

仁波切访谈，塞尔维亚贝尔格莱德，2018年6月19日

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=fDfP0M4xZX4>

讲师：

[音乐]

好的，很高兴您能来。我明白了，
您会如何定义民族认同？
在瞬息万变的世界中，我们该如何保护它？
或者，如果是这样，还有一个子
问题：如果是这样，人们
在注意到变化后应该如何应对？是的，我认为对
人类来说，我们面临许多挑战，例如
贫困，健康、
金钱、人际关系等等。
但身分认同，就像
触及我们人类苦难
或痛苦的核心一样，
我认为身分认同可能是最强大的，
我不知道该怎么说。我认为
我们的领导者、学生、老师
真的需要了解这一点。我们不能
只把多元文化主义描绘成一幅非常美好的
图景，像是我们
拉丁裔、科氏兄弟的部分。是的，这一切都
很好，这很
理想化，但人性……我的意思是，我
不是说
佛教意义上的绝对本性，而是我们
人类非常复杂，其中一个问题是，
你知道，我们有一个
根本问题，那就是不知道
我们是谁。我们
从小就被灌输各种观念，例如好坏，

我们往往会紧紧抓住这些观念不放。

文化、国籍、宗教在其中扮演著非常重要的角色。重要的角色，你知道我

来自亚洲，如果我只举一个例子，我

认为像美国

或欧洲这样的西方国家必须非常谦逊，

这真的很重要。也许他们

没有意识到

这一点，但无意中或

有意地，他们最终会

强加身份认同，就像把它塞到所有人嘴里一样。

当你身处贫穷的国家，当你

身处困境时，表面上你

别无选择，只能默默接受，

但你是一个人，

你知道，在内心深处，身份认同很重要。所以

我认为这一点很重要，尤其是对领导人，特别是大国领导人而言。我指的不只是政治家，也包括商业领袖，因为他们才是真正改变世界的人。我认为

保持

这种意识非常重要。佛教谈到无我，

至少这是我所理解的。无我

可以

定义吗？能详细解释一下吗？

如果有更多的人实践无我，会对身分认同产生什么正面影响？

佛教的无我概念是怎样的？我们现在谈论佛教，

我们谈论的是某种精神道路。我们的目标不同，不只是

维护一个和谐和平的世界，我们谈论的远不止于此，我们

谈论的是领悟真理，我不

知道，也许是一个人，也许是世界。基于此，当我们谈论无我时，对无我的理解实际上是将自己从「我」的错觉中解脱出来。这就是精神目标。但作为额外的收获，我认为

当你真正意识到自己过度自恋、过度自负时，

它会突然让你

质疑自己的贪婪。我不知道，

也许「贪婪」这个词用得不太恰当，它很

讽刺。但突然之间，你可能会开始拥有更明智的贪婪，更聪明的贪婪。我们现在的电网非常奇怪。我今天早上还在说，在我小时候，我们总是期待著橘子成熟，就像两个月后就能吃到橘子一样。我们现在会有芒果等等，你甚至不用等待，一年四季都能一次享用各种水果。我认为这是一个例子，说明我们的思维模式是如何变得相当盲目的，而且最终可能不仅会影响你，也肯定会影响到你的子孙后代。所以，如果你谈论的是像佛教那样的精神道路，那么理解无我，就完全理解了，你知道，这是一种幻觉。但如果我们多谈论人类层面，无我真的很有帮助，它能帮助我们理解，你所有的自我都在索取，曾经看似需要的东西，它们可能对你和他人造成极大的破坏，比如疾病、无法无天和某种悲伤。嗯，根据佛教的说法，悲伤可以被解释为一种积极的因素。在你的一些讲座中，你提到为什么以及如何产生这些感受，以及我们是否试图用Facebook、Instagram等社群媒体来掩盖这种孤独感和失落感。如果是这样，我们可以如何将其转化为优势，使其变得积极呢？因为如果这些社群媒体变成了一种工具，或者甚至没有，那就有点随机了。你知道，在某种程度上，如果你在观察从某个角度来看，我们其实是孤独的。这就是我们需要理解的真相。比如说，我们面前有一朵花，你看到了什么？我看到了什么？即使我们都认为看到的是同一朵花，但我看到的却是完整的维度，完整的画面，而你却看不到。所以我们是孤独的。你和我们看待事物的方式不同，但我们却想否认这一点，我们想告诉自己：不，我们分享，我们理解

。不仅如此，我们也希望别人看到我们所看到的，所以我们强迫别人去理解我们看待事物的方式，喜欢我们所喜欢的。我的意思是，所有的一切，包括宗教，都是如此。宗教最大的问题之一就是宗教，因为信教的人会告诉别人：你的宗教是错的，我的宗教才是唯一正确的，等等等等。但从根本上来说，身为人类，当我们来到这个世界时，我们可以说是孤独的。我们没有完整的……

你知道，我们没有……你知道，是的，我们是孤独的。当我们死去时，我们也是孤独的。我们可以假装我们和家人朋友一起生活。我们的邻居，但

你知道你看到了什么，你看到的天空，但其他人却看不见。与其否认，与其逃避，不如接受，如果你能真正学会嘲笑这种孤独——当然，这种孤独最初会让你感到非常无聊，

你知道，它确实

很无聊——但如果你能学会爱上这种孤独，那么我认为，你会因此更加欣赏他人的投射。你知道，我们常说要设身处地为他人著想，我认为这种做法还不够。我们希望别人设身处地为我们著想，但我们自己却从未真正设身处地为他人著想。因为我认为这种体验对

年轻人非常有益。所以，你在印度做什么？这是一个关于为什么有人会学习

佛教的问题，是出于学术研究还是个人原因？从警察身上能学到什么？这所学校能为繁忙的学校提供出路吗？我在这里提到的一个问题是，学生为什么要

学习？但最重要的是，我喜欢你的讯息。商学院不适用，原因或许能帮到他们，好吧，我喜欢这种有趣的纪律。嗯，与许多人的想法相反，

你知道，很多人对佛教有一种狭隘的理解，认为佛教就是吠陀经、静坐冥想、正念、素食主义、非暴力等等，这些都很好，但我认为，不仅如此，很多人还认为佛教与乐趣无关。

而这正是我要说的，事实上，佛教的根本就在于乐趣。事实上，你会一步一步学习如何

享受乐趣，你会学习如何进步，从而享受乐趣。因为（掌声）当我们不了解自己的内心，当我们无法控制自己的内心，当我们无法驯服自己的内心时，我们就会失去乐趣。而

这正是

我认为佛教能够真正发挥作用的地方，尤其对年轻一代而言。我刚才也在和商界人士谈论这件事，这其实更与

印度的智慧有关。在印度，人们常说佛教与此密切相关。所以，正如我之前所说，你必须享受乐趣才能……要想获得乐趣，你需要钱；要想获得乐趣，你需要的不仅仅是钱，你还需要自律，对吧？我认为

商学院会教你如何赚钱、如何拥有金钱、自律等等。但是，佛教——我是说商学院——

不教的是什么？而这恰恰是佛教的核心思想。实际上，佛教有一个经典的术语叫做「摩耶」（Maya），意思是幻觉。我认为商界真的需要了解这一点，因为当你

缺乏这种

智慧时，你就会执著于某种幻觉，并认为事情会按照你的计划和预期发展，而这往往会导致失望。我曾经说过，

不要依赖老师。考虑到如今我们有这么多的老师，而且他们都在讲述古代的智慧，那么在今天，依赖老师真的可能吗？他们要摧毁古代的智慧，这有多难？以瑜伽为例，尤其是印度瑜伽。

你说得对，我们应该明智地依赖教义，但不是依赖老师，而是依赖教义本身。教义是无形的，你无法用照片来描述它，你懂吗？它没有颜色，没有形状，你无法抓住它，它不是有形的。老师在哪里？这里有一个整体，胡说八道，还有各种各样的花朵，然后是教育等等。所以，老师的形象非常吸引人，就像摄影球一样。是的，

我认为人类的弱点在于与人之间的关系，与另一个人之间的关系，受到另一个人的启发，因此也会对另一个人感到失望。你知道，所有这些总是困扰著我们，侵入著我们。但我

认为，智慧，例如不依赖人，而是依赖教义，这种智慧需要一直被推广，就像是一种保障，就像是一种安全措施。我认为

这非常重要。在你

看来，佛教中最重要的部分是什么？它今天没有得到应用。那就是对

智慧和非二元性的努力。我把它称为艾米丽·斯皮尔（Emily Spier）。但现在它与你有什么不同？

你

不必这样做，因为它已经意识到，即使是工具，关于什么是真正的健康，以及来自家庭的东西，都可以带来健康。这就是为什么我感到遗憾，因为有很多事情。现在

我认为，帮助他人只是在珍惜自我，不，这种佛教真的可以帮助我们，这是一个非常重要的问题。就像许多其他灵修传统一样，我认为

佛教的本质是智慧，而智慧总是被遗忘，因为正如

我之前所说，智慧并不那么吸引人，它总是枯燥乏味。人类的情感总是想要快速解决问题，总是想要某种止痛药或其他可以依赖的东西。

你知道，就像那句名言说的，如果有人用手指著月亮，你不会去看手指，你应该去看月亮，但去看手指的诱惑非常大，因为手指离月亮很近。所以，要回答你的问题，

我认为这很难，但佛陀的教义中最少被使用的不是智慧本身，而是智慧的方法。没有智慧，方法最终会变成教条。当

我说方法时，我指的是像冥想、端坐之类的，如果没有智慧，我们就只是在进行仪式，仅此而已。就像我昨天说的，谁坐得最直，谁坐得最好，谁就成了赢家，谁坐得最久，谁就成了大师等等等等。但这不是重点，我想我不会打扰你们。最后，

你们在那里待的时间不多，但我认为你们可以理解。你们这些能理解的人有什么话要

对塞尔维亚人说吗？

我想听听你们的看法。嗯，我一到贝尔格莱德，就立刻感受到了一种真诚，没有丝毫的伪装，没有虚假，哇，这是金钱买不到的，但却很容易失去。如果你了解塞尔维亚人，他们就不会失去那种真诚的……我不知道该怎么形容，那种真诚的氛围。他们非常有自信，你可以在这里建立自信，无论你或你

的国家发生什么事。我认为这种真诚真的非常重要。谢谢你，Temperature，这真是太棒了。 [音乐]

[音乐]

你