



沙迪亚赛国际机构

快乐
是
与神
融为一体

学习指南 - 6

我们真正的本质是至福

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

存在是 sath。知识是 chith。Sath 与 chith 的结合就授予 thrupti（享受物体所得到的满足感）。这 Ananda（乐）因此是每一个实体或存在的本质。神遍及每一物的里里外外。对神的觉知会授予至福。但极少人能认识到这一点。

从前，有一个人由于不能承受家庭的经济困境，他离开了家。后来，赚到了一些钱之后，他便启程回家。爱他的稚子却因为无法承受与父亲的分离而过度悲伤死去。在抵达他的村子之前，雷雨交加，他于是寄宿在一家客栈。在睡梦中，他梦到自己成了一个国王，睡在王宫里的一张大床上。他享受着奢华的生活，拥有许多仆人，及六个王子。正当享受着美梦时，他却被雷声惊醒了。他好奇梦里华丽的东西都到哪里去了。他知道那到底是一场梦，而六个儿子也都不见踪影了。



第二天早上，他回到了家。看到丈夫回来，妻子嚎啕大哭。她一方面对于丈夫的归来感到快乐，另一方面却对孩子的离世感到悲伤。丈夫问，“我们的孩子呢？”妻子回答说儿子因为无法忍受和父亲别离的伤痛已经死了。丈夫呆住了，他感受不到伤心或快乐，只能像座塑像发呆地站着。妻子问道：“你最爱的儿子死了，你怎么无动于衷？为什么？”



然后他告诉妻子他前一天晚上所做的那个不可思议的梦，他一觉醒来，他的六个王子便不知去向。“我到底要对失去六个王子感到伤心还是对我们的这个儿子的离去而感到伤心呢？我应该为了谁而哭泣？他们是在梦境的孩子。这儿子是在觉醒境界的孩子。出现在两种境界的‘我’意识都是真实的。所有其他事物是短暂的和不真实的。”

如果今天人们希望获得灵性至福，他们就必须遵守三大原则：第一，他们要知道什么是非知道不可的。第二，他们要放弃什么是非舍弃不可的。第三，他们要达到那非达到不可的目标。若能奉行这三大原则，至福即可实现。

译自神圣讲道的泰卢固语录音，4-9-1996
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/krishna-s-life-and-message>

学习指南

我们的真实本质是至福

- **什么是我们非知晓不可的？** 这世界是什么？我能活多久？我们看到很多人过世。生生死死来来去去不停地发生。当物质世界的无常而短暂的本性被了解之后，至福就会被体现了。
- **接下来，什么是你必须舍弃的？** 那个‘凡不真实的被认为是真实的而凡真实的则被看待成是不真实的’的妄念。人们认为他们被 Maya（虚幻）掌控着，而致使他们陷入痛苦之中。痛苦并没有四肢来抓住你。拥抱痛苦的是你。这是由于你的无知所致。当你排除了这无知，你就会体验到至福了。
- **什么目标是你必须达到的？** 你必须回到你之所从来的源头。你来自阿特玛而你必须回到阿特玛去。这就是奥义书所要传达的，当它们宣称，“Asatho ma sadgamaya”（带领我从不真实走向真实）。真实存在之处，不真实就会以真实的影子存在...
- **伴随着身体而来的只是生与死。** 你的自性并无生亦无死。有生必有死。死与身体相关而与阿特玛无关。阿特玛是永恒的。这是真理。你必须求得这觉知以体验持久的至福。要体验永恒的至福，你就必须培育对神的坚定信心。

沙迪亚赛说第 29 册第 40 章：4-9-1996

<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/krishna-s-life-and-message>

一切均出现自真智乐（Satchidananda）的海洋。当你认识到这真理时，至福的喷泉会从你的心湖里涌现（Manas Sarovar）。当真（sath）与智（chith）一起到来时，至福就产生。Sath 的意思是真（真理），chith 的意思是智（知识）。当两者连结起来，它们提供至福的体验... 至福是你真实的形相。

沙迪亚赛说第 29 册第 80 章：1-8-1996

<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/bliss-your-real-form>

至福潜伏于人人之内，但人不知道这真相。你应该尽力使到你之内的天赋至福彰显出来。这至福的本质是什么？Nityanandam, Parama Sukhadam, Kevalam Jnanamurtim, Dwandwateetam（神是永恒至福的化身，祂是绝对知识，超越一对相反物之上）。它超越二元性。只要你沉溺于二元性，你就不能体验到至福。

沙迪亚赛说第 38 册第 15 章：14-1-2005

<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/your-true-nature-bliss-realise-it>

对至福的渴望是我们神圣本质的最佳证明。人是至福；他寻找至福；至福是他的福气。由于神是至福，快乐是与神合一。没有其他事物能带给你那种喜悦，而那喜悦是不会受到所发生之事或不发生之事的影响的。

沙迪亚赛说第 15 册第 59 章：25-12-1982

<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/everyone-son-god>

认识这一点而总是保持快乐

总是要快乐和开朗，因为，你的天赋本质是至福。你大可不必去寻找快乐。至福出自 Atma（自性）。每当你想得到它，你就会得到它。快乐是与神合一。因此，总要与神为伴。一旦你与神为伴，快乐就会像奴隶一般地跟随着你。

沙迪亚赛说第 36 册第 1 章:1-1-2003
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/strive-unity-purity-and-divinity>

当人不断地记得他是真智乐（Sath-Chith-Ananda 存有-觉知-至福）的化身时，在适当的时候他就会体验到那至福了。

沙迪亚赛说第 31 册第 5 章：25-2-1998
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/power-lord-s-name-0>

凭借培育他的爱的本质，人人都要努力去彰显那生而为人即拥有的至福。平和在于那至福之内。

沙迪亚赛说第 31 册第 5 章：25-2-1998
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/power-lord-s-name-0>

一个有稳定智慧者所浸濡其中的至福并不来自外在的物质；他也不需要那些外在物质。至福在人人之内就如他们本质的一部分。那些有着纯净意识者找到最高的至福于对他们自己的真实性，阿特玛（自性），的觉悟。

梵歌之川（Gita Vahini）第 5 章
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/chapter-5>

除了对既有的存在事物的觉知，不需要得到任何事物。只单单‘存在’；那就是至福、平和、真理、和爱的境界。

沙迪亚赛说第 11 册第 22 章：11-5-1971
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/be-and-be-blessed>

要时时刻刻让你的思想专注于以至福充斥你内心的神圣力量上。神圣力量是无限的。你越是沉思于圣灵，至福越会加倍地到来。

沙迪亚赛说第 36 册第 1 章：1-1-2003
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/strive-unity-purity-and-divinity>

问题

- 什么是必须知道的？
- 什么是你必须放弃的？
- 你必须达到的目标是什么？
- 为什么高兴或快乐是灵性的第一个信号？
- 我们怎能时刻记得我们的真实本质是至福？

** 视频 **

Our True Nature is Bliss
我们真正的本质是至福

<https://www.youtube.com/watch?v=Yz9tQjjkHbs&feature=youtu.be>

Sathya Sai Speaks, Vol. 30/Ch.16: July 18, 1997
<https://saispeaks.sathyasai.org/discourse/adhere-truth-realise-divinity-within>



©2020 沙迪亚赛国际机构，版权所有
sathyasai.org