

佛塔的力量 - 第四部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=l2pDaBm0zd0>

讲师：

【音乐】

非常感谢您精彩的开示。

我想请教关于慈悲的问题。

大家都在谈论慈悲，

我想听听您的见解。

>> 好的。

>> 谢谢。

>> 这是个重要的问题。你知道，

我记得我们之前在谈，

有人在问西方人应该

怎么做才能理解佛法，

或者说怎么安住于佛道，

我当时说的是不二，你真的必须理解

不二，而这一点也完全适用于慈悲，

因为我觉得很多时候

佛教徒谈慈悲，尤其是现在，

他们把不二这一面给忘掉了。

如果你失去了慈悲的不二性，

你谈的就不是佛教的慈悲了。首先，

"compassion"这个词可能都没能完全表达

"悲" (karuna) 这个字的意思。好。

简单回答你：终极的慈悲，

其实是当你真正理解不二的时候才会有的。

现在我们说到慈悲，总是在说

某种同情心，或者说试图

换位思考、站在别人的立场上。

这当然是好的。嗯……

好，我要从一个很具体的角度来讲慈悲，

这是由旃陀罗基——

一位伟大的大乘论师——所教导的，

他讲到三种慈悲，

这个分类是根据对象来划分的。

好，第一种，我们叫做

以有情众生为所缘的慈悲。

这可能是

理解他人处境的慈悲，

而我们说它"共通"，是因为

其他宗教也有这种慈悲。

第二种就更独特一些，

第三种，你马上就会看到，非常独特。

好。第一种慈悲，基本上就是：

你看到一个正在受苦的众生，然后你生起感受……

第二种，是看向被时间所束缚的事物。

所以不管那个人是痛苦还是快乐，

都不重要，只要这个众生在时间之下，

就是悲心的所缘——这已经相当高了。

第三种真的很广大。

第三种，我们称之为无二慈悲。

这种慈悲的所缘，是一切二元对立的现象。

好。

你看的，不只是一个正在受苦的人，

也包括一个正在过得很好的人，

因为这个众生仍然受时间所控，

就是悲心的所缘。

这种悲心，我们叫做

以法为所缘的慈悲——

以诸法现象为所缘。

好，现在我给你举个例子，也许会有帮助。

比如说，

我是一位心理医生，

我在某个地方学了心理学，

读过很多心理学的书，

我崇拜荣格先生和弗洛伊德先生。

于是我看着这个人，觉得，哦，
她需要被"修理"一下——

【笑声】

我就用她来举例，因为她睡不好觉，
我不知道，她早上哭，晚上笑，
诸如此类。

所以我就觉得，唉，可怜的她，
我是个好人，我有一颗好心——
这就是第一种慈悲。

第二种慈悲就像是：等等，
"她病了"只是我的看法，
这个看法被书本、大学学位、执照
还有弗洛伊德和荣格所强化——
但其实我们不知道，到底谁才是真正的病人，
是我还是她？

也许她在笑我呢。

所以这大概就是第二种慈悲。懂吗？

第三种真的很难——

"病"与"不病"、"正常"与"不正常"、
"痊愈"与"未愈"，

这一切都只是投射。

只要你有这种二元分别，

你就永远都在受苦。

所以这是相当高境界的慈悲了。

你问这个问题很好，因为这类事情真的很重要，
而且它贯穿了佛教徒所做的一切。

比如，佛教讲出离，

但我相信许多其他宗教也讲出离。

那些宗教讲出离，是因为

他们说你所出离的那些东西是邪恶的、不好的。

懂吗？那是诱惑。

佛教也有这种出离，

但从根本上来说，佛教的出离
必须建立在"根本没有什么可出离"这个基础上。
这就像想把 Airbnb 的门关上，来阻止五百头大象。

但大象根本不存在。

没有什么……要阻止的，

这又回到了不二……

这个东西必须……

所以佛教徒所做的一切，

必须始终回归这一点，

从简单地上一炷香、点一根蜡烛，

一直到金刚乘里的种种密法方便。

比如在密乘里，密法上师可以给你一杯水，

把水倒在你头上，让你喝，

然后他会信心满满地说：

"你知道你喝的是什么吗？

你喝的是佛陀的刹土，

佛陀的坛城，等等等等。"

而如果你认为这是水，那是你的看法。

记住，那些鱼可不这么想。

但既然你非要固执地认为这是水，

那我就认为这是坛城——

而且我比你更对，

因为我的坛城没有维度，

离一切边，等等。

他们讲得头头是道，这就是他们加持的方式。

所以你看，永远不要忘记不二，

因为一旦你忘了不二，你就失去了佛教。

这真的反映在佛教徒所做的一切当中。

我是说，去一个佛教国家，比如尼泊尔，

那不算佛教国家，但有很多佛教徒，

去庙里，你会看到僧侣们认认真真地剃头，

仿佛头发是成就解脱的最大障碍——

但就坐在那位僧侣旁边，是一位瑜伽士，

他们最担心的事情之一，就是头发会掉，
所以他们留着长发。

而两者我们都接受，

你看，这一切……为什么会这样？

你知道，表面上看真的很矛盾，

这一点真的很重要……

就像佛教也崇敬像舍利弗这样的僧侣，

他是比丘，光脚，托钵，

没有车，没有劳力士，

靠乞食为生。我们喜爱他的宁静，

喜爱他那种简单。

但同时，也有像观世音菩萨这样的，

戴耳环、手镯、脚镯，

比亿万富翁还要富有，

各种宝贝叮当作响，

十根手指戴满戒指，连脚趾也是。

舍利弗，单身，比丘一枚；

观世音菩萨，伴侣无数。

我们两个都接受，

实际上很多时候人们更喜欢观世音菩萨，你知道……

这一切都是因为，从根本上，

有一种叫做不二的见地。

好，还有更多问题吗？

因为嗯……是的，关于禅修我只剩几句话了，

然后我们这次就到这里结束。

>> 仁波切，感谢您的教导。

我有一个关于禅修修持的问题。

我们修禅修的时候，观察心，

通过修持，我们可以开始理解心

是如何运作的，我们开始观察和理解

自己的情绪是如何运作的，

所以我们对心的这种把戏

变得有一点点觉察。

但是，是谁在觉察？是谁有这个觉知？

是心在观察心本身吗？

某种程度上，我们内在是分裂的，

同时又能安住于

那个聪明的心观察猴子心的状态，

或者……我不知道，心到底是什么，

它是怎么运作的。

>> 好。

这就是为什么

我们会有"自我觉知"这样的术语。

心既是一切情绪的源头，

但同时，那个知晓的心，

也是能够增强或减弱情绪的心——

这是最迷人的地方。

有点像太阳和阳光的关系。

如果心是太阳，情绪就是阳光。

如果海洋是心，波浪就像是情绪。

啊，我觉得我有个更好的例子。

如果你有一头宠物象，然后它走丢了，

你得去找它。

那么，大象的脚印，

你应该感到高兴才对。

当然，脚印不是大象。

但只要顺着脚印走，

脚印会把你引向大象。

所以，如果大象是心，

情绪就是脚印。

这就是为什么情绪不可以被轻视。

有一句非常美好的话……

>> 在《维摩诘经》里有一句非常美好的话。

这部经你们应该读，因为通常在经典里，

比丘修行者总是主角，

但在《维摩诘经》里，

是一位富有的居士，

他才是主角……

无论如何，这里有一句话

实际上是佛陀亲口说的。

怎么表达好呢……

你们阿根廷有家族姓氏，对吧？

家族姓氏。那么家族姓氏是什么呢？

能不能给我举一个？

>> Almada。

>> Alma。

>> 好，当你有了那个家族姓氏，

你就有权继承家族的一切财产。

这是一句非常美好的话。

基本上《维摩诘经》里说，

所有情绪都是智慧的家族。

一公斤的嗔恨，就是一公斤的智慧。

如果你把嗔恨去掉了，

你也把智慧去掉了。是的，就是这样。

所以……但是，乍看之下确实看起来有点不一样，

你知道，有情绪，有一个观察者，还有另一个观察者——

但其实不是那样的。

这是自我觉知，

很有意思——自我观察，同时也自我无明。

不是说有什么另外的力量让你无明，

但这个智慧的真正本性

是觉知。

就像海洋和波浪的真正本性是湿性，就像那样。

>> 好。还有更多问题吗？

>> 有。

>> 我想就“平和”这个词

做一些简短的分享。

她想对"平和"做一个分享。

平和……

>> 就是那种和谐、安宁的感觉，那种……

>> 我只能从第四种见地来跟你谈，

你知道——

解脱是离于一切极端的，

记得我之前说的，

一切有为法皆无常，等等，

解脱、涅槃是离于一切极端的。

不落入极端，就是平和。

我又要把你引向不二，

因为只要你有二元对立，你就有参照，

只要你有参照，你就会比较，

这就产生希望与恐惧，

有了希望与恐惧，你就会变成原教旨主义者，

然后你就没有了平和。

所以，又回到了不二，始终如此。

这是那位名叫悉达多的人

两千多年前送给我们的最大礼物。

他所有的教法，

都以这样或那样的方式通向这里，

而且你知道，它被呈现的方式也很有意思。

比如，读《金刚经》，

就在那里，它说到他如何叠好袈裟，

如何折好放在那里，

一切细节，

然而

它又在说根本没有佛，没有教法，

等等这一切。

所以这个不二，

习惯上真的很难接受。

我觉得很多时候当我们谈到不二或者空性，

我们最后总是陷入否定的思路。

就是说，不存在。

佛教谈了很多不存在。

你知道《心经》里，

没有眼睛，没有鼻子，没有这个，没有那个。

但人们总是错过

佛陀所说的"不存在之不存在"这一句。

所以他们读"色即是空"，

然后就去喝咖啡了。

他们没有读"空即是色"。

现在，色即是空，空即是色。

但你知道，

习惯上非常非常难以接受。

我一直跟人们说这个，

只有非常非常少的几个时刻，

真的是很平庸的时刻，

我们能够接受——

比如当你看电影，爱情片，

或者悬疑片，恐怖片，

你哭，你害怕，你这样看着，

但你同时也知道那不是真的，

你知道吗，你看，但你知道这是电影……

所以就好像你真的必须去……

去厕所嘛，你去是因为你知道，这不过是一部电影，你随时可以再看。但是现在正在上演的这部"电影"——如果我们的膀胱已经满了，我们却不去厕所，你明白我的意思吗？所以有那么几件事，我们会用不二的方式来看待——比如电影，比如你脸在镜子里的倒影，它在，又不在。它有作用，有功能，但它也并不真正存在。哇。如果它真的存在，你就麻烦大了，每样东西都得买两份。

但无论镜子里出现什么，你总是说，那是我。同时你也知道那并不真的是你。

这些小事嘛，还好说。但要在更深的层面做到，就非常非常难了。所以这就引出了我想讲的……我想先说这个，然后我们就可以结束了。我之前说，为什么习惯上很难接受——因为习惯这东西，它在那里太久太久了，你没法一下子就把它甩掉，对吧？那我们怎么办？

所以我们要向习惯学习——习惯是怎么变成习惯的？靠的是持续，尤其是在一开始——小剂量，这才是关键。就好比每天喝一勺酒，但坚持喝，大概一个月后，你就成了一个完美的酒鬼。所以这就是为什么我让你们去做禅修——小剂量，三分钟，五分钟，但要持续。我们今天早上和下午做的那些，如果你能持续做上大约一年，我保证，一定会有一个转变。

什么样的转变呢？

假设你这个人有强迫症——对卫生洁癖。你必须一直洗手，必须一直洗内裤，不仅如此，还要熨烫。大概六个月后，你会开始想，熨这玩意儿有什么意义啊，谁在乎这个啊……然后大约一年后，可能你就不洗了——这，顺带一提，是一种小小的觉悟。真的，如果你能从执念中解脱，那就是解脱。它比头顶光环更有价值，比在水面行走更重要。

真的，就是这样……

不过你大概还是应该洗内裤的。（笑声）但我想你明白我的意思——如果你持续地修行，你会发生转变，而这个转变一定会影响到你的育儿方式、购物方式、我不知道……家务、日程安排、管理、领导力，还有整个生命。

我认为，这在两三年内是完全可以实现的。

最后再说一件事——对于那些走在佛道上的人，那些自称佛教徒的人：如果你一直在想，我不是一个好的修行者，我很懒，我还是老样子——"二十年了，我一直在修行，但什么都没变"——如果你一直这样想，然后你死了，你是像狮子一样死去的。你活得好。我希望你死的时候还在想：我修行得还不够。

这比"哦，我修了这么多，我念了这么多"要好得多得多得多得多。因为那个觉得自己修行不够的人，基本上是在感受轮回的热度，这是好事，这很重要。

我想……我们已经说得够多了。

在世界这一角有佛法存在这件事本身，对我来说，就已经是佛陀悲心与众生功德的印记。西藏人那么为自己是佛教徒而自豪，但他们就坐在印度旁边，如果他们都不信，那才奇怪。而这里，离菩提伽耶那么远。

但就是这样——而且，你们有了自己了不起的文化与传统，但其中许多人却对这位名叫佛陀的人有某种亲近感。这就是我们所说的业力，业的因缘。既然这已经发生了——你们许多人已经成为佛教徒，在修行佛法——这就像一种病毒，它会留存很长时间。也许不会爆发式传播，但它会留在那里。

因此，请在闻、思、修上用功。

热诺，我们非常非常感谢您不远万里来到巴塔哥尼亚。我们真心希望您下次来的时候，能去马德林港看看鲸鱼，也能终于去内乌肯的佛塔看看。我们热切期待您的下次到来，请一定要来。我们想代表这里所有巴塔哥尼亚的人，献上这份集体供养。非常感谢。

愿望很大，愿望很大——愿您在这一生，就在这个身体里，能够再回到阿根廷。（笑声）巴塔哥尼亚！