

第三部分（AI整理版）

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=RyWu1mZh24s>

讲师：

好。说到业债——光这一点就证明它是真实存在的：有人叫你来这里听我胡说八道，而你就来了。这到底是好是坏我们不知道，但我觉得，听这个应该不会太糟。我之前在说印度人，我想中国人也一样，他们有一种类似的珍视智慧的传统。我不知道中国人有没有用"般若"这个词，或者什么对等的说法，我不太清楚他们怎么表达，大概可以猜一猜。但般若对印度人来说绝对是绝对重要的。

那么，怎么修炼这个般若、这个智慧呢？如果你要为那些需要方便法门的人讲得更善巧一点，我们就会说：通过闻、思、修来培养，而且所谓"修"——也就是三摩地——占了很大一部分。所以修炼般若的方式有很多。但对于那些可以跳过方便法门的人——确实有这样的人，他们可以直接领受，不需要绕来绕去浪费时间——对于这些人，有一大套教法，讲的是……怎么说呢，就是"任其自然"。但你看"任其自然"这几个字，我不知道你们会怎么理解。

不管怎样，我在想我们可以谈谈八大尸林。"尸林"怎么发音？好，藏文的习惯，就是大尸林嘛。你说"尸林、尸、尸林"……[哼了一声]尸林。

整个尸林的世界，其实说的是什么？是任其自然——因为不管怎样你都会到达那里的。这也是为什么密续修行者非常不喜欢自杀，他们真的非常不赞成。他们能理解如果你在伪装某些东西，在推动什么、捏造什么。但像自杀这种事，他们觉得你走得太远了——反正你迟早都会到达那里的。

说到自杀，我想你们现在想到的是普通意义上的自杀。但你们知道吗，很多时候所谓修止（shamata）和观（vipassana）的修行者，他们试图停止念头——这其实是一种非常无意识的自杀企图。因为你根本无法停止念头，怎么可能停得了？但我们还是在不断地尝试。

这话要得罪一些佛教徒，某些佛教学派了。但今天我们在这里强调尸林的修法，所以我得坚持这个立场。比如，你一坐下来打算修行，你做什么？你闭上眼睛。有一点点在作假，对吧？有一点逃避主义的味道。好吧，如果你要闭上眼睛，那不如也把鼻子堵上，把耳朵也塞上。那身体的感觉怎么堵？

所以尸林派的人——就叫他们尸林人吧，密续修行者——对他们来说，就是：别做这些事，它们反正会自己耗尽的。你迟早都会安住在那里，迟早都会到达这片骨骼遍地的场所——我现在说的同时包含外在和内在。内在层面，我之前说过，没有一个念头能永远留着，它会自行耗尽。

所以，对于那些能够绕过方便法门的人，那些具备这种根器的人，那些真的能够……怎么说，英文有个说法叫"call a spade a

spade" (直呼其名)，对于那些不只能咀嚼这个信息、还能咽下去的人——不只是咽下去，还能消化的人——这非常重要。很多时候他们消化不了，因为太简单、太直接、太吓人了。[哼了一声] 为什么吓人？因为什么都不用做。当什么都不用做的时候，这才是最恐怖的事。

我们需要给自己打麻药，就像往自己身上打很多针制造物——做各种事情，好像做事情非常重要。不管是遛狗还是坐直身体，你懂的，坐直、这样那样地调整呼吸，反正就是要做点什么……

现在，不要立刻跳到结论说你听了这些信息就……你知道，我今天的目的只是想特别告诉我们的印度朋友：你们有一个来自这些尸林的智慧传统，这是你们需要珍视的东西。

好，那我来谈谈这个智慧传统。有些传承的名字我之前已经提到过，我不该叫他们"创始人"，我们叫他们大成就者 (mahasiddha)，比如：布惹哈斯提、毗玛拉弥陀、龙树、荷马拉……哦，我想不起来了。这次我主要讲尸林，我想我之前提过了——我们今天不谈其他来源，比如那些险僻之地。

但还有一个地方我今早忘了提，是个很好的来源：宫殿与花园。有大量教法来自宫殿、皇家宫殿。你可能会想，哦，国王王后懂什么智慧？不对，很多大成就者来自宫殿。比如因陀罗菩提，这类大成就者出身王宫，这整个宫廷系智慧传统相当相当丰富。他们的语言，那种韵味和色调，有点不同。你能看出来，那是从宫殿里出来的——就是那种感觉：宫殿、帷幔、精美的桌椅、地毯、孔雀、游泳池，那种范儿。不，我不是在说字面意思，是那种你能感受到的气息。

所以你如果读萨拉哈的道歌，或者印陀比的道歌，或者谷古日巴的道歌，或者……甘……我想是这个……你会发现语言选择上是有差异的。萨拉哈出身贵族——哦，而且萨拉哈非常有意思，他其实是一位王子，[哼了一声]

出生在宫廷，然后进了大学，受过正规教育，后来才成为大成就者。所以在他的道歌里，你能感受到所有那些细腻层次。而因陀罗菩提嘛，我从来没听说他有任何出家或做游方僧的经历，他就是从头到尾的国王。所以你能听出来那种不同的气息。

这些真的非常非常重要，因为里面有适合每一个人的东西，非常非常重要。但可惜，现在很多也已经失传了，留存下来的不多。

然后还有一些真的非常……怎么说……普通的、粗朴的、不文明的，我觉得应该说是原始的——比如……我不知道为什么榨芝麻的人总被认为是低下的、没受过教育的、原始的人。榨芝麻的、渔夫、织布工。织布工，这些人。但他们的语言是如此不同，他们的表达方式……顺带说一句，他们很多人是从尸林里"毕业"的。

好，今晚我们来谈谈意识。

"意识"这个英文词

consciousness，我不知道它来自哪里，但藏文里的"南 (nam)"承担着这个含义，梵文则有很多很多

词：识 (jnana)、觉 (buddhi)……太多了，但总之"南"通常翻译为意识。"心"这个英文词 mind，它是否真的译出了藏文"心 (sem)"、梵文"质多 (chitta)"、"末那 (mana)"……这些词，我也不确定。但无论如何……

让我来尝试阐明阿毗达摩中一般的教法方式——这些在阿毗达摩里讲得非常好，密续修行者用的也是同样的框架。

凡是涉及主体与客体之间的关系或活动，就是意识的范畴。这个范围非常广。好，在藏文里，"客体"这个词是什么？印地语里怎么说？

"对象 (Object)"，"主体 (Subject)"，"Vishu"——什么意思？

"话题 (Topic)"。

这听起来像是多利设计的学校里出来的词。藏文里说"渝 (yul)"和"渝钦 (yulchin)"，是客体和主体。我被中文里的主体和客体的说法触动了，非常兴奋，很有意思。我需要向一些中文专家确认一下。据说中文里"主体"的意思是"它自身"，"客体"的意思有点像"客人"。多有趣啊，"客人"。

我需要告诉你们这一点，因为在西方语言里谈到主体和客体，有很强的等级关系——"objective" (客观的) 意味着更高、更好；"subjective" (主观的) 就是，你知道，因人而异，相对的……我非常确定梵文是这样，印地语是这样。但在藏文里，绝对没有等级高下之分。事实上，如果你要更字面地翻译，"执 (zimba)"和"所执 (zuma)"，几乎是完全对等的词——"zo"是……

"持 (Hold)"。

"执 (zimba)"是什么？

"抓取，执取 (Grasp and grasping)"。

明白了吗？我试图解释的就是什么是认知或者意识。所以，凡是涉及主体与客体的，任何有这种……怎么说，"所执"与"能执"的……

好，哦，我读错笔记了。我在读噶伦堡电影节的笔记。好。

我想你们理解眼识、耳识、鼻、舌、身识应该比较容易，我们就不在那上面多停留了。眼识就是"我"执取了视觉——视觉所执，眼识能执。这就是"所执"和"能执"，"渝"与"渝钦"，主体与客体。尤其是瑜伽行派非常强调：它们是同时生起的，不存在先有客体、然后主体来看它这种事。佛教徒不相信这一点。不只是佛教徒，很多印度逻辑学派，比如弥曼差派，都对此立场非常坚定。这也是为什么佛教徒从来无法真正认同大爆炸理论——大爆炸是存在的，但大爆炸只有在有一个觉知到大爆炸的人的同时才存在；在有人觉知到大爆炸之前，大爆炸并不存在。以此类推。好。

那么身识……[清嗓子] 现在说末那识 (manas)。

第七识，这个比较难理解，难在主客体之间的区分要细微得多。好，我能听到鸟叫。这个简单对吧？客体：鸟的叫声；主体：我的耳识。但是，心知道心本身——而且不只是以第一个心为客体、第二个心为主体，而是心本身知道心本身。这就是为什么我们在这上面下了很多功夫研究。好，这就是第七识。

然后是第六识，意识——我应该说"第六意识"。嗯……每个编号对应的……基本上就是：没有外在的客体，如声音和视觉，而是心本身。我觉得这是大多数人没有花时间投入的部分——当然你们可能知道，但印度人是真的很重视，这对他们来说是个大题目——就是认识，仅仅观看你的心，不是过去的心，不是未来的心，就是此刻。而且不仅如此，他们会说：这样做是非常有利可图的。

此刻你从听鸟叫或挠挠皮肤里得到的收益，和你把注意力转向这一刻的心所得到的收益，根本不可同日而语——整个世界都在那里。但因为我们大多数普通人习惯了更多地使用眼识、耳识、身识……当然，当我们使用意识时，我猜大多数人会变得有点郁闷，不知道拿这个怎么办——这是谁？这是什么？诸如此类。好。

现在是末那识，也就是第七识，有时我们叫它"自我(ego)"。

好，在这之前我需要告诉你们：这八种识，不是说你作为一个单独的存在有八个心。当然不是。想象一只猴子在一个有八扇窗的房间里，差不多就是这样。

好，自我。暂时我们可以把它理解为：所有染污情绪的母体，一个错误的结论。你之前肯定听过：你看着五蕴，然后你只是贴了个叫"我"的标签。但不只是人我，还有桌子的自我、房子的自我、民族的自我——哦，这个例子其实非常好。

民族、国家、金钱、国旗、身份认同，都是如此。但更重要的是那个"自我"——"我"这个概念。真的，真的非常有力量，不是吗？太有力量了。一切事物，无论有意还是无意，都与它有所关联。"我"，可以说是所有情绪或意识之母。

然后最后一个——[清嗓]——是意识的祖母，是地，是阿赖耶。许多佛教宗派几乎把它视为珍宝。他们说，这是……这是某种可以把握的东西，是可以修持的东西。就像那个著名的例子：把花绳误认为蛇，其实没有蛇。但至少必须要有一根花绳存在。如果没有花绳，那么对蛇的恐惧，以及灯亮了之后"原来没有蛇"的那种如释重负，两者都不可能存在。所以那根绳子——你要有那根绳子。因此很多佛教宗派确实非常珍视阿赖耶。

我为那些刚接触这些概念的人抱歉，接下来会有点技术性，但这是相当重要的信息。

好，但是对于中观派——[哼笑]——比如龙树菩萨那一系，以及各种大成就者，他们认为阿赖耶只是一种幻象。这非常非常难以接受和消化。为什么？还记得今天早上我谈到时间吗？现在说的就是这个了。

让我们用一个非常普通的例子。比如说，这个人今天早上杀了那个人——他把他杀了——就算在普通世界里，从技术上来说，今天晚上警察抓到他的时候，他可以说："哦，那不是我，那个人已经消失了。"你明白吗？这在每个层面上都成立——时间层面、元素层面——甚至从科学角度也可以证明：你现在的你跟之前的你不同，之前那个你已经消失了。所以从技术上讲，你其实可以对法官说："那不是我，你去抓那个人吧。"理论上你可以这么说。但这在现实中行不通，因为有证据，还有那个延续性的概念——我们心中有那个延续性的感觉。不仅在普通世俗世界里如此，就连在佛教里，他们也谈论业力：这一生做了坏事，[哼笑]下一生你会受到报应——如果你不做点什么的话。你做了，积累功德，积累善业，这样明天你就可以使用这些功德。那么，在这整段时间里，你把这些储存在哪里？"储存"这个词其实不太准确，但是……阿赖耶，我想，就是那个地，那个地基。

这是个非常非常宏大的课题，在印度哲学体系中被极其深入地研究过，不仅仅在佛教里，我认为在其他传统中也有大量研究。当然，佛教徒们在彼此之间——怎么说来着——好像是"炫耀"？

>> 炫耀，对。

——对，他们会在其他学派、非佛教学派面前炫耀，说那些人认为阿赖耶就是上帝。对，他们就是这么炫耀的，说"你们啊，搞错了，这不是上帝。"——但顺便说一句，那些人其实也有他们的道理，因为很多人最终也确实认为这是一切的根基，是最有力量的东西，一切皆由此而来。所以这是个非常复杂的课题。一切在这里消融，一切从这里生起。佛教徒自己也谈论类似的东西，比如佛性，对吧？所以它变得非常非常复杂，真的非常复杂。这个问题甚至有人向佛陀请教过，佛陀一个接一个地给出了精彩绝伦的回答。比如，有一个非常好的例子——

>> [哼笑]

>> 有了ChatGPT，现在可以很容易找到那段引文了，GPT嘛。

就是这样的例子。佛教徒是这么说的——比如说，我可以在镜子里看到我的脸，但这并不意味着我的脸真的进到了镜子里；同时也不是说那张脸不是我——它在某种程度上是我，但同时也不是我。你明白吗？就是这一类的论证、例子，等等这些。

但总之，我基本上是给你一个粗略的概念，关于佛教，尤其是密续行者和大乘佛教对阿赖耶的理解。所以他们基本上的意思是：这里存在一种幻象式的延续性。所以永远不要认为，当你谈到延续性、当你相信延续性时，这就像看着你去年去过的那条河，然后说"这是我去年见过的同一条河"——这同样荒唐。所以当你说"我认识你是去年的事了"、"我去年来过鹿野苑"，这也管用——你知道的，永远不要以为佛教徒对此有什么问题，其实没有问题，可以的，这样过日子完全没问题，只是不要以为它是真实的，仅此而已。

所以这有点像……你可以去睡一觉，可以做个梦。在梦里，你可以点一杯卡布奇诺、一杯意式浓缩、一杯大拿铁、一份浓缩单份——茶呢？然后这些都来了，按你的要求，一切完好无缺。这一切都会发

生。但仅仅因为它按照你的点单发生了，按照你的顺序、你的衡量标准，按照任何功能或进程，这并不能证明梦里的卡布奇诺突然变成了真实的。就算在梦里你也可以喝它，你甚至可以享受，也可以不享受，你可以对那杯意式浓缩大惊小怪，甚至可以因为它难喝而哭泣——这一切你都可以做。这就是轮回。当你从中醒来，那整个幻象消散了，你醒来会有一种如释重负的感觉——而那种如释重负显然也是幻象，因为从来就没有过问题。那你说的的是什么如释重负呢，你说是不？

所以这就是他们谈论这件事的方式。这基本上就是所谓"生命"的组成部分，或者说……怎么称呼它……生死、老病、苦难、衰败、人生故事，这整个东西，就是摩诃尚扎布弥。好，问题是这个——这不是你能够只是阅读、只是智识化的东西，你实际上可以把它当作一条道路来修持。怎么用？方式非常非常非常[清嗓]简单——从非常简单到非常复杂，比如建造坛城。所以这就引出了关于坛城的整个概念。

尤其是宏大的坛城，你会注意到，比如时轮金刚坛城，它必须有一个重大的组成部分——坛城的一个特征就是八大尸林。所以下次你看坛城唐卡的时候，除非是非常寂静的本尊，比如单尊的阿弥陀佛或单尊的绿度母，如果是更复杂、更宏大、更全面的坛城，你总会看到那八个……怎么叫……尸陀林的象征——小树、火焰、佛塔。哦对，我刚才忘了讲这个——佛塔，每一处尸陀林里总会有一座佛塔。顺便说一下，就趁我们正在谈这个——其中有两座佛塔在尼泊尔，据说博达佛塔和斯瓦扬布佛塔被认为是尸陀林佛塔。

还有另一个，斯瓦扬布本身——斯瓦扬布的意思是"自生"，对吧？斯瓦扬布，这个词在印地语里是什么意思？自生，斯瓦扬布。

>> 对，斯瓦扬布纳特，你知道的。

斯瓦扬布……这是非常重要的——"自生的"……[叹气然后倒抽气]这很难说服现代人，你知道吗？一旦我用"自生"这样的词，你们就会想象它像这样从地里长出来——不是那样的，不是那样的。想想你的心，它始终是自生的，始终有一种自生。当然，此刻它迷失了，因为我们无法享受自生那份财富。相反，我们热爱那种贫穷心态——"没有付出，就没有收获"。我们不喜欢"没有付出"那部分。这就是为什么"自生"这样的概念根本无法契入。

而且正如我说的，因为我们都已经变得有点像苏纳克——我们相信逻辑，我们相信理性主义。而如果你用逻辑和理性主义来看这件事，[哼笑]你试图把它挖掘出来……就像一位伟大的大成就者在他的一首道歌里说的，就像洗……希望……会变干净。你只需要把整个……扔掉。所以用逻辑，但即便这个……很难……怎么说……有点难以领会。好，无论如何，趁我们在谈这个。

好，这很重要——在它从我脑子里溜走之前，我需要告诉你们鲁陀罗的故事，因为它与这个有关。我先把故事讲给你听，它真的非常像……[哼笑]……童话故事。就是说：从前有一位上师，他有一位弟子。这位弟子——我长话短说——对上师生起了怀疑，没有按照上师的教导行事，然后离开了上师，

就此完全……变得野性十足。有很长的描述。他吃奇怪的东西，他喝血，他吃肉，然后因为他的这种态度和行为，他的身体也慢慢地……怎么说……变异了——

>> 变异，对。

——变异，对。他慢慢地长出了翅膀，长出了多余的手臂，开始杀死其他人，把杀死的人的头颅戴在身上作为装饰。他去尸陀林，用那些人的血涂抹在脸颊上美化自己，用死者身上的油脂作为保湿霜，尤其是这里某个地方，还把灰烬主要涂在前额，也涂满全身，等等诸如此类。他变得如此可怖，如此野蛮，真的开始危害整个世界了。

那时，所有的佛陀和菩萨召开了一个会议，说："嘿，我们需要对这件事做点什么，这已经走得太远了。"然后……哦，这故事很长，非常长……然后所有佛陀的目光——没有任何……怎么说……[哼笑]……没有任何事先讨论——所有佛陀的目光都落在了嗅亥嘎和嗅嗔马（瓦利玛）身上，他们意识到所有佛陀都是在让这两位去……[哼笑]……所以他们去了鲁陀罗那里，征服了鲁陀罗。有整段描述讲述鲁陀罗是如何被征服的。然后他们戴着鲁陀罗所有的饰物回到了佛陀国土——那些鲁陀罗所佩戴的一切：蛇手镯、人骨头骨花鬘，等等所有这些。然后十方三千位佛陀和菩萨都站起来鼓掌，说："好，现在大乐——摩诃苏卡，大乐——将再次降临于地球和宇宙。"这就是关于鲁陀罗非常简短的一个概述。

这是一个如此重要的故事。哦对……我忘了重要的细节，就是鲁陀罗还有七个副手，某种意义上的中尉，他们也做了很多……你知道的……坏事。但好，就这样。这就是通常讲授尸陀林的方式，尤其是讲这个。

现在这是一个非常深刻的故事，因为——[哼笑]——我说"从前有一位上师"，那位上师不是别人，正是你自己的般若智慧。就连"从前"这个词——我是在非常[哼笑]宽泛地翻译它——其实有一个类似"很久以前"的词，但这"很久以前"不是别的，正是此时此刻。那智慧心就是上师，主客二元的心就是弟子——实际上，我们的二元分别心就是那位弟子。因为是二元分别心，所以我们有怀疑，然后这怀疑滋养出更多怀疑，更多情绪，情绪意味着业力，业力意味着……它会成熟，当业力的果报成熟时，就会有更多希望、更多恐惧、更多这些——就是这样。

关于鲁陀罗的饮食、獠牙、手臂以及种种行为的所有描述——如果你仔细阅读，其实那就是在描述我们自己。我们有獠牙，我们有翅膀、手臂，有各种不良行为，所有这些。

还记得我谈到过对佛陀的信心吗？那通常是一种莫名其妙的悲伤感——在我们的生命中，会突然冒出这样的念头："难道我的人生就只有这些了吗？一定还有什么比这更多的东西。"这种悲伤，以及由它所触发的虔敬心——那种对更高真理的渴望与追寻——这些都代表着……我们之所以谈到这场法会，是因为确实有密续典籍描述了整个情景：中央威严主持的是大普贤如来，东方是金刚萨埵，南方是这位那位佛陀，如此等等。所有人都静默无声，然后突然有一位菩萨站起身来，他的名字叫做"无明"。他向普贤如来行三次大礼拜，随后说道：一切众生都在受苦，我们能做什么？诸如此类。所以这整件

事其实都是关于情感与沟通的，非常……你知道，这绝对不能被随意诠释。显然，无明萨埵是不能轻易否定的——他是一位菩萨，而且能直接向普贤说话，所以他必定是某位极为特殊的存在，只是名字叫这个而已。此外还有其他菩萨——嗔恨菩萨、嫉妒菩萨，等等诸如此类。事实上，《时轮金刚续》里的描述更是有趣得多。总之，先说这些。

然后，由萨毗威所代表的智慧，伴随着善巧方便——也就是更高的河流——会来降伏鲁扎。重点来了：人们会以为，胜者现在要来教败者如何行事、如何饮食、如何说话。但实际上几乎恰恰相反——胜者采用了败者的装饰，行为举止也像败者一样。这说明了什么？它真正谈论的是善与恶的不二、轮回与涅槃的不二。

好，只剩五分钟了，非常简短地说。这些教法主要来自宁玛传承，其中有一整套关于八大赫鲁嘎的教法。这些赫鲁嘎中，教法是作为加持与传授而存在的，但能够完整修持的人非常少。其中一些赫鲁嘎被修持得较多，比如金刚橛或马头明王，大概这两个是最主要的，有时还有毗首羯磨，有时是摩诃鲁扎。所有这些都源自大坛城的基础。

在我忘记之前再说一件事——据说有朝一日，当末法时代极为强盛之时，这八处坟场将会彻底消失，不留任何痕迹，那便是金刚乘教法终结之时。正因如此，以前确实有人会制作这八处坟场的复制品——有时候因为我们热爱这些东西，他们会真的创造出这八处坟场的仿制场所。

我没有办法把所有内容都讲完，但这部特别的文本我想提一下，这样你们当中的一些人也许将来会去探索。这是一部专门应请求而写的文本，叫做“金贝”，意思是祈请转化。其中有一个仪轨，其实不需要太多准备——当然有一些必要的条件，比如花是标准的，但还有其他条件，例如不能只由男性举行，必须有等量的女性参与，诸如此类。这部文本里有完整的指导，说明如何将一处地方转化为八处坟场，具体几处你可以自行选择。

我应该说，敦珠仁波切在法国多尔多涅等地方做过很多次这样的仪式。虽然——请不要告诉我们的法国朋友——我不太喜欢那些地方的天气，又冷又湿，但有时去到那里，我会有一种感觉：这就是我们的上师们将这些地方转化为坟场的所在。

我只是想跟你们分享这些，让你们知道有这样的方法存在。所以，基本上我想说的是：只要能够创造出这样的情境，加上全心全意的虔敬心、菩提心与善意，我们甚至可以在坎市集的中央举行这个仪式，然后将坎市集永远加持为八处坟场。就是这样。

好，我们休息一下。