

第十二章

奉献之瑜伽

在第十一章中，克利须那一再向阿尔诸那强调，无论是过去、现在，还是将来，阿尔诸那都是唯一一个见到他宇宙形体的人。也就是说，无论是苦修、雅格亚，还是慈悲，都无法使崇拜者接近并感知至尊之主，通向主之境界的唯一途径是坚定而不动摇的虔诚奉献之心。因此，阿尔诸那应该把自己完全奉献给克利须那并将他铭记在心；他应该把自己完全托付给克利须那。克利须那的话自然使阿尔诸那产生了一个问题，即遵循无私行动之道和智慧之道的信徒中，哪一种更为优秀。

这是阿尔诸那第三次提出同一个问题。克利须那认为，通向主之境界的这两条途径中，无论哪一条都离不开行动，行动是其中必要的因素。

然而，如果一个人强制性地控制自己的感官，却还是无法排除对物质的眷恋，那么，他只能算是个自大的骗子，而不能称为智者。因此，阿尔诸那应该执行雅格亚——即定的崇拜职责。既然行动是智慧之道和无私行动之道中必须的因素，那么，这二

者中又有什么区别呢？选择无私行动之道的信徒以虔诚的爱和无比的信赖将自己完全托付给主，并完全按主的命令执行雅格亚，而选择智慧之道的信徒则依靠自己的力量执行雅格亚。

在第五章中，阿尔诸那向克利须那提出了另外一个问题，即：为什么他有时称赞智慧之道的行动，有时却称赞无私行动之道的行为，二者之中哪一个更胜一筹。克利须那回答他说，二者之中的任何一种都可以帮助崇拜者达到他的最终目标，但是无私行动之道比智慧之道略胜一筹，因为，即使选择了智慧之道，如果没有无私行动的动机，崇拜者也还是不可能真正获得神圣启迪的。

在本章中，阿尔诸那又一次提出了同一个问题，他想知道在选择两种方式的信徒中，哪一种更为优秀。

1. “阿尔诸那问道，‘在瑜伽修练之中，哪种人更加优秀，是那些以虔诚之心崇拜你已经显现的形体的，还是那些对你永恒不灭、未经显现的灵魂进行反思的呢？’”

有些人以完全的虔诚将自己托付给克利须那，信赖他、崇拜他，有些人居于自我之中，靠一己之力对未经显现的主进行反思。既然这二者都是克利须那规定的崇拜方式，那么，它们之中，哪种更胜一筹呢？

अर्जुन उवाच

एवं सततयुक्ता ये भक्तास्त्वां पर्युपासते ।

ये चाप्यक्षरमव्यक्तं तेषां के योगवित्तमाः ॥१॥

2. “主说，‘我认为，心意专注于我已经显现的形体，崇拜我，信仰永远超然笃信，这样的崇拜者就是最完美的。”

3-4. “但那些控制全部感官，崇拜我未经显现、超越感官、无所不在、不可理解、平和安宁、永无变化、固定不移、没有形体、永不毁灭之存在的人，他们全神贯注，专心致志，平等地对待众生、服务于众生，这样的人，最终也能到达我处。”

主的这些品质也是克利须那的品质，但是，

5. “心意执著于主未经显现形体的人，要想进步，困难重重。因为，他们的自以为是妨碍他们取得灵性的进展。”

这样的崇拜者以他们的社会等级或才能为傲，无法摆脱物质世界的束缚，因此，灵性目标的实现对他们来说更为困难。

克利须那是与主成为一体的杰出灵性导师，未经显现的主已经在他体内显现。他认为，选择智慧之道的崇拜者不寻求灵性导师的帮助，而是完全依靠自己的能力、了解自己的优势，他们

मय्यावेश्य मनो ये मां नित्ययुक्ता उपासते ।
श्रद्धया परयोपेतास्ते मे युक्ततमा मताः ॥२॥
ये त्वक्षरमनिर्देण्यमव्यक्तं पर्युपासते ।
सर्वत्रगमचिन्त्यं च कूटस्थमचलं ध्रुवम् ॥३॥
संनियम्येन्द्रियग्रामं सर्वं समबुद्धयः ।
ते प्राप्नुवन्ति मामेव सर्वभूतहिते रताः ॥४॥
क्लेशोऽधिकतरस्तेषामव्यक्तासक्तचेतसाम् ।
अव्यक्ता हि गतिर्दुःखं देहवद्विरवाप्यते ॥५॥

最终也将认知自己未经显现的灵魂；他认为，这样的人容易错误地相信自己就是至尊灵魂、至尊灵魂就是他们自己，他们常常会盲然地漫游在充满悲哀的物质世界，并进入灵性的死角。

6-7. “帕萨啊，而对于那些崇拜我，将一切奉献给我、心无旁物、侍奉我、观想我、心意专注于我的人，我将很快拯救他们脱离生死轮回的苦海。”

克利须那接着解释说，

8. “只要你将心意专注于我，将你的全部智慧与理性奉献给我，毫无疑问，你必将常驻于我。”

克利须那完全了解阿尔诸那的弱点，因为阿尔诸那曾经说过，对他来说，控制自己的思想如同控制强风一般困难。

9. “达南捷呀，如果你不能做到心无旁物、将全部心意专注于我，那么，就进行奉爱瑜伽的修练（阿毕亚斯瑜伽）吧。”

“修练”是指对自己游离的思想一刻不放松地进行控制并将其固定于某一目标。如果阿尔诸那无法专注，他就应该培养对克利须那的渴望，克利须那一旦成为他的唯一渴望，他将很快实现对他的感知。

ये तु सर्वाणि कर्माणि मयि संन्यस्य मत्पराः ।
अनन्येनैव योगेन मां ध्यायन्त उपासते ॥६॥
तेषामहं समुद्धर्ता मृत्युसंसारसागरात् ।
भवामि नचिरात्पार्थ मय्यावेशितचेतसाम् ॥७॥
मय्येव मन आधत्स्व मयि बुद्धि निवेशय ।
निवासिष्यसि मय्येव अत ऊर्ध्वं न संशयः ॥८॥
अथ चित्तं समाधातुं न शक्नोषि मयि स्थिरम् ।
अभ्यासयोगेन ततो मामिच्छाप्तुं धनंजय ॥९॥

10. “如果你不能完成奉爱瑜伽的修练，那么，就努力为我工作，这样，你也能够达到完美的境界。”

11. “然而，如果连这一点也无法实现，那么你就应该弃绝一切行动的结果，完美地控制你的思想，安处于我的瑜伽之中。”

如果克利须那无法为克利须那努力工作，他就应该一心行动、不求任何行动结果，不计较得失，将自己完全奉献，在圣人先知处寻求庇护，这样，他就能够实现最终的灵性目标。

12. “因为，比修练更高级的是知识，比知识更高级的是观想与禅定，弃绝行动的结果则比禅定更高一级，如能弃绝，心灵便会达到永久的和平。”

比控制思想的修练更好的是智慧之道；比智慧之道更好的是禅定；比禅定更好的是对行动之结果的弃绝。如果能够弃绝，阿尔诸那就能将自己的全部身心集中在对理想目标的实现上，并能很快实现最终的和平境界。

克利须那认为，如果崇拜者能够完全信赖主的指点，那么无私行动之道比智慧之道的崇拜者更胜一筹。虽然二者都能最终

अभ्यासेऽप्यसमर्थोऽसि मत्कर्मपरमो भव ।
मदर्थमपि कर्माणि कुर्वन्सिद्धिमवाप्स्यसि ॥१०॥
अथैतदप्यशक्तोऽसि कर्तुं मद्योगमाश्रितः ।
सर्वकर्मफलत्यागं ततः कुरु यतात्मवान् ॥११॥
श्रेयो हि ज्ञानमभ्यासाज्ज्ञानाद्ध्यानं विशिष्यते ।
ध्यानात्कर्मफलत्यागस्त्यागाच्छान्तिरनन्तरम् ॥१२॥

实现对主的感知，但对选择智慧之道的崇拜者而言，他需要完全承担成败得失的负担，因而其灵性发展之路上充满了更多的荆棘，阻碍着其目标的实现。选择无私行动之道的信徒的一切负担由主来承担，他只需完全听从主的指点，因此，依靠对行动结果的弃绝，他将很快到达灵性的终点。

13-14. “热爱众生、对万物怀有仁慈之心，超脱一切，不骄傲自大，苦乐如一，宽厚容忍，善于自律，在瑜伽之路上坚定不移，以坚定的信念坚信于我、奉献于我，这样的人我很钟爱。”

15. “不置人于困境，不为别人所困扰，在苦乐、恐惧和焦虑中均能保持平静、忖然如一，这样的人我很钟爱。”

克利须那珍爱那些既不困扰他人、也不为他人所困扰、在任何感情与情绪中都能忖然自若的人。

崇拜者不应该在言语上或行为上伤害他人的感情，同时，他们也不应该为他人的言谈举止所伤。无论他做什么，他的思想都应该坚定不移、持之以恒地集中于至尊之主，他应该保护自己、使自己不受诽谤与攻击的影响。

अद्वेष्या सर्वभूतानां मैत्रः करुण एव च ।
निर्ममो निरहंकारः समुदःखसुखः क्षमी ॥१३॥
संतुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः ।
मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥१४॥
यस्मान्नोद्विजते लोको लोकान्नोद्विजते चयः ।
हर्षामर्षभयोद्वेगैर्मुक्तो यः स च मे प्रियः ॥१५॥

16. “超脱于物质欲望，纯粹、敏捷，不偏不倚，从痛苦的情感中得到解脱，已经达到‘无为’之境，这样的人我很钟爱。”

超脱于物质欲望的人是纯粹的人，他精于崇拜之道，胜不骄、败不馁，心境平和而远离痛苦，不注重行动的结果。

17. “既不欣喜若狂，也不嫉妒失落，既不躁动不安，也不犹心忡忡，弃绝一切行动，这样的人，我很钟爱。”

这是奉献的至高境界，他的一切行动都恰到好处，既不缺乏虔诚奉献的精神，又不拥有邪恶的品质。

18-19. “对敌友皆一视同仁，对荣辱、冷暖、苦乐、毁誉皆超然不惊、保持平衡，远离物质世界的一切，心灵平静、事事满足，不计较物质居所，一心从事奉献服务，对这样的人，我十分钟爱。”

20. “遵行这一不朽的道路，从事奉献服务，彻底投入、满怀信心，以我为最高目标，对这样的人，我极为钟爱。”

अनपेक्षः शुचिर्दक्ष उदासीनो गतव्यथः ।
सर्वारम्भपरित्यागी यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥१६॥
यो न हृष्यति न द्वेष्टि न शोचति न काङ्क्षति ।
शुभाशुभपरित्यागी भक्तिमान्यः स मे प्रियः ॥१७॥
समः शत्रौ च मित्रे तथा मानापमानयोः ।
शीतोष्णसुखदुःखेषु समः सङ्गविवर्जितः ॥१८॥
तुल्यनिन्दास्तुतिमौनी संतुष्टो येन केनचित् ।
अनिकेतः स्थिरमतिर्भक्तिमान्मे प्रियो नरः ॥१९॥
ये तु धर्म्यामृतमिदं यथोक्तं पर्युपासते ।
श्रद्धधाना मत्परमा भक्तास्तेऽतीव मे प्रियाः ॥२०॥

在本章的总结句中，克利须那补充说，他钟爱那些以他为庇护所、努力培养一切上述品德的崇拜者。



在上一章中，克利须那一再向阿尔诸那强调，无论是过去、现在，还是将来，阿尔诸那都是唯一一个见到他宇宙形体的人，因为，只有对主绝对奉献、虔诚不二的崇拜者才能看见他，了解他的本质，与他融合为一。也就是说，如果至尊之主是被认知的存在，阿尔诸那就是坚定而不动摇的虔诚奉献。

在本章的一开始，阿尔诸那就再次向克利须那提出了选择无私行动之道和智慧之道的两种崇拜者哪种更加优秀的问题。克利须那对此做出了回答，他说，两种信徒都能最终实现对他的感知，因为他既是已经显现的形体，又是未经显现的形体，因此，无论选择哪一种，信徒都能达到灵性的终点。然而，对选择智慧之道的信徒来说，他们的路上将布满荆棘，阻碍着灵性目标的实现；他们更容易为自我所束缚，更容易自以为是、自视过高，灵性的实现对他们来说更为困难。因此，阿尔诸那应将自己的一切奉献给克利须那，把他牢固地铭记在心、时刻不忘，这样，他就能从黑暗的物质世界中得到解脱。因此，无私行动或无私奉献之道是实现主感知的最佳途径。

阿尔诸那应该把他的整个思想全部集中于克利须那。如果无法控制自己的思想，他应该修练奉爱瑜伽；如果无法修练奉爱瑜伽，他应该为克利须那而行动。雅格亚是唯一的行动，因此，

无论成功与否，他都应该持之以恒地行动。但是，如果他无法做到为主而行动，他就应该超脱于一切行动的结果、寻求一个圣人先知的指点，并常居于至尊灵魂之中，达到至尊的和平。

随后，克利须那一一列举了他所钟爱的崇拜者。克利须那钟爱的崇拜者应该热爱众生、对万物怀有仁慈之心，超脱一切，不骄傲自大，在瑜伽之路上坚定不移，以坚定的信念向克利须那奉献；纯粹、敏捷，从痛苦的情感中得到解脱、达到‘无为’之境；既不置人于困境，也不为别人所困扰，在苦乐、恐惧和焦虑中均能保持平静、忖然如一；对敌友皆一视同仁，对荣辱、冷暖、苦乐、毁誉皆超然不惊、保持平衡，远离物质世界，心灵平静、事事满足，不计较物质居所，一心从事奉献服务。

克利须那在第 11-19 句中一一列举了他所钟爱的崇拜者应该具有的品质，最后，他总结说，他最钟爱那些遵行不朽的道路、从事奉献服务、彻底投入、满怀信心、以他为最高目标的崇拜者。由此可见，全然奉献自己、一心一意地履行即定的崇拜职责是最好的崇拜方式。克利须那要求阿尔诸那寻求圣人先知的帮助、寻求他的帮助，因为这些圣人先知已经实现了对主的感知、拥有了主的特性，因此，他们能够指引他实现最终的灵性目标。

在本章中，克利须那指出，“奉献”是崇拜的最佳方式，因此，本章命名为“奉献之瑜伽”。

至此《博伽梵歌》第十二章结束，从而结束了关于对至尊主的感知、瑜伽之学及克利须那与阿尔诸那间名为“巴克提·瑜伽”或“奉献之瑜伽”的对话，宗教教师阿德嘎达南德的注释“亚瑟斯集塔”的第十二章也告此结束。

哈瑞 鸣牟 嗒特 撒特