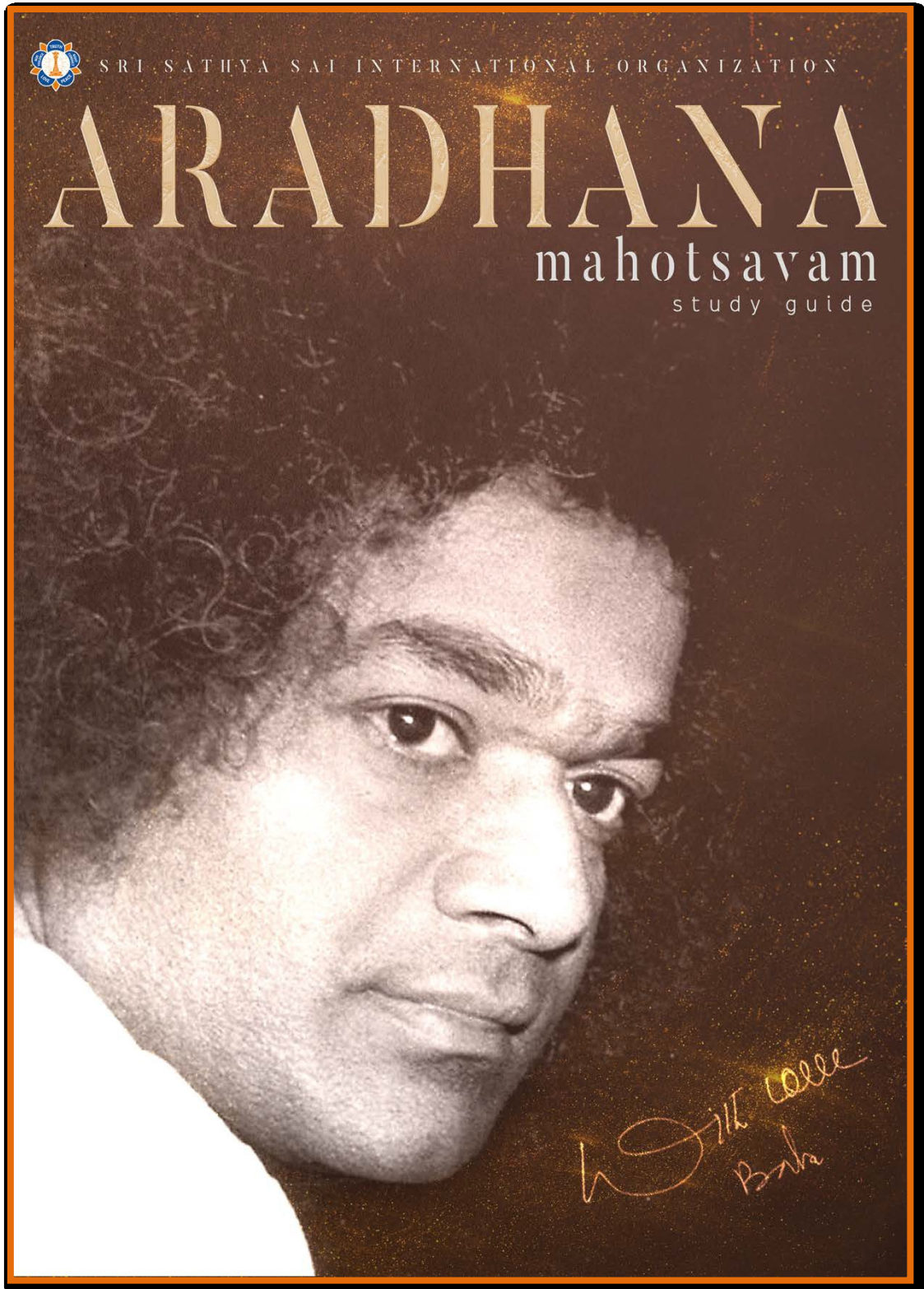


斯里沙迪亚赛国际组织

世尊纪念日

学习指南



以爱与感激献于
薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇
的莲花足下

2022 世尊纪念日*

学习指南

反省的一天

关于这学习指南的

结构

- 每一个五大价值都以一个归之于斯里沙迪亚赛峇峇的圣名作介绍【取自“Garland of 108 Precious Gems (108 文宝诗文集)”】。每一个圣名都以各种价值或品质的化身去描述祂。学习这些圣名对于一个人的灵修来说是极其重要的，因为归之于祂的圣名揭露我们大家真正自性的神圣本质。它们代表我们应该深思和认同的品质，以唤醒我们真实的本质，摆脱与神及彼此分离的错觉。
- 介绍之后引进选录（摘自“Sathyam Sivam Sundaram 真善美”第1, 2, 3 和 4 册），借以描述斯里沙迪亚赛峇峇在与人的日常互动中如何阐明及鼓励以价值观为导向的心态、行为和实践。
- 要思虑的问题与观点。

目的

邀请信徒去深思斯里沙迪亚赛峇峇关于五大人类价值观的核心教导，作为对真实自性的本质做更深入探讨的开始。这种探讨旨在帮助他们养成每天沉思的好习惯，以认知内在的灵性。

* Aradhana Mahotsavam 意思是“敬重圣贤的节日”，我们称之为“世尊纪念日”

内容

真理 (SATHYA) -----	1
祂是真理的化身	
真理根基于力量：身心灵的力量	
峇峇坚持要每个人都被告知关于他自己的这个实情	
沙迪亚树立真理的榜样	
正义 (DHARMA) -----	3
促进孝道、正义行为的本质者	
必要的义务	
展示你的信心的益处	
反映和表达祂的本质是我们的正义行为	
沙迪亚赛树立正义行为的榜样	
平和 (SHANTHI) -----	6
祂是平和的化身	
人们需要最高平和与爱	
浮躁只不过是妳所属的海洋中浪涛的起伏而已	
沙迪亚赛树立平和的榜样	
爱 (PREMA) -----	8
祂恩赐爱	
“我的使命是给你们勇气和喜悦，驱走懦弱与恐惧。”	
祂的生活方式和教导方式	
那天赛峇峇显得最快乐	
沙迪亚赛树立爱的榜样	
非暴力 (AHIMSA) -----	11
祂是贫困者的护卫者或主	
一个人应该对人的灵性充满信心	
沙迪亚赛树立非暴力的榜样	
进一层的深思 -----	13

真理 (SATHYA)

OM SRI SAI SATHYASWAROOPAAYA NAMAH

祂是真理的化身

赛峇峇说，沙迪亚 (Sathya) 包括了三个音节，‘SA’，‘TH’和‘YA’，意味着‘SA’将借由‘TH’和‘YA’所获得的 – Saakshaatkaara – 自我觉知 – 是通过‘THapas’ (苦行，不执着，自我约束) 以及‘YA’ - ma (感官的调整和纯化) 所获得的。沙迪亚 (Sathya) 是觉知的至福；峇峇是那至福。祂是绝对者 (神)，是永恒者，是真理。Sathyam 是 Thrikaalaabaadhitham，那就是不受过去、现在或未来的时流影响。峇峇向信徒们揭露了祂自己是以 Naraakaara (人的相) 到来的 Niraakaara (无相者)，正如祂在舍尔地 (Shirdi) 时所承诺的那样。所以，对虔诚者而言，赛是沙迪亚的化身 (Sathya Swaroopa)。当神以人的身份降临时，祂的神性不受到丝毫影响、削弱或玷污。深深地端详着祂并分辨祂是否具有真理、沙迪亚、永恒不变的本质。“愚者以为我只是这个人身”，基士拿说。峇峇告诫我们不要犯这样的错误，祂说，“不论你尝试多久，不论谁想知道，不论利用什么方法，你都不能领会我的崇高之奥秘”。“只有怀着信心认真研读经书，才能够帮助你一瞥其端倪。”祂保证。峇峇的意愿，祂的言谈必定实现，因为祂是真理。“我从不说一句没有意义的话。”

出处：Garland of 108 precious gems (108 文宝诗文集)，卡斯杜里教授著 (第 4 版，1979 年)，第 11-12 页。

真理根基于力量：身心灵的力量

峇峇是伟大的医护者，给消沉的灵魂恢复元气者，独一无二的复活者。祂坚持真理，因为虚伪的根源是懦弱。只有当一个人害怕或憎恨另一个人的时候，才会对他隐瞒事实。真理根基于力量。根据峇峇的说法，以软弱或缺乏力量为借口是违背人的本质的。祂不会允许人家说，“我有罪，生来就有罪，是有罪的灵魂。”当一个内心充满忏悔的信徒对自己诸多诟病时，峇峇会立即把他提起来。“当我为了你而来时，你不应该有这样的感觉。”祂说。

峇峇将力量等同于优点，将软弱等同于罪恶 (字面意思是‘未达标’)。也就是说，力量是神圣的，软弱是罪恶的。身心灵的力量三项都是必要的，但这三项的最重要源泉是对自性的信念，对内在灵魂的信念。峇峇说：“要记住这一点，并从中汲取力量。我的使命是让你对自己有信心，给予你由此产生的力量和耐力。沮丧是衰退的主要原因。所以每个人都应该培养喜悦的品质。对于满足的人来说，生活是一场漫长的节庆。嫉妒吞噬命脉，像毒药一样蔓延全身。把所有的喜悦和悲伤都献给主。那就是获得满足的秘诀，是所有宝藏中最宝贵的。”

出处：Sathyam Sivam Sundaram (真善美) 第 1 册，第 14 章，第 190 页。

峇峇坚持要每个人都被告知关于他自己的这个实情

在讲道中，祂的开场白是，“Divyatma Swarupulara!” 神圣的阿特玛（Atma 自性）的化身！那就是祂所有的教导的总和与实质。人必须认识自己就是阿特玛，不能被克服的，不可销毁的，无极限的，海洋中的存在-知识-至福（Existence-Knowledge-Bliss）波浪，那海洋就是神。“这真理的觉知就是信（Bhakti）。” 商羯罗阿者耶说。（Sankaracharya，印度中世纪经院哲学家，吠檀多不二论理论家）

峇峇坚持要让每个人都被告知关于他自己的这个实情，让每个人都能在镜子中瞥见自己，这样他就可以生活在力量、信念、勇气与和平之中。祂说生命之树，那榕树（banyan, asvattha）的根在于阿特玛之内。如果那信心不存在，我们就会干枯，经一阵命运之风吹拂就飘来荡去 - 发出反复无常的俗味。生命之树的树干和树枝、树叶和细枝都是我们与外在世界、亲友、我和我的，得与失的接触和承诺的后果，而生命在其中繁殖。树的花卉是爱的思言行，而所得到的至福就是果实。然而，峇峇说，果汁的甜蜜是美德（Seela），善良、虔诚的品格。没有使果实具有价值的美德，没有那维系树生命的自性之根，生命仅是耕沙而已，身体仅是燃料，提供给害虫的饲料。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第3册，第4章，第41页。

沙迪亚树立真理的榜样

当祂被玩伴粗暴对待时，祂极少以牙还牙。这种苛待的信息是通过其他目睹这事件的孩子传给父母的，从来不是来自沙迪亚，祂似乎丝毫不感到痛苦或挫折。祂总是说真话，从不诉诸一般孩子借以掩饰错误的遁词。祂的行为举止是那么的与众不同，以至于一个小伙子曾给祂取了“婆罗门孩子”的绰号。这是一个恰当的描述。那小伙子不知道，这个被他嘲笑的孩子，在前世的肉身时曾在舍尔地（Shirdi）宣告：“这婆罗门能引信心十足者入灵道，并带领他们到目的地！”

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第2章，第12页。

要思虑的观点

1. 读了斯里沙迪亚赛峇峇对真理的价值观的看法后，你在日常事务和互动中可以采取一种什么不同的觉知和一种什么不同的行动？
2. 有关真理的哪一句话你认为最有意义和最有鼓舞性？
3. 如果你或你所认识的其他人忽视了真理这个人类价值观，那将会有什么后果？

正义 (DHARMA)

OM SRI SAI SADHU VARDHANAAYA NAMAH

促进孝道、正义行为的本质者

“Sadhu” 这个字代表美德，正义，孝道和完美。峇峇 – 在那些有幸接受祂的引导，按照他们认为的方式去寻求祂的人的身上 – 提升所有的美德。祂坚持实践，体验和品格是修行的果实，而美德就是果实的甜汁。祂说过，在《梵歌》(Bhagavad Gita) 第 4 章“知识瑜伽”中的那一个警句，“每当正义衰落，不义盛行时，我现身出世，为了护持善人 (Sadhus)，为了消灭恶人，也为正义建立稳固的基础，我世世代代都会降临，”并不是指身穿赤色长袍的苦行僧 (Sadhus)，而是指远离世俗享乐和事物的好人。

祂治愈因不义造成的创伤的例子数不胜数。要遵从父母，尊敬师长和学者，寻找服务的机会，传播喜悦和满足，不要沉迷于诽谤，忽略他人犯的错，不吹嘘自己的优点，把你的注意力集中于寓于每一个生命体的赛 – 凡此种种都是祂给与的指示。这些会培养我们之内的德行 (Sadhu) 品质。祂喜爱并亲近所有种姓，国籍及种族的好人。因此，每个人都被规劝去审视自己的缺点和恶习，而改过自新以便赢取祂的爱。祂看穿造作和欺骗。利用浮华或者虚饰善良或纯净的表征去强加于祂的信任，这是不可能的。你只能以真正的，坚定的诚心，去使祂满意。

出处：Garland of 108 precious gems (108 文宝诗文集)，卡斯杜里教授著 (第 4 版，1979 年)，第 16-17 页。

必要的义务

(沙迪亚赛峇峇说，) “然而，消除有害的倾向、冲动和习惯，以及培养品格，只是实行灵修的初步阶段，/.../ 现在邪恶成为普遍风气，而我必须带来人类品格，态度和行为的改革，并教导人们某些纪律。人们必须被带回到一体性，和谐与平和的道路上。宇宙的每一物都是主的显现，这认知是一切的真正基础、全部内容、织物的经纬、纱线和布料。这是每个人的权力，不论他是什么种族、信仰、阶层或种姓。你们这一代人实在很有福气，你们有幸与我接触，并有机会接受我前来给予的指示。”

出处：Sathyam Sivam Sundaram (真善美) 第 1 册，第 14 章，第 188 页。

展示你的信心的益处

在马德拉斯（Madras），沙迪亚赛峇峇在对印度青年协会的成员讲话时恳求在场的长者成为当年轻人的正直、高效和无私服务的更好榜样。

“自称伟大的大人物，随心所欲地朗读和引用经典中的直喻和隐喻。但他们的行为、他们的自负和他们彼此间的冲突只会削弱这些宝藏的光泽。演讲者、主题和随后的行为之间根本不协调，”他说。

在郭哈勒（Gokhale）礼堂，他说，人必须寻求四个基本问题的答案：“我是谁？我来自何方？我将往何处去？我将待多久？”他说古印度经典致力于揭发这些问题的答案。他展示了如何通过科学来实现答案，但他也说，通过不断的深思静虑和自我反省而赢得的主的恩典，会在瞬间给求道者揭示答案。

在分析当前社会道德生活危机的原因时，他指出愤世嫉俗和讽刺的冲动是这个时代的两种主要疾病，而这两者导致不敬和怀疑的扩散。生活在神的常在中是最安全和最令人满意的，因为社会批评的矛头不会穿透它也不会伤害它。宗教和对神的信仰现在正受到来自四面八方的挑战。因此，所有善良的人都有责任凭借向批评者展示他们的生活如何因宗教而变得更甜美来迎接这挑战；对‘主的永恒出现’的认知如何使他们生活的任务更有效率，更加诚挚并且更加无畏。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第11章，第169页。

反映和表达他的本质是我们的正义行为（Dharma）

峇峇宣称他的生命就是他的信息。因此，与他同在，观察他的怜悯、他的纯朴、他的诚挚、他的见识、他的慈爱，凡此种种就是求道者获得圆满和自由的宝贵机会。对他讲话的对象来说，他的每一句话都充满着深厚的意义。他把每个人都当作一个单独、特殊的问题来处理。他不会提供廉价的灵丹妙药来治疗人们的各种缺陷；目标在你之内；解药在你手中；病在哪里，药就在哪里提供。要达到目标，就要睁开眼睛，要清醒过来，要点亮灯，要断绝噩梦。一切都是那么简单；他说，观察真理就像把它说出来一样简单。“为何要修那么长的路，然后推荐捷径以赢得感激？千百年的黑暗，点一盏灯便烟消云散；你不需要枪把它击退，不需要书助你争辩，不需要眼泪把它洗掉，也不需要武功把它甩开，”他说。

对每个人，峇峇都有最合适，易于携带的药方，而祂以慈爱与怜悯分配之。“峇峇让每个人都意识到，”约翰·希斯洛普（John Hislop）说，“他就是祂的实质的一个反映。反映和表达祂的本质，即真理和爱，是我们的正义行为，我们的义务，因为那也是我们真实本质。而我们的首要义务是摆脱与神分离的幻觉，与神融合，一如被暴风抛到空中的水滴又落回而不再与大海分开。”

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第3册，第7章，第89页。

沙迪亚赛树立正义行为的榜样

在三四岁孩提之年，这个“婆罗门”（人们都以这外号来称呼小沙迪亚赛峇峇）展示祂有一颗见到人间苦难就融化的心。每当一个乞丐出现在门口并高声喊叫时，沙迪亚就会放下游戏，并跑进去要姐姐把谷物或食物给他。长辈们当然被那没完没了的伸援激怒。他们动不动就发起脾气，有时甚至在沙迪亚来不及布施之前就把乞丐赶走。这孩子哭得又久又大声，只有把被打发的乞丐带回来，长辈们才能止住哭声。有时，为了要停止长辈们认为昂贵和错位的施舍，母亲抓住沙迪亚，竖起手指警告说：“听好！你可以把食物给他，但你要挨饿。”这并没有吓倒孩子。祂会跑进去，把食物端给站在门口等候的饥饿的人，然后自己不吃午餐或晚餐。没有什么劝说也没有人能说服祂来吃那原封未动的食物！

/.../ 当沙迪亚开始在街上逛时，祂找出残废、失明、老弱和患病者，并手牵着他们到祂父母亲的家门口。姐姐们只好从储藏室或者厨房里弄来一些粮食或食物，放在乞丐们的碗里，这时小主人脸上露出笑容。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第2章，第12页。

要思虑的观点

1. 在个人的层次，正义的信息与你有怎么样的关系？
2. 根据斯里沙迪亚赛峇峇，遵循正义行为的人类价值观有何意义？
3. 你如何把对正义行为的关注作为你的灵修的一部分？

平和 (SHANTHI)

OM SRI SAI SAANTHA MOORTHAYE NAMAH

祂是平和的化身

峇峇强调平和 (Shanthi) 是个人和社会快乐的四大支柱之一。祂宣称每个人本质上都是平和的化身 (santha swarupa)。祂与我们都是平和的化身；由于峇峇是寓于我们之内的精神力量，所以平和也是我们的实质。

正如大海的深处不受潮汐和漩涡的影响，正如太空的深处不受狂风和雷电的干扰，我们内在核心是平和的领域。峇峇坚持说：“平和并非是没有激动或不安。它是在所有层次的真理和正义的极致圆满，对真理和道德的坚持！”峇峇说，“平和只能得之于感官的严峻控制，感官会吸引和分散注意力，并引起向前和向后的摆动。”平和是面对福祸时的刚毅。它是沉着、不动摇的坚定。/.../

峇峇称聚集起来听他讲道的广大群众为“平和的化身”，因为祂看到每一个人的内在核心。祂就是那内在核心。因此，我们每个人从根本上说都具有祂的本质。“赛在每个人之内存在着，”祂断言。所以对每个人来说，平和（赛）就是核心。

出处：Garland of 108 precious gems (108 文宝诗文集)，卡斯杜里教授著（第 4 版，1979 年），第 107-108 页。

人们需要最高平和 (Prasanthi) 与爱 (Prema)

峇峇有时给人或物起名字，钻研这些名字的意义总是很富有启发性。祂在布达峇地的居所建于 1948 - 50 年，被命名为百善地尼乐园 (Prasanthi Nilayam)，意为最高平和的居所。一切众生都必须在某时某地获得它。每个人都必须在祂的指导和恩典下为自己建造它。峇峇告诫这个时代的人道主义者和慈善家，今天的人们并不觊觎满足欲望的玩具和小饰品。他们渴望的是神的荣耀，大地的太平及人与人之间的善意。他们需要平静的满足，而不是嘈杂的哗众取宠。

峇峇一直在坚持那些给水坝，发电站，铁道和工厂做五年计划者也必须为传统价值观的破坏提供足够的纠正，传统价值观的破坏将在琐事和利润的大量增加之后到来。人们沉醉于突如其来的财富并对传统的失去感到沮丧，他们需要最高平和 (Prasanthi) 与爱 (Prema) 去赢取勇气和平静。

出处：Sathyam Sivam Sundaram (真善美) 第 4 册，第 3 章，第 83 页。

浮躁只不过是ך所属的海洋中浪涛的起伏而已

这里有一本小册子可以值得一提，‘与神的对话’，它是由沙迪亚赛峇峇创立的全印度学者和求道者（Sadhakas）学院推出。如峇峇所写的，“这部作品是从（作者）V.S. Page 于其内在自性中赢取并享受的至福中绽放出来的，”那些日子他坐在斯里沙迪亚赛峇峇的足前并谦虚地向祂提问关于他在学习和灵修中出现的诸多问题。

峇峇告诉他，“不做持续的修行，就不能有所成就。所以每一刻你都应该牢记神并为思念祂而感到快乐，只有这样你才能获得平和。当一个念头停止而另一个念头不生起时，我们不就处在平和吗？你必须等待那个空间，与那平和合而为一。于是那平和将变得持续乃至持久。

思想起起伏伏有如水面上的涟漪，你必须观察水的主体而不仅是涟漪而已。同样地，阿特玛向来就寓于平和，但人不理解这一点而始终沉浸在心念的摇摆不定中。要时刻保持警惕，忽视波浪而注视海水... 浮躁只不过是ך所属的海洋中浪涛的起伏而已。”

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第4册，第3章。

沙迪亚赛树立平和的榜样

在教育 and 忠告信徒们有关他们的烦恼时，祂告诉他们必须专注于念诵神的名号，那是赢取平和的最佳途径。有一次，祂突然转向一个信徒并问她，“你可有持名？”她开始说一些话来回答，但峇峇没听完。“噢，你丢了你的念珠，不是吗？”祂问。然后，祂把手伸进沙子里，拿出一串念珠说，“来这里，来拿它。”那妇女恭敬起身，合掌上前领取。赛峇峇示意她停下来并带着笑容跟她说，“等一等！先告诉我这是谁的念珠。”她看着念珠，倒吸一口凉气。“峇峇，是我的！更确切的说，是我母亲的。”她很高兴能拿回她的念珠，那是母亲临终时给她的。峇峇告诉我们有关她母亲的虔诚，她哥哥的严谨修行、简朴，以及她自己的灵修。祂问她什么时候丢失了这珍贵的念珠。当她宣称四年前在班加罗尔（Bangalore）遗失的，我们无不惊讶不已。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第10章，第79页。

要思虑的观点

1. 为什么控制感官如此重要？如果你决定忽略应该控制你的感官的劝告，什么可能发生？
2. 当你致力于依据平和的人类价值观生活时，这实际上如何改变你的生活？

爱 (PREMA)

OM SRI SAI PREMA PRADAAYA NAMAH

祂恩赐爱

这个名号荣耀祂为爱的源头，爱的恩赐者，所有生物中的爱的启发者。峇峇经常称呼群众为“爱的化身”。因为祂来了就是要帮助每一个人去认知爱的根源。而什么是那根源？就是祂自己，赛是我们的实质，Anatharyami，内在动力。祂从内心恩赐爱的礼物。通过祂的祝福，坚硬如石头的心软化为对所有受苦者的同情心，这类的例子多不胜数。那是祂的恩典的程度。

祂的爱治愈了供奉着祂的照片的家庭中的伤心往事。父子再次团聚。母亲重新获得了孩子的爱。兄弟经过了多年的疏远再相互拥抱。家庭的不和结束了。胡作非为已认识到和平的甜蜜滋味。傲慢已变成谦虚，双手已合十祈祷。祂教导互相帮助与服务。祂向我们保证，祂存在于所有人之中，并鼓励兄弟情谊和爱心善举。沙迪亚是电流。正义是帮助电流流动的电线。平和是转化电流的灯泡，而峇峇说，爱则是灯光。

出处：Garland of 108 precious gems (108 文宝诗文集)，卡斯杜里教授著（第4版，1979年），第66-67页。

“我的使命是给你们勇气和喜悦，驱走懦弱与恐惧。”

祂以势不可挡的爱拥抱每一个人，而当祂向聚会宣布：“我不会遗弃任何人，我不能这么做；这不是我的本性。不要害怕，我是你的，你是我的，”一种超越世俗的亲情立刻在祂和求道者之间建立起来。结果，祂的话深入人心，生根发芽，慢慢成长为良好的行为和高尚的品格。祂把群众视为一体。祂的主要目的是把人从无知的沉睡中唤醒并向他指出他的真实本性，那不朽的、不变的神圣自性。

祂激励大家说：“你们是战无不胜的，不受生活起伏的影响。你们在路上跋涉时投下的影子落在泥土和尘埃、灌木和荆棘、石头和沙子上，但你们一点也不担心，因为你们毫发无损地走着。同样的，身为灵体的你们，根本不用担心影子，身体的命运。”峇峇借诸多例子非常清楚地说明了这一点，从而注入了不可动摇的勇气。

“我的使命是给你们勇气和喜悦，以便驱除懦弱和恐惧。”祂在许多场合说过。“不要自责为罪人；罪是一个不当的用词，其实只是犯了错误。我会原谅你们所有的错误，只要你们真诚忏悔并且下定决心不再从恶。祈求主赐给你们力量去克服当你们无知时诱使你们的习惯。”

祂就这样在每颗心中点燃了希望和健康的火焰。凭借祂的甜蜜，祂的不可抗拒的怜悯，以及祂的智慧之言，祂纠正了千百人的脚步，使他们转向服务和奋斗的道路。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第11章，第172页。

祂的生活方式和教导方式

赛峇峇还不断强调冥想的必要性，将重复念诵神的名号作为每个人不可或缺的修习。祂给每一个热切练习的人详细的指引和教导。因此，在百善地尼乐园有许多信徒每天都花好几个小时执行这一类的膜拜形式。

当赛峇峇在百善地尼乐园的时候，祂把时间都花在祝福信徒上，让他们有机会一睹祂的恩典、接触祂、敬拜祂，以及跟祂谈话。祂吃的是这片土地上赤贫者的简单食物，这些食物都是精舍里的信徒们虔诚地烹制和带来的。祂睡在铺在地上的床垫上。当赞唱对神的爱之歌时，祂坐在大厅西边平台上的椅子上，给予大厅里的所有人‘达瞻’（Darshan）。每当祂走下来时，祂都允许他们触抚祂的脚。

赛峇峇给每个人希望和勇气、满足和信心、保证和安慰，因为祂说：“为什么怕，有我在乎？把你所有的信心都交给我。我将会指引和护卫你。”

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第7章，第87页。

那天赛峇峇显得最快乐

在 Dasara（达萨拉）节庆的第7天，穷人获分发食物，残障者和赤贫者获赠衣服。有人问赛峇峇，为什么没有在任何报纸上刊登这项约有四五千入获赠衣服或纱丽的盛大活动的消息。峇峇回答说：“我奇怪为什么要这样做！当你的亲戚来找你而你给他们食物时，你会邀请媒体并渴望宣传吗？”

那天似乎是所有日子里赛峇峇最快乐的一天，也可说是祂最忙碌的一天。祂检查厨房和菜肴的准备，并监督座位的安排。祂弯着腰分发甜品在几乎每个人的盛食树叶上。祂沿循着需要者的队伍，遴选获赠衣服的人。被选中者获发货票而名字稍后被念出来。那些获赠者走到峇峇面前，从祂手中接过梦寐以求的礼物。那是一个鼓舞人心的景象，也是一次非常温暖人心的体验。祂对每个人都和颜爱语。祂特别照顾盲人、残障者及老弱者，并要求年轻人帮助及带领他们。祂提醒他们在夜里要谨慎小心，并很友好地问候他们。对每一个人来说，祂使到每一瞬间都是难能可贵的。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第7章，第95页。

沙迪亚赛树立爱的榜样

在布达峇地有一所小型小学，沙迪亚和祂的同伴们在那里上学，目的是为了学习比拼写和书写更高尚的东西。当时的学校有着非常严苛的惩罚手段以确保学生准时上课。早到并向老师敬礼的幸运儿皆免罚。其他学生，不论什么原因，合理的或不合理的，凡是迟到的都会受到鞭打。鞭打次数取决于他在迟到者名单上的位数。为了避开皮肉之苦，孩子们天还没亮就在学校的屋檐下集合，不管是雨天抑或浓雾弥漫的早晨。沙迪亚目睹冷得瑟瑟发抖的玩伴的困境，顿起同情之心。祂到屋檐下看望他们。祂从自己家里带了衣服和毛巾为孩子们披上，让他们感到温暖和舒适。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第1册，第2章，第14页。

要思虑的观点

1. 在此所描述的爱的人类价值观，对你自己的生活产生的最强烈影响是什么？
2. 请提出一种征兆表明你实际上已经采纳并实践了爱的人类价值观？
3. 你是如何加强你对圣爱力量的信心和信赖？

非暴力 (AHIMSA)

OM SRI SAI ANAATHA NAATHAAYA NAMAH

祂是贫困者的护卫者或主

Aanatha 意谓‘那些没有主，没有主子，没有向导，没有保护者，没有护卫者的人’。他们是孤儿、贫困者、绝望者、难民、流放者、流浪者。对他们所有人来说，峇峇是护佑者，Naatha，主宰，保护者。为了拯救一个不能承受瘫痪继续活下去的信徒，沙迪亚赛峇峇自愿担当其瘫痪 8 天。当祂摆脱了瘫痪时，所说的第一句话是：“主是绝望者的唯一避难所。我非得承担这致命的瘫痪不可，以拯救我的虔诚的信徒。那是我下凡的其中一项任务。”

峇峇坚持认为任何人都不应该被称为“Aanatha”，因为所有众生都是祂的孩子，所以他们都有一个护卫者，那就是祂。祂从不贬低穷人、文盲、麻疯病患者或断肢和有缺陷的人。祂教导我们大家要将每个人都视为寓于那个形相的赛，不论他跟我们有多么的不同。“不要憎恨，不要诋毁，不要遗弃，因为，所有你憎恨、诋毁和遗弃的人，都和你一样是赛。你看到了他们的缺点，”峇峇说，“把所有的褒贬都交给主吧。祂知道过去、现在和未来。祂已将角色分配给每个人。让祂的意愿实现。要看到赛于众人之内，要尊重大家，爱大家。”那是祂的指令。

出处：Garland of 108 precious gems (108 文宝诗文集)，卡斯杜里教授著（第 4 版，1979 年），第 43 页。

一个人应该对人的灵性充满信心

峇峇向祂的信徒灌输服务精神，达萨拉节 (Dasara) 这一天一般是献给社会服务的，祂教导人们应该以怎样的敬拜态度去提供服务。祂书写和讲道说，为他人服务最终是对自己的服务，对他人的伤害最终是对自己的伤害。用祂的话来说：“当主下凡为人类服务时，人若能献身于那服务，祂会多么的快乐啊？把你的时间投入到为世界服务中，不管结果是什么。”

峇峇对激励那步上服务之道的信徒的愿景非常重视：“尽管对人类的服务是神圣的，除非它结合于主的更高理想中，认识到主寓于大家之内，尊敬主在于每个人的形相之中，这一切根本没有益处可言。一个人应该对人的神性有充分的信心，并且应该在不间断的对主的沉思中提供服务。真心实意地利用主赋予你的力量、知识和造诣，为主带来更大的荣耀。这就是主的服务，不论你被要求提供服务的活动领域或职责范围是什么。”

出处：Sathyam Sivam Sundaram (真善美) 第 1 册，第 14 章，第 191 页。

沙迪亚赛树立非暴力的榜样

他远离杀戮或折磨猪、羊、牛、家禽的地方，或鱼儿被捕捉的地方。他避开用于烹调肉类或家禽的厨房和器皿。当一只鸟被选为晚餐时，小沙迪亚会跑去找那只鸟，把它抱在怀里抚摸它，好像他对它倾注额外的爱会促使长辈心软并放过这只鸟。他被邻居们称为 **Brahmajnani**，“觉悟的英灵”，因为他对杀戮有这等的厌恶，对天地万物有这种程度的爱。在这种时候，沙迪亚会跑到附近村里的会计师家里，因为他们是婆罗门和素食者；他会享用住在那里的老妇人苏巴玛（**Subbamma**）提供的食物。

/.../ 小时候，沙迪亚就反对所有残酷或导致痛苦的运动和竞赛。他不允许他的同伴观看某个村庄节日期间在河床沙滩上举行的一年一度牛车竞赛。他反对拧绞公牛的尾巴以及用棍子剥打牛背，以换取主人的荣耀。

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第 1 册，第 2 章，第 11 页。

要思虑的观点

1. 你必须“注意”自己的什么，以免对自己或他人造成伤害？
2. 你如何确定你良心的指示 – 某事是有益的还是有害的？
3. 你培养了哪些个人品格来帮助你对他人采取“非暴力”的态度？

进一层的深思

峇峇在评论他自己的传记时说：“这书名，真善美（Sathyam Sivam Sundaram），说的是我就在你们每一个人之内。因为，Sathyam 是真理。你厌恶涉及任何虚假的污名。真正的“你”是 Sathyam。那么你如何能接受任何其他的称号？同样，你也是善（Sivam）；喜悦、快乐、知足、吉祥。你不是 Savam；死亡、痛苦、衰弱。你是 Sivam。另一方面，真正的“你”是 Sundaram；美丽、和谐、旋律、对称。当你被描述为“丑陋”时，你会很自然地感到不满。你是 Atma（自性），束缚于你的身体，它是真善美的一个波涛，在真善美的海洋里游戏，那真善美的海洋就是主。/.../ 通过这本书，或者更明确的，通过你自己的体验的书，去认识我，这是当今人类命运的一部分。你们每个人都必须得救，也必得救。即使你远离我，我也不会放弃你。”

出处：Sathyam Sivam Sundaram（真善美）第 2 册，第 2 章，第 21 页。

学习团体需要思虑的额外问题

1. 关于斯里沙迪亚赛峇峇人类价值观的教导，你认为从中学到的最重要事物是什么？
2. 你如何把你的静坐实习与人类价值观联系起来？
3. 人类价值观给你带来了哪些有关你自己和你周遭世界的崭新领悟？
4. 对你而言，关于人类价值观最有意义和最重要的教导是什么？
5. 人类价值观如何对你产生重大的改变？
6. 有关所有灵性问题，你认为哪些忠告是最有价值 and 直接适用于你如何过自己的生活的？

每日修习的提示（价值观的觉醒）

每一个甄选的神圣名号都被推荐用于静坐（坐禅）。对信徒的提示是，将注意力集中在与人类价值观相关的任何神圣名号上，并在每日静坐中静默的重复来思考其含义，至少 10 分钟。

这种修习的目的在于帮助我们专注于神并跟神共度时光，从而唤醒在我们之内的同样的素质。这些天赋的神圣素质的意义和力量的日益掌握将使我们更容易将它们应用到各个层面，进而应用到我们的状况和品格上。



斯里沙迪亚赛经典学习委员会
©2022 斯里沙迪亚赛国际组织
版权所有

sathyasai.org