

加州二零零三年

遵守至尊月份（**PURUSOTTAMA MASA**）

圣施瑞拉．巴克提维丹塔．拿拉央那．玛哈拉杰

（**Srimad Bhaktivedanta Narayana Maharaja**）

二零零七年的这个月份是五月十七日至六月十五日

[每隔两年零七个月一次的至尊月份（**Purusottama**）今年是从五月十七日开始。你们在课文的最下面可看到在此月禁吃的食物。这是三年前施瑞拉 拿拉央那 玛哈拉杰在加州的讲课（即一九九九年）]。

这个月份是至尊月份，主奎师那是至尊人格（**Purusottama**），因此这个月份是主奎师那的月份。在主的所有化身中，奎师那是至尊（**Purusottama**），所以，这也是所有月份里的至尊月份。它相当于 **Karttika**。

我们幸运地出现在新华赞（**Vraja**），很近圣山和圣湖（**Giriraja-Govardhana**, . **Syama-Kunda**, **Radha-kunda**）。温达文拿（**Vrndavana**）的所有地方都出现在这里。孔雀轻舞，这使我们想起圣地温达文拿（**Sri Vrndavana-dhama**）。

在印度，我们会在至尊人格存在的地方（**Purusottama-ksetra**）-加刚那 普丽-尼拉察拉（**Jagannath Puri-Nilacala**）那里遵守这个至

尊月份。奉献者在那里渡过这个月份，他们遵守早晨四点钟起床等规定和规则。那些想要奎师那奉爱（Krsna-bhakti）的人们，从这个至尊月份的开始就遵守着很多规定。

在印度，我们不剃头。我不是要你们这样做，你们可以自己决定。施瑞拉·巴克提维丹塔·思瓦米·玛哈拉杰（Sriila Bhaktivedanta Swami Maharaja）给了西方奉献者特许，所以，在西方国家没有严格要求。你们可以不断地听哈瑞-卡塔（hari-katha）和遵守那些容易做到的规定。最起码做到很早起床，涂上圣泥（tilaka），做 sandhya（早晨，中午和晚上的崇拜活动，特别是早晨）。如果你们已经接受了迪克沙-曼陀罗（diksa-mantras），你们必须全信全敬地念诵这些曼陀罗。

你们必须遵守崇拜仪式（arati）。你们自己可以做，或者来这里，我们在（尼尔古那）Nirguna 的家里有一个神房可做吉祥的崇拜（mangala-arati）。如果奉献者的住处很远，他们可在家里做崇拜。崇拜之后必须唱些诗歌（kirtanas），就象我们在这里做的那样：guru-vandana（导师），guru-parampara vandana（使徒传系），vaisnava-vandana（圣者）和 gaura-nityananda vandana（高拉-尼提南达），歌唱的诗歌如：hari haraye namah krsna yadavaya namah, yadavaya madhavaya kesavaya namah, 之后是 radha-krsna vandana（拉姐-奎师那）。安排早晚歌唱诗歌：“Jaya radha jaya krsna jaya

vrndavana...” ， 做圣树图拉喜的绕拜 (tulasi-parikrama) 。 不论你们在何处， 都给圣树图拉喜 (tulasi) 浇水， 尽管是几滴水也好， 每天做圣树图拉喜的绕拜 (tulasi-parikrama) 和唱歌 (kirtana) 。 没有圣树图拉喜 (tulasi, Vrnda-devi) 的仁慈， 你们无法进入纯粹奉爱的领域。 这是对 (温达女神) Vrnda-devi 和 (内在能量) Yogamaya 的忠诚。 内在能量安排主奎师那和玛哈帕布 (Mahaprabhu) 等所有逍遥时光。 她在那瓦维帕 (Navadvipa) 是帕达 哟伽玛亚 (Prauddha Yogamaya) ， 在华赞 (Vraja) 是哟伽玛亚 普那玛史 (Yogamaya Purnamasi) 。 Srimati Vrnda-devi 安排主在温达华拿 (Vrndavana) 小丛林里的情爱逍遥时光。 温达华拿 (Vrndavana) 也因她 (Vrnda-devi) 而命名。 没有她的仁慈， 你们无法进入服务主拉姐-奎师那的领土， 也无法进入圣地温达文拿。 即使你们外表上处在温达文拿， 你们可能还在假像的网中。 如果你想真正地处在温达文拿， 你们必须得到温达女神 (Vrnda-devi) 的仁慈。 因此， 在这个月份里最起码必做圣树图拉喜 (Tulasi) 的绕拜。

把食物 (bhoga) 供给你们的拉姐-奎师那， 玛哈帕布 (Mahaprabhu) 和神像 (Thakurji) 。 在荣耀祭余食物 (maha-prasada) 之前， 背诵 jaya-dhvani 的祈祷：

sarira abidya-jal, jodendriya tahe kal,

jive phele visaya-sagore

ta'ra madhye jihva ati, lobhamoy sudurmati,
ta'ke jeta kathina samsare
krsna baro doyamoy, koribare jihva jay,
swa-prasad-anna dilo bhai
sei annamrta pao, radha-krsna-guna gao,
preme dako caitanya-nitai

“噢兄弟，这个物质身体是无知的聚合物，感官是导向死亡的通道网络。我们堕落入这个感官享受的物质之洋。舌头是最难控制的感官，它总想品味东西。但是，主奎师那非常仁慈，祂给我们从祂嘴里吃余下来的（帕刹大） prasada，以此帮助我们控制舌头。这种（帕刹大） prasada 充满甘露。接受这种（帕刹大） prasada 和荣耀拉姐-奎师那。充满爱意地呼唤主采坦尼亚和尼太。” - 圣施维拉 巴克提伟努达塔库 (Srla Bhaktivinoda Thakura)。

你们不应该‘接受’（玛哈-帕刹大） maha-prasada，你们不应该‘吃’（玛哈-帕刹大） maha-prasada。你们应该服务（玛哈-帕刹大） maha-prasada。你们不应该‘念诵’（哈瑞圣名） harinama，你们应该服务（哈瑞圣名） harinama。你们不应该‘听’（哈瑞卡塔） hari-katha，你们应该用耳朵服务（哈瑞卡塔） hari-katha。别想着去‘看’神像。反之，你们应该想：“我来到神像的面前，这样，神像可以看到我。”你们不能够看到神像，但你们可以祈祷：“噢，请

看看我吧，请给我祢的仁慈。以这双眼睛，我只看到祢是石雕，金制和铜制的雕像。”主奎师那不是这样地，主采坦尼亚 玛哈帕布也不是这样地。所以，尽量地跟随这些规则，这样，这个月份将是成功的。我们在星期日给圣山（基丽茹佳-高瓦丹山）Giriraja-Govardhana 安排一个欢宴。从今天开始准备一些供奉物品。可以提前准备一些干果等食物，我们最起码要准备三百六十种食物。同样地，应该以文雅和甜蜜的话接待来自远方的奉献者。尽量以客气和甜蜜的话解决他们的问题。

[整月禁吃食物：茄瓜，番茄，胡瓜，parmal, urad dhal, 蜜糖，芝麻，芥末籽，芥末籽油。僧守生和托苯僧整月不剃头。]

编辑顾问：斯里帕-玛达瓦-玛哈拉佳和斯里曼-博佳那-达沙

编辑：霞玛拉妮-达施和姆拉-帕克丽缇-达施

校对：奎师那-卡密妮-达施

打字：奎师那-巴克缇-达施和瓦尚缇-达施

中译：雅淑姐娜-达施