

It Depends / 緣起相依 (AI整理版)

来源: <https://www.youtube.com/watch?v=ARy9PKg3xd4>

讲师:

今晚对我来说会是个考验, 因为有两位意外访客——吉美钦哲与贝玛旺嘉仁波切。我不该说不欢迎他们, 非常非常欢迎他们, 不过……总之, 他们在这里了。

其实几年前, 我就坐在那里, 听一位叫罗伯特·麦基的人讲课, 他当时在讲授编剧课。这次我不经意地提出了着装要求, 你们很多人似乎都很认真地盛装打扮了, 我希望你们稍后不会觉得冷。由于我们今晚讨论的主题是缘起, 我想, 创造出具有节庆气息且令人振奋的因缘会挺好的。当然, 这不代表那些穿着牛仔裤和T恤前来的人就得不到吉祥境缘的加持。

我们一时起兴, 决定要累积缘起咒, 大约十亿遍还是一亿遍——是多少遍? 我忘了。所以我想, 应当讨论这个咒的内容, 亦即以这个咒为基础的"缘起"精髓教法。当然, 我只能去尝试讲解, 因为这是一个非常博大精深、无穷无尽的题目。

你们有些人可能会感到好奇, 为什么称这次聚会……为何今晚讲座的题目是《缘起相依》, 对吗? 《缘起相依》。我会根据蒋扬·钦哲·旺波的一篇短文来尝试讲解缘起, 所以技术含量会相当高, 初学者可能会感到有些术语相当陌生难解。

关于缘起的教法, 有一篇非常优美的偈文或赞颂, 是尊者宗喀巴撰写的。想要进一步理解缘起教法的人, 如果能阅读宗喀巴大师撰作的这部《缘起赞》, 会大有帮助。

依据宗喀巴大师所言, 我们有百万种理由应该礼敬、赞颂佛陀为至高无上的说法者或无与伦比的导师。但有一个原因——可以说, 有一个值得被单独挑出来的理由——就是佛陀教导了缘起。

如果你是梵文学者, 我的梵文发音并不好, 但这个咒"唵 耶 达玛 嘿图 帕巴哇 嘿吞 得桑 达他噶多 哈瓦搭特……得桑 插叉 尼若答 欵旺 哇底 玛哈夏惹嘛纳 梭哈", 最初是作为对舍利弗的回答而说的。不过我想, 当时他还不叫这个名字。舍利弗后来成为佛陀最重要的弟子之一。

佛在摩羯陀国证得究竟实相之后, 众所周知地, 释迦牟尼佛决定不说法, 因为他说实相是如此深奥、简单、精深, 无法用语言、文字、隐喻等人类有限的工具来解释或叙述。因此, 佛陀决定不说法——当然这本身就极富象征意义, 因为……当他做出这个决定时, 他用来表达的话语是: 他将不会说法, 而是要留在林间禅修, 因为实相是不可教授的, 实相是无法被听闻的。那本身就已是一种教导。

而历史上据信梵天和帝释天听到佛陀的这个决定, 便前往拜见佛陀, 请佛传法。他们说: 虽然甚深实相不可言说, 也无法通过概念理解, 但也许有有福的众生, 能一步步地次第证得实相。

这里附注一下：其实对于这些所谓的印度教神祇，佛教徒是亏欠良多的。若不是这两位非常重要的印度教神祇，若不是因为大梵天，或许佛陀不会传法。

总之，此后佛陀开始传法，从在鹿野苑教授四圣谛开始，传授了他一切的教法。差不多在那个时候，舍利弗当然还不是佛的追随者。他非常好奇地询问佛陀五大弟子中的一位——那位实际上有点……我不确定，你们当中对佛陀生平有所了解的人应该知道——舍利弗出于好奇，询问了不是全部五位比丘，就是其中一位，我想他的名字是马胜之类的。

作为对该问题的回答，有些人相信，从这个回答产生了、或者说变成了"耶达玛嘿图帕巴哇"这个咒。乍看之下，他说的话相当简单。简短地说——这里再次地，我没有正确地表达，因为我把这些话翻译得很糟糕——藏文："诸法因缘生，缘谢法还灭，吾师大沙门，常作如是说。"

作为对这个问题的回答，他说佛陀教导了因，教导一切皆由因所生；不仅如此，佛也教导了不同层级和不同种类的因；并且佛还教导了如何灭除这些因。乍看你会觉得这个回答非常简单，但其实如宗喀巴大师所说，这是个非常非常……我的意思是，我们讨论的是两千五百年前的印度，而就今天看来，这回答是非常科学的。这个主张毫不主观，非布道式的，而是非常非常科学的。

这就是为何我认为"缘起相依"——看情况而定——这句话极其深奥的缘故。几乎就连你问个简单的问题，比如"你叫什么名字？"我们几乎可以回答："看情况而定。"或者问："你好吗？""看情况而定。"这是真的，确实要视数量极多的因缘而定——数量极多，无穷无尽！

当然，总是热切想要知道真正肇因的人类，于是乎想出了许多答案。缘起教法提供了一套答案，当然，最终是由你来评判这答案对你是否合理。这牵涉到如此多的因素和众多不同的角度，其中含有极多的细微差别和不同的理解方式。我认为你我之间也会有很多理解上的差异，因为很多时候我使用的词汇，诸如苦之类的名相——例如"苦"这个词，梵文"度卡" (duhkha) ——你我的理解不一定相同，我们也许不是在说同一件事。

例如，当一位训练有素的佛教徒听到事物是由因而生的时候，对这位佛教徒来说，这实则是对苦的一种完美形容。任何由因而生的事物，都是坏消息。因为如果某事物是由因而生，就意味着它具有依赖性——不是那么接近美国人说的关系依赖症，稍微有那么一点点近似，不过在此是一种极大程度的依赖。我们一听到事物由因而生，便会立即想到有所依存的依赖关系，因此反映出不确定性，因为你总是可以去操控"因"，总是可以去破坏"因"，而且"因"也有它自己的"因"，当然我们也可以破坏那个因。"不确定性"是"苦"非常重要的一个元素或特性。

所以当我使用"苦"字的时候——我觉得这是各位应当思考的——从因缘而生的一切事物，基本上就是藏文 sduḡ bsngal (苦受)、梵文 duhkha、英文 pain (痛苦)。Pain，或许我们必须再次……好吧，暂且先用 suffering (苦) 一词。总之，有这个依赖和不确定的元素。

所以，接下来，如我刚才所说，我们都想要知道原因为何，我们都不想要受苦——显然如此，这十分清楚。即使我们很多人并不真正知道痛苦到底是什么，但我们都有个共识：我们不想受苦，而且我们想要快乐，当然如此，这一点是无可争议的。所以你我这样的有情众生，想要脱离痛苦，想要永远快乐——当然会想要。“永远”，这个“永远”非常重要。“永远幸福快乐”，那有点……于是我们立即会想探寻因的根源，这是我们需要寻找的，不是吗？

这就是为什么说——藏文——所以佛陀有他的……“论点”一词也许不恰当，应该是“见地”——关于到底什么是这一切苦之根本原因的见地。所有苦的根本原因是藏文所说的“烦恼”，梵文 klesha，染垢，情绪——我不知道对此应该用哪个词——总之是藏文所说的“不如理作意”。

或许我会尝试做些解释。比如看着某个东西，像是草莓——这是草莓吗？这是什么？好，覆盆子。看着这样的东西，并且立即产生错误的想法，没有真正按照藏文所说的“簇新”方式——如理、按规矩——意思有点像是“应该如何看待”。

既然他们在这里，我们就用一下，我们必须好好利用他们。对，“我们应该如何看待事物”，而我们不是一直都能如理看待。

有一篇很好的总结，是由伟大的萨迦派上师萨千贡嘎宁波所撰，那是对十二缘起极为美妙的简述。像是我们看向某物时，会马上看到这个东西，但却不是用应有的方式看待它。只是简要地说明：通常我们是把这颗莓子看作一个整体、一个单位，通常我们把它视为一个标签——草莓？覆盆子？反正是一个标签。此外还有许许多多其他事情，会确实妨碍我们，令我们无法用应有的方式去看待它。比如，看作是恒常的——会有一些这样的看法，其实很大程度会如此看待，是恒常的，会有这种强烈的感觉——或许我用“恒常”一词的时候可能听起来很不合适，但其实非常贴切。视为恒常的，还有独立的——我们总是视其为一个独立的事物，忘记了覆盆子有依的自性。这些全部放在一起，我们就落得以错误的见地看待它，最终不是用正确的方式去看待事物。

可以说，基本上这就是所有情绪之母——希望、恐惧、期待……一切都由此产生。于是，你看着这个东西，你的习性令你用不是真正应该看待它的方式看待，而是看成某个别的东西。像是在我的情况中，看成了草莓，因为我不知道两者的差异——我猜草莓是大粒的那一种。

总之，如果有急迫的事情，像是饥饿——像是，如果你是吃纯素者，是叫纯素吗？像这两位一样？如果你是素食者，如果你极需吃水果，假如你是热爱水果的人，什么人都一样——如果你感到饥饿，那么你会立刻有所行动。

不仅是行动，我会根据萨千贡嘎宁波所言，简短讲述这点，他的著作实在很棒。你会立刻贴上覆盆子这个标签：非芒果，非淀粉，无卡路里——瞧，诸如此类的——无卡路里，有益健康，有助消化。接着就是“我需要”、“我想要”，各种拿取、假名虚设、创造概念等等的一切，进而产生贪爱。接着差不多在那个时候，也产生了……生出了一大坨东西。我认为“一坨东西”是个恰当的词——藏文“垛垛”怎

么说好？一坨东西。

基本上，我们的习性生出这一坨东西，就像这个——我们的手臂——这是一坨东西。基本上，串习变成了一坨东西。这是一坨东西，你能相信吗？这不过是习气所生的肿块。这些莓子基本上也是一坨物体。所以习气生出了一坨物体，而这坨东西，因为它生出来了，所以必然会死去——生带领你到死……等等的。

总之，我刚才解释的那一切——如果你还记得——就是我们所谓的"业杂染"。好，当我们说到情绪时，我们说有三种情绪或杂染：第一，烦恼杂染；第二，业杂染；第三，生杂染。

烦恼杂染基本上就是对某事物有错误的想法，基本上就是没有看见实相，例如因缘相依、无常等等。然后这生出了"业杂染"，可说是业行的杂染情绪——杂染情绪，像是贪爱、做些事情、采收草莓、买东西、像是衡量……诸如此类的一切事情。从而生起"生杂染"，产生"出生的杂染情绪"——生、出生，这样翻译可以吗？

所以这三种杂染，基本上真的就像是十二缘起支的浓缩版。这就是佛陀所教授的内容，明白吗？

只是总结一下：我们都想要快乐，我们不想不快乐，我们的确不想受苦。所以，这一切苦的根本原因是什么？很多人有很多的想法，但这是佛陀的想法。

大家知道，我们在谈的是"唵耶达玛嘿图帕巴哇"这个咒，这就是佛陀所教导的内容。关于那个烦恼……基本上，我们说佛教导了因，佛所教的就是这个，而这是佛陀教法非常重要的核心。

事实上，几乎所有的教法都是如此，譬如《心经》或《般若经》。我的意思是，如果你读《般若经》，像是《心经》——对大乘佛教徒来讲，《心经》是最重要的一部佛经。据信这是在两千五百年前，一个叫灵鹫山的地方，有一场最为重要的会议，甚至比什么七国峰会或联合国峰会都来得更加重要。灵鹫山顶上所发生的，远比那些峰会重要得多。与会者是赫赫有名的不凡人士——当然有佛陀本人，还有观自在菩萨、舍利弗，以及如此众多的摩诃萨埵、菩萨、阿罗汉，非常之多！

他们并没有讨论经济。他们没有真的讨论经济，尽管他们完全通晓经济学——要知道，在他们当中可是有非常多伟大的经济学家，我想还有按摩师、健康专家、语言学家，有极多的伟大人士。那么他们讨论了什么呢？他们没有讨论经济、政治，甚至连生态也没讨论，你能相信吗？但他们讨论的是如此重要的事情！他们说，这将会改变世界！就靠这个！并且唯有这个才能做到——其实在接近《心经》末尾处可以读到，这是解决外、内、密一切病症的唯一医药或疗愈方法，这是他们所决议的。

如果你读《心经》，就会发现他们在讨论的是苦因（集）和因的止息（灭）。有许多——美国人怎么叫来着？——自以为聪明的人？对吗？有许多自作聪明的人提出一个又一个论点，认为"这就是造成这个问题或那个问题的原因"，但却没有很多人提出：能够灭除因的是什么——明白吗？所以这个"唵耶达玛嘿图帕巴哇"的第二部分极端重要！因为实际上，佛陀不仅教导了所有痛苦和问题的原因是什么，

他实际上还说明了各种不同的解决方法。我说"各种不同"时，真的是指各种不同的方法——好多方法！他教导了如何摧毁、抽干、销毁、消灭，如何中断、如何终止苦因，以及关于终止苦因的可能性。

这里有个很大的争论。我的意思是，在这里你真的可以用非常学术性或智识化的方式来思考：真的有可能终止苦因吗？因为一旦你做某件事，像是如果你想终止草莓——终止草莓的这个行为，便是另一个因的开始。那真的有可能灭绝、终止所有的因吗？有可能——这就是佛陀教导"灭"的地方：其实，终止所有苦因是可能的。

只是简短说一下：我们怎么才能做到呢？我们只要一做什么，像是去终止苦因，难道不就是在"做"吗？其实佛对于如何什么都不做，教导了非常令人赞叹的系统化道途。这是很难的一件事，非常非常困难，但确实有这样的法道。

总之，以上是关于缘起的略述。在藏地，藏文"添卓"（缘起）也有吉祥的意思，这其实非常有意思，我还挺喜欢这点的。它当然有点——其实是在很大程度上——被藏族习俗和文化给劫持滥用了。举例来说，在清晨的时候，我父亲如果看见某处放着个空桶子，他会非常生气，他会说："这是不好的缘起，我们必须马上把桶子装满！"乍看你会觉得这是非常藏族文化、非常迷信的，但如果你能欣赏因和缘的作用，它其实是合理的，确实有其道理。

这就是为什么在开始进入这个复杂主题前，我想告诉你们我为何认为——其实不是我这么认为，而是来自伟大上师们的看法——因为我们正在经历一个如此奇怪的时代。像是以我自己为例，如果你问我明天要做什么，我没法告诉你。为什么？因为这个东西，因为这个苹果产品。所以我是关在"i监狱"里——一切都是iPhone、iPad，i这个、i那个，这只是其中一例。有如此多的变化，我不知道它们是好是坏，我不知道。我自己是个非常悲观的人——我觉得，到尽头了，基本上这世界正在走下坡路，这世界无可救药！挽救不了。四处稍微节省一些塑料，这很荒谬！少砍几棵树，这有什么帮助？丝毫没有。我自己是很悲观的人，无论如何……

但变化如此繁多，而这些变化也都会对我们的脑袋造成影响。我不知道三十年后的情况会是如何？我能猜想——像这个东西会进博物馆，人们会看着这个笔记本电脑，评论它很笨重、落后之类的，也许它会复古流行一下，变得很潮。我不知道，说不定我们会植入……其实有时这还挺诱人的，像是原子大小的那种东西——叫什么来着？原子大小的GPS监控设备，把那植入学生体内！监控他们在做什么、想什么，或是正穿着什么——这是可能发生的。

总之，我在说的是持诵这个咒语的利益："嗡耶达玛嘿图帕巴哇嘿吞得桑……达他噶多哈瓦搭特得桑嚩又尼若答，欸旺哇底玛哈夏惹嘛纳梭哈。"

我们知道这一切都依赖因和缘，并且在一定程度上，我们可以操纵因和缘。比如，如果你觉得需要改善自己的肠道蠕动，你可以喝这个、喝那个，像是如果你便秘，你可以摄取纤维；如果你需要增强性功能，可以多运动，任何办法都行，无所谓——我相信你们很多人都对此经验丰富，而且能在谷歌搜

索到办法。在一定程度上，我们可以操纵因缘，我们可以尝试理解因缘，但只在某种程度上能做到，比如只有一两代的范围内。

但是记得吗？每个因都是由百万种其他因缘形成的，而这非常难以理解！你为什么在想现在正在想的事情？你坐在这里，正在进行某个教学，你却可能突然有个古怪的念头——为什么？你这辈子从未有过任何古怪的念头！为什么今天会有？为什么发生在现在？这样的事是可能发生的。所有这些因和缘，像是这个因缘的其他因和缘，等等等等，如果我们深入探讨，会变得非常困难，只有证悟者能告诉你。

所以当我们不能理解那些因缘的时候，不能理解那些祖父母辈的因缘时，会发生什么事呢？我们不是变成持常见者，就是变成持断见者；我们要么变得高傲，要么变得抑郁。我们没法操纵那些因缘，因为我们不知道那些是什么！而缘起咒就是为了操控、改变、转化这些看不见、不明显的因缘。

是因为真言（咒语）的力量吗？是的，但不仅因为这是一种天启，或是某种——我不知道怎么说才好——某种超自然的魔力吗？我想说不是的，不单单因为那个，而且我们应该定义什么是魔法。什么是魔法？这就是钦哲旺波似乎……这完全是我自己的见解，所以可能是错的，不过……这个魔法是什么？

大家知道，刚才我在谈真言的力量。你可以把它理解为某种巫术，或是某种符咒或咒语——是咒吗？我不知道怎么回答这个问题，我想说不是的，它不只是个咒，但咒是什么？我们在这里为什么能有咒？这里的魔法是什么？

在这里，魔法是用两个字表达：欽旺。这非常重要，并且也非常难以理解，要表达这点并不那么容易。在这里，拜托——那些自认是密宗狂热分子的人，要知道，我可不是在教密续，好吗？这里的"欽旺"，我只是就此在谈因乘之道。那么这里的魔法是什么呢？让我先用简单的方式讲解。

瞧，为了说明这个魔法，我又得回去讲先前说过的。记得之前我告诉过你们，当一位训练有素的佛教徒听到"一切事物皆由因而生"的时候，他们耳朵里听到的是"苦、不确定性、痛苦、有依"——记得吗？但其中也含有另一个元素。当训练有素的佛教徒听到"事物皆由因而生"的时候，他们受过训练的心会立刻如此作想："这是相对的、非真实的。"换句话说，其实就是：那些被我们归结为出于某个因而发生的事物，其本身就切实证明了完全没有真正的"生"可言。这就是为什么佛教徒不太相信创世论，因为我认为，当我们谈论某个创始或起源时，我们在讨论的是作为一个全能资助发起人的初始肇因——这是佛教徒不谈的。

所以对于训练有素的佛教徒来说，听到"事物皆由因而生"的时候，他们耳中听到的是：相对的、非绝对的，明白吗？是相对的（世俗的，非胜义的）。为了便于沟通，让我们暂且称之为"虚假的、不实的"，可以吗？

现在让我们回来讲魔法。因此当我谈到魔法时，魔法是什么？魔法是：虚假和实相不可分离，那就是

魔法。一公斤的水即一公斤的湿气；一公斤的假相即一公斤的实相——类似那样的例子，只是为了便于理解而这么举例，我在这里说得有点夸张，可能不是夸张之词，但总之我想如此声明，以防这里有些热情的知识分子会多想。

总之，这就是美妙之处，这就是一切事物的魔法！这没有发生在你我身上，但没发生也是一种发生，还有这些……这就是魔法！这就是包含在“喻耶达玛嘿图帕巴哇”内的含义。

如果你可以在持诵这个咒的时候真正具持此见解，如果你能够带着这样的了知来持诵——不仅是思维，而是确实的了悟——那么问题就解决了！因缘就会被灭绝、摧毁、抽干、烧尽、毁坏、解构。就算没有，至少你也设法贿赂了它们，可以说至少你设法创造出一种共谋。如果你能设法与这貌似系统性的因缘一同创造出那样的阴谋合作，那么你就达到目的了，你就挺好的，你便是值得礼敬的对象，因为你不容易被……是的，你不会轻易堕落。

好，正因如此，特别对大乘佛教徒而言——我想所有佛教都是这样，但大乘佛教尤其如此——缘起宛如空性的一个同义词：空性，就是缘起。嗯，我不知道，也许我把你们搞糊涂了。但事实上，你们的缘起几乎像个自相矛盾的悖论，几乎像个矛盾修辞——缘起（有依的生起）……缘起不是一种真正的生起，它只是看似如此，它只是如此显现，但其实不是如此。

这说来容易做起来难，因为对于如你我般的大多数众生来说，即使它只是那样显现，我们最终却总是认为那不仅是表相，而是真实的。所以，将幻相当真，便是我们所谓的颠倒迷妄。迷妄会创造出更多的习性——还记得习性会造成什么吗？习性会创造出一坨东西，习性创造出肿块，什么样的肿块都一样：食欲过剩的一坨肿块、有六块肌的肿块、各种各样的肿块。事实上，这是一坨极为巨大的肿块，整个六道就是一坨东西，基本上六道全都是一坨东西。这个“lump”（一坨东西）字有没有某种负面的含义？哦，太好了，那表示我选对词了！它就像是一坨多余、过量的东西，是个负担，并且其实是个荒谬的负担。有些负担并不那么荒谬，但这个负担……

这一切肿块都有点荒谬，因为你其实根本不需要它。你可以没有它——只需平稳地调转一次方向，几乎就能终止这一切。但我们就是改变不了自己的方向，我们太习惯于现有的方式了。而当我们如此习惯某些事物的时候，对于自己不熟悉的其他事物就会极度缺乏安全感。我们很多人根本没有对抗这种习气的胆量，于是便有了各种受制于时间与空间束缚的压力——各种各样、数量庞大的压力。

就连很荒谬的事情也会带来压力。就像我那天告诉某人的：预约做个按摩，也是一种压力。星期三下午四点按摩，预约好之后你就有压力了，你必须一直记着这个按摩的约。因为这样的压力，你的寿命就减短了。如今，拜电脑以及各种系统所赐，我们的世界已经变得没有预约和日程计划就活不下去。大家知道，佛教徒讲三种苦，我认为这就是一种苦——我认为安排日程计划应该是第四种苦！这确实是一种现代疾病，糟糕透了，而且非常令人抑郁，是最令人抑郁的事情之一了。或许我现在过于激动，不过像是我现在就在讨论2015年4月要做些什么，这太令人抑郁了。

我们刚才在讨论因、缘及其果，以及究竟的因。好，因为有因、缘、果，所以有结缚和解缚。因和缘的结缚，即纠缠其中；解缚则有点像是藏文的"序"，也就是破坏——解缚就有点像是从中获得释放。这个结缚纠缠的过程，就是我们所说的轮回体验；解缚且终于具有不受束缚的幻相，则是涅槃。

这其实是一个非常重大的宣言，因为这说的是：轮回与涅槃两者，以及就此而言的道本身——道之所以会存在，是因为……要知道，当我们讨论道的时候，就必须讨论目的。你必须有一个道的目标，而目标呢，用很粗俗的话来说就是快乐，但其实解开纠缠、解开因缘的游戏，那才是道的目标。所以这就是在告诉我们：整个轮回、涅槃和修道的游戏，都可以在因、缘、果的范围内加以讨论。这是个非常大的主张。我不知道怎么说才好——我工作做得不到位，显然我的表达不到位，否则基本上你们应该要震惊得从椅子上摔下来才对。如果你能理解的话，因为这简直太不可思议了！整条宏伟的修行之道，都包含在结缚、解缚这个简单的表述之中，或者说是松开、解开缠结。

这里，关于"欸旺"，我再多说一点。魔法，神奇的魔法……这是龙树说的。他赞颂佛陀时说道："我礼赞那位从未说过舍弃轮回就能证得涅槃的佛。""我礼赞那位说过了知并无轮回即是涅槃的佛。"

好，也许会有一个实际的问题：那这关于道的一切又是从何而来？道，此道为何？道之所以存在，是因为我们有解决问题的冲动，就这么简单。我们有修理东西的习惯——我们经济体的一大部分就是修整东西，不是吗？修复东西、解决问题等等，道就是因此而存在。意思是，如果你有个问题，而你只是假装"我没有问题"，那不管用，因为只要你一顿午餐和晚餐不吃，就会发现自己还是受限于问题；如果有人捏你伴侣的屁股，你会发现自己有问题。一旦你有问题，就有要去解决问题的习惯，所以具有这种习气的人需要道。

就此，寂天美妙地说——这是一段我钟爱反复引用的话，而且只要我活着，我肯定会一直引用：

"为息众生苦，不应除此痴。"

这是寂天所说。我粗略糟糕地翻译，意即："为了驱除痛苦，为了让自己从苦中解脱，有一种无明是你暂时被允许拥有的，那就是认为有证悟存在的无明。"这便是佛教之道的构成方式，这就是佛道的特性。

现在容我再多做些阐述，因为既然我电脑里带着教文了，我应该努力把这讲完，否则我会有罪恶感。这是佛陀所有八万四千教法的精髓——"喻耶达玛嘿图帕巴哇"，法之缘起心要。因为"宁波"意指心要，所以这是所有佛陀教法的心要。但出于实际需求，对于不同人、不同根器的人，不同态度、不同心态的人，不同成长背景、不同文化背景的人，荷尔蒙不同的人，各种不同的人——对这所有不同种类的人，佛不得不说各种不同的教法。

有些人只想迅速逃离轮回，只想彻底斩断这荒谬的因缘游戏。对于这些人，佛陀主要教导五蕴，把教法重点放在分析五蕴上，进而引导他们理解人无我。而关于人、众生、我——还记得那个草莓的例子吗？那是一个巨大的误解！我们不应该用那样的方式看待自我，但我们却总是这么做。要认出这个误

解，识别它，然后确实根除它——这是非常深奥的教法，是如此深奥的教法！

许多所谓的大乘信徒和金刚乘信徒，尤其是金刚乘信徒，他们优越感十足，瞧不起这些教法。但这是非常不幸的事情，因为所有这些关于佛性、人人皆佛之类的讨论，或许一时能很激励人，感觉非常亲切呢，令人大为振奋，但我们最终总是会落回自己旧有的自我厌恶习气当中——那种自卑感，完全的……我们要么以极度傲慢自大的方式来展现，要么表现为自我厌恶之类的。事实上，这方面的佛陀教法，正是要拆解我们对于“我”的想法。

谈到无我，似乎有些人会对“无我”感到有些警戒，因为你会觉得：我们已经在自卑了，这个“无我”又是怎么回事？但对于自卑的人来说，“无我”恰恰是最好的教法，因为这样你连自卑都不需要了。实际上，我想指出这一点：解构是非常重要的事情。人类由于被养育、被抚养的方式，会发展出某些特定想法，这些想法来自童年、遇到的情况等等，我们发展出习惯，习惯进而变成一坨东西——记得吗？之后，我们有点知道这是痛苦的，于是我们听闻诸如本尊、咒语、如来藏、佛性之类的东西，这些全都非常激励人心。但在关键时刻，人总是会……一旦有人捏某人的屁股，或者当你错过几顿午餐或晚餐时，或是股市崩盘之类情况发生时，旧习气立刻就回来了——不对，是我执的旧习气，其外裹着自我厌恶的外衣；对大乘和金刚乘信徒而言，又再裹上一层佛性、“我是本尊”等等的外衣，但里面的根本罪魁祸首仍然完好无损。

总之，这是个问题。而且，记得吗？我们说的缘起有两个元素，这教法有两个方面：佛教导了因，但不仅止于此，佛还教导了如何斩断这个因。那么对于这类人，他是如何教导的呢？是通过止、观等次第，基本上就是确实熟悉于实相，熟悉如何正确看待事物，基本上就是正确的思维模式。接着，这会引导我们斩断那所有曲折纠缠的根，然后实际上你就臻至涅槃了。这与缘觉乘的辟支佛非常相近，但这里我不对此做详细阐述。

另外还有一种人——我刚才在讨论各种不同类型的人——还有一种人，他们怀抱更远大的愿景。他们不是只对逃离轮回感兴趣，不是只对断除痛苦这样的短视愿景感兴趣，不只看重短期的目标，而是具有更宏伟的愿景。菩萨道的一切都与愿景相关，愿景很重要。藏文就是“策美”——无量，具有无量的愿景。美国人应该对此很熟悉，我总是告诉藏族人：美国人的祖先，例如那些规划纽约市的人，他们其实必定具备了宏大的愿景——保留了无数亩的土地来设立中央公园。我的意思是，当时，也许是一百年前，我确信当时还没有那么多车，但他们在那时就已经有这样的远见。所以要有远大的愿景。

而菩萨的愿景，简而言之就是：菩萨从来不想把工作做完。意思是，终点、目标、终点线，这些从来不是菩萨的目标，菩萨不在乎是否到达终点线。如你们所知，《普贤行愿王》说：如同天空无边际，也有那么多的众生，并且我的祈愿也是同样无量的。伟大的菩萨们，像是地藏菩萨，实际上发愿愿自己永不证悟——这是伟大的愿景。

我认为，这种宏伟愿景真的是像我们这样的人所确实需要的。因为如果你有远大的愿景，比如说你做

生意，你有赚十亿的大愿景，那么你对几百、几千元的损失就不会非常在乎，因为你有一个远大的愿景。如果你的愿景不是要到达终点线，如果你的愿景完全不是关乎自己能够获得证悟，那么这会顿时令你从种种荒谬的问题中解脱。

总之，有些类型的人具有非常宏伟的愿景，可说是非常善良的好管闲事人士——他们是极其优雅的鸡婆人士，但他们也懂得如何管闲事。因此对于他们，佛就讲了缘起咒。我仍然在讲缘起咒。这个咒基本上是指：因为有那样的愿景，于是现在能以更广大的视野看待苦因。痛苦的因不仅是我执、执着于人、执着于自己与我，其实是执着于一切。因此，真正发愿了知一切皆无我，至关重要。为此我们要怎么做？

菩萨创造了……记得缘起、吉祥、相依吗？要知道，这是场游戏——记得吗？被因缘束缚捆绑的游戏。所以现在我们要玩另一个游戏，以将自己从缠绕中解开。对具有这种愿景的人——你和我，我们很多人都应该修持这种愿景——我们应该真的去创造这种因缘。方法包括通过试图操纵情况来创造因缘，比如一杯牛奶，你放一点糖，牛奶就被操纵了、被破坏了，它变成了甜牛奶。就像这样，菩萨们、我们试图做的是：但凡我们能够做到，只要有时间的时候，每当我们记得的时候，都在各个情况中试着加入慈悲——这就是例子中的糖，以确实混淆因缘的游戏。我们必须混淆它。

其实菩萨道有许多高明的策略，甚至……我刚才谈到贿赂——可以贿赂这个颠倒迷乱。我们甚至可以派遣间谍，可以让"自我"认为它赢了，给它们一点小小的胜利。菩萨道是不可思议的法道，简直不可思议。但最终的结果，总是在于毁去罪魁祸首。

例如像是四无量心：慈、悲、喜、舍；世俗菩提心、胜义菩提心；六波罗蜜——其中的第六项，般若（智慧）是绝对必要的。但对于较为初级的菩萨们，我们让他们拥有布施的喜悦、拥有持戒完好的喜悦。

或是拥有某种精进努力的指标。当然，智慧是最重要的——超越的智慧，无二的智慧。事实上，菩萨道的速度、菩萨道的力量、菩萨道的影响力，全都取决于一位菩萨能多大程度地运用智慧。

有一种菩萨，也许非常具有慈心和悲心，但这慈悲心却不是——"伴随"不是恰当的词——这菩萨的慈悲心不是根源于智慧，不是以智慧作为封缄，那么这种慈悲便是较为狭隘、较为局限的，这样的菩萨也会感到疲惫和气馁。或者，我该以更正面的方式来说：这种菩萨需要更多的鼓励，需要更明确清晰的法道。

同样地，以"止"这类法门为例，"止"基本上就是如何不分心、不散乱的技巧。但如果这个不散乱的技巧没有根植于智慧——当然，我们说的是最高层次的智慧——那么，心专住一点的定或许可以非常令人惊叹，可以练就心一境性，看起来貌似一切尽在掌控之中，但是……记得我说过用各种外衣来包裹吗？抱歉我说得非常隐晦，但现在我只能做到这样。如果心一境性不是根植于智慧，那基本上这不是一位真正菩萨应该奋不顾身去追求的东西。若是毫无智慧，谁在乎你是否具有专一无散的伟大心力

？那没什么用处。因此，智慧变得非常重要。

不仅如此，智慧还非常激励人心。看似冗长曲折的菩萨道，看似数目无量无边的众生——别说无量了，单就我们试图帮助一位有情，他的情绪、他的需求、他的问题、他阴晴不定的心情、翻来覆去的个性，或不断改变的气味等等，要忍受这一切并耐心以对，对菩萨来说是极其艰难的事情。当你没有智慧的时候，大多数时候，当你缺乏智慧而去帮助某人之时，你不过是将自己对他"应该拥有什么"的想法强加在这个可怜人身上，因而变得问题重重。

对我们之中某些没有智慧的人而言，这听起来很令人沮丧——那我们该如何是好？这就是我要说的结语：发愿。

发愿是最可行、最有望实现、最具操作性、最经济且非常实际的缘起。想要创造吉祥缘起，发愿是力量最强大的手段。如果你想做一位菩萨，如果你要打这场战，发愿就是你最后的救命子弹，你要把它留在腰带里，并确保它一直跟着自己——尤其是在小便之类的事情后，明白吗？它有可能掉的。发愿是如此重要的事情！

我已经做过几次了，不过我会再次念诵缘起咒，作为口传。

[仁波切给缘起咒的口传]

这是口传的传统，藏语称作"咙"，这也是在创造一个因缘。我从我的上师——其实是很多上师——那里听到了这个咒的咒音，他们是从他们的上师处听来，那些上师又是从自己的上师处听来，我们可以一路上溯至马胜尊者，而马胜尊者最初是听闻自佛陀。可以说这具有某种精神上的DNA，这就是给大家口传的原因，与我是否有力量等事完全无关，不过是为那些过去尚未听过口传的人创造一个业缘连结罢了。

我想我已没什么别的可讲了。我们已经完成了……原本我只是希望……我原先以为一亿遍的念诵——还是十亿遍？对，十亿遍——原以为十亿遍要花很长时间，但不知怎么，世界各地的大家变得如此精进，我很吃惊。我必须坦白，我自己就只念了五遍。总之，非常令人惊讶，从宣布起至今，我们已经完成超过一半的咒数了。

所以，现在我正在酝酿一些创造合适因缘的其他想法，还没决定——也许当我们完成这个持咒时，或许可以供养十亿朵鲜花、供十亿盏灯、放生十亿生命，诸如此类的。像你我这样的人，我相信在座很多人都是如此，我们也喜欢做这些事——而且我们应当做！这会创造贤善。

要知道，像禅修这样的事——不追赶过去、不期待将来——这些全都极为困难。我得告诉你，大多数时候你不过是在欺骗自己。我确信那看似令人印象深刻——坐得笔直之类的——看似令人印象深刻，然而或许这对你也是种放松，以便你下周一又能刻薄起来，你完全准备好了。但是，如我刚才说的发愿，还有这些修持，虽然貌似非常宗教化，但我认为这些相当重要。所以等我们有了确切想法，就会

和各位分享，并希望大家参与。

大家知道有个叫网路直播的东西——从前我不知道有这个东西。这次我在柏林授课，教学结束之后，我的一位台湾出租车司机朋友马上传了一个简讯给我，他说："谢谢您，我已经听闻您的教学了。"我说："你是怎么听到的？"他说是通过手机，在市里边开车边收听。好吧，基本上我的教授可能确实是浪费你时间的一大肇因，但因为内容至少是关于佛法，希望这可以创造出合适的因缘。

但有些人似乎录下了这些教学，然后上传到YouTube等网站上。我讨厌从机器里听到自己的声音！从电脑里看到自己说话就更糟了，我完全无法忍受！所以在此，我请求各位不要那么做。

最后，我们以此功德回向给所有菩萨和他们的事业。我经常如此发愿……我知道你们很多人都晓得，但我想要再说一遍：在我的来世，我发愿转生为女性，并作为共和党员竞选美国总统——共和党的！请发愿并支持我的愿望，欢迎有意者成为我的副总统、幕僚长之类的。拜托大家，而且其实，略加独裁一些，我是这么希望的。好，谢谢大家。