

# 菩提心，2021年7月5日，美国旧金山 - 第二部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=qPU2dAALG4o>

讲师：

[音乐]

嗯，好的，嗯，

有一些问题，

嗯，

我稍后会尝试回答，

但让我再补充一点

关于菩提心的内容。

我希望我已经成功地说服了你们，

菩提心

确实应该包含

智慧的元素。

嗯，我用了「智慧」这个词，但我

不知道这是否是一个

非常好的

翻译。

总之，

为了方便初学者理解，我

会说

智慧基本上就是能够

看见真相的心。

嗯，

你们很多人以前都听过这个说法，

但为了新来的人，如果我再重复一遍，比如

无常，

很多时候

我们看到一些

无常的事物，却总是

看不到它的真相——无常，而是

不断地

想像它是永恒的。

同样地，嗯，

我们看到一些

你们很多人都知道有很多部分的事物，但

我们

最终总是认为它们只是一个整体，等等。这只是举个例子。如果我们谈论更深层的真相，嗯，你知道，我们与那些只是想像的事物连结在一起。或者说，它们只是表象，但我们最终总是把它们看作真实存在。

嗯，

有些我们或许能明白

它们只是我们的想像，

但

有很多东西我们

认为它们是真实的。你知道，

你不能……

你知道，那一定是

终极真理，诸如此类。

总之，看到绝对真理

就是我们所说的

般若，它被翻译为智慧。

所以，这方面

是菩提心的重要组成部分。

如果有人想

喝杯茶，

水固然

重要，

但茶叶也很重要，你不能只

给这个人一杯水。

同样，

你知道，

这方面真的非常

重要。

但对于大多数初学者来说，

这个真理，

以及对这个真理的理解，  
超出了他们的理解范围。我想，  
这并不是因为它很难，而是因为他们习惯性地不习惯。

例如，无常，  
我们在理智上知道  
昨天的我和今天的我有所  
不同，  
但在我们的认知中，我们无法真正理解。在与生活的日常互动中，  
我们常常忘记，我们总是认为  
昨天的我和今天的我一样，不仅是  
昨天，去年的我和今天的我也一样，以此类推。

很多东西，像是我们的想法和价值观，如果我们进行理性的分析，我们就能得出一些结论，达成某种理解。是的，那只是我的想法，那只是我的观点，那只是我的某种投射。我的意思是，对很多人来说，即使这样也  
很难，  
因为对我们来说，我们的一些想法和价值观  
非常珍贵，它们就像刻  
在我们心底的石头一样，  
非常宝贵，我们不会仅仅因为想像就放弃它们。

那么，对于这样的初学者来说，  
我们该如何修习菩提心呢？因为  
我们知道，这很难，很难养成习惯，那  
我们该怎么办？这就是为什么菩提心的修习如此精妙，  
如此精妙。菩提心的修习，与其说是“可能”或“快乐”，不如说是“可能”或“不”，我的意思是“可能”或“不痛苦”，或“可能”或“不痛苦”。不知道，也许大家都能……

（音乐）……你  
知道这种……你知道，就像美好的祝福……你知道，就像许愿井一样，但不是那样，而是愿  
大家都能开悟。所以这对初学者来说  
真是个  
绝妙的  
主意，就像一块很好的垫脚石。（音乐）是啊，我知道，  
你知道，听起来我好像在一遍又一遍地重复。所以，这个愿望，让其他人看到  
真理，这真是一个非常纯粹、非常美好的想法。嗯，还有一点，  
你知道，还有一点你可能想注意，那就是，一般来说，佛教，尤其是大乘佛教，基本上所有的方法都

以

某种方式与最终达到这个真理有关。所以，大乘

佛教徒会谈论弃绝、苦行生活之类的东西。我们说，弃绝这个词意义很广，但我们选择……你知道，苦行或节制的修行，你知道，就像简单的……如果缺乏认识真理的智慧，人生就毫无意义。你知道，苦行僧的生活并非苦行僧的生活，而是苦行僧的生活。人生充满痛苦，只不过是一种苦行，并非大乘之道。

正因如此，我们看到许多大乘修行者，无论过去或现在，都未必真正过苦行僧的生活。他们是商人，或者说富有的人，他们戴著戒指、耳环、鼻环等等。因此，可以说，当佛教徒开始谈论弃绝、慈悲等教义时，他们实际上是在试图慢慢地引导你，或者说，试图引诱你走向空性，走向真理。所以，例如正念，因为如今正念在大乘和菩萨行中备受关注，但如果没有对

真理的理解，心智的稳定就毫无意义。稳定的心智，就像心神不定一样，他们

会觉得

异国情调。[音乐]嗯[

音乐]还有类似的

东西，嗯，类似的东西，嗯，好吧，你知道，这就是为什么在经文中你会读到这样的短语：当你拥有圆满的忍者慈悲时，实际上意味著

你已经理解了空性，理解了

真理的证悟，拥有圆满的慈悲是同义的。

菩提心的这一方面对于大乘修行

者来说确实需要强调，

只要你没有这种对

真理的追求，只要你没有般若，那么慈悲、爱、善，嗯，它们也可能是自欺欺人，也可能是欺骗他人，不仅如此，如果你没有

般若、爱、慈悲、道德才能达到它们会非常令人疲惫，比如说，慷慨，慷慨，你如何达到慷慨的？你如何定义一个拥有完美慷慨或完美自律的人？我们如何定义？

实际上，我们或许可以慷慨地帮助一两个人一年、两年，甚至二十年，但

你知道，时间久了会让人筋疲力尽，甚至会让人迷失方向。

我们经常看到这种情况，例如爱和慈悲也会变得非常片面。有些人可能对狗充满爱和慈悲，但对蟑螂或蚊子却毫无爱和慈悲。你知道，菩提心的经典称谓是菩萨，而菩萨的意义之一就是勇敢，对吧？就是拥有那种勇气的人。当我们谈论勇气时，我们指的是什么？

我们指的是那些已经

领悟真理或

渴望

领悟真理的人。是的，我强调

这一点是因为，如果

没有般若，利益他人的行为

会非常艰巨，非常

疲惫。[音乐]

如果你没有如果你对究竟菩提心——智慧——有所听闻和思考，那么你也将无法获得不可思议的无限善巧方便。如果你拥有智慧，那么世间万物皆可善巧方便。

例如，

我们

每天吃早餐、午餐和晚餐，每时每刻都在呼吸。一位精通菩萨之道的修行者甚至可以将这些看似平凡的日常行为转化为菩萨之道。

我知道

你们中的许多人可能会想，我吃早餐怎么算菩萨的行为呢？

因为我们总是固守

菩提心

必须是某种

慈善家的观念。

但如果我们能够

稍微探索一下般若，即使只是

呼吸——我们每天都在呼吸——

我们也能将其转化为

菩萨的

行为。那么，

最后一个

问题是，

我们是否具备拥有

这副身体的能力？就心而言，

根据大乘佛教的说法，确实如此。

事实上，你的真性就是

菩提心。这就是大乘佛教徒的观点。是的，

现在你可能被

各种各样的情绪和

烦恼所包裹，但你的

真性就是菩提心。

就像一个好人，

喝了很多酒后会行为不端，看起来有点

粗鲁，

不太讨人喜欢。但当

酒精的

作用消退后，他们就会

恢复到好人的状态。就像

现在，我们被自己的情绪——

希望和恐惧——所迷惑，

当这些情绪消退后，

我们会恢复正常。而这种正常的

状态就是

菩提心。这就是

我们能够拥有

菩提心的原因。根据

我之前提到的《寂天论》这本书，

即使你希望

所有众生都明白

你的真性，你也已经成为菩萨，成为

天神和阿修罗敬仰的对象。他是这么说的。

但如果你想…为了

增强

唤醒一切众生的决心，

也

可以透过

皈依菩萨戒等仪式来增强自身修行。

所以在

你们提问之前，

我们先快速地皈依

菩萨戒。

我恳请你们皈依菩萨戒。

哇！

你们中的一些人可能会想知道，皈依菩萨戒需要遵守哪些

饮食

规定，例如起床、早起等等。

别担心这些，这些都不

存在。记住，要修持究竟般若，

这些都不

重要。

真正重要的是，你要发愿，尽我所能，一步

一步地让

人们看见真理。就是这样。

你们怎么能不皈依呢？

哇！

好的，所以

我

请求你们皈依菩萨戒。哇！好的，

我们现在是在网路上进行皈依仪式。我知道在网路上皈依

菩萨戒有点

争议，但既然这是…

我觉得大乘佛教没问题，

但别告诉

那些正统的喇嘛们

我做过这件事，好吗？那么，

双手合十，我们先

皈依。

基本上，我们所说的是，我们

将接受

真理作为我们的皈依对象，接受那位教导者

作为我们的指引者，接受

体系或社群

作为我们的支持。

好，请重复一遍，

但是

外国的喇嘛。

好的，就这样。

我会回答一些问题，

也许我不能全部回答。

我会听著，是吗？

读在这里。是的，

我可以念给你听，仁波切。

好的，

理查德·迪克西问了一个问题。

哦，

好的，

如果菩提心是智慧，那么

与众生分享这种智慧的自发愿望的基础是什么？难道

不需要

人为的誓言来激励

自己这样做吗？

菩提心不只是智慧，

它也是…记住，泡茶

需要树叶和水。

我只是强调智慧，因为

菩提心通常总是只

限于这种

善意和慷慨的想法

等等等等。

我先停顿一下，给

翻译们留点时间。还有一个来自

西班牙语的问题，来自 Aristides Rivoto，

这是

佛教独有的吗？是的，

我会说，

在

许多

印度智慧传统中，

像是正理派和耆那教，

佛教

真的

很难

区分。

但

菩提心可能是佛教

独有的东西之一，

我很少从其他人那里听到菩提心，

所以这可能是一个非常重要的问题。

所以，请各位学者

和研究者

发表意见。好的，

下一个问题。不，还有一个

来自 Diego Almeida 的问题，

如何每天培养菩提心？

好的，我的

意思是，有很多

长短不一的

仪式可以

帮助你，

你可以这样做，

但

我更

鼓励你

非正式地进行。

例如，

想要活下去，

想要继续活下去，

这样，无论

你的行为是什么，

即使是最平凡的……记住我

之前跟你说过，就像喝杯茶一样，

无论如何都会让

别人

明白真相。这种渴望，我

想这也是理

查·迪克西之前谈到的。

这种渴望，是的，它是人为的，是捏造的，但无论如何，它都指向智慧，而且非常重要，这就是菩提心的修行。

我们先暂停一下，Rip and Shape会翻译一下，中文翻译也会发布在聊天室里。

[音乐]

你知道，特别是如果你或你的朋友，你知道，他们正处于人生的最后阶段，你知道，我认为思考菩提心非常重要。

你知道，通常你会觉得，你知道，这就是你的人生，你的人生即将结束，对吧？

但其实并非如此，因为有了菩提心，你的人生才刚开始。所有这些，你知道，无数的众生，你需要唤醒它们，这是一个伟大的计划，一生是不够的，这是一个非常懦弱的想法。

你希望…回来吧，我不知道，直到所有众生都结束了，你才会回来，我不知道，作为虫子，作为

人类，作为

任何你想回来的东西，

那种

计划和愿景。好的，

暂停一下翻译。

安琪拉请求

帮助别人看清真相，也

帮助我自己看清真相。我

怎么知道

我应该继续工作，还是

我应该休息一段时间来

加深自己的修行？我们怎么知道

这一点，又该如何做

决定？

嗯，我

不知道你的情况，这取决于你处境如何。你需要还房贷吗？你需要……

我不知道……支付某些帐单吗？我不知道……

你需要

为……我不知道……明年做准备吗？

你有孩子吗？

[音乐]

嗯，但是，

如果你时不时地休息一段时间，把你的时间和精力投入到菩提心之类的事情上，肯定能让你充满菩提心的精神。仁波切，这里有一个关于业力和菩提心之间关系的问题，如果您能

详细解释一下，好的，我们接下来要讨论。关于业力，我想很快就会谈到，所以我们先等等，这个问题先放一放。还有一个问题，当我们进行供养时，如何以最佳方式接近真理？你能再说一次吗？好的

，

这是翻译，所以我尽力了。让我们来看看，当我们进行供养时，如何以最佳方式接近真理？

今天你们听到的，是菩提心。你们进行供养，是为了以

某种方式唤醒

他人，让他们认识真理。我尽量避免使用「为了别人的觉悟」这种老套的说法，这样你们

才能明白我想要

强调的。[音乐]

阿尔瓦罗·

路易斯·坎波斯还有一个问题，他说，如果一个人  
在错误的道路上迷失了太久，就很难鼓起勇气  
回到正途，  
业力的影响依然存在。  
你有什么要说的吗？这就是为什么  
菩提心如此重要。正如月神所说，  
亿万年的黑暗可以被  
一个念头照亮。猎豹，所以  
今天我没有详细解释，但通常当我们发菩萨愿时，我们甚至会说，  
今天我们成为了佛陀的孩子，今天我们成为了……  
你知道的，就像是  
消除者。正是在这种情况下，  
菩提心就像炼金术一样。想像一下，如果没有菩提心，我们如何完美？我们如何让自己完美？这是不  
可能的，真的不可能。米歇尔·西姆金斯问道，  
如果一切如你  
所说，即将消失，那  
又会怎么样？哦，我认为这里对我们所说的“不存在”的含义存在  
一些误解，尤其是大乘佛教徒，当他们说“不存在”时，也包括不存在的不存在。是的，般若智慧是  
非二元的。如果它只是“不存在”，那么就存在  
二元性。停顿片刻，罗尔夫问道，如果有人一直在操纵你，我们还需要创造吗？  
菩提心有时会彻底  
摧毁你的精神状态，因为这个问题暗示你是否仍然需要表现得温柔顺从等等。  
但正如我一开始所说，菩提心可以是，也可以不是，它并非仅仅是“可以”，而是菩提心的核心在于  
毫不妥协的诚实和真理。你知道，它是一种追求真理的  
修行，如果没有这种智慧，光是  
拥有爱和善良，那真的会灼伤你。我  
想这就是全部了。不，还有很多，但我只是暂时停顿一下，因为翻译需要一点时间。也许还有两个问  
题。好的，诺亚问，拥有觉醒的  
心有什么好处？好处有很多。其中，  
我认为拥有一个完整生命视角总是好的，你知道，就像……一个完整的  
生命视角，这将带来极大的解脱，而且……你知道，不仅仅是一个角度，不是片面的。还有很多关于  
勇气的问题，如何才能拥有这种勇气。  
为此，我想，嗯，智慧的菩提心，或者你  
提到的，是的，这确实很有意思，智慧，你经常把勇气和智慧放在一起用。勇气似乎也带有

一点固执和愚蠢的含义，有时甚至如此。但是，如果你看到真相，如果你拥有出生之眼的人生观，是的，基本上，这就是我们在这里谈论的勇气。你安于舒适区，或者说，你处于你所说的状态，你拥有远见。我们是否应该以最后一个问题结束，仁波切？我会回答这个问题。有一个问题是，希望往生阿弥陀佛界……

嗯，我了解这个想法，一点也不，这并非最勇敢的事。你应该这样做，而且你应该去寺庙，你知道，我想这个问题来自中国，你知道，净土宗的主寺，那里有一尊非常美丽的阿弥陀佛像。为了让它更伟大，你为什么不希望往生

阿弥陀佛界，这样你就可以……启迪一切众生，或者说，唤醒一切众生，让他们认识到真理。你看，我

说过，这就像炼金术一样。好吧，也许再来一个，然后我们就结束了。记住，如果

我们自己都看不到真理，又怎么能帮助别人呢？至少我们渴望看到真理，这已经非常好了，很多人甚至连这一点都做不到。还有，谢谢你纠正我，玛雅文明主要分布在中美洲，秘鲁是印加文明。在这个吉祥的时刻，我们聊到了玛雅和印加，我想说我们会在这个网路世界再次相遇。嗯，我想我们会讨论一些

与业力有关的事情。

同时，请照顾好

自己。

好吗？

[音乐]