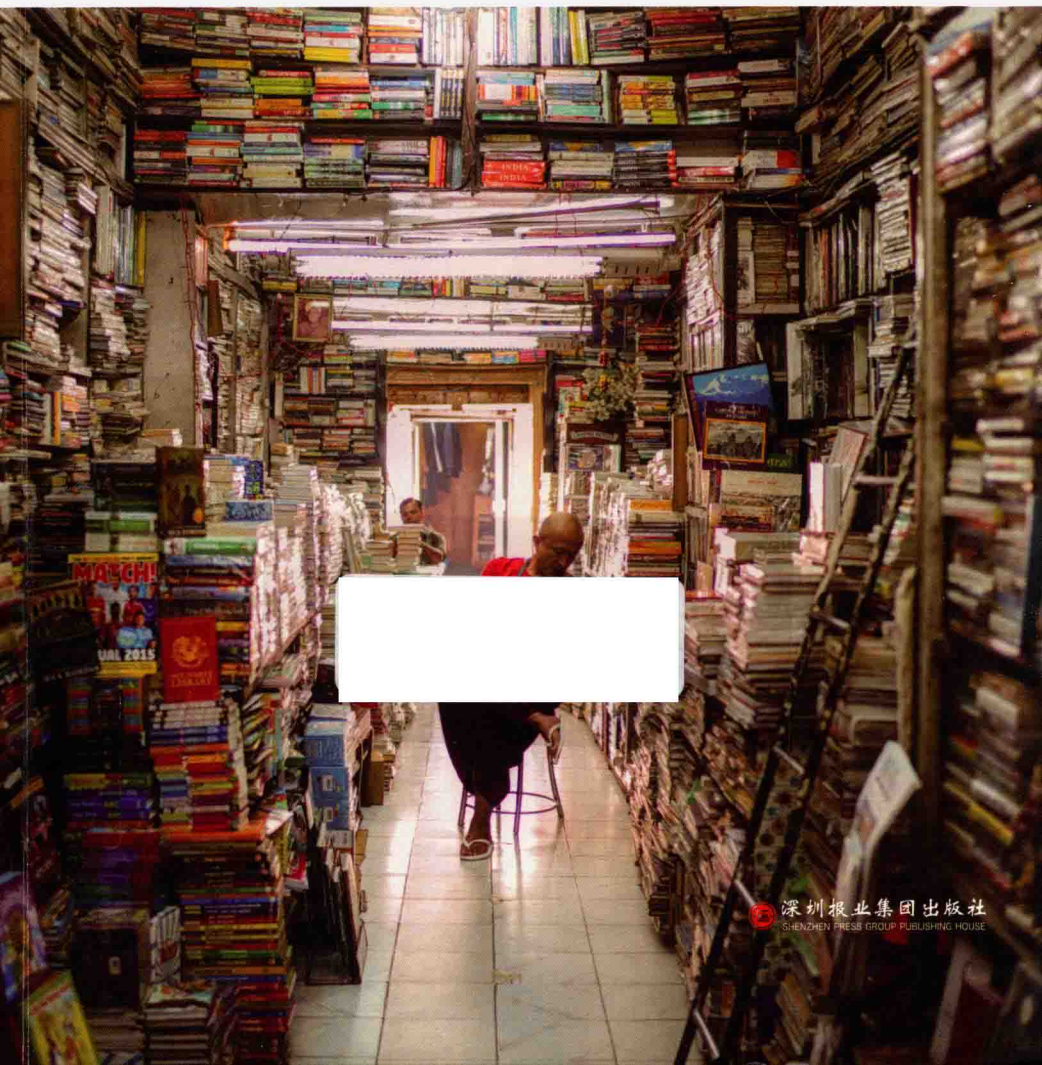


八万四千问

宗萨蒋扬钦哲仁波切 —— 著



深圳报业集团出版社
SHENZHEN PRESS GROUP PUBLISHING HOUSE

八万四千问

宗萨蒋扬钦哲仁波切

著

出品人：胡洪侠

责任编辑：郭良原 岳鸿雁

装帧设计：张海燕

图书在版编目(CIP)数据

八万四千问 / 宗萨蒋扬钦哲仁波切著；严望佳，戚淑萍译。

-- 深圳：深圳报业集团出版社，2016.6

ISBN 978-7-80709-739-6

I. ①八… II. ①宗… ②严… ③戚… III. ①佛教-问题解答

IV. ①B94-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第136330号

八万四千问

Bawansiqian Wen

宗萨蒋扬钦哲仁波切 著

严望佳 戚淑萍 译

深圳报业集团出版社出版发行

(518009 深圳市深南大道6008号)

北京旭丰源印刷技术有限公司印制 新华书店经销

2016年6月第1版 2016年10月第6次印刷

开本：889mm×1230mm 1/32

字数：116千字 印张：8.25 印数：90,001-120,000

ISBN 978-7-80709-739-6 定价：45.00元

版权所有 侵权必究

如发现印装质量问题，影响阅读，请联系021-64386496调换。

前言

在我成长的年代，有关中国的现象神秘莫测，我从大人们那里听到各式各样的事。一方面，中国是个让人生畏的国度；但同时也是一个佛国，拥有一些最为重要的佛教圣地，一些伟大的帝王曾是历史上最为重要的佛法护持者。我也是听着文殊师利菩萨在五台山化现的令人惊叹的、传奇而又浪漫的故事长大的。

多年以后，我有几次机会访问中国。尽管时间流逝，有关中国的悖论和矛盾给我带来的困惑却从未停止。一方面，据我有限的观察，今天中国的城市里，Prada 专卖店好像比书店更多；但同时，我却在机场和火车站的畅销书柜台上看到关于精神性的、特别是佛教类的书籍，这使我觉得不可思议。在这个国家，有的年轻人卖肾去

换 iPhone；同样在这个国家，也有很多年轻聪明的大学毕业生能够瞬间抛弃世俗荣耀去追寻精神层面的真理。

对我而言，这恰好证实了佛陀说过的话——无论我们人类发明了多少办法来让事物变得更简单易行、功能强大、可测度、可称量，无论我们做什么，不确定性带来的焦虑感永远不会消失。事实上，我们在物质上越富有，我们的不安全感 and 不确定性就越强烈和凸显。

然而，和很多国家不同，中国有着追求更高真理的传统和习惯。中国孕育了一些地球上存在过的最伟大、最有智慧的人，如老子和庄子。我毫不怀疑，即便在这个物质主义的时代，在霓虹灯、摩天大楼、咖啡馆和百货商场之间，那些不安于眼前情景并想要超越这一切的中国人，会寻找一些更有意义的东西。

一如往昔，我感觉佛教将会在中国人的心智中扮演重要角色——无论是在理智层面、在迷信层面，还是在真实觉悟的层面。我自己作为一名佛教徒，最近去西安

法门寺朝拜佛指舍利时，感到鼓舞并满心欢喜。在那里，人们对佛指舍利尊崇的程度和细致入微的保护，即使在佛陀的故乡菩提伽耶也是看不到的。

所以我感觉佛教会在中国驻留，至少目前看来是这样。为什么不呢？如果我们所拥有的全都可量、可数、可见，那生命就没有什么意义可言了。能够拯救人类的是我们对其背后的奥密——最有力量却不可测度的心灵奥秘——的关心与好奇。而在中国道家和佛教的传统里，探索这种奥秘的传统可谓源远流长。

当我和中国朋友们吃饭或喝咖啡时，他们无论老少，都并不仅仅把我当成可以预测彩票中奖号码或香港赛马赢家的算命先生。通过他们探究心灵奥秘、了解不可知的事物的愿望，他们发起了很多我们之间的对话。

当今这个时代，当我们啜饮咖啡、茶或白兰地时，很少讨论诗歌、书籍和哲学，无论是古代的还是当代的。如果这样做，咖啡和白兰地都会变得更有格调。一位伦

理学者可能认为，一边喝着白兰地、吸着雪茄烟，一边讨论佛法是不恰当的。但考虑到物质主义的力量是如此强大，时间又多么短暂，一个精神主义者也可能会这么想，即便我们只是在散落于各处的咖啡桌旁，零星而随意地聊上几句佛法，这也可能带来一些利益。

书中的问答是在咖啡馆里或足球比赛之间的时间产生的，并不是什么深奥或者能给人启发的内容。但是如果你碰巧读到它们——如果你没有什么特别殊胜的业^①，抑或你与佛法的因缘的联系仅限于这些问答的可怜水平上——你可能会因此产生好奇心，从而更加专注地去探寻那些物质主义世界所无法测度或预知的事物。

希望至少对一部分人而言，这本小书能发挥另外一种作用。和世界上其他地方一样，中国在不断改变。伴随着新形式的信息技术的传播，讽刺的是，过量的信息

① 业（英 Karma）：业是相关于我们身、语、意的因果规律。根据佛陀的教言，众生的命运、悲欢以及对于宇宙的感知并不是随机发生，或由某种神祇的意志决定，而是过去的行为所导致的结果。同样，众生的将来也是由现时正面或负面的行为所决定的。

供给却使很多年轻人似乎比从前更加疏离。全球数以百万计的人日益激烈地挣扎着，为了在这个瞬息万变的世界里给自己找一处容身之地——不仅指一份好工作，还包括找到一种办法来弄明白自己究竟是谁。为了寻求身份认同，我们甚至听说数以千计的人去参与极端组织。因此，要指导人们在这个世界上找到一个稳妥健全之地，有效信息就显得日益关键。希望书中的对话至少能够为一些满怀着热诚探索真理的人们开启大门。

接下来的部分是由于Tashi Colman, Xiang Ren, Amy Ang, Jun Xie, Pawo Choyning Dorji, Jennifer Qi以及Naboo的Jane Wang的勤奋与坚持而诞生的，他们不仅提出问题，还承担了誉写、翻译等工作。



目录

- 001 认识佛教
佛教是获得解脱和自由之道。
- 023 关于因果与轮回
轮回中的事情只会暂时显得美好。
- 051 关于修心和修行
修心的目标是真正懂得一切事物的真理。
- 077 学修佛法与日常生活
学修佛法不是逃避现实，而是从我们误认为是现实的那种幻觉中逃离。
- 105 关于烦恼、爱情、关系、婚姻与我执
你感到孤单和无聊，所以想要一个伴侣；而你也是自私的，所以想要独立。

137

乘

佛法就像不同种类的医药与疗法，对不同的人在不同的情形下奏效。

163

上师和传承

上师是医生，我们是病人，而佛法是药。

187

活佛体制与转世

有时候我想我宁愿在城市的某个地方重生为妓女，这样可以避开精神物质主义的贪腐而利益众生。

203

佛教与现代教育、艺术及社会

我们的孩子正在忘记自己是人。

229

关于死亡

死亡是生命不可避免的一大部分。事实上，在佛教里，死亡随时都在发生。

认识佛教

佛教是获得解脱和自由之道。

1. 为什么我在这里？我是怎么成为现在的我的？为什么我对某些人和事物有强烈的好恶，而对其他的人和事物却漠不关心？为什么我是中国人而不是阿拉伯人，为什么我选择出生在北京而不是摩洛哥？为什么我甚至有“心”？总之，佛教怎么解释，为什么事物是现在这个样子？

佛教认为，我们以这样的形态存在，事物以这样的形式呈现，是因为数以亿计的因和缘，每个因缘又有其自己数以亿计的因和缘。所以即便我们诞生在同样的家庭和环境里，也会有数以亿计不同的因和缘，使得一些人害怕蜘蛛，可把龙虾腿塞进嘴里时却没有任何不安；使得一些人看到鲜血就眩晕，却爱吃生鱼片。

但是有一个因我必须单独强调，那就是我们的心识。这是最大的一个因。如果没有心识，就不会有生命来体

验其他因带来的负担与快乐。

2. 仁波切，有些相信万能力量的人对佛教中因果与缘起的概念持怀疑态度，您对此有何看法？

对于相信存在一种万能力量的人而言，万能力量本身就是因缘——虽然在究竟意义（胜义谛^①）上，那可能是他们相信的唯一的因缘。当然，在相对意义（世俗谛）上，我不认为他们的意思是，当煮蛋的时候，在煮蛋这件事中存在一个上帝或万能力量，如果他们真的认为是那样的话，他们只需要向上帝祈祷鸡蛋被煮熟就可以了，就不需要加水、点燃气，或者创造其他煮蛋的因和缘。

不管怎样，不同的人会信仰不同的对象，他们各有自己正当的理由。不同的人也会对其他人的信仰抱有怀疑，他们也有自己正当的理由。对于佛教徒来讲，相信万能力量是一切事物发生的因，这种观点是非常可疑的。

^① 胜义谛：真理分为二谛：世俗谛（Relative Truth）及胜义谛（Ultimate Truth）。世俗谛描述事物显现的相对性真理，胜义谛描述真实无谬的实相的绝对真理。这两个层面的真理在四大哲学流派及金刚乘中有不同的定义，渐进地深入并接近事物的实相。

佛教徒不愿意认为万能力量在背后操纵一切，因为佛教徒会想，如果万能力量有那样的能力，那么他一定也有慈悲。为什么他还让我们痛苦？他不是慈悲的吗？因为有能力，他应该解决所有的问题，而不应该坐视我们的痛苦。所以佛教徒更愿意相信，万能力量不是导致一切的终极的因，事物的出现与消失是由于无数的因和缘。

对一个佛教徒而言，万能力量的创造者是人自己的心识——就是前面我提到的这个心识。因为我们的心识相信万能的力量创造了我们，于是我们认为上帝存在。所以其实是我们创造了上帝，然后再把创造我们这件事归功于他。

3. 没有宗教信仰或者崇尚物质主义的人也不相信佛教中因果和缘起^①的概念，您对此有何看法？

没有宗教信仰或者崇尚物质主义的人并不是不相信

^① 缘起（英 Interdependent arising / Interdependent origination）：一切现象皆各由其特殊因缘之聚集而生的自然法则。一切现象，皆非无因而显现，亦非由无因之造物主所创造。一切事物均完全依于因缘和合而生；没有因缘，事物是不可能出现的。

因缘，只是他们对于因缘的理解有限，因而只相信自己看得见、摸得着的因缘。他们不能接受全部的因缘，那是小小的心识难以测度、想象不到，也够不着的。换句话说，他们或许能理解经历了家庭悲剧的儿童为什么长大后会变得抑郁，但他们不会去想这个人最初为何选择出生在那样的家庭。

再比如，父母送孩子去上最好的中学或大学，希望最后孩子能找份好工作。父母们相信自己已经尽一切可能来创造有利条件——有利的因缘，但很多时候，孩子依然没能找到好工作，或者第一天上班就被诊断出胰腺癌。父母或许会认为这很不公平，他们会痛苦，会怪罪他人，或许还会变得愤怒，尽管自己都不知道为了什么而愤怒。这说明他们忘掉了隐性的因和缘，那些因缘可能是在过去世中累积的。

所以，仅仅片面地而不是完整地理解因缘，使得人们陷入各种各样的希望与恐惧之中，并最终引向痛苦与悲伤。

我有个澳大利亚朋友，她是位坚定的女同性恋者，

也是女权主义者，个性鲜明，思想活跃。有一次她来不丹看我，在那里我有位侍者，是个年轻羞涩的不丹男孩，他很少和别人交往，从来都不外向，当然不是讨女孩子喜欢的男生。那时候我旅行在外，回到不丹以后却找不到那位侍者，因为他和这位女同性恋者成了情侣。几个月之后，她甚至怀了他的孩子。渐渐地，她的发型、香水、穿着打扮等都从以前简练的男孩子气变得很女性化。

所以，我们无法知道什么样的因缘在等待着我们。有很多出人意料的事，就在生命的下个路口。对于墨守成规的心识来说，因缘是无法预测的。

4. 可否请仁波切解释一下缘起性空，以及佛教中空性的概念？

不论你是否相信，完全彻底地理解因、缘和果就是对空性的理解。因为当你完全理解了因缘，就会认识到没有独立的、万能的、初始的因。

把三四根木棍立在一起，顶上放块木板，这时如果再在木板上放只杯子，突然间那就成了桌子。如果你坐在上面，它就成了椅子，而桌子突然不复存在，正像它突然出现一般。

所以桌子或者椅子都是暂时性组合在一起的，然而，除了这样暂时而转瞬即逝的聚合物之外，没有一个初始的桌子或椅子。

那些相信万能力量的人相信一切都依赖其他人控制，而不在自己掌握；而那些只相信物质主义的人相信一切都在自己掌控之中。这两种误解都会导致痛苦。

然而因缘不是很容易搞懂，所以人们总是不情愿去深层次地理解因缘。因为当你越来越深入地挖掘因和缘的真相，就会越来越清楚地意识到一个事实——没有一个真正存在的、究竟的因和缘。这样的认知使我们更加接近佛教空性的概念。

我推荐大家看一部叫做《罗生门》的日本电影，是