

# Heart Sutra, 21-23 February 2025, Ho Chi Minh City, Vietnam

宗萨蒋杨钦哲仁波切

# 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第一部分

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

总之，我不会 需要说明的是，这是她关于……的演讲。

《心经》我认为 更像是 欣赏 和 表达我的感激之情。 这大概是我能做的最好的事了。 我认为这是一次会议 请允许我表达我的敬意。 [笑声] 致《般若波罗蜜多经》 这段经文和我衷心的分享 请看这段经文。 这就是…… 这就是我对这个版本所能做的全部了。 这段经文。 ond

以及其他一些经文，例如： 《金页经》被认为是一部经文集。 那 佛陀最重要的教义。 还有许多其他教义，这些 其他佛教经典中并没有这种说法。 被认为是经文 只有中心部分。 甜的 艰难的 制成 经文一直是 把它弄软，就完成了。 [笑声] 这是对教义语言的委婉说法。 很多。 我总是用这个例子，你不知道吗？ 比如，如果你的宝宝出生5天了 老了，你不能给这个婴儿面包 你不能举杯祝酒，因为如果你那样做的话。 婴儿夭折了。 我举个例子。 例如 就像你们这些刚刚迎来新生儿的准爸妈一样。 大约5天大的时候，你就不能…… 给宝宝一片吐司。 好的。 所以，为了宝宝，你需要…… 敏感的。 所以，为了那个孩子，你们…… 我们需要准备一种食物。 合身。 一种可以 把它放进宝宝嘴里，帮助宝宝。 婴儿可以吞咽并消化它。 达斯 各种各样的 你知道你必须这么做，你必须玩。 戏剧。 即使母亲给婴儿喂奶…… 妈妈一边吃饭一边还要唱歌，而且她还非得能够…… 他们敲锣打鼓，表演各种各样的民间游戏。 利用娱乐活动激发宝宝的进食兴趣。 那道菜很好吃。 随着婴儿长大，类型也会发生变化。 喂养婴儿的食物也将 情况有所改善。 《般若波罗蜜多经》就像…… 那是一片吐司。 它也不是一块面包。 最硬的烤肉是一块。 香脆的烤面包。 [笑声] 正如经文的标题所示…… 表明它是一个 柜体核心部件。 我会起来 我。 如果那样做，我会显得很傻（笑）。 因为我认为自己是在教书。 关于这段经文。 因为大师有三种类型。 第一种类型是主控类型，它负责传输 虚假信息。 这些大师会向你展示这些信息。 相信。 例如，老师会给你解释。 什么是四圣谛，即由一、二、三、四组成的三圣谛？ 什么是岛屿？它由 1、2、3 组成，老师会进行讲解。 请提供关于这些定义的具体信息。 这就是它的含义。 第二位老师 教师之家 类似 就像老师 他们喜欢他，喜欢他当老师。 教学内容非常丰富 即使他们实际上无法达到 他们分享的教义 因为如此 还有第二种类型的师傅： 他们非常珍惜和重视这位老师。 逻辑与大师。 尽管他们 它们无法生存，无法存活。 他们遵从教义行事，但他们彼此相爱。 教导是如此珍贵而宝贵，总是如此。 它始终铭刻在他们心中，当他们说出口时…… 这仍然是当时的教义。 以及许多罗汉， Thanh Văn 已经达到了这个水平。 在巴利语中，味道被称为风味。 文学，也就是听众 布道和大师们激励着其他人。 我听到了教诲的声音。 佛陀非常伟大。 因为他们热爱并敬仰德国。 佛陀是无限的。 我非常珍视他的教诲。 但实际上，走在这条路上 他们无法修习菩萨道。 因为对他们来说太大了。 但他们无比珍惜它。 老师 他们告诉其他人，你看，我不能 这样做，但这真的很好 我正在教导 这样，就可以作为和 一位大师总是与所有众生对话。 我做不到他们所做之事。 不可能像德国那样做到如此出色。 佛陀，但佛陀以世俗的方式教导。 这是李教你的，我现在把它传授给你。 仔细聆听并按照指示去做。 所以第一个是信息 自动售货机。 第二个，我猜是供应商。 所以，笑声大师类型 第一位大师是传授技艺的大师。 信息。 第二种类型的主控类型是 服务大师。 真正了解的人不仅 信息，但他们与此共存 城市。 第三种类型的师傅是大师们。 这位老师不仅拥有信息知识， 主人不仅服务，而且 将这些信息运用到现实生活中。 我所获得的顿悟。 他们是 一位启迪智慧的大师。

最好的。他们是最棒的。现在我显然属于第一类。我绝对属于第一类人。因为我学到了这些东西。几年。但我最近的这份工作 我受到了威胁。全科医生 首先，这是因为 GPT 聊天本身的问题。现在，迪普西也感到受到了威胁。[笑] 我的这份工作。你知道什么是真理吗？你问的话就知道了[笑声]。问题是，什么是四圣谛？从信息来源获取完整信息。那里。我不知道你是否尝试过深潜。寻找。我只是想知道这里有没有人不知道。什么是链式浸入？你知道吗？我问他的时候，他是一名将军。 rǔ qǔ dē (米酒) 是什么？你知道该如何回答吗？哦，让我来吧。让我考虑一下。我认为它回答说：“哦，我想……” 这个问题与德国的理论有关。佛。信息传播者，众多学者 校园招聘是他们都会失业。即将推出 因此，高级官员的工作也是如此。传达此信息的老师目前……如今许多人都称赞这些学生。假装成已经了解这些信息的人 当他们去向别人传道时，他们我实际上已经失业了。看看我的作品[笑声] 已经拍摄完毕。但我心中有一个愿望，一个渴望。渴望成为第二类大师。费用或深度真的很感激 [笑声] 这家伙和他们正在做这是作为一项服务提供的。我不知道。我不 我也这么认为。我也不知道它是 GPT 还是 迪这类软件程序都有眼镜。我被坐在我身后的那个人深深吸引了。并非如此。我认为他们没有。那个东西。 use i ad 我也把这个分享给你。因为我非常敬重您。佛陀陵墓及其教义我非常兴奋。并与大家分享这份激动之情 我对你们所有人的感受。对于教师 and 教学而言 即使是特别的 是为女孩 比较深度或 ch GPT, 我认为你 应该感激我的教导, 因为 源于我的爱, 也正因如此 我的分享源于爱。爱源于对爱的敬畏。我对佛陀及其教义的态度 你对师父的爱 这就是原因, 这就是为什么, 即使信息……我提供的信息仅供您参考。虽然不完全准确, 但我认为 你 (笑) 还是应该珍惜它。因为这些信息来源于爱。并非如此 这些信息来自Dipsi还是CHPT? 那里没有爱。但我 笔记 我知道 但请记住, 我不是 我声明我理解我教授《心经》。我 他们从未说过那样的话。在我64年的人生中, 我还读过很多其他的东西。在我64年的人生中, 我曾 我读了很多书。我曾经读过一篇关于资本主义的文章。卡尔·玛丽斯 就是这样。你可以怪我没脑子 是, 但是 我对佛陀教义的热忱 他教他 它只会变得越来越大。除此之外, 我还读过很多其他的东西。除了我之前提到的物理方面的内容之外 等等。可以说我遭到了抵制。大脑也没什么问题。没问题。但爱 我纯洁真挚的爱 我将此献给佛陀及其教义。他从未改变, 一切也从未改变。它只会变得更强大。我分享这件事的原因是…… 即便如此, 我还没完成。我完全理解《心经》。 多项指控 出于多种原因 最近, 就在最近 那里有很多评论员。 评论就在不久前, 真的就在不久前, 我才…… 阅读该文本的四个不同版本的评注。这是一段经文, 这是经文的一个版本。 已经有很多版本了 来自古代大师的评论。 这里 许多我自己也已经上瘾了。 反思并研究关于……的教义 这部心经已经流传多年。 一个月的时间很充裕。我仍然会收到 我以前从不知道这件事。 但直到最近我才读到这些 我发现了一些关于这条评论的信息。哦, 我之前也不知道这件事。 这。 以下是证据: 我还没有完全理解原文。 《心经》 所以这样做是为了表达对……的感激之情。 老师和他的教学。再一次 我再次声明, 我正在做这件事。与大家分享佛法。 完全出于爱和感情 我对佛陀及其教义的虔诚 先生。 假设我是一名教师。 它属于第三组 然后我只需要做…… 就这样。 这样你就能明白一切了。 经文 而且 (笑声) 你可以清楚地看到 还没有达到那个水平。 如果我是该团体的一位大师 第三, 作为一个真正开悟的人, 我…… 无需赘言。好的, 在我 我需要告诉你几件事。 在我们开始之前, 我想先分享一下…… 我跟你分享几件事。教。 当越南弟子寻求佛法教义时 当他们邀请我做佛法讲座时, 我就去了。 选择这块经文板。 我举几个例子。 多年来, 我带过许多门徒。 他们要求我宣讲这部经文。 泰国 我拒绝了。 直到现在, 我从未

在泰国宣讲这部经文 给泰国门徒。 芽 我拒绝他们的原因是…… 我不想成为阻碍 上座部佛教传统 它现在在泰国非常流行。 由于佛教的原始传统 水非常重要。 绝对重要。 它就像树根一样。 没有根，怎么会有茎？ 它有枝叶。 我的意思是，如果一切顺利的话，我认为是 精彩的。 而我们，如果我们是主人 [笑声] 藏传佛教 他们到处宣讲，说我们宣讲的是关于 大乘佛教，又称黄金佛教。 大乘佛教传统最终会造就一个佛教国家。 如果最初的宗教确实如此…… 这不太合适。 但现代佛教传统 大乘佛教思想流派完全可以被认为是 它非常柔软，非常容易上手。 滑倒，真滑。 当然，这是一种非常聪明的头脑。 回应 但这其中充满了风险和危险。 这就像吃腰果一样。 如果你有空间的话，可以放点腰果…… 未加工的空间等等。 如果生吃，几天之内就会死亡。 分钟。 反之，如果你处理它…… 只要你仔细擦干牙齿，它们就会恢复正常。 它成为了一种极佳的营养来源。 你知道，小孩子就是这样。 我们的人民始终是我们自己。 渴望发现新事物。新的 新美食，新时尚。 新男友，新女友。 新男友，新女友 我们[笑声]对任何事都会感到厌倦 有。 我们总是感到无聊和沮丧。 用我们现有的资源。 对许多人来说，佛教 过多的钻石，那是一种可闻的声音 它非常吸引人，非常迷人。 我想我指的是越南的定义 我们如此容易喜欢魔法， 你知道，比如祝福之类的东西 我不知道 我们是亚洲人 不仅在越南，在泰国也是如此。 兰恩和类似国家，他们 我们这种人很容易被骗。 进入奇迹般的事物 如同祝福般令人向往， 环，连接 将祝福联系起来，我们很容易就能吹散它。 添加更多元素，然后尽情发挥吧。 进去。 很好，但如果你在 ping 值范围内，你知道的 像tectionth 这将 这会分散人们的注意力。 无论他们拥有什么，例如 因此，长强佛教 如果接受正确的教育，就没有必要这样做。 如果练习得当，这将是一个 一种完美、极佳的交通工具。虽然 但是，如果它被包装并运送出去的话。 以及诸如以下配件 保护、财富、繁荣等等。 人们很容易被感染。 它偏离了真理，而真理本身也会导致它的毁灭。 破坏性的。这就是《金刚经》本身。 这样做是多余的，而且对学习有害。 尤其是在那些……的国家 佛教的传统起源于 像泰国那样的可持续水资源非常好。 容易损坏。 至于越南，我也有些话要说。 类似的情绪和感受。 这里拥有一个极其宝贵的平台。 对上座部佛教和佛教有好处 大乘佛教。 越南有 佛法远在……之前 我昨天在越南分享了这个。 男士们，你们可以表现得彬彬有礼吗？ 佛教的出现比西藏的历史要早得多。 长的。 而你们已经拥有了2000年的历史。 一些杰出的大师和实践者。 从历史上看，今天是……年 你们都已经获得了无数的财富。 伟大的开悟大师们也 以此作为保护传统的一种方式 你的练习非常出色。 我有一些书，也听过一些教诲。 许多，虽然不多，但也许 大约四五 大师的教诲。 我还读过书，也听过讲座。 许多越南大师，并非如此。 那太多了，但最多可能有四个或 越南有五个人。 他们分享了一些非常了不起的事情。 惊人的。我可以学习的东西太多了。 我问的是你们所有人。 我最不希望看到的就是我们 过来打个招呼，嘿，你知道我们是 佛教界的[笑声]权威 我们需要教你如何做到这一点， 这是 作为一名藏族人 最后一点是，我实际上 我不想告诉佛教大师们。 藏传佛教徒说，来越南吧 传播金刚乘佛教教义 他们就是这样练习的，要么用这种方式，要么用那种方式。 那是我真的不想做的事。 越南历史更悠久 如果我们从精神层面来考虑这个问题， 按时间顺序，我 在越南，这也被认为是一个精神时代。 在西方，男性的实际年龄高于他们的精神年龄。 西藏。我的体型更年轻，更显年轻活力。 但我也知道这可能是由于…… 或许是因果联系吧 佛教，与世代相传， 西藏目前正经历着真正的繁荣。 越南。 我还见过很多大师。 他是越南一位技艺精湛的佛法老师。 但我同时也必须非常真诚。 我告诉大家，我看到了很多这样的人。 奇怪的主人和他们的宣言 他们正在这里布道。 他们所做的事情，他们的步骤 老师的行为真的让我……

害怕。对佛教未来的担忧 越南的藏传佛教也是一个令人担忧的问题。 对大乘佛教本身的担忧 越南。因为实际上我们并没有 许多佛教国家 佛教历史悠久，根基深厚。 和印度尼西亚一样，这也是一个国家佛教国家非常稳定。 但那些时代已经过去了。 阿富汗也曾是一个国家。 佛教，但那都已成为过去了。日本人有一种通用的 已死亡。我希望我的日本朋友们 日本也是一个现实主义盛行的国家。佛教修行极其深奥，但是…… 现在，日本的佛教修行 这个版本实际上已经过时了。我希望这里没有日本佛教信徒。 哪个版本？ 韩国的情况更糟。 现在我们只剩下越南了。停止。一个真正拥有根基的国家 佛教具有强大的生命力，我们必须坚持不懈。努力守护真正珍贵纯洁的事物。 这种纯净无瑕的状态。 柬埔寨，泰国 芽。当然，除此之外，我们还有像柬埔寨、老挝或泰国这样的国家 我们也需要保护佛教。 这些国家的宗教信仰。 我认为我们保护的方式保护佛教意味着传播信息 它活了过来。所以这是 a but 我们这样做这就是为什么，即使这是大师级作品。 这个问题真的很难，但我选择了…… 选择与他们分享。 大豆我尽力做到 某种程度上 更容易理解，但会有 有很多技术术语，所以你必须如果你能让我们达到那个目标，那么我也会尽我所能。 我会尽力把文本写好。 这或许是最容易让你理解的。但肯定还会有一些。 该术语不能被替换为 请使用易于理解的语言。 试着学习。 好的。而且我也不会按顺序讨论 我也不会。按特定顺序分享信息。通常情况下。 单词拉 有时，尤其是在这个地方， 这个词是某种咒语还是某种默念的咒语？ 使用。好的。藏语中“中午”一词有…… 那是指精神上的咒语还是心灵上的咒语？ 兽医翻译 位于 所以 嗯咒语一词有无限的含义 你知道，就像大多数神圣的语言一样 非常富有 “tranchu”这个词是什么意思？它也非常多样化和丰富，因为 它源自梵语。 它蕴含着多重含义。 在梵语中，有时一个这个主题可以用50个词来描述，或者它是一个 一个词最多可以有 50 种不同的含义，需要加以解释。 它。[笑声] 许多 例如，“该死的鬼”这个词有很多含义。 它有很多含义，但我们经常只需选择符合佛法含义的方式即可。 我们正在讨论的是教学实践。 法国。 好的。这次我们从“上帝”这个词开始。 咒语及其定义 作为一种咒语，一种咒语 如同祈祷一般，这就像一种诅咒。仙女的诅咒 他咒骂了一声，然后吹了口气。 简直就像魔法一样。我退出 一只兔子从我的包里钻了出来，魔法与变形。 H 具有以下含义 把你带入 当谈到咒语或 船的意思是…… 让你进入一种状态 好的 你知道，就像我不知道，就像 一系列想法这就让你保持那个姿势不动一样。 那种状态就是我们谈论……的时候 例如，老师在这里举了一个例子。他们的一系列想法 例如，从第二个到第三个过渡得非常流畅。 第三、第四，但当吹响魔法咒语时所施展的魔法咒语是这样的…… 例如，你现在正在听，然后就停下来了。 星期三，你就被困在那一天了。周三。 我需要先确定这一点。所以这是 极其重要，也就是说，这个想法 咒语的含义，其重要性魔法、咒语、想法 咒语的终极意义是无限的。 重要的。这就是老师想要的。 要反复强调，让我们铭记于心。我明白咒语的神奇力量。 [笑声] 因为现在我们 他们都是某种思维方式的受害者。 某种逻辑，某种行动状态某种运动。 意思是说你向右伸手。 例如，如果从右侧很容易进入，那么 我们应该向右走还是 不是吗？而且我们已经将它写入了我们的大脑。 那种想法 从很小的时候就是这样，如果……如果我们向右走，那么我们将 它止于右侧的点。 如果我们说我们要去河内呢？从内部来看，我们必须要有个目标。 河内。 河诺 新加坡。 如果我们说我要去河内但新加坡的情况正在好转，所以…… 我们当时非常惊慌，并说道： 我怎么了？ 我们都是这场运动的受害者，逻辑， 这 我们才是真正的受害者。 这个人真可怜，太可怜了！ 采取这一行动背后的逻辑。

我希望你跟我打招呼。如果我举起手向他们问好。然后我也感到不知所措，这意味着我当时希望……你会像这样向我挥手回应。我像这样跟你打招呼：小家伙奇怪的。如果我只是向你们挥手呢？但你们都把脸转开了。这让我感觉很奇怪。奇怪的。好的。我想你知道现在你明白了吧。你明白这句咒语的含义吗？研究酒精。基本上，这和你……时是一样的。饮酒。你性格腼腆，举止有礼。可能喝了五杯酒。开始起飞。当你喝醉的时候[笑]你非常害羞，非常胆怯，而且你想拒绝喝酒。但[笑声]当你喝了酒之后然后你就会立刻想喝它。你可以连续喝最多5杯水，而且当喝[笑声]5杯，然后你就会变成感觉非常放松，然后就开始大快朵颐。他大声说话，然后开始脱衣服。好的。

因此，空性即是状态。最高中的最高中的最高咒语当然，你也可以像ch那样思考。b你也可以像这样ch和然后也许你知道，对着咖啡吹口气……想想看祝福也有效这也是这种咒语和袜子当然，你也可以直接背诵这句话。《心经》然后念诵咒语数遍，再吹响哨子。它飘进了咖啡杯里，店主想象着……我蒙受了《心经》的祝福。之后你可以好好享用这杯咖啡。把它唤醒。这实际上也会产生影响。此处请使用[笑声]。这就是魔法咒语。它真的有效。好的。所以 5 le

五个方面或五种方法解释我们为什么会看到这种现象的方法。接受《心经》或《心咒》《心经》是一句单独的咒语。咒语我们将尝试完成这 5 D 所以 现在 有一个我该如何表达这四个人呢？复合物空虚？空性有四个方面。形式即同理心，形式并非别无其他。并非形式上的差异。那是形式，形式即是空性。不，那意思是锋利的。形式与虚无并无二致。不，完全不是。颜色各异。好的。所以湖底的那个脚印其实是……它不存在。这意味着形即空。但它还在那里。你可以看到就是这样。月光的倒影依然存在。那里。这句话的意思就是“不”，几乎就是否定的。好的。门。这两个状态就是大门。门。好的。

当你看到你看到即使你看到它是存在的现在我们来谈谈它到底好不好。月亮的倒影映在湖底。在你看到它的那一刻那个足球，实际上也并不存在。就在那一刻，客人等待。但你无法将它们分开。虽然其中的阴影清晰可见。那么，它也是[笑声]不存在。这就是寓言故事的发生地。现在（笑声）到了并非如此的部分湖底有一弯新月。为什么？为什么他们说没有月球区域？在湖底？我们仍然可以看到它。底部有很大的脚影这是一个湖。而这个地方将会是副圣甲虫。这里的色调与颜色并无不同。好的。记住这一点。好的。于这是你自己的想法。请保存这些这是我内心深处的感受。ord 所以 当人们的时候

而当

大家都要读读佛陀的这段经文。如果佛陀要阅读关于空性（Śūnyatā）的经文，他就能读懂它。这个没有眼睛，没有鼻子，也没有……无色、无味、无明显气味。诸如此类的事情，大家都忽略了这三件事。后来声明每个人读第一个词的意思是颜色，即并非如此。很多人都明白敏感的。而当人们只读第一篇的时候……如果没有美貌和才华，一切都会变得平淡无奇。人们误以为空无才是现实。否定。这是一个巨大的错误。佛陀说，佛陀告诉自负如山是可以接受的，不是……问题在于，我以为存在某种不存在的东西。我告诉卡萨帕先生，这个碗是我的。他的碗可能像土图山那么大。Di也可以，但是如果正如他所论证的，小事它就像芝麻一样；如果它们不存在，那情况就会是这样。那真是个巨大的错误。好的。现在不仅是月亮的倒影根据佛教一切在我们看来，这和这完全一样。这就是花蕾的教导而这并非佛陀的教义。只有月亮影子的倒影在湖底，它就是那种状态。如这节经文所述周围的一切景象

我们，我们的一切 生活，拥有稳定的心境。 她像月光在湖面上的倒影一样光彩照人。  
而这实际上是一件非常困难的事情。 我们明白了。原因如下： 正因如此，我们很难理解……  
我们的习惯、我们的倾向、我们的思维方式。 世界倒映在画作的阴影中。 我们可以了解湖面的情况。  
但这是我76公斤的身体，我认为它确实存在。 如果我减少毛皮和稻米 也许明天就会变成74。 [笑] 如果我拒绝  
我吃的越南河粉和米饭味道还可以。 明天我的体重就只有74磅了。 那你怎么能这么说呢？  
“颜色”是否意味着不允许使用？完成了。 它们都存在。 你明白吗？所以，嗯 我不知道，嗯……  
小号衬衫我穿不下。 我知道那些事 小号的衣服穿不下。 与我一起。 或许我应该去韩国（笑）  
我想做整形手术来拉长耳朵。 稍微往上走一点。 我不知道这样会怎样 需要持续增长。  
类似的事情还有很多，例如： 我的指甲一直在长长。 形式。 很多类似的事情都能奏效。  
对于那些觉得难以理解的人。 佛陀为何教导说，形体是…… 不 它们的颜色没有任何区别。  
我稍后会回复这个问题。 现在我将继续[笑] 请进一步解释这部分内容。 说到颜色，很容易…… 明白了。  
它甚至比这种情绪本身更容易理解。 [笑声] 例如，当我触摸我的手时，我感觉……  
它看起来很结实。我怎么能…… 像……一样真实的情感 我的触感还可以接受。  
今天早上我才意识到我忘了回复。 某人的短信。有人给我发短信吗？ 类似“我完全忘记了”之类的话。  
例如，我今天早上忘记付款了。 收到某人的短信。朋友 他给我发了短信，但我忘了。  
得知这些信息后，我现在感觉…… 我对此感到非常抱歉。你知道我 感到内疚和难过。 我感觉很不舒服。  
我感到内疚，我觉得 我得向他们道歉。 但我也觉得那个女孩 这个人给我发了102条信息。 是不是太多了？  
实际上，是 103。 我知道这一点，而且这与此有很大关系。 这里情绪发生了变化。  
事实上，我甚至都记不起是谁了。 给我发这条信息的人是…… 我忘记了那个人的名字。我很难过 老的。  
然后我又感到有些难过。 唉，我老了。 当乔·拜登称耶连斯基为“普京”时 后来我觉得挺有意思的。但  
我也感到难过，因为这很可能 我和他一样困惑。 说到情绪状态，它 情况更加复杂，复杂得多。  
与颜色相比。颜色是可以触摸的东西。 好的。表单为空。 虽然不多，但  
当我们谈论形式时，我们指的是空性。 就算我尝试，它的颜色也不会有什么不同。  
如果你努力思考和琢磨，那么 我能听懂一点，但是…… 情感领域十分复杂。 还有很多 洞察力 玛瑙  
但是，接下来发生的事，你们都知道了。 [笑声] 它本身就具有那种程度 难度正在逐渐增加。你知道这种颜色  
这，感觉，感知，意志，意识 这非常困难。 你现在肯定想到了这一点 一丝疑虑。 我想，就像现在这样吧。  
你可能正在思考一些事情。 它生于心中。 佛陀本人也说过： 这些想法正是它们本身的样子。  
不，不仅仅是这些。 这个想法。他一直在重复同样的话。 这样的。 正如我所说，主要原因是…… 快乐的  
而正是我们的习惯造成了这一切。 它让我们感觉这一切都是真实的。 习惯性呼吸是一个非常有趣的话题。  
在佛教中很有影响力。 习惯塑造了万物。 这一切都成真了。 好的。 这不仅仅是个人习惯的问题。  
这也是一种社区习惯。 这叫什么？冰咖啡。 冰咖啡。 你们在喝酒吗？ 正如你所看到的，这100个人都同意。  
这是冰咖啡。情况的确如此。 这是冰咖啡。 你知道，你无法证明这是真的。 感觉，或者别的什么。我可以  
看看这牛奶。 我无法证明它是其中之一。 别的什么。这也是一种习惯。 我的大脑无法把它称为牛奶。 好的。  
咖啡 走进了我的生活 你知道吗？实际上，咖啡来到这里 我觉得我的人生似乎起步很晚。 我当时17岁。  
当时我正在印度留学。 敏感的。 我觉得我当时尝到了某种味道。 咖啡被称为N咖啡。 非常甜是一种非常……  
你们几乎都是混血儿，真是太可惜了。 把一切都夺回来。 如果我没记错的话，大概是那一年  
17岁那年，咖啡是我生活的一部分。 我的人生。 我的世界里没有咖啡。 所以，当我只有11岁的时候，咖啡  
在我的世界里，它并不存在。 [笑声] 现在没咖啡喝。 它不仅仅存在于我的想象中。

蓝山，肯尼亚，埃塞俄比亚。现在看来[笑声] 无论我走到哪里，我 我们也需要咖啡，我们需要咖啡。 [笑声] 在高高的山上，在机器上 飞行，然后是啤酒，所有这些事 我所到访的地区，无论多么偏远或孤立，这是一座城市。 [笑声] 它就像一个参考点 这就是我。我以前喜欢日本人 拉面。 拉面。就像那碗拉面一样。与日本人。 大约10年前。 我十年前去过中国。 我去了 这 沙漠。 许多洞穴是什么 那里有很多洞穴 我去了一个有很多……的沙漠 与这些相关的洞穴有很多。 佛教遗物 我走进了一家商店。 一家面馆 午餐拉面。 有一家叫兰拉面的面馆。 B [笑声] 他们端上来一大碗面条。 清澈的水， 面条里的水 有面条。 一些葱花 少量新鲜洋葱被切碎。 它和拉面完全不一样。 一点也不像日本人。 很简单。 日本 g [笑声] 一道非常简单的菜，但是…… 那天，日本拉面…… 从脑海中消失。 所以我正试图从他的角度解释。 空虚。 我在这里试图解释 形式的本质是空。 它们的颜色完全一样，无法区分。 习惯如何掌控局面 这个群体。 而且还有 你知道 习惯是通过……养成的 习惯也是人养成的。 状况 何时何时和 例如，这种咖啡是什么时候生产的，它的名字是什么？ 按规定方式烹制后即可食用。 任何？ 我知道，你现在也知道，我是 就这样坐着跟你说话 喝咖啡。 你知道。就在此刻 我说话时就是这个坐姿。 一边和朋友聊天，一边手里拿着咖啡。 非常好。 味道好极了。 但 哈哈。 但第一把椅子却放在地上。 在越南。 但坐着，一边啜饮咖啡，一边…… 在越南人行道的前长椅上 男性。如果我在喝咖啡，我想 那样会好得多。 如果当时我能喝上一口咖啡就好了。 如果在那种环境下感觉凉爽，那么它就会 好多了。 还有数百名四处走动的人 周围都是汽车喇叭声和引擎声。 [笑声] 杂乱无章的声音 这些街道和街区给我一种特别的感觉。 感觉好多了。 仪式就是这样，就是那样的仪式。 这才是真正的咖啡品鉴体验。 完全的。 我正在试着向你解释。 外表、习惯 熟悉的条件、因素和 命运只会强化这种习惯。 我们的变得更致密、更吸水。 更贴近现实。 这就是这些症状的显现方式。 外貌 以及这种外观是如何变得确定的。 最后，人们接受了现实。 社区。 重复 我喝这个之前就喝过这个了。 还是一杯咖啡。所以明天所有这些我 喝的还是咖啡。所以这 某种表现形式 使这些现象更加具体化， 真的。 我看着这杯水，现在 现在我喝酒，还有那些动作 我认真对待每一口水，每一个动作。 一口下去，反复啜饮，然后一切就结束了。 这些行为，这些活动 这只会让我相信这一点。 这个咖啡杯是真的。 根据佛陀的说法 这些都不是。 不应该说这些前任中的任何话 全部 然而，根据佛陀的教义…… 或许佛陀的教义有所不同。 这些事物中哪些是真实存在的？ 实际上，更准确地说…… 至于尸体，我必须把整句话都说出来。 那里。也就是说，形式即是空性。不，完全不是。 颜色各异。颜色并无不同。 虚无即是形。形式即是空性。 虚无即是形。形式与虚无并无二致。 不，它们颜色不一样。必须完整地说出来。 这种表面形式实际上并不存在。 但它也并非真的不存在。 这件事迅速成为热门话题。 重要的。 [笑声] 请和一些人谈谈。 告诉这里的中国人 那种茶很贵[笑]钱 他们的茶，例如普洱茶。 它来自一片早已枯萎的茶叶。已经 生气的 他们会非常生气。 [笑声] 他们会向你汇报，他们会解决这个问题。 我喜欢它完全不是这样，这是一个 这种茶叶产自云南，而且已经…… 它经过数百年的腌制和陈酿，等等等等。 等等。 我对那东西确实有切身体会。 这。到印度一次 我曾经去过印度，在缅甸。 中国人 日期 中国人 给我一套非常漂亮的茶具。 包装非常精美。 所以我做了什么 有一天，我邀请了一些中国朋友。 我在外面放了一些干树叶。 他们放了一些热水，他们也 有一天，我邀请了一些人 中国人来了，我买了一些。 这片叶子我既用在了花园里，也送人了。 把它放进水壶里，加入热水，然后…… 我来调杯饮料，请大家进来喝一杯。 感觉味道肯定超级棒。 你知道茶、黄油、盐、牛奶 如果你像泡茶一样招待客人，很多人就不会这么做。 喜欢。 你知道，茶[笑声]

在西藏，只有茶、酥油和盐。 停止。如果你邀请人们 很多人不喜欢奇怪的事物。 这款茶。但是[笑声]如果你说这是 很多人会拒绝喝茶。 但如果你说这是汤呢？ 这样他们就会喜欢吃了。 形式 isemp。你看到了吗？这就是色彩。 也就是说，虚无即是形。 [笑声] 这都是编造的。 这是由我们的习惯造成的。但我告诉你 这一件事，又一件事。逻辑。 我还有一件事要告诉你。 这是关乎逻辑的问题。这是一个棘手的话题。逻辑会…… 这 习惯 以及混凝土。 逻辑才能养成习惯。 你的思维变得越来越复杂了。它密度更高，也更坚固。 例如，现在闭上眼睛。 赶紧睡觉。 在你睡觉的时候。我问 你 然后去喝咖啡。我请你去买10杯咖啡。 五杯卡布奇诺，两杯意式浓缩，两个朋友 知道任何美国人或其他什么人一杯卡布奇诺，两杯浓缩咖啡，还有其他几杯饮料。 美式咖啡或其他任何饮料 其他。伊纳姆它仍然在你的梦里，好吗？你要把它记住，然后孩子要把它写下来。 错过。你会去点五杯咖啡。这篇评论。确切地。 您将带走5个杯子。 卡布奇诺。 N、10 或 5。 而且你没有漏水。 容器 容器内装有一切都与咖啡有关。你把咖啡杯带回家。 它完好无损，没有泄漏，也没有损坏。 一点都没漏出来。但这只会在我的梦里发生。 朋友。这可能是正确的数字 你知道，这一切都结束了，但只是因为正确的数字和正确的顺序并非 泄漏 但这并不能让梦想中的咖啡变成现实。虽然您可以点指定杯数的咖啡。 好的，类型正确，号码也正确。 我读过的数量 它不会漏水，也不会溢出。除了一小部分之外，它完好无损地被带了回来。 但这并不意味着情况会改变。 你在梦里点的那杯咖啡。成为现实。 所以你的逻辑 也将 通话增强 和 这就是他们的逻辑和思维方式。 逻辑 它会养成你的习惯你的得到了加强，是 它使物质变得浓稠，就像被搬运一样。 混凝土，更加混凝土化。 Oweb。我们会提前下班。 但我可以告诉你一件事。 事物。 intilos。 我们共享的所有信息这里的《心经》什么也没有。 计算 这与哲学或任何深奥的学术研究无关。 这是应用程序 它完全适用你们的生活。 文字承载着意义。 象征意义 它充满了浪漫气息。 民主也可以非常浪漫。你知道，自由是浪漫的自由。 政治自由个人浪漫 所有理想主义 自由也可以非常浪漫。他们所有人 这种概念将这一切偶像化是非常浪漫的。 共同生活，幸福快乐 浪漫只存在于电影里。幸福地相伴一生，直到白头偕老。 长也是浪漫的，而且只存在于…… 这只是一部电影。而我们又拥有怎样的知识，怎样的理解呢？ 这根本就没什么浪漫可言。 这是可以付诸实践的知识。 活的。而且这是可以实现的。 你需要这个 因为数量太多了。 像埃塞俄比亚或哥伦比亚这样的国家 青山指的是以及许多其他方式 彼此。 其中一种方法 最便捷、最体面的方法 洗手间。我们先练习一下再去厕所。 出生。好的。 你不需要坐直。 它在哪儿来着？ 但要观察一切发生的情况。 在我心中。 别问为什么。 医生 暂无评分只需观察 听到狗叫声，就观察一下。 停止。犯规 对于这种声音，你只需要观察。 你可以停下来了。我们应该练习这样做。 你知道为什么吗？ 还记得我跟你说过关于那个习惯的事吗？ 习惯之后，外表就会变得确实 b 但习惯就是这样。 小蚂蚁 它遵循蚂蚁的习性。 中间你不知道你放了一个 安卓 下一个 有点困惑 如果那么站在它后面的蚂蚁就会非常…… 使困惑。 当你练习这个的时候，它是 你们养成自己的习惯。他感到困惑。 你已经把你的习惯告诉了别人 很多。 你让习惯控制了你。 你审视我的时间太长了。这次你必须比平时更聪明一些。 认识我。 而且这是一种非常经济的做法。 节俭。 这不会花费你任何费用。它不花任何钱。好了，我们休息一下。我们可以 休息

## 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第二部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=CWN-ORSEmnw>

这一次……我尽量不把这个话题讲得太学术、太理论化。因为那样的话信息量会很大。要详细分析，需要大量资料，也需要很多时间去深入每一个细节。

你们知道那个竹林吧？竹林精舍。就连"灵鹫山"或"竹林精舍"这样的地名，本身就值得大说特说，因为每个地方对应不同的佛法开示主题。而且，弟子和听众也各有不同。就这部经而言，有两类非常特别的弟子群体。这部经里明确提到了两类不同的比丘群体。这些细节其实非常重要。因为佛陀的许多教法……几乎所有佛陀的经典都以"如是我闻"开篇，差不多每一部经都是这样开头。

比如，佛陀在瓦拉纳西第一次转法轮，宣讲四圣谛，那是完全不同的场景与因缘。当他开示"轮回是苦"时，在场的听众所领受到的，是完全不同的东西。其中有少数人听到那句话，理解得与众不同。他们听到的……不是那种沉重的、令人痛苦的"苦"，他们当时的心境就像仁波切刚刚所做的那样——听到那个字，内心充满了喜悦。他们所听到的，是：情感即是智慧，感受即是智慧。

这只有在有一流老师的时候才会发生。一流的老师，必然带来一流的弟子。只有当有一位卓越的上师、顶尖的上师、最一流的上师时，听众中也才会出现卓越的弟子。

对了，我想在越南你们也读《华严经》吧？《华严经》。在越南，我们也听说大家研习《华严经》，对吗？《华严经》。再来一遍——《华严经》。《华严经》。《华严经》。

不，我请你们重复，是因为佛陀说过：仅仅听闻解脱的名号，仅仅听到一部经的名字，就是成佛的因缘。所以我建议大家重复一遍。

你们有《法华经》吧？叫什么名字？《法华经》。《法华经》。《法华经》。还有这部呢？《心经》。《心经》。《心经》。好，非常好。

这不完全是为了你们，而是因为有些听众……唐纳德·特朗普的一些支持者，为了他们的利益，建议大家重复这些经典的名字。好。

所以今天上午，我大致跟大家谈了谈五蕴与空性。我现在再重复一遍，帮助大家回忆——就像彩虹一样。彩虹。彩虹其实并不真实存在。但它又确实存在，我们能看见它。彩虹的形象、它的显现，以及它并非真实存在这两件事，是不可分离的两种状态。这就是经文，这就是教法。但对我们来说，很难接受，因为习气。正是因为我们的习气，我们很难接受这一点。因为我们的习气根深蒂固，强大得难以置信。习气，真的极其强大。

那些崇拜唐纳德·特朗普的人觉得他是神。那些憎恶唐纳德·特朗普的人觉得他是魔鬼。而且他们不只是说说而已——他们会为了证明自己的观点而大打出手。他们非常极端。他们不仅用语言表达爱憎，甚至会诉诸肢体冲突和激烈的言语对抗。一直都是这样。

在座有很多中国人。大约从六世纪前后，中国女孩们不惜一切代价裹小脚，因为这被认为是非常美丽、令人着迷的形象。后来大概到了明朝，中国女孩又拼命多吃，因为丰满圆润的身材被视为迷人和美丽。现在，我想她们又开始追求纤细了，回到了那种娇柔、纤细、如柳枝般易折的形象。所有这些，都是因果果报的结果。山本耀司、高田贤三——这些品牌所创造的潮流，就是你们争相追随的标准。瘦、胖、高、矮，色即是空，色即是色，诸如此类。纤细也好、丰满也好、高挑也好、矮小也好，一切皆是色，也就是空，空即是色，就是这样。

现在让我们深入一点。让我们一起稍微深入探讨。这是一个复杂的话题，我会尽量用简单易懂的方式来解释。

我选择"不生"这个词。不生。我想越南话叫"chẳng sanh chẳng diệt"。这些现象的无形本性，不生不灭，不垢不净，不增不减。不生，也不死。我们一起来研究这个词。这确实是个大话题，需要我们好好思考。

好。要证明某样东西存在，它的创造日期非常重要，必须有一个生产日期。比如，我手里拿的这个东西，一定会印有生产日期。你们都有护照吧？生日是根据出生日期来定的。我现在在这里，是因为我那一年出生了。我此刻存在于此，是因为我那天出生了。

同样，要证明某样东西确实存在，人们发明了另一个基准，叫做"有效期"。我想越南语叫"不坏、不坏、不坏"——不灭，不毁坏。好。

所以当我们试图证明某样东西的存在时，我们总是寻找它的起点，然后说：它从这里开始。它在那里结束。而这个问题——"它什么时候开始的"——对我们所有信仰宗教的人来说，都是一个极其重要的问题。亚当，这就是为什么我们有亚当和夏娃。起初，上帝来了，他造了光，他造了黑暗。在基督教经典中，总是说起初上帝出现了，他创造了这个、那个，光与黑暗。

科学家也一样——大爆炸，就是大爆炸嘛。

就像舍利弗和观世音菩萨之间的对话，听起来非常像两个孩子在互相聊天。或者就像大爆炸的故事，或者上帝出现并创造光与黑暗的那个人类起源的故事。

没有开始。没有起点。没有终点。也没有尽头。因此，没有什么东西是被生出来的，也没有不生这回事。因此，既无生，也无死。不生不灭。因为没有开始，自然也就没有终点。"开始"本来就只是一个想法，它从一开始就只是个概念。就像一片枯叶被用来泡茶。就像一粒咖啡豆被磨碎、烘焙，变成咖啡。曾经被认为极其美丽、极具诱惑力的小脚，后来变成了极其巨大的脚，也被认为很美、很性感。这就像孩子们互相讲的故事一样——"小妹妹说得很有道理啊。"

这些东西乍听起来可能有点令人困惑。但如果你花点时间思考，其实完全说得通。彩虹，又是彩虹。它存在吗？起点是空性，空性是起点，等等。我们在理智上大概能这样理解。但在习气上，在思维习气和心理习气上，你会发现很难真正接受它。

昨天有个朋友告诉我，我应该给我的……（某个名字）改名，因为我用的是《星球大战》电影里一个角色的名字。他说，既然我现在皱纹这么多了，我应该改名叫……[笑]……他说，既然我皱纹这么多了，应该改名叫尤达。尤达是《星球大战》电影里一个更年长的角色。是的，皱纹更多了。是的，皱纹越来越多了。在变老。越来越老。但这所有的一切，并不能让我接受"时间不存在"、"时间是相对的"这种说法，你知道，还是因为习气，因为"起点"。因为这，就只是一种习气。只是我们的习气而已。

因为如果我们继续这样下去，就像今天的日程所显示的，我们将在四点结束。明天早上九点半，我们将重新开始。这些习气都在变得越来越强。好，让我们再深入一点。让我们更详细地研究这个。

这些现象的本性，不生不灭，不垢不净，不增不减。没有污垢。既不肮脏，也不清洁。没有污秽的缺失。哇。我们现在真的深入到文本里了，老师正在努力寻找例子。好。我经常用这个例子——一只杯子，一只玻璃杯。假设上面有一些污垢。你需要用这只杯子，你会把它拿去洗掉那些污垢。但佛陀在这里所说的是：事实上，这只杯子上根本没有灰尘，或者说这只杯子本来就没有污垢。玻璃杯不是污垢，污垢也不是玻璃杯；污垢是一个

独立的存在。所以，当你清洗这只杯子时，你实际上并不是在洗杯子本身，你是在洗掉那个污垢。因为如果你在洗的是杯子本身，那你实际上是在把它扔掉。好。

把这个记在心里。我们就像这只杯子。我们想要修习佛法。为什么？因为我们想要得到净化。净化什么？净化根深蒂固的贪、嗔、痴、慢、疑，等等。佛陀会说，那些烦恼不是你。你的真实本性中，根本不含有任何负面情绪。因此，你本来清净。你的心的本性，永远是纯净的。所以，你从来就不需要从烦恼和遮障中得到解脱。你从来就不需要被净化。

这可能有点让你的头脑打结。不要气馁。你终会理解这些。你只需要真正地去思维观察。这部分可能有点令人头脑打结，但不要灰心。试着停留在这个思路里，让自己能够进一步思考和理解。

不增不减。接下来，不多也不少。当你修行佛法时，你不会变成一个更好的人。与此同时，也没有什么在减少。你知道吗？这真是个好消息。我……你们知道，作为我的项目之一，我开办了儿童学校。我的项目之一就是为小孩子开办学校。我在想，我真的应该努力把关于“不增不减”的教法融入到孩子们的课程中去。我也觉得，我真的应该把这个纯粹的教法融入到对幼儿的教导之中。

因为……你们看，这是我告诉那些老师的话，这是我分享给老师们的，作为他们教导孩子时的动力指引。不只是老师，父母也一样。每当我们试图教给孩子什么东西，让我们慢下来，慢慢地、刻意地教，带着一点点——不情愿。因为从根本上说，所有形式的教育，最终都会毁掉他们。但我们别无选择。

但我们别无选择。我们需要生活在一个红灯停、绿灯行的世界里，所以我们必须教孩子这些规则。因为我们生活在一个充满符号标志的世界里，比如红灯代表停止、绿灯代表通行，我们必须教他们这些东西。我们整个教育体系里的所有科目，如果你逐一仔细研究，就会发现，实际上，这些科目在很多方面都在伤害我们的孩子。我相信你们会立刻想到——那我们该怎么办？你们中有些人会问，作为父母，我们能做什么？所以你们可能会问我，作为父母或老师，我们能做什么？我觉得你们就继续做你们现在在做的事情吧。但你们始终要找到一种方式去拖延。而那种在真正投入到与孩子相关的活动之前先拖一拖的行为，其实是智慧的体现。那种拖延，就好像你退后一步，心里在想：“天哪，我现在该怎么办？我现在该教孩子什么？”我想在这里表达的核心要点是：《心经》为我们提供了如此基本的信息。好的。你看，这真的是一个很枯燥、很难讲的话题。我都不知道自己在和你们产生互动。是的，我知道这是个非常难、相对枯燥的话题，所以我可能会暂停下来回答一些问题。不然的话，我不知道你们还能不能跟上我。所以请坚持住——请提问。但请尽量围绕《心经》来提问。那边有位女士。这位女士先请。这位女士先请。非常感谢。今天早上您给我们举了一个例子，说在梦里拿到十杯咖啡。我努力帮您取了十杯咖啡，但无论我把订单记得多准确，其实都没有意义，因为那只是一场梦，是幻象，一切都是空性，一切都……但如果我还没有能够证悟到那个空性，我可不可以先在梦里先抓住某样东西，以便从这场梦里出来？如果我的问题听起来有些乱的话，实在抱歉——因为我的意思是，我尝试修行各种事情，比如不说谎、不欺骗、吃素。但有时候朋友会取笑我，说我太死板，太执着于太多东西。在我的修行里，有没有一种方法能让我在这些事情之间取得平衡？谢谢。

嗯，你会说越南话吗？会。我现在翻译一下。我今天早上问了老师，他给了我一个例子：他叫我在梦里去取十杯咖啡，即使我点的咖啡完全符合要求，也解决不了任何问题。因为这只是一场梦，而一切终究是空性。但我想请问老师，如果我们还没有证悟到那个空性，我们可不可以先在梦里抓住某样东西，以便从那场梦里逃脱出来？比如，我尝试持守戒律，像不偷盗、吃素。有时候别人取笑我，觉得我太刻板。我想知道有没有办法在这些事情之间找到平衡。

是的，实际上，所有那些善巧方便和修行技巧，都是幻象。我想你大概已经对佛教是什么样的有个基本了解了。事实上，你可以看到，整个佛教是非常灵活的。就好比你已经活在这场梦里、这个幻象里了，所以你必须用幻象的方法。就好比你已经活在那场梦里，所以你必须用那场梦里的幻象手段来运用它们。这一点很重要。这是唯一的方法，这就是重点所在。当你有了这种“我的道路只是一个幻象”的认识，这本身就会让你变得谦逊。当你接受自己的道路是幻象时，这种想法、这种接受，会让你更加谦逊。你就不会觉得自己在道德上高人一等了。比如，你不会觉得自己比别人高尚、比别人更有德行。我记得有一位大师——我忘了他的名字——我想是一位中国禅宗大师。他说：“如果你手掌里有根刺，你就用另一根刺把它取出来，然后把这两根刺都扔掉。”我觉得这个想法、这句话、这个建议来自一位中国禅宗大师。他说，要取出手上的刺，你必须用另一根刺来完成同样的事情。弥勒佛也说过这个道理。如果你要过河，就得乘船。你上了船，到达对岸之后，必须把船留下来。你必须乘船才能到达对岸，但当你到达对岸之后，就必须把船留下来，否则你就到不了彼岸了。简单来说，当你证得圆满觉悟、成为佛陀，你就不再是一个佛教徒了。我不认为有任何一位佛陀、任何一位神明，同时也是佛教徒。好的。

接下来，来了一个来自中国的问题：“怎么跟一个五岁的孩子谈人格？”这个问题很简单。这个问题非常简单。我们会给孩子读本生故事——就是讲述佛陀前世故事的经典。记得吗，今天早上我说过，对于婴儿，你必须把食物捣碎，加一点甜味、加一点……就像我今天早上说的，对于新生婴儿，我们必须把食物捣烂，加入调料，甚至载歌载舞来帮助宝宝消化。

最近，你们知道哆啦A梦吗？我们知道哆啦A梦的故事吗？哆啦……我对哆啦A梦一无所知。我想他有个朋友叫“老虎”，对吗？那只猫……我不知道，没关系。机器猫有敌人，敌人是个大个子，朋友是什么之类的，总之就是那样。最近，我觉得来自中国的人——中国人——创造了一种上师骑老虎的修法图像。然后他发给我一张这个图片。你猜怎么着？他真的骑在一只老虎上面。我以为他朋友叫他老虎，我把这张图给孩子们看，他们非常喜欢。我觉得你们真的极富创意，当我把这张图发给孩子们时，他们都爱死它了。

就在几天前，我坐车去了越南的某些地方，有位僧人——我忘了他的名字——说他打算建造一些这样临时但美好的寺庙。我给了他一个想法，我说：“好，在寺庙里，有一面墙，请把佛陀的一生全部画成卡通形式。”这个想法是，他去建寺庙的时候，应该把所有的墙都画上描绘佛陀生平的卡通图像。

其实，我需要跟你们讲一个故事。我肯定记得。我需要讲这个故事，它突然涌入我的脑海。那是发生在一辆车里的故事，一位母亲和一个小孩。这是一个发生在车里、母亲和孩子之间的故事。那个女儿有一个玩偶，非常小的玩偶。她试图把玩偶的衣服脱下来。那个小女孩努力要把这个玩偶所有的衣服都脱掉。我问她：“你在做什么？”我问那个小女孩：“你在做什么？”她回答说：“哦，这个小狗的衣服好漂亮啊！我想试穿一下。”你看，色即是空，空即是色。就这样，这个孩子对空性有了某种理解。我真的非常享受与孩子们在一起的那些美妙时刻。

还有个孩子，我想他在讲昨天发生的事，就是昨天嘛。还有另一个男孩讲了一个前一天发生的故事。而他说话的方式……当他讲这个故事的时候，感觉就像他在讲一年前发生的事情。很久很久以前。那个男孩用了“很久、很久以前”这个说法。我想，你知道，我们就去了什么地方之类的。我想就是昨天，我们出去了，“很久很久以前”……我想再去一次。虽然故事里发生的事就是昨天的事，但当那个男孩复述的时候，他用了“这件事发生在很久、很久、很久以前”这个说法。

我们去参观了动物园。所以，给孩子们一些玩具和一公斤黄金。我觉得，如果我们给孩子们一些玩具，就能看到他们怎么玩、怎么表达自己。好的，下一个问题。请提下一个问题。

问题是：当我们在思维观修教法的时候，如何才能不陷入将佛法概念化的困境？谢谢。你能再重复一遍吗？当我们在思维观修教法的时候，如何才能不陷入将佛法概念化的困境？用越南语来说，这个问题的意思是：当我们思维反观佛教教法时，如何才能避免陷入将我们正在修行或观修的内容概念化的陷阱？我认为我的回答是：你应该继续担心。我的回答是，就继续问这个问题，担心它，思考它。我希望你能为此担心一辈子。我希望你永远都在为这件事担心。好的。

下一个。下一个问题。是的。感谢您精彩的教学，总是那么有吸引力——不仅有香脆的面包，还有好喝的咖啡。我来自中国，这是我第一次见到您，非常高兴。我有三个问题，我全部说出来，您可以根据您的喜好来选择回答。好的。

第一个问题是，当您谈到没有终点、没有起点、没有终点的时候，您是在说这一切都是错误的感知——不好意思，我做了很多笔记——您是说这一切只是错误的感知，比如我们今天下午四点结束、明天早上八点再开始。这对我们来说就像常识一样，但您说这是错误的感知。我觉得这非常有趣，值得探讨。您真正的意思是什么？

第二个问题是，当我们谈到现象的时候，我觉得有两种现象：日间梦和夜间梦。那么这两种现象之间有什么区别呢？因为很有意思的是，今天早上您谈到日间梦时，说它是重复的、稳定的、有秩序的，所以实际上很难认出它是梦幻——但另一方面，我们可以控制它，因为它是有秩序的，遵循因缘果报的规律。所以看起来在白天修行比较容易。但另一方面，反过来看，夜间梦就像短视频一样，很快就消失了。感觉好像……所以可以说，夜间梦比较容易被认出、容易被证悟，但它是无序的、不可控的，所以修行起来又有些困难。那么，怎么看待这两种现象的区别，以及如何在这两种情况下修行？

第三个问题是，您总是说，我们应该让智慧做司机，把悲心放在副驾驶，把戒律放在后座。但您也说，这实际上是非常高深的智慧，所以非常滑——充满风险，也有很多陷阱。我想，也许在修行的不同阶段，可以让这三排座位轮流做司机。也许在开始阶段，让戒律先坐司机的位置，悲心第二，智慧最后。那我们应该怎么看待这个问题？

很好，谢谢。我会一并回答所有问题，我想可以的，这些问题是相关的。老师会回答这三个问题。第一个问题是……嗯，第一个问题待会儿再回答，我们可以把第一个问题再重复一遍。第二个问题是关于如何区分白天梦与夜晚梦中所见到的现象。夜间梦非常短暂，像短片一样，出现又消失。白天梦因为有一定的顺序，比较容易修行，但夜间梦则困难得多。第三个问题是，他经常教导说智慧在一切事情中应该是最首要的，他特别用了智慧作为车里司机的例子。但根据他的说法，这是关于智慧的。这能否被拆分成几个阶段？比如，在修行的初始阶段，是否仍然建议让持戒的人——道德的人——坐在司机的位置，而有智慧的人坐在旁边或后面。过一段时间之后，智慧先生是否可以换位，逐渐往前移？老师——

他说他会用一句话回答这三个问题。其实，这是一个梦。关于梦的那个问题——或者说那个评论——是很重要的。但这次我们更专注于大乘的教法，不过将来如果你有兴趣，你真的应该去研究一下，那里有一整套关于梦的完整学问。今天我们讨论的话题属于大乘佛教的范畴。但将来因缘具足的时候，我们可以讨论密续佛教的话题，而在密续佛教里，梦是一个非常重要的主题。修习密法的人甚至主张，梦的状态比清醒的状态更有力量。

其实，梦境与我们所说的“白日梦”——也就是清醒时幻想的那些状态——并没有什么不同；它们都是相对的，因为时间本身就是相对的。你可以休息两分钟，就睡两分钟。喝杯咖啡的工夫。而在这两分钟里，你有充裕的时间去订十杯咖啡、带回家、拿回去、或者随使用来干点什么。但如果我们在监狱里待上一个小时，就会发现时间走得慢得令人绝望。

在梦里，如果你梦见自己从悬崖上掉落——比如说，你梦见自己从山顶跌落，或者从摩天大楼的三十层掉到十层——然后你突然意识到这是一场梦。这时候你会非常高兴，你会享受这一切，你会说："哦，我在飞，毫无恐惧，一丝一毫的恐惧和焦虑都没有，就是这样。"

这在我们日常生活的处境中也是一样的。比如有几百个人在夸你，说你好、说你美，等等。各种赞美、点赞、爱心，统统涌来。如果这时候你意识到，所有那些赞美和仰慕都只是幻觉，所有那些大拇指和爱心手势都只是幻觉，你就不会被它们套住，你就不会卡在那里。这样的话，你在社交媒体上照样可以收获很多爱心和点赞。而且，哪怕有一个人不喜欢你——竖起大拇指朝下，"吓得要死，感觉像是从高处跌落"——你也不会被它烦到。

好。至于你那三个问题的答案，我认为这是你需要听的重要一点。佛法的架构必须同时具备世俗谛与胜义谛这两个元素。你所建立的修行次第，无论走哪条道路，都必须始终包含绝对与相对这两个层面。

你说得完全正确——有时候，面对某些人，我们必须先把世俗层面的问题提出来，先从这里切入。佛陀的教法一直都是这样的。比如四法印，他第一个教的是：一切有为法皆无常。这并不是绝对的教法，这是关于相对性的教法。但对于刚开始学习的人来说，这是没问题的。

说到四圣谛，第一个谛是：我们必须认识苦的真相。好。我的意思是，在这四个谛里，如果你失去对真相的把握，那就没有真相可言了。关于苦谛，我们为什么要认识"苦"——听起来好像佛教很悲观，好像一切都是绝望的，一切都是悲哀的，一切都是无常的，一切都是糟糕的，一切都不好。关于法的寂灭之谛，那些不修习佛法的人听到这里会问：佛教徒为什么总是这么悲观？为什么他们总是觉得这个是苦，那个是苦，这个不好，那个不好？

好，我们马上就要休息了，就快休息了。在休息之前，我们一起来修持《心经》。这一次，我们要更认真地修。坐直。不要咳嗽。不要抓痒。不要伸懒腰。不要抓。不要打哈欠。不要动。不要动。只是知道你所知道的一切。只是觉知你所看见的一切。

# 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第三部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=9Uwr1ZnMWfw>

你必须成为你必须承受更多。密度非常高所以或许对你的一些小东西来说难但我认为这是你可以做到的。建造。我们将继续研读经文。我认为对某些人来说您可以看到我们就在这里。虽然很难理解，但事情就是这样。我们思考的基础反思并在此基础上继续发展。身体。主题浩瀚而深奥。主题非常广泛而深刻。现在我将重点讲解“般若”这个词。英语，没有ch。这种般若（智慧）在转移的过程中这部作品的英文译本不多。我可以选择，但我会选择那个词。智力。我认为智慧这个词总是被误解为要做的事情拥有智慧和才智。我认为“智力”这个词是用在我们……的时候。如果我们使用它，很容易造成误解。这个词，它是一个聪明的词还是一个普通的词？明智的。实际上从某种角度来看可能是绘。事实上，从这个角度来看他们所拥有的是般若智慧。我们无法人工培育它们。增加减少。那是这就是经文中出现这个词的原因。这段文字与原文本完全一致，既没有增加也没有删除。你想要吗？你喜欢吗？没问题。没问题。因为你已经拥有了它。因为你已经拥有它了。你已经拥有它了。已经。你不需要从任何地方下载它。首席。它也不能增加或改进。祝你早日康复。就像水银一样。汞就像水银一样。你知道你往粪便里放了汞。水银混入粪便中水银还是水银。但只要你浇灌的是正确的肥料，那就足够了。那样的话，那水就会变成污水。你内在早已拥有般若智慧。这就是我。你在用它吗？但你在使用它吗？不。并非如此。有点像这就好像你穿着一部分。你戴着一条钻石手链。像这样戴在脖子上。你甚至都不知情我知道这是一条钻石项链。你甚至都不知道那是个手镯。钻石。过去30年里，你也没有。我知道这是一颗钻石。你到处旅行……他乞讨食物，觉得自己很穷。难的。因为当你不知道那是一根针的时候。如果它勃起，那就和现在一样没用。这不是钻石。同样，般若智慧与主题无关或主题。比如理解复杂的数学。这就好像试图理解一道复杂的数学题。我不理解智力。了解经济、地缘政治等等。智力。当你拥有智慧，当你拥有洞察力理解复杂问题其他科目，例如经济学或地理学在政治领域，所有理解……明白这一点就叫做智慧。你可以学会的。这是你可以学到的东西。基本上，你可以自己搭建它。因为基本上你可以逐步构建它。也就是说，要将这些知识传授给自己。身体。你知道什么是坏事吗？但你知道吗？这是坏消息吗？视力你可以构建的，无论是什么你可以培养值得信赖的品质。因为任何你能创造的东西出去，你可以形成，你可以创造它意味着它不可持续。稳定的。它是可以被影响的。这可能受到教师的影响。它会受到外部因素的影响。此外，他们就像你的父母，就像你的老师。你的老师或任何这些人其他任何外部因素。般若智慧是独立的。它不适用于任何特定的对象或主题。我知道这很难。但我明白这是一个非常难的。首先，这很难……美丽的。首先，它很难识别。此外，面对某些事情也很困难。很难遇到愿意……的人指出：嘿，这是一颗钻石。而且你也很难见到他。有人给你看过这个。那是一颗钻石。其次，甚至有人说他这样是一颗钻石你知道，这次佩戴这颗钻石是怎样的。你不信任别人。即使你遇到一个有这是为了向您展示您身上佩戴着针头。即使它如此顽固，人们也无能为力。我可以让你相信这一点，因为因为你说，“哦，情况并非如此。”在哪里。我这辈子都一直穿着它。我不认为它是钻石。这就是原因毫无益处而且没有任何损失。不，这不是证据。所以才有了下一句话。

根据它的说法，这是不可能获得的，也是不可能实现的。国家并未达到觉悟的境界。

没有人会偷走你的普拉贾纳。谁也无法窃取碗中的智慧。你的礼貌很好。影响。

如果您患有疾病，例如痴呆症。那么它也不会影响智力。你拥有般若智慧。但这实际上很有挑战性。鉴于这就是原因 需要指出的方法有很多。这位 prajana。但实际上，这是一个非常大的问题。

这很复杂，很难理解，而且……这就是为什么会有这么多的原因。多种方法和手段 试图向我们证明这一点 我们每个人都拥有智慧。般若。鼓掌 甚至连声音究竟是什么这个问题都值得探讨。拍手的声音 我 脸 有人告诉我就是那样。这就像有人打了另一个人的脸颊一样。那里 很多例子 例子 而且，钱包的数量非常多。

下面举个例子来说明这一点。讲座时间非常长。绘画作品 壁画，象征意义，符号 莱克斯塔尔 像水晶一样，一些密宗修行者使用这些 诸如水晶之类的符号，这些 这座透明雕像象征着智慧。般若（智慧）就在这里。

例如，当阳光照射进来的时候。棱镜、透镜 然后我们看到了彩色丝带。就像彩虹一样。

没有太阳，就没有彩虹。没有太阳，就没有太阳。彩虹。一年后，这块水晶会在哪里？

被锁在盒子里并不意味着什么。彩虹的颜色发生了变化 丢失的。在阳光下待了一千年并不意味着彩虹会越来越常见。和 即使是一岁的孩子，在阳光下也不会……这意味着彩虹会变得更大。上。成长。

文中列举了许多例子来说明这一点。这正说明了这一点。诗歌。一心一意。禅师非常擅长带来 请举例说明。某人 就像日本的禅宗大师B一样。他写了一首关于跳蛙的诗。进入湖中。

还有好多鼓舞人心的事 除此之外，还有很多其他事情。又一件鼓舞人心的事。像那洛巴大学 就像那洛巴一样，一位伟大的印度大师 一位伟大的印度大师问道 他的教导 他请求主人赐予他祝福。教义 主人什么也没给他。12年 但他没有灰心丧气，而是坚持了下来。有一天，当他们路过时，请他们帮忙。

锣的银行 有一天，他们正在散步。在恒河岸边 抓住那洛巴的胸膛 什么都没有 并告诉那洛巴大学，我没有什么可以奉献的。教导最大的孩子。他说我没什么可教的。你们所有人。

就这样。纳罗帕大学获得了全部款项 整个教义体系，只听我的话。没什么可教孩子的。还有那洛巴 一句话成就顿悟。那里。例子数不胜数。像这样。反正，但就目前而言 再次基于那些女士 问卷 是理解真相的东西。但 现在我们必须了解……这是根据刚才提问的女孩的问题而定的。

当被问及时，般若波罗蜜多的智慧就是它本身。它帮助我们了解真相。事物的真相，关于所有现象的真相。

万物皆无常。这只是八正智慧的一小部分。优雅的。就像昨天一样，什么都不能再发生了。

固定的。就像昨天一样 正如我们所说，没有什么是不可能的。可以修理。

这只是我们所经历的一切的一小部分。非常浅，一层又一层 般若智慧的基础。但当你明白一切都是 丰富 那就是 V，当你真正理解色彩的时候，就是……不，不是指颜色。当你理解

如果我们能做到这一点，哪怕只是一点点……这就是般若的智慧。然后你就会 不知道我们该如何运转？

你将开始提问 那时人类将如何生存？ 我们还是会去找工作。我能找到工作吗？ 仍然 跟朋友们打个招呼。

一旦我们拥有了这种智慧，我们 我们是否也应该向朋友们问好呢？ 不是吗？

生日派对。我们还是要去医院生产。你还有最好的朋友吗？威廉姆斯 你还是我不知道我们穿内衣。

你还穿着内裤吗？ 所以你可能会问 我们如何运作？ 您可以问一些问题，例如： 我们将继续生活。

我是什么样的人？ 例如。这个例子是寂天菩萨举的。展示。就像母亲陪伴孩子一样。

我的孩子们正在建造城堡 在沙滩上。母亲不会告诉孩子这件事 孩子，别再建那些城堡了。

这座塔楼并不是真正的城堡。如果母亲这么说，那真是…… 一个愚蠢的母亲。门 房间

母亲将与孩子一起参与。我会和孩子一起玩，我们会一起造一扇门。这里那里要建窗户，那里要建拐角。

Vân将会经历所有这些事情。那里。6点，晚饭时间到了，我们回家吧。我同意了，并说时间是6点。

晚上是晚餐时间。我们要走了 回家。 婴儿 真的。因为母亲会知道这一点。 在那里待到太晚并不是个好主意。我们会想办法解决这个问题。 将般若智慧融入生活。 活的。 现在我试着总结一下我的意思。我今天早上分享了。 今天早上我说的是拼写。 今天早上我说了一句话，我称之为……护身符或咒语。你是否记得？ 不是吗？ 然后我念出了咒语。 轻轻一吸，就全没了。 目前。如果你有这个，你就知道了。 pr 那是一种咒语，因为 你与世界互动的方式如果你知道自己不太可能得到它 你理解了般若智慧。 这种般若智慧意味着你拥有有一种魔法咒语拥有改变的力量。 那是因为你明白如何 这就是世界的运作方式。你还是会去参加生日派对。 你仍然可以穿内衣。 你仍然可以穿内衣。 而且你可能仍然会做这一切。你可能仍然会非常挑剔。你有 他仍然是一个非常复杂的人，一位英雄。 华丽还是简洁？例如，您有很多要求。 咖啡里只需要一点点糖就够了。 不要使用石头等物品。所有这些 这就是请求。 但一旦你被它深深吸引。 一旦你中了这种魔咒…… 如果你击中心脏，你就会明白。 生活彻底改变了。不仅仅是当我们还活着的时候， 尤其是在临死前的那一刻。 因为你拥有 即使你没有深刻的领悟。 一点点因为这个咒语 你知道死亡 生命，诞生，这一切，都变成了 有点像 h 而这正是因为你略知一二。这是八眼智慧。即使你 他们还没有真正获得任何伟大的启迪。 然后，当你经历濒死时刻的时候 经历过生死你出生后就会看到那些景象。 这种现象就像一个洞。哦 对了，我需要告诉你一件事。对了，我还需要把这个分享给…… 我有一个问题想跟大家说。 经过 情况真的会很糟糕。 为了经济。如果很多人都有它 般若智慧，领悟般若智慧 如果 Nha 牵涉其中，那对行业来说将是坏消息。 economics.com 只有贪婪的人才能从经济中获益。 如果你是盲人，那么经济就是 好，因为实体经济就是这样当我们贪婪时，增长就会发生； 非常渴望 但我们还有其他选择。 必须提交 经济 你喜欢经济繁荣吗？好还是不好？或者你想要更多 自由的生活？或许你想过一种绿色环保的生活？ 比 过着一种不太忙碌的生活。激动起来 更自由的生活。你 纠缠不清。 那些想要过上无忧无虑生活的人。 粘在各种东西上，但并不牢固。很多方面。这是你的选择。 这是你的选择。 当然， 我们有很多习惯模式。 当然，我们必须先了解智能。他的般若智慧。 我们的习惯…… 它们不容易死亡或被消灭。 胡椒。但是你知道…… 这些习惯也有一个好处：它可以被习惯所取代。 其他熟人。 好的。 以上只是一个非常简短的解释。 在 咒语 参数。以上就是简要说明。 《心经》核心咒语的简要概述。 但这只是件很小的事情。 这个解释其实非常简短。袖珍的。 虽然还没完成，但我…… 我认为我们暂时可以接受这个结果。 在这里接收。因此，下一句话就是：你必须知道。 般若波罗蜜多是一位伟大的大臣 这是伟大的咒语，至高无上的咒语。他是地位最高的人，只是承受了太多苦难。 诚实，不弄虚作假。 好的。 就目前而言关于文本，我将保留一部分给…… 我们明天继续。 我觉得这对你们来说太多了。 是的，没错。 现在我们将我们有15分钟时间回答这个问题。 问。 我们这里有一些问题。 这个问题关乎我们如何联系或关联。我们昨天收到了上师瑜伽练习的指导。 加辣酱。 问题是，我们如何才能拥有它？ 实践之间的联系或纽带我们今天收到的瑜伽大师 昨天，还有《般若波罗蜜多经》？ 方法有很多种。 这是莲花生大师坐姿的观想。在塞纳斯塔 绝不 但是那莲花座并没有沉入水中。 也就是说，形式即是空性。颜色并非如此除零以外。虚无也是一种形式。 你正在练习古鲁瑜伽吗？ 不是吗？ 你和上师密不可分。练习建立联系的方法有很多很多。 将这两种方法结合起来。 好的。下一个。 下一个。下一个。科学认为大脑和思维。因此，没有 科学的重生是因为当 大脑死亡，一切就结束了。什么是 大脑与……的区别 头脑？我听到了大脑和心灵的声音 科学界对此有不同的看法。 还有心灵和心灵我来告诉你一件事。科学家们不这样认为 有个想法。 [笑声] 让我成为越南人。

问题是，科学界是否认为大脑是……？ 因此，心念不会再有轮回。 在科学领域，因为根据这种观点从科学角度来看，不会有重复发生的情况。 出生。因为当大脑死亡时，这意味着要彻底结束一切。问题是…… 大脑和思维有什么区别？根据 老师回答说，他们是科学家。他们没有全心投入学习。我的意思是，作为一个 学生 没关系。 我的意思是，当谈到这个话题时。讨论的核心问题是…… 他们没有心智的概念。 这就是为什么佛教徒和科学家 当他们谈论类似的事情时正念没有共同点。 嗯，这和佛教徒的做法很相似。 或者与佛教徒交谈 正念科学家们，他们双方根本无法找到共同点。 说话。 就像我和你们一样，当我 我想谈谈这个椰子。至少 你我需要达成共识。是水果。 那至少我们俩都应该有。 普遍认为这是 一种水果。 然后你可以说这是你知道的椰子什么的，都是因为我 喜马拉雅山脉没有椰子。 所以你能说服我这是 水果。 首先，我们必须简单来说，它是一种水果。 然后你就可以继续解释。 告诉我这是椰子，等等。 因为我来自这个地区。喜马拉雅山。在我的家乡，没有这种情况。 这种水果。 这是一个很大的话题。 这是一个非常大的话题。研究心灵 我认为认知 只是近代才在西方出现的。 对意识和感知的研究。 心灵意识实际上才刚刚开始存在。在新的西方社会 只是最近才有的事。 这里那里可能有些小东西对某些人来说是这样，但说真的，也许只有17世纪 认真地谈论研究。 那么他们可能有一些地方，一些这位学者正在某处进行研究，但是…… 准确地说，它只是关于…… 他们是从17世纪才开始这样做的。谈谈这个问题。 希望印度 研究问题是关于心灵的 这种情况在中国等地也存在。过去两三千年来，印度一直是一个国家。 已经。我这里有一些印度菜和中国菜。 桌子 你认识心理学家吗？我还咨询了心理学家。 印度人和中国人。 有时候我也听不懂他们在说什么。 进行中。因为大多数研究都集中在…… 他们的心理是基于这些因素的。 通过心理学方法获得的研究结果 西方。例如，许多 心理日志问题 挖掘 然后他们就会进入童年时期。 创伤。 例如，存在许多关于以下方面的问题精神、状态、疾病 一个人的精神或心理状态 大人们把它们带了出来。他们把它解剖了又解剖，一点一点地解剖着。 他们逐渐地、最终得出结论。这种论点认为，所有这些问题都源于…… 童年时期的心理创伤 诗。故事到此结束。他们没有任何类似这样的概念…… 这是前世留下的伤痕。 先活在当下。 你知道 谁知道呢？或许我们曾是一条鱼 500年前。 你知道，我们怎么会知道呢？或许我们本就是一体。这是五百世以前的鱼吗？他我不知道。或者一只蜘蛛。 或许它是一只蜘蛛。 老虎就是老虎。 然而，现代心理学家并不这么认为。我们就是这么说话的。 但我认为有很多尝试 谈谈“”。 我知道有很多努力 我们来讨论一下这个问题。 但我想分享一些事情 重要性在于…… 我将与你分享这道开胃菜。我不是 我会完全分享，因为……时机不对。我会与……分享 你们有一种给予的特质。 让我来介绍一道开胃菜。只是味道。因为我们没有足够的资源。 是时候切入正题了。 当然不是 头脑。 当然，般若智慧并非如此。一定是我们的大脑…… 它也不是意识。 我无法告诉你。 仅此而已，我只是把信息告诉你。这只是我的个人意见。好的。下一个。 接下来就是当我们发生争执或出现问题的时候。由我们自己的家人照亮，如何处理 它与空无有关吗？ 我们应该假装这件事从未发生过吗？ 我问题是，我们何时才能拥有这些东西。 冲突或被欺骗 我们家人中的亲人 然后我们运用空性的智慧。我们应该如何处理？是的，我们有 我们应该假装这件事从未发生过吗？ 不是吗？老师说非常好。老师我也有过类似的经历。 每当发生冲突时 家庭内部会发生冲突，这是自然现象。 在家庭内部， 冷静的 怨恨，和老板之间出了问题，或许你和老板之间出了问题。 是的。生意不太好。找不到工作。 不，我找不到工作。我一直想着的那个男朋友…… 和其他人一起出去玩。 所有这些类型的问题。 这次我会告诉你答案。

这非常符合实际情况。只做一次。请修习《心经》。一次。然后你就念诵。然后，将双手合十放在胸前。像这样。请想象一下它们就在你眼前。我即一切佛菩萨。三个时间段中的然后你会开始做某件事。我对这句箴言深信不疑。进而你还记得一个故事。因为因陀罗神遇到了一个问题。阿修罗们，你们必须与他们战斗。半神。所以他很害怕该怎么办。他非常害怕，于是前来寻找。我遇见了佛陀，问他：“我该怎么办？”佛陀回答他：“只是……”坐下来，简单地念诵这句咒语。请记住这一点。[笑声]我之所以在这里问大家，是因为我内心深处有话要说。我现在看起来有点像乔·拜登。一点。然后你知道你知道你有几次之后，你就把它驱散了。鼓掌。你只需念诵一遍这句咒语。然后你要拍四下手。时间。[拍]让我们鼓掌扫除障碍！你可以试试。我没什么可失去的。你应该试试这个。如果你这样做一次以真诚、正直和值得信赖的态度，我向你保证，这个问题一定会得到解决。我的问题解决了。当你鼓掌时，基本上就相当于在说“喜欢”。喷射当你鼓掌时，首先它意味着转变。第二轮掌声意味着“加油！”让它不复存在。第三轮掌声是为了庆祝和平的达成。缓解局势。然后第四个绝对是安抚。第四轮掌声完全没有问题。平静，完全安宁。所以你看我们在最先进的设备中也拥有这项技术。等级一直到几乎像……萨满级别。你会看到我们正在学习……这部分内容从最复杂的层面开始。简化到最简单的程度就像这种做法一样那是萨满。就在里面。你知道，这是因陀罗亲眼目睹。因陀罗·伊斯拉这就是他这是之前也曾提及的部分天神因陀罗亲眼目睹。因陀罗总是有很多敌人。因为他非常强大。他有很多他势力强大，所以树敌众多。力量。皮肤。他的女儿这他的女儿是某人的女儿。天上的王是[笑声]然后他们就开始秘密约会。伊塞姆半神国度的一位王子。而那个半神领域是……的敌人天界之王，因陀罗。是谁发现了这个女儿？你们在谈恋爱吗？月神。那是太阳之子，那是月亮之子。月亮。哦，太阳神和月亮神。24小时。太阳，月亮。太阳神和月神全天候关注这位公主。天帝因陀罗非常生气。他诅咒了我。我的女孩。我希望我的女儿能成为一名最丑的女人。愿你一只乳房翻过来左边。愿女孩的乳房只有一侧把它扭到背后。另一侧向下延伸到地面，它上面布满了灰尘。不仅如此那，你知道，就像他们用铁器折磨她一样。不仅如此，他还惩罚了通过捆绑她铁链这让公主感到无助。既悲伤又愤怒。而她，则信奉上帝，而佛陀则信奉上帝。释迦牟尼佛和那位少女前来拜访他。先生。佛陀说：“你会保护我的佛陀。”DMA。”佛陀说：“我会保护你。”为了我们的教义。从那时起，他成了她的监护人，她也成了她的监护人。他成为了守护神。所以他变成了卡利。所以我们有了这个我们用这些祷文向她祈祷。这就是我们为什么会有这个祷告的原因。我们向守护神卡利祈祷。那真是一篇非常美好的祷告。回应你只是看看你的小巷实际上，这是一条链，你知道的，因为她被锁链束缚着，只是看着你。安莱特让我着迷那份向他所做的祷告真好。惊人的。有句谚语说，你只需要看看……他的脚踝导致我们我被深深吸引了。这里是脚链这实际上是一条链子但她被绑住了。当他那样举起手臂的时候……这，它刺破苍穹，它直插蓝天。天空中的所有云朵都翻腾起来出去。当这种情况发生时，所有这些骷髅们都笑了。这是佛教的观点。我跟你讲这个故事，只是因为……在我们结束今晚的活动之前。每一个轻松的故事。我只是在……轻松的故事。就这样。老师想给我们讲个故事。这是在课程结束之前。今天。因为我想结束这一切。以温和的方式进行讲座故事就是这么温柔。因为我们今天的话题。它很重。好的。请允许我们现在休息一下。

# 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第四部分

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

我相信你们大多数人都是佛教徒。我相信在座的大多数人……他们都是佛教徒。  
这就是我们关注此事的原因。大乘佛教之道。因为我们是在孩子身上练习。  
这是大乘佛教之道，所以让我们……以菩提心（渴望觉悟）接受教义。即使你实际上并不知道什么，bita  
完全认为我 我要列个清单，我要去这里 和部分或坐 所以无论如何，它都会 启迪众生。  
即使你还没有完全理解菩提心。那是什么？未能完全理解菩提心意味着……  
无论如何，我需要的只是你们的支持。以最概括的方式思考 没错，我们来这里就是为了倾听。  
如今的教义相当于一到两种。我们可以通过多种不同的方式……造福一切众生。我本人 而我本人也是一个人  
试图传播菩提动机 菩提心心念，而我依然…… 我正在尝试按照菩提心（觉醒之心）修行。  
因为菩提心具有奇妙的功能。不可思议的好处 简直令人难以置信。最根本的 等级 这个已经为你准备好了  
因此，你会在……中听到它。古道 你会听到另一种说法 因为这是不同的设置。  
并且在最根本的层面上有所欠缺 那将为你打下基础。该基金会在内部建立。你将会因此获得菩提心。  
有很多不同的方法。如果你 阅读有关止痛药的信息 药品 仅仅因为你想增加你的 知识是其中一种方法。例如  
就像你在研究……的时候 止痛药，这样你就可以增加 成年人获得知识和理解。 我的情况也类似。女性  
理解菩提心的概念也是实现这一目标的途径之一。 培养菩提心（获得觉悟的愿望）的方法。  
但如果你正在阅读有关止痛药的内容 因为你头疼，那么你知道 你阅读的方式和你的方式 理解。  
但是，假设你阅读的目的是为了找到…… 了解止痛药，因为你正在遭受痛苦  
头痛取决于你如何阅读和理解它。 医学相关信息 缓解疼痛其实取决于阅读理解能力。 其他。  
如果你是凶手 因为你母亲有一个强大的he 不是你，母亲，还有另一种方式 恢复  
而在另一个案例中，情况是这样的： 这时你妈妈会头痛欲裂。 以及你阅读的动机  
这些止痛药是为了帮助你母亲。 可以消除那种头痛 那时你就会用不同的方式去解读它。 全部的理解。  
所以，这适用于这些发动机。 它们各不相同，所以我们需要找到应对之法。 不同的视角和解读  
了解差异，理解的层次 它们不一样。 而这一切只需要像这样的菩提心…… 所以，这是一款通用基础引擎。  
事情就是这样，你们就坐在这里…… 你感觉自己什么都不懂。 这次法会上，竟然没有一个人说话。  
这样也可以。这种动机的力量 会缓慢地 让你明白。因为正是源于此。 奇迹般的，源于引擎的神奇动力。  
菩提心会逐渐地、慢慢地帮助他们。 你什么都能理解。 事实上，甚至在你预订机票的时候也是如此。 托明  
如果你觉得我会听你的 为了众生的利益，每 您在预订机票上花费的精力 门票是一种荣誉。  
而且，从本质上讲，我们不妨假设： 这次讲学旅行之前，你需要提前预订。  
怀着菩提心（渴望觉悟）的动机购买机票。 这意味着我订这张机票来这里是为了……  
我听了一场关于《心经》的讲座，因为…… 为了所有生物的利益。主要 写下机票的行为，这种尝试  
为了拿到这张机票，我们付出了多少努力，尝试了多少次。 您已成功转移学分。 就像一个  
我真的很喜欢炼金术 炼金术 从本质上讲，这种菩提心类似于…… 它就像一种化学物质。 你总可以说  
我想感受一点苦涩。 今天下午我打算四处走走。 在街上喝杯咖啡，就这样。 我会感到高兴。  
我很高兴，所以我会听从…… 演示效果更好。 甚至包括喝咖啡的过程 变成人鱼。它就像是促成了这件事。  
它就像催化剂一样。 它会给你一个。 例如，一种喜悦的状态。喜欢 这时你就想沿着街道走下去了。  
喝一杯咖啡就能…… 整个过程 随你喜欢，或者尽情享受咖啡 这样的批评会带来喜悦和幸福。 比。

这样就成了一件功德无量的善事。我知道有一些新的或在佛教研究中。所以，为了……的利益我也会尽量做到。我不知道还有什么更容易理解的。我可以制作现在我们继续讨论这个问题。《心经》节选。我知道这一点。在这个抵抗室里有初学者只是经验不足的练习者。基本教义就是佛教徒迄今为止所学到的东西。我最近才开始接触佛教。停止。而且是为了目标群体的利益。现在，我将尝试解释般若波罗蜜多。《心经》的讲解方式浅显易懂。易于理解。是的。尽管我总结了当然，这并未涵盖所有深度。并且不得不说也不是我基本上想说的是，试着……我教你的任何东西我都会我真的非常注重ACT教学，所以我那嗯，基本上都是编造的，尽管有些例子听起来可能有点……令人讨厌的以及所有这些摘要《心经》概要我想和大家分享这件事。它并不涵盖所有学位。深刻而慷慨，所有般若的深度和广度心经。但那些我我跟你们分享这件事，但实际上，它是……这就是该教义的核心，而我坚持这一核心要义。这些并非我所拥有的内容。我编了这个故事来和你们分享。当然。当然，其中也包含一些故事。我解释一下，这样你就能明白了。所以对于年龄较大的学生来说，还有更多季节可供选择。同学们，我想你们听了一些这些更基础的方法或许可行。对您有帮助。对于目标群体而言，这些行动他们练习了很多年，不是吗？凭借丰富的经验，我认为……关于般若波罗蜜多的部分即使从最基本的层面来说，经文也会带来这还能给你带来更多好处。低音提琴因为你已经触及了基本原理。第一版。有人教我怎么用笔记本电脑。朋友教我怎么用的。使用笔记本电脑。我觉得她可能喜欢一名几岁女孩在一家MacBook专卖店。那是一个年轻女孩，大约……大约16、17岁，在店里。MacBook。不可能从一个人身上学到东西真正的专家，因为他们太……快速地。他们这样说，但我一个字也听不懂。老师说，这其实非常困难。以便我能得到指导。一本来自MacBook的用户手册专家。因为对于专家来说这家人样样精通，而且他们会非常速度太快了，我几乎跟不上。好的。这个孩子跟我联系很多，总是和我保持联系。但这个年轻女孩大约16岁。17号就在那扇门里面，面向……它给了我一些非常基础的指导。她总是始终引导他们完成基本步骤。最根本的，最基本的。所以为什么那么，为什么它被称为般若波罗蜜多呢？糟糕的？因为我们有苦难，在梵语中，苦难是……杜克。我们为什么需要它？我们为什么需要椰子？因为我们有明亮的。那么，什么是无知？咱们闲聊点儿无关紧要的事儿吧。明亮的。混合它的外观和本质。以最根本、最核心的方式。首先，无知即是困惑。在可见的形式中并且对它的真实面目感到困惑。存在。好的。演示。我来为你举例说明。看看我手里的石头。它看起来像一块石头。结实的。它看起来很结实。那里。但就其本质而言它不是一个物体。艰难的。我们需要回归本真。它的本质是物质。液体。而这种情况正在慢慢发生。它融化成了水。所以，这就是它看起来的样子和方式。这就是伟大的众生之祖母。而事实上，我们误解了这种表现形式。物体的外观及其真实本质它的本质是，它是无所不在的虚无。明是无知的祖母、曾祖母和祖先。首先出现的是别的东西。你的眼睛让你觉得它是真的。但关于这个版本的实际情况是这样的。它所揭示的正是它的本质。看来并非如此。这一定是它的本性。基本上尽管与世界互动。从根本上说，那是无知。我们的。正是这种无知这是我们互动的方式。世间万物及现象性别。你们有些人听说过很多，但是……为了新生或许你们当中有些人也属于这个群体。我们的人民对此早已耳熟能详。这已经很多了。但为了……的利益新主题关于佛教，我重申我的观点。手。哦，那只手你能看到我的手吗？我的手臂当我们在心中看到它时首先出现的是手。我们的眼睛。我们似乎对……感到满意我所看到的。血液、静脉、皮肤、手指，所以但从手臂向下那只手，其实在里面。它由血液、骨骼、骨髓和细胞组成。

皮肤下有细胞在运行。已经 手指间的协调性 合在一起，一只手组成一只手臂。手。通常手持 混合在一起。当你看到一个的时候，这一点就很明显了。手或手臂 看，这就是物质形态，是显现。手的外观。然而，那种表现形式和手的行为 它就存在于你眼前，也就是原版。手的性质和本质 因此，它们同时存在。研究实际上，所有学习和实践都属于研究范畴。所有 是专门理解 这种外表和存在。当我们学习般若波罗蜜多时 《心经》既可以研习，也可以理解，还可以实践。 佛陀的其他所有教义 教育，即所有形式的学习。这一切理解的目的是为了 实现以下目标： 万物皆有色 总体情况就是这样，事情就是这样处理的。任何。有一个秘书，她是谁 生物化学家和病毒学家之类的那。你很早就知道了。 我还有侍从，他们我从事生物化学领域的工作。 他们是以下领域的资深专家…… 生物化学。因为她很流行她到处看到病毒都这样。 一旦他们接受了那方面的训练。 在生物化学领域，他们所知道的……我周围的一切都和病毒有关。 停止。 正是由于他们的这种心态 在那种环境下进行训练所以，他们的行李箱里，只有一个…… 行李箱里已经有一半装满了水。先用消毒喷雾杀灭污垢，然后再擦拭毛巾。他们花了很长时间进行清理，无论走到哪里，都会把那里擦得干干净净。 他们的目的地就在那里。我知道这其中含有增味剂。 必须承认，这是一种味道。 优秀的实践者。他在这方面真的很好，你知道的，维帕那的方式 他与身体互动，而且不仅仅是他自己的身体，每个人的身体，总是在 部分 不是整体，而是像我看到的部分一样。手像这样，但他试图把它看作是 如你所知的皮肤 这位僧人修习佛法。他的主要冥想修行方式是佛法。VIP Passana冥想是一种内观冥想。 当这个人接触到这个世界时…… 性别或与任何人的接触某个特定的对象，例如，一个人 那样他就认不出这是其中之一了。他原本会是什么样的人？那个人看起来像移动骨架或 复杂的，由血液和骨骼组成 肉在动。 他看待一个人的方式不一样。它是独立实体。他们——那个人——是用什么样的眼光看待别人？这是一个由许多部分组成的物体。他们互相扔垃圾。再次当你变成那样的时候，你会…… 还是会买护手霜 手部保湿霜？想象一下 看看你有没有办法。你看，内观禅修也有类似的练习方法。 在这种情况下，你还会继续吗？ 购买消毒剂和防腐剂的习俗。可用于手、脚或身体的细菌。 不是吗？两种类型的从业者。 从业者分为两类。 一等和二等。有第一名和第二名。 第二类从业者是他们将 未使用洗手液或药物。 他们进行消毒是因为他们认为消毒无害。意义。一流的从业者 会使用，而且会非常挑剔 保湿霜。 第一类从业者就是他们。务必使用清洁的杀虫剂和农药。洗手液，时刻保持清洁 同样有趣且令人兴奋 这种药。有一天，润肤霜流淌了退出也没关系。当润肤霜用完时， 一流水分一流 从业者们并不在意。但是 第一类从业者指的是什么？姓他们仍然专注于洗手液， 那是消毒水。但如果…… 那些水要么没有，要么已经用完了。这样一来，这个问题就不会成为问题了。 它成了我心头的一块心病。 姓。 你在越南有什么表达方式吗？毫不在乎？ 老师问这个在越南语里有没有对应的词。 哪位男性表现出这种状态？就这些吗？嗯，这是你们的建议。 要么是充满关爱的土地，要么是完全漠不关心的土地。你知道什么是开悟吗？ 每个人都知道什么是开悟吗？ 不是吗？这就是国家的现状。 我一点也不在乎。完全自由，摆脱一切束缚。 所有条件，所有状态 狩猎 在地下室卖东西的几个小时 化妆品我不在乎，但我还是单身。 我花了三个小时研究这个问题。 营救被困在化妆品店里的人。 产品这就是开悟的境界。 如果你完全确定它是 在开悟的状态下，你会非常…… 迅速达到这种状态。当你根本不在乎 非常 你的身体会变得非常强壮。当你变得冷漠、麻木时。 如果你完全不专注于任何事情…… 你会变得高贵、显赫、杰出。 派。 他变得非常有魅力。 我不知道，太棒了。

你变得无比美丽动人，魅力四射。 下垂。就是这样。 32个主要分数，80个次要分数，金牌 脸  
到那时，那种魅力就会显现出来。 出现以下情况： 佛陀的冠冕和三十二吉祥纹样。 80位美女等等。 的  
至于商店及其外观…… 佛陀，显现的形象，吉祥的形象， 佛陀的主要人物和次要人物  
有时候我们什么都不需要说。 我来是因为这是我的事。 小孩。为了你需要制造的婴儿 食物，  
更具吸引力。正如我昨天所说 这样我们才能养育孩子 对于婴儿，我们需要准备和烹制食材。  
将食物烤至非常软嫩。 啊，它很容易咀嚼和吞咽，所以很容易给嘴里塞满东西的人吃。 婴儿。  
我本来打算喝这个的。 我本来打算喝酒。 我要喝掉这杯水。 我 我想他刚才摸了摸自己的手。  
但有可能有些人是 公众会评判我。 哦，他拿杯子之前没洗手！ 上去喝点水。 我不在乎别人怎么想。  
你在想什么？ en fornh 那一刻我并不在意。 顿悟的那一刻，仅仅只持续了一瞬间。 对我来说这就足够了。  
由以下原因造成的问题 想想它看起来就像你知道的那样 把外表和本质混淆起来。  
我们修习般若波罗蜜多的目的是…… 《心经》以及其他所有经书…… 佛教教义就是如此。  
这意味着我们已经具备了这种可能性。 解决问题的能力 由我们的思想创造 或由虚无状态创造  
在混乱的现实中厘清真相 性格和个性。我们所有的结论 我们所有的决定，比如好、坏、贵，都一样。  
不贵，我不知道。 有价值 无价值 这一切都是 基于对它外观的混淆和 情况如何 以及所有归属，那些  
你对一切事物的假设 例如，所有类似“这很好”之类的话。 那个不好，这个贵，那个便宜。  
要么这个有价值，要么另一个有价值。 那毫无价值。他们都是那些人 我们困惑的结果 事物的表象与本质之间  
那个事物或现象。 实际上，这的确是一个话题。 它相当大，而且非常大。然而，我  
希望你们能听到关于主要议题的内容。 这个问题应该先解决一次，然后通过冥想来思考。  
思考一下这个问题。 冰看起来像混凝土一样坚硬 婴儿。 冰 孩子。 伙计们，石头和以前一样。  
它看起来像是一个 固体物质，固态物质。 但其内在本质就是它的本质。 液体。 然而 但由于多种原因，  
也就是说，条件是由原因和条件造成的。 看起来像是一个剧毒的物体。 甚至可能取决于命运。  
一块石头可能拥有的条件 保持石头的物理形态 数千年前的石头。 坚硬而  
它仍然非常坚硬，而且牢牢地固定在原位。但 它甚至片刻也没有失去它 液体的本质。  
然而，在图像中，超过1000年 那位石将军身上连一块碎片都没有。  
它究竟在什么情况下会失去其本来的性质？ 它的液体。 就像你和我一样 此刻我们似乎都有了情绪，  
愤怒的欲望 嫉妒。 当我们审视自己时 我和在座各位之间，我们 我们似乎就像一块石头一样  
诸如贪婪之类的不良情绪， 嫉妒、傲慢、羡慕。 但哪怕一瞬间也没有。 真正的自然智慧 它已经消失了。  
然后，所有那些令人烦恼的情绪 这一点似乎绝对确定，绝对确定。  
它大概是像石头一样被放置在那里的。然而 记住般若（智慧）的智慧 你的般若智慧呢？ 这就是你的本性。  
它从未在任何人那里丢失过。 哪个时刻？ 一公斤冰是一公斤液体。 1公斤冰，或者1公斤冰块，正好是1公斤。  
水。  
那是贪婪、执着或色欲的表现。 愤怒的迹象也是一种迹象 智慧 因为当你说，“哦，我需要……”  
水，我还会给你这些 这块石头，你说这是 那是冰，不是水，你们…… 如果你把石头扔掉，你就会  
水一直都供应不足。 愤怒是邪恶的。 如果你认为这是贪婪， 这个地方，所有那些令人烦恼的情绪  
这种大脑与轮回有关，这是不好的，而且 我们应该放弃它，我们没有它。  
如果你接受了它，你就永远不会拥有它。 获得智慧。我正在解释 不增加，也不减少 没有获益，  
暴民。是的。并非没有收获。 昨天我 让我们和朋友们讨论一下这句话……  
那智慧既不增加也不减少，它就是虚无。 加法并不意味着减法。 彼得 和 无知。

《心经》中也有一句经文说…… 既不存在无知，也不存在无知的消除。 明亮的。 再次 你明白 这  
这个这个大大的 你称之为 b 彼此之间的距离以及它是如何 这是这是  
无知之母 厌恶之母 曾祖母的无知 哦，对不起，在这种情况下，我们 我们又回到了那种理解上来。  
最大的错误是误解。 最主要的问题是颜色混淆。 表象与本性，介于外在形式与内在本质之间。  
以及万物的真实本质 现象。而正是这种错觉，这种 这种误解是无知的根源。 实际上有一个英语表达方式  
外表是一种存在。 英语里有一句谚语。 一切表象皆具欺骗性。 欺骗就像 你知道，这有点像 我去日本文具店。  
日本人 就像R走进的那一刻 日本的文具店 以及那些事 还有那些小文具用品 内心渺小其实很容易。  
它很漂亮，非常吸引人，我真的很喜欢。 老师非常喜欢。 老师买回家后，它 它已不如以前那么吸引人了。  
而且它也位于商店外面。 你们也遇到过这种情况吗？ 当你看着一套东西的时候  
衣服都在店里。我的天哪，这真是…… 迷人、壮丽、影响深远。但是当 它已经送到家了，我已经买好了。  
我到家的时候，感觉非常宁静。 通常没什么特别的。 哇！ 我的 附属于日本车站 文具将是其中之一 大多数  
在我的 但我不得不承认…… 我的依恋，我的执着 进入文具用品 日本真是个麻烦事儿。 固执的。  
把台阶拉到那个东西上面很困难。 我修习佛法的道路，就在于此。 我的修行之路。我不知道 为什么。  
削铅笔器 例如。我也不知道为什么。 例如，像削铅笔器之类的东西。 带领。不仅如此，  
甚至连气味都要小心处理，所以要小心处理。 好的。 不仅仅是外壳和形状。 雕刻工具的形状和形式  
铅笔让我着迷，甚至…… 我也很喜欢它的香味。 但实际上，削铅笔器 我所知的最好的铅笔产自台湾。  
贷款。我不知道。 但我认为现在人们已经不是那样了。 我们也生产这种产品。 因为它以我们的方式做事。  
我们转动笔杆，削尖铅笔。 我不知道。我所有的橡皮擦 他们非常爱他们。我很喜欢，真的很喜欢。  
那些肿块。但请你不要替我拿走它。 我 拿不动。但我恳求你，请不要这样做。 请帮我买一个，因为我没有。  
可以随身携带。 铅笔。 我现在有好多衣服了！ 我把它带来了。 正如你所看到的，我们正在看这个  
外貌，身体特征 它们出现后，我们就紧紧抓住它们不放。 外貌特征。 在世界里 所有顶级 臭味 每样都尝尝。  
而从这个意义上来说，它不仅仅是 我指的是物理形态。 它还包括其他部分。 例如，气味，然后是  
味觉或触觉。 我认为 我的 你称之为 对t的痴迷 或许并非如此。 不像我习惯的那种短粗的姿势 和  
它们的感官和嗅觉。 我觉得我的痴迷 对于注重味觉的人来说，它 最顽固的事莫过于执着。 我的眼睛，或者  
通过鼻孔意味着紧紧抓住它 事物的形状或形式 物品的气味。 当然 你知道，我确信我真的  
喜欢。事实上，情况也是如此。 当物质与声音接触时，它就会发出声音。 据我所知，我确实有这些东西。  
那是我最喜欢的歌。 正确的 因为当我听到一首歌 我感觉自己好像迷路了。 哪个领域，一个特定的领域 喜欢  
类似于 dàn bǎo 乐器的演奏方式。 它给了我那种感觉。 以及印度华人 还有中国古筝。  
它可能会带我进入另一个领域。 没有其他选择，它确实拥有强大的力量。 它非常强大。  
我的产品混淆了它的外观 战争 就是这样。 事实上，那些州， 这些感受就是最终产品。 我的产品。 虚无的产物  
当我感到困惑时，我内心的自我 事物的表象与真实本质 物体现象。 而在这些经历中，那些  
需要具备相关领域的经验。 有很多巧合。 实际上，其原因和条件有很多种。 那这就没什么意义了。为了  
例如，我喜欢鲍勃·迪伦。 例如，我喜欢鲍勃·迪伦。 我喜欢鲍勃的原因之一就是这个。 我听说迪伦有一个  
声音难听。 这也是我喜欢它的原因之一。 有些人曾这样对鲍勃·迪伦说过。 我觉得他的声音很有特色。  
糟糕的。而且真的会唱歌 鲍勃·迪伦根本不会唱歌。 这就是我喜欢鲍勃·迪伦的原因。 这就是我喜欢它的原因。  
鲍勃·迪伦。 我嗓音不好，我也不知道 如何唱歌。 我感觉自己看到了希望。 因为事实上，我有这样的嗓音。  
那东西不太好，我也不太好。 会唱歌。 因此，当我听到鲍勃的消息时 迪伦成为了希望的源泉。 希望属于我。  
当然，鲍勃·迪的歌词很美。 大的。当然，那些文章…… 鲍勃·迪伦的歌曲歌词非常有意义。 意义。

我不知道为什么。事实上，确实有一些这样的人。我不明白为什么会这样，或者为什么会这样。  
我喜欢美国乡村音乐。我喜欢美国乡村音乐。我喜欢美国乡村音乐。我就像詹宁斯那样的人。  
我喜欢昆德·切内斯和你知道非常古老的乡村音乐。我喜欢我喜欢乡村音乐。有很多古代大师。版本  
前音乐教师。没什么特别的，也没什么特别的原因。我喜欢他们，但我不知道我喜欢的某些人。你知道这  
霍博伊斯我也不知道为什么。我也喜欢那些东西。或许在前世，我是一匹马，而存在意味着  
我当时背着一个牛仔上去的，他我们为我演奏了那些乐曲。农村。而且不只是我，我相信所有人都是如此。  
你就是这样。我认为这不仅仅是一个例子。我和你们所有人一样，都有这些东西。  
和我刚才展示的内容一样。展示。我相信你们都想快乐，正确的？是的。我相信你们都有有一些范围  
他们都渴望幸福。你需要渴望幸福。幸福。那你为什么听歌呢？但你们为什么喜欢听这种音乐呢？  
悲伤的音乐？我喜欢歌曲。我自己也很喜欢它们。悲伤、俗气的歌曲那里。我好像很喜欢听那种声音。đàn  
bầu（越南古筝）。我为什么喜欢听包琴的声音？因为我听到了吉他的声音……  
它很忧郁，很悲伤，但我喜欢这样。沉浸在悲伤之中。那里。你看？这是真实的。  
那毫无意义。荒谬的习惯世界。现在荒诞。是的。是的。哦是的。是的。正如你所看到的，  
我们的世界真是奇妙。奇怪、离奇、可怜。现在稍微涉及一些技术细节，因为我认为参观很重要  
接下来我们将进入下一个章节。它有点专业性和技术性。让我稍微解释一下，因为我觉得这相当……  
在这段经文中很重要。等在没有眼睛、没有鼻子的那部分。不，不，是眼睛、耳朵、鼻子、舌头、身体。  
它没有标签，没有颜色，也没有香味。位置，源于外部的18条视觉意义准则  
从指令标签到意识。我觉得是这样。它会在你读到“不”这个词时帮助你。我。  
如果你理解了这一点，对你会有帮助。就是这样。当你读到这些的时候你需要这样理解这部分内容。  
这。这意味着不用眼睛阅读时的情况。你必须明白，眼睛是空心的。虚无之中蕴含着虚无和空无。  
那是眼睛。就该是这样。理解正确。芽。当然，这并非佛教。  
说某人没有眼睛，意思是说他/她根本没有眼睛。眼睛。我们这里就有眼睛。  
在热门话题中，特别提到了这一点。六意识和六物体。而在那部经文中，《心经》这具体指的是六栋房子和  
六个天花板。这里的六个房间代表六件事。我身上有六个感觉器官。这里的天花板指的是六个物体  
这六种感官。这是因为你知道因为所有这些现象并且因为这一切  
正是通过这六种感官和六个领域，才形成了这种联系。加上这六个公式，总共是18。性别  
以及所有事物和现象如果将这一领域的现象浓缩起来，那么它就只属于这18个领域之内了。  
那就是六个房间、六个天花板和六个醒。和这18条戒律也被称为18条戒律。佛教语言降低。  
我正在寻找一个例子这将有助于你更容易理解。十八条戒律。比如说你从未听说过我。  
假设你以前从未做过这件事。了解我。你以前从未见过我。你也没听说过他的名字。我。  
我基本上是想对你说这些话。这不是一种现象。我并不存在。如果真是那样的话，那基本上就意味着  
我是一个前所未有的现象。它就在你们心中。我手里拿的是什么？我右手拿着的是什么？  
你可以尽情发挥想象力。雕像。完美。如果那样的话没有物体如果我们接受它，我们就不会有那种意图。  
意识是基于客体而产生的。那里。只要没有物体，就存在它没有主题。当我们没有对手的时候  
雕像都没有心脏。接收该对象的是哪个意识？这是一个非常强烈的声明。重要，意义重大。  
我现在说话的时候，我说话声音很大它并没有真正渗透到你体内，所以很多事实上，当我做介绍的时候……  
这将为提供有关主题或对象的信息。你还没有探索过那18个领域。  
我们之所以能够更深入地探讨这些概念，是因为所以你们并不感到震惊，不是吗……

出乎意料，但并不意外。 你看到这个椰子了吗？ 电的 椰子。 电的 椰子。 你能看到椰子吗？ 你觉得我手里拿着水果吗？ 你看到你眼前的椰子了吗？ 只有你和我 假装我们正在看着 同一个椰子。 我们常常认为我们 他们看到的是同一个椰子。 你永远也见不到那个椰子了。 我会一直看着，直到你顿悟为止。 你不会看到这一幕。 一个椰子，那个椰子，看起来像…… 我看到的就是这样。仅至此为止 你们都已证得觉悟。 你明白这是什么意思吗？ 不是吗？我们永远无法拥有任何东西。 因为我们无法分享。 获得任何经验。 你明白这句话的意思吗？ 不是吗？这意味着基本上我们 它是一个孤独的存在。 当然，我们可以假装在听。 伴着同样的浪漫歌曲，拥抱所有这些。 当然你会说：“哦！” 我们在听同一首歌。 浪漫的，俗气的，像溪流一样。 我们甚至还用这样的话来为它辩解：哦 我们都在一起仰望光明。 今晚我在凝望月亮。 这一点我们都同意。 但情况不算太糟。 但情况也不算太糟。 在哪里。 我们可以假装我们已经拥有 他们的经历相同。 你或许会同意的看法，哦 你看到的椰子看起来很像…… 感觉就像我现在就把它拿在手里一样。 一。 这就是我们的沟通方式。 继续一起前进。 事实上，即使我们沟通…… 无论你尝试多少次，它仍然会…… 总是一系列 沟通中存在诸多误解 这种情况反复发生。这就是它美妙之处。 这就是它如此出色的原因。 惊人的。 你随时可以看着我。 有时你会说，“哦，他是……” 看着我。他肯定对我有兴趣。 哦，我敢肯定他喜欢我。是吗？ 就像照镜子一样？ 哦，我看起来很漂亮。 看起来还不错。 你在想如何向全世界展示自己 你真漂亮/你真棒 你真是个怪人，但你就是那个人。 谁确认 因为当你向内看的时候 镜子和我的朋友们心想：“是啊，我也是。” 如果可能的话，当你与……沟通时 外部世界，内部社会 在外面，尽管人们拥有任何 这是在对你说什么？你漂亮吗？ 你长得可爱，而且也很不错，所以…… 最后一个人也重申了这些事情。 那句赞美来自你。所以 我们属于同一个 除此之外，我们还一起工作。 领域意味着处于同一领域内 人类的领域，人类的领域。 因为我们都是人类，所以…… 我们有集体因果报应，我们看到这一点。 哦，这是共同的经历，而且他们 我们称它为椰子。我分不清猫。 你想要一个吗？ 例如，我不能就这么…… 我走到猫跟前，说：“哦，那只猫！” 这是椰子。你想吃一个吗？ 这就是猫形椰子的样子吗？ 因为 这意味着我不能告诉我的孩子。 猫说这是椰子，我就把它送过去了。 然后我跟猫说话，问它有没有…… 你想用这个椰子吗？因为… 我和我的猫来自两个不同的世界。 彼此。 这就是佛陀的原因 儿子不相信上帝，不相信存在某种神灵。 创建。 在上帝显灵之前， 没有上帝。 直到我们知晓 本质上，就是神性，就是光明本质。 那么，具体来说，这位佛教徒是谁呢？ 他们不承认造物主的存在。 在 这样我们才能确认他是谁 造物主上帝人数不多。 最重要的是，我们必须成为最终脱颖而出的人。 在造物主之前，或者至少在造物主之前，存在。 尤其它必须与以下情况同时出现： 那就是创造者。 例如，了解爆炸事件。 大乐队，创新性的大乐队理论。 走出去看看外面的世界，或者去了解那些事情。 关于大乐队的信息。为了知道 这些信息也都在那里。 在类似情况下，也就是说 我们必须面对这一理论。 那里。 那些卖塑料的 你认识那些供应商，你知道谁在卖东西。 食品奶油之类的东西，如果我去那里的话…… 我只是个顾客。 顾客现象，而非喇嘛现象 街头小贩 夜里，街头小贩在路边售卖食物。 实际上，我只是个奇迹。 他们就叫顾客。我不是 它一定是某种喇嘛或者RB（红尾猴）。 用完了。 它与“无标签”这个短语有关。 耳、鼻、舌、身、心、无形、声音 味道、起源，不，有18个领域。 从视觉感知到他们的意识领域 我们正在这里讨论这个问题。 好的。 我还要再跟他们重复一遍。 对十八条戒律的简要解释 h 或许 这或许是最简单的方法 你们了解十八界，那就是我们。 想想分类、类别。 这些被称为领域，这些 该物种 老虎是猫科动物。 例如，老虎躺了下来。 它们属于猫科动物。 我不知道。老虎或猫。

无论你怎么努力，也永远不可能成功。永远的鸟。例如，老虎或任何你能找到的猫 无论你尝试多少种方法，也不可能把它变成生物。 这只鸟没事。 我没解释清楚。 嗯， 有时速度看起来可能不像 兴趣 你知道那种动物什么的，但是它们 拥有那个 它叫什么？ 它们属于那个物种。我不了解物种之类的东西。 来。 是的。有时存在几种物种 类似那样？嗯，其实并不完全一样。 或者它们非常相似，但是它也被归为同一类别。 世界上的大型物种 动物。 某种物种，某种类型的动物 某种动物。 所以 有 你知道 就像你能看到的任何东西一样 我想它属于视觉范畴。 这 例如，关于以下方面： 如果我们能看到它，那么它就在里面。 视觉世界。 这就是视觉方面。 声音的。 当我们谈论什么的时候 我们能看到的是内部 视觉领域和视觉感官。 视觉世界，然后是……的世界 录音机 声音的 这种景象就像…… 世人只关心他们所看到的。 停止。这样我们就占据了优势。 这个领域只与声音有关。 然后是……的世界 你管它叫什么？ 所有工厂。我也这么认为。 你能帮助整个工厂吗？ 这意味着什么？ 工厂里到处都是气味。 接下来是它所指涉的领域。 与……相关 就是气味，或者说嗅觉。 性别。 然后还有…… 味觉的领域是……的领域 品尝 以及触觉领域。

无知意味着我们犯了错误。 如果我们把外表与内在本质混淆，那么…… 与所有领域相关 这关乎……呃……你所看到的和听到的。 味觉、嗅觉、触觉和思维。 这就是为什么我们有这么多 幻觉有很多不同的类型。 例如，视觉错觉，眼睛所看到的。 一 例如，我们都倾向于仔细审视事物。 镜子 在 蛇。 或者我们看到一根绳子。 上帝藏身于阴影之中，而我们错了。 我以为那是一条蛇。 但更重要的是 你看着我，我就是你的视觉形象。 尤其是当你朝着那个方向前进的时候。 他们的目光都集中在我身上，他们看着我，然后我 这是你的一种幻觉。 相似的 听幻觉 相反的幻觉也是如此。 有声音 例如，回声或混响。 理论 幻觉 胃故事幻觉 这同样适用于虚拟事物。 感觉是通过嗅觉、味觉和味觉产生的。 触碰。 但 当它是 幻觉 这被称为正常生活 真实的。 当我们出现那种幻觉时 最赤裸裸的，所谓最清晰的 然后我们体验了那种经历。 这就是我们所说的生活。 普通的。 现在 你知道，我出现了视觉幻觉。 你还算可以忍受。 我。 例如，当你看到我时，我坐在这里，其实只是一个虚拟的存在。 从你自身角度出发的认知 在你的视觉世界中。 但这一点显而易见。 你认为这是一种现象吗？ 一座普通的雕像。但当你开始 请看我的部分经历。 我的皮肤，我的头发，我不知道我的 假设你开始 例如，看看我身体的某些部分。 我看到了我的皮肤，我看到了我的白发，我看到 我的细胞，我的血液 然后你开始感到恶心， 离我远点。 联合国 实际上，并不需要这样做。 那些都是不愉快的经历。 或许正是这些经历。 非常开心 而且它非常吸引人。 如你所见， 你可以看到我的鼻孔。 即使你看到的是鼻子。 我的那只真漂亮，或许它有一只吧。 你们肯定觉得很好笑。 在你看来，它也是 给他们营造一种愉悦的氛围 朋友。 甚至你们看着我，也觉得我跟他们很像。 就像我是个老头子一样 例如，你可以看看这个洞。 我的鼻子和雨伞，你可以看出来。 哦，鼻孔……我有两个鼻孔。 那很有意思。 这也是我目前的形态。 处于可接受的水平。 你的。因此，我们不 他们不得不互相忍受很多。 我也是这么想的。 当我看着你们的时候，也是这种感觉。 相似地。你很可靠。有 这意味着你的外貌相当…… 我觉得不错，可以接受。 虽然这仍然可以接受。 一旦我接受了这一点，那么我 无需服用镇静剂或 这关乎控制我的情绪 我联系过你们所有人。 有时 我们故意想做一个小的 有点难。 有时我们倾向于 我想做一些超越寻常的事情。 在一定程度上，它很容易被接受。 我们的耐力。 离开这里 因为我们想要越界 他们愿意忍受一段时间。 饮酒 这就是我们有时喝酒的原因。 或者我们做爱 就一点点，免得做得过头。 超过可接受的正常水平 好的。而且因为你知道你可以 阻止你，它很快就会被阻止。 击

酒精、性或其他任何东西，先于 稍后你就会停下来，你知道的。 终将结束，这几乎是必然的。你有保险，所以你才这么做。 有时。正如你所知， 例如这类活动 例如饮酒或发生性行为。这不是一项常规活动。 这种情况会持续发生，直到达到某个临界点。 停止。因此，你应该偶尔参加。参与此类活动。 如果您按照这些步骤操作…… 这种行为并不常见。 如果你经常这样做，你就不会得病。对这些活动感到厌倦 这。我应该小心行事。 我觉得我需要更加谨慎一些。 我突然想起来，我现在正在讲课。他曾在寺庙里教书。我认为 你明白了吗？ 但我认为你已经明白了。 那是我之前已经提到过的关键点。你知道测量 平衡，所以平衡 如果这是可以忍受的事，那世界就太大了。 百 以及像计数这样的状态测量或平衡，或处于 该水平要么合格，要么超标。 如果略微超出可接受的水平，那么……这就是我们所说的他们目前的生活方式。 我们。但实际上只是出现了幻觉。 就其本质、其根本性质而言……最具原创性，最根本的本质。 那么这一切都只是幻觉。 我说你出现了幻觉，我的意思是……但这并不意味着它不存在。 我说你还活着的时候， 在一个充满幻觉和错觉的世界里这并不是说所有事情都如此。 它不存在。别忘了第三点， 第四，我的意思是第二、第三和 第四。因为你不应该忘记这四个命题。 昨天，尤其是那份声明。 星期一、星期二、星期三。也就是说，命运。第一条规则是：颜色与虚无并无区别。 那么第二个条件就不存在了。这和颜色没什么区别。第三，真实色彩。 不。第四点是，这是不正确的。 真是太美了。我说你的幻觉，我的意思不是说我没有 存在。 因为当我说你们是虚拟的…… 关于照片，我并不是想强调……你并不存在。 和 另一方面，这意味着我没有 我说过我是真人，而且我认为 我是一个幻象。勉强能喝的咖啡。哦，这个杯子，这个咖啡杯…… 它们非常合身，可能意味着 可以接受的，以合理的方式通常对我来说是这样。 所有功能 大部分 并且当所有相关方都参与其中时 六根——眼、耳、鼻、舌、身、意——以及这六个天花板，或者更确切地说，是那六个 与这六个天花板相关的意识 当所有事物同时运作时，所有这种现象似乎已经变得非常普遍。 那绝对是真的。 电影院 尺寸 日本， 日本的一家电影院。那不太好，但他们最终还是达到了 你知道我们CEMA，你只看到视觉上的和 这里，但那股气味日本有一家电影院。 这不仅仅是我们能感受到的东西。 它包含图像和声音，此外…… 它还带有香味。还有嗅觉。 椅子也能产生这些效果。 移动。 如果当时有这样的情况…… 雨中的景象甚至现场将有水柱喷洒到观众席上。 这种错觉是可以感知到的。

## 18 何时何地

说到这个，我只是想自我介绍一下。 你们说的是十八界吗？那十八界何时到来？如果所有这些事情同时发生，那么一切 你经历的事件和现象 你们都忘记的那段经历……行为的物质形式和其真正的本质是两回事。 正是这种差异造就了你的独特性。当我们身处城市时，就更容易忘记这些事了。 这18个领域相互协作， 它们同时发生。 好的。休息之前，让我们从1、2、3、4、5中选择一个，如果你能选一个的话。 你认识的那些人喜欢任何东西。你的想法或者你所看到的任何东西，都只需观看。 你闻到的那种味道。 在我们休息之前……那么你应该观察一下那些房子。 我的天花板。例如，你有 视觉或听觉观察要么是生者的世界，要么是死者的世界，或者 它要么是物质世界，要么是精神世界，无论是哪一个。领域，或者它起源的任何领域 既然你已经能认出来了。 好的 今天午休时间很短。 今天是我们的午休时间。时间会比平时短。 我只是想跟大家说一下这件事。 您可以为下午的活动做准备。 我们今天下午就会结束。讲座开始得挺早。

## 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第五部分

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

先生，我想问的是下面的观众。

我有什么问题吗？

优先考虑举手提问的人。

直接来自老师。

是的。

有一个问题，即使

虽然这两个人可能看不到

同一轮明月是它们的基础

供应感知一

bas也是一种感知

各自的基本要求

看法各异，是的。

巴斯也认为一定有

这也是你感知的基础。

问题是，即使有两个人，

如果你看不到同一轮明月，那么……

它必须是思想的基础。

它们是一样的吗？最根本的事情，

思想的基础

它们是一样的吗？然后

老师说：

关于假设存在一个概念

某个平台

他们的个人经历也是

是一种想法

我的老师想用另一种方式表达。

积极的

因为今天早上我说的话可能

让你觉得如此孤独

你知道

但我更想谈谈积极的一面。

因为我今天早上分享的方式。

这样你就能感受到

感到孤独、空虚和寂寞真是……

我其实是想和你们分享一些事情。

更积极的[笑声]

是

因为它基于结构，所以基础

这一特性使得一切……

因此，它真是神奇、奇妙。

它让我们生活变得美好。

它更美丽，更精彩。我总是可以

你以为你在看着我吗？

椰子。

我想我可以这么说。

你正在看椰子。

矿。

实际上，这非常奇怪。

精彩的。

这里有很多体验。

所以。

例如，有些位于中间

无处。

这意味着什么？

这意味着什么？

天空没有吗？

因为在虚空中，并不存在上述事物。

左下，右下。所以，在虚空之中……

不，它没有线。

在虚无之中，它究竟属于哪个领域？

哪里是？

同样，就时间而言。

我们可以说，这是一段非常非常长的时间。

已经，

快的

我们可以说：“快过来。”

他正在那边等着，你现在就过来。

立即行动，马上去。

诸如此类的事情确实……

奇妙。

你可以看着我，然后想……

我是一个好人。

还有很多人在看

这对我来说是个问题。这家伙是个麻烦制造者。

然而，也有很多人这样认为。

他们看到我时，都以为他……

我是个麻烦制造者，我带来了很多问题。

这就是问题所在。

真是太美了

感觉太神奇了

所以

基于这些原则，那么

我们也可以看看这种生活。

它非常美丽，充满了奇观。

这正在发生。对某些人来说，你就是他们的女儿。

在某些人眼里，你们是女孩。

为了另一个妻子。

这并非不可能，但对于对手而言……

根据那座雕像，你是……的妻子。

那个人。

或者其他物品

那么你就扮演着一个角色……

母亲

婴儿

或者她的姐姐。

陌生人

或者是一个陌生人。

朋友。或者朋友

或者他们是敌人。

所有这些功能

形式 isemp。

这都要归功于这四项提议。锋利的

它是虚无，虚无即是形。锋利的

虚无与有形并无不同，虚无与有形并无不同。

你只需要

学会不要轻易付出。

你只需要学会放松。

放松，别看任何东西。

这太重要了。

这在实践中很难实现。

幼儿园毒物

我们  
如何  
给  
因为从我们被允许离开的那一刻起  
从幼儿园到大学或  
我们要么报名牛津大学，要么  
在哈佛，我们一直被教导……  
哄骗我们，要么我们已经准备好了  
认为世间存在极端事物  
重要时期。

真该死，这事儿跟我个人有关。  
你还会拥有一些只有……才能拥有的东西。  
只有当你自己认为它重要时，它才重要。  
这样你就安全了。

然后  
如果您符合这些条件  
如果那是你个人的标准，那你们这些人  
安全的。

但你的家人或你  
你的朋友或你的社团提出了这个建议。  
他们对这些的标准  
重要的。

所以当  
大事 B

来  
从这些事情中找出重要的东西  
当不同的物体发生碰撞时，它  
成为碰撞或成为  
这成了一个问题。

好的。接下来这一点很重要。和  
接下来的重要事情

同情  
这就是同情心。

一次性  
是皇帝。

你需要了解四种命运。  
话题。色即是空，空即是  
锋利的。色即空，空即虚无。

不同的颜色。

这就是同情心。

布迪翁。

如果你那样理解的话……

然后是所有表示同情的名词。

在佛教中，它位于……

这一背景。

当然，那些尚未达到那个目标的人。

我们的

某种程度上

初级水平的同情心就是你知道

感到遗憾，感到同情，以及所有这些

人

当然，为了理解它……

在此背景下，理解四种命运。

问题的关键在于同情心，仅此而已。

达到那种深度，然后还有……的问题。

佛教初学者

然后我们常常会想到同情心。

例如怜悯之情

面对他人的苦难，这些

对苦难的同情之情

别人。当你不在的时候

被一个 extr 困住

例如形式，例如无形式

那种想法

当你没有被某件事分心的时候

任何极端主义的陷阱

例如，哦，它是一种物理形式。

或者说，其他极端手段

连一抹鲜红色都没有。

否则，你就会很安全。

只有当你拥有那颗赤诚之心时，你才会真正拥有它。

敏感的。也就是说，当你理解了这一点之后……

色即是空，空即是色。

色与空无不同，空与色也不同。

颜色

是的，非二元，非意志。

当你理解了这一点之后，

那时候你们都不暴力。

力量。

这也是一种慷慨的表现。

而这种非暴力状态……

它也指施舍的行为。

这也是一种做法

世界。

这也是一种没有的状态。

注意力分散意味着你正处于专注状态。

这也是一种容忍。

这也关乎忍耐。

这就是为什么我们有时

它也被称为六度。

因为万物和现象……

它必然源于这四个命题，并且

它必须包含在这四个命题之内。

而且还有事先准备好的祷告词。

由弥勒菩萨所著。

接下来，我的意思是，我只是

正如我之前所说，随机赠送

昨天我没打算按规矩办事。

正如我昨天所说，我将

此经文没有按此顺序传授。

独自一人。

接下来我想分享的是这部分内容。

这句话就是：没有老人。

即使死亡也无法结束这位老人的生活。

例如

就像我们家一样，有一个

亲戚或朋友

他们已进入生命的最后时刻，濒临死亡。

然后我们应该诵读《般若波罗蜜多经》。

他们把经文贴近耳朵。

记住你身处天空之中

这意味着什么？

正如我们之前所说，

这句话的含义模糊不清。

这是什么意思？

“long ago”是什么意思？它的作用是什么？

意思是？

“很久以前就修好了”或“非常”

“很久以前”是什么意思？

e

即使我们并不完全理解其含义

但我们常常有使用

例如，可以使用以下短语：

天空之间，然后是东方和西方

南北是什么意思？或者说，哪一边？

左右，它的意思是

你知道我有阅读障碍。

德莉娅

就像你忘记了一些你知道的事情一样。

你所掌握的某些知识

我没有那种互动，我说的时候没有那种互动。

有人说往右走，往左走

我有一份证明我暂时是知识分子的证书。

敬拜意味着拥有某些特定的时刻。

我分辨不出这些语言。

语言。那意味着有人告诉我向左转。

然后我转身走到另一边。

正确的。我有一个大的，然后离开了。还有我

很难立即区分左右。

右侧是什么样子的？

转换器

因此，当我在城市里的时候

如果事情很大，我需要花很多时间才能弄明白。

路。

谷歌

还有那个谷歌地图应用……

太糟糕了。

我为什么会说这些？

我为什么会说这些呢？

正确的？

因为思绪连绵不断

它已被暂时切断。

[笑声]

等等，我刚才说了什么？

我指的是衰老和死亡。

你知道

死亡就像是……

天空。

你知道吗？死亡也是如此。

这句话就像身处荒郊野外一样。

我知道对于我们习以为常的思维来说，非常

这很难接受。但我

了解思维的习惯性模式

接受真相非常困难。

这。

因为我们养成了这种习惯。

通过观赏棺材来了解彼此，真是非常……

很多次。伟大的

曾祖父在这里。

就像我们的曾曾曾祖父一样

那么，它们就不存在于这个世界上了。

这个房间。

因此，死亡是必然的。

我们也经常看到婴儿。

每天都有新生儿诞生。因此，很明显：

出生即存在。但如果你能

真正让我们达到般若波罗蜜多境界，它是

同样随意，就像昨天一样。

一周。

当你经常吟诵时

或者以般若波罗蜜多心为基础进行修行。

我们将逐渐理解这段经文。

理解今天和明天的概念

明天。如果你能理解时间是

错觉

没有理由你不能

要明白，同情心只是一种错觉。所以是

出生。

如果你今天明白了……

明天你就会明白那个时刻的意义了。

欺骗只是一种错觉，一种幻觉。

你肯定会看到的

死亡就像出生一样；都一样。

这是一种错觉。

当然，我还想再去一次。

这意味着习惯、倾向和倾向

我认为，你的心态……很难拥有。

这个事实是可以接受的。

然而，你们的心可能

它可以训练，可以培养。

人们有很多习惯和习俗。

你已经死了很久了。

目前还不存在。

现在不行。你们当中没有人携带

小的。

小的。

啊，就像我们这里所有人一样。

我这次没像以前那样带娃娃来。

那时候，就像我们还是孩子的时候一样。

在哪里。

记住这一点曾经非常重要。

你还记得小时候，有一个吗？

娃娃对你们来说一直都很重要，

怎么样？

所有这些习惯，所有这些执念

现在那种感情已经不存在了。

但你们有一些特定的习惯。

熟悉感，一种新型的依恋。

你们好像很喜欢买这些东西。

桌布。而不是娃娃或水

枪，你有一张桌子。

例如，与其购买娃娃

这头小牛似乎很喜欢这样的玩偶。

年轻的时候，你可以选择自己喜欢的东西。

家里的桌布

我的房子

或者一辆车。

瑞典制造

天狼星

或者

榨汁机，榨汁器，水果榨汁机

瑞士制造

或许是那些日本钢笔。

现在又出现了一个新的

V

然后还有新玩具。

当你活到90岁的时候……

那么你还有那些物品。

给大家带来一款新游戏。

我感觉会是牙膏

为我。

对我来说，当我90岁的时候

新牙签。

我有一种感觉，我预测如果

如果我活到90岁，那么那件东西……

我当时玩的游戏是那些

一种新型的持牙杀人狂。

我喜欢的新玩具是哈莫

我最近喜欢的新玩具

那是吊床。我太喜欢了

霍克斯。

我非常喜欢它。我喜欢躺在吊床上。

我不知道好不好。

我不知道为什么，但它看起来……

我非常喜欢我看到的。

我年轻的时候，甚至只是

光是看着就让我觉得不舒服。

已经。

我指的是死亡。

我还在谈论死亡。

我指的是持续不断的死亡。

我指的是他们

我们时刻都在死亡。

我没听懂你的话

大约24分钟后，今天就会死去。

好的，意思是24分钟后……

我们将迎来死亡

顺便一提

听起来一切都很美好

随机的一切

这就是我想和你们分享的。

至于你，它位于一篇论文中。

龙树对般若波罗蜜多的解释。

糟糕的。

我必须告诉你们，有很多

这些是许多关于……的主要论著。

《心经》

鉴于

也有一些评论员受到了很多批评。

因此，我们有很多这样的资源。

爱争辩的，非常爱争辩的

它值得尊重。

就叫它

我们这样的

容易点击

点击组

就像高中一样

总会有一小部分人。

总是

和舒

通常我们都会这样做。

有很多不同的团体和协会。

你们这些爱吃披萨的人，都是人类啊！

团体。

好的。

情侣组。

我们总是把自己分成小组。

例如，我们创建这些

越南河粉爱好者小组，洋葱小组

喜欢吃洋葱的人群

情侣群

例如，不喜欢吃鱼的那群人。

黏滑的鱼

意大利饵料鱼组

也就是说

安装中

许多公司

所以

一路走来的人

某位评论员的粉丝俱乐部。

简而言之，这就是我想说的。

这是因为数量太多了。

评论员的解读

那些撰写过《心经》的著名作家

渐渐地，我们的意识……

它也分叉出去，我们形成了

那些粉丝俱乐部

这要么是错误的论点，要么就是错误的论点。我

以为你是越南人

和基督徒

我认为你是……的粉丝

阿桑加

评论员。

我认为从心理学的角度来看。

越南人或中国人

在这个国家，你可以成为这样的人。

这些解读的拥趸

这些著作被认为是弥勒菩萨所作，或者归于他。

先进去

玄庄

胡南加努布

我们是粉丝

这些人。

至于藏族人民，他们主要……

他们都很钦佩他；他们是龙寿的粉丝。

然而，所有这些评论员

我刚才提到的奖品都是……

这些优秀的评论员非常重要。

重要，极其特殊。

偶尔，这些评论员……

他们互相批评，互相挑剔。

然而，实际上，他们只是在赞扬而已。

它们的各自解读。

我思考得非常坚定。

然而，这些只是评论。

这通常是原作。

与这些习俗和传统相关的

评论员的商店或

那个地理区域。

我说这话是因为它可能是

我阐述般若波罗蜜多概念的方式。

经文受到了先祖的影响。

虽然很长。

但这并不意味着我

他们毫无敬畏之心，也毫无尊重之意。

对弥勒菩萨或他来说很重要。

先进去。

我认为就人口而言

你知道，而且人们的体型要大得多。因为

对我而言，弥勒菩萨要么是……

第一个到达的人扮演着重要的角色。

甚至比龙族的长寿祖师还要强。

因为即使是中国这样的国家。

中国的人口是……

世界最大的。

请探索五

美丽、深邃、广阔

由主阐述。

因此，如果你想了解……

欲了解更多有关《心经》的信息，请继续阅读。

找出弥勒菩萨的五部论著。

Lăc.

如果您对该组织感兴趣，请继续阅读。

龙图那里也有100多套设备。

《心经》的诠释。

前任

事实上，根本没有这样的事。

所谓死亡或

存在被湮灭。

好的。

和

《心经》的修行之道如下：

一条我们可以行走的路

走其他所有路，

佛教的其他途径，

佛

《心经》之道也

这是当今佛陀的道路。

步。

这同样适用于未来的佛陀。

未来的佛陀也将遵循这条道路。

行走在《心经》的道路上。

因此，你

保持头脑清醒，

我当时一点也不害怕。

因为当你拥有某样东西时

所以你必须取得一些成就才能到达那里。

那一刻，恐惧涌上心头。好的

有东西要失去，你只有一个。

害怕。

因为当你拥有某样东西时

那东西会消失，你会摆脱它。

当你去的时候，你会感到恐惧。

当你抱有很高的期望时，情况也是如此。

如果你心怀希望，你就会心生恐惧。

希望是

出去

盲目遮蔽。

而那份希望，那份期待，是

那种盲目，那种掩盖。

梗阻。

当菩萨们深入……

他们已不再拥有般若智慧。

任何隐瞒或

他根本没有失明。

因此，他们拥有无畏的精神，也就是说……

我当时一点也不害怕。

而且，其中仍然保留了一些这个主题的元素。

饭后我会分享这篇经文。

午饭时间到了，现在也许我可以消磨一会儿时间。

请留出一点时间回答问题。

请问有人想直接提问吗？

我们继续和老师交流吗？

谢谢R，我提前向你道歉。

这个问题很愚蠢，但你说

没有出生，也没有死亡。

因此，如果有新生儿出生，就会有

要有信心。然后你提到

同情。现在我可以帮忙了

感觉

充满恐惧和紧张。

因为如果

慈悲之心亦有其源头。

那是否意味着也会有结局呢？

对同情心？

这样说得通吗？那岂不是……

有道理吗？

或许我会试试。是的，我觉得当

你使用这个词

始终使用拉杆。

形即空

空即是形，所以它并非真正意义上的空。

在谈判中被称为

这非常重要，真的非常重要

好的

请将问题翻译回英文。

越南语，如果你理解这个问题……

请朋友帮忙翻译一下老师的答案。

请帮我。

是的。请允许我也翻译一下我的

问题和少数

我问了老师，他说不要灭绝。

没有生育。如果有新生儿出生，那么就会有

殄。然后老师谈到了同情心。

它意味着同情。就在刚才……

听到这话，我有点担心。

一点。因为如果出现这种情况的话。

如果我们考虑同情心，那么这两者就是同义的。

这一切终将结束。

或不？嗯，这是老师的答案。

“不”这个词不应该被理解为

位置。“不”字应该放在……里面

任何情境都包含四个视角。

这意味着形式即是空性，而空性即是……

锋利的。色即是空，空即是色。

锋利的。如果我能看到就好了

根据这四个方面来看，它将

那样会更好。

超过。

谢谢。

好的。还有其他问题吗？

这个问题就像我身处一段浪漫关系中一样。

这段关系真的让我很烦恼。

但我无法放弃它。死亡

它们如此真实，我无法将它们视为虚幻。

表象或幻觉。我应该怎么做？

为什么？

是的。问题是：“打扰一下，先生，我是……”

在恋爱关系中

浪漫情愫，这段感情，这份爱

这种感觉让我心神不宁。

这有点过分了，我不能放弃这段感情。

这种关系以及其中的情感

这种关系对孩子来说负担太重了。

这是真的，只是你看不见而已。

就像一种显现或

如果这根本不是错觉，那么你应该这样做。

什么？好的，我会给你一个非常……的答案。

老师会根据内容作答。

## 《心经》

享受你们的感情吧。

当时我们还处于那段恋爱关系中

那里。 [拍]

不

让

未来的一切

浪漫之美

做好计划，不要让你知道希望落空

我不做未来规划。

老师说不要让这些事情发生。

计算、计划、方案

对未来的期望破灭了。

取消；它会破坏彼此的关系。

你目前的处境。

明天或许会。

你应该想到这个盒子可能是

明天这段关系就结束了。

敦促。

和

如果你这么想的话，那么……

记住，如果明天……

这段关系可能就此结束。

那根本不是问题。

还有……

这是你的伴侣

或者她有他们的现象

我们应该时刻提醒自己：

我的朋友也拥有这些优势。

他们自身的现象。

他们拥有自己的世界。

并非总是如此

你的世界和他或她的世界正在走向

沟通。

并非总是世界

他的世界，也是他的世界。

两者之间可能存在重叠，也可能存在互惠关系。

沟通，或者说相互理解。

这是来自八眼之心的答案。

糟糕的。好的，

如何成为更好的容器

发动机

成为接收的容器

似乎是电机

问题是，我们如何才能成功？

接收它的最佳容器

《心经》的教义是什么？

渴望

兴趣。

我们需要那种渴望，那种渴求。

想，

对般若波罗蜜多的渴望和兴趣。

糟糕的。

好的。

如何克服失去至亲的痛苦

爱人真的很难得。

啊，问题是我该如何通过考试？

克服失去那个人的痛苦

我最亲爱的？那太难了。

好的，我的回答依然如此。

我从……那里拿走了。

而这个问题的答案是……

老师会从经文中寻找答案。

经文讲述了前世的故事……

佛陀。研究小组。

研习《心经》。当你

成为佛陀。

当你成佛之时。哪个

失去了一个你如此珍视的人他或她

我将成为第一个门徒。

因为在其前作的故事中

佛陀表明，当他返回时，他已经回来了。

当一个人成佛时，那些挚爱的人……

你的指的是那些人

亲爱的，你已经成为我的学生了。

佛陀，佛陀的弟子。

然后，让我们利用这种联系。

请拨打此号码联系。

因为现在我们之间有联系。

与爱人的关系。

电子学

你知道你可以，你可以，你可以使用

这种联系是为了一个好目的。

你可以利用这种关系。

自我与目标的联系

出发点是好的。

或许他就是那个可能成为的人。

在这种情况下，你已经明白了。

成为他或她的门徒。

甚至包括一位挚爱之人

这可能意味着已经开悟，并且

他已经成佛了，也许你也可以。

将成为曾经的那个人的学生

他们是我的亲戚。

好的。

女人与梵天至尊者有何关系？

或者智慧？

等级

与智慧相关的女性

和

女人象征着福多姆，就像在

非常平等

你说的那些，因为就像

般若之中也有像……一样的女性佛陀

我懂了。是的。是的。是的。好的。

兴趣。

这是一个非常好的问题，因为

藏传佛教经典中的《心经》

然后她就被称为佛母。

当我们学习般若波罗蜜多时

糟糕的，

我们称之为

《般若波罗蜜多心经》渡过海岸。

昵称

发动机

《心经》的简称是

她被称为佛母。母亲

意思是母亲。

其他也

你知道

有时我们称之为 yumma，意思是

中间的母亲。嗯，是的。

有时我们甚至还会打电话。

那条运河叫做Yumbama，意思是……

母亲

在中间，在中心，或者在那个点

折中之道。这

空虚总是与……联系在一起

在玛娜（Maana）中，女性特质非常非常重要，而且

西娅娜

以及空虚与以下事实无关

女性特质指的是自然哲学。

通常与女性气质无关

它经常出现在经文中。

大乘佛教经典，尤其是黄金时代。

坎特阿

耳朵全部

出口

因为正如我所说，这意味着一切。

古今诸佛

从现在到未来，我们都必须走这条路。

这条路。现在实际上已经有了

象征性的

参数实际上也是女性。是的。

我们甚至还具备表现力。

这座雕像和这本《般若波罗蜜多经》……

以神祇的形式显现

女菩萨。

女性或母亲也有这种特质。

的

永远不实现，永远不活出

任何事物。

至于女性气质，那就是……

《般若波罗蜜多经》象征着一件事。

母亲，母亲的女性特质。

因为母亲总是具有某种特定的性格。

具有保护本能，包容一切。

对他的孩子，无一例外。

或者没有排除对手。

哪座雕像？

圆圈内没有任何东西。

你的手。

因为它什么都有。

这种空虚的自然。

以及弥勒菩萨的论著

撰写有关《心经》的文章。

第一节歌词就在那里。

这是表达敬意的诗句。

那句诗说得完全正确：

我恭敬地向我伟大的母亲鞠躬。

即般若波罗蜜多佛母。所以

正如我之前所说，午休时间到了，也许可以吃午饭。

休息时间很短。

也许我们会试着来这里一次

可能的。正如我之前解释的那样……

报纸可以成为我们的午餐时间。

我下午1点回来。

大概在1点或1点15分左右。

我想你应该知道。

既然大家都到齐了，那么

每个人都有可能轻松

可以安排。

# 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第六部分

来源: [https://www.youtube.com/watch?v=81\\_A6AZNCic](https://www.youtube.com/watch?v=81_A6AZNCic)

请注意

正如我所说，开头

是

直言不讳，老师

请大家记住，对于

正如我开头所提到的，《心经》。

这是一篇讲道文。

直接地。

这就是我告诉大家的原因

人们说不要太当真，地方

任何重要的东西。

这

经过

关于《心经》或《经》

《金刚经》指的就是这些经文。

我们可以看到它的根源。

这个问题直接指向了所有问题的根源。

教师

和

让

想像一下你在做梦。

在梦中

在那个梦里，你看到了自己

我们身处沙漠之中。

那时你非常口渴。

你正在寻找水。

然后有人出现并指出了这一点。

你应该走这条路。

这是为了寻找水源。你会

看到一个土堆

一座山

山峦如同沙漠。

宗教。当你开始走路的时候…

你可以看到沙上隆起的一个包。

人

而在那片沙丘后面，是一个

山谷地区。

山谷之外，便是…

现在这里变成了一片绿洲。

那里有水。

当你看到这一点时，你会直接前往

那里

付出了如此多的努力，经历了如此多的挫折。

尝试

然后你到达了绿洲。

你喝水

你的另一个欲望也得到了满足。

就用这个例子来说明。

并像使用一个一样使用它。

例如。

实际上

这里没有沙漠。

实际上，根本没有沙漠这种东西。

哪一层膜？你正在床上睡觉。

你还躺在床上熟睡。

是

除此之外，没有发生其他癫痫发作。

因此，并不存在这样的愿望。

你需要喝水。

没有人可以指导我们。

没有人会告诉你，你就是这样的人。

你要先走这边，再走那边，再走那边。

这里根本没有绿洲。

你又不是每天都喝水。

因此，不存在其他类型的攻击。

哪个已经被清除？

但当你沉浸在

那个梦包含了一切。

有了向导，就能走上正确的道路。

这一点，那一点，另一点，那里有另一种风暴。

它还能缓解其他症状。所以

我想告诉你什么是教益。

我正在尝试解释和分享

《般若波罗蜜多经》教导的是什麼？

《般若波罗蜜多经》是根据……阐述的。

觉悟者的解脱知识

启示。

在梦中，

他们

几乎要吐了

这个人，那里没有沙漠

这一点值得注意。

在梦里。是的，带著梦想，你

不能对一个…说这种话

做梦是因为它们是真实的

挣扎中。

因为当有人

如果你沉浸在梦境中，你就无法…

与对方交谈和沟通

睡著了，梦见什么都没有。

除了沙漠以外，什么都没有。

没有路，也没有绿洲。

没有其他国家。因为当他们拥有

一旦沉浸在梦境中，那些东西

他们所经历的苦难是真真切切的。

当我们教学时…当我们…

压力是

总是

回到过去和介于梦想和

觉醒

当我们开始接受这一点时

般若波罗蜜多的教义也具有实用性。

在修习般若波罗蜜多教义时，那些事…

这个困难……它变成了……出现了……

在梦幻般的或

醒来。

在黑暗中，

如果这里有一条像这样的条状绳子。

例如，在黑暗中有一个

这条神奇的绳子就像包带一样。

先生，您的包包。

你觉得这是条蛇？

正因为你这样想，你才会有这种感觉。

我当时非常害怕。

我知道这是一根字串。

但我知道这只是…

绳子在我的包包里。

现在我有两个选择。

我有两个选择。我可以被吃掉

暗淡。

我可能是个白痴。

然后说，不，这不是蛇。把它放进去

就在你脸旁边。

我说这不是孩子。

蛇，我会把这条绳子塞到你脸上。

你可能会死。而且你很有可能会…

你这只松鼠，你会吓死的。

另一声轻笑。

我选择了第二个方案。

我基本上同意你的观点。

哦，那是一条蛇。然后尝试

甚至假装丢它

离开。我甚至会假装发脾气。

这条电线连接到别的地方。

我会逐步帮助你。

我意识到事实并非如此。

这是一条蛇。

所以这

这始终是一个挑战。

以及阶段、过程

这有时会相当具有挑战性。这是

这将是一个挑战，因为…

又是习惯使然。

因为习惯的原因，这很棘手。

我们根深蒂固的习惯。所以

几乎所有的佛陀教义都是

设计旨在带你走向智慧。

因此，所有佛陀的教义  
三次时间，十个方向，都指向同一个目标。  
目标是帮助你到达彼岸  
启示。

但并非所有人都能获得它。

他立刻就领悟到了这一点。

因此，佛陀教导的第一原则就是实践。

万物皆由此而生

一切被创造出来的事物都是无常的。

空调。

你觉得可以接受吗？

至少在智力层面上是如此。即使在

这种知识和理解程度还很初级。

交流电

至于我的习惯，我倒是挺喜欢这些事的。

这很难让人接受。

这就是我们坚持的原因…

活得好像你会永远活著。

但永远不要死去。

一旦你习惯了这一点，你就会去…

温和地提升教学水平。您先请

我已经熟悉了虚无的法印。

通常情况下，你们会升一级。

海拔略高一些。

这就是苦难的真相。全部

万物皆受苦。

循序渐进地提升等级。

更高。然后是第三个，也是

第四小姐

万物并无固有存在。

自然启蒙就是你知道的

极端情况是，这就是参数的内容。

而第二个印意味著一切

所有的痛苦感受都是痛苦。女性

法的第三印是万物显现。

雕像本身没有固有的本质。法律

第四印是涅槃，即宁静。

纯度。然后是第三法印和第二法印

这些教义与……有关。

与般若有关。

麦考布

事实上，四圣谛并非如此。

佛陀的第一次说法。

他证悟之后

在菩提树下达到圆满觉悟的境界

话题，

他说

s

布里尔

那些深刻、奇妙、英勇的事物

尾巴

那些清晰而精彩的瞬间

缺乏创造力

它就像花蜜一样。

哦，我找到真相了。

但没有人听他们的。

这些话。

因此，我无法传输它。

我可以传达这个真理，这个事实。

因此，我们应该保持沉默。

我们应该留在这片森林里。

这正是他最终领悟的真理。

在证悟的那一刻

同等觉悟即是般若波罗蜜多。

语言象征主义

阿拉姆。

因为存在所有这些类型的语言，

象征性事物

一个难以形容的符号

般若。

因为在般若的那种境界中

没有任何参照点。

就像你从来没吃过盐一样。

萨尔

树。

感觉就像你以前从未吃过东西一样。

每次都加盐。如何解释…

铁？那该如何解决这个问题呢？

例如或描述盐

给你糖。

我可以给你指路，

那时我把它给你的时候，我就可以

给我糖，我就可以这么说了。

那不是盐。

我不知道 ch

我把辣椒递给你，我说，给你。

这不是盐。

我能做到。这就是我全部的资料了。

我可以帮你做。不过，总之，

他说这话的时候，想到了

这，

故事是这样的。当他

想到了这一点，

他们迅速冲向梵天。

他自己。

当佛陀萌生这个念头时…

他会保持沉默，不会

人类的最高教义

然后是天王因陀罗和梵天…

出现在他面前。

我会解释这个故事。

稍微加点戏剧性。

你怎么能做到这一点？

神灵显现，说：“哦，神啊，哦，佛啊！”

他为什么能做到这一点？

所以？」

他经历了太多苦难。

毛巾？

对他来说，保持沉默值得吗？

我一生都活在这片森林里，或者

不是吗？

佛陀说，但是钵…

如此优雅，该如何形容呢？

口头上。

任何语言都无法形容…

可用。

没有例子可以说明这一点。

我得到了它。

如果没人听，那就自己去做。

我们如何教导般若波罗蜜多？

因陀罗和梵天说，饮酒

你在开玩笑吧？

因为祂是全知的。

你是全能的。

全知全能。

他可能什么都知道。

如果你不知道如何表达。

那么谁来传达这个讯息呢？

好的？

他肯定有办法。

并非人人都有。

聆听教导的能力

这是事实，但肯定其中另有隐情。

有些人或许能够接受。

他的教诲。

加油，别放弃。

佛陀望向因陀罗。

哦，当然。

因陀罗

生命。

佛陀说它是独一无二的。

在遥远的前世，你曾吞噬了我。

在某个人生阶段，你会把它切断。

关掉电源，然后切成块。

你曾有过一段充实而有意义的人生。

将我放逐出宫廷。

电。然后还有一次

我带了妻子和孩子。

甚至在某些人生中，你拥有

偷走我的妻子就如同偷走我的孩子。

当时我发誓要好好珍惜它。

这场根深蒂固的世仇。

我已发誓要弘扬佛法。

愿你来世安息

为了报复。我会做。

因此，我们将对此进行解释。

宣扬佛法。索阿纳西。

这就是他开始站起来的原因。

起床后前往瓦拉纳西市。所以

贵族。

在瓦拉纳西的鹿苑里

佛陀转动了第一个法轮。

第一个返回四圣帝身边的人

以及四圣帝的教义。

我差点就选好了演讲主题。

本次行程的讲座将在胡志明市举行。

明是四圣帝的核心主题。

事实上，你不需要学习太多。

有四位圣帝，但只需要第一位圣帝。

首先，那就是关于苦难的真相。

几乎所有问题都已解决。

真是太神奇了！

只是第一个字。

因为唯一的真理就在神圣之中。

首先，光是「苦难」这个词本身，就已经…

这是一个非常美好的字。

因为在西方佛教经典中

西藏有一句关于佛陀的谚语。

我教你如何理解苦难。问题是…

你必须知道的唯一真相

知道。

没什么特别令人印象深刻的，我的意思是，是的

那也算是医学吧，你知道的。

应该知道什么是痛苦。

深刻的

事实上，人们可能会认为

哦，这只是个小问题，没什么大不了的。

需要学习的重要或令人印象深刻的事情

要嘛有更好的选择，要嘛

学习起来更有趣，但并不难。

这个话题真的很有意思。

深的。

唉……几乎所有人都不明白。

这就是苦难的本质。

我们当然知道自己会遭受痛苦。

当我们感到饥饿时。

我们失去了工作，我们遭受了苦难。

付款日期将近

租金上涨。

而且我们每天都得缴房租。

那一个月也很难熬。

如果有人欺骗我们，我们

它太硬。邀请

未受邀参加聚会

它太硬。

韩国之旅

有一次旅行不太顺利。

它非常成功，甚至连南越都注意到了。

它太硬。

这些我们都知道。

但苦难并非仅此而已。

所以。

只要某事物受时间限制，

一个。

直到一切都还连在一起。

随着时间的流逝，我们将继续遭受苦难。

只要某事物受时间限制，

意思是unc。因为当一切都静止的时候

有界限，在有限范围内。

随着时间的推移，它会出现一些缺陷。

总之，不确定性是存在的。

而正是这种不确定性，这种虚无，

那无疑是一种痛苦。

因此，我们所拥有的一切

我们所谓的幸福，其实是痛苦。

这不是我们的苦难。

患有胃痛、胃炎、头痛等症状。

云。这不是那种痛苦。

只要受二元性约束，它就是一种义务。

直到所有这些事情发生

我们仍然受制于意识形态。

二元歧视正在造成危害。作为

只要有美貌

将会是

一个

直到我们仍然保留著这个概念。

美的概念意味著丑陋仍然存在。

正因如此，才存在著两种对立的力量。

我们遭受苦难。所以这就是佛陀的缘由。

教导第一位诺贝尔奖得主

仅此一点就足以说明问题。

因此，在四圣谛中，如果它们

我们只了解真相。

独自承受痛苦就足够了。

你想参加课程吗？

他是一位有才华的领导者吗？你想要

担任管理职务？

你想参加课程吗？

是行政管理还是管理？

你想成为学生吗？

成为领导者的关键

他们有视力吗？

所有这些课程都位于

在苦难的真相中。

如果你知道小说中的第一个真相，你

他们富有远见。如果你明白

一旦你理解了苦难的真相，你就会变得…

他应该是一位有远见的人。

你们都是优秀的领导者。

善良的好人。

你是经理。

天赋。

你们是优秀的父母。

计算。

你们这样的人就应该得到它。

爱。

因此，学习的过程  
苦难是极为重要的议题。  
重要的。仅此一点就足以说明问题。  
独自承受痛苦的真相。  
它当时已经非常重要了。

和

然而，这里是经文，即原文。

《般若波罗蜜多经》基于以下理论：

觉悟者的解脱洞见

这

基于此，就连四大圣帝  
或许四圣帝根本不存在。

因为圣经上说：

没有痛苦，就没有痛苦的止息，就没有通往解脱的道路，也就是说，没有…  
世上有四位圣帝。

好的。

佛

佛

意思是唤醒某人。「佛陀」这个词有

含义指的是一个人

目前处于清醒状态。我知道

我们很多人都像佛陀一样

某种人物，你知道，某种

不是

我知道这里的大多数人

人们想到「佛陀」这个名字时，会想到…

关于一个人

如果它真的有实体，我就不会有碗了。

摒弃这种想法。

也接受了

佛

男人

但你需要明白这个词

这尊佛像蕴含著深刻的意义。

它指的是动物的状态。

这个人醒了。

生吃东西会死的。

如果你吃生腰果…

你们都会死。

如果你知道这一点，

醒来。

如果你知道这个真相，

你是一个觉醒的人。

冰

它是液体。

而这块石头其实是一种液体。

如果你知道这一点，你就觉醒了。

一个知晓真相的国家。我正在给予

你锻炼。

如果你知道真相的话

你已经失去理智了。

为什么？既然你已经看过那个版本了…

这块石头是什么材质的？那是钱包。

我想分享一个例子。我认为很多

有时我们认为佛陀是如此伟大，所以

宏伟壮丽，难以企及，或者我们

成佛非常困难。

许多

因为我知道大多数人

当我们听到「佛陀」这个词时，

我们想到一个画面

人类真是伟大，拥有许多卓越的品质。

这种特质是高尚的，是值得我们努力追求的。

达到觉悟的境界

佛陀是完全觉悟者，因此…

我们必须克服很多困难。

这种努力和状态只有透过以下方式才能实现：

只有经过许多世的轮回才能实现。

但实际上，你只需要…

略知真相，略知

关于事物的真相和本质

这座雕像意味著你已经取得了一些成就。

他已证悟。

我离婚了。

例如，在婚礼当天。

你和一个突然冒出来的想法。

哦，今天是婚礼日，但是…

两位妻子的离婚手续可能下周就会办完。

如果有可能找到丈夫，那么这本身就是一种可能。

他处于觉醒状态。

有时我也会这么想…

可能发生的情况有很多种。

真相。维多利亚

那只是个小小的误会。

如果你问

老孩子，

如果你问孩子，婴儿

他当时六岁。好了，该写东西了。

你的遗嘱。

该立遗嘱了。

和

你对孩子说：“哦，好的，宝贝。”

现在轮到我写作了。

我已经立好了遗嘱。

当你对孩子说这些话时，

不要告诉那些你认识的人。

他们不了解自己的佛教。

否则，人们会觉得你有点…

有点疯狂。但那也…

重要的。佛陀基本上

醒悟过来，认清真相。

「佛陀」一词或「佛陀」一词的意思是

「在真理面前失去意识」、「看见」这句话

揭露真相。

这听起来可能很困难

未实现的真相。这其中有很多真理。

当我意识到这一点时…

真理，或者说觉醒于真理

那么我们中的一些人会认为

这真的很难接受，听起来很…

真烦人。并非如此。事实上，有

真相非常令人愉快。

而我们所做的，正是佛法。

醒悟过来，认清真相。

这是我们能够实现的。

好的。

即使在那次讲座中

本次讲座我们将讨论这个问题。

运气

N.

即使在那次法会期间也是如此。

有些时候，他们

我们探讨觉醒的状态。

或者你可以得到顿悟，然后继续思考。

关于这个话题，你们怎么看？

我心想：「哦，好吧，确实如此。」和

我们思考得越多，

我们确信，

这件事有什么确定性可言？

而这种确定性有时只有…

这事会在几分钟内发生。

只需几秒钟。

但这就是种子，这就是关键。

这是种子。它可能不会回来了

明年吧，不过没关系。

有时候它不会恢复到那个状态。

我以为它不会再出现了。

明年见！但有些

你或许想好好培育它，好好培育它。

某种信念，甚至要培养牠

更好的。

但总是会有一些人

你们当中，会有人想要培育，有人想要

培育这种种子，这个品种。

让这颗种子自由生长吧。

更多以及我的信念

更多增长。

你知道我们都是

不管怎样

控制狂

可能是一个人或多人  
我们常常试图控制什么  
害怕，  
掌控一切。

我们想控制一切。

不仅限于餐桌。

这不仅仅是控制的事情。

在餐桌上

相反，其目的是为了控制所有学校。

无论在任何情况下，这都是合适的。

如果你真心想成为其中一员。

一个控制欲强、痴迷于控制的人。

你需要一个控制狂

放松点

那么你们自己也需要放松，你们需要…

放松。

如果你放松下来，你真的可以

控制。

只有当你心境平和时，才能控制它。

你的姿势很放松。

这样你们就可以安心了。

没有一件事可以放松或放宽。

哪种方法比较好？这就是洞察力。

理解这四个命题。形式即是空性。

虚无即是形。形式与虚无并无二致。

其他任何东西都不是这种颜色。

而这种人，甚至…

一点点觉醒

这个人

无论这个人身在何处

这个地方和时间都变得神圣了。

而对于那些拥有一个的人来说

一丝顿悟，一个小小的领悟

关于空性，它本质上就在于此。

无论那个人身处何种空间，在

事件发生的时间段是多久？

人的外表就是空间和

那段时间变得具有精神意义。

天堂。

仪式结束后，大家将…

返回家中。

人们只需要背诵经文即可。

心经

在你思考的过程中

反思经文的意义

或者更好的是，你们可以做我们所做的事。

有时

观看

或者你可以练习这个

我们坐著观察思想的行为

思考十八界就像…

我们的练习时间

休息前

人

圣。

所以那些时刻，那些

你的房子，你所在的房间

实践它能使人变得圣洁。

土地。

而且它效果显著，用途广泛。那是

它惊人的好处在于我们是

愿避难所蒙福，愿居所蒙福

你。

康杜丁

康德

我快要到结尾了。

加

有一些要求选择 b，所以请执行 a

小 b a

既然主办单位提出要求，我就同意了。

如果你愿意接受菩萨戒，我将为你授戒。

在短时间内

休息一下之后。

最终，佛陀从总和中升起。

深刻的领悟。

所以，那段经文的最后一部分是：

那是在关先生与人谈话之后的事。

佛陀与观世音菩萨和舍利弗并肩而行。

退出该固定状态

深刻的清晰。

又对观世音菩萨言：

太好了，太好了。

我不知道该如何翻译这行字

你知道，这很好，这非常非常好

它无法翻译。

萨杜阿杜

是的，我觉得这无法翻译。

在语言中，「悲伤」一词

在英语中，我们常说

好，在藏语中也称为 le so lexo，并且在

在梵文中是 sadu sadu，但是...

老师说转学真的很难。

下载该字的意思

太棒了，太棒了！

越南语听起来也不错。

我只是翻译你的

悲伤 sa 但

好吧，我要稍微改变一下你的思考方式。

少量

现在我要开始研究你的大脑了。

略微扭曲

一个非ist

哪一个是非形式？萨杜很伤心。

「sadu」一词是一个

未经确认的认可。

标准，

对一件事的承认，但是

文中没有任何肯定性陈述。

非

因为那并非必然发生。

收到

确认

无法证实。

透过感官，

牙齿

以及习俗。

因为菩萨观世音菩萨的种种事

根据该理论，这是不可能的。

确认，透过

我们的感官。

这一点无法证实。

这是正确的规则。

它也不桀骜不驯。

这不是一项原则。

既不是说它不是，也不是说它不是。

它必须是不同寻常的。它不是

风格。

这不是一种方法，

风格。

因此，这并非一种趋势。

一种趋势。

我这就让你们都绞尽脑汁。

正确的？

只有一件事。

这不是时尚。

那就是空虚。

这不是一种趋势。

哪一页？

就是这样。

只需要一个下午。因为某些原因

就时尚而言，它有时…

它只存在了一个下午。

停止。

因此，佛陀的话语是

攀岩，攀岩，或是两者都行，干得好，干得好。

相反，这是一份声明。

是的。

这意味著下一个就是他了。

当有人提到“多么幸运”这个词时，他说：“哦，是啊…”

事情就是这样，事实就是如此。

然后，这就是所有人的想法。

诸佛皆欢喜。

你知道吗？

佛陀自称如来吗？

他自称如来。

在那段经文中，有时他

据说如来曾说过这句话，如来

他这样说，就是在自称「先生」。

如来

如来

如来。

这是什么意思？

意思是像

我来时如此，走时亦然。

非常好。那非常好。非常好。

T

单字「g」其实既有「来」的意思，也有「去」的意思。

一起。

「佛陀」一词的翻译如下：

越南语意涵。这就是我们所拥有的。

我们就这样来，也就这样走。

然后佛陀说你

你

确切地

死亡

遵循这些参数。佛陀说：

所有的圣徒都应该，甚至

尊者舍利弗应修习般若波罗蜜。

波罗蜜多。所以

姓名

所有观众

老师开始讲解经文…

也就是说，昨天，在 Nhu 说了那些话之后。

如果赖发表这样的声明，那么所有这些

观众就像《阿修罗》中的神和人。

La Can That Ba、Cuu Ban Tra 和 Khan Na

大家听了他的讲话都欣喜若狂，赞不绝口。

这些门徒中有些，

观众

最美  
港口  
在吞皇洞。  
敦煌有一处洞穴群。  
中国。然后  
在那些洞穴里，图像  
观众的形象，观众  
这段经文描绘了  
在系列中不显眼区域之上  
这个洞穴。  
每个观众  
独具特色。  
这里还有圣徒的画像。  
这幅画绘制得非常细致。  
在天空中。  
天上有一些圣人，  
圣  
它们生活在水下。  
有些隐藏在云层之中。  
我最喜欢的是  
这位门徒或听众  
洗手间  
他  
他的头是马头。  
那是肌醇石  
以及那种类型的观众  
那次法会是师父特别喜欢的一次。  
它是一种长著马头的生物。  
血  
马头是绿色的。  
我认为  
它真美。这些门徒，  
你知道，他们都有各自的弱点。  
弱点，问题。这是真的。  
这很棒，因为每种类型的听力  
任何事物都有其弱点。  
不同的。  
就像这个马头人一样。

例如，有头的生物。

这是一匹绿色的马。他总是

足够的。

他就像个饿鬼，总是…

大家都饿著肚子。

但这都是他咎由自取。

其他人则认为他饿了。但

它从不抱怨。

不要责怪其他生物。

还有一些人正在遭受饥饿的折磨。

那里。

而且它非常可爱。

我喜欢音乐。所以多年来他

可供食用的森林。

这个生命正在挨饿，因为…

他太沉迷于音乐，好几天都忘了吃饭。

一百年。

我饿极了，但没办法…

我可以停止听音乐了。

超越音乐

佛陀的存在

最重要的是，对爱的依恋。

我热爱我的音乐，而这正是你所…

长著绿色马头的生物

这棵树受到了特别的喜爱和照顾。

对佛陀的崇敬

他们

我认为

多 b

他沉迷于音乐，所以会演奏音乐。

他们让他演奏音乐

并且因为他们具备许多菩萨特质。

我也喜欢听音乐，所以…

他也向这个生物下了命令。

它可以被称为一种瀑布或类似的景观。

为观众播放这段音乐。

关于七大王国之王的传说有很多。

这个女人。

还有另一种被称为

梵天。

她有强迫性进食症。

而且这种生物非常贪吃。

最后她也把她吃了。

他们甚至吃掉了自己的孩子。

我的。

顺便一提，她住在…

她住在巴厘岛。人人可以

知道它是一种会吃掉幼崽的肉食性爬行动物。

我。

去过峇里岛的人都知道那是多么危险的地方。

凶手就在那里。那里

我认为

纪律很强。

在柬埔寨。

那只是我的想像。

而且，像这样的生物还有很多。

我住在柬埔寨。柬埔寨

mayet。

我感觉越南的情况也是如此。

这类生物有很多种类。

那些

这个故事可能也与此无关。

这和《心经》有什么关系？我

我们只是闲聊而已。

我认为越南有很多这样的国家。

许多罗刹恶魔。

我觉得没什么好说的。

新加坡。

我认为新加坡应该不多。

非常。

金子

哦，那些懂得演奏音乐的人，他们真是著迷了。

我们称之为「瀑布」的音乐

嗅觉吞噬者。

还有一种女性类型

也有一些物种以香料为食。

日本人似乎委派了一些

这些门徒做得非常漂亮。

以及日本人民的不幸遭遇。

然后描述并绘制这些物种。

这些生物非常美丽，非常精致。

尤其

有一种叫做「十大守护者」的东西

10位守护者

十位神明

还有10幅著名的画作。

人间美味

又称十大神明，它们包含某些事物。

这些壁画非常漂亮。

是的，那些画作真是美极了。

我喜欢日本的风之守护者

或者风神。我喜欢这幅画。

关于日本的封神（神灵）。

空袋子。

因为在那场不幸中，有风。

神明提著一个空袋子。

它非常大。

我觉得他心情好的时候，会…

释放袋子里的空气。

当这个人心情不错的时候…

然后这个人会把袋子完全打开。

控制自身的风力以产生风力。

因为你，我必须告诉你一些事情。

我知道他们深度参与其中。我不

我想谈谈D。

我想给你们讲故事。

关于这些观众成员，因为

事实上，它们是经文的一部分。

这。我不想过度强调这一点。

例如教义或原则

僧侣或菩萨，阿罗汉

相反，罗汉也是其中的一部分。

观众，所以我们不应该

别理他们。

M.

我忘了提阿修罗。

半天界。

非常漂亮的人。我是说

令人放心。

那些居住在半天界的生灵…

她拥有极其美丽的容貌。

如此美丽，令人无法抗拒。

那是一种无法言喻的美

谁都无法抗拒。

M

有一个来自半天界的少女。

领域

她的名字

她的名字叫莫希尼。我也这么认为。

所以。

她就像…

银行或

英石

视觉阶段

简直像魔法一样。

她负责看守一个仓库。

或者一个神奇的街区

制造商

她还能制造幻觉。

我以为那只是幻觉

人类

她甚至还拥有一座工厂。

制造幻觉和幻想。

她手下有很多员工。

她也有很多敌人。

味道不一样。

这是一位男士。

他精通…

控制他人。

这个阿修罗拥有这种能力

控制这些峰会

另一个人的幻觉。

当然，我们也不能忘记提及…

对一条蛇来说。

我认为我是

赞助商

你知道，就像佛教里的赞助商拍手叫好一样

我认为

最高首领是纳尔

我有一种感觉

我指的是领导人。

龙帝是龙王。

我不明白为什么那种蛇…

或许这种龙族总是保持

在佛教中扮演重要角色

老师。

即使在传统中，我们也看到佛陀与

你知道，一条蛇会遮蔽雨水等等。

能力。

即使在佛教传统中

在其原始形式中，我们看到它非常

许多佛像描绘的是佛陀坐在…

眼镜蛇的保护。

尼泊尔是

就像尼泊尔这个国家一样，这些画面

蛇形雕像具有蛇的象征意义。

尼泊尔蛇类很多。他们在这里

我再次感受到柬埔寨

他们有很多那加族生意，

泰国可能

我想，柬埔寨和泰国也是如此。

与此相关的行业有很多

蛇

那伽

好的，接下来列出其他名单。

纪律

你需要知道这一点

我刚才已经把这些分享给你了。

《般若波罗蜜多经》中的听众

这段经文，以及那些存在，也是…  
重要角色。

of

力量

影响

当然还有那位充满能力的门徒。

以及佛教的强大影响

毘湿奴

那是毘湿奴神。

湿婆

湿婆

梵

梵

所有那些天上的君王

说明中已提及。

圣经。

印度教狂热分子可能什么也听不到。

[笑声]

信奉印度教的人可能包括：

我不喜欢这个讯息。

但纸条上写的都是事实。

奖。

众神之神，即佛陀，是主宰。

全部。

此外，也写了这份说明。

由印度学者撰写。以及

本节提到了国王

那些令人垂涎的美味，仅此而已。

佛陀是至高无上的统治者。

天上的生物。

最近在越南发现了毘湿奴的雕像。

在最近的朝圣之旅中

我在越南期间，看到了很多

与毘湿奴神有关的地方。

这是一个相当重要的职位。

因为

存在

如果没有意见，我们会

我们不能坐下来好好谈谈。

所以。

梵

立即地。因为神明，天上的众生

如毘湿奴、普拉、湿婆，或

象头神是天上的神灵。

天空的位置非常重要。

我们怎么可能忘记呢？

女神卡莉？

我非常欣赏的那个女人

兴趣，

简直难以想像。

当他出现时

毘湿奴 梵天

失去 s。

当卡利出现时，毘湿奴

湿婆或梵天如今都只是名字而已。

他们得到了。

因为当时他们感到害怕和恐惧。

害怕的，

它冻住了。

观众。

还有那些神灵，神祇

在那片天堂里，那些女神们

观众是否参与其中？

般若法会。

尤其是在加州，

他是一位伟大的守护神。

就是这样。

非常接近

中级

心灵交流已完成。

而这些正是我想要的。

她非常简短明了地分享了这件事。

我们和朋友一起来探讨《心经》吧。

# 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第一部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=TNsG4XO8zeY>

[音乐] 嗯，在任何情况下我都没有声称这是关于帽子的教学。嗯，我觉得更像是欣赏 Habsutra，以及分享我对 Habsutra 的欣赏之情。那可能是我能做的最好的事了。《心经》和许多其他经书一样，比如《八极经》，你知道，《金刚经》也算在内，但是《金刚经》并不是一个好的翻译。《心经》和《八极经》一样，都是佛陀最直白的教诲之一。佛陀的许多其他教义，如《本生经》，其实并不是直白的教导。（笑）它们经过加糖、软化处理，看起来更诱人。我总是用这个例子。你知道，这就好比，如果你有一个出生5天的婴儿，你不能给这个婴儿面包或吐司。你不能这样做，因为如果你这样做，婴儿可能会死。所以对于婴儿来说，你需要制作一些可以吃的东西，一些可以放进婴儿嘴里的东西，一些婴儿可以吞咽和消化的东西。此外，当母亲给婴儿喂奶时，她可能会唱歌。嗯，你们都知道，你们必须做你们自己，你们必须演戏，基本上随着宝宝长大，你们就可以升级食物了。帕库特拉就像烤面包。连湿漉漉的吐司都没有。这是一块酥脆的吐司。正如标题所示，它是最典型的。我若自认倒霉，那就太愚蠢了。我之所以在那里教授这个课程，是因为教师分为三种类型。第一层教师，我们称他们为信息传递者。他们会给你提供一些信息，比如什么是四圣谛？这样做。三宝是什么？这这这给你提供信息。然后还有第二位老师。他们教书是因为他们喜欢老师，他们非常喜欢老师和教学，即使他们无法真正达到老师的水平，他们仍然分享，因为在他们心中，教学是如此美好。许多阿罗汉修行者都是这样的。我们甚至称他们为“shvaka”，在藏语中意为“他们在这里”，然后他们[笑声]让其他人听到，因为他们非常爱佛陀和他的教义，但他们无法修习无量菩提道。对他们来说太大了，但他们也不太喜欢。所以，他们为了帮助老师，会告诉其他人：“你看，我做不到这一点，但这真的是一个很好的教学方法，我告诉你。”好的，所以第一个是信息传播者，第二个我想是服务提供者，第三个是真正不仅知道信息，而且还将信息融入生活的人。它们实际上是已实现的存在。他们是最棒的。现在我显然属于第一类人，因为我学习这些东西已经好几年了。但这份工作已经岌岌可危了。先是 Chuck GBT，现在又是 deepseable truth。他们会告诉你一切，但我不知道你是否尝试过深入探究，即使你知道，如果我问什么是至高真理，深入探究甚至会说“好吧，让我想想”，你知道，就像我觉得这个人是在谈论佛陀的教义，所以这种信息传播者的工作，很多学者的这种工作，很快就会失业。我的工作已经岌岌可危了。但我很渴望成为第二名。我不知道 Chpt 或 Deep Seek 是否真的欣赏这个人，他们这样做只是出于服务目的。我不知道。我不这么认为。我分享这些，一部分原因是我非常敬爱佛陀和他的教义，我迫不及待地想与你们分享。这源于我对老师和教义的爱，即使我的教义可能存在错误，比如与深奥的教义进行比较，或者我的教义存在误导，但这都是出于我的爱。但我并不声称我了解经文，因此我热爱它。我不想声称，在我64年的人生中，我读过很多其他的东西。我甚至读过卡尔·马尔斯的《首都》，也读过一些物理学之类的东西，你可以说我被洗脑了，但我对佛陀教义的热爱却与日俱增。但我之所以这么说，是因为我仍然有很多很多原因没有完全理解。最近我读了四篇关于此事的评论文章。关于梵天波罗蜜多的注释有很多，我已经研读过梵天波罗蜜多很多遍，历经数月甚至数年。但最近我读到一些文章时，仍然会有“哦，我以前从来不知道这个”的想法。这证明我还没有完全理解。我这样做是为了表达对老师及其教学的感激之情。如果我是第三位老师，第三类老师，那我只需要这样做。这样就能解决问题，但显然行不通。你知道，如果我是第一个真正存在的人，我就不需要说话了。

好吧，在我开始之前，我需要告诉你几件事。嗯，当有人问我是否愿意教书时，我选择了这个，我选择教一些经文。嗯，我给你举个例子。多年来，一直有人邀请我去泰国教书。我拒绝了。我之前没有在泰国教过书。我向泰国人民解释的原因是，我不想成为塔纳瓦达佛教的障碍，因为塔纳瓦达佛教非常重要。非常重要。它不是树根。没有根就没有茎。没有茎，就没有果实。我们这些自称教授大乘佛教、精舍佛教的藏传佛教老师，（清嗓子）我的意思是，如果教得好，我认为这很棒。嗯，但是瓦娜非常非常滑溜。当然是这样。它蕴含着惊人的智慧，但也充满了风险。就像吃腰果一样。如果你不烤熟就直接吃腰果，几分钟内就会死亡。但如果处理得当，烘烤得当，腰果我们就可以吃了。嗯，还有阴道，以及我们人类，我们总是喜欢新鲜事物，新菜、新衣服、新男朋友、新女朋友。我不知道。我们总是喜欢新鲜事物。我们会对拥有的东西感到厌倦。嗯，阴道这个词，我觉得对很多人来说，阴道听起来也很有吸引力，很性感。我们亚洲人，以及我认为日本人，都是这么想的。我的意思是，在越南，尤其是在泰国，我们很容易相信魔法之类的东西，你知道，就像祝福之类的东西，我不知道，我们就是这么容易相信。所以，如果阴道是智慧的体现，并且被正确地教导，那将是极好的；但如果被包装成保护、财富之类的东西来教导，那就会毁了阴道，并使人们分心，忽略他们所拥有的一切，比如他们的兄弟。这就是我对贝塔纳姆的感受，你对大乘佛教也有着非常好的基础。事实上，[笑声]正如我昨天所说，越南的佛法比藏传佛教要早得多，而且在过去的2000年里，你们涌现出了许多杰出的大师和修行者。我读过书。我听过很多越南大师的教诲，虽然不多，但大概有两四个，五位吧，他们的教诲非常精彩，有很多东西可以学习。我最不希望看到的就是我们这些藏传佛教喇嘛来到这里，说“嘿，你知道，我们是佛教的权威，我们需要教你们如何做这个做那个”。作为一名藏族人，这令我感到羞愧。正如我之前所说，从精神和等级制度的角度来看，越南的历史更悠久。藏族人比较年轻。但我知道，由于业力联系、前世今生等等原因，藏传佛教正在蓬勃发展。我看到很多优秀的老师在教书，但说实话，我也看到很多奇怪的藏人在这里宣扬他们的教义，以及越南藏传佛教徒的所作所为。我为越南的藏传佛教和大乘佛教感到担忧，因为我们没有多少佛教强国。曾经的佛教强国印度尼西亚已经不复存在了。阿富汗曾经是一个佛教国家。它不见了。日本曾经是一个非常重要的佛教国家。日本人已经进行了贸易，日本人实际上已经认为佛教已经消亡了。我希望我的日本朋友们能听到这个消息。韩国的情况更糟。我们有越南。这是一个很强的版本。所以我们需要保护它们。当然，我们也有柬埔寨、老挝、泰国等等这些国家。我们需要保护这些佛教徒。我认为保护信息的真正方法是让信息鲜活起来。所以这就是为什么，是的，这是一个非常困难的话题，但我们选择讨论它。嗯，好的。所以我会尽力让它更容易理解，但里面会有很多技术术语，所以你必须习惯一下。好的。嗯，我也不会按顺序讨论。嗯，好的。现在有时，尤其是在这里，嗯，这个词叫做咒语，也叫真言。好的。就像念咒语一样。嗯，越南语翻译里有提到吗？赌注里有提到吗？所以，嗯，好吧，你知道，mantra这个词有无限的含义，就像梵语一样，梵语非常丰富，有时一个主题有50个词，有时一个词有50个含义，就像dharma这个词一样，dharma有很多很多含义，我们随意地将其用作任何dharma实践dharma。好的。咒语。这次我们先从咒语的定义开始，你知道，咒语就像从口袋里掏出一条呱呱叫的尾巴一样，让你无法控制自己。这不是魔法，不是真正的魔法，而是一种咒语。感觉“咒语”这个词本身就带有使人进入恍惚状态的含义。好的？你知道，就像我不知道，就像思维链，你知道逻辑思维链，你知道，就像星期天、星期一、星期二、星期三，你明白，但仍然是星期天、星期五，你知道，这就像完整的，哦，你

知道那种事，这真的很重要，我需要尽快确立这一点，因为现在[清嗓子]我们是某种逻辑、某种行为的受害者，比如向右走就意味着向右走，你从小就有这种观念。向右走就是对的。去河内是指到达河内。如果你去了河内，然后又到了新加坡，哦，会发生什么呢？我们深受这种运动逻辑和思维方式的影响。如果我跟你打招呼，我希望你也跟我打招呼。如果我跟你打招呼，你就这样回应。我感觉有点奇怪。好吧，我想你基本上知道旋转有点像酒精。你性格腼腆，很有礼貌，但酒量很大，可能一天要喝五杯酒。你胆子真大。你开始脱衣服。所以，shunada 实际上是最高阶的 法术。当然，你也可以像念咒一样思考。你也可以像平时那样吟诵这个咒语，然后也许你可以把它吹进咖啡里，想着这样祝福它。这也行得通，这也行得通，这也行得通，这种 拼写方式也行得通。所以，五角星，五角星，嗯，五角星。为什么 shunyata 或 prata paramea 是咒语？这是咒语。我们将尝试逐一讲解这五个方面。好的。好的。所以 现在 有…… 应该说是四种 方面，即 空性或无我。形式即是空性。空即是形。形式并非[嗤之以鼻]空无之外。空性并非形式之外的事物。好吧，这个含义 实际上并不存在。好的，这就是“形式即空性”。但它确实存在。你可以看到。有没有。月亮的倒影 依然在那里。好的，这就是空性的 形式。好的，所以这两个是gi。好的。现在，嗯，现在，当你看到月亮反射光线时，你会感受到空虚，你知道，即使 你看到月亮，它同时也是 不存在的。你无法将它们分开。当月亮 升起时，它却是空 的。好的。所以 现在，月亮虽然不存在（笑），但 它的倒影依然很美。那是 段落。空性并非形式之外的事物。好的？记住这一点。好的？记住这一点。嗯，现在根据佛陀的说法，好的，所以 通常 当人们读到 像空性、鼻子、无眼、无之类的词语时。这四本书里，他们只读了第一本，总是 忘记其他三本。所以很多人最终把 shiniata 理解为否定词。否定。这是一个非常非常非常大的错误。佛陀 说，佛陀告诉迦叶婆，像山一样大的自负是可以接受的，不是 问题。但认为某些东西并不 存在。哪怕像芝麻 粒那么大的东西都比这糟糕得多。好的。现在，不仅月亮的倒影，根据佛教的说法，我们领域的一切都是如此 。这就是他们所说的，这就是 佛陀所教导的。是的。但你知道，这很难理解，难理解的原因并非在于习惯，而在于 习惯性 模式的 反映，你可以理解月亮的倒影，但我76公斤的 存在，我想如果我减少毛皮 和米饭的摄入，也许明天就会变成74公斤。所以，你怎么能说它从他的空虚中 存在呢？嗯，你明白吗？所以，嗯，我不知道，比如，小号的衬衫我不合身。或许我应该去韩国，让我的 耳朵稍微……你知道，像这样。我不知道。像这样一步一步来。嗯，你知道，我的膝盖一直在长。所以，这种事会让你真的不明白我们所说的“形式”是什么意思。[清嗓子]就是 空。空即是形。这是什么 意思？好的，我稍后会给出答案。但请允许我把这首诗写完。表格非常简单。其实，感觉才是最重要的。是的，我感觉这是真的。你说的“感觉空虚”是什么意思？嗯 [嗤笑] 今天早上我才意识到我忘了 回复别人的短信。有人给我发了条短信，大概是 100吧。我完全忘了。现在我感觉很糟糕 。我感到内疚和难过。我觉得我必须道歉。感觉很复杂，但同时也很烦躁。一个人发来的信息太多了，实际上已经超过了三个人，这让我很烦躁，信息太多了，而且我也不记得是谁给 我发的信息了，因为我已经忘记了。然后我又感到难过，因为我老了。当 乔·拜登称扎林斯基为普京时，我觉得很有趣。但我同时也感到难过，因为我觉得自己也正在变成那样 。所以，情感 远比形式复杂得多。形式即是空 性。空即是形。我想如果我努力学习，应该能理解一点。但感觉要真实得多，也 更难面对。好的。色、受、知觉，你知道 五蕴[笑声]真的很难，就像 你现在此刻必须有一个念头，而佛陀说 这个念头是空性。空虚是 一种念头。思想不就是虚空本身。安吉拉斯就是 X的化身。他说的也是 同样的话。但正如我所说，这是 因为习惯使然。习惯，是习惯让它们变成了现实。习惯 是佛教中的一个重要主题。好的。嗯，习惯使事物变得真实，

然后就没问题了，不仅仅是个人习惯，还有共识。这是什么冰咖啡？你同意吗？你看，100个人说这是冰咖啡，所以它一定是咖啡冰咖啡。你知道，我无法证明这是……呃，我不知道……别的什么。我不能，我不能，我习惯性地，我不能把这看作牛奶，不能。但你知道，咖啡进入我的生活很晚，大概17岁的时候吧。当时我在印度读书。回想起来，他们卖的东西就像咖啡一样。我想它叫巢咖啡。你知道，你把所有东西放在一起，然后你，是的，它非常非常甜。反正以前我还可以，所以我想大概17岁的时候咖啡才进入我的生活。11岁的时候，咖啡在我的世界里并不存在。现在我的脑海里不仅仅只有咖啡，还有各种各样的肯尼亚蓝山咖啡。他在这里吗？还是我们是什么？那是什么？T烘焙、浅烘焙，这些都是个人喜好。[清嗓子]就像我以前喜欢日式拉面一样。大约十年前，我去过中国。我去过那片沙漠，那里有很多很多洞穴。那是什么？戈伊。这里有很多洞穴。佛教石窟。总之，我去了这家面馆。我想它叫兰乔。兰乔拉面。他们放了一个大碗，清水，面条，一些切碎的葱，一点也不像日式拉面。非常简单。但从那以后，日本拉面就从我的脑海中消失了。所以我试图从他的空虚中去解释。空虚感源于习惯如何影响这个世界，你知道吗？嗯，而且你也知道，习惯是会被条件打败的。嗯，咖啡是什么时候、怎么供应的？嗯，你知道，我现在就是这样坐着跟你聊天喝咖啡的。非常好。但是，如果我在越南坐在地上的矮凳上喝咖啡，我觉得会舒服得多。所有的人、噪音、汽车，你知道的，你知道的，所有让仪式更美好的事情都完成了。我想告诉你，原因、条件、习惯、氛围使这种现象更加具体。嗯，这就是现象如何运作并变得具体化的原理。好的。然后是共识，然后还有时间，比如重复练习。我以前喝这个，现在还是喝咖啡。所以明天我还是喝咖啡。这种重复使现象更加具体、更加真实。但根据佛陀的说法，这一切都不是真的。我的意思是，我不应该说这一切都不存在。实际上，如果我有时间，我会说这一切都不存在。它们皆为不存在。它们都不是两者之一。它们都是空无。与空无并无二致。空虚与它们并无不同。我以前就是这么说的。这些事情就变得非常重要了。告诉这里的一些中国人，这种昂贵又劣质的茶叶其实就是一片枯叶。他们会生气的。没有这个，这是来自云南的。这就是经过一百年发酵之后的结果，如此等等。我第一次喝啤酒是在印度，因为中国人送了我一套非常漂亮的茶具，你知道，茶壶之类的。有一天，我邀请了一些中国朋友，就在外面，我把干茶叶放进茶壶里，加些热水，给他们喝。他们也觉得很好喝。你知道，藏式酥油茶加盐和牛奶，如果你把它当茶喝，很多人不喜欢，但如果你告诉他们这是汤，他们就喜欢了。你看，形式即是空性。空即是形。这一切。但我告诉你。哦，是的。这一件事，又一件事。逻辑。这真是个难题。逻辑会让习惯更加牢固和具体。假设你现在睡个午觉，午睡的时候，我让你去买10杯咖啡，5杯卡布奇诺，2杯浓缩咖啡，或者其他任何美式咖啡之类的。好吧，在你的梦里，你说好的，记下来，然后去点咖啡，你真的点了10杯，没错，是5杯卡布奇诺，不是5杯10杯。你还带了一个不漏水的容器，容器装着咖啡，一切都在梦里。也许数量是对的，5杯卡布奇诺，所有东西都对，但仅仅因为数量对、顺序对、不漏水，并不能让梦里的咖啡变成现实。所以你的逻辑也会增强并巩固你的习惯。好的，我们很快就要休息一下了。但我必须告诉你这件事。所有这些讨论，所有这些烤肉，不仅仅是一些知识分子式的哲学思考。这是务实的做法。这是可行的。世界和平是一种理想主义。这很浪漫。民主是浪漫的。自由是浪漫的。自由，你知道，政治自由，个人浪漫主义。这一切都是理想主义。同居生活，幸福浪漫。只存在于电影里。这一点也不浪漫。这是切实可行的，也是可以实现的。[清嗓子]你需要这个，因为埃塞俄比亚、哥伦比亚、蓝山太多了，太多了。

有很多 很多方法，其中最受 推崇的方法之一，我们将在上 厕所前练习。 好的。 所以 无需坐直。 但要注意你脑子里想的任何事情。 不要去想为什么。 不要妄 下评判。 等着瞧吧。 就像那些狗吠叫一样。 等着瞧吧。 就像电锯的声音。 等着瞧吧。 你应该这样做。 你知道为什么吗？ 记住我说过，习惯会使事物变得非常 牢固。 但 习惯有点像蚂蚁，你知道蚂蚁这种 虫子， 一只接一只地在两端之间爬行， 你把手指放在另一端，就会有点困惑。 所以，正是这样做才导致你的 习惯变得混乱。 你已经太放纵自己的坏习惯了 。 这次何不打破常规， 这非常经济实惠呢？ 无需花费 任何金钱或时间。 你只需看着就行了。 就是这样。 好的。 我们休息一下。

## 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第二部分

来源: <https://www.youtube.com/watch?v=zyH8YIkO1mE>

[音乐]

这次我要去，我尽量用

不那么学术和理论的方式来呈现，

因为

资讯量太大了。

嗯，

否则每个元素都有很多

研究可以做，甚至像

秃鹰峰

或纳格罗亚树林这样的地方，你知道，那里有一片树林，

我想是竹林，我们就叫它竹林吧，

教学内容各不相同，

嗯，

还有

学生，

特别是其中有两个

非常优秀的学生小组，

例如，

有两个小组。

所有这些细节实际上都

非常重要。嗯，

因为

正如我所听到的，许多教义都是这样开始的，

例如，当佛陀

在瓦纳西公园宣讲圣谛时，那又是

一个非常特殊的

场景，佛陀当时说轮回是

苦难。

有些听众，例如精通密宗的学者，

听到的却完全

不同。他们听到的

不是痛苦，而是

完全相反的巨大幸福，

情感就是智慧。他们听说只有

一流的

教师才能做到这一点。当然，一流教师也总是会培养出一流学生。

嗯，呃，是的，

我想是的。在越南，

你们也读《

阿巴坦萨经》吧？

请告诉我abatamsa的

越南语名称。还有

一个。还有

一个。

不，我请你重复一遍，因为

佛陀说过，你应该只听经文的

名称，也就是经文的标题。那

本身就是一种解脱。

你有《梵经》吗？必须如此，

对吧？白莲花。它叫

什么名字？

你们称这部心经为什么？

我们再打

一次电话。

好的，

很好。可能

不太适合你们，但这里有一

些现场观众。

内容涉及唐纳德·特朗普。

为了他们的利益，我请你们

重复这些名字。

好的。

今天早上我简单地

跟大家谈了五蕴

空性。再说一遍，就像

彩虹一样，彩虹并不

存在，但它确实存在。彩虹的出现

与它的真实存在

并非分离，而是一个整体。

事情就是这样。

但由于习惯使然，我们很难接受

。它的习惯真的非常非常非常

强。这是一个非常顽固的习惯。唐纳德·川普的支持者认为他像神一样，而讨厌他的人则认为他像魔鬼一样。他们并非只是说说而已，而是真的会为了证明自己的观点而奋战。一直都是这样。

大约在西元六世纪，

中国女孩们努力让自己的脚变得很小，因为那样才美丽性感。

然后我想到了明朝，中国女孩们开始大量进食，因为她们想变得丰满圆润，那样才更性感。现在我觉得它又开始变得很苗条了，而这一切也都是人为因素造成的。我不认识洋二、山本耀司、高田贤三，他们创造的瘦、胖、高、矮的体型都是空洞的。空的创世之形等等。好的。好的。现在我们来深入探讨一下。

这些都是很难回答的问题。所以我尽量用简单的语言来表达。未出生的阿尔楚。它是未出生的吗？翻译过来是「我想是Chan吧

？」是吗？是的。

玛雅。

玛查。

改变钟。

是的，它还没出生。是的。未出生的。咱们来仔细想想这个问题。

这真是一个非常非常大的话题。这个问题需要稍微思考一下。

好的。

要证明某物的存在，生产日期很重要。我知道

这里一定有生产日期。

你有护照和生日资料。我之所以在这里，是

因为我出生在那一年。你

明白吗？同样是为了证明某事物的

存在。有效期限也很重要。

你明白吗？我想它在越南语里

叫做

maka

unseasing。是的。

好的。所以当我们试图证明这一点时，我们总是

说它从这里开始。故事

就此结束。还有这个问题：它是什么时候

开始的？

对于我们所有

信教的人来说，这是一个非常重要的问题。这就是为什么

起初上帝创造亚当和夏娃，并

创造了光的原因。他创造了黑暗。所有这些

对于科学家大爆炸

沙鲁特拉·

莫古尔来说，你知道沙鲁特拉·阿巴洛克什瓦拉，

哦，这就像一场幼稚的对话，就像

孩子们在谈论大爆炸，在

开始的时候，上帝创造了一切，孩子们的

理论，没有开始也没有

结束，因此没有什么是诞生的，未诞生的，不存在的。

既然没有开始，又怎会有结束呢？开始就像…它只是一个想法。

就像枯叶

变成了茶。这就像把烤焦的咖啡豆

变成了

咖啡。从非常小的性感脚到非常大的性感脚，就像这样，这不是孩子在说话吗？这些话

可能有点

难以理解，但你知道，如果你花些时间和精力，这一切都非常合乎逻辑，时间就像一道

彩虹。它存在，它不存在，或两者都不存在。

一切的开始都是虚无。空性即是开始，开始不分空性，如此往复。但从理论上讲，你或许可以理解这一点，但

习惯上又很难接受，因为昨天一个马来西亚人告诉我，我应该停止打电话，你知道我

的微信地址是 OB1 Kenobi。他告诉我，

我应该停止自己这么称呼自己了，

因为我

现在有很多皱纹。我应该叫自己尤达。是的。年纪大了，皱纹也多了。所以这一切并不能让我接受时间不存在的说法。时间是相对的，你知道吗？嗯，因为习惯总是有开始和结束的，例如，4:00

我们明天会完成这件事，9:30 我们又会开始这一切。

这种习惯很根深蒂固。好吧，让我们再深入探讨一下，不要含糊不清，不要掺杂任何杂质。没有污垢。没有，没有污垢。并非没有污垢。哇。非常。现在我们要真正深入探讨一下了

。我正在尝试举个例子。我正在尝试获取

示例。好的。我一直都用这个杯子。比如说，杯子里有些污垢，你需要用这个杯子来洗掉污垢。但佛陀的意思是，污垢其实不是杯子，杯子也不是污垢，污垢是一种分离的

实体。所以当你洗杯子的时候，其实你洗的

不是杯子，而是

污垢。如果你把杯子洗干净，杯子也就没了。好的，记住这一点。

所以

你就像一个杯子。

你想

修习佛法。为什么？因为你想净化。净化什么？愤怒、欲望、嫉妒，等等。佛陀的意思是，那不是你的本性并非如此，不包含任何负面情绪。这就是你坚不可摧的原因。你的本性并非总是纯洁的。所以，你永远无法摆脱污垢。这需要你稍微转换一下思考方式。别太灰心。

你会明白这些事情的

。你只需要认真思考。

其次，

修行佛法时，既不增加也不减少。你不会变得更好，任何东西也不会减少。你知道这些资讯非常宝贵。

你知道，作为我计划的一部分，我开办了一所

儿童学校，我认为我

必须努力将

教学融入其中，

既不能增加也不能减少，因为孩子们，你知道，这就是我告诉老师们的，也是老师们教孩子们时的动力，不仅是

老师，家长们也是如此。我觉得每次教孩子东西的时候，我们都应该心存不情愿，因为教育基本上会毁了他们。

但我们

别无选择。我们需要生活在一个红灯停、绿灯通行的世界。所以我们需要教导他们，对吧？如果我们深入探讨教育的各个层面，就会发现它们实际上毁了我们的人民，并毁了我们的孩子。

嗯，我肯定你会马上

问我，那我们该怎么办？我相信你们中的一些人会

问我，身为家长、身为老师，我们能做些什么？我认为你应该继续做你正在做的事情。但你应该始终

抱持犹豫，这种犹豫就像是一种智慧，你知道吗？就像“

哦，我的天哪，

我现在该怎么办？我必须告诉他们”一样。你知道，我基本上想说的是，《她的经》真的是非常重要的讯息。好吧，听著，这是一个非常枯燥、非常困难的话题，我会让你问一些问题，否则我不知道我是否还在和你沟通。所以，请坚持回答心经中的问题。那里有一位女士。太感谢了。嗯，今天早上你给我们举了个例子，说的是梦里得到 10 杯咖啡。嗯，我想为你弄10杯咖啡，但无论我们多么准确地收到订单，都毫无意义，因为这只是一场梦，一种幻觉，一切都是空虚。一切都是shinyata。但是，如果我还没有获得空性或空性，为了从梦中解脱出来，我是否可以在梦中仍然试图抓住某些东西？嗯，如果我的问题表达得有点混乱，我很抱歉。举个例子，我试著实践所有这些事情，你知道，例如不说谎、不作弊、素食主义等等。有时我的朋友会取笑我，因为他们说我太死板了，试图抓住太多东西。在我的修行中，我该如何平衡这些事情？谢谢。是的，实际上，道法、方法、技巧，它们也都是幻象。你知道，基本上整个佛教就像安慰剂一样。就好像你已经活在这个梦境、这个幻觉中。所以你必须运用错觉法。这是唯一的办法。这一点很重要。当你拥有这一切时，好吧，我的道路只不过是一种幻觉。这件事本身就能让你学会谦逊。这是一种谦逊。嗯，你不会觉得自己道德高尚。例如，我认为是禅宗大师。他们说，其中一位，我忘了名字，我想是一位中国禅师，他说如果手掌里扎了一根刺，就用另一根刺把它拔出来，然后两根刺就都除掉了。他也说过，如果你搭船过河到对岸，到达对岸后就必须把船丢掉，否则你还没到。

简单来说，一旦你成为佛，就必须不再是佛教徒。

我不认为有哪个佛是佛教徒。好的，下一个问题。好的，等等，现在有一个来自中国的问题，她/他/她问如何跟一个五岁的孩子谈论空性。如何与五岁的孩子谈论孩子，关于舒纳塔，如何教他如何与…说话。如何教人如何与人交谈。5岁孩子谈论shuniata。这太简单了。你应该教他们《本生经》。本生故事。本生经。你知道，就像佛陀曾经变成猴子，或是变成狮子之类的故事。是的。太简单了。记得今天早上吗？或今天早上？我说过，为了宝宝，要把食物捣碎，让它有点甜，有点可口，你知道，简单点。最近。你认识朵拉伊蒙吗？我觉得我对朵拉一无所知。我想朵拉有个朋友叫老虎，对吧？我不知道。总之，这无关紧要。我觉得它产自中国。中国人真有创造力。这位密宗修行者，还有一位名叫 Guru Dorjetto 的上师，他骑著老虎。所以他给我发了这张朵拉·阿蒙手持金刚杵的照片，你知道，他当时其实站在他朋友（据说叫老虎）的背上，我把照片给孩子们看，他们非常喜欢。嗯，就

在

几天前，我开车去了越南的一些地方，嗯，那里有一个男人，我忘了他的名字，我叫他帕戈，他说他要建造一些像这样的宝塔和寺庙。我向他提出了一个想法。我说好的，请在寺庙的其中一个殿堂里，用卡通风格描绘佛陀的一生。其实我需要把这个故事讲给你听

。我突然想起我和一位母亲带著一个孩子乘车旅行，女孩手里拿著一个非常非常小的娃娃，她正试著脱掉娃娃的衣服，我问她你在做什么？她说这条裙子太漂亮了，她想穿。看，大小即是空，空即是形。孩子们有一些想法。是的。和孩子们在一起，像这样的美好时刻太多了。嗯，有个孩子，嗯，我想，嗯，他好像在谈论昨天的事，你知道，就是昨天的事，但他说话的方式就好像这件事发生在去年一样。他说，很久很久以前就说过。

我想你应该知道我们去了动物园之类的地方。

我想就在昨天，我们很久很久以前去过一次，我想再去一次，

你知道，就像这样。所以，就送他们一个玩具和一公斤黄金吧。我也是这么想的。好的。下一个问题。问题是，

当我们思考教义时，我们如何不陷入对佛法的概念化？谢谢。

你能再说一次吗？当我们思考佛法教义时，如何才能不陷入对佛法的概念化呢？

我认为我的答案是你应该继续担心，我希望你永远都担心这件事。好的，接下来是什么？是的。

当我们尝试感谢

您精彩的教导

。它总是那么吸引人，不仅仅是酥脆的面包，还有美味的咖啡。我叫Fya，来自中国。

很高兴第四次见到你。实际上我有三个问题。嗯，我这问三个问题，您可以根据自己的喜好选择。

嗯。好的。

第一点是，

当你谈到「没有

结束，没有开始，没有结束」的时候，你指的是这都是错误的认知，

嗯，不好意思，我做了很多笔记[笑声]，

你指的是这都是错误的认知，比如我们会在4点结束，明天早上8点重新开始

。所以，嗯，这对

我们来说就像常识一样，但你说这是错误的看法。我觉得这个问题很有意思，值得讨论

。呃，你的什么意思？你到底是什么意思？

第二点是

，当我们谈论现象时，我认为有两种现象，我们说白日梦和夜梦。那么这两种现象之间有什么差别呢？

因为非常有趣的是，当你谈到白天的白日梦，例如早晨的白日梦时，

你会

说它是重复的、稳定的、规律的。

所以其实

很难判断这是在做梦。

但从另一个角度来看，我们可以控制它，因为它井然有序。它与遵循因果律的规律类似。

嗯。

所以看来白天

练习非常容易

。但从另一个角度来看，或者说相反的角度来看，

梦境，它非常像短片。它很快就会消失。而且看起来好像有点简单。你可以说这很容易辨识、很容易意识到，但问题是它已经失控了。

所以练习

有点困难。好的。那么，如何看出这两种情况的区别，以及如何

在这

两种情况下练习呢？第三个问题是，你总是说，哦，我们可以，我们可以，

我们应该让智慧来掌舵，让同情心坐在

副驾驶座上，让道德放在后备位置。但你也说过，阴道其实蕴含著非常高的

智慧。所以它非常滑。它充满了风险。所以这里也有很多电车。

我认为或许可以在练习的不同阶段，让三排学生轮流扮演驾驶者的角色。或许

在最初，道德是首要的驱动力，同情心是其次，智慧是最后。那么该如何

看待这个问题呢？好的。谢谢。我会一次全部回答

。我觉得我可以。这个也相关。嗯，其实关于梦的评论很重要，但这次我们更关注大乘佛教的教义。

但如果你将来对此感兴趣，你应该认真学习密宗。

他们在那里实际上对梦境进行了一整套研究，密宗信徒认为梦境状态甚至更强大

。实际上，梦境状态

和这种我们称为白日梦的状态非常相似。时间是相对的。你可以小睡 2 分钟，然后有充足的时间点 10

杯咖啡，带回家，随你便。但是，我们也可以白天在

监狱里待 1 小时，时间就会过得很慢。现在，在梦里，如果你梦见

自己从悬崖上掉下来，从30楼掉下来，可能到了10楼，突然意识到自己在做梦，那么

你就会想：好吧，我要飞了，没有疑虑，没有恐惧，就像这样。

在我们的现实生活中，假设你被数百人称赞，哦，你多么伟大，你多么美丽，等等等等。

如果你知道它其实就像回音一样。那些赞美、按赞、比心，这一切都只是幻觉。

你不会被抓到的。所以，假设你的社交媒体上

有很多心形

和点赞，或者一个点赞一个点踩，

你不会感到恐慌，这就像从悬崖上掉下来一样。但对你来说，

最重要的答案是三个问题，我认为这很重要，你需要先听我说话。佛法，道路的结构，道路必须始终包含相对真理和终极真理的元素。你说得对，有时候，

对于某些人，有时，我们可能需要先谈谈道德，即使是佛教的教义也是如此。比如说，以沙漏为例，他说的第一件事是

所有有为法都是无常的。但这并不是终极教义。这是一种相对的教义。但这对于初学者来说已经足够了。好的

。四真理，

我指的是四圣谛

。首先要知道杜卡 ( duka ) 的真相。好的。但我的意思是，在四圣谛中 ( 嗤之以鼻 ) ，如果你失去了规模的真理，那就是规模的真理。 是的。 我们为什么要了解杜卡？听起来佛教真是太悲观了。一切都注定要毁灭。一切都令人悲伤。 一切皆无常。一切都很糟糕。情况不太好。好的，我们马上就要休息一下了。在我们再次休息之前，我们将练习普拉那波罗蜜多。这次我们要认真对待。所以请坐直。 不要咳嗽。 不，别搔。 别打哈欠。 不要动。 你只需要知道你所知道的就好。

# 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第三部分

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

[音乐]

你将

不得不承受更多。

它密度很高。

所以，

对你们中的一些人来说，这可能有点

困难，但

我认为这是你们可以

做到的。

这个

主题浩瀚而深邃。我

现在要集中精力研究「prana」这个词。

Prajana

在英语中别无选择，只能使用这个

词，我认为它的用法是智慧。我

认为「智慧」这个词总是

被误解为

与智力和聪明有关。

实际上，从婆罗多波弥陀的

角度来看，智慧是无法培养的。

所以才会有「既不增加

也不减少」这种说法。你想要吗？

没问题。

因为你已经拥有它了。

你不需要下载。它

不像水银那样可以改进。

你知道，就是那种

加到屎的汞。

水银依然是水银。

你把水倒进粪便里，

水就会变脏。你已经有了

。但

你在使用它吗？不，

M，这有点像你戴著一条

钻石项链，

但你甚至不知道那是一条钻石  
项链，而且在过去的30年里，你到处  
乞讨食物，以为自己  
很穷。如果你不知道它是钻石，那  
它就和不是钻石一样毫无用处。好的。

Paraja 与

理解复杂的数学等主体和客体无关，  
嗯，理解能力，我不  
知道，经济、地缘政治等等，所有这些都是  
可以学习的智能，基本上你可以  
构建它，

但你知道吗，这是一个坏消息，  
任何你可以构建的、任何  
你可以培养的东西都意味著你不能  
信任它。这可能受到老师、  
家长等各种因素的影响，我并不了解所有  
情况。Raja 既不是主词也不是受词。  
但我知道这很难。

首先，它很难

识别。而且，面对

某些事情也很难，很难遇到  
会指出“嘿，这是一颗钻石”的人，

其次，即使有人说“嘿，这  
是一颗钻石”，“

不，这不可能是钻石，我一直  
戴著它”，你知道，

你不信任它，所以它才说“

没什么可得的，也没什么  
不可得的”。是的。游戏。是的。

没人

会偷你的胸罩。

痴呆症

不会影响布拉吉纳。

但这实际上很有挑战性。这就是

为什么有这么

多方法[嗤之以鼻]，只是为了

指出这个生命能量，甚至

像单手拍掌的声音是什么这样的问题，有人告诉我那是在扇别人的脸。总之，有很多很多例子，嗯，是的例子

，非常冗长的教义、绘画、象征意义，比如水晶，你知道，就像水晶一样，你知道，一些密宗人士把它当作水晶来使用。如果阳光照射过来，就会出现彩虹

。没有太阳，就没有彩虹。1000年。盒子里的这块水晶并不代表彩虹会在阳光下慢慢消失。一千年并不意味着彩虹会变成越来越多的诗歌

。禅宗大师们在这方面非常擅长。他就像芭蕉一样，能写出描写青蛙跳入池塘的诗。还有许多鼓舞人心的事件，例如伟大的印度大师那洛巴，他请求他的师父教导他，师父12年来都没有教他，但那洛巴一直坚持不懈地请求。有一天，当他们沿著安加河岸散步时，特洛巴抓住那洛巴的胸口，对他说：「嘿，你知道吗，我没有什麼可以教你的，我没有什麼可以教你的，我没有什麼可以教你的，就是这样，这就是你需要听到的一切，这句话，我没有什麼可以教你的。」诸如此类的事情还有很多很多。但就目前而言，根据那位女士提出的问题，我们还是需要了解真相。世间真理：一切皆无常。那只是很小的一点生命能量，而且就像昨天一样，什么都无法弥补。非常浅的浅层普拉纳。但是，当你明白一切形式皆为空性，你便知道空性即生命能量（梵文：shunata），你就会疑惑我们该如何生活？我们还会去找工作吗？我们还会和朋友打招呼吗？我们还会去参加朋友的生日派对吗？我们还会穿内衣吗？所以你可能会问，我们该如何生活？

珊达·迪瓦举的例子

就像母亲陪伴孩子堆沙堡。母亲不会告诉孩子这不是真正的城堡。这太愚蠢了。母亲建造，你将玩耍。这里有门，有窗，有房间，等等。

6:00

晚餐时间。我们回家吧，因为妈妈知道这不是真的。大概就是这样。现在我要总结一下我早上说的话。还记得我今天早上说过拼字吗？记住，如果

你知道这一点，如果你

不知道，如果

你有这个braja，那就是一种咒语，因为那样你与世界互动的方式就

不同了。你还是会去参加生日派对。你仍然可以穿内衣。你仍然可以熨烫内衣，嗯，你仍然可以做所有这些事情。

你可能还是很挑剔，例如喜欢吃这么多糖，不看眼睛等等。但是一旦你被拉杰纳的这种魔力[笑声]击中，

你就会以不同的眼光看待

生活。不只在我們活著的时候，尤其是在你临死的时候，你会知道，因为你有[哼]，即使

你没有很大的领悟，因为这个咒语，你会知道死亡、生命和诞生。哦，这里变得有点像个空洞了。

哦，对了，

我还有一件事要告诉你。如果很多人都理解了《罗阇波罗蜜多》，那对经济来说真的会很糟糕，因为经济只有在你贪婪、盲目的时候才是好的。但这是你必须做出的选择。你想要经济繁荣，还是想要更自由、更轻松的生活？搞得太复杂了。这是你的选择。当然，我们有很多习惯性的行为模式，而

这些习惯不会那么

容易改变。但

你

知道

习惯的一个好处是，它可以被另一个习惯所取代。好的。

所以，以上只是对普拉那（Prana）和普拉那波罗蜜多（Prana

Parameita）咒语的一个非常简短的解释，但这只是非常简短的解释，并不完整，但

我认为目前这样就足够了。接下来，你知道，有点像大见咒，大认知，大知识。好的。至于正文部分，

我留一些到明天再说。我觉得这对你的大脑来说负担太重了。我会让你们提问。大约还有15分钟。还有什么问题吗？是的，我们这里有一些问题。嗯，

这个问题是：我们如何将

昨天收到的上

师瑜伽练习

与心经连结起来？

哦，大师们坐在莲花上的方式真是千变万化。莲花永远不会被压扁。好了。形式即是空性。空即是形。你正在练习上师瑜伽。你和上师形影不离。太多了。好的。下一个。科学研究大脑和思考。因此，科学没有重生，因为当大脑死亡时，一切就结束了。

你认为大脑和思考有什么不同？

开头部分我没听到

。 科学界对大脑和思考的看法有所不同。 所以，大脑和思考也是如此。 是的。大脑和思维。

我告诉你一件事。科学家没有心智。 用越南语告诉我你的名字。 我的意思是，作为一个学科，他们没有，他们

没有，我认为他们从来

没有学科思维。这就是为什么佛教徒和科学家在

谈论正念之类的概念时

没有共同点的原因。就像你我一样，如果

我需要谈论这个，至少你我都需要达成共识，认为这是一种水果，然后你才能说这是椰子之类的东西，因为我来自喜马拉雅山，那里没有椰子，所以你可以说服我这是一种水果。这是一个关于心智的大课题，我认为认知在西方是最近才出现的，而且研究得比较透彻，

也许

他们之前也零星地研究过一点，

但真正认真地研究可能只在

17、18世纪。

在中国和印度，对心智的研究已经有

两、三千年的历史了。我见过一些

印度和中国的精神科医生，

你知道，心理学家，有时候我不明白他们在做什么，因为他们的大部分心理学研究都基于西方的研究。例如，

许多精神科医生或心理学家会深入挖掘心理问题，然后追溯到童年创伤。据说他们没有前世创伤的概念，

谁知道呢，也许我们……

五百世以前，我们是一条鱼，或者我不知道，或者一只

蜘蛛，或者一只老虎，它们不会那样说话。

但我认为有很多人试图谈论这件事

。嗯，但我想分享一些比较重要的东西，作为开胃菜。我会和你分享。我现在不打算完全透露，因为时机不对

。布拉哈当然不是大脑，但它也不是心智。就是这样。我不能透露更多了。

好的。下一个。好的。 嗯……下一个问题

是，当我们与家人发生争执

或被家人欺骗时，如何才能

心平气和地处理呢？呃，

我们应该假装这件事从未发生过吗？

非常好。我想让你谈谈

这件事。当我们家发生争执，

我不知道，例如

和老板闹矛盾，

生意不顺，

找不到工作，

或者你觉得男朋友在和别人调情，我不知道所有这些问题。好吧，这次我告诉你一些非常实用的东西。先念一

遍《心经》，然后念《禅定佛法》，然后像这样合掌，想著所有的佛陀和

菩萨。因为

天神之王因陀罗遇到了一个问题，他正在

发动战争，你知道，他正在

和阿修罗作战，所以他非常害怕，就

问佛陀该怎么办。佛陀

说要念诵这个，记住这个

。我必须问一下，因为你知道，我的脑子就像乔拜登一样混乱。我忘了，然后你知道，你知道，你念了几遍咒

语，然后拍手四次驱散它。 那

是什么类型的节目？

尝试

。你没什么好失去的。你应该试试这个。如果你

全心全意去做，我保证会

成功。是的。当你拍手

说

类似「转移」的时候，第一个就是「转移」。

转移。第二句是“愿它消失”，第三句是“愿它被平息”，第四句是“愿它完全被平息”。所以你看，我们从最复杂的层面一直到几乎像

萨满教一样的层面，

你知道，萨满仪式。是的。是的。就

在里面。你知道，你

知道，这是英

迪拉亲眼目睹的。因陀罗是众神之

王。是的。

因陀罗非常强大，所以他总是有很多敌人。他的女儿，他的女儿，那位公主女神，竟然在和阿修罗王的王子秘密交往

。阿修罗是因陀罗的敌人，他发现因陀罗同时与太阳神

和月亮神交往。他们24小时监视她。太阳、月亮，然后在另一个乳房里拖曳大地，变成脓血。不仅如此，

你知道，就像他们用

铁链锁住她一样，

她变得非常悲伤和愤怒，据说

她去找了释迦牟尼佛，

释迦牟尼佛说，你会保护

我的佛法，然后她就变成了

迦梨。所以这些日子我们都会

向她祈祷。哦，多么美丽的祈祷啊，

就像我们说的，

你

看著你的脚炼，

那其实是一条链子，你知道，

因为她被锁链束缚著，看著

你的脚炼，它让我著迷，当你像这样举起双手时，它击碎了

天空，它撕裂了天空，

天空的所有内脏，云朵都出来了，

当那事情都发生

笑了。一些佛教诗歌。总之，我

告诉你这个故事，只是

为了在我们结束这个夜晚之前，一个轻松的故事，我只是分享一个轻松的故事，仅此而已，

因为

主题太难了。

好了，请你现在去休息。

## 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第四部分

来源：[https://www.youtube.com/watch?v=p2iIYL72\\_LU](https://www.youtube.com/watch?v=p2iIYL72_LU)

[音乐]

我相信你们大多数人都是佛教徒，  
而且，  
就此而言，你们都信奉  
大乘佛教。  
所以，嗯，  
带着菩提心来听，  
嗯，  
即使你并不  
完全了解菩提心是什么，只要想着  
我会倾听，我会去这里  
参与或坐着，  
这样无论如何都会使  
有情众生开悟。  
嗯，我自己作为  
阐述这一主题的人，也在努力做到这一点。这  
在最根本的层面上具有巨大的好处  
。  
这种态度已经让你陷入了某种境地，  
因此你会以  
不同的方式  
听到它，  
因为这是一种不同的环境。  
嗯。如果你  
阅读有关止痛  
药的知识  
只是为了增加  
知识储备，那也是一种方法。但是，如果你因为  
头痛而阅读关于止痛药的文章，那么你的  
阅读方式和  
理解方式就会有所不同；  
如果你是  
因为母亲头痛（而  
不是你头痛）而阅读关于止痛药的文章，那么你的  
理解方式也会有所不同。这种

情境确实会产生完全不同的理解。有了这种动力，即使你一个字都看不懂，也没关系，这种动力会慢慢地让你理解，事实上，即使你预订了去胡志明市的机票。如果你认为我去胡志明市是为了利益众生而聆听《心经》，那么你为我预订机票所做的每一份努力都是一种功德。

事实上，菩提心就像炼金术一样。你可以说，好吧，我今天下午想感受一下快乐，我要去街上走走，喝杯咖啡，这样我就会感到快乐和幸福，这样我就能更好地聆听教义，甚至喝咖啡的整个过程也成为了一种功德。

现在回到《心经》。我知道佛教研究领域里有一些非常年轻的新手。所以为了他们的利益，我也会尽量让它更容易理解。我不能，但我可以让它更容易理解。

当然，我对《心经》的总结并不能涵盖《心经》的全部深度和广度。我必须说，我也不太清楚我基本上想表达的意思，无论我教你们什么，我都会严格

按照实际的教学内容来教。所以，  
我基本上没有胡编乱造，  
尽管有些例子听起来可能有点令人反感，  
而且对于年龄较大的学生、更有经验的学生来说，我认为听听这些更基础的方法可能会对你们有所帮助。跟我联系过的人教我怎么用笔记本电脑，她大概是个十六七岁的女孩，在一家苹果书店里。跟真正的专家学是不可能的，因为他们太快了，他们会说“哦，这个是这样，这个是这样”，但我一个字都听不懂。但这个女孩教了我很多，她总是说要跟我联系，要回到面对面交流。那么，为何要研读《心经》呢？因为我们无知。为什么我们要有杜卡？因为我们无知。什么是无知？那么我们就来稍微谈谈这个问题吧。无知本质上就是把事物的表象和本质混淆了。好的，我来演示一下。看到冰了吗？它看起来很坚固，但实际上并非如此。它的本质是液体正在变成液体。你明白吗？所以，把这两者混淆起来，既看表面现象，也看本质情况。这是无知的始祖。出现了一些东西，我们就以为这就是全部了。那才是真的。但实际上，表象与本质并不相同。

基本上一切都是这样的。

基本上，这就是我们与世界互动的方式

。

你们当中有些人可能已经听过很多

遍了，但为了让新来的人明白，我

还是解释一下。手。

所以，在我们脑海中，外表大概是这样的，

我们也对此感到比较满意，

但实际上，

脓液、血管、骨骼、皮肤、手指等等，都包含在其中

。所以通常情况下，手的外观、

外貌和存在结合

在一起，你会明白这是混杂在一起的。研习

她的经文，或者说研习一切

佛法，研习和实践一切

佛法，本质上就是理解

这种显现和存在。

我以前有个秘书，她以前是

生物化学家和葡萄学家之类的

。她非常非常

优秀，

因为她接受过那样的训练。

她到处都能看到病毒，所以她

行李箱里一半都是消毒

洗手液，你知道，到处都在清洁

。我认识一位缅甸僧人，他是一位非常非常非常优秀的

修行者，他

在内观禅修方面非常出色，你知道，

他与身体互动的方式，

不仅仅是他自己的身体，每个人的身体总是由

部分组成的，而

不是整体，而是部分。比如我看到我的

手是这样的，但他经过训练，能够把

它看作皮肤、骨骼等等，你知道，

他不会把它看作一个

整体。他看到的是局部。现在想象一下你

变成了那样。你还会购买

护手霜吗？

手部保湿霜。好的。两种类型的从业者。

一等和二等。二流

从业者根本不会使用

保湿产品。这样做有什么意义？

一流的从业者

会使用保湿霜，并且对

保湿霜的要求非常高。如果有一天

润肤霜用完了，那也没关系。

当保湿霜用完时，那些

一流的保湿

专家们根本不在乎。越南语里有没有那种“我根本

不在乎”的表达方式？

你知道什么是开悟吗？

对什么都毫不在乎。那

才是真正的顿悟。

完全免费。他

对此毫不在乎。但会在地下室待上 3 个小时，

那里出售化妆品。

这就是顿悟。

这种顿悟很快就能实现

。很快。当你

一切都漠不关心时，

你就会变得非常威严。你变得很有

魅力。你变得如此出色，我简直无法形容

。

那就是

32 个主要标记，80 个次要标记，金色

，所有这些都是这个，

所有的一切。

我们需要谈谈这件事，因为

这里有很多婴儿。

对于婴儿来说，你需要把

食物做得更美味、更软糯、更有吸引力。

我本来打算喝这个的。

这个我本来打算喝的。但后来我

想，哦，你会觉得，哦，他只是

碰了一下而已。然后他没有洗手。

我根本不在乎。

今天早上这样扩容就

足够了。

所以，《

心经》及其所有教义的目的，

实际上是为了

解决因思考事物表象而产生的问题

。你知道，就像把

外表和本质混淆起来一样。

我们所有的结论，我们所有的决定，

比如好、坏、贵、不

贵、我不知道、有价值、

无价值等等，都是

基于对事物表象和

本质的混淆。

这是一个非常大的话题。好的，

这是一个非常大的话题，但我认为

你应该听听并

思考一下这一点。

冰看起来像混凝土一样坚硬，

但实际上它是液体。嗯，

但是当存在原因和条件时，

它可以保持固体状态。

冰块可以保持冰块状态

数千年。

坚硬而结实。但它丝毫没有

失去其液体的本质

。

所以就像你我一样，

我们似乎都有各种情绪，

愤怒、欲望，你知道，嫉妒、羡慕、

冷漠。

但是，

你与生俱来的智慧却丝毫未

减。

1公斤冰是1公斤液体。

同样，1公斤的愤怒，1公斤的

嫉妒，也等于1公斤的智慧。如果你

想要水，  
你会看到冰，哦，这是固体。  
这不是我想要的。你把这个扔掉。  
你们没水了。  
欲望、愤怒、嫉妒。这就是  
轮回。这很糟糕。扔掉它。你  
毫无智慧。我正在解释。  
既不增加，也不减少。  
嗯，  
没有收获。  
既不变得  
无知，也不  
变得无知。  
嗯，好的，再说一遍，你明白  
这个  
很大的误解，就是很大的，  
该怎么形容呢，对它的外观和本质的巨大误解。  
这是  
无知的根源。  
无知之母。  
所有的无知。曾祖母。 是的

。

[清嗓子]

其实英语里有句俗语叫“外表  
会骗人”，  
你知道吗？  
这有点像我去日本  
文具店，  
那些东西看起来都那么漂亮，你知道的，日本的  
文具，买回家之后，感觉就没那么好了。  
你有没有过这种经历？就像  
衣服一样，店里的东西  
看起来都那么好，但一回家就觉得  
没什么特别的。不过，我对  
日本文具的执念，恐怕会  
成为我人生道路上  
最顽固的污点之一。  
我也不知道为什么，比如卷笔刀，

不仅是它  
削完之后的样子，就连味道都那么好闻。  
其实最好的卷笔刀是  
台湾产的，但我觉得他们已经不  
生产了。你知道，那种  
需要手卷的卷笔刀。我喜欢所有……橡皮，那种  
橡胶橡皮，我  
太喜欢它们了。但是，你能别帮  
我买吗？因为我拿不动，我拿不动，我拿不动，  
我拿不动。铅笔，嗯，是的，  
你知道，  
外表，  
对外表的依恋，这  
真的很难，因为在  
我的世界里，外表  
包含了所有其他的感觉，嗯，  
感官，嗅觉，  
味觉，一切。我觉得  
我的……  
呃，该怎么称呼它呢？我  
对味道的痴迷  
或许不如  
我对视觉、嗅觉，当然还有听觉的习惯模式那么根深蒂固。  
你知道，  
有些声音我真的很喜欢，它们能让  
我神游物外，把  
我带到某个地方，比如  
印度的西塔琴  
和中国的古琴，它们都非常  
具有感染力，所以……我不  
知道，它们非常强大。但它们都是  
我将它们的表象和本质混合在一起的结果，而且还有  
很多其他的原因和  
条件，你知道，  
有些原因和条件  
不太合理。例如，我喜欢  
鲍勃·迪伦，我  
喜欢他的原因之一

是，有人告诉我他的

嗓音很糟糕

（笑），

实际上他根本不会唱歌，而

我喜欢鲍勃·迪伦的原因正是

因为我的嗓音不好，我也

不会唱歌。所以我觉得自己还有

希望。 [笑声]

当然，鲍勃·迪伦的歌词

也很美。有些

原因和条件，我完全不知道

为什么我喜欢美国乡村

音乐。

美国乡村音乐。我喜欢像

温妮·詹宁斯这样的人，

你知道，她们代表的是非常非常老派的

乡村音乐。我不太喜欢它们，也

说不出个所以然，但

我就是喜欢。也许，

你知道，我一定是匹被

牛仔骑的马。

而且不只是我，我相信你们也

一样。我相信你们都想

快乐，对吧？你们肯定想

快乐，那为什么还要听悲伤的

歌呢？我喜欢这种悲伤的歌曲。

你知道吗，这感觉很悲伤，但我喜欢这种

悲伤的感觉。你看，这完全说

不通，

非常荒谬。习以为常的世界非常

荒谬。

嗯，现在稍微讲点技术方面的内容，因为我

认为查阅

原文很重要。

不，没有耳朵、鼻子等等。我认为这对

你读这个词会有帮助。不，没有

眼睛。

如果你明白“我”即空无，这对你会有帮助

。我喜欢空虚感。

当然，

你知道，很明显我们并不是说，

佛教徒也不是说没有眼睛。

我们有眼睛。嗯，

在《心经》中特别提到了

六识和

六物，

这是因为，你知道，

因为所有现象都

包含

在这八识之中，

然后还有十八种法相，是的，

这有点技术性，我会

试着解释一下。热。我正在

尝试找一个例子，以便更

容易理解。

假设

你从未听说过我。你

以前从未见过我。你从未

听说过。我的意思是，对你而言，

我不是你所崇拜的那种存在。我并不存在。

我右手拿着什么？

你可以尽情想象。

没有感知者，就没有

感知。

只要没有宾语，

也就没有主语。

这是一个重大声明。顺便说一句，

我现在跟

你说话的时候，你好像并没有真正听进去

。这就是你不感到惊讶的原因。

你看到这个

椰子了吗？

椰子。好的。

哦，不错。这样可以。你看到

椰子了吗？你觉得我手里拿着

椰子吗？

你看，你我都只是

假装在看同一个

椰子而已。

但除非

你开悟，否则你永远也看不到我眼中的椰子。

你知道那是什么意思吗？我们

永远无法分享任何东西。

你知道那是什么意思吗？我们

本质上是孤独的。当然，我们可以

假装在听同样的

浪漫歌曲，然后拥抱什么的。

我们甚至可以成为诗人，写诗。你

看到的月亮和我看到的是同一轮吗？

你可以说“是”。但情况不算

太糟。

你可以假装我们在分享。

你当然可以说“是的，我看到你手里

拿着一个椰子”。

我们就是这样沟通的。从本质上讲，

沟通就是一场持续不断的

误解。

这就是它美妙之处。你

总可以这样想：哦，他在看着我。

他肯定对我有兴趣。就像照

镜子时，你会觉得“

哦，我看起来不错”。

你想向

全世界展示你有多漂亮、

多优秀或者多独特

。但正是你证实了

我们属于同一物种，

而且是同一物种，我们都认为

这是

椰子。我不能跟猫说“嘿，这是个

椰子，你想要吗？”它不产椰子，产不了

多少椰子，你知道，产不了多少椰子，而且它不是

同一物种。你看，这就是

为什么佛教徒在有神之圣典之前从不相信造物主的原因。

没有神就没有神，所以神之圣典  
要么必须先于神而存在，要么  
至少必须与神同时存在。既不属于宇宙  
大爆炸，也不属于宇宙大爆炸，  
街上那些卖东西的人，  
你知道，小贩，你知道，卖  
食物、冰淇淋之类的，如果我去那里，  
我只是一个顾客，  
一个顾客的现象，而不是一个里穆切人、  
一只羊驼或一个修女，这就是我们所说的，  
没有眼睛，没有鼻子，没有  
形状，没有声音。这就是我们  
现在要讨论的内容。  
好的，再简单说一下关于  
datu的事。这种重要的事  
我不知道该怎么做，  
也许理解datu最简单的方法  
就是按物种来分类，  
比如老虎是猫科动物，对吧？  
我不  
喜欢老虎或猫，  
无论你多么努力，它永远也  
变不成鸟。  
我没解释清楚。  
嗯，  
有时候物种可能看起来不像  
你所知道的那种动物或其他什么东西，但它们  
有那种东西，该  
怎么称呼它呢，它们属于那个  
物种，我不知道，类似那样的东西，  
所以你知道，这其中有很多细节。很  
简单。第六个数字将成为你的奖牌。所以，  
你知道，  
任何你能看到的東西，我想都  
属于  
视觉  
世界。  
好的。所以有视觉

世界，然后是  
听觉世界，  
然后是  
工厂世界，我想是吧？  
你能帮忙教一下工厂世界吗？  
这意味着什么？  
所有工厂。嗅觉世界。好的。  
然后是消化系统的世界，然后是  
触觉的世界。好的。  
现在让我们回到  
总是把外表  
和本质混淆的话题上来。这个问题无处不在  
。

因此，我们可以有不同类型的  
幻觉，  
比如视觉幻觉，  
最明显的例子就是，比如  
我在镜子里看到了自己的脸，  
黑暗中出现了条纹绳子，或者把人当成了  
蛇。但更重要的是，  
你看着我，而我就是你的  
视觉幻觉。  
类似地，还有听觉  
幻觉，  
比如回声等等。还有  
嗅觉幻觉、  
味觉幻觉、触觉  
幻觉等等。  
但是，  
当幻觉是可以忍受的，  
它就属于正常生活，可以  
忍受，可以  
忍受。  
就像现在这样，  
你知道，我所经历的视觉幻觉  
是可以忍受的。这就是你  
似乎不介意我的原因。但是，当你  
开始在脑海中看到我，

我的皮肤，我的头发，我不知道，我的任何东西，  
你就会想要成为什么？哦，  
对了，倒不是说令人不快，  
而是非常着迷。你会看着我，然后你会……嗯……我不知道，  
你会看到我的鼻子，然后你会觉得他长鼻子这件事太搞笑了，  
你会笑到几乎喘不过气来，或者你会觉得很着迷。哇，这里有两个洞。  
真是太不可思议了。但现在这种情况还没有发生，  
因为一切都还能忍受。所以这就是为什么我们能够彼此容忍，  
某种程度上，我对你也是如此，你也是多变的，所以我可以某种程度上……  
我不需要吃抗抑郁药或镇静剂，你知道，叫什么来着，罗西亚克，对吧？但有时，有时我们故意想让事情变得有点难以忍受，  
因为我们想稍微超出这种可以忍受的范畴。所以，我们有时会喝酒，有时也会尝试做爱，  
你知道，而且你知道，你可以停止，迟早都会停止，无论是喝酒还是做爱，迟早你都会停止，对吧？你知道，它终究会结束，这就像是给你的一种保证，所以你才会偶尔去做。  
而且，也正因如此，如果你适度去做，它也不会那么无聊。我应该小心行事。

我在寺庙里教书，你知道，算是吧，  
但我想你明白我的意思，  
你知道，如果能找到  
平衡，保持身心平衡，让一切变得可以  
忍受，那么世界就没问题了

。

但实际上，你只是产生了  
幻觉。

我说你在产生幻觉，  
并不是说它不存在。记住，  
别忘了第三、第四，还有，我是说，  
第二、第三和第四。

我说我是你的幻觉，  
并不是指我不存在。 是的  
当然。我也没说

我是真人。我刚才说我是个  
幻觉。

勉强能喝的咖啡，再加上  
这六位

视觉审核员，他们共同发挥作用，  
使事情更加  
稳固。

日本有一家电影院。

日本有一家电影院。虽然还不够  
好，但他们正在努力

。

你知道，通常电影院里你只能  
看到画面和听到声音，但那家电影院还有  
气味。 是的

。而且座椅也会移动，就像

下雨的时候一样，哦，

是的，下雨的时候你  
还能感觉到一些水滴。但

不管怎样，我只是告诉你，

所有这六个都，

实际上是18个

都，当他们在一起的时候，

当他们在一起的时候，你就

忘记了外表和存在是

两回事，甚至更糟。

好吧，在休息之前，

让我们选一个，二、三、四、五。

如果你能做到那样，你知道，就像你

脑海中浮现的任何画面或

你看到的任何东西，就只是观察它。不管

你闻到什么，看吧

。

今天的午休时间很短。我

只是想告诉你，如果你

今天下午也有安排，我们会

提前结束。

## 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第五部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=6nlQbw4POmk>

有一个问题，就是说，即使两个人看到的月亮不一样，他们各自感知的基础是不是同一个？还是不同的？

嗯。所以他在想，感知的基础一定也是感知本身的一部分。我想说一些更正面的东西，因为今早我讲的内容可能让你们觉得很孤独，很那个……但我想说些正面的。这也正是让一切都如此神奇的地方。真的太美了。太神奇了。我一直在想，你在看我的椰子……这是多么神奇啊，有那么那么多……就像我们说"天空的中央"——那是什么意思？天空根本没有中间，哪里是中间？时间上，我们可以说"很久很久以前"；我们可以说"快来，他现在在那里等你"。这一切是多么神奇。你可以看着我说他是个好人，但也许有很多人看着我说，哦，他是个麻烦。确实有很多人看我的方式是——这个人是个麻烦。这家伙是个麻烦。这不是很美吗？真的很奇妙。太神奇了。对某人来说你是女儿，对另一人来说你是妻子，对另一人来说你是母亲、姐妹、陌生人、朋友、敌人。所有这些功能，都归功于"色即是空，空即是色"，诸如此类。你只需要学会不去太当回事。这有点难，因为从幼儿园一路到牛津、剑桥、哈佛，我们学的全是如何非常非常当回事。如果只有你一个人把某件事当作大事，那你还算安全。但显然，别人也把他们的事当大事。所以当两个"大事"碰在一起，世界就冲突了。

好。下一个很重要。慈悲。我一口气来说。我告诉你：色即是空，空即是色，色不异空，空不异色。这就是慈悲。如果你懂这个，除此之外没有其他慈悲。反正，佛教版的慈悲就是这个。当然，那些还没证悟的人，我们初学者层面的慈悲，是感到遗憾、感同身受这些。当你不被某一种极端所束缚——比如"色"，比如"无色"——那颗心当然就是慈悲。色即是空，空即是色，色不异空，空不异色。这就是非暴力。非暴力。好的。这也是布施。这也是持戒。这也基本上是不散乱的三摩地。这也是忍辱。所以这就是为什么有时我们叫它六波罗蜜多。一切都必须从这里生起，一切都必须安住于此。如果你想深入了解，请读弥勒菩萨所作的祈愿文。

好。下一个……我说过的，就像昨天说的，我不会按顺序来……无死、无死的终结、无死的穷尽。如果你有亲近的朋友或家人临终，请有时在他们耳边念《心经》。记得我说过"天空的中央"——那是什么意思？"很久很久以前"——那是什么意思？但我们总是用"天空的中央"、东西南北，我们总是用左右……那是什么意思？你知道，我有阅读障碍。阅读障碍就像……你会忘掉某些东西，某些互动我不具备，比如说有人说"往右走"，我就往左走。是的，我对左右有很严重的阅读障碍。一个人在大城市里，要花我更长的时间，而谷歌地图简直糟透了。为什么？为什么我要说这个……对，我的思路断了。我刚才在说什么？哦对。死亡。死亡。你知道，死亡就像天空的中央。但我知道，对我们的习气心来说，这很难接受，因为有棺材。棺材。我们见过棺材。所以一定有死亡。我们的曾曾祖父不在了，所以一定有死亡；有新生儿，所以一定有出生。但如果你真的能熟悉般若波罗蜜多，死亡和出生就跟昨天和明天一样——同样是任意的。如果你能理解时间是幻觉，就没有理由不能理解死亡是幻觉，出生也是。但是，习气心不容易接受，不过习气心是可以被转化的。你所有的旧习惯都已经死了、消失了。你们当中没有人还带着小娃娃玩偶。那曾经很重要的。记得吗？那个旧习惯已经没了。现在有了新习惯，就像桌布一样——不再是玩偶或水枪，而是桌布、汽车、瑞典产的榨汁机，或者日本产的钢笔。现在有了新玩具，等你九十岁的时候，你又会有新玩具。我感觉我的新玩具会是牙签。对我来说，等我九十岁，我感觉我的新玩具会是牙签。其实我现在已经有一个新玩具喜欢了，就是吊床。我就是爱吊床。不知道为什么，看起来就是那么舒服。我年轻的时候根本不想看它一眼。

我说的是死亡。我说的是持续不断的死亡。大约二十四分钟后，今天就会死了。对吧。我……我没听清楚。大约二十四分钟后，今天就死了，对吧——下午就出生了。

顺便说一句，虽然我说的一切听起来有点……随意，但我说的每一件事都是从伟大的注释家那里取来的，比如龙树菩萨。我应该告诉你们，般若波罗蜜多有非常非常多的注释，因此也有非常受尊崇的注释家。然后，我们人类是多么……你怎么形容？我们天生就容易结成小圈子、拉帮结派——就像高中一样，总会有一小群人，他们总是在一起讲话、分享、一起吃东西，到处都是这种小团体，不只是高中，到处都是，从来都是。比萨爱好者群体，好的。皮草爱好者群体。洋葱爱好者群体。凤尾鱼爱好者群体。不喜欢凤尾鱼的人不会加入这个群体。那是鱼。臭鱼。

我想说的是，历史上有很多对般若波罗蜜多的注释，随着时间推移，人们也就变成了某些注释家的粉丝俱乐部。我想你们越南人和中国人，更像是弥勒、无著这些注释家的粉丝俱乐部；藏人则更像是龙树菩萨粉丝俱乐部。但这两派都是不可思议的，特别特别特别不凡。他们相互补足，有时看起来似乎有所不同，但其实是相互补足的。这种注释方式与文化的融合非常深厚。我只是想说这个，因为我解释的方式可能有很多龙树的影响，但这不代表我不尊重无著或弥勒。我想，从人口上来说，弥勒和无著的追随者现在要多得多——大多数中国人，人口众多。那些希望进一步探索弥勒解释的人，请去探索弥勒世尊所阐释的五部大论。希望探索龙树的，也有五部不同的论著。

没有死亡的穷尽。好吗？般若波罗蜜多是一切过去佛所行走的唯一道路，也是一切现在佛所行走的唯一道路，一切未来佛也将行走在这条波罗蜜多上。

无畏。当有什么东西要获得，就有恐惧；当有什么东西会失去，就有恐惧。你也会有希望。希望是盲目的，是一种盲目的障碍。当菩萨们证悟了般若波罗蜜多，就没有希望——所以也没有盲目。菩萨也没有恐惧。好的，还剩几个，午饭后我会继续讲解。在那之前，也许有些问题？

谢谢仁波切，我为这个非常愚蠢的问题提前道歉。您说没有出生，没有死亡；如果有出生，就会有死亡。然后您提到了慈悲。我现在忍不住感到恐惧和紧张，因为如果慈悲有开始，那么慈悲是不是也有终结？这说得通吗？这有没有道理？

也许我来试试。是的，我想当你用到“无”这个字的时候，要用四句义来理解——色即是空，空即是色。所以“无”并不真的是否定意义上的“无”。这一点非常非常重要。

好的。还有其他问题吗？

仁波切，我的问题是，我在一段感情关系里，让我很困扰，但我放不下。那些情绪太真实了，我看不出它们只是显现或幻觉。我该怎么办？

好的，我给你一个真正的《心经》式的回答。趁它还在的时候好好享受。不要让计划和对未来的憧憬劫持了爱情的美好。不要让对未来的希望和规划——我不知道，戒指啊，婚礼啊——不要让它们劫持了当下。时不时想一想：明天这一切可能就会结束，如果结束了，我会尽量不去太当回事。也要记住，你的伴侣有他或她自己的现象，有他或她自己的世界，并不总是你的世界和他或她的世界在对话。记住这个。好的，就这样。这真的是一个很《心经》的回答。

如何成为般若波罗蜜多更好的容器？

怎么成为容器……接受……理解波罗蜜多的容器？

渴望。渴望，兴趣。好的。

如何克服失去至亲之痛，真的太难了。

嗯，好的，我的回答——我是从《本生鬘》里取来的。研读般若波罗蜜多。当你成佛的时候，那个你深爱过的失去的人，他或她将成为你的第一位弟子。好好利用这份缘分，你们有缘分，有连结。你可以把这份连结用于善的目的。也许，他或她已经先你证悟了。那样的话，你就去做他或她的弟子。

好的。

女性与般若波罗蜜多或智慧有什么关系？

女性怎么跟……智慧这个面向有关联？因为……在金刚乘里女性象征智慧？

哦，在这里有提到，你是说这个？

因为在般若波罗蜜多里有女性佛，比如……准提……

哦，我明白了，是的是的是的是的。好的，很有趣，你问得很好。我们研读《般若波罗蜜多经》的时候，我们叫它“圣般若波罗蜜多”，般若波罗蜜多的昵称是“母”，藏文叫“育母”，有时也叫“中间的母”，意即中道之母。这种“空性与女性相连”的理念，在大乘，特别是金刚乘里，是非常非常重要的。正如我之前说的，过去、现在、未来的一切佛都从这里出生。其实，确实有一位象征性的般若波罗蜜多——她是一位女性菩萨，也是女性……或者说，这位母亲具有一种品质：包容，什么都不遗漏，什么都不舍弃。没有任何东西不是空性。是的，所以弥勒菩萨在其般若波罗蜜多注释的第一颂礼赞中说：向伟大的母亲顶礼。

好，我们午休，正如我所说，午休可能会短一点。

嗯，我们尽量一点钟回来。一点一刻吧。反正我们在这里，我想你们应该知道怎么找到这里。

# 心经，2025年2月21-23日，越南胡志明市 - 第六部分

来源：<https://www.youtube.com/watch?v=0kKitHJ-Yus>

[音乐]

请记住，

正如我一开始所说，拉贾·帕拉米塔（Raja Paramita）

是

直言不讳的教导。

这就是为什么我经常使用「

对任何事都毫不在乎」这样的表达方式。 《

王舍波罗蜜经》或《金刚

经》。这些经文就像在

直接谈论终极真理，

嗯，

假设你做了

一个梦，

梦里你在沙漠里，

你非常口渴，

正在寻找水，有人

告诉你去某个地方，你会

看到一座小山，一座

像沙漠中的山，我不知道是什么山，

或者

你会看到，越过它你会

看到一个山谷，越过山谷，再往前走，

你

会看到一片绿洲，在那里你会尽了水。

好的。就

用这个例子来说明。

实际上并

没有沙漠。你正在

床上睡觉。并不觉得渴。

没有想要水的愿望。没有

指南。没有人会说，好，你

去做这个、那个和那个。没有

绿洲。禁止饮酒。梦境中无法解渴，

但同时

在梦中却能解渴，梦境中有干渴，有绿洲，有挣扎。

所以

我试著告诉你，波罗蜜多（梵文：pranaparamita）教导的是什么。

波罗蜜多是

从梦境中觉醒者的视角来教导的。在梦境中，告诉这个人没有绿洲，

没有

沙漠，没有干渴，在梦境中，这些话毫无意义。是的，在梦境中，

你不能

对一个正在做梦的人说这些，因为他们

真的在挣扎。

但是当我们教导和练习时，这种

挣扎

总是在

梦境和觉醒之间来回切换。

在黑暗中，

如果有一条像这样的条纹绳子，

你以为它是一条蛇，然后你

非常害怕蛇。不，这只是一条绳子。现在我面临

两个选择。我有时会

犯傻。你可能会死于

心脏病。

另一个选择是，我说哦，是的，有点

同意你的看法[嗤之以鼻]，然后假装把

它扔掉，慢慢地、慢慢地让你发现根本

没有蛇。

所以这

始终是个挑战。这又会是一个挑战，因为习惯作祟。所以，几乎

所有的佛教教义都是

为了引导你去获得智慧。

但并不是每个人都能立即获得它。所以他首先

说，所有复合

事物都是无常的。这一点你至少在理智上可以接受，但习惯上却很难

接受。这就是为什么我们购物时会像

我们会永远活著一样。一旦你习惯了这一点，你就会

进入一个稍微

高一点的教学阶段，就像一切都在

慢慢引导你一样。

第三和第四个教义

是，万物都没有固有的本质。你

知道，开悟就是超越极端。这也是般若波罗蜜多中所教导的。

实际上，从某种意义上来说，圣谛并不是佛陀教导的第一个教义

。他

在菩提树下证悟后，用

藏语说：「我用藏语念诵

深奥、

光明、

如甘露般美好的经文，

我找到了真理，但没有人会

听到。」因此，我将

保持沉默，留在森林里。那

其实就是普拉那波罗蜜多。语言、

象征意义，

所有这些都无法真正表达 pra

parameita。没有参考文献。这就

好比你从未尝过盐的味道，该如何

形容盐的味道呢？我可以

给你一块糖，但我也可以说那

不是我想要的。给你我不知道的辣椒，不是

它。我大概只能做到这些了。但

不管怎样，

当他说出这句话，想到

这件事的时候，

事情是这样的。他

想到这一点后，因陀罗

和梵天立刻赶到

他身边。我打算稍微夸张一下

。好的。他们对佛陀说：「哎呀，

怎么能这样呢？

你知道，你工作那么辛苦。

你知道，你在森林里不可能保持安静

。」佛陀说：「可是你

知道，没有语言，没有

词语，没有例子，他们

听不到。」我做得怎么样？

我该怎么做？而宁陀罗和梵天说：「你在

开玩笑吗？

你是全知全能的。」

全知全能。如果你不知道，谁又知道呢？你一定有办法。

不是

每个人都能听到，但

至少会有人听到。加油，别放弃。然后佛陀看向因陀罗。当然，你曾经也对我说过话。

因陀罗，他是佛陀很久以前，很久以前的世。还有一次，你把我撕成了碎片。还有一次，

你把我逐出了宫殿。还有一次，你们带走了我的妻子和孩子。然后[清嗓子]，那时我才想起我要报仇，而我的报仇方式就是在来世好好教训这个人。好的，

我会这么做。所以他就是这样去了瓦纳西，在那里他学习了四圣谛，然后又学习了四圣谛

。我差点就选择了这次的主题——高尚的真理。在四个真理中，仅仅第一个真理本身就能解决所有问题。

真是太神奇了。就像藏语中的第一个字一样，意思是你必须了解苦难，你必须了解痛苦。你

可能会想，哦，没什么了不起的，我的意思是，是啊，这有点

平庸，不是吗？是的，

你应该知道什么是

痛苦。不，这是一个非常深刻的问题。我们大多数人不知道什么是“duka”，

什么是苦难。当然，我们知道一些

苦难，例如饥饿的苦难、失业的苦难、

临近交房租的苦难、交

房租的苦难、需要交

房租是一种苦难、被人抛弃是一种苦难、

没被邀请参加聚会是一种苦难、不太成功的韩国之旅也是一种

苦难。你知道这些我们都

知道，

但苦难「duka」不只是这些。只要某件事受时间限制，它就是「duka」。只要

某件事受时间限制，

它就

意味著不确定性，不

确定性就是一种苦难。因此，我们称之为幸福的一切，

其实都是痛苦。并非指

疼痛或胃痛等不适。不是

那样的。只要它受制于二元性，它就是二元对立。只要世上存在著「美」的概念，就必然存在丑陋。那这就是杜卡。

所以，这就是佛陀

教导第一圣谛的原因。仅此而已。你想参加领导力课程吗？

你想学习管理课程吗？你想成为一位有远见的优秀领导者吗？一切都包含在这第一个

至圣真理之中。如果你知道第一圣谛，你就是有远见的人。你是一位好老板。你是一位优秀的管理者

。

你们是很好的……我不知道，你们是很好的……嗯……父母。是的，你是个好情人。

所以要

知道，了解杜卡本身就非常

重要，无论如何，这里稍微

谈到了这一点，因为它

来自觉醒的状态，你知道，

波罗蜜多，甚至四圣谛也不存在，你知道，没有因，没有果，你知道所有这些，好的。

[清嗓子]佛陀的意思是觉醒者

。我知道对

我们很多人来说，佛陀就像

某种人物，你知道，某种人，这也

没关系。这没问题。我并没有否定这一点。但佛陀的真正意义是觉悟。腰果。生吃东西

会死的。如果你知道自己已经觉醒，我不知道它是否是液体。如果你

知道这一点，

你就

觉醒到了认识真理的境界。我举这个例子是因为我觉得很多时候我们觉得

佛陀太

伟大、太伟大、太难亲近，或是我们成为佛陀太难了。大约过了很多很多很多很多年

。但你不应该这样想

。只要你在理智上了解了一点真理，你就觉醒了。

在你的婚礼当天，如果你心想“哦，也许下周我就要离婚了”，我们永远无法预测未来。稍微觉醒一下，

如果你

问你六岁的孩子：「好了，该立遗嘱了，该立遗嘱了，

你知道，我

死后[笑声]，

有人会继承这个那个，

最好别当著你的面立遗嘱，你知道，

别人

会觉得你疯了。」但

实际上，这就是真相。佛陀基本上已经

觉醒于真理。

但当我说觉醒于真理时，对

你们许多人来说，这可能听起来像是一个

艰难而令人不快的真相。不，有很多

很多令人愉悦的

真理，

只要觉醒于此。

嗯，

这当然是可以实现的。即使

我们

现在只是在谈论这个话题，我们中的一些人可能暂时会觉得“好吧，是的，没错”，

也许你对某种事情有一点点“是的，没错”，

你知道，那种

信念，也许

只是暂时的。但它只是

一颗种子。可能要到明年才能还给你

，不过没关系。但

你们中的一些人可能想要培养牠，培养

这种信念，加以造就。

那岂不是更好？

你知道，我们每个人

或多或少都是

控制狂。

控制狂。真正想要

控制的人，我们想要控制

一切。不仅限于

餐桌上，

在任何情况下都是如此。如果你真的

想成为一个掌控者，

你需要非常放松。

如果你放松下来，你就能真正

掌控局面。而要放松身心，

最好的方法莫过于明白「形即空」。

空性即是这种形式，等等

等等。而这种人，就算

只有一点点觉醒，

无论身处何地，那个地方

、那个时间都变得

神圣起来。

现在你回到你的地方，或许可以

诵读这段经文，或许可以思考

经文的含义，

或者更好的是，你可以像

我们一样，有时只是静静地坐著，

观察、观察、再观察，那

一刻，这个地方变得神圣，

一定会给周围带来祝福。  
我现在要结束了，  
很好，因为有人  
要求受持  
菩提戒，所以我会  
下次休息后做一个小小的仪式。总之，  
最后佛陀从  
深邃的觉悟三摩地中醒来，并说了「  
很好」。嗯，我不知道该怎么翻译  
这个。Lexo lexo。好的。好的。你知道，  
这是非常非常  
无法翻译的。萨杜  
。苦行僧。是的，这  
无法交易。我不认为  
语言中存在著“sadu”这个词。萨杜。苦行僧。  
呃，这用越南语怎么说？  
哦，听起来不错。  
我只是翻译一下你的意思，我  
明白了，是的  
，但是，  
好吧，我要稍微改变一下你的想法  
。  
这是一种不墨守成规的  
认可。  
谁是特立独行者？  
苦行僧。苦行僧。  
因为它是一种非确认性。  
这是无法透过  
感官证实的。  
感官  
和习俗。  
也无法证实这一点，  
因为这是正确的规则。它也不桀骜不驯。  
这不是一种风格。所以它不是一种  
趋势。我现在正在颠覆你的思维。  
只有一样东西  
不是时尚，就是shunata  
不是时尚。事情就是这样。

时尚潮流

只持续一个下午。所以，

你知道，佛教徒们，lex leo sadhu sadhu，

这简直是

对我们所在地的不可思议的宣告。他说，对，

就是它了。我们塔塔加塔人也感到

非常高兴。

你知道佛陀自称「他加贺」。

是的。你知道，在经文中，

他有时会说「他

自己说的就是这句话」。Tatagata 用新语怎么说

？

这是什么意思？意思是，呃，我这样

来，我这样走

。

非常好。那非常好。非常好。

因为 tataga 中的

ga 这个字其实既是来又是去

。

然后佛陀说，你们，

菩萨们，必须，

相应地

遵循梵天波罗蜜多，观众

们都鼓掌。图

南洞穴中对这些门徒和观众的刻画最为精美。

肖像画。哦，是的。

如此美丽。

每位观众都

各具特色。有的在天上，

有的在水里，有的在

云里。我最喜欢的是

这位名叫 Jambat Jambatang 的弟子或观众

。他的

头是马头。

我想，那是我最喜欢的。

这些门徒真是太美好了，

他们都有自己的弱点，你知道，

弱点，

弱点，问题，就像这个马头人，他总是很饿，但这都是他自己的选择，不是别人的错，你知道，你不能因为他饿就责怪别人，因为他热爱音乐。所以几百年来，他都忘记吃饭了。所以他非常渴望音乐，但他就是无法离开音乐，而且，除了音乐之外，他还热爱佛陀的存在。我认为是佛教的许多菩萨让他演奏音乐，因为他沉迷于音乐。他们让他演奏音乐。这样的例子还有很多。还有另一个叫帕里蒂（Pariti）的名字。她有强迫性进食症。发过去。强迫性进食者。她得吃饭。她最后连自己的孩子也吃了。顺便说一句，她住在巴厘岛。如果你有机会去峇里岛，她就住在那里。我认为有很多这样的门徒生活在柬埔寨。那只是我的想像，我觉得可能跟越南很像。这些都与安全帽无关。现在全是我一个人在说话。垃圾。我认为越南有很多。我认为新加坡应该不多。是的，我们称它们为冈氏卵形 ... 嗯，大概意思是嗅觉的吞噬者。哦，日本人似乎把这些弟子描绘得非常漂亮。嗯，尤其是还有一种叫做「十大守护者」的东西。

10名守护者。

10名守护者。监护人。十位神明。

日本人有非常美丽的绘画作品

。我

喜欢日本的风神，也就是风的守护神

或风之神。他心情好的时候，会背著一个像

空袋子一样的大包包

。我认为他心情

比较好的时候会把袋子里的气放出来。

当他心情好的时候，

啊，好吧，

心情不错，

我需要告诉你这些事情，因为

你知道它们非常重要，所以我

不想只谈论所有的

佛法、阿罗汉和

菩萨，而忽略了他们，

我忘了还有阿修罗。

非常养眼的人。我的意思是，阿修罗长得

非常帅，非常漂亮

，令人无法抗拒。

嗯，

我记得有个女孩好像叫莫伊尼。

她就像一个

银行或储藏室，存放著……

嗯，姑且称之为……幻术，你知道，就像魔术师，

你知道，幻术制造者。

我认为她实际上还拥有一家

制造幻术的工厂。

嗯，她手下有很多员工，

但她也有很多敌人。嗯，

还有一位阿修罗，他是个男孩，

擅长

控制他人的幻术。

当然，我们怎么能忘记

蛇呢？

我认为在

赞助者中，

你知道，就像佛教中的赞助者、赞助人一样，

我认为

最高等级的是那伽。

我总觉得，不知

为何，那伽（Naga）总是

扮演著重要的角色，蛇在传统中总是扮演著重要的角色。

我们看到佛陀身边有一条蛇，你知道，它遮风挡雨，象征保护。据说

尼泊尔到处都是那伽，

柬埔寨也有很多那伽相关的生意，

泰国可能也一样。好吧，我这就

列出其他弟子的名单，这很重要，你需要知道。当然，最有影响力的弟子是毘湿奴、湿婆、梵天等等，这些都在注释里。印度教狂热分子可能不喜欢听这些，但事实就是如此。是印度学者写的，我们称之为“众神之神”

，  
意思是佛陀是所有这些神的

主宰。最近

我在越南发现有很多毘湿奴，毘湿奴很重要，因为如果没有毘湿奴，我们就不会这样谈论佛法了。这些人

，毘湿奴、梵天、湿婆、象头神，他们都非常非常强大。

当然，我们怎么能忘记卡莉女神呢？我最爱的女人，无人能敌。

当她到来时，湿婆、毘湿奴、梵天都失去了理智。他们变得麻木。他们变得麻木。是的

。它们就在那里。他们是帕拉贾·帕拉梅塔（paraja parameita）的忠实听众，尤其是保护者卡莉（Kali）。

就是这样。嗯，对《心经》的简短而平庸的分享就结束了。

[音乐]