

愿力为王，2024年1月6-7日，加拿大温哥华 - 第二部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=wWCZm7rmPrw>

讲师：

[音乐] 昨天有人问到自由意志，以及自由意志与宿命论的对立面是什么。在我的一生中，我必须说，我一直……当然，我从未彻底……但是……这其中也包括佛陀的经典。但是，我必须说，要真正解决自由意志、宿命论、命运、运气等问题，到目前为止，我还没有发现任何哲学或理论比佛教，特别是阿毗达摩的教义更好。我甚至在播客里听了很多关于这方面的讨论，比如小组讨论，因为我认为这与愿望非常密切相关。所以我打算稍微深入探讨一下，因为当我们谈论愿望时，就像我昨天说的，你当然总是在谈论与未来有关的事情，不是吗？比如，我可能成为这样，他们可能成为那样等等。实际上，我们停止了……鸟瞰视角的讨论，记住，我们停在了……渴望忆起生命，实际上就是体悟生命的意义，你知道，不仅仅是忆起前世，而是看到整个生命，甚至包括未来，嗯，该怎么称呼它呢？你需要做一些准备，你需要稍微适应一下这种逻辑。我想稍微详细地谈谈这一点，因为《菩提王经》的主要成分当然是菩提心。这个愿望的名称是“Arya Arya praja”（圣王经），Arya Arya的意思是崇高，是的，崇高，非同寻常。这个名字通常用于像圣度母（Arya Tara）、圣人（Arya Manush）这样超越世俗的人，但经文本身也被称为“Arya”，这是有原因的，原因在于它包含了菩提心，所以它有资格被称为“Arya”。也正因为如此，你知道，在祈祷文的结尾，你知道，即使你如果你只是把那段文字放在佛龕上，就不要读它，它会让你失去很多功德。好的，回到问题上来，你知道自由意志、宿命论等等。[音乐] 嗯，我想稍微解释一下，因为每当佛教徒谈到业力时，他们似乎总是会陷入两个陷阱：有时他们会说“哦，这是我的业力，该怎么办？宿命论/宿命论”；有时他们会说“哦，你应该创造善业，这样你就会成为这样那样的人”，所以是自由意志。那么现在的问题是，哪个才是正确的？实际上两者都是错误的，这一点很重要，你必须知道。嗯，这与佛教密切相关，所以我需要非常仔细地构建这个概念。我还应该说，这正是佛教如此独特但又容易理解的原因。我曾经因为取笑泰国的一位僧人而惹上麻烦，因为在泰国的传统中，他们教导一些东西，你知道，他们教导，比如“无我”（Anata），“无我”的意思是无私，而无私是……我的意思是，这就是……如果无私的教义没有被传授，那么无我（Ana）和苦（Dukka）就是一种非常悲观、非常末日论的教义。你要明白一切都是无常的，没有什么能让你感到满足。谁喜欢听这种说法呢？所以无我（Anata）才是最重要的，即使在藏传佛教（Shayana）层面也是如此。你知道，我一直很喜欢用这些手臂来表达我的敬意。你知道，僧侣们会去其他国家的寺庙乞食，这对

我来说是最鼓舞人心的，也是最鼓舞人心的景象之一。大约25年前，美国驻泰国大使，我记得他好像是一位佛教徒，因为我那里排着长队，所以我很早就起床去排队。通常僧侣们会在清晨，比如日出时分，很早就去乞食，比如早上6点。我当时已经到了，已经有几个人在排队了。大使馆大约9点才开门，然后突然发生了一些骚动。然后我看到一边有大约20个僧侣，拿着乞讨球，非常安静地，你知道，他们就是这样，光着脚，默默地走向大使馆。突然，NASSC大门打开了，一位英俊的美国海军军官推门而入，大使带着所有的供品走了进来。总之，这只是个题外话。（笑）总之，你知道，我这样做，你知道，这是一个非常美丽的景象，但你知道，我总是试图，我不知道，逗逗人，或者激起人们的兴趣。在泰国和斯里兰卡，你会注意到，普通百姓、农民、小贩，我的意思是，甚至还有一家专门的商店，僧侣的商店，在那里你可以买到各种套餐，全套供品、半套供品，你知道，只是象征性的供品。非常普通的穷人也会供奉一些米饭，僧侣们会诵经，你知道，这是佛教经文的一部分。总之，通常僧侣们不说话，但有一天，这位僧侣……我给了他一些水果，他大概知道我不是本地人，所以就用英语跟我说话。第二天我又重复了一遍，他渐渐明白我是来做这件事的。你知道，这种行为被认为很有功德，所以人们会认真地做。于是我问他，他不知道我是佛教徒，我假装是。所以我问他，如果“无我”是真理，没有“自我”，那就意味着“你”不存在，“我”也不存在，那么谁在积累功德？什么是功德？谁在获得功德？好吧，我们的友谊就此结束了。[笑声]总之，我想说的是，这很重要。我知道你们有些人可能对这个例子有点厌倦了，但为了新来的人，你们需要记住这一点。如果你梦见自己从悬崖上掉下来，那么整个过程包括坠落的开始和持续，以及坠落的中间阶段。也许你知道，梦见自己摔断了髌骨之类的，你会害怕，你会恐慌，所有这些感受都无法否认。在这段坠落的过程中，直到你安然无恙地落地，你可以谈论业力，恶业力，善业力，总之就是业力。但实际上，你只是躺在床上睡觉，你并没有坠落，所以没有坠落的开始、过程和结束。你能理解“没有坠落”的现实和坠落的幻觉可以同时存在吗？这就是为什么对我们佛教徒来说，关于一切是否都出于自由意志，或者如果你相信自由意志，那么你实际上是在说梦中的坠落不是梦，而是真实的坠落；如果你相信宿命论，也是一样。是的，这有点不同，我想需要一些时间来适应这种逻辑。总之，简而言之，佛教的业力既非自由意志也非宿命论。有时它似乎包含自由意志，有时它似乎已经注定。好的，我现在想更深入地探讨这个问题。嗯，好的，这种方法或许很印度，虽然其他的，我的意思是，即使是西方哲学，甚至是科学，或许他们，即使他们可能不会这样包装，但实际上我认为它属于这种……嗯，我不知道，嗯，建构的范畴。好的，嗯，现在，我们当然需要知道，就像科学一样，他们从未真正得出结论，这是科学的伟大之处之一。好的，所以记住这一点，你知道，这样

很好。你知道，我们还在做实验，到目前为止，情况是这样的，
Panadol似乎有效，但谁知道呢，也许它会对我们有害。你知道，就像这样，始终要以实验的名义进行，像这样。像龙树、旃陀罗这样的佛教伟大哲学家，他们喜欢这种方式，这一点我同意。但是，习惯性的，习惯性的，好的，首先，让我介绍一下印度独特的理论构建方式。抱歉，这些有点技术性，对新手来说太专业了，但你必须忍受，因为我们毕竟是……我正在讨论一篇相当重要的文本，嗯，我不想草率地把它简化，去做一些非常简单的事情。你知道，也许所有人都会快乐，也许所有人都不会，你知道，也许所有人都能摆脱痛苦，但它远不止如此。还记得我之前谈到的梦境比喻吗？这个比喻展示了印度人构建理论的方式。我举个例子，我谈到了两个方面：终极的和相对的。从终极的角度来看，你不会坠落；但从相对的角度来看，你会坠落。终极的和相对的这两个方面并不是一个在东方，一个在西方。嗯，它们某种程度上是一体的，但你也不能真正说它们是一体的，因为你实际上并没有坠落，但你看起来好像在坠落。对吧？举个例子，如果一位科学家谈到宇宙大爆炸，我们假设就谈谈宇宙大爆炸，因为这样可能更容易让新人理解。如果科学家说宇宙大爆炸存在，我的意思是，如果科学家在相对层面上提出宇宙大爆炸理论，佛教徒完全可以接受，没问题。但是，如果科学家在终极层面上发展宇宙大爆炸理论……佛教徒会认为宇宙大爆炸和全能的上帝没有区别，他们都错了。没错，就是这样。你会习惯的，你必须习惯这种思维方式。我想，我对这些教义一无所知，但当我读了一些开头的诗句时，你会感觉到他们的想法非常相似。你知道，就像“可以赋予的名字”并不是一个真正的名字，你知道，你几乎是在谈论终极存在，但随后又出现了所有这些名字，你知道，就像相对的。所以现在你问，好吧，让我们回到鸟瞰视角。那么，什么是鸟瞰视角呢？我们祈祷的是，当我们坠落时，记住，我们会做梦，我们会做噩梦，我们会坠落。现在我们渴望至少，好吧，至少我们渴望，也许我们知道自己在做梦，因为当你意识到这一点时，坠落的开始，坠落的中间，所有这些都可以通过鸟瞰视角看到。这有什么作用呢？哦，它有很多作用，因为如果你真的知道自己在做梦，你可能就会……哦，好吧我们先停一下，然后……嗯……我们来探讨一下，你知道，如果你从楼上掉下来，你可能会想利用这个机会透过窗户看看其他人，因为你知道你不会摔断任何胳膊腿。所以你看，这种结合，我们称之为理解非二元性，就像是愿望的关键，换句话说，就是菩提心。为了记住这一点，我们渴望始终对世俗生活抱有反叛之心。好的，什么是对世俗生活的反叛呢？当然，在非常非常非常普遍的层面上，你知道，比如沉迷于社交媒体，我不知道，地毯、桌子之类的东西。但最重要的反叛层面是……好的，你现在正在下落，回到梦境，当你下落的时候，你从26楼掉下来，经过20楼，你的朋友住在那里，[音乐] 嗯，你经过你的朋友，他正在[音乐]阳台上抽烟，嗯，如果你尖叫“我正在下落”，是的。这就是你堕落的方式，就像你知道的，无法……该怎么

称呼它呢？呃，对世俗生活产生反抗，因为你真的在呐喊救命，这很容易理解。但如果你朋友问你“嘿，你在干嘛？”，如果说“嗯，没什么，其实我并没有堕落”，你也应该试试，那也是堕落到反抗的状态，因为你否认了相对真理或终极真理。这对佛教徒来说非常重要，因为不能走极端。如果你变得……嗯，他们用这个词，比如你变成了无神论者或永恒主义者，嗯，所以，在这句话里，我能否始终保持这种弃绝的心态？是的，地毯、金戒指等等，当然是弃绝。但我能否也对所有价值观——自由主义价值观、法西斯主义价值观——都抱有弃绝的反抗？我不知道，嗯，就是所有价值观。这很难，比地毯难得多，我告诉你，因为你的价值观就是你的品格，你知道，品格非常重要，就像……嗯，你知道，身份认同，这些都是价值观。所以，我能否始终……能够始终放弃我所有的身份价值观，这就是我所追求的。也许我还能始终保持我的道德自律，哇，这真是一个大话题。我还在想，英文单词“ethic”（伦理）是否真的恰当地翻译了这个词。Sheila，或者我们称之为“thean”，这个词与某种方式有关，比如，水是湿的，这就是真理。外面的水是冷的，如果我在休息时把水浇在自己身上，那可不是个好主意。如果我要出门，或者即使现在，这也不是个好主意。这就是佛教伦理的核心含义：任何违背真理的行为只会给你带来痛苦、问题和失望。当然，我希望自己能够始终保持勤勉，不杀生、不说谎、不诽谤，等等。当然，这只是相对而言。你知道，你知道，这就是伦理，尤其是在大乘佛教中。它大致可以分为三类：不伤害他人（例如不杀生、不偷盗）、帮助他人（例如提供食物、药品、住所等信息）。第三类是菩提萨埵特有的，我的意思是，一般来说，佛教，尤其是菩提萨埵的伦理是帮助他人。我的意思是，嗯，不伤害他人，或者，嗯，不做不道德的事，嗯，抱歉，我收回刚才的话，不做不道德的事，是的，这是其中一种伦理，就像不杀生、不偷盗一样。第二种是行善，例如施舍药品等等。第三种伦理是帮助他人，这很复杂，但如果你杀了一个人，却帮助了很多人，你会怎么做？你看，这方面有很多研究，或者你对某人或某事撒谎，却拯救了许多众生和星球，那么菩提应该怎么做？当然，也存在你误解的风险，即你认为这会……这可能只是你的理解，所以无论如何，呃，愿我永远[音乐]，愿我永远能够保持我的道德。哦，对了，这些都是愿望，这样你就能保持你的菩提心完好无损。这意味着什么？回到我们的例子，这样你对堕落和不堕落的理解和体验，这种认知就能保持完好无损。好的，下一个是为了增强这种菩提心，保持这种菩提心，愿我永远用不同的语言宣扬佛陀的教义。是的，这对佛教徒来说很重要，不仅是对人类，对神灵，对昆虫，都有用不同的语言向所有众生传授佛法的愿望。当然，你知道，我的意思是，当然你会明白，这是一种善行，一种将佛法传授给普通人的善行，你当然明白这一点。但我认为它远不止于此，当你试图解释整个……你知道菩提心，例如大乘佛教的教义……我们说不同的语言，不仅仅是指语言本身，比如中文、英文，

而是指不同的沟通方式。因为每个生命体都有不同的价值观和思维方式。比如，你要如何教导古代墨西哥玛雅人呢？他们玩一种游戏，赢家会被砍头，这简直是奇耻大辱。你该如何与他们交流？你需要一种不同的语言。沟通很困难，对吧？还有，当我们谈到向不同生命体传授教义的愿望时，我们渴望分享六个方面的信息。对于进行这种愿望的人来说，它有助于增强记忆教义的能力。接下来，我们渴望净化所有不道德的行为及其影响。这又是一个非常大的主题，关于美德和不道德。是什么使某件事变得不道德？我认为最简单的理解方式是，任何……它会让你离真理越来越远，比如伤害他人。我们伤害他人通常是因为我们自恋或执着于自己，而执着于自己绝对是让你偏离真理的关键原因之一。此外，还有净化障碍的愿望。好的，这又是一个非常大的话题。当我们谈到障碍时，障碍通常是负面行为的影响或结果，但它们反过来也可能成为负面行为的原因。障碍有很多种，但我们只讨论三种，例如：错误的观点、傲慢和怀疑。抱歉，第二个是什么？错误的观点、傲慢和怀疑。这三种在众多障碍中显得尤为突出，有时甚至嫉妒也是如此。你知道，这些是最难克服的障碍之一。傲慢实际上是自信的反面。我们现在讨论的就是这个，嗯，还有，当我们谈到骄傲的时候，你总是会提到别人，我的意思是，你总是会和别人比较。嗯，自信并不一定是指像你这样的人。我是个人，但是，嗯，我比某某强得多，所以这更像是一种骄傲。这是一个非常笼统的层面，我想。是的，我想当我们谈论骄傲的时候，我们谈论的就是这个。但是从马海的角度来看，嗯，还有一种更微妙的骄傲，即使在当下，它是必要的，但你也需要知道，即使你渴望开悟，也可能是一种骄傲。但我们需要一些这种骄傲作为肥料，因为所有的二元性都是一种骄傲。所以，我们是在非常非常高的层面上讨论。嗯，基本上，你也可以说骄傲是重要的成分，骄傲的重要组成部分是不安全感，也与你还没有下定决心有关。你知道，这种因素一直存在，你还没有得出结论，但你却假装你已经得出结论了。这就是骄傲通常的样子，嗯，基本上是不安全感。所以，好的。所以，这就是骄傲，信息太多了，但现在先说说骄傲和怀疑。这确实是一个具有挑战性的障碍，因为它也是一种必要的工具。甚至佛陀自己也说过，你应该分析我的教义，你不应该把一切都视为理所当然等等。所以，怀疑可以成为修行之路的重要组成部分，它确实很有帮助。但是，如果你过度依赖怀疑，如果你过分强调怀疑，比如批判……你知道，批判性思维，就像我们现代人所珍视的那种思维方式，其实并不能带你走向任何方向，而且如果再加上傲慢，情况会更糟。很多所谓的批判性思维、分析性思维、批判性思维，我认识的很多人，他们自认为很懂这些，但实际上他们都很傲慢，也就是说他们已经有了自己的结论。我的意思是，他们假装……我不知道，嗯，他们认为自己有结论，他们非常确信自己有结论。所以，我基本上想说，它永远无法成为真正的批判性思维，因为你已经先入为主地决定了，我们只是在试图找出错误，或者说，这是一种思维定

势，因为这种思维方式永远不会……你知道的。哦，对了，我应该……我忘了告诉你真正阻止你跳出思维定势的是什么。这三点，假设你是一位艺术家，你想跳出思维定势，是什么阻止了你？傲慢、怀疑和错误的观点。因为你的傲慢，你总是想要被认可。而且这很复杂，这三点非常复杂，是情绪或偏见造成的，所以才叫“思维定势”。遮蔽非德或不善非德罪，我想，对于……来说，遮蔽就是遮蔽，因为它太……它让事情变得不必要地复杂。好吧，最糟糕的是洛邪见，你知道，怀疑傲慢仍然没有……它有点像……该怎么称呼它呢？这是一个经典的例子，有点像……嗯……强风，比如说，如果你种了一朵花，台风或大风可能会扰乱花的生长，但这种邪见就像烧掉了花的种子，花就没了。现在，这种邪见很严重……嗯，你可能会想，哦，你知道，这不应该发生在我身上，但事实并非如此，它很容易发生。我的意思是，现在我们只能……你知道，对于佛教徒，你知道，修行者，信徒，我想我们可以通过思考来勉强应付，哦，你知道，我相信因果，我相信因缘和合，我并不真的相信……有人……谁创造了一切？你知道，我们拥有某种正见，但却无法真正接受整个沙塔（Shata，意为“一切有为法”），这证明我们有很多很多错误的观点。是的，这种情况确实很常见，而且这确实是一个难题。你知道，对于大乘佛教来说，答案不是对二元论观点抱有执念，那是一种错误的观点。执念源于这种错误的观点，比如二元论的观点。当我强调“执念”这个词时，你知道，我们当然都有二元论的习惯，但这不一定是错误的观点，这只是你的习惯。但是，通过学习、分析、聆听和思考，如果你仍然认为某些东西是永恒的，某些东西是真实存在的，那么种子就会被烧毁，陷入极端，我们称之为……好吧，然后，作为摆脱业力、情绪和……嗯，某种魔罗（Mara，意为“魔罗”）的愿望，我想你可以这样称呼它。当然，我们说的不是某种外在存在的恶魔。我想这一点稍后会详细阐述，所以我要继续这节经文。总之，愿望分为两类，这些愿望主要是为初级菩萨准备的。好的，然后是立志圆满我们所说的佛土。圆满佛土非常重要，这在大乘佛教中会有所体现。基本上，立志拥有自己的佛土，其他众生可以立志前往或转生到那里。那些[音乐]，你知道，比如中国人，他们会了解净土的全部现象。事实上，在日本、中国，我想还有韩国，它甚至发展成了一种近乎传统的学校，他们甚至称之为净土宗。几年前，我去拜访了中国净土宗的住持，也就是那座寺院。当我进去的时候，他们给我们发了一些小册子，因为你知道，所有要点你都会拿到小册子，上面有解释，上面写着……总之，佛教的天国，我想你还记得我们之前讨论过如何与不同的众生沟通。我想这是一种不同的语言吧。虽然“天”这个词让我有点不爽，但我还是想，好吧，为什么不呢？嗯，当我走进寺庙时，它本身就是我见过的最美丽的寺庙之一，非常漂亮。然后，到处都是汉字，他们用古老的书法书写着这些汉字。我身边有个很不错的翻译，所以我让他当场翻译了很多。我当时想，要是他们能把其中一些翻译出来放到宣传册上就好了。但我能理解，因为净土的一些内容对某些人来说可能不太容易

理解。嗯，记住，它被反复提及，凡是这样做的人，都会进入阿弥陀佛的土地。迁徙对众生来说是一件很正常的事情，如果你在 德罗普 街走走就能看到。嗯，这是人类的一种，佛教称之为“克莱西亚”，就像一种 情绪，对吧？总是觉得别人的草坪更绿，它就存在于 你心中。从二元论开始，人们 开始追求一个更好的地方， 比如狂野 西部、梦境之地等等， 你知道的。当然，对不同的 人来说，不同的地方是不同的，你知道，不同的，嗯，不同的，嗯， 对好杰夫来说，他的净土是不同的。 嗯， 我其实跟一些人说过， 我想在这里提一下，这就是玛哈伊的净土是如何运作的。我 举个例子， 通常你去某个地方总是有 目的的，比如去面试、取包裹、参观 博物馆之类的，或者去见 你的叔叔，嗯，总是这样， 或者真的在那里定居。嗯，好吧，我谈的是一个非常 深刻的层面，所以做好 准备。 嗯，我只是给你营造一种氛围，当 他们在这里谈论净土的时候，某种 成分之一就是 氛围。在这次谈话之后，如果你只是沿着路走，不管 你走到哪里，你都 无事可做，无所事事，没有 地方可去。如果你必须有目标，必须有目的，那就没有 目标。 或许去北温哥华怎么样？ 到了那里擤擤鼻涕，然后回来。我敢打赌， 这将是一次无比幸福的旅行，因为你知道，擤鼻涕其实没那么 重要。到了 那里，如果你愿意，可以隆重地擤鼻涕，甚至可以把它当成一种 正式的仪式。也许今天不行，但明天可以。 比如说，明天早上起床， 穿上你最漂亮的衣服，就像你要去参加最重要的 面试一样。在餐巾纸上写上一些 准备，比如熨衣服，然后……嗯，随便去哪儿都行，比如发 短信、散步或者坐船。当然，这一切都是为了所有众生的利益。 到了北 温哥华，你 将……嗯…… 永远告别你的鼻涕。[笑声]我告诉你，这其实非常重要， 虽然我试图把它说得轻松一些， 但实际上是纯净世界的一个非常重要的方面。 但是，我 明白 因为很多人在 阅读净土的描述时，会被一些细节吸引，比如那只 说话的鸟，还有 游泳池，哦，还有非常重要的净土描述，你知道，比如地面 就像你按一下它就会下沉，松手它就会像沙发一样弹起来。你知道，很多这样的祈祷文都是几百年前写的，那时候只有极少数人能买得起索弗种子。想象一下，如果所有的鸟都开始说话，我想你今天就不会过得 愉快了。但是，请你读读阿弥陀佛的净土，你知道，净土 ... 嗯，我的愿望是，愿 我能圆满佛果，愿我能圆满佛果。是的，当我说“愿我能圆满 佛果”时，想想 擤鼻涕的情景，或许就能明白一些了。当然，你也可以 想想会说话的鸟儿、游泳池 等等，任何美好的事物，比如树木、山脉、 湖泊和碧绿的海水等等。好的， 那么现在，愿我永远披戴铠甲，愿我永远披戴铠甲， 进入 大乘 道的 铠甲，永不放弃积累 功德和 智慧的铠甲，永不停歇地解脱众生的铠甲。 好的，总之，“铠甲”这个词 有点象征意义，但实际上，它指的是不感到疲惫或失去 灵感，不变得 懒散，不变得 灰心丧气。我们 灰心丧气的原因是，我们不够精通，或者 我们对 智慧和方法的理解不够。例如， 有很多 例子可以说明这一点。 菩萨因为修行时间太长而感到疲惫和沮丧。 佛陀鼓励他 说，时间完全是一种 幻觉，菩萨必须利益

众生，就像一个只有一个孩子的母亲梦见孩子在河里溺水，母亲会毫不犹豫地跳进河里救孩子一样。但菩萨，一个拥有智慧的人，也会明白这只是一个梦。是的，诸如此类。这些都是菩萨必须穿戴的盔甲的一些原因。也许我们可以……现在你可以提问了。我相信网上有很多问题之类的。稍后我会在今天下午继续。我们先从一个网上的问题开始吧。好的，请问你想在现场也提问，还是只在线提问？第一个问题是，当我们临终时，我们应该怀着怎样的愿望？大乘佛教有很多方法，但我认为其中之一就是我们刚才提到的进入佛界。这可能意味着真正地思考阿弥陀佛和阿弥陀佛界，并立志不惜一切代价往生那里，以利益一切有情众生。更深层次的领悟是，阿弥陀佛界并非在遥远的彼岸，而是在此时此地。是的，你问了这个问题，所以问题是，在不同的佛教经典中，都有关于立志往生净土的修行方法，但经典中也说我们应该消除一切二元论，那么我们应该如何看待净土是否存在，又该如何理解它呢？正如我所说，梦境中，记住，梦境中存在着开始，你知道等等，但它并不存在，它就在那里。所以，我们需要理解相对真理和究竟真理之间的平衡。如果你能接受这一点，那么这一切就都说得通了。否则，听起来就像一直存在着矛盾。就像我问那位僧人阿那多一样，我们为什么会这样？为什么我们会这样？好的，我们收到一位德国哲学家的提问。呃，您所批判的骄傲、怀疑和错误观点似乎与二元论的批判和概念相似，然而，二元论和概念却是哲学工作的基本方面。这是否意味着我必须放弃哲学才能成为一名真正的佛教徒？是的，但是，呃，但是，你以后还是必须放弃佛教，所以这并不重要。好的，再问一个问题。林波昨天谈到了弃绝，如何在二元论的情况下进行弃绝。好的，我将回到我之前举的例子。你需要知道，真正的弃绝是真正地知道，当你坠落时，你实际上并没有坠落。这就是为什么我说，当你坠落时，如果你尖叫，你就是在坠落，并且不知道这是一个梦，那就是二元论。是的，当你许愿时，你本质上是在渴望改变还是渴望接受？我认为两者都是。接受真正的佛性，你的佛性，以及改变。改变是在解开包裹你的茧的语境中。佛性，嗯，R，感谢您对我的理解，我的业力理解，您教诲的美妙之处。我听您讲话时，总是感觉一句话里既有“是”又有“否”，但同时又不自相矛盾。我的问题是关于弃绝和戒律。您说弃绝意味着放弃所有观点，而戒律则包含观点和道德，那么如何才能同时做到既放弃观点又遵循道德呢？很高兴你们提出这个问题，就像我逗那个和尚一样。这就是你们需要习惯的，关于相对真理和究竟真理的大乘概念。我认为你们需要知道的是，除非你们意识到自己在做梦，否则你们会一直感到恐慌。即使你们安然地睡在床上，只要你们还在恐慌，恐慌之路就依然有效。只要你们还在做梦，有人叫醒你们也是有效的。但在现实中，有人叫醒你们并不能帮助你们摆脱这个真正的问题，因为根本就没有什么真正的问题。好的，谢谢。谢谢你的讲解。嗯，你提到了艺术家这个身份，我在想，作为一名艺术家，当你投入创作时，你会想要带着正见。嗯，我想到了佛教的理念，认为你的最高

见地如同天空般高远，但又像……菩提花般精致。你知道，你的行为。但假设艾伦·巴德·金斯伯格（Alan Ginsburg）今天还活着，我问你，当我坐在书桌前写作时，除了写作的视角之外，我应该做什么？嗯，在我开始写作的时候，在写作的过程中，以及在我结束写作的时候，还有什么需要注意的吗？谢谢。

好的，再次强调，这与……相对论有关。你知道，我想我们昨天谈过，无论你做什么，即使是像早上起床这样平凡的事情，都无关紧要。愿它以某种方式引导我觉醒自己和他人。我认为这是最根本也是最简单的。我现在只是在给你们总结这一章的内容，而这一章实际上包含了所有内容，所以也许你们会有点困惑。 [音乐] 嗯，这个

是的，这非常重要，我的意思是，它非常深刻。从某种意义上说，它谈论的不是时间，而是愿望。正如我今天一开始所说，愿望总是与未来有关。是的，但这些经文反复探讨了这个问题。例如，经文说你应该向未来的佛陀顶礼膜拜。那么，该如何做呢？我身处未来，该如何做呢？

这些都是摩诃衍那令人惊叹的方法，他试图真正地、基本上地扰乱我们通常的思维方式。好的，你好，雷特。在过去的几年里，我脑海中一个非常突出的想法是，自由意志是一种幻觉。每当我开始从绝对现实的角度思考时，我的思想似乎自然而然地倾向于虚无主义。我曾被警告过，或者说，在教义中，我听到了很多关于虚无主义的警告。但从我的角度来看，虚无主义并非错误。如果它并非错误，那么它是否可以被利用呢？

实际上，唯心主义是我灵性修行过程中一个有效的工具，但我们都有这种习惯，这就是为什么我们会感到沮丧。例如，

我们也习惯性地持有永恒主义的观点，这就是为什么我们会抱有不切实际的希望。所以，这种倾向总是存在的。你不希望的是一种源于分析的唯心主义，因为如果你通过逻辑或科学工具进行分析，然后得出“虚无”的结论，那就很危险了。再说回梦境的例子，当你坠落时，你会感到害怕，即使实际上你并没有坠落，你总是会回到那个梦境。 [音乐]

有趣的是，如果你进行分析，假设你分析得很好，你可能会说：“哦，我只是在做梦。”你知道，这很好。但是，假设你通过分析得出“我正在努力记住那伽·朱那（Nag Juna）的话，我是说月神（Chandra）的话，但是……”的结论。所以，如果你说你从未做过梦，

如果你从没做过那样的噩梦，那真是个比喻。不，你，你，你浑身是汗，你尖叫，你就像在喊叫，你知道吗？好吧，好吧。Ros提到嫉妒也是修行者的一大障碍。

我觉得嫉妒很微妙，抱歉，而且很难克服。Ros，克服嫉妒的最好方法是什么？很简单，我是说，比较简单的那种。呃，回答一下，因为这是个很大的问题，我没时间详细讨论。但是有一种叫做七支修行的修行方法，其中一支实际上就是为了对抗嫉妒而设计的，那就是……喜乐。是的，嫉妒是个问题。呃，他们说，

你知道，M，你知道，一些评论员说，实际上有两种……失败的情绪，在这两种情绪中，嫉妒更失败。嗯，另一种是骄傲。嗯，嫉妒是的，它真的失败，因为至少你知道，激情能让你把事情做成，而攻击性也能让你得到东西。做完之后，无知会带来风暴，这感觉还不错，但你处理这种

失败的情绪，在这两种情绪中，嫉妒更失败。嗯，另一种是骄傲。嗯，嫉妒是的，它真的失败，因为至少你知道，激情能让你把事情做成，而攻击性也能让你得到东西。做完之后，无知会带来风暴，这感觉还不错，但你处理这种

失败的情绪，在这两种情绪中，嫉妒更失败。嗯，另一种是骄傲。嗯，嫉妒是的，它真的失败，因为至少你知道，激情能让你把事情做成，而攻击性也能让你得到东西。做完之后，无知会带来风暴，这感觉还不错，但你处理这种

失败的情绪，在这两种情绪中，嫉妒更失败。嗯，另一种是骄傲。嗯，嫉妒是的，它真的失败，因为至少你知道，激情能让你把事情做成，而攻击性也能让你得到东西。做完之后，无知会带来风暴，这感觉还不错，但你处理这种

嫉妒的方式完全是毫无根据的。

大多数时候，它就像你内心的一个故事。

但实际上，如果你想克服嫉妒，举个例子，我觉得这话出自米拉·古德曼之口。如果你想解决嫉妒，你应该实施经济封锁。不，米拉·古德曼没这么说，我只是在解读他的话。嫉妒是由骄傲滋生的，所以看看电影《骄傲》，然后嫉妒就会变得不安。我知道该如何应对骄傲，我们可以以后再聊，现在话题太多太长了。谢谢你来温哥华。我是你书的忠实读者，我记得你用过洋葱的数学模型，就像佛教教义中的洋葱层层叠叠一样。我很喜欢阅读，也喜欢阅读关于佛教的书籍，但我每读一层，就会忘记前一层的内容，感觉自己缺乏实践，就像……哦，每读一层，就越……我读过一些资料，但是缺乏练习，我不知道应该选择哪个听众群体，才能真正静下心来认真对待，认真创作。我觉得[音乐]嗯，我想我还是把这个问题留给你吧。谢谢你的教导。嗯，我想我的问题已经被提出来了，或者类似的问题已经被提出来了。我们一直在讨论抱负，通常会说“我可以做某某事吗？”，所以在我看来，这就像我在追求某件事或者试图做某件事。你也谈到了无私的概念，所以我想问的是，如果没有……然后是自我，是的，是的，我和我的僧侣，你在说什么？是的，是的，我明白了。还有，记住我们谈论的是从梦境开始到结束的愿望，除此之外，没有其他愿望。我想，抱歉，今天下午会讲到，它说它以佛教的结论结束，你知道，佛教的目标应该是超越愿望，是吗？这有点像……有人问过这个问题，关于戒律，但同时你又说，也许我们应该放下……我没听到那个，这和之前有人问的关于戒律的问题类似吗？还有，你说我们应该放下……比如对某个想法的执着，所以这有点像……直到我们看到……我想你可以称之为根本真理，需要一条道路，而所有这些东西都是道路，从梦境开始到结束，修行、戒律、慷慨、祈祷，一切都在那里，这就是为什么你对那位德国哲学家说，最后你必须给予反正你最终还是成了佛教徒，好吧，这说得通。[掌声]嗨，R，我觉得你的超能力之一就是你很擅长做比喻。我记得你说过，现在的正念有点像稀释过的印度奶茶。印度奶茶以前有着美好的寓意：火车的香气、黏土的粉末、糖和心。所以，对于那些渴望做出有效且令人难忘的比喻的人来说，你有什么技巧、诀窍、心智模型应用之类的推荐吗？对于那些渴望做出有效且令人难忘的比喻的人来说，这就是我们努力的目标，你知道，就像我希望能够用不同的语言与不同的人交流一样。我想，是的，我想这就是我们做这件事的根本原因。May，你有什么技巧和诀窍来刻意练习这种能力？这就是诀窍，渴望，我认为它真的是最好的诀窍。好吧，从佛教的角度来看，你认为亲密关系中最重要的是什么？佛教徒不太在意你吃什么、喝什么，你怎么吃、怎么喝，还有……在亲密关系中，比如“坠落”，在这个领域，我认为如果你处理不当，你知道，即使，呃，我不知道，嗯，即使是素食奶茶也可能很麻烦，你知道，素食卡布奇诺爱好者，他们有时是最糟糕的，他们就像，我不知道，就像素食恐怖分子。这是一部非常好的法国电影，叫《德兰》，真的很好。嗯，我的问题是关于气候紧急情况以及世界总体的发展方向。嗯，几年前我听你说过，我们应该设定一些目标，你知道，如果我们担心气候紧急情况

等等，这将有很大帮助。嗯，但我仍然有一些疑虑，因为嗯，我不知道，我对世界发展方向的想法是，不，我的意思是，从我的角度来看，也许真的没有未来了。那么，在这种情况下，我设定的目标是什么？不，不，如果你已经发过BDH誓言，如果你还没有，如果你想的话，我们今天下午会做。好的，世界将会毁灭。会结束的，但那又怎样？我不会放弃的，这就是我的态度。但坦白说，你知道，世界上发生了很多不同的事情，有些真的很好。就在几天前，我花了大概两分钟就下载了所有伟大的长篇故事集，太棒了。是的，我知道你的意思，信息太多了，对吧？所以我们有点心烦意乱。这只是我个人的分享，我建议你听一些你所谓的“荒谬的”博客、播客和视频博客，荒谬的，但真的很有帮助，因为那样你就会觉得它们都一样，你知道，好像它们都一样。但实际上，是的，所以，我理解，你知道，这感觉真的非常不稳定，某种程度上来说，它确实不稳定，但嗯，大乘佛教，尤其是密宗，如果它不稳定，这也是一个获取利润的好机会。好的，我们可能只能回答一个问题，然后我们吃午饭，可以吗？好的，这个和这个，然后我们结束。好的，R，我今天早上四点醒了。今天早上四点就醒了，精神抖擞，昨天的教导让我精神振奋，也让我想起了一段大概四十多年前的记忆。我昨天提到过，那是发生在日本的一次疗愈。那时候，灵异现象很热门，我对这类事情很感兴趣。我很确定那是真的，不是骗局。我思考过这件事，也结合昨天的教导想到了一些事情，所以想听听你们的意见。视频里，你在日本的一间病房里，或者说，观看视频的人，看到的是 一位病人躺在日本的病房里。那里有医护人员，一台监视器连接着一个摄像头，摄像头放在病人体内。还有五位治疗师站在那里，双手举过病人的身体。他们正在念诵咒语，你在这台监视器上看到的，也就是通过视频传输的录像，或者说是摄像头画面，显示的是这位病人体内的肿瘤。画面是黑白的，但你可以看到它呈现出一种灰色。你看着他们念诵咒语，双手放在病人身上，你亲眼目睹这个肿瘤在你眼前逐渐缩小，直到完全看不见。最后，他们问，这些日本治疗师一直在重复的是什么？他们念诵的咒语已经完成了，已经完成了，已经完成了。所以我一直在想，结合昨天的教学，以及你所说的，当你进行抽吸的那一刻，从某种程度上来说，治疗就已经完成了，所有的因果关系都汇聚在一起，就像魔法一样。因为我们在这段视频中看到的，就像魔法一样，对吧？看着这个肿瘤在大概20分钟左右就消失了。嗯，好吧，也许你可以晚点再做一次，是吗？好的，嗨，你刚才提到要像鸟瞰全局一样看待人生，并记住人生的悲伤。我想知道这个想法是否与不执着于轮回或涅槃的极端，或者不偏爱其中任何一种最高境界有关。这才是真正的鸟瞰全局，鸟瞰全局，还有另一只鸟呢。[笑声]好的，我们吃午饭。[音乐][音乐]休息