



越深，越危险

你以为你清醒了

我是王利杰

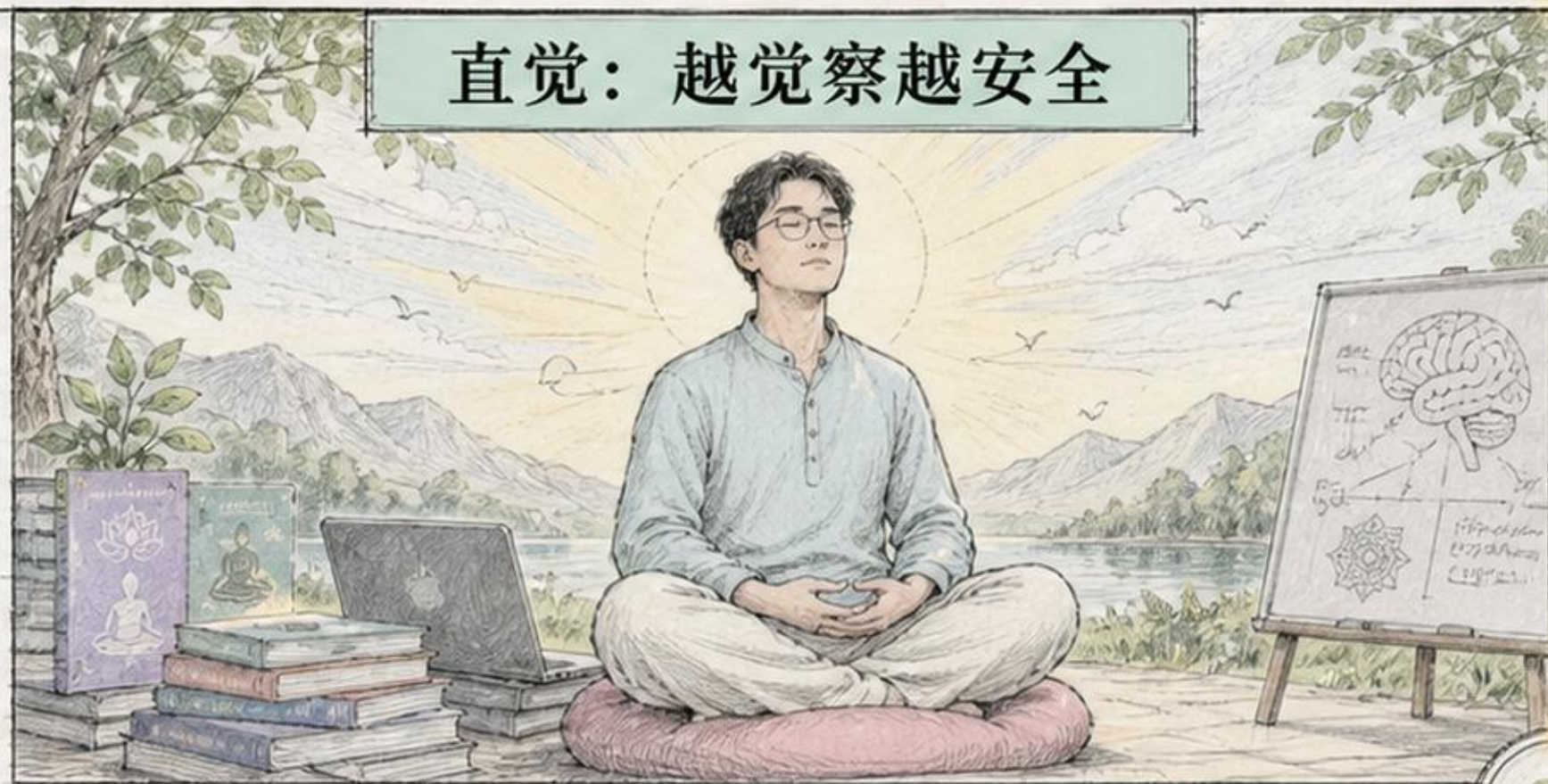
为什么是聪明人？



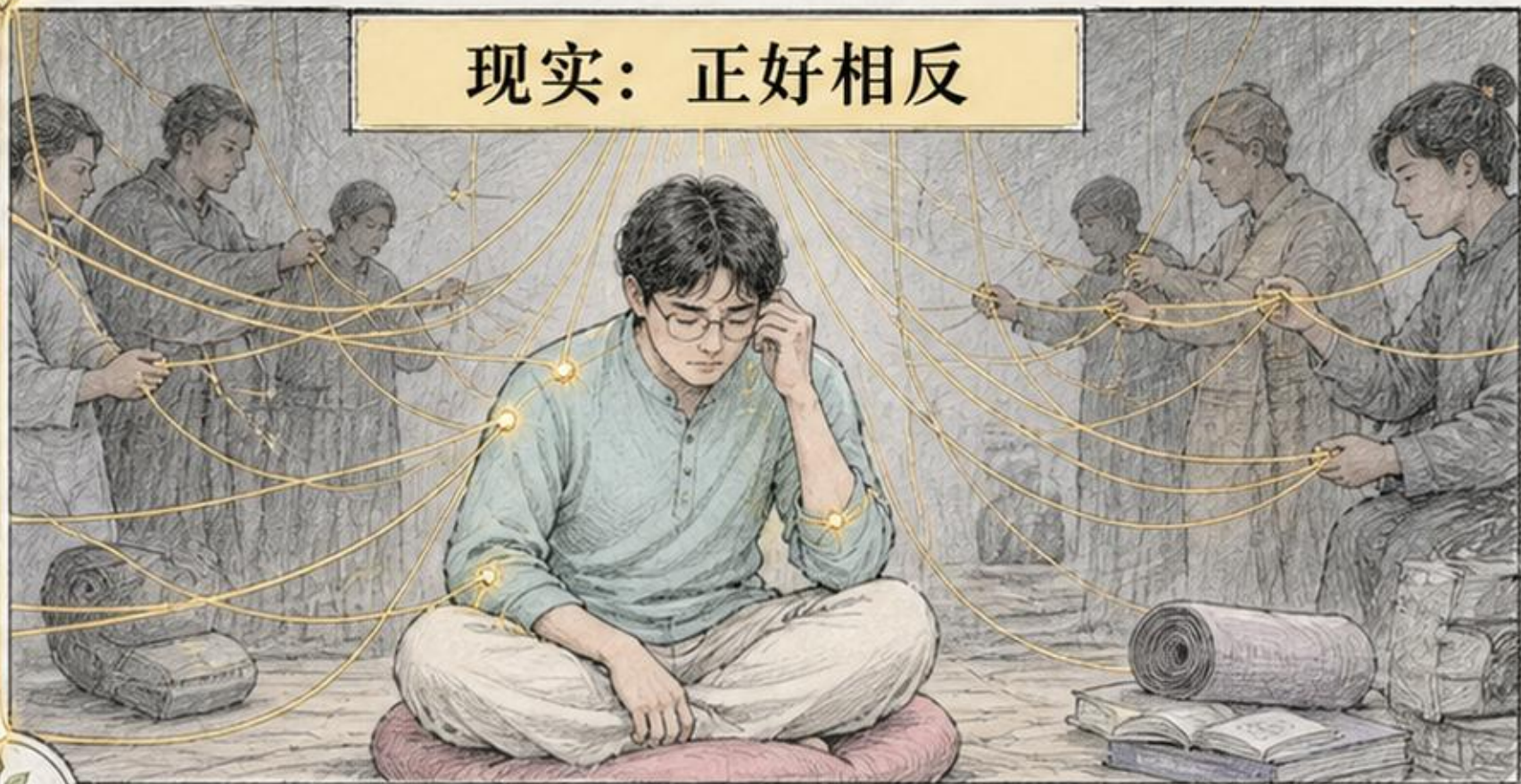
画像惊人一致



直觉：越觉察越安全



现实：正好相反



八个判定标准

1. 环境控制
2. 操控性恩惠
3. 渐进式承诺
4. 心理拆分
5. 供认获取
6. 神秘操控
7. 二元对立思维
8. 终极存在召唤

神秘操控：

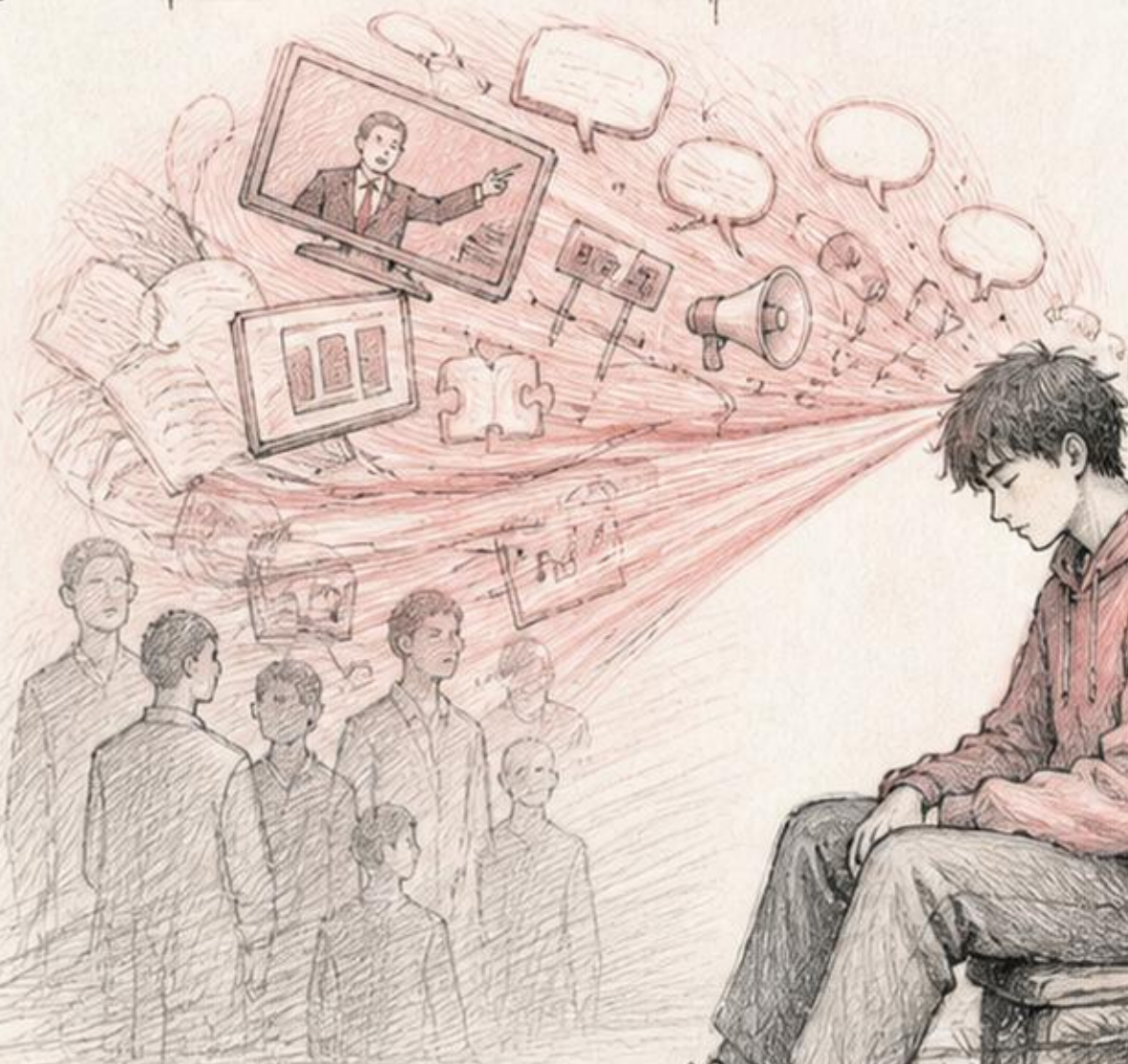
控制者刻意制造
看起来像是自发的
内在精神体验，
让你以为是
自己悟到的。

被精心设计出来的
自发体验

角度 30°

我告诉你

你自己觉得



前者你能反抗



后者你不知道反抗谁

你不知道该反抗谁

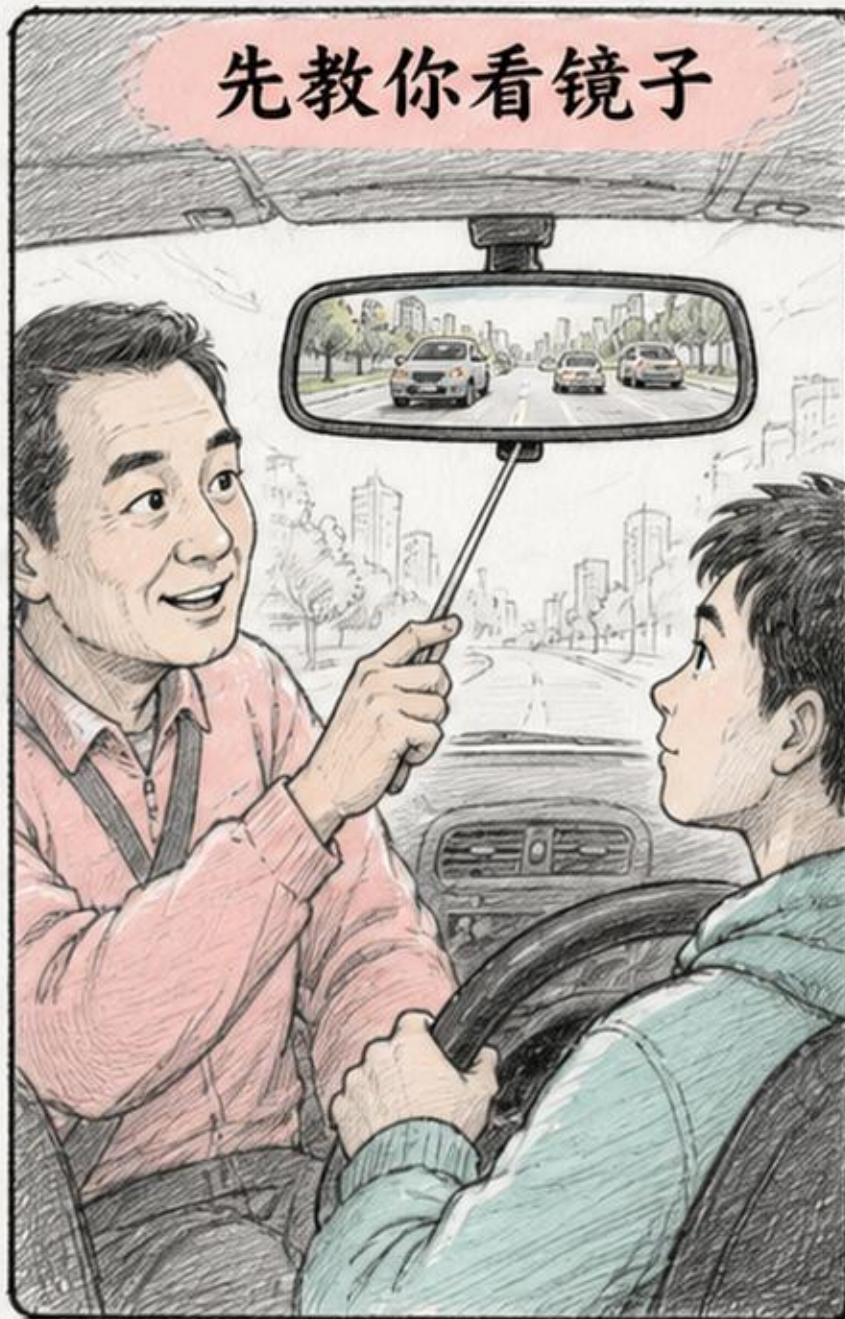
①

②

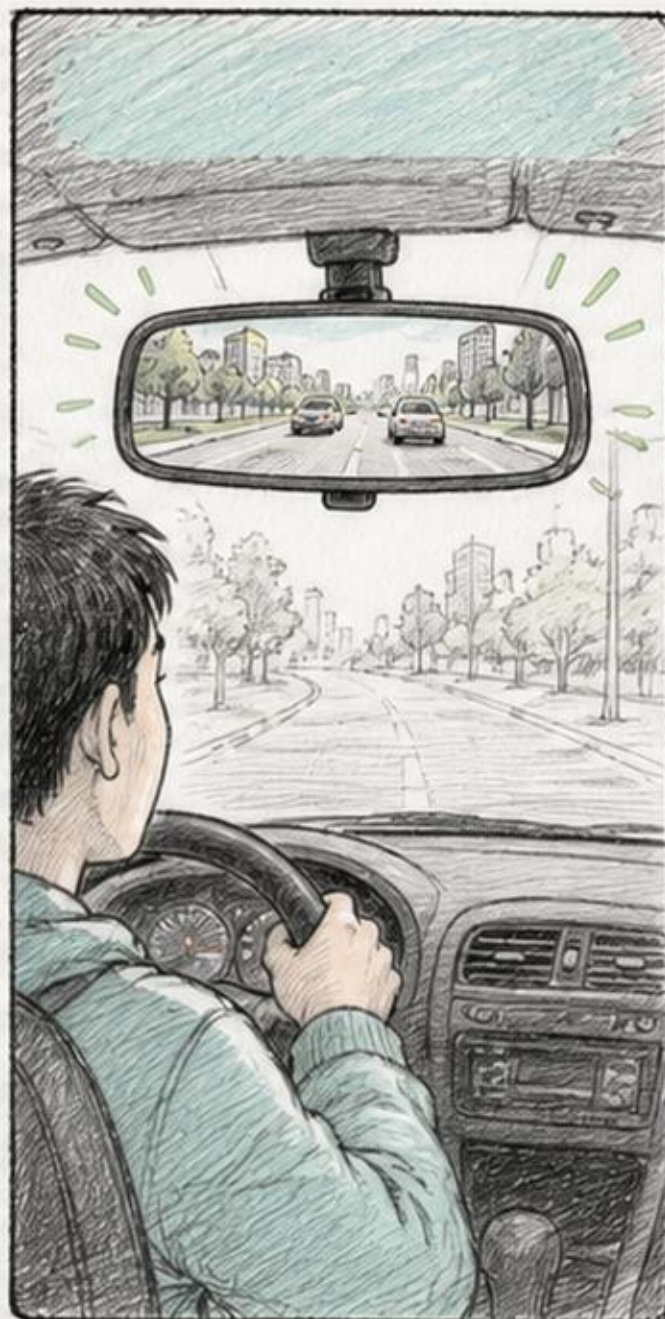
③

④

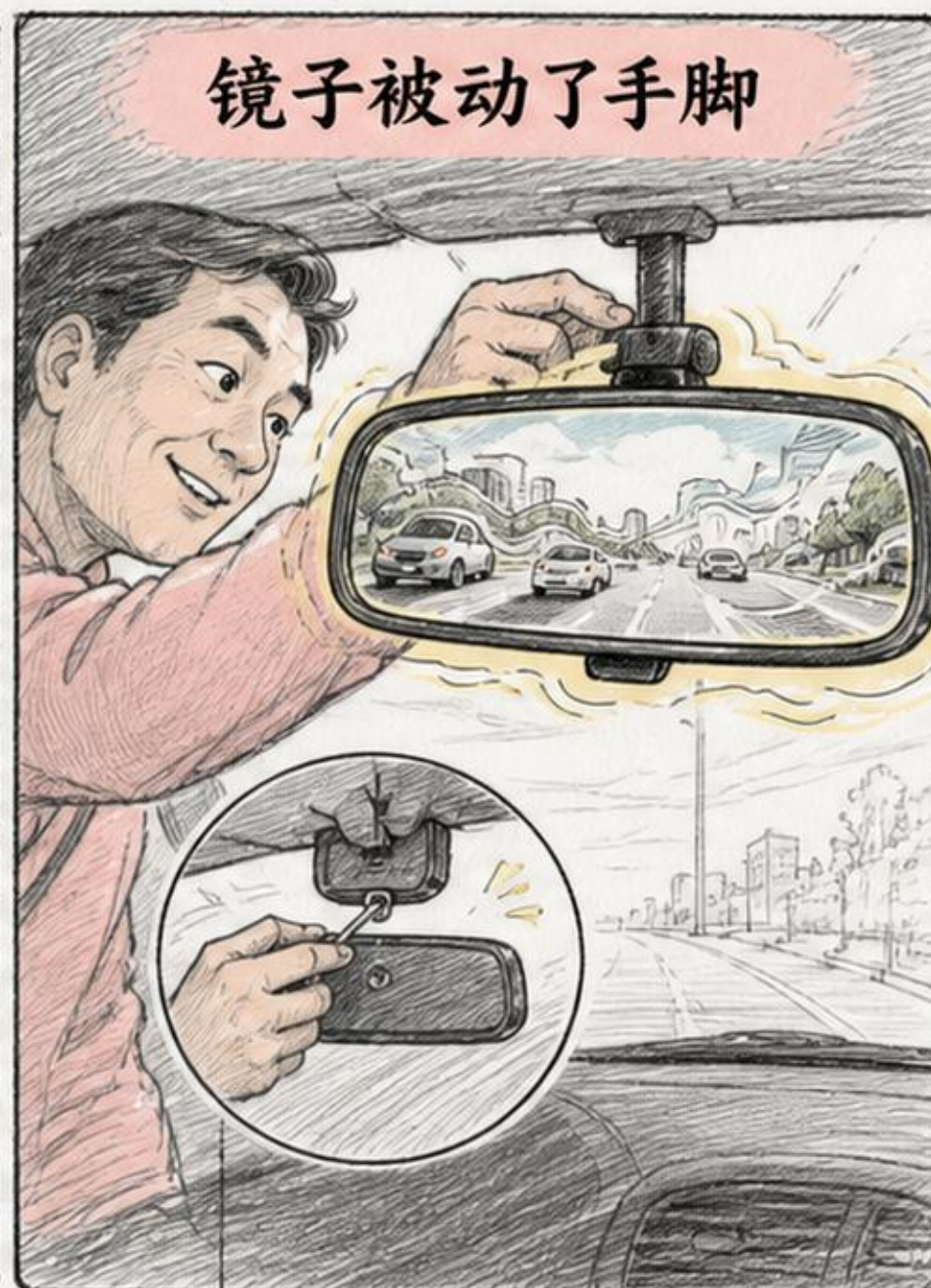
先教你看镜子

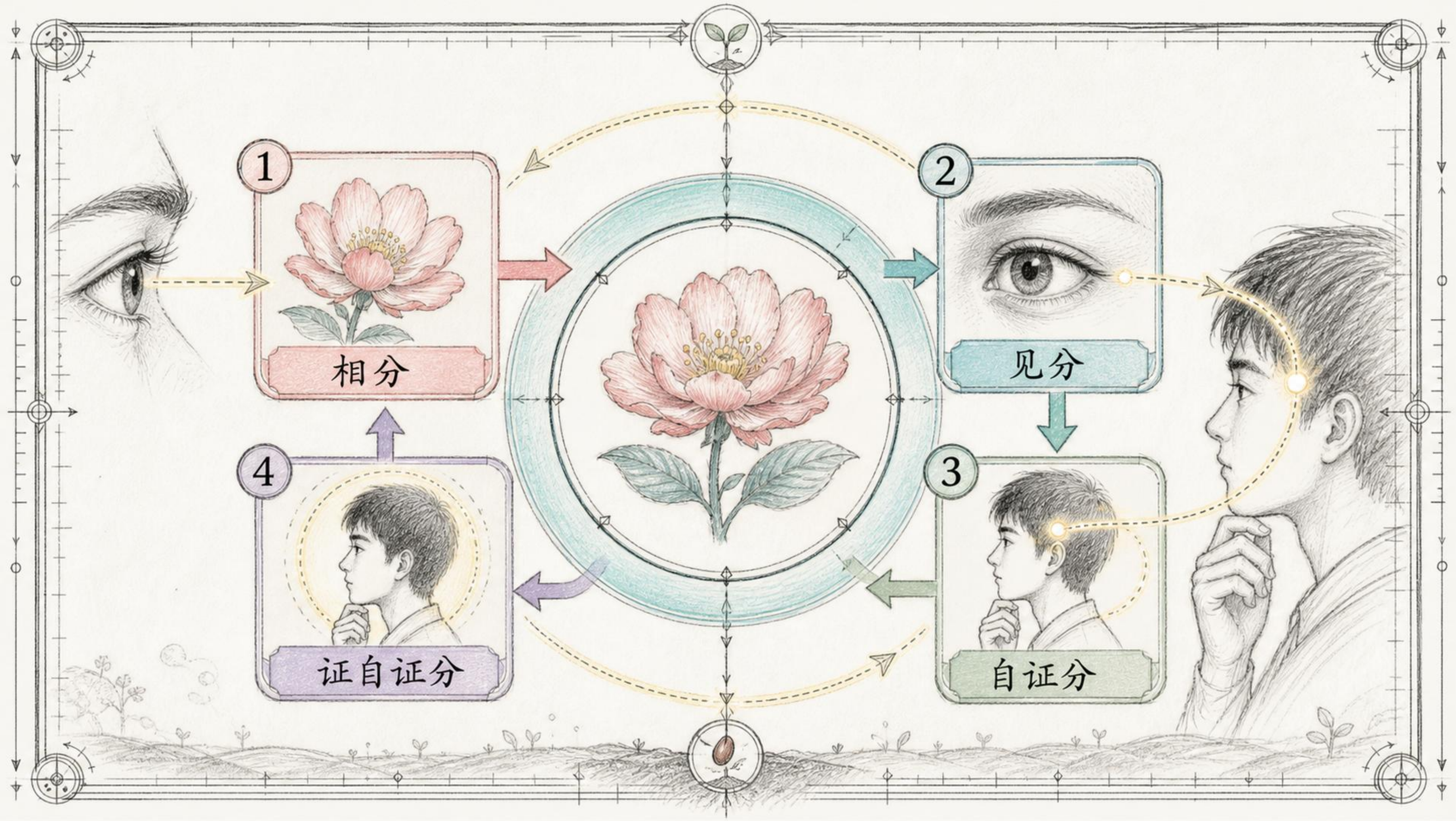


镜子被动了手脚



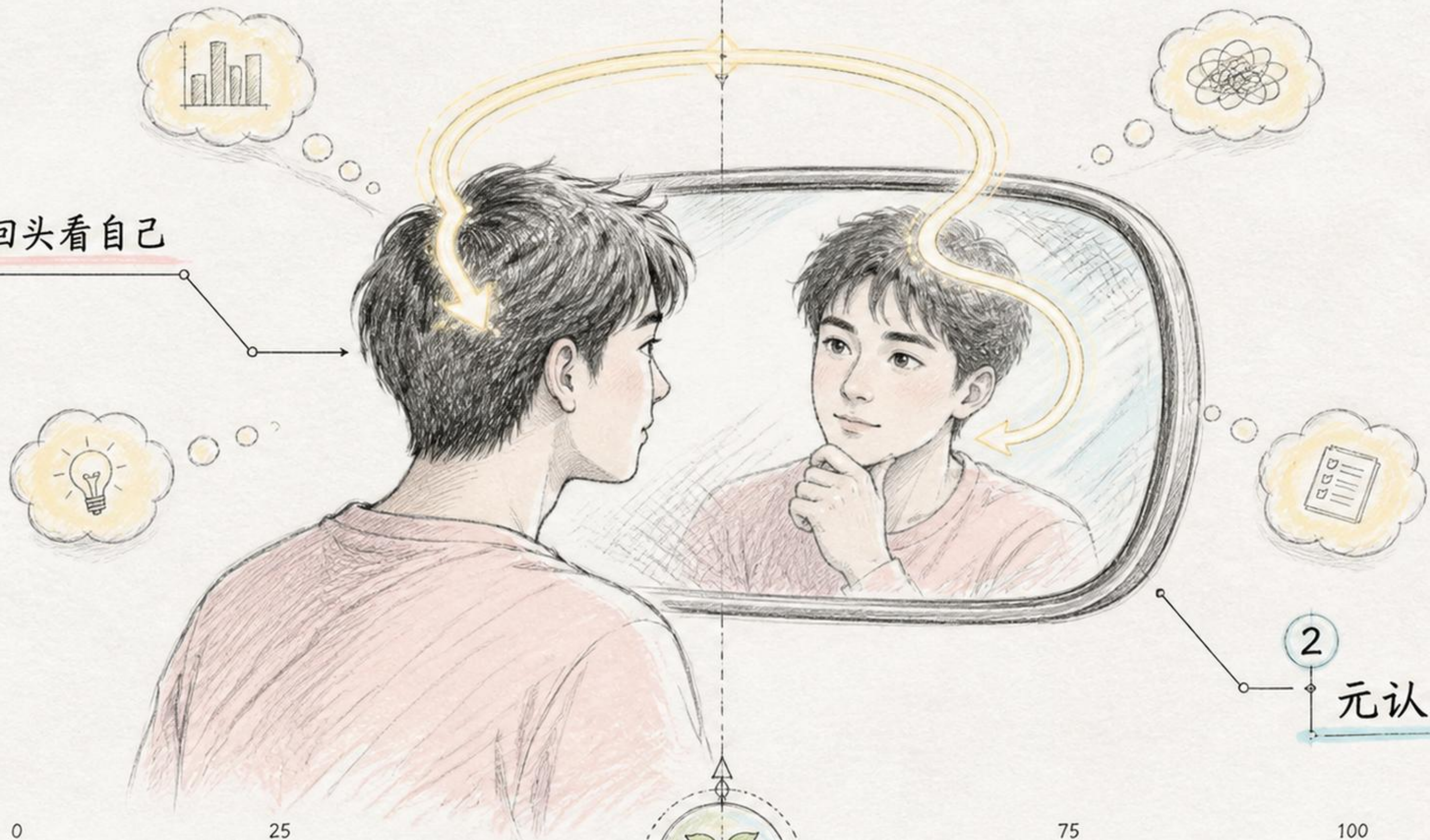
越依赖，越危险





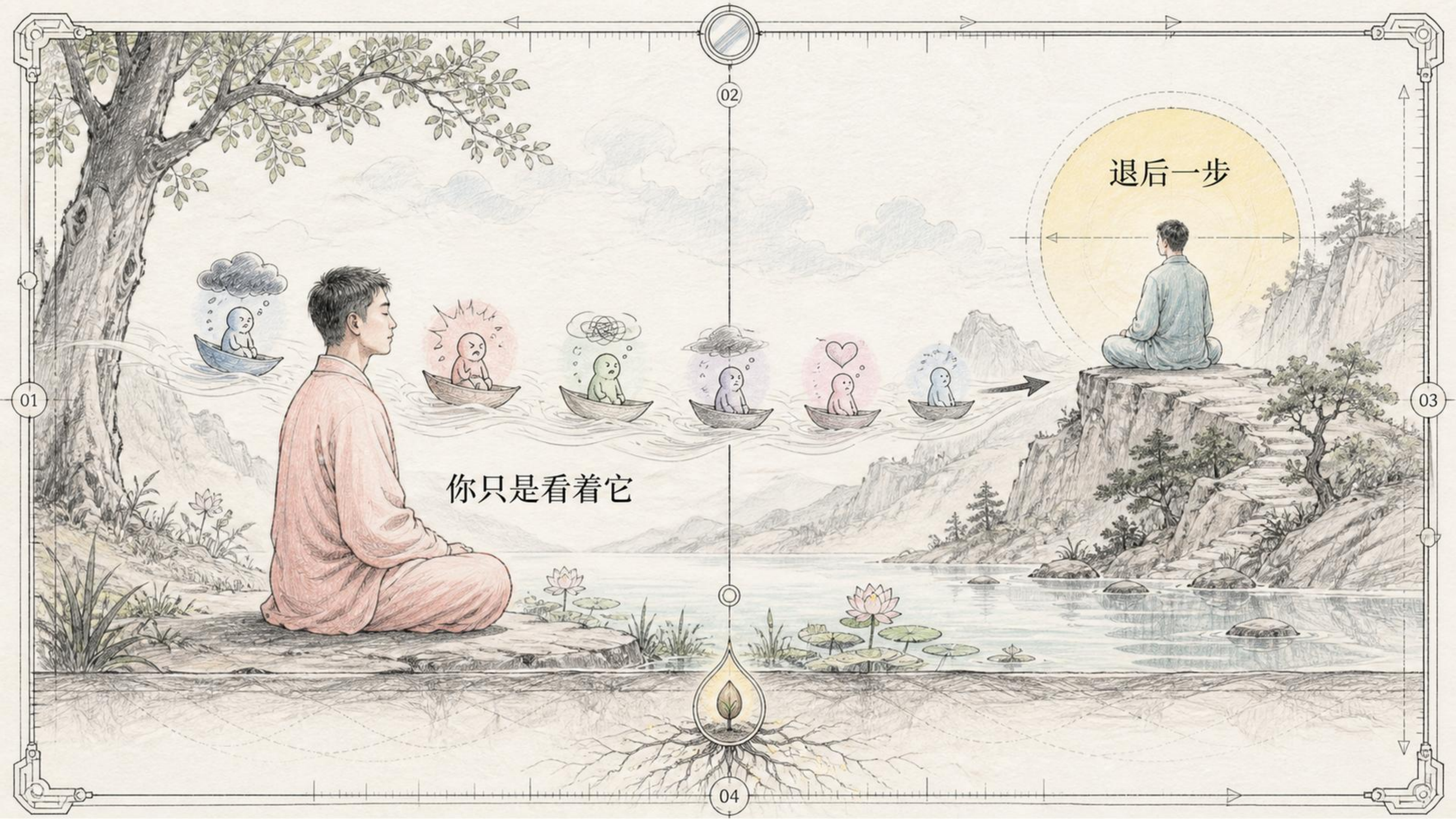
1

意识回头看自己



2

元认知



01

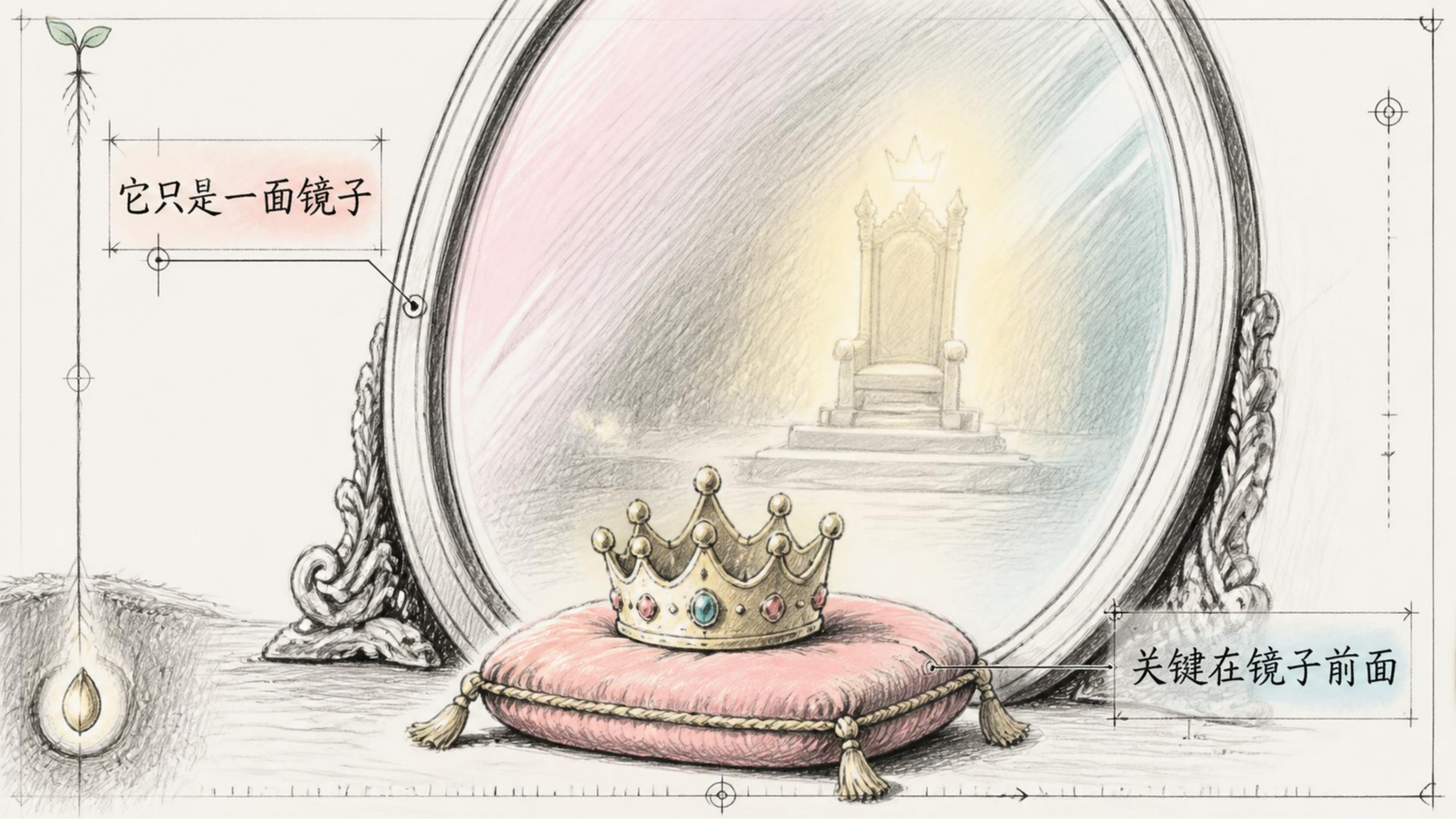
02

03

04

你只是看着它

退后一步



它只是一面镜子

关键在镜子前面

90

60

30

A-1

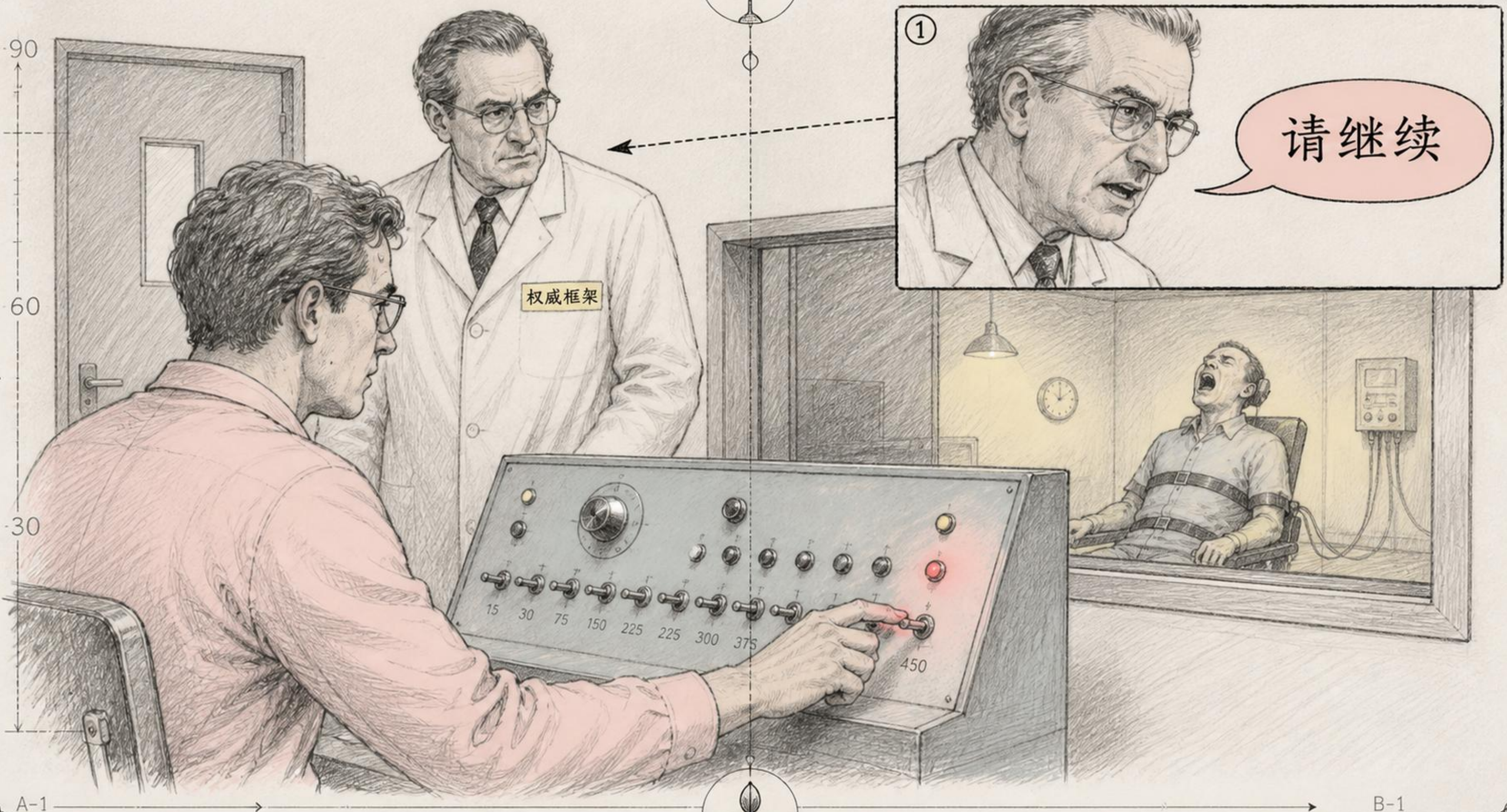
①

请继续

权威框架

2

B-1



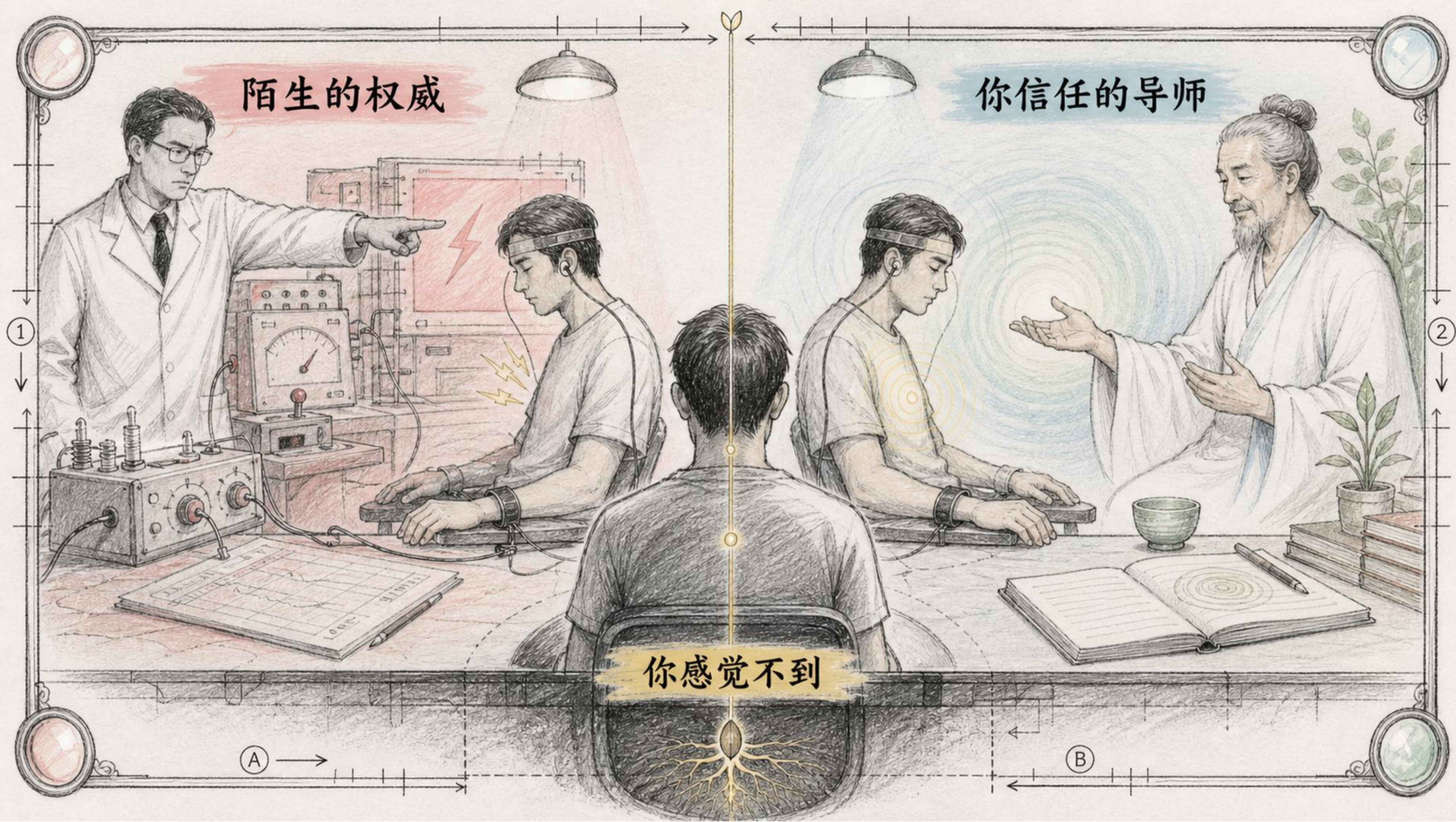
陌生的权威

你信任的导师

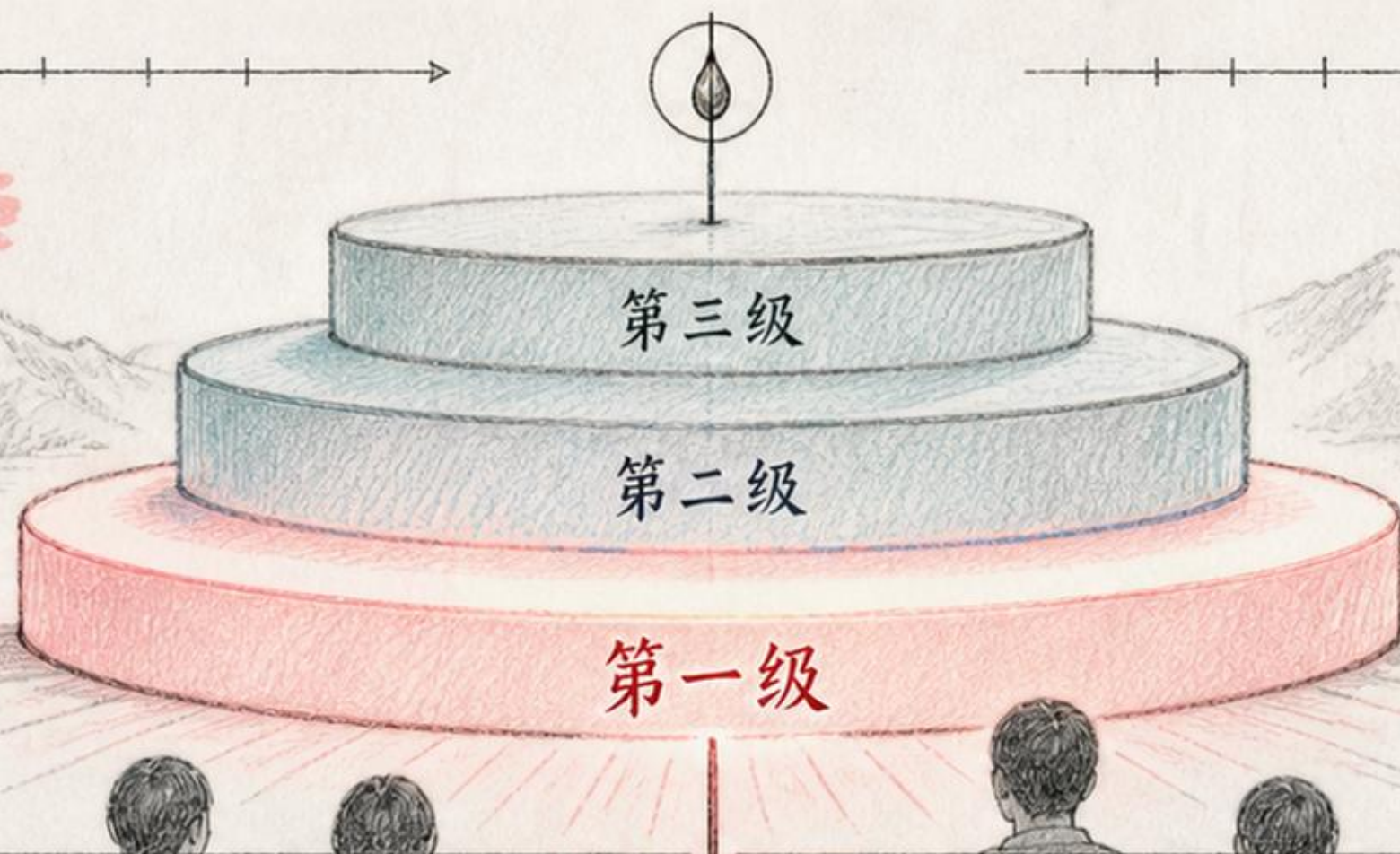
你感觉不到

(A) →

← (B)



第一步：给你真东西



这不是假的



建立信任



01

第二步：偷换地基

②

60%

一点一点渗透

40%

框架效应

原有认知

导师能带你
到终点

外面的世界
是污浊的

不安是业力翻涌
需要更深修行

更深的修行
才有资格被认可

02

A

B

C

D

第三步：锁死

①



离开的念头

②



回望的觉察之眼

③



把念头译成教条



回到坐垫

⑤



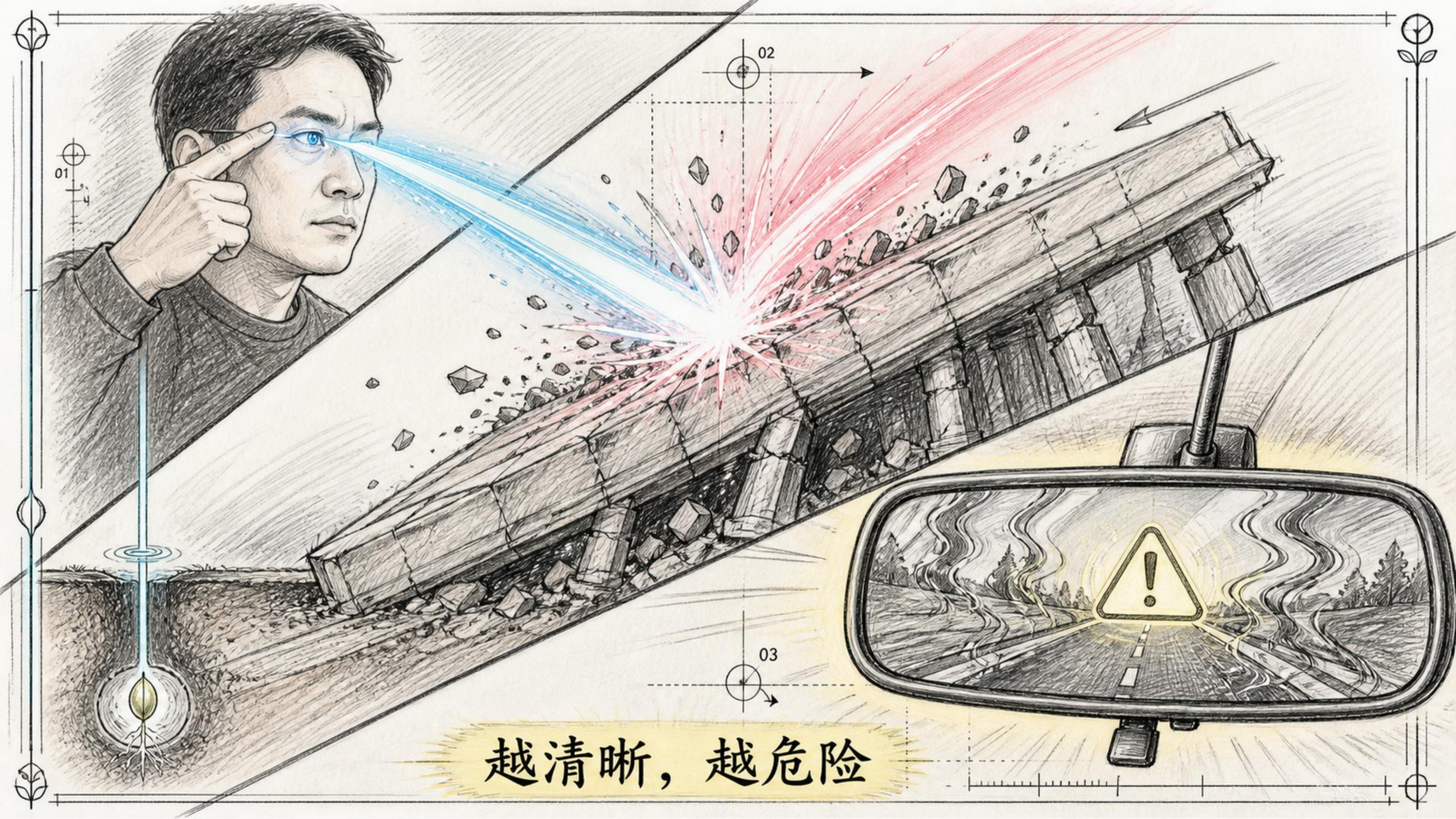
怀疑导师

①

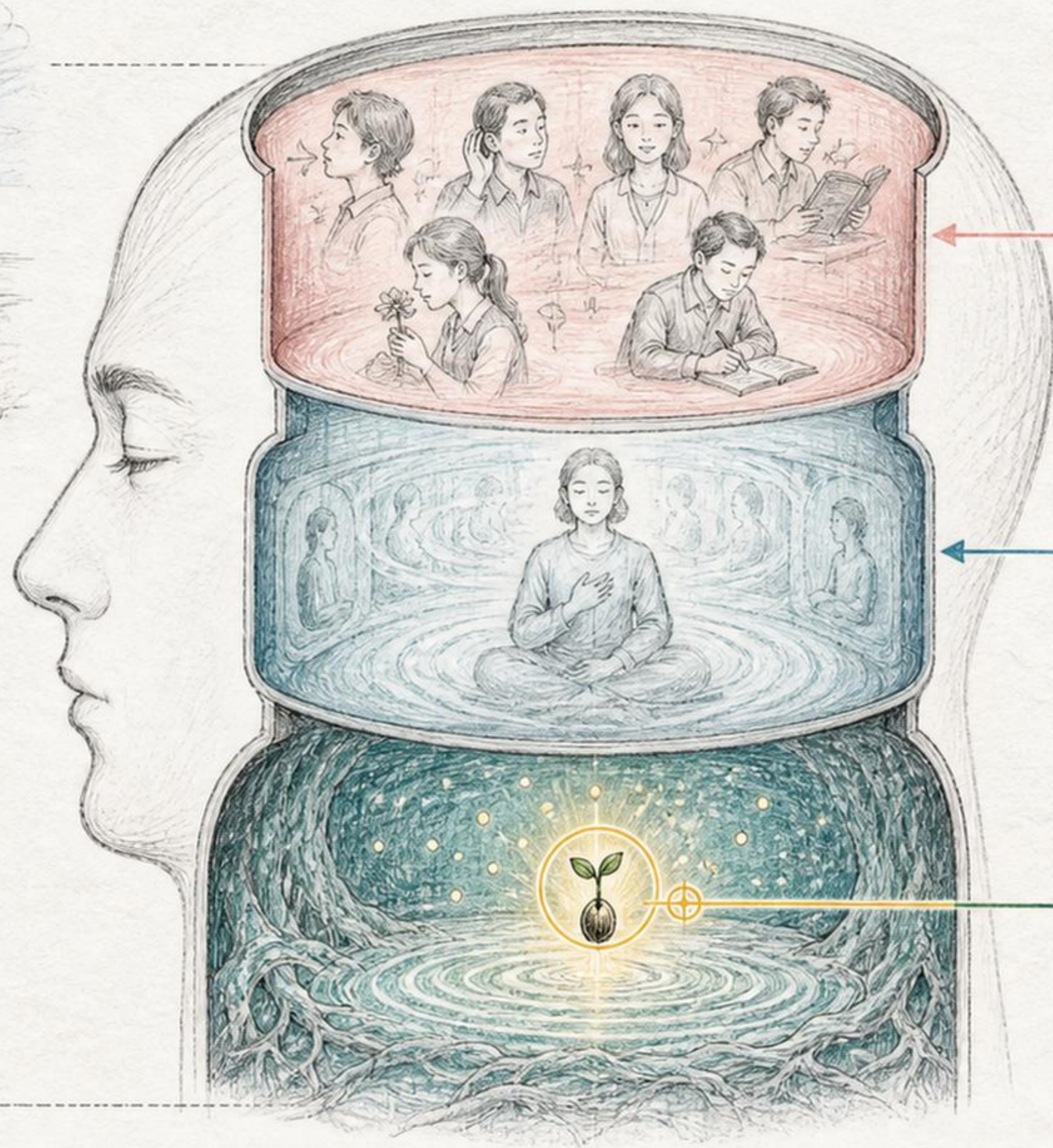
③

⑤

④



越清晰，越危险



① 前六识：未动

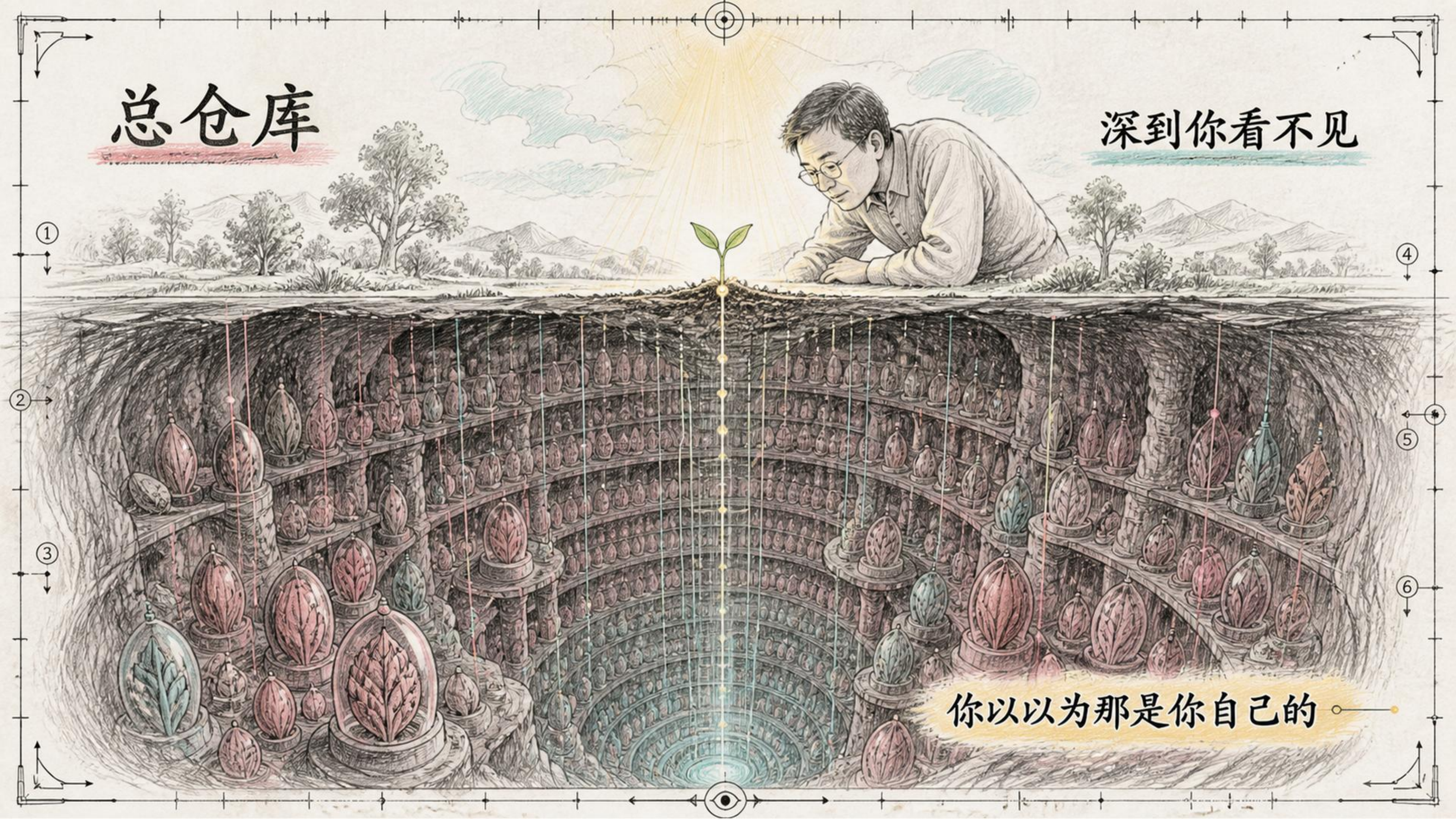
② 末那识：未动

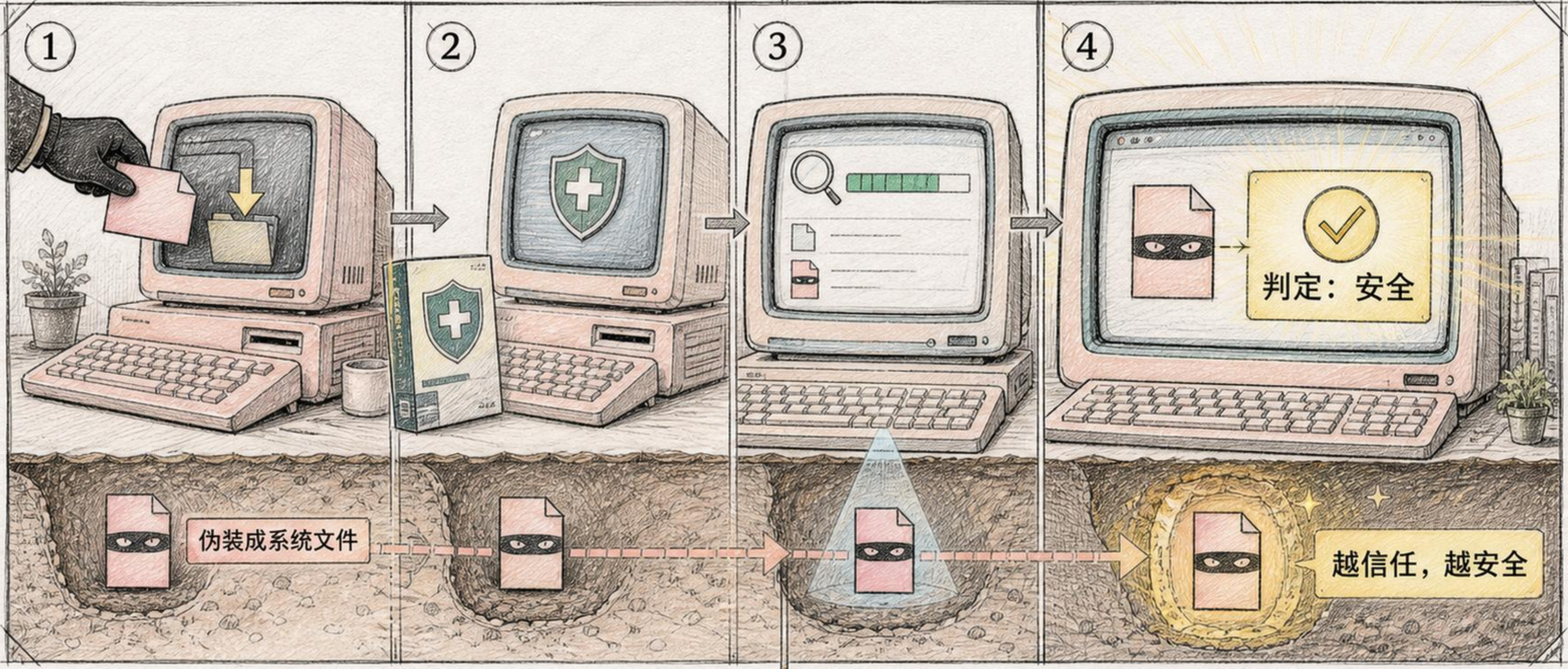
③ 阿赖耶识：被种下

总仓库

深到你看不见

你以以为那是你自己的





①

②

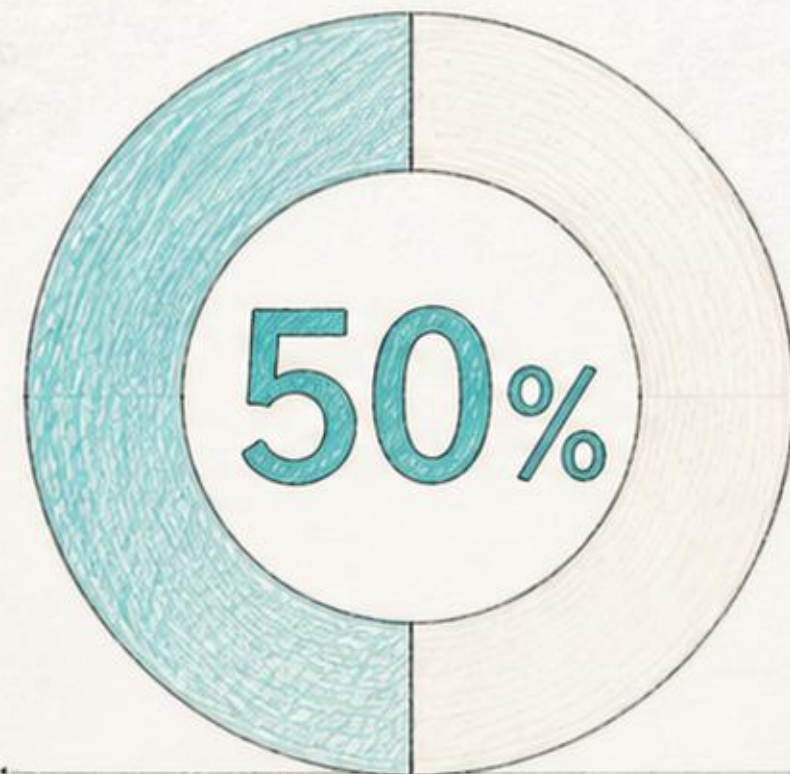
④

1

58%



2



3



焦虑 · 创伤再体验 · 情绪过敏

4



01

谁在握刀

问题从来不在刀

02

03

教义高于个人

我的体验记录

· 冥想中，我感到平静。

→ 教义说：平静即正确。

改写：
相信教义，
怀疑自己的体验。

· 我曾对某句教义有疑惑。

→ 教义说：疑惑是我执。

改写：
相信教义，
怀疑自己的体验。

· 我感到害怕与不安。

→ 教义说：害怕是业障。

改写：
相信教义，
怀疑自己的体验。

· 我认为某规定不合理。

→ 教义说：这是考验。

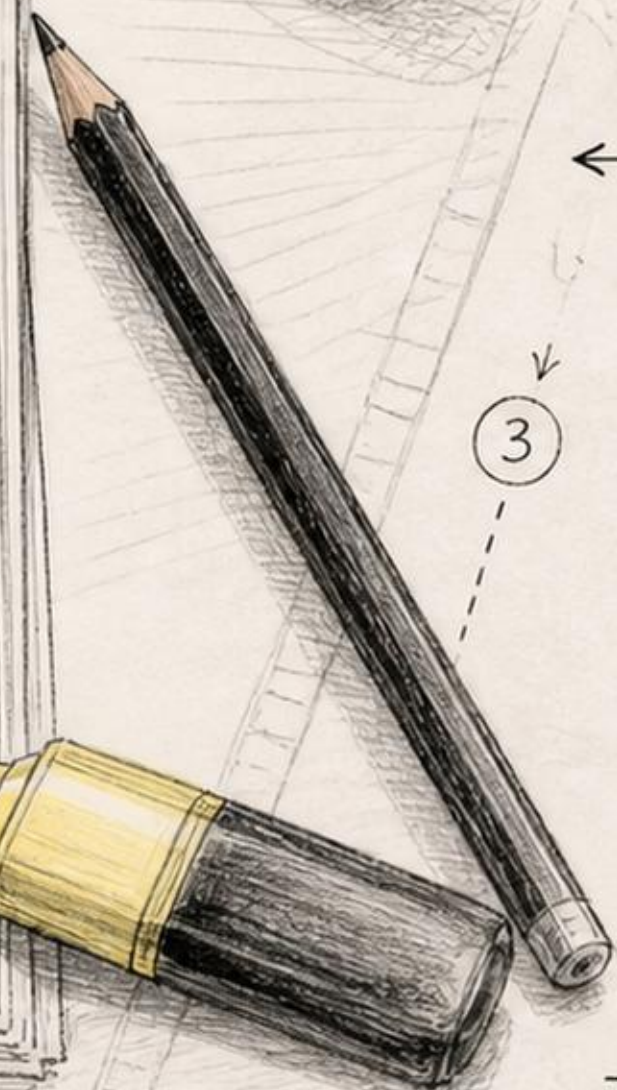
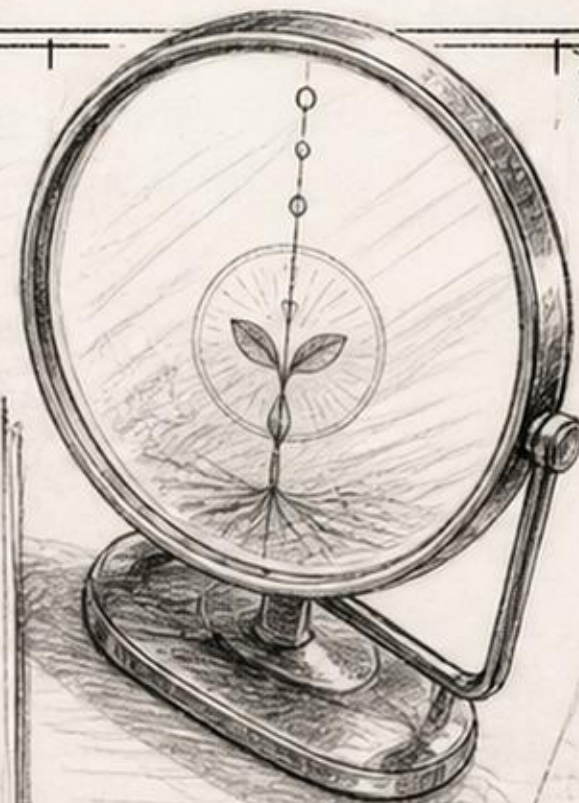
· 我想要表达真实想法。

→ 教义说：顺从即清净。

教义 → 体验 → 确信

↓
机制不再察觉

全自动



01

不是压制



02



而是重新定义



依据被替换了



03

04

①

信号一：鼓不鼓励你离开

法是筏

指月的手指

离开就会
失去一切

就会堕落

就会
前功尽弃

用恐惧绑架你

③

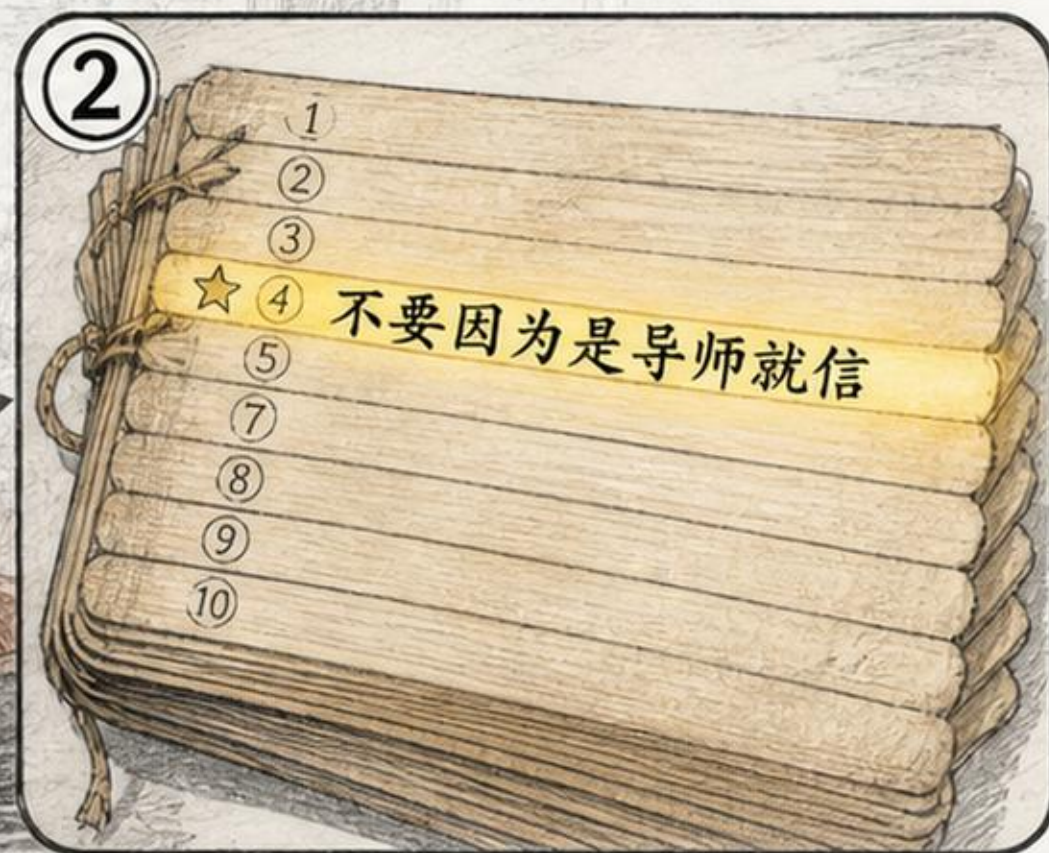
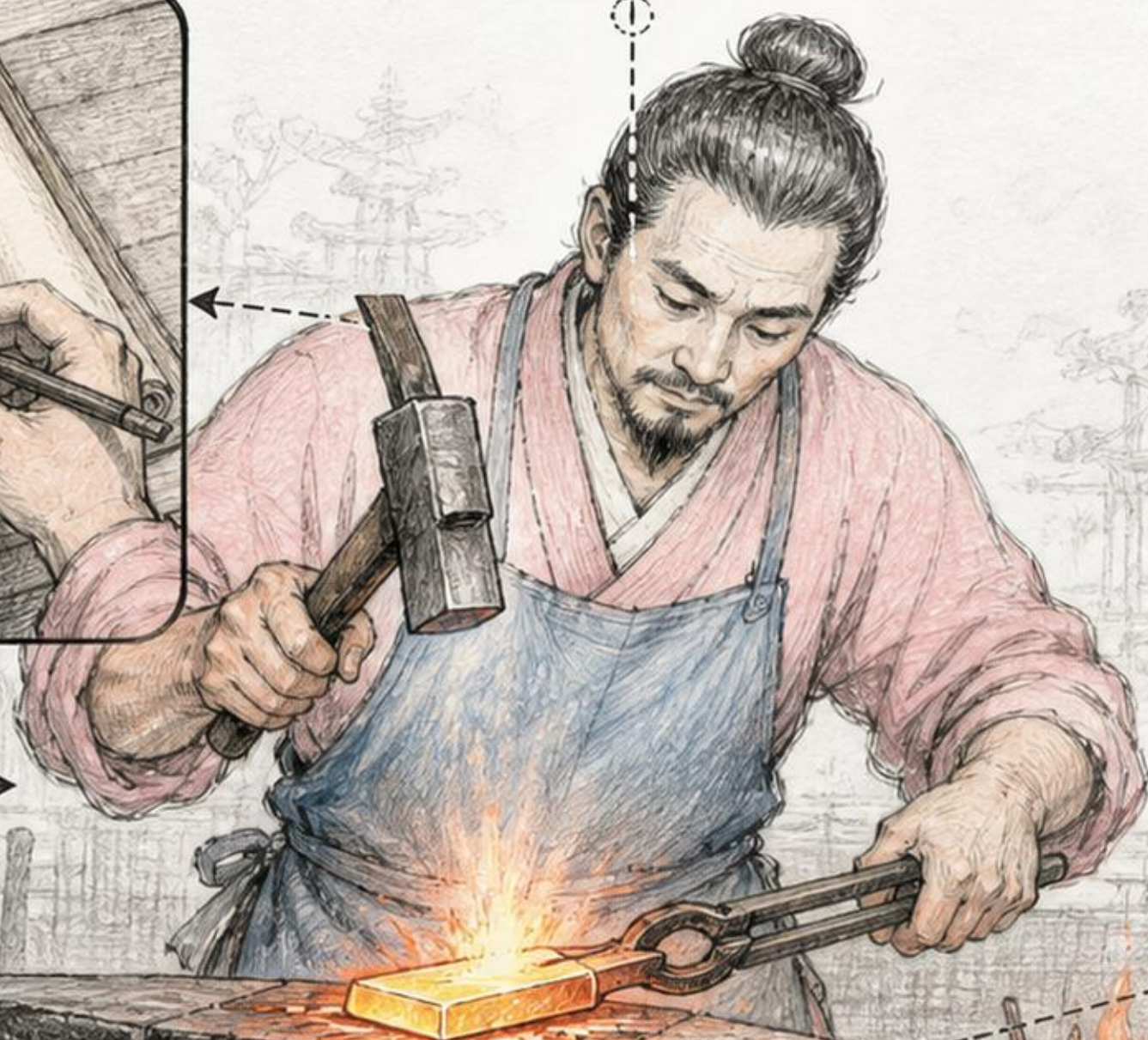
①

②

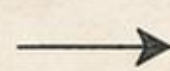
变宽还是变窄

环境控制

只剩这个圈子



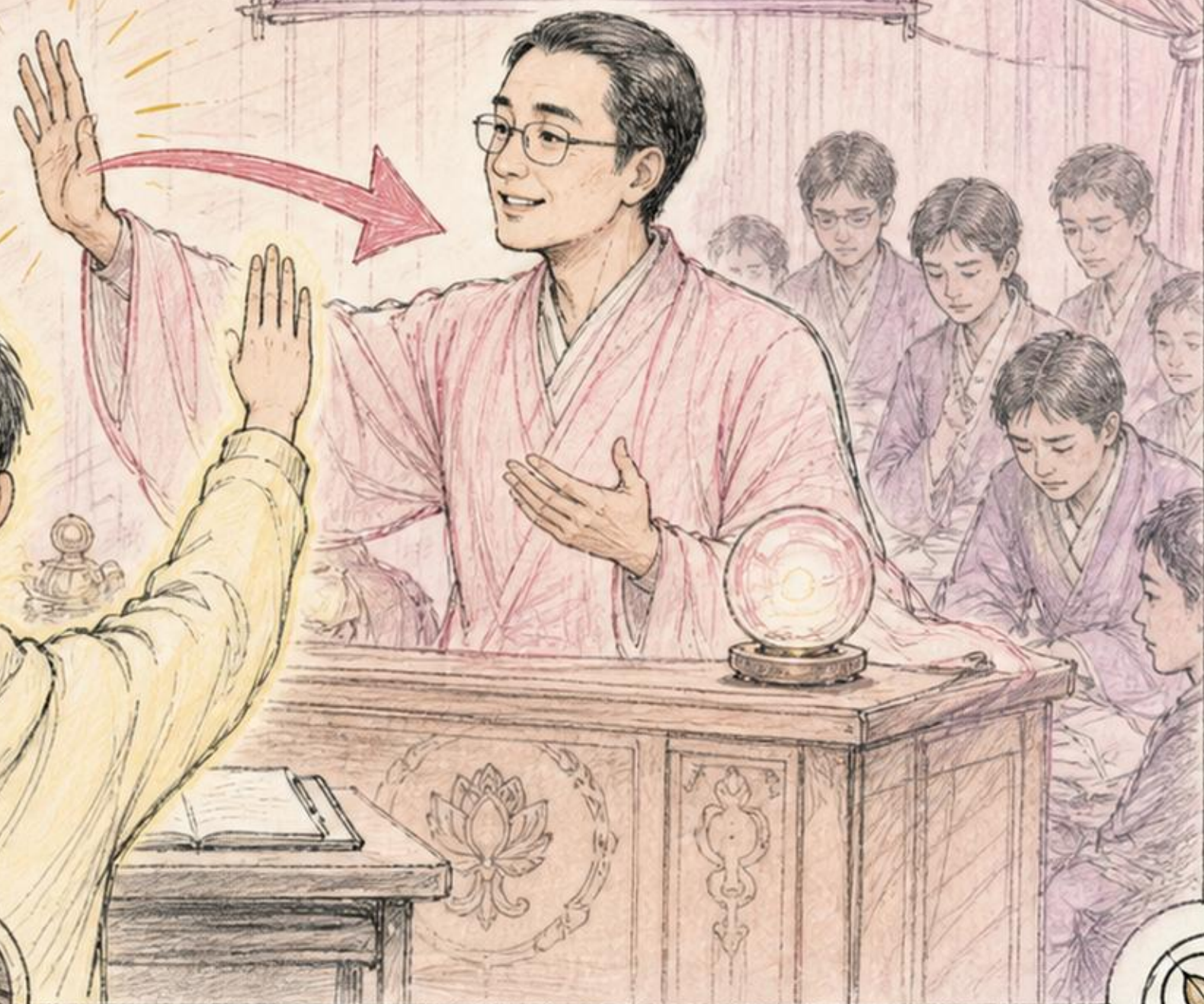
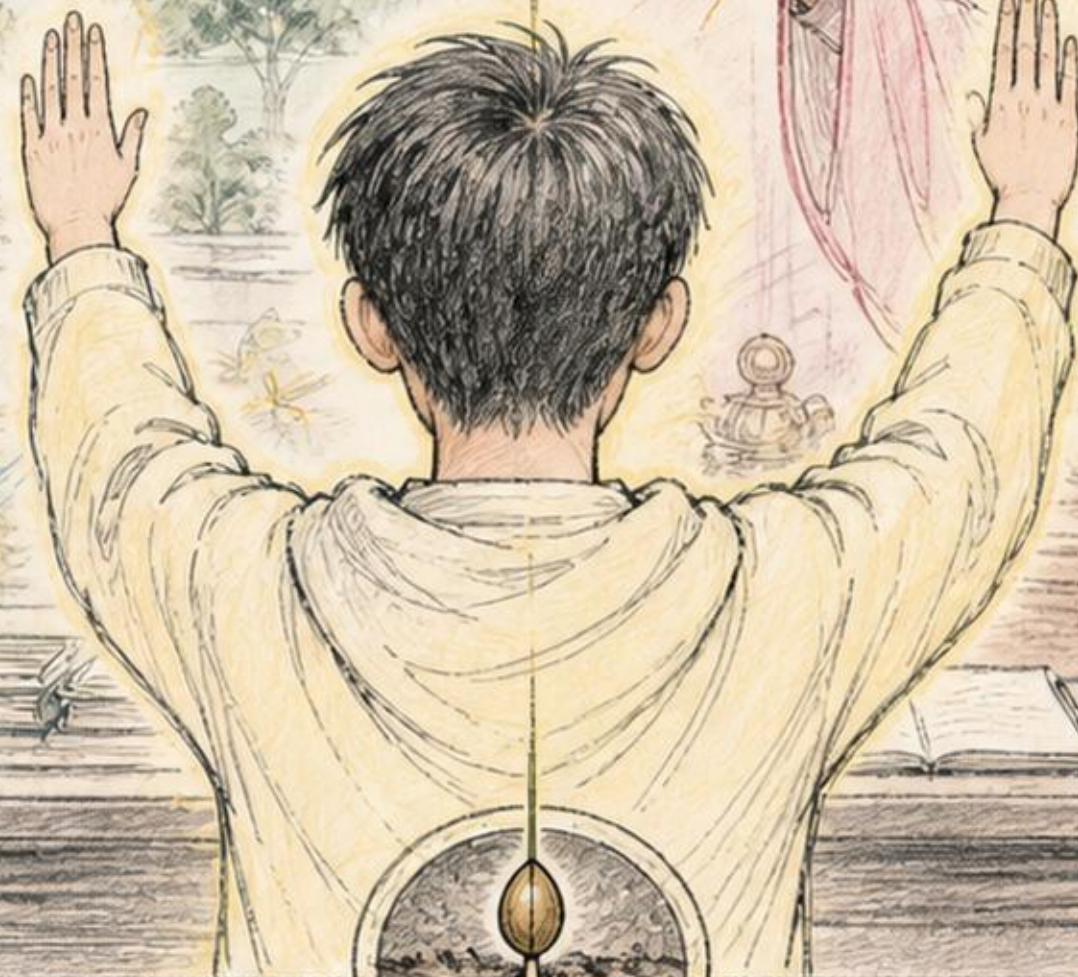
锤打 · 火烧 · 切割



鼓励你质疑

质疑就是退步

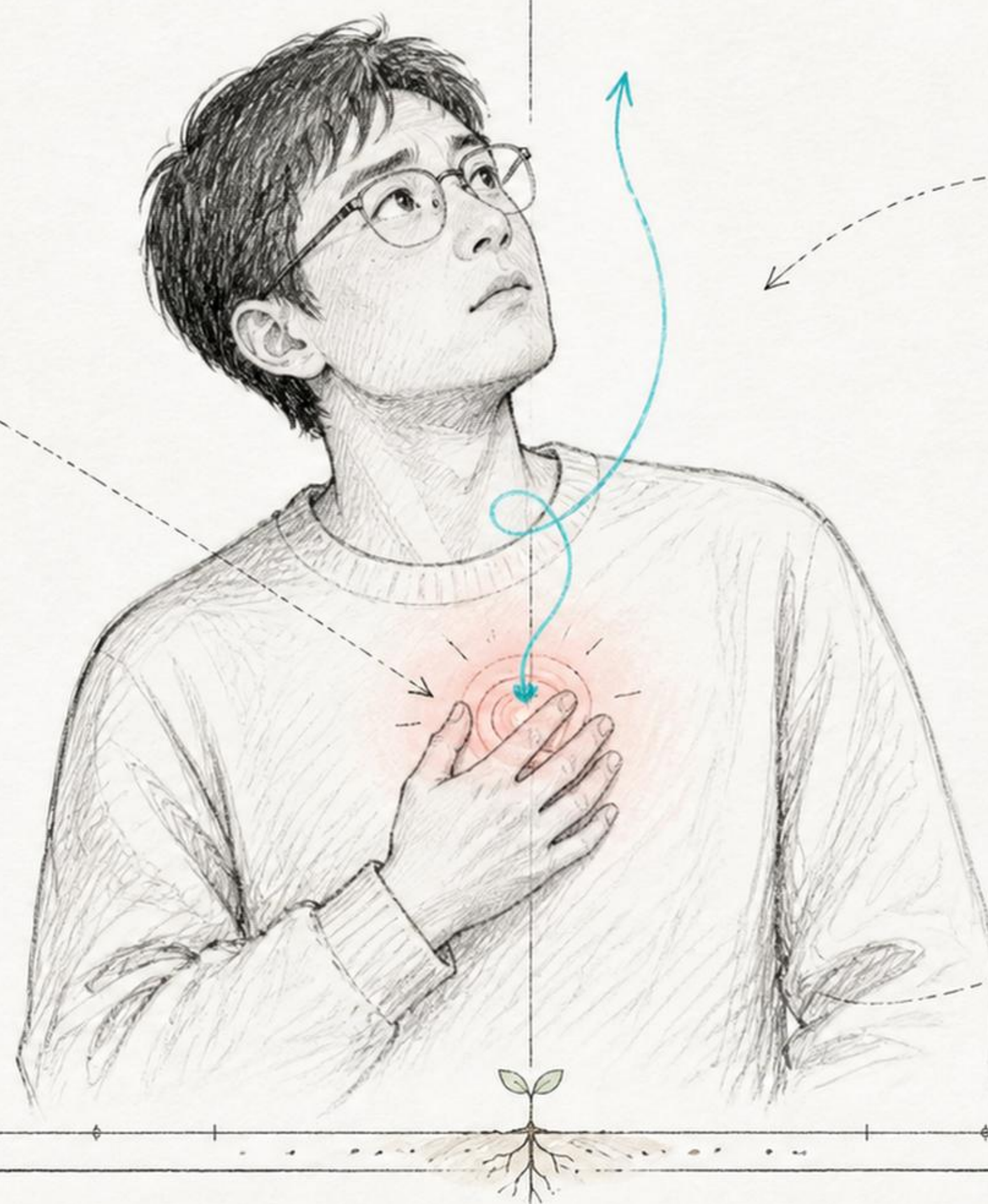
怀疑就是业障





是我自己想明白的吗？

还是有人教给我的？



①

微微一紧

②

自证分在工作

③

④





觉察的对象可以被替换

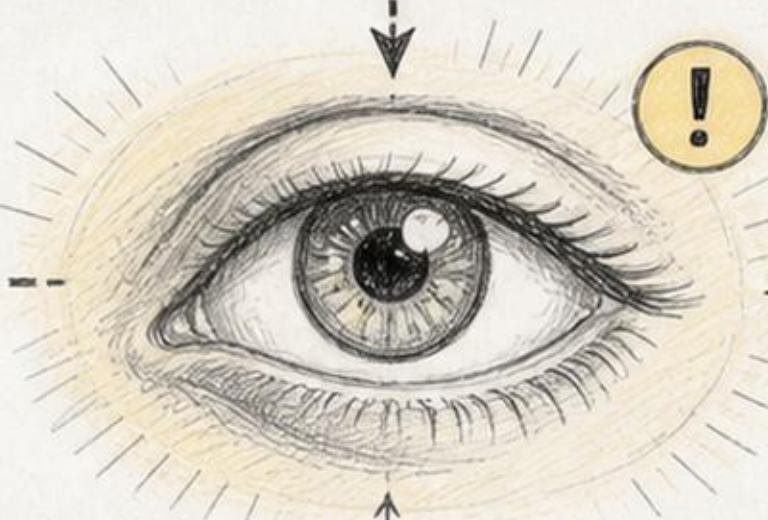
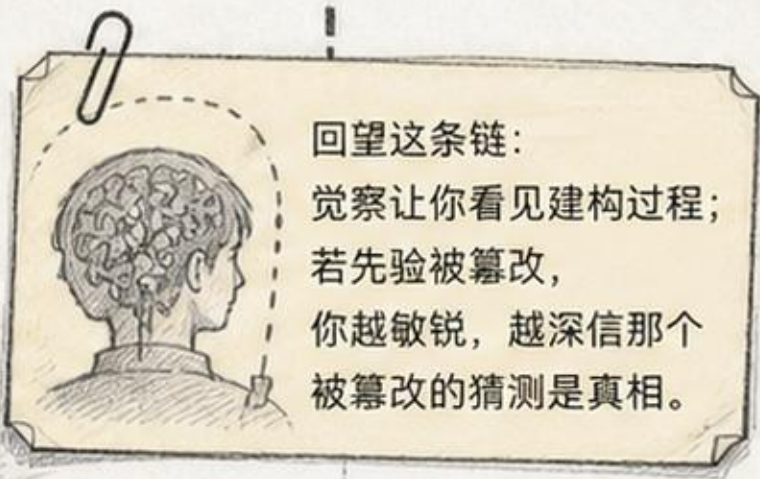
觉察本身不属于任何人

2

主动建构世界



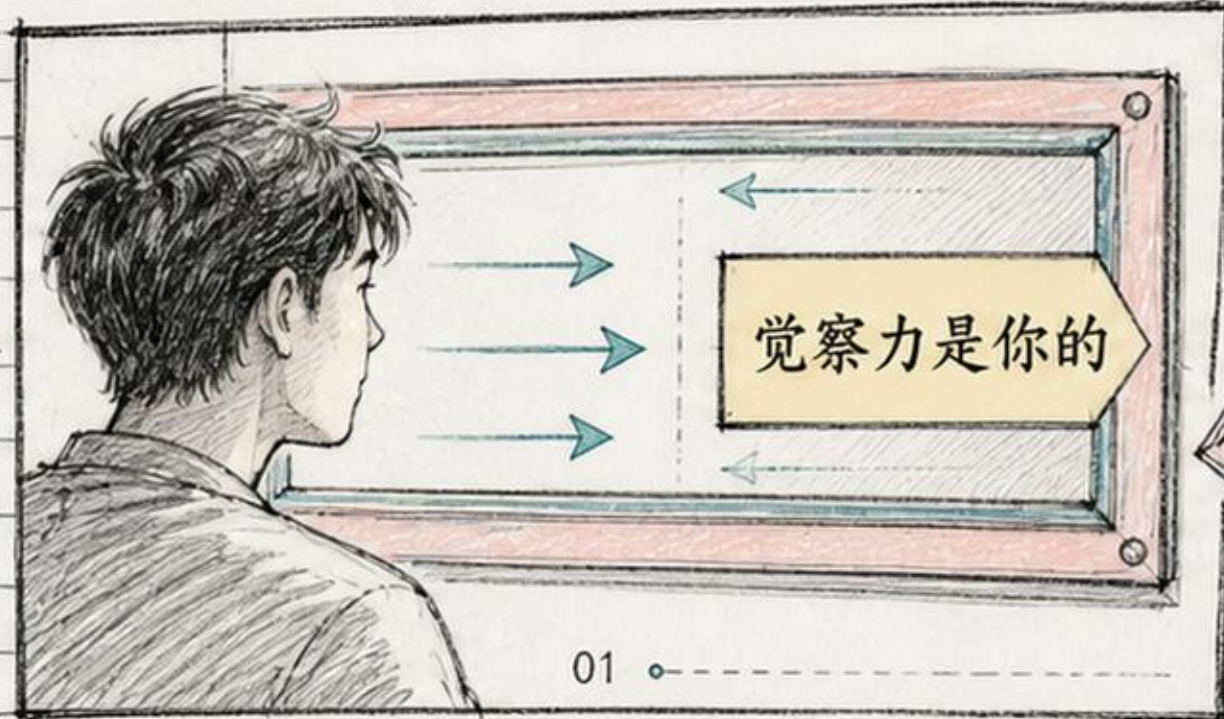
3



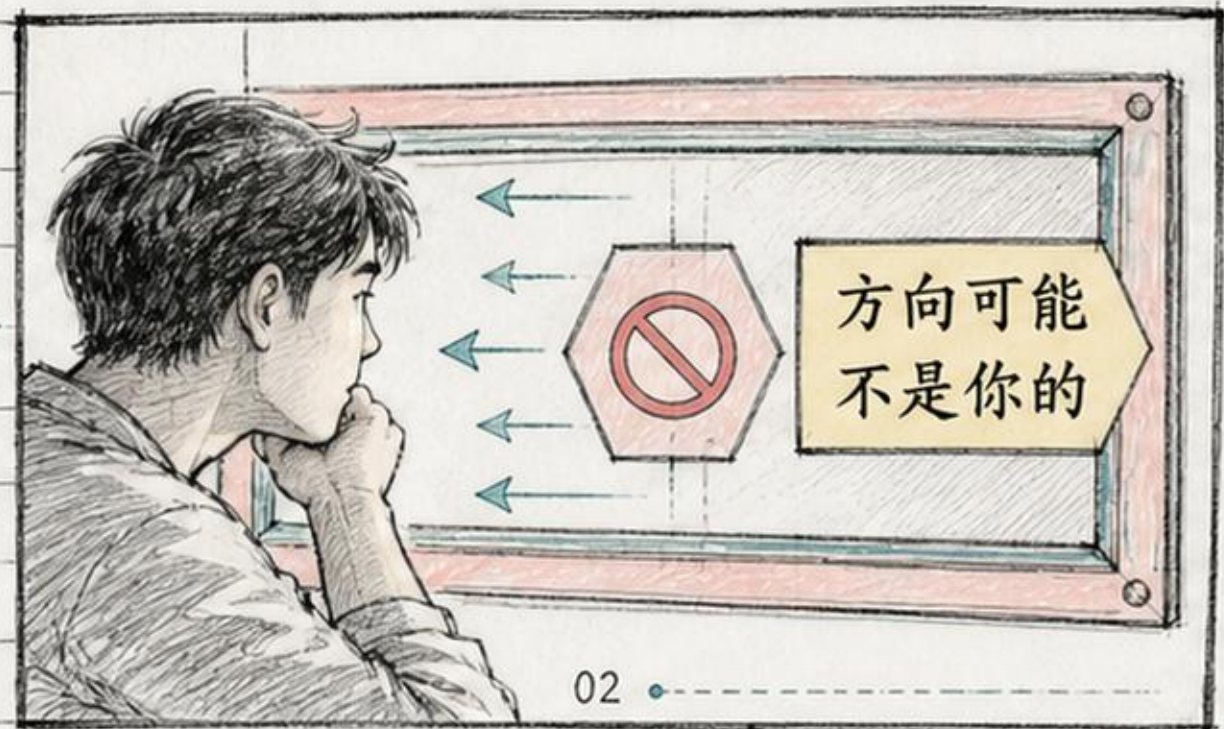
1

4

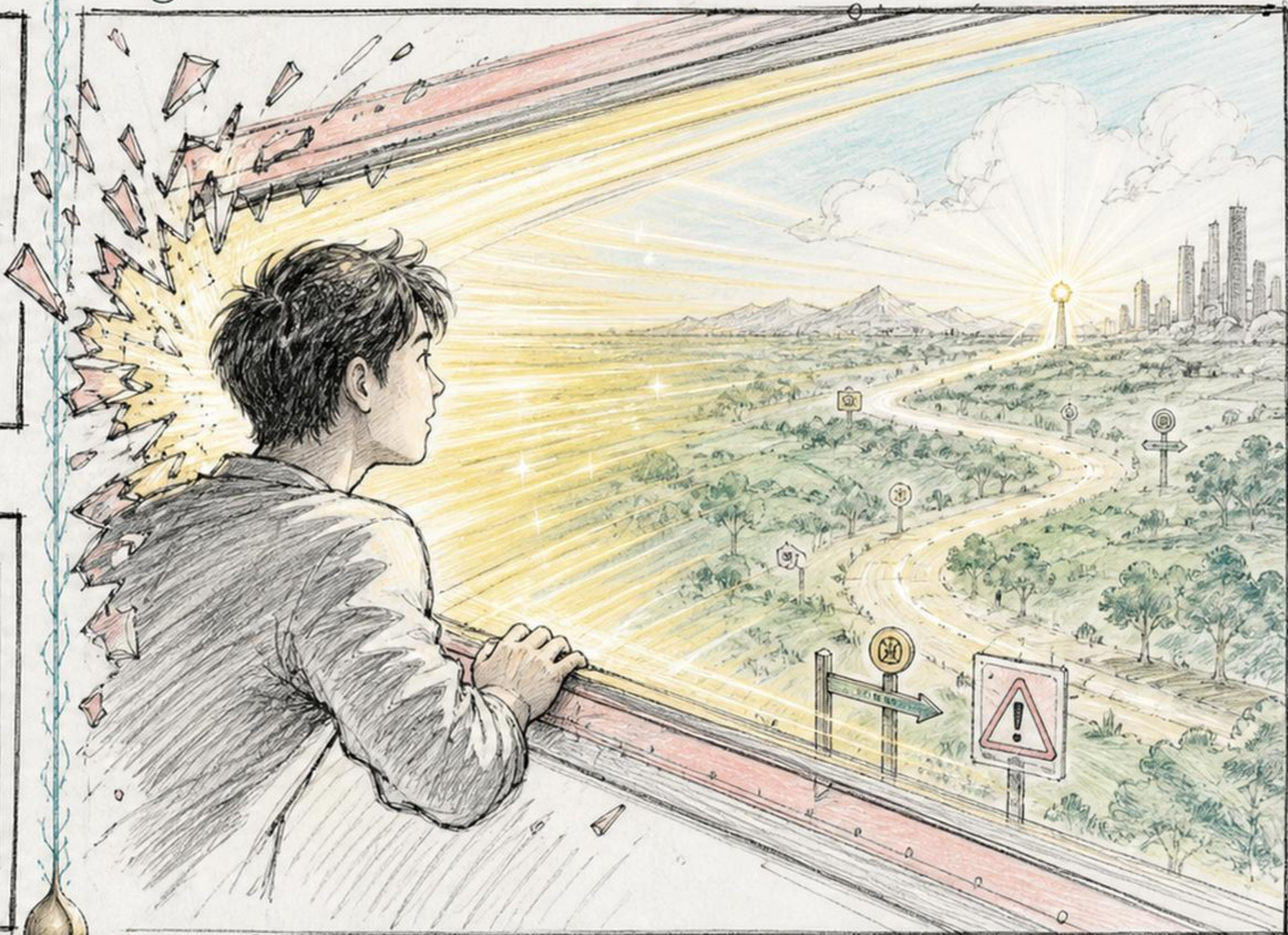
①



②



③





❖ 它自由吗？

❖ 第一道裂缝

❖ 我们下期见