

菩提心，2021年7月5日，美国旧金山 - 第二部分（AI整理版）

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

讲师：

好的，关于菩提心，我还想再补充一点。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。我用了"智慧"这个词，但不确定这是否是一个很好的翻译。不管怎样，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。

你们很多人以前都听过这个说法，但为了新来的朋友，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，却总是看不到它无常的真相，而是不断地想象它是永恒的。同样，我们看到一些由很多部分组成的事物，你们很多人都知道这一点，但我们最终总是把它们当作一个整体。这只是举个例子。如果我们谈论更深层的真相——我们与那些只是想象出来的事物连结在一起，它们只是表象，但我们最终总是把它们看作真实存在的。有些东西，我们或许能明白它们只是我们的想象，但还有很多东西，我们认为是真实的。你知道，那一定是终极真理，诸如此类。

总之，能够看到绝对真理，就是我们所说的"般若"，它被翻译为智慧。所以，这个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，这个方面真的非常重要。

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，但在认知上，我们无法真正理解。在日常生活中，我们常常忘记这一点，总是认为昨天的我和今天的我是一样的，不仅是昨天，甚至去年的我和今天的我也是一样的，以此类推。

很多东西，像是我们的想法和价值观，如果进行理性分析，我们可以得出一些结论，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。但对很多人来说，即使这样也很难，因为我们的一些想法和价值观对我们来说非常珍贵，它们就像刻在心底的石头一样，我们不会仅仅因为它们只是想象就轻易放弃。

那么，对于这样的初学者来说，我们该如何修习菩提心呢？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。菩提心的修习，与其说是"或许快乐"，不如说是"愿众生不受苦"……也许大家都能……你知道，就像美好的祝愿，就像许愿井一样，但不只是那样，而是愿一切众生都能开悟。所以对初学者来说，这真是一个绝妙的主意，是非常好的垫脚石。

是啊，我知道，听起来我好像在一遍又一遍地重复。这个愿望——让他人看到真理——真是一个非常纯粹、非常美好的想法。还有一点你可能想注意：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相关。所以，大乘佛教徒会谈论弃绝、苦行生活之类的东西。

弃绝这个词意义很广，我们所说的苦行或节制的修行——如果缺乏认识真理的智慧，那种苦行的生活方式并不是大乘之道，不过是一种徒增痛苦的人生而已。

正因如此，我们看到许多大乘修行者，无论过去或现在，都未必过着苦行僧的生活。他们可能是商人，或者是富有的人，戴着戒指、耳环、鼻环等等。因此可以说，当佛教徒谈论弃绝、慈悲等教义时，实际上是在试图慢慢引导你，或者说诱引你走向空性，走向真理。例如正念——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。没有般若的稳定心智，对修行者来说不过是一种安慰而已。

还有一点：这就是为什么在经文中你会读到这样的说法——当你拥有圆满的慈悲时，实际上意味着你已经理解了空性；理解了真理的证悟，与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：只要你没有对真理的追求，只要你没有般若，那么慈悲、爱、善行，也可能是自欺欺人，也可能是欺骗他人。不仅如此，如果没有般若，爱、慈悲、道德，坚持下去会非常令人疲惫。比如说慷慨——你如何定义一个拥有完美慷慨或完美自律的人？我们也许可以慷慨地帮助一两个人一年、两年，甚至二十年，但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，就是拥有那种勇气的人。当我们谈论这种勇气时，我们指的是那些已经领悟真理、或渴望领悟真理的人。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。

如果你对究竟菩提心——也就是智慧——有所听闻和思考，那么你也将获得不可思议的无限善巧方便。如果你拥有智慧，那么世间万物皆可成为善巧方便。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的修行。

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？因为我们总是固守一种观念，认为菩提心必须表现为某种慈善家式的善举。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——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，答案是肯定的。事实上，你的真性就是菩提心——这就是大乘佛教的观点。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，他就会恢复到好人的状态。同样，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《入菩萨行论》，即使你只是希望一切众生都能明白自己的真性，你也已经成为菩

萨，成为天神和阿修罗敬仰的对象——寂天菩萨是这样说的。但如果你想增强唤醒一切众生的决心，也可以通过皈依、受菩萨戒等仪式来增强自身的修行。

所以在你们提问之前，我们先快速地皈依受菩萨戒。我恳请你们皈依菩萨戒。哇！

你们中的一些人可能会想：受菩萨戒需要遵守哪些饮食规定，早起之类的要求？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，我请求你们皈依菩萨戒。哇！好的，我们现在是在网络上进行皈依仪式。我知道在网络上受菩萨戒有点争议，但我觉得对大乘佛教来说这没问题——不过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皈依的对象，接受那位教导者作为我们的指引，接受教法的体系或修行社群作为我们的支持。好，请重复——但是用外国的语言。好的，就这样。

我会回答一些问题，也许不能全部回答。我来听着——可以念给我听吗，仁波切？好的。理查德·迪克西提了一个问题：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——记住，泡茶需要茶叶和水。我只是在强调智慧这个方面，因为菩提心通常总是只被局限于善意、慷慨之类的想法等等。

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：菩提心是佛教独有的吗？我会说，在很多印度智慧传统中，比如正理派和耆那教，佛教有时候很难与它们明确区分。但菩提心可能是佛教独有的东西之一——我很少从其他传统那里听到菩提心，所以这可能是个非常重要的问题。请各位学者和研究者发表意见。

好的，下一个问题。还有一个来自 Diego Almeida 的问题：如何每天培养菩提心？

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修习。例如，想要活下去、想要继续活下去，无论你的行为是什么，即使是最平凡的——记住我之前说过的，就像喝杯茶一样——无论如何，都让这个行为指向让别人明白真相。这种渴望，我想这也是理查德·迪克西之前谈到的。这种渴望，是的，它是人为的，是刻意培养的，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，让翻译进行翻译，中文翻译也会发布在聊天室里。

你知道，特别是如果你或你的朋友正处于人生的最后阶段，我认为思考菩提心非常重要。通常你会觉得，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，你的人生才刚刚开始。你知道，有无数的众生需要你去唤醒——这是一个伟大的计划，一生是不够的。觉得一生就够了，这是一个非常懦弱的想法。你应该发愿回来，不断回来，直到所有众生都得到解脱。我不知道你会以什么形式回来——虫子也好，人类也好，任何形式都好——这就是那种宏大的计划与愿景。

好，暂停一下，让翻译进行翻译。

安琪拉请求帮助：她说，希望能帮助别人看清真相，也帮助自己看清真相。她的的问题是：我怎么知道自己应该继续工作，还是应该休息一段时间来加深修行？我们如何判断这一点，又该如何做决定？

嗯，我不知道你的具体情况，这取决于你的处境。你需要还房贷吗？你需要支付某些账单吗？你需要为明年做准备吗？你有孩子吗？

不过，如果你能时不时地休息一段时间，把时间和精力投入到菩提心的修习上，这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与菩提心之间关系的问题，能否请您详细解释一下？好的，我们接下来会讨论。关于业力，我想很快就会谈到，所以这个问题先放一放。

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？你能再说一遍吗？好的——这是翻译，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？

今天你们所听到的，就是菩提心。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。我刻意避免使用"为了别人的觉悟"这种老套的说法，是为了让你们更清楚地明白我想强调的重点。

阿尔瓦罗·路易斯·坎波斯还有一个问题：如果一个人在错误的道路上迷失太久，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？

这正是菩提心如此重要的原因。正如寂天菩萨所说，亿万年的黑暗可以被一个念头照亮。所以今天我虽然没有详细展开，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，就像是一种彻底的转化。正是在这个意义上，菩提心就像炼金术一样。试想，如果没有菩提心，我们如何让自己臻于完善？这是不可能的，真的不可能。

米歇拉·西姆金斯问道：如果一切如你所说终将消失，那又会怎样？哦，我认为这里对"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"本身的不存在。是的，般若智慧是非二元的。如果它只是"不存在"，那就仍然存在二元性。

暂停片刻。罗尔夫问道：如果有人一直在操纵你，我们还需要生起菩提心吗？这个问题暗示着，是否还需要表现得温柔顺从之类的。

但正如我一开始所说，菩提心可以有不同的面貌——它并非只是"温顺"，菩提心的核心在于毫不妥协

的诚实与对真理的追求。你知道，它是一种追求真理的修行。如果没有这种智慧，光是拥有爱与善良，那真的会灼伤你。

我想这差不多了。不，其实还有很多，但我先暂停一下，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，一个完整生命视角，这将带来极大的解脱。不是只有一个角度，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，我想说，你提到了智慧的菩提心，这确实很有意思——你经常把勇气与智慧放在一起讲。勇气有时似乎也带有一点固执甚至愚蠢的意味，有时确实如此。但是，如果你能看到真相，如果你拥有那种从出生之眼所获得的人生观，那基本上就是我们在这里所说的勇气。你不会只是安于舒适区——你拥有真正的远见。

我们是否以最后一个问题结束，仁波切？好，我来回答这个。

有一个问题是：希望往生阿弥陀佛净土……嗯，我了解这个想法，但坦白说，这并不是最勇敢的事。当然你应该去，也应该去寺庙——我想这个问题来自中国，净土宗的主寺那里有一尊非常美丽的阿弥陀佛像——但为了让它更伟大，你为什么不发愿往生阿弥陀佛净土，然后从那里启迪一切众生，唤醒他们认识真理？你看，我说过，这就像炼金术一样。

好吧，也许再来最后一个，然后我们就结束。

记住：如果我们自己都看不到真理，又怎么能帮助别人呢？但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。我想我们会在这个网络世界再次相遇。嗯，我想我们会讨论一些与业力有关的话题。

同时，请照顾好自己。好吗？