

[English only] Teachings on Tara, 12 Jun...

来源: <https://www.youtube.com/watch?v=938RAV8gUFA>

讲师:

你们来到这里，不只是为了观察，更是为了聆听教法。为了证悟，你们必须拥有正确的动机和态度。身为教法的诠释者，我也必须拥有正确的动机和态度。

至少，对世俗的追求或轮回的追求抱持一些不满，是必要的。当然，身为有情众生，我们总是会陷入旧有的习性，像是情绪、烦恼、希望、恐惧等等。但是，尽管如此，在我们内心深处，应该对某些事物抱持一些不满。我们所有人都会对轮回感到不满，但同时也有一种盲目的希望，认为我们可以改变它。正是这种盲目的希望——认为我们可以以某种方式弥补它，认为总有一天会完美——正是这种心态让我们一直分心。

所以，无论是听众还是教法的诠释者，都必须拥有这种动机。如果我们对自己的生活抱持这种态度，然后认为或许只有灵性道路才能让我们从这种无休止的、徒劳的纠缠中解脱出来，那么，我们需要以一种更宏大的态度来聆听这些教义——不仅是为了我们个人，更是为了真正利益众多众生。我们所说的利益众生，不只是给予他们食物、住所和各种世俗之物，而是最终让他们觉悟，或以某种方式，成为一切众生觉悟的因缘。

我应该告诉你们，很抱歉让你们中的许多人感到困惑。我原本应该教授的是二十一度母，但几天前我想，既然佛法在南美洲、尤其是在巴西发展势头强劲，也许应该向你们介绍一些经文，因为作为佛陀的追随者，我们修行所依据的，当然不只是佛陀本人的著作，也包括佛弟子的注释。今天早上，我收到了来自世界各地的讯息，说有人正在收听直播，他们希望听到一些关于度母的内容。所以，现在我们回到度母的话题。既然我已经带来了这节经文，今天早些时候或明天我也会简单介绍一下。

因为你们将要听到关于度母的内容，而度母的教导主要属于密宗，所以你们应该有不同动机和态度。不只是出离心和菩提心的动机与态度，你们还应该努力保持一种纯净的觉知——不仅要对老师，一位至高无上的存在，保持纯净的觉知，也要对场所，一个至高无上的时间和纯净的境界，保持纯净的觉知。作为听众，你们自己也应该保持纯净的觉知。

随着密宗教义的日益深奥，我们需要以不同的方式去理解它。通常的聆听和冥想方式，不足以让我们真正理解和消化这些教导。通常，当我们聆听教义时，我们可以认真聆听、做笔记、思考、讨论、辩论、阅读；但当我们接受更深奥的教义，例如密宗教义时，仅仅依靠这些是不够的，它只会给你一些模糊的知识概念。要真正理解密宗教义，我们需要不同层次的聆听方法。

创造这种聆听方法的关键，在于创造纯粹的感知。即使只是瞥见这种纯粹的感知，如果你只是聆听教义，你可能会错过一些内容，可能没有真正听到教义，可能记不住之前说过什么。但是，纯粹感知的

加持，将以某种方式让你真正理解、包容并深刻地聆听教义。

如你们许多人所知，度母是一位女性，她通常以绿色或白色的形象出现，这非常流行。度母也有许多不同的版本，形状各异，颜色不同。历史上，许多修行者，特别是大乘和金刚乘传统的修行者，都有关于修行者与度母之间联系的记载。甚至像那烂陀这样著名的学术机构，人们可能会认为，既然身处学术机构，文殊师利应该是唯一被认可的本尊，但事实并非如此。不只是文殊师利，实际上，许多那烂陀的圣人和古代学者都是圣度母（Arya Tara）的追随者。印度著名的学者圣人达摩罗尊崇圣度母，认为她是传承中最重要的本尊之一。总之，这就是圣度母作为本尊的一般概念。

有些人可能想了解圣度母究竟是谁，当然会变得更加深奥复杂。但总体而言，圣度母是所有佛陀慈悲活动的化身，是诸佛慈悲与行动以女性形象的呈现。但还有更深的层面——如果你真的想知道度母究竟是什么，那么实际上，她就是一切现象的本质。为了便于沟通，我们用两个方面来解释：空性与明觉。这遍在一切、无所不在的空性与明觉之合一，就是她。这一点非常重要，我们中的一些人意识到了这一点，因为如果不是这样，度母的概念就会与其他任何有神论的神祇相似。所以在这个绝对的层面上，度母并不局限于绿、白、红、男、女，她超越了所有这些。

你可能会问：既然如此，为什么要把这一切搞得这么复杂呢？二十一度母、各种颜色、咒语等等的区分，又是为什么？根据伟大密续的说法，有一个非常深刻的表达方式。

稍作解释。我会告诉你，我们为什么要修行，为什么要修习佛法以求觉悟。但觉悟这个概念非常抽象，你我都没有体验过，所以我们不知道它是什么。它最好是好的，不可能是坏的。但有一点可以肯定：在佛教中，觉悟不是死后去的地方，而是一种境界。由于语言的匮乏，我们无法用语言来充分表达——觉悟是一种领悟的状态，是对终极真理的领悟。当你不再被各种迷惑所蒙蔽或沉睡时，你就能领悟真理。迷惑通常是指看到幻象并认为它是真实的，这就是迷惑。当你从这种迷惑中醒来时，你就会看到真理。那什么是真理呢？绝对真理，是明觉与空性的非二元性。实际上，空性（梵文：śūnyatā）就是真理。

你应该知道，在《般若波罗蜜多经》和诸论典等经文中，空性多次被称为"母亲"，因为正是透过对空性的觉悟，菩提才得以诞生，然后成就佛陀。所以，所有觉悟者基本上都是从对空性的觉悟中产生的。

[音乐]

好，现在你想要觉悟，觉悟是对真理的觉悟，而真理就是空性。这很复杂，因为你如何渴望无法获得的东西？

在所有途径中，通常的做法是：即使无法直接获得，也要尝试摧毁你通常所渴望的东西——这与空性相反的东西。我们试图战胜、摧毁那些渴望，像是游戏、赞美、地位、权力等等。这通常是修行方法

的运作方式，其逻辑是：我们知道，透过渴望这些东西，我们最终会陷入越来越深的麻烦和痛苦中。所以，透过让自己从这种渴望中解脱出来，我们就能从问题中解脱出来。

而在密宗中，密宗被称为更高级、更宏伟，其中一个原因就是它有无穷无尽的方法。密宗非常擅长利用人类的习惯和心理，并将其转化为一种垫脚石，至少是通往真理之路的垫脚石。密宗的方法之一，就是让你渴望它。你知道，身为一个有情众生，我们对母亲、姊妹、保护者都有渴望。这种心理或习惯被用作垫脚石，因而就有了度母作为母亲、度母作为姐妹、度母作为保护者等等无穷无尽的方法。不只是爱，就连欲望、激情、攻击性等这些感受，也都被用作垫脚石。

例如，你们中的一些人可能已经注意到，即使是不同形态的度母，也会展现出不同的神态：绿度母的神态更注重保护，她的肢体语言也更侧重保护；而像黑度母这样的度母则更具破坏性，带有一种慑人的恐惧感，同时又有一种魅力十足的气息。这就是密续方法的表达方式。

你心中怀有渴望，或者说是一种依恋，就像渴望一样。你渴望一个伴侣，或是一种姊妹情谊。带着这种渴望，你接近像度母这样的本尊，寻求保护。你带着这种渴望接近本尊，最终，这种渴望变成了一种联系，一种沟通的纽带。透过这种联系，你最终什么也得不到——但实际上，一切都包含在其中。这也暗示着许多其他含义。例如，这表示本尊与你的感知息息相关，它并非虚无，而是你创造了它。并非在你之前，度母就已存在——在你听说度母的那一天，在你见到度母形象的那天，度母才出现。度母何时出现、如何与你沟通和运作，几乎完全取决于你如何与她相处。

在印度，许多纪念品雕像商贩的店里反复出现度母的雕像，但我确信他们并没有从中获得任何加持。在他们看来，度母只是一种商品，一种待售的东西，这就是他们唯一的认知。所以，度母可能是青铜的，也可能是木头的，或是石头的，仅此而已，别无其他。

我遇过一位在文化大革命期间被监禁的老喇嘛，他除了念诵二十一度母的祈祷文之外，什么都不会。他每天都念着二十一度母的祈祷文，因为被关在监狱里，有很多时间，所以他不停地祈祷。有一天早上，他做了一个梦，梦见一只绿色的小鸟飞来，触碰了他脚上的锁链，不知怎的，锁链融化了。几天后，恰好当时中国发生了大饥荒，监狱里的狱卒也无食可食，他们完全没有认真锁门，所以他才能走了出去。这其实取决于你如何看待她，你与她之间的关系有多亲密、多真挚，而你也会因此受到她某种程度的影响。

在西藏，度母是一位非常重要的本尊。几乎所有的寺院，无论是哪个传承、哪位喇嘛或何种修行体系，都会进行度母的修行。西藏几乎所有的寺院，每天早晨的第一件事就是举行度母法会。正如我之前提到的，度母对我们众生的因缘有着巨大的影响。她就像母亲和姐妹一样，这似乎是我们人类最重视的关系之一。因此，度母的形象和存在成为了非常重要的因缘。她也被认为是诸佛一切慈悲的化身，是所有佛陀一切活动的核心。此外，她还以反应迅速而闻名，这一点

非常重要。这一切都创造了因缘——这并不意味着其他佛陀不够迅速或不够慈悲，只是在于创造正确

的因缘。

我自己从小就在家人的教导下被迫修习佛法。后来，我对度母产生了一种非常肤浅、近乎妄想的崇拜。过去两年里，我经历了好几次“购物后的忧郁”，我把这解读为她的祝福。我大概买了三四十尊佛像，每次去到某个地方，总能看到非常漂亮的度母像，忍不住就买了。实际上，在同一周之内，我就买了两尊度母像。买第一尊的时候，我心想：好了，到此为止。但后来我又去了另一家店——没什么特别的原因，只是随便逛逛——结果又看到了一尊度母像。很多度母像都很贵，有些甚至比我的车还贵。

我正在努力把这些解读为她赐予的祝福。为了表达对这持续涌现、如轰炸般的“啊啦啦”（Araara，藏语感叹词）的敬意与感激，我决定委托绘制全部二十一位度母的画像。

度母有许多种，分属不同的密法层次。你们很多人都熟悉度母，其中主要的是绿度母。还有一种度母也非常受欢迎，她其实具有外在、内在和秘密三个层次。还有白度母，当她最初在西藏出现时，曾引起一些争议——我认为许多藏人难以理解为什么女性会担任主导角色，因为通常情况下这些职责是由男女共同承担的，而这种度母却恰恰相反。

正如我一再强调的，度母有许多不同的类型。很多时候，某些度母甚至可能不以“度母”之名出现，但她们确实是度母修行法门的一种形式，例如象征财富的那类。她有时候可能不被称为度母，但她是度母的化身之一，例如狮面度母。这或许会引出一个问题：为什么度母会有这么多不同的化身？

度母被普遍认为是守护神。当我们谈到守护，也就会谈到不同类型的恐惧与灾难——不利事件、负面事件、变乱，还有集体负面业力，例如瘟疫、饥荒、糟糕的领导人、阿根廷赢球，等等。[笑声] 以及其他各种负面业力。

灾难有许多不同的层次，可以分为外在的、内在的和秘密的灾难。一般来说，我们大多数无知的人甚至不把秘密的灾祸当作灾祸，也不把某些内在的灾祸当作灾祸。如果非要说的话，我们可能还会把其中一些看作福气、好事，而很少意识到那才是真正的灾祸。

我们通常担心的是外在的灾祸，例如地震、洪水、火灾——基本上就是四大元素的紊乱、战争、饥荒；古典文献中还提到野兽——在那个年代，它们确实会带来很多障碍；还有疾病，不仅是瘟疫，也包括来自统治者的惩罚——在古代，这是一个非常非常大的问题，来自君王的不公正惩罚。此外还有各种凶兆、噩梦，以及种种不祥之事。

据说，在这个时代，问题是争论、分歧、不满，还有人——呃——失去灵感，甚至连从这里走到那里都提不起劲来。基本上就是这样，这个词我觉得很难翻译。我想，导致这类问题的原因有很多，例如自杀的念头、感觉毫无意义——不是那种深刻的虚无，而是你自己创造了意义，又创造了无意义，那种无意义的感受。还有过度敏感与过度迟钝的问题——你甚至对起司刨丝器都无动于衷——这种情况只会在英国发生，所以别担心。[笑声]

还有集体的不信任，以及你可以称之为相对秩序崩解的现象。这些事情很难解释，比如在学校里，学生根本不被鼓励尊重老师——不只是不鼓励，简直就像尊重是不必要的一样。如果有人要求被尊重，那位老师在世界某些地方最终可能会锒铛入狱。我认为这种相对秩序的丧失，其实相当深刻。

再举一个例子——当然这只是我自己的解读，我并不确定——在许多发达国家，成年人以尊重孩子或某种类似的理由，让孩子参与家庭讨论，而不是让他们自由自在地做个孩子。这实际上几乎在迫使孩子变得非常机灵和早熟，但这无论如何都不是好事。

以上这些是一些外在的灾难，其中一部分也可能是内在的，但外在的更像是可见的恐惧与可见的灾难。度母守护我们免受这些灾难。

我想告诉你们的是，在你迷失于这些神话细节之前——如果你是度母的信众，你应该向度母祈祷，祈求她的保护。要防范那些你甚至不知道该防范什么的灾难，就让她去做吧，因为我们不知道……我们不知道中彩票是否真的是件好事，也许并非如此。

至于内在的灾难，则各有不同——嫉妒、多疑、焦虑，凡此种种。而真正深刻的灾难，则是你应该真正关切的：二元分别的灾难。这是非常非常非常深刻的灾难。即使是像“哦，我需要去理发”这样看似极其平凡的小念头，也可能引发很多问题，例如对理发的执着；反过来，“哦，算了，我不需要理发”，这同样可能带来麻烦，甚至可能导致离婚。所以，基本上，灾难就是不断地将你的注意力分散到各种判断与评价之中。

好了，我们休息十到十五分钟，然后再回来。

[音乐]