

主沙迪亚赛峇峇
来自光体的话



第一册

序言

在最敬爱的师尊和主沙迪亚赛峇峇的莲足下我向祂顶礼膜拜。

要为这极大荣耀向主沙迪亚赛峇峇表达衷心的爱和感激。

作为接收主沙迪亚赛峇峇给全世界信徒恩典和祝福话语的工具和渠道来帮助他们在这一世里获得自我觉悟和释放, 我要为这极大荣耀向主沙迪亚赛峇峇表达衷心的爱和感激。

和祂一起这些年来, 主沙迪亚赛峇峇的有形, 活著的神性一直是我的极大灵感以及促进因素, 提升我的意识和能量至更高觉悟神以及体现神的水平。

这卷文本中每个字都是祂的。我一直是个接收和记录祂话语的工具, 祂才是执行者。和主沙迪亚赛峇峇这种共同创造方式是一个绝好机会和灵修去让我把自己融化入同一意识和能量——神。

爱和崇敬您的 Mrs Catherine Kapahi

内容

	序言	1
	内容	2
第一章	主沙迪亚赛峇峇向对祂以光体 再现表现惶惑尤虑的信徒交言	3
第二章	新灵修	27
第三章	沙迪亚赛峇峇告诉信徒关于祂自己	40
第四章	更多取悦以及和亲爱的峇峇在 心灵融合的方法	44
第五章	和我光体同场时该有的举止， 及神之父，祂那全然的爱	53
第六章	和我的信徒心连心的关系	61
第七章	更多有关你与我的自我觉悟	70
第八章	更多达到自我觉悟的方法	76
第九章	协助其他信徒达到自我觉悟的方法	85
	版权	90

第一章

主沙迪亚赛峇峇向对袖以光体再现表现惶惑忧虑的信徒交言

1

我再次通过我的信徒卡特琳 (Catherine) 和你们交流。她非常热切为我效劳，我也十分感激她再次让我利用她作为我的工具。许多人是我希望能和你们说话的一但他们还不能在心中那我所驻之处聆听到我。

我要解释以及去和解我在世上重大使命中两个非常重要部份产生的分裂，以此来修正和提升人类的思维，直至他们领悟以及显明他们在世上的神性。

使命的两个部份包含前面我的 Avatar, (即降凡的神)的八十五年, 和接下去十一年的任务。第九十六年一到就完全结束。这九十六年我一直, 也仍会是非常活跃的续行以及去完成提升人类意识至神性境界的任务。

许多人认同实体, 思想以及自我。这错误想法令他们指认我的实体和思想。由于这错误的鉴定, 他们认为我已离开这世界。不单如此, 这群人还认为我不能在一个新的地方以另一种新的, 不同的方式继续我的任务。许多人相信我已离开世间尘土去了一个高层远天, 虽然我一直都是无时不在无处不在, 即使是当我还在一个叫沙迪亚赛峇峇的实体里的时候。这些人已限制了这不能被限制的我。只要我愿意, 我可以完全自由的, 在任何时候任何地方显现。如果你相信我, 你就不会对我这神圣的意向产生置疑。

那些问沙迪亚赛峇峇如何能以新方式在新的地桌继续祂的任务的人并不信任我。他们不真正认识我,也没有和我沟通。他们还是有这我执,自个儿决定要相信哪些。我执取代圣性思维,所以这些人也就不能明白沙迪赛峇峇的真理和祂在印度和世上进行中的任务。我执在渴求安全感时就会力求去批判和谴责那些不附合它认为是真理的看法。以往的我,现在的,都是自由不受约束的。束缚我的只会是信徒们对我无限制的爱。

在我肉身被埋葬在百善地尼乐园道场 (Prashanti Nilayam Ashram) 的墓地 (Samadhi) 几年里,我继续非常活跃在我的光体里,虽然世上只少数的人知道这点。多数信徒以为我已经离开。我哪里都没去,还是继续一直在同样的地方。许多人还继续听到我的声音,感受到我的存在。如艾萨克 泰戈特 (Isaac Tigrett), 那罗辛哈 穆迪 (Narasimha Murthy), 马度苏登那尔 (Madhusudan Nair), 卡特琳, 以及许多爱我,降服于我,和侍奉我如同他们唯一的神的人们。自从二零一四年我在科代卡那 (Kodaikanal) 宣告我以光体存在时,许多人就前来协助我正在进行中的任务,即提升全人类的意识至圣灵意识。

2

请让我向你解释多一些有关我涅槃(Mahasamadhi) 后发生的事。你们有阅读卡特琳通灵书籍的就会知道我企谋回去实体来继续我的任务。如我真的以实体回去,你们就不会在觉悟真我上有如此大的进展。于是我决定从光体继续我沙迪亚赛化身的使命。

有几位信徒能够听到,并且看到光体里的我。为数不多,但這些信徒俯顺,并忠诚于我以及我的使命。忠诚信徒于二零一四年在科代卡那科代卡那成立了一个小组。我告知他们有关我持续的任务,我们大家会一起去完成重大事务。他们

听见我,看见我,并且相仪我。新的计划被制定。亲近的信徒自从在科代卡那那时起就不言倦的,依照我的计划去继续在印度和海外其他国家的任务。

我以简单不夸张的做法开始了任务这新的阶段。一抛弃实体我的光体就立即以入驻了在穆德纳哈利 (Muddenahalli) 新的神殿里。这许多人都知道。一群群的信徒会在星期四自百善地尼乐园道场前来穆德丹纳哈利参加巴赞,这是因为他们意识到我就在光体里。

我亲爱的穆迪 差不多每天都听取我的指示,并且忠心地遵循及实现它们。在我于 2014 年在科代卡那宣告我回返光体之前他已是这样。沙迪亚赛神之化身的任务在 2014 至 2015 年有许多事件发生,这起初很少人知道。光体的任务按照我的意向快速的以指数方式成长,现今世上已牵连数以万计的人们。这任务会继续广大,皆因更多灵魂关注我的召唤参与这重大机会去提升,和转变社会至神圣意识。

3

你知道了吧! 神有祂那永远无私和对全人类有利益的打算。人类以他们的浅见,去批判和找他们不能明白事物的渣子。真实的信徒不该如此。真的信徒时常都和神结合不分开。那些由于辨别自我,实体和思想而有间隔感的所谓信徒并不明白沙迪亚赛峇峇的思想。他们阅读了我过去七十年所讲过的话语就认为他们绝对懂得沙迪亚赛峇峇的想法。我以许多方法教导如何明了真理。这是我以前以及现在都还在教导你的,那样你就能了解你的神圣真我天性。

然而沙迪亚赛峇峇的心神触及辽远的过去以及未来,把永恒整个的环绕着。没有人能把我限制在一个我度过八十五年叫沙迪亚赛峇峇的驱体里。我已告诉你许多次我是一切名称

和体形。由于你自赋的有制限思想，你不能够了解我。要认识我你就必须融入我，尽量的如同我一样。但如你继续认为以及相信沙迪垂赛就是那个 1926 年至他在 2011 年去世都居住在布达巴帝 (Puttaparthi) 的，你实在就是把我限制在一个现在已经死亡的实体里。

我是永恒的，沙迪垂赛峇峇的形体是神永恒的形体，拥有一个永恒的光体，可以在任何地方任何时候显现，以快过光的速度移动。我只须去想我要去哪里我就到了哪里。所以当我计划一个国外旅行，我的信徒须坐飞机而我则可以在一瞬间就抵达目的地。你由此可明白一个破损，病了的实体牵累拖延了我的任务。现在我更自在，以更快，更有效率的速度去做事。我很高兴更多的事情在世界许多国家信徒的协助下更快的完成。医院提供免费的医疗护理，学校和学院提供免费灵性和非宗教教育，甚至道场 (ashrams) 现在，以及未来都会在印度以及其他国家被建造以提升全人类的灵性。

4

沙迪垂赛不附属于这虚幻世界里来了又去的形体上。赛附属在他拯救灵魂以及把他们带回醒觉神的使命上。我恳求你去意识你是纯灵，真我 (Atma)。真我不批判，不责备，不找渣子。真我是同一。真我容许，接受，并且祝福万物。分析你的思想，并明了你哪里偏离了你的真实本质。

我无处不在，无时不在，也永不改变。无处不在是我的本质。我就在你哪里，当你召唤我，惦起我，我就会谨听你的需求。

在我这方面没有什么改变。虽然我的肉身不再，我是超灵，无处不在也无所不知。我也在我的光体里守候着那些留意我的召唤以便能成为我光体使命新环节一份子的人。与我在纯灵

里连接也包含着与沙迪亚赛峇峇的心神连接。对大部份信徒这乃是他们寻求的目标,对他们已是足够。

还有一群信徒,和其他加入了我的圈子的,希望能成为我光体进行中任务的一份子来为我服务。他们把自己奉上给我,然后我们一起决定他们如何作出最佳服务。印度和其他国家许多新的工程就是如此开始的。我非常感激这些信徒把自己奉献给我这提升全人类的使命。

5

我要和你讨论为何我决定采用光体来继续我的使命。时刻套着一个实体在许多方面非常有限制性,但同时对我的任务也有很大用处。

以光体游历就不用花一秒钟。当实体和脑子失去功能时,以俗世角度来看再也没有什么是可以做到的。你也许会奇怪如果我是神,我怎么会容许我的躯体恶化以及死亡。我就不能决意事件以其他方式发生吗?我顺其自然,因为我一直都是遵守天地条规的。我是神,你也是。虽然你们大多数拒绝去接受你是神。去对你自己以外的神表示虔诚比起费力刻苦的做内部工作去发掘你也是神对你容易多了。我之丢弃一个病痛的身躯和你时间一到也会做的事没两样。耶稣基督也是无怨无悔的丢弃祂的身躯,深知祂是神,和祂唤阿爸(Abba)的天父是自体。弃舍我的实体是给你们上一课,即形体是不持久的,它只是一个沟通工具。我通过实体和你交流了有关神圣的爱,平和,正义,真理和非暴力的教诲,即爱就是神,神即是爱,还有许多。我为了你的自我觉悟和解脱以实体而来。一直在我心神极顶的,是把你移至一个超然意识。那样你就能看到,以及明了世上的形体和事件是短暂和虚妄的。要把一个信徒从他的原在之处移至他们决意追随的自我觉悟和解脱这独特之道需要许多的努力。我试图让你知道,优越感

和附属于我或他人的形体,这些都必须丢舍以让觉悟到来,成为永恒。

你也许察觉到百善地尼乐园道场的所有活动都在进行犹如我还在哪里。对这我感到非常高兴。成群结队的信徒从各国到百善地尼乐园道场。从贡物品到才能,他们以许多不同的方式来表达对神的虔诚。唱歌,诵经,跳舞,表演戏剧,以及玩乐器。我一直在哪里观赏,祝福和跟那些听得到我的人说话。没人能在百善道尼乐园道场不为我知悉的。我看到全部的活动,听到诵经,并以适当的方式回应。

我告诉你这些你就会一而再的确定我是一直都在场,是无处不在,无所不知。有没有实体对我都一样。我一直都和我的信徒一起,直至时光尽头。

6

就如我所讲,有几个原因令我决定要返回光体去继续我的使命。实体拖慢了我,并且对信徒的真我觉悟和解脱已不太管用。然而我是注定了要完成这我很久之前就决定了的使命。

我和你解释这些你才会从沙迪亚赛峇峇的思维里知道真相。希望我的信徒不担忧不矛盾,并时常保持平和。

一点都不要担心你可能不会成为我使命新部份的一份子。别感到促迫要末穆德丹纳哈利因为这并不重要。继续呆在你哪里,参与灵修 (Sadhana) 和服务。因无论你在哪里我都和你一起。当你盼待我,用爱呼唤我的名,我就和你一起。

来姆戴那哈利的信徒不乏各种各样。有些是好奇,亲自来看看看到底发生了什么事,并自下定论喜不喜欢,是继续再来还

是保持距离。有者来是因为他们仰慕沙迪亚赛，要得到祂多一些。

我欢迎每一位到来者，用爱和能量祝福他们，给予他们所需。这一直是我以往的方式，这方式也会继续保持下去。我不从任何人哪里取走什么，除了无条件的爱和它的奉献。如你要为穷困者建一间医院或为需要教育者建一间学校，而你的奉献来自一个不求回报，纯净，仁慈的心，我会很高兴接受。当艾萨克要支援专科医院的建设工程时，我以同样的方式接收。金钱都来自那些无私，渴望和有需要者分享的信徒。当今的世界需要免费的教育和医药治疗，干净食水和食物等。出自对我和全人类无条件的爱，我许多国家的信徒送上援助去帮助落实我的计划。对他们的慷慨大方我十分感激。由于他们的无私，爱，和对觉悟神的渴望，我充分的祝福他们。

7

没有人有理由感到恐慌。扰乱的心理与我无关。这是和他们固有，还未被去除的恶劣品质有关。每个人必须检验心理和智力，看看错误出自哪里并加以去除。信徒犯的一些普遍心理上的错误是，沙迪亚赛峇峇只属于百善地尼乐园道场，和在哪里居住，工作和朝拜的信徒。祂怎么能在百善地尼乐园道场以外一个不同的地方重新开始？为何祂能如此背叛我们？肯定在姆戴那哈利显现的不是沙迪亚赛峇峇。这里的错误就是，狭窄的思想限制了无限和自由的我。这种思想也在置疑我的才智和无所不知，即我知悉落实我的使命的最好方式。你们全部真的已从我每日的达瞻 (Darshan) 和许多其他的祝福里得到太多的恩典。你应对此恩典怀有谢意并立刻就在你的灵修里充分的加以利用。

我讲过，我在实体时和百善地尼乐园道场以及其它道场信徒的关系类似幼稚园和中学。你是在学习基本教禄，并且尝试去修习一点东西。做我纯粹的工具和我的光体一起去落实我的计划就近于大学水准。我不是说所有在姆戴那哈利居住和办事的信徒在门徒身份上都达到大学水平。有些有，一些则没有。然而每一位都知道对他们的要求。所以他们认真的，在我的引导和恩典下努力令自己的意识提升到圣灵水平。大部份在姆戴那哈利做待奉的都有着成熟的态度和大气。最值得注意的是以无我，人道，慈悲，有顾虑和敬重来对待所有到来的人们。气氛是充满了爱和喜悦。学生们总是笑吟吟，高兴感恩他们被赐予重大机会和恩典来接近神。虽然肉眼看不到我，他们感受到我的爱。那些在姆戴那哈利校园被建造的美丽堂皇新建筑物，比如在二零一五年 Mahashivarathri 开幕的 Sai Annapoorna 这新款式巨型厨房和进食礼堂，新户外运动场，和 Sri Sathya Premamrutham 新大厅堂，它们令这些学生惊讶。因时间不容许被浪费，我的计划以非常快的速度体现。世上有太多的需求，我现在在热心，专诚信徒的协助下完成它们。这些信徒是我的生命。我，也是他们的。

8

我希望你能继续和我一起，皆因我有许多要和你分享。我希望你没有会玷污我们关系，或制止你与我前往觉悟神之道路的猜疑。我们在一起已久，在灵性上你已成就许多，别让你的灵修道有任何的障碍。你们都必须以一个真我向前迈进来在这地球上显示善，圣，和美。你们全是赛的女儿。这就是我说你是我的信息的意思了。

我的打算是在接着的许多年里显现许多基督。基督指的是神的子女或伸展。基督基本上是神本身，虽然一直以来都是父母神通过神的子女来创造。现在有许多这类基督做我的工具来为我办事。我的计划是创造许多基督。因为越来越多信徒

为神奉上他们的一切来成为祂地球上的工具。没什么能比和神合一更快乐，更有成就感。神为那些认识到一切都创造于神，属于神的人照料一切，没什么能比这更加平和了。我的讯息者要成为基督，神活跃的子女，把全人类的意识转变至更高水平。

9

今天是新的一天，为什么要求今天要和昨天一样？世界总是在变化中，因此为何要求我的显现时常都会是一样？是，一部份的我一直都是一样，永远都不会改变。然而还有另一部份的我一直在改变和显现新事物。那些希望沙迪娅赛峇峇还是以同样方式显现的就肯定会失望。是的，我采用光体并以它为中心来继续我的任务。为何还要找渣子？把神限在一个框框，并坚持祂时常在你坚持祂应该出现时出现不是疯狂的吗？做内部工作，找出‘我，是谁？’

10

我还要告诉你，对我在光体持续的任务感到混淆的不止你一个。只有继续读念我的话语，你的疑惑和混淆就会消失。我这话是对信徒面对的疑问和混淆所说的。

我先告诉你，世间没有东西是稳固于石头里的，除了永恒不变的真理。一切都会改变，包括我的计划。由于世间变迁无常，我必须能够顺随着它行事。

我以实体活在世上时，所说所做的许多事都是依照当时的形势和需求，由我自行斟酌处理。眼前现下，世界已有所不同。许多能为我作出最好侍奉的，以及能奉上自己为我做事的信徒已和以往我有实体时不一样。这有错吗？没有。

11

过去我曾说过会直接和我的信徒接触，无须传导体。但大多数人还没有净化他们的思维来倾听我的良心之声。现在没有了一个实体，我需要以其它方法来和信徒们交流。早些前我在实体透露的话语是真实的，现在也还是。然而，现在有新的，和目前形势有关的真相。现在我在光体是利用通灵和沟通者。世人的耳朵听不到我的声音是因为必须有新的聆听方式，即用心神在内心去聆听来自真我，圣灵的声音，而非感官仰或自我的声音。这是较崇高的心神，真我的一份子。所以如你没和你的真我圣灵连系，你就不能在你内里聆听到我。你知道全部的灵结合于一个真我。故所有灵性心神能时刻交流，虽然在这里也顾及到礼仪。只有一个细薄，透明的幔在次元之间，所以你的心神必须十分的锐敏灵妙来觉察真我和次元。灵修和有限制的饮食，那些我很久就告诉过你的，会助进它。

12

还有许多要从我的角度和你分享。我会以光体和一组的信徒时常在世界各地走动，所以姆戴那哈利就不会像百善地尼乐园道场那样有定时的达瞻，但星期四和星期日还是会有定时的巴赞。我时常在哪以圣灵形体出现。我也会以光体坐在我的椅子上一会。在我的生日和主要庆典，我都会在姆戴那哈利，在我的光体里。

我在百善地尼乐园道场支配任务的方式和现下在姆戴那哈利的有许多相似之处。这是我，沙迪亚赛峇峇选择的方式，是我所寻求到最有收益的方式。理所当然的，我的主意，价值，建筑物口味，诵经，巴赞，演说内容，宗教节日的庆祝手法，和最重要，信徒和我一起时感受到之丰富的爱和恩典，这些都和在百善地尼乐园道场时的一样，皆因无人能模仿沙迪亚赛峇峇。由于运用灵性意愿和力量来成就这些伟大事务，现在

我在光体使命的范围是广大的。当然，和我共事的信徒也用着和我并列的灵性意愿和力量，我们齐手创造宏伟的结构体来提升和维持人性至一千年，带来一个永久人性的转化。我指的是那许多华丽，以神圣价值为根据，全然免费于受益者的学校学院和医院的转化性影响力。当我要创造真，善，美，全部力量会来自天与地。神，乃真，善，美。许多有爱，作无私侍奉的基督在这事上加入了我。

13

我很久以前当我还是一个小男童时，我幻想去创造一个能帮助把地球和它的居住者转化为黄金时代预诸的圣灵王国。这已经逐渐实现了。你知道念头有多强大了吗？当你拥有完整意识及能量的能力时，你就能创造任何你所梦想的。许多王国仁慈和有教规的统治者，以及发明家，科学家，国家总统和公司总裁都富有创造力。由于这创造力，人类被以不同的方式援助。神喜爱通过，以及和祂的伸展，祂的基督子女一起创造。这样一来，祂以新的，极好的方式去扩张和延长祂那善良，神圣和美丽的自己。这是神的乐趣，去继续通过祂的纯灵伸展，和他们一直的去创造。

请看看并了解你创造了什么。你的造物是否充满了真，善，和美？来自基督心神的念头词辞和行为充满了爱，仁慈，尊重和援助力，反映真我的真理，即万物皆一体。就让个体去辨识和选择他或她要在自我抑或基督中过日子。真正的灵道是有关这洞悉和辨识力并加以修习。

14

在我沙迪亚赛峇峇实体消亡和我以沙迪亚赛峇峇光体再度出现之间有个稍息。我是在等信徒之间的事平静下来，看他们对我实体意料不到的离去会有怎样的反应。当这悲痛时期

一过，每位信徒尝试尽力的调和他或她这生命中的损失。对许多这是一个痛楚的时期。神怎么能这样做？就这样把我们丢下？祂宣言会停留在世上九十六年。信徒脑袋有太多不能被回答的问题。许多脑子被无法回答的问题折磨。没有人能对这些问题作出答复。这一本书，'没离去，给我子女的讯息'包含了我给予你的一百八十个讯息，以此来帮你明了及相信我和你一起，就如同以往般，将来也会一样。许多信徒在我这些通灵书籍的话语里得到了提升，保证和信服。

另一件我要讨论的与通灵有关。有些认为我，沙迪巫赛峇峇和通灵有连结是不对劲的。对我以及其他开悟了的师父或至尊上师这已不是新鲜事。那些进化了的，一直以来都能在内心聆听。让我向你保证卡特琳做任何事都是先问过我。我常常都给她指引和引导，她接着就照办。所以请确信，信徒们，我和卡特琳的沟通一直是真实，神圣和美丽的。她的努力令我非常高兴。

还有一件事。你是否知道我真的考虑过是否要以实体回来？我信徒的悲痛太剧烈了，以致我希望回来令他们快乐，再和他们同享受，如同以往一样。你能想象一个母亲数以百万计的子女哭求她，而又四处找不到她是怎样的吗？你们痛楚的渴求我的实体，我的达瞻和我的爱，令我的心非常之痛苦。我希望能立即赶回去抚慰我信徒的心但我决意不那么做。我会告诉你为什么。

15

你知道我感受得到你的痛楚吗？当你呼喊我，我感受到你所感受的。你因此能想象当你们这么多对我深刻悲痛，尤伤的哀悼时我心的感受。我不是一个没感觉的神。我是完全察觉的，并且知道有关每一人，每一件事最微小的细节。我知道如我以实体回来，你们就不能迈向自我觉悟。你们会继续附属

在我的驱体，认为这就是我实体的根本。我要你得到对你最好的。身为你根本的家长，至尊上师和神，我要推动你，加速你的进化和拯救。你们许多接下这挑战，往内探寻内心底的天堂王国。许多在这方向是以小步进行。现在就由你下决心向前进行，往你里内探寻神，直至你视万物皆为神。

我还有件事要告诉你。我决定在姆戴那哈利，一个我非常心爱的地方，恢复我的任务。圣人在很久以前就住在哪里。这是能量的涡旋，升天的入口门。你也许有注意到我居住在一个丘顶上，升天的闸就在我的圣殿，赛法喜 (Sai Anandam) 之上。许多神圣之物能轻易的从最崇高天堂通过这升天之门来到地球。为什么这会很重要？我正在为柏利玛 (Prema) 赛峇峇的到来作准备。神圣的能量从这开放的入口门泛滥溢下，把振动力提升到一个异常高的水平。这过程必须被监控以至人类的能量系统不会被大幅度骚扰，同时在哪里进化的会被加速。为什么这个会很重要？许多神圣物会在柏利玛赛峇峇的使命里一直的陪同祂。我是以熟虑的方式提升能量的振动力。大家不能来姆戴那哈利住，因为空间和住宿不够。也是因为姆戴那哈利较高的振动力不会有利于许多人的能量水准。

16

我在小男孩时的许多幻想已成真。这是出于宇宙那纏住你们每一位，能用来做大事的神圣力量。问题是--你不相信自己。你认为自己很渺小起不了作用，以及也被外在的强力掌控。我已尝试以许多方式告诉你强大力量驻在你里内，和你一起，但你并不完全相信。你现在会迎接这挑战，并尽一切所能吗？唯一箝制你的，你自己。除你以外没有人或事情在妨碍你追求这自我觉悟之途。如你说，'我的妻子，我的孩子，我的工作阻碍我'，这是废话。他们不能阻止你去追求自我觉悟。现今世界网站有许多灵性大师不收费的教诲。由于现在是圣

灵显明, 升天的时期, 地球上有许多非常好的灵性大师。由于一股加速的神圣高频率能量灌入地球助进自我觉悟的过程, 那些真诚修习的矢志者可以在非常短的时间就达到自我觉悟。如你在这一生错失这机会, 它很长的时间都可能不再到来。那些不成功的, 会继续一世人迷失在虚幻中, 对觉察真我没有渴望, 未来也不会再重生在地球上。这些灵魂会在另一个星球重生。在哪里他们会有着和他们现在同样的生活方式, 有很少或者根本没有诱导力去作出灵性进化。在哪里非常难有圣灵进展, 不比现在地球这里容易多了。我时常讲: 修习一种, 其它的就会跟着来。如你修习无我的爱, 那真理, 正义, 以及平和对你就会变得明显。如果你深入主的一个圣号, 你就会领悟到主。当你全然的真诚, 坚持, 有耐性和付托的去寻求, 你肯定寻找得到。你的真诚会把神吸引过去达到你的寻求。我知道, 因为我时常都被真诚, 不屈不挠有耐心, 和洁净的寻求者吸引。所以请勿再浪费时间。去深究灵性生活, 为了你自己。

加入我的团队, 把自己奉上给我。我确保当你完全的降服于神时你会有所进展。你又如何知道你有进展呢? 你会时刻感到快乐, 自由和仁慈, 明了我一直会在哪里照顾你的福利。当你降服于神以及把一切都奉献于祂, 这就是我们将有的关系。

17

过去我尽一切努力通过达瞻, 访谈, 以及托梦把你招徕, 以让你认识我的神性和向我承诺。这一切都是为了让你知道自己的神性并加以体现。这些方式已成为过去。现在我在吸引那些明了我, 信任我, 并且很热切要在我光体使命中和我并肩作事的信徒加入。如果你来姆戴那哈利是要受到优待你就会感到失望。是的, 当有必要时我是会给那些正在, 或希望参与我的任务的个人或团体访问, 以此来指示和引导他们。

因此耒姆戴那哈利的不应期盼有访谈或任何优待。你来只是把自己奉献给我以成为我使命的一份子，去提升和转化人性至较高的意识水平。

以往一直是我的习惯把自己奉献给到访百善地道场的每一人。目前我的使命聚焦在我的工作以及那些和我并肩工作的人。寻求者会吸引我的注意和恩典的日子已一去不返。如你没有把我在过去几十年在实体里时所给予的恩典带入你的心，抚育它使它结成自我觉悟的果实，你已失去这个最重大的机会。有些机会现在还是有的，但你会较难与这光体里的神之化身共事。所以你该如何做？你可以继续去做以和我融合为目标的神圣修习，我就会帮你觉悟自己就是神。或者你可以在你的国家参与一个为沙迪亚赛峇峇光体任务做事的团队。对来自那些不认同你所做的人的嘲笑以及批评你大可不必烦恼，我们心与心的关系会带领你前往正确方向。别对那些不同意你的人所说的话感到害怕。

还有许多的工作在紧接六年我还在光体里时得落实。在印度和海外国家信徒的协助下，我有许多伟大的计划要运行。许多会加入我的伟大使命，去培养和提升人性至更高的意识和自我觉悟水平。

18

不久之前我觉察到许多信徒决定要离开我投向其他大师。这是因为他们觉得需要一个人形来认同。虽然我就在这，在光体里，他们需要的是一个他们能看，能听，能触摸的形体。这是一个一些人必须经过耒抵达无形的阶段。但会有个时候当形体到形体不再令人满足。这是由于在大师和门徒二者之间还是有个间隙。唯有无形状态在真我里结合时才会实现这至尊上师和门徒之间的信任。明了这状态之前，门徒的脑海会

有许多与至尊上师有关的疑问。在至尊大师就是至高无上的宇宙灵 (Paramatma the supreme) 这真理还未被门徒领悟之前, 他们会被许多他人传播的错误想法沾染感化, 这是对所有的信徒不利的。

19

我在实体时讲过许多事, 有些现在也许已不真确了。比方说我说自己会活到九十六岁, 但我并没有。我抛弃了一个不能再使用, 才只有八十五岁的身躯。许多人问我怎么能这样做, 我不是说过会住在这身体里九十六年吗? 我再告诉你一次, 事件不是固定在石头里的, 只有真理不变。你也许会问为什么决定以九十六这个数字作为这身体的寿命。这是我的计划, 以便能遂行我所要做的一切。现在我从光体继续我这些计划, 并会在九十六年尾完成我任务的这一部份。还有几年。那期间, 许多会被完成以提升人性意识。由于没有像实体那样有时间和空间的限制, 我能以光体做更多的事。然而, 我是在依靠信徒们的实体去落实我的计划。现在他们是我不可缺的。我们并肩合作在地球提升人性。你这可明白了, 我并不需要一个实体去继续我的任务。实体是让你能通过贴近我的神性来认识你自己的神性。我全然的从所有形体抽离, 虽然我利用它们来提升和释放人类意识至灵性水平。

20

那些试图为我找借口为何我会比所讲的还要早离开实体的信徒是错的。它跟阴历没有关系。我比计划中更早离开, 是因为驱体由于照顾人类需求已残缺不堪。怎么讲? 承担信徒们发作的心脏和他们其它的病症, 以让他们能呆在实体里长些时间是原因之一。

显现的无数高热度灵根 (lingam) 也是我实体恶化的原因。我一直实际参与的繁忙工作，这对老化中的躯体也是个重负。时常注入极度高频率进我肉身来提升以及治疗你们对我也 有负面影响。

由于我的全然无我，我没去计较这些。我以前是，也仍还是只 全神贯注在我提升灵魂意识的使命上。

21

在我道场的义务工作者必须遵从和修习我的教诲，以我为榜 样展现给那些进入道场来和我交流，接收我的祝福和恩典的 人们。对我而言，没有高低等级之分，大家都是主赛的神圣子 女。只要有着合宜做沙迪亚赛峇峇信徒的模范行为，大家都 受到欢迎。

22

今天我要告诉你多一些和我光体任务有关的事。我的计划是 开办更多的学校，学院和医院，不单在实体，也在圣灵上提升 和改进人性，为这世界树立一个可以模仿的楷模。虽然我聚 焦在印度的进步和圣灵提升，我的视力和希望乃是全世界每 个国家人性提升能得以扩大和遵行。透过这些话语我在告知 信徒们有关我的计划。

许多和我办事的信徒知道我的计划。这是因为我有和他们分 享我的宏愿。我欢迎所有信徒的加入，协助落实我的计划以 改进灵智和提升人性。让我告诉你，这使命才刚起步。当更 多学校学院和医院被建，以及更多不收分文的世界青年大会 被主办，它每一个月就会以指数方式加速。如你所见，这些庞 大工程需要许多的策划和运行。这些一直都在姆戴那哈利沙 迪亚赛的世界服务 (Loka Seva) 信托的管制下进行。我要在 几年内完成在过去当我在百善地尼乐园道场实体里时需要

几十年时间的任务。现在这里有一个很好为人类服务的机会。让我做引导你的那一道光，告知你要走的每一步。我要告诉你，不久的将来我会拜访更多的国家。我神圣和泛爱的任务消息一传开，我将受邀到世界各地信徒的家和赛中心去拜访。不曾有神的化身如此做过。出于对人类深切的爱和慈悲，我欢迎信徒们的邀请去拜访他们的家和赛中心以提供神圣的提升和祝福，我也欢迎那些要和我在我的泛爱工程做事的信徒。

23

我要告诉你多一些有关我光体的使命。我一直都要我的信徒得到最好的。有了这个想法，我已在姆戴那哈利创建了许多新的建筑物来供应免费三餐给所有在这里服务的信徒和求学的学生们。

你瞧，我不单是历游世界去会见我的信徒，我也在姆戴那哈利会见他们。出于我对信徒的爱，我提供他们所需，那样他们会感到舒服。呵护他们免于风雨，我也同时供应免费饮料。我做这一切信徒们就会感到舒服，不会面对任何的艰难。

24

我有实体时我的光体就同时存在，虽然有关我的这一点很少人知道。所有启发了的存在物自诞生起就有一个和躯体相似的光体。在离开躯体时，光体就脱离，并移去任何它想去的地方。以我为例，我去了姆戴那哈里的法喜殿 (Sai Anandam) 我的房间里，一个我非常心爱的地方。因渴望从病痛的身躯解脱，我比在百善地尼乐园道场的信徒所知的更早之前就离开了实体。只一两秒，我就在姆戴那哈利我的满迪里，感到非常宽慰这折磨已过去。然而，这暂缓并不会久。你们都察觉到

紧接我实体逝世后的一连串事件，在此我就不用以细述了。

就如我所告诉你的，对我的信徒和他们的需求我是完全晓得的。对他们的感受和呼救我立刻就回应。太多的召唤以至我没有时间给自己。我全部时间都花在和缓信徒们的心神，希望能慰藉他们，并向他们保证我还是和他们一起。我安慰许多，用能量，爱和慈悲去环绕他们，但他们渴想的是我那他们已非常附属的实体。由于我不能以你所要的方式去帮你，身为你的至尊上师和神，我也不是那么好受的。时间是能让你从失去亲爱的至尊上师和神的实体里开始复原的唯一方法。所以我关注，等待，并开始对那些向我寻求复修并已准备好的信徒的心神展开复修，把他们从对实体就是我，沙迪亚赛峇峇尊师的错误理念里复修过来。我希望我的信徒会明白以及体验我是宇宙灵 (Paramathma) 而非实体。但信徒的神智得用几个月的时间去接受这事实。我在姆戴那哈利我的光体里关注的等待，思忖是否我应以实体回来。我决定不。否则，我的信徒的圣灵进展就会被严重的拖延。

就目前情形，我的信徒有机会以快些的步伐向自我觉悟迈进。一切发生的，是为了你的圣灵进展和究极幸福。我的打算永远是最好的，虽然你常常在最初时不那么认为，就如同我以光体的到来。它对你是最好的，虽然目前你并不同意，因为这是以前不曾有过的。所以你害怕如接受了在光体的沙迪亚赛峇峇尊师你会犯下一个非常大的错误。你害怕令我，你亲爱的至尊上师和神失望，如果这出现在光体被发现是虚妄的。我明白你们许多不能决定要相信我的光体还是不认可。我要说服你，即沙迪亚赛峇峇尊师的光体是真实的。我自己选择了大部份时间驻在姆戴那哈利我的光体里。

今天是新的一天,和昨天,以及之前几天都不一样。我不是和你说世界一直在变化,别期待任何事都是依旧的吗?我,沙迪亚赛峇峇,也是那变幻无穷世界的一份子,如同你的实体和心神。我可以,也在我认为有必要的时候改变我的决意。所有生物,甚至神之化身,都非由石头所造。他们是一股滔滔流畅的新生命和创造力。你选择接不接受都好,事情就是这样。我作出计划然后作出对形势有利的改变。我诉诸你的智力 (Buddhi) 去启发及点亮你的心神,因智力知道事实并且会接受它。到目前为止,许多信徒没有运用他们的神赐智力。相反的,他们被卡在和我以及我早逝的实体有关的情绪上。这犹如一个阴影依旧萦绕着他们。我要你们让这情绪复原。如你对我宏怀要求复原我会帮你,因为你自己做不了。必须在和我的关系里去做,皆因你视我为你情绪障碍的原因,阻碍你去接受以任何方式显现的我。你不接受我能以另一个方式回来。这是心神的本性,在熟悉感中寻求安全感,避免不熟悉的,把它当作一个安全感和安稳的威胁。

你们许多对我保持距离,认为我不再存在于你的地球范围。但我在地球,在我的光体里。这奇异稀有现象的消息应当令你高兴。我还在你们间中,只是形体在本质上有所改变。这就是所发生的一切,其余的一切还是一样。我进行我的活动如同之前在百善地尼乐园道场时的一样,只是地点变了。我和你们解释你才不会继续被卡在你的旧想法里。考虑接受我所告诉你的对你有好处,那样你就会和我,你的至尊上师和神迈向圣灵生活,不再继续被卡在和我有关的错误想法上。

26

我还有许多要和你分享,亲爱的信徒。我要你知道,我以光体降临,只会是一个很短的时间。我在恢复以及完成我以沙迪亚赛峇峇神之化身在百善地尼乐园道场开启的任务。我这任务需要多六年来完成。我是在我的光体,以及世上许多信徒

的协助下办理这事。你没有理由对我在光体连续的使命感到怨愤或恐惧。相反的，你应该欢庆我还在地球这里没有离你远去的事实。所以别再恐慌我去了一个你无法找到我的地方。

我要告诉你，你不能在外面找我。你必须内观，在你自个儿心里来寻觅我。一直是这样的，即使当我在百善地尼乐园道场实体里时。那些为我的光体使命办事的信徒也必须在他们心里寻觅我，因这就是我所驻之处，不论我是实体仰或光体。

还有一件事，和我办事的亲近信徒从不为他们为我做的所有事务拿酬报。对他们而言，这是以全然的爱为我，他们的神和至尊上师所作的无私服务。我数以千计的信徒以这方式侍奉我，不期望任何金钱上的回报。这是一个主要原因为何我能在一个短短时间里成就这麼的多。许多忠诚，无私的信徒得履行我的计划去转化人性的意识至较高水平，人类能因此学习在悦变了地球与每一个人相互活在平和，爱，以及和谐当中。

27

亲爱的信徒，我是沙迪亚赛峇峇从我的光体和你说话。现在你应该对这事实毫无猜疑。你在心中体验我，和我在实体仰或光体毫不相干。

还有另外一件事。过去当圣人和神的化身离开他们的实体时，他们没有像我一样，留下这麼多需要极度关注的设立。有庞大数目，需要极度监督和劳心的沙迪亚赛学校，学院，大学和医院。信徒必须为我做所有的这些无私服务，不然这些机构就不能生存下去。我的信徒在我这进行中，提升世人意识至灵性水平的使命里扮演一个非常重要的角色。不单如此，还有另一个理由我的信徒是非常之重要。我就靠他们依照我活

在实体时的楷模去向世界传播我的教诲。这是我期待我的信徒去做的，来向世界传播沙迪亚赛峇峇的讯息。不管你何时需要指引和圣灵提升时，召唤我，我会给予你所需。我的信徒对我是非常珍贵的。我要他们认识到这一点，并和我，主沙迪亚赛峇峇体验这亲密性和近迹。

28

我心爱的信徒，我心中还有许多事要告诉你。我察觉到你的每一个念头和感受，我也依照你的念头和感受作出回应。如你的念头和感觉是负面抑或对我不挚爱，它就会在我们之间造成一个裂缝。我希望这不会发生在我那些信徒身上。他们因某个原因感到不悦并把这消极性带入我们关系中，玷污了它。就让信徒去保证，世俗事件不会影响以及玷污我们的心灵关系。

29

由于印度和海外唤起人类对圣灵醒觉的需求，我在不同国家提供许多新的圣灵中心，以此让灵性矢志者集合以及遵照我谈话时所拥护的教诲在圣灵上有进展。这些教诲比起之前我在百善地尼乐园道场实体里时的，在性质上已更加普遍化。现在我的教诲投世上所有宗教，国籍，肤色的人们所好。不管如何，不该有宗教，国籍或肤色之区别。大家都是同一个神的子女，不管祂是被称为阿拉，赛峇峇，耶和華，或佛。全人类心灵的本質，都是同一的真理。

30

现在是你在心中对我作出坚实托付的时候。别再延迟我们的心灵复和，即使是一秒钟。不然你就会浪费所给予你和我，你的至尊上师和神达到觉悟神和解脱的时间。我已以你的老师和神，和你在一起许多世。因此请明了，你在我来年的使命里

有一个重要的角色要扮演，这在你今世出生前就已经被定妥。你们全部有你们的角色要扮演，由我，你的至尊上师在这人性觉醒至圣灵的伟大戏本里每一步向你告示。不浪费时间，照我所吩咐的，以无私服务走向人群对你是有好处的。这世界上有极多的服务还未被完成，我需要信徒以我为他们的御者去实行。在你心里向我沙迪亚赛峇峇祷告，并以谦卑，降服和纯净的动因把自己奉献于我，我就能肯定让你知道如何继续为我奉献你的无私服务。有人会代我接近你来让你知道可供你服务的机会。那时就由你去决定你喜欢做些哪样的服务。

31

就因为你认为我已离开去了他处不会使它成为事实。真理在过去，现在，未来都是一样的。真理不像其他事，它不会随着时间形势而改变。我再次告诉你这一点所以你会明了，我，沙迪亚赛峇峇尊师乃真理，不会改变。所以对我，不会有来，或去。因此我不得不时时处处都在你心中，及周边。

32

当今太多人一想到什么就说什么，没有先确定它是否属实，廉洁，有爱心，慈悲，恭敬，有扶助性和非暴力。这方式的想法和说法是错误以及不如法 (Adharmic) 的，也和我 ‘帮助，不伤害’ 以及 ‘爱众生服务众生’ 的教诲背道而驰。注意你的言行，思想，品行和心神。这些都是我赠送于你的。我期盼你去保持它们的洁净和不受玷污。那样当你为我做无私服务时，它们就不会成为你和我在我提升人类意识的任务计划里的障碍。

33

我要告诉你，在我沙迪亚赛峇峇尊师，你的至尊上师和神的心目中，你们都是非常珍贵的。我要你认知你我之间没有距

离, 并要你为了自己将之体现。这样你就会认识到你就是神, 和我一样。来, 跟随我, 我们会一同完成伟大事业。

第二章

新灵修

1

那些有关注我的召唤把心门打开，让我进去接近他们以及和他们作心灵交流的是有福的！信徒没有培养这种心灵关联他们就不能亲密的认识赛峇峇。如不能有所作为，为何还要延长这个外在关系？你最好是把时间明智的用在转入内心去寻求你和我的本真。它们是一样的，就是真我。你浪费了足够的时间在外在观察和礼节教仪上都还没寻到我。是时候用其他法子来寻求我了。

过去圣者和贤人执行许多苦行在心灵寻求神。我没叫你们去执行这些，因这不是我教导信徒自我觉悟的方法。相反的，我叫你们通过念圣号 (namasmarana) 和颂唱巴赞 (Bhajan) 在心灵寻求神。我也叫你们去做无私服务，在所有你服务的人心里寻求神。然而，这还是不够。你还是没有在心里寻找到我。为何？因你们不够坚决一定要寻找到我和我在心灵连接。如你们有承诺你们应已寻求到我了！我说坚决寻求指的是什么？就是你就只要我，神，在你生命里而无他！我看出你们大多数都不这样。你们大都陷在家庭，社交，工作和其他职责约束中。你觉得如你不把心放在这些事情上，他人就不赞同你。那样你就会很烦扰不安。因此你就花时间去取悦他人。这是否就是达到自我觉悟的方法？不是！首先，你得令神高兴！如何呢？就是和祂一起在心灵交流。祂创造你成为祂可以有心灵连心关系的玩伴和知己。取悦他人并不是令神快乐的方式。你要了解，它不能带领你达到自我觉悟。

2

你不用去在乎别人怎么看或讲你。那是他们的事，时间一到他们就会忘掉。你不能时时或者偶而去令每个人欢喜。不如和我创建一个心灵上的关联。那样你时时都会情绪高涨，而非试图去取悦你身边的每个人。有句话说：神以同等的爱去爱祂全部的子女。这是真的！如这是真的，我保证是的，我所有的信徒都得到我同等的爱。即然如此，如你们以对神的挚爱为我打开心门，你们都会感受到我的爱。听从我的忠告，和我培养心连心的关系是有益于你的！这样你在精神上就能得到满足，感到高兴的同时也令他人高兴，而不是认为你非时刻取悦他人不可。不然你就会因陷入世俗琐事而感到身疲力倦，寻求不到长驻在你心中等着你来结合的我。我是在跟你解说为什么你还不能在心中和我连结。

为何你们没有尽力找寻我？这是因为你认为该由我努力把你带来给我。你觉得反正我是神我无所不能无论如何，我已给你自由主志。意思是你是个自主体。你应该利用你的自主意志去决定你这一生要的是什么。这也是另一个理由为什么你不能在心中寻求到我。你该如何做呢？你要了解你有权决定你这一生真正要的是什么。接下来你就要坚定的承诺来与我在心灵融合为一。

3

要以我在上两个文章跟你形容的来调整你的生活方式还不太迟。你已察觉到错误在哪里，你就努力去矫正它们吧！由你去改，不是我。一直以来你都能自主地去选择你所要做的，所以应由你去改。如你想在心底寻求我，你就要自愿的去做我所吩咐你的。这能让你在世上找到一个新的行事方式来让你与我在心灵连接。否则，你就会被卡住。我希望你会留意我的言语，那样你就会与我，你的至尊上师和神有圣灵进展。

要你从你一直跟从的方式转移并不容易，但为了你自己，这是值得的。我告诉你这些是要让你在神里得到自由！

4

还有一个理由为何你不能和我在心灵结合。这与你对我的态度有关，一个对心连心关系没有扶助性的态度。因为你看我是个外在的神，一个在各方面都比你伟大许多的神。你认为自己太渺小及毫不相干，没资格与我在心灵连接。这是你对你自己，和对我的负面想法引起的。这也是你容许来自家庭，社会，和宗教的习气进入你的思维所引起的。由于你对别人告诉你的坚信不疑，现在你就得用自主意志的力量把它们去除掉。你们很多会问‘为什么神会让这事发生在祂深爱的子女身上’。这些习气不是由神创作。它是由人类的无知引起的。所以人类必须去除这无知和习气。我现在就告诉你如何做到这点。这也是这些文章的用意。现在我就指出你的灵修错在哪里！

5

实话直说，你们应该面对事实，就圣灵而言你们已浪费太多时间在原地踏步。我试图让你明白你的灵修方式是错的。它不会令你与神心灵融合。我接着要讲的是非常的重要。请留意听，以免失去和我融合的良机。时间无多，你也知道这世界会在你眼前消失。在这之前如你的心灵还没找到内在的安静和稳定，当它发生时你就会恐慌。没有什么可以阻止这即将到来的巨变。最好的方法就是当它来时有所准备。很多无可意料的灾难会在很短的时间在世界各地发生。我希望我的信徒已为这作好准备。以下是我希望你们应对这正来着，不安状态的方法。尽量每天寂静，不动的，与我的心灵接合，重复默念 Aum Sai Ram 或者 Aum Bhagawan Sri Sathya Sai Babaya Namaha。这样你就能和我在心灵作灵与灵的内在连接，进而

觉悟你就是神。这觉悟会让你找到你一直都在这俗世里找却找不到的满足感。现在是时候去追求一个充满欢欣平和的永恒生命，一个肯定会满足你的一个新圣灵之道！

6

我要告诉你有关如何以灵性方式去应对某某情况或者某些与你互动的人们。如你面对一个难搞的人而你又不能及时应对时，我要你只保持沉默，转入内心，念我的圣号直至你再度感到平静与欢欣。这样你才不至于失去你的平常心以及安宁。不论在何处，站，或坐着，你都可以这样做。重要的是你要在不良想法或感受入侵令你想，讲，或做些不良事情之前这样做才能免得事后懊悔。这样做是要你不管外面发生什么事，时刻都保持我们合一心灵的内在洁净！

现在我要告诉你有关如何应付要求多多的亲人。人们会觉得是他们的责任与义务去遵循宗教里的经文。他们相信他们必须严格的遵守，不然他们就偏离神的圣训，将来得到不好的报应。为了避免报应，许多人相信他们必须服从其他家庭成员，听从他们的指使，意见和要求。神不曾叫任何人这么做。这违反了神，同时也是你的意愿与自由，皆因你是依神的形象所造。我希望你明白你不应该跟从任何人。相反的只需跟随你的意识—神在你内心的声音，因那就是真理，而不是他人告诉你，或期待你去做的。这非常之重要，因我看得出你们大都认为你们得遵循许多经文的限制。仪式和规则限制了你的自由和意愿。是时候放弃了！它们无法帮你走向内，在心中灵魂对纯灵的寻求我！当你听从我给你这些自我觉悟和提升的忠告别害怕去实行，不会有不良事情发生。我以神和至尊上师的权威告诉你。所以你会毫不迟疑的接受我给予的领导，不用去担心你亲人对你与我—圣主沙迪亚赛峇峇你的神与至尊上师新圣灵之道的反应。

7

现在你已知道你是完全自由，不被任何人或宗教经文的权威抑遏你的自由的去跟随你的自觉，那就是神在你心里那除了真，善，美，不说任何负面有伤害性，或以任何方式限制祂子女自由或意愿的声音。如你内心听到与这相反的话语，你可以肯定它不是来自神。它是来自你的或他人的自。它们的侵入你的思维，跟据和你相似并已存在多时的想法去影响你。因此你必须掌控念头的洁净。立刻去除在你自觉，任何阻止你聆听到神的声音的那些不洁净，以及令人困扰的念头。

8

另一个原因信徒不能和我在我们共有的心灵连接是因为他们无法控制他们的心神。控制心神是你的工作。神没有责任去控制你的心神。也许你会说我把心神交给了神。但仍旧是你的工作，而不是神的责任，去控制你的心智使它时刻保持纯洁和安宁。我这么说是让你知道一直以来你这看法是错误的，同时也要你知道正确的方法。从现在开始我要你练习如何控制心神。就是任何时候记得时，重复我的圣号 **Aum Sai Ram** 和 **Aum Bhagawan Sri Sathya Sai Baba**。这样就会帮忙挡住那些无用和有杀伤力的想法，阻止它们侵入你的思维，令你以及你接触的人消极，污秽，以及不安。

9

你也许会说你很久以来有试图控制你的心神，但不曾成功去控制那一刻也停不下来的念头。信徒找不到一个办法可以帮他们稳住心智以便能和我在我们共同的心灵连接。我要你知道，脑海偶而有不真实的想法入侵是很自然的。这是因为你是人，从人的思纹和感觉中体验这世间的形色。但你要训练

你的脑子不要去紧贴心智所认知的，而是立即试着重复我的圣号去阻止它。这样的话你的心智就不会产生念头。

但切勿指望这些立刻就能发生，皆因你现在的思维是许多年培育出来的。它同样需要时间去净化和简化才得以与我在我们共有的心灵连接。所以知道了，你能做很多事情来改进你的能力以与我连接。去练习我告诉你的这种方法我就能用我的能量围绕你，帮你，直至你成功与我在我们共同心灵融合。我的许多信徒以这方式体验我。他们的至尊上师沙迪亚赛峇峇，用神圣能量拥抱他们来向他们展示他们的圣己！

10

如你不愿在你心里，那我一直都长驻的地方找寻我，追随我也是无用的。这就是你错的地方！你一直跟随我，自认是我的信徒。我时刻都和你一起在我们永恒共享的心里，但你还未寻到我。你的灵修方式没有在心灵把你带领给我。相反的，它延迟了我们灵与灵的结合。

11

现在让我们坐下一齐确定有关你和我将来关系的计划。你会为我以及我所为你构思，目的是让你的灵魂与我的超灵合一的新计划承诺吗？如你能许诺跟从我这为你的圣灵进展策划的新计划，我会带领你同我，你的至尊上师和神获得自我觉悟。你有神赋的自主意念去决定你要的生活。没人有资格告诉你什么该做什么不该做。所以不用害怕别人怎么讲你，和你这由我带领，通过虔诚心 (Bhakti) 和智能 (Jnana Yoga) 达至自我觉悟和释放的圣灵之道。

12

一直都是由你去决定如何过这一生，因你已有了神出于对你无条件的爱和信赖而赐予的自主权，知道你终有一日会回返祂身边。信徒不信任神和祂的方式并不是不寻常的。人类的不信任延迟他们和神在心中相连。如你没努力在心中寻求祂，埋怨祂不留心你是没有用的。

13

为了帮助你和我在心灵连接，我要你坐在一个安静的地方，想象着我的形象，并且在你的意识里用爱重复念着我的圣号。当你这样做，你的念头会停顿，然后你就会感受到我的存在和听到我跟你说话的声音。别以为这立刻就能做到。别失望，如你照这方式继续去做，它就会令你成功的和我交流。

14

现在我要告诉你其他能帮到你和我交流的东西。一直以来我的习惯是要你唱巴赞给我听，那样你才能对长驻在心中的神培养热忱和爱来和祂融合。现在你已知道我要求你做些什么，就由你去跟随这新的神圣灵修吧！

15

不久你就会听到我指引你迈向你的自我觉悟。我要你知道可能会有其他声音要僭越我。我告诉你如何才能知道你听到的是我的声音。我的声音用词和蔼以及有助益力，如同我肉身住在百善地尼乐园道场时和你的谈话，或者我的光体在姆戴那哈利时的，或现在以灵和你说话的一样。我一直，也还是从圣主沙迪亚赛峇峇的纯灵和思想里和你交流。你需要练习去区别那一个才是我的声音，那样你听到的其他声音才不能带你去做错事，拖延了你的圣灵进展。

16

你有重任，不迟疑的立刻就开始我给你的灵修新计划。我要你尽快体验和我在我们共同的心灵连接，那样你就能和我，你的至尊上师和神圣主沙迪亚赛峇峇遂成融合。一直以来你在灵修上都不会得到心神的支托，和你心灵连系来寻求与我融合。

17

我要你每天尽量记得多次的在内心安静的诵念：

我是神 我是神 我和神没有两样
我至高无尽 是唯一的实体
我是真实 觉知 妙乐之体现
我是永恒的爱 真理 平和
我是永远的纯喜悦 永远的圆满 永远的自由
恐惧和悲痛影响不了我
我是 Aum 永恒不变的存在 Aum 我是 Aum 永恒不变的存在
Aum

这些字词的振动力会净化你的自觉，让你能和我融合。

18

你的态度如果是能以能和我在心灵融合而感到愉快欢欣，你就会成功。只要决定了，我会去接受你，时常亲切地与你拥抱以及连接。知道否？你想要和我结合时的态度对我是非常重要的。当你试图和我融合我会对爱，快乐和欢欣作出回应，而不是你可能会有的任何负面情绪和念头。

19

虽然我已和你一起很多年，一直察觉着你，你并没在心中察觉到我。迄今你仍未通过你的灵修在心灵寻求到我。这就是为何我叫你跟随我给你的灵修新途径。别再延迟，立刻就和我在我们永恒的共同心灵开始这迈向自我觉悟和解脱的目标。脑子的本质就是常常沿循熟悉的事物而不去尝试新的事物，即使去做我吩咐你作出的改变对你是最好的。这世界一直在改变。没人知道明天会发生什么。所以我要你抓紧我给你这个机会。

20

如你不在此生利用这机会来觉悟自己就是神，我也无所谓。这是由于我已给了你自主权去决定如何利用我给予的生命去寻觅我以及与我融合。你甚至于可以离我而去。然而我一直都会等待你转向我，寻求，识知，并和我在我们共同的心灵融合。

21

我希望你会留心我这些用爱给予你的话语，那样你们就不必再经历同样的过程来达到自我觉悟。如果你以为一离开肉身进入另一个维度你就会与我融合你就错了。你也许会问如我是神，无所不在无所不能，我不是在哪里都能和你做事的吗？人必须在世上体现才能达到自我觉悟，心念和自觉才能稳定下来。我告诉你这些你才不会对自我觉悟的性质有错觉。

22

现在你已知道你不会在肉身死去后获得自我觉悟。乘你在肉身，以及我还在世上光体里我们共享的心灵指引你以及与你

交流时，全然的投入来达到自我觉悟对你是有利的。这几年世界将会有许多的变数和恐慌。

23

亲爱的信徒，我一直都知道你对我，沙迪亚赛峇峇的想法和感受。皆因我很早就从你数以千计，用了又丢的肉身生死里，以及试图用各种法子去达到自我觉悟时就认识你了。你真的取乐于继续这种生死轮回，以及无法成功达到自我觉悟，而不得不在来世以另一个人再来吗？好好想想，下决心要在这神赐，剩下的生命里做些什么对你是有利的！

24

只要你喜欢，你大可坚持那并不是你的自我认知。你自己去决定。要这样，即在将来以另一个人再次到来，还是跟随我让你在这一世与我，沙迪亚赛峇峇你的至尊上师和神，达到自我觉悟的新圣灵修道。

25

当我知道你有跟随我给予你的灵修提示，我会很高兴并会赋予你我的恩典和祝福，以致你肯定知道我和你一起，在心中爱你和祝福你。

26

你可以把头枕在我的肩膀上轻抱着我来帮你想象我就在你身边。这样一来你就能感受到我在保护着你。

27

你所想和感受到的不一定是真的。它有可能是你想象出来，又或者是由你允许进入意识的外来感化力试图控制你的思想和感觉而来的。问自己这想法或感受是否属于你。如内心有所抗拒，就是它们不属于你，是外来的，毋须认同或理会。

28

我要告诉你如何去消除骚扰你的沈着的那种感觉。立刻开始复诵我的圣号 **Aum Sai Ram**，直至那种消极能量溶解及消失。很快你我的融合就不再有阻碍，你也就能与我时常的结合。

29

我要你戒除说他人闲话以及谈论有关他人和他们的生活状况。这样你的思维才不会因参与他人事情而不洁净。我告诉你这些你才能在洁净知觉里和我融合来达到自我觉悟。就由你来跟从我的忠告以达到自我觉悟。

30

当你奉献任何东西给任何人时我要你惦住我。如你能记住你是奉献给驻在那个人或动物里面的我，你肯定会以富有爱，仁慈，尊崇与敬重的方式赠送给那人或动物里的我，明了就是我，在那实体内接受你的奉献。

31

我从不曾像现在般掏心肝样的跟我的信徒说话。我要向你确保我的信徒有最好的机会与我融合以获得自我觉悟和解脱。这是因为我非常关心，甚至比你们还要关心你们的圣灵进展。因为我比你更清楚如何才能在今世向自我觉悟以及解脱挺进，以及拥有圣灵在内心指引的必须性。我不期待你会做

一切事情，虽然有些信徒相信他们不需要神的帮忙也能做到。信徒可以靠自己努力获得自我觉悟是不正确的，除非他们前世已非常接近自我觉悟。

32

现在你已听到了我用爱给予你的灵魂，那由我自己形象和精髓创造的灵魂的全部圣言。把它们收纳在你心底呵护它们，把它们用在沉思和冥想对你是有好处的。如你聆听我用爱给予你的言语后觉得我要求太多我会替你感到难过。

33

当你在任何地方和任何人面对面或以电话交谈时，把你的话奉献给驻在那人心里面的我。这样做你会了解我是时时处处都驻在每一个人里面。

34

我要你知道，我以同等的爱来爱我所有的子女。没有人是比其他特别的人，皆因你们都是由我所创造，我自己形象的延续。如你记得这样做，再不久后你就会到处，在每个众生里看到我---这宇宙唯一的神！

35

另一个可以帮你处处都见到我的，就是在内心里向你碰到的每一个人说 **Aum Sai Ram** 来向眼前那个实体里的我致意，以此来向自己认知你在那人里确认我。这样你就会领悟，你就如同这宇宙唯一的神一样无处不在。

36

你有权为你这一生去做任何你决定要做的事。我要告诉你，毋须再把你这权力交给任何人。这是因为我把这同等的权力给了我所有的子女，以让他们能和我在心灵融合。

37

出自于我对你们这些由我依自己形象创造出来的灵魂的深爱，以及盼望你们能自愿的，以专一的爱在心灵归向我，我希望当我还在世上光体里时你们去实行这新灵修。

38

我，主沙迪亚赛峇峇，在等待你们，我的信徒，去实行这新的灵修。那样你们就能和我一打从你们被创造以来就一直和你们一起的至尊上师和神达到自我觉悟！

第三章

沙迪亚赛峇峇告诉信徒关于祂自己

1

我还要再和你分享一些和我有关的，那样你会比现在更加清楚的了解我。我希望你会了解我给你的方式和计划，不会有所误解。这次交流的目的是要告诉你我为你策划些什么。

我看得出你们许多不了解沙迪亚赛峇峇的思纹，以及祂在这个时候和你在世上的真正目的。从我和你分享这本书这么久以来你已能朝新的灵修道前进，现在我要告诉你有关我在姆戴那哈利以及世界各国任务的未来计划。当你感到你了解我，你才会觉得跟我较亲近，以及比较容易和我在心灵融合，而不是感到渺小不重要，害怕和我在心灵融合。

2

我，圣主沙迪亚赛峇峇，在时光开始之前就已存在了。因此我早已知道协助灵魂在一世里达到自我觉悟和脱离轮回的方法，只要他们真正委身对神虔诚挚爱，以与我在心灵融合为唯一目标。我拯救过数不清的灵魂，免他们于一个新的躯体以另一个人重生以便能再寻求自我觉悟和脱离轮回。

3

我不单存在已久，我也教了很多法子去拯救灵魂免于轮回。你毋须拿它们来和其他圣灵老师以及他们有异于我的方式比较，因他们没如同我般在这宇宙存在得那么久。他们不知道关于带领灵魂去自我觉悟的事。

4

我要告诉你多一些有关我自己以及为何我这时候以神的化身来到这世上。地球有危机，会被外来的力量 滅绝和移殖。所以我从那些友善的外星球哪里集合了许多太空船来阻止他们拓殖地球，转变人类以令他们永远无法在地球达到自我觉悟和脱离轮回。

5

我来世上提升全人类的自觉性所以他们毋须再 轮回。这是我现在试图从我的光体以及通过在姆戴那哈利和世界许多国家的神圣任务里做的事。

另一个原因我到来，是要通过我的神性向那些真理寻求者展示，所有宗教都是由神所创，指引自我觉悟和脱离轮回之道。

我，圣主沙迪亚赛峇峇， 到来指明如何放弃罪恶的品性如憎恨，忿怒，淫慾，贪婪，嫉妒，和贪慾，而依附真理，爱，和睦，正直和非暴力。

我到来世上消释苦痛以及提升那些受压制和蹂躪的人群。由于人性的无知，他们陷入不同的争鬥，混乱，痛苦和悲困里，不知如何自行逃离。

我，圣主沙迪亚赛峇峇， 以一个全人类的楷模而来—不论外间发生什么，保持快乐和满足。

我来教导人类如何在不同階级，肤色，和宗旨下平安相处。

6

我还要告诉你一些和我有关的事。我时常都察觉到我的信徒，因我无所不在，无所不知。因此我洞悉有关他们的一切。也

因此我能指引，保护和照顾他们的福利，让他们能以我为他们的至尊上师和神，在这一世达到自我觉悟和脱离轮回。虽然我是全然能为我的所有信徒做到这点，只一小撮人会效用给予他们来利用我的这个良机。

7

还有一件关于我的事要与你分享。自你一开始存在我就认识你，全然无止尽的爱你，皆因你是我的延展。明白这点，你就会感到非常安乐来和我在心灵，充分安宁，快乐满足的融合。

8

我是非常有爱心的。我现下就告诉你为什么有时我看起来並不那样。我自己决定肩负一个非常沉重的工作量去实行我为提升全人类的自觉性而策划的所有计划。就如我在这些文章告诉你的，尽量让更多人类由我在世上指引保护下，达到自我觉悟和脱离轮回。

9

由于信徒们认为神必须马上实现他们的要求和欲望，不然祂就不是一个关爱和有怜悯心的神，这太多的强索令我不是时常都感到平和快乐。我来到世上是要帮你达到自我觉悟和脱离轮回，不是来满足你们世俗的欲望。如你明了有关我这点，你就会知道我充满关爱和怜悯心，深切的关心我子女的灵魂，並希望他们能达到自我觉悟和解脱，和我在心灵融合时得到自由，快乐和平安。

10

由于光体在今日世界是大部份人没听说过的，所以对死了离开躯体后还能以光体重返世间有所抗拒並不是令人驚訝的

事。是，这是个世上大多数人会有所抗拒的不寻常观念。这是由于他们不明白，之前也不曾听说过光体。

11

无论如何，我这几年一直有跟我的信徒说我已以光体回返世间，在姆戴那哈利恢复我世界神性任务。然而很多信徒还是置疑住在世上姆戴那哈利的就是我，圣主沙迪亚赛峇峇。我的愿望是这些信徒读唸到我这一番话，这样他们才会觉悟我仍在世上，一直都没离开过他们。

12

现在我还要告诉你一件关于我的事以让你与我在心灵融合。我有数以千计的天使为我办事，协助我快快实现我信徒自我觉悟和解脱的所有计划。我要你知道这一点，所以你会毫不怀疑的认识到你会获得自我觉悟。

13

我要告诉你还有一个理由为什么我，圣主沙迪亚赛峇峇会在此时而非别的时候来到世间，並以它来结束这些以满满的爱给予你的一系列文章。唯有这样我才能挡开这会毁滅地球所有众生的世界性灾难。这灾难肯定会发生，如人类继续踩踏在同样的路上！

第四章

更多取悦以及和亲爱的峇峇在心灵融合的方法

1

我注意到很多信徒都不知道如何令我，他们的至尊上师沙迪亚赛峇峇喜悦。我要让你知道什么使我欢喜，什么不会，所以你会知道並会为了你的圣灵提升而加以修习。什么能令我高兴？就是你要尽量保持沉默，只在有必要时开声说话。何时是必要之时？就是当你给予向你求助的人援助和指示时。除此之外，你就没有理由去和周边的人说话来讨好以纯灵对超灵驻在你心灵的我的欢心。

我注意到你们大多数对周边的任何人想到什么就说什么。这不会令我高兴。它浪费了神圣的能量，並把你从我们合一的心灵扯走。这合一心灵就是你所寻求来获得自我觉悟和脱离轮回的。为了你的圣灵进展，我希望你会留意我的话---保持沉默来和我在我们共同永恒的心灵连接结合为一。沉默是和神在心灵融合的一个非常重要的实习。

2

当我见到信徒保持一整天的沉默想着我，颂扬着我的圣号，我就非常高兴，因我知道那样他们与我，至尊上师沙迪亚赛峇峇会有圣灵的进展。当我见到信徒声调高昂喋喋不休我就不高兴，因我知道他们不会有圣灵的进展。这些信徒应醒觉他们在浪费时间。

沉默有里外两面。避开外在的谈话不代表你的心神是沉默的。内在的心神也需要沉默。我曾和你解说如何在一整日任何做得到的情况下吟诵我的圣号—**Aum Sai Ram** 以及 **Aum Bhagavan Sri Sathya Sai Baba** 来止息你的心神。当你吟诵

我的圣号时，其他念头就不能侵入。你的心念就会保持洁净和虚空。这样你就能和我在我们共同心灵作灵魂与超灵的结合来获得自我觉悟。不吟诵我的圣号就无法阻碍那些念头入侵，那样你就无法和我连接，也就无法达到自我觉悟，与我一起。所以听从我的劝告，保持洁净和虚空的心神，去除那些会阻碍我们心灵结合的无用和负面念头对你是有好处的。

3

另一个会使我高兴的，是你的衣著必须好像我就站在你跟前向你展开微笑。我是真的就站在你面前，以及在你周围。我不认同邈邈的穿著。你们不是苦行者，你们是我的传讯者。你们要成为世人仿效的楷模如何去成为以及扮演一个世上觉悟了的基督。我会极度高兴如信徒能以身作则，时刻以端庄整齐的衣著去向那些常遇见的人们展示真，善，和美。

4

当我见到信徒冲来冲去到处冲我会非常的苦恼。除非有一个确实的理由让你到一个地方去，我要你停止从一个地方移去另一处。

5

我有注意到很多信徒不知道如何以适当方式互相或向年长者问候。当一个人来到你跟前，可以是一个朋友，年长者，或其他人，我要你保持沉默什么都不说，这样你和我的心灵接合就不会受到烦扰。你毋须看着来到你跟前的每一个人以及和他说话，即使是你的朋友或亲戚。我希望所有信徒都知道这点。这样他们才会保持沉默来和我在心灵融合。

6

你还可以用另一个法子来帮你与我，沙迪亚赛峇峇，在心灵融合。就是进入你自己里内去感受能量在你身体，神智，以及感情的细胞里游动，进而知晓这就是我的能量 (Shakti)，在你里内和周边游行，保护和支撑着你的生命。这样一来你就会知道我一直和你一起，你也就能更快，更容易，以及更时常地，和我融合。

7

我希望你会听从我的指示，马上去履行我这些言语里所给予你的忠告以达到自我觉悟和解脱。

我要你进餐时让我在你旁边。安静的，在你内心意识里把一切你吃和喝的，用爱与感恩之心奉献给我。

我盼待你安静的进餐，那样你就会感受到我就是那消化食物来供给你这地球上的肉身营养和生命的能量。

8

打从你被创造以来我就希望与你融合。我，这宇宙的神，到来告诉你这些因为你已忘记你和我是同一的实体和精髓。

9

当我看到你有进展，我会从我们共同心灵里祝福你，所以你会明确的知道，是沙迪亚赛峇峇满意你为与我连接所作的努力。当你沐浴时，如你记得这是为了令我开心而做，不是为任何人，会帮助你与我融合。自我会分解以及消失，你也就会领悟到你是神的子女。

10

现在我要告诉你一些能帮你比以前更快与我融合的事。保持里外的清洁,例如身体,衣服和周边居住环境。当你知晓我是纯洁意识而你要融入我的纯洁意识里,你就需要尽可能的保持你里外的每一件东西纯净。

11

开始去实行这我要你做来达到自我觉悟的事还不太迟。还剩六年时间,但已足够,如你现在就开始修习我这一册里叫你去做的全部方法。

当你看见美丽的花朵,或广伸四面的蓝天,惦着我对你是有好处的。如你见到驻在它等里面的我,以及以它等显现的我,你就会时时,处处都认知我,体验到我。

12

会帮你与我融合的,是向碰到的每一只动物,用富有爱心的 **Aum Sai Ram** 来问候那形体里的我。这样你就会以所有生物应得的尊崇来对待牠们。

13

能帮你与我融合的是,尊敬你的父母和长辈如同他们是圣灵的化身。虽然就这事上你们是相等,但你仍负有责任去尊敬他们,皆因他们把你生出来,养育你和把你带大,让你成为世上现在的你。当我见你将这铭记于心尊敬你的父母长辈我就很高兴。

14

碰见每一个人就在心里向我鞠躬以承认我以真理驻在他里面,你就再也不会用念头,字眼,或感受去污辱任何人,知道我就在你以任何一种方式(比如电视,网络或电话)在任何地方碰到或见到的人里面。

15

我喜欢你在身上喷些香水或香气,那样你会觉得自己是会让
我开心去接受的一个美丽献品。神创造世上花朵和精里的所有香味如檀香,乳香,和没药,皆因祂爱芬芳的气味,并且希望人类会运用它们来颂扬他们的基督气魄。

16

能帮助你的自我觉悟的,就是和我分享你碰到世上任何美丽伟大事物时的喜悦。那样你就能认知我在你里内,体验你所体验。比方说一个美丽的花园令你喜悦,在内心里大声对我说:亲爱的峇峇,我们看到的花园多绝妙!这样一来你就会知道,在这宇宙我们是同一真髓,任何情况下都不会分开。

17

当你以任何一种方式帮助任何人时,你要了解你是在帮忙让那人里内的我感到宽慰和高兴。我会通过那人,以微笑来向你表示谢意,感谢你帮助在那人里内的我。

18

所以你知道有许多法子来察觉我的无处不在无时不在,以让你达到自我觉悟。当你仁慈的为饥饿口渴的动物奉上食物和水,我会很高兴去接受你的奉献物。肯定的我会通过我的双眼,和身体如摇尾巴或其他方式来让你知道这一点。

19

对你的自我觉悟有帮助的，就是记得你所传达的每个想法言语或感受，亲身抑或只是念头，我都接收到。所以你看，我知悉每一个人表达的每一个东西。所以如果要取悦我以及和我融合，绝不要去伤害在别人里内的我。

20

我在圣人里内，同时也在那些诬害和伤害你的人里。不怀着任何消极感觉对待任何人对你必要的，皆因我是这些消极感觉及言语的接收者。

21

对你的自我觉悟有帮助的，就是只奉献给我你认为我会享受，吃得津津有味的最佳最可口的食物和饮品。像新鲜的水果，蔬菜，牛奶和酸奶酪，全谷面包和饭，以及美味的甜品。我喜欢这些，因我知道它们会维持你们的健康以及防止疾病进入脑子和身体。

22

我管辖这宇宙，以及在它里面发生的一切。也许你会奇怪为什么我会让地球达到现在这危险形势，以致我，圣主沙迪亚赛峇峇，得下凡阻止这毁灭。地球目前的危险形势是我给予人类自主意愿的结果。他们许多用这自主意愿去做私己的事。我是希望他们会运用它来寻求我，神，然后与我在心灵融合来达到自我觉悟。

23

有助于你的，就是无论在哪里闻到我的香气你都很享受。它可以来自芬芳的花朵，香水，香料和草药，茶，咖啡，香薰，雨后的泥土，刚修剪的青草，以及其他许多来源。

24

当你觉察到我存在黑夜闪动的星星里，并体会我通过放射四方的跳动光能与你作出连接，你就会认识并且享受我的威严荣耀，和美丽。

25

另一个让你与我在心灵融合的，是从遇到的鸟类和动物里去觉知我以及和我交流。你可以向它们里内的我问好以及和我交谈。我，以及那些动物和鸟类会高兴的去接收你仁慈和亲切的话语。

26

有助于你的自我觉悟的，就是去认知我用我在太阳的光芒整日照耀着你。这给予地球的光芒乃是我能量和意识的体现。这样所有众生能生存，茂盛生长，繁衍，进化，以及享乐。我这来自太阳的能量帮助全人类再与我融合以在一世里达到自我觉悟和解脱。那是，如他们朝这目标全力以赴的话。

27

会帮助到你的，是当你觉知我在每一只昆虫里。可以是一只蚂蚁，蟑螂，或一只美丽的花蝴蝶。牠们在我的创作里都各自扮演一个角色，以让我这要通过地球上所有形体去进化意识的计划能得以顺利进行。

28

会帮助到你的，就是去认知你洁净了的意识和我的纯洁意识，它们是一样的，皆因它们是同一的真髓，永远存在。所以当觉悟时，你是以你洁净了的意识与我的纯洁意识融合。我们确实是永恒的，同一意识。

29

有助于你的，就是只认同你是洁净意识的身份，否定一切其他的。你一旦放弃了所有其他的身份，剩下的只会是纯然的存有，觉知，和极乐 (Sath Chit Ananda)，即真正的你。‘非也，非也，非也’ (neti, neti, neti)。所以要不断提醒自己你是什么，你又不是什么 来在今世达到自我觉悟和解脱。

30

人类放弃寻求自我觉悟并不是不寻常的。信徒偏离自我觉悟和解脱之道有着许多原因。我会告诉你一些比较普遍的。他们觉得没什么进展，因他们要很快看到成果。或者他们感到失望认为他们失败了。然而，为了其他别的离开圣灵之道后，这些信徒一辈子都不满和缺乏成就感困扰。

31

信徒离开通达自我觉悟的圣灵之道的另一个原因，是因为对大师由于某个原因失去信心，怀疑他或她是否能带领他们获得自我觉悟。他们认为如果得自己去闯，倒不如放弃这途径另觅其他的。这些信徒跟随大师在圣灵之道奉献自己，盼望能达到自我觉悟。他们却是一辈子都感到不满意不满足。

32

一些信徒偏离自我觉悟之道的的原因，是因为他们把以往的薰陶和情执这些沉重包袱带着同往圣灵之道，以致他们无法净化来显示洁净的意识。

33

一些信徒离开圣灵之道的的原因，是因为他们那与生俱来的不良特质不能与真正神性品质结盟。这神性品质，即真理，慈爱，平和，公平，和非暴力，是他们必须在思想和言行上培养的，以便能踏行在圣灵道上并作出进展。

34

信徒离开圣灵之道的另一个原因，是因为他们不会以及没有能力去修习大师的教学。这应归于他们没有能力去了解圣教学里难以捉摸细微之处。

35

我的愿望，就是你们没有一个会以以上任何一个理由离开我，你的至尊上师和神，沙迪亚赛峇峇。我衷心的希望你会依然和我一起，并毫无疑问的相信我能，也会带你去达到自我觉悟，只要你衷心的修习我给予你的方法。

第五章

和我光体同场时该有的举止， 及神圣父，祂那全然的爱

1

虽然还有几种原因令信徒离开圣灵之道，我现在要转去一个新的话题。

2

要常常记住，是由我去决定是否要在我们共同的心灵和你说话，皆因我认为我们这心灵沟通是神圣的。我会决定要和你谈些什么。所以你不要期盼每一次进入内心我就会和你交谈。这是因为对那些寻求达到自我觉悟和解脱的信徒，这不是我的做法。

3

我还要告诉你一些有关我们心连心的关系，以及如何快速的去培养它来让你与我，你的至尊上师和神，达到自我觉悟。就是你要体会到，静寂，是真我（Atma）的主要表征。所以你必须学习爱静寂胜过生命中的一切。

4

现在你已知道进入内心和我交流必须保持安静，你一定感到疑惑接下去该如何做。就是，耐心的等我主动创始我们的结合。你也许想知道你会等多久。这取决于几个因素，像你对我的态度，和跟我交流的原因等等。我会根据这些来决定是否要回应你。你要信任我。从我和你的沟通里，我知道带领

你去达到自我觉悟的最佳方法。所以我要你把所有的取决权都交于我。

5

你是否知道我许多觉悟了的信徒什么都不要，就只是要和我在我们共同的心灵一起在爱，平和，以及极乐中？对他们，能够和我，他们的圣父母融合为一已是太充足，这就是他们最想要的。我要你知道，通过心灵感应和我交谈并不是在我们共同心灵体验我的唯一，或者最愉快有乐趣的法子。有不同水平的极乐你还没有和我，至尊上师和神沙迪亚赛峇峇，经历过。

6

亲爱的信徒，我要你知道我一直都希望给你一切最适合你的。就只是为了这个原因我告诉你这些事，那样你才会知道我对你的期盼。

7

知道了在我跟前时该有怎样的举止，我要你了解这光体并不是我，如同我的实体并非是我一样。你明白了吗？如你认为我的光体就是至尊上师和神沙迪亚赛峇峇你这又犯同样的错误了。我这样说是要试试唤醒你至你的，以及我的真实本性，即同一真我。我希望你们能明白及接受我给予你们的这些话来和我，你的至尊上师和神沙迪亚赛峇峇，达到自我觉悟和解脱。

8

你现在已知道我所要和你分享，一切有关我的光体，以及在我跟前时应有的举止。我要告诉你，在这宇宙有数以兆计的

光体在浮移。我的光体是其中的一个，你也有一个光体。我告诉你这些你才不会过度重视我的光体。

9

虽然我已和你分享一切你必须知道的，我仍有许多要通过我的通灵者卡特琳来和你分享。那样你才能获得我要你拥有的知识来达到自我觉悟和解脱。

10

是时候你积极地去进行我给予你的指示和计划。勿再浪费时间，那样你就能和我在心灵融合来与你挚爱的，打从祂以自己形象创造你那刻起就无条件，不止息地爱着你的神，以及在祂里内，获得永恒的自由。

11

我继续跟你谈，是因为我极度关心你的灵魂要和我融合的欲望，即使你的心智不晓得也不想去做。我要帮你训练你的心智去跟随你灵魂最深处的欲望。你们都知道你应当怎么做来与我融合。然而，你还没有作出坚决的承诺去做，虽然它对你是最好的。

我要告诉你训练心智的方法，所以它能和你灵魂最重大的欲望结盟来与神融合。你要知道的第一件事就是，心智可以是你最重大的朋友，同时也是最巨大的敌人。如你的心念在抗拒你的自我觉悟，它就是你的敌人。就由你去劝服你的心念，令它信服你和我，你的至尊上师和神沙迪亚赛峇峇在今世达到自我觉悟和解脱对你是最好的。

我看得出你们许多在阅读我的这些言语时，感觉上都是半冷不热。你们心中没有火焰去劝服你的心念，令它信服那些我

叫你去做来与我，神，结合以获得永恒幸福，满足和安宁乃是最好的。虽然你们从倾听和阅读我的言语以及通过我的达瞻，已在某个程度上见过我和认识我，你没有真正的爱我以及需要我胜过你生命里的一切。如你有，我就已在我们共同心灵，你灵魂和我共驻之处，感受到你对我强烈的渴望。

12

我向你透露这些事你才会知道，我知你还没有作出充分的承诺来与我，你的至尊上师和神，在我们的共同心灵融合。我要把在这世上剩下的那么一点时间用来帮忙那些热心，把生命中每一刻都用来寻求达到自我觉悟，与我一起和解脱的信徒，确保他们能成功的与我融合以在今世达到自我觉悟和解脱。

13

如我看到你不努力去说服你的心智你的自我觉悟和解脱是你最重大的探索和目标，我就会开始疏远你，不再为你费心。就由你去决定从这一刻起你要如何过这一生。是要继续和我，抑或离开我去追求你要的那种没有我，一直爱着你的灵魂和要你得到最好的至尊上师和神的生活。

14

我会留意，并等待你去做决定。留下和我一起，遵循我的指示，或是离开我去追求你那没有我的一生。如果是离开我去追求你所选择的生活，你就会失去达到自我觉悟和脱离轮回的最重大机会，这，好多的世都不会再来到你跟前。

15

现在是时候去审查你在这神赋予你以达到自我觉悟的一生里的切实欲望。只有你能做，我不能替你做。这是因为我已

给了你自主意愿去过你要过的日子。明白吗？由你去决定你要的是什么，我必然会同意你照自己意愿作出的决定。这就是为何我要你快些决定，因时间太短了，只有六年来让我帮你与我，至尊上师和神沙迪亚赛峇峇，达到自我觉悟和解脱。

16

现在我要跟那些决定和我一起，遵循我在赛峇峇光体的圣言里所给予的所有指示和计划，以在心灵和我融合的信徒说话。我要告诉你，亲爱的信徒，只要见到你很诚恳通力的去遵循我这本书给予的指示，你就不必担尤我会离开你。

17

由于这阵子在姆戴那哈利，印度各地以及其他国家为柏利马赛峇峇 (Prema Sai Baba) 作组织准备，加上也在协助许多信徒去获得自我觉悟和解脱，繁忙的事务令我没什么时间做其他的事。告诉你这些你才不会浪费我，或者你的时间去闲混追求一些与自我觉悟和解脱毫无关联的事。我会小心观察你，看你是否认真看待自我觉悟。如果看到你不认真，我会用许多方式让你知道你令我不快。

18

当我不高兴你时，我会考虑从你哪移开，让你照自己的方式去做。现在我专注在我真实信徒身上。如果你要有资格成为我真实的信徒，你就必须修习我的指示和方法，不得有任何的拖延和遗漏。

19

如你认为我对你要求太高，那你就还没准备好成为我真正的信徒，我也没时间去等你作好准备。

20

现在你知道我是认真的。认真看待我所讲的对你有好处。除了这，没有其他法子可达到自我觉悟，皆因它必须与一个至尊上师或领悟了神的灵性大师在一个神性心灵里方能发生。

21

我还要和你分享多些关于你的圣道，由我在我们共同心灵引导你。你会开始时常在这听到我为了引导你以及其他原因和你说话以及沟通。我要你知道你和我的内在关系是独特的，有异于任何人与我的关系。因此我不要你与任何人分享我给予你，这些来自心灵的言语，免得他们曲解以及不同意。每一个信徒都同样的能在心灵接近我。所以信徒毋须和他人提起有关我和他们的互谈。

22

我要告诉你有关神圣父对祂所有造物那无条件的爱，以及多些和它本质有关的，那样你才会知道和我的关系里有什么好盼待。要知道的是，神这无条件的爱并不表示我必须做你所要我做的每一件事。虽然当我是你的至尊上师和神，以及你是我的门徒时，你是必须做我所要你做的每一件事。这对你虽然好像不公平，我向你保证，为了你的降服于神及自我觉悟，这是必要和至要的。

23

假如你不能倾出生命来信任我，你的至尊上师和神沙迪亚赛峇峇，你就不能和神完全的融合为一以在今世达到自我觉悟和解脱。切记，你不是降服于一个人，你是降服于觉悟到与神是一体。要求你用生命来信任我，我会帮你做到这一点。

24

我还要告诉你一些有关于神圣父衲无条件的爱。它和你所知道及体验的地球人类的爱是完全不一样的。神的爱不依赖任何东西存在,也不被任何东西玷污或改变。所以不论我,至尊上师和神沙迪亚赛峇峇在我们共同的心灵对门徒传达了些什么,神衲那无条件的爱仍保持不变不受玷污。我告诉你所以你会知道,有些人在我的言语上找渣子,身为你的至尊上师和神,对这些非难以及批评我是完全豁免的。

25

但愿你开始明了我如何在我们共同心灵和信徒配合,帮他们消除弥漫的自我,接着降服于我来达到自我觉悟和解脱。我要告诉你多些关于神圣父衲无条件的爱。它超越任何心神以及智能所能了解的范围。神圣父的爱只能意会不能言传,皆因这爱抵拒一切可能的形容词。所以我不会试图去释义神的爱。但如你和我,沙迪亚赛峇峇融合,你就肯定会感受到神的爱。

26

神无条件的爱是温柔的。它甘甜,以及平静。我要你知道这个所以你不会失望,奇怪是否神的爱就只是如此。以这爱永世的去满足和成就你的灵魂是绰绰有余的。

27

神这无条件的爱会是一直都一样。这是件非常棒的事,和永远在变化,嘈杂的世界是强烈的对比。如果这平静温柔,甘甜不渝的爱不是你所寻求的,请清楚的让我知道。

28

我要告诉你的另一个有关神无条件的爱是，它是无穷尽的。它也是在永远不断地扩大。你越扩展你的意识，你也就能容纳更多的爱。

29

绝对没人能玷污和削弱它。它始终洁净原始，并永恒不变。

30

在我这番话结束之前，我还有一些东西要告诉你，那样你才会感到和我较亲近并明白我帮你降服于神的方式。我非常爱你，皆因你自行选择来归向我，并遵循我在我们共同心灵给予你的指示和引导。对这我感到非常高兴，并期盼着我们共同心灵里灵魂与超灵，挚爱亲密的关联。

第六章

和我的信徒心连心的关系

1

现在你已知道所有和我，至尊上师和神沙迪亚赛峇峇在心灵融合以达到自我觉悟和脱离轮回有关的事。现在你在心灵和我一起，下一步呢？我要告诉你以下的你才会知道要期待什么。我要告诉你我和信徒在共同心灵说话时的一般做法。第一就是，我不会浪费时间。我会跟你说些东西，我要求你不拖延，立刻就去履行，那样你就会向自我觉悟的目标快速迈进。我重视效率，我的时间和言语非常之珍贵，两者都不能被浪费。这样你才不会不够时间，由我在我们共同心灵指引你之下，达到自我觉悟。你这一生已经浪费了几十年时间仍没有获得真正有价值的成就。

2

我用的另一个方式是保持长时间的沉默，来向信徒传达有事情出差错的强烈讯息。在那种情况下我期盼信徒私底下思忖为何我不在心灵和他们说话，并在发现后为他们的过失和错误向我道歉。如此一来我就能向信徒表明，他们也自己学习到，什么会令我他们的至尊上师高兴，什么不会，以及什么会带领他们达到自我觉悟，什么如不去除，会延迟他们的自我觉悟。

3

我要告诉你的另一个方法，亲爱的信徒，和你对我，沙迪亚赛峇峇你的至尊上师和神的态度有关。就如我所告诉你的，我确知一切。所以你对我的每一个想法和感觉我都会察觉

到。如我看出你对我, 以及我的做法有所批判, 我会不高兴。我也肯定会让你知道你的态度令我不快。

4

我用的另一个方式就是叫信徒照我所吩咐的去做。有时事情并非如我所讲的那样能获得解决。我是在试探他们, 看当发现所做的事都不能获得解决时他们对我会有何反应。我要看他们有多爱我, 信任我, 以及与我他们的至尊上师和神的关系有多忠诚, 以此获知他们是否能和我一路直达自我觉悟。

5

我很坚持信徒只要有时间, 每日花许多个小时用巴赞来默想我的圣号和形象。这方法会帮助净化你的思维, 情绪, 和意识远超过你所能知道的。这是我促使信徒的纯洁意识融入我的纯净意识来达到自我觉悟的根本方法。

6

我很坚持的, 就是信徒把所有碰到的, 从最小到最大, 都奉献给驻在他们心灵的我。如不这么做, 他们就会继续和我隔离, 他们也永远不会失去对我执的认同。

7

你应该时刻想着我来与我在意识里连接去感悟我们合一的意识。我说我们, 但就意识而言, 就只有一个。如你继续挂念世间的所有对象, 你那为达到自我觉悟而必须感悟及认同的一体意识就不会有进展。

8

另一个我坚持信徒要采取和修习的方法是，和那些不接受或宽恕你和我，你的至尊上师和神沙迪亚赛峇峇的关系的亲朋戚友保持一个疏离的态度。他们的言语和能量会以许多法子把你从我们共同心灵的关系里扯走，那样你的自我觉悟就会被延迟。我告诉你这些所以就这事上你会加以小心。

9

亲爱的信徒，我希望你立刻有所醒觉并去修习我在沙迪亚赛峇峇光体的圣言里所讲述的一切，给予你来让你达到自我觉悟，与我一起。

我时常用爱和福佑去满足和围绕我的信徒，向他们表示我对他们的圣灵进展感到非常高兴。我不时这样做，所以信徒会知道我对他们那以与我纯洁意识融合为目标的努力和修习感到高兴。

10

在我看来，信徒对所有事物的索求是无止尽的。虽然我是神，什么都做得到，但我在这里不是要来满足你俗世欲望的。我已告诉你许多次但你不听。请别再叫我满足你俗世的欲望。

11

我要你知道，要取悦我，维持你内在及外在的寂静是最重要的。静下来你才能听到我要从我们共同心灵给予你以把你推向自我觉悟的指示。当你内在以及外在都喧杂，你是不可能听得见我。

12

我要你知道，除非有一个非常好的理由，我是不会遗弃我的信徒的。只要关注及修习我所讲的，你没什么可以担尤。

13

我要你知道，数以百万计的信徒通过祷告来寻求我的祝福和恩典。虽然我听到每一个要求，我就只对那些用爱奉献给我以及他人的祷告作出回应。我不会回应自私的祷告，皆因我知道即使我实践它们，这些人会继续被卡在物质追逐上，不会在自我觉悟上取得灵性进展。

14

我注重你的祈祷。你们大多数都不知如何正确的向我祈祷或向我要求什么。我现下就告诉你如何。第一件事就是，我无所不知。所以坦白讲你实在是毋须向我祷告的。我很多信徒都明白这点，所以他们都不为了什么要求来向我祈祷。他们和我在心灵沟通，那是无事不晓的地方。

15

你献上祷告时的态度对我是重要的，皆因我不会对负面的作出回应。请紧记于心，当你向我祷告时，你必须是恭敬的。

16

我希望你的祈祷是没限制的，意思是你让我去决定何时，如何，及是否，去回应你的祷告。你如此做会令我十分高兴，因那样我会知道你顾及我，以及相信我会尽我所能。

17

我要你知道的，是我不是一个无感情的神。我极度敏感，无所不知无处不在。告诉你这些你才会明了以及因此对我心存感激，不会为了私欲来滥用我。

18

还有一个在心灵指导我信徒的方法。就是要你时常去认知我们是同一意识和能量，无论如何都不会分离。我要你这样做，你才会知道如何在非真理中辨认出真理，成为坚实的真理，以及永不会失去你的真理身份。

19

我要我的信徒们得到最好的，我不要你退返原位，失去你与我这么久以来获得的觉悟。

20

当我要我的信徒停止他们想着或说着的，或者要他们从身处的地方或者与他们一起的人哪里撤离，我会即刻告诉他们。我会在你的脑海中放个 X 在那人或那群人，或那地方上。那样你会知道要移开及离开。我或许也会给你一种内在的抗拒力。我希望你会专注我所传达给你的，并立即付之于行动。

21

有时当我认为有事情要信徒做时我会吩咐他们去做。我盼望他们会对我所问的马上作出回应。从信徒的反应里我就能知道对他们该有怎么样的期盼。

22

我时常告诫信徒那些迫近的威胁或巨大改变。这样他们就可采取重要步骤去远离危险来保护自己。

23

有时在信徒对我没有任何要求时我会跟他们玩乐，或给他们惊喜来让他们开心。

24

我所做的一切都是为了我的信徒以及他们的圣灵进展，没有别的。

25

所以你可以确定，不论我和你做了些什么或不做些什么，都是为你好。除了这，没有其他原因。

26

有些信徒觉得我对他们很严厉，以及不公正的对待他们，皆因我没有实践他们认为他们应得的欲望。这我完全察觉。希望这些信徒信任我，我知道自己在做什么。

27

我看得出你们许多都在乎金钱利益，觉得没拥有足够的钱来应付这一生，现在及将来的全部需求。我要你知道你毋须为这担尤。皆因你一旦完完全全的在心灵降服于我，我肯定会照顾你的需求。

28

现在你知道了这全部，你应当去修习以在今世与我，你的至尊上师和神沙迪亚赛峇峇达到自我觉悟。

我要告诉你的另一件事是，当你诚心的在自我觉悟途径上，你只需要很少的物质。你们大多数都有必要舍弃那些拖垮你的多余行李。我这里指的是产业，投资，交通工具以及所有其他从你醒来就混乱你脑子一直到你睡觉的事情。当它们拖延了你与我在心灵的自我觉悟，为什么还要背着它们？

29

你必须了解，我并没从你的自我觉悟里得到什么，但这世界会从你的觉悟里得到好处。所以你应当感激我给予你的所有协助以让你达到自我觉悟。我为你做了如此之多，如你对我的帮助不感恩，那你对我的态度是真的非常自私。

30

你们有些在读完我这套书里给予你们的所有指示后，还是指望着我去做每件事来帮你达到自我觉悟。我要你醒觉，并且比现在更认真的看待我给予你的指示。

31

我很高兴知道哪一些信徒决定留下和我一起追求他们与我的自我觉悟，以及哪些是我会舍去，让他们去追求自己的，没有我沙迪亚赛峇峇的一生。我一直都要我所有信徒得到最好的。我会尽力帮助他们与我，他们的至尊上师和神，达到自我觉悟。

32

我不能容忍缓慢，皆因我非常重视敏捷和效率，同时也是因为我没有时间让你迟延。

33

我要你知道我从不理会天气，管它是下雨，或是炎热充满阳光。我告诉你这个你才不会让天气妨碍我在心灵给予你的指导。

34

我已告诉你许多来帮助你了。我从心灵指导你达到自我觉悟的方法。现在我要你去温习它们以确定你已了解，并已准备好去遵守它们。

35

有时我说些你不能立刻就能领会到的话语。这是在为你未来的理解力及自我觉悟播种。我要你知道，这是我计划与意向的一部分。

36

每一个信徒都是独特的。对信徒我必须用所需的不同方式，根据他们过去的熏陶，隐约的自我，以及许多其他需要被弃除和净化的来采用所需的各别方式。不单如此，恐惧，奇特的心理和情绪性质，还有信徒的敏感度也需被考虑，以把他们推向自我觉悟。

37

我已告诉你许多，但我还有许多有关我从心灵与信徒交流的方式要告诉你。一旦信徒坚决许诺于我，而我也接受他们成为弟子，我绝对不会离弃他们不顾。

38

如能阻止，我不会让信徒遭受痛苦。我会试试劝说他们，帮他们明了为何事情会是那样以及去接受无法改变的，也协助他们在与我融合的意识里恢复平静及沉着。

39

在我结束这一部分的话语之前，我要告诉你一些有关我们心连心的关系。

你是否知道我也在帮助许多不在这地球上居住的信徒？我是许多居住在别的宇宙，别的太阳系，别的星球上其他众生的监护人。你也许会奇怪我是怎么做到的。可以说我有许多的援助去执行所有的计划，不单只提升和保护全人类，还有宇宙其他地方的众生。

40

我希望，也是我的愿望，你会充分利用我这些话语，马上加以修习以与我，你的至尊上师和神沙迪亚赛峇峇，达到自我觉悟。

第七章

更多有关你与我的自我觉悟

1

我还要告诉你许多有关我从心灵和你交流的做法，亲爱的信徒，那样你会知道对我你的至尊上师和神期待什么。由于我不会在这多久，你必须专注并实行我要你和我做的事项。

就像我所告诉你的，你里外的清洁对我是非常的重要。由于我会时常与你完全融合，我期盼你能每天洗澡及刷牙漱口，那样我才会时常觉得受自己是受到欢迎与你融合，来让你领悟你我是同一的能量和意识。

2

我还要跟你讲的一件事是，虽然我已从此类事物中抽离，当你和我在通往自我觉悟的圣道，凭我和你的身心必须非常亲密，它们对我还是紧要的。我希望你会明了以及应允我就这事告诉你的，来帮你达到自我觉悟，与我一起。

3

你必须每天都穿干净的衣服，那样你在外边可能会惹到的负能量和细菌等，不会干扰到我们洁净的关系。

4

在你所居住环的环境摆放鲜花及焚香对我会有很大的分别，因为我喜欢这些。当你的住所有这些东西我会偏爱往你哪去。

5

另一个会令我欢喜的，是在你的住所，一个你花时间花在和我的至尊上师和神融合及交流的地方，存放神圣书籍和音乐，以及所有款式，有高振动性的水晶。

6

我很欢喜的，是你终日在住处播放些神圣的音乐来激起及保持高昂的灵性振荡，那会令我去你哪里和你一起时倍感受到款待。

7

令我高兴的，是你在那和我分享的住处保持安静。我对电视，网络，或者你的电话交谈一丁儿都不赏识，除非它们有着崇高，纯洁，和神圣的内容。

8

现在你已知道什么会令我高兴。要和我作圆满的连接来达到自我觉悟的话，就这事上应允我的要求对你是有好处的。那样你就能从我这收到最重大恩典来达到自我觉悟，与我一起。

9

我的希望以及要求，就是你会明白并且遵从我的吩咐你的这几件事，紧记于心我乃全然意识的，每时每刻都是处于真，善，及美。

10

我要你知道我所有的信徒对我都有不同的品评，虽然我就是那个我。这确实是非常奇怪，虽然我知道它们是来自人类不

同思维对我的投射，即使我一直是同一个人。我要我的信徒知道这一点，所以他们会停止反射由他们自己想象出来对我他们的至尊上师和神的观念，那样他们才能融入我的纯净意识来达到自我觉悟。

11

见到信徒对我的闲聊好像他们晓得有关我的一切以及我的计划令我不悦。绝不会有人知道关于我和我的盘算，皆因不到最后一分钟，我都不告诉任何人我要做啥或者要去哪！

12

我还要告诉你一些令我不悦的事，那样你就能立刻加以纠正。我见到有些信徒太常在街道游逛，惹上低能量把它们带回住所--他们欲与我在心灵连接及沟通的地方。如你需要些东西，去买了就回返你的住处。

13

另一个逗恼我的是，信徒在餐馆及其他公众地方高声说话。他们必须做他人的楷模。这些信徒必须立刻停止这喧闹的说话，并依照我所教导他们的，轻声的说。

14

另一件逗恼我的是，信徒只要有出去住处以外，不论遇到什么人都是讲个不休。我要你停止这么做。也许你以为这样就表示亲切，你只是在浪费你的灵性能量。你的自我觉悟并没得到什么有价值的。你们有些会以为这么说是和我的博爱教诲背道而驰。我向你保证我没有。当你与我你的至尊上师和神达到自我觉悟时，你能量的洁净以及广度是极之重要的。

15

我还要告诉你一件逗恼我的事。有些希望能达到自我觉悟，与我一起的信徒还在抽烟及喝酒。他们必须马上戒除这些污秽的习惯。

16

一个信徒的穿着象征他们内在的品质和状态。如你觉得自己是一个神，女神，或者基督，你将相应地穿着。我盼望那些希望与我得到基督意识的信徒能适当地穿着。

17

令我不悦的，是见到我一些信徒在公众场合男女不分的互相拥抱。这在印度文化里是不雅的举止。我现在就要你停止这行为，皆因它令你，及我你的至尊上师和神蒙羞。

18

另一件令我不快的，是见到我一些信徒与异性结伴招摇过市。想想它们会凸显你什么样的个性。你要停止与异性在公众场合闲逛，除非对方是你的婚姻伴侣，以及你有合理的原因得留在外头。

19

逗恼我的，是信徒们在不合理的情况下入黑还留连在外。这是因为有很多不同的低能量在天黑后出现，四下流动。

20

令我不悦的，是有些信徒没有遵循我的教条，他们也心知肚明。打个比方，他们在人们排队时跳队到前头，而不是照规矩排在人龙后。

21

令我不悦的，就是信徒在我的道场食堂一边进食一边和友人喋喋不休而想着我，把食物奉献给我他们的至尊上师和神以达到自我觉悟。

22

另一个有关我一些信徒令我不悦的，就是他们去到哪里都无礼的行为。好像在行走中的人们面前直接割过而不是稍等让他们先过，还有走得太接近身边拥挤的人们。

23

另一个逗恼我的，是信徒坚持我必须就他们所要求的去做，不然他们就不再遵循我的指导，观念，以及教条。

24

当我的信徒说世上发生的每一件事，过去目前仰或将来的，都是由我，至尊上师和神赛峇峇所做。这令我不开心。我只是这世上所有事件里那抽离及镇静的见证者。我希望我的信徒都明了这点，同时停止告诉他人发生在这世上的每一件事都是沙迪亚赛峇峇所为。

25

不论何时你创造新的事物，惦记着我对你是很有帮助的。皆因所有新的和有创造力的念头都来自我，那驻在你里面及周边的无上智能及创造力。

26

我要你知道，我告诉你的没一个是无上真理，唯有纯洁意识才是。

27

你不必相信我所告诉你的每一件事，但当你要成为我的弟子以及要我许诺做你的至尊上师和神时，我是会期盼你遵循我给你的指示。

28

你毋须再向任何人解释任何事，皆因当你自我觉悟时，不再有人让你去解释任何事。

第八章

更多达到自我觉悟的方法

1

今天是新的一天，我要你警觉并领悟就圣灵上来讲，你还是浪费太多时间在原地踏步。这就是为什么我再度跟你说话，告诉你以下的来让你获得自我觉悟和解脱。你要了解，要达到自我觉悟牵扯远超过你现下认为的。所以我一再和你诉说哪些是你必须去做，来和我你的上帝和至尊上师沙迪亚赛峇峇尊师，在今世达到自我觉悟。

首先要你了解的是，如果默静不被你视为最重大以及珍贵的，你也就不能达到自我觉悟。没有实践持续的内在默静，你今世或任何一世都不会达到自我觉悟。我要你立刻听取我这些话，不然你不会成功达到自我觉悟。

2

现在我要告诉你一些为达到自我觉悟所必须知道的事。就是勿与碰到的每一个认识的人交谈以此来取悦他。你在世上并非为了取悦别人而来。你在这里是要取悦我，与我在我们共同心灵连接以及交流来达到自我觉悟。取悦他人不能带领你达到自我觉悟。

3

当他人有求于你时，我不要你认为必须讨好他们。他们有着和你一样的神赋力量。我要你让他们用自己的力量帮助自己，而非时常都依赖别人替他们做他们自己会做的事。我要我的信徒空闲和自主些。那样他们会有时间去遵循我这一册里所给予的所有方法和指示。

4

你必须从外界的外在事件以及形势中抽离。我看得出你们大多数还是被外界发生的事件和形势困扰。我要你知道，不必对这些有痛苦的心理反应，如失望愤怒等。你可以选择依然和我结合在意识里，那没有世界，没有痛苦，什么都没有的地方。

5

我要你知道当你遵循我的方法以及指示来达到自我觉悟时，我会一直都和你一起。你会有信心任何时候都能召唤我以获得引导，协助，以及提供幸福所需。

6

去记住定时向我祷告对你的自我觉悟有很大的帮助，因时常听到你要我帮助你对我是重要的。

7

不管你知道否，你在你的自我觉悟里扮演一个非常吃重的角色，虽然我是帮了你许多。然而，没有你与我的充分合作和许诺，自我觉悟不会发生在你身上。

8

你有必要相信自己能够由我，你的至尊上师和神在心灵引导你之下，在今世达到自我觉悟。

9

许多信徒认为我必须做一切事情来让他们达到自我觉悟。这不是真的，也不可能，皆因我已给了你自主权去决定你要怎么样的一生。是为自我觉悟努力，抑或是做些别的。

10

瞧！并不如你所认为那样的有捷径。你必须作出许多努力去达到自我觉悟。

11

皆因是神（**shakti**），在履行所有的行动。去停止认为你是行动实践者会加速你的自我觉悟。

12

我要你知道，当你完全的俯顺于我，你的神和至尊上师沙迪亚赛峇峇，我会通过你去实行所有的行动。

13

我要你知道当你达到自我觉悟，你不会完全消失。你那在场见知的意识还在，它在本质上就是你。

14

在我的任务里和我并肩工作把人类的意识提升到灵性水平，以及按照你的能力技能学问资历等在其他方面协助我对你是有帮助的。当你俯顺于我，神，我会决定如何在我沙迪亚赛世界圣布道中尽用你。

15

值得想望的，是你每个晚上睡前向我祈祷来令你与我合一。

16

当你沐浴时惦记着我，即除我在你里内以及周边，冲洗着我的实体以外别无他人对你是有用的。

17

当你完全俯顺于我时去认识到你的脚就是我的脚，你的手就是我的手，你的谈话就是我的谈话对你是有用的。

18

有助于你的自我觉悟的，是认识到我还是一样的爱我所有的信徒，不管他们的行为良好还是不端。

19

我要你认识到我们一起创造这世界，你，和我。

20

我要提醒你，神一开始就一直和你一起做所有的事，不管你察觉否。

21

我要你知道，就我这方面，你和我从来就不曾分开过。有，也是你那方面的。

22

我告诉你这一切你就会知道你我一直是一体，从不曾分开。你只是梦到你与神，我，分开。

23

当你用全部的神智，心神和灵魂来爱我，你就会认识到你和我是一我，整个世界也是那一个一我。

24

有助于你与我连接的，是你全日的握住我的手，不管身体在做些哪样的动作。

25

我要你认识到，没有你我，也就没有这个世界。

26

值得希求的，就是你去渴望我在我们共同的心灵和你说话。如此一来你就会感到和我比现在还要亲近。

27

对你有帮助的，是你要察觉得到我在你周边那凉爽令你感到清新的微风里，或者在那位不认识，为你呈上一块糖果的人里内。

28

当我不高兴你时，会察觉和注意得到对你是紧要的，那样你就会去找出为什么并尝试对我作出修补。

29

对你的自我觉悟有用处的，就是当有人需要帮助时，你要察觉得到并尽最大能力提供协助。

30

还有一个非常有用的，就是你要在你服务的每个人里诚心诚意的侍奉我，那样你就会到处都看到我，这宇宙唯一的神。

31

对你的自我觉悟有绝大帮助的，就是你要在每一天的每一分钟里都认知我，那样你就会认识到我无时不在，无处不在。

32

为了你的自我觉悟，我要你时常在碰到的每一个人里尊崇我，皆因我就在你碰到的每一个人里。

33

值得想望的，是你要我，远胜于这宇宙的一切。

34

有助于你与我融合的，是去希望每一个人得到最好的，皆因我在每一个人里内，体验每一个生活情况。

35

要加速你的自我觉悟，是去认知我的意识和其他每个生物的意识，它们是没有两样的。

36

我要你去体会，我和你没有任何的不同，除了我的意识比你的更为宽阔。

37

为了你的自我觉悟我要告知你，我是神，你也是。

38

我要你体会到，宇宙中所有不同的众生基本上都没有差别。

39

在宇宙里，所有不同的众生只在肉身和显明上有差异而已。

40

去领悟宇宙所有众生本质的同一性对你的自我觉悟是有必要的。

41

要领悟一我，你就不应该拿我给予你的恩典来和其他任何人的作比较。

42

当你领悟到在你生活过的每一个地方我都和你一起，你就会和我感受这同一。

43

当你认识到在你人生的高低起伏，悲伤快乐，以及所有你体验的二元性里我都一直和你一起，你就能更容易和我融合。

44

有助于你的，是去了解当你降服于我，世上没有任何东西能影响到你。

45

当你认识到，无论你去哪里我都走在你的脚印上，你就能容易的和我感受这同一。

46

去意识到我一直都知晓你所有的亲戚，皆因我曾在那些形体里面，对你是有利的。

47

当你认识到我曾出席在你的每一个生死里，你就能更容易和我感受同一。

48

我要你了解我从不曾停止爱你的灵魂，不管你在所有的世代里做过些什么。

49

为了你的自我觉悟我要你领会到，没有事情是我不知晓的，皆因我在时间起原以及天地开辟以来就一直是无处不在。

50

对你自我觉悟非常有益的，是去体会我是在你肉身的每一个细胞里。

51

对你的自我觉悟有帮助的，是当你认识到你是一个非常浩瀚，无限大的一份子。

52

有助于你与我的自我觉悟的，是去了解没有人是有罪的。

53

为了帮你与我融合，我要你了解，除了你的真，善，美，其他的我一概不知。

54

为了你的自我觉悟，我要你了解，你不是由尘土所造，你是用神圣精髓做成的。

55

为了帮你达到自我觉悟我要你认识到，世上所有的伟人都只是我无数创造物里的一小撮。

56

我一直都祝我所有宇宙无穷的创造物最安好的，皆因我是爱，你也是。

57

有助于你与我的自我觉悟的，就是去体会，我就是这宇宙全能伟大的‘我’。

第九章

协助其他信徒达到自我觉悟的方法

1

在尝试修习给予你达到自我觉悟，与我一起的任何一个新方法时可能会碰到困难，那时我要你向我祷告。

2

我要你去精通我所有的新方法，去做个让其他信徒效法的楷模。

3

我要我所有信徒知道，当他们修习我给予他们的这些新法子，我会准备帮助他们达到自我觉悟。

4

当你和我发展那心连心的关系我会很高兴，因这样你就能教导其他信徒如何去这样做。

5

现在就由你去做我所吩咐的，去协助所有的人了解我在这本书籍给予的新灵修以及方法。

6

我要你去教其他圣灵寻求者如何冥想，那样他们也能和我在心灵连接以达到自我觉悟。

7

在开始冥想来和我作心灵连接之前，吟诵我的圣号 Aum Bhagawan Sri Sathya Sai Babaya Namaha 多达二十一次是非常有扶助力的。

8

每天和我作心灵连接九次或以上对你是非常有用的，那样你就能掌握和我融合的方法。

9

当你吟诵我的圣号和尝试与我融合时，我都一直和你一起。

10

我还有东西要告诉你来帮你达到自我觉悟，与我一起。就是要记住，你不以一个个别体存在，唯有我。

11

我要你记住，你非那肉身，那思想，或者那情感。

12

我要你记住，你并不居于任何一处，皆因你乃无限意识，居于处处。

13

我要你依照以下的方式与我默想以及用来教导，以便和我在心灵连接和聆听我给你的指导。

1) 朗诵我的圣号 Aum Bhagavan Sri Sathya Sai Babaya Namaha 二十一遍

2) 接着在脑海中想像我的形象，默念我的圣号五分钟

3) 接着保持寂静两分钟，向我请求：'亲爱的峇峇，请和我说话。'

聆听我的纯灵以思想方式传送给你的指示。当你听到时就和我交谈，以让我知道你有听到我对你说话。

重复以上五分钟和两分钟步骤多两次，接着念 Aum Shanti, Shanti, Shanti 来结束默想。保持几分钟的肃静去回想你从我这接收到的指示。

必须有人领导这默想以便告知五分钟及两分钟的步骤何时开始及结束。

14

我希望你们能一星期三次以小组方式去修习这形式的静坐。那样你就能快速，容易的和我在心灵融合。

15

我要你向每一个人承认，自从修习了我在沙迪亚赛峇峇光体圣言里给予你与我自我觉悟的新方法后，现在你已愈来愈容易与我融合。

16

我还有东西要告诉你来帮其他信徒达到自我觉悟，与我一起。就是你要去书写包含了我给予的新方法和教诲的插图寓言和故事，以在儿童学习班 (Bal Vikas) 和教师学习班 (Guru Vikas) 里加以运用。

17

我感到高兴，当你声明你已找到神，祂的名字乃沙迪亚赛峇峇。

18

为了你以及他人的圣灵提升，不论何时和任何人交谈时赞美我对你是有帮助的。

19

在每一日的每一分钟惦记着我，就 圣灵上而言对你是非常有利的。

20

有益于你与我的自我觉悟的，是去探求知道所有 和我神圣之身有关的一切。

21

渴望要愈来愈亲密的了解我，会对你的自我觉悟非常有帮助。

22

我还有东西要告诉你来帮你达到自我觉悟，与我一起。就是要你了解，我是所有行动的隐奥激发者。

23

我要你去寻求新的方式来协助其他信徒与我获得自我觉悟。

24

在我结束这一册有关让你与我，沙迪亚赛峇峇达到自我觉悟的新灵修和方法的闲聊之前，我要告诉你，一旦委身于这新途径，你就切勿失望和放弃，因我会尽全力帮你与我获得自我觉悟。

我没告诉过你吗？你只要向我走前一步我就会向你走近一百步？当你忠实真诚的在心灵呼唤我，我不是时常都在吗？当你怀着这目标有诚心的走向我，不要置疑，我会帮你达到自我觉悟，与我一起。

25

我要告诉你，很快你就会再通过卡特琳听到我的消息。我要和你谈谈黄金时代 — 当它完全到来时它会如何显现，所以你会知道该期盼什么，以及如何协助我在我世界使命里把它带向全然荣光。我的信徒能和我并肩做许多，去助长地球伟大黄金时代的初开。

主沙迪亚赛峇峇光体的圣言
音信精选

来自主沙迪亞賽峇峇光体的话

精选息信

2016 版权

版权所有

未经出版社的明确书面许可，不得以任何形式或方式，电子，
摄影或机械，包括影印去复制或发行本版物的任何部份。
引述本版物的简短章节除外。

英语出版：

Sri Sathya Sai Premamrutha Prakashana
B103, Sari Sannidhi, Sathya Sai Gr
Muddenahalli - Chikkaballapur District
Karnataka -562 101 – India

购买此书的平装本，请浏览 saichanneledbooks.com



是我最大的满足和喜悦
把这些真理之言
赋予那些渴望着它们
並会在接下来我还在世
在我光体里的六年里
充分的运用它们
来和我获得
自我觉悟的信徒

薄伽梵斯里沙迪亚赛峇峇
2016 年1 月 27 日