

# Identity Crisis, 15 January 2024, Tokyo

宗萨蒋杨钦哲仁波切

# 身份认同危机，2024年1月15日，东京

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=k3B3CS-Df9w>

身处这个国家总是感觉很特别。

我

来这里已经很久了。

起初

只是出于好奇。然后，

日本的

作家、画家，

尤其是电影制作人，

或许

让我

更热情地来到这里……

热情地。

然后，不知

何故，最近

我

对日本和日本人的看法或态度

与佛教有很大关系。

大概是因为我老了吧。

随著年龄增长，

你会开始思考身分认同的问题。

你知道，

佛教或成为佛教徒，是

我从小就非常重视的认同。

我出生在一个思想非常保守的佛教家庭。

我出生在一个

号称99%人口信奉佛教的国家。

然后，你们知道，

从我五岁起，

正如你们中的一些人可能知道的那样，

藏族有一种

叫做转世的传统。

我的意思是，每个人都是某个人的转世。

但在西藏，

有一种特殊的习俗、传统

或做法，认为某个人物的

转世

最终会成为

利害关系人。

你知道，它会变成……这个，这个，这个存在

将成为血脉的持有者，利害关系人。

我不会过多赘述，

因为这不是我们

正在讨论的主题，

但它与此有一定的关联。为了方便

你理解，

我将举一些

基于日本现象的例子。

假设你拥有非常珍贵的

茶道智慧传统，而

你确实拥有这种传统，对吧？

而该项仪式已经成为

社会上一件非常重要的事。它非常

重要，因为它实际上涉及

经济、

政治和社会问题的影响。

然后，假设有一位茶道大师，一位茶艺大师，

他或她是最受尊敬的人。正

因为……因为他或她，整个……

这个机构才变得如此强大有力。但这

个人突然去世了。

但你知道，有一种

……有一种做法是

透过家族血统来传承这种传统，

或者，你知道，

某种程度上是基于功绩之类的，比如

最好的弟子。

或是能够真正掌握血统的人，

例如组织血统的人。有影响。

这也可能。

但在西藏……比如说。

哦，不。回到日本。假设一位茶道大师

过世了，

然后…

你寻找这位大师的转世来传承

这一血脉。你

明白吗？

大概是这样的。它也

有……它的优点。假设这位过世的茶道大师是

一位

非常非常有权势的人，出身名门，各方面都很优秀。但他死了。但

他转世投胎到了一个

非常非常贫穷的家庭。所以

，西藏也存在著这种现象。这个

系统，就像所有系统一样，

并不总是好的。尤其如今，这个系统已经非常腐败了。很多

时候，

慢慢让自己的孩子成为转世灵童。或者这位权力显赫的喇嘛的，

所有这些人类问题都存在。好的

，抱歉。我又要去了，你知道……

我不擅长……

我……我今天做了个笔记，所以希望……

希望我不会再到处乱跑了。

记得我说过，我

第一次来日本是当游客。我对

卡拉OK、

原宿和浅草之类的地方很感兴趣。后来我对小津安二郎和谷崎润一郎这样的导演更感兴趣了。

但现在，

我来到这里，是作为一个被训练

或被洗脑（基本上是被洗脑）来

关注佛教身份的人。因此，

我现在 62 岁，

快 63 岁了，我以

佛教利益相关者的身份来到这里。不，不是好的那一个，而是一个很普通的那一个。

我并没有那么虔诚；

我不是每天都想这件事

。但我偶尔还是会想起这件事。

因为我被洗脑，认为我应该

认同佛教认同。

所以，当我为佛教徒的认同而苦恼时，我……

我在桌上放了一张世界地图。  
后来，当我意识到日本曾经是  
佛教最重要的地区之一时，  
我认为这与  
日本人……日本人……  
现代日本人对自己身分认同的某种不确定感有很大关系。  
你知道，你会觉得  
日本人虽然在  
脑海中、在心里都想像著美国，  
但他们仍然努力把美国和美国联系起来，  
仍然会鞠躬，做所有这些事情。还有这个。  
但无论如何，身为佛教利益相关者，  
我并不在意你如何看待这件事，你知道的。  
就我而言，你……你知道，那些事与我无关……  
那不是我的事。  
好吧，今天我说的都只是推测。  
我没有科学的统计证据。  
这一切都基于我的感受。  
然后当我看著地图时，韩国，  
曾经是一个非常强大的佛教堡垒。  
我觉得他们的情况可能更糟。  
至少日本人  
似乎只考虑物质层面。当然，  
在韩国，指的是物质主义。但佛教  
已被遗忘，基督教也卷入其中。  
当然，信仰和精神道路必须  
透过分析  
以及你自身的业力联系来寻求。  
所以，当然，你知道，  
你完全可以这么做。  
200年后，梵蒂冈很有可能  
皈依佛教。  
你知道，总之，就像我说的，  
我只是在表达我的感觉。  
这一切都只是猜测。  
因为正如我所说，对我而言，  
我的身份，我唯一的身份，我认为，  
就是我是佛教徒。就是这样。佛教徒。

或许有时候是佛教老师。

就是这样。

如果我被解雇，

我会感到极度焦虑。

所以，当人们问我

这次想在这里谈什么时，我说，不如谈谈身分认同危机吧？

但实际上，

我还想谈《心经》。

因为《心经》

就是终极身分认同危机的答案。

你知道，我们……

希望我们以后能谈到这个问题。

我认为我们确实存在著身分认同危机。

而且我们……我们将面临更多这样的情况——

越来越多。有人

告诉我，有一种叫做人工智慧

革命的东西……你知道，人工……AI革命。

现在，这将进一步推动我们走向

……更接近身份危机，

最终的身份危机。

当然，日本，

你们有身分认同危机。

即使是像不丹这样偏远的国家，也

存在著认同危机。

我举个例子来说明

不丹人是如何面临身分认同的危机。

当我教导不丹的年轻一代时，

他们会问这样的问题：

「人生的目的是什么？」

「人生的意义是什么？」

这证明

他们正经历身分认同危机。这只是

我的推测。

因为在佛教中，

我们不谈论人生的目的。

佛教徒认为人生是一种幻觉。

为什么幻觉需要有目的？

但这些不丹人之所以会问这个问题，是因为

他们上过基督教学院、基督教传教士学校。

而基督教似乎

给人一种错觉，好像上帝列了一个文件，上面有著：

你的目的是这个，你的目的是那个。

所以，听起来

人们似乎想知道的是，

「我的人生目标是什么？」

「最终文件里到底写了些什么？」

我感觉日本也存在类似的问题

。

现在我们遇到了一个大问题，

因为上帝被科学家们解雇了。那些

撰写人生意义的人，

早已作古。

嗯，也许在韩国不是这样。

Yonten在这里吗？

哦，如果我逗你玩太久了，我很抱歉。

所以……但同时，请[耐心][陪我]。

我还会拿日本人开玩笑。

那就是……总之，我本来想告诉你我们会……

因为，你看，就是这样。

因为像你们许多日本人一样，

不丹人也去西方学习中心，

阅读西方书籍，

所以，目的的意义和

意义是由那些人写的，

而你们正在读这些书。

所以，你当然会问一些问题，像是

「我的人生意义是什么？」

如果你问像

道元禅师这样的人这样的问题，

他很可能

会说没有目的。

好的，让我们先抛开

「人生的目的是什么？」这个问题。这是

我们失去自我认同的另一个迹象。

我再次使用不丹语。

我看到一些不丹同胞就在我眼前。

如果我逗你玩了，我很抱歉，

不过没关系。

好的？

现在，

那些……好吧，那些

稍微有点所谓科学精神的人，

他们会问这个问题：「我是谁？」

你知道，身分认同危机？

我不知道佛教徒是否喜欢这类问题。

佛教徒更喜欢问

「我是什么？」这个问题。我是什么

，而不是我是谁。

你知道，如果你读过《心经》，一切答案都在那里。没有鼻子，

你知道吗…没有鼻子，没有舌头，这个没有，那个也没有。

当然，你知道，我想我们最终还是会…

现在我们别无选择，只能问这些问题：「我是谁？」

除此之外，还有一些其他问题，例如…「

我是谁？」「我…我什么时候？」我想

你也可以问这个问题，什么时候？什么时候？

那可是个大问题。

创世论的问题。

佛教徒不喜欢这类问题。

当然，现在……还有更多……

其他身分认同危机的症状。

我该如何融入这个世界？

你也可以问一些问题，例如

「你为什么要适合？」以及这一切。

为什么……

为什么我们会感到如此大的压力，要以某种方式行事？

我认为其中一些……

很多问题可能是你主动提出的，

但是……如果你是主动提出这些问题的，

我认为你没问题。你，你算是清醒的。

你知道吗，这种身分认同危机，

我敢打赌，2000年前的日本，解决身分认同危机的方法

非常简单，例如坐禅。

纯粹的坐姿，「只是坐著」。

而且这种方法即使在今天也仍然适用。

但是，你知道，  
在我们称之为  
物质发展、进步的过程中，我认为我们可能会问很多……  
很多其他问题，例如，「我如何融入其中？」  
所以当我们问自己  
「我们如何融入这个世界？」这个问题时  
如果选择有限，那么你……那么  
……那么其实也没关系。  
但是，哇！  
现在的选择简直多得令人难以置信。  
所以，因为你有了更多选择，你的身分认同危机其实反而更加严重了

。我们现代人很多时候都在遭受痛苦，  
因为我们拥有过多的自由。  
在寻求自由的过程中，  
我们仍然受到这种不安全感的束缚，  
渴望得到他人的认可。

所以，你会感觉……  
感觉自由太多，选择太多，  
却永远无法真正得到一个  
恰当的答案，无法回答「  
我是什么？我是谁？」这个问题。  
但奇怪的是，  
这一切也让你感到非常疏离。  
所以这些就是身分认同危机，也就是  
我们常说的  
现代问题或现代苦难。

当然，这又会创造出更多……  
你知道，更多该怎么称呼的  
思考过程，例如梦想、热情、目标。  
所以，在这种情况下，  
我认为如果我们回顾一下  
就会从中得到一些启发。  
舍利弗是佛陀最重要、  
最有学识、最有  
成就的弟子之一。

他……好吧，当时在  
一个叫做秃鹰峰的地方举行了一次集会。

我们说的是2500年前的事了。

可以说，

大乘佛教的所有教义都是从秃鹰峰开始的。

好的。

于是，舍利弗向观世音菩萨询问了一个问题。

我打算，

该怎么说呢，

我打算分享一下我对

他的问题的理解，好吗？

舍利弗在经典著作中问道：

「那么，一个人，或者一个男孩、一个女孩、一个男人、一个女人，应该如何获得超验的智慧，并与之相处或按照它行事呢？」

所以，这……这算是……算是对  
[这个问题]的经典解释。

那么今天，让我们回到当今世界。

你知道，在今天的语境下，

这个问题就像是…

舍利弗问观世音菩萨：

「那么，男孩和女孩该如何走出盒子呢？」

日语里有类似的表达吗？

开箱即用？

你知道，很多日本

作家和诗人，他们真的很……

——我刚才说的是，他们跳脱了常规的思考方式。

- 好的。

我就是这么翻译的。

- 跳出框框，走出框框。

所以，这就是……这就是问题

所在。基本上，这就是……

用今天的语言来说的问题。

简单来说，

观世音菩萨给了四个盒子。

你从一个盒子里出来，却发现

自己变成了另一个盒子……另一个盒子……更大的盒子。

然后，《般若波罗蜜多经》（

我进来时你正在读的那部经）的全部意义，

实际上是如何走出，  
不仅仅是一个盒子，而是所有四个盒子。  
我们所面临的认同危机和认同问题，只是  
很小的一部分。  
实际上……我知道对我们来说这是一个非常大的问题，  
但对舍利弗和观世音菩萨来说，这只是最小的盒子。  
是的，所以我才  
说，你刚才在  
我进来的时候正在读的《般若波罗蜜多经》，  
它是最前卫、  
最进步的思想体系之一，  
即使在今天，我认为也是无可匹敌的。  
当然，  
现在的问题是，它在今天还有什么意义呢？  
每次我们谈论相关性时，我们都…我们  
必须谈论，我们别无选择，只能谈论「苦」。  
我使用“dukkha”这个词而不是“suffering”，  
因为“dukkha”比英文单字“suffering”所表达的痛苦大得多。  
我不知道日文是什么。「苦。」  
只要我们心中有「苦」，《  
般若波罗蜜多经》或《心经》就具有现实意义。  
那么，我说的「苦」究竟是什么呢  
？很明显，就是那些箱子。这些箱子有什么问题？  
这是一个很大的  
话题，因为……这是一个很大的话题，因为  
这些箱子非常吸引人。它们建造得非常好，内部设施齐全。而且，你知道，这些箱子真的……是啊，甚至看起来很舒服。但这些箱子每一个都不是完美的。所以  
，如果不是今天，如果不是明天，那么肯定  
后天，  
这些箱子将会带给你  
挑战，而这个挑战  
正是  
我们如此纠缠不清的原因。  
所以当不丹人问我「  
人生的意义是什么？」时，  
提问的人自然  
会  
真心实意地希望我能给一个符合他们

预期的答案。

再多谈谈这些盒子，这些

盒子的特色。

好的？一个角色。

你想成为有用的人吗？就是这样。

你想发挥作用吗？

你已经身处在盒子里了。

这是个很重大的声明。

希望你不会听不懂。

你花费数百万美元供孩子上学，

希望他们将来能对社会有用。

当然，一旦你有了那种想要有所作为的

愿望，想要

你知道，这就是我的意思……

我正在试图解释「苦」这个词。

你知道，那种……通常我会用「痛苦」这个词，

但是……让我们……你会变得脆弱。

你想发挥作用吗

？ 你希望你的孩子将来有用吗？当然

，接下来你还需要了解「

有用性」的意思。

然后，还有其他人

住在不同的……他们自己的盒子里。

太多了。

举几个例子：有一个盒子

叫伊顿公学，还有一个盒子叫牛津大学。

他们会告诉你：「这样做会让你变得有用，

这样做会让你的孩子变得有用。」当然，

行销人员精心挑选的文字，他们把

你所有的不安全感都摸透了。

哦，对了，别……

听完这些……

我……你知道，我并不是说你会停止送

孩子上学。不，不。一点也不。

我只是，我只是在猜测。

我认为进行推测是件好事。

我认为，思辨其实就是现代版的内观禅修。

所以……然后，

还有各种各样的事情，对吧？

就像

评分、积分、奖励、文凭等等……

这些只是方框中的一小部分字元。

现在，在落入这些条条框框的过程中，

他们实际上也产生了许多额外的负面影响，该怎么称呼呢，

副作用。

这就好比，你知道，你感冒了，

然后你…你服用抗生素，

但抗生素的副作用是

杀死了一些非常有益的细菌。

但我知道，我们别无选择。

你知道……你知道，这……这……

我只是想让大家知道，这就是我们所做的。

总之，一些负面影响是……

你看，你这里有很多箱子，对吧？

这是分数、标记、奖励、

文凭、成功、有用、无用。

所有这些都可能产生

负面影响，例如孤僻。

有时你可能两者兼具：既

孤僻又非常善于表达，我想是这样。外向型。

是的，我认为双极性情感障碍患者会越来越多。

因为，你知道，

我们正在制造治疗躁郁症的成分。

此外，还有一些其他负面影响，

例如流离失所。

脱节……与

我不知道该如何更实际地表达这一点。

我……让我举个例子给你听。

也许你未来的日本首相，在

当选之前，必须先做

三年的神道教徒。

必须。仅此而已，别无其他。

因为现在，

你知道，我对日本了解不多，

但喜马拉雅山脉其他地方的人们肯定

流离失所，与外界隔绝。

我在那里看到了我们的一些印度朋友。

他来自印度南部。

他可能比龙树更了解查尔斯狄更斯，或者，莎士比亚。

莎士比亚……不管是谁，都无所谓。

我们的不丹朋友也是如此。

或许这些不丹人知道…第一位国王的全名

…英国第一位国王，以及伦敦桥的建造日期。

我还有一些香港朋友……

我想我在这里看到了一些香港人。

她们有时甚至自称朵拉或芬妮，

而这个英文名字……

即使在英国也已经过时了。

而且，我不知道，也许是我错了，

但我感觉在日本也出现了类似的情况。

直到最近，我一直是村上春树的忠实粉丝，

但当我读他的作品，

以及像川端康成这样的作家的作品时……

现在看来，川端康成似乎并没有脱离现实。

感觉就是这样。

他似乎真的，我不知道，就像……

就像，我读过很多遍《雪国》。

我仍然不太理解其中的大部分内容，

但我无法停止阅读，因为它太美了。

读完之后，它仍然会留在你的脑海里。我想去体验他笔下描写的那些火车旅行。

我不知道它在哪里。

例如……比如我想去他文章里提到的

那些温泉。

但是读完村上春树的书后，我并不想做他书中写的任何事。

我仍然是……村上先生，

别误会，我仍然是您的粉丝。

确实有一些非常好的作品。

我不知道，这有点像，你知道，回顾过去，

你知道，甚至包括日本电影制作人。

我不得不说这句话。我知道我已经说过很多次了，

但也许没跟日本人说过。

小津安二郎的电影《东京物语》，

快到结尾的时候……我会剧透的，别担心……我会……对不起

，我不得不剧透了。 剧

透警告！

把……马上把故事的结局讲出来。

有一个……还有一个场景，

两个女孩在谈论生活，

然后那个年纪较小的女孩（

我忘了她的名字），那个……女演员。

那……年纪较大的那位是原节子，对吧？

她们正在交谈，然后小女孩说：「

人生只有这些吗？」

然后，就在那一刻，你从远处看到

火车驶来。

我不是日本人，我和日本没有任何联系，

但是因为我感觉小津安二郎与精神如此紧密相连，

我……

我，甚至我，都会被感动。

总之，我指的是盒子

及其副作用。

是的，断线了。这是一个很大的问题：

与过去脱节，

与自然脱节。但你看，

100年前，1000年前，

日本人透过「静坐」来解决

这种与世隔绝的问题。

当你「只是坐著」的时候，你也与他人连结。

是的，还有一点，负面影响……负面影响

是感觉被困住了。

而且还有很多矛盾的想法，例如…

想要逃离群体，逃离

俱乐部，但同时又想要

归属某个群体或某个人。

你知道，我想这应该

叫做浪漫吧？这就是浪漫：既想逃离，又想

归属——在一起。无论是

与一个国家，或是与，我不知道，

一个人。

没关系。是的！然后，便是躁动不安。

还记得我之前说过我们有很多选择吗？

我们面临的选择实在太多了。

哦，我的天啊！即使只有

7-Eleven便利商店，选择也太多了！

但

我们仍然感到被疏离。即便有这么多选择，我们仍然感到疏离。我们到底怎么了？是的，当然，过度刺激也会导致这种情况。

这些是盒子……

你知道，就是那种东西……这些是……我还在说盒子。好的，最后

一个。这很重要。敏感的……既敏感又麻木。

我感觉它很快就要在日本流行起来了。这将会非常考验我们……我的意思是，这将会……

我不知道，这会考验我们

。你知道，就这两个人，你知道，敏感和不敏感之间的关系真是太

复杂了。有时候，我也不知道为什么，例如

你不喜欢太敏感的人，或是不喜欢太不敏感的人……你不喜欢

他们。我不知道，这太复杂了。有时候，你知道，你希望你的伴侣像

一只孤独的宠物狗。你的……你的宠物狗，它摇著尾巴，总是跳到你身上

。有时候，我们确实希望它们像煮熟的蔬菜一样。这太复杂了。好的，让我们回到《心经》。

所以，如我所说，《心经》中有四个需要

我们应该如何超越？」「我们应该如何跳出框架？」

我们需要超越四个框架。我们该如何做到这一点？观世音菩萨

给了我们

四个结论：

[藏传佛教的]色即

空，空即色，色即空，空即色。

我们……你知道，你不可能，你知道，

讨论所有的事情，但

我正在想我们应该选择哪一个。

好的。佛陀的几乎所有教义

看起来都像是自相矛盾的

。你知道为什么吗？

因为我们必须…

好吧，记得这里有个盒子，盒子，盒子。

你知道，大箱子里面还有一个箱子，里面还有一个箱子……所以总共四个箱子，对

吧？

所以我们需要说：

「让我们跳脱这个固有

我讲得这么专业，但现在你只需要听我说完这些。好了，我会慢慢地把我要说的话都说完，然后再让你们提问。

因为我们不该谈这么久。否则这会

太无聊，也太……你知道，就像……

你永远不会去学习佛教教义。好的。现在，为了解释

这四件事，

让我们回到不丹提出的问题：

这就变成了一个盒子。

然后我会说：「你需要明白，你人生的意义在于明白人生没有意义。」是的。然后你可能会说：「好的，我明白了！」

这有点难，因为，你看，特别是如果你还停留在

第一个盒子里，

第二个盒子的理论就很难理解

。第三点，我将更多地讨论「目的」的含义是什么？你所说的「生命」指的是什么？

你知道我的意思？就像人生一样，人生的目的是什么？生命是什么？什么是

你基本上……需要超越。你需要摆脱这种……这种……认为你拥有生命，所以你就有人生意义的想法。但紧接

著就是第四个。我并不是说没有生命，因为生命本身也是一个盒子。总之，为了更简化

我刚才所说的所有这些陈述，使用

“色即空，空即色”这个词，你知道，这四句话，当佛教徒……当佛教徒说“色即空”时，当然

……显然，我们并没有否定一些显而易见的事情。我们更担心你误

所以如果你仔细观察，你会发现这两句话

好的，你现在正在照镜子。镜子里

有一张脸：你的脸。

实际上，你的脸并没有出现在那里。

那是一种「形式是空的」说法。

但在镜子里，镜子里的那个人，却完好无损。你知道，那里什么都有；

什么都没缺。此反射功能仍然存在。这就是我们所说的「空即是形」。而这种空性和形式，它们之间……

它们不像两个实体。所以，

后面的两句话是：「空性不

异于色，色不异于空性。」《

心经》的结论是，

身分的基础—自我，完全是一种幻觉。

现在，我说它是一种错觉，

并不意味着它不存在。

它还能用。

所以，如果我们能够真正理解这是情报……

不仅是在理智上，而且是在情感上，也是在习惯上，那么我们就摆脱所有的束缚。举个大概的例子，例如你在看电影的时候。你会

沉浸在故事中，

你可能会感到悲伤，可能会感到兴奋，

可能会大笑，但你始终也知道，这一切

并不存在。

所以这就是为什么你可以随时暂停、

倒带、快转的原因

好的，以上只是一个非常简短的[总结]。我希望……我的

目的其实是

想让你们真正欣赏《心经》。它如此切题，

而且在今天比以往任何时候都更加切题！因此，有时它也被称为消除一切痛苦的陀罗尼。好的，如果有什么问题的话。好的。[问] 谢谢您今天的演讲以及您所说的一切。我之前问的很多问题

你都已经回答过了，

但我想知道，当一个

修行者，即使是很差的修行者，看到

那些陷入痛苦循环中的人，把他们当作娱乐消遣，而你想向他们展示佛法时，你会怎么想

？也许你会觉得他们需要佛法，但

你有时会这样做吗？例如把佛法融入一些吸引人的事物中，让

人们以一种新颖或吸引人的方式接触佛法教义

？

？

[A] 是的，一切巧妙的方法都可以运用，包括甚至不与他们交谈。

[Q] 好的，所以，设置陷阱的想法是为了…那个。啊，抱歉……

最后，当你遇到不想要佛法，但你认为他们需要佛法的人时，你会怎么做？谢谢。

[A]

还有其他问题吗？是的？[Q: 翻译] 啊，好的。据

我所知，她能看到其他人过去的

生活，

以及当他们想要再次经历此生时，她实际上可以看到——我不确定我是否理解正确——她可以看到那个人正在经历怎样的生活，

这种观念或许与佛教的轮回观念略有不同，

所以她想听听仁波切的反应。

[问] 是的，是的，因为我是一名催眠师，

当我催眠客户时，客户

我听不见你。

嗯，我想……但我只回答这个

问题。好的。对佛教徒来说，这一切其实不是……而是……我应该告诉你这一点，是的。

我认为这其实又是事情的一部分。我认为

你知道，像轮回转世、佛教徒相信轮回转世、佛教徒相信业力这类问题，作为佛教认同，其实是后来才出现的。这就好比，你知道

，如果你教数学，你知道，像除法这样的简单数学，它就在那里。

你不用……那不是主要内容。

所以可以说佛教徒

会接受这些说法，

但佛教徒绝对不会接受轮回转世

是

终极真理，绝对不会。还有因果报应；永远不要将其视为最终真理。

回到我们的主题，

对佛教来说，轮回、业力，

这些都是同一个范畴。

如果你问他们，

相信轮回转世和

相信因果报应是好事吗？

他们会说：「是啊，这是一种很有用的信念，你应该持有这种信念。

」

好的，情况是这样的。好吧

，如果你问一个佛教徒，他会

怎么说…我不相信轮回；我不相信因果报应。因为……佛教徒会认为这是一个要复杂得多的问题。

它简直就像一口棺材。相信因果报应，相信轮回，就像纸盒。[翻译] 哪个盒子？

【仁波切】纸盒。

易于破坏。

虚无主义……

因为如果你不相信

轮回，如果你不相信因果报应，那

你基本上就落入了虚无主义的窠臼。

对了，我突然想起

我一直想问这个问题，

日文「轮回」怎么说？

[翻译] Umarekawari [生まれ変わり]。「Umare」的意思是出生，

[即将]出生。「Kawari」的意思是变化。

这是一个新词还是一个经典词汇？

因为我知道……它用

中文怎么说？

这意味著什么？

我这么问是因为，你知道，我们的语言也深受其影响。

再说回我的不丹同胞们…我的不丹

同胞们。你知道，每个人……有时候我的不丹同胞，特别是受过教育的不丹同胞，

有时会让我很生气

。他们用一种工具来解释佛教……一种

英国式的工具，殖民工具。那它就行不通了。我的意思是，这或许可行，但太复杂了。我给你举个例子。「轮回」这个词，这个英文单字似乎带有灵魂

从鸡变成蝴蝶，从蝴蝶变成鱼等等的意思。

佛教徒不相信灵魂的存在。

所以当不丹人问起「转世」这个词时，我必须非常小心。但许多不丹菁英都曾在基督教学校就读。所以当他们的提问时，他们使用的是基督教的语言

和基督教的思考方式。

这让我很

恼火。

佛法中的「转世」一词，藏语

是「yangsi」。那……那非常复杂。在英语中，「yangsi」充其量与连续性有关。

假设今天一个

现代日本人，一个受过科学教育的日本人犯了罪。明天警察就会抓住他。他上法庭了。

现代日本科学家能说：「你知道吗，

昨天的我和昨天的我不一样了？」「我

是…今天的我，我

很单纯。」这是不可能的。从科学角度来说，这是可能的；但在人类世界里，

这是不可能实现的。

记得，我……我……我要把这句非常重要的名言分享给大家。这是来自月称颂（

Chandrakirti）的

佛教徒的目的是

累积很多

善业。」所以请听我说…请听

这句话

。月称提说：「如果你是个傻瓜，你就会做坏事，然后下地狱。」「如果

所以实际上，佛教的修行方式并不是纠结于恶业，而是把积累

是的，这都和我们一直在讨论的内容有关。好的，还有几个问题，那么，请哪位拿著麦克风的人提问。

[问] 谢谢仁波切。关于您提到的第一个方框，我有一个问题：

那么，这种所谓的愿望或菩提心，是否也被框定在某种模式之中呢？

谢谢。[A] 我会尽量简短地回答。大乘佛教中的愿望，当你超越时，就变成了完美的愿望，

再次：gate gate paragate parasamgate。只有到那时，它才能成为真正的愿望。否则，那就是一种束缚。

好的，最后一个。是的

。

[问] 谢谢仁波切。时隔七年，能在东京再次见到你，我感到非常荣幸。感谢您的教导。我可以请求Arya Achala的传输吗？我可以请求Arya Achala的传输吗？ [A] 好的。我们可以……我们可以交换一下

[问] 好的，

谢谢仁波切。好的，最后一个问题。 哦，一、二、三，

然后就结束了。好的。问：仁波切，佛法的存续对于菩萨实现解脱一切众生的愿望是否必要？或者，就像你刚才说的那样，这仍然是某种被

束缚的东西吗？ [A] 你知道，渴望

解脱一切众生，其实很大程度上属于超越的范畴。好的？

[问]

谢谢仁波切。

【翻译】仁波切，我不太确定我是否理解正确。你谈到色即是空，

空即是色，

然后还有

这就是他……他想让仁波切举个例子。 - 当谈到… - 感觉、感知。感觉如何？ - 是的

，感觉，感知。

[A] 是的，是的，是的

。这是一个重要的问题。是的，你知道，在巴德……佛教徒们，你知道，这是另一个角度，好吗？佛教徒说…想想看，每当我们想到自己、我、我的时候，我们想到的其实是四件事：身体、感觉、心智，

它是什么？参考资料，我们姑且称之为参考资料。在这四者之中，身体是最粗糙的、有形的、可测量的。所以我

认为，就这方面

而言，我们已经有了相当不错的

研究。 你是对的

；

当它触及感觉和思想时，研究就更少了。几乎没有。 最后，最难的就是最后一个了

。它基本上就像一个参考资料。 这是一个重要的问题。我希望，你知道，我希望

你能保留这个问题。这个问题的答案其实需要对

佛教进行大量的研究。而这正是佛教盛行的地方；

佛教真的很好。当你深入探究感受、思想和参照物时，你会发现佛教的丰富之处就在于此。我觉得这次

我做不到。是的。问：仁波切，感谢您给予的宝贵教诲。

我恳请您赐给我们《心经》的口传，并加持我们，使我们能够真正理解它？好的，我就说到这里吧。

谢谢。还有什么？对，就是这样，对吧？还有一个？可以吗？好的。

好的，那我们就……抱歉……这次就到此为止吧。我真的非常高兴能与大家建立这样的连结。你知道，很少人

花时间

、金钱

和精力去讨论这些事情。

所以我打算用藏文阅读《心经》。