

第三部分 (AI...)

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

讲师：

早安。首先，我想回顾过去两天我们讨论的内容。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加以诠释，不仅如此，它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。

乍一看，这三者可能有点难以理解，但如果你逐渐熟悉了它的语言和细微差别，它并非遥不可及。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，是因为语言和文化的缘故——你知道，它听起来可能非常异国风情，甚至非常宗教化。

好，我再从一个不同的角度来回顾第一个解脱。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。哪个才是中心？但它对我们来说适用，我可以说「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。还有一些概念，像是「很久很久以前」，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。就像我们无法再改变星期天和星期一的顺序，比如把星期一放在星期六和星期天中间——我们已经习惯了，要去改变实在太浪费精力了。所以，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——就像没有一个坚实的、真正存在的实体，叫做「天空的中心」。

好，让我们把它转化成更实际的东西。你会想问：所有这些哲学分析，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：习气)，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」(婆娑)的僧侣们——所做的。我尽量用最简单的方式来解释。

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。他们试图培养的是一种能力——记住，天空的中心就是同一只手，你知道是哪一只。然后，大约四到五周后，实际上经过了几个月的时间，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。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？到了大约第十周，也许是第十二周或第十五周，他们开始把事物分成部分来看，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，因为通常用手挠头就是一个整体动作，但突然间，他们控制不住自己，会想：好吧，指甲在皮肤上滑动。然后，我不知道，也许是六个月后，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。

我要强调我刚才说的——「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。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，这和你的生活息息相关。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。

有时候，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，实际上更多的是：不劳无获已经消失了。他的名字是「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，就像我告诉你的那样，存在着类似这样的教义，你们都觉得……好吧，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——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，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，我们的习气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。佛陀的所有方法最终都会自我毁灭。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，铁也会磨损。还有火和木头——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，这就是它的运作方式，路径也是如此。

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，有人问了这个问题：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三解脱之门，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。据说M大多数时候只对智慧有益。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神灵祈祷。我们人类已经给了神灵各自的职责，所以这取决于情况。

好了，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、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修习人身冥想，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修行的运作方式。

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。这是佛陀赐予的礼物。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。

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……

此刻没有任何形状——不是平的、圆的，也不是方的。没有符号，没有特征。这就是你所需要的，该怎么称呼它呢？这就是你所需要的。你需要一遍又一遍地去熟悉它、认识它。它的作用，就是燃烧希望——燃烧那些参照、参考。

你知道，我们在现代生活中面临的最棘手挑战之一，就是忧郁症。我认为，忧郁症的主要成因之一，是害怕可怕的事情会发生，或者害怕自己不够格。而这一切，都来自「参照」，不是吗？

就说现代性的问题吧。我非常确定，亚历山大大帝的仆人从来不会想：「他是个人，我也是个人，我可以像他一样。」所以他很开心地为亚历山大大帝采摘葡萄。但现在，我们有了一个叫做「平等」的参照——人人平等、人人平等。于是我们觉得，我们可以做这个、做那个。这当然有很多积极作用，但当事情行不通的时候，肯定哪里出了问题——因为我们已经否定了上帝，没办法怪上帝了。

你知道，我看起来状态不错，因为我刚从韩国回来，好好调整了一番。然后就开始想：我看起来跟他一样好，但为什么他什么都有，而我什么都没有？这就产生了各种各样的梗——就像「都市生活」这个梗一样，对吧？如果你住在城市里，晚上九点睡觉是很尴尬的。不管怎样，你得熬到午夜，因为你必须像个都市人，至少撑到午夜，否则会被嘲笑。

正因如此，南加州式的忧郁和焦虑，会以各种不同的形态涌现出来。所以，我们需要认真思考「无参照性」这个概念，因为它能让你稍微从中解脱出来。

好，我先讲第三个法门，然后让大家提问——因为有很多问题，我会尽量回答一些。之后我们会休息一下。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；但如果你只是想留在这里观察佛教徒的修行，我们非常欢迎。也有人请求进行一些转法，例如所有佛教徒的转法等等。

好，那么解脱的果，是超越一切愿望的。当然，佛教徒有很多愿望，而这些愿望本身就充满矛盾，不是吗？这正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。佛陀说：「那些把我视为有形体的人，他们的见解是错误的。」然而，我们又有那么多佛像，谈论三十二相等。所以，果是超越一切愿望的，然而我们又怀有这么多愿望。我个人是鼓励你至少去追求愿望、去理解离三门的。

但为什么我们说解脱的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。我想从一个非常经典的佛教例子开始，或许能帮助你理解。

假设你在一间非常舒适的房间里睡觉，却做了一场噩梦，感到极度焦虑，迫切地想要逃脱那种处境。但请记住：你实际上正睡在一张非常舒适的床上。无论你在梦中多么渴望逃脱，你本来就已经自由了。之后，也许因为你在梦里哭喊，有人把你叫醒了——可能是掐你，可能是泼一桶冷水，不管用什么方式——把你叫醒了。你可能还会感谢那个人。但请记住：不管他用什么方式叫醒你，结果都是一样的——你现在就在那个房间里，平静、舒适，再也不会身处那种处境了。

理解「觉醒」这个词非常重要。很多时候，我们认为自己混乱、委屈、糟糕透顶，然后以为只要足够努力，总有一天会觉醒。但这并不是佛教对觉醒的真正理解。总的来说，我们之所以在这里讨论这个问题，是因为：如果佛果可以通过发愿来获得，那你就是在把佛的境界变成一种复合现象——于是它就有了期限，成佛多年之后，有一天你会再次回到原点，从头开始，对吧？

这基本上就是你需要知道的事情。也正因如此，在密续中才会谈到「你就是本尊」——这一点非常重要。

例如，因为我们稍后要讲到皈依，就先来谈谈皈依。当我们皈依佛陀时，你应该皈依于不会让你失望的事物。如果下雨了，你躲在一把到处是洞的伞下，那有什么用？所以，无论你皈依的是什麼，都应该是真正值得信赖、能提供全面保护的——可以说是唯一的。

这就是为什么在大乘佛教的皈依中，当我们说「佛陀」时，唯一真正值得依靠、永不失效的，是内在的佛——那就是你的根本。回到刚才的例子：那桶水之所以能起作用，真正的原因是你本来就在房间里睡觉。如果你真的在丛林里被什么东西袭击，无论倒多少桶水，你还是会受苦。但因为你本来就在那里安然睡着，所以它给了你希望。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。

我已经简要地谈到了三道解脱之门，因为它们是相互关联的。好，我们来问几个问题吧。我想我们会进行一个稍微长一点的问答，然后休息一下，再继续剩下的部分。

昨天我们在房间两边都放了立式麦克风，请把问题集中在教义上，谢谢。请稍等，麦克风好像关了，能打开吗？

嗯，我带了三件Shaws牌的保暖内衣，就盼着别下雨。我一进门就看到了业智巴的表情，听到了那些亵渎的话——你知道的。所以我脑子里一直有个矛盾：就像你说的，「看手」，然后又说「超越它」。我当时就在想，如果能穿着保暖内衣坐在这里该多好啊，多舒服，多专注。然后我又得穿戴整齐……但我喜欢这种内在的矛盾。你说的那些话真是妙不可言，值得细细品味。然后我脑子里又想到昨天你伸出大拇指的样子——我就想轻轻咬一口。但昨天我出去喝水，发现外面排着长队，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、超脱结合起来？如何让你靠近，又如何超越追求？这是我的第一个问题。

昨天你提到一位VRA瑜伽士遇见了一位美丽优雅的羊驼。我有些困惑——这位特立独行的VRA瑜伽士来了，本想见见这位非常优雅的羊驼，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，然后就放弃了，她为什么不回来？

好，我大致听明白了，让我总结一下。第一个问题是关于如何激发虔诚，以及如何将虔诚与放弃结合——如何将参照从你的生活中驱逐出去，让你知道自己已经解脱了，对吗？

因为我们在谈论奉献——顺便提醒我一下，这可能不是你真正想要的答案，但我还是要说。首先，「奉献」这个翻译未必准确，但不管怎样，过去所有伟大的导师都说过：虔诚就像一种极其高贵的财富，并不容易获得。当被问到应该把shata教给谁时，他的回答是：一旦提到shata这个词，眼里就会莫名其妙地流泪、发出内心震动的人——这样的人才能理解shata。

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。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，有聆听、沉思、分析、批判性思考等等。佛陀本人当然也鼓励我们去分析他的教导。尤其是在初期，这些方法都很重要。但最重要的方法是「感受」——我认为这正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。这种「感受」，可以称之为虔诚。

在佛教历史上，我们一次又一次地从不同人物的生平中看到这样的例证。其中最伟大的人物之一是萨拉哈——他基本上是那烂陀大学的院长。那烂陀大学，如果你想谈批判性思维，这些人是最顶尖的，他们撰写了无数关于分析佛陀、分析一切的文章，一切都被分析和解构。但萨拉哈从未感到满足。有一天，他走在街上，看到一个女人在制作箭矢——白天制作箭矢，晚上似乎是位修行者。他一见到她，多年来的批判性思考和解构主义就全部消失了，随即成了她的弟子。想想萨拉哈的「丑闻」吧——他是和尚，是王子。放在今天，这可是大丑闻；任何大学教授，就算念咒、拨念珠，也都会偷偷藏起来。然而萨拉哈，正是大手印传承中举足轻重的人物。

简单回答：你应该渴望这种虔诚，仅此而已。

是的，谢谢，法师。为了节省大家的时间，我直接读问题了。正如您所说，性别在佛教中没有任何意义，您说我们应该超越性别。但遗憾的是，我是一名人权律师，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……

我在各种场合都会考虑性别因素——统计正式论坛和关键职位上的男女发言者人数，分析小组成员是否持男性主义立场，观察有多少场所对性别或残疾人士友善，等等。我这样做，是因为我认为这是我的美德。同时，我也非常敬重佛教中「性别微不足道」的理念。那么，我该如何将这两者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。但我该如何对那些将女性视为物品、物化女性的人——尤其是厌女者——产生真正的悲悯？我又该如何看待那些被判强奸罪的人？每当面临这类考验、履行职业职责时，我总会思考这个问题。谢谢。

我觉得这个问题倒没有太让我不知所措。好，你能少说点英文吗？我们听到了很多英文。你是尼泊尔人吗？能用尼泊尔语把问题总结一下吗？因为我忘了。——好，还是用英文吧。所以，她的问题是：在佛教中，正如她所提到的，我们不分性别，没有性别歧视。但她在这个领域工作，每天都在处理性

别歧视的问题。还有一个关于强奸犯的问题——

我没听清楚你刚才说的。我们该如何……我从小被教导要伸张正义、讲真话，但面对被判强奸罪的人，佛教又要求无差别的慈悲，那我该如何培养这种慈悲心呢？——也许，如果你能摘下口罩跟我说，我能理解得更好，我耳朵不太好，我知道。

另外，今天我们确实听到了很多关于经济学的讨论，所以……好吧，我在这里也有点含糊。

我觉得这里有个值得厘清的问题。和我们昨天讨论的不同——很多我称之为亚伯拉罕宗教的传统，比如基督教、伊斯兰教，都与社会议题和道德观念紧密相关，而这些观念又建立在社会政治之上。对我来说，佛教更像是数学或生物学——它谈论的是真理，这是我所理解的佛教核心。所以问题有点像，假设你去问一位数学家：「你们数学家是如何处理性别问题的？」

就像佛教讲无常、苦、无我——这些涉及的是生命的本质，它并不真正触及那个层面。当然，佛教在人类文化中也有很多历史积淀，各有各的文化背景。

好，你提到了慈悲的问题，我觉得这才是核心，所以我打算用慈悲来回答所有问题。

佛教谈到三种慈悲。人们通常提到的，是佛教所说的第一种慈悲——针对真正受苦之人的慈悲。即便如此，这种慈悲观已经相当宏大：强奸的受害者和强奸犯，都是慈悲的对象。这一点，寂天菩萨论著中已说得很清楚。

但这并非佛教所谈的唯一慈悲，还有另外两种更为深奥的慈悲。一种是对受制于无常、受因缘和合约束的一切众生的慈悲。对佛教徒而言，非洲饥饿的孩子是慈悲的对象，比尔·盖茨也是慈悲的对象，因为他们同样受因缘法则的束缚。另一种则是非二元的慈悲，这极为深奥，也是我们一直在讨论的解脱三门所通向的境界。

现在来谈一个非常实际的答案。假设你既是佛教徒，又是一位社会运动者，无论关注的是性别议题、环境议题、政治议题还是其他任何议题，你都应该尽一切努力伸张正义。但身为佛教徒，你必须时刻自省：我的行动主义，有多少是基于某种偏见和狭隘的判断？因为这种情况非常非常容易发生。这也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别人——我们人类就是这样，总是最终将一切工具化，甚至将佛教也变成恐吓他人的工具。

好的，托尼，谢谢你。

嗨，好的，这是Zoom上的提问。嗯，我怎么可能活在当下？即使我去思考「当下」，它都已经是历史了，已经过去了。是的，就在这一刻，它已经成为了过去。——看起来你在做这件事……车子，不是我……不管是谁，请把问题说短一些，我很难理解。

好，请尽量说完，说实话，这有点难。

大家早安！嗯，我有两个小问题。第一个问题，如果您不介意，能否跟我们分享一下，您认为人生中最艰难的事情是什么？第二个问题，昨天是父亲节，我想问一个关于亲子关系的问题：如果您是一位父亲，有了孩子，您会如何以最健康的方式来养育他，从物质和精神两个层面，帮助建立良好的亲子关系？非常感谢。

你能重复一下第一个问题吗？——第一个问题是：您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，但大概过去九个月左右，让我最困扰的就是主流媒体。它们让我非常反感，因为我觉得它们是最老练、最狡猾的骗子。

至于如果我有了孩子——这是个非常重要的问题。说实话，我不知道我会怎么做，我觉得我会做得很糟糕。你知道，我经营着两三所学校，我曾跟老师们说过：教育孩子，是你所能做的最糟糕的事情之一——但我们别无选择。这真的，从各个层面来说，都感觉是最糟糕的事情。我觉得，身为父亲和老师，最重要的是保持某种谦逊，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事。

好，请长话短说。

翻译先生，我们来自中国，我可以问尼泊尔语吗？——可以。她说：媒体是传播和教育的非常强大的工具，所以她希望仁波切有朝一日能拍一部电影，区分肉体之爱与精神之爱，并教导关于自我空性的道理。谢谢。

你知道，我真的不想声称自己能做到这一点。以教导为目的来拍电影，风险很大。而且在某些圈子里，哪怕我只是在喝茶，他们也会说「哦，这是在传道」。如果有人想接手我的工作，哪怕只是一周，我都非常愿意。但我认为你的愿望很好，我会认真思考。好，谢谢。

好的，Zoom上还有一个问题。嗯，我们继续。——回到那位被波吉尼接纳为弟子的佛教僧侣，他怎么可能不拒绝那位女性呢？她本来打算拥抱他，万一她是……嗯，他可能会弄断弓。那么，这位僧侣该如何避免犯下这种戒律过失呢？如果他不推开她，他该怎么做？

我认为这个故事是在告诉我们他是多么伟大的修行者。同时，故事也表明他实际上已立志修习密续——从密续的角度来看，密续的修行比一般的戒律规范更为根本。

好的，是的，无论是谁……谢谢。

嗨，祝您身体健康。我最想了解的是：我的「存在」究竟是什么？我知道我存在，我的家人也存在，这值得感恩。我的忧虑和悲伤存在，那些仿佛亘古不变、不可饶恕、永难忘怀的快乐时光也存在。而另一方面，乞丐因饥饿而哭泣，富人却不断累积财富。那么，佛陀一直试图消除的「幻象」究竟是什么？我基本上认同无常的原则，在某些方面它非常清晰明了。但「幻象」这个概念——即使我试着去思考，也感觉没有具体的形态可以把握。我坚持问这个问题，因为这是佛陀游历四方寻求答案的根本

问题。同时，我们今天确实也需要一些与现代佛教实践相关的、更切实的东西。所以，我真心想了解「幻象」的原理，以及幻象与真实之间微妙的界线。谢谢。

好，谢谢。我认为佛陀从未说过它不存在，也从未说过它存在——因为它既存在又不存在，就像彩虹一样。我想我们已经讨论过这个问题。

好，谢谢你回答了这么多问题。我的问题是关于解脱三门的。它似乎蕴含着无穷的创造潜力，而且没有尽头。从创意的角度来看，潜力是存在的，但修行的道路本身往往非常公式化，创造性的表达在进入这个高度规范化的领域时，往往就被扼杀了。您能谈谈如何在这条道路上融入创造力吗？

这有点像供需关系。星巴克其实挺好的——你去了，基本知道自己会喝到什么样的美式咖啡。但如果你想大胆一点，也许可以去精品咖啡店，据说他们供应加辣椒的咖啡——这就是为什么去那里需要一点勇气。

好，非常感谢。既然我们谈到了科学，理性思维往往会为我们对现实的感知带来更多扭曲。我想到一个有趣的类比：鱼的思维比我们简单，理性思维更少，但这并不一定意味着它比我们更正确地感知世界。而理性在我看来也非常重要，比如辩论。所以我在想：我们究竟在多大程度上，或者更具体地说，我们在寻找的是哪种科学或理性思维的缺失？我们又应该保留哪些理性思维，来帮助我们修行？总的来说，我们应该保留多少理性主义？

这是个相当大的问题。你应该去学习梵文知识论。——我会的。为了验证某件事，我们通常使用直接认知或推理逻辑，但直接认知本身是个问题，因为很多时候，所谓的直接认知其实非常主观。这就是为什么在梵文传统中，瑜伽现量被认为是最殊胜的认知方式。

你好，先生，女士们、先生们，父亲节快乐！先生，您看起来非常自信，是吗？所以我想知道，这种美好的自信究竟从何而来？

哦，谢谢。我来告诉你。我引用寂天菩萨的话……该怎么表述呢？嗯，我稍微改了一下。简短地回答你的问题：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”这样的中性代名词呢？有没有哪些经文或经典与这种超越性别的理念有关？

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更多计划，来教育当地人。这是他的请求。

我会祈祷我能帮上忙。

合十礼。过去两天，您教导了我们文化如何劫持业力，以及佛陀教义中什么是本质的。对佛教而言，其本质是佛法与觉悟，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。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。但这种文化——我们姑且称之为佛教文化——本身也非常重要，因为我们已经面临严重的认同危机。

举个例子：我小时候，父母叫我"lepo"，意思是白痴。我也注意到，在尼泊尔，父母会为孩子取类似"llti"这样的名字。但大约五十年后，当那些在纽约的尼泊尔人回来，如果你这样叫你的孩子，他们可能会起诉你——算作虐待儿童之类的。所以有很多这样的文化细微差别，我不知道它们是否珍贵，但它们确实重要。

好的，您想发言吗？请说。

非常感谢您，我真的很珍惜这样的问答机会——能够有效而真诚地向您提问，并从您这里得到答案。我有两个问题，尽量简短。

第一个问题：当我意识到眼前有一个人，需要与他/她建立非常亲密、真诚的信任、爱与奉献时，我不确定应该抱持怎样的心态。我不知道这个人究竟是外在的某个存在，还是我自身现实的一部分，或者眼前这个形象只是我自己的想象与投射。关于这种"捏造"，我感到非常困惑。本质上，除了您自己，难道那个从未在外的，就是神吗？

第二个问题：以坛城为例，四扇门一般代表四种品质，如同四无量心。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？如果显现，它们如何自然地与这些品质融合？

好，好。你问了一个相当复杂的问题。密宗真的是无尽的。有时有四扇门，有时只有一扇门，有时甚至没有门。有时坛城中央有一位主尊，如同国王或王后，周围是眷属；但有时，眷属会突然成为主尊，而原来的主尊反而退居其位。这一切，基本上都是为了解构我们的习惯模式与习气障碍——比如主人在宫殿外、仆人在宫殿内这类固化的认知。

所以，这要看你所依据的是哪部文本。各个文本有所不同。比如，其中某位本尊，他以打哈欠的姿态融入眷属，与其合而为一——就是这样。

无论如何，请认真修习密法。密宗是一种智慧，若密宗消亡，世界将失去其庄严；若无密宗，我们便失去了这份庄严。

[音乐]