

# Embracing Change, 25 October 2024, Taipei

宗萨蒋杨钦哲仁波切

# 拥抱变化，2024年10月25日，台北

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=1PIXIMPyLPI>

[音乐]

有一种  
东西，嗯，  
很

[音乐]

嗯，模棱两可，嗯，  
模糊不清，但又充满  
魔力，有时又  
非常尖锐，叫做生活，它正在发生。

嗯，它就在此刻，  
甚至就在我们  
说话的此刻，它就  
应该在发生，我本该  
生活在其中，你也本该生活在其中。

嗯，我们中的许多人已经  
生活和  
互动了相当长的时间，有些人  
可能超过40年，从某种意义上说，  
40年非常非常短，但  
另一方面，你知道，它又很长。嗯，  
这里有很多年轻人，  
嗯，他们可能  
从未理解过智能手机出现之前的生活。

嗯，你也，  
嗯，你也可能会达到一个  
阶段，  
你会变成  
恐龙，显然，你知道，你知道，  
我更多的是在和年轻  
一代说话，尤其是那些新来的，  
显然，你知道，我是个佛教徒，我相信肯定  
有人告诉过你这一点，  
你  
知道，嗯，所有那些辅助手段，  
嗯，佛教已经消失了。经历了很多……

我并不是说佛教经历了很多，我的意思是，佛教经历了很多，但并非一定是负面的。它也曾有过辉煌的时期，就像许多其他所谓的……我不知道，哲学，也许这个词不太准确，但无论如何，就像许多其他哲学体系或科学体系一样，我会说佛教有过它的辉煌时期，它的鼎盛时期。但是，由于一些奇怪的原因，它现在被归类为宗教。而宗教本身的概念也经历了很多，我相信你们很多人都知道。所有无神论者、现实主义科学家都把宗教视为某种不正当且过时的东西。但是，正如我们所知，宗教从未停止过它的作用，有时甚至非常恶劣。我收到了许多关于这次聚会的问题，我会尽力回答，虽然不能全部回答，但我会尽力回答一些。我必须说，我给出的答案，实际上是我尽力从……的话语中提炼出来的。佛陀，还有我所有的上师，我的精神导师们，所以我说的话都不是原创的。我会尽量用现代人能理解的方式表达，但佛教两千五百年来一直在做这件事，

所以这并非什么新鲜事。我们今天在这里讨论的是拥抱变化，虽然这听起来很现代，但实际上，拥抱变化或许是佛陀最早的教义之一。事实上，对佛陀来说，拥抱变化比“接受变化”更简单，它真正意味着认识到变化本身就是真理。我不知道这样说是否合理，但如果我说，或许唯一不变的就是变化本身。

所以，佛陀关于变化、无常或经典术语的教导，我会尝试将其与我们认为今天的问题联系起来。今天早上我列了一个清单，上面写着我们可能感兴趣或……

今天我们要讨论的问题不多，但首先，我觉得我们时间不够，而且有些问题你可能根本不感兴趣。比如，你真的对真相感兴趣吗？你可能会说感兴趣，但实际上没人真正感兴趣。我们上学是为了学会说谎，不仅对别人，更重要的是对自己。即使是生活中简单的互动，我们也不会真正思考真相。如果你感兴趣，我们可以稍后再谈。但现在，我先略过真相。我的意思是，对佛教徒来说，真相

是最重要的，但  
成为佛教徒并不是最  
重要的。那么，我们接下来要讨论什么呢？

（音乐）

意义。如果你能认真  
听听就太好了，但我  
怀疑你是否感兴趣，所以我们先  
略过这个。

价值观和文化，这真是个  
奇怪的东西。

我知道这些你可能  
感兴趣，但  
现代人热爱  
正义，正义就是  
正义。

也许我们可以谈谈这个，  
也许你感兴趣。我不知道，嗯，  
另一个话题，也许  
你不感兴趣，但我

认为我会让你对  
自尊感兴趣。好吧，这样我们就能  
回到我们今晚的主题了。我们要  
讨论的是如何拥抱变化，  
但要从

自尊的角度来谈。我想，自尊就是  
对自己感觉良好，这很重要。嗯，对  
年轻人来说，

创造力可能很重要。嗯，是的，  
我认为在无常的  
背景下谈论创造力，

我指的不仅仅是  
像把这块

金子放在我面前，还有音乐之类的创造力。当然，  
创造力也体现在如何与自己相处上。

比如说，你身处  
荒郊野外，只有你一个人，  
没有人打扰你，你  
仍然需要发挥创造力来与

自己相处。我不知道，你知道我，我  
现在属于博物馆，那个  
年纪，嗯，我只是，你知道，我有一些  
年轻的朋友，嗯，我觉得  
有时候，他们在与自己相处时缺乏创造力。那么，  
我们或许可以谈谈批判性  
思维，尤其是对于  
真正珍视个人主义的这一代人来说。我  
认为批判性思维很  
重要，但  
与此同时，  
思考“  
个人”的含义也很重要。与此相关的一个非常  
重要的问题是自由，我相信每个人都会  
自觉或不自觉地关注它。  
好的，让我们从  
自由开始。我们都渴望自由。  
自由的概念  
不仅被政客使用，也  
被佛教徒使用。但你们大多数人对  
“自由”（NV）感兴趣吗？我  
想你们对  
那种  
自由不感兴趣。好的，  
我认为即使仅仅就  
自由本身而言，也  
有很多  
要素可以实现，才能真正  
体验到自由。  
好的，我在这里稍微谈谈  
我的佛教观点。你  
知道，我是一名佛教徒，所以  
你必须理解，对于  
佛教徒来说，他们认为……佛教  
认为，只要你有所图谋，  
你就永远无法真正自由。我的意思是，如果  
你想要得到赞扬，不想  
被批评，或者只是想

独处，哪怕只是一个简单的目标，你也知道，它总是会为你打开束缚之门，你知道，就像锁链、枷锁，随便你怎么称呼它。好吧，这次当然，这很大程度上源于佛教的理念。但是，从我们现代人的运作方式来看，这其中也蕴含着一门艺术。好吧，我现在要谈谈这门艺术，那就是如何做决定。这很难。如果你不知道如何做决定，如果你不擅长得出结论或做出决定，你就会饱受一种叫做自信的困扰。如果你饱受自信的困扰，自由就遥不可及。哇，我们这些现代消费者，整个消费社会，正是靠让消费者优柔寡断而蓬勃发展的。所以，市面上有很多东西可以真正帮助你……做决定，所以我们总是忘记拥抱改变。抱歉，花了这么长时间才定义“拥抱改变”。

你知道，外面有太多事情总是让你犹豫不决，而且这种情况越来越严重，至少在台湾是这样。顺便说一句，我不是在评判别人，但你可能会这么认为，没关系，我真的不是。这次我到的时候，坐在几个年轻人旁边，他们好像要去日本。他们和我聊了起来，我也和他们聊了起来，我们聊到了性别相关的话题。

这是真的。当我  
到达  
机场时，我心里  
想，也许男女  
厕所之间不会有区别，  
因为我觉得台湾的厕所  
只有三种性别，对吧？  
比如一个带锁的女厕。而  
很多国家现在都有  
80、90种性别。我再说一遍，  
我不是在批评这种做法，这  
是  
自由，对吧？自由，你知道的。当然，  
我有自由，你知道，每个人  
都有自由，但  
实际上，  
嗯，这就是我刚才说的谎言——“  
你可以做任何你想做的事”，这是  
地球上最大的谎言，当然  
不是。不过，那是  
另一个话题了。所以，  
基本上，我的意思是，我们大多数人，我们还  
没有对  
自己做出最终决定。  
嗯，也许有些想法很糟糕，  
你知道，比如，我很确定自己  
是个男人，但我说的不是那种  
程度的确定，我说的是生活中有  
很多犹豫不决的问题，比如“我是谁？”、“  
我的目标是什么？”、“  
我应该做什么？”等等，各种各样的  
犹豫不决，或者说没有  
结论，这些都与人生息息相关。  
恐怕  
从现在开始，情况只会变得更加复杂，只会  
变得更加复杂。  
所以我们人类真的需要  
学会接受

变化，因为如果我们不这样做，我认为我们只会无缘无故地把生活搞得复杂。新冠疫情期间，我们不能像以前那样自由外出，所以突然之间，全世界的信息都涌向我们。我认为，我们的犹豫不决和缺乏线索的情况变得更加严重了。仔细想想，这些信息都如此模糊，就像我一开始说的，模糊，有时甚至有点神秘，但大多数时候都非常清晰，而且模棱两可。

唯一我们可以称之为持续存在的，就是认知。我们拥有这种持续的认知，这种意识，好吧，就叫它意识吧。但可悲的是，我们没有足够重视它。这或许是唯一……我不知道该怎么形容……唯一持续存在的东西，也许用“持续”这个词不太合适，但它……它……它很鲜活。

所以，基本上，我们忘记了有意识地生活。既然我们没有有意识地生活，我们就无法真实地生活。大多数时候，几乎所有时间，我们都生活在

[音乐]

嗯，我不知道，不是真实的，是虚假的，呃，是捏造的

[音乐]

嗯，伪装。总之，也许我又把这事儿搞复杂了，你知道，也许

我把事情搞得太复杂了，但自由对你很重要，对我来说也很重要。

最近我在印度和一些朋友一起吃午饭，那里有一些家长。我们聊了很久，大概一个小时，我们谈到社交媒体是如何毁了他们的生活，尤其是他们的孩子。社交媒体不仅分散了他们的注意力，让他们无法专心学习和做作业，而且你知道，甚至从安全角度来看，家长们也很担心，因为网络暴力等等。

大约一个小时候，谈话突然发生了变化。接下来的大约一个小时，这些人花了差不多一个小时，又一个小时谴责朝鲜没有社交媒体的自由。是的，我们热爱我们的自由，但我不知道这自由是什么，我只是好奇，

这自由到底是什么？

大多数时候，人们对现状相当满意。

被灌输了自由的定义，好吧，批判性思维是在

拥抱变化的背景下进行的。我自己

一直都是理性思维的拥护者，你知道，我非常支持我们所说的理性

思维，也就是逻辑思维。你知道，在佛教中，我们

大量研究逻辑。我从来没有真正意识到，

佛教对

逻辑的研究认为逻辑只是一种手段，而不是目的。

我们最终会

忽略、忽视或  
没有注意到  
批判性思维的重要性，  
因为我们认为保持  
清醒很重要，我们也认为  
保持正常很重要。然而，我们  
并不真正知道“正常”意味着什么。  
当然，我们对“正常”有一些非常模糊的  
定义，比如，“我  
儿子21岁了还没  
工作，这不正常”，  
或者诸如此类的事情。所以我们对“  
正常”的定义非常笼统。  
但无论如何，我们人类想要“  
正常”有很多原因，其中一个最重要的原因是，我们……我们不想  
孤独，对吧？我们想社交，  
我们想有朋友、家人，想  
结婚。我们不想被  
拒绝，  
我们想被邀请。所以，保持正常很  
重要，我想。为了保持  
正常，我们需要使用这个工具。  
我们使用很多工具，但其中一个最  
珍贵、最  
有价值的工具就是批判性思维。这就是  
为什么我们送孩子  
上学，让他们学会  
批判性思维。当然，  
教育越高等教育越好。但  
你应该  
意识到，  
那些真正上过哈佛等四大名校的人，  
其实最缺乏  
批判性思维，他们  
最有偏见。  
我作为一名佛教徒，63年来，一直被  
直接或间接地视为天真、迷信的  
人，那些

缺乏批判性思维的人。他们称我们为狂热分子，宗教狂热分子。你应该知道，真正最狂热的是谁？是自由派民主党人，《纽约时报》。读者是最狂热的，他们真的相信那种宗教，反正它就是一种宗教，他们的教堂是什么并不重要，他们有自己的教堂，当然，它看起来不像寺庙，它没有任何佛教的元素。佛教徒当然也有自己的教堂，有自己的牧师，有他们自己的一切，但那只是……那么，什么是批判性思维呢？实际上，我现在几乎可以肯定地说，所谓的宗教人士，包括基督徒、伊斯兰教徒、犹太教徒，当然还有佛教徒，他们要开放得多。你知道，即使你知道，也有很多佛教徒说，哦，我想学习科学，你知道，佛教和科学，佛教和神经科学，佛教和物理学。所以有很多，你知道，嗯，不一定是自愿的，也许不是，但他们觉得他们需要这样做，你知道，他们觉得，哦，你知道，我们不想，你知道，我们不想被视为落后，你知道，所以佛教徒也忙于学习科学等等，你知道我的意思吗？你知道，宗教人士正在努力保持开放的心态。现代科学等等，而另一方面，

世俗科学家，不管你了解多少，他们根本不会思考，他们甚至不会像……你知道的，像……那种概念，比如……

这很

有意思，让我们来做个真正

深入的研究。他们不会。

我认识很多僧侣，很多

僧尼都在研究科学，而且确实在从事

科学研究，但我还没见过哪个

麻省理工学院的学生或教授

真正想进行为期三年的闭关

修行。这不是好的批判性

思维，那是《

傲慢与偏见》里的情节，麻省理工学院就像

个修道院，那些教授

只是大师，麻省理工学院的学生只是

信徒，大师说什么他们就说什么。所以，

现代人真的拥抱变化吗？我

不这么认为。我不了解

现代人，我觉得他们有时反而

变得更加落后，

甚至变得像

石器时代的野蛮人，只不过手里拿着

智能手机而已，这很

危险。够了，别再搞批判性思考了，

哦，已经一个小时了，

好吧。

[音乐]

那么你们

觉得呢？我不知道我们应该选哪个。

我真的很想谈谈

文化，但它太大了，所以我们

跳过这个吧，因为文化其实

非常重要，它听起来很

荒谬，但又非常重要。

嗯，我们先来谈谈身份认同吧，

然后我会回答一些

问题。之后，我想你们  
应该好好享受这个  
周末了，对吧？身份认同，我们  
现在来谈谈身份认同。  
我有点抱有希望，但我不知道，也许我  
活不到  
我希望的事情真正  
实现的那一天。  
我抱有希望是因为  
人工智能革命，我的  
希望其实  
与人工智能有关，你知道，我觉得  
人工智能真的  
会让人们失去身份认同。我  
可以想象，40年后，也许是  
30年，40年后，会有一个……我  
不  
知道，  
由G7组织的信心峰会，或者……我不知道，  
砖瓦峰会之类的，嗯……  
就像你知道的，召开紧急会议，  
因为我们正在失去我们的身份，就像  
护士不再是  
护士一样，因为你的手机会这么做。我甚至让  
我的聊天对象写一封  
赞扬龙CH的信，他写得相当不错，  
你知道，我印象深刻。但  
下一刻，我对CHB感到非常厌恶，  
因为我要求写一封赞扬  
普京的信，然后它说“对不起，因为  
CH GPT，你知道，我们  
不能做  
不道德的事情”。  
我立刻想到，好吧，CH  
GPT来自  
圣地亚哥，Jud GP不应该有  
偏好，对吧？但无论如何，在

日本已经有了机械化的禅宗僧侣，是的，如果  
30年后，如果对佛法的兴趣  
在台湾仍然  
像今天这样存在，你知道，我感到非常非常  
感动，你知道，这么多人  
来到这里，现在是2024年。  
我不是泰勒·斯威夫特，她叫什么来着，  
我不是她，我  
讨论的内容  
与如何做足疗无关。  
美甲什么的，你明白吗？  
没什么，只是你知道，即使到了  
今天，  
2024年10月25日，星期五，人们  
对  
变化和自然之类的事情仍然如此感兴趣。这是一件  
好事，希望  
40年后这种兴趣依然存在。  
但40年后，  
不会再有僧侣、  
和尚或  
老师，只会有  
机器人。现在的身份，僧侣的身份，喇嘛的身份，  
尊者的身份，  
所有这些  
在40年后都将变得毫无意义，完全没有  
意义。所以，  
我相信大约40年后，  
可能会召开一次紧急  
会议，因为  
人类正面临着一场严重的身份认同危机。  
哇，如果我能  
活到40年后，我会多大年纪？哦，天哪，我不知道，  
我真的不知道，  
65岁吧？  
好吧，如果我活到那时，我会很厚脸皮，我会……我  
想……你知道，就像我会读  
苦心经一样，最终人们会

明白佛陀在2500年前所说的：无鼻无眼，没有这个，没有那个，没有那个。我会说，是的，让我们拥抱改变，但这一次，你知道，让我们接受一个事实：身份认同并不存在，它只是一种幻觉。所以，身份认同这个问题，我不知道，它对我来说非常重要。你知道，我对身份认同真的很好奇。当我审视当今世界时，我感到……你知道，为什么这么多民族主义者像雨后春笋般涌现？不仅仅是民族主义者，就连自由主义者在我看来也一样，这是一种身份认同，就像我是一只鹦鹉，我是一辆皮卡，你知道，有点像那样。你知道，如果你，如果你，为什么不明天读读你当地的报纸，认真思考一下，你知道，这个世界正面临着身份认同危机。顺便说一句，这不仅仅存在于某种抽象的层面，它实际上渗透到我们的日常生活中，无论是已婚还是单身，你知道，身份认同，嗯，好吧，婚姻，比如说，哇，甚至连婚姻这种现象本身都存在着巨大的冲突，因为男人，或者不仅仅是婚姻，实际上是关系，哦，对，对，就是这样。实际上，我当时想，我以为他们其中一个缺失了，所以是关系，这很重要，不是吗？关系，至少在20年前，他们有很多性生活，但现在甚至连性生活都不在关系中了，你知道，性生活已经不再是关系的重要组成部分了。是的，这种关系，哇，真是个神奇的现象，不是吗？尤其是在现代，

尤其是在  
像你们这样的某些文明中。  
你知道，有时候我和我的  
中国朋友聊天，你们有没有意识到，你们  
使用的语言已经用了  
两三千年了？这  
意味着什么呢？这意味着你们  
仍然保留着某种文化，某些细微之处，这些  
仍然属于  
两三千年前。正因为如此，  
我们  
在人际关系中看到了  
很多东西，比如，我们都想要一段像  
唐朝那样完美的关系。  
唐朝的婚姻，嗯，我们姑且  
称之为完美吧。但是  
唐朝没有WhatsApp，唐朝的  
丈夫或妻子不会去看  
或给别人发短信，对吧？这种  
关系现象非常非常……你知道，它与  
身份认同息息相关。顺便说一句，我今天没有  
答案，我今天不是来这里讨论这个的。  
我来这里不是为了给你提供什么  
公式，我没有  
什么可以给你的，但我认为  
即使只花一个小时来谈论这件事也  
很重要。我觉得我们  
不需要每天都谈，但  
偶尔谈谈，或许能让  
我们的生活变得更好，  
角度更多样化。  
所以有很多  
问题，比如  
现代人多么在意自我  
价值，这导致了很多  
焦虑和不安全感，该如何应对。就我  
个人而言，

我认为这样讨论应该会有帮助。  
当然，你也可以读《精舍经》，它当然有祝福，  
对于佛教徒来说，它是佛陀的著作。如果你能接受这一点，那就太好了。很多时候，我们不知道如何应对不安全感和焦虑的原因是，我们不去面对。我们通常否认、粉饰、掩盖、修补。当然，也有一些非常好的问题。但我认为这些问题之所以好，仅仅是因为我们是人。当然，真相是存在的，但这并不意味着我们……永远要坦然面对真相。你知道，有些问题，比如如何处理思念某人的情绪，我不会告诉你，哦，你知道，这个人就是空虚。空虚就是某人，除了空虚之外别无他物。空虚就是某人，我不会告诉你真正的答案，即使这才是真正的答案。因为这是一个很美好的问题，我还想告诉你一些事。嗯，我的答案会更感性一些。你应该觉得自己很幸运，因为你有思念的人。我是认真的。我遇到过很多人，他们没有可以思念的人，他们想思念某人，但他们没有。这就是他们的境遇，这就是我们佛教所说的业力。你知道，那些在水灾中丧生的孩子，那些婴儿，那些父母和祖父母，他们都死了。

假设他们还能活

40年、50

年，我不知道

当他们看到另一个有父母的孩子时会怎么想。

好吧，这里有一些很好的问题，如何

处理思念的感觉……

修习佛法时，

尤其是在禅修

过程中，孤独感会油然而生。在

这里，我将告诉你一个

佛教的答案。佛教的答案是：

实际上，我们永远都是

孤独的，这是

事实。你我可以假装我们

共享着这快乐的黄金，或者一口热气腾腾的

火锅，

但

实际上，你所看到的我永远

看不到。我们总是可以假装：“哦，是的，我

能看到，是的，你也能看到同样的

东西。”我们可以这么说，但这并非

事实。我认为接受这一点

或许是件好事。所以，愿你

永远孤独，你，佛法

修行者。这是一个很好的问题。当我们

面对一段意料之外的

亲密

关系时，我们会因为

缺乏勇气而挣扎。该怎么办呢？

我们知道，当业力之风吹

起时，你无能为力，只能像

冲浪者一样顺其自然。如果一段

意料之外的

亲密关系正在酝酿，不要让“

也许我应该闻闻我的腋窝”之类的想法阻止你。

你只需要坦然接受

自己，坦然接受

自己。好吧，它正在发生，

这或许就是亲密  
关系中腋窝气味的原因。关系正在  
发生，  
好吧，爱和道德，哪个更  
重要？这确实是个复杂的问题。  
好吧，我再说一遍，我在  
这里会以佛教徒的身份来回答，因为我觉  
得以佛教徒的身份回答更容易。  
爱和道德都很重要。我认为你对待爱  
和  
道德的态度应该像对待  
邻居一样。你  
知道，你必须和他们相处，因为  
你知道你就在那里，但你也知道，要  
谨慎。我认为两者都重要，因为  
道德和  
爱，它们都能带来好处，  
但也可能让  
你陷入困境。除非你  
指的是像慈悲（karuna）那样的爱，那又  
是  
另一回事了。但我认为这个  
问题与  
现在的问题无关。现在这个问题很好：如何  
应对失去  
亲人，比如父母、家人的变故？  
好吧，佛教的答案有很多，  
那就是你永远不会真正失去他们，  
因为你们之间有很深的联系，  
尤其是他们的家人。你知道，  
这种联系非常牢固。你只需要  
记住，  
你可能会……你可能会……  
你可能会……  
或者把它们炸掉，你知道，这样做  
你会创造更多的灵，所以并不是真的  
想念它，你知道，不，你反而会陷入纠缠。  
所以作为一个佛教徒，我会说，

你知道，做一些好事，真正  
致力于此，所以也许可以利用  
这个联系。好的，重要的问题：  
我们如何面对生活、衰老、疾病和死亡？  
谈论它们，我们谈论得还不够。当然，  
我们谈论得很多，比如“哦，  
我老了，我们去  
韩国吧”，当然，我们就是这样谈论的。但我想说的是，  
你知道，实话实说，好吧，  
总有一天我会死，无论  
我去韩国多少次，  
生病是必然的，  
因为我们就是  
伟大的摩诃耶大师  
所说的，我们  
基本上就是我们  
对事物的态度，我们持有这种  
观点，这是一个多么美好、深刻的词啊！  
我们看到的是一堆  
短暂、消逝、下垂、  
变化的事物，而我们认为它们  
总是相同的，这就是  
我们持有这种观点的愚蠢之处。有可能  
放下对身体的执着吗？很有可能，  
但那确实如此。这并不一定  
意味着你知道要任其腐烂，  
事实上恰恰相反，你可以用  
维生素、  
保湿霜、按摩等各种方式来呵护它，  
但要时刻准备好放手，要保持这种  
觉知。  
反正它只是一个不断变化、逐渐消退、逐渐下垂的过程，  
所以认为它是永久不变的是一种错误的观点，对吧？那么，  
我们该如何应对努力工作  
却得不到  
预期结果的情况呢？这个问题需要进一步  
讨论，这确实是一个  
很好的问题，但现在，这个

问题是：我们该如何应对  
努力工作却得不到  
预期结果的情况呢？这就是问题所在。好的，  
我现在的简短回答是，因为我们  
时间有限，请重点关注“  
预期”这个词，我认为这将解决你的  
问题：如何面对不可预见的  
变化和对难以承受的未来的恐惧？我  
将引用吉格·马利奇大师的话：“  
你许下的100个愿望，你许下的愿望都  
不会实现；但  
你不敢许下的100个愿望却有可能  
实现。”哇，另一个非常重要的问题：  
年轻人如何应对压力？  
实际上，不仅仅是年轻人，  
老年人和年轻人也一样。我们是如何应对  
压力的？简而言之，  
嗯，有时候我会思考  
身份认同，你知道，就是  
我之前提到的那些事。  
我之所以问你这个问题，是  
因为很多时候你  
对自己太苛刻了。我的意思是，  
我当然可以非常  
努力地让自己看起来像  
安吉丽娜·朱莉，但这会让我  
压力很大。  
所以，我不知道，也许我应该提升  
自己，给自己设定另一个目标，你知道，  
另一个  
目标。不是说那个目标不好什么的。  
好吧，这是一个  
重要的问题，但我需要好好  
思考一下。你的  
问题是：我即将毕业，  
感到迷茫，没有方向。  
人生最重要的意义是什么？好吧，你  
问我一个佛教徒，

对一个佛教徒来说，这个问题很滑稽。这个问题有点像，  
假设你在睡觉，然后你在做梦，然后你问别人，我做梦的意义是什么。  
所以这个问题有点难以理解。基本上，我想说的是，人生的意义不仅被过度渲染了，而且意义就是意义。你知道，人生的意义可能是最重要的。  
资本主义营销策略，但我同情提出这个  
问题的人。这是当今世界令人悲哀的一部分。我认为我们的世界，你知道，如果我们注意一些事情，我们可以解决一些问题，但我们并没有解决。我不知道我在说什么，  
好吧，你问这个问题是因为你上学了。你知道，我正在经营一所学校，开始在泰国开展一个更大的学校项目。但我真的觉得教育很危险。假设你去一所非常非常小的落后乡村学校，别人强加给你的目标，或者说目标的形象，并没有那么有害。我认为，如果你去了麻省理工学院，是的，目标就实现了，然后追逐那个目标就像我试图成为安吉丽娜·朱莉一样。好吧，无论如何，我今天还是会回答一些务实的问题。  
你的  
人生目标是什么？学会与

自己相处。如果你发现自己多了一个头，那就接受它。这其实并不难，只要掌握一些技巧，比如……就像千万别去看韩国医院的宣传册一样，千万别去看，这是你可以做的事，你知道的，好的，关于你人生的意义，不要过多参考，不要比较，比较和竞争真的是资本家强加的伎俩。

如果民主这么好，为什么这么多佛教徒仍然有很多执着？这就像问，如果民主这么好，为什么会有唐纳德·特朗普？佛法就是佛法，佛教徒是人，好的，所以我们的问题就到此为止了。正如我所说，你知道，当有人提出要求时，我只是想进行一次对话。这是我目前的想法，我不知道明年如果我们再见面，我可能会说一些完全不同的东西，但这就是我的想法。正因为如此，我认为在这个世界上，在我的一生中，只有一个人是正确的，他叫智，他说的一切都是完整的，他说的一切仍然是正确的。所以对我来说，你知道，如果有一个问题，我的人生意义是什么，那么我的人生意义基本上是……接受他的话，实际上，你知道，这真的给我带来了一种喜悦，接近这种感觉的，日本人称之为“物”（mono）。

偏离正轨的事物如此美丽，

不

完美的事物也如此美丽。有时候，完美，你知道，

尤其是刻意追求的完美，

是可怕的。

好吧，我真的希望你

生活美满，想想，你知道，有时候要向

内看，尤其是在SP（可能是指某个特定的人或事物）中，花些时间

和

精力去探索这个叫做“心”的东西。

你知道，你拥有它，我希望如此。

嗯，这个

叫做“心”的东西，你无法摆脱。如果

你不想失去你的小指，你可以把它

切掉，但

你不能。你不能说“哦，

你这个周末不能来吗？”不，你不能。这就是

心，这就是佛教的意义所在。

佛教徒真的花费了无数个小时、

几个月、几年的时间，以及大量的

研究来探讨它。如果你想成为一个

真正的现代人，请探索你的心。

如果你不去思考

现代，我的意思是，如果你不去思考

心，我认为你就像《

银翼杀手》里的复制人，你知道

那些机器人。叫它安卓系统吧，

基本上，如果你不去思考

你的思维，它只是一个操作系统，有什么问题呢？它包罗万象，

但你想要拥有自由

身份，你却得不到，因为

运营商在某个地方。好了，就这些，

谢谢。

[音乐]