪者)。

## 赛得宗教观是所有信仰的本质

索罗亚斯德教(Zoroastrianism)是祆教徒的宗教，由祆教的始祖所创立的，他认为人们应该保有智慧之火在良知中燃烧，这样邪恶的想法和倾向才会被削减到化为灰烬。它必须灌输所有的思、言、行，加上美德和活力的光明，它必须摧毁所有世俗的欲望，并提供人类纯洁，以进入自由的天堂。敬拜、冥想、无私服务的行动对于启迪的曙光是非常重要的。

如果宗教在字面上的意思，是将人束缚在神的上面，这样的解释被接受的话，赛得宗教无疑是所有信仰和宗教的本质，包括那些像是伊斯兰教、基督教、犹太教等，所有这些不同的信仰的形成和宣传背后的动机都是一样的，这些创立者和宣传者也全都是充满爱和智能的人，目标和目的也都相同，没有人打算分开、扰乱或破坏，他们试图存善、行善、向善，他们应该要训练热情和情感，培养这些冲动和本能，将判断力导向能够利益个人及社会，他们知道产生欲望、执着、野心、渴望的心念必须被洁净，而且被适当地引导。

## 让家庭成为和谐生活的中心

赛认为这些纪律的训练，比盲目地相信一堆哲学理论更为重要，没有人有权力去建议人家该怎么做，除非他已经实践了他所说的，首先在家里，让爱存在不同成员当中，让家庭成为和谐生活、同理心以及相互信赖的中心。

人类神圣的职责，就是始终觉知深植在每个生命当中的自性，这将使他意识到他与所有的亲密关系，这是手足之情以及与神的父子关系的基础，要抛弃我执的枷锁、贪婪的邪恶以及忌妒的毒药，当你在你之外寻求喜悦，要记住有一种非常大的喜悦在你内在的良知静静地等待着你。当你害怕在你之外的某个人或是某件事，要提醒自己，恐惧是在你自己的心念当中被产生、喂养、施肥，你可以藉由拒绝来战胜它，恐惧是如何阻碍灵性追求者的道路呢？它可以隐藏起来而没有影子，它无法纠缠心中有神的灵性追求者。

对全能的神有十足的信心是信徒所能穿的坚不可摧的盔甲。所有国家的人都是求道者，不管他们自己知不知道，要坚定、不要摇摆，保持前进、坚持理想、永不绝望。不断地祈祷，直到获得神的怜悯为止，如果神没有如你预期倾洒祂的恩典，千万不要伤心地转过头去。

当一个宗教想要扩大它的影响力，它必须靠毁谤其他宗教和夸大自己的优点，如此一来，炫耀和宣传反而变得比练习和信仰更为重要，但赛希望每一个宗教的信徒(votaries)必须对自己宗教的优点深具信心，并藉由他们自己精进的练习，了解宗教的有效性，这是赛的宗教观提供、希望所有宗教重视他们共同伟大之处，没有畏惧地、喜悦地接受这个宗教。

1976年10月1日讲于百善地尼勒岩  
沙迪亚赛语录第13册第23章，1976年10月1日