

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>

讲师：

[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。