

# 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>

讲师：

[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。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。