

佛陀的见地，2023年11月15日，新西兰基督城（AI整理版）

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

讲师：

你需要多长时间来练习发音？你知道，我们说藏语，老师的名字通常都很特别，又长又难记。就像毕加索——那位伟大画家的全名——各位，你们可以去查一查，篇幅相当长。

我想表达我的喜悦与感谢，感谢主办方为大家组织了这次活动。这次因缘让我有机会在这里见到许多老朋友，真的非常高兴。

我来过纽约，也去过新西兰好几次了。我一直对各个国家都很好奇——不同的文化、不同的家庭，彼此之间的差异与联系。在我看来，家庭在某种程度上反映了一个社会的身份认同。就像许多其他文化一样，多元文化主义让不同背景的人得以和平共处于同一片土地。我觉得，这样的地方是值得向往的。我有时会想，新西兰会不会就是那样的地方？也许是，也许不是，但其中似乎有某种非常有趣的东西——那种开放、热情、包容的氛围。

听说在座各位中，大约一半是虔诚的佛教徒，另一半可能是第一次接触这类开示的新朋友。能参与其中，本身就是一种考验，也是一种挑战。今晚的问题有些来自在座的听众，也有来自世界各地的提问。因此，我先说几句开场白，做个简短的引言，然后再进入正题。

今天对话的主题，涉及一种特定的状况——我们姑且称之为“佛陀的愿景”。不过，“愿景”这个词，我自己也不太确定是否准确，它似乎还有一层内部结构。如果把它理解为“Vision”或“Range”，我也拿不准。更何况，说佛陀或他的弟子们曾“制定计划”，也不完全准确。不过今晚我们就用这个词——佛陀的愿景，以及诸佛菩萨与弟子们的行事方式。

你们当中也许有人对佛陀究竟是怎样一个人感到好奇——他是如何在那个时代与世界互动的。人们各不相同，面对的处境也各异，但佛陀向每一位都做了相应的开示。当然，时间有限，不可能面面俱到，所以我今晚只挑几个我认为最重要的方面来讲。

在最觉悟的佛陀看来，我们所说的心——意识——才是最为关键的东西。这一点，说起来简单，实际上并不简单。这个词本身，在不同语言的翻译中也各有出入。比如它涉及物质属性等种种面向，这个词的历史可以追溯到两千五百年前，在不同的文化视角下，指向也各有差异。

许多佛教徒都会说：意识，是一切的根本。从某种意义上说，这就是我们一直纠缠不清的地方——离不开它，却又无法完全把握它，我们甚至无法想象没有它会是什么样子。它不是物质性的东西，你无法否认它、删除它，也无法单纯地“选择”要它还是不要它。

打个比方：一张桌子。如果你不善待这张桌子，桌子不会感觉被冷落，不会产生怨恨；你离开了它，

它也不会若有所失。这张桌子放在这个房间里，对于发生的一切毫无感知，你怎么对待它，它都无动于衷——既不悲伤，也不委屈。我们当中没有一个人是那张桌子。正因如此，我们才会被困住，我们的心才会不得安宁。

然而，这恰恰说明了心灵的珍贵。那种能够感知一切的意识，那种对幸福的渴望、对美好的感受——一条河流，棉花的香气，某处的花卉——佛陀在某种程度上表达了这一点。他说，我是从内心深处说话的。这种心智本身就是一种美德。

所以在佛陀看来，意识不需要被神圣化，也不需要被神话化——你可以就这样简单、直接地谈论它。换句话说，这是一种观点，一种看待事物的方式。

这一点对于现代人尤其重要。拥有意识的生命体，都会倾向于快乐而非痛苦，这是所有众生的共同特质。然而，人们对幸福的理解，往往与真正的幸福并不相符。你以为得到了某样东西就会快乐，但那只是一种条件性的、短暂的满足；一旦失去，幸福也随之消散。佛陀把这也归入苦的范畴。

这就引出了佛陀最重要的教导之一——四圣谛，即四种高贵的真理，这是佛教中非常核心的概念。值得注意的是，佛陀从来没有说“你应该想办法逃避苦难”，这一点非常独特。他最了解苦难——对我们许多人来说，苦就像头痛、胃痛这样显而易见，还有贫穷等种种困境，这些我们都能理解，很容易说清楚。

但我们不知道的是：我们所以为的“幸福”，其实也在苦的范畴之内。因为那种快乐不是出自内心深处的、完整而持续的喜悦，而是依赖外境的、随时会消失的感受。失去了，快乐也随之失去，这本身就是一种苦。佛陀所指向的，是一种真正发自内心的、完整的快乐——这才是他真正关注的。

当然，日常种种感受——饥饿、口渴、困倦、头晕——这些也都是真实的苦。即便在物质丰富的国家，苦依然存在，形式各异而已。

所以，佛陀的这个观点其实非常务实：快乐是重要的，没有人不想要快乐，但关键在于——什么才是真正有益于自身的快乐？如果某件事能带来真正的益处，那它本身是有价值的；如果不能，那再怎么追求，也只是在原地打转。

这也涉及另一个层面：沉浸于过去的美好回忆，或憧憬未来，都能带来某种满足感，这些都是有效的，并非毫无意义。但佛陀的建议是：一个人不应该沉溺于过去，也不应该总是梦想未来——因为过去已经过去，未来尚未到来。我们真正拥有的，是此时此刻。这才是最重要的，这也与观点的转变密切相关。

佛陀的另一个重要方面，是通过辩证与内省来认识真相。“真理”这个词，在不同语言和文化中各有不同的理解，我也不确定你们平时是怎么使用这个词的。但佛陀所说的，大致就是这样的意思。

以上是我的一些观点。关于佛陀的教义，我们需要记住：回到过去并不值得幻想。我们现在所处的当

下——什么是可能的，什么是不可能的？我们怎么能就这么接受呢？

我们意识到，我们最终都会死去。我知道有一个组织，曾为佛陀做过一段时间的媒体工作，接受这个现实需要很长时间。事实是，如果我们两个都要死，这并不是什么新鲜事，我们还是别让情况变得更糟了。比如说，你知道7月2日那天你会死，这反而简单——你可以提前规划，等等。但生活99%的情况下并非如此，问题就在于我们不知道自己将如何以及何时死去。我想借此机会向大家说明这一点。

我们不仅仅是在谈论死亡，我们谈的是变化的可能性。我们改变了很多东西，而且一直在变化。我说的不是肤色或发色，我指的是一切——万物都在改变的那种变化。从前，你们还玩枪或者芭比娃娃之类的，现在不同了，你们玩游戏。以前的人会为了那些事哭泣尖叫，而现在，虽然规模不大，但这个概念、这些价值观已经改变了。各种类型的关系和价值观也在改变，然而主要的变化来自内部。如果变化来自外部，也需要相应调整，就像养马也需要适时修整一样。

其中一种方法，是我们必须正视这个事实，也就是面对当下。第二种方法，是让我们对自己坦诚——我们对任何东西都没有100%的满足，无论是食物、零食、饮酒，还是穿着华丽的衣服，我们谈论的是我们自己的价值观。

让我们回顾一下10年或20年前，我仍然记得互联网刚出现时，每个人都兴奋不已，包括我自己，因为它节省了大量的时间和金钱，所有内容都能免费获取，信息无处不在，无论身处何处都可以立即与世界沟通，完全不需要任何人控制或监视你在做什么。但现在我们却朝着相反的方向前进。有人说这是好事，我们拥有了更多的快乐，但我们真的比以前更快乐吗？我们是在变得抑郁，还是感觉好转了？

至少在智识层面上，我可以做个演讲，说服你同意某些观点，你也会同意一切皆有可能改变，你自己也改变了。它能让你满足100分钟，但这些怀疑和看法，只停留在智识层面。因此，当真正出现问题时，光靠这些是不够的，那时，技能就显得尤为重要了。

既不回顾过去，也不展望未来，一个真正活在当下的人——就在此刻，本月、本周、今天这一刻——存在于当下，就在此时此刻。

有这么一个人，他完全不考虑未来，那真是太棒了！就好比他完全无视了那些花的图片和那些信息，心想：我就在这里，我就在此。当我们谈论当下时，它变得更加微妙——今天、今晚，当下的一切都铭刻在我们的身体上。

我们有一个身体，而大多数时候，我们对自己的身材永远不满意。原因在于：当我们回想过去时，我们会去想象身体应该是什么样子、应该怎么做，等等。过去与未来都在折磨着我们对自身身体的思考，让我们永远无法满足于现状。我从未想到，此刻就居住在这个身体里，就这样，太棒了。

佛陀的视角甚至到达了一个更为微妙的境界：只是去接纳和了解这个身体，就在当下，就这么简单，也非常有益于许多人。这不一定能带给你快乐，但会让你感觉好一些。而且还远比这更微妙——你吸

气呼气的这个行为，你的思想，你的意识，你心中的觉知，因为你心地善良，所以你总会得到回报。要了解某件事，你只需要去观察它，就按那条路走就行了。

这是佛陀提出的一个重要观点，那就是让你们看到真相。这与第三个词——观点，或者说佛陀的愿景——密切相关。这是为了帮助你更好地接受它：表象之下全是欺骗，这是谎言，这是最容易理解的方式。为了接近佛陀的这一理念：无论你看到什么，你是如何投影的？你可以听见、感觉到、尝到，能看见和触摸万物的人，会以无数种方式感知它们。基本上就是这样理解的：事实并非如此，这只是一个想法，你的想法就是这样。从本质上讲，这些就是佛陀教导的内容。

现在，我认为我曾经搜索过某个词，多次搜索，它与这种疾病有关。正如我之前提到的，让我们回到意识这个问题。你可以看到，记住这一点：这张桌子没有中心点。我们带着美好的愿望，却遇到了问题，因为我们无法控制它——或者说，我们以为可以控制，因为它已经走得太远了。过去指向未来，但并非总是如此。场面完全混乱，因此，无论是回顾过去还是展望未来，你的思维都会非常混乱。

佛陀总结说：无论我们正在经历什么，通过视觉、听觉和嗅觉所体验到的一切，身心几乎就像想象力一样，那些幻想都只是幻想而已，这源于精神错乱。在佛教中，我们称之为……空性同样至关重要，拥有这种智慧，就是开悟。

在感恩之心中，一定蕴藏着某种人心或灵魂。理解佛教慈悲观最简单的方式就是：善良即是美德，这是一种理解。论证与同理心相结合至关重要。这些都是非常世俗的疑问，而在那个根本层面上展现同理心，其实很简单——你只需要穿上别人的鞋子，感受一下他们的感受。

因为我们每个人都有不同的经历和因缘，都有自己的习惯和职业。我们有一种倾向，认为每个人都必须思考同样的事，要谨慎说话，并珍惜你所拥有的一切。但这不仅仅是创造事物的问题——在国际舞台上，水也会带来问题；在父母与子女之间，在相爱的人之间，在同事之间，我们因为缺乏同理心而彼此伤害。所以，情报与手段，正是佛陀的视角或愿景——让世界成为一个充满益处和幸福的地方。

我刚才说的这些，真的简洁吗？或许我话太多了。对于我们佛教徒来说，最重要的技能就是我们所需要的。我认为我们都经历了许多变化，结局有所不同，但作为佛教徒，我不认为有绝对的开始，也没有绝对的结束。如果你说的是那件事——类似凯旋之类的——我不认为那就是世界的全部。

变化很大。我最近听说，像Instagram或TikTok这样的应用现在非常流行，但我也怀疑在未来10年内，这些应用是否还会存在。如果这些应用让我们变得无趣，我认为它们肯定会改变。而且这些变化并非仅仅发生在某一个方向或西方，因为这个世界已经变得太大，同时又太小了。

这意味着，我追随了藏传佛教的传统，传播金刚乘的传统及其教义。根据金刚乘佛教的传统，这是一个特殊的时刻。最脆弱的那些是极易发生变化的，有许多波动，而关键在于时机。这也是你们见面的时候，我们收获了很多。有时候，只需付出一点点努力，就会收获很多好处。因此，我鼓励我们去思考，并往好的方向想。

我不想把这些话当作鼓励赠予你们，但这是我的想法。我知道印度是宗教的发源地，但为什么现在只有一位佛陀？印度人口普遍信奉宗教，对于那些关心这件事的人来说，这是一个重要的问题。根据历史记载或某种解释，我也不知道。我必须说，有一个重要原因，佛教的创世文献就是其中之一。或许那个词——“黎明”也不太合适——彻底死去，然后又过了三百年或六百年，我们就这么叫它。我得让你们来发言了。

这些词语以前并不存在，例如“佛教”或“印度教”这样的词。它们都有一个共同点——“印度教”的根本创立者……其实，“印度教”这个词本身就很奇特。在巴基斯坦附近，根据某种信仰，即使他们有权豁免，如果没有宗教信仰，他们就被认为是印度教徒，就是这样。原因嘛，但这个定量评估的任务……在那个群体中，信奉佛教的人数比例——那不正确。像我哥哥就读的那种顶尖学校，学者们研究天文现象，有天文学家，还有生物技术和微生物学领域的专家，等等。他们就会去假设：这到底属于佛教还是印度教？或者说，这些宗教本身都在寻求了解真相、了解原因。这节诗所说的，正是如此，原因就在这里。

但佛教已经发生了很大的变化。他们过去经常接受这类东西，在国王的支持下，后来就变成了一块金属片。我的老师也确信这种变化在一定范围之内。五百年后，这样的寺院学校便停办了。他们现在正在研究的，究竟是什么？

现在，让我们来谈谈未来的人们——他们会笑，会觉得好笑，会忍不住大笑出声。面对这些研究成果，他们因此格外信奉佛教。

老师可能不会在场，可能会有部分人员缺席。但对那些人来说，这是直接有益的事情。这是一个社会问题。社会应该这样看待它——比如说，如果有人破坏了原件，社会上这些腐败分子就必须受到惩罚。惩罚的问题，以及诸如此类的事情。

那么，佛教没有佛陀就没法成立了。我们的宗教没有这些东西。这就是我们坚持下去的方式，但我们没有那些东西。

但佛教并没有婚礼仪式。对佛教徒来说，那些事情——我们就像那段记忆一样。告别仪式倒有很多种。比如现在只有两个人结婚了，这也不是不可能的事。但到了晚上，孩子们就离婚了，事情就此结束。事实的确如此，但如果有人组织了这样的婚礼，那么会有人想参加吗？

不仅仅是像“性格”这样的词——不，你不能那样用。这是其中一个关键词，为了进行有效沟通，做出恰当的总结，但你们之间根本无法沟通。比如，如果你不投票，就把它给我，你们都会下地狱——没错，我们无法传递这些东西，所以才那样做。

为什么佛教不能成为……发展速度过快，就像波纹铁皮一样。

即便是在中国，情况也不尽相同。那是一个饱经苦难的国家，人民经历了许多变化与起伏。但是，中

国人仍在尝试。在佛教中，这种转变可以成为一种现实。这个问题已经成为社会的一个方面，是一个人人皆可参与的议题，让人们之间变得更加和平相处。我认为，这是其中一个原因。

另一个原因是蒙古人。他们大约在公元九百年前后入侵，建立了元朝，然后……他们到达之后，发现了像菩提伽耶这样的圣地，还留下了一些人名。这种事，我认为确实会发生。

（音乐）

那些人——印度教徒有着明显的政治动机。哦，我差点忘了一件非常重要的事，一个非常重要的原因：目前，佛教在印度的存续率已不足百分之百了。在印度，那是因为他们拥有太多可供选择的神灵。为约十亿人口提供宗教信仰，每个公民都有权自主选择，一次最多可挑选数千尊——千神之日。因此，由此可以推断：佛陀当然不可能成为印度的主要选择。正确的道路是正确的，我也这么认为。这或许就是答案。

它会稍微恢复一些。宗教，分类归篮，我们又回到了那个地方。很多人都这么说——佛教，是啊，就像宗教一样，就像佛一样。嗯，就像这里可以说的，说话的方式就是——我们建造了很多东西。浅水游泳池，很多人可以跳进去游泳锻炼，在那些游泳池里游泳——希望我已经回答了这个问题。

问题是：在众多的人工智能中，谁能够做到这一点？它发展如此迅速，而且与……有关。这与佛教中的正念有何关系？我个人对此的看法是：这种情况已经持续好几年了，也不会有太大变化。接下来几年里，人工智能的发展，对我来说，对佛教来说，是非常好的事情，因为佛教探讨的正是这些问题——谈论自我，谈论自我意识。

我也是这么想的。谁才是真正会……它能激发人超越自身极限的潜能。除此之外，我、医生、护士等等，将会——经过深思熟虑，超越自我。经常地，你会意识到自己太粗心大意了。他们很天真，没有意识到智力的边界。这项发明简直就是为我们量身打造的。这个人工智能被创造出来，赋予我们并创造这种意识。我对此也不是很确定，但如果它们能提高人们的意识呢？实际上，这会让佛教变得非常……

它们之所以不同，是因为每个生物都不会是同一种来的——我需要你们了解这一点。那种方式不是用来干这个的，或者有证据可以证明……大声喊叫着出来。创造孩子的最佳方式，另一个问题是他们，我们称之为——这些环境湿度很高，或者说，潮湿的环境。

医疗保健领域需要人工智能。我打算提一个关于智力的问题：人工智能可以创造良好的精神专注力。但问题在于，这里需要对“智能”进行定义。人造的，这种情况……人必须达到无知的状态。如果这种人工智能……正是它的意识赋予了它无知。这样，佛教徒就能以某种方式获得内心的平静。因为平和，因为如果它要得到——意识即智慧。那样的作品会让人感到恐惧，恐惧及其感知，成为其中一员其实很容易。

某位喇嘛的信徒……如今佛教老师非常受欢迎，尤其是在这个方向上。那么，如今佛教在西方流行吗？“西方”这个词用起来其实比较困难。正是在这个时候，我遇到了一些佛教友人——佛教友人或信徒的去世被称为……我们的东方，就像中国或印度一样——实际上，他们比以前更加西化了。你们当中许多人，你认为自己是怎样的人？西方人？在文化上，他们其实爱国情怀更加强烈。几乎所有跟我争论的人——正如我们讨论的那样，那天……以前，如果你……我认为……

（音乐）

每个人都想知道。我认为真相是这样的——佛陀做了一件非凡的事，这也很棒，因为它有助于人们看到真相，尤其是“呈现”这个词。他的外表已经说明了一切，为了获得真相。从西方的地理角度来看，那些动物……现代人，我只是好奇——你们对西方有什么看法？这些是什么？他们是目前这些人吗？

不管这件事大小，不管你们正在做什么，你应该摆脱那些束缚。这被称为惯例。我常常觉得这种意识形态——它是合理的，它信奉逻辑，它相信理性评价模式。有时情况甚至会更糟。

如今，现代人应该……我也是这么想的，但这不太好。因为，你知道——逻辑和理性只有在前提本身是正确的情况下才有效。这一点只在一定范围内成立，但进入……有一天当我学习哲学的时候，我接触到了佛教哲学。我讲授这个话题已经六年了，这是一个很大的题目，被迫接受那种哲学体系。其论点是：逻辑将成为一种工具，让你看起来像个傻瓜。我认为这一点极其重要，因为谈到什么是合理的——这是理性使然，纯洁无瑕，且通过共识被接受。

当然，如果你去餐馆，你可以问有没有咖啡，用意式咖啡机冲泡。不，你也可以买咖啡豆，让它升起，然后坠落、消散于虚空——我究竟该不该泡杯咖啡呢？就像你可以去那样的地方一样。接下来我将更详细地谈谈密宗佛教——我认为它超越了传统界限。

通常是那些常识性的事情，然后有时你可能会发现一些神秘的事情出现，尤其是——比如在新西兰，你会看到这些东西。原住民……当地人不可能做到这一点，他们不是印度人，即使住得很近。但是在那种环境下，气候寒冷，后来出现了马，然后突然间天气变热了，寒冷的气候……如你所见，一切都在改变，这迫使你适应，而你不需要逻辑或理性。这就是原因所在——科学家、政治家和理性主义者，那种化学物质会想要摧毁它。显然，我稍微跑题了，我们可以忽略它，没问题，拜托了，请提另一个问题。

问题是：后现代主义是否可以被视为佛教之友？

不，是的，我自己也花了很多时间和精力向佛教徒介绍佛教。东方，另一个名字，是最学术性的，因为正如我多次告诉过你们的——关键在于如何，我们已经摆脱了那些信息的局限。这通常是通过倾听来实现的，我们觉得某件事很重要，而这一点尤其重要，我们必须用这种方式去了解它——通过逻辑思维 and 辩证思维。合理的事情本应如此，合乎逻辑。但西方拥有批判性思考的传统，要求对方提出反驳论点，这样做是出于好意，它很美，我们必须真正接受它。问题是他们是否真的在反对。

好的。佛教中有一句谚语，这就像烹煮的过程——用釜来煮。一边研究，一边交流，你正在思考某件事。但有一天，一位朋友问我：宇宙大爆炸发生在何时何地？为什么叫宇宙大爆炸？因此，换句话说，让我这样告诉你，我一直都很喜欢佛教结构的这一方面——那些是布施的佛教徒，禅。佛陀教导我们哪种冥想方法？至于我们，它会自然消融。这就是佛教徒的想法。

你将会是——你既是障碍，也是目标，是通往觉悟之路上最隐蔽的障碍。比如，假设你想去河的另一边，那你就得带条船。但当你到达彼岸之后，你就得跳出船，对吧？但如果你仍然执着于那条船——因为它太漂亮了，你们真的很喜欢站在上面——那么那艘船，你们就用不上了。因为你们喜欢，就过不了河到对岸去。这就是佛陀为什么那样讲船的原因——佛教就像一艘船。那天，你仍然沉浸在对船的执着之中，你们当时并不在那种境界上。即使你成佛，也还没有达到觉悟。

人的命运是预先注定的吗？不，还是说这是因为许愿而发生的事情？人的愿望——这是我们自身的问题，还是某种特定情况下才会出现的问题？随机的爱，旗帜。我认为，人们不会这样想。克里斯，你是这么想的吗？这是一个非常重要的问题，真的非常非常重要。我希望……我们竟然可以坐在这里。

我们需要好几天时间来讨论这个问题。佛陀关于业力的教义，可以说是最难懂、最难以理解的教义之一。首先，这在理论层面就已经很难把握了。你知道为什么吗？事实就是如此。

嘿，我们来聊聊吧。我认为很多人——可能有数百万人——都听说过"业力"这个词。所以你可以把它随手一扔，或者坐下来认真听。

比如说，你做了一个梦。在梦里，你点了一杯饮料——番茄汁，就像在机场那样，摆着六千种菜单，冷的、热的、短的、长的，什么都有，你得从那堆乱七八糟的选项里做出选择。你下单之后，菜端上来了，你发现它很烫，你得等一等才能喝，然后你就醒了。

对我来说，用做梦来解释这个概念，是最好的方式之一。做梦很容易理解，对吧？相比之下，向佛教徒讲解空性（Śūnyatā）其实也没那么糟糕，它或许能讲清楚，或许不能。但业力确实太难了。

不过，就像关于梦的道理——一旦你真正明白了，一切就变得容易多了。比如在梦里，你点了一杯咖啡，我走过来说："嘿，你的咖啡杯怎么这么脏？咖啡都没有从杯子里流出来。"然后你会说："这才是真正的杯子，它本来就是用来装咖啡的，咖啡当然不会溢出来。"可事实上，那只是你梦中的咖啡杯。

所以，为了向你解释业力，梦境中发生的事情才那么难理解。因为你在梦里点了一杯卡布奇诺，你相信那是真实的，那个杯子里装的是真正的咖啡，你正在亲身经历这一切。但现在有人告诉你：这不是真的，这只是一场梦。这很难接受。你和那杯咖啡，还有一切，其实都是假的。

如果你接受它是真实的，那它对你来说就是真实的，它就会卡在那里；如果你知道它不是真的，那它就会让你感到极度困惑。

我想我还没有回答那个问题。举个例子吧——就好比我们在煮东西：水果可以选择不煮，但鸡蛋好像

已经不得不熟了。99.99%的情况下，你没有办法阻止那个过程，没有办法让它恢复到原始状态。

这就是因果业力运作的方式。只要你仍然是因果关系的对象，你就受到业力的操控。但这样说的意思是：你现在拥有更多创造的机会，可以扭转业力之轮，从那个方向盘的掌控中解脱出来。

关键在于：你越是沉浸在过去，越是让过去的思绪像连珠炮一样涌现，那条业力之链就会运转得越快。比如新西兰的水——你不必担心，因为那里的水质很干净；但在某些地方，政府腐败，人们连干净的水都喝不上。这就是业力的差别。你可以说那里的孩子是那样长大的——如果你让他们画天空，他们会把天空涂成灰色。

而当你处于当下那一刻，因果循环就会停下来，你将拥有完全自主的选择权。当然，这是一个非常复杂的概念。

有人提问：密宗佛教是什么？它与其他形式的佛教有何不同？能与西方文化相媲美吗？

再说一遍，我在使用“西方”这个词时需要更加谨慎，因为我相信在座很多中国人和印度人，其西方化程度并不亚于任何人——特别是来自新西兰和澳大利亚的朋友们，确实如此。

这个问题有点挑衅意味，对吧？但你们可以思考一下。辩证思维，也就是分析性思维，是非常客观的，这非常重要，也非常有用。

密宗佛教能否与西方思维方式相容？我或许也真的不完全知道。你们的西方文化究竟是什么？你们的西式意识形态是什么？换个角度来想：个人主义。这是我们可以深入探讨的。

比如说，如果个人主义真的那么重要，那我们可以暂时把大乘佛教、金刚乘佛教放在一边，因为佛教最根本的核心教导，是关于看清自我的本质——自我是一种幻觉。因此，重视自我这种观点，在佛教看来是根本错误的。佛教始终在做的一件事，就是拆解并摧毁自我的概念。

这对于任何想进入佛教的人，尤其是想进入金刚乘佛教的人来说，都是绝对必须要了解的。

我不得不说，如果你想攀登珠穆朗玛峰，你需要做好准备，这是你自己的选择，没有人能强迫你。但如果你真的打算去，你就必须做好充分准备——检查你带的东西是否够用，信息是否更新，与有能力的向导同行，关注每一个细节。

关于密宗佛教，有一句话说：如果你自己造成了错误，那谁还能管你呢？你自己的上师——这一点极其重要。

佛教徒相信，对自我的执着是你最根本的问题。我可以进一步说明：这种执着于事物——无论是自我崇拜还是其他形式——都很糟糕。但更糟糕的是，你相信存在一个真实存在的自我。这就是根本所在。佛教的本质，就是打破这种幻觉。

要克服这种思维模式并不容易，真的非常困难。但佛教总体上要求我们去分解这个概念，这是值得认

真思考的。

有人问：积累功德是怎么回事？

哦，问得好。这个问题既欢快又带点顽皮的意味。如果佛陀认为一切都是无常的，那你怎么能积累功德呢？

恰恰相反——正是因为无常，功德才能得以积累。比如说，你现在没有法拉利，所以你很难过；但那种难过也是无常的，很快就会过去。同样，即使你现在很开心，也不要太执着，因为那种快乐也会很快过去。正是因为世事无常，功德才可以被积累。

有位老师曾经说过：愚蠢的人会做可怕的事，然后下地狱；善良的人会做好事，积累功德、获得进步；但智者不会执着于善恶，他们只是从那种境地中解脱出来，走向证悟。这是一个循序渐进的教导。

最后有人问：关于无常，对于亲密关系或家庭成员，你有什么建议？

事物的无常，实际上对关系是有益的。对于恋人、家庭成员或孩子，你都可以从这个角度去思考。好了，就到这里吧。

最后还有一个问题。我觉得这个回答会有所帮助。

这与我们刚才讨论的内容类似，但涉及个人主义的层面——而个人主义本身也是一种障碍，在人际关系中尤为如此。关系这件事，本来就非常复杂。你的这套系统，也就是你的自我，总是把自己凌驾于其他人的系统之上，总觉得自己掌握着主导权——这正是关系问题的症结所在。

比如你选择了一位伴侣——如果你的伴侣没有嘴、没有屁股，也没有耳朵，那你真是太幸运了。但不幸的是，他们什么都有。所以麻烦就来了。在选择人生伴侣时，你不仅仅是在选择一个具备种种条件的人，而且这个人还有自己的想法和主见——这就更麻烦了。

更复杂的是，现在的关系还要叠加上网络、社交媒体、社会种种因素——全都算进去吧。甚至在最亲密的关系里，你坐在厕所里的时候，这些问题也在悄悄渗入。这对你和所有人来说都极具挑战。然而，这种困难与障碍，恰恰可以成为你进入真实存在层面的入口。

关系是可以演变的。你和伴侣之间的关系，可以一步步向前生长——当你真正去经营一段关系，它自然会发展。就像一棵树能长出新叶，虽然罕见，但确实可能。也许现在的每一段关系，都可以成为某种解答，都能解决某些深层的问题。因为归根结底，所有关系都遵循同样的规律。

对于这个问题，我恐怕给不出一个完美的答案——我话太多了，也许真的说多了！

接下来，我想说几句由衷的话。

我希望——也许你们也愿意祝愿——这些祝愿与誓言，是修行中极为重要的组成部分。如果你是一位佛教修行者，你的心已经指向了这条道路，那么这些修行和咒语将帮助你保持精进、充满活力。

我们生活在一个非常特殊的时代，变化剧烈，起伏很大。我自己也在努力适应，我们都应该说实话。有一点让我深有感触：真实的东西，是无法被任何外力摧毁的。

这也许听起来有些奇怪。因为有时候，最危险的反而是我们的朋友。敌人之所以是敌人，是因为他们本来就是敌人；而那些与我们朝夕相处、陪伴一生的人——哪怕是不常见面的朋友、我们的亲人——才是真正需要我们用心对待的人。我们必须去学习，必须去经历。要时时刻刻保持正念，处理这些最亲近的人时，要格外谨慎。

同时，我们也都是这个世界的公民——地球公民。对于这片土地，我们至少要有所担当，而不是一味指责。我深深热爱新西兰及其人民，热爱这颗星球，希望能够守护它。愿这份心愿，也能为世界带来和平。在此，我重申我的誓言，将一切功德回向给每一个人。

所以，如果你真正想了解的，归根结底，一切都是相通的。结果由各种因缘条件共同决定，因人而异。就因果而言，思想本身是一回事，但训练思维，才是我最深切的愿望——愿我们都能做到。

谨向在座的各位致以诚挚的感谢。