

佛法、道德與菩提心

宗薩欽哲仁波切教授

2010年11月6日於英國布萊頓

所謂「客觀」的佛教學者們的信仰

賴瑞 (Larrie) 要我談談佛法與道德、佛法是否為一條說教之路，以及什麼是真正的菩提心？我剛從東方過來，有一點暈頭轉向。到達之後我馬上去了牛津，此刻我應該正在牛津做某件事。暈頭轉向的其中一個原因是，我和牛津的一些學者們談話。他們很棒，真的很棒。那裏有許多所謂的佛學教授或佛教專家，他們強烈否定轉世，他們不相信佛陀給過「不二」及諸如此類的教授。這教導了我許多。就在昨天，我提到卡爾·波普爾(Karl Popper)。我只聽過他的名字，但從未真正瞭解他。在牛津有人告訴我，他們正在「客觀地」研究佛法；這很有意思。這些都讓我暈頭轉向，因為我必須切換到佛教徒的思維，以便討論今天這個主題。無論如何，這是一個非常重要的主題。

理解「不二」並不容易

如果不談「不二」，我覺得我們不可能真正談論佛法，但「不二」不是那麼容易。最近我和一些印度知識分子們聊天。我甚至有點擔憂，我們西藏人實際上有多努力想要去徹底瞭解不二的概念，如同這些印度人所做的一樣。真正理解不二不是那麼容易，特別是如果你以卡爾·波普爾的方式去思考。如果你真的認為某些事物是能夠被客觀地觀察與評估，那麼不二就很困難。大約一年前，我在美國柏克萊大學遇到一位教授，他告訴我一些有趣的事。他說，實際上，西藏喇嘛去瞭解佛教歷史是非常重要的事，特別是佛教在西方的歷史，尤其是在美國的歷史。他說，佛教在西方的出現是以非常笛卡爾式(Descartes-like)的佛教開始的，那可說是非常二元分別的佛教。我能理解他，因為即便是經驗豐富的西方佛法修行者，有時我都懷疑他們到底理解多少。當然，我們現在談的不是對不二的體證。

我們談的僅僅是在理智上理解的「不二」。這很難，因為這個概念是不可證明的，因為每一種邏輯、語言與衡量方式都是二元的。顯然，二元的方式無法衡量、評估不二的事物。所有無法被證明或沒有生產日期的東西，在物質化的現代世界裏，基本上是一個傳說，沒有多少價值。

「不二」是菩提心最重要的部分

我之所以說這些，是因為「菩提心究竟是什麼」是一個非常重要的問題。當你聽到「菩提心」，肯定你們很多人把它想成一種非常博愛、仁慈、親切與寬容的心。通常我們說某人是菩薩，菩薩總是被假設成溫和、面帶微笑、從不發脾氣的人。而且我想，一般來說，當人們談論

宗教和宗教修持時，我們往往談的是愛、仁慈與寬容。在西方，許多像基督教這類的西方宗教，似乎包含了所有這些元素。所以，一談到菩提心，人們傾向於立刻想到菩提心是與愛、仁慈和善良相關的事物。當然，我不是說那是錯的；但是，那不是完整的菩提心。事實上，菩提心的絕大部分是「不二」。如果沒有菩提心的不二面向，我們就喪失了菩提心 99.99% 的部分。我們就已經失去了它。我們或許有一些那種面帶微笑、矯情地「做正確的事」的菩提心，但如果沒有不二，我們就喪失了菩提心的絕大部分。許多經論都支持這一點。我相信你們很多人讀過寂天菩薩的《入菩薩行論》，在第九章的一開頭，寂天菩薩說，菩薩的所有修持，諸如持戒、正念、禪定、精進、布施、專注，如果不是伴隨著般若或智慧，或以此為基礎的話，那麼它們什麼都不是，真的什麼都不是。（譯註：《入菩薩行論》「智慧品」：「此等一切支，佛為般若說」或譯「此前諸要目，佛為智慧說」）

理解不二很困難，因它不能被表述

如我先前所說的，這很困難。特別是，像我一再重申的，不二不是我們能夠討論、言說或展示的，充其量我們只能稍稍描述一下。儘管它是菩提心最重要的部分，卻極難表述。因此就情緒而言，每當我們試圖修持菩提心時，我們最終總是緊抓著菩提心的相對面向，通常就是慈心、悲心等諸如此類的事。

如果我們很仔細地讀一部經，事實上，佛陀一遍遍地展示這些事，甚至經書的結構都能告訴我們這些。那部廣為流傳的佛經《金剛經》，如果你從頭開始讀，它詳細地描述了佛陀於午飯後，洗鉢，疊袍，敷設禪墊，把它妥適地放在地上，筆直地坐在墊上，然後禪修。之後，他與一位親近弟子須菩提開始了一場討論。他們持續討論著，這是佛陀與他的親近弟子須菩提之間很長的一段對話，約有四十頁。快結束時，佛陀開始問他的弟子：「我給了教授嗎？」這類問題，須菩提回答：「沒有，您沒給教授。」佛陀說：「好極了！我從來沒給過教授。」「佛有三十二相、八十種隨形好、金色身及種種所謂的身功德嗎？」須菩提給了同樣的答覆：「沒有。」所以，再一次，由於缺乏工具與方法來展示究竟真理，這可以說是佛所能做的最好的事情了。

當釋迦牟尼佛成佛之後，他首先說的是，他發現了一種無以表達、無法為心所想像的真理，那個真理不是主觀的；因此，他決定留在森林之中。但據信，希望成為佛陀弟子的帝釋天（Indra）與大梵天（Brahma）前來請求他的教導；他同意了，於是在鹿野苑開始傳法。因此，理解究竟菩提心是非常困難的。但假若沒有它，菩提心就不完整；事實上，菩提心就欠缺了一大部分。

佛法的道德與不二

同樣的，菩提心也是道德的核心。有個關於道德的問題。在佛教中，戒律有許多不同的方式，事實上有許多方式。某個特定教法中述及的道德或戒律，幾乎與另一個佛陀教法中的道德或戒律互相矛盾。由於不瞭解究竟的面向——即不二的面向，因此一般人對道德產生了諸多誤解。

例如，如果你去泰國、斯里蘭卡這些傳統佛教社會或國家，那裏的出家人吃肉。這不是因為他們被准許吃肉，而是因為他們應該吃掉當日收到的任何供養。但如果你去日本或中國，大乘修行者的戒律是完全不可食肉。因此，在佛教戒律之間已經產生了某種矛盾。有太多這樣的例子。對某個人允許的，對其他人就不允許。關於密續修行者，許多人似乎有這樣的觀念：密乘修行者被允許做許多其他人不被允許做的事。這不是事實，從未有這種允許。

比方說佛教中剃髮的戒律，對僧人而言，這純粹是一種善巧方便。換言之，我的意思是，不二必須是首要的，不二比剃不剃髮更為重要。正是為了理解與體證不二，才會運用比丘戒或比丘尼戒這樣的戒律；純粹是為了理解不二。如果我們失去不二，如果佛教真的是重視道德，那麼它會變得很危險，因為修行者的價值將會由道德高尚與正確的人來評判，而那是非常危險的。當然，我們使用的是一個很大的詞——道德。很多時候我們知道，某人可能道德很高尚，但卻可能沒有慈悲心，他們對真理可能一無所知。而如果不瞭解真理，就不會有悲心，因此道德淪為我們傲慢與自大的支柱，道德的整個目的都將喪失。

所有佛法修持必須伴隨不二

所以，這是我對「菩提心究竟是什麼」的答覆。如果你問「什麼是菩提心」，通常的回答是：「幫助一切眾生成佛的願望與修持」。但「成佛」這個詞具有「不二」的內涵。因為當我們談到成佛，它意味著從某種狀態中醒來。從什麼醒來？從沉睡中醒來。什麼是沉睡、無明又是什麼？不是別的，正是二元分別。因此所有的佛法修持，比如布施、道德，包括金剛乘或者密乘中諸如觀想這種奇異的方法，所有這些都必須伴隨著不二的智慧。

佛法修持是矛盾的，因此只能以盲信來接受

偉大的西藏學者更敦群培(Gendün Chöpel)說過一段很妙的話：「若不是因為不二，密乘的觀想修持就完全是個笑話。」你們當中有些人可能相當熟悉密乘的修持，比如生起次第和觀想。我們做什麼？我們觀想在烈火中有一朵蓮花，蓮花中央有一輪清涼的月輪，然後出現了種子字，然後出現本尊。多數時候，本尊顯得很忿怒，同時，本尊又擁抱著一位充滿激情的明妃。所有這些都是矛盾的。蓮花怎能在大火中留存？清涼的月輪又怎能在火中保持清涼？所有這些都是矛盾的。以人類的邏輯來看，這些是不可能的。

因此更敦群培繼續說：「若要真正理解佛法，一個人必須學會相信那些難以置信的事。」這是很大的挑戰，因為我們落入某種陷阱——我們只相信那些可信的事。現在你們當中有些人或許會想：「我們是在談論盲信嗎？」是的，我們確實在談論盲信，而我認為盲信是非常必要的。這麼說是因為你別無選擇。作為人類，除了盲信，你一無所有。無論你相信什麼，都是基於盲信。你相信你是人嗎？這完全是盲信！也許你有某些理由不相信某些事。你可能因為自己的聰明才智、批判性思考、分析性思維等等而引以為傲，特別是如果你來到我現在所在的地方。你可以不斷地這樣矇騙自己，〔例如〕你有這種批判的心：「我不相信這個，而且我有很好的理由不相信它。」但是，我們盲目地相信那個讓我們不相信的理由，我們別無選擇。

事實上，這不僅出現在密乘當中。作為一個靈性修持者，我現在不談密乘，甚至也不談大乘，而只是廣泛地說，如果想成為靈性修持者，你有兩種選擇：成為百分之百博學並且有智慧的人，或成為百分之百的白癡。兩者我們都無法選擇。很不幸的，我們並非百分百的白癡。我說「不幸」，是因為我們確實知道一些事，而我們頭腦中這些不完整的知識，事實上會在一路上拖累我們、障礙我們。但既然我們已經處於這種情況，就別無選擇。現在你不得不學習一些最終必須捨棄的事物，你不得不學習一些事物來清除掉其他事物。在此過程中，你必須學習並珍惜學習的方法，最終還必須學習對你被訓練去喜愛的事物真正發展出厭離心。別擔心，我之前沒喝酒！也許我這裏所講的說不通，但我想我的頭腦現在並沒有壞掉。等一下你們可以問我這些是什麼意思。

不二對靈性之道與學習無用至關重要

這兩個問題非常重要：什麼是菩提心？佛教是一條說教之路嗎？是的，它是一條說教之路，但佛教的道德必須伴隨著不二。若喪失不二，它就會變成清教徒式的道。我們已經有太多清教徒式的道了，為什麼還要佛教呢？它只會成為額外的負擔。不要忘記菩提心、慈心、悲心以及忍辱的不二面向也很重要。事實上，做任何事都不應忘記不二。你需要不二才能開展或真正擁有一條所謂的靈性之道。因為如果你遵循一條靈性之道卻沒有不二，這意味著你依然執迷於「目的」與「有用」這樣的概念，而這不好。根本而言，如果你想變得有用，這不太好。你真的得學習變得全然無用，這非常重要！想成功地治理整個國家，必須要做得得到這點。成為無用不是變成廢物，因為廢物非常有用，特別是在像英國這樣的社會主義國家，人們會照顧你，政府會幫你付帳單等等諸如此類的事。你可以不時地做些無厘頭式的自由評論，並以此為榮。它非常有用。

回到菩提心，為了修持菩提心，你得要有一定的膽量。這就是「究竟什麼是菩提心」的答案。但你若不想聽這些，我的答案就會是：「哦，菩提心就是非常博愛，面帶微笑，善待每一個人，幫助每一個人，祈禱，別人冒犯你時不發怒。」所有這些都很好，沒問題，暫時而言這些都是可以的。但若你遵循這條道，並且夠聰明，一段時間後，你會發現自己成了菩提心的受害者。那時你會需要一個非常特別的心理治療師或心理醫生。那時你要去哪兒呢？「我因為修持菩提心而變得沮喪，我因為修持自他相換而失去了所有的自信與自尊，現在我變成了一個悲慘的人。」

不二作為牙痛的療法

這是不二的禮物。這也許有點太理論性了，但更敦群培說：「否定存在不是那麼困難。」我的意思是，這當然已經夠難了。「但更困難的是，否定不存在。」那太難了。因此，「不二」這份禮物，釋迦牟尼佛贈予這個世界的禮物，如果你只能想到它，哇，那是最珍貴的禮物了！它不是某種你可以閱讀並獲得知識上滿足的、令人興奮的哲學概念，不，它非常的實際。這就是為何釋迦牟尼佛在《心經》中說：「揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。」然後他說：這個咒對這個有利，對那個有利，乃至頭痛、牙痛，所有一切。《心經》中說：你應該

念誦此咒，它對這個好，對那個好。記得嗎？當然，人們會照字面理解：「哦，我牙痛，讓我來念咒吧，揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶。」當然，這很好，沒問題。但如果你真正去思惟「揭諦揭諦，波羅揭諦，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶，」至少在最初，由於你現在開始對不二有了一些初步的認識，你將學會不對自己的牙痛大驚小怪，這就已經從牙痛中解脫出來了。真正的牙痛其實也就這麼大〔仁波切指著某個小東西〕，全都只是和牙痛有關而已。

理解月稱如何給畫中的牛擠奶

但是超過這些，我們就很難理解了。我告訴你們為什麼。像月稱如此偉大的不二哲學家們，他們可不是像大學教授們那樣，研讀不二、思考不二、令人印象深刻地談論不二。事實上，他是那種一旦有必要時，能夠為畫中的牛擠奶，並以畫中擠出的牛奶養活別人的人。這裏我們談到對不二的理解，因為在我們的腦裡，怎麼可能給畫中的牛擠奶？瞧，你被這困住了。記得嗎，〔我們〕受了不完整的教育，〔讓我們認為〕給畫中的牛擠奶是不可能的。對月稱而言，如果為真的牛擠奶的想法是可能的話，那麼為畫中的牛擠奶也非常可能。想一想，甚至給一頭「真正」的牛擠奶的想法，是如何出現在我們的腦裏？它是「真的」，只是因為我不得不跟你們說它是「真的」。這對月稱菩薩毫無區別，但對像你我這樣的人，這非常難以理解。

為什麼非常困難呢？偉大的龍欽巴尊者說，對從未嘗過鹽的人，該如何描述鹽的味道呢？我們只能給他們一點糖，說「這不是鹽」；給他一點辣椒，然後說「這不是鹽」。這就是我們所能做的，這也正是我們現在正在做的。這就是當我們讀《心經》這樣的經典時所讀到的——無眼耳鼻舌身意——這是我們能做的最好的了。佛陀如此做了很多次。記得我剛剛提到《金剛經》？他疊好袍子，洗鉢，坐直，然後持續不斷地說法。快結束時，他說：「我從未說法。」這令人困惑。你講了四十頁，而現在卻告訴我們你從未說法？這是什麼意思？並且他還說：「那些認為可以以形象見到佛陀，以音聲聽聞到佛陀的人，他們全都持有錯誤的見地。」（譯註：《金剛經》「若以色見我，以音聲求我，是人行邪道，不能見如來。」）

「佛」這個字是什麼意思？

實際上，「佛」這個梵文字是如此優美。如果我們試著從字面上去理解，佛會是什麼？像我們這樣自認為是佛教徒的人，我們想要做什麼？我們的目標是什麼？佛教徒的目標是什麼？事實上只有兩件事，只有兩種功德，那是我們所尋求的一切：（一）覺醒，這是一種功德，然後因此（二）獲得圓滿德相。這是我們在尋找的兩種功德：覺醒與圓滿德相或圓滿自性或圓滿成就。這就是我們唯一追求的兩件事。我們追求的不是某種遷徙，或某種性別轉換，或某種特別曬出的膚色，比如金色的膚色，或諸如此類的事情，不是那樣的。我們必須說這些，是因為太多人無法理解不二。甚至佛的身功德，你們聽說過嗎？佛陀被讚歎有三十二相，相好莊嚴。據信，佛陀的寬度與身高完全相等。但如果你深入思惟，在我們的心中，這並不莊嚴，聽上去佛陀似乎像是一個盒子，一個方形的盒子；但這就好像國王的新衣。三十二相，八十種隨形好，所有這些功德就像是那樣；它們是必要的，非常有必要。

有件事很奇妙。我剛從菩提迦耶來，你們有些人一定去過菩提迦耶。如果你去主殿繞行，當你繞完一周，在盡頭有一尊非常著名的石像，很多人會說：「哦，這是度母像，就是與阿底峽尊者交談，並且認為阿底峽尊者應該去西藏的那位度母。」每個人都向這尊像敬獻鮮花或諸如此類的物品。這相當奇妙。這是我第一次說這件事，它其實是個秘密，真的是一個秘密。自始至終，這都不是度母像，它甚至沒有乳房，它明顯是觀世音菩薩像。但誰在乎呢？有人問我，為什麼會有如此的誤會？每一個人都覺得這是度母像，但它不是；這是觀世音菩薩，顯而易見！但成千上萬的人都相信這是度母。我對此的回答是：單單這件事就證明了佛陀無礙的示現，在此指的是度母。她的顯現是如此強而有力，一尊沒有乳房的石像，卻成功地讓每一個人都相信那就是度母。力量何其大！這是佛陀的示現。我確信那些把這尊像當作度母而向她祈禱的人，會得到度母的加持。我不該說這些，但既然我們在探討不二，這是個好例子。

不二是如此珍貴。沒有不二就沒有溝通，我談的不是靈性層面的溝通。即使在這裏，如果我說「你想要杯水嗎？」〔若無不二〕你甚至無法聽到這句話。你將不知如何詮釋，如何理解，或如何誤解。所有這些〔情況〕都存在，所有這些豐富的詮釋都存在，這要歸功於不二。順便一提，不要把不二理解為某種能量或類似的東西，別陷到那裏去。它純粹就是……最好的詞就是「不二」。

佛教中的「魔」是什麼意思？

賴瑞，還有什麼問題？如何認出自身之內的魔？哦，是的，魔。我想這個詞一定譯自「mara（摩羅）」，意思是魔鬼或諸如此類的東西。實際上我這裏有魔的名單。好極了，時機恰到好處。〔仁波切讀某本書〕

問題：問題是：「如何對待自己和他人之中的魔？」

仁波切：如果你讀佛陀的本生傳、佛陀的十二行誼，在六年苦行之後，佛陀來到今天的菩提迦耶，坐在菩提樹下。之後發生什麼事？就在他即將成佛之際，就在他即將摧毀最後殘餘的無明之時，慣犯出場了——魔羅之王，眾魔之首。這是極具象徵意義的教授。如果這裏有修行的人，你們應該聽聽這個。當我們修持佛法，很多時候我們會遇到種種障礙，比如不再鼓舞、失去虔誠、失去慈悲、甚至失去坐下來的意願等等。事實上，這意味你即將成功，如同佛陀一樣。就在他即將成佛之際，慣犯出現了。這是他們的工作，他們被雇來做這些事。

這是你必須卑鄙的時刻了，那種成佛式的卑鄙。你必須學會這麼做。這在哪裏？〔仁波切看書〕無論如何，誰來了？魔。眾魔之王魔羅來了，他用盡各種手段。他派自己的女兒去誘惑佛陀，你們知道那個故事嗎？但那還不是最後一役，最後一役是魔王帶著五支不同的箭前來。這五支不同的箭是……這就是我在書裏要找的，但沒找到——總之，它們是懷疑、散亂、渲染世間八法以及欲望之類。欲望是很重大的一項。這其實有個順序。我覺得馬鳴菩薩描述這一段的方式極其優美。魔王瞄準佛陀的第一支箭是瞋恨，這是最容易的一支；隨後是欲望，諸如此類。我想最後一支箭是懷疑或散亂，我不記得了。持續的散亂，我們就是持續地散亂著。比如，現在

你正坐在椅子上，但你感覺不到自己內衣的感覺、椅子和地板的堅硬。你覺知不到。你戴著項鍊，但覺知不到它的重量。我們全然地散亂，基本上如同僵屍，覺知不到任何事物。覺知不到感覺、聲音，覺知不到在想什麼。當敵人和你作戰，他們總是最後才使出殺手鐮。他們當然得留著，那是最後一顆子彈——持續地散亂。我想在這之前是懷疑。你們知道為何會出現懷疑嗎？因為你已經成為邏輯的受害者，這就是為何會產生懷疑。你已經變為一個邏輯學家，邏輯是讓你落入陷阱最有力的方式。因此，在佛法中，這些其實才是魔。

我們如何防禦魔？

你的問題是什麼？如何保護我們自己？如何應付魔？這是個大問題。請從頭閱讀《入菩薩行論》，所有的答案都在那兒了。甚至很小的細節，像是如何給要去牛津的人指出正確的方向，你不應該用手指等等——所有細節，所有方法，所有一切。你們或許會覺得它的某些部分有點過時，但大部分卻相當重要。總之寂天菩薩說，「除了調伏心，還有什麼呢？調伏心的苦行是最重要的。除此以外，還有什麼其他需要的呢？」我覺得這基本上已經總結了一切。他舉了許多很好的例子，例如，為了走路，你需要皮革將整個大地整平，而要得到那麼多皮革是不可能的，但如果你穿上鞋，那就像走在平坦的大地上。同樣的，制伏所有外在的敵軍是沒有意義的，最好是調伏你的心……等等。不僅寂天菩薩的《入菩薩行論》，佛陀的所有教授都是如此。

但既然提到這個問題，我要說，對初學者而言，止或觀是很好的。是的，止和觀，尤其是觀。我必須提這件事。幸好我記得，但這些都是我的偏執。你們沒必要太當真，但我注意到這件事。我感覺英國與上座部傳承有種奇妙的聯繫。這非常好，太棒了，真的。這不是外交辭令。這非常好。但我覺得這裏我們應當謹慎，因為現在人們某種程度上迷戀所謂的「專注」，這種「專注」不應挾持「觀」。因為「觀」把我們帶回到不二。沒有不二，就沒有觀。事實上，觀是如此重要。觀的訓練——什麼都不做——真的能帶你趨近不二。只是看著，這是目前你唯一能做的。一段時間後，當你的觀有所進展並且純熟，你甚至應當超越「只是看」的修持。但目前而言，我們多數人還無法理解其中的意義。

我想就是這些了，不行嗎？如果你們還有問題〔可以提出〕，我沒作任何準備。真正想到是在三天之前，我突然想起布萊頓，所以我沒準備。沒有什麼特別要說的，但賴瑞有兩個問題。

如何在日常生活中做到無用？

問題：關於在日常生活中如何做到無用，您能否給我們一些小建議？

仁波切：這其實是個好問題。我們可以如秋陽創巴仁波切(Chögyam Trungpa Rinpoche)所說的，從「發展出真正的悲傷」開始。我覺得那很好。真正的悲傷，就像我們做了所有這些事情，但真實地了知這不過是一場遊戲。這是一場不得不玩的遊戲，因為我受因緣的控制非得去玩。這會讓你非常接近。這個「真正的悲傷」很好。

因為真正的悲傷，和覺知到我們認為極為有用的事物其實毫無用處，此二者有著密切的關係。我們對此瞭解得不夠。我們可能在理智上理解，但還不夠。說真的，當你在印度坐上火車的三等車廂時，就會體驗到這點，尤其當消毒紙巾用完的時候。所有那裏的人都是這兒摸一下、那兒碰一下。但如果你生活在那裏，一段時間後，你就不得不放棄使用這些東西，你無能為力。突然之間，你不得不放棄目標、目的、計畫、行程表、朋友……但不幸的是，我們還有很多挑戰：電話帳單、購物帳單、員警、國稅局等等的事情。但你會到達那些都不再困擾你的程度，然後大家開始認為你對什麼都不感興趣了。但如果你看到無用的價值，就不會為此煩惱。「他們認為我對什麼都不感興趣，那又怎樣？」你將獲得全然的自由。那必定就是薩杜（譯註：印度苦行僧）在做的事。我真的很欽佩那些印度薩杜，他們在火車站，無所事事，完全沒有計畫。你問他們：「明天要去哪裏？」「我要去瓦拉納西。」「那麼後天呢？」他們看著你（似乎在問）：「什麼意思？你為什麼要問後天的事？」那很棒，但問題是，在某種程度上，現代社會不允許我們那麼做；不過另一方面，我想我們可以做。這就是靈性之道的微妙。隨著挑戰的增長，戰勝它的方法也會隨之增長。就你的情況，我會說，你應該成為下一任澳洲國會的反對黨領袖，那真的是無用，你還應該發願成為一個無用的人。無用必須以這樣的方式詮釋，真的。

問題：佛性是證得無二嗎？

仁波切：是的，它們是同一回事，完全是同一回事。非常好的問題。

上座部對大乘佛教的批判

問題：我在牛津見到一些您提到的人。我出席一場科學與佛教的會議，見到了丹尼斯·諾布(Dennis Noble)與其他一些教授。我感到很震驚，因為目前在英國似乎有種運動想要淨化佛教或者將佛教去佛教化(de-buddhify Buddhism)。我想您可能知道史蒂芬·巴喬樂(Stephen Batchelor)，他目前正在開課。他說整個大乘傳統對佛陀的真正所言一無所知。

仁波切：就在昨天我聽到這件事，精確地說是在四點到五點半之間。我與牛津大學佛教圈中最重要的人物之一——貢布里希教授(Professor Gombrich)進行了一場大討論。他說大乘佛教與佛陀毫無關係，不二也不是佛陀的教授。

問題：您說不可能證明不二，但是我花了十年時間寫了本關於量子理論與佛教哲學的書。事實上，量子理論顯示這兩種真理是絕對正確的，因為在物質世界的後面有個不二的世界，叫做量子波函數。目前這是已知的。亨利·斯戴普教授(Professor Henry Stapp)說物質不存在，現在我們知道它如同心識。

仁波切：我不知道該如何正確地闡述這個問題，因為我還在學習。他們是怎麼說的？為了構建一個合理的科學理論，這個理論必須經得起檢驗。是這樣吧？這似乎就是他們說這些（譯註：指不二之類）只是虛構故事的論據。

問題：他們試圖推翻量子理論至少已經有八十年了，但量子理論告訴我們，正如斯戴普教授（Professor Stapp）及其他許多人所言，物質並不存在，而究竟本性如同心識。如今科學已經證明這一點。但在西方，大多數科學家不願意相信這點，因此許多人甚至否定現代科學。例如，史蒂芬·巴喬樂(Stephen Batchelor)甚至不知道科學實際上在說什麼。

仁波切：原來如此，我不知道這種情形，有意思。

問題：我們應該起來反對這些嗎？

仁波切：雖然這只是我的第三天，但實際上我在佛教研究領域學到很多。因為有些東西我們西藏人是落後的，事實上有很多是落後的。我舉個例子，像唐卡、繪畫與雕像這些古老的手工藝品，現在有保存、維護這些藝品的技術和研究，但試圖向西藏喇嘛們說明這些是行不通的。對他們而言，「維護」意味著放在佛龕上，用絲巾包裹起來。事實上，這是有根源的，我是這麼認為。諸法無常，你無法維護任何東西，這種哲學存在他們的基因當中，所以他們〔對於維護〕根本就不感興趣。這只是一個例子。同樣的，我覺得在西方，日期、生產日期〔很重要〕。我可以理解為什麼像史蒂芬·巴喬樂（Stephen Batchelor）那樣的人會那麼說大乘佛教。事實上，很多人說龍樹不是佛教徒。我可以理解，因為他們說大乘佛教，尤其是金剛乘佛教〔不是佛教〕。當然，他們說金剛乘是印度教，這是基於日期和證據。但我並不為此擔憂，因為這種爭論已經持續了兩千多年。我很清楚，作為大乘修行人，我有責任或負擔要向上座部行者證明我的法教也源自於佛陀，然而上座部行者沒有證明上座部是佛陀教法的負擔。我必須接受這種情況。事實上我很享受有這樣的負擔，因為你必須因此而謹慎。作為某個二千五百年前人物的追隨者，基本上在我的心裏，這並不能滿足我。對我而言，那就像你是某個二千五百年前的人的追隨者。我寧願作為「內在佛」的追隨者，如果可以這麼說的話。那對我而言更加重要。當然，任何學者都可以辯稱「我在創造自己的佛教」。但我仍然認為有辦法可以保護我們自己，例如四法印與四聖諦。

以邏輯和膽量戰勝懷疑

問題：之前您提到懷疑，您說心中生起懷疑是因為我們是邏輯的受害者。您能否詳細說明，並就如何在生活中對抗懷疑給一些建議？

仁波切：你們知道，邏輯是非常有限的。甚至在佛法研究當中，邏輯也是很好的工具。事實上，我們花了大量的時間去研究佛教邏輯，也就是「因明」。標準的佛教哲學學生要花六年的時間研究佛教邏輯，這非常重要。但我們總是被告知，研究邏輯是為了評估與證實見地，就是這個目的。你們一定聽說過佛教中聞、思、修的觀念，這是很重要的觀念。或許我完全錯了，但這可能是西方沒有的觀念。也許西方有聞、思，我不知道修的情況，或許他們有自己的方式。但特別是在靈修道上，禪修非常重要，因為只有邏輯不能讓你完全證得。邏輯只能把你從 A 帶到 D，就只有這樣，然後邏輯將會崩塌。但邏輯把它自己的工作做得很好，因為當你在 C 附近時，大量的夢境和身體的感受會出現，像是從鼻孔發出的光、佛陀的幻相、薩滿巫師來到你體內以及諸如此類的情況，這些都非常危險。因此，你需要邏輯。

而一旦和它們（註：指「懷疑」）戰鬥，你需要什麼？需要膽量。我所說的膽量是什麼意思？像我先前說的，你要敢於變得無用。真的。為何我們沒有膽量？因為我們覺得會失去什麼東西。你必須準備失去一切。如果你還有些微的執著，像對手帕的執著，那真是可惜，若非那手帕，你幾乎就要成佛了；那會是多麼荒謬的事。所以，你一定要能夠擺脫所有這類的想法——「哦，這個有用，帶著它。」你踏上靈修之旅，不打包任何一物。沒有三明治，沒有乾淨的內衣，沒有梳子，什麼都沒有。你赤裸前行。這多少有其必要，卻很難做到，非常困難。因為你總是想：「哦，不行，我需要這個。」就像我們需要牙籤。「我經常需要牙籤，最好隨身帶著它，不然我牙癢或發生其它和牙齒有關的事該如何是好？」就像這樣。總都是一個荒謬的問題，一個微小、荒謬、愚蠢的問題，妨礙了你成佛。從來都不是有著毒牙和尾巴、看起來很威嚴、非常複雜的障礙，阻礙你成佛。總是一些很荒謬的東西，比如破鞋之類的，或者是一張足球門票——我感覺這會是我的障礙。

禪修和思惟有何區別？

問題：您能解釋一下思惟與禪修的區別嗎？

仁波切：思惟有很多分析。「是這個嗎？不是這個嗎？我做得對嗎？龍樹菩薩說了這個，不是那個。」它不那麼像閱讀或聽聞，比較像是在自己腦中製造很多故事、與自己辯論。聞思之後，你會得出某種結論，你必須有個結論。一旦有了結論，你就不再分析，然後就是禪修，基本上你只是試著去習慣於那個結論。「禪修」在藏文裏叫「貢（gom）」，它有「逐漸習慣於」見地的涵義。再問兩個問題我們就結束。

培養對自己的愛與慈悲

問題：我從 1996 年開始接觸佛法，但我現在遇到一個很大的問題：我對自己缺乏慈悲。因為我一直不斷地想：「我應成為這個，應該成為那個。」我讀了無數的書。我想知道，以您自身的觀點與經歷來說，當你坐下來禪修，看到自己是多麼糟糕、多麼缺乏慈悲，你如何能找到對自己的那份愛，那種對自己的慈悲，然後有一時刻你能愛自己，並進而愛無分別的自我，也就是這個世間與這個屋子內的一切萬物與有情。

仁波切：對於初學者，我想到的是，如果你是真正的初學者，我會建議兩件事。一是發願，這很重要。一次又一次地發願，祈願獲得那種愛與慈悲。另一件事是去閱讀月稱菩薩《入中論》第六章的後半部，他在那裏有系統地解構了「我」的概念。一旦你這樣做了，就不會有甚至要考慮對自己或對別人生起愛與慈悲的負擔，這其實才是最偉大的愛與慈悲，因為它無分別。

問題：當您談到佛陀，您談到了他的證悟功德。他的功德有哪些？

仁波切：功德，這個詞實際上表述得相當好。記得我告訴你們的度母像嗎，那就是功德，相當棒。能夠年復一年地令成百上千的人相信，就具有令人們相信「他」是「她」的功德。我覺得那是多麼令人驚歎的功德啊！

總之，這是非常即興的講演，但神奇的是，這裡突然出現了這麼多人。單單這個必定就顯示出，釋迦牟尼佛的願力、悲心和加持強而有力地注入甚至像布萊頓這樣地方的人的心裡。這是侮辱嗎？其實我不應該說「甚至」，因為這裏是眾多嬉皮曾經待過的地方，而嬉皮曾試圖體驗無用，那是非常值得欽佩的。願他們長壽。我想，就這些了。

英譯中：西遊譯文