

## 一九九八年六月百善十五期

### 目录

目录	01
正确使用念珠	02
福气	03
诉苦	04
专注与冥想	06
培育高尚的人格	07
态度	17
峇峇属于大家	18
作个好人	21
服务的第一课	21
一个孩子的梦想实现了	22
檳城，发林，NED赛中心新会所开幕	23
怡保，林园赛中心98年春节庆祝	23
只弘扬“赛”名是不够的	24
服务要重质	24
“苦难”可以使你想起峇峇	25
无私的服务	26
丹绒士拔诵赞会	27
到医院服务	28
在JB的一次诵赞	29
助印功德榜	30
心转境就转	31

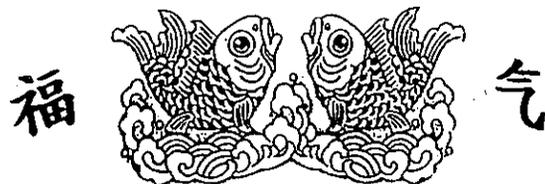
# 正确使用念珠

将念珠置于中指之上，把中指无名指和尾指紧贴在一起。这样表示你要超越一切世间的名相，和其演化的森罗万众，继而向“梵我合一”的境界而进发。然后让食指缓缓地把每颗珠拨向姆指（大梵）的指尖，每次的接触，一步一步加强你与大梵的合一。与此同时，应持诵那些含有 OM 字的真言和圣号。对初习灵修的人，念珠是非常有用的。日子有功，持诵圣号便自然而然成为你生活的一部分。到这个时候，用念珠是多此一举。其实，它只是一种助你入静的工具而已，你应更进一步，无论何时何地，都观想神明，时刻念念不忘。正如学会了游泳便该放弃水泡，懂得了走路便该抛掉拐杖一样。

X      X      X      X      X

念珠有108粒珠子，它能教你团结之道！为何是108粒呢？是12乘以9的积数。12之数来自那12位把客观世界展现的天界神祇（Adityas）。因此，12象征这个森罗万象的形相世界。而9就是大梵之数。无论增减，它始终是9，不受任何影响。它是那用来显象的银幕，是一切的基础，亦是那根令你误为毒蛇的草绳，更是那无形无相，永恒和绝对的道体。

因此，当你转动念珠时，要提醒自己，这个世界是真假并存的。歪曲颠倒的事物吸引你，瞒骗你使你分心，使你误入歧途，唯有真理使你自由！



纪木英

朋友问我：“你有几个孩子？”“三个，二男一女。”再问：“多大了？”“大的大二，小的也中三了。朋友不禁羡慕的说：“啊，你真福气，孩子都这么大了。”是的，我是在感恩中享有这份福气的。孩子无病，无痛，健康平安的成长，不为我惹麻烦，就是我的福气。

人生在世所追求的，若不外是填饱肚子，有三尺床可眠。又能睡，能吃，就是福气。

身体健康，出入平安，你是有福的人啊！

有机会为家人煮食，大家吃的高兴，你也煮得愉快，这也是福啊！

有充裕时间，有钱，有机会行善，布施，为众生服务，这更大的福啊！增福田啊！

药到病除，有时间做自己想做的事，有机会接近善知识，共修求精进……都是几世修来的福气。

福气！福气！从行，住，坐，卧，我们都感觉得，“福气”无处不在。故人人要“知福，惜福，植福”。

## "诉苦"

“我实在不敢打电话给他”，“每次我在电话里所听到的都是他在诉苦；如何如何穷困，不然是这儿病，哪儿痛。间中还插上一句埋怨的话说：我病得要死，你都不给我电话（或问候一句也没有）。”

许多子女，兄弟姐妹或好朋友都会遇到这种难于应付的会话。可能你当时是热心一片，或满怀愉快，当一碰面或一提电话，听到这种开场白时，肯定会“心情沉重”起来（可能反感），一切兴致和“准备”讲的一番话，给击退到无影无踪。也可能你碰上孩子，兄弟姐妹或老朋时，也喜欢如此“诉苦”！

人生的确苦多于乐，不如意之事十有八九，尤其是“穷困”与“病痛”往往居多，绝大部份人都会面对“贫病”问题；而“诉苦”除了可能口头上的发泄下，别人帮不了忙，代替不了，始终不能解决。相反的，听诉苦的人，要就无能为力地安慰一番，要就找几句“江湖客套话”搪塞过去。也可能给弄得心情难过起来，最后只好两句三句闲话草草收场溜开。偶尔听听“诉苦”，还不伤情绪，若老是这样，那些躲不开子女夫妻也会“尽量少碰”为妙，至于兄弟姐妹或好朋友，那恐怕要“避开唯恐不及”了！

谁不想接近吉祥的人，乐观的人。当见面谈话时，说的是鼓励可益的话，开朗有生气的话，听的人也会把“开心”回馈。这相处才能持久，在闲来无事时很容易想到给你拨个电话或见见面。

为什么要“诉苦”呢？那是缺乏自我调适的能力，依赖性大，软弱……之故吧！假如你老是觉得“很穷”或“多病”不妨学习自我克服。譬如以“努力·变通·知足”来治穷的感觉，以常念“我不是个病人”使自己的心理上健康起来（看看多少残缺患疾的人在坚强地生活）。——把“又穷”“又病”的念头排除出去，口上就不会老是挂着它。不仅不会吓跑亲友，对自己也是“良药”！

——例外：若你是讨厌“此”人的声音样貌，请尽量在一开口时便“喊穷诉病”，担保三句话收“电”，马上“有事先走一步”。



## 专注与冥想

许多人以为专注与冥想同属一义，其实两者根本无关。专注是感官的东西，而冥想则超越感官。可惜不少人以二者为一，而误入歧途。在日常生活中，我们不自觉地集中专注。比方说，我正在看报纸，我的双眼在看文字，我的手拿着报纸，我的脑袋在思想，心智在活动。因此，当眼、手、脑和心智都各自在活动，它们之间就产生了联系的功能，就这样，我明白报章的内容。我是说，当我想阅读报章，上述所列举的感官会联合集中起来，以达到看报纸的目的。

假设驾驶汽车，你必须专注才能够在马路上开车。日常的活动如走路、说话、阅读、书写、进食等等都必须专注才能进行。假如专注是我们日常生活不可分割的部分，那么我们致力于专注为的又是甚麽呢？我们练习的是一些超越感官知觉的东西。我们要从“凝神专注”的状态，提升到知觉之中即是静观的状态，再提升至超越感觉的冥想境界。静观就是从专注到冥想的一个过渡。要进入“静观默照”的境界，先要放下一切世间的依恋执着。当你成功地把所有的执着彻底摆脱，就自然达到了“禅定冥想”的境界。

-- BaBa --



## 培育高尚 的人格：

## 过理想的生活

神灵之存在于这个广阔无垠的宇宙之内，就像是油之存在于芝麻的种子之内，奶油之于牛奶之内，芬芳的气味之于花卉之内，甜蜜的汁液之于水果之内，火之于干柴之内一样。神灵贯彻寰宇而显彰于众生之内。眼之所能见，耳之所能听，无非内在的神力使然。整个创造也是神的意志力的表现。天地万物(Prakriti)无非至高神灵(Paramatma)的显彰。人的诞生就是来显彰和反映神性。构成大自然的一切要素无不反映其固有的本质，而人也必须如此，但他却没有反映其天赋的人性。

## 职责，献身和纪律

每一个人都应该认为献身和纪律是最重要的，其次才是职责。你们年轻人，不论是男是女，在本质上都善的(掌声)，但在纪律上可就有所不足了。你们应该遵守纪律，切勿浪费宝贵而圣洁的光阴！

如何善加利用你的时间呢？你务必迈向理想的道路，反映圣洁的人类价值观，非但自己如此，同时也要鼓励他人去过有纪律的生活。今天，人们不只纪律为何物。他们参加集会，如果致词者说了些他们喜听的话，他们就鼓掌欢呼。这简直是浪费时光和精力。每一秒钟都是宝贵的，切勿浪费。要记取：品德是最重要的生活准则。青年是人生的一个黄金时代，要抓住机会，勇猛精进，切勿悠悠忽忽地度日以自毁前程。

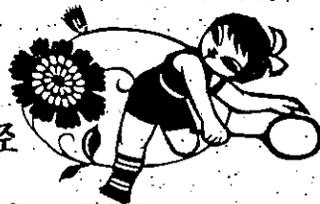
树苗必须获得适当的照顾方能长成一株茂盛的大树以便为人类服务。无论是哪一国，人格的培育在任何时刻都是必需的。世上绝没有美国式的人格或俄罗斯的人格之分的。人格得标准是放诸四海而皆准的。人类只有一种，那就是有人性的人类；语言只有一种，那就是心的语言；宗教只有一种，那就是爱的宗教。不论你出身于哪一国，说的是哪一种语言，信仰的是哪一门宗教，你都应该保持崇高的人格。

古人重视人格更确保年轻人应具备高尚的人格。假如你们拥有高尚的人格，你们的下一代也会受到熏陶而步你们的后尘。个人的清高维持着国家和社会的清高。如果每一个国家都拥有高风亮节的国民，那么世界就能永保和平和繁荣了。

## 感官的控制即人格的表征

若说世界不是安乐窝而是苦恼之所，那么身为居民的你们就要负起这个责任了。人格标志着一个贤者的生活

特征。打开历史看看，你们就会发现，在古代，人们都善于克制自己的感官。就以身为一个伟大的统治者的阇纳竭(Janaka)来说吧，在罗摩(Rama)拉断湿婆神弓(Shiva Dhanush)之后，他立即把女儿悉多(Sita)许配给罗摩以示君无戏言。当阇纳竭一再地要罗摩瞧瞧悉多，拉拉悉多的手时，罗摩却把视线转向其他地方，应为他认为在未把婚姻的花结套上女人的脖子之前，他是不应该把目光投向她的。这就是主罗摩所要宣扬的理想。不久，罗什曼那(Lakshmana)跟随罗摩和悉多到森林去，并与他们一起生活了十四年之久；他始终不敢看悉多一眼，而在流放时悉多也只不过是一个十八岁的姑娘呢。在猴王须羯哩婆(Sugriva)归顺罗摩与罗什曼那而成为他们的好友时，罗什曼那的许多典范行为在这段插曲中完全表露出来。猴王须羯哩婆吩咐猴兵们把悉多在被罗波那(Ravana)绑架时所掉落的一包珠拿来给罗摩；罗摩看到珠宝，百感交集，并问罗什曼那能否肯定是属于悉多的。罗什曼那谦恭地说：“我每天膜拜在悉多娘娘的足前，我只能认出她所佩戴的踝饰，至于手镯或项链，因为我从来不曾向上看过她的脸，所以我认不出来。”这种尚而感人的行为虽经过了几千年，现在还深深地烙印在人们心里。年轻人应该以这样的态度来捍卫人格才是呀。不论男女都应视人格为生命的气息。



## 无私的服务乃超脱的途径

你们或许会到乡下去为乡民们服务，而无私的服务是渡过苦海，了脱生死的最佳途径。吠陀宣称：“不是忏悔，不是朝圣而是布施，使你达致超脱的目标。”服务的精神可以消除自私的心态，从而使你在灵道上向前迈进。

当伟大的圣者跋弥(Valmiki蚁蛙)完成了《罗摩衍那》这部伟大的叙述诗之后，他一直在思虑谁能为他把这部叙述诗向世界宣扬开去。这时，罗婆(Lava)和俱舍(Kusa)这对孪生兄弟前来慰问他所思何事，他回答说他想把《罗摩衍那》的故事传授世人以宣扬罗摩的荣耀。兄弟俩打恭作揖，愿为老师效劳，并说：“我们已作好准备，誓愿为您服务，敬请吩咐。”

他俩的服务精神令跋弥感动得掉下泪来。他于是吩咐说：“出去宣扬这部叙述诗吧！不可延误。”跋弥已传授给他们经典的奥义并塑造了他们的高尚品格。土壶所盛的甘露远胜于金瓶所盛的毒液。人身只是一个泥做的壶，内盛的甘露就是神。我们可不要盛了毒液的金器皿！

## 宣扬神圣的福音



神寓于人心之内而不寓于诸如提鲁巴地(Tirupathi)，巴力那(Badrinath)或百善地尼乐园(Prasanthi Nilayam)等等的寺庙之内。祂是“Hridhayanivasi”(心的寓居者)。跋弥叮嘱那两个孩子说：“要以无私的牺牲精神去为世界谋福利，去宣扬《罗摩衍那》的信息。”兄弟俩戴念珠，提着乐器，步上他们神圣的旅程。跋弥的感召与鼓励使他们满怀热忱地去追求崇高的理想，完成千秋大业。反观今日的青年，即使是把圣灰涂在额上及清晨沿街赞唱(Nagarsankirtan)这等小事，他们也犹豫不决。他们倒很乐意，也很公开地沉溺在不良的嗜好之中，担却忸怩于参与歌颂神的荣耀。对时下流行的低级趣味的歌曲，他们尽情欢唱，而对赞唱神的名号，他们却羞于启口

。把生命寄托在这种不圣洁的追逐上确实是一种浪费生命的活动，绝不能带来任何功德。道德是社会的脊骨。一个没有道德价值观的社会比野兽横行的森林还要糟糕。禽兽的行为尚且有其季节性及其合情合理的原因，而人就没有，只要是他喜欢做的事，他可以终日沉湎其间，没有时间性，也没有什么道理可说。

## 服务乡区



你们都是神的化身。《梵歌》这么宣称：“众生乃神的火光。当你们到提鲁巴地(Tirupathi)或峇地(Parthi)这样的寺庙来朝拜时，你们应该本着虔诚的心，说出内心真正的感受，你们不应该对服务感到羞耻，尤其是对穷乡僻壤地区的服侍，应为乡区缺少宜人的场所如商店，餐馆，公园等，也缺少为生条件。乡民们最需要你们的关怀和服务。因工作关系你们或许不能经常访问乡区，但你们可以甄选乡区的几个有为的青年，然后教导他们健康与卫生的常识，使他们认识维持环境清洁的重要性，你们不必花费太多金钱到偏远的地方去，你们大可选着附近的乡村来展开服务的活动，也可召募医生为乡民们看病或作体检。你们应该以服务的热忱与谦卑的态度来感化和鼓励乡民。”

## 谦卑的服务



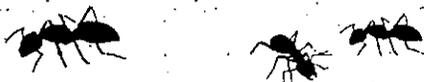
你们可知道哈奴曼的伟大：他是无私服务的象征。他天生就有超凡的能力，无比的勇气及过人的体力，被誉为具有完美人格的一位伟大的学者。当斯里兰卡的恶魔们问他是何方神圣时，他还是毫不犹豫地回答说他是斯里罗摩月(Sri Ramachandra)的仆人。

自称是神的仆人和人的仆人是一件值得骄傲和感到自豪的事。如果你们能以“事人即事神”般的态度来服务人群，你就会在其间找到神了。但同样的体验你是不能在念经或坐禅中得到的。你们一定要：“闭上心念，打开心扉”，这种状况会在你们服务时呈现。

## 奉献一切活动给神

有人或会问：若你本身是神，为何要拜神？纵使你了解你是神，你还是必须做你分内的事。根据印度的传统，你必须做一些取悦神的事情，换句话说，就是把你的工作转变为崇拜神，如此你就更容易认识神了。要从实践中学习。走路，说话，进食，歌唱及服务都必须身体力行。力行服务，贡献一切活动给神。

一个小孩祈求神给他力量。为什么呢？不是为了看电视或看电影而是为了通过服务人群来服务神。你说钻石与黄金价值不菲；若作深一层的探讨，人比世界上所有的财福更为可贵。只有人才决定钻石和黄金及其他物质的价值。人必须对自己有信心。每一个人都应该诵念神的名号并依据哈奴曼给予维毗沙那(Vibhishana)的忠告来从事服务工作。他说：“仅靠诵念罗摩的名号，不能成事，你也应该从事罗摩的工作。”悉多与罗摩分离的痛苦不会应维毗沙那不停的诵念罗摩名号而减轻，而在此同时，哈奴曼却为罗摩做出一切具有实效的忠心服务。



## 点亮圣爱之灯

你们应该利用你们的意志力来从事神圣的工作，电灯就是一个常见的例子。法(Dharma或德)是电线，供电流流通，平和(Shanti)是灯泡，而爱(Prema)是光。以圣爱来点亮世界之灯吧。

生命之灯要圣爱来点亮，这一点你们或许不能理解。圣爱是不能调整的。俗爱(世间的爱)充满着回报的条件和期望；圣爱不求回报。



## 感官的仰制

有一些人声称他们正在寻找真理。这是毫无意义的，因为你就是真理的化身，而这化身就是神，除了神之外，别无他物。由于不了解这一点，你沉湎于错误的追逐。在男女合校的学院里，一个男孩和一个女孩到了情窦初开的年龄时，假如他们不能自制，在初阶段，他们仅只眉来眼去，接着，他们就会通过互相微笑，谈话，互通书信来建立友情，最后两人就陷入朝夕相处，难分难解的地步了。你应该一开始就仰制自己对视像的反应。很多圣贤们在祷告时都祈求神赐给他们好的视像，使他们只看到好的；赐给他们灵敏的耳朵，使他们只听到歌颂神荣耀的歌曲；赐给他们圣洁的双手，只用来膜拜神灵。胜天(Jayadeva)在一首歌曲里恳求舌头不要传达谎言，不要说人坏话，不要作无谓的闲谈。

沿道绕区赞唱(NagarasanKirtan)是沙迪亚赛组织的一部分节目，旨在平静心念于清凉的凌晨时分及净化周围

的气氛，并使唱者与听者都洋溢着神的意念而获得安祥和喜悦。

每天你必须至少练习静默一个小时，从而使你节省宇宙能量并确保心境的平和。你也应该培养起“简单生活”与“深邃思维”的规律。要避免穿著华丽而庸俗的服装；白色的服装反映你内在的纯净。服装应该简单但要乾淨。

你必须自问：“我是谁”而不问他人“你是谁”？你必须揭开你的真实性体，那被“自我”与“执着”的外衣遮蔽的性体。把那外衣除去以便一睹你的赤裸的胸怀。遮盖着你天赋的性体的就是代表三种属性的纯质(Sathva)，激质(Rajas)及翳质(Thamas)。你必须超越它们以便认识你内在的自性。

## 人格为上

诸位爱的化身！诸位青年男女们！人格是你们的行为，本质和行动的根基。没有什么是完美无暇的，但你们应该尽你们的能力来培育高尚的人格。下乡服务时，你们应该以规范的行为来树立良好的印象给村民，反映出你们平易近人的态度，雍荣华贵的举止及喜悦安详的容貌。要处处小心谨慎，以免干扰他们的工作，使他们误以为你们是胡闹的一群。要谦卑而真诚，多做事，少说话。

纵使理想的生活从来就没有来到你们得生命中，你们还是要立志革新而过新的生活。往者已矣，来者可追，不追思过去，不但必未来，要把握现在，专注于现在。

要视一切为神的礼物，切断一切烦恼。你们不可能要求医生给你们可口的药方来治好你们的病。你们得服下医生所开的药方。除了神之外，内心不要容纳其他的东西。外在世界是内在存有的一个反映，内悦于心，外喜于色，并要热心于服务，不要理会来自他人的困扰，因为你们是在为神服务呀。

## 为神掉下虔诚的眼泪

倘若有人问及你对神的信仰，你就告诉他，神在你的内心，那么他就没有理由再提及你的信仰了。对神要有坚强而不可动摇的信心。不要忧惧，避免哭泣。你只能为神掉下虔诚的眼泪。这样的泪有其灵性的意义，因为‘Nara’意谓水，而‘Nayana’意谓眼睛，两者接合起来就成为‘Narayana’（那罗衍天）。困难如云烟，乍停即逝。

世上的青年人，数以亿计，但只有你们这些幸运儿到了这里来体验这独特的机缘。不论你们到哪儿服务，斯瓦米总会跟你们同在，不论发生什么事故，斯瓦米总会护佑你们。不以得而喜也不以失而悲，要不断地思念神。甚至像帝雅迦拉惹(Thyagaraja)这样的一位伟大的诗人，圣者，也曾对罗摩的神力有过一瞬间的怀疑而后立即忏悔地说怀疑是他的错，神是全能的。决不让怀疑有人侵的余地。



## 爱是献身的要素

在九中献身中，爱是内在的主流--对神的爱。

你们应该让在这四天来所听到的教导如影随形般地跟着你们。一看到草地，牛就毫不犹豫地大量的草吃下，然后才回到牛棚去慢慢地反刍。同样的，你们回去后也应该把在此所学的一切反复思索，重述摘要并且慎重地加以遵行。要严守“对神的信心”及“分殊中的单一性”的原则。假如你循循着斯瓦米指示的道路前进并做个对社会有益和有用的人，斯瓦米准备为你做任何事情。这也是斯瓦米唯一的愿望。

回去之后，你们要把所获得的信息，一传十，十传百地宣扬开去。

到乡村去服务时，要鼓励村民亲自做好自己的工作。要征求父母的同意然后才去服务，或遇到反对，要委婉地加以解释并告诉他们天赋的身体是供服务人群的，不是糟蹋于吃，喝，睡及玩乐上的。一旦他们相信你的服务是真诚的，由衷的，他们就不会反对了。你必须有良好的行为和恳切的态度。

## 父因子贵

儿子诞生时，做父亲的照例会分发糖果给亲友以表庆祝。然而，只有当儿子受到社会的敬重时，做父亲的才会感到真正的快乐。实至名归带来真正的喜悦。存善，向善，行善：这是斯瓦米要你记取的理想。这四年来，大家都循规蹈矩，表现不俗，希望你们回去之后，继续

保持这样的行为和心态。当然有时因为情绪上的关系，你可能失去自制，是故，你务必尽量避免情绪上的冲击和干扰。要控制情绪，减少发言和实践真理。要使生活充满福乐。世俗的欢乐是短暂的而永恒的至福只有在你跟神扯上关系之后才能达获。这是“心连心和爱连爱”的关系。你拥有斯瓦米丰富的祝福。

(录自峇峇给世界青年大会代表们的讲道，  
时为97年7月19日)

周德惠译 Translated by Chiew, Singapore.



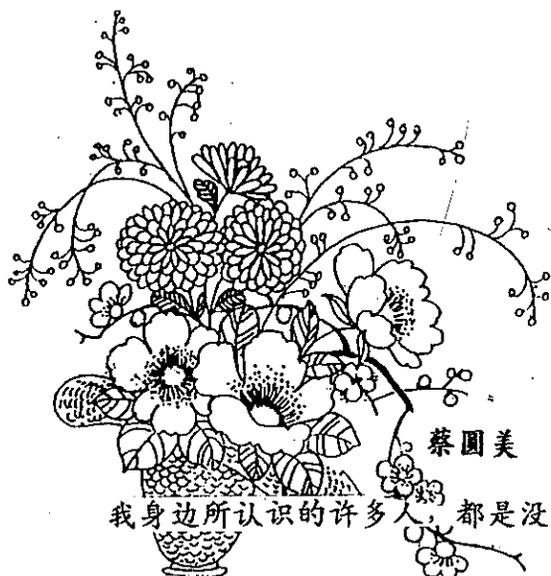
BaBa的教诲

## 态度



要心平气和，不应激动、忧虑、愤怒或苦恼。举止态度要保持神赐的尊严。要对他们表示尊敬，最好的方法就是视他们为通情达理、虔诚、讨人喜欢而又可敬的人。若有人大声交谈，而不自知已破坏当时宁静的气氛，别忙著向那人发出厌恶的嘘声，或者叫他闭咀。走到他身旁，轻声在耳边告诉他那儿的规则。……这样，这样，肯定他会与你合作，并请其他人也一齐保持安静。

--BaBa--



## 峇峇 属于大家

我身边所认识的许多人，都是没有宗教信仰的。

与他们稍多接触及了解下，可将他们不接受宗教的种种原因略为归纳如下：—

### (一)只要做好事就足够

这一群人大都受过高深教育，享受舒适的物质生活。一切得心应手，平步青云，他们坚信只要他们行善不作恶，做好事当好人就足够了；宗教也不外是如此尔尔。

### (二)宗教专为意志力薄弱的人而设

再有些人却认为心灵空虚的人才会投向神佛宗教那一端去寻求庇护遮阴。

### (三)没有宗教仍然照样活的好好的

人如果能解决衣食住行就能活着，没有需要去“投靠”神，佛，菩萨等等，这样都是多余的。

### (四)神只度有缘人

有些人会说他与神佛无缘，他也相信即使他去“投靠”归依神佛，神佛都不会“度化”他。

但在峇峇的教导下，认为以上的原因都是应为这些人对宗教的诸多误解才会产生的。我愿以峇峇的教义与大家共分享：—

(一) 峇峇说单单自己做好事做好人还是不够的。峇峇举个实例：要开动火车，不单是需要火，也需要水，火烧水后产生蒸气方能推动引擎。做好事只是“业”(KARMA)，也只是这一世而已；前世我们造了多少恶业又岂是我们可理解得到的？除了“业”，我们还须要有虔诚的归依(Devotion)及神的恩赐(Grace)方能求得至福与解脱(Moksha)

水 + 火 → 水蒸气 → (推动引擎)

业(做好事) + 虔诚归依 → 神恩 → (至福与解脱)

Karma + Devotion → Grace → (Moksha)

(二) 当然意志力坚强的人充满自信自负而且的确认为自己操从掌握一切，但如果大家肯静思片刻再深思一下，我们真能控制一切吗？疾病，天灾，人祸的来临，

真令人措手不及呵！我们也真的从来没有试过有些时刻我们也处在进退两难，不知取舍，所适从的局面吗？

(三) 峇峇曾给强调除了神以外，无人真正属于你，那么又怎能自圆其说我们不许要神，宗教？我们身边即使再亲的人，在我们死亡时，他们也只能最多送我们到坟场或火葬场而已，只有神方是属于我们的。

(四) “佛(神)度有缘人”这句话是不确实的。峇峇以最实际具体单刀直入的比喻，峇峇(神，佛，菩萨任何名称的神明)尤如一块磁铁，众生皆是铁钉，每个人都会被磁铁所吸，但为何仍有人不被磁铁所吸？其中的原由不外有二，即：你离开磁铁太远，或你是一根已生锈(被蒙蔽)的铁钉；所以每个人都应主动的去投靠归依神(拉近你与神的距离)，与此同时也要时刻净化自己(使自己不再是生锈的铁钉!)，那么你就会发觉你不但对佛(神)有缘，而且佛(神)也一直正在爱护庇佑着你呀……。

我感觉体验到峇峇对我的爱，并且亲身感受享有着峇峇神恩的恩赐，峇峇不仅是我的救命恩人，也是我敬爱的活生生的神，更是我的慈爱的父母，严谨的导师，贴身的庇佑者，可随时倾诉的知己朋友……。

希望大家都归属峇峇，因为峇峇是属于大家的！



# 作个好人

18-06-92

今天的人所需要的并不是最深奥的玄学体系而是做一个真正的人的基本道理。他必须从头学起良好的人生。他是执着妻、儿、财富的牺牲者。他在妻、儿、财富的圈子里打滚始终不能超越这范围半步。他并没有意愿去寻求了解人类性质的究竟。缺乏探讨德行的精神与实践德行的人不能成为真正的人。唯有当思想言行协调一致，人性才显露出来。思想言行背道而驰使人滑落到禽兽的水平。

—— Baba

X X



X X

服务篇

## 服务的第一课

服务的第一课是你的家庭。在这个小单位里，父母、兄弟、姐妹，彼此关系密切，连在一起。你必须先爱护你的家人，然后预备把服务扩大到社会去。

-- BaBa --



## 一个孩子的梦想实现了

几个月前一件不可思议的事情发生在一个小孩的身上。他叫尼兰真，是尼泊尔，加德满都，斯里沙迪赛启明学校(Sri Sathya Sai Vidyamandir, Kathmandu, Nepal)一年级的学生。

事情是这样的：有一天，当他静坐时，他看见峇峇。峇峇牵着他的手在附近山坡上散步，四周山峦起伏，山顶被皑皑白雪所覆盖，山下一片翠绿，景色怡人。

峇峇告诉他说不久的将来他会在这所学校上学。陪伴了他一段时间后，峇峇留他在学校里并祝福他成为一个乖而听话的孩子，然后就消失了。这件事给尼兰真带来了行为上的最大和最有益的冲击。

在获得那不同凡响的体验之时，尼兰真更本就没有想到有任何的学校。现在，静坐时所看到的一切竟然实现了。峇峇通过尼兰真给我们祝福，让我们拥有了一所学校，完全跟尼兰真静坐时所见证到的一样。这不是全在的峇峇所给我们的奇迹，又是什么呢？

-- Sri Sathya Sai Vidyamandir,  
Kathmandu, Nepal  
(周德惠译 Translated by Chiew, Singapore)



一九九七年十二月二十八日  
檳城，发林，NED賽BABA中心新会所开幕



怡保，林园赛BaBa中心 1998年春节庆祝

## 只弘扬“赛”名是不够的

有关任何宗教的好书都可以看并与他人分享。对不识字的人，念出书的内容，把灵性的知识灌输给他们。赛组织有部分成员以为，只要把赛之名和理想发扬光大便可，这是不对的。你们要透过赛之名宣扬良善和对神明的信仰。神的名相并不那么重要，因为他有无教的形态，但无论那一个，其实都是同一个神，所需要的只是信仰。

-- BaBa --

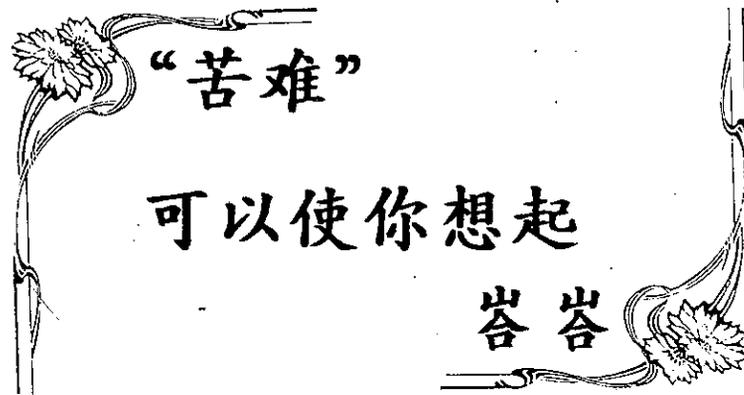


服务篇

## 服务要重质

神不会问你做了什么服务，他只会问你背后的动机或意图。你可以标榜你服务的数量，但神所重视的是素质：心灵的素质、意念的纯正、神圣的动机。

-- BaBa --



# “苦难”

## 可以使你想起

### 峇峇

在经济败退的冲击之下，绝大部分人受到“金钱”或多或少的干扰。也许这个原因，诵赞会上增加了不少人，在有苦有难时，是能使人更想念“峇峇”。这次的风浪，使有些人的生意崩毁，有些人失去职业，或财物受到损失，身心受到突然而来的激荡，精神倍感无勤，正是接近“峇峇”最佳时候。

有位会友看到这种现象，发牢骚说：有的人，当一帆风顺时，生意兴隆，盈利丰厚，尤其享受着富硕的物质生活时，往往是信心十足，这个时候，他自视甚高，最轻易自赞自夸自己是如何了不起，人定胜天论盖过一切。还会引用典故，他的字典中没有“难”字。如今碰上这种非个人能力，一家能力，甚至是一国能力所能控制的经济灾害，生意受挫一落千丈，或失败结业，突然而来的冲击，不仅措手不及，连心理准备也没有，真可说从云端上掉下来，平时容光焕发的容貌变成垂头丧气，贡高我慢的口气因情绪低落，好像世界末日一般。

“富人求道难”。真是一点也不假，这些人在生活充裕时，只会吃喝玩乐。追求“及时享受人生”的玩意。确是不容易把“神明”安住在脑海里，至于对物欲要节制，寻求人生的解脱大道的劝说，当然听不进去，“苦难”的降临，反而是一帆渡舟；在生活途上，碰到波折。苦难的出现往往会有打破美梦的效果，帮助人们知苦，希灭而寻求“道”。

无论是因为生意失败，经济困扰，失爱失恋，意外疾病……等等烦恼痛苦，而来接近或祈求“峇峇”扶助，都应视之为“增善缘”或因缘的成熟。我们不可心存轻视或批评，相反的要给予欢喜心，给予鼓励，进而“令其深信”。

\*\*\*\*\*

服务篇

## 无私的服务

无私的服务这种东西就是……服务不是要得到报酬、引人注意、受人感激酬谢，或对自己的能力、财富、地位或权力的优越而感到骄傲。服务，因为爱鞭策你。如果成功，把它归功于神的恩宠，因为他鞭策你，他就是你心里的爱。如果失败了，把责任归咎于自己的不足、马虎和无知。检讨自己服务的动机，把一切“自我”的毒素清除。千万不要归咎于领受者、夥伴和同工，或神明。

-- BaBa --

## 丹绒士拔诵赞会

陈良福报告

SAIRAM

各位赛兄弟，赛姐妹，大家好！

我时常祈求 BaBa 给我信心与学习，现在我也请求 BaBa 帮忙，给我信心，因为今天是我第二次上台讲话。第一次是两个月前在波德申诵赞会上。平时是尹赛兄给我们华人信徒讲话的，刚巧那天尹赛兄因公去了沙巴所以主持人 Dr.Ram 主席要我向华人信徒讲几句话。我说：感谢波德申中心特别为我们华人主办观音诞庆典，请大家拍拍手。那时我的心情很紧张，赶快用 SAI RAM 结束讲话。那知道主席 Dr.Ram 听不懂华语，认为我讲话精彩。又叫我把与他们一起在医务营的心得给华人信徒简报一下。结果我不知道自己在说些什么，只稍微知道有告诉华人信徒说：“BaBa 教导我们行善做义工和服务才能深入认识自己，改变自己、能够认识自己和改变自己就是修行。我是学自尹赛兄的讲话。

在此我感谢尹赛兄的指导使我能接近 BaBa 和学习 BaBa 的教诲，更感谢尹赛兄促成丹绒士拔区华人诵赞会的成立。在初期，尹赛兄引我到波德申中心参加诵赞。当时波德申中心全是印度人，可是不到半年时间，在 BaBa 加持下，我的朋友和亲人都得到 BaBa 施恩，因而华人的数量超过了印度人。后来在陈启生赛兄、陈秀桦赛姐、会长谢云光赛兄、邱萌扬赛姐等，不辞劳苦老远从吉隆坡到丹绒士拔教我们唱“诵赞”及讲习赛法。我

们的中心才成立一个月，服务活动尚未开始，只在每星期日下午八时诵赞。至今只配合波德申中心发动丹绒士拔华人捐出 RM 3,800.00 购买饼干、米粉、奶粉，由丹绒士拔华人捐出的旧衣服，救济朝鲜灾民。刚才我们的会长谢赛兄说我们好像新笋般兴兴向荣。我相信在BaBa加持下，能不负我们会长的期望。

拍拍手是BaBa叫我们的。借此大会，小弟先拍手衷心感谢尹赛兄玉成丹绒士拔华人赛中心及担任我们的顾问，现在大家是听懂华语，不再闹笑话了，有一就有二，请大家拍拍手，支持小弟第二次上台讲话。

最后，恭祝大家身体健康，万事胜意。SAI RAM



服务篇

## 到医院服务



你无须穿制服和佩戴徽章。病人也不是穿著“向人哀求”的制服和佩戴“象征痛苦”的徽章呢！你应该视他们如兄弟手足，坐在一起。握著他的手，以同情和了解的目光望著他，送他一些祝福后的食物，细问他想要些什么，好令他双眼重现光芒，垂下感激之泪。病人的感激，足以支持你到底。即使对方没有丝毫谢意，态度冷淡、或不表好感，你仍要继续坚持，因为施予和宽恕是你的本性。

-- BaBa --

## 在JB的一次诵赞



黄昏七时四十五分步进赛道场，已有不少人，除了正在供花，安排扩音机者在走动；其他人都静静面向圣相而坐，有者一本正经闭目笔直静坐，有者专注阅读赞书。我受到感染，也轻手轻脚，不敢前越，依序就席盘腿。尚未坐定，在旁的赛友无声递过两册赞本，我合十还会心的微笑。

八时踏正，OM.....起乐随，三归~大明王真言~赞峇峇。随着领唱者带起：“峇峇啊.....请你听我来倾诉.....”，众随和之“.....心念的偏执，我受到桎梏。”一曲接着一曲，或男声，或女唱，间中或有小停，却也是那麽通畅。所有的歌序皆预先写在白板上，没有人喊话报号来打断“思念”，更没有叫歌名，叫咒称而破坏这“清凉”。

优美动听的颂唱歌声，使人如沐春风；偶而有跑腔走板的，立刻使我仿佛身在百善地看着峇峇沉醉于摆头拍子的甜蜜；也有碰上调子拉不上的，和唱的给予轻声帮腔，不越声，也不带傲气，反而似流水清泉.....在这“.....鸟儿枝头嘻叫，花儿丛中绽放.....峇峇呀.....祢已在我的心理悄悄地营造.....”，没有追求“歌声的表演”，没有喊破喉咙的“震荡”，没有激动的高昂，人人沐在轻声柔和，有节有拍，沉在称名赞功里，怎不叫人法喜充满！

更难能可贵，坐在前面左右都是那样的安祥平和，身体动作轻微不摇晃，拍掌绵绵不刺耳，领唱人传递“MIC”时静悄悄，无身无息地翻歌书，精唱初学共融和……完全不影响到旁人。——OM SHANTI SHANTI SHANTI！

“无言”的静坐太美妙。歌赞完毕静一静，思一思，念一念，随意！没有那一边叫人静坐的同时又不息地广播说明，画蛇添足的好意真是叫人无从“安心”！

“圣火诵”供养，彼此间仅轻微地招手，用眼神邀请，没有推肩拉手的，随缘随喜！排队奉鲜花时，后面的人耐心轮候，等待前人的冗长祷告与祈求，不急也不催，歌诵赞声陪你。供养到完毕……安祥的“峇赞”会，送我安祥的晚安！

—— OM SHANTI SHANTI SHANTI！



## 一九九八年百善助印功德榜

护法功德：凡捐印一期或累积RM1500者，芳名永志功德榜

RM3,000.00: 彭茂深。 RM1950.00: 陈启生

RM1,800.00: 谢云光, 黄柄煌、李先生。

RM600.00: 刘佑炽 RM200.00: 杨细女 S\$200.00: 新

加坡 Evertan 中心中文组 RM100.00: 陈美凤, 柯良生

RM60.00: Raub SCA Members RM50.00: 黄伟耀, 曾

宪祥, 曾美媚, 蔡金莲, Lily Ng RM40.00: 曾焕钦合家

RM30.00: 李孜然 RM20.00: 邓玲娜, Lee Kok Lin

RM10.00: 古月

## 心转境就转



纪木英

世尊常告诉我们：别执着，要放下！可是很多人就是放不下。他们执着于什么呢？

当与人发生了争执，心中便愤愤不平，念念不忘的就是那个惹怒你的名字，甚至在梦中也会骂“不得好结果的坏旦”这种心境便是迷。只要把心意扭转过来，“那个家伙”可不是神所寓啊！世尊常叫我们念念不离心的是神的名字。怎么可以走火入魔了？心念一转，把“某某”的名字，换成“世尊”的名号，心中浮现的也是世尊的圣容，经此，局势将奇妙的扭转了，本来心情起伏，辗转难眠，如今忽见一片清明，可以酣然入梦，而一觉到天明。

丈夫！丈夫！一丈之内的那个才是你丈夫。一丈以外的管不着，眼不见为净，就当什么都不知道，没发生吧！“对时常向外跑的丈夫，做妻子的整天患得患失疑神疑鬼的话，心中没有一刻安宁，有这样的念头，日子怎么过的快乐呢？假如把心念一转”丈夫在外忙忙碌碌为生活奔波，他挣钱回来养家啊！我应该感激，祈求神护佑他健康，平安。“念头一换，心情便稳定下来，马上觉坦荡，把感恩祝福的心意，遥送远处奔波的丈夫。当心旷神怡时，幸福感自然洋溢满怀，这时候连家也觉得更可爱，持家会更努力，夫妻更恩爱。

孩子高高兴兴的从学校把成绩表带回来。“妈，我全考及格！”他心中企盼着你的赞赏。母亲一看，成绩表，科科仅仅及格，离开理想尚远，便把心一沉，脸一板：“才刚刚及格，又没考100分。你们班有多少个考100分？”这一责问，孩子的一片蓝天忽然暗了下来，只能在那里小声的抗议，有的为母者更甚，当孩子每科都有70分，也会‘吧’一巴掌打下去：“打醒你，聪明点，以后考100分。今晚罚你不准看电视。”为什么？为什么？要在孩子的蓝天里涂上这么多的黑云与气压。孩子的天空是多么纯净，洁白。对孩子有太高的要求，太多的打骂，只能造成他心里更多的压力与不平衡。不但帮不了他考好成绩，相对的可能激起他的叛逆心。若能心平气和，不时感恩神的保佑，孩子正常，健康的成长，还有什么比这更可贵呢？不但不施加太大压力，还要还他一个快乐的童年，不执着于分数，只在意他人格美好的修养，经常对他赞美与鼓励。对孩子的犯错，从各角度剖析，开导，使他觉悟，明了。这样，孩子才感到家庭温暖，充满爱心，家不再是牢狱；是避风港；是爱的温床，是孩子们向往的天地。

在这纷攘的世间，若凡事执着，只能带给自己更多的烦恼。若能放开心胸，退一步，海阔天空，日子将过得更写意，快乐。这一切都只在于“一念之别”。只要把念头转向好的一面，如世尊所说：“THINK GOOD(想好)，SEE GOOD(看好)，DO GOOD(行好)”。你会发觉时时是好时，日日是好日，生活将是多么的逍遥，自在。切记！别与自己过意不去啊！

