

佛陀说：你是自己的老师。

正见

佛陀的证悟

宗萨蒋扬钦哲仁波切 著

姚仁喜 译

中国友谊出版公司

正 见

佛陀的证悟

(Almost Buddhist)

宗萨蒋扬钦哲仁波切 著

姚仁喜 译

 中国友谊出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

正见：佛陀的证悟 / 宗萨蒋扬钦哲仁波切著；姚仁喜译.
—北京：中国友谊出版公司，2006.12
ISBN 7-5057-2245-X

I.正... II.①宗...②姚... III.佛教—通俗读物 IV.B94-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 156096 号

书名	正见：佛陀的证悟
作者	宗萨蒋扬钦哲仁波切
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店
印刷	三河市华晨印务有限公司
规格	787 × 1092 毫米 16 开本 13 印张 90000 字
版次	2007 年 1 月第 1 版
印次	2007 年 1 月北京第 1 次印刷
书号	ISBN 7-5057-2245-X/G · 245
定价	25.00 元
地址	北京市朝阳区西坝河南里 17 号楼
邮编	100028 电话 (010) 64668676

关于作者

宗萨蒋扬钦哲仁波切，秉承藏传佛教最优良的传承和教育，享誉世界，是当今世界公认最创新、最具创意的年轻一代藏传佛教导师之一，兼上师和导演于一身，曾任贝托鲁奇电影《Little Buddha》顾问，并编写和执导过两部佛教主题的电影——《高山上的世界杯》和《旅行者与魔法师》，深受现代东西方佛教弟子尊崇和喜爱。宗萨钦哲仁波切将电影视为现代的“唐卡”，万般都寓佛法于其中。他以电影的虚拟实境，巧妙地比喻我们身处的幻相世界；而证悟的过程就仿佛脱去妄念所带来的层层蔽障，了解因缘的善变与无常；因而放下我执，迈向醒觉之路。

关于译者

姚仁喜，宗萨蒋扬钦哲仁波切的弟子，台湾著名建筑师。台湾大元联合建筑师事务所主持人，加州伯克莱大学建筑硕士。受邀威尼斯建筑双年展、鹿特丹建筑双年展等。2000年获远东杰出建筑设计奖、2002年首届WA中国建筑奖佳作奖、伯克莱大学杰出校友等多种奖项。

《佛教的见地与修道》

宗萨仁波切的另一本书，深入浅出、精简而全面的佛教通论，对佛教的义理、历史和各种传承有一个精确的综观。如果你认为自己对佛教已经有一定的成见，说不定本书会让你对佛教完全改观；如果你是佛教徒，请以本书印证你的修行。

责任编辑：汪 媛

特约编辑：钟剑波

封面摄影：黑 明

装帧设计：陆智昌

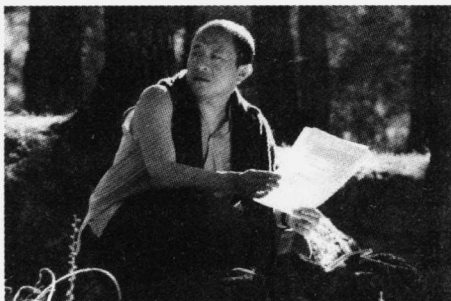
<http://www.tobebooks.com>

试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

献给印度王子——净饭王之子。

若不是因为他，

至今我还不明了我是一个漂泊的人。



作者简介

宗萨蒋扬钦哲仁波切 (Dzongsar Jamyang Khyentse Rinpoche), 1961 年出生于不丹, 为堪布阿贝仁波切 (Khenpo Appey Rinpoche) 的弟子。他是著名的宗萨寺及宗萨学院的主持人, 并负责照顾及教育分布在亚洲六所寺院与机构的约一千六百名僧众。

宗萨蒋扬钦哲仁波切监督悉达多本愿佛学会 (Siddhartha's Intent International), 该会在全世界有六个教学及修行中心。同时他也负责钦哲基金会 (Khyentse Foundation) 与莲心基金会 (Lotus Outreach) 两个非营利机构。他编写并执导过电影《高山上的世界杯》(The Cup) 及《旅行者与魔术师》(Travellers and Magicians)。

简体中文版序

许多人问我这本书是给什么样的读者看的。作为悉达多的追随者，能为他的教法和他所留给我们的一切提供服务，一直都是我强烈的愿望。我所有的上师们都曾说过，将悉达多的话语与想要了解的人分享，是最好的服务。因此，纵然已经有极多的佛教典籍和教法存在，我想再写一本也许不是坏主意，因为它可能会利益一些我跟他们有缘的人。因此，我心中没有特定的读者群。不同的人有不同的缘，因此这本书可能不见得适合每一个人。

不久之前，我和一位住在北京的友人陈冠中先生闲聊，谈起佛教在中国的情形。他的看法令我既惊讶又困惑。我一直以为佛教曾深植于中国，因此起了这个话头，但他却告诉我事实

上基督教才是现在在中国发展最快的宗教。他的解释是因为许多人认为基督教代表现代化与民主，而把佛教和帝制、封建甚至迷信联想在一起。我对于大家选择基督教没那么困惑，但他所说的理由却令我不解，也更加加强了我动笔讨论佛教的意愿。我的感觉是，虽然中国有极大的成长和改变，但一般人对佛教基本教法的接触还是非常有限；即使有一些，也大部分都是混杂而不纯正的。佛教被视为古老、过时、非民主的事实，就是它受到误解的最佳明证。虽然所有的宗教都各有优点，但从我的观点来说，佛教比基督教更平等，更现代。佛陀曾说，“你是自己的主宰。”还有什么比这更平等的呢？佛陀以这句话肯定了每个人最基本的人权。而大乘教义认为每个人都本具佛性，不是更平等的观点吗？事实上，佛教基本上是非神论的——佛教徒并不相信有个全能之神独裁地控制着一切。佛教徒也尊崇僧众的概念，和佛法、佛陀本身一样重要。

不过也许我的想法太天真了。因为佛教起源于亚洲，由东方的大师和信徒们所弘扬，因此我想象中国会骄傲地拥抱这些教法，一如基督教和伊斯兰教发源于中东，而由西方世界所弘扬一般。

1982年我首度造访中国，其后又有数次机会前往。每次我都注意到两件事：巨大的经济成长，以及愈来愈多人对心灵性

和精神面的渴望。许多混杂了健身和民间信仰的新式宗教兴起，支持了我的观察。最近一次的中国之旅，当我了解到有多少藏人在内地教法之后，我开始感觉到急迫性。因为在西藏虽然还是有许多优秀的喇嘛，但是也有很多冒牌货。除非你能遇见具足佛教正见而且慈悲的具格藏传佛教上师，他们真正关心众生的证悟，而不只是想号召大群弟子以便获取供养；否则的话，相当容易受到误导。

从我身为藏人的一点体验，我注意到一些藏人倾向于教导西藏法——西藏文化、西藏习俗等——多于佛法。我认为传达佛陀确实说过的话语，譬如：一切和合事物皆无常；一切现象既非无因，也非源于创造者，而是来自因缘；行之善恶取决于背后的动机而非行为本身等等，将这些教导给世人是非常重要的。举止穿着像个藏传佛教修行者，反而是比较不重要的。

另外，令人忧心的是，在这个物质主义的世界中，精神层面也物质化了。世世代代以来，无数的佛教大师们，以大菩萨的发心和事业，化现各种形式，从苦行僧到国王，不一而足。然而，乔达摩佛陀在街上赤足托钵的简单身影，似乎愈来愈不受重视了。现今，许多西藏喇嘛和他们的信徒们，比较热衷于建造金顶大庙。我怕再过个五十年，中国佛教徒会以为大寺庙、大佛像、大僧团就是佛教的全部了。

从内地和西藏的友人口中，我听说各式各样的郎中从四面八方涌现。而这些人大多前往了内地，因为大家渴求心灵与精神面的事物。这种渴求，更加强了必须把事情弄对的急迫性。

中国是个高速成长的国家。然而，在物质进步的刺激中，重要的是我们不要迷失而忘记了心灵的一面。也许对实用主义的中国人，要说服他们心灵方面的努力会有利益是不容易的。在经济如此蓬勃发展的当下，人们不愿意浪费时间在心灵层面是可以理解的。但是，即使从非常实用性的角度来看，以心灵为目标的物质主义，比起纯粹为物质的物质主义，更具有长远的利益。

最让我不解的是，我们花了这么多努力，却只去获得只能享用于此生的物质回报。如果唯一的价值只是让自己、眷属和朋友有钱有势的话，那么抢劫、诈欺、贩毒等各种可怕的事情，如果不是怕被逮捕，还有什么做不出来？设若连这也不怕了，那么我们何必还需要伦常、道德、善行、慈悲，甚至对国家的忠诚？因此，如果所有人想的只是这单一、相对短促的一生，结果可能是社会瓦解。难怪我们在报道中读到，在中国许多人贩卖赝品，不只是衣服，还包括药品、婴儿食品等不良甚至危险的货品。这都是只想到眼前、短视的后果。我们不必考虑来生，人类只要考虑到下一代的福祉，就会对整个世界带来

极大的利益。即使来生不存在，业报也不存在，你就如植物般地活着，我敢毫不迟疑地说，即使你的目标只是满意和谐的此生，佛陀的智慧还是可以帮助你，或至少对你无害。

有一回我在缅甸的一个购物中心，看到一位比丘对着一小群人，正在给一个简短的开示。我的翻译者不太会说英文，但从我所了解的，这位比丘是在教导类似不要杀生或盗窃的基本善行。在这个世纪当中，追求物质的强大力量，已经让这种出家众的身影变得稀少了。能维系实际支持并供养出家众的传统，会带来世界的和谐。珍视这种系统，本身就是和谐的行为。

最后，我想说的是，除了几个不太长的朝代，几世纪以来，极度实用主义的中国人采用了儒家，而非佛家或道家，以至于道家几乎了无踪迹了。这是很令人伤心的事，因为即使是《道德经》的只字片语，都是无价的。我对儒与道所知有限，但是我的猜测是，儒家所提供的是常识，因此实际的中国人喜好儒家；而道与佛提供的却是超越常识的智慧。它不能带来即刻的获利，但是如果中国人能看到拥抱智慧的长远利益，我有信心中国人会再度拥抱佛教。毕竟，这是一个与文殊师利及观世音两位大菩萨有深厚渊源的民族啊！

宗萨蒋扬钦哲

生命的真谛

胡因梦推荐序

结识宗萨仁波切应该是十年前的事了。那一日在友人家里为了克里希那穆提的教诲是否能代表中观思想一事，与这位作风西化的仁波切辩论了将近一个多小时。在场的几位仁波切弟子，包括多年老友赖声川及丁乃竺在内，都明显地让我感觉到我的表现有点大不敬，但仁波切却落落大方、耐性十足地提出他的观点供我做参考。他超然的客观态度，当时留给了我深刻的印象。

第二次见到这位精神导师是在《小活佛》这部电影上映后不久。那是一场为他的佛学院举办的募款晚会，坐在我身边的贵宾是当时内地的文化部长英若诚先生，也是这部戏的主角之一。我记得仁波切上台面带难色地为那次募款事宜感谢在场来宾时，英先生转头对我露出了会心的一笑，我们都被这位不善

求人的老师的真实表现所触动。不久之后英先生就过世了。

第三次见到仁波切，我正面临严重的气脉上的困境，晚饭过后，他安静地看了我一眼，便立即提出了只有过来人才具备的洞见——他建议我把注意力由内向外拓展开来，不要再缩小焦点于身上的经络变化。他的指点解除了我多年来对色身的过度认同，同时也令我深深领略克氏指出的“自力救济之道”有多么强人所难了。老师毕竟还是有作用的。

最近一次与仁波切会面，则是在他的《旅行者与魔术师》这部电影的记者会上。就一位执导技术上仍然处于学习阶段的导演而言，这部影片启发人心的程度，远远超过我前一天晚上观赏的那部技术上几乎无懈可击的《舞动世纪》(由刚过世的大导演罗伯·奥特曼所执导)。我直率地将这番想法对在场的人士表白，仁波切听了姚仁喜先生的翻译之后，点了点头表示心契。

我被这部影片憾动的部分，其实和《正见：佛陀的证悟》这本书是类似的：我看到一位承继藏传佛教最优良传统及训练的老师，仍然以虚怀若谷的观察和学习态度，寻幽入微地探索着现代文明与文化的琐屑内涵，然后以洗炼的笔锋和诚挚的执导风格，清晰地勾勒出现代人如何背离了佛陀四法印中的生命真谛。

就在阅读完创巴仁波切前妻所写的传记而未能免俗地对上师制度彻底幻灭之际，这本《正见：佛陀的证悟》带给我的意外惊喜，适时地让我体认到情绪与论断的无恒常性，以及仁波切在书里提到的那句对自由或证悟的观感：“我们没有勇气和力量善用真正的自由，只因为我们无法免除自己的傲慢、贪求、期待与恐惧。”

胡因梦

2006.12.18

李连杰推荐序

一场没有戏的好戏

人生如梦，转眼间在届满四十二岁的此时，突然这位我尊敬的上师——宗萨蒋扬钦哲仁波切，嘱我为他的新书写序，真让我又惊又喜。回首过往，我从没好好地上过学，既不会写中文字，也只会写一点点英文，叫我写序，可真是考倒我了！还好，人生就是一场戏，我是演员，而上师是导演；不熟练的演员时常忘了自己在戏中，幸好有导演指导演员演戏，并且不断地提醒演员他正在演戏；既然是戏梦一场，那就大胆下笔吧！

与仁波切一样，我也是电影工作者。在工作时，我经常询问导演该剧本的编剧是谁；而仁波切这位不平凡的导演却不断地提醒我，我自己是演员，也是编剧。收到这本书，就如同

收到一个剧本一样。其实学生遇到上师，就像演员遇到导演。我有幸遇到这么多的上师和导演，让我充分了解人生。而仁波切这位导演的方法很直接，对究竟与世俗（戏里与戏外）讲得非常清晰，教我演好戏的方法与技巧。

演员常忘了自己正在演戏，就像我们自以为是佛教徒，把文化与佛法混在一起，本书明白地告诉我们，成为佛教徒后，以为自己不再演戏，实际上却陷入另一场戏，还持续在演佛教徒这个角色。

当我放下工作，投入修持，以为不再演戏，其实只是换了个角色，身在另一场戏中。每次有缘与仁波切这位导演见面时，他总是提醒我，连身为佛教徒，也不过是另一场戏罢了。

当你把这部戏都扔掉，才是一场没有戏的好戏，看似无戏，实则处处是好戏。

若想从无明到无名，真诚推荐大家细读这本书。

李连杰

2005.12.31