

# 认识文殊菩萨，2022年8月7日，线上

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

讲师：

首先，我想向大家致以最美好的祝愿，对于那些我还没见过面的朋友，我希望你们过去两年过得比较平静安稳。接下来我想跟在场的其他听众聊聊，因为我面对的是几百位不丹人，所以会提到很多不丹相关的内容，不过我觉得大家不必太在意。接下来我们要谈谈文殊菩萨。你知道，据说大乘佛教中有很多菩萨，其中一些在国外也很有名。不知为何，有些菩萨在某些地方比其他地方更受欢迎，但有些菩萨却非常……嗯，我不太确定，也许是普世皆知的。比如说，据说最受欢迎的菩萨之一，他……嗯，很有名，可能跟他属于我们所说的「巴达玛家族」有关。好吧，我可能用了太多专业术语了。你们这些新来的人可能会

有点累，但请耐心听我说，  
因为我们生活在欲望  
领域，据说  
地球是所有情感的欲望，欲望  
是最突出的，  
所以与  
欲望相关的事物也越来越多地被  
提及和活跃，因为  
你知道，它无处不  
在，我的意思是，它真的很  
受欢迎，比如  
印度、  
中国、日本  
等等。  
然后有一些菩萨，  
像是不丹的菩萨，几乎不为人知，对吧？  
我其实有点  
困惑，为什么不丹人对菩萨的了解如此之少，比如，关于他们的  
资讯  
、图标或区域等等，非常非常少，  
但是用梵语来说，  
在日本非常流行。还有文殊  
菩萨，相当  
受欢迎，  
我不知道，尤其是像  
喜马拉雅地区和中国这样的地方。但是，就像所有这些菩萨一样，这些人物的  
原则是……这个  
原则是这样的：  
有时我们称他们为  
菩萨，有时我们也称他们为希坦（hitam），尤其  
如果你是密宗  
倾向者，比如瓦格里亚那（vagaryana）倾向者，我们  
在不丹应该遵循巴扎里亚（bajarian）传统，  
所以我们也多次称他们为耶坦（yetam），

尤其是在现代喜马拉雅地区，  
因为他们的背景和  
教育，他们可能  
去过哥伦布（Columbus）学习，可能  
去过大吉岭（Darjeeling）、北角（North Point）、格雷厄姆博士（Dr Graham）  
等等。所以不知何故，  
他们最终总是称他们  
为神，佛教神，这  
实际上是一个很大的错误，  
希望我们今天早上能澄清这一点。顺便说一句，  
我能理解你的困惑，  
因为这些  
神灵中的许多也以超自然生物的形像出现，你  
知道，就像拥有  
各种属性  
和各种外貌的强大存在。所以  
人们，  
例如殖民者，  
最终认为这一定是某种亚洲萨满教的  
灵魂或神灵，这是有充分理由的。  
它们是神，或者说是某种  
神，  
但其实非常复杂，所以  
我先来介绍一下文殊菩萨。  
首先，我们先从一般  
观众的角度来  
谈谈文殊  
菩萨的外在形态。  
我常用这个例子：  
如果你需要喂一个刚出生的小婴儿吃点东西，比如可以吃的东西，比如一小口，就像  
喂奶一样，  
你不能强迫牠吃，那样婴儿会  
死的。那你该怎么做呢？把它软化、捣碎，或和牛奶混合，加糖可能不太好。  
总之，你要让它溶解，一点一点地喂。现在，同样的道理，如果我给你的是

真正的文殊菩萨，也就是它原本的样子，它是不溶的，就像……因为我们就像这些婴儿，需要一点色彩、装饰、糖果，你知道，嗯，调味。基本上，今年「调味」这个词用得真好，我们需要……穿衣打扮要注重细节，所以为了打扮它们，你应该……有很多传说，有些传说简直不可思议，比如文殊族的传说，有些传说就像你在看《星球大战》一样精彩，而且非常优美。想想佛经，尽管有些传说听起来很像童话故事，但实际上它们有许多内在意义。这是殖民时期的人从未真正理解的，例如……我的意思是，现在不是时候，但在印度传统中，这实际上是一个非常深刻的故事，它非常具有象征意义，而且非常深刻。当你读它的时候，乍看之下就像童话故事一样，不可思议，完全不像童话故事。

但如果你仔细阅读，你会发现它其实非常深刻，这里也是。所以我要跟你讲一些传说，这样我们就准备好了。好的，嗯，但在那之前，我想告诉你，我们人类观众，我不知道，学生，追随者，观众……人类总是会将这些神灵归类为特定的神灵，例如，如果布丹人想要更多钱，他们几乎都会向文殊菩萨祈祷，认为这样就能得到一切，这很愚蠢。但事实并非如此。文殊菩萨总是与智慧、智力、记忆力、心灵以及敏捷的思维连结在一起。因此，我相信，这里有很多疑问，我认为在佛教中，有一种在早晨召唤文殊菩萨的习俗。文殊菩萨与白昼连结在一起，智慧也与慈悲连结在一起，但这并不意味着它与慈悲无关。当然，这并不意味着文殊菩萨就一定不是慈悲。这就是我们总是能把事情做好的原因。回到传说或故事，一个离奇的故事，我的意思是，我不应该把它排除在外，也许我太愤世嫉俗了。文殊菩萨，哦，是的，这真的会让你觉得她是个离奇的神。据说，这是一只外星乌龟的故事，讲的是一群乌龟的故事。乌龟之间有很多，它们互相征战，然后万殊首罗射出一箭，杀死了一只乌龟。那只乌龟……嗯……我想应该是福音教会吧。

然后，火焰从它的嘴里喷了出来。那只乌龟就像……尿了一样，因为它受到了太大的惊吓。然后，火焰、水……箭尖是铁做的，箭杆是木头做的。这就是海……你知道的，你知道的，像氧气、火龙等等，据说都是这么开始的。所以，这

就是那种传说或故事。记住，不要轻易否定它们，或把它们看成是故事，因为故事很重要。事实上，没有什么不是故事。想想看，人类是被故事驱动的，不是吗？故事是我们唯一使用的语言。有些故事很

短，有些故事很

史诗，但无论如何，它们都是故事。故事是这样的，好吧，总之，整个「乌龟」事件据说发生在中国的五台山，就在北京附近。顺便说一下，那里据说是

文殊菩萨的宫殿所在地。那里有很多很多美丽的传说，我最喜欢的一个是，文殊菩萨坐在那里，面向尼泊尔，然后他看到了一片美丽的大海。嗯，当他凝视大海时，他看到了大海深处的某个地方，那里有一朵美丽的莲花。然后他意识到，这朵莲花其实就是所有佛陀的化身——顶轮，也就是头顶。然后，文殊

菩萨心想：哇，

这太美了，却没人看到，真可惜。让我来展示一下吧。据说，文殊菩萨应该派人去那里，或者说他真的去了那里，然后

他抽干了大海，莲花就显现出来了。据说

你们中的一些人可能去过那里。顺便说一下，还有一个叫托贾迪的地方，据说文殊菩萨在那里抽干了大海，现在你们仍然可以

去那里。嗯，是的。文殊菩萨心想，不如让我来设计一下，莲花已经出现了，让我来设计周围的公园，还有咖啡馆、书店之类的，总之，就是这座城市。于是他设计了这座城市。事实上，尼泊尔的许多文献都记载，历史上，加德满都

曾被称为曼珠帕塔纳（Manju Patana），曼珠帕塔纳，我想应该是这样。

你可以在谷歌上搜寻曼珠帕塔纳。据说，他把所有这些工艺品都送给了工匠，例如制作石雕的工匠、画家、封面等等。这就是为什么这位艺术家的后裔直到今天仍然以尼泊尔艺术闻名的原因。总之，这个故事真的很美。而且，这个故事其实有个

转折。当他忙著构建这个故事的时候，我正在给它上色。水源仍然……水喷涌而出，

你知道他把水排干了，所以他想，哦，好吧，这不好，我得做点什么，我必须彻底阻止这一切，所以他真的试图把水源封死，然后突然间水源断了，你知道，SD出现了，卡莉·达基尼·瑜伽士，不管你怎么称呼她，而

水源实际上是她的秘密之地，所以就像，

你知道你在干什么，你不是想阻止我，你明白吗，你知道你怎么敢，所以她非常愤怒，据说，然后神奇地意识到这是强大的，

你知道，据说从她那里接受了密宗教义，嗯，战略实际上并没有更多。

[音乐]嗯，很长一段时间都很轻松愉快，直到今天，

实际上这位女士，这位瑜伽士，这位卡莉，不管是什么，这位火鸡，据说是加德满都

尼泊尔花园的守护者，嗯，我不是，我有点老土了，事实上，她一直与尼泊尔国王在一起，我的意思

是，在过去，我们说的是……她总是给他如何划策，国王如何统治国家

。他们经常一起吃午饭，一起掷骰子，所以她总是在那里，国王也在那里，飞机降落了，然后你知道，基本上就像休闲时光一样。一位国王被她的美丽所吸引，无法抗拒，他对她产生了一丝好感。然后她立刻说，好吧，就这样吧，我再也不会回来了，因为现在你把我当成一个普通人，你不应该再把我当成一个

普通人。据说国王真的哭了好久，甚至晕倒了，求她回来，但

她说不，因为某种因果之力已经结束、受损或转化了，所以她领导尼泊尔的使命也结束了。但作为安慰，她说，

我会永远以一个年轻女孩的形像出现，非常年轻。直到今天，有些人知道有一种叫做库玛丽（Kumari）的东西。顺便说一下，库玛丽有很多，而且很多库玛丽……出于与佛教传统相关的缘故，我亲自去见了

她。实际上，我当时正在

尼泊尔做一些非常重要的事情，所以……嗯……我当时在想，如果能有机会建立一个艺术中心就更好了。

所以，出于这些原因，我去见了她，这真的很特别。因为每次去，都会有公众观众。顺便说一句，如果你想去看，也可以去。这个小女孩会被她的母亲、阿姨或父亲抱著，然后他们会走到阳台上走一会儿，就结束了。

这是

公众

观众环节，有许多人在等候。

事实上，现代尼泊尔人甚至还有更进一步的故事。据说，上一任国王（记得他遭遇了一场大灾难）在灾难发生前拒绝

去见这位库玛丽接受点吉祥痣的祝福，就像一年一度的祈福仪式一样，

因为在国际科学界看来，这有点尴尬。

你知道，我是一个国王，却要向一个小孩子鞠躬。据说是个女婴，但他没那么做。你知道，这有点像个

传说，迷信什么的，随便你怎么称呼。然后下一个是那个……嗯，共产主义总理，对吧？他当然拒绝去。然后据说发生了地震，记得上次地震吗？我其实是在说跟那位魔术师有关的传说故事。总之，为了讲完这个故事，我去了。

你知道，所有的一切，精神信仰、迷信、物质主义，它们都是相互连结的。所以，就在门口，有一家礼品店，你可以买东西，价格可以低也可以高。给瑜伽女

祭司库玛莉的礼物，礼物里还有一个娃娃，因为她毕竟还年轻。然后，当

我进去的时候，我的向导说，

你知道，我希望她不会对你笑，因为如果她对你笑了，那是一个非常不祥的预兆，你会活不长。这真

有意思。当然，婴儿会很高兴的，对吧？幸运的是，我一大早就去了那里，我在地板上等著。你知道，尼泊尔的祭司们诵读经文，看起来很美。我当时真的非常认真地听著，他们还念了许多佛教经文，像是蔬菜咒。然后，他们铺上一块红布，你知道，就是换法轮的那种。

说实话，这真的很正宗。我坐在一个小宝座上，

然后阿姨带著库玛莉来了。她心情不太

好，幸好刚醒。她说……我得说，我确信这是我自己的……你知道，我自己也是个迷信的人，我容易受蒙蔽，而且会有一些投射。她

说完这句话的那一刻，她真的太特别了。她看著我，然后舢板告诉她……哦，你知道，呃，我忘了说尼泊尔语的牌子了。总之，他们让她为我祈福，她照做了。她把她的小手放在我的头上，我试了试，然后她就离开了。

总之，这些只是传说中的一部分，

而且还有很多其他的

传说。

嗯，可能你们很多人都听过，因为我之前说过，文殊菩萨据说已经离开，还没离开，还没离开，对吧？怎么说呢？就像他已经三次带走了那些前往宇台山的人，就像将军一样，他会现身。他还诅咒自己说，如果他不现身，他的头可能会碎成千片。所以

无论如何，他都会现身，至于

你们能不能

见到他，则取决于你们自己。据说有这样一段文字，这也是一个古老的传说。在西藏，有一只非常虔诚的骆驼，它正在阅读这段文字。读完之后，它心想：就是它了！我要去见文殊

菩萨。当然，

他一定会现身的。于是，在西藏，它跋涉了六、七个月，穿越崎岖的地形、山谷和山脉，历经种种艰辛，最后到达了中国。它到处寻找文殊菩萨，却没有任何踪迹。那个乞丐

羊驼没多少钱，

所以他乞讨，

你知道，就像

在一家

旅馆里，有点像那种低档旅馆，几乎像个酒吧，你知道，晚上那里会发生一些事。他问旅馆老板能不能把车停在阳台上，老板很

友善地答应了。但是，他

日复一日地寻找著魔幻之城，却一无所获。每天晚上，

那里都聚集著许多女孩和年轻男孩，他们开派对，听著音乐，跳舞，喝酒。其中一个男孩有点傲慢，有点强势，有点霸道，总是和很多女孩

搭讪。他注意到那个男孩注意到了他，然后他自己也察觉到了。那个男孩注意到他，

问他：「你在这里干什么？」藏族

人

说：「我读过那些经文，你知道，那些故事。你真傻，

你相信所有经文里写的一切，你太迷信了。这里根本

没有魔幻之城，你应该回去，

冬天很快就要来了。」确实非常非常冷，你应该回去，你不应该待在这里，你会冻死的。总之，很遗憾，他决定回去。但有一天晚上，男孩又说，好吧，如果你要走，你打算走哪条路？

总统说，嗯，我想我的路线会是穿过蒙古回到西藏。然后男孩

说，好吧，

实际上，我在蒙古认识一个人，他们或许可以帮你查一下。我有一封信，你能帮我拿吗？因为男孩说，把信给他，让他送过去。经过漫长的几个月跋涉，他终于到达蒙古了。我想，那是在蒙古的伍德兰。

他到处寻找这个名字，我忘了名字，顺便说一下，

嗯，这个名字，据说她到处都是。他

找不到地址，也找不到收件人。正当他快要放弃的时候，一位老妇人走过来问，你在做什么？他是小威，我得把这个送过去。老妇人读了地址，说，

你知道，没有这个人叫这个名字，但是有一个猪在郊外……城里有一头又脏又胖的猪，总是吃垃圾。嗯，城里确实有一头猪。所以那

个人想，既然都走到这里了，何不顺便看看呢？于是他走到猪跟前，打开信，给猪看。他看到了，猪就那样盯著信看，眼里噙著泪水，然后……突然就死了。这事儿挺滑稽的。于是他

他读了信。信的开头大概是这样的：「菩萨，

您知道的，您在

蒙古利益众生的使命已经结束，请立即返回如泰山，并由文殊菩萨签名。」那个

男孩和魔术师之间就发生了这样的事。好吧，像这样的传说还有很多。现在再多讲一点，我不知道，我

不应该用「传说」这个词，而是多讲一些与教义相关的东西。好吧，文殊菩萨在很多很多的经文中都有出现。文殊菩萨

多次以佛陀的助手出现，例如，他在佛陀的教导中扮演著非常重要的角色。记得吗？有个叫…的人维马拉·基蒂（Vimala Kitty）是个傲慢的

富翁，没有僧侣愿意和他打交道，所以文殊菩萨最终不得不离开。然后就有了整个「喻」（Um）的故事，基本上就是文殊菩萨派他的

弟子（我想应该是这样）去寻找其他老师。你知道，他自己有个弟子，但他却说「

不，你

不应该用「传说」这个词，而是多讲一些与教义相关的东西。好吧，文殊菩萨在很多很多的经文中都有出现。文殊菩萨

多次以佛陀的助手出现，例如，他在佛陀的教导中扮演著非常重要的角色。记得吗？有个叫…的人维马拉·基蒂（Vimala Kitty）是个傲慢的

富翁，没有僧侣愿意和他打交道，所以文殊菩萨最终不得不离开。然后就有了整个「喻」（Um）的故事，基本上就是文殊菩萨派他的

弟子（我想应该是这样）去寻找其他老师。你知道，他自己有个弟子，但他却说「

不，你

不应该用「传说」这个词，而是多讲一些与教义相关的东西。好吧，文殊菩萨在很多很多的经文中都有出现。文殊菩萨

多次以佛陀的助手出现，例如，他在佛陀的教导中扮演著非常重要的角色。记得吗？有个叫…的人维马拉·基蒂（Vimala Kitty）是个傲慢的

富翁，没有僧侣愿意和他打交道，所以文殊菩萨最终不得不离开。然后就有了整个「喻」（Um）的故事，基本上就是文殊菩萨派他的

弟子（我想应该是这样）去寻找其他老师。你知道，他自己有个弟子，但他却说「

不，你

应该去找别的老师」。然后，这位老师，也就是文殊菩萨的第一派，把他送到一位老师那里，这位老师教了他「喻」（Um），过了很多年，这位老师又把他送到另一位老师那里，如此等等。所以，我想大概是52年前，我们从中发现了一些东西，这些东西不像过去那样，而是去接受和接受。教义方面，嗯，有一种叫做文殊菩萨的角色，扮演老师的角色。根据大乘佛教，一些经文甚至提到，达尔塔王子在游历期间，在宫廷中，他目睹了死亡、衰老和疾病。根据许多大乘经典，这些都是文殊菩萨安排的。文殊菩萨安排老化和疾病，是为了提醒年轻的菩萨，他必须觉醒，他还有其他的事情要做。嗯，好的。那么，在上座部佛教传统中，例如缅甸和斯里兰卡，他们可能不像我们一样看待文殊菩萨。在斯里兰卡，我认为他们肯定有文殊菩萨的形象，但我记得他们也有文殊菩萨。许多上座部佛教国家都有文殊菩萨，但对他们来说，文殊菩萨就像一个侍从，你知道，一个外表英俊、非常活跃的侍从。非常有用，就像……嗯，多任务处理，方便的，像个送水工，是的，他们会有那种感觉，我觉得这很棒，实际上，我真的很喜欢。好的，所以一些上座部佛教是这样，但现在，在寮国和柬埔寨，情况就复杂得多。是的，就像我们一样，就像我们一样，文殊菩萨有时是传说中的英雄，有时是神祇，有时是教义的发起者等等。事实上，两者兼具，不仅仅是神奇的。我认为在尼泊尔也有，请在尼泊尔做一些研究，那里有三臂的湿婆，非常不可思议，非常美丽。在柬埔寨也有，它是半男半女的，你知道，这让你想起什么了吗？它与克里希纳、湿婆和帕尔瓦蒂，或湿婆和乌玛非常密切相关。所以，文殊菩萨被描绘成某种神祇，嗯，我不知道。基本上，外国的象征意义在于身体的象征性，最终会成为许多人理解这种象征方法的象征，而你应该认为它只是一个纯粹的象征，或者我的意思是，是的，嗯，所以在不丹，我们很流行，比如橙色魔法师，还有狮子座上的魔法城，以及德国碳白魔法师，他们每个人都有特定的祝福或与特定的智慧相关。我很惊讶为什么黑魔法师在不丹不流行，因为有很多神藏，例如，很多与房屋工程、建筑之类的相关，据说

黑魔法师与此有关。总之，嗯，然后，如果我们深入研究文殊菩萨密续，我们实际上是在谈论魔法师无限广阔和深邃的方面，那时我们就不再谈论有形的东西、梦想、虚构的东西了，我们谈论的不是一个存在，我不知道，它不仅仅是一个存在。陈述事实，我们稍后会讨论这一点，但只是想说…最后，我想谈谈文殊菩萨的形像或理念。几个世纪以来，尤其是在喜马拉雅山脉，你可能听说过文殊菩萨有很多化身或显现。我们常说，在喜马拉雅山脉，每当我们谈到佛陀，谈到突厥时，我们总是谈论一个真正的人，你知道，就像在谈论一个真正的人一样。但实际上并非如此。文殊菩萨的显现可以是公园，可以是花园，可以是桥梁，可以是微风，可以是你的阳台。假设你有一个阳台，它总是让你感到温暖，总是让你快乐，总是让你感觉更接近真理，总是让你想起爱、慈悲和善良。那么，用几个花盆就能轻松地将这个阳台奉为文殊菩萨的化身。但我猜我们没有这种文化习俗，尤其是在……是的，还有很多……是的，我其实已经跟你们说过，魔法师有很多不同的化身，文殊菩萨并不总是平和的，而愤怒的文殊菩萨可能是最愤怒的，比如山庵。好的，这些就是我对外部文殊菩萨的简要介绍，你们应该都了解。我想我们都对文殊菩萨有所了解，当我们提到它时，我们通常会想到一个手持剑和书的人，但不仅仅是这样，文殊菩萨还有很多其他形式。好的，就说到这里吧。既然我们今天要做文殊菩萨的介绍，我应该做的不仅仅是介绍外部文殊菩萨的象征性魔法、传说中的文殊菩萨或故事性的文殊菩萨，我们还应该谈谈内部文殊菩萨和文殊菩萨。这就是我今天要尝试的内容，基于王子所写的赞歌。我们没有足够的时间摘录所有的诗句，但我只想和你们分享一下。这是一首赞歌。顺便说一下，嗯，这是一个非常非常印度式的印度传统，因为你知道，佛法起源于印度。但其中有很多，该怎么形容呢，印度式的做法，比如，基本上就是给神灵取名。你会发现，在湿婆密续中，也有一些经文只列出了湿婆的名字，还有迦梨的名字。所以，如果你想接近迦梨女神，就去读成百上千个迦梨的名字。湿婆也是如此，我记得在某个章节里提到，她有1000个名字。嗯，这些都是印度文化，对吧？印度文化传统。有些名字很长，可能要一页纸那么长；有些名字很短，很精确；有些名字，例如，让我告诉你一个魔术师的名字，这个地方就是关于文殊菩萨的。嗯，这真的是因为据说他的名字发音像春天的声音。好吧，总之，就连赞歌的标题也是如此。好吧，

我应该告诉你，我们为什么要念诵这些名字？我们为什么要决定神灵的名字？嗯，这是非常重要的密宗教义，

因为世界并非仅仅由

宇宙驱动，你的生活、宇宙现象也由名称驱动。想想看，有什么东西不是名称，而是名称决定了你是谁，让你成为你，让你不混淆。你知道，比如，我想喝水，对吧？我不想喝咖啡，对吧？名称，名称，名称，名称

如此重要。名称可以改变你的心情，名称可以

操控你的情绪，名称可以创造，比如说，你嘴里的唾液。假设你喜欢或

不喜欢柠檬，我可以立刻告诉你柠檬，你能闻到，你能分泌唾液，对吧？所以名称就像是所有沟通的基础。不要以为如果我们念诵一百个

文殊菩萨的名字，就能达到某种效果，好吧，你知道，

不是这样的。你明白吗？很多时候我们可能会说“嘿，你好”，然后呢？

你知道，不是这样的。它要深刻得多。好吧，还有什么？好吧，那我们需要做什么？我们需要彼此熟悉。我们今天应该…正如标题所示，我们今天要做的是“darshan”（达显），darshan

的意思是观众的观看，我们应该观看…我认为 darshan 在印地语中是观众的意思，对吧？ darshan 电视

观看，所以这就是我们今天要做的。为了做到这一点，通常身为人类，我们会怎么做呢？我们会称呼对方的

名字，问：「

我可以接受你的

darshan 吗？」这是其中一种方法。念诵名字是一种习俗，

叫做……好的，每一个名字都是爱，如此浩瀚，如此浩瀚。[音乐] 另

一种与人建立联系的方式是赠送礼物，例如鲜花，或者…我不知道，礼物。我们送礼物是为了引起注意，但我们今天不这样做。我们今天要做的

是

另一种方法——赞美，因为这是人类彼此

连结的方式。「嘿，名字，你真美，特蕾西，我送你这份

礼物。」

这就是我们人类彼此联系的方式，这是

我们

唯一知道的语言。

实际上，如果你真的想要获得真正的 darshan，文殊菩萨什么都不做，

不赞美，不命名，什么都不做，只是这样而已。很多人不愿意这样做，因为我们渴望做点什么，

如果不做，我们会感觉不好。我们会觉得自己太吝啬，或是太懒惰。如果我告诉你，我们就这样

坐著，不要想过去，不要想未来，也不要想现在，就那样，就这样。这是对曼城的介绍。你们可能会觉得这不是正统的佛教教义，但我得说，哦，你们知道，你们应该跳起来。嗯，这个，那个，那个，这就是我们要做的，这就是我们要做的，我们要那样

做。但让我……好吧，涅槃赞歌的标题是禁忌，多么不可思议的时刻，他几乎是指像……或者……或者……该怎么称呼它呢？金度怎么说？就像Zom Zom，对，Zoom，禁忌。

所以文字的标题

是伊莎贝尔…

你翻译一下，嗯，namka space

怎么说？我的意思是，在drunka里，你有Japan [音乐] namka chill middle name 你明白这是标题吗？你能想像一下吗？你能思考一下吗？这是一个绝妙的标题

选择。

[音乐]

它之所以绝妙，首先是因为它很有诗意，它很美，但它也带有一种嘲讽的意味，因为根本不存在你明白的那种东西，真的

不存在。但当然，每次我们把这个

放在这里的时候，

我们都必须说，所以每次我们说天空的中心，我们就在这里，

这意味著真实，这基本上是个谎言，

它并不存在，但我们总是说，你知道天空的中心，你说的「中心」是什么意思？上帝啊，要成为中心，必须有这个和那个，所以这里才是中心，对吧？但

请这么说，

所以这本书的标题，我是说赞美的标题，

已经在谈论万殊首里（

manjushiri）的品质，万殊首里（

manjushiri）的品质，嗯，好的，它的开头语气相当

柔和，富有

诗意，柔和易懂，我会的。

翻译很糟糕，

很粗糙，我真的不是个

好的翻译者，

但为了沟通，文殊菩萨，您

虽然是

所有已知佛陀的父亲，

但您看起来却如此年轻。你看，这是一种  
嘲讽，一种  
玩笑，  
你知道，这叫反讽，一种  
幽默。您被  
认为是所有佛陀的父亲，  
你知道，经历了无数劫，但  
您看起来却如此年轻，没有  
衰老，没有衰退，您拥有  
青春的活力，  
无论我看向哪里，都能看到您。  
这又是另一种嘲讽，也是另一种  
深刻的涵义。实际上，他/  
她想说的是，您  
是所有佛陀的父亲，但  
您看起来却如此年轻，无论我  
看向哪里，都无法忽视您，您总是在  
那里，即使我看著我的咖啡，即使  
我……好吧，不是说像那个  
拿著剑和书的人，你明白，  
不是那个意思，而是  
这个层面。  
然后，  
嗯，  
我还有一位先知，说过去、现在、过去、现在、过去  
十方的佛陀  
们一直在努力  
赞美您，  
但他们还没说完，  
因为欧洲的品质真是  
无穷无尽，赞美之词永无止境，  
赞美之词永无止境，  
赞美之词永无止境，  
好的，嗯，

谢谢，好的，  
现在认真点，  
好的，我们想被介绍，  
我们想得到文殊  
菩萨的觐见，只有一天的时间才能  
理解，  
只有  
认识到时间并不存在，只有  
认识到没有  
停止和  
永恒，我的意思是，嗯，是的，  
坚实的永恒一直  
存在，  
或者死胡同，世界末日，你  
只有从顶部和检查中解脱出来才能理解，只有  
从所有这些时间、  
颜色、形状的区分中解脱出来才能理解，  
只有保持在缘起的  
领域，明白  
一切都只是依附的，只有  
当你能够理解这一点，  
你才能拥有一个棋子，  
那是你的找零，顺便说一下，  
你知道你需要去，你知道  
礼物是  
什么，你的找零是什么，  
你需要  
摆脱区分，  
我相信你们中的一些人已经在  
想了，但是你知道  
橙色，只是不要你拿著剑，  
那些是什么，等等，还有更多，  
如果，好的，  
嗯，

如果你没有这种不的态度虚构

而非区分，没有二元性。如果你没有这种态度，即使你努力尝试，历经亿万年，你也永远无法见到他，永远无法见到他本人。如果你把他看作一种形式，如果你把他看作一种模式，那并非真正的他。你知道，这就是他想表达的。

因为你不是白色，

你不是蓝色，你不是红色，你不是橘色，嗯，黄色，

你不是绿色，你也不是黑色。

事实上，

他们吞噬了世界上所有的

颜色。

如果

你把它们放在一起，没有一种

颜色能真正代表你。所有这些颜色都不是……你知道，

你不是黄色，你不是橙色。当你……还记得黑魔法师、蓝魔法吗？你都不是。这些

颜色都无法代表你。现在语气又柔和了些，但我必须

表达你的奇妙之处，因为即使你

不是这些颜色中的任何一种，你仍然呈现出白色、蓝色、红色、绿色、黑色、橙色、桥梁、微风、花盆、舒缓的音乐、桌子、埃塞俄比亚中度烘焙手冲咖啡的质感。你就是这样呈现的。就像你们和我一样，你们有孩子，你们没有脸，没有手，没有身体，没有四肢，但你们看起来平静，你们看起来愤怒，你们以

许多冥想的形式显现，你们有像「无限很久很久以前」这样的想法吗？那是什么意思？

其实什么也说明

不了。我该

告诉你，我刚刚跟你说过，记得吗？曼城有个弟子，他告诉弟子去找另一个老师，能教他一些东西。

弟子就去找了，

这个老师教了他一些东西。很多年后，这个老师，也就是第一个老师，又把他送到第二个老师那里，以此类推。好的，我最喜欢的一集，我想大概是第37集，我不记得了，

你应该检查一下。

那个老师说，你知道，你应该去，那里有一个……我完全明白了，我这边没有什么可以教的了，但我知道还有

另一个老师，你真的应该去

见见他，他能教你一些很棒的东西，他就在某个地方，你知道，所有关于那个地方的地图描述。

[音乐]你知道，心情沉重，你知道，现在要离开老老师了。他去找

新

老师，一路跋涉，穿过许多山谷和高山，翻过河流，历尽艰辛，最后到达了海滩。他穿著连身裤，四处寻找这位老师，却只看到一个

八十岁的老人和其他小孩在沙滩上玩耍。

你知道，不可能是他，那只是个小男孩。

但他转念一想，好吧，描述似乎吻合，于是他走到小

男孩面前，跳起来对他说：「你知道吗？我是受这首歌的指引而来。所以，老师，我来这里向您学习。」经过一番劝说，这个八十岁的老人终于开始教他。教的内容令人

难以置信，竟然是

数字。

你知道，我们有两个任务，但对我们来说，任务完成之后，你知道，一兆兆什么的。

但老人竟然给了他二十页数字，其中一些，大部分，都非常荒谬，有些以「chick」

开头。这告诉我们什么？这告诉我们，数字其实是编造的，你可以随意编造。这就是你，嗯，我们对很久以前的未来有个概念，不是吗？所以，传统上，没有人

能理解

万物的起源，但你就在那里，从这个无始之初就存在，

因此你很高。他现在说的是魔术师的身高，你如此之高，以至于你存在于无限的概念出现之前，从无始之初就存在，你是无限的量，我是你，好吧，我会跳过一些节目内容，因为它很长，而且我想我应该回答一些问题，我们跳到这个，这是每一刻，每一刻，我们都有一个想法，在这个想法中，我们可以思考我们可以

思考考开始，我们可以思考结束，在这个想法中，一切都适合你，如果一切都适合魔术师，现在，这就是我们现在，你看，还记得我之前

介绍的第一天，外魔法城，你知道传说、颜色、形状和这个故事，但是然后我们从内部的万象尻开始，这就是无法言喻的，你不是颜色，

你也不是这个形状，但某种程度上就是你。现在我们开始谈论文殊菩萨的光明面，因为当我们谈论文殊菩萨的空性时，它并非否定，并非虚无存在。一切都存在，清晰鲜活，尤其是在此刻。

你

拥有这个心念，这并非什么神话，而是我们此刻就能体验到的。

你的确有心念，我确信你有。如果你没有心念，你就是一张桌子，一个孩子，一台机器。你肯定在听，

你在体验，你在看，

你在理解，或不理解，你感到困惑等等。

但

你的确有心念。这光明是你始终拥有的秘书，你离不开它。你无法相信，无论你走到哪里，  
这文殊

菩萨都始终在

你身后。是的，或许有时，嗯，当你昏迷时，你可能会感觉到这位魔术师暂时停止了运转，嗯，我不知道，持续多久。你处于昏迷或昏厥状态，但即便如此，即便假设

你处于昏迷或昏厥状态，你仍然拥有认知能力，仍然拥有光明，即使它看起来似乎没有运作。

这就是秘密的“万象首里”，正是这“万象首里”让你感觉良好。我还添加了一些关于维度的解释，因为他也说过，正是因为这种与生俱来的“万象首里”，你才一直

拥有这种感觉，就在此刻。也因为如此，你才会感到尴尬，总是有一种忧郁、感伤、尴尬的悲伤，因为

这种「万象首里」总是试图引导你。这并非终极，还有更高层次的东西。当然，像我们这样的人总是会回到旧习惯，你知道，我们不敢面对这种简单，它太可怕了，太简单了，太原始了。我们需要把它包装起来，记住，要包装它。即使你可能正在逃避这种与生俱来的魔法，

但它仍然存在，陌生而又真实。嗯，时间不多了，

还有一些非常好的问题，我应该……给它一些时间来解答这些问题，但我只想……嗯，就此结束吧。

好吧，就用这句方言来结束吧。我看著这张

桌子，

我习惯性地认为它是一张桌子，但实际上它只是一些短暂现象的集合，例如木板，我不知道，钉子，等等。我把它当作桌子使用，这本身就是一件非常重要的事。除此之外，桌子本身

并不存在所谓的“桌子性”，即桌子的“自我”。然而，即便桌子没有

真正独立存在

的本质，我仍然可以把它当作桌子使用。

这种空性

与表象从来都不是彼此独立的，它们并不互相否定，就像海市蜃楼、梦境、

彩虹一样，它们可以显现，但

并不一定拥有真正存在的实体。了解所有现象的这种真实本质，就是文殊菩萨的显现；了解这一点，就是至高无上的智慧，这意味著超越二元性的智慧，也就是真正的文殊菩萨。所有佛陀都源自于此般若，那些完全了解此般若，

不留任何痕迹的人，就是佛陀的证悟，也就是

涅槃。

这就是为什么我们称文殊菩萨为诸佛之父，为什么说他

年轻，是因为非二元性的智慧

永远不会被消耗殆尽。疲惫不堪、憔悴不堪、精疲力竭，所有这些都只存在于二元对立的世界中。非二元性不会被你所谓的二元对立的「老年」所污染或腐蚀。这就是为什么日本总是充满活力。那我们

可以从提问开始。

你想读这些问题吗？

实际上，我们收到了来自本地观众和国际观众的问题。其中一个来自YouTube上的全球观众的提问是：如果我们

无法对任何无形的佛陀或菩萨有足够的信心或敬畏之心，或者认为他们就是我们的心识，那该怎么办？是的，

因此我们需要

所有这些象征性的

魔法师或任何类型的神。神灵的原则其实是一个复杂的主题，而且绝对不是一个容易被任何人理解的主题。我不知道，

非印度人，他们称之为什么来著？嗯，佛法传统。

佛法，就像你知道的，

例如在印度，你知道佛法传统。这对很多人来说都是陌生的，像是欧洲人。呃，这非常陌生，所以我认为这就是为什么当欧洲人来到印度，看到所有这些神灵，当然公平地说，还有当地的萨满教等等，他们就把所有这些都混为一谈，认为这是他们的神。

但总的来说，印度的神灵，特别是密宗神灵，

你知道，佛教的密宗神灵，例如不丹的密宗神灵，

如果你有某种

特定的思维模式，就很难理解。记住，在佛教中，这种思维模式认为一切都只是你的思想，你的思想创造了一切。所以，

如果你认为在外存在一个神，主宰著你的生活，创造了你的生活，那么你必须至少有这种思考模式。

但是，你看，在我们的

蒂姆布尔顿或所有的贡巴，它们真的……你知道，

你知道，呃，它们可能与你的任何信仰都不相符，你知道，嗯，但是如果你仔细观察，你会发现实际上有很多很多

特征。例如，如果你去廷布克查坦，因为你们中的许多人肯定都去过那里，对吧？那里有一辆兰博基尼……仔细

观察每一个我们称为

神灵的形象，它们都代表著某种东西。我的意思是，我可以谈谈贝吉塔，就像我们今天讨论的那样，他不是白色，不是红色，不是圆形，不是三角形，也不是正方形，但他包含了所有这些特质。但是，你要如何用象征性的语言来表达这些呢？你能

理解吗？我的意思是，

你知道，很多时候，

象征意义也

略有不同。看看基督教，也许象征物是十字架，

例如，但那实际上

发生在耶稣生命的最后阶段，有十字架和钉十字架等等。但是

佛教的象征符号就不同了。我们选一个，一个非常流行的例子，可能是你经常看到但

你可能从未真正注意过的东西。例如一个很容易

理解的符号，我认为很容易注意到。你知道，你知道，羊驼有金刚杵和铃铛，它非常大。金刚杵有许多不同的类型，例如一辐金刚杵、三辐金刚杵。一辐金刚杵在喜马拉雅山脉和越南等地并不常见，但在日本非常流行，例如西蒙金刚杵。

你知道，不丹

也有这种金刚杵。我们的道石金刚杵，你知道乔治，对吧？你们很多人的名字一定都叫乔治吧？多莉呢？如果你问什么是道石金刚杵，

他们会给你

这个，可能是在德里制造的。你明白吗？它通常是五辐

或九辐的，通常是五辐的。

所以这里有一个五辐的，下面还有一个五辐的。哇，我们可以在这里坐很久来讨论这个辐条。辐条代表你的情绪或你的五蕴。

你知道，你有形、感觉、意识，你知道，你是五蕴，然后你还有情绪，像是

贪欲、愤怒、

嫉妒等等。

辐条代表这些情绪，但远不止这些。它们实际上是智慧的原料。所以五种情绪基本上就是五种

智慧。我想我们经常使用这个例子，就像一公斤粗糙或未抛光的黄金就是一公斤黄金一样，一公斤愤怒就是一公斤……如同镜子般的智慧，因此，一公斤的锚，比如说，

没有什么东西能杀死愤怒，但一公斤的愤怒就是一公斤的阿克舒比亚（akshbia，佛陀的别名），实际上，土耳其的啤酒，

因为你知道家庭，你知道什么？记住，我告诉过你

欲望，所以一公斤的欲望就是一公斤的辨别力，

因此它是真主的杀手。为了代表这一点，我们有这个金刚杵，哦，实际上

更好的是铃铛。铃铛对

苏妮塔来说代表什么？你有没有想过空性？这其实是一个很好的例子，因为那个敲击铃铛的人，你知道，金属，金属，铃铛，你

在哪里找到声音？你的手和你的耳朵，如果缺少其中一个，就没有声音，但是在这里，手

去敲，身体和金属，如果它们都在，就会有

声音。你看，空无一物，但一切同时存在。所以，为了代表这一点，我的意思是，对于一个

聪明的人来说，你可以设定好它，但我们大多数人

并不聪明，我的意思是，你知道，智慧，所以我们需要非常强大，非常非常强大。强烈的象征意义，还有贝尔，这非常重要。顺便说一下，你知道，在不丹，我们有一个巨大的阳具象征，有点像是德米垂死挣扎。我在寺庙里很少看到它，这有点可惜，我觉得应该有更多。实际上，我正在组织一些活动来真正复兴这个象征。这很有意思，当你问一个村民为什么他们的门上或屋顶上挂著这些大家伙时，意思是转移注意力。Karam

在英文里是什么？声誉、名誉、粉丝、无，

你管它叫什么？好吧，我来解释一下，基本上就是当你成名或不受欢迎，或者两者兼有时。顺便说一下，

这并不是说你只想摆脱不受欢迎，它实际上

根植于永久压制教义。实际上，我读过一些相关内容，它很吸引人，而且与当今世界息息相关。好吧，根据这种象征意义，基本上，如果你不受欢迎，我们当然不喜欢，对吧？没有人喜欢……虽然不受欢迎，但我们都渴望受欢迎，

但你知道，受欢迎会让你身陷囹圄，失去自由，一切都完了，你不能……我的意思是，你不能只穿著内衣，开著窗户到处走，

因为你

受欢迎，有人会拍照发到Instagram上，对吧？

但你就完了，不管怎样，你不能说你想说的话，不能随心所欲地做你想做的事。这实际上是造成混乱的

最大力量之一，我认为这是一种“巧克力语言”，基本上就是“被人知道”的状态。很多美丽的文化都像这样，

我认为在不丹仍然存在。例如，新生儿的鼻子上会涂上黑色的墨水，我会问他们的母亲为什么要这样做，她说：「你知道，这样很美，你必须让它有点瑕疵，这样所有的鬼神才会带走他，否则他们就不会感到快乐。」当然，这样会扭曲变形，但这与某种智慧密切相关，因为当…无论你出名是受欢迎还是不受欢迎，这都无关紧要，因为你是个囚犯。所以我想，过去那些想要转移这种注意力的人会挂一些大牌子，但你看，所有你能用的方法，他们都可能被

腐蚀，对吧？所以，过去人们可能会说：「哦，那家伙挂的牌子最大。」所以，你非但没有转移注意力，反而因为挂在窗户上的东西最大而出名。总之，我不知道问题是什么，我忘了。反正

没关系，我们问下一个问题，各位本地观众，当我们念诵文殊菩萨咒时，它字面意思是“使心成熟”，我应该如何将其应用到我的日常生活中？好的，很好，非常好，“成熟”这个词的包装有点……我的意思是，我们别无选择。

「心」就像……我的意思是，你知道，意思是成熟。我的意思是，你看，这就是佛教徒的想法，佛教徒，尤其是在大乘佛教中，尤其是在《

圣经》中，心是这样的，你的心已经完美无缺了。佛陀记得，就像黄金在打磨之前，石头也是一样。所以我们需要做的就是让它成熟，需要打磨它。

好，就像我们所有人一样，假设我们有一颗香蕉种子。好，所以  
我们现在需要的，或者说，不只是种子，而是香蕉果实，也许现在还有点生，让它成熟，完全成熟。  
这是一个很美的概念，  
你知道，不像许多其他宗教，你并不完美，你不需要别人让你变得完美。  
重要的是，你已经很完美了，  
你只需要让它成熟，你需要破茧而出，你需要实现它，你需要…该怎么称呼它呢？  
成熟，对吧？成熟。所以，据说，嗯，不只是成熟，它的意义之一就是让这种内在的……成熟，这是  
如何发生的呢？因为即使是种子本身，所有这些层面，它们都像巨大的能量一样，渗透到  
到你的经络、脉轮，并创造一个空间，是的，它帮助你成熟。嗯，每个音节可能还有其他定义，我们  
可能没太多时间讨论。好的，下一个问题，这是来自卡达的YouTube观众。一开始你提到佛教，很多  
神祇都有八位随从，八的意义是什么？哦，好问题。是的，  
佛教里有八，你知道所有关于八的事情。顺便说一句，这很重要，因为它与…有关。  
实际上，如果你想真正了解最高的象征意义，它象征的是什么？是八识，也就是憎恨意识。你看，  
我现在看著你，我用的是眼识，但我用的只是未成熟、紊乱、腐败的眼识，  
所以看到的只是二元现象。我不是说你丑什么的，  
我只是看到颜色、形状，很有限。你理解名字，我看著  
你，我看到你有时像男人，有时像女人，这真的很有限。你其实不是男人，你也不是女人。男人、女  
人这种分类太局限了。你其实是无限的，你远不止是男人或  
女人。但我知道……  
你知道这一切，你远不止于此，但我看不到，因为我的眼识是有限的，  
你的意识，鼻子、舌头等等，也是如此。所以，八识，这其实是密宗中一个非常重要的主题。八识，  
其实  
不只是八兄弟，还有八位，你称之为供养女神，这其实非常有趣。顺便说一句，外国的，好的，谢谢  
。好的，  
它在许多不同的密宗典籍中有所不同，  
但我会使用，我想是业灵鸟，你知道，拥抱石陀业。好的，假设我是一个  
瑜珈士，  
我正在练习，我真的在努力成熟我的眼识，这在日本非常流行。  
好的，所以我不再像普通人那样使用我的眼识，非常有限、腐败、二元对立、污秽，而是把它当作一  
种说法。现在，当我看著你，或者当我看著这个，是的，当我看著这个，这就是我的对象，对象实际  
上是一位女性菩萨。它被称为[音乐]，像这样的  
异域音乐，你怎么称呼它？你  
怎么用这个词来形容这种T台表演？你知道，还有其他你懂的语言吗？想想看，它很美，不是吗？它  
们处于统一状态，高意识就是人类，记住，永远处于统一

状态。这不像Yap去Parow，Yumi现在在这里做饭，你懂吗？

你明白吗？总是在一起，你看Yum，音乐会，佛教是所有愿景的纯粹方面，基本上是这样。好的，好的，所以现在我的愿景，

你看，这是一个绿色的烧瓶，如此局限，如此有限，如此二元论的灵魂，如此定义，所以控制台，女性的身体，同样的东西。[音乐]，它在不同的密宗中有所不同，但在这里，

我认为它是可用的

音乐，我听到的所有声音都是，你知道，你知道，通常它是由弹吉他的人演奏的，有一个，有一个，

你知道，它无处不在，就是这样。

好的，下一个问题，呃，这是每所学校的十字架按钮，老师和孩子们在学校开始他们的一天。班加罗尔服饰与文殊菩萨的联系，我们的教育者、老师和孩子们该如何理解文殊菩萨，并与他建立联系，才能获得他的智慧加持？

这是一个非常重要的问题。我真心希望我们的老师不要把文殊菩萨当作某种外在的神灵来对待，这当然很好，但我不知道这样

做是否有效，因为那里有那么

多雕像等等。特别是对孩子来说，谈论心性、空性、无我和光明这些概念，讯息量太大了，每个人都以为这些讯息会传达给他们。我其实一直在和孩子们交流，我有时会问他们“你有心吗？”，他们给出的答案往往出乎意料地精彩。

所以，如果老师能够引导孩子们认为文殊菩萨一直与他们同在，让他们感受到文殊菩萨是智慧、慈悲和仁爱的力量，那就太好了。我想这需要

一些技巧，因为最后，有一个非常美好的词——亲爱的。[音乐] 这当然很重要，

乍一看，它似乎在说“你，谁能消除我心中的黑暗”，

但它还有另一层含义，那就是“启迪者”。

消除黑暗必须来自内心，而你实际上一直拥有这盏灯，你知道，它一直燃烧著，你只需要把它揭示出来，就像这样。好的，最后一个问题，然后我想我们可以结束了。 [音乐]

嗯，我该如何体验非二元性的理解呢？

阅读相关资料时，

我理解了，也感觉自己几乎体验到了，但我无法打破二元性。这当然是一个经典问题，有很多方法可以做到这一点，真的有很多方法。一种非常流行的稳定或实际练习非二元性的方法是内观禅修（

Vipassana）。但为了真正稳定内观禅修，你应该练习止禅（Shamata）。嗯，就像假设有一个

池塘，上面有很多泥沙，很多灰尘，那

你会怎么做？让池塘保持原样，让它保持原样，让它保持原样。这样所有的泥沙都会沉淀下来，然后你就会看到清澈的水。所以，这就是一种止禅。在

这个

技巧中，你要让你的心保持平静，不要被各种书籍、教义、价值观等等所干扰。我们透过一些技巧来做到这

一点，例如观察呼吸，观察……

我不知道，观察一尊雕像之类的东西。这可以培养平静，

但这还不够，因为

污浊的心念仍然存在，它很微妙，随时都可能浮现。

所以我们要清除这些污浊的心念。为了做到这一点，有一种叫做「内观」的技巧，它非常全面。止禅的入门阶段，也就是内观，就是观察身体。例如，观察身体，你可以像这样，

不带批判地观察身体。就像

你现在这样做一样，当我

看著我的手时，我把它看作一个整体，因为我的大脑就是这样看待我的手的，对吧？但实际上并非如此，手是……

不是一个单一的单元，它包含皮肤、骨骼，以及各种各样的东西，例如指甲。一段时间后，内观禅修者会超越这个单一的单元，训练有素的头脑会观察各个部分，例如“

我的皮肤”、“我的指甲”，你明白吗？但即使是这些也是一个单元。这就是

你提升的方式，而且这是可以实现的。顺便说一句，我有一个

非常好的例子，我想告诉你，我以前有个员工，实际上是我的秘书，她是一位非常优秀的生物化学家，她拥有生物化学博士学位，训练有素。我不知道为什么她会做我的

秘书工作，你知道，就是回答一些非常琐碎的问题。总之，她多年来一直在研究病毒。所以无论她去哪里，都会有很多纸巾

和洗手液，因为她接受过观察其他

一切事物的训练。所以无论我们去哪里，总是有很多纸巾，一直在清洁，因为她开始观察病毒。对我们来说，病毒是无法看到的，但她接受过这样的训练。现在，我看著你呢。作为一个整体，

哦，这个人，我认识这个人，他来自……好吧，你知道，就是这样，这是一个整体，我无法解读。所以当你开始解读你的现象时，你就会失去判断力，因为这种看待事物的方式本质上是用一个整体来概括，概括，我们总是在概括，看待一切事物，从手到民主，一切都是好的，它是一个整体，这是一个

概括，而不是一个具体的例子。所以这就是你如何习惯非二元性的方法。一旦你达到一个阶段，你把你

的手看作不是单一的整体，而是皮肤、骨骼、指甲和血液，那么我手的二元性——无论是美是丑——都会被证实。然后你就进入下一个阶段了。好的，所以[音乐]嗯，我就在这里结束吧。嗯，就像我

之前说的，今天是一个很好的愿景，也就是有一天，你们有些人刚醒来，有些人即将入睡。嗯，我的意思是超越这里，嗯，怀著一个愿望，有一天你会……学习……一本叫做《教会》的经文，它是……

这是一部经文，它实际上是文殊菩萨与佛陀之间的一场讨论，当然，许多人内心深处也渴望学习文殊菩萨的《名乘经》，这部经有时被称为所有密续之王。嗯，我就说到这里，以献上我的

敬意。

[音乐]