

维摩诘经，印度新德里，2018年3月16-17日 - 第一部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=QgaL9tIxJGE>

讲师：

首先，我要向
所有教导过我的上师们致以崇高的敬意；
然后，我要表达我能够来到
这里，
分享
佛陀的智慧，也就是
根据《
维摩诘经》所传授的智慧，我感到非常高兴。
这节经文成为了中国
最重要的经典之一，产生了深远的影响。
我认为有些人甚至相信，在中国被称为禅宗或
「禅宗」的佛教，
以这本《维摩诘经》
为脊梁、路线图，
或者，我不知道……
精神道路的根本、核心、精髓或精华。
这种巨大的影响力
随后传播到
远东地区，例如日本、韩国。
几年前我去中国，
特别是去了著名的敦煌石窟，在那里我看到了壁画上
描绘的整部《维摩诘经》，
中国大乘
佛教，特别是
大乘佛教，即使在

当时也如此珍视这部经，这令我非常感动。这对我来说尤其有趣，因为我一直对大乘佛教，特别是中国盛行的大乘佛教缺乏了解，所以我一直对中国的大乘佛教有一种印象，觉得它相当……几乎接近清教徒式的，有点僵化，你知道，非常讲究，也受到当地儒家价值观的影响。然后突然间，当我发现中国人竟然在庆祝这节经文时，我感到非常惊讶，因为这段经文……该怎么说呢？实际上几乎与僵化、清教徒式、道德主义截然相反。因为我们的主角是一位名叫维摩诘的富有、被宠坏、娇生惯养的利查维商人。你知道，当你去僧侣非常非常受人尊敬，而俗人总是被认为低于僧侣，尤其是像维摩诘那样的人物，几乎会被人瞧不起。有趣的是，人们几乎不会谈论《维摩诘经》，

因为人们会认为印度是一个
热爱混乱的国家，一会儿
认为好的，
一会儿又认为坏的，
人们会认为
这部经文在印度会受到推崇，
但不知何故，可能是因为印度
有太多的选择，
所以这部经文被忽略了，
但这很有意思。
总之，我特意带来了这本
印刷版的《维摩诘经》，就是为了让
你们真正了解
，这其实是一部几个世纪以来备受尊崇
和赞颂的经典。

这是

从梵文翻译成藏文的藏文版本。

实际上，我认为已经有好

几个译本了。

我带来这个的部分原因是，我想

告诉你们，虽然《

尤其是我们这次

庆祝《维摩诘经》的方式

，可能看起来

有些不同，或者说

有些新颖或现代。

你可能认为我们可能是在

修改或将其变成…

我们可能是在稀释，

稀释教义。

所以，要真正表达

经文中所描述的毘舍离维摩诘府邸里发生的事情，其实

有很多……该

怎么称呼呢？从佛教的角度来看，

这不仅是

从教义的角度来看，
每一个情节、每一个事件，
甚至每一个象征意义都
蕴含著深刻的意义。

例如，维摩诘这个名字
本身就蕴含著非常
深刻的意义。

我认为“Vimala”这个词可以粗略地
翻译为“不锈钢”。

“Kirti”可以翻译成
“知名的”或“有名望的”，
“有名的”、“被贴上标签的”，
我认为仅此一点就蕴含著丰富的意义，
仅从这一点我们就能汲取
很多智慧，
尤其是在我们这个时代。

例如，如果我
从《维摩诘经》中摘录一偈，
它会说莲花从来不会
在清澈的水中生长，
它实际上生长在浑浊的水中。

同样，佛性心不在
清明的头脑中，而是在
浑浊的头脑中。这非常重要。

当我们谈论灵修之路时，
我们不禁会把
污秽视为一个问题，然后把修行之
路视为一种解决方案。

我们总是存在著这种
二元对立的区分，

例如，

我们这里的大多数人，也许
我们所有人，都会受到污秽的影响。

我们都有欲望，我们都有愤怒，
我们都有嫉妒，我们都有怀疑，
我们都有各种各样的顾虑，
我们都有各种各样的障碍。

根据维摩诘的说法，这是好事。

如果你有这些情绪，

如果你有这些污秽，

那么你就有机会，

或者说，机会远远不只一次。

拥有情感、

拥有烦恼就

等于拥有智慧，

这是大乘佛教一个非常重要的观点

。

我们几乎总是轻视

情感，尤其是

在其他类型的灵性道路上。

即使在佛教内部，

我们也经常听到「

心智训练」这个词，

而当我们谈论心智训练时，

我们总是会想到要贬低

易变的心智、

分心的心智。

我们几乎总是把

情绪看作是负面的，

但我们从来没有把

情绪看作是

智慧的组成部分。

这大概就是《

所以，我只是想在

…之前告诉你们这件事。

当然，我们不可能逐章来讲解《

维摩诘经》，

这只是对
最重要的大乘智慧之一的介绍。
为了…
巩固我们对这智慧的认识，
今天
我们试著
以不同的方式重温《维摩诘经》。
好的，故事是从
维摩诘生病开始的，
所以基本上就是一位非常……
该怎么说呢……备受
尊敬的名人生病了，
这本身就意义重大，
因为……因为
维摩诘的疾病
引起了人们的好奇心。
不仅要弄清楚他为什么生病，他到底出了什么问题
，还要弄清楚他
因为出名、
朋友多、
人脉广而受到的所有关注。
人们真的很敬畏他，
人们爱戴他，
人们尊敬他。
所以我们的故事是这样的，故事是
从维摩诘生病开始的
，当时有很多访客
来看他。
佛陀也是维摩诘的
朋友和老师，于是
请弟子们去查看
维摩诘的状况。
所以，这就是经文的分类方式

我想谈谈这种疾病。

正如我所说，

这部经文的中心主题是

由某人生病引发的，

所以我想深入探讨疾病，

并做了一些笔记。

我们据说都生病了，

就像维摩诘一样，患了

各种各样的疾病。

我只是想记住，

但让我选择

大乘经典中提到的六种疾病。

这是一种非常有趣的疾病，一种

……该怎么说呢，

也许是习惯的疾病，

但它远不止是一种习惯，

它就像，嗯，一种倾向……用

英语怎么说来著？

诀窍？诀窍？我觉得你很有天赋，更像

是一种天赋。

所以我们有六种不同的

倾向或天赋。

好的，第一个：

我们喜欢…

我们喜欢显得很需要被照顾，很需要被照顾。

这是其中一种病症：依赖性。

这很有意思，

你可能不会接受这一点，

你可能会想：“哦！我没那么

需要人照顾”，但我们其实很喜欢需要人照顾。

如果你没有某种需求，你几乎会觉得

哪里不对劲。

不表现得需要帮助是不对的，

你懂吗？

所以，确实存在这种疾病，

这是其中一种疾病。

第二种病症是

我们喜欢作恶，这里的「恶」指的是

不道德的行为。

我知道你会想：

“哦，不，不，不！我不喜欢做坏事”，

但事实并非如此，

我们内心深处都喜欢做坏事。

每一个

看起来道德高尚的人背后，都隐藏著作

恶的念头，都

渴望作恶。

我翻译得不太好，

这些字非常重要，

但也许我们可以稍后再讨论。

其次，你可能认为

自己不暴力，

但事实并非如此。我们

喜欢暴力，

哦，当然不一定要用

刀枪之类的，

但我们有……有……的本事，

你能理解这个词吗？

我们天生嗜好暴力，

我们就是喜欢暴力。

某种程度的暴力是必要的，

它能某种程度上满足你的欲望。

你知道……你……

你渴望暴力。

然后我们又喜欢粗心大意。

好吧，我们喜欢依赖别人，喜欢作恶

，喜欢暴力，我们想要粗心大意，粗心大意。尽管我们自认为喜欢谨慎，但内心深处，

我们喜欢粗心大意，喜欢偷懒

。

就是这样。我认为他们很相似：

粗心大意，懒惰。好的？然后，下一个疾病就像

你想像的那样，尤其

是现在，现代人想要……现代人珍惜个人主义、个人权利，但这并不是真的，

意思是……

我们爱，我们天生就有一种依赖的本领。我们只是不喜欢

完全的独立。

你可能不知道这一点，但是……是的，我们喜欢，我们喜欢，我们有……

基本上我的意思是，我们每个人内心都有一点受虐倾向。我们喜欢被别人控制。无论

是由其他人还是其他设备控制，我们都喜欢被其他人或事物控制。最后，也是非常重要的一点，这种

疾病真的很难摆脱，它真的是最强大的疾病：那就是爱上错误观点的疾病。我们喜欢它，

我们喜欢各种各样的错误观点

。我不知道……它能让你感到满足，让你觉得自己还活著。

所以今天早上关于

疾病的话题大概就这些了，我觉得已经涵盖了很多

面向。把这些信息当作《维摩诘经》教义的核心背景，那么，现在让我们来谈谈其中一个例子。

好吧，

我不知道是哪一个……

我想知道…《维摩诘经》可能是第一部谈到性别平等的文献。实际上，它叫什么？事实上，这已经超

越了

性别议题。《维摩诘经》中有一幕，一位备受尊敬的僧人舍利弗前往

维摩诘的住所，在那里他偶遇一位女子，我

猜是维摩诘的朋友，而她不知何故发生了变化

……首先，

舍利弗

是一位僧人，他已经受过

比丘戒律。

根据戒律，僧侣是佛教僧侣，戒律之一是禁止与女性单独在房间里交谈

。

这位女子，已经让他感到紧张不安。更糟的是，这个女孩

竟然能把舍利弗变成女人。

舍利弗与天神……这位女性之间的对话，可能是佛教中关于性别智慧最深刻的教义。舍利弗害怕……

首先是害怕

被变成

女子，然后惊慌失措。

最恶毒的疾病。我们确实有倾向性地持有

错误的观点，我们确实有这种习惯，容易陷入

错误的观点，例如性别、道德、种姓、种族等等各种错误的观点

。

我们是如何利用时间的？我打算让你们提问，因为我认为互动很重要，但再讲一章或一集《维摩诘经》，内容是关于我之前提到的那种疾病

我想用藏语读一下，让你听听：（藏语）所以，我们当时在谈论那种……喜欢依赖别人，你知道……这种对需求的敏锐，总是需要什么东西。为了反驳这

一点，我们可以说罗睺罗与

维摩诘的相遇，这个故事

非常深刻，因为佛陀的儿子

罗睺罗当时正在与一群离车族人交谈，罗睺罗赞扬了弃绝世俗生活的重要性。

诸如此类。然后维摩

弃绝世俗生活的愿望

是另一种需要，或者说是一种需求，本质上是在寻找另一种需要。只有当一个人摆脱了这种需要它的冲动或

愿望时，只有那时，一个

人才能真正地舍弃它。只有当一个人摆脱了关于什么是美德什么是非美德的观念，只有当一个人确信世间并无世俗与神圣之分，而

这一切都只是我们思想的投射时，只有那时，

一个人才能放弃世俗。在此之前，弃绝、弃绝的行为、弃绝的动机

和弃绝的

。但是，如果你能超越

二元思维，如果你能领悟非二元性的智慧，那么我认为2500年前维摩诘和其他佛陀弟子在毘舍离发生的事件，真的能让我们从我所说的这六种疾病中解脱出来。如果我们真的能够摆脱这六种疾病，那将

是一种非常重要的自由。那么，我会让你们问一些问题，

如果时间允许的话，

您允许提问，因为我读过经文，但我发现有些抵触情绪，

我非常希望能在一开始就

克服这种抵触情绪。这种抵触情绪源于这样一个事实：我们谈论的是菩萨，他们据说超越了好恶，你知道他们是否愿意去维摩诘，因为他们据说已经超越了这一点。虽然我明白他们都是

作品中的角色，目的是为了

传达某种讯息，但为什么像

情感、感受和想法呢？还有，这是否真的是2500年前发生过的事？

因为其中也穿插著像文殊菩萨这样的

人物，我甚至不确定她是否真的存在于世。R：好的，我的回答听起来会非常典型地带有大乘佛教沙文主义色彩，你懂吗？我希望这不会冒犯那些修习声闻

我说的声闻乘，指的是像缅甸、斯里兰卡等地奉行的上座部

佛教传统，因为这些智慧就像是根本，就像是根基

当我们谈论大乘佛教时，我们谈论的就完全是另一种境界了。大乘经典中说，阿罗汉所理解、领悟或证悟的非二元性……阿罗汉所理解的

非二元性与菩萨所证悟的非二元性有很大的区别。旃陀罗称说……伟大的印度大乘佛教注释家旃陀罗称说，白蚁会吃掉木头，从而

创造出空间，你知道，相应地，吃掉木头后所创造的空间，当然，显然比天空，也就是空间要小得多。就这样，阿罗汉对

空性的理解

与

菩萨相比是如此渺小。

舍利弗虽然伟大……好吧，这里把他描绘成一位

阿罗汉，他已经达到了阿罗汉的境界，阿罗汉的意思是已经达到了不再轮回的境界

。你知道，

就连阿罗汉也希望摆脱轮回。即使在那里，也存在著很大的区别，菩萨们并没有那种愿望。菩萨不愿脱离轮回，菩萨也不愿进入涅槃。即使他们已经

达到了现在的动机水平……在动机层面上，阿罗汉和菩萨之间存在著很大的

差异；在见解层面上，他们之间也存在著很大的差异

。所以我认为这在大乘经典中得到了体现，因为这是一部大乘经典。我相信，你知道，

声闻教信徒不会接受这一点，

我的意思是，从历史上看，他们从来没有真正接受过这一点。我认为，当你提出这个问题时，我们只需要欣赏维摩诘的伟大，他在这里被描绘成一位已经超越了初地的菩萨。所以这是一场演示，一场非常清晰的演示，在

阿罗汉和菩萨之间展开

。

我

回答你的问题了吗？但愿如此！问：那么

文殊菩萨也算是阿罗汉吗？R：不，不。如你所见，文殊菩萨

首先是…文殊菩萨

是第一个说「是的，我愿意去」的人，因为大多数人都拒绝去，就连弥勒菩萨这位真正的菩萨也拒绝去

。

S: 是的。

R: 所以文殊菩萨去了，而且他不仅去了，他

全程参与了节目，

真正汲取了很多教诲。事实上，我之前也说过，日本佛教和被称为禅宗的中国佛教非常注重静坐冥想

。

事实上，我认为，维摩诘和文殊菩萨之间有一个

非常重要的沟通方式，那就是

利用沉默。所以我觉得他们地位平等，好吧……这听起来可能不太政治正确，但既然我们现在有点像是在

谈论大乘佛教，那我就告诉你一些相当令人震惊的事情吧。或许对某些人来说

这并不算

人说法，他们即将证

得阿罗汉果。文殊菩萨来了，他做了疯狂的事，教了

疯狂的事，确保这五百人下地狱，舍利弗大吃一惊。舍利弗去见佛陀，说：「你知道吗，我差点就把五百个穷苦众生提升到阿罗汉的境界了，而且不是那种小阿罗汉！可是文殊菩萨来了，把事情搞得一团糟，现在他们都下地狱了。」佛陀

说：

「哦！」它做得对。 dam-chos dkon-mchog-brtsegs-pa Ratna... Ratnakua Sutra。这是一个非常重要的教导，因为我们在这里谈论的是很多层面，一个……好吧，我该怎么说呢？

我先举一个

很普通的例子。这就是大乘佛教徒的想法：非理性不是好事，非理性、不合逻辑都不是好事，所以你必须从非理性走向理性和合逻辑，你应该这么做。但如果有可能超越理性，那将是理想的目标。假设有人要把

500 人带到理性、理性的领域。现在，另一个

人观察到这一点，然后他/她意识到，如果这

500

人进入这个理性区域，他们会长时间被困在这个理性区域

。原因在于理性、逻辑和感性非常令人陶醉，就像……因为它能说服你，让你感到舒适。再说，我们也可以

回到我之前提到的

六种疾病，其中就包括这种疾病，我们可以稍后再讨论。

总之，处于理性状态其实很可怕，因为它会让你深陷其中。

你知道，你兜兜转转，带著你自己的逻辑，等等等等。但假设你意识到，如果你能暂时让自己进入非理性

状态五天，从而将这 500 人从非理性状态

你不妨这样做。这就是文殊菩萨所做的事情。正如

你可以称之为沙文主义

。但如果你从非常深刻的非二元论哲学角度来看这个问题，那么你就会理解这句话的意思。非二元论真是……我刚去了一趟欧洲，我告诉欧洲人，如果说有一种文化

是……多亏了佛法，真的，回想起来，多亏了佛法，藏人才有了现在的样子。试想一下，佛教，西藏、阿富汗、巴基斯坦的部分地区会是什么样子？

藏族人就是那种

完美的……他们天生如此……他们会毫不犹豫地自愿自爆，因为他们有那种心态。他们

真是，该怎么形容呢？他们思想狭隘，带有种族歧视，短视，但同时又非常爱国，忠诚，崇尚山川和马匹，你明白吗？您能考虑一下这方面的内容吗？

，佛教确实奏效了。但说到非二元论，我有时会想，藏族人究竟对它理解得有多

又能理解到什么程度。中国人、日本人也是如此，因为这并不容易，真的不容易……也许你可以在理智上理解，但要在情感上和实践中真正理解它，真的非常非常困难，而非二元性只有在大乘

佛教中才得到完整和全面的教导

所以，如果你充分理解了这种非二元性，

我想你就会

理解《维摩诘经》，然后你也会理解我所说的五种疾病，我是说六种疾病。顺便说一下，总结一下这六种疾病，正是因为这六种疾病，我们也

学习了六度波罗蜜，实际上，六种波罗蜜是这六种疾病的解药

？所以，社会说你不能依赖别人，要独立，所有我们自己形成的错误观念……答：等等，等等，等等

，你不能依赖别人……问：是的，要自给自足

，要独立，答：对，问：……不要粗心大意，要勤奋，答：对，问：因为经济必须发展。如果每个人都粗心大意，经济如何成长？我们内化了

错误的社会观念，受到其影响，然后发展出这些习惯。从理性的角度来看，这些都是疾病，所以如果说…… R：

不，不，在这种情况下，它是来自……当然，从非

理性的角度来看，我们甚至都不谈论它。

在理性的世界里，

这不算是真正的疾病，因为这是我们想要的，

不是吗？问：我的意思是，我们当中有些人反抗这种做法，然后我们就被说成是病态的哦，

我明白了……是的……当然…… Q：所以我们又想相信自己是独立的，但现实是我们都是有因缘而生的。

R：不只是现实，我指的是其他事情。你似乎不仅在谈论现实，还在谈论后果。我根本没在谈论这件事。好吧，

我们嘴上说著想要

独立，

但我的意思是，在我们内心深处，我们其实并不想独立，我们讨厌独立

。问：因为我们实际上彼此依赖？

R：我们不仅彼此依赖，而且我们喜欢这种

我们最初为什么要谈恋爱？问：是啊，那完全是另一回事了。

R：你知道我的意思，我们喜欢依赖，我们的一切都体现了喜欢依赖。所以让我们来分析一下，你知道，我们总是说自己不缺钱，好像这是一种美德似的，对吧？我们常说：「喔！

我不是个需要人照顾的人，

我

其实很简单，

而且我相当……」你知道的。但事实并非如此，我们喜欢表现得需要别人，我们很擅长表现得需要别人，而且我们

乐于表现

得需要别人……等等……举个

例子，有点像这样，

有点像我的行李箱。我觉得我的行李箱就是一个很好的例子。

我行李箱里 90% 的东西

我都没用上，因为我天生就有这种需要拥有东西的习惯，

我相信这种情况也是如此。

好的。看起来有很多问题，请问谁有疑问？ Q

：仁波切，您好！

当您谈到

疾病、

谈到弃绝

以及作恶时，我有时感觉自己好像有点人格分裂，一方面我强烈渴望

成为一名优秀的修行者，

但另一方面，我却经常违背自己的誓言，并且很容易被不善巧的行为所吸引。

你如何看待自己内心的阴暗面，如何克服必须成为

你对此有何看法？R：嗯，首先，我应该说，《

取决于你是什么样的人，但这是你需要听到的智慧之言。你

需要以此

为支柱，作为……某种意义上的基础。好的，我们来谈谈放弃信仰这件事。通常情况下，当我们做出放弃世俗之事，当我们寻求放弃世俗之事时，都是基于一种需要解脱感、

一种平和宁静感的需求。它并非真正根植于绝对的放弃。这就是维摩诘所说的，如果

你有这种想法，那么你

实际上并不是在放弃，而是在逃避，你只是暂时从负担中退缩……从

你投射的负担中退缩，而最糟糕的是，

你从

中退缩，

然后又陷入另一个负担，

甚至可能，你还会执著于那个负担，然后，反过来，这就

你就变成了……

你发展成了……该怎么称呼它呢？这是一种清教徒式的自以为是，它滋生了骄傲和自我，而骄傲和自我又滋生了同情心的丧失和同理心的丧失，这样一来，放弃一切的意义就荡然无存了。就是这样。好的

的

？Q：

仁波切，您好！

在第一部分与舍利弗的

对话中，提到了冥想还是不冥想的问题

，

您能对此做一些解释吗？

R：我们能……

其实，我在想，休息过后，

我们回来，再谈谈

这个特定的冥想。还有其他问题吗？是的。问：

谢谢仁波切。

在我所见的《维摩诘经》中，维摩诘
大多是在对阿罗汉或菩萨说话，并向他们讲话
我天生就有一种
理解力，想知道这种教义是否也适用于像我们这样的有情众生？
因为我们所处的层次截然不同，
菩萨们已经拥有了一定的专注力、理解力，超越了
而我们却还停留在连
好好倾听都做不到的层次…… R：是的，从某种意义上说，
你非常正确。
但另一方面，
我必须指出这一点，而且这一点非常重要。我
想我们一开始就讨论过这个问题
,
而《维摩诘经》虽然被认为是一部非常高深的经文，但它所传达的
信息却是像
我们这样的普通人需要听到的，那就是烦恼是智慧的组成
部分
,
你明白我的意思吗？
你知道，我们常常有这样的想法：首先，你要
……
好吧，你要审视
诸如情绪之类的烦恼，比如说愤怒，
然后我们就会认为，
我们要先消除愤怒，
然后再修行道路，
或者说，消除情绪本身就是道路。《维摩诘经》
告诉我们
一些
非常重要的不同之处，
那就是情感本身就是一个要素。
如果你像对待莲花一样把它清除掉，
它就不会在清澈的水中生长，而
只会在浑浊的水中生长。

所以，没有淤泥，就没有莲花。

所以，《维摩诘经》的这一方面

以及许多其他方面，

首先，他把自己描绘成一个在家信徒而不是僧侣，

他的生活方式

非常奢靡，

不像一个苦行僧，而是

生活在非常奢华的环境中。即使像

有点像这样……

好吧，我们现在要谈的是自信。

我想我们可以先从…谈谈自信开始，我本来想说，

我想我们

休息之后再谈谈这个。

自信，

当我们谈论自信时，

我们指的不是

需要培养、

创造或建构的自信。我们谈论的是

一种自信，即

了解、承认、接纳

和意识到自己是谁。

这是大乘佛教中一个非常重要的面向

。

我们本身也有污秽

或情绪

……

好吧，我想《维摩诘经》中

用到的这个词，

在藏语中我们称之为“污秽”，我认为它

源自梵语，

我认为它源自种姓、

信仰、种族或肤色等词语。

好，假设你属于

某个种姓，这个种姓可以造就，

比如说，我不知道……

国王、商人、

鞋匠等等，

那么你不仅有权这样做，

这是你的种姓职责等等，

你懂吗？

所以我们对……

该怎么说呢？有这样的理解。

就像矿石一样，黄金在被提炼之前，

我们称之为矿石，

它虽然

看起来不像黄金，但实际上已经是黄金了。

一个精明的黄金交易商，

如果拿到一公斤矿石，即使

它看起来并不闪亮、抛光过，也会

100%将其视为黄金。

所以，在《维摩诘经》中，

我们要知道的是，

像愤怒、嫉妒、骄傲这样的情绪就像

矿石一样。这就是智慧。

它看起来不像智慧，

它不够精致，不够闪亮，现在看起来

也不美观，

但如果你去掉了它，

你就去掉了智慧。

我认为这需要在《维摩诘

经》中加以注意。

这是根本性的、非常重要的，可以说是《

问：谢谢仁波切，还有一个

后续问题，而且这个问题更偏向政治面。

佛陀主要以弟子的方式向大多数众生传授教义，

并指导他们应该做什么

和不应该做什么。

我认为这对我们来说是一种莫大的恩赐，

但与此同时，当我们看到维摩诘为我们上演如此精彩的表演，引导我们了解佛陀曾多次引用它是不可思议和不可理解的，那么，你认为佛陀为了教导众生，才选择了弟子之道吗？所以，对我们来说，应该多修习戒律之道，而不是维摩诘之道，菩萨们也不应该如此。

R：我没完全听清楚这个问题，

但根据… Q：我只是想了解

他创立了纪律体系，

教导人们哪些事该做，哪些事不该做。

A：哦，我明白了……

好的，这一点很重要，你必须知道，而且这与

特别是佛教，有著非常具体的联系。

佛陀教导了许许多多事情，他教导人们应

该做什么，不应该做什么，

这些被认为是需要解释的教义，有时被称为方便的教义。你明白吗？

佛陀其实并不是那个意思。在

他教导空性的地方，在他不教导你

或你不应该做什么的地方，

例如《维摩诘经》、所谓的《心经》、你所

知道的《般若

波罗蜜多经》，

这些都被认为是直接的、

究竟的教义。有趣的是，《

般若波罗蜜多经》

和《维摩诘经》都被

认为是

佛陀的“言行”，也就是佛陀

的教诲，

但实际上，

正如你在经文中看到的那样，这些教诲并不是佛陀亲口所说。

实际上，这都是

他学生之间的互动。事实上，
佛陀就在那里，
也许我应该在经文一开始就告诉你，经文是从
佛陀在毘舍离开始的，然后所有利车维
人带著500把伞来到这里，
佛陀把所有的伞变成
了一把伞，等等等等。
这就是经文被赋予
某种神奇力量的原因。
但奇迹的力量只是
理解的一种方式，
如果你谈论的是…从
哲学角度来说，这段经文
试图表达的是
500，而1只是一个投射，
只是一个推论的数字。世上没有“
一”，也
没有“五百”。

这是佛陀在经文开头象征性地阐明的，也是经文的开头

。

就像《般若波罗蜜多经》中所描述的那样，
佛陀确实在禅定中，对话又是
和舍利弗之间的对话。

所以请记住，

佛陀的教义通常

有两种形式：

一种是用非常通俗易懂的语言表达，

一种是他并非真正想表达的意思；

另一种是他真正想表达的意思。他所说的

许多教诲并非他

真正想表达的意思，其中有三个

我们需要了解的字面意思。

第一个特点是他总是

暗藏玄机，

他传授这些教义，
最终目的是让听众达到
某种隐藏的愿望，也就是最终的教义。

第二个特点是：这取决于
听课的学生的类型。

例如，

这可能会引发

我们这里一些朋友的争论，但无论如何，

如果他是在教导学生……

那些更倾向于数论派（Samkhya，

印度教哲学，即所谓的印度数

论派，

相信

自我存在、

造物主存在等等）的学生，

佛陀可能会使用

“很久很久以前，当我还是一只猴子的时候，

当我还是一只鸟的时候，当我还是…」这样的语句，仿佛

存在一个自我，一个灵魂（atman）存在，

但这仅仅是因为有一个特定的

弟子带著特定的思维模式在听，

所以他需要这样说话。

现在，第三个角色非常有趣。

方便教的第三个特点是，

如果你按字面意思理解这些教诲，

那么他的教诲就会有缺陷，有缺陷，

他的教诲是不完美的。

而透过这个特征，我们可以判断这种

教导是直接的还是间接的。《

维摩诘经》没有，也不可能有缺陷，

因为我们在这里谈论的是

最高形式的非二元性，

而当我们谈论非二元性时，

要构造一个缺陷是非常非常困难的，

因为没有参照物。

这就是龙树菩萨所说的：「我没有论点，所以我没有过错。」

没有论点，没有断言，

也没有……该怎么称呼它呢？

基本上就是参考资料。

所以我们谈到了非二元性，

我们谈到了……

今天早上

我们简单地谈到了情感作为智慧的组成部分。

所有这些，从理论上讲，

或许在某种程度上是可以

接受的，从理论、理智上讲。

但我们该如何面对这种情况？

我们如何

在日常生活中运用这种智慧？

因为这一点很重要，

如果它不能被使用，如果它不能

应用在我们每时每刻、

每一天的生活中，

那么这只是一种智力上的练习。

这就是

印度智慧的伟大之处，

印度智慧真正

欣赏相对真理

和终极真理，

事实上，「同时」这个

词也不太准确，

因为当我们谈论「同时」时，

我们似乎在表示

两件事结合在一起。实际上

并不存在相对真理

和绝对真理这种东西

。

甚至对相对真理和
终极真理的划分，也只是为了沟通交流。

我们很清楚，

我们总是会分心。

我们思考的那一刻，

实际上，在我们思考的那一刻，

我们就分心了。

而我所说的分心，从根本上讲，我的意思

是，无论我们在想什么，

我们都没有意识到自己在想什么

。就是这样

，就这么简单。

我们不谈其他任何事情。我们说的不是什么复杂精妙、
神奇神奇、特别的事。

事实上，在这个层面上，特殊的障碍才是真正的阻碍。

我们不需要任何特殊的东西，不需要任何神秘的东西，

所有所谓的特殊特质，

像是光环、

光芒，还有我不知道的

奇迹力量，

这些都是为了沟通而存在的，

因为有些生物喜欢光环，有些

生物喜欢奇迹。

不仅如此，

我们还受制于符号，

受制于语言，受制于

某种思考模式，要

摆脱

这种思考模式真的很难。

这真的很难想像，如果

因为星期二已经深深地

印在我们的脑海里了。

难以想像一个

没有四、五个人的世界，
因为这种观念已经
根深蒂固，
我们也不反对这种观念。佛教并不反对
所有世俗真理。
佛教是……尤其是维摩诘，
并不反对任何这些传统
方法和真理。事实上，
在传统真理或
传统现实之外，
你找不到终极真理。

那么，我们该如何理解这种非二元性呢？

休息期间有人提出了一些
非常有价值的问题：

我们该如何面对这种情况？

我们该如何应用这个理论？

是否可以？

很有可能；

理论上，非二元性……

好吧，一般来说，它可能有点

难以理解，

但你可以研究它，

你可以运用逻辑，

你可以运用许多大乘经典中规定的某种解构、

演绎、某种解构的分析工具，我们

透过这些工具，我们可以

对所谓的终极真理产生一些信念。

但是，正如我一直重复的那样，将这种智慧、这种知识运用到生活中

是很难的，时时刻刻都要

运用这种智慧、这种知识。

有成千上万种方法，它们的

设计

、宗旨和目标都是为了……

如果你愿意的话，解构

二元对立……

我不知道……摆脱

二元对立，

看到无处不在的非二元性，

有很多很多方法……最近

流行的一种

是所谓的冥想，

但首先我想说，

方法有很多种，

例如，朝圣就是其中之一。

虽然朝圣现在被认为是

一种落后的行为，

或是一种迷信的行为，

或是一种文化习俗，

但事实上并非如此。

我认为，这一点在《维摩诘经》中也有所提及，

这个特定的主题在经的

开头也有所讨论，当时

舍利弗心想：

“福田在哪里？

我只看到尘土

和气味”，而

佛陀此后每时每刻都在谈论福田。

就像朝圣这种习俗，曾经

在印度、中国等地非常盛行，

但当然现在

我不知道了，朝圣这种习俗

已经不太流行了。

我的意思是，

朝圣

在比较传统的

佛教社会或国家可能仍然很受欢迎，

但在年轻一代中，

朝圣可能

不如冥想等方法那么受重视。

有一些方法，例如手势，

例如在冥想中，

身体姿势之一是坐直，

但不仅限于

坐直、

闭眼或呼吸等姿势，

实际上还包括

精心引导的手印、

手势，例如致敬礼。还有一种

方法……

该怎么说呢？

装饰方面，

我想

稍微谈谈装饰，因为这次这里有很多装饰。这其实

挺重要的，

当我们再次谈到装饰时，我们指的不是神社或寺庙的装饰，而是个人层面的装饰。

即使是梳头、穿T恤、装饰，如果帶著正念和觉知去做，也可以引导你

走向理解非二元性的道路。我当时想问的是，是什么让我们总是忘记非二元性呢？

为什么我们会

不断失去这种意识？分心，而分心的根本原因在于…我们说的

不是像浏览网页那样令人反感的分心，例如…你知道，被社群媒体、浏览 Facebook 或

看电影分心。当然，这些都是非常明显的、令人分心的干扰因素。但我们谈论的是这样一个时刻：无论

你在做什么，无论你在想什么，就在此刻，你并不真正知道你正在想的这件事正在发生。这就是所有干扰的根源，或者你可以称之为无知。这有什么问题吗？很多事情。当

你没有意识到

你的脑海中正在发生什么时，就为

所有情绪的产生、成长和滋养

提供了完美的土壤。他们变得强大，然后变得敏捷，

变得极具战略眼光，

变得强大，然后

他们赋予你力量。例如，在不摆出任何特定姿势的

片刻时间里，

让我们只观察自己的内心或觉察自己的内心。尝试。这很难，因为一个念头会突然出现，然后你就会被这个念头缠住，你会被这个念头的声音、这个故事以及这个念头的

整个情节所分散注意力。这种想法时不时会出现。你甚至不需要等待灵感出现，它就会自己到来。很多时候，一个念头悄悄出现，

你甚至没有意识到它已经到来，完成了它想做的事情，然后就消失了。他们种下了更多想法的种子，他们种下了

它为今天早上我们讨论的六种疾病

创造了完美的温床。

你此刻一定很需要什么东西，正在寻找什么东西，例如某种解决方案。或者你甚至不想去看它，你不想意识到这些想法，因为这就像……你还记得我们喜欢懒惰

、喜欢粗心大意的其中一种病症吗？人们普遍喜欢粗心大意，这真是个大问题

。时时留意脑海中浮现的念头既累人又没有好处。

如果你每次意识到这一点时，无论你脑海中浮现的是什么，比如说，

如果你有里程积分，比如说可以兑换免费机票之类的东西，那么你就会去做。但事实并非如此，所以你会觉得这样做没有利润，因为你习惯认为这样做没有利润。没有所得，凡事都必须有所所得，或至少你知道你不该失去：害怕失去，渴望获得，这种心态总是存在的。所以，要从根本上意识到这种想法，

你甚至可能会认为这是在浪费时间，浪费时间，但实际上，如果你能意识到任何想法的出现，那真的会打开通往自信、创造力、同情心、爱以及不评判（不走向极端）的大门，从而实现非二元性。什么是

暴力？暴力是一种摩擦，这种心态想要解决问题，这种心态想要控制一切，想要

掌控一切，想要被控制，害怕失去控制，因此，造成了对错、黑与白、

美德与

非

美德之间的巨大差异。这些摩擦本质上是

一种暴力，而我们对此很擅长，我们喜欢这种区别，我们喜欢这种摩擦。所以，当你意识到这一点时，无论你脑海中发生了什么

，这种摩擦就会消退，这些差异就会消失，这种判断

就会崩溃。顺便说一句，就在我说话的此刻，你立刻就想延长这种意识

需要延长这种意识的陷阱。无需加长。身为一个普通人，如果

你每天意识到一个念头，但我说的意识到念头，不是指回忆过去

发生过的念头，也不是指预料念头，更不是指预料未来念头，我指的是在念头出现时，简单地意识到它的存在。即使一天一次，哪怕只有一瞬间，

我说的

我们说的是觉察的瞬间，这点很重要，我们这里说的不是一般的正念。我认为人们谈论的普遍意义上的正念

甚至没有非二元性的概念。不仅如此，他们甚至都不愿意更接近非二元论的世界

。事实上，我们今天谈论的大部分正念都是为了建构和加强二元性。

所以，正念的行为本身

，正念的修行方式，

是完全不同的。当我停下来时，每次都要觉察到你脑海中出现的任何

想法，当你意识到你已经进入了三摩地，你就……至少

你已经开始欣赏维摩诘的智慧了

。而这一点，以及更进一步的原因，在其中一集中再次进行了解释。但

在此之前，

我们现在要真正地进行三摩地练习……你知道，三摩地可以透过多种方式练习。它可以

采取某种规定的形式，例如坐姿端正等等，也可以像我之前说的那样，纯粹是一种意识行为，没有特定的姿势，但坐姿端正、正常呼吸等等这类自律

行为可能会有所帮助。所以，我打算让我们

……因为，

你们知道，这次的目的是为了增加互动，应该有

更多的互动，我

不知道为什么，我说话的老习惯又冒出来了，所以我就让你们问一些问题吧，但在此之前……你知道

，我们刚才在讨论意识，我们还在讨论这种

意识如何能以很多很多不同的方式应用，比如朝圣。另一种方法是回忆或忆念佛、法、僧，

所以我认为

我们会回忆并尝试重新想像或尝试

想像维摩诘过去的情况。

Vimalakirti: Viyasa!!!维亚萨！

！

！维亚萨：是的！是的，大人！这里为什么这么吵？主

啊，我以为

您

知道。你所有的朋友和熟人都非常关心你的健康，

镇上到处都是想知道你近况如何的人。请

告诉他们我真的感到非常荣幸。是的，大人。我非常感谢他们的关心。是的，大人。也要确保有个舒

适的帐篷，让他们玩得开心，也应该准备些好吃的。我已经安排好了，大人。维亚萨！是的，

大人？如来有话要说吗？脱掉，你脱掉…R：关于这一点，

我确信那时候没有摩托车。

Q：一个沉迷于所有这些活动的人，怎么可能既是博学之士，又能将知识传授给所有菩萨呢？

R：我想我，我希望我

理解了你的问题。你说，光是知道，仅仅是了解你所想的一切，就能让你从纠缠中解脱出来；当你没有纠缠时，就会生出同情、爱

和慈悲，这引导我们希望，让自己和他人从更多的纠缠中解脱出来，这基本上就是

。

所以

他说他已经根基稳固，达到了不可思议的解脱境界，而佛陀一直在教导另一种形式的解脱。所以，它们是两件不同的事，还是同一件事？因为

当你达到

不可思议的解脱状态时，

放纵也成为摆脱放纵

、实现解脱的一种方式。 R：好的，让我用龙树菩萨举的例子来

解释。他说，这有点像这样：假设我现在正在表演魔术，就像在进行魔术表演。我正在做很多戏剧性的事情，而你们作为观众，其实并不了解你们……好吧，

假设你们就像孩子一样，不是成年人，也就是说你们很容易被逗乐，很容易被吸引，很容易

生气，很容易被我展示的任何东西所牵绊，明白吗？所以……他在这里谈到了三种体验：作为观众，

你有

一种体验，那就是

你实际上并不知道你所看到的事物背后的真相。你所看到的只是表象，

然后你误解或

曲解了这种表象，将其视为现实

。这是其中一种经验。而我，

身为一个魔术师，我知道这是一个把戏，或者说

这是一个魔术，但我仍然会被自己的把戏所

经历了。还有一些人不在这个房间里，他们对正在发生的事情一无所知，

你看，你刚才在谈论解放。他将观众的体验称为纠缠的、轮回的体验。好的？魔术师的体验在某种程

度上是自由的，与

观众无关

。魔术师知道这并非真实发生，所以魔术师的体验更像是瑜伽

的体验，是修行者的体验，知道这不是真的，但同时又被「这不是真的」这种观念所束缚。但这对我

来说是一种解脱，因为我没有被

困住，没有被迷惑，也没有执著于魔法。我只对魔术表演本身著迷。从某种意义上说，这是一种……

从这个意义上讲，你可以说是一种可以想像的

这种程度的解脱。现在，街上的那些人甚么都不知道，他们的脑子里什么都没有解脱，什么都没有，没有魔法师。现在，他们的体验实际上发生。没有诡计，没有魔术师，没有魔法，因此，解放的概念是多余的。

。这就是

有很多……好的，是的，无论谁有……问：是的，感谢仁波切的精辟教诲。我收到一个问题，是关于你回答这位男士

的问题的内容。你刚才在比喻中

提到的三种人，前两种，孩子和魔术师，他们似乎……似乎……先入为主地认为自己拥有某种经验基础，比如心智，他们把经验体验为幻觉或魔法，而这位瑜伽修行者也把经验体验为某种虚幻的东西，而

R：这是我们能给的最好的例子

在关于外在者的

比喻中，他也

有一些经验基础，比如……

答：是的，但在从这种特定幻觉中解脱出来的背景下，这并不是一个问题。好的，这里到底出了什么问题？能稍微扶一下麦克风吗？这里的问题是什么？问题在于，我们似乎正在遭受苦难。你明白吗？苦难是有其真实性的。当然，如果没有苦难，就没有道路，也就没有必要走道路，无论如何，苦难总是存在的

……但在此之前，我们需要谨慎对待「

苦难」这个词。梵文单字「dukkha」

苦难，也就是“苦”，是一个非常非常大的主题。所以

没有人愿意受苦，每个人都想摆脱痛苦，因为根据佛陀的说法，

痛苦的根源

在于无知。这里有两种无知：一种是观众的无知，他们不知道这其实是一种魔术。瑜伽修行者的无知在于，他们明明知道这是一种魔法，却仍执迷于魔法的修行方法，这便是对「开悟」这一概念的无知

。街上的那个人并没有遭受痛苦，只是在这个脉络下举个

例子，因为他

他既没有轮回的幻觉，也没有涅槃的幻觉，两者他都无法同时拥有。因此，他获得了我们称之为不可思议的解脱。我回答过这个问题吗？问：是的，我认为

在这个脉络下可以这样

回答，但是…答：但是你还是认为他有某种

参考资料，是吗？问：是的！

R：第三人称…好吧，你现在又在挖掘佛教术语了，但我们必须用这些术语。佛教徒说他所拥有的一切都被称为“janas”和“kayas”，意思是完全不同的维度，但我们在这里谈论的不是任何有神论的东西。

难以置信，这是我们唯一能用来形容这件事的恰当词汇。

再说一遍，

我们说的不是

神秘的事物，

因为神秘是可以想像的。

Q：谢谢仁波切！哦，你想……

问：仁波切，您最近在欧洲的讲法中，帮助人们辨别了金刚

乘、大乘

和声闻乘等不同的佛教流派。

但是，像这样的教义，以及像《维摩诘经》这样的教义，人们可能会得出这样的结论：

“哦，什么都可以”，

因为反正没有任何参考依据。

那么，如何调和这两种观点呢？

R：问得好。

实际上，并不是什么都可以。

请记住，《维摩诘经》中有一

段是关于阿难的经文。

他出去找牛奶，

因为佛陀身体不好，结果

碰到了维摩诘，维摩诘

非常戏剧性地

告诉他要安静，不要大声喧哗

他甚至还说了类似这样的话：

「你知道，你应该……

这很丢人，你知道，你竟然

说佛陀身体不好。

如果其他信教的人听到这些，

对我们的修行之路来说是一种耻辱。佛陀怎么会生病呢？」

然后他

对阿难陀的态度变得非常讽刺，说，你知道佛陀怎么会生病吗？

你知道这不可能，你知道

那只是你的妄想等等。

于是阿难放弃了

带牛奶来的想法，

正当他要回去的时候，

维摩诘说：“不，你必须带牛奶来，

因为为了积累你的功德，

你必须供养佛陀。

即使

佛陀身体不适，也是

为了你好。

他这样做是出于美慈悲，这样你才有机会通过获得牛奶等等来积累功德。”所以，这又是一种非常美

丽的慈悲，这样你

才有机会

通过获得牛奶等等来积累功德。”

所以，这又是

一种非常真实的方式

。

聆听《

维摩诘经》的挑战在于，

你必须同时聆听相对真理、

究竟真理。正如我今天早上所说，

这始终是一个挑战，

尤其是我认为在我们当今

所谓的现代生活中，我们受到了

二元性的巨大影响

。

正如我之前所说，印度人应该

更容易接受这种文化，

因为他们过去就有这种

文化，

但可能由于不同的

教育体系

以及

非二元文化的影响，这种文化正在衰落，所以很难接受，这种情况发生在较小的范围内，我总是举这个例子：

比如看电影。

如果你在看一部好电影，无论是引人入胜的、浪漫的、惊险刺激的，你都会看得津津有味。

但如果膀胱满了

怎么办？

你有勇气去上厕所。

为什么这么自信？

因为你知道它其实不存在。

尤其是在观看影片时，

你可以随时暂停

或倒回并重新观看。

所以人们承认

它在那里，但它不在那里，它存在，但它又不在那里。

色即空，空即色，这是

维摩诘的重要教义，

它存在，但又不存在。

如何才能真正接受这一切？

看电影，或看

彩虹，美丽的彩虹，

我们可以和彩虹自拍，

但我们其实不会…而且我们也知道不要离彩虹太近，

因为我们知道，如果

你离彩虹太近，你就看不到彩虹了。我们也有足够的智慧

你知道，我们没那么蠢会那样想。所以，

这种对悖论的理解，

或者说对

相对真理和终极真理的理解是存在的，但是当

涉及到

我们生活的大部分时间，特别是受到习惯和价值观的强化时，就会变得非常非常困难。

我想这就是
维摩诘的教导……

所以基本上我的意思是，
你知道，
各种戒律，
各种行为仍然非常重要。

问：仁波切，下午好。当我们刚才
做

冥想，
观察我们的意识时，
当我们不去关注我们的念头，而是让它们自然存在时，就会出现一些

R：你是说当你不去关注念头的时候吗？问

：当我们没有跟踪他们的时候…

答：好的，很好。

问：所以当我们不跟随他们的时候，有那么一点，

，
身体中的某些感觉

可以是任何东西，例如骄傲，
它会引发某种想法，而这种骄傲会
胸口升腾或

某种振奋感，这种感觉非常微妙，一旦心念集中于此并执著于此，就会产生这样的

我应该…吗？因为我们不必陷入任何事物，而这正是

运用意志力不去顺从这种感觉，我会陷入什么境地吗？如果我

不运用意志力，

我会
自动地朝著那个

想法走去？所以无论如何，

如果我在那一刻运用正念，

我会不会陷入某种境地呢？

R：好的，我的想法是这样的。

你应该要有这种意识。

好的，这个问题包含

很多要素。只要你保持觉察，
哪怕只是觉察到自己分心了，
即使分心的感觉或沮丧感并不……你知道这对修行者来说听起来或
感觉起来都不
好，
因为很多时候修行者总是渴望某种平静，你明白吗？平静
，安宁，某种
稳定和持久，持久。这又陷入了其中一种弊病：需要顺从。而且还有点想偷懒，因为……这里的情况
相当复杂……从某种意义上来说，你非常勤奋。为什么？因为你真的想了解他的想法。你说不要跟随
那个想法，意思是不要纠缠，对吗？是的……所以会有一种勤勉的感觉，因为你努力避免陷入其中，
但在努力避免
需要
反过来又会成为一种
阻碍。但我们在这里
讨论的是一个很高的层次，而《毘湿奴经》正是如此，它是一部
问：我刚才说的是，当我们意识到这些想法的来源时，内心就会有一种平静，但我们也能找到它们的
根源，也就是身体产生的感受或感觉。所以，当我意识到
这些感觉，
或者说它们产生的根源时，比如，具体来说，我想到自己正以冥想的姿势坐著，当我从外部观察自己
时，一种自我或骄傲就产生了。然后，当
我看到那东西的那一刻，那个想法就消失了，但那份骄傲却依然存在，然后
我
意识到为什么我的心思总是会一次又一次地
指向它。这是因为我们的心思放在了能够以那种冥想
姿势
审视自己，
或者说能够审视自己的
这种自豪感上，你知道，那正是我们像
所以从这个意义上讲，当我看到这些感觉在身体里出现时，我
努力不去顺从它们，
所以我是在锻炼我的意志力，我在
这里说的不是想法本身，而是它们产生的根源。所以，在头脑中有一
一种熟悉感，自我跟随这种熟悉感，
头脑也跟随这种熟悉感，它

说，好吧，这些想法感觉很好。

所以，我努力不去感受那种美好的感觉，这样我就不会去想那些事情……

R：好吧，也许你不应该努力不去感受，而应该意识到

你正在做什么，你正在努力不去感受

。你应该意识到，你是在

努力

不去感受，懂吗？

因为到那时，当

你意识到自己试图不去感受的时候，那种纠缠、

那种目的、

那种不想感受的需要就会被

释放并变得虚弱，然后你就会获得解脱。否则

，你仍然会

制定一个议程，

然后你就会有很多议程，当然，你也会有很多目标。你知道，这有点难，你本来不该有目标，但既然没有目标，最后反而变成了

目标。所以，当你把这个概念应用在实践中时，

你必须要有这种自信，光是意识到这种情况就足够了

那么，

我该怎么说呢？自信与妄想并存。道路就是这样。这种怀疑与信念、

偏执与自信，然后理当发生的事情是，这两种情绪会相互消耗殆尽。自信会消除妄想，而妄想也会超越两者。问：

仁波切，

下午好。您提到了六种疾病，其中一种是需要关怀

和被爱。先生，我的问题是，如何将我们的欲望转化为觉悟？因为我曾在某处

读到过这样一句话：「最大的欲望是渴望开悟，也是唯一能使我们达到无欲状态的欲望。」先生，您在其中一本书中提到，如果我们有所保留，比如如果我们没有走上正确的道路，比如如果我们渴望做某事

先生，我的第二个问题是关于…… R：等等，我想

剧集。但就目前

而言，

最简单、经济、非常人性化的方法，可以说是我们一直在讨论的：当你产生欲望时，不要把欲望看作

是消极的、不道德的、丑陋的、有罪的，你只需凝视、观察、觉察。完全漠不关心的态度。这样做的好处是，它不会让你陷入困境。这是维摩诘的教导，因为你越是思考它

，越是沉浸其中，那么，不只是欲望、嫉妒、骄傲这些情绪，它们就会变得更加……该怎么称呼

正如我们在维摩诘的第一场演出中所看到的，每个人都渴望成名，在心理学中我们称之为个人满足。先生，请问如何控制

？如何摆脱对名利的渴望？R：如何摆脱它？

Q：渴望成名和获得个人满足感，每个人都想被

？你指的是名气吗？问：是的，先生。R

：我想，可能有成千上万种方法……成千上万个理由。名声就像其他很多东西一样，你知道，

人们渴望成名，然后又渴望成为……该怎么形容呢

你知道，它们都很凶狠。因为渴望不被人了解

也可能……

两者都可以成为我们自我意识的工具或藏身之处。我认为名声显然是自我的

藏身之处，因为自我想要……自我最明显的功能或表现形式之一就是不安全感，而正是出于这种不安全感，自我

觉得如果你出名了，你就会更有安全感，但是……我想我还是坚持读《维摩诘经》，好吗？从维摩诘的角度来看，他会这样说：是的，你应该摆脱

成名的束缚，

但如果成名对你和他人有益，你也

应该有

足够的勇气去成名。

如果你不这么做，你就是在用这种伪装来掩饰自己，你管它叫什么？这个未知领域未必充满善意和同情。

你明白吗？我想维摩诘会这样说。好的。再等两分钟？好的……问题太多了，请问……问：谢谢

所以，你必须先拥有自我，才能超越自我。我是一个三岁孩子的母亲，当他探索他那神奇的世界时，有时我不知道他拥有多少……有时我害怕我会养出一个精神错乱的孩子……R：当你用“他”这个词

的时候。你在说

我会时而打开灯让他看到，时而让他感受恐惧，然后想办法让他鼓起勇气。所以我想知道的是，就育儿而言，非二元性究竟是什么。R：好的，这有点难，但我会尽力解释，好吗？

我认为这就是维摩诘会说的话，而这只是我根据阅读经文以及对维摩诘教义的一些模糊概念而想像出来的。维摩诘会认为对孩子进行

教育从根本上来说是错误的。

这就是维摩诘

会想的，

你真的在毁掉这个孩子，

因为在维摩诘的心里他会想……你知道，就像他跟阿难

或其他菩萨和比丘说话一样，他会来找你，比如说维摩诘今天在这里，他会说：『

你在做什么？为什么要教孩子这些、这些、这些、这些？「你真的把

他彻底毁了。」他会这么说，然后你会非常沮丧，你会想：「哦，

我现在该怎么办？」然后你就会放弃。但他随后又会转过头来说：「但是你

所以你只能教育他，

而且你必须始终牢记，你所做的实际上是错的，但你必须这样做。

」

这可以说是维摩诘的心态。你明白吗？你应该觉得自己在做错事，但你还是应该去做，因为这是你摆脱二元对立的唯一方法。我回答

你的

问题了吗？

好的。

这些有点难，不过……好吧……维摩诘：舍利子，不行！你在干什么？那样冥想是不正确的。

舍利弗：

你这是什么意思？你永远不应该脱离止息状态，也不该

你在说什么？舍利弗，你看，真正的禅定是

同时进行禅定和不进行禅定。

冥想与冥想后的状态之间不应该有隔阂，专注与分心之间的界线也

保持止息、专注，或是

你想怎么称呼它都行。

你看，你的冥想方式就像

你已经是个崇高的存在，

但又没有放弃世俗生活。

保持平凡，但也要集中注意力，

不要分心，

但这不应该阻止你

运用你的感官。

R：我们现在吃午餐好吗？再等5分钟？

好的，我想再问一个问题。

问：感谢仁波切的智慧。

只是根据教义进行思考，

理解维摩诘的

生活方式并将其应用到现实生活中，

这是否意味著在

意识到虚荣只是一种幻觉的情况下，就贸然陷入虚荣之中呢？

那岂不是又一次道德审判，

或者说是实践非二元论、

遵循和宣扬教义吗？

这是第一点和第二点……

答：等等，第二点我没听懂……

问：先生，理解维摩诘的

生活方式并将其反映在现实生活中，

虽然维摩诘是一位神灵

或觉悟者，

但作为21世纪的千禧一代，将其反映在现实生活中，

是否意味著在

意识到这一切都只是幻象的情况下，陷入虚荣之中？

但这岂不是又要进行

道德监管，

或是透过实践

和宣扬佛陀的真理来关注非二元性吗？

这是其中之一。

第二个问题…

R：我觉得这个问题蛮大的，你能

午餐后再做第二个问题吗？

问：好的，谢谢。

嗯，我们正在讨论的是…

维摩诘的生活方式在

这里非常重要。

这是一个重要的象征。

因为很多人

有这种先入为主的观念，认为

要成为一个有灵性的人，就必须

成为僧侣、苦行僧，
必须不吃这个、不喝这个、不穿这个
等等。

你看，哦，这真的很重要……

首先，
佛教实际上从来不受文化或
地域的限制。

同时，它吸收、
接受所有文化，
所有人类的事物，
而它接受这一切的原因
与某种同情心
或理解无关，你知道的。

这是因为
所有现象的本质就是
你知道，事情的表象
和真相往往是两回事。
这两者并非彼此独立。
但将这两者割裂开来，将这
两者分开，这就是我们所说的无知。
佛教中的无明（Avidya）本质上是将
表象

与存在或现实割裂开来。
外表可能具有欺骗性，
但现实不会欺骗人，
然而这两者既非一体也非分离。

这是根本观点，
需要将其付诸实践。
苦行之类的修行并
不能真正……

苦行之类的修行
旨在慢慢地引导你达到目的，
但苦行的修行本身并
不能直接反映真理

。

维摩诘的生活方式

应该要体现这一点。

他生活非常奢华，

过著这样的生活，

但他不受任何

这些差异的约束。

再者，在故事的

结尾，他用

莲花作比喻，

莲花生于淤泥之中，但

莲花永远不会被淤泥玷污。

顺便说一句，这是可以做到的；

你不应该认为这

是非常诗意、

遥不可及、

仅仅停留在概念层面的东西。

实际上这是可行的，

我相信在我们

尝试保持清醒的大约 45 分钟过程中，

你至少有一两次

成功地保持了清醒。

这可能很平常，就像

后面汽车的喇叭声一样。

在那一刻，我们意识到这一点，

我们既没有否定汽车喇叭声，

也没有理会

汽车喇叭声。

所以，从某种意义上

来说，这是一种解放。

维摩诘的精神

需要被引入，

我认为我们的朋友在这方面

做得好得多。