

愿力为王，2024年1月6-7日，加拿大温哥华

第三部分（AI整理版）

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=5RQIPodgQ0c>

讲师：

昨天，我们谈到了愿望的重要性。今天早上，我们探讨了相对真理与究竟真理，以及相对菩提心与究竟菩提心。这也许正是理解究竟菩提心的一种方式。

谈到究竟菩提心，我举了一个梦境中从楼上坠落的例子。究竟菩提心就像这样：实际上没有人真的在坠落，但在相对层面上存在着坠落的感知，因此产生了恐惧。有了恐惧，自然就会升起想要摆脱这种恐惧的愿望。从某种意义上说，这种愿望便是愿心的种子。但讽刺的是，这种恐惧的根源在现实中根本站不住脚——它不过是一种幻觉。

然而，如果有人正在做噩梦，你进入他们的梦境告诉他们"你只是在做梦"，那么，除非这个人准备好去思考并接受你的话，否则这样做毫无用处。当然，有时候这样做也是有益的。因此，我们也需要理解他人梦境中的故事。这是一部大乘经典，我们所谈论的，是帮助他人从梦中觉醒。

这让事情变得有些复杂，因为有人会说："这是他们的梦，我的梦是我的梦。"毕竟，佛陀曾说过，即使是他，也无法消除你的痛苦，你应该靠自己。那么，为何要把所有人都纳入其中，承担起唤醒他人的责任呢？当然，这些正是让事情变得复杂的原因所在。

谈论相对与究竟，总是充满挑战——有时它们被视为一体，有时又被视为不同。正如我所注意到的，许多问题都由此而生，诸如此类的问题很多。我不太确定该怎么说，假设一下——佛教徒其实不太喜欢听这类问题。甚至有一部经文列出了十四个问题，佛陀从未真正给出答案，而实际上，不回答本身就是答案，许多人误解了这一点。在某种意义上，这算不上答案，但"没有答案"本身就是答案。

其中一个问题是：一切究竟从何时开始？这是个棘手的问题，因为"开始"这个词暗示着最初的创世。所以，你实际上是在追问终极真理的起点。你知道，真正的佛教徒不喜欢这种问法。还记得那个梦中从楼上坠落的人吗？坠落的"开始"其实从未真正发生过。坠落并没有一个确切的起始，所谓"坠落的开始"之所以能被谈论，仅仅是因为下面有地面。

这些都是你们提出的问题，而这很好。你们许多人都提了这类问题，这实际上意味着——这正是做这件事的意义所在。普里丹·拉贾，我很高兴这真的让你们感到困惑，因为正如我一再重申的，"开始"以及创世、世界末日、末日这些概念，就像谈论梦的开始一样随意。就好像我从……我是说从二十二楼坠落一样，就是这样，但我无法忽视它。你看，问题就在这里——那里确实存在一种真实的痛苦，它叫做噩梦：汗水、尖叫、梦游，诸如此类。噩梦，轮回，无论你想怎么称呼它——我希望你能意识到，大乘佛教，尤其是大乘佛教，是一种看待世界的不同方式。我认为这很好，即使你只是理性地听，

它也真的会改变你的视角，即使它让你意识到，你所说的一切都是模糊的。

当我说"玫瑰是红色的"，当然很模糊——红色是什么？终极的红色，很模糊。第二点，还不算太糟；但最糟糕的是——天哪，这是什么悲剧——"这就是红色"，我的意思是，"玫瑰是红色的"，那到底是什么？所以，你现在只需把这个应用到所有事情上：你所有的价值观，你所有珍视的东西，一切的一切。你不喜欢的，我不了解所有情况，但大乘佛教会说：你不必事事都一一追究，那是浪费时间，只需追溯根源。这是非常庞大的——从二十六楼到地面，整个体系。最糟糕的是，你知道，整个这个体系，它已经陪伴了我六十二年，你能相信吗？然后一位伟大的菩萨在嘲笑我六十二年，而在此之前什么都没有——亿万生生世世，当你还是蜘蛛的时候，当你还是……某种虫子的时候，或者当你使用完全不同的语言的时候，是的。

好的，这里有一个词，或者实际上是两个词——有点像菩提行（Bodhicharya），"charya"的意思就像行动，就像你生活的方式、你运作的方式。基本上，菩提萨埵行（Bodhicaryavatara）有两种功能，两种运作方式：菩提行与菩提行迹。

好吧，在祈祷文的结尾——这真是太好了，太美好了——我们应该祈祷多久？我们应该渴望多久？"只要天空存在。"你看，我告诉过你，他们不喜欢这种说法，比如"我应该祈祷多久""这一切何时开始""这一切何时结束"，他们不喜欢这类问题。所以，你就这样得到答案："只要天空存在，只要有如此众多的情感，直到一切，只要有这种情感"，也许我的渴望的极限也是如此。在某种程度上，这也是一种渴望，也许我永远不会解脱，直到所有这些都得到解决。

所以，这种对某种"结束"的渴望，这种追问终点的心，并非大乘佛教的语言——没有最后一页，没有高潮。但与此同时，也永远不会对无尽的无尽感到恐惧，因为没有结束，因此也没有无尽的虚无。菩萨总是处于极乐之中，就像每一刻都在得到提升——当菩萨遇见一个无知、固执、难以相处的人，就像饥肠辘辘一样，充满期待。

这些东西又是从哪里来的呢？回到我一直在说的，也是你们用各种方式问我的——这种对开始的渴望、这种对结束的渴望，其实并不是佛教的语言，尤其不是大乘佛教的语言。即使你只是理性地听，如果你能大致理解，这应该已经让你从对死亡的恐惧中解脱出来。注释里就是这么说的。我的意思是，死亡就像……换一件……非常紧身的……泳衣，特小号的，需要一些时间才能……耸耸肩……好吧。

愿我能利益所有人。实际上有两件事：愿我能让他人快乐，但更重要的是，愿我能给予他们真正有益的东西。就像给你冰淇淋会让你立刻感到快乐一样，既然真心关爱，我就应该把它拿走，因为那对你的健康有益。有点像这样。愿我能让他们快乐，愿我能造福他人，愿我能按照佛陀的教导完成所有佛法活动，同时也愿我能依照众生的情感、文化、心境等等因缘来行持。这非常重要，因为大乘佛教不相信一成不变的模式。

如果我是你的弟子，而你碰巧是一团雾或一只蜘蛛，那你就必须像雾或蜘蛛那样行动，像蜘蛛那样说

话，像蜘蛛那样举止，像蜘蛛那样兴奋地荡来荡去，如同蜘蛛网一般。但你知道，不要忘记，我们都应当按照佛陀的教导去做——那些教导一直都在那里。愿我能毫无顾虑、无有止境地从事这些活动，这真的很好。

愿我能永远遇到与我志同道合的人——这对初学者来说非常重要，尤其需要一些支持。愿我能遇到那些希望利益他人、希望参与一项卓越修行活动的人，在遇到他们之后，愿我永远不会让他们失望。这大概是大乘佛教中与"上师"最接近的描述，但它仍然是一种精神上的伴侣关系。

然后，愿我永远学会凝视被无数菩萨环绕的诸佛，并毫不疲倦地向他们供养。它真正谈论的，并不是未来才会发生的事情，而是当你睁开双眼时，就已经被无数菩萨所环绕——你只需要学会凝视他们，不仅仅是看，而是真正地去看，不仅仅是看，而是互动：如同供奉一般，提出问题，接受答案。再次提醒，这是《华严经》的一部分，有时也被称为"花经"或"庄严经"。

好吧，我不知道如何定义"庄严"。庄严就像是精心布置的东西，让一切突然变得突出，变得特别，诸如此类。在我们有限的人类思维中，一朵花就是庄严。无论是潜意识地还是有意识地，这朵花的存在，可能使周围所有的一切都变得美丽，变得可以承受。《华严经》的理念是：你只需要学会如何添加宝石，比如一只耳环，添加蓝色，或者一颗珍珠，添加一些东西，然后一切都会变得和谐。耳朵旁边变得美丽，鼻子旁边突然看起来很棒，嘴巴突然看起来很棒，于是一切都看起来很棒。

那些想读的人，请读《华严经》，因为它真的非常……需要一些时间才能理解，但一旦理解了，它真的非常感人。不要把它当作小说来读——它有点像小说，有点像线性叙事，但只要读它，它就应该是对当下正在发生之事的描述，对吧？是的，它就像……该怎么形容呢……不仅仅是视觉、声音、价值、距离、历史……

我渴望觉悟，但与此同时，当我在轮回中游荡时，愿我能积累资粮，愿我能圆满善巧方便、智慧与三昧。在每一个微尘之上都存在着诸佛，佛陀的数量等于宇宙中所有原子的总数，我将凝视这些佛陀，我将效仿这些佛陀，如同海洋般漫长的岁月。我将聆听如同海洋般深邃的教诲，以如同海洋般坚定的决心。当这些佛陀转法轮时，我将进入他们的言教之中——不仅要聆听他们的教诲，更要以智慧的力量真正进入这些教诲。不仅要进入他们当下的教诲，更要进入未来诸佛的教诲之中。

我将在瞬间一次又一次地效仿这些如同海洋般深邃的佛陀，不仅要效仿他们的身、语、意，更要成就如同海洋般深邃的佛场。我将祈请这些佛陀转法轮，我将在瞬间前往每一位佛陀面前，凭借这些佛陀的力量体验他们的临在。愿我所有的力量——包括身体的力量——都能被诸佛的佛力所激发，愿这一切都能圆满成就。

嗯，也许吧。好的，其中一种力量是……就像奇迹的力量，显现奇迹。因为菩萨已经理解了相对真理和究竟真理，已经理解了数量、大小、目的地的非二元性，所以菩萨可以显现这些奇迹，比如在一分钟或一瞬间到达很远的地方，将一瞬间扩展为一个劫，再将一个劫压缩为一瞬间，这只是其中一种力

量。

还有另一种力量是超越障碍，有时被称为“神通”，就像一种……存在。我不会一一讲解所有的力量，就讲两种吧，因为这个主题非常广泛。

好吧，这种存在的力量，或者说超越一切障碍的力量，是因为菩萨不受二元性的染污——不仅仅是时间和空间的二元性，更是善恶、道德与不道德种种层面的二元性，不仅在物质层面，在语言和心智活动的各个层面都是如此。所以菩萨绝不会陷入虚伪或伪善——就像“所见即所得”。我认为这真的能粉碎伪善之魔的心。

是的，这只是一个非常简短的解释，但它非常重要。某种程度上说，真实的坐姿、真实的临在、真实的内在存在——就像很少有人会跟你争论一样。我的意思是，这是个很糟糕的例子，但也许能说明问题：就像一个三岁的孩子赤身裸体地走路，你会跟他争论这是违法的吗？我们只能接受它，没什么好争的，所有人都接受。好，现在将这种状态乘以数十亿倍，菩萨就达到了这种完全真实的状态——所见即所得，就是这个样子。这就是克服障碍的力量。

好的。那么，也许我们渴望净化如海洋般广阔的福田，成就如海洋般广阔的解脱。就像菩萨的理念一样：看到真理如海洋般广阔，成就智慧如海洋般广阔，从事行动如海洋般广阔，成就愿望如海洋般广阔，供养如海洋般众多的诸佛——如此永无止境，永不疲倦。菩萨，也就是我们，也将成就诸佛的愿望。

好的，这只是对菩萨思想的一个非常简短的概述。对于初学者来说，我们大多数人甚至还无法理解这一切。那么，初学者该怎么办呢？对于那些想要追随和效仿菩萨的人来说，应当忆念一位名叫普贤菩萨的菩萨，他所成就的——或者说他所立下的愿望——也许已经涵盖了所有愿望。第二个愿望也是关于菩萨的愿望：愿我们孜孜不倦地立愿，愿我们的行动无限，愿我们的功德无限。

从注疏中可以看出，当你读到类似“也许，也许，也许我们的功德是无限的”这类说法时，它涵盖的范围很广，比如——菩萨在下午五点之后是否需要装作一个白痴，一直装到晚上七点？为什么不呢？这就是它被包含在这里的原因。你知道，那些“装白痴”也像其他一切一样强大，因为这真的可以利益很多人——比如，可以让人们觉得自己更有用，这很重要，让他们这么想，是的。它就在那里。你知道，如果某个巴特瓦人需要感到无助、生病等等，那就那样吧；如果某个博德瓦人——比如说无家可归的瘾君子，我不知道——或者某个博德瓦人需要让我烦人半个小时，我可以那样吗？是的，你不能排除任何东西。基本上没有任何一种品质可以被排除，唯一可以排除的，是违背真理的东西，或者因此对他人没有益处的东西。是的，所以这就是普贤行愿的大意——基本上，这是对这个愿望非常非常简短的总结。

嗯，我想我应该让大家提一些问题，几分钟，然后我们将进行皈依仪式。对于那些不想皈依菩萨戒的人，但如果你还想坐在这里看看接下来发生什么，非常欢迎。那些想回家的人——呃，我不知道，现

在随你们便吧，你们可以走了。

与此同时，我们来看一些问题。有网友在问：R能把正在读的文字口头转述给L吗？好的，我会的。

还有一个问题：Rinpoche能给那些正在与抑郁症作斗争的人一些建议吗？这有点难，因为我没有受过相关训练，我真的没有受过专业训练，而且抑郁症非常复杂。我不知道抑郁症到底意味着什么，它似乎与生理、化学、心理和情绪都有关联。如果你需要的话，我认为精神科医生和心理学家的帮助非常好，就像做一次好的按摩一样。

但是，如果你说的是基本层面上的——轮回就像一个漏水的管道系统，那么你必须接受它无法被彻底修好，光是这一点本身就会有些帮助。当我在日本这样的地方时，即使是很小的体会……也真的很有帮助。事情总是出错，我在尼泊尔对洗手间里那台洗衣机特别烦躁，它好像永远都用不了。其实我并不真的生气，我已经接受了——事情就是这样。所以，因缘和合，关键是如何与因缘共处。好的，谢谢。

你能用追梦的例子来解释一下小乘、大乘、金刚乘之间的区别吗？就这三种吗？还有更多吗？没有，我的意思是，就讲这三种的区别。好的，我得简明扼要，有很多种解释方法，我只选一种。

这是关于修行的。比如说，你生气了，该如何处理？小乘会说：你知道，生气真的很不好，你应该多了解生气的坏处，你应该多培养爱心等等——他们就是这样处理愤怒的，通过戒律等方式。大乘是：所有有情众生的愤怒，愿都来找我承担——他们就是这样处理的。然后就是金刚乘了。你说什么？愤怒不好？它只是一种心理因素，不要让它缠住你，看着它——这就是非常著名的法门：舍弃与转化。好吧，这也取决于情况，也因为弟子们的根器和理解不同，听闻的方式也不同。我希望我的弟子能把听到的东西记下来。

再次感谢您的教导。Rinpoche，您通过书籍、电影甚至音乐分享佛法。如果您有机会通过电子游戏分享佛法，您会怎么做？您能推荐一些您了解的游戏吗？

好的，嗯，这可能需要一些时间，所以我只推荐少数几款。例如《最后生还者》、《质量效应》这类游戏，它们提供了决策和道德选择的机会。还有整整一批独立游戏，它们更注重正念。

说到造福他人——你有那份清单吗？我有，是的，我可以帮你列一份。不不，我是认真的，这很好，是的，我完全可以做到。嗯，但是作为一个在电子游戏行业工作、并且有一定影响力的人，这种影响力的唯一用途就是造福他人。所以，作为一个在这个行业工作、不想造成伤害的人，你会建议如何与行业沟通，使其变得更好？我相信肯定有办法的。你知道，我不知道该怎么告诉你，但我很确定有办法。菩萨说过，如果某种东西有欺骗你的方法，那么同样的技术也可以被用来不欺骗你。所以我相信我们可以做到，但我需要那份清单，可以吗？我完全可以给你一份清单，告诉我怎么发给你就行了。好的。

嗯，你谈了很多关于做梦和醒来的事情。我相信你曾经是一个做梦的人，现在你已经醒来了，那么你能告诉我，从你的个人经验来看，是什么让你觉得醒来如此重要？你能给我们一些指导，让我们即使在梦中也能运用吗？

我醒来了——这是免责声明，是的，这是事实。好吧，但我一直以来都运用逻辑推理，这是我唯一拥有的东西。所以当我运用它时，我能看到其中的好处。我是一个已经看到好处的人，所以我应该……我应该为此感到高兴。有什么指导吗？只要修普拉纳·拉贾就行了。

实际上，谢谢你，里莫。我的问题是：当我们总是发誓要觉醒，就像发愿让所有众生都觉醒一样，但当我们真正醒来时，梦中的一切众生都消失了。那么，为什么我们发誓要觉醒，总是渴望唤醒所有众生？还有谁需要我们去唤醒？我以为当我们醒来时，梦中的一切都消失了，对吗？

好的，这个问题和我们之前讨论的非常相似，很高兴你们提出来。你们是以自己的视角来思考的，也就是以那个躺在床上睡觉或醒来的人的视角来思考的。所以，这里从来没有过这样的祈祷，也没有人做过这样的祷告。谢谢，记住这一点。

好的，我的一位好朋友病得很重，可能很快就要去世了。她不是一个信奉宗教的人，更倾向于科学。我不知道该如何帮助她走完人生的最后一程，但我真的很想帮她。你们有什么建议吗？

玛海，既然我们在谈论这个话题，如果你有时间，请在这位朋友身旁为她念诵这篇祷文。如果你想再多做一点，我会说，我要跟你说几句话——这可能不是胡说八道，但如果不是胡说八道呢？你不妨听我说完。

你可以这样说：谁知道谁会先死呢？是你还是我？也许我会先走。嗯，当我们死后，身心将会分离。身心分离其实是个好消息，因为你的心灵会变得更加独立。在此之前，你的心灵总是受制于五六个感官——眼睛、耳朵、鼻子、舌头等等。而现在它们要消失了，它们要“退休”了。所以你的心灵将会非常赤裸。当你的心灵赤裸裸地与外界互动时，最终——你会拥有一个客观的觉知。你知道，你是个科学家，对吧？最终，你将体验到客观的世界。这可能会让你感到害怕，但不要害怕，要始终认为这是你的心灵在捉弄你。我想，现在说这些就足够了。

一位听众说：“你好，我是个初学者，对你们所有的教导和佛教教义都非常陌生。今天我在这里，感谢我所学习、吸收、处理和反思的一切。不知道为什么，我被你沙发上的两个靠垫吸引住了——我想知道哪里可以买到它们？”仁波切说：“你最好问问这些人，我不知道。”

另一位听众问：“你今天早上谈到了圆满佛田，举了个例子，说去北温哥华打喷嚏，听起来像个玩笑。你是想表达圆满佛田也像个玩笑吗？”仁波切回答：“你把它说得好像……玩笑，真是个玩笑。玩笑很重要。不，它会让你解脱。我想……这个讨论待续，待续。”

听众问：“如果你能解释一下，在这个层面上，奉献和愿望有什么关系？它们有什么相似之处，有什么

不同之处？"仁波切说："奉献是指，如果你已经积累了一些东西，比如做了五体投地，你就奉献出去。愿望是指，你还没有具体做什么，只是渴望更多，我们称之为愿望。""那么，愿望本身就能积累功德吗？""是的，是的，是的。这就是为什么我们也做了七支供养，对吧？好的，谢谢你，R。"

另一位听众问："你刚才提到，有时候告诉别人从噩梦中醒来并不是个好主意，因为他们可能无法接受。根据我之前的经验，当你建议别人时，确实会有帮助。但我想请教一下，什么时候该告诉他们醒来，什么时候不该说？"仁波切说："据说有一种愿望，希望总能遇到这样的朋友——他们知道该怎么做：应该告诉你你在做梦吗？应该什么时候叫醒你？应该突然叫醒你吗？还是应该轻轻挠你痒痒？或者用一桶水把你泼醒？这就是为什么要渴望拥有一个好朋友。"

听众说："我来说说我妻子的问题。她一直在修那若六法，也在做上师瑜伽。但当她读修法仪轨时，会失去其中的喜悦。如果她不读，那种感觉又没有了——也就是说，她不修的时候感觉很好，但一读仪轨就觉得失去了快乐。"仁波切说："我想，休息一个月怎么样？""好的，谢谢。"

一位听众说："嗨，仁波切，这些教导非常宝贵，真的帮助了我。我真心祈祷我的问题也能帮助到其他人。我的问题是关于愿望的。我在人生道路上遇到了很多障碍，导致身体不适。我甚至尝试联系我的老师，并有机会沟通，但后来被一辆翻斗车撞了，失去了沟通和说话的能力。一年后，我尝试写作，但那并非发自内心，因为当时的处境让我无法感受到自己的内心。这种情况不断发生，而且越来越严重。所以我想请教：您能帮我真正理解愿望的含义吗？我接受正在发生的一切，因为我认为这是我愿望的实现。一方面是业力，另一方面，我真的渴望能够侍奉佛法、照顾众生，但由于自身境况缺乏活力，我一直无法真正做到。您能否帮我找到一个必要的愿望？"仁波切说："针对这种情况，你可以发愿，但我建议你用常规的方法去解决，因为当我们身处从二十六层到地面的境界时，所有常规的方法都适用。""我觉得我正在这样做，你觉得我没有吗？""我的意思是，你不能仅仅依赖愿望。""我明白了，谢谢。"仁波切说："好的，你得简短一点，听清了吗？谢谢。"

听众问："您说过，觉悟者是无情的，您能再详细说说吗？"仁波切回答："关于这一点——超越数字、方向、时空的人，我想大概是这个意思。"

另一位听众说："谢谢您第二天的教导。我想问的是关于权利和自由的话题，您认为佛教和佛法对此有何看法？它们是否与约翰·洛克或托马斯·杰斐逊关于优先考虑个人权利、自由以及追求幸福高于一切的观点最为接近？这些观点塑造了西方文明的大部分。或者，它们是否更接近于道德义务和家族等级制度比个人权利和自由更重要的原则？这些原则在东方文明中更为常见。又或者，它们是否更接近马克思主义，认为某些集体或阶级利益凌驾于个人和家庭利益之上？还是说，佛教在这个问题上有完全独特、完全不同的观点？"仁波切说："正如我之前所说，所有这些都是从二十六楼到地面的东西。它们都只是小孩子的游戏，都是幻觉。形容幻觉的词有很多，比如流星、海市蜃楼……还有那个，我不知道是什么，某种小虫子用唾液把自己粘在一起的东西——我不知道该怎么翻译。那佛陀会怎么说呢？佛陀会说：你应该超越所有这些，它们都不管用。所以，基本上我的意思是，丘吉尔说民主是次坏

的选择，其实也不是这样——它们通通都是垃圾。""谢谢。""很好。"

听众说："还有一个后续问题：在中国，我记得是华东某处，有一座很大的雕像和一座山。我想每座雕像上的大象，应该和摩耶夫人诞生故事里的大象不一样吧？"仁波切回答："是的，是两头不同的大象。我不太确定，但确实是有两头大象，而他肯定是坐在大象上的。""大象象征着什么？""我认为大象象征着很多东西，其中之一就是大象有个把戏：它明明看见了，却总是假装没看见。""好的，谢谢。"

仁波切说："好的，我记得要带领大家一句一句地背诵七行祈祷文，我们来做一下。"

一位听众说："你好，我是一位来自日本的创作型歌手。从佛教的角度来看，您会给有抱负的艺术家什么建议？"仁波切反问："什么艺术家有抱负？""哦，我明白了。"仁波切说："佛教徒对艺术有很多看法，有很多关于'无我'（anātman）的研究，你了解'无我'吗？""不，我不太熟悉。""总之，因为我们时间不多，简单来说，艺术与佛教中的幻象有关。艺术汇聚幻象，但如果它能引导我们走向真理，那么它就是有价值的。我现在只能说这么多了。"

另一位听众问："我的问题是，除了奉献和为他人回向之外，您会建议我对最近失去亲人的朋友说些什么？"仁波切说："这个我不太了解。我想，比如，陪他交谈、倾听，还有，我想是奉献回向。"

听众问："您制作了很多电影，有什么即将推出的项目吗？比如制作儿童动画或游戏？您身边有人可以帮忙吗？这样孩子们就不会沉迷于那些有害的东西了。"仁波切说："你知道吗，我打算去看看这个……也就是说，我会参与到这些电子游戏中。好的，谢谢。我确实有一个关于一个有盗窃癖的僧侣的电影项目，我们来看看。"

另一位听众说："非常感谢你的教导。我有一个问题，也和孩子们有关。我意识到，在现在的教育体系中，我们有点被误导了——我们总是说要成功等等，但佛法的方向恰恰相反。如果我们试图在当地的佛教中心组织活动来帮助孩子们，我们该怎么做？您有什么建议，能既避免强迫他们成为佛教徒，又能帮助他们走向觉悟？"仁波切说："这是一个非常重要的问题，我还没有一个合适的答案，但我正在努力促成一所学校的建立，请保持联系，我们会尽力看看。我们可以一起来做——这就像逆流而上，不是一件容易的事。"

听众问："嗨，仁波切，我们一直在谈论愿望，对我来说，这听起来就像是在许愿或祈祷。我的问题是，我们到底在向谁祈祷？是像一位全能的神，有能力实现我们的愿望吗？"仁波切说："严格来说，佛教是没有这个的——你只是在生发自己的愿望和决心。但如果你想有一个对象，可以去祈求普贤王如来（Samantabhadra），因为他发愿要帮助你实现愿望。"

一位听众说："我有很多问题，但现在不是问这些问题的合适时机和场合。我只是想打个招呼，希望我们今生还能再相见。"仁波切说："哦，我的天哪，谢谢你。等等等等等等——你来温哥华之前去哪儿了？你还带着那块石头吗？""不……哦，我有很多石头，它们在哪儿？我口袋里有一些。""哦，好的。"

一位听众说："我只有一个问题，因为我是个初学者。我很好奇，如果佛陀鼓励我们转世、祈求往生净土，那为什么那么多僧侣还要试图再次转世到地球上呢？"仁波切说："哦，我想你说的应该是藏人吧？藏人是少数，还有成千上万的中国人、日本人、禅宗信徒——比如韩国人、泰国人和缅甸人，他们根本不考虑这种事。只有少数住在喜马拉雅山脉一带的藏人有这种想法。事实上，这引起了很多人的困惑，也导致了很多腐败现象。但这也耐人寻味，所以它不会消失——确实很有意思。"听众说："我真的很困惑，因为我觉得如果他们再次转世，那就意味着他们并没有阻止轮回。"仁波切说："记住，我之前说过，你的祈祷永远不会结束——你永远不会……你其实不想开悟，就是这样。祈祷是其中之一。"

一位听众问："我有个问题，可能和你昨天和今天的演讲无关。我想问的是，如果要在你喜欢的女孩和喜欢你的女孩之间选一个，你会怎么选？"现场一片笑声。仁波切说："我得想想……没关系，我们可以交换邮箱吗？""当然可以，没问题。也许你应该帮帮我。""好的，好的，好的。"

最后一位听众说："嗨，很高兴见到你。我从2012年成为佛教徒，但直到2020年才开始看你的视频和读你的书。我记得我在社交媒体上写了一句话，说我这辈子至少要见仁波切一次，才能死而无憾。今天我觉得我的使命完成了，非常感谢你来到温哥华。其实，我是昨晚才偶然在小红书上发现你在温哥华的消息的。"

在您的某个视频里，您向新西兰致以问候，我当时正是新西兰的学生。后来发现票已售罄，便恳求入口处的工作人员再卖给我一张。我还带了一位朋友，他最终没能进来，但她们还是把最后一张票卖给了我。所以今天能来这里见到您，我感到非常荣幸。非常感谢您来到温哥华，希望您能再次光临，感谢您所做的一切。

我只是想请您读一下您在2023年初写的那篇名为《祈祷文》的文章。

"是的，我已经读过了。您可以让我读那篇《祈祷文》。好的。"

"您能帮帮我们吗？您能告诉我们，如何才能真正达到摩诃的境界，在现实中体验非二元性？聆听和冥想——没有时间，没有空间，没有手机，没有形状，没有颜色——这真的令我困扰不已。谢谢您。"

"不用担心。你知道，这比我们很多习惯要容易得多。您叫什么名字？"

"约瑟芬·西 (Josephine See)。"

"这就是你习惯性地称呼自己的方式——这有点荒谬，是的，就是这样。我们就这样养成了习惯，现在我们用同样的策略来养成新的习惯。这并不意味着你微不足道，它只是意味着：约瑟芬认识到身、语、意没有真正存在的本质。'无足轻重'意味着无我，所以两者差别不大。正如所有菩萨所说，你必须这样做，而且这种习惯实际上更容易养成，因为它更接近真理。但我们现在时间不多，无法详细展开——这就是为什么需要经历闻、思、修的阶段。"

"好的，现在我们要进行菩提心的仪式。你不是皈依我——我无法给你皈依，因为你必须皈依不会欺骗你的人，不会动摇的人，不会让你失望的人，你可以信任的人。所以你唯一可以皈依的，就是佛法。

一切皆无常，这就是佛法；没有什么能给你百分之百的满足；没有什么是独立存在的，也没有什么是真正存在的。这不会欺骗你——不会有一天某些东西突然变成永恒。你可以依靠的，就是佛法。这就是皈依的意义所在。

皈依处是佛陀——证悟了佛法的人；是佛法本身；是佛陀的僧伽，也就是佛法社群。这就是你皈依的内容。所以，皈依的核心首先是佛法。那么，皈依有什么承诺吗？比如从现在开始我不能去拉斯维加斯之类的？"

"没有这些。如果你皈依了佛法，你就不能再皈依'某些东西可能永恒存在'这种信念，因为这说不通。所以，如果你皈依了佛、法、僧，你就不能再皈依一个相信永恒存在的体系——就像你不能左右摇摆一样。

现在大家一起，好吗？然后尽量不要伤害他人，好吗？总体上就这样，好吗？

我们现在要进行一个仪式。虽然皈依的主要途径是通过订立誓约，但仪式会有所帮助，所以才有皈依的仪式。为了代表释迦牟尼佛，这里摆放的是佛像，它象征着释迦牟尼佛。请记住，这不是一尊青铜像，而是真正的释迦牟尼佛。请双手合十，跟我重复。我会稍作停顿，然后打个响指——那一刻，你就皈依了。好吗？

现在，再次皈依菩萨。在佛陀和菩萨面前，想着你将走上这条道路，去唤醒一切有情众生。这是摩底迦传统——这意味着你不必一夜之间完成所有的菩萨行，而是一步一步地去唤醒一切有情众生。好吗？请重复。好吗？"

"现在，我将引导你们进行一些冥想。请这样想：今天，你们的生命变得充实而富有意义。今天，我成为了佛陀的继承人。从今以后，我将竭尽全力投入佛法事业，如同盲人乞丐偶然发现宝藏一般。在这一切负面情绪和习气之中，我找到了这至高无上的菩提心，并渴望唤醒一切众生。我欣喜不已，向众生宣告：今天，在诸佛面前，我已发菩萨愿。

愿一切天神和阿修罗都幸福安康，愿所有众生的菩提心都能在尚未证得菩提位的众生和已经证得菩提位的众生心中生根发芽、茁壮成长。愿他们的菩提心成长成熟，愿所有众生都不与菩提位分离。愿我们都能被诸佛所接纳，愿我们都能摆脱魔罗的念头和行为。愿诸佛的所有愿望都能实现，无论诸佛的愿望是什么，愿他们悉皆成就。

愿我成为病患的良药，愿我成为渡河者的桥梁，愿我成为前往彼岸者的舟船，愿我成为迷失者的向导，愿我成为身处困境者的伴侣，愿我成为饱受酷暑折磨者的荫凉，愿我成为黑暗中徘徊者的明灯。"

"好了，接下来我要进行《布兰尼德·拉贾》的传授或解读，我们一直在学习这部论典。这是非常简短

的传授，即使我再次阅读，仍然发现有很多元素没有涵盖，但我认为大部分内容你们需要自己去发现。即使在我阅读的时候，有两件事引起了我的注意，但我没能和你们分享。

一是这个愿望——乍一看，它听起来像是'愿我永远如此'，有种优雅，但优雅中又带着一种意味：不参与其中。这里面蕴含着很多精髓。比如，当我与人互动时，我总是保持优雅，但又带着一丝谦逊——就像你什么都没做一样，但实际上你做了很多事。

另一个真正吸引我注意、但我没能提及的，是授记。是的，它确实包含着这样的愿望：愿诸佛降临，赐予我授记，让我成为这样的人。这在大乘佛教中是非常非常重要的概念，我认为它也是对年轻菩萨的一种鼓励。有时，一些佛陀——这些菩萨、这些佛陀——甚至可以授记：在未来的亿万年里，你将成为这样的人。”

“好的，我知道我还没有给你们皈依的法名。如果你们坚持要的话——对于那些还没有法名的人，我知道你们大多数人已经有了——但如果你真的想要一个，就叫自己'花饰'吧。好的，就这样，非常感谢。”