

大乘庄严经论 - 第一部分

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

讲师：

我要假定

这里有两种人在听这门课：

已经相当熟知佛法，因此也

熟悉佛教术语和细微含义的人

已经相当熟知佛法，因此也

熟悉佛教术语和细微含义的人

还有一些人可能刚开始学习不久

有些人则只是

出于好奇心而在这里

对我来说，要同时向这两种人讲解

会有些困难

这是一部经典的佛教教文

我不知如何地，竟然决定讲这个

我必须告诉你们

我们今年无法讲完这篇教文

这可能要花上几年的时间

当然，所有的佛教教法都很深奥

而这篇教文不仅深奥

实际上还十分广博

我想，这也是一部相当重要的教文

对一直盛行于中、日、韩等

佛教国家的大乘佛教来说，很重要

对一直盛行于中、日、韩等

佛教国家的大乘佛教来说，很重要

开始讲解此文之前，我想要

——怎么说呢？——

我想先谈一下

如何学习这部经典

我认为这相当重要

而且这一直都是个挑战
首先，语言永远是模糊的
人类的语言绝不完整
没有语言足以做真正的表述
此外，就历史而言
佛陀的教法可说是来自印度
因此原本教学的语言
是巴利语或梵语
而在被翻译成汉文、
藏文或其它语言时
我不知道是否可以说
有很多东西丢失了
也许没有，不一定如此
因为我们应该永远记得
过去的伟大译师们
是非常非常特殊的人
我毫不怀疑这些过去的伟大译师们
已经确实设法彰显出原义
我毫不怀疑这些过去的伟大译师们
已经确实设法彰显出原义
但是有很多习惯——
很多表达上的习惯、
很多逻辑上的习惯
比如印度人和中国人之间
当然现在还有
欧洲人和美国人之间
总是会有一些差异
我要给你们举个好例子
我想，这其实是个重要的例子
不只是个例子
我觉得这是你们必须知道的
对于那些真心想要
研读大乘经典的人
我希望你们注意这一点

比如说，当你学习
科学、经济、数学的时候
所教的一切内容都被认为和期望是
——若用印度人的方式来说
它们几乎全都是究竟的
它们全都被认为是究竟真理
例如，事实上西方人的学习方式
不管是哲学还是任何东西
诸如科学、技术或任何一门学问
你不会区分它们是
相对的还是究竟的
我想我必须对此作更多解释
好，这是…

非常粗略地说，是这样的：

佛陀传法的时候
我们说，佛从来不是因为
他通晓一个主题而传授该教法
明白吗？在大乘佛教中
这是一个重要的评述
他从来没有传授任何教法
就只是因为他知道那个主题
他传授的所有教法
全都是出自悲心
佛陀讲法不是为了展示学识
而是出于悲心
所以才传授了那所有的教法
这是一个非常非常深奥的评语
它的真正含义是
佛陀讲法时
有些教法并非他真正要表达的
各位明白我在说什么吗？
他教导的很多教法
都不是他真正的意思
但是他教导的有些教法

是他真正想说的

好，给各位举个例子

母亲给难以入睡的孩子

讲睡前故事时

比如灰姑娘的故事

那并不是母亲真正的意思，对吗？

母亲知道灰姑娘从来不存在

关于灰姑娘的一切都是假的

但目的是孩子必须入睡

于是母亲编造出这个故事：

灰姑娘这样那样、各种情节

然后孩子睡着了

那才是目标

有很多很多的佛陀教法

都像那样，明白吗？

当然，这其实很有趣

在这个情况中，你就像孩子

佛陀不是真的想让我们入睡

他的心愿不是让我们入睡

当然他是意图唤醒我们

然而并非所有人

都能咀嚼和咽下真正的实相

于是佛陀编造出各种故事——

许许多多的灰姑娘式教法

基本上就是这样，明白吗？

如果你们问我那些是什么？

哪些教法是佛陀传授了

但却非他真正的意思？

有点像是他编造出来的

明白吗？

如果你问我那个问题

那么听好：

全部都是！轮回、涅槃、

恶、善、不杀生、

布施、禅定、三摩地等概念

这些全都属于灰姑娘那个部门

明白吗？

知道这一点很重要

这些全都是。“哇，那么他的

教法中，哪些才是他真正的意思呢？”

《金刚经》

无眼，无鼻

无这、无那… 明白吗？

或者《心经》，像是《般若经》

那才是佛陀真正要说的意思

知道这一点非常重要

你必须做好准备，才能在接下来

的几堂课，真正学习这部教文

我说这些的原因在于

例如，当科学家谈论大爆炸的时候

尽管西方人不会真的…

西方人对此的讲解方式

并不真正区分…

要知道，当我们…

是史蒂芬·霍金，对吗？

霍金从来不会真的说：

“在相对上，大爆炸是存在的”

他们不会用这些词语

明白吗？

四加四等于八

我想他们认为那是究竟的

他们假定那是绝对的

几乎所有关于经济、科学、政治

等等的无论什么学问，几乎总是…

我想

从古印度人的思维方式来说

这些 [西方] 人

在指出有某个绝对的东西

但是在佛教中并非如此
请你们务必要让自己
真正准备好听闻这一点
不管是什么教法，并非所有的
教法都是佛真正要表达的意思
有许多教法是因为悲心而宣说
为了诱导、引导、
循序渐进地教导而说
他说了什么呢？
像是：不要做坏事
不要做坏事，要做好事
调伏你的心，要温和
这些都是“灰姑娘式教法”
因为在究竟上
佛并不相信善、恶
明白吗？
道德、不道德
必须超越这些——记得吗？
无鼻，无眼，什么都没有！
你必须超越所有这些
为了研习《经庄严论》这类教文
这是你必须熟悉的细微区别
因为有太多的...
我们学习佛法时
总是会面临巨大的挑战
这是其中一个挑战
当我们学习
“灰姑娘式教法”的佛法时
明白吗？
当我们学习“灰姑娘式教法”时
我们阅读这个灰姑娘教法
却以为这是胜义谛
经常会出现这种情况
以为这是究竟的

这真的经常把学生搞迷糊
在我们开始讲这部教文之前
这是我希望各位要有的一个准备
要做的准备有很多
恐怕我们得一一讨论
好，为这个做好准备：
这是困难的一项
这有点难
但是我会不断重复它
因此，如果你现在无法理解
不要觉得沮丧
随着时间过去
你将会开始掌握其要义
好，首先给大家举个例子
你看见一道美丽的彩虹
假设你想和彩虹来个自拍
你会怎么做？
不要走近彩虹
不要靠近它
因为你一旦走近
就无法自拍
因为彩虹不见了
彩虹的美丽画面，部分在于
必须有些距离，而且有点朦胧
你明白我在说什么吗？要有距离
和一点模糊感，多么美丽的彩虹啊
你明白我在说什么吗？要有距离
和一点模糊感，多么美丽的彩虹啊
你停留在这里
然后自拍，对吧？
同样道理——这是在举例
如果你想“哇，多么美的彩虹”
“我想真正看见
这道彩虹的样子”

“我想知道这道彩虹的成分”

如果用这种分析性的思维

如果带着这种分析性思维

走近彩虹

彩虹消失了，没有彩虹

不只彩虹，海市蜃楼、

沙漠绿洲，全都如此

同理，你会在很多

佛学研究中找到某些工具

是用于发现究竟真理、

用于安立胜义谛的工具

你不能用这种分析方法去...

你不能把这种分析系统

用在世俗谛上

因为如果你把这种分析系统

用于世俗谛

世俗谛的特质

或者说状态就会崩溃

正如我们一直在谈的彩虹

所以这是一个细微的区别

是你必须熟悉的一个习惯

接下来

你必须熟悉的还有几项

事实上，这又是非常重要的一项

术语——佛教术语

我们将会经常使用

诸如“实相”等术语

因为根本上

佛法是关于实相

因此我们会经常谈到实相

我们在这部教文的课程中

必须对“实相”的意义

达成某种共识

在佛教中，“实相”是

独立的、非造作的、非捏造的
不依赖某个事物——
基本上就是独立的
而且是恒常的——它不会改变
它应该是不变易的
我们说的“实相”
是指那样的状态
在我们学习这部教文的时候
我会反复谈到这些
但是在开始讲这部教文之前
我必须先说几件事
在此要讲这部《大乘庄严经论》
绝对是一项巨大的任务
我不打算逐偈详细讲解
因为我想那样太浩大
而且可能会过于枯燥
你们或许会迷失在各种细节之中
这是弥勒菩萨
传授给无著的一部教文
我不知道是否可以用
“撰写”这个词
佛经是佛陀所教授的
sutra（经）是梵文
实际上是指佛的教言
而我们正在学的这部是论
不是经
梵文shastra的意思是释论
论通常是由学者、圣人
或成就者所撰写
弥勒是佛最伟大的弟子之一
事实上，他被称作未来佛
这部教文，如标题所述
有如大乘佛经的严饰
今晚我会在“玛哈雅纳”（大乘）

这个词上花点时间

“雅纳”的意思是车乘

或方法、手段

梵文“玛哈”的意思是伟大

所以是：伟大、宏伟的车乘

是什么使得这个特定的法门

宏伟或伟大呢？

从根本而言，是见地

令这条法道宏伟的是其见地

我们这里说的是何种见地呢？

我们说的是...

我们真的是在谈宏伟的见地

没有任何分别

怎么说来着？没有任何极端

离于极端，离于分别

好，给各位举个例子说明

当我们谈到法道的时候

同时在谈论一个终点

而且也在谈论道上的修行人

所以道上的修行人

有道的开始阶段

即：你步入法道

你开始这条道途

你走在道上，然后结束这条道

如果使用佛教术语

可以说是带你离开轮回

或诸苦流转的一条法道

是带你离开苦的流转并一路通往

涅槃的寂静和谐与圆满解脱之道

是带你离开苦的流转并一路通往

涅槃的寂静和谐与圆满解脱之道

好，我们马上在谈

从坏到好的种种分别了

这不是一个宏伟的见地

在大乘中，他们其实不相信
有一个真实独立、实体的
或外在的轮回存在着
因为没有真实存在的苦或轮回
也就没有真实存在的解脱
我想最容易理解的例子是
类似做噩梦
比如当你平静地睡在床上
你的身体在睡觉
而你在做噩梦
甚至当你在做噩梦时
甚至当你在做噩梦时
无论噩梦的主题是什么
比如一条毒蛇正在咬你
那并没有真正发生
即使在你做梦时也没有发生
但是由于因缘
你经历噩梦
像是睡觉、最近碰到一条
剧毒的蛇等因缘
像是睡觉、最近遇到一条
剧毒的蛇等因缘
因此，你做噩梦
甚至在你做梦时
无论你梦到什么、梦中发生什么
都没有真正发生
因此当你从噩梦中醒来
不管你梦到了什么
并非你真的从你梦到的
任何事物中得到了解脱
没有毒蛇，没有...
你梦中经历的一切
都是不存在的
因此你怎么可能真正获得

一个真实存在的解脱呢？

这是关于大乘

或宏伟见地的一个例子

因为这种宏伟的见地

于是我们也会谈论宏伟的发心

所以你会注意到，在大乘中

我们会谈令一切有情解脱

——无量无边的有情众生

几乎是不切实际的

如果你用二元方式思考

这非常不切实际

你会对自己说：如果我

无法令自己的朋友解脱

如果我无法给我自己的朋友

一个上午的帮助

我怎么可能

令一切有情众生从轮回中解脱？

但是，大乘谈论

令一切有情获得解脱

而大乘中之所以会有这种

发心存在，是因为有宏伟的见地

因此，大乘是…

该怎么说呢？

它是一条基于无量见地的道

因此有无量的发心

因此有无量的行动

因此，是这种无量的见地、

无量的发心和无量的行动

构成了所谓的大乘之道

这部《大乘庄严经论》

是一部论

一部非常广大、完整的论

阐释佛在许许多多经典中

所教导的法道

对佛教徒来说，各位或许
相当熟悉正念、内观之类的修持
对佛教徒来说，各位或许
相当熟悉正念、内观之类的修持
对吧？我们禅修，我们修正念
我在试着解释
为何见地如此重要
现在人们为什么禅修？
特别是现在正念禅修
已经变成一种潮流
现在人们为什么禅修？
为什么有些人接纳了正念之道？
因为他们认为或许这会
令他们快乐，或许会令他们...
或许可以令他们脱离
某种程度的压力
或许这帮助他们睡得更好
也可能是为了更大一点的目标：
变得更平静、更安详...
我不清楚
变得清醒
获得某种神智清醒
但是，正如各位所知
就大乘观点而言
如果不具备大乘的见地
只是为了缓解暂时的压力而禅修
那完全不是大乘教导
禅修的真正目的
大乘佛教徒不太在意
你是否有压力
大乘佛教徒其实不关心
你睡得好不好
大乘佛教徒关心什么呢？
大乘佛教徒关心

你是否受制于二元分别
你有没有从二元分别中解脱
那才是大乘行者关心的
同样的，诸如伦理、道德等
如果缺乏空性、无二的见地
伦理、道德、戒律这类修持
就完全是一种二元分别的修持
不是解脱道
这是一部大乘教文
因此各位务必熟悉
“宏伟见地”这个思想
才能对这部教文有些许领会
借由这一点点的准备...
我会给各位互动的机会
因为我觉得那挺重要的
所以有时我会让大家提问
但是，因为这部教文相当长
我们也应该尽可能多讲一些偈颂
那么我要开始讲偈颂了
首先，凡夫无法讲解佛经
唯有弥勒菩萨这样的圣者
才能讲解佛经
因为佛经——佛的教言——
博大精深
不能仅仅通过
理性思维的方式去解读
唯一的理解方式
是依靠智慧与福德
这部教文的作者弥勒是圣者
为了让听闻者能够领会
大乘佛法的广大义理
此文以偈颂的形式作宣说，而且
姑且说是为了较容易被人类理解
于是使用了美妙诗意的长行与偈颂

姑且说是为了较容易被人类理解
于是使用了美妙诗意的长行与偈颂
著作目的不是为了获取个人利益
像是名声、他人的恭敬等等
而是为了令有情众生从苦中解脱
(救济苦众生)
带着这种出自悲心的动机
(慈悲为性故)
弥勒菩萨开始讲授这篇教文
这篇教文是大乘佛经的释论
就像一块金子
被美妙地锻造加工成
耳环等饰品
我们稍后会细讲这一点
(譬如金成器)
这部教文也像一朵盛开的莲花
(譬如花正敷)
遍及、涵盖了大乘教法
所有详尽、广大的要点
这部教文也像精心烹调的美味盛宴
(譬如食美膳)
为那些对智慧和方便之美食
感到饥饿者所准备的
此文也像一个及时的信息，能缓解
我们的担忧和焦虑(譬如解文字)
这部论著也像打开一个宝箱
(譬如开宝篋)
其中盛满了珍贵无比的
信息、技巧和智慧
由于这些特质，这部论著
值得被称为大乘佛经之庄严
菩萨是那些已经走上
解脱一切有情之道的人
是那些以具有宏伟见地和发心之道

作为自己唯一法道者
这样的人被称作菩萨
菩萨有几项任务，大致有七项
菩萨要实现自己的愿望
例如净化自己的染污
在此之上
菩萨也会实现他人的愿望
比如精通令众生解脱的
各种技巧和善巧方便
然后菩萨也会投注所有的精力
和注意力于理解胜义谛
然后菩萨也会投注所有的精力
和注意力于理解胜义谛
对菩萨来说
胜义谛最为重要
菩萨也具备大悲的力量
并且发心令菩萨自己
内在的佛功德获得成熟
也令他人的佛功德获得成熟
最后，菩萨的唯一愿望是带领
一切有情并安置彼等于证悟中
最后，菩萨的唯一愿望是带领
一切有情并安置彼等于证悟中
为了达到此目标
菩萨将一次又一次地生起
对大乘法道的渴望或热情
菩萨将一次又一次地生起
对大乘法道的渴望或热情
生起对大乘法道的热情
或者说胃口之后
菩萨将不辞辛劳地
寻求大乘的智慧与方便
在习得并精通大乘法道之后
菩萨会将此技巧传授他人

令自己和他人的
行为与想法都符合大乘法道
并且教喻他人
依循大乘原则生活
菩萨还会时时刻刻运用善巧方便
于宏伟无量的菩萨行中
菩萨还会时时刻刻运用善巧方便
于宏伟无量的菩萨行中
由于这是一部非常经典的教文
所以你们还得习惯另一件事
要知道，这是可以说
撰著于近乎两千年前的教文
因此这部论著的表述风格
与我们现代人的思维方式
略有不同
其中有非常丰富的类别和
——怎么说来着？——子类别
以及貌似重复的内容
和很多貌似自相矛盾之处
然后还有譬喻、逻辑等等
由于我也希望能够
忠于弥勒菩萨的风格
因此我会稍微讲一下教文
然后试着做总结
这些总结主要来自我自己的理解
所以，如果有任何错误或过失
我必须...
完全是我的责任
但是，我希望能
忠于这部教文是因为
我也希望大家知道
佛法的丰富性
这是因为...
我想这有点危险

这就是为什么

当这里的组织者

要我来新加坡做点什么时

——主要是做开示

而关于开示的主题

我知道我总是可以用

“周末毗婆舍那”

或是“周末正念”之类的

这种概括、这种简化非常好

是一种善巧方便

这种概括、这种简化非常好

是一种善巧方便

我想确实对很多人有帮助

但是我想有时候

像我们这样的佛法追随者

我们可以稍微更认真、

更深入地学习经典教文

并真正试图去领略

所教导的内容

因为这些经典教文

包含着非常大量的信息

否则…

我几天前才在跟一些年轻人谈话

你知道，像是…

我们会说：

“他是个好的佛教徒”

然后说为什么呢？

因为他不吃肉

或因为他禅修——我是指

他经常打坐，他经常禅修

“他经常禅修”

那非常含糊，明白吗？

“他经常禅修”是什么意思？

是指他经常打坐吗？

谁知道他打坐时在干什么？

他可能在数钱！明白吗？

他可能在杜撰各种故事

是你不会想听到的故事

各种变态的事

然后人们会谈论：

“啊，他是个大菩萨”

然后我们会说“他是个好佛教徒

因为他禅修”之类的话

我们从来不会听到人说：“他是个

好佛教徒，因为他非常珍视

他非常非常努力，真正在追求...

他对实相的追求是无人能及的”

我们从来听不到人们那么说

有时候我们听人说：

“他是位大菩萨”

为什么？“因为他经常面带微笑”

那是个非常可悲的理由

为什么？“因为他经常面带微笑”

那是个非常可悲的理由

真的，我们几乎听不到人说：

“啊，他是大菩萨”

为什么？

“因为他总是在发火”

那是说得通的，事实上...

有些菩萨可能是那样的

例如，我不知道各位是否熟悉

有一位叫金刚手的菩萨

还有观自在菩萨——

你们很多人都很熟悉，对吗？观音

当我们说到观音或观自在菩萨时

甚至画家们也被要求

在他的眼睛下面多添加些红色

因为我们总是必须把观音菩萨

的眼睛画得有些目带泪光
代表悲心
但这正是佛教的伟大之处
然后我们有金刚手菩萨
金刚手总是颦眉
带着獠牙，表情有点骇人
那种非常柔软温和的含泪相貌
以及那种忿怒颦眉、
非常吓人的表情
二者都是一种善巧方便
同样宝贵，两者都是
佛教徒并非只期待
含泪、疲倦的菩萨
而拒绝吓人的、非常直截了当、
不讲废话的菩萨，知道吗？
而拒绝吓人的、非常直截了当、
不讲废话的菩萨，知道吗？
两者都受到珍视
但是因为有时我们缺乏
对这种较大见地的理解
我觉得如今佛教太过迷失在这种
好好先生型的佛教里
正念、非暴力、
快乐的佛教徒、素食的佛教徒…
有那种情况存在
因此我才想说让我们勇敢些
纵身跃入这类经典教文中学习
这可能让你真正深切领略到
这令人惊叹的大乘宝藏
对于这部教文，这部特定教文
我听说过去的许多中国高僧
例如义净、法显、玄奘
他们真的付出了很大心力
你将会明白他们为什么那样做

例如下面这一句“住种姓”

这很重要

菩萨...

我们现在是在说一个种类

菩萨的种类

这在大乘里面非常重要

我会给各位举个例子

当有人问伟大的佛教学者月称

“应该对谁教导空性”时

我们应该对哪种人教导空性？

一般人会想：大学毕业生、博士

那些聪明人、知识分子

那些提出令人印象深刻的问题者

那些喜好辩论的人

应该对他们教导空性

但那并非他的回答

你知道他是怎么说的吗？

他说：应该对一听到“空性”

这个词就汗毛竖立的人教导空性

他说：应该对一听到“空性”

这个词就汗毛竖立的人教导空性

他们或许不明白什么是空性

但他们会泪水盈眶

他们会感到非常快乐

他们对“空性”一词非常自在

会感动到起鸡皮疙瘩

这不是我捏造的

是教文里说的

要对这些人教导空性

这是非常、非常重要的主张

所以我们在谈的是一个种类

什么是菩萨种类？

我应该引入... 这是另一点

记得一开始我就说过

关于这部教文的来源
有很多各位必须知道的事情
不要忘记这部教文源自印度
在印度，至今仍有所谓的“种姓”
你属于鞋匠
你属于制造箱子的
你属于…我不知道…
你属于种甘蔗的
所有那些种姓：国王、商人
还有些非常、非常低阶的种姓
有很多低种姓、高种姓等等
各种关于种姓的事情
那是一种非常古老的
印度思维方式
因此在很大程度上
印度社会建立于种姓制度上
藏语的“哩”这个词
我想在印度语或梵语中称“伐纳”
也有“颜色”的意思，有点像是…
这个制度被某些种姓利用、滥用了
主要是被婆罗门
他们宣称自己是最高种姓
并歧视低种姓的人
即使今天在印度很多地方
低种姓者也饱受苦难
他们被告知：
你属于这个种姓
你绝不会解脱，永远不会
你唯一能做的就是服侍
我们高种姓者，诸如此类
“哩”这个词在此其实是一样的
是同样的词汇
但这正是大乘佛法宏伟之处
首先，不要忘记

佛是一个叛逆者
他反叛什么呢？
他十分反抗这个种姓制度
这是他所做的
最叛逆的事情之一
我说的是释迦牟尼佛
我们正在谈
菩萨种类、菩萨种姓
那么谁是菩萨种姓呢？
这个房间里有没有人
不是菩萨种姓？没有
让我解释一下
这又是一个需要动脑筋的地方
因此各位务必仔细聆听
凡是知道何为痛苦者
即是菩萨种姓
如果有人非常用力掐你
你会觉得痛吗？
如果我掐这个椅垫
它不会有任何感觉
我可以打这个椅垫
它不会做任何反应，对吗？
因此这椅垫不可能成为菩萨
这个椅垫永远不能成为菩萨
但是如果你掐…
首先，在你打人的时候
你为什么那样做？
因为你属于这个星球
在这里打人意味着让人疼痛
你不属于以打人为问候的星球
明白吗？
如果你碰巧是那种星球的人
那是不同的情况
但是你是一个

打人意味着制造痛苦的星球
因此你才会那样做
这证明你知道何为痛苦
如果你知道何为痛苦
你就不太可能会想要
有痛苦发生在自己身上
很好，那你就有成为菩萨的潜能
这是一个重要的声明
我的解说不够充分
因为你知道菩萨是什么？
菩萨有时候被称为佛的太子
下一个成佛的就是他们
他们是制造中的佛
所以在这里，像弥勒一样的菩萨
看着这些人、看着我们
弥勒看着我们——嫉妒、愤怒、
多疑、易怒……充满嗔恨和染污
弥勒看着我们——嫉妒、愤怒、
多疑、易怒……充满嗔恨和染污
但是所有这些造成痛苦不安的原因
对弥勒来说，那是这些人
即“正在制造中的佛”的证明
我的意思是，这些人具有潜能
这是一个重要的声明
毕竟，我们是在讨论大乘佛经
何为大乘？
大乘是菩萨之道
你需要知道什么是菩萨
我们能加入“菩萨俱乐部”吗？
你想加入“菩萨俱乐部”吗？
为了加入菩萨俱乐部
你需要填一张表
“你有什么？”
“你收入多少？”

“你的薪水多少？”、

“你有多少资产？”等等

在菩萨俱乐部这张表上

如果你勾选：

我没有愤怒、我没有嫉妒、

我没有嗔心、我不是多疑的人

对所有这些负面的东西

如果你选“否、否、否”，你就不合格

明白吗？那还有什么意义呢？

基本上你在说你是佛

因此你不必加入这个俱乐部

但是，如果说“那些不好的东西

我全都有”，这反倒是好消息

基本上这意味着有大量的市场

明白吗？

被录用是可能的，明白吗？

人人都有菩萨潜能

是“住种姓”者

当然，你需要承认你有这些负面情绪

而且这么承认是有帮助的

承认你想要加入大乘菩萨俱乐部

因此进入菩萨道

然后承认有不清净的感知——

我是指：承认有不清净的发心

并重视清净的发心

以及提升、成熟你的清净发心

同时明白何为不成熟的清净感知

——不，不对

是明白何为不成熟的清净发心

何为不解空性

“制造中的菩萨”需要明白这些

这仍然是开始的阶段，所以

如果有人感觉有点迷茫、

无法理清头绪

无需太过气馁

请保持耐心

为了理解大乘的广大课题

毅力很重要

所以

要努力期盼用持续不断的

细节、技巧和方法

让自己和他人援用大乘法道

并且持守它、使它成熟

我们是否该休息一下？

或许15分钟？

我们休息15分钟