

尼泊尔与佛法，2022年8月26 - 28日，尼泊尔加德满都 - 第三部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=k4P4jtnIaWs>

讲师：

[音乐]

首先，我想回顾过去两天我们讨论的内容。首先，早安。

嗯，如果

今天有刚来的朋友，我们一直在讨论所谓的「

三解脱之门」(narum)，它从

许多不同的层面来解释。

嗯，它不仅被解释，也在

许多不同的层面上被象征化，

尤其是在心识(tantana)

中。心识也

可以被

认为是

佛法的核心要素。

嗯，乍一看，

这三者可能有点难以理解，

但是，

如果你逐渐

熟悉了它的语言和细微差别，嗯，

它并非遥不可及。嗯，

正如我昨天强调的，它真的不是

超越你生活的东西。我们说的不是神话，也不是任何超出我们认知范围的东西。我反复强调这一点，

是因为语言和文化，你知道，它

听起来可能非常

异国风情，甚至非常宗教化。

好吧，我再回顾第一次解放，嗯，

我会从一个

不同的角度来谈。好的，一个非常好的例子就是「天空的中心」这个概念。你知道，我可以告诉你天空的中心

在哪里，你们都会接受，但如果你仔细想想，这其实是个任意的说法。

你知道，哪个才是中心？但它对我们来说适用，

我可以这样说

天空的中心，我们可以这么说。通常它就在你的头顶上方，只因为你有头，就是这样，

没有其他原因。嗯，还有一些概念，像是「很久很久以前」。是的，在相对的层面上，它可以用来沟通。但如果你仔细想想，它其实意义不大。所以我举这个例子。实际上，我们说的、做的、建构的一切，都有其特定的

逻辑。之所以如此，是

有一定原因的，你知道，就像我们不能再这样了，我们不能再改变星期天和星期一的顺序了，比如把星期一放在星期六和星期天中间，我们不能再这样习惯性地这样做了，这就是为什么，为什么应该这样，这太浪费精力了。所以，

你知道，

时间、空间等等，我们只是有一定的理由和逻辑来证明它们的存在。根据佛陀的说法，

我们试图给出的每一个理由，

实际上都证明了一切皆为幻象。这就是

为什么一切现象的根基或基础没有固有存在的实体，

你知道，就像，你知道，没有这样一个，没有根基，没有一个坚实的、真正存在的实体，叫做

天空的中心，天空的中心。好的，让我们把它转化成更实际的东西，你会想问一些问题，例如，好的，所有这些，

你知道，某种哲学分析，意义何在？我能从中得到什么？我想第一天就有一位女士

问到了「vasana」（梵文：习惯），我觉得这就是答案。你可以把这当作一种修行方法。这正是缅甸僧侣，例如顺伦传承的僧侣，以及那些修习「bas」（梵文：婆娑）的僧侣们所做的。好的，我尽量用最简单的方式来解释。

好的，大概在最初的两到三周里，他们只是观察自己的手，只是观察，只是观察，只是观察。他们不会去想什么好手、坏手、老手、年轻手之类的，只是观察，只是观察。他们试图做的是培养一种能力，记住，天空的中心是同一只手，你知道是哪一只。然后，大约

四到

五周后，实际上几个月的时间里，我们进行了非常精彩的讨论，探讨他们是如何经历所有这些阶段的。然后，他们开始不再把手看作一个整体，而是开始观察指甲、皮肤、皱纹等等，就像一个好的地毯商，你可以观察地毯，你可以

看到线，是丝绸，还是其他材质，或者混纺的。他们能分辨出真丝和假

丝，对吧？是的，我想是的。到了第10周，也许是第12周

或第

15周，他们开始把事物分成一个部分来看，而不是像以前那样把事物看成一个整体，

比如
一片森林。他们看不到森林，只能看到
树木。你知道，这其中有很多年，甚至
一生，
甚至几世的习惯模式需要
你去面对。然后，他们中的一些人告诉我，他们有时甚至害怕挠头，因为通常用手挠头，对吧，就一个整体，但突然间，他们就控制不住自己，会想，好吧，指甲在皮肤上滑动。
然后，我不知道，也许是6个月后，很多人说
他们突然变得幽默起来，他们觉得这很有趣，我们称之为“手”，我们
买润肤霜，戴手套，你知道，这很有趣，我们做这些事情。然后，我肯定，当他们看到修脚店、
美甲店时，他们一定会笑个不停。你知道，
然后，强调我刚才说的，
他们感觉幽默和
滑稽
这个词很重要，因为这一切
并不意味着修脚美甲就像邪恶的诱惑、
糟糕的干扰，我并没有这么说，
我只是说它很有趣。这并不意味着一年后你就
不会去做修脚
美甲了，事实上，你可能
每天都去做，只是
态度不同了。你知道，就像我刚才提到的
病毒学家，
看待事物的方式不同，
他们甚至可能开一家修脚美甲店。我举的例子非常非常小，只是很小而已。把刚才
我说的
运用到我们生活中的一切——人际关系、家庭、
孩子、教育、
政治体制等等。
好的，这里重要的问题是，同情心在其中扮演什么角色？它完美地
融入其中，因为同情心本身就是
同情心。它不是那种有等级的同情心，例如“哦，可怜的家伙，
他需要一点
帮助”，它是一种非常奇妙的同情心。因为你知道，所有那些去做美甲的人，他们都在关注一个单元

，一个单元，所以基本上是的，这和你生活息息相关，这就是我们所说的，当你了解这些，当你以这种方式看待

你的

生活时，

你就会

逐渐

觉醒，这真的可行。嗯，有时候，你知道，我们会听到某些角度的教义，

我称这些教义为“

不劳无获”的教义，是的，我们有时会教授这些教义，

因为我们人类

喜欢这种说法。不劳无获，天下没有白吃的午餐，哦，哇，我们必须

努力工作，我们必须去

哈佛，你知道，我们喜欢这样。所以佛陀就是这样教导的，但你

知道，佛陀也多次教导过，

实际上更多，不劳无获。实际上，他的

名字是

苏伽塔，我的意思是苏伽塔，如果我用

非常非常现代的

语境来翻译，我会说，不劳无获已经消失了，

但我知道，即使在

这里，是的，就像我告诉你的那样，就像我告诉

你的那样，不劳无获，你知道，

存在著类似这样的教义，你们都觉得

不知道我知道这

只是人的

想法。现在来说说第二个解脱，

顺便说一下，三个解脱是紧密相关的，对吧？好的，

我基本上是在引用梵天的话。

梵天，是的，道路

超越了符号，超越了特征。

我想我们也讨论过，我们是如何被各种符号所

包围的，

是的，

因为我们有太多的符号，

太多的步骤等等。再回到
我刚才说的，
我们的
习惯不允许我们摆脱
特征或符号。
但是，如果你仔细研究
教义的设计，你会发现它的一切最终都指向摆脱
特征，它
旨在摧毁所有的
符号或
符号。你知道，
佛陀的所有方法都是自我的，
方法本身最终会
自我毁灭。一个很好的例子是磨刀或
生火。磨刀的时候，
你用湿润的磨刀石和金属
刀，结果就是湿润的磨刀石
会磨损，然后
铁也会
磨损。耗尽……嗯，火和木头，你知道，没有
木头就没有火，但火会燃烧，这很
有趣，不是吗？火会消耗
木头，火会变得更大，
所以，嗯，这就是
它的运作方式，
路径……嗯，好吧，我有时会
回到
密宗，因为尼泊尔与密宗关系密切，在
巴巴佛塔周围比在
任何其他地方都有更多的密宗元素，有时是雕像、
祈祷旗，所有的一切，
好吧，在密宗中……好吧，
有人问了这个问题，所以我的意义，这个问题是什么？是
什么使神性存在？其实是这

三道

解脱之门，曼荼罗就是这三道解脱之门。神

性也

以祝福

提供者的身份出现，

这与三道解脱之门非常契合，

因为

你

应该获得的最高祝福，最极致的祝福，就是从

执著或

二元对立的偏执中解脱出来，而你

从三道

解脱之门获得这种祝福。好了，现在我们来谈谈解脱。身为人类，当

我们谈到

祝福之类的东西时，就会涉及对祝福的渴望，

以及

这种渴望的各种复杂程度。我们信奉不同的神灵，

我们

许多人的

长久渴望非常

原始。因为我们有著这种非常

原始的二元对立的渴望，

比如说，你想要

财富，你就是想要财富，这就是你

想要的全部祝福。你

甚至不知道什么

是解脱的三门，这也没关系，我们不

否定这一点。所以，如果你的

驱动力是财富，那么

你通常不会去拜见苗条的M，而是会去拜见

李子般的赞巴拉。是的，你去过M吗？

我想你没有。大多数时候，

据说M只对

智慧有益。或者，如果你的父亲去世了，你不会向

萨拉斯瓦蒂或赞巴拉祈祷，对吧？你会向
阿弥陀佛或其他什么神灵祈祷。

我们人类已经

给了神灵职责，所以

这取决于情况。好了，现在，如果你有著强烈的

渴望，那么最高的渴望

基本上是……渴望摆脱二元

性痛苦的极乐，然后所有这些密宗的

职责，你知道的，密宗的神祇，它们

并不在你

之外，你就是神，

它们每一个都是为了打破各种二元论的执念而设计的。

我有很多

男性朋友告诉我，

他们不想练习

密宗，因为他们说，你知道，我是

男人，我不想，我无法想像

自己是女人。你看，所有这些都

表明他们并不真正理解

密宗。你应该打破所有

这些区分，忘记性别。

有时你应该想像自己是

动物，例如马、

猪。例如，如果你真的想

认真地练习人身冥想，你必须想像自己是一只

乌龟。即使你想

更深入地体验，你

甚至不是乌龟，你只是一个字母

D。如果你想更进一步，连字母T也被

解构了。这就是密宗作为一种

特征的修行方式。好的，但

在更实际的层面上，我们该如何做呢？将此

应用于我们最

实用、尤其对

初学者而言的经典佛陀

法门：不要沉湎于

过去，也不要沉湎于未来。因为

过去是一种语言，过去是一种象征，过去

是一种特征，未来也是如此。而

此刻，是最接近超越

任何特征的存在。

当我再次强调这一点时，你们中的许多人或许会渴望找到

某种非常奇特的“此刻”，

但我并不是说此刻有什么奇特之处。

当然，你在那里，我在这里，你以某种方式

存在，我也以某种方式存在。

你感受到，你

听到，只是觉察到此刻，

觉察到此刻。

我的意思是，这是佛陀赐予的礼物。

我的意思是，

此刻实际上是你唯一拥有的。过去已经

过去，它永远不会再回来；

未来尚未到来。

你唯一拥有的就是

此刻。我的意思是，就现在而言。

好的，佛陀只是说，

珍惜此刻。顺便说一句，这只是

十万种

方法中的一种。我并没有说此刻是好是坏，我

还没告诉你们，我没有说

此刻是平的、圆的、

方的，不，不。没有符号，没有

特征，这就是你需要的，该

怎么称呼

它？这就是你需要的，你需要

抓住它，一遍又一遍地

熟悉它。它的作用是

燃烧，
希望它
燃烧，参考，
参考。
你知道，例如，
我们面临的最棘手的挑战之一，尤其是在现代生活中，就是
忧郁症。我认为，忧郁症
的主要因素之一
是，害怕
可怕的事情会
发生，
或害怕自己不配。这一切都
来自
参考，不是吗？就像现代性，
现代性的问题。
我非常确定，
亚历山大大帝的仆人从未
想过，从未想过，你知道，我
可以像他一样。他是一个人，我也是一个人，我可以尝试，我可以像他一样。所以他很高兴能
为亚历山大大帝采摘葡萄。
但现在我们有了一个叫做
平等的参考，人人平等，人人
平等。哦，现在我们可以
做这个，做那个，它有很多作用，
然后当…行不通，肯定哪里出了问题，
因为我们
已经否定了上帝，我们不能责怪
上帝。你知道，我看起来不错，因为我刚
去过
韩国。我状态很好，因为我看起来还不错。我
看起来和他一样好，因为我刚

在
韩国调整好自己。你知道为什么她/他什么都有，
而我没有。你知道，这么多很多的
梗，就像一个
梗。你知道，我刚去过，你
知道，嗯，
唐吉，你知道，就像
都市生活，都市生活，这就是一个梗，对
吧？如果你身处
都市，晚上
9点左右睡觉是很尴尬的。
不管怎样，你都得熬到
午夜睡觉，因为你必须
像个都市人一样，至少要撑到
午夜，
否则会被嘲笑。
是的，现在
南加州的
忧郁和
焦虑会有非常不同的种类，所有这些都
像是……嗯，即将
到来。所以，
我们需要认真
思考「无参照性」这个概念，因为它
会让你稍微解脱一些。
好的，我先讲
第三个，然后…我会让你们提问，
因为有很多问题，
所以我会试著回答一些。
然后……我们会休息一下。有人
请求皈依
菩萨，我们会安排。
休息结束后，不想皈依的人可以回家，
但如果你只想留在这里

观察佛教徒的修行，
我们非常欢迎。
还有人请求进行
一些转法，
例如所有佛教徒的转法等等。好了，好的，
所以解脱的
果果，
嗯，是超越一切愿望的。当然，
你知道，佛教徒有很多
愿望，你知道，这些愿望本身就很
矛盾，不是吗？这就是
你需要真正学习的地方，尤其是
印度的智慧传统，它与
悖论密切相关。你知道，我们说，嗯，
就像佛陀说的，我没有形体，我的
意思是，那些把我视为有形体的人，他们的
观点是错的。然而，我们有完整的，我们
有那么多佛像，我们谈论
三十二法印等等。
嗯，这里，你知道，果果是超越一切
愿望的，然而我们却有这么多
愿望。我个人
鼓励你至少去追求愿望，去
理解离三门。
但是，为什么我们谈论解脱，为什么我们
说解脱的
果果是超越一切愿望的呢？这
句话可以从
很多不同的
层面来解释。
嗯，我想从一个
非常经典的佛教例子开始，
这或许能帮助你理解。如果你做了
一个噩梦，好吧，你

睡在一个非常舒适的房间里，但你做了一个噩梦，你感到很焦虑。

你真的想摆脱那种

处境，真的渴望摆脱那种处境，

好吧，记住，你现在正睡

在一张非常舒适的床上，无论你是否渴望摆脱那种处境，

实际上你已经自由了。然后，我

不知道，因为你

哭喊著，也许

有人把你

叫醒了，那个人

叫醒你的行为可能是掐你，或者用

一桶冷水，不管是什么，叫醒

你，叫醒你，

这

帮助你摆脱了那种可怕的

处境，你甚至可能会感谢这个人把你叫醒。记住，

不管

不管

他是掐你、用冷水还是其他方式

叫醒你，

结果就是你现在待在那个房间里，你

知道，平静，我的意思是，舒适，

你知道，你永远不会再处于那种

处境中。

理解「佛陀觉醒」这个词非常重要，

因为很多时候我们

认为自己很混乱，很

委屈，很糟糕，然后认为如果我们非常

努力，

总有一天我们会觉醒，你知道，

这并不是佛教对

觉醒的真正理解。好吧，总的来说，这就是我们……之所以在

这里讨论这个问题，是因为
如果佛果或佛的境界
可以通过发愿获得，那么
你就是在把
佛的境界变成复合现象，那么
你的佛的境界就会有
期限，你知道，在
成佛多年之后，有一天你会
再次回到原点，从头开始，对吧？
所以，这基本上就是
你需要知道的事情。正
因为如此，
在
密续中，他们才会谈到你就是
本尊。这就是为什么，这一点非常
重要。
例如，因为我们
稍后要讲到皈依，所以我们来谈谈
皈依。当我们皈依佛陀时，我的
意思是，当我们皈依时，你应该
皈依于不会让
你失望的事物。
如果下雨了，你
躲在伞下，但
伞有很多洞，那就没用了，对吧？
所以，无论你
皈依的是谁，都应该是真正值得信赖的，
应该为你提供全面的服务，可以
说是唯一的。这就是为什么在
皈依中，当我们说「佛陀」时，沙米，
当我们谈到这一点时，尤其是在
大乘佛教中，唯一值得信赖、永不
失效的
护法就是内在的

佛，那就是你的根基。我的意思是，比如说，
回到我们之前的例子，那个
噩梦，水桶
起了作用，你知道它起作用的真正原因是，
你
实际上在房间里
睡觉。如果你真的在
丛林里，被SP（可能是指某种神秘力量或灵性导师）吃掉，
不管是什么水桶，
你还是会受苦。
但是，
我知道你正在经历
所有的痛苦和问题，
但从根本上来说，你在那里睡觉，
所以它给了你希望。是的，皈依
佛是
永不失效的，这基本上就是我所说的
第三解脱的一部分。嗯，我
想因为它们是相关的，
我已经简要地谈到了三道解脱之门。
好的，我们来问
几个问题吧。是的，我
想我们会进行一个稍微长一点的
问答，然后
休息一下，再进行
剩下的部分。所以R会回答一些问题。
昨天我们在
房间两边都放了立式麦克风，
好的，请把问题都围绕著
教义来问，谢谢。好的，请
稍等，麦克风
好像关了，你能打开吗？它还没正常工作。你想在那里操作吗？好的。嗯，我带了三件Shaws牌的保
暖内衣，就盼著别下雨。我看到了
业智巴的表情，我一

进门就看到了，听到了亵渎神明的话，你知道吗？所以我的脑子里一直有个矛盾，你知道吗？就像你说“看手”，然后又说“超越它”，你知道，过来。我的意思是，我当时就在想，如果能穿著内衣在这里该有多好啊，多舒服，你知道，多专注。然后我又得穿戴整齐，你知道吗？但我喜欢这种内在的矛盾，你知道吗？所以，你说的这些话真是妙不可言，多美好，值得细细品味。然后我的脑子里又回到了昨天，你伸出大拇指，你知道吗？我就想，这里有婴儿，我想…你知道，就是轻轻咬你的大拇指。但昨天我出去喝水，结果发现那里排著长队，你知道，到处都是虔诚的信徒。所以我的问题是，我该如何将这种虔诚与弃绝或超脱结合？我该如何让你靠近，又如何让你远离，或让你远离到极致？你知道，就像你说的，超越…我不知道，超越追求。这是我的第一个问题。昨天你提到一个WRA瑜珈士遇到了一位美丽优雅的羊驼，我有点困惑。我想，这位特立独行的VRA瑜珈士来了，想要见见这位非常优雅的羊驼，但她为什么放弃了？她那特立独行的劲头去哪了？她突然变得如此优雅，然后放弃了。她为什么不回来？好吧，我几乎没听懂他说什么，但我会尽量总结一下。所以，第一个问题是如何激发虔诚，对吧？放弃之类的，以及如何保持RI，如何将rimo从你的生活中驱逐出去，这样你才能知道你已经摆脱了他，好吗？好，因为我们在谈论奉献，这在某种程度上……提醒我一下，这可能不是你的答案，但我还是要说。嗯，首先，我不知道「奉献」是否是正确的翻译，但无论如何，过去所有的伟大导师都说过，奉献就像一种非常高贵的财富，并不容易获得。当被问到我们应该教谁shata时，我总是这么说。他从未说过要教哈佛毕业生，他说，你知道，一旦提到shata这个词，他

们就会发出gbam的声音，眼里会莫名其妙地流泪。这些人会理解shata，这是他说过的，没错。嗯，我们来谈谈方法论，因为这点非常重要，我想和年轻的尼泊尔人分享一下。嗯，我们基本上是在谈论UPA，对吧？在我们现有的、备受推崇的方法论中，聆听、沉思，还有分析、批判性思考等等，当然，佛陀本人也鼓励我们分析他的教导等等。[音乐] 嗯，尤其是在初期，但最重要的方法是感受，我认为这是现代人正在失去的部分，我指的甚至不是南加州式的情绪智商，而是远不止于此。要说服现代人在这方面投入精力是很难的。[音乐] 嗯，是的，这种感受，好吧，可以称之为虔诚。在佛教历史上，我们一次又一次地看到，透过不同人物的生平事迹，有许多例证。其中最伟大的人物之一是萨拉哈，他基本上是难陀大学的院长。难陀大学……哇，如果你想谈论批判性思维，这些人是最棒的，他们撰写了关于分析佛陀、分析这个那个的文章，一切都

被分析和解构。但萨拉哈从未感到足够。有一天，他走在街上，看到一个女人，她制作箭矢，我想白天她制作箭矢，晚上她好像是个修行者。他一见到她，多年来的批判性思考和解构主义就都消失了，然后他就成了她的弟子。想想萨拉哈的丑闻吧，我想他是个和尚，是王子。你知道，现在这可是大丑闻，任何大学教授，任何大学教授，即使他们念一些咒语或念珠，他们也会隐藏起来。萨拉哈是大手印传承中举足轻重的人物。好吧，简单回答一下，你应该渴望这种奉献。是的，就是这样，法师。为了节省大家的时间，我就直接读你的问题了。正如你所说，性别在佛教中没有任何意义。引用你的话，我们应该忘记性别。但遗憾的是，我一开始……你能慢一点读吗？是的，正如你所说，性别在佛教中没有任何意义。引用你的话，你说我们应该忘记性别。但遗憾的是，我研究过人权和性别公正……我是一名人权律师，所以我的认知和思维方式决定了我总是会关注性别平衡，并期待和追求性别平等。每当需要辩论时，我都会考虑性别因素。我会统计正式论坛和关键职位上的男女发言者人数，分析小组成员是否是男性

主义者，观察有多少对性别或残疾人士友善的场所等等。我这样做是因为我认为这是我的美德，而且我也非常敬重佛教中「性别微不足道」的理念。那么，我该如何将这种理念与我的职业和工作空间相契合呢？佛教讲究无差别的慈悲，并将慈悲融入生活的各个层面。但是，我该如何对那些将女性视为物品、物化女性的人，特别是那些厌女者，产生真正的同情呢？我又该如何看待那些被判强暴罪的人呢？经历考验时，我总是会思考这个问题，嗯，当我履行我的职业职责时，就是这样，谢谢。

我觉得这不算太让人不知所措。好的，你能减少一些英语吗？我们听到了很多英语。你是尼泊尔人吗？可以用尼泊尔语总结一下你的问题吗？因为我忘了。可以用尼泊尔语吗？不，用英语。所以，我认为在佛教中，正如你所提到的，我们没有性别之分，没有性别歧视。所以她在这个领域工作，对吧？那么她该如何处理这个问题呢？她正在处理这种性别歧视。然后，你问了个问题，说实话，我也没在听。好的，那就好。那么，如何将同情心与性别歧视的概念结合在一起？她还有一个关于强奸犯的问题，我没听清楚你刚才说了什么。我们该如何……我对被判强暴罪的人要培养同情心，因为我从小就被教导要伸张正义，要讲真话。但佛教又讲无差别的慈悲，那我该如何培养这种慈悲心呢？也许，如果有人问我这个问题，你能不能摘下口罩，跟我好好说？也许我能更好地理解，反正我的耳朵不太好，我知道。另外，我们今天确实听到了很多关于经济学的讨论，所以，我到底是怎么回事？好吧，我在这里也有点含糊不清。我觉得这里有个问题，不像我们昨天讨论过的那些，

很多我称之为亚伯拉罕宗教的东西，
比如基督教、
伊斯兰教，都
与社会
问题以及很多
道德观念等等紧密相关，而这些观念又基于
社会政治。对我来说，佛教有点像
数学或生物学，你知道，举个
例子，好吧，这么说吧，它就像是在谈论真理，也就是我所说的佛教的核心。所以问题有点像，
好吧，如何……
好吧，所以你好的，假设你问一位数学家，
你们数学家是如何处理
性别问题的。

比如说，佛教信奉无常和无我，你知道，就是无常、苦、苦，嗯，无我，或许更准确地说是满足。然后是无私，它其实并不真正涉及什么，它真的不涉及，我不知道，它关乎生命的本质。好的，
佛教和人类

文化中有很多问题，
你知道，它们各自都有自己的
文化背景。好的，那么
你提出了慈悲的问题，
我觉得它和这里有关，所以我打算用慈悲来
回答所有问题。

佛教谈到三种
慈悲，对吧？我认为
人们谈到慈悲时，总是会提到
佛教所说的第一种慈悲，也就是针对
真正受苦的人。

即使是佛教的
慈悲观论也相当宏大，所以我
认为强暴的受害者和
强暴犯都是慈悲的对象，
这一点解释得很清楚。作者：Shanda
Diva，但这并非
佛教徒谈论的唯一慈悲，还有另外

两种更为
深奥的慈悲。一种
是慈悲，即对
受制于不
确定性的众生的慈悲，基本上是指
所有受因缘和合的众生。
我的意思是，对佛教徒而言，
非洲饥饿的孩子
是慈悲的对象，比尔盖兹也是
慈悲的对象，因为
他们都受因缘和合的约束。另一种是非
二元
慈悲，这非常宏大，
我们一直在讨论解脱的三扇门。现在，我们来谈谈
非常实际的答案。
假设你是一位佛教徒，也是
一位运动家，无论你关注的是
性别议题、环境议题、
政治议题或其他任何议题，你都应该尽一切努力伸张正义。
但身为佛教徒，你必须
约束自己，思考
你的行动主义有多少是
基于某种
偏见和
狭隘的决定，
因为这种情况真的非常非常
容易发生。这就是为什么我前几天
读到一篇文章，说
很多时候人权
活动家实际上也在恐吓
其他人，因为你看，我们人类就是这样，我们总是最终利用自己，
甚至利用
佛教作为恐吓的工具。好的，托尼，
谢谢

你。嗨，R，好的，这是Zoom的。嗯，
我怎么可能活在当下？即使
我思考它，它都已经是
历史了，已经过去了。好的，它结束了，它已经变成了。是的，现在，
这一刻已经
过去了。看起来你
在做这件事，车子，不是我，不管是谁，不管是谁，
请把你的问题简短一些，
我很难理解。
AI，尽量说完，说实话，这有点难。好的，
大家早安，
早安。嗯，就两个小
问题。第一个问题，如果你
不介意的话，请跟我们分享一下，
你觉得
人生最艰难的事情是什么？第二个问题，
昨天是父亲
节，所以我想问一个关于父子
关系的问题。
我的问题是，如果你如果
你是一位父亲，并且你有一个
男孩或女儿，你会如何以
最健康的方式抚养孩子，
从而帮助修复父子
关系？
嗯，包括物质和
精神两方面。嗯，好的，非常感谢。
你能重复第一个问题吗？
第一个问题是，如果你不
介意的话，能否跟我们分享一下，
你人生中最大的挑战是什么？嗯，最困扰我的是主流
媒体，这个问题一直在变化，大概过去九个月左右，我最困扰的是主流媒体。它们让我非常反感，因
为我
觉得它们都是最老练、最

狡猾的

骗子。如果我有了

孩子，这是一个非常重要的

问题。嗯，实际上我不知道

我会怎么做，我觉得我会做得很糟糕。嗯，

你知道，我经营著两所学校，

三所学校，

我和

老师们分享过，在这些

学校里，教育孩子是你

能做的最糟糕的事情，

但我们别无选择。这真的，真的，感觉

从各个层面来说，这都是你能做的最糟糕的事情。

我觉得身为

父亲和老师，应该保持某种谦逊，明白

我们所做的并非最好，

但我们必须这么做。我想这或许能帮

我们省点钱。好的，请

长话短说。

翻译先生，我们来自

中国，我可以讲

尼泊尔语吗？可以吗？是的。她说

媒体是

教导、教育或传达某些东西的非常强大的工具，所以

她希望Ruch在某个时候

能拍一部电影，

区分肉体之爱和

精神之爱，并教导我们

自我的空虚。嗯，谢谢。

你知道，嗯，我真的不想

声称我能做到。我拍

电影是为了教导人们，这

风险很大。而且，在某些领域，我甚至在

喝茶的时候，他们也会说「哦，这是在

传道」。如果有人
想抢走我的工作，
哪怕只是
一周，我都愿意。但我认为你的愿望很好，
我会努力思考。
好的，谢谢。好的。嗯，
Zoom上还有一个问题。嗯，我们继续。回到那位被
波吉尼接纳为僧侣的佛教僧侣，他怎么可能不
拒绝一位女性呢？她本来打算
拥抱他，以防万一她是维尼……
嗯，他可能会……你知道，他可能会弄断
弓。那么，这位僧人该如何避免
犯下这种错误呢？
如果这位僧侣不推开她，
他该怎么做？
我认为这个故事试图告诉
我们他是多么伟大的修行者，
但他……嗯，这个故事也告诉
我们，他实际上可以立志
修习密宗，
从密宗的
角度来看，密宗比修行更重要。好的，是的，无论
谁…是的，谢谢你…嗨，
Rua，希望你身体健康。我
最想知道的是我的
存在是什么？嗯，我知道，因为我知道我
存在，我的家人也存在，这真是值得
感谢。所以我的忧虑和悲伤
存在，我那些仿佛亘古不变、不可饶恕、永难忘怀的快乐时光
也存在。还有
乞丐
因为饥饿而哭泣，
另一方面，富人却不断
累积财富。那么，

佛陀一直以来
试图消除的幻象究竟是什么？暗示我们或教导我们，
也许到目前为止我还没有完全
理解。我的意思是，我
基本上同意这个原则，或者说关于无常的原则，因为它
在一个地方非常清晰明了，而且很好。但是
幻象，即使我试著
思考，我也没有任何形式。
我坚持这个
问题，因为我问的是
佛陀游历四方寻找答案的问题。
但是，我们仍然非常
需要一些与
当今
现代佛教实践相关的东西。所以，是的，我
真心想了解幻象，抱歉，是
原则，以及幻象的微妙界线。谢谢。好的，谢谢。
我
认为佛陀从未说过它不
存在，也从未说过它不存在，因为
它既存在又不存在，就像
彩虹一样，我想我们
讨论过这个问题。好的，
谢谢你回答了这么多
问题。我的问题是关于
三门解脱的，它似乎有
很多创造的潜力，而且
似乎没有尽头。从
创意角度来看，潜力是存在的，但道路本身
往往非常公式化，
这种创造性的表达方式在
进入这个非常公式化的领域时就会被扼杀。
你能谈谈

如何将创造力融入这条道路上吗？这有点像是供需关系。咖啡店其实很不错，如果你去星巴克，你很确定你会喝到什么样的美式咖啡。但如果你想更大胆一些，也许可以去精品咖啡店，据说他们供应加辣椒的咖啡。这就是你需要一点勇气才能去那里的原因。

好的，非常感谢。嗯，既然我们谈到了科学，嗯，理性思维往往会为我们的感知现实带来更多扭曲。我想到一个非常有趣的类比，例如鱼，它的思维比我们简单，我猜，嗯，所以它不会有太多的理性思维，但这并不一定意味著它比我们更正确地感知世界，对吧？而且，嗯，在我看来，理性也非常重要，非常重要。例如辩论，所以我在想，我们究竟在多大程度上，或者更具体地说，我们究竟在寻找哪种科学或理性思维的缺失，以及我们应该保留哪些方面来帮助我们练习DH（瑜伽哲学），好吧，基本上，我们应该保留多少理性主义？嗯，这是一个相当大的问题。

嗯，你应该学习梵文的知识论。嗯，我会的。

为了验证某些东西，我们通常会

使用直接认知或推理逻辑，但直接认知是个问题，因为很多时候，直接认知非常客观。所以这就是为什么在梵文中，瑜伽认知被认为是最好的。你好，先生，女士们先生们，父亲节快乐！

嗯，先生，您看起来很有自信，是吗？所以我知道，如果是这样的话，这种美好的自信来自哪里？

哦，
谢谢。我会告诉你的。我引用Shant Diva的话，我会…该怎么称呼它呢？

嗯，我把它改了一下。稍微回答一下你的问题：如果你觉得我很有自信，那一定也代表你很有自信。

[掌声]

我读过一个译本，佛陀说万物皆无男无女，那么译者是否应该尊重这一点，在翻译中使用「他们」或「她们」这样的代名词呢？有没有哪些经文或经典与这种忘却性别的理念有关？

谢谢。我想确实有很多这样的经文。

你的建议很好。

好的，我想你明白了。我没听懂。不，我只是开玩笑。他说，这里有很多尼泊尔人，他们非常尊敬你，也敬重我们。他

不懂英语，

尼泊尔语对

他们来说就像母亲一样。所以，他希望

尼泊尔能有很多计划来教

当地人。这

其实是他的请求。

我会祈祷我能帮忙。

合十礼，Ru。过去两天，你

教了我们文化如何劫持

业力，以及佛陀的教义中什么是

本质的。对佛教而言，其本质是

佛法和觉悟，

但许多自称佛教徒的人

并非真正修习

佛法或寻求觉悟，

而是因为他们出生在

佛教家庭，或者更确切地说，是受

佛教文化的影响。那么，我们该如何看待这个问题呢？

谢谢。我认为文化佛教非常

非常重要。

你知道，那些出生在

佛教文化中的佛教徒，

可能并不了解佛法的全貌。

我认为我们应该尝试为他们提供帮助。

但是，这种文化——我们姑且

称之为佛教文化——

非常

重要，因为你知道，

我们已经面临严重的

认同危机。我举个

例子：我小时候，

父母叫我“lepo”，意思是白痴。

我意识到，在尼泊尔，

父母也会为孩子取类似「liti」的名字。

大约50年后，当所有这些…呃，

你知道，纽约的尼泊尔人

回来后，如果

你给

你的孩子打电话，他们可能会

起诉你，你知道，这属于虐待儿童等等。

所以有很多这样的文化细微差别，我不知道它们是否珍贵，或者说，它们确实很重要。

好的，你想谈谈吗？好的，女士，非常感谢你，我真的很感激你的问答环节。我希望

我们永远都有这样宝贵的机会，能够有效地、真诚地向你提问，并从你那里得到

答案。在这里，我会问两个问题，我会尽量简短。第一个问题是，当我意识到

眼前有一个人，我需要与他/她建立非常亲密、真诚的信任、爱和奉献时，我不知道

我应该抱持什么样的心态。我不知道这个人是个地方的人，还是我自己的现实，或是我眼前的这个形像只是我自己的想像。关于捏造，我对此感到非常困惑。

这是我的第一个问题：本质上，除了您自己，就是那个从未在外的神吗？好的，第二个问题，谢谢。第二个问题

是，例如，如果我们意识到，呃，天宫，

四扇门，一般来说，代表四种品质，就像四个无量纲。所以我的问题是，这

四扇门是否真的会在接近玛纳亚的层次显现？如果它们显现，它们如何自然地

与品质结合？好的，好的，你问了一个相当复杂的问题。嗯，密宗真的是无限的。我的意思是，有四扇门，有时只有一扇门，有时没有门。嗯，有时，你知道，甚至有时，白天，有一个中心主神，就像国王或王后，然后是随从。但有时，随从会突然变成主人，而更早的时候，主人或女士会变成主人。所有这些基本上都是为了解构我们的习惯模式，习惯性障碍，例如主人在宫殿外，仆人在宫殿内。所以，这取决于…你在说什么文本？嗯，它因人而异，例如，其中一个Dy，其中一个de的名字是de，他想打哈欠，他的音乐会是他的音乐会，他拥抱了他，他与他的音乐会合而为一，他讨厌打哈欠，就是这样，就是这样，但是请追求密宗，它是一种智慧，如果密宗消亡，那么世界上就没有装饰了，那么我们就没有装饰一下。

[音乐]