



OSHO

奧修心靈系列 68

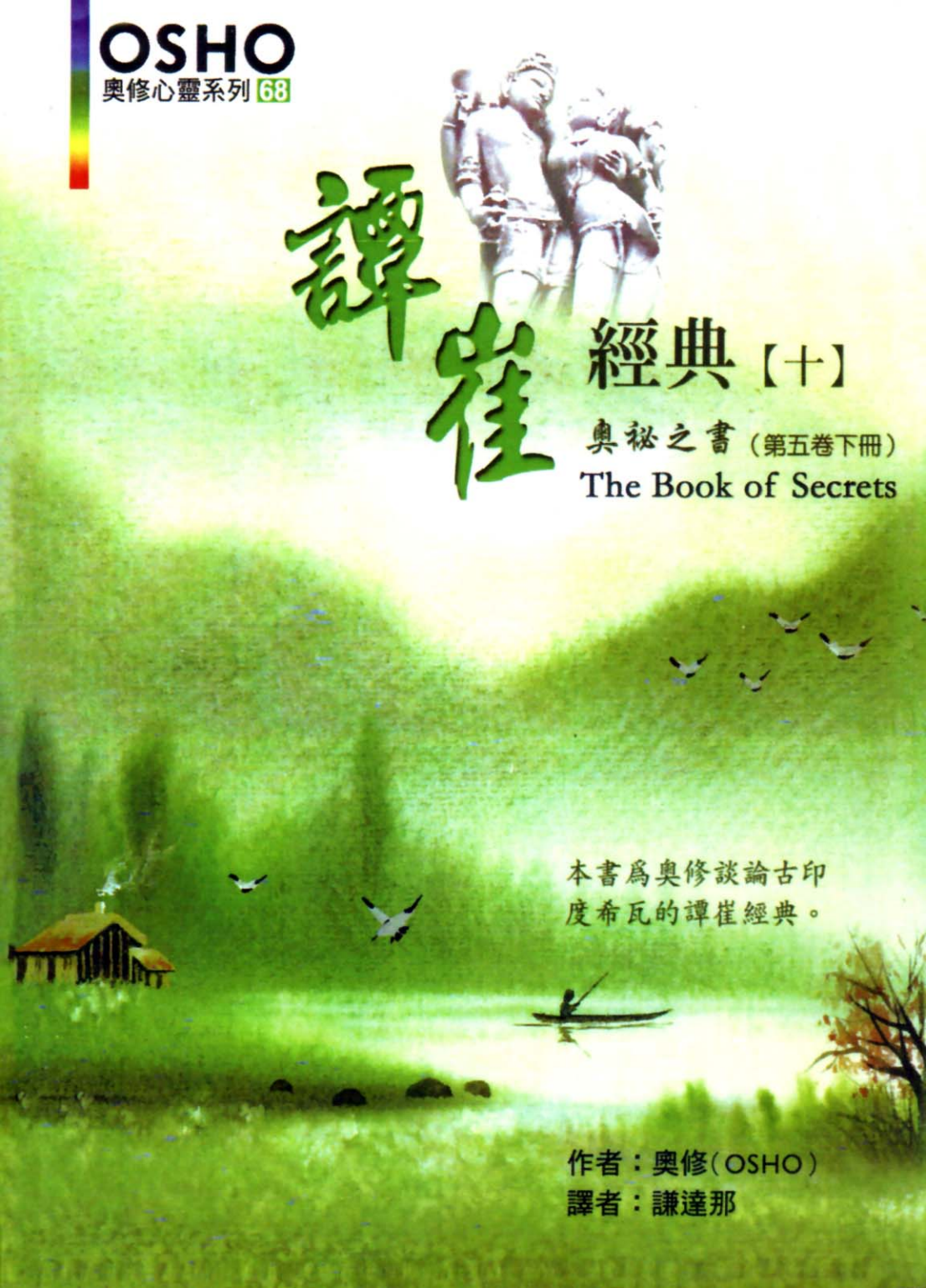
譚

崔

經典【十】

奧秘之書（第五卷下冊）

The Book of Secrets



本書為奧修談論古印度希瓦的譚崔經典。

作者：奧修(OSHO)

譯者：謙達那



St. Royal College

天使神秘学院

- ※ 神秘学资料库
- ※ 神秘学培训机构
- ※ 水晶能量研究中心
- ※ 专业占卜预测机构
- ※ 官方微信：strcdts
- ※ 微信公众平台：strc2011
- ※ 官方店铺网址：<http://strc.cr.cx>
- ※ 读书交流QQ群：

占星塔罗占卜师交流群：814594478 (加入密码：PDF)

神秘学其他综合群：659338717 (加入密码：PDF)



微信号：strcdts

天使神秘学院



微信公众平台：strc2011

制作说明：

本书由《**天使神秘学院**》出重金从台湾购入的原版书籍扫描制作完成。为达到最好阅读效果，特地把**书全部切**开后，再经由专业扫描设备**高精度扫描**完成，并经过**一张张的PS**后期处理最终成书，其间花费大量的人力、物力以及时间，只为能给大家提供经济并优质的神秘学学习资料而努力。

本学院强力谴责某些机构和个人，把本学院花心血制作完成的电子书籍，包装后直接放在自家淘宝网上低价倾销的行为，以谋取不劳而获的经济利益。**如果长此以往最终将无人愿意再为大家花心思制作电子书，那以后可能大家再无新书可读。**

为让大家以后能够读到更多的好书，也为了本学院的良性发展。本学院恳请大家尽量做到如下几点：

一、尽量在天使神秘学院的官方网站购买电子书籍。

官网电脑访问地址：<http://strc.cr.cx>

手机微信购买

请扫以下二维码



手机淘宝等购买

请扫以下二维码



加店长微信号

请扫以下二维码



二、在收到电子书后小范围传阅即可，千万不要公开传播，更别挂到淘宝网上低价销售。

同时为答谢广大支持者，学院电子书将做如下调整：

一、学院会把一些早已收回制作成本的电子书折价销售。

二、最新制作的电子书籍会开放打印功能，大家购买后有条件的可自行打印成书。

天使神秘学院

2020年5月

譚崔經典(十)

The Book of Secrets

奧祕之書，第五卷（下冊）

奧修(OSHO)/原著 謙達那/譯

校對/德瓦嘉塔



奧修出版社



Copyright © 1975
Osho International Foundation
Switzerland
www.osho.com
2008 Osho Publishing House
All rights reserved
Originally Published in English as:

THE BOOK OF SECRETS

OSHO is a registered trademark of
Osho International Foundation,
used with permission/license.

The material in this book is a transcript of an original
discourse series **THE BOOK OF SECRETS** by Osho
given to a live audience. All of the Osho discourses have
been published in full as books, and are also available as
original audio recordings. Audio recordings and the com-
plete text archive can be found via the online **OSHO** Library
at www.osho.com

目 錄

第七十三章	對蛻變的恐懼進入到深處	3
第七十四章	敏感度就是覺知	41
第七十五章	找尋相反兩極的韻律	77
第七十六章	生命是性能量	111
第七十七章	變成每一個人	147
第七十八章	內在的引導	183
第七十九章	空的哲學	217
第八十章	「一切」和「空無」是一樣的意思	257
附錄一	這些靜心技巧的目錄	293

第七十三章

對蛻變的恐懼進入到深處

經文：

100、對一個成道的人和對一個不成道的人來講，他們對客體和對主體的重視是一樣的。前者有一個偉大：他停留在主觀的心情裡，不會迷失在事物裡。

101、相信全知、全能、和遍在。

有很多人好像對靜心有興趣，但是那個興趣無法非常深入，因為非常少人透過它而蛻變。如果那個興趣真的很深，它本身就會變成一個火，它會蛻變你。只是透過強烈的興趣，你就會開始變得不同，一個新的存在中心產生了。所以，有很多人似乎有興趣，但是在他們裡面沒有新的東西產生，沒有新的中

心誕生，沒有新的結晶被達成，他們仍然保持一樣。

那意味著他們在欺騙他們自己，那個欺騙是非常微妙的，但是它一定會在這裡。如果你繼續服藥、治療，然後那個病仍然保持一樣，或是反而變得更嚴重，那麼你的藥、你的治療，一定是虛假的。也許在內在深處你並不需要被蛻變。那個恐懼是非常真實的——對蛻變的恐懼。所以，在表面上，你繼續認為你有很深的興趣，但是在內在深處，你繼續在欺騙。

對蛻變的恐懼就好像是對死亡的恐懼，它是一種死亡，因為舊有的必須走掉，新的將會進入存在。你將不會在那裡，某種完全未知的東西將會從你誕生出來。除非你準備好要死掉，否則你對靜心的興趣是虛假的，因為只有那些準備死掉的人會再生。新的無法變成舊的延續，舊的必須被廢止，舊的必須走掉，唯有如此，新的才能夠進入存在。新的並不是由舊的成長出來的，新的並不是它的延續，新的是完全新的，它唯有在舊的死掉之後才會出現。在舊的和新的之間有一個空隙，那個空隙令你恐懼，你會害怕，你想要被蛻變，但是同時你想要保有那個舊的，這是欺騙。你想要成長，但是你想要保持原來的你，那麼成長就變得不可能，那麼你只能欺騙，繼續夢想著說有什麼事會發生，但

是將不會有什麼事發生，因為基本的要點被錯過了。

所以世界上有很多人，他們對靜心、莫克夏、和涅槃非常有興趣，但是並沒有什麼事發生。關於它有很多噪音，但是並沒有真正的事在發生，這到底是怎麼一回事？

有時候頭腦非常狡猾，因為你不想要被蛻變，所以頭腦會創造出一個表面的興趣，好讓你能夠告訴你自己說：「你是有興趣的，你正在做任何能夠做的。」而你仍然保持一樣。如果沒有什麼事發生，你就認為你所使用的技巧是錯的，你所跟隨的古魯是錯的，或者是那個經典、原則、和方法是錯的。你從來不認為，如果有真正的興趣，即使那個方法是錯的，蛻變也是可能的，即使用了錯誤的方法，你也會被蛻變。如果你真的對蛻變有興趣，即使你跟隨一個錯誤的古魯，你也會變得不同。如果你的靈魂和你的心有放進你的努力裡，那麼除了你自己之外，沒有人能夠誤導你。除了你自己的欺騙之外，沒有什麼東西會是你成長的障礙。

當我說即使是一個錯誤的師父，一個錯誤的方法，一個錯誤的原則，都能夠引導你到那個真實的，我的意思是說當你強烈地涉入它，真正的蛻變就發生

了，而不是透過任何方法。方法只是一個設計，方法只是一個幫助，方法是次要的，你的涉入它才是基本的事，但是你繼續在做些什麼，不只是做些什麼，你還繼續談論關於那個作為。話語會創造出一個幻象，關於它，你會想很多，關於它，你會讀很多，你會聽很多，然後你開始覺得你在做些什麼。所謂的宗教人士發展出很多欺騙的設計。

我聽說有一個摩托車騎士沿著一條路在騎，他看到一個學校的建築物失火了，那個小村莊的小學校的老師是木拉那斯魯丁，他剛好坐在一棵樹下，那個摩托車騎士對著他喊說：「你在那裡幹什麼？學校的建築物已經失火了！」

木拉那斯魯丁說：「我知道。」

那個摩托車騎士非常激動，他說：「那麼你為什麼不趕快採取行動？」

木拉那斯魯丁說：「自從它開始起火，我就一直在祈禱著趕快下雨，我是有在採取行動。」

祈禱是一個避開靜心的詭計，而所謂的宗教頭腦發展出很多種類型的祈禱。祈禱也能夠變成一種靜心——當它不只是一個祈禱，而是一種很深的努力，一種很深的涉入的時候。祈禱也能夠變成靜心，但是一般的祈禱只是一種

逃避。為了要逃避靜心，人們繼續在祈禱。為了要避開做任何事，所以他們祈禱。祈禱意味著神必須做些什麼，別人必須做些什麼，祈禱意味著我們是被動的，外力必須替我們做些什麼。

靜心並不是那樣的祈禱，靜心是某種你對你自己做的事。當你被蛻變，整個宇宙對你就會變得不同，因為宇宙只不過是對你的一個反應，不論你是怎麼樣。如果你是寧靜的，整個宇宙就會以無數的方式來對你的寧靜反應，它會反映你，你的寧靜會無限地被加乘。如果你是喜樂的，整個宇宙都會反映你的喜樂；如果你痛苦的，同樣的事也會發生。那個數學是一樣的，那個法則是一樣的：整個宇宙會繼續加乘你的痛苦。祈禱是不行的，只有靜心能夠幫助，因為靜心是你必須很真實地去做的事，它是你的作為。

所以第一件我想要告訴你們的事就是，要經常保持警覺你沒有欺騙你自己，你可能會做些什麼，而仍然在欺騙你自己。

我聽說有一次木拉那斯魯丁衝進郵局，抓住了郵政局長的領子，搖動著他，然後說：「我已經發瘋了，我的太太不見了！」

那個郵政局長感到很抱歉，他說：「真的嗎？她不見了嗎？但是很不幸

地，這是郵局，你必須到警察局去報失蹤。」

木拉那斯魯丁搖頭說：「我不想再被抓去，以前我太太也失蹤，當我去警察局報案，他們就找到了她，我不想要再度陷入。如果你能夠接受這個報案，那麼就接受，否則我就走。」

他想要報案來讓自己覺得安心，覺得他已經做了任何他所能夠做的，但是他不要真的去警察局報案，因為他害怕。

你繼續做些什麼只是要讓自己覺得安心，只是要讓自己覺得你有在做些什麼。但是事實上，你並沒有準備被蛻變，所以一切你所做的只是一些沒有用的活動，不只沒有用，而且還是有害的，因為它是在浪費時間、能量、和機會。希瓦的這些技巧只是為那些準備好要去做的人。你可以以哲學方式來思考它們，那並不意味著什麼，但是如果你真正準備好要做，那麼就有一些事會開始發生在你身上。它們是活的方法，不是死的教條。你的理性是不需要的，需要的是你的全然，任何方法都可以，如果你已經準備好要給它一個機會，任何方法都可以，你將會變成一個新的人。

我要再度重複：方法是設計。如果你已經準備好，那麼任何方法都可以，

它們就只是些設計來幫助你「跳」，它們就好像是跳板。你可以從任何跳板跳進海洋。跳板是不重要的，它們是什麼顏色的，是什麼木頭做成的，那些都無關，它們就只是跳板，而你可以從它們來跳。所有這些方法都是跳板，不論哪一個方法讓你覺得喜歡，不要一直去想它，要做它！

當你開始做些什麼的時候，困難會產生，如果你什麼事都不做，將不會有困難。光是在那裡想是很容易的，因為你並沒有真正去經歷，但是當你開始做些什麼，困難就產生了，所以如果你看到困難產生，你可以了解你是走在正確的道路上——已經有事情發生在你身上。然後舊有的障礙將會斷掉，舊有的習慣將會走掉，將會有改變，將會有打擾和混亂。所有的創造力都是來自混亂。唯有當你的一切都變得很混亂，你才會重新被創造出來，所以這些方法將會先摧毀你，然後那個新的才能夠被創造出來。如果有困難，要覺得很幸運，那表示在成長。沒有一個成長是平順的……心靈的成長不可能平順，那並不是它的本性，因為心靈成長意味著向上成長，心靈成長意味著進入未知的，進入那個沒有藍圖的，將會有困難，但是要記住，隨著每一個困難的經過，你將會結晶起來，你將會變得更穩固，你將會變得更真實，你將會首度覺得有某種東西在

你裡面歸於中心，有某種東西變得很穩固。

就你現在這樣，你只是一個液體的現象，每一個片刻都在改變，沒有什麼東西是穩定的。事實上你不能够宣稱任何「我」——你沒有一個「我」可以被宣稱，你是很多的「我」排成一排，河流般的一排。你是一個群眾，還不是一個個人，但是靜心能夠使你變成一個個人。

「個人」(individual) 這個字很美，它意味著看不見的 (invisible)。以你現在這樣，你是分裂的。你就只是很多片斷聚集在一起，沒有任何中心，沒有一個主人在家，只有僕人。任何僕人隨時都可能變成主人。

你每一個片刻都不同，因為你不存在，除非你存在，否則神性無法發生在你身上，它要發生在誰身上？你並不在那裡。人們來到我這裡說：「我們想要看神。」我問他們：「是誰要看？你並不在，神一直都在那裡，但是你並不在那裡，所以無法看。」下一個片刻，他們就沒有興趣了，下一個片刻他們就忘掉了那一切。一個強烈而且堅持的努力和渴望是需要的，那麼任何方法都可以。

現在我們必須來進入那些方法。

100、保持超然。

第一個技巧：對一個成道的人和對一個不成道的人來講，他們對客體和對主體的重視是一樣的。前者有一個偉大：他停留在主觀的心情裡，不會迷失在事物裡。

這是一個非常美的方法，你可以以你現在這樣來開始，不需要先具備其他的東西。這個方法很簡單：你被一些人、一些東西、和一些現象所圍繞著，每一個片刻都有一些事物圍繞著你。那些東西就在那裡，事件就在那裡，人就在那裡，但因為你是不警覺的，你並不在那裡。每一樣事物都在那裡，但是你睡得很熟。事物在你的周遭移動，人們在你的周遭移動，但是你並不在那裡，或者你在睡覺。

所以任何發生在你周遭的都變成一個主人，變成一個凌駕在你身上的力量，你被它拖著走。你不僅對它留下印象，被它所制約，你還被它拖著走。

任何事物都能夠抓住你，你會跟隨著它。有人經過，你就看，那個臉很美，你就被帶走了。那個衣服很美，那個顏色、那個材質很美，你就被帶走了。一輛車子經過，你就被帶走了。任何發生在你周遭的事都會抓住你，你並不是強而有力的，其他每一件事物都比你更強而有力。任何事物都會改變你，你的心情，你的存在，你的頭腦依靠其他的事物，客體會影響你。

這段經文說，成道的人和不成道的人生活在同樣的世界裡。一個佛和你都在同樣的世界裡生活和行動——世界仍然保持一樣。那個差別並不是在於世界，那個差別發生在佛身上：他以不同的方式來行動。他在同樣的客體之中行動，但是他以不同的方式行動，他是他自己的主人，他的主體性保持超然，不被碰觸到，這就是奧秘。沒有什麼事物會在他身上留下印象，沒有什麼來自外在的事物會制約他，沒有什麼東西能夠凌駕在他之上。他保持超然，他保持他自己。如果他想要去到某一個地方，他就會去，但是他將會保持是主人。如果他想要追逐一個影子，他將會追逐它，但那是他自己的決定。

這個區別必須被加以了解，我所說的超然並不是意味著一個人已經拋棄了世界，如果是這樣的話，那麼超然就沒有意義了。一個超然的人是一個跟你一

樣生活在同樣世界的人——那個不同並不是在於世界。一個棄俗的人是改變那個情況，而不是改變他自己。如果你無法改變你自己，你將會堅持要改變那個情況，這表示你是一個弱者的人格。一個強者，一個有警覺、有覺知的人將會開始改變他自己，而不是改變他所在的情況，因為事實上那個情況是無法被改變的。即使你能夠改變那個情況，也將會有其他的情況。那個情況每一個片刻都繼續在改變，所以每一個片刻都會有困難存在。

這就是宗教和非宗教的態度之間的差別。非宗教的態度就是去改變那個情況，那個環境。它不相信你，它相信那個情況：當那個情況沒有問題，你就會沒有問題。你依賴那個情況：如果那個情況有問題，你就會有問題。所以你並不是一個獨立的實體。對於共產主義、馬克斯主義、和社會主義，以及那些相信改變情況的人來講，你是不重要的，事實上你是不存在的。只有那個情況存在，你只是一面鏡子，反映出那個情況。宗教的態度說，就你現在這樣，你也許是一面鏡子，但這並不是你的命運，你可以變得不一樣，你可以變成一個不依賴的人。

成長有三個步驟。首先，那個情況是主人，你只是被它拖著走。你相信你

存在，但是你並不存在。第二，你存在，而那個情況不會拖著你，那個情況無法影響你，因為你已經變成一個意志，你是整合的、結晶的。第三，你開始影響那個情況：就只是因為你在那裡，那個情況就改變了。

第一種情況是屬於那個不成道的，第二種情況是屬於那個經常覺知但是尚未成道的人，他必須警覺，他必須做些什麼來成為警覺的。那個警覺還沒有變得很自然，所以他必須抗爭。如果他失去意識或失去警覺一下子，他將會被那個事物所影響。所以他必須持續地保持戒慎，他是一個求道者，一個在練習某些事的人。

第三種狀態屬於成道的人。他並沒有試著要成為警覺的，他就只是很警覺，他的警覺不需要努力。他的警覺就好像是呼吸一樣，它一直持續著，他不需要去維持它。當警覺變成像呼吸一樣的現象，很自然、很自發性，那麼這種人，這種歸於中心的人，就會自動影響那個情況。他周遭的情況會改變，並不是說他希望它們改變，但他是強而有力的。

力量就是那個必須被記住的事。你是沒有力量的，所以任何東西都能夠凌駕在你之上。力量來自警覺和覺知，當你越警覺，你就越有力量；當你比較不

警覺，你就比較沒有力量。注意看……當你在睡覺的時候，甚至連一個夢都會變得很強而有力，因為你睡得很熟，你已經喪失了所有的意識。甚至連一個夢都非常強而有力，你非常虛弱，你甚至無法懷疑它。即使是一個荒謬的夢裡面，你也無法懷疑，你必須相信它。當它持續的時候，它看起來好像是真實的。也許你在夢中所看到的是很荒謬的事，但是當你在做夢的時候，你無法懷疑，你無法說這是不真實的，你無法說這是一個夢，你無法說這是不可能的。你就是無法說它，因為你睡得很熟。當意識不在，甚至連一個夢都能夠影響你。在清醒的時候，你將會笑，然後你會說：「這太荒謬了，不可能，這不可能發生，這個夢是幻象的。」但是你並沒有注意到，當它在那裡的時候，你被它所影響，你完全被它所接管。為什麼一個夢會那麼強而有力？並不是那個夢強而有力，而是你沒有力量。記住：當你沒有力量，甚至連夢都會變成強而有力的。

當你清醒的時候，夢無法影響你，但是事實，所謂周遭的事實能夠影響你。一個開悟的人，一個成道的人，已經變得非常警覺，以致於你的事實也無法影響他。如果有一個女人經過，一個漂亮的女人，你會突然被帶走，慾望產

生了，想要佔有的慾望。如果你是警覺的，當那個女人經過的時候，慾望並不會升起，你不會受影響，你不會被接管。當這種情況首度發生，當事物在你的周遭移動，而你能夠不被影響，你就會感覺到一種微妙的存在的喜悅。你首度真正覺得你存在，沒有什麼東西能夠從你身上把你拉出來。如果你想要跟隨，那是另外一回事，那是你的決定，但是不要欺騙你自己。你可能會欺騙，你可能會說：「是的，那個女人並不是強而有力的，但是我想要跟隨她，我想要佔有她。」你可能會欺騙，有很多人會繼續欺騙，但是除了你自己之外，你無法欺騙任何人，那麼它是沒有用的。只要仔細看，你就會知道那個慾望是存在的。慾望先出現，然後你開始將它合理化。

對一個成道的人來講，事物就在那裡，他也在那裡，但是在他和那個事物之間沒有橋樑，那個橋樑已經斷掉了，他單獨行動，他單獨生活，他跟隨他自己，其他沒有什麼事物能夠佔有他。因為有這個感覺，所以我們稱他的達成為莫克夏——完全的自由，他是完全自由的。

在整個世界，人們都在找尋自由，你無法找到一個人不以他自己的方式渴望自由。人們透過很多途徑在找尋他可以自由的狀態，他憎惡任何讓他有枷鎖

的感覺的東西，他恨它，任何阻礙他，使他被監禁的事物，他都會抗爭，他會奮力反對它，因此有那麼多的政治抗爭，那麼多的戰爭和革命，因此有那麼多持續的家庭吵架——太太和先生，父親和兒子，大家都在互相抗爭。那個抗爭是基本的，那個抗爭是為了自由。先生覺得被侷限了，太太監禁了他，他的自由被削減了，太太也有同樣的感覺，他們雙方都互相憎惡對方，雙方都在抗爭，雙方都試著要摧毀那個枷鎖。父親跟兒子抗爭，因為兒子每一個階段的成長對他來講都意味著更多的自由，因此父親會覺得他失去了某些東西：力量或權威。在家庭裡，在國家裡，在文明裡，人類只渴求一件事——自由。

但是透過政治抗爭、革命、和戰爭並沒有達成什麼。什麼都沒有達成，因為即使你得到了自由，那也是表面的，在內在深處，你仍然停留在枷鎖之中，所以每一個自由都證明了一個幻象的解除。人類非常渴望財富，但是就我的了解，它並不是渴望財富，它是渴望自由。財富給你一種自由的感覺。如果你是貧窮的，你是受限的，你的工具是有限的——你不能够做這個，你不能够做那個，你沒有錢可以做它。你的錢越多，你就覺得有越多的自由，你可以做任何你喜歡的事。但是當你有了全部的錢而可以做你所希望的、想像的、和夢想的

一切，突然間你就會覺得這個自由是膚淺的，因為在你的內在，你知道得很清楚，你是沒有力量的，任何東西都可以吸引你，你會被人或物所打動、所影響、所佔有。

這段經文說，你必須達到一個有意識的狀態，在那個狀態下，沒有什麼東西能夠打動你，你可以保持超然。要如何做它？整天你都有機會可以做它，所以我說這個方法對你來講是好的，你隨時都可以覺知到有什麼事物佔有你，然後深呼吸，深深地吸氣，深深地呼氣，然後再度看那個事物。當你在呼氣的時候，再度注意看那個事物，但是是以一個觀照來看，以一個旁觀者來看。如果你能夠達到頭腦的觀照狀態，即使只是一個片刻，突然間你將會覺得你是單獨的，沒有什麼事物能夠打動你，至少在那個片刻沒有什麼東西能夠在你裡面創造出慾望。每當你覺得有什麼事物打動你、影響你、把你拉出去，而變得比你自已更重要，你就深呼吸，然後呼氣。在那個由呼氣所產生的小小空隙，注意看那個事物——一張漂亮的臉，一個很美的身體，一棟很美的建築物，或是其他任何東西。

如果你覺得它很困難，如果只是藉著呼氣，你無法創造出一個空隙，那麼

就再做一件事：呼氣，然後停止吸氣一個片刻，好讓氣全部被呼出來。停止，不要吸氣，然後看著那樣東西。當空氣出去，或進來，當你停止呼吸，沒有什麼事物能夠影響你，在那個片刻，你們是沒有連結的——那個連結斷掉了。

呼吸是那個連結，試試看，它只是一下子，你將會有觀照的感覺，但是它能够讓你嘗到那個滋味，它能够讓你感覺到觀照是什麼。然後你可以繼續下去。在一整天裡面，每當有什麼事物打動你，然後有一個慾望產生，那麼你就呼氣，停留在那個空隙，然後看那個事物。那個事物將會在那裡，你將會在那裡，但是將不會有連結。呼吸是那個連結，突然間你將會覺得你是強而有力的，你是有力量的。你越是覺得強而有力，「你」就會變得越多。那些事物越消失，它們對你的影響越少，你就會覺得越結晶。個體性已經開始了，如此一來，你會有一個中心，任何片刻你都可以移到中心，然後世界就消失，任何片刻，你都可以你自己的中心休息，世界是沒有力量的。

這段經文說，對一個成道的人和對一個不成道的人來講，他們對客體和對主體的重視是一樣的。前者有一個偉大：他停留在主觀的心情裡，不會迷失在事物裡。他停留在主觀的心情裡，他停留在他自己裡面，他歸於意識的中心。

停留在主觀的心情裡是必須被練習的，你要盡可能找機會嘗試它，隨時都有機會，每一個片刻都有機會。某種東西打動你，把你拉出去，或是把你推進去。

我想起一個古老的故事，有一個偉大的國王，巴拉塔利，拋棄了世界。他棄俗，因為他已經完全經歷過它，而了解到它是沒有用的。對他來講，它並不是一個教條，它是一個被經歷過的事實，他透過他自己的生活到達了這個結論。他是一個慾望很強的人，他已經盡可能地放縱在生活裡，然後突然間他了解到了它是沒有用的，所以他離開了世界，他拋棄了它，然後去到一座森林裡。

有一天他在樹下靜心，太陽正在升起，突然間，他覺知到，就在路上，就在那棵樹附近的一條小路上，有一顆很大的鑽石。因為太陽正在升起，它反射出那個光線。甚至連巴拉塔利也沒有看過這麼大的鑽石。突然間，在一個不覺知的片刻下，一個想要擁有它的慾望產生了。他的身體保持不動，但是頭腦已經動了。身體處於靜心的姿勢，但是那個靜心已經不復存在，只有死的身體在那裡，頭腦已經動了，它已經去到了那顆鑽石那裡。

在那個國王能夠移動之前，有兩個人騎著馬從不同的方向來，他們同時覺知到了路上的那顆鑽石，他們拔出了他們的劍，每一個人都說是他先看到那顆

鑽石，沒有其他的方式可以決定，所以他們必須爭鬥，他們在爭鬥當中互相殺死了對方，不一會兒，兩具屍體就躺在那顆鑽石的旁邊，巴拉塔利笑了，閉起他的眼睛，然後再度進入靜心。

到底發生了什麼？他再度了解到那個沒有用。而到底什麼事發生在這兩個人身上？那顆鑽石變得比他們的整個生命更有意義。這就是佔有的意義：他們丟掉他們的性命，就只是為了一顆寶石。當慾望存在，你就不復存在了——慾望能夠引導你到自殺。事實上，每一個慾望都引導你到自殺，當你陷入一個慾望裡面，你並沒有在你的感覺裡，你簡直瘋掉了。

想要佔有的慾望也在巴拉塔利的頭腦裡產生，有一下子，那個慾望產生了，他可能會走過去取它，但是在他能夠去之前，另外兩個人先到，而且開始爭鬥，那兩具屍體就躺在路上，而那顆寶石就處於原來的地方。巴拉塔利笑了，閉起他的眼睛，然後再度進入他的靜心。有一個片刻，他的主體性消失了，一顆寶石，一顆鑽石，那個客體，變得更強而有力，但那個主體性再度被拿回來。沒有那顆鑽石，整個世界都消失了，他閉起他的眼睛。

好幾世紀以來，靜心者都閉起他們的眼睛，為什麼？它只是象徵著世界已

經消失了，沒有什麼好看的，沒有什麼東西有任何價值，甚至沒有看的價值。你必須持續地記住，每當慾望產生，你就走出了你的主體性。這個「走出」就是世界。再度取回你的主體性，回來，再度歸於中心！你將能夠做它，那個能力是每一個人都有的。從來沒有一個人曾經喪失掉那個內在的潛力，它一直都在那裡，你可能會走出去，如果你能夠走出去，你也能夠走進內在。如果我能夠走出我的屋子，為什麼我不能回到它裡面？只要走同樣的路，只要用同樣的腳。如果我能夠走出去，我也能夠走進來。你每一個片刻都在走出去，但是每當你走出去，記住，要立刻走回來，要歸於中心。如果你覺得在開始的時候它很困難，那麼就深呼吸，呼氣，然後停止。在那個片刻，看著那個在吸引你的東西。事實上並沒有什麼東西在吸引你，是你被吸引了。那顆在寂寞森林的路上的鑽石並沒有在吸引任何人，它只是獨自在那裡，那顆鑽石並沒有覺知到巴拉塔利被吸引了，它並沒有覺知到有人從他的靜心，從他的主體性走出來而進入到世界。那顆鑽石並沒有覺知到有兩個人在為它爭鬥而喪失了他們的性命。

所以，並沒有什麼東西在吸引你，是你被吸引了。要警覺，然後那個連結

就會斷掉，你就會再度在內在取得平衡。繼續這樣做多一點，你做越多越好，有一個片刻將會來臨，到時候你就不需要做它，因為內在將會給你相當大的力量，使得東西的吸引力喪失了。是你的弱點在被吸引，要變得更強而有力，使得沒有什麼東西能夠吸引你。唯有如此，你才首度變成你自己的主人。

這將能夠給你真正的自由，沒有一種政治的自由、經濟的自由，或社會的自由，能夠有太多的幫助，並不是說它們不想幫助，它們是好的，在它們本身裡面是好的，但是它們無法給你你最內在的核心所渴望的東西——免於東西，免於客體，很自由地成為自己，沒有任何被什麼東西或什麼人所佔有的可能。

101、相信你是全能的。

第二個技巧在某方面來講是類似的，但它是從一個不同的層面。相信全知、全能、和遍在。

它也是基於內在的力量，這非常像種子。相信你是全知的，全能的，相信你是遍在的……你怎麼能夠相信它？那是不可能的。你知道你並不是全知的，你是無知的。你知道你不是全能的，你是完全沒有力量的、無助的。你知道你不是遍在的，你侷限在一個小小的身體裡，所以你怎麼能夠相信它？如果你相信它，但是你同時知道事實並不是這樣，那麼那個相信是沒有用的。你不能够違反你自己來相信。你可以強迫一個相信，但它將會是沒有用的、沒有意義的，你知道它不是如此。唯有當你知道它是如此，一個相信才會變得有用。

這必須被了解。如果你知道事實是如此，一個相信才會變得強而有力，真實或不真實並不是要點，如果你知道事實是如此，一個相信就會變成真理；如果你知道事實不是如此，那麼即使是一個真理也無法變成一個相信，為什麼？有很多事必須被加以了解。

首先，你是怎麼樣都是你的信念：你以那樣的方式相信，你以那樣的方式被帶大，你以那樣的方式被制約，所以你相信那樣，你的信念會影響你，它變成一個惡性循環。比方說，有一些種族的女人比男人更強而有力，因為那些種族相信女人比男人更強，他們的信念變成事實。在那些種族裡面，男人是比較

弱的，女人是比較強的。女人會做所有的工作，而那些工作在其他國家裡通常都是男人在做的，而男人所做的是在其他國家裡女人所做的工作。不僅如此，他們的身體是弱的，他們的結構是弱的，他們相信事情就是這樣。信念創造出那個現象，信念是具有創造力的。

為什麼會有這樣的發生？因為頭腦比物質更強而有力。如果頭腦真的相信什麼，物質就會跟隨。物質無法做任何違反頭腦的事，因為物質是死的。

甚至連不可能的事也會發生，耶穌說：「信心可以移動山岳。」信心能夠移動山岳，如果它做不到，它只是意味著你沒有信心，而不是信心無法移動山岳。你的信心無法移動它們，因為你沒有那個信心。

現在有很多人在研究信心這個現象，科學達到了很多難以置信的結論。宗教一直都相信它們，但是科學終於來到了同樣的結論。它一定會如此，因為有很多現象首度被調查。比方說，你也許聽過「安慰劑」。世界上有好幾百種醫療方式——對抗療法、阿優維達、優拿尼(yunani)、同類療法、自然療法——好幾百種，他們都宣稱他們能夠治癒，他們的確能夠治癒，他們的宣稱並不是虛假的。這是不尋常的現象——他們的診斷是不同的，他們的治療是不同的。

一種疾病有一百零一種診斷和一百零一種治療方式，而每一種治療方式都能夠有所幫助。所以那個問題一定會被提出來，是那些治療真的有幫助，或者是因為病人的信念，這是可能的。

有很多國家，很多大學，很多醫院都以各種方式在研究。只是給一些水和一些非醫藥的東西，但是病人相信他所拿到的是醫藥。不僅病人，醫生也相信它，因為他也不知道。如果醫生知道它不是醫藥，它將會有一個效應產生，因為給病人的信念比那個醫藥更具有影響力。所以當你付更多的錢，你看了一個很棒的醫生，你的病就會感覺快好了，它是信念的問題。如果醫生給了你一包四分錢的藥，只要四分錢，你知道得很清楚，將不會有什麼事發生。一個這麼大的病人，這麼明顯的病，這麼嚴重的現象，怎麼可能被四分錢的藥給治癒？不可能！那個信念無法被創造出來。

每一位醫生都必須在他的周圍創造出一個相信的氛圍，它是有幫助的，所以如果醫生知道他所給的只是水，他將無法帶著信心給出他的信念。他臉部的表情會顯示出來，他的手勢會顯示出來，他的整個態度和行為都會顯示出他只是在給予水，而病人的無意識就會受到影響。醫生必須相信，他越相信越好，

因為他的信念是具有傳染力的。病人看著醫生，如果那個醫生覺得很有自信——「不必擔心，這是一種新的治療，新的醫藥，這將能夠幫助你，它能夠百分之百地確定，不必懷疑。」如果整個醫生的性格給出有百分之百希望的印象，那麼甚至在服藥之前，那個病人就已經被治好了。那個治療已經開始了。現在他們說，不論你使用什麼，有百分之三十的病人幾乎立刻就會被治療，不論你使用什麼——對抗療法、自然療法、同類療法、或是任何療法——不論你做什麼，有百分之三十的病人會立刻被治療。

那百分之三十的病人是相信者，那是比率。如果我看你們，洞察你們，有百分之三十的人是有潛力的，這些人會立刻被蛻變。一旦他們相信，它就會立刻開始運作。有三分之一的人類會毫無困難地立刻被蛻變，被改變到一個新的存在秩序，問題只是在於如何在他們裡面創造出那個信念。一旦那個信念存在，就沒有什麼東西能夠阻擋他們。你也許是那些幸運者的其中之一，你也許是那百分之三十裡面的其中之一。但是很不幸的事發生在人類，那就是，那百分之三十的人是受到譴責的。社會、教育、和文明都譴責他們，他們被認為是愚蠢的人。

不，他們是更具有潛力的人，他們有強大的力量，但是他們遭到譴責，而那些無能的理智人士卻受到推崇，因為他們精於語言、文字、和理智，所以他們被推崇。事實上，他們是無能的，他們在真正的內在在世界無法做任何事，他們只能夠用他們的頭腦。但是他們佔有大學，他們佔有新聞媒體，就某方面而言，他們是主人，他們很懂得譴責別人，他們可以譴責任何事物，而那些百分之三十有潛力的人，那些能夠相信，能夠被蛻變的人，他們並沒有那麼能言善道，他們不可能如此。他們不會用理智，他們不會爭論，所以他們能夠相信，但是因為他們無法為他們的情況爭論，所以他們自己變得自我譴責。他們認為某些事是不對的。如果你能夠相信，你就會開始覺得你有什麼不對勁；如果你能夠懷疑，你就認為你有某些東西是很棒的。但懷疑並不是一個力量，透過懷疑沒有一個人曾經達到最內在的本性，達到最終的狂喜，沒有一個人曾經達到。

如果你能夠相信，那麼這段經文是有幫助的。相信全知、全能、和遍在。你已經是那個，所以只是藉著相信它，所有那些把你隱藏起來的，所有那些把你掩蓋起來的，都會立刻垮下來。但是即使對那百分之三十的人來講，它也會

很困難，因為他們也是被制約去相信一些不是這樣的事。他們也是被制約去懷疑，他們也是被訓練成為懷疑的，他們知道他們的限度，所以他們怎麼能夠相信？或者如果他們相信，人們將會認為他們瘋了。如果你說你相信你的內在是遍在的、全能的、神聖的，那麼人們將會看著你，認為你瘋了。除非你瘋了，否則你怎麼可能相信這種事？

但是試試看，從最起點開始，感覺一下這個現象，然後相信就會跟隨著來。如果你想要使用這個技巧，那麼就做它。閉起你的眼睛，感覺你沒有身體，感覺好像身體已經消失了，融解掉了，然後你可以感覺到你的遍在。如果有身體，那麼它是困難的，那就是為什麼很多傳統都繼續在教導說你不是身體，因為有身體就會有界線。感覺你不是身體並不困難，因為你真的不是身體，它只是一種制約，它只是一個被逼進你頭腦的想法。你的頭腦被植入你是身體的想法。

有一些現象可以展示這個。在斯里蘭卡，佛教的和尚在上面走路，在印度，他們也會這樣做，但是斯里蘭卡的現象是非常稀有的，他們走了好幾個小時也沒有被燒到。

它發生過一次，就在幾年前，有一個基督教的傳教士跑去看人家在火上走路。他們在佛陀成道日的晚上做它，那是一個滿月的夜晚，因為他們說它是在那一天被顯露給這個世界的——身體並不是什麼東西，物質並不是什麼東西，內在的本性是遍在的，火無法燒到它。但是為了要做這個，那些走在火上面的和尚必須透過呼吸的訓練和斷食一年來純化他們的身體。他們靜心來純化他們的頭腦，空掉他們的頭腦。他們持續地準備一年，他們住在一個隔離的小室，只是要去感覺他們不在他們的身體裡。有一年的時間，一個五、六十個和尚的團體持續地想著他們不是他們的身體。一年是一段漫長的時間，每一個片刻都只想一件事，想著他們不是身體，繼續在灌輸著身體是幻象的，所以他們會相信它，然後他們也不是被迫去走在火上。他們被帶到火的旁邊，然後那個認為他不會被燒到的人就可以跳進去。有一些人仍然保持懷疑、遲疑，他們不被允許跳進去，因為問題不在於火會不會燒，問題在於他們的懷疑。如果他們有一點遲疑，他們就被阻止了。所以，有六十個人被準備好，然後有時候二十，有時候三十個人會跳進火裡面，他們在那裡面跳舞好幾個小時也不會被燒到。

在一九五〇年，有一個傳教士來看它，他感到非常驚訝，但是他想，如果

相信佛陀能夠做出這樣的奇蹟，那麼相信耶穌為什麼不能？所以他想了，遲疑了一下，但是之後，認為如果佛陀能夠有所幫助，耶穌也能夠有所幫助，所以他就跳進去。他被燒到了，燒傷得很嚴重，他必須住院六個月。他無法了解那個現象。那個問題不在於耶穌或佛陀，問題不在於相信某一個人，它是一個信念的問題，那個信念必須被植入頭腦。除非它到達了你本性的最核心，否則它不會開始運作。

那個基督教的傳教士回到了英國去學習催眠和相關的現象，以及走在火上面到底會有什麼樣的事發生。然後他們邀請了兩位和尚到牛津大學展示，那兩個和尚去了，他們走在火上面，那個實驗嘗試了很多次，然後那兩個和尚看到有一個教授在看著他們，他看得非常入神，他變得非常涉入，以致於他的眼睛和他的臉都很狂喜。那兩個和尚去到那個教授的旁邊告訴他說：「你也可以跟我們一起來。」他立刻跟著他們跑過去，跳進火裡，沒事，他沒有被燒到。

那個基督教的傳教士也在場，他知道得很清楚，這位教授是一位邏輯的教授，他在職業上是懷疑的，他的職業是基於懷疑，所以他對那個人說：「什麼？你做了一項奇蹟，我做不到，而我就是一個相信者。」

那位教授說：「在那個片刻，我是一個相信者，那個現象非常真實，無與倫比地真實，它抓住了我，我變得非常清楚說身體並不是什麼，而頭腦是一切，我覺得非常狂喜地融入那兩位和尚，當他們邀請我，我一點遲疑都沒有，在火上走很簡單，它就好像那裡沒有火。」

那個時候沒有遲疑，沒有懷疑——那就是重點，那就是鑰匙。

所以，首先嘗試這個實驗。閉起眼睛坐著幾天，只要想著，你不是你的身體，不只是想，而且還要感覺你不是身體。如果你閉起眼睛坐著，有一個距離會被創造出來，你的身體繼續在移開，又更移開，你繼續走向內在。一個很大的距離被創造出來了，不久之後，你就能夠感覺到你不是身體。如果你覺得你不是身體，那麼你就能夠相信你是遍在的、全能的、全知的。這個全能或全知並不是關於所謂的知識，它是一種感覺，一種感覺的爆發——你知道。這必須被加以了解，尤其是在西方，因為每當你說你知道，他們就會說：「什麼？你知道什麼？」知識必須是客觀的，你必須知道什麼，如果那是一個知道什麼的問題，你就無法是遍在的，沒有人能夠，因為有無限多的事實要被知道，就那個意義來講，沒有一個人能夠是全知的。

那就是為什麼在西方，當着那教徒宣稱馬哈維亞是全知的，他們都笑了，他們之所以笑是因為如果馬哈維亞是全知的，那麼他一定知道所有現在的科學所發現的東西，甚至是未來科學將會發現的東西，但那個情況似乎不是那樣。他說了很多事，那些事很明顯地跟科學抵觸，它們不可能是真實的，它們不是實際的。他的知識，如果它是遍在的，就不應該有錯誤，但它們是有錯誤的。

基督徒相信耶穌是全知的，但是現代的頭腦將會笑，因為他並不是全知的——就知道世界上所有的事實那個全知而言。他不知道地球是圓的，地球是一個圓球——他不知道。他所知道的地球是平地，他不知道地球已經存在了好幾百萬、好幾千萬年，他相信它是神在他之前四千年所創造出來的。就事實來講，就客觀的事實來講，他並不是全知的。

但「全知」(all-knowing)這個字是完全不同的。當東方的聖賢說全知，他們並不是意味著知道所有的事實，他們是意味著全意識(all-consciousness)，全覺知(awareness)，完全在內在，完全有意識，開悟，成道。他們並不是顧慮到知道什麼，他們只是顧慮到純粹的知的現象——不是知識，而是那

個知的品質。當我們說佛陀知道，我們並不是意味著他知道愛因斯坦所知道的事。他並不知道那個，他是一個知者，他知道他自己的本性，而那個本性是遍在的。那個「是」或「存在」的感覺是遍在的。在那個知當中，就沒有什麼東西要被知道的了，那就是重點，如此一來就沒有好奇心要知道任何事物，所有的問題都消失了，並不是說所有的答案都被達成了，而是所有的問題都消失了。現在已經沒有問題要被問了，所有的好奇心都消失了，沒有什麼問題要被解決。這個內在的安靜，這個內在的寧靜，充滿著內在的光，是無限的知，這就是全知的意思，它是主觀的醒悟。

這是你能夠做到的，但是如果你繼續增加更多的知識到你的頭腦，它將不會發生。你可以好幾世都繼續增加知識——你將會知道很多事，但是你將永遠不會知道一切。這個一切是無限的，它無法以那樣的方式被知道。科學將永遠都會保持不完整，它永遠無法完整，那是不可能的。我們無法想像它能夠完整。事實上，科學知道得越多，它就越知道有更多必須被知道。

這個全知是一種內在醒悟的品質。靜心，同時拋掉你的思想，當你沒有任何思想，你就會感覺到這個全知是什麼。當沒有思想，意識就變得很純，就被

純化了，在那個被純化的意識裡，你不會有任何問題。所有的問題都消失了，你知道你自己，你的本性，當你知道你的本性，你就知道了一切，因為你的本性就是每一個人本性的中心。事實上，你的本性就是每一個人的本性，你的中心就是宇宙的中心。在這個意義上優婆尼沙經宣稱：「我就是梵天，我就是那個絕對的。」一旦你知道了你的本性這個小小的現象，你就知道了那無限的。你就像海洋裡的一滴水，即使只要一滴水被知道，所有海洋的奧秘也就被顯露出來了。

相信全知、全能、和遍在。但是這將透過信心而來，這個你無法跟你自己爭論。你無法用某一個論點來說服你自己，你必須深入你自己去挖掘這樣的感覺，去進入到這些感覺的源頭。

「相信」這個字是非常有意義的，它並不是意味著你有一個理智上的相信。理智上的相信是，你被說服了，你在它上面爭論，你證明了它，但是「相信」意味著你對它沒有任何懷疑，並不是說你有證明。理智上的相信意味著你有證明，你可以證明，你可以說：「這是如此。」你可以用推理導出它。而「相信」意味著你沒有任何懷疑，你無法爭論它，你無法將它理智

化，如果你被要求這樣做，你將會被挫敗，但是你有一個內在的歸根——你覺得它是如此，它是一種感覺，而不是一種推理。

但是要記住，這樣的技巧唯有當你能夠用你的感覺，而不是用你的理智，才能夠運作。所以，它曾經發生過很多次，一些非常無知的人，沒有受過教育、沒有文化的人達到了人類意識的高處，而那些非常有文化的、受過教育的、理智的、理性的人卻錯過了。

耶穌只不過是一個木匠。尼采在整部新約裡面的某一個地方曾經寫道，只有一個人是真正有價值的，他是有文化的、受過教育的，具有很多哲學知識的，聰明的——那個人就是比拉多，羅馬的統治者，他下令耶穌被釘死在十字架上。他的確是最有文化的人，是一個總督，他知道哲學是什麼。在最後的片刻，當耶穌即將要被釘在十字架上，他問說：「真理是什麼？」它是一個非常哲學性的問題。

耶穌保持沈默——並不是因為這個謎題不值得回答，比拉多是唯一能夠了解深度哲學的人。耶穌保持沈默，因為他只能對那些能夠感覺的人說，思考是沒有用的。他在問一個哲學的問題，如果他在一個大學或一個學院裡面問，那

是很好的，但是問耶穌一個哲學性的問題是沒有意義的。他保持沈默，因為回答是沒有用的，不可能有溝通。但是尼采本身是一個理智型的人，他譴責耶穌。他說他是沒有受過教育的，沒有文化的，不哲學的，他回答不出來，所以他保持沈默。比拉多問了一個很美的問題。如果他問尼采這個問題，尼采一定可以談論它談論好幾年。「真理是什麼？」光是這個問題就足夠談論和討論好幾年。所有的哲學就只是這檔子事：「真理是什麼？」就只是這一個問題，所有的哲學家就都涉入了它。

尼采的批評事實上是一個理智的批評，一個理智的譴責。理智一直都在譴責感覺的層面，因為感覺非常模糊，非常神秘，它就在那裡，而你無法對它說什麼，或者是你有它，或者是你沒有它；或者是它在那裡，或者是它不在那裡，你無法對它做什麼，你無法討論它。你也許有很多信念，但是那些信念只不過是理智上的相信，它們並不是信念，因為你對它們有懷疑。你用一些論點來粉碎那些懷疑，但它們是在的。你坐在它們上面，但它們是在的。你繼續在跟它們抗爭，但它們並不是死的，它們不可能是死的，那就是為什麼你的生活方式也許是一個印度教教徒的方式，或是一個回教徒的方式，或是一個基督徒

的方式，或是一個耆那教教徒的方式，但它只是因為理智上的信念，真正的「信心」並不存在。

我將告訴你們一則逸事。耶穌叫他的門徒乘船到湖的對岸去待在那裡，他說：「我稍後就來。」他們去了，當他們去到了湖的中央，有一陣強風來襲，造成了很大的動盪，他們都很害怕。那條船開始搖晃，然後他們開始又哭又叫的，他們開始大喊：「耶穌，拯救我們！」

耶穌所在的那一岸離得非常遠，但是耶穌來了，據說他是跑在水面上來的，他告訴他的門徒們的第一件事是：「你們這些信心不足的人，你們為什麼哭？你們難道不相信嗎？」他們都嚇死了。耶穌說：「如果你們相信，那麼就離開你們的船走向我。」而他就站在水上面。

他們親眼看到他站在水上面，但是它仍然很難相信。他們在他們的頭腦裡一定認為那是一個詭計，或者它可能只是一個幻象，或者這並不是耶穌。也許它只是魔鬼在誘惑他們或是其他什麼，所以他們互相看著對方：「誰要走？」

然後有一個門徒離開那條船開始走，他真的能夠走，他簡直無法相信他自己的眼睛。他走在水面上，當他靠近耶穌的時候，他說：「怎麼樣？它是怎麼

發生的？」

那整個奇蹟立刻消失。那個「怎麼樣？」——然後他就掉到水底下，耶穌把他拉起來，然後說：「你們這些信心不足的人，你們為什麼要問怎麼樣？」

但是理智會問「為什麼？」和「怎麼樣？」理智會問，理智會質疑。信心是放掉所有的質疑。如果你能夠放掉所有的質疑而相信，那麼這個技巧就能夠為你創造奇蹟。

第七十四章

敏感度就是覺知

問題摘要：

如何成為敏感但是是超然的？
為什麼你不能够治癒你自己的身體？
要認真努力或是「把它交給我」？
耶穌真的相信地球是圓的嗎？

第一個問題：

當靜心加深，一個人會變得對客體、事件、和人越來越敏感，但是由於這個高張的敏感度，一個人會覺得跟每一件事物都有一種很深的親密，這常常會變成一種微妙的執著的原因，要如何成為敏感但是超然的？

要如何成為敏感但是超然的？這兩件事並不是矛盾的，它們不是相反的。如果你變得更敏感，你將會更超然，或者如果你是超然的，你將會變得越來越敏感。敏感並不是執著，敏感是覺知，只有一個覺知的人能夠敏感。如果你沒有覺知，你將會是不敏感的。當你是無意識的，你是完全不敏感的，你越是有意識，你就越敏感。一個佛是完全敏感的，他具有最佳的敏感度，因為他的感覺和覺知的能力發揮到了極點，但是當你是敏感和覺知的，你將不會執著，你將會保持超然，因為那個覺知的現象會打破你跟東西，或是你跟別人和你跟世界的連結，它會摧毀那個連結。無意識和不覺知才是執著的原因。

如果你覺到的，那個連結會突然消失，當你是覺到的，就沒有什麼東西可以把你跟世界連結。世界就在那裡，你就在那裡，但是在這兩者之間，那個連結消失了。那個連結是由你的無意識所造成的。所以不要認為或覺得是因為

你變得更敏感，所以她才執著，不，如果你是更敏感的，你將不會執著。執著是一個非常粗鄙的品質，它並不是細微的。

要執著的話，你並不需要覺知和警覺，沒有那個需要，甚至連動物都很容易就可以執著，牠們反而更容易執著。一隻狗對他主人的執著勝過任何人。狗是完全無意識的，所以執著會發生。那就是為什麼在人與人之間的關係變得比較差的國家，比方說在西方，人們繼續尋求跟動物的關係，跟狗或其他動物的關係，因為人與人之間的關係已經不復存在。人類的社會正在消失，每一個人都覺得被隔離，很疏離、很孤獨。群眾在那裡，但是你跟他們沒有連結，你單獨一個人在群眾裡，這個孤獨是令人害怕的，一個人會變得害怕和恐懼。

當你是有連結的，當你執著於某一個人，也有人執著於你，你就覺得你在這個世界上，在這個奇怪的世界並不是單獨的，有人跟你在一起，那個歸屬的感覺給你一種安全感。當人與人之間的關係變得不可能，那麼男人和女人就會試著跟動物形成關係。在西方，他們跟狗和其他的動物有很深的連結，但是在東方這裡，雖然你們可能會崇拜牛，但是你們並沒有跟牠們關連。你們也許會繼續說你們崇拜牛，將它視為神聖的動物，但你們的殘忍是無止境的。

在東方，你們對你們的動物非常殘忍，西方人無法想像你們怎麼可能繼續認為你們是非暴力的。在全世界，尤其是在西方，有很多社會在保護動物使免於人類的殘酷。在西方，你不可能打狗，如果你打牠，那是一種犯罪的行為，你會受到懲罰。事實上，那個情況就是人與人之間的關係正在消失，但是人無法單獨生活，他必須有一個關係，有一個歸屬，有一個感覺說某人跟他在一起。動物可以是非常好的朋友，因為牠們非常執著，沒有一個人能夠那麼執著。

要執著的話，覺知是不需要的，它反而是一個障礙。你變得越覺知，你就越不會執著，因為那個執著的需要消失了。為什麼你想要執著於某一個人？因為當你單獨一個人的時候，你覺得你是不夠的，你缺乏某些東西，某種東西在你裡面是不完整的，你並不是一個整體，你需要某一個人來使你完整，因此會有執著。如果你覺知的，你是完整的，你是一個整體，那個圓圈是完整的，在你裡面並沒有缺什麼，你不需要任何人，只有你自己一個人就會覺得完全獨立，就會有完整的感覺。

那並不是意味著你將不會愛別人，相反地，只有你能夠愛。一個依靠你的人無法愛你，他將會恨你。一個需要你的人無法愛你，他將會恨你，因為你變

成枷鎖。他覺得如果沒有你，他無法生活，如果沒有你，他無法快樂，所以你是他快樂和不快樂的原因。他經不起失去你，這將會給予一種監禁的感覺，他被你監禁了，他會憎惡它，他會跟它抗爭。人們會把恨和愛放在一起，但是這種愛無法很深。只有一個覺知的人能夠愛，因為他不需要你，但是這樣的話那個愛就會進入到一個完全不同的層面，它不是執著，它也不是依賴。他並不依靠你，他也不會使你依靠他，他會保持自由，他也會允許你保持自由。你們將會是兩個自由的個體，兩個完全的、完整的人互相會合。那個會合將會是一個宴樂、一個慶祝，而不是一個依賴，那個會合將會是一個樂趣，一個遊戲。

那就是為什麼我們說克里虛納的生活是克里虛納的遊戲人生。他愛很多人，但是沒有執著。克里虛納的朋友和女朋友們的情況可就不是這樣，他們會變得執著，所以當克里虛納從芙林達凡搬到杜瓦拉卡，他們都覺得很痛苦，又哭又泣的。他們陷入了極度的痛苦，因為他們認為克里虛納忘記了他們。他並沒有忘記，但是並沒有痛苦，因為沒有依賴，他在杜瓦拉卡跟他在芙林達凡的時候一樣快樂，他愛的流動在杜瓦拉卡跟他在芙林達凡的時候是一樣的。愛的客體改變了，但是愛的源頭仍然保持一樣。所以任何接近他的人都能夠接收到

他的禮物，這個禮物是無條件的，不需要任何回報，他並沒有要求任何回報。

當愛來自一個覺知的意識，它只是一個純粹的禮物而沒有帶著條件，那個給予的人覺得很快樂，因為他給出它。那個給予的行為就是他的喜樂、他的狂喜。

所以，要記住，如果你覺得透過靜心，你變得更敏感，那麼你將會自動變得比較不執著，比較超然，因為你將會更歸根於你自己，你將會更歸於你自己的中心，你將不會使用別人來作為你的中心。執著意味著什麼？執著意味著你用別人來作為你存在的中心。馬吉奴執著於萊拉，他說他不能沒有萊拉而生活，那意味著存在的中心已經轉移了。如果你說你不能沒有這個或那個而生活，那麼你的靈魂並不在你裡面，那麼你並不是以一個獨立的單位存在，你的中心已經移動到了其他的地方。

這個將中心從你自己移到其他地方或別人身上就是執著。如果你是敏感的，你會去感覺別人，但是別人不會變成你生命的中心。你將會保持是中心，從這個歸於中心，別人將會從你那裡接收到很多禮物。你將只是給予，因為你擁有太多，你是一個洋溢，你將會感謝別人接受了它，那就夠了，那就結束了。

那就是為什麼我繼續在說頭腦是一個很大的騙子，你認為你在靜心，所以你變敏感，然後你為什麼變執著的問題產生。如果你執著，那是一個很明顯的症狀——那個敏感度並不是因為覺知。事實上，它根本就不是敏感，它也許是多愁善感，那是完全不同的一回事。你可以是多愁善感的，你可以對一些小事又哭又泣的，你可以被感動，在你裡面可以很容易形成一個暴風雨，但那是多愁善感，不是敏感。

讓我來告訴你們一個故事。佛陀待在一個村子裡，有一個女人來找他，她又哭又泣，又尖叫。她的小孩，她唯一的小孩，突然死掉了。因為佛陀在那個村子裡，人們說：「不要哭，去找這個人，人們說他是無限的慈悲。如果他要的話，那個小孩可以復活，所以不要哭，去找佛陀。」

那個女人帶著她死掉的小孩來，又哭又泣的，整個村子的人都跟著她來——整個村子都受到影響。佛陀的門徒也受到影響，他們開始在他們的頭腦裡祈禱，希望佛陀會展現出他的慈悲。他一定要祝福那個小孩，好讓他能夠復活。

佛陀的很多門徒也開始哭了起來，那個場景非常令人感動，每一個人都很

安靜，佛陀也保持沈默，他看著那個死掉的小孩，然後看著那個又哭又泣的母親，他告訴那個母親說：「不要哭，只要做一件事，你的小孩就會再度活起來。將你這個死掉的小孩留在這裡，回到鎮上去，去到每一個人家，問每一個家庭，看看他們家是否曾經有人死掉。如果你能夠找到一個人家從來沒有死過人的，那麼你就向他們要一些東西來吃，一些麵包，一些飯，或任何東西都可以，但是必須從那個沒有死過人的家裡。那個麵包或那個飯將能夠立刻使那個小孩復活，你趕快去，不要浪費時間。」

那個女人變得很快樂，她覺得現在奇蹟將會發生。她向佛陀頂禮，然後跑到村子裡，那並不是一個很大的村子——幾個茅屋，幾個人家。她從一個家庭去到另外一個家庭，繼續問，但是每一個家庭都說：「這是不可能的——沒有一個人家——不只是在這個村子裡，甚至在全世界——沒有一個人家是不曾死過人的，沒有一個人不曾經歷過死亡，以及從它所產生出來的痛苦和悲哀。」

漸漸地，那個女人了解到佛陀耍了一個詭計，這是不可能的，但是那個希望仍然存在，她繼續問，直到她問遍了整個村子。她的眼淚乾掉了，她的希望死掉了，但是突然間她感覺到一種新的鎮靜，有一種安詳來到她身上。現在她

了解到任何出生的人都將會死掉，只是時間的問題，有人會早一點死，有人會晚一點死，但死亡是不可避免的。

她回來再度向佛陀頂禮，同時告訴他說：「就如人們所說的，你的確對人有很深的慈悲。」沒有人能夠了解到底發生了什麼事，佛陀點化她成為門徒，她變成一個尼姑，她被點化了。

阿南達問佛陀說：「你本來可以使那個男孩復活的，他是這麼美的一個小孩，而他的母親這麼痛苦。」

但是佛陀說：「即使那個小孩復活，他有一天也會死，死亡是不可避免的。」

阿南達說：「但是你對人們以及他們的痛苦和悲哀似乎沒有很敏感。」

佛陀回答：「我是敏感的，而你是多愁善感的。就只是因為你開始哭，你就認為你是敏感的吗？你是幼稚的，你並不了解生命，你並沒有覺知到那個現象。」

這就是基督教和佛教之間的不同。據說基督做了很多奇蹟使人復活。當拉撒路死掉，耶穌碰觸了他，然後他就復活了。在東方，我們無法想像佛陀碰觸

一個死人，然後讓他復活起來。對於一般人的頭腦來講，耶穌一定會看起來比佛陀更具有愛心、更慈悲，但是我要告訴你們，佛陀是更敏感、更慈悲的，因為即使拉撒路復活了，它也不會造成任何差別，他仍然必須一死。到了最後，拉撒路也一定會死，所以這個奇蹟是沒有用的，沒有最終的價值，一個人無法想像佛陀會做這樣的事。

耶穌必須這樣做，因為他帶來一些新的東西，一些新的訊息到以色列，那個訊息非常深奧，人們無法了解它，所以他必須在它的周圍創造出奇蹟——因為人們能夠了解奇蹟，但是他們無法了解那個深奧的訊息，奧秘的訊息。他們能夠了解奇蹟，所以透過奇蹟，他們可能會變得敞開而能夠接受那個訊息。耶穌攜帶著一個佛教的訊息去到一個不是佛教徒的地方，他攜帶著一個東方的訊息去到一個沒有成道、沒有很多佛的傳統的國家。

我們可以想像佛陀比他那些又哭又泣的門徒更敏感，而他們只是多愁善感的。

不要把你的多愁善感誤以為是敏感。多愁善感是平凡的，敏感是不平凡的，它是透過努力而發生的，它是一項成就，你必須去掙得它。多愁善感你不

需要去掙得它，你生下來就具有它，它是一種動物的傳承，在你的身體和你頭腦的細胞裡就已經有它。敏感是一個可能性，你並不是已經有它，你可以創造出它，你可以為它下功夫，然後它將會發生在你身上。每當它發生，你就會成為超然的。

佛陀是完全超然的，那個死掉的小孩就在那裡，但他似乎一點都沒有受到影響。那個女人，那個母親非常痛苦，他卻在她身上耍了一個詭計。這個人似乎是殘酷的，對一個死掉小孩的母親來講，要這個詭計似乎太過份了。他給了她一個謎，而他知道得很清楚，她一定會空著手回來。但是我要重申，他具有真正的慈悲，因為他在幫助這個女人成長，成為成熟的。除非你能夠了解死亡，否則你是不成熟的，除非你能夠接受死亡，否則你在你的存在裡面沒有一個中心。當你將死亡接受成一個事實，你就超越它了。

佛陀利用了那個情況，他對於那個死掉的小孩比較不關心，他比較關心那個活的母親，因為他知道那個死掉的小孩會再回到生命來，不需要奇蹟。但是如果那個小孩復活了，那個母親可能會喪失一個機會。她可能有好幾世無法再碰到一個佛。所以在東方，只有三流的聖賢會做出奇蹟，一流的聖人從來不會

做出任何奇蹟，他們會在較高的層面運作。佛陀也是做出了一項奇蹟，但那個奇蹟是在一個非常高的層面上做的，那個母親被蛻變了。

但是它很難了解，因為我們的頭腦是粗鄙的，我們只能了解多愁善感，我們無法了解敏感。敏感意味著一種警覺，它能夠感覺到發生在周遭的每一件事。唯有當你不執著，你才能夠感覺到。記住這個：如果你是執著的，你就不能再能夠感覺，你已經從你自己移開。所以如果你想要知道某人的真實情況，不要問他的朋友，他們是執著的，也不要問他的敵人，他們也是執著的，只是以相反的秩序。要問一個中立的人，既不是朋友，也不是敵人，只有他能夠說出真實的情況。

朋友是不能夠被相信的，敵人也不能夠被相信，但是我們卻相信朋友或敵人。這兩者都一定是錯的，因為他們沒有一個中立的觀照，他們沒有一個超然的觀點，他們無法超然地看，因為他們對那個人有投資。朋友有投資，敵人也有投資，他們是按照特定的觀點來看的，他們執著於那些觀點。如果你是執著的，你無法完全地去感覺生命。當你覺得你是執著的，你就已經採取了一個觀點，那個全然已經喪失了，只有片斷的東西在你手上。那些片斷永遠都是謊

言，因為只有整體才是真實的。

靜心，變得更敏感，將它視為一個準則——你將會繼續變得越來越超然。如果你覺得你的執著在增加，那麼在你靜心的某一個地方是錯的，這些就是準則。對我來講，執著是無法被摧毀的，超然是無法被練習的。你只能練習靜心，然後超然將會以一個結果，以一個副產物隨之而來。如果靜心真的在你的內在開花，你將會有一種超然的感覺，那麼你就能夠去到任何地方，你也會保持不被碰觸到，不害怕，那麼當你離開你的身體，你將能夠不受損傷地離開它，你的意識將會是完全純淨的，沒有什麼異物進入它。當你是執著的，不純的東西就會進入你裡面。這是基本的不純：你失去了你的中心，而別人或別的東西變成你存在的中心。

第二個問題：

如果信心能夠移動山岳，為什麼你不能夠治癒你自己的身體？

我並沒有任何身體。

這個你有一個身體的感覺是完全錯誤的。身體屬於宇宙，你並不擁有它，它不是你的。所以身體的生病或健康，宇宙會照顧它，而一個處於靜心之中的人必須保持是一個觀照，不論身體是健康的或生病的。

「想要成為健康的」的慾望是無知的一部分，想要不生病也是無知的一部分。這並不是一個新的問題，這是最古老的問題之一。這個問題曾經有人問過佛陀，也曾經有人問過馬哈維亞。自從有成道的人之後，就有不成道的人會問這個問題。

看……耶穌說信心能夠移動山岳，但是他卻死在十字架上，他無法移動那個十字架。你或是像你一樣的人一定曾經在那裡等著，門徒們都在等，因為他們知道耶穌，他一再一再地說信心能夠移動山岳，所以他們在等待奇蹟的發生，而耶穌就死在十字架上。但這就是奇蹟：他能夠成為他自己死亡的一個觀照。一個人能觀照著自己死亡的那個片刻是活著的時候最偉大的片刻。

佛陀死於食物中毒，他持續地受苦六個月，有很多門徒在等他做出奇蹟，但是他靜靜地受苦，而且漸漸地死掉，他接受死亡。

有很多門徒試著要治療他，他們給了他很多藥。當時的一個偉大的醫生，吉瓦卡，是佛陀的私人醫生。不論他去到哪裡，他都會跟著去。人們一定問過很多次：「這個吉瓦卡為什麼要跟著他走？」但那是吉瓦卡自己的執著。吉瓦卡跟著佛陀走是因為他自己的執著，那些試圖要幫助佛陀的身體活在這個世界上更久，即使只是多幾天的門徒也是執著的。

對佛陀本身來講，生病或健康都一樣，但那並不是意味著疾病不會帶來痛苦，它會帶來痛苦！痛苦是一個身體的現象，它將會發生，但是它不會打擾到內在的意識。內在的意識將保持不被打擾，它將保持跟以前一樣平衡。身體會受苦，但是內在的本性將會保持只是觀照著那整個痛苦。

將不會有認同——這個我稱之為奇蹟，這透過信心是可能的。

沒有一座山比認同來得更大，這一點要記住。喜馬拉雅山並不算什麼，你跟你身體的認同才是一座更大的山。喜馬拉雅山不能透過信心被移動，那是無關的，但是你的認同可以被摧毀。

然而我們無法想像任何我們所不知道的事，我們只能夠按照我們的頭腦來思考。我們會按照我們所處的狀態來思考，那個模式仍然保持一樣。

有時候我的身體會生病，人們來到我這裡，他們說：「你為什麼會生病？你不應該生病，一個成道的人不應該生病。」但是是誰告訴你它是如此？我從來沒有聽過任何成道的人是沒有生病的。疾病屬於身體，它跟你的意識無關，因而跟你是否成道無關。

有時候成道的人會比不成道的人病得更嚴重。這是有原因的……既然他們不屬於身體，他們就不會跟身體合作，在內在深處，他們已經跟身體分開。所以身體仍然保持，但是那個執著和那個橋樑已經斷掉。

有很多疾病發生，因為那個分開已經發生了。他們仍然在身體裡，但是他們跟身體的合作已經不復存在。所以我們說一個成道的人將永遠不會再被生出來，因為現在他已經無法再跟任何身體連結，那個橋樑已經斷掉了。當他在身體裡，即使是那個時候，事實上他也是死的。

佛陀在大約四十歲的時候成道，他在八十歲的時候過世，所以在他成道之後又活了四十年。在他即將過世的那一天，阿南達開始哭泣，他說：「我們要怎麼辦？如果沒有你，我們將會掉進黑暗裡。你即將要過世，而我們還沒有成道，我們的燈還沒有被點亮，而你已經快要過世，不要離開我們！」

據說佛陀說：「什麼？你在說什麼，阿南達？我在四十年前就死了。這個存在只是一個幻影的存在，一個影子的存在。不知怎樣，它還在運作，但是那個力量已經不在了，它只是一個來自過去的動量。」

如果你踩一輛腳踏車，然後你停下來不踩，你已經不跟腳踏車合作，但是它將會繼續移動一陣子，因為有來自過去的動量，有來自過去你所給它的能量。

當某人成道，那個合作就斷掉了，現在身體將會走它自己的路線，它有一個動量。從過去的很多世，你都一直給它動量，它有它自己的生命週期，它將會被完成，但是現在，因為內在的力量已經不再跟著它，所以身體比平常更容易生病。拉瑪克里虛納死於癌症，拉曼也死於癌症。對門徒來講，那是一個很大的震撼，但是由於他們的無知，他們無法了解。

還有一件事必須被加以了解。當一個人成道，這將會是他的最後一世，因此所有過去的「業」和整個延續都必須在這一世完成。那個受苦——如果他有任何要受的苦——將會變得更強烈。對你來講不急，你的受苦可以分散到很多世，但是對一個拉曼來講，這是最後一世。一切來自過去的都必須被完成。每

一件事，所有的「業」，都會變得更強，這一世將會變成濃縮的一世。

有時候可能會在一個片刻裡面受很多世的苦，這是很難了解的。就在一個片刻裡面，那個強度可以變得很強，因為時間可以被濃縮，或是被分散。

你已經知道，有時候當你在睡覺的時候，你看到一個夢，當你再度醒過來，你知道你只睡了幾秒鐘，但是你看到了這麼長的一個夢。甚至一整個人生命都可以在一個夢裡面被看到，這是可能的。

到底發生了什麼？在這麼短的時間裡，你怎麼能夠看到這麼長的夢？時間並非只有我們一般所了解的只有一層，時間有很多層。做夢的時間有它本身的存在。即使當你清醒的時候，時間也一直在改變，它也許不是按照時鐘來改變，因為時鐘是一個機械的東西，但是心理的時間繼續在改變。

當你是快樂的，時間會過得很快；當你不快樂的，時間就過得很慢。如果你受苦，一個晚上可能會成為永恆，而如果你是快樂的、喜樂的，整個人生也可能變成一個片刻。

當一個人成道，每一件事都必須被結束，這是一個結束的時間。好幾百萬世都必須被結束，所有的帳都必須被清掉，因為已經不再有機會了。在這個成

道之後，一個成道的人會生活在一個完全不同的時間裡，任何發生在他身上的事的品質都會變得不同，但是他保持是一個觀照。

馬哈維亞死於胃痛，有點像胃潰瘍——他受了很多年的苦。他的門徒們一定曾經陷入困難，因為他們在它的周圍創造出一個故事。他們無法了解為什麼馬哈維亞會受苦，所以他們創造出一個故事，而那個故事所顯示的是關於門徒們的事，而不是關於馬哈維亞的事。

他們說一個具有非常邪惡靈魂的人，戈夏拉克，就是馬哈維亞受苦的原因。他將他邪惡的力量丟給馬哈維亞，而馬哈維亞吸收它只是因為他的慈悲，所以他會受苦。這並沒有顯示出關於馬哈維亞的事，而是關於門徒們的困難。他們無法想像馬哈維亞的受苦，所以他們必須在其他地方找到原因。

有一次，我感冒了——它是我經常性的伴侶。所以有人來，他說：「你一定是拿走了別人的感冒。」那並沒有顯示出關於我的事，它顯示出某種關於他的事。他很難想像我會受苦，所以他說：「你一定是得到了別人的感冒。」我試圖說服他，但是不可能說服門徒。你越是試著去說服他們，他們就越相信自己是对的。到了最後他告訴我：「不論你說什麼我都不聽，我知道！你拿走

了別人的疾病。」

要怎麼辦呢？身體的健康和生病是它自己的事。如果你想要對它做什麼，你仍然執著於它。它將會走它自己的路線，你不需要太擔心它。

我只是一個觀照。身體被生下來，身體將會死，只有觀照會存在，它將會永遠保持。只有觀照是絕對永恆的，其他每一件事都繼續在改變，其他每一件事都在流動。

第三個問題：

昨天晚上你詳細地解釋關於求道者如何不認真努力靜心而欺騙他們自己。但是為什麼有很多求道者很熱心地問你靜心技巧，而你只是告訴他們說將每一件事都交給你，你將會照顧他們的心靈成長。然而有很多求道者不滿意於那種方式的心靈成長，在這種情況下，請你解釋這些求道者如何在欺騙他們自己。

首先，當他們要求一個技巧，我就給他們一個技巧。這就是一種技巧：將

每一件事都交給我。這是可能的最強而有力的技巧之一。不要認為它很容易，它是非常困難的，有時候甚至是不可能的。很難將每一件事都交給別人，但是如果能夠，在那個臣服當中，你的自我就消失了；在那個臣服當中，你的過去就消失了；在那個臣服當中，一個新的點就誕生了——你是不同的。直到目前為止，你都跟你自己的自我生活在一起，從現在開始，你將不要自我而生活，你將遵循臣服的途徑。

所以不要認為這不是一個技巧！它是一個技巧，它是最基本的技巧之一。我並不是將它給任何人，或是給每一個人。我只將它給特定的人，給那些非常自我主義的人，因為對他們來講，任何技巧都會產生難題。他們的自我將會剝削它，他們將會透過它而變得更加自我主義。除了這個之外，他們能夠練習任何事，但是藉著那個練習，他們的自我將不會被摧毀，它反而會更被實踐。他們將會變成偉大的靜心者。他們能夠棄俗，但是不論做什麼，他們的自我都將會被加強。每當我覺得這個求道者具有一個微妙的自我，任何方法都會對他有害，我就會說：「將每一件事都交給我。」並不是說這將是終點，而是這將是起點。對於那些以自我為中心的人，這將會是正確的開始。如果他們能夠將每

一件事都交給我，那麼我將開始給他們其他的技巧，但是唯有當他們能夠先臣服才可以。那麼其他的技巧就不會對他們有害。一旦自我不存在，那些技巧就能夠蛻變他們。如果他們的臣服非常全然，沒有留下任何東西可以被蛻變，那麼就不需要任何其他的技巧。這也是可能的，而這只對那些非常自我主義的人來講是可能的，只有他們能夠完全臣服。

這將會看起來很混亂，似是而非，但是要記住，唯有當你擁有什麼東西，你才能夠離開它。如果你沒有一個非常強的自我，你能夠離開什麼？你能夠交出什麼？它就好像要求一個乞丐交出他所有的財富一樣。他已經準備好，他會說：「好。」但這個好是空的，它並不意味著什麼，它是完全沒有用的，因為他沒有什麼東西可以失去。如果你有一個非常強的自我，那意味著一個非常集中的自我，結晶的自我，那麼你就可以完全離開它，因為只是一部分離開是困難的。它是那麼地集中，那麼地結晶，只是離開部分將會很困難，要不然就是你可以離開，要不然就是你不能離開。這是生命當中一個似非而非的事實，要臣服的話需要先有一個非常紮實的自我。所以對我來講，一個正確的教育一定要創造出堅強的自我，要讓自我發展到最極端，然後產生很大的痛苦，然後再

臣服（交出自我），唯有到那個時候臣服才可能。

這一直是我的經驗，來自西方的人比來自東方的人有更強的自我，因為在西方沒有臣服的觀念，沒有服從的觀念，沒有古魯和門徒的觀念。事實上，西方的頭腦無法想像古魯是什麼。他們無法想像有人可以臣服於任何人。整個西方的教育、文化、和文明都是基於自我或自我的實踐。西方的心理學說，要成為心理健康的，你必須有堅強的自我，因此所有西方的心理學都在幫助自我變得更強：一個小孩的自我必須以各種方式被加強，否則他將會變成心理有病的。

但是東方的宗教說，除非你離開自我，否則你無法知道最終的真理，你無法知道生命的奧秘是什麼。這兩者似乎是矛盾的，但它們不是。對我來講，世界上的每一個人開始的時候都必須受西方的訓練，每一個人都必須培養出一個堅強的自我。到了三十五歲的時候，你必須達到你自我的頂峰，在三十五歲的時候，它必須處於它的頂峰，它必須變得很強，盡可能地強，唯有如此，臣服才會發生。所以每當西方的求道者來到我這裡，我叫他們把事情交給我，他們都非常遲疑、非常抗拒，它似乎不可能，但是有時候，當臣服發生，他們就會達到一個更深的成就。

對東方人來講，臣服並不是很困難，他們已經準備好。你說：「臣服。」他們就說：「好。」在他們的部分一點遲疑都沒有。他們沒有非常強、高度發展的自我，他們能夠把它交出來（臣服），但那個臣服是沒有力量的，它將不會有所幫助。所以，那個情形幾乎都是，對於東方人來講，我會立刻給他一個技巧去下功夫，這樣它能夠幫助他的自我，而對西方人，我會立刻說：「臣服。」他們在他們裡面已經達到了那個點，所以他們能夠臣服，他們的遲疑表示他們能夠臣服，但是他們的臣服將會是一個奮鬥，當它是一個奮鬥，它是一種修行。當它是一個奮鬥，它意味著某些事，它將會蛻變他們。

所以，首先，當我說「將每一件事都交給我」，這是一個技巧，而我只對那些自我已經高度發展的人這樣說。第二……但是有很多求道者不滿意於那種方式的心靈成長。是的，這些就是我叫他們臣服的人，他們會覺得不滿意，他們想要有一些事情來做，他們不想要臣服。我知道他們會覺得不滿意，因為他們的自我會抗拒，它將會試圖以各種方式不臣服，但那是沒有辦法的，他們將必須經歷過這個不滿意，而他們將必須了解將每一件事都交給我只是一個開始，如果他們無法這樣做，我現在不會給他們任何技巧。他們可以離開我，或

者將每一件事都交給我，沒有其他的選擇。有一次我告訴一個人說「將每一件事都交給我」，我不給他任何技巧。我知道它將會是困難和費力的，但它必須是如此，它越困難、越費力，就越好，因為那意味著他有一個更發展的自我，而且它在奮鬥，有一天他將必須來找我或是去找別人，那是沒有關係的——他將必須把那個自我交出來。

師父並不是那麼重要，那個臣服才重要。你在哪裡臣服是不重要的，你也可以臣服於一尊石頭佛像。臣服會蛻變你，它是將你的自我擺在一旁，使你自已卸下重擔，首度不是由過去來生活，而是進入現在，很新鮮、很年輕，卸下重擔。

第三件事：在這種情況下，請你解釋這些求道者如何在欺騙他們自己。他們可以欺騙他們自己，他們可以對我說：「是的，我們將每一樣東西都交給你。」然後繼續抓住每一樣東西。他們可以欺騙自己說他們已經臣服了，然後還是繼續堅持著他們自己的方式。臣服不可以是部分的，它只能是全部的，然後你不可以設下你的條件，不可以有你的喜歡和不喜歡。

就在幾天之前，有一個人來到我這裡，他說：「我要將每一件事都交給

你，不論你說什麼，我都會去做。」

我告訴他說：「再慢慢地重複說一次：『不論你說什麼，我都會去做。』」他重複了，我叫他再重複一次，然後又說得更慢。

他變得有一點不耐煩，然後說：「為什麼？」他也覺知到為什麼我要他說慢一點。他說：「你也許是對的，我不應該這樣說，因為要將每一件事都交給你是非常困難的，要遵循任何你所說的也是很困難。」所以我叫他要做出一個約束，要很精確，不能改變。他說：「好的，任何我所喜歡的——給我選擇的自由。」

你可能會這樣欺騙，在你的內在，你仍然保持是主人，你繼續選擇要做什么，不做什麼。就它所發生的，任何你所選擇的都將會是錯的，因為選擇的頭腦就是錯的，否則就不需要來找我。當我說臣服，它意味著現在你將不選擇，現在將由我來選擇，而你跟隨。如果你能夠完全跟隨，那麼我要說「現在已經不需要了，現在你可以選擇」的那一天已經離得不遠了。

你必須消失，那個表面，那個膚淺的自我必須消失，然後你自己的本性才會進入存在。我不會永遠叫你跟隨著我，那並不是一件非常快樂的事。當你的

自我不復存在，你自己的師父，內在的師父，就進入存在了。外在的師父只不過是內在那個師父的一個代表。一旦那個內在的師父存在，那個外在的就不需要了。你自己的師父將會告訴你說：「現在跟隨你自己，單獨行動，現在你已經不需要別人來引導你，內在的引導已經出現了。現在你已經是你自己內在的光，你可以透過它來看，它將會把那個路線顯示給你。」

但是就以你現在這樣，那是不可能的，你並沒有任何光，你無法看。不論你的頭腦引導你到哪裡，它都會是錯的。這個頭腦已經引導你好幾世了，它一直都在引導你進入特定的模式，它有一個舊有的習慣，它就是按照那個習慣來引導你，它是一個機械的東西。為了要創造出一個空隙，臣服是需要的，如果你臣服於某種東西，即使只是幾天，那麼在現在和你的過去之間將會有一個空隙。一個新的力量已經進入到你裡面，如此一來你就不能夠再延續你的過去，你一直以來的方式已經無法再存在了。一個轉變將會發生，這個空隙就是臣服的意思。

但是你可能欺騙，你可能會說：「是的，我臣服。」但是實際上你可能並沒有臣服，或者你可能會認為你已經臣服了，但是其實你的無意識還在抗

爭。不僅是在臣服當中，而是在每一件需要放開來的事情當中，我們都會抗爭。

在西方，他們對性的現象做了很多研究，因為人們已經變得越來越不能夠進入深的性高潮。他們有性行為，但是無法從它產生狂喜，它已經變成一件無聊的事。他們只是感到挫折，只是透過它而變得更虛弱，然後它變成一項例行公事，他們不知道要怎麼辦。透過性高潮而來的很深的狂喜是它的意義，如果它沒有發生，那麼性是沒有用的，甚至是有害的。

有很多心理學的學派繼續在研究「人到底怎麼了？為什麼他無法透過性而達到性高潮？」所有的研究都指出，人無法達到性高潮的原因是因為他無法臣服——所以他無法達到性高潮。即使在做愛的時候，即使進入很深的性行為，你的頭腦還是在控制，你繼續在控制，你並沒有放開來。你害怕放開來，因為如果你允許性能量毫無控制地流動，你不知道它將會走到哪裡。你可能會發瘋，你可能甚至會死掉，就是因為那個恐懼，所以你一直保持控制著。

你繼續在操控你的身體，這個來自頭腦的操控不讓整個身體變成一個能量流，然後性就變成一件局部的事，整個身體並沒有涉入，整個身體並沒有處於一種內在的跳舞，那個狂喜錯過了。你失去能量，但是你並沒有得到任何東

西，那一定會有挫折。所以心理學家說，除非你處於很深的放開來，除非頭腦不在那裡，自我不在那裡，除非身體用它自己的力量、用它自己的動量接管，除非「你」不在那裡，否則你無法達到很深的狂喜。那個狂喜能夠讓你首度瞥見到最終的狂喜——發生在跟神性或是跟宇宙的一種完全放掉你的自我所產生出來的狂喜。

三摩地，所有瑜伽和譚崔的最終目標，就是跟宇宙本身、跟存在本身的一種很深的性高潮。師父只是試著在幫助你，把你帶到一個至少你能夠放掉自我的點，然後有一種很深的狂喜就會發生在你和你的師父之間。不論在什麼地方有放開來，狂喜就發生了，那就是法則。

所以如果你能夠臣服於師父，不要聽任何人的話，即使整個世界都說這個師父是錯的，也不要聽。如果你能夠臣服，這個師父就是對的。你將會透過他而達到一個狂喜的片刻。如果整個世界都說這個師父是對的，而你無法臣服，他對你來講是沒有用的，所以不論在什麼地方你有臣服的感覺，就有你的師父。

找尋那個地方，或是找尋那個人，在他的「在」當中你能夠允許放開來，

在他的「在」當中你能夠放掉你的頭腦，即使只是一下子。一旦這個來自外在的力量進入你裡面，你的途徑將會變得不同，你的生命將會有一個新的轉折。

你可能會欺騙你自己，你可能會繼續認為你已經臣服了，但是你的內在並沒有清楚地知道，你已經臣服了。記住，你無法欺騙一個師父，他會知道，除非那個放開來真正發生，否則他會繼續堅持。你可以用計謀，你可以假裝，但是你無法欺騙一個師父。你可以向他頂禮，但是那個姿勢並不意味著什麼，它也許只是一個表面的姿勢，你並沒有真正鞠躬，但是如果鞠躬真的發生了，師父就能夠發揮作用。

所以每當我說「臣服」，或是「將它交給我，我會來照顧」，我真的是意味著如此，我的意思跟我所說的完全一樣。我想要在你裡面創造出一個空隙，一個跟過去的不連續。一旦那個空隙存在，你將遲早能夠由自己來運作，但是在那之前，如果你以你自己的方式來進行，你將會延續過去的故事，沒有什麼新的可能。新的事如果要發生，某種來自外在的東西必須進入你，必須把你推到一個新的路線上。

最後一個問題：

你說耶穌不知道地球是圓的，所以對於那些相信耶穌是神的基督徒來講，這似乎非常奇怪。它不是隱含著說一個像耶穌這樣成道的人——一個知道深奧的秘教科學的人，一定知道很多關於星球的、宇宙的，以及天體之間的相互關係的天文和占星的事實嗎？請你解釋。

不，耶穌並不關心。當耶穌說世界是平的，他是在使用當時盛行的知識，他並不關心地球是圓的或平的，它對他來講是沒有意義的。他更關心那些住在這個平的或圓的地球上的人。

這個關心必須被加以了解。對耶穌來講，討論這些事是完全沒有用的，它會造成什麼不同呢？比方說，從地理學的書，你知道地球是圓的，如果你們地理學的書教導說世界是平的，就像他們以前所教導的，它對你有什麼差別？你會成為一個較好的人嗎？你會因為在一個平的世界或是在一個圓的地球上而變得更靜心嗎？它對你的本性和你意識的品質有什麼差別？它是無關的。

耶穌關心你的意識，他不會不必要地去爭論那些沒有用的事。如果你告訴耶穌說地球是圓的，他一定會說是的，它對他來講沒有什麼差別，因為那並不是他所關心的。當時大家的認知是世界是平的，事實上對於一般的頭腦來講，世界仍然是平的，它看起來是平的，圓形是一個科學的事實，但耶穌並不是一個科學家。

比方說，我知道太陽從來沒有升起，也從來沒有落下，它是一個科學的事實。是地球在轉動，太陽並沒有在轉動，但我還是使用「日出」和「日落」這些字眼。「日出」基本上是錯的，那個字眼是錯的，因為太陽從來不升起。日落是錯的，太陽從來不落下。所以在兩千年之後，某人可以說，這個人是不成道的，因為他說太陽升起了：日出，日落，他難道不知道這些小事嗎？

但是如果我改變每一句話，那麼我將會不必要地抗爭，而那將不會幫助任何人。耶穌只是使用當時大家所認識的知識，而當時大家的認知是地球是平的，他並不關心它。如果今天他在這裡，他一定會說地球是圓的，但即使是那個也不是完全科學的，因為地球並非完全是圓的，現在他們說它就像是一顆蛋，而不是完全圓的。那個形狀就像是一顆蛋，但是誰知道？隔天他們可能會

改變，然後說它不是如此。科學繼續在改變，因為當它變得更精確，當它的認識變得更多，當更多的事實被知道，當更多的實驗被執行，事情就改變了，但是一個像耶穌或佛陀這樣的人並不關心這些事實。

記住一件事：科學所關心的是事實，而宗教所關心的是真理。事實並不是它所顧慮的，真理才是它所顧慮的。事實是關於客體，真理是關於你，你的意識，所以每一個成道的人都必須使用一般關於事實的知識，但是你並沒有用那個來判斷耶穌或佛陀，你這樣判斷是錯的。他們只能以他們所說的關於真理，關於人類意識固有的真理的事來被判斷。關於那個，他們一直都是絕對對的，雖然他們的語言有所不同。

佛陀使用一種語言，耶穌使用另外一種語言，克里虛納所使用的又是另外一種，他們使用不同的實際知識，他們使用不同的技巧或設計，但是他們教導的核心是一樣的，而那就是——如果你允許我來說它的話——如何達到完全的覺知。

覺知是所有成道的人的基本教導，他們使用很多寓言、技巧、設計、象徵性的語言、和神話，但那些是無關的。你可以將那些排開，你可以將它們擺在

一旁，只是將基本的核心帶出來。所有開悟的人的基本核心就是覺知。所以耶穌繼續在告訴他的門徒要如何變得更清醒——不要昏睡，不要進入夢裡，而要很警覺、很清醒。

他慣常使用寓言，他說有一次一個大地主，一個非常富有的人，到遠方去旅行。他告訴他的僕人們說，他們必須一直都保持警覺，因為他隨時都會回來，「隨時」，不論他什麼時候回來，那個屋子都必須準備迎接他，他隨時都會回來。僕人們必須很警覺，他們甚至不可以睡覺。即使在夜晚，他們都必須準備好，因為主人隨時都會回來。

耶穌常說，你必須每一個片刻都很警覺，因為任何片刻神性都可能降臨到你身上，你可能會錯過。如果神性來敲你的門，而你睡得很熟，你將會錯過。你必須很警覺，客人隨時都會來，而客人不會預先通知你說他要來。

耶穌說，要像那個大地主的僕人一樣，持續地保持警覺和覺知，等待，注意看，因為神性隨時都會穿透你，如果你不警覺，祂會來，敲了門之後就回去了，而那個片刻也許不會很快就再出現，沒有人知道神性再來敲你的門是要在幾世之後。如果你變成習慣性地昏睡，你也許已經錯過那個敲門很多次，而且

你也許會一再一再地錯過它。

要警覺，這是基本的核心，其他所有的只是被用來達到它，所以耶穌並不會只是因為他說地球是平的而變得不成道，而只是因為你知道地球是圓的，你也不會成道，它並沒有那麼容易！

第七十五章

找尋相反兩極的韻律

經文：

102、想像心靈在你裡面，同時圍繞著你，直到整個宇宙都心靈化。
103、在每一個慾望和每一個知的最起點帶著全然的意識，知道。
104、喔！夏克提，每一個特定的知覺都是有限的，消失在全能裡。
105、在真理裡面，形式是不分開的。不分開的是你遍在的本性和你自己的形式。了解每一個都是由這個意識所做成的。

據說最偉大的詩人之一，惠特曼（Walt Whitman），曾經說過：「我是自相矛盾的，因為我很大，我自相矛盾，因為我包含了所有相反的兩極，因為我

是一切。」關於希瓦和譚崔也可以這樣說。

譚崔是在找尋那個對立的相反兩極的韻律。對立的、相反的觀點在譚崔裡面變成「一」。這必須被深入了解，唯有如此，你才能夠了解為什麼有那麼多的對立和不同的技巧。生命是相反兩極之間的一個韻律——男性和女性，正向的和負向的，白天和黑夜，出生和死亡。生命的河流就在這相反的兩極之間流動。相反的兩極是岸，它們看起來好像是對立的，但它們是合作的。那個表象是虛假的。生命不能沒有這個相反兩極之間的韻律而存在，而生命包含一切。譚崔既不是贊成這個，也不是贊成那個，譚崔贊成一切。事實上，譚崔並沒有它本身的觀點，所有可能的觀點都包含在它裡面，它是很大的，它能夠自相矛盾，因為它包含一切。它不是部分的，它就是整體（whole），因此它是神聖的（holy）。（註：whole 跟 holy 的音很接近。）

所有部分的觀點一定是凡俗的，如果它們沒有包含相反的那一極，它們不可能是神聖的。它們也許是合乎邏輯的、理性的，但它們不可能是活生生的。不論生命存在於哪裡，它都是透過它相反的那一極而存在，它無法單獨存在，相反的那一極是一定要的。

在希臘神話裡，兩個神分佔兩極：阿波羅和戴奧尼索斯。阿波羅是掌管秩序、規範、美德、道德律、和文化的神，而戴奧尼索斯是掌管無秩序、混亂、自由、和自然的神，這兩者是相反的兩極。幾乎所有的宗教或多或少都基於阿波羅的觀點，他們相信理性，他們相信秩序，他們相信美德，他們相信規範和控制……事實上他們相信自我。

但譚崔基本上是不同的，它包含兩者，它也包含戴奧尼索斯的觀點。它相信自然，它相信混亂，它相信唱歌、跳舞、和歡笑，它並非只是很嚴肅，它兩者都包含。它既是嚴肅的，也是不嚴肅的。尼采在他的一封信裡面寫道：「我只能相信一個跳舞的神。」他找不到任何跳舞的神。如果他知道關於希瓦的事，他人生的故事就一定會變得完全不同。希瓦是一個跳舞的神，尼采只知道基督教的神，這是唯一的觀點——非常嚴肅。有時候基督教的神的嚴肅看起來很荒謬、很幼稚，因為相反的那一極完全被拒絕了。你無法想像一個基督教的神在跳舞，不可能！跳舞看起來太世俗了，你無法想像一個基督教的神在笑——或者你能夠嗎？那是不可能的。基督教的神無法笑，笑看起來太世俗了。基督教的神就是嚴肅的精神，而尼采無法相信它。

我認為沒有一個人能夠相信這樣的神，因為它只是一半，它不是整體。只有像比利·格拉罕這樣的人能夠相信它。比利·格拉罕曾經在某一個地方很嚴肅地說：當你在閱讀性感雜誌，你必須記住神在看著你。這看起來很愚蠢，你在閱讀一本性感雜誌，而神在看著你閱讀性感雜誌！

這個態度是愚蠢的，它很愚蠢，因為它沒有包含相反的那一極。如果相反的那一極被拒絕，你將會變成愚蠢的、死氣沈沈的，但是如果能夠很容易走到相反的那一極，沒有對立，如果你能夠嚴肅，也能夠歡笑；如果你能夠像佛陀一樣地坐著，也能夠像克里虛納一樣地跳舞——在這兩者之間沒有固有的對立，你可以很容易、很平順地從成為一個佛陀走到成為一個克里虛納——如果你能夠這樣做，你將會是活生生的。如果你能夠這樣做，你將會成為一個譚崔行者，因為譚崔基本上是在找尋存在於兩極之間的韻律，找尋流動在兩極之間的河流。

所以譚崔繼續在所有的技巧和每一個技巧上面下功夫。譚崔並不是為某一個人，它是為所有的人。每一種類型的頭腦都能夠來經歷譚崔。不可能每一種類型的頭腦都可以成為基督徒，不可能每一種類型的頭腦都能夠成為印度教教

徒，也不可能每一種類型的頭腦都能夠成為佛教徒。某種特定類型的頭腦會被佛陀所吸引，某種特定類型的會被耶穌，某種特定類型的會被穆罕默德所吸引，而希瓦則包含一切，希瓦能夠吸引每一種類型的人。全部、整體都被包含了，它並不是一個部分的觀點，那就是為什麼譚崔沒有宗派，你無法在整體的周圍創造出一個宗派，你只能在一個片斷的周圍創造出一個宗派。你能夠經歷整體，但是你無法創造出一個宗派，唯有當你贊成某些東西，而且反對某些東西，一個宗派才能夠被創造出來。如果相反的兩極都被包含，你怎麼能夠創造出一個宗派的頭腦？譚崔是主要的宗教，它並不是一個宗派，因此有很多技巧。

人們一直來到我這裡問說：「有很多技巧，一個技巧會和另外的技巧產生矛盾？」是的，它會和另外的技巧產生矛盾，因為它並非只是為特定的頭腦。在這一百一十二種技巧裡面，所有的類型，人類所有可能的類型都被包含了。請你不必顧慮到所有的技巧，否則你將會被弄得很混亂，你只要找到那個適合你的，那個吸引你的，你只要找到那個你跟它有很深的親和力的，你會愛上它的，然後忘掉其他的一百一十一種技巧，忘掉它們，你只要執著於那個對你有效的。在這一百一十二種技巧裡面只有一種是適合你的。如果你嘗試很多種技

巧，你將會變得混亂，因為要嘗試很多種技巧，你將需要一個很大的頭腦，一個能夠吸收所有對立的頭腦，它在目前是不可能的。有一天它也許會變得可能，你能夠變得非常完整，非常全然，你可以很容易地進入很多技巧，那麼就沒有問題，但是到了那個時候也就不需要了！目前它是需要的，要找到你的技巧。

我能夠幫助你找到適合你的技巧，如果你覺得其他的技巧跟那個適合你的技巧是矛盾的，不必去想它們。它們是矛盾的，但它們並不是為你的，至少它們現在並不適合你。有一天，它也許會變得可能，當你的內在沒有自我，你可以毫無困難地走到相反的那一極。自我會產生困難，它會陷住在某一個地方，它會執著於某種東西，它並不是液狀的，它無法流動，而希瓦流向所有的方向。

記住，不要開始想這些技巧——這個技巧違反那個。希瓦並沒有試著要創造出一個系統，他不是一個系統的製造者。希瓦給出了所有的技巧而沒有任何的系统化。它們無法被系統化，因為一個系統意味著那個矛盾的、那個對立的都必須被拒絕，而在此那個對立的是被包含的，它既是阿波羅，也是戴奧尼索

斯；它既是嚴肅的，也是歡笑的；它既是內在的，也是超越的；它既是世俗的，也是非世俗的，因為它是一切。

現在我們要來進入這些技巧。

102、想像心靈在裡面和在外面。

第一個技巧：想像心靈在你裡面，同時圍繞著你，直到整個宇宙都心靈化。

首先你必須了解想像是什麼。在現今的世界裡，它備受譴責。當你聽到「想像」這個字，你就會說它是沒有用的，我們想要真實的東西，而不是假想的。但想像是一個真實的存在，它是一種能力，它是你裡面的一個潛力，你能夠想像，那表示你的存在具有想像的能力，這個能力是一個事實。透過這個想像，你能夠摧毀，或者你能夠創造你自己，那依你而定。想像是非常強而有力的，它是潛在的力量。

想像是什麼？它是非常深入一種態度，使得那個態度變成真相。比方說，你也許聽過一個曾經在西藏使用的技巧，他們稱之為熱瑜伽。夜晚很冷，下著雪，西藏的喇嘛光著身子暴露在外面，氣溫是零下——你會被凍僵，甚至被凍死，但那個喇嘛是在練習一種特殊的技巧。那個技巧是：他在想像他的身體是一團燃燒的火，他在想像著他在流汗——他非常熱，熱到在流汗。雖然氣溫是零下，甚至連血液都會被凍住，但他實際上卻開始流汗。他開始流汗，這到底是怎麼一回事？這個流汗是真實的，他的身體真的很熱，但這個真實的狀態是透過想像所創造出來的。

你只要嘗試某種簡單的技巧，你就可以感覺到真實的狀態能夠透過想像而被創造出來。除非你能夠感覺到它，否則你無法用這個技巧來下功夫。只要數一下你的脈搏。坐在一個密閉的房間裡，數一下你的脈搏，然後用五分鐘的時間，想像你在跑步。想像你在跑步，跑得很熱，你在深呼吸，你在流汗，然後你的脈搏變快，這樣想像五分鐘之後再數你的脈搏，你將會看到那個不同，你的脈搏將會變快，你只是用想像來做它，你並沒有真的去跑步。

在古時候的西藏，佛教的和尚慣常只是透過想像來運動，那些技巧對現代

人來講可能很有用，因為要在街上跑比較困難，要走一段長的路比較困難，很難找到一條沒有人的街道。你可以躺在你房間的地板上，用一個小時的時間持續地想像你在做長距離的快走，只要在想像裡面繼續走。現在甚至連醫學專家都說，那個效果跟真正的走路是一樣的。一旦你融入了你的想像，身體就會開始運作。

你已經做了很多事而不知道那是你的想像在運作。有很多次你只是透過想像而創造出疾病，你想想說現在這個疾病在那裡，它是會傳染的，它到處都是。你變成易感的，現在你很可能會生病，而那個病是真實的，但它是由想像所創造出來的。想像是一種力量，一種能量，頭腦透過它來移動，當頭腦透過它來移動，身體也會跟著動。

有一次在美國的一個大學宿舍，有四個學生在做催眠實驗。催眠只不過是想像力，當你催眠一個人，他真的掉進了很深的想像，任何你所建議的都會開始發生，所以他們對一個他們所催眠的男孩建議了很多事情。有四個男孩對一個男孩催眠，他們嘗試了很多事情，他們說什麼，那個男孩就跟著做。他們說「跳」，那個男孩就開始跳；當他們說「哭」，那個男孩就開始哭；當他們說

「開始流眼淚」，他就開始流眼淚。然後只是要開玩笑，他們說：「現在躺下來，你死了！」然後那個男孩躺下來就真的死了。

這件事發生在一九五二年，在那之後，他們在美國訂了一個法律不准催眠。除非涉及某種研究工作，否則不可以嘗試催眠，除非有某一個醫學機構，或是某大學的心理系授權給你，否則不可以嘗試催眠。只有在得到授權之後才可以作催眠的實驗，否則那是危險的——那個男孩就只是相信和想像他是死的，然後他就真的死了。

如果死亡能夠透過想像而發生，生命為什麼不能，為什麼不能想像更多的生命？

這個技巧是基於想像力。想像靈魂在你裡面，同時圍繞著你，直到整個宇宙都靈魂化。

坐在一個沒有人會打擾你的地方——可以在一個隔離的房間裡，或者如果你能夠在外面找到一個地方，那又更好，因為當你接近自然，你是更有想像力的。當只有一些人工的東西在你周遭，你比較沒有那麼多的想像力。自然是夢想的，它給你一種夢想的力量。當你單獨一個人的時候，你會變得更有想像

力，所以當你單獨一個人的時候，你會害怕。那並不是說鬼魂會來打擾你，而是當你單獨一個人的時候，你的想像力就會開始運作，你的想像力會創造出鬼魂或任何你想要的東西。當你單獨一個人的時候，你的想像力會更活躍，而當有別人在的時候，你的理智就會掌管，因為如果沒有理智，你無法跟別人連結。當旁邊沒有人在的時候，你的頭腦就會放鬆下來，然後你就回歸到存在更深處的想像層，當你單獨一個人的時候，想像力就開始運作。

——關於感官剝奪有做了很多實驗，如果一個人所有的感官刺激都能夠被剝奪——如果你被關在一個隔音的房間裡，沒有光線進入，不可能跟其他任何人連繫，牆上沒有圖畫，房間裡面沒有任何你可以連結的東西，那麼在經過了一個、兩個小時、或三個小時之後，你就會開始跟你自己連結。你將會變得很有想像力，你將會開始跟你自己講話，你將會發問，然後你會回答，你將會開始自言自語，在那裡面你將會分裂，然後突然間，你將會開始感覺到很多你無法了解的事，你會開始聽到一些聲音，而那個房間是隔音的，聲音無法進入，那麼你是在想像。你也許會開始聞到一些香味，但那裡並沒有香味，那是你的想像。在三十六小時的感官剝奪之後，你會變得無法分辨什麼是真的，什麼是想像。

的——不可能。在三十六個小時的感官剝奪之後，想像變成了真相，而真相變成幻象的。

那就是為什麼古時候的求道者會進入山裡，進入到人煙絕跡的地方，在那裡他們會喪失分辨真實和不真實的能力，一旦那個分辨能力喪失了，你的想像力就會發揮到極致，如此一來你就能夠利用它，你也能夠透過它而變成有創造力的。

關於這個技巧，你要坐在一個孤獨的地方，如果那個環境是自然的，那很好；如果不是，那麼一個房間也可以，然後閉起你的眼睛，想像有一個心靈的力量在內在和外在被感覺到，在你裡面有一個意識之流在流動，它流遍了整個房間，洋溢著。在你裡面，在外面，在你的周圍，那個心靈的力量到處都在，那個能量都在。不要只是在頭腦裡想像它，要開始在你的身體裡感覺——你的身體將會開始震動。當你感覺到身體開始震動，它就表示那個想像力已經開始運作。感覺整個宇宙都漸漸被心靈化——每一樣東西，房間的牆壁，周遭的樹木，每一樣東西都變成非物質的，它已經變成心靈的，物質已經不復存在了。

那也是真相，物理學家說，物質是幻象的，而能量是真實的，不論你在哪

裡看到固體的東西，那個固體性只是外表，它並不在那裡。當物理學進入到物質的世界，物質就消失了，只有能量，非物質的能量，它是無法被定義的。

透過想像，你會到達一個點，在那個點上，藉著你意識的努力，你摧毀了理智的結構，理智的模式，你覺得沒有物質，只有能量，只有心靈，內外都是。不久之後你將會感覺到內在和外在都消失了。當你的身體變成心靈的，你覺得它是能量，那麼內在和外在之間就沒有差別，那個界線喪失了，現在就只有一個流，一個海洋，在震動著，這也是真實的，你透過想像達到那個真實的。

想像是在做什麼？想像只是在摧毀舊有的觀念、物質、和舊有的頭腦模式，那個模式繼續以某一種方式在看事物。想像是在摧毀它們，然後真相就會被顯露出來。

想像心靈在你裡面，同時圍繞著你，直到整個宇宙都心靈化——直到你覺得所有的差別都消失了，所有的界線都融解了，而宇宙變成只是一個能量的海洋，這也是事實，但是當你越深入去進行這個技巧，你就會變得越害怕，你將會覺得好像你發瘋了，因為你的明智是由差別所組成的，你的明智是由這個所謂真相所組成的，當真相開始消失，你將會覺得你的明智也同時在消失。聖人

和瘋子所處的世界超出我們所謂真實的存在，他們兩者都跟我們不一樣，但瘋子是往下掉，而聖人則是超越。那個差別非常小，但它也是非常大。如果你沒有做任何努力就喪失了你的頭腦和區別真實與不真實的能力，你將會變成發瘋的。但是如果帶著有意識的努力摧毀那些觀念，你將會變成「不是明智的」，但不是發瘋的。那個「不是明智的」是宗教的層面，它超越明智，但有意識的努力是需要的。你不應該成為一個受害者，你必須保持是一個主人。當摧毀頭腦的模式是經由你的努力，你就洞察了沒有模式的真相。

沒有模式的真相是唯一的真相；有模式的真相只是被加上去的，那就是為什麼現在的人類學家說每一個社會、每一個文化，都看著同樣的真相，但是卻在那裡找到不同的真相，因為他們的模式、他們的觀念是不同的。世界上有很多文化，原始民族的文化，他們以非常不同的方式來看同樣的世界，他們的解釋完全不同。對我們和對他們來講，那個真相是一樣的，但透過它來看的模式是不同的。比方說，佛教徒說世界上沒有物質，世界只是一個過程，沒有什麼實質的東西，每一樣東西都在變動，或者甚至連這樣說也是不對的。變動是唯一的事。當我們說每一件事都在變動，這又再度是舊有的謬誤，它就好像有某

種東西在變動。佛陀說，並沒有什麼東西在變動——只有變動存在，那就是一切存在的。

所以在佛教國家，比方說泰國或緬甸，在他們的語言裡沒有任何相當於「是」(或存在，*is*)的字。當聖經首度被翻譯成泰文，要翻譯它是困難的，因為在聖經裡面說 *God is*。你無法用緬甸語或泰語說出 *God is*，你無法說它，不論他們怎麼說都將意味著「神在變成」。每一樣東西都在變動，沒有什麼東西就只是「是」或「存在」。當一個緬甸人在看世界，他是在看著那個變動。當我們看，當尤其是希臘導向的西方頭腦在看，那是沒有過程的，就只有物質，它們是死的東西，而不是變動。甚至當你在看著一條河流，你也是將河流看成「是或存在」(*is*)。河流並不存在，河流只是意味著一個變動，它經常都在變成什麼。它永遠無法來到一個你可以說它已經變成什麼的點，它是一個沒有終點的過程。當我們看著一棵樹，我們說樹木存在(*is*)。但是緬甸語沒有什麼可以說，他們只能說樹木在變成(什麼)，樹木在流動，樹木在成長，樹木在一個過程中。如果小孩以這樣的頭腦模式被帶大，那麼每一樣東西都是一個過程，世界和真相都將會變成完全不同的。對你們來講，它是不同的，而真相

其實是一樣的，但是你用什麼頭腦來解釋它，它就變得不同。

記住一件基本的事：除非你頭腦的模式被拋掉，除非你的模式被去除，除非你的制約被拋棄，你的制約被去除，否則你將無法知道真相是什麼，你將只知道一些解釋。那些解釋是你自己頭腦的運作。

沒有模式的真相是唯一的真相，這個技巧就是要幫助你去除掉模式，去除掉制約，將聚集在頭腦裡的話語融解掉，因為有它們的存在，所以你無法看，任何你看起來是真實的，讓它被融解掉。

想像能量，不是物質——沒有什麼東西是靜止的，一切都只是過程、變動、韻律、和跳舞——繼續想像，直到整個宇宙都心靈化。如果你繼續堅持，每天只要一個小時，三個月密集的下功夫，你就能夠走到這個感覺。在三個月之內，你對周遭的整個存在就會有一種不同的感覺。物質不復存在，就只有非物質，海洋般的存在，就只是波浪，震動。當這個發生，那麼你就知道神是什麼。能量的海洋就是神，神並不是一個人，神並不是坐在天堂裡某一個地方的。一個寶座上，沒有一個人坐在那裡，神就是所有一切存在的，存在的整個創造性的能量就是神，但是我們有一個思考模式，我們說神是一個創造者。神並不

是創造者，神比較是創造性的力量，是那個創造本身。

它被一再一再地灌輸到我們的頭腦裡，說在過去的某一個地方，神創造了世界，然後在那個時候、在那裡，創造就結束了。基督徒有一個故事說神在六天裡面創造出這個世界，然後祂在第七天休息，所以第七天，星期天是假日，神在那一天休假。在六天裡面祂創造出世界，然後就永遠永遠了，自從那時之後就沒有創造了，這是一個非常死的觀念。

譚崔說，神就是那個創造力，創造並不是發生在過去某一個地方的一個歷史事件，它每一個片刻都在發生，神每一個片刻都在創造，但是語言再度產生困難，我們說：「神在創造。」它感覺起來好像神是一個繼續在創造的人，不，那個每一個片刻都一直繼續在動的、那個創造力，就是神。所以你每一個片刻都在創造裡，這是一個非常活的觀念。並不是說神在某一個地方創造了某一個東西，然後從那個時候開始，人和神就沒有對話、沒有連結、沒有關係了——祂創造了，然後事情就結束了。譚崔說，每一個片刻你都在被創造，每一個片刻你都跟神性，跟創造的源頭處於很深的關係裡，這是一個非常活的觀念。

透過這個技巧，你將會瞥見到那個創造力，在內在和在在外。一旦你能夠

感覺到那個創造力和那個碰觸，以及它的衝擊，你將會變得完全不同，你將永遠不再一樣，神已經進入了你，你已經變成一個住處。

103、不要跟慾望抗爭。

第二個技巧：在每一個慾望和每一個知的最起點帶著全然的意識，知道。

關於這個技巧最基本的事就是全然的意識。如果你能夠將你全然的意識帶到任何事物，它就會變成一個蛻變的力量。每當你很全然地在它裡面——在任何事物裡面，那個蛻變就發生了，但那是困難的，因為不論我們在哪裡，我們就只是部分在那裡，從來不是全部在那裡。

你在此聽我講話，這個傾聽可以變成一個蛻變。如果你全然在這裡，當下這個片刻，如果傾聽是你的全部，那個傾聽將會變成一個靜心，你將會進入一個不同的狂喜領域，一個分開的真相，但你並不是全然的，那就是人類頭腦的難題，它一直都是部分的。一部分在聽，另外一部分也許是在其他某一個地

方，或者也許是在睡覺，或者是在想著那個被說出來的，或者是在內在爭論，那創造出分裂，而分裂是消耗能量的。所以，當你做任何事的時候要將你全部的存在都投放進去。當你沒有任何保留，甚至連一小部分都沒有分離出去，當你整個「跳」進去，是很全然的、整體的，你的整個存在都進入它，那麼任何行為都變成靜心的。

據說有一天臨濟在他的花園裡工作——臨濟是一個禪師——有一個人來，那個人是要來問一些哲學性的問題，他是一個哲學的追尋者，他不知道那個在花園裡面工作的人就是臨濟本人，他想他一定是一個園丁，一個僕人，所以他問：「臨濟禪師在哪裡？」

臨濟回答：「臨濟一直都在這裡。」當然，那個人認為這個園丁似乎瘋了，因為他說臨濟一直都在這裡。所以他認為，再問這個人任何事是沒有用的，所以他就開始移開，想要去問別人，臨濟說：「不要去別的地方，因為你在別的地方找不到他，他一直都在這裡。」但是他就逃離了這個瘋狂的人。

然後他跑去問別人，他們說：「你所碰到的那個人就是臨濟。」
所以他跑回來說：「請原諒我，對不起，我以為你瘋了，我是要來問事情

的，我想知道真理是什麼，我要怎麼做才能夠知道它？」

臨濟說：「做任何你想做的事，但是要很全然地做它。」

重點不在於你做什麼，那是無關的，重點在於你要很全然地做它。

「比方說，」臨濟說：「當我在地上挖這個洞的時候，我的全部都在這個挖的行為裡，沒有任何被保留的臨濟，全部都投入那個挖。事實上並沒有『挖的人』，就只有『挖』，如果有那個『挖的人』，那麼你是分裂的。」

你在聽我講話，如果有那個聽者，那麼你並不是全然的，如果只有那個聽，而沒有聽者，那麼你就是全然在此時此地，那麼這個片刻就變成一個靜心。

在這段經文裡面，希瓦說：在每一個慾望和每一個知的最起點帶著全然的意識，知道。如果一個慾望在你裡面升起，譚崔不會叫你去跟它抗爭，那是沒有用的，沒有一個人能夠跟慾望抗爭，那也是愚蠢的，因為每當你開始跟你裡面的某種東西抗爭，你是在跟你自己抗爭，你將會變成精神分裂的，你的人格將會分裂。所有這些所謂的宗教都幫助人類漸漸變成精神分裂的，每一個人都是分裂的，都在跟自己抗爭，因為所謂的宗教告訴你：「這是不好的，不要做這個。」如果慾望升起，要怎麼辦呢？你繼續跟慾望抗爭。譚崔說，不要跟慾

望抗爭，但那並不是意味著你就變成了它的受害者，那並不是意味著你就放縱在它裡面。譚崔給你一個非常微妙的技巧，當慾望升起的時候，就在那個最起點，要很全然地警覺，全然地看著它，變成那個「看」，不要保留任何「看者」，將你全部的意識都帶到這個升起的慾望，這是一個非常微妙的方法，但是很棒，它的效果是奇蹟般的。

有三件事必須被加以了解，首先，當慾望已經升起，你無法做任何事，然後它將會走完它的全程，它將會完成它的循環，你無法做什麼。在它剛開始的時候，你可以做些什麼，那個種子必須就在那個時候被燒掉，一旦那個種子發芽了，樹木已經開始成長，它就很難，幾乎不可能，再做什麼了。任何你所做的都將會創造出更多的痛苦，消耗能量，同時會帶來挫折，並使你變弱。當慾望升起，就在那個起點，就在那第一個瞥見，就在慾望升起的第一個閃光，將你全部的意識，全部的存在都帶進來看著它，什麼事都不要做，其他什麼都不需要。帶進全部的存在，那個「看」會變成如火一般的，將那個種子燒掉，沒有奮鬥、沒有衝突、沒有敵意，只是用全部的你深入地看，那個正在來臨的慾望就會完全消失。

當一個慾望消失，沒有抗爭，它會讓你變得非常強而有力，帶著無比的能量，帶著無比的覺知，那是你無法想像的。如果你抗爭，你將會被挫敗，即使你沒有被打敗，而是你打敗了慾望，那個結果也是一樣的，將不會有能量留下來，不論你贏了或是被打敗，你都會感到挫折，在這兩種情況下，你到了最後都會變成虛弱的，因為那個慾望是用你的能量在抗爭，而你也是用同樣的能量在抗爭，那個能量來自同樣的源頭，所以不論那個結果是什麼，那個源頭都將會被削弱。但是如果那個慾望在起點的時候就消失，沒有任何衝突——記住，這是基本的：沒有任何抗爭，只要一個看，甚至不是一個帶有反對的看，甚至沒有想要摧毀的想法，沒有敵意，只是一個全然的看——在那個全然的看當中，那個種子就燒掉了。當那個慾望，那個正在升起的慾望，就像天上的煙一樣地消失，你就會有無比的能量，那個能量就是喜樂，那將給你一種屬於它自己的美，一種優雅。

那些在跟他們的慾望抗爭的所謂聖人總是醜的，當我說醜，我是意味著他們一直都是低劣的、抗爭的。他們的整個人格都變成不優雅的，而且他們一直都是虛弱的，一直都缺乏能量，因為他們所有的能量都在內在的抗爭當中用光

了。佛陀是完全不同的，來到佛陀身上的優雅是在沒有任何奮鬥或抗爭，沒有任何內在的暴力而慾望就消失之後的優雅。

在每一個慾望和每一個知的最起點帶著全然的意識，知道。在那個當下就只是知道，看。什麼事都不必做，其他什麼都不需要。一切所需要的就是你的整個存在都必須在那裡，「在」，你全然的「在」是需要的。這就是沒有任何暴力地達到最終的成道的奧秘之一。而且要記住，你無法帶著暴力進入神的王國，不，那些門將永遠不會為你打開，不論你敲得多麼重。敲門，繼續敲，你也許會敲破你的頭，但是那些門將永遠不會打開，但是對於那些在內在深處是非暴力的，不跟任何東西抗爭的人來講，那些門一直都是開的，它們從來不是關起來的。

耶穌說：「敲門，那個門就會開給你。」而我要告訴你們，甚至不需要敲門，只要看，那個門是開的，它們一直都是開的，它們從來不是關閉的。只要深深地看，全然的、全部的、整體的。

104、知覺的界線。

第三個技巧：喔！夏克提，每一個特定的知覺都是有限的，消失在全能裡。

任何我們所看到的都是有限的，任何我們所感覺到的都是有限的，所有的知覺都是有限的，但是如果你能夠變覺知，那麼每一樣有限的東西都會消失而進入那個無限的。看著天空，你將會看到它有限的一部分，並不是因為天空是有限的，而是因為你的眼睛是有限的，你的焦點是有限的。但是如果你能夠覺知到這個界線是因為你的聚焦，是因為你的眼睛，而非天空是有限的，那麼你將會看到那個界線融入那個無限的。因為我們的看的緣故，所以任何我們所看到的都變成有限的，否則存在是無限的，否則每一樣東西都融入其他的東西，每一樣東西都喪失了它的界線，每一個片刻海浪都消失而進入海洋，任何事物都沒有終點，也沒有起點，每一樣東西也都是其他每一樣東西。

界線是我們強加上去的，它是因為我們，因為我們無法看到那個無限的，

所以我們就將它劃分開來。對每一樣東西我們都這樣做，你在家裏的四周圍起了一個籬笆，然後你說：「這塊地屬於我，籬笆之外是別人的地。」但是在內在深處，你的地和你鄰居的地是「一」，那個籬笆只是因為你。地並不是被分開的，鄰居和你是分開的——因為你的頭腦。

國家之所以被分開是因為你們的頭腦。印度在某一個地方結束，而巴基斯坦開始，但是就在幾年前，印度就在現在巴基斯坦的所在地。在那個時候，印度的土地涵蓋了現在的巴基斯坦，但是現在巴基斯坦是分割出去了，所以有一個障礙，但那個地仍然保持是一樣的。

我聽過一個故事，它發生在印度和巴基斯坦被分開的時候。有一個瘋人院，一個精神療養院，就在印度和巴基斯坦的邊界上。政客們並不擔心那個瘋人院歸屬於誰——歸屬於巴基斯坦或歸屬於印度，但是那個院長非常擔心，所以他問那個瘋人院要歸屬於誰，它是要歸屬於印度，或是要歸屬於巴基斯坦。

有德里的人通知他說他必須問住在裡面的人——那些瘋子，然後投票看看他們想要歸屬於誰。

院長是那裡面唯一沒有發瘋的人，然後他試著解釋，他將那些瘋子都召集

起來，告訴他們：「現在由你們來決定，你們想要去哪裡就可以去哪裡，如果你們想要去印度，你們可以去印度；如果你們想要去巴基斯坦，你們也可以去巴基斯坦。」

但是那些瘋子說：「我們想要留在這裡，我們不想去任何地方。」

他一再地試著解釋，他說：「你們還是會留在這裡，不必擔心，你們將會留在這裡，但是你們想要去哪裡？」

那些瘋子說：「人們都說我們瘋了，但是我們看你更瘋，你說你將會留在這裡，我們也會留在這裡，所以為什麼要擔心去到任何地方？」

那個院長變得不知所措，不知道要如何解釋這整件事情，然後就只有一個方式，他築起了一道牆，將那個瘋人院劃分成兩等份，一部分變成印度，另外一部分變成巴基斯坦，據說有時候巴基斯坦瘋人院裡面的瘋子會爬牆過去，印度那一邊的瘋子也會爬過牆去，他們仍然很混亂，不知道是怎麼一回事。「我們在同一個地方，你去到了巴基斯坦，我們去到了印度，但是沒有人去到任何地方！」

那些瘋子一定不知所措，他們將永遠無法了解，因為在德里和喀拉蚩有更

瘋的瘋子。

我們繼續在劃分，生命和存在並不是分開的，所有的劃分都是人為的。它們是有用的，如果你不瘋狂地跟它們認同的話，如果你知道它們只是人工的、人為的、實用的，而不是真實的，那就沒有問題。它們就只是一些虛構的神話，它們是有幫助的，但是它們不會進入到深處。

喔！夏克提，每一個特定的知覺都是有限的，消失在全能裡。所以每當你看到任何有限的東西，永遠都要記住，超出那個界線之外，它在消失，那個界線在消失，永遠都要往遠處和更遠處看。

你可以使這個成為一種靜心，只要坐在一棵樹下看，任何進入你的視線的，只要往更遠處看，不要停留在任何地方。只要找到這棵樹在哪裡融解掉。這棵樹，這棵在你家花園裡小小的樹有整個存在在它裡面，它每一個片刻都在融解。如果太陽明天不出來，這棵樹將會死掉，因為這棵樹的生命跟太陽的生命綁在一起。它們之間的距離非常遠，因為陽光到達地球需要一些時間，大約十分鐘的時間。十分鐘是非常長的，因為光速是非常快的，無比地快。光在一秒鐘裡面就可以跑十八萬六千英里，而從太陽要到達這棵樹要花上十分鐘，那

個距離是非常非常遙遠的，無與倫比的，但是如果太陽不復存在，那棵樹就會立刻消失，它們是一起存在的，樹木每一個片刻都在融入太陽，太陽也在融入樹木，太陽每一個片刻都在進入樹木，使它活起來……另外有一件事是科學還不知道的，但是宗教說另外一件事也在發生，因為在生命裡面沒有一樣東西能夠沒有反應而存在。如果太陽給樹木生命，樹木也一定將生命回給太陽，因為在生命裡面永遠都有一個反應，而能量會互相平衡。樹木一定也給太陽生命，它們是「一」，然後樹木就消失了，那個界線就消失了。

不論你往哪裡看，要往遠處看，不要停留在任何地方，一直一直繼續下去，直到你失去了你的頭腦，直到你失去了你所有有限的模式，突然間，你將會被啟發，整個存在是「一」，那個「一」就是目標。突然間，頭腦會對模式、限制、和界線感到疲倦——當你堅持繼續超越，當你繼續將它拉到遠處又更遠處，頭腦就溜掉了，突然間它就消失了，然後你就將存在視為一個廣大的「一」，每一樣東西都互相融入對方，每一樣東西都一直在改變成另外的。

喔！夏克提，每一個特定的知覺都是有限的，消失在全能裡。你可以由它做成一個靜心，靜坐一個小時，將它做出來，不要在任何地方創造出任何界

線，不論那個界線是什麼，只要試著去找出那個超出它的。移動，繼續移動，不久之後，頭腦就會疲倦，因為頭腦無法克服那個無限的，它只能跟那個有限的連結，它無法跟那個無限的連結，它會變得無聊，它會疲倦，它會說：「夠了，現在停止！」但是不要停止，繼續走，到時候頭腦會被留下來，只有意識在走。在那個片刻，你將會知道「一」，知道非二分，這就是目標，這是意識的最高峰，那是人類頭腦最大的狂喜、最深的喜樂。

105、了解存在的合一。

第四個技巧：在真理裡面，形式是不分開的。不分開的是你遍在的本性和你自己的形式。了解每一個都是由這個意識所做成的。

在真理裡面，形式是不分開的。它們看起來好像是分開的，但是每一個形式都跟另外的形式連結在一起。它存在——更正確地說，它跟其他的形式一起存在，它事實上是一個相互的真相，一個相互的主體性。比方說，想想你自己

一個人在這個地球上，你將會怎麼樣？整個人類都消失了，在第三次世界大戰之後你被單獨留下來，只有一個人在世界上，單獨一個人在這個大的地球上，你會是誰？

第一件事是不可能構思你自己單獨一個人，那是不可能的，你會一直去嘗試，你會看到有人站在那裡——你的太太，你的小孩，你的朋友——因為你無法單獨一個人存在，甚至在想像裡都不可能。你跟別人一起存在，他們給你存在，他們是有貢獻的，你貢獻給他們，他們貢獻給你。

你將會是誰？你將會是一個好人或是一個壞人？沒有什麼可以說的，因為好和壞都存在於關係裡。你將會是美的或醜的？沒有什麼可以說的，因為不論你是怎麼樣，你都是跟別人關連的。你將會是聰明的或愚蠢的？漸漸地，你將會看到每一個形式都消失了，你裡面的所有形式也都會跟著其他這些形式消失，你既不是愚蠢的，也不是聰明的，既不是好的，也不是壞的，既不是醜的，也不是美的，既不是男人，也不是女人，那麼你將會是什麼？如果你繼續將所有的形式都去除，不久之後你將會了解到，就剩下空無。我們將形式看成分開的，但它們並不是分開的，每一個形式都跟其他的形式連結在一起，形

式存在於一個模式裡。

這段經文說：在真理裡面，形式是不分開的。不分開的是你遍在的本性和你自己的形式。甚至你的形式和整個存在的本性也是分不開的，你是跟它合一的，你不能沒有它。另外一件事也是真實的，但是很難想像：宇宙不能沒有你。宇宙不能沒有你就好像你不能沒有宇宙一樣。你一直都以很多很多種形式存在，你將會一直都以很多很多種形式存在，但是你將會在那裡，你是這個宇宙固有的一部分，你並不是外來的，你並不是它的陌生人，你並不是一個外面的人，你是一個裡面的人，一個固有的部分。宇宙不能失去你，因為如果它失去你，它將會失去它自己。形式並不是分開的，它們是不分開的，它們是「一」，只是那個外表有分界和界線。如果你沈思它、穿透進入它，這可以變成一種了解；它變成一種了解，而不是一個教條，不是一個思想，而是了解到：「是的，我跟宇宙是合一的，宇宙跟我也是一的。」

這就是耶穌告訴猶太人的，但是他們覺得被冒犯了，因為耶穌說：「我跟我在天上的父親是合一的。」猶太人覺得被冒犯了。他是在宣稱什麼？他是在宣稱他跟神是合一的嗎？這是瀆神的，他必須被懲罰。但他只是在教一個技巧

——形式並不是分開的，你和整體是合一的——「我跟我在天上的父親是合一的。」但這並不是一個宣稱，這只是一個被建議的技巧。當耶穌說「我跟我在天上的父親是合一的」，他並不是意味著你跟天父、跟神性是分開的。當他說「我」，那是代表每一個「我」。每當「我」存在，那個「我」跟神性是合一的。但是它可能會被誤解，猶太人和基督徒都誤解了。甚至連基督徒也誤解了，因為他們說他是神唯一的兒子，唯一被生下來的兒子，所以其他沒有人能夠宣稱他也是神的兒子。

我在閱讀一本非常好玩的書。那個書名叫作「三個基督」。在一個瘋人院裡面，有三個人，他們三個人都宣稱他們是基督——這是一件真實的事，而不是一個故事——所以一個心理分析學家就去分析他們，然後有一個想法來到了他的頭腦，如果將他們三個人互相介紹給對方，看看會有什麼事發生，這樣一定很好玩——他們要怎麼介紹他們自己，而他們的反應又會是怎麼樣。所以他就將這三個人都帶來，將他們放在一個房間裡，讓他們自己互相介紹。

當一個人說：「我是唯一被生下來的兒子，耶穌基督。」

另外一個人笑了，在他的頭腦裡，他想，他一定是瘋了！他說：「你怎麼

可能是，我就是耶穌基督，你也是那個整體的一部分，那個意識的一個片斷也在你裡面，但是耶穌基督，神唯一的兒子——那是我。」

第三個人認為，他們兩個人都是愚蠢的，他們兩個人都瘋了，他說：「你們在說什麼？看著我，神的兒子就在這裡。」

然後那個心理分析師分別問他們：「你的反應是什麼？」

他們都說：「其他兩個人都瘋了，另外兩個人都瘋掉了。」

不僅瘋子的情況是如此，如果你問基督徒，看看他們對克里虛納怎麼想——因為他宣稱他是神——他們將會說就只有一個人，一個人穿透了彼岸，那就是耶穌基督。在歷史上就只有一次，神穿透到世界裡，而那是發生在耶穌基督。克里虛納很好，是一個偉人，但不是神聖的，不是神本身。

如果你問印度教教徒，他們將會取笑耶穌，同樣的瘋狂在進行著，而那個真相就是，每一個人都是神的兒子——每一個人，沒有其他的可能性。你們都是來自同樣的源頭，不論你是耶穌或克里虛納，或A、B、C，任何人或沒沒無聞的人，你們都是來自同樣的源頭。每一個「我」，每一個意識，都立即跟神性連結，耶穌只是在給予一個技巧，他被誤解了。

這個技巧是一樣的。在真理裡面，形式是不分開的。不分開的是你遍在的本性和你自己的形式。了解每一個都是由這個意識所做成的。不僅要了解你是由這個意識所做成的，同時要了解，你周遭的任何東西都是由這個意識所做成的，它能夠給你一個非常自我主義的感覺，它能夠是自我一個很深的滿足，但是要了解，別人也是，然後它就會變成一種謙虛。

當每一樣東西都是神聖的，你就無法有任何自我主義的頭腦；當每一樣東西都是神聖的，你是謙虛的，那麼就沒有你是某某人物或是優於別人的問題，那麼整個存在就都是神聖的，不論你往哪裡看，你都是看到神性。那個看者和那個被看的兩者都是神聖的，因為形式並不是分開的，在所有形式底下隱藏著同一個無形的。

第七十六章

生命是性能量

問題摘要：

譚崔似乎跟性沒有很多關係。

無知和成道要如何關連？

克利虛納姆提為什麼反對技巧？

做成系統的優點與缺點？

第一個問題：

我們一直都聽說譚崔基本上是顧慮到性能量和性中心的技巧，但是你說譚崔是全部都包括的。如果前者的觀點有任何真理的話，在這部譚崔經典裡面大多數的技巧似乎都是非譚崔的，是這樣嗎？

第一件事就是要了解性能量。就你所了解的它，它只是一部分，只是生命力的一部分，但是就譚崔所了解的它，它跟生命是同義詞，它並不是一個部分或一個片斷，它就是生命本身。所以當譚崔說「性」能量，它是意味著「生命」的能量。佛洛依德所說的性能量也是意味著如此。佛洛依德在西方也是非常受到誤解，對人們來講，它顯得好像是他將生命縮減成性，但他所做的事跟譚崔長久以來一直在做的是同樣的事。

生命就是性。「性」這個字並不侷限於繁殖，整個生命能量的遊戲就是性，繁殖只是那個遊戲的一部分。不論在什麼地方，當兩個能量會合——負向的和正向的——性就進入了。

它很難了解。比方說，你們在聽我講話，如果你問佛洛依德，或者如果你問譚崔的師父，他們一定會說，聽是被動的、女性的，而講話是男性的。講話

是穿透你，而你是接受它。在講者和聽者之間有一個性行為在發生，因為講者試圖要穿透你，而聽者在接受。在聽者裡面的能量已經變成女性的，如果那個聽者沒有變成女性的，那麼就沒有聽的現象。那就是為什麼聽者必須是完全被動的，在聽的時候他不可以想，因為思考會使他變成主動的，他不可以內在一直爭論，因為爭論會使他成為主動的。在聽的時候，他必須只是聽，不做其他任何事，唯有如此，那個訊息才能夠穿透而變成具有啟發性的，但是這樣的話，那個聽者已經變成女性的。

唯有當一方變成男性的，而另外一方變成女性的，那個溝通才會發生，否則不可能有溝通。不論在什麼地方，當負向的和正向的會合，性就發生了。它也許是在身體的層面——正電和負電會合，性就發生了。每當相反的兩極會合，它就是性，所以性是非常廣泛的，是一個非常寬廣的名詞，它並非只是顧慮到繁殖。繁殖只是包含在性的現象裡面的一種類型。譚崔說，當最終的喜樂和狂喜進入到你裡面，它意味著你自己的正極和負極會合了，因為每一個男人既是男人，也是女人，你並非只是由男人或是由女人所生出來的，你是由相反兩極的會合所生出來的，你的父親有貢獻，你的母親也有貢獻，你一半是你的

母親，一半是你的父親，他們兩者一起存在你裡面。當他們在內在會合，狂喜就發生了。

佛陀坐在他的菩提樹下是處於很深的內在性高潮，那個內在的力量會合了，它們互相融入對方，如此一來已經不需要去找尋外在的女人，因為那個跟內在女人的會合已經發生了，佛陀不執著於，或是說已離開了，外在的女人，並不是因為他反對女人，而是因為那個最終的現象已經發生在他的內在，所以外在的已經不需要了。一個內在的圓圈已經完整了、完成了，那就是為什麼佛陀的臉上呈現出一種優雅，它是完整所散發出來的優雅，如此一來已經不缺什麼，一種很深的滿足發生了，現在已經沒有進一步的旅程，他已經達成了最終的命運。內在的力量已經會合，現在已經沒有衝突，但它是一個性的現象，那就是為什麼譚崔被說成是以性為基礎的，以性為導向的——所有這一百一十二種技巧都是性的。

事實上，沒有一種靜心技巧可以是非性的，但是你必須了解「性」這個詞是廣義的，如果你不了解，你將會覺得混亂，然後誤解就會跟隨著來。

所以每當譚崔說性能量，它意味著生命力或生命的能量本身，它們是同義

的。任何我們所說的性只是生命能量的一個層面，還有其他的層面，的確，它應該是如此。你看到一顆種子在發芽，在某一個地方，花朵正在來到一棵樹，小鳥在唱歌——這整個現象都是性的，它是生命以很多方式在展現它自己。當小鳥在唱歌，它是一個性的呼喚，一個邀請；當花朵吸引蝴蝶和蜜蜂，它是一種邀請，因為蜜蜂和蝴蝶將會攜帶那些繁殖的種子。星星在空中移動……還沒有人去研究它，但是古老的譚崔觀念認為有雄性的星球和雌性的星球，否則就不會有移動。它一定是如此，因為那個兩極性是需要，對立的那一極是需要的，才能夠創造出磁性，創造出吸力。星球一定是雄性和雌性的，每一樣東西都必須被分成這兩極，生命就是在這兩極之間的一個韻律。排斥和吸引，接近和走遠……這些是韻律。

在相反兩極會合的地方，譚崔使用「性」這個字，它是一個性的現象。如何使你內在相反的兩極會合就是整個靜心的目的。因此所有這一百一十二種技巧都是性的，它們不可能是其他的，沒有這個可能性，但是要試著去了解「性」這個詞的廣泛意義。

第二個問題：

你說過存在是一個整體，每一樣東西都是有關連的，東西互相融入對方，樹木沒有太陽無法存在，太陽沒有樹木也無法存在。參考這個說法，請你解釋無知和成道要如何互相關連？

它們是互相關連的。成道和無知是相反的兩極。成道之所以存在只是因為有無知。如果無知從世界上消失，成道一定會同時消失，但是因為我們二分性的想法，我們一直都認為相反的兩極是相反的，事實上它們是互補的，它們並非真的相反。它們是互補的，因為其中一個不能沒有另外一個而存在，所以它們並不是敵人，出生和死亡並不是敵人，因為如果沒有出生，死亡無法存在。出生創造出讓死亡存在的基礎。

但是如果沒有死亡，出生也無法存在，死亡創造出那個基礎，所以每當有一個人死，就有其他的一個人會出生。在某一個片刻有死亡，在下一個片刻立刻就會有出生。它們看起來好像是相反的，就表面而言，它們是互相對立在運

作，但是在內在深處，它們是互相幫助的朋友。

很容易誤解無知和成道，因為我們認為當一個人成道，無知就完全消失了，這是一般對成道的看法，認為無知完全消失了。不，那是不對的，反倒是，相反地，當一個人成道，成道和無知兩者都消失，因為如果其中一個在那裡，另外一個也一定會存在，其中一個不能沒有另外一個而存在，它們是一起存在，也一起消失的，它們是一樣東西的不同面，是一個錢幣的兩面。你無法使錢幣的一面消失，而保留另外一面。

所以當一個人變成一個佛，事實上，在那個片刻，兩者都消失了——無知和成道兩者都消失了，就只有意識被留下來，純粹的本質被留下來，那個衝突、對立、和有幫助的相反那一極都消失了。那就是為什麼當佛陀被問到，一個成道的人會變成怎麼樣？他有很多次都保持沈默。他說：「不要問這個，因為不論我怎麼回答都不對，不論我說什麼都不對。如果我說他已經變得很寧靜，它意味著寧靜的相反還存在，否則你怎麼能夠感覺到寧靜；如果我說他已經變得很喜樂，那麼痛苦一定就存在於它的旁邊，因為如果沒有痛苦，你怎麼能夠感覺到喜樂？」

佛陀說：「不論我說什麼都不對。」所以，關於一個成道者的狀態，他一向都保持沈默，因為我們所用的詞都是二分的。如果你說光，而如果有人堅持說：「定義它。」那麼你要如何定義它？你將必須把黑暗帶進來，唯有如此，你才能夠定義它。你將會說光就是黑暗的不存在——或是類似那樣的話。

世界上最偉大的思想家之一，伏爾泰，曾經說過，唯有當你先定義你的詞，你才能夠溝通，但那是不可能的，如果你必須定義光，你一定得把黑暗帶進來，然後如果被問說黑暗是什麼，你將必須用光來定義它，而它是沒有被定義的。所有的定義都是循環的。他們常說：「頭腦是什麼？」那個定義就是：「不是物質。」而「物質是什麼？」那個定義就是：「不是頭腦。」

這兩個詞都是沒有被定義的，你在跟你自己玩一個詭計。你用一個詞來定義另外一個詞，而那個詞本身是需要被定義的。整個語言都是循環的，它的相反是需要的。

所以佛陀說：「我甚至不說成道的人存在。」因為唯有當不存在也在，存在才可能。所以他甚至不說成道之後你存在，因為存在必須藉著不存在來定義，那麼就沒有什麼可以說的，因為所有的語言都是由相反的兩極所組成的。

那就是為什麼在優婆尼沙經裡，它說如果有人說他成道了，那麼你就可以知道得很清楚，他還沒有成道，因為他怎麼能夠覺得自己是成道的？某種無知一定還留著，因為對照是需要的。

如果你在一塊黑板上用白色的粉筆寫字，那個黑板越黑，所寫出來的字就會越白。你無法用白色的粉筆寫在白板上，如果你這樣做，就等於沒有寫，因為那個對照是需要的。如果你覺得你是成道的，那表示那個黑板還在那裡，唯有如此，你才能夠感覺到它。如果那個黑板真的消失了，所寫的字一定也消失了，它是同時發生的。所以一個佛既不是無知的，也不是聰明的，他就只是存在。你無法將他放在任何二分性的任何一端，那個兩極已經消失了。

當它們消失，那個情況會變得怎麼樣？當兩極會合，它們會互相抵銷，然後消失。以另外一種方式，你可以說佛陀是最無知的人，同時是最開悟的。那個兩極性已經來到了它的極點，在那裡有一個會合，那個會合將兩者都抵銷掉了。加和減會合在一起，現在既沒有加，也沒有減，因為它們已經互相抵銷。那個減已經抵銷掉那個加，那個加已經抵銷掉那個減，它們兩者都消失了，然後一個純粹的本質，一個天真的本質被留下來。你不能够說它是聰明的，你也

不能夠說它是無知的——或者你可以說它兩者都是。

成道意味著那個你從那裡跳進非二分的點，在那個點之前是二分性，每一樣東西都被劃分了。

有人問佛陀說：「你是誰？」

他笑著說：「很難說。」

但是那個人堅持，他說：「因為你存在，所以一定有什麼可以說的；因為你存在，所以一定有什麼有意義的東西可以被說。」

但是佛陀說：「沒有什麼可以說的，我存在，但是即使這樣說也把我引導到不真實裡。」

然後那個人循另外一個途徑，他問說：「你是一個男人或是一個女人？」

佛陀說：「很難說，從前我是一個男人，但是那個時候我的整個存在都被吸引到女人那裡。當我是一個男人，我的頭腦裡充滿著女人，當女人從我的頭腦裡消失，我的男人也跟著她們一起消失了，現在我無法說，我不知道我是誰，它很難定義。」

當二分性已經不復存在，就沒有什麼東西可以被定義，所以如果你覺知到

你變聰明了，它意味著愚蠢還在。如果你認為你已經變得很喜樂，它意味著你仍然在世界裡，在痛苦的領域裡。如果你說你感覺到一種很深的幸福，一種健康，那意味著疾病仍然是可能的，相反的那一極仍然跟著你。如果你攜帶著其中之一，另外一個將會跟隨，你必須同時拋掉兩者。當兩極會合的時候，那個拋掉就發生了。

因此所有宗教的基本科學就是如何讓你們內在的兩極會合，好讓它們能夠消失而不留下任何痕跡。隨著兩極的消失，你也會消失，現在的你將不復存在，某種完全新的、未知的，某種無法想像的，將會出現，那個被稱為梵天，你可以稱之為神，佛陀喜歡用涅槃這個詞，涅槃這個詞只是意味著一切原來的都停止，所有的過去都全部停止。你無法用你過去的經驗和知識來定義這個新的，這個新的是無法被定義的。

無知和成道也是二分性的一部分。對我們來講，佛陀看起來是成道的，因為我們處於無知當中；對佛陀本身來講，他兩者都不是，他不可能以二分性的詞來思考。

第三個問題：

能否請你告訴我們，克利虛納姆提為什麼反對技巧，而希瓦卻贊成很多技巧？

反對技巧也是一種技巧，不僅克利虛納姆提使用那個技巧，以前也被使用過很多次，它是最古老的技巧之一，它並不是什麼新的。

兩千年前，菩提達摩就使用過它，他介紹給中國我們現今所知道的禪。他是一個印度的和尚，一個來自印度的和尚，他相信沒有技巧，禪是基於沒有技巧。禪師說，如果你做些什麼，你將會錯過，因為要由誰來做？由你來做嗎？「你」就是那個病，從你身上無法誕生出其他的東西。要由誰來做那個努力？你的頭腦，而你的頭腦是必須被摧毀的，但是你無法藉著頭腦的幫助來摧毀頭腦本身。不論你做什麼，你的頭腦都將會更被加強。

所以禪宗說沒有技巧、沒有方法、沒有經典，也不可能有所謂的師父，但那個美就是，禪宗創造出了最偉大的師父，而且禪師寫出了世界上最偉大的經典。透

過禪，有千千万萬人達到涅槃，但是他們說沒有技巧。

所以，它必須被了解，沒有技巧事實上是最基本的技巧之一。那個著重點是在「沒有」，這樣你的頭腦才會被否定掉。頭腦可能會有兩種態度——是或否，這是兩個可能性，兩個選擇，就像在每一樣東西上面也是一樣，「否」是女性的，「是」是男性的，所以你可以使用「否」的方法，或者你可以使用「是」的方法。如果你遵循「是」的方法，那麼就會有很多方法——但是你必須說「是」，然後可能會有更多「是」。如果你遵循「否」的方法，那麼就沒有很多方法，那麼就只有一個方法，因為不可能有很多「否」。

注意看這個要點：世界上有很多宗教，很多有神論的類型，目前大約至少有三百種宗教存在，所以，有神論有三百種廟宇、教堂、和經典。但是無神論就只有一種類型，不可能有兩種，無神論者沒有宗派。當你說沒有神，事情就結束了，你無法區分兩個「否」，它們是沒有差別的。但是當你說「是的，有神」，那麼就可能有區別，因為我的「是」將會創造出我自己的神，而你的「是」將會創造出你自己的神。你的「是」也許是對耶穌說的，而我的「是」也許是對克里虛納說的，但是當你說「否」，那麼所有的「否」都是類似的，

那就是為什麼在這個世界上沒有各種無神論的宗派。

無神論者都類似，他們沒有任何經典，沒有任何教會，當他們沒有任何正向的態度，就沒有什麼東西可以來加以區別，一個簡單的「否」就足夠了。關於技巧的情況也是一樣：「否」就只有一種技巧，「是」有一百一十二種技巧，或者甚至可能更多，你可以創造出其他新的組合。

有人說我所教導的技巧——動態靜心的技巧並不包含在這一百一十二種技巧裡面。它沒有被包含，因為它是新的組合，但是所有在它裡面的都有在這一百一十二種技巧裡面。某些部分在某一個技巧裡面，另外的部分在另外的技巧裡面，這一百一十二種技巧是基本的技巧，你可以從它們創造出千千萬萬種，無止境的，任何數目的組合都可能。

但是那些說沒有技巧的人就只能有一種技巧，你無法從「否」創造出太多。所以菩提達摩、臨濟、布克由、和克利虛納姆提，都只有一種技巧。事實上，克利虛納姆提是繼承禪師的傳統，他是在談論禪，它並不是什麼新的，但禪一直都看起來是新的，而那個原因就是禪不相信經典、不相信傳統、不相信技巧。

所以每當「否」再度升起，它是新鮮的、新的。「是」相信傳統、相信經典、相信師父。每當「是」存在，它將會有一個很長的、沒有起點的傳統。那些說「是」的人，克里虛納或馬哈維亞，他們一直在說，他們並不是在說什麼新的東西。馬哈維亞說：「在我之前有二十三位大師都是在教同樣的東西。」而克里虛納說：「在我之前，這個先知將這個訊息給那個先知，那個先知又將那個訊息給另外一個先知，它就這樣被傳承下來，我並沒有說出任何新的東西。」

「是」永遠都是古老的，永恆的，「否」將一直看起來都好像是新的，好像它是突然出現的。「否」不可能有傳統的根，它是沒有根的，那就是為什麼克利虛納姆提看起來好像是新的，其實他並不是新的。

這個否定的技巧是什麼？它可以被使用，它是扼殺和摧毀頭腦最微妙的方法之一。頭腦試圖執著於某樣東西，那是一種支持，頭腦必須受到支持才能夠存在，它無法存在於真空裡，所以它創造出很多種支持——教會、經典、聖經、可蘭經、和吉踏經，然後它就會覺得很高興，有東西可以讓它執著，但是有了這個執著，頭腦就會存留下來。

這個沒有技巧的技巧堅持要摧毀所有的支持，所以它會堅持沒有經典。沒有聖經能夠有所幫助，因為聖經只不過是文字；沒有吉踏經能夠有任何幫助，因為不論你透過吉踏經知道什麼，它都是借來的，而真理是無法被借的。沒有一個傳統能夠有任何幫助，因為真理必須很真實地由個人來達成。你必須去到它那裡，它無法被轉移到你身上。沒有一個師父能夠將它給你，因為它不像財產，它是不能轉移的，它無法被教，因為它不是資訊。如果一個師父教你，你只能夠學到文字、觀念、和教條。沒有一個師父能夠使你成為一個達成的人，那個達成必須發生在你身上，而且它必須在沒有任何幫助的情況下發生，如果它是透過某種幫助而發生，那麼它是依賴的，那麼它就無法引導你到最終的自由，到莫克夏。

這些就是這個「沒有技巧」的內容，透過這些批評、否定、和爭論，支持就被摧毀了，那麼你就單獨被留下來，沒有師父、沒有經典、沒有傳統、沒有一個真空裡。事實上，如果你能夠構思這個真空，並且準備好存在於它裡面，你將會被蛻變。但是頭腦非常狡猾，如果克利虛納姆提告訴你說就是這些——沒

有支持、沒有執著、沒有師父、沒有經典、沒有技巧——你將會執著於克利虛納姆提，有很多人執著於他。頭腦再度創造出一個支持，然後整個要點就喪失了。

有很多人來到我這裡，他們說：「我們的頭腦很痛苦，要如何達到內在的平靜，要如何達到內在的寧靜？」如果我給他們某個技巧，他們說：「但是技巧不能夠有所幫助，因為我們一直在聽克利虛納姆提這樣說。」

然後我問他們：「那麼為什麼你們要來找我？當你問說『要如何達到寧靜』，你是在要求一個技巧，而你還去聽克利虛納姆提的，為什麼？如果沒有師父，如果那個真實的無法被教，那麼你為什麼要去聽他演講？他無法教你任何東西，但你還是繼續在聽他講，你還是在被教。現在你已經開始執著於這個沒有技巧。所以每當有人給你技巧，你就會說：『不，我們不相信技巧。』而你还無法寧靜，所以到底是怎麼一回事？你是在哪裡錯過了火車？如果你真的不需要技巧，如果你沒有任何技巧，你一定已經達成了，但是你並沒有達成。」

基本的要點被錯過了，這個基本的要點是，這個沒有技巧的技巧要能夠發生作用的話，你必須摧毀所有的支持，你必須不能執著於任何東西，而它是非

常困難的，它幾乎不可能，那就是為什麼過去這四十年以來，有很多人一直在聽克利虛納姆提演講，但是並沒有什麼事發生在他們身上，它非常費力，而且非常困難，幾乎不可能保持不被支持，保持完全單獨，而且很警覺說頭腦不可以創造出任何支持。因為頭腦非常狡猾，它會一再一再地創造出微妙的支持。你也許會拋掉吉踏經，但是之後你會用克利虛納姆提的書來填補那個空間，你也許會取笑穆罕默德，你也許會取笑馬哈維亞，但是如果有人取笑克利虛納姆提，你就會生氣。以一種迂迴的方式，你再度創造出一個支持，你是執著的。

不執著就是這個技巧的奧秘，如果你能夠做它，那很好；如果你無法做它，那麼不要欺騙，那麼有一些技巧，使用它們！那麼你要很清楚，你無法單獨，所以你需要得到別人的幫助。幫助是可能的，透過幫助也能夠蛻變。

這些是相反的兩極——「是」和「否」，這些是相反的兩極，你可以選擇其中之一來做，但是關於你自己的頭腦以及它的運作，你必須決定，如果你覺得你可以單獨……

有一次，我待在一个村子裡，有一個人來，他告訴我：「我非常混亂，我的家人試圖要為我安排一個婚姻。」他是一個年輕人，剛從大學畢業，他說：

「我不想涉入所有那些，我想要成為一個門徒，我想要拋棄一切，所以你會給我什麼建議？」

我告訴他說：「我從來不會去問任何人，但是你已經來找我建議，當你來尋求建議，它就表示你需要支持，你需要幫助。沒有一個太太而生活對你來講會很困難，那也是一個支持。」

你無法沒有一個太太而生活，你無法沒有先生而生活，但是你認為你可以沒有一個師父而生活嗎？不可能！你的頭腦在每一方面都需要支持。你為什麼要去找克利虛納姆提？你去學習，你去接受教導，你去借來知識，否則是不需要的。

有很多次都有朋友說：「如果你跟克利虛納姆提見面一定很好。」

所以我告訴他們：「你去問克利虛納姆提，如果他想要會面，我就會去，但是去那裡有什麼？我們要做什麼？我們要談論什麼？我們可以保持沈默，這有什麼需要呢？」

但是他們說：「如果你們兩個人會面一定很好，對我們來講一定很好，我們會很高興去聽看看你們講什麼。」

所以我就講了一個故事給他們聽。有一次，一個回教的神秘家，法利得，在旅行，當他們去到另外一個神秘家卡比兒的村子附近，法利得的跟隨者就說，如果你們兩個人會面一定非常好。當卡比兒的門徒聽到這件事，他們也堅持說當法利得經過的時候，他們必須邀請他進來，所以卡比兒說：「沒有問題。」法利得也說：「沒有問題，我們可以去，但是當我進入到卡比兒的茅屋裡，什麼話都不要說，完全保持沈默。」

法利得在卡比兒的茅屋裡待了兩天，完全沈默，他們靜靜地坐了兩天，然後卡比兒送法利得到他村子的邊緣，他們在離開的時候仍然保持沈默。在他們要分手的時候，雙方的跟隨者開始問，卡比兒的跟隨者問他說：「這到底是怎麼一回事？它變得很無聊，你們就在那裡靜靜地坐兩天，一句話都沒說，而我們卻很想聽。」

法利得的跟隨者也說：「這到底是怎麼一回事？它似乎很奇怪，持續兩天的時間，我們一直在看，一直在看，一直在等待又等待，看看這個會合能夠產生出什麼，但是什麼事都沒有發生。」

據說法利得說：「你們是什麼意思？兩個知道的人無法談論；兩個不知道

的人能夠談論很多，但那是沒有用的，甚至是有害的。唯一的可能性就是知道的人講給不知道的人聽。」

卡比兒說：「任何說出一句話的人就證明他是不知道的。」

你們繼續在要求建議，你們繼續在尋求支持，要了解清楚，如果你無法保持沒有支持，那麼最好是真的去找到一個支持，一個引導；如果你認為沒有需要，你本身就足夠了，那麼就停止找尋克利虛納姆提或任何人，停止找尋，保持單獨。

它也會發生在單獨的人身上，但那個現象是非常稀有的，有時候幾百萬人當中會有一個這樣的發生，而那也不是沒有任何原因的，那個人也許已經找尋了好幾世，他也許是一直在找很多支持，很多師父，很多引導，而現在來到了一個點，在那個點上他可以單獨，唯有如此，它才會發生。但是每當它發生在一個人身上，他到達了最終的單獨，他就開始說，它也能夠發生在你身上，那是很自然的。

因為它發生在克利虛納姆提單獨的狀態下，所以他繼續說它能夠發生在你身上。它無法發生在你身上！你在找尋支持，那表示你無法單獨做它，所以不

要被你自己所騙了！你的自我也許會覺得很好說「我不需要任何支持！」自我一直都認為「我自己單獨一個人就夠了」，但是那個自我將不會有所幫助，那將會變成最大的障礙。

沒有技巧是一種技巧，但只是為非常特定的人，為那些已經奮鬥了很多世，而現在來到了一個點，在那個點上他可以是單獨的，那個技巧是一個幫助。如果你是那種類型的人，你就不會在這裡，這一點我知道得很清楚。所以我並不擔心那個人，他將不會在這裡，他不可能在這裡，不僅是這裡，他也不可能在任何地方跟任何師父在一起，聽他講道，找尋、追尋、或練習，你不會在任何地方找到他，所以我們可以讓他去，不需要討論他。

這些技巧是為你的，這就是我要下的結論。克利虛納姆提是在為那個不可能在那裡的人談論，而我是為在這裡的人談論。任何克利虛納姆提所說的完全正確，但是他所面對的聽眾是完全錯誤的。那個能夠單獨，沒有任何技巧、任何支持、任何經典、任何師父，就能夠到達的人將不會去聽克利虛納姆提演講，因為不需要，這樣做是沒有意義的。而那些去聽的人，他們並不是那種類型的人，他們將會陷入很深的困難，而他們的確是如此。他們需要支持，而他

們的頭腦繼續在想著不需要支持。他們需要一個師父，而他們的頭腦繼續在說師父是一個障礙。他們需要技巧，但是在邏輯上，他們下結論說技巧無法有幫助。他們陷入了很深的麻煩，但那個麻煩是由他們自己所造成的。

在你做任何事之前，你必須試著去了解，你是屬於哪一種類型的頭腦，因為最終來講師父是沒有意義的，最終來講，你的頭腦才是有意義的。最終的決定將會是透過你的頭腦，那個命運必須透過你的頭腦來達成，所以要了解，不要有任何自我來擾亂你。只要了解你需要支持、引導、技巧、或方法來下功夫。如果你需要它們，那麼就去找它們；如果你不需要它們，那麼就沒有問題，成為單獨的，不執著；獨行，不執著。透過這兩種方式，同樣的事都會發生。「是」和「否」是兩個相反的極端，你必須找出你的途徑是什麼。

最後一個問題：

你說過，希瓦並不是一個系統的製造者，宗派無法在他的教導周圍形成，但是像佛陀、馬哈維亞、耶穌、和戈齊福這些人似乎是很大的系統製造者。他

們為什麼要成為系統的製造者？請你解釋系統製造的優點與缺點。你是不是一個多元系統的製造者？

有兩個可能性：你可以創造出一個系統來幫助人們，創造出多元系統來幫助人們，或是另外一種，你可以試著摧毀系統來幫助人們，這又再度是「是」和「否」，這又再度是相反的兩極，以這兩種方式你都能夠幫助人們。

菩提達摩是一個系統的摧毀者，克利虛納姆提是一個系統的摧毀者，整個禪的傳統都是在摧毀系統。馬哈維亞、穆罕默德、耶穌、和戈齊福都是偉大的系統製造者。那個難題一直都是，我們無法了解這兩個矛盾對立的東西能夠同時在一起，我們認為其中之一可能是對的，但是不可能兩個都對。如果系統的製造者是對的，那麼我們的頭腦會說系統的摧毀者一定是錯的。或者如果系統的摧毀者是對的，那麼系統的製造者一定是錯的。不，兩者都對。

一個系統意味著一個可以遵循的模式，一個清楚可供遵循的地圖，好讓不會有懷疑產生，不會有無法決定的情況產生，你可以帶著絕對的信心來遵循。記住，一個系統被創造出來是要來產生信心和信任的。如果每一件事都很清

楚，那麼要信任就比較容易；如果你所有的問題都很精確地被回答，那麼你將會處於沒有懷疑的狀態，那麼你就可以進行。所以有時候馬哈維亞也會回答你荒謬的問題，它們是沒有用的問題，沒有意義的，但他還是會回答，他會以使你變得有信任的方式來回答，因為那個信任的品質是需要的。

當某人試圖穿透進入那個未知的，一個很深的信任是需要的，否則將很難進行。它將會非常危險，你會害怕。它是暗的，那個路並不清楚，每一件事都很混亂，每一步都會把你引導到越來越不安全，因此系統的製造是需要的，好讓每一件事都被計劃好——你知道每一件關於天堂和地獄的事，以及最終的莫克夏，你會從那裡去進行，你會從那裡經過，每一英吋都被畫在地圖上，那會給你一種安全感，讓你覺得每一件事都沒有問題。人們在之前已經去過那裡，你並不是進入一個無人之境，你並不是進入那個未知的。一個系統使它看起來好像它是已知的，這是要幫助你，給你支持。如果你有信心，那麼你就會有能量去進行；如果你懷疑，你將會耗掉能量，然後那個進行就會變得很困難。

系統製造者試圖回答所有的問題，而且他們創造出一個簡潔的地圖，有了那個地圖在手上，你就會覺得每一件事都沒有問題，你可以進行，但是我要告

訴你，每一個系統都只是人工的，每一個系統都只是要用來幫助你，它並不是真實的，沒有一個系統可以是真實的，它是一個設計，但它是有幫助的，因為你的整個人格是那麼地不真實，所以甚至連不真實的設計也能夠有幫助。你生活在謊言裡，你無法了解真理。一個系統意味著較少的謊言，然後甚至又更少的謊言，然後漸漸、漸漸地，你將會越來越接近真理。當真理被顯露給你，那個系統就會變得沒有意義，它就會消失。

當舍利子成道，到達了最終的目標，他從那個點往回看，他看到了整個系統都消失了（照見五蘊皆空），任何他被教導的都不在那裡，所以他告訴佛陀：「整個我被教導的系統都消失了。」

佛陀告訴他說：「保持沈默，不要告訴別人！它已經消失了，它必須消失，因為它從來就不在那裡，它是一種假象，但是它能夠幫助你來到這個點，不要告訴那些還沒有到來的人，因為如果他們知道他們要去的是一個未知的地方，他們將會停止，他們無法不防衛地進入未知的地方，他們無法單獨去。」

它曾經發生過很多次，這是我自己的經驗，有很多人來找我，他們說：「現在靜心已經進入到很深，但是我們覺得害怕。」一個最終的感覺一定會來

臨，到時候你會有一種「垂死」的恐懼，就好像死亡正在接近。當靜心到達了它的頂峰，它是死亡般的。我告訴他們：「不要擔心，我會跟著你們。」那麼他們就覺得沒有問題。我不可能在那裡——不可能！沒有一個人能夠在那裡，這是不真實的。沒有一個人能夠在那裡，你將會是單獨的，那個點是完全單獨的。但是當我說「我將會在那裡，你不必擔心，繼續往前走」，他們就會覺得沒有問題，然後他們就會繼續走。如果我說「你們將會是單獨的，沒有一個人會在那裡」，他們就會退回來。到了那個點一定會有恐懼，那個深淵就在那裡，他們即將要掉下去，我必須幫助他們掉下去。所以我說我會在那裡，你儘管跳，然後他們就跳了！在他們跳下去之後，他們就會知道沒有人在這裡，但是到了那個時候，整個事情就結束了，他們已經回不來了，這是一個設計。

所有的系統都是為了要幫助的設計，幫助那些充滿著懷疑的人，幫助那些沒有信任的人，幫助那些沒有信心的人。為了要幫助人們在進入未知的時候不要有恐懼，所以系統被創造出來。在那些系統裡，每一件事就像是一個虛構的神話，所以會有那麼多的系統。馬哈維亞創造出他自己的——那個系統是按照他跟隨者的需要所創造出來的。所以他創造出一個系統，它是一個神話，但是

非常有幫助，因為有很多人透過它進入而到達了真理。當他們到達，他們就知道那個系統是假的，但是它有效。

佛陀將真理定義成那個有效的。他對真理的定義就是：那個有效的——如果一個謊言能夠有效，它是真實的；如果一個真理無法奏效，它是假的。

有很多系統，每一個系統都會有幫助，但並不是說每一個系統都能夠幫助每一個人，那就是為什麼古老的宗教堅持說一個人不能夠改變到新的宗教，因為雖然頭腦在一段時間之後能夠被一個新的系統所制約而改變，但是在內在深處，你是永遠無法改變的。一個印度教教徒可以變成一個基督徒，一個基督徒可以變成一個印度教教徒，但是在七歲之後，那個頭腦就幾乎固定了、被制約了。所以如果一個印度教教徒變成一個基督徒，他在內在深處還是會保持是一個印度教教徒，那麼基督教的系統就無法幫助他，而他已經失去了跟他自己系統的連繫，那個原來的系統可能是有效的。

印度教和猶太教一直都反對改教，不僅反對改教，如果有人自願進入他們的宗教，他們也會抗拒，他們會說：「不，你要遵循你自己的途徑。」因為一個系統是一個很大的無意識的現象，它必須深入到無意識裡，唯有如此，它才

能夠有所幫助，否則它無法有所幫助，而它是一個人工的東西，它就好像是語言一樣，你永遠無法說任何語言像你說母語那麼好，那是不可能的，這是沒有辦法的。不論你在別人的語言裡面變得多麼有效率，它將會保持是膚淺的。在內在深處，你的母語會繼續影響它，你的做夢將會以你的母語，無意識會用原始的語言來運作。任何東西都可以被加在它上面，但是它無法被取代。

宗教系統就像語言一樣，它們是語言，但是如果它們穿透很深，它們是有幫助的，因為你會覺得有信心。那個系統是無關的，但那個信心是有關的。你覺得信任，所以你會踏著確定的腳步前進，你知道你要走向哪裡，而這個知道是有幫助的。

但是有一些系統的摧毀者，他們也是有幫助的。有一個有韻律的循環，就好像白天和黑夜——白天會再度來臨，然後晚上再度來臨。它們能夠有所幫助，因為有時候當有很多系統的時候，人們會混亂，不但無法跟著地圖走，反而地圖變得很重，他們扛不動，它一直都是這樣在發生。

比方說，一個傳統，一個非常古老的傳統，是有幫助的，因為它能夠給予信心，因為它已經非常久了，但是因為它已經很久了，所以它也很重，它已經

變成了一個死的重量。所以，不是它幫助你進行，反而是你因為它而無法進行，你必須卸下那個重擔，所以有一些系統的摧毀者，他們從你的頭腦摧毀那個系統，使你卸下重擔，幫助你前進。它們兩者都有幫助，但是它依情形而定，它依年齡而定，它依那個被幫助的人而定。

在這個年代，系統已經變得很沉重，而且很混亂。為了很多原因，整個要點都喪失了。之前，每一個系統都生活在它自己的世界裡：耆那教教徒一生下來就是耆那教教徒，活著的時候是耆那教教徒，死的時候也是耆那教教徒，他不會去讀印度教的經典，那是被禁止的；他不會去回教寺院或是去教堂，那是一種罪惡。他生活在他那個系統的圍牆裡，沒有任何外來的東西會穿透到他的頭腦裡，所以不會有混亂。

但是所有那一切都被摧毀了，每一個人都認識其他每一樣東西。印度教教徒會讀可蘭經，回教徒會讀古踏經。基督徒去到了東方，東方去到了西方，每一樣東西都混亂了。那個一般會來自一個系統的信心已經不復存在。每一樣東西都穿透進入到你的頭腦裡，那些東西都混雜在一起。耶穌已經不是單獨存在，克里虛納滲透進去了，穆罕默德也滲透進去了，它們在你裡面互相矛盾，

現在已經沒有什麼事是可以確定的。

聖經這樣說，而吉踏經所說的剛好相反。穆罕默德這樣說，馬哈維亞剛好相反。它們互相矛盾，你已經不復在任何地方，你沒有歸屬，你只是很混亂地站在那裡。沒有一個途徑是你的，在這種頭腦狀態下，系統的摧毀可能會有幫助，因此在西方，克利虛納姆提會有那麼大的吸引力。他在東方就沒有那麼大的吸引力，因為東方還沒有像西方那麼混亂，因為東方還沒有像西方一樣進入那麼多其他的。西方很執著於知道其他的，他們知道得太多了，現在已經沒有一個系統是真實的，他們知道每一件事物都是偽裝的，一旦你知道了它，它就無效了。

克利虛納姆提對他們有吸引力，因為他說：離開所有的系統。如果你能夠離開所有的系統，你就會變得不混亂，但是它依你而定，它可能會發生，但實際上的發生幾乎一直都是：所有的系統還是存在，而這個摧毀所有系統的新系統也進入了，因此又增加了一種疾病。

耶穌繼續在講，克里虛納繼續在講，馬哈維亞繼續在講，然後克利虛納姆提也加進來了，你的頭腦變成了混亂的巴別塔——有很多種聲音，使你無法了

解到底是怎麼一回事，你會覺得瘋掉了。

如果你能夠相信一個系統，那很好；如果你無法相信任何系統，那麼就拋掉一切，然後變成完全乾淨的，沒有負荷，但是不要剛好處於這兩個選擇的中間。看起來好像每一個人都剛好在中間。有時候你移到右邊，有時候到左邊，然後又到右邊，然後到左邊，就好像鐘擺一樣，你從這一邊去到那一邊，然後從那一邊到這一邊，這個移動在你看起來好像是你有在行進，但是事實上你並沒有去到任何地方，每一步都抵銷了另外一步，因為當你去了右邊，然後去到了左邊，你一直在自相抵觸，到了最後，你會變得很混亂、很困惑、一團亂。

或者是完全卸下重擔，那將會有所幫助，你將會成為乾淨的、天真的、如小孩子般的，你可以飛翔，或者，如果那個卸下重擔對你來講似乎也太危險了，如果你害怕卸下重擔，因為它將會引導你到一個真空，到一個空，如果那個卸下重擔看起來很危險，而你覺得害怕，那麼就選擇一個系統。但是有很多人會告訴你說每一個系統都一樣——可蘭經所說的是一樣的，聖經所說的是一樣的，吉踏經所說的是一樣的，他們的訊息都一樣。這些人是很大的混亂者。

事實上，可蘭經、聖經、和吉踏經，他們所說的是不一樣的，他們是系統，清楚的系統，是不同的，不僅不同，而且有時候還是對立的、相反的。

比方說，馬哈維亞說非暴力必須是重點，如果你是暴力的，即使只是些微的暴力，那個最終真相的門對你來講就會關起來，這是一個技巧。要變得完全非暴力需要完全淨化你的頭腦和身體兩者。你必須完全被純化，唯有如此，你才能夠變成非暴力的。這個變成非暴力的過程將會完全純化你，以致於那個過程就會變成終點。

克里虛納的訊息剛好相反，他告訴阿朱納說：「不要害怕殺戮，因為靈魂無法被殺死，你能夠殺掉身體，但是你無法殺掉靈魂，所以為什麼要害怕？而身體已經死了，所以那個死的將會是死的，而那個活的將會保持是活的，你不需要顧慮，它只是一個遊戲。」

他也是對的，因為如果你能夠了解這一點——靈魂是不能被摧毀的——那麼整個人生就變成是一個遊戲、一部小說、一齣戲。如果整個人生變成一齣戲，甚至連殺人或自殺對你來講都是一齣戲，不僅是在思想裡，而且在事實上你也了解每一件事都只是一個夢。死亡也能夠使你變成一個觀照，而那個更將

會變成超越……你將會超越世界。整個世界變成一齣戲——沒有什麼是好的，沒有什麼是壞的，只是一個夢，你不需要擔心它。

但這兩件事是完全不同的。最終來講，它們會引導到相同的點，但是你可以將它們混在一起。如果你將它們混在一起，你將會受苦。系統製造者是要來幫助你的，系統的摧毀者也是要來幫助你的，但是似乎沒有一個人能夠幫助你，你是那麼地冥頑不靈，那麼地狡猾，你一直都會找到一些漏洞來逃開。

佛陀、克里虛納、和耶穌——每一個世紀他們都會繼續教導一些事，你繼續聽著，但是你非常狡猾，你聽，但是你並沒有真正在聽，你一直都在找尋一些東西，一些洞，來讓你逃開。現代頭腦的詭計就是：如果有一個系統，如果戈齊福在教導，那麼人們就會去到他那裡說：「克利虛納姆提說沒有系統。」同樣的這些人會去到克利虛納姆提那裡——克利虛納姆提教導沒有系統——他們會說：「但是戈齊福說，如果沒有一個系統，那麼事情就沒有辦法進行。」所以，當接近戈齊福的時候，他們利用克利虛納姆提來作為一個逃開的漏洞，而當接近克利虛納姆提的時候，他們利用戈齊福作為一個詭計來逃開。但是他們騙不了任何人，他們只是在摧毀他們自己。

戈齊福能夠有所幫助，克利虛納姆提能夠有所幫助，但是面對著你，他們變得無法幫助。對於某些事，你必須確定。第一，你需不需要幫助？第二，你是否能夠在進入未知的時候沒有恐懼？第三，沒有任何方法，沒有任何技巧，沒有任何系統，你能夠進行嗎？或者你無法進行？這三件事你必須在你裡面決定。分析你的頭腦，打開它、洞察它，然後決定你是哪一類的頭腦。如果你決定你無法單獨做它，那麼你就需要一個系統，一個師父，一部經典，一個技巧。如果你認為你可以單獨做它，那麼就不需要任何其他東西。你就是師父，你就是經典，你就是技巧，但是要很誠實，如果你覺得不可能決定——要決定不容易——如果你覺得混亂，那麼就先嘗試一個師父，一個技巧，一個系統。努力嘗試，試到最極點，所以如果有什麼事會發生，它就發生了。如果沒有什麼事會發生，那麼你已經來到了一個點，在那個點上你可以決定，現在你將離開一切，你將成為單獨的，那也很好。

但我的建議是：你必須永遠都要從一個師父、一個系統、或一個技巧開始，因為這在兩方面來講都是好的。如果你能夠透過它而達成，那很好；如果你無法透過它而達成，那麼整個事情會變得沒有用，你就可以拋棄它，然後單

獨去進行。

那麼你將不需要克利虛納姆提來告訴你說不需要師父，你將會知道它。那麼你將不需要任何禪宗的教導來叫你拋掉你的經典或燒掉它們，你已經將它們燒掉了。

所以跟著一個師父、一個系統、或一個技巧來進行是好的，但是要很真誠。當我說你要很真誠，我的意思是說跟著一個師父，你必須做任何你能夠做的，好讓如果事情能夠發生的話，它就發生了。如果沒有什麼事能夠發生，那麼你就可以下結論說這個途徑不適合你，你可以單獨一個人走。

第七十七章

變成每一個人

經文：

106、將每一個人的意識感覺成你自己的意識，所以，不要顧慮到自己，變成每一個人。

107、這個意識以每一個人存在，其他沒有什麼東西存在。
108、這個意識是每一個人的引導靈，成為這個「一」。

存在是「一」。人類的難題之所以產生是因為人類的自我意識。意識讓每一個人覺得他們是分開的，那種跟存在分開的感覺創造出所有的難題。基本上，這個感覺是假的，而任何以虛假為基礎的都會創造出痛苦，都會創造出難

題，都會創造出混亂。不論你做什麼，如果它是基於這個虛假的分開，它將會走錯。

所以從一開始，人類痛苦的難題必須被處理，它是怎麼產生的？意識給你一種感覺，讓你覺得你是你存在的中心，意識使你覺知到別人是「別人」，你跟他們是不同的。這個差別只是因為你是有意識的，當你在睡覺的時候是沒有差別的——你再度融入宇宙，因此睡覺會產生出那麼多的喜樂。到了早上你會覺得恢復新鮮，重新被賦予活力，再度成為活生生的、新鮮的。

在很深的睡眠當中到底發生了什麼事？你喪失了你的自我，你失去你自己，你掉到了跟宇宙的合一，那個掉到合一使你變新鮮，使你變得活生生，到了早上，你覺得很喜樂。所有的痛苦都消失了，所有的衝突，所有的打擾都消失了；所有的恐懼，所有的死亡都消失了——因為唯有當你是分開的，才可能有死亡。如果你不是分開的，那麼死亡是不可能的。如果你不是分開的，那麼誰會死？如果你不是分開的，那麼誰會受苦？因此所有譚崔、瑜伽、和其他的靜心方法都只是要使你覺知到那個分開是虛假的，而不分開才是真實的。如果你能夠覺知到那個，你將會變得完全不同，因為那個中心將會從你身上消失，

它將會在宇宙中取得它正確的位置。你將只是這個廣大海洋的一個波浪。你將不是分開的，所以你將不會害怕，你將不會覺得不安全，你將不會覺得接近死亡和虛無化的痛苦，所有那些都會隨著自我而消失。

印度人一直都相信三摩地是有意識的睡眠。在睡覺當中，你會自動變得不復存在。只有存在是存在的，你不復存在了，你進入了很深的無意識，所以你並不知道到底是怎麼一回事。如果同樣的這個現象能夠有意識地發生，你就成道了。佛陀去到了同樣的源頭——你每天在很深的睡眠當中、在無夢的睡眠當中所去到的源頭。但佛陀是有意識地、警覺地、覺知地去到了那個源頭，他知道它是怎麼一回事，而當他從那個很深的源頭回來，他已經變得完全不同。那個舊有的已經消失了，而一個新的存在、新的能量從它產生出來。

關於這個新的存在，它的中心是宇宙，隨著這個中心的轉移，所有的煩惱、所有的痛苦、所有你的地獄都消失了，就這樣消失了。它並不是被解決了，它只是不在了，它無法沒有自我而存在。所以要如何有意識地進入很深的睡眠？要如何在你失去自我的時候還保持警覺？

自我是一個副產物，是你的整個成長過程的副產物，是生命自然旅程的副

產物，它必須存在，沒有其他方式。如果沒有涉入自我，沒有一個人能夠發展，但是有一個點會來臨，到時候自我可以被拋棄，必須被拋棄，存在的本質必須超越它。

自我就像是蛋殼，它是需要的，它能夠保護；就像是種子的外殼，它是需要的，它能夠保護，但那個保護也可能變成危險的，如果它保護得太過份的話。如果它繼續保護，而不允許種子發芽，那麼它就變成一個障礙。它必須在泥土中融解，這樣那個內在的生命才能夠從它發展出來，它必須死掉。

種子必須死掉。每一個人人生下來都是一顆種子，自我是外在的覆蓋，它保護那個小孩。如果那個小孩生下來是沒有自我的，沒有感覺到「我存在」，他無法存活，他將無法保護他自己，他將無法奮鬥，他將無法以任何方式存在。他需要一個堅強的:center，即使它是虛假的，它也是需要的。但是有一個片刻會來臨，到時候這個幫助會變成一個障礙。它從外在保護你，但是它變得太強了，以致於它無法讓你內在的本性散佈出來——穿透過它而發芽。自我是需要的，然後超越自我是需要的。

如果有人帶著自我死掉，他是以一顆種子死掉。他的死並沒有真正達成可

能的命運，沒有有意識地達到真正的存在。這些技巧是要教我們如何摧毀這個種子。

106、變成每一個人。

第一個技巧：將每一個人的意識感覺成你自己的意識，所以，不要顧慮到自己，變成每一個人。

將每一個人的意識感覺成你自己的意識。在真實的存在裡，它是如此，但是它並沒有被感覺成如此。你覺得你的意識是你的，而你從來沒有感覺到別人的意識，最多你只是推論別人也有意識。你推論，因為你認為你是有意識的，所以別人也像你一樣，一定是有意識的，這是一種邏輯的推論，你並沒有真正感覺到他們是有意識的。

它就好像當你頭痛時，你會感覺到你的頭痛，你有意識到它。如果別人也頭痛，你可以推論，但是你無法感覺到別人的頭痛，你只能推論說任何他所說

的一定是真實的，他一定有像你一樣的事，但是你無法感覺到它。

唯有當你能夠意識到別人的意識，這個感覺才會出現，否則它是一個邏輯的推論。你相信，你推論別人很誠實地說了些什麼，任何他們所說的是值得相信的，因為你有類似的經驗。

有一個邏輯的學派說，無法知道別人，它是不可能的。最多只能夠是一個推論，但是關於別人無法很確定地知道。你怎麼能夠知道別人有像你一樣的痛苦，別人有像你一樣的焦慮？別人就在那裡，但是我們無法穿透他們，我們只能碰觸到他們的表面，他們內在的本質仍然是未知的，我們一直封閉在我們自己裡面。

我們周遭的世界並不是一個被感覺的世界，它只是推論的——邏輯的、和理性的推論。頭腦說它在那裡，但是心並沒有被它所碰觸到，那就是為什麼我們對別人的作為就好像他們是東西，而不是人。一個先生對他太太的作為就好像她是一樣東西，他佔有她。太太也是把先生當成一樣東西來佔有他。如果我們真的把別人當成人，那麼我們一定不會試著去佔有他們，因為只有東西能夠被佔有。

一個人意味著自由，一個人是無法被佔有的。如果你試圖佔有他們，你將會扼殺他們，他們將會變成東西。我們跟別人的關係事實上並不是一個「我—你」的關係，在內在深處，它只是一個「我—它」的關係。別人只是一樣被操控、被使用、被剝削的東西，那就是為什麼愛變得越來越不可能，因為愛意味著將別人視為一個人，視為一個有意識的存在，視為一個自由，視為一個跟你一樣有價值的東西。

如果你的作為就好像所有的一切都是東西，那麼你是中心，而東西只是在被使用，那個關係變成實用性的。東西本身是沒有價值的，那個價值在於你可以使用它們，它們為你存在。你可以跟你的房子關連，那個房子是為你存在的，它是一種實用性。車子為你存在，但太太並不是為你存在，先生並不是為你存在。先生是為他自己而存在，太太也是為她自己而存在。一個人是為他自己的，成為一個人就是意味著如此。如果你允許那個人真的成為一個人，而沒有將他貶為一樣東西，你將會漸漸去感覺他，否則你無法感覺。你的關係將會保持是觀念上的，理智上的，頭腦對頭腦，頭對頭，而不是心對心。

這個技巧說：將每一個人的意識感覺成你自己的意識。這將會很困難，因

為首先你必須將那個人感覺成一個人，感覺成一個有意識的人，甚至連那個都很困難。

耶穌說：「愛你的鄰人就像你在愛你自己。」這是同樣的事，但是別人對你來講必須先變成一個人。他必須以他自己的權利存在，而不是被剝削、被操控、被利用的，並不是以一個工具，而是以一個在他裡面的目的而存在。首先，別人必須變成一個人，別人必須變成一個「你」，就像你一樣有價值，唯有如此，這個技巧才能夠被使用。將每一個人的意識感覺成你自己的意識。首先要感覺別人是有意識的，然後這個才能夠發生——你可以感覺到別人跟你具有同樣的意識。事實上，別人消失了，只有一個意識在你和他之間流動，你們變成一個意識之流的兩極。

在很深的愛當中，兩個人並不是「二」，某種在兩個人之間的東西出現了，而他們就只是變成兩極。某種東西在他們兩個人之間流動。當這個流在那裡，你將會覺得喜樂。如果愛給予喜樂，它給予喜樂只是因為這個：有一個片刻，那兩個人失去了他們的自我——就只是一個片刻，「別人」失去了，「合一」產生了。如果它發生，它是狂喜般的，它是喜樂的，你已經進入了樂園。

就只是一個片刻，它是能使人蛻變的。

這個技巧說，你可以跟每一個人做這個。在愛當中，你可以跟一個人做它，但是在靜心當中，你必須跟每一個人做它。任何來到你身邊的，只要融入他，感覺你們不是兩個生命，而是一個生命，在流動著。這只是改變意識形態。一旦你知道怎麼做，一旦你做了它，它是非常容易的。在剛開始的時候，它似乎不可能，因為我們非常陷住在我們自己的自我裡，很難失去它，很難變成一個流，所以如果在開始的時候你用你不會非常害怕的東西來做是好的。

你會比較不害怕一棵樹，所以它將會比較容易。坐在一棵樹的旁邊，只要去感覺那棵樹，感覺你已經變成跟它合而為一，在你的內在有一個流，一個溝通，一個對話，一種融解。坐在一條流動的河流旁邊，只要去感覺那個流，感覺你跟那個河流變成了「一」。躺在天空下，只要感覺你跟天空已經變成「一」。在開始的時候，它將只是想像，但是漸漸地，你將會覺得你透過想像而碰到真實的存在。

然後嘗試跟人，這在開始的時候是很困難的，因為有一個恐懼，因為你將人貶為東西，你害怕說如果你允許某人跟你很親密，他也將會把你貶為一樣東

西，這就是恐懼之所在。所以沒有一個人會允許太多的親密，總是會保持一個距離和防衛，太親近是危險的，因為別人可能會把你轉變成一樣東西，他可以試著佔有你，這就是恐懼之所在。你試圖將別人轉變成東西，別人也試圖轉變你，而沒有一個人想要成為一樣東西，沒有人想要成為一項工具，沒有人想要被使用，被貶為只是成為什麼的工具，而不是本身就具有價值，這是他們被糟蹋的現象，但是每一個人都試圖在這樣做，因為這樣，所以有一個很深的恐懼，因此在開始的時候對人使用這個技巧將會很困難。

所以從一條河流開始，從一個小山開始，從星星開始，從天空開始，從樹木開始。一旦你知道跟樹木合一的感覺是什麼，一旦你知道當你跟河流合而為一，你將會變得那麼喜樂，如何在沒有失去任何東西的情況下你能夠得到整個存在，那麼你就可以用人來嘗試。如果跟一棵樹或一條河流合一是那麼地喜樂，那麼你無法想像，跟一個人合一會有多出多少的喜樂，因為一個人是一個更高的現象，一個更高度進化的存在。透過一個人你可以達到更高的經驗頂峰。如果你即使只是跟一塊石頭合而為一就會變得很狂喜，那麼跟一個人合一，你將能夠感覺到一種神聖的狂喜發生在你身上。

但是從一些你比較不害怕的東西開始，或者如果有一個你所愛的人，一個朋友，一個愛人，或者是一個你不會害怕的人，你能夠跟他真的很親近、很親密，而沒有任何恐懼，跟他在一起你可以失去你自己，而不會害怕在內在深處他會把你轉變成為一樣東西——如果你有像那樣的人選，那麼就來嘗試一下這個技巧。有意識地失去你自己而進入他，當你有有意識地失去你自己而進入某一個人，那個人也會失去他自己而進入你，當你是敞開的，你流進對方，對方也會開始流進你，然後就會有一個很深的會合，一個交融。兩個能量互相融入對方，在那種狀態下是沒有自我的，沒有個人——就只是意識。如果跟一個人有這個可能，那麼跟整個宇宙也是可能的。聖人所說的狂喜或三摩地只是一個人和整個宇宙之間一種很深的愛的現象。

將每一個人的意識感覺成你自己的意識，所以，不要顧慮到自己，變成每一個人。我們一直都只顧慮到我們自己，即使當我們處於愛之中，我們也是只顧慮到自己，那就是為什麼愛變成一個痛苦。它能夠變成天堂，但是它卻變成了地獄，因為即使是愛人也是顧慮到他們自己。對方被愛，因為他給你快樂；對方被愛，因為你跟他在一起覺得很好，但對方仍然不是好像他或她本身就

有價值這樣來被愛，那個價值來自你的享受。就某些方面來講，你跟他或她在一起覺得很滿足，所以對方變得很重要，這也是在使用對方。

顧慮到自己意味著在剝削對方。唯有當對自己的顧慮沒有了，宗教的意識才會出現，因為如此一來你就變成不剝削的。跟存在，你們的關係變成「一」，那不是剝削，而是純粹的分享、純粹的喜樂。你並不是在使用，你是被使用，它變成一種純粹的本性的慶祝。

但是對自己的顧慮必須被拋掉……然而它是非常根深蒂固的。它是那麼地根深蒂固，你甚至不會覺知到它。在優婆尼沙經裡面曾經說過，先生愛他的太太，並不是為太太，而是為他自己，而母親愛小孩，並不是為小孩，而是為她自己。對自己的顧慮是非常根深蒂固的，因此不論你做什麼，你都是為自己在做，這意味著你一直都在滿足自我，餵養自我，餵養一個虛假的中心——那個中心已經變成了你跟宇宙之間的障礙。

放掉對自己的顧慮。如果即使有時候，甚至只有幾個片刻，你能夠放掉對自己的顧慮，而能夠顧慮到別人，顧慮到別人的自己，那麼你將會進入一個不同的真實存在，一個不同的層面。因此有那麼多的強調放在服務、愛、和慈

悲，因為慈悲、愛、和服務意味著顧慮到別人的自己，而不是你自己。

但是你看……人類的頭腦非常狡猾，它已經將服務、慈悲、和愛轉變成對自己的顧慮。一個基督教的傳教士在服務，而他的服務是真誠的。事實上，其他沒有人能夠像基督教的傳教士服務得那麼深，那麼有強度。印度教教徒做不到那樣，回教徒做不到那樣，因為耶穌非常強調服務。基督教的傳教士在服務窮人和病人，但是在內在深處，他是顧慮到他自己，而不是顧慮到他們，這個服務只是一個到達天堂的方法。他並不是顧慮到他們，他根本就沒有真的顧慮到他們，他是顧慮到他自己。透過服務，他能夠達到一個更偉大的自我，所以他做服務，但是他喪失了基本的要點，因為服務意味著顧慮到別人——別人是中心，而你變成了外圍。

有時候試試看，使某人成為中心——那麼他的快樂變成你的快樂，他的痛苦變成你的痛苦。不論發生什麼，它發生在他身上，同時流進你裡面，但他是中心。如果有一次，即使只有一次，你能夠感覺別人是中心，而你只是變成了他的外圍，那麼你就已經進入到一個不同類型的存在，一個不同層面的經驗，因為在那個片刻，你將會感覺到一種很深的喜樂，那是以前所不知道的，以前

所沒有經驗過的。只是藉著以別人為顧慮的中心，你將會失去所有的痛苦，在那個片刻對你來講將不會有地獄，你已經進入了樂園。

它為什麼會這樣發生？它之所以發生是因為自我是一切痛苦的根。如果你能夠忘掉它，如果你能夠融解掉它，所有的痛苦都將會跟著它消失。

將每一個人的意識感覺成你自己的意識，所以，不要顧慮到自己，變成每一個人。變成樹木，變成河流，變成太太，變成先生，變成小孩，變成母親，變成朋友——它在生命中的每一個片刻都能夠練習。但是在剛開始的時候它將會很困難，所以每天至少做它一個小時。在那個小時裡面，任何經過你周遭的，就變成那個，你將會覺得驚奇，它怎麼能夠這樣發生。沒有其他的方式可以知道它怎麼能夠這樣發生——你必須去練習它。

所以，跟樹木一起，感覺你已經變成了樹木。當風吹過來，整棵樹都開始搖動和震動，感覺在你裡面的那個搖動和震動；當太陽升起，整棵樹都變得活了起來，感覺在你裡面的那個活生生；當大雨降下來，整棵樹都覺得很滿足，長時間以來的渴和漫長的等待消失了，樹木完全滿足，跟著樹木一起感覺那個滿足，然後你將會覺知到一棵樹細微的心情和細微的變化。

你看過那棵樹很多年了，但是你並不知道它的心情。有時候它是快樂的，有時候它是不快樂的，有時候它是悲傷的、死氣沈沈的、擔心的、挫折的，有時候它非常喜樂，很狂喜，有不同的心情。樹木是活的，它能夠感覺，如果你跟它合而為一，那麼你將會感覺到它，那麼你將能夠感覺到樹木是年輕的或年老的，或者樹木對它的生命是滿足的或不滿足的，或者那棵樹是否愛上存在——是反對的、生氣的、或是盛怒的，那棵樹是暴力的，或者在它裡面有很深的慈悲。就像你每一個片刻都在改變，樹木也在改變。如果你能夠感覺到跟它有很深的親近，也就是他們所說的「神入」(empathy)……

「神入」意味著你們已經變得非常同感，事實上你們已經合一了。樹木的心情變成你的心情，然後如果這個進入到更深、更深、又更深，你能夠講話，你能夠跟樹木有一個溝通。一旦你知道它的心情，你就會開始了解它的語言，樹木將會跟你分享它的頭腦，它將會分享出它的劇痛和狂喜。

也可能跟整個宇宙發生這種情況。

每天至少一個小時，試著「神入」某種東西。在剛開始的時候，你將會覺得自己看起來很愚蠢，你會認為：「我是在幹什麼蠢事？」你會環顧四周，你

會覺得如果有人在看，或是有人看到，或是有人知道，他們將會認為你瘋了，但那只是在剛開始的時候。一旦你進入了這個「神入」的世界，你將會覺得整個世界看起來是瘋狂的，他們不必要地錯過了許多。生命給得非常豐富，而他們卻錯過了它。他們錯過了，因為他們封閉了，他們不允許生命流進他們，而唯有當你透過很多很多方式，透過很多途徑，透過很多層面來進入生命，生命才能夠進入你。每天至少要有一個小時處於神入的狀態。

每一個宗教在開始時的祈禱就是意味著如此。祈禱的意義就是跟宇宙親近，跟宇宙進入很深的溝通。在祈禱的時候，你是在跟神講話——神意味著整體。有時候你可能會對神生氣，有時候會感謝，但有一件事是確定的——你在溝通。神並非只是一個心理上的觀念，它已經變成了一個很深、很親密的關係。那就是祈禱的意思。但是我們的祈禱已經腐壞了，因為我們不知道如何跟人或生物溝通，如果你無法跟人或生物溝通，那麼你就無法跟「大我」溝通，那是不可能的。如果你無法跟一棵樹溝通，你要怎麼跟整個宇宙溝通。如果你覺得跟樹木講話是愚蠢的，那麼你跟神談話將會覺得更愚蠢。

每天撥出一個小時來進入祈禱狀態的頭腦，不要使你的祈禱成為話語的，

使它成為一件感覺的事。不用頭腦談話，去感受它。去碰觸那棵樹，擁抱那棵樹，吻那棵樹；閉起你的眼睛，跟樹木在一起，就好像你跟你的愛人在一起，感覺它。不久之後，你將會來到一個很深的了解，了解到將自我擺在一旁是什麼意思，或者變成別人是什麼意思。

將每一個人的意識感覺成你自己的意識，所以，不要顧慮到自己，變成每一個人。

107、知道只有意識存在。

第二個技巧：這個意識以每一個人存在，其他沒有什麼東西存在。

科學家以前常說，只有物質存在，其他沒有。基於只有物質存在的觀念，有很多偉大的哲學系統產生，但是即使那些相信物質存在的人也必須讓步說有某種像意識的東西存在，那麼它是什麼？他們說，意識只不過是一個副現象，

只是物質的副產品，它只不過是偽裝的物質，某種非常精微的東西，但仍然是物質，然而這半個世紀有非常重大的奇蹟發生。

科學家試了又試，想要找出物質是什麼，但是他們越嘗試，就越了解到沒有像物質的東西。物質被分析，然後被發現它消失了。尼采在一百年前就說過：「上帝已死。」隨著上帝的死，就不可能有意識，因為神意味著意識的全部。但是在一百年之內，物質死了，而它的死並不是意味著因為宗教人士相信它是如此，而是因為科學家達到了一個明確的結論說物質就這樣消失了，它看起來好像是存在的，因為我們無法看得很深。如果我們能夠深入去看，它就消失了，然後剩下能量。

這個能量的現象，這個非物質的能量力，在很久以前就已經為神秘家所知。在吠陀經裡面，在聖經裡面，在可蘭經裡面，在優婆尼沙經裡面——在全世界，神秘家都穿透到存在裡面，然後一直都下結論說物質只是外表，在內在深處是沒有物質的，只有能量。關於這一點，現在的科學同意了。所有的神秘家還說了一件事，那件事科學還沒有同意，但是它有一天將會同意！神秘家也來到了另外一個結論，他們說，當你深入能量，能量也消失了，就只有意識被

留下來。

所以這是三層。物質是第一層，是表面。如果你穿透表面，那麼第二層將會變得很明顯，你可以覺察到第二層是能量，然後如果你穿透能量，第三層就被點亮了，第三層是意識。在一開始，科學說神秘家在做夢，因為科學只看到物質，其他沒有。然後科學試著穿透，神秘家的第二層就被揭開了：物質只是那個明顯的，在深處它只不過是能量。神秘家另外的宣稱是：更加深入去穿透能量，能量也會消失，那麼就只剩下意識。那個意識是神，那是最深的核心。

如果你穿透進入你的身體，這三層就在那裡。表面上是你的身體，身體看起來是物質的，但是在深處有生命的流，有「氣」，有活生生的能量。如果沒有那個活生生的能量，你的身體就只是一個屍體。它是活的，有某種東西在它裡面流動，那個流動的東西是能量，但是更深一點，又更深一點，你是覺知的，你可以觀照，你可以觀照你的身體和你活生生的能量，那個觀照是你的意識。

每一個存在都有三層，最深的是觀照的意識，在中間的是活生生的能量，在表面的是物質，物體。

這個技巧說：這個意識以每一個人存在，其他沒有什麼東西存在。你是什麼？你是誰？如果你閉起眼睛試著去找出你是誰，到了最後你一定會來到一個結論：你是意識。其他每一樣東西也許屬於你，但你不是那個。身體屬於你，但是你可以覺知到身體，而那個覺知到身體的變成分開的。身體變成一個知識的客體，你變成了主體。你可以知道你的身體，你不僅可以知道，你也可以駕馭你的身體，你可以使它活躍或是使它不活躍。你是分開的，你可以用你的身體來做些什麼。

不僅你不是你的身體，你也不是你的頭腦，你也可以覺知到你的頭腦。如果思想移動，你可以看到它們，你可以對它們做些什麼：你可以使它們完全消失，你可以變成沒有思想的，或者你可以將你的意識集中在一個思想，而不讓它從那裡移開。你可以將你自己集中在它上面，使它停留在那裡，或者你可以允許一個河流般的思想之流，你可以對你的思想做些什麼，你甚至可以將它們完全融解掉，直到沒有思想——但你還是存在。你將會知道沒有思想，一個真空已經進入存在，但是你將會在那裡，觀照著那個真空。

唯一你無法使你自己跟它分開的就是你的觀照能量。那意味著你就是那

個，你無法使你自己跟它分開，你可以使你自己跟每一樣東西分開，你可以知道你不是你的身體，不是你的頭腦，但是你無法知道你不是你的觀照，因為不論你做什麼，你都將會是那個觀照。你無法使你自己跟觀照分開，那個觀照就是意識，除非你來到一個分開變成不可能的點，否則你並沒有來到你自己。

所以有一些方法讓求道者繼續消除，他繼續消除——首先是身體，然後是頭腦，然後他會來到那個沒有什麼東西可以消除的點。在優婆尼沙經裡面，他們說「*net, net*」——這是一個很深的方法——「這不是，這不是」。所以求道者繼續知道「這不是，這不是我，這不是我」。他一直繼續下去，直到最後，他會來到一個他不能說「這不是我」的點。就只是一個觀照的自己存在，純粹的意識存在，這個純粹的意識以每一個人的本性存在著。

在存在裡面，任何存在的都只是這個意識的一個現象，只是一個波浪，只是這個意識的一個結晶，其他沒有什麼東西存在，但是這個必須被感覺到。分析可以有幫助，理智上的了解可以有幫助，但是那個「只有意識其他沒有什麼東西存在」必須被「感覺到」，然後以就好像只有意識存在來行動。

我聽說，有一天臨濟禪師坐在他的茅屋，有人來看他，那個人來的時候非

常生氣，他也許是跟他太太或他老闆吵架，或是因為什麼事，但是他非常生氣，他很生氣地把門推開，在憤怒當中將他的鞋子拋下，然後進來，很尊敬地向臨濟敬禮，臨濟說：「先去請求門和鞋子的原諒。」

那個人一定非常奇怪地看著臨濟。還有其他人也坐在那裡，他們開始笑，臨濟說：「停！」然後告訴那個人：「如果你不想這樣做，那麼你就離開，我跟你無關。」

那個人說：「向鞋子和門請求原諒看起來很瘋狂。」

臨濟說：「當你在表達憤怒的時候，它並不瘋狂，現在它就瘋狂了嗎？每一樣東西都有一個意識，所以你必須這樣做，除非那個門原諒你，否則我不讓你進來。」

那個人覺得很尷尬，但是他必須去，後來他本身變成一個和尚，成道了。在他成道之後，他說出了整個逸事，他說：「當我站在門的前面要求原諒，我覺得很尷尬、很愚蠢，但是之後我想，如果臨濟這樣說，那麼一定有什麼事在它裡面，我信任臨濟，所以我想，即使它是愚蠢的也要去做它。在一開始的時候，我對門所說的話都只是表面的、人工的，但是漸漸地，我開始變得溫暖，

而臨濟就在那裡等著，他說他會看。唯有當那個門原諒我，我才能夠進去，否則我必須待在那裡，直到我說服了門和鞋子原諒我。漸漸地，我變得溫暖，我忘了有很多人在那裡看，我忘了臨濟，然後那個顧慮變得很真誠、很真實，我開始感覺到門和鞋子在改變它們的心情。當我感覺到門和鞋子改變了，它們都覺得高興了，臨濟立刻說我可以進來了，我已經被原諒了。」

這個事件變成他生命中一個蛻變的現象，因為他首度覺知到每一樣東西事實上都是意識的結晶，如果你看不到它，那是因為你是盲目的；如果你聽不到它，那是因為你是耳聾的。你周遭的東西並不是物質，每一樣東西都是濃縮的意識。那個問題在你身上——你不够敞開，不够敏感。

這個技巧說：這個意識以每一個人存在，其他沒有什麼東西存在。帶著這個觀念來生活，要對這個敏感，不論你去到哪裡，都要帶著這種想法和這個心——每一樣東西都是意識，沒有其他的東西存在。遲早世界將會改變它的臉，遲早客體將會消失，人會開始出現在每一個地方，遲早整個世界將會突然被點亮，你將會知道，因為你的不敏感，你生活在死東西的世界裡，否則每一樣東西都是活生生的，不僅活生生，還都是有意識的。

每一樣東西在內在深處都只不過是意識，但是如果你讓它成為一個理論，如果你以一個理論來相信它，那麼就沒有什麼事會發生，你必須使它成為一種生活方式，一個生活形態——你的行為必須展現出好像每一樣東西都是有意識的。在剛開始的時候，它將會是一個「好像」，你將會覺得很愚蠢，但是如果你能夠堅持你的愚蠢，如果你敢成為愚蠢的，不久之後，世界將會開始顯露出它的奧秘。

進入存在的奧秘，科學並不是唯一的方法，事實上，它是最粗糙的方法，最慢的方法。一個神秘家在一個片刻之間就能夠進入存在。科學必須花上好幾百萬年的時間才能夠穿透到那麼多。優婆尼沙經說，世界是幻象的，物質是幻象的，但是唯有在經過了五千年之後，科學才說物質是幻象的。優婆尼沙經說，在內在深處，能量是有意識的——科學將需要花上另外五千年的時間。神秘學是一個跳躍，科學則是非常緩慢的移動。理智無法跳躍，它必須爭論——爭論每一個事實，證明、反證、和實驗，但是心能夠立即跳躍。

記住，對理智來講，一個過程是需要的，然後才能夠來到結論——先有過程，然後才有結論——邏輯的。對心來講，結論會先出來，然後才是過程，它

剛好相反，那就是為什麼神秘家無法證明任何事。他們有結論，但是他們沒有那個過程。

你也許並沒有覺知到，你也許並沒有注意到，神秘學只是在談論結論。如果你閱讀優婆尼沙經，你將只會找到結論。當它們首度被翻譯成西方的語言，西方的哲學家看不到那個要點——因為沒有論點。優婆尼沙經說「有梵天」，但是沒有任何論點。你是如何達到這個結論的？那個證明是什麼？你是基於什麼樣的前提來宣稱說「有梵天」？優婆尼沙經並沒有說任何事，他們只是來到了一個結論。心立即到達一個結論。當那個結論到達了，你就能夠創造出那個過程，這就是神學的意義。

神秘家到達結論，而神學家創造出那個過程。耶穌到達了結論，然後那些神學家——聖奧古斯丁，湯瑪斯·阿奎奈——他們創造出那個過程，那是次要的。結論已經被達到，現在你必須找到證明。那個證明就在那個神秘家的生活裡。他無法爭論它，他本身就是證明——如果你能夠看到它。如果你看不到，那麼就沒有證明，那麼宗教就是荒謬的。

不要使這些技巧變成理論，它們不是，它們是跳進存在，跳進結論。

108、成為你自己內在的引導。

第三個技巧：這個意識是每一個人的引導靈，成為這個「一」。

第一件事就是，你有一個內在的引導，但是你並沒有使用它。你已經很久沒有使用它了，已經有很多世了，你也許甚至沒有覺知到有一個引導存在於你裡面。

我在閱讀卡斯塔尼達（Castaneda）的書，他的師父唐璜（Don Juan）叫他做一個很美的實驗，它是最古老的實驗之一。

在一個黑暗的夜晚，在一條高高低低危險的小路上，沒有任何光，卡斯塔尼達的師父說：「你只要相信你內在的引導，然後開始跑。」那是很危險的，它是一條高高低低的小路，是未知的，有樹木、灌木、和深淵，他很可能會在任何地方跌倒。甚至在白天你走在那裡都必須很警覺，在夜晚的時候，每一樣東西都很暗，他什麼都看不到，而他的師父竟然說：「不要用走的，要用跑

的！」他無法相信！那簡直是自殺，他變得很害怕，但是師父開始跑，他就像一隻野生動物一樣地跑了出去，然後又跑回來。卡斯塔尼達無法了解他是怎麼做到的。他不僅在這個黑暗中跑，而且每一次他都能夠直接跑到他身邊，就好像他能夠看到一樣，然後漸漸地，卡斯塔尼達湊足勇氣。如果這個老年人能夠做到，他為什麼做不到？他嘗試了，然後漸漸地，他感覺到有一個內在的光進來，然後他就開始跑了。

唯有當你停止思考，你才存在。當你停止思考，那個內在的就發生了。如果你不思考，每一件事都沒有問題——它就好像有某種內在的引導在運作。你的理智誤導了你，而最大的誤導就是：你無法相信內在的引導。

首先，你必須說服你的理智。即使你內在的引導說：「繼續走。」你也必須說服你的理智，那麼你就錯過了機會，因為有一些片刻……：你可以利用它們，或者你可能就錯過它們。理智需要時間，當你在思考或沈思的時候，你就錯過了那個片刻。生命不會等你，一個人必須立即生活，一個人必須真的是一位戰士，就像他們在禪宗裡面所說的，因為當你在戰場上拔劍戰鬥，你無法思考，你必須沒有思考地行動。

禪師使用劍作為靜心技巧，在日本，他們說如果兩個禪師，兩個靜心的人，在比劍，可能會沒有結論，沒有一個人會被打敗，也沒有一個人會贏，因為他們兩個人都沒有在思考。劍並沒有在他們的手裡，它們是在他們內在引導的手裡——沒有思考的內在引導，在對方攻擊之前，那個引導就已經知道而可以防衛了。你不能思考它，因為沒有時間。對方瞄向你的心，在一瞬間，那把劍就會刺穿你的心，沒有時間去思考它，沒有時間去思考要怎麼做。當「穿透心」的思想一發生在他身上，那個「防衛」的思想就必須同時發生在你身上——同時，沒有時間差——唯有如此，你才能夠防衛，否則你就完蛋了。

所以他們在教導劍道的時候將它視為一種靜心，他們說：「要一個片刻接著一個片刻都跟著內在的引導，不要思考，允許內在的本質去做任何發生在它上面的，不要讓頭腦干預。」這是非常困難的，因為我們都被訓練用頭腦。我們的學校，我們的專校，我們的大學，整個文化，整個文明的模式，都在教我們的頭腦，我們已經跟內在的引導失去連繫。每一個人人生下來都帶著那個內在的引導，但是它不被允許去運作，它幾乎癱掉了，但是它可以被復活。

這段經文就是為了那個內在的引導。這個意識是每一個人的引導靈，成為

這個「一」。不要用頭腦來思考，事實上，根本就不需要思考，只要行動，在某些情況下來嘗試它，它將會很困難，因為舊有的習慣就是會開始思考。你必須很警覺：不可以思考，而是要在內在感覺什麼來到你的頭腦。你也許有很多次會覺得混亂，因為你將無法知道它是來自內在的引導，或是來自頭腦的表面，但是不久之後你將會知道那個感覺，那個差別。

當某種東西來自你的內在，它來自你的肚臍，然後往上，你可以感覺到那個流，那個溫暖，來自你的肚臍，然後往上。每當你的頭腦在思考，它只是在表面，在頭部，然後它往下走。如果你的頭腦決定什麼，那麼你必須用力將它壓向下方；如果你內在的引導決定，那麼某種東西會在你裡面往上竄，它來自你存在深處的核心，然後走向頭腦。頭腦接收到它，但是它不屬於頭腦，它來自彼岸，所以頭腦會害怕它。它是不可靠的，因為它來自背後——沒有任何理智跟著它，沒有任何證明，它就只是浮現。

在某些情況下，嘗試它，比方說，你在森林裡面迷路，試試看，不要思考，只要閉起你的眼睛，坐下來，成為靜心的，不要思考，因為它是沒有用的——你怎麼能夠思考？你不知道，但是思考已經變成了如此的一個習慣，即使

當沒有什麼東西可以從它產生出來，你還是繼續在思考。思考只能夠想那些你已經知道的。你迷失在一座森林裡，你沒有任何地圖，也沒有人可以問，你在想什麼？但你還是在思考，那個思考將只是一個擔心，而不是一個思考，你越是擔心，內在的引導就變得越沒有能力。

不要擔心，坐在一棵樹下，讓思想消失，只要等待，不要思考，不要製造難題，只要等待，當你感覺到有一個不思考的片刻來臨，然後站起來開始行動。不論你的身體移向哪裡，就讓它移向那裡，你只要成為一個觀照，不要干涉，那個迷失的路可以很容易被找到，但唯一的條件是：不要讓頭腦干涉。

這在不知不覺當中曾經發生過很多次，偉大的科學家說，每當有重大的發現，它從來不是藉由頭腦，它一直都是藉由內在的引導。

居禮夫人一再一再地試著要去解決一個數學的難題，她已經盡了最大的努力，盡了一切可能的努力，然後她覺得已經夠了。好幾天，好幾個星期，她一直都在工作，但是並沒有什麼結果出現，她覺得快要瘋了，沒有一條路可以引導到那個答案，然後有一天晚上，她感到精疲力竭，然後就倒下來睡著了，在夜裡，在一個夢中，那個結論竟然浮現了。她非常關心那個結論，所以那個夢

被打破了，她醒過來，立刻將那個結論寫下來，因為在夢裡面沒有過程，就只有結論，她將它寫在一本雜記冊上，然後再去睡覺，到了早上，她覺得很困惑，那個結論是對的，但是她不知道它是如何被達成的，沒有過程，沒有方法，然後她試著找出那個過程，如此一來，事情就簡單了，因為結論已經在手上，從結論推回去是容易的。就因為這個夢，她得到了諾貝爾獎，但是她一直都不了解它到底是怎麼發生的。

當你的頭腦變得精疲力竭而無法再做任何事的時候，它就退下來休息了，在那個片刻，內在的引導能夠給予暗示、線索、或鑰匙。那個因為發現人類細胞的內在結構而得到諾貝爾獎的人，也是在夢裡面看到它的。他看到了人類細胞的整個結構，內在的細胞，在一個夢裡，然後到了早上，他就畫出了它的圖。他本身無法相信它可以是這樣，所以他必須工作好幾年，在那好幾年的工作之後，他終於能夠下結論說那個夢是對的。

發生在居禮夫人的情況是：當她知道這個內在引導的內在過程，她決定要去嘗試它。當有一個難題她想要去解決的時候，她就會想：「為什麼要擔心它呢？為什麼要去嘗試？只要去睡覺。」她睡得很好，但是沒有答案，因此她感

到很困惑。她嘗試了很多次，當有一個難題的時候，她就立刻去睡覺，但是都沒有答案浮現。首先，理智必須完全嘗試，唯有如此，那個答案才會浮現，頭腦必須完全精疲力竭，否則即使是在夢中，它也會繼續運作。

所以現在科學家說，所有偉大的發現都是直覺的，而不是理智的，這就是內在引導的意思。

這個意識是每一個人的引導靈，成為這個「一」。失去頭腦，進入這個內在的引導，它就在那裡。舊有的經典說，外在的師父只是要幫助你找尋內在的師父，就這樣而已。一旦外在的師父幫助了你找到內在的師父，外在師父的功能就了結了。

你無法透過一個師父達到真理，你只能透過一個師父達到內在的師父，然後這個內在的師父將會引導你到真理。外在的師父只是一個代表，一個代替品。他有一個內在的引導，他也能夠感覺到你的內在引導，因為它們兩者都存在於同樣的波長——它們兩者都存在於同樣的頻率，同樣的層面。如果我找到了我的內在引導，我就能夠洞察你而感覺到你的內在引導。如果對你來講我真的是是一個引導，那麼我所有的引導將會是帶領你到你內在的引導。

一旦你連繫到內在的引導，我就不再需要了，如此一來，你可以單獨行動，所以一切師父所能夠做的就是把你從你的頭往下推到你的肚臍，從你的理智推到你的直覺力；從你爭論的頭腦推到你信任的引導。並非只有人類才是像這樣，動物、小鳥、樹木、和每一種生物的情況也都是這樣。有內在的引導存在，有很多新的現象被發現，它們是奧秘。

有一些案例，比方說，母魚在產卵之後立刻死掉，然後父魚幫助那些卵受精，然後死掉。那些卵就被單獨留下來，沒有母親，也沒有父親，它們成熟之後，新的魚就誕生了。這些魚對牠們的父母一無所知，牠們不知道牠們來自哪裡，但是雖然這些特殊的魚生活在海中特定的區域，牠們會移到父母產卵的區域，牠們會移到源頭。這種事一再一再地發生，當牠們要產卵，牠們就會來到這一岸，產下卵之後死掉。父母和小孩之間沒有溝通，但是小孩不知道為什麼就是知道牠們必須去到哪裡，牠們必須往哪裡移動，而牠們從來沒有錯過，你無法誤導牠們。它曾經被嘗試過，但是你無法誤導牠們，牠們將會去到源頭，有某種內在的引導在運作。

在蘇聯，他們用貓、老鼠、和很多小動物來做實驗。一隻貓，一隻母貓，

跟她的小孩分開，那些小孩被帶到深海裡，她不可能知道發生在她的小孩的事。每一種科學儀器都被裝在那隻貓的身上來測量她的頭腦和她的心裡面有什麼事在進行，然後一隻小貓在深海中被殺掉，那隻母貓會立刻覺知到，她的脈搏改變了，她變得很困惑、很擔心，她的心跳也增加了……當她的小孩被殺死的時候。科學儀器說，她感覺到嚴重的痛苦，然後經過一陣子之後，每一件事都變正常了。然後另外一個小孩被殺死——再度又有變化，同樣的情況發生在第三個小孩，它每一次都這樣發生，剛好在同樣的時間，沒有任何時間差，這到底是怎麼一回事？

現在蘇聯的科學家說，母親有一個內在的引導，一個內在感覺的中心，它跟她的小孩連結在一起，不論他們在哪裡。她會立刻感覺到一個心電感應的關係。人類的母親無法感覺那麼多，這是令人困惑的，它應該相反才對，人類的母親應該感覺更多，因為她更進化，但是她反而更感覺不到，因為頭將每一件事都納入它的掌握，而那些內在的中心都癱瘓了。

這個意識是每一個人的引導靈，成為這個「一」。每當你在某一個情況下覺得很困惑，不知道要如何走出它，不要思考，只要處於一種深深的無思想狀

態，讓內在的引導來引導你。在剛開始的時候你會覺得害怕、不安全，但是不久之後，當你每一次都來到了正確的結論，當你每一次都來到了正確的門，你就能夠湊足勇氣，你就會變得信任。

如果這個信任發生，我稱之為信心，這的確是宗教的信心——信任內在的引導。推理是自我的一部分，是你在相信你自己。當你深入到你自己裡面，你就去到了宇宙的靈魂，你內在的引導是神性的引導的一部分。當你遵循它，你是在遵循神性；當你遵循你自己，你是在把事情弄複雜，你不知道你在做什麼，你也許會認為你自己很聰明，其實不然。

智慧來自心，它不屬於理智。智慧來自你存在的最深處，它不屬於頭腦。將你的頭切除，成為沒有頭的，然後遵循你的本性，不論它引導到哪裡，不論它引導成怎麼樣。即使它引導到危險，你就進入那個危險，因為那將會是你的路，你成長的路，透過那個危險，你將會成長，你將會變成成熟。

即使那個內在的引導把你引導到死亡，你也要進入它，因為這將是你的路，遵循它，信任它，跟著它來行動。

第七十八章

內在的引導

問題摘要：

這些技巧裡面有一些似乎太高深了。

要如何認出內在的引導？

用直覺的人理智不會變弱嗎？

第一個問題：

在這一百一十二種技巧裡面有一些技巧似乎已經是結果，而不是技巧，比

方說，它說「要變成宇宙意識」或是「成為這個『一』」等等。似乎我們需要其他的技巧來達到這些技巧。像這樣的技巧是不是為那些已經進入到非常高階的人，他們只要一個建議就能夠變成宇宙的？

這些技巧並不是為那些非常高深的人，而是為那些非常天真的人——單純、天真、信任的人，那麼只要一個建議就足夠了。你必須有一些事來做，因為你無法信任。你沒有信心，除非你做些什麼，否則沒有什麼事會發生在你身上，因為你相信行動。如果你沒有做什麼，而某件事突然發生在你身上，你將會害怕，而你不相信它，你也許甚至會繞過它，你也許甚至不會將它記錄在你的頭腦裡說它發生了。除非你「做」，否則你無法感覺到有什麼事發生在你身上——這是自我的方式。

但是對一個天真的人來講，對一個天真和敞開的頭腦來講，只要一個建議就足夠了，為什麼？因為，事實上，最內在的本性並不是一件要在未來達成的事，它就在此時此地，它已經是了。任何要被達成的就在這裡，當下這個片刻就在你裡面。如果不必有任何努力，你就能夠信任，它就能夠顯露出來。它並

不是時間的問題，也不是你必須將它做出來。它並不是在遠處的某一個地方，你必須去到那裡。它就是「你」，你也許可以稱之為神，你也許可以稱之為涅槃，或者你喜歡怎麼稱呼它就怎麼稱呼它——「你」已經是了。所以即使只是一個建議，如果完全被相信的話，就能夠將它顯露給你。那就是為什麼對信任和信心那麼重視。如果一個人能夠相信師父，只要一個暗示，一個建議，或一個指示，在一瞬間，每一件事都能夠被顯露出來。

基本上必須被了解的要點是：有一些事你無法現在就達成，因為需要時間來產出它們，它們尚未顯現在你身上。如果我給你一顆種子，它無法立刻變成一棵樹，時間是需要的，你必須等待和下功夫。在那個時候，種子無法立刻變成樹木。但你的確已經是樹木，它並不是一顆必須再被製作的種子，它是一棵隱藏在黑暗中的樹木，它是一棵被蓋住的樹木，它是一棵你沒有注意到的樹木，就這樣而已，你的不注意就是那個覆蓋。你沒有看著它，就這樣而已。你看著其他的地方，所以你錯過了它。在一個信任的片刻裡，師父能夠告訴你，就只是藉著一個建議，說它在這裡。如果你能夠相信，如果你能夠在信任當中去看那個層面，它將會被顯露給你。

這些技巧並不是為那些高深的人，它們是為單純和天真的人。高深的人，就某方面而言，是困難的，他們並不天真，他們一直在下功夫，他們達成了一些事，他們有一個微妙的自我在它的背後。他們知道一些事，所以他們不是天真的，他們無法相信。你將必須爭論和說服他們，即使他們被說服了，他們也必須做一些努力。當我說天真的頭腦，我的意思是說一個不爭論的頭腦，它就像是一個小孩。小孩跟他的父親手牽著手，他是不害怕的。不論父親去到哪裡，他一定是走到正確的方向。父親知道，所以小孩不需要擔心，他不會去想未來，他不會去管將會發生什麼，他在享受著那個旅程，結果根本就不是問題。對父親來講，它也許是一個難題，他也許會害怕，他也許會懷疑他是否迷路了，或者他們是否走在正確的道路上。但是對小孩來講，它並不是一個問題，他知道父親知道，就這樣而已。不論父親去到哪裡，他就會跟隨，他在當下這個片刻是快樂的。

一個信任的門徒，一個天真的頭腦就像是一個小孩，而師父比一個父親更甚。一旦門徒臣服了，他就會信任，然後在任何片刻，當他覺得門徒的頻率對了，門徒已經處於和諧之中，他就會給出一個暗示。

我聽過關於布克由禪師的事……他很努力下功夫想要成道，但是並沒有什麼事發生。事實上，當你很努力的時候，有時候並不會有什麼事發生，因為努力是透過自我。透過努力奮鬥，自我會變得更堅定。他已經做了任何能夠做的，但是那個目標並沒有更接近，它反而離得更遠，比他剛踏上旅程的時候離得更遠，他感到很困惑、很混亂，所以他就去找他的師父。師父說：「有幾年的時間，完全停止任何努力，任何目標，任何目的地，忘掉它們，只要一個片刻接著一個片刻地生活在我的旁邊，什麼事都不要做，就只是吃、睡、走路，在我旁邊，不要提出任何問題……只要看著我，我的『在』。不要做任何努力，因為沒有什麼事要被達成。忘掉想要達成的頭腦，因為想要達成的頭腦一直都是在未來，所以它繼續錯過了現在。只要忘掉你必須達成什麼。」

布克由相信他的師父，他開始跟他生活在一起。有幾天的時間，幾個月的時間，有一些想法會飄進來，有一些思想會出現，有時候他會變得不安，他會想：「我在浪費時間，我什麼事都沒做，什麼事都不做，它怎麼可能發生？如果它無法透過高度的努力而發生，怎麼可能什麼事都不做很容易就可以達成？」但是他仍然相信他的師父。漸漸地，頭腦慢下來了，在他師父的「在」

裡面，他開始覺得有一種微妙的鎮定在流動著——有一種寧靜從師父那裡降落到他身上，他開始感覺到一種融合。幾年經過了，他完全忘掉之前的他，師父變成了中心，他開始像一個影子一樣地生活。

然後奇蹟是可能的——這個發生本身就是奇蹟。有一天，突然間，師父叫了他的名字：「布克由，你在這裡嗎？」就只是這個：「布克由，你在這裡嗎？」然後他說：「是的，師父。」據說，在那個當下，他成道了。

那根本不像是一個技巧，甚至不是一個建議，就只是：「布克由，你在這裡嗎？」那個全然的「在」被喚醒了：你在這裡，沒有去到任何地方，沒有去到其他某一個地方嗎？你帶著全然的強度在這裡嗎？而布克由說：「是的，師父。」在那個「是」當中，他變得完全在那裡。

據說師父開始笑，布克由也開始笑，師父說：「現在你可以走了，現在你可以到外面藉著你的『在』來幫助別人。」

布克由從來沒有教任何方法，他只會要求：「只要接近，保持『在』。」每當一個門徒頻率對了，他就會叫那個門徒的名字，然後問：「你在這裡嗎？」這就是整個技巧。

但是這個技巧需要你的頭腦歸根於地，需要一個很深的天真。有很多技巧非常簡單，是最簡單的，就只是說：「成為這個『一』。」——只是一個暗示。但是它必須由一個師父在某一個片刻說出。「成為這個『一』」是不能一直被說的，它必須在某一個頻率之下被說出，當門徒完全跟師父合而為一，或是完全跟宇宙合一，融合了，然後師父說：「成為這個『一』。」——突然間，那個焦點將會改變，自我最後的一部分就會融解。

這些方法在過去是有效的，但現在它是困難的，非常困難，因為你們很會算計，你們非常狡猾，狡猾是違反天真的。你們非常算計，你們知道了太多的算術。這個計算在頭腦裡面一直繼續著，不論你做什麼，它總是被算計、被計劃，你從來不是天真的，從來不是敞開的、具有接受性的，你太相信你自己了，因此你繼續錯過。除非你準備好，否則這些方法無法對你有幫助。那個準備可能會非常長，而你非常沒有耐心。

這個年代基本上是曾經發生在這個地球上最沒有耐心的年代，每一個人都沒有耐心的，每一個人都太有時間意識了，每一個人都想要立刻做好每一件事。並不是說它無法被做好——它能夠立刻被做好，但是帶著這種時間意識，

它是不可能的。人們來找我，他們說他們只是要來一天，隔天他們就要去賽巴巴那裡，跟他會面之後，他們將要去里希凱虛那裡，然後他們會去到其他的地方。然後他們回到家的時候會感到很挫折，他們會認為印度無法給出什麼東西。問題不在於印度能否給出什麼東西，那個問題一直都是你是否能夠接受它。你是那麼地匆忙，你立刻就要某種東西，就像即溶咖啡，你也在想要立即的靜心，立即的涅槃，那是不可能的。涅槃無法被包裝起來，無法被做成立即的。並不是說不可能使它變成立即的，它可以變成立即的，但是唯有當頭腦不追求那個立即的，它才能夠變成立即的，你就是問題之所在。它能夠變成立即的，在這個當下，它能夠立即發生，甚至連一個片刻都不需要，但是只能對一個完全對時間放鬆下來的人，對一個能夠無限地等待的人——對他來講，它將會立即發生。

這看起來很矛盾，但情況就是這樣。如果你能夠無限地等待，你就根本不需要等待，但是如果你連一個片刻都無法等待，你將必須永久等待。你將必須等待，因為那個說「讓它立即發生」的頭腦就是那個已經從當下這個片刻移開的頭腦，它一直在跑，它無法站在一個地方，它一直在移動中。一個一直在移

動中，一直在途中的頭腦無法成為天真的。

你也許沒有覺知到它，但是天真的人一直都是沒有時間意識的。時間緩慢地在徘徊著，不急著去到任何地方，它們並沒有在跑步，它們一個片刻接著一個片刻在享受著，它們嚼著每一個片刻，每一個片刻都有它自己的狂喜要傳遞，但你是那麼地匆忙，所以它無法被傳遞。當你在這裡，你的手是在未來，你的頭腦是在未來——你將會錯過這個片刻。那個情況一直都是這樣，你將會一直錯過現在，而現在是唯一的時間！未來是假的，過去也只不過是記憶，過去已經不復存在了，而未來尚未存在，一切曾經發生的都是現在，現在是唯一的時間。

所以，如果你能夠準備慢下來一些，變成不算計的，像小孩子一樣遊戲，就在此時此地，那麼這些簡單的技巧能夠做出奇蹟。但是這個世紀太有時間意識了，所以你會問，似乎我們需要其他的技巧來達到這些技巧。不，這些是技巧，不是結果。它們看起來好像是結果，因為你無法想像它們怎麼能夠有效。它們對特定的頭腦有效，它們無法對其他類型的頭腦有效。事實上，那些知道的人，他們說所有這些技巧最後都會把你帶到那個現象會發生的天真。當那個

現象發生，它將會是因為那個技巧把你帶到那個天真——如果那個天真存在的話。

但現在它是困難的，因為沒有一個地方在教導天真，到處都在教導聰明。大學不會使你變天真，他們會使你變聰明、變狡猾、變算計。你越聰明，在人生的奮鬥當中你就會越好。如果你是算計的，你可以得到很多財富、聲望、和權力；如果你是天真的，你將會被證明是愚蠢的；如果你是天真的，那麼在這個競爭的世界裡，你將不會有一席之地。這就是難題：在這個競爭的世界裡，你也許沒有一席之地，但是在那個不競爭的涅槃世界裡，如果你是天真的，你將會有一席之地。如果你是在算計的，在涅槃的世界裡，你將不會有一席之地，但是在這個世界裡，你將會有一席之地，而我們選擇了這個世界作為我們的目標。

古老的大學是完全不同的，他們的導向是完全不同的。那蘭達或塔克席拉沒有教算計，他們沒有教聰明，他們教天真，他們的導向跟牛津或卡西或劍橋是不同的，他們的導向是完全不同的。他們在創造出一種不同類型的頭腦，所以幾乎一直都是，一個在塔克席拉或那蘭達學習的人到了最後會變成一個門

徒。到了他從大學畢業的時候，他就會放棄這個世界。那些大學是反世界的，他們是在為其他某一個層面作準備。他們為其他無法以這個世界的準則來衡量的事把你準備好。這些技巧就是在為那些類型的人。或者他們天生就是天真的，或者他們訓練他們自己成為天真的。

當耶穌告訴他的跟隨者說：「如果有人打了你的一個面頰，要給他們另外一邊的面頰。」他是想要做什麼？他在試圖使你成為天真的，只有一個愚蠢的人才會這樣做。當有人打了你的一個面頰，一個算計的頭腦將會說：「立刻打回去，打重一點。」而一個真正算計的頭腦會說：「在有人打你之前，先打他，因為攻擊是最佳的防衛。」問馬基維利，他是最聰明的頭腦。他說：「在某人攻擊你之前，你就攻擊他，因為攻擊是最佳的防衛。一旦某人攻擊了你，你已經變弱了，他已經凌駕在你之上，如此一來，那個競賽已經不平等了，他已經領先你了，所以不要讓你的敵人走在你前面，在任何人攻擊你之前要先攻擊。」

這是算計的頭腦，這是聰明的頭腦。在中古世紀的歐洲，每一個王子和每一個國王都會閱讀馬基維利，但是因為他太聰明了，所以沒有一個國王會僱用

他。他的書被閱讀，它是權力政治的聖經，每一個王子都會讀他的書「君王論」(The Prince)，他們會遵循它，但是沒有一個國王準備僱用他，因為他太聰明了。最好是離他遠一點，他是危險的，他知道得太多了，他說：「美德是不好的，但是假裝成為有美德的是好的。不要成為有美德的，但是永遠都要假裝你是有美德的，那是真正的好，因為這樣的話你就可以從兩端獲益：從邪惡的那一邊你會有所得，從美德的那一邊你也會有所得。」這是算計的頭腦，繼續假裝你是有美德的，永遠都要讚賞美德，但是永遠不要真正成為美德的；永遠都要讚賞美德，但是永遠不要真正成為有美德的；永遠都要讚賞美德，好讓別人知道你是一個有美德的人。永遠都要譴責罪惡，但是不要害怕使用它。

耶穌說：「當有人打你一邊的面頰，要給他另外一邊。如果有人拿了你的外套，搶走了它，那麼將襯衫也給他。如果有人強迫你攜帶他的重擔一英哩，告訴他，你已經準備好攜帶它兩英哩。」這是明顯的愚蠢，但是是非常有意義的。如果你能夠做到這樣，這些技巧將會適合你。耶穌在將他的門徒準備好，使他們能夠突然成道。只要想想，如果你能夠那麼天真，那麼信任，如果有人打你，他一定是為你好才打你——所以給他另外一邊的面頰，讓他打它。別人

的善被相信、被信任了，沒有一個人是你的敵人。當耶穌說「愛你的敵人」，就是那個意義。沒有一個人是你的敵人，不要在任何地方看到敵人。那並不意味著沒有敵人，沒有會剝削你的人。會有這樣的人，他們會剝削你，但是你就被剝削，不要成為狡猾的。只要看著那個層面：被剝削，但是不要成為狡猾的。要被剝削，不要成為不信任的，不要不相信，不要失去信心。這比別人能夠把你騙走的任何東西都來得更更有價值，其他沒有什麼東西是那麼有價值的。

但我們的頭腦是如何在運作？如果有一個人欺騙你，那麼整個人類都是邪惡的。如果有一個人是不誠實的，或者你認為他不誠實，那麼你就根本不相信人，那麼整個人類都變成不誠實的。如果一個猶太人是一個吝嗇鬼，那麼整個猶太的種族都是吝嗇的。如果一個回教徒是固執己見的，那麼所有的回教徒都是這樣，只有一個就足以讓我們喪失掉對一切的信心。耶穌說：「即使全部的人都是不誠實的，你也不應該失去信心，因為信心比那些不誠實的人藉著他們的不誠實而能夠從你身上帶走的來得更更有價值。」所以，事實上，如果你喪失了信心，你就失去了某些東西，否則你並沒有失去什麼。

對於這麼天真的人，這些技巧就足夠了，他們不會要求更多。你說了，它就發生在他們身上。就只是聽到師父的話，就有很多人被點亮了——但這是在過去，而不是在這個年代。

我聽過一個關於臨濟禪師的故事，他是一個非常貧窮的門徒，一個乞丐。當他在他的茅屋裡面睡覺的時候，有一個小偷進來，茅屋裡面除了一條他在使用的毛毯之外什麼都沒有。他睡在地板上，用他的毛毯蓋著，然後他變得非常不舒服，同時開始想：「這個多麼不幸的傢伙！他遠從村子裡跑來要找些什麼東西，但是在我的茅屋裡面什麼都沒有，多麼不幸！要如何幫助他？唯一的東西就是這條毛毯。」而他就蓋著那一條毛毯，那個小偷一定沒有勇氣來搶那一條毛毯，所以他就溜出那一條毛毯，將它留在那裡，然後溜進一個黑暗的角落，那個小偷帶著那一條毛毯就走掉了。那天晚上非常冷，但是臨濟禪師覺得很高興那個小偷沒有白走一趟。

然後他坐在他茅屋的窗戶旁邊，那天晚上很涼，窗外的天空掛著滿月，他寫了一首短詩，在那首短詩裡面他說：「如果我能夠將這個月亮給那個小偷，我一定會這樣做。」像這樣的頭腦！他失去了什麼？就只是一條毛毯。他得到

了什麼？整個世界——一切能夠被得到的。他得到了天真、信任、和愛。

對這個人來講，什麼技巧都不需要，他的師父一定會說：「只要看，覺知，警覺。」這樣就行了。

第二個問題：

要如何分辨無意識頭腦的指令和內在的引導？一個人如何認出內在的引導在運作？

第一件事：由於佛洛依德的關係，對於「無意識」(unconscious) 這個字有很多誤解。佛洛依德誤解了它，也對它做了錯誤的解釋。而他變成了現代關於頭腦知識的基礎。對佛洛依德來講，無意識只是意味著被壓抑的意識，是意識被壓抑的部分。所以一切邪惡的、不好的、和不道德的，都被壓抑了。因為社會不允許它，所以它被壓抑在內在。對佛洛依德來講，那個被壓抑的部分就是無意識，但對神秘家來講並不是這樣。

佛洛依德並不是一個神秘家，他並沒有進入他自己的無意識，他只是觀察了病人的情況：生病的人、不正常的人、發瘋的人、和病態的人。他一直在研究病態的頭腦，透過研究病態的頭腦——那也是從外在——他下結論說就在意識層底下有一個無意識的頭腦，那個無意識的頭腦攜帶著所有從孩提時代被壓抑的東西，所有那些社會所譴責的，而頭腦壓抑了它，只是要忘掉它的存在。

但它還是在那裡，而且繼續在運作。它非常強而有力，它繼續在改變意識，它繼續對意識耍詭計。意識在它面前是非常無能的，因為任何被壓抑的東西之所以被壓抑只是因為它非常強而有力，社會無法應付它，所以社會一直在壓抑它，社會不知道有其他的辦法來對付它。比方說，性，它非常強而有力，如果你不壓抑它，你不知道要對它怎麼辦，它將會引導你進入危險的路線，而它是一個如此強大的能量，如果它完全被允許，整個社會將會變得很混亂。沒有一個婚姻能夠存在，沒有一個愛能夠存在，如果它被允許完全自由，每一件事都會變得很混亂，因為這樣的話，男人的行為將會像動物一樣。如果沒有婚姻，沒有家庭，整個社會一定會被摧毀。社會依靠家庭的單位，家庭依靠婚姻，婚姻依靠性壓抑，每一件自然的、強而有力的事都必須被抑制、被禁止。

——被壓下來，使你覺得對它有罪惡感，然後你會繼續跟它抗爭，社會不僅創造出外在的警察，它也創造出內在的警察——你的良心，這是雙重的安排，好讓你不會走入歧途，這樣你就無法成為自然的，你必須成為不自然的。

現在當代的心理學家說發瘋是文明的一部分，沒有一個文明能夠沒有發瘋。但是瘋子在受苦，因為你們強迫一個秩序在他們身上，所以他們自然的本能被壓垮了，他們被弄得殘廢了。也許你們的瘋子比你有更強大的力量，所以他們內在的本能起來反抗，他們拋掉了他們的良心，他們的頭腦，和每一樣東西，因此他們發瘋了。一個更好的人類的觀念，一個更好的組織，一個有更多知識和智慧的更好的規範，也許可以利用他們，他們也許會被證明是天才，他們也許會被證明是非常有才能的人，他們是。但是他們裡面有一股強大的力量，所以他們無法壓抑他們自己。社會不允許他們行動，因為他們是野的。佛洛伊德來到了一個結論：文明需要無意識，那個被壓抑的部分。

但是事實上，對譚崔和瑜伽來講，這個無意識並不是無意識，它只是介於意識和無意識之間一個小小的界線，它是潛意識。意識將某些東西壓下去，但是意識知道它，它並非真的是無意識，你知道它，你也許不想承認它，你也許

不想去注意它，因為你害怕如果你去注意它，它就會浮現。你將它壓入暗處，但是你對它是有意識的。佛洛伊德的無意識並非真的是無意識，它只是潛意識。它並不是黑暗的夜晚，它是在光底下，你可以看到它。

譚崔談論真正的無意識，它不是被你壓抑的，而是你最深的本性。你的意識只是它曝光的一部分，只是它的十分之一有看到光的部分，它變成了意識，有十分之九的部分都隱藏在底下。那個無意識事實上是你的生命能量或存在本質的源頭。你有意識的頭腦佔整個頭腦的十分之一，這個有意識的頭腦創造出它自己的中心，那個中心就是自我。這個中心是虛假的，因為它不屬於整個頭腦，它並不是整個頭腦的中心，它只是有意識的部分或片斷的一個中心，那片斷創造出它自己的中心，那個中心繼續假裝它是整個人的中心。不，你全部的頭腦有一個中心：那個中心被稱為「引導」，那個中心存在於無意識裡，唯有當頭腦的一半曝光，它才會被顯露出來。到了那個時候，那個引導的中心才會被顯露出來，它隱藏在無意識裡。

所以你不需要害怕無意識，你所害怕的是佛洛伊德的無意識，它是會令人害怕的東西，但是這個佛洛伊德的無意識可以在發洩當中被丟出，因此我堅持

要發洩。這個佛洛伊德的無意識可以在發洩當中被丟出：任何你想要做但是沒有做的，你就去做它，靜心地做。不要對任何人做它，因為那將會產生連鎖反應，你將無法控制。只要在空氣中做它。如果你是憤怒的，在空氣中做它；如果你覺得有性慾，將它丟進天空裡。如果你感覺到任何事，只要讓它從內在移到外在，將它表達出來。一種靜心式的發洩將能夠紓解掉佛洛伊德的無意識。使用我所教導的技巧——如果它好好地被遵循——那些佛洛伊德的無意識將會消失，唯有當這個佛洛伊德的無意識消失，你才能夠穿透到真正的無意識，它剛好就在中間，在意識和無意識之間。你繼續將你的垃圾丟進一個房間，然後你將它關起來，你繼續在堆積一個垃圾場——佛洛伊德的無意識只是一個垃圾場。不要將它丟進來，我說，要將它丟出去。當它往內移，你就會變成病態的，你可能會發瘋；當它往外移，你就會變成新鮮的、年輕的、沒有負擔的。

對這個年代來講，發洩是一定要的。沒有一個人能夠到達內在的引導而不要發洩。一旦你進入了很深的發洩，你就不需要害怕了。然後真正的無意識就會開始顯露它自己，然後它將會穿透進入你的意識，然後你將會首度覺知到你廣大的領域，你並不是一個這麼小的片斷，你有一個非常廣大的存在，而這個

廣大的存在有一個中心，那個中心就是內在的引導。

要如何分辨無意識和內在的引導？要如何分辨佛洛依德的無意識和內在的引導？如果你沒有經歷過發洩，它將會很困難，但是你能夠漸漸感覺到一種差別，因為佛洛依德的無意識只是壓抑的東西。如果某種東西帶著一種暴力在你裡面出現，那麼你就可以知道得很清楚，這個暴力的來臨是因為你在一開始的時候壓抑了它。如果某種東西就只是在你裡面出現而沒有任何暴力，就只是靜靜地、很容易地浮現，沒有任何聲音，甚至是無聲的，那麼你就知道這是真正的無意識，有某種東西從那個引導來到你身上。但是唯有當你經歷過發洩，你才會精通這件事，然後你就會知道是怎麼一回事。

每當任何事來自佛洛依德的無意識，你就會覺得受到打擾，它會使你變得不安、不舒服；每當某種東西來自那個引導，你就會覺得很安詳，你就會覺得很快樂、很安逸、很自在，那是你無法想像的。你將會覺得這就對了，你的整個存在都會跟它保持和諧，沒有抗拒，你知道這是正確的、好的，這是真理，沒有人能夠說服你不是這樣。跟著佛洛依德的無意識，你永遠無法安詳，你永遠無法靜止和鎮定，你將會受打擾，它是一種疾病的浮現，會有跟它的抗爭。

所以如果你經歷過很深的發洩，它將會比較好，那麼佛洛伊德的無意識就會漸漸變寧靜。

就好像泡沫從河床浮現，來到了水面上，你將會覺得有泡沫從你存在的基端浮現，它們將會來到你有意識的頭腦，但是它們的來臨將會給你一種很深的安寧——有一種感覺，覺得沒有什麼事能夠比這個更對。但是在它發生之前，你必須卸下你那些佛洛伊德無意識的重擔。而那個內在的引導唯有在你處於一種放開來的狀態下才能夠發生，因為內在的本性是十分非暴力的，它不會用力的主張它自己。

佛洛伊德的無意識會想要主張它自己，每一個片刻它都試圖要主張它自己，而你將它壓回去，這就是那個差別。它想要主張它自己，它想要變成活躍的，它想要把你引導到某一個地方，它想要操控你，而你在抗拒它，你在跟它抗爭。

真正的無意識，那個引導，並不會想要積極呈現它自己，如果你允許它，如果你邀請它，祈禱地，它將會來到你身上，就好像是一個被邀請的客人。你必須處於一種放開來的狀態，唯有如此，它才會來臨。當它覺得你已經準備

好，當它覺得它不會被否定、被拒絕，當它覺得它將會受歡迎，那麼它就會來到你身上。

所以你必须做兩件事：將佛洛依德的無意識發洩掉，訓練自己能夠放開來和臣服來迎接真正的「引導」，真正的無意識。當你做了這兩件事，你就會知道那個差別。

那個差別事實上是無法教給你的，你將會知道它。當它發生的時候，你將會知道它。你怎麼知道你的身體有疼痛和你的整個身體都有一種幸福感的差別？當你的整個身體都充滿著幸福，和當你頭痛，你如何去感覺那個差別？你只是知道它，你無法定義它，你就只是知道它：你知道頭痛是怎麼樣，你也知道幸福是怎麼樣。

真正的引導將一直都會給你一種幸福感，而佛洛依德的無意識將一直都會給你一種頭痛的感覺。它是一種動盪不安，它是一種內在的痛苦，它是一種身心劇痛，它是被壓抑的痛苦。所以每當它來到你身上，你將會覺得全身都很痛苦。

由於這個佛洛依德的無意識，所以有很多事情變成痛苦的，其實在自然的

情況下，它並不痛苦。比方說，性，因為社會壓抑性，所以它變成痛苦的。在自然的生活裡，最喜樂的事情之一就是性，但是它已經變成痛苦的。如果你進入性，你將會感到挫折，你將會覺得有罪惡感，到了最後，你將會覺得被削弱了，然後你將會決定永遠不再有性。這並不是因為自然的性，這是因為無意識。性已經變成痛苦的，它非常受到壓抑，以致於它已經變成醜陋的和痛苦的，否則它是最自然的狂喜之一。如果一個小孩從來沒有被教導說性是不好的，是一個罪惡，他將能夠享受它，每一次他都會感覺到一種很深的幸福感流遍全身。

男人比女人感覺到更多的幸福，因為女人更被壓抑。沒有人要求男孩必須是一個處男，但是每一個人都要求，甚至男孩本身也要求，他即將要結婚的女孩必須是一個處女，甚至連花花公子都要求女孩必須是一個處女。女人的無意識比男人更被壓抑，那就是為什麼只有少數的女人會達到性高潮，而那也是西方。在東方，最多不超過百分之五的女人能夠達到任何對性的享受。有百分之九十五的女人對它感到膩，那就是為什麼當聖人和和尚在教導性是罪惡的時候，女人一直都同意。她們有很多人聚集在和尚的周圍，因為那件事情吸引

她們，它是對的，因為她們非常受到壓抑，所以她們從來沒有從它經驗到任何喜樂。

在印度，在做愛的時候，女人是不應該動的，是不可以主動的，她們必須像屍體一樣靜靜地躺著。如果她們是主動的，她們的男人就會懷疑：她們在享受性，而這不是一個好女人的跡象。一個好的女人是一個不享受性的女人。在東方，他們會說，如果你想要結婚，要娶一個好女人，而如果你想要享受，那麼你就去尋求一個壞女人的友誼，因為只有壞女人能夠享受性，這是很不幸的。女人不應該動，不應該主動，她必須是死死的。當能量不流動，她怎麼能夠達到性高潮？

如果她無法享受它，她一定會反對丈夫，她一定會認為丈夫是邪惡的。每天都有印度的女人來到我這裡，她們說她們對性已經感到膩，而她們的先生卻一再一再地強迫她們要進入性。她們不喜歡它，她們厭惡它，為什麼先生們並沒有那麼厭惡？為什麼女人那麼厭惡？那個原因就是，對於性，她們比男人有更多被壓抑的無意識。

性將會變成痛苦的，如果你壓抑了它，它是一個頭痛。任何事都可以變成

一個頭痛——只要壓抑它，這就是那個詭計。它將會變成一個受苦，然而任何事都可以變成喜樂的——只要表達它，不要壓抑它。

這個佛洛依德的無意識就是一切目前你所知道的，你不知道關於真正的無意識，譚崔的無意識，所以你會害怕。在害怕的時候，你就無法放開來。在害怕的時候，你就無法鬆掉控制。你知道如果你鬆掉控制，那個壓抑的本能就會立刻接管，任何你所壓抑的都會立刻來到頭腦，它將會堅持要表達出來，所以你會害怕。首先，發洩是需要的，這樣那些恐懼才會消失，然後你就能夠放開來。如果你放開來，一種非常寧靜的力量就會開始流進你有意識的頭腦，你就會感覺到一種幸福，你會覺得你很自在，你會覺得每一件事都很好，你會覺得你是受到祝福的。

一個人如何認出內在的引導在運作？這將是第一個跡象：你將會開始覺得很好，覺得你自己很好。記住，你一直都覺得你不好。我幾乎從來沒有碰過一個覺得自己好的人，每一個人都在譴責他自己，每一個人都認為自己是不好的。當你認為你是不好的，你怎麼能夠假設別人會愛你？當沒有一個人愛你，你就覺得很挫折，但是你本身並不愛你自己，你從來不會很有愛心地去碰觸你

的手，你從來不會很有愛心地去感覺你的身體，你從來沒有感謝過神說祂給你一個這麼美的身體，這麼美的一個生物體，不，你只是覺得厭惡。而宗教，所謂的宗教，教你譴責——這個身體是一個罪惡的包包，你攜帶著一個重擔。

當無意識被釋放掉，你將會突然覺得你被接受了，你並不是壞的。沒有什麼是壞的，整個生命在內在深處變成一個祝福，你覺得受到了祝福，當你覺得受到祝福，你周遭所有的人也變成受到祝福的，你可以祝福他們，你覺得很快樂。因為你覺得被譴責，所以你覺得你自己不好，而你對別人也是這樣想。如果你譴責你自己的身體，你怎麼能夠愛別人的身體？如果你反對你自己的身體，你怎麼能夠愛別人的身體？你將會譴責——在內在深處，你將會譴責。事實上，宗教把你培養成只是鬼魂，他們不想要你有身體，他們想要你只是不具身的靈魂。每一件事都遭到了譴責……而你將它視為理所當然。

我在經典裡面看過，在很多經典裡面看過，它們裡面寫著，你的身體只不過是血液、脂肪、和黏液——這只是在譴責它。我不知道寫這些經典的人想要什麼？他們想要那裡有黃金嗎？白銀嗎？鑽石嗎？或是什麼？血液為什麼要被譴責？血液有什麼不好？血液就是生命！但是他們譴責它，而我們接受了那個

譴責，他們一定是瘋了。

耆那教教徒一直都說他們的大師從來不排尿，也不排便，這麼不好的事情。但為什麼尿是不好的？排尿有什麼不好？但它是一件很不好的事。心理學家說，因為性中心和排尿的器官在男人身上是一樣的，所以性變成被譴責的。而在女人身上，性中心剛好就在中間，在一邊是排便，而在另外一邊是排尿，如果性介於這兩件不好的事之間，那麼它不可能是好的。對性的譴責因此產生，因為我們譴責排便，但是為什麼？為什麼要譴責它？它有什麼不好？然而我們接受了那個譴責，而當我們接受，難題就產生了。

你的整個身體都被神經病的人譴責，他們也許會寫經典，但是那並不會造成任何差別。他們也許是偉大的領導者——神經病的人幾乎一直都是。他們是偉大的領導者，因為他們非常熱衷，所以他們能夠很快地找到一些跟隨者，而一直都有人在崇拜狂熱主義。任何言辭比較激烈的人都會有人向他頂禮說他是正確的領導者，而他也許只是一個神經病的人，只是瘋了。這些神經病的人譴責你，而你接受了他們，你被他們所制約。

當無意識在你裡面流動，有一種微妙的幸福會來到，你會覺得很好，每一

件事都很好，每一件事都是神聖的。你的身體來自神性，你的血液也是，你的尿也是，每一樣東西都是神聖的。當無意識在你裡面流動，每一樣東西都是神聖的，每一樣東西都變成心靈的。沒有什麼東西是不好的，沒有什麼東西被譴責，那個感覺就是這樣，然後你就能夠飛翔，你會變得很輕而無法走路，那麼就沒有什麼東西在你的頭腦裡是一個重擔，那麼你就能夠以一種非常偉大的方式來享受小的事情，那麼每一件微不足道的事都會變成一個美，但那個美是由你所給予的，任何你所碰觸到的都變成黃金，因為在內在深處你非常充滿著喜樂。

這將會是發生在你身上的第一件事——覺得自己很好，而當那個無意識開始流進你的意識，第二件會發生的事是：你會變得比較不世俗導向，比較不用頭腦，比較全然。然後如果你是快樂的，你就只是單純地說你是快樂的——你將會跳舞。就只是說：「我是快樂的。」是沒有能量的，沒有意義的。我看到一些人說：「我是快樂的。」——但是只要看他們的臉！我知道有人說：「我愛你。」但是他們的身體並沒有表達任何事。話語是死的，但是我們卻用它們來取代生命。當無意識在你裡面流動，那個差別將會是：你將會用你全部的存

在來生活。當你覺得快樂，你就會跳舞，然後你將不會只是說：「我是快樂的。」——你將會真的很快樂，那就是差別。你不會說：「我是快樂的。」——不需要說它，因為你將會很快樂。那麼並不需要去告訴任何人說：「我愛你。」——你將會是愛。你的整個存在都會顯露出那個感覺，你將會帶著愛的震動，任何在附近經過的人都會感覺到你在愛；任何只是被你的手碰觸到的人都會感覺到一種微妙的能量進入到他裡面。在你的「在」裡面有一種溫暖，一種快樂。

這將是第二件事。首先你會覺得自己很好，而且每一樣東西都很好；第二，你會變得很全然。當那個引導帶領著你，你就會成為全然的。

第三個問題：

當那個直覺開始運作，臣服就是那個直覺或內在引導的唯一技巧嗎？一個透過直覺來生活的人是不是一直都會成功？你如何評價成功和失敗？一個透過直覺來生活的人理智不會變得比較弱嗎？

要讓內在的本性變活躍的話，臣服是唯一的技巧。

一個透過直覺來生活的人不是一直都會成功？不，但他一直都是快樂的——不論他是否成功，而一個不透過直覺來生活的人一直都不快樂，不論他是否成功。成功並不是那個準則，因為成功要根據很多事情。快樂是準則，因為快樂只依靠你。你也許不成功，因為有其他的競爭者，即使你用直覺來工作，別人可能工作得更狡猾、更聰明、更算計、更暴力、更不道德。所以成功要靠其他很多事情，成功是一個社會的現象，你也許不會成功。

誰能夠說耶穌成功了？被釘在十字架上並不是一個成功，它是最大的失敗。一個人在三十三歲的時候就被釘死在十字架上，這算是哪一種成功？沒有人知道關於他的事，就只有一些村民，一些沒有受過教育的人，是他的門徒。他沒有地位，沒有聲望，也沒有權力，這算是哪一種成功？十字架刑不能夠說是成功，但是他很快樂，他是全然地喜樂——即使他被釘在十字架上。那些將他釘死在十字架上的人一定還可以活很多年，但是他們一定活得很痛苦，所以，事實上是誰在遭受十字架刑？那才是要點。那些將耶穌釘死在十字架上的

人，是不是他們在遭受十字架刑？或是被釘死在十字架上的耶穌？他很快樂，你怎麼能夠釘死狂喜？你可以殺掉身體，但是你無法殺死靈魂。那些將他釘死在十字架上的，他們存活下來了，但他們的生命只不過是一個漫長的、緩慢的十字架刑——痛苦、痛苦、和痛苦。

所以第一件事是，我不是說如果你遵循內在的引導，你永遠都會成功——以社會的觀點所說的成功，但是如果以佛陀或耶穌所認為的來說，你將會成功。但那個成功是以你的快樂和你的喜樂來衡量的——哪一種快樂是無關的，你將會是快樂的。不論社會說你是一個失敗者，或者社會使你成為一個明星、一個成功，它都不會造成任何差別。不論那個情況是怎麼樣，你都將會是快樂的，你將會是喜樂的。對我來講，喜樂就是成功。如果你能夠了解喜樂就是成功，那麼我說你將永遠都會成功。

但是對你來講，喜樂並不是成功，成功是另外的事，它也許甚至是痛苦。即使你知道它將會是一個痛苦，你也會渴望成功。問政治領袖，他們是痛苦的。我從來沒有看過任何政治領袖是快樂的，他們都很痛苦，但是他們仍然試圖要爭取更高的職位，試圖要往更高的階梯爬，而那些已經在他們上位的人也

是痛苦的，這是他們所知道的，但是只要能夠成功，我們已經準備好成為痛苦的。所以對我們來講，成功是什麼？成功是自我的滿足，而不是喜樂，它只是為了要讓別人說你成功了。你也許失去了每一樣東西——你也許失去了你的靈魂，你也許失去了所有能夠給予喜樂的天真，你也許失去了所有那些能夠使你接近神性的和平和寧靜，你也許失去了一切，而變成只是一個瘋子，但是世界將會說你是成功的。

對世界來講，自我的滿足就是成功，對我來講並不是這樣。對我來講，成為喜樂的就是成功，不論有沒有人知道你都沒有關係。是不是有人知道你，你是不是完全沒沒聞，完全沒有被注意到，這些都沒有關係，但如果你是喜樂的，你就成功了。

所以要記住這個差別，因為有一些人想要成為直覺的，想要找到內在的引導，只是為了要在世界上成功。對他們來講，內在的引導將會是一個挫折。首先，他們無法找到它，然後，即使他們能夠找到它，他們也會很痛苦，因為他們的目的是要得到世界的承認，是要達到自我的滿足，而不是喜樂。

頭腦要很清楚：不要成為成功導向的。成功是世界上最的失敗，所以不

要試圖成功，否則你將會是一個失敗者。想想成為喜樂的，每一個片刻都想看看到如何變得越來越喜樂，然後整個世界也許會說你是一個失敗者，但是你將不會是一個失敗者，你已經達成了。

佛陀在他的朋友、家人、太太、父親、老師、和社會的眼中是一個失敗者——他是一個失敗者。他只是變成一個乞丐，這算是哪一種成功？他本來可以成為一個偉大的國王，他具有那個品質，他具有那個人格，他有那個頭腦。他本來可以成為一個偉大的國王，但是他卻變成一個乞丐，很明顯地，他是一個失敗者，但是我要告訴你們，他不是一個失敗者，如果他成為一個國王，那麼他一定會是一個失敗者，因為他一定會錯過真實的生命。那個他在菩提樹下所達成的是真實的，而那個他所失去的是不真實的。

有了那個真實的，你的內在生活將會成功，帶著那個不真實的……我不知道。如果你想要在那個不真實的方面成功，那麼就遵循那些在狡猾、聰明、競爭、嫉妒、和暴力方面下功夫的途徑，遵循他們的途徑，內在的引導不適合你。如果你想要從世界取得什麼，那麼就不要聽內在的引導。

但是最終來講，你將會覺得雖然你贏得了整個世界，但是你失去了你自己

己。耶穌說：「如果一個人失去了他的靈魂而得到整個世界，那麼他得到了什麼？」你認為誰是成功的：亞歷山大大帝或是被釘死在十字架上的耶穌？所以，如果——這個如果必須被了解清楚——如果你對世界有興趣，那麼內在的引導對你來講並不是一個引導。如果你對內在本質的層面有興趣，那麼內在的引導，唯有內在的引導，能夠有所幫助。

第七十九章

空的哲學

經文：

109、假定你被動的形式是一個空的房間，有皮膚作為牆壁——空。

110、慈祥的（你），遊戲。宇宙是一個空的殼，在那裡面，你的頭腦無限地嬉戲。

111、甜心的（你），靜心冥想「知」和「不知」，「存在」和「不存在」，然後你也許可以將這兩者都擺在一旁。

112、進入空間，沒有支撐的、永恆的、靜止的。

這些技巧顧慮到空，它們是最纖細、最精微的。即使去想像空似乎也是不

可能的。佛陀使用所有這四種技巧在他的門徒與和尚們身上，而因為這四種技巧，他完全被誤解了，佛教在印度這塊土地完全被拔了根，就只是因為這四種技巧。

佛陀說沒有神。如果有神，你不可能成為完全空的。你也許不在那裡了，但是神將會在那裡，神性將會在那裡。你的頭腦可能會欺騙你，因為你的神性也許只是你的頭腦在玩詭計。佛陀說沒有靈魂，因為如果有任何靈魂，阿特瑪，你可以將你的自我隱藏在它的後面。如果你覺得有某一個自己在你裡面，你的自我將很難離開，那麼你無法成為完全空的，因為你將會在那裡。

為了要為這四個空的技巧準備好基礎，佛陀拒絕了每一樣東西。他並不是一個無神論者，但是他看起來好像是一個無神論者，因為他說沒有神，他說沒有靈魂，他說在存在裡面沒有什麼實質的東西——存在是空的，但這只是在為這些技巧準備基礎。一旦你進入了空，你就進入了一切，你也許可以稱之為神性，你也許可以稱之為神，或阿特瑪，靈魂，不論你喜歡怎麼樣稱呼它都可以，但是唯有當你是完全空的，你才能夠進入真理，你不能有任何東西留下來。印度人認為佛陀是在摧毀宗教，認為他在教導反宗教。那些聽到他的人，

甚至連他們也無法跟隨，因為每當你去到某一個地方，你是要去找尋某些東西的，你從來不會去找尋空。所以那些去聽他演講的人是在找尋某些東西，不論是涅槃、莫克夏、彼岸、天堂、或真理，但是他們就是在找尋某些東西。他們是要來滿足他們最終的慾望：找到真理。那是最後的慾望，除非你是完全沒有慾望的，否則你無法知道真理，那個要知道的條件就是要成為完全沒有慾望的。

所以有一件事是確定的：你無法欲求真理。如果你欲求它，那個慾望就會變成障礙。在佛陀之前有一些師父在教導：「不要欲求，要成為沒有慾望的。」但是他們在談論神，談論神的王國、天堂、樂園、莫克夏、最終的自由和解脫，而他們在說：「要成為沒有慾望的。」佛陀覺得，如果有什麼事要被達成，你就不可能成為沒有慾望的。你也許可以假裝你是沒有慾望的，但是這個假裝沒有慾望也是來自某一個想要被達成的慾望，它是虛假的。師父說，帶著慾望，你無法達到最終的喜樂，而你想要達到最終的喜樂，所以你就開始成為沒有慾望的，你試圖成為沒有慾望的，好讓你能夠達到最終的喜樂，當那個慾望就在那裡。你試圖成為沒有慾望的就只是因為那個慾望。所以佛陀說，沒有神可以被達成，即使你欲求，也沒有一個可以被達成……所以要成為沒有慾望

的。沒有說在某一個地方有莫克夏，沒有目標。生命是沒有意義的，而且是沒有目標的。

他所強調的是很美而且很棒的，沒有人曾經以那樣的方式嘗試。他摧毀了所有的目標，只是為了要幫助你成為沒有慾望的。如果有目標存在，你怎麼能夠成為沒有慾望的？而如果你不是沒有慾望的，你就無法達成目標——這是一個矛盾。他摧毀了所有的目標，並不是說那些目標不存在，它們是存在的，而且它們可以被達成，但是如果你想要達成它們，如果你欲求達成它們，它就會變得不可能。最基本的條件就是你必須成為沒有慾望的，然後那個最終的才會發生在你身上。所以佛陀說，沒有什麼事是要被欲求的，慾望是沒有用的，拋掉所有的慾望，當沒有慾望，你就會成為空的。

只要想像，如果你裡面沒有慾望，你將會變成怎麼樣？你只不過是一捆慾望。如果所有的慾望都走掉，你就消失了。並不是說你將不存在，你將會存在，但是是以一個空存在。你將會像一個空的房間在那裡：沒有人在那裡，只是一個尚雅，一個空無。佛陀稱這個空無為阿那特瑪、阿那塔、或沒有靈魂。你將不會感覺到任何中心，你將不會感覺到「我存在」，將只是「存在」而沒

有「我」，因為「我」只不過是累積的慾望，濃縮的慾望，結晶起來的慾望，很多很多的慾望變成了你的「我」。

它就好像在物理學裡，物理學家說如果你分析物質，那麼物質只不過是原子，沒有什麼東西可以連結原子，每一個原子都被空的空間所圍繞著。如果你手上拿著一塊石頭，沒有石頭，就只有能量的原子，而在兩個原子之間是無限的空間，甚至連一塊石頭都是有很多空間的、多孔的。他們說不久之後我們將能夠將那個空間從每一樣東西抽出來。

威爾斯(H.G. Wells)寫了一個故事……在二十一世紀，有一個乘客開始在一個很大的車站召集腳伕。旁邊的乘客都無法了解，因為他也沒有行李，只是一包香煙和一個小小的火柴盒，那就是他所有的行李，而他卻繼續在那邊招來腳伕。有一群人聚集在那裡，然後有一個乘客問：「為什麼？你為什麼要叫那麼多腳伕？你什麼都沒有，你自己就可以攜帶這個火柴盒和這一包香煙，你叫了二十幾個腳伕要幹什麼？」

那個乘客笑了，他說：「試試看，試試看那個火柴盒，那個火柴盒並不是一般的火柴盒，有一個火車的引擎濃縮在它裡面。」

它不久之後就可能了，空間可以被抽出來，然後它能夠再被灌進去，然後那個引擎就會恢復它的形狀，然後大的東西就可以被攜帶而沒有太大的問題。那個重量將保持一樣，但是那個形狀、那個形式將會變得越來越小。一個火柴盒就能夠包含一個火車的引擎，但是那個重量將保持一樣，因為空間是沒有重量的。你可以將那個空間抽出來，但是你無法將重量抽出來。那個重量將保持一樣，因為重量由那些原子所包含，而不是被空間所包含。他們說整個地球可以被濃縮成一個蘋果的大小，但是那個重量將保持一樣。如果你將這些原子分開，如果你將一個原子拿掉，然後另外一個，然後又另外一個，如果你將所有的原子都拿掉，那麼就沒有什麼東西被留下來，所以物質只是一個外表。

佛陀以一種更簡單的方式來分析人類的頭腦，他是偉大的科學家之一。他說你的自我只不過是慾望，無數的慾望。有好幾百萬個慾望，它們做成了你。如果你將這些慾望一個一個抽出來，有一個片刻將會來到，到時候就沒有留下任何慾望，你已經消失了……就只是空間，就只有空的空間存在，而佛陀說，這就是涅槃。這是你整個人完全的絕滅，你不復存在了；佛陀說，這就是寧靜，除非你完全消失，否則寧靜無法降臨到你身上。

佛陀說，你無法成為寧靜的，因為你就是難題；你無法成為和平的，因為你就是那個病；你永遠無法成為喜樂的，因為你是唯一的障礙。喜樂隨時都在來臨，但你是障礙。當你不存在，喜樂就會存在；當你不存在，和平就會存在；當你不存在，寧靜就會存在；當你不存在，狂喜就會存在。當你的內在完全空掉，這個空本身就是喜樂。那就是為什麼佛陀的教導被稱為「空性哲學」或「零的哲學」。

這四種技巧就是要達到這種存在的狀態，或者你可以稱之為不存在的狀態——那是沒有差別的。你可以給它一個正向的辭令，就像印度教教徒或者那教教徒所說的靈魂，或者你可以給它一個更適當但是是負向的辭令，就好像佛陀所稱的阿那塔、沒有自己、或沒有靈魂。它依你而定，但是不論你怎麼稱呼它，並沒有一個可以被命名或是被稱呼的，就只是無限的空間，那就是為什麼我說這些是最終的技巧，是最精細、最困難的——但是是最棒的。如果你能夠用這四個技巧裡面的任何一個來下功夫，你將會達到那個不能達成的。

109、將你的身體感覺成空的。

空。

第一個技巧：假定你被動的形式是一個空的房間，有皮膚作為牆壁——

假定你被動的形式是一個空的房間，有皮膚作為牆壁……但是在內在，每一樣東西都是空的。這是最美的技巧之一，只要以一個靜心的姿勢坐著，放鬆，單獨，你的脊椎要挺直，整個身體都放鬆——就好像整個身體懸掛在脊椎骨上面。然後閉起你的眼睛，有幾個片刻，繼續覺得放鬆，更放鬆，變得越來越寧靜，越來越寧靜，這樣做幾個片刻，只是為了要融入，然後突然開始覺得你的身體只是皮膚的牆壁，裡面什麼東西都沒有，沒有一個人裡面，那個屋子是空的。有時候你會覺得有一些思想經過，有思想的雲在移動，但是不要認為它們屬於你，你不存在。只要想，它們在一個空的天空裡漫遊——它們不屬於任何人，它們沒有任何根。

事實上事情就是這樣：思想就只是像在天空移動的雲，它們沒有任何根，

它們不屬於天空，它們只是在天空漫遊。它們來了又去，而天空保持不被碰觸到、不被影響。感覺你的身體就只是皮膚的牆壁，沒有一個人在裡面。思想仍然在繼續著——因為舊有的習慣，舊有的動量，舊有的合作，思想會繼續來臨，但是只要將它們想成是沒有根的雲在空間中移動，它們不屬於你，也不屬於任何人。它們沒有一個人可以歸屬——你是空的。它將會變得很困難，但只是因為舊有的習慣，你的思想會想要抓住某一個思想，跟它認同，跟著它一起移動，享受它，放縱在它裡面，抗拒！只要說，沒有一個人可以放縱，沒有一個人可以抗爭，沒有一個人可以用這個思想做任何事。

在幾天裡面，幾個星期裡面，思想將會慢下來，它們將會變得越來越少。雲將會開始消失，或者，即使它們來臨，也將會有很大的無雲的空隙——沒有思想的間隔。一個思想會經過，另外一個思想有一段時間不會來，然後另外一個思想來，之後將會再有一個間隔，在那些間隔當中，你將會首度知道空是什麼。那個瞥見到空將會使你充滿著很深的、你所想像不到的喜樂。

事實上要對它說什麼是很困難的，因為任何用語言所說出來的都將會提到你，然而你將不會在那裡。如果我說你將會充滿著快樂，那是荒謬的，你將不

會在那裡，所以我怎麼能夠說你將會充滿著快樂？快樂將會在那裡，就在你四面的皮膚牆壁裡面，快樂會在那裡震動著，但是你將不會在那裡。一個很深的寧靜將會降臨到你身上，因為如果你不存在，沒有一個人能夠創造出打擾。你一直認為是別人在打擾你：街上交通的噪音，小孩在你的周遭遊戲，太太在廚房工作……某人在打擾你。沒有人在打擾你，你就是那個打擾的原因。因為你在那裡，所以任何東西都能夠打擾你。如果你不在那裡，那麼打擾將會來臨，然後經歷過空而不會打擾到它。當你在那裡，非常易怒，是一個傷口，任何東西都會立刻傷到你。

我聽過一個科學故事……它發生在第三次世界大戰之後，所有的人都死光了，地球上連一個人都沒有，只有樹木和山存在。有一棵大樹想要創造出一個大的噪音，就好像它在過去慣常創造的噪音一樣。它從一顆大石頭倒下來，它做了每一件可能的事，但是沒有噪音，因為噪音需要你的耳朵，對聲音來講，你的耳朵是需要的。如果你不在那裡，聲音無法被創造出來，那是不可能的。我在這裡講話，我在發出聲音，因為你在這裡。如果沒有人在這裡，我也許繼續在講話，但是聲音無法被創造出來。但是我自己能夠創造出它，因為我本身

可以聽到它。如果沒有一個人在那裡聽，聲音無法被創造出來，因為聲音是你耳朵的一個反應。

如果地球上沒有人，太陽將會升起，但是它無法創造出光，它似乎很荒謬，我們無法想像，因為我們一直都認為太陽將會升起，然後就會有光。你的眼睛是需要的，如果沒有你的眼睛，太陽將無法創造出光，它也許會繼續升起，但那是沒有用的，因為那些光將會在空裡面經過，將不會有一個人能夠反應，沒有一個人能夠說這就是光。光是你眼睛的一個現象，是來自你的反應。你認為如何……一朵玫瑰花在花園裡，如果沒有你經過，會有芬芳嗎？玫瑰花本身無法創造出芬芳——不可能。你和你的鼻子是需要的，要有一個人來反應，然後解釋說這是芬芳，這是玫瑰的芬芳。不論一朵玫瑰花多麼努力嘗試，如果沒有一個鼻子，它將根本不是一朵玫瑰花。

街上的打擾並不是真的存在，它在你的自我裡面。你的自我會反應，然後說這是一個打擾，那是你的解釋。有時候，在不同的心情之下，你可能會享受它，那麼它就不是一個打擾。你也許會在一種不同的心情之下享受它，那麼你就會說：「這很美，多麼棒的音樂！」但是在一個悲傷的片刻，甚至連音樂也

會變成一個打擾，但是如果你不在那裡，就只是空間，空，那麼就既沒有打擾，也沒有音樂。事情將會經過你而不被注意到，因為沒有被打擊到，那麼就沒有傷口會反應，沒有一個人會反應，甚至連自我也不會被創造出來，這就是佛陀所說的涅槃。

這個技巧能夠幫助你。假定你被動的形式是一個空的房間，有皮膚作為牆壁——空。以一種被動的狀態坐著，不活躍，什麼事都不做……因為每當你做些什麼，那個做者就會進來。事實上是沒有做者，只是因為那個作為，所以你就想像有一個做者。佛陀的困難就只是因為這個，只是因為語言的形式，所以才會產生困難。

我們說一個人在走路，如果你分析這個句子，它意味著有一個人在走路，但是佛陀說只有一個走路的過程，並沒有一個人在走路。你在笑，因為語言的關係，所以它看起來好像有一個人在笑。佛陀說，有笑，但是裡面沒有一個人。在笑。當你在笑的時候，記住，找出誰在笑。你將永遠無法找到任何一個人——就只有笑，沒有一個人在它的背後做它。當你是悲傷的，沒有一個人在悲傷，就只有悲傷……注意看這個，就只有悲傷，它是一個過程：就只有笑，就

只有快樂，就只有不快樂，沒有一個人它在它的背後。

就只是因為語言的關係，所以我們繼續以「二」來思考。如果有移動，我們就說有一個人移動——移動者。我們無法想像只有移動，但是你曾經看過移動者嗎？你曾經看過那個笑的人嗎？佛陀說，有生命，生命的過程，但是沒有一個活的人在裡面。然後有死亡，但是沒有一個人死。對佛陀來講，你並不是一個二分性——語言創造出二分性。我在講話，似乎我是一個在講話的人，但是佛陀說，就只有講話，沒有一個人講，它是一個過程，它不屬於任何人。

但是對我們來講，那是困難的，因為我們的頭腦深深地根植於二分性。每當我們想到某一個活動，我們就會想到裡面有一個演出者，一個做者。那就是為什麼在靜心裡面，一個被動的、不活躍的形式是好的，因為這樣的話我們就更容易能夠進入空。佛陀說：「不要去靜心，要處於靜心裡面。」那個差別是非常大的，我要再重複，佛陀說：「不要去靜心，要處於靜心裡面。」因為如果你去靜心，那個做者就介入了，你將會繼續想說你在靜心，那麼靜心就變成一個行為。

佛陀說：「要處於靜心裡面。」那意味著成為完全被動的，不要做任何事，不要有任何一個做者。那就是為什麼，有時候當那個做者在作為裡面消失，你就會感覺到一個突然升起的快樂，它的來臨是因為你變成了「一」。對於一個舞者，有一個片刻會來到，到時候那個舞會接管，那個舞者就消失了，然後就有一個突然的祝福會發生，一個突然的至福，一個突然的狂喜，他充滿著未知的喜樂，到底是怎麼一回事？只有那個作為被留下來，那個做者不復存在了。

士兵們在前線作戰的時候有時會達到非常深的喜樂，它很難想像，因為他們是那麼地靠近死亡，他們隨時都可能會死掉。在一開始的時候，它會使他們害怕，他們會在恐懼中顫抖，但是你無法每天都持續地恐懼和顫抖，一個人會變得習慣，一個人會接受死亡，然後那個恐懼就消失了。當死亡非常接近，有任何閃失，你就可能會立刻死掉，那個做者被遺忘了，就只有任務被留下來，就只有作為被留下來，一個人必須非常深入那個作為，一個人無法繼續記住「我存在」。那個「我存在」會產生麻煩，你將會錯過。你將不會完全處於那個活動中，而生命是那麼地危急，你不能夠在那裡搞二分性。那個行動變得很全

然，當期待是全然的，你就會突然覺得你很快樂，那是你以前從來沒有過的。

戰士們會經歷一些日常生活所無法經驗到的喜悅，那也許就是為什麼戰爭那麼具有吸引力的原因，那也許就是為什麼戰士比婆羅門更能夠達到莫克夏的原因，因為婆羅門一直都在想啊想的，有很多心理活動。二十四位耆那教的大師——拉瑪、克里虛納、和佛陀等，都是戰士，他們達到了最高的頂峰。

從來沒有聽說有生意人達到那個頂峰，他生活得那麼安全，所以他可以成為二分的。不論他做什麼，它從來都不是全然的。利益不可能是一個全然的活動。你可以享受它，但它從來不是一個生與死的問題。你可以用它來玩，但是並沒有什麼危急，它是一個遊戲，生意是在玩一個遊戲，金錢的遊戲，那個遊戲並不是很危險，所以生意人幾乎永遠都保持平庸。甚至連一個賭徒都可能會比生意人達到更高的喜樂，因為賭徒會進入危險。他會賭下他所有的一切，而在那個全然下注的片刻，那個做者消失了。

那也許就是為什麼賭博那麼具有吸引力，戰爭那麼具有吸引力的原因，就我的了解，在任何那些吸引人的事背後一定有某種狂喜隱藏在某一個地方，有一個對於未知的暗示隱藏在某一個地方，有一個對很深的生命奧秘的瞥見隱藏

在那裡的某一個地方，否則沒有一件事會有吸引力。

被動……你在靜心裡面所採取的任何姿勢都必須是被動的。在印度，我們發展出最被動的姿勢，那就是「完美坐姿」(siddhasana)。它的美就是當你以完美的坐姿坐著，就像佛陀所坐的姿勢一樣，身體是處於最深的被動狀態。即使在躺下來的時候，你也沒有那麼被動，它是主動的。為什麼完美坐姿是那麼地被動？這有很多理由。在這個姿勢裡，身體被鎖住了，關閉起來了。身體有一個電的循環，當那個循環被關閉、被鎖住，那個電就會在體內轉來轉去，它不會漏出去。現在它是一個被證明的科學現象：在某些姿勢裡，你的身體會漏出能量。當身體漏出能量，它就必須持續地創造出能量，它是活躍的，身體的發電機必須持續地工作，因為你在漏出能量。當能量從外在的身體漏出，內在的身體就必須成為活躍的來更新它，所以最被動的狀態是沒有能量漏出的狀態。

現在在西方國家，尤其是在英國，他們處理病人就只是使他們的身體成為一個電的圓圈，在很多醫院裡面有使用這個技巧，它們非常有幫助。一個人躺在地板上，在一個電線網上面，那個電線網只是要使他身體的電形成一個圓圈。只要半個小時就夠了，他將會覺得非常放鬆，非常充滿著能量，非常強

壯，他無法相信，當他來的時候，他是很弱的。

在所有古老的國家裡，人們在晚上的時候都會朝某一個特定的方向睡，只是為了要讓能量不漏出，因為地球有一個磁力。為了要利用那個磁力，你必須朝某一個特定的方向躺，那麼地球裡面的力量就會在整個晚上都給你磁力。如果你所躺的方向跟它相反，那個力量將會跟你對抗，你的能量將會被摧毀。有很多人在早上的時候覺得很沮喪，很虛弱，不應該是這樣，因為睡覺是要來活化你的，是要給你更多的能量。然而有很多人在上床的時候是很有能量的，但是到了早上，他們卻變得死氣沉沉。這可能有很多原因，但這可能是其中之一：他們躺錯了方向。如果他們所躺的方向是反地球磁力的，他們將會覺得能量消散了。

所以現在科學家說，身體有一個電路，它可以被鎖住的，他們研究了很多以完美坐姿坐著的瑜伽行者。在那種狀態下，身體所漏出的能量是最少的，能量被保存了。當能量被保存著，內在的電池就不需要工作，不需要任何活動，所以身體是被動的。在這個被動當中，你可以比活躍的時候變得更空。

在這個完美坐姿當中，你的脊椎是挺直的，整個身體也是挺直的。現在他

們做了很多研究，當你的身體是挺直的，完全挺直，你是最不受地心引力的影響。那就是為什麼如果你以一個不方便的姿勢坐著，你稱之為不方便是因為你的身體受到更多地心引力的影響。如果你坐直，那麼所受到的地心引力影響最小，因為它只能拉你的脊椎，其他沒有。那就是為什麼站著的時候很難入睡，倒立的時候幾乎不可能入睡。

要睡覺的時候你必須躺下來，為什麼？因為這樣的話，地球對你的拉力是最大的，那個最大的拉力使你成為無意識的。要睡覺的時候你必須躺平，這樣地球的引力才能夠碰到你的整個身體，並拉著它的每一個細胞，那麼你就會變成無意識的。動物比人更無意識，因為牠們無法站直。進化學家說人能夠進化，因為他能夠用雙腳站直，在這樣的姿勢下，地心引力的拉力是比較少的。因為這樣，所以他能夠變得更覺知一些。

在完美的坐姿當中，地心引力的拉力是最小的。身體呈被動不活躍的狀態，封閉在裡面，它自成一個世界。沒有什麼東西往外移，也沒有什麼東西進來。眼睛閉著，手鎖住，腳也鎖住，能量在一個圓圈裡面流動。每當能量在一個圓圈裡面流動，它就會創造出一個內在的韻律，一個內在的音樂。你越是能

夠聽到那個音樂，你就越覺得放鬆。

假定你被動的形式是一個空的房間，就像是一個空的房間，有皮膚作為牆壁——空。繼續進入那個空。有時候會有一個片刻來臨，你會覺得每一樣東西都消失了，沒有一個人，什麼人都沒有，那個屋子是空的，屋子的主人不見了、蒸發了。在那個空隙，在那個間隔，當你不在裡面，神性將會在。當你不存在，神就存在；當你不存在，喜樂就存在，所以，試著消失，試著從內在消失。

110、在活動中成為遊戲的。

第二個技巧：慈祥的（你），遊戲。宇宙是一個空的殼，在那裡面，你的頭腦無限地嬉戲。

第二個技巧是基於遊戲的層面，那必須被了解。如果你要進入很深的空，進入內在的深淵，那麼不活躍是好的，但是你無法整天都成為空的，你無法整

天都成為被動的，你將必須做些什麼。活動是基本的需求，否則你沒有辦法活。生命意味著活動，所以，你可以不活動幾個小時，但是在一天二十四小時裡面的其他時間，你將必須是活躍的。靜心必須成為你的生活形態，它不應該是一個片斷，否則你將會得到它，然後失去它。如果你有一個小時不活躍，然後其他的二十三個小時都是活躍的，那個活躍的力量將會比較多，它們將會摧毀任何你在不活躍當中所達成的。活躍的力量將會摧毀它，然後隔天你將會再度做同樣的事：有二十三個小時的時間，你將會累積那個做者，然後在一個小時裡面，你將必須拋掉它，它將會很困難，所以你的頭腦必須改變它對於工作和活動的態度，因此有第二個技巧。

工作必須被視為遊戲，而不是被看成工作。工作必須被視為遊戲，只是一個遊戲，不要對它嚴肅，你必須就像小孩子在玩耍，它是沒有意義的，沒有什麼事要被達成，只是在享受那個活動。如果你有時候玩一玩，你就會感覺到那個差別。當你在工作的時候，它是不同的：你是嚴肅的、有負荷的、有責任的、擔心的、焦慮的，因為那個結果，最終的結果，是動機。工作本身不值得享受，真正的事情就只是在未來，在結果。在遊戲裡面事實上是沒有結果的，

那個過程就是喜樂的，而你並不擔心，它並不是一件嚴肅的事，即使你看起來很嚴肅，那也是裝出來的。在遊戲當中，你很享受那個過程；在工作當中，你並不享受那個過程——目標或結果才是重要的。不管怎麼說，那個過程必須被忍受，它必須被做，因為結果必須被達成。如果你能夠不要過程而達到結果，你一定會拋掉活動而直接跳到結果。

但是在遊戲當中你不會這樣做，如果你能夠達到結果而不要遊戲，那麼那個結果是沒有用的。唯有透過過程，它才有意義。比方說，有兩支足球隊在操場上，只要藉著丟銅板就可以決定誰是贏家，誰是輸家，為什麼要經歷那麼多的努力，不必要地賣力？那個事情可以很容易地只是藉著丟銅板來決定，那個結果將會出來，其中一隊會贏，另外一隊會輸，為什麼要在那邊拚命？但是這樣的話就沒有意義了。結果是沒有意義的，那個過程才是有意義的。即使沒有人贏，也沒有人被打敗，那個遊戲也是值得的，那個活動本身被享受了。

這個遊戲的層面必須被用到你的整個生命裡：不論你做什麼，都要全然投入那個活動，不要去管結果，它可能會來臨，它一定會來臨，但是它不在你的頭腦裡，你在遊戲，你在享受。

那就是當克里虛納告訴阿朱納說將未來交在神性的手中的意思。你活動的結果是在神性的手中，你就只是做就好了，這個單純的做變成一個遊戲。阿朱納覺得這很難了解，因為他說，如果這只是遊戲，那麼為什麼要殺戮，為什麼要抗爭？他能夠了解工作是什麼，但是他無法了解遊戲是什麼。而克里虛納的一生就只是一個遊戲，你在任何地方都無法找到一個這麼不嚴肅的人，他的一生就只是一個遊戲，一齣戲，他享受每一件事，但是他對它不嚴肅，他很盡致地享受它，但是他並不擔心結果，結果會怎麼樣是無關的。

阿朱納很難了解克里虛納，因為他會算計，他會以結果來思考。他在吉踏經一開始的時候說：「這整個事情似乎是荒謬的，我的朋友和親戚排成兩邊在對打，不論哪一方贏，它都是輸的，因為我的家人、我的親戚、或是我的朋友將會被摧毀。即使我贏了，它也是沒有任何價值，因為我要向誰展示我的勝利？勝利之所以有意義是因為朋友、親戚、或家人能夠享受它們。但是將不會有人能夠享受，因為那個勝利將會建立在屍體上。要由誰來賞識它？有誰會說『阿朱納，你展現了一個偉大的行為』？所以，不論我是勝利的，或者我是被打敗的，它似乎都很荒謬，這整個事情是荒謬的。」他想要放棄，他極度嚴

肅，任何算計的人都會像他那麼嚴肅。

吉踏經的背景是獨一無二的，戰爭是最嚴肅的事，你無法將它視為遊戲，因為有生命涉入，有無數的生命涉入，你無法成為遊戲的，而克里虛納堅持，即使在那裡，你也必須成為遊戲的，你不要去想那個結果會怎麼樣，你只要在此時此地，你只要成為一個遊戲的戰士，不要擔心結果，因為結果是在神性的手中，而甚至連那個結果是不是在神性的手中也不是要點，那個要點是它不應該在你的手中，你不應該攜帶著它，如果你攜帶著它，那麼你的生命就無法變成靜心的。

第二個技巧說：慈祥的（你），遊戲。讓你的整個生命成為只是一個遊戲。宇宙是一個空的殼，在那裡面，你的頭腦無限地嬉戲。你的頭腦繼續無限地遊戲。整個事情就像是在一個空的房間裡的一個夢。在靜心的時候，一個人必須遊戲般地看着頭腦，就像小孩子出自洋溢的能量在玩耍和蹦蹦跳跳，就這樣而已。思想在跳躍，在遊戲，就只是一個遊戲，不要對它們嚴肅。即使有不好的思想存在，也不要覺得有罪惡感，或者如果有一個很棒的思想，一個非常好的思想——你想要服務人類，同時蛻變整個世界，你想要將天堂帶到地球上

——也不要透過它來標榜自我，不要覺得你已經變得很偉大。這只是一個遊戲的頭腦，有時候它會往下沈，有時候它會上升，它只是洋溢的能量採取很多不同的形式。頭腦只不過是一個洋溢的泉源，其他沒有。

成為遊戲的，希瓦說：慈祥的（你），遊戲。一個遊戲者的態度意味著他在享受著那個活動，它本身是好的，沒有利益的動機涉入，他不是算計的。只要看一個生意人，不論他在做什麼，他都是在計算利益，計算看看他能夠從它得到什麼。一個客人來，那個客人並不是一個人，他只是一個工具，你能夠從他身上得到什麼利益？他能夠如何被剝削？在內在深處，他在盤算著要說什麼，要做什么。每一件事都經過盤算，只是為了要操控，要剝削。他並沒有顧慮到這個人，他並沒有顧慮到那個交易，他並沒有顧慮到任何事——他只顧慮到未來，那個利益。

注意看東方：在鄉村裡面到目前還是這樣，一個生意人並非只是一個想賺取利益的人，而客人也並非只是要來買東西的，他們很享受它。我想起我年老的祖父，他是一個布商，我和我的家人都覺得很不能了解，因為他非常享受它。他可以跟客戶玩好幾個小時，如果某一樣東西值十盧比，他一定會叫價五

十盧比——他知道這是荒謬的，他的客人也知道。他們知道它一定只值大約十盧比，然後他們會從兩盧比開始，然後接下來就是一個漫長的討價還價——持續好幾個小時。我父親和我叔叔們都覺得很生氣。「到底是怎麼了？為什麼不直接說出那個價格就好了？」但是他有他自己的客人。當他們來，他們一定會問：「達達在哪裡？阿公在哪裡？因為跟他做生意是一個遊戲，我們是不是損失一、兩個盧比，或者它是更多或更少，那並不是要點！」

他們很享受它，那個活動本身是值得追求的。有兩個人透過它在溝通，有兩個人在玩那個遊戲，而雙方都知道它是一個遊戲，因為，當然，一個固定的價格是可能的。

在現在的西方，他們都有固定的價格，因為人們更算計，更利益導向，他們無法想像在那裡浪費時間。為什麼要浪費時間？那個事情可以在幾分鐘之內就解決，不需要浪費時間，你可以將精確的價格寫下來，為什麼要在那裡討價還價幾個小時？但是這樣的話，那個遊戲就喪失了，整個事情就變成一個例行公事，甚至連機器也可以做它，生意人是不需要的，客人是不需要的。

我聽說有一個心理分析師，他非常忙碌，有很多病人，因此很難跟每一個

人作個別連繫，所以他會針對某一個病人將他所要講的話錄下來，然後用錄影機來對那個病人說話。

有一次，輪到一個非常富有的病人的時間，那個心理分析師進入了一家旅館，突然間他看到了那個病人坐在那裡，所以他就問說：「你在這裡幹什麼？那是你跟我在一起的時間。」

那個病人說：「我非常忙碌，所以我將我所要說的話放進我的錄音機裡，兩個錄音機在互相對話。你要對我說的話，我的錄音機都錄下來了，而任何我要對你說的話，你的錄音機也都從我的錄音機錄下來了，這樣可以節省時間，我們兩個人都可以自由。」如果你太過於算計，那麼人就消失了，然後就變得越來越機械化。

即使到了現在，在印度的鄉村裡還是有在討價還價，它是一個遊戲，值得享受，你們在玩，它是兩個聰明才智在交手，兩個人進入了很深的接觸，但它並不節省時間，遊戲從來不節省時間，在遊戲當中你不會擔心時間，你是沒有顧慮的，不論是什麼事情在進行，你就在那個當下享受它。

成為遊戲的是所有的靜心過程最深的基礎之一，但是我們就像在做生意一

樣，我們已經被訓練成那樣，所以即使當我們在靜心，我們也在找尋結果，而不論發生什麼，你都會不滿意。

人們來到我這裡，他們說：「是的，靜心在成長，在進步，我覺得更快樂、更寧靜、更自在，但是其他都沒有什麼事發生。」其他沒有的是什麼？我知道像這樣的人有一天一定會來到這裡說：「是的，我感覺到涅槃，但是其他沒有什麼事發生。」其他沒有的是什麼？他在找尋某種利益，除非某種非常看得到的利益納入他的手中，某種他可以儲存在銀行裡面的東西，否則他無法滿足。寧靜和快樂是那麼地模糊，你無法擁有它們，你無法將它展示給任何人看。

每天都有人來到我這裡說他們覺得很悲傷，他在期待某些甚至不應該在生意上期待的東西——而他們竟然在他們的靜心當中期待它。由於一直都處在生意的訓練之下，所以整個生意的頭腦進入了到了靜心——能夠從靜心得到什麼利益？

生意人是不遊戲的，而如果你不是遊戲的，你無法成為靜心的。要越來越遊戲，浪費時間在遊戲裡，只要跟小孩子玩就行了。即使沒有別人，你也可以自己一個人在房間裡面蹦蹦跳跳或跳舞，只要遊戲和享受。但是你的頭腦會繼

續堅持：「你在做什麼，浪費時間嗎？你可以利用這些時間去賺取一些東西，你可以做些什麼，而你卻只是在這裡蹦蹦跳跳、唱歌、和跳舞，你在幹什麼？你瘋了嗎？」

試試看，抓住任何你能夠抓住的時間，離開你的生意，成為遊戲的。任何事——你可以畫畫，你可以彈西達琴，任何你喜歡的事都可以，但是要成為遊戲的。不要從它找尋利益，不要在它裡面看未來，只要在現在，然後——然後你在內在也可以是遊戲的，然後你可以跳到你的思想上，跟它們遊戲，將它們丟到這裡和那裡，跟它們跳舞，但是不要對它們嚴肅。

有很多人對他們的頭腦是無意識的，任何發生在他們頭腦裡面的事他們都不知道，他們在它裡面漂泊，不知道頭腦要將他們引導到哪裡。如果你能夠覺知到頭腦的任何軌道，你一定會感到很困惑，它到底是怎麼一回事。頭腦透過連結在移動。一隻狗在街上吠，那個吠叫聲來到了你的頭腦——現在你開始了，透過這個狗的吠叫聲，你也許會移到世界的盡頭，你也許會想起某一個朋友，他有一隻狗，然後那隻狗被拋下，而那個朋友進入到頭腦裡，他有一個很美的太太，那個太太真的很美……現在你在移動，你可以去到這個世界的最盡

頭，你將永遠不會記得有一隻狗在你身上耍了一個詭計，它只是吠叫，然後把你帶到那個軌道，你就開始移動。

科學家的說法會讓你覺得很尷尬，他們說這個軌道已經固定在你的頭腦裡。如果同樣的那隻狗在同樣的情況再度吠叫，你將會再度遵循這個軌道：朋友，狗，太太，那個漂亮的太太——你將會再度進入同樣的路線。

現在他們把電極裝在人類的頭腦裡來做很多實驗，他們碰觸了頭腦裡面某一個特定的點，然後就有一個特定的記憶會被釋放出來。突然間，你會看到你只有五歲，在花園裡玩耍，在追逐蝴蝶。然後那整個一連串的情況都會浮現：你覺得很愉快，每一件事都很好，那個空氣，那個花園，那個氣味，每一件事都活了過來，它並非只是記憶，你重新經歷它。然後那個電極被拔掉，那個記憶就停止了。如果那個電極再度碰觸同樣的點，同樣的記憶就會再度浮現：你再度變成五歲大，在同樣的花園裡，有著同樣的蝴蝶，同樣的氣味，同樣一連串的事件。當那個電極被拔掉，那個記憶就消失了，但是將電極放回同樣的點，那個記憶就恢復了。

它就好像你機械式地在回想某一件事，它一直都是從某一個特定的點開

始，然後在某一個特定的點結束，然後再從頭開始……就好像你將一些聲音記錄在錄音機裡，你的頭腦有好幾百萬個記憶，好幾百萬個記錄的細胞，它全部都是機械式的。

這些人類頭腦的實驗非常奇怪，同時透露出很多訊息。記憶可以一再一再地被喚起，一而再，再而三地被喚起。有一個實驗者嘗試了三百次，那個記憶都一樣——它被錄下來了。那個被實驗的人變覺知了，他覺得它非常非常奇怪，因為他不是主人，他無法做什麼。當那個電極碰觸到那個地方，那個記憶就開始了，而他必須去看它。在那三百次當中，他漸漸變成一個觀照。他開始去看那個記憶，但是之後他覺知到他是不同的，這個記憶也是不同的。這個實驗可以有幫助，對靜心者非常有幫助，因為當你知道你的頭腦只不過是一個在你周圍的機械式的記錄，你是分開的。

頭腦可以被碰觸。現在科學家說，遲早我們將能夠切除所有那些給你痛苦和焦慮的中心，因為同樣的事一再一再地被碰觸到，然後整個事情就必須再被經歷。

我在很多門徒身上嘗試過很多實驗。做同樣的事，他們就會進入同樣的惡

性循環，一再一再地，一而再，再而三——除非他們變成一個觀照，知道這是一件機械式的事。

你知道，如果你對你太太說了同樣的事——每一個星期，同樣的事——她將會有固定式的反應。七天之後，當她忘掉了，你再說同樣的事，她就會再出現同樣的反應。然後記錄下來……那個反應將會是一樣的。你知道，你太太知道，有一個模式被固定了，它會一直繼續下去。甚至連一隻狗的吠叫聲都能夠啟動你的模式。某種東西被碰觸到了，一個電極進入了，你就開始了一個旅程。

如果你的生命是遊戲的，那麼你在內在也可以用頭腦來玩，就好像你在電視銀幕上看影片，你並沒有涉入，你只是一個觀看者，一個旁觀者。看，同時享受它，不要說好，也不要說壞，不要譴責，不要賞識，因為那些是嚴肅的事。如果一個裸體的女人來到了你的銀幕，不要說這是不好的，有一個魔鬼在對你要詭計。沒有一個魔鬼在那裡對你要詭計，看著它，就好像它在一個銀幕上，一個影片的銀幕。以遊戲的態度來面對它，告訴那個淑女說：「等一等！」不要試圖將她推出去，因為你越是將她推出去，她越會進來——淑女是很難應付的。不要跟隨她，如果你跟隨，那麼你將會陷入麻煩。不要跟隨，不要抗爭

——這就是規則。只要看和成為遊戲的，只要跟她說「哈囉」或「早安」。只要看，完全不要受打擾，讓那個淑女等待。她將會自己走掉，就像她也是自己來的，她會自己行動，她跟你沒有連結，她只是記憶中的某樣東西。在某一個情況下，她來到那裡，只是一個影像，以遊戲的態度來面對它，如果你能夠用你的頭腦來遊戲，它將會很快消失，因為唯有當你是嚴肅的，頭腦才會在那裡。嚴肅就是那個連結，那個橋樑。

慈祥的（你），遊戲。宇宙是一個空的殼，在那裡面，你的頭腦無限地嬉戲。

111、超越知和不知。

第三個技巧：甜心的（你），靜心冥想「知」和「不知」，「存在」和「不存在」，然後你也許可以將這兩者都擺在一旁。

……靜心冥想「知」和「不知」，「存在」和「不存在」。靜心冥想生命的正向面，然後負向面，然後將這兩者都擺在一旁，因為你兩者都不是，然後你也許可以將這兩者都擺在一旁。

以這樣的方式來看它，靜心冥想一個出生：一個小孩被生下來，你被生下來，然後你成長，你變年輕——靜心冥想這整個成長。然後你變老，然後你死掉。從一開始……想像你父親和你母親懷你的時候，然後你進入母親的子宮，只是第一個細胞，從那裡看到最終點，到你的身體在喪葬的火堆被焚燒，你所有的親戚都站在你的周圍，然後將這兩者都擺在一旁——那個被生下來的時候和那個死掉的。將這兩者都擺在一旁，然後向內看，你就在那裡——你就是那個從來不被生下來，也從來不會死的。

……「知」和「不知」，「存在」和「不存在」，然後你也許可以將這兩者都擺在一旁。你可以用任何正反兩極來做它。你站在這裡，我看著你，我知道你。當我閉起我的眼睛，你就不復在這裡了，我不知道你，然後將我知道和我不知道兩者都擺在一旁，你將會是空的，因為當你將知道和不知道兩者都擺在一旁，你將會是空的。

有兩種類型的人：有些人充滿著知識，有些人充滿著無知。有一些人說：「我們知道。」他們的自我和他們的知識綁在一起；另外有一些人說：「我們不知道。」他們充滿著他們的無知，他們說：「我們是無知的，我們不知道。」一個是跟知識認同，另外一個是跟無知認同——但是兩者都佔有了某種東西，兩者都珍視某種東西。將兩者都擺在一旁，知道和不知道，好讓你變成兩者都不是——既不是無知的，也不是知道的。將正向的和負向的兩者都擺在一旁，那麼你是誰？突然間那個「誰」將會顯露給你，你將會覺知到那個超越的。將正向的和負向的兩者都擺在一旁，你將會成為空的，你將會變成什麼都不是，既不是聰明的，也不是無知的。將恨和愛兩者都擺在一旁，將友誼和敵意兩者都擺在一旁，當兩極都被擺在一旁，你就是空的。

但這是頭腦的一個詭計：它能夠將一個擺在一旁，但是永遠無法兩個都擺在一旁。它能夠將一個擺在一旁——你能夠將無知擺在一旁，然後你就會執著於知識。你能夠將痛苦擺在一旁，但是如此一來你就會執著於歡樂。你可以將敵人擺在一旁，但是如此一來你就會執著於朋友。有少數人所做的剛好相反：他們將朋友擺在一旁而執著於敵人，他們將愛擺在一旁而執著於恨，他們將財

富擺在一旁而執著於貧窮，他們將知識和經典擺在一旁而執著於無知。這些人是大的棄俗者，任何你所執著的，他們就將它擺在一旁而執著於它的相反，但他們的執著是一樣的。

執著就是難題之所在，因為如果你執著，你就無法成為空的。不要執著，這就是這個技巧的訊息。不要執著於任何東西，不管是正向的或負向的，因為不執著的時候你就會找到你自己。你就在那裡，但是因為那個執著，所以你就被隱藏起來了，不執著的時候，你將會被暴露出來，你將會被揭開，你將會爆發。

112、進入內在的空間。

第四個技巧：進入空間，沒有支撐的、永恆的、靜止的。

在這個技巧裡面給出了三種空間的品質。沒有支撐的：在空間裡面不可能

有支撐。永恆的：它永遠不可能有終點。靜止的：它將會是無聲的，它將會是寧靜的。進入這個空間，它就在你裡面。

但是頭腦一直都在要求支持。人們來到我這裡，如果我告訴他們說「只要靜靜地坐著，眼睛閉起來，什麼事都不要做」，他們就會說「給我一些支持，給我一個咒語來作為支持，因為我無法只是靜靜地坐著。」只是坐著是困難的。如果我給他們一個咒語，那麼就沒有問題，他們可以繼續重複那個咒語，那麼它就會變得很容易。有支持，你就永遠無法是空的，那就是為什麼它是容易的。某件事必須繼續，你必須做些什麼。做，就有做者；做，你就被充滿了，你可能會被 oum、拉瑪、耶穌、聖母瑪利亞、或任何東西所充滿，但你是被充滿的，那麼你就沒有問題。頭腦抗拒空，它一直想要被其他什麼東西所充滿，因為如果它被充滿了，它就能夠存在；如果它沒有被充滿，它就會消失。在空當中，你將會達到沒有頭腦，那就是為什麼頭腦會要求支持。

如果你想要進入內在的空間，那麼就不要要求支持。放掉所有的支持、咒語、神、經典，以及任何其他能夠給你支持的。如果你覺得你被支持了，放掉它，只要進入內在……沒有支持。它將會是令人恐懼的，你將會覺得害怕。你

走到了你可以完全消失的地方，你也許會回不來，因為所有的支持都會失去，你跟河岸的接觸將會失去，而這條河流將會把你帶領到哪裡沒有人知道。你的支持沒有了，你可能會掉進一個無底的深淵，因此恐懼會抓住你，所以你會要求一些支持。即使它是一個虛假的支持，你也會享受它。即使是一個虛假的支撐也是有幫助的，因為對頭腦來講一個支持是真實的或虛假的是沒有差別的——它必須是一個支持，那才是要點。你並不是單獨的，有某種東西在那裡支持著你。

有一次，一個人來找我……他住在一個屋子裡，他覺得那裡面有一些靈魂或鬼魂，所以他很擔心，因為擔心，所以他開始看到更多的幻象；因為擔心，所以他生病了，他變得虛弱。他太太說：「如果你要繼續住在這個屋子，我要離開。」他的小孩被送到親戚的家裡。

那個人來找我，他說：「現在事情已經變得很困難，我可以很清楚地看到他們，他們在晚上走路，整間屋子都充滿著鬼魂，請你幫助我。」

所以我給了他我的一張照片，然後說：「帶著它，現在將由我來應付那些鬼魂，你可以安心睡覺，不必煩惱。真的，我會對付他們，我會照料他們，現

在只要由我來，你不必干涉，也不需要顧慮。」

那個人隔天來，他說：「我睡了，它非常美！你做了一項奇蹟！」而事實上我並沒有做什麼，我只是給一個支持。透過支持，頭腦就被充滿了，它就不再是空的，有一個人在那裡。

在日常生活當中，你依靠很多虛假的支持，但它們是有幫助的。除非你變得夠強壯，否則你會需要它們。那就是為什麼我說這是最終的技巧——沒有支持。

佛陀即將要過世，阿南達問他：「現在你即將要離開我們，我們要怎麼辦？我們將如何達成？我們將如何進行？當師父走掉，我們將在黑暗中漂泊很多很多世，沒有一個人可以來引導我們，那個燈光熄掉了。」

所以佛陀說：「它對你來講是好的，當我不復存在，你就變成你自己的光。單獨一個人走，不要尋求任何支持，因為支持是最後的障礙。」

它的確發生了，阿南達成道了。有四十年的時間他都跟佛陀在一起，他是最親近的門徒，他簡直就像佛陀的影子，跟他一起行動，跟他一起生活，他跟佛陀的接觸是最長的。有四十年的時間，佛陀的慈悲落在他身上，灑落在他身

上——四十年。但是並沒有什麼事發生，阿南達保持跟以前一樣地無知。佛陀過世之後，阿南達成道了——隔天，就在隔天。那個支持一直是障礙，當不再有了佛陀，阿南達找不到任何支持。它是很難的，如果你跟一個佛生活在一起，然後那個佛走掉了，然後沒有人可以支持你，如此一來，已經沒有一個人值得執著。一個執著於一個佛的人在這個世界上無法執著於其他任何人，整個世界都將會變成空的。一旦你知道一個佛和他的愛和慈悲，那麼就沒有愛，沒有慈悲可以比較。一旦你嘗過那個，其他就沒有什麼事值得一嘗的，所以阿南達四十年來首度單獨，完全單獨，沒有辦法找到支持，他已經知道了最高的支持，現在較低的支持是不行的，隔天他就成道了。他一定是進入了內在的世界……沒有支撐的、永恆的、靜止的。

所以要記住，不要試圖找尋任何支持，要成為沒有支持的。如果你試著做這個技巧，那麼就要成為沒有支持的，那就是克利虛納姆提所教導的：「成為沒有支持的，不要執著於師父，不要執著於經典，不要執著於任何東西。」

這是每一個師父都在做的。一個師父的整個努力就是先把你吸引到他身邊，好讓你開始執著於他。而當你開始執著於他，當你變得跟他很親近、很親

密，然後他知道那個執著必須被切斷，現在你已經無法再執著於任何人，那是不可能的。然後他切斷那個執著，突然間你就變成沒有支持的。在一開始的時候，它將會很痛苦，你將會又哭又泣的，你將會尖叫，整個人都會覺得你失去了。進入到最深的痛苦，你將會消失，但是從那裡，一個人會單獨起來，沒有支持。

進入空間，沒有支撐的、永恆的、靜止的。那個空間沒有起點，也沒有終點，那個空間是完全沒有聲音的，什麼都沒有，甚至連一個聲音的震動都沒有，甚至連一個微波都沒有，每一樣東西都是靜止的。

那個點就在你裡面，你隨時都能夠進入它。如果你有勇氣成為沒有支持的，在當下這個片刻你就能夠進入它。那個門是開的。那是對大家的一個邀請，對每一個人的邀請，但勇氣是需要的，有勇氣成為自己，有勇氣成為空的，有勇氣融解掉，有勇氣死掉。如果你能夠死在你內在的空間裡面，你將會達成那個永遠不死的生命，你將會達成不朽。

第十八章

「一切」和「空無」是一樣的意思

問題摘要：

如果沒有一個人我們在他們裡面，為什麼要稱之為存在？
一個成道的人怎麼能夠做決定？

為什麼神秘家要生活在安靜的地方？
你怎麼知道意識是永恆的？

我的成道能夠為其餘的世界做什麼？

第一個問題：

你說事實上並沒有一個人是我們裡面，就只有空無和空，那麼為什麼你常常稱之為存在或中心？

存在或不存在，空無或一切——它們看起來是矛盾的，但這兩者是一樣的意思。在字典裡面，它們是相反的，但是在生命當中，它們並不是相反的。沒有人了解。以這樣的方式來看它：如果我說我愛一切，或者如果我說我不愛任何人，它意味著同樣的事。唯有當我愛某一個人，才會有差別。如果我愛所有的人，它跟不愛任何人是同樣的意思，那麼就沒有差別，那個差別一直都是程度上的，是比較的。

這兩者都是極端，它們沒有程度的問題，全部和零是沒有程度上的差別的，所以你可以說全部是一個零，或者你可以說一個零是全部，那就是為什麼有一些成道的人稱內在的空間為空、尚雅、空無、非存在、或阿那特瑪，而另外有一些人稱之為內在的存在、絕對的存在、梵天、阿特瑪、或至高無上的自己。這是兩種描述它的方式，一種是正向的，另外一種是負向的，或者是你包

含全部，或者是你排除一切，你無法以任何比較的言辭來描述它，一個絕對的言辭是需要的，兩個相反的兩極是絕對的言辭。

但是有一些成道的人完全保持沈默，他們沒有以任何言辭來稱呼它，因為不論你怎麼稱呼它——不論你稱之為存在或不存在——當你給它一個名字、一個詞，或一個字，你都是錯的，因為它同時包含兩者。

比方說，如果你說：「神是活的」或者「神是生命」它是沒有意義的，因為這樣的話，那麼誰會是死亡？祂包含一切，在祂裡面一定有死亡，而它跟生命是一樣地完全，否則死亡要歸誰？如果死亡屬於別人，而生命屬於神，那麼就有兩個神，然後將會有很多難題無法解決。神一定既是生命，也是死亡，兩者都是；神一定是創造者和摧毀者，兩者都是。如果你說神是創造者，那麼誰是摧毀者？如果你說神是好的，那麼誰是壞的？

因為有這個困難，所以基督徒、拜火教徒、和很多其他的宗教都創造出一個魔鬼在神的旁邊，因為那個壞的要歸給誰？他們創造出一個魔鬼，但是這樣的話事情並沒有解決，那個事情只是被往後推一步，因為這樣的話，你也可以問：「那麼是誰創造出魔鬼？」如果是神本身創造出魔鬼，那麼祂是要負責任

的。但是如果魔鬼是獨立的，跟神無關，那麼他本身就變成一個神，一個至高無上的力量。如果神沒有創造出魔鬼，神怎麼能夠摧毀他？那是不可能的。神學家繼續在給一個問題答案，但是那個答案繼續在創造出更多的問題。

神創造出亞當，然後亞當變壞，他被逐出伊甸園，他沒有服從神的旨意，所以他被逐出天堂的世界。它一再一再地被問到，而這個發問是有意義的，為什麼亞當會變壞？神一定在他裡面創造出那個可能性——變壞的可能性，走錯的可能性，不服從的可能性。如果沒有可能性，沒有固有的傾向，那麼亞當怎麼會走錯？神一定有創造出那個傾向。

如果有邪惡的傾向存在，那麼另外一件事也是確定的：克服它的傾向並沒有那麼強，跟它抗爭的傾向並沒有那麼強，那個邪惡的傾向比較強。是誰創造出這個力量？除了神以外沒有人可以負責任，那麼整個事情似乎就成為一個騙局。神創造出亞當，他在他裡面創造出一個變壞的傾向，一個很強的變壞的傾向，那是他所無法控制的，然後他走錯了，然後他被懲罰。是神應該被懲罰，而不是亞當！或者你必須接受有某種其他的力量跟著神一起存在，而那個其他的力量一定比神更強，因為魔鬼能夠誘惑亞當，而神無法保護他，魔鬼能夠煽

動和誘惑，而神無法保護他，魔鬼似乎是一個更強的神。

有一個教會最近在美國誕生，它叫作撒旦教會，魔鬼的教會。他們有一個高階教士，就像梵諦岡的教皇，他們說，歷史證明，真正的神是魔鬼，而他們看起來好像很合乎邏輯，他們說：「你們的神，你們所謂好的神，一直都被打敗，而魔鬼一直都勝利，整個歷史都可以證明它，所以為什麼要崇拜一個虛弱而無法保護你的神？最好是跟隨一個比較強的神，祂會誘惑你，但是祂也能夠保護你，因為祂是比較強的。」魔鬼的教會正在成長，而他們似乎是合乎邏輯的，歷史是這樣證明的。

這個二分性——讓神避開負面的那一極——產生了困難。在印度，我們並沒有創造出另外一極。我們說神既是創造者，也是摧毀者，是好的，也是壞的。這是很難想像的，因為當我們提到「神」，我們無法想像祂是不好的。但是在印度，我們試圖穿透存在最深的奧秘——那就是，合一。不知道怎麼樣，好的和壞的，生命和死亡，負向的和正向的，在某一個地方會合，而那個會合點就是存在，就是「一」。你要如何稱呼那個會合點？你必須使用一個正向的辭或是一個負向的辭，因為我們沒有其他的辭。

如果你使用正向的辭，那麼你可以稱之為存在、神、那絕對的、或梵天，或者如果你使用負向的辭，那麼你可以稱之為涅槃、空無、尚雅、非存在、或阿那特瑪。這兩者所指的是一樣的。它是兩者，而你內在的存在也是兩者。那就是為什麼有時候我稱之為存在，有時候我稱之為非存在。它兩者都是，它依你而定。如果那個正向的吸引你，那麼就稱之為存在；如果那個負向的吸引你，那麼就稱之為非存在，它依你而定。任何你覺得好的，任何你覺得將會給你成熟、成長、和進化的，就稱之為那個。

有兩種類型的人：一種是無法覺得跟那個負向的有任何親和力，另外一種是無法覺得跟那個正向的有任何親和力。佛陀是負向的類型，他無法覺得跟那個正向的有親和力，他覺得跟那個負向的有親和力，他使用所有負向的辭令。山卡拉覺得跟那個負向的沒有親和力，他以正向的辭令來談論最終的真實存在，他們兩者所說的是同樣的事。佛陀稱之為「尚雅」，而山卡拉稱之為「梵天」；佛陀稱之為「空無」，而山卡拉稱之為「那絕對的」或「一切」，但他們所說的是完全相同的東西。

拉瑪奴賈（Ramanuja），山卡拉最大的評論家之一，說山卡拉只不過是一

個隱藏的佛教徒，他不是一個印度教教徒，他只是看起來好像是，因為他使用正向的辭令，那就是所有的差別。不論佛陀在哪裡說「空無」，他就說是「梵天」，其他的都一樣。拉瑪奴賈說山卡拉是印度教最大的摧毀者，因為他用了個詭計從後門將佛教帶進來——在任何使用負向辭令的地方，他都使用正向的辭令，就這樣而已。他稱他為一個「隱匿的佛教徒」。就某方面來講，他是對的，因為沒有差別，那個訊息是一樣的。

所以它依你而定。如果你覺得跟寧靜或空無有親和力，那麼就稱那個偉大的存在為「空」；如果你不覺得有親和力，如果你覺得害怕，那麼就稱那個空為「偉大的存在」，但是這樣的話，你的技巧將會不同。如果你覺得對「空」、「單獨」、或「空無」覺得害怕，那麼昨天晚上我所談到的四種技巧對你並沒有太大的用處。忘掉它們，我還有談到其他的技巧，使用正向的技巧。

但是如果你已经準備好，而且有勇氣成為沒有支持的，成為空，成為單獨的，準備完全停止，那麼這四種技巧將會對你有莫大的幫助，它依你而定。

第二個問題：

如果有絕對的空在一個成道者裡面，那麼為什麼他似乎在作決定、在分辨、喜歡這個或不喜歡那個、說是或不？

這真的會看起來好像是一個矛盾。如果一個成道者就只是空，那麼對我們來講它就變成一件似是而非的事，那麼為什麼他會說是或不？他為什麼會選擇？為什麼他會喜歡某些東西而不喜歡另外的東西？他為什麼會講話？他為什麼會走路？他為什麼還可以生活？

對我們來講，這是一個難題，但是對一個成道者來講，它不是一個難題，每一件事都是由空所做出來的。成道者是不選擇的，對我們來講，它看起來好像是選擇，但成道者只是進入一個方向，那個方向來自空本身。

它就像是這樣：你在走路，突然間有一輛車來到你面前，你覺得有一個意外事件將會發生，你並沒有決定要怎麼做，你有決定嗎？你怎麼能夠決定？沒有時間，做決定需要時間，你必須思考，衡量正反兩面，然後再決定要從這邊跳或從那邊跳。你沒有決定，你就只是跳，那個跳來自哪裡？在跳和你之間沒

有思考的過程，突然間你覺知到那個車子就在你面前，然後你就跳了，那個跳先發生，稍後你才能夠想。在那個片刻，你匆匆忙忙地跳，你的整個人就這樣跳開而沒有任何決定。

記住，決定一直都只是部分，它永遠不可能是全部。決定意味著有一個衝突，你一部分的存在說：「做這個。」另外一部分說：「不要做這個。」所以才需要決定。你必須決定、爭論，然後有一部分必須被推開，決定就是意味著如此。當你的全部在那裡，就不需要決定，不需要選擇。一個成道的人的內在是全然的，全然的空，所以任何出現的，它都是由這個全部出來的，而不是來自任何決定。如果他說「是」，它並不是一個選擇，沒有「不」要被選擇，沒有另外的選擇。「是」是他整個存在的反應。如果他說「不」，那麼那個「不」是他整個存在的反應，那就是為什麼一個成道的人從來不可能後悔。你一直都會後悔，不論你做什麼都沒有差別——不論你做什麼，你都會後悔。如果你想要跟一個女人結婚，如果你決定「是」，你將會後悔；如果你決定「不」，你也會後悔，因為任何你所決定的都只是部分的決定，另外一部分一直都在反對。如果你決定：「是的，我要跟這個女人結婚。」在你的存在裡面有一部分會

說：「不要做這個，你將會後悔。」你並不全然。

當困難產生……它們一定會產生，因為當兩個人開始生活在一起，困難一定會產生。將會有衝突，一定會想要爭取主控權，將會有權利政治，然後另外一方將會說：「看！你以前是怎麼說的？我堅持你不應該做這個，而你卻這樣做。」但是那並不意味著如果你遵循另外一部分，你就不會後悔。不！那個後悔也一定會存在，因為這樣的話，你一定會跟另外的女人結婚，而那個衝突和爭鬥也一定會發生，然後另外一部分就會繼續說：「我本來說要跟第一個女人結婚的，你錯過了一個機會，一個天堂失去了，你跟一個地獄結婚。」

不論那個情況是怎麼樣，你都會後悔，因為你的決定不可能是全然的，它一直都是反對一部分，而那個部分會報復。所以不論你決定什麼，如果你做好，你將會後悔；如果你做不好，你也會後悔。如果你做好，那麼你另外一部分的頭腦將會繼續說你錯過了一個機會；如果你做不好，那麼你將會覺得有罪惡感。一個成道的人從來不後悔。事實上他從來不往回看，沒有什麼東西好往回看的。不論做了什麼，那都是用他的全部去做的。

所以第一件要來講的事就是：他從來不選擇。那個選擇發生在他的空，他

從來不決定，那並不意味著他是猶豫不決的。他是完全果決的，但是他從來不決定。試著來了解我。那個決定發生在他的空裡面，他的整個存在就是這樣在反應：沒有比它更多的東西。如果你在走路，然後有一條蛇跨過你的小路，你會立刻跳回來，就是這樣，你並沒有決定，你不會去諮詢一個師父或一個導師，你不會去查圖書館的書，看看一條蛇跨過你的小路時你要怎麼做，那個技巧是什麼。你就只是跳開，而且記住，那個跳開是來自你全然的存在，它並不是一個決定，就是這樣，沒有比它更多的東西。

對你來講，似乎一個成道的人是在選擇、在決定、在分辨，因為你每一個片刻都這樣在做，你無法了解那個你根本不知道的事。一個成道的人做事沒有任何決定，沒有任何努力，沒有任何選擇——他是無選擇的。但是那並不意味著如果你給他食物和石頭，他將會開始吃石頭，他將會吃食物。對你來講，它將會看起來好像他決定不吃石頭，但是他並沒有決定。那只是很愚蠢，它不會發生在他身上，他會吃食物，那並不是一個決定，只有白痴會決定要吃石頭或吃食物。愚蠢的頭腦會決定，成道的頭腦就只是行動。頭腦越平庸，就需要越多的努力來做決定。

煩惱就是意味著如此，煩惱是什麼？有兩個選擇，但是無法決定要選擇哪一個——頭腦繼續在想，一下子這邊，一下子那邊，煩惱就是這樣。煩惱意味著你必須決定，而你試著要決定，但是你無法決定，所以你很煩惱、很困惑，陷入惡性循環。一個成道的人從來不煩惱，他是全然的，試著來了解這個。他是不分裂的，在他裡面沒有兩個存在，但是在你裡面有一個群眾：不只是二，而是多，有很多人住在你裡面，有很多聲音，就像是一個群眾。一個成道的人是一個很深的統一，他是一個井然有序的宇宙，你是一個多重宇宙。宇宙（universe）這個字很美，它意味著「一」（un），而你是一個多重宇宙，在你裡面有很多個世界。

第二件必須加以了解的事是：不論你做什麼，在你做它之前都會有思考。不論一個成道的人在做什麼都沒有思考，沒有思想，他就只是這樣做它。

記住，思考之所以需要是因為你沒有眼睛可以看。思考是一種代替品，它就像是一個瞎子用拐杖在探索他的路。一個瞎子可以問有眼睛的人說他們是如何探路的，他們是用什麼樣的拐杖在探路。而他們就只會笑，他們會說他們不需要拐杖，他們有眼睛。他們就只是看清門在哪裡，不需要探索它，他們從來

不去想說門在哪裡，他們看，然後就通過它，但是一個瞎子無法相信他們可以就這樣通過一個門。首先你必須去想關於門在哪裡，首先你必須去探詢，如果有人在那裡，你必須去問門在哪裡，即使那個方向被給予了，你也必須用你的拐杖去探索它，即使是這樣，也許還有很多陷阱。但是當你有眼睛，如果你想出去，你就只要看……你不必去想說門在哪裡，你不必決定，你只要看，門在那裡，你就通過它，你從來不必想說這是一個門，你就只是使用它，你就這樣行動。

不成道的頭腦和成道的情況跟這個一樣。一個成道的頭腦就只是看，每一件事都很清楚，他有一種清晰，他的整個存在是光，他往周遭看，然後他就行動了，他從來不思考。你必須思考，因為你沒有眼睛。只有瞎子才需要思考，他們必須思考，因為他們沒有眼睛，他們需要代替的眼睛，而思考能夠提供那個。

我從來沒有說佛陀或馬哈維亞或耶穌是偉大的思想家，那簡直是荒謬的，他們根本就不是思想者，他們是知者，而不是思想者。他們有眼睛，他們能夠看，他們透過他們的眼睛來行動。任何來自一個佛的都是來自空，而不是來自

充滿著思想的頭腦，它來自空的天空，它是空的反應。

但是對我們來講那很困難，因為沒有什麼東西以那樣的方式來到我們身上，我們必須去思考它。如果有人問了一個問題，我們必須思考它，即使是這樣，你也永遠無法確定任何你所說的就是答案。一個佛回答，他不思考。你問他，然後那個空就反應，那個反應並不是思考過的東西，它是一個全然的反應。他的整個人就是以那樣的方式來行動，那就是為什麼你無法要求一個佛要前後一致，你無法這樣要求。思想可以是前後一致的，一個思想者一定是前後一致的，但是一個成道的人無法前後一致，因為那個情況每一個片刻都在改變，每一個片刻，事情都是來自他的空。他無法強迫，他無法思考，他事實上也不記得昨天說了什麼。每一個問題都產生出一個新的答案，每一個問題都產生出一個新的反應，它依那個發問者而定。

佛陀進入一個村子，有一個人問：「有神嗎？」佛陀說：「有。」

到了下午，有另外一個人問：「有神嗎？」佛陀說：「沒有。」

然後到了晚上，第三個人問：「有神嗎？」佛陀保持沈默。就在一天裡面：早上說有，下午說沒有，晚上則保持沈默——既不是有，也不是沒有。

佛陀的門徒阿南達變得很困惑，他三個答案都聽到了。到了夜晚，當每一個人都休息了，他問佛陀說：「我能不能問你一個問題？就在一天裡面，你以三種方式回答了同一個問題，那些回答不僅不同，而且還互相矛盾，我的頭腦覺得很困惑，如果你不回答我這個問題，我就會睡不著。你是什麼意思？在早上的時候你說沒有，到了下午你說有，然後到了晚上你保持沈默，而那個問題是一樣的。」

佛陀說：「但發問者是不同的。不同的發問者怎麼可能問同樣的問題？」這的確很美，而且非常深入。他說：「不同的發問者怎麼可能問同樣的問題？一個問題從一個人出來，它是一個成長。如果那個人是不同的，那個問題怎麼可能一樣？在早上的時候，我說有，那個發問的人是一個無神論者，他是要來得到我的確認說沒有神，但是我無法確認他的無神論，因為他是因為那個在受苦，而我不想成為他受苦的一部分，我想要幫助他，所以我說：『有，神是存在的。』我就是這樣試著在摧毀他所謂的無神論。到了下午，當另外一個人在那裡，他是一個有神論者，他透過他的有神論在受苦，我不能對他說有，因為那將是一個確認，那是他來的目的。那麼他走的時候一定會說：『是的，任何

我所說的是對的，甚至連佛陀也這樣說。」而那個人是錯的，我不能夠幫助一個錯誤的人走在他的錯誤上，所以我必須說沒有來摧毀他的現狀，來粉碎他的頭腦。」

「而那個晚上來的人兩者都不是，他是一個很單純、很天真的人，他並沒有在要求任何確認，他並沒有什麼意識形態，他真的是一個宗教人士，所以我必須保持沈默，我告訴他：『關於這個問題要保持沈默，不要想它。』如果我說有，那一定是錯的，因為他並不是要來那裡找尋一個神學；如果我說沒有，那也一定是錯的，因為他不是要來被確認任何無神論的。他對思想、觀念、理論、和學說沒有興趣，他是一個真正的宗教人士。在他面前我怎麼能夠說任何話？我必須保持沈默，他了解我的沈默，當他離開的時候，他的宗教性加深了。」

佛陀說：「三個人不可能問同樣的問題，他們可以以類似的方式來提出它——那是另外一回事。那些問題都是：『神存在嗎？』他們提問的方式是一樣的，但是那個問題所從出的那個人是完全不同的。他們藉著那個問題所傳達的意思是不一樣的，他們的價值觀是不一樣的，他們對那些話語的聯想是不同

的。」

我想起，有一次木拉那斯魯丁在晚上回家，他一整天都涉入在足球賽裡，他是一個球迷。在晚上的時候，他回到家，他的太太在看報紙，她說：「看，那斯魯丁，我有東西要給你看，根據報導，有一個人用他的太太去換一張足球賽的季票。你也是一個球迷，一個瘋狂的球迷，但是我無法想像你會做同樣的事，或者你會嗎？你會只是為了一張足球賽的季票而拿我去交換嗎？」

那斯魯丁很努力地想，然後說：「我當然不會，因為那是荒謬的，而且是犯罪的行為。況且這一季的球賽已經過了一半。」

每一個頭腦都有它自己的導向，你也許會使用同樣的話語，但因為你不是同的，所以那些同樣的話語也不可能一樣。

然後佛陀又說了另外一件事，它甚至更有意義。他說：「阿南達，你為什麼要受打擾？你並不是當事人，你不應該聽，因為沒有一個答案是要給你的。你應該保持漠不關心，否則你將會發瘋。不要跟著我走，因為我將會涉入很多很多種類的人。如果你聽了每一件不是對你說的事，你將會變得混亂而且會瘋掉。你不要理會我，否則記住，只聽我對你講的話，其他的時間就不要聽。」

我說什麼不關你的事。我並不是在對你說的，而它也根本不是你的問題，所以你為什麼要操心？你跟它是不相關的。有人問了一個問題，然後有人回答，你為什麼要不必要地擔心它？如果你有同樣的問題，那麼你就問，然後我就會回答。但是記住，我的回答並不是針對那些問題，而是針對那個發問者。我反應，我看著那個人，我看透那個人，那個人變成透明的，這就是我的反應。問題是無關的，那個發問者才是有關的。」

你無法要求一個成道的人前後一致，只有不成道的、無知的人可以前後一致，因為他們不必看，他們只是遵循某些概念，他們攜帶著前後一致的死概念。他們的一生都會攜帶著某種東西，而且他們會對它保持前後一致，他們是愚蠢的，所以他們能夠保持前後一致。他們不是活的，他們是死的。

活生生無法前後一致，但那並不是意味著它是錯的——活生生是前後一致的，但是它非常深，而不是在表面上。佛陀在所有三個回答裡面都是前後一致的，他的前後一致是在他的努力去幫助。他想要幫助第一個人，他想要幫助第二個人，他也想要幫助第三個人。對於所有這三個人，慈悲是存在的，愛是存在的。他想要幫助他們，那就是他的前後一致，但它是一個很深的流。他的話

語是不同的，他的答案是不同的，但他的慈悲是一樣的。

所以當一個成道的人講話或回答，那個回答是來自他的空或是他的人一個完全的反應。他會回聲給你，他會反映你，他是一面鏡子。他本身沒有他自己的臉，你的臉被反映在他的心中。所以如果有一個白痴來會見佛陀，他將會會見一個白痴——佛陀只是一面鏡子。那個人將會到處去散播謠言說佛陀是白痴，他在佛陀裡面看到他自己。如果有一個敏感的、有了解性的、成熟的人來，他將會在佛陀裡面看到其他的東西，他將會看到他自己的臉。沒有其他的方式，你繼續在完全空的人裡面看到鏡子，那麼任何你所攜帶的都是你的解釋。

古老的經典裡面說過，當你碰到一個成道的人，要完全保持沈默，不要思考，否則你將會錯過會見他的機會。只要保持沈默，不要思考，吸收他，但是不要試圖透過你的頭腦來了解他。吸收他、喝他，允許你的整個存在對他敞開，讓他在你裡面移動，但是不要想他——因為如果你用思想，那麼你的頭腦將會被反射回來。讓你的整個存在沐浴在他的「在」裡。唯有如此，你才會瞥見到你碰到了哪一種存在，哪一種現象。

有很多人來找佛陀，他們來了又去，他們攜帶著他們自己的意見，他們出

去之後就散播那些意見，只有非常少數，的確非常少數的人能夠了解——事情就是會這樣，因為你只能夠按照你的方式來了解。唯有當你準備好要融解、要改變、要被蛻變，你才能夠了解一個成道的人或是一個成道者的本質是什麼。

第三個問題：

你說過噪音和打擾並不是在外在世界，而是因為我們自己的頭腦和自我，但是為什麼聖人和神秘家一直都生活在安靜、不擁擠的地方？

因為他們還不是聖人和神秘家。他們還在努力，還在下功夫。他們是求道者，而不是成道者，他們還沒有達成。噪音會打擾他們，群眾會打擾他們，群眾會拉他們回到它自己的程度。他們還是虛弱的，他們需要保護，他們還沒有信心，他們無法進入誘惑，他們必須在單獨當中保護他們自己，好讓他們能夠成長而變強壯。當他們是強壯的，那麼就沒有問題。馬哈維亞進入荒野，有十二年的時間，他都是單獨的，沈默的，不說話，不進入村子或城市，後來他成

道了，然後他回到了世界。佛陀處於完全的靜默之中六年，後來他回到了世界。耶穌或穆罕默德，或任何人——當他們在成長的時候，他們需要保護的情況，當他們長成之後，那麼就沒有問題。

所以如果你發現有神秘家害怕進入群眾，那麼你就可以知道得很清楚，他還是一個小孩，他還在成長。否則一個神秘家為什麼要害怕進入群眾？群眾、噪音、世界、或世界的東西無法對他做什麼，所有這些瘋狂都圍繞著他也不能對他怎麼樣，他不會被碰觸到。他能夠活動，他能夠生活，他的空將他帶領到哪裡，他就能夠生活在那裡。

但是在開始的時候成為單獨的，處於一個和諧的、自然的環境是好的。所以，要記住，不要認為因為你生活在嘈雜的孟買，你就是一個神秘家，或者你已經長成了，你已經變成一個成道者。如果你想要成長，有時候，在某一個特定的期間，你也必須進入單獨——離開群眾，離開對世界的顧慮，離開跟世界的關係，離開世界的東西，進入一個你能夠單獨而不被別人打擾的地方。就現在的你，你是會被打擾的，但是一旦你變得有力量，一旦你有了內在的力量，一旦你已經結晶了，你知道現在沒有人能夠粉碎你內在的中心，你就可以去到

任何地方。那麼整個世界都是單獨的，那麼不論你在什麼地方都是荒野，那麼那個寧靜的空間就會跟著你，因為你是它的創造者。那麼在你的周遭，你會創造出你自己內在的寧靜，不論你去到哪裡，你都是處於寧靜之中，沒有人能夠侵入那個寧靜，沒有噪音能夠打擾它。

但是除非那個結晶發生了，否則不要相信你不曾受打擾。不論你知道它或不知道它，你都會被打擾。事實上，你非常受打擾，所以你無法知道它，你已經對打擾覺得習慣了。每一條神經都處於邊緣，你持續地被打擾。目前你並沒有感覺到那個打擾——要感覺到那個打擾的話，有時候你需要不被打擾，唯有如此，你才能夠在對照中感覺到它。你持續地被打擾，但是你已經習慣於它，你認為生活就是這樣。有時候在喜馬拉雅山上待一些時間是很好，去到某一個遠方的村子是好的，一個遠方的森林，單獨過著幾天寧靜的生活，就好像整個人類都消失了，然後再回到孟買，然後你就會知道你一直都生活在什麼樣的打擾裡。你將會突然受打擾，現在你已經有了一個對照。你以前有一個內在的音樂，現在它被粉碎了。對求道者來講，單獨是好的，對成道者來講，它是無關的。

有兩種錯誤的人，第一種，如果你告訴他們，是他們受打擾，那個情況是無關的，那麼他們就永遠不會進入單獨去瞥見寧靜是什麼，然後他們會待在這裡，他們會說：「沒有什麼事打擾我們，事實上是我們自己的緣故，而不是周遭的問題，所以我們待在這裡。」事實上，他們是受到打擾的，但是他們的理論變成一種合理化。然後有其他人，另外一種錯誤的人，他們，如果你叫他們進入寧靜、進入單獨，因為它會有所幫助，他們會去，但是之後他們永遠不會回來，然後它變成一種沈溺，他們將永遠保持虛弱，他們將永遠覺得害怕回到世界，那麼他們的單獨就不是一個幫助，它反而變成是一個障礙，他們並沒有透過它而變得更强壯，他們變得更弱，如此一來，他們變得無法進入世界，這兩種人都是錯誤的。

要成為第三種人，那才是正確的類型。在一開始的時候，知道得很清楚，你受到了環境的打擾，所以，有時候試著安排離開它們，然後當你離開它們，不論你達到什麼樣的寧靜，將它帶回到你的情況，並試著保存它。唯有當你能夠在那些情況下保存它，那個理論才算是變成經驗，那麼你就知道沒有什麼東西會打擾，那麼你就知道最終來講，是你受到打擾，或是沒有受到打擾。但是

要使它成為一項經驗，如果只是理論，那是沒有用的。

第四個問題：

達成宇宙意識和超越身體，這是一回事，但是成道的人怎麼能夠確定這個意識是永恆的，而且將會保持到身體死後？

第一件事是，他們不擔心它。他們並不擔心它會不會繼續保持。是你在擔心，他們不會去想下一個片刻，下一世是無關的，甚至明天或下一個片刻都不是一個要顧慮的點，是你一直在問未來的事情，為什麼？因為你的現在是空的，你的現在根本沒有什麼，你的現在是很糟糕的，你的現在是如此的一個受苦，如果你不去想未來和樂園和來生，你就會無法忍受現在。就在此時此地是沒有生命的，所以你將你的頭腦投放到未來，只是為了要處理現在——醜陋的現在。

一個達成的人就在此時此地，完全活生生。一切能夠發生的都發生了，對

它是沒有未來的。死亡是否將要殺死他根本就不不是他所顧慮的，它都一樣，不論他消失或存在，都沒有差別，當下這個片刻是那麼地豐富，絕對地豐富，這個片刻是那麼地強烈，以致於他的整個存在都在此時此地。

阿南達一再一再地問佛陀：「當你的身體死掉之後，你會變成怎麼樣？」

佛陀一再一再地堅持說：「阿南達，你為什麼那麼顧慮未來？你為什麼不看著我，看看我現在是怎麼樣？」

但是再過幾天之後，他又會問：「在身體死掉之後，一個成道的人會變成怎麼樣？」他在害怕他自己，他在害怕。他知道當身體死掉，就不可能再使它復活，就不可能留下來，不可能存在，而他尚未達成任何事。那個光將會熄掉——它一直是一個沒有用的東西。如果他還沒有達成任何事，它就發生，他將只是消失，所以整個事情是沒有意義的，整個受苦是沒有意義的，它無法引導到哪裡，他在擔心，他想要知道在身體死掉之後是不是有什麼東西還活著。

但是佛陀說：「我就在此時此地，未來將會怎麼樣根本不是一個顧慮。」

所以第一件事是一個成道的人是不擔心的，那就是成道者的跡象之一——他不會擔心未來。

然後第二件事：你問，他怎麼能夠確知？「知道」一直是確定的，確定性是「知道」所固有的。你頭痛，我能夠問你說：「你怎麼能夠確定地說你有頭痛？」你將會說：「我知道。」我能夠問：「但是你怎麼能夠確定你所知道的是對的或錯的？」但是沒有人問這麼沒有常識的問題。當頭痛在那裡，它就在那裡，你知道它。知道本來就是確定的。當一個人成道，他知道他成道了，他知道他不是這個身體，他知道在內在他只是一個廣大的空間，而空間是不會死的。東西會死，空間不可能死。

只要想想這個房間，我們可以摧毀這個建築物，這家旅館，但是我們無法摧毀這個房間的空間，你能够摧毀它嗎？牆壁沒有被摧毀，但我們是坐在這個空間裡。牆壁可以被摧毀，但是你怎麼能夠摧毀這個房間——不是牆壁，而是這裡的空間？這整座旅館可以消失，它有一天會消失，但是這個空間將會保存下來。你的身體將會消失，而因為你不知道那個內在的空間，所以你會害怕，你想要很確定地知道它。但是一個成道的人知道他是那個空間——不是身體，不是牆壁，而是內在的空間。那個牆壁將會消失，它們已經消失了很多次，但是內在的空間將會留下來，它並不是某種他必須去找到證明的東西，它是他直

接的知道，他知道它，就這樣而已，那個知道本身就是確定的。

如果你的知道是不確定的，那麼你要記住，它並不是知道。人們來到我這裡說：「我們的靜心進行得很好，我們覺得很快樂。」然後他們突然問我：「你覺得如何？我們的快樂是真實的嗎？我們真的很快樂嗎？」他們居然還在問我！他們對於他們的快樂是不確定的。這算是哪一種知道？他們只是在假裝，但是他們無法欺騙他們自己，他們在思考，他們在希望，他們有那個願望，但是他們並不快樂，否則為什麼還需要問我？我永遠不會去問別人說我快不快樂，我為什麼要問別人？如果我是快樂的，我就是快樂的；如果我不快樂，我就是不快樂的，其他還有什麼能夠證明它的？如果我不能夠成為一個觀照，誰能夠為我觀照，別人怎麼能夠成為一個觀照？

所以有時候我會玩一些遊戲，有時候我會說：「是的，你是快樂的，你非常非常快樂。」就只是聽我這樣講，他們就變得更快樂。有時候我說：「不，你並沒有顯示出任何東西，沒有任何跡象，你並不快樂，你一定是在做夢。」他們就沒勁了，他們的快樂就消失了，他們就變得很悲傷，這算是哪一種快樂？就只是說你是快樂的，你的快樂就增加了；就只是說你是不快樂的，它就

消失了！他們只是試圖想成為快樂的，但是他們並不快樂。這並不是知道，這只是虛假的願望達成，他們希望，而他們認為他們可以欺騙他們自己。藉著想像他們是快樂的，相信他們是快樂的，找到一些證明，從某一個地方找到一些佐證說他們是快樂的，他們就認為他們能夠創造出快樂，它並沒有那麼容易。當某件事發生在內在在世界，你知道它發生了，你不需要任何證明或任何證書，一個都不需要！那個想要找人證明是幼稚的，它表示你渴望快樂，但是你並沒有達成它，你還不知道它，它尚未發生在你身上。

一個達成的人一直都是確定的，當我說確定，完全確定，我並不是意味著他在某一個地方覺得有一些不確定，相當於那個不確定，他覺得確定——不，他就只是很確定，沒有不確定的問題。我是活的，我能夠確定它嗎？沒有問題，沒有確定的問題，它是完全確定的，它是不必被決定的，我是活的。

蘇格拉底正在垂死，有人問他：「蘇格拉底，你即將要死，但你是那麼地自在、那麼地快樂，到底是怎麼一回事？你不害怕嗎？你沒有恐懼嗎？」

蘇格拉底說了一件非常美的事，他說：「在我死後只有兩件事是可能的：或者是我將會存在，或者是我將不會存在。如果我不存在，那麼就沒有問題，

沒有人可以在那裡知道它，知道我不存在。整個事情就只是這樣消失。如果我在哪裡，那麼也是沒有問題——我存在。只有兩個可能性：或者是我存在，或者是我不存在，這兩者都沒有問題。如果我存在，那麼整個事情將會繼續；如果我不存在，那麼就沒有一個人可以知道，所以為什麼要擔心？」

他不是一個成道的人，但他是一個非常聰明的人。記住，這就是一個聰明的人和一個成道者之間的差別。一個聰明的人會想得很深，他能夠用理智穿透每一件事，然後達到一個結論。他是一個非常聰明的人。他說有兩個可能性，他以邏輯的方式穿透了死亡的現象：「只有兩個可能性：或者是我就這樣消失，我不復存在，或者我將會留下來。」還有第三個可能嗎？沒有第三個可能，所以蘇格拉底說：「這兩者我都想過了，如果我留下來，那麼就沒有什麼問題要擔心的；如果我不存在，那麼就沒有一個人可以來擔心，所以現在為什麼要擔心？我將看到底會發生什麼。」他並不是處於知道的情況，他並不知道將會發生什麼，但是他對它的想法是很聰明的。他不是一個佛，他是最敏銳的智者。但是如果你能夠變聰明——沒有成道，因為成道既不是聰明的，也不是無知的，那個二分性已經被超越了——即使你能夠變聰明，你也會覺得很放

鬆；即使你能夠變聰明，你也能夠覺得非常滿足。

但智慧並不是譚崔或瑜伽的目標。譚崔和瑜伽的目的是要成為超人，是要達到那個超越智慧和無知的點，在那裡一個人就只是知道而不必想，在那裡一個人就只是看，然後就知道了。

最後一個問題：

我當然想要成道，但是如果我成道了，那麼其餘的世界會變得有什麼不同？

但是你為什麼要擔心其餘的世界？讓世界擔心它本身，你並不擔心如果你保持無知，其餘的世界將會怎麼樣……

如果你是无知的，其餘的世界將會變得怎麼樣？你會製造痛苦。並不是說你故意這樣做——你是痛苦的，所以不論你做什麼，你都是在周遭播下了痛苦的種子。你的希望是沒有意義的，你的存在狀態才是有意義的。你也許會認為

你是在幫助別人，但是其實你是在阻礙他們。你也許會認為你愛別人，但是你也許只是在扼殺他們和謀殺他們。你也許會認為你在教別人，但你也許只是在幫助他們永遠保持無知，因為你希望什麼，你想什麼，你願望什麼，是不重要的，你是怎麼樣才是重要的。

每一天我都看到周遭的人在互相愛對方，但他們是在互相殺對方。他們認為他們在愛，他們認為他們是為別人在生活，如果沒有他們，他們的家人，他們所愛的人，他們的小孩，他們的太太，他們的先生，都會很痛苦——但是，其實是跟他們在一起才痛苦的。他們做了很多嘗試，但是不論他們做什麼，它都變得不對。它一定會如此，因為他們是錯的。作為並不是很重要，那個作為所從出的存在狀態才是重要的。如果你是無知的，你是在幫助世界變成一個地獄。它已經是了——這就是透過你們而發生的。不論你們碰觸到哪裡，你們就會創造出地獄。

如果你成道，不論你做什麼——或者你不需要做任何事——就只是你的存在，就只是你的「在」，就能夠幫助別人開花，成為快樂的，成為喜樂的，但是那不應該成為你的顧慮，第一件事就是要如何成道。

你問我：「我想要成道。」但是那個想要似乎非常無能，因為你立刻又說「但是」。每當「但是」進來，它就表示那個慾望是無能的。「但是世界會變得怎麼樣？」你是誰？你把你自己的想法成什麼？世界要依靠你嗎？是你在經營它嗎？是你在安排它嗎？你有責任嗎？為什麼給你自己那麼多的重要性？為什麼要覺得你自己那麼重要？

這個感覺是自我的一部分，這個擔心別人將永遠無法讓你走到達成的頂峰，因為唯有當你拋掉所有的擔心，你才能夠達到頂峰。你很會累積煩惱，你實在是太了不起了，你不僅是累積你自己的煩惱，你還繼續累積別人的煩惱，好像你自己的煩惱還不夠。你繼續在想著別人，而你能做什麼？你只能越來越煩惱和發瘋。

我在讀一本總督的日誌，瓦維爾爵士的日誌。那個人似乎非常真誠，極度誠實，因為他所做的一些評語的確很棒。他在那個日誌裡面所做的一個評語是：「除非這三個老年人——甘地、吉納、和邱吉爾，死掉，否則印度將會陷入麻煩。」這三個人——甘地、吉納、和邱吉爾——而這三個人都盡一切的努力在幫忙！邱吉爾自己的總督在一本日誌裡面寫道，這三個人必須很快死掉，

而且他甚至希望他們在什麼年紀死：甘地，七十五歲，吉納，六十五歲，邱吉爾，六十八歲——因為這三個人就是難題。你能夠想像甘地認為自己是問題嗎？——或是吉納，或是邱吉爾？他們三個全部都盡他們最大的努力在解決這個國家的難題！而瓦維爾爵士說這三個人就是難題，因為這三個人都很堅定、很固執，這三個人裡面的每一個人都有絕對的真理，而另外兩個人都是絕對錯的。這三個絕對無法在任何地方會合——另外兩個人是錯的，那是毫無疑問的。

每一個人都認為好像他是中心，他必須擔心整個世界，改變整個世界，蛻變整個世界，創造出一個烏托邦。一切你所能夠做的就是改變你自己，你無法改變世界。試著要去改變它，你可能會創造出更多的災禍，你可能會創造出更多的混亂，你可能會傷害，你可能會使它困惑。整個世界已經很困惑了，你可能會使它變得更困惑、更混亂。

請你讓世界自己去運作，你只能做一件事，而那就是：你能夠達到內在的寧靜、內在的喜樂、內在的光。如果你達到這個，那麼你就幫助了世界非常多。就只是藉著改變一個無知的點成為一個成道的火焰，就只是藉著改變一個人從黑暗變成光，你就改變了世界的一部分，而這個改變的部分將會有它自己

的連鎖反應。佛陀不可能是死的，耶穌不可能是死的，他們不可能是死的，因為有一個連鎖反應——從一個燈，從一個火焰，另外一個火焰會接管。一個繼承人會被創造出來，他們會繼續活著。

但是如果你的光不在那裡，如果你的燈沒有火焰，你無法幫助任何人。第一件最基本的事是：你必須達到你內在的火焰。然後別人才能夠分享，然後你也能夠點燃別人的燈，然後它變成一個連續，然後你也許會從身體消失，但是你的火焰會繼續從一個人的手傳到另外一個人的手，它會繼續不斷地傳下去，直到永恆。佛陀從來沒有死，成道的人從來不會死，因為他們的光變成一個連鎖反應。一個沒有成道的人從來不是活的，因為他們不可能創造出任何連鎖，他們沒有任何光可以分享，沒有火焰可以點燃別人的火焰。

請你繼續關心你自己，要成為自私的，我說，因為那是唯一你會變成無私的方式，那是唯一你能夠幫助世界和加惠世界的方式。不要擔心它，那不是你的該顧慮的。你的擔心越大，你就認為你的責任越大，你的責任越大，你就越覺得你自己是偉大的，你不是，你只是瘋了。

走出這個想要幫助別人的瘋狂，只要幫助你自己，那是一切能夠被做的。

然後就有很多事會發生……而它們的發生是一系列的，一旦你變成一個光的源頭，事情就開始發生了，將會有很多人能夠分享它，將會有很多人透過它而成道，將會有很多人透過它達成生命，更多的生命，豐富的生命，但是不要去想它，你無法有意識地對它做任何事。只有一件事能夠被做，那就是：你可以變成有意識的。然後每一件事都會隨之而來。

耶穌在某一個地方曾經說過：「先進入神的王國，先找尋你神的王國，然後其他的一切都將會加在你身上。」

我想要重複同樣的話。

（譚崔經典全部結束）

附錄一

這些靜心技巧的目錄

這一部譚崔經典 (The Book of Secrets) 裡面的每一個靜心都有被畫成卡片，作為一種遊戲的和直覺的幫助來探索這些技巧，這些卡片被放在 CD-ROM 裡面，可以在 www.osho.org/secrets 裡面看到。

1、觀照兩個呼吸之間的空隙.....	譚崔經典 (一)	P.99
2、觀照兩個呼吸之間轉變的點.....	譚崔經典 (一)	P.104
3、觀照兩個呼吸的融合點.....	譚崔經典 (一)	P.111
4、要注意呼吸停止的時候.....	譚崔經典 (一)	P.120

- 5、將你的注意力放在第三眼……………譚崔經典（一）
- 6、在你的日常生活當中，集中精神在那個空隙……………譚崔經典（一）
- 7、一個要在夢中覺知的技巧……………譚崔經典（一）
- 8、很虔誠地觀照著那個轉折點……………譚崔經典（一）
- 9a、好像死掉一樣躺下來……………譚崔經典（一）
- 9b、不眨眼地注視著……………譚崔經典（一）
- 9c、吸吮某種東西而變成那個吸吮……………譚崔經典（一）
- 10、變成那個愛撫……………譚崔經典（一）
- 11、關閉你的器官，變成就像石頭一樣……………譚崔經典（一）
- 12、讓你自己變成沒有重量的……………譚崔經典（一）
- 13、完全集中精神在一個客體……………譚崔經典（二）
- 14、將你的覺知放在你的脊椎骨……………譚崔經典（二）
- P.27 P.15 P.277 P.272 P.260 P.197 P.197 P.195 P.185 P.180 P.167

- | | | |
|-------------------------|----------|-------|
| 26、面對任何慾望..... | 譚崔經典 (三) | P.27 |
| 25、停止！..... | 譚崔經典 (三) | P.6 |
| 24、觀照你的情緒..... | 譚崔經典 (二) | P.253 |
| 23、感覺一個客體，同時變成它..... | 譚崔經典 (二) | P.245 |
| 22、看著你的過去，不予認同..... | 譚崔經典 (二) | P.229 |
| 21、集中精神在你身體上的一個疼痛..... | 譚崔經典 (二) | P.177 |
| 20、如何在一個移動的東西裡靜心冥想..... | 譚崔經典 (二) | P.170 |
| 19、只是用臀部坐著..... | 譚崔經典 (二) | P.165 |
| 18、帶著愛來看一個客體..... | 譚崔經典 (二) | P.150 |
| 17、不要選擇，保持在中間..... | 譚崔經典 (二) | P.101 |
| 16、將感官吸收到你的心裡..... | 譚崔經典 (二) | P.90 |
| 15、封住頭部所有的孔..... | 譚崔經典 (二) | P.84 |

27、使自己精疲力竭，然後倒在地上.....	譚崔經典（三）	P.38
28、想像你自己失去了所有的能量.....	譚崔經典（三）	P.100
29、奉獻你自己.....	譚崔經典（三）	P.108
30、閉起眼睛，停止它們的移動.....	譚崔經典（三）	P.163
31、以一個整體來看一個客體.....	譚崔經典（三）	P.175
32、注意看一個客體，好像它是第一次.....	譚崔經典（三）	P.186
33、看進無限的天空.....	譚崔經典（三）	P.247
34、一個秘密的方法.....	譚崔經典（三）	P.253
35、看進一口深井.....	譚崔經典（三）	P.259
36、完全撤回你自己.....	譚崔經典（三）	P.263
37、超越語言和聲音.....	譚崔經典（四）	P.12
38、在聲音的中心感覺你自己.....	譚崔經典（四）	P.28

39、發出一個聲音，然後變成它	譚崔經典（四）	p.83
40、聽一個漸漸變弱的聲音	譚崔經典（四）	p.101
41、聽一個弦樂器	譚崔經典（四）	p.107
42、使用聲音作為通道來走向感覺	譚崔經典（四）	p.149
43、將你的念頭（頭腦）集中在舌頭	譚崔經典（四）	p.173
44、為那些有敏感耳朵的人的方法	譚崔經典（四）	p.181
45、發出一個以「AH」（啊）為結尾的字	譚崔經典（四）	p.228
46、封住耳朵，收縮直腸	譚崔經典（四）	p.246
47、使用你的名字作為咒語	譚崔經典（四）	p.258
48、在性行為當中不要尋求發洩	譚崔經典（五）	p.19
49、在性當中震動	譚崔經典（五）	p.28
50、做愛不要伴侶	譚崔經典（五）	p.32

51、當喜悅產生，變成它.....	譚崔經典（五）	P.39
52、有意識地吃和喝.....	譚崔經典（五）	P.43
53、記住自己.....	譚崔經典（五）	P.90
54、感覺那個滿足.....	譚崔經典（五）	P.99
55、覺知清醒和睡覺之間的空隙.....	譚崔經典（五）	P.107
56、將世界想成一個幻象.....	譚崔經典（五）	P.119
57、不被慾望所打擾.....	譚崔經典（五）	P.169
58、將世界視為一齣戲.....	譚崔經典（五）	P.184
59、停留在兩極的中間.....	譚崔經典（五）	P.191
60、接受.....	譚崔經典（五）	P.197
61、將存在經驗成波動.....	譚崔經典（五）	P.252
62、使用頭腦作為進入靜心的門.....	譚崔經典（五）	P.265

63、要覺知到誰在感覺.....	譚崔經典（五）	p.276
64、在一個強烈的感覺開始的時候，要保持覺知.....	譚崔經典（六）	p.18
65、不要判斷.....	譚崔經典（六）	p.33
66、要覺知到那個在你裡面永遠不改變的.....	譚崔經典（六）	p.90
67、記住每一件事物都在改變.....	譚崔經典（六）	p.109
68、成為沒有希望的.....	譚崔經典（六）	p.177
69、超越枷鎖和自由.....	譚崔經典（六）	p.189
70、看著光線從你的脊椎骨上升.....	譚崔經典（六）	p.247
71、看著光的閃現從一個能量中心跳到下一個能量中心.....	譚崔經典（六）	p.264
72、感覺那個永遠活著的存在的「在」.....	譚崔經典（六）	p.268
73、變成無雲的天空的晴朗.....	譚崔經典（七）	p.11
74、在你的頭裡面感覺整個宇宙.....	譚崔經典（七）	p.24

75、	把你自己想成光	譚崔經典（七）	P.30
76、	融入黑暗	譚崔經典（七）	P.79
77、	將內在的黑暗帶出來	譚崔經典（七）	P.95
78、	發展純粹的注意	譚崔經典（七）	P.102
79、	集中焦點在火	譚崔經典（七）	P.157
80、	想像整個世界在燃燒	譚崔經典（七）	P.168
81、	每一樣東西都在你的存在裡會合	譚崔經典（七）	P.172
82、	感覺，不要思考	譚崔經典（七）	P.226
83、	改變你的焦點，將它擺在空隙	譚崔經典（七）	P.246
84、	使你自己從你自己的身體抽離	譚崔經典（八）	P.6
85、	沒有思想	譚崔經典（八）	P.23
86、	想像那個不能想像的	譚崔經典（八）	P.81

87、感覺「我存在」.....	譚崔經典（八）	P.92
88、知道那個知者和那個被知者.....	譚崔經典（八）	P.154
89、將每一樣東西都納入你的存在.....	譚崔經典（八）	P.170
90、輕輕地碰觸你的眼睛.....	譚崔經典（八）	P.229
91、經驗你的靈妙體.....	譚崔經典（八）	P.241
92、要覺知沒有思想的片刻.....	譚崔經典（九）	P.9
93、將身體視為無限的.....	譚崔經典（九）	P.28
94、感覺你自己被充滿.....	譚崔經典（九）	P.77
95、集中精神在胸部，或是在陰莖的根.....	譚崔經典（九）	P.92
96、看進無限的天空.....	譚崔經典（九）	P.147
97、用你的喜樂體充滿無盡的天空.....	譚崔經典（九）	P.170
98、感覺你心的平靜.....	譚崔經典（九）	P.215

110	、在活動中成為遊戲的……	譚崔經典（十）	p.235
109	、將你的身體感覺成空的……	譚崔經典（十）	p.224
108	、成為你自己內在的引導……	譚崔經典（十）	p.172
107	、知道只有意識存在……	譚崔經典（十）	p.163
106	、變成每一個人……	譚崔經典（十）	p.151
105	、了解存在的合一……	譚崔經典（十）	p.105
104	、知覺的界線……	譚崔經典（十）	p.100
103	、不要跟慾望抗爭……	譚崔經典（十）	p.94
102	、想像心靈在裡面和在外面……	譚崔經典（十）	p.83
101	、相信你是全能的……	譚崔經典（十）	p.23
100	、保持超然……	譚崔經典（十）	p.11
99	、在每一個方向擴張……	譚崔經典（九）	p.228

112	111
、	、
進入內在的空間	超越知和不知
.....
譚崔經典（十）	譚崔經典（十）
P.251	P.248

奧修國際靜心休閒度假中心

奧修國際靜心休閒度假中心著落在印度孟買東南方約一百英哩處的普那（Pune），離孟買車程約四個半小時。普那本來是印度國王和富有的英國殖民的避暑勝地，如今已經發展成一個現代的都市，孕育著幾所大學和一些高科技工業。

該度假中心佔地三十二英畝（約四萬坪），該區被稱為可利工公園（Koli Egon Park）。每年大約有來自一百個不同國家的一萬五千人參訪這個度假中心，他們可以住在附近的旅館或私人公寓。

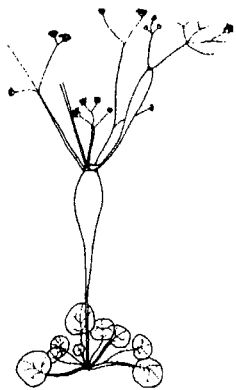
度假中心節目的安排是根據奧修對有品質的新人類的洞見，訪客可以高高興興地參加每天的活動，或是放鬆進入寧靜和靜心。大多數的活動都是在有空調的現代建築設施裡進行，活動內容包括靜心、個案、短期工作坊、和長期訓練課程。有很多治療師都是他們個別領域的世界領導者。課程內容從創造藝術到完整的健康治療、個人成長、奧秘科學、以及帶有「禪」味的運動和娛樂，課程中還會討論到男女關係和重要的人生轉變過程。整年都有課程在進行，同

時每天都有密集的奧修動態靜心活動在進行，你也可以選擇在青翠的熱帶花園裡放鬆休息，或是在靜心俱樂部裡游泳、打網球。

度假中心內的餐廳和咖啡屋提供傳統的印度食物和各國的食物，由社區自己栽種的有機蔬菜所做成。度假中心裡面所飲用的水是經過自己過濾的，可以安心飲用。

閣下如果有興趣前往參訪奧修國際靜心休閒度假中心，可以上網查資料 www.osho.com，或是來電奧修中心。

關於靜心，請參看「靜心觀照」一書，奧修心靈系列之五十六。



奧修連絡地址

- (1) 奧修資料中心(奧修出版社www.osho-publishing.com.tw)
10062台北市臨沂街33巷4號2F
(捷運忠孝新生站, 2號出口——忠孝公園)
電話：(02)2395-1891；聯絡人：塔棒(Tabaan)
傳真：(02)2396-2700
流通項目：原文書、中文書、CD(音樂、演講)、
DVD、奧修照片、Aura-Soma(靈性彩油)
上班時間：10:00 a.m. ~ 18:00 p.m (星期一 ~ 星期五)
- (2) 奧修台北靜心中心
10557台北市延吉街50巷6號1樓
電話：(02)2577-8655
連絡人：巴克提(Bhakti)
- (3) 奧修資訊中心(創見堂)
10045 台北市重慶南路一段75號11樓
(離台北車站不遠)
電話：(02)2375-1471; 連絡人：李瑪琍(Vismaya)
上班時間：14:00 ~ 21:30 p.m.
每三個月有創見雜誌，歡迎索取
- (4) 奧修花園靜心中心
25155 台北縣淡水鎮沙崙路156巷6號1F
電話：(02)2805-7959
傳真：(02)2805-4822
e-mail：osho@oshogarden.org
- (5) 奧修庫瑪洛資訊中心
33042桃園市北新街62號
電話：(03)338-1126; 連絡人：許?文(Khumal)
手機：0922-936-426
服務項目：靜心活動、身體個案、團體課程、精油

奧修連絡地址

- (6) 浴光身心靈成長中心
10845 台北市昆明街142號4樓之一 B室
電話：0956-041-520；連絡人：蔡嘉家(Medhavi)
網址：<http://www.light4u.com.tw>
- (7) 耕心文教中心
30041 新竹市中央路267號3樓
電話：(03)535-7546；連絡人：呂秀珍(Anurag)
網址：www.osholove.idv.tw
- (8) 祕密花源
35341 苗栗縣南庄鄉東村中正路3巷2號
電話：(037)822-325；連絡人：飛魚
網址：www.mysticgarden.tw
- (9) 蘇克拉奧修靜心中心
40359 台中市美村路一段462號B1
電話：(04)2375-5350；連絡人：瑪格亞(Marga)
行動電話：0952-657-646
- (10) 聖風靜心教學中心
40254 台中市南區仁和路258號2F
電話：(04)2280-5866；連絡人：巫秀卿(Pavane)
行動電話：0939-754-247
- (11) 沙緹亞台中靜心中心
40349 台中市中美街22號13F之1
電話：(04)2378-5158；連絡人：荷田(Jila)
- (12) 奧修台中資訊中心
40763 台中市西屯區福雅路111巷32號
電話：(04)2462-6692；連絡人：Parjata 帕兒佳塔
- (13) 還原身心靈工坊 (www.hwanyuan.com)
60042 嘉義市國華街123-10號3F之2
電話：(05)222-0905；連絡人：吳心諭
- (14) 奧修台南靜心中心
70460 台南市北區北成路80巷22弄19號4F
電話：(06)251-0026；連絡人：陳珍漢 教授(Namito)
- (15) 奧修身心靈工作坊
81357 高雄市左營區忠貞街65號7樓
電話：0936-407-824；連絡人：阿嘉娜(Agyana)

奧修連絡地址

- (16) 蘇菲色彩能量工作室
80043 高雄市新興區金門街107號3F之5
電話：(07)223-4626；連絡人：李德榮(Gunja)
- (17) 奧修新好命藝術工作室
網址：www.osho-dynamic-zen.com.tw
電話：0911-176-409；連絡人：陳靚(Lonica)
- (18) 奧修資訊中心
80457 高雄市鼓山區美術東二路60號1F
Tel：(07)553-4321；連絡人：郭秀櫻
手機：0931-832-789
- (19) 奧修全然靜心舍
香港灣仔駱克道68號，偉信商業大廈602室
電話：852-2528-0678；傳真：2528-0627
e-mail：oshohk@yahoo.com
連絡人：Amira雅美娃，Sakshin悉善
- (20) 奧修禪意間
香港中環擺花街40號2字樓
電話：852-8104-0822；傳真：852-2964-9483
e-mail：flowwithu@hotmail.com
連絡人：林森(Surdham)
- (21) 香港新時代中心
香港?魚涌英皇道1065號東達中心9樓906室
電話：852-3184-0974
e-mail: info@hknewage.hk
網址：http://www.hknewage.hk/
- (22) 香港清水觀 Shimizu Meditation Center
香港九龍鑽石山大有街2-4號，旺景工業大廈B座9/F, 9室
電話：852-3853-1990 連絡人：Miss Sea
- (23) Osho International
410 Park Avenue, 15th Floor
New York, NY 10022
TEL: +1 212.231.8437; FAX: +1 212.658.9508
Mobile: +1-347-210-1492(worldwide)
e-mail: Klaus.steeg@oshointernational.com
www.osho.com/oshointernational

奧修心靈系列

www.osho-publishing.com.tw

- | | |
|---------------------------|----------------|
| 1. 道之門 | 定價 280 元 |
| 3. 沙的智慧 | 定價 350 元 |
| 6. 草木自己生長—禪的真髓 | 定價 300 元 |
| 8. 橘皮書—奧修的靜心技巧 | 定價 240 元 |
| 9. 女人與婚姻 | 定價 250 元 |
| 12. 智慧金塊 | 定價 200 元 |
| 13. 當鞋子合腳時—莊子的故事 | 定價 350 元 |
| 14. 生命、愛與歡笑 | 定價 200 元 |
| 15. 靜心冥想—狂喜的藝術 | 定價 300 元 |
| 17. 信心銘—禪宗三祖僧璨真言 | 定價 360 元 |
| 18. 般若心經 | 定價 360 元 |
| 19. 老子道德經（第二卷） | 定價 350 元 |
| 22. 白雲之道 | 定價 360 元 |
| 24. 金錢與工作—新人類的生活觀 | 定價 200 元 |
| 25. 老子道德經（第一卷） | 定價 350 元 |
| 27. 死亡的幻象 | 定價 200 元 |
| 28. 金剛經 | 定價 360 元 |
| 32. 莊子—空船 | 定價 400 元 |
| 33. 老子道德經（第三卷） | 定價 360 元 |
| 35. 奧修禪卡—禪宗超凡的遊戲 | 定價 650 元 |
| 36. 36 & 38 靜心與健康（上、下冊） | 定價 300 & 320 元 |
| 37. 老子道德經（第四卷） | 定價 360 元 |
| 39. 禪宗十牛圖—找尋 | 定價 360 元 |
| 41. 醒悟的話語 | 定價 250 元 |
| 42. 靜心之路 | 定價 300 元 |
| 44. 46. 找尋奇蹟（上、冊） | 定價 380, 400 元 |
| 45. 生命的遊戲—奧修禪卡手冊 | 定價 320 元 |
| 47. 蛻變占卜卡——洞見與寓言 | 定價 600 元 |
| 48. 花落繽紛——禪宗小故事，人生大道理 | 定價 380 元 |
| 49. 瑜伽之書（上冊）（瑜伽始末1至5卷濃縮版） | 定價 380 元 |

奧修心靈系列

- 51. 先知的愛——奧修談論季伯倫的「先知」 定價 350 元
- 52. 瑜伽之書(中)(瑜伽始末6至8卷上半部) 定價 300 元
- 53. 瑜伽之書(下冊)(瑜伽始末至第10卷結束) 定價 300 元
- 54. 54至55. 譚崔經典(一)&(二) 每冊 定價 300 元
- 56. 靜心觀照——修行的指引(修訂一版) 定價 360 元
- 57. 57至58. 芥菜種子(上、下冊)耶穌說 定價 350 & 380 元
- 59. 了解性、超越性——從性到超意識 定價 380 元
- 60. 佛卡——發現佛陀 定價 600 元
- 61. 61至68. 譚崔經典(三)~(十) 每冊 定價 300 元
- 69. 奧修演講DVD主題：靜心是什麼？ 定價 350 元
- 70. 奧修演講DVD主題：觀照、覺知、警覺 定價 350 元
- 71. 奧修演講DVD主題：愛與恨 定價 350 元
- 72. 奧修演講DVD主題：破碎的家庭 定價 350 元
- 73. 奧修演講DVD主題：靜心的奇蹟 定價 350 元
- 74. 奧修演講DVD主題：生活有任何意義嗎？ 定價 350 元
- 75. 奧修演講DVD主題：非暴力哲學 定價 350 元
- 76. 奧修演講DVD主題：存在並非只是物質 定價 350 元
- 77. DVD主題：壓抑 - 所有宗教的基本策略 定價 350 元
- 78. DVD主題：那個沒有對錯的地方 定價 350 元
- 79. DVD主題：死刑 - 不是懲罰而是報復 定價 350 元
- 80. DVD主題：成為你自己和知道自己 定價 350 元
- 81. DVD主題：神並不是答案，而是難題 定價 350 元
- 82. DVD主題：沒有神 定價 350 元
- 83. DVD主題：經文冗長，良夜苦短 定價 350 元
- 84. 與奧修交融——奧修身邊的趣聞逸事 定價 250 元
- 85和86菩提達摩——最偉大的禪師(上、下冊) 定價 350，380元
- 87. 和 88. 譚崔經驗 & 譚崔洞見 定價各400 元
- 89. 一杯茶 定價 320 元

奧修 DVD 目錄

(每片定價300元)

1. 我來到一個成道者的腳下
(I Go To The Feet of the Awakened One)
奧修大師1984年3月21日成道日的紀念影片。
(25分40秒，中文字幕)
2. 早上和晚上的靜心
奧修大師在印度普那帶領門徒們做晨間和晚間靜心的實況錄影。(41分18秒，中文字幕)
3. 「神秘玫瑰」演講系列之四
講題：放開來——基本原則
奧修大師在印度普那於1988年3月24日晚間對門徒的演講實況。(58分02秒，中文字幕)
4. 我把我的夢留給你們(奧修葬禮)
(29分10秒，中文字幕)
5. 演講DVD：主題 (A)男女關係(Relationship)
(B)貪婪(Greed)
(56分30秒，國語配音)
(P.S. 這個DVD分成兩段，看完第一段之後要等幾分鐘，再接下去看第二段。)
6. 演講DVD：主題 (A)放鬆(Relaxation)
(B)死亡(Death)
(56分21秒，國語配音)
(P.S. 這個DVD分成兩段，看完第一段之後要等幾分鐘，再接下去看第二段。)
7. 演講DVD：主題：性(Sex)
(1小時32分34秒，中文字幕)
8. 印象之旅——奧修普那國際社區
介紹奧修印度社區。(29分15秒，中文字幕)

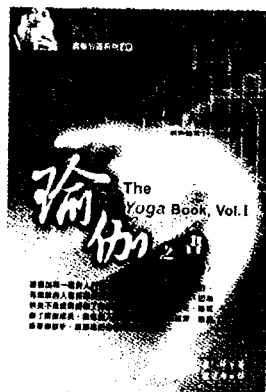
花落繽紛

- 禪宗小故事 -



瑜伽之書(上冊)

- 個人的誕生 -



生命可以被經驗，死亡也可以被經驗，它們是經驗，一個人可以去經驗它們而知道它們，沒有人能夠回答你的問題。但是有很多答案被給出來——你要記住，所有的答案都是虛假的，只有經驗能夠回答，答案是無法回答的。

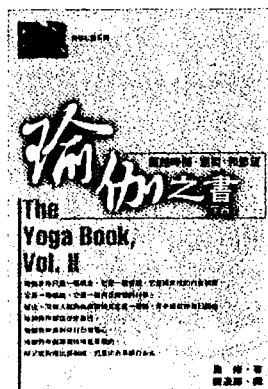
派坦加利一直對人們有很大的幫助，他是無與倫比的。有無數的人藉著派坦加利的幫助經歷過這個世界，因為他並不是按照他的了解來談論，他跟著你一起走。隨著你了解的成長，他會進入到越來越深、越來越深。他會牽著你的手，漸漸地把你帶到最高的頂峰。

定價 380 元

定價 380 元

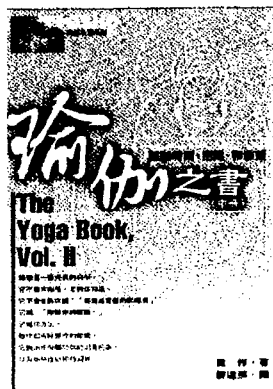
瑜伽之書(下冊)

- 超越時間、空間、和慾望 -



瑜伽之書(中冊)

- 超越時間、空間、和慾望 -



瑜伽並非只是一種概念，它是一種實踐，它是經常性的內在練習，它是一種規範，它是一種內在蛻變的科學。記住，沒有人能夠為你開始去走這一條路，你必須從你自己開始。瑜伽教你要信任你自己，瑜伽教你要對你自己有信心，瑜伽教你說那個旅程是單獨的，師父能夠指出那個路，但是你必須親自去走。

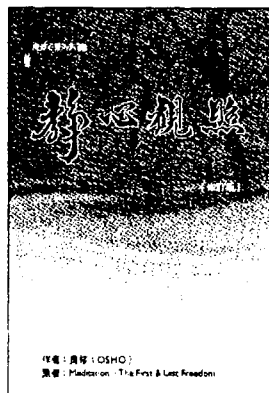
瑜伽是一種完美的科學，它不教你相信，它教你知道。它不會告訴你說：「要變成盲目的跟隨者」，它說：「睜開你的眼睛。」它給你方法，教你如何睜開你的眼睛，它說出任何關於你的洞見的事，以及如何達到那個洞見。

定價 300 元

定價 300 元

靜心觀照 (修訂版)

- 修行的指引 -



每一個人都在觀照，觀照在你的生活當中並不是什麼新的東西，它不需要再介紹給你，它只需要被加深，由觀照別人轉向觀照你自己內在的感情、思想、和心情，最後，觀照那個觀照者本身。

定價 360 元

了解性超越性

- 從性到超意識 -



驅使人類瘋狂地走向性最重要的原因並不是一個男人在渴望一個女人的身體，也不是一個女人在渴望一個男人的身體，根本就不。那個渴望是為了其他的東西，是為了要嘗到無自我性和無時間性。但是為什麼要渴望這個無時間性和無自我性？因為自我一消失，就可以瞥見到靈魂；時間一消失，就可以瞥見到神性。

定價 380 元

老子道德經 (第一卷)



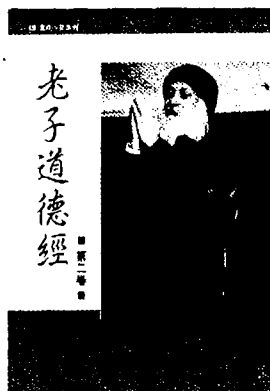
老子道德經

第一卷

道可道非常道。為什麼真理不可言說？困難在哪裡？真理不可言說有很多原因，第一個，並且是最基本的原因是：真理總是在寧靜當中達成的，當你內在的談話停止時，它就被達成了。那個在寧靜當中被達成的東西，你怎麼能夠透過聲音來表達它呢？它是一項經驗，而不是一個思想。

定價 350 元

老子道德經 (第二卷)



老子的哲學深奧難懂，但是對於一個成道的人來講，對於一個真正通曉人生的人來講，老子是那麼地親切，那麼地熟識。老子所講的話就好像是本書作者奧修大師所講的話，他們之間的一體感實非我凡輩所能感知。透過智性的了解，我盡力去揣摩；透過經驗和靜心，我試著去感覺，我不能說我知道，我只能說我願意，而且喜歡去領會他們的教導。

定價 350 元

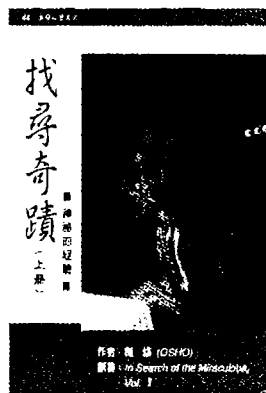
找尋奇蹟 (下冊)

- 神秘的經驗 -



找尋奇蹟 (上冊)

- 神秘的經驗 -



當你深入你的能量儲藏庫（亢達）喚醒那浩瀚的能量，當你有很豐沛的能量，你會突然發覺這個能量已經開始走向一個截然不同的旅程，身體裡面很多未知的、關閉已久的門會被這個奔流過來的能量所衝開，這個時候你會開始有超感官的經驗。那個超感官的門一打開，你就會開始覺知到身體的無體部分，也就是俗稱的靈魂。

從這本書你可以了解到：
內在的七個體以及它們之間的關係。
男性的能量和女性的能量如何在體內運作？
通靈和神通到底是怎麼一回事？
分身到底是怎麼一回事？
什麼是虛假的師父？
邪靈和神靈之間有什麼關係？

定價 400 元

定價 380 元

譚崔經典(十)

作者：奧修(OSHO)

譯者：謙達那(Chandana)

發行人：林國陽

美編：點石工作室

校對：德瓦嘉塔

出版者：奧修出版社

10062 台北市臨沂街 33 巷 4 號 2 樓

電話：(02)2395-1891；(02)2395-9797

傳真：(02)2396-2700；(02)2395-7722

登記証：局版臺業字第5531號

劃撥帳號：12463820(書、CD、DVD)

帳戶名稱：林國陽

總經銷：聯寶國際文化事業有限公司

地址：22180台北縣汐止市康寧街169巷27號8樓

電話：(02)2695-4083；傳真：(02)2695-4087

網址：www.book24.com.tw

總公司：70254台南市新義南路23號

電話：(06)291-2919(代表號)；傳真：(06)291-4540

印刷所：卡樂彩色印刷有限公司

初版：2008年2月

二刷：2013年7月

定價：300元

版權所有・翻印必究・缺頁或裝訂錯誤請寄回更換

ISBN:978-957-8693-73-9

國家圖書館出版品預行編目資料

譚崔經典(九、十)—奧秘之書，第五卷
奧修(OSHO)原著 謙達那 譯，— 初版 —
(奧修心靈系列：67、68)

台北市，奧修出版社，2007.10 — 2008.03

冊： 公分

譯自：The Book of Secrets

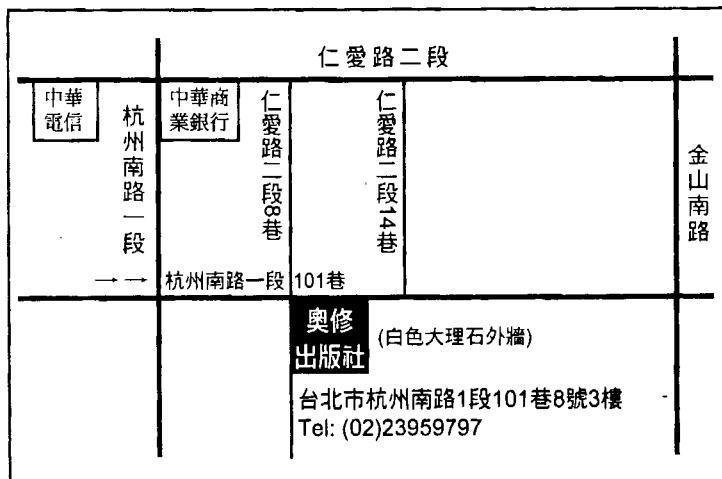
ISBN 978-957-8693-72-2(上冊；平裝)

ISBN 978-957-8693-73-9(下冊；平裝)

1.印度教

274

96020067



某種特定類型的頭腦會被佛陀所吸引，某種特定類型的會被耶穌，某種特定類型的會被穆罕默德所吸引，而希瓦則包含一切，希瓦能夠吸引每一種類型的人。全部、整體都被包含了，它並不是一個部分的觀點，那就是為什麼譚崔沒有宗派，你無法在整體周圍創造出一個宗派，你只能在一個片斷的周圍創造出一個宗派。唯有當你贊成某些東西，而且反對某些東西，一個宗派才能夠被創造出來。譚崔是主要的宗教，它並不是一個宗派，因此有很多技巧。

ISBN 978-957-8693-73-9



9 789578 693739

OSHO-068 定價：300 元