

金刚乘成就法，印度比尔，21-23 5月，2024 - 第八部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=J3sYiShi7D0>

讲师：

[音乐] 好的。 仅仅 因为 萨塔娜 确实有 这种结合的元素 。 嗯， 我本来想说几句，但是， 嗯， upanakama 的修行，实际上 upanana 非常庞大， 嗯，我会说它 比我的意思是 sana sanogramma 更广阔、更深刻，而 sana sanogramma 又比 up 更广阔、更深刻 。 嗯，但对某些人来说，可能正因为如此，密宗 修行者也倾向于认为， 不仅禅定练习 有时非常抽象，而且显然因为它更注重内在， 即使禅定确实有， 比如禅宗的阐释，我想有些 练习，你知道，比如特征 或阐释， 更像是有形的。 禅定语法的大部分是 没有阐释的， 你可以 大致说，被称为大手印或大结的练习就属于 后者。 虽然摩诃 桑迪教派的信徒可能会对此略有异议，但我们现在不需要知道 这一点。 我这么说只是为了 自保，因为这些新地图学者可能会非常凶狠。 他们说：“你怎么敢这么说？” 我也感同身受，因为你知道，尤其是在现在这个时代， 你说的任何话都会被记录下来， 上传到网上，然后过段时间人们可能会引用你的话。 而且我也有许多狂热粉丝，你知道，虽然不多，但也有不少塔利班成员 追随我， 他们对其他人也有很大的影响 。 50年后，他们或许会 创立一种新的宗教。 这很有可能。 所以我总是 要说这句话。 总之，萨娜，我想我已经跟你谈过 最具体的容器了。 我觉得“容器”这个词用得不错。 因为我们刚从发布会上出来。 嗯， 他有一些很棒的词，比如gongja gongja gong，你知道，就像鸡蛋， 而ja是网。 所以，请大家注意这 一点，特别是对于宁玛派传统拥护者而言。 这是隆昌巴说的。 你知道，他说有三个，嗯， 他基本上是说有 三个壳，就像蛋壳一样。 嗯，这真是一个绝妙的比喻。 蛋壳非常脆弱，但 同时又非常完整。 它的形状很漂亮，我不知道该怎么形容， 椭圆形什么的。 所以，你知道 ，它完美无瑕，但它非常脆弱， 而且它还是个蛋壳。 好的，我指的是蛋壳。 所以 按照隆派的说法，他会看到身、语、意这三者实际上就像 三层蛋壳。 这是 马哈桑迪教派内部的一种比较特殊的谈话方式，特别是关于 “ 心如壳” 的说法，但我们现在不打算深入探讨这个问题， 这很学术化， 但如果你将来想关注 马哈桑迪教派的研究，这一点就非常重要了。 总之，最具体的外壳就是我们所拥有的形式， 而且我们也 认为它是因为它非常具体 且易于理解。 这或许也是 我们（至少在郊区） 最大的驱动力。 你知道，饮食系统，时尚 摄影， 我不知道那个领域的所有艺术，但它就像一个外壳， 包裹着你不知道的， 我刚才跟你说的，认知，光明的心灵，光明的， 任何光明的东西， 空性和光明的结合。 这很难。 总之，里面还有另一层壳。 那是生命能量（prana）的语言。 所有这些 对于普通人来说都像一层外壳，我们显然无法感同身受 。 我的意思是，我们确实有这种情况，但这 并不明显，实际上情况要

恶劣得多。我想我们之前谈过这件事。所以加入 sana kama 练习 与此有很多关联。好的。第三层壳是 最难啃的。心灵的外壳。 是的。 我们需要经历 摩诃摩罗的萨德纳，或者我不知道我是否应该称它为 萨德纳，但呃，摩诃桑迪之路 等等等等，好的，嗯，所以萨那萨那，它有阐述， 嗯，我想说， 我们做的大部分悲伤，杜普塔布，最后总会带一点 那种，我想我昨天已经说过， 嗯，一切的消融，整个 宇宙或整个领域，你 知道，融入莲花，莲花融入你，一直到脉轮， 脉轮也消融，所以 你可以说它也有一个，当然，还有桑巴中轻松或非阐述的部分， 但是，是的， 因为最后你知道，目标是 达到，呃，非阐述， 抱歉这么多术语，这么多术语，但 你必须忍受这一点。 嗯， 但为了更清楚地说明这一点，这就像 看着 自己脸的倒影或湖中的月亮一样。 正如你所见，当你观察时，你总是会被 它的外表所吸引。 摇摆不定，被劫持，被困住。就在那时，你动摇了。 而正是在那时， 你开始变得……嗯， 永恒主义者，或者我不知道，比如说，其他 形式的极端主义者。 你被眼前 完好无损的美丽景象所打动，你知道，周围的环境如此美丽，湖面无 云，附近或许还有几棵柳树， 以及所有这一切，或者镜子里你完好无损的倒影，所以，你 被眼前的景象所打动。 另一方面， 你一直都知道，嗯？反正那里也看 不到月亮的倒影。 所以，当外表完好无损时，为了 战胜那种 永恒的挑战，那种将你引向永恒主义的挑战。 我们修习上行法。 没错，就是这样。 嗯，总的来说，这里看不到月亮的倒影。 问题就在这里。 是的，这就是 桑巴舞的精髓所在。 你知道，有时候我们会被虚无所左右， 很多人也知道一些让我们感到 不安的事情，比如 佛陀，他来了，但他已经不在。 昨天他来了，现在却不在。这在佛教中，尤其是在密宗中，是一种非常强大的观念。但事实并非如此， 昨天他已经不在。同样，我们大多数人认为的未来也不存在，它还没有到来， 因此它并不存在。这实际上是现实主义。所以，我们很多人拥有什么？我们拥有 现在和现在。有时我们认为 永恒存在，但如果你真正了解密宗，就会发现过去、现在和 未来就像 月亮的倒影一样，同样真实，现在并不比过去 和未来更真实。 所以这算是 萨尼格拉玛的哲学或原则吧。但正如我所说，桑巴舞非常流行。 嗯，比如说， 呃，该怎么称呼它呢？ 嗯，sama 指的是 捏造，意思是捏造或详述，我 应该说是详述。 它涉及很多 半有形的东西，你知道那是什么吗？普拉纳。当然，你知道， 呼吸中最本质的部分就是吸气和呼气。 这简直就是 最令人作呕、最令人反感的東西，它不断地在 空气中流通。 这样也可以。 例子太多了。 我的意思是，关于这一点有很多很好的说法。 这就好比 你 丢了大象， 你到处寻找，最后找到了象粪或象脚印，你应该像 找到大象一样高兴，因为现在你可以沿着痕迹追踪，很可能会找到 大象。同样， 从你的嘴巴、鼻孔等处进出的空气，就像是 内在 生命能量的足迹和痕迹。所以这是一种非常非常复杂的 实践。 你主要会听到这些教义，比如当 你听到像tumo、昆达里尼之类的东西时，或者 总之，因为，是的，有一些 热量是 通过pana产生的，好的tumo，然后还有 另一个，一个非常非常重要的东西，这是一个非常非常

重要的东西，那就是梦，因为它既是极其具体的，又是难以捉摸的，它真的可以让你大吃一惊。我的意思是，它如此真实，但同时又荒谬得不真实。我昨天已经说过，5分钟的午睡，10年的人生，我不知道，你可以做梦。那是什么？而且，它确实会对你的觉醒生活产生影响，比如你可能会出汗，可能会大喊噩梦等等。然后，还有一个大问题，另一个大问题是董事会，我想我们已经稍微谈到了这个话题，但实际上，我在昆达里尼期间有点忽略了它，它也涉及，嗯，还有一些非常重要的东西，那就是昆达里尼与极乐有关。嗯，极乐，我们尤其指的是通过摩擦或其他任何结合方式唤起的极乐，嗯，那种感觉也是非常明显、极度的狂喜、高潮等等，但它也绝对不存在。我的意思是，如果它真的存在，某些行业早就把它捕获并包装起来，我们每天都会买到它。它既在那里，又不在那里。你知道高潮时的那种极乐感。所以这很符合梦境的本质，有时还有一种叫做朱莉幻觉身体的东西，它是一种……嗯，它真的会让你……嗯，它挖掘了很多……该怎么称呼它呢？嗯，它拆解，它拆解那些将我们的形体、感觉、感知、业力形成粘合在一起的东西，并创造出这个看似坚固的、有组织的聚合体，真是太神奇了，太神奇了。我不知道为什么，珠宝和幻身似乎在修行者的名单中并不多，但它们确实存在，所以这只是一个你可以练习的体式列表，并附有详细说明。然后是桑巴舞，它没有复杂的细节，基本上就是……嗯，但你可以说这是最高的修行方式，基本上就是……嗯，没有视觉化，没有咒语，没有光的出现和消失。其实什么也没有。但与此同时，你也不能放手，也不能让自己被思绪所困扰。是的，这听起来可能像是我们在世界上所经历的标准内观禅修，但实际上又不是那样。它远不止是内观禅修，它实际上使人更接近真理。真是太棒了。我见过缅甸僧侣。如果你问我这位僧人在哪里，我不知道，因为他们没有地址。他们没有电话。我在曼丹德勒一家咖啡馆偶然遇到了他，你知道，就是那种普通的咖啡馆。他碰巧是唯一一个会说英语的人，而且他其实并不想和我说话，因为他还有更重要的事情要做。但他真的非常鼓舞人心，因为他一直在练习冥想，他看待世界，尤其是看待我们身体的方式，非常独特。他的思维方式已经受到严格训练，并被某种程度上条件反射地将自己的身体视为各个部分。我们并不这么认为，对吧？我们总是把自己的身体看作一个整体。他看不到。这太强大了。光这一点就足够了。仅此一点。好好想想。如果你把自己的身体看作是由各个部分组成的，那么你的购物方式、你的建房方式、你的一切行为方式，以及你与他人的关系都会发生改变。我举这个例子来说明。如果你从法身的角度来看待世界，那将是完全不同的体验。好的。所以现在，菩萨戒的主体部分，嗯，是的，菩萨戒从根本上来说是我鼓励你们受持的，因为这是菩萨戒之一。从根本上说，这是发誓要尽一切努力唤醒自己和他人，尤其是我们正在遵循madameika的传统。嗯，菩萨的修行，我们会根据个人的能力和条件来应用，或者说，我们会尝试效仿，或者说，我们会尝试应用菩萨的修行。所以并没有固定的或强制性的誓言。但从根本上说，这种唤醒他人的愿望，就像是必须的，

无论你怎么表达，都要 唤醒所有 有情众生，让他们摆脱二元对立的黑暗，让他们摆脱轮回的噩梦，让他们 意识到自己 拥有佛性，让他们意识到自己 从未 离开过 [音乐]，让他们 意识到所有有情众生都 拥有 完整的佛性。 没有东西 缺失或损坏。 所以，这其实是不同版本的态度或意图。 所以，请允许我，我也会 在这个特殊的场合与你们一起 领悟菩提萨埵。 世上没有比 这种 渴望唤醒他人的善良心灵更伟大的善良心灵了。 没有什么 善意或美德比 这颗想要唤醒他人的心更真诚。 因为 所有的善意， 无论以何种形式出现 ，例如 祝愿人们 富有、健康、繁荣。 首先，它们都是主观的， 而且也存在不确定性。 让一个人感到快乐的事情，并不一定能让其他人感到 快乐。 今天让你快乐的事情，明天未必会让你快乐。 诸如此类。 此外，所有 所谓的居民的原因， 他们自身也依赖于许多导致其他原因的因素。 所以， 我们与很多 原因和条件都存在着如此多的相互依赖关系。 因此，所有这些善意都是非常具有 欺骗性 和 不确定性的，而且存在谬误。 然而， 渴望觉醒，认识到现象的真相，而这种现象永远 不会欺骗人。 嗯， 在 修行过程中，以及在修行的最后，过去、现在和未来的所有佛陀也都 走了这条道路。 正如 Chandaki 所说， 希望唤醒他人就像播下一颗种子。 它也像 你播种的土壤。 希望唤醒他人也如同 肥料，如同水，如同空间， 如同篱笆。 希望唤醒他人 就像嫩芽像茎一样， 希望 唤醒他人也是果实 本身。 所以，觉醒的心智就是种子、嫩芽、果实、土壤、 路径和结果。 而这正是我们现在就可以应用的东西 。 这就是为什么 正如 Shanta Deepa 所说， 虽然有很多强大的 神，如因陀罗、梵天、 湿婆、阿 修罗，但是没有任何一位强大的神 或阿修罗 能够给你最强大、最 真诚的礼物。 这种觉醒的心灵。 一切有情众生，无论多么 污秽 、多么焦虑、多么 情绪化、多么 消极。 总会有那么一刻， 善良就像黑暗中的闪电，有时 会发生。 我们只需要好好 利用这种 罕见但珍贵的、能够 唤醒一切众生的善良心灵。 既然您已经发了菩萨 愿，我们就可以生成这个。 想想今天，你的生活已经变得充实而富有成果了。 今天，成为人的目的 已经实现。 你已成为佛陀的继承人。 既然你们已经成为佛陀的儿女 ，你们就应该 谨记或重视家庭 职责，那就是 帮助他人觉悟。 今天在我们心中燃起的这种善良之心，就像在今天的破烂垃圾堆里发现 一颗宝石 。 既然我们已经受持了菩萨 戒，那么我们可以 通过向诸佛菩萨宣告， 特别是向 一切有情众生宣告，来增强 菩提心 或觉悟之心。 现在，让我们 在诸佛菩萨面前宣告， 我已行菩萨礼。 因此，众神和阿修罗都 欢欣鼓舞。 行完菩提 萨埵礼后，让我们立即运用 菩提心和菩提萨埵活动片刻。 让我们祈祷， 从现在开始，从这一刻起， 我的每一个想法和每一个行动， 包括看似平凡的呼吸 、睡觉 、吃饭或闲逛等琐事，以及 看似 重要的事情，例如照顾 我们的健康、吃正确的食物、 服用正确的药物、 努力拥有良好的生活方式， 甚至是 看似 错误的行为，例如攻击性、欲望、 无知。 希望 这一切能够以某种方式引导我们 实现 菩提， 并以某种方式 最终成为唤醒他人的原因， 即使是 我们生活中非常平凡的部分，例如坐、 站、 呼吸。 所以请想想 这件事，并 祝愿一切有情众生都能拥有 菩提心。 对于那些拥有菩提心的人来说，他们的 菩提心要成熟，使一切有情众生永不 放弃菩提心， 永远远离任何会使他们 远离 菩提心的境况， 然后祈愿过去、

现在和未来所有的菩提萨埵，使他们的愿望得以实现。 诸佛 菩萨 为众生所愿，皆能实现。 [音乐] 所以想想吧。 所以请 思考片刻， 然后象征性地， 在进行菩提心修行之后， 观察这一刻。 思想、 感觉、 情感。 不要妄下判断。 承认这一点就好。 既然我们一直在 谈论修行， 既然我们刚刚接受了菩提 萨埵， 那么让我们把 这些总结起来， 为了利益一切有情众生， 唤醒一切有情众生。 让我们想想， 虽然这都是由于我的习惯造成的。 我总是 谴责自己对自身、他人以及 周围事物缺乏纯粹的感知。 实际上， 我们都是身、智、 达， 或者换句话说，我就是或我们就是 阿巴洛克什瓦拉， 三界之主， 宇宙之源， 诸佛慈悲的化身。 万物都在 这座阿巴洛克什瓦拉神庙中来来往往。 [音乐] 我不是男人。 我不是女人。 我不是白人、黑人、棕色人种、红色人种、蓝色人种。 我个子不高，矮。 我没有路线指示。 我不受过去、现在和未来的束缚。 我个子不小。 我个子不高。 我已经超越了这一切。 我是阿巴洛克， 却不认识这些 有情众生， 不仅我是阿巴洛克什瓦拉，所有有情 众生都是阿巴洛克什瓦拉， 却不认识这些有情众生， 他们投射出不同的领域，神 认为自己是 神， 人认为自己是人，动物认为自己是 动物。 他们认为自己 像动物一样行动或思考。 为了唤醒他们摆脱这些 投射， 让我们 吟诵能净化 五六个投射的sid音节。 请重复一遍。 [音乐] 好的，既然你们大多数人也收到了，那么 让我们一起念诵 三遍这个特殊的咒语。 哦，金钱 [音乐] 好吧，让我们把这份功德回向给一切 有情众生。 是的， 童嘎坡说，愿我这虚幻的 功德，由 我这虚幻的眼睛所 创造或积累。 我将此供养给虚幻的 众生，愿他们能够证得 虚幻的 佛果。 好的， 接着刚才的sana舞 ，现在既有up舞也有samba舞， 只是很短的一小段。 嗯， 这或许是我 使用的更接近宁玛族传统的语言。 好的。 当然，这并不意味着其他人 没有这种想法，但宁玛经常谈论这个话题。 嗯， 因为这其中是有 原因的。 我们可以稍后再讨论这个问题 。 我的意思是，如果你不知道，也许 不重要，但是， 所有佛陀的道路你可以大致 分为两类， 德国人就像是 捏造的、虚构的、 改变的、 你知道的，量身定制的、定制的 、 创造的。 是的 。 所以，一方面是这样，另一方面则是 完全没有编造。 德语 绝对像它一样， 因为它 不是创造出来的，不是捏造的，一点也不是。 实际上，止观禅 或许就是一个很好的例子。 Shamata 往往是 我们所说的捏造出来的。 例如， 我指的是大范围的概括。 好的。 所以， 即使是像坐姿端正这样的事情，也需要 改变，你知道， 改变后的 纪律很重要。 顺便说一句，这听起来好像人为 创造的路径或人为制造的路径是 次要的， 而非人为制造的路径是 更高的，但事实并非如此，它们并不 同等重要。 所以 你一定要记住，千万不要 往下看。 所以，我们一直在 谈论的，比如视觉效果、灯光闪烁等等， 所有这些都是人为制造、改变、 定制的。 这就是为什么 不同的神灵有不同的颜色、 不同的形状，无论你 那天想要什么，实际上，如果你有时间， 你可以改变，你知道，每天都改变 南方的神灵 。 我想你知道该怎么 称呼它，比如说， 你接受了八种 菩提萨埵的八次灌顶， 你今天感觉自己像个无量寿者，你 去做， 就像在餐厅里，你 今天想吃意大利面，明天也想吃意大利面。 或许还有其他东西，

实际上，从技术上讲，你可以这样做，因为所有这些本质上都是一体的，但你知道，它必须对你有益，对吧？你是一个道行者，道行者意味着你有缺点，你有缺陷，其中一个很大的缺陷就是你的旧习惯。所以我们现在要培养一种新的可视化习惯。所以，羊驼们往往会建议你，好吧，你应该坚持做一件事，这确实是个好建议，但从技术上讲，最终你其实可以做所有的事情，但坚持做一件事或许更有效，尤其对于初学者来说，因为你应该克服你的旧习惯，否则你真的会陷入精神分裂症的泥潭，而且我认为，嗯，这里面有很多东西，你知道，这真的很大，即使是最有经验的修行者也会问这个问题，哦，我觉得，你知道，我想做，我可以做度母吗？是的，为什么不呢？特别是当他们来找我的时候，我可以看到他们非常沮丧，因为人类太奇怪了。我通常会做你想做的任何事。他们不喜欢这样。但我坚持这个观点。我知道有些羊驼说你只能这样做。但他们也不喜欢这样，因为他们内心深处其实想做，比如站着，你知道，如果一个羊驼告诉他们我在练习本尊，而本尊一直都是坐着的，我觉得我能看出这个学生想做一个站姿的本尊，你知道，从技术上讲，终极，你知道，在终极层面上，没有区别，但无论如何，我想说的是，你知道，即使是upama实际上更像是一种人为的、改变的、虚构的，一般来说，有很多，我会说南方的一些sadas，比如80%到90%是banana，10%是sana，同样的事情，很多重叠，取决于你知道，如果你做的是来自真理的majiri，例如，更有可能是站着的。但话虽如此，其中也涉及很多梵文体位法（sana），例如吞咽字母D。如果你在练习瓦吉瑜伽（vaj yogini），那么它可能更多的是上梵文体位法（upanagram），我的意思是梵文体位法（sanagramram）。总之，这条路是捏造的、篡改的、虚假的，你可以称它为假的，也可以称它不是假的。这两点都非常重要，因为假货之所以很逼真，是因为你能产生共鸣。所以它才如此重要。如果你能欣赏这些路径的设计，你一定会觉得这些设计师真是太了不起了。仅仅想到这一点，你就会真的接受全知的存在了。设计这些东西需要全知全能。不可能，不可能凭空捏造。这个，你知道，不需要升级。这样就很好。就是这样。这正是我要说的。天气越来越热了。嗯，我们很快就要结束了。嗯，但是，既然我们已经发了菩提愿，我们就来庆祝一下。[音乐]