



沙迪亚赛国际机构

快乐  
是  
与神  
融为一体

学习指南 - 2

快乐在哪里？

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

### 快乐在财富中找得到吗？还是与神同在才找得到呢？

蒂雅加拉贾（Thyagaraja）一直到处在寻找拉玛（Rama），但最终，他意识到没有必要寻找，因为祂永远与他同在。

唐嘉福（Thanjavur）国王邀请蒂雅加拉贾到宫廷里演奏他的作品，他留意到了现场有这么多杰出的人物后，开始谦卑地演奏起他的音乐：“此处有如此多伟大的灵魂，我在所有的人面前俯卧。”听着他的甜美的乐声，整个集会人群皆全神贯注。

为了奖励他，国王给了他一些金钱。看到这样，蒂雅加拉贾问自己：“哦！神啊！告诉我，快乐存在金钱上还是存在于与圣灵的接触里。”经过深思熟虑，他拒绝接受国王提供的金钱。于是国王就用他的轿子将他送回他的村庄。



看到蒂雅加拉贾在皇家轿子里，一些小偷便跟随着他，以为他一定带着很多金钱。轿夫们注意到盗贼，便对蒂雅加拉贾说：“斯瓦米，我们被盗贼追赶了。他们说不定还会杀死我们。”

蒂雅加拉贾说：“你为什么要害怕？你没有金钱，金钱才是造成恐惧的原因。只有那些有钱的人才会恐惧。那些只拥有美德的人为什么会害怕贼呢？你只有美德，没有金钱。因此，不要害怕。”

过了一会儿，小偷们跑到蒂雅加拉贾面前，扑倒在他脚下，向他求救：“请保护我们，保护我们！”蒂雅加拉贾问他们：“我应该从谁那里救你们？你们为什么要我救你？你们遭受了什么灾难？”

他们告诉蒂雅加拉贾，两个弓箭武装的年轻人扬言要惩罚他们。

听到这个消息的蒂雅加拉贾意识到拉玛一直在他身边，而早些时候他还在到处寻找拉玛呢！他唱这首歌是为了赞美拉玛：“哦，拉玛！您在我的前方，在我的后方，也在我的左右侧，哦，拉玛！”拉玛用这种方式给他历练，使他意识到拉玛的无所不在。

## 学习指南

### 快乐在哪里？

“快乐在哪里？”此问题的答案是“快乐就是与神同在”。人们在追求世俗的乐趣时往往会忘记这一点。只有经验成熟，这种体会才能实现。例如，您在夏天看到一片贫瘠的田野，一晚上的雨后，您会发现草正在茂盛的升起。它是从哪里来的？它是从原野中来的。雨后，以种子形式出现在地球上的东西让草茂盛发芽。同样的，当你浇水时，神的爱会使你焦灼的心，从内在的幸福发芽。

Sathya Sai Speaks, Vol. 29 / Ch. 4: 1996年1月18日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/sss29-04.pdf>

一个人不需要在别处寻求快乐。它永远伴随着你，且在你心里。你之所以无法体验快乐是因为你不了解快乐的真正含义。你幻想快乐存在于金钱、财富和舒适的物质上。一旦尝过了真正快乐的滋味，你就不会渴望世俗的财富。真正的快乐源于内心深处。

Sathya Sai Speaks, Vol. 38 / Ch. 1: 2005年1月14日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume38/sss38-01.pdf>

快乐在哪里？快乐是与神同在。看看那些心中没有神的人之面容，他们可能像在电影院里一样，在脸上露出虚假的笑容，但实际上，他们的脸上没有发自内心的光芒。

Sathya Sai Speaks, Vol. 29 / Ch. 72: 1996年6月21日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960621.pdf>

在追求世俗的事物时，是否存在持久的快乐？一点也不。（斯瓦米（Swami）唱着巴哈·戈文丹（Bhaja Govindam）的诗歌，强调青春、财富和子孙后代都是短暂的）。在晚年，经历了家庭生活的所有阶段之后，即使在最后几年，人们仍在追寻一种令人迷惑的快乐。在哪里可以找到快乐？蒂亚加拉贾歌唱时给出了答案，他说快乐不是通过财富获得的，它只能通过斯里拉玛（Sri Rama）的敬拜获得。

Sathya Sai Speaks, Vol. 29 / Ch. 33: 1996年8月16日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/sss29-33.pdf>

以自性之光（Atma Jyoti）形式出现的至尊之光（Param-Jyoti）在你体内，这是不二和永恒的光辉，是不朽之光，也就是自我的光芒。既然你拥有自己的那盏灯，为什么还要害怕其他任何事情？你为什么担心？要开心。快乐在哪里？如何体验呢？与神同在便是快乐。

Sathya Sai Speaks, Vol. 32 pt1 / Ch. 11: 1999年4月26日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume32/sss32p1-11.pdf>

### 发现快乐

... 《博伽梵歌》（Bhagavad Geeta）... 清楚地宣告，这个世界是短暂的，而且是个「泪坑」。对这个世界的依恋无法带来恒常的和平与幸福。恒常和平与快乐的源泉在我们体内，就是 Atma（神圣的自我）。只有意识到这一点，才能确保和平与幸福。

Sathya Sai Speaks, Vol. 20 / Ch. 6: 1987年3月30日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/sss20-06.pdf>

如果财富确实是快乐的源泉，那人为什么还会苦于病痛？人们因执着于无法带来快乐的事物，正让他一点一滴地失去了真正的快乐。

Sathya Sai Speaks, Vol. 20 / Ch. 6: 1987年3月30日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume20/ss20-06.pdf>

人们...不知道内在源源不绝的快乐之泉。他们相信去追逐时尚、奇幻、兴奋或是娱乐的海市蜃楼，就可以在短时间内获得相当的快乐。...你是不在场的见证人；你是先知，而不是被看见的那个人。（drashta, 不是 dhrik 或 drishya）。

Sathya Sai Speaks, Vol. 2 / Ch. 15: 1961年10月10日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume02/ss02-15.pdf>

人们认为，幸福将出现在工作、婚姻、财富或后代子孙中。事实并非如此。你希望的快乐一样接着一样：教育、工作、婚姻，孩子等等，但是这样的快乐令人困惑。恒常的快乐只有与神同在才能获得。

Sathya Sai Speaks, Vol. 29 / Ch. 4: 1996年1月18日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-04.pdf>

人们对物质世界事物的渴望永无止境。为了摆脱欲望，人必须将他的心思转到上帝那里。那才是达到美满和恒久幸福的方法。

Sathya Sai Speaks, Vol. 21 / Ch. 11: 1988年4月16日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume21/ss21-11.pdf>

我们的行动应该要能为自己和他人带来快乐。首先，我们必须询问真正的快乐是什么？而悲伤是什么？人们认为快乐在于吃饱和睡个好觉。那根本不是幸福。幸福在于努力工作和为社会服务。只有帮助贫困的人，我们才能体验和平与快乐。...现今没人愿意遭遇困境。每个人都渴望快乐。快乐在哪里？它无所不在，我们应该致力争取配得体验它的资格。

Sathya Sai Speaks, Vol. 36 / Ch. 9, 2003年4月15日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume36/ss36-09.pdf>

只有一件事情永远伴随着你；它在你心里，在你的周围，在你的顶上也在你足下，那就是幸福。幸福是没有形式的。

Brindavan 2002 / Ch. 9: 2002年5月23日的夏季讲堂  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2002/ss2002d09.pdf>

真正的快乐存在于你的内心。要去实现它。

Sathya Sai Speaks, Vol. 36 / Ch. 2: 2003年1月14日  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume36/ss36-02.pdf>

## 问题

- 在哪里找得到真正的快乐？
- 痛苦的原因是什么？
- 是什么赋予我们真正的快乐？
- 如果我们内心感到快乐，为什么还要向外追寻？
- 为什么我们无法在世界上找到真正的快乐？
- 快乐如何导致自我实现？



©2020 沙迪亚赛国际机构，版权所有

sathyasai.org