

注意

该附上的材料仍然是Institute for the Study of Human Awareness, Inc. (ISHA) 的研究财产。所有附上的信息都是自由提供的；因此，它可以被下载为自己的使用目的和/或与对本题目有兴趣的他人共享。该附上的材料不得公布和出售，无论是任何实物回报和/或货币的形式。欲了解更多信息/联系，请游览www.ishanews.org。

以下提供Ishwar Puri Ji在新加坡2014年10月4日，下午3时举行的开示转录。这开示的视频录制，可以在YouTube上观看 (<http://youtu.be/4Jc7uCXskPk>)。

以下的文章被逐字翻译以保持发言人的原始本质/词语。

心智扮演得像上帝

2014年10月4日
新加坡

欢迎朋友们到新加坡第一天节目的第二节。我现在将带你通过一些练习，那练习过后，我们会做禅修。我禅修之前通常做的这两个练习是一，展现我们的注意力如何能够向身体内移动，因为通常所有的时间我们都把我们的注意力移动在外。所以第一个练习将展示注意力如何能在体内移动。第二个练习将展示我们认为是在这个身体的感官知觉，其实是在我们体内而不是在这个身体。之后，我们会在眼睛后方，在第三只眼中心做禅修。

所以第一个实验或练习我叫着橙汁实验。那我们现在就做这橙汁实验。在这个实验中，我们将想象我们的身体是由玻璃制成的。它是一个空的玻璃，形状像人体但内部是空的。我们将通过想象，以橙汁填满那身体，从脚开始一路到头顶，和我们的双臂，在我们的双脚和手。我们以橙汁填满它。然后，在这个体中会有阀门附加到这些指尖。当我们按下手指时，橙汁将会从手指流出。当我们停，橙汁会留在里面。同样地，在脚的脚步，会有阀门而当我们按下脚趾，橙汁会流出。如果我们不按，橙汁会留在里面。一旦你这样做了，我会给你指示，何时按这些阀门。

好的。现在闭上你的眼睛并想象你的身体是由玻璃做的而里头是空的。用你的想象力，以橙汁填满这个空心体。因为身体是由玻璃制成的，你不能动摇太多，因为它会破。这实验过程中必须静止不动。

(练习开始，安静时刻)。

从脚开始并填满所有身体，双腿，躯干，手臂和头部。没有空间应留空着。
(练习结束)。

当你将在更深的禅修时，要回到身体，有时你会觉得比较容易揉眼睛，擦你的脸和你的手，所以我定期这样做。它有用。你们有多少人能够成功地做到这橙汁实验？

(请举手)。

非常好，你们这么多人成功做到。做这的目的是什么？目的是，每当我说停和每当我说动时，你可以将你的注意力移动。我们在禅修将需要的就是那样的注意力。这只是来显示给你禅修时需要的是什么。没有别的需要，除了你刚才使用的注意力和集中那注意力在你需要它时。当我说“保持”，你集中你的注意力在那点。所以你在这个小练习里学到两样东西，如何使用注意力和如何把它保持在你喜欢的地方。

好，现在我们开始禅修前的下一个实验，实验是我们将假设身体是我们的房子。它有许多楼层。这些眼睛是第六楼。我们把它叫做六楼因为六级能量中心，脉轮，六脉轮。它从躯干的底部开始并往上，而第六个是在眼睛的后面。所以我们现在想象着这是我们住的房子而现在我们正坐在眼睛后面的第六楼。你将看着房子，你可以看到在你下面的整个房子而你在第六楼。

在那里，你将会坐在一张舒适的椅子，就像我现在在这里坐着的舒服的椅子。你可以拿任何你喜欢的椅子，今天是免费的。你拿你最好的椅子，这是虚构的。坐在头的中心而在旁的边桌，你就会有像我右侧边的这样的茶几。你右侧也有一个茶几。在那上面，放置饮料，你选择的任何饮料。

想象你有一杯饮料坐在那里。还要有一些花坐在那里，像这些花或你选择的鲜花，任何你想要的。花在那里和饮料在那里，在盘子里会有一些小吃。保持你想象的这三样东西在右侧，在桌子上。而我将告诉你如何处理它们。我将会给你指示。所以，闭上你的眼睛。去你家的第六楼，就在眼睛的后面。房子的其余部分在你下面。而你可以看到有一些向着前方往较低楼层的台阶，并有一个沿着脊柱后部的电梯。你有一个可下去的电梯和阶梯，前面走下去的台阶，而房子很舒服但你在第六楼，这是在眼睛后面非常舒适的一楼。

待在房子里第六楼的中心，在第六楼的房间里，在房间的中间并拿一张不错的椅子舒服地坐下。然后看右边，看看那桌上，有饮料，有花，还有一些小吃。

(练习开始，安静时刻)。

(练习结束)。

你们有多少人能成功地做到这个练习？(请举手)。你们有多少人看得到花？(请举手)。你们有多少人看到你从来没见过的新花？(请举手)。你们有多少人可以闻到花香？(请举手)。你们有多少人能尝到那饮料？(请举手)。你们有多少人有了新的饮料，你从来没有过的？(请举手)。你们有多少人享受小吃？(请举手)。小吃很受欢迎。你们有多少人发现它是从你所想象的有所不同？(请举手)。非常好，所以你看，你们有多少人在你嘴里仍然还有小吃的味道？(请举手)。非常好。

此时，这里没有鲜花，没有饮料和没有小吃，但你能拥有所有五种感官知觉的体验。这只是一个实验来显示感官知觉，通过想象，正在运作而无需使用我们认为是在身体的生理器官。此外，有时记忆可以回忆这些事情而我们仍然可以看到它们。有时我们能看到的东西甚至是我们之前从没看过的。今天你刚有一些这样的体验。因此，这两个实验的理念是，你可以清醒地看到里面美丽的东西，而不要以为你只需看到你在外面见过的东西，因为里面有比外面还多的东西。当你做禅修时，你会在里面看到许多体验。

好了，现在你们都准备好了，可禅修了。禅修做得有效，有用，只有在眼睛后面的第六楼房子里做。在任何其他地方做不会有任何结果。我曾拜访过我的朋友，他们告诉我，我们有一个特殊的禅修室在我们的房子。他们带我到那房间。它装饰得非常特别。它有烧香。它有蜡烛灯。而他们坐在那里禅修。他们的注意力是在香和蜡烛，和在大部份的房间上，他们的特殊房间。它将如何进去？当你已经安排好一切把注意力牵引到外时，你的注意力如何进去？

有些人买一个特殊的垫子。我们坐在那垫子，这是我们的禅修垫子，但随后你总是把你的注意力放在垫子上。你将如何进去？有些人在他们的房子有一张特殊的椅子用来坐着禅修而所有的时间，他们的注意力是在他们坐着的那美丽的椅子上。注意力不进去。

如果你想要有有效的禅修，可将带你进入的禅修并显示我在早上说的东西，它应该从你的头里的第六楼开始。你的头里面那空间应该是起点。你首先要坐在那里后才开始禅修。如果没有把自己建立在眼睛的后面，禅修就没那么有效。我从经验告诉你。

那就是为什么，这是没有必要准备任何外界的东西。你在里面准备东西。如果你要有一个漂亮的垫子来禅修，放它在里面。你要有一张好的椅子来禅修，放它在里面。你要你的禅修室有窗帘，放它们在里面。你要用蜡烛装饰它，放它们在里面。你要烧香，放它在里面。无论你要做什么，想着禅修的起点是我们的禅修室，自然界构建的，在我们身体里面，在头里面。眼睛的正后面，额头的后面。头部的这个区域，是唯一重要的区域，因在这里你将通过你所有的问题得到所有的答案而你可以一直旅行到你真实的家。眼睛下方的这区域有能量中心。眼睛下方的这六个脉轮都用于开发能量，利用能量和创造该能量电路来生存在这个世界上，生活在这个世界上。

如果你集中你的注意力在这些中心上，你会得到非常奇怪的体验，不寻常的体验。你得到更多的能量，更多的活力体验但你不会得到更多的自我意识。更多的意识来自逗留在眼睛后及以上。所以这区域是能量，这区域是意识，记住这点。因此我们不应该去眼睛下方来为了得到更高的意识。当然，如果你只是想放松一下并要有一些出体经验的体验，感觉周围的世界，能在外飞，那你可以去到心脏中心。你可以去肚脐中心和它下面的其他中心。但是如果你想要有更高的意识和自我的知识，并要去到更高层次的意识，你必须留在眼睛后及以上。

当我们晚上去睡觉时，我们所处的身体位置概念，我们现在认为是在眼睛后面，当我们闭上眼睛，我们觉得我们在眼睛后面因为我们习惯性从眼睛看。所以当我们闭上眼睛，我们还是在眼睛的后面。但睡觉时，这个位置落下。当我们做梦时，我们的内眼掉下到喉咙。在六中心深入的禅修里，它可能会下降到心脏中心。

许多瑜伽修行者都做这些练习，并降下他们的视力，下到不同的中心而他们有奇怪的体验。自然地每个这种能量中心有奇怪的体验。我向你们提到身体有楼梯和电梯，在脊柱背后。人们通过瑜伽练习已经能够行驶下到这些中心。我们的自然倾向是睡觉并因此去到下面的这些中心。当你想在这些中心禅修，在你的心脏脉轮，或你的肚脐脉轮或以下的脉轮，这很容易。你会发现没有任何抵抗。心智不会抗拒。

当你想坐在这里（第三眼中心）心智抗拒，因为心智已经取得控制并要你在下面的能量中心，不要你上去。但是如果你要克服心智的阻力，你必须继续待在这里（第三眼中心），否则去睡觉的倾向是非常强的。在禅修时，人们往往入睡因为倾向是往下面走。这是一个要记住的特殊东西，我们必须警惕，不要去到眼睛以下。假如我们在晚上要睡觉而在睡前一刻，你想摸你的眼睛。通常情况下，你可以闭上眼睛，用你的双手，你可以像这样触摸到你的眼睛。你知道你的眼睛在哪。

当你即将入睡时，尝试触摸你的眼睛，你会摸到你的鼻子而你会觉得你在触摸你的眼睛。它已经开始下降，你的位置概念。如果你是在做梦而你可以触摸，假设有人说摸你的眼睛而你还相连着快速眼动期和梦，你触摸你的眼睛，你摸到你的喉咙并以为你是在摸你的眼睛。我们这位置概念的移动不断地发生。但是当我们去到更高层次的自觉和意识时，我们会向后移动而不是向下，往后移到中心，我们向上移动。所以那就是那些点的位置，我们获得更高层次意识的体验。这都在眼睛的后面和上方，不是下方。

所以我提这个是因为往下去的倾向将会极大，尤其是对做过瑜伽练习，把注意力集中在心脏中心或其他中心的人。那些做过昆达利尼瑜伽，能量的逆转，从这个脊柱面到前面。那些做过那类练习的，而我曾经做过，所以这就是为什么我知道这意味着什么，然后倾向将会再次一遍又一遍地往下。特别对他们来说，有必要练习保持你的注意力在这里（第三眼中心），这意味着闭上你的眼睛，感觉你在那里，你生活在那里，并让这个你放你椅子的楼层越牢固越好。

如果它是软的，你会下降。因此，使它硬并放松。这是一个非常舒适的房间，但把它具体化在眼睛的层面，不要让它往下走。当你坐在中间，然后你才禅修。因此让我们先练习如何坐在头部里，眼睛后面的禅修室。所以闭上你的眼睛，想象你的禅修室是仅次于眼睛后，并漂亮地装饰这个地方。你现在设置的方式，你可以那样保持着它的设置，每天你可以在那里禅修。

因此让你的禅修室随你喜欢地变得美丽，吸引人。你可以在周围放置窗帘和悬垂。你可以放置一张地毯在眼睛后的地上。你可以放置一张漂亮的椅子在那里。你可以放置其他的家具。但它都应该在头部的区域内，眼睛的后面，并想象你坐在中间。不要看到自己坐在中间。想象你在那里。

（练习开始，安静时刻）。

（练习结束）。

你们有多少人在这个练习中能成功地在你头里重复并听到言词？（请举手）。相当多，谢谢。这是开始禅修的秘密。如果你能够慢慢品尝几分钟，它不是一班我们应该给

的时间，然后看到结果，但如果你对这给足够的时间，你应该能听到里面到来的声音。你们有多少人在你的短时期能听到里面来的声音？（请举手）。

很好。最终，我们里面都有声音从我们自己的意识来，从我们自己的灵魂。那声音是一种表达。这就像频率，振动，共振，我们自己意识的一种表达。它来自于我们自己内部。但在此之前，我们也可以听到很多其他声音。那些声音是重要的，因为言词重复和听着这言词重复将导致该声音自动到来，因为在我们收集我们的注意力在眼睛后面时，声音顺其自然地来到里面。然后我们将开始听着声音。

一旦我们听到声音，声音具有催促，加快我们集中力和拉我们到中心的潜力。声音也能把我们举起到意识的其他层次。所以声音是很重要的。明天我们会在声音上做禅修。心智之上，声音转变它本身，如我在早晨提及。而任何进一步的进展就必要爱与奉献。

因此，我们不须等到我们去到那里。从现在开始我们以声音和爱与奉献禅修。明天我们将做，在声音和爱与奉献上禅修。而这将是明天禅修的亮点，它可以带你超越心智多远。如果你已准备好，早在明天你会得到一个体验。现在，我将从这个禅修练习暂停，并回答一些问题，如果你已经给了。

提问：我想问一下，如何得到每个人都在寻找的一片心安？我们都在寻找的那片心安，是当我们的执着和欲望都在控制之下到来。如果你看一下我们的生活，是什么扰乱了我们的心安？

外在的人与东西，没有其他人打扰我们的心安，大多是人，有时是东西。为什么东西呢？你失去了一些东西并扰乱你的一片心安。你投资的东西，没有回报，你失去了你的一片心安。你被人恨，心安丢失。你爱一个人，他们不爱你回，失去了一片心安。在外，试图在人或东西上找心安，是没有一片心安的，记住这一点。

只要你从外在寻找心安，与外在的同伴和与外在的东西，收购东西，除去东西，没有心安。但是，当你将你的注意力往里面收回，并说我们都是演员在演着我们的角色而这里没有永恒的东西时，你将会得到心安。你花在你眼睛后禅修的时间越多，你将得到的心安会越多。

如果你每天作为一个常规的去做，不仅是当你在那里心安，禅修之后，一整天你会心安，因为你进入了把自己锚定在里面的习惯，然后外在看来这么自然。此外，你在里面得到更多的体验，你将开始得到快乐。这是一个非常快乐的地方。

经过明天的禅修练习，你将会发现有多少快乐一个人可以得到，如果一个人在声音上以爱与奉献禅修。明天你将会发现。然后，你将会发现如果你每天早上和每天晚上获得那体验，甚至很短的时间，一整个白天和一整个晚上，你会心安。

我曾经跟人做过一个实验。我说，如果你是快乐的，世界会不会为你改变？所以我告诉他们在一个星期，那是一个像这样的研讨会，在一个星期你假装快乐，即使你不快乐。微笑，笑，快乐，并愉快地看待大家，并在一个星期后告诉我你的体验是什么。一周后，我们又见面了，而他们说我们整个星期都遇见快乐的人。

人们并没有改变，但如果你是快乐的，它传播快乐。如果你快乐，你是比你不快乐的时候更接近心安。因此，快乐的秘密是在里面，而如果你真的这样禅修，你得到真正的心安而终极的心安是当心智不再是自己，因为所有的干扰都是在心智里。你不是心智。你是灵魂。

灵魂永远是心安的，但是当它辨认自己为心智时，认为它是心智，它失去心安。所以，一旦你在你的禅修能达到可以把自己从你的心智分开，超越它，并发现你是灵魂，你将永远在白天和黑夜里有心安。那是获得心安的最佳途径。

提问：如果一切都预先计划，那么我们不行使我们的自由意志。我们不会落得个混乱的人生和不为我们的行动负责吗？

美妙的是，我们认为是自由意志的也是预定的。而我们觉得我们正在努力。我们不知道这是预定的，所以它看起来像是我们现在在做。所以因此当有人说如果这一切是预定的，我为什么要去做任何事？

因为无论你在做什么都是预定的，包括“我是否应该做或不应该做”的思维。所以，混乱的部分是，我们认为有些事项是预定的而有些不是。那是不正确的。甚至我们的思维，甚至我们寻求的方式，甚至我们决定做事情的方式，甚至我们努力的方式，都是预定的。但我们不知道这。

因此，我们应该放进最大的努力，以便我们说这是预定的。事实是当然一切都是预定的，但它并没有因为我们说“好吧，如果是预定的，我不做这个”而改变，即使你那样说也是预定的。所以这就是为什么它没有例外的，但自由意志的体验不是说现在的自由意志是真实的。当自由意志由我们制造和决定时，它是真实的。

今天，它是自由意志的体验。而这是有用的，因为我们可以感受到我们正在承担责任和作出决定。我们可以感觉到我们正在寻求，我们可以感觉到我们正走向一个特定的事物。这种感觉很重要，而为寻求的感觉，自由意志是重要的。但自由意志胜过一切，包括说“我有自由意志或我没有自由意志”的欲望。这有时是个问题，如果我没有自由意志，我为什么要去做任何事？而你刚才说的也是你预定的一部分。

提问：合十礼(印度) 菩理•吉。为什么在我们的人生里需要有位大师？可一棱角试的奉献给上帝给我们启示并带我们回到我们真实的家吗？

是的，如果你已经看到了上帝，你并不需要一位大师。任何人见过上帝就不需要一位大师，但没有人见过上帝。终极上帝在塞奇•坎，没有人看见，没有人能看到。唯一能知道那上帝是成为上帝，因为如果你能看到上帝，那么你是和上帝分开的，而上帝是不从任何事物分开的，它是总的。没有什么是在上帝之外，所以你怎么看到？唯一方法来体验上帝是合入上帝，成为那。因此，说“我爱上帝”我们从来没有见过的，把他分开是绝对的第一个错误。当你把自己与上帝分开时，你没意识到上帝是什么。

上帝是总的。上帝是一切。没有东西是在它之外。我们都不在它之外。没有任何个人

是在它之外。没有寻道者是在它之外。上帝是整体意识。因此，没有任何东西可以在外。如果没有任何东西在外，你怎么能说我是分离的并看着上帝？

当你看着某东西，你造你自己的上帝。我们都造了自己的上帝。而我们说我们在我们头里跟上帝说话？你知不知道你是和谁说话呢？

你的心智。

而心智要你认为是上帝，因为心智扮演得像上帝。心智在指导我们所有的精力向外，好像上帝在这样做。因此，我们误以为自己的心智是上帝。说我可以里面看到上帝，我可以向上帝说话，是心智在制造的图像。而没有人在那告诉我们，这是你的心智。

但如果你有一位在他自己的亲身体会已经超越心智的大师，他可以告诉你这是心智，这不是上帝。因此，大师是必要的。没有大师，没有一位在世的大师，没有一位可以跟我们说“不”的大师，我们总是被我们自己的心智误导。

所以这就是为什么，为了避免把心智当成是上帝的这个大错误，我们需要一个活生生的人，跟我们自己一样活生生的人，能够和我们说话，就像我们彼此互相交谈一样，可以告诉我们，因为他有超越心智并已经和上帝合并的实际体验，他是一个可以告诉我们，这是心智，这不是上帝。因此，我们在我们的人生中需要一位真正的完美在世大师。

提问：大师说，他会在200年后作为一位和尚回来。你能否证实？

我没有听到他说。而且，他为什么会需要200年？他是在没有时间的地方。他已经与整体的一切合并了。在那之外，什么都没有。为什么会有人，假设你达到同样的状态，你是可以的。你可以达到同样的状态。

老师和圣真实古鲁之间的区别是，一位老师教你一些东西而不会坦白说他会用那些东西来做些什么，他只是教你一个方法。一位古鲁使你像他一样。他们说，有一个贤者之石。当你把铁和贤者之石对擦时，铁就变成金。而他们有时会比较，说也许一位古鲁是一个贤者之石，而他是使我们这铁人变成金。那是不正确的。他正在使我们这铁人变成贤者之石，变成他自己。

一位古鲁的工作不是教导。一位古鲁的工作是带你回家，使你和他一样并把你与整体合并，让你原本属于地成为上帝的一部分。因此，老师和古鲁之间有很大的区别。所以这就是为什么大师，他跟我们一样是人类。他没有什么不同。

他出生如一般人，如一般人有疾病，如一般人吃食物，并如一般人去卫生间。他所做的一切就如一般人。除了他的意识已经达到了整体，是没有差异的，而当他对我们说话时，他是从别的地方说的，他是从整体哪说的。而那就是一位完美在世大师的定义。他完全像我们。

假设一位大师不像我们，让我们想象一下，一位大师是与我们不同的。他做的事情应

该和我们做的不同。让我们想象一下，一位大师进入这个房间，而我们坐在这里，而他是在天上飞，因为我们不能这样做。而他就飞来这里。我们都会望着他。我们的想法会是什么？

首先，我们会说，一定有一些弦或绳子。这是他耍的特技。我们环顾四周。如果我们不能找到任何绳索，我们当中的一些可能会晕倒。有人可能会说“这里发生了什么？”“实在是太巫术的东西。”我们可能会仰慕他。我们甚至可能崇拜他，但我们不会爱他。我们将不能够爱这样的个性。

如果他突然倒下，我们很多人都会跑去帮助他，而我们可以对他有一些爱。不要忘记，爱不是随着非凡的。爱是随着普通的，跟我们一样的人。因此，大师当心，完美在世大师当心地来的人生，是他们可以成为朋友，是你可以体验到爱一个人，人类，而不是你在自己头里所爱的一个想法或东西的一个人。

这就是为什么，这些大师以普通人来，而当你说大师能再次来，这当然。大师可以再来。他们来了又来。你怎么能证明是哪位大师再次来到？是这位大师再次来？因为他们已经合并到整体了，而他们可以以任何形式再来。

我们已经以多种形式再来一遍，一遍又一遍。他们可以以多种形式再次来。所以，这像是我们喜欢造的一种神话，因为我们爱某位到来的特别大师，而我们说：“不，他会再次回来的”。他将再次以一位新的大师到来。他为什么要以同样一位大师到来呢？这是没有必要的，如果他已经合入了整体而回来。

因此，大师来了一次又一次。总会有一位大师。有时有许多大师。在这个铁时代，卡利•诱，有很多大师。有时有比较少大师。但在这个物质世界里，总是会有至少一位大师，总是有！所以这就是为什么，寻道者们，他们拉引大师下来。

当我们寻求，一位大师进入我们的人生。哪里有寻道者们，大师会来，无论哪个国度，哪个国家，哪个国籍，哪个文化，它都不要紧。大师不为任何特定群体来。他们不组成团体。我们组成团体。大师为全人类的所有寻道者来。他们不做任何区别。你属于哪个宗教，你属于哪个国籍，他们对那没有问题。他们只为寻道者来，无论你的信仰系统是什么，无论你的宗教是什么。他们不说改变你的宗教。他们说跟随你的宗教。

在所有宗教的基础，是相同的信息，那真理卧在你里面，进去一探究竟。那是所有宗教的基础，如果你学习基本的东西。我们所做的，我们已经转变了灵性，心灵之道到宗教，引入外在礼仪，外在仪式，而我们给那些外在的东西更多关注，并作出区分。我们跟其他人不同。

这就是为什么，我当时就读于在美国的哈佛大学，只因为我有一点额外的时间，我决定研究宗教史。让我看看有过多少宗教。而我想找出这个共同的趋势。在所有的宗教中，必须有共同的东西。那时，当我正在研究大约13或14个主要的宗教，当我研究它们时，我发现它们的仪式都不同，因此它们不同。信息是相同的。

当我试图找，即便是明确表示该信息时，我发现甚至那是不一样的。在所有这些13-14

宗教唯一共同的东西是，我们是唯一真正的，其他都是假的。那是唯一共同的东西。他们都声称他们是唯一的一个。我遇到的人，他们说这是我的古鲁，那是你的古鲁，那是他们的古鲁而我们的是唯一真实的，其他都是假的。

所以你看，一旦我们进入这种区分，我们完全忘记了上帝不是任何人的专利。他创造了我们所有人。而一个完美在世大师不为任何特定群体来，不为任何特定的人来。他为所有寻道者们来。而他来到这个星球上的不同部分，因为在不同的时代有不同的寻道者们。他像一个跟我们一样的人到来，像人一样生活，先成为我们的朋友，之后才是大师。

因此，如果一位大师不是个朋友，我们不能有那种互动性的交流，哪个我们需要一起前往我们的家。当我们要和朋友旅行时，即使在这个世界上，我们喜欢一路聊天，我们喜欢一起飞，我们喜欢做些事。难道我们不喜欢和大师做这些事？我们怎么能把一位大师摆在台座上，把他保持远远的，并说我们是朋友而且我们一起旅行？

大师们为寻道者们前来，他们是他们的朋友，而且他们都时刻与他们同在。通过禅修，他们显示在他们的弟子里，并成为他们永远的朋友。所以这就是为什么，这些大师，他们不需要一次又一次以相同的形式到来。他们在弟子的需要下，以不同的形式到来。

提问：当我们在我们真实的家中醒来，我们会记得住这世俗的体验吗？这体验的记忆会真的维持到永远吗？

是的，这就是我们来的目的。因而，我们可以将我们的福佑状态与非福佑状态比较，并使福佑更好。只有通过相反对立，我们在那儿有过相反对立的体验，我们才可以体会到我们真实的家。我们来到这个二元性世界，痛苦和苦难，这里这么多的苦难，这里这么多的不如意，这里这么多的心碎，这么多的东西让这里看起来完全不完美的地方。没有人能想象上帝会做出这样的地方。

当人们看到在这个世界上有这么多的痛苦和苦难，他们对上帝有疑惑。上帝怎么能创造这一切？他们没有意识到上帝创造所有这些东西的幻觉，所有这些东西的幻影，是使真实的东西被体会得更多。这不是真实的。他把它做得真实是让我们可以更好的体会到真正的现实。所以这就是为什么，当我们回到我们真实的家时，我们会记得这，也就是为什么我们对这的体会会更好。

其中一位神秘者，卡比尔，以故事形式写的创造史，在一本叫做《阿努拉格·萨格尔》的书，书名意味着“爱的海洋”。在那本书中，他写道我们是如何来到这个世界，来看这个世界的苦难，并使它成为现实。所以，当我们回到家，我们欢呼得比我们在那之前所做的还要多。

于是，他叫那些离开自己家去冒险的灵魂为“汉斯”，像我们一样，因为我们在回来的路上从乌鸦成为汉斯。我们找回了我们所有真理的知识，又回来了，从我们在这里认为是现实的无知的知识。所以我们是汉斯而那些从未离开过我们真实家的灵魂是八安。

现在他说，当汉斯们回到自己真实的家时，他们怀着极大的喜悦跳舞和唱歌。而其他

人早已经在他们的福佑里唱歌了。八安们，它们对汉斯们说，“你为什么唱这么多？我们都在同一个福佑里啊”。

而我们告诉他们“你不知道你错过了什么。你从来没见过其他的东西，除了你所拥有的。我们有。所以，我们比你还要多地在体会我们的福佑”。所以这就是为什么有来这里的目的和记得这段体验的目的，当我们回到我们真实的家。

提问：因果报应是行动或者是你做的有个预定结果的选择？

因果报应是一个极大的原理。我可以在因果报应这单独话题讲一个小时，因为因果报应是由心智创造的。灵魂是没有因果报应的。灵魂从未有过因果报应。在我们真实的家，是没有因果报应的。

当我们来到这个心智世界时，因果报应被创造。心智的世界是通过时间与空间创造的，通过过去，现在和未来。这是一个非常大的假象。我将会告诉你为什么。

当我们说我们是活在时间里，那么活在时间里是什么意思呢？这意味着我们有过去的记忆。我们有一个对未来的希望。而我们活在当下。现在仔细检查这一点。如果我们活在当下，当下是多久？

它是5分钟？它是1分钟？它是0分钟？你会发现当下是没有时间的。

我说当下的一刻，它已经过去了。在我说出之前，它是未来。当下在哪？而我们都说“活在当下”。但是，我们正活在当下啊。我们还可以在其他地方活吗？

有人给了我一本书说：《活在当下》。我说，我们还可以在哪活呢？我无法想象任何人还可以在哪活，除了在当下。我们总是在此时此地。我们从不去任何地方。不存在着那里和没有任何其他时间除了当下。而当下是没有时间的。这是我们具有的一个非常大的怪样体验，只活在永恒的当下，但我们觉得我们在经历着时间。当我们总是在永恒的当下时，我们如何能感觉到有时间的存在呢？

其原因是，那刚过去的短暂时间，实际上是从我们后面过去的几分钟记忆，刚刚从我们过去，我们叫现在。我们叫刚刚过去的为我们的现在。认为这是现在因为它已经过去了，这是一个错误。

我们讲的每一句话都是已经过去的。所以，刚刚过去的就是当下。刚刚过去的是我们的现在。什么是过去？什么是已经走了，已经发生的事。我们怎么知道它是过去？只有一个办法，记忆。我们可以记得它。

假如我们没有记忆，那也就没有过去。并且，如果没有过去，那就没有现在，也就没有当下。因此，过去和现在的创造是因为记忆。现在想想未来。什么是未来？

让我们想象一下，这三个词，希望，恐惧，期待，他们其实是同样的东西，他们都是期待。一个好的期待被称为希望，坏的期待被称为恐惧而期待是中性的。假设这三个词从我们所有语言的字典中消失，未来也和他们一起消失。你知道吗，除了在我们意识里的这三个功能，是没有未来的？

如果你停止希望，如果你停止恐惧，是根本没有未来的。当我们希望着东西，它是在时间内，在刚刚的过去。如果你恐惧某东西，在我们心智里那可怕的东西是在刚刚的过去。事实是，我们所认为是未来的，也是过去。所以，一切都是过去的。未来是过去，现在是过去，而实际上过去也就是过去。唯一方法来恢复过去是通过记忆。

你知不知道，我们在这里生活的人生是摆在我们里面的记忆胶囊，而我们正在经历着他们，并想着我们现在在这里生活。在这里的整个人生是一个记忆。什么记忆？你怎么能有记忆，如果什么也没发生？因此，它必须在其他地方发生。那就是创造这物质体验如何发生的。

记忆是在更高层次的灵界被创造的，而我们在播放出来，并认为过去，现在和未来都存在。这是一个设计非常奇妙的系统，它是如何这么被设置，让我们认为是这样的。在这个过去，现在和未来的系统里，我们已经为每一个体验联系了因与果。一切所发生的，必定有一个原因。

我们的心智为一切东西寻找原因。有什么东西发生，必定有那结果。因果这件事是心智的东西，也创造了因果法则。因果说，如果你有一个原因，那将会有有一个结果。那什么是原因？

原因是一个从你的意图下的行动。如果你打算做一些事情，这意味着你已经使用了所谓的自由意志。如果你没有自由意志的体验，那就不会有因果报应。因果法则会随着体验消失。只要你有自由意志的体验，你认为你正在制造因果。它不是真的被制造。你认为它被制造所以你体验了它。你认为你做错了什么事，你受到惩罚，你体验着它。

这一切都是心智通过该系统创造的，该系统是通过我们的感官知觉和我们的物质人生，我们以我们的意图，某些行动创造的，而那些行动随后引发反应。假如你不采取行动，假设你只有意图，还是会有因果。因果是在心智里制造的，不是在外面。即使你不采取行动，你还是在制造因果。所以因果是你一直在制造的一个美丽的东西，甚至只凭思考着它。

所以我们制造了这么多因果，而且有这么多的反响，那么多的后果，我们正在不断地思考，一些好的东西，一些坏的东西，他们都加起来进入因果，然后我们必须在这里承担它的后果，无论好或坏。好因果得到奖赏，恶因果受到惩罚。而一个不能改变另一个。它是没有得赎罪的。假设你今天好而明天坏，你不能说我将会再次成为好并把坏的一扫而光。今天是好，奖励。明天是坏，惩罚。后天是好，奖励。它们俩一起走的。

我们的人生，人类的生命，有这两个东西混合。如果只有好或只有坏，没有人可以当人类。如果你所有的时间只有好，一个非常好的地方叫天堂，围坤，和其他美丽的天堂，许多是在灵界。你会在那里，那是属于总是好的人。如果你是完全坏的，那儿有地方叫做地狱，娜拉，可怕的地方。如果你总是坏的，那么你应该属于那里。

只有当你有好与坏的混合，你成为人类。每个人类都有好与坏。每个人类都有两面。我们每个人都有，有时做得好，有时事情上来是调皮的而不那么好。我们的心智就是

这样，那就是为什么我们成为人类。是好又是坏，这是一个好组合或坏组合？

通常一个人会说永远要好或有些人说没关系，没有人在乎，反正这是一个梦，我们可以总是坏。那些这样极端思考的人，他们不会成为人类。那么混合的重要性是，我们成为人类。只有在人类，你才可以有自由意志。只有在自由意志，你才可以有寻求。只有在寻求，你才可以到真实的家。看这有好和坏的组合之美。那就是为什么从来不后悔，为什么我在做些坏事和些好事。幸运的你正在做这。那就是让你成人的。

所以我们同时是好和坏这伟大的组合，是最幸运的事。我们应该以完全不同的方式看待我们得到这个当人类的机会。有时候我们受到惩罚，有时候我们得到奖励。而这就是我们可以成为人类的状态。这是我们可以找到我们真实家的状态。能有这个组合是值得付出的代价。这就是为什么我们是非常幸运的，这法则的方式使我们能够寻求并摆脱它。

那因果是这样的，即使有最好的因果，它是有时间性的。他们说，克里希纳，毗湿奴的化身，今天被世界各地数以万计的人们崇拜。克里希纳他年轻的时候，他是个照顾放牛的牧童。他有一个朋友，乌多，一起帮他照顾牛群。作为一个年轻的男孩，克里希纳去告诉乌多。

他说：“乌多，因果报应的性质不能被人理解，因为他们认为因果意味着做好事来克服你的坏事。那不是因果报应。因果报应是，即使你在世界上做所有的好事，得到所有的奖励，一个坏的事会让你受到惩罚的。”

而当他在说这句话时，一只小蚂蚁爬过，他并告诉乌多。他说：“乌多，看看这只蚂蚁。你可以看到它在走吗？这只蚂蚁一时曾经是梵天，这个宇宙的创造者。一时是因陀罗，最高的天堂之一，被他统治。而今天是一只蚂蚁，因为他的因果。他因为好事所以已经达到了高境界的这事实，不能阻止他因为坏事而成为一只蚂蚁。”

所以因果并不会自我赎罪，不会自我取消。你不能说我做了坏事，现在让我做一件好事来删去它。你会为坏的受到惩罚，为好的被奖励。许多人，已经有过极端的生活，他们已经做了极坏，邪恶的东西，然后变得如此的改变，脱胎换骨，并做了很奇妙，美好的东西。他们因为他们的行为，在这人生后有资格立即到地狱和天堂。他们有个选择。

现在你有，因为你的善行，1个月至留在这个天堂，坏事，非常坏的事，1个月在地狱。当你死的唯一的最后选择是，你想要哪一个先？我有时在想我们如果有这样的选择，假如你们有这样的选择，你必须在天堂花一个星期和在地狱花一个星期，你想下地狱先或是天堂？

有多少人赞成先去天堂？（请举手）。有多少人喜欢地狱先？（请举手）。大多数是在地狱。这就是为什么马克·吐温说，你应该为了气候去天堂而为了陪伴去地狱（观众笑声）。看看有多少人为地狱举手。

我可以理解，因为如果你去天堂先而你知道你得下地狱，你会让你的天堂也变成地狱。但是另一种方式是，那些举手要天堂先的，他们说也许天堂可以做一些什么来完

全避开地狱。因此两选择都有个很好的例子。

但我提出的观点是关于因果报应。因果是预先确定的，但我们以自由意志体验它。因果源于自由意志的体验。它不是真实的。它只是由心智制造和承担的。心智受苦，心智享受。灵魂在任何时候是不断寻求着真实的家。我们的里面，我们意识最内侧部分，总是想摆脱这个困境。

但心智试图要得到在这里之外的所有喜悦，快乐和遭受的痛苦。所以这有一点点分裂。把我们与心智认同，我们便和心智一起受苦。否则，因果只被心智承担。在禅修中，当你升越心智，你将看到心智，身体，为演员。他们正在经历着一场舞台剧。你会在他们之外看，作为观众，看他们组合在做什么。这是哪里的人生？

这人生会看起来如此不同，因为它可以从一个灵魂这个角度观看。所以这就是为什么，因果，虽然它都是预定的，但我们像有选择地经历，像自由意志也是预定的，但我们认为它是真的自由。因果也是以同样的方式经历的。

提问：因果是否由自我决定，因此，如果一个人认为杀害是正确的，那么是否说做坏事不会有恶因果？

正如我在早上提到的，心智有一部分我们称之为良心。良心是其中那一部分，把所有行动分割为好与坏。它不断地做这件事，而如果说你开始说我打，因为我打这样做是对的，而良心说，那是不对的，你可以与良心争论，但良心在因果方面获胜。你的良心，说这是错误的内心自我，将胜过你的心智讨论和说，不，不，这是正确的做法。良心还是拉你进去。

因此，在我们的心智里我们已经自动建立了一个系统，不管我们说什么，内部信息来，这是对的，这是错的。那为什么会发生呢？

因为我们在一个社会环境中成长，我们在不同的社会成长。社会已经确定了什么是好和坏。有两种类型的影响。一个是本土本身的法律。所有国家，任何时候，都有法律说这是错误的，你会受到惩罚，这是正确的，你会得到奖赏。法律本身提供。再有就是道德律，教堂，寺庙和宗教之人介绍的。

这两个从我们的童年开始。它们建立了我们的整个道德体系。从我们的童年开始并全都储存在我们的良心。无论我们怎么想，我们如何合理化，我们如何设法评理，那良心总是告诉我们。因此这个在我们前面的愿意心智不会覆盖后面的良心。所以，即使有人说，“不，不，我认为这是正确的，让我来做吧。”我们大家都这么说。当我们试图做一些错事时，我们试图合理化，“哦，不，这是正常的。”但良心拉，并说不。是良心决定了因果报应，因果的性质，好或坏。而不管我们认为是正确与否。

提问：欲望是心灵之道的大问题。如何控制？在你通往内部区域的行程，会不会有更多的诱惑？

是的，欲望是一个大问题。我们都知道，欲望是一个非常大的问题，在五大恶习中最

困难的。当然它不是最后一个走的。欲望是因为心智要追求乐趣。它真的就是那样。它从那里开始。如果心智在禅修能找到更多的乐趣，欲望消失，因为心智寻求乐趣，无论在哪里，只要它可以得到。

心智寻求各种乐趣，无论在哪里，只要它可以得到。一旦它在里面得到更多的乐趣，它开始对外界的欲望失去兴趣。在另一方面，你也可以被里面的那些乐趣吸引住，并被里面的诱惑耽误了进一步的进展。灵界，感官知觉的第一层次，是充满了甚至比物质世界更多的诱惑。

我们这么多人被困在那里，就像我们都被困在这个世界，欲望只是其中的一样东西，我们也被困在灵界里。有这么多寻道者们，这么多完美在世大师印心后的寻道者们，因为同样的原因被卡在那里。

因此，当大师试图格外地善待我们，他蒙上我们的眼。他蒙上我们的眼并把我們带到了区域和说，“没必要现在看到它，你可以在回来时的路上看到它，我们还有一些东西仍然较高的。”

所以这是来控制的方式，大师们使用与我们，当我们发现我们有可能被耽误时。但如果有人是大师，不是一位完美大师，而他只把我们带到天堂或地狱，它自动在灵界，所有吸引人的事物都在那里，这是美丽的，这是真正的天堂。这是天堂，因为它以更好，更激烈的方式复制了同这个世界一样的乐趣。所以，在那个层次，诱惑仍然十分强劲。但是，他们带你离开这个世界的欲望，但他们在下一个世界创造给你新的欲望。

因此，为了要真正回家，一个人必须要想望真正地回家。人们有不同的欲望和愿望。而我们的欲望和愿望得到满足，无论如何以及何时。所以，如果我们的欲望是要这个世界的乐趣或在更高世界的更多乐趣，我们就卡在那里。但是，如果你不想要有那，有人说我们只是想要去我们真实的家，请蒙上我们的眼，我们不要对这些东西有兴趣。他们的确跳过并直行。

这是一个有趣的事情，大师根据我们有多少的欲望决定，我们升华欲望，实现无论是在这里还是里面的欲望，然后带我们走。我们每个人都有一套不同的因果。现在我们每个人都有不同的意识状态。我们到了这点已经通过那么多的生命进化了。所以大师为每一位决定什么是要走的最好一段路。

我自己的大师，哈祖·玛哈拉吉·巴巴·萨万·辛，有一位名为巴巴·加米尔·辛的大师。巴巴·加米尔·辛在跟随一位古鲁在阿格拉，离旁遮普一段距离，他的名字叫斯瓦米·赛斯·希夫·达亚尔·辛。他被俗称为斯瓦米·吉。

他热爱他的师父，就像所有的好弟子。在那时候，没有手机，没有电话和通讯系统。唯一的方法是写信。所以有一次他思念他的大师那么的深，他思念着斯瓦米·吉那么多。他写了一封信。

他说，“我亲爱的真实古鲁斯瓦米·吉，我是那么想念着你，请给我许可到阿格拉并得到你的达显。我很想念你，我好久没看到你了。而在我心里有东西发生，我不能忍受

和你分离。”

信去了，在那时候信件是非常缓慢的。答复一个月后到。而斯瓦米•吉写道：“我亲爱的儿子巴巴•加米尔•辛，我收到你的来信，我很高兴地知道，你的灵魂在较高区域的坎•婆罗门行驶。”

加米尔•辛看着信。他说，“我的灵魂哪儿都没去。这一定是个错误。斯瓦米•吉是想要寄这封信给别人的。他寄错给我了。”于是，他回信说，“我亲爱的大师，我很抱歉。你寄给我的信似乎并不适用于我。我的灵魂哪儿都没去，我只是想念你。我希望去您那里。请给我时间和许可去并得到你的达显。”

第二封信一个月后来而斯瓦米•吉写道：“我亲爱的儿子加米尔•辛，我很高兴知道你的灵魂进入更高区域的婆罗门。至于来见我，下个月的第一个星期前来吧。”有了这两封信，巴巴•加米尔•辛去到斯瓦米•吉，并在他面前放置这两封信。他说，“大师，这些信并不适用于我。”

斯瓦米•吉坐在他的小修行处所之外，当时有约10-12人坐在他周围。当加米尔•辛抵达和把信件放下，他说，“大师，这并不适用于我。我的灵魂哪儿都没去。我只是很想念你。因此，你叫我。我很高兴能得到你的达显。我觉得很满足于你的达显。我甚至对那些更高的区域不感到兴趣。”

斯瓦米•吉笑着说，“让我们进去里面打坐禅修吧。”于是他们就进去房间里大约半小时，然后他们出来。而在那些10或12人的面前，斯瓦米•吉说，“现在加米尔•辛，告诉我，当我写那封信给你时，你的灵魂是否进入了更高的区域？”

他说：“是的师父。”斯瓦米•吉说，“我不是问，你的灵魂在那半小时里的禅修是否进入了更高的区域。我是在问，当我在两个月前写那些信的时候，你的灵魂是否进入了更高的区域？”

“是的师父，我的灵魂在两个月前进入了更高的区域。”然后，斯瓦米•吉跟其他坐在那里的人说话。他说，当灵魂进入更高的区域时，对于一位禅修者，他什么也看不到因为他可以被困在那里。

大师们正在准备一些人特别地不被困在任何的地方。因此，他们放上了眼罩，但是当它们取下眼罩，你会记得你曾经在那里。而在他发生的一切是，他不可能那么想念他的师父，他不可能那么深地感受到对他师父的爱，如果他的灵魂不是在上升。那是哪里来的？

它来至于里面那灵魂的上升。这就是为什么大师们经常阻挡那体验。他将带我们去更高，然后把它们带回到那体验，并展示给我们，你有那体验是当你觉得你只是很想念大师，或者你感觉到对大师的爱。因此，好好的记得，大师们为我们定制好我们的道路。如果他们是老师，他们会给大家相同的教导。如果他们是大师，他们为每一个人定制，并告诉他们，他们在那个时候到底需要的是什么。

有一次我坐着，我年轻的时候，我们过去曾经坐在大师的周围。有一次我们在一起坐

着10-20人。大师，巴巴·萨万·辛，坐在他的椅子上。一个男人来到，并带着他的年青女儿。他说：“大师，我的女儿要上书院而我想她应该结婚。她为什么应该去书院？男孩们去书院，女孩们应该管理家事。”

大师说：“不，女孩和男孩之间有什么不同？他们是相同的。让她去书院。”他说，“谢谢大师。”他们两都走了。

在5分钟内，另一位父亲和他的女儿到来，有着同样的问题。他说，“我的女孩已经长大了，她想去上书院而我们认为她应该结婚。大师，你的建议是什么？”

他说，“女孩跟书院有什么关联？去结婚和管理一个家庭。”

两种不同的答案，几分钟内给出，给两个不同人的类似问题，完全类似的问题，这表明了大师给的答案不是从一本书里的一个普遍答案。这是一个合适那个人的答案。所以这就是为什么他们定制我们的道路。他们准确地知道我们在那个时候需要的是什么。

某人来说：“大师，我不能做多禅修。我的心智不好。”“不，要多做禅修。坐多禅修。”另某人说，“大师，我一直在做禅修。”“禅修不会有太大的帮助，你应该为你的大师给予爱与奉献。”两种不同的答案。

有人说，“去更高层次的秘诀是什么？”大师说，“更多的禅修。”另一个人来，并说：“是什么秘密？”他说，“大师的恩典。”哪个是真的？恩典或努力？哪一个是正确的？

他们在同一本书有矛盾。你阅读的书籍，有时恩典更重要，有时努力更重要。只有当你到达心智之上，你将会发现恩典和努力是一样的。你将会发现没有恩典，你永远不会努力。但是当你的心智说没有努力，什么都没有的状态下，他们说投入更多的努力。

当他们说读多点书，有个人来，并说：“大师，我对这道很感兴趣。”他说，“读更多的书。你读越多的书，你会明白的越多。”另一个人来，并说：“大师，我已经读过所有的书。它似乎并没有传达同样的东西。”他说，“把你所有的书放进一个袋子并把它们扔进河里。”两种不同的答案。

在我自己的家庭，我的父亲娶了我的母亲。而我的母亲的母亲，我的外婆，在母性那边，她是一个极大的忠实信徒，崇拜着湿婆，梵天的小偶像，和所有那些女神，拉克希米，杜尔加。她有小图像，并在她家做了个寺庙。她就会坐在那里，每天响铃铛。放香火和做漂亮的阿尔提和祈祷。她会对着那些图像做。

当我的父亲，他得到大师印心，他看到这些东西全都是迷信。他们不是真实的。他试图说服他的岳母。他说：“岳母，这些都不是神。你在崇拜的这些只是小件的金属和木材。神在里面。”

她说：“停止，你闭嘴，去做你的生意。我知道我的神，不要试图干涉。他们是那么一个神圣的人在这里，神圣的力量坐在这里。他们帮助了我的一切。现在你要告诉什

么？”

当他未能说服他的岳母时，最终他去见了大师。他说，“师父，我希望我的岳母也能充分地利用到你所已经给了我的。”他说，“别担心，些时我会探望她。当我来到这个城市，我会探望她。”

于是有一天，他来了而我的父亲提醒他：“师父，你说你会去探望我的岳母。”他说：“当然。”他走到岳母哪，并说：“我了解你有个寺庙？”“哦，是的，大师。”“我可以也去那里祈祷吗？”“当然，大师。”

于是，他去那里。他拿着铃铛并开始响起它。他开始崇拜在那里的那些小图片而我父亲的岳母是那么的开心。外婆告诉大师：“我的女婿是个傻瓜。他不明白。他甚至不懂你。至少他应该知道，你崇拜在这里的这些偶像。”而大师说：“是的，每当我们看到神灵，我们必须崇拜，因为上帝是无处不在的。上帝是在每一块石头，上帝是在每样东西。而你在这里看到上帝。这是非常好的。”所以，她很高兴而我的父亲看起来像个傻瓜。

他说：“师父在这里做什么？他应该教他在寺院所教的同样东西。”所以后来，他说：“师父，我的岳母很相信你所做的。但是你不觉得你把她在错误的轨道上吗？”他说：“你等几天。现在她将会来听我的。凭你说的，她不会来。”当然，现在她说大师是真的。我已经测试了他。他向我自己的神祈祷。他一定是真实的。于是她开始去参加他的开示。

长话短说，几个星期后，她告诉大师：“大师，我发现，真相就在里面。上帝是在里面。那我该怎么处理所有那些收在我的寺庙的神和女神？”他说：“你有没有装米和小麦的麻袋？”“是的，我有一个空麻袋。”“把他们都放在麻袋里，所有的神和女神，把它绑起来，随着一句祈祷，在河里处理掉。”她就去用麻袋收拾好所有的神和女神，并用马把它带到拉维河边，把它沉浸在那里，然后很开心。

现在，你可以想像，大师们做的东西是根据个人吗？他们知道最终会带我们的是爱与奉献。那就是持续我们的。

曾有一个实例，大师去一个锡克教寺庙，并有人说如果他假装为一个古鲁。根据我们的古鲁，格兰·萨一是唯一的古鲁。我们有指令，它说今日之后，只有格兰将被视为古鲁。锡克教是这么说的。他假装是锡克教徒。他戴头巾并有长胡须。而且他不是一个锡克因为他本人假装是一个古鲁。十古鲁已经在我们的格兰被命名。

如果这个人试图来我们的镇，拉瓦尔品第，现在在巴基斯坦，在当时它是印度的一部分，如果他来这里，我们将会杀了他。他们去那里并拿出他们自己的剑。如果他来并试图在这个城市宣讲什么，我们就杀了他。所以与他随行的秘书们变得非常紧张。

顺便说一句，我也有在那次旅程中，他们都那么紧张，害怕，明天他们将会杀了我们的古鲁。但是传统一直是古鲁们曾已被杀死，谁一直在说真话的人曾已被杀害。因此，古鲁似乎并不介意。而我们准备好第二天的一大惨烈的战斗。

古鲁早上说：“在我去给自己的开示之前，我想去庙里，去锡克教寺庙。”他们都感到惊讶，你要自己去一个狮子的巢穴。他说：“不，我得去锡克教寺庙先。”

他去了，去了锡克教寺庙，在格兰的书前鞠躬，从他口袋里给了5卢比作为敬拜古鲁，这是格兰的书，并坐在前面。他们都吃了一惊。他们说：“我们以为他在假装古鲁。他接受了我们的格兰和古鲁。”

然后，他有一个伯提，一个诵经者，也经常在寺院里念格兰·萨一。他陪伴着他。他告诉他：“你去坐下，接管格兰·萨一，并读第五古鲁阿将·戴夫的巴尼（著作）。”他开始阅读一个段落，其中说到：“除非你能看到古鲁的脸，不要相信它。而古鲁，如果他可以给你一个拥抱，他带走了你那么多的恶习。”他读了那整个段落。

现在很明显地，这本书不能做到这一点，无论它可能会是多大的格兰，*kanth lae avgun sub mitae*（旁遮普语）。当所有那些段落被念出时，人们是如此受此影响。他们说：“这个人是为真相来的。”他们把他们的剑收回，而他们大多在那天成了他的弟子。

我们看到这个奇迹的发生，凡是他们的意图所在，他说，“不，我相信。如果你相信古鲁格兰·萨一是你的古鲁，那么就跟随它所说的。只要按照你的古鲁所说的话。”古鲁和他说的都是同样的东西。因此，这些古鲁们知道他们如何能在不同的情况下为不同的人做出举动。而所以，他们不是来给我们，给大家一般的教学。

当你遇到一位古鲁，你会感受到一种密切的个人友谊。你会觉得古鲁只为我而来。你得到一个奇怪的感觉，他真的是我的古鲁而其他在我身边的人只是演员。他可以以他无条件的爱创造这种奇怪的感觉。我告诉你，这是最主要的秘密。一位古鲁完美在世大师的爱是无条件的。完全没有判断的。他绝不会判断你是否好或坏。你有没有好啊，那我会给你些东西，否则我不会。决不。一位完美的圣真实古鲁从来决不说那。他要来给。

我将会给你大师巴巴·萨万·辛的另一个例子。他坐在那里，一个人跑过来并说：“师父，原谅我。你告诉我不要喝酒。我昨晚喝了，好多。你告诉我不要吃肉，吃素。我和所有的朋友吃肉了。你告诉我不要玩女人，我做的一切都是错的。昨晚是糟透了。我犯了阻止我的所有的罪孽。请原谅我。”

大师说：“好吧，你被原谅。现在不要再做了。”而他说：“谢谢！谢谢！”并跑了。这使到所有坐在那里的巴巴·萨万·辛的秘书们不安。他们说：“师父，这是什么？一个人犯下了这么多的罪，他已做了那么多的错事，而你只说原谅并走了？”

他说：“是的，他请求原谅。我应该怎么办？我得原谅他。”“师父，假设他又做同样的事情并再次来找你，你会再原谅他吗？”“我想我会再原谅他。”“师父，你什么时候才会惩罚他？”他说：“不要把我放入惩罚者的类别。让我留在原谅者的类别。”

那是完美在世大师的特点。他们不来惩罚，他们来原谅。然后他说：“看，他的心智已经在惩罚他了。他已经在惩罚自己了。他被世界惩罚，他在惩罚自己，你要我也去惩罚他吗？他不知道自己在一个陷阱里。我对他同情。所以我得给他原谅。”

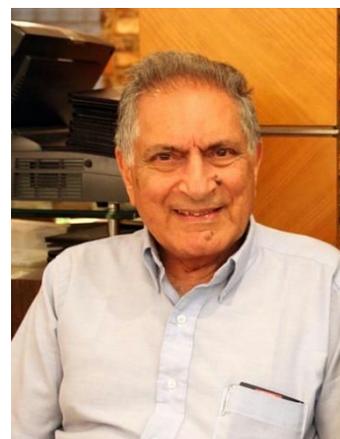
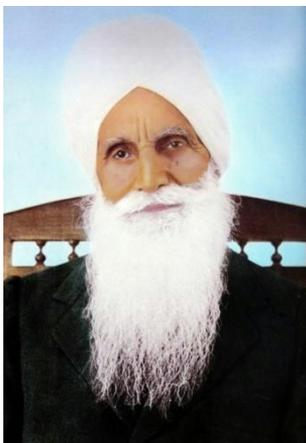
这些完美在世大师展现无条件的爱，不判断并每时每刻宽恕，每时每刻同情，像我们普通人一样的特点，但他们有他们的这些特性使它们优秀，而我们可以感受到那无条件的爱，被比什么东西都重要的那爱拉。

有时我们甚至不知道那些教导有什么意思。有时我们去听他们而听不到一个字，除了看着他们和感受那股拉力，从他们的爱。所以这就是为什么这些完美在世大师们，他们分开地给他们的教导。他们给的指示是跟据我们增长中那个时候所需要的。

我很高兴能够回答其中的这一些问题。明天我会回答剩下的。我们会有一些访问。其余的你们可以走了。那些在直接访问名单中，我已经告诉陈添的，我现在见他们。其余的，我们会明天做。

我希望我能看到所有已经要求个人一对一访问的人。如果有任何困难完成名单，所有那些从来没见过我的将会，肯定地，在访问名单上。非常感谢。再次，我要感谢陈嗣添，感谢他所做出的优秀安排让我们能够见面。

--2014年10月4日下午开示结束--



哈祖•玛哈拉吉•巴
巴•萨万•辛•吉

伊士瓦•善理•吉

词汇表 Glossary

阿尔提 Aarti	A type of ritual. 一种仪式。
阿格拉 Agra	A district in the state of Uttar Pradesh in India. 在印度北方邦州的地区。
阿将•戴夫 Arjan Dev	The fifth guru of the ten Sikh gurus born in 1563. 十锡克教宗师的第五个大师，出生于1563年。
阿俊 Arjun	Name of a Hindu male, a legendary hero in India. 印度教的男性名字，在印度传说中的英雄。
阿马那 Amarnath	A place of pilgrimage. 朝圣的地方。
阿努拉•萨格尔 Anurag Sagar	An ancient text literally means "Ocean of Love", depicting a dialogue between an Indian Saint, Kabir, and his disciple on the spiritual path.

	一个古老文章，字面意思是《爱的海洋》，描绘印度圣者，卡比尔，和他的弟子在心灵之道上的对话。
啊使塔八卡 Astabakar	Name of a Saint in the past. 过去圣者的名字。
爱的海洋 Ocean of Love	The translation of 'Anurag Sagar', the title of a book depicting a conversation between Kabir and his disciple. 《阿努拉·萨格尔》的翻译，一本描绘卡比尔和他的弟子之间对话的书名。
暗探 C.I.D.	An investigator with the government agency. 在政府机构的调查员。
八安 Bans	Souls that never leave their True Home. 从来没有离开自己真实家的灵魂。
巴巴·加米尔·辛 Baba Jaimal Singh	A Saint from Punjab, India (1839 - 1903). He is the guru of Baba Sawan Singh. 从旁遮普，印度的圣人（1839 - 1903）。他是巴巴·萨万·辛的大师。
巴鲁比亚 Barupias	A person in disguised. 一个在伪装的人。
巴尼 Bani	Poetic verses. 诗意的诗句。
巴普 Bapu	A Hindi word, means father. 一个印度文词，意思是父亲。
巴特拉 Bhatras	A type of practitioners that can read the thought of a person in advanced. 一种修行者，可以事先读取一个人的思想。
巴赞 Bhajan	A meditation practice of listening to the inner spiritual sound. 听内在心灵声音的一种禅修练习。
北方邦 Uttar Pradesh	A state located in the northern India. 位于印度北部的一个州。
比比 Bibi	A respectful title to a lady in the Indian language. 在印度语言给予女士恭敬的称号。
比比·如口 Bibi Ruko	The respectable lady by the name Ruko. She is one of the assistant to the Great Master Baba Sawan Singh. 可敬女士的名字“如口”。她是大师巴巴·萨万·辛的助理之一。
比亚施 Beas	A riverfront town in Amritsar district of eastern Punjab. 在旁遮普东部，阿姆利则地区的河滨小镇。
伯提 Pathi	A person that chants spiritual scriptures. 一位吟唱经文的人。
布雷沙阿 Bulleh Shah	A Muslim poet and philosopher born in 1680 in Punjab. 一位回教诗人和哲学家，在旁遮普出生于1680年。
布洛克医生 Dr. Brock	An American disciple of Great Master Baba Sawan Singh. 大师巴巴·萨万·辛的美国弟子。
查兰·辛大师 Master Charan Singh	An initiate of Baba Sawan Singh. He taught the Sant Mat path and lived between 1916 and 1990 in India. 巴巴·萨万·辛的弟子。他教圣者之道并居住在印度1916 - 1990年间。
禅那 (内在冥想) Dhyana	Contemplate or beholding the form of a Master within. 内在沉思或仰望大师的形式。
禅修 Meditation	Concentration of attention. 集中注意。
昌迪加尔 Chandigarh	Capital to the state of Punjab in the north India. 在印度北部旁遮普的首都。
达拉姆 Dharam	The action according to what is destined. 根据所注定的行动。
达显 Darshan	Meeting with a Master face to face. 与大师面对面会面。
大师之道 Path of the Masters	Title of a book written by Dr Julian Johnson of America after living almost 7 years with Great Master Baba Sawan Singh in India. 一本书的书名，由美国的朱利安·约翰逊博士与大师巴巴·沙旺·辛在印度生活了近7年之后写的。
道 Path	A course of conduct. 一个行为的进程。

德罗江 Trilochan	An engineer from Myanmar, a disciple of Baba Sawan Singh. 来自缅甸的工程师，巴巴·沙旺·辛的弟子。
滴瓦 Dilwa	A location along the river. 一个沿河的位置。
帝亚 Dyal	The positive power, a representation of Truth. 正面的力量，真理的表示。
杜尔加 Durga	A goddess in Hinduism, believed to be the mother of universe. 印度教的一位女神，被认为是宇宙之母。
度尔纳麦音流 Dhunatmak Shabd	An inexpressible sound which cannot be spoken or written, nor can it be heard with the physical ears. 一种说不出和写不出的声音，也不能用物理耳朵听到的。
恩典 Grace	Favor shown in granting. 一种宗主厚待的表现。
二元性 Duality	Pair of opposites or dual nature. 对立或双重性质。
梵 Brahm	The Lord at the second region (universal Mind) above the physical plane that rules the physical, astral and causal worlds. 第二区的主（宇宙心智），物质界之上，掌管着物质界，灵界和因果界。
梵天 Brahma	The creative god of the Hindu trinity. 印度教的三位一体的创意之神。
访问 Interview	Private meeting or discussion involving two parties or more. 私人会议或讨论，涉及两方或以上。
奉爱瑜伽 Bhakti Yoga	The yoga of offering devotion (to God). 提供奉献（给上帝）的瑜伽。
福立阿 Fulia	A town in India beside the Ganges river. 一个在印度，在恒河旁的城镇。
福佑 Bliss	Perfect joy, a state often mention in spiritual text. 完美的喜悦，一个在灵性经文里常提到的状态。
噶瑜伽 Karma Yoga	The yoga of realizing action and reaction. 实现作用和反作用的瑜伽。
感官知觉 Sense Perception	Perception by senses rather by intellect. 由感官感知而不是由智力。
格兰·萨一 Granth Sahib	The sacred book of the Sikhs which they look upon as Guru. 锡克教徒神圣的书，并被他们看待为大师。
共鸣 Resonance	Amplification of a sound or vibration. 声音或振动的放大。
供礼 Prashad	Anything that is blessed. In this case, it is food. 凡是被祝福的。在这情况下，它是食品。
古鲁 Guru	A spiritual leader. 一位心灵领袖。

哈祖·玛哈拉吉·巴巴·萨万·辛·吉 Hazur Maharaj Baba Sawan Singh Ji	Affectionately known as the Great Master, a spiritual Guru that lives between 1858 and 1948. He was a scholar of Persian and was appointed by Baba Jaimal Singh as Satguru in 1903. 亲切地称为伟大大师，一位心灵古鲁，生于1858 - 1948年之间。他是一位波斯学者并在1903年被巴巴·加米尔·辛任命为真实古鲁。
汉斯 Hans	Literally means 'swan'. It signify advanced souls that has gone well beyond the realm of Brahm. 字面意思是“天鹅”。这意味着先进的灵魂已经远远超出梵的领域。
合沙普 Hoshiarpur	A district at northeast of Punjab. 在旁遮普东北部的一个区。
合十礼(印度) Namaste	A respectful form of greeting in the Hindu custom. 在印度教习俗尊重的问候形式。
回教徒 Muslim	One that follows the religion of Islam. 一个遵循伊斯兰教的信徒。
活着死 Dying While Living	An experience in meditation where the Soul is withdrawn to the inner realm while the person is still alive and has no awareness of his physical body.

	在禅修的一个体验，其中灵魂被撤回回到内在境界而这个人还活着，并对他的物质身体没有任何意识。
机械化地做禅修 Meditation Mechanically	Practicing meditation without much concentration. 练习禅修但没有太多的集中力。
吉安瑜伽 Gyan Yoga	Path to discover reality through knowledge and practice. 通过知识和实践探索现实的路径。
极-噢-喜客比萨 Gee-O-Shakey's Pizza	An American brand of a type of flat bread. It is a round based dough topped with cheese and vegetables. 美国品牌的一种扁平面包。它是一种基于圆形面皮配上奶酪和蔬菜。
加尔各答 Calcutta	A district of the state West Bengal in India. 印度西孟加拉邦的一个区。
贾纳克国王 King Janak	A king in India that is keen with spirituality. 一个在印度渴望得到灵性的君王。
解剖学/构造 Anatomy	Body parts/organs that made up the body. 组成身体的身体/器官。
卡比尔 Kabir	A well known Saint in India that lives between 1398 and 1518. He lived in Benares and taught the Sant Mat path. 一个在印度众所周知的圣者，生于1398 - 1518年之间。他住在贝拿勒斯并教导圣者之道。
卡尔 Kal	Literally means 'time'. It is the personification of the negative power in the creation that rules the physical, astral and causal world. Also known as Dharam Rai (Lord of Judgment) and Yama (Lord of Death). 字面意思是“时间”。它是在创造里负面力量的拟人化身，并掌管着物质界，灵界和因果界。也被称为达拉姆·日碍（判决之主）和阎王（死亡之主）。
卡拉姆 Karam	Action. 行为。
卡立满 Kriyaman	Actions performed during the present life. 在现在进行的人生中所做出的行动。
卡利·诱 Kali Yug	The fourth cycle of time according to the Hindu mythology. Also known as Dark or Iron Age. 根据印度神话的第四个周期的时间。也被称为黑暗或铁器时代。
卡普得拉 Kapurthala	A city in Punjab state of India. 在印度旁遮普州的一个城市。
开示 Satsang	Association with the truth. A congregation assembled to hear a spiritual discourse. 与真理联系。众人聚集起来听一个心灵演讲。
克合·辛 Keher Singh	A disciple of Baba Sawan Singh. 巴巴·沙旺·辛的弟子。
昆达利尼瑜伽 Kundalini Yoga	The yoga to activate the coiled up energy located at the base of the spine up to the spinal cord. 激活位于脊髓底座上到脊柱向上盘绕起来的能量的瑜伽。

拉达·艘米·甘帝 Radha Soami Gadhi	Title of a research paper written by a professor of a university, literally means 'Work of Lord of the Soul.' 一所大学教授写的研究论文标题，字面意思是“灵魂之主的工作”。
拉克希米 Lakshmi	The goddess of wealth in the Indian mythology. 在印度神话中的财富女神。
拉瓦尔品第 Rawalpindi	A city in Punjab, Pakistan. It is the 4 th most populous city in Pakistan. 在巴基斯坦旁遮普的一个城市。这是在巴基斯坦第4个人口最多的城市。
勒克瑙 Lucknow	The capital city of Uttar Pradesh, the most populous state of India. 北方邦的首都，印度人口最多的州。
雷克·拉吉 Lekh Raj	The late father of Ishwar Puri Ji. 伊士瓦·善理·吉的已故父亲。
灵魂 Soul	Immortal essence of a living thing. 有生命的东西的不朽本质。
灵界 Astral Plane	The realm immediately above the physical plane. 立即在物质界之上的境界。
灵体 Astral Body	The body in the realm immediately above the physical plane. 立即在物质界之上的境界的体。

灵性 Spirituality	The quality or fact of being spiritual. 心灵上的质量或事实。
灵性礼物 Astral Gifts	Gifts available in the Astral world, a realm above the physical plane. 在灵界提供的礼品，立即在物质界之上的境界。
聆听 Listening	Conscious processing of auditory stimuli. 听觉刺激的自觉处理。
卢迪亚纳 Ludhiana	A city in Punjab state of India. 一个在印度旁遮普州的城市
马哈拉杰•吉 Maharaj Ji	A title of respect. 尊重的称号。
马克•吐温 Mark Twain	An American author that lived between 1835 and 1910. 一位生于1835 - 1910年之间的美国作家。
脉轮 Chakra	Literally a wheel. Commonly refers to energy centers in the body. 从字面上看是一个轮子。通常指的是在体内的能量中心。
梦界 Dream World	The dream sequence of a person. 一个人的梦的顺序。
木沙普 Musapur	An agricultural village in Punjab, India. 一个在印度旁遮普的农业村。
娜拉 Nrk	'Hell' in Hindu, a place where sinners are punished. 印度文的“地狱”，是个罪人受到惩罚的地方。
瑟纳亚 Pranayam	A Hindu yogic practice of breathing control. 印度瑜伽的呼吸控制练习。
帕拉 Pralabdh	A type of karma that brings about the destiny of the present life. 一种带来现在人生命运的因果。
帕艘塔•辛 Parsotam Singh	Grandson of Baba Sawan Singh. 巴巴•沙旺•辛的孙子。
帕土 Paltu	A spiritual person that lived in Ayodha, Uttar Pradesh, between 1710 and 1780. 一位灵性的人，生活在阿友塔，北方邦，1710 - 1780年之间。
旁遮普 Punjabi	A reference to the practice of people in Punjab, i.e. culture, language, etc. 指人们在旁遮普省的做法，即文化，语言等。
毗湿奴 Visnu	A Hindu god that preserves and maintain the world. 印度教里保留和维护世界的神。
清醒界 Wakeful World	One that is awake in this physical world. 一个在这物质世界清醒的人。
萨•菩里丝 Sat Purush	True Being; God. 真正的存在者；上帝。
萨音流 Sat Shabd	Literally 'True Word'. It is the divine Sound. 从字面上看指“真字”。这是神圣的声音。
塞奇•坎 Sach Khand	A realm of pure spirit. This is the true Home of Souls. 纯灵的境界。这是灵魂的真实的家。

三丝卡 Sanskar	Tendencies due to impressions from past lives. 来自前世印象的倾向。
沙音流 Sar Shabd	True Sound; Real Word. 真实的声音；真正的字。
神秘者 Mystics	A person that practices mysticism. 一个修炼神秘主义的人。
声音之流 Sound Current	A name for the Shabd or Word. 神圣声音或真字的名称。
圣者之道 Sant Mat	Literally means 'Teaching of the Saints'. The science of God realization, practiced while living in this world under the guidance of a Perfect Living Master. 字面意思是“圣者的教学”。实现上帝的科学，活在这个世界上，在完美在世大师的指导下修炼。
圣真实古鲁 Sant Satguru	A Saint who is appointed to act as a Guru. 被任命担任一位古鲁的圣者。
湿婆 Shiva	A Hindu god, the destroyer. 一位印度教神，毁灭者。

世系 Lineage	Descendants of a common ancestor considered to be the founder of the line. 家族或宗派世代承袭的系统；一个共同的祖先，认为是该行的创始人的后代。
首席秘书 Chief Secretary	The head of an administrative function. 行政职能的负责人。
斯瓦米•吉 Swami Ji	A Saint that lived in Agra, Uttar Pradesh, between 1818 and 1878. His full name is Shiv Dayal Singh. 一位在1818 - 1878年之间住在阿格拉，北方邦的圣者。他的全名是希夫•达亚尔•辛。
斯瓦米•赛斯•希夫•达亚尔•辛 Swami Seth Shiv Dayal Singh	A Saint in India and is affectionately called "Swami Ji". See "Swami Ji". 在印度的圣者并被亲切地称为“斯瓦米•吉”。请参阅“斯瓦米•吉”。
寺院 Dera	A center for like minded people to gather. 一个为志同道合的人聚集的中心。
寺院公用厨房 Langar	A common kitchen/canteen where food is served free in the place of worship in the Sikh religion. 在锡克教祭祀的地方的一个公用厨房/食堂，来免费供应食品。
诵经者 Chanter	A person that chants scriptures. 一位吟唱经文的人。
苏拉特音流瑜伽 Surat Shabd Yoga	The spiritual exercise of listening to the audible sound current within. 聆听内在可听见的声音之流的灵性练习。
苏提 Shootti	Nickname of Parsotam Singh. 帕艘塔•辛的昵称。
体会 Appreciate	Recognition of worthiness. 认识到有价值的。
体验 Experience	Encounter with a phenomenon or an object. 遇到一个现象或者一个对象。
铜卡 Tonga	A two wheeled horse carriage used in India. 在印度使用的一辆两轮马车。
瓦尔纳麦音流 Varnatmak Shabd	Sound that can be spoken and/or written. 可以说出和/或写下的声音。
完美在世大师 Perfect Living Master	A living person that is awakened to the perfect highest consciousness of totality. 被唤醒到完美最高整体意识的一位活生生的人。
围坤 Vaikunth	Name of a certain heaven. 某个天堂的名称。
乌多 Oodho	A cowherd friend of Krishna. 克里希纳的牧牛朋友。
無念 Detachment	State of indifference or not connected. 不重视或不连接的状态。
物质 Physical	Relating to that which is material. 有关该用物体。

希拉•辛 Hira Singh	A disciple of Baba Sawan Singh Ji. 巴巴•沙旺•辛的弟子。
希暮兰 Simran	Literally means 'repetition'. Words are repeated during meditation. 字面意思是“重复”。禅修过程中重复的词。
锡克教寺庙 Gurdwara	A place of worship to the Sikh community. 一个锡克教社区崇拜的地方。
贤者之石 Philosopher Stone	A legendary alchemical substance said to be capable of turning base metals such as lead into gold. 一种存在于传说的物质，被认为能拿来将一般的非贵金属如铅变成黄金。
心灵真理 Spiritual Truth	The actual or true existence in spiritual sense. 实际或真实存在的灵性意义。
心灵之道 Spiritual Path	The course to be awakened to higher consciousness. 被唤醒到更高意识的该进程。
心灵之旅 Spiritual Journey	The traverse on the spiritual path. 心灵之道上的横越。
心智 Mind	A faculty that enables thinking, analyzing and memory. 一个官能，能使思维，分析和记忆。

辛集 Sinchit	Literally mean 'stored'. Karma that is stored or accumulated due to actions in past lives. 从字面上的意思是“储存”。由于前世的行为而存储或累积的因果。
修行场 Ashram	A monastery in the Indian language. 印度文的一个修道院。
寻道者 Seeker	A person that seeks. 一个追求的人。
寻道者们 Seekers	A group of people that seeks a common objective. 寻求一个共同目标的一群人。
寻求 Seeking	The action of search. 搜索的动作。
言词的重复 Repetition of Words	Reciting a given syllables that is charged with spiritual power. 背诵某一带有充满着灵性力量的音节。
一体 One	The Creator, one that encompassed all. 创造者，一个涵盖所有。
伊士瓦•善理•吉 Ishwar Puri Ji	An initiate of Baba Sawan Singh since the age of 9 years old. He is born in 1926 at Punjab and worked as a government official in India. He moved to the USA upon his retirement. He travels all over the world to give spiritual discourses on the Sant Mat path. 从9岁就是巴巴•沙旺•辛的弟子。他在旁遮普出生于1926年并在印度担任政府官员。他在退休后移居美国。他在圣者之道的道路上到世界各地开示。
伊思尔•辛医生 Dr. Isher Singh	A veterinary, a devoted disciple of Great Master Baba Sawan Singh. 一名兽医，巴巴•沙旺•辛大师的忠诚弟子。
义工们 Sevadars	Refer to people that carry out voluntary service to the Master. 指志愿服务大师的人。
义务 Seva	Literally means 'service'. Voluntary service to the Master. 字面意思是“服务”。志愿服务大师。
意识 Consciousness	A state of awareness or wakefulness. 有意识或清醒的状态。
因果 Causal	The second spiritual realm above the physical world. 第二个在物质世界之上的灵性境界。
因果报应, 业障 Karma	Literally means 'action'. From action, reaction follows. 字面意思是“行动”。从行动，反应跟随。
因果法则 Law of Karma	The law of cause and effect that keeps the soul imprisoned in the creation through the cycle of birth and rebirth. 因果的法则，通过出生和再生的循环把灵魂囚禁在创作里。
因果体 Causal Body	An existence in the Causal plane. 一个存在于因果界的体。

因陀罗 Indra	God of rain. He wields a lightning thunderbolt. 雨神。他挥动闪电霹雳。
音流 Shabad	Literally means 'Word' or 'Sound'. It is the Creative power, the source of all creation manifests as sound in the spiritual realm. 字面意思是“字”或“声音”。它是创造性的力量，所有创作的源泉在灵性界都表现为声音。
印心 Initiation	Admission of someone as the disciple of the Guru. The Guru takes full responsibility of this person thereafter. 承认某人为古鲁的弟子。该古鲁之后并负起这个人的全部责任。
印心 Naam	Literally means 'name', the unwritten and unspoken name/words. 字面意思是“名”，不成文的和未说出口的名称/字。
瑜伽士 Yogi	A practitioner of yoga. 瑜伽的修炼者。
预定 Pre-determined	Decide in advanced. 预先决定。
原因与结果 Cause & Effect	Occurrence is substantiated by a cause. 所发生的是有一个原因证实的。
长兰•沙丽 Karan Sharir	The causal body in which the seeds of all actions reside. The actions manifests in the lower bodies.

	其中所有行动的种子所在的因果体。该行动体现在下级之体。
真理 Truth	The actual state of an existence. 一个真实存在的状态。
真实古鲁 Satguru	A perfect master, one who come from the fifth region of the spiritual realm. 一位完美大师，一位来自灵界的第五个区域。
真实家 True Home	The blissful location where the Soul originates. 灵魂起源的幸福地方。
整体性 Totality	The state of all encompassing. 包罗万象的状态。
整体意识 Totality of Consciousness	A supreme conscious state that is all encompassing. 一个至高无上无所不包的意识状态。
执着, 依恋 Attachment	An emotional bond of a person to an object or another person. 一个人对事物或其他人的情感纽带。
咒语 Mantra	Sacred words charged with spiritual power. 充满灵力量的神圣的话语。
主•克里希纳 Lord Krishna	An incarnation of the Hindu god, Vishnu, that is widely worshipped in India. 印度教神毗湿奴的化身，被广泛在印度供奉。
注意力 Attention	Concentration of an observation. 观察的集中。
自由意志 Free will	Ability to make decision on given choices. 能够在给定的选择上作出决定。

本作品由ISHA出版。版权归ISHA所有。本华文翻译的英文作品稿源于Ishwar C. Puri 在YouTube 中的演讲之一，并依据CC BY-NC-SA许可出版。本作品可以复制、转发、整合、分发，但其任何衍生作品或据此创作的新作品均不得用于商业目的。在使用前应适当表明出处，提供原许可链接，并注明修改之处。任何基于本作品的整合、改变或创作的传播，均需在原许可下进行。许可信息：creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/ Copyright 2019. Attribution-NonCommercial-ShareAlike (CC BY-NC-SA)。