

佛陀的愿景，2023年11月15日，新西兰基督城（AI整理版）

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=vKUZDXFDuB4>

讲师：

【音乐】你们练了多久才能念出我的名字？我是说，一直在练，你知道的，专门为了……尤其是喇嘛们，他们有时候名字特别长。我以为我们藏人的名字是最长的，但显然不是——毕加索的名字才是最长的，对吧？就是那个画家毕加索，他的全名真的非常非常长，你们可以去查一下。总之，我想表达一下我的喜悦，还有——我也不知道怎么说——感激，感激有这个机会，能在基督城跟这么多人交流。我来新西兰好几次了。【音乐】

我一直对不同的国家很感兴趣，也很好奇不同的国家是怎么呈现自身的。这是我目前的想法：如果说多元文化在同一个地方和谐共处、正常运转，如果真的有这样一个地方，我越来越觉得新西兰会是其中之一。因为这里有一种——我也说不清楚——非常开放、非常欢迎、非常包容的气息。

我听说今晚在座的，大概一半是学佛多年的老修行人，另一半可能是刚刚接触佛法的新人。这对我来说有点挑战，因为我不知道怎样才能让今晚对两边的人都有意义。不过我已经收到了超过二十个问题，观众席上也有问题，另外我相信这个活动也通过网络传到了世界各地。所以我想先说几句——算是引言吧，也找不到更合适的词——然后再进入问答环节。

今晚我们讨论的题目好像是关于佛陀的"愿景"。"愿景"这个词……我不知道，也许是我理解得不够好，但这个词似乎带有某种"计划"的意思。如果把"愿景"解读为"计划"，那我不确定佛陀和佛教徒究竟有没有什么计划。这一点我需要说清楚：佛教徒从来就不擅长搞使命宣言，我也不确定我们能不能谈什么"佛教愿景与使命"之类的东西。但今晚选用"愿景"这个词，真正想说的是——佛陀，以及后来他的学生和追随者，是如何看待这个世界的。对于一些新接触佛法的朋友来说，这或许很有意思：佛陀是怎么看这个世界的？佛陀是如何跟这个世界互动的？佛陀是如何跟这个世界相处的？

佛陀看世界的方式有很多个维度，我们没有时间——讲完，我就挑几个我认为最关键的来说。

在佛陀的见地里，他看到了一个叫做"心"的东西，这可能是最重要的。我这样说，听起来也许很简单，但其实根本不简单。我不知道这个世界有没有对"心"这件事给予足够的重视？是的，我们对物质、对有形的东西投入了大量的关注，但"心"这个东西——佛陀在二千五百年前就非常非常强调这一点，这是他的愿景之一，他的见地之一。我觉得我们也应该重视这一点，因为心——很多佛教徒会这样说——从某种意义上说，是我们摆脱不掉的东西。你无法没有心。如果你不想要你的手指，你可以切掉；你可以脱掉衬衫，你可以不拥有很多物质的东西；但心，你没办法把它丢掉，你跟它如影随形。

有时候，人几乎希望自己是一张桌子——没有心。如果我不用这张桌子，桌子不会觉得自己被冷落。桌子不会嫉妒。如果我把另一张更好的桌子搬来，这张桌子不会吃醋。如果我们所有人都离开这个房

间，桌子不会感到孤独。还有，如果我过度使用这张桌子，桌子也不会觉得自己被过度使用、被虐待……诸如此类。但可惜的是，我们不是桌子，我们跟这个叫做"心"的东西绑在一起。心有时候是个麻烦，但有时候，心又无比珍贵、美好。正是这个心，让我们能够欣赏简单的事物——微风、河流、花香……

事实上，佛陀在某种表达方式上甚至走得更远，他说：我们每个人拥有的这个心，就是佛陀本身。就是这样。佛陀不是一个人物，不是被历史所局限的，也不是什么救世主，更不是——好吧，你可以说佛陀是一个"创造者"，但只是在"心是万物创造者"这个意义上——我们所拥有的一切，从根本上说都是由心所创造的。总之，这是佛陀的见地之一，非常重要，如果现代人能够对此多加关注，我觉得是很有价值的。

另一个——佛陀还说，稍微说长一点——正是因为有心，这些众生，凡是有心的存在，都有偏好。我们偏好快乐，不喜欢痛苦、焦虑、苦难，我们追求快乐。但这又变得更复杂了，因为心对"快乐"的诠释因人而异。这就是为什么，对你来说是快乐的事，对我来说未必是快乐；事实上，很多时候对我来说是快乐的事，对你来说可能是痛苦。不仅在不同的人之间，就连同一个人，今天让自己感到快乐、美好、幸福的事，明天未必还是如此，等等等等。

所以这就是为什么——不知道，尤其对新接触佛法的朋友，你们有没有听说过"四圣谛"？这是一个非常经典的佛教表述，或者说佛法的教导。第一圣谛，其实是"知苦"——认识痛苦，或者说认识苦。

这一点非常重要。我要说，这在佛陀的教法中是非常独特的。他并不是在说"你应该努力去消除苦"，不是这样。他最重要的一句话是：认识苦。这很值得玩味。

对我们大多数人来说，那些显而易见的苦——头疼、胃疼、战争、饥荒、贫困——这些明显的苦难，我们都知道，这并不难。但我们不知道的，是那些我们以为是快乐、是幸福的东西——按照佛陀的说法，大多数时候，它们其实也不是真正圆满的。我们所谓的快乐、我们所谓的幸福，严格来说，佛教徒会说，其实也属于苦的范畴。

所以"知苦"这个说法就变得很重要，因为有人会说——哦，认识苦，那还不容易？是的，如果是那种粗重的苦，比如饥渴、头疼之类的，当然容易认识。但当你正在享受美好时光的时候，你能认识到那也是苦——这就难多了。

还有比这更复杂的：那种既不痛也不快乐的、中性的感受——就是一种说不清是什么的感觉，比如睡觉、发呆，不一定痛苦，也不一定快乐——按照佛教的说法，这也可以被归入"苦"的范畴。

我要跟你们说一声，我是在用英语说话，这不是我的母语，所以我有这个局限；其次，语言本身就是一个巨大的障碍，一直都是。"苦"这个词，很多人把它翻译成"suffering"（受苦），但其实它的含义不完全是人们通常理解的"suffering"。不过，这些问题，慢慢地还是能理清楚的。

好，我在说佛陀的愿景。佛陀看到的是：所有人都想快乐，没有人想受苦——这大家都知道。但佛陀的意思是：是的，快乐固然重要，但同样重要的是，要对你真正有益处、有利益。拥有快乐是好的，但拥有真正对你有益的东西，这同样重要，甚至有时候更重要。"有益"和"快乐"非常相关，但有时候也会相互矛盾。这是我想在进入问答之前先简单提一下的。

因为很多时候，我们发现自己拼命、拼命、拼命地追求快乐，但我们并没有真正努力去追求对自己真正有益的东西。我觉得这其实挺常识性的。

那你可能会问：什么才是真正有益的？我已经说过，快乐这件事，对不同的人有不同的含义。那么，人应该如何去积累、去拥有真正有益于自己的东西？这是佛陀对生命的另一个见地。

佛陀说的大意是：是的，你可以通过回忆过去、尤其是美好的记忆来让自己快乐；也可以通过想象未来来让自己快乐——这都是可以的。但是要让事情真正对你有益，一味地奔向过去、想象未来，并没有那么有益。那么，什么才能真正给你带来利益？佛陀的论点是：不要去过去，不要去未来，就活在当下。因为毕竟，这是你真正拥有的全部。过去已经过去了，未来还没有到来，那么想过去、想未来，又有什么用的呢？就把一切都放在我们现在拥有的——就是眼前这一刻。

这也和佛陀的另一个见地有关。他的论点是：只有活在当下，你才能看见真相。一旦你走向过去或未来，你就更容易被虚假的故事和想象所纠缠。只有活在当下，你才更有机会看见真相。当然，"真相"这个词太大了，我不知道你们听到这个词时脑海里浮现的是什麼，我只是说一些非常基本的佛陀对"真相"的看法。

好，所以：不去过去，不去未来，活在当下，面对真相。那么是什么样的真相呢？比如，接受我们所有人都会死这件事。类似这样的说法，也让佛教长期以来有着一个相当糟糕的形象，一直到现在都是——人们总觉得佛教徒很阴郁，很悲观，很……但不管伤不伤感，事实是你和我都会死，我们不妨就接受它。这就像是把焦点收窄到当下，然后面对一个铁一般的事实：你和我都会死。

如果说死亡本身还不够糟糕，那还有更糟糕的：我们不知道自己什么时候会死。这才是更糟糕的。如果你知道具体的时间，比如说——好，七月二十二号你就会死——那反而容易多了，你可以计划，可以安排。但事实并非如此。大多数时候，99%的情况，我们不知道自己会怎么死，不知道什么时候死。

顺便说一下，我提到死亡，只是因为这是一个很有震撼力的例子。其实我们说"活在当下"，不只是在说死亡，我们说的是一切事物都在变化的本质。我们所拥有的一切，一直在变化，一直在改变，我们自己也一直在改变。我说的不是皮肤，不是头发的颜色，而是所有的一切——价值观，所有的一切。

曾经，你拿着水枪玩，抱着芭比娃娃。现在你不抱芭比娃娃了，你有不同的玩具了，芭比娃娃已经变得完全不重要。但曾经，你哭，你叫，你觉得那是整个世界上唯一重要的东西——那个芭比娃娃，那把水枪，随便什么。但那个价值观已经变了。

我们有不同的价值观——桌布啊，我也不知道——各种各样的关系，关系的价值——这一切都在不断变化。当然，最主要的变化来自内心，但也有外在的因缘条件迫使我们改变，等等等等。总之，这是真正面对真相、面对当下的一种方式。

第二种对自己诚实的方式是：没有任何东西能百分之百地满足我们。没有任何东西。我们说的不只是食物和衣服，不是那种奢侈品，而是我们的价值观、政治体制、哲学体系——什么都不行。你看看过去十年、过去二十年。我还记得互联网刚刚到来的时候，所有人，包括我自己，都无比兴奋，因为它省去了太多麻烦——现在我们可以免费阅读一切，信息唾手可得，可以瞬间与全世界沟通，而且没有人知道你在干什么，等等。但现在，我们却开始质疑：这到底是好事吗？我们是更快乐了，还是更不快乐了？压力是更多了还是更少了？你看，没有任何东西能真正百分之百地满足我们。

但我刚才说的这些，从某种意义上说，都还停留在理智层面。在理智层面，你大概会点头同意——对，一切都是无常的，你不得不承认；没有任何东西能百分之百地满足你，你也不得不承认，因为这是事实。但这种认知只是停留在理智层面，所以当真正有问题发生的时候，它并不真正管用——它无法穿透我们的习气之心。

那么，我们该怎么应对？这就是为什么有一种技巧：不去过去，不去未来，安住于当下。而当我们说"当下"，我们说的是今天、这一年、这一周——对，就是此时此刻。我在这里，你在那里，就是这一切存在于此刻的事实。不去想"也许我应该把那朵花摘来放在这里"——完全不要这样想，只是全然地承认它在那里，桌子在这里，我在这里。

然后，更进一步，当我们说"当下"，就更精细了——我们说的不只是今天今晚这个当下，而是当下这个身体。你有一个身体，而我们大多数时候对自己的身体从来不满意。为什么？因为我们总是在想过去，或者想未来——它应该看起来怎样，应该有多重——以过去和未来为参照，从来不是单纯地活在身体里，安住在身体里，与身体自在相处。不只是这样，而是就这样安住于身体之中。

还可以更精细——这些都是佛教对生命或世界的见地——比身体更微细的是：只是承认并知道我们在呼吸。你看，这些听起来非常非常简单，但却极为有益。这不一定会带给你快乐，但会带给你一种叫做"有益"的东西。

比你的呼吸更微细的，是空气，是你拥有的这个认知、这个心——你有念头，你有心，你此刻正在认知着什么。就只是观察那个。

所以，从这个角度看，佛陀对生命的见解，真的非常非常简单：就是与此刻同在，与这个真相同在。

第三种见地或观照，是用来让我们活在真相之中的：表象具有欺骗性。这是英文里的一个表达，我觉得它很接近佛陀这个论点。基本上，你所见到的一切、你如何投射、你所听到的、所尝到的、所感受

到的、所闻到的——你如何投射、如何感知，都只是你的感知，并不是事物本来的样子，这只是你的看法，不是事物真实的状态。佛陀实际上说的是：一切都只是幻觉。

英文字典里的"幻觉"这个词——我反复查过——是与精神失常有关的。所以，当我们这样说……你看，我之前告诉过你，心非常重要，记得吗？桌子没有心，我们有心，我们被它困住了。但这个心并不是真正有序的，可以这么说。为什么？因为它在奔向过去，奔向未来，我们就是不让它好好安住。所以，如果你一直在奔向过去和未来，你的心其实是在失序的。

因此，佛陀的结论是：我们通过眼、耳、舌、意、身所经历的一切，都只是幻觉，是从失序的心中生起的投射。

这大概是一个非常非常匆促的小结——关于我们在佛教中所说的般若，智慧。

但这还不够。佛教的见地认为：这还不够。与这种智慧同等重要的，是慈悲——"慈悲"这个词，也许并不能完全传达"karuna"的意涵。我认为，接近佛教慈悲概念最简单的方式，是"同理心"。好，智慧是我们一直在讨论的这些，加上同理心——非常世俗、非常接地气的同理心。我们可以从一个简单的地方开始：换位思考，站在另一个人的立场上。

这真的很难，非常非常难。因为我们每个人都有不同的因缘条件，都来自不同的背景，都有不同的习气模式。我们有一种倾向：认为每个人都必须和你一样去思考、行动、表现，认同你所认同的价值观。这不仅造成国际问题、国内问题，也造成关系问题——父母与孩子之间，恋人之间，同事之间——缺乏同理心，就会如此。

总之，我们所说的智慧与方法，就是佛陀的见地或观照——让这个世界既有益又快乐。我不知道我刚才说的是否前后连贯……不管了，我们开始回答一些问题吧，也许我讲得太多了。

第一个问题来自基督城社区：我们是否正在接近西方某种东西的终结？作为佛法修行者，我们最好如何面对西方社会正在瓦解的种种事物？最重要的，是要培养哪些能力？

我相信——我不需要再多说这个——我们都正在经历许多变化。但"终结"这个词，有点太强了。首先，作为一个佛教徒，我不太相信有开始，也不太相信有终结。

所以，如果我们谈论的是什么末日降临之类的，我倒不太这么认为。我认为这个世界会发生巨大的改变。我最近听说，现在我们对Instagram、TikTok这些东西上瘾，但大约再过十年，这些东西或者所有的AI，将会被附加到我们身上。那就会很有意思了——当你的机器感到被拒绝的时候，那将会非常有趣。

所以在这个背景下，肯定会有变化，而且变化不只是在某一方面发生——这个世界已经变得如此之大

，又如此之小，两者同时发生。我想我们会一起经历这一切。

我是一个藏传佛教徒，我修的是密续佛教、金刚乘佛教。根据金刚乘，现在是最动荡的时代——变化起伏非常大。而根据密续，动荡的时代其实非常有利于获得丰厚的收益。这是一个时机——你只要付出哪怕一点点的努力，就真的可以受益良多。所以我认为，我们完全可以用一种鼓励性的、积极的眼光来看待这一切。这是我真实的信念，不是刻意要给你说些鼓励的话。

另一个问题：我明白印度是佛教的发源地，那为什么印度现在只有不到百分之一的人口是佛教徒？希望这里没有印度人——这是一个重要的问题，对于对这段历史感兴趣的人来说。原因有很多。一个重要的原因是：佛教，在它最初的阶段——比如那烂陀大学时期，也就是公元五六世纪、六七世纪——我需要先告诉你们一件事："佛教"或"印度教"这些词，其实根本不存在，这是由亚伯拉罕传统的人创造出来的。以前有一条叫做印度河的河流，在巴基斯坦附近。英国基督徒，尤其是英国人，认为：任何在那条印度河以外、非基督教的、奇奇怪怪的信仰，统统是印度教——佛教就这样被归入了所谓"宗教"的这个篮子里。

在过去，就像MIT、哈佛、奥克兰大学是真正在研究天体物理学、生物学、病毒学的机构一样，我们现在所称的佛教、印度教、耆那教，在当时都是在追求真相：是什么让人受苦，什么让人解脱——基本上就是这样。这也是为什么这些修行者都能获得国王的大量资助。后来，佛教最终被归入了宗教的篮子里。

我相当确信，大约再过五百年，哈佛、MIT、悉尼大学等机构的发现，几乎都会被当成宗教性的发现——这是完全可能发生的。

不管怎样，回到这个问题：佛教，也许并不直接对社会议题有立竿见影的益处。佛教没有那种框架，比如：一个社会应该是这样，如果有人违反了行为准则就应该受到惩罚，如果有人做了好事就应该得到奖励，诸如此类。佛教根本没有这些。佛教甚至没有婚礼仪式——佛教反倒更可能有离婚仪式，你明白吗？因为佛教讲无常。佛教怎么可能有婚礼呢——好，你们现在结婚了，但今晚你们可能就离婚了——这才是真相。佛教的婚礼市场完蛋了，没有人想参加那样的婚礼。我只是打个比方。

所以，佛教在核心层面上从来就不太擅长处理社会事务。像"空性"这样的概念——你没办法用它来威胁别人，没办法拿去做政治竞选。而且，佛教的业力观念——如果你不投票给我，你就会下地狱——不，这不管用，你明白吗？

这大概是佛教在某些地方衰落的原因之一。当然我只是在非常粗略地概括，因为有趣的是，在中国，佛教确实存活下来了，一直延续至今——尽管中国历史上经历了那么多起起伏伏和血腥杀戮。我认为有一个特定的原因：中国人不知为何设法把佛教变成了一种社会性的东西，将它与儒家价值观、和谐理念相融合，所以它们相互渗透了进去——也许就是这个原因，我只是在猜测。

另一个原因是蒙古入侵，前后大约有九百年，以及英国殖民统治。但有趣的是，英国殖民者同时也是发现菩提迦耶等地的功臣——那个英国人的名字我忘了。总之，就是这样。然后我想还有……

还有，某些出于政治动机的印度教徒，也许曾经做过某些……怎么说呢……

哦对，我忘了一个很重要的原因——为什么佛教在印度的影响力这么小，印度人里信佛教的不到百分之一。那是因为印度的神实在太多了。印度有大约十四亿人口，我觉得平均每个印度人可以分到几千个神，大概是这样，我也不确定，你可以去谷歌一下。反正神太多了，所以佛教在那里算不上主流，就是这样。这只是一个很笼统的回答，但我觉得这个问题很有意思，我自己也一直想知道答案。

佛教在印度确实在一些小地方有所复兴，但我不知道该为此高兴，还是该感到担忧——因为它复兴的方式，嗯，怎么说呢……很多佛教是以"浅水游泳池"的形式出现的。就是说，你不会游泳，你想学游泳，所以我给你建了很多浅水池，你永远不会溺水。现在市面上很多"正念"之类的东西，就是浅水池。但问题是，如果你将来真的想在大海或河流里游泳，就麻烦了。这样的情况很多。好，希望这个问题算是回答了。

下一个问题：我们应该如何看待人工智能的飞速发展？从佛教的角度来看，人工智能能否发展出自己的心灵和意识？

好，我个人的看法——这个看法保持了好几年，也许明年就变了，谁知道呢——我认为人工智能对于佛教来说是个天大的好消息。因为佛教一直在大声疾呼"身份认同"的问题。我们一直在说，一切苦难最大的根源，就是身份认同。记得吗，如果你读过《心经》之类的经典，里面全是这个——身份认同。所以我觉得，人工智能会真正逼着人们去超越某些人为建构的身份认同，比如医生啊、护士啊、各种职业身份。它也许会逼着人们真正去思考，去向内探寻那个我之前提到的"心"——那个我们长期忽视的、却如此强大的东西。我们一直在忽视它，而人工智能也许会把我们逼到不得不正视它的地步。

关于问题的第二部分——人工智能能否创造出意识——这我不知道。但就算它真的做到了，对佛教来说也不会有什么冲击，因为佛教向来认为有情众生不一定要通过精卵结合才能诞生。在非常广泛的意义上，佛教讲到四种出生方式：第一种是我们熟悉的，有父有母那种；第二种是像飞蛾那样，通过湿气之类的东西；然后还有所谓的"化生"，是神迹般地诞生。所以，关于人工智能能否创造出意识——也许可以。但那也没什么大不了，它依然在可以接受的范围之内。不过我要在这里做一个界定：这个人工智能的意识，必须带有"无明"。如果这个人工智能的认知带有无明，佛教徒就可以安心了。因为一旦那个意识带有无明，它就会有恐惧，就会有期待、希望与恐惧等等——那这个人工智能的意识，完全可以成为某位佛教上师的弟子，毫无问题。

佛教在当今世界是否仍然有意义，尤其是在西方？"西方"这个词真的太难定义了。我遇到不少所谓的"东方人"——中国人、越南人、印度人——他们比你们这些自认为是西方人的人更加西化，这是真的。在文化上，他们更爱国——我几乎每天都在跟他们争论——各种层面上的爱国。所以当我们说"西方"的时候，如果是指地理上太阳落下的地方，那我真不知道。但就像我们之前讨论的，如果人们真的有兴趣了解真相，我觉得佛教在分析真相方面确实做了很好的工作，尤其是在向内探索这方面——关于心的种种——有很多可以给地理意义上的西方、或文化意义上的西方，也就是现代人，提供的东西。

但我想补充一点：我认为西方人，或者说现代人，应该做的是真正超越他们所说的"理性主义"。我感觉——不知道——我在稍微逗一下你们这些西方人，你们完全可以来争论——我觉得相信逻辑、相信理性、相信所谓的理性评估，其实可以走得更远，而我认为所谓的现代人就停在那个地方了，这不太好。逻辑和理性在某个范围内是好的，但话说回来，当我学习佛教逻辑的时候——我学了六年，这是一门很大的学问——第一页就写着：做好准备，接受逻辑是让你变成最大蠢货的最强工具。我觉得这一点真的很重要。因为所谓的理性主义并不是纯粹的理性，它完全是由共识和惯用法决定的。当然，如果你想喝意式浓缩咖啡，用意式浓缩机当然是理性的做法——但那不过是某个人发现了一颗豆子，把豆子烤了，磨成粉，加了水，有什么了不起的呢？

所以我觉得，如果我们能走到那一步……我现在说的有点像密续佛教了——密续佛教认为，超越理性思维，或许会打开某种神奇的门。这一点，我相信，比如在座的新西兰原住民也许有所体会，只是你们离它太近，反而感受不到。我从印度来，直接到了怀卡托，那片神奇的光，那片湖，那阵风，忽冷忽热——真是太神奇了。那就是生命，那是不需要任何理由或逻辑的。我认为这一部分，可能正在被科学家、政治家、理性主义者系统性地摧毁……不管怎样，我跑题了。请问下一个问题。

业力是命中注定的，还是自由意志的结果？这是个很重要的问题。真希望我们能在这里坐上几天好好谈谈，因为佛教对业力的教导，可能是最难讲的。你知道为什么最难讲吗？因为是这样的——我想你们中有些人已经听过很多遍了，可以去上个厕所——比如说你做了一个梦，梦里你去点了一杯咖啡。如果是在西雅图，那菜单有六千种选择，什么奶什么奶，多热多粗多高多矮，你花了很多时间精挑细选，然后下单，咖啡端来了，你喝了，也许太热了，不管怎样。然后你从梦里醒来。

这个时候，我当然很容易说：那只是个梦。对，很明显嘛。所以要讲佛教的空性概念，还算有点难度，但勉强可以讲——因为那是在谈梦醒之后的事，比较容易。但如果是在梦里——就在你做梦的时候，就在你点咖啡喝咖啡的时候——我进入你的梦，然后说：嘿，为什么咖啡不会从杯子里漏出去？你会说：当然不漏啊，这是真的杯子。但这不是真的杯子，这是在梦里。要在梦里跟你说这一切都不是真实发生的，很难——因为你点的是卡布奇诺，端来的就是卡布奇诺；你点了两杯，来的就是两杯，不是五杯；杯子装得住咖啡，不会漏——这一切都说明这是真实的，而现在有人在旁边唠叨说这不是真的，很烦人。业力就是这么难讲。

再加上各种笼统说法，比如，你这辈子杀了鸡吃了鸡，接下来五百辈子你就会投生为鸡，诸如此类简化的教导——这些简化是必要的，有时候需要对不同的听众讲一些戏剧性的教导——但这反而不太有帮助，对吧。而且，每当我们谈业力，就不得不谈到时间，而时间在佛教里是一种幻象。就连从科学的角度来说也是如此——比如你昨天犯了罪，假设你杀了人，警察在找你，结果发现你坐在这里，把你逮捕了。你完全可以说：嘿，昨天那个我已经消失了，我是今天的我，那是另一个我。你可以这么说，但这行不通，对吧？你看，这就是那种幻象。

所以我讲了这一大圈，是为了说明：业力的问题，根本不适合用"命中注定"还是"自由意志"来套。业力既不是命中注定，也不是自由意志。业力是一种幻象，而你却如此狂热地纠缠其中，以为它是真实的。回到我那个咖啡的例子——喝咖啡的时候你以为它是真实的，而它确实是幻象，但这并不意味着它不会困扰你。它会，它确实会。正因为它是幻象，才能真正地困扰你。如果它是真实的东西，它可能卡在外面进不来，但因为它是幻象，它可以轻而易举地穿透进来——这就是为什么它如此有力量。我还是没有真正回答这个问题……好吧，让我继续……

比如说煮鸡蛋这件事，是注定的吗？不，你随时可以选择不煮。但一旦它已经煮了百分之九十九点九九，我认为——那个时候你就没有自由意志去让它回到原来的状态了。当然，密法修行者对此会有不同意见，但我们先不去那里。事情就是这样。

所以说自由意志——只要你还受制于所谓"因缘"，你就是可以被操控的，而且你其实已经在被操控了。所以你没有自由意志。话虽如此，你仍然拥有一种力量，那就是——比如说，安住在当下。我之前提到过这一点，这其实是个很重要的建议。因为你一旦真正处于当下，就会打乱这条因缘之链——就像一列火车，因缘就是这样运作的，一旦你安住当下，它们就真的乱掉了。

你看，现在有过去、未来、当下——但你马上就会跑到未来或过去去了。念头是一串一串涌来的，速度快得像水一样流。这水从哪里来？在新西兰，你可以直接喝自来水，因为非常干净。但在德里，那就不行了。你看，光是这个念头，我又想到了：德里的政府腐败得一塌糊涂，真希望他们能向这里学学……你看，我的念头就是这样运转的——据说德里的孩子被要求画天空时，他们画的是灰色；被问到水从哪里来时，他们说从水管来。你看，一个念头是怎么牵出另一个念头的。

所以念头是业力最主要的制造者、导演、剪辑师和编剧。一旦你安住在当下，它就停止给这股力量充电了。这时你才真的有得选。所以你甚至可以选择打破所谓"命中注定"这个概念。总之，很复杂。

还有问题——能不能解释一下为什么要念这么多咒、重复这么多遍？

哦，就像……人有那么多拖鞋嘛，随你挑。就像有很多不同的人，有人喜欢长的，有人喜欢短的，有人喜欢好发音的，有人喜欢难发音的，有人念了觉得平静，有人念了反而亢奋——各种咒语，各有用途。我想这是我目前能给出的全部回答了。

金刚乘佛教是什么？它与当今西方文化相容吗？

这是个重要的问题。我要再次提醒——我对使用"西方"这个词会很谨慎，就像我之前说的，因为很多中国人和印度人比新西兰人，尤其是新西兰人和澳大利亚人，要"西方"得多得多得多。我是在半开玩笑——但也有一半是认真的。我故意说得有点挑衅，这样你们也可以好好想一想。我认为保持批判性思维、分析性思维、追求客观性，这些都是好东西，值得我们善加运用。

那么问题是，金刚乘佛教是否与西方心灵相容？与西方文化相容？

我其实不太清楚什么是"西方文化"。但我们来单独拎出一件事——个人主义。这是值得我们好好思考的。如果个人主义真的那么重要……先别说金刚乘佛教，就连小乘佛教和大乘佛教，其实都是一种"罪行"——我故意用这个强烈的词。因为佛教的整个核心就是：个体自我是一种幻象。所以对这个所谓"个体"的珍视、溺爱、呵护，与任何形式的佛教都是背道而驰的，更别说金刚乘了。金刚乘？想都别想。佛教的全部要点，就是真正地拆除这些安全保障、这些保护层。

所以我认为，凡是想进入佛教、尤其是金刚乘的人，都需要对此有清醒的认识。在英格兰的丘陵徒步是一回事，挺好玩的，出不了什么大事；但攀登珠穆朗玛峰，那完全是另一回事，需要全然不同的准备。当然，这是你自己的选择，没有人可以强迫你。但如果你真的要去，那就好好做功课——比如你要攀登珠峰，首先要检查手上那张地图：是否过时了？是谁画的，谁印的？你即将雇用或跟随的向导是否可信？谁知道呢——甚至细到：这位向导有没有精神方面的问题？万一走到一半，在大本营附近，向导突然改变主意，你又该怎么办？这一切都需要你仔细分析。你必须充分运用这个机会去分析。

不管怎样，不只是金刚乘，就算是一般的佛教也是如此——因为佛陀有一句话："你自己是自己的主人，还有谁能成为你的主人？"这句话非常非常重要。

佛教认为，执着于自我是根本问题。但我需要在这里做一个区分——执着于自我，或珍爱自我，还不是最糟糕的。更糟糕的是：认为存在一个真实存在的自我。这才是更深层的执着，而那种虚荣、自我崇拜反而是之后才衍生出来的。真正的问题，在于"存在一个自我"这个念头本身。当然，要打破它一点都不容易——尽管它只是幻象，但要真正击破它，极其困难。而佛教，说到底，就是要彻底解构"自我"这个概念。

所以我不确定这一切是否相容，这值得好好思考。但正如我说的，人们总是可以运用分析、批判性思维与观察的力量，而西方在这方面有深厚的传统，我认为这永远会是很大的支撑。

好，大概还有两个问题，然后大家可能都累了。

如果一切都是无常的，怎么可能积累功德？

这个问题很好！我要给你一个非常调皮的经典佛教式回答——正因为一切无常，所以才能积累功德！这就是那种典型的佛教绕法，总是这样拧着来，对吧？如果没有无常，你根本无法积累任何东西。所以无常其实不全是坏消息，尽管它听起来总是与死亡、衰败、老去这些字眼相伴。你现在没有法拉利——在座大多数人我相信都没有——但明天说不定就会有，感谢无常。你现在很沮丧？感谢无常，明天说不定就走出来了。但如果你现在很开心，也别太得意，因为无常，事情说变就变。

所以，多亏了无常，功德是可以积累的。

但我想回答一个不那么显而易见、却很重要的层面——积累功德，其实并不是佛教的目的。我引用寂天菩萨一句很精彩的话：愚者造恶，堕入地狱；愚者行善，升入天堂——两者皆是愚者。智者超越善恶，而证解脱。这是大乘对善业与恶业的经典态度。

好，还有最后一个问题——能不能谈谈关系？

我猜是指人与人之间的关系。

我只能重复之前说过的话。我认为真正理解无常，对关系很有帮助。有个小小的体验可以试试——每次你看着你的爱人、家人或孩子，认认真真地想：就是这一刻，这也许是我最后一次看见他们。我想这会有所帮助。

此外，我们刚才讨论的个人主义，其实也是关系中的一大障碍。这是很矛盾的事——你极度珍视个人主义，同时又试图维系一段关系，于是总会产生权力问题，不断想把自己的意志强加给关系中的另一个人。如果你的伴侣没有嘴巴、没有耳朵、没有……你知道的，那你可能很幸运。但不幸的是，他们什么都有，而且很多时候你恰恰选择了那种什么都有、还颇有主见的人——于是事情就变得极其复杂。

我知道我说这话听起来很大男子主义，但确实如此。而且现在还有社交媒体这个问题，你可以在上厕所的时候就对伴侣不忠。所以事情会变得越来越难。但所有的困难都是可以转化成助力的，不是吗？

也许我们可以重新定义关系的意义——你和伴侣之间，可以慢慢培养共同的价值观，重新定义你们的关系。过去，如果你住在偏远地区，维系一段关系有其特定的现实需要；现在也许已经有所不同，但或许仍有某些相似之处。也许你们也可以把关系理解成——开一家公司？它某种程度上就是，对吗？所以重新定义，也许会有帮助。

但我并没有真正回答好这个问题。我说了太多了，现在开始失去那种——怎么说——连贯感了。所以我们就到这里吧，非常感谢大家今晚坐下来聆听。

作为佛教徒，希望大家多做祈愿，因为我们相信祈愿是最有力量的——还记得我之前说的吗，心最有力量。如果你的心通过祈愿与发愿得到引导和对齐，它就拥有极大的力量。永远不要低估一个人真诚的祝福与发愿。

所以我要发愿：我们生活在这个非常有意思、非常动荡的时代——我自己也在努力做到这一点——我们真的真的不应该被单一的叙事、单一的故事所左右，尤其是你的朋友告诉你的那些故事。这话听起来可能很奇怪，但很多时候，我们的朋友比我们的敌人更危险——因为敌人，我们几乎不会碰到，敌人待在远处，你也待在远处，相遇的机会极小。但朋友，你天天见，天天谈，而他们有自己的利益、自己的议程、自己的执念。对此保持清醒，其实就是一种安住当下。我认为这非常重要。

我们是这个世界的公民，地球是我们的家园，是我们的责任，至少我们要认真保护它。我对新西兰人对大地的热爱与关怀印象深刻，请继续这样做。我发愿世界趋于和平，尤其是——从我们每一个人自身开始。

我来念一段发愿文，然后今晚就到这里。

.....

如果你想知道我刚才说了什么，大致是这样：一切皆依因缘与境遇而生，在所有因缘境遇与情境之中，心是最有力量的因缘。我发愿我们能调伏自心、训练自心，最重要的是——觉察自心。

谢谢大家。