

愿力为王，2024年1月6-7日，加拿大温哥华 - 第一部分

来源：https://www.youtube.com/watch?v=R8IATtpj_B4

讲师：

[音乐]

所以，嗯，

我想表达我来到

这里以及

参加这次

聚会的喜悦之情。我努力调整我的

心念，使其朝著

正确的

方向发展，这样我接下来要

和大家分享的内容，

不仅能带来

暂时的

满足感，而且最终会以某种

方式引导我们

所有人觉醒。

对于那些熟悉佛教，

特别是大乘佛教

传统的人来说，我也应该

鼓励你们怀著类似的动机

来聆听。动机和态度

非常重要。

你们可以带著收集一些关于佛陀、佛教、所谓佛教等等信息的目的来到这里聆听，或者你们也可以带著这些动机来

聆听

佛陀们所

追求的，

我不知道具体

是什么。你们也应该运用这些动机。这绝对会影响你聆听和理解的方式，最终甚至会影响你如何将其

应用到

生活中。实际上，我很高兴能讲解这篇特定的文本，这是一部非常经典的佛教经典。我很高兴的原因有很多，其中之一是，我真的想让你们，特别是

那些刚接触佛教的人，了解佛教的丰富性、深度和发展历程，甚至可以追溯到古代经典佛教时期。但我必须告诉你们，我肯定无法面面俱到地讲解所有要点，这不仅是不可能的，因为我们没有时间，而且主要是因为我自己也

没有能力涵盖所有内容。我希望你们能够努力去聆听。这是一部大乘经典，是《大乘经》的最后一部分，也是最重要的经典之一。这是大乘佛教中一部详尽的经文，顺便说一下，它的英文翻译相当不错，所以你可以

阅读它。这部

经文是中国古代历史上最受尊崇的经文之一，因此肯定有很多中文翻译版本。我希望

这能让

你稍微了解为什么会有「大乘」这样的名称，因为「大乘」这个词，很多人可能认为它只是一个流派，一种

在日本、韩国、西藏、不丹、喜马拉雅地区（你知道的，中国）盛行的传统，这没错，但它远不止于此。

现在我必须

告诉你，「小乘」（hinayana）这个

词可能是大乘佛教中最早出现的词，所以

我不知道它是否真的存在。当

藏传佛教或大乘佛教徒谈到「小乘」时，他们有时指的是我们应该称之为「释迦牟尼」（shakaya）或「寺院」（terada）的东西。

我认为「

小乘」这个词……这一点有点误导，因为很多人似乎认为小乘是一种低等的宗派，但实际上并非如此。让我们来探讨一下大乘的本质。透过这些诗节，你会逐渐领悟到，

我希望你能对大乘的

意义有所了解。我举几个例子，例如，经文中有一段我们称为「忏悔」的内容。

「忏悔」这个字用在英文里并不

准确，它并不是「忏悔」的直接翻译，但我们暂且用这个字吧。这段忏悔的内容，如果你

仔细阅读，你会发现我们不仅忏悔过去和现在的过错和不德，也忏悔未来的过错和

不德。这就是大乘看待世界的方式。这并不是说要预先消除不德，而是要先于不德的到来。我不相信时间真的存在，或时间是独立存在，

所以基于这种想法，

你就会遇到这种……该怎么

称呼这种现象？或者说，世界基本上存在于这部经的各个层面。嗯，好的，那这部经是在哪里讲授的呢？这是一个非常困难的问题，因为当你阅读《阿

跋陀罗经》时，你会发现它开头好像是在菩提树下，但你会意识到，在中间某个地方，教义是在天界进行的。据说佛陀从未离开过菩提树下的坐床。这又一次展示了大乘佛教如何处理空间。这也是大乘佛教如何处理空间的。

你知道，就像我之前说过的，时间并非独立存在，空间也是如此。你在这里，但也在别处，但你

从未离开过这里。嗯，我基本上想说的是，如果你想聆听大乘佛教的教义，你需要真正尝试超越你通常的思维方式。如果你坚持保持所有…

你现在的想法是，理解这部大乘经典的可能性非常非常小。当我们读这部经典时，就像你们中的一些人可能已经读过一样，你可能无法理解。

如果你

想先读，可以以后再读。大约200页是一些弟子名单，但都是一些杰出的，或者应该叫什么来著，重要的弟子。我以前读这部经典时，大约有180页我直接跳过了，我甚至都没看，只是看了看名字。但最近，

你知道，我的方法改变了。你看，即使我自己出生在一个佛教家庭，一个大乘家庭，我们仍然太容易把事情看得太理所当然，所以我从来

没有真正欣赏过这部经典。直到

最近，我才开始关注这些人的名单，他们非常重要，因为在那里你会看到各种各样的人，我想我们现在可以称他们为艾伦，我的一位非常亲密的朋友，你知道，他几年前

去世了，他曾在加州大学旧金山分校教书，他过去常说，阅读这部经典……

《阿塔姆·萨卡·苏特拉》比《一百倍》比

你还知道一整倍集。实际上，我对弟子的这种特别关注，源自于我参观了中国的一个洞穴。那里的壁画很好地描绘了其中一些弟子。现在我读到这些，真是令人着迷，因为有些弟子只是……一团雾气，一阵微风，或是半人半蛇，或是人身马首。当然，人们可能会觉得这些都是奇幻的，但这却是一个非常重要的元素，我们应该要注意。

因为即使像我这样迷惑的人，在和几百人交谈，

当然，你们不会被忽略，我不这么认为。你们有些人可能是机器人，谁知道呢？但你们每个人理解的方式都不同，你们理解我的话的方式也不同，

这是事实。但是，正如我之前所说，

我没有能力让

你们所有人都按照我想的方式理解，我只能让你们用自己喜欢的方式去理解。在《阿塔姆经》中，人们会意识到佛陀和他的弟子们，例如曼努什，有一种奇妙的教导方式——或许用「教导」这个词不太

准确——总之，他们用这种方式让

人们

理解他们希望人们理解的事物。这部经篇幅非常长。 [音乐]

即使只是这部经的一部分，也足以构成一部非常庞大的经文。 [音乐]

曼努什在这里扮演著重要的角色。所以，尽管人们将功德或荣誉归于

释迦牟尼佛，视他为至高无上的导师，

但实际的教导行为

可以透过许多不同的佛陀来完成。例如，有一部分叫做“茎干”，大概是“树干”的意思，类似

树干，或者说是层层叠叠、排列有序的茎干。这一

部分大约有53章。我需要

简单介绍一下，因为这次的愿望也与此有关。菩萨非常非常勤奋、善良、慈悲、勇敢……嗯，我再说

一遍，我真的没有完全展现出他的魅力。每当我们介绍一个人物时，我们几乎都会用一

整页的

篇幅来描述这位菩萨，例如

勇敢、勤奋、慈爱、善良、慈悲。这位菩萨名叫摩尼巴德拉，他也被称为财富，你知道，他非常富有

。在中国，他也被单独崇拜，因为他也被称为财富之神。但这节经文的大部分内容都

讲述了他与摩尼里相遇，摩尼里教了他很多东西。摩尼里说：「好了，好了，我现在

讲完了。在离这里很远的地方，比如500英里，500座山，500个山谷之外，还有一位伟大的老师。

你知道，这是典型的印度叙事结构，你知道，就像叙述一样，那里有一位不可思议的师父，你必须去

向他学习。他会向这位师父学习，师父会教导他多年。最终有一天，他觉得一切都结束了，现在应该

去另一个地方了。所以，基本上，52位师父派遣摩尼巴德拉前往不同的师父那里。其中一些师父非常

神奇，因为摩尼巴德拉

必须在浩瀚无垠的海边等待，等待，凝视著大海，然后师父会慢慢浮出水面。

每位

师父都有

非常具体的教导，其中一位师父是妓女。

摩尼巴德拉想要接受这位师父的教诲，唯一的方法就是成为他的顾客。你知道，这就是你没听过的，

大乘佛教令人匪夷所思的东西。你不能用我们通常的思考方式来

思考。如果你那样想，你就会明白，我们通常对师父的印象是宁静祥和、道德高尚、完美无缺等等。

但事实并非如此。我最喜欢的几位师父中，有一位……

是

香水商，一切都与气味有关。我想，西方学者甚至称这部经为《财富完美描述经》。我觉得

这样描述也挺有道理的，因为经中描述的某些财富简直是超凡脱俗，比如千种不同的钻石，千种不同的

的绿松石，千种不同的祖母绿，用这些材料砌成的台阶，用不同种类的

钻石制成的栏杆，黄金更是数不胜数。我个人最喜欢的是摩尼跋陀罗（Manibhadra）的教诲。我不记得是第48位上师了，他把摩尼跋陀罗教给另一位上师。通常，上师教摩尼跋陀罗时，都会详细描述如何前往，要翻越哪座山，要经过哪个山谷等等。我想是第48位上师，我不确定，你得自己去查一下。总之，这位上师说：「好了，你现在必须去，去一个沙滩，一个沙滩。」有一位无比慈悲、全能全知的至尊，你知道，他与身、藏、波罗蜜多一起诞生，你知道，他是波罗蜜多之主，伟大的上师。你会发现他与成百上千的孩子一起玩耍，他亲自侍奉一个大约八岁的孩子。当然，巴德拉（Mani Badra）年复一年地寻找这位上师，终于有一天，他在沙滩上找到了正在玩耍的孩子。然后，书中详细描述了巴德拉如何跑向这个特别的孩子，跪倒在地，拥抱他，握住他的脚。你知道，我到处寻找你，嗯，你知道，就是那种常见的对话，谁派你来的，然后是前面提到的菩提（Bodh）。总之，这个孩子教的内容非常棒，是我最喜欢的。当然，是数字，例如1、2、3、4、5、6，你知道，就是这样。但令人惊讶的是，对我们来说，大约一万亿个数字之后，我们就读完了，但这个孩子却有那么多，那么多，大约14页，大约在第10页之后，数字B听起来基本上是……一个婴儿在说话，然后你意识到菩萨是在嘲笑数学，你知道，你意识到一、万亿和千都只是幻觉。总之，最后，我想是51位菩萨派B先生去了52位菩萨那里，那位老师是萨曼德·巴德拉，不要和你在YMA传统中看到的萨曼德·巴德拉混淆，你知道，有点像佛陀萨曼德·巴德拉，这是萨姆菩萨。每位菩萨都有自己的专长，当然，他们都是全能的、全知的，他们都是完美的，但他们各自也有自己的专长，例如智慧、慈悲、忏悔、财富等等。这取决于具体情况，但主要是财富。菩萨专长于愿望，这非常美妙，因为在读完这2000页的经文之后，我们得出的结论是，你能做的最好的事情就是作为灵感。你知道，在此之前，在我们谈到这一点之前，先谈到沙斯（Shas）——所有那些高深的哲学理论。我们把一切都归结为愿望，还有萨姆·巴德拉·菩萨（Sam Badra Bodhisatwa）。据说，当他还没有成就时，所有巴杜·萨塔（Badhus Satas）在他们刚开始修行的时候，都有

自己的愿望。马尼里博士（Dr Maniri）的愿望是，未来凡听到他名字的人都将拥有智慧，凡听到阿巴拉尔（Abalar）名字的人都将拥有慈悲，然后凡与巴德拉（Badra）交往的人，他们的愿望都将实现。总之，我们的英雄巴德拉（Badra）最终在五世萨姆拉（V Samra）之后结束了他漫长的旅程。这就是为什么PR（可能是指某种修行方法）称之为「马拉姆·杰奥」（Malam Jeo），它是所有愿望之王。简而言之，对于像我们这样的初学者来说，愿望或许是最好的，也是最无风险、最容易上手的。

如果你喜欢练习，那么即使是止禅（Shamata Meditation），例如专注于呼吸，专注于你的感觉，进行止禅，与专注于呼吸相比，有人说要追求空性，因为如果你不断追求，你真正做到的几率会更高。同样，空性对我们来说是可以忽略的，那只是个玩笑。我们可以谈论它、思考它、阅读它几天甚至一辈子，但这不会有什么实际作用。但渴望它，追求它，因为你追求它时，它包含许多美好的元素。当你追求它时，你至少承认自己不知道，这就是谦逊。而谦逊对自我来说是最糟糕的消息，因为自我巩固了轮回。所以，它蕴含著这么多不可思议的力量。今天，我们将开始。我无法逐句讲解，但我会大致讲解。我将从追求空性的益处开始，它大致在结尾。好的，他自己是这么说的：如果有人向过去、现在和未来的所有

佛陀供养宝莲，当然

你会获得很多功德，但这些功德与你听到这个空性相比，简直微不足道。听到这个愿望后，你实际上会对菩萨道产生某种预感或某种向往，这比实际拜见成千上万的佛陀并布施珠宝更有功德。从某个角度来看，你可能会

认为这是因为这个愿望本身非常强大，你

可以这样理解，但你可以做得更好。

仅仅听到这个愿望并对菩萨道产生

某种敬仰，

比实际

拜见成千上万的佛陀并布施

珠宝更有功德，是

因为

这个愿望的内容

非同

寻常。总之，我们先大致了解它的

益处。首先，那些

做这个愿望的人，那些

敬仰这个愿望

并实际做这个

愿望的人，他们

将

舍弃一切

不善恶的境界，他们将

远离不善的

朋友，他们

很快就会

遇到无量光佛

阿弥陀佛，即使在今生，他们也会

遇到

财富、长寿、成功等等。这个

人也会变得……即使是

过去、现在和未来生活中积累的极其丑陋的污秽，

只要

念诵此愿词，

就能迅速

净化，迅速提升，迅速获得

智慧，迅速

获得

无量

形，迅速

获得

相应的

存在，例如颜色、

形状等等。

如果您有时间，我

稍后会详细讲解，但

首先，持守此愿者

不会被

那些被

极端见识所支配的人所击败；持此愿者

将受到

三界众生的敬仰；

很快，此人将进入

身树之下，这意味著他

很快就会开悟；开悟

之后，此人将顺应

佛法，

战胜无数的

烦恼魔咒。永远不要怀疑身树。好的，以上是持此愿的一些简要

益处，正如

我所说……稍后我会

再解释它为何如此强大，

但首先，让我们从头开始。

它始于我们所说的七种修行方法。为了让你的愿望更加强大，或者说，

为了真正拥有

愿望的能力，我们需要做一些准备，因为这些方法相对容易一些。所以我将快速地讲解一下。为了培养这种

能力，我们尝试透过修习这七种修行方法来累积功德。第一种是向过去、现在和未来的所有佛陀和菩

萨，以及所有方向的佛陀和菩萨顶礼膜拜。我们向他们献上身、意、语的顶礼膜拜，甚至连顶礼的姿势，正如这里所说，

我们把自己的

身体显现为亿万。这是一种典型的大乘思维方式，你知道，

我们总是说要跳脱固有思维模式。所以，正如

你所看到的，即使是顶礼，行顶礼的人也会显现为亿万。我们向谁顶礼膜拜？过去诸佛，现在诸佛，甚至尚未成佛的诸佛，未来的诸佛。

你看，在这里，某种寻常的时间概念已经打破了，即使我们感到沮丧。所以，我之前谈到了大乘佛教的精髓，你知道为什么我们使用「

大乘」这个词。「大乘」

指的是

宏大的态度和广阔的视野。当我们说「宏大」时，我们指的是不限于当下，不限于

拥有这种能力的个体。试图突破诸如「哦，我

不能

向未来佛顶礼膜拜，因为

他还没到来」之类的观念。实际上，在第三偈中，

它描述得更加细致：

在一个原子或某种非常

小的粒子之上，存在著地球上无数的原子，

你知道有多少亿

亿个，每个原子上都存在著如此多的佛陀，他们各自被

自己的随从——菩萨——所环绕。我们赞美

所有这些佛陀，

用歌声、

音乐、旋律和各种

表情来顶礼膜拜。

接下来，我们供奉各种你能

想像的东西，像是花、音乐、香、羊肉和

各种食物。

在所有这些

佛陀面前，我们忏悔所有由欲望、愤怒和无明所导致的罪过，这些罪过是我们

透过身、语、意累积起来的。我们在这些佛陀面前忏悔。

然后在这些佛陀面前，

我们将为所有觉悟者欢欣鼓舞。

诸佛菩萨及其追随者的普通功德，以及一切众生的功德，都归于诸佛菩萨。我愿他们转法轮回，换句话说，为那些欲入涅槃的诸佛菩萨教导。

我请求他们留在轮回中，以便转法轮回。我将所有透过顶礼、供养等累积的功德回向给一切众生的觉悟。好的，这基本上是在为发愿做准备。好的，我们稍作休息，然后进入发愿的主体部分，这需要更哲学性的探讨。现在来谈谈发愿，是什么让大乘发愿如此独特？这是我们首先要讨论的内容，然后我认为，一旦你对它有了大致的了解……那么，我认为如果你仔细研读这些经文，就会明白其中的含义。例如，经文中会提到“愿一切众生远离疾病”，当然，你也可以这样理解。

这里的「疾病」指的是我们通常所说的疾病，例如身体疾病、精神疾病等等。顺便说一下，这篇祷文在印度和后来的西藏都有

很多

注释。所以，我一直在参考不同的注解。有些经文比较晦涩难懂，所以

我们需要

注解。说到疾病，这里所说的

疾病其实不只指

身体和

精神疾病，还包括陷入极端状态的疾病。我认为在讨论这个问题之前，我们应该更进一步。我们谈论的是愿望，而当我们许愿时，我们不妨

用「祈祷」这个词。就像我们祈祷一样，无论你祈祷什么，都必须有一个基础，让你相信这个祈祷会奏效。根据普拉纳·拉贾的说法，所有其他的祈祷都是相对的，例如祈求长寿的祈祷。你可以做长寿祈祷，有很多佛教祈祷，包括这里提到的，你可以做长寿祈祷，但这只是传统的祈祷，因为它非常主观。例如，首先，我们说的「长」是什么意思？

「长」可以是一分钟，也可以是很长的时间。而且，你活得长不一定代表就好，很多时候，活得短一些比较好，即使不是为了自己，也可能是为了别人。[音乐] 所以

你知道我的意思，也许

祈求繁荣昌盛，同样的事情，

祈求成功，所有这些都是

非常主观的。顺便说一句，这并不是说我们抛弃它们，你仍然可以做这些祈祷，但如果你

忘记了真正的终极愿望，那么仅仅是相对的愿望是行不通的。引导你走向任何地方，一个愿望，为了让愿望臻于完美，它应该达到一种境界，

你知道，一个完美的愿望，它应该会为你带来结果。所以根据大乘佛教，只有一个愿望是真正有意义的，然后它确实会

为你带来结果，这取决于你的愿望。例如，愿望“愿我脱离无明”，这个愿望是值得的，它是可以实现的，远胜

于长寿，因为长寿你想活多久？一千年吗？这就是大乘佛教的思想。你知道，净化

烦恼，愿望，愿望净化烦恼是可以实现的，而且是真实的。例如，“愿众生皆成佛”，这很好；“愿众生皆成佛”，这不一定是好事，也不一定能实现。那么，我们所说的「成为佛教徒」是什么意思呢？在这种情况下，问题太多了。

但是，“愿众生皆成佛”，觉悟者，这是可以

做到的。是的，在我们深入探讨之前，我需要先表达一些要素。

好的，为什么会这样愿一切皆能开悟，愿我能摆脱无明。之所以能实现，是因为无明的烦恼并非你的本性。

嗯，我们当然是在谈论我们所说的佛性。这是愿中非常重要的一个

要素，我们稍后会再

谈到这一点，但请先记下来，因为这是愿中

非常重要的一个面向。与此相关的是本性，嗯，这也是另一个重要的面向。好的，身为佛教徒，尤其是一名大乘

佛教徒，他们有这样的愿：愿一切皆能开悟。你可能会想，这需要听很多很多很多的字。我们说的「一切」是什么意思？我们说的「一切」是什么意思？

我们需要从大乘佛教的角度来思考这些问题。我喜欢那个八岁男孩教我们的东西。

实际上，他说，什么是「一」？

你知道，在所有这些之后，什么是「一」？

十万、

万、十万，没有差别。是的，

所有这些都是比喻。这一切都源自于

习惯

模式，你需要了解这个要素。

所以，对于大乘佛教的修行者来说，想「愿

一切众生皆得觉悟」比想「愿

世界和平」更容易实现，后者是不可能的。

和平，不可能，每个人，用拉丁语来说，

非常可能，很

简单。我只是在向你介绍

大乘佛教的要素，好吗？为了

理解，这是

愿望之王。是什么使它成为愿望之王呢？

这些

要素就是我

之前提到的品质，我们生来

不受烦恼的玷污，

因此你可以发愿摆脱

烦恼，它会实现，会结出

果实。然后我刚才提到了

数量，一个有情众生，愿

他或她觉悟，愿一切

众生都觉悟。

你不必因为

使用「一切」这个词而感到害怕，

但你也不应该想当然地认为

只有一个有情众生

觉悟，所以不要

因为

只有一个就想当然，但也不要因为

说「一切众生」而感到恐慌，因为

一个有情众生就足够了。它们真是让人

头疼，

不过好吧，那么

持续时间又分为瞬间和亿万年。

我想我已经说过，我相信你们很多人都听

我说过，但为了新来的

朋友，我再重复一次。在经

书中，你会听到像亿万年、三亿万年、

无数亿万

年这样的说法。实际上，我想在《

五十二上师》中的一位也提到了，它

谈到了

持续时间、亿万年、分钟、

瞬间等等，还有月、日、

夜等等。那么，什么是无数亿万

年？

什么是

瞬间？

大乘经典中对此有详尽的解释。这里有一个关于

鸟的比喻，

我现在想不起来所有的比喻了。

一只鸟飞过一座

非常高的山，比如说珠穆朗玛峰，

它每隔一百年用翅膀触碰珠穆朗玛峰

一次。每次翅膀被

碰触，山体就会被侵蚀掉一小部分，就像

磨损一样。

所以我们

想像一下，每隔一百年，这

只鸟就会碰到珠穆朗玛峰，

最终这座

山峰会变成平顶。

根据大乘佛教的说法，这一百年不过是一瞬间。就是

这样。所以，基本上，大乘

佛教看待世界的方式，或者说大乘佛教看待

世界的态度，本质上是一种截然不同的

方式，非常

大乘。他们不会用某种固定的

框架来看待世界，

例如东西左右，男人女人，

他们不会那样看待世界。但他们

仍然会遵守

他们所谓的“

游戏规则”，但他们不会被这些规则束缚。

所以，这

就是

大乘佛教的要素，或者说大乘佛教的

愿望。是的，我相信你们当中许多

过去接受过大乘佛教教义的人对此都很

熟悉。

你
知道，即使是
科学家，在
某种程度上也说时间是
相对的，但他们似乎从来没有实际的
实务经验。既然时间是
相对的，那么他们就应该明白这一点。我们来做这个，我们来做那个，
他们其实并不了解，比如，嗯，好吧，
我总是觉得这
有点意思，他们说
时间是相对的，但同时
他们又很难接受来世。
如果时间是相对的，那么来世、
前世
等等都像一场游戏。这些
在《大乘经典》里解释得很清楚，里面有
许多详尽的论述，像是
因缘，还有，
你管它叫什么？功能是什么？好吧，
这很重要，因为这是我的
愿望的一部分，我需要向你们解释。
很多人来找我：「
你能为我即将参加期末考的儿子祈祷吗？」
从科学的角度来看，
你可以作弊，比如根本
不学习，然后
有人真的做了祈祷仪式，然后
你……
我想大多数科学家可能
不会接受这种做法，但你看，这就是大乘的
伟大之处。大乘
佛教永远不会迷信，你可能永远
找不到
像大乘佛教这样不迷信的教派。

你知道，他们没有迷信，
但他们接受所有的
迷信。他们没有迷信，因为他们是超越一切道路的追随者，迷信没有容身之处。但他们又相信因果关系的魔法游戏。所以，我再说一遍，这些是从注释中摘录出来的，你不会在实际的愿望中找到它，因为你知道，愿望是当你真正进行愿望时，
你不应该经历
所有这些学术研究，
你知道，就像
学术研究一样，你只需要
全心全意地去做。
例如，如果我嚼一些
酸的东西，你们这些知道什么是酸的人
嘴里会有唾液，明白
因果关系是如何运作的吗？这
并不意味着我嚼的东西
突然进了你们的
嘴里。那些对此一无所知的人，
比如，
如果我嚼这个，你
看，我肯定你们会想，
哦，这
有毒，你知道吗？
[笑声]
我希望，我希望卖这个的人
没抽。
大麻抽多了，不过总之，我主要想说的是因果关系。你知道，我嚼著这个，我相信你们当中有些人可能没嚼过，心里肯定在想，这就是因果关系的运作方式。对于一个对大麻一无所知的人来说，什么事都没
发生，真的什么都没
发生。所以，在这种情况下，因果关系以
一种不同的方式运作，
它被称为「无事发生因果关系」。这方面有很多研究。
好的，接下来我们要
谈谈前世，因为我需要谈谈前世和来世，

因为当我们谈论抱负时，
我们总是会谈到
延续性，对吧？我抱负成为这样的人，
然后你必须拥有一个
叫做延续性的神奇东西。
延续性非常神奇，因为
如果你死了，那就说不通了。你可能今天
犯罪，
明天警察抓住了你，
你上了法庭，你不能告诉
法官昨天的我和今天不一样。即使
在世俗的
现代科学世界里，你仍然是个罪犯。
这里存在著延续性，对吧？这就是我们所说的因果关系，
它扮演著非常重要的角色。在
祈愿行为中扮演的角色，所以回到你我为你的
孩子祈祷考试的事情上，有时候效果很好，我说「有时候」是因为我在祈祷的时候可能会分心，也可能我和这个孩子之间没有多少因果关系。记住，一个不了解花
与酸的人，什么都不会发生，因果关系也不存在，所以什么都
不会发生，他要嘛会失败，要嘛会通过，但这与我无关。但父母应该感谢我，父母无论如何都会感谢我，因为这是他们的善因。现在，当父母感谢我祈祷成功时，如果我对自己的祈祷过于自负，我会在
来世或
今生创造一个非常奇怪的因果关系，无论我说什么，人们要么听不到，要么总是误解。
不一定是这样，我只是举个
例子。好，有很多例子，例如两根蜡烛，一根点燃了，另一根没有点燃，但你用第一根蜡烛来引诱第二根蜡烛。现在发生了什么事？第一根蜡烛点燃了吗？
然后它进入了……第二个例子，以此类推，
我觉得
我更喜欢这个例子。嗯，教什么呢？好吧，假设我在教你一门语言，我教你一些我不懂的冷门语言，然后你明白发生了什么事。这门语言是不是从我这里进入你的内心了？算是吧，也不算，两者都有。这就是发愿的原理。这就是为什么
我们一个人为
一切众生祈祷也能奏效。我的意思是，
你不应该认为没有人付钱让我做这件事，我没有为此获得报酬。你知道，当你为一切众生发愿时，你

不应该认为他们在白吃白喝。你也不应该真的认为他们应该感谢你。事实上，菩提应该感激一切众生，因为他们给了

你发愿的机会。好的，现在我们再回到品质上来。记住，数量上也提到了这一点。所以，这里有所有关于非二元性的东西，同时我也谈到了这个神奇的秩序。因果关系，这就是

许愿的运作

方式，

或者说，我不知道我们是在讨论许愿的影响或效果。藉著这个许愿，你将战胜四魔。这听起来很夸张，但如果你注意到我刚才提到的一些方面，

它其实非常可行，因为你以正确的动机、不同的态度、不同的世界观——自信——开始你的许愿。我们说的是自信，许愿本身就是可以实现的任务。根据《

菩提经》，即使你一开始就许愿，你已经成功了。

你

不需要每周都去统计有多少

人因为你而开悟。

我想，现在这样就够了。

接下来我们做一些标准练习，然后再回到这里，因为这是许愿的一个重要面向。这真是不可思议。关于这些「唵」经文，它们如此深奥，又如此优美，表达方式也十分诗意。经文以「造化诸佛，造化诸佛，

造化诸佛，过去、

现在、将来一切诸佛，

愿他们

永远存在，不，是永远存在」开头，就像「唵」一样，

他们被

供奉著各种供品。

仅仅这两句经文就蕴含著丰富的意义。

你知道，身为佛教徒，我们有些人会

供奉佛龕，然后我们会点灯养活。但如果你忘记

供养一周，你就会想，哦，

对不起，

佛陀，你把佛陀当成了被冷落的人。

你知道，经文正是针对这个问题而写的。他们总是被供奉，不仅是供奉在佛龕中的

现在的佛陀，还有过去的佛陀、未来的佛陀。供品总是存在，无论你是否注意到，它始终都在那里。

你看，

这就是最美好的态度之一，摩耶态度。现在

你知道了，你就能明白为什么他们被称为「摩诃摩诃」了。你知道，这就是他们的思考方式，他们没有贫穷。心态，哦，我忘了，有一周他们没有那种心态，他们不觉得需要道歉。这其实非常重要，非AP（非佛教徒）

你知道，他们不觉得需要道歉，因为如果你觉得需要道歉，你的思考方式就不是大乘佛教的。我当然只是总结了大部分的颂歌。然后，嗯，接下来是愿佛土遍满一切的愿望，不是说佛土只存在于东方或西方，而是说佛土遍满一切。是的，

但有时也会有这样的表达：愿佛树充满无尽的佛陀和他们的侍从。所以总是有一种非常极致的、一切都完美的愿望。但突然间，

我们也会听到：愿一切圆满，愿有无数的佛陀和菩萨。这又是一种非常独特的大乘佛教表达方式。愿十方十众生远离一切疾病，愿所有这些众生的希望和追求……按照佛法，这很重要。基本上，无论 you 做什么，都愿它以某种方式使你利益众生，这样，我们所说的世俗日常活动，比如你想打个盹，就打个盹，愿这打盹的力量，愿它以某种方式使你利益众生。当然，最世俗的活动，甚至看似无益的活动，愿它们以某种方式使你觉悟。众生啊，这可能不会立即发生，但将来会发生。有一个非常著名的故事，是关于一位喇嘛的，来自杜氏传承，关于他的前世，我想是前世，他，你知道，在藏东有很多，我们称之为“查”，意思是匪徒，他们通常抢劫去拉萨的贫穷朝圣者，他们也抢劫

马匹，
你知道，这个男孩，我的意思是，他原本只是个普通的男孩，但他只是个普通的儿子。
你知道，他加入了一个黑帮团伙。就因为他年纪小，那些大佬们就给他安排了份工作，就是把马匹赶到山谷的另一边。有一次，
他们团伙抢劫了一群马，也就是一群马。抢劫之后，他就负责把马匹赶到另一边。
山谷里有一匹马，跑得慢吞吞的，很不快。
他很紧张，因为你知道，马的主人可能会抓住他们，杀了他们，杀了那些黑帮分子。他非常生气，就划破了那匹马的肚子。
然后，从肚子里出来一匹小马驹，一匹小马。就在那一刻，母马出于本能立刻舔了舔小马。
看到母马舔小马的画面，他意识到，即使是动物，也像这样充满同情心和爱。然后，他摔碎了枪，摔碎了刀，离开了帮派，离开了黑帮生活，
成为了一位伟大的修行者。这些对你来说很重要，因为你看，这就是……我认为他们从不认为你身上存在某种特定的行为总是邪恶的、

不好的行为。如果你有正确的
愿望，
接受错误的观点和
有害的
想法，就能走向美好。例如，马哈萨就是一个
病态的骗子，他……他控制不住
自己，非要说谎不可，非要说谎不可。
他知道自己这样做不对，但每次
说谎后都感到
无比
沮丧，甚至想
自杀。
后来他听说附近有一位伟大的
摩诃萨（我忘了
那位
摩诃萨的名字），这位伟大的摩诃萨知道他正要
自杀，于是来询问他的行为。
他解释了一切，说：「你
知道，我控制不住自己说谎，
每次说谎后都想
自杀。」摩诃萨说：「哦，
你完全错了，你一直都
做得很好。」那
人震惊了，问道：「什么
意思？」于是他们交谈了一会儿，
那人突然意识到这是
一位伟大的摩诃萨，连忙鞠躬，恳求连忙鞠躬，恳求连忙鞠躬，恳求说：「
请您收我为
徒，我发誓永远
不说谎。」师父说：「
既然如此，你就不是我的
弟子。」
然后他又问：「什么意思？」那人说：「
我想让你

说谎。」那人说：「真的吗？当然。」然后他又问：「那

是什么？」你知道，

他跟随他说，他跟随父亲。

我记不清

整个故事了，但总之，有一天，就在大乘

禅定（Mahasa）之前，师父大乘禅定即将圆寂，但在那那（Nana），他召集了所有弟子，告诉他们，他是这世上唯一说真话的人。是的，就是这样。我告诉你这些，

是因为大乘禅定（Mahayana）的愿望，你必须对

大乘禅定有不同的理解，它

没有限制，它非常广阔。下一个是天性（Tempure），这是一个很好的例子，愿我永远悲伤。是的，用简单易懂的话来说，我认为悲伤使人更像人。你知道，如果你像青蛙或蜘蛛，我认为

它们不会那么悲伤，它们

很忙，很忙。你知道，当你忙碌的时候，你就

不会悲伤，或者它们总是害怕被

吃掉。还有神，

它们也不会悲伤，因为它们都被

分散了注意力。他们

嗑药了，他们有很多商店，

卖各种各样的东西，

根本不用怕警察。反正他们都

嗑药了。不过，人类就不一样了。

但我们现在要谈的是非常

重要的悲伤，

基本上，我希望永远记得我的

生活。这让我想起了一首

六达拉玛（Six Dalama）的优美情歌。六达拉玛的人生经历相当坎坷，

他曾被不同的政治人物绑架为囚犯。有

一次，他又被逮捕了，正要被押送到……

我不知道是

哪个军阀

抓的他，可能是蒙古人，也可能是别的什么人。总之，他被押往监狱的路上，在拉萨附近有一座小山，其实挺高的，叫甘巴甘巴山。如果有藏人在这里，他们应该知道六达拉玛写的一首歌。

当他们到达山顶时，他……

你知道，他的双手……你知道，他身边还有士兵。我猜士兵们是想尿尿什么的。在山顶上，他稍作停

顿，然后面对瓦萨波阿拉（Wasa poala），

你知道，那是他现在住的地方。他现在六岁了，你知道，他以

调皮捣蛋而

闻名，不，应该说相当调皮，有很多情人。藏族人很奇怪，你知道，一方面，藏族人非常注重循规蹈矩，纪律严明等等，达摩必须是僧侣等等；另一方面，无论达摩去拜访哪些女孩，她们的房子都会被漆成黄色，你知道，就像一种敬拜。总之，在山顶上，他创作了一首歌，这首歌

非常优美。在歌里，

我们永远不知道他在唱什么。好吧，他是一位非常伟大的诗人，

所以我们真的

不知道他指的是谁。

他似乎在指…你知道，嗯，彭彭（Pen

Pen）在某种程度上也是一个女孩的名字，你知道，荣耀的女神，

你知道，呃，可能是他的情人之一，但这也是摩诃迦梨（Mahakali）的名字。所以我们不知道他在说谁，但我想告诉你的是，他说他的思想——当然，他的思想被束缚著，他不自由——所以他说，

我的思想，那自由的思想，正在穿越山谷和群山，现在要去见这个B L，然后他说，但旅程不会停止，

你看，他有点调皮，你通常遇到的那种爱人，然后待在那里？他说，他会不断地去往整个轮回的山谷和山脉，然后他会遇到所有其他的L。所以基本上，我在这里说的是

真切的

悲伤。我想，菩提子们祈祷永远

拥有鸟瞰的视角，

不只是今生，而是整个人生。所以我想

你会感觉到，你知道，就像，我不知道，有点像，不是自怜，而是一种悲伤。我的意思是，如果你用鸟瞰的视角，突然看到曾经你是一只即将被油炸的龙虾，你会是什么感觉？你明白吗？

所以你会感觉到这种感觉，你知道，就像…你拥有

鸟瞰的视角，

不仅能看到此生，当然，即使只是此生，如果你回想从童年到现在，我相信

你会有很多感伤

的情绪。这就是

为什么我们会去看心理

医生来表达自己的情感，不是吗？所以，

这就是我们应该祈祷的：愿我拥有这种能力，愿我拥有这种对整个存在（不仅仅是此生）的记忆或鸟瞰视角。因为透过这种视角，你会感到快乐，也会感到悲伤，快乐中也带著一丝

悲伤，因为

你会想，哦，天哪，我为什么会那样做，我当时多么愚蠢等等。愿我永远拥有舍弃一切的心，愿我永

远永远想要效法先贤，永远永远

仰望先贤。这在许多经文中都有解释，据说我们的佛陀释迦牟尼佛第一次获得这种灵感时，有很多关于这方面的故事，其中一个故事是他……你知道，我厌倦了别人的自负，真的，被别人的骄傲和自负搞得筋疲力尽，不知道该怎么办。但就在几天后，他遇到了卡什，一个没有

自负的人，他被这种无我的存在深深

吸引，

觉得它太有魅力了。他说：「我想成为你这样的人。」这就是我们现在要讨论的。

我是否应该一直被无我或无我的人所吸引？或者我应该一直被那些拥有「塔塔塔」特质的人所吸引？

我是否应该一直完美无缺？我是否应该一直实践完美的行为，以获得并保持「塔塔塔」品质？好的，我想我们就到此为止吧。如果你们有五个问题，我们会回答。然后，这里有人来吗？我们这里有两个麦克风，还有一些线上观众。哦，在线观众很多，这就是在线的

乐趣。[笑声]在线。嗯，

如果观众有任何问题，请随时使用其中一个麦克风。我们会……呃，这里应该有个麦克风。好的，你好，呃，谢谢。嗯，我的问题，我想……呃，你已经回答过了，但

我还是

想问，因为它是关于愿望的。嗯，我们怎么会有愿望呢？是因为我们有能力……呃，因为我们拥有自由意志，还是因为业力？

很好，是的，你明天还会来吗？是的，是的，是的。我可以回答这个问题吗？

因为这很重要。好的，当然。好的，好的，

谢谢。嗯，我有

个问题，你已经开悟了，你能…呃，我是说你…呃，好的，你能现在给我示范一下吗？嗯，如果我能演示，我从一开始就演示了。就是这样。[掌声]好的，非常感谢。

嗯，这是一个因果关系的完美例子。

我不知道她想表达什么，反正没关系。好的，呃，所以，呃，这个问题里面有些字

可能需要翻译，

所以我用中文。嗯，当我读佛经或故事时，我经常被感动，例如……呃，人们……

他们用血肉来养活垂死的母亲

或孩子，这种魔法，却很少

见识这个世界，是不是因为我们的抱负不够？我想是这样的。[笑声] 所以非常

感谢您的教导。嗯，希望我的问题不算太愚蠢，但是您如何管理期望和抱负？嗯，您如何避免失望，避免因为失去希望而失去抱负？好吧，这个问题的答案很简单，我的意思是，有一个复杂的答案，但简单的答案更好。我认为，让它无限延伸，有多少人开悟，这比只有10个人开悟要好得多。即使你完成了9个人的

开悟，你仍然会面临问题。非常感谢。好的，记住，我们去线上提问吧。是的，线上提问。嗯，我们

有很多线上问题，但这里有一个：什么是开悟？它和全知一样吗？一个人如何知道自己开悟了或走在正确的道路上？

什么是开悟？嗯，

开悟这个词不太好，当你看到真相的时候，我想说，现在来说，当你看到完整的真相，当你意识到…当你做梦的时候，以及当你意识到自己在做梦的时候，做梦本身就是一种顿悟。好的，谢谢Ret的教导。嗯，你谈到了

愿望的力量，今天你也谈到了殖民主义的恐怖以及它如何影响世界。身为佛教徒，光是有愿望就足以对抗殖民主义和人类造成的这些

恐怖吗？还是我们应该做其他事情？我的师父一直告诉我，愿望是最好的，但我们常常被其他事情分散注意力，因为我们认为自己可以做些什么，所以我们有这个解决问题的习惯。好的，谢谢R。谢谢。你好，

Rach，谢谢你关于幸福的课程。

你认为幸福的必要条件是什么？例如自由、爱、金钱、事业、浪漫等等。你认为幸福的必要条件是什么？嗯，Shandra Diva，根据Shanta Diva的说法，

我认为这个答案

不会让你满意，但无论如何，我会给你一个佛教对幸福和不幸福的定义。如果你摆脱了因果关系，你就会快乐。不仅仅是摆脱了某个人，那本身就是一种巨大的因果关系，即使是很小的因果关系，如果你自由了，我认为这很好地概括了这一点。相反的情况是痛苦。例如，我想要一杯深烘焙的咖啡，我不喜欢中烘焙的，啊，你已经开始不快乐了。深烘焙、中烘焙、浅烘焙，谁在乎呢？你已经很快乐了。大概就是这样，

你懂了吗？嗯，有点明白了。好的，谢谢。总之，这是一个经典的佛教答案，因为……而且这是一个相对的答案，

因为它非常非常依赖不同的个体。对某些人来说，鞭子是痛苦，对其他人来说，鞭子是兴奋，对吧？

好的。嗯，在你今天的

演讲中，感觉你好像在

谈论因果游戏，好像它有点像……嗯，我想用什么词来形容呢？嗯，它就像一场游戏。但是，你讲的那个关于小偷和马的故事，他剖开马的肚子，婴儿就出来了，嗯，那难道不是一个错误的例子吗？嗯，渴望，错误的行为，创造因果关系，最终得到正确的结果。

不，我认为这个故事更像是你在渴望，无论你做什么，它都可能以某种方式引导你走向好的结果。你明白，因为你的旧习惯，你最终可能会做错事。

这并不是说你没有渴望杀死很多

马。是的，好吧，这么说吧，如果他没有那么大的怨恨，他杀死更多马的可能性就很高。事实上，我认为他甚至写过歌，他说那匹母马和小马一定是他的上师的化身，因为如果不是为了这两个，我认为他有很多关于这方面的文章。好吧，我

不知道我们是否能全部说完，
但如果你回来，你仍然可以问一些问题。是的，也许
几个。是的，你能吗？你好，谢谢你的教导。我的问题是，如果我们不必道歉，我们该如何忏悔？当我们忏悔时，
我们有什么感觉？我认为我们是在讨论不同类型的道歉。当然，如果你做错了事，我想……
你应该……
呃，我想我们刚才在聊什么来著？我忘了，我想再告诉你。好吧，这其实是个大问题，这是个很重要的问题。关于道歉，是的，谢谢，
谢谢。呃，很高兴见到你。我第一次读你的书是在12年前，当时我还很年轻，
所以这次经验对我来说意义非凡。但我并没有像追逐明星一样追逐梦想，
你知道吗？你就是我的明星。呃，我有个问题。你解释过，你知道，你举的例子让我觉得我学到了很多，例如每一刻都很重要，这解释了我们如何度过那些不同的人生。呃，你知道，你也提到过你的书，说我们拥有所有那些美好的
想法或美好的经历，并不意味着，我的意思是，心中有
佛并不意味着我们必须放弃日常生活。但有些人说，呃，我们经历所有这些人生的原因只是为了拥有这些经历。呃……体验因果关系，你同意吗？或者你对此还有其他想法？嗯，一般来说，所谓佛法修行，如内观，其全部意义
在于打破因果秩序。正如著名的钱德拉所说：「如果你愚蠢，你会做坏事，下地狱；如果你愚蠢，你会做好事，上天堂；只有智者才能超越善恶，获得解脱。」请带领我们诵读七行上师祈祷文。谢谢。好的，
我会在结束前诵读。谢谢。
嗯，我还有一件事想分享，我认为这可以作为你刚才所说的「一旦
许愿，就已实现」的一个例子。很多年前，我看到一段日本治疗师的视频，他们用一台摄影机对准体内的肿瘤，一边念诵经文，一边在镜头里看到肿瘤。越来越小，他们只是不停地用日文重复著同样的话，而他们念诵的内容其实已经完成了。他们并没有看视频，事情就是这样发生的。嗯，
好的，从网路上看到的。是的，「May I」这个片语暗示著
一种外力，但在藏语中，「aspiration」这个字强调的是发出愿望者的力量，或是向内在或外在的佛陀或上师寻求帮助。是的，我需要告诉你，上师在这里
没有
发言权。上师是一位密宗修行者，这是大乘佛教，但密宗修行者也可以使用这种祈祷文。他们就是这么做的。嗯，这个“I
may
I”，这只眼睛会，我想著，当你祈祷的时候，它会变得安静、变幻、改变。哦，
好的，还有一个问题。我们如何发出真诚而宏大的愿望，却不抱任何希望，也不害怕结果？我想我已

经解释过了。如果你追求无限的目标，我认为这是一个很好的方法。但这个问题很重要，答案是我们今天下午一直在

讨论的：开悟者是否知道自己已经开悟？你能解释一下吗？嗯……我练习得越多，就越觉得我懂得的比我懂得的要多，这让我不禁

思考：开悟者是否知道自己已经开悟？或者他们自己是否知道？因为开悟是一种无我的状态，对吧？是无我的状态，很好。那么，他们是如何意识到自己已经不存在的呢？首先，你是说你学习越多，是学习越多，还是学习越多，尤其是佛教？

我练习得越多，冥想得越多，我就越能意识到这一点。我会鼓励你保持这种心态，我认为这对你有好处。好的，等等，等等，但是，至于开悟

者，他们知道自己已经开悟了吗？这是一个非常棘手的问题，需要一个棘手的答案。他们从来就不是有意识的存在。好的，我的问题是，我每天晚上都会许愿和

祈祷，有时是发自内心的，有时则不然。这仍然有意义吗？当然有意义，即使你是出于义务而做，也是有意义的。实际上，这很重要，这就是萨姆·巴德拉（Sam Bas）的愿望，只要有人哪怕对此稍感兴趣，哪怕只是翻阅第一页，他都会读完剩下的部分。我一直很想知道，为什么人们总是更喜欢玛努什（Manushi）雕像，阿巴拉尔（Abalar）雕像，我们又是如何看待萨曼塔·巴德拉（Samanta Badra）的呢？好的，非常感谢您的演讲。我和我的朋友们正在

学习您的书《是什么让你不是佛教徒》（What makes you not a Buddhist），我们一直在学习前几章，我们意识到理解其中的智慧有多么困难。因为今天听了您的演讲后，我意识到我们需要渴望所有众生都能在读完您的书后获得觉悟，而不仅仅是我们小组。所以，我想知道我是否可以站在这里，请求您为所有正在阅读您书的人祈祷，愿他们都能理解其中的智慧并获得觉悟。谢谢，谢谢，谢谢。我也会祈祷，我不会写出那么复杂的内容。你知道，实际上，佛教徒之一他拥有很多很多优点，其中之一是他能跟一个三岁的婴儿谈论沙塔，而且婴儿能听懂。跟婴儿谈论沙塔简直是不可能的。好的，谢谢。嗯，如果医疗机构希望在日常工作中，也就是在帮助患者时，将意向设定或愿望纳入其中，您会建议怎么说？医疗机构，嗯，医疗机构，嗯，医疗机构，嗯，如果他们希望纳入其中，您会建议怎么说？我认为，嗯，实际上，你知道，这一点很重要。我建议你每周至少完成一次愿望设定，至少每周一次。好的好的，今天我要以…结束今天的节目，因为有一位女士请我诵读七行祷文，我现在就来诵读。好的，今天是达克尼节，所以我要诵读……献给黑暗的祭祀文。我什么都没准备，我会献上一些鲜花给

所有的黑暗生物。

[音乐]