



沙迪亚赛国际机构

快乐
是
与神
融为一体

学习指南 - 2

快乐在哪儿？

2020 年生日庆典

以爱与尊敬奉献于
薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇
神圣至福化身
的神圣莲花足下

这学习指南是一套六部系列之一，特载一些薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇有关快乐的神圣教导。所有学习指南均以几种语言在此链接中提供：

<https://sathyasai.org/birthday-study-guides>

每份指南包含一个鼓舞人心的故事，取自祂的讲道和著作的摘录，以及供反思的一组问题。

鼓舞人心的故事

快乐在哪儿找到，财富抑或与神的同在？

泰格罗遮（Thyagaraja）到处寻找主罗摩的下落，但最终，他意识到不需要去搜索那一直与他同在的主。

坦贾福（Thanjavur）的国王邀请泰格罗遮到他的王宫去表演他所作的曲子。泰格罗遮注意到宫廷里有那么多的特出人才，他谦虚地以这曲子开始他的演唱会，“这里有很多伟大的大师；我向他们顶礼（Endaro mahanubhavulu, andariki vandanamulu...）。”听了他甜美的歌曲，整场的人都着了迷。

国王给他一笔钱作为奖赏。见到此举，泰格罗遮自问，“噢！心念，告诉我，快乐在于金钱抑或在于神圣的亲近。”经过适当的反省后，他拒绝接受国王奖赏的金钱。国王随即派遣一个轿子送他回到自己的乡村，给予他当得的荣耀。



看到了泰格罗遮坐上皇家的轿子，一些小偷跟着他，认为他一定带着很多钱。抬轿者注意到小偷的跟踪，于是告诉泰格罗遮，“斯瓦米，我们被小偷跟踪了。他们说说不定会杀害我们。”

泰格罗遮说，“你为什么害怕？你又没有钱；钱才会引起害怕。只有那些拥有钱财者会有恐惧。为什么那些拥有德行财富者要害怕小偷呢？你只有德行而没有金钱。因此不必害怕。”

过了一会儿，小偷们跑向泰格罗遮，跪在他足前并祈求，“请保护我们吧，保护我们吧。”

泰格罗遮问他们，“我应该把你们从谁那里救出来？为什么要求我救你们？你们遭受了什么灾难？”

他们告诉泰格罗遮说有两个带着弓箭的年轻人扬言要惩罚他们。

听到这消息，早些时候到处寻找罗摩的泰格罗遮认识到罗摩总是与他同在。他高歌一曲赞美罗摩，“噢！罗摩！您在我前面，在我后面也在我左右（Mundu venaka irupakkala todai-unnavu, oh Rama）。”罗摩凭借给他这体验使他认识罗摩的无所不在。

学习指南

快乐在哪儿？

“快乐在哪儿？”这问题的答案是“快乐是与神合一”。学生们在追求世俗的快乐时趋向于忘记这一点。只有通过体验的成熟这体认才会到来。例如，在夏天里你看到一片荒芜的土地。经过一夜的雨水滋润之后，你发现草长出来了。草从哪儿来的？它来自土地。存在土地里的种子经过雨水后便长成草。同理，当你用圣爱的雨水灌溉你那焦干的心时，在你之内的至福就会发芽。

沙迪亚赛说第 29 册第 4 章：18-1-1996
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-04.pdf>

一个人不必到别处去寻找快乐。快乐总是与你同在和在你之内。你不能体验到它，那是因为你尚未了解快乐的真正意义。你对快乐在金钱、财富及物质安逸之内抱有幻想。一旦你尝到了真正的快乐，你将不会渴望世俗的财物。真正的快乐出自一个人的内心深处。

沙迪亚赛说第 38 册第 1 章：14-1-2005
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/ss38-01.pdf>

快乐在哪儿？快乐是与神合一。看看那些不忆念神的脸孔。他们可能像在电影院里一样，在脸上露出虚假的笑容，但事实上，他们有着一张阴郁或沉闷的脸。

沙迪亚赛说第 29 册第 72 章：21-6-1996
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960621.pdf>

在追求世俗物质时可有持久的快乐？一点也没有。（斯瓦米唱出 Bhaja Govindam 的几节诗以强调青春、财富及子孙都是短暂的这个观点）。晚年时，经过了所有家庭生活的体验后，人在有生的最后几年还在寻找一个令他迷惑的快乐。快乐要到哪儿去找？泰格罗遮已经给了我们答案，当他高歌快乐不是从财富获得的而只是从膜拜斯里罗摩得之。

沙迪亚赛说第 29 册第 33 章：16-8-1996
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-33.pdf>

Param-Jyoti（至高无上之光），以 Atma Jyoti（自性之光）的形式出现在你之内。那是不二论与永恒之光。那是不朽之光。那是自性之光。由于你拥有那光在你自己之内，你为什么还害怕别的东西呢？你为什么担忧？要快乐。快乐在哪儿？如何去体验它？与神合一就是快乐。

沙迪亚赛说第 32 册第 1 部第 11 章：26-4-1999
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume32/ss32p1-11.pdf>

发现快乐

... 梵歌（Bhagavad Geeta）... 清楚地宣称这个世界是短暂的和“尘俗的”，以及持久的平和与至福是不可凭借执著于它而寻获。持久的平和与快乐的源头在我们之内。那就是阿特玛（神圣的自性）。借清楚地认识它才能获得平和与至福。

沙迪亚赛说第 20 册第 6 章：30-3-1987
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-06.pdf>

如果拥有物真的是快乐的源头，为什么身体要受病魔的折腾？人正在丧失真正的快乐皆因对事物的执着；这执着不能带给他快乐。

沙迪亚赛说第 20 册第 6 章：30-3-1987
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/sss20-06.pdf>

人们... 不知道快乐的源头及根源，这都处于他们之内；他们相信他们可大量地和很快地得到快乐，凭借追逐风尚或花俏、刺激或娱乐的幻景... 你是见证者，分开自情景；你是观察者，不是被看者（是 drashta, 不是 dhrik 或 drishya）。

沙迪亚赛说第 2 册第 15 章：10-10-1961
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume02/sss02-15.pdf>

人们设想这至福在工作里，婚姻里，产业里或子孙里皆可找到。事实并非如此。你希望在一个接一个的东西里得到快乐：教育、工作、婚姻、孩子等等。但快乐避开你。那持久的快乐只有凭借与神合一才能得到。

沙迪亚赛说第 29 册第 4 章：18-1-1996
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/sss29-04.pdf>

在这世上物质欲望是没有止境的。如要解除欲望，人必须把他的心念转向神。那就是获得满足与持久至福的途径。

沙迪亚赛说第 21 册第 11 章：16-4-1988
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume21/sss21-11.pdf>

我们的行动应该把快乐带给我们自己也带给他人。首先，我们要质问什么是真正的快乐及什么是悲伤。人们认为快乐在于吃饱睡好。这一点都不是快乐。快乐在于勤劳工作和服务社会。只有当我们帮助贫困人家时，我们才能体验到平和与快乐。.... 今天，没有人要困难。人人渴望快乐。快乐在哪儿？它无处不在。我们要赢取体验它的资格。

沙迪亚赛说第 36 册第 9 章：15-4-2003
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume36/sss36-09.pdf>

只有一样东西总是与你同在，在你之内，在你周围，在你上下而那就是至福。至福无相。

平达弯夏令营 2002 第 9 章：23-5-2002
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2002/ss2002d09.pdf>

真正的快乐在于你自己的心内。要认识这一点。

沙迪亚赛说第 36 册第 2 章：14-1-2003
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume36/sss36-02.pdf>

问题

- 哪里可以找到真正的快乐？
- 是什么引起痛苦？
- 是什么给我们真正的快乐？
- 如果在我们之内体验到快乐，为什么我们还要向外去寻找？
- 为什么我们不能在世界上找到真正的快乐？
- 快乐如何引领至自我证悟？

