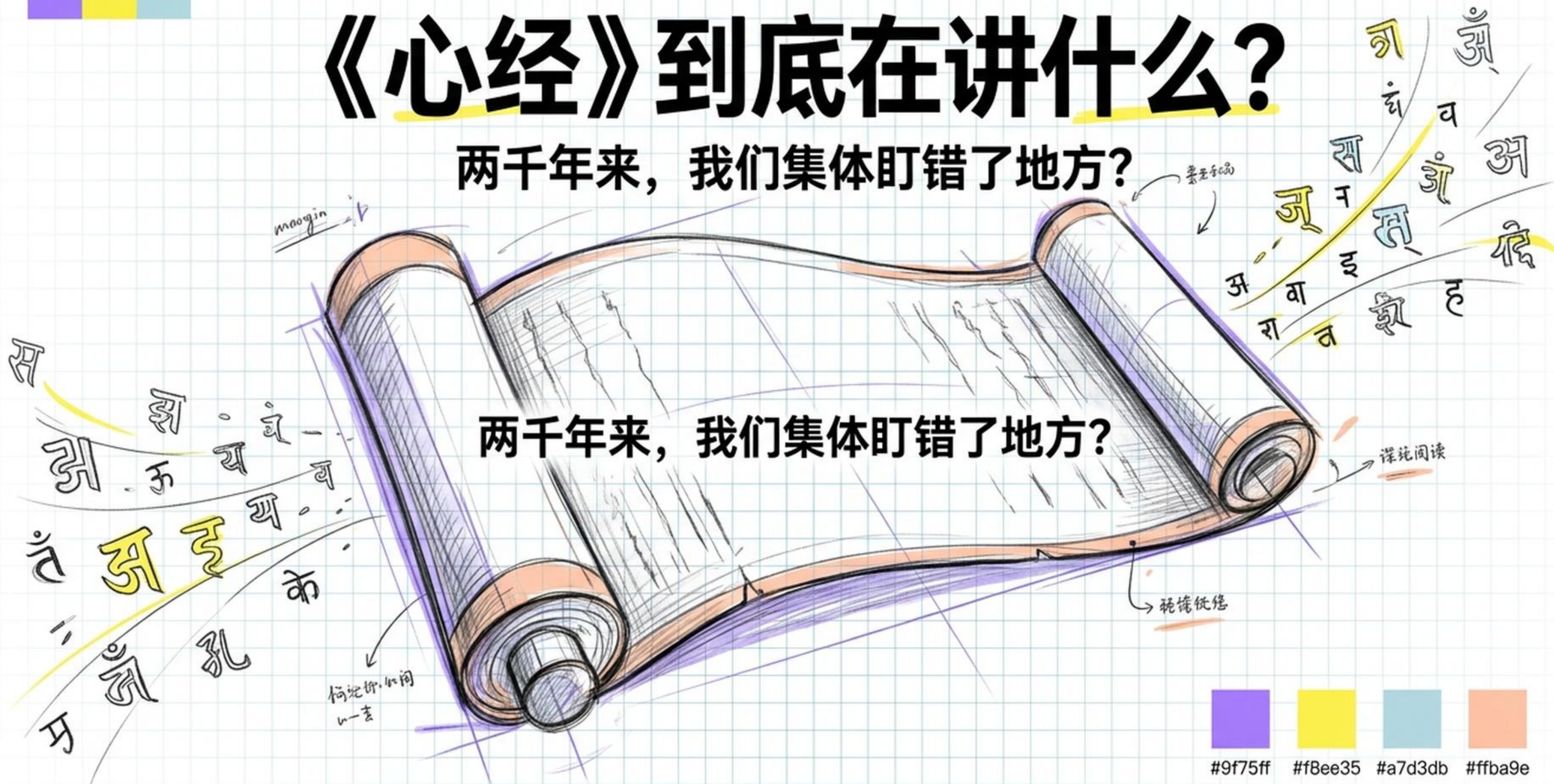




《心经》到底在讲什么？

两千年来，我们集体盯错了地方？

两千年来，我们集体盯错了地方？



#9f75ff



#fbec35



#a7d3db



#ffb99e





被忽视的关键词

《般若波罗蜜多心经》

色

?

?

绝大多数人的注意力 → 色即是空 / 五蕴皆空

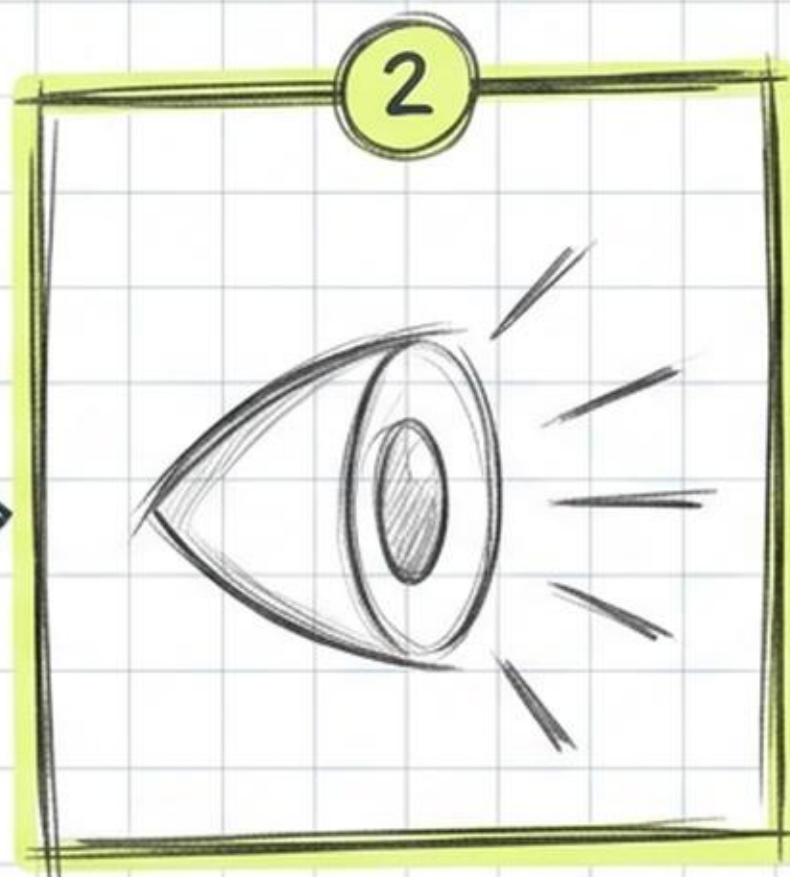


观自在菩萨修行的因果逻辑



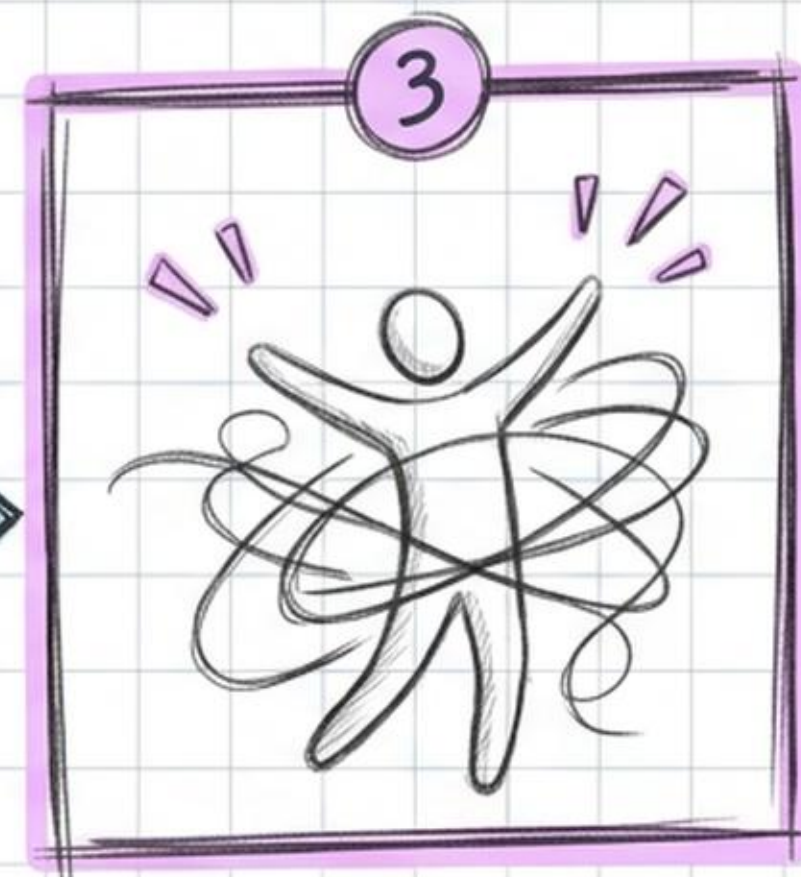
步骤1标注
“行深般若波罗蜜多
(方法·入口)”

在前
➔



步骤2标注
“照见五蕴皆空
(结果·看见)”

在后
➔



步骤3标注
“度一切苦厄
(解脱)”

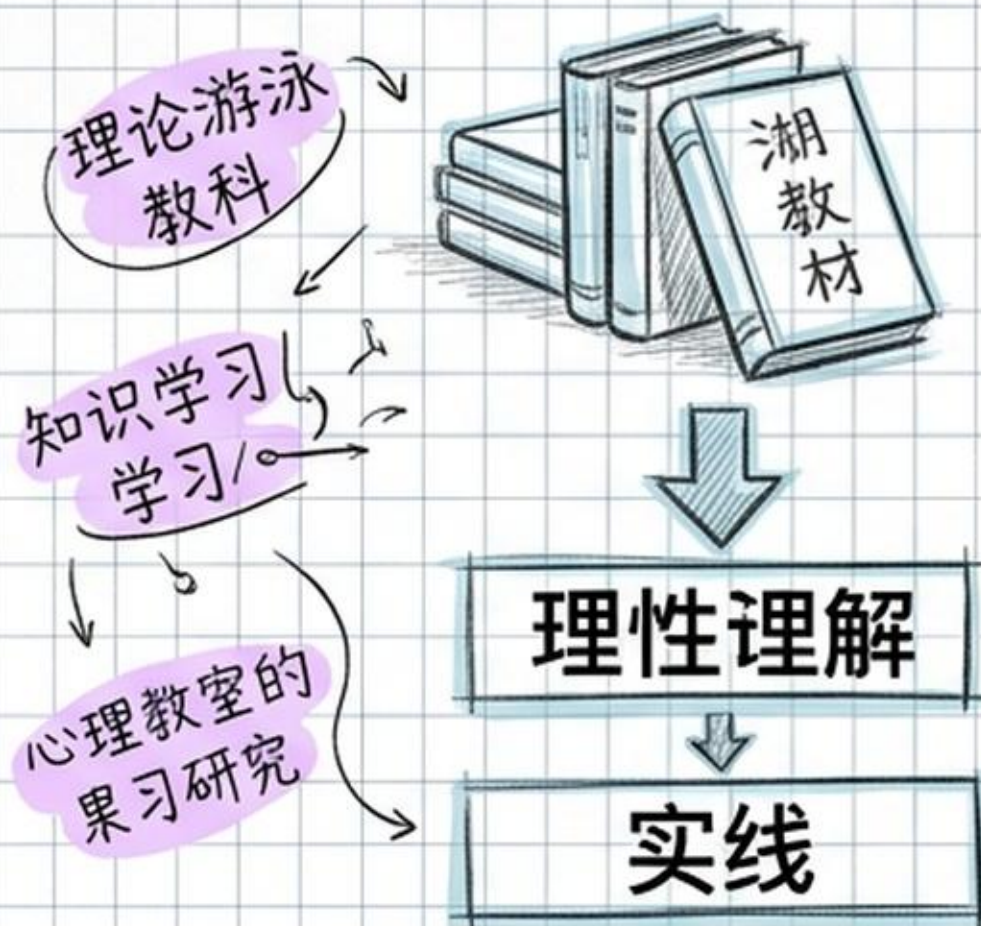


先后顺序至关重要

两种修行入口

路径一：先理解「空」

百本教材 → 再下水

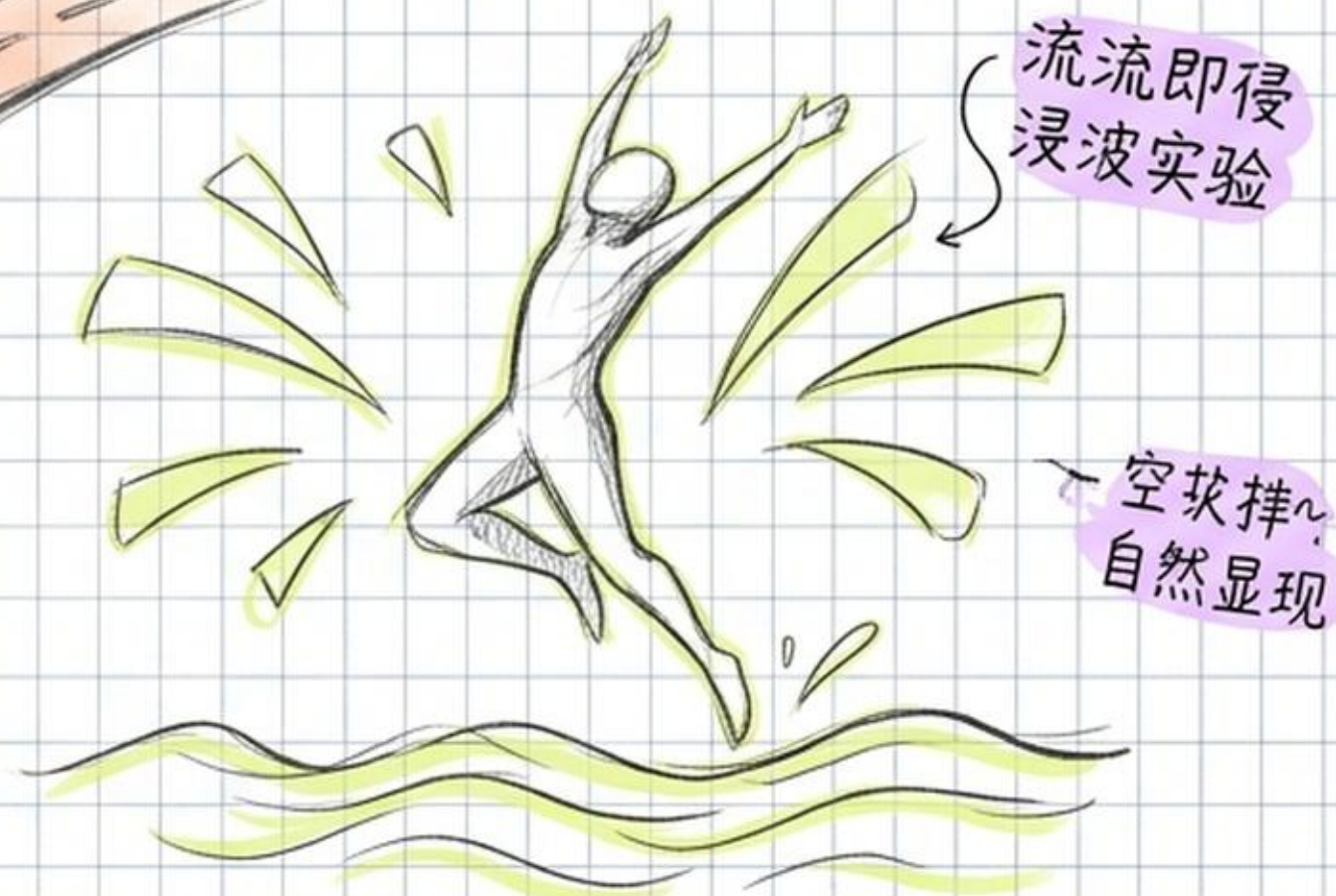


路径一：先理解「空」

百本教材 → 再下水

路径二：先入波罗蜜多状态

跳进水里 → 空自然显现



路径二：先入波罗蜜多状态

跳进水里 → 空自然显现

心经语法结构支持右侧路径

心经全文结构

心经结构蓝图

段落一：核心案例



观世音+波罗蜜多

观世音+波罗蜜多

段落二：空的展开



色不异空…无智亦无得



色不异空…无智亦无得

段落三：菩萨案例



依般若波罗蜜多故

依般若波罗蜜多故

段落四：诸佛案例



依般若波罗蜜多故



依般若波罗蜜多故

段落五：最高赞叹



是大神咒，能除一切苦

是大神咒，能除一切苦

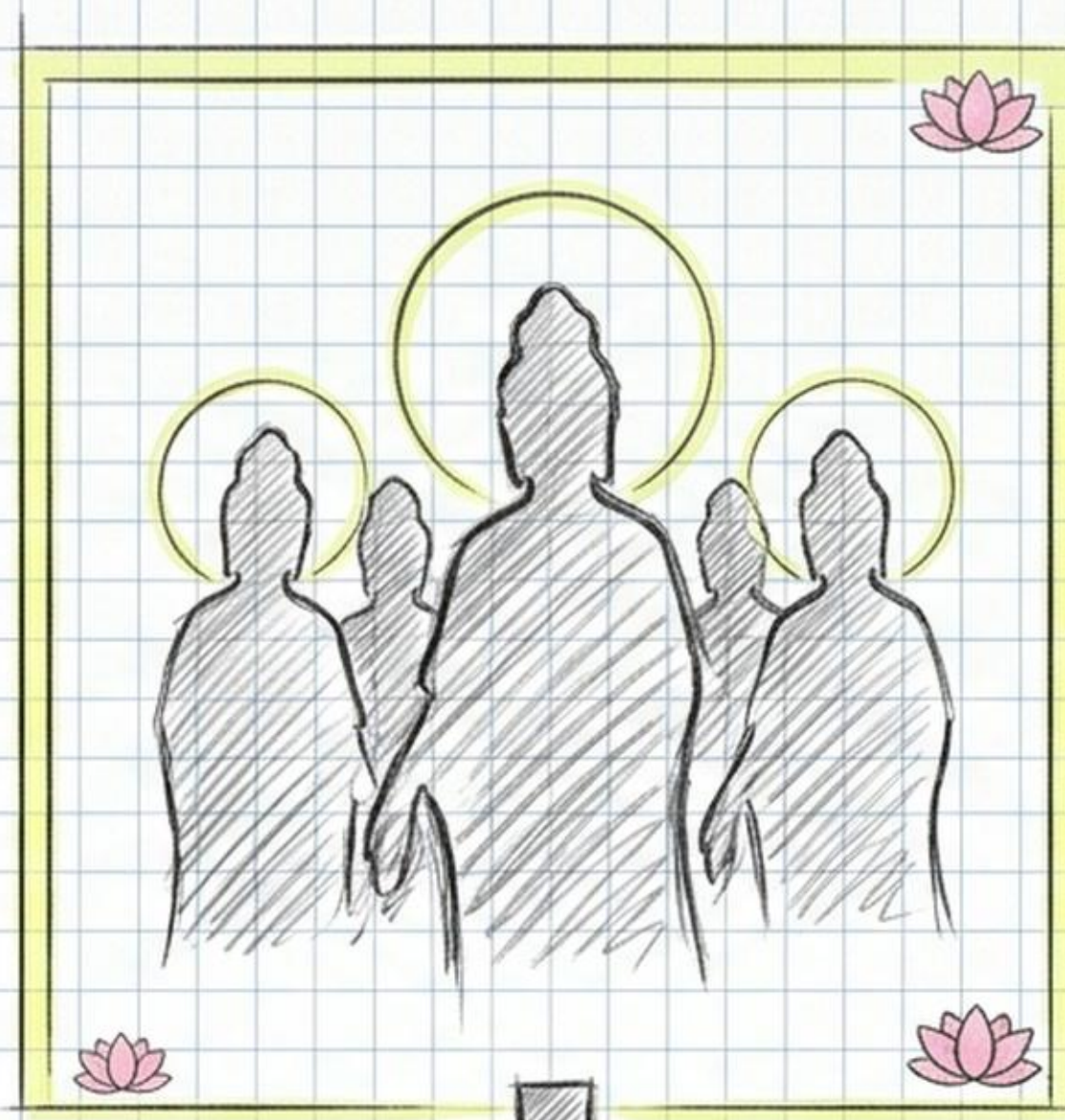
段落六：咒语归处



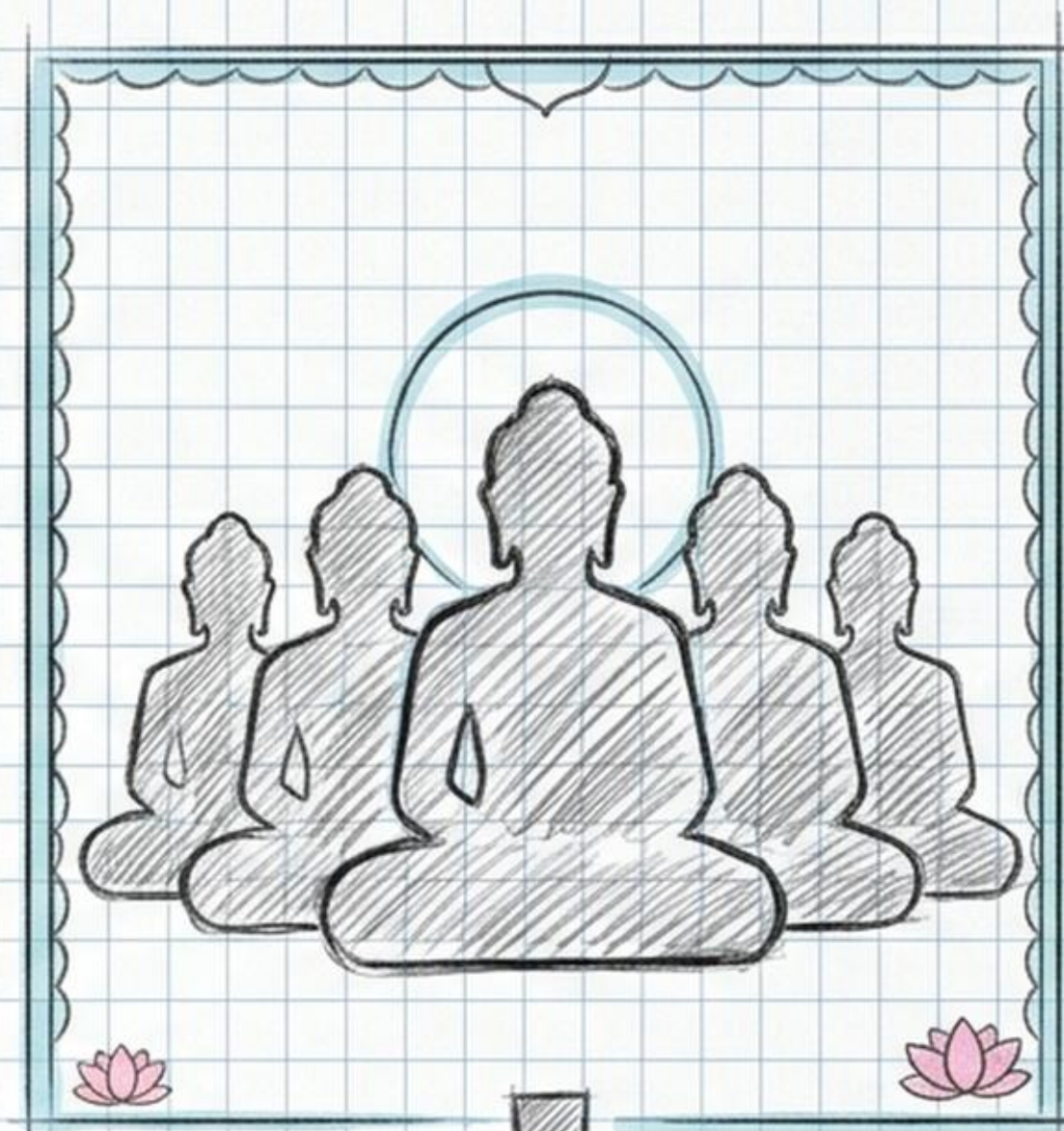
去波罗，去彼岸



观世音菩萨→
心无挂碍，究竟涅槃



菩提萨埵（菩萨众）
→ 远离颠倒梦想



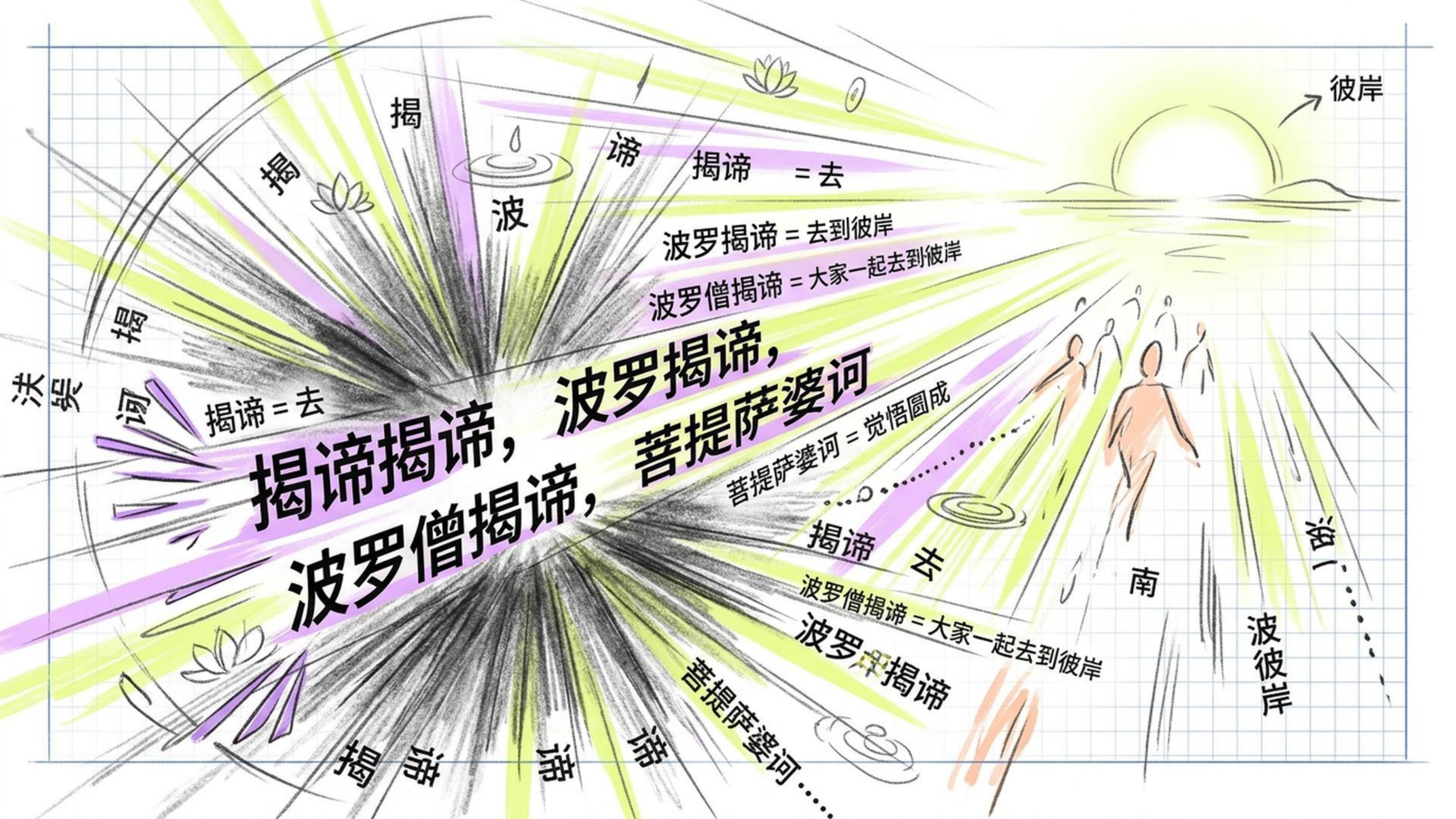
三世诸佛→
得阿耨多罗三藐三菩提

依般若波罗蜜多故

依般若波罗蜜多故

依般若波罗蜜多故

不是依「空」，是依「波罗蜜多」



揭谛揭谛, 波罗揭谛,
波罗僧揭谛, 菩提萨婆诃

揭谛 = 去

波罗揭谛 = 去到彼岸
波罗僧揭谛 = 大家一起去到彼岸

菩提萨婆诃 = 觉悟圆成

揭谛 去

波罗僧揭谛 = 大家一起去到彼岸

波罗揭谛

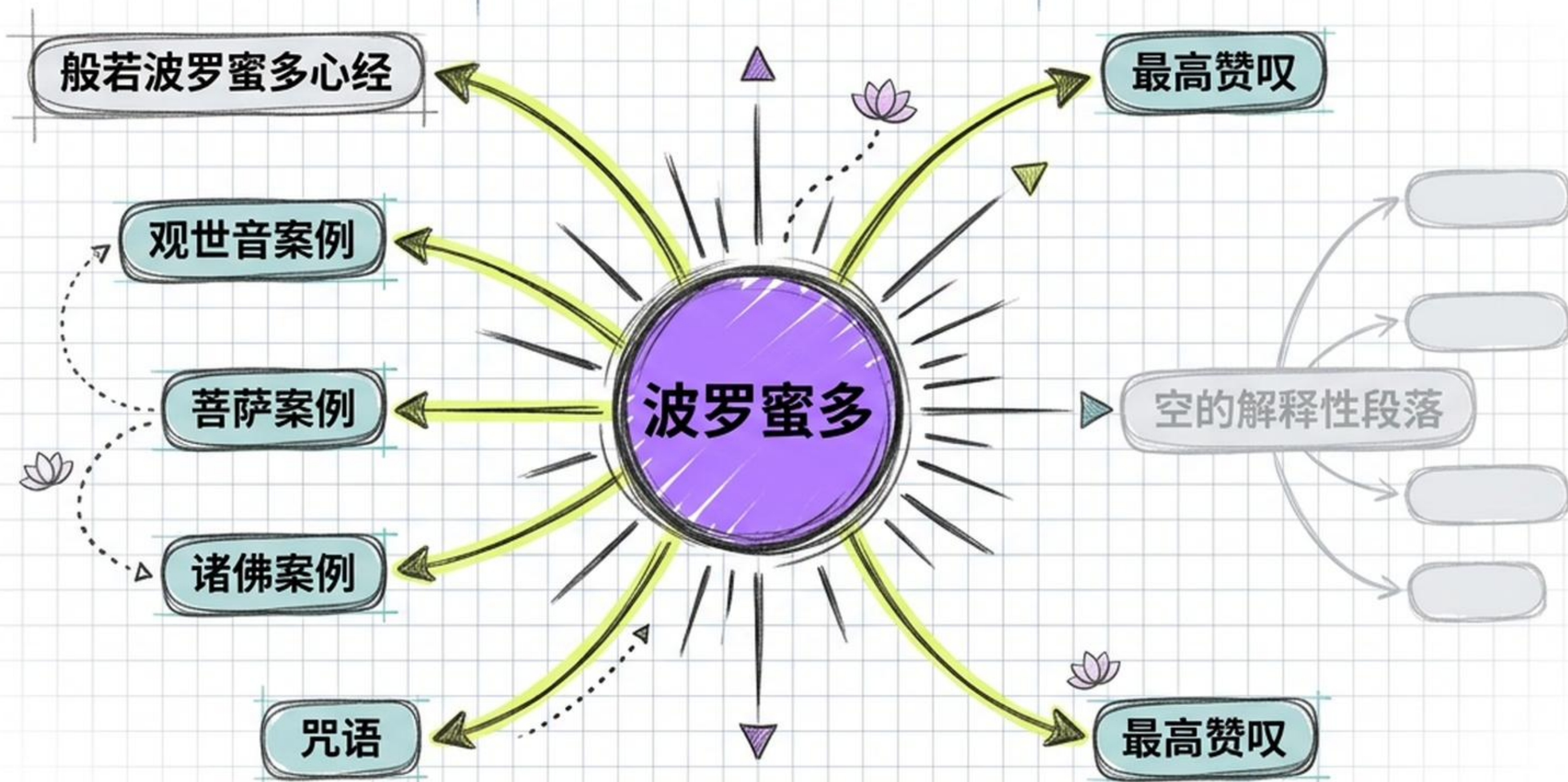
菩提萨婆诃.....

彼岸

波彼岸

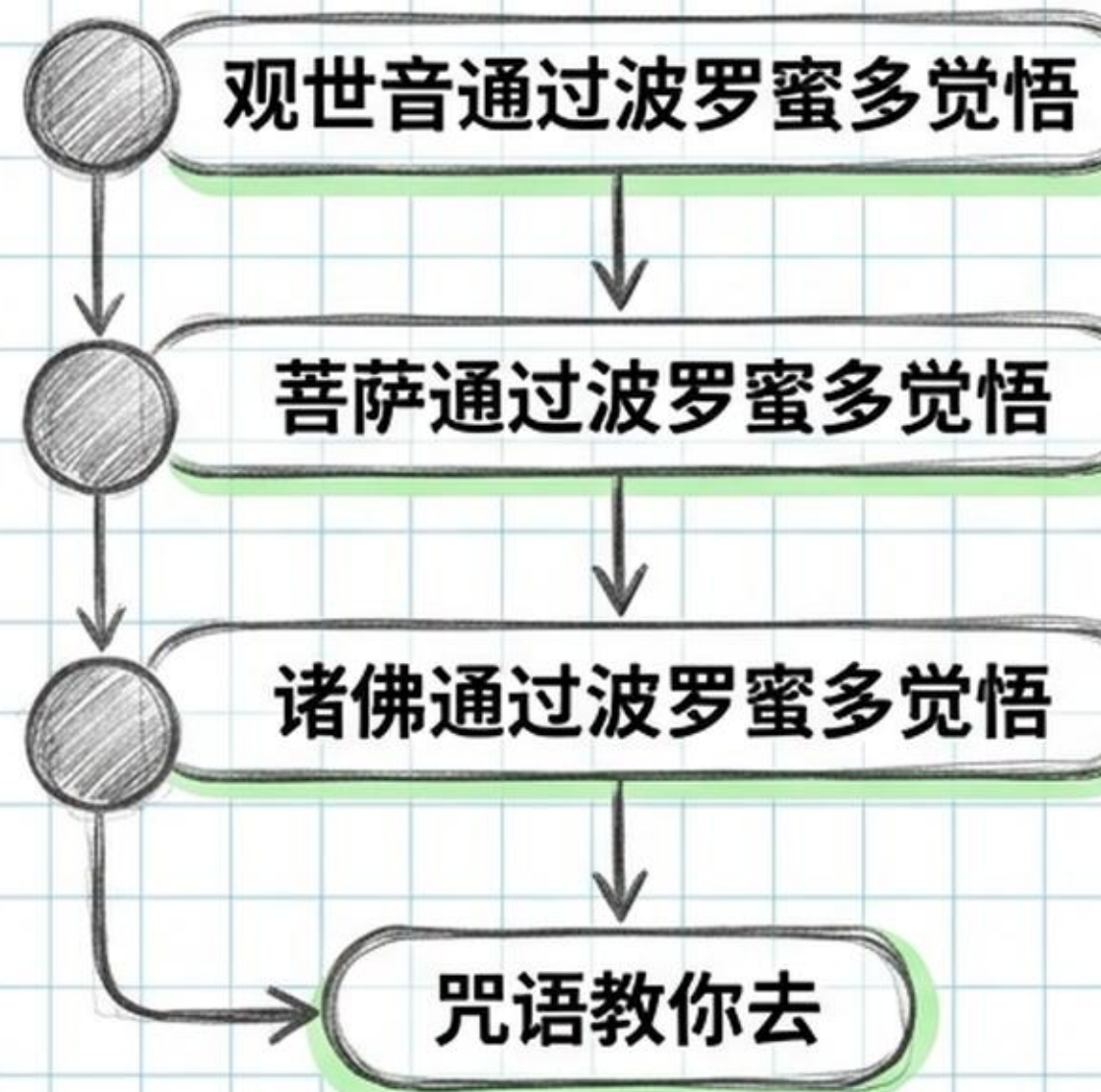
南

心经结构全景



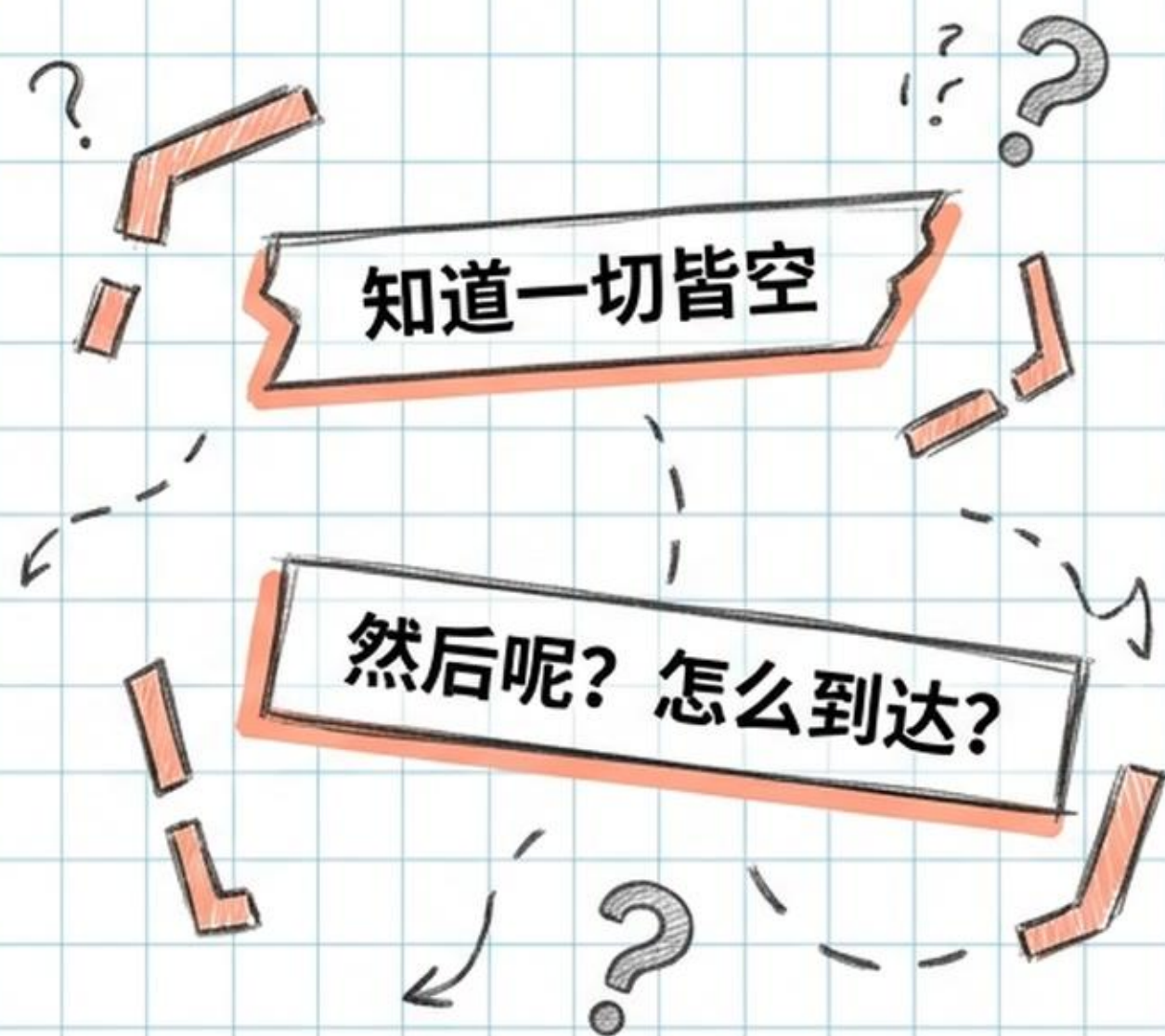
空 = 结果描述 波罗蜜多 = 方法论

删除「空」 ✓



逻辑闭环 ✓

删除「波罗蜜多」 ✗



空 = 结果描述 波罗蜜多 = 方法论

有结论, 没方法 ✗

2001年：荷兰《柳叶刀》研究，344名患者，8年追踪



2011年：英国南安普顿大学，15国25家医院



2024年：30国，1200+幸存者，跨文化高度一致

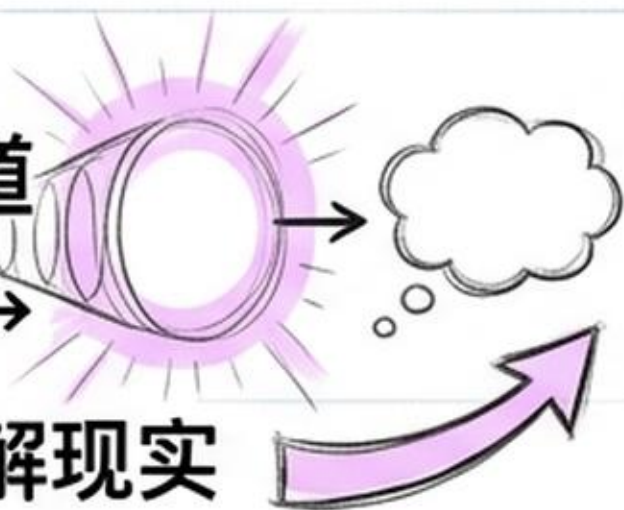


濒死体验序列：

意识脱体→穿过通道

进入更真实世界→

深刻认知→重新理解现实



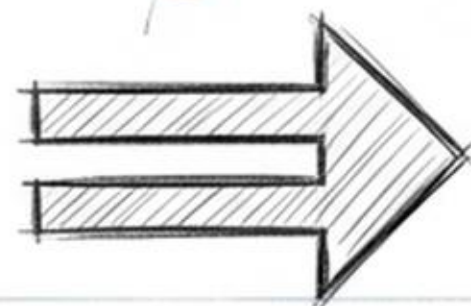
两个序列，惊人相似

心经序列：

行深波罗蜜多→

照见五蕴皆空→

度一切苦厄

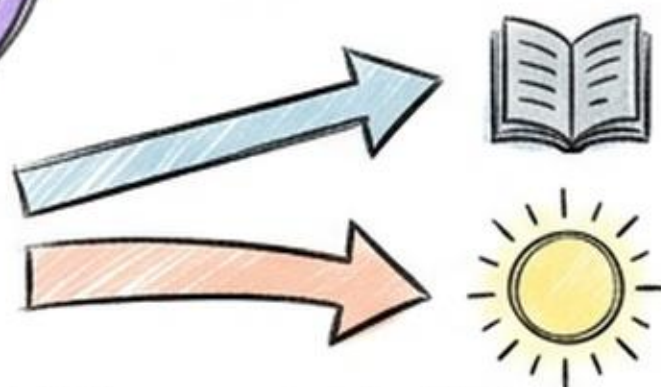


彼岸之光



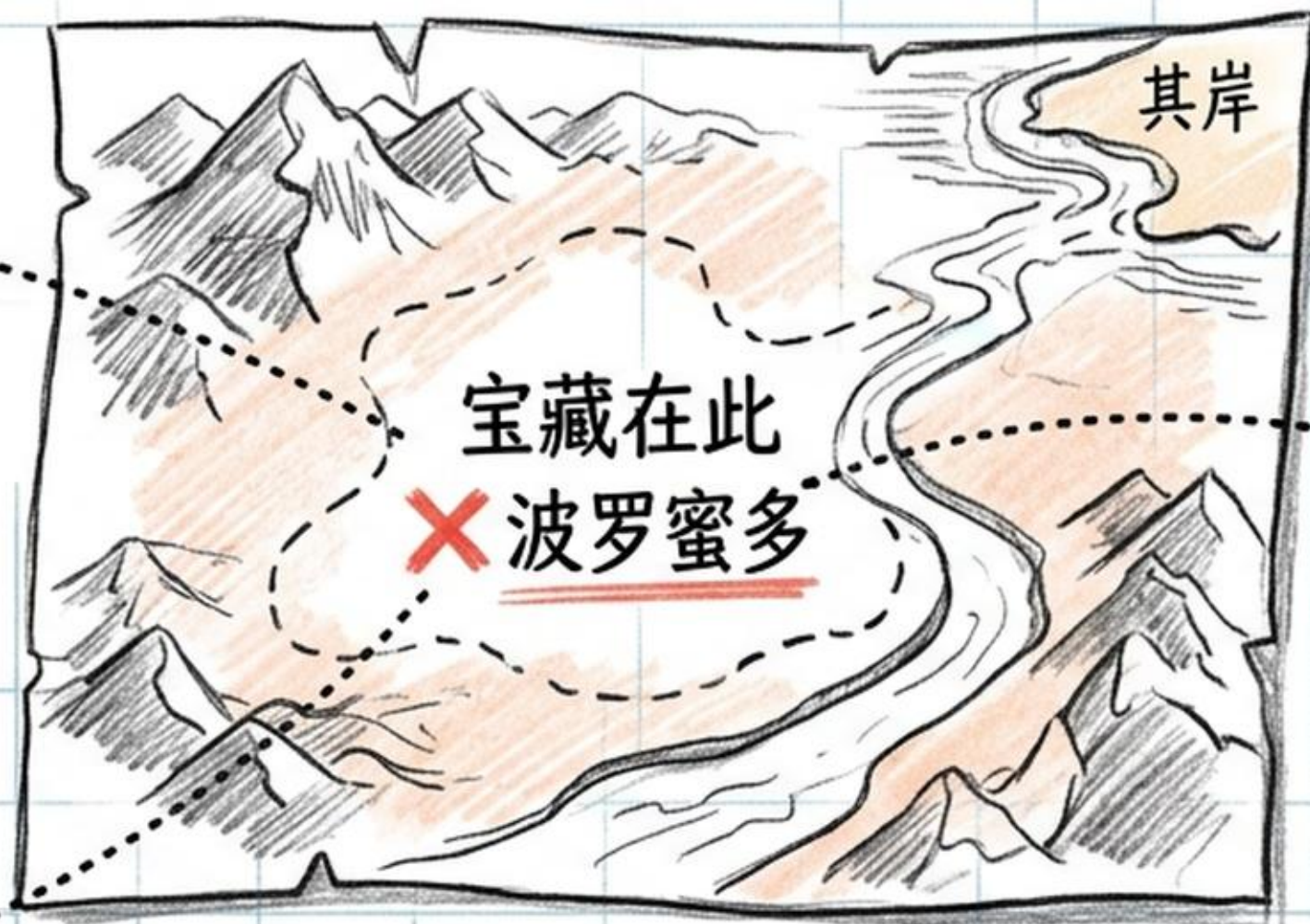
心经：行深般若波罗蜜多
→ 照见五蕴皆空

旧方向



旧方向：理解「空」→ 概念修行

新方向：到达「波罗蜜多」→ 体验为先



解深密经：止
→ 观自然升起



道德经：致虚极，守静笃

理解是上半场，体验是下半场

「想明白」与「体验到」之间隔着什么？