

佛塔的力量 - 第一部分

来源：https://www.youtube.com/watch?v=Gxj70NaVF_E

讲师：

这是我去过的最美丽的地方之一

。

我希望情况的改变

没有造成太多不便。

因为发生了

一些变化，所以有一件事值得注意。嗯，因为我本来应该要

谈谈佛塔的，

但既然如此，我就再简单谈谈

佛塔吧。嗯，

实际上

我想我会一直谈论佛塔，

因为佛塔

就像一个物体，它代表著

崇拜，

而崇拜实际上有很多类别，包括

外在的、内在的和秘密的。所以接下来我们会

多谈内部的、

秘密的佛塔或密室。

嗯，

佛教徒一开始其实从来没有真正使用过

符号

。嗯，事实上，

佛教徒对此非常谨慎。

即使在佛陀

涅槃几百年后，你也

几乎找不到佛像了。嗯，

例如，佛教最大的赞助者之一

是阿育王，

他使用了一些象征物，其中一个

象征物是一张长床
和两棵树，代表
佛陀涅槃；还有一个
很小的宝座，宝座后面还有一
棵树，这代表
佛陀的觉悟；还有
一个小宝座旁边有一只鹿，
象征著
佛法的转变。差不多就是这样了。
但还有
一种说法是，
500 名僧侣叠罗汉，
然后乞讨球倒扣在他们上面，上面放著一根
拐杖。所以，这位僧侣的
拐杖被放在后面，这
可能是佛塔
形状的基础，据说它代表了
佛陀的真理和心意。当然，
几百年后，
人们开始越来越多地使用符号，我相信现代人现在比以前
更懂得使用符号，例如我们会发送表情符号来表达微笑。你知道，
随著时间的推移，符号非常重要。而且，语言作为一种沟通方式也非常重要。我在
日本的时候去了一座禅寺，那里没有佛像。嗯，有一部非常著名的大乘经典叫做《
精舍经》。我想有些
人会把它翻译成钻石什么？金刚经。佛经。嗯，
佛陀说过，那些把
佛陀看作某种形象的人，他们的观点是错的
。 呃，
但是，正如我之前所说，你
知道，形式是必要的，
为了表现佛陀的形象，就有了佛像、
佛像、
绘画以及各种各样的
姿势。而且，根据不同的

文化，如果你去斯里兰卡

或缅甸等地，

你会发现很多卧佛。

我认为在上座部佛教

传统中，无常和

死亡是其基本修行之一。在

西藏，你几乎找不到这座雕像。

藏人不愿面对死亡。我

想

他们是想长寿。嗯，

然后还有言语的表达，

主要是文字，我想，还有佛塔，代表

佛陀的思想。嗯，有时候我们被告知，佛陀的心是最重要的。嗯，

这很有意思。例如，如果你去斯里兰卡，去寺庙，首先他们会带你去参观的

圣物或神龛是

人体树，这是最重要的，所以你首先看到的就是它。

我认为

当地人现在也更倾向于去那里。如果你还不满意，他们会带你去佛塔，如果你仍然

不满意，他们才会带你去有佛像的

寺庙。

许多大师会说，言语表达非常重要，因为言语、教导、文本本身就是一种思考、互动、学习、沉思、提问的方式，你可以从中找到与自身相关的意义。

很多大师会说，

最重要的就是聆听、思考和实践，

因为透过

聆听教导、思考，然后将其付诸实践，你才能最终证悟。 呃，但这只是一个非常笼统的说法，

因为佛教徒也相信因果关系。人们要进入聆听和

思考的状态，然后一步一步地

实践，这是很难的

。尤其现在，人们只有时间阅读标题，而且人们普遍都很懒，他们不想思考。太累

人了，而且非常耗时，冥想可能是最无聊的事情了

。

从世俗的角度来看，尤其是佛教冥想，可能是最无用的事。佛陀、法、禅那，佛陀的形语意都非常重要

。所以，对于像我这样来自亚洲的人来说，这真是太不可思议了，你知道，当我在阿根廷某个偏僻的地方听到这种声音时。

嗯，只是出于好奇，当然不只是人类，甚至鸟类和动物也会好奇，这堆东西是什么？

你知道，这结构是什么？这种好奇心就像是种下了业力的种子。你知道，我拍电影，所以我对电影艺术略知一二

。比如说，

你知道，例如……我记不清名字了……比如古驰，如果你看看他们的广告，尤其是一些非常棒的广告，你会发现，你

不会直接看到古驰的包包或鞋子，而是看到森林、云朵以及所有移动的事物，但总会在某个地方短暂地出现古驰的影像，据说这是在植入潜意识信息，让你下次想买东西。从这个角度来看，我认为

佛陀的形象，以及言、形、语、意的运作方式也是如此。因为如果有人问你，这是什么，你根本回答不了，你甚至…

我不知道你，你根本说不出来。它

不能用来躲避雨水或阳光，所以如果有人问你，或者有人对此感到好奇，那么你就可以深入地了解一些相关资讯了。例如，在很多很多地方，当然有很多不同的佛塔，但例如像这样的佛塔，嗯，这个四层平台，它多次代表著正念的

四层，这就是我想到的，你知道，因为我们早上和下午都会聚集在一起，所以我们会花一些时间进行一些冥想，以便构建我们内在的佛塔，因为这就是重点，不是吗？建造内在的佛塔，如果你建造了内在的佛塔，并且你四处走动，就像一个移动的佛塔，那么任何与你互动的人，他们也会受益。不仅仅是互动，例如像他们对你友善那样的良好互动，即使他们对你很恶劣，那也是一种连结。例如，就像这座佛塔，我

确信有些人会绕著塔行走、顶礼膜拜，我也确信有些鸟会在上面拉屎，

它们同样存在著某种联系，该怎么称呼呢？总之，你知道，它与正念、

无畏、无限的思考等等都有关联，还有很多很多像征意义，你可以一直谈论各种各样的解读，

你知道，说到像征意义，真是无所不谈。所以，你知道，它是无限的，它是无尽的。嗯，但是佛塔直接或间接传达的最重要的讯息或

教义是智慧与方法不可分割的。

嗯，佛塔是佛教的一种重要像征，尤其是在佛陀涅槃几百年后，出现了许许多多大型佛塔，也有一些非常非常小的佛塔，你可以把它们捧在手心里。甚至还有修行者建造

佛塔的习俗，但这些习俗现在有些正在衰落。现在佛教徒普遍认为修行就是冥想或念诵咒语，仅此而已，他们仅限于此

。但在

过去，修行的方式有很多，例如朝圣，这种修行方式很容易实践，

你们任何人都可以努力去参观这座佛塔，并将其视为朝圣的一种方式。

好的。关于外塔就介绍到这里。我们可以稍后再来讨论这个问题，你也可以就此向我提问。现在我们要再详细谈谈内塔。

好的。嗯，在佛教中，最重要的是心。而且你确实有头脑。嗯，有时候，拥有思考能力是一种祝福

。很多时候，这反而成了一种诅咒，因为它总是不断知道一些事情。

嗯，它总是注意到一些事情，这太痛苦了。有时

我们希望自己像一块鹅卵石，这样就没有希望，没有恐惧，不用支付帐单，不用阅读有关民主的文章，因为我们被困在思想中。但据莎拉所说，她是佛教中最伟大的圣人之一，或者说是大圣人。他俯身膜拜，称其为能实现愿望的宝石

。而且很多时候，不只是很多时候，实际上几乎总是，在佛教中，你所

拥有的这种心，就是他们所说的佛陀。对不起。就这样了吗？这是佛陀。

除此之外，就没有佛陀了。这是什么意思？它说这意味著，佛陀

并不受历史的束缚

。是的，历史上确实有一位佛陀，例如释迦牟尼，他2500年前住在印度，而不是在阿根廷。但这就像

他所象征的佛塔一样。真正的佛陀就是这种持续不断的认知。

我们总有那么一种感觉，总是听到一些事，期待一些事，感受到一些事。

好吧，这其实是我师父的想法。

他说所有所谓的

佛教徒都想成佛，他们为此奋斗。他说这有点像这样：如果你口渴了，手里拿著一块冰，你却到处找水。你看，这是一个重要的例子，因为从某种意义上来说，冰不是水

。冬天会结冰吗？

不，不。你知道，有时候有些腿会冻僵，然后就变成……是的。然后你就可以走过去了。但是水面上你不能行走。

你

口渴了。你想要水，而

你手里拿著水。它看起来一点也不像水，

但它就是

水。

无疑。所以现在我想补充一点，我想在我老师所说的基础上做一些补充。当

你四处寻找佛陀时，冰箱的风扇在

旋转，所以你的眼睛总是变得越来越硬。如果你放松下来，什么都不做，它就会融化，然后你知道，水就在那里，你不用到处找，这水就是佛塔内部的水。顺便说一句，你不用从任何地方下载它，它就在那里，我不是告诉过你吗？你离不开它，你拥有它，你，你，我不知道，它一直都在那里。所以，我们该怎么办？现在该如何建造这个佛塔呢？现在我们需要真正学会不要转动扇子，这需要一些努力。从技术上讲，这很难，但这和技术无关，它很难，实际上并不像火箭科学那样复杂，而是因为习惯，你做某事的习惯，你转动的习惯太强了，你知道，即使你知道吸烟对你的健康不好，但当你看到香烟的纤细，看到人们点燃它、拿著它的时候，你知道，你至少要尝试一次，你知道，就像酒精或习惯一样。习惯很难养成，这不是……所以所谓的练习、冥想练习等等，你知道佛教徒所做的，实际上是一场与习惯的战争。这是一场对抗习惯的战争。就是这样。这就是所谓的佛法修行。基本上，这是一场战斗，我用的这个词有点像一个负面的词，就像一场战争。但理想情况下，如果你擅长此道，你也可以先与他们交朋友，然后再智胜他们，引诱他们，让他们以为你在玩他们的游戏，但实际上你是在控制他们。这些都是所谓的冥想或练习的不同阶段。最高境界是漠不关心。当然，水冰就是水。水是冰。没有差别。但这对于初学者来说有点难。好的。所以，我们需要从习惯入手。工作方式有很多很多。好的。首先，一个习惯是如何形成的？有好几种方法。其中一个……嗯，而且这是一个很重要的问题。一个是连续的链条，你知道，就像火车一样，一个接一个。这就是它们养成习惯的过程。现在，即使稍微打破常规也是好事。你看过蚂蚁吗？你知道它们会跟著蚂蚁，这种小昆虫会跟著领头的，嗯，在两只蚂蚁中间，如果你用手指轻轻碰一下，你知道，那么第二只、下一只蚂蚁就会有点困惑，我想可能是温度、气味之类的，会稍微扰乱它们的秩序。好吧，同样地，扰乱它们的思维链条，我们来试试，这很容易。实际上，这正是问题所在，因为它太容易了。你不知道。是啊，太容易了。这就是难点所在。好的。好的，没问题。所以，我

不想让你想像任何事。我不想让你想任何事。我目前对你的想法不予置评。

你只需要坐著就行了。我们将静坐一分钟。只需一分钟。

嗯，但在这短短的一分钟里，

我希望你只是坐著。所以，不准抓挠，不准打哈欠，你知道，你只能眨眨眼、吞咽和呼吸。是的。或

你知道的。所以，如果你需要打哈欠、搔痒、

咳嗽，或其他任何需要做的事情，现在就去做。

去做。去做。

只想坐下来。不，没有灯光，没有光环，什么都没有

。别讲什么宗教之类的东西。就这么

坐著。好的。是的，你准备好了。好的。我认为坐姿端正很好。好，我们开始吧。

好的。这是打断思维链的

一种非常重要的技巧。嗯，日文好像叫作「只管打坐」。

如果粗略翻译，它只是“坐”的意思，但这个词包含了佛教的所有含义。这个词意义非常深刻。

对于

初学者来说，「

目前」是什么意思？尤其是「目前」这个词，可能会被理解为

不参与，例如不

去抓遥控器、不去

打开窗户、不去打哈欠。你知道你可以这样

理解它。

我需要向你解释一下这背后的理论

。现在，当你像我一样思考自己时，你会想到

四件事，四件、三件、两件，或

至少两件或一件，但

大多数时候，你会想到四件事，

就像我一样，

你首先想到的最直接、最粗俗的事情就是你的手机，它的

结构、形状、颜色

等等。

然后，还有一种

感觉，虽然不那么令人反感，但却更强大。然后，

还有一种不那么粗俗、非常微妙，

但却非常强大的东西，那就是思想。

最后一点，既有力又

微妙，那就是引用。我的体型，

对吧？我的感觉，你知道，就像
呃，就是你感受到的任何感觉，
然后你的脑海里不断回响著，
知道著什么，哦，参考是大事，
好吧，大多数情况下，比如我是一个
男人，
我坐著，
这些都是参考，
所以这四件事通常是你
提到我时会想到的。但通常情况下，当我们
思考自己的形式时，我们总是会想到这种形式。

嗯

，比如，这里指的是某个外在参照物。哦，好多东西啊，像是
我的什么东西在哪里？六，你管它叫什么？六块肌？或者，
你知道，我吃太多了。当然，这和义大利面以及纤维有关。太多
太多了。还有乔治·
阿玛尼，还有，我不知道，布拉德·皮特，看，没染发，蛇纹身，
我不知道，这就是我们思考的方式，记得旋转的风，
现在冰变得非常漂亮，变得像琥珀一样，或者，嗯，
你叫它什么？嗯，是的，水晶，我认为钻石正在变成那样，你知道，这就是我们，你知道，这就是
习惯形成的方式，这就是为什么当我们看电视时，即使阿玛尼的人在其中加入了一些我不知道的象征
意义，它现在也奏效了，就目前而言
。你做了什么？你没有向这一切
屈服。所以它扰乱了正常的思路。仅仅
因为你做了一分钟的只管打坐，脑子里就已经在想：呃哦，怎么回事？
这里肯定出了什么问题。所以他们现在需要更加努力。当然，我们也会努力工作的。现在我们用
两分钟完成。好的。所以这次
我想做的还是请你坐著，因为我们会有两分钟的时间，时不时地回到你的表格上来。
不要从大小、高矮、颜色、形状等角度去考虑。它就在这里，这一点本身就很有趣。
这条腿叫什么名字？ Nel Wii。好的。Wii 来了，这个表格也来了，好的。所以，如果需要的话，
请随意
抓痒。好的。现在
我们来做
2分钟。好的。我再次建议您坐直。今天下午，我们会一边喝咖啡一边聊聊冥想，嗯，

我不知道阿根廷的热饮是什么。 哥们儿，哥们儿。 伴侣。 伴侣。好的。任何。 好的。
当然还有看足球比赛。好的，我们开始吧。 好的。 我们应该休息一下吗？ 休息10分钟。
我们知道，这种进一步的发展