

阿毗达磨概览，2023年2月11-13日，印度浦那大学 - 第一部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=UcXUsiN5MbI>

讲师：

尊敬的教授，我非常高兴再次来到这座城市，尤其是在这所大学。这将是一次短暂的体验，几个小时之内就完成，这简直是不可能完成的任务。教授刚才发表了一个非常重要的评论，他说，一般来说，佛教徒，特别是大乘佛教和藏传佛教，对无量功的研究不如我们中观波罗蜜多那样深入。这是一个非常重要且正确的观察。我刚才也和这里的艺伎谈过，再次确认了我们在花园大学和凯希尔项目等机构学习无量功的年限。他们确认，无量功的学习时间为两年或五年，而罗摩那则为五年。这可能与这些传统佛教社会有关，那些从事佛教研究的人，他们主要关注的是修行，他们致力于佛教的实践。所以，如果你想成为一名修行者，那么很显然，对于修行者来说，见地是最重要的。这可能与此有关，至少在藏传佛教界是这样。像中观和般若波罗蜜多这样的学问就显得尤为重要，因为在这些学问中，你学习的是见地；而量度也很重要，因为在这些学问中，你学习如何评价、如何验证你的见地。所以，也许这只是我的猜测，像阿毗达摩和律藏这样的学问在某种程度上被掩盖了。事实上，我可以告诉你，就我个人而言，作为一名被认可为转世活佛的人，我们必须经历这些。至少在我这一代，情况已经有所改变。在我们这一代，我们必须学习很多东西，还有其他原因，因为在我成长的时候，日本佛教的处境非常不稳定。老一辈的老师们，他们有一种焦虑，或者说他们非常担心谁会接任，谁会继承。接下来是责任，所以当时接受的训练量非常大，你知道，训练意义重大，我稍后会详细谈到。我被派去学习哲学，我想你知道，就像很多古代亚洲人一样，特别是中国人、藏族人，尤其是佛教徒，或者所谓的印度教徒，有很多修行者。比如我的家人，我父亲那边和母亲那边都是非常非常虔诚的修行者，我对此记忆犹新，尤其是我的祖父和我的父亲。当我学习这种哲学，特别是婆罗门哲学，包括认识论、阿毗达摩和逻辑时，我父亲会问我：“拉玛那，你在学什么？这简直是浪费时间。”他说这完全是浪费时间，他可不是开玩笑。如果我说我在学习中观或般若波罗蜜多，他们通常不会多说什么，我的意思是，有时候即使这样说，因为这是从一个修行者的角度来看的。在他们的世界里，他们认为，如果你一生中只有三个小时来学习和修习佛法，那么他们的想法是，在这三个小时里，你应该用十分钟翻阅哲学书籍进行学习等等，剩下的时间则应该用来修行。所以，是的，我必须说，我自己也学习了很多中观、般若波罗蜜多和婆罗门教的逻辑（或者我不知道婆罗门教是否应该被翻译成逻辑），但我只学习了一点点律藏中的阿毗达摩。不过，我必须同时补充一点，我的密宗上师，我所接受的密宗上师们，他们总是说你应该学习阿毗达摩，因为将来当你学习密宗时，如果你不懂

阿毗达摩，即使学习了密宗，你也无法理解。所以，阿毗达摩实际上是一门非常非常重要的学科，而且现在比以往任何时候都更加重要，尤其对于佛教徒来说。无论你是学者、学生还是实践者，我认为我们比以往任何时候都更需要学习中观，因为在中观中，我认为你需要，我们真的需要，我的意思是，我们真正地学习到关于心与物研究的丰富内涵，它真的非常丰富。例如，举个例子，比如心理健康，我们现在面临着严重的心理健康问题，对吧？但即使是现在，即使是现代研究，也没有深入探讨，甚至连什么是心理的本质都没有明确。更别提健康了，我们说的心理是什么意思？我们说的心灵是什么意思？我们说的与心灵相对应的物质又是什么意思？所以，如果你真的想研究诸如心理、心灵的价值、情绪、神经症和投射之类的东西，如果你想研究投射，你会惊讶于过去的印度学者们对这些问题思考和评估，他们花费了大量的时间来评估这些问题。你知道，当我在浦那大学被邀请做一些事情时，不知怎么的，人格最终成为了研究主题。正如我之前告诉你的，我不是一个……我并非阿毗达摩专家，或许我对外国的阿毗达摩略知一二。答应做这件事之后，我自己也做了一些研究。我不知道苏迪普是否在这里，苏迪普是我的一个朋友，他也推荐我研究法国哲学家罗兰·巴尔萨斯（Roland Barthes）的著作，没错。这真的很有意思。你知道吗，当我读罗兰的生平和阿毗达摩注释时，我发现他应该认识巴苏班多（Basubando），应该认识所有这些伟大的阿毗达摩注释家。因为在阿毗达摩中，你会了解到什么是神话，什么是事实，以及你如何洗脑他人，如何被卷入洗脑机器。实际上，我们现在讨论的这种研究，早在2000年前的印度就已经存在了。我的意思是，印度人应该真正珍惜阿毗达摩的研究，因为现在比以往任何时候都更需要它。我曾经在某个地方读到过，但我忘了作者是谁。有人说，领导者至少应该具备一些哲学素养。如果你想成为总理或总统，那么课程的核心内容就应该是哲学。我认为这说得大对了。学习像阿毗达摩（Abhidharma）这样的课程会非常好，因为它能真正开拓你的思维，改变你看待世界的方式。我希望在接下来的几个小时或几天里，能尝试向你介绍并总结这个概念。好的，现在我想告诉你，因为我认为这是一种策略。我不喜欢用“精神的”或“世俗的”这样的词，因为我认为这些词本身就非常具有误导性，它们的定义非常复杂。我想谈谈古印度的生活策略。我想我更愿意这样说：他们有一种叫做“聆听”（藏语中我们翻译成“测试”或“听觉”）的东西，基本上就是听、收集信息。这就是你应该做的：收集信息、阅读、聆听，实际上是字面意义上的“听”。当有人发表意见时，你要倾听。桑巴（Samba）在英语中被翻译为沉思（templation），但本质上是在评估、验证、重视、批判性地思考：这对我有好处吗？这对我的村庄有好处吗？这对我的国家有好处吗？对我的家庭有好处吗？这对世界有好处吗？等等等等。但最重要的是“gum gum”，如今它被错误地翻译成冥想（meditation），但我认为它的意思是“某人”（someone），基本上，嗯，我不知道，我喜欢把自己想象成一种习惯养成的行为。你知道，基本上你是在学习养成习惯，对吧？所以，这是一种印度式的策略，教你

如何在生活中找到目标。你需要倾听和沉思，这只是为了方便理解冥想。即使是倾听，你也应该真正做到我们所说的……嗯，你应该在倾听的过程中真正地倾听一切。这在印度以前就存在了，如果你看看印度古代世界，即使在结构上也很明显。如果你去一些地方，比如印度教寺庙，所谓的印度教寺庙，还有耆那教寺庙，等等。他们信奉佛教，而且他们似乎总是像一起吃早餐、午餐一样，总是互相交谈。当然，他们也会辩论、互相逗趣，就像我喜欢的那样。但有时也会发生争吵，而且会变得很激烈，甚至非常火药味十足。这种情况也确实存在。但印度人一直鼓励这种开放的交流，而这种交流现在正在蓬勃发展。举个例子，我昨晚和朋友们聊到，比如印度和中国，这两个令人惊叹的文明，作为邻国，你不能简单地把它排除在外，它只是邻国，你必须坐在一起，对吧？你不能……但是，他们之间缺乏良好的交流，失去了所有关于印度人对中国的了解。印度人对中国的了解都是通过两千英里之外的文字和口述获得的。也就是说，两千英里之外有人写下关于中国的内容，然后你在这里阅读，中国人也做同样的事情。所以，这种开放交流的力量正在蓬勃发展，这是非常重要的一点。印度人以前就鼓励过这种做法，而且这种做法需要保留。关于沉思和冥想，我还有很多很多话要说，但或许我们应该先谈谈它到底是什么。如果你有时间，可以谈谈这个话题。好的，因为我一直有点渴望，而且能力有限，所以我一直在尝试创建一些佛教教育，比如像儿童学校那样的佛教教育。当然，我也在运营一个佛教教育场所，比如传统的佛学院（shedra）。顺便说一下，这与阿毗达摩（Abhi Dharma）有关。好的，我最近一直在思考，佛教教育体系是什么，以及这种教育体系的策略是什么。我相信你们当中很多了解佛教的人都知道“三篮”（Three Basket）这个词，它与教育有关，基本上是训练，基本上是改变，或者说训练，训练你的心智，我的意思是训练，接受训练。所以佛陀的所有教义，我的意思是，实际上是无法分类的，但既然有分类，那就……分类是我们人类总是需要的东西，我的意思是，这难道不是必需的吗？我们离不开分类，尽管一旦你对事物进行分类，你就已经注定要失败了，因为你实际上无法对事物进行分类。但无论如何，这是你了解事物的唯一途径，也是理解世界的浩瀚和无限的唯一途径。所以，当我们将佛陀的教义进行分类时，我们将其分为三种训练，这实际上非常有趣。佛教的训练之一是般若（Prajna）训练，也就是智慧。那么，什么是般若智慧？我们所说的般若是什么意思？就像许多古印度人的思维方式一样，但般若并无不同，它是一种真正知晓真理的心。很难用其他语言来翻译“般若”这个词，我的意思是，我们可以尝试，但无论如何，目前来说，般若就是知晓真理的心。好吧，现在，我刚才说的已经不太好听了。已经不太好了，因为我一说智（rajna）是知晓真理的，它就已经在欺骗你了，因为它已经断言存在心识和真理，心识会做出知晓真理的行为，不是吗？但是，要深入到最深层，尤其是在初学者阶段，这非常非常困难。我基本上想说的是，如果我们谈论智的最高层次——无所不知和已知，没有区别，那就是般若（prajana）。但是，我们仍然需要以某种方式接近

这个真理，所以任何能引导你接近真理的佛法，都属于智慧的训练范畴，而阿毗达摩（abhi Dharma）也属于这一范畴。实际上，不仅中观（madhyamika），也不仅仅是般若（prajana），都属于这一范畴。所以，教授说得非常对，他说你们为什么喝醉了？嗯，作为他的一部分，我的意思是，呃，该怎么称呼它呢，戏剧化你的稍微解释一下，但基本上，穆斯林教授，你们为什么不研究一下呢？嗯，他说的很对。这个阿毗达摩属于智慧之篮的范畴。为了快速完成这三个篮子，另外两个篮子是做什么的？这个篮子有什么好处？好的，所以目标是理解真理，获得智慧。现在，如何养成习惯？如何验证什么是真理？如何定义真理？如何验证？如何得出结论，认为这就是真理？任何能带你达到这个境界的教义都叫做……你知道，就像医学……你知道，就像婆罗门……婆罗门的逻辑就是逻辑。如何翻译？如何翻译？是的，但是，如何养成习惯？好的，一旦你得出结论，认为这就是真理，啊，这就是真理，现在有一个问题，即使你知道这是真理，因为你仍然有无数的习惯性专利，这些专利仍然会分散你对真理的注意力。你对真理的解读会稀释真理，误解真理，如此之多，以至于我……我来这里的路上读了一本密宗典籍，这本典籍里提到，它主要讲的是般若（Prajana）、弥舍（Mishila）和三摩地（Samadhi）。举个例子，假设有人在做梦，梦见自己喝了毒药，突然意识到自己喝了毒药。如果这个人很聪明，他应该怎么做呢？他只需要说：“别担心，你只是在做梦。”然后立刻放松下来，心想：“哦，对，这只是个梦，我完全不用担心。”密宗的教义需要一种能力来理解，或者说，理解密宗教义的能力应该像这个人一样平静、沉着、不带任何偏见。这个人会想：“哦，对，我只是在做梦，没什么好担心的。”修行者应该具备这种能力，这种平静。现在，我们大多数人甚至都没有意识到，即使有人告诉你这是你的梦，事实上，我们中的许多人可能会因此感到恼火。想象一下，你喝了一公斤毒药，有人告诉你：“嘿，别担心，这只是个梦。”你可能会为此生气，但应该有人告诉你：“哦，天哪，这可不是闹着玩的，我们叫救护车吧，赶紧行动！”你更愿意听到这样的安慰吗？当然，你的朋友非常富有同情心，充满爱心，非常关心你，他知道你受过良好的教育，你已经疯了，所以你需要帮助。这个人必须运用各种方法，但所有 these 方法都必须引导你理解真理。这些方法基本上都属于经藏的范畴，我的意思是三摩地（Samadhi）的范畴。三摩地需要自律，你知道，习惯于真理需要自律，而自律的艺术，自律的艺术，你知道，在这个频道，我们略窥一二不二法门（Abidharma）。也许，也许大学可以邀请一些学者来讲解戒律（Vinay）。我不知道他们能向公众分享多少，但实际上，戒律的研究是最有趣的学科之一。它非常进步，是一门不可思议的管教艺术。回到之前的例子，你该如何管教一个梦见自己喝了毒药的人？他不会听你说“嘿，那只是个梦”，他不会理解，他不会相信，他宁愿你叫救护车等等。那么，你该如何管教这个

人呢？你对他充满同情，充满爱，关心他，他就像你的孩子一样。现在你需要一个公式，你需要一个公式，对吧？管教公式。这就是第三个篮子——希拉的篮子。顺便说一下，这棵树象征着佛教教育体系的运作方式。你知道，教育基本上……很抱歉这么说，在教育中心，教育基本上是一种洗脑，不是吗？但是，你需要给这个梦见自己喝了毒药的人洗脑，你该怎么做？尤其是在他不接受“那只是个梦”这种说法的情况下。总之，三个篮子……嗯，有时候是……嗯，你说得对，是“教”（shiksha），而“现在的法”（abhi Dharma）……嗯，可能会落入……什么？嗯，闭嘴，拉吉纳，好吧，我们一定要这样吗？哦，好吧，所以 [音乐] 嗯，我已经有一段时间没教课了，我一直在逃避这一切，所以这是很久以来第一次和……说话，所以我有点……我不知道，有点迷茫，嗯，怎么了？你知道，主要是，你知道，即使我以前教课的时候，我教的更多的是一些方法之类的东西，你知道，比如技巧，而不是理论，因为我觉得现在没多少人对理论感兴趣，他们只想要快速的方法，理论不赚钱，方法很赚钱，对吧，尤其是那种快速的，像 Instagram 或 Tick Tock 那样的，但是 Abhi Dharma Tick Tock Land 很难，很难，不会那么容易，嗯，总之，这里有很多巴厘岛的学生，哦，对了，我应该提一下，这在上座部佛教传统中保存得非常好，所以如果你去缅甸、斯里兰卡、泰国等地，我们我们真的需要表达我们的感激之情，并珍惜这一切，因为他们保护了我们。对于那些说巴厘语和梵语的人来说，我相信你们对“abitarian”（梵语，意为“真理”）一词的理解程度，与我们这些不懂这些语言的人会有很大的不同。语言真的非常重要，因为我认为语言真的会改变人们的思维方式。嗯，我不知道，你们这些不太懂巴利语或梵语的年轻现代印度人，是否能够完全理解“abitarian”这个词。当我用英语和你们说话时，我已经用梵语、巴利语、藏语等语言复述过这个词，现在我又用英语说，你们能感受到你们正在失去多少吗？你们确定要坐在这里吗？你们真的应该很快地理解“abitarian”这个词的定义和含义。我不知道该如何用简单易懂的方式表达，但让我试着这样说：如果你了解古印度文化或古印度思想，你会发现他们对真理的执着。他们痴迷于所做的每一件事。实际上，它就是真理，甚至“真理”这个词本身也是……嗯，巴厘岛的“真理”是什么意思？萨查·萨蒂亚教授，您怎么翻译它？您认为真理是如何发挥作用的？是的，没错。但我只是想和你们分享一下，因为我会继续使用“真理”这样的词，但我希望你们真正理解它的含义，以及其他一些词。藏语中的“Abi Abi”这个词……藏语翻译人员……我必须自豪地说，他们真的……我的意思是，一些藏族青年……他们其实有点抱怨，他们说，基本上藏人之所以陷入这种境地，都是因为佛法。某种程度上来说，确实如此。你知道，95%的国家预算都花在了翻译佛法上，他们根本没考虑外交，没考虑国防，没考虑这些。你几乎可以说，藏语创造就是为了把佛法翻译成这种语言，而且不仅仅是由一位国王和几代人创造的。

所以我必须说，他们真的做得非常好，我真的非常感激。嗯，几年前，我在读村上春树（Haruki Murakami）的作品，对吧，是他的全名吗？我真的很喜欢读他的作品，但是抱歉，我浪费了太多时间，但我必须说，我读了他昨天那本书的部分内容，那完全不一样。你知道，我觉得川端康成是用日语写作的，所以是真正的日本风格。而村上春树，我相信你们很多人都读过他的作品，你会发现他的写作方式已经面向西方读者，他谈到了爵士乐、贝多芬、巴克，你能看出他总是引用哈格尔等等。即便如此，我读《挪威的森林》（我相信你们有些人读过《我的宗教信仰》）的时候，我的日语翻译告诉我，我漏掉了大约50%的内容。所以我挑战她，说，好吧，这部分你用英语，但要用日本人的思维方式来翻译。然后她重新翻译了一遍，我不得不说，现在真的完全不一样了。这才是村上春树，是的，现在的村上春树的风格更……你能感受到。禅宗，日本的侘寂，其中蕴含着太多超越无常之美的意味。[音乐]很多东西都遗失了，我想是这样。有点像这样，对吧？所以，虽然佛法是外来的，但我们仍然需要，我的意思是，我们仍然可以尝试理解其要旨，尝试理解其含义。我相信，特别是当学生和译者成为修行者时，他们会在某个地方找到一盏明灯。希望未来这种情况会越来越普遍。我认为现在已经有了一些了，你知道，即使是英语或法语译者，当那些真正修行过的人，那些真正……我不知道，用不同的情感来解读文本的人，他们的翻译方式也不同。所以，我的意思是，藏语译者在翻译这些词语方面做得非常出色，比如“蜜蜂”，在藏语中，它与“向……的思考”有关。你能想想吗？它很美，不是吗？这个词有两个意思，你正在学习的词，我的意思是，我给你一点提示。说到“向”的含义，想想“向”这个词，它是我们生活中一个重要的方面，你知道，比如今天下午、午餐、上厕所等等。你明白，这些都是非常非常肤浅的“向”，但还有很多其他的“向”。正因为如此，你知道，这就是“向”，比如萨蒂亚真理丹佛。哦，我应该告诉你，内观禅修已经变得非常非常流行，而且越来越受欢迎，人们喜欢练习它。如果你真的想了解它的机制，它的运作方式，阿毗达摩（Abidharma）就拥有这种机制，我并不完全了解它的运作方式。好吧，例如，轮回的概念，没有弃绝，弃绝，通常当我们谈论内观禅修时，你甚至可以谈论保罗·科希洛（Paolo Kohilo）的弃绝，对吧？你知道他的第一本书叫什么来着？《炼金术士》（Alchemist），你甚至可以谈论那种弃绝的程度。保罗·科希洛，巴西的弃绝，好吧，大概是这样。我只读过他五页，所以我不记得了。你知道，就像某种准则之类的东西，然后他看着他的羊群，你知道，你可以谈论那种弃绝，弃绝有很多种，但当佛教徒执着地谈论它时，情况就完全不同了。我们不仅仅是在谈论“哦，事物是罪恶的，它是一种诱惑”，是的，也许有这方面的因素，但为什么会这样呢？所以，即使是弃绝的修行也总是伴随着第四圣谛，甚至呼吸也是如此。比如，当你做寂静坐时，你应该觉察呼吸，你可能学到的第一课就是觉察呼吸，不要想好坏，不要评判，只需觉察呼吸。这实际上

已经是一种基本功，非常非常基础的觉知，因为一旦你去想呼吸是粗重的，呼吸是轻柔的，这种呼吸是那种呼吸，那么你就偏离了正道。拉贾纳，你现在正在编造故事，你正在创造很多神话，我刚刚才意识到，现在它已经进入了正轨，现在它已经进入了正轨，这其中已经涉及到了四圣谛，而这些才是真正教导的内容，尤其是在阿毗达摩中。好吧，我再说一遍，有太多东西要分享了。当我谈到阿毗达摩时，我必须承认，我很大程度上是基于一位巴基斯坦人所写的内容，对吧？我告诉你，这位巴基斯坦人，对吧？他不是巴基斯坦人吗？我想是的，如果他还活着，他今天应该持有巴基斯坦护照。不，他是巴基斯坦人吗？好吧，你不必承认这一点。[音乐]他的作品，我实际上通过心跳研究了根本文本，但这只是阿毗达摩的一小部分，还有，你知道怎么说吗？你知道，在《大能力》中，由我们心写成，那些基本上是世亲之类的。归根结底，我必须指出，这里牵涉到很多沙文主义，你知道，我们是人，所以总会有男性沙文主义，然后还有藏传佛教。所有这些都使我们无法学习其他资源，但据说我们已经超越了这些，变得更加全球化、国际化和复杂。所以实际上，佛教徒现在应该真正探索在斯里兰卡和缅甸发现的阿毗达摩（Abhi Dharma）。我真心鼓励你们这样做，如果这里有狂热的佛教徒。好的，现在，让我们打开潘多拉魔盒，进入解脱之室（Moksha）和全知之室（Octamin）。嗯，是的，我们正在谈论的是某种全知。解脱和全知。顺便说一下，解脱和全知这两个词非常非常大乘佛教的语言，因为，好的，这一点很重要，你需要记下来。好的，还有一件事，哦，解脱就足够了，对吧？为什么我们需要全知？它不仅仅是另一种苦难，你知道，为什么我们需要全知？我们只需要它就能离开这里，这就是我们所需要的一切。不，因为，特别是从大乘佛教的角度来看，他们说你需要全知全能。我们现在先不深入探讨这个问题，但无论如何，解脱，从什么纠缠中解脱出来，从与幻象的纠缠中解脱出来，你知道，就是从认为它们是真实的这种错觉中解脱出来。基本上，这就是轮回。所以我们真的需要解脱。我不想用“开悟”这样的词，即使我们最终可能会用到它。记住，我们追求真理的整个理念是，因为我们希望从与……的纠缠中解脱出来。[音乐]是的，与……的纠缠，嗯……嗯……认为幻象是真实的这种想法，因此，你知道，无休止地经历着痛苦、不满等等。好吧，等等等等。好吧，你知道，因为年纪大了，我的记忆力不太好，所以当它在我的脑海里时，我最好把它说出来，否则我会忘记。我之前跟你提到过……我的密宗修行者告诉我，他们恳求我学习阿毗达摩，才能学习密宗。所以，你们肯定想知道为什么密宗和阿毗达摩有什么关系。希望我们能探讨到这一点。正如我所说，每一种法都非常重要。例如，阿毗达摩研究的一个重要课题是翻译，也就是如何翻译“形式”。我猜“形式”究竟是什么？如何定义“形式”？我告诉你，这些问题早在三千年前就被印度人思考过了。什么是形式？如何定义形式？形式有多少种类型？等等等等。所以，这就是阿毗达摩研究的重点。阿毗达摩研究“形式”是基于佛教的瓦皮耶什卡派，而瓦皮耶什卡派

在阿毗达摩研究方面具有很高的权威性，并且实际上受到了很多其他佛教流派的影响。藏传佛教的三大宗派——巴贝什卡、斯瓦坦特里卡和玛塔——被藏人愚蠢地遗忘了。实际上，我应该说，这三大宗派是如此优秀的。举个例子，什么是“形”？如果你问巴贝什卡，他们会给出令人难以置信的分类和解释。好吧，总之，人们谈论的基本上是粒子，对吧？非常非常非常简单，它们有点像我们常说的原子，原子理论，你知道，原子是微小的粒子。他们就是这样谈论的，佛教徒过去就是这样，我的意思是，一位佛教徒过去常常谈论如何定义“形”，谈论原子以及原子如何构成形。当然，心也很重要，因为如果没有心，谁知道什么是家等等。好了，快进到密宗，那是什么？那些原子是什么？密宗修行者会说，哦，什么都没有，它们都是黑暗，你明白吗？所以对于密宗来说，这些原子变得非常重要。它们是如何运作的？五行（或称五佛）是如何运作的？诸神又是如何运作的？正确的词是“天神”（Deva），该如何翻译呢？我的意思是，我知道很多人会排斥所有印度人，他们满脑子想的都是象神、猴神、这个神、那个神，你知道的，女神、千臂神、双臂神等等。但这些都拥有着非常深刻的背景。回到我的例子，你梦见自己喝了毒药，却不敢相信这是个梦，那我该怎么跟你说话呢？我只能用一个像黑人女性一样吐着舌头的形象来跟你说话，这是唯一的办法，对吧？所以，这就是所有这些神奇的天神显现、仪式、火祭等等的由来。如果你理解了密宗的思维方式，你就能欣赏麻省理工学院最精密的实验室，以及一个早晨的火祭，它真的是一个令人惊叹的装置，而且，你知道，就像试图寻找真相一样，而且不用花任何钱。实际上，我只是想告诉你这些，因为[音乐]好的，所以，关于真相，我想现在这样就可以了，是的，因为ABI这个词还有很多其他的定义，如果你想的话，我们可以讨论。我的意思是，不仅仅是如果你想的话，如果我记得，如果我知道的话，我们或许可以讨论一下这个词的其他定义。你知道，梵语和肢体语言都是非常丰富的语言。我的意思是，Dharma这个词大概有十个意思，对吧？有些意思联系非常紧密，有些意思则不太相关。你知道，嗯，我想我们之前讨论过这个，对吧？记得我们讨论过这个词吗？你知道，在梵语里，我想在巴厘语里，它和“来”和“去”的意思差不多，来和去，这有点类似。这就是它的丰富性。好了，现在，请耐心等待我说完。是的，我们正在了解Abhi Dharma，会涉及到很多术语，我会尽量解释清楚。我听说有很多初学者，所以为了你们，我会尽量让内容通俗易懂，但这确实很难。好了。嗯，我们来谈谈关于阿毗达摩（Abhi Dharma）的一个非常重要的东西。我们直接进入正题吧。在我用英语说之前，我想先试试梵语单词“Ash”，大概是这个意思。嗯，该怎么把它翻译成英语呢？试试看，比如“污染现象”。所以你不……所以我们不……现在读一下这个词……对，我们不读这个词……srava srava，所以你不读……对吧？嗯，这是一种非常敷衍的翻译方式。这就是“污染”和“情绪发展”的意思。嗯，污染，对吧？但是让我们更具体地解释一下，因为我觉得……我应该给你画个图。这是什么意思？因为当我用到“污染”这个词的时候，我知道你的大脑已经被

预先设定好了，你的大脑已经在想…… 你知道，这里有……这里有…… 这是一个……

我想聊天……什么 聊天…… 到目前为止，它让我很困惑。 但是 当我仔细思考的时候，我其实有些担心。 你可以稍后再试试。总之， 这是 梵语，是一个 非常非常重要的 研究课题。 好的。

藏语翻译得 很好， 我觉得他们做得很好。 这个词很美， 它是“gangsā Kang”的一部分，意思是“满的”，也指“泄漏”， 实际上还有“ 浪费”的意思。 它还有“流动”、“排放”、“排放”的含义。 我认为这些词在我们研究“越轨”时很有用，值得我们了解。 所以， 我基本上是在研究阿毗达摩。当阿毗达摩看待世界和生命时， 我试图让它与我们相关。 当阿毗达摩看待生命 和世界时， 它将世界或生命分为两类：一类是 泄漏的，另一类是不泄漏的。 尼克，流动， 流动。 [音乐] 嗯，一类会排放，一类不会 排放。 这是阿 毗达摩研究中非常重要的一部分。 嗯，除了其他很多东西之外，这个 词“assafara”（Strava） 也有“坠落”的含义。 所以，让我们把它变得非常实际。此刻， 你和我， 无论我们做什么，当 我们想到…… 有东西注定会消逝，注定会 释放。 嗯，好吧， 你可能会觉得 这很简单，对吧？ 我的意思是，这就是我们在阿 毗达摩中学习的内容吗？不，不仅仅是这样。我只是给你一个非常非常笼统的“ asarba”一词的含义，它远比 这复杂得多。 我想和你分享一下，也算是…… 嗯， 好吧。 这个“服务器”有三个类别， 现在有很多类别。 嗯，其中一个类别就像……任何事物， 我想，但我刚才告诉你，我们思考的那一刻，我们吃饭的那一刻，都会 消逝，释放， 意见 价值，所有这些都会……顺便说一下， 它与无常略有不同。 它当然也具有 无常的特征，但我们讨论的要多得多， 我们稍后会讲到。 现在还有另一个“asagba”，它 非常非常复杂，就像服务器或存在的释放。嗯， 这是一个很难的。 好吧， 它的例子是什么？ 你知道，当我们变得非常个人化， 并且非常擅长吸收时， 你真的…… 你知道， 你真的开始变得非常非常 好，你 摆脱了很多这些 令人作呕的、服务器式的增长、排放、增长、下降、令人作呕的…… 嗯…… 变形、腐朽，因为你知道，你达到了某种 吸收的阶段， 这是 一种从许多外在因缘中解脱出来的状态，所以你几乎会认为 你已经成功地将 自己从 这种认为幻觉 是真实的妄想中解脱出来， 但根据阿毗达摩，不，你仍然属于…… 的范畴。 所以这是一个……这是一个非常…… 这是一个相当难学的课题，但我认为它非常……嗯…… 重要。嗯…… 我 试图让它与今天相关。好的， 我认为在当今世界，我们中的一些人， 不是所有人，我的意思是绝大多数人，都在寻找 消遣，对吧，寻找消遣，我们永远不会嫌消遣多， 我们购买消遣，我们获得， 我们订阅消遣， 嗯…… 我们 插入各种消遣，我们 需要，是的，我们需要被分散注意力， 但有些人…… 我们意识到，这些干扰最终会让你成为它们的 奴隶， 进而让你 依赖于这些干扰的召唤。这是一种 其他原因和条件，换句话说，就是成瘾。 因此， 我们中的许多人—— 我指的是大多数人——花 时间进行冥想，比如止禅、观禅， 然后 我们感觉摆脱了 干扰的束缚。 但 这种自由本身最终变成了一种 嗜好，

最终变成了一种非常非常复杂的干扰。这就是阿底摩罗所教导的，它是一种非常非常高层次的精神状态。这就是为什么我今天早些时候谈到心理健康、心理治疗以及所有这一切的原因，我们都在非常非常基础的层面上进行讨论。换句话说，我的意思是，那些从观禅大学毕业，并在12年后达到完美境界的人，他们需要另一种心理治疗，需要另一种疗愈，因为那种状态是服务性的，那种状态会崩溃，那种状态会衰败，任何具有这种状态的东西都会衰败。这就是为什么……呃，该怎么称呼它呢？嗯，佛法的标志之一，我们说一切皆苦，或者嗯，我通常说所有情绪都是痛苦，但这真的非常糟糕，不过今天我们要用一种更精致、更集中的方式来谈论。好的，这只是一个非常简短的介绍。然后，为了让你们有个概念，第一个是欲（Kama）的阿毗达摩，也就是你们所知的这个世界。根据阿毗达摩的说法，这个世界有360种不同的心理因素，这就是阿毗达摩研究的内容。所以你可以看到，它实际上是对心理学、生物学非常重要的研究。嗯，我会说是心、身和世界，因为当佛教徒研究心的时候，他们不会真正地将外在世界和内在世界割裂开来，因为它们是紧密相连的。第三个是，我认为佛教徒通常谈论的是无明，任何带有无明的事物，这可能会变得非常非常复杂和微妙，比如如果你深入研究……通往密宗的道路，所以，是的，我想把密宗带到这里，只是为了给你们展示一下密宗的观点。即使你认为存在着轮回和涅槃，轮回需要摆脱，涅槃需要获得，你还有第三个阿萨巴（asarba），你正在拉屎，你正在堕落，你正在腐朽，你是腐朽的化身，你是堕落的化身，你是……嗯，我知道这变得非常技术化，但在这第三个阿萨巴中，即使是……吃菩萨，冥想的菩萨，以及其他心，也许不是我们的心，而是流派赢家，你知道，通往他们心的所有阶段，他们的许多冥想状态都是ASAP，甚至因为它们是衰败的对象，所以这有点像你所说的Asawa的一瞥，也许我们应该休息一下，你不觉得太多了吗？我现在自己都糊涂了，巴厘岛的sasarva和Asa对应的词是什么？嗯，休息的时候我和一些印度老朋友聊天，我有点惊讶，这个术语在印度人中并不那么熟悉，这不好。是的，是的，这就是拍摄，我认为这非常重要，我指的是它对所有事情都非常重要，育儿、地缘政治，我不知道，国际关系，呃，元宇宙，呃，Blackpink现象，真的，理解这个sasuraba非常重要，嗯，正因为如此，我在想我需要再次尝试呈现。对于那些不习惯这种说法的人来说，我理解一开始可能会觉得有点难懂。但是，如果你愿意花些心思，如果你肯努力，这真的是一种非常重要的看待世界和生活的方式，不仅仅是看待大事，甚至一杯茶也一样。我觉得用“污染”这个词来翻译“污染”这个词很贴切，或许应该用“污染”这个词。为了再次解释这一点，让我回到我刚才举的例子。我举的这个例子，我引用了一篇密宗经典。因为我看到很多乡村修行者和学生，以及大乘佛教的修行者，所以你们可能更容易理解。然后，你们就可以真正深入到阿毗达摩研究的真正基础，这真的很重要。好吧，我有点语无伦次了，所以，你看，比如说，一个个人修行者会从观察身体开始，对吧？比如说，正念身体。正念身体就像这样：

我举起手，我放下手。我现在就写到这里，我感觉自己就像个幼儿园小朋友，我们真正想说的是，Cipher 是什么？我在缅甸见过一些僧侣，我必须说，那是我人生中最美好的回忆之一。大约30年前，我去缅甸做志愿者，当时我隐姓埋名，我自愿为一个内观中心做些事，他们让我切卷心菜。那里有大约两三百名僧侣和学员，切卷心菜真的太难了，要切好几个小时，太痛苦了，你知道，就像被宠坏了一样。总之，只是早上切了两三个小时的菜，仅此而已，剩下的时间我可以做任何我想做的事。总之，那里有很多僧侣，不仅仅是僧侣，还有修行者和在家信徒，他们接受过大量的训练。当他们看待身体时，他们只关注身体的各个部分，你不会说，不，我说的不仅仅是手指、皮肤、血液、指甲，有些人看待世界就像看待原子一样。那就是，嗯，是的，那是未受污染的，他们正在到达，他们正在前往那里，那里并不完全，你知道，叔叔并不完全未受污染，但它正在路上。我们，你和我，我们甚至不会用指甲来思考，我们不会，我们只是愚蠢地、不情愿地、荒谬地思考，一个叫做我的整体，不管那是什么意思，我在这里，看哪一部分，我们不那样思考，我们只是像一块肉一样思考，一块肉，这就是我们思考的方式，这就像一个非常非常非常受污染的地方。所以当用这种污染的视角看待世界时，想象一下事情会变得多么糟糕。所以，如果有人把你的世界看作一个整体，然后你读《纽约时报》或听BBC，你会怎么听？而我是缅甸僧侣，他们用手指、鼻子、嘴唇，甚至更微妙的粒子来看待他们的生活。《纽约时报》或BBC，你看，你看到的是不同的。所以，这实际上是一个非常重要的术语，是对心理或精神的分类。这并非生态学，而且生态学的分类非常粗略。这是阿毗达摩，出于慈悲，佛陀教导了阿毗达摩，他呈现的方式是将事物分为两种：受污染的和未受污染的。好，让我用我刚才举的密宗例子：你梦见自己喝了毒药，那么最完整、最未受污染的是什么？那就是你实际上并没有喝毒药。如果你足够聪明、冷静和勇敢，有人告诉你放松，你只是喝醉了——我的意思是，你只是做了个梦——那就足够了。但需要注意的是，你需要听到有人说“放松”，这实际上属于混杂的范畴。所以，在大乘佛教中，道路变得更加复杂，他们对受污染和未受污染的定义也变得更加复杂，理解受污染的世界和未受污染的世界不仅仅是……理论上是这样，但实际上，要让自己习惯这种理解，首先要通过聆听，其次通过思考，最后真正习惯用这种方式看待事物，你就能做到，真的可以，你不需要付出太多精力。我总是喜欢举这个例子，我知道你们很多人都听腻了。我以前有个助理，她是个采购员，或者叫化学家，或者病毒学家什么的，她经验非常丰富，我的意思是，她掌握了病毒方面最高级别的知识，她总是随身携带洗手液。这可是疫情爆发前20年的事了，因为在她训练有素、习惯化的思维里，无论在哪里，她看到的都是最干净的杯子，她都要用不同的方法清洗大约21次，最后还要用洗手液。因为赫尔希已经习惯把杯子看作病毒，这肯定花了不少时间。所以，你可以通过聆听、思考和冥想来训练自己，如果你能尝试用这种视角看待世界，你就会明白我的意思。表皮不像某些以

兴趣爱好为导向的书籍，你知道，它不像印度学者过去所说的那样。我想印度过去在这方面非常非常丰富，我猜在世亲时代，其他学者写过关于乌鸦有没有牙齿的书，而他断然驳斥了这些，说谁在乎乌鸦有没有牙齿？这些都是无用的书籍。乌鸦有没有牙齿又怎样？因为我们真正需要理解的是真理，而阐明真理的方法就是分类，就像阿毗达摩所做的那样。[音乐] 嗯，会有很多术语，认识论，外国的，嗯，好的，正如我所说，嗯，你知道，我大部分内容都只能分享很少，顺便说一句，只是因为我的能力有限。[音乐] 嗯，关于表皮，嗯，那么，让我们，嗯，现在让我们稍微详细地阐述一下这个被污染的世界，好的，那么这个有嗯，有几件事，好的，丑闻（skandas），你如何用英语翻译这个“kandas”（聚合）和“come”（来），也就是“datu”，把它翻译成“严重领域”，你如何翻译领域纹身？然后是“ayatanas”，翻译成“是的，come是严重右元素”，好的，嗯，哇，我又得说，这个山谷在我脑海里，come，那个纹身的研究，它真的非常强大，你知道，一个很好的例子是，我认为那些所谓的自由主义者，他们有我所谓的自由主义的Dadu，他们永远不会听到，永远不会听到这样的评论：嘿，你知道，自由主义实际上意味着原教旨主义，你在说什么？当然，反过来，原教旨主义，那只是一个come，一个datu。现在你明白为什么阿毗达摩（Abhi Dharma）是如此重要的研究了吗？因为它真的谈到了datu、丑闻（skandas）和ayatanas，当然，如果我们有时间，我们也会学习《来》（Laye），也就是业力行为，希望我们也能就此进行一些讨论。其他学校都理解业力。我读过印度总统拉达·克里希纳的文章，他谈到业力，就像玩扑克牌一样，一旦你拿到所谓的“手牌”，你就只能被动地接受它。你知道，你只能勉强操控你所拥有的。密宗修行者不理解这一点，他们会说你有权选择不玩或玩，这才是业力的破坏者。真正操控业力的是玩或不玩的权利。当你讨论你手中的牌时，已经太晚了，你已经深陷其中。希望我们能记得讲到业力，但是丑闻是个很大的话题，我们就先从一个丑闻开始吧。[音乐] 简单说一下，因为这是一个很大的话题，你不可能面面俱到，也不可能面面俱到，有些内容我们以后可能会再讨论，以便把它们联系起来，因为它们之间也联系紧密。它们之间都联系紧密。好的，在我们讨论……之前……斯堪达纹身和阿耶檀那，我们又一次……我们无法……你知道，你无法避免，但我们需要谈谈真相。我告诉过你，印度人对此非常痴迷，至少所谓的……你知道，比如佛教徒、所谓的耆那教徒，以及所谓的……等等等等，他们都非常痴迷，而且理所当然地如此。我真的很欣赏他们的痴迷，因为这太不可思议了。在这个过程中，他们谈到了相对真理和终极真理，你知道，这里很多佛教徒都知道，但至少他们知道相对真理和终极真理的分类。当然，相对真理和终极真理的呈现方式会因不同的学派或传统而有所不同。现在，让我们以其中一个传统——西迦佛教——为例，或者说他们是如何简要地呈现的：任何可以被解构的东西，我粗略地解释一下。任何可以被解构的东西都是相对真理，任何不能被解构的东西都是终极真理。

我会非常科学地这样说。就像 杯子一样， 你可以打碎它， 然后它会变成什么样子。 一块杯子， 你也可以把它打碎，然后它会变成 你知道的，破碎的杯子的一部分。这块杯子 也可以一直分解到最小的粒子。 到那时，这个 无法再被解构的粒子 就是 终极的，就是终极的，非常非常，我会说是唯物主义的，呃，你称之为 科学的科学家们，我想很多 现代 科学家都会很认同这种佛教流派的观点。 当然，还有其他的佛教流派，比如 娑罗门和知多摩陀宗，他们并不认同这种观点。 他们说，你知道， 你知道，就像解构一样，你知道， 他们主要说的是，只要存在解构者，就必然存在 主体， 而主体，对吧？ 所以 你看到的任何东西，这就是为什么用“内容”这个词，你知道，只要 主体和客体之间存在二元性， 它就会变成一个被污染的世界。我们回到被污染的话题， 好的， 嗯，就是这样，就是这样，它是什么， 嗯，就是这样，呃，你怎么称呼它，就是 这样 巴贝什卡学派对 终极真理和相对 真理进行了定义。 好吧，我先简单介绍一下，因为这是公开 场合，我不能完整地解释 密宗 对 相对真理和 终极真理的理解。但简单来说，密宗 会这样说： 任何 纯净的事物， 没有极端，没有黑色，没有纯粹的黑色，没有纯粹的白色，没有 纯粹的微小或巨大的事物， 任何纯净的事物都是终极真理；任何平等的事物都是相对 真理。 他们甚至不认为任何不 纯净的事物是相对真理，他们认为平等是相对真理， 纯净是终极真理。这就是他们所说的。 密宗也是一个非常庞大的领域，你知道，这是一个非常庞大的主题。 这就是他们如何看待 纯净和相对真理的。我们这里只是为了让你了解 相对真理和终极真理的概念。 当我们学习佛教哲学时， 这一点非常重要。每一位 信徒——我指的不是学术 研究者，而是真正的信徒， 那些遵循这条道路的人—— 通常都会害怕两件事， 那就是…… 他们害怕…… 好吧， 他们害怕在 终极真理面前夸大其词。把它写下来就好，在 你脑子里 夸大终极真理并不重要。那是什么意思？那是 什么意思？意思是，最终上帝存在，他是谁？他们 如此害怕说出这些 话，认为那是夸大其词，这就是 他们会想的。最终，某个存在， 你知道，就像被 创造出来的一样。 所以他们害怕 夸大、 捏造，他们如此害怕捏造终极真理。 好吧， 另一方面， 他们害怕 低估相对真理。那是什么 意思？哦，轮回，那只是胡言乱语。天神， 那也是胡言乱语。 佛教里， 上帝并不存在，就像你的脖子上长着一个头一样。 你知道，我们的脖子上长着一个头。如果头存在于你的脖子上，上帝也存在。 但你想死吗？解构和 解构？当然不想。头是什么？它不是一个 整体。它的皮肤是鼻子，耳朵是耳朵。然后你就被限制住了，就像那样。上帝 不存在。是的。 所以他们都是这样的，这些哲学家，信徒们通常害怕两 件事： 夸大终极 真理，以及低估 相对真理。 我真的认为这是印度人过去思考问题的方式之一， 他们 过去就是这样思考的。 所以你看，当 有人，比如……谁谈到宇宙大爆炸， 谁把“宇宙大爆炸”这个词变成了 量子理论？ 斯蒂芬·霍金，斯蒂芬·霍金，对吧？ 不管怎样，这并不重要。 当佛教徒听到“宇宙大爆炸”这个词时，他们会试图思考宇宙 大爆炸是终极层面的还是 相对层面的。 你明白吗？ 如果你说“宇宙大爆炸”是相对层面的， 没问题， 就像你的头顶着你的脖子，湿婆 神漂浮在浦那的天空，

你知道，塔拉·德维女神，你知道，在一些佛教寺庙里，宇宙大爆炸也可以在剑桥的天空中漂浮，没问题，我们对此没有异议。但最终，如果你谈论的是宇宙大爆炸，啊，现在我们必须考虑这一点，因为你是夸大，夸大，你明白吗？这就是佛教徒的思考方式。我的意思是，印度人，我认为这是一种非常经典的印度思维方式。好的，总之，这只是对“二元真理”的简要介绍，以及如何运用终极真理和相对真理的分类方法来探究真理。现在 we 来看“斯堪达”（skanda）。我的意思是，斯堪达的意思是 [音乐]堆积，对吧？堆积，堆积，把它们组合起来，把它们组合起来，把它们组合起来。我不知道这是否能引起你对“斯堪达”这个词的共鸣。你看，像你我这样的普通人，当你听到这个词，意思是集合，堆积，你可能会想到构建，但你从来不会同时想到解构。例如，你看，我给你看这个杯子，但我把它堆积起来，现在它已经解构了原来的形状，你明白吗？你看，这是原来的形状，现在我这样堆积，它已经解构了。这就是佛教徒看待斯堪达的方式：坚定的感受、感知、意识总是在堆积，同时也在解构好消息和坏消息。如果好消息是堆积如山，你明白吗？这取决于个人情况，对吧？这很主观，非常主观，不是吗？如果你喜欢堆积东西，就像你所谓的“囤积狂”，比如我的行李箱，你知道，就是喜欢堆积，堆积，那么堆积或许就是个好消息。但如果你像某些失败的无神论者、禅宗佛教徒那样，你可能更倾向于与堆积相反的东西。那是什么呢？在日本，你知道有一些职业是上门帮你扔东西的吗？我是认真的，考虑一下这份工作。嗯，确实有这样的工作，在日本或其他地方都有。他们会来你家，你可以打电话说：“我的房间太乱了，我没地方放了，你们能来吗？”然后他们就会来帮你扔东西，你告诉他们很多钱。这听起来可能像个笑话，但实际上这种情况一直在发生，即使你读书的时候，也可能发生。可以说，这里存在着一种堆积和崩塌的过程。所以，当我跟你谈到丑闻时，你真的需要从不同的角度去思考，不仅仅是堆积和聚合的一面，它还在变化，也在移动，就像沙丘一样。某种程度上，就像我之前跟一些计算机科学与工程领域的人聊过，你知道，我们当时在讨论人工智能（AI）领域的人，他们参与了这项工作。我说，如果机器人具备这种元素，当我们给它编写程序时，无论它的情况如何变化，它都必须改变。如果所有这些因素结合在一起，如果它经历了五大丑闻，并且如果它有“这就是我”的思维模式，那么它就是一个有感知能力的生物，这本身没有问题。但无论如何，这只是另一个话题了。[音乐] 嗯，丑闻的形式包括感觉、欺骗、行动和意识。我不知道你有没有想过这一点。人们谈论心理健康，那么这些谈论心理健康的人中有多少人谈到……如果他们不谈论这五大丑闻，他们就根本没接触到心理健康问题，所以这五大丑闻非常重要。当然，你可以通过手机了解一些，是的，你知道，显然如果有人捏我的身体，你知道，然后也许，是的，形式，但不要太快，不要太快，嗯，即使是形式，好吧，我会抛出一个非常非常，呃，该怎么称呼它呢？一个术语，它真的会让

你大吃一惊，尤其是对于那些新手来说。那么，你如何翻译它呢？嗯，这并不意味着你不像数字，你知道，据说有一种形式，无论如何，阿比德·达摩谈到了另一种形式，它与我们看到的这种形式完全不同。好吧，我可能会说，也许明天或后天，但无论如何，要理解形式本身，嗯，它相当庞大，然后当然还有感觉，我们对痛苦的感觉略知一二，正因为如此，我们可能对极乐的感觉略知一二，是的，但我们对极乐一无所知，是的，就像如何用英语翻译“经济中立”？是的，没有痛苦也没有快乐。哇，这又是一个重要的问题。好吧，让我稍微有点佛教沙文主义倾向。佛教沙文主义者通常会说：即使是普通人也不想要，这没什么了不起的。不想受苦，普通人也不想受苦，好吧，这是其中一种感觉。接下来是普通人想要的极乐，但非佛教徒，你知道，就像这里提到的佛教徒，比如正理派、正见派和 前弥曼差派，我指的是真正的佛教徒，即使是这些人，即使是这些宗教人士，他们也想摆脱这种极乐的感觉，但只有佛教徒才会想要放弃中性的感觉，这就是佛教沙文主义者会说的。当然，如果你是詹姆斯的追随者，你可以反驳我，尤其是我感觉詹姆斯也说过类似的话，但你知道，有时候佛教徒不会给我们提供正确的信息，你知道，佛教徒非常非常非常害怕中性的感觉，佛教徒最害怕的是痛苦的感觉，因为你 知道，显然每个人都不想要痛苦的感觉，我们不必过多谈论它，但你不应该否定极乐的感觉，是的，你说的就是极乐的感觉。付出一些努力，却不想感受那种中立的感觉，哇，这需要一点努力。在 1999.99.99.99，人格修行者渴望这种中立的感觉，他们认为这就是涅槃。我告诉你，未来的阿纳斯塔西娅，你知道，这就是佛教徒说的，这看起来很危险，麻木的感觉，这是阿毗达摩中的一个重要主题，而且非常非常重要，因为这也是佛教徒和许多其他教派之间一个巨大的争论，这些争论非常有趣，因为佛教徒总是说，嘿，嘿，你做的冥想只会让你达到那种中立的感觉，这很危险，因为你的业力，你身上的污秽现象，都存在于候诊室里，一旦有通知，你的候诊名单上的人就会过来，这就是佛教徒的想法，你认为他们应该……哦，只有10分钟，你想问一个关于……的问题吗？我们应该……但是我们也会回来，对吧？但是什么时候……呃，三点到四点之间，也许我们可以聊聊，你知道，嗯，如果你有什么问题，可以在三点到四点之间提问，因为在讲完拉贾斯坦邦的塔利和阿比达摩教的教义，比如阿亚塔纳、纹身和斯坎达之后，我们可能应该在那段时间进行问答，但是，嗯 [音乐] 让我先讲完这个，还有十分钟。好的，斯坎达，我刚才跟你说了，斯坎达就像是堆积起来的東西，在堆积的过程中，它的形状在改变，它原本的形状也在改变，这只是斯坎达的一个方面。顺便说一句，斯坎达真的是个坏消息。另一个坏消息的原因是，它就像中国和美国一样，他们互相憎恨，但又不得不互相依赖，就像一段糟糕的婚姻，你明白吗？你不能，你不能，你知道，你不能，你知道，就像摆脱另一个一样，因为如果你摆脱了另一个，你也会崩溃。所以任何与斯坎达有关的东西都是这样的，基本上就是把一些不可能的坏人放在一起。实际上，我说的不仅仅是五个，而只是其中一个丑闻，仅仅是丑闻形式“

鲁帕”（Rupa）中的一个。甚至这个“鲁帕”的构成，每个元素都是不可能存在的，我的意思是，不可能的角色。他们各自都有自己的性格：一个喜欢茶，另一个喜欢咖啡，一个喜欢印度菜，你知道，太辣了，一个喜欢吃一条腿，一个热爱辛辣。所有这些放在一起，结果可想而知，他们不会长久，离婚在所难免，从一开始就没有保证。这就是我们所说的形式，这个形式，目前看似完整，看看这个，简直是一场灾难，一个坏消息。它的每一个粒子都像是不能存在的，就像普京和布什一样，或者被放进一个小盒子里，然后说：好吧，你从中找出一些东西，好吧，它很忙，就像这样，你从中找出一些东西，有点像那样。这就是丑闻的量化之一，你能想象吗？好吧，等等，还有一个，还有很多。顺便说一下，这些是阿毗达摩（Abhidharma）的研究。好吧，再来一个，再来一个。这里有一个巨大的幻象，你知道，堆积起来，它创造了这种“它们合二为一”的错觉，你明白我的意思吗？但它们永远不是一体的，永远不会。我们认为它们是一体的，这真是太荒谬了。这就是它的悲哀之处。就像我看着你们，以为只有一个人，你明白我的意思吗？你们每个人都是。但这种错觉却被创造出来，它真的很狡猾。丑闻很狡猾，它们让你相信它们是一体的。但正如Super所说，这就是为什么保湿公司能赚钱，因为这种错觉就是一体的。但事实并非如此。有很多类似的例子，比如一群鸟会让人觉得它们是一个巨大的黑色整体，你知道，有点像它们都死了。所以它们不是分散的，我的意思是，根本不存在一个“单元”这种东西。“单元”这个词怎么定义？你需要知道什么是“单元”。你能定义“单元”、“组”和“组”吗？是的，是的。但是，正如你向我解释的那样，你可以看出这完全是错误的，不是吗？根本不存在这种东西。所以，现在你看看这些事情……政治体系，什么都无所谓，体系都是这样的。好吧，再说一个，还有很多很多，说不完，还有很多。好吧，再说一个关于丑闻的，为什么这是个坏消息。顺便说一句，这可是个大问题。这些角落都受制于时间。这是最令人沮丧的一点。如果其中只有一个不受时间影响，那你就处于非常有利的地位，但没有一个能独立于时间之外。你知道，独立于时间之外。是的，哦，在时间的掌控之下。当然，我们总是可以用进步、发展、增长之类的东西来粉饰它们。你知道，你总是可以用这些东西来向她展示。但是，你知道吗？当你开始说这些的时候，当你毕业的时候，意味着你已经老了。你知道，你现在已经老了。我的意思是，你会怀念幼儿园的日子。所以，自由。好吧，再说一个，这可能是……嗯……犹太，因为他们每个人都有不同的原因，他们自己的原因，独立。这意味着什么？为什么这是个坏消息？因为你可能正在和前面那个人握手，不管是谁。就在斯坎达前面，但这个斯坎达根本不跟另一个握手，你明白吗？所以情况很复杂。基本上，我们正在讨论的就是这个复杂，它太复杂了。这就是为什么生活变得像一个普通的村庄，你想击打白球，但它也必须击中红骨，但你又不得不处理这种情况。所以生活最终变成了处理情况，处理情况，处理情况，好吧。[音乐] 嗯，太多了，我不知道该选哪个。现在，外国人，你知道，就像方块一样。是的，

你怎么用外国人的语言说话？不是一团，也不是一个个单位，每个粒子，他们都是乘客，乘客，他们都在等待，他们都在等待他们的航班，他们都在寻找登机口。乘客，有些人错过了航班，有些人的航班延误了，有些人被列入了候补名单。但基本上，抽屉里是一个如此美丽的世界，印度人，你们怎么能这样？你们必须真正珍惜这些如此美丽的词。gati，我的天哪，多么美丽的词！这些人就是这样看待这个词的，他们把抽屉看作是乘客。抽屉的意思就是行走。旅行者，旅行者，旅行者，旅行者，旅行者，每个粒子，每一个，来，达图和阿亚塔纳，他们都是乘客，旅行者，他们中的大多数人对目的地一无所知，他们只有想象中的目的地，就像你理解的那样，就像编造的目的地，因为你知道为什么，因为无论他们有什么目的地，他们本身就是坎达，所以他们本身也在移动。所以，至少假设你从浦那飞往孟买，浦那到德里，你可以朝这个方向飞，是吗？然后你到达那里，对吧？但问题是，门，轮回，你飞，德里也在移动，你明白吗？所以旅行者在移动，目的地也在移动。这就是阿毗达摩人看待世界的方式。现在你明白研究阿毗达摩的重要性了吧。好了，我们休息一下吃午饭吧。[音乐]