天女三人行之五：从《零极限》说开去

2010-4-23

天云：我这几天在看美国的乔·维泰利和伊贺列卡拉·修·蓝博士写的《零极限》这本书，对我触动很大，你们看了吗？知道“零极限”是什么意思吗？

天丽：这本书我已经买了，还没来得及看。我感觉这个词的意思就是没有极限，就是无边无际，也就是宇宙大道。

天玫：这本书我也买了。粗粗翻看了一遍。我想，“零极限”就是“空”的意思吧。

天云：书里的解释是：“零极限”就是回到“零”的状态。在这个状态中，什么都不存在，但什么都有可能。在零的状态里，没有思想，没有言语，没有行为，没有记忆，没有定式，没有信念，没有任何东西。一切都只是空无。这个解释让我想起“无为而无不为”这句话。看来人类的意识都是相通的，只是文字表达不同而已。

天丽：佛教里的空就是无，而老子也讲“无中生有，一生二，二生三，三生万物……”

天玫：这就是说，在现实生活中，我们每天要学会删除情绪垃圾，删除负面意念，回归自性，回归内在觉醒。

天丽：遗憾的是，我们很难做到每天去清理硬盘。常常是把机器拖得不行了，才会去拯救它。

天云：是啊，我们的意念与思想同样如此，我们把太多的贪、嗔、痴放在心中，这些负面的情绪我们不去清理，也会把我们身体这个机器拖得出现问题。所以我们必须每天都去清理、忏悔、放下，让自己回到“零”的状态。我们这些学员都走在回归的路上，而那个“零”应该就是我们的“源头”，它与神性相连，是我们最初的家。我这么理解，不知道对不对？

天丽：我觉得，这个“零”是所有生命的家，因为我们都出于虚无。

天玫：在空灵的状态中，才与神更近，才找得到这个“家”；才找得回这个“家”。

天丽：如果说我们的身体就是宇宙，那么宇宙的根源就在我们的体内。所谓“回家”，就是回到我们被层层包裹的“真我”状态，而真我即佛，即至高无上者。在空灵的状态下，我们才能感受到真我。从我目前获得的知识来看，我们每个人都有神根，或者说，每个人都可以成为神。佛教讲：每个人都是沉睡的佛，每个佛都是醒来的人。所以，当我们说靠近神的时候，我们不仅靠近了乐天大师让我们知道的外在的神，也靠近了自己的神性真我。

天云：修炼就是唤醒我们内在的佛性，让我们一步步找回那个真我。其实说到底，不断地“清洗——清洗——”，就是乐天大师一直告诫我们的，要“放下”。唯有放下执着、私心、小我，我们的灵魂才会干净，也才会回到“零”的状态，即空灵的状态。正如《零极限》这本书中说的：“零是你和神性的住所……所有的祝福——健康、平静——都从那里开始涌出。”

天丽：在我们还不大干净的情况下，天功所侍奉的诸神也能借助宇宙能量带我们进入这种状态。而且一次次的天魂、天时功修炼班也在帮我们剥掉包裹着真我的层层胎衣，让我们越来越靠近空灵，这是神对我们的巨大恩赐。

天云：修炼天功让我们找到一条捷径。在参加这些高级修炼班时，我的意识也多次回到了“零”的状态，那时天目里就会出现各种奇异的图像，阳神还到处飞，真是妙不可言！

遗憾的是，我们不可能每天处于这种状态。为了早日回归自己的神性，我们还要不断地清洗自己的灵魂，让它变得越来越光洁。《零极限》这本书中提到的“荷欧波诺波诺”疗法，让我看后很受启发。

“荷欧波诺波诺”疗法的创立者是莫娜，一个夏威夷治疗师(Kahuna)，或者也可称之为“秘密的守护者”。

莫娜帮助人们康复的方式是：通过每个内在的神性（每个人事实上都是神圣造物主的延伸）向神圣造物主请求援助。“荷欧波诺波诺”是一种释放内心有害能量，坦然接受宇宙最原始的神圣思想、语言、意念及行为的过程。这种疗法意味着使之正确或改正错误。根据古代夏威夷人的说法，错误是来自被痛苦记忆污染的思想，这些负面的思想或者说错误会导致人们内在的失衡与病痛，而“荷欧波诺波诺”就是一种释放这些负面思想能量的方法。

我很早就看过这位神奇夏威夷治疗师的故事，当时没怎么在意。当大师教我们“西王母天爱真言”时，我细细地品读了《零极限》，才有了很真切的感受。最近练功，我也真诚地配合“西王母天爱真言”的动作默念：“对不起”、“请原谅”、“我爱你”、“谢谢”！真的感到有一种特殊的能量在空间和体内涌动，内心非常平静。

天玫：根据我的理解，这四句话说的就是人要“谦卑、感恩”，要有善念。

天丽：天玫，此话怎讲？

天玫：《零极限》这本书所传达的一个理念就是：之所以产生问题，不是因为他们，而是因为你。为了改变他们，你必须改变自己。同样，地球上之所以出现海啸、地震等灾难，不是他们的过错，而是每一个“你”，为了改变“他们”，改变日益恶化的地球环境，人类道德的滑坡，“你”必须改变“自己”。

天云：对，这正是《零极限》书中反复强调的“负百分之百的责任意味着接纳所有事物，甚至所有进入你生命中的人，以及他们的问题，因为他们的问题就是你的问题，他们就在你的生命之中。所以，如果你对自己的生命负百分之百的责任，那么你也要全然负责他们所经历的一切。”

不过，我也在想，这是不是说别人种下的因果要我们去负责？这样好像和佛教所讲的因果律相矛盾。或者说，出现在我们生命中的一些他人的问题，也与我们的前世有关？

天丽：我想，就像大师所讲的集体因果一样，人类犯下的过错，人人都要承担后果。不过这并不意味着我们要主动把别人所有的负因果背到自己身上，而且我们也不具备这种能力。我们所能做到的，百分之百的承担起自己所种下的负因果。这样也会让我们周围的人懂得因果，不再一味地抱怨命运不公，他人不对，不再认为自己可以为所欲为。如果对方听不进去我们的话，我们就可以试着用西王母天爱真言暗地里帮助他们。通过这种方式，我们会让他们的灵魂慢慢发生改变。当机缘到来的时候，他们就会接近我们，接受我们所传播的宇宙大师的声音，通过修行逐渐减少负因果，从而改变自己的命运。这样做的人多了，地球的命运也就随之改变了。

天玫：相信我们的努力肯定能够加速地球母亲的康复。说到这里，我想起来，以前大师要求我们练功前，要念“和平祈祷词”和“弘一大师悔改箴言”，现在又加上了“西王母天爱真言”。我想，他们是一脉相承的。

天丽：这就是说，我们要按圣人的标准要求自己，努力悔改，而这四句真言就是帮助我们具体落实悔改的一把钥匙。

天玫：对不起、请原谅——清洗，忏悔；我爱你——天爱（宇宙的中心就是爱）；谢谢——感恩。

天云：这四句话涵盖了太多的内容，天玫总结得很精辟。我先生曾经在练功状态中接到传感，他说：“当你与某人发生摩擦或误会时，永远不要去指责和抱怨对方，你要先从自己身上找问题，我哪里没做好，我哪里做错了，难道都是他的错？我真的做得无懈可击？即使你对，你也要原谅对方，决不能怨恨他。”他说得很有道理，当你治愈了自己，也就解决了问题。

天玫：有道理的。“西王母天爱真言”虽是很朴素的四句话，却包含着很深刻的道理和奥妙：教会我们学会内在的觉醒，改变内心，不为外境所转。

天云：“西王母天爱真言”也道出了修炼的真谛。这让我想起日本江本胜博士的《水知道答案》，当人们对水说“我爱你，我喜欢你”，连看起来无生命的水都结出了美丽的结晶。而当人们说：“我讨厌你，我不喜欢你”时，水的结晶丑陋不堪。可见，宇宙万物都是一体的，一切的一切都是有生命的。爱和宽容就是治愈一切伤痛的良药。正如修·蓝博士说的：“当我与神性一起工作时，我潜意识里被转化的记忆也在万事万物的潜意识里被转化了，不只是人，还有矿物、动物、蔬菜，以及所有可见与不可见的存在。能领悟到宁静和自由从我开始，是多么奇妙的事啊。”

天丽：按照佛教的理解，每一个害你的人都是助你成功的人，就像秦桧成就岳飞一样。最近，我在看王凤

仪的《化性谈》。按照王善人的说法讲，别人加于我们的磨难，从天道来讲，就是福气。因为当你忍受屈辱的时候，你的负因果也了掉了。此外，怪罪与埋怨他人就是在收集阴气，而发现别人的优点则是在积聚阳光。从这个意义上来讲，我们也不要去埋怨。

天玫：是的，“用善心看：日日是好日，时时是好时，人人是好人，事事是好事”。对于挫折苦难不要去埋怨，米拉日巴大师，假如不经历那么多的肉体、灵魂上的痛苦，很难有这么大的成就。米拉日巴大师对其亲戚族人，从愤恨到宽容到悲悯，对修炼之人，非常有启示。米拉日巴大师对其有悔意的姑母唱歌加持，让姑母也成为一个好的佛教徒；他甚至在格西扎甫巴法师指使人下毒后能诚心诚意地忏悔，米拉日巴大师还为格西扎甫巴法师发愿，让法师决心不造违反佛法之业，终生修行。能这样加持渡人，甚至渡给他一生带来屈辱痛苦的姑母，加害他的格西扎甫巴法师，让他们成为一个个很好的佛教徒，可以想见米拉日巴大师已修炼到何种境界了。

天丽：当然了，要爱一个总是在伤害你的人并不容易，这个境界是修出来的。要真诚地对伤害自己的人说出“我爱你”，还是要在神的帮助下才能做到吧？

天云：要对一个对你伤害极大的人说：“我爱你！”真的不是一件易事，要有非常博大的胸怀。但如果真的去做了，你会感到灵魂得到了提升。我就有过这样的体验。当我以宽容之心去化解一件令我多年无法释怀的事时，真有一种如释重负的感觉，内心很轻松，充满了喜悦和平静。

刚才天丽说到王善人的话，让我想到瑜珈教练旷雪梅说的：“正面的思想或情绪带有较高的振动频率，它能产生高能电磁波，它在我们身体周围形成强有力的磁场，它会吸引到与此震波相同的人、事、物，这就是我们说的‘好事连连’的道理。反之，负面的情绪，诸如：压力、焦虑、郁闷、愤怒、仇恨、嫉妒，处在这低频能量中，你所吸引到的也就只能是焦头烂额的事。”

天丽：物以类聚，人以群分，说的就是这个道理吧？

天云：我想应该是吧。这就是“吸引力法则”的道理。

天玫：今天下午外出时，突发奇想：如果全世界的人，都讲“西王母天爱真言”，那这个强大的正能量会产生怎样的美好振动啊！

天丽：是啊！遗憾的是，自私的人类让这个世界变得这么糟糕。

天玫：一度我也和天丽一样，感觉社会越来越糟糕，人心越来越坏，把自己搞得很郁闷。这是不对的，“他们的问题就是你的问题，他们就在你的生命之中。”现在，我终于明白，重要的不是去埋怨，去彷徨，而是去原谅，去行动。

天云：我也有这种发自内心的转变，不过，不是针对社会，而是针对“小我”。我原来比较悲观、沮丧，把自己的疾病看得很重，很为未来担忧、后怕。修炼之后，特别是接受了天功的理念和乐天大师的教诲，我的心态越来越好，凡事总能积极面对。把“小我”也看得淡了，每当遇到一些境遇很糟的人，我就发自内心很悲悯，很同情，然后就在心中祈愿，希望他（她）能好起来。当我将“我”想的越来越少的时候，我发觉我的身体和我的处境都慢慢开始向好的方向转变了。所以现在，我的内心越来越平静，充满了感恩。感谢神赐予我慈悲的乐天大师，善良的父母，可爱的学员们，忠厚的丈夫，懂事的孩子……

天丽：我这几天也变得平静了许多。我看了几本佛教的书，其中一本就是王善人的讲话。我感觉，在看他们的书的时候，灵魂是受到触动的，而对他们开放的灵魂，也会接收到他们的正面能量。现在，当我遇到原来一定会不开心的事的时候，心已经变得异常地平静，也记着不去向人抱怨，如果开始了抱怨，便马上提醒自己，打住，打住，同时在心里向神道歉，向被我抱怨的人道歉，于是，我受的干扰一下子少了。

不过，我也发现，抱怨已是一种人与人之间的交流习惯，要想丝毫不抱怨，还真难啊！我们很少意识到，抱怨不仅是徒劳无益，还会为我们招来更多的牢骚和不满。为了督促人们改变这种不良习惯，美国知名牧师威尔·鲍温发表了自己的著作《不抱怨的世界》，并发起了一个“不抱怨”行动。

作为修行者，我们在遇到不良行为时，自然会想到规劝和改变，但是如果对方一时蒙昧，难以改过，我们也不要抱怨，更不必为之忧虑，因为他的时机还没到呢。我们的劝诫虽是淡如水，轻如风，却能靠持久的力量不断改变世界。

天云：我想，我们每个人都要像夏威夷治疗师修·蓝博士一样，先调整自己，然后他人就会随之改变，那该多好啊！遗憾的是，不是每个人都可以做到这一点。我是看了这本书才明白，其实修·蓝博士是通神的，

也可以说，一切都是神在做。修·蓝博士有通心、天眼、预测功能。他可以和椅子、房子对话，听到他们的心声；可以看到别人看不到的信息灵；还可以追查到别人的前世。

天丽：其实，说到通神，我觉得这种说法也不完全对，因为他的灵魂本身就具有神性，才会与之相通。天功中能够与神沟通的修炼者，本身就具有神性的光洁灵魂，只是悟道的层次还大不相同。

天云：也有道理，而普通的人就是因为丧失了这种“神性”，不懂得因果，所以才会对一切都持怀疑的态度，什么都敢做。所以我们还有一个使命，就是唤醒人们内在的神性，当然也包括自己。

天丽：最近的美国闭关中，天神要求每个修炼者都做菩萨，我想也有这一层道理。只要我们一步步努力修炼，我们被遮蔽的神性就会重新显示出来。现在，诸神在每次修炼班上都在帮助我们摆脱因果的束缚，回归神性的自我。

天云：这也就是这本书反复提到的，要清理——清理，我们唯有不断地悔改、放下，每天都从“零”开始，才能逐渐地向那个真我靠近。

天玫：放下、清理，能帮助我们解决灵魂的“负债”。当我们的翅膀有许许多多的负累时，如何展翅高飞？当我们的灵魂有太多的物质牵挂时，又如何能上升呢？

天云：对了，你们在用“西王母天爱真言”时，有什么感觉吗？

天玫：哦，那种感觉太棒了！如果配合乐天大师教的动作，效果会更好！

天云：我也感觉太妙了！一种“大我的平静”就会弥漫整个空间，仿佛周边的能量都发生改变了，内心的感觉就更是妙不可言。

天玫：愉悦、安宁、舒坦，好像从每个细胞一直到天、地都在欢笑。不久前，一个人来隔壁办公室吵，引来很多人围观。这个人确实是太激动了，认为都是别人的错，旁人的劝说一点也没有效果。虽然他发怒很威风的样子，我觉得这人暴怒是很可怜的。心里默念了几遍四句天爱真言，几分钟后，他的气就慢慢平息了。被他指责的工作人员也很平静，并没有通常被骂后那种沮丧的心情。我觉得这几句话真的很灵验。嗯，我想，既然我听到了他的愤怒，我在这事件中就一定也有责任，我就对他，对所有在场的包括我自己默念：“对不起，请原谅、我爱你，谢谢！”

天丽：前几天，我也在家里出现摩擦的时候自己一个人做了这个仪式。当我做到“我爱你”的时候，心生感动，有快要落泪的感觉。当天晚上，事情就平静地过去了。我平静了，家也平静了。

天云：一次，我去热锅里拿食物，一股热气一下子烫到手上，我立即用天爱真言：“对不起、请原谅、我爱你、谢谢！没事的，不会烫伤的。都是我不好，让你受伤害了……”。结果，手一点没事，要在平时，肯定起泡了，而且会很痛的。

天丽：我还在练功的时候试着对自己的灵魂说“对不起”，用天歌来做，因为过年耽搁了练功，心里非常过意不去。对我的身体，我也感到很抱歉。多年来，为了做事，不曾好好照顾自己的身体，只是一味地使用，现在感受到后果了。我们也要常对自己的身体发爱心，并且真的为它考虑，它才会负载我们走完长长的修炼之路，直到我们爬上喜马拉雅山顶，甚至陪我们一起飞行宇宙。

我感觉，初期的时候，仪式非常重要，它可以带动心念，大概修炼一段时间后就只需动念就可以了。

天云：我今天也遇到一件棘手的事，我先生的单位在急催一份证件，说税务部门急要，如果办不下来，就要失业。刚过完年，很多单位才陆续上班，证件哪会快速办好。我心里没一点底，就按照“西王母天爱真言”在心里默念：“对不起”、“请原谅”、“我爱你”、“谢谢”！使大脑处于空灵状态，过了一会儿，打电话去问办证机关，对方竟说：“证件搞好了，可以来取了！”真是天助我也！那一刻，我心里充满了感动。

天玫：看似简单的四句话，只要出于一颗真诚的心，便有着无比的力量。你们发现没有，西王母真言源于夏威夷土著真言：“对不起、请原谅、我爱你、谢谢。”次序与书上的略有不同，为什么？

天丽：我觉得西王母真言这个顺序合逻辑啊！

天云：通俗地理解，比如遇到纠纷或者摩擦，你先说“对不起”，以一颗忏悔的心向对方道歉，请求对方的原谅，然后真诚地说“我爱你”，将爱心送向对方，然后再以感恩的心说声“谢谢！”，可能问题就圆

满解决了。但必须是发自内心，很真诚的！正如《零极限》这本书中说的，当你做了上述几点，其他的事，是神来做。

天丽：那么二者是不是只有这个形式上的区别呢？

天云：我觉得“零极限”的方法是很好，但有个前提，必须达到“零”的状态，所以使用的人，要能够很好地“通神”，否则，很难取得理想的效果。而“西王母天爱真言”是经过神的处理、加持的。如果我们配合大师传授的四个动作来应用这四句话，就可以先与西王母沟通，进入强大的天功能量场。每当我说这四句真言时，内心都充满了感动，那种愧疚、悔改、爱心与感恩就会很自然地流露出来，也有一种能量在周围弥漫的感觉。正如大师说的：“千种给，万种功，通神是第一功！”我觉得“西王母天爱真言”更容易让人进入神性的状态。

天丽：夏威夷土著真言虽然与神的帮助分不开，但是我们也不要忘记，每个灵魂原本就有神性。当我们真诚使用这四句话的时候，我们的心是向神开放，也就是达到了开心的状态。在这种状态里，人走出小我，融入大我，与万物同一，所以，即便没有学习天功，也会用这四句话解决一些现实中的问题，譬如与交通工具沟通、与远在他乡的人沟通等。但是正如乐天大师讲过的那样，真正大的因果问题是无法用这个办法解决的，还是要走脱胎换骨的路。

天玫：“西王母天爱真言”是神加持过的，有巨大的能量。今年一月，乐天大师在美国黑山主持闭关修练时，神把夏威夷土著疗法的四句真言重新处理、加持后，命名为“西王母天爱真言”，下达人间，交给乐天大师；诸神殷切期望全球的学员据此认真修炼，并把这一真言广传世人，以改造人心。这是神给天功的礼物，也是给我们学员的使命——改造自己内心，改造他人内心。在修炼天功时，在和平祈祷词之后，加上四个动作的“西王母天爱真言”，把十字功、天爱功结合进去，清洗过自己后，接着，无论修炼A系列还是B系列的功法，都有很好的效果。

不过，要想把这四句话广传世人，我觉得，还是要以《零极限》这本书为媒介。因为，没有接触天功的朋友，比较容易接受“荷欧波诺波诺”疗法，而有基础的人，看看《零极限》、《旷野的声音》等书，对天功的神传秘法，会有进一步理解。不知道我这样的解释对不对？希望看到我们讨论的朋友，把日常生活中运用“西王母天爱真言”的体会与学员们分享。也欢迎加入我们的探讨。