



雛鳳與談：與青年學子的對話

宗薩欽哲仁波切

時間：2018年12月3日

地點：台北

譯稿整理：西遊譯文

首先問候大家。很高興能夠來到這個學術中心，應邀到此是一個很大的榮譽。每次與知識份子和學術界人士講話，總令我感到非常緊張。

我受邀時，有詢問是否有什麼特定主題是學生們希望我談論的，因為要在很短的時間內談論佛教哲學或者實修是非常具有挑戰性的事情。我收到了許多非常好的問題，雖然不確定是否有時間回答全部的問題。我現在直接開始作答。之後如果時間允許，如果學生還有想要知道的事情或者對回答不滿意，我們可以做進一步的討論。

學術上所謂「客觀」的看法有時似乎會和信仰有所抵觸。如何看待在大學等高等教育機構學習佛教哲學這件事？

這是一個非常大的問題，我對此也充滿熱情，我想這個問題可以討論一整個晚上。

首先我們需要定義所謂的「客觀」到底是指什麼。很抱歉我可能做了過多的假設或投射，但是我懷疑，就像許多亞洲其他大學一樣，各位對於客觀的定義可能也是非常西方化的。我認為，作為中國人，我們真的應該想想莊子或惠能大師會如何定義什麼是客觀。我想我大概可以跟各位稍微解釋玄奘會如何定義，因為有人告訴我，玄奘屬於佛教的瑜伽行派。瑜伽行派的人並不相信西方人對「客觀」的那種定義，他們不相信有一個獨立於主觀的客觀存在。所以對於玄奘之類的人而言，上帝是一個「相信上帝



的人」的話題，是一個心的投射，是心編造出來的——基本上可以這麼說。但我認為玄奘也會說，大爆炸也是心編造出來的。這就是為什麼，對於我們講的客觀到底指什麼，我們必須得出一個結論。

以科學為例，實際上，科學實踐是一門練習如何證偽的學問；他們說「科學理論必須是可以證偽的」。而龍樹很早以前就已經處理過這個問題，他把一切都證偽了。事實上他做得比科學家更多，他甚至連「證偽」這件事情都證明是虛假不實的。很大程度上，這是根據龍樹的弟子月稱的說法。

佛教的一門學科「量學」或者說「因明學」——或非常寬鬆的翻譯為「邏輯」——在瑜伽行派中有非常多的討論。我們會談論「成立性」。有四種方法證明一個事情是成立的：通過你的感官感受來證明是成立的（根現量）；通過心來成立（意現量）；通過自己的覺知或者自證來成立（自證現量）。比如說，我的眼睛即是使用感官，我用我的心，我確認並證實這是一杯水，因此它就成為一杯水。但是就佛教瑜伽行派的觀點來說，在這四種成立事物的方式中，其實剛剛講的這三種成立方式並非真實的成立，它們只是虛設的成立。瑜伽行派佛教徒會講，唯一真正有效的認知是第四種：瑜伽士的認知（瑜伽現量）。所以像是玄奘等瑜伽行派人士會說，唯有通過一個瑜伽士的般若智慧所感知到的，才是真正有效的，其他都是主觀的。

作為對這個問題的總結，我要說：現在大家已經聽過我講的佛教中對於客觀性與信念的不同定義了——記得嗎？我說過，佛教徒會說「大爆炸只是一個信念而已」。大爆炸是一種信念，佛是一種信念，上帝是一種信念，全部都是。實際上，佛教徒認為人類唯一可做的只有一件事：去相信什麼。因此，我並不覺得在像是大學這樣的現代化學術機構學習佛教哲學有什麼相違背的？尤其如果現代人真的想要理解不受染污的客觀性實相，那麼藉由學習佛教哲學或者禪修，現代人可以獲益良多。

但是這個問題其來有自，我很能理解為何會有這樣的懷疑：怎麼可能在大學裡學習佛教？因為佛教被歸類為一種信仰，而在大學這樣的環境裡



你想要學習的不是信仰，你想要學習的是客觀性的學科。我很能夠理解為什麼會有這樣的問題或懷疑。因為首先佛教從來不拒斥任何儀式以及貌似非常宗教性的修持，所以有時候佛教會被歸類為一種宗教。確實有許多學者非常熱切地反對將佛教歸類為宗教，但是也有些學者並不一定會如此反對。佛教的這些宗教性層面其實只是一種善巧方便，只是一種手段而已。就像在禪宗教法中說到，為了向人指出月亮，你必須使用手指。總是會有這樣的風險：那個人會看著你的手指，而不是看向月亮。但是你必須冒這樣的風險。

希望我的回答已經滿足了這位提問者。這是一個非常重要的問題，然而因為還有其他問題，所以暫時只能回答到此。

還有一個類似的問題，但是角度稍微不同，所以我要嘗試回答下面這一個問題。

理性與密續或金剛乘看起來有所衝突，真的是這樣嗎？

這是一個非常重要的問題。這又是一個很大的問題，需要很多的探討。

理性或邏輯論據與金剛乘是否有衝突？是，也不是。

首先要告訴各位的是，當我在學習邏輯或者量學的時候，老師首先教我的就是：要準備好接受「變得具有邏輯性就是以最複雜微妙的方式變成最老練的白癡」。因為理性是非常造作的，非常受到文化、共識和功用的影響。當然，如果你只想到實際的事情，如果你關注的只是讓自己是務實的，那麼我可以跟各位說，密續是你最不想做的一件事，因為密續完全是不切實際的。因為當我們談到實際性的時候，我們在談的是「輪迴」這個範疇，亦即我們現在這一生的框架裡面。事實上不只是密續，而是所有的佛教，尤其是大乘與密續，尤其是密續，講的是要跳出這個框架。



那麼密續的學生如何學習密續？首先他們學習所有的因明與邏輯；接著他們學習下一組分析，用以解構之前學到的那些邏輯。這就是事情變得非常複雜的地方。

給大家一個非常簡短概括的瞭解，在座有些人可能聽我講這個很多遍了。就各位與我來說，這是一杯水。因為這水不是在馬桶裡，所以是可以飲用的水。大家的共識是：這是水。但是如果水裡有一條魚，我們不知道魚是怎麼想的，不過對魚來說，這肯定不是水，而是另一個不同的現象。我們在這裡不能使用民主原則，因為我們人類數量較少，所以肯定會輸掉投票表決。而且它的功能也不同。密續人士的想法是：這兩個解讀都只是一種投射，並沒有真實存在的水。假設魚認為這是它們的家，這個「家」也並非真實存在的。所以這一切都只是你的投射而已。然後你詢問密續的人說：「到底我們要把這個稱為什麼？」他們會用這個名相：瑪瑪姬（mamaki）。這是一個空行母的名字，又是用一位女性來象徵。假設我現在喝一口水，就是啜飲了一點空行母，因為密續唯一想做的就是打破你的概念。

聽過我剛才講的話之後，大家應該明白，所以你無法說「密續與理性是互相矛盾的」，或許更好的一種說法是「密續是更加優秀的一種理性」，或者另一種說法是「密續是在研習理性之後，接著又拋開理性」。即使在最世俗的層面上，密續也認為理性毀掉魔法，理性讓這個世界變得如此無趣。只要你一跳脫理性的框架，就會感受到一些魔幻性與有所不同。當你脫離理性的時候，你也超脫了禁忌與壓抑。

我要給大家舉一個很糟糕的例子，這實在是一個非常糟糕的例子，但是我想不出任何其他例子。當你喝下很多酒的時候，會發生什麼？理性消失了，通常因為理性而讓你感到困窘的事情會慢慢減少。可能有一兩個小時的時間，平常不愛講話的人變得很愛講話，通常害羞的人變得不那麼害羞、開始唱起歌來。當然，這只是因為你喝了酒而已。等到酒的效果過去後，你又會回到你這個理性的、充滿各種限制、對習俗和文化循規蹈矩的平凡世界中。類似這個例子，我們在密續中是藉由密續法門來試圖去除這些理性和禁忌。



這引到下一個問題，也是一個非常重要的問題：

尊敬上師與尊敬權威的差異在哪裡？

這是非常適時也非常重要的問題。

就像所有大乘教法一樣，密續教法也不相信佛是外在的。上師不存在於外，你的自心即是上師。這同佛陀教法裡講的「你是你自己的主人」非常相輔相成。

這個外在的上師從何而來？外在的上師是你的投射。就像稍早講的大爆炸一樣，外在上師也是你的投射，是你的心投射出有另一個人比你更值得尊敬、地位更崇高、更神聖。在許多密續修持中，這是可以暫時接受的，這被當成一條法道。

有一種稱作「上師瑜伽」的密續修持，基本上就是修持對於上師的虔心。如果你仔細檢視這個修持，在這個上師法的最後，有一個部分是最重要的部分：上師收攝入你，你與上師變得相融無別，基本上是合而為一。你用外在上師作為自己禮敬、聽聞教法、獻上頂禮和尊敬的對象，但是最終這個修持要求你們變得相融無別，或者你應該認出你們基本上是合一的。

這裡的問題是「尊敬上師與尊敬權威有什麼差別？」假如你是在北朝鮮，如果你說自己與金正恩是相融無別的，你會被砍頭。不用說北朝鮮，即使在其他宗教的修持中，也沒有任何修持會說「全能的上帝與自己是一體的」。很多有神論宗教總是喜歡說「你是罪人，唯有上帝能夠拯救你」。不過就像大家在這裡提出的許多問題一樣，這又是一個大哉問，需要對密續哲學進行大量研讀。但是就像很多其他教法一樣，這項教法也被濫用了。有很多野心勃勃、注重物質主義的上師濫用了這項修持。然而實際上，虔信上師的密續修持與上師具有較高的權威毫不相干。



如何接受自己醜陋不堪的心？

一般在佛教中，尤其在大乘佛法裡，並不接受你的心是醜陋的。一切的情緒或者說是煩惱、一切的染污都被認為是暫時的。無論它們多麼邪惡、醜陋或令人不悅，它們都是暫時的，都可以被去除。很多時候我們會覺得自心充滿瞋恨、傲慢、嫉妒等等，這只是因為我們已經習慣於此，因為它是由習慣養成的——這其實是一個好消息。換句話說，它不是你真正的本性，是你在過程中逐漸積聚而成的，你只是習慣了它而已。所以現在為什麼不養成另一個習慣：解開這些結縛呢？因此就有禪修、修心等等的各種修持。

所以對此的簡短回答就是：佛教並不承許心是醜陋的。其實大乘佛教有個名相「如來藏」，就是佛性，亦即：我們的本性、我們的心即是佛。

我的上師——怙主頂果欽哲仁波切——舉過一個很好的例子。他說，有點像是這樣：你非常口渴，你其實手上正拿著一個冰塊，你卻四處跑來跑去想要找水，你需要做的就只是等這個冰塊融化即可。我想這是一個很好的例子。我們現在有的這顆心，正在認知、正在聽聞的這顆心，事實上此心即佛。但是目前它有點像是那個冰塊，冷凍的風扇正在非常快速地運轉，因為你正忙著四處跑來跑去、想要尋找水。讓冰塊融化的方式是，如果你能夠只是停下，不再四處尋找，就只是保任其本然的狀況——當然這挺難的，因為我們人類就是無法隨它去、什麼都不做。這在禪宗有教導；基本上，很多很多的技巧都有教導如何保任如是、如何讓冰塊融化。

可以從許多層面來理解這個例子。如果你有冰塊，你可以確定並對此有自信：你已經擁有水了，即使冰塊現在看起來一點也不像水。就像提問者所提到的，雖然他的心看起來完全不像如來藏或佛，事實上他稱之為「非常醜陋的」，這就像是例中的冰塊與水一樣，你就是不讓它融化——你越覺得它醜陋，風扇就越是轉動，它就越是冰凍的。

還有一個問題也與此相關：



在疏離的社會中，如何用佛法幫助想自殺的年輕人？

是的，很多人都同意，身份認同危機、身份認同方面的問題，以及從而產生的疏離感問題，可能是我們現在這個時代、也是未來世代所遭受的其中最大一種苦。

我認為，這個事情可以從許多角度檢視。其中一個角度就是，我們已經有許多世紀、許多生世一直把「我」這個身份看得非常重要。事實上這挺諷刺的，因為雖然這個我、自我具有非常大的驕傲心、自尊心，但根本上也具有「不安全感」作為主要成分。有時候，不安全感會以這樣的形式出現：為什麼我會存在於這裡？我想德國哲學家稱之為「存在的焦慮」。因此，也會有這樣的問題：「生命的目的是什麼？」你無法問一個佛教徒「生命的目的是什麼？」這類的問題，因為佛教徒不會瞭解這個問題是什麼意思。如果你真的窮追不捨地問一個佛教徒「到底生命的目的是什麼？」最終，佛教徒可能會說：「為了真正了解並沒有一個叫作『生命』的東西，那只是一個幻相而已。」

我跟大家說這些，是因為我們莫名其妙地產生了「有一個我」這樣的想法，於是又產生出「為什麼我會在這裡？」這個問題。有些時候，我們還會問：「我到底是不是存在的呢？」這些問題可能不是有意識地、明顯地出現，但它們一直都存在我們心中。為什麼會有年輕人拿刀片割自己的手腕？為什麼我們會努力想要得到好的職位？為什麼我們舉辦宴會？為什麼我們試圖塗上最紅的口紅？這是一個非常諷刺的遊戲，因為我們持續不斷地想要確認「我」是存在的，而這個很紅的口紅似乎確實有些幫助，因為它是那麼露骨的紅，但同時根本的不安全感卻又一直存在著。

這裡的問題是：對於這些問題，佛法如何起到幫助？我想佛法中關於「無我」的學習絕對能夠讓我們從很多不需要的執著中解脫，因為真的有很多非常荒謬、無需的執著與假設是基於認為有一個真實的「我」存在。



佛教徒應該如何平衡宗教實修與現世生活的社會介入？

不幸地，你竟然必須問這樣的問題，因為從某一方面來說，佛教修持與你的社會介入從來就不應該有任何衝突。但是我能理解為什麼會有這樣的問題產生，因為幾百年來，佛教已經建立起這樣的名聲：只要你一成為佛教徒，就會有特別的飲食和行為，或者你必須加入寺廟、去山洞裡，或者必須剃頭等等。這就是為什麼人們會想「如何能實修佛教又住在現實社會中？」這兩者被看作是相違的。這是很不幸的一種誤解。去山洞裡、加入寺廟或者出家，這是一種戒律、一種修持。只有在一個人想要這麼做的時候，才會這麼做；這是一種選擇。

所以我們如何做一個佛教徒，同時又處於俗世中呢？非常簡單，你必須具有正確的見地。舉例來說，如果你能接受「一切和合事物都是無常的」——這是佛陀的其中一項教法——藉此，你為人父母、養兒育女的工作就可以做得非常棒，你可以成為成功的 CEO。事實上，假如你具有「一切無常」的知識，你的心胸會更開闊，你會更加勇敢。

但是就像先前所說，佛教被呈現出的形象變得過於狹隘片面。假如你研究聲聞乘的三法印或者大乘的四法印，只要你能夠接受它並且努力與它共處、一同生活即可。要知道，佛法並不是一種文化、不是一套文化工具。只要你稍做思維，這應該非常明顯，尤其如果你在學習的是大乘佛法。比如說，佛教徒崇拜舍利弗這樣的人物——看起來平靜的出家僧人，生活簡樸、托鉢等等——但同時大乘也會尊敬文殊師利，他沒有鉢，非常富有，有耳環、手鐲等等。這就告訴我們：很大程度上，佛教的行為或行為準則是以智慧作為基礎。

下一組問題與個人的情緒、感情密切相關，是關於愛情、情感關係：

- 佛教徒對開放式關係的想法如何？
- 佛教徒對於「害怕成為第三者」這樣的恐懼是如何作想？
- 佛教徒如何看待同性婚姻？



再次，我又有點困惑怎麼會有這樣的問題。我不能肯定，不過我大概知道這些問題是怎麼出來的。可能我最近非常糾結於這一類想法，但我有點懷疑這又是西方思想影響亞洲人思維的一個另一種方式；也可能不是這樣，或許這只是一個直接了當的問題，像是「佛教徒對同性婚姻的想法為何？」

我之所以會有這樣的懷疑，是因為道德觀的定義已經有了很大的改變。給大家舉一個例子，在座有些人可能聽過這個例子：在所有的佛經與論典中都沒有提過佛教的結婚儀式。這是不是就告訴你一些事情了？有些人會來找我說：「我們要結婚了，請您加持、祝福我們。」我會為他們主持婚禮——包括男的跟女的、男的跟男的、女的跟女的結婚，都有。但是在經論當中，沒有任何一篇教文或者儀式有指示佛教徒的婚禮應該怎麼做。當然，現在我們會念一些吉祥文，然後撒些花。因為真的，就根本而言，佛教完全是關於實相為何，所以如果你真的堅持要有一個真正根植於佛教的婚禮，佛教的主婚人很可能會說：「是的，你們剛剛結婚了，但是一切無常，你們也可能今晚就會離婚。」基本上，我要說的是：究竟上，佛教徒並不那麼在乎誰跟誰結婚，佛教徒真正在意的是，你的行為、你從事的事情會把你帶離實相多遠。

以剛才講的話為基礎，我是怎麼看開放式關係的呢？這完全因人而定。我不能說「開放式關係不好」——在一個受到儒家文化影響的社會，這麼講讓我感覺有點緊張，但是我必須說，我沒有辦法譴責開放式關係並同時珍視唐朝的封閉式關係，因為這兩者都曾經帶來過很多的不幸，也都帶來過很多的幸福。你跟一個人訂婚的時候，如果你們承諾這是你們要做的一個修持、你們制定了一些準則，這時如果你違背那個承諾，那麼肯定會導致痛苦不幸。

我們很快就會有人工智能的情感關係，所以現在我們的思考要更為迅速。大家看過最近的一部電影《銀翼殺手 2049》嗎？那個現象很快就會發生了。

基本上，佛教徒認為，輪迴中的所有努力都是某種形式的苦。



接下來要講的與佛教經典完全沒有任何關係。我個人認為，我們對於婚姻與情感關係，應該做更有智慧的定義。我們現在生活在一個非常容易接觸到很多不同事物的社會，所以想像現在還會有如同一百年前的那種完美情感關係，不知道這與我們現在的實際狀況是否相合。或許我們的心與頭腦可以取得平衡，並且也要學習如何不去掐死對方。

接下來我要回答下一組問題的其中一個問題，然後就讓各位直接提問。

因果是實在還是非實在？如果是實在，業果的受報也就成為理所當然。是這樣嗎？但為何因果可以藉由迴向被別人改變？如果是非實在，倫理系統難道沒有崩壞的可能嗎？

問題是關於因果是真實的還是不真實的。在佛教教法中會講到相對的教法與究竟的教法。在相對的層面或者說世俗諦的層面，因果是真實的。

問題的其中一部分也問到，為什麼因果可以藉由迴向而被改變？因為迴向恰巧也屬於因緣的一部分。

順帶一提，關於業或者因果的學習又是一個非常大的課題。在因、緣、果——也就是所謂的「業」——的課題當中，也會論及轉世的概念，由而引生出各種各樣的問題，我們可能沒有時間講解這些。總之，轉世也是在這個地方教導的。

但是因為在座有很多大學生，所以我必須跟大家說：佛陀傳法的時候，是以兩種方式教導。他有很多很多的教法並不是他真正的意思；我不應該這麼說，不過他幾乎像是在說謊。有某些教法則是他真正的意思。為什麼他會用這樣的方式來教導？大乘的回答是：因為佛陀傳法，從來不是為了展現他自己的知識；佛陀傳法的唯一原因是出於他的悲心，是為了要解脫有情眾生。所以如果有某些有情無法理解並接受他真正要教授的義理，他就會講其他的東西。假如你問我，哪些不是他真正的意思呢？有很多教法都屬於這一類；業屬於其中，轉世屬於其中，甚至關於輪迴與涅槃



的概念、關於證悟的概念也屬於這一類教法。只有像《心經》這類教法才是直接的、了義的教法——其中佛說了「即使證悟也不存在」，亦即說到了空性。這很複雜，必須做些思維才能理解。有點像是這樣：有某個叫作「道」的東西時，就必須有行於道上的人。在道上行走的人肯定是不完美的，他是想要變成完美的人。對於一個還不完美、想要變得完美的人，這個法道必須說這個不完美者能夠理解的語言。

這是根據大乘的一種經典的分類方式，是龍樹說的：據信佛陀三轉法輪傳授了三套教法。初轉法輪是為了讓大家離於惡念惡行，二轉法輪是為了讓大家離於自我的概念。各位明白這兩者的差異嗎？當他說「你不應該做壞事或惡事」的時候，暗指其中有人在做壞事。這個教導在二轉法輪的時候被轉變了：並沒有任何人的存在，基本上就是無我的教法。然後就在你開始對無我、空性感到非常舒適的時候，三轉法輪又轉移方向了。這實在是一個非常困難的主題。舉例來說，人們聽聞佛教教法時，會隱約知道佛教在講空性。如果你讀《心經》，裡面第一句說到「色即是空」，但是大家經常沒有讀第二句，第二句其實非常重要：「空即是色」——看，可以說就駁斥了第一句。

作為總結，我要引用一位偉大的藏族學者更敦群培的一句話。他說：「要證明存在的東西不存在，是容易的；但是要證明不存在也不存在，就困難得多。」也就是說，證有為無很容易，證無為無則很難。而這是大乘人士非常擅長的，他們真的很會教導「不存在」是不存在的。這個「無亦是無」是大家都應該知道的一點。曉得這一點會幫助大家睡得很好，我是認真的。

我們還有幾分鐘的時間，大家可以提問，我會盡力回答。



我本身在禪宗的道場修行。我曾經聽仁波切提到，您發願轉世成一個總統，可以制定好的政策，幫助佛教更興盛。但是禪宗傳統跟我們說，應該盡量避免與有名、有權勢的人多接觸，應該遠離他們。請問您怎麼看待這個事情？

大家真的不能把從我嘴巴裡面講出來的所有話都認真看待。不過是的，我仍然發願想要成為這個世界的獨裁者，不過是一個不情願的獨裁者。

身為一個學生，現階段在學習佛法上應該怎麼做？應該在花花世界上多花一點時間，還是在佛法修持上多花一點時間？雖然我知道一切都是無常，雖然花花世界的精彩最後還是會變成無常的平淡，雖然我知道最後追求的結果還是一樣的，我明年就畢業了，不知道應該在生活、事業上多花一點心思，還是在學習佛法與簡樸生活上多花一點心思？比如說過一點苦行僧的生活。

最終並不是殊途同歸。我不覺得追求事業和學習佛法有任何的衝突。就像我之前所說，人們開始這樣想是很不幸的。有點像是這樣：比如說你學習攝影，你會訓練你的心——這裡我是有點在唬人，因為我對攝影所知有限——因為你有相機和你的頭腦，相機沒有心，而你的身體、你的頭腦也無法拍照，所以你必須學習讓身體和相機合作。比如我的心選擇要拍這一杯水，所以我會把相機鏡頭對向它並按下快門。因為我的心忙著想這杯水，所以我的心選擇只看這杯水，但是相機不會做選擇，所以也會拍下旁邊那個瓶子，因此等你看到照片時，會發現照片很糟，因為相機把周圍所有亂七八糟的東西都拍進去了。於是你學習如何移動自己、如何接近取景，經過不斷學習之後，你會變成一個好的攝影師，但你同時仍然是一個好的 CEO 之類的——你想當什麼都行。你必須學習的只不過是透過佛法的鏡頭來觀看這個世界。

舉例來說，你是佛法修行人，今晚去參加一場非常棒的宴會、去夜店等等，玩得很開心，在晚上要與你的朋友告別時，你心裡可以想「這可能是我最後一次道別了。」第二天早上你醒來，「哇，我竟然還活著！棒極



了，太不可思議了！」看看窗外，「哇，我可以聽到車子喧鬧的聲音……」你明白我的意思嗎？我真的完全看不出實修佛法與世間生活有任何衝突。

但是當你一開始想「作為一個佛教徒，我必須到山洞裡」，這時問題就來了。但是並不一定必須如此。從佛陀那個時代開始，大部分佛教徒都沒去過山洞；有些人甚至生活在皇宮裡，有非常多的房間和僕人，而他們也做了非常偉大的工作。人們有那種「必須去山洞」的想法是非常不幸的事情。

剛剛講的只是對於無常的一個例子而已。假如你能這樣想：比如你去一場宴會，燈紅酒綠的，有非常多的各種酒飲、霓虹燈招牌等等，突然你心想「啊，我就是這麼看待事物的，不是嗎？」假設你看向一個女子，你可以想「為什麼我會認為她是女的呢？有什麼理由讓我認為她是女人？」即使你問自己這樣的問題，也是對此生此世鑽一個大洞——你面前這個人無論做些什麼或不做什麼，對你來說都變得不那麼重要。如果你能夠以這種方式思維，就能從很多類似的壓力中解脫。

我們在學習佛法時會說最基本的就是要擺脫輪迴，快樂或者痛苦都要擺脫，因為最終都會帶來痛苦。在很多人眼中，這是一個非常負面的宗教。不曉得仁波切怎麼幫助我們可以用正向的方法來看待擺脫輪迴的事情？

我想，之前講到佛教的前景時，對此已經做過解說。但是我覺得這與語文學——就是那些名相——也有很大的關係。比如說四法印中第一個法印，我們用 suffering（苦）這個字，梵文是 duḥkha，巴利文是 dukkha，藏文是 སྤུག་བསྔལ། (sdug bsngal)；不知道中文是什麼，不過我相信一定有一個很好的詞彙。這是一個非常深奧的詞。佛教徒——尤其是大乘佛教徒——講到「苦」的時候，大家往往想到的是痛苦，像是頭痛那樣的疼痛或者分離之類的苦。但是在佛教中，尤其是在大乘佛教中，還有另外兩類苦：第二種苦是變異之苦，即我們一般講的「壞苦」，包括所有我們稱之為幸福快樂的事情；第三類苦非常廣大，包含非苦非樂、中立感受的一切。讓我對



duḥkha 這個字下定義，其中也必須包含不確定性——受限於時間的一切包含其中。受制於時間的一切都不是什麼好事，不是嗎？第三個定義更複雜，第三個是無我；第四個定義是空性。這就是對於 duḥkha 這個字的四個定義：苦，無常，無我，沒有任何參照點。我了解很多人會把這想得非常負面、非常消極悲觀，但事實上不一定要悲觀。因為假如你能看見其中的實相，你就能從所有荒謬的假設、期待、希望與恐懼中獲得救度和解脫，會有很大的解脫感。

總之，這一切都指出：雖然你不需要學習一切，但是非常詳盡地學習佛教哲學是非常重要的，尤其如果你真的想要享用佛法的財富。

有人告訴我，這個世界已經改變了很多。大體而言，我們不太需要擔心會有別人來攻打我們，不像過去那樣；現在我們不需要過於害怕會有饑荒產生，不像過去那樣；而且現在我們也不覺得瘟疫是什麼大問題——僅僅六十年、一百年前，一場瘟疫可以令數百萬人喪生，而現在情況好得多。事實上，我們的生活變得更有效率、節奏更快。臺灣人早上可以喝到新鮮的紐西蘭奇異果汁，可以在冬天吃到夏天的水果。這一切都很好。但是很多分析員說，現在這個世界最大的問題是身份認同——不知道自己到底是誰，不知道自己要做什麼、生命的目的為何。在這樣的情況下，我要說，佛法將會對此做出很大的貢獻——在所有的領域都能做出很大的貢獻，包括政治、經濟、商業等等，在各個層級都能做出貢獻。可以說，佛法是被遺忘的一門學問，因為它被歸類為宗教。但是佛教有一個很偉大之處：佛教具有能夠解構一切的哲理。如果你去讀讀龍樹關於空性的論著，會發現他非常具有推論性、分析性，他解構了一切。很多人甚至認為這與尼采、康得等等有許多共通處。但是佛教很偉大的一點就是，佛教徒永遠不會排斥供花或者燃香，而我想尼采卻會。禪修、修持出入息、燃香、念誦、持咒等等，全部都能相合於其中，所以佛教真的是一個具有各種技巧的體系。

有一個概念稱作「悖論」或「看似矛盾之處」。這是在今晚結束之前，我最後要講的。如果你想學習悖論的意義以及如何利用這種悖論的意義，這是佛教徒可以解答的地方。很多文化或許會有「悖論」一詞，然而



可能意義並不完整。不管悖論了，悖論聽起來是「貌似對立的兩個東西」，而佛教中有四個對立面——「色即是空，空即是色，色不異空，空不異色」，有四個東西在一起。在實際層面上，這如何運作呢？你看見一道美麗的彩虹，沒有佛教徒會說：「那只是個幻相，所以不要照相！」是，你可以跟彩虹來個自拍。但同時也沒有佛教徒會說：「讓我們拿鋸子把彩虹鋸一塊下來帶回家。」彩虹有所顯現，但同時又不是真實存在於那裡；它在空的同時，也是明的。我們可以接受這一點，我們無須受到它的局限。只要你一拿起鋸子和一個袋子要來裝它，那麼你就是在受苦或者注定遲早會受苦。要享受「它似乎在那裡但又不在那裡」的悖論。你在這裡，但也不是真的在這裡；我在這裡，但也不是真的在這裡。但是這個部分比較難，因為你有「尋找鋸子」的習性。只要你一把顯相與空性分離開來，你就會受苦。如果你能理解「亦有亦無」之悖論，會是非常魔幻的；這就是佛法能夠對你的生活大有貢獻之處。所以現在學習佛法比以往任何時候都更加重要。

在學術環境中研習佛法尤其重要，因為很多時候佛法會受到許多其他事物的劫持。很大程度上，佛法就收到了藏族文化的劫持；泰國、緬甸、中國的文化也大大劫持了佛法的真實意義。假如一個中國人問「孝順是不是一件好事？」當然我必須說孝順是一件好事。但是就一個佛教徒來說，孝順的意義不同：每一個人都是父母。而對儒家思想的人來說，你的父母是你唯一的父母。可是我沒有辦法說，「等一下，孝順是人人都是父母……」我想一般中國人可能不會喜歡聽到這些。所以中國人、藏族人、緬甸人、泰國人都在或這或那之處劫持了佛法的實義。現在佛法來到西方，西方也有他們自己的包袱——當然如此，因為西方也是一個很大的文明，西方的詩歌、音樂、文學非常博大精深。上周我才讀了幾頁普希金的著作，真是美妙非凡。但是現在我覺得西方也會以其價值觀、倫理道德來劫持佛法的實義。這就是為什麼大學裡的佛法學術研究非常重要，因為就像第一個問題裡面講到的，至少在大學裡會嘗試盡可能的客觀、盡可能的不劫持，這也能夠真正保護佛教的教法。



既然講到了大學，我要提到，欽哲基金會也一直非常熱衷於與東西方的學術界合作。我們創造出「終身成就獎」這個概念，這是表彰對於佛教教育有卓越貢獻者的最高榮譽。我要宣佈今年的獲獎人。這個獎項每兩年頒發一次，頒給畢生投入佛教教育與弘揚佛法的傑出人士。過去的獲獎人包括一些非常傑出的人物，欽哲基金對此感到非常驕傲。例如，過去的獲獎人包括了土登·尼瑪仁波切——他是讓我感到敬畏的一個人——以及法光法師。

我有一個泰國的朋友。幾年前，這個朋友一直鼓動我去見一個人，說那個人一直在拯救非常脆弱的貝葉文典。那時我很懶，提不起興趣見人，但這個朋友一直叫我去。而且我那時有些偏見，認為西方人做的就是一些非常局限、非常心胸狹隘的項目。總之，有一天我沒什麼事情可做，就同意前往，於是見到了這位歷經千辛萬苦拯救上座部經典的人。他不是什麼法王，也沒有像我這樣的「仁波切」頭銜，他甚至不是像我這樣黃皮膚的亞洲人，但是我必須很誠實地說，他做的事情比很多很多我們這些仁波切做得更多。這個人——彼得·史基林（Peter Skilling）——現在就坐在我面前，讓我一整晚都感到非常緊張。這次他沒有要獲頒什麼獎項，因為他已經得過這個獎了。

今年的獲獎人是大家在臺灣都非常熟悉的一個人。相信在座很多人都知道，他任教於佛光大學與法光佛教文化研究所。有人跟我說，不要做太多的讚美，因為他不喜歡，所以我會盡量含蓄地講。他精通梵文、巴利文和藏文。雖然他是德國人，但是他只用中文進行教學與發表著作。我們很多人都可以看到他非常辛勤地工作，鮮少有休息時間。我想，對我們現代人來說，他非常具有啟發性，非常鼓舞人心。欽哲基金會想不出比他更值得獲頒終身成就獎的人，請大家歡迎高明道（Friedrich Grohmann）。



高明道老師致詞

看到大家來這邊大概都是因為要聆聽仁波切有智慧的開示，我當然很高興大家來聽法。既然我隨喜——隨喜也是一種功德，所以我就迴向功德給大家。因為我們這邊是一個大學，希望因為這個隨喜的功德，在高等學院的佛法研習都可以不分彼此、不要有派系或不同傳統的想法，對不分大小的所有傳統都有共同的尊重，也能對佛法有一個真正的珍惜。我所講的佛教分成兩個層面：一個是外，一個是內。外的一般屬於文獻、文物、思想這一類，內的是我們內心的修持與內心的調伏等等。剛才提到一個因緣：我大概半個世紀前開始學中文的時候，其實我從文言文著手，那個時候我一個人讀、一個人學；後來有兩個師父教我——兩個比丘，一個受巴利傳統的戒，一個受西藏傳統的戒，他們教我看中文的佛經，但是兩個都不是中國人。在泰國受具足介的那個比丘是德國人，受西藏比丘戒的法師是匈牙利人，我們是在一個蒙古的小道場認識的。所以這樣一個不分派系的精神，我覺得始終都非常可貴，正好我們仁波切也代表這樣一個精神。謝謝大家。
