

Splendour from Cemeteries, 4-5 May 2025, Bir, India

宗萨蒋杨钦哲仁波切

来自墓地的光辉，2025年5月4-5日，印度比尔 - 第二部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=5FwMY5HSYIk>

好，继续讲摩诃烧尸林。现在为了讨论这个话题，为了稍微理解一下烧尸林，我想我们需要先了解"库夏拉"这个概念。我一直试图找到"库夏拉"这个词恰当的翻译，它通常被译为"功德"，但我不知道英文里"merit"这个词是否真的能传达它的意思。这个"库夏拉"和"阿库夏拉"……我不知道，不知为何"savvy"这个词让我感觉对了，比"merit"更合我的胃口。"Savvy"这个词给你什么感觉？当我说"savvy"的时候，它对你意味着什么？

——聪明。

——对，可以是这个意思。不管怎样，你知道，就像大多数梵文词汇一样，真的很难翻译——熟练？有技巧？……总之，它的含义远远不止这些。

好，但在这之前，我需要告诉你这件事。这也许不只是印度的传统，也可能是中国的智慧传统——从我读过的一点点资料来看，他们似乎也有这种价值观……总之，当你进入一所佛学院或踏上佛法的道路，他们显然会告诉你，你需要闻、思、修——因为没有别的选择，这是人类唯一的路。所以大量的时间都花在闻、思、修上面。闻、思、修这个词，和"培育"的世界是紧密相连的。当你在闻的时候，你是在收集信息，不是吗？你基本上是在收集——阅读、聆听；当你在思的时候，也是在收集、汇聚，进行批判性思考，诸如此类；然后是修——"禅定"，关于修是否完全……你看，正是在这里，印度的思维方式和——我之前说过——中国古代智慧，比如道家，他们似乎与印度人非常相似，但我了解得不多，不管怎样……

我不知道怎么把这个讲得粗浅而简单。基本上，印度人确实很重视智力与般若之间的区别——我相信你们现在可能已经注意到了这一点。拥有智力就像拥有一件工具，而工具，照例来说，永远不是目的，只是手段。很多时候，我们的上师和教法在给我们工具的同时，也给了我们大量关于工具本身的警告。"你应该坐直，你应该正常呼吸，你应该看这里、看那里，你不该吃这个、应该吃那个"，诸如此类。但实际上，如果上师是好的，同等分量的警告也应该反过来给出。比如说，"你应该坐直"——上师紧接着就应该说"但是，不要把这件事搞得太大"。但这很难，你理解的——因为学生会非常困惑。所以上师们不得不花大量时间告诉学生坐直，结果这件事就从手段变成了目的。我是说，如果坐直真的是通往证悟的道路，我们只需要去趟韩国，把脊椎矫正一下就好了。证悟可是非常重要的事情。我可以牺牲弯腰的权利——如果这能让我得到证悟的话。但你明白吗？这就是印度智慧传统的挑战所在。

当你"运用方法"——你知道这是什么意思吗？这意味着……我不知道怎么表达。这实际上意味着与习气擦肩而过，意味着与习气一起闲晃，意味着和习气交朋友，但同时又去惹怒它。这是一项很难的工作。如果你在走一条正确的道路，你的习气从第一天起就会感到可疑。无论你在做什么，它们都应该感到可疑。但很多时候，我们的习气最终反而和我们所有的手段变得非常亲密——不只是亲密，它们实际上把一切都接管了，然后我们的手段就变成了麻烦。所以这是我需要告诉你们的——智慧是不同的，我认为它是不同的，拥有智慧的人并不意味着他们聪明，他们根本不在乎这些。这些摩诃悉陀，他们不在乎你聪明不聪明。就好像——"哦，你会用筷子，很好，但我知道怎么用手吃饭，又怎样？"就是这个层面——你有多聪明、你学了多久，这些并不重要，重要的是一个人能够真正地安住于、拥抱、活在智慧之中。

当然，我在用"智慧"这个词——般若，藏文里的"谢绕"，这其实是一个非常精彩的翻译，因为"谢"在藏文里是"之前、在最初"的意思，"绕"是"知晓"的意思。所以这说明了什么呢？它有一种"知晓之前的知晓"的含义，一种与主客体无关的知晓……然后所有那些般若波罗蜜多的内容——我基本上说的就是那些。总之，我是在谈论库

夏拉。

这是我不知道该怎么表达的事情——为什么我们如此强调，尤其是在密续里，这些……烧尸林？当我说“强调”，我是字面意义上的强调——尽管这个传统如今正在消亡，几乎已经死去，人们现在在静修中心做法会、做闭关，比如洞穴静修——洞穴已经是非常怯懦的了。洞穴闭关，已经非常非常懦弱了。真正理想的地方是烧尸林。你读读那些摩诃悉陀的传记，那些从烧尸林毕业的人，他们不会吹嘘自己曾经在洞穴里待过。在他们眼里，洞穴只是幼儿园程度的事。静修中心则是幼儿园预科班。他们就是这么认为的。因为这些人，他们痛恨“正常”。这些摩诃悉陀会想：正常，就像是主动监禁自己。你想要正常？什么意思？真的吗？你确定吗？仔细想想。他们会这么说。当他们看到你努力表现得如此正常时，他们根本无法理解，他们只是一脸茫然。好吧……

所以让我们回到小乘。小乘传统大量谈论库夏拉和阿库夏拉，这真的非常非常……当然，现在如果你去很多上座部寺院，他们会在“积累功德”的语境下讨论它。比如，在缅甸这样的地方，最显眼、最美丽的传统之一，就是清晨僧侣手捧化缘钵默默走过，所有村民、在家居士向他们布施——这就是库夏拉，就是积累库夏拉。但当然，我说过，库夏拉在这种情形下很难理解，因为“功德”——可以被这样理解，而且很多人确实这样理解——我们已经开始用“存钱罐”的方式来思考了，你理解吗？“积累”……

其实库夏拉应该被理解为“拆除”，理解为“驱散”，我不知道——就像擦拭、拖地、清洁剂——同等的意思。当云彩被吹散，阳光就照进来了。所以从这个角度理解库夏拉或善业——我认为“善业”是更通俗的说法，对吧，善业、恶业——在“吹散对聪明的执求”这个语境下：把那个吹散，智慧、般若就有机会自行呈现。现在我们从不给般若这个机会。据说在每两个念头之间，就像一声狗吠和一声鸟鸣之间，就有般若和智慧的存在。所以不只是等待，这比等待更多，它更像是一种当下的临在，它在努力让你强烈地感受到它的存在。但我们已经太擅长被各种各样的指涉缠绕住了。

还有，我猜这真的非常非常令人恐惧——是的，我在用正确的词，“恐惧”是一个重要的词——因为，普通的烧尸林，为什么我们如此害怕墓地……尽管我其实很喜欢基督教墓地，我总觉得那里很美好，我也不知道为什么——花园，还有那些花，所有的名字，那些像“你将被怀念”之类的话……但是，我们确实对烧尸林有一种偏见。

所以在小乘中，整个修行道实际上是被设计成……好，用这个词——“聚集”。小乘当然教导我们阿那达，即无我。没有无我的基础，库夏拉就无从建立，不可能的。你无法积累功德，无法净化烦恼。这是理解它的一种方式，为此，闻和思是需要的。

在大乘中，类似，但视野更宏大，正如我之前解释的。

现在对于密续来说，这个智慧、般若，据说是通过……当然，最高层次，如大手印和大圆满，是通过不介入一切分别来证得的。但先不谈这个。一般的密续修行者试图面对面地与八识接触——我们之前谈过八识。这是通过许多不同的方式来完成……我又跑题了。

我是说，字面意义上，即使是今天，仍然有一些烧尸林被公认为古老的烧尸林圣地，人们被期望前往那里。至少，如果你没有那么大的勇气，如果你还不够……如果你还有很多执着，但你同时又有很大的愿望，想要实现般若，然而你的习气、你的文化……你的执着还是很深——至少，你可以把这些烧尸林当作圣地来朝圣。这正是我想说的。所以，有一整套朝礼八大烧尸林的修行。

当然，现在没那么流行了，但“朝圣”这个词本身也很重要，因为它可以是字面意义上的朝圣，比如去菩提迦耶。当然，菩提迦耶这个地方我们可以同时完成两件事：那里有佛陀成道的菩提树，这是小乘和大乘的圣地。就

在大约二十步之外，你会发现烧尸林，那笑声……你知道，那种疯狂的大笑式的烧尸林。就在那里，单纯地去坐着，在最外层的修行意义上，这是我们可以做的。当然，这取决于你的成熟程度。随着你越来越成熟，你可以在那里进行许多不同的仪轨，我想，从供养开始——比方说，食物是最……怎么说……最安全的供养。食物可能是最安全的。就你自己而言，这也是你可以练习布施的东西——给鸟喂食，给那里的人们喂食，然后慢慢地，逐步提升你的仪轨，一路升级，直到与烧尸林的同居者融合在一起。

据说，尤其在瓦拉纳西这样的地方，印度至今仍有很多修行者——像阿葛禾里修行者——与他们交融混处，这种修行是非常受推崇的。在西藏，一整条传承就此建立起来，叫做“希解”传承，这些教法今天某种程度上仍然存活，大量内容都被一位伟大的上师蒋贡康楚在嘉木扬旺波的协助下汇集，收录在我们称为“道次第”那套文集——就是那套心要教言的合集——里面你都能找到。但在大众层面，你会通过“恰”的教法认识这些——这来自于玛吉拉准这样的上师，一位非常特别的女性，以及帕达玛桑巴瓦……总之，这整个传统正在迅速消失。我还记得小时候，我母亲的父亲，我的外祖父，他也是“恰”的一位热忱修行者，傍晚时分会有人来找他，他们就那样躺下……

就那样躺倒在他面前，像死人一样，你知道，就像……他会告诉他们，好，现在你想象自己已经死了，假装自己是个死人，他们就全部躺在那里，然后他就……整个修法，基本上就是在处理八识——因为除了八识之外，根本不存在所谓的“生命”或者“活着”这回事。所以这个“活着”的概念，你知道，我，我活着，我坐在这里，你坐在那里，活着——[哼笑]——那是什么？说白了，不过是八识处于一种令人遗憾的、表面上的平衡状态而已。那什么是死亡？幸运的是，不过是八识开始失去平衡，开始——幸运地——失衡。当然，这取决于你是谁。我用“幸运”这个词，是针对那些对此有一点了解的人。

如果你拥有这种了解和训练，当你临死的时候，当你开始以一种不同的方式看东西、开始听到一些不寻常的声音——就像现在，因为我们处于高度平衡的状态，所以我们听不到，比方说树上可能有只蜗牛在爬，但我们听不见，因为我们太平衡了——当我们临死或接近死亡，接近最终的死亡时，各种声音、各种幻象……总之，我说不清，就是失衡了。当这一切发生时，作为一个修行者、一个瑜伽士，你会想：哈，现在一件幸运的事情正在发生，因为我开始失衡了，这是抓住机会的时刻——还记得吗，我给你们列了那个幻觉清单，眼识、耳识，你知道……

为什么说幸运？好，你的问题是，我为什么应该认为这是幸运的？因为你想认识你的基本地基——在大乘中被称为佛性，在金刚乘中被冠以无数无数的名字：胜乐金刚、金刚瑜伽母、金刚萨埵，这个那个，名字太多了。但总之，这个基本地基，光明、空性，随便你怎么称呼它。

[清嗓]

在那个地基之中。再多说一点那个地基，说说地基的光明……这些名字真的会让人很分心，但总之，我就用“地基”这个词。在那个地基之中，没有时间——你知道吗，没有时间。既然没有时间，就没有未来。没有未来，就没有终结。那你为什么要害怕？我们之所以害怕死亡，唯一的原因就是你认为它是一个终结。但这并不意味着你可以过于乐观，因为也没有开始。不过你确实应该感到真正的解脱——想想吧，当你终于从过去、未来和当下这座监狱中彻底解脱出来，那会是多大的福祉啊。

我知道我们很多人，都已经足够清醒，能够意识到：好吧，昨晚的梦只是一场梦，虽然它当时很刺激、很令人不安，但不管怎样，至少是梦。然后在这样的佛教教法中，我们被告知：生命是幻相，生命是梦。从逻辑上听起来还挺有说服力，但情感上，还不够。但通过修行，慢慢慢慢地，你开始意识到：是的，这确实不过是因缘

条件聚合在一起，然后产生了一种体验，然后我执着于这个体验，然后这个体验变得非常实在。这一层，你会在情感上理解。

但有些东西，你还是放不下。我给你两样东西……哦，其实我想给你三样。一样是极极极难摆脱的，另一样相当难，但还不是最毒的那个。好，最毒的等一下，先说不是最毒的。

第三级——你可以接受。哦，是啊，一切都是幻相，所有这些都多少能接受。但要真正明白还有另一个存在……你理解吗，还有另一个存在——不，等等，我还没说完——还有另一个存在，这就难了。好吧，一切都是幻相，但这个……不行，不可能，因为这里明明有另一个存在。这个很难摆脱。然后还有“我”。这才是真正难的。难以……[清嗓]……难以认识到这是幻相。那是幻相，还好接受。这是幻相——好，这是第三级。

第二级，更难的，是时间：过去、现在、未来。这个……我不明白，连爱因斯坦先生都说了它是相对的，我们还是把它当成究竟实在来活。这个很难摆脱，那种开始与终结的观念，真的很难。这是第二个。

现在，最难的那个：轮回与涅槃。这才是真正难的。因为我们都想要觉悟，对吧？你们来这里干什么？听佛法，为了什么？涅槃——现在我告诉你它不存在；轮回——现在我告诉你它也不存在。你……好吧，也许理智上你能接受，但情感上，要超越这个轮回与涅槃的分别，绝对难，真的难。这种印度智慧，实在是不可思议。太不可思议了。如果它能以某种方式融入幼儿园教育，你知道，讲讲无时间性，讲讲这些东西，那对于我们生活的方方面面，真的会产生巨大的改变。

这也是为什么我要提到苏纳克和法里德。万一有人觉得我是在为自己的头衔找理由——[笑声]——我确实需要强调，这真的非常重要。你就想象一下，如果有一点点这种观念……[清嗓]……哪怕只是在智识层面，当然，智识层面就已经会产生很大的差异了，就像埃塞俄比亚咖啡和哥伦比亚咖啡——先是在智识层面，然后随着你喝得越来越多，你最终会变得极度挑剔：深烘、中烘……你变得极度挑剔，[哼笑]起码是这样。[清嗓]好，我又跑题了。

所以，八大墓地——去往八大墓地。顺便说一下，八大墓地，记住，字面意义上是八个真实的墓地——哈哈——但真正的墓地是八识，正因为这八识，现实中所有的墓地才得以存在，就像我们身后这个墓地。如果你想更灵活一点，更接近真相的话：你生活、呼吸、行走的任何地方，都是一座墓地。你们实际上有点像僵尸——[笑声]——真的，某种程度上，只是因为你运气不好处于平衡状态，所以没人叫你僵尸。仅此而已。所以，随处保持这种心态……

你知道，我喜欢去瓦拉纳西，那个……理由嘛，我之前读过一本关于瓦拉纳西的书，那是很久以前的事了，现在可能已经变了。那本书提到，瓦拉纳西每三个居民中就有一个是在那里等死的。当我读到这段话时，我正坐在恒河的船上，我抬头看那些人——不是日本摄影师，是印度人——然后我脑子里已经开始转：他是不是在等死？他肯定是来死的？就这样一个一个地看。然后我发现了那些旅馆——有种旅馆，你只能办理入住，永远没有退房。[笑声]穆克提巴万，对，穆克提巴万那些地方。

就仅仅是在智识层面知道这件事——当然不是完全知道，我不是……你知道，它也不会一直留在脑子里——但哇，你就想象一下，每三个新加坡人中就有一个是有意识地去死的，乌节路……乌节路，新加坡有条路叫乌节路，就想象一下，他们是有意识地从马来西亚、印度尼西亚、美国迁过来，为了在新加坡死去——那新加坡闻起来会不同，行动起来会不同，这真是太惊人了，接纳的力量。那里有相当多的人，是接受了自己正在死去这件事的。我相信也有很多人在那里等着死，然后死不掉，等了十年……与此同时，他们以为自己不会死的家人，早就已经死了——[笑声]——但这实在是太神奇了，不是吗？

最近我又去了瓦拉纳西一次。顺便说一句，那里有个新的河坛，好像叫什么莫迪……或者纳摩纳摩河坛，或者类似的名字。是的，我内心深处有一种恐惧：天哪，他们要把这里清理干净了。不知道有没有什么国际机构可以让我们申请：请不要清理瓦拉纳西——[笑声]——也许……我不知道，就是那整个氛围……然后到了晚上，有一些——不多，但有几个——阿奥拉修行者，你知道，顺便说一句，有几位女性，真的令人叹为观止。[清嗓]

所以……真的不一样。真的不同。你知道，就是这样，我觉得在瓦拉纳西接受了自己将要死去的人，比我去过的一些小型临终关怀机构里的人还要多。临终关怀，对，那里的人也是某种程度上……但我感觉，他们并没有真正接受自己将要死去，他们只是去了临终关怀，那有点不一样，对吧？但在瓦拉纳西，他们是去了，而且是肯定的。这种接受“我是去那里死的”的修行，肯定跟什么有关……我不知道，这只是我个人的想法——跟印度智慧传统有关，跟那些密续、那些神圣朝圣地有关。这就像是一次终极朝圣，一次真正真正重要的朝圣。

好，我需要让你们问一些问题，因为我要知道我们是不是在互相沟通。

"上师，您为什么对清理瓦拉纳西有意见？"

我对这个地方有一种非常扭曲的浪漫情结。[笑声]

这很奇怪，我真的不想在那里有……你知道，像星巴克之类的，已经有了——[是的。][笑声]——但我想，我可以放心，我不觉得那真的会发生。

"我想认真地问一个问题。您谈到了骨灰林墓地和腐朽的现实，我想引入一个我非常关心的话题，就是应对气候变化和污染。在把世界视为骨灰林的语境下，您如何看待当今世界对污染问题的关切？"

你说的是污染吗？是的，污染和腐朽。什么问题？我们不应该焚烧吗？是类似的问题吗？还是……总之，事物正在衰朽。

其实，你知道，按照骨灰林密续这些东西的观点，我认为我们已经停止了那种最好最好的葬法——你们怎么称呼它……我认为，也许在西藏，他们还在做天葬，还有风葬——据说这两种方式对于土地、对于人们来说是最好的。那我们现在做什么？水葬、火葬、土葬。天葬，也许在……哦，是的，在西藏，在藏东，他们还在做。还有风葬，就是把遗体架在杆子上，让风来处理。在一个充满菲德和苏纳克的世界里……这不会发生的。等等，是这样吗？

"嗨，里奥。谢谢您的教导。您能多讲一点，在八识这个总体地基的语境中，我们如何与自己的习气、业力模式建立关系？我是说，更笼统地说，您谈到如何与习气交为朋友，同时又以某种方式威胁它们，或者类似的说法——我不记得您用的是哪个词了。"

"这是一个非常非常大的问题。您说的涵盖了整个范围……有哪些方法呢？"

我想，方法是这样的：一开始是把习气看作敌人，对吧？然后慢慢把习气看作朋友——我是认真的，真的是这样。我现在想不起来那个颂词了，我现在得了拜登病，什么都记不住了。

多加木柴意味着火更旺，你明白吗？这是个很好的例子。这出自《入中论》，用了火与木柴这个比喻，非常美。体验火的过程很有意思，因为木柴让火越烧越旺，但与此同时，火也在让木柴越来越少，随着燃烧而减少。在这个语境下，你可以理解为什么习气可以成为朋友——但我们也只有过一段时间之后才能听进这个道理，因为一开始你得说：哎，别加那么多木柴，太多的木柴会把我这小火苗压灭的——就像这样。然后到了后来……这整套方法的全部范围，然后到了最后，真的不再……不再区分所谓的习气心与智慧心。这是很大的一步。不

过总之，从实践角度来说，现在……我真的应该给你们一些实用的东西，一些你们可以修行的东西。嗯……理想情况下，我们应该做个测试，你知道那种测试怎么称呼吗？IF什么的……那叫什么来着？人格测试。

你们叫它什么来着？

嗯哼。

对，就是那个。

我觉得那个其实蛮有趣的。

对。

不过总之，我其实想先问你一个基本问题：你的问题是如何处理习气，那我的回答是——首先，你是什么样的人？你是那种喜欢修修补补的人吗？你是"修理工"型，还是"清洁工"型？还是那种……怎么叫来着？囤积狂。

对，囤积狂。就是收藏家那种。收藏家。

总之，这取决于你是哪种人。所以我来说两件事。第一，学会"冻结"。比如说，你正在翻这一页……我是认真的，我觉得这个真的很有用。翻着翻着，冻结一下。然后下一次，你把这个运用到你的习惯上——比如说你有发怒的习惯，或者猜疑的习惯，或者焦虑的习惯。你的身体、你的情绪、你的认知，全部冻结，就几秒钟。明白吗？这是第一个方法，我觉得这更适合"修理工"型的人。

如果你是"囤积狂"型的，就是那种浪漫的囤积狂，那就祈祷吧，向佛陀祈祷，说："请帮帮我，我有这么多习气，我真的不知道怎么办。"我自己其实更像这种人。我很讨厌"冻结"这个方法，让我冻结？我做不到。

（笑声）

我更像是那种："哦，求求了，你能帮帮我吗？我真的需要处理这些习气啊。"这其实相当好，因为当你这样做的时候，你已经在接受自己有习气这个事实了，而那本身已经是一点点觉知。那其实就是毗婆舍那。什么是毗婆舍那？毗婆舍那的意思是"看见真相"。如果你现在能接受并认知"我有一个习惯"，那就已经相当不错了——就像承认它，那就是一点小小的毗婆舍那。所以你就从这里开始。

好，还有问题吗？

谢谢您，先生。我坐在这里，周围都是这么多有经验的修行者，所以我有点……有点拘谨。我有两个问题想问。第一个是：在佛教修行里，"明点"是什么意思？第二个是，我在您的一个视频里听到您讲到，个人主义是不可能的……

好的。

……如果您能就我们之前一直在讨论的这个脉络再讲讲。

在这个脉络里，在马哈桑恰那的脉络里，明点可以从"大坟场"的角度来理解。明点其实也有"圆"的意思，记得吗，一开始我就有点拿我们在座的印度朋友开玩笑——印度人好像对"边界"很有意见，他们喜欢那种不上不下、不清不白的圆形状的东西？

（笑声）

他们不喜欢开端，也不喜欢结尾——就算真的要谈开端或结尾，他们说的都是些让人脑子转不过来的东西，什么一百万年前有一只乌龟，然后来了头猪，然后那头猪最后会把一切摧毁……诸如此类，令人叹为观止。我不

得不说，这是高超的创作啊。你知道，要撒谎，就得撒得漂亮

（笑声）

真的，还要撒得有目的，必须的，就是这样。这就叫做"方便法门"——upaya。一旦印度人用上"upaya"这个词，那其实就是在暗示：hey，我接下来要忽悠你了，

（笑声）

当然我不会明说我要忽悠你，因为你知道……这是方便法门嘛。

不过总之，明点在那个层面可以这样理解。但明点也可以被理解为菩提心。菩提心可以在很多不同的层面来理解。其中最根本的一个，是愿一切众生见到真相。这非常重要。因为，希望一切众生幸福、希望一切众生离苦，当然这很好，真的很好——但这个……有点太"好好先生"了，你懂吗？你真正应该希望的，是希望每个人都能看见真相，这才是真正重要的事。

那个……没有太多那种"愿一切众生幸福……"的感觉。你明白吗，就是那种。我之前说过，如果我们的学校里能够有这样的教育——"你要乐善好施，要善待他人，不要伤害他人"，这当然也要教。但如果我们的学校里，从小就让孩子们去思考"你应该希望别人看见真相，自己当然也要"，那才是至高无上的愿心。这有时候被称为……嗯，然后在密续里，"明点"这个词还指向很多其他的东西，有时候甚至用一个圆形的光点来象征。

那你的第二个问题是……

个人主义。

个人主义——哦，那就去读《心经》吧，里面都有了，个人主义，处理得很妥当，非常妥当。好，接下来。

您能再解释一下大乘的教义——解脱一切众生等于解脱一个……

因为"一"和"一切"都是投射，都是分别。这是一种教育，是我们所接受的一种智识训练，而这种训练变得相当根深蒂固……有一些非常扎实的例子可以说明，我正试着回想……太多了。不过总之，一、二、三、一切……哦对了，我有没有问过你们，印度人真的是零的发明者吗？

你确定吗？

给我证据。

（笑声）

拉贾斯坦邦有座庙。

真的？好吧，你看，我就说嘛——印度人真的不喜欢跟边界和终点扯上关系，他们喜欢零。你们说呢？

（笑声）

他们为此引以为傲，他们甚至"空"这个字——"shunya"——对！你看，就连这个……但那也只是个概念，对吧，只是个概念。所以，如果你能理解这一点，有一部经叫《华严经》，里面有非常精彩的阐述——一位菩萨在寻访不二法门的老师，最后遇到了一位少年老师，那位少年教他数字，最终他领悟到数字什么都不是。大概是这样的，数量、大小，这些都是投射。

好，请说。

嗯，Rachel，您能稍微多谈谈阿赖耶识吗？因为在另一个坟场找骨头的方法感觉还比较好懂，但这个……我正

想留到今天下午或者明天再讲，不然我会没东西说了。

（清嗓子）

这个确实又枯燥又难，真的，但我们会讲的，很重要——阿赖耶识。"Alaya"在印地语里是什么意思？

储藏。

嗯？你把自己的储藏称为"ally"？没有……不对语境。

但在口语印地语里，他们怎么说"alaya"？

"Himalaya"里的"alaya"就是从这来的。

好的。"喜马拉雅"，"hima"是雪，"alaya"是住所，雪的住所。重要，好。

谢谢您在这里。我的问题是，当我们看到某样东西正在消逝，我们感到一股想要保护它的冲动，或者觉得它值得被保留下来——我觉得这既跟污染、环境的问题有关，也跟像法中心之类的事情有关。我们应该以什么样的心态去投入"拯救某件事"或者"创造新事物"这样的项目？

很重要的问题。非常重要。经典的佛教答案是：像母亲陪孩子玩耍一样。孩子在玩玩具、堆沙堡、对那一切深信不疑，母亲也会陪着玩。但当该睡觉了、该吃饭了，或者孩子快要靠近危险的时候，母亲会毫不犹豫地叫孩子停下来，不管孩子在做什么。这是经典的大乘，就在那里。

所以，当然我们要以善意，就像母亲对待孩子一样，以善意去保护、去培育、去组织……诸如此类。但与此同时，也要一直提醒自己和孩子们——永远不要忘记现实：没有什么是真的能被"搞定"的。所以哪怕在世俗层面，也要记住：无常、如幻，等等等等。这是一个答案。

另一个答案可能更重要，这可能有点技术性，但我觉得你们应该听一听。有一位弟子问老师："如果一切都是幻相，什么都不存在，那我们为什么还要修行佛法？为什么还要供灯、供香、供花这些？"老师的回答是：只要你跳过午餐或晚餐，还是会觉得饿，那就说明你还没有消除你的习气。只要你还有习气，你就仍然需要经历所有这些修行。

这就好比，只要你还没有从梦里清醒过来——虽然你知道自己在做梦，这本身已经很好了，比完全不知道自己在梦里要好得多——但梦的力量可能非常强大，梦的秩序和逻辑依然在运作。然后，这取决于你的成熟度。在梦里，你得某种程度上把梦做完，你得某种程度上顺着梦走，随着梦滑行——这取决于你有多成熟，即便你知道自己在做梦。这是经典的答案。

好，Coachella的Namaste。

非常感谢您宝贵的教导。我听说您是文殊师利菩萨的化身。请问您能说说，一个人是如何被认定或者成为某位的化身的吗？

化身是如何运作的——你说的是……

如何运作，如何被选定？

好的。我的情况其实很简单。你知道吗，我们谈到了业力。有很多人欠了我业债。你明白吗？大概很久以前，我一定是一条大鱼，被一大堆小虫集体吃掉了。所以这些小虫都欠了我的。你明白吗？于是，这些……怎么说，这些欠了我债的众生，他们就选择……你懂的，他们选择说：这位是文殊师利的化身。我是认真的，这有点像……其实，来自怀俄明州和达科他州的很多人选择了唐纳德·特朗普，

（笑声）

他们认为他是个好领导。就有点那种意思。实际上，我跟他蛮像的，你知道吗，他做了那么多错事，到现在还……他还在走来走去。我真的挺惊讶的，就好像，为什么我还在到处晃悠，即便有时候我自己主动让大家看我柜子里的一点骨头——我其实是有点策略地这么做，最好在他们发现一切之前，自己先露一点出来。

（笑声）

但每次我露出一一点，与其让他们清醒过来，他们却反而解读成：哦，你看，

（笑声）

这才证明他是化身嘛！这行不通啊。这就叫业债。就是这样。真的就是这样。

很好，好。所以，也许我会把所有问题都回答，但也许做完这个之后我先回答一个，然后再回来找你。好吗？

对，您稍微讲了一下如何在坟场里修行，比如给动物喂食、与人们一起游荡在阿哥利斯苦行僧之间……如果您能详细说说如何在坟场里修行？

哦，有很多方式。我相信，像他和他，那些接受过阿努瑜伽密续灌顶的人，我不知道他们怎么修，他们大概就是读文本。我自己每天早上都这样做——我想是三套，萨迦传承的，竹巴传承的，我们有完整的文本来读，里面我们观想自己在八大坟场中央——每次都只是在观想层面。如果真的有一条蛇出现，我会当场吓跑的。

（笑声）

好，但这个视频……在南边的某个地方。所以，是那样做的吗，好那是个重要问题，因为其实这跟我接下来要继续讲的有关联。所以根据你的问题——现在，有八种意识，八大坟场，你们一直在听这些，都非常简略。我这次的目的，只是想让大家——尤其是

印度人，我只是想让他们知道——喂，你们不应该只会炫耀你们的那烂陀、菩提迦耶、德叉始罗，诸如此类。你们还有别的东西，你们已经忘了，其实忘了很多。这八大坟场，有些毕业生真的了不起。比如说洪嘎拉。你们听说过吗——这位伟大的……他是……他是从这个……我想是一座叫做吉利吉利的坟场毕业的。洪嘎拉——这个词我觉得是“制造者”或者“持有者”，就是那种……家的制造者，大概是这个意思。好，所以这里有八位持明者，顺便说一句，龙树菩萨就是其中之一。这很有意思——不只是龙树，还有其他几位——但龙树菩萨有点像，你们怎么说，双博士？有时候吧，对，你在耶鲁拿一个博士，又在哈佛拿一个博士，两个不同学科。他有点像那样，你懂的。那烂陀当然有，但密续这边……他是从那烂陀毕业的，这没什么了不起的，但他还从另一个地方毕业——那个地方我找不到，我一直在查，反正就是……我觉得很可能是……这个……菩提迦耶附近的库尔古鲁。不是紧挨着摩诃菩提寺的那个，是另外一个。我想叫做库鲁。藏语里我们叫它“希瓦切”，意思是“清凉林”。那是个很重要的地方，你们可以去参观，我相信你们中有些人已经去过了……嗯，对，就是那个，对对，是的，很好，很好，是的。然后还有拉巴希——那是另一个，我就随口报几个名字——还有伟大的维米特拉，不对，维摩基提……不不不，是维米特拉，对不起，是维米特拉。哇，那是个大人物。还有乌米，然后是兴嘎巴——这些都是持明者，也就是说，他们是从这八大坟场出来的非常重要的人物。

现在借用宁玛传承的观点。大家之所以认为古鲁莲花生大士（莲师）如此特别，是因为有人说莲师其实曾经跟这八位持明者——八大坟场的八位——求学，逐一造访了每一座坟场。这就是他之所以……因为这就像是把那种价值都珍藏起来一样。藏文里有个词……这很重要，因为你去那烂陀是为了学习，但你去这些坟场，未必是去学习的——那里没有书。书是幼稚园用的，记住，逻辑那些东西，是给……那是很低层次的人用的，哈

哈哈——如果你准备好了，你去这些坟场是为了——我想最贴切的词也许是"体验"，就是为了……我不知道……为了证悟，为了体验。

有一个关于莲师前往其中一座坟场的美丽故事，他去见的——我有点搞混了——而且通常这些人，这些……你知道，他们不会有什么广告牌，没有铭牌，他们只是藏在某个角落。而且他们通常喜欢制造丑闻，因为他们不想让人……他们只要最好中的最好。如果你在普通人眼中名声很好，那你只会吸引到平庸的人。好比说，我有某种无比珍贵的东西可以传授，而这东西只有最卓越的心智才能理解，那就不想把时间浪费在平庸的人身上。但那些平庸的人，都在追着资历跑——铭牌啊，证书啊，履历啊，"这位某某在哪里哪里学过"，"那位某某受过谁的训练"，这类的。平庸的人总是对有丑闻的人敬而远之。所以这些人怎么办？他们制造丑闻。他们活得像……梵文里这叫"遮罗"，就是那种狗和猪的态度、生活方式。所以他们被人无视。基本上就是藏起来——我想"躲藏"大概是最准确的词。

这是一个关于莲师寻访的美丽故事——走了很多个月，走了很多里路，终于到达了那座坟场，却怎么也找不到那个人——洪嘎拉。而且总有这么一个女人，每天下午来打水，然后消失进树林里。村里人说，她是洪嘎拉的伴侣、侍者和弟子。于是莲师下次就去接近这位女士，但……我想那个故事的意思是，莲师那时带着一种态度，就是"哦，我想见你的上师"——言下之意是，不是你，是你的上师，有那种区分的意思。然后那女人立刻取出一把弯刀，划开自己的胸口，展示了一百位寂静与忿怒本尊，把整个坛城都展现在他眼前。据说这就是那次灌顶，莲师——不知道是什么体验——总之全都领受了。然后那女人说，好，现在你可以去了，因为你已经被引入了。所以其实她自己也是上师，她就是那个引介者，是的，就是这样。

还有拉巴希——我对他非常有感情——在西藏变得家喻户晓；我们都知道维米特拉，其中一些人知道……还有从大明幻觉中来的布拉哈斯提，伟大的持明者——布拉哈斯提带来了整个金刚乘的教法，也就是现在被修持的金刚乘，被人们如此珍视的金刚乘，尤其是由贝若扎纳所弘扬、传播或者说使之可得的那些。好，就先把这个放在你们的脑子里。

然后还有一个叫做八大菩萨的——文殊菩萨，等等等等。通常在大乘里谈到八大菩萨是以一种非常……稳健的方式，很有亲切感。菩萨们，某些与智慧有关，某些与悲悯有关，某些与愿望有关，如此等等。但当这八大菩萨放在密续的语境下讲述时，他们的功能就不一样了。非常简略地说——我可以……根据不同密续，八大菩萨的功能会以不同方式呈现，但我想特别提一个，能让你们理解这有多精妙。

好。密续里的八大菩萨，就拿其中一位来说——很多喇嘛也会说——就是以大自在天（摩诃提婆）、湿婆的形态显现的那位。那么，观世音菩萨（阿缚卢积多伊湿伐罗）是什么？就是耳识，仅此而已。就是耳识。在密续的语境里，大自在天总是与他的明妃不可分离地合一。在佛教密续里有很多不同的名称，有时是班达拉西，有时是……高伊，高伊，但我想也许在印度比较流行的名称是帕尔瓦提，或者……诸如此类，很多名字。现在这里非常有意思，你们要记下来——每当你在听到什么的时候，发生的正是观世音菩萨与他明妃的合一，就只是这件事在发生。所以从这个角度来说，密续修行者可以理直气壮地说，即使是听到鸟儿啁啾，也是一种三摩地——因为这无非是八大菩萨之一与他明妃的交合。当然，这只是给你们的一个非常简短的介绍，因为正如我说的，我想告诉你们……你们怎么称呼那些专门治疗耳朵感染的医学博士？耳鼻喉科？耳鼻喉科，好。眼科……无论如何，还有心理学，我们正在讨论的所有这些心理学的东西——如果我们能通过这种方式来理解生命与身体，那会怎样。我们现在正在听——刚刚有一辆摩托车过去了。是谁在听？那时发生了什么？它消融到哪里去了？它从哪里升起？

所以，非常简短地说，这又是对所谓"生命"的一种研究。从印度智慧传统来看，如果你想研究生命，你就去研

究"界地", 你需要研究"摩诃火葬场"——摩诃, 火葬场, 萨满……然后其实"布弥"这个词, "布弥"——比较重要, 因为"布弥"这个词指的是"地"、"基", 我想我们之后也许会讨论到。阿赖耶……阿赖耶……"地", 关于"仓库", "储藏室", "布弥"。

好, 我们也许还有一两个问题的时间。

非常感谢。我想问关于八种意识的事——您说它们处于一种不幸的平衡当中。我想……我感觉在日常生活中它们非常失衡, 这正是让生命如此轮回的原因——有时心识太过活跃, 或者太过专注于视觉意识, 或者失去了平衡; 又或者我们听到一个声音, 所有的注意力就不由自主地全跑过去了——感觉这种失衡, 或者说失去某种东西, 反而……感觉更平衡。所以我有点搞不清楚……

你知道吗, 这说得通, 不是吗? 这就是为什么人们会做内观, 当然内观有很多不同的层次, 或者止禅……我故意使用"不幸地平衡"这个说法, 是在这样一个语境里: 当它处于平衡时, 你是在让你的舒适区变得更加稳固。而如果你是一个寻求更高真理的人, 你所谓的目标应该是走出这个舒适区。所以在那个语境下, 我说"不幸地平衡"。这说得通, 你懂的——基本上, 从密续的角度来看, 感性是一件非常糟糕的事, 真的真的, 它会彻底欺骗你, 因为它说得通, 而且它一直说得通。有时候它不说得通了, 你立刻就去打个电话, 吞几颗药, 然后又说得通了——就是这样。所以从这个角度来看, 从这个角度, 涅槃真的是最糟糕的事, 你根本不要涅槃, 涅槃真的不好。我们就好好陶醉在里面吧, 沉浸在无明里, 乐在其中。哼。但问题是, 它持续不了太久。嗯, 这个留到以后再说。

但阿赖耶嘛, 它有点像白发和海娜, 就是那种染发剂, 对——不管你怎么染, 过几天白发又长出来了。所以这里有个征兆。不管我们把自己麻痹到什么程度, 用娱乐填满自己, 用各种东西分散自己……这里有点讽刺——不管我们有多分心、多污染, 很多时候, 这个阿赖耶就是会浮出来, 让你感到"就这样? 这就是全部?"——这大概就是人们所说的"抑郁"。然后, 与其好好把握这个抑郁的时机, 人们去吃药, 或者娱乐自己, 或者订阅奈飞, 然后这个抑郁又慢慢消散了。

我说的真的真的很乱, 但这是有点故意的——因为当我读这些文本的时候, 它们就是这样说话的。这是一种不同的看待方式——看待你珍视什么。我假设你们来这里, 是因为你们想听关于解脱的事, 你们想被解放, 你们想自由。那么从这个角度来看, 我才会用"不幸地平衡"这样的词。这当然……正如我说的, 我们应该好好吃饭, 应该保持平衡, 应该做瑜伽, 所有这些, 是的。

我想……我想我之前说过, 我无法说, 别人说的我也无法说——我想那包括没有"我", 但我在我的耳识里听到的, 其实是自我的一种证明, 因为每个个体都有……

你在说的是笛卡尔的"我思故我在"这类东西吗? 你在说那个吗?

是的。所以我在我的耳识里, 听到的是自我存在的证明, 因为每个个体说的东西都不一样……

但那只是没有共识嘛。我想这和第三个最困难的事有关, 因为你说……

也许是, 这就是为什么卡住了。

真的, 我觉得笛卡尔的"我思故我在"——如果甲沛仁波切在场的话, 他会说, "你知道吗, 你之所以思考, 是因为你认为你在思考", 那就结束了。是什么来着?

这个引言不完整。原文是"我怀疑, 故我存在"。

所以完整的引言是"我怀疑……"

"故我存在。"

是法语，对吗？他是法国人，这个人。

谢谢，鲁士。

我的问题是：在这个轮回的生死之中，如果目标是解脱，那为什么我们出生时不是已经解脱的状态？为什么……一旦我们达到那个状态，为什么我们又要再经历一遍整个过程？

这正是我们一直在讨论的。

这正是我们一直在讨论的——对于这个问题，有一个非常扭曲的答案：因为你认为自己还没有解脱。这就是为什么我们需要修行。谢谢你，Arin。

Rinuj，你刚才举的耳识的例子——能不能稍微展开说一下，比如说，平衡耳识是怎么帮助我们的？它怎么能提醒我们、或者让我们更加觉知到自己的佛性？

这是个重要的问题。我觉得我们不会在这里深入讨论，但简单说一下。关于这个，有一整套……你知道，有一条完整的道要去理解，比如说，有业力方面的修法。总的来说，有大量的心的训练。好，非常简单地讲——一旦你训练了自己，其实也不是那么难，但不管怎样——一旦你训练了这个方法，你看，就像现在我们听到压力锅的声音，我认出来了，因为我的心被训练成知道那是压力锅。假如是四十年前，我听到这个声音，我不会知道。我不会知道该把它叫做压力锅。我不会知道的。我可能会以为是只虫子，也许是某种昆虫。

所以，在密续里，萨多那 (sadena) 这整个概念，就是训练你的心，把声音听成咒语。这是咒语的根本。这不是说我在讲压力锅突然会开口说话，哦……[笑声]你明白——这是你的投射，是你怎么去听的。就像现在，压力锅、土豆、米饭，你明白了——饿了、快吃饭了，诸如此类，你都明白。所以，如果你训练自己把它听成咒语，你就会有一种不同的……怎么说……我想用的词是"觉受"，就是乐与空，这是我们用的术语。但再深入下去，这其实是个非常非常大的主题。不过，今天至少在知见层面，相关的教法还是活着的。我想也有很多修行者……[清嗓子]就是，你知道，瑜伽士——不是那种……怎么说那个词，"weed out"，"weed out"是什么意思？

把它过滤掉？

也许不是"过滤掉"。而是以一种不同的方式去听。压力锅的声音……这其实非常有可能实现，如果你肯下功夫，大概两三年吧，我想是做得到的。好。

所以我们现在只讲了一种识，对吗？那现在你想象一下，你真正地同时与全部八种识一起工作，同时走过全部八个通道。我们现在谈论的，就是最高形式的毗婆舍那，它也叫做萨多那。她正在坐着。

是的。

然后，希望我们能谈到这个。关于识……我们会稍微多集中讲一讲自我，然后是阿赖耶识。是的，自我，还有鲁陀罗 (Rudra) 的故事——这对于理解"基" (ground) 这整个概念来说很重要。它是什么意思？有点像"怒吼者"的意思。

好的。

不管怎样，湿婆有时也被称为鲁陀罗，对吧？

鲁陀罗，非常相似，是的。

所以我们会稍微谈谈鲁陀罗这个概念，并把它联系起来……请记得提醒我，如果我跳过了——你们一定注意到了，骷髅、骷髅王冠、头骨……我们这里还有灰烬。灰烬，这是一个非常非常非常重要的……摩诃焚尸林（Ma ha Shamashana）的象征。这个灰烬……人们现在不这样做了，但如果你理解它，也许……我不知道，这更像是……就像我的额头——我们只有红唇，本来应该有漂亮的白额头的。你知道，那是非常美丽的装饰。好。

来自墓地的光辉，2025年5月4-5日，印度比尔 - 第五部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=EhxoFq4GNau>

【音乐】哦，我非常确定你们所有人，不管有没有意识到，都注意到了——印度智慧传统总体上非常非常多地谈论"心"这个东西。我不知道"chitta"、"buddhi"，这些词什么时候可以被翻译成"mind"（心）——英文的"mind"这个词，是人们现在应该特别关注、认真研究的，尤其是在我们正经历AI革命的这个时代。所以……【清嗓】更多的理由了——这倒不是说，机器，就是人工智……你懂的，像机器人那种东西，永远不可能成为一个"有情众生"。我嘛，对于机器能够成为有情众生这件事，我完全没有任何抵触——某种程度上，这已经发生了。甚至在古老的经典里，不是说"机器"，而是……你知道，佛教徒会谈到什么来着，那个……六道，"道"——顺便说一句，最近我对很多这类词都越来越感到不满意。

嗯……比如藏文里的"na"……印地语里"perception"（感知）怎么说？印地语词和中文词对我来说非常有意思，阿拉伯语词我觉得也很有意思。我没有深入探讨过，但稍微接触了一点——感知，投射，你怎么表达？我问这个问题，是希望你们也能……你们会对这种"投射"和"感知"产生一种不同的看法。【清嗓】

那个词，它包不包括声音这类东西，味道呢？哈。那是什么意思？不，我，我们进行得挺好的。是啊，那个……什么是"soj"，跟你的……普拉尚（prashan）这个词里总有什么……"so law"之类的东西……【笑声】那是什么意思，想想看。好，很好。

我们这样聊，正是因为——这恰恰是我希望你们思考的方式。嗯，"道"——你看，一旦"道"这个词被提出来，它就立刻让人联想到某种星球，或者某种外在存在的事物。但佛教徒并不真的……不只是佛教徒，大多数印度智慧传统，就我读过的那一点点而言，他们不真的主张……现在是投射。

此刻，你和我之间正在发生的事，非常非常笼统地说——你和我正在经历的，是人类的投射，就这么回事，仅此而已。我们不是在某个独立存在的"道"或者某个星球上。只是拥有同一种人类的投射而已。

而在这广大的人类共同投射之内，存在各种差异。比如，我觉得坚果很好吃，我喜欢坚果。你们当中有些人可能对坚果过敏，如果吃了，就得叫救护车，对吧？有人吃了坚果要进医院的。所以在我们共同的感知之内，有着太多太多的不同。你们当中有些人是自由派，有些人是法西斯，有些人是……我不知道，反正各种各样的倾向。

这很重要，而且，现在情况变得更加复杂了。之所以变得复杂，是因为印度智慧传统相信时间的相对性。如果你不相信时间具有相对性，你就不会相信前世；那么，你以这一生开始的那一刻为一切的起点——那就是终极起源，就是最初的开始——不管是受孕那一刻，不管你是想庆祝生日，还是叫感知日还是什么——从那一刻起，你开始感知，开始投射；然后所谓的出生发生了，投射当然也随之而来……

总之，印度智慧传统相信时间的相对性——意思是……你们看，关于这一点，我必须非常小心，听的方式很重要。我没办法说……你看，这太难了，我没办法说"你这一次开始的这段生命、这个投射是最初的起点"。印度智慧传统，是真的、真的、真的——不仅发现了时间是相对的，而且他们真的带着这个认知活着。他们真的建立起了理论和修行，让人可以与这个认知共处。

也就是说，现在，在更广泛的意义上，我们只需要知道：在此之前，存在过某种认知、感知、投射。这就让事情变得非常复杂了。好的，好。

就在此刻，你和我的投射，主要是由所谓的"人类"【清嗓】主导的——但我们的一部分……我确信……我不想

说，但就假设一下，比如你上一世是一只鸡。我相信你们当中有些人，一看到小虫子，就会感到无法言说的、无比强烈的饥饿感。你懂吗？你就是觉得……想啄它。你就是感到那股……但是这种投射的力量，在此刻，尤其对于那些自称是佛教徒的人——这又是一种人类投射——被你们的上师所干扰了：“不行，你不能啄小虫子，它很可能是你前世的母亲。”

于是就越来越困惑……不管怎样，你们所拥有的这个投射，就是我们所说的“人类的”——这是一个非常宽泛的概括，我总被指责【笑声】喜欢一概而论。不过我现在其实非常骄傲自己这么做，因为也只能如此。你真的想把你所有的那些习气都——定义清楚？你做不到。你的一部分，确实觉得待在发臭的厕所里非常自在，不知道为什么。

所以你能理解这就是为什么——瑜伽士们不理解，为什么现代心理学家分析你的问题，到最后只谈到童年创伤，就到此为止了。他们追溯不到那之前，因为他们不相信前世——“童年创伤”，这已经是他们能追溯到的起点了。但实际上还有更多。你当鸡的时候呢？那才是现在真正困扰你的东西。而为了解决这个【笑声】……你需要不同类型的精神科医生。我们大多数的精神科医生，都没有资格以鸡的思维方式来思考。他们不知道鸡是什么状态——鸡会不会抑郁？会不会感到非常焦虑？还是感到非常兴奋？它们对什么事情感到兴奋？诸如此类的问题——我们不知道。

所以，总而言之……泛泛而言，再一次做个笼统的陈述——根据佛教，存在所谓的五种或六种投射。非常非常笼统地说：地狱道的感知，饿鬼道的感知，天道的感知……总之，我跟你们说这一切，根本上是想说：比如机器人、人工智能，类似这样的东西——只要它们有投射，只要它们有感知——意思就是，只要它们有希望与恐惧，它们就有佛性，它们就是悲悯的对象。当你念“愿一切众生成就解脱”的时候，应该把它们也包含在内。不要……你知道，并不是说邂逅一个人工创造的众生——所谓人工，是指那种由机器和实验室制造出来的，相对于你和我——这有什么了不起的嘛。你和我，也是由因缘和合而成的，只不过总之……你和我有着投射。

因为我们一直在谈论这个总体的基础，我需要把你们的注意力拉回来——在我们众多众多的投射之中，其中最主要的一个，是我们对时间的投射。顺便说一句，这是个难题，真的是非常非常难搞的东西。因为时间是一个非常有意思的事物。它给你一种确定感——比如生日、比如保质期、比如你煮鸡蛋的时候，因为有时间，加上火候、水沸腾的程度，你可以预测鸡蛋什么时候会熟。

但是时间的本质，同时又是非常不确定的、无法预测的。不过，这倒不是什么大问题。时间的不可预测性和不确定性，其实是个很小的问题。关于时间，更大的问题是：它甚至根本不作为一个真正存在的实体而存在。

现在，这就是那个令人着迷、却真实地让我们在不断经历各种跌宕起伏的东西。时间嘛，就像规划、策略……不管什么——我们为什么要送孩子去上学？因为据说会有个时间，他们现在学了这些，将来可以用得上。你和我为什么在做我们正在做的事，比如向诸佛菩萨顶礼——因为我们相信将来，在未来某一天，我们可能会证悟，未来有某个地方等着我们，你走这条路，走到尽头，那里有个叫做解脱、涅槃的东西——这就像是一个未来的计划，不是吗？就像一个目标，未来的你将会得到……

所以，时间并不是一个容易……是的，容易研究的投射。而在这对投射的研究中，以及在对这种投射的探索与思考中，对时间的探索……在这个投射的探索当中……是的，我们许多人，假如修过止观，哪怕只是十天、十五天，都会对过去和未来形成一种态度——因为止观的导师们就是这么教你的——然后你就会对“当下”、“此刻”产生一种非常惬意的偏爱。

但这种“当下感”，和过去、未来一样，是骗人的——这就是所谓的“现在”。但不过你知道……就你我之间，甚

至现在我还是会说：此刻就是你所拥有的全部。过去已经过去了，永远不会回来。未来还没有到来，我们不知道它是什么，它不是一个实体。这一刻是你唯一拥有的时刻。当然，我会这么说。

但你也需要知道，这一刻，这个时间……这和过去未来一样虚假，一样如梦似幻。其中有些东西，从情感的角度来说，也确实令人有些害怕。

顺便说一下，你们可能觉得这不过是某种哲学讨论，纯属学术探讨。是的，如果你就把它停留在那个层面，它就只会是一场学术讨论。但印度智慧传统，尤其是佛法，更尤其是金刚乘，伟大之处正在于：它有一套系统性的方法来应对这种时间的如幻本性。如何面对？我是说，哪怕就从“一切有为法皆无常”这样的教导开始，一切都是无常的。

但你知道，“一切无常”这个表述有个隐藏的议程。隐藏的议程，或者说私心——我应该说“私心”。佛陀有私心。佛陀的私心是真正要告诉你：一切都是幻觉。因此，连“无常”本身，无常的这个无常性，也是幻觉。这并不意味着事物就因此是永恒的。这才是真正的议程——而这一部分，佛教徒通常都忘了。这就是为什么……这就是为什么我认为，佛教徒在别人眼里最终变成了非常悲观的人——哦，这帮人满脑子都是无常——因为人们谈论得不够多的，恰恰是佛陀真正的那个隐藏议程，而那才是真实的。

嗯，我用了“幻觉”这个词，但我其实应该用“空性”……这个……总之，回到投射这个话题，这很重要。

你和我，有着某种认知，某种意识……而我们所拥有的这种意识或感知，深深受到近期条件作用的影响。我说“近期”，不只是昨天或前天，童年创伤当然有，但更重要的，是五百万世之前的经历。其中有些，可能就在那里，你懂的。只是举个假设性的例子——你可能曾经是某个天界里非常骄纵虚荣的天神。很可能正是因为这个，即便身处勒克瑙火车站的混乱人群之中，你依然会努力把领带整理好。为什么你要在那个地方这么做？没有人在看你，但那股想要得体、想要体面的冲动，不知为何给你一种信心——你的领带是直的，你需要它，你依赖这块奇怪的布料，这件奇怪的衣物【笑声】来建立自信——对于某些众生来说，就是这样。

所以……不要忘记时间——时间的习气模式，是的。在时间是幻觉这个议题的语境里，我还需要再说一件事。如果你真的喜欢深入思考这个，真的去探索它……当我说“五百万世之前”，这实际上也不意味着在“现在”之前——因为这听起来像是“五百万年前，恐龙时代，那时是什么？”之类的想象。你看，五百万年前，可能就发生在此刻当下。

感知。无论如何，他们就是这样认为的——把这一切联系起来，任何对时间有强烈执着与紧抓的人，都是尸陀林的成员。沙姆沙那，沙姆沙那，沙姆沙那——也就是任何一处墓地、火葬场。所以，这个……是我想讲的内容，现在……[清嗓]

我会给你们一个大概的轮廓，但关于尸陀林还要再多说一点——关于整个沙姆沙那尸陀林这个话题，因为这在传统里是讲得比较多的。并不是说声闻乘和大乘不讲，但他们讲的方式，我之前已经告诉你们了——对他们来说，墓地的意义很明显：提醒自己万物无常、诸法如幻，如此等等。但在金刚乘里，这就更……精妙了。

之所以更精妙，这一点对某些新学佛者来说可能会有些意外。大家往往认为，佛教非常强调心——心才是最重要的。当然，我自己也这么说过，这依然是对的。但在金刚乘里，他们并不真的……好，在非金刚乘的佛教道路上，人们倾向于把身与心区分开来——身体是容器，心是……我不知道怎么说……是内容，身体更像是一个容器，更像是工具，更像是……我也说不好……一块木板，让心可以进进出出，诸如此类。

是的，当然，佛陀最根本的教导是调伏心，而不是那么着重调伏身体。在声闻乘和大乘里尤其如此，虽然即便在声闻乘里，他们也并非完全不讲调伏身体——比如内观修行中坐直，这就已经是调伏身体的开端了。[清嗓]

但在金刚乘里，身、语、意……[清嗓]

我想用一个不同的词，让你们更好理解。通常我会说身、语、意，但每次我说到“语”的时候，每次喇嘛们说“身、语、意”的时候——我不知道，也许是我弄错了——但人们似乎把“语”只是听成语言、声音。是的，你们没有听错，但这远远不止于此。所以现在，我想这样来说：身，这个好理解；心，就是那个做思考的东西；然后还有一种半身半心的东西——就姑且这么叫，这样你们会更好理解。明白吗？

它其实有很好的梵文名字，比如“气”（prana）。气，基本上就是半身半心的东西，某种程度上有物质性，但又像声音——你能听到，却没有可见的或可触及的实体……如果你一定要我说个层次，虽然在金刚乘最究竟的教义里他们其实不做太多区分——这正是我现在想讲的——但如果你一定要有个层次，那当然心永远在最上面，然后是气，也就是这个“语”，排第二，身体是最可见的、最粗重的、最可测量的……[清嗓]……是最表面的，在最下面。你可以看出来，语和气要复杂得多，心则非常非常深奥，非常复杂，非常精微。

在金刚乘里，这三者并不真的……并不真的是各自分开的，不是真的相互独立。这就引出了各种各样的问题，比如：那你是说，我们死后，还会有某种身体存在吗？我最直接简单的回答是：有。他们有时候称之为“光明身”。对我来说，这真的非常非常迷人，因为每当人们谈到DNA的时候，我觉得在某个层面我们是可以展开一些对话的，不过现在先不说这个。

好，我告诉你们这些，是因为我想讲的是——我今早的意图是要谈“金刚”。金刚，什么是金刚？在印地语里他们用vajra这个词——Vajra就是梵文。那么在印地语里它是什么意思？珍宝，珍宝。好的，好的，没问题。

我今早想讲的是金刚，因为这真的非常……好，我想讲三件事：金刚，然后第二是地点——圣地、祭坛、神龛——我相信你们有个很好的词来表达这个。当你们去朝圣，总是会去一些特别的地方，你们叫这种地方什么？圣地，神圣的地方。这个地方叫“斯坦”（stan）。“斯坦”是什么意思？我确定它还有其他含义，挖一挖，说出来。斯坦。哦，对！就像“印度斯坦”、“巴基斯坦”。哦，斯坦！这真好，真有帮助，太棒了。哦，太好了。我学到了东西。斯坦。是的。它包括哈萨克斯坦吗？真的？苏格兰。英格兰你们怎么叫？不，不，[笑声] 英格兰怎么叫？[笑声] 是的，就是这类词嘛。好，好。我不想和那些爱争论的印度人纠缠太久。[笑声] 好，好。太棒了，我学到了东西。斯坦，是的，斯坦。

所以，这就是我想讲的——斯坦。因为我们在谈土地，在谈尸陀林。所以要讲的是：金刚，那个不可摧毁的……等等；然后是斯坦；然后是……智慧本尊的召请，或者说智慧的召请——关于这个我不会讲太深，因为它真的非常广博，但我觉得让你们了解金刚是有益的。

那么，首先是金刚。这个我已经跟这里很多人提过了。你们知道，金刚——vajra的定义是“不可分割”，梵文就是……不可分割。比如我可以把这个坚果掰开，所以那不是金刚，很显然。那你继续往下分，分了又分，一直分下去……有一个叫毗婆沙师（Vaibhashika）的佛教宗派，他们受到了其他佛教宗派最猛烈的批评——[哼声]——其实他们是最接近科学的，我会说，最接近物理学家思维的。物理学家，谈论这些的科学家，真的会非常喜欢他们。他们说：有某种微小的、不可分割的粒子，是一切的根源。他们实际上说了两件事：最小的粒子，以及最小的心或认知。就这样，他们受到了各方的痛批——经量部（Sautrantika）扑上去揍他们，瑜伽行派（Yogacara）扑上去揍他们，中观派就更不用说了，那是鄙视到极点，把他们当作什么都不懂的人——你明白那种感觉，经常有这种事。

但“不可分割”这一点很重要。那我们先谈谈心——我们通常所拥有的那个心，是可以被分割的。不仅可以被分割，我们时时刻刻都在被这颗不断碎裂的心所折磨。不要忘了鸡！[笑声]

不只是这样，而且有些分裂是我们自愿的，通过上学来实现的。你去上学，他们教你怎么分析、怎么分割，于是你就越来越迷惑。再说了，不要忘了鸡——我是认真的。想象一下，你拥有一个关于鸡的非常扎实的学位，接受过非常完整的“鸡的教育”，然后突然又有另一件事情似乎也说得通，而你同时还必须以99%、99.9%的比例作为人类来生活，而那一丁点鸡就是挥之不去。这非常令人迷惑，有时候真的难以承受。

但这个……当然需要很多的讨论和修行。

所以，从佛教的角度来看，有一种本初的认知——这在中观里有所教导，在大手印、大圆满等传统中则非常明确地讲到——不可分割的心，并不真的是“心”，因为“主体”和“客体”已经是分裂了，对吧。那就……暂时姑且称之为“不可分割的心”，“金刚心”吧。现在金刚乘最有意思的地方在于，他们并不把语和身排除在外——他们实际上说：有不可分割的金刚身，有不可分割的金刚语。这是一切……这就是为什么金刚乘的修行者相信咒语——咒语并不只是把一堆声音随便拼在一起，哦这个听起来不错，我们就来念吧，不是这样的，不只是这样。有一种不可分割的……[清嗓]语，而这正是你们应当……

我们不会在这些论证里深入太多，因为这真的很难，因为当我这样说的时候，你们有些人可能已经在想：你是在说阿赖耶第八识吗？不完全是。因为中观——不只是密续，中观也可以这么说——阿赖耶是已经可以分割的。你知道为什么吗？因为它是一个仓库。如果它是仓库，就像冰箱，你往里放东西储存，你取出来，就会有空间——那个空间的形状已经改变了，已经分裂了。所以阿赖耶是可以被清空的，你明白吗？

那你的问题就来了：哦，那清空阿赖耶，把那些东西卸载掉，你们怎么说来着？整理房子，整理。比如做一个车库甩卖。那这就是觉悟了吗？这正是佛教徒——尤其是中观派和金刚乘——所说的：不是。他们会强烈地说不是。他们之所以这样说，是因为他们认为这个……这是德文词……我觉得英文叫“存在的顶峰”，就是通过三摩地、通过止禅，那种正式的止禅吸收……“有顶”——大师们说这非常非常危险。原因在于，把阿赖耶彻底清理干净，感觉就跟觉悟一模一样。没有情绪，没有太多希望，没有太多恐惧，一种很宏大的……时间似乎也停止了。你明白吗？非常危险。[哼]

经典里有数不清的故事——僧侣们在做功课，进入很深的三摩地，正要进入这种“有顶”境界的时候，文殊师利就过来摇铃，推他们、拉他们——这类故事太多了，我想你们会很有共鸣。

现在很多人对内观和止禅的热情……虽然他们自己不这么称呼，但他们想要的是一种平静，对吧，平静。如果你是一个佛教徒，你永远不应该追求平静！平静是危险的，因为它看起来像觉悟。就像……曼谷制造的……哦，对泰国朋友抱歉。是仿冒品，假皮革，你明白吗？假劳力士表。真的，看起来一模一样，而且便宜。为什么便宜？是的，坐上九天差不多就能搞定了。但问题是它需要充电，如果你一直需要充电，那多累啊。这就是为什么内观的修行者总是需要每年补充一次——你明白吗？需要像充电一样，一次又一次地充。“哦，我现在需要去闭关了。”好。所以这意味着，随时他们都可能变成……你们怎么说？“不定时炸弹”。随时都有可能失控——这对别人也很危险，因为他们表面上看起来都那么好、那么平静、[笑声]那么端正，你明白吧。

所以，佛教——尤其是密续——所要实现的，他们称之为：身金刚、语金刚、意金刚。“Vak”，怎么念？对，就这样。什么意思？声音？声音，对，声音、语言、字母、元音，诸如此类。可以，你可以这么理解。但为了更深入地理解，请记住我刚才说的那个——半心半身的那个东西——语、身、气——金刚。好，这就是藏文的“多杰”（dorje），金刚。

现在是第二个：斯坦（stan）。斯坦是什么意思？……口语上，为了表达更多虔敬，他们叫它……嗯……好，嗯……我喜欢“彼得斯坦”（Peter Stan）。

布雷文在哪儿？>> 还有十分钟。好的。那么……[清喉咙] stan、beta、bi，这些也都是 star（圣地）的意思。>> 对，当然，是的。不过嘛，我要用 shrine 这个词。Shrine，圣殿。Altar 这个词我也不介意，就是那种你做祭祀的地方。altar……我是说，就眼下，就今天早上，这个说法可能对你们来说更有感觉——altar、shrine，基本上就像一块砧板，你懂吗？不完全是砧板啦，那个……你们叫那种做 chapati 的平台叫什么来着？那个平的……>> Bon chakra。>> 不，我是说那个平的那个……>> Chakla。>> 对了，就是 chakla。请你们把 altar、shrine 想象成 chakla——你在那上面剁东西、不知道摆什么东西、混合什么东西的那个地方——我们对世界的这种觉知，不管是什么：哪怕是一只鸟的声音，仅仅是某种存在的当下，在更深刻意义上的时间本身，这些都是 stan。所以基本上，我们在说的是：任何地方都是圣地，任何地方都是圣殿，任何地方都是金刚乘的 stan。这就是……好，那我们就用“圣地”这个词吧，圣地，对，圣地、神圣的 stan、特殊的……金刚乘的……

它有点像这样：altar、stan、pitha……我想 bumi 也是——就像我们昨天说的，有一种更外在的、被指定的、地理意义上划定的或者说有形的地方，比如这八大墓地，以及诸如此类的……[清喉咙]

然后你去那里做“砍砍砍”之类的事情。那个行为，就是我们所说的成就法与供养。但更往内在来说，比如：生起世俗菩提心与胜义菩提心、以本尊的形态升起、对本尊的完全自信、安住于本尊，然后把美妙的音乐作为供养，献给自己耳识的觉知——而那耳识，请记住，不外乎……那音乐，不外乎……比如说，班达西——这就是你如何……“生起”并不是对的词，这就是你如何发现金刚乘的金刚圣地的方式。密续整体的修行，说到底就是这件事。但是，你知道，再说一遍，并不是说……因为我们生生世世的习气，需要很多种不同的……你们怎么说，方法，善巧方便，upaya。

嗯，我就简短地过一遍其中的一些。其中一个……好，不要太……你们怎么说，不要太……不要太担心，如果你听不懂的话，只要……我们说“厚线”——就像画一条线，厚线——我们所创建的所有曼陀罗的基础，你在密续里能学到的那些，是八条线。这是最根本的，密续的学生在看一眼之后就能学会，很容易的：你画一条直线，然后另一条线这样穿过去，这就已经是四个了，然后再斜着画两次。这就是那八条线，在此基础上，他们把曼陀罗构建出来，分成八个方向——又回到了八大墓地、八种意识、八位菩萨、八位赫鲁嘎，所有这些。然后，你知道，尼泊尔的这些尼瓦尔人，他们有相当深厚的金刚瑜伽母与胜乐金刚修行传统，他们所创作的曼陀罗……令人叹为观止，其实非常非常深奥。

一个没有被引入所有这些复杂深奥密续教法的人，会觉得非常奇怪：怎么有人会在自己面前画八条线，然后对着这个顶礼膜拜、撒花、用香熏绕、绕着它转、供上食物、点灯供养，真的是……全套的。但对于一位瑜伽士来说，对于某些瑜伽士来说，创建曼陀罗、构建曼陀罗，是构建这座神圣宫殿的一种极为深奥的方式。

好，我们休息一下。[清喉咙]

来自墓地的光辉，2025年5月4-5日，印度比尔 - 第七部分

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

【音乐】所以，我之前跟你们讲的那些话，还有那些讲了一半的故事，想必已经传出去了。他听说我讲了什么地质学，然后他说：你那时候太小了，什么都不懂。他应该那时候已经是青少年了，他说他到处问我讲了什么，说完全听不懂，既不连贯，也不完整。所以他会来，把完整的图景讲给大家听。他会来的。好。现在，我相信你们有些人知道，他这个人有那么一点点争议性，【笑声】所以你们就得稍微……咽一咽。不过对于喜欢喝啤酒的人来说，他挺重要的，因为你们知道他是谁，他父亲跟啤酒有关，而他父亲，还有那些人，基本上就是……是和那些事情不可分割的存在。所以在他来之前，我们先快速把这些人们请求的事情做一做。嗯，就像我说的，我们先做菩萨戒的更新。【清嗓】所以，是要更新菩萨戒——对你们很多人来说是更新，对某些人来说，也许这是第一次——说到这里，我想起来，我忘了释迦牟尼佛的佛像……我们需要皈依，才能受菩萨戒，而受菩萨戒，你需要有……也就是皈依戒。

嗯，我对“戒”这个词还是有些意见，英文的“vow”（誓言）这个词……在藏语里我们叫它“敦巴”，这个词的含义跟……嗯，其实是跟正念有关，真的是要多用心、更认真地去做的意思。为了让这件事做得更郑重，有一种传统是通过一个仪式来做，因为我想，仪式对人类来说大概是不可缺少的。不管我们有时候怎么嘲笑仪式，我们生活里就是充满了各种仪式。旧仪式消失了，新仪式又来填补。所以我们将要进行这个仪式。但是仪式必须有理论支撑——“敦巴”的理论，也就是……【清嗓】皈依的理论，基本上就是：承认、接受，或者说臣服——在这里，是臣服于佛法，也就是臣服于真理。虽然当我这样说的时候——“我皈依佛法”——听起来好像……我也不知道怎么形容，感觉非常……仪式感很强，但其实它是非常科学的。我一直这样说：你基本上是在臣服于这样一个事实：一切都在变化，一切都是无常的，一切都是苦——“苦”意味着没有什么是完美的，没有什么能给予百分之百的满足，没有什么是究竟的真理，没有什么是“历史的终结”。【清嗓】这非常重要。不知道你们有没有听出我的讽刺意味，但是……对，我们所拥有的一切，都同样是有缺陷的——不是这个比那个更有缺陷，但我们就是倾向于认为某些东西的毛病比其他东西更多……不管怎样，这些，才是皈依的精髓。然后，【清嗓咳嗽】还有就是：接受或者臣服于这样一个事实——无论你现在多么不完美，这种不完美，这些染污，是可以被净化的。只要运用方法，它们是可以被舍弃的。换句话说，这些染污、这些烦恼、这些……我不知道该怎么说，这些无明，并不是你的真实本性。【清嗓】换句话说，佛教所说的，是你应该臣服于这样一个事实：你本自圆满。你真的应该努力走出这个妄想——以为自己有某种永久的缺陷，或者以为那个缺陷就是你。这基本上就是皈依的理论。

当然，在我们这两天所讨论的语境之下，皈依还会变得更复杂——皈依可以是：那不可分割的本性，金刚的本性，才是你所需要臣服的。所以那才是我们所臣服的真理。而且就像我说的，仪式总是有帮助的。通常皈依仪式，在最基础的层面上——我必须说——你皈依佛法作为道路，皈依佛陀作为引导，皈依僧伽作为伴侣。从仪式的角度来说，你需要有一尊佛陀的塑像来作代表——是的，当然我们这里有文殊师利和其他诸佛，但在最基础的外在层面上，释迦牟尼佛是……你知道，最根本层面上的那位。所以这就是为什么这里要用释迦牟尼佛的塑像来代表佛陀。

请把这些放在心里。我想我们可能没有足够的空间做所有的顶礼，不过就在心里观想你在做顶礼，双手合十，莲花手印。请跟我重复。我先用藏语念两遍。【清嗓】

【藏语念诵】

……好。所以，【清嗓】"敦巴"，或者说戒，誓愿这个概念——这与某种……你知道，某种承诺有关，不是吗？承诺。正因为如此，你自然也会被告知，受皈依之后，有某些……【清嗓】怎么说呢，某种承诺——也许这个词不太对——某种誓愿，某些不能违犯的事情，这是很重要的，你们需要了解这些。

所以，皈依了佛法之后——特别是佛陀的佛法，其本质是不二之道，也是接受缘起的道路——那么同时去追随一条二元对立的、不承认缘起的道路，就没有意义了。这是你们需要知道的。我知道有些人会说他们既是佛教徒，也是基督徒，两者兼顾。我【清嗓】不认为这真的能做到。这跟基督教不如佛教，或者佛教胜于基督教，完全没有关系。没有任何关系。只是，你往右走就往右走，往左走就往左走，你不能同时往右又往左——【清嗓】直到你成佛为止。成佛之后，你可以同时走向十方，而且你本来就应该这样做。所以这是一个根本的问题。然后，还有，要尽量不伤害其他众生。当然这非常主观，因为"伤害"这个概念是个很大的话题。但就像佛陀本人明确所说的：就目前而言，对于迷惑的众生来说，我们唯一的参照就是自己——用你自己的标准，用你自己对"伤害"的定义——如果有某件事你不希望发生在自己身上，当你把它施加给别人，那目前就叫做伤害。所以，尽量不造成伤害。同样的，关于我刚才说的那个见地——也不要让一条本质上是二元对立的、走向极端的道路，对你产生精神上的影响——同样的道理，因为那没有意义。

请把这些记在心里，再重复一次：

【藏语念诵】

……好。现在我们念第三遍皈依。这一次，我也会用梵语来念。念诵重复之后，我会停顿片刻，然后弹指。就在那个时刻，你已经皈依了。好，双手合十，请跟我重复。

布达姆……沙拉南……嘎恰米……达玛姆……沙拉南……嘎恰米……桑嘎玛……沙拉南……嘎恰米……

好。现在我来念一些吉祥偈，来庆祝这件事。【清嗓】

【念诵吉祥偈】

……好。【清嗓】

现在你们已经奠定了皈依的基础，可以受菩萨戒了。菩萨戒基本上就是发誓要生起菩提心。也就是发誓，或者说立志，去做到菩提心。

我想，当我们说"受菩萨戒"的时候，【清嗓】其实包含了两件事：世俗菩提心，和胜义菩提心。所以我想我们先受戒，然后在受戒的过程中，我会简要解释世俗菩提心，接着是胜义菩提心，然后我鼓励大家受菩萨戒。因为这是一个戒——它是最圆满的戒吗？没有任何戒比菩萨戒更殊胜。在任何层面上，有了菩提心，几乎所有不善的念头和行为——不是念头，是行为——都能转化为善行。所以菩提心真的是……就像寂天菩萨说的，它是一切炼金术中最高级的炼金术，众法中的至上技艺……就像寂天菩萨所说的，哪怕你只是一周一次，或者一年一次这样想：好，我大概会走偏，我会分心，我会懈怠，我不会做那些善法，我会想一些也许不那么善的事情——但是不管发生什么，不管以何种方式，我的行为、我的念头、我的存在本身、我的样貌、我的气味、我的声音、我的名字——尤其是名字，这个很重要——愿它们以某种方式，引领众生走向解脱或者觉醒。哪怕你有这样的心，那么这位菩萨就算在睡觉，每一个睡着的当下，因为这种发心、这种愿力或者回向，都是有意义的。当然，你可以让它变得更好。比如你可以这样说：我要看这一集Netflix，是因为如果不看，我会歇斯底里，会一直想着那集，变得阴郁暴躁，这样我就没办法修法了。所以，我先看这一集，暂时满足一下，然后内心平静下来，这样才能更好地投入佛法和菩萨行。就是这样。所以，菩提心的利益是无穷无尽的，它真的是至上的炼金术。所以我真的强烈鼓励你们现在就受菩萨戒。【清嗓】

首先，请观想或者心里想：所有的诸佛菩萨都在我们面前。然后在诸佛菩萨面前，双手合十，跟我重复这些话。你所说的就是：就像过去所有的如来，他们如何生起菩提心，我也将生起菩提心，我也将依次按照自己的能力，步步修学菩萨的行持。这就是你所说的。请跟我重复。

【藏语念诵】

……好。现在我来引导你们，思惟、观想一些菩萨的发心。请听我所说，然后加以思惟。

【笑声】

……好。请想：今天，你通过受菩萨戒，使自己的生命变得有意义。今天，通过生起这个愿望——愿一切众生觉醒——你的人身已经得到了圆满。今天，你已经成为如来的法嗣。

成为如来的法嗣之后，我将投入这个家族的职责之中——那就是令众生觉醒——就像那个眼盲的乞丐，踉踉跄跄地，在垃圾堆里发现了一座宝藏。今天，我这个盲人，发现了这个愿望——愿一切众生觉醒，这就像那座宝藏。【清噪】今天，在所有诸佛菩萨面前，我将自己任命为一切如来和一切众生的仆者。因此，愿所有的天人与阿修罗都欢喜雀跃。

现在，立刻，【清噪】简要修习愿菩提心。世俗菩提心包括愿菩提心和行菩提心。为了简要修习愿菩提心，请思惟这些发愿：我发愿，愿我成为迷途者的向导。愿我成为一只船——当有众生想要渡越彼岸，愿我成为那只船。当有病苦的众生，愿我成为他们的药。愿我成为孤独者的伴侣。愿我成为饥饿者的食物。愿我成为口渴者的饮水。如此等等，乃至无尽。

现在我建议你们修习世俗菩提心中的行菩提心。请跟我重复这些，基本上，我们是在把发愿落实为行动。请跟我重复。【清噪】

【念诵】

……好。现在，作为简要修习胜义菩提心的尝试……

我可以跟随一些我的引导观修。就是要认识到，一切都是你的投射。你所见的，所听的，所尝到的、感受到的、闻到的——没有任何一件事不是投射。现在，去看这个正在做投射的心。这个心是谁？这个心是什么？它在哪儿？它在哪儿？它是从哪儿……生起的？它现在在哪儿？当它消散，当一个念头消失时，它消失到哪里去了？就是这些。好。这只是一个非常简短的观心。

现在，我们不只是做观修，我们来尝试安住于三摩地。所以，【清噪】只是觉察任何在你心中升起的——仅仅觉察就好。不要去改动，不要去强压，【哼气】嗯……如果你觉得自己有丑陋的念头，不要去排斥它。如果你有美好的念头，也不要认同、执取或拥抱它。哪怕是最平凡无奇的念头，或者根本没有念头也好。但不只是念头——就连昏沉、浑浊、躁动，或那种迷失感，以及与之相反的那种清明感，这些感受，也只是看着它们。持续地看。在看的背后，你没有什么可以做的，也没有什么必须做或不做的。好。就让我们把这当作一个简短的修习胜义菩提心的练习……

还没来。好。他还没到，我们先来快速传一个诵传，因为这个诵传……也是这个诵传，嗯，是一位叫沙哈布根的人请求了很久很久，我现在才得以做到。我也听说这是在直播，我最好在欧吉巴奇到来之前赶快传，因为他对通过直播进行任何形式的传承非常有意见。【清噪】【哼气】好。我不知道他为什么请了这个，但这里有两个与火和烟相关的仪轨。一个是利瓦，很多人已经受过很多次了。所以，【哼气】……【仪轨念诵】好。

这是一部由一位伟大的……非常受欢迎的伏藏师所发现的伏藏教法，尤其是对于那些觉得自己有某种业债问题

，或者有鬼神干扰，嗯，我也不知道各种各样的事……又或者你觉得需要改善你目前的人生处境、让时运好转，那我们的上师们建议我们修这个。

接下来是苏尔，是一种烟供，但这个不是短的，这是由……【哼气】【仪轨念诵】……写的。【仪轨念诵】好，非常好。结束了。【笑声】

对，就这样，刚刚就完成了。是的。因为苏尔嘛，基本上一直都跟观世音菩萨有关。鬼道众生，尤其是饿鬼，似乎对观世音菩萨不太有意见，我想。

不，这个像是白苏尔，但它涵盖了所有众生。好，我来快速做。好，跟着我说。好。

竹如……【唱诵】扎拉……

这是一个中等长度的文殊修法仪轨。这个修法，如果你想要逆转某些状况，特别好用。好，现在嗯……没关系

。

来自墓地的光辉，2025年5月4-5日，印度比尔 - 第三部分

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

[音乐]

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，有些传承的……我不该叫他们“创始人”，我们叫他们大成就者（mahasiddha），比如：布惹哈提、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。

好，“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，顺便说一句。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，都跟它有关联。"我"，这可以说是所有

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。现在，其实很多佛教宗派几乎把它视为珍宝。他们说，这是……这是……这是某种可以把握的东西。这是可以修持的东西。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。所以显然，那根绳子——你要有那根绳子。所以很多佛教宗派确实非常珍视这个阿赖耶。这个阿赖耶……我为那些真的刚接触这些人抱歉，接下来会有点技术性，但这是重要的信息，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的人，以及各种大成就者，对他们来说，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。好，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，好吧，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——你懂的，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。"你在理论上可以这么说。但这在现实中行不通，因为有证据啦，等等等等，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，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，不管怎样，如果你不做点什么的话。你做了，然后积累功德，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，你知道的。

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的研究。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，对，他们就是这么炫耀的。说"你们啊，搞错了。不，这不是上帝。"——但顺便说一句，那些人其实也有他们的道理。顺便说一下，他们确实有道理，因为很多人最终也确实认为这是一切的根基，这是最有力量的东西，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。

好，就是这样的例子，佛教徒是这么说的——比如说，我可以看着镜子里看到我的脸，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，这就像是看着你去年去过的那条河，然后说"这是我去年见过的那同一条河"——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，你可以做个梦。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、按照你的衡量标准，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。你甚至可以因为它难喝而哭泣。哦，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，你醒来然后有种如释重负的感觉——那种如释重负显然也是幻象，因为从来就没有过问题。所以你在说的是什么如释重负呢，你说是不是？

所以这就是他们谈论这件事的方式。所以这基本上就是所谓“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。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使用。怎么用？非常非常非常[清嗓]简单的方式，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。

所以，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。你会看到小树、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。好，还有一个，这个就是斯瓦扬布本身——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……就像一位伟大的达……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，我需要告诉你鲁陀罗的故事，因为它与这个有关。好，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——这位弟子对上师生起了怀疑，没有按照上师的教导行事，因此……然后这位弟子离开了上师，弟子就完全……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、他的行为，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，他会杀死其他人。然后他会把杀死的人的头颅戴在身上作为装饰。然后他会去尸陀林，用那些人的血涂抹在脸颊上美化自己。然后他会用死者身上的油脂作为保湿霜，尤其是这里某个地方。他还会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，他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……怎么说……讨论——所有佛陀的目光都落在了嗅亥嘎和嗅嘎马（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。"所以这就是关于鲁陀罗非常简短的一个概述。

但这是一个如此重要的故事。所以……哦对……我忘了个重要的，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。所以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——其实有一个我们说的"很久以前"之类的词，类似"很久以前"，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。

然后关于鲁陀罗吃什么、喝什么、獠牙、手臂、种种行为的所有描述——如果你仔细读，这实际上是对我们的描述。我们有獠牙，我们有翅膀、手臂、不良行为，所有这些。然后……还记得我谈过佛陀的信心吗？需要做什么？通常那是一种感觉……比如感到莫名的悲伤……在我们的生命中，就像"难道我的人生就只有这些了吗？一定还有些什么比这更多的东西。"

这种悲伤，以及由这种悲伤所触发的虔敬心——那种对更高真理的渴望与追寻……对更高真理的寻求。是的，这些都代表着……我们谈到这场法会，是因为确实有密续典籍描述了整个法会的情景：中央坐着威严主持的大普贤如来，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，他的名字叫做"无明"，他会站起来，行三次大礼拜，向普贤如来顶礼，然后这位无明菩萨会说：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，真的非常……你知道，这绝对不能被随意诠释——显然，无明萨埵你是不能轻易否定他的，他是一位菩萨，而且他能直接向普贤说话，所以他必定是某位很特殊的存在，只是他的名字叫这个而已。然后还有其他菩萨——嗔恨菩萨、嫉妒菩萨，等等诸如此类。事实上，在《时轮金刚续》里更是有趣得多。总之，先说这些。

然后，智慧——由萨毗威所代表，伴随着善巧方便，也就是更高的河流——会来降伏鲁扎，然后……好，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。

只剩五分钟了。好的。那好。总之，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。八大赫鲁嘎。同样，这些赫鲁嘎中的许多——我的意思是，教法是作为加持与传授而存在的，但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，大概这两个是主要的，有时是毗首羯磨，有时是摩诃鲁扎。好，所有这些都来自大坛城基础。

在我忘记之前再说一件事——据说有一天，当末法时代变得极为强盛，这八处坟场将会彻底消失，不留任何痕迹。那将是金刚乘教法终结之时。据说就是如此。所以实际上以前确实有人会制作这八处坟场的复制品……你知道，有时候因为我们热爱这些东西，他们会真的创造这八处坟场的仿制场所。

我没办法把所有这些都讲完，但这部特别的文本我只是提一下，这样你们当中的一些人也许未来会去探索。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。所以有一个仪轨可以做，其实不需要太多准备。当然有一些必要的条件——当然要有花，这是标准的，但还有一些条件，比如不能只由男性来举行，必须有等量的女性参与，诸如此类的条件。然后这部特别的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，或者八处……你可以选择。

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。所以，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，你知道，又冷又湿，诸如此类，但我不知道，有时去到那里，我会有一种感觉——好，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做这个仪式，然后把坎市集永远加持为八处坟场。就是这样。

好，我们休息一下。

来自墓地的光辉，2025年5月4-5日，印度比尔 - 第一部分

来源: <https://www.youtube.com/watch?v=WLgsp0pwAxc>

[音乐]

所以

[清嗓子]

这个 esavology 说 嗯 这个标题 嗯

这个标题

算是

和 deac

工作人员讨论的副产品，当时他们要求我说点什么

。

顺便说一句，这件事背后有一个好的意图，那就是

在佛教

界，特别是大乘佛教界，尤其是

在

藏传佛教界，人们对那

烂陀寺非常了解，我相信你也

知道，那烂

陀寺备受赞誉，被反复

提及。

事实上，嗯，我刚才在跟一位德国学者说

（清嗓子），

嗯，我们以后应该

庆祝一些其他的佛教

圣地及其成就，比如奥丹塔普里和

比克拉玛拉，当然

还有塔基拉，

这些都是非常重要的地方，但那烂陀寺和

比克拉玛拉寺，是的，当然，

它们都是非常特别的

印度圣地。一些印度人甚至

声称那烂陀寺可能是世界上

第一所大学等等。

你也可以说那烂陀大学

是最具国际化的

大学，当时甚至有

来自韩国、日本的人来这里学习，这意义非凡。

嗯，难陀说那烂陀寺
有观测星象的设施，
你知道，那烂陀寺不只是
学习
我们现在所说的佛教
哲学的中心。（清喉咙）
当然，
这些大学都很特别，
但从
我的角度来看，还有一些更特别、更
独特的东西，只有印度人才有。
我认为其他
文明或
其他社会都不会有这种情况。印度人独有的
智慧，不仅体现
在
大学里，而是体现在其他地方很少见到的领域。大学里到处都是
研究
你的人[笑声]，懂吗？到处都是
学习、阅读、讨论的人。
但还有其他
地方，一些其他地方，嗯，
有
一个特定的地方，呃，我忘了它的
梵语名字了，但无论如何，我
粗略地翻译一下，你可以把它
翻译成妓院，妓院，
妓女的住所，对吧，就像酒吧，
夜生活场所之类的。
由于种种
原因，我们
这次不打算去了。是的，
我们希望未来
也能探索
那些地方蕴藏的智慧。
嗯，
这个。
所以

还有另一种
智慧传承，
我们藏族称之为 dura 或
tur，
这是一种翻译。是的，
我认为这是直接翻译。
藏语
对梵语的一种音译非常
原始。所以，请您
原谅我。我们称之为 mahash
mahashamash
但我想在印地语中用梵文如何
发音 shamsha
shamshan bumi Maha。
是的。沙姆桑。沙姆桑。我觉得「maha」这个词，
你知道，在印度，一切都需要
被美化，
一切都需要被赋予
某种特别的意义。所以
我们使用“mahasham mahashamasha
bumi”这个字。
所以
我觉得这确实非常独特，不过我
必须说，我们不想太
自负。
基督徒对墓地确实抱持著一定的敬畏之心
。
我对此一窍不通。我的意思是，我
不太了解这方面，但是，呃，
好像跟复活有关，
到时候大家都会
出来之类的，对吧？
所以我就不多说了，我不
知道，
就像中国人那样，这很
有意思，
关于中国人的陵墓
或墓地。看来这

事儿非同小可。

实际上，有一个特定的日期，
几乎所有中国人通常都没有
太多假期。

我希望中国人不要生
我的气。

只有中国人，你知道，通常人类
有休闲娱乐。

印度人有无穷无尽的娱乐活动。

你知道，帕瓦利节、普迦节、新年等等这些节日，
当然还有中国新年。

我听说中国人通常有两大娱乐活动，就是
每天
两次的
午餐和晚餐。

食物对中国人来说真的非常非常重要。

我想，中国历史上饱受
饥饿之苦，所以你知道，
实际上，我相信

你们有些人知道，即使到了
今天，中国人也不会问别人“你好吗”，而是会问“
你吃了吗？”。你可以问问中国人“你吃了吗？”，
他们就是这么问的。

但是

（嗤笑）清墓

对中国人来说可是件大事。直到今天，
人们仍然会

去清理
祖先的

坟墓，清理家族墓地，清理
他们认识的任何人的墓地。

这真的很有意思，尤其是在你了解了所有这些情况之后，比如地缘政治局势，像台湾人和中国大陆人，台湾人
不得不去中国大陆清理他们的祖先库图姆，而那里恰好是他们有时不太友好的地方[清嗓子]。

真有意思。不过话说回来，

中国人对坟墓

确实抱持著

一定的敬畏或重视。我认为这个字应该是「坟墓」。但是，印度的 shamsan 概念与 shamsan
的概念截然不同。这不是一个不，我不知道即使是英文单字「cemetery」（墓地）是否能恰当地翻译「sham

shan」这个词，它真的是

一个非常重要的象征，一个非常重要的

象征，当然，你们当中有些人一直在不同的地方听我讲话。你现在肯定已经厌倦了我总是说，为了世界，为了我们，为了所谓的生活，有一件事非常强大，那就是像

象征主义[清嗓子]，它真的非常强大，而

印度人，他们是，他们一定是创造

象征主义的大师，他们在这方面非常出色，但他们已经很久没有创作这类象征主义了，我不知道他们是否还会继续创作这类标题

Sunnak

和Vid永远不会理解这种东西。这只是个小小的玩笑，带有戏谑我们

印度朋友的象征意义。好的。首先，我所说的大部分内容都是基于我主要在

空行派、大乘佛教，特别是瓦贾拉那或密乘佛教中学到的东西。

很显然，我与你们分享的大部分内容都源自于印度的智慧传统。实际上，有专门描写沙姆山的书。

不仅如此，

你知道，我翻阅我的藏书时发现，甚至有些书，

我

想可能根本没人

对这些东西感兴趣。所以其中一些

只是非常古老的手写文本。

如何绘制和描绘

公墓或火葬场。还有关于

不同萨满或图坦卡门的详细描述，嗯，清晰的

指示，非常详细的指示，

如果我们有时间的话，我们稍后会讨论

。但首先，它到底是什么？

Sham Shan象征著什么？

现在，在

众多问题中，呃，它到底是什么

？嗯，象征意义，语言当然在某种程度上是一个重要的象征，嗯，梵语词，我想在印地语中也是，samsar

samsar，什么是samsara samsar，你怎么知道它是什么，它是什么，它

到底是什么意思？娑婆娑、娑婆罗、娑婆娑。这是什么意思？

没错。但从字面上理解，它的意思是某种非常糟糕的事情。Sanssar samsar 做到了。好的。 Sansarati

是一个真实存在的字。SAR

值接近于此。好的。

藏人翻译了那个词，藏人决定用 kor kora 这个字来翻译，kor kor 的意思是绕圈。

我不知道轮回是否有那种意义。轮回周而复始。总之，这就是藏语，你知道梵语是一种非常非常

丰富的语言。所以，

我确信，你知道，就像「法」(dharma)这个词，现在「法」这个词已经被滥用了，变成了一种体系，对吧

，体系，尽管这是事实，但无论如何，「轮回」(

samsara)这个词的一个重要含义，我想是

因为过去的藏语译者就是这样决定的。在2000年前，藏语译者的工作并不轻松，他们必须学习印地语，我的意思是梵语，他们必须经历这一切，最终，他们必须得到非常严厉的藏王的认可，他们必须非常谨慎地选择每一个字，因为藏王说这些词将永远

流传下去。所以你必须想出一个非常好的字。所以回想起来，当我思考这些事情的时候，真是令人惊叹

。「法」这个字翻译成藏语是“ch”，这个字“ch”[清嗓子]真是一个令人惊叹的字。

总之，轮回周而复始，循环往复。现在

印度人似乎真的非常不喜欢任何与开头

和结尾有关的东西。我不知道是不是人们对边缘有某种敌意。印度人似乎从来不喜欢有界限，你知道吗？就像印度人从来不喜欢说“哦，这个只有好，这个只有坏”，

哦，是的，

今天这个好，但明天就不好了，然后明天今天不好

明天就好，总之，从来没有明确的决定，

你明白吗？从来没有「就是这样」的说法。你明白吗？这位印度人似乎有那种文化背景

。

所以像无始之类的

想法。

现在你明白为什么佛教徒总是谈论无始无终等等这些非常抽象的概念了吗？

所以，轮回，就像你刚才说的，你

知道它的存在，是的，这就是我们身处轮回之中。你看，现在你能

理解为什么了吗？现在你应该换个角度思考，当我们说我们身处轮回之中时，我是一个轮回之人，你知道这代表什么吗？你是

说，你知道，我，我，我在一个不停旋转的地方，而现在我是一个不停旋转的人

。

你知道，我是一个没有开始，也没有结束的人。这里面蕴含著许多像

征意义，人们试图解读、解释它。其中一位据说是 Sham Shan Mahasham Shan。当然，

你知道，在更大或更具体的层面上，我们这里其实有萨姆坎 (Samchan)，或者说，

每个村庄都有，就在我们附近，就在大门外，就在大门外，有一个萨姆坎，

一个萨姆坎。然后还有一些非常特别的萨姆坎，比如尼泊尔的帕舒帕蒂纳特神庙 (Pashupati Nath)，

我想那里所有的神，特别是瓦纳西 (Vanasi) 的一位神，我忘了他的名字，还有哈里尚德拉 (Harishandra)

等等。当然，佛教密续中也提到了八种不同的萨姆坎，八座不同的墓地。希望

我不会离题太远，能够分享清楚。

你知道，我了解得不多，只是略知一二。我这两天的目的就是想让你们探索这些智慧传统，

印度过去常常庆祝这些伟大的大学。那烂陀大学曾受到印度伟大君主的赞助

和支持，但事实上，许多校长和

院长都是

杰出的

学者，比如那罗巴大学的萨拉·豪斯，他们并不满足于

大学生活，他们

实际上是教师，他们指导著

许多伟大的

学者，然而他们中的许多人却在晚上偷偷地去妓院（

Sham Sham）与一些

非常奇怪的人见面，或者像萨拉那样去

布鲁塞尔与一位女士见面，有些人甚至自愿去当保镖，你知道，就像当他们的导师有客人时，

他会站在外面，我想是为了保护其他客人。像

这样的故事很多

。总之，是的，很多这样的事情。想像一下，如果德里大学的院长被发现在妓院，或是德里大学的院长被发现在妓院（Sham Sham）与某个奇怪的人交谈，他会丢掉工作。这就是我们在这里描绘的景象。

所以在佛教密宗中，实际上在

印度教密宗中，以及不同的密宗中，都有不同的

版本，他们谈到了八种

不同的

沙姆禅（Shamsham

Chan），而这八种沙姆禅造就了一些最了不起的人。

嗯……嗯……嗯……但也许他们的许多教义现在已经失传了。有些还在进行中。嗯，这是我首先想说的话。

嗯，

火葬场之旅对佛教徒来说非常重要。现在我们以 shadowana 为例。所以现在我们有称它们为拉巴达。

对他们来说，火葬场或墓地

在经文中非常重要。

佛陀鼓励修行者到墓地

看看，看看

存在的

本质或现实。

无论如何，我们迟早都会来到这里等等等等，不仅如此，我认为僧尼们也被鼓励去观察腐朽的身体，因为释迦衍那更强调……看清我们生活的真实面貌，

因此强调不要……

你知道，不要被

世俗生活、身体、财产、

朋友、家人、房子所束缚和迷恋。

因为那是

空行派或塔巴达派中非常重要的修行方式，

你知道，就是弃绝

等等。

所以

我认为在现代的Tabada

tra中，现代的Tabada

建立了

像泰国、斯里兰卡、

缅甸、缅甸这样的地方。

我听说，即使在今天，僧侣们，特别是年轻的

僧侣，仍然被

鼓励去探望

医院

和存放尸体的地方

。

好的。这就是大乘

佛教中法师的重要性。

诺亚那和摩诃衍那与有乘佛教的

理由相同，但

摩诃衍那有一些额外的特点，你知道，

因为摩诃衍那的态度

不像有乘佛教那样“我们赶紧离开这里”，你知道，它更加宏大。而且，有乘佛教非常强调个人解脱，例如梵

行，你知道，就是

个人的解脱，

但是摩诃衍

那则

非常强调

一切众生的解脱。

现在

我认为

我已经发现，

当今天的大乘佛教徒谈到

解脱一切众生时，

他们主要理解的是，这是

你的修行，是你作为

大乘佛教修行者的责任。

解脱一切众生是我的职责

。某种程度上也是因为所有

有情众生都是我们的亲人

等等，这没错，

我不是

说这是错的，这完全正确，

但我认为很多学生和

从业者也忽略了一个非常重要的概念，那就是他们可能不理解「所有」和「一」之间的区别。对我来说，自由和一切其实差别不大。

事实上，大乘佛教徒认为，只有我才能获得解脱，而大乘佛教认为的自我解脱，与解脱的基本概念是矛盾的。

你对大乘佛教的了解远比你想像的要多，因为玛雅人认为一切都是人为捏造的，因此「一切」这个字本身以及「一切」的意思都只是幻觉。

这是一种预测。你知道，这根本不可怕。

玛雅人，你知道，如果你不了解这一点，我认为这会相当令人生畏。哇，这么多人，难道我要去启迪他们所有人吗？这就像[嗤之以鼻]几千人，但也许你不知道，从根本上说，玛雅人拥有这一切，他们之间并没有太大的区别。

所以，有那一点，还有那一点，再加上所有相关的菩提心，你知道，去墓地，我们说的是墓地，我们说的是沙姆山，去那里，真正地理解，嗯，有情众生的痛苦，有情众生的恐惧，嗯，修习诸如菩提心，交换自己和他人等等之类的事情。

所以，这就是大乘佛教对火葬的非常非常简短的赞赏，但是，我们将更多地转向瓦迦那的火葬思想，因为我

认为，这其中蕴含著独特的印度思想。好的。[清喉咙] 我想应该是第一个吧。好的。[嗤笑] 我不知道该如何开始。

我们应该从上开始，还是从下开始？我不知道。尤其是你知道，印度人，他们分不清什么是真话，什么是真话，你知道，他们根本分不清。

好吧，我这么问是因为你们有多少人听过「shunata」这个字。好吧，既然

你们已经听过了，那我就从头开始讲。那么，你们知道什么是「Mahasham Shan Shunyata」吗？那是一座宏伟的公墓。是的，那就是那座宏伟的公墓。好的，你记住这一点就好。

我们稍后会再谈到这一点，因为我确信，当你听到「空性」这个词时，你会立刻得出结论：哦，是的，我们当然都会融入空性之中。哦，不，不，不，其实不是。没那么容易。事情没那么简单。

这非常复杂。

事实上，我认为你今天早上喝了咖啡或正要喝咖啡这件事，你穿上外套这件事，都证明你是一个沙姆沙恩人。沙姆沙恩就是这样的人，这就是密宗信徒的想法。所以我们会再回到这个问题。它有点……该怎么称呼它呢？U 很棒，但关键是要让你们去探索…（清喉咙）探索这个。

好的。现在我们直接来看最底部。

我已经告诉你了[笑声] 最上面最上面的假发，对吧？我们去假发的最下面，请原谅我的发音，嗯，也许你知道其中一些，我不知道在哪里，你知道，我真的找不到，但记住，可以吗？所以，嗯，好的，在密宗的右下角，最底层的sham sha有八个，嗯，我想我可以很容易地指定和指出的其中一个祖母。你知道那据说是梵语词吗？但也许你知道我的发音不太好。

但无论如何，在藏语中，我们将其翻译为 haha ga。Haha ga 的意思是哈哈，就像哈哈大笑一样。Ga 狂野地笑。对，那是其中之一。你知道那在哪里吗？就在巴德伽耶的摩诃毗神殿旁。你可以去那里。我喝了好多杯印度奶茶。我们以前在那里开过一家奶茶店，但我认为他们把店员赶走了。CRP把他们赶走了。我觉得他们说的是真的，那里真的很脏。其实那里全是他们乱丢的垃圾。但那里还有一家奶茶店，那是一个非常特别的地方。打败它，如此多的cho，还有一个亭子，亭子里面有一个相当古老的曼陀罗，可能有几百年的历史了，有人说它是色彩脉轮曼陀罗，关于它有很多很多无穷无尽的故事。嗯，它到底是什么？嗯，这个频道是地面还是墓园？哈哈。嗯Jin Shok，当他去嗯菩提迦耶时。这感觉就像回到了上世纪50年代中期。

他去了帕提卡神庙，你知道，那时几乎没人去那里，神殿甚至都没建好。他做了所有的修行等等，然后他去了这个地方，这是一个……嗯，周围的地方。当他在那里的时候，突然不知从哪里冒出来一个印度苦行僧似的人，留著长长的白胡子，长相非常英俊魁梧，你知道，是个老苦行僧，但非常威严。他来了，在

那里坐了一会儿，詹舒鲁立刻告诉他的侍从：「哦，你知道吗，我觉得我们这里好像漏掉了什么。我觉得大黑天正在造访我们，我们需要举行大黑天法会，我们需要举行大黑天法会。」事实上，他讲解得相当详细，但那时他们正在旅行，没有经文，所以他们就在附近寻找经文。那里有一座伽罗帕寺，但只有几个僧人，而且他们学识不深，只是普通的僧人。于是，他派自己的僧侣去询问寺院里是否有关于佛教经典中记载的危险。侍从去了那里，说：「你知道，我们需要看看你们的檀香。」僧侣问为什么，说：「因为我们想举行大黑天法会。」僧人们说：「哦，你知道，这里没有大黑天法会。是的，因为通常你知道，通常大黑天法会之类的都是单独举行的。是的。使用那双鞋进行了精心设计的玛哈卡拉崇拜，尤其是玛哈卡拉供奉玛哈卡拉崇拜。呃，如果你观察萨迦派传统，你会发现大黑天的面容通常被描绘成一个苦行僧，比如留著长长的白胡子之类的。关于这方面的故事太多太多了。好的。嗯，还有伊什瓦纳。有人知道吗？那也离巴达亚很近。我想有些人称之为酷炫大师。你去过图西尔大区吗？这里又是一座大型墓园。这是一座重要的墓园。然后[清了清嗓子][嗤之以鼻]现在，这些观点很多密宗修行者都表示赞同，你知道，几乎没有争议。这两个版本与其他所有版本在地理位置上都不同。所以如果你去南印度，我想你知道那里有个地方叫罗梅什·拉姆什瓦里，是的，就在附近，那是一座叫做吉利吉利之声的墓地。所以你知道，这些墓地的名字非常……怎么说呢，不一定富有诗意，也很原始，比如……bava nadakara，很多羊驼认为它在尼泊尔，当然，有很多不同的版本。嗯，最受欢迎的就是我自己。嗯，不过在英文里，我想你可以把它翻译成阴森森的墓地或是一般的墓地。总之，有八种不同的……嗯……有点可怕的……[清嗓子]……燃烧的声音……嗯……茂密的森林……嗯……是瓦拉纳。已经提到了忧郁的吉莉和疯狂的笑声，那靠近嗯佛陀。好的。所以，这就是定义八大对称性的最底层[哼声]。好的。现在让我们稍微提升一下自己。好的。这就是我刚才所说的话中最具象征意义的部分。所以现在比以前高了一点，实际上高了很多，是一个相当高的墓地。那么它们究竟是什么呢？[清喉咙]好吧，你会明白的，但确实有很多墓地。好的。一般场地清单。沙姆山一号。我意识、耳意识、鼻意识、舌头意识、身体意识。呃，然后是精神意识，然后……已经有多少了？两个？是的。然后，嗯，这很难用英语翻译，但

manas，也就是 manavana，呃，我们稍后会再

回到这里。总之，我们现在先称之为自我意识，好的，自我认同，自我通道，基础，然后是 allaya，就像基础或所有这些意识的基础。所以这是八个……嗯，该怎么称呼它们呢？呃，墓园。

现在，为了稍微理解密宗的教义，你需要这样理解。

不要以为此刻这八个意识，此刻对你我而言，这八个墓地，注意这个，认为这八个墓地，此刻对你我而言，此刻不幸的是，Ely，它们是

平衡的。可惜的是，它们虽然保持平衡，

但并没有失控，该怎么说呢？他们并没有精神失常。这就是为什么你现在的的生活勉强还能忍受，你知道，我们来想想这个问题

。好吧，我找不到合适的词，总之，艾莉，当你

现在看著我的时候，我想你不会觉得自己在产生幻觉，即使你实际上正在产生幻觉。没关系，幻觉，视觉幻觉，然后当

你听到声音，比如那些孩子的声音，实际上你正在产生听觉幻觉，但因为这一切都在可忍受的范围内，所以像鸟鸣声这样的声音不会让你感到害怕。你知道，还有很多其他的事情。现在，我们来逐一列举一下，那么，你管它叫什么呢？嗯，所有工厂幻觉，呃，胃部幻觉，触觉幻觉。我只能了解到这些。真主幻觉，自我幻觉。

我

找不到合适的字眼来形容你。

不过，我想你现在应该明白了。

大概是这样的。我也不知道，这想法突然就冒出来了，你知道吗？

抱歉，我只能用这个例子，我找不到其他字眼来形容。比如说，如果你像这样拍一段我的视频，镜头这样对著我，然后你剪辑一下，再配上加拉什山的画面，当

你看过去的时候，你就会觉得我正在看著加拉什山，这样就能产生幻觉，对吧？同样地，

你也可以做声音剪辑，这也非常非常神奇，对吧？所以，声音剪辑和

声音混合。所以，如果远处鸟鸣声混音不好，比如说，我凭记忆想像出来的鸟鸣声听起来像那样。

它其实行不通。感觉好像

不太现实。我们称之为现实主义。这就是我为什么会用「

不幸的是」这个词的原因。还算

平衡。这就是为什么

我们觉得我们没关系，就像我的脸离你不太近一样。所以情况很糟糕，就像那些声音不太大一样

。所以，当这种情况稍微失衡的时候，首先

你会觉得自己身体不舒服，然后当然也会

觉得精神不

舒服，接著你

会觉得家里有人在说话，我能听到一些声音，比如

铃声或噪音等等，然后所有幻觉就开始出现了

。我正在尝试解释[清嗓子]密宗中“sham sham”的定义，基本上就是你目前并没有真正意识到这是“sham sham”，因为它看起来似乎还算平衡。

如果你想证明自己，今晚就去喝一杯吧。

我不会真的推荐这么做，但你知道，举个例子来说，几杯廉价威士忌就足以达到效果了。实际上，它会破坏这种看似平衡的状态，然后你会突然感到非常无聊。你会突然觉得自己很有创意。你会突然感到非常羞耻。

我

不知道。突然间，你会觉得裸体走来走去也没什么大不了的。我指的是频道接地。就是

这样。尸体。究竟是什么样的人才会如此怪异，竟然会为死者的脸涂上正确的颜色？

就像涂口红一样，要涂得漂漂亮亮的。因为对这种平衡的执著[清喉咙]实在太强烈了。真是太多了。

这种拥有这种感觉的舒适感，该怎么

称呼它呢？平衡至关重要。我们需要休息一下吗？什么？7:30 现在是7点30分。7. 哦，好的。

好的。所以，嗯，这就是关于 Shamsan 的一个相当高层次的

讨论。好的。我已经跟你说过最高的那个了，它真的太庞大了。太大了。

嗯，我们还是别谈最高价了。我们已经谈过最低价了。我们谈了一个更高的级别。让我们把话题提升到更高的层次。这是很重要的一点，

我想告诉

你们，因为你们很多人都……该怎么

称呼它呢？你们很多人似乎都被「三摩地」、「冥想」、「正念」这些词吸引，我不知道，

你们很多人也喜欢瑜伽，对，就是这样，我其实已经把它列入瑜伽清单了，当然，你们也知道体式，甚至体式这个词本身

。顺便

说一句，哦，话说

回来，我不知道体式是什么意思，

暂停，正确的姿势，姿势，是的，嗯，体式这个词的其中一个含义在藏语中也有，我们有时也把它翻译成“巢穴”。它就像一个垫子，

你可以坐在上面，嗯，如果

你想理解[清嗓子]地面作为地面，嗯姿势。嗯，

我觉得瑜伽界的

人应该告诉你，无论你练习的是哪种瑜伽，都不应该失去你的体位法姿势

。我不知道他们是否这样说过，但这

其实是一个很重要的说法，在下阴式中，

你不应该失去那个姿势。现在，这又与频道皇冠直接相关了。不过

既然你们很多人对三摩地感兴趣，希望你们能了解三摩地冥想。所以我想在这个层面上谈谈这个总体情况。

嗯，我相信你一直都有很多想法，

而且数量惊人。

即使就在我们说话的此刻，一个念头涌上心头，另一个念头也接踵而至，你知道，各种各样的想法都会涌上心头。

你有没有

想过，所有的

思想都会消亡，而当你死去时，一切又会如何呢？所以你知道，每一个想法，你知道，

每一刻，都存在著一种消亡，你知道，粗略地说，死亡正在通过这一切，利用这一切。

抓住这一点应该是你萨玛迪的核心。事实上，很多人反而渴望内心的稳定。渴望

内心的稳定，其实与你真正想要的生活背道而驰。

你想活下去。

你想继续。你想坚持下去。你想[清嗓子]你想，你就是想变成一团乱麻，就像…

我不知道，有点恶心，你懂吗？像一团乱麻一样的东西。我想，嗯，因为现在有太多关于稳定的营销，而且

你知道，哦，对了，我自己也做这些营销，因为这是必要的，我们必须……我自己也是

这些营销的受害者，我也会向任何靠近这里的人推销这个，我会说，哦，

你知道，不要过多地想过去，

不要过分地想未来，无论现在发生了什么，就看看这个，这算是基本的基础。但是，

嗯，如果我们谈论的是更深层的大乘禅定，那么，嗯，是的，一种渴望，或者能够利用你那不断消逝的念头，就像一扇通往丰盛、智慧或任何你想称呼它的东西的门。真有钱。简直不可思议。

而且，嗯，还有，嗯，

自由，是的，自由的解放。

如果你能大致理解这一点，你就会明白，当密宗修行者说今生可以获得解脱时，这并不是一个行销噱头。如果你知道它就在你身边，那么事实就不是凭空捏造的。所以，我分享这个是因为

你知道，在听了你知道的，呃，大乘瑜伽之后，你应该能够，呃，该怎么称呼它，呃，我

不，呃

[清嗓子]把它用作一些实际的东西。好的。现在做一些描述。这是来自……其中一些可能非常非常抽象，

嗯，对你们大多数人来说，这可能意义不大，但请认真仔细地听，过去的大师们已经描述过它们，谈论过它们

。我不会一一列举，因为它们都比较相似，对

你

来说可能也没什么意义。好的。

现在，

呃

[清了清喉咙]这次我们直接来看最下面的描述。好的，最高等级的地面描述。这次我做不到，因为那件事可能是在关系非常特别的学生和老师之间发生的。

我已经说过很多次了，就像特洛巴和

纳鲁帕一样，在纳鲁帕求了特洛巴大约12年之后，特洛巴

总是暗示说有东西可以教，纳鲁帕如饥似渴地等待著，经历了各种各样的磨难，

12年后有一天，特洛巴突然抓住纳鲁帕的胸口说，听著，

我没什么可教你的了，然后就结束了，纳鲁帕什么都懂了，所以我们需要达到的那个水平，我们需要[

清嗓子]我抓住你的胸口。

我觉得不会成功。

[笑声]

所以，我们可以从最底层开始定义这八个频道的墓地。好的。[清喉咙]阴森

恐怖的墓地。每个墓园都有其独特的特色。例如，它们

都有自己独特的树。这条阴森

恐怖的

河道地面有阿鲁拉。arura 中的 arura 是什么？药品。你知道的。胡拉。是的。树。

好的。[

清喉咙] 每个频道都有自己的领主，

或者

我不知道，就像老大一样。 [哼]

当然，你可以把这当成一些神话或故事，是的，你可以这么做

。但如果你真的对8

频道感兴趣，那里有详细的解释和方法，教导南方人如何与这些领主打交道，如何贿赂他们。反正我不知道该怎么跟这些领主沟通。总之，这个可怕的频道里有个领主，他

有著人的身体，却长著一张象脸

。我觉得那

不是像头神伽内许。它只是一个特殊的存在，通常它坐在这棵灵气树的顶端。 树底下的[清嗓子]

是方位之主。好的，这里有两位领主。第一位领主是河道地带的领主。

现在，八通道地面也依法律规定分为八个方向。 所以可怕的可怕的通道地面

或沙姆·马哈沙马山主要位于东部。

好的。所以，坐在树上、长著象脸的

神，以及树底下的因陀罗，当然一定是来自印度的神。 因陀罗，他右手拿著金刚杵，但

我

认为他是雷神，你知道，就像雷鸣般的雷神，今天可能就是他来做这件事的，嗯，他还有一辆特别的坐骑，那

就是一头大象。 咱们赶紧结束这件事吧。 然后，在那条河道里，有一条非常特别的黄蛇。他的名字

叫巴苏基。 他们甚至还有名字，而且不是

普通的名字。 此外，还有一朵非常特别的云，总是盘旋在这个墓地上空。 关于这些

云，有很多故事，而且不只是普通的云。

总之，这朵云的名字叫声音制造者之类的，这朵云的颜色是蓝色的，然后还有非常重要的永恒之火，

或者你知道的通道地面，你必须要有火来点燃，而这非常特殊的火一直在燃烧，

蓝色的火焰，通道，好的

。 [咳嗽] [清嗓子] 笑声频道在这里既是基础也是基础，我要谈谈这个，因为这是我们都能感同身受的事情。

我们不

知道。我们不知道。

但是，确实有一些人，例如羊驼，一直在不懈地进行大量研究。

我可以问他们，但他们中的一些人就像消失了一样，我的意思是，不是

消失了，而是被遗忘了，因为这就是为什么我们这次要做这件事，至少要进行某种介绍，你知道，有一种叫做智慧传统的东西是从通道地面传下来的，因为如果你不这样做，即使是我们所知的也会失去它。

[咳嗽和笑声][清嗓子]我甚至还没开始谈论大师们。

好的。哈哈。

那是在东北方向，从哪个角度来看，如果你想的话我们可以讨论一下，但也许没那么重要。总之，那里有一棵树，那棵树是那伽罗达树，但许多羊驼也说它是菩提树，我们去那里祈祷，那是一棵特别的树，隧道地的主总是笑著。

这就是为什么它被称为哈哈加帕，哈哈笑声通道地面，嗯，主再次是人体，但水牛头是白色的水牛，然后在树的底部是一个蓝色的拉拉贾，他拿著三叉戟。

有时我们去菩提伽耶的时候会做这个祭祀仪式，就是想告诉他，你知道，如果你踩到自己的脚趾之类的，不要

太生气。

然后（清了清喉咙）拉拉贾骑上了一头水牛，然后出现了一条特别的蛇。

这条蛇的名字来自于它身上的海螺黄色。

然后，在河道地面上方，哈哈，还有一朵云。

这朵云的名字叫愤怒之云。

[嗤之以鼻]

然后还有永恒，或该怎么称呼它呢？永恒的火焰在无色无色的地面上燃烧，可以说是看不见的。

好吧，或许我们可以休息一下。

来自墓地的光辉，2025年5月4-5日，印度比尔 - 第六部分

来源: <https://www.youtube.com/watch?v=oB0J7tYoOE8>

在

[音乐]

我

忘记之前，

我会一边

读著这篇文章一边进行织布或传递，嗯，我会时不时地

谈论一下它。

所以，

我只是想告诉你们一些讯息，而

不是指示，

正如我昨天多次提到的，实际上有很多次，有一种传统是，有些

人会去这些

外部显化通道的场所。

但

就像很多情况一样，

vajarana 是一种非常神奇的，它是一种

无需

离开床就能使用的 upaya 方法。你可以实现

一切。

事实上，你只要睡觉就好了。

你知道有一种睡眠瑜伽，这就是它的精妙之处，

你知道，

这不是巴贾亚纳瑜伽，它的设计不是这样的，

因为

它试图

迎合某些人的做事方式或

某些人的思维方式。

巴贾亚纳瑜伽就是这样的，因为

真实的物质现实就是

这样的。

所以，

并不是说瓦加拉纳 (Vajarena) 就不能

试图去讨好你，你知道，例如

试图引诱你成为修行者。

身为瓦加拉纳密宗修行者，

我们应该修习菩提心，
我们应该怀抱慈悲的
愿望去觉悟众生。
是的，当然，
我们可以
做各种各样的事情来立志、
启发他人、
激励他人，
例如透过冥想
菩提心、
建造佛塔，
或其他我不知道的各种方式。 无论
身处何地，都可以进行这种祈求大地祝福的仪式。
你甚至可以独自
在家进行，但同时也强调或
鼓励以小组形式进行。
所以有时候，
瑜珈士和瑜珈女
可以聚集在一起，
他们可以组织某种
曼陀罗，例如脉轮桑巴拉、
瓦贾尔瓦希或瓦贾尔瑜珈女，
这意味著真正地
承认
和接受，或者承认或
安住于作为神灵的自信之中
。如果做不到这一点，
至少要抱持一些信心，
相信我们的污秽，无论多么
强烈，本质上都是暂时的
。它们可以被净化。 那
不是你的本性。它们并非
你的本性。
无论有多糟糕。
它们是外部的。
那不是你的东西。这
已经是自信的开始。
如果这能帮助你营造氛围，那么你可以透过

布置神龛来营造氛围，这又取决于你自身的能力和方式。如果你在你面前的某个地方摆放著佛像或大师像，并用鲜花、油灯和香烛装饰，你会不会更有灵感？如果你想更精细地、更忠实地遵循密宗，你甚至可以创造一个曼陀罗。

如今，你只需列印一份即可，这实际上是允许的。

南方人谈论「准备好」的意思是，过去他们必须粉刷，你知道，但这些事情都取决于个人，取决于你的能力以及你愿意牺牲多少时间、精力，你知道，甚至像加纳脉轮盛宴那样积累。如果你有足够的容量，可以直接买包装食品。

。如果你真的想了解的话，其实这种事情甚至在玛雅传统中也能找到，例如禅宗传统中就有茶道。那你觉得茶道怎么样呢？或者说，他们称之为仪式，但它其实不是真正的仪式，对吧？它是一种三昧（samadi）。是什么让你觉得禅宗人士会进行这种茶道或茶三昧呢？因为这和茶叶本身无关，只是整个制作过程。

我一直在问印度的禅宗人士，他们应该认真考虑奶茶仪式、印度薄饼仪式，甚至更早的揉面、擀面等等。

你知道，他们也可以做这些。我一直在
尝试问，我们来做个
槟榔仪式吧。

实际上，

这次你要做的就是

像握住茶叶、观察

茶叶的绿色、闻闻味道那样，把茶叶摊开，然后……嗯，

一、二、三，也许八次，怎么样？

（笑）

八度意识。

你可以随意发挥，有时也可以加入一些

我们称为传统的东西，

像是苏巴里（subari），然后呢？是的

。有时也会用

密宗的方式来做。打破你固有的

思维模式。放辣椒、

洋葱，

随便什么都行。盐。[笑声]

是的。然后，你知道，把它卷起来，

慢慢地，

你知道，张开嘴，张开

嘴，张开嘴，把它放进去。

然后你知道，右边，

左边，所有那些与

冥想、

自我冥想有关的事情，

让心，

你知道，珊塔说过，给

这颗分心的

心套上缰绳，这是一样的，所以在

巴贾纳（Bajana）中更是如此。

总之，

有时瑜珈士和瑜珈修行者会聚集

在一起。

这真的很有趣，

几乎就像

[清喉咙]该

怎么称呼它呢？

你知道，穿著麝香的人也可以
这样做，或者像参加化妆舞会一样，你知道，参加
派对
什么的，只是为了让你稍微走出
你平常的舒适区，
然后
烧一些
普通的香薰就可以了。
任何闻起来好闻的东西，如果你
有那种东西，如果你只属于一个容量有限的场所，
如果你的容量
只能处理檀香，那就
烧檀香，
你知道的，你知道的，但是
如果你有容量烧干
屎，这
并不阻止，实际上是鼓励，
鼓励
任何
最恶心的气味
混合在一起。此外，
还有一整套仪式来
混合这些香料，其中
一些成分我们
现在甚至不想讨论，
它们的目的是召唤
不可分割的
卡亚瓦卡和奇塔
空气，在
这个祭坛上写下这些，当我说
这个祭坛时，不要忘记
时间的虚幻本质，而是
此刻的意识和我们
所坐的这个地方，你也可以将这个
地方扩展到马拉雅山脉、印度和喜马拉雅宇宙之外的宇宙之外，然后进行更广阔的
宇宙之外，
然后进行更广阔的宇宙
。

还记得

我们昨天讨论过鲁德拉吗？所以

他们只是短暂地去

制服了鲁陀罗。 降伏、降伏、

再降伏，

这鲁陀罗，鲁陀罗

之心

蒙福，鲁陀罗之心如今被标记为

东

道场，在东

道场，

我们不仅称之为东道场，

还称之为凉林，

那里有

自生佛塔，或者你们叫它什么来著，

佛塔的名字是，嗯，

附近有极乐层，伟大的持明摩诃西陀罗·洪加拉，就在此刻，就在

这里

[清嗓子]，他把

这个地方变成了坛城

等等。然后，Rudra 的右手，

我们方便地称之为

南方的南方通用地面。 嗯，

就像我昨天多次提到的，

通道地面的许多名称都不

相同，这里也一样。通道

地面被称为库尔（Kual），也就是

杜鹃鸟花园，

但它们之间有著密切的联系，尽管我们

昨天谈到了

这一点。这里有一座名为「

层层珠宝」的佛塔。在

这座佛塔旁边，住著伟大的持明者（Vidyadara），呃，摩诃

西达（Mahasida），他的名字是穆希里·米特拉（Mushiri Mitra）

。

顺便说一句，他是一位非常非常伟大的摩诃西达，许多接受过摩诃

桑迪（Mahasandi）教法的人都会知道他的名字。

好了，我现在最好读。

[嗤之以鼻]

显然是外国系统，因为这套系统是在

西藏发现的。

现在我正在查看西藏的频道清单。

而且他们各自都有自己的大圣徒。 他们中的大多数是藏族人。 外语。外语。外语。 [哼]

现在我正在阅读[哼]圣地或通道地面的章节，尤其是在死亡期间，在死亡过程中，因为在这种情况下，那完全是另一个层面的

普遍地面。 外国的。 是的。 外国的，而且由于这是由与传统密切相关的人发现的，特别是与第八位古鲁古鲁显现密切相关的人，这也与第八意识和第八一般基础显现密切相关，我们称之为前言。 小心！

外国的！ 外国的！ 外语。 外语。 外语。 这篇文章是应陈绍吉·劳德（Chen Shogi Lauder）的要求创作、发现或撰写的。我一直想告诉你们这件事，这也是我被邀请进行这次教学的部分原因。我想谈谈大致状况，其实我突然想到一个问题，所以

我选择这样做，有一部分原因是为了逗你玩。

而更重要的原因，也是奇利·

洛（Chili Lo）邀请我写这篇文章的真正原因，是因为人们

现在经常谈论内部冲突，你知道，现在人们经常谈论

环境恶化，环境破坏，生态破坏等等。

显然，这几年我们一直在

谈论冲突，

冲突确实存在，因为我个人认为，正是因为

自由太多，所以才会出现很多…

你知道的[嗤笑]是什么[笑]？

太多的

自由，太快的

自由，导致了许多冲突。你知道，嗯，总之，正如

你们这两天听到的，嗯，当然，

你们……可以说这完全是主观的。

嗯，在这种情况下，羊驼们确实感受到了那种我们藏族人称之为「好运」的感觉，是的，这有点像一种财富

或良好的环境能量正在衰败，嗯，在某个地方，你去那里，无缘无故地感到非常舒适。

虽然这个地方其实不特别，甚至有点混乱，但你却感觉很好。

当然，原因有很多，像是你的教育背景、你的成长经历、你的童年记忆等等。

但

除此之外，那个

地方本身就是

一个特别的地方。我现在要引用卡洛·卡斯塔尼达的话了。 我不知道那些读过的人会

不会知道，有一个特定的点，一个特定的点，实际上你可以

改变它，这就像密宗里

说的那样。如果你不太舒服，你知道，如果你感到沮丧或不开心，就从卧室搬到客厅，这会有点帮助，即使只有几秒钟。或者，我不知道，换个枕头的方向睡觉，为什么不试试睡在浴室里，诸如此类。你知道，又是那个

点，史丹，我说的是斯坦点，然后还有一种集体斯坦现象。有人问过我这种集体现象。群体现象。

近几年，我们这个群体现象确实受到了挑战。从生态角度来看，群体现象或许正在恶化

。群体现象，你知道，人们那种紧张不安的感觉，大家都紧张，无法放松，焦虑不安，这显然是存在的，它不会只发生一两次，我认为它会来，然后就会平静下来。

所以，在西藏，我想大概是 20 世纪 40 年代，或者 30 年代末，有一段时间，呃，choku，他们觉得外部环境和内部环境都在恶化。

所以大约在这个时候，你可以进行一些练习，比如绘制

大曼荼罗，他们称之为杜兰，然后具体来说，就是恢复，恢复指的是通过祈祷、愿望等方式进行八大基本修行，以及燃烧特定的香，并采取某种态度，至少

保持半小时的生活方式。你知道，穿著衣服，尤其是一些非常奇特的衣服。但你可能已经注意到，在藏传佛教寺院里，这些服装现在已经变成了一种传统。他们总是穿著同样的旧衣服。不知何故，藏族人很喜欢花束。天哪。我不知道为什么，但他们一直穿著巴德。他们一直穿著bouet。

所以兄弟，他们觉得这很迷人，但你知道，理想情况下，他们应该穿虎皮裙，在身上

涂抹某种东西，你知道的，灰烬，我不知道，然后

[清嗓子]创造那种荒唐但

幸福的

境况，然后全心全意地。

我们并不是在搞叛逆。

所以跟那件事无关。这就像是创造一种不同的秩序，一种新的秩序[清嗓子]，因为旧的秩序已经对环境造成了太大的破坏和恶化。嗯，这是吉姆贝的祈福仪式，或者说是

环境恢复仪式。我们时不时会这样做，

我知道这里很多人也会参加像十人以上的大型法会，我注意到了这一点，所以我也考虑过这个问题。嗯，我不想说“哦，我要谈谈杜钦的某些方面”，因为如果我那样说，就会来一些不同类型的人。你知道，我还有其他的动机，我想

介绍一些东西，

不只是那烂陀寺、奥坦达普里寺和维克拉玛拉寺的智慧，还有一些其他的智慧。好的，你们有什么问题吗？很多问题，看起来……你谈了很多关于时间的事情。最终，时间还是不够。

如果我说这支笔最终是

空的

，我大概能理解。我看到那里有一支笔。但是，当一个人真正看到空虚，看到时间的时候，我该如何真正理解

时间呢

?时间的定义是什么

?我该如何将这种感觉铭记于心,从而意识到时间是空无一物的?

时间空无一物。谢谢。

这个问题很难完全回答,但在某种程度上我可以告诉你,我想我已经说过,我认为你对生活的态度和看法会像一位和孩子们一起玩玩具的母亲一样。你明白吗?是的,这里有个时间点。

[清喉咙]你知道妈妈们是怎么

做的吗?是的。

你知道,就像他们开枪的时候会发出非常尖锐的声音之类的。他们会这么做的

。我们会这么做。这就是

最高层次的菩提萨埵。他们会穿你知道的内衣。你明白吗?他们会打领带。他们甚至会穿燕尾服。

为什么不呢?如果这是大家喜欢的,那就这么做吧。是的。但是,当我们说时间是错觉时。是的。但

你知道,你知道,这就是你知道的,但那是解放的权利,因为这没什么大不了的。

你知道,你不会被束缚的。纳罗帕说得对,

束缚你的不是外表,而是对外表的执著。是的,就是这样。

我想这是我的猜测,而且我认为我的

猜测很准。

我们拥有一些玩具,我们知道它们其实没什么大不了的。我的意思是,我相信你也到了这个年纪,就像我一样,如果我

在Instagram上发一些东西,不管是多

还是少,我都不会太在意。

你

明白那是什么,你

明白那是什么。但

有些玩具我们很难

摆脱,例如时间。

我明白。但是对于像纳罗帕这样的人,甚至不是纳罗帕,即使只是像他那样成就不如他的人,时间就像……该怎么形容呢?就像按赞和按压一样毫无意义。我们只能理解这些。

当你达到那个境界时,我

认为你会变得非常强大,

因为

100个赞无法腐蚀你,

一个踩踏也不会让

你失去力量。

这是一种力量。

同样,当时间不再

流逝时,你就会明白这一点。

谢谢。抵达。我想问的是,是否有

可能在一生中成为摩诃萨（Mahasa），

如果可能，可能性有多大？

这不是行销

噱头，而是

事实。

我们这

两天一直在讨论一种方法，

哦，其实有很多很多方法，

而且这些方法仍然有效。

有传承，有教义，

有系统分析

，嗯，是的，它仍然

非常活跃，但是，嗯，

很多很多的……

我必须说，很多很多的……

可能会扼杀牠，

但是……我只是想知道，我们

听说过过去的大圣人，但

没有听说过现在的，你知道吗？

哦，我相信有很多，有

很多大圣人，

不一定是完全成就的，

但小圣人已经

相当不错了。

我观察到，

他们虽然没有自备光环之类的，

但他们

对生活有一种积极的态度，

这让人耳目一新。

你知道吗，或许我该把这件事告诉

你。你知道，我们认识

一个人，一个瑜伽修行者，

最近

他的前列腺出了问题，

尿不出来，等等等等，然后

他突然就消失了，所以我一直在

找他，因为我需要派

他去加拿大做点事。

我们找不到他。经过一番寻找，我们发现他回到了东不丹，也就是他的家乡。

他决定，好吧，这就是他生命的终点，你知道，他要死了，嗯，他会死在他的山间隐居处。

所以我只好派人开车六个小时，带著手机打电话给他。我说我必须稍微夸张一点，让你知道我并没有生气什么的，但我必须假装在发脾气，说“你怎么能这样做，你太蠢了，我真的说了这么蠢的话，立刻从座位上起来，直接去德里，去医院检查一下。”

他说：“哦，好的，好的，好的。”我猜他把我就把之类的东西安排好了。

他去了甘加拉姆医院。

两天之内，他就能四处走动了。

但是，你知道，我当时想，「哦，这相当不错。」你

知道，有些人会突然意识到，好吧，我要死了。

这有点像，你知道，有点像，我不知道，你可以称之为愚蠢，但是，你知道，我会称之为长期规划。

实际上，这是一个长期的规划。

所以，与短期规划相反，我认为这是一个宏大的愿景。从某种意义上说，这是一个富有远见的决定。好的。还有其他的吗？

好的，请递交。

我可以问个问题吗？谢谢。抵达。昨天您说，当一个念头消逝，另一个念头萌生之前，

会有一个
空隙，我想修行者可以在这个空隙中接触到阿赖耶识，它就在那里。
所以我想问，即使
没有间隙，即使思想在流逝，从业者仍然可以获得吗？是的，
但总会有间隙。
好的。 我将要给你的
持续思考，我想，嗯，Shanta Diva，我甚至
没有
引用Tantra Shanta Diva的话，他说所有
这些想法就像一个
火圈，像这样，它看起来像一个
圆圈。它
看起来像是连续的，但它们实际上并不是
连续的。
Rebu，非常感谢您传授这些宝贵的
教诲。我只是想澄清
一下，如果我
理解有误，请指正。呃，据我理解，
您说金刚杵是在神与妃子
结合时产生的，就像听觉触及到…的时候。我们说的金刚杵就是这个
不可分割的结合吗？是的，
实际上就是这种结合，尽管我们用了「结合」这个
词，但这并不是一个好
词，因为当我们谈论结合时，它确实
暗示着两件事，而我们
不想说两件事是
不可分割的。记住，
声音和知音合而为一，它们实际上是一体的。
[清喉咙]是的，那本来是
我的第二个
问题，如果这两件事是一体的，那它们
怎么能是不分割的呢？是的，
但是，呃，但是因为我们忘记了这一点，
或者我们不知道这一点。所以即使是
教学，当我们教学的时候，我们有时
几乎不得不，是的，我们也不得不，
你知道，就像和
孩子们玩耍一样，你必须说他们的

语言，
所以佛教徒有很多听起来像……的
语言，比如
在“联合”这个例子中，
谢谢。

[清嗓子]

Timuch 非常感谢您的到来。

我想知道冥想、闭上眼睛

、保持平静是否能假装

开悟。我们是假装成功直到真正成功，

还是应该采取其他方法？

闭上眼睛

冥想和保持平静，是虚假的

开悟。我们是不是要假装一下，直到我们

稍微放松一点？你知道，你知道，

这只是一步之遥，但我认为你应该做好

准备，摆脱这种平静。

轻轻拂去

蜕下的

皮。它叫什么？

[清喉咙] 脱落。是的。Shness

是一种皮肤。

把它撕下来。 好的

。 是的。是的。

太感谢了。呃，

我是电影系学生，我正在制作一部关于

短歌艺术（佛法

艺术）的纪录片，我有两个问题。

今天你们讲的是错觉。所以我的

问题是，如果自我是一种幻觉，

电影或幻像也是一种幻觉，那么我们是否可以

说，在电影中，我们透过

动态影像来讲述故事，这

是否能带来自由或觉醒？

电影是否能带来

觉醒或自由？嗯，只要有

正确的动机和

正确的观点，我相信是可以的。

呃，我的下一个问题是，呃，你

昨天谈到了

菩提子菩提萨埵。所以，在佛法艺术中，

特别是短歌的修行者会绘制

或书写短歌。他们

透过

练习短歌来了解自由。而且，这首短歌通常指的是神圣的经文。

那是一种创造行为。嗯，像僧侣和成熟的学者们会阅读关于短歌和佛法的书籍，所以问题是，学者或艺术家在

练习短歌方面有什么区别？我想让

你触摸一下真正的短歌是什么，

对你来说短歌的本质是什么？

[清喉咙]

短歌的雕像，

我们用藏语来说就是「薄」。我们称之为

薄型支撑。

所以，短歌、雕像、坛城，它们被用作观想的

辅助工具和参考，但你知道，有些大师鼓励修行者使用短歌、雕像，显然有很多雕像。但同时，一些大师也警

告说，这样做最终会使神灵变得非常局限，就像一维的一样。这种自相矛盾的

教义一直存在。

显然，你需要发展，然后

你需要消耗。这就是

短歌作为参考资料的目的。

但是，即使是短歌，如果你仔细

观察，也会发现它们

真的很好，你可以从中

看出

很多非二元论的东西，

而这幅画实际上是

印度画家的作品，至少

我知道有一位印度画家。

你知道吗，

我认识一位画家。我想他是

吧？是的，他是孟买的电影海报画家。

我有一种预感。总之，他非常

幽默。

我了解到，他真的参与其中了。总之，

有时候我会说，哦，你知道，我会说

你做得太好了。

你知道

他会说什么，他当然说了，当然，因为那是上帝

本人，不是我。

非常好的回答，你知道吗？然后我让他

画了

21个，所有的塔斯都有

很发达的肌肉。

[笑声]就应该是这样。

总之，是的。呃，合十礼。

我想让你解开

另一个悖论，嗯，关于

寂静禅、观想禅

和金刚乘禅之间的悖论。在我看来，

这是一种体验式的理解，你知道，要进入金刚乘禅，甚至要理解金刚乘禅的某些方面，比如我个人需要平静的心，

你知道，基本的寂静禅，以及

适量的观想禅，适量就好。那么，这与……嗯，这个悖论是如何连结在一起的呢？不，但这确实是一个很好的理解，这就是为什么在西藏，藏传佛教的禅师们都开出了所有这些禅宗的处方，这是一个非常好的

理解。你应该拥有这三样东西，它们都非常好，你应该保持，

你知道止观（shamata

vipasana），即舍弃心念，厌恶轮回，厌恶世俗生活，厌恶无意义的虚妄生活，所有这些都非常好，尤其对

初学者

来说。然后，时不时地，也要明白一个事实：无论你试图对抗什么，比如

厌恶，它们

本质上都是虚幻的，没有什么需要

舍弃，没有什么需要放弃，没有什么需要舍弃，

你知道，就像大乘佛教那样。有时，

告诉自己「一公斤情绪等于一公斤智慧」是很好的。

无需添置任何东西，无需收养任何东西，无需增添任何东西，也无需减少任何东西。

迈特里亚就是这么说的。这甚至不是巴哈纳的教义，但巴哈纳

常这么说。好的。谢谢。您能

谈谈恐惧吗？特别是关于恐惧会在哪些地方引发，

以及是否应该去那些地方引发恐惧，还有如何练习害怕失去立场之类的恐惧？

如果您说的是这个，那是不是就是阿拉亚的恐惧

？嗯，我

其实

想跟您说这个，但我不知怎么的忘了

。你提到这一点很好。现在，

你知道，完全没有参照物是很可怕的，因为我们已经习惯了参照物，而

我认为，完全赤裸，完全没有参照物，没有基础，可能会相当可怕。

但是，嗯，回到之前的问题，嗯，如果你训练你的心智，好吧，我所执著的所有参考都是徒劳的，都是无意义的，它们充满了苦难，实际上

它们就是苦难，等等等等，心智训练和止观禅修有什么作用？它其实是有意识地、刻意地将你引向无参照物的状态

。

所以，你害怕的是无参照物，你要有意识地、刻意地去面对

它。然后，就像我们之前讨论的那样，你会经历、领悟和理解，当它们到来时，你不要执著于它们，而是将它们剥离、清除。然后，

更多的无参照物会出现，当然，也许会有更多的恐惧。但那时，你可以用「gas

janas」这样的字眼来鼓励自己，因为是的，

它们当然是参照物，它们是一种参照物，但它们是最接近

无参照物的参照物。是的。所以我觉得

这是个好方法。好的。谢谢

。嗯，我很想了解更多关于八识与八墓的关系，以及哪种识具体对应哪墓，比如眼识，它是否对应特定的墓地，或者它是否像身体曼荼罗一样，与八墓对应。它们大多以不同的形式出现，

你知道，它们大多相互重叠，每个密续都有不同的内容，这本身就证明实际上并没有特定的对应关系。所以，假设你在修习黑金刚密续，他们会说类似这样的话：嗯，

我不记得了，我想不起来了，呃，想不起来，就是这样。总之，每个不同的密续都有不同的名称，所以它不是固定的。嗯，作为一名摩耶那修行者，有人被揭露了……好的，等等

。这只是针对先前的问题。嗯，人们问「我的大神是什么？」这本身就具有一定的价值。我个人的什么，你知道的，萨德纳？嗯，

因为我们现在在谈论类型类型，或者，是的，类型，我想是类型。所以，首先，我再做一个很大的概括。我们身为

人类，我们身处地球，我们肯定属于我们所说的卡玛达图（kama datu）、欲望达图（desiring datu）、领域类型、元素（哼）、家庭，这些都是瓦贾纳语（vajana language）。

然后具体到你，我不知道，你肯定属于某种类型，甚至

颜色，红色也肯定会对你产生某种影响，这其中有很多因果关系，红色肯定会对你产生某种影响，但同样的红色却不会对

我产生任何影响

。

情绪会影响疾病，因此不同的疾病也会导致不同的病症。

有些人更容易患上风湿病。有些人更像是患有土元素疾病，因此我们也会选择不同的密宗，据说，

正因如此，哪个通道地面的指定也会发生变化，你知道，这实际上是一件好事，就像八个墓地可以为每个人量身定制一样。好的。是的。请继续。好的。嗯，作为一个初学者，我一直在练习摩耶那（Mayana）

和下乘（Vajayana），也练习过寂静（Sam Shamata）、

智慧（Whishamata）和菩提（Sam Bodhijittita），我们如何将下乘的修行融入到这种坐禅中呢？我们该从哪里开始？或者说，我们该如何开始下乘的坐禅练习？我的建议是，始终尝试聆听和思考下乘的观点，这非常非常重要。一旦你真正信服了下乘的观点，你就会获得某种自由。所以我的意思是，好吧，在大乘佛教中，你可能至少在表面层面上已经认同了空性（或称虚幻）的观点，比如说，一切都是幻象，没有什么真正存在的等等。然后你升级到空性（或称无上），而空性（或称虚无）就不仅仅是虚无而已。那空无一物。那个「shunata」不只是否定。那件舒那塔充满了各种优点。光明与虚空的结合。这就是我们所说的古鲁达达。而且那不是在外面。那就是我。我。那当然是错觉等等。

然后，即使你知道，自己洗澡也可以被视为一种，呃，该怎么称呼呢，一种对这种内在神灵的崇敬或祭祀。所以你必须培养正确的观念，你必须形成自己的观点

。所以我真心建议大家在这里学习和思考瓦贾拉那的观点。即使只是略知一二，也很有帮助。我认为这会让你解脱。好的。谁手里拿著麦克风。

感谢您的教导

。呃，灵武，

我想知道有没有什么书，或者说有没有什么书可以参考，来理解我们正在接收的

这个主题。我想，呃，《

巴赞特》的翻译相当广泛，那么《脉轮桑巴拉》呢？它包含了大量关于八脉的信息，如果你指的是这个，或者实际上是关于时轮的？我其实不太清楚，时轮之所以被翻译成那样，是因为它内容非常庞大。

所以我不知道，我确信其中有悲伤，但是，呃，关于哈吉拉和脉轮桑巴拉，我亲眼见过，所以你可以去读读它们。其实有一部名为《极乐之环》的著作。

或许你可以，但至少需要一些入门级的知识，比如钱伯斯写的很多教义，比如《无目标的旅程》之类的文本，比如《有序的混乱》，

我认为这是一篇非常重要的文本

。谢谢。你好。

关于我们正在讨论的观点，我有一个问题，这个问题一直萦绕在我的脑海中：当我们接触巴吉里亚纳观点时，我们如何确保或者我如何确保我不会自欺欺人，或者在试图扩展该观点的过程中可能违反我的任何誓言

。那将会是你练习中最重要的部分。

你应该时时保持这种疑神疑鬼的状态。这种偏执被称为保持三昧耶戒

。除此之外，没有其他南方地区了。好的。非常感谢您的付出。嗯，我

有个关于幽默感的问题。嗯，这跟你有关，也跟我有关，关于精神疾病的工作。患有精神疾病的人，还有，在

这个我们的主题中，关于幽默感，当然，关于我们的幽默感，关于这一点。是的。嗯，还有，嗯，和我们一起工作，嗯，

不要太严肃，嗯，在我们的角色中，像心理学家，像老师，嗯，我们如何，嗯，与此合作。是的。呃，我还有关于萨玛雅的第二个问题。呃，我们该如何

照顾我们的三昧耶

呢？当然，你的回答肯定是「否」。但是，呃，还有，呃，当你，呃，呃，昨天谈到 Utusma 的时候，我，呃，呃，我也喜欢这个，呃，呃，duty，呃，我在

想，这也是，呃，休息，呃，这是一个 duty，呃，关心 samaya。是的，的确如此。这是。是的。我，我爱这个，我爱今天。

但是，呃，我在想，嗯，呃，我的练习有点问题，嗯，呃，实际上，嗯，呃，介意，呃，就像DIY不是因为用了我的东西[笑]，

我，呃，因为当我看到它看起来像我的时候，我觉得它，这实际上是，呃，这就是，DIY，嘿。

好的。好的。谢谢。嗯……我朋友还有第三个问题。这或许有点蠢。强大的

老虎有时也会哭泣吗？强大的老虎有时也会

哭泣。我哭了。哦，（清嗓子）这个我不知道。

是否可以？哦，我确定

。[笑声]是的，我确定。但是，

呃，要小心幽默，你知道，因为我觉得，呃，当幽默过头的时候，你知道，因为，呃，我觉得你知道，我出生在不丹，我在不丹长大，你知道，很大一部分时间都在不丹度过，你知道，我仍然与不丹有著很深的联系，

呃，但是不丹人有一些奇怪的幽默，很多甚至都不会笑。

但是，即使布希尼斯一家第一百万次重复同样的幽默、同样的笑话，每个人都知道这一点。

即使他们开始说话或做某事，他们仍然会笑。

但我注意到，自 20 世纪 70

年代以来，布胡蒂斯特人开始在哈利蒙和达吉林等地学习，现在又到敦等其他地方学习，甚至更远，他们去英国，去伍德斯托克，现在他们不再嘲笑了。

所以，幽默是一种非常非常重要的文化。

好的。所以，呃，我们回来后会收到一些请求，希望我们做各种各样的事情，例如皈依和菩提心等等。所以，那些没有皈依或菩提心计划的人，你们不一定要回来，但如果你只是想观察，当然非常欢迎。呃，还有一些传承仪式，

我应该会做，所以这就是

我们今天下午要做的事情。好的。

来自墓地的光辉，2025年5月4-5日，印度比尔 - 第四部分

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

[音乐]

好的。趁着大家聚集的时候，
你可以问一些问题。 [嗤笑]

[清嗓子]

感谢您传授这些独到的教诲。

嗯，我有个关于火葬场的问题

。我知道有些

地方是

埋葬人的地方，但究竟是什么让这些地方成为

特殊的练习场所呢？它的

特点或象征意义是什么

？这是否

与黑暗或某种阴暗面有关？

你是指实体的那些吗？ 是的

。是的，所有外部的东西，比如哈哈，在

巴格亚旁边，

甚至是墓地的概念，是什么让它变得

特别呢？

墓地的特点是什么？

我懂了。我觉得这就像

佛教里常说的那些关于

心是

最强大的教义一样。

所以这就好比……

就像……就像

去购物一样。你知道吗，

当你去购物时，

商店里所有的东西都那么

漂亮，

你买回来的东西，当你

回到家后，看起来却那么无聊。

它只在商店里看起来好看。

所以，一切都在于心态。 我

确实在回答你。 呃，

墓地好可怕。 太令人难过了。

你知道，那里是人们被烧死、埋葬的地方。所以，就是这些。所以，这会立刻让你进入另一种思维模式。

[嗤之以鼻] 但

更重要的是，

我认为这些指定的外部墓地非常特别，因为

几个世纪以来，

那里安葬着许多人。所以不知何故，因为

你知道，

好吧，给你举个例子，你知道在

佛教中有一个概念，密宗

佛教，实际上在印度教中也

有pratishta，我认为是仪式

pratishta，也就是

奉献，

所以

根据密宗，

非常高级的密宗。他们说，万物

无需祝圣，因为

万物本质上都是卓越、

美好和完美的。

所以你不需要进行奉献仪式，

而知道这一点本身就是最高的

奉献。

好的。这是第一点。但并不是

每个人都能买得起。

我早就告诉过你，不经历痛苦就没有收获。我们对此

深信不疑。我们认为我们

需要做点什么。

所以第二种奉献方式

就是我们说

你应该相信这一点。

你只需要相信就好。例如，

如果 Raven、Prashant 等人

一直相信这扇门是

圣地，那么总有一天它会变成圣地

。但同样地，如果我和

他认为这里闹鬼，我们就永远也

无法进来

。这就是

圣化仪式的流程。 这

是第二层级。

[清嗓子] 即使这样，人们也不

买账。

所以，接下来还有一整套

奉献仪式，比如

你知道的，像净化咒语

仪式、火供、布哈斯仪式等等，非常

精细，比如供奉

梳子、牙签等等

。

所以我的回答是，这些指定的

墓地，比如我刚才跟

你说的那个，尼泊尔就有一个，那是一个非常非常

好的墓地，

实际上尼泊尔有好几个，

嗯，其中

一个

据说能让已经死去的人复活。无论如何，这都是一个非常非常

特别的地方，因为

这些地方已经被

很多很多次

伟大的修行者和信徒们到访过。

信徒们对这种信仰拥有巨大的力量。

嗯，我突然想起这件事，

想跟你分享一下。我的古鲁吉特，

嗯，

我当时还年轻，我们都在

塔什宗附近。有一个地方叫

塔什宗。

在白沙语中，Tashi Jong叫什么？

Tashi Jong

和之前的来访者都在那里，

有一天大家说我们都应该去

Jalan Jalam Jalandra

Jolamuk。是的。

贾吉贾吉就在这里。贾拉吉，
因为据说这非常非常
重要。好的。所以我只谈到了
八个墓地，但还有
24个神社，
然后是32个地方等等。
所以，此处地质景观是24处
神社之一。所以，我们所有人都去了那里。
我当时年纪很小，所以不太懂事。
不过，据一些
年纪大的人说，
他们真的看到了什么，真的经历了一次
非常特别的事情。
[嗤笑] 你知道，我们
说的是40年前的事了，所以什么都
没有，没有地方住，什么都没有。所以
我们所有人都睡在屋顶上，
到处都是噪音，
没完没了的噪音，舞蹈声、
音乐声，你知道的，就是那种常见的印度
宝莱坞音乐等等。
总之，快进到
30年后，我们发现，
因为那天晚上，我们
晚上到达，然后他们一起做了个
普迦仪式。我也参加了。我当时年纪很小，
呃，他们都注意到他有点……
你知道，
他好像……嗯……神情
恍惚，
如果用一个很不礼貌的词来说，就是神情恍惚，或者
有点像喝醉了，
他根本不回答
问题。他好像在说他不知道，
你知道，他搞不明白。你
知道，这就是表面现象。
所以，我觉得很多服务员
都想，好吧，这个地方很热，

没有空调，等等。所以，
露琪一定很累了。就是
这样。30年后，我们
发现了他的一些
日记笔记，
并在其中记录了
当晚的经历。就在那天
晚上，
当他穿过孔格拉时，前往
贾瓦吉的喜悦
占据了他的心头，那种兴奋
就像他要去一个特别的地方一样。
当他到达那里时，
他看到的都是令人难以置信的
维迪亚达斯·达卡的黑暗，它有两个
头、三个头，还有獠牙和翅膀，
所有这些都跳舞、玩耍、
与他交流
等等。所以那天晚上，他
实际上……
嗯……创作了[哼]或者
说，用印度教的说法，发现了一些他们
所谓的宝藏教义。所以他就毫无准备地写了这篇文章，
嗯，
总之，
我知道，我认为它对某些人会产生某种影响，
嗯，我认为这有点
可信，你知道，这有点
可信，我已经告诉过你了，比如
对我来说，我的例子是购物中心，
它们在货架上看起来都很棒
。你不觉得吗？然后你
想买，一旦你买了，那种
对伟大的感觉就消失了。
你首先要做的是把
你买的任何东西都处理掉。
那纯粹是我个人的看法。仅在
购物中心。

现在我很少买东西，因为
每次购物后都会感到沮丧。
然后就没地方放了，
但我给你举个例子来说明
投射是如何发生的，因为
生活
主要是一种投射，不是吗？你就是这样
投射事物的，
所以他根本没有感到中暑，
也没有神游物外，没有茫然，
没有喝醉，他正在前进。好吧，你
可以把它称作一次旅行。
但这也是一次旅行。
太棒了。我当时想，太棒了。
还有很多
其他的例子。我不能说出
这只羊驼的名字，因为他叮嘱
我不要告诉他。但我至少可以跟你讲讲
这只羊驼的经历。
所以，这只羊驼，当时我们在香港，
嗯，
这只羊驼有点奇怪，但它是一位非常
优秀的
脉轮桑巴拉密宗修行者。脉轮桑巴拉
密宗的核心在于极乐。
而这就是，你知道，
恰塔桑巴尔有时也被称为幸福之环
。
顺便一提，这在尼泊尔非常普遍
。附近的人们都这样做。
一切都关乎幸福。你把一切都
视为幸福。
总之，我们当时一起乘坐
地铁，地铁里人
很多
。我当时有点恼火，因为
有人推搡什么的
。

然后

我们到达了目的地，然后

我们就下车了。

他说：“我的天哪，

你知道，我们准时到达了目的地，

你知道，对吧，你知道，你知道，

不然我

控制不住自己。”我当时觉得他

说话的语气跟我一样，你知道，我当时很生气，有点

恼火。

所以我以为

他说的也是同样的话。然后我们

就走了，他一直在笑。他

笑得很灿烂。所以我问：“你说你

控制不住自己是什么意思？”他看起来

不像（清了清嗓子）

生气什么的。他说：

“我的天哪。”他说：“如果

再停一下，我就要高潮了。”

你发送

成功了。

所以，

预测。

[清嗓子]

好的。还有其他问题吗？

嗯，这算是这条

法律的延续。我想请求您给

我们讲解一下所有墓地的象征意义，

比如树木，还有，哦，

技术方面，

您真的想听吗？这是

几个相互关联的故事中的第一部分

。 [笑声] 所以，如果雷穆奇能

简要地给我们讲解一下所有的

象征意义，雷穆奇提到了

明

[笑声]，

就重点讲一下，[清嗓子]

然后，嗯，提到的八位明师，
还有龙树背后有蛇，这是
什么意思？还有，
如果我们超越了，
超越之后，接下来会
发生什么？超越之后，蛇是
要做的事情，这
甚至在大乘佛教中也被接受。你甚至不需要为此
去密宗修行。

你知道，
大乘佛教有时也会超越
理性世界。

事实上，即使是沙耶那（Shayana）画作中，
你也知道佛陀被描绘
成一条蛇保护着免受
雨淋的形象。这是塔拉巴德图标中非常常见的
标志性图像，对吧？

[清嗓子]

这种超越不是超越了
常规吗？反正信息太多了，嗯，嗯，
好吧，

八位领主，就是
这样，因为细节太多，而且
它们非常技术性，嗯

[清嗓子]八位领主，

嗯，有时实际上是十位。就是
这里容易让人困惑。

嗯，

八主基本上是
理解八主最简单的方法，八主是
方位之主。

通常来说，东方

总是

因陀罗降下雨水，

但神也会

用雷霆之类的东西来降下雨水。

[清嗓子]

嗯，

然后，
嗯，还有像
风之神瓦尤这样的神明。然后是阿格尼，哦，那可是
个大家伙。阿格尼实际上
很多时候位于南方
或
东南方。
这就是为什么有些非常挑剔的
羊驼有时拒绝
在北方建造它们的厨房。
他们坚持要在南边建造。
他们说因为厨房需要
生火。所以，据说火神会留在那里
。我不知道你是否
想听这些，但总之就是
这样。而
这八条或十条法则中最美的一条，
在日本得到了非常精美的描绘。
令人惊讶的是，日本也有密宗。
你知道吗，
有一座叫做万佛寺的寺庙
。如果你有机会去的话，一定要去那里看看
。
它真美。
这里有10000尊佛像，然后是
菩萨像，正前方
是这八尊，
我想是10尊，嗯，
诸神，
风神、火神、因陀罗、夜叉、
罗刹等等，还有天神，
太美了，他们就像非常
强大的神灵。
我和
一个年轻的僧侣聊得很开心，
因为我是以游客的身份去的，
假装对这些
佛教一无所知，所以我问他：是的，我

明白这些佛像，你
知道他们是神圣的存在，但是为什么
这些人会在这里？
这些人看起来像
恶魔一样，你知道吗？它们看起来真
奇怪。为什么？你为什么在这里？我们为什么在这里？
他们为什么会在这里？这位年轻
僧侣的回答真好。哦，你
知道
我的老师，他当时的师父，他说我的
老师有医生弟子，还有
牙医，
你知道，诸如此类，他说，我们
其他弟子，
呃，当我们需要修牙的时候，我们就
去找会
修牙的弟子。同样，这些
都是佛陀的弟子。当
我们需要
火的帮助时，我们会去找阿耨尼。当我们需要
用水时，我们会去纳加。诸如此类，这
确实是事实。
所以，
直到今天，羊驼僧侣们仍然会向
这八位，
有时是十位
守护神或神灵献祭，
他们是墓地的守护者。顺便说一句，这
不仅仅是象征性的，其中
还涉及许多敏感的事情，例如，
有些神灵
不喜欢你，
我现在想不起来了。
好的。
或许我真的搞混了
。我觉得我有点搞混了。但是，嗯，
总之，有些神可能不
喜欢你

在他们的领地里用沸水浇头。

如果你那样做，他们会确保

你承担相应的后果。

所以

如果发生这种情况，就需要举行某种仪式来

安抚他们。诸如此类的事情。但这

背后也有许多更

深刻的

教义，例如

水元素据说是塔基尼（Takini），顺便说一句，

水不应该被煮沸，

因为水就

应该保持原样，你知道，就像

它本来的样子。但如果你非要煮沸，那么

你还得去问

另一位达基尼（Dhakini），我想这位

达基尼叫做拉西（Raasi），我想水就是

玛玛（Mama）。所以你得问其中一个人，

你是否介意和

另一个人合作，你知道，诸如此类，所以有

很多安抚的成分，但现在没人会

考虑这些事情了，

太复杂了，

而且这些详细的

做法

是在

没有 WhatsApp、

没有社交媒体的年代思考和实践的。

现在我们忙于这些事。谁有

时间做这种事？

但这与

环境也密切相关。

哦，是的。然后是那些非常重要的

树木。嗯，

首先，树木对佛教徒来说非常重要

。正如你所看到的，

佛陀出生在一棵树下，而

不是在宫殿里。

虽然他是一位王子，但
他却在一棵树下顿悟，
并且也在这棵树下圆寂

。

所以，树，然后，嗯，我们一次又一次地被
告知要在树下冥想，感受
某种平静的能量之类的。

而且，
尤其是在八大墓园中，
树木无一例外地代表着某种神灵，嗯，

有时它也与
印度教的普里蒂·达维（Priti Davi）有关。

所以，
你知道，比如，如果你做一个正式的祭祀仪式，比如
现在

我们需要向
普里蒂·达维献祭，
告诉她，嘿，你知道，我们即将
做一些事情，请
理解，帮助我们守护我们，这一切都是
相关的。

我想这就是我能告诉你的全部了，
现在细节太多了。嗯，

[清嗓子]我真正
想告诉你的是，

嗯，如何
与这八大墓园建立联系，
嗯，从最外在的形式上来说。

嗯，
去拜访他们吧。我的意思是，有些羊驼我
其实不知道它们在哪里，但
确实有一些羊驼已经
表明了自己的位置。

我从来不太强调这一点，
但是，嗯，我们知道其中一些，
比如寺庙旁边的一个，
你可以去参观，随便去看看就行了。
现在你知道了，好的，所以我就从最

底层开始，好，随便去看看。
现在你想稍微提升一下自己，有点像一种自在的态度，
带着一种谦逊的态度，
想着
迟早我会去一个
普通的场地，所以最好现在就习惯一下，
然后去那里。
想想看，
这会让你
更深刻地体会到无常的智慧。
然后是大乘佛教的态度。
一切有情众生皆受
时间、衰败、
无常和死亡的影响。
在他们领悟真理之前，他们将永远受制于时间。
为了解脱一切众生，我将，
你知道，呃，追求
觉悟之道。诸如此类。
玛雅纳的态度，
然后是
坦特罗卡坦特里亚纳的态度，
这真是太多了，是的，是的，
我被认为是某人，但
你知道，实际上我完全是，
我们称之为，
我想是
朋友。
嗯，“吉普赛人”这个词用得不太恰当。不过，
不管怎样，好奇者。好奇者。
你提供的地址简直是个笑话。
它不行，它不行，它不行。
这只是临时
地址标识。
无论你用什么来证明

自己的存在，那都只是个笑话。

它或许能持续最长时间，

也许能持续90年。

然后，在那之后，

嗯，一个

像

无情的、

无根据的

[哼]无家可归的流浪者，

有时他们称之为

有点像无家可归的流浪者，

嗯，那种态度，

所以这算是密宗的开始，

嗯，

然后，如果你已经接受了

基于某个神灵的某种密宗阿比舍卡，

使用该神灵作为载体来

组织盛宴。

据说墓地

是举办盛宴的好地方。

他们总是这样说，去

通道地面，

转动加纳脉轮的意志，

这意味着很多，但在最

外层的层面上，创造盛宴。

现在，

我的意思是，这也意味着很多盛宴，但

对于最普通的层面来说，你知道，买些

萨莫萨三角饺、

香蕉、

苹果，

嗯，

如果你不太在意

某种价值，也许可以买一小瓶

威士忌或啤酒之类的东西，

因为密宗

盛宴很大程度上根植于

无偏好。

我的意思是，这说得通吧？

试想一下，如果你去参加一个聚会，却带着这么多标准，你永远也别想

好好吵架。你

永远不会举办一场成功的派对，因为你

不吃这个。你是素食主义者。你就是

这样，你也不抽烟。你

不听嘻哈音乐。你不知道什么？

你不能靠近别人

超过两英尺。所有这些。

你们将在哪里举办什么样的派对

？

但是，如果你的执念少一些，

比如说，你可以举办盛宴，你可以举办

派对，你可以做任何你想做的事，就像那样。

如果可能的话，最好和一位

密宗修行者一起，

如果不行，单身也很好。

然后[嗤笑]

有时候考验一下自己，你知道，比如，如果

你是萨莫萨萨，就把它给

别人吃，

你知道，给别人吃，你

应该这样做，你知道，就像

作为密宗修行者，你应该给他们吃，

没有任何，比如说，

期待被认可，被

认可，

被认可等等。你可以

这样做。当然，

如果你想

提升自己，那就去做一些与……

相关的练习，比如……

切割，

这非常重要。

如果你做得好的话，甚至会有点

吓人，因为

你是在邀请所有人来吃饭。

吃什么？吃掉你自己。

嘿，我把手给你。我把手给

你。来吧，吃喝玩乐，想做什么就

做什么。所以，这就是那种

做法。但

对于那些至少

想要

与大萨满布米的密宗智慧建立联系的人来说，

去拜访这些地方吧。

如果你愿意，明天早上也可以去这里。嗯，

去指定的地点看看吧。

我觉得瓦纳西很不错，

但是，嗯，这个地方，

我觉得你真的应该去，尤其是

[笑声]。

对我个人而言，这里简直太棒了，就像

南达梵天一样，

你知道，智慧之地，

研究、

智慧、分析之地。[清嗓子]

但所有这些

河道地带，历史悠久的河道

地带，

这里是像

萨哈斯这样的伟大摩诃斯歌唱的地方

。

他们享用了无休止的盛宴。

他们不断探索，发现完全无忧无虑能取得怎样的成就，这真是令人惊叹的

智慧，

而且非常独特。我不认为，我不

认为，在其他任何智慧

传统中存在过，比如埃及，或者我不这么认为。

我不知道，也许他们有，我

对

南美洲的玛雅人很感兴趣。

那些家伙可能在

搞什么鬼，但我没地方

问，因为我这么说是

因为

他们有场

比赛。你知道他们玩一种游戏，

赢家会被砍头吗

？

这其实与

非二元性有关。

胜者将被砍头。

完全不同的思维方式。

好的，还有其他问题吗？

最后一个问题是，墓地

实际上与脉轮有关。

哦，是的，非常想。哦，那个我都没

碰过，因为

太多了。谢谢。

嗯，你好。谢谢你们的陪伴

。今天早上早些时候，你

提到马哈西达人非常

厌恶正常的生活，

他们真的不在乎是否

正常。

后来你又说，无论

我们身处何种境地，无论我们

生活在哪里，吃饭都可能成为挑战。嗯，

所以问题是，

我们如何才能以一种

有用或巧妙的方式展现出不寻常的一面呢？

我认为

最关键的是，

做着所有这些南加州常见的东西，然后

告诉自己这一切都很

荒谬。

然后，你所做的一切都会

变成一种巧妙的手段，因为

巧妙的手段实际上就是游戏，对吧？

如果你在玩游戏，并且

始终明白这只是个游戏，那么它就是个

游戏，而且非常有趣。

如果你忘记这只是一场游戏，那你

岂不是就成了个流氓吗？

无论玩什么游戏，你都会被[笑声]深深吸引

。然后你开始在

脸上涂油彩，大喊大叫，殴打其他

人等等。

然后它就变成了一门生意。

我想请求您，

能否将您向我们展示的

那种力量赋予我们？

赋权。 是的

。

这不是萨德纳。这只是对

八通道地脉

和八种智慧（vidyadas）等等的召唤。

中午。

好的。也许明天早上

你会来？

好的。

而且在我去过的火葬场里，我还看到了

吉斯和那伽的遗骸。

这些是苦行僧。我

想问的是，我们佛教徒是否可以

向他们学习？如果可以，我们究竟

能从他们身上学到什么？我知道他们

学习，他们练习巴尔玛卡尔，他们

也练习密宗。 是的

。 嗯，

你

已经通过“他何时

来到12世纪”这个问题证实了这一点。他之前说过，

能

区分

印度教密宗和

佛教密宗的人并不多。只剩下两个

人了。

一个是阿底峡尊者本人，另一个是摩

底波尊者。

[清嗓子]

他们俩都活到了

三世纪。

所以现在真的很难了。真的

很难。

所以，

我总是能从他们所做的很多事情中获得灵感

。我只是……你

知道的。我真的深受启发。

但你也知道，我是一个非常容易轻信

他人的人。

我也从日本人的很多做法中获得灵感

。

我必须告诉你，

我最近去了一趟日本。

这是我第一次接触日本密宗神祇，虽然我接触过

很多日本密宗神祇，但这

是我第一次接触到

这位神祇。这位密教神祇。

我不知道我为什么去了哦，是的。我

得去某个地方教课，旁边有

个寺庙。

教课前我去上了个厕所，那

厕所装饰得太漂亮了，我甚至

怀疑这真的是寺庙吗？不可能，

不可能是寺庙！然后

我往回走，一个

日本人，呃，我的朋友，他说：“

请出门，这边走。”

我就进去了。然后我看到了男厕所、女厕所，还有各种各样的

指示牌，包括厕所的指示牌。但是，在

厕所中间，

嗯，

用梵语来说，神的名字是乌楚玛。

你知道，

你可以用谷歌搜索，或者让GPT找到

你。不过，

日本人称这位神为[清嗓子]
厕所神。上面甚至都写着呢

。我一开始有点……你知道，这个教会，
你知道，日本人，你知道，他们对
密宗佛教的理解就像是
堕落了一样，你知道，我当时是这么想的。但
后来我被这个称谓深深打动了，

因为
在藏语中，我们称之为“dity meatba”
或“uchuma”。是的，嗯，是指
那些

上次接受过灌顶的人，你已经接受过好
几次这种灌顶了。

它是一种 bajger pani，
嗯，通常 uchima 是一种

神灵，它会
吃掉并吞噬所有的
污垢，

就像一种遮蔽物。他们称之为
滴漏、遮蔽、疾病。

你知道，他们会带走一切，然后送去
健康、繁荣和

菩提心之光。所以，

他们称它为厕所之神就真的很有道理了。

总之，

是的，日本人

与密宗的关系也

很美好，尽管它正在

逐渐衰落，而且总是很高兴能再次

发现它。[清嗓子]

几个月前我去了一趟

柬埔寨，在那里我又发现了

密宗。

我从未想过

在一家大型酒店里会用这种方式作为装饰，

你知道，会

摆放着16个手臂的神像。

所以一开始我想，好吧，这些人可能是从印度买的，但是仔细观察神像的脸，不像印度的神像，你知道，柬埔寨的神像嘴唇更大，愤怒的表情也不那么……我不知道，它的表现方式不同，比如小獠牙等等。所以它看起来很像柬埔寨的拉扬。然后我查看了数字16及其属性。然后我看到了大象，普里蒂·德维，你知道，还有赫杰拉，他用16只手臂将所有这些神灵作为他的象征。你知道，向右八步，向左八步。所以，这真的很不错。嗯，他们与密宗的关系，就是我们与世界的关系，就是我们与密宗的关系。关键在于态度。是态度。我已经跟你说过，我举了连续性的错觉的例子，嗯，只要意识到这一点，你的身份就会发生某种转变。那是你自己的延续。那不是真正的你。你不能否认那就是你。但它能用。有用。但有时它也不奏效。如果你能接受这一切，学会如何与这一切和谐共处，那么这种延续的游戏就

不会束缚你。

所以，人们普遍抱有这种
解放感。

好的，

我想我们就到这里吧。