

从远处呼唤上师，2010年6月30日至7月1日，德国门茨 - 第五部分

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

讲师：

[Music]

这个……有个问题总是被问到——怎么把日常生活和佛法融合在一起。你们听到的很多这类问题，其实基本上都是在讲怎么做到这一点的具体指引——祈请上师加持，让我们的心与佛法融为一体。

能得到这个是非常大的加持，是很好的加持。

还有，就算是最博学的堪布、格西——读了很多书、精通各种教义、能够讲法的人——不仅仅是堪布和格西，就连喇嘛、仁波切们，他们的心真正与佛法融为一体的，也是非常罕见、非常罕见的。

说到上师的品质，一个人应该依止什么样的上师或老师，简单来说……通常人们会说，上师要有学问，要持戒清净，但最重要的，上师必须要慈悲。

这个"慈悲"——就算这位上师学问不那么渊博，戒律不那么严谨，只要他或她慈悲，你就在好手里了。

如果你跟的上师学问非常渊博，但不慈悲，你最终可能只是买了一堆书。

如果你跟的上师戒律非常严谨，但不慈悲，你可能最后是在偷偷自慰，然后假装自己是世界上最清净、最清净、最清净的人。

所以慈悲是多么重要。慈悲当然可以用很多方式来衡量，慈悲其实跟笑脸、跟那些没完没了的闲聊什么的毫无关系。

真正的慈悲，是建立在这位上师对佛、法、僧以及因果果报有多少信任之上的。这很简单，就像一位好国王——怎么衡量一位好国王？当这位国王真正信任他的法律，哪怕他自己在法律之上，他真的尊重这些法律——就算他不一定每次都照着做，他仍然是个好国王、好领导者、好统治者。

那种上师，在学生行为不端的时候高举"恶业"的旗帜，但他自己对因果果报、对自己修行路上的业力却根本不信——这完全没有慈悲可言，意味着这位上师的心根本没有与佛法融合。

这个有点难以表达，让我从几个方面来解释。

你知道，之前我在不丹的时候，人们问我，一个佛教徒应该珍视的不丹价值观是什么。作为一个佛教王国，有几个，但我觉得其中一个是——总体上，当然现在正在变化很多——踩到一只小虫子，他们会觉得不自在。

这与心和佛法融合是有关系的，当然是非常非常非常微小的层面，但这是非常重要的价值观，真的非常重要。

再看看藏人和西藏，其实如果你了解西藏的历史，你真的会对佛教刮目相看，赞叹不已。我不知道，也许跟地理有点关系，你知道那一带的地区——普什图、阿富汗那一带——山地崎岖，那些地方过去是、现在其实仍然是非常血腥，非常非常血腥，曾经是、现在仍然是血腥的，心胸狭隘，种族主义，如果有什么奖项是颁给地球上最种族主义的地方，他们每年都会获奖。制度化的种族主义。

你知道，当我们听到你们——你们这些人——带着某种愧疚感，说"你要理解"，诸如此类，想搞清楚这些人到底哪里出了问题……

但哇，多亏了释迦牟尼佛的教法，藏人真的会不把别人的生命当回事……但很令人惊叹的是，佛法是从印度输入的，是一个从印度引进的概念，它的力量如此强大——藏人踩到一只小虫子真的会觉得不自在。你明白吗？这真的要感谢印度的释迦牟尼佛，是他的思想和概念被引进了藏地，藏人自己并没有发明这些。

我想给你们举这个例子……

好，然后回到我们这里，在西方，我开始听到西方的佛法修行者说："哦，你知道，我接受了这些教法，但我没有做到……"那种愧疚感，很多人在表达自己没能做到慈悲、善良、精进的愧疚。这些都是好消息！这些意味着心与佛法开始有一点融合了。

这需要一些时间，才能真正把这渗透进我们的系统里。我觉得这真的很好，当我开始听到"我修行不好，我应该多修"之类的话——非常好，这说明他们有所担忧，他们感到愧疚。你想想看，为没有做到爱与慈悲而感到愧疚，这不是一件很美好的事情吗？这意味着你在珍视它，这太好了，这就是心开始与佛法融合的开始。

是的，我们很多人仍然被迷惑，我相信我们还是会被自己听到的赞美冲昏头脑，被一点点批评就搞得心烦意乱，如果有人当面说了什么不好的话，就失去忍辱的盔甲。甚至当贫苦众生就在你眼前，很多时候你根本看不见，看都不看。就算布施的对象——无论是物质、保护还是佛法——就在你面前，你可能就站在那里，然后因为自己的吝啬心退缩了。

但当心开始与佛法融合，普通人，那些心还没有与佛法融合的人，会为了赞誉、为了避免批评一路争斗到底。但一旦心开始与佛法融合，过了一段时间，你会"哦，好吧，那又怎样，算了"，不把这件事当成大事。这就是佛法开始渗入心的开始。

下一个，祈请上师加持，让我们能够放下对此生的执着——放下对此生种种细节的执着，你知道，舒适、关注、我不知道，认可……等等这些。

因为否则，就算你知道所有这些世俗的东西毫无价值，你还是会觉得它们有价值，为了一点点微不足

道的得失——比如食物、衣服、别人的关注——你会舍弃珍贵的佛法。就算我们已经拥有了所需的一切，我们仍然认为、不停地认为我们还需要这个那个，我们会不断被这虚幻的世俗生活所欺骗。所以祈请加持，让我不再有这种念头，不再觉得此生和此生带来的一切是重要的。

好，这其实有个很好的词……在经典里有个词，它实际上是"有情众生"的同义词，是个非常美的词。它像是……"此岸"，对吧，"此岸"的意思是看到这一边的，"彼岸"是看到两边的，以及超越这两边的……是的，这是对有情众生、人类、普通众生非常美的一个同义词——我们也称之为只看到这一边的人。

基本上就是没有鸟瞰视角，你看不到更远的地方。

所以，如果你想知道什么叫佛法修行者，至少，佛法修行者应该是一个试图往另一个方向看的人。至少你要对那个边界后面有什么感兴趣。大多数普通人对边界后面是什么没有任何兴趣，如果你去想这件事，他们觉得这是浪费时间。

所以，佛教意义上的灵性修行者、佛法修行者，指的是有兴趣看到这个边界之外的人——不管是在这个边界内部多看一点，还是多看一点点，都算。当然，究竟的见地是完全看清这部分的虚幻性……好，下一个。

每一个都很重要。

祈请加持，让我们对因果报生起信心。首先，你们一定听过"业力"这个词很多次了。现在业力、佛教、印度教、瑜伽都被放在同一个篮子里，但"业力"其实从根本上来说是个很好的词，指的是因果报的活动。

[Music]

一般的、普通的业力很容易理解：你种万寿菊，在合适的条件下万寿菊就会长出来，这就是……对，如果没有障碍，因缘都具足，结果就会出现。这一点我想我们都能理解。

但业力不仅仅是这些，业力会变得非常广大、非常微细。业力微细的那一面，比如轮回、心识的延续，这些，人们没有足够的工具来判断。通常人类的习惯是，当我们没有足够的工具来判断某件事，我们就会说"哦，这不存在"。

你知道，就像寂天菩萨说的，有个非常美的偈子——不是因为天空有尽头，所以那些鸟儿——那些爱飞翔飞翔不停飞翔的鸟，最终会回来——不是因为它们飞到了天空的尽头才回来，而只是因为它们的翅膀再也撑不下去了。

同样，不是因为现象界有尽头，所以我们才得出结论，用某些说法和表述来定格——只是因为我们再也没有语言可用了。

所以，万寿菊层次的因缘与业力，我相信我们是有信心的。但真正深入的业力，业力的大多数层面，我们开始产生不信任——“我该做的都做了，我做了这个那个那个这个，但我还是这样那样”，这种感觉，就是对因果果报之法缺乏信任。

因为如果你缺乏这种信任，会有什么危害呢？缺乏这种信任，你就会变得像那个“豌豆公主”一样，小小的问题都无法承受，因此，造作不善业就会变得自然而然地涌现。

所以祈请上师加持，让我们对因果果报生起信心。

对因果果报的信任，尤其在微细层面，也可以这样理解——对你有限的逻辑产生不信任，对你那些惯常的粗重计算器、数学和所谓的理性产生不信任。不是完全不信，而是不完全信——因为已经被证明很多次了：去年鸡蛋黄对胆固醇不好，今年又说没那么糟糕，诸如此类。已经被证明改变了很多很多次，一直在变。

澳大利亚医生说如果你没有胆囊你就不能吃这个不能吃那个，印度医生说没关系你什么都可以吃，德国医生说你必须吃香肠，这个不会变的。

所以，开始真正地不信任，或者至少不是狂热地信任你的逻辑。

好，下一个，我觉得这是特别在跟我说的——

对敌人及其信仰的嗔恨，乃至对他们穿衣方式的嗔恨，以及他们强迫别人也这么穿的方式的嗔恨——还有对自己朋友、亲人、自己同族之人的贪执，比如巴萨罗那队之类的——以及不知道该取舍什么的愚痴。

这一条特别是讲我的——每当你应该修法的时候，你就变得昏沉、打瞌睡、无精打采，懒洋洋的；但每当你做的事情跟佛法毫无关系，你就可以坐在一张沙发上……

[笑声]

每场比赛是多长时间？九十分钟。九十分钟乘以三是……九十分钟乘以三四，四个半小时，加上热身……我是说，我真是……

在那段资格期间，整整六个小时坐在那里，不打瞌睡，却把心思全花在觉察——注意到每一个细节：谁犯了什么错，发生了什么不公平的事，诸如此类的一切。

所以，“请加持我，令我一切烦恼之敌，悉皆摧毁。”

是的，这一句非常重要。它有一层含义，就是：自己调伏自己。这有点像当年别人问密勒日巴：“你信的是哪个宗教？”他说：“我信的是一个不欺骗自己的宗教。”也就是，不自欺。根本上就是说，自己的心必须由自己来调伏，因为如果不这样，我们看起来都像是佛法修行者——我们都会把自己打扮成完美修行者的样子。包括，你知道，特别订制的香水啦，精心挑选的念珠啦，念珠啊……有些人甚至以

穿出那种略显邋遢、苦行者气质的形象为荣，指甲也不好好剪，那些指甲缝里黑乎乎的东西，你懂的。对，就那个。我们把自己打扮成修行者的模样，辞掉工作，逃避对家人的责任，美其名曰追寻灵性道路。

正因如此，我们的心根本没有真正浸润于佛法。那些如毒蛇般的烦恼，安安静静地蜷缩在我们内心深处睡着呢。然后，当条件成熟，那个看起来像修行者的人，就会露出真面目。

这真的非常重要，因为如果我们的的心没有真正浸润于佛法，那多少年的修行、多少年的独居、多少年的苦行，都不会有任何用处。多少年的禅修下来，如果心没有浸润于佛法，一旦有人言之凿凿地给你一个理由，说你的上师不好，你甚至可能会开始点头同意。所以，调伏自心，这一点至关重要。

下一句："请加持我，令我见到自身的过失。"

这句话有好几个层面要理解。一个层面是：过失生起时，能当下认出它。另一个层面是：我们以为并非过失、并非坏事的那些念头或习气，实际上可能正是过失或问题所在。能认出这一点，因为认识自己的过失实在是太难了，太难了。再加上，如前面说过的，我们已经习惯于外表像个修行者，实际过的却完全是非修行者的生活。我们对一切不善的事早已太熟悉、太习以为常，所以即便偶尔生起一个善念，它也会被压下去。善念一再生起，却又一再被压下去。所以，"请加持我，令我能认出自己的过失，并将过失认定为过失。"

"请加持我，令我的心变得柔软、堪用。"

野性未驯的心——我觉得就说"Savage"挺好，基本的野蛮——这样的心就像一块木头，或者一块石头，非常坚硬，无法渗透进去。请加持我，让它变得可以调伏。因为如果不这样，我们日复一日地靠近死亡，心却变得越来越僵硬。然后，当我们依止上师，我们的虔敬心开始消退；对金刚道友、法门兄弟姐妹的清净观和理解，也变得越来越薄弱。

下一句也非常好："请加持我，无论我做什么，最终都能成为佛法修行。"我是说，佛……法……修……行，因为眼下，即便我们念皈依，念菩提心，由于我们的心深处并没有虔诚，也没有悲悯，我们大多数的修行都变成了嘴皮子上的念诵。所以我们全部的佛法修行不过是一种象征，根本没有渗入我们的内心。所以，"请加持我，无论我做什么，无论直接、间接，还是最终，都能成为佛法修行。"

好，我们再休息一下。