



SIDDHARTHA'S
INTENT

何谓佛教徒

宗萨钦哲仁波切

时间：2018 年 6 月 12 日

地点：以色列耶路撒冷

翻译：西游译文

© 悉达多本愿会版权所有

本文版权属悉达多本愿会所有。读者仅可为个人学习之目的而复制、保存。

除非取得悉达多本愿会的正式授权，不得以营利或非营利的目的，复制、印刷、

出版、翻译或制作衍生作品（例如录制有声读物）。

起初我被邀请来贵校讲禅修时，我真的很惊讶，因为我确实在伦敦大学做过些许学习，但没有修完学位，因为我分心跑去拍电影。之后，我又有过几次和大学的交流。

出于一些莫名的奇怪原因，佛教被归类为灵修之道。我不知道这是对还是错，我不知道佛教是不是灵修之道，因为佛教徒甚至不相信神灵。但是我穿的这些衣着没有帮助，这类东西令人被归入传教士的行列。而在大学学术界，人们以认真、批判性、科学的方式，观察外在、内心和隐密的世界。我非常欣赏这一点，本该如此，而且它与佛陀的教言相辅相成：“不能只看佛法的表像就信奉它，永远不要因为佛所教就接受它。你必须分析、检视、体验教法，然后才自己做决定。”所以我不仅十分惊喜，而且感觉非常荣幸能来到这个学术中心，尤其是来到这个非常特别的城市。可以说，我也很惊讶，因为在别处观看以色列新闻时，总是和炸弹、战争等等有关，而突然间我们就在这里了，这实在是个非常令人惊叹、如此特别的地方。在每个层面上，以色列都极其强大，在精神层面上尤其如此。所以，谢谢你们！我必须感谢贵校的老师，尤其是舒尔曼教授把我带来这里。

今天对我来说会有点挑战性，因为有不同背景的听众在此。我看到有入门已久的资深佛教徒，也有做学术研究的学生，还有可能非常新、初次接触佛教及其理念的人。但无论如何我都会尽力，各方面都讲一点。

就在昨天还是前天，有人问我：“人生的目的是什么？”我觉得这个问题很有意思，因为“人生的目的为何”这个问题，我想它源自亚伯拉罕宗教思想，它是个很有意思的问题。对一个佛教徒来说，这个问题不容易回答。因为对佛

教徒而言，如果你真正深入思考，就会明白“目的”是一个迷思，是力量非常强大的虚构神话。是的，两千年以来我们一直被教导人生的目的是要获得证悟、投生天堂等等，但是现在我们有了不一样的目的：要富有、要强大、要得诺贝尔和平奖、要登陆月球、要登陆木星等等，有各种各样的目的。我不知道我们是不是进步了，因为进步是非常主观且非常相对的。很多人说这个世界已经变得极其黑暗且极其悲惨，这倒未必——你们知道，世界也变好了，我才读到说有许多瘟疫、饥荒和战争都结束了。

无论如何，关于人生的目的，如果你坚持要问在佛教中的人生目的是什么？只是简单回答，谈到人生目的时，佛教徒总是会认为你一定正在受苦——在有苦、痛、剧烈苦恼之时，你往往会问目的是什么，因为这时你会寻求其目的。我想，在那种情况下，我们是可以讨论人生的目的。基本上，人生的目的就是不要受苦。就像使用驱蚊水的目的是为了不让蚊子咬你，盖房子的目的是为了让你有个遮风避雨之处等等，人生的目的基本上就是不要受苦，不经历剧苦和焦虑。

这是我认为佛教能有所贡献之处，因为佛陀在初次讲法或教学时就说过：要知道苦，你们应该要了知苦。那是非常非常重要的宣言，因为真的很难了知苦。当然，粗重层面的苦痛很容易知道，像是想要却得不到的苦、身体上的苦、精神上的苦，但那只是非常粗重的苦。如果你认为苦就只是这些，那么我想你并不真正明白什么是苦。实际上，寻求某个人生目的，这本身已经是一种苦；有一个目的、需要目的，已经是一种苦。这是一种强烈的苦，尤其在现代社会。像是德里或里约热内卢贫民窟里的贫民，他们没有时间思考人生的目的，因为

他们想方设法才能勉强吃到下一顿饭。而在当代社会，尤其是较为富裕、现代化的国家，年轻人深受疏离感之苦：“我为什么在这里？”有所谓的“存在焦虑”。

“我为什么在这里？”这已经是在追问一个目的或定义了。我认为佛教能在这方面做出贡献，因为佛教有 2500 年的传统和经验，不仅有哲学理论，还有实际的、来自经验的窍诀和技巧等等。

这次讲座的主题是《何谓佛教徒》。那么，什么是佛教？首先我要告诉大家，佛教是一个新名称，过去没有这个词，但现在我们只能接受它。佛教是一条法道。为了便于交流，姑且说它是心灵之道——因为佛教不可能是物质之道，所以暂且说是心灵之道。

按佛教徒的看法，这也是很印度式的哲学分析，法道需要具备四个元素。谈到法道时，显然道必须有个终点，必须有成果或尽头。法道的成果或终点，就是你所追求的，不是吗？法道有果，这是第一个元素。

见地

第二个，而且是很重要的一个元素，是见地。见地相当重要，我们应该多花点时间讲道的见地。

“佛教是非暴力的，是和平的”、“很多佛教徒吃素，他们是素食者”、“他们面带微笑”，当然这些听起来都很好，当然身为佛教徒我会马上认同这些说法，但是如果你认为佛教就只是这样，那么你就剥夺了佛教的很多内涵。佛教不仅仅是吃素、微笑和非暴力。此外，就像有人把印度教和瑜伽画上等号一样，近来人们也经常认为佛教就是禅修、正念之类的。这同样很危险，单凭禅修并不

足以作为佛教的根本特征。

佛教之所以成为佛教，取决于其见地，以及前面谈到的果或终点，还有因为见地与果或目标而进行的修持，然后还有行为。行为这部分可能是最没什么可讲的，虽然我们是可讲讲佛教的行为，但我认为，我们应该认真探讨的是：什么是佛教的见地？就佛教的目标而言，见地为何？

诸行无常

其实佛教的见地极为简单，荒谬的简单。它太过简单，简单到荒诞的地步，所以才这么难理解。这也是为何真正的佛教之道一直难以兴盛——它不会兴盛，因为在世俗层面上没有用处。例如，佛教有一个见地是：一切和合事物皆无常（诸行无常）。这是佛教的其中一个见地，是佛教最相对的见地之一。举例来说，为什么我刚才说“没有用处”？因为佛教甚至无法有结婚仪式、婚礼。没有佛教婚礼，佛经里没有，论典里也没有，完全没有。当然，现在如果有人来我这样的人面前说：“我要和这个人结婚了，您可以做些什么吗？”我们会撒花、念吉祥文等等。但是佛教中没有“如何结婚”、“怎么结婚”之类的东西，完全没有。知道为什么吗？因为根据见地要怎么做呢？比如有对男女在这里，如果按照见地对他们说：“现在你是丈夫，你是妻子了，但你们知道吗？一切和合事物都是无常的，也许今晚你们就会离婚，要做好准备。”那样的婚礼不会太吸引人。这就是为什么基督教在韩国很盛行，因为有结婚礼服、音乐等等。我在讲的这些，其实是相当重要的评述。

有很多学者这么认为，我也同意他们的看法：佛教在印度等传统佛教地区衰微的主因之一，是佛教真的无法被用在社会层面上，例如没有婚礼等等。这

也是为何我会对现在的正念那类东西持审慎态度的另一个原因，因为我觉得那种正念开始成为一种让人摆脱压力的工具——我的意思是，这取决于压力的定义；如果你真的依循佛教之道，就不应该在意自己是否有压力，那是你最不在意的事情，你在意的是你是否觉醒。如果你承受巨大的压力，但已觉醒，那比很放松却无明的人要好得多。我更喜欢焦虑不安却了知实相的人。这是一点：要觉醒。

此外，人们还把佛教徒和快乐联系在一起。究竟而言，佛教徒并不真正在乎快乐。类似的误解非常多。很多人总是说：“你是佛教徒，所以你必须造很多善业。”“你必须相信业，你必须行善。”并非如此。伟大的中观论师月称说过：愚者会造恶而堕入地狱，愚者——注意这个词——会行善而转生天道，唯有智者才会超越善业与恶业而觉醒。所以，做好人和积聚善业并不会让你成为优秀的佛教徒。

再多讲一点见地。“一切和合事物皆无常”，这是佛教的见地之一。顺带一提，虽然这是释迦牟尼佛在瓦拉纳西教导的见地，但并不是在佛宣说这一点之后，一切才突然变得无常。大家知道，佛并不是全能的造物主。早在释迦牟尼佛很久之前，一切和合事物就是无常的；而且我想，一切和合事物还会长久地无常下去。此外，一切和合事物在新德里是无常的，一切和合事物在耶路撒冷是无常的，一切和合事物在纽约时代广场也是无常的。它是真理，一个简单的真理。这是佛教的见地之一。

有漏皆苦

下一个见地较为复杂些：一切情绪——即与主客体二元分别有关的一切——

——一切情绪皆苦（有漏皆苦）。我知道有很多非常感性的新时代人士会觉得：“那爱呢？怎么能说爱是苦？”“虔敬心呢？它是苦吗？”是的，根据佛教，只要有主体和客体之分，就是苦。因为只要有主客体，你就有参照点；如果你有参照点，它永远是个苦。比如汤姆·克鲁斯，“我想长得像汤姆·克鲁斯。”现在可能有新人了，我是老一辈的，我不知道现在最好看的男人或女人是谁。但你们明白我的意思，参照点是一个问题，好、坏等参照点全都是个问题。所以，只要你有这种二元分别心——基本上即是情绪——它就是苦。这是第二个见地。

诸法无我

现在是第三个见地，这个又更难了：一切事物都没有本俱存在的自性（诸法无我）。现在我们在讲空性，这有点难解释；但与其他两个见地相比，它其实更为简单。不过如前所说，就是太过简单，所以才难。我会努力略作解说。

当佛教徒说“一切皆非实存”、“一切皆空”时，并不是指一切实际上都不存在，像是在讲一种否定，绝对不是。我听说奥修·罗杰尼希在以色列挺受欢迎，对吗？总之，他是一个富有争议的人，他也接受过很多佛教的教法。他说：佛教的“无”是很特殊的“无”；在佛教的“无”中，有一百万个“有”。我觉得这是一个很有意思的描述。基本上，绝对不能把空性理解为一种否定。比如我们正看着布拉德·皮特，有些人觉得他很英俊，有些人却不这么认为。这就是佛教徒的想法：布拉德·皮特的分子和 DNA 中并不存在“英俊”，基本上就是“情人眼里出西施”，佛教认为美、丑、高等等，都是如此。我们只说美丑取决于观看者的眼睛，而佛教徒讲：一切都取决于观者的眼、耳、鼻、舌，一切都

是如此。就像这杯水，对你我而言它是水，因为我们有相似的成分和结构。但如果里面有一条小鱼，那么它就是别的东西了。基本上，事物的显现并非其本质。有很多类似的成语，例如“外表是骗人的”，有点像那样，我们只需略微扩展对此的理解。

再次强调空性非常重要，但学习空性有时也很不容易。对第三个见地的另一种解释方式是：主体和客体同时存在。这里是学术机构，我总是调侃大学、学术界的朋友：“你们这些人相信客观性，一切都必须是客观的。”学术界人士不喜欢任何主观事物，但佛教徒不相信有任何独立存在的客观事物，主体和客体总是共同存在的。这就是为什么佛教徒也真的不理解怎么会有独立于你或任何人之外的造物主、上帝存在；佛教徒认为，即使不是先有认知者后有上帝，至少认知者也 and 上帝同时存在。这真的非常非常重要。

以上就是第三个见地。

这三个见地可以在泰国、斯里兰卡、缅甸、日本、中国听闻。基本上，这些地方熟悉佛教的人都会同意这三者。

涅槃寂静

第四个见地比较是大乘的见地：涅槃超越极端（涅槃寂静）。

涅槃或证悟是什么？这有点难解释。假设你在一个小房间睡觉，你做噩梦，梦见五百头大象向你走来，你极其惊慌，惊慌到快要疯了。这时，邻居发现情况不对，他进来你的房间，发现你状态不好，于是他捏你、用冷水之类的东西把你唤醒。然后你发现：“啊，没有大象了。”要知道，你睡在一个小小的房间

里，连一头大象都装不下，更别说五百头大象了。在你睡前、噩梦期间、醒来之后，大象都不存在，全都是你的幻觉。

我认为最重要的是这一点：这种“啊，没有大象”的解脱感是完全虚假的。你做噩梦梦见大象，你很痛苦、你在受苦，然后冷水一泼，于是“没有大象”。但那是错误的，从一开始就没有大象，并不是冷水让大象消失。所以，涅槃、证悟也是同样虚假的，这一点至关重要。

那么你会问：“那你们佛教徒在做什么？那么你们何必修持佛法？如果证悟不存在，你们是在那里做什么？”这正是寂天曾经美妙说过的：“为息众生苦，不应除此痴。”为了去除苦，修行者被允许拥有一种愚痴。什么样的愚痴？就是认为有证悟存在的愚痴。为什么？因为我们不想受苦。

这是个复杂的课题，是一门很大的学问。总之，如果你想进一步学习第三个见地，应该参阅中观、《金刚经》、《维摩诘经》等典籍；如果你想学习第四个见地，应该学习《宝性论》或《如来藏经》等，有很多相关经典。

这四个就是佛教的见地。见地很重要，如果有正确的见地，就会有正确的心态和正确的修持，最终会获得证悟。

见地至为重要，见地确实决定着你的的人生。例如，以纤瘦为佳的见地正盛行于中国等地，由于那样的见地，人人都疯狂地努力变瘦。而在唐朝，我想尤其是女性，她们都忙着努力增肥，因为唐朝的见地是以丰腴为美，尤其是女人。唐朝的见地是以胖为美，所以她们的禅修是大量进食，那就是她们的修持；她们的心态则是比较谁比谁胖之类的，结果就是真的变成像相扑手一样，于是她

们达成目标。如今则恰恰相反。

所以，见地至为重要，怎么强调都不为过，因为人们忘了这一点，人们总认为佛教和积善去恶、和平、非暴力、吃素、坐直、正念等等有关。这些想法都可以被接受，然而见地才是根本。

果

现在让我稍微讲一讲“果”。法道永远必须有一个成果，否则道有什么用呢？什么是果？如何定义佛教的成果或目标？这一点很有意思，尤其是佛教徒和想要研究佛教的人，真的应该把这一点记下。我还真没见过人们真正用这种方式思考，但这其实很重要。

在藏文里，果叫做“扎缀”（离系果），“扎”指“去除、消灭”，“缀”指“果”。所以，其实在佛教中果是“无所得”，“有所得”不是佛教的目标。那么佛教的目标是什么？是去除、消除。不过，这听起来当然很负面，所以如果我有一些加州的学生，我会说“是的，有一个叫作成佛的东西是你得到的”、“佛有美丽的头，金色身体”等等。为了鼓励人，我们也会使用“得到”、“获得”这类词语，像是：愿一切有情“获得”证悟。我们的确会使用这类词语，但根本上，佛教的果被定义为所谓的“消除之果”。就像洗杯子一样，当你的杯子脏了，你的目标是什么？是把它洗干净，除去污垢。

佛教对一个人本身的见地是：本来圆满，没有什么需要改变；“这是好的”，“你是完美的”。事实上，关于真实的你，密乘佛教会说：即使无数年的佛法修持，也不会令你的真实本性变得更好；累世流转于轮回，也不会令你的本性变

得更坏。真实自性一直在那里，就像杯子，你可以放入酱油、西红柿酱、污泥等各种脏东西，但杯子一直保持其原貌，因为其他污垢全都是暂时的、可去除的。污垢并非杯子的本性，你可以把杯子的污垢保留上千年，但杯子的真实自性毫不改变。所以佛教的果是消除染污。

修

下面我们讲佛教的修持。在这里我会稍微批评一下当代“正念”之类的东西。

如何定义佛教的修持？什么是真正的佛教修持？无论你做什么，无论是有浓厚宗教色彩的供花、供香、持咒、剃发、端坐，还是在吊床上坐卧着等等，无论你做什么，你的行动必须违抗二元分别。如果这个行动不违抗二元分别，就不是佛教的修持。这就是为什么我会质疑很多当今所谓的正念方法，它们真的以不二为目的吗？我不这么认为。因为它们旨在消除压力，旨在获得平静，所以这就有问题了。佛教的修持必须对治一切二元分别；如果对治二元分别，那就是佛教的修持。

行

现在讲第四个元素，它很简单：什么是佛教的行为？它必须是非极端的。给大家举个例子，如果你们去佛教寺庙就会注意到这点，你走进一座佛寺，尤其是走进大乘和金刚乘的寺庙，当然我们尊敬佛陀和他的出家弟子们，他们安详、托钵、温和、非暴力，我们尊敬他们安详、禁欲、非常简朴的生活行为。这就是佛教徒唯一的典范吗？不是。在另一侧的图画中，你会看到佛陀弟子中

也有诸如观音、文殊等菩萨，他们戴耳环、项链，很富有，非常“在家人”的样子。所以，既有像舍利弗这样禁欲苦行、生活简朴的僧人，也有富裕的菩萨们，这些菩萨们有时有妻子、女朋友、马车等等。不仅如此，佛陀的弟子中还有像帝洛巴、那洛巴那样的人，他们很疯狂，如果他们现在走进任何一座佛寺，都会被踢出去。尽管他们算是佛教的祖师，但他们不洗澡，留着长发绺，从不洗头，他们吃鱼、说谎。还有些非常高阶、深受尊崇的佛教大师是妓女、猎人。这告诉我们：行为必须是非极端的。

这就是我一直在说的，佛教永远不会变得非常受欢迎，因为它太复杂了，人类不喜欢这种“一切皆可成为法道”。如果我是佛教的独裁者——这无关佛法，这与心灵之道无关，我只是单纯地想要成为佛教的圣战者——如果我真的是这种物质主义的佛教圣战者，我会把佛教变得极为简单：佛教徒不应该吃鸡肉，佛教徒一生中必须至少去一次菩提伽耶，佛教徒必须每天朝着菩提伽耶的方向祷告一次……如果制定如此简单的行为准则，我想我会有百千万的弟子。而一讲起空性、缘起、一切和合事物皆无常，就缺乏社会吸引力。

话虽如此，我觉得也有很多好消息。因为我认为，尤其在现代社会，人们也非常喜好批判和分析。对佛教来说，这是非常好的消息。

昨天我才跟大学教员们谈到，佛教有很多挑战。像是灾难、信仰改变、战争、饥荒等外在挑战确实会让佛教严重衰落，但比那些更糟的是文化，文化是佛教最大的敌人。如果你去听藏传佛教的课，百分之九十是在讲藏族文化，并没有真正在教授佛法，讲的全是藏族文化。藏族文化不是佛法，但两者已经高度混杂在一起，这真的是最糟糕的挑战之一。因为如果没有文化，就没有容器，

所以我们必须有一个文化，因此这真是一大难题。

现在佛教面临的另一个挑战是教义被稀释，例如我之前讲的关于正念的现象：没有空性的正念，没有世俗谛的正念，没有见、修、行、果的正念。某方面来说，那将会更加严重地摧毁佛教。因为尽管粪便与黄金都是黄色的，都是黄黄的，但你能够区分粪便与黄金，可是要区分黄铜和黄金就困难得多。我觉得缺乏正见作为基础的正念等东西会削弱佛教，所以像大学这类有批判性和分析性思维的地方真的很重要。

当然，分析、研究、听闻和思维终究无法成事，你必须修持，必须禅修，那当然是最关键的。这有点像大脑和心，虽然你的内心有所感受，但有大脑一直在旁唠叨是很好的事：“嘿，你真的确定吗？你在做正确的事吗？”在探求佛法的过程中，这种理性与感性之间的拉锯战其实会保护佛法。

问答

问：您说一切和合事物皆无常以及它们没有自性，尽管事物无常且无自性，但它持续存在着，就像杯子一样。我们在轮回中流转，而这个东西一直保持不变。持续存在的自性是什么？

如果事物是和合且无常的，持续不变的自性是什么？你注意到这一点非常好。我想问题是这样的，我会用不同方式重述问题：我讲过，我们的真实本性就像真正的杯子，永远不变，无论在污垢中流转、滚动多久，于是这似乎表示有某个东西存在着。这个探讨是佛教哲学宗派的基础研究课题，其实有两套见解。

我们需要谈谈“扎缀”，即消除之果。有点像这样：比如说天空布满云朵——这已经是一种自相矛盾的说法！假如你在温哥华之类的地方，很久没有看到蓝天，你会很抑郁，你真的渴望蓝天。但蓝天只是虚设的概念，虽然它是一种概念，可是当你没有蓝天时，你依然痛苦。因为你有这样的习性，你习惯性地想要有点阳光，即使不像这里一样天天都有，至少偶尔要有些阳光。灰色的天空确实让人抑郁，于是你埋怨这些云：“唉，都怪这些云！”但实际上，云朵从未真正遮蔽天空。法道上的这个真实自性也是一种假想，这就是为什么先前我讲到，作为道上的行者你可以有一种愚痴，即认为有所谓的证悟存在。于是你会问我为什么？因为你在受苦。如果你没在受苦，那就没事了，但你肯定正在受苦。

问：您在开始时提到佛教与亚伯拉罕宗教观有大相径庭的见解。如何把亚伯拉罕宗教观和佛法联系起来？如果您觉得它们有关联的话。

噢，我想我给自己惹麻烦了。其实我不太确定，我很勤奋地读过《可兰经》，也读过一点《圣经》，但至今还没读过《旧约》。不过在各地讲课的过程中，我感觉亚伯拉罕宗教是非常二元对立的。如果它的根基是二元对立，那么它就和佛教大相径庭，因为佛教和不二密切相连。如果失去不二，也就失去了佛教。

话虽如此，我知道，亚伯拉罕信徒会斥责佛教徒说“你们这些人崇拜偶像”等等的，不是吗？对此的回答很简单，因为偶像、塑像、画像等等，这些其实全都是所谓的正念修持。其实这就是昨天我和大学生们讲的内容，昨天我们不时地做了数次几分钟的禅修，我说要坐直、吸气、呼气、专注、正念，因为我

认为人们接受那些，人们会想：“这听起来不错”、“这听起来不至于太奇怪”、“这听起来很科学”、“它令人平静”等等。但是如果我做这类手势并说这其实是一种正念修持，会有人说“不，那是亚洲的手势”；或者，如果我念“嗡阿吽瓦吉拉咕噜帕玛悉地吽”，会有人说“那是咒语”。但这全都是在修持正念。不过我能明白，为什么这些和香、花等等的那一切会被解读成具有宗教色彩的东西。

问：我想起亚伯拉罕寻找儿子的故事，他等了儿子 120 年。我想过，也许可称他为原教旨主义者，又或者是佛教徒，也许他努力让自己放下执著……

如先前所说，我对此所知有限，所以真的无法对此多做评论。不过，基本上我觉得亚伯拉罕宗教有很多的二元分别。我会说耆那教和佛教非常相近，我不知道这里是否有人研究耆那教，它非常玄妙复杂。

问：您之前提到，学术界和佛教思想以及佛教哲学相结合是件好事。我在想，佛教，尤其是藏传佛教，详细阐述了显相、世俗谛的世界，还有当代科研人员难以接受的很多东西，转世就是其中一例。您是否愿意见到用科学工具来检视这些东西？

愿意。其实我从未担心这一点。我知道人们把转世等等看得很重要，史蒂芬·巴彻勒等等的很多学者对此做过评论，但我对此毫不忧虑，因为在佛教中从未说过佛教徒相信转世究竟存在。究竟上，佛教徒甚至不相信涅槃，又怎会相信有转世？

但是在相对层面上——相对指的是妄心的感知，即受到条件制约的心。由于受到制约，所以我认为这不是火或珠宝；由于受到制约，所以我认为这是水。而且我的感知被你们、被大家的共识巩固。这是水，对吗？你们都会说“对”，这又进一步确认我认为的相对真理。所以，在相对层面上，相对的感知完全是妄心的投射。

这非常美妙。在一部非常重要的佛经《父子相会经》中，佛说：“我与世人无争，但世人与我有所争论。”这是一个重要的声明，因为佛陀在讲的是世俗谛。现在我们真的是在谈学术理论了。在相对层面上，你脖子上有一个头。正如同你脖子上有头一样，我相信你脖子上有一个头与我相信有转世这回事，这两者同等荒谬。但我知道不同文化背景的人会质疑说：“你说的转世是什么意思？那完全是个虚构的事。但头就在这里，我能摸到它，我能感觉到它。”但那都是在感知的层面，唯有在感知的层面上才能看到这些。所以，转世、仪式、加持、祈愿，这些全都存在于相对的层面上。

而说到相对的时候，绝不能贬低和摒弃世俗谛，世俗谛非常重要。尤其如果你正在学习佛教，有两点是你需要知道的，学习佛教的时候你需要知道两点。佛教徒总是区分世俗谛和胜义谛，这非常重要，但大家需要知道的是：世俗谛和胜义谛都是世俗谛。旨在探求胜义谛的分析体系永远不应该被用来探讨世俗谛——这是学习哲学的学生总是会犯的错误，这么做是哲学家的错误。我会告诉你原因。你想要欣赏彩虹吗？那么最好不要走近它。你待在远处的时候：“啊，有彩虹”，但你知道彩虹并不存在，它是一道彩虹，是一个幻相。当你走近它探寻“这是哪一种彩虹？是什么做的？”随着你越走越近，彩虹消失了。所以哲

学家的首要规则是：绝不把探寻胜义谛的分析体系用于世俗谛。

而“转世真的存在吗？”这类问题是对胜义谛的分析。“转世出生的是谁？”这时佛教徒会说，在胜义谛的层面上，没有转世。但是在世俗谛的层面上，“是的，昨天我有看见你”，我相信现在的你和昨天来的你是同一个人；但事实上并非如此，你已经老了 24 小时，还有其他种种的不同。我一直都很喜爱与学者、科学家讨论世俗谛与胜义谛，这是大家要知道的第一点。

大家要知道的第二点是，你需要知道叫作“不了义”和“了义”的东西，这非常重要。无论何时讲法、无论讲什么法，佛讲的法分成两类：有些教法不是他的本意，不是他真正要传达的意思；有些教法则是他真正要讲的。

你会问：为什么佛要宣讲并非他真实意思的法？出于悲心的缘故，就像母亲给孩子讲灰姑娘的故事，哄孩子入睡。为什么？因为你不想跟两岁大的孩子说“如果不睡觉，会精力耗竭”，你不会这么说，他们理解不了。取而代之，你讲灰姑娘的美妙故事，孩子就会睡着。你真正想要的是什么？是孩子得到休息。

佛教中有很多这类教法，例如《本生鬘经》，例如“有轮回、有涅槃”、“善业、恶业”，这些都是灰姑娘式教法。而且千万要知道，尽管这么说，但我并不轻视灰姑娘式教法，我热爱灰姑娘式教法。事实上，那是我唯一能领略和运用的教法。如果你试图在餐馆里点一杯 H_2O 会很困难，服务生会一头雾水，你应该说“给我一杯水”，那就没问题了。这就是相对世界运行的方式。

问：如果世俗和胜义都是相对的，为何还要区分二者？它们的区别从何而来？

有何目的？

如前所说，因为有道上的行者。道上的行者意指这个人正在受苦，编造它们是为了便于交流。顺带一提，这不是我编造的，在佛学中全都找得到，它是一个被编造出来的工具。

问：对受苦的修道者而言，区分世俗和胜义难道不是把事情弄复杂了吗？

就见地而言，为了闻思，这确实把事情弄复杂了。一位伟大的上师龙钦巴尊者曾这么说过：最好的佛法学生就是百分百全然无知的人。如果这个百分百的傻瓜遇到一位慈悲且成就极高的上师，很好，不需要太多努力，马上就能觉醒。但问题在于像我们这些半聪明又半愚蠢的家伙，于是我们就有问题了。

问：在某种意义上，不二不允许多元化……

多元化？噢，不是的，其实在相对层面上是允许的。

问：我的意思是，如果在究竟层面上，多元化并不存在，那么佛教教法如何解释不同主体的体验？

如果你想认真探讨，我十分希望你去读宗喀巴上师写的一本书。他是如此伟大的学者，他有一本篇幅短小的著作名为《缘起赞》，真的很好。

这个问题很重要。某个事物出现时，通常会受到显相的吸引，我们不会认真思考它实际上是什么，这时所有的过犯就会发生。

你可以重复一下问题吗？

问：有某种不契合存在。在实相层面上，当您提到不二的见地是关于一切事物，所以它不允许有任何二元对立。

不，事实上正好相反。这是龙树的一句名言：“某者空性为堪可，彼则一切成为可。”如果你能接受空性、不二，你就能接受一切；如果你有二元分别，就会受困其中。这就是为什么我可以认为这是水，而鱼可以有鱼的看法。当这水在杯子里时，它是可饮用的；如果这水是在马桶里，它就是脏的。这个相对世界契合得非常好，这也反映在佛法修持中。

问：但是讲到生命和意识的主观体验时，我们看到有不同的主体存在，你不能说它们是虚无的，不能把一杯水的讨论套用在主体、一个人上，而是要讨论在世界上这个人他自己的意识。所以，主体层面的讨论与一杯水的讨论有所不同。在主体层面的体验中，能看见有分开的不同主体存在，这指出有一种多元性，而无二分别不允许这种多元性。

首先，我想我们可能需要进一步讨论主客体的定义。因为如我先前所讲，佛教徒，尤其是佛教的唯识派，中观派和瑜伽行派从未真正接受有独立存在的客体和独立存在的主体。但在相对层面上，你说的是：你这个主体看到某个事物，我这个主体看到别的事物。多元化？这个我们接受。这就是为什么其实在佛教中有所谓的“八万四千法门”，这就是为什么单一的教法绝对行不通。你需要一种教法，我需要另一种不同的教法。

但这又很有意思了，你这个主体或心识的本性即空性，和我这个主体的本

性——空性——完全相同。如果你愿意，研读中观和缘起，或许能回答其中一些问题。

我想当你讲到多元化时，你是在主张有一个独立的主体存在着。而佛教徒有点难接受有独立存在的主体。

问：我想问有关佛教祈愿的问题，我了解在你们的传统中会祈祷自己证得佛性。

不仅如此，还有很多其他祈愿，愿人变得美丽、变得富有，也有那些。

问：是，所以我在想是怎么做的？用意为何？理论上如何起作用？

祈愿如何契入佛教对见地的理解？这是很好的问题。就之前讲的四个见地，我们来谈谈祈愿如何起作用。

对祈愿来说，“一切和合事物皆无常”是非常重要且根本的信心增强剂。因为一切皆因缘和合而成，所以它们无常，事物会变化，而祈愿就是与变化有关。

“拜托，我现在是这个样子，但我想变成那个样子。”这就是为什么在相对层面上，佛教徒也会做祈愿。

就更高层次的理解而言，这类祈愿文非常多。我突然想到唐东嘉波写的一篇祈愿文。唐东嘉波是一位伟大的佛教大师，他时时刻刻都在建桥，也是著作藏戏的创始人。总之，他这么说过：“以如幻善根，愿如幻有情，入如幻福行，速成如幻佛！”如果你做了善事，比如慈善工作，他说：以此如幻的善业功德，愿所有如幻的有情众生，走过如幻的法道，达致如幻的证悟。就像这样。

另一个层面则是：假设说这个杯子脏了，你会希望杯子干净，而你的愿望能够实现，因为根本上杯子不是脏的。这就是为什么佛教徒总是说：愿一切有情获得证悟！那个祈愿比“愿我长寿”更容易实现。“长寿”可不那么容易实现，你说的“长”是指多久？是多活一分钟还是十年？但“愿一切有情获得证悟”是可实现的，因为一切有情众生的染污都可以去除，染污并非其本性，所以你的努力是值得的。

如果你努力使自己长寿，比如活一百年、两百年，我猜这很快就可以实现了。但你真的想要那样吗？那又是另一回事。

问：如何在喝水、看电视或看书时修持无二元分别？

方法很多。

在喝茶、喝水、看电视或看足球赛等等时，有办法修持不二吗？有的。这其实是个重要的问题，因为有所谓的“座下禅修”可以修，你的修持会变得更好。在非常庄严的禅堂里，坐在禅修垫上观呼吸一小时。然后，比方说你和伴侣或朋友大吵一架，在那争执吵架的过程中，你生起片刻的正念。我更偏好、看重这片刻的正念，因为它更加渗入你的内心，那是必然的。

这有点像试着骑自行车。以我为例，我不会骑自行车，所以为了学骑车，就要练习，比如在这个平坦的地方练习。但我不可能天天在这里骑车，那有什么意义呢？我必须提高自己的水平，去颠簸不平的地方练习，否则我就只知道如何在这里骑车。

怎么做则是个大问题，因为那是在说方法。

问：能否请您定义一下不二？

不二是非常大的主题。它亦有亦无，这是一种解说方式。就像你照镜子，你的脸在镜子里，你用它来梳头，但它也不是真的在那里。显相与存有，它不在那里，但也在那里。佛教徒认为，就像脸在镜中的映像，你我等一切事物都是那样，它亦有亦无。

但这在智识上较容易理解，而在情感上很难理解，因为通常我们有落入极端的习惯。有时我们被“有”吸引，“它在那里”，于是我们自豪、快乐、心情愉快、兴奋等等；有时我们面对“无”，“它不在那里”，于是沮丧、生气。所以这很难，因此你需要一条渐进的法道来熟悉它，因此有止、观、禅修等等。禅修的目的是证得不二，我想关于这一点我已经讲得够多了。

既然你在问如何修持，你一定做过一些禅修，那就继续做。

问：但是有主体和客体的存在。

最好的方法之一是：无论心中出现什么念头，都只是觉知它，不做评判。为什么会有二元分别？因为有很多食物在喂养二元分别，所以现在需要实施“经济禁运”，你必须控制喂养二元分别的食物配给量。怎么做呢？就是注意此刻的念头，不带任何评判。对二元分别来说，这是最坏的消息，因为二元分别热爱对念头缺乏觉知，二元分别希望你被念头占据，变得忙碌。比如，我想喝水，

“这是水。这水来自哪里？这是……”一个接一个的念头，二元分别热爱这样的状况，念头串流出故事、音乐、戏剧，于是你纠缠其中。

可是，当一个念头出现时，如果你只是单纯地觉知它，哪怕只是片刻，念头之链会突然困惑起来：现在要做什么？当然，禅修初学者会散乱，但如果你持续觉知念头，确实能够扰乱念头的惯用策略。

问：能否请您再多讲一点见地与法乘之间的关联？法乘即承载见地的传统，如何区分这两者？

首先我要告诉你一个很经典的回答方式，就是“业”，你的业会在其中扮演重要角色。以什么方式呢？我对此所知有限，所以有点是在装懂。假设你是研究尼采的学生，你阅读他的著作并非常厌倦其中的否定式言论——这也不是，那也不是，你对此十分厌烦，你想要有些正面的思维。看，这已经是一种业了，你已经有偏好了。

你对负面的否定没有偏好，所以你渴望某种正面的东西。然后你走进图书馆，拿起一本书，比如弥勒的《宝性论》，他的言辞不是否定的，他说你是完美的，那是他的切入方式，那让你感觉很好，让你觉得“啊，我跟这个相应”，于是你会选择那条法道。所以这和业有很大的关系。

基本上，业就是你的情绪和你的习惯。情绪和习惯会起到非常重大的影响。也许你会选择打坐，但或许你跟我一样是痛恨打坐的人，那么你不一定要打坐，你可以做像是持咒、祈愿、进行仪式等事情，然后你也会逐渐离开那些方法。

但只要你不离开我讲过的那四个见地就没问题，完全没问题，修持方法没有优劣之分。

问：您认为宗教的范畴和形式是什么？宗教的定义是什么？

这个问题非常好，我还没有认真想过这个问题。

有人说“佛教不是宗教，是哲学”，我不确定，而且我不希望佛教失去宗教的面向——如果你们称之为宗教——宗教似乎也包含文化和某种信念的成分在内。佛教是哲学吗？有些人说龙树的哲学是无哲学的哲学。

我认为语文学挺重要的。科学家和佛教徒之间也有很多误解和漏失，他们多次讨论心、他们有关于身心的会议，但我不知道佛教徒说的心和科学家谈论的心是不是同一个东西。所以，我认为首先必须确立心的定义。佛教对心的定义非常复杂，在好几部佛经里，有人问佛陀“心是什么？”而佛给了两个矛盾的回答——佛有很多教法都是这样。佛说：“心，无心，心性光明”。对于“心是什么”这个问题，佛说“心”，貌似有个心在那里。同一个回答的第二部分是“无心”，心不存在，所以它和第一部分相矛盾。接着第三部分“心是光明的”，这又和第二部分相矛盾。其实，可以说这三句陈述有如三乘的起源。

这个问题真的很难回答。

问：我想请您谈谈痛苦。我失去了爱人，因此我感到痛苦。这不好吗？还是我

不应该觉得痛苦，我应该放下对此的执著？

是的，我同意。

问：但佛教因此失去了印度信徒，因为人们无法投入情感，所以他们转信印度教，那比佛教容易理解得多。

这一点很复杂。我说的佛教弱点，有时候反而是佛教的优点，实际上是个长处。有不同的观看视角，所以这有些复杂。

但我知道有时这也让人难过，比如日本在过去是最重要的佛教国家之一，但他们丢失了很多东西，主要是因为物质世界而丧失。例如，禅宗是最深奥的佛教宗派之一，他们有个叫“侘寂”的概念，极为深奥，但现在大多数日本年轻人完全不知道侘寂，知道的人则以为它和日式设计有关。是有点关系，但侘寂其实源自佛教智能，基本上它说的是不圆满之美和短暂之美。

问：在这个如幻的世间，如何能用基于修持的艺术来支持放下的过程？

在藏文中，艺术是“纠匝”，这个词其实很有意思，它有点像是这样：对人说实话最有力量的方法之一是说谎。艺术几乎像是个创造者、编造者，其实几乎像是谎言，但意图是说实话。一切都是艺术，不是吗？从早上醒来开始，我们就一直在和别人或自己玩游戏，而你如何度过一生取决于你有多擅长此道。

我想再次向贵校、教员们和舒尔曼教授表示感谢，并献上我的祝福。我觉得以色列，尤其是耶路撒冷，确实是个众多思想家和分析师云集的中心，我希望此地能持续发展、繁荣并产生回馈，从而为这个国家和世界带来和平与和谐。

谢谢。

