

Sri - Sri Guru - Gauranga Jayatah

奶油小偷

Butter Thief



真正的超然奉爱

圣-巴克提伟丹塔-那拉亚那导师

Sri Srimad Bhaktivedanta Narayana Maharaja

摘录于达摩达拉-里拉-玛度拉 (Lila Madhuri) 第一卷



圣-巴克提伟丹塔-那拉亚那导师

Sri Srimad Bhaktivedanta Narayana Maharaja

圣那拉亚那导师的其它部分书名

Govinda-lila 的甘露

奉爱真理的智慧

超越无忧星球

bhakti-rasayana

Sri Prabandhavali

八训规

笛之歌

Sri Bhakti-rasamrita-sindhu-bindu

至尊主的神秘真理

Srila Bhakti Prajnana Kesava Gosvami

爱的仁慈

奉献的顶点

Damodara-Lila-Madhuri

诗人之光（杂志）

Vishva-Vaishnava Raj-Sabha（杂志）

博伽梵歌的精华

愚人乐园里的快乐

博伽梵歌：内心的欲望

灵魂的职务

被爱所控

奶油小偷

中心地址

香港尖沙咀山林道 30-32 号昌林阁 15-B 座

Add: 15B, Hillview Court 30-32, Hillwood Road

Tsim Sha Tsui, Kowloon

电话: 852-23774603

e-mail: yasodharadasi@yahoo.com

英语网站: www.purebhakti.com.

中文网站: www.purebhakti.com.cn

中心总部地址

肯沙富基 高迪亚庙-Keshavji Gaudiya Matha

印度 玛度拉 U. P., 阿果拉路

Agra Road Mathura, U. P., India

电话: (0565) 40-94-53

电邮: harekrishna@vsnl.com

圣-巴克提伟丹塔-那拉亚那导师的生平简述

一九二一年二月十九日，圣-那拉亚那导师 (Srila Narayana Maharaja) 出生在印度比夏 (Bihar) 地区恒河岸边一个名叫迪华里 (Tewaripur) 的村庄里。阿马瓦夏月份 (amavasya) 的新月那天他诞生在一个信仰宗教的婆罗门家庭 (Trivedi Brahmana)。童年时，他常常陪同他的父亲去参加齐颂圣名的活动 (kirtana) 并且与有神论者一起谈论神学 (pravacan) 的联谊。

一九四七年二月，在孟加拉西部 (Bengal) 的圣地拿瓦维帕 (Sri Navadvipa-dhama)，他初次与圣-巴克提-坡拉坚拿-肯沙瓦导师 (Srila Bhakti Prajnana Kesava Maharaja) 会面。同年，圣-巴克提-坡拉坚拿-肯沙瓦导师给予他启迪并称他为圣-高拉-那拉亚那 (Sri Gaura Narayana)。不久后，他的灵性导师赐予他巴可塔邦达瓦 (Bhaktabandhava) 的称号，意为“奉献者的朋友”，因为他总是以令人满意的态度服务伟士那瓦-奉献者 (Vaishnavas)。

在后来的五年里，他跟随着圣-巴克提-坡拉坚那-肯沙瓦导师在印度广泛地传教。一九五二年，在主采坦耶的显现日 (Gaura-Purnima)，他至爱的灵性导师给予他神圣的托砵僧 (sannyasa) 启迪。一九五四年，圣-巴克提-坡拉坚那-肯沙瓦导师委派他负责玛杜拉 (Mathura) 新建的肯沙瓦基-高迪雅庙 (Sri Kesavaji Gaudiya Matha)。

在圣-那拉亚那导师生命中的一个最重要关系是和圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师 (Srila A.C. Bhaktivedanta Svami Maharaja Prabhupada) 的联谊。思瓦米导师是世界著名的高迪亚-伟士那瓦学 (Gaudiya-Vaishnavism) 的传教士和国际奎师那知觉协会 (ISKCON Acarya) 的奠基人。一九四七年, 他们在加尔各答市 (Calcutta) 初次认识。数年后, 在五十年代初期, 思瓦米导师应他的神兄圣-巴克提-坡拉坚那-肯沙瓦导师的邀请来到玛杜拉的肯沙瓦基-高迪亚庙住了几个月。在这期间, 圣-那拉亚那导师通过经常和他有奉爱的交流和对伟士那瓦哲学的深入讨论, 他们建立了一种亲密的关系, 圣-那拉亚那导师视他为指导老师和亲密的朋友。

一九五九年, 圣-巴克提-坡拉坚那-肯沙瓦导师给了思瓦米导师的托砵僧启迪和“圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师”的称号, 圣-那拉亚那导师负责主持所有的仪式和韦达的火祭典礼。

当时, 圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师居住在温达瓦娜, 圣-那拉亚那导师会常常去探访他, 他会为圣-那拉亚那导师煮饭和一起荣耀供奉后的食物 (prasada), 他们也亲密地讨论伟士那瓦哲学。

当圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师去西方国家传教并且在美国成功地建立了第一所主拉达-奎师那 (Radha-Krishna) 的神殿时, 圣-那拉亚那导师给他寄去了

首批麦当伽鼓 (mridanga) 和手击铙钹 (karatalas) 用于齐颂圣名，也给他寄去了主拉达-奎师那的神像和他的梵文书籍便于翻译。圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师保持一两个月一次与圣-巴克提-坡拉坚那-肯沙瓦导师和圣-那拉亚那导师有书信来往，直至一九六八年圣-巴克提-坡拉坚那-肯沙瓦导师进入了永恒的逍遥时光(nitya-lila)。之后，圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师还继续和圣-那拉亚那导师通信直至他自己离开这个世界。

当圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师快要离开这个短暂的世界之前，他想交谈的最后对象是圣-那拉亚那导师。他说，虽然在这短短的十二年里完成了很多工作，而且他的西方门徒们也很诚恳，可是他们当中却没有一个能够承担重任的人选。此时，圣-那拉亚那导师明白有答应承担这个重大任务的必要性。圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师充满着爱意和感情地把圣-那拉亚那导师的双手握在自己的手里，请求圣-那拉亚那导师答应帮助他的西方门徒和追随者去明白和跟随他的灵性导师圣-巴克提士丹塔-沙拉斯瓦蒂-塔库拉 (Srila Bhaktisiddhanta Sarasvati Thakura) 导师的伟士那瓦哲学的深奥教导。

圣坡拉布帕得也要求圣-那拉亚那导师全权负责执行他离开后的所有火葬仪式 (samadhi)。圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师的这二个请求清楚地证明了他对圣-那拉亚那导师有

着坚定的信任。

从一九七七年十月圣-巴克提维丹塔-思瓦米导师离开后的这二十年里，圣-那拉亚那导师不辞劳苦地给予寻找真爱的人们提供有见识的指导和爱的庇护，借助他的书籍和全球传教的媒介，他正在给予全世界所有真诚寻求真理的人们得到净化的联谊和神圣的觉悟。

第一章

聆听主奎师那的逍遥

可信赖的知识精华

印度的韦达文化精于奥妙的知识，这种文化的发展程度能够使那些圣者们发现灵魂。他们也发现内在和外在的神，通过对至尊人格首神的深入研究，他们还发现和理解与神的不同关系。

只靠不完整的物质认识 and 知识，我们永远也想象不到，和觉悟不到我们与至尊人格首神的超然关系。所以，至尊主奎师那自己通过一个连续的师徒传系方法来传播超然的知识。祂亲自把这种超然的知识传授给 Brahma（婆罗贺摩-物质世界的创造者）。婆罗贺摩又把它传给 Narada（那拉达-主奎师那的奉献者），Narada 传给 Vyasa（维亚沙-主奎师那的奉献者），维亚沙又把它传给 Sukadeva（苏卡德瓦-主奎师那的奉献者）。这个师徒传系建立了一个来自完美源头的超然知识的化身。我们应该坚信这个师徒传系，并且尽我们最大的努力去追随它。

“神的超然本性是什么？我们怎样才能知道祂的无限威力和仁慈？我们和祂又有什么关系，我们怎样才能觉悟到这种关系和永远地服务祂？”在那一套包含所有韦达文化精华的伟大经典 Srimad-Bhagavatam（圣典-博伽瓦坛）中已经

详细地讲述和解释了这个论题。Srimad-Bhagavatam 共有十二篇，在第十篇里包含了所有重要的指导。整套书的主要目的是解释第十篇的精华。阅读它时会有被它所吸引和愉快的感觉。它会帮助你们实践 bhakti-yoga（巴克提-哟咖-奉爱瑜珈）。

Bhakti-yoga（巴克提-哟咖-奉爱瑜珈）

我们应该通过实践 Bhakti-yoga 去认识和了解绝对真理。不然的话，我们无法了解超然的任何东西。

如果我们想知道 Bhakti 是什么，那么，我们首先应该知道灵魂和至尊灵魂是永恒存在的。奎师那是一个永恒的至尊灵魂，而那无数的个体灵魂也是永恒的。

这两种纯洁的灵魂（指：个体灵魂和至尊灵魂奎师那）只有通过爱意和感情才能够连结在一起。这种爱情和感情叫做 Bhakti-yoga。

超然的爱情和感情分为很多种。解脱了的灵魂在纯洁和超然的灵性世界 Vaikuntha（伟昆塔-无忧星球）永永远远地服务奎师那。在无忧星球里有奎师那的至尊住所，它叫做 Goloka-Vridavana（高洛卡-温达瓦娜）。在那里，最完美的情感和超然的爱意和感情服务着祂。

受物质条件所限制的灵魂受到假象和错觉的蒙蔽。他们仅有资格服务那些用物体形成的身体，而不是灵魂。被蒙蔽的灵魂总是不快乐，他们总是痛苦于生死轮回之中。他们怎

样才能够达到永恒和超然的程度？他们必需从头开始实践 Bhakti-yoga，逐渐地和有规律地从信仰阶段发展起，再通过坚持、感受、超然的吸引和超然的着迷。这是练习的方法。

主的化身

只有通过 Bhakti-yoga 我们才能够觉悟到至尊人格首神。再也没有其它办法。

为了把祂的仁慈赐予这个世界受限制的灵魂，仁慈的至尊主有时候会出现于这个世界里。例如经典告诉我们神的十个主要化身。它们是：

- (1) 鱼的化身 (Matsya-玛特下)、
- (2) 巨大和超然的神龟化身 (Kurma-库玛)、
- (3) 野猪的化身 (Varaha-瓦拉哈)、
- (4) 恐怖的半人半狮形象 (Nrisinhadeva 利星咖德瓦)、
- (5) 朱儒的化身 (Vamana-瓦玛那)、
- (6) 无敌战士，(Parasurama-帕拉苏拉玛)、
- (7) 伟大的国王，(Sri Ramacandra-主-拉玛唱扎)、
- (8) 所有灵性导师的完整形象，(Baladeva-巴拉德瓦)、
- (9) 佛陀，(Buddha-布达)、
- (10) 在卡利年代末祂骑着一匹白马毁灭所有的造物，
(Kalki-卡其)。

奎师那吸引所有的一切

这十个化身都源于至尊人格首神主奎师那祂自己。奎师那不仅仅以这些化身下降于这个世界，而且还有祂的原始形象。原始形象的奎师那，祂吸引着一切，人类就更加被祂所吸引。祂也吸引动物，小鹿，小鸟，爬行物和树木。

奎师那吸引万物生灵。因为，祂吸引着灵魂，它出现在半神人、公猪和鱼、鸡旦、爬行物和树木之中、甚至也在小水珠和尘土之中。处处都有灵魂存在。如果你练习 bhakti-yoga，你就能够明白和接受这个事实，你将逐渐地提高 bhakti，对奎师那的服务。

人们通常没有耐心聆听哲学的结论。这也是我想用陈述奎师那的逍遥时光来解释这些 prema（真爱）的原因。如果我们讲述 Srimad-Bhagavatam 的第十章，这种奉爱 bhakti-yoga 会变得更加有吸引力，奎师那是怎样出现于这个世界的，祂是怎样保护 sadhus（沙度-圣者）和铲除恶魔的，和祂是怎样展现祂那极度吸引人的逍遥时光的。

聆听奎师那逍遥时光的祝福

奎师那的名字和奎师那的逍遥时光都不是这个必死世界的世俗物体、祂们是超然的。聆听奎师那的逍遥时光不是一个普通的行为、它也是超然的。物质世界和灵性世界有巨大的区别。当我们荣耀奎师那的良好品质和逍遥时光，或是唱颂祂的圣名时，超然声音的振动带来无比的吉祥。

甚至一个被愚昧所蒙蔽的人，他的心里充满着不想要的

物质的想法和欲望，然而，如果他有一点点信心 - 仅仅一点信心 - 这些超然的振动音就会经过他的耳朵再进入他的心里。这些不是普通常识的词、奎师那祂自己进入这个超然声音的振动中。怎么样？任何人只要有一丝毫的信仰，他的超然世界就会出现在他的心中。

当他觉悟到这点，他的整个心会变得干净和纯洁，他的信仰变得更浓。超然的奉献会进入他的心里，他就成为一个奉献者。他会得到灵性导师的启迪，和从事于奉爱瑜伽。所有不想要的物质概念和欲望都从他的心里飞跑了，所有不良习惯也消失了。然后，他实践奎师那知觉，坚定不移地练习会带来品味，跟着是超然的吸引。

之后，他修行的程度到达超然的陶醉，和完全地发展至对奎师那的超然奉爱（prema）。在某种条件下，他将放弃他的物质身体，心意，假我，等等和处于纯粹灵性的灵魂状态。他会位于一个超然的身体里，象一个 Vraja（屋拉佳-圣地）的永恒居民，这个奉献者永远快乐地和奎师那联谊。

第二章

主童年的逍遥时光

简介

韦达文学 - 包括 Srimad-Bhagavatam 的前九篇 - 都陈述了至尊主的逍遥时光，这对于人类和半神人来说是一种不能理解的知识。在这些逍遥时光里清楚地阐明祂是绝对真理，至尊人格首神。

Srimad-Bhagavatam 的第十篇显露了只有展现在 Vraja（屋拉佳-圣地）或 Vrindavana 的秘密逍遥时光。在那里，至尊主以普通人的身份展现，祂的奉献者也不认为祂是至尊主。相反地，他们把祂看成是最具有吸引力的人格，他们能够用亲密的爱情和感情去服务祂，如果祂的奉献者知道祂是神的话，那么，就不可能有这种亲密的情感。

在 Vraja 的逍遥时光里，奎师那也要跟别人出生，并以一个无助小孩子的身份展示逍遥时光，然后，成长到男孩和少年。然而，祂不象我们，祂不是一个受物质自然影响和改变的物体、祂的行为是要取悦祂的亲爱奉献者。祂永远都是一样和不受改变的，祂是全知和全能的。但是，为了方便这段逍遥时光，祂的内在能量遮住了祂的智慧，所以，连祂自己都忘记了祂就是神。这样，祂可以全神贯注于和祂的奉献者有亲密感情的交流。

一个绝对真理露出二个化身

奎师那和 Baladeva（巴拉德瓦-奎师那的哥哥）都是至尊人格首神。也许人们会问，怎么两个人都是至尊人格首神。我们应该明白的是，尽管祂们显现出二个身体，其实，巴拉德瓦和奎师那并没有什么不同。祂们俩是一个真理。奎师那展现巴拉德瓦这个化身的目的，是为了教导我们怎么服务奎师那。

巴拉德瓦 Prabhu 是灵性导师的永恒原理本质。祂传授所有的永恒真理和原理，教导我们怎样服务 Radha-Krishna，那是，奎师那和祂的内在快乐能量。

当绝对真理长大的时候

现在，奎师那和巴拉德瓦好像一岁多的小男孩那样出现在 Vraja。我们被蒙蔽灵魂的生命开始于婴儿、然后小孩、少年和成年、从成年阶段再到老年。然而，奎师那不用通过这些阶段。在祂的永恒和没有展现过的逍遥时光里，祂永远是一个美丽的少年，祂从不变老或是变年轻。然而，当祂在这个物质世界上展现祂的逍遥时光时，祂显示了所有这些成长的阶段，其目的是为了提提高奉献者的爱意和情感。

虽然，奎师那和巴拉德瓦都是至尊人格首神，在 Vraja 祂们却是光着小屁股，用祂们的小膝盖和小手爬来爬去的小家伙。奎师那的妈妈名叫雅淑姐，巴拉德瓦的妈妈名叫罗玉妮。

有时候，奎师那和巴拉德瓦看见蛇，祂们会抓住它。当妈妈雅淑姐和妈妈 Rohini 看到时，她们变得很担心！有时候，祂们把手放进疯狗的嘴巴里，那些疯狗立即变得很安静。祂们学会玩一个很好玩的游戏、祂们会紧紧地抓住小狗或是小牛的尾巴，那么小狗或是小牛会有爱意地拖着祂们转来转去。有时候，奎师那和巴拉德瓦会抓住一只又大又凶的公牛角，并且与它们摔角和玩耍，那些公牛也会和奎师那和巴拉德瓦玩耍。

雅淑姐回忆起奎师那

当奎师那和巴拉德瓦还很小的时候，祂们有时候会爬出去房子的大门外面。如果祂们看见任何人，噢！祂们变得很害怕。祂们想起祂们的妈妈，就立即爬回她们的身边去，并且急忙地坐在她们的大腿上。这时候，雅淑姐和 Rohini 怎么对待祂们？她们把祂们抱在大腿上，用面纱盖住祂们，抚摸着祂们的头发、然后，带着充满泪水的双眼，和软化的心，她们给奎师那和巴拉德瓦喂奶。

有时候，某个 gopi（歌碧-年长的牧牛姑娘）会来妈妈雅淑姐的院子。她看到什么？妈妈雅淑姐正忙于搅拌奶油和做其它家务，她主要是给奎师那做些吃的东西，她没有别的工作。她总是忙于为奎师那服务，每当她在做服务时，她总是回忆起奎师那，她会唱：

Govinda Damodara Madhaveti

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

Govinda Damodara Madhaveti

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

奎师那在房子和院子里爬来爬去，为了保护祂，她把所有的东西都整理得整齐和干净。她在整理时也同样会这样唱：

Govinda Damodara Madhaveti

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

Govinda Damodara Madhaveti

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

有时候，她正忙于用槌研和钵磨东西时，她也同样会唱：

Govinda Damodara Madhaveti

Govinda Damodara Madhaveti

有时候，她安排她的仆人做不同的家务。在别的时间，她给鹦鹉喂石榴籽时，她会告诉它们，“你们应该象我这样唱，唱这首歌：”

Govinda Damodar Madhaveti

Govinda Damodara Madhaveti

不仅仅妈妈雅淑姐在做家务时回忆起奎师那。Vraja 的所有牧牛姑娘在她们的家里也总是回忆起奎师那，她们每天的忙碌都是为了奎师那，只是为了祂会来她们家里偷些奶油。她们常常会想，“祂一定会来的，那么，我会抓住祂，

再为难祂。”

Vraja 的牧牛姑娘用她们的所有时间去服务奎师那，她们的行为都是在这种情感之中。有时候，在早上七点左右，她们会停止她们所做的事情，聚集到雅淑姐的家来。为什么？来看奎师那。祂是如此地漂亮，这可以使她们爱祂多于爱她们自己的儿子。她们太渴望奎师那了：“噢，我们很希望奎师那是我们的儿子，那么，我们也可以给祂喂我们的人奶，和充满爱意和情感地为祂服务。”

小孩子的摔角

所有的牧牛姑娘都这样想，奶牛也是这样想！有时候，奶牛会来到南达哥拉玛-奎师那的牧场，它们站在等待着。奎师那和巴拉德瓦常常会走出来，躺在牠们下面的地上，奶牛的乳房会自发性的把牛奶射进祂们的嘴里。奶牛会想，“如果奎师那是我儿子的话！那么，我能够给祂吃我的奶，给祂我的爱意和感情。”在 Vraja，处处都有这种感情。

当奎师那和巴拉德瓦一岁多的时候，祂们能够站起来和走几步路、有时候祂们也会摔倒。那些牧牛姑娘会来看祂们，她们把自己分为两个小组。一组是支持巴拉德瓦，另一组支持奎师那。

支持奎师那的牧牛姑娘宣布，“奎师那这么强壮，祂一定能够击败巴拉德瓦。”

巴拉德瓦 Prabhu 的小组和她们争论：“不，不，巴拉德

瓦比奎师那更强壮。”支持奎师那的牧牛姑娘说，“如果奎师那能够击败巴拉德瓦的话，我会给奎师那一个 laddu（拉度-甜饼）。”支持巴拉德瓦 Prabhu 的牧牛姑娘说，“如果巴拉德瓦能够打赢的话，那么我们会给巴拉德瓦一个拉度-甜饼。”

奎师那和巴拉德瓦能够明白是怎么回事，就这样，牧牛姑娘鼓励他们兄弟俩一起摔角。奎师那和巴拉德瓦都光着小屁股。他们俩面对面地站着，象成年摔角手那样开始拍打对方的大腿和胸部。然后，他们抓紧对方想把对方摔倒在地上，但是，他们打了平手。有时候，巴拉德瓦差不多打败奎师那，噢！奎师那及时反抗，他快要打败巴拉德瓦、然后，巴拉德瓦又快要打败他。他们就这样摔打着 - 推来推去 - 每个人都很开心，又唱又拍打手掌。观看他们摔角令所有的牧牛姑娘都感到极度地高兴。

爱的抱怨

现在，奎师那长大也长高了。他经常戴着一条发出悦耳丁铃声的黄金腰链。奎师那总是想，“那种声音是从哪里传来的？”他总是这里看看那里看看，就是没有觉察到是从他自己身上发出来的声音。

牧牛姑娘还是常常来看奎师那，可是她们现在是来向妈妈雅淑姐投诉她的儿子：“有时候，奎师那跑到我们家来偷吃我们的奶油，甚至当我们把它藏在不同的地方，他也是知

道。祂有那么多朋友 - Sudama 苏达玛, Sridama 苏利达玛, Subala 苏巴拉, Madhumangala 玛度曼咖拉。祂们总是和奎师那在一起。祂们好像胡闹的小猴子。”奎师那的小朋友们都是象四个 Kumaras 库玛拉那样光着身子, 祂们每时每刻都和奎师那在一起。

当牧牛姑娘来妈妈雅淑姐面前投诉奎师那时, 她们其实一点都不生气、相反地, 她们很同情雅淑姐。她们认为, “雅淑姐不比我们幸运。奎师那来到我们家里, 到处玩耍, 按祂自己的可爱愿望偷拿东西, 可是祂却不在祂自己的家里偷东西, 也不会在那里这么可爱地玩耍。所以, 雅淑姐不比我们幸运, 因为, 她没有看到这些甜蜜的逍遥时光。我们真的很幸运。”表面上, 她们好像是来向雅淑姐告状, 实际上, 她们只是假装告状而已, 这样她们能够从事讲述 krishna-katha 奎师那-卡塔-奎师那的甜蜜行为, 和让雅淑姐知道她的儿子是多么的可爱。

雅淑姐的女朋友们会告诉她这些故事: “噢! 你的儿子变得非常调皮, 祂跑到我们家来, 祂玩很多调皮的花招, 祂偷了我们的奶油, 然后, 祂拿去给祂的小朋友吃, 甚至还给那些猴子吃。

有时候, 祂会想出一个调皮的计划, 告诉祂其中的一个小朋友: “当我们藏在树下面或是房子外面能够隐藏的地方时, 你就去你妈妈那里, 告诉她, ‘噢, 快来呀! 不知道是

谁解开了牛犊的系绳，它自由了。它现在正在吃它妈妈的奶，很快就什么都没有啦。’”

“当小朋友这样告诉祂的妈妈时，牧牛姑娘会去追赶牛犊，当她不在的时候，奎师那和祂的小朋友们立即进入她的房子里，偷奶油和其它祂们想要偷的东西。”

有时候，牧牛姑娘会藏在她自己的家里，她想，“奎师那肯定会来，那么，我会抓住祂。”毫无疑问，奎师那会爬进来把祂的小手伸进奶油罐里。牧牛姑娘会突然地抓住奎师那并指责祂，“噢！你在我家里偷东西？”

奎师那会说，“噢，妈妈，我来这里是因为我以为这里就是我的家，你就是我的妈妈。我从来都没有想过你不是我的妈妈，我当然也没有想过你会抓住我和打我。”这样说着祂开始笑了，牧牛姑娘的心也变软了。尽管她抓住奎师那的手腕，祂猛拉出祂的小手就跑掉了。

跑掉的牛犊

有一天，一个牧牛姑娘来告诉妈妈雅淑姐，“今天我当场抓到你的儿子奎师那，当时祂的手正在奶油缸里。我问祂，‘你为什么来这里？你是不是想来偷奶油？’”

“不，不是的，妈妈！我是在寻找我的牛犊。今天我和它一起玩耍，然后它跑掉了。所以我就跟踪它，但是它跳进这个缸里。”

“噢，你的牛犊跳进这个缸里，是不是真的？”

“是的，妈妈，’ 你的儿子很天真地回答，当祂把祂的手从奶油缸里抽出来的时候，祂正好抓紧一个玻璃玩具牛犊！然后祂和祂的小朋友们都笑开了，祂们很快地跑掉了。

奎师那是至尊人格首神，祂总是想取悦祂的奉献者。奎师那的其它化身都不象祂。每个人都能够崇拜奎师那，但是奎师那却想崇拜祂的纯粹奉献者，为他们服务，实现他们的愿望。在 Vraja，奎师那的纯粹奉献者想，“我真的希望奎师那能来我家里偷我的奶油，” 所以，奎师那才会来。不然的话，奎师那不会到任何人的家里去偷东西。

奎师那只接受爱意和感情

奎师那只会接受有爱意和有感情的供奉品。很多年后，当祂在 Hastinapura (哈苏提那普拉-地名) 时，展现了一个很清楚例子。

有一天，奎师那去探望 Arjuna (阿俊那) 和他的四个兄弟，他们都是祂的好朋友和奉献者。Duryodhana (度尤达那)，他也是住在哈士提那堡，他是 Arjuna 和其它兄弟的发誓宣布敌人 (后来他们在 Kurukshetra-库茹之野-战场交战)，他想宴请奎师那。Duryodhana 很富有，所以，他准备的美味食品 - 有 laddu (拉度)，pera (皮拉)，kicodi (其错地)，puris (普利)，和 makham (玛看) - 装在金制的盘子里，水装在金制的杯子里。然后，他请求奎师那：“来吧，请和我一起用餐。”

奎师那拒绝：“我什么都吃不下，因为，我没有胃口。我只能吃有爱意和感情的东西，但是，我不会和你一起用餐的。因为你对我没有爱意和感情！除此之外，我来哈士提那堡是要给你一个特别提议，可是，你没有遵守它。我又怎么能够和你一起用餐呢？我又不是乞丐，而且，我也不饿。”

美味的香蕉皮

和 Duryodhana 谈话后，奎师那去了 Vidura（维度拉）的家。Vidura 是奎师那的奉献者，他也是 Arjuna 和他四个兄弟的挚友、其实，他在几次极危险的时候拯救了他们。就是这个原因，奎师那特别喜欢 Vidura。

当奎师那来到 Vidura 家的时候，碰巧 Vidura 不在他家里，奎师那就向他的妻子 Vidurani（维度拉妮）恳求，“噢，妈妈 Vidurani，我很饿！请给我一些东西吃。” Vidurani 很爱奎师那，她也渴望能为祂服务。她开始供奉香蕉给祂吃，但是，在忙乱之中她把香蕉肉扔掉，给了祂香蕉皮。奎师那友好地接受了香蕉皮，愉快地品尝着。对于祂来说，这香蕉皮比祂的皇后 Rukmini（鲁克迷妮）和 Satyabhama（莎提亚芭玛）在 Dvaraka（得瓦拉卡）为祂准备的供奉品更美味得多。

正当奎师那完全地集中于接受 Vidurani 给祂的香蕉皮时，Vidura 回来了。他为他所见到的情景感到吃惊，他叫道：

“噢，Vidurani！你在干什么？”

奎师那劝告他：“不要说她。她没有外在的感觉。她是完全地集中于超然的爱意和感情之中。”听到她的丈夫的话，Vidurani 总算恢复外在的感觉，她也很快明白是怎么回事。这回她给奎师那吃香蕉肉，把香蕉皮扔掉。

奎师那有一点失望：“噢！这香蕉肉不比香蕉皮好吃。”

从这段逍遥时光里，我们可以知道奎师那不是饿。祂不想品尝香蕉、rabadi（拉巴迪）、牛奶或者其它的东西。祂只想品尝爱的精华。什么是精华？那是爱意和感情，供奉品的奉献情感。

奎师那不会接受任何对祂没有爱意的人，他们供奉给祂的供奉品。相反的，如果祂亲爱的奉献者没有给够祂要的东西，祂会强行地拿走祂要的东西。当奎师那以祂自己奉献者 Caitanya Mahaprabhu（采塔尼亚-玛哈坡拉埠）的身份展现时，祂总是和祂亲爱的奉献者 Sridhara（苏利达拉）争吵，总是拿走 Sridhara 正在卖的东西。Sridhara 常常反驳：“不，你不给钱，我是不会给你这些东西的！我是一个穷人，”他或者说，“你不应该拿我的这些东西。你可以去和别人要。”但是，Mahaprabhu 还是会常常地去拿他的 moca（摩差），香蕉粉和其它别的东西。这是奎师那的本性。

奎师那不是个乞丐。祂充满着才富，然而，祂会来 Vraja 服务祂的同伴们，也会和他们一起玩耍。

奎师那的失望

奎师那长大了一些。有一天，雅淑姐告诉祂，“今天是你的生日。你去牵一头小母牛来敬拜。”

奎师那变得很开心。祂跑出去选出一头漂亮的小母牛，它好像白天鹅那样雪白。牛犊很健康，又结实又强壮，牠跳来跳去。奎师那想抓住牠，但是，祂白做不到，因为，牠总是跳个不停。经过很大的挣扎，祂终于抓住牠，然后，祂想把牠牵进院子里。祂想绑住牠的四条腿，但是，小母牛拒绝祂的绑架。所以，祂们又有了另一场摔角比赛。奎师那总算把它牵进院子里，正在此时，祂突然发现绳子上面吊着一个缸子。祂立即就能明白那个缸子里肯定装满了甜奶油。

一舜间，奎师那想吃奶油的强烈欲望令祂忘记了要把小母牛牵进院子里的事。可是，祂怎样才能拿到奶油？它被吊在高高的檐上，那里面又没有梯子，或者任何可以站上去的东西。当祂和祂的小朋友们一起的时候，祂会爬上他们的背，一个接一个，越接越高，直到祂能够拿到奶油为止。可是，祂的小朋友们都不在那里，又没有棍子，怎么办？

仔细考虑之后，奎师那觉得：“如果我站在小母牛背上的话，那么我就能够轻而易举在拿到奶油。”祂设法爬上小母牛的背上，当祂站直时，祂的手正好够长可以伸进缸子里。就在此时，正巧小母牛忽然跳起来跑掉了。可爱的奎师那已把祂的一只手臂都伸进缸子里了，所以，当小母牛跑掉时，祂被摇晃地吊在那里。现在，祂害怕地叫起来：“噢妈妈！”

妈妈！妈妈！” 祂痛苦地哭着。

妈咪雅淑姐正在搅拌奶油，当她听到奎师那哭着在叫她，她笑着跑出去帮助祂。当她看到祂被吊在上面，她就明白是怎么回事。

“你就这样吊着吧！”她对祂说。“我不但不会去碰*的。而且，我还要惩罚*的调皮行为。我再也不会帮助*！”

奎师那哭得更大声：“妈妈！妈妈！妈妈！”雅淑姐当然是把祂放下来。

童年时期的奎师那是特别地调皮，因此，祂才能够得到牧牛姑娘的很多爱意和感情，特别是祂妈妈的爱意和感情。

被抓住的现行犯

有一天，雅淑姐的牧牛姑娘女朋友告诉她一个关于奎师那的胡闹行为故事。“今天早上，奎师那跑去我家里偷吃奶油。祂到那里之后，看到所有的东西都被小心地贮藏起来，那里根本没有奶油可以给祂偷。我的小孩子正在睡觉，可是，奎师那却用大力把他捏醒，他就开始哭了。如果我们不在家里放些奶油给祂去偷的话，那么，祂会做出这样恐怖的事情。而且，如果祂找到的奶油是祂不喜欢的，那么，祂会把缸子都打烂掉。”

当雅淑姐听完这个故事后，她在想：“我想，奎师那变得太调皮，到别人家里去偷奶油。我应该好好地教教祂。”

同时，她的牧牛姑娘女朋友认为：“雅淑姐不会相信我们对

她说的，关于她儿子的所作所为。我会在我家里等待奎师那，当祂来的时候，我会现场把祂抓挂，然后，再把祂带来给雅淑姐。那么，她会知道她的儿子是多么地调皮。”

一大早，天空还很黑暗，奎师那一个人跑到她的家里。祂到处偷吃奶油，祂想：“没有人会抓到我的。”可是，那个藏起来的牧牛姑娘正等待着去抓祂。当奎师那来偷吃她的奶油时，她在她隐藏的地方看着祂。她突然袭击祂，并且当场抓住了祂。“噢，我会把你带去见妈妈雅淑姐！”她兴奋地叫着。“下次我们再对她说，她的儿子是一个大小偷，那么，她就会相信我们。”

牧牛姑娘用一块毯子（chaddar-差达）把奎师那包住，她要把祂当作俘虏交给妈咪雅淑姐。她一来到雅淑姐的家就大叫：“噢雅淑姐！噢雅淑姐！你看看！我当场抓到你的儿子啦！祂变成一个小偷了！在这之前，你都不会相信我说的话，但是，今天你一定会相信我。”

雅淑姐走出来迎接她的女朋友，在路过时，她看到奎师那还在床上睡着。她迷惑地问：“我的儿子在哪里？”牧牛姑娘用打开那块包着奎师那的毯子来回答她：“噢！”她们都奇怪地看到被毯子(chaddar)包住的那个人是牧牛姑娘自己的儿子，不是奎师那！

奎师那从睡房里走出来，哭着说，“噢妈妈！噢妈妈！你看看！她们都在说我的坏话。我从来都没有去过她们的家。

她们都是骗子！现在，我要真正地去偷她们的奶油！”

第三章

被爱所绑

妈咪雅淑姐的美丽

当雅淑姐正在做家务时，她想着怎样才能满足奎师那对奶油的欲望。“所有的牧牛姑娘都充满爱意和感情地亲手为奎师那做奶油吃，”她想。“那种奶油是甜美的。到此为止，我还没有亲手做过奶油、全部都是我的仆人和女佣为我做好。从现在开始，我要亲手去挤牛奶，煮牛奶，然后，我会亲自用它来做很甜美的酸奶，我会自己搅拌酸奶，这样，我做的奶油就会很甜美，奎师那也会很快乐和很喜欢吃。”

作出了这个决定之后，在 Diwali（迪瓦利）的那天，雅淑姐叫所有的仆人和女佣都去奎师那的父亲南达-巴巴的哥哥屋帕南达的家。她甚至还叫妈咪 Rohini 和巴拉德瓦也去，因为，Rohini 那里没有人去帮助做 Diwali 的饭菜。

当红色的太阳刚升起在柔和安静的清晨时，雅淑姐自己留在家搅拌酸奶。雅淑姐很美丽，不然的话，奎师那怎么会有那么漂亮呢？如果她的妈妈很丑的话，那么，她的儿子又怎么会漂亮。

我们怎样才能描述雅淑姐的美丽？她的乳房很丰满，好像她往下一弯就会拆断她那苗条的腰。她穿着很好的绸缎衣裳。当时，印度的绸缎服装设计技术很发达。一件标准的女性衣裳-纱利大约有十码长，织布工的经验很好，这样一整

件 sari 可以从一个象手指甲大的小孔拉过、服装也非常出色。为了庆祝 Diwali 节，雅淑姐特别穿了一件极好的绸缎衣裳，她的女性美透过她那美丽的衣裳。

妈咪雅淑姐正准备搅拌。她把酸奶缸放在一个柱子的旁边，用一条细绳支撑着放在罐里的搅拌棍。然后，她拉着绑在搅拌棍上的两头绳子，开始搅拌。她很漂亮，又能干又有智慧。所以，奎师那才有那么迷人，如果有千万个人看着他的行动，他也会夺走每个人的注意力。男孩子天生就有那种品质。当雅淑姐正在搅拌的时候，她的心情是怎么样的？她回忆起 Bala 小奎师那孩童时期的甜蜜逍遥时光，她唱着：

Govinda Damodara Madhaveti,

Govinda Damodara Madhaveti,

Govinda Damodara Madhaveti,

Govinda Damodara Madhaveti,

雅淑姐全神贯注地唱着，想着奎师那。她的心被融化了，她闭上双眼，爱的泪水在她的脸颊上流淌着。

雅淑姐的歌唱

当奉献者歌唱赞美奎师那的圣歌时，他们用一种特别的鼓伴奏着-Mridanga。Mridanga 大的那头发出重音，“Tan! Tan!(当!当)”，小的那头发出，“Dik! Dik!(迪可!迪可)”，歌唱者也敲打着小铁钹-karatalas，它们发出象钟鸣的甜美和有节奏的声音。

妈咪雅淑姐正在又唱又搅拌，插在罐子里的那支搅拌棍的有节奏动作发出好像鼓的声音：“Dik, dik, tan! Dik, dik, tan! 同时，戴在她脖子上的金项链和她的手镯发出好像铁钹的甜美声音。雅淑姐在这种“Dik tan! Dik tak! 的伴奏下轻唱着。

搅拌的声音‘dik tan’唱着，“呸那些不崇拜和不记得奎师那的人们，呸他们！呸他们！Dik-tan! Dik-tan!”

奎师那寻找雅淑姐

当雅淑姐正完全地集中在这种感情的时候。就在此时，奎师那在祂和祂的妈妈一起睡觉的床上醒来。祂的眼睛还是闭着，但祂用手找寻着祂的妈妈。祂轻声地哭着，“妈！妈！妈！”当祂发现祂的妈妈不在那里的时候，祂开始大声地哭着，用祂的小拳头揉着祂困乏的双眼。它们开始时没有眼泪，祂只是抹掉了祂妈妈在祂那又大，又长，又象莲花瓣的大眼睛上画的黑眼线（kajal-卡家）。

当奎师那找不到祂的妈妈时，祂开始哭着说：“我刚刚睡醒，我又很饿，妈妈留下了我，不知道她到哪里去了。”祂哭着，好像普通的小孩子哭着要妈妈那样。过了一会，祂听到搅拌的声音，祂才明白祂的妈妈是听不到祂的。“噢，她在那里‘dik-tan!’‘dik-tan!’地搅拌着，她唱着，‘Govinda Damodara Madhaveti’，因此，她听不见我在叫她。”

祂开始哭得更大声了，但是，祂的妈妈还是没有过来看祂。现在，祂想爬下床去，可是床太高了，但是，怎么样祂才能爬下来？作为至尊主，祂是无限的，整个宇宙都在祂的身上，可是现在，以小孩子的身份展现，祂连从床上爬下来都有困难。

奎师那躺下来，把祂的脚往床边放，开始很小心和逐渐地让自己躺着向下滑。慢慢地往下滑直到祂的脚碰到地上，之后，祂开始向祂妈妈的方向走去。

祂摇晃不定地走着，一下子晃过这边，一下子晃过那边，那是因为祂还很困乏。祂哭着，泪水从祂的脸颊往下流淌着。祂的眼泪象圣河恒河 Gangas 那样地洁白，画上去的黑眼线 kajal 好像圣河亚姆娜那样地黑 Yamuna。奎师那也是黑色的，所以，黑色的 kajal 令祂变得更黑。祂现在越哭越大声了，但是，雅淑姐全神贯注和大声地唱着和搅拌着，她还是没有听到祂的哭声。

最后，小奎师那来到雅淑姐的面前，祂用左手抓住她的搅拌棍，用右手抓住她面纱的角。雅淑姐还是全神贯注地，“可是，”她觉得奇怪：“是什么停止了我们的搅拌动作？”然后，她看到她的小奎师那就在她的后面。

“噢，奎师那来了，祂哭了。”

雅淑姐马上停止搅拌，她把奎师那抱在她的腿上坐。祂还哭着，她用她的面纱给祂擦拭眼泪，开始减轻祂的忧伤。

她安慰着祂，抚摸着祂，她也给祂喂奶吃。

失望的牛奶

现在，奎师那不哭了，可是，雅淑姐她自己开始哭了。她默默地哭着，爱的泪水在她脸颊上慢慢地往下流着。同时，超然奉爱的陶醉使她毛发直竖。高级奉献者体验着八种超然陶醉的身体征兆，这些征兆开始显示在雅淑姐的身上。她的眼睛不断地流着眼泪，她的身体颤抖着，她也开始流汗了。她完全地沉醉于对奎师那的超然母爱之中，奎师那也完全地享受着这种母爱。奎师那吃了一阵子奶，但是，祂还没有满足，因为，祂已经饿了很长时间。就在此时，雅淑姐看到她正在煮的牛奶从缸里滚出来了。

雅淑姐知道牛奶也是一个奉献者，它想：“我想要服务奎师那，但是，奎师那的肚子大得能够容纳整个世界，而且雅淑姐的奶水也可以灌满无数千百万个牛奶海洋。奎师那的食欲是无限的，祂的肚子也是无限的，而雅淑姐有无限的奶水海洋。如果奎师那吃雅淑姐的奶水吃了无数个百万年，它也不会被吃尽。在这一生中，我永远都没有机会为奎师那服务，所以，活着还有什么作用？如果我现在死了更好。”所以，牛奶就滚出来了。

灵性导师帮助奉献者

无论在那里，你都可以发现奉献者的奉爱征兆，它们表示奉献者觉悟到的强烈分离情感：“我的身体，我的心意和

我所有的感官都没有服务奎师那。让我死吧。活着还有什么作用？”

我们不会这样想。我们还没有这种愿望。为什么没有呢？因为，我们的灵修没有达到这种程度。当这种强烈的愿望出现在我们的灵修时，奎师那会立即出现，会给予我们对祂的服务。或者好像雅淑姐这样的奉献者会给我们机会服务奎师那，从事祂的服务。

当雅淑姐知道了牛奶正绝望地往火里跳的时候，她告诉它：“好吧，我先让你服务奎师那，然后，我再为奎师那服务。”一个真正的 bhakta，一个好像这样的导师 guru - 他使初学和刚学的奉献者能够为奎师那服务。Gurudeva 的服务是使有资格的灵魂和那些有愿望的灵魂去从事奎师那的服务。妈咪雅淑姐好像一个对奎师那有母爱的导师，为了要去帮助牛奶，她很快地把奎师那放下来，就跑去关火。这是 guru 的爱好和心情，帮助别人去服务奎师那。这是他的第一个任务。这就是为什么妈咪雅淑姐要把奎师那放到一边的原因。

雅淑姐击败奎师那

奎师那刚刚出生之后，当祂只有六天大的时候，有一个名叫 Putana（普塔娜）的女妖来到 Vrindavana 试着想杀害祂。她把毒品擦在她的乳房，变成一个非常漂亮的女人。当她给小奎师那喂奶时，祂开始吸走了她的生命气。这女妖有好像几千只大象的力量，但是，尽管她想把奎师那从她的乳

房推开，但是，她无法从祂的紧抓中逃脱出来，她死了。

现在，奎师那是又大和又壮，当祂知道雅淑姐要把祂放下时，祂好像一只小猴子那样紧紧地抓住她。祂展开祂的两只手和两条腿紧紧地抱住她。嘴巴紧紧地吸着她的乳头。祂的全部感官都用上了，祂下定决心，“我不会放弃我在雅淑姐腿上的位置！”

奎师那是至尊人格首神，祂拥有所有的财富。祂有力量征服整个世界，包括所有威力极大的恶魔，例如：Kesi（肯喜）、Agha（阿咖）、Baka（巴卡）、Putana（普塔那）、Hiranyakashipu（余拉尼卡术普）和 Ravana（拉瓦那）。尽管如此，祂却没有能力阻止祂的妈妈把祂放在地上！妈咪雅淑姐能够轻易地征服祂。“你应该坐在这里，”她告诉祂。任凭奎师那怎么努力都无济于事，她轻而易举地用一只手就把祂从她的腿上抱下来。奎师那显得无能为力。

这对于每个人来说，都是一个好例子。如果任何一个人对奎师那有这么深刻和强烈的 bhakti，奎师那就会好像小孩子那样受到控制。依照祂的逍遥时光能量 Yogamaya（瑜珈玛亚）的安排，祂的无限能量离祂而去，祂变得很无助。

当雅淑姐离开祂时，祂还想继续吃奶，祂开始大声地哭，祂很生气：“她没有满足我的饥饿，她还抛下我去，服务那牛奶。”

仆人的仆人

这段逍遥时光清楚地告诉我们，服务奎师那的人们也同样服务那些用来服务奎师那的物品：用具，服装，笛子，孔雀毛和其它所有的用品。雅淑姐关心这些多于关心奎师那。为什么？这是这个世界里的 bhakta 本性。这是很难理解的，但是，有一些例子会帮助我们去理解。

当奎师那把衣服弄脏的时候，雅淑姐会给祂一个耳光。“噢，你这么调皮！”她会这样说。“我刚刚才把衣服洗干净，你又把它们给弄脏了。”

现在，当牛奶滚出来的时候，雅淑姐把奎师那放在一边，不管奎师那还在哭，她走去救牛奶。为什么？这牛奶有什么那么特别？牛奶的主要目的是用来服务奎师那，但是，雅淑姐先前的行为正好是相反的：她准备先去满足牛奶，然后再去满足奎师那。

为什么她把奎师那放在一边不管，却跑去服务牛奶——即使祂在哭她还是这样做？当祂把衣服弄脏的时候，她给祂一个耳光的道理是同样的。牛奶是用来服务奎师那，衣服也一样是用来服务奎师那。

这是纯粹 bhakti 的本性（超然的奉献服务）。奎师那喜欢那些直接为祂做服务的人们，祂更喜欢那些为祂的奉献者做服务的人们。奉献者的仆人更能取悦奎师那。我们应该试着去明白这种概念、这是很重要的。

例如，Srimati Radhika（苏莉玛提-拉迪卡）是奎师那

的至爱奉献者，所以，为她做服务的人们比那些直接服务奎师那的人们更能取悦奎师那。如果有人为 Srimati Radhika 的仆人 Rupa Manjari（鲁帕-曼佳莉）做服务的话，奎师那会说，“你是 Rupa Manjari 的仆人？噢，我应该给你所有。你需要什么？”

这是奉爱的本性。

因为爱而变得软弱

特别是为了奎师那，雅淑姐才去服务牛奶。雅淑姐需要那些牛奶，也需要她自己的人奶。“奎师那单单吃我的人奶是不够的，”她认为，“我的人奶不能做成甜酸奶，所以，用我的人奶又怎么能够做出奶油来？”就是因为她的人奶不能做成奶油，所以，有必要去救那些从缸子里滚出来的牛奶，所以，她就走了。

可是，奎师那正在哭。

现在，如果奎师那在哭的话，我们应该明白什么？祂是不是生气了？表面上，祂好像在生气，但是，实际上，祂非常开心 - 噢！很快乐 - 尽管祂是哭着。

奎师那想，“我的妈妈没有满足我就走了，我会给她一个教训。我要给她胡闹。”

祂站起来想弄翻那个装着酸奶的缸子，可是，祂没有足够的力气去推动它。虽然以前祂也曾经杀死女妖 Putana，雅淑姐对祂的爱令祂变成一个小男孩，祂很软弱甚至不能移动

或者摇晃这个缸子。

哪里有超越的爱情和感情，奎师那就会忘却祂的所有财富，和至尊人格首神所能做的事情。所以，此刻，祂忘记了祂的财富，祂变得无知和软弱。

打破酸奶缸

“怎么办？”奎师那自己想着。“我不能把缸子弄翻，那么，我要试着把它打破。缸子的上头很厚，但是底部很薄，如果我用槌来敲它，它就会破。”祂就这样做了，祂拿起槌在缸子的底部打了一个洞。因为那个洞就在缸子的下面，里面的压力形成一个从缸子里喷出白色酸奶的美丽喷射机，横过厨房的地上。

当奎师那看到四处流着酸奶的时候，祂变得很快乐，祂开始又笑又拍手掌。过了一会儿，祂想，“噢！如果被妈妈雅淑姐看到我的话，她会惩罚我的。”祂立即变得很害怕，祂决定最好是离开这个是非之地。

奎师那离开了那个地方，走进附近的一间房间里。祂一边走一边想，“我要隐藏起来，那样妈妈就找不到我。”依照祂的逍遥时光能量 Yogamaya（瑜珈玛亚）的安排，祂的行为就好像一个普通的小男孩。所以，祂没有发现祂在流淌的酸奶中涉水所留下的，让祂的妈妈跟踪祂的，既甜美又可爱的酸奶脚印。

奎师那报答祂的奉献者

奎师那走进另一个房间，在那里，祂看到一个碾钵，在它上边的绳子上放着一个奶油缸子。当祂看到奶油时，祂就口水直流。祂爬到碾钵的最上面，开始吃奶油，并且把它喂给一大群猴子和乌鸦吃。

奎师那很快乐，祂想，“在我以前的化身-Ramacandra，当我住在森林的时候，猴子们帮了我很多忙。为了建造那坐通往 Lanka（兰卡）的大桥，它们夜以继日地勤劳工作，在那个时候，我没有给他们吃饱睡好。现在，我给他们吃这些奶油。而这些乌鸦曾经出现在我最亲爱的仆人 Kakabhushandhir（卡卡布上迪）的朝代，所以，我也喂给它们吃。

就在此时，当奎师那正愉快地喂着乌鸦和猴子吃奶油的时候，妈妈雅淑姐回到她和奎师那坐过的那间房间，她看到被打破的酸奶缸。她就跟随着酸奶小偷的脚印痕迹，走近那间奎师那正在喂猴子的房间。这间房间有两个门，一个对着房子里面的房间，另一个门对着外面的院子。奎师那是从内院走进这间房间的，所以，祂的背朝着那边。妈妈雅淑姐从这个门进来，悄悄地向祂走去，神秘地象一只灵巧和静静地走在干叶上的小猫。

奎师那没有发现祂的妈妈正走近祂，但是，当猴子和乌鸦看到她时，它们开始四处散开并飞走了。当奎师那看到猴子和乌鸦都走了，祂想：“噢，你们要去哪里？”然后，祂才发

觉：“哟！有人在房间里！”当妈咪雅淑姐正要去抓衤的时候，衤正好转过脸来从衤的肩膀边看到她：“噢，妈咪来了！”衤很快地从碾钵跳下来就跑掉了。

至尊主的曲折跑道

奎师那以最快的速度跑着，妈咪雅淑姐也开始跑着去追赶衤，“噢！你这个猴子的朋友！”她在后面叫着，“你给我过来！”奎师那以曲折的方式跑着，但是，雅淑姐跑得不快，因为她有丰满的胸部和苗条的细腰。

奎师那很聪明，这样她就很难追上衤和抓到衤。尽管如此，衤认为最后她还是会抓到衤，所以，衤有了一个主意：

“我不在房间里跑、我跑出去。”按照韦达文化，女士们不会单独在公共场所露面。奎师那知道，如果要在街道上追赶衤的话，衤的妈妈会感到难为情，所以，衤想：“我要跑到外面去，这样她就不会再来追赶我。”

感情的速度

奎师那跑出去了，妈妈雅淑姐跑到门口，看着衤，她想：“怎么办？”她左看看，右望望，发现没有人在看她，她也跑了出去了，并且开始去追赶她的调皮儿子。

妈妈雅淑姐终于赶上了奎师那，她用她的左手抓住衤的右手，她的另一只手拿着一支棍子，奎师那很害怕那支棍子，衤在她的双腿那里躲来躲去。

在这里这是一个很好的教导。奎师那是我们想要达到的

目标。奉献者想要达到这个目标地实践。奎师那是实践者的奉爱目标。当奎师那从妈咪雅淑姐身边跑开时，那她必须跑得比祂更快，她才能抓到祂。奉献者应该用这种方法来实践，那么，他们的爱情和感情就能够超越奎师那的爱。

奎师那对祂的奉献者有感情，祂的奉献者对他们亲爱的奎师那也有感情。如果这种爱是相等的—也就是说，奎师那爱祂的奉献者和祂的奉献者爱祂的程度是一样的话—那么奎师那就不会受到控制。然而，如果一个奉献者对奎师那的爱情和感情超越过奎师那对他的爱，这个奉献者就能够控制奎师那。奎师那对祂的妈妈有深深的爱意和感情，但是，妈妈雅淑姐对祂有更深的爱意和感情，比较之下她对祂的爱超越过祂对她的爱，所以，她才能够抓到祂。这是一个隐蔽的结论。

爱的争吵

妈妈雅淑姐抓住奎师那，并且开始责备祂：“我会好好地打你一顿！”她吓唬祂。“我知道祢挨家挨户地偷东西。祢这个小偷（caura-错拉）。”

奎师那答道：“噢！你为什么说我是小偷？在我和 Nanda Baba 的朝代里没有人是小偷。也许在你们的朝代里有一个小偷。”

祂脸皮很厚。祂曾经听到妈咪雅淑姐和 Nanda Baba 谈论起妈妈雅淑姐的一个祖先名叫 Cuara Ghosh。Caure 意指

小偷。奎师那现在记起在妈妈雅淑姐的朝代有一个名叫 Cuara 的人，所以，祂告诉她：“在我的朝代没有人叫 caura，但是，在你的朝代里倒是有一个 Caura。”

“为什么你要惩罚我？”奎师那天真地反驳。“我做错什么啦？”

“酸奶缸子是怎么破的？”

“那是至尊主的惩罚，”奎师那说。

“是谁喂奶油给猴子吃的？”

“那个制造猴子的人，祂喂给猴子吃的。”奎师那说。

妈咪雅淑姐有点生气，但她又觉得好笑。“现在，祢老实地告诉我！”她说。“是谁打破了酸奶缸？”

奎师那解释：“噢妈妈！当你跑去看滚出来的牛奶时，你很匆忙地走进厨房，在急忙之中，你那沉重的踝铃打到了酸奶缸，所以它就破了。我是什么都没有做过。”

“这是真的吗？如果是这样，那么，为什么祢会满脸都是奶油？”

奎师那说：“噢妈咪！每天都有一只猴子来这里偷吃奶油，可是今天它被我抓到了。它从缸子里抽出它的手就跑了，但是它手上的奶油涂得我满脸都是。你坦白地告诉我，因为这个我还要被责备吗？你还叫我做小偷，又说要打我。”

“噢！祢这个骗子。”

爱意和感情捆绑了奎师那

妈咪雅淑姐想着：“我应该怎么办？我的儿子这么好动，祂或许会设法跑出去。还有，如果我不惩罚祂的胡闹，也许祂长大了就会变成一个土匪。”最后，她有了决定，她告诉奎师那：“这个碾钵帮你偷了奶油，那么，我就把祢们绑在一起惩罚祢。”

妈咪雅淑姐拿来一条绳子试着绑奎师那，可是那条绳子差两个手指宽的长度，因此她叫她的仆人去拿来另一条绳子。奇怪的是两条绳子结在一起，不知怎地还是差那两个手指宽的长度。现在，她的女朋友也开始把她们家里的绳子都拿来了，可是不管多少条绳子结在一起，绳子总是短了一点。

Gopis (牧牛姑娘) 又笑又拍她们的手掌，她们告诉妈咪雅淑姐：“噢 sakhi, 在祂的额头上没有写着祂会被绑的字。这不是祂的命运。”

雅淑姐想：“祂是我的儿子，祂是我生的。如果我绑不了祂，那会很难堪的。叫我怎么再去面对我的 sakhis?” 从早上到中午，她重复地试着绑奎师那。她越来越累了，她的脸很红，她的呼吸很重。她流着汗，插在她的头发上的花朵也掉了。

最后，妈咪雅淑姐请求她的崇拜神像 Narayana 的庇护：“噢 Narayana! 噢至尊人格首神! 请帮助我绑我的儿子吧!” 就在那个时候，(至尊人格首神听到她的祈求)，奎师那看到祂妈妈的辛苦劳动，就允许她绑祂。祂的逍遥时光力量

Yogamaya 立即扩展她的影响，妈咪雅淑姐取下她绑头发的小绳，很容易地就绑住了奎师那。

绳子总是差两个手指宽的长度是意味着什么？一个手指表示我们自己对实践奉献服务的刻苦努力。第二个手指表示奎师那的仁慈。当奎师那看到我们重复和真诚努力服务祂时，祂的心会被怜悯所软化。在那个时候，借助祂的无限仁慈，祂允许祂自己被奉献者的爱所绑。

第四章

处处是爱

雅淑姐的疑惑

当妈咪雅淑姐绑住奎师那之后，她走进房子里继续做她的家务。她搅拌着，可是，她的心意却不在那里。她变得有点不安，总是想着奎师那。

“为什么我要绑住祂？”她想。“我真不应该那样做。可是事实上，我绑住祂是正确的。要不然，祂会做出更多调皮的事情。”她反复地想，认为她是不对的。“祂那么温柔和可爱，我却给祂那么多的痛苦。不，不是给祂。我给我自己太多的痛苦。我给我的心带来太多的麻烦。”

我能够怎么办？奎师那那么生气，我恐怕如果我把祂的绳子解开，祂会在整个 Vraja 里徘徊，我将无法控制祂的行为。这个时候最好还是让祂留在那里。”然而，她又无法安静下来。她从房间里继续不断地监视着祂，看祂会做些什么。

对方的一帮朋友

同时，奎师那的牧牛朋友们聚集地围绕着祂，他们开始与祂开玩笑。因为他们又笑又拍手掌，奎师那也开始和他们一起笑。流在祂的脸上和身上的眼泪和眼线的混合物都干了。

现在奎师那变得比较开心，祂已经忘记了祂妈妈所做的事情。小朋友们说：“我们为什么不去解开奎师那的绳子，

让祂自由呢？”

奎师那热情地说：“是的，是的！我的手伸不到碾缸的那边去解开绳子，所以，你们应该解开它。”祂的所有朋友一个接着一个地试着解开绳子，可是那个结被打得太紧了，他们谁也解不开它。然而，他们还是一个接一个地试着。当一个朋友失败了，另一个会说：“噢你解不开它的，看我的，”然后，他从别人手中夺过那个结就自己试着去解开它。每个人都失败了几次，但是，他们还是继续把别人从那里推开，试了又试。

奎师那的搞笑朋友 Madhumangala 特别有决心。“你们全部都是虚假的！你们根本不懂。我就能够解开它。”他很快地跑过去，把所有的人都从那里推开，他自己试着去解开它，可是他也失败了。所有的人都惊奇地笑他。

一阵吵闹喧哗后，小男孩们想：“如果巴拉德瓦在这里的话，他一下子就能够解开奎师那。那么就完事了，我们也可以做些别的事情。”

就在此时，妈妈 Rohini 和巴拉德瓦 Prabhu 正好走过来。巴拉德瓦发现一班小男孩正在院子里和奎师那玩耍，当祂看到奎师那被绑在碾缸时，祂变得极度恼怒。

“这是谁做的事？”祂说。“我会惩罚他的。”

祂非常地恼怒，就连祂的眼睛都变红了，祂的双手因为愤怒而发抖。然后，Subala 走到祂的身边，在祂的耳边细语：

“噢兄弟，别太生气了。这是妈妈雅淑姐做的事。”

“妈咪？噢，如果是她做的，那我就帮不了什么忙。”
巴拉德瓦退下来想：“这里面一定有理由。”

拯救的计划

就在这个时候，奎师那想。祂是全知的，祂想起在千年前所发生的一个逍遥时光。“我现在想起了我亲爱的奉献者 Narada 是怎样地诅咒 Nalakuvera(那拉库伟拉)和 Manigriva (玛尼果利瓦)。

Nalakuvera 和 Manigriva 是 Kuvera (库伟拉) 的儿子，他是主 Siva (施威- 毁灭主) 的朋友，主 Siva 是奎师那最亲密和挚爱的，所以这是他们之间的关系。这位非常进步和圣洁的奉献者 Narada 也是 Kuvera 的朋友。有一天，Narada 看见 Kuvera 的两个儿子和一大群来自天堂的美女正在湖里玩耍。那些美女和这两个年青人都是光着身子，他们玩着不同的游戏，如捉迷藏等。当 Narada 走近时，美女们变得害羞。她们从水里走上来赶快穿上衣服，悔悟地给他顶拜。

那两个年青人却很顽固，他们没有改变他们的行为。葡萄酒令他们极其兴奋，他们开始无耻地辱骂 Narada 和那些美女。

“这个疯子为什么跑到这里来？他是个完全无知的人。你们都是很虚假的，一看见他，你们就离开这个湖。现在兴趣已经完全受到破坏。”

这些年青人一丝不挂地站在伟大的奉献者 Narada 的面

前。他们已经丧失了羞耻和智慧。他们不懂得怎么样去尊重长者。或者一个圣洁的人。Narada 看到他们好像干树。他想，“这两个是 Sivaji 的亲近和亲爱的年青人，所以，我应该给他们上一节好课。”

重重的一针

当一个人被刺刺在皮肉上的时候他就知道什么叫做痛苦，但是一个没有经历过这种痛苦的人会很容易地把痛苦带给别人，他一点也不悔恨。我们看到人们能够切下鱼的头，和割断山羊，母牛和其它动物的喉咙，仅仅是为了吃它们的肉。如果任何人能够给这样铁石心肠的人们打清醒的一小针，他们就会恢复他们的理性和知觉，“我真不应该这样做。”一个明白自然规律的人能够理解切到手指的痛苦只是我们曾经带给别人痛苦的报应。

我们应该有注意到 (meat) 肉这个词的拼写：MEAT。它包含着 (eat) 这个吃字，EAT。它表示 “我吃它们的肉，相反地，它们也吃我的肉。”每一种行为都有它的报应。如果你辱骂别人，你也会被别人辱骂。如果你给别人一个耳光，别人也会给你一个耳光。那些被杀害的动物会出生在人的身体，它们会吃那些在前生杀害它们的人。因此，我们应该避免吃鱼和肉。

Nalakuvera 和 Manigriva 出身于贵族家庭，他们既是漂亮又是富有。他们是受过高等教育和有学问的人。这样的

人们常常是因为有了财富而完全不相信神的存在，当然不想练习奎师那的 bhajan（灵修-以奉爱瑜珈的方式把他们的心供奉给祂。）由于受到假象的影响，他们认为，“我很有学问，又很帅。我出身于贵族家庭、我是一个婆罗门、我很富有。”那些只会这样想的人们不可能练习奎师那的 bhajan。

Narada 看到这两个年青人如此堕落，于是，他决定给他们打一针。“你们的行为完全与树相同，光着身子站着，也不懂得尊重你们的长者。你们的举止是荒谬的！你们应当立即变成树。”

他的话很有力！Nalakuvera 和 Manigriva 立即感觉到他们正在改变，他们正开始变成树。他们立即明白到情况的严重性，跪倒在 Narada Rishi 的脚下说：噢，Narada Rishi，我们从不知道，你的威力是这么大。我们总是沉醉于假我之中。现在我们才明白，奎师那给我们的这个身体是用来练习 bhajan，那么，我们才能够知道谁是神。我们浪费了我们的时间，总是吃喝玩乐的。请对我们仁慈。至于，我们要变成树，那不是真的吧？”

Narada 说：“我所说的就一定会发生。没有人能够把我的话变成谎言。然而，我会减轻对你们的惩罚，因为，你们已经觉悟到你们是多么地愚蠢，你们又是我朋友的儿子。你们当然会变成两棵树，但是，你们会出现在 Vrindavana，过些时候，奎师那会出现在你们所在的附近。当祂好像小孩子

在玩耍的时候，祂会亲自碰倒你们两个，到时候你们不仅能够得到解脱而且还能得到 (bhakti)。”

慢慢地，这两个年青人才变得安静下来。

Nalakuvera 和 Manigriva 的解脱

奎师那想起 Narada Rishi 的预言，祂想：“我必须实现我奉献者的愿望。”奎师那是万能的，祂在同一个动作上可以实现很多的目标和完成很多的愿望。

奎师那马上叫祂的朋友们把碾缸推出 Nanda Baba 的院子。他们开始把它往大门口推的推，拉的拉。大门口外有两棵很大，很高的 Arjuna 树。这两棵树给很大的地方带来凉阴，成千上万的小鸟得到它们大树枝的庇护。这两棵树紧挨在一起，在它们的中间只有一条狭窄的通道。奎师那爬过这两棵树中间的狭窄通道，可是这个碾缸比祂的身子宽大得多，牧牛童们正在推拉的时候，它被卡在这两棵树的中间。

当缸碰到树的时候，它们通过绑绳和奎师那连接在一起。好像一股电流从奎师那身上流到缸上，再从缸上流到那两棵 Arjuna 树上。任何人碰到那个缸都会有那股电流。

当奎师那继续拉着那个被卡在两棵树之中的缸时，借助 Narada 的恩典，它们归顺于奎师那的拉力，随着巨大的碰撞声，大树就倒下来了。奎师那的朋友们正开心地和祂玩着、拉着、叫着、玩耍着，说着和笑着，当那两棵树意外的倒下来时，他们突然感到很害怕。到底发生了什么事？

树倒下来的时候，有两个美丽的半神人出现在奎师那面前。他们给祂顶拜和向祂祈祷，祂祝福他们让他俩去祂的永恒住所，在那里他们将歌颂祂奇妙的逍遥时光。他们对着奎师那绕行后，就回去他们的辉煌目的地。

雅淑姐的恐惧和震惊

Arjuna 树倒下的声音震动了整个 Vraja，所有 Vraja 的居民都从他们所在的地方往那发出恐怖声音的地方跑去。

同时，妈妈雅淑姐正不安和无法集中地做着家务，当她听到这吓人的声音时，她变得非常恐惧。“那个声音是从哪里传来的？噢！它距离奎师那很近，很近。”她的心吓得急跳，她马上跑去声音的来源处。所有 Vraja 的居民都很快地跑来了。

当他们来到这个场所时，他们才减轻了心中的压力并感到他们很幸运。那两棵树正好倒在奎师那的左右两边，没有压到祂，虽然祂根本没有受到一点伤，他们仍然很担心。雅淑姐从远处看到这一切：“噢，那两棵树倒下来了，奎师那就在中间。如果它们压倒奎师那身上，那可怎么办？”就这样她再也无法继续再多想，完全地吓呆了，她好像一棵树，没有任何感觉，好像干材似的。既没有眼泪也没有呼吸，她好像一个枕头似地站在那里。

南达一巴巴释放至尊主

南达一巴巴刚刚从 Brahmanda Ghata（波拉曼达-咖塔）

沐浴完回家，他也跑着赶来看，是什么东西发出来的声音。他看见奎师那被绑在碾缸上，他吓哑了，怒火狂烧，他把奎师那抱在他的腿上坐，问祂：“是谁这样做的？”

同时，小朋友们围在一起叫喊着：“巴巴！巴巴！巴巴！那两棵树被奎师那一碰就倒下来了。他们开始祈祷，奎师那和他们也说了些什么的。然后，他们围着奎师那绕圈子，在祂面前平卧着顶拜之后就向北的方向走去。”南达-巴巴不相信他们。“这些小孩子太天真了。”他想：“奎师那能够推倒这两棵大树？这也许是康沙派来杀害奎师那的恶魔。对于雅淑姐，她有如此残忍的心肠和不明智，她不知道她的行为会给奎师那带来多少危险。”突然他无法再想：“如果奎师那被杀害了，那可怎么办？”他再也无法想象了。

树倒下来之后，奎师那笑得很开心。但祂看到正从远处走来的南达-巴巴时，祂开始大声地哭。当南达-巴巴来到的时候，奎师那凄凉告诉他：“妈妈说，她会打我！”祂正哭着，在哭声中祂故意吸着长长的气讲话。

南达-巴巴试着安慰祂，可是祂哭地更厉害。南达-巴巴用他的衣服擦拭奎师那的眼泪，问祂：“我亲爱的儿子，是谁把你绑住的？”可是奎师那不肯说。

南达-巴巴再问：“是谁绑你？告诉我！不管是谁我都会惩罚他。”他一边解开绑住奎师那和碾缸的绳结一边追问。

最后，奎师那把嘴巴靠近南达的耳边轻声说：“是妈妈

把我绑住的。”

奎师那所给的信息令南达-巴巴吃惊。“是你的妈妈把你绑住的？噢！我从来没有想到她是一个如此心肠残忍的人。”他给奎师那一个甜饼，祂拿着甜饼，但是，不想吃它，当祂得到更多的安慰时，祂的眼泪也差不多不再流了，但是还没有完全停止。南达-巴巴抚摸着奎师那的头和身体，奎师那显得很低沉，祂以害怕的眼光望着妈妈雅淑姐。

妈妈雅淑姐没有外在的知觉。她一动也不动地坐着，她的歌碧朋友们在她的周围看着她。她们明白雅淑姐的心情，她们也深深地感到痛苦。她们多么希望奎师那能够来雅淑姐的大腿上坐！

现在南达-巴巴看上去也是很低沉。他把奎师那和巴拉德瓦放在他的肩膀上-巴拉德瓦在右肩上，奎师那在左肩上就去了雅姆娜河的 Brahmanda Ghata 那里洗澡。他帮助奎师那和巴拉德瓦洗完澡后，自己也洗了，经过这个不祥的事件，现在，祂们都被净化了。他再次把奎师那和巴拉德瓦放在肩上就走回家去。已经是下午两点多钟，可是那天在雅淑姐的家里没有人想到做饭。谁还会做饭呢？雅淑姐和她的女朋友们都很不安，她们仅仅是凝视着一个空间。她们谁也没有想过要做饭，更不用说吃饭了。

牛棚里的美餐

妈妈罗玉妮看到南达-巴巴带着两个孩子回来，她马上

去厨房煮了一些甜粥，她给了南达-巴巴。他喂了两个孩子，他先喂巴拉德瓦，再喂奎师那。当祂们吃饱了之后，他自己也吃了一些。他还是很低沉，但是，当他吃完后就走到户外去。

印度人的家庭设计-特别是那些富有人家的家庭一般分为两个部分。房子的内部是留给女性用的，它包括厨房和其它她们做家务的一些房间。外部是给男人用的，它包括有院子也叫做会客厅，有晾衣服的房间，这样他们的衣服就不会被猴子偷去。南达-巴巴就是去了这个户外的会客厅。

下午已经过去了，是吃晚餐的时候，可是还是没有人煮饭。南达-巴巴带着孩子去牛棚那里，在那里他直接把牛奶喂到奎师那和巴拉德瓦的嘴里，又给祂们吃糖果。这两个孩子又吃又喝直到祂们的肚子很饱为止，已经是晚上，南达-巴巴带着祂们回家。

把奎师那带给妈妈雅淑姐

现在，雅淑姐的所有女朋友们都很担心，特别是罗玉妮和乌帕南达的妻子。所有年长的女士和妈妈罗玉妮都到南达-巴巴坐着的地方来，巴拉德瓦和奎师那正坐在他的大腿上。

那些年长的歌碧对巴拉德瓦说：“你比奎师那强壮，祂会听你的话，因为你是祂的哥哥。赶快把奎师那带到妈妈雅淑姐的大腿上去坐。”巴拉德瓦走过去拉奎师那，但是，奎师那很大力地把巴拉德瓦推倒在地上。奎师那用双手紧紧地

抱住南达-巴巴的脖子。

罗玉妮说：“噢，村长南达！奎师那的妈妈没有吃过任何东西。她还是象一块石头似地坐在那个角落里。家里的所有歌碧也因为过份地难过而不吃不喝地，静静地坐着。”

“我有什么办法？”南达-巴巴说：“她的行为很残忍，她应该知道到这是她生气的结果。”

泪水从年长歌碧的眼里涌现出来：“哎呀！哎呀！你不应该说她残忍！用这种词来形容她是不对的。她的内在和外在都特别温柔。”

听到些话，村长南达变得很感动：“儿子！你要不要去你的妈妈那里？”

“不！不！我要和你在一起。”奎师那坚决地回答。

“我要和爸爸在一起！”

这时候妈妈罗玉妮走到奎师那面前说：“奎师那，那么晚上呢，祢要在哪里睡觉？”

“我要和爸爸一起睡觉。”

“祢不和妈妈一起睡觉吗？”

“不。”

乌帕南达的妻子说：“祢可以和巴巴一起睡觉，可是，要是肚子饿了，那怎么办？谁会喂奶给祢吃？”

“我会直接吃奶牛的奶。我的巴巴会给我吃的，他也会给我吃糖果。”

“谁会和你一起玩耍？”

“我的哥哥和南达-巴巴会和我一起玩。”

“你去你的妈妈那里不行吗？”

“不，我再也不去她那里。”

南达-巴巴说：“为什么你不和妈妈罗玉妮那里？”

奎师那一边哭一边生气地说：“我叫我的大妈妈来帮我解开绳结，但是她没有来，妈妈罗玉妮也没有来。”

听到这些话，罗玉妮的眼泪直流，她轻声地说：“小宝宝，你的心不要太残忍了，你的妈妈是为你而哭！”

听见这些话，奎师那的双眼充满着泪水。祂周围看了看，祂看到祂的爸爸，南达-巴巴的眼睛也正充满着快要掉下来的泪水。

“小宝宝！我是不是应该给你妈妈一个耳光？”南达-巴巴问祂。他抬起他的手就好像正要打某人的姿势。奎师那无法忍受这个举动。祂紧紧地抓住祂爸爸的手。在这个时候，南达-巴巴才明白雅淑姐心中的痛苦。

妈妈罗玉妮对奎师那说：“如果你的妈妈会...那可怎么办？”她停顿下来并用手指在头上轻拍了一下，意为“如果她会死去那可怎么办？”

噢！看到这些，奎师那变得很紧张。祂开始大声地叫：

“噢，妈妈！妈妈！”祂从祂爸爸的腿上跳下来，开始自发地往祂的妈妈那里跑去，伸出双手要去坐在她的腿上。

罗玉妮正哭着，她抱起也正在哭的奎师那就赶紧跑去女性的住所，并把祂放在妈妈雅淑姐的腿上。直到现在为止，妈妈雅淑姐都是象一座雕像那样没有感觉地坐着，当罗玉妮把奎师那放在她的腿上时，她才醒过来并且变得很轻松。

“我亲爱的儿子！我亲爱的儿子！”她反复地叫着，令人伤感的心颤抖着。她用面纱盖着奎师那哭着哭着象一只苦拉丽鸟。

奎师那开始安慰她：“妈妈！妈妈！妈妈！”这个时候罗玉妮和其它所有的歌碧都在场，她们全部都哭了，大声地哭着。

雅淑姐哭着、奎师那哭着、罗玉妮哭着、所有的歌碧都哭着。在会客厅里，南达-巴巴也哭着。每个人都在哭。整个地方都被浓厚的父母之爱和感情的气氛所掩盖。

过了一会，雅淑姐平静下来了，她给奎师那喂奶，正在此时，晚饭也准备好了。南达-巴巴被请来荣耀祭余食品。奎师那和巴拉德瓦一个左一个右地坐在他的身边。南达-巴巴说：“奎师那，你去叫你的妈妈。如果她不来吃饭的话，那么，我也什么都不吃。”

雅淑姐很羞愧也很难为情，她是真的不想来，可是，奎师那抓住她的面纱拉着她来，她无法反抗，祂把她带来给南达-巴巴。

南达-巴巴拿了一些食品，分了一些给奎师那和巴拉德

瓦，留下一些分给雅淑姐家里的每一个人。奎师那正坐在雅淑姐的腿上，那天晚上祂和她一起安静地睡觉了。

奎师那，至尊人格首神，展现很多美丽的逍遥时光。为什么？因为它能够恢复那些真正爱祂的人们，他们的爱意和感情。

第五章

幸运的水果小贩

南达-南达那的吸引

奎师那在温达瓦那展现祂逍遥时光的同时，在邻近的城市玛度拉有一位总是卖很甜很甜的水果女士。她去那些住着小孩子的村庄，在小巷里边走边叫：“卖芒果！卖甜橙！卖香蕉！卖番石榴！”她有很漂亮的水果。很多小孩子都跑来用甜美的声音说着要水果。他们会围绕着她，用贪图的眼光望着她说：“妈妈，妈妈！我要那个水果！”小孩子们都认识她。

有一天，这个水果小贩听到南达-南达南的名字，（南达的儿子）这个名字对她十分吸引。有人告诉她：“雅淑姐生了一个非常可爱的儿子，祂的名字叫做奎师那。祂是多么地美丽和吸引人，任何人去果库拉只要看祂一眼，他的思想就不再想做生意了。就算他再做生意他的心也不在那里。”水果小贩听到这些话，她就很想去看那个男孩子。

叫喊奎师那

有一天，她提着满满一篮的水果，她用树枝和香蕉叶代替小船，艰难地渡过圣河雅姆娜。过了河之后，她就向位于七里外的哥库拉走去。

（我们一开始是步行去灵性导师那里的。可是，现在人们制造了的士，车和其它的来阻止我们走路去。）

水果小贩来到哥库拉，她开始用叫声吸引人们来买她的水果。她想叫喊：“卖水果！卖香蕉！卖芒果！卖甜橙！卖番石榴！”可是因为她总是想着奎师那，所以，她叫喊出来的声音是：

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

她头上顶着水果篮，越叫越大声：“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”（印度的女性能够用头顶着篮子不用手扶。她们也可以用头顶着3至4水缸也不用手来扶。屋拉佳的牧牛姑娘对这行是专家。直到现在，在温达瓦那仍然能够看到她们这样用头顶来代替用手提。）

水果小贩继续这样叫喊着，她的心叫喊着：“奎师那！高运达！ 达摩达拉！”一整天她都在南达果拉玛，奎师那和祂的父母亲居住的地方转来转去，可是奎师那没有出现。她第二天又来，第三天又来，然而，她还是没有看见奎师那。

水果小贩的誓言

三天之后，她发誓：“今天，如果奎师那还是不让我见到祂的话，我就不再回来了。我就去死算了。”坚持她的誓言，她很专心地唱着：“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”奎师那自己都不知道是怎么回事，祂从妈妈雅淑姐的腿上跳下来就向水果小贩跑去。

奎师那曾经见过大人们做货物交换的生意。祂知道，如

果祂给水果小贩一些东西，那么她肯定会给祂水果。在路过时，祂看到一大包米，祂用祂的小手抓了一些米，跑进院子。

“噢，我要水果，我要一些！给我一些水果！”

这个水果小贩是出身低微的人，她在门口外面等着。她不可以进入妈妈雅淑姐的房子，连院子都不能进入。虽然奎师那想拿一些大米来货物交换，祂的小手也抓不了那么多，当祂往外跑的时候，很多大米都从祂的手里掉到地上去。只有一点点还在祂的手里，奎师那也不知道这些，祂仍然以为祂的手还是抓着大米，而且，那个水果小贩肯定会给祂很多水果。

至尊主的膝坐

当水果小贩看见奎师那的时候，她完全地被这个惊奇的情景所吸引。她只是坐着一直盯着祂。瞬间，她就把她的心献给了奎师那。

“给我水果！给我水果！”奎师那对她说。

“那么，祢有什么给我呢？”

“我带来了很多大米。”

水果小贩微笑着说：“噢，小朋友，祢的手里根本就没有大米。”

奎师那看了自己的双手，觉得奇怪，为什么大米都不见了，可是祂还是想要水果。

水果小贩看着奎师那的脸说：“如果祢能够坐在我的腿

上叫我一声妈妈，我就把全部水果都给祢。”

奎师那前后看看，左右看看，是否有人会看见祢。祢对祢的奉献者有很深的感情，祢完全不在乎他们的出身贵贱和地位高低。可是，现在祢是表演着屋拉佳村长儿子的角色。

“我不知道会怎么样，如果我妈妈或者屋拉佳的任何人看到我坐在这位女士的腿上？”祢想：“我的朋友们会怎么说我，如果他们知道我叫她妈妈？”所以，祢才四处张望，看看是否有人会看见祢。

当祢看到四处无人的时候，祢赶忙跳到水果小贩的腿上并且叫了一声“妈妈！”然后，祢马上从她的腿上跳下来说：“现在你应该给我一些水果了。”

水果小贩很快乐，因为奎师那实现了她的所有愿望。她想把所有都给祢—所有的水果。可是奎师那的双手很小，祢只能拿两个芒果和一条香蕉。祢把水果用双手抱在怀里，好像普通的小孩子那样边走边跳。

奎师那来到祢妈妈面前，把所有的水果都放在祢妈妈的面纱里。她分给了所有的歌碧女朋友，当每一个人都分到水果时，还有剩余未分完的水果。

那个水果小贩又是处于什么状态？当奎师那坐在她的腿上叫她一声“妈妈”时，她整个人已经被超然的感情所淹没。她把她的一切都给了奎师那。

她坐在那里很久都没有动弹过。她难以置信和没有动态

地坐在门外。有人过来问她：“为什么你总是坐在这里？”她没有回答，她无法回答。

一篮的珠宝

最后，到了黄昏的时候，水果小贩把篮子顶在头上走回家去。当她来到圣河雅姆娜岸边时，她想：“我的篮子怎么变得那么重，里面是什么东西？”

她把篮子放下来的时候，她被她所看到的東西所迷惑。篮子里装满着无数的珠宝，每一件都与大王康沙的所有财产同价。

水果小贩完全地下定决心。站在圣河雅姆娜的岸边，她叫道：“这些珠宝有什么作用？”之后，她把它全部都倒进圣河雅姆娜。她好像一个疯狂的女人那样高举着双手，唱着：

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

她没有面纱-它已经掉了。她的精神也垮下来了，她倒在地下不停地哭着。她没有感觉，只是感觉到奎师那就在哪里。泪水从她的眼里往外滚，她的心碎了。

从那以后，没有人知道她到哪里去了，因为，她再也没有回家去。她去了哪里？没有人会知道？

奎师那完全明白她的心，祂想：“噢，她想做我的妈妈！”祂给了她一个很漂亮的灵性身体，和很快地把她带到祂的至尊住所-高洛卡-温达瓦那，在那里，她是祂的永恒妈妈。只

有她的身体躺在圣河雅姆娜的岸边，有人来把她火化了。

从心里唱颂

如果你想跟水果小贩那样，那是一个奇迹，灵性导师出现的目的就是要把这个带给你，来给予祂的仁慈。你用金钱、名誉和这个世界的任何珍贵物品都无法回报他。你有什么可以回报所给予的仁慈。

你应该静思灵性导师的荣誉，并且尝试地去明白他到底是谁。他能够把奎师那赐给水果小贩的财富带给你。所以，试着去接受他想给你的东西。不要浪费你的宝贵时间和这个珍贵的身体。立即从现在开始，你应该试着去这样做，永远专注于这样做和永远地歌唱：

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

“高运达！ 达摩达拉！ 玛达维提！”

你应该怎么样唱更好？不要象唱普通的歌曲那样。你应该全心全意地向奎师那祈求，那么，奎师那就会听你的祈求。不然的话，你也许能够象歌唱家那样唱很美，但是，奎师那不要那么多的音乐。祂已经知道很多的歌曲。祂要的是你的心。一个不认真的奉献者也许能够唱得很好，但是，奎师那要的更多。

尝试着全心全意地祈求，奎师那就会听。不管你是念颂

还是歌唱圣歌，你都应该专心。如果你的歌唱只是制造一些音乐气氛，那样的话，奎师那是不会听的。但是，如果你的念颂和歌唱是有感情的，那么奎师那就会立即出现，并且会把祂的财富赐予你。

Gaura-premanandi!

haribol!

在家实践奉爱瑜伽

每个人都可以在家实践奉爱瑜伽和为奎师那做奉献服务。当然，奉献者住在奎师那知觉的活动中心比住在家里实践奉献服务要容易得多，然而，只要有决心，即使是在家里，也可以按照奎师那的教导来实践奉爱瑜伽，并且把自己的家变成奎师那知觉的活动中心。

灵性生活与物质生活都是一种具体实际的生活，两者的区别是，从事物质活动是以自我或者与亲朋有关的利益为目的，从事灵性活动的目标是按照圣典和灵性导师的指导为主奎师那服务。接受圣典和灵性导师的指导是最重要的。奎师那在《博伽梵歌》中明确指出，一个人如果不跟随圣典的教导，他就不能获得生活的幸福和不能达到生活的最高目标——回归奎师那。那么，怎样才能跟随经典的规则去从事为奎师那服务呢？为此，一位最具资格的灵性导师作了如下的解释，灵性导师是由奎师那用使徒传系的方法确定下来的一位最有权威的继承人。因此，不跟随灵性导师的指示，我们就不可能获得灵性上的进步。上面所提到的实践，是指不受任何时间限制的奉爱瑜伽。当代的杰出灵性导师兼奉爱瑜伽的倡导者，圣恩 A. C. 巴克提维丹塔·思瓦米·坡拉布帕德是世界哈利·奎师那知觉运动的发起人。人类永远无法报答这位伟大人物的恩慈。

灵性知识的目的是引导我们去接近奎师那。奎师那在《博伽梵歌》中说，“只有通过奉献服务，人们才能认识我”。知识引导我们正确的行为，灵性知识则指导我们通过奉爱服务去满足奎师那的欲望。如果理论知识不与实际行动相结合，则是毫无价值的。

灵性知识能够给予我们生活各个方面的指导，因此，我们必须努力用奎师那的教导来安排我们的生活，而且还必须全心全意地去执行。这样，即使我们远离奎师那知觉的活动中心，也能达到奉爱瑜伽的超然层面。

唱颂哈利·奎师那曼陀

奉献服务的第一条原则就是唱颂哈利·奎师那玛哈曼陀（“玛哈”意为伟大，“曼陀”表示驱逐心中愚昧的声音）：

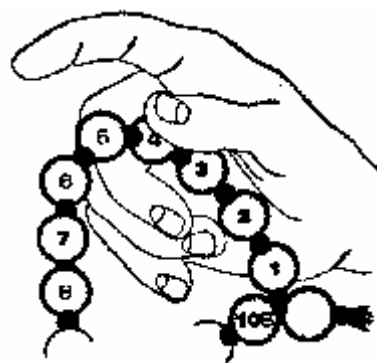
哈利 奎师那，哈利 奎师那，奎师那 奎师那，哈利 哈利
哈利 拉玛，哈利 拉玛，拉玛 拉玛，哈利 哈利

您可以在任何地方、任何时候唱颂这些圣名，但最好每天安排出一个有规律的唱颂时间，每天清晨用几个小时来唱颂是比较理想的。

唱颂的方法可以分两种：唱颂曼陀，称 kirtana（通常是几个人聚在一起唱颂）；独自念颂曼陀，或称 japa（即轻声念颂）。唱颂时，您的发音必须清楚，准确无误。称呼奎师那的口气一定要认真、虔诚，您必须集中精力去记忆奎师那的圣名，之后是祂的形象，品质和逍遥时光，如此，您就能够平静地念诵。（当然，这些只有通过灵性导师和圣者的教导和联谊才能达到。）唱颂是一种向奎师那祈祷的形式，意思是说，“啊，至尊能量哈利，啊，吸引一切的奎师那，啊，最高的享乐者拉玛，请让我来为您服务吧！”您越是全神贯注、诚心诚意地唱颂这些名字，您就越能取得灵性上的进步。

因为奎师那是全能而慈悲的，祂使我们能够很容易地唱颂祂的名字，祂也把所有的能量注入到这些名字里。因此，奎师那的名字和奎师那本人是相同的。也就是说，当我们唱颂奎师那和拉摩的圣名时，我们便直接同祂有了交往，并得到净化。所以，我们应该以奉献和崇敬的方式尽力地去唱颂。韦达文献讲到，当您唱颂奎师那的圣名时，奎师那就会亲自在您的舌头上跳舞。

独自念颂时，您最好使用念珠（念珠在各类庙宇里可买到）。用念珠唱颂不仅有助于您把注意力集中在圣名上，而且也便于您计算出每天唱颂的次数。每串念珠上有 108 个小珠子和一个大珠子（称为主珠）。通常念颂是从主珠一边的一个较大的珠子开始，用右手的姆指和中指轻轻来回转动珠子（见右图），每转动一个珠子，便念一遍哈利·奎师那曼陀，这样，依次念颂 108 个珠子，直到转回到主珠为止，这就算完成一圈念颂。然后，不念主珠，掉换一下念珠的方向，再开始第二圈的念颂。



受了启迪的奉献者要在灵性导师面前起誓，每天至少要念颂 16 圈的哈利·奎师那曼陀。但即使您一天只能念颂一圈，那么，一旦确定下来，就应该每天都至少要完成这个圈数，不要间断，这是一条原则。当您觉得可以多念时，就应尽量增加每天的念颂圈数。每天念颂的圈数一旦确定后，就只能增加而不能减少，至少也应该保持原定的圈数。请注意，念珠是神圣的，不要把念珠碰到地上或放在不洁净的地方，为保持念珠洁净，最好是把它放在一个专门的念珠袋里。念珠袋必须是白色的。

除了用念珠轻声念颂外，您也可以大声唱颂奎师那的圣名，虽然您也可以单独唱颂，但一般以大家聚在一起唱颂为好，与家人和朋友们一起唱颂富有旋律性的曼陀肯定能使大家心旷神怡，而且能够得到更多的仁慈。哈利·奎师那知觉运动的奉献者们通常使用传统的旋律和乐器，尤其是在中心里。当然您也可以采用任何一种旋律和乐器来为唱颂伴奏，圣采坦尼亚说过：“唱颂哈利·奎师那没有一成不变的硬性规定。”有关唱颂和念颂圣名的录音磁带可以从一些奉献者那里得到。

设立小型神坛

您很可能会觉得在奎师那的画像前念颂或唱颂更有效果。奎师那和祂纯粹的奉献者们是如此的仁慈，使我们即使是通过供奉画像也能顶拜他们。这就如同邮寄一封信一样，您把信件随便投放到一个箱子里，信是寄不出去的。您必须把信投放邮局授权的邮箱里才行。同样的道理我们不能顶拜一幅想象出来的至尊画像，而只能顶拜已授权的画像，通过这些画像，奎师那才接受我们的顶拜。崇拜这些画像，并不是偶像崇拜。因为主是绝对的，所以祂的画像与祂本人一样，当我们崇拜祂的画像时，实际上祂就在我们面前，只是作为初学奉献者，我们还不具备能够真正看到祂的灵性视觉。祂无处不在。

在家里摆设一个神坛意味着接受奎师那和奎师那的纯粹奉献者们来作为您最受尊敬的客人。您应该把神坛设在哪里为好呢？理想的地方应该是清洁干净、光线充足的而且不受空气流动和家庭成员的干扰。当然通常客人来访您总要请他们坐舒适的椅子，但供奉奎师那画像的地方，可以设在壁柜上、衣柜上、桌上或

书架上等等，客人们一旦被妥善安顿好后，您便不能对他们满不在乎。您还须在神坛前留出一定的空间，以便您能坐在那里，适当的面对画像，欣赏奎师那的同伴，因此，不要把神坛设在您够不着的地方。

设置神坛需要些什么东西呢？基本的需要如下：



1. 一张圣坡拉布帕德的画像（见左图）；
2. 一张主采坦尼亚和祂的同伴的五圣体画像（见右图）；

除此之外，您还需要一张铺神坛的布，几只盛水的杯子（每张画像都要放一个），几根带座的蜡烛，一个专门用于供奉食物的盘子，一只小铃，一束香和一个香架或香炉，以及一些鲜花（可插在花瓶里或直接放在每张画像的前面）。如果您有兴趣想更详细地了解有关顶拜奎师那的要求，可直接向奉献者们询问。



我们首先要顶拜的是灵性导师（guru）。灵性导师不是奎师那，只有奎师那才是奎师那，但因为灵性导师是祂最亲密的仆人，是被奎师那赋予了能量的人，所以，他应受到与奎师那同样的崇拜。他引导门徒与奎师那交往，教导他们如何实践奉爱瑜伽，他是奎师那派到物质世界里来的使者。当一个国家的总统把他的大使派到其它国家去时，这位大使会被受到象总统一样的尊敬，他说的话同总统一样有权威性，所以，我们应该同样地崇拜奎师那和灵性导师；象跟随奎师那的话一样地去跟随灵性导师的话。

灵性导师主要有两种：即训示导师和启迪导师。每一个同哈利·奎师那运动有联系并实践奉爱瑜伽的人，都得幸于圣坡拉布帕德的恩慈。在圣坡拉布帕德1965年离开印度到国外传播奉爱瑜伽以前，印度以外几乎没有人知道如何实践奉爱瑜伽。因此，每一个人从坡拉布帕德的书籍里、《回归神首》杂志里、磁带里、或是从他的信徒们那里获知奉爱瑜伽的人，都应该顶拜圣坡拉布帕德。从这种意义上讲，作为世界奎师那知觉运动的发起人和灵性领袖，圣坡拉布帕德是我们所有人的训示导师。

神坛上供奉的第二张画像应该是采坦尼亚和他的四个杰出同伴。采坦尼亚是奎师那在我们这个年代的化身。祂就是奎师那本人。祂以奉献者的形象显现来教导我们如何通过唱颂主的圣名去归顺祂，和一些其它的奉爱瑜伽活动。采坦尼亚是最仁慈的化身，因为祂教导我们只通过唱颂哈利·奎师那曼陀，就能够很容易地得到奎师那的爱。您可以把圣坡拉布帕德的画像摆在左边，采坦尼亚和祂同伴的画像摆在右边，把奎师那和祂的快乐能量拉达的画像摆在中间。

每天清晨，您都必须仔细地清扫神坛。在顶拜的活动中，保持清洁是基本的要求。请记住，您也不应忘记打扫贵客们住的房间。神坛一旦弄好，便意味着您已经把奎师那和祂纯粹的奉献者们作为最高贵的客人邀请到了您的房间里来。每天您还须用一些干净的杯子盛上新鲜的水放在画像的旁边，供奉给客人们的鲜花一旦出现枯萎，必须立即换上新鲜的。您还应该每天至少上一次香。如果可能的话再点上几支蜡烛。当您在祭坛前唱颂时，可把蜡烛放在画像的旁边。

请试着按上述提及的方法去做，这的确不太困难。如果您试图去爱奎师那，您会逐渐意识到神是多么地爱您。这就是奉爱瑜伽的实质。



瑜伽饮食 (Prasadam)

实际上，奎师那用无限的超然能量可以将任何物质的东西转变成灵性的东西，如果我们把一根铁棒放在火里边用不了多久，铁棒就会被烧红，并象火一样地燃烧。同样，以奉爱之心为奎师那制做的食物，也完全可以变成灵性的，这种食物被称为奎师那祭余 (Prasadam, 坡拉沙丹) 表示主奎师那的仁慈。

吃祭余是实践奉爱瑜伽的基础。在其他形式的奉爱里，一个人必须人为地抑制感官需要，而奉爱瑜伽则是设法把他（或她）的感官要求转变为从事各种愉快的灵性活动。例如，通过品尝供奉给奎师那的美味食物，可使感官逐渐灵性化，而且，通过奉爱服务，奉献者们会得到越来越多的超然快乐。这种灵性的快乐远远地超过了任何一种物质的体验。采坦尼亚在提到祭余时说：“每一个人以前都尝到过这些食物，然而，这些食物既然是为奎师那准备的，是通过爱心供奉给奎师那的，那么，就应该具有特殊的仁慈和不同寻常的香味。您只要品尝一下，便会体验到是多么的不同凡响！这种味道甚至可以使一个人心灵愉快而忘掉其它香味。”祭余被认为是奎师那嘴唇的灵性甘露所接触过的普通食物，所以这些食物已被注入超然的性质。只荣耀供奉给奎师那的食物是完美的素食主义。仅仅作为一个素食者是不足够的，因为，象鸽子、猴子这类动物也都是吃素的。但是，当我们超越素食主义而达到只以祭余为食时，我们服务的食品便有利于达到人类生活的目标——再次复苏灵魂与神的原本关系。在《博伽梵歌》中奎师那说，除非一个人只荣耀以祭祀牺牲供奉给祂的食物，否则，此人将受到果报的痛苦。

♥ 如何烹饪和敬献

当您到市场去采购供奉给奎师那的食物时，您应该知道什么食物是可以供奉的，什么是不可以的。在《博伽梵歌》中，主奎师那讲述道：“如果一个人以爱心和奉献供奉给我一片叶、一朵花、一个水果，或是一些水，我都会接受。”根据这节诗文的意思，我们可以供奉给奎师那蔬菜、水果、果仁、谷物和各类牛奶制品，而鱼、肉、蛋类食物是不能用来供奉的。还有一些素食者的食物也是被禁止供奉的，如大蒜、洋葱和菌类等愚昧形态的食物。您也不能向奎师那供奉咖啡、茶叶等含有咖啡因的饮料。如果您喜欢这些饮料须购买不含咖啡因的咖啡和不含茶碱的草本茶叶。在商店里，您可能会发现许多食品里混杂着鱼、肉、蛋类成分。所以，购买时必须仔细查看食品的商标，例如，有些酸乳和酸奶就含有动物胶，这种胶是从被屠宰的动物角、蹄和骨头里提炼出的一种物质。还要注意确保您买的奶酪里不会含有胃膜，胃膜是从小牛的胃部组织里提炼出来的一种酶，商店里出售的许多奶酪里都会有这种酶。所以，不要忽略这一点。

要避免吃非奉献者制做的食物。根据自然的微妙规律，烹调食物不仅是物理的过程，而且也有心理的作用在此，食物变成了一种媒介微妙地影响着您的知觉。这一原理正象画家一样：一幅画不只是画布上胡乱笔画的堆积，而是艺术家心态的写照以此来影响观众。所以，如果您吃非奉献者制做的食物，例如，工厂里生产的食品，那么，注定会吃下物质主义和果报的苦果。因此，您应该尽可能地只

食用大自然中新鲜的食物。

在制做食物时讲究清洁是最重要的原则。任何不干净的东西都不应该供奉给奎师那。因此，您必须保持厨房的卫生。在进入厨房之前，应该把手彻底清洗干净。烹调时，不要去品尝食物，因为，您不在为自己做饭，而是为了奎师那的快乐。为此，饭菜做好后，您要分出一小部分来放到专门的餐具器皿里，摆在神像前。任何人都不得使用这些为奎师那盛饭菜的器皿。供奉食物最简单的方式就是祈祷：“我尊敬的坡拉布帕德，（如果是已经得到启迪的奉献者就必须请他的灵性导师来把食物供奉给主奎师那和念诵不同的祷文。）请您把份食物供奉给我们的崇拜主奎师那，亲爱的主奎师那，请接受这份食物吧！”并将下面的每段祷文念颂三次：

1. 对圣坡拉布帕德的祷文：

“我虔诚地顶拜圣恩 A·C·巴克提维丹塔·思瓦米·坡拉布帕德，您同奎师那亲密无间，并受到祂莲花足的庇护。我们虔诚地顶拜您，巴克提希丹塔·沙拉斯瓦提·哥思瓦米的仆人啊！您仁慈恩泽地把采坦尼亚的讯息，传播到充满非人格主义和虚无主义的西方国家。”

2. 对圣采坦尼亚的祷文：

“啊！最慷慨仁慈的化身啊！祢就是奎师那本人，祢以圣奎师那采坦尼亚·玛哈坡拉布出现，祢采用斯莉玛缇拉达拉妮的金黄肤色，祢广泛地传播奎师那的纯粹奉爱。我们虔诚地顶拜祢。”

3. 对奎师那的祷文：

“我虔诚地顶拜主奎师那，祢是所有坡拉摩那（婆罗门）的崇拜之神，祢是所有的奶牛和坡拉摩那的祝福者，整个世界的恩人。我虔诚地顶拜至尊主奎师那，果文达。”

敬献食物也有一种最简单的方式，那就是在照片前摆放好食物后，念五分钟的哈利·奎师那曼陀。请记住，为主奎师那制做和供奉食物的真正目的是向祂表示您的奉爱之心和感激之情。奎师那接受的是您的奉献。而并不是所供奉的食物本身。因为，奎师那本身是完美的，祂不需要任何东西，但是，由于奎师那的无限仁慈，祂允许我们向祂供奉食物，以便使我们能够培养对祂的爱意。向祂供奉食物之后，至少要留五分钟的时间来让祂分享这些供品。供奉完毕后，您应该把这些供奉过的食物分给每一位来吃祭余的人，再把供奉用的器皿洗干净放起来，然后，您和您的来客们便可以开始荣耀祭余了，您要一边荣耀，一边意识到这份食物的灵性价值。请记住，因为奎师那已经接受了这份食物，所以，这份食物就同奎师那本身没有什么区别。因此，通过服务祭余，您将得到净化。

您供奉在祭坛上的每样东西都已变成了祭余，即奎师那的仁慈。花朵、供香、水和食物，所有这些为了奎师那的快乐而供奉的东西，都被灵性化。因为，奎师那会进入这些供品里。所以说，供品同奎师那是没有什么区别的。您不仅应该荣耀您供奉过的这些食物，而且还应该让其他人都来分享。派发祭余是一种对奎师那崇拜的基本表现。

四项基本原则

任何一个有志于在奉爱瑜伽上得到进步的人都必须拒绝下面四种有罪的行为。

1. 吃鱼、肉、蛋类食物

这类食物充满着情欲和愚昧，所以，不能供奉给主。一个人要是吃这类食物，就是对那些孤立无助的动物施行暴力的同谋，而且立刻就会停止灵性上的进步。

2. 赌博总是会刺激起人的欲望、贪婪、嫉妒和仇恨之心。

3. 服用麻醉品和酒类饮料，包括茶叶、咖啡、可口可乐等含有微量麻醉成分的饮料以及烟草等。

毒品、酒精、烟叶，以及任何含有咖啡因的饮料和食物，都会过份地刺激感官，麻醉心灵，使人们不能理解或跟随奉爱瑜伽的原则。同时，也不应该食用葱、蒜、韭菜等有浓臭气味的食品。也不吃菌类等愚昧性食品，这类食品会影响一个人的心意。

4. 非法的性行为

指婚外的性行为或婚后不以生育为目的的性行为。为了享乐而性交会强化一个人的肉体意识而远离奎师那知觉。经典教导说，性行为是把我们将束缚到物质世界的最强大力量。任何一个有志于奎师那知觉进步的人，必须完全避免性行为。

实践奉献服务

每个人都必须从事某种工作，但如果您只是为自己而工作，就必定会得到那种工作的果报。奎师那在《博伽梵歌》（3. 9）中说：“为奎师那做奉献的工作是必须进行的，否则，工作只会把人束缚在这个世界里。”

您不必更换您的职业，除非您现在从事的是一种有罪的工作，例如，屠夫或酒吧招待等。如果您是一位作家，那么，为奎师那而写作吧；如果您是一名艺术家，那么，为奎师那而创作吧；如果您是一位秘书，那么，为奎师那去打字吧。当然，不管从事何种工作，都要以身作则，要尽力以奉献者的二十六项品质为自己的行为标准，包括仁慈、友善、谦卑、恭敬、朴素、温柔、自制、庄重等。工作中应该注意力集中，保证工作质量。同样地，灵修时，也应该专注，不要去想工作中的事情，以免分散精力。在工作和生活中，绝对避免做任何有违国家法律和公共道德的事情。可以购买一些哈利·奎师那的书籍，派发给朋友和同事。奉献者们也可以进行广泛的交往和联谊，彼此相互聚在家里唱颂、顶拜和学习。

其他的一些奉献原则

有许多奉献服务可以帮助您实践奎师那知觉。下面两条至关重要：

1. 学习哈利·奎师那典籍

圣坡拉布帕德（奉爱瑜伽运动的创始人）毕生花了大量时间写了许多书籍。如《圣典博伽瓦谭》。不论是阅读还是聆听一位有觉悟的灵性导师的著作，都是一种基本的灵修活动。因此，每天应尽量安排一些时间来读圣坡拉布帕德的书，从奉献者那里，您可以得到书籍和磁带。

2. 与奉献者们联谊

圣坡拉布帕德发起的“哈利·奎师那运动”，普遍地给人们提供了同主的奉献者们联谊的机会。交往联谊是一种在实践奉爱瑜伽的过程中获得信念并成为热心于奉献服务的最好方式。相反地，同非奉献者保持亲密关系则会毁灭一个人的灵性进步。所以，您应尽量同您认识的奉献者保持经常的联谊。

 **结束语**

奉爱瑜伽的甘露您想要吸收多少，就有多少。奎师那亲自在《博伽梵歌》（2. 40）中许诺过：“一个人做这种努力不会有任何损失，一点也没有。在灵修的道路上，哪怕只获得了一点点进步，也会使人免于最可怕的危险。”因此，把奎师那带进您的日常生活里，我们保证您会受益无穷。

**哈利-奎师那 哈利-奎师那
奎师那-奎师那 哈利-哈利
哈利-拉玛 哈利-拉玛
拉玛-拉玛 哈利-哈利
(Hare Krishna, Hare Krishna)
(Krishna Krishna, Hare Hare)
(Hare Rama, Hare Rama)
(Rama Rama, Hare Hare)**

现在，当牛奶滚出来的时候，雅淑姐把奎师那放在一边，不管奎师那还在哭，她走去救牛奶。为什么？这牛奶有什么那么特别？牛奶的主要目的是用来服务奎师那，但是，雅淑姐先前的行为正好是相反的：她准备先去满足牛奶，然后再去满足奎师那。

为什么她把奎师那放在一边不管，却跑去服务牛奶 - 即使祂在哭，她还是这样做？当祂把衣服弄脏的时候，她给祂一个耳光的道理是同样的。牛奶是用来服务奎师那，衣服也一样是用来服务奎师那。

这是纯粹 bhakti 的本性（超然的奉献服务）。奎师那喜欢那些直接为祂做服务的人们，祂更喜欢那些为祂的奉献者做服务的人们。奉献者的仆人更能取悦奎师那。我们应该试着去明白这种概念、这是很重要的。

例如，Srimati Radhika（苏莉玛提-拉迪卡）是奎师那的至爱奉献者，所以，为她做服务的人们比那些直接服务奎师那的人们更能取悦奎师那。如果有人为 Srimati Radhika 的仆人 Rupa Manjari（鲁帕-曼佳莉）做服务的话，奎师那会说，“你是 Rupa Manjari 的仆人？噢，我应该把所有都给你。你需要什么？”

这是奉爱的本性。

圣-巴克提伟丹塔-那拉亚那导师