

禅修：佛教入门 - 第六部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=aTp5yUnezMw>

讲师：

好。大家陆续进来，可以开始提问了。

在等待现场提问的同时，昨天还有几个问题没回答。

问题是这样的：如果一个人只学习佛教哲学，不参与任何仪式，那这个人算不算佛教徒？还有：如果我们不信佛的朋友问我们佛教是什么，我们应该怎么回答？另外，关于这一点：在当今这个宗教狂热盛行的时代，我们作为佛教徒，应该如何自处？

关于仪式，我今天上午已经部分谈到了。

仪式这件事非常……这是非常人性化的东西，你们懂的。人类天生就需要仪式。如果你想喝正统的英式下午茶，你需要……如果有完整的仪式，茶会更好喝，原因我也不清楚。我也不知道……杯子和碟子的厚度，杯子和碟子上的图案，玫瑰和花朵，你们懂的，这些都是必要的。先倒茶还是先倒牛奶……你们知道，中国的茶道……

好，感谢你让我们谈起仪式这个话题，我本来想说这个的，结果忘了。

有很多……你们知道，我之前讲过关于牛和洗脚水之类的东西。但是，你们懂的，这些都有其目的，而且某些目的是针对特定类型的人的。

比如……不知道你们是否了解日本茶道？日本茶道非常非常……精致，同时又简单，而且非常严格。

好。接下来我要发牢骚了，大家做好准备。我不爽是因为……你们懂的……有些事让我很抓狂……

比如日本茶道，或者日本的插花艺术，还有很多日本设计，以及他们的绘画方式和室内陈设方式，这些都根植于佛教的智慧。但现在发生了什么？现在的情况是：他们把佛教智慧给抽掉了，然后它就变成了"艺术"！就这样，佛法在衰落！而现代人从不承认这一点，比如三宅一生、山本耀司，他们从来不承认他们的设计源自佛教智慧！

因为……你们懂的，我读到过，日本艺术，日本的电影拍摄方式，比如，一切都源自——不是全部，但很多——都基于日本的侘寂智慧。而侘寂……我还在读，也许不该说得太绝对，侘寂，本质上，就是在不完美中看到美，你们懂的，我们通常在完美中看到美，但侘寂讲的是学会在不完美中发现美。

所以，你可以擤一下鼻涕，然后把纸巾放下来，在里面看到一种美。

还有，侘寂也和无常之美有关。美……去欣赏无常的美！就像樱花。你们知道，日本的樱花？它只开两周，正因如此它才那么美。如果它一年四季都开着，没人会去看它！

现在想想，这从哪里来？这来自佛教的智慧！珍惜你所拥有的，你们懂的，当下这一刻。记得吗，我昨天说过，你说："好，明天，星巴克，下午三点。"但然后你知道这也许是最后一次。然后你开始感到一丝忧郁，开始全心全意地珍惜那个人。

就像我说的，日本茶道非常精细，所有那些步骤，搅拌茶，然后茶终于准备好了，拿杯子的方式，然后你必须怎么转动它，这样，我相信你们有些人知道的，这样，然后这样，然后这样喝，然后这样鞠躬，所有这些！经过这一切，茶本身非常难喝！我是说，我不喜欢那个味道！但重点不在这里！

在禅宗，在禅寺里，他们有时让你去打扫厕所，而那个厕所已经干净得无可挑剔了，因为他们的理念是：你打扫不是为了清除污垢，你打扫是为了打扫本身！这是一种修行！对当下的修炼。这就是……你看，这是一种根植于佛教智慧的修行。而这正在消亡。

基于此，印度尼西亚人可以吃onde-onde，是吗？onde-onde？你们完全可以有一个吃onde-onde的仪式。就像我们今天早上做的：闻，看，听。你们懂的，这些都是正念的修炼。

你们懂的，有很多东西……佛教衰落有很多原因……佛法衰落的方式太多了。

其实，这和我接下来想说的有关。你们知道，五星级度假村、正念，还有佛教正念。这个你们必须认真听！

在五星级度假村……其实不只是那里，现在正念冥想无处不在。在度假村，在酒店，在很多地方，在企业商业场合。

他们为什么这么做？减少压力，睡得好，心理健康，心态平衡，快乐——这些我们佛教徒一点都不感兴趣！这些，我们佛教徒……我们的主要目标跟这些毫无关系。我们冥想不是为了减压，我们冥想不是为了快乐，我们冥想不是为了睡得更好。我们为什么冥想？为了觉醒！

五星级度假村的人根本不想觉醒！实际上，他们做三天正念冥想，是为了让那位大CEO周一回去时能更冷酷无情地破坏这个世界。

对不起！（对翻译）我失去了正念。

好。让我们继续练习我的坏脾气。

你们现在听到多少次：正念、世俗伦理，诸如此类的东西？书写了一本又一本，课程办了一期又一期，但没有人承认正念这个概念从哪里来。没有人！所有人都假装这是他们自己的原创想法。很多很多……尤其是在西方，这种情况特别普遍。

我相当生气，尤其是对西方，因为知识产权这个概念就是他们发明的！他们应该向佛教、向佛陀致敬，因为正念、因为这套技术……这在2500年前就已经存在了！

但我理解他们为什么不这么做。因为，就像我说的，在佛教里，我们的正念，我们只关心一件事：觉

醒。没有压力，好的睡眠，好的管理，好的领导力，这些都是附带收获，如果有，很好，如果没有，无所谓。

这一点非常重要，我们必须知道。

所以，如果这些正念商人，如果他们按照佛教版本来销售正念，他们就必须谈论轮回的过患，而他们就是不愿意谈这个！想象一下！一位冥想教练在教一群CEO，对他们说："你们知道吗，一切都是幻象。一切都是徒劳的。一切都是无常的。你们会死的！你们会死的！"他们根本不感兴趣！

原因很多。还有，如果你真的在教导觉醒，那你就必须稍微谈谈善的动机，稍微谈谈慈悲，稍微谈谈善意。

好。没有出离心的正念，没有善意，没有慈悲，没有……我不知道，没有那些所有的……你们懂的……没有对轮回过患的认识，这种正念只不过是又一个强化我们轮回生活的工具。

你们这里肯定有很多瑜伽中心。就是因为……因为所有人都想变苗条，变柔软，保持健康，但瑜伽，这个源自印度智慧的东西，不只是为了这些！它是多么深刻和广博！

你们知道，我曾经读到过瑜伽经文，你们知道……我忘了名字了。你们可能知道。你们知道，有一种倒立的姿势……竖直地。经文说：如果你能保持那个姿势，也就是倒立，连续三天不间断，那么你将……你将超越过去、现在和未来的概念。

你看这有多深刻。但当时我和一个人在一起，我开玩笑说："呃，那只是意味着到那时候你已经死了！"

瑜伽……瑜伽哲学非常深刻。你们知道，是这样的：如果有人告诉我不能做佛教徒，可以选择另一种宗教，我首先会选择耆那教！是的。如果那个也不允许，那就是不二论，也就是所谓的印度教。它非常深刻。比如那段经文，对我来说，非常有意义。

因为，就像我说的，尽管今天瑜伽只是用来减肥变柔软，帮助解决僵硬问题，但瑜伽实际上可以改善你的身体状态。而且，由此可以直接影响你的心灵。这不是假设。这是……可以……你们可以做……以及……通过干预或操控身体来影响心灵，这不是假设。

如果你们愿意，今天下午可以试试。喝一瓶伏特加。过去、现在和未来都会消失。但当然，那可能只会持续大约6个小时。

但你们明白我的意思吧？这是古老的智慧。

所以，你们能理解吗，当这样的古老智慧被完全忽视，只取一小部分用来让你的身体变苗条、变灵活，然后所有人都在做这个，失去了那整个智慧的伟大？这真的太让人抓狂了！我只是以此为例，因为现在正念运动正在兴起。

我应该让你们提问了。

仁波切，我想问您，今天上午您提到了出离，还有如何成为总统并住在白宫里。我的问题是：一个人掌握了出离，但他如何拥有或获得勇气，能够去白宫？如何获得那份勇气？

好。我们来谈谈出离。我要借这个问题来解释一些其他的事情，实际上，我非常想和你们分享这些。

出离经常被误解。佛教徒……至少，佛教对出离的理解，经常被误解。

你们知道，就连基督徒，可能伊斯兰教也是，说世俗的享乐是诱惑，是邪恶，是魔鬼的显现，诸如此类。所以他们也谈论出离。但你们必须知道，佛教的出离不仅仅是那样。

佛教的出离，实际上，根植于这样一个认识：一切实际上都是幻象！你们明白这个区别吗？

一种是："哦，这真的很坏！这是诱惑！这是邪恶！""这是魔鬼的把戏！我们走！让我们摆脱这个！""做这件事是有罪的！"

而佛教的是："这是幻象！""为了这个而努力并执着于此，实际上是没有意义的！"明白吗？

这更多地是朝向智慧的。佛教徒没有那种二元对立。

所以，如果你能理解一切都是幻象，那么你就有勇气成为任何东西。就像一个妈妈跟孩子一起堆沙堡。虽然妈妈知道那不是真正的城堡，妈妈还是有勇气和热情跟孩子玩耍，你们懂的，只要有需要。

我想……好。我来告诉你们几个常见的误解。

很多佛教徒和非佛教徒对佛教徒的看法是这样的：佛教徒……他们的修行就是不造恶业，造善业。这就是佛教修行。

这不完全正确。是的，不该做坏事，该做好事。但那不是我们的最终目标。

我需要引用月称的话，这样你们才能理解这……哦，不，我不是在编造这个！月称说，愚人造恶业，下地狱。愚人造恶业，下地狱！愚人造善业，升天堂！智者超越……智者超越善恶的造作，超越轮回与涅槃。

你们必须知道这个！这是佛教的立场，而且在所谓的佛教世界里，这一点是那么明显地被强调。

很多佛教徒喜欢舍利弗，对吧？那个英俊的比丘，他的平静，托钵，赤脚，谦逊的僧侣。就像一个比丘一样。伟大的圣者。

但佛教徒，尤其是大乘，有观世音菩萨这样的人物。他们没有剃光头。他们非常富有。开的车比你们好多了。我不知道你们开什么车，可能是纯金劳斯莱斯吧。就这样？那太寒酸了！这些人戴耳环，戴鼻环，戴脚链。你们懂的，他们非常富有。他们受到非常高的尊崇，就像舍利弗一样，甚至更甚！

然后你去金刚乘那边。那里受到崇敬的是一些非常奇怪的人。妓女！猎人！还有什么，磨芝麻的。那上面有各种各样的怪人。他们也受到极高的尊崇。

你们知道，比如……在藏传传统中有一个传承……这个传承叫做噶举。噶举传承非常强大。非常特别。他们对蒙古人和中国各朝代都有影响。

你们知道这个传承的祖师是谁吗？一个渔夫！他是渔夫！他是个渔夫。他的名字叫帝洛巴。

这一切都在告诉我们一些东西。道德不是佛教中最重要的。智慧比道德更重要。

如果剃光头、穿栗色袈裟、穿黄色袈裟、拿着托钵碗，是道德上最重要的……

那……那为什么……

然后观世音菩萨

就把所有规则都踩了个遍！

你们看，这种事情嘛……

我认为这背后是有原因的。

在佛教的历史上，

我们不知怎的……

这就是人类的心，你们懂的。

在佛教的历史上，我们

更倾向于尊重出家僧侣。

懂吗？我想我自己大概也是这样的。

你说今天，如果我遇到一位

非常安静的出家僧，托着乞食碗，

极为谦逊，

那我真的很喜欢。

如果遇到一个拿着书、手持大刀

朝我走来的人，

你们懂的——那是文殊师利，

我第一反应就是：“这是哪位？！”

“我得小心点。我可不想跟

这个人待在同一个房间里。”

所以，我们有这样一种习惯，就是尊重

所谓的苦行僧侣。

这是我这次想

告诉你们的事情。

就是……这一次……

这是我这次在印度尼西亚

想分享的另一件事。

是这样：要成为一名佛教徒，

并不意味着你必须出家，

必须去住山洞，必须修

四加行，

必须……

这些通通都不是必须的！

要成为一名佛教徒，

你必须接受法、

佛陀和僧伽。

只要你做到这一点，打麻将、

喝玛格丽特、躺吊床，

随便哪样，

你依然是佛教徒。

请记住这一点！

你们知道吗，我和我的仁波切同僚们

没少起争执。

那些仁波切同僚们啊，

讲法的时候，讲得好像

台下每一个人都是潜在的出家人！

我就对他们说：“伙计们，你们对他们说的是：

‘不要吃肉！不要

喝酒！不要

做这个！打坐两个小时！

修四加行！’全套来一遍！

假设来了十个人，

其中九个根本做不到！

你就只剩一个学生了！”

我今天早上不是跟你们说过吗？

还是昨天？我不是个好佛教徒。

我是个大爱国者。

我就像个佛教塔利班。

我就是这么想的。

我想让佛教

在数量上壮大！

质量的事我不太操心，

数量才是重点！

等数量上来了，

可以把这些人全交给那些喇嘛，

他们来搞质量！

你们知道吗，佛教徒还有

另一个蠢透了的骄傲。

就是那种：“哦，我们

不像别人那样搞传教！”

这实在太蠢了！

我们必须传教！

当然，我不是要你们挨家挨户去敲门、发传单，

在凌晨两点把人从床上吵醒。

我可不想让你们那么干！

但是，你们知道，应该要

分享佛陀的智慧，

分享佛陀的悲悯，应该要

讲佛陀的故事。这是应该的！

好了，现在你们知道了

我是怎么想、怎么做的，

可以选择午饭后

不回来。

不管怎样，麻烦请在一点钟回来。午休

就只有一个小时。不好意思。