

The Ornament of the Mahayana Sutras Year 2

宗萨蒋杨钦哲仁波切

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第一部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=jeEs7YMIld8Q>

[笑声]

[音乐]

我又来了。

[音乐]

对于那些可能放

错地方的人，

你们听到了吗？是的，对于那些

新来的人，我只想告诉你们，我们

选择这篇由迈克·雷亚（Mike Rhea）撰写的文本。

我不知道，但我们

甚至应该称它为“书写”，因为“

书写”这个概念是如此人性化，

如此平凡。哦，教授，

您在这里，这可不好，

我会紧张的。

但无论如何，这是一篇非常重要的文本，

在藏传佛教研究

传统中，它是最

重要的文本之一。它位于挪威（Norway）之下。我们

将逐字逐句地学习每个标准。我

认为逐字逐句地教授标准

是一种非常古老的印度传统，

后来被藏传佛教所吸收。

当然，我认为，如果你有时间，如果

你有意愿，它肯定有

其自身的价值和意义。但对

我们许多人来说，这可能也不是那么

必要。嗯，我不知道，我不应该

说不必要，但也许

对我们大多数人来说，了解一个

大致的框架很重要。如果你有

一些……我不知道 如果

你受到启发，或许可以

深入研究一下。

我得告诉你，这是大乘经典，

是一部论著，换句话说，
它是对佛陀教义的注释。
但我还是要说，
你们很多人以前也听我说过，
文化、语言和
传统一直在重复地扭曲
佛陀的智慧。这很
不幸，但就
像水一样，我们无路可逃。我们是人，
作为人，你知道我们
并不那么好。我们可能自认为很好，
但其实不然。我们破坏了
我们的世界，我们根本没有做出任何贡献。
我甚至不应该说，一点贡献都没有。
就连蜜蜂都比我们做得好得多。
我们不仅没有贡献，反而
系统性地破坏。我们如此渴望，或许自
以为很
老练，但我们拥有太多模糊的
工具，比如语言。我们的语言
实际上非常模糊，充满了
假设和
概括。我知道很多人
会鄙视概括，但那只是……
我们说话和思考的唯一方式就是
我们无法
避免概括，有些人可能比其他人做得更多一些，仅此而已。
这始终是个问题，我
说这是个问题，因为文化、
语言、传统通常都很有
吸引力，而且它们也触手可及，可以
说是可以实现的，可以
拍照的，我不知道，它们很引人注目，它们很非凡。然而，在
佛陀的智慧或教义中，在
经文和论典中教导的真理，
真正的、绝对的教义，
它们不是可以拍照的，也不是
可以想象的。但是你看，即使

我说，即使我说
真理是不可思议的，是无法想象的，
我们也会立刻
想到，哦，神圣的，神秘的，神话般的，
我们
无法控制，我们必须这样归类。
哦，所以我们现在要说的是，
佛陀的教义，佛陀的智慧，
是神秘的，
神话般的，超越我们自身的，
最终我们却把它归类到
超自然
力量、神圣之类的范畴里。我不了解
舞蹈和牙科之类的东西，但
如果你有足够的时间和精力
去深入研究
像《佛经》这样的关于正义的经典，你就会明白
佛陀教导的真理其实非常
简单，简单到
我们怎么会错过呢？
这简直令人难以置信。但
你知道，就像我说的，我们并不那么优秀，也不那么
聪明，
我们只是创造了语言，创造了
价值观，然后又深陷其中。
我说这有点不幸，
也挺令人难过的，因为我
知道这件事突然出现在我的脑海里。
比如，我
昨晚刚跟一群
朋友说过，侘寂的概念
深深植根
于佛陀的智慧，但你
知道吗，现在大多数年轻
一代的日本人，即使
侘寂的概念起源于其他地方，也
已经被各种方式扭曲和篡改了。
所以，只有像

山本恩佐或三宅一生这样的艺术家，
你才会想到……
说到侘寂，你会想到三宅
一生，或者其他什么
时装设计师？或者，如果你
心情好一点，想到
侘寂，你会想到
日式插花，或者一家
消费极低的日式餐厅？你是
不是也想到了侘寂？这真让人难过，因为
我们在这里谈论的是“不完美也是
一种美”，这是
侘寂的要素之一，不是吗？不完美之
美，事物本身就是不
完美的，你知道，有些东西是不
完美的，比如桌上揉皱的
餐巾纸，如果你懂得
欣赏它，它也很美，美得
令人难以置信。这种美
其实深深植根于一些经典文献中，
但这种智慧失传了，
现在人们只用一种残缺的技法来诠释它，甚至
佛教也不例外。侘寂的另一个要素是“
短暂之美”，对吧？
任何短暂的事物都是
美的，比如……你知道
樱花季是什么吗？它叫什么？
樱花季是什么时候？
想象一下，一年四季都有樱花盛开，
没人会特意去赏花，
但仅仅因为花期只有短短
十天，就显得如此美丽，如此短暂。
这
深深植根于佛教的
无常哲学。但如今，当
我们谈论佛教时，我认为像
我这样的老师也难辞其咎。佛教一旦被
教授，或者说，一旦被付诸

实践，就会
立刻让人联想到那些
阴郁黑暗的佛教徒，他们
谈论死亡，谈论
无常，告诉你不要
享受生活，让你去
山洞隐居，剃光头，甚至连“
坐下”这样简单的事情都让你做，你试试
跟一个孩子或青少年说“坐下”，
他们最不想做的就是
坐下。但佛教徒就是这样做的，所以
青少年长大后
会想：哦，佛教意味着我不能
吃肉，
不能喝酒，还要坐下，
这是我最不想做的事情。
这就是为什么文化……传统和
语言劫持佛教真是太
不幸了，你知道，我们正在失去
很多东西。这部经文与现在息息相关，
我的意思是，在这个时代。是的，语言可能很
古老，你知道，我们
谈论的是公元6世纪的僧伽，
我指的是公元4
世纪，我们谈论的是公元
4世纪的经文。所以，是的，
有些例子，你知道，
比如类比，也许还有蛋糕，你知道，
古老，而且非常印度。这里有很多
莲花，卢尔德的
装饰物，你知道，阿拉姆卡拉，
印度人喜欢装饰物。我听说，仅
泰米尔纳德邦就有700种
不同的鼻环。所以，你知道，华丽的
辞藻，你明白的。所以，
你知道，我不想让你们被
这些吓到，因为
你知道，这就是过去的样子，它

来自印度。但在所有这些之下，蕴含着许多智慧，其中一些比以往任何时候都更具现实意义。

我读到的，我相信你们中的一些人也读过，哪些城市……有些书里有人这么说，很多科学家和思想家也这么说，你知道，世界上的传统挑战已经不复存在了，或者即使存在，也微乎其微了。比如，新加坡不必太担心马来西亚人入侵新加坡。你知道，在战争时期，情况就是这样。以前，你知道，你不能确定有人会入侵你，占领你。差不多就是这样。我并不是说人们一定变得爱好和平了，我不是说人们只是变得更加自私，更加世俗，更加……

你知道，战争的危险在于，如果两个国家之间发生战争，许多人会遭受损失，许多人会错过《权力的游戏》的剧集。谁想那样呢？我们得追剧，那可有的是乐趣。

然后，我们听说鲑鱼曾经是最大的问题之一，我相信地球上肯定还有一些地方存在鲑鱼泛滥的问题。虽然有人饿死，但总的来说，即使在尼泊尔，你也能喝到新西兰的奇异果汁，甚至在池塘里也能吃到

新加坡的产品。

但瘟疫是另一个我们曾经面临

巨大问题的问题，

但你知道吗？像欧洲那样，曾经有

数百万人死于瘟疫，而

现在情况已经大不相同了，医疗系统有了

很大的改进，

科学进步令人惊叹。但

现在人们知道，现代思想家们

认为，我们20世纪、21世纪

和22世纪的问题是

身份认同问题，紧张局势依然存在，

新闻业也依然存在，而且……

嗯，我想这叫做

德国人所说的“我们是谁？我是谁？

我在这里做什么？

为什么我……”你知道，就像

现有的身份认同外壳一样。

我认为这一点非常非常明显，即使

你去

购物中心，你也会发现几乎所有东西都

与身份认同有关，

兄弟，染发、

发型、口红颜色，甚至

闪亮的鞋子，一切都

与身份认同有关。这太

讽刺了，太矛盾了，因为

人类渴望与众不同，

每个人都想要特殊的颜色、

特殊的形状、特殊的剪裁，但同时

人类又害怕

与众不同。而且，大家的穿着或多或少都很

无聊。很抱歉

这么说，但你知道，T恤就是T恤的

翻版，

没什么特别的。你去任何一个部门，都会发现

每个人都在做同样的

事情。去

马拉喀什就感觉好多了，那里有人戴着
头巾，有人骑着骆驼出现，
这很
有意思，不是吗？
如果你在这里这样做，你
知道，很多亚洲人也有
斯德哥尔摩综合症，对吧？斯德哥尔摩
综合症，你必须符合某种
价值观，很多时候，这些价值观是
你的主人强加给你的。我应该说，
关于这个我就不说了，我之前没说。
你知道，有人
说，
这里的医疗系统非常好，
你甚至可以……
短时间内你或许真的
能活到300岁，但
你知道，更多的人选择自杀，因为
没人想活得那么
糟糕。你知道，这很痛苦，
一直知道这些事情真的很痛苦。
有时候，你有没有想过，
有时候，这张桌子，
这张桌子，我们羡慕这张桌子，这张桌子不用
考虑要付的账单，这张桌子
不用考虑，不用考虑
所有的事情。我和这张桌子很像，或者说，
你知道，远端不需要
制定计划，计划只是
计划的一种现象。你应该
想想，
如果你预约了下午5点的按摩，那现在真是太糟糕了。今天就到
下午5点为止了。你会
根据那种按摩手法来调整你的生活，
据说这种按摩手法可以
减轻你的压力，但这些微妙的
安排却让你倍感压力。
总之，身份认同将是我们

最大的问题。青少年已经开始
自残了，青少年不
知道，孩子们不知道你所知道的。
所以我认为这就是佛教
教义的意义所在，因为佛教教义从根本上讲
是关于身份认同的。
我的意思是，更
直接地说，是关于无身份认同的。这就是
佛教教义的本质。你
不需要纠缠于
身份认同的问题，
因为身份认同只是一种幻觉。
所以，如果
你想知道
为什么我们要在当今时代学习这些经典的
佛教典籍，
我想说的是，它具有非常
重要的意义，可能比以往任何时候都更加重要。
好，
我们先来谈谈身份认同，然后再讨论
这个问题。好，身份
认同，自我，我，这是什么？如果
我们真的认真分析，你会发现没有
任何有形的东西，比如
摄影作品、球体、实质或真实
存在的自然，对吗？
有时候真的找不到，那就是你的脚趾，那就是你
自己，当它不在某个地方的时候；
有时候是你的心；
有时候是你的感觉，我不知道；
有时候是概念，是
国家，我不知道。没有一个具体、
有形、真正存在的东西
可以称之为身份或自我。
同时，你也不能说它不存在，
它就在那里，它实际上是最
强大的东西。这个自我是驱动
力，欲望、需求以及由

这个自我创造的区分都在驱动着世界。所以这里存在一个悖论。你看，这里有个悖论。它存在，但又不存在；它不存在，但它又存在。这个悖论可以说说是佛教哲学的主要主题。你可以说，你可以深入探讨，你可以说，但如果你把它简化一下，你可以说佛教实际上是一门研究人生悖论的哲学。我现在用“悖论”这个词是为了便于理解，只是为了稍微说明一下，我认为更传统的方式是……用更传统的术语来说，就是非二元性，但为了方便交流，我们还是用“悖论”这个词。你看，它存在，但又不存在，它贯穿了整个佛教教义。事实上，这不仅仅是悖论。悖论听起来是这样的：哦，我们在谈论两件事，对吧？在佛教中，有时，我不知道，我们发明了英语单词“悖论”，它指的是两件事，有时是行动者，有时是行动者，在佛教中，有时会用到一些令人困惑的东西，有时是八，有时是十六，有时是二十四之类的。实际上，在经文和论著中都有提到这一点。例如，我举一个例子，对于那些非常熟悉大乘佛教经典《心经》的人来说，经文说“色即空”。佛陀是不是就此停止了一切，你知道，空性就结束了？好吧，结束了，然后就不好了。

紧接着，他又说，完全相反，“空即色”。你看，这就是悖论。所以，不仅仅是两种悖论，实际上，他必须教导第三种和第四种悖论，即“色即空”。空性并非我所说的形式之外的任何东西。这两个概念非常非常复杂，它们是一种诡辩，是一门非常复杂庞大的研究，大多数佛教哲学学生甚至都达不到那个程度。我不知道，总之，首先，一般人对佛教的印象是这样的：他们不吃肉，我想他们历史上一直奉行非暴力、和平的原则，大概就是这样，还不错，还行。然后，有些人稍微研究一下佛教，特别是大乘佛教，他们谈论的都是空性、无我，这就是大多数人对佛教的理解。这些人热爱和平，还是那些只研究空性、无我的人？他们只谈论前者，即形式即空性，大多数人根本不考虑后者，几乎没有

人考虑第三点。而第三点是什么？这本经典是什么？实际上，除了这本经典，《本草经》有五部重要的经典，这是其中之一，我的本草经。正如我之前所说，经文是对……的评注，而不是对……的评注。

不是第一个，而是第二个。

好的，

形式即空性，空性即形式。这

就是弥勒菩萨非常擅长

解释的地方。好的，现在回到根本，

坦白说，这一切到底有什么大不了的？它到底是什么？

对我来说，它有什么意义？如果你能理解

生命的悖论，如果你能理解

事物既存在又不存在，

你对它的态度，

你对既存在又不存在的事物的态度就会

改变。例如，

这个例子虽然被用滥了，但

我认为这是最好的例子。当你看到

彩虹时，你会做什么？哦，多么

美丽的彩虹！你不会拿着

电锯去把它锯掉，万一你

能留住它呢？

你不会。你会欣赏美丽的彩虹，

甚至可以自拍。但你也

知道它并不存在，它只是

暂时的。所有

因缘都存在，然后就有了

美丽的彩虹。不仅仅是电影《

权力的游戏》里的彩虹，我们也可以

订婚，如果我们能得到食物，当你的

英雄出现时。死了，我不知道任何人，

任何人都有可能被杀。

我从来没看过第一集以后的内容，因为

没时间，而且之后我甚至都不知道

谁是谁。总之，你知道，《

权力的游戏》很吸引人，非常

精彩，剧情也很精彩。好吧，如果

你膀胱不舒服，就暂停

去趟厕所。

即使你不能继续看下去，也

不要太在意，在这种情况下，这不算什么，反正只是一

部电影，你总能

追上进度。你知道那种感觉吗？如果你知道某样东西存在，但它又不存在，你对它的态度就会改变，就像彩虹一样，就像电影一样。好吧，这就是当你看到一切同时存在又不存在时发生的情况。记住这一点，如果你去像新加坡这样的百货商店，你知道，带着这种态度，带着这种态度，带着这种坚定的态度，你真的习惯了购物、育儿、育儿、购物、事业、养老金计划、房屋建造，它就会改变。你知道，当你看着彩虹，而你并没有拿着电锯去那里时，那就是你知道，这叫做解脱，因为彩虹象征着知识，象征着真理——它存在，但又不存在——它让你免于拿着电锯去寻找真理。所以，你在这篇文章中找到的信息非常重要，因为你知道，你必须记住，佛教比其他任何宗教都更强调智慧。我希望人们能告诉我，他们重视佛教徒。人们会说：“哦，他是个好佛教徒，他不吃肉，不喝酒，每天祈祷两个小时，他非常善良，他建造了很多医院，他到处捐款。”好吧，这就是我们通常的评价方式。我希望听到人们说：“哦，他是个好佛教徒，他四处走动，秉持着这样的态度：事物存在，但又不存在。”那将非常非常

好，非常非常好。

但是，以

这种方式评价佛教和佛教徒是很难的。正如我

所说，智慧无法被拍摄，

无法被想象，也并非多么了不起，

它是最好的。我们可以做的就是讨论

它，我们

现在正在做，好的。我相信我们

从第三章就开始讨论它了，是吗？

我们讲完了吗？好的，好的。

但是正如我所说，我们不会深入探讨

标准。好的，我

相信对于那些说

中文、读中文的人来说，这套教材（

Chester）已被翻译成中文，所以

有很多文件

支持这一点。如果你想进一步

探索，

好的，关于皈依，

也许英文单词“

refuge”并没有充分表达它的意思。

[音乐]

然后还有一点，正如我们

之前提到的，文化、

传统和习惯会

劫持真正的、

基本的教义或智慧，这种情况

经常发生，即使在皈依的例子中也是如此。

例如，最常见的问题之一是“

你皈依了吗？”，这是

我们经常被问到的问题。“你

必须皈依。”我们当然知道这

意味着什么，这有点

像佛教的洗礼。我

感觉人们就是这么想的，而

佛教大师们并没有真正

反对这一点，这是有充分理由的，

因为无论如何你都必须以某种方式开始。

大多数时候，人们
想到皈依，都会想到
某种仪式，
至少需要两个人，一个给予
皈依者，一个接受皈依者。
我想在你的想象中，它还
包含某种誓言，就像某种
登记，比如“我发誓，
我要这样做”。这就是我
不喜欢“
皈依”这个词的原因，因为它确实反映了
等级制度，这
与佛教
最重要的教义之一——“
你
是你自己的主人，
谁
是你的主人，等等”——有些矛盾。
所以，我们现在会用到“皈依”这个词，
但我只想告诉
你，它并不是最常用的。
我们记得这个
词是什么？对吧？（抓住我，教授）
当然，在巴利语和梵语中都是这样，对吧？（抓住我，我
喜欢这个词）
这很重要，
因为这基本上就是这
部分所说的。仪式有助于
鞠躬，斩断细胞。了解
你的头发，得到一个名字，
所有这些都对我们这些喜欢
这类东西的人有所帮助，有形的东西，可怕的有形的、可
拍照的东西，
我们喜欢这些东西。所以，无论如何，我们将
使用“皈依”这个词。什么会触发你
皈依？
主要是三种。好的，一般来说，三种会
引发恐惧、敬畏和

同情。嗯，说到
恐惧，我们有很多种恐惧。为了
便于
理解，我会把它称为
幼儿园级别的恐惧，
我不知道还有高中级别的恐惧，
我不知道还有
最高级别的恐惧，最高或
最深刻的恐惧。所以，
在花园级别的恐惧更进一步。
好的，我们会皈依某些东西，你
知道，比如说，哦，你害怕，
你知道，害怕被
雨淋湿，所以你躲在
伞下。就像这样，你害怕
地狱，所以你想皈依，
把佛法僧伽从神那里驱逐出去。
哦，天哪，迪恩，哦，你有健康问题，
你有财富问题，你有
人际关系问题，你害怕
你会失去
你。不认识朋友或家人，
这种恐惧我们称之为幼儿园
级别的恐惧。
在佛教世界，数以百万计的人
因为这种恐惧而皈依佛法僧伽。我非常肯定，
在不丹、缅甸、
老挝的某个地方，像
农民、商人这样的人，也
因为这种恐惧而皈依佛法僧伽。
正如我所说，我
并不是在轻视这种恐惧，
即使我不得不使用这种
贬义的、类似
幼儿园级别的恐惧。事实上，
许多上师，我的意思是所有上师
都会鼓励这种恐惧。是的，目前这种
恐惧非常浅薄、短视，是

幼儿园级别的恐惧。但是，因为
他们所皈依的对象
是至高无上的、完美的，
无论如何，这个对象
会教会他们拥有更好的
恐惧，你明白吗？就是那种
态度。好的，这是第一种恐惧。
接下来是中学或
高中级别的恐惧，这
其实很有意思，那就是对
轮回的恐惧。我真的受够了，
你知道，这种
循环往复的存在。我受够了，我受够了
执着于自我，它
产生了如此多的情绪。我被
这些情绪纠缠不清，然后我基于这些情绪采取行动，而
这种行动又导致更多的思考和
反应，我越陷越深，
痛苦不堪，如此循环往复。
然后是轮回的概念，
所有这些，所以我受苦，我真的
害怕痛苦的根源和
结果。我不想，
我不想，我不想
这个
循环往复的存在中兜圈子。我害怕这个
循环往复的存在。这是第二
层恐惧，它非常复杂。而
最高层的恐惧
不仅害怕轮回，而且
为了方便沟通，也
害怕涅槃，因为
非二元性。记住，悖论二。现在我们
讨论的是
最高层的悖论，因为当你
真正达到，当你对事物有了更深刻的
理解时，就像
彩虹一样。

它既是轮回，又是涅槃。涅槃既是
涅槃，又是某种实体。
它存在，又不存在。所以，当它存在时我们感到
恐惧，当它
不存在时我们感到快乐；或者当它不存在时我们感到恐惧，
当它存在时我们感到快乐。这
两种状态都只是一场游戏，
这种二元性太荒谬了。
我们被这种二元性的
游戏所纠缠。这就是最大的
恐惧。好的，这就是能量层面。
记住，我谈的是
皈依，皈依有三种，
恐惧和敬畏。
敬畏也有三个层次，但我
不会详细讲解。基本上，
在大乘佛教中，最终的敬畏是对
非二元性的圆满。如果你能
以
非二元性的视角理解世界，你就能获得解脱，
从
二元性的纠缠中解脱出来。这是我们
真正可以敬畏的，这是如此
令人敬畏的，因为这就是它将带给
我的解脱。
所以，这主要是……我们
现在讨论的是，慈悲
在大乘佛教中是一种非常独特的品质，
这也是大乘经典所教导的：
对一切
有情众生的慈悲，
皈依佛法僧伽，
当然不是为了个人的解脱，也绝不是为了
个人的利益或快乐，而是
为了一切
有情众生的解脱，从什么解脱出来？从二元
对立现象的纠缠中解脱出来。这使得
菩萨的皈依显得非常独特。

你休息了10分钟。

[音乐]

[音乐]

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第三部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=nvYxQU1vuDE>

【笑声】【音乐】

我们之前谈到皈依的不同层次——不同类别的恐惧、不同类别的动机等等——这似乎在暗示，这个体系里可能存在某种层级，某种阶梯。不知道，但不同的众生有不同的位置。所以这一章，藏文里叫"日"，但它有很多梵文对应词，我先给你们一个整体概念。我觉得"日"这个词可以翻译成……类型，也许？也许可以理解成一种类型、一个家族、一个物种。物种、家族——就像老虎属于猫科，对吧？猫科。还有某些动物属于某种类型，某种……族群。在大乘经典里，对这个"族"有相当深入的研究，这可能也和印度的思想有关。印度有一种根深蒂固的观念，一直延续到现在，就是关于种姓的观念，可能和这里说的"族"有点关联。比如你属于鞋匠种姓，我属于糕点师种姓，就是这样。事实上在印度某些灵性体系中，种姓职责被认为是非常神圣、非常特别的，这是一整套东西。

有一部经典叫《薄伽梵歌》，非常美、非常深刻。整个《薄伽梵歌》——"主之歌"，克里希那神的歌——它发生在一场战役刚开始之前，就在战场边缘，是一部叫《摩诃婆罗多》的超长史诗的一部分。我不是很确定，很多细节我都忘了。总之，故事讲的是五兄弟与他们的堂兄弟之间的战争，五兄弟是一方，他们的堂兄弟是另一方。其中有一位了不起的战士叫阿周那，他正要张弓射箭，去杀他的敌人——而那些敌人恰恰是他的堂兄弟，不仅是堂兄弟，还有他的上师，基本上都是同一家。这也不能太字面理解，因为《摩诃婆罗多》和《薄伽梵歌》非常特别、极为深刻，里面有大量的隐喻教义。不管怎样，当他意识到对面都是他的亲人，他崩溃了，说：我不会为了一个区区王国去做这种事，为了我的王位——这太世俗了，王国和王位太世俗了，我为什么要为了这个杀死自己的家人？

就在那一刻，他的战车驾驶员克里希那——非常重要的一个角色，神，或者你想怎么称呼他——给了他这些被称为《薄伽梵歌》的教义。克里希那对阿周那说：你在用婆罗门的方式思考——婆罗门据说是最高种姓——但无论如何，克里希那说：你是一名战士，你应该履行你的战士职责，这是你的本分。你，一个战士，却像隐士、像僧侣那样思考，那不是你的职责。也许那是婆罗门的职责，我不知道。总之，他的意思是：你的种姓是战士，作为战士，你要履行你的种姓职责；就算你做得不够好，那也比你换个身份、然后把另一件事做得很好要强。等等等等，这是一个非常大的议题。

我认为，后来——像往常一样——我们人类会走向腐化，我们曲解了，东扯一下、西拉一下。但我认为，那个种姓制度……他们叫它 sevarna，我想是 sevarna……种姓制度当然被滥用了。婆罗门认为自己高高在上，然后告诉首陀罗——不可接触者……其实"不可接触者"甚至不在种姓之内。我想，在这样的地方，像我这样的人，还有你们大多数人，我们是不可接触者——我们甚至没有资格进入这套职责体系，在这个种姓系统里根本算不上什么。不管怎样，这是一件大事，是印度一个非常非常古老的文化传统。

现在，释迦牟尼佛，乔达摩佛，还有马哈威尔——马哈威尔，另一位伟大的印度人，可以称他为圣人、学者、了不起的思想家，一位发现者——佛陀，一直以来被视为一个废除种姓制度的人，一个真正反对种姓制度的人。他在印度，很可能是最早，甚至是最早明确说出"没有什么造物主神，没有什么全能力量在外面主宰一切，是你自己的心在做这一切，在创造这个世界"的人。这是一件非常革命性的事。你要记住，那是两千五百年前。我是说，现在……有无神论者、科学家、自由思想者走在大街上，这也许已经没什么特别的了，但在那个年代，

说这样的话是非常了不起的。

这是他说的话之一。另一件事，也可能正是这件事让他陷入麻烦——他真的在反对种姓制度，说没有什么高种姓低种姓。当然，家族传承是一回事，你出生在什么家庭就做那个家庭的事：如果你生在王族，就履行王族的职责；如果你是战士，就做战士的事。其实，即使看佛陀的一生，有一个事实本身就很有意思——尽管他是战士种姓，但这甚至在那时候都不算最高的，那是第二等的，经典里说婆罗门是最高的。总之，他出生在一个王族、武士家庭，却决定出家，这和他的种姓职责是相悖的——出家应该是婆罗门的事，也许。

他的教义对印度有极其深远的影响，而这种影响一直延续至今——尽管印度是佛陀的诞生地，佛法在那里却长期没有真正繁荣，这种情况已经持续了很长时间，不是最近的事。印度很可能在一千多年前就失去了佛教的大部分根基。反倒是中国，真的、真的全心接纳了佛教，修行佛法，支持佛法的思想与体系。如果你数一数印度历史上信佛的皇帝和国王，可能勉强凑出二十五个；而在中国，可能超过两百个——差别相当大。

不管怎样，说了这些，把这些作为背景知识放在心里。现在我们还是在谈这个“族”的问题，这一章讲的是族群、种姓，或者“日护”，也就是物种——这可能是你最容易理解的说法。

好，在大乘里，他们谈到两种族。一种是先天的族，另一种是可以进步、可以培育的族。先天的族，我们今早已经谈过了——根据佛教，尤其是大乘佛教，我们所有人都具有佛性，所以我们都属于佛陀的族。你看到这往哪里走了吗？因为这几乎像是在对那些“你属于高种姓、你属于低种姓”的说法宣战——不是那样的，每一个人都有佛性。我们谈过的那些内容，等等等等，都是这个意思。

但这带来了几个问题。好，我们所有人——蝴蝶、狗、凶残的动物、慈悲的老师……【音乐】……极其残忍的屠夫……每一个人都有佛性。每一个人都有佛性。而且根据这些经典，这个佛性是完整无缺的，没有任何东西会消失。一个人可以世代代做屠夫、杀手、大屠杀者，经历数十亿劫，但这个佛性的品质从来不会受到丝毫损伤——这是那些经典要说的。

但是，这有点复杂——我们大多数人并不知道这个潜能的存在，不知道这个族群，这个物种，这个……这个元素的存在。实际上我觉得很多译者喜欢把它译为“元素”，我也喜欢这个译法——这个元素我们都有，但大多数人不知道，所以感觉上我们好像根本没有这个潜能。事实上，在唯识学派——慈氏学派——的某些论师中，甚至有些人似乎在说，有些种类的众生是没有佛性的，这听起来挺令人沮丧的。但我认为这是极少数观点，他们真正指向的是那些完全忘失、对此毫无所知的人——没有认知，好，让我带你们走过这个，这有点复杂。

现在，你不是佛教徒，你没有大乘的知识，你从来没听说过什么是佛性。不仅是这一世，也许过去世甚至更早以前，你都没有听过。但作为一个众生，尤其作为一个人，这件事就变得有点重要了。作为一个人，你经历了一生：你想要在学校取得好成绩，你做到了；有了好成绩，你想要找一份好工作，不知怎地你也做到了；然后你有了好房子，你想要的一切都有了。现在你快四十或四十五岁了，你开始觉得：就这些了吗？这就是生活？像弥勒这样的论师会说：这种空落落的感觉、这种莫名的不安，就是你的元素在召唤。这被认为是非常非常珍贵的。还有其他伟大的老师，比如丘扬创巴仁波切——他是最伟大的老师之一——他称之为“真正的悲哀之心”，是的，我觉得他创造了这个词：真正的悲哀之心。

我再给你们一些其他的迹象。一个，好，你在撒哈拉沙漠中间开车，四周没有人，然后不知怎地，在夏天的正中，你看到一公斤黄金放在那里。没有任何人，没有人监视，没有摄像头，什么都没有。而且这也很重要——你的父母是完全唯物主义的，“拣到就是赚到”——就是这样的教育方式，你就是在这种环境下长大的，“拣到就是赚到”。道德不是个大问题——当然你遇到红灯会停，因为你不想被撞死，除此之外就无所谓了。好，现在你

在沙漠里开车，你看到这块黄金……你应该拿它吗？

你明白我的意思了。如果你感到有那么一点点不自在……好，假设你真的需要，所以你拿了，但你心里可能觉得：我也许不该这么做……你明白那种不安的感觉吗？这也是元素在召唤你，这个人类基本善性在召唤你。这些是我给你们举的非常粗浅的比喻，只是为了帮助你们理解，实际上有比这复杂得多、重要得多的迹象和征兆。

在上座部传统里，我认为他们谈到“对做错事的恐惧”和“羞耻心”，摩萨和他姆——这就像是害怕做错事、羞耻心，或者说，你不想做那些你如果被人这样对待会不喜欢的事，所以你自己作为参照点，去帮助他人，或者至少不伤害他人——这些都是人类基本善性的良好迹象。

好，所以，我们还在谈元素。基于这一点，现在有些人，某些种类，某些物种，某类人，从很小的时候就……我觉得也许我在这里有点过度延伸——【音乐】——有一种同理心，不希望他人感受到那种痛苦，那种如果发生在你身上你也会有的痛苦；然后真诚地渴望找到一个解决方案，能够从这种痛苦和折磨中解脱出来，不仅仅是为了自己……是的，我正试图准确地解释为什么这里看上去有一种层级，但我们……

今天早上我们谈到，有些人有幼儿园级别的恐惧，为什么会这样？所以有两件事。第一是天生的元素——天生的、基本的、根本性的元素，我们每个人都有，没有谁的元素比别人更好，也没有谁的元素比别人更差。但现在我们在谈第二种元素，它是建立在第一种元素之上的，或者说，基于第一种——“元素”是最好的词——基于第一种元素，我们实际上有更多的……【音乐】……倾向性。这就是为什么佛教徒在世俗层面上也会谈到转世、业力、善业，诸如此类，而且这真的一路延伸到了大乘的层面。

举个例子，大乘——甚至是空性的教法。我记得是舍利弗——舍利弗问释迦牟尼：应该向谁传授空性这样的课题？你知道，人们会以为，因为空性的教法如此有逻辑、如此具有推演性，又有大量的解构方法，人们会以为佛陀会说：传给那些智识上更有取向的人，聪明的人，受过教育的人，爱思考的人，每天善于分析的人。但他从来没这么说。他说：你应该把空性传给那些一听到“空性”这个名字就起鸡皮疙瘩、眼里含泪、莫名向往的人——即便这不合逻辑，你知道，空性是个相当宏大的主题，“无眼耳鼻舌身意”，这不是那，那不是这……但如果你感觉“哇，这太诗意了，这太……这莫名其妙地让我感觉很对，以一种很不合逻辑的方式让我觉得有道理”——就是这样的人，才应该传授空性。因为这样的人拥有那种渐进式的元素。所以这基本上就是我所说的——基于这种渐进式的元素，我们也谈到了乘，各种乘。

所以正因为这个……你知道，很多很多宗教其实非常实用、非常简单，这很好。你知道，如果我有那种权威——比如说佛教那种权威——我真的很想把它简化成这样。但佛教不是这样的，它太复杂了。就算你只读一部《楞伽经》，读开头部分、中间部分、结尾部分，它们彼此之间几乎都是矛盾的。连见地也是——我是说，根本上见地是相同的，但见地被揭示的程度不同；甚至他的教学策略……总体来说，这是一个非常非常大的概括：有一大块教法，他教我们不要做不善业，应该行善，应该慷慨，应该平和，不应该伤害他人，等等；但另一大块教法里，他教导无我——没有一个独立存在的人、自我、我执，在这里他大量传授了空性。你看，这两类教法已经是矛盾的了。

不知道你们有没有想过这个问题。比如你去泰国或斯里兰卡——当然还有其他国家，这里我相信也有很多来自不同传统的学生——他们当然也谈到无我，但同时他们非常强调积累功德：布施、礼敬僧伽，等等。这两者是矛盾的——你明白吗？如果没有众生、没有任何人、没有自我，那是谁在积累功德？这样的矛盾有很多，很多。

好，然后还有第三类教法——其实算第三类——佛陀在那里说，只要你还有任何见地，你就走在错误的道路上，甚至空性本身，连“空性”这个概念也被解构了。

所以我认为，这不像……好，所以有声闻乘佛教和大乘佛教，这不真的像基督新教和天主教的关系——我不太了解那个，但不是那样；也不像逊尼派和什叶派，跟两个堂兄弟或两个家族成员之间的争执或不同观点毫无关系，不是这样的。这真的是关于不同的元素，不同的元素。

有些人想要赶快脱离某种处境——他们真的，他们非常迫切，他们想去涅槃，他们不想听什么“哦，也许轮回并不真实存在，也没有真实的涅槃，自我和轮回只不过是二元对立的幻觉”。他们可能会揍你——“你什么意思？我就在这儿，我很痛苦，我想赶快逃离这一切，给我一个方法。”所以你需要针对这类需求来回应。

然后还有些人拥有所谓更宏大的元素，他们实际上能够理解、能够咀嚼并消化轮回与涅槃二者都是幻象这一面向。正是在这个层面上，大乘经典——比如《入楞伽经》之类的——才被传授。好，只是元素的不同种类。

现在我来简单说一下：好，我要给你们描绘一幅图景。记得我们今天早上谈到的悖论吗？我们在看某个东西，它实际上存在，但同时它又不存在——就像所有幻象，像彩虹一样。所以我们……这取决于如何、何时、什么情境……有两种表面上的显现：它在那里，但它又不在那里。两种显现，但它们是同一个。然而我们永远无法同时看到它是一个，因为在不同的情境下，以及你自己的习气，其中一种元素会占主导。

比如说你面对一个情境，这一次“它在那里”占了主导——你完全忘记了“它不在那里”。懂吗？“哦，它在那里！”——所以你完全忘了它其实不在那里。这对大乘修学来说挺重要的。“它在那里”——你完全忘了“它不在那里”。这能带来什么后果？实际上很多。“它在那里”——嗯，去把它拿来吧，如果它是个令人喜悦的东西，你知道，这可能是个问题，对吧？假设是某个真的很美的东西——去拿它！真实相信它在那里，等等等等，于是你生起了欲望、渴求；别人也要来抢它——在你的想象里——嫉妒产生了；实际上别人已经在你之前拿到了——你真的愤怒了，所有这些情绪都冒出来了。不管怎样，你经历了一个情境，由于某些因缘，“它在那里”比“它不在那里”更占主导，于是它给你控制住了，这就产生了我们所说的常见论——你成了常见论者，你相信上帝，你相信各种……我不知道。

现在反过来：你即将死去，医生刚刚说你只有两周可活。当你听到这个消息的瞬间，你头脑里可能有某种……我不知道，某个最大的肿瘤之类的，你要死了。这个信息传达给你的方式，它进入你大脑的方式，让你以某种方式忘记了——因为这是负面的，你很可能要死了——“它不在那里”正在发生。所以这个“它不在那里”的信息占了主导，压过了“它其实在那里”，于是你变得极度抑郁，变得毫无希望，对那些没有你这种处境的人感到愤怒——“为什么偏偏是我？我只不过……我不知道，也许就是，我昨天刚买了一张漂亮的桌子，现在我只剩两周可活，我的积蓄都花在那张桌子上了”……如此这般，完全忘记了“它不在那里”这个元素。

所以我只是给你们描绘一幅图景，说明元素是如何运作的，不同的元素……这只是两个例子，大师们从可能性的角度出发，很多注疏者从这里衍生出很多不同的元素：某种意义上有六十四种不同的元素，等等。如我所说，这两种都可以产生欲望、愤怒、嫉妒、傲慢、疑惑，等等。而且其中任何一种元素都可以表现为表面上的正面或负面，所以这真的是非常非常无穷无尽的元素变化。

比如说，就在这个房间里，总体来说我们都可以说我们有嫉妒、有愤怒，各种各样的……你知道，这是一个很大的概括。我们有非常非常多其他的情绪，是如此独特，如此独特——而且我们还在不断添加新的，顺便说一句。我昨天也说到这个，我们现在有了从表情包学来的新情绪。比如说有人给你发一个……一个表情符号……这其实是有影响的，取决于不同的情境，它让你高兴，或者不高兴，或者愤怒，随便什么。你明白吧，所以我

们有很多很多新的情绪，还有来自不同食物的……我相信你们知道，有人把它称为"变异情绪"——各种各样不同的情绪。

就像我有一种特别独特的情绪：想不起密码。这不像其他的……我有很多其他的健忘，但想不起密码这件事就是如此独特……而且这越来越严重。现在有一些……那什么来着……网络上的东西，他们帮你创建密码，但我也被告知你不应该相信这些——有人在盯着你，或者什么之类的东西，所以这说不通，他们帮我创建我的秘密密码——懂多少嘛……所以我们有很多情绪，因为我们有不同种类的情绪，我们也有不同种类的情绪表现方式，有很多。我们有很多很多不同的方式来寻求帮助，我们有很多很多不同的方式来引起注意。你知道，我们做各种事情：有些人笑起来像马，就为了引起注意；有些人说话嘎嘎叫像猪，就为了引起注意。你能感觉出来，只要他们单独待着的时候，他们不会做这些像马一样的笑声或者像猪一样的叫声，那时他们完全正常；但一到人群里，他们就那样像水牛似地走路，我不知道……有太多这样的了。

当然，其他人不理解，某些其他人——从化学和生理上——当他们听到像马一样的笑声时，这会真的让他们感到困扰，真的打乱了他们的元素。所以就产生了误解，还有各种……你懂的……冲突。无论如何，这就是我们在谈的元素。所有这些元素基本上可以归纳为三类，这就是为什么有声闻乘元素、缘觉乘元素，然后是菩萨乘元素。根据你是什么样的元素——我会说——更有可能……【音乐】……更有可能……哦，甚至有些……也要记得那种非常婴儿级别的元素，就是：只想安全，只想舒服，只想安全，只想远离麻烦——这样的元素。我们大多数时候就是这样。有时我们有一点小乘的元素，而大多数时候，大乘的元素就像……是个很好看的读物，某种程度上让人有所启发。如果你觉得受到启发，那就意味着你有那种元素的一点点，但你需要去培育，你需要去培育。

所以基本上我要说的是：假设你现在大约四十五岁，不一定是四十五，我只是举个例子。一切还算过得去，生活大体上还行，但内心深处你感到有什么东西缺失，你在问：就这些吗？如果你抓住这个机会，去培育这种心续、这种元素，那么菩萨的元素就会成长——为什么？因为天生的元素，因为你已经拥有的那个根本性的元素。

今天下午也许让你们提一些问题，好吗？如果你们能尽量只问问题就好。

我的意思是，在这个层面上，在这个话题上，也许就不要问任何与金刚乘有关的问题了，好吧。这一章之后是菩提心那一章，我觉得这很吉祥——明天是特别的日子，我们要受菩萨戒，这样我们就能真正深入探讨菩提心了。好，请……有人有麦克风吗？这个怎么用？哦，我想你需要走过去拿。好的，是的，你只需要……为什么不问问他自己？元素本身就是个好问题。哇，好，好的。

所以，如果你说的是一个真实存在、独立于他者的自我，那它就不是自我。但就目前而言，当我们说"自我"，当我们想象自己的时候，我们通常看的是四件事，不是吗？你是色、是你的身体——那是最外层的。我、我们，指的是头、脚、手，还有大概我的穿着、我的发型，但基本上是色。然后是更内在的——感受。感受比色更内在，也更有力量。"你伤了我的感情"——感受真的非常非常重要，没有什么比感受更重要的了。是不是有一首歌……也许这些人太年轻了。是的，你也很年轻……然后更更复杂、更强大，但也更微细的，是心。当我们说"我"，我们指的是身体、感受，还是心？然后比这还更微细的，我们称之为法——在这里的意思是现象性的参照，各种各样的参照。比如性别、国籍，欣赏……我不知道，马克思主义、自由派、保守派，还有折扣……佛教徒、非佛教徒，不信仰任何东西……这些都是折扣偏好。在这四者之中，元素基本上是遍布一切的，但更多地与心和参照相关。希望这回答了你的问题。

好，你想去那边吗？是的，测试测试……

下午好，老实说，这是我第一次参加，对你们我感到……同情。好的，所以我想问……今天上午你们讲到什么是真实的、什么不是真实的，比如说它在那里，又不在那里，对吗？然后我想问的是，生活中很多事情，比如压力、工作、金钱这些东西，它们似乎是真实的，是我们需要的……对对，但是你仔细看，其实它并不真实。这就是我想问的——有时候我们对于如何回应生活中的这一切感到困惑。我想知道该如何回应这一切，因为我们需要……比如注意力、语言，我们什么都需要。谢谢。

对，你记得吗，我就在这个下午刚开始的时候说了一个原则……我们讲到，好吧，它在那里，但其实它也不在那里，两者同时成立，只是由于某些原因它显现出来，然后我们被它带着走，忘了这一点……是的，你的重音。所以有成千上万种技巧，可以帮助你不要忘记"它其实也不在那里"。你问的是这个吗？你是在问我一种能处理这一切的技巧吗？

是的，因为有时候人们会因为这些而变得更像……执着于某事。

好的，就因为你问了，也因为我是这本书的作者的追随者——如果有人问这种问题，作为追随者，你不能不回答。所以就因为这是个大问题……你说的没错，方法有成千上万种，但因为你说你是新来的，我要告诉你一个技巧，你应该怎么做。好吗？准备好了吗？

当然，准备好了。

这个技巧，我觉得你应该从今天开始做——就从今天下午开始。你应该去数裂缝。什么是裂缝？就是裂缝，你知道吗，裂缝……墙有裂缝，路有裂缝，七条，只要七条。每当你……你就去找一条裂缝，"啊，这里有一条裂缝。"裂缝，是的，你在听吗？就这样，不用做别的，没有咒语，没有这些那些。

我是认真的，你知道吗，这不是什么新时代方法，请不要把我归入那一类，你明白吗？这实际上是有几千年实验和传统与智慧支撑的。这是基于……你知道，很多时候我们会被这种想法带着走："哦，我需要做一些有意义的事，一些有用的事。"数七条裂缝——那不会帮你付账单，那没什么用。对，是完全没用的事，你明白吗？

但是，如果你从今天开始坚持这样做，大约一年，这会很有挑战性，因为大约两三天后你会非常非常厌倦。我是认真的，你会很厌倦，你会觉得这毫无意义，这看起来不神圣，听起来也不神圣。如果有人问你在做什么，你会非常尴尬，因为你什么都有——你都疯了吗？"我在数裂缝，因为某个佛教徒叫我这么做。"你不会想……你没办法和别人分享这件事，你明白吗？

但是做这种没用的事，是重要的开始。这就是我今天早上讲的——侘寂，在修行中。如果你真的这样做，我觉得你真的会开始欣赏事物本来的样子——有用的，如同美丽的，无用的，如同毫无意义的，如同裂缝——每一样东西。我这么认为。好，谢谢你。

还有问题吗？请，谢谢……仁波切，我上午听您说所有问题都是暂时的，所以我们要回归自身，回归我们的佛性。我的问题是：佛性是永恒不变的东西吗？它是有为法吗？如果可以的话，能不能请您描述一下佛性到底是什么？非常感谢。

正如我一开始——也就是今天早上——说的，语言是模糊的，是不够用的。因为语言非常模糊、非常不够用，所以我接下来说的任何话都会有缺陷。但是在智识层面上，佛性并不真正被归类为有为法或无为法，它并不真正是一种现象，因为它是超越主体与客体的东西。

但你看，问题就在这里——作为人类，我们根本无法理解一种既不是主观也不是客观的东西。比如说，许多佛

教哲学家会认为——他们会对相信“大爆炸独立于主体存在”的科学家说，他们认为它在那里，没有一个知者。因为佛教说，或者说大爆炸，只有在有一个知道大爆炸的人的时候才存在。在那之前，它连现象都算不上。对于佛教来说，大爆炸与上帝是一样的——一个由科学家创造，另一个由有神论者创造。

但佛性——你和我正在谈论的佛性——是一个概念，是由你的心和我的心创造的。但这是我们仅有的真相，我们必须使用它，我们必须在上面思维观修。

嗯，所以听起来好像……我在说一件无法实现的事，因为佛性是无法言说的、超越语言的、超越这个超越那个——那么，作为一个学生、一个修行者、一个走在道上的人，应该如何获得这个无法言说的东西呢？

好，这里有个答案，这就是弥勒非常厉害的地方，他真的非常厉害。所以，我们不要去想佛性，我们来想想包裹着佛性的那些东西。好吗？

贪欲、嗔恨、二元对立、这些念头，这些烦恼或情绪——它们是可以被摧毁的，它们是可以被净化的。只是因为它们不是坚实的，不是永久的。比如你的嗔恨来了，又会走——嗔恨是有为法。嗔恨是可以被操控的。比方说你现在在对这个东西生气，如果我想让你停止对这个生气，我可以——也许很巧妙地——把你的嗔恨引向别的地方。所以情绪是可以被操控的。这是个好消息，是值得听的好消息，因为这意味着我们不会被它永远困住。所以它们是可以净化的——这就是我们早上讲的，暂时性、可净化性这个方面。

所以如果我们能在这上面思维观修，如果我们能把时间和精力投入在净化这些上面，那么这些的消除，就是那个本性。但你还是在想象，你没办法不想象，因为你已经有了一个心，所以你需要努力，让你能够甩掉这个心。你要甩掉它，你要去除这个心。

好，我们回来可以继续。我们先休息一下。

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第四部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=I0nkXtBPt48>

【笑声】好的，谢谢仁波切。我在想您提到薄伽梵歌的那段话——我们不要太字面地去理解，因为我自己也忘了，而且您对它也了解不多——好的，基本上问题是关于“纯粹行动”的，您能就这个话题多说一点吗？

薄伽梵歌，在任何语境下的纯粹行动——因为我认为薄伽梵歌所教导的，和佛法所教导的纯粹行动……你看，这里有个微妙但非常重要的区别，在所谓的印度教和佛教之间。我强调“所谓的”印度教，是因为历史上从来没有一个叫做“印度教”的东西，它根本不存在，是被——主要是亚伯拉罕传统的人——我认为基本上是英国人——发明出来的。它就是不存在。我认为，对，基督徒和穆斯林，主要是基督徒和穆斯林，我觉得他们就是把信德河以东的所有宗教都归类为“印度教”，你知道，巴基斯坦那一带全都算进去了。但这一点需要被强调。

不管怎样，在那个时代，在印度这样的地方，我认为也包括中国，有大量的智慧如泉涌般喷薄而出。在所谓的印度教那边，他们确实相信——我认为就是这个——纯粹行动，对，纯粹行动。“自性法”（svadharma）——基本上就是说，你去做，是因为那是你种姓的职责，不是为了结果。

佛教不是这样的。在佛教里，动机是至关重要的。动机对我们来说极其重要。佛陀说过——贪婪的人回来了——一切基本上都是因缘和合而生，没有什么是随机出现的，没有什么是偶然出现的，没有什么是由一个全能者创造的。一切都是因缘，而在所有的因缘当中，最根本的因缘就是你的心。所以动机非常重要。

在大乘佛教里尤其如此。这就是为什么有时候让人觉得头脑发昏——比如说关于道德和伦理的问题。你看，道德和伦理，不知道为什么，现在比以往任何时候都复杂，政治正确，这一切的一切——道德和伦理在佛教里本来就很复杂，在大乘佛教里尤其如此。

比如，撒谎。撒谎一般来说不是好事。但在大乘佛教里，如果你撒谎是为了救一个人的命——假设有人快要被杀了，你撒谎救了他——那不仅不是恶业，你实际上是在积累功德。

对于菩萨，也就是走这条道的人来说，只有三件事是绝对不允许的：一是害心——让害念盘踞心头；二是侵占、转移他人的财富或资产；三是持有“无因无缘”的见解。这三件事，你就是没办法找到善意的解释——害心这种东西，你根本不可能有好的动机，就是这样，无法辩护。

除此之外，其他所有行为，甚至包括杀生，在大乘佛典里都有例子——菩萨杀了某人，是为了利益许许多多众生，他因此积累了更多功德。这是真的，真的很了不起。

这一点现在比任何时候都更重要，因为现在佛教越来越像一种“宗教”了——突然之间每个人都开始谈论伦理、道德、做正确的事。但其中有很多灰色地带。这也在很大程度上来自于文化背景。比如在印度，早上认为不吉祥的事情，到了下午可能就变成吉祥的了。我们真的不知道，我们根本不知道什么是什么。所以这是印度思想的一笔财富，如果你能欣赏它，其实相当美——没有什么是绝对的黑白，没有什么是最终意义上的善，也没有什么是最终意义上的恶。

好，我原本就想说这些的。

【音乐】

【音乐】

作为本章讲述种族、家族或种性的一部分……嗯，种族或种性这个主题确实非常重要，因为只有有了这个，你

才能建立起"道"的概念、修行的过程。

让我来简单总结一下佛教的道——好的。

讲到道，我们当然是在说"行道者"，也就是走在道上的人。所以当我们说行道者，我们说的一个还没有圆满成就的人——这意味着他还有所有的缺失，这才是为什么需要有道。好的。

道的要素——构成道的不可或缺的要素有四个：

第一，也是最重要的，是见地。道必须有见地。

第二是修行，就是修持那个见地的技巧或方法。

第三是行持——如何生活，如何在这个见地和修行中安住，如何行持。

然后当然是第四，果——这条道的最终结果。

这就是道的四个要素。

关于第一个——见地——简单来说，大乘佛教喜欢讲四法印：一切有为法皆无常；一切情绪皆是苦；【音乐】一切法无有真实自性；涅槃超越概念，或者说涅槃即是寂静。

所以这就是根本见地。

然后是修行。我们通常叫它禅修，但禅修这个词太局限了，所以就叫它修行吧。怎么定义修行？什么是佛教的修行？什么使一个修行成为合格的佛教修行？

无论你做什么——不管是如此简单的事，比如插花，还是某种复杂的禅定——所有这些修行，都必须以某种方式，直接或间接地，对抗你的二元对立思维。这是必须的。这真的非常非常重要，我怎么强调都不够。

为什么这么重要？因为现在有很多禅修在发生——正念冥想，诸如此类。我们常常在想，这些受佛教影响的所谓"冥想"，在比如"四季"酒店这类地方被推广修持的那些，有多少真的是在对治二元对立？很可能不是。大多数时候，人们冥想是为了减少压力，为了身体更健康，为了更放松——这样他们第二天可以更凶狠、更高效地摧毁这个世界，不是吗？

在佛教里，修行必须对抗二元对立的思维。如果你出家为僧尼，或者住进山洞，或者舍弃一切，但那没有在对抗二元对立的思维——这叫做"精神物质主义"——你根本不是在修行，你不是在修佛法，你只是在修某种纪律而已，这也很值得尊敬，也很好，去做吧。

那么什么是佛教的行持？怎么定义佛教的行持？

从我们的作业里可以知道，佛教的行持永远不应该走极端。我想我们今天早上谈过这个，记得吗？就像我们第二排这里——没有所谓"佛教着装"，也没有什么"这样生活才是佛教徒"，比如剃头是唯一的方式——这真的让我很沮丧，有时候我听到有人说"哦你是佛教徒，所以你肯定打坐吧？"我希望能听到有人说："哦你是佛教徒，所以你肯定跳舞吧？"你知道，你肯定跳舞！你肯定听嘻哈音乐！如果他们那样说，我会非常开心——而不是："哦你是佛教徒，你肯定打坐吧？"——"对！"——然后当然在他们心里，禅修就意味着这个姿势。

没有人真的会去想——即使我这样说，我自己人也会觉得奇怪——但我说的并不是反对这个。什么是佛教的禅修？什么是佛教的修行？它必须对抗二元对立的思维，就这么简单。

如果你剃了头，如果你只穿酒红色T恤，或者穿紫色外套，或者粉色裤子，随便什么——只要它帮助你理解不

二，那你就有了善妙的行持。这就是我们的定义方式。

好，最后一个，在本章语境下你需要了解的——果。

你怎么定义佛教的果？好，你这样那样修行，你会得到什么？

这实际上是个很有趣的问题——其实问题本身就问错了。因为在佛教里，果不是由你得到什么来定义的。

"佛陀"这个词，其含义之一是"觉醒者"——其实佛教的果是由"消除"来定义的：消除睡眠，觉醒。所以佛的果不是你得到了什么，佛的果是你甩掉了多少——你的二元对立思维习气，这些垃圾，你成功地卸掉了多少。这基本上就是我们在谈的。

好，现在回到种族、家族、种性。这实际上真的非常重要，因为有了这个叫做"家族"或"佛种性"的东西，道才得以存在。

我总是用这个例子，我觉得已经用烂了，但我实在找不到更好的例子——就像这个杯子，旁边有星巴克咖啡。我明天也会带这个杯子来，同一个杯子，好的。这个不是一次性的，顺便说一下，这是环保杯。

今晚或者今天教法结束后，他们去洗这个杯子——这里面有很多要素。当他们洗的时候，他们有一种自信，认为污渍是可以洗掉的。这种自信从哪里来？因为昨天他们去买这个杯子的时候——我只是在编故事——他们并没有说："给我这个杯子，附带这么多盎司的污垢。"基本上，污垢不是杯子的一部分，不在交易里。那是一个临时新附着上去的东西，不是随杯子来的，它是另一个独立的实体。这就是为什么这些人有自信去洗这个杯子。

如果杯子坏了，那就完了，我们要把杯子扔掉，买一个新的。

这是个重要的例子。现在，明天他们会希望有一个干净的杯子，所以他们去洗。你看——道，佛教的道，不断地清洁、清洁、清洁——这是因为从根本上说，污垢和杯子无关，它是临时的。而我們不喜欢脏，我们不想让杯子保持脏的状态，所以我们才有动机去清洁，然后我们也有可行的清洁方法——博世洗碗机、手洗、薰衣草肥皂，随便什么，各种各样的方式——

从根本上，为了知佛性，我们才建立起信心，慢慢地、温柔地，它被洗干净了，没什么了，成了。你明白了，就理解大乘了，我认为。

这就是那个奇妙之处——哦，你知道，我看到污垢了，但它并不是永久附着在杯子上的，它不会一直待在杯子里，它只是一个污渍而已——这不会困扰我。我们就坐下来一起吧，因为那些有另一种根器的人，会用不同的方式——如果你愿意的话，更为勇猛——你这样做，因为其实你甚至看不到它——在一种非常浪漫的情境下，有时候是这样：清洁之前是干净的，清洁之后是干净的，清洁当中也是干净的，从来就没有不干净过，什么都没有改变——杯子先生就是这样！它就是这个品质——来了，暂时驻留——这就是"相续"的意思，印度文就是"相续"，它一直就是那样。这就是那个"样式"的含义。不，他们谈论的是我的能量，在大乘里，你知道，看起来可以被持续维系，但它可以被净化，为什么？因为……你可以用杯子来理解，它不是随机的，它就是那个——这就是那种态度。

所以这就是你平等的佛性，有了这个，你应该有胆量、信心和勇气去生起这颗心，而最有效的方式之一就是……我是说，生起菩提心，这是我们接下来会讨论的。

【音乐】

什么新消息——吸烟不会让你……烟不会让你……也许你不应该在某些情况下吸烟，比如刚皈依之后，衣着方面——不对。这很了不起，你所皈依的，不是一个相信二元对立和极端见解的体系、道路或宗教，那才没有意义。如果你想要感谢，然后离开……

就像一个比丘尼也要遵循这个道理一样——你不能执持那种极端见解。你是你，这没关系。如果你领受了这个，把它给出去，你就顶礼。我觉得差别不大，但利益却大得多。因为我是说，这是我们所能发的最美的愿——为了利益一切有情众生。

这不只是在物质上给予众生庇护，而是发愿让一切有情众生解脱。生起这个动机非常重要，而且要记住，这是可以做到的。

……众生……哦，你知道，我记得在新加坡——某天早上说要去，下午就得一步一步爬一百一十级台阶……就是这样，一步一步来。有一位大论师甚至说过，哪怕是在布施一颗蔬菜的时候，也应该修习慷慨——就是为了训练自心。（众笑）是啊，就算蔬菜已经过期了也要这样做。这就是慷慨的意义。于是，你就这样慢慢地积累，因为在这个宇宙里，任何事情都是从极其微小的规模开始的。积累啊积累，终有一天，一个菩萨……

所以你看，当一个乞讨的人走过来，就只是那一刻——就是在某个人的心相续中激起的那份喜悦——那份喜悦，远比一百个人同时证得解脱所带来的喜悦还要大。而菩萨呢，是没有执著的，没有“我想得到什么”的感觉，完全不抓取。就像你买了一部新手机、一件新玩意儿，那个包装最终会变得有用——大概就是这个道理。

但总的来说，我认为，这种慷慨的习惯是在帮助我们培育菩提心——这意味着菩提心是可以生起的，是可以修习的，甚至是可以人为造作的。刚开始生起菩提心，就是在生起悲心，认识到众生的痛苦，生起“我要终止这些痛苦”的心。

当我们今天早上这样做，当我们试着生起这个希望减轻众生苦难的愿望时，会有一些疑惑浮现，比如说：“作为一个西方人、一个普通人，我怎么可能相信这种事？我连自己的家人都很难影响，身边亲近的人都改变不了……”这类想法太典型了。让自己的心去想象利益无量众生，这个念头升起时，不要让它把你打倒。要记住：你已经拥有了一个信息，那就是你具有与生俱来的佛性。不只是这样，你不但有这个信息，而且你在这里呈现它、展示它。我们在这里，是在假设别人还没有这个信息。而我们不只是有这个信息，我们还真心赞叹它，我们真的看到了它的利益，我们对此是有信心的、是信服的。就凭这一点——光是在认知层面上拥有这个信息——我们就已经不一样了。

在真正能够解脱众生的层面上，最重要的是：生起愿菩提心——也就是发愿，希望一切众生获得安乐、从苦中解脱。光是生起这个愿望本身，就对他人有影响。

因为当你抱持着解脱一切众生的心愿，事情就会发生。举个例子：即便只有一刹那，你在这座城市里，身处一群人当中——周围的人都在想着游戏、输赢、批评、疯狂的八卦、友情、股市……凡此种种——而你心里升起了这么一个念头：愿一切众生从苦中解脱。这本身就在制造一种“失衡”，这本身就是一个因。它也许看不见，但它有无量的影响。好，我们就姑且称它为“正面的结果”吧——它就在那里。也许就在一刹那之间，但它有影响。在你周围，有这么一个人，他曾经在某个时刻生起了这个愿望，后来他可能把它忘了。但这个人走在不同的街道上，任何遇见他的人——就这么看他一眼——都会产生某种连接，留下一点印记，形成一种影响。

这些说法可能听起来好得不像真的。我们太习惯于往坏处想了，太习惯于批评了。从这种自我否定的心态里，我们需要引导、习惯一种不同的心——一颗时刻想着“愿众生离苦”的心。就算你做不到那么多，就算每天早上你都感到很沮丧——哪怕只是一刹那，也可以改变这个世界。

让我来说说大乘佛法中"刹那"的定义，以及一刹那到底意味着什么。刹那的分量……有一个说法，这是对"劫"的比喻描述——如果有一只鸽子，每一百年用一块丝巾掠过珠穆朗玛峰的峰顶一次，等到整座山被磨平，那段时间才是一个劫。所以我们永远不应该小看一刹那。我们要注意：一刹那是什么，一劫是什么。对于修大乘的人，尤其是修"观心"的人来说，特别强调的是心的态度，还有无量无尽……大乘的态度，要记住这一点，那是非常非常漫长的时间。

我的意思是，就像装饰品一样——手镯、脚镯……时尚嘛，就像约翰那样，好好搭配，选好你的风格，跟上潮流……但是，如果你把这种希望一切众生从苦中解脱的愿望，贯穿于你所做的一切之中，那么你所做的一切都会成为庄严，都有了意义。

好，这会是非常宏大的……（众笑，掌声）

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第五部分

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

【笑声】好，现在我们讲第五章——生起菩提心的这一章。这章内容相当广博，从学术角度来看有时候颇为复杂，有很多绕来绕去的思维方式，你可以怪罪到印度人身上，不过如果你真的进入那种思维状态，其实也说得通。

比如说，我来讲一件事——这也许是我们上次讨论过的——我们凭什么相信、基于什么理由，我们真的可以生起菩提心，而且一切众生都可以？有一个非常基本、也许略显费解的重点是：只要你有一种能觉知痛苦的认知能力，你就已经具备了生起菩提心最重要的元素之一。

这听起来会很奇怪。人们可能会想，一个充满仇恨的人，一个……好，我觉得就连佛教徒也不一定相信这一点。在世俗世界里，我们相信“有些人天生是恶人”——他是坏人，她是坏人，你懂我说的意思吗？就像那些做过极度可怕的事情的人，比如屠杀、杀害了几百万人——即便如此，他们仍然完全有可能生起菩提心。原因是：他们知道什么是痛苦。这个道理听起来很扭曲，但其实相当重要。他们知道痛苦。如果他们不知道痛苦，为什么要专门制造那种痛苦？他们知道，这样做会让某人经历这种痛苦——比如杀人这件事。这种“知道会造成痛苦”的认知，是非常非常重要的基础。

也许给你们举个例子。大家知道，有些问题是这样问的：大约一百年后，当人工智能发展到那个程度……有些问题就被提出来了——这些机器人，有没有佛性？那个机器人，它帮你下棋，帮你做饭，你还可以拥有一个机器人伴侣，只要按一下脖子某个地方的按钮，就可以换他们的衣服——不只是换衣服，还可以把他们调成非常热情的、温顺的、被动的、爱挑战的……我不知道，随便什么模式。但是——佛教怎么看这个问题？他们有佛性吗？他们是悲悯的对象吗？他们需要解脱吗？

几年前，有些还不太成熟的佛教学生为这个问题急得团团转。但其实完全不用担心——佛教在这点上非常有把握。不管那个东西是机器人还是人，都不重要，只要它有希望或者有恐惧——这才是关键。就算它是在实验室或工厂里制造出来的，没有经过正常的方式、没有父亲母亲这些，那也没关系——佛教本来就讲到不同的出生方式，有化生、有卵生、有胎生……所以这种事根本不是问题。

只要那个东西有认知，有希望，有恐惧——想要什么，或者害怕什么——那么佛性这个概念就很容易成立。但如果它只是一个无生命的东西，不管算法多么精密——真的被精确编程来做浓缩咖啡或卡布奇诺，所有程序都完美无误——但它根本没有认知，那就没有。那就没有生起菩提心的基础。

这就是我们现在在说的重点。所以，只要有恐惧，只要有希望，你就已经具备了生起菩提心的很大一部分成分。换句话说，我的意思是——这朵花，可能没有自己生起菩提心的潜力，它是无生命的——没有菩提心的。但只要你有这个心、有这个认知，认知就是最根本的成分。

好，当然光有这个还不够，从来都不够。就像咖啡豆，可能生长在世界某个角落，没有任何人知道。但只要那颗豆子还没有遇到一个懂咖啡的人，还没有经过采摘、烘焙、研磨、然后走完整个制作咖啡的流程，它就永远不会成为一杯咖啡。但那颗生长在某处无人知晓的咖啡豆，它仍然具备99%的咖啡成分。

而我们，在座的各位——我希望你们大多数都是人类——我们有认知，我们有希望与恐惧。但我们还多了一些东西。现在我真的在跟那些对这些完全陌生的人说——那些已经是“熟透了的佛教徒”的人，我不是在跟你们讲。在座有些人也许只是出于好奇，想看看这里在搞什么。你们知道，这可是周末——你们牺牲了周末。外面有

那么多好玩的事情，但你们偏偏决定坐在这里，在这个冷气开太强的房间里坐上好几个小时。我刚才还在说，要让新加坡人和香港人为地球的毁灭负上重大责任——这里真的太冷了。我大概一个星期前在香港看了一场电影，我的脚趾都快变成冰块了。他们为什么要这么做？

好，说回这个好奇心——你们为什么在这里，这是什么？也许你们有些人来这里只是为了讨好男友或女友，或者想配合对方的意愿，融入他或她的世界——也许真的是这样。那原因和条件也许并不完全具足。但就算如此，光是来到这里也已经够了，真的够了，真的够了。我一直都说，菩萨的运作方式非常非常特别。

我会说，很有可能，佛教传到中国，是因为蚕——那些蚕一定是菩萨。你知道，他们一定开了一个大会：好，我们需要有人去一个叫“摩诃支那”的地方，也就是中国，我们要怎么做到这一点？然后大家开会讨论，然后菩萨团的首领说：我想，那些人……他们喜欢丝绸！你们为什么不变成蚕？好，我们都去！然后几十亿只蚕就这样出现了，佛教就这样传到了中国。奇迹，以各种各样的方式。

同样的，有很多菩萨在想：我们要怎么去美国，去西方？然后首领说：哦，那很简单，就长成大麻。我们不能就这样……公开说这个……但这是有可能的，你知道。

还有佛教传到澳大利亚的故事，我认为是在1800年代——我觉得是中国人，这是我听到过最令人惊叹的事情之一——我觉得应该有人写一本书，甚至拍成一部电影——观音菩萨的雕像在1800年代抵达澳大利亚的土地，那是……就像那个时代一样。如果你追溯所有这些佛法传播的不同路径，那一定会非常有趣。

好，所以，希望与恐惧——还有昨天讲到的这种别扭的感觉：这就是所谓的“人生”吗？不可能就这样吧？那种忧郁、那种沮丧、那种感觉——“一定还有什么比这更多的东西”——这个非常重要，真的非常非常重要，是生起菩提心的一个因。

然后，还有一个：在你甚至不知道的情况下，与那些崇高的存在擦肩而过。这个也很重要。在菩萨道，在大乘里，你真的应该去逛一逛幸运广场——不只是幸运广场，新加坡这边是哪？所有那些人多的地方，你都应该去走走，你永远不知道，你可能只是跟一位完全证悟的存在碰了一下肩膀，就这样，一切就开始了。因为有一些菩萨，他们的使命就是专门做这件事——他们就在那里游荡，到处晃。

我想，就像……阿弥陀佛，看一眼……法眼，看一眼……我想那个词其实也是——“法眼”，这个词，除了其他意思之外，也是观世音菩萨的名号之一。在非常精妙的印度古典舞蹈婆罗多那提亚姆里，眼睛也在跳舞，眼神有很多很多不同的表达方式——侧看、仰视、斜看……其中有一种凝视叫做“阿威洛卡”，我想是向下凝视，带着悲悯地注视。顾名思义，有一些菩萨已经郑重承担了这个姿势——用这种凝视，让人感受到与内在菩提心、内在基本善性、佛性、佛种的连接。记住——你是佛种，你是佛族，你是佛，你的身份就是佛，你有权利——你，就是佛。

然后，有意识地……所以现在你越来越有意识了，你越来越像那样——世俗的东西是没有尽头的，没有尽头，是徒劳的。你不再只是感到别扭了。到了这个时候，你会想：我以为生个孩子，把他养大，享受这种喜悦，这辈子就够了——但现在这个孩子又有了孩子，我又要去照顾……就这样，一直下去，永无止境。

很多人会觉得那就是生命的乐趣。但有些人也许会想：就这样？然后，孩子们也不一定按你的意思来——完全不是。他们交什么朋友，吃什么东西，说话的方式，都让你有各种各样的感受。从来都不在你的计划里，从来都没有在你的计划里。而且就算一切都按计划进行，然后突然之间又发生了什么事情，一些荒唐的事情，一些不那么荒唐的事情……

比如，你有个孩子，你有一大堆宏伟的计划，一切都进展得还不错——然后突然你这个十几岁的孩子告诉你，

他只有看到轮胎才会有感觉。轮胎。是的，轮子。这种事真的会发生的，你懂吗？然后你的女儿拼命想让自己看起来像个男孩，你的儿子拼命想让自己看起来像个女孩——所有这些只是让你……哦……

这些条件让你开始思考——对某种答案的渴望，对某种解决方案的渴望。然后，也许因为你的功德，你最终接触到了菩提心这个概念。这就是这些原因，我只是告诉你们这些。

当然，还有那些标准的原因：听说过菩提心，读过关于菩提心的书，在一个珍视菩提心的文化中成长。从佛教的角度来看，我们很多人都非常幸运。我们周围有菩提心的象征，有菩提心的文化，到处都有——你们有观音，观音就是观世音菩萨，有一天你的孩子会问：这个观音是谁？然后他会听到各种各样的回答——那也够了。就是这样。

然后，真正开始欣赏菩提心这种品质。顺便说一句，这是什么意思？欣赏菩提心，这到底是什么意思？从更深的层面来说，这其实是开始欣赏我们内在本具的佛性——某种勇气，认识到这所有看似无尽的烦恼其实是暂时的，它们是可以摧毁的，是可以净化的。这种勇气——我是一个非常愤怒的人，但其实它只是……

这是暂时的，我能对此做些什么，我绝对可以摆脱它，转化它，或者与它和解，或者腐化它，或者引诱它——我不知道，反正就是这样，有各种各样的方法，在菩萨道上有非常非常多的方式。所以你获得了这种勇气。这就是为什么那些具有菩提心的人有时也被称为菩萨，但很多时候他们被称为菩萨，这个词有“勇士”的含义——就是那种……对，勇士。藏文里有“砍断”的意思，但也意味着勇气、勇士、力量。我们应该……好吧好吧。

另外，为了生起菩提心，我们会做各种各样的事情：听闻、思维，乃至做一些实际的事情，比如供花、供香、顶礼、发愿——发愿。有一部经，我忘了叫什么名字了，好像是《千佛经》？哦，你们在翻译，太好了，实在是太美了——里面有些菩萨是通过做极其简单的事情来积累功德的，我觉得大家都应该读读这部经，你知道吧，每次都应该读。就是……那讲的是什么呢？有个人，非常贫穷，什么都没有，没法积累功德，但他的身体——他的上师好像是一位佛陀——这个年轻人想成为菩萨，于是他就供养了一些泥巴，或者是和泥，这样上师就可以用那个泥来做佛塔，就凭这个，就以这个为起点，开始积累功德，发起菩提心。类似这样的例子实在太多了。

我好像把故事的大部分都忘了，但我记得释迦牟尼佛，也就是这位现在的佛陀，他最初发菩萨愿的方式，有个很动人的故事——我记性真的很差。他当时也非常非常贫穷，他听说迦叶佛或者某位佛陀来到了城里，于是他想要受菩萨戒，他想积累功德——因为菩提心太珍贵了，你需要有功德——所以他想供一朵花，但他没有钱。于是他去找一个卖花的女孩，他想要几朵花之类的，但当然他没有钱付，所以他用劳动来换，说他可以为她工作一两天，这样他就可以得到这朵花。她就问：这有什么那么重要的？你为什么想买这朵花？他就说了，好像是提到迦叶佛，说他想受菩萨戒，这就是他需要做这件事的原因。听到这话之后，我觉得那个女孩挺调皮的，她说：好，我不卖给你，也不用花换，除非你也发愿，五百世都做我的丈夫，或者诸如此类的话。

于是，因为菩提心对他来说太珍贵了，他想了很久，说：好。就这样，他们一起受了菩萨戒。许许多多世之后，那个男孩成了如来，那个女孩成了耶输陀罗，悉达多王子的妻子。他们……反正有很多这样的故事。

基本上就是各种仪式、牺牲——我不知道怎么说，反正内容很长——也有国王和王后为了菩提心而舍弃了整个王国。我只是在讲那些比较普通的人的故事。我想菩萨们受菩萨戒，只是供养了一次按摩……好吧，慷慨、持戒、忍辱，基本上就是修持所有这些善法。

基本上就是修持不伤害他人，比如说，以“我想发起菩提心，因此为了积累功德，我不伤害他人”为动机，而不伤害他人的方式可以是：每个星期五不吃肉，就这样。你明白吗？动机加修行。或者，从现在起，每个星期三

不穿皮鞋。你懂吧？就是这样——哦，你也可以说：我要终身素食，我是举这个例子，这是佛教戒律里的例子，但这些例子真的是非常非常个人化的，是真的非常个人化的步调。

它需要的是智慧与方便的结合——这非常重要，我们之后会讨论这个。如果你失去其中一个，那就不是佛教的道路，两者必须结合。而将智慧与方便结合起来，没有比修持菩提心更好的方法了。

谈到智慧，我们谈的是理解空性。但对于在家人或初学者来说，理解空性真的很难，那也需要功德的积累。所以对于初学的菩萨来说，如果你把这个供养给一位菩萨，就够了。当你把这个供养给菩萨时，你其实不真正知道什么是究竟菩提心，不真正知道什么是智慧——也许你大概知道空性、知道空，但你真的不知道那是什么。但作为一个初学菩萨，你能做的是：我将这个供养给菩萨，愿凭此功德，愿一切众生得到解脱。这样一个以解脱一切众生为动机而供花的行为，本身就已经成为了智慧与方便结合的行动。

好，好，好。现在，我想大家都比较熟悉——有胜义菩提心，然后有世俗菩提心。胜义菩提心，就像我刚才讲的，基本上就是空性，就是理解智慧，理解空性。世俗菩提心是希望令一切众生解脱，而世俗菩提心基本上就是……我可能说得不太对——慷慨、持戒这些，是世俗菩提心，但要以令众生解脱为动机。

现在，世俗菩提心里也有两类：行菩提心和愿菩提心。说到行菩提心，我们讲的是慷慨这样的行为——对于初学菩萨来说，这很难，能布施多少呢？我们是轮回众生，我们一无所有，当然我们会尽力，这里那里地布施一点，但要想……对于初学者来说很难有那么大的空间。

但愿菩提心，对初学者来说是自然被鼓励的，这真的是最无害的——完全没有任何伤害，却有那么大的帮助。愿令一切众生解脱，愿令一切众生觉醒，这个愿望基本上就包含了一切，因为如果你有这个愿，如果你祝愿一切众生觉醒、唤醒他们的佛性，那就是一个完全没有个人议程的愿望，是最慷慨的愿望。你不是在祈愿你朋友或家人的幸福，不是那种微小的收获，比如住所或食物——这个愿望是让他们见到真理，这好像没有什么比这更好的了。

我想有了这一切作为背景，我们现在可以进行今天的菩萨戒仪式了。正如我所说，那些今天只是来旁观的人，非常欢迎你们，你们可以就这样坐在这里，不必……就是说，没有什么具体的身体仪式，就只是在内心层面——你们不必受戒。既然今天是佛陀圣诞，我也要借此机会和大家一起受皈依戒和菩萨戒，但我只是作为仪式的主持人或者什么角色来进行，好吧。

既然空间不太够，你们不必做完整的大礼拜，就只是在心里……现在，我们先要皈依。

……

请那些有空间的人起立做大礼拜，就这样。好，我们先皈依。传统上我们需要一尊佛像，这里有一尊很小的——一对，是的，没关系，那里有一尊小的。请想象这不是铜或其他什么，这里坐着的实际上是释迦牟尼佛。然后，能做的人请做三次大礼拜。

礼拜之后，如果可以的话，请右膝跪地，双手合十，做合掌手印，就是这样，可以坐着就好。请跟着我重复：

却吉昆布 三杰江丹 当觉桑德拉 玛佐吉 桑巴桑巴 强波诺德 喇嘛多杰 桑巴桑巴诺达拉 贡索……

请继续观想，想着释迦牟尼佛就在你面前。现在想着你接受并且你确信：一切有为法都是无常的；没有任何现象是本自存在的、真实存在的、永恒存在的；你所见的事物并非其真实面貌；并且，你自己的心就是佛，尽管你有暂时的烦恼。接受这条道路，以及道路的支撑——僧伽，作为你的同伴。想着你要皈依，请跟着我重复：

……

再复诵一遍，就在这次复诵结束时，你已经皈依了。

佛陀萨拉南嘎恰弥 达摩萨拉南嘎恰弥 僧伽萨拉南嘎恰弥。

好，现在，保持同样的姿势，你们即将受菩萨戒。你们所要说的就是：就像过去所有如来都曾发菩萨愿一样，我也将逐步发菩萨愿，逐步践行菩萨行。这样想着，请跟着我重复：

.....

想着：一切众生都具有佛性，他们的本性是清净无染的，但他们尚未发现这一点。我要令他们觉醒，我要尽我一切所能，帮助他们觉醒到这种境界。请跟着我重复：

.....

众生如虚空般无尽，但时间、数量、期间都是相对的——这样想着，同时再次想着所有佛陀和菩萨都在你面前。在诸佛菩萨的面前，再复诵一遍，结束时你已受了菩萨戒。

.....

好，好，还有几件事要做，跟着我来就行了，我来引导大家。

请想着：今天我的生命已有了意义。今天，身为人类已结出果实。今天，身为人类已变得有价值。今天，我已成为佛陀的孩子，现在有权继承一切佛陀的财富。从此，我已成为佛陀家族的一员，我要承担家族的职责，我不会让佛陀家族蒙羞。

就像一个一无所有的乞丐在垃圾堆里找到了一颗宝石，我也在我所有的烦恼——愤怒、嫉妒、傲慢，以及各种各样的烦恼障——之中，今天找到了慈悲、善意，以及这颗珍贵的愿令众生解脱的心。

今天，我邀请一切众生，在所有佛陀和菩萨的面前……现在，还有一个传统是向天神和阿修罗宣告，这有它的历史背景。据说，在兜率天中的天神和阿修罗，每当人间有人受了这样的戒，他们就会非常欢喜，所以我们需要通知天神和阿修罗。请想着：今天，我邀请一切众生，在诸佛菩萨的面前，我已受了菩萨戒，因此，愿一切欢喜的天神与阿修罗……

好，你们已经受了菩萨戒了！

象征性地，就像你们知道的那样——在我们把自己搞得一团糟之前，我们将立刻受持菩提心，践行菩萨道，并象征性地修持胜义菩提心，也就是禅修空性。我们就做一两分钟。如果可以，请坐直。

就只是观察此刻。你可能会生起美妙的、精彩的念头，就只是观察它，不要评判。你也可能会生起丑陋的、邪恶的念头，不要评判。或者你会有一些平淡无奇的念头，无论什么，就只是观察。持续地观察这些念头，一旦你……

看见念头，你就没有别的事情要做了，只是继续观察念头。如果有新的念头升起，就观察它；如果那些杂念还在，也只是观察。除了单纯地观察，你不需要做任何其他的事。

好，这是胜义菩提心——空性禅修——非常非常初级的入门层次。今天是非常特别的一天，我们就象征性地做了这个……如果你想要进一步修行，你需要一个正式的、一步一步的……你懂吧，那种修行次第，你应该去追随。

在此，你们已经皈依并受了菩萨戒。我们没有时间做什么剃发之类的，那也不是必要的。通常还有一个给法名的传统，我正在想名字……想不出一个合适的……

好，这就是你的名字——先准备好，写下来——是很长很长的名字，你懂的。

第一句：春日将逝，春日将逝；

第二句：鸟儿啼鸣，鱼儿……鱼儿……盈满……盈满；

第三句：泪盈于眼。

好，春日将逝，鸟儿啼鸣，鱼儿泪盈于眼——这就是你的名字。俳句都是三行，对吧？就是，鸟儿啼鸣，鱼儿泪盈于眼……那个"盈"字……我想就这些都放在一行里……泪盈于眼。

好，如果你不喜欢这个，再给你一个。

第一句：万籁寂静，万籁寂静；

第二句：穿透坚岩，穿透坚岩；

第三句：蝉鸣一声。

太美了，我觉得就这个了。你知道吗——万籁寂静——你感受到那种宁静，而与此同时，这蝉鸣声如此穿透，连坚岩都被刺透。

我觉得这是一个非常有意义的佛法法名，因为它有一种悖论在里面，你懂的——这种宁静……明明一片寂静，却有蝉在鸣叫，那声音如此穿透，能刺透一块大石头。

也就是说：蝉鸣一声。

或者，如果你想，就叫自己"蝉"也行。对中国人来说你应该很高兴，因为我觉得这是唐朝……中国唐朝的东西。在中国某一个朝代，菩萨们的头上都把蝉作为庄严饰品——蝉，这种虫子。我觉得是唐朝——唐代，你们应该去查一查——菩萨的冠冕上，不是花朵、不是各种宝石，而是雕刻着蝉，一只虫子。非常美。我觉得是唐朝，最早的唐朝……我也不确定。

好，我想我们应该休息一下了。

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第六部分

来源：https://www.youtube.com/watch?v=2eBUhc_t8P0

[笑声]

[音乐]

嗯，好的，

继续讲菩提心，这一

章是关于生起

菩提心的。当我们谈到

生起时，有一种感觉，你

知道，就像积累、扣除、

解构、保存、积累、

升级，我不知道，

因为有一种渴望，渴望真理，

渴望更接近真理。

我们可以谈谈真理吗？我们正在

谈论这个，记得我们讨论过

这个事实：它在那里，但它又

不在那里。我用这个来非常非常地说明，

希望这样更容易

理解。就是这样，色即

空，空即色。

一切都是显而易见的，但你在那里，

我在这里，空调开着吗？

你知道，花在这里。曾经有

一段时间，时间是清晰的。

告诉你，最近我给

一个孩子糖果，孩子很喜欢，

但你知道我不应该给

太多糖果，所以孩子又要了。

然后星期六，我明天再给你。

我从中学到了一点，

孩子不知道明天是什么，

这真是……太棒了，这

对我来说是一个觉醒的时刻。我们这些

大人总是被明天束缚，而

孩子们却没有明天，这真是太奇妙了！这简直太

不可思议了。但我也感到难过，因为

孩子们迟早会

明白这个愚蠢的明天是什么。你

知道，明天是他们的时间，它既存在又不存在。

我想有些事情我们

可以理解，比如彩虹，海市蜃楼，

月亮在水中的幻影，它存在又不存在。

有些事情很容易理解，很容易

消化。但说到

得失、赞扬、批评，

哪怕是像“你看起来很年轻”这样很小的事情，

当有人说你看起来很

年轻时，你会忘记它存在又不存在；

或者当有人说你

看起来很憔悴时，

你当然也会忘记它存在

又不存在。所以，你看，我们渴望那个

真相，这就是我们所说的，

生起菩提心。真主啊，我

希望你们明白这一点，因为

很多时候，

生起菩提心就像

生起爱和慈悲，这当然可以，

但你知道，尤其是在

你理解

我们昨天谈到的三种慈悲层次，

三种层次的苦难，

特别是两种佛教特有的

慈悲和一种大乘特有的

慈悲。在这个意义上，菩提心正是

方法与智慧的结合，它不仅仅是感到

悲伤、同情或共情。

你必须明白，菩提心非常伟大。

但在

生起菩提心的过程中，方法看似非常

简单，几乎是神学式的，非常仪式化，

比如想念

佛陀、与

佛陀交往、与

僧伽交往、阅读、聆听和
思考佛法的教诲——我是
指佛陀的教诲，佛法，
并想念它们。你在这里称之为宽容，
这是一个非常好的词——
对无我（Juniata）的宽容。
这是一个非常重要的词，在
大乘佛教中，它不是对绝对空性（
Shunyata）的宽容。我可能有点……
你知道，有时在大乘
教义中，你会听到一些
大乘沙文主义的言论，
比如…… 比如说，玛雅人
有时会讲一些带有沙文主义色彩的话，比如，
假设你想摆脱轮回，
你想成为你想成为的人，达到
一种不必再
回到轮回的境界，你想斩断
痛苦的根源和起因，
为此，你
修习无我，
渴望明白“
自我”、“我”并不存在，它只是一个
标签，一个被贴在我们身上的标签，
等等。但是，这种
动机
并非菩萨道所说的
绝对的、完全的空性。
为什么呢？因为你首先是被想要
摆脱轮回的动机所驱使，你想要一种
不再回到轮回的和平与和谐的状态，
你想要
解脱。所以，如果有人说根本
没有解脱，根本没有轮回，
就像龙树菩萨
说的那样，龙树菩萨说佛陀也说过类似的话。你从未
说过涅槃
需要舍弃轮回，

你只是说过轮回不存在，
涅槃即轮回。这两者是有
区别的。要容忍这种
言论，我们现在正处于一个境界之中，但
完整的境界，我的
意思是，当然自我并不存在，
甚至解脱、涅槃、轮回，
这一切都不存在。要真正容忍
这种信息，你需要
有远大的抱负，你需要
有勇气。

所以，一位菩萨在那里，怀着
非常宏大的动机。有了这种
宏大的动机，我看到的是必须这样做，
比如

菩萨发愿
通过所有佛陀供养。菩萨
会维护所有
佛陀的教义，而不是
挑挑拣拣，这个适合我，那个
不适合我。因为对菩萨来说，每一种
教义都是为了利益
众生，为了能够
显现于世。菩萨有多种
不同的化身，其中一些请
不要问我，因为太过浩瀚。

总之，我认为你可以从
字面上理解：

菩萨有愿化现
多种化身，
愿进入无数佛境，愿
圆满
六方或十方，
愿激发众生的
潜能。记住，所有众生，
阿罗迦，或说他们都具有佛性，
他们需要觉悟才能
实现这一点。然后，菩萨有

愿安住于所有佛境，享受所有佛境的要素或特性。为了让你更好地理解它的含义，读过《摩利迦经》等书的人会看到，其中有一段，舍利弗思考：这些石头和尘土怎么能成为佛境呢？（类似这样）然后，布巴回答说，这是因为你没有安住于佛境，而且不仅仅是佛境中的十二种要素，你也没有充分利用它们。佛性领域，最终你会把我们看作岩石、基座、悬崖，以及非常普通、有限、狭窄的人类领域。菩萨必须渴望拥有类似的囚禁感，但永远无法拥有这种肉身，先生，也无法拥有像那些在更高佛陀之上修行的崇高菩萨那样的能力。他们如何与世界相处？举个例子，假设我是一位菩萨，他必须在伊斯坦布尔的某个地方解脱一个众生，而这个众生会在一家特定的咖啡馆出现。但是这个特定的众生非常难以预测，我们永远不知道他何时会出现在那家特定的咖啡馆。菩萨可能需要经历一亿世才能抓住这个机会。第一位菩萨会前往伊斯坦布尔，每天在那里等待，仅仅为了抓住那一个瞬间，没有任何问题。

你

明白，仅仅为了那一个瞬间，等待永远不会被认为是漫长的。

这就是我们所拥有的。渴望

拥有那种

宽容、耐心和能力，并且在

等待的过程中也能享受乐趣。

你知道，甚至不要把

等待看作是等待，而是像这样。然后，

无论

菩萨做什么，哪怕是翻书、

削铅笔，或者闻

闻铅笔的味道（我知道它们闻起来很香），菩萨

都会发愿，即使是最平凡的行为，也能以

某种方式利益

众生。在坦帕爪哇岛，

佛教最终认为，无论

菩萨的每一个行为，

哪怕是呼吸，都会

产生某种意义。

前面提到的意义是，最后，

它将引导所有

众生走向觉悟。以上是

肯尼斯·朱厄尔（Kenneth Jewell）所教导的十种不同的愿望，目的是为了生起

众生，生起身子。好的，

我认为这个例子也能让

你大致了解……菩萨，

当我们谈到生起

菩提心时，我们指的不仅仅是

通常所说的

烦恼，

比如欲望和嫉妒等粗重的情绪。但对于

菩萨来说，烦恼只是

很小的一部分，很

容易找到第二层

甜美的层面——

自我现象的概念。那一天

就是觉悟。这是一种

道路、进步、

阶段、空门、
解决方案和问题之间的区分，
这些区分
更具挑战性。生起
菩提心实际上是生起
勇气，当然，这不仅是为了消除
愤怒等情绪，也是为了消除二元对立的区分。
这是一种
巨大的勇气。仁波切，
我能否通过几个问题给您一个机会？
我们有15分钟的时间，
没有。仁波切，我
有两个问题，一个与
今天的主题相关，另一个与昨天的主题相关。
第一个问题与昨天的主题
有关，我
本人是一位求道者。我
一路走来，从一个亚伯拉罕
宗教信仰者，转而踏入佛教之路，
修行了两
三年。我目前
在我们中心做志愿者。我的
朋友和
同事们对佛教持有不同的看法，其中一位信奉
世俗主义，认为
所有宗教都一样，都
遵循非二元论，就像佛教一样。另一位信奉其他宗教，比如
语音宗教。是的，我的问题是，
虽然我在中心做志愿者，但
我真的很想
让他们成为
佛教徒。我有这种渴望，但
同时我也知道这是执着，
我也因此而受苦。那么，我们应该
如何应对呢？
我们应该鼓励他们吗？
因为听过你的一些演讲，你也有过
类似的感受。我

问的是你，我只是在
跟你说话，好吗？不是针对这些人，
你应该在
有正确的动机时去做，要有
良好的动机和一颗善良的心。
这些人需要听到非二元论，
他们需要听到非
极端非暴力的观点。
心地善良，不是为了谋取私利，是的，
去做吧。也许随着你技巧的
提高，即使
你挨家挨户敲门，我也不会介意。
如果你需要点子，
请给我打电话，我也会想
办法，比如敲窗户之类的。
我是认真的，
谢谢。

昨天你提到一个话题，说我们的
佛性原本像
纯净的玻璃一样清澈，污垢是
其他东西造成的，并非玻璃本身固有的，而是
玻璃原本的本质。我的
问题是，如果我们的佛性是清澈的，那么
我们的污垢是从哪里来的？是源于
我们小时候父母教给我们的观念，
还是源于我们对
佛性的表达？如果
污垢，尤其是
无明的部分，也是我们佛性的表达，
那就意味着我们的
佛性是自欺欺人的。如果
我们的佛性是自欺欺人的，那么当我们
认识到
佛性的本来面目时，是不是意味着我们会
再次自欺欺人，因为
无明……这是一个很好的问题，
我会想办法回答。为了尽可能
全面

简洁，我想我会尝试用两种方式回答这个问题。第二种方式我们可能要午饭后才能讨论，因为这个问题比较长，而且很重要，所以我们应该仔细探讨一下。第一种方式更偏学术性，更偏向理性思考。我先解释一下。你问的其实是，如果佛性本身是纯净的，那么所有这些烦恼是从哪里产生的呢？

首先，你把两个阶段混淆了，而且这不仅仅是你一个人的问题，每个人都会这样做。这是我们学习佛教时最具挑战性的问题之一，真的非常具有挑战性。

所以，当我们谈论佛性的纯净状态时，大乘佛教徒，尤其是金刚乘佛教徒会问，你说的“发展”是什么意思？根本没有发展，你明白我的意思吗？没有区别，没有区别，因此没有觉悟，没有“一”，没有轮回等等。

但是我们是在佛性本身的基础上进行讨论的。现在你……

谈到另一种情况，我们假设已经存在某种污秽，情况有点像这样。我认为错误的咒语是最好的例子：你安然地睡在床上，做了一个噩梦，比如说一只蜘蛛爬了进来，你惊慌失措。嗯，我试着举个例子，比如说惊慌失措。

实际上，在你入睡之前，蜘蛛并不存在；在睡眠期间，蜘蛛也不存在。明白吗？

当你醒来时，根本不存在“没有蜘蛛”这种说法，因为它从一开始就不存在。

所以，你现在问我，所有这些关于蜘蛛的条件反射是从哪里来的？

这是在问你，如果你问的是一个没有经历过状态阶段的人，我认为我们应该说，在绝对的层面上，没有蜘蛛，因此就没有关于蜘蛛的条件反射，因此也就没有摆脱蜘蛛的解脱，蜘蛛根本没有出现过。这就是终极层面，我们现在在谈论终极层面。所以，当你问“第一只蜘蛛是从哪里来的”这个问题时，你只是在谈论……在相对层面上，你无法提出这些问题。在终极层面上，你理解，在终极聆听者的层面上，没有蜘蛛。在相对层面上，我会说，是的，文化、传统、习惯模式等等，这始终是最棘手、最难研究的话题，实际上也是最难的话题。不仅如此，正因为如此，这一点很重要，我要告诉你，正因为如此，佛陀在很多时候传授他的教义时，他并非真的想表达他所说的。

我甚至称之为“灰姑娘式的教义”，他有点像是在编造一些东西。

为什么呢？因为真正的真理太难解释了，所以你需要编造一些东西。所以，如果你问我，他编造了什么，或者说，他并没有真正说过他想表达什么，那么，更准确的

说法是“方便的教义”。所以，
他不再谈论善恶
业力、轮回、进步等等。
所有这些都让我们想到一件事，那就是这一切都与
改变你的
维度有关。如果你能够改变你的
维度，达到
没有时间和空间的状态，你
甚至都不会问这些问题。
改变这个维度的问题，但改变
这个维度很难，因为我们
太习惯于当前的
维度，以至于我们根本无法理解。比如，
你的问题是“
这件事是什么时候发生的？”，
你已经在谈论时间了。
在这个终极层面上，
像毒液这样的问题根本不
存在，没有时间的概念。好吧，我
再举个
例子，假设我是你的老师，你是
我的学生，你正在向我学习。
虽然我是老师，但我完全是个
无知的人，我只是
因为花更多
时间学习才掌握了更多信息。而你则非常投入，
你真的很渴望学习。
实际上，我不是老师，我的意思是，
这只是我的工作，
只是我的职业。然后我还是会
按照教材教你，不一定非要纠正你的
错误。所以
你听着，你练习，你达到某种
境界，好吧，你今晚就
开悟了。现在你可能会想，
哦，你意识到我的老师其实并
没有开悟。但听着，因为
你已经开悟了。所以你现在拥有了

全知全能，你无所不知。所以
现在你看着我，觉得我的老师
没有开悟，你可能会想……
你或许会这么想，但实际上并非如此。
在你看来，我一直都是
开悟的。不仅如此，
你永远不会记得
曾经的5月15日，那时我还
没有开悟，那段日子根本不存在。
你从未从那一刻起，回到那个
时空，一切都
完美无缺。那甚至是一种语言。你
听着，与此同时，我，那个无知的人，
会看着你，说你那
愚蠢的动作。你知道，因为我的
感知并不纯粹，因为我是
无知的。我或许掌握更多信息，但我
不会说拉丁语。我把你视为一个未
开悟的人，这就是我的感知。这就是
悖论之网，它运作良好，
非常神奇。
现在，忘记我可能还不完全懂拉丁语吧，你即将
开悟，即将精通
拉丁语。但你的修行是尊重
和谦逊，你将永远视我为
开悟者，你甚至会像感谢自己一样感谢
我，因为我是
你周围环境的根源。这是
一种非常精妙的修行，
就像另一种说法：好吧，
佛性存在，但你需要去发现。
现在，你……完全是
你的问题，那是什么？你如何理解
我与我本性之间的联系？
你明白，许多其他宗教可能会
引入另一个存在，比如
神的儿子，你称他为“
纯净之人”，与他对话。但在

佛教中，情况是这样的：你处于
佛性之中，它反映出
佛法和僧伽，所以你
实际上是在与你自己的反映对话。

这一点在《佛法密续》（Patera Tantra）中有明确的解释，它是关于
佛法的教义。这是一部非常非常……相当……的著作，
无论如何，它都是一项重要的研究。所以我们
午休一下，回来后再讨论
更多实际操作。

[音乐]

[音乐]

大乘庄严经论，2019年5月18-20日，新加坡 - 第二年，第七部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=BHMD439TOqo>

[笑声]

[音乐]

嗯，之前有个问题，我们还没回答完就被打断了。这个问题其实挺及时的，它和接下来的一些特技表演、武装起来的主题有关。但可惜的是，这个问题有点复杂，它相当哲学化。我们刚吃完午饭，午饭后讨论哲学问题总不是个好主意。我想我们应该先回到这个问题，但也许先问一些其他问题。我们就这样开始吧。好的，我们会回到这个问题的。好的，麦克风准备好了吗？你好，按A键。我的问题是关于昨天提到的“色即空，空即色，色非空，此即色”。这四个陈述的重点区别是什么？嗯，还有“无”和“主啊，不是”。所以，不是。是的，一方面，马丁，完全不是。另一方面，区别相当大。我想我们昨天已经讨论得够多了。当一个人与物体互动时，我们总是会……实际上，有一部经文给了我们一个很好的例子，比如……五个或六个从未见过大象的盲人触摸大象，然后他们根据各自的经验来描述大象的样子。比如，其中一个人可能拿着

象牙，然后描述

大象的样子，比如

感觉是硬的还是弯曲的，比如会弯曲。然后，其中

一个人

触摸大象的脚，

这个人可能会描述大象的

屁股，

嗯，你知道，

大象的脚是什么感觉。

所以每个人都只关注事物的一部分，

每个人都会被事物的一部分所吸引。

当我们与一个物体互动时，

无论是视觉、听觉等等，我想我们

昨天已经讨论过这个问题了。

我们要么……是的，所以，如果我们的第一

印象，或者说最强烈的印象，

比如说，是

事物存在，

外观明显，那么我们往往会

忘记它不存在的一面。

记得我们讨论过这个吗？所以，

我们就会认为事物存在，而实际上它并不存在。

所以，我们很容易陷入两个极端：

存在或不存在。有时，我们也会

陷入两者兼具的境地。有时

我们存在，有时我们又不存在，这就是为什么我们有时处于

既非存在也非

不存在的状态。

这实际上是在谈论

非常微妙的心理学层面。

因此，我们有四种分类。如果你愿意，

这不仅仅是四种分类，还有

八种、十六种等等。还有其他

问题吗？好的，请问谁有

麦克风？仁波切，我一直在努力理解

这种叫做非二元思维的东西。

你究竟该如何践行它？我的意思是，

日复一日，我们有很多

抉择点，我们有决策标准来帮助我们做出所谓的正确决定，但我们究竟该如何实践？非二元思维就像思考……哦，我的意思是，我大概已经给你一些概念了。这就像看电影，记得吗？好吧，假设你和你的孩子在海滩上玩耍，然后你开始堆沙堡。作为母亲，你知道它实际上并不是一座真正的城堡，但同时它也是一座城堡。你明白，为了让孩子们开心，你会参与其中，和他们一起玩耍，建造沙堡，建造……我不知道，建造柱子，建造屋顶，你甚至会全身心地投入其中。比如说，大概晚上八点或六点，你知道该吃晚饭回家了，作为母亲，作为成年人，你有勇气和智慧，因为你知道那不是真的，所以说，好吧，我们回家吧。你可以这么做。实际上，这种情况也发生在我们身上。你知道吗？我的意思是，你看，你们谁也不会再抱着芭比娃娃或水枪到处走。芭比娃娃曾经是你们的宝贝，如果有人对你们好，你们会哭。但现在你们意识到了芭比娃娃的虚幻本质，你们知道它不是真的，它只是个玩具。但你们现在换成了……我不知道，法拉利，盐瓶，桌布，吸尘器，我不知道，你们换成了别的东西，公寓，靠垫，伴侣，民主，共产主义，社会主义，这些才是我们的芭比

娃娃。

到了90岁左右，这些东西就像沙堡一样毫无意义。我不知道，我不知道，90岁的时候，你们会拥有什么？

当然，你可能会有玩具，也许是牙签，或者耳垢清洁器之类的东西，或者躺椅之类的东西。

所以我们真正想问的是，为什么你不能

在六个月内加速这个过程？你知道，从沙堡到

耳垢清洁器，所有这些都加速了，反正你最终都会放弃它们，

你随着

时间的推移正在这样做，为什么要受苦，为什么要受这么多苦？

所以你知道，我们实际上确实在某种程度上接受了它，

我们确实在与它共存，还有很多事情我们也……

（音乐）是的，不仅如此，

我还要告诉你

另一件事，

每个人都渴望非二元性，你

甚至不必是佛教徒，

每个人都渴望非二元性，

人们热爱非二元性，好吧，我给

你一个证据，为什么白人喜欢

在性高潮时做爱？

你知道，就像在性爱和

这种狂喜的时刻，人们没有

二元对立的区分，比如

政治正确，你知道，你

明白吗？你不明白 比如，

你可以说“你知道吗，你不

介意像驴一样吗？”或者“你不介意像

青蛙一样跳吗？”之类的话，

每一个疯狂的

举动都让人感到无比幸福，所以人们渴望完全分享所有这些区别。好吧，也许这有点太醉了，酒精，我们为什么要给自己贴标签呢？你知道，人们喝醉后会变得不那么害羞，更放得开。他们通常不会这么说。所以你知道，人们渴望非二元性，但通过性和威士忌来体验非二元性是代价高昂的，情感上非常昂贵，经济上也非常昂贵。而且最终，就像我称之为“比尔台球”一样，你知道，我们永远不知道你想击中哪块石头，但它会击中很多其他的石头。所以你知道，它是，它是，它不是，它总是无法按照我们的计划进行。非二元性是印度送给世界的礼物，我会说，这真是一个伟大的礼物，它是无价的，实际上，它是，我们需要……我的意思是，对于佛教徒来说，我们真的需要非常小心地守护这（音乐），它实际上反映了佛教的一切。我的意思是，我想我昨天已经跟你说过，甚至你，Dougy，当你走进一座佛龛或寺庙，你会看到像舍利弗这样的圣像，你知道，就像和尚们举止得体，温和地行走，面带微笑，你知道，弃绝世俗，清苦宁静。但同时，你也会看到观音菩萨或文殊菩萨，戴着耳环和鼻环，一点也不清苦，他是个亿万富翁，你知道，他开着一辆，哦不，是辆钻石车，我知道他，你知道，他是个亿万富翁。两者都很合适，一个并不比另一个差，一个并不比另一个有罪，它们很合适。

这些都是非二元论观点的细微体现，
但我认为这也正是
佛教如此复杂的原因，
所以它不能被用作，
我的意思是，别说政治工具了，即使在
世俗层面，它也
很难理解。但无论如何，在
最基本的层面上，我认为即使理解……从
理智上讲，我认为非二元性会
带来某种内在的
放松，你会突然感到如释重负，
长舒一口气，就像“哇”，你知道，就像“
嗯，是的”。好吧，
我有一个书面问题，也许我可以
帮你问一下。当强烈的情绪
升起时，我们如何才能
与我们基本的善良相连？当情绪
如此难以承受时，不，这个问题有很多
答案。

[音乐]

好吧，
你是哪种类型的人？
你是那种清教徒式的、
渴望做正确事情的人吗？是那种
想要表现得体的吗？是那种背负着做好人的
重担的人吗？你知道，你
可能在一个保守的
家庭长大，你需要表现得体，所以
你现在很自然地认为情绪是
肮脏的、糟糕的、一堆垃圾，所以你对
情绪有动物般的敌意。在这种情况下，我不知道，我
真的不知道。

只有我们至高无上的觉悟者才能
真正调和情绪，就像你在
酒吧调酒一样，他们知道如何为你调配
配方，为你指明道路。但我给
你一个大致答案，所以如果你遇到这样的人……如果有人对某种

情绪抱有敌意，我想说，不如利用这种敌意，真正学习如何驾驭充满情绪的舞蹈，并尝试对这种情绪实施经济封锁，也就是说，不要助长这种情绪。

然后，尝试鼓励与这种情绪相反的情绪，比如专注、爱和慈悲，更多地激发这些情绪。你知道，这是一个基本的策略：你不想要这种情绪，那就引入它的敌人。

佛教中有很多思考和技巧。

[音乐]

如果你是一个真正经历过这种令人烦恼的情绪，但实际上更加勇敢的人，那么你可以有不同的态度。在大乘经典中，情绪就像智慧的足迹。如果你丢失了你的宠物象，你会怎么做？你会寻找它的足迹。当你找到大象的足迹时，你可以感到高兴，你可以，基本上，你可以像真的找到了大象一样高兴，即使足迹并不是大象本身，它也不是真正的大象，但你可以高兴，啊，我找到大象了，它应该离你不远了。同样，当强烈的情绪来袭时，你对情绪的态度可能是“哦，天塌下来了，应该没那么远”，基于此，还有很多其他的技巧，比如你知道的，哔哔体式（Beep Asana）。我认为我们今天早上在终极菩提心（Ultimate Bodhichitta）练习中所做的就是其中之一。我们做了什么？当情绪出现时，

你不要去触碰它，我们只是观察它。这有点像自动手表，你知道，你越动它，它的能量就越多。所以，如果你让这块自动手表闲置，它就会停止运转。因此，任何形式的触碰，比如说，当一个情绪出现时，当然，如果你与情绪纠缠在一起，或者情绪的任何反应，如果你去追随它，因为这不仅仅是触碰，你基本上只是在滋养情绪，实际上你已经在……

嗯，你当然是在放大情绪。但即使你心怀敌意，如果你想停止，如果你想做某事，如果你正在做某事，这很微妙，你仍然在触碰这个情绪，你在移动这个情绪，就像手表一样，如果你移动它，它的能量就会增加，你的能量就会下降。不，所以我们今天早上做了什么？让他们来，但我说的“让他们来”不是指去戳他们。如果他们不来也没关系，但如果他们来了，你就看着，你只需要看着，不要，不要上当，不要落入他们的圈套。他们想让你戳他们，因为记住，戳他们是他们的食物。你现在在这里实施的是经济封锁，你不喂他们，你不喂他们，你让他们开始。当这种情况发生时，情绪的功能就改变了。当情绪的功能改变时，它就变成了智慧。这在大乘佛教中又是一个非常大的主题。就像我称之为“

细致”的体现一样，你可以从两个方面来理解它。有时候，有人细致周到是件好事，因为事情进展得很顺利；但有时候，细致周到也会让人抓狂。所以，这取决于你当下如何欣赏或处理这种特质，比如说愤怒。你接收到的能量是一种破坏性的、令人不安的。不知道，就像你知道的，令人不安的恐惧和不安全感，这就是为什么它不知何故被贴上了愤怒的标签。但如果你知道如何观察而不是挑衅，那么那种能量，以及变得清晰、明晰、自信，实际上大乘佛教中有一个术语来描述它，他们称之为“镜中智慧”。一切都如此清晰，愤怒的特质也如此清晰、如此真实，所以它们如此庄严。所以你在这里学到了很多，好的，最后一个，然后我们可以继续讨论这个问题。不要做分配，这个问题是：在某个时刻，修行者是否需要放弃这种非二元性？因为我理解我们皈依于……哦，是的，是的，这是一个著名的说法，过度依赖一切衡量标准。这是佛教，菩萨永远不应该依赖的，即使是中间部分或中间观点。你知道，只要存在观点，你就没有理解正确。像非二元性这样的词语，像空性这样的词语，是一种词语、短语和语言，我们别无选择，但我们使用它，

它是一种演绎语言，被解构了。

狄更斯的作品中有很多解构主义的运用，嗯，这是佛教的经典手法之一。我的意思是，你别无选择。

我想我以前也用过这个例子：你如何向一个从未尝过盐味的人介绍盐的味道？

你只能给他一块糖，然后说“这不是盐的味道”。所以我们就是这么做的，你给他这个，不是盐的味道，不是盐的味道，不是盐的味道，等等。

然后弟子或修行者最终会得到一个更精细的参照物：“这不是盐的味道，这不是盐的味道。” 但一个清晰的、受过教育的参照物变得非常狭隘、非常纯粹、非常敏锐，甚至连这种能力都会被摧毁。当存在一个“正常”的参照物时，一切就结束了。顺便说一句，我刚才和一些年轻人聊天，他们说，千万不要想着“哦，开悟”，所以不，不，轮回，不，涅槃，不，快乐，不，不，痛苦，感觉就像植物人一样，不是吗？完全不是。

你实际上从中获得了什么？就像妈妈陪孩子堆沙堡一样，你会感到一种持续的解脱。你知道，你玩游戏是为了自己，因为你知道你在玩游戏，游戏本身并不会束缚你。而我们呢，玩游戏却深陷其中，所以它不再是游戏，而是真实存在的。

尽管我们总是说
这只是个游戏，但我们却
深陷其中。当你没有沉迷其中时，
我想这就是新加坡人
应该如何回答的问题。如果有人问，
佛教中的“开悟”是什么？不
沉迷于游戏。就是这样，不沉迷
于我们玩的游戏。是的，我们玩游戏，我们
做了很多很多事情，比如玩
马叫、喷香奈儿香水等等，
我不知道。我们却去做一些令人
匪夷所思的事情。顺便说一句，
我不是在
阻止你们这样做，请
继续，尽情去做吧，
你们做得还不够。
你们中的
许多人，实际上都被困在别人的
游戏中，并且一直在追随它。
为什么？你明天或者今晚真的不去
买个透明塑料袋，
自己设计一个袋子，明天去购物的时候
就用你自己的透明
塑料袋，这样才独特时尚。
你为什么非要买
Prada呢？这太让人难过了。你
有脑子，你很聪明，
为什么花钱
不自己设计？你自己设计的东西很独特，
很好，你可以自己做，而且会给你带来
很多乐趣。
好吧，我想我们现在应该
清醒一点了。
根据之前的问题，我们先
停下来。好的，所有
哲学、宗教，
甚至科学，都像一个……你
称之为“纽带”的东西，对吧？纽带，对吧？纽带就像一座桥。纽带这个

词的意思就是

桥，

英语单词Nexus就是桥，连接的东西，对吧？

连接，连接。基本上，所有

宗教、哲学，甚至我认为

科学，都像是连接

两件事的桥梁。你知道

这两件事是什么吗？汤姆逊说，稠密的、

超越的和卓越的。我的意思是，超越和卓越的

反义词是什么？在

英语里，你怎么说真正的、真正的

事物？世俗的，或者说短暂的

世俗超越，是

我们平时看不到的东西。比如说，在

这两者之间，

如果你学习过生物化学，或者接受过

生物化学方面的训练，

你可能会更倾向于使用

洗手液，因为你知道，像

你我这样的人，大多数

没有接受过生物化学训练的人，

看不到这些细菌，所以

你摸

这里摸那里，把手指伸进鼻子、

嘴巴、

眼睛里，这都无所谓。但是接受过生物化学训练的人，

他们会努力在

任何地方看到细菌。所以，如果你和

化学系的学生一起旅行，你会发现

他们真的会更频繁地使用

洗手液，因为这就是

他们看待事物的方式。所以你看，生物化学

现在就像一个轴心，连接着

你所知的普通世界（比如这个

瓶子、这本书）和充满细菌的真实或

所谓的超越世界，

不是吗？

现在，在许多宗教中，可能确实存在一个

真实存在的
超越世界，而没有所谓的
世俗世界。桥梁
纽带很重要，但你知道，
许多印度哲学，
特别是佛教，都认为
超越的世界和世俗的世界实际上
是虚幻的。
所以，整个桥梁的概念就像是……它并非
必要，你知道，
它并非终极目标。这就是为什么
禅师说“看月亮，不要看
手指”等等。你知道，
我们已经听过太多这样的说法了，因为
超越……我希望我解释
清楚了。总之，
在佛教中，
超越的世界和
世俗的世界实际上并不存在。这是超越的世界，这是
世俗的世界。
记住，昨天存在，但它并不
存在。我仍然坚持这个观点。
这两个世界之间并没有明显的差别，
但我们习惯了，因为我们的
感官和认知无法理解这一点，所以
我们感到
无知，因为我们
无法理解这一点，
所以我们需要道路。因此，在
佛教中，为了在
这两个世界之间建立桥梁，你知道，
不要在了解之前就发送信息。

世界

[音乐]

我们谈到了两种真理——
相对真理和终极真理。
请记住，这种真理的语言
只是为了

沟通，只是为了
学生和教师之间能够交流。
佛教徒不相信真正
存在，终极真理没有显现。
冰块是固体，你可以握住它；如果它
很大，你可以从上面走过去。这是
由于某种原因和条件，
比如冰箱或寒冷的天气，冰冻的
天气，
但某种自然现象，
冰是水，你不能从上面走过去，
除非你是神。
它不是，你不能握住它，
你知道，它是水。
它们既不是一体的，也不是
分离的。
好的，我给你举一个
相对真理和终极真理的例子。
佛陀的教义
谈到了这两种真理。好的，当
佛陀说一切有为之物都是
无常的，
这实际上是相对教义。为什么呢？
因为他断言有些
事物会形成，因此
事物是无常的。你要明白，在
终极层面上，没有
无常之物，既非
永恒也非无常，一切都
超越极端，超越虚构。
空性，
所以这两个真理，
这是一个非常重要的真理。
之前我们谈到如果我们
拥有佛性，那么当我们
谈论佛性时，我们指的是
究竟层面，尤其是在
物质转变过程中的内在

层面。在
终极的领域里，没有时间，
没有现成的学院，没有
时间。所以，基本上
不存在“很久很久以前”这种说法，
你曾经是一个
无知的众生，后来修习
佛法，历经无数劫，最终
证悟成佛等等。
这种概念只存在
于相对的层面。所以，
如果有人问“
我们是如何变成无知的？”或者“
我们何时变成无知的？”，如果你仍然
坚持要一个时间，比如烦恼的起源，或者说是
最初的无知，
那么
佛教大师会说，现在一切就从此刻
开始，这就是
你所拥有的一切。你没有
任何所谓的过去，它们并不存在。
未来也不存在，它还
没有到来。你拥有的只有此刻。
在这一刻，你可以想象很久很久
很久以前，这取决于你。
如果你在这一刻，你也可以想象
三百万劫。稍后
我会这样做，你们现在都可以
做任何你们想做的事情，这就是
你们所拥有的一切。
我们现在是在
相对层面上谈论这件事。
这几乎反映了
佛教教义的方方面面，我的意思是，
学生们，有时候会感到非常
困惑。一方面，佛教徒
谈到业力，善业，恶业
等等；但另一方面，他谈到

无我，这是什么？为什么还要
谈论恶业？你知道，不要
做坏事，要做好事，如果
没人做，你知道，
无我又是什么？这太令人
困惑了。

但是该怎么办呢？如果
你做了梦，我们谈论
醒来；如果你没有做梦，我们就不必
谈论醒来。如果
你做了一个噩梦，比如梦见一只蜘蛛，
那么如果有人泼
一桶冷水把你从
梦中唤醒，你甚至可以这样想：叫那个泼
你冷水的人
来救你脱离蜘蛛的魔爪。但是
你知道，冷水并没有
杀死那只并不存在的蜘蛛。但
与此同时，这也是一条道路。你可以
欣赏你的朋友，你可以想象那是一种
祝福，如果这种祝福产生了
影响，这就是道路的运用方式。

嗯，我想我会参加这个
聚会，就像安慰剂一样，它
是一种假药，用来治疗一个虚幻的
问题。你认为你有问题，
好吧，我们会给你药，但从
终极的角度来看，这种药通常不是真正的
药，而是一个空胶囊。但事实就是如此。因此，
即使
佛陀教导时，他也有两种
教义：一种不需要任何
解释或诠释，
例如《大乘经》或《心经》，
你读完就明白了，这就是他的意思；
另一种则需要
解释，比如他会说“很久很久以前，
我还是猴子的时候”、“很久很久以前，

我还是国王的时候”等等，
然后告诉你应该怎么做，你
知道因果关系。在
这里，我需要强调一点，
仅仅因为它们是虚幻的，
并不意味着它们是混乱的。你
需要知道，因果关系
是非常有序的，非常有序。
秩序井然，一目了然，毫无欺骗性。如果你照镜子，4000
天后你的脸看起来都一样。一千天后，不会
出现一只猿猴，
也不会出现
香蕉、水果或其他什么东西，也不会出现
一次。这就是我们所说的
有序因果的力量。如果你种下
万寿菊，万寿菊就会长出来，而不是大米。
但你知道，问题在于这种
秩序让我们……你看，还记得
我刚才说的吗？有时候
某些东西会出现，然后我们会被它
吸引，觉得它存在，然后就
忘记了它其实并不存在。记住，
这里也是一样，因果关系：种下
万寿菊，万寿菊就会长出来；种下大麦，
大麦就会长出来。所有这些秩序让我们
相信事物确实存在。
你知道，这就是秩序，
这就是密宗的优势所在。
他们真的懂得如何解释
我们所说的有序混乱。
是的，
我相信你一定听说过
曼荼罗这个词。曼荼罗的原理基本上
就是有序混乱。
顺便说一句，我感觉
现在这一点已经确立了，他们真的懂得
如何谈论这个。
通常情况下，你知道他们会谈论

这些相机吗？我对这种混乱非常感兴趣。

顺便说一下，这就像是为这个

特定术语做的铺垫。好的，

那么接下来我们谈谈相对

菩提心和究竟菩提心。

好的，

让我们把它看作一个非常简短的

总结，然后回顾第五章、

第三章“生

菩提心”，现在是第六章“

成就菩提心”。

好的，拥有一个宏伟的愿景，宏伟的愿景是

我想觉悟一切众生。

记住这一点。好的，这就是你的

愿景。另一个愿景是，我想在杰罗姆买一套

公寓。选择错误，

做错误。是的，

用闪光灯捆绑怎么样？

我知道你们认为这是

不可能的，这个（迪拉姆）是

可能的，对吧？

但是大乘佛教徒的想法恰恰相反，

这很可能你做不到，

即使你能做到，

也不可靠，你

最终也不会实现，因为你最终

不得不离开

杰罗姆。杰罗姆的公寓不会发生，

实际上不会发生。是的，它不会发生，

即使它如你所愿，也永远不会

发生。但是这个

只有你一个人，

无需任何帮助，就能启迪一切众生。我们

说的就是单枪匹马，这不仅是

可能的，而且是完全可能的。当

你想到要

启迪一切众生的那一刻，你就已经

做到了，任务成功了，任务成功了，

你知道，任务已经成功了，你只是想要更多的成功，仅此而已。你知道，你每天都想要至少五分钟的成功。但另一件事就很难了，比如，我想长寿，这很难。我们说的“长寿”是什么意思？一天还是一年？即使你成功长寿，人们都在谈论永生，对吧？但是，哇，那该多无聊啊！世界在欧洲变化，你现在都190岁了，这太痛苦了。你能读多少遍《纽约时报》？这太痛苦了。总之，重温……你知道，我忘了中文怎么说了，“愿你活到一万岁”？什么？从来没有过。几个世纪以来，人们一直这样祝愿。我甚至没见过一个活到几千年的人。一万岁是什么意思？一万岁？出去几天就能赚到一万块，这根本不可能。除非你每分每秒都在做磁共振成像（MRA），否则我现在很健康。MRE（单兵口粮）？是啊，每时每刻都在做全身扫描检查，你得去医院检查哪里出了问题，因为事情可能在一分钟甚至一瞬间就出错。这是不可能的。渴望富有和渴望权力，这一切都无法实现，非常困难。但是，成为有智慧或有感知的人就容易多了，太容易了，简直荒谬。你还记得吗？99.99%的工作已经由你引以为豪地声称要启迪他们的人完成了，但他们已经为你完成了这项工作。顺便说一句，这不是我所谓的“打气”，你知道，

这不是鼓励的谈话，这只是一个事实，只是事实陈述。如果你记不住，我给你举个例子：玻璃很干净，不锈钢玻璃99.99%的工作都是玻璃本身完成的。你没做什么，你只是没有冲洗掉一些根本不属于玻璃的死物。顺便说一句，我们说的是补充。所以你必须要有远大的愿景。你的愿景可以很小，比如“哦，我想让我的丈夫开悟”，这太短视、太狭隘了。万一他明年还没开悟怎么办？或者，万一我做得不够好怎么办？万一你自己没开悟怎么办？你就会受苦。你参与菩萨行，我相信这里有很多从事管理、生活管理、领导力等等工作的人，你肯定很擅长这些，你应该认真考虑菩萨道。菩萨道是最古老的领导力训练，也是最古老的管理训练。它赋予你远大的愿景，你知道，宏伟的愿景。因为这已经给了你……比如说，你们有些人即将离世，其实我们所有人都会离世，但假设你们有些人最近被告知，由于某种疾病或致命的情况，你们会在一年内去世，你应该思考这个远大的愿景，因为你拥有这个远大的愿景。如果你思考这个让

一切众生开悟的远大愿景，
那么即将到来的死亡就像换
内裤一样，因为你…… 有工作
要做，这不会阻止你，你
明白吗？是的，是时候了，
反正它脏了，脏了，是的，是泥土，
这不好，
你需要一套不同的内衣，
因为你有远大的愿景，你
有很多很多的计划，你有一个
大项目，这些小事，比如
死亡，会让你
气馁吗？不好，像个
商人一样，如果你想真正做大
生意，想想看，你
投资数百万美元，几千美元的
损失也无所谓，如果你投资
五百美元，然后
哪怕只损失十美元，你也必须彻夜
难眠，但如果你
投入大量资金，怀揣着远大的
愿景，即使你筋疲力竭，也
无所谓，
这就是成就，一种
身体的态度，假设我们
休息一下

[音乐]

[音乐]

你

大乘庄严经论，2019年5月18-20日，新加坡 - 第二年，第八部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=CbyBjAwdJh8>

[笑声]

[音乐]

好，再说一次，菩萨的目标是启迪众生。好，"启迪众生"这个说法有时候——[音乐]——在某些场合听起来可能，我不知道，听起来太像救世主那种感觉，你懂吗？说白了就是唤醒，让人觉醒。一个孩子在看AB游戏，玩什么游戏，我不知道，反正跟鬼啊、恶魔啊、金发什么的有关，孩子吓到了，慌了神。你是妈妈，你把孩子带到后台，说：你看，这是面具，这全是假的，这是表演，这是游戏，放松！就这样从恶魔的幻觉中觉醒过来，不再执以为真。"觉醒"，我觉得这个词真的很好。在拉丁语里——现在这个词用滥了——就是让人觉醒于真相。这个真相我们之前讲过很多，当然以后还会讲，这就是菩萨的目标：觉醒。怎么做？方法无穷无尽。如果需要表现恶劣，就表现恶劣；如果需要装腔作势——pompous，什么叫pompous？就是招摇，爱现——如果不用招摇，那就邋遢一点好了；如果需要淡然平静，我不知道，那就那样。我告诉你们这些，是因为你们太习惯于那种固定形象——你懂的，那种斜眼睛、走路像是肠胃不舒服的样子，你知道那种感觉——你太习惯这种形象了。但不是这样的。你必须让众生看见真相——世俗谛与胜义谛，事物的本来面目与显现方式。你必须让他们明白，事物的显现与本来面目并非不同，也并非相同，就像冰与水。冰看起来坚硬、固体，可以放进杯子里；但水，从根本上说，也是同样的东西。

当然，这说的是初学菩萨，入门菩萨。你可能还没有掌握必要的工具与方法，不够老练，不知道怎么做。而在这个尝试启迪他人的过程中——这一章其实就讲到这里——你会筋疲力尽，你会深感失望。因为人们喜欢听谎言，喜欢听各种虚假的东西。如果你一直说真话，你永远不会被邀请；如果你说了太多真话，你会被排斥在外。年轻菩萨会被拒绝、不被欣赏、灰心丧气。

还有一件事要警惕——年轻菩萨们，像我这样的——当你抱有所谓的好意，正是在这个"好意"的时候，你会变得非常脆弱。因为所谓好意，会带来一种"我有好意"的傲慢。你知道嘛，"我是好心的"。这反而让你更加脆弱。因为当别人不领情你的好意，你会真的很受伤。但如果你带着坏心去，人家不买账，你也无所谓，因为你本来就没指望什么。可你带着好心去，人家不接受，你就真的很受伤。

所以年轻菩萨很容易受挫、灰心。而稍微成熟一些的菩萨，他们知道怎么去"黏"住人，怎么坚持，怎么跟着人走，怎么在恰当的时机敲人家的门，知道该说什么。这一章里有提到，年轻菩萨的方式是——"你好吗？昨晚睡得好吗？嗯，你那个洗发水闻起来好香啊。"然后你甚至还带着小礼物，可以是一块橡皮，包装得漂漂亮亮的，或者是一盒牙签，或者牙膏，或者卫生纸，都没关系，你带了礼物。这些对年轻菩萨来说都很重要——某种礼物，不一定是物质的，可以是时间的礼物、空间的礼物、一个座位，总之是布施——还有随顺言说，就是那种让人舒服的交谈方式，这很重要。

我们有一种固有的期待，觉得菩萨一来，就该讲佛法。这可不是个好主意。有眼光的菩萨会聊政治，会聊最近的新闻，会问说日本哪款威士忌最新出了，或者新加坡的——我不知道，随便什么威士忌——会聊雪茄，会聊切·格瓦拉，会聊书，聊各种普通话题。一般佛教徒会认为不应该聊的话题，比如色情，你如果不聊，在你本来可以度化的十个众生里，你可能会失去九个——我知道，大家同声附和——但你先聊色情，当然，众生们会假装不喜欢听，然后你再插入世俗谛、胜义谛、菩提心，诸如此类的东西，你懂的。

时间的布施，空间的布施，对，带你的众生去——我不知道，去维多利亚的秘密，对，去维多利亚的秘密，让他们试试那些水果香——那味道其实挺可怕的——这是你需要愿意去做的事。顺便说一句，请不要以为我是在

把佛教现代化。绝对不是。我不敢，我也做不到改变佛教，如果有人这样做，我反对。我是按照经典来的，有依据的。文本里当然没有提到维多利亚的秘密，但它确实说了"为利益众生"，有很多这样的记载，我也不是在为了解释而解释，这是真的有依据的。

然后，礼物、时间、物质，还有随顺，在正确的时间说正确的话，看对象是谁。如果你是年轻菩萨，我就从"你好吗，昨晚睡得好吗"之类的开始。但如果你到了另一个层次，像洪公葛巴——那不是什么大师，我是说，有个叫洪公葛巴的大师，其实不算大师——有人撞见他，问"你去哪儿啊？"他说："你看不见我前面吗？"就是：你自己看嘛。然后又问"你从哪儿来啊？"他说："从我背后来的。"他就是这样，非常以漫画形式存在，但著称于非常臭脾气，非常非常臭脾气。有人问他最近怎么样，他基本上就是各种不高兴。但这是因为他是资深菩萨，他知道怎么玩这个"臭脾气"的游戏。

我觉得这个其实不难，你们真的可以试试——每个周六，早上九点到十点，故意装臭脾气，有意识地，带着正确的动机，你可以练习这个。我当时在跟某个人说——不知道她在哪儿，反正就是那个数裂缝的人——你以后也可以试试。特别是年轻菩萨，当你决定九点到十点装臭脾气，不早不晚，在其他很多好处之外，你会被自己的这种臭脾气逗得很好笑，真的太荒谬了，太可笑了。就是那种"哦，原来人们为什么会臭脾气"的感觉，尤其是当你在有条件、有因缘的情况下故意这样做，感觉会很不一样，如此等等。

然后，如果你真的真的真的非常老练，真的非常成熟，你是一个非常资深的菩萨，你要去见一位——我不知道，某个朋友，你的悲悯对象——假设这个人比较，怎么说，比较充满欲望的那种，那你就可以想：好，我穿条纹衬衫去，因为条纹可能会对他的欲望起一些作用；或者我带两朵玫瑰花去，诸如此类。但我们说的是另一个层次的菩萨，那种非常老练、善巧方便与智慧兼具的菩萨。对于年轻菩萨来说，目前可能不太建议尝试。你拿着玫瑰花去找朋友，人家不开门，你被拒绝，被拒绝就会有反应。成熟的菩萨不会觉得被拒绝，而且他们知道下次该怎么做，下次该"咀嚼"什么。

然后，整个过程中，菩萨一直就是这样表现、这样示现，为的是让悲悯的对象不偏离真相；同时，菩萨始终不会违背佛陀的教导，这很重要。能够向不同的人教导，向具有不同根器的人教导，向有不同问题的人教导，这意味着很多不同的方式。老练的菩萨能和保守的圈子相处融洽；更老练的菩萨可能会在自由派里打滚；对应不同的需求、不同的根器，菩萨会有不同的对话方式。

我认为，成就菩提事业最有力量的方式，就是对自己的心续拥有完全的掌控，也就是止，以及观的一部分——坚定地认识到一切都是幻象。比如说，一个菩萨在帮助某人，帮助一个精神有问题的人。菩萨这样做并不是出于傲慢，觉得自己知道该怎么办。恰恰相反，菩萨有一种谦逊，基于证悟的谦逊——即便看见某人有问题，那也是你自己的投射。是你认为这个人精神有问题，那是你的投射，是你基于自己局限的投射，创造出了"治愈者与被治愈者"这个现象。带着这种谦逊，如果众生真的好转了，菩萨也有这种谦逊：所谓"好转"、"被治愈"、"解脱"，都只是我的投射而已，如此这般。

然后，当菩萨真正进入较高的地，比如初地，那时候，不管利益众生的事，会在另一个层次发生。到那时，菩萨有能力在一刹那间，拜见并相遇、探讨一百尊佛陀，在一刹那间来到一百个不同的佛土，应对一百种不同的众生根器、种性、情绪，一百种不同的情绪，一百种不同的元素……

好，你给我发了问题，就问几个点吧。关于你刚才举的例子，以及你昨天谈到的菩萨行为——你提到菩萨应当极为警觉与谨慎的三个方面：一是细微的贪执，二是恶意的心理，三是邪见。那么，假设有一位受人尊敬的领袖，既持守比丘或比丘尼的别解脱戒，同时也持守菩萨戒，而这样一位人物却卷入了性丑闻，这个例子如何套入

菩萨行为的框架中来理解？[音乐]

我只能给一个非常非常笼统的回答。尤其是较高层次的菩萨，较高地的菩萨，我们根本不知道他们为什么那样做，他们甚至会不会在乎什么是丑闻。他们也许反而会制造丑闻，这样反而能建立更多的连接，因为丑闻某种程度上是一种很有力量的方式去连接众人，可以这么说。但同时，如果这个丑闻之类的事情，让很多众生偏离了正道、偏离了正见，甚至失去了信心，那么，特别是如果这位菩萨是年轻菩萨，他或她就必须小心了，不应该这样做。而这种情况，其实非常非常多……[音乐]

我只是想搅动一下局面。我想问问佛教学者们，因为我自己确实一直在研究这个问题……

实际上，你们也能帮我解答一下吗——我真的不确定，在整个佛教的经典和论著里，有没有哪个地方明确地、负面地提到过性这件事？在我听来，那些说“佛教反对性”的佛教徒，其实是深受亚伯拉罕宗教影响的。

没错，佛教是反对“邪淫”的。但那是另一回事——你受了戒，承诺不做某事，但你还是做了，那当然，显然是不对的。还有，如果你去伤害一个已发愿持守梵行的僧尼，那当然也是另一个类别了，对吧。

我只是想抛出一些值得思考的东西。这真的很有意思——因为印度对我来说一直都很迷人。印度啊，是一个崇拜性的地方。你看克久拉霍神庙，那些各种各样的性爱姿势之类的，在我看来那里面有很多伟大之处。

相比之下，亚伯拉罕系宗教对性的态度……我不太确定，我对这方面不太熟，但我有一种感觉，里面有一点点批判性——就拿最日常的例子来说，比如在美国拍一部电影，如果里面有一点点裸露或性相关的内容，那很容易就被评为15级、17级或18级——成人内容嘛。

但是一部充斥着血腥、砰砰砰、这里杀一个那里杀一个的电影，评12级就过了！你明白我的意思吗？

所以把性看作某种恶心的、不好的东西……我有一种感觉，这里面有大量的亚伯拉罕宗教的影响。中国的情况，我觉得有很多儒家的影响。而古印度，我有一种感觉他们对这件事持完全不同的态度。当然，印度在伊斯兰占领下生活了将近七百年，之后又有大约两百年的英国统治，几乎一千年了——到那时候，事情自然就变了。

我只是把这些放进你们的脑子里，因为所谓的“丑闻”……你懂的，丑闻这件事是非常非常主观的。我可能不应该在新加坡谈这个，但我想说的是：大麻对比威士忌。威士忌是社会所接受的，从最高法院的大法官到最底层的人，干杯、生日派对、婚礼、重要场合、精神场合——我不知道，合法场合——都喝。这是一种致醉物，对吧。大麻呢？我不知道哪个对身体的伤害更大，大麻还是酒精，哪个造成了更多的伤害。

嗯，我确信现在我说的这些话，某处会被剪辑，然后传出去，说我明天开始支持大麻了。我确信这种事会发生……但没关系，没关系。

但你知道，我觉得我们需要想想这些事情，我们真的需要这样思考。很多事情，真的应该……比如吃寿司，难道不是一种“丑闻”吗？那是某个生命的身体，那才应该算丑闻吧。所以，关于性的丑闻、关于吃寿司的丑闻、关于喝威士忌的丑闻、关于大麻的丑闻——我们应该好好想想这些事情。

好的，木澈，我还有一个关于二元论的问题，尤其是在金刚乘里。比如说，今天是一个非常特别的日子，是满月日，所以据说是吉祥日，据说会放大这个人的业力，所以我们提倡要乘以多少多少倍、累积功德之类的……我们是不是在助长一种关于“吉祥”与“不吉祥”的二元论思维？还有，我之前说的那些，或者乘以多少多少倍来计算功德，这是不是在推广一种二元论的思维方式？

这些都是方便设施，没错。发起菩提心的想法——你应该有成就证悟的愿望——那当然是二元论的思维，当然是的。但是……那没关系，因为要去除手掌里的一根刺，你需要另一根刺。取出来之后，两根都扔掉，再见。

你懂的，这方面有太多太多了——太多了。比如观音，在中国是女性，在印度是男性。你明白我的意思吗？性别一直在变，他/她变性之类的，是的，这方面有很多。但这就是我所说的——就像我提到的灰姑娘式的教法，大部分都是这样的。

所以基本上，我认为整个佛法框架，99.9%其实都是方便法。只有0.1%是真正的核心。但关键是，一旦那份智慧陪伴着那99.99%，它们全都变成了法界坛城。这才是伟大之处。

好的，仁波切，可以问一个问题吗？

请问吧。

我必须承认我对经典和论著了解不多，但今早我有这样一个问题：证悟，是不是就是不被别人的游戏所卷入？

嗯，就是一种游戏，对。

好的，好的。那如果一个已证悟的人超越了一切极端，没有情绪、没有起伏、没有喜悦、没有悲伤——那不就像是一种"蔬菜状态"吗？

对，看起来是很无聊，对吧。

所以，我是否应该真的去追求证悟呢？我的意思是，它是不是……它是不是一个被过度宣传的产品？也许我应该就满足于现状，活在当下就好了。或者说，这种想法算是一种邪见？我真的不知道。有时候真的很难，因为你纠结：我要不要追求它？然后你被告知这个不能做、那个不能做，或者你必须做这个做那个，去追求数字，追逐这个追逐那个……

对，你是从轮回的角度来看证悟，在这种情况下，证悟是你最不想要的东西——证悟毫无用处。当我们从世俗的角度看一个证悟了的人——比如说他是全知的——如果你达到了那种境界，就再也没有电视剧可看了，因为你已经知道接下来会发生什么。多无聊啊，对不对？这就是你在说的。

但那是因为你从世俗的角度来看证悟。我认为，更好的方式是用我之前给你举的例子来理解证悟——沙堡的妈妈，还记得吗？桌布的比喻？你其实知道你并不真的是这个、真的是那个……还有一个很好的类比，在《维摩诘经》里：如莲花生于淤泥，却不为淤泥所染。你做所有这些，你享受所有这些——你享受冰镇白葡萄酒，不是常温红葡萄酒，你看得出白酒和红酒的区别，所有这些……他们把它叫做"辨别智"，然而你永远不会被这些所束缚，你为了利益众生而游于其中。

我觉得这才真的超级有趣，超级好玩。因为你站在一切之上，你比所有人都领先了好几英里。我认为你应该去追求它。

好的，你有问题。

嗨，我有一个问题。谢谢你的教法。我有两个问题。第一个是关于昨天你提到的"药物"——我想到了我读过的关于《道德经》的内容，其中说到能量可以转化为物质，物质可以转化为能量，我们中国人把它叫做"气"。我觉得这听起来很像"空即是色，色即是空"，我不确定他们说的是不是同一件事。

我真的不知道。我自己对《道德经》的一些章节也很感兴趣，有些章节真的很有启发性，嗯。

第二个问题，是关于菩萨的。听到菩萨的故事总是很鼓舞人心，听到他们在现实世界中采取行动的故事。我知道，既然菩萨一直回来轮回中帮助所有众生，这有没有一个终点？或者我们所有人就这样永远做下去，像一份全职工作，永远只做这一件事？

对于初学者，你应该认为它没有终点。一旦你成熟了，一旦你真正变得有经验的时候，你甚至不知道"终点"是什么意思了。没有终点——换句话说，也没有起点。终点和起点，时间这回事，是小孩子玩的游戏，甚至比芭比娃娃还要没用——对菩萨来说。

好的，还有没有人？只是对刚才那个话题做一个澄清……关于你用的那个词，"刹那"——菩萨在初地，在一刹那间可以看到几百亿……在单一的一刹那或瞬间里经历一百种情绪。那跟你昨天讲的那个"刹那"是同一回事吗？就是那只鸽子拿着纸巾擦我眼泪的那一刹那，时间变平了的那个刹那？

你是在把这两种刹那相比较？

是的，但那个刹那并不是很长……

哪个刹那？你可以让鸽子那个故事听起来很漫长，但我讲那个故事从来不是为了让你觉得它很长。我讲那个故事，是为了描述它有多么短暂。

好的，那经典里菩萨的那个刹那，和你描述的那个刹那，是同一种刹那吗？

相同又不同——就像冰和水。

〔音乐〕

〔音乐〕

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第九部分

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

[笑声]

[音乐]

所以，
根据弥勒菩萨的说法，我们
正在学习菩萨的部分，也就是萨埵的力量。
我认为了解这一点很重要，
质疑这一点也很重要，例如
佛教是否总体上是一种精神道路。
我再次使用英语中的“精神”一词。
我认为生理层面非常
重要，我的意思是，公众，我认为你
知道，一般来说，我们只需要一些
爱和慈悲，一些
我不知道的纪律，比如
祈祷、冥想，所有这些
现在被称为
宗教或精神的东西的总和就可以了。但我
坚持认为，我认为
我们真的不应该去深入研究，
因为有些词被使用，
例如“法”，这是一个非常好的
词，它真的很好。我必须说，我
对她和早期的藏语
翻译者印象深刻，他们真的很好。我
认为他们也…
因为你知道，嗯，宗教，当
英语中的“宗教”一词被
翻译回藏语时，它被
翻译成“Shalhoub”，咀嚼并观察，
选择，找到，嗯，循环，那就是虽然有点
可疑，但这种做法实际上意味着
习俗，它是一种习俗，一种
习惯，你知道，就像，
好吧，我不知道，
你可以说，这是一种习俗，

你知道，撒花，是的，不知何故，这种笑声体现了莲花的重要性，这是一个根深蒂固的印度习俗，我会说，嗯，我不知道，亚伯拉罕诸教对莲花有这种重视程度，我不这么认为，基督徒试图不把它看得太重，是吗？但印度人确实如此，因为我想这就是印度人的文化。我的意思是，如果你读古印度诗歌，或者非浪漫主义故事，总会在某个地方看到莲花的身影，然后正因为如此，你知道，你有很多嘴巴，你有莲足，所有关于莲花的东西，不知何故，当古代藏族人把佛教带到西藏时，莲花也随之而来，但不是真正的莲花，因为它不在那里生长，而是想在那里生长的层面。有很多类似的事情，我告诉你，几个世纪以来……农民们很少见到我们，但他们确实会谈论鲁特人，说他们是用字母喂养莲花，甚至还用字母作画，有些字母简直荒谬，跟莲花的样子完全不一样。如果你有一幅藏族唐卡，我可以很容易地给你展示，它真的跟莲花相差甚远。其他的还不错，尤其是那些藏族绘画，它们更古老一些。例如，如果你去乔的家，你知道，那里可能藏族寺庙里最古老的藏品之一，乔的家里供奉著一尊从中国带回来的钱币佛像，那是温文尔公主的嫁妆。那座寺庙实际上是由尼泊尔公主德维设计的，所以你知道，她

在建筑设计方面非常负责，
因此有很多尼泊尔的
影响。所以那些画作相当
不错。总之，我不想
破坏它，不想分心或跑题，
但山药文化应该看起来像文化
习俗，这是一种习俗，即使我不
知道亚伯拉罕诸教的人今天是否还这样做，
比如在教堂里，他们可能
不这样做，也许他们仍然这样做，但如果你
一个印度人坚持问：“这是什么？”他们看到
这东西在扼杀火鸡，这是什么？
他们说：「你知道，他们
很擅长这个。印度人，你知道，
印度人，这就像你一样，你的
慈悲就像阳光，
我的奉献就像
莲花，但请照耀它，这样
我的莲花般的奉献，你知道，
诸如此类的事情。
」是的，这是一个循环，就像一种传统
习俗，就像一种习惯做法，
这非常强大。
西藏有一些小型高地
花卉，就是这样。注意那些黄色的
花，还有蓝色的花，他们
没有莲花。有很多类似的花。
当藏人研究量论（一种
知识论或佛教逻辑）时，
印度人在印度的
逻辑研究传统中会使用大量的类比，其中
最受欢迎的类比之一是
牛的特征。你知道，这是否让你
想起了印度和牛，
你知道它在
佛教经典中无处不在。而在西藏，
没有牛，你知道，真正的印度
婆罗门不是那种体型庞大的牛。

我们称之为“颈项”，嗯，约翰，是的，就是这样。

但是，

在研究印度人的决定时，我发现

这在经典佛教的典籍中也有体现。嗯，这可以说是

不可或缺的，

我的意思是，你无法避免这种情况，它一定会发生。但区分习俗和佛法非常重要。藏语中的“佛法”可以翻译成“qu”，这其实是一个相当不错的词，可能是早期译者发明的。我感觉他们可能发明了这个词。「

佛法」这个字据说

有十个甚至更多不同的意义。

目前，大多数

人使用「佛法」时，都会自动将其

理解为某种精神道路，对吗？

但事实并非

如此。梵文中的“佛法”指的是“心”，意思是“持”，就像万寿菊一样，它具有独特的特性，因此永远不会与玫瑰、牡丹等混淆。诸如此类。

所以，如果你这样想，

基于此，我们就必须

谨慎，不能轻易地说佛教是

一种精神道路。因为「

精神」这个词，我们必须谨慎。我

不知道佛教徒是否

相信灵魂的存在，你懂我的意思吗？

我之所以强调这一点，是

因为我认为很多现代人——

我不想说是西方人，

但很多现代人确实受到了

西方的影响——

常常难以接受佛教中关于轮回的教义。

这本身就是一个值得讨论的问题，所以我

不想妄下断言。

许多

现代人难以接受佛教

中关于轮回的教义，原因在于，我认为在

亚伯拉罕诸教或

西方文化中，人们谈论灵魂之类的东西，所以轮回是自然而然的。哦，好吧，

灵魂会游历，例如

你曾经在蝴蝶体内，现在可能和一个新加坡人在一起，然后可能变成马来西亚人，也

可能变成别的什么，你明白我的意思吗？所以，对于现代人来说，这很难理解，你懂我的意思吗？因为我认为

……你把概念混淆了，好吧，你从印度引入了轮回的概念，却没有放弃亚伯拉罕诸教或有神论者提出的灵魂观念，你把这些混在一起，行不通，因为你知道，轮回，佛教徒，他们真的相信灵魂，对吧？所以这就是我想说的，最终佛教徒不相信轮回，这是错的，他们甚至相信觉悟是真实存在的，有条件是小事，没什么好担心的，但相对而言，你相信你脖子上此刻长着一个头吗？哦，轮回也存在，而且他们用非常非常不同的方式解释，比如，你知道，因果关系之类的，你知道，就像这样，比如一个模具，假设你在制作一个图像，你有一个模具，你知道，这其中存在因果关系，但你不能说模具就是图像，或者你有几根蜡烛，你点燃一根，然后从燃烧的蜡烛上点燃下一根幻觉，只是这种幻觉，你只是一种连续性，然后从燃烧的蜡烛上点燃。习惯和投射也扮演著非常重要的角色。例如，如果我现在正在嚼酸的东西，你们这些知道那是什么的人，比如永恒的铃鼓，你们嘴里都会有唾液，但这并不意味着你们嚼的就是我正在嚼的东西。所以，好吧，柠檬，你可以在相对层面上做出这样的假设，你可以这么说，但相对的真理是任意的。有很多所谓的假设，像是昨天的你和今天的你，他们是同一个人吗？我们可能会说是，但实际上不是。你也不能说他们是两个独立的个体，因为那样就太复杂了。但如果你真的仔细分析，你会发现他们是完全不同的两个个体。我的意思是，昨天的你已经消失了，今天的你和昨天的你不一样。他们并不是同一个实体，否则你就永远不会老了。这里面有很多复杂的问题。意思是，如果一个罪犯说，哦，你知道，我没犯罪，那是昨天另一个人干的，那个杀人犯，你知道，注意到了，或者说那是另一个已经死了的人干的，那你又怎么能用这种逻辑来科学地判断一个人的罪行呢？所以，相对论就是这样运作的。相对论是这样运作的：腿，这里有一块木板，还有杯子、瓶子等等，你可以去任何地方。这里有一张桌子，如果主办单位在上面放了某种垫子，我走进来的时候，感觉真不错，就把屁股放在上面了。

你觉得很有趣吗？

新加坡人

安排了一个非常特别的宝座，所以桌子的概念消失了，对吧？宝座出现了。这就是相对论的功能，你不能过度分析。回到昨天别人的问题，好的，所有这些情绪是什么时候出现的？

我看得出来你在分析相对论，什么时候，什么时候，一切开始的？啊，

你在分析，如果

你

分析相对论，它就会崩溃，没有案例，好的，总之，它是一种道路，什么是身体，微妙的，不仅仅是身体，有点像父亲，什么是佛法，它不是什么，好的。通常来说，佛法只是起源于印度的一种宗教，但我们超越了这一点。

什么是佛法？佛法是一个体系或道路，它结合了智慧和方法。了解智慧与方法的结合至关重要。那么，什么是智慧呢？洞察真理，认识真理。你我终将一死，这就是真理。迟早我们都会死，这就是我们需要知道的真理。

那么，如何实践这种方法呢？如何应用这种方法？假设

你和朋友

去星巴克，点了一杯咖啡，朋友坐在你对面，你们聊聊天，像是足球、赛马、一级方程式赛车之类的，我听说过一些很荒谬的事情。总而言之，你们在聊天，然后你应该看看

你正在啜饮的咖啡，看看这杯咖啡，看看它是否符合你的心意。这就是我最爱的

卡布奇诺，也许这就是它。

我可能再也见不到这个人了。

听著，有成千上万个理由说明这是

我们最后一次见面。这叫做沉思，这叫做冥想。顺便说一句，我真的需要了解这一点，因为一提到冥想，人们立刻会想到用垫子、关门、坐直等等。其实大多数时候，冥想不过是把垫子压平而已，它只是一种

仪式，本质上是

真正与真理相识。那么，如何做到这一点呢？不一定要坐著，只是喝杯咖啡，思考一下。它会产生非常美好的影响，并带来许多后续的奇妙效果。例如，你和朋友道别，因为咖啡喝完了，你的约会结束了，然后你真的会说，你知道，通常你说「好的，

回头见」的时候，你并没有什么别的意思，但这次，因为你可能再也见不到他了，所以你说再见。我必须提醒你，

你的

朋友可能会觉得你爱上他/她了，有点…你知道的。但这没关系，为什么要在意呢？反正你可能再也见不到我了，这真的不重要。但你知道，这就是关键。

所以，我想说的不只是这些。然后你……观察一个抽屉或其他东西，你真的会看到什么？哇，那些树！你听著，这可能是最后一次了。所以你开始更加珍惜，开始珍惜你从IKEA买的新桌子。通常你买回来，拆开包装，然后就再也不看它了，从来

不看。但也许这次，你明天再看它，就不会觉得它「很少用」了。这基本上是一个非常典型的例子，说明了智慧与方法的结合。当

你将智慧与方法结合时，你对自身、他人、

价值观和决定的态度会改变。曾经非常重要的事情不再那么重要，曾经困扰你的事情也不再困扰你，等等等等

。你现在的样子，你现在的样子，智慧与方法结合的技巧变得越来越复杂。为了理解这

一点，我们将要讨论的，将

智慧与方法结合起来的力量的影响，叫做「Bhumi」。

「Bhumi」这个字的意思，我猜是地面或土地，也可能是马来西亚土著语，对吧？

Bhumi是马来西亚土著公民的意思。马来公民，这片土地的人民，土地，土地，土著，公民，国民，你知道你是，你知道，你知道，你真的明白——真的，我这么说是因为，好吧，所以，这片土地的繁荣，当我们谈论第一次繁荣、第二次繁荣、第三次繁荣时，我们并不是在谈论某个实际存在的地方，我们

基本上是在谈论你如何将智慧和方法结合起来，你能够做到什么程度，以及你拥有多少智慧和方法的结合，就像我在星巴克咖啡杯上提到的那样，智慧和方法的结合。

你知道，好吧，这可能是我最后一次和这个人喝咖啡了。在这个层面上，我会把土地称为累积的一部分，也许这真的很重要，

你应该这样做，当你继续这样做，

当你继续这样做，因为

你正在成功地将

智慧和方法结合起来，这实际上又是一个非常优美的术语，我们称之为应用的一部分，你知道应用的一部分，第一阶段被称为温暖，某种温暖，温暖。就像你摩擦两根树枝，在它们变成火之前，它们会发热一样。同样，在累积阶段，你要努力将智慧和方法结合起来，一遍又一遍地结合。然后，因为你现在已经习惯了，所以要真正运用各种各样的方法，不仅仅是我刚才跟你说的

卡布奇诺咖啡的方法，而是各种各样的方法。就像《华严经》里有很多方法，即使菩萨上楼、下楼、扫地，方法也很多，有些真的非常非常

奇妙有趣。但是当菩萨即将入睡时，这是怎么回事呢？

你知道，习惯的养成，训练，让菩萨感觉好多了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要醒了，我要睡著了，你懂吗？你这样想，第二天早上闹钟响了，啊，我

现在在睡觉，睡觉，睡觉，睡觉，哦，我在做梦，哦，我在坐著。这里，艾玛的所有花朵

图案，这就像一个梦，我在这里做梦，你知道，就像这样的训练，这再次只是将智慧和方法结合起来的一种方式。这有很多，甚至包括坐姿端正，顺便说一句，

我并不反对坐姿端正，甚至包括呼吸，那也是一种方法，木瓜，哦，阿亚方法非常重要，那些热爱智慧的人永远不会放弃开放的方法，因为有时开放的方法是最有效的，你知道，它们看起来最不可能，就像你知道，如果你耳朵里进了水，有时开放的方法就是往耳朵里，然后像

你知道玩家可能会觉得很有趣，这些方法

就像，是的，如果你想做番茄汤，你总是可以阅读食谱并一步一步地进行

操作，但如果有人能真正告诉你番茄汤的奥帕亚，你就可以跳过很多步骤，或者告诉你番茄汤奥帕亚的人知道你不太擅长阅读一步一步的说明，所以他或她可能会给你一个完全不同的指令，哦，天哪，这可为不同的总之，是的，随著你越来越接近，随著你对智慧和

方法越来越自信，我认为你会达到一种渴望，渴望接受这种考验，能够保持在智慧和

方法的结合之中。这就像学习骑自行车一样，我想一开始

你会摔倒，这里摔一下，那里摔一下，

你知道，这里擦破一点皮，但是当你坚持练习一两分钟后，你就能真正地站立起来，或者说，你能真正地保持一两分钟的平衡，然后你开始渴望那种感觉，你被那种能够保持平衡的瞬间所吸引。一旦你死了，精进会更加强烈，你永远不会满足。

我想这就是我们所说的「温暖」的描述，然后你渴望它，然后一切你都会变成一条道路，这是一条大乘道，摩耶（Maja）。摩耶（Maja）这个词，我们使用摩耶（Maja）的原因并非随意而为。嗯……

为了赞美这条道路，它与玛雅瑜伽截然不同，因为它有著宏大的视野。为什么是宏大的视野呢？因为它是这样的：如果你切菜时剩下很多用不完的东西，

你会把它们丢掉，变成垃圾，对吧？你丢掉你不需要的东西。但如果你是一个喜欢把它们堆肥的人，对吧？每天都在利用它们。没错，

我想我找到了我一直在寻找的字——大乘佛教就是零浪费之道。它真的是零浪费，没有任何东西被浪费，因为一切都是可用的，一切都是可用的，没有一样是浪费的。所以这

是因为宏大的视野。这也是它拥有宏大视野的另一个

原因。更传统的说法是，大多数其他的瑜伽士的观点是，就像你昨天说的那样，你只想摆脱某种束缚，你想达到涅槃，为什么你被困在轮回中？是什么让你留在轮回中？是执著于自我。所以很明显，你想摆脱

这一切，

你想做什么？你斩断了根源，但你知道，束缚，斩断了将你束缚在轮回中的绳索，也就是执著于自我、自恋。我的意思是，与其他许多方面相比，这已经很宏大了。但是，身体等等，这又是怎么回事呢？渴望解脱，认为存在束缚，认为轮回是坏事，认为涅槃是好事，这本身也是一种束缚，也不是解脱。

因此，巽他（空

性），一切现象的空性，不只是执著于自我

或自我本身，这就是宏大的观。因此，是的，这对初学者菩萨来说可能有点难，因为你

知道，仅仅理解宏大的观就已经很复杂、很深奥了。但是，初学者菩萨可以拥有的，是我们昨天讨论过的，昨天的宏

大观。Makhachkala 的激励记录了你在家里 Jessop

的愿望，即希望用拉丁语来说，所有有情众生都能得到满足，而不仅仅是希望养活所有有情众生或为所有有情众生提供住所，或者在世界各地建造成千上万家医院——当然，这些也很伟大——但人生中的

愿望本身就很大。所以从动机的角度来看，大乘佛教的伟大观点，以及

Joshua

的伟大方法，我认为能够做到其他佛教徒认为无法做到的事情，那些被认为是不道德的事情，那些……嗯，是的，

所有这都可以被接受，不仅如此，它们就像……一团一团糟，有一些很棒的方法，嗯，这些方法如此简单，却有著

如此巨大的影响和如此多的功德。这些方法的一部分是其他

宗教、道路或方法

无法做到的事情，

我使用的另一部分是过时的或通常不被采用的事情，

你知道，那些正在被采用的事情可能是闲置的，或者举个例子，你知道，作为人类，我们不会去我们不随意杀人，这并非出于怜悯，而是因为你知杀人代价不菲，杀人并不便宜，

而且需要杀人。你知道，冥想要容易得多，宗教对此的记载不多，但杀人就需要自律，需要勤勉，需要积蓄力量。所以我们不随意杀人，但你也没有不

杀人的

方法，你懂吗？你没有，你只是懒惰而已。

但是，身为菩萨，你发誓直到证悟为止不杀人。你发誓，即使在睡觉时，即使在打麻将时，你也不会杀人。

好吧，你甚至都没

想过

不

杀人，你只是在闲著，你只是不做那些事，比如读报纸之类的，你只是在做一些完全世俗的事情，比如浏览网页、数表情符号，你在积累结婚顺便说一句，我是认真的，这是弥勒佛说的，我可不是瞎编的。

你看，这就是菩萨道如此特别的原因。

你可以修行成菩萨，你知道的，你可以早上想「我不杀生」或类似的话，

你知道的，我会，我会，我会今天活在这个世上，这样我的存在就能以某种方式引导众生。拉丁文的意思是，假设你早上六点这样做，然后蒙头回去睡觉，

你就是在积累功德，积攒的功德会一直积累到证悟，而不是像某些功德那样，第二天早上六点就失效了，直到

证悟为止。你能相信吗？你怎能不这么做呢？你唯一会停止这样做的时候，就是当你心想「

好吧，我

不相信菩萨心，我不相信菩萨誓言，我放弃这关乎众生的事，我不再想这件事」的时候。这就是

我们所说的放弃菩萨誓言。当然，事情就此结束了。是的，

这就是我们所说的“浴缸”，约书亚，你知道，不可思议的“大乌帕亚”（Grand Upaya，可能是拼写错误，无法准确翻译）。你可以去很多地方，例如

百货公司的地下室，买一瓶洗发水，即使你像我一样

没有头发，或者你有头发（顺便说一句，她叫我“秃子”），然后你走进去告诉自己：我要让自己看起来很棒！真的，这是真的，我真的没有编造这些，别以为我要变成什么新时代大师。真的，你买的就是这个，买任何你知道的东西，例如洗发水，让你的皮肤看起来体面，但这非常主观，

我

不知道，这非常主观。然后想：

我要把自己打扮得非常体面、有吸引力、引人注目、不容错过。用最亮的口红，即使它晕染了，你看，如果没有晕染，也许人们只是觉得太多了，太多完美涂抹的口红，所以这

并不代表什么。但如果它

晕染了……如果你认识的人注意到我弄花了

口红，

你就会想，

我这样做是为了让别人注意到这件事。任何注意到这件事的人都与我建立了因果联系。当然，一般来说，我会为所有众生的觉悟而努力，但特别是那些注意到我口红晕染的人，我会先帮助他们。从那时起，你就是在累积功德，我是认真的。

你知道，像这样的事情，我想告诉你们，对于那些想要纹身的人，以及一些家长可能不喜欢我的人，我正在设计一些纹身图案。所以，想要刺青的人请联络我，我设计刺青。有些人，你知道，如果你无法完成十万皈依（无论什么传统），现在，我可能稍微编造了一下，

但我对此有很好的背景。

如果你尝试，你知道，带著良好的动机去忆念佛陀，把佛像纹在自己身上，我认为接近十万皈依（卖掉它）是很好的，我不会，这绝对是，这是一个非常重要的行为。

我的备用方案是什么？你知道，在哪里？因为在经文中……经文中一再提到，佛像、佛陀的存在、佛陀的显现必须在堕落中成为可能，而且方式多种多样，这从未排除纹身。但是，你们中的一些人……哦，对了，在日本，你们可能无法使用公共澡堂，所以请记住这一点。你们也可以去听黑道音乐，因为在这里，为了达到身心灵的修行，你需要了解的是沃尔菲和智慧普拉桑纳的结合。然后，还有一些更进一步的技巧来完成菩萨道，养成习惯，训练自己思考「我和他人平等」。顺便说一句，这不应该与现代的平等权利概念混淆。关于这一点，我有很多话要说，但我认为我们在这里时间不多了。再次强调，人权，平等权利，我们必须认真思考这个问题，因为人权、个人权利、平等权利……我一直在阅读一些东西……不知道，因为似乎又有点这种感觉了，你知道，对整件事的根本性接受，你知道，有点像亚伯拉罕诸教的影响。在这种情况下，你知道，我们在这里不是这样说的，我们根本不是这样说的，这是一种身体，一种道路，一种心智训练。好的，所以我们从丽塔开始，我和其他人是平等的，然后我们慢慢地、慢慢地训练几个小时的思考，改变个人主义，改变我和其他人的位置，你知道，非常系统详细的技巧，你知道，比如寂天菩萨写的那些技巧。如果你有兴趣，基本上，你是别人，别人是你，然后试著与世界互动，然后调整自己，让自己不分心，是的，调整几个月不分心。本质上，这叫做图式，但仅仅不分心是不够的，因为即使是狙击手也会分心，仅仅因为你擅长不分心，获得力量，并不意味着什么。你需要知道真相，你真的需要知道真相。所以，知道真相，认识真相，这就是我们所说的Vasana（拉丁语：extra sing）。基本上就是这样，做个人就是看清真相，这不像坐姿端正、呼吸，这只是问你在做什么，我在做个人，那是什么？坐姿端正、呼吸、收腹、收腹，这些在某种程度上是可以接受的，但我更愿意听到这个人说：「哦，你一直在做瑜伽体式，那是什么？」这才是真正看清真相，那是什么？就像你知道，你去星巴克喝咖啡，你超级咖啡，心想：好吧，就这样吧，这是我最后一杯咖啡了。啊，那个人做了瑜伽体位法，他可能从来没在垫子上坐过一分钟，但这是个好消息，这更好，这就是看清真相的人，或者问：「你在做什么？我去购物了。」哦，告诉我你做了什么？他展示了什么？那个人说：「哦，你知道，不像56岁，即使我活到100岁，我还能活多久？我太糟糕了，你说，嗯，45岁，是的，所以，是的，我现在44岁了，所以我需要，我想20个基因，对吧，法官大人？就这些。」你需要每两年来基因，所以也许你需要更新一次。所以你现在要开始做预算了，你懂吗？我告诉内观禅修，就是这样，这就是你要成为的人，因为你实际上，你

真的，真的，

你的饮料很棒，做得好。有时候你会像要花一千年一样购物，我说的是真的，我买了好多铅笔，我喜欢铅笔和文具，

这是我的弱点，铅笔闻起来真香，还有卷笔刀，我的天哪，它们

就像蚂蚁一样，你无法抗拒，

尤其是你知道，它让一切变得如此美丽。我意识到，每次我打开鞋子，我都会看到很多没用过的铅笔，它们去了南美洲、北美洲，去了世界各地，仍然没用过，仍然继续买。 [音乐]

Kasana，我说的是购物，代表asana，真正懂得如何规划你的生活，这样你实际上也能省钱，因为你只买了20条牛仔裤，所以现在用这些钱你可以去马丘比丘，剩下的钱你可以去去马拉喀什以外的地方，

你知道的，比如攀登珠穆朗玛峰，或者

为了众生的利益

点燃

[音乐]

[音乐]

你

大乘庄严经论，新加坡，2019年5月18-20日 - 第二年，第十部分

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

【笑声】【音乐】

好，我们刚才那是对第六章——成就品——的一个大致概述。下一章是关于……我不知道该怎么说，绝对真理，还是什么。我们在讨论前几章的时候，其实已经提到了很多这一章的内容。这一章当然讲的就是绝对真理。我想我们就先从这里开始，剩下的部分，等下次有机会再继续。也许有人真的很想完整地学完《入菩萨行论》——真对不起，因为我的懒散、忙碌，以及诸如此类的原因，这个学习已经拖拖拉拉好多年了。三年了，好吧。

还有一件事，这部论典也被很多学者视为唯识学派的重要论典之一。有时候我们称它为唯识学派，有时候叫瑜伽行派。我想这个学派在中国变得相当受推崇，大概是在唐朝吧，我不太确定。【音乐】

我想……这只是我的猜测，因为我了解得不多。我觉得像玄奘这样的人物——对对，就是他，玄奘——也许推广了这个学派，或者说对这个非常辉煌的学派有所认可。西藏有那么多了不起的人物，但这个学派在西藏的影响并不算太强。【音乐】

不知为何，中观应成派在西藏变得极为盛行。【音乐】

当然，这其中是有论典依据的。顺便说一句，我现在用的是月称论师写的注释，叫做《入中论》，他在这里说到，这两个学派其实非常互补，这很有意思——因为按传统来说，这两个学派之间有很多争论。我说“争论”这个词，不是说那种世俗意义上的吵架，而是非常有益、非常丰富的那种论辩，在印度思想中，论辩是被高度珍视、极为推崇的。印度人向来喜欢争辩，我想，从出租车费到心性的本质，什么都可以辩。你知道吗，我总是开我印度朋友的玩笑——我理解他们，他们经历了太多外族入侵，那些外来的价值观和思想冲击……

但话说回来，【音乐】印度出过一些令人叹为观止的思想家，真的非常了不起。这个国家给了我们“零”的概念。零，是印度贡献给世界的。印度啊——在印度语言里，“零”这个字叫“Shunya”，就是空性！多有意思。印度还给了我们统治者……难以置信。当然还有佛陀，以及不二论。这些都是……【音乐】

我提到唯识学派，是因为这个学派非常值得深入探索，真的很了不起。我知道藏传佛教徒可能非常门派主义，非常……嗯，我猜这就是人性吧。很多时候你会听到藏族学者用一种“哦，唯识嘛，比较低一等”的语气来说话。但如果你客观地去研究，认真地去接触——我可能是错的，但就算从人口数量来看，我觉得唯识论师也远多于中观论师。几乎整个中国的佛教徒，还有日本的，你知道吗，日本甚至有唯识寺院。清水寺——你去过吗？那里太美了，你一定要去。当然现在已经变成旅游景点了，可惜——但那座寺庙叫清水寺，它的……当你真正深入研究它，现代唯识论师是极其精深的，极其精深。他们的论辩无比缜密。正是这些人真正告诉了我们：主体与客体是同时生起的，不存在一个独立于主体而先于主体存在的客体。这在今天来说也许不算太惊人，但要知道，我们说的是两千四百年前——那可了不起了。

唯识学派和中观学派当然会有所不同。比如中观学派特别喜欢用“二谛”来谈——就像我今天早上和昨天说的那样，因为我接受了非常扎实的中观哲学训练，结果我总是用中观的方式来表达。但唯识学派有他们自己独特的细微之处，非常有意思，我正要说这一点。就在这一章的开头，他们谈到三自性——真的很好。为此，我要用唯识学派的经典比喻，也是《入中论》里用到的比喻。

假设你们面前这个房间的中央，有一根有条纹的绳子，光线又不太好。而你是一个惊弓之鸟，曾经在蛇出没的地

方被吓得半死——比如说在非洲某地，你刚从非洲回来，还在经历某种创伤。你走进这个房间，看到了那个东西……以为自己看到了蛇。你那个投射出来了："啊，有蛇！"这就是唯识学派所说的**遍计所执性**——轮回，世俗的世界。

然后有人把灯打开。蛇没了。好，这是第二个阶段。

与此同时，那根有条纹的绳子，从来就不曾是蛇，哪怕一刻也不曾是。所以那根绳子并不理解"终于不是蛇了"的那种解脱——它就只是一根有条纹的绳子。这到底是怎么回事？

你看，这就是唯识学派的分类方式，这就是他们如何看待世界的方式。他们不用"二谛"来分析现象，而是用所谓"三自性"来分析内外一切现象。我刚才说到的最后那个——那根绳子从来没有被蛇所染污，因此它也不可能因为"终于不是蛇了"而得到什么解脱——这才是最重要的。这个"它"，就是中观应成派所说的"胜义谛"。

在这里有一点你需要了解：当我们谈这些的时候，我们不是在谈某种从外部存在的胜义谛，永远都不是。尤其对唯识学派来说，这一切都是你的心。

所以，非常切实地，这就是唯识学派对"心"的理解：有这样一个心，纯粹的觉知，简单的觉知。我说"简单的觉知"，意思是不被分别所染污的觉知——比如我在想咖啡，那是一个念头，那是一个心，但那就像那条蛇一样，是被染污的。我们谈的不是那个，我们谈的是一种纯粹的觉知，不被咖啡、比萨、铅笔、美丑，任何分别所染污，只是纯粹的觉知，是轮回与涅槃一切现象的基础。

当轮回的一切污染——二元对立的那种执取，轮回与涅槃、好与坏的一切——当这些全部瓦解……请不要把那种境界想象成某种呆滞的状态，或者像蔬菜一样无知无觉的状态。我们说的是不纠缠、不被占据、不被那个游戏套住。记得我们昨天谈到的那个"游戏"——比方说，我不知道，这个比喻可能有点差，但就是说：你一直在玩那个游戏，但因为你的觉知到这只是个游戏，你就不被游戏所困。你在玩，你享受。为什么你会玩呢？为了利益他人，也为了利益自己。

这个无污染的心，就是菩萨道所试图去完善的，或者换句话说，你是在试图觉醒到那个境界。

好，我想我们需要在这里暂停一下，因为有人要求传法。但我先让大家提三个问题，时间不多了，三个问题。请。

早上好，仁波切。我有一个问题。关于空性的……昨天您提到对空性的"耐受性"，能否展开说说？

为了惹恼所有佛教徒，我要引用一下薄伽梵·室利·拉杰尼希的话。他说：佛教的"不"是非常特别的"不"，因为在佛教的"不"里，有一百万个"是"。

我想那就是对空性的某种"耐受性"吧。

好，下一个。

提问者的问题和上一个有些相关。似乎在修加行——前行功课，比如数数、坚持修习——的时候，修行好像非常扎实、非常真实；而到了更高层的修法，比如大圆满，更像是一种平衡，它在那里，又不在那里。如果我们修加行，我们是在建沙堡……

对，建在沙滩上，潮水来了更快冲掉。

是的，当然。

最后一个。

我想知道……如果我们想要帮助那些受抑郁困扰的人，学了这几天的内容，佛陀的方法是什么？昨天我听到您说的一句话觉得很有用，您说，当负面念头来的时候，不要跟它玩游戏，就忽视它。但还有没有其他方法？因为我接触的有些人情况已经相当严重，在服药，甚至有自杀倾向。

观察念头、观察情绪——这个方法很流行，而且算是一种风险较低、比较安全的方法，我们通常会用这个，确实很好。另外，节约高效的一个方法就是观察呼吸，因为呼吸和情绪关系非常密切，而抑郁我猜是与情绪紧密相关的。

如果呼吸太细微难以捕捉，那么正念四念处的第一个——观身，观察形体，观察你的身体，就是这个形体——据说非常非常有效。

不过我很担心现代人的耐心。禅宗的人真的在这方面很鼓励——禅师会说："好，去那里坐九年。"当然也许不用九年，但至少九分钟，就坐着，什么都不做。不许动，不许抓痒，不许打哈欠，当然也不许接电话，什么都不做，就坐九分钟，这是你的功课。

这样做的效果是，它强迫你回到这个身体里。因为抑郁和情绪化的人，他们总是跑出去——"如果只是……"、"早知道……"、"但是……"、"要是……"——跑得太远了。所以把他们拉回来。

方法有很多。观察感受，各种感受，包括最普通的身体感受——比如眨眼的时候，眼皮碰触的感觉，观察那个感觉。或者觉知到当下的现象：比如你现在戴着眼镜，眼镜一定有重量，你觉察到了吗？就这样观察眼镜的重量，衬衫的重量，围巾的重量，诸如此类。

好，请再给我一点时间，有个补充问题——好，师姐，能帮我念一下吗，她有一个写下来的问题。谢谢。

感谢您的开示，您是非常值得尊敬的老师，您说的话很有分量。关于在身体上纹图案的问题，能否进一步说明或给出更多指引？因为人们可能误解或曲解了您的意思，以为您开了绿灯去随意纹身。泰国是禁止纹身的。我的担心是，人们可能会在不适当的部位纹身，能否给出更多建议？谢谢。

我非常感谢你的关心，真的很好，是的是的。

好，我来回答这个问题。我想……我一直以来都是这样的立场，这就是说……其实我已经在这三天里很多次谈到这件事了。【音乐】

好，我觉得这只是我身为一个佛教徒的立场。我是说，我是个佛教"圣战者"——你可以这么叫我——我希望佛法兴盛，我希望佛法弘扬，我尤其希望年轻人来学佛，我希望他们来，因为这对他们有益，而不是说我们想要佛教徒人数越多越好。但你看看这些年轻人，他们正在受很多苦，他们在割伤自己，他们……

你知道，他们在抓自己，他们在上吊——就是这些。然后呢，年轻人去找佛教的僧尼，尤其是第一次去，听到的第一句话就是：你不能做这个，你不能做那个，你必须打坐，你必须剃头，你要这样，你要那样——把他们无聊死了。然后佛教就变成了一个老古董，而且佛教还跟各种低级别的文化包袱纠缠在一起，比如儒家价值观啊、亚伯拉罕宗教的价值观啊，等等。

我完全理解你的感受。我已经惹了很多麻烦了——如果你去看看我的社交媒体上的反应就知道了，有很多佛教徒，真的很多，完全无法理解为什么我说某些话。

好，有一件事，就是——大家越来越强调吃素，对此我百分之百支持，不只是从修行的角度，就算从健康的角度来说，吃肉也真的不明智，因为现在那些牛基本上都在吃塑料，太糟糕了。

但我是这么想的——外面有很多人，他们真的挺喜欢佛陀，也对佛法有一点兴趣，但就是……你知道……做不到那么规矩。他们喜欢喝威士忌，喜欢吃饺子，我也不知道。如果我们那么强调“成为佛教徒的唯一方式就是吃素”，那你可能10个人里要错过9个——这是我担心的。所以这完全是我作为一个佛教“圣战者”的个人立场。

好，回到纹身这个话题。我知道，就像我之前说的，这会惹到那些比较正统、行为端正的佛教界老前辈。但不管怎样，就算我不鼓励，我也会闭上一只眼，如果年轻一代在偷偷摸摸地搞这些——没关系，去吧，去吧，去吧。因为说到底，我宁愿这个孩子心里在思考慈悲、智慧、波罗蜜多、非二元，你知道——纹不纹身，谁在乎呢？佛教徒自己做的事比这糟糕多了。作为佛教徒，我们大多数人在道德上都不是什么理想典范，大家都懂的，有很多事情佛教徒本来不应该做——如果你把文化道德和佛教硬搅在一起，那你不该打麻将、不该听什么奇怪的嘻哈说唱音乐……再这样下去，到了我们这一代，我们就是最后一代了，不会再有年轻人来了——这就是我的担忧，就这样，基本上就是这样。

这并不意味着我在修改佛教。因为如果你去看经典和论典，经论真正关心的是：你对空性了解多少、你对无常了解多少、你对情绪了解多少——它们根本不在乎什么政治正确不正确，不在乎这些。不管怎样，我很高兴你有这个关切。

但我特别想对在座的僧伽说——在座有很多僧伽承担着弘法的角色——我真的非常诚恳地请求各位，尤其是那些承担教学责任的，我觉得这非常重要。我昨天刚刚和一些新加坡年轻人谈过，我觉得，尤其是藏传寺院和仁波切、喇嘛们，大家的训练都是在寺院环境中完成的，所以我们所懂的，就是寺院生活和书本。于是我们讲苦，只知道书上写的那种苦——就是这样。所以我们面向大众教学时，讲法的方式就好像在对僧尼讲一样，这真的行不通，真的行不通。

比如，我跟一些同道说，好，有这个叫“四圣谛”的东西，对吧？四圣谛——好，从历史上来说，佛陀第一个教的不是苦谛，而是苦的因、以及如何断除，等等。但我想，也许我们真的要改变策略，也许一开始根本就不要谈苦——年轻人不想听这些，他们想要快乐。那么当年轻人来了，你就说：好啊，你应该快乐，我甚至可以教你更快乐——他们就会来了。那你给他们什么？非二元，他们会懂的，因为年轻人其实很聪明。然后他们会说：哦，非二元——有，又没有……嗯，这挺好，这给了他们某种自信。然后他们会说：好，那我怎么才能得到这个？因为他们都想要快乐嘛。这时候你再把苦谛插进去，放在中间——那他们就明白了，你看，就这样。

所以我觉得，我们就要这样——这也是今年聚会结尾要做的事，就是来重访这部经典文本，《摩耶》……不，不是经，是论，我想只是告诉大家这件事：

我觉得世界正在发生很大的变化，而且变化很快，并不是所有的变化都是坏的，也不是所有的变化都是好的。当然，这些变化大多数是为了减轻我们的苦，但这大概不会真的发生，因为苦的根源是二元心。如果我们的机器——我不知道科学家能不能找到方法来减少二元心——如果能，我会是第一个自愿当小白鼠的。但就目前来看，这多半不会发生。

所以，世界在变，我们作为佛教徒也需要做好准备，需要认真思考这件事。比如你去日本京都，据说大约有一万座寺院道场，其中最大的是大德寺，是非常大的禅宗寺院，但里面大概只有四十个僧人。在京都，我相信你知道，很多寺院正在廉价出售——真的很便宜，不过维护费极高，真的极高，而且很多是历史遗址，不能拆掉改建成咖啡馆或者其他什么——好，我这次真的不是在砸自己招牌，但不管怎样。

虽然在京都有这么一家寺院酒吧，是某些禅寺开的，那里太棒了，真的太棒了，太美了，真的很有艺术感……而且我相信你也听说过，现在有僧人在经营禅宗酒吧——不是我说的那种鼠标的比喻——禅僧在调酒，诸如此

类。像纹身的事情一样，我闭上一只眼，因为日本佛教正在衰退，差不多——我的日本朋友听到这个可能会不高兴——但差不多快完了。如果我们这些佛陀的追随者，比如我自己，如果我们珍视佛陀的教法，我们需要让这件事存续下去，不是为了我们这代人——我已经被"洗脑"了，我相信，如果有人用枪指着我的头要我放弃佛法僧三宝，我会说：好好好，我放弃。但在心里，我不会。就是这样。

但我们的下一代，我们真的需要认真思考他们是怎么想的。而且就像我之前说的，像我这样的大多数佛教领袖，我们未必做得很好，因为我们太固守一些古老的东西——不只是佛教，是古老的习俗、古老的儒家价值观，我也不知道，"做正确的事"这类价值观……尤其是藏族人，他们正忙着教新加坡人如何成为藏族人。我告诉你：这辈子你们永远成不了藏族人，你可以装，但你不会真的变成。这就是藏族喇嘛在做的事——他们教你怎么讲藏语，教你用藏语念经等等，但很遗憾，你不会成为藏族人，这在生物学上根本不可能。

但是，今生证悟——那是可能的！作为新加坡人、作为马来西亚人、作为印度尼西亚人——那是可能的！那和文化根本没有关系，对吧？

不管怎样，我们需要思考未来。带着这样的想法，我其实多年来——真的，大概三四十五年了——一直想为孩子们建立一套以佛法智慧为基础的课程，某种儿童学校与教育体系。这一直是我人生中最困难的项目之一。我是说，84000翻译项目是庞大的，像是一辈子都完成不了的事业，但至少它有方向，我们做得还不错——其实不是我，是那些"奴隶"，我拿了所有的功劳，他们做了所有的事，我拿了所有的信誉，这是我的福报，我觉得……

无论如何，多年来我一直在努力做这件事，最终我闭上眼睛，真的投入了资源，终于在纽约建立了一个。大概有二十个孩子，顺便说一句，除了一个，其余全都不是佛教徒。但你们知道，佛教徒有这种奇怪的毛病——"我们会传递佛法的价值观，但不会打佛教的旗号"……甚至不说"打旗号"，就是对此有点不舒服。

你看，伊斯兰、基督教，他们直接说：这是伊斯兰学校，这是基督学校，这是犹太学校。但轮到佛教，我们只放智慧，却要把它是佛教这件事藏起来，不放佛像，不提佛陀……真是太懦弱了。

所以我一直都很坦诚，这就是一件佛教的事——当然，我们非常欢迎非佛教徒参与，我们绝对欢迎，但我们也不是要把人改变成佛教徒。佛教一直有这种潜力，可以惠益下一代，所以不管怎样，我一直在做这件事。

但现在更像是在建一所真正的实体学校。我快六十岁了，时间越来越少，我们大多数人都在忙着建寺院、建各种佛教相关的东西，所以我们是在和时间赛跑。

带着这个想法，我也开始创建一套课程，可以被引入学校——如果某些学校能接受我们的理念、方向和引导，接受我们的思维方式，那就把它融入他们的课程体系。因为某种因缘，我不知道是什么因缘，我们在新加坡做实验，已经开展了相当多的工作……所以这件事正在进行。我只是想告诉大家这些。

带着这一切，请各位——那些已经皈依佛法僧的人——如果你想帮助佛法住世，除了崇拜这位叫佛陀的人，请多生孩子！因为佛教徒的数量正在急剧下降。皮尤研究中心——皮尤研究中心的数据显示，大概每二十年，佛教徒人数下降一百万。基督教当然也在增长——在增长，伊斯兰教增长非常快。比如印度，大约再过二十年，印度的穆斯林——目前还是少数族裔，印度的穆斯林比巴基斯坦还多，但它仍然算是一个印度教国家或世俗国家——但大约再过二三十年，范式将会改变。

我不是在作任何政治判断，但当人口结构改变，范式就会大变——比如你可能吃不到汉堡了，你知道为什么吗？因为穆斯林更多了，所以汉堡就少了。范式，我们的生活方式、生活处境，会随着不同的族裔状况、不同的宗教状况而改变，等等等等。汉堡并不是最重要的，我不是说汉堡最重要，但你知道，生活会变。

所以我只是想给大家这些信息。那些希望（佛法）好、对此好奇的人，请把问题轰炸给这些人，他们会……

希望他们能在我结束之前回答。你知道，我真的非常感谢大家送礼物给我，但拜托——你们能给我最好的礼物，就是记得佛陀、喜欢佛陀、敬仰佛陀。我甚至不要求你们念咒，不要求你们掏钱——我是说，就把一张佛陀的照片下载到手机上，对我来说就够了，真的，那就已经很好了，只是敬仰佛陀。如果你身边恰好有人愿意花时间陪你、愿意听你说话，就跟他们聊聊佛法——这才是你送给我最好的礼物。

话虽如此，你们很多人已经给了我礼物。我嘛，你知道，我一直在到处奔波，实在没办法随身扛着这些东西走，所以……我做了件很不厚道的事——很多礼物我会把它们卖掉，你们明白的。所得的款项将全部用于翻译佛陀的言教——84000。非常感谢。

代表大家，让我们携手同心，在84000网站上捐款，支持线上资源、这个基金会，以及其他一切的工作。

（以下为闭幕环节，现场主持人以中文发言致谢，自动字幕误转录严重，内容已无法还原。）

【音乐】

【音乐】