

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第九部分

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

讲师：

[笑声]

[音乐]

所以，

根据弥勒菩萨的说法，我们

正在学习菩萨的部分，也就是萨埵的力量。

我认为了解这一点很重要，

质疑这一点也很重要，例如

佛教是否总体上是一种精神道路。

我再次使用英语中的“精神”一词。

我认为生理层面非常

重要，我的意思是，公众，我认为你

知道，一般来说，我们只需要一些

爱和慈悲，一些

我不知道的纪律，比如

祈祷、冥想，所有这些

现在被称为

宗教或精神的东西的总和就可以了。但我

坚持认为，我认为

我们真的不应该去深入研究，

因为有些词被使用，

例如“法”，这是一个非常好的

词，它真的很好。我必须说，我

对她和早期的藏语

翻译者印象深刻，他们真的很好。我

认为他们也…

因为你知道，嗯，宗教，当

英语中的“宗教”一词被

翻译回藏语时，它被

翻译成“Shalhoub”，咀嚼并观察，

选择，找到，嗯，循环，那就是虽然有点可疑，但这种做法实际上意味着习俗，它是一种习俗，一种习惯，你知道，就像，好吧，我不知道，你可以说，这是一种习俗，你知道，撒花，是的，不知何故，这种笑声体现了莲花的重要性，这是一个根深蒂固的印度习俗，我会说，嗯，我不知道，亚伯拉罕诸教对莲花有这种重视程度，我不这么认为，基督徒试图不把它看得太重，是吗？但印度人确实如此，因为我想这就是印度人的文化。我的意思是，如果你读古印度诗歌，或者非浪漫主义故事，总会在某个地方看到莲花的身影，然后正因为如此，你知道，你有很多嘴巴，你有莲足，所有关于莲花的东西，不知何故，当古代藏族人把佛教带到西藏时，莲花也随之而来，但不是真正的莲花，因为它不在那里生长，而是想在那里生长的层面。有很多类似的事情，我告诉你，几个世纪以来……农民们很少见到我们，但他们确实会谈论鲁特人，说他们是用字母喂养莲花，甚至还用字母作画，有些字母简直荒谬，跟莲花的样子完全不一样。如果你有一幅藏族唐卡，我可以很容易地给你展示，它

真的跟莲花相差甚远。
其他的还不错，尤其是那些
藏族绘画，它们更
古老一些。例如，如果你去乔的家，
你知道，那里可能
藏族寺庙里最古老的藏品之一，乔的家里供奉著一尊
从中国带回来的钱币佛像，那是温文尔
公主的嫁妆。那座
寺庙实际上是由
尼泊尔公主德维设计的，所以你知道，她
在建筑设计方面非常负责，
因此有很多尼泊尔的
影响。所以那些画作相当
不错。总之，我不想
破坏它，不想分心或跑题，
但山药文化应该看起来像文化
习俗，这是一种习俗，即使我不
知道亚伯拉罕诸教的人今天是否还这样做，
比如在教堂里，他们可能
不这样做，也许他们仍然这样做，但如果你
一个印度人坚持问：“这是什么？”他们看到
这东西在扼杀火鸡，这是什么？
他们说：「你知道，他们
很擅长这个。印度人，你知道，
印度人，这就像你一样，你的
慈悲就像阳光，
我的奉献就像
莲花，但请照耀它，这样
我的莲花般的奉献，你知道，
诸如此类的事情。
」是的，这是一个循环，就像一种传统
习俗，就像一种习惯做法，
这非常强大。
西藏有一些小型高地

花卉，就是这样。注意那些黄色的花，还有蓝色的花，他们没有莲花。有很多类似的花。

当藏人研究量论（一种知识论或佛教逻辑）时，印度人在印度的逻辑研究传统中会使用大量的类比，其中最受欢迎的类比之一是牛的特征。你知道，这是否让你想起了印度和牛，你知道它在佛教经典中无处不在。而在西藏，没有牛，你知道，真正的印度婆罗门不是那种体型庞大的牛。我们称之为“颈项”，嗯，约翰，是的，就是这样。但是，在研究印度人的决定时，我发现这在经典佛教的典籍中也有体现。嗯，这可以说是不可或缺的，我的意思是，你无法避免这种情况，它一定会发生。但区分习俗和佛法非常重要。藏语中的“佛法”可以翻译成“qu”，这其实是一个相当不错的词，可能是早期译者发明的。我感觉他们可能发明了这个词。「佛法」这个字据说有十个甚至更多不同的意义。目前，大多数人使用「佛法」时，都会自动将其理解为某种精神道路，对吗？但事实并非如此。梵文中的“佛法”指的是“心”，意思是“持”，就像万寿菊一样，它具有独特的特性，因此永远不会与玫瑰、牡丹等混淆。诸如此类。所以，如果你这样想，基于此，我们就必须谨慎，不能轻易地说佛教是一种精神道路。因为「

精神」这个词，我们必须谨慎。我

不知道佛教徒是否

相信灵魂的存在，你懂我的意思吗？

我之所以强调这一点，是

因为我认为很多现代人——

我不想说是西方人，

但很多现代人确实受到了

西方的影响——

常常难以接受佛教中关于轮回的教义。

这本身就是一个值得讨论的问题，所以我

不想妄下断言。

许多

现代人难以接受佛教

中关于轮回的教义，原因在于，我认为在

亚伯拉罕诸教或

西方文化中，人们谈论灵魂之类的东西，所以轮回是自然而然的。哦，好吧，

灵魂会游历，例如

你曾经在蝴蝶体内，现在可能和一个新加坡人在一起，然后可能变成马来西亚人，也

可能变成别的什么，你明白我的意思吗？所以，对于现代人来说，这很难理解，你懂我的意思吗？因

为我认为……你把概念混淆了，好吧，你从印度引入了轮回的概念，却没有放弃

亚伯拉罕诸教或有神论者提出的灵魂观念，

你把这些混在一起，行不通，因为你知道，轮回，

佛教徒，他们真的相信灵魂，对吧？所以这就是我想说的，最终佛教徒不相信

轮回，这是错的，他们

甚至相信觉悟是真实存在的，有条件是小事，没什么好担心的，但相对而言，你相信你脖子上此刻长

著一个头吗？哦，轮回也存在，而且他们用非常非常不同

的方式解释，比如，你知道，因果关系之类的，你知道，就像这样，比如一个模具，假设你在制作一

个图像，你有一个模具，你知道，这其中存在因果关系，但你

不能说模具就是图像，或者你有几根蜡烛，你点燃一根，然后从燃烧的蜡烛上点燃下一根幻觉，只是

这种幻觉，你只是一种连续性，然后从燃烧的蜡烛上点燃。习惯和投射也扮演著非常重要的角色。例

如，如果我现在正在嚼

酸的东西，

你们这些知道那是什么的人，比如永恒的铃鼓，你们嘴里都会有唾液，但这并不意味着你们嚼的就是

我正在嚼的东西。所以，好吧，柠檬，你可以

在相对层面上做出这样的假设，你可以这么说，但相对的真理是任意的。有很多所谓的假设，像是昨天的你和今天的你，他们是同一个人吗？我们可能会说是，但实际上不是。你也不能说他们是两个独立的个体，因为那样就太复杂了。但如果你真的仔细分析，你会发现他们是完全不同的两个个体。我的意思是，昨天的你已经消失了，今天的你和昨天的你不一样。他们并不是同一个实体，否则你就永远不会老了。这里面有很多复杂的问题。意思是，如果一个罪犯说，哦，你知道，我没犯罪，那是昨天另一个人干的，那个杀人犯，你知道，注意到了，或者说那是另一个已经死了的人干的，那你又怎么能用这种逻辑来科学地判断一个人的罪行呢？所以，相对论就是这样运作的。相对论是这样运作的：腿，这里有一块木板，还有杯子、瓶子等等，你可以去任何地方。这里有一张桌子，如果主办单位在上面放了某种垫子，我走进来的时候，感觉真不错，就把屁股放在上面了。

你觉得很有趣吗？

新加坡人

安排了一个非常特别的宝座，所以桌子的概念消失了，对吧？宝座出现了。这就是相对论的功能，你不能过度分析。回到昨天别人的问题，好的，所有这些情绪是什么时候出现的？

我看得出来你在分析相对论，什么时候，什么时候，一切开始的？啊，

你在分析，如果

你

分析相对论，它就会崩溃，没有案例，好的，总之，它是一种道路，什么是身体，微妙的，不仅仅是身体，有点像父亲，什么是佛法，它不是什么，好的。通常来说，佛法只是起源于印度的一种宗教，但我们超越了这一点。

什么是佛法？佛法是一个体系或道路，它结合了智慧和方法。了解智慧与方法的结合至关重要。那么，什么是智慧呢？洞察真理，认识真理。你我终将一死，这就是真理。迟早我们都会死，这就是我们需要知道的真理。那么，如何实践这种方法呢？如何应用这种方法？假设

你和朋友

去星巴克，点了一杯咖啡，朋友坐在你对面，你们聊聊天，像是足球、赛马、一级方程式赛车之类的，我听说过一些很荒谬的事情。总而言之，你们在聊天，然后你应该看看

你正在啜饮的咖啡，看看这杯咖啡，看看它是否符合你的心意。这就是我最爱的

卡布奇诺，也许这就是它。

我可能再也见不到这个人了。

听著，有成千上万个理由说明这是

我们最后一次见面。这叫做沉思，这叫做冥想。顺便说一句，我真的需要了解这一点，因为一提到冥想，人们立刻会想到用垫子、关门、坐直等等。其实大多数时候，冥想不过是把垫子压平而已，它只是一种

仪式，本质上是

真正与真理相识。那么，如何做到这一点呢？不一定要坐著，只是喝杯咖啡，思考一下。它会产生非常美好的影响，并带来许多后续的奇妙效果。例如，你和朋友道别，因为咖啡喝完了，你的约会结束了，然后你真的会说，你知道，通常你说「好的，

回头见」的时候，你并没有什么别的意思，但这次，因为你可能再也见不到他了，所以你说再见。我必须提醒你，

你的

朋友可能会觉得你爱上他/她了，有点…你知道的。但这没关系，为什么要在意呢？反正你可能再也见不到我了，这真的不重要。但你知道，这就是关键。

所以，我想说的不只是这些。然后你……观察一个抽屉或其他东西，你真的会看到什么？哇，那些树！你听著，这可能是最后一次了。所以你开始更加珍惜，开始珍惜你从IKEA买的新桌子。通常你买回来，拆开包装，然后就再也不看它了，从来

不看。但也许这次，你明天再看它，就不会觉得它「很少用」了。这基本上是一个非常典型的例子，说明了智慧与方法的结合。当

你将智慧与方法结合时，你对自身、他人、

价值观和决定的态度会改变。曾经非常重要的事情不再那么重要，曾经困扰你的事情也不再困扰你，等等等等。你现在的样子，你现在的样子，智慧与方法结合的技巧变得越来越复杂。为了理解这

一点，我们将要讨论的，将

智慧与方法结合起来的力量的影响，叫做「Bhumi」。

「Bhumi」这个字的意思，我猜是地面或土地，也可能是马来西亚土著语，对吧？

Bhumi是马来西亚土著公民的意思。马来公民，这片土地的人民，土地，土地，土著，公民，国民，你知道你是，你知道，你知道，你真的明白——真的，我这么说是因为，好吧，所以，这片土地的繁荣，当我们谈论第一次繁荣、第二次繁荣、第三次繁荣时，我们并不是在谈论某个实际存在的地方，我们

基本上是在谈论你如何将智慧和方法结合起来，你能够做到什么程度，以及你拥有多少智慧和方法的结合，就像我在星巴克咖啡杯上提到的那样，智慧和方法的结合。

你知道，好吧，这可能是我最后一次和这个人喝咖啡了。在这个层面上，我会把土地称为累积的一部分，也许这真的很重要，

你应该这样做，当你继续这样做，

当你继续这样做，因为

你正在成功地将

智慧和方法结合起来，这实际上又是一个非常优美的术语，我们称之为应用的一部分，你知道应用的一部分，第一阶段被称为温暖，某种温暖，温暖。就像你摩擦两根树枝，在它们变成火之前，它们会发热一样。同样，在累积阶段，你要努力将智慧和方法结合起来，一遍又一遍地结合。然后，因为你

现在已经习惯了，所以要真正运用各种各样的方法，不仅仅是我刚才跟你说的

卡布奇诺咖啡的方法，而是各种各样的方法。就像《华严经》里有很多方法，即使菩萨上楼、下楼、扫地，

方法也很多，有些真的非常非常

奇妙有趣。但是当菩萨即将入睡时，这是怎么回事呢？

你知道，习惯的养成，训练，让菩萨感觉好多了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要睡著了，你懂吗？你这样想，第二天早上闹钟响了，啊，我

现在在睡觉，睡觉，睡觉，睡觉，哦，我在做梦，哦，我在坐著。这里，艾玛的所有花朵

图案，这就像一个梦，我在这里做梦，你知道，就像这样的训练，这再次只是将智慧和

方法结合起来的一种方式。这有很多，甚至包括坐姿端正，顺便说一句，

我并不反对坐姿端正，甚至包括呼吸，那也是一种方法，木瓜，哦，阿亚方法非常重要，那些热爱智慧的人永远不会放弃开放的方法，因为有时开放的方法是最有效的，你知道，它们看起来最不可能，

就像你知道，如果你耳朵里进了水，有时开放的方法就是往耳朵里，然后像

你知道玩家可能会觉得很有趣，这些方法

就像，是的，如果你想做番茄汤，你总是可以阅读食谱并一步一步地进行

操作，但如果有人能真正告诉你番茄汤的奥帕亚，你就可以跳过很多步骤，或者告诉你番茄汤奥帕亚的人知道你不太擅长阅读一步一步的说明，所以他或她可能会给你一个完全不同的指令，哦，天哪，

这可为不同的总之，是的，随著你越来越接近，随著你对智慧和

方法越来越自信，我认为你会达到一种渴望，渴望接受这种考验，能够保持在智慧和

方法的结合之中。这就像学习骑自行车一样，我想一开始

你会摔倒，这里摔一下，那里摔一下，

你知道，这里擦破一点皮，但是当你坚持练习一两分钟后，你就能真正地站立起来，或者说，你能真正地保持一两分钟的平衡，然后你开始渴望那种感觉，你被那种能够保持平衡的瞬间所吸引。一旦你

死了，精进就会更加强烈，你永远不会满足。

我想这就是我们所说的「温暖」的描述，然后你渴望它，然后一切你都会变成一条道路，这是一条大乘道，摩耶（Maja）。摩耶（Maja）这个词，我们使用摩耶（Maja）的原因并非随意而为。嗯……

为了赞美这条道路，它与玛雅瑜伽截然不同，因为它有著宏大的视野。为什么是宏大的视野呢？因为它是这样的：如果你切菜时剩下很多用不完的东西，

你会把它们丢掉，变成垃圾，对吧？你丢掉你不需要的东西。但如果你是一个喜欢把它们堆肥的人，对吧？每天都在利用它们。没错，

我想我找到了我一直在寻找的字——大乘佛教就是零浪费之道。它真的是零浪费，没有任何东西被浪费，因为一切都是可用的，一切都是可用的，没有一样是浪费的。所以这

是因为宏大的视野。这也是它拥有宏大视野的另一个

原因。更传统的说法是，大多数其他的瑜伽士的观点是，就像你昨天说的那样，你只想摆脱某种束缚，你想达到涅槃，为什么你被困在轮回中？是什么让你留在轮回中？是执著于自我。所以很明显，你想摆脱

这一切，

你想做什么？你斩断了根源，但你知道，束缚，斩断了将你束缚在轮回中的绳索，也就是执著于自我、自恋。

我的意思是，与其他许多方面相比，这已经很宏大了。但是，身体等等，这又是怎么一回事呢？渴望解脱，认为存在束缚，认为轮回是坏事，认为涅槃

是好事，这本身也是一种束缚，也不是解脱。

因此，巽他（空

性），一切现象的空性，不只是执著于自我

或自我本身，这就是宏大的观。因此，是的，这对初学者菩萨来说可能有点难，因为

你

知道，仅仅理解宏大的观就已经很复杂、很深奥了。但是，初学者菩萨可以拥有的，是我们昨天讨论过的，昨天的宏

大观。 Makhachkala 的激励记录了你在家里 Jessop

的愿望，即希望用拉丁语来说，所有有情众生都能得到满足，而不仅仅是希望养活所有有情众生或为所有有情众生提供住所，或者在世界各地建造成千上万家医院——当然，这些也很

伟大——但人生中的

愿望本身就很伟大。所以从动机的角度来看，大乘佛教的伟大观点，以及

Joshua

的伟大方法，我认为能够做到其他佛教徒认为无法做到的事情，那些被认为是不道德的事情，那些……嗯，是的，

所有这些都可以被接受，不仅如此，它们就像……一团一团糟，有一些很棒的方法，嗯，这些方法如此简单，却有著

如此巨大的影响和如此多的功德。这些方法的一部分是其他

宗教、道路或方法

无法做到的事情，

我使用的另一部分是过时的或通常不被采用的事情，

你知道，那些正在被采用的事情可能是闲置的，或者举个例子，你知道，作为人类，我们不会去我们不随意杀人，这并非出于怜悯，而是因为你知道杀人代价不菲，杀人并不

便宜，

而且需要杀人。你知道，冥想要容易得多，宗教对此的记载不多，但杀人就需要自律，需要勤勉，需要积蓄力量。所以我们不随意杀人，但你也没有不

杀人的

方法，你懂吗？你没有，你只是懒惰而已。

但是，身为菩萨，你发誓直到证悟为止不杀人。你发誓，即使在睡觉时，即使在打麻将时，你也不会杀人。

好吧，你甚至都没

想过

不

杀人，你只是在闲著，你只是不做那些事，比如读报纸之类的，你只是在做一些完全世俗的事情，比如浏览网页、数表情符号，你在积累结婚顺便说一句，我是认真的，这是弥勒佛说的，我可不是瞎编的。

你看，这就是菩萨道如此特别的原因。

你可以修行成菩萨，你知道的，你可以早上想「我不杀生」或类似的话，

你知道的，我会，我会，我会今天活在这个世上，这样我的存在就能以某种方式引导众生。拉丁文的意思是，假设你早上六点这样做，然后蒙头回去睡觉，

你就是在积累功德，积攒的功德会一直积累到证悟，而不是像某些功德那样，第二天早上六点就失效了，

直到

证悟为止。你能相信吗？你怎能不这么做呢？你唯一会停止这样做的时候，就是当你心想「

好吧，我

不相信菩萨心，我不相信菩萨誓言，我放弃这关乎众生的事，我不再想这件事」的时候。这就是我们所说的放弃菩萨誓言。当然，事情就此结束了。是的，

这就是我们所说的“浴缸”，约书亚，你知道，不可思议的“大乌帕亚”（Grand Upaya，可能是拼写错误，

无法准确翻译）。你可以去很多地方，例如

百货公司的地下室，买一瓶洗发水，即使你像我一样

没有头发，或者你有头发（顺便说一句，她叫我“秃子”），然后你走进去告诉自己：我要让自己看起来

很棒！真的，这是真的，我真的没有编造这些，别以为我要变成什么新时代大师。真的，你买的就是这个，买任何你知道的东西，例如洗发水，让你的皮肤看起来体面，但这非常主观，

我

不知道，这非常主观。然后想：

我要把自己打扮得非常体面、有吸引力、引人注目、不容错过。用最亮的口红，即使它晕染了，你看，如果它没有晕染，也许人们只是觉得太多了，太多完美涂抹的口红，所以这

并不代表什么。但如果它

晕染了……如果你认识的人注意到我弄花了

口红，

你就会想，

我这样做是为了让别人注意到这件事。任何注意到这件事的人都与我建立了因果联系。当然，一般来说，我会为所有众生的觉悟而努力，但特别是那些注意到我口红晕染的人，我会先帮助他们。从那时起，你就是在累积功德，我是认真的。

你知道，像这样的事情，我想告诉你们，对于那些想要纹身的人，以及一些家长可能不喜欢我的人，我正在设计一些纹身图案。所以，想要刺青的人请联络我，我设计刺青。有些人，你知道，如果你无法完成十万皈依（无论什么传统），现在，我可能稍微编造了一下，但我对此有很好的背景。

如果你尝试，你知道，带著良好的动机去忆念佛陀，把佛像纹在自己身上，我认为接近十万皈依（卖掉它）是很好的，我不会，这绝对是，这是一个非常重要的行为。

我的备用方案是什么？你知道，在哪里？因为在经文中……经文中一再提到，佛像、佛陀的存在、佛陀的显现必须在堕落中成为可能，

而且方式多种多样，这从未排除纹身。但是，

你们中的一些人……哦，对了，在日本，你们

可能无法使用公共澡堂，

所以请记住这一点。你们也可以去听黑道音乐，因为在这里，为了达到身心灵的修行，

你需要了解的是沃尔菲和智慧普拉桑纳的结合。然后，还有一些更进一步的技巧来完成菩萨道，养成习惯，训练自己思考「我和他人平等」。顺便说一句，这不应该与

现代的平等权利概念混淆。关于这一点，

我有很多话要说，但我认为我们在这里时间

不多了。再次强调，人权，平等权利，我们必须认真思考这个问题，因为人权、个人权利、平等权利……我一直在阅读一些东西……不知道，

因为似乎又有点这种感觉了，你知道，对整件事的根本性接受，你知道，有点

像亚伯拉罕诸教的

影响。在这种情况下，你知道，我们在这里不是这样说的，我们根本

不是这样说的，这是一种身体，一种道路，一种心智训练。好的，所以我们从丽塔开始，我和其他人是平等的，然后我们慢慢地、慢慢地训练几个小时的思考，改变

个人主义，改变我和其他人的位置，你知道，非常系统详细的技巧，

你知道，比如寂天

菩萨写的那些

技巧。如果你有兴趣，基本上，你是别人，别人是你，然后试著与世界互动，然后调整

自己，让自己不分心，是的，调整几个月不分心。本质上，

这叫做图式，

但仅仅不分心是不够的，因为即使是狙击手也会分心，仅仅因为你擅长不分心，获得力量，

并不意味着什么。你需要知道真相，你真的需要知道真相。所以，知道真相，认识真相，这就是我们所说的V vasana（拉丁语：extra sing）。基本上就是这样，做个人就是看清真相，这

不像坐姿端正、呼吸，这只是问你在做什么，我在做个人，那是什么？坐姿端正、呼吸、收腹、收腹，这些在某种程度上是可以

接受的，但我更愿意听到这个人说：「哦，你一直在做瑜伽体式，那是什么？」这才是真正看清真相，那是什么？

就像你知道，你去星巴克喝咖啡，你超级咖啡，心想：好吧，就这样吧，这是我最后一杯咖啡了。啊，那个人做了瑜伽体位法，他可能从来没在垫子上坐过一分钟，

但这是个好消息，这更好，这就是看清真相的人，或者问：「你在做什么？我去购物了。」哦，告诉我你做了什么？他展示了什么？那个人说：「哦，

你知道，不像56岁，即使我活到100岁，我还能活多久？我太糟糕了，你说，嗯，45岁，是的，所以，是的，我现在44岁了，所以我需要，我想20个基因，对吧，法官大人？就这些。」你需要每两年来

基因，所以也许你需要更新一次。所以你现在要开始做预算了，你懂吗？我告诉内观

禅修，就是这样，这就是你要成为的人，因为你实际上，你

真的，真的，

你的饮料很棒，做得好。有时候你会像要花一千年一样购物，我说的是真的，我买了好多铅笔，我喜欢铅笔和文具，

这是我的弱点，铅笔闻起来真香，还有卷笔刀，我的天哪，它们

就像蚂蚁一样，你无法抗拒，

尤其是你知道，它让一切变得如此美丽。我意识到，每次我打开鞋子，我都会看到很多没用过的铅笔，它们去了南美洲、北美洲，去了世界各地，仍然没用过，仍然继续买。 [音乐]

Kasana，我说的是购物，代表asana，真正懂得如何规划你的生活，这样你实际上也能省钱，因为你只买了

20条牛仔裤，所以现在用这些钱你可以去马丘比丘，剩下的钱你可以去去马拉喀什以外的地方，

你知道的，比如攀登珠穆朗玛峰，或者

为了众生的利益

点燃

[音乐]

[音乐]

你