

达摩血脉论

慈诚罗珠堪布讲解



达摩血脉论一	7
禅宗的智慧不止会让我们获得解脱，也让我们过更有意义的生活	7
窍诀派与理论派的不同讲法方式	10
三界兴起，同归一心	14
了解了内心就了解了世界	17
前佛后佛，以心传心	21
若不立文字，以何为心？	25
所有语言行动都是“心”在操作	29
如果在心外寻找涅槃，那在本质上已经错了！	33
善心恶心，本性光明	36
心即是佛，佛即是心；心外无佛，佛外无心	39
达摩血脉论二	43
当有一点点证悟的时候，“佛性”就不再只是文字	43
佛无过患，众生颠倒，不觉不知自心是佛	46
证悟以后，就可以把证悟带到中阴世界	50
最殊胜的顶礼	54
如果不懂得区分胜义谛、世俗谛的话，永远没有办法了解佛经的内容	57
如未证悟，即使背诵十二部经，亦不免生死轮回	60
乃至成佛之间，没有绝对的对与错	64
你真的懂达摩祖师的“放下”么？	70
物质生活满足了，精神生活呢？	74
若未悟解，须勤苦参学	78
什么样的罪业比毁坏佛像还严重？	82
达摩血脉论三	87
如何让自己下一世变成“富二代”	87

可以带到下一世的成就	91
证悟就是直接了解自己心的本性是什么	95
佛今在何处?	99
若不见性, 因果等语, 是外道法。	103
外道与佛教的差别	108
大圆满为什么前面要有一个“大”字?	112
佛不是佛	116
修行切莫堕入无记空!	120
你是否正确的理解了“无作”?	125
什么是行为上的无作	129
达摩血脉论四	135
见解不堕两边	135
无作可以作为禅修的基础, 但最终一定要突破	138
既然佛性一直都现前, 为什么我们看不到?	142
佛性一直都在, 未曾改变!	144
理论随时有可能会动摇, 但证悟不会有任何动摇	149
证悟不是逻辑推理出来的	153
证悟是往里看, 不是往外看; 证悟是简单化, 不是复杂化	156
吃喝玩乐、行走坐卧从未离开光明本性, 但我们从来没有认出它!	160
证悟的时候才是真正的自由	163
作为佛教徒, 闻思很重要!	168
是否因为密乘戒难守持清净, 就该放弃修行密法呢?	170
达摩血脉论五	176
证悟以后, 我们的烦恼就会越来越少	176
六道中, 为什么获得人身的机会最珍贵?	180

为什么我们希望朋友过得好，却不希望朋友过得比自己好？	184
证悟以后，心有无穷妙用	187
佛眼如何看世界	190
一个粒子也是一个宇宙	194
别人的语言能否伤害到我们，取决于我们自己	197
但识自心，心外更无别佛	201
禅修时见到特殊的景象怎么办？	204
中阴修法的要诀	208
禅修时，不要执着任何现象	212
离一切相，即名诸佛	216
达摩血脉论六	220
佛教徒应理性，不要盲目崇拜自然现象	220
礼佛时不应对佛有执著	224
佛教不追求神通，但是可以把神通作为利生的条件和手段	227
“禅”包含了从一地菩萨到佛地的境界	231
见性是成佛的开始，彻底见性即是佛	235
认识语言的局限性！	239
常说空性和佛性不能用语言表达，这是否是一种回避？	242
我们不看这个宇宙的时候，它存不存在？	246
梦与中阴有什么关系？	250
如心中常常升起奇怪念头，需时时祈祷莲师	254
圣者在轮回以各种形象度化众生，自由自在	258
道友之间一定要团结友善	262
达摩血脉论七	267
佛教徒生活应有的两个原则	267

三怙主的三个面向	271
作为初学者，如因特殊梦境而心生恐惧该如何对治	276
这样的梦是证悟的预兆	280
好的坏的预兆都不执著，才不会障碍修行	283
三地菩萨尚需听闻佛法，更何况我们？	288
八地菩萨都要福慧双修，更何况我们？	292
凡夫的证悟	295
我们的业力决定了佛陀是否出现，以什么方式出现	299
你学佛用功用对了么？	303
证悟的智慧既是戒、又是定、也是慧	306
达摩血脉论八	310
无论什么法门，最后都要证悟空性	310
众生十二缘起的动力是无明，菩萨十二缘起的动力是菩提心	313
如果有人坚信自己心的本性是佛，或者众生即是佛，那么他很快就会成佛	317
如果没有证悟，就根本没有资格讲别人的境界	321
生活中的打击有时也是证悟的助缘	326
没有智慧的人，不会相信本性即佛	330
知心是空，名为见佛	336
只要见性，就不惧怕任何烦恼	342
密法中最重要的密乘誓言——法性誓言	346
守八关斋戒时，如果使用单位电脑看佛法的视频，算犯戒吗？	350
达摩血脉论九	355
如果我们学习的佛法即没用到实修中，也没用到生活中，那学得再多也没多大意义	355
胜义谛角度看不存在≠世俗谛角度看不存在；世俗谛当中存在≠胜义谛当中存在	358
若见性，屠夫亦得成佛	362

不论性别、种族、阶级，只要能证悟就能成佛	366
没有证悟就会有执著，有了执著就会造业，造业就会继续轮回	369
心的本性光明涵盖了所有众生的每一个念头	374
轮回的根源不在肉体上，而是在意识上	377
心的本性犹如虚空	380
达成这四个目标就可以算是有意义的人生	384
即便自己证悟了，也只继续默默修行，勿与他人讲体会	388
多一分智慧，就少一分烦恼、罪业、障碍	393
达摩血脉论十	395
心动了，气就会动；气动了，大脑或者其他的器官就会动	395
当下任何事情都存在，但实际上什么都不存在。	399
起风时，浪在动，海不动；心性亦复如是	402
烦恼为什么是菩提？	406
对于凡夫水可以喝，空性无法喝；但二者本无分别！	409
物质的微观世界，谁知道？显微镜知道；意识的微观世界，谁知道？用禅定的力量、证悟的智慧就会知道	413
学佛修行的意义，就是当自己烦恼的时候，能通过一种方法解决烦恼。	419
友伴不一定能帮我们解决问题，但证悟的智慧一定会让问题不再是问题！	423
不执着的前提是证悟空性！	427
达摩祖师来中国既不为开法会也不是来化缘；只为传大乘顿教法，救度迷茫众！	430
什么是经唯识与论唯识？唯识和中观是什么关系？	434

达摩血脉论一

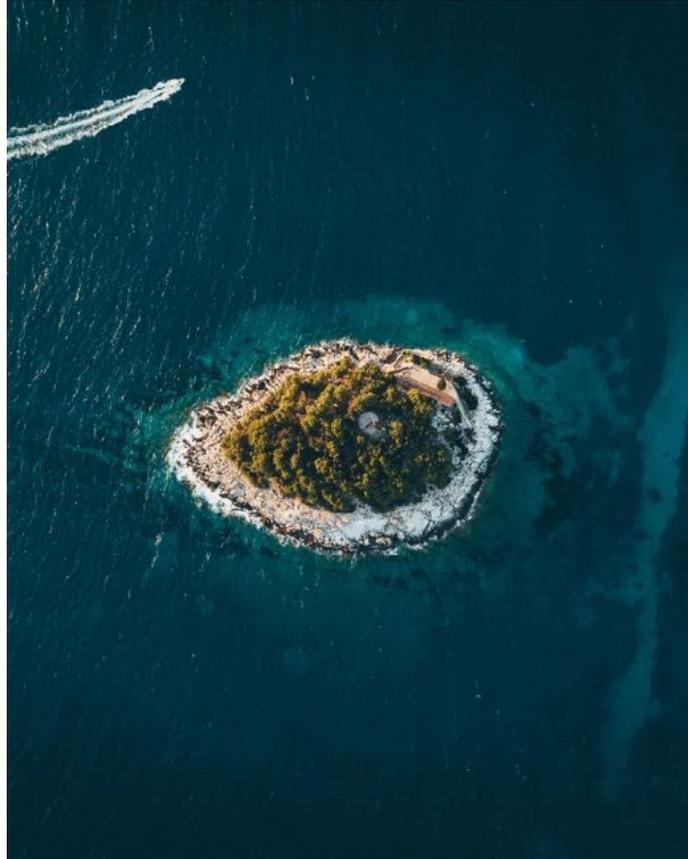
禅宗的智慧不止会让我们获得解脱，也让我们过更有意义的生活

接下来我们讲达摩祖师的《血脉论》。关于达摩祖师的电影、书籍、故事，到处都有，只要是一个中国人基本上都知道达摩祖师。佛教在中国已经有了一千九百多年的历史，禅宗作为佛教的一部分，也有一千五百多年了。那么佛教或者是禅宗，在这么漫长的时间当中，为什么能一代一代这样子传下来呢？主要的目的是什么？

在传播的过程当中，成千上万的人付出了很多很多。尤其是当初的时候，到印度去求学，翻译很多很多佛经等等，各方面的条件没有现在这样方便。在这个过程当中，很多人奉献了自己的生命、财产等等。为什么这么多人愿意这样付出？一千九百多年的时间当中，这样子的思想或者是文化，为什么能传播这么长的时间？

因为这里面有一些东西，是世俗任何的金钱、权力、声望没有办法取代的。人类为了传播这样子的智慧，付出了很多很多的代价。那么这个一直传播到现在的东西是什么呢？就是禅宗的智慧。我们今天要讲的主要内容就是这个。

在我们这个时代，对达摩祖师的《血脉论》，我们也应该去吸收它的一些智慧，吸收了以后，这个智慧有可能让我们获得解脱，彻底地断除我们所有的烦恼，然后完全可以做到自利利他，那这是最理想的。



如果我们的境界没有达到那么高的层次，那至少我们也可以从中学习到一些智慧，然后把这个智慧用到现实生活中，就可以过一个相对比较幸福的、快乐的而且有意义的的人生。所以达摩祖师的思想对我们的生活、解脱各方面一定会有帮助的。

因为过去一千九百多年的历史当中，非常聪明的这些人、无数的学者，他们愿意付出很多代价来传播的一个主要理由：就是发现这个当中有一个完全能够自利利他的非常特殊的方法。我们现在不需要像过去的人那样艰苦地去求学，非常容易地能够学习到这些智慧，然后自己可以去运用，这样的机会非常难得，所以希望大家好好学习，这真的非常非常重要。

达摩祖师的《达摩血脉论》，虽然是禅宗的论，但它的智慧是佛教最顶尖的智慧，是佛教的任何宗派都需要的。比如说密宗的大圆满、大手印，以及汉传佛教里面唐密的最后的修法，还有其他的宗派，每一个宗派最终都要修般若波罗蜜多的智慧，而禅宗讲的就是最直接的般若波罗蜜多。所以我们不要以为这就是禅宗的般若波罗蜜多，跟其他的宗派就好像没有关系，根本不是这样。

禅宗的智慧涵盖了佛教最顶尖的智慧，所以特别重要。我们学了六祖的《坛经》或者是达摩祖师的这些论以后，以后无论学禅宗或者是学密宗或者学其他，都有帮助的。因为在顶端的层面上，它们讲的都是一样的，都是同一个东西。所以希望大家认真地学习。

达摩祖师是中国禅宗的第一个祖师。关于达摩祖师，藏传佛教的藏文版里面也有一些记载。在汉传佛教里面，叫作菩提达摩。“菩提达摩”后面加两个字“多罗”，即“菩提达摩多罗”，Bodhidharmatala是达摩祖师完整的名字。



藏传佛教里面只有他的一些相关记载，没有讲到菩提达摩的这些论。虽然达摩祖师是禅宗的最最重要的人物，但是他留下来的这些论，就是目前我们看到的这几本小册子，也不是很多。主要是因为禅宗不立文字，它是心传心，所以在书籍文献这些方面没有留太多的东西。但是这几个小册子完全是大智慧，讲得非常非常深奥，所以值得我们学习。

这些论虽然是一千五百多年前的语言，但是我们今天也基本上能够看得懂它的意思。尤其是我们学了大圆满和大手印后，再看禅宗的这些书籍时，我们的理解可能更深入、更全面一些，这非常有意义。



窍诀派与理论派的不同讲法方式

接下来我们讲达摩祖师的《血脉论》。一听到这个题目的时候，我们就知道这个论有多么重要。人的身体如果没有了血液、没有氧气，组织的细胞都会

死掉，人就活不成。所以血液对人体来说非常非常重要。同样的，达摩祖师在这个还不到二十页的小册子里面讲到的内容，虽然文字不多，但是就像人体的血液一样重要。

不仅仅是禅宗，任何一部佛经，如果失去了达摩祖师在《血脉论》当中讲的这些内容的话，那么其他的剩下来的这些部分就完全没有生命、没有精华。所以达摩祖师这样的小册子就讲到了佛教的精华。无论我们以后学禅宗、学大圆满，学什么也好，这个对我们来说都是非常的关键、非常的重要。所以大家一定好好学习。

佛经取名字的时候，有很多不同的方法。有些是当时传法人的名字，有些是传法地方的名字，有些是根据它的内容，有些是比喻。那么《血脉论》这本书的题目就是一种比喻，实际上这本书没有讲人体的血脉。有些佛经的题目里面，既有它的内容的一部分，也有它的比喻的一部分，比如说前两年我讲过的《胜道宝鬘论》，“胜道”这两个字是讲它的内容，“宝鬘”是一个比喻。这是通过一个比喻来让我们了解这本经书的内容。

《血脉论》也有好几个不同的版本，但没有《坛经》的版本那么多，这些版本用词稍微不一样，但是内容上没有什么太大的出入。我们用的是渝州华严寺沙门释宗镜的版本。

渝州就是重庆，有一个寺庙叫作华严寺，不知道在重庆的什么地方，是很早很早以前的事情，不是现在。沙门就是修行人。佛教的修行人、外道的修行人很多时候都叫作沙门。他的名字叫宗镜，释就是出家人的姓。出家人的姓就是释迦牟尼佛的这个释迦族的姓，所以出家师父，尤其是汉传佛教的出家师父，名字前面都加一个释字。这个版本是释宗镜校对的。



接下来开始讲它的内容，“三界兴起，同归一心”，这八个字的内容特别特别深奥。我记得前两年的课程当中，有一个课程的题目是《万法归一 一法归零》，这个当中讲的就是这八个字的意思。佛教传播的方法我们可以分两种，一个叫作窍诀派；另外一个叫作理论派，就像哲学的学院派一样。

那窍诀派是什么呢？它就是实修派。它解释佛经的方法跟理论派稍微有一点点不一样。主要的区别是什么呢？理论派或者是学院派，他们对佛教的这种阐释是非常全面、非常到位的，它对每一个字的内容，分析、研究，然后展开、归纳，这样子去讲。每一个字、每一句话，字面上的内容以及深藏在文字背后的内容，所有的内容讲得非常清楚。

它首先就是立宗，立宗就是建立自己的观点。它阐述佛经的时候，首先是阐述自己的观点，如果某人有各种各样的疑问，那么尽可能地把这些疑问一个一个回答，在这些方面做得非常好，这个就叫作理论派。文字表达的方法、

解释的方法都非常规范。其中也会用很多很多佛经的教义来印证，同时也会用很多的理论，通过很多的逻辑来分析，这是一个方法。

另外一个方法是什么呢？就是实修派或者是窍诀派的讲解方法。我们刚刚学了《坛经》，大家记得它怎么讲“禅定”、“坐禅”这两个词吗？当时也给大家提到过，那个就是窍诀派讲解的方法。他们不会引用太多太多的佛经，也不会用太多的逻辑去分析，直接把最核心的东西、最精华的内容讲给大家听。讲的时候，也是一个非常简单明了的方法，而且讲的每一个东西完全可以跟修行结合，那这种讲法就叫作窍诀派、实修派。

它不会讲一个很宏大，但实际用不上的这种理论，它一定会用非常接地气的方式来传播，这叫作窍诀派。这个对修行人来说，是非常有收获的、非常有帮助的。那么达摩祖师的这几个论都是属于窍诀派、实修派。



三界兴起，同归一心

达摩祖师一共有四个论典，叫作达摩四论，每一个论稍微多些的就二十几页，少的也就是两三页，但是内容确实非常深奥。

大家要知道，窍诀派的做法是什么？他们不会去观察太多外面的东西，比如说宇宙、这个世界的物质结构。像大乘《阿毗达磨》还有小乘的《俱舍论》，它们把物质的结构讲得非常非常好，大到宇宙、小到一个微尘，讲得特别特别清楚。尤其是在微观世界当中，它一直都走在现代物理学的前面，从来都没有落后过，到现在也是这样。这不是佛教徒才这样说，很多比较开放的、比较了解佛教的科学家，他们也有这样子的想法。

当然，有些非常保守的科学家除了他自己的专业领域以外，其他的任何一个传统的宗教都不感兴趣、从来不去看的这种科学家，那当然不是这样认为了。但是另外的一部分科学家就有同感。

理论派就讲很多很多这些物质的结构。窍诀派它不会这样讲，那它讲什么呢？这个我曾经讲过，大家要记住，它的两个关键的方法。首先它认为，不需要去分析物质的结构，不需要去关注这些物质怎么样，为什么不需要呢？它认为这些物质的结构，比如说大到宇宙，小到一个粒子、微尘，不管怎么样，一切都是内心的投影。只要把内心搞明白了，那么万事万法都已经搞明白了，所以没有必要到外面的这个物质世界里面去研究、分析。

所以，这个里面讲的“同归一心”特别特别有意思。“三界兴起”，三界是什么呢？佛教的三界就是三界六道，也就是我们的眼耳鼻舌身能够感觉到的世界，就是六道轮回了。那么六道轮回也可以分三个不同的层次：欲界、色界和无色界。

为什么有这么三个不同的层次呢？因为我们人的心就是有三种不同的层次，第一个，我们现在没有任何禅定功夫的时候，我们的心非常的浮躁、暴躁。心中的贪嗔痴、烦恼都很粗大、很野蛮，所以它投射出来的这个世界就有战争、有瘟疫、有饥荒，还有地狱、饿鬼，就是这样非常糟糕的状态。

这个当中，稍微好一点就是人道和天道，相对来说比较幸福快乐，但是他们也有生老病死的痛苦。因为内心很粗暴，所以它投射出来的这个世界，也是一个有地狱、饿鬼、人类这样的世界，这就是六道。

然后我们的心再稍微平静一点的时候，那这就是四禅八定当中的四禅，四禅相对来说是非常平静的，很平静。这个非常平静的心的状态，它投射出来的这个世界，也是一个非常细微的世界。虽然有物质，但是这种物质就像能量，不是我们这种感官能够看到的、能够听到的，它是一个非常细微的物质。由这种细微的物质构成了另外一个世界，这个世界的面积比我们感官能够看到的世界的面积，大成千上万倍，但我们看不到。

举一个例子，这个宇宙中我们感官能够看到的所有物质加起来，只占宇宙物质总数的4%，那么另外的96%是什么呢？就是暗物质和暗能量。也是物质，但是我们看不到。那它们的面积当然是比我们看到的大了很多倍，一个是4%，一个是96%。

欲界是我们这种粗暴的心投射出来的一个很糟糕的世界，这个面积不是很大；另外一个是我们平静的心投射出来的世界，是相对很平静的状态，也是物质世界，也是在轮回中。但是它没有战争、没有瘟疫、没有饥荒，它也是一种世界，它是不同层次的生命，这叫作色界。这是第二个。

第三个是无色界。无色界的人也是有身体的，但是其他人看不见，不单我们普通的人看不见，而且他们相互之间也是看不见的。因为构造他们身体的物

质特别特别的细微，所以，他们自己的感官也感觉不到，就只感觉到自己内心的平静。他一投生到这个地方，到最后的死亡之间，就只有一个平静的状态，一直都在禅定当中。他的生命就在这个禅定当中结束。这也是一个世界，跟我们的世界截然不同。

所以佛教认为，有不同的宇宙、有不同的世界，重叠在一个地方，都在一个空间。但是每个人用自己的感官去看的时候，看到的都不一样。比如说太阳发射出来的光当中，有各种各样的光，紫外线、红外线还有伽马射线X光，还有可见光。但是我们人的眼睛看，只能看到其中一种光，其他都看不到。我们能够看到的就是这个可见光，其他的光我们看不到。

同样的，这世界就是这样子。欲界、色界、无色界都在，但是我们看到的就是其中一个世界，就叫作欲界。为什么叫欲界？人类或者是欲界当中的所有的生命，他们的欲望相对来说是很强烈的，所以，以这个欲望来命名。



了解了内心就了解了世界

如果分六道的话，除了天道以外的，地狱、饿鬼、旁生，然后人、阿修罗，这五道都属于欲界。刚刚讲的色界和无色界，都是从天道当中分出来的。可以这样子讲，天道就有欲界的天、色界的天、无色界的天，天道有这么三个不同的世界。人有没有这样三个不同的世界你？没有。人类就是欲界，不会有色界、无色界；地狱也没有这样，都是欲界。

六道轮回为什么有六道呢？这个数字是怎么来的呢，因为我们人的心有特别明显的、特别突出的五个主要烦恼：贪嗔痴慢疑。不同的烦恼投射出来的世界就不一样。比如说像地狱，我们的嗔恨心、愤怒的心，它发展到一定的程度的时候，它完全就可以给我们创造了一个世界，那这个就是纯属于愤怒创造的世界，所以就是这么糟糕的地狱。

然后比如说，我们有钱的时候也舍不得用，那这种吝啬创造的这个世界是什么？我们每一个人本来就有这些烦恼的，但是它的力量不够强大的话，那它也就不会投射出一个世界，展现给我们看。但是这个吝啬的心强大到一定的程度，它会投射出一个世界，就叫作饿鬼道。

所以因和果都是相应的。愤怒是因，它的果是地狱；然后吝啬心是因，它的果就是饿鬼道。其他的四道都是这样子。为什么有六道呢？这个答案就要到自己的心里面去找。虽然我们的内心当中有成千上万的烦恼，但是平时频繁地出现，而且对自己、对他人杀伤力最大的几个情绪，就是像愤怒、吝啬、嫉妒这一类的东西，它们的力量到一定的时候，然后就创造一个世界出来了。

比如说工作压力特别大的时候，就会做各种各样的噩梦。或者白天遇到一些恐怖东西的时候，然后我们在梦中也出现类似的东西，所以这都是相互有因果的关系。

出现六道轮回或者是三界这样的东西时，理论派不会认为答案是到自己的心里去找，他们的答案就是到这些本身去寻找。比如说欲界是什么样子，它的答案就是去分析、研究欲界它本身，然后它就告诉我们，欲界就是这样样子的。它所有的答案都到外面去找，就像一个科学家一样，去这些客观的事实上面去研究、分析，最后就是描述、下结论。就像佛教的《阿毗达磨》专门研究物质的结构。

窍诀派它就不会到外面去研究，它就说，这不就四个字吗？“同归一心”。反正色界也好、欲界也好、无色界也好、六道也好，什么也好，这些都是我们内心的投影，所以没有必要到外面去找答案，讲这么多没有用的。这些问题的关键所在就是自己的内心，所以我把内心的问题解决了，或者是我彻底地看清楚了内心是什么，等于我就了解了这个世界。所以我就不到外面去寻找这些答案，我就是要到自己的内心去寻找答案。这个就是理论派和窍诀派不同的地方。



那我们走哪一条路？在家人当中也有想非常专业地去学习佛法的，虽然他的身份是在家人，但是他跟其他普通的在家人不一样，他的闻思修就跟出家人完全一样，这在在家人当中也是少部分人。这部分在家人和出家人，他们就需要去弘法利生。如果是学藏传佛教的话，绝大多数学佛的人在年轻的时候，首先必须要走理论派这条路，到一定的时候再转型，转到窍诀派，然后自己去修。这样的时间，第一个他已经非常通达了佛教的这些理论，第二个他也有自己的修证，所以在弘法利生这些方面，都是非常有帮助的，这是一条路；



另外一条路是什么呢？比如说出家人当中也有一部分人，他一开始的时候，对理论不太感兴趣，就特别喜欢实修，年轻的时候就走窍诀派的路；然后多数的在家人，因为他本身就没有那么多的时间，不但没有那么多时间，还因

为世俗的生活琐事带来了很多的烦恼，特别需要去控制，所以大多数的人走窍诀派这条路成功率比较高。

这两条路是佛教给我们制定的学佛的道路。达摩祖师，尤其是惠能大师，他们走的这个路是哪条？我们通过《坛经》也看得出来，惠能大师确实是不识字的，但是不识字一点都不影响他对佛教的深刻的体会，所以他一开始就不需要这些理论。连字都不识，那更何况是学其他的理论了，都不需要了。他就走另外一条路，完全可以达到最高的境界。

所以达摩祖师一开始的时候，就开始讲“三界兴起”，兴起是什么？就是三界它的来源在哪里？它怎么样开始的？怎么样发展的？六道轮回是怎么发展的？它的来源是什么？那么就叫作“三界兴起，同归一心”。这就不需要讲太复杂的东西了，反正这些都是自己内心的投射，所以六道也好、三界也好、什么也好，最终就是归于自己的内心。所以我们之前讲的万法归一，就这意思了。

万事万物最终归一，“一”是什么呢？就是同归一心，最终就是自己的心。这个大家要记住，这就是我们大乘佛教窍诀派特别特别重要的、最基本的一个理念，这是第一。



前佛后佛，以心传心

第二步是什么呢？万事万物、三界六道都是归于心，那心是什么？然后就开始讲心的本性。那么最后通达了心的本性的时候，实际上万事万物的本质问题解决了、通达了。然后投射出来的这些画面，关于这些画面的很多的复杂的东西，我们不感兴趣了，它怎么样都可以。

因为众生的业力是不可思议的，所以投射出来的这些画面，也是不可思议的。反正这最根本的东西，就是自己的心。我就抓住心，其他的就不感兴趣，这个就是窍诀派。它为什么是快速的？为什么是非常简单明了的？就是因为它抛开了这么多的复杂的理论，用直接最简单的方式告诉我们了，所以它讲得很清楚的，至少理论上我们很容易了解。这个上面我们不展开讲了。

关于三界兴起，我们很多人也感兴趣。很多人经常问，这个六道轮回它怎么出现的？它的源头是什么？很多人感兴趣。如果说万事万物是我们内心的投影，然后很多人追问，那么内心不就是意识吗？第一个意识它是怎么来的？那这些都是在这“兴起”这两个字当中了。

这些问题我们用显宗的佛经来回答的话，所有显宗的这些论典我们全部看完了也找不到这样的答案。第一个意识从哪里来的？它不会讲这些。那么答案在哪里呢？就是在密宗里面。密宗里面它会讲我们每一个生命个体的第一个念头，它是怎么样形成的？然后是什么样的发展的过程？最后怎么样变成我们今天的意识。所以“兴起”这两个字当中，有特别特别多的内容，而且这些内容都是很多人很喜欢的。

这个地方，因为我们的侧重点或者是解释的角度不一样，所以我们这次不讲这些了。之前讲过一些，我们之后也会讲的。其实现在非常有意思的是什么

呢？现在一些全世界非常著名的物理学家、科普书的作者，他们现在开始讲类似这样子的问题：当我们不看这个宇宙的时候，宇宙在不在呢？

这个问题，佛教早就讲过，哲学里面也有讲，但现在科学家、物理学家这样讲出来，这就有点奇怪。实际上不奇怪，因为现在高科技的很多研究，技术越来越好、设备越来越好，这样以后出现突破性的研究结果，就越来越接近物质的本质，越接近的时候，就会出现这类的问题了。



其实佛教早就回答这个问题了，这些我们之前也讲过，我想以后也会讲，今天我们只是在这个地方先让大家了解一下，理论派和窍诀派走的不同的路。为什么呢？首先，从学习的角度来说，我们也需要了解一下；另外一个，对我们自己实际的修行也需要。因为大家要选择走哪一条路。如果你对理论特别感兴趣，而且有充足的时间，那当然你可以至少三年五年走理论派的路，

然后再转到实修派，这样也是特别特别有意思的，我们大多数人都是这样走过来的。

如果你对这些理论不太感兴趣，或者是感兴趣，但没有那么多时间，那就先不管这些理论，先走窍诀派的路。我们的选择也是跟这些有关系的，所以我们也知道有这么两条路。

“三界兴起，同归一心”，虽然字不多，达摩祖师的这些小册子以及《坛经》，它们用的字都是特别少，但是内容真的浓缩了所有佛经的精华。我上次也讲过，从我自己本人理解的角度来讲，如果我没有学过大圆满、大手印，那这里面的很多字，我要解释的话也很难。所以我觉得，最高端的这些法都是相通的、都是一样的。

“前佛后佛，以心传心”，现在的佛就是释迦牟尼佛；前佛，在释迦牟尼佛之前的佛；后佛是未来的像弥勒佛等等。前佛后佛是以心传法的，那这叫什么？我们大家都知道法轮，法轮它象征整个的佛教。全世界每一个宗教它都有一个自己的标志，比如说十字架等等，佛教的就叫法轮，就像一个车轮一样。为什么这个“车轮”是佛教的标志？

古印度靠牲畜力量拉车的车轮，佛教为什么用这样的轮子呢？这轮子是可以转动的，所以叫作法轮。那么转动跟佛教的内容有什么关系？不就是讲了吗？以心传心，就是说从释迦牟尼佛到达摩祖师，到后来的这些上师、禅师们，这个法是这样子转动的。比如说法在佛陀的心里，然后传给佛弟子，在佛弟子心里再转动，再传给下一代、下一代，这样子转动播放一样，所以就叫作法轮。

那么这个所转动的东西到底是什么呢？语言文字也是口耳相传这样子下来的，但是这个不是最重要的，最重要的就是戒定慧这三个。《坛经》中已经学过了，我们普通人理解的戒定慧是：戒是不杀不盗等等，禅定就是去修四禅八定，智慧就是闻思修的智慧。最高级别的理解不是这样子。戒定慧这三个虽然是用不同的文字来表示，但是实际上它们就是一体，都是心的本性，心的本性既是慧，又是定，又是戒。

那么它真正要传播的东西是什么呢？不是这些文字。佛陀当时用的是古印度的一个语言，我们现在不用了，我们用的是藏文或汉文。那现在不用了，是不是佛教失传了呢？不是。传下来的不是这些文字，传下来的是一个内在的智慧，所以转动的是这个内在的智慧。那转是什么意思呢？从一个人的心里，复制到另外一个人的心中。比如说从我们的上师的心里传给我们，然后我们再传给下一代，这样子转动，这就叫作转动法轮。所以这里讲，佛以心传心，就是这个意思。



若不立文字，以何为心？

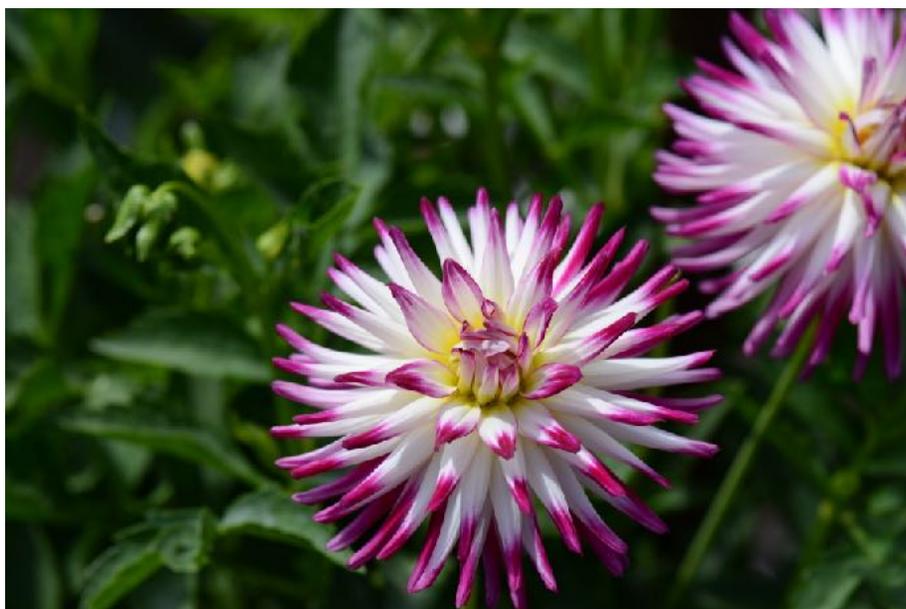
“以心传心”这个地方的“心”字，我们要理解为心的本性。大家在文字上面也要注意，有些时候“心”这个字，它指的是我们的眼耳鼻舌身等识和意识，这六识或八识的总称；都是在讲我们世间的情绪，眼耳鼻舌身的感觉。有些时候，“心”它不是指八识，而指的是心的本性。

多数人应该听说过《大圆满心性休息》，是龙钦巴的非常著名的一部论典。在这里面，“心”字后面加了一个本性的“性”字，就是“心性休息”，而不是“心休息”。所以有本性的“心”和没有本性的“心”，内容完全不一样，它指的是心的本性，就是佛性，而不是我们现在任何一种意识。如果把这个本性的“性”字去掉了以后，就是“心”，那这主要是指我们的这些情绪，即心的表面现象。

有些时候，虽然后面没有加本性的“性”字，但是实际上这意思还是心的本性。那这里面讲的以心传心，它传的是什么呢？是心的本性、本性的智慧。当然心的本性实际上是不需要传的，大家本身就有的。虽然这个本来就有，但需要我们去悟，这个悟的智慧要传下来，一代一代这样子传下来。这个智慧它接近于心的本性，还不是我们的眼耳鼻舌身等识，不是意识，阿赖耶识也不是。

“不立文字”，它不着重文字。大圆满里面也很多是这样子。藏传佛教的龙钦巴，也即无垢光尊者。无垢光尊者之前的大圆满，很多都是没有文字的，就是口耳相传。后来到龙钦巴的时候，尊者担心这样子时间长了以后，以后会越传越错，所以就整理形成了文字。另外一部分的大圆满到七八十年前一直都是口耳相传的，都是没有文字的。但是那个时候，有些上师认为，再这样子口耳相传，到时候有可能失传；如果不失传，那这里面肯定也会掺杂太多其他东西，所以就形成了文字。大圆满是这样子，禅宗也是这样子。

我们刚刚也讲到了，像达摩祖师这样在禅宗或者是整个佛教的历史上，一个这么重要的、这么了不起的人物，他的著作为什么只有这么几个小册子呢？他在中国呆了很长时间，这么多年当中，他为什么只有这么几张纸呢？那就是因为禅宗不注重文字，主要就是以心传心，所以不立文字。

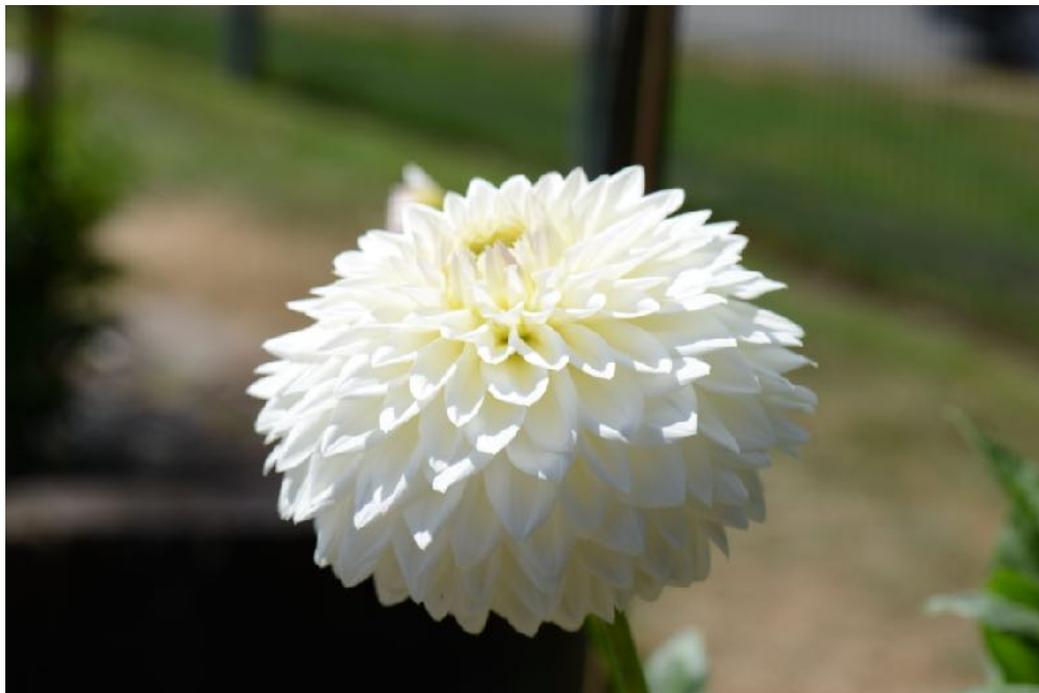


但是，像现在这样子的時候，我們如果沒有文字的話，那就是剛才講的，有可能失傳，如果不失傳的話，也有可能每一個人把自己的想法、自己的理解也加進去了，到時候就越傳越離譜。所以這樣子考慮以後，最後就形成了文字。但是，這些文字只不過給我們指了一個方向而已，實際上真正的意義，文字沒有辦法表達的，所以不立文字。

前面講的幾句話是達摩祖師的意思，後面是一個問答的形式。“問曰：若不立文字，以何為心”，如果不立文字了，那你怎么去心傳心呢？什麼叫作心呢？“答曰：汝問吾，即是汝心”，達摩祖師說，你提問的這個心，不就是你的心嗎？如果你沒有心，你是沒有辦法提問的。

因明里面讲，什么叫作语言文字？我们普通人的理解是什么呢？我们看到书本上的这些字，认为这个就是文字，其实不是；然后我们每个人认为，通过某一个人的口说出来，让我们听见的这个声音就叫作语言，其实这都不是语言和文字。那语言和文字是什么呢？比如我们说“佛像”这两个字的时候，大家的脑海里面出现一个佛像的抽象概念，那这个概念就叫作语言，文字也是这个。

因为我们人与人之间沟通的东西，不是声音，这个声音是没有办法沟通的。如果声音能够沟通的话，那全世界任何一个地方，再小再小地方讲的这些方言，这个声音我们每个人都能够听得见。那么这样子，根本就不需要去学语言文字，只要听到就可以了。我们完全能听到了声音，但是这个声音当中的内容我们不知道，沟通不了，所以这个中间就缺乏了一个东西。



声音传播了，我全部听见了，但是这个声音没办法沟通。文字也是，比如说一本书，全世界任何一个人，只要有眼睛没问题，他都能够看得到这本书。但是这本书不能告诉他任何内容。为什么呢？这个文字他不就看到吗？他为什么还不能理解呢？因为他看到的不是文字，所以这本书的内容他不知道。虽然看得非常清楚，但是他不知道书里讲了什么。这就说明它不是文字，语言也是这样。

那么到底什么是文字？什么是语言？文字不在书面上面，语言不在声音上面。如果这个声音给我们带来的一种观念，说“佛像”的时候，脑海里出现了一尊佛像；说“佛经”的时候，脑海里出现了一部佛经的概念，这个才叫作语言。

世界上的文字主要有两个不同的体系，一个是可以拼音的字母，另外一个形象的文字。那么形象文字，尤其是古代的一些表示人的字或者是动物的字，实际上就是一种图案。看到了这个“人”的图案时，那么他就知道“哦，这个就是人类”，有了这个概念的时候，这个文字就可以让他明白一些内容。如果看到了这个图像，但是他的脑海里面不能出现“人类”的概念，他就没办法知道这个字的含义。所以语言文字，实际上不是声音和图文。

声音和书本上的东西，是没有办法传播的。如果能传播的话，那我们的这个概念一代一代传下来，就是传播的语言文字。但是佛要传播的东西，不是这些语言文字。用谁的语言都可以，谁的文字都可以，只要把这个内容能够传递下来，那这个就是心传心。

所有语言行动都是“心”在操作

这个就是心传心，所以禅宗就是不立文字，不着重文字的，它主要的就是要智慧。

为什么不立文字呢？刚才讲了，语言文字，它实际上没有办法把真正的佛的智慧传递下来。当然，语言文字可以作为一种载体，通过这样的符号让我们明白这个符号背后的内容，实际上要传播的东西就是背后的内容。不立文字的难道就只有禅宗吗？不是的。禅宗、大圆满、大手印，凡是讲最究竟境界的这些法，都是不立文字的。因为文字不能给它们带来什么帮助，它们要传达的东西没办法传达，所以它们不太着重语言文字。

“答曰：汝问吾，即是汝心”。你提问题的时候，这个提问题的声音不是心；如果你写一张纸条来提问题，那这个纸条上的文字实际上也不是心。实际上谁在问呢？是我们的心在问。回答问题的时候，比如说我们用语言来回答的话，实际上这个声音不会回答任何问题的。

比如说我用某一种语言回答，然后在场的都是几种不同母语的人，那么我讲的语言不是这些人的母语，那谁也听不懂这个意思。所以实际上我回答这个问题时，也不是声音，是心。然后你用这个声音来提问题，但是如果你的声音提到“佛像”这两个字的时候，在我的脑海当中，如果不能出现佛像的形象，那这样的话，你的声音没有办法给我提问题的。所以，实际上提问的和回答问题的，第一个不是声音，第二个不是文字，全部都是心。所以“汝问吾，即是汝心”。

“吾答汝，即是吾心”，我回答你时候，也是我的心在给你回答，只不过我的心就用了声音和文字，这是心的一个工具而已。比如说写字需要笔，没有笔，手是没办法写出来。实际上笔就是工具，谁在写呢？不是笔在写，是我

们的手在写。同样的，我回答问题是我的心在回答；你提问题，也是你的心在提问题。

“吾若无心，因何解答汝”？如果我没有心，只是一个物质，那就跟机器人一样了，我怎么能够解答你的问题？“汝若无心，因何解问吾”？如果你没有心，那就像一个机器人，这样的话，那你为什么要给我提问题呢？都是没有办法的。



刚才我们说了机器人提问题、回答问题，但实际上我们不要以为，这个回答是机器人在进行，机器人的声音是没有办法给我们回答的。为什么呢？因为机器人的声音，如果能够回答的话，那比如说，全世界有七千多种语言文字，那么用其中一种语言回答的话，凡是听到它这个声音的人，都能够听得懂。

如果是以声音在回答的话，凡是能够听得见这个声音的人，都应该听得懂。但是听得见，听不懂，听得见跟听得懂不一样。我的理解是因为这个机器人它讲的语言，我之前就熟悉。实际上这就是一种约定，比如说现在没有任何的语言，然后我们有一个约定，从今天开始，我们十个人中，谁说了“佛像”这两个字的时候，大家一定要知道就是这个东西。这样约定成功了以后，我们任何时候说“佛像”，大家知道把佛像拿来，不会拿佛经。

同样，这就是一种约定，只要知道这个约定的人，那他就知道这个机器人在说什么。如果任何一个人，他不知道这个约定，那么机器人说得很清楚了，他也听不懂。所以如果没有心，你怎么提问题呢？没有心，我怎么给你回答呢？

“问吾，即是汝心”，你问我问题的，就是你的心。“从无始旷大劫以来”，地球到现在已经有了45亿年的历史，但是45亿年在这个轮回当中，相当于就是二十四小时中的一秒钟的万分之一这么短暂，非常非常短暂的。佛教不会用45亿年、80亿年这样子的数字，它就说无始以来。“从无始旷大劫”，劫，一个大劫的时间也是非常非常漫长。

“乃至施为运动”，从无始以来到现在，我们的任何一个行为，说话、走路、行善、造罪，等等。“一切时中，一切处所，皆是汝本心”，这一切都是我们的心在操作，说话、做事，任何时候任何地点做什么事，都是我们的心在操作。

本心和本性又是不一样，在《坛经》当中也发现了。有些时候，我们讲本心的时候，它还不一定讲的是佛性；有些时候，本心和佛性放在一起，或者是本心和心性放在一起。那么这个时候本心指的是什么呢？指我们现在这个世

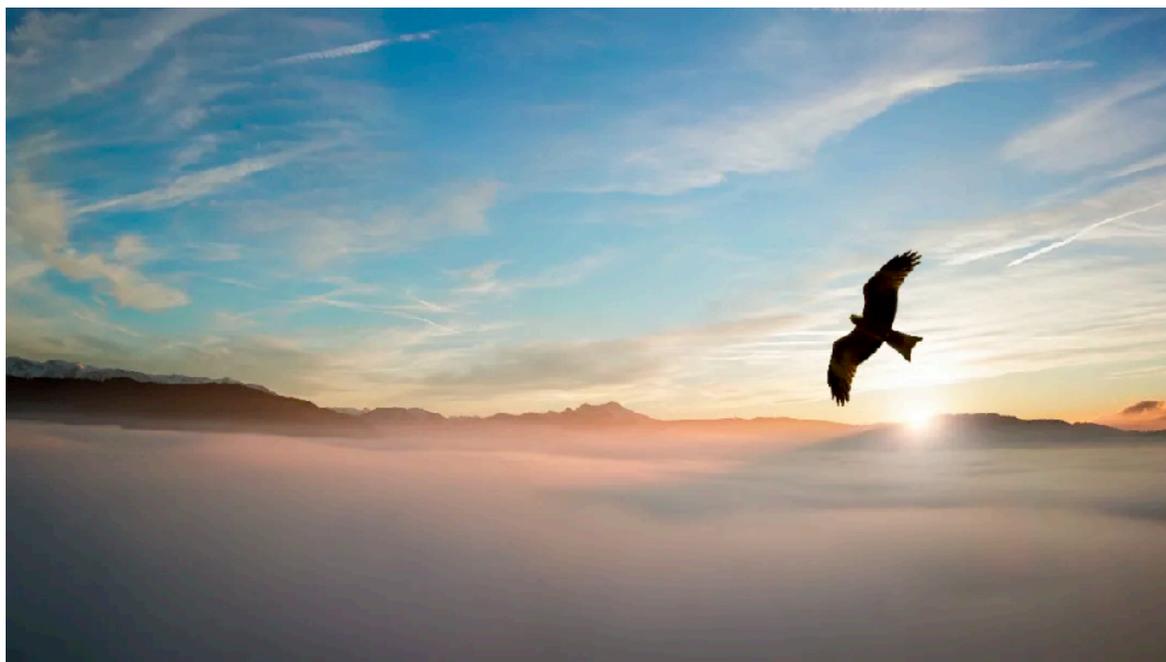
俗的心。本性，这个时候讲的是佛性。本心和本性，是《坛经》的一个表达方法。

从无始以来到现在，在任何时候、任何地点我们所有的运动，主要的操作者就是我们的心，那么我们心的真正的本质是什么呢？它进一步讲，我们心的本性“皆是汝本佛”。那么你心的本性就是佛性。



如果在心外寻找涅槃，那在本质上已经错了！

“即心是佛，亦复如是”，从本质上讲我们的心就是佛。佛指的是什么呢？就是佛的三身。我们刚刚学习了《坛经》，《坛经》讲得很清楚了，我们心的本性、佛性如来藏中包含了佛的法身、佛的报身和佛的化身，所以即心是佛。它有没有前提条件呢？没有任何的条件，本来就是佛。



如果心的本性，在我们的面前或者是在生活、人生当中，它要发挥佛的作用，那有没有条件？有条件。前提的条件，是我们要认识到心的本性就是佛，或者是我们证悟了心的本性是佛，然后它就发挥了佛的作用。它本身就是佛，这个不依靠任何的条件，但是它要发挥佛的作用是有条件的。

“即心是佛，亦复如是”。“亦复如是”，两个是一样的意思。心即是佛，那佛也就是心，这就是一样的。关于心怎么样是佛，这个我们可能下面还要进一步地了解。实际上《达摩血脉论》，它为什么像人的血脉这么重要呢？就是它的问题的关键所在，就是这么一句话“心即是佛”。

前面我们也提到了，文字是没有办法很深入地或者很直接地让我们明白：心的本性是佛。如果真的想了解，必须要证悟。证悟的时候，自己就亲身体会到了。这个地方先不展开讲，下面还有机会的。

心的本性就是佛，我们从禅宗，或者是从《维摩诘经》，或者是从第三转法轮就开始讲。但是真正完全能够落实、完全能够实践心的本性是佛的，最后就只有大圆满了，其他的只是不同程度上落实了这句话的意思，彻底地能够实践的就是大圆满。关于这个问题我们可以去读一读我之前讲过的课《黑蛇总义》。

《黑蛇总义》把从中观到最后大圆满的每一个不同宗派的观点，然后行为上的实践的过程，讲得非常清楚。从这个角度，我们完全能够看得出来，原来心的本性真正是佛。很多很多的教派都在讲，但是真正能够落实心的本性真的是佛，最彻底的就只有大圆满，我们会体会得到的。大家也可以学一学《黑蛇总义》，这也是非常重要的一个论。

然后说“除此心外，终无别佛可得”，我们除了这个心以外，如果以为还有另外一个佛可以得，这是不对的，除了我们的心以外，是没有佛的。在这个时候我们不能错误地理解，这个错误的理解是什么呢？我们的心糟糕的时候是贪嗔痴，状态比较好的时候，没有那么的愤怒，但是有很多无聊的胡思乱想，难道这些都是佛吗？如果这些都是佛，那我们现在不就成了佛了吗？那我为什么还要去学佛呢？我为什么还要去修行呢？这就是一个很大的误区，这是一个非常大的错误理解。不是这样子。

不就是讲除了心以外没有佛吗？我们讲理论的时候，要加“本性”两个字：心的本性以外没有佛。我们实修的时候，也可以加“证悟”两个字：如果你证悟

的话，那么除了心以外没有别的佛。要不就是加“本性”这两个字，要不就是加“证悟”这两个字，这样以后我们就不会错误地理解。

实修的时候，如果我们证悟了，对一个证悟的人来说，尤其是证悟的境界比较高的人来说，除了心以外没有佛，心在他的境界当中就是佛。另外一个，我们通过理论去解释这句话的时候，我们加另外两个字“本性”：心的本性是佛。但是对我们是没有作用的，因为我们看不到这个本性。虽然它的本性是佛，但是我们看到的都不是它的本性，我们看到的就是它表面的这些各种各样的烦恼、各种各样的情绪。所以它虽然本质是佛，但是对我们没有开悟的人来说，它不会发挥作用的。

它要发挥作用的话，是有条件的，最基本的条件就是要证悟。证悟了以后，在你的证悟的境界里面没有心，只有佛；没有烦恼，只有佛。“离此心外，觅菩提涅槃，无有是处”，“涅槃”即是解脱；“菩提涅槃”，实际上菩提涅槃就是一个意思。如果除了我们自己的心以外，我们到外面去寻找菩提或者是涅槃，那这样子本质上是错的，没有任何对的地方。



善心恶心，本性光明

“自性真实”，我们的自性是真实的，我们之前讲龙树菩萨的《赞法界论》的时候也讲过这个观点。从表面上看，我们学般若像《金刚经》《心经》或者是《大般若经》时，就跟这种说法有冲突，是什么冲突呢？《大般若经》讲：任何一个事物，包括涅槃，都没有真实性，都是如幻如梦，都是空性。那么现在又讲：自性是真实的。那这两个说法不就矛盾了吗？

这确是一个很重要的问题了，这里面讲的真实，我们怎么理解？我们不讲复杂的东西，如果我讲复杂东西的话，那这个问题就牵扯到二谛：胜义谛和世俗谛。但我们先不讲这个，人家讲得这么简单的东西，我们把它复杂化就没有意义了。简单的东西就是用简单的方式去解释，简单的东西用特别复杂的逻辑和特别复杂的语言去讲，这是错误的。

那么简单地说，这是什么意思呢？我们的贪嗔痴以及很多很多的烦恼，我们没有证悟的时候，在我们的心里就是非常真实的；我们一旦证悟了，这些所有的烦恼全部都会消失的，但是光明和心的本性还存在。所以就是说，烦恼不是真实的，心的本性是真实的。这个时候我们就是用“真实”这两个字，为什么呢？因为烦恼以及由烦恼投射出来的世界早就已经不存在了，但是那个时候剩下来的是什么？

比如说冰融化了以后，固体的东西不存在了，那它留下来的东西就是液体——水。所以冰实际上是假的，水变成了固体，那这个固体是假的，不是本质，是因为环境温度的原因，所以它就变成了一个这样子的现象。所以固体的东西它是现象，它的真实就是液体，所以最后剩下来的就是真实的、本来的面目。

同样的，我们的心现在有很多很多的烦恼。但是这些烦恼，就像液体变成了固体一样，是某种程度下、某种条件下才变成了这样子，如果我们能够还原它的本质，那时候就没有这些烦恼了，光明和本来的清净才是它的真实部分，就叫作本来面目。所以，无论是禅宗的这些论典，或者是第三转法轮佛经，大量地用“真实”这两个字，反复地用。但是这个跟般若没有矛盾的。

般若不会讲最后留下来的是什么东西。它就直接观察当下，比如说你看到的不清净的也好、清净的也好，当下去分析它是真实还是假的。这样以后，无论是清净的、不清净，无论是涅槃或者是轮回，最后都是空性，这是般若的方法。那第三转法轮，它是看到最后留下来的、存在的真实的面目。



同样，比如说我们刚才讲了，水蒸发了，变成了气体的时候，表面上看它就是气体，但是它最后留下来的又是液体。所以水在不同的程度上，如说100

度以上的时候，它又变成了气体；0度以下的时候，它又变成了固体。它一会儿变气体，一会儿变固体，但是它最后的时候，无论是气体也好、固体也好，最后留下来的都是液体。所以说水的本质是液体，不是固体也不是气体。因为最后的时候，它就显现了自己真正的本来的面目。

同样的，我们的心一会儿又变成了善，一会儿又变成了恶。但是无论是善或者是恶，最终它留下来的是什么呢？是本性光明。所以我们认为心的本性是光明，不是善，不是恶。所以它最后留下来的这个就叫作真实。

那最后留下来的是空还是不空呢？当然也是空。所以它也就跟《大般若经》、《大智度论》和中观没有任何的冲突，要这样子理解。这个道理，不仅仅是理论上，在我们实修的时候，也是特别重要的。要不然的话，这些文字如果你不认真地去学习那没有问题；但你一认真，怎么这个地方说是真实呢？不是说没有一个真实的东西存在，《金刚经》最后的一个偈子不是说万事万物都如幻如梦吗？

我们平时不认真学习的人，都提不出问题的。但是认真以后就会有这样的问题，这样的问题上面，我们听懂了、明白了以后，以后遇到这样的情况的时候，我们就知道：哦，这个原来是这意思，不矛盾。

“非因非果，法即是心义”，“本义”，本质就是法义。心的本性远离了因和果，佛法就是我们心的本身。**“自心是菩提”**，我们心的本性是菩提，这和心的本性光明、是佛，是一个意思，**“自心是涅槃”**，这叫作自然的涅槃。我们要知道涅槃有两种：一个叫作自然涅槃，另外一个叫作人为的涅槃。

自然涅槃是什么呢？因为我们心的本性修和不修都是一样，它永远都是光明的，这跟人为的修行和闻思一点关系都没有，这叫作天然的、自然的涅槃；

另外一个涅槃，是我们通过闻思修，最后彻底地证悟了，那么这个证悟、这种涅槃是我们自己修出来的，是通过我们的努力达到的，这叫作人为的或者是造作的涅槃。通过人为的涅槃就是要达到天然、最原始的涅槃。大圆满里面，这种人为的证悟就叫作子光明，天然的这个部分叫作母光明。所以心的本性是涅槃。



心即是佛，佛即是心；心外无佛，佛外无心

“若言：心外有佛及菩提可得。无有是处”，如果说除了心以外，还有佛和菩提，那这个说法没有一个对的地方，都是错误的。“佛及菩提皆在何处”？那请问佛菩萨在哪里呢？如果说佛不就是释迦牟尼佛吗？菩萨不就是观世音他们吗？两千五百多年前，不就在印度吗？《金刚经》讲：这些佛和菩萨是为了度化众生，从佛的法身当中出现了一种佛的变化，实际上不是真正的佛。

如果你把化身当作真佛的话，那这是一个错误的理解，《金刚经》不就讲得很清楚吗？

“譬如有人以手捉虚空得否”？如果有人想用手去抓这个虚空，你说能不能抓得住呢？就是说“虚空但有名，亦无相貌”，“但”，只有。虚空只有“虚空”这个名字，但是这个名背后，有没有一个实质性的东西？比如说我们说“桌子”，这两个字后面有一个这样子的物体。那虚空有没有一个这样子的物体呢？没有。虚空没有，只有一个名，没有真实的东西存在。

“取不得、舍不得，是捉空不得”，取舍都是不可能的，因为虚空不存在，所以我们想用手去抓住虚空是不可能的。这就是比喻，那这个比喻它想说什么呢？你想用手去抓虚空是不可能的，同样的，你想寻找除了心以外的佛菩萨也是不可能的。

就是说“除此心外觅佛，终不得也。佛是自心作得”，佛本来就是自己的心，我们修行就可以看得见佛。“因何离此心外觅佛”？为什么我们除了这个心以外，还要去找其他的佛呢？佛不就是自己心的本性吗？“前佛后佛只言其心”，前佛后佛都在讲自己的心是佛法，既是法、又是佛、又是僧，所以三宝也就是自己的心。

“心即是佛，佛即是心；心外无佛，佛外无心”，这个大家听懂了。“若言：心外有佛。佛在何处？心外既无佛，何起佛见”？如果你说心外还有佛，那么佛在哪里？除了自己的心以外根本就没有佛，你为什么有一个“除了自己的心以外还有佛的存在”这样的执著呢？



“递相诳惑”，“诳”就是欺骗。一会儿是烦恼，一会儿又是痛苦，不单单自己有诳惑烦恼，而且把这些又传给了其他的人，六道众生就是这样相互欺骗的。“不能了本心，被它无情物摄”，如果你不知道心的本性是佛，那就不能证悟心的本性。不但不能证悟心的本性，还有一个更重要问题是什么呢？“无情物”就是建筑物、桌子……各种各样在我们生活当中出现的这些物质；“摄”是什么意思呢？最后这些物质把你控制住了。

比如说我们想买很大的房子，想买很好的车，想买很好的包包、名牌的衣服等等，最后就是这些无情物把你控制住了，自己就变成了一个物质主义者，用现代的话来讲，就是说物质控制了我们。实际上不是物质控制我们，是因为我们的欲望控制了我们。但是表面上看，因为这些物质控制住我们，最后就是变成了拜金主义者。变成这样以后又怎么样呢？

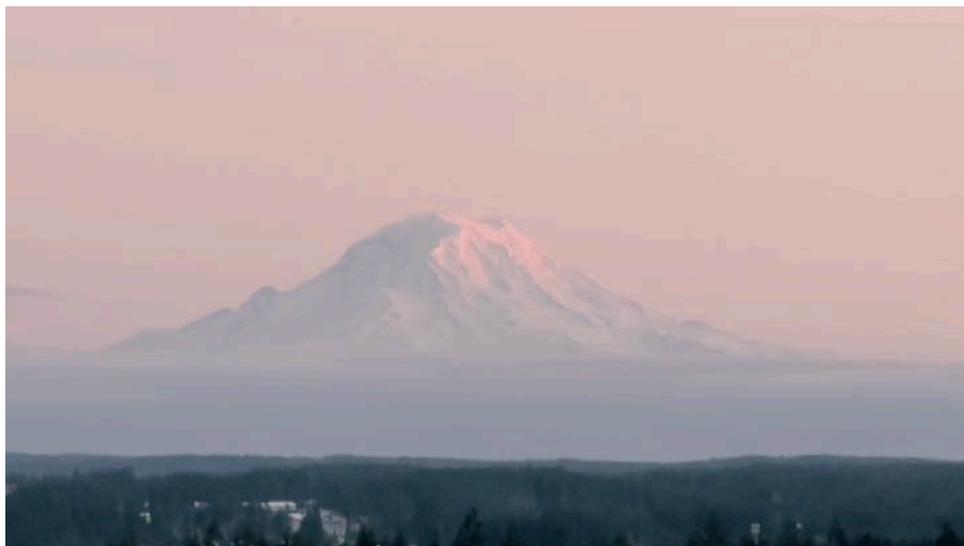
然后就“无自由分”，然后你一点点自由都没有了，为什么呢？整天就是被这些物质控制住了，为了得到这些物质而拼命；得到了以后，就怕失去这些物质。一辈子就为了物质奋斗，没有一点点的自由。那这种人不仅仅不能证

悟、不能解脱，连在世俗的生活中都没有办法过稍微幸福一点的生活，所以就是“无自由分”。

“若也不信，自诳无益”，讲了这些以后，还是不信的话那就没办法了，就是自己欺骗自己，这没有意义了。这是谁的问题呢？我们心里不就有佛吗？为什么佛不告诉我们呢？是不是佛的问题呢？“佛无过患”，我们心的本性是佛，但是它没有办法告诉我们，它在我们的心里，那是谁的问题呢？

“众生颠倒，不觉不知自心是佛”，是因为我们不了解自己心的本性，最后就导致了这样的问题。“若知自性是佛，不应心外觅佛”，如果我们知道了自己心的本性是佛，那么我们不应该到心以外去找佛，因为佛在我们自己的内心当中。那找什么呢？不就在心里吗？我们证悟就可以了，不需要去寻找了。现在我们需要的是不是去寻找佛，我们现在的工作是要了解自己心的本性是佛，就是这个意思。

我们今天就讲到这里了。实际上不需要讲太多，只了解“心即是佛”一句话就可以了。这句话我们通达了以后，那么其他的都不需要讲了，其他都是围绕着这个话题的。



达摩血脉论二

当有一点点证悟的时候，“佛性”就不再只是文字

我们继续讲《血脉论》。我们昨天讲了一部分内容，《血脉论》从头到尾它一直都在强调：除了我们的心以外，没有其他的佛，实际上我们心的本性就是佛。这个就是它的核心思想。

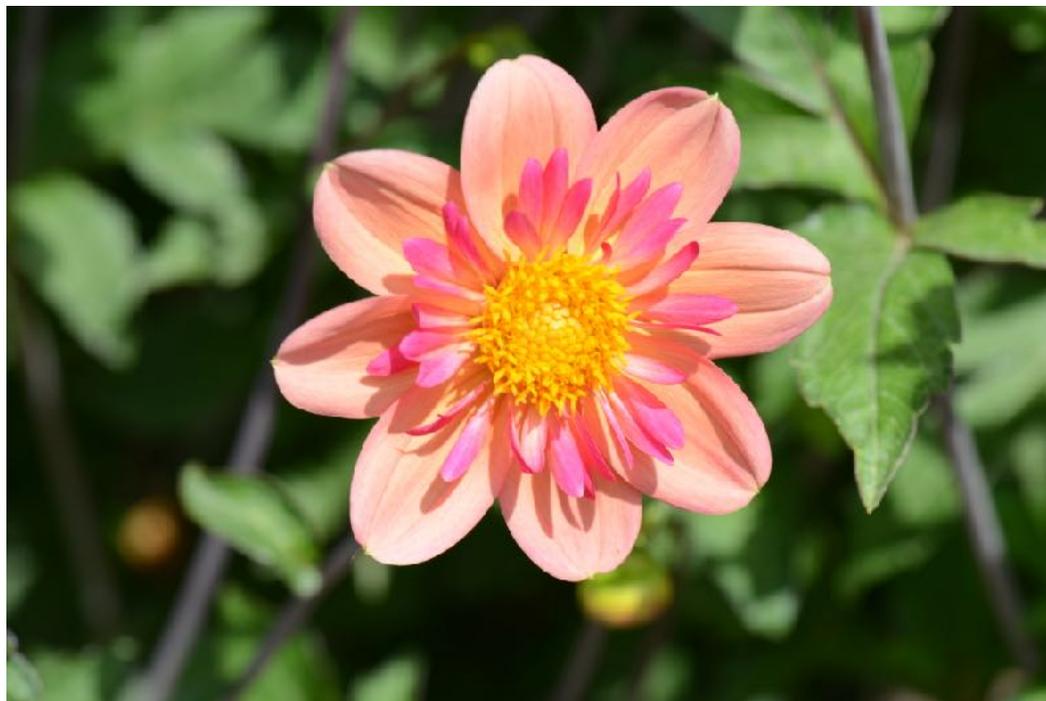
这一点，不仅仅是《血脉论》，禅宗的这些祖师大德们也都在讲。他们的语录、他们写的诗等等，都在表达这个内容。除了禅宗以外，像弥勒菩萨的《宝性论》，还有龙树菩萨的《赞法界论》，以及很多的三转法轮的法，像《维摩诘经》《大涅槃经》等等，也在讲这个内容。所有的密法，包括大圆满讲的也就是这个。

昨天也给大家说了，心的本性是佛、除了心以外没有佛，这种思想真正能够落实到修行中、真正地能够实践的，只有大圆满了。其他显宗、密宗的这些法，是在不同的程度上落实、实践“心的本性是佛”这个思想。

从显宗第三转法轮开始，唐密还有藏传佛教的密宗等等，第三转法轮以上的所有的经和论都在讲佛性。那么，大家一定要知道，用我们的语言和文字去表达，讲得再多、再深，确实没有办法让我们知道真正的佛性是什么样。

我们平时用的就是光明、佛性、空性这么几个词汇了，在关键问题上用的都是这些词汇，但是我们怎么去理解这些词汇？很难。但我们如果无论是男女老少、在家出家，凡是对证悟稍微有一点点的体会，不用很高，哪怕是有一点点的证悟，那么自己基本上能够就知道：哦，佛性大概是这样的，光明是这样的，心的本性应该是这样的，那么最终佛的境界也应该是这样子的。

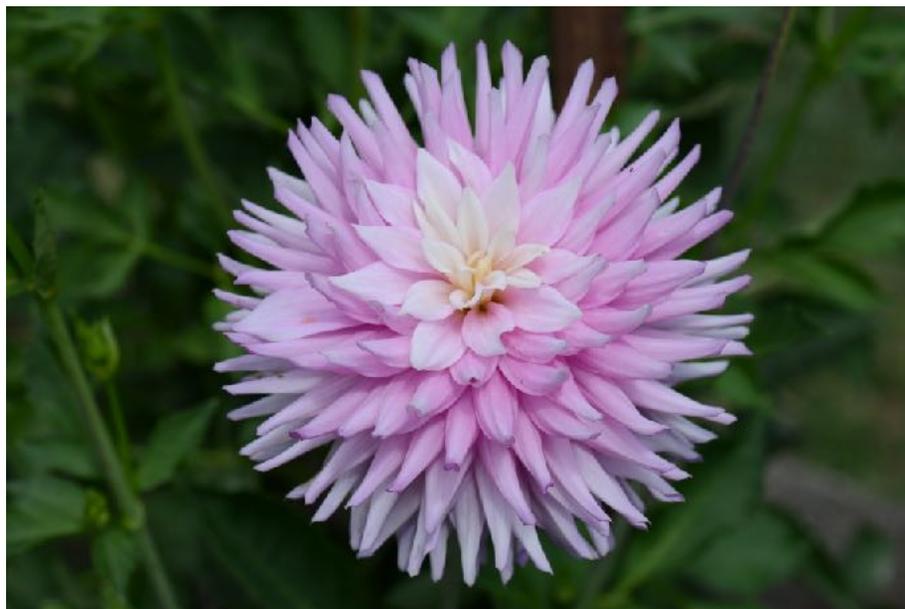
这个就算是自己有一定的认识了。一定会有的。什么时候有呢？就是当我们开悟的那一天，我们就开始真正地了解了光明、心的本性、佛性等等词汇的内容，同时我们也就基本上了解佛的境界大概就是这样子了，这是因为我们自己有了一个感觉。虽然这个感觉是刚刚开始，这个证悟的层次很低很低，但层次再低，也是一种证悟。



通过这种证悟，我们知道佛的境界大概就是这样子。虽然不是很清楚，但是知道：哦，大概应该是这样子，光明大概是这样子。这个时候，我们不需要去问其他人，自己基本上就能够明白。在这之前，虽然讲了很多很多，把佛经里面显宗和密宗的这些词汇全部用完了，最终也就是说佛的境界“不可思议”，就这么四个字。怎么样不可思议？也不清楚了。所以禅宗就说“以心传心，不立文字”。净土宗不会这样子讲，主要就是禅宗说不立文字。

我们以为不立文字可能是禅宗独一无二的方法，其实不是的。所有的般若以及所有的密法，都是不立文字的。因为最终的境界，无论是禅宗也好、密宗

也好，无论是谁也好，任何人、任何宗派都没有办法用语言说得非常清楚，所以最终都是不立文字的。“不立文字”这几个字，禅宗祖师大德们的语录当中说得比较多，所以我们平时认为，这些都是禅宗的独特的方法，其实不是，所有的这些高深的法都是这样。

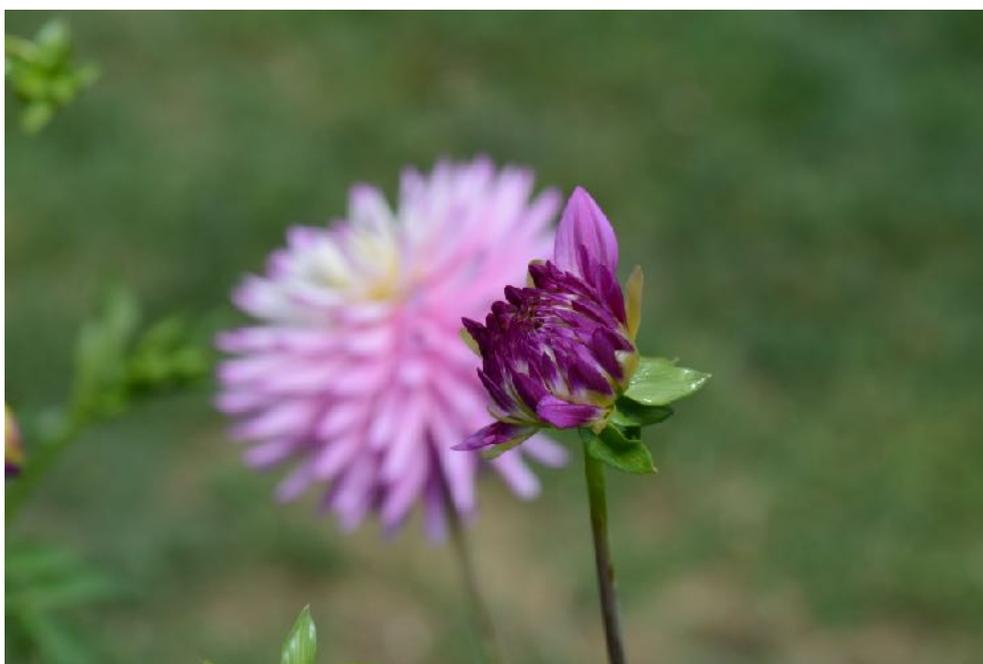


当我们有一点点证悟的时候，我们对佛的境界有所理解，对佛性、对般若波罗蜜多都有所理解时，那时我们自己基本上就明白了。在这之前虽然讲很多、学很多，只是在理论上大概的、抽象化的一点点了解，但不会明白具体的东西。说得再多、学得再多也是一样。我们把第三转法轮的大乘佛法一本又一本地去学，密法的内容也全部学完了，最终也就是这样子。用语言是没办法表达的，所以证悟非常重要。

还没有证悟的时候，“心的本性是佛”“心即是佛”“心外无佛，佛外无心”等等说法，其实离我们很遥远，根本就没有办法知道它的含义到底是什么。但是有一点证悟的时候，就会体会到：除了心以外，确实没有佛的存在

佛无过患，众生颠倒，不觉不知自心是佛

像阿弥陀佛、释迦牟尼佛等等，这些就叫作佛的色身，还不是法身。佛的色身是为了方便和我们这样的凡夫人沟通而出现的，人是什么样子，佛就以人的形象出现。六道轮回当中有很多佛的化身。比如说地狱当中也有佛的化身，佛就以地狱众生的形象出现；动物里面也有佛的化身，但如果佛以人的形象出现，那跟动物没有办法沟通，没有办法去度它们。所以，佛就会以动物的形象出现在动物当中，外表上看都是一样，但是内在证悟的境界不一样。对人类来说也是一样，佛度人类的时候以人类的形式出现。



佛的这些色身，本来就是根据不同众生的需求而出现的，根本不是真正的佛。这些化身和报身背后的佛，才是真正的佛。背后的佛是什么呢？那当然是法身。那法身又是什么呢？法身就是我们自己心的本性。所以我们证悟心的本性的时候，我们就见到佛了。

比如说现在的人，没有福报见到释迦牟尼佛的色身，佛已经圆寂了。但是我们现在证悟的话，我们看到的就是佛的法身。那么十方三世，过去、现在、未来所有佛的法身是无二无别的。所以我们现在证悟了，看见自己心的本性，实际上我们就看见了十方三世所有的佛。

我们当然可以到处去拜佛，这样可以积累福报、忏悔罪过，这些也不能否定、不能排除。但是要真正见佛，就要往自己的心里去找，这样才能看到真正的佛的法身，这才是真佛。所以说了千言万语，最终一句话就是要证悟。证悟了以后，就解决了所有的问题。

如果不证悟，那我们学了很多很多，到了最关键的时候，还是没有办法理



解。刚才讲的，最后就是“不可思议”这么几个字，所以大家一定要想办法要证悟。可以负责任地告诉大家，证悟的时候，你们每一个人就知道：哦，佛的境界大概就是这样子。自己就有一定的把握，虽然证悟的境界不是很高，

但是自己会明白的。还没有到这个之前，我们学得再多、看书看得再多、背书背得再多，实际上是没有办法理解的。

所以，最后非常深奥的东西，佛也是没有办法用人类的语言给大家讲得很清楚，佛就说：反正你们相信我，是完全没有错的。佛把舌头伸出来，佛的舌头跟其他人的舌头不一样，佛说：我的舌头为什么长成这样子呢？是我多世累劫当中从来没有撒过谎，所以我的舌头就变成这样子！你们相信我的话，往前走，就没问题，一定是这样子。

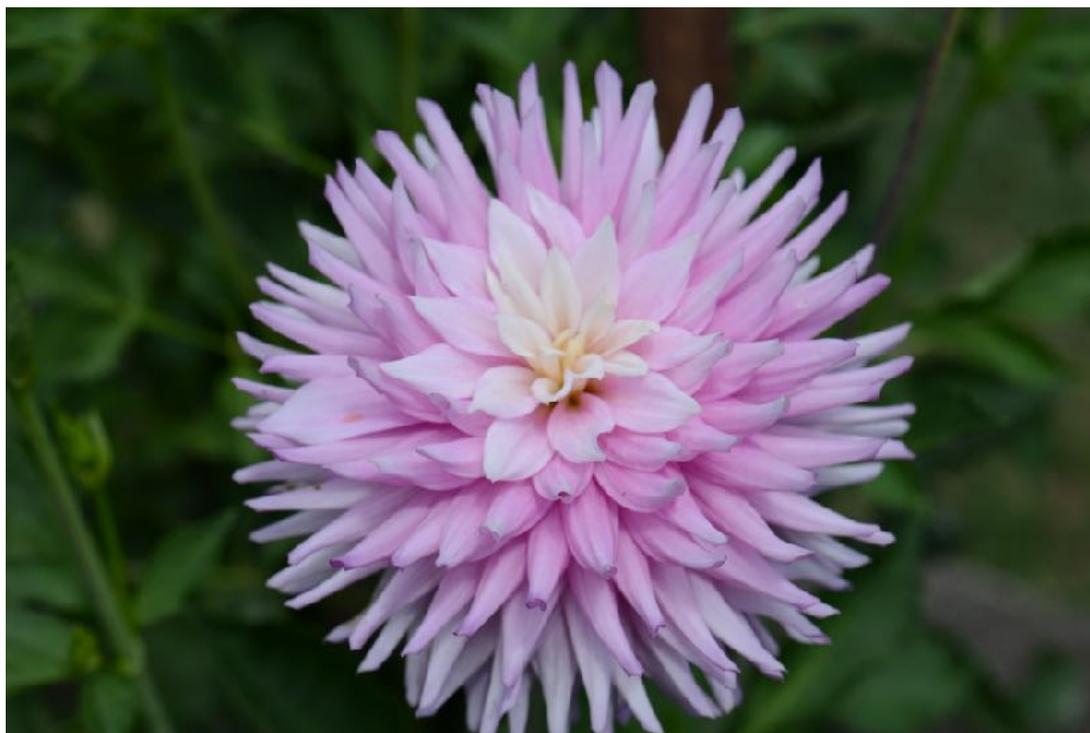
佛在第三转法轮的时候就是这样子。在显宗里面就只能这样，没有办法直指人心。像密法、大圆满当中，对少数人可以直指人心，但对多数人也是没有办法的。首先我们要学习，学习很重要；学了以后，要积累福报，再往前走。这样以后，我们自己有一点点证悟的时候，我们就真正地、深深地体会到，“心即是佛，佛即是心”这两句话的真正意义。还没有到这个时候，就很难理解。

所以，禅宗还有密宗、大圆满、大手印的这些内容，虽然可以用语言去表达、学习、传播，但是它们真正的意义，要去体会、证悟才可以的，这特别重要。

平时说“烦恼即是菩提”“轮回即是涅槃”“心即是佛”，听起来很玄，但作为一个佛教徒，我们不会去否定这些话。当稍微有一点点证悟时，从那一天开始，我们就深深地体会到这些内容一点都不玄，非常非常的实在。要有体会，就不是以讲为主，而是以修为主才行。凡是第三转法轮以上的这些宗派，不论是藏传佛教、汉传佛教、印度佛教，什么样的传承都是一样，最终要自己去体会才是最有意义的。

我们昨天讲过了“佛无过患，众生颠倒，不觉不知自心是佛”，虽然每一个人的心里都有佛，他为什么不出来告诉我们他在哪儿呢？其实不是佛不告诉我们，而是我们自己的烦恼、业障，遮盖了自己的佛性，让我们没有办法看到它的存在，也没有办法知道它的存在。这个不是佛的问题，问题是我们自己的烦恼。

“若知自心是佛，不应心外觅佛”，如果知道自己心的本性是佛的话，我们不应该在心以外再去寻找佛。我们认为，现在的这个心有各种各样的情绪和杂念，没有一个是有益的，全部是有漏的烦恼。那么我们怎么样成佛呢？现在烦恼的、有漏的、非常糟糕的这个心，把它铲除、扔掉、断掉，然后重新去创造一个佛的境界，那这种想法就叫作“心外觅佛”。大多数的显宗观点就是这样子。



证悟以后，就可以把证悟带到中阴世界

大乘佛教绝大多数的显宗是如此。少部分讲佛性的经，像《维摩诘经》还有《大涅槃经》等等，比较突出的有十部佛经；凡是提到佛性稍微比较多一点的佛经，加起来也就二十多部。其他佛经讲的就是空性，比如说像第二转法轮中的《大般若经》主要内容就是讲空性，偶尔会提光明，但不会强调佛性、光明。

很多大乘佛经讲的都是六波罗蜜多，比如说布施、持戒、忍辱等等。只有第三转法轮的佛经才讲佛性。是不是第三转法轮的全部内容都是讲佛性呢？也不是。也只有少部分佛经才讲佛性。

所以我刚才说，绝大多数大乘佛经讲成佛的方法实际上就是心外觅佛。它们认为把我们现在凡夫人的烦恼全部断掉了以后，重新获得佛的智慧、佛的果位。绝大多数大乘佛教经典的观点都是这样。

但是少部分讲佛性的佛经就认为：不是把我们现在的烦恼断掉了以后，再重新获得佛的果位，我们的烦恼本身就是佛的智慧，只是我们自己没有发现而已。那它提出这样子的观点以后，这一类的大乘佛经就与众不同。所以三转法轮当中的一部分佛经就说：不要心外觅佛，心就是佛，佛就是心。

我之前也提过，在《慧灯之光》里面也有收录。藏传佛教里面，大家都比较熟悉的麦彭仁波切，他就认为这一类的佛经，虽然它们出现在三转法轮中，但是从它们的内容来讲，它们既不是显又不是密，是处于显和密中间的佛经；也可以这样子讲，它们既是显又是密。它们的内容跟很多的密法，像跟大圆满相比的话，讲得还没有那么清楚、那么深；但是跟其他的大乘佛经相比，那就讲得非常深奥。所以它们处于显和密的中间，既不是显又不是密，或者既是显又是密。

比如说愤怒、嗔恨，大家都觉得这是非常不好的情绪。不仅仅是佛教，从道德标准角度讲，你天天对家庭、对社会、对各种各样的人有一种仇恨，大家都认为这不对。但是，如果我们证悟了，那么这种仇恨、愤怒的本质就是佛的五种智慧之一。

显宗绝大多数的佛经是讲三身四智慧，也有讲四身五智慧。密宗绝大多数都是讲四身五智慧，实际上都是一个意思。那么五智慧是什么呢？五智慧就是五毒。平时我们讲三毒、五毒，没有开悟的时候，五毒就是烦恼，它让我们去造罪、让我们去堕地狱。但是开悟了，五毒就不是毒，五毒就是佛的五种智慧。



佛的内在的五种智慧投射出来的外在形象是什么呢？就是五方佛。内在的时候就叫作五智慧，外在的时候就叫作五方佛。在密法里面，尤其是宁玛派的大圆满里面，五方佛的总和叫作普贤王如来，就是第六佛。

所以，我们特别愤怒、特别生气的时候，如果当时证悟了，那么愤怒就不是愤怒，就是佛的智慧。为什么是佛的智慧呢？因为佛的智慧具备的所有条件、功德，开悟的时候的愤怒也都具备了，它跟佛的智慧没有任何的区别，所以烦恼就是佛。

我们有一点点开悟的时候，禅宗这些书里讲的每一句话的内容，我们一定会深有感触的。但是我们还没有开悟，没有这样子体会的时候，它讲“烦恼即是菩提”，烦恼怎么是菩提呢？它讲“轮回即是涅槃”，轮回怎么可能是涅槃呢？



我们进一步思考的话，也会出现很多的困惑，自己也解决不了。难道我们就不需要学佛了吗？那我现在是不是就已经成佛了？我已经成佛了，那我为什么还要学佛？会出现很多这样的疑问。所以，说来说去的就这么几句话，但这些话在真正的证悟以后都解决了。

大家一定要争取，要在这一辈子当中有一点点证悟。不说即生成佛，也不说要成为一地菩萨，如果有这些目标，那当然非常好。但至少一定一定要在这一生当中，对这些“心即是佛，佛即是心”的内容有一点点体会，这个体会就叫作初步的开悟。虽然它的境界不高、层次也不是很高，但仍算得上是一个证悟。

有了证悟以后，你可以把这个证悟带到中阴去，所有中阴的修法，就是在这个基础上修的。我们这一生，人活着的时候没有这些体会的话，死了以后怎么可能证悟呢？那这就是自欺欺人。那时，我们在中阴时的很多修法根本用不上，还不如好好念阿弥陀佛。因此，在这一生当中，大家一定要有把握，这样子才能够用得上；否则的话，这都是空谈，没有用的。



最殊胜的顶礼

“若知自心是佛，不应心外觅佛”，这刚才已经讲过了。“佛不度佛”，佛不会去度佛，什么意思呢？我们心的本性就是佛，任何佛都不需要去度它。度什么呢？它自己本身就是佛。阿弥陀佛需不需要去度它？不需要；释迦牟尼需不需要去度它呢？都不需要。所有佛都不需要去度它。

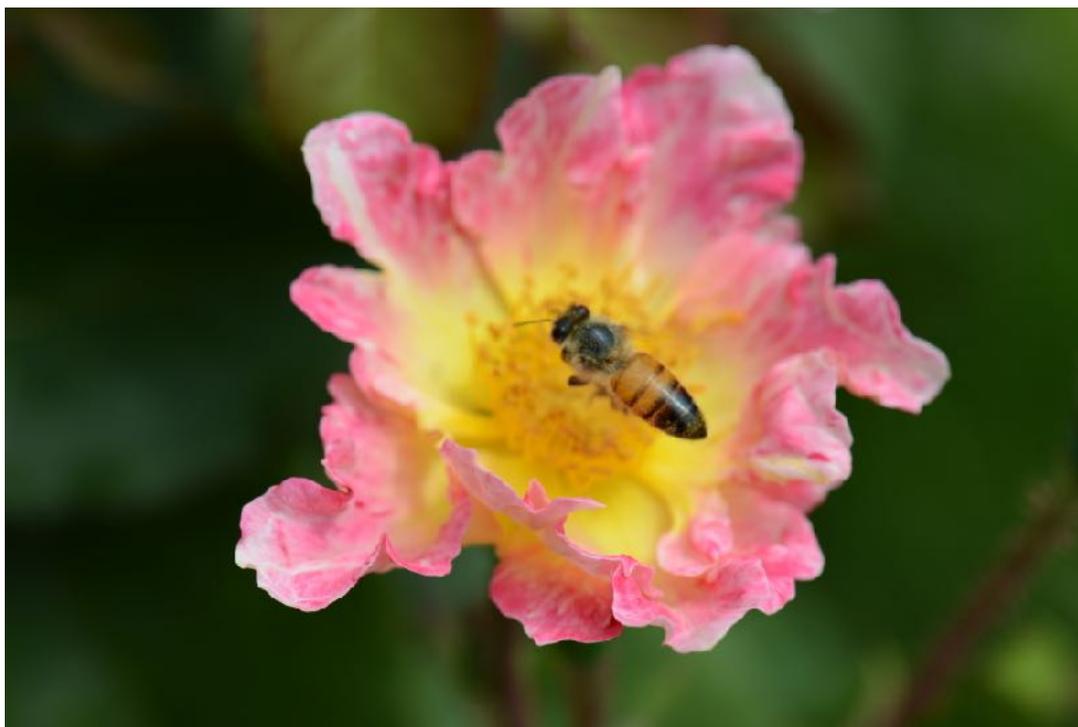
然后说“将心觅佛，而不识佛”，如果我们用自己现在的心去寻找心外的佛的话，实际上是我们还没有认识到自己心的本性的表现。“但是外觅佛者，尽是不识自心是佛”，如果我们只是向外求佛，不懂得向内寻找佛，那这种人全都是不认识自己心的本性。

“亦不得将佛礼佛”，如果证悟了以后，心的本性本来就是佛，那么他不需要去向佛磕头。什么是礼佛呢？我们现在的这种顶礼磕头，像修五加行时候的十万个磕头，实际上是我们对佛表达敬意的方式。真正的顶礼是知道自己心的本性本来就是佛，这是最大的、最殊胜的顶礼。所以除了这个顶礼以外，佛不需要礼佛。

“不得将心念佛”，为什么呢？心的本性本来就是佛。但我们认为，在我们心的本性以外，像极乐世界或者其他的世界当中还存在一个心外的佛，然后用我们的心去念这个佛的佛号。那这是不对的。

最后总结下，这是千万不能误会的。我们必须要知道，以上这些是在证悟的境界当中才能这样理解。这不是说我们在世俗修行的过程当中，不需要礼佛、不需要念佛，这种理解就是大错特错，这就是外道的法。

这里讲的是什么呢？在证悟的境界当中，它本来就是佛，所以佛不需要礼佛，佛不需要念佛。佛念什么佛？它本身就是佛；佛礼什么佛呢？它本身就是佛。这些都是针对证悟的境界讲的，而不是对我们现实的修行讲的。否则，我们会走错路的。在最终境界当中，当然没有礼佛，当然也没有念佛。礼佛、念佛是我们现阶段的一个方法，让我们通过礼佛、通过念佛的这种方法达到最终证悟的境界。



“佛不诵经、佛不持戒、佛不犯戒；佛无持犯，亦不造善恶”，佛也不持戒，也不犯戒。当然这里讲的是法身佛，讲的是自己心的本性。这个法身佛当然不会守戒，守什么戒呢？法身佛不守戒，当然也不会犯戒等等。佛也不会念经，就是这意思。

“若欲觅佛”，如果你们想寻找佛，应该怎么去找呢？**“须是见性”**，必须做的就是要明心见性，就是说证悟了才能够找到佛。**“见性即是佛”**，见性就是开

悟，开悟了是不是成佛了呢？禅宗的书里常讲：见性就是佛。当然可以这样子讲，为什么呢？我们从一地到十地，然后从十地到十一地，最后成佛。在彻底地、没有任何障碍的情况下见了这个本性，就成佛了，所以这句话是没有错的。

是不是证悟的当下就成佛了呢？没有那么容易，不是这样子的。

我们前几天讲过虚云大师的一个故事，大家应该记得很清楚。证悟了以后，还不是成佛。比如说到了十地，马上就要成佛了，那么十地菩萨为什么还没有成佛呢？因为他还有最后一点点的障碍，就会影响到他彻底看到佛的本性，最后的一点点障碍断除了以后，他就彻底地看到了心的本性，然后就成佛了。所以见性就是成佛，这句话永远都不会有问题的。

但是我们不能理解为，有一点点证悟的时候，就是成佛了。当然不是。我们如果证悟了第一地，那路还很远，一地以后，二地三地……十一地才是成佛。见性是开始成佛了，比之前一定会很快，所以说见性就成佛，但是没有说一开始见性的时候就成佛。



如果不懂得区分胜义谛、世俗谛的话，永远没有办法了解佛经的内容

“若不见性，念佛、诵经、持斋、持戒亦无益处”，梁武帝是非常虔诚的一个佛教徒，他对佛教的支持非常非常大，他本身也持斋、受戒。达摩祖师刚刚来中国的时候，他跟达摩祖师汇报他的修行，他做了很多很多的善事，那这些有多大功德呢？达摩祖师一句话就否定了：没有功德。

达摩祖师为什么这么讲呢？达摩祖师当然不会否定因果的。他的意思就是说，从证悟的境界或者标准来看，持斋也好、干什么也好，全部都是世俗的福报，根本就谈不上什么功德。但达摩祖师说没有功德，不等于持斋、念经没有功德，当然不是这样的，是层次不一样、标准不一样。

这个地方达摩祖师讲持戒、诵经都没有功德。没有功德的意思就是刚才讲的这意思。这个也不能理解错了，因为站的高度不一样，看问题的角度不一样，所以结论也不一样。达摩祖师从证悟的角度讲，持斋、念佛跟证悟的境界一点关系都没有，所以他肯定会说这是没有功德的、没有用的。

为什么没有用呢？如果不是为了证悟，就为了世间的福报去持斋、受戒，那从证悟的角度来讲，就是没有功德的。从世间的角度来说，当然是善有善报。但是达摩祖师没有讲这些，达摩祖师讲的是心的本性，所以不能理解错了。

很多人还不懂得怎么区分胜义谛和世俗谛，很多时候是比较混乱的，所以胜义谛和世俗谛要分清，这个特别重要。胜义谛是什么呢？就是证悟的境界。从胜义谛或者是证悟的境界讲，这当中不存在任何因果关系，所以会说没有任何的功德或者是没有益处。如果是从世俗谛的角度讲的话，那持斋有没有功德？当然有功德；诵经有没有功德？当然有功德。



有两种不同的胜义谛。一个是第二转法轮的胜义谛，就是般若空性。前两天学《坛经》的时候，讲过惠能大师非常著名的一句话“本来无一物”，这句话讲的就是第二转法轮的般若智慧。从本来无一物这个角度讲，持斋、念经当然没有功德，本来无一物有什么功德呢？本来无一物又怎么可能有因果关系呢？都是不存在的，这就是二转法轮的胜义谛。

另一个是第三转法轮的胜义谛，就是《坛经》敦煌版中的“佛性常清净”。这就是讲心的本性是光明，在光明的层面上没有因、没有果，没有善、没有恶。

无论是第二转法轮的胜义谛“本来无一物”，或者是第三转法轮的胜义谛“佛性常清净”，从哪一个角度讲：因果不存在，善恶不存在，持斋、念经等等都是没有功德的。善有善报、恶有恶报，在这个层面上都是不存在。那什么时候存在呢？回到了世俗的层面时，有因有果、有善有恶。所以胜义谛、世俗谛这两个要分清楚，这就像一把钥匙一样，特别重要。

如果不懂得区分胜义谛、世俗谛的话，我们永远都没有办法了解佛经的这些内容，一会儿说因果永远都不变，因果不虚，一会儿又说这些都是不存在的。我想多数人应该知道；另一部分虽然是佛教徒，但没有系统学习的这种人，就不一定能够明白了。

所以，这个特别重要，一定要明白，这样以后我们看任何一本书，自己就能够解释佛的意思是什么了。说有功德，我们也知道佛的意思是什么；说没有功德，我们也知道佛是什么意思了；说有善恶因果存在，永远都不变，我们也知道佛是什么意思；说根本就不存在三世因果，然后也知道佛在说什么。否则的话，这些都会乱套的。

所以平时对佛法的学习是非常重要的。我们之前也讲过了，现在人的文化水平、学历都挺不错，在这个基础上我们去学佛是不难的。再早一百年，普通的老百姓去学佛，确实他们的知识储备、文化水平不够，有一定的难度，只有少部分专业的人可以学。那时，佛教很多的理论要普及化、大众化，不太容易。比较容易普及的，只有念佛、持斋、多做善事，因为这些本来就不需要太多的知识文化。其余的，比如说四谛、二谛、空性、光明这些就很难。

六祖惠能大师是文盲，但他也是开悟者，这两者在他身上完全不矛盾。但是连字都不识的普通人就根本没办法去理解佛的意思。一百年前普及难，但现在一点都不难，只是我们没有这个环境。

如果有环境，佛讲的这些理论，任何一个人只要自己有兴趣，稍微投入的话，很容易能够明白的，因为我们现在学习佛法比较容易。如果没有这样子的条件和环境的话，虽然自己有足够的知识储备，完全够用，但是因为没办

法接触这些知识，所以很多很多人就不知道佛教是什么，还认为是封建迷信，对佛教的认识仍旧停留在这种程度上。

大家要一定要去学习，这非常重要。前几天也讲过，比如说你暂时不想成佛，也不想往生西方极乐世界，但是如果学到了佛的这些理论，你完全可以过一个非常幸福快乐而且又特别有意义的人生，没有人不想追求这种生活的。如果连这个都不追求了，那肯定是不想活了，所以大家一定要好好学。



如未证悟，即使背诵十二部经，亦不免生死轮回

刚才讲了诵经这些都是没有益处的，为什么呢？就开始讲这个道理。“念佛得因果”，念佛的话，也许可以往生西方极乐世界；或者在世俗生活当中，也许我们可以得到一些帮助，回避一些灾难，在健康、长寿等方面会有这样的善报。

“**诵经得聪明**”，诵经的话就可以得到聪明。“**持戒得生天**”，持戒的直接结果，就是下一世做人或者做天人。“**布施得福报**”，布施，那下一世就可以做一个有钱人。虽然有世俗的善恶因果，你可以聪明，也可以生为天人，也可以有很多很多钱，但都是“**觅佛终不得也**”，你通过这些方法去寻找佛，永远都不会得到的。

达摩祖师没有否定善恶的因果，他承认念佛得因果；诵经得聪明，他没有说诵经不会聪明的；持戒得生天，他没有说持戒不会生天的，是可以投生到人或天人的。这些他都没否定。他是说，通过这些方法，在世俗当中你可以得到一些帮助，但成佛就不要想了。所以，他是从这个角度来否定的。

“**若自己不明了，须参善知识**”，那我们自己不明白佛性怎么办呢？若自己不明了，我们要去找善知识，依止上师，这个非常重要。“**了却生死根本**”，我们通过依止善知识获得证悟的智慧，用智慧断掉无明，这就是断掉了生死的根本。

我们自己不能开悟要去找上师，那应该找什么样的上师呢？这句话非常重要，我们之前也用过很多次，这是禅宗对上师、对善知识的标准：“**若不见性，即不名善知识**”。

没有开悟的人就不叫善知识。为什么呢？因为我们依止上师是为了开悟，如果上师自己都没有开悟，那我们依止有什么用呢？还不如念佛。就只能做念佛、诵经这些事了，没办法开悟的。自己已经证悟的善知识，他有办法让我们证悟；自己根本就没有证悟的人怎么能让别人证悟呢？不可能的，所以一定要找到证悟的人。

“若不如此，纵说得十二部经，亦不免生死轮回”，“十二部经”，所有的佛经可以归纳为十二类。如果这个善知识没有证悟，或者是我们自己没有证悟，虽然我们的理论水平非常高，能够把十二类佛经讲得非常到位、说得非常好，全部都能背下来了，那么也只是背了文字而已，实际上轮回没有办法断掉，免不了生死轮回。



“三界受苦，无有出期”，虽然我们背下了佛的整个八万四千法门或者是十二部经，都没有用，最后还是要要在轮回中受苦。在轮回中什么时候能解脱呢？没有解脱的时候。

“昔有善星比丘，诵得十二部经，犹自不免轮回”，佛陀在世的时候，有一个人叫作善星比丘，《大涅槃经》中有关于他的一些记载、故事。善星比丘非常精通佛的理论，理论水平非常非常高。虽然善星比丘非常精通十二部经，仍然不能免于轮回。为什么呢？“缘为不见性”，因为他没有证悟，他懂的都是理论、文字，他没有证悟文字背后真正的含义。

“善星既如此，今时人讲得三、五本经论以为佛法者”，善星比丘这么厉害的人，因为没有见性，他都不能脱离轮回，更何况我们就讲了三五本经书，就觉得自己精通了佛法，“愚人也”，这根本不叫通达佛法，这是愚蠢人的想法。

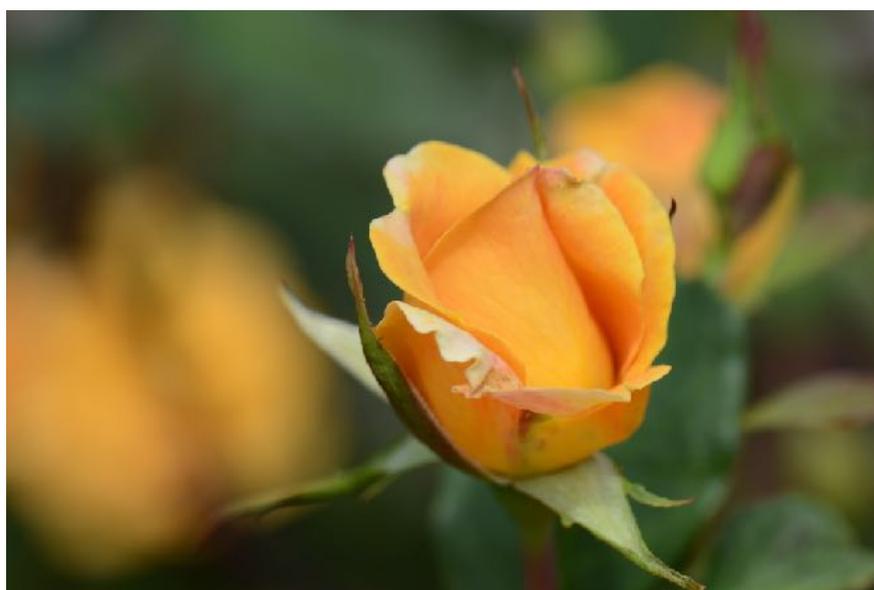


“若不识得自心”，如果我们不认识自己心的本性，也就是说我们没有明心见性，“诵得闲文书，都无用处”，“闲文书”就是跟真正明心见性无关的这些书，无关紧要的书。哪些是无关紧要的书呢？他肯定会说，除了讲心的本性以外，讲很多很多的理论，比如说像因明这类的书，都是闲文书。这些都没有用的，可以读，可以不读，可以学，可以不学。

当然，从另外一个角度来讲，因明不是闲文书。这个也是因为看的高度不一样、层次不一样，所以有不同的标准，大家应该很清楚了。反正不能让我们明心见性的这些书籍、理论，很干脆地说，统统都是没有用的。

“若要觅佛，直须见性”，如果你想寻找佛，想知道佛在哪里，那你必须要证悟。**“性即是佛，佛即是自在人”**，佛是什么呢？佛不是神，佛是人，是人中至尊。佛是绝对自由的人，因为佛断掉了所有的烦恼、无明，现在没有一个东西能让他不自由，没有一种烦恼能让他不自由。

“无事无作人”，佛是没有什么事情可做的人，就是这个意思。



乃至成佛之间，没有绝对的对与错

大乘、小乘佛教都有五道，五道的最后一个叫作无学道。从自利的角度去讲，佛确实是没有什么事情要做了，该做的全部做完了，佛已经达到了最高的境界，还有没有一点点提升的空间呢？一点空间都没有了，所以佛就是无事无作人，佛没有什么工作可以做。

从利他的角度讲，那当然有了，佛是非常忙的。但是从自利的角度讲，佛是没有什么事情做的，跟佛经里面讲的无学道是一个意思。无学道是不需要学了。资粮道、加行道、见道、修道、无学道，除了无学道以外，前面都有事情做，要努力、要去证悟、要积累福报、要断除烦恼，有很多很多事情要做。但是到了无学道的时候，该做的全部做完了，所以从自利的角度讲，佛是没有什么事情做的。从利他的角度来讲，佛当然是有事有作。

但这里讲的是法身佛，法身佛其实也不是人，法身佛本来也是无事无作的，现在是无事无作，未来也是无事无作；法身佛，从自利的角度讲，是无事无作的；从利他的角度讲，也是无事无作的。法身佛要利他，是让报身和化身去利他，而不是自己亲自出面，所以无事。无事无作人，就是这个意思。

“若不见性，终日茫茫，向外驰求觅佛”，我们现在没有证悟的时候，天天都在忙，做很多很多的善事，一会儿念佛，一会儿放生，一会儿又做别的，太多太多的事情。如果没有证悟，并且不站在达摩祖师的高度去看的话，这些当然是有用的。但是从证悟的角度讲的话，这些也只能间接让我们证悟，不能让我们直接证悟，所以这些都不是最重要的。但是我们在这种状态当中，能做的就是这些。

证悟，我们证悟不了；能做的，我们又不做，那这样的话，最后就是一无所有了。像达摩祖师讲的这些，我们本来做不了，那我们自己能够做的这些事，我们听了达摩祖师这个话以后，我们也不做了，那最后就是一无所有，所以千万不能这样子理解。

达摩祖师讲的这个标准很高，现在我们要循序渐进、逐步逐步靠近达摩祖师的境界。不要现在就把达摩祖师的话用到生活当中，这样我们最后就什么都

不做了，那就没有办法了。比如说四加行不修了，五加行也不修了，菩提心也不发了，出离心也不要了，连佛也不念了，这样的话，我们也没有证悟，那跟不学佛的人不就一样了吗？



然后说“元来不得”，这样子去觅佛的话，本身就不可能得到佛。“虽无一物可得，若求会”，这句话真的非常重要，大家一定要记住。其实禅宗的这些书里面，它虽然说念佛还有行善这些没有功德，一定要去证悟，在这个方面强调得比较多。但是另外一个方面，该讲的，它讲得非常到位。前几天我们在《坛经》中也发现了这个事情，《血脉论》当中也讲得非常好，这几句话大家一定要记住。

你看不是说了吗？他说，虽然无一可得——最终的时候没有什么东西可以得到的，也没有什么东西可以证悟的，也没有什么成佛，成不成、佛不佛，这

些都是不存在的。但是从世俗谛的角度讲，还是要用功的。既然没有一物可得，为什么要用功呢？

用功是从世俗谛的角度用功。胜义谛用什么功呢？功都不存在，怎么用？胜义谛是没有办法用功的。大家听起来有一点点玄，是不是？但是我想听得懂中观的人就觉得这个是很正常的。

这里讲虽然一无可得，实际上真的是没有什么东西可以得到的，怎么理解呢？这是从胜义谛的角度来讲的。但是“若求会”，“会”是通达、精通的意思。如果你求证悟的话，那也可以求善知识，“亦须参善知识”。刚才讲了一无可得，那一无可得我参善知识做什么？胜义谛当中没有什么东西可以得到，但是世俗谛当中当然有得，可以成佛。所以这两个不矛盾。



胜义谛、世俗谛这两个大家一定要区分。凡是我们的学习和修行，涉及到空性、佛性的时候，那就必须要用胜义谛和世俗谛——二谛这把钥匙来解开这些难题，不能混为一谈，混为一谈就很麻烦了。所以胜义谛当中没有的，世

俗谛当中是有的。那有和没有到底哪个说了算？到底有还是没有？谁是对的？

我们可以这样子理解，比如说有些人吸食毒品了以后，因为毒品的作用，这些人会看到很多很多稀奇古怪的东西；旁边坐了一个没有吸毒的人，那他根本看不到。但是这个吸食毒品的人，他真的不是撒谎，他就看到很多不可思议的景象。这些东西出来的时候，有些时候他高兴，有些时候恐惧，因为这些东西都跟真实的东西是一样的。

这个时候，他看到的这些东西到底有还是没有？我们不能一概而论，从吸食毒品的人的角度来讲，这些东西都是很真实的；那么从旁边人的角度讲，这些东西都是不存在的。所以谁对、谁错，到还没有成佛之前，永远只有相对的对和错，没有绝对的对和错。



所以，六道轮回的众生，大家一起看这个宇宙、看这个地球，各自看到的都不一样。我们人看了就是地球，已经存在四十五亿年了，未来还要存在等等，这就是人的概念；然后天人看了，不是地球，是天堂；地狱的人看了以后，既不是天堂，又不是地球，而是地狱的世界。到底哪一个是对呢？这里面没有对和错。

当是地狱众生的时候，地狱是对的，其他都是错的，但这个也是相对而言。当是人类的时候，那这是地球，这是对的，其他都是错的。这个也是相对而言是错的，不是绝对的错。乃至成佛之间的这些，都是相对的错和相对的对，没有绝对的错和绝对的对。



当我们的境界中，胜义谛和世俗谛的分别彻底地消失了，对和错就彻底地消失了，就到达了最高境界，如果有一个绝对的东西，那这个就是绝对的。

你真的懂达摩祖师的“放下”么？

所以我们说，在佛的境界当中，这些都消失了，可以说这是绝对的真理。在这个之前，六道轮回各自不同的这些现象，其实都是相对的对和错。

轮回当中这些各种各样的现象，实际上存在不存在呢？存在和不存在都是相对的，刚才讲，这也是不矛盾的。比如说吸食毒品的人，他看到的都是真实的，有些时候就看到非常恐惧的东西，有些时候就看到他喜欢的东西；但是对另外一个人来讲，那不真实。这两个人当中，有没有一个真和假呢？有一个相对的真和假，为什么呢？因为吸食毒品的人就是因为吸毒，所以他产生了这种幻觉；而在现实生活中，对一个正常人来讲，这是假的。

日常生活当中的这些东西，全世界七十亿人口任何一个人去看都是这样，所以我们认为这是对的。但是如果有一百亿人可能看到的跟我们看到的截然不同，那这时候怎么办呢？是不是我们看到的永远都是真理？也不是。所以，对和不对就是相对的。

我们消灭了一个错觉就减少了一种烦恼，那我们通过这种方法，逐步逐步地把我们的这些幻觉、错觉一个一个地打破，然后我们的烦恼也就逐步地减少，最后就是成佛。所以存在和不存在，还有比如说念经、持咒，持斋、持戒，有功德和没有功德，都是从不同的层面讲的，都不能一概而论。但是最后的时候，当然可以说佛的境界才是最终的结论。实际上佛的境界当中是没有答案的，他没有告诉我们任何的答案，这样子讲的话，我们可以说，没有答案才是最终极的答案。

大家一定要记住这句话“虽无一物可得”，这句话特别重要。从胜义谛的角度讲，虽然没有任何东西可以得到的，但是从世俗谛的角度去看，那我们还是

要去求。没有任何一个东西可得，那求什么呢？这两个不矛盾。我们因为世俗谛当中的求，就可以达到胜义谛的境界，所以我们通过有求达到无求。

不了解禅宗的人，开始的时候确实就有这个问题：禅宗就是不执著，禅宗不是强调放下吗？那你为什么还要去念佛？你为什么还要去放生？你还为什么还要去做这些？不就是要放下，那做这些都是不对的。

什么叫放下？真正证悟的时候才叫放下。我们现在不做这些事情，怎么叫作放下呢？这根本就不是“放下”这两个字的含义，所以不能这样子，这真的是很大的错误。我遇到很多学禅宗的人，都有这样子的问题，包括国外一些稍微有名气的禅师。这个也不代表所有的禅师，这个只能代表他自己。他们就是说：我们学禅宗的人，不相信因果轮回，我们的佛堂里面不供佛，我们不去顶礼佛。



如果问他为什么不顶礼佛？他肯定会找到这一句：这儿不就已经说了？佛怎么可能顶礼佛？我就是佛，我怎么顶礼佛？他就是有依据的，教证、理证全都有。但再多的教证、再多的理证也好，这些教证、理证最后就让自己走上一个不归之路，永远都回不来了，那这个是很危险的。所以，这句话就是针对这种人的这种想法而讲的，我们一定要记住。

无论是《坛经》或者是达摩祖师的这些小册子，所讲的这些内容，虽然语言不是很多，但是该讲的全部讲完了，非常到位。包括一些困惑、疑问，都讲解了。所以大家不要以为禅宗就是放下，一开始的时候就不去念经了，一开始就不去放生了，达摩祖师不是说了这些行善没有功德吗？为什么还要去做一件没有功德的事情呢？那这种想法完全是错误的。



我完全相信，真正学禅、懂得禅的人是不会有这样问题的。但是似懂非懂或者是不懂禅，自以为是在修禅的人，我觉得很多人都有这个问题的——他又

没有禅宗的境界，然后念佛这些世俗的善事也放弃了，最终就是一无所有。这个不是开玩笑，这个非常重要的，大家一定要高度重视。学大圆满也有这样一模一样的人。这不是大圆满有问题，不是禅宗有问题，是学禅的人有问题，学大圆满的人有问题，人的理解有问题。

如果你想求证悟，通达法的本性，就需要依止善知识、依止上师，然后“切须苦求”，而且一定要苦求。前面不就讲了吗？不会得到什么的，不是要全部放下吗？苦求不就执著了吗？苦求跟放下这两个不就是矛盾了吗？要放下就不要苦求了，什么都不做就放下了，这种理解是对禅宗的一个误解。

人家讲得非常清楚了，虽然一无可得，如果自己不能理会、不能精通法的本性的话，那一定要依止善知识。而且在依止善知识的过程当中，一定要苦求。苦求是什么呢？当年慧可法师在达摩祖师面前，是怎么苦求的？禅宗的这些事情大家应该知道的，就是像这样苦求，必须要苦求。然后“令心会解”，这样子苦求以后，自己的心就能够证悟法的本性，这样我们才能够证悟。



物质生活满足了，精神生活呢？

“生死事大”，我们的生活当中，有很多很多事情是非常重要的，比如说车子、房子、存款、孩子的教育、感情、婚姻……个个都是大事，没有一个是小事，但是这些都没有生死的问题大。对一个生命的个体来说，最最大的问题绝对是生死问题，在生死问题前面，其他的事情根本就不是事情。

乔布斯的自传里面写得非常清楚，当他遇到一些问题的时候，他一想到在死亡的面前，根本就不算是什么事情了。像斯蒂夫·乔布斯这样子的人，有这么一个大的企业，他肯定要面临很多很多事情，他要承担的压力大家可想而知。但是他一想到死亡无常的时候，这些压力根本就不是什么事情了。他说得真的非常对。

作为一个凡夫人，我们当然有很多很多生活当中的琐事，这些琐事对有高境界修证的人来说，可能不是什么事情。但对没有证悟的人来说，这些东西给我们的打击也是非常严重，但肯定没有生死问题那么大。所有事情当中，生死问题就是最大的，没有一个比生死问题还重要的。

所以，不管你信佛或不信佛，不管你相不相信轮回和来世，反正你肯定要死，死了以后一定会生的，这个是自然的规律。我们经常说：客观规律不以人的意志为转移，不会你想有轮回就有轮回，你说没有轮回就没有轮回。轮回是一种自然的规律，任何人都改变不了的，所以生死这个事情不管相信或不相信，大家都要面对的。

生死大事在我们的人生当中是最大的事情。所以，“不得空过”。讲得非常好，千万不能空过了，不要空虚度日子。如果说我们人生其他方面全部失败了，没有任何成功，只有一个学佛的机会的话，那也是非常珍贵的，人身非

常难得。修四加行的时候，专门就把这句话作为一个修法来修。达摩祖师在这里提了一下，因为这个论没有展开地讲，所以他没有讲具体的修法，他只讲了“不得空过”。

“自诳无益”，自欺欺人是没有用的，自以为这样子过就没问题了：我的未来一切都是非常好的。怎么知道未来很好呢？不做任何准备，认为自己的未来很好，这完全是盲目的，这叫作迷信。所以自诳无益，自己欺骗自己，没有任何意义，一定要面对现实，做好一切准备，特别重要。

“纵有珍宝如山，眷属如恒河沙数”，如果你有金银珠宝多如山，子孙满堂，还有你手下的人就像恒河沙数那么多。恒河沙数是什么概念呢？印度恒河里面的一颗一颗沙子，那么多的数量是不可思议的。如果有一个人，有这么多的金银珠宝，有这么多的眷属，那么**“开眼即见，合眼还见么？”**



你睁开眼睛的时候看得到，闭了眼睛的时候你能看得到吗？就是说你死的时候，眼睛一闭，这些东西在哪里呢？对你有用吗？达摩祖师说得非常好。金银珠宝、这么多的眷属，还有名声、声望，还有社会地位、权力，世俗的人特别特别向往的这些东西，该有的你全部有了。但人一死，呼吸一断掉、眼睛一闭，这些东西跟你有关吗？跟你一点关系都没有。

真正跟自己有关系的是什么？从过去到现在，从现在到未来，虽然换了一个又一个的身体，但是有一些东西一直都跟着你的。生生世世跟你有关系的什么呢？负面的是罪业——杀盗淫妄等等；正面的就是闻思修行。这些才是睁眼也好、闭眼也好，跟你都有关系的。闭着眼睛时候看不到，但还在，睁开眼睛的时候也还在。



睁开眼睛的时候，你就发现有很多钱、有很多眷属，闭上眼睛的时候一切都消失了，跟你没有任何的关系。所以有一点世俗东西的时候，就不要觉得

自己很了不起，什么都不需要做了：我现在已经很好了，我为什么还要学佛？我为什么还要往生西方极乐世界？能说得出这样的话的人就说明自己非常愚蠢。你今天非常好，但明天会这样吗？明年会这样吗？五年以后会怎么样呢？十年以后会怎么样呢？所以不能这样，这就叫作自诩无益。

“故知有为之法，如梦幻等”，所有的有为法，不管是身家还是地位等等，这些都是由因果产生的。有一天，这些因缘不存在了，它们都会消失的。这些因果的产物或者因果导致的这些东西，都叫作有为法。凡是有为法都是靠不住的，包括我们的身体，我们今天健康，但明天健不健康谁知道呢？下个月健不健康我们都没有把握。现在我们是活着的，但是下个月、下一年，会不会是活着的？

连身体、生命都是靠不住的，更何况其他的这些身外之物。所以，你如果想积累一些财富，那就不要过度地去积累身外的财富，就要积累内在的财富，相对而言这个才是比较靠得住的。其他身外的这些财富非常容易突然就没有了，所以这是如幻如梦的。我们梦到了自己发财了等等，但一醒过来的时候瞬间就不存在了，就是这样的。

“若不急寻师”，如果我们不急着去寻找善知识的话，**“空过一生”**，这一辈子就没了。这一辈子没了以后，所有的机会都错过了，所以，大家千万不要忽略了生死大事。我们工作上、生活中的其他一些事情当然也不能忽略，但是一般的情况下，忽略了也不会导致很严重的后果。但是如果我们把这个生死问题忽略了，不当一回事，到时候它导致的后果肯定是很严重，所以千万不要空度一生。

我们永远都不会否定物质它自身的价值，我们当然是很需要物质的，但是物质解决不了所有问题。我们人除了物质以外，还一定需要精神财富。如果我

们认为物质财富可以解决一切问题，除了物质以外什么都不需要，这种想法绝对是非常幼稚，甚至是非常愚蠢的。因为人有精神和肉体，所以人就有两个不同的生活领域，一个叫作物质生活，另外一个叫作精神生活。在物质生活当中，物质满足不了我们需求的话，会痛苦的；同样的，在精神生活当中，满足不了精神的需求，甚至更痛苦。精神空虚、浮躁、压力的痛苦，大家都知道的。



若未悟解，须勤苦参学

达摩祖师讲得非常清楚了。从胜义谛的角度讲，虽然无一可求，但是从世俗谛的角度讲，千万不要空度人生、一定要努力。这不就是胜义谛、世俗谛分得很清楚吗？所以我们怎么可能就听到禅宗的一句两句，放下、不执著，然后把一切都混为一谈，说：为什么放生？为什么念佛？这些都是执著。

这种话千万不能去听，非常危险。实际上这种说法本身就违背了达摩祖师的教言，不能这样认为。这个就是涉及到我们的实修，凡是涉及到我们实修的这些话都非常重要。一些关键性的理论我们不能错。有些理论我们搞不明白的话也可以不学，暂时搁置，不一定对实修有什么影响。但这些跟我们的实修是有密切关系的，大家一定要搞明白，特别重要。

然后说“**然则佛性自有**”，虽然我们每一个人的内心当中，佛性本来就存在。但是“**若不因师**”，如果我们不因善知识的教导和引导，虽然内心当中有佛性，但没有用。没有善知识的指点，“**终不明了**”，永远都不会知道我们的心里有佛性，所以一定要依止善知识。

五加行里面讲到的依止善知识，不要以为这个是藏传佛教所独有的，达摩祖师这里也讲得非常清楚了。藏传佛教只不过把依止上师单独列出来作为一个专门的修法和修行，实际上这些佛教的大师们，都是这么讲的：虽然我们心里本来就有佛性，但是如果我们不接受善知识的教诲、善知识的指点的话，永远都不会明了。



“不因师悟者，万中希有”，不需要上师而自己能够证悟的人有没有呢？有。但是这样的人是万分之一或者是更少。佛教历史上有这样子的人，但不是每一个人都是这样子的，这样的人很少很少。在过去的这些祖师、高僧大德里面，这种人也是非常非常稀有的，更何况是我们普通人，所以我们一定要努力学习。

“若自己以缘会合，得圣人意”，“圣人意”就是圣者的境界。我们不依靠其他的上师，自己因为因缘的会合而开悟了。因缘是什么呢？因缘就是上一世学得非常好、修得非常好，所以下一世虽然没有一个上师，但自己也就开悟了。有没有可能呢？当然有，佛经也有这么讲的。所以我们这一世的修行跟下一世的修行要连接，这个非常的重要。下一世我们能不能继续修行，就要看这一世的修行的基础。

“若自己以缘会合”这个缘是什么？大家不要以为这是其他的缘，就是实实在在、点点滴滴的闻思修。现在的闻思修就是下一世的缘，如果我们这一世没有踏踏实实地去修行，那会有什么缘呢？下一世就没有什么缘，没有什么东西可以会合的，所以创造因缘非常重要。如果上一世修得非常好的人，他这一生就会因缘会合，因为这些因缘人家都已经非常成熟了，所以他现在就不需要像普通人那样子去学。

虽然不学，但是他也可以证悟。“即不用参善知识”，那这种人不需要依止善知识，这种人是有的，但很少，万分之一或者十万分之一、百万分之一。“此即是生而知之”，这种人他生下来的时候已经有这个觉悟了，就是因为上一世他有过闻思修。刚才不是说了吗？这些金银珠宝、我们的房子、车子，还有衣柜里面的那么多的衣服、那么多的包包，睁开眼睛的时候你看得到，一闭眼就看不到了。但是，我们现在的修行，不管是睁眼闭眼，下一世一定会有有的。而且下一世，这些因缘一定会会合。



如果这个因缘非常好的话，说不定下一世没有上师，自己就可以证悟。那么这种证悟，生而知之。他生下来的时候，这个觉悟就有了，实际上这个觉悟是从上一世带来的，不是这一世学来的，所以是“生而知之”。

“**胜学也**”，意思就是说它完全超越了这一世的学习，因为他生生世世沉淀下来的智慧，完全超越了我们这一世当中，几十年花一点时间积累的功夫。所以这特别重要，大家一定要注意。

“**若未悟解**”，如果我们还没有这样的开悟，那就不要想得那么美，就要点点滴滴地去做。“**须勤苦参学**”，一定要用功、一定要用功、一定要用功。不能是想学的时候学，不想学就不学，一定要用功，勤苦参学。

“**因教方得悟**”，因为有善知识的教导、善知识的教诲，才能够证悟，证悟必须要靠善知识。就像米拉日巴大师，他怎么样依止上师？他怎么样勤苦求

学？大家非常清楚了。我们肯定做不到像米拉日巴大师这样，但是他的万分之一、千分之一或者是百分之一这样的功夫，我们也应该要拿得出来，为什么？因为我们不是生而知之，我们需要善知识的教诲，所以要精进、努力。为什么要勤苦参学呢？因为需要教导才能够证悟。



什么样的罪业比毁坏佛像还严重？

“若自明了，不学亦得，不同迷人”，“迷人”就是普通人。如果自己明了的话，那当然可以不学了，不学也能得到，这是跟普通人不一样的。因为前世的基础和根机非常好，所以他跟迷人不一样的。

“不能分别皂白”，普通人不知道什么是胜义谛，不知道什么是世俗谛。白是什么呢？就是胜义谛。一般情况下，善叫作白，恶就是黑。但是在这个地方，也可以这样子理解。没有基础、没有根机的人，他不学的话，就分不清楚胜义谛、世俗谛。

“妄言宣佛敕”，“佛敕”是佛的教导、佛的教诲。他自己根本就没有证悟，根本不懂佛的意思，就随便乱讲。他说自己懂了佛的境界，随意地去讲佛法，这样以后，让很多人产生太多太多的误解，这完全是自欺欺人的行为。所以佛的教诲是：如果自己没有学好、没有证悟，就不能随便讲。“妄言宣”就是指自己根本没有证悟，自己根本不懂，但是撒谎说自己精通了、自己证悟了，然后去讲法。

那这个结果是什么呢？“谤佛妄法”，这个就是毁谤佛法，就是撒谎，扭曲了佛法的法义。“如斯等类，说法如雨”，这种人说法就像下雨一样流畅，但所讲的内容都是错误的。比如说，佛经讲心的本性是佛、烦恼即是智慧。那他说：烦恼不可能是智慧，我知道佛讲这些话有其他的意思，这不是佛讲的真正意义，佛虽然说我们的心是佛，但这个不可能，为什么佛要这么讲呢？因为佛有其他的含义。

佛教历史上会有这样的人，这种人把佛的最最深奥的东西，根据他自己的想法，进行错误的解释。这样的话，内容上有这么严重的错误，那么他讲得再流畅、再好，“尽是魔说”。这个魔不是魔鬼，凡是对人的解脱，制造障碍的任何一个行为、语言、物质等等，都叫作魔。凡是给我们修行制造违缘的这类东西都叫作魔、魔障。所以这种善知识说得再好，再怎么样，内容上已经完全误解了，都是“魔说”，“即非佛说”，不是佛法。

“师是魔王，弟子是魔民，迷人任它指挥”，有智慧的人当然不会听他的，但是没有智慧的人就听他的指挥。“不觉堕生死海”，那么这些跟随他的人，不知道自己跟随他的结果是生死轮回。还有些人非常非常相信神通，所以讲神通、讲鬼神的人，他们的追随者是最多的。而且每一个追随者都是非常的顽固，佛告诉他们这个不对，一时之间，可能他们也没有办法改过来。所以，这些人不知不觉中堕生死海。



“但是不见性人，妄称是佛，此等众生，是大罪人”，没有证悟的人说自己是佛，这种人肯定是大罪人，他扭曲了佛的最深奥的法，然后把它曲解为另外一个内容，这样子肯定是大罪。比如说我们毁掉一个寺庙，毁掉一个泥塑的佛像，大家觉得这些是很大的罪过。但是这些跟法身是没有什么关系的，像这种故意地、刻意地去曲解佛的内容，尤其是曲解像这样深奥的内容，这叫作摧毁法身，这个罪过是非常非常不可思议的，是大罪人。

“诳它一切众生，令入魔界”，他欺骗了一切众生，让这些众生堕入魔界。“若不见性，说得十二部经教，尽是魔说”；如果自己没有证悟，然后就这样把佛经最深奥的东西，像禅宗讲的“心的本性是佛”等等，故意去曲解，这完全是最最大的罪过。所以，表面上做得再好、说得再好，实际内容上已经有非常严重的错误，这“尽是魔说”。

“魔家眷属，不是佛家弟子”，跟随他的这些都是魔，都不是佛家弟子。“既不辨皂白，凭何免生死”？他连胜义谛、世俗谛都分不清楚，怎么可能了脱生死呢？不可能的。所以这个一定要注意。我们刚才已经讲了，如果自己不能证悟的话，那一定要靠善知识，但是你一定一定要找到标准的善知识。否则的话，跟着一个这样子的善知识走的话永远都没办法回头了，这个后果是非常严重的。

所以，藏传佛教的依止上师当中，有专门提到如何观察上师，这个非常重要。其实这不仅仅是藏传佛教，达摩祖师在这个地方也讲得特别特别清楚，他不是说得很干脆吗？他说这个“善知识”就是魔王，跟随者都是魔民，用魔王和魔民这样的词汇来形容，这已经是非常严重了。所以我们自己不证悟的话，一定要找善知识；但是善知识一定要观察，不要随便找。否则的话，这个后果是很严重的。

在这些方面，达摩祖师所讲的和四加行、五加行的内容完全一样。只不过，藏传佛教四加行、五加行，把这些内容展开地讲而已。这里就是一个浓缩版，文字不多，实际上表达的就是这些意思了。四加行和五加行的内容比较多，但是也没有超过这里所讲的范畴，就是把这些作为专门的一个修法，其实这些法都是相通的。

好，我们今天的课就讲到这里，最后大家一起来回向。这些非常非常深奥的法，不仅仅是修，听法的功德都是不可思议的。这不是我说的，在三转法轮的这些佛经当中，非常清楚地记载了：听这样法的人、能够接受的人，这一世当中，比如说稍微有一点点生病，像感冒、头痛这一类很小很小的痛苦，都完全可以替代下一世堕地狱、堕饿鬼的罪过。第三转法轮的佛经讲过很多很多听法功德，所以，不仅仅是修，听也是非常有意义的。

我们听法的功德分享所有的众生，希望以这个功德能够让天下所有的众生离苦得乐。我们刚才发菩提心的时候，不是说要让一切众生离苦得乐吗？那我们现在把这个功德分享给他们，实际上也就是兑现了一部分，不再是一张空头支票了，这非常有意义的，所以大家要好好地回向。



达摩血脉论三

如何让自己下一世变成“富二代”

接下来我们继续讲《达摩血脉论》。在禅宗的这些论当中，《血脉论》是非常非常重要的一部论典，它虽然字不多，但是内容非常丰富。它不仅仅讲了很多佛教的理论，而且讲的还是精华，并且这些精华都跟我们的实修有关系，所以特别地重要，大家一定好好学习。

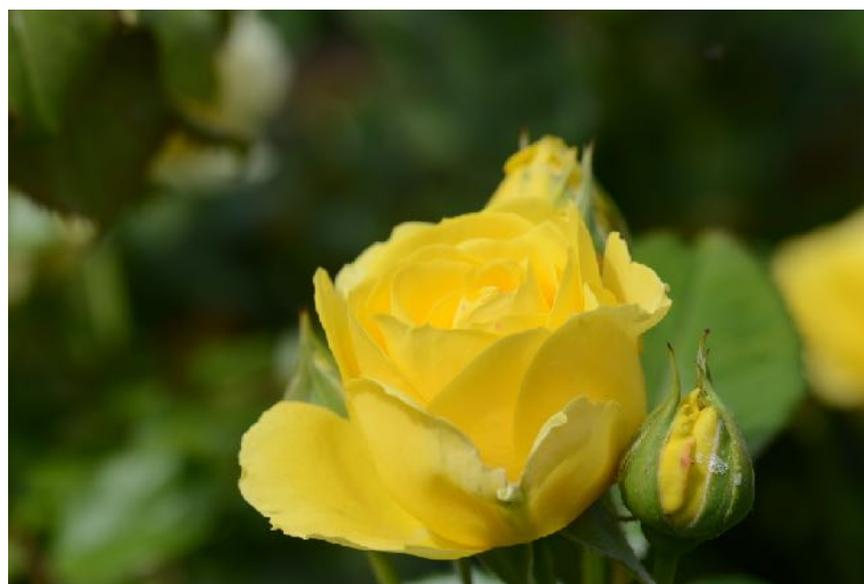
在藏传佛教里面，与禅宗的见解等同的，观点非常明确的、突出的是大圆满，其次是大手印，然后是时轮金刚等等。不管是大圆满、大手印或者禅宗，内容实际上都相同，但是它们表达的方法有一点点不一样。比如说密宗，它就像一种艺术，用特别多形象化的东西来表达一个超越形象的内容。那么禅宗它就不太用这样形象化的东西，文字用得也不是很多。



但不管是用艺术的方法，或者是心传心的方法，或者是其他方法来表达，实际上它们所表达的内容都是一样——就是我们自己心的本性是什么样子。其实这个是比较容易接受的，为什么呢？比如说让我们去相信某一个神、某一个非常神秘的东西，我们不一定能够接受。因为这些神秘的东西如果你相信，那什么问题都没有；如果不相信，那永远也没有办法证明它的真实性。

禅宗或者是大圆满讲的东西表面上看起来也很神秘，但其实它们讲的都是我们自己心的本性，只要我们能够找到方法，就可以直接看到自己心的本性，而不是让我们去看永远都看不到的东西。它们只是让我们去相信自己心的本性是什么样，让我们自己去探索或者是体会。这并不是让我们去相信一个永远看不见，永远没有办法体会的东西。

如果是永远看不见的东西，那全都要靠信仰，因为逻辑没办法证明、没办法体会。这种情况下，我想很多人不太容易能够接受，尤其是年轻人可能更加不容易接受。但是大圆满、大手印还有禅宗，它们讲的是直指人心，让我们直截了当去看自己心的本性是什么样。心的本来的面目是什么样子，就是什么样子，这就比较容易接受。



当然，从另外一个角度来讲也很难，因为我们的思维、我们的探索观察都停留在意识的层面上，我们很难突破。所以说也没有那么简单。但是如果我们自己能够下一点功夫，一个是要投入，一个是一定要找到正确的方法。这样的话，我们完全可以体会到心的本性。

接下来我们讲《血脉论》。前面已经讲过证悟的方法有两种，整个大乘佛教，印度佛教、藏传佛教、汉传佛教都是一样。一个是根本不需要学习，生下来的时候已经有这个境界了，这个境界不是这一生学来的，而是从上一世带来的。比如说很多富二代，他自己不需要挣钱，生下来的时候就已经很富裕了，这是他的内在的财富。



从这个角度讲，确实也有像富二代这样的人，但他的“财富”不是父母给的，是上一世自己创造的。所以这一世，他就依靠一个非常简单的方法言下大悟了。惠能大师就是一个非常典型的例子。从《坛经》的很多地方来推测，惠能大师确实不识字，他这么一个没有文化的人，在老家的时候，每天早上到

山上去砍柴，然后把柴卖给其他人来谋生。一个普通得再不能普通的人，为什么他一听到《金刚经》的时候，就有种非常震撼的感觉呢？

其他人有非常高的学历，但听别人诵读或者是自己念《金刚经》，听了很多遍也没有什么震撼。人跟人之间为什么有这样的差异呢？这个差异来自于什么？就是来自于有积蓄和没有积蓄。像惠能大师他有上一世的积蓄，所以，他这一世就很容易证悟。

另外一种人，就没有这样的条件，全都要靠自己，要靠这一生的学习，一步一步前进，但是这样也可以。虽然这一世他们不是富二代，但下一世是富二代，这一生当中创造的财富，他下一世就可以用。

那么，我们作为一个普通的、根机没有那么成熟的学佛人，要证悟也没有问题。我们先通过学习，然后虔诚地修行一定能够证悟的。上一次讲过，虽然虚云大师花了二十五年的时间才能够证悟，但是我们学大圆满，就绝对不是这样。大圆满的证悟，虽然也要看个人各方面的条件，但是整体来说确实不需要那么长时间，所以相对比较快、比较容易的，因此我们大家都有机会，所以一定要好好地学习，把握机会。



可以带到下一世的成就

达摩祖师也苦口婆心地对我们讲：不要虚度人生，要用功，抓住机会。这句话一定要记住。因为在达摩祖师的这些论当中，他基本上讲的都是非常非常高大上的境界。劝我们平时要用功、努力，这些方面讲得很少很少，但是他也已经提到了，所以我们大家要记住达摩祖师的话，一定要努力。

那怎么努力呢？一个是要闻思修，学习是非常地重要，然后修行当然是更加重要，同时尽量地积累福报。虽然这个福报是人天福报，它不能让我们直接证悟心的本性，但是这个福报能间接地帮助我们快速地证悟，一定会有帮助的。另外一个清净自己的罪过，那么通过忏悔会不会证悟呢？也不太可能。但是，忏悔也能够间接地让我们证悟，这也是非常重要。还有一个是上师瑜伽，也是非常重要的。



我们就要往这三个方面努力，要创造证悟的条件，创造证悟的因缘，这些因缘成熟的时候就会证悟。大家都是这种年龄了，有生之年我们在世俗方面有

没有很大的成就，这个是不确定的，当然如果自己感兴趣、努力的话也有可能，但不太好说。但是在修行方面努力的话，一定会有成就的。

其他的世俗成就，达摩祖师讲过了，你睁开眼睛的时候都在，一闭上眼睛什么都不在了。但是修行所得到的这些成就就不一样了，睁开眼睛的时候在，闭着眼睛的时候同样也在，这一生在，下一世也在，同样也用得上，所以大家一定要努力。

我们要接受一个事实，就是我们的意识一定是可以提升的，它有很大可提升的空间。比如说，从来没有受过高等教育的人和受过高等教育的人，两者相比较的话，在知识、素质各方面就能看到提升的程度完全不一样。如果接受更高层次的教育，那意识还可以再提升，还有很大的空间可以提升。这是事实。



很多人不太了解我们的意识。在物质方面，科技有突破性的进展，唯一在意识层面上没有任何突破。到现在为止，意识到底是什么东西也没有统一的说法，也没有搞清楚。更何况它能不能提升等等，更没有答案。但是佛教就有答案，如果我们得到了更好的方法，我们的意识完全是可以提升的。

提升到什么程度呢？提升到菩萨的程度，然后是佛的程度。说准确一点，实际上是把我们的慈悲心提升到至高无上的程度，同时把我们的智慧也提升到至高无上的程度，这就是成佛了。这是完全可以的，所以我们在这个方面稍微付出一点、投入一点，一定会有很大的回报，这是肯定的。



接下来我们讲正文。“若见性即是佛”，这句话已经反复讲了很多很多遍了，后面还会再讲。见性即是佛或者烦恼即是菩提，对还没有证悟的人来说，这一类的话太深了，有些时候我们没有办法直接接受，或者是没办法相信，就

深到这样的程度。但是稍微有一点点证悟体会的人来说，这种说法就非常正常。

我昨天也讲过了，当我们自己有一点点这方面的体会时，我们就基本上了解佛的境界是什么样子的了；了解在什么样的情况下，佛全自动化地完成了度化众生的工作。我们会知道：原来佛的境界是这样的，原来佛是这么做的，原来佛经里面讲的光明是这样的。这个时候在自己的内心当中获得了全部答案。

还没有体会之前，我们停留在闻思学习理论的阶段，如果说心的本性是佛、烦恼是智慧，确实没有办法体会这到底是什么样子。这跟空性的概念不一样，空性非常容易理解，佛说万事万物是如幻如梦的，我们完全可以用逻辑推理的方法，即通过中观的方法可以确定这些是空性。佛性就有一点点不一样，佛性当中已经包含了空性，但是多了一个内容，就是光明。

到底什么是光明呢？如果没有这种体会的话，那光明就是光明了，再用更多的词汇也是一样，所以要彻底地明白，就要证悟。



证悟就是直接了解自己心的本性是什么

见性，就是我们心的本性。这个方法非常地重要，这些都是大的理论，都是佛教里面最顶尖的理论，我们要怎么去运用非常地重要。具体的应用方法，基本上在《坛经》里面讲了。更加具体的、深入细致的方法，非常系统、规范的方法，我认为就在大圆满、大手印当中了。当然不同时间段有不同的方法，对不同根机的人也有不同的方法，方法很多。通过这些方法，自己完全可以证悟的。

证悟，这两个字我们都已经听了无数遍了，简单地说，证悟就是直接了解自己心的本性是什么样。

直接是什么意思呢？第一不是通过理论来推断，更不是猜测。第二也不是佛、龙树菩萨甚至是自己根本上师所说，心的本性是光明，因此我就认为心的本性是光明；上师说心的本性是空性，所以我认为心的本性是空性，不是这样。



当然佛是说了，所有的高僧大德都说了，我们的上师也说了。但是上师和佛说也好、不说也好，实际上最终是要自己确定的。如果我们自己确定不下来，全部要依靠上师或者佛的语言的话，还不是属于自己的体会。

所以刚才讲了，第一个虽然是自己确定了，但却是通过理论、通过推理来确定的，那这个不算，这是理论上的认识，还不是证悟。另外一个，根本就不是自己确定的，而是听别人说的。别人是谁呢？就是佛、龙树菩萨，还有比如说达摩祖师、我们的根本上师，实际上没有自己的体会。那这种情况下，我们说得再好、理解得再深，最后还是停留在理论的阶段，停留在文字上面，这些都不叫证悟。

直接的证悟，就是除了这两个以外，完全是自己的感觉、自己的觉悟、自己体会到的。禅宗也讲：如人饮水冷暖自知。比如说我们喝一口水，水的温度自己知道了，这个时候，我难道还需要用逻辑来推理证明吗？不需要的；另外，我还需要说，这是温水，因为某某人说它是温水，需要这样子吗？不需要。就是自己已经体会到了叫作证悟。



自我是什么呢？除了两个东西以外没有别的，一个是精神的部分，另外一个物质的部分。物质的部分，我们现在基本上都比较了解，佛教里面也讲得非常清楚，是成千上万个细胞构成的物质。那无数个细胞当中，哪一个细胞是我呢？这里面绝对没有一个自我的存在。任何一个细胞都不可能是我，那么全部都排除了以后，我们找不到“我”。

精神方面到底是什么呢？虽然每一天都产生很多的情绪，但这只是它的表面形式，而不是它的本质。我们穿越情绪的层面，看它最深的地方，才是它的本质。比如说这张桌子，我们的眼睛能够看到的完全是物质的表面现象。通过佛教的角度、通过科学的角度去看，它根本就不是这样子。

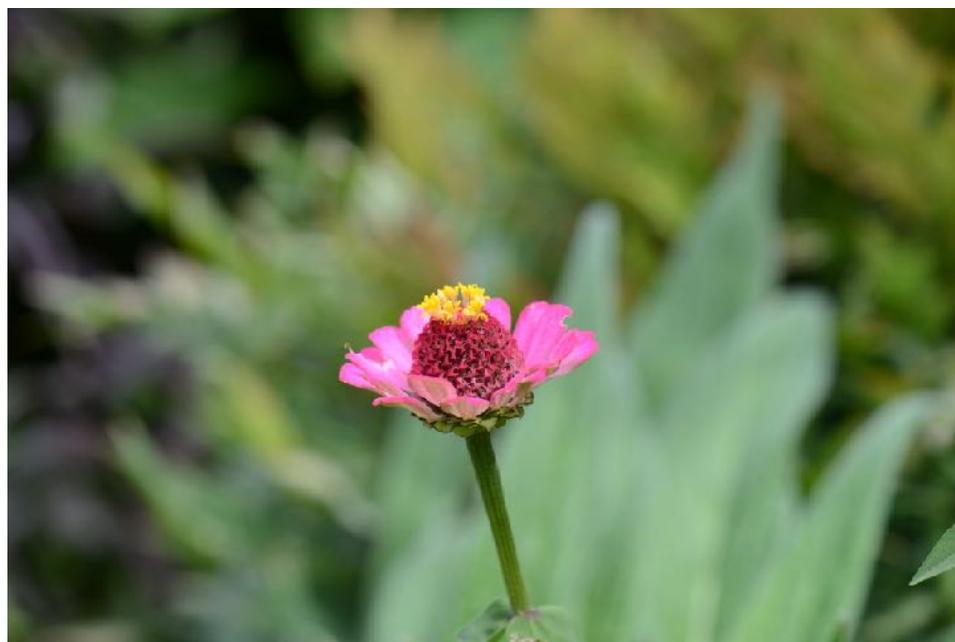
肉眼能够看到的、手可以摸到的，绝对不是它的真实情况，我们根本没有看到它的本质。同样的，我们自己感受到的精神的状况，一会高兴、一会不高兴等等，这些也绝对不是它的本质，也是它的表面现象。那它有没有一个本质呢？它有。



这个本质，我们如果非常清楚地发现了或者是感受到了，这就叫作证悟。我们前几天也讲过了，比如说特别地生气、愤怒的时候，你静下来，看愤怒到底是什么样？我们生下来到现在为止，知道人可以生气、可以愤怒，但是愤怒本质是什么？我们从来没有去想过这个问题，也觉得没有必要去想这件事情，但是现在我们知道有必要。

我们深入地去了解，看到了它的本质的时候，这个愤怒就转化为佛的智慧了。用“转化”这两个字是不准确的，不是转化，也不是转变，实际上愤怒的本质本来就是佛的智慧。之前我们从来都不懂得去看它的本质，只看它的表面的现象，现在我们知道，它还有一个更深层次的本质，然后我们就突破表面的层次，看到它的本性。

看到它的本性的时候，我们就发现它的本质跟表面现象有很大很大的差异。表面的现象会让人非常痛苦，甚至想去骂人、杀人、打人等等，但是它的本质根本就不是这样。所以我们看到了它的本质后，它立即就会“转变”。



当然，实际上也不是转变，佛经用这些词汇是为了让大家容易理解。如果一开始，就用一个非常准确的、直接的词汇，大家不知道在讲什么，所以就用“断除烦恼”“转化烦恼”这一类的词。实际上不是转化，就是看到了它的本性。那么这个时候，愤怒的所有负面力量全部消失了，然后带来一个非常正面的力量。



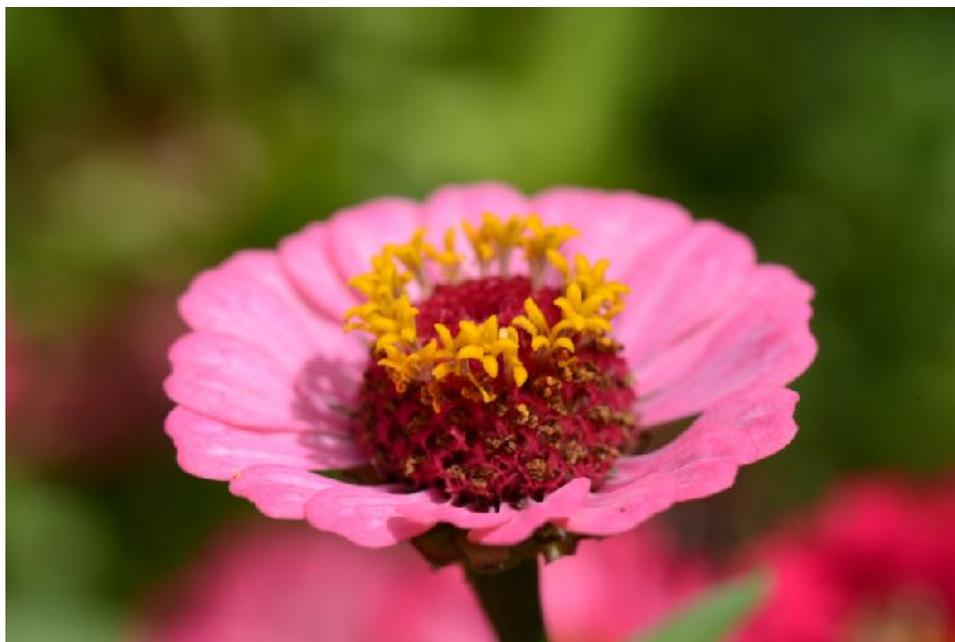
佛今在何处？

我们必须要知道，人的意识，无论是在众生的时候，还是成佛以后，它的几个相似功能是一直存在的。这一点，尤其是密宗讲得非常清楚。当我们是众生的时候，一旦有了欲望，我们满足不了它的时候就会痛苦，为了要满足它，我们就去欺骗、偷盗等等。那这个欲望净化了以后是什么呢？实际上欲望的本质就是一个接纳的力量。

如果佛的智慧失去了接纳的功能，那它会排斥、排外，佛就没有办法度众生，佛就不会摄受众生。当我们是普通人的时候，我们会接纳自己喜欢的东西，像世俗生活当中自己喜欢的人或物。这种功能，成佛以后还在，这个时候接纳什么呢？接纳、度化一切众生。

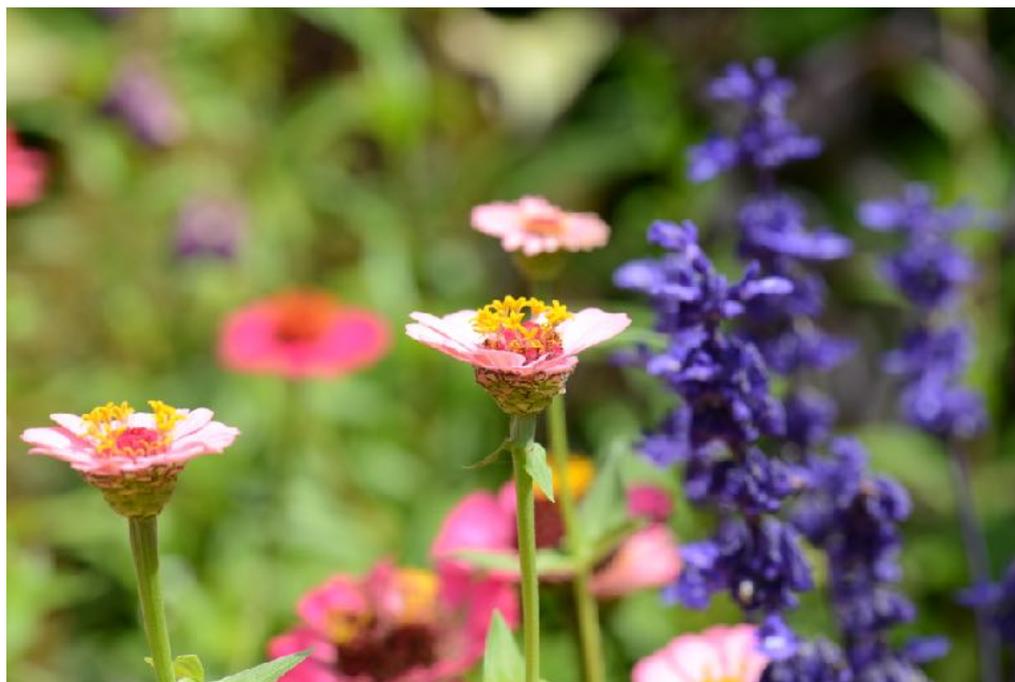
傲慢或者是嫉妒，这些排外的东西，在普通人的时候它们就是一个负面的力量。成佛以后，佛的智慧也有一个排外的力量，排除什么呢？排除烦恼。伤害众生的、对众生无利的这些东西，佛的智慧会主动地排除。所以人的精神上的五个功能成佛以后也在。成佛以后叫作五种智慧，普通人现在就叫作五毒。

现在是毒，成了佛以后就是智慧。这个转变的过程，是通过我们的修行来完成的。如果我们能看到嫉妒、傲慢、愤怒、欲望的本性，就完全是不一样的东西了。功能还是这个功能，很像，但是它接纳的不再是以前的东西了，它排除的这些东西，也不是之前自己不喜欢的东西了。



因为它的本质有这样的功能，所以成佛以后，可以摄受一切众生，可以排斥所有的自私、烦恼。这些功能一直都存在，但是用在什么样的范围、什么问题上面，那就是以我们的境界来决定。没有什么境界的时候，我们会造业，证悟了以后，就不是这样子。

悟了，所有问题都解决了；迷了，所有问题都来了。非常简单。因此，就一直讲“见性即是佛”，不需要再讲其他的了。大家已经明白了的话，这一类的内容就不需要反复去解释了。有些时候我觉得比较重要的事情需要重复讲，这是故意重复的，因为反复重复以后大家就能记住了。



这部论典从头到尾讲的都是这个道理，如果每一句话都像这样解释的话就没有必要了，大家记住就好了。更具体的、更深入细致的内容，到时候大家可以去学大圆满或者是大幻化网。密法、大圆满虽然也讲同样的内容，也没有超越这部论所讲的内容，但是深度不一样。

“若见性即是佛，不见性即是众生”。众生跟佛就是这样的差别，没有别的。证悟了就是佛，不证悟就是众生。如果证悟了，众生就快成佛了；不证悟的话，本质虽然是佛，但表面上就是众生。

“若离众生性，别有佛性可得者”，“性”就是心的本性。若离开了众生的本性，就没有什么佛性可得。“佛今在何处”？如果我们一直都认为佛在外面，是外在的佛，那佛在哪里呢？我们当然可以说，佛在西方极乐世界，佛不就是阿弥陀佛吗？我们可以说一大堆这样的佛，但是这些都是佛的形象，不是佛的本质，不是真正的佛。

达摩祖师想告诉我们什么呢？他先问我们：如果你认为外面有一尊佛的话，那请问佛在哪里呢？我们回答说是阿弥陀佛等等，说一大堆的佛。达摩祖师肯定会告诉我们，这些都不是佛。这些都不是佛，阿弥陀佛不是佛，释迦牟尼佛不是佛，那什么是佛呢？那他会告诉我们：阿弥陀佛、释迦牟尼佛，不就是跟人一样有形象吗？《金刚经》不就说得清清楚楚吗？这些有形象的，能够看得到的、语言可以表达的，都不是佛。

那佛是什么呢？就是佛的法身。佛的法身在哪里呢？如果我们在外面去找佛的法身，肯定找不到。佛的法身就在自己心的本性中。达摩祖师为了让我们明白这个道理，所以就反反复复地问我们：你们认为佛在外面，那请问佛在什么地方？我们不知道的时候就说：不就在西方吗？不就在东方吗？他就会告诉我们：这些都不是佛，这些是佛的形象。

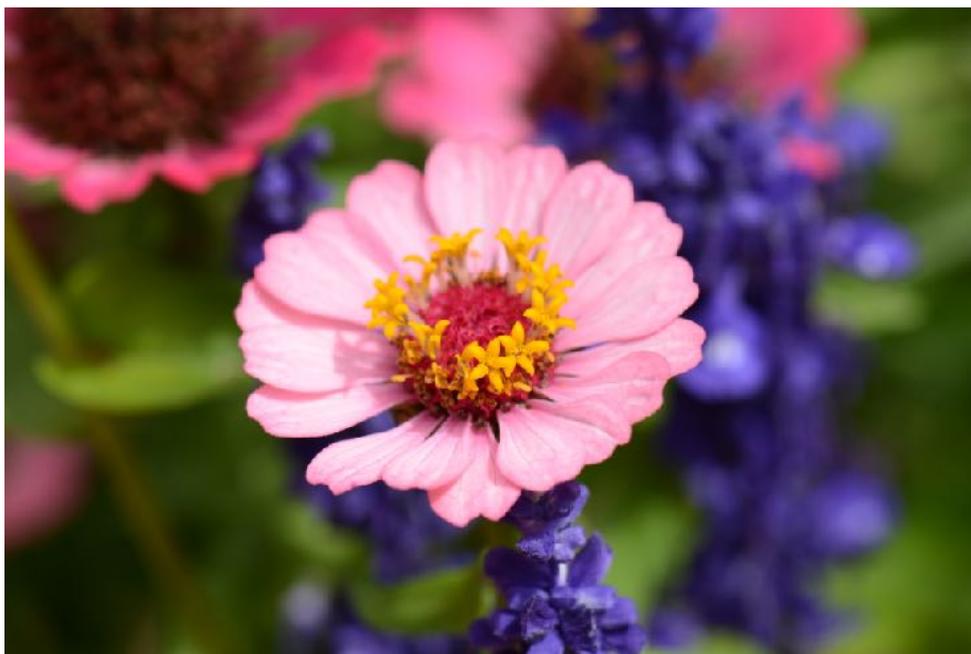
佛的形象跟佛有很大的区别。真人跟本人的照片有什么样的区别，那佛跟佛的形象就有这样的区别。

若不见性，因果等语，是外道法。

所以说“众生性即是佛性也”，众生的本性就是佛性。“性外无佛，佛即是性”，佛性，也是我们心的本性。“除此性外，无佛可得，佛外无性可得”，道理都是一样的，这个大家就明白了。

然后就问一个问题，“问曰：若不见性，念佛、诵经、布施、持戒、精进，广兴福利，得成佛否”？比如说去帮助别人、去当义工、去修路铺桥等等，做这些能不能成佛呢？这个答案我们知道，一定是否定的。“答曰：不得。又问：因何不得”？不会得到的。为什么不得呢？“答曰：有少法可得，是有为法”，这就是理由。

如果能得到像微尘这么小的、一丁点的东西，那就是属于有为法。得到是什么意思呢？就是能够在我们的心里产生一种执著。比如说持戒，如果我们心里找到了一种持戒的观念，这种观念就是执著、妄念。稍微有一丁点的妄念，就不是佛。为什么呢？因为妄念和妄念的对境，都是有为法。有为法是有因有果、虚幻的东西。



因和缘的产物是有为法，因和缘没有办法创造的东西是无为法。佛本身从头到尾、从里到外，没有一丁点有为法的东西。我们每一个人，从头到尾、从里到外，全部都是有为法。每一种情绪、每一个细胞全部是有为法，全都是因缘产生的。

佛的化身，像释迦牟尼佛，在我们普通人的眼里，不就是一个人吗？就是一个觉悟很高的人，人当然就是有为法了。所以小乘佛教说得非常清楚，不皈依释迦牟尼佛的身体。为什么呢？他说：释迦牟尼佛的身体不就是父母的精卵结合，不就一个普通的肉体吗？这有什么好皈依的呢？我们不皈依这一类的物质。那皈依什么呢？皈依佛陀证悟的境界。



所以从小乘佛教开始，佛教徒就皈依佛的智慧。除了大悲和大智慧以外，其他的物质是属于世俗的东西，它们自己本身都靠不住，皈依一个靠不住的东西有什么用呢？自身都靠不住的，就不皈依，小乘佛教就是这样认为的。

当然我们这里讲的佛是法身，佛的法身不会有头和尾，也不会有里和外，但是为了方便大家理解，就说法身从头到尾、从里到外，没有一丁点的有为法。因为佛的本身没有这些有为法，没有这些因缘创造的东西，佛是一个永恒存在的本性，其他的都不是佛。所以，达摩祖师说：如果我们有这么一丁点的执著对境，那这个对境肯定不是佛。

凡是有因和缘的就是有为法，凡是有为法都是如幻如梦、不真实的东西，都是变化无常的，所以这个不是佛，原因就是如此。“有少法可得”，这个“法”不是指佛法，用现代的语言来讲就是万事万物的意思。就是对一丁点的东西，如果有执著了，都跟佛没有关系。佛是指法身佛，法身佛是不会有这些执著的。



“是有为法，是因果”，这些都是有因有缘才会出现的，凡是因和缘创造的东西，都是虚幻的、靠不住的，都是变化无常的。如果有这么一丁点的执著，那么这个执著的对境就是因缘，就在因果的范畴当中，所以都不是佛。

“是因果、是受报”，有因果那肯定是要受报的，佛不会受报的。“是轮回法”这些都是轮回法，佛怎么可能是轮回法呢？“不免生死”，不免生死的。“何时得成佛道”？怎么可能有成佛的时候呢？这些都不是佛，理由就是这些了。因为他讲的佛始终就是法身佛，法身佛是不会有这些因和缘，所以说凡是执著的东西都不是佛。

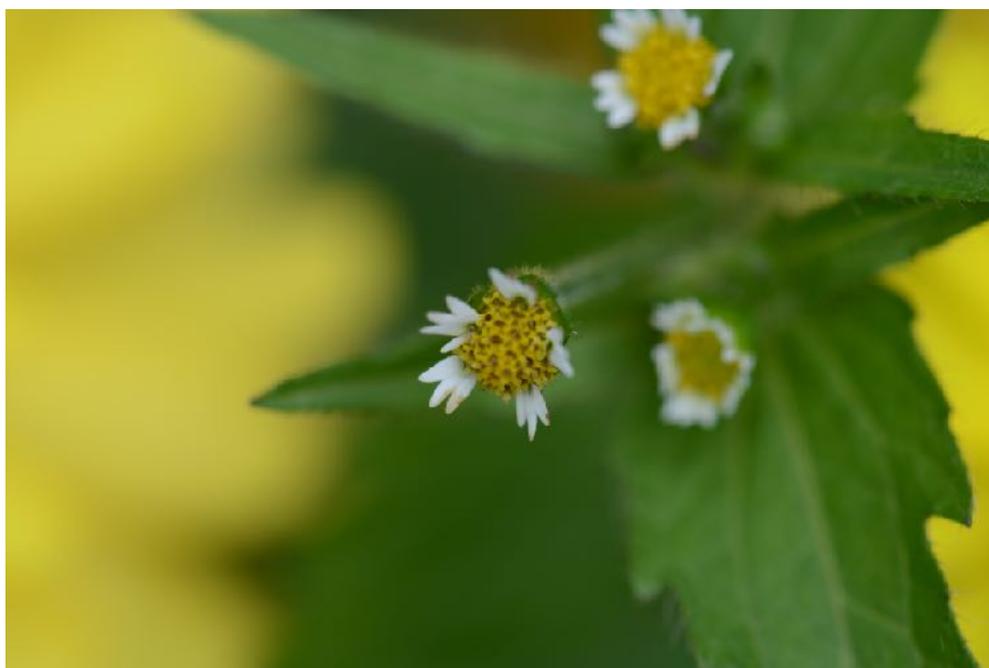


“成佛须是见性”，成佛那就必须要证悟、明心见性。“若不见性，因果等语，是外道法”，比如说我们讲的轮回痛苦、人生无常，善有善报、恶有恶报，这一类的话统统都是外道的法。是不是这些都不是佛法？不是这意思，外和内是相对的。禅宗讲最高境界的，肯定是内道，然后不懂得这种境界的人都是

外道。这样子小乘佛教都是外道了，然后除了讲佛性的经典以外，显宗的大部分经典也是外道了。

内和外是相对的，没有一个绝对的界线。平时我们讲外道是什么呢？凡是皈依三宝的就叫作内道，不皈依三宝的就叫作外道。但这里所说的外道，不是这种外道，是指外道法。

“若是佛，不习外道法”，如果是佛，就不会修外道的法。佛怎么可能修外道的法呢？“佛是无业人，无因果”，佛不会有善恶因果，佛是没有业的。法身佛不会有因、不会有果。化身佛肯定是有因有果的，因为打坐、学佛、闻思的这些因，创造了化身佛的果。比如说佛的三十二相、八十随好，每一个都有它的因。有这些因，就有了这些果。所以，佛的化身里里外外都是因果法，当然这这也是一个普通的说法。但法身就不一样了，法身没有因果。



外道与佛教的差别

“佛是无业人，无因果，但有少法可得”，“但”，只要。只要有一点点的事物可以执著，找到一个可以执著的东西的话，“尽是谤佛”。如果说，佛有因有果，你这是在诽谤佛。为什么呢？佛如果有因有缘的话，那么佛就是如幻如梦了，也是变化无常了，这些都是谤佛。当然从佛的化身角度来讲，释迦牟尼佛出世了、圆寂了，那不就是无常吗？不存在谤佛的问题。所以这里讲的佛，都是指法身佛，而不是指化身佛，我们要分开来讲。

如果有这样子的执著，“凭何得成”？那怎么可能凭借这样谤佛的方法，最终成就呢？不可能的。“但有住著一心、一能、一解、一见”，“但有”，只有；“住著”，意思就是执著。如果我们只有一点点的执著，执著什么呢？执著一心、一能、一解、一见。

“一心”是什么？如果我们去执著某一个心，像菩提心、出离心等等，我们认为佛也有出离心、有菩提心、有什么什么心，这样去执著就是“一心”。

我们认为佛有度化众生的这种能力，佛的能力是存在的，这样的执著叫作“能”。

“解”这个字，一方面可以理解为解脱，比如说佛已经解脱了等等；另外一方面，解就是了解，佛对这个世界的理解、认知。一解和一见，很多时候把这两个放在一起，这就是佛教常用的“见解”，也就是观点的意思。但是把见和解拆开了以后，“解”就是对这个世界的认知和理解，“见”就是见到世界的本性、本质，证悟的意思。

对一心、一能、一解、一见有一点点的执著，或者说佛有我们可以执著的一心、一能、一解、一见，都是不对的。佛的法身不会有这些，这是我们自己错误的理解。“佛都不许”，都不允许的。为什么不允许呢？因为这些都是我们自己的执著，我们认为佛有见、佛有解，然后佛有能、佛有心。实际上，佛远离了心、能、解、见等等，法身佛没有这些。



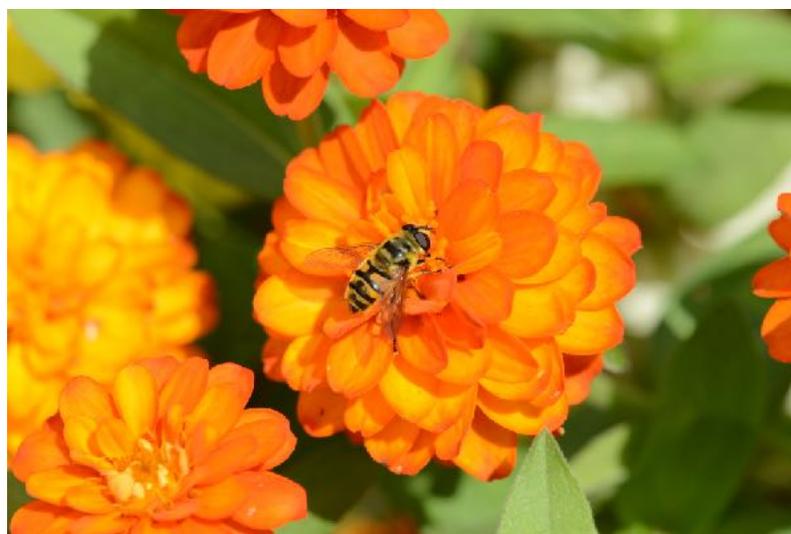
这里虽然只讲了四个，但不仅仅只有这四个执著。凡是认为法身佛有任何一个我们所谓的执著，都是不符合事实的。实际上，法身佛真的是一个不可思议的境界。如果我们有一天证悟了，我们大致上就可以了解法身佛原来是这样的，就有一点点这样子的概念了。在证悟之前，根本没有办法形容法身佛的本质是什么样子。

所以，心也好、能也好、见也好、解也好，这些都是我们自己的执著，不符合事实，法身佛都不是这些了。“佛无持犯”，“持犯”，持戒和犯戒。昨天讲过了，佛没有执戒和犯戒之说。然后“心性本空”，我们心的本性是本空。

大家要注意了，注意什么呢？我们之前说过，达摩祖师的这些小册子还有《坛经》，以及第三转法轮的这些很多很多法里面，从头到尾，大约百分之七十、八十的内容，都是讲佛性、光明等等，它很少讲“空”这个字。为什么呢？因为佛在第二转法轮的时候已经广泛地讲解了空性。

比如说我们中学毕业以后，读大学的时候，不会再去学中学的课程了；小学毕业以后进入中学，就学中学的课程，不会重复小学的课程。同样，我们到了第三转法轮的时候，不会再强调第二转法轮的内容，因为已经讲完了，但是很多时候会提到一下。我们看这些佛经和论典，就能够看得出来。

所以，之前大部分都是讲佛性、本性，在这个地方就说“心性本空”，这就非常非常地重要。我之前也讲过很多遍，平时听课的人可能记住了，如果我们把佛性当作一个真实的、不空的东西，是跟空性没有任何关系的、实实在在的光明，那这样实有的佛性跟印度教的婆罗门教义完全没有办法区分，只是用词有时不一样。实际上，很多时候连用词都是一样的。



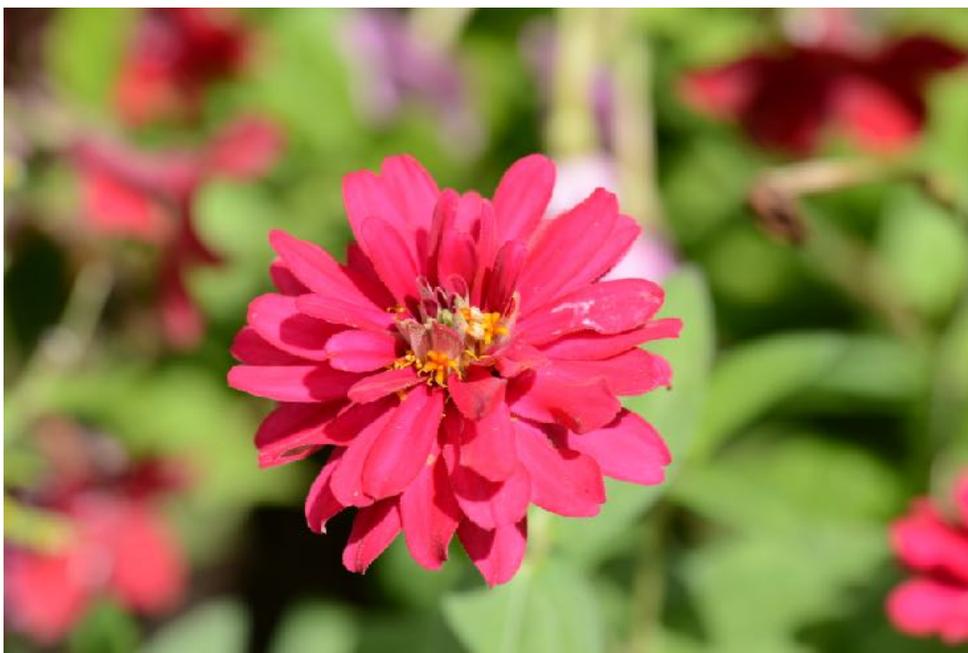
我们接触的都是佛经，基本上没有看过印度教的经典，尤其是比较古老的印度教的经典，并且也没有办法去看，因为没有中文版。所以，我们以为这些内容只有佛教才这么讲，也肯定只有佛教的书籍中才会有。其实不是的，印度教也有一模一样的东西。那最关键的区别是什么呢？

全世界所有的这些古老的宗教，包括印度教，跟佛教相比，虽然很多时候表达的方法很像，但最关键的差别，是它们都认为最终有一个真实不虚的自我存在。这个自我，它们也会用“不可思议”来形容。但是它们认为这个跟空是没有关系的，自我是实有的，它们执著这个自我。所以，佛教认为它们没有打破这个执著，解脱不了。

有些印度教的教派，尤其是留存至今的印度教，包括研究印度教的很多学者，他们也有这种观点。现在印度教的很多观点不是佛陀时代最古老的观点了，已经发生了很多很多的变化。在佛陀时代，有很多很多的宗教，有很多很多的观点，它们相同的地方是什么呢？它们都认为最终有一个真实不空的自我。



佛教就把这个自我打破了，佛教就认为，本质上根本不存在一个这样的自我，完全是空性的。这个就是和其他宗教不一样的地方。我们觉得佛性、如来藏、光明这些词很好听，所以最终我们的心里还有这么一点点的执著，对光明的执著，对佛性的执著，对如来藏的执著，那么就如同刚才达摩祖师所说的那样，真的是成了外道。这就是问题关键所在，特别重要。



大圆满为什么前面要有一个“大”字？

所以偶尔出现的关于空性方面的一两句话，就一定要记住。

“心性本空”，心性是什么呢？当然是佛性、法身。那法身是不是空？法身也是空。法身空了，到底存在还是不存在？所以这是二元对立的東西，在我们的语言环境当中，如果是“存在”，那它肯定不是“不存在”了，如果是“不存在”，那它不可能是“存在”，因为这两个是对立的。这些对立、这些矛盾，都

存在于我们的思维模式中，打破了这个思维的方法以后，把我们的想法、对错，从本质上全部都颠覆了，我们才真的看到它的原始状态。

这些语言不能准确表达，只有自己通过修行的方法，进入这个状态后，我们才会看到。刚才也讲了，最初证悟的时候是比较模糊的，因为还没有很高的境界，但是基本上能够感觉到佛性原来是这样的。现在我们连模糊的概念都没有，全部是依靠这些文字。证悟时就不需要这些文字了，自己知道大概是这样子，完全能够理解了。

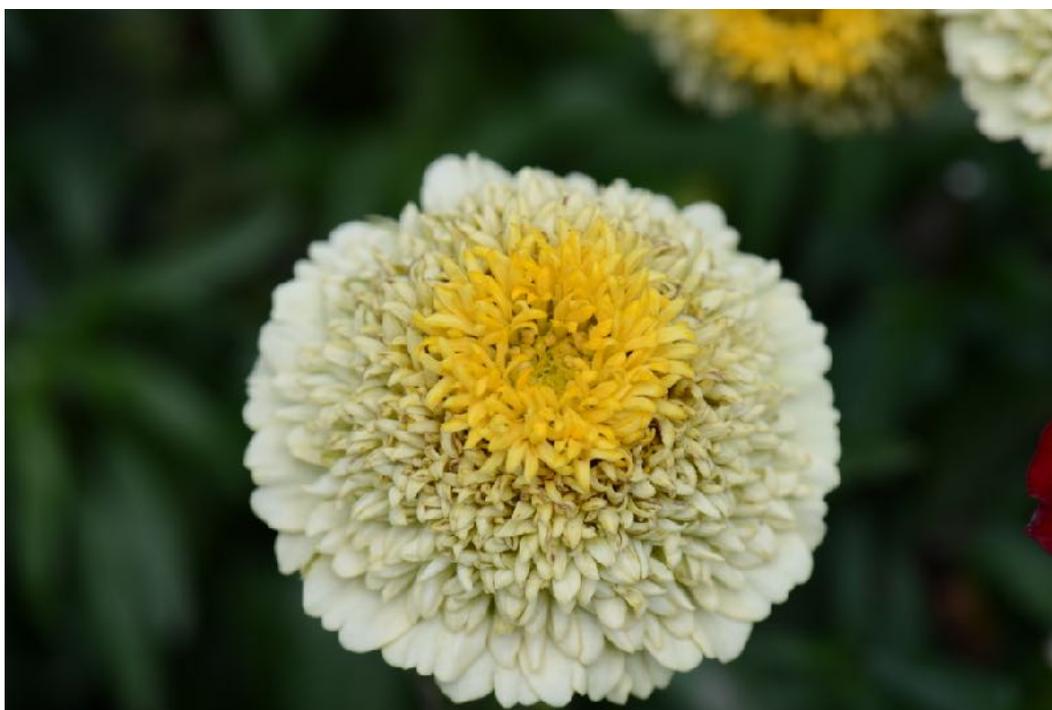
佛教很多时候是用“不可思议”这四个字。但有一个外道它也是用“不可思议”，它说有一个自我的存在，语言没有办法描述，所以是不可思议。那这跟佛教有什么不一样呢？实际上，外道它就执著不可思议，它认为有一个不可思议的东西存在。佛教虽然用“不可思议”这个词，是不是真有不可思议的东西存在呢？不存在的。



如果不可思议的东西是不存在，那你为什么要说不可思议呢？是为了打击非不可思议的这种执著，所以说不可思议。如果你现在执著“不可思议”这四个字的话，那马上就会否定，说“不可思议”这四个字也不存在。那最后是什么呢？就是自己要去体会。

这些非常深奥的东西，我们用语言来表达是很难的。比如说物质最深层次的结构，像量子力学的一些发现，用语言来准确地回答都很难，更何况是佛的境界。不要以为语言不能描述的东西就是不存在的，不是这样的。大家一定要知道，人类的语言，是在什么样的环境下创造的，是为了满足什么样的需求创造的。想一想就知道语言的局限性了。

这个时候说“心性本空”，法身实际上也是本空的。简单地这么说，法身是空性和光明的组合。当然并没有什么组合不组合，但是为了让大家明白，总要用一些语言来描述，不能什么都不说了。要说的话，就只能用这些文字——法身是空性和光明的结合体。所以法身是光明，同时也是空性。又是光明，又是空性，这不矛盾吗？不矛盾。



物理学有一个概念叫作波粒二象性。物质的最小结构，即基本粒子，它是既是粒子的形式。同时它又是一个波的形式，波是没有颗粒的，弥漫在空间。看起来这两个是矛盾的东西，但是它不矛盾，基本粒子既是波又是粒子。所以光明和空性是不矛盾的，既是光明同时也是空性。

我们时时刻刻都要记住惠能大师的一句话“本来无一物”，还有敦煌版里面的“佛性常清净”。这两句话的结合，就是完美的佛的法身，这个法身就叫作大圆满。为什么叫作大呢？我上次给大家讲过，大圆满、大手印……这些名词前面有一个“大”字，是不是我大你小的意思呢？不是这个意思。

圆满的对立词是什么呢？就是不圆满、缺陷。那么圆满和不圆满是对立的，这种对立的東西，停留在我们思维的范围当中，没有超越人的思维的范畴。圆满，就是相对不圆满而产生的，它是这样的因果产物，所以它也是二元对立的。为了超越二元对立，超越圆满、不圆满，所以前面就加了一个“大”字。但是，如果我们一直都执著文字的话，还是存在问题，并没有解决。

大也就是相对于小，那还不是对立吗？如果这样执著文字的话，就没完没了的，永远都没办法告诉大家到底在讲什么。为了打破二元对立的观念，前面就加了一个“大”字，如果还不解决问题的话，那再加字，“大大圆满”“大大大圆满”，就只有这样子。

“本来无一物”和“佛性常清净”，这两个完美的结合，就是非常圆满的法身，所以叫作大圆满。因为“圆满”跟“不圆满”相对立，为了打破这种二元对立的观念，前面就加了一个“大”字，就是大圆满。这些法在本质上都是一样的。这里讲的“心性本空”，就是惠能大师讲的“本来无一物”。

佛不是佛

这本书里面也讲了“虽无一物可得”，虽然没有一个东西可以得到，但你还是要求证悟，这些都是一个意思。所以佛的三转法轮都是不矛盾的，我们也必须要知道心的本性也是空性。

“亦非垢净”，非垢是什么呢？没有污染、没有烦恼。净不就是清净吗？那没有污染不就是清净了吗？如果不清净，那不就是有一点污染了，不是吗？人类的逻辑思维都是这样，不是干净，那就是不干净；不是不干净，那就是干净。对立的東西之间不会有第三者。

逻辑推理中有一个最基本的概念，凡是矛盾的东西不会有第三者。不是矛盾的东西，中间会有第三者。比如说左手和右手，或者说左和右，不是左就是右，中间没有东西。那你们会说中间怎么没有呢？中间不是有身体吗？身体



也可以分左和右，这样分到最后只剩下一个很小很小的粒子，它也有左和右。它的这边就属于右，那边就属于左。所以不是左就是右。

我们平时思维的方式都是这样子。把这些二元的东西全部打破了以后，这个时候逻辑不管用了。没有办法说，不是右就一定是左。所以这里讲的，不是世俗思维范围中的净和垢。用平时逻辑思维我们会说：不是上就是下，不是下就上。但是这两个打破了以后，就得出来一个这样子的结论：既不是上又不是下。所以说心的本性：不是垢，不是净。

这个地方要注意一下，平时不是说心的本性是清净吗？这个地方又说不是清净。惠能大师讲“佛性常清净”，这里讲“亦非垢净”，惠能大师的这句话跟达摩祖师是不是相矛盾呢？不是。那怎么理解呢？

“亦非垢净”当中的净和垢是二元对立的，就像左和右一样。惠能大师讲的“佛性常清净”，这个“清净”的前面只是没有加“大”字，实际上就是“大清净”的意思。我们不要只抓文字，如果只抓住文字的话，加一千个“大”也没有用，最后还是还是没有解决问题。



“大清净”的意思就是说，不是我们思维当中的清净和不清净，除了这两个以外，还存在我们从来没有看到的、从来没有接触过的境界。这个境界中没有任何世俗的烦恼，为了方便大家理解，暂时用“清净”这两个字来表达。但是大家不要以为这个“清净”就是二元对立中的清净和不清净。这样理解就可以了。这样以后，我们就精通了所有的佛经，文字上不会有矛盾了。

“诸法无修无证”，修什么呢？它本来就是清净的；证什么呢？佛的法身本来就是证悟的。不需要现在去修、现在去证。“**无因无果。佛不持戒，佛不修善，佛不造恶**”，这里的“佛”，理解为法身佛，否则的话就有一点点矛盾。然后这里面的戒、善、恶，要理解为是世俗概念当中的戒、善、恶，这样的话，法身佛跟世俗的持戒、犯戒之间，有十万八千里的差距，怎么可能法身佛持戒呢？根本就不可能。

“**佛不精进，佛不懈怠，佛是无作人**”。佛现在没有什么事情做了，佛是无作人。“**但有住著心见佛，即不许也**”，就是说只有一点点的执著心能见佛是不可能的，佛是没有任何的执著对境。清净、不清净等等，都不存在的。佛跟



空性是无二无别的，我们心里想出来的概念都是执著。比如说我们认为佛是清净，那我们对清净就产生了执著，为了打破这些执著，最后就说佛什么都不是，这些都是佛经里面常见的说法。



“佛不是佛”，这个我们怎么理解呢？是连“佛”这个字都不能执著了。我们不能贴“佛是清净的”，还有其他的标签等等，连“佛”这个标签都不能贴，因为我们贴的所有标签都是错的，是我们的意识创造出来的。当我们证悟的时候，就知道佛是什么了，还没有证悟之前，不要去贴标签，连“佛就是佛”这个也是错的。最后就是让我们闭嘴，就说“莫作佛解”。

你不要以为你理解了佛，你对佛的认知、理解也是错的。我们现在对佛的理解虽然是错的，但我们通过这个“错误”，逐步逐步就能到达了真实的佛的境界，这是没问题的。我们应该知道，我们心目当中的佛，实际上是我们自己的一个观念、一个执著，最终的佛不是这样子。但是通过我们现在的理解，逐步逐步地修行，最后可以看到真实的佛。

“若不见此义”，一定要知道这些，如果我们都不了解这些话，就会出什么问题呢？“一切时中，一切处处，皆是不了本心”，任何时候、任何地点，我们都没有办法了解我们心的本性。



修行切莫堕入无记空！

“若不见性”，若不见性又怎么样呢？“一切时中，拟作无作想”，这个地方有非常重要的一句话，大家一定要记住，这个“无作想”特别地重要，尤其是“无作”这两个字。禅宗、大圆满还有大手印里面，“无作”是高频率的词汇，经常出现。在藏传佛教里面，对无作的理解是有争议的，我们必须要知道它的真正意义。什么叫作无作？这个特别重要。

“拟作”就是模拟别人。佛是无作人，如果你要模拟、效仿佛，向佛学习，我也当一个无作人。我们当然都可以当一个无作人，但是这有一个过程，我们现在怎么去做呢？如果我们向佛学习，“是大罪人”。“无作想”“无作”这两个是一个意思。

为什么是大罪人呢？前面说了“若不见性”，如果你没有证悟的时候，你要效仿无作，那你就是大罪人。这并不是说我们永远都不要当作无作人。我们证悟了以后当然也可以无作，但是没有证悟之前，我们效仿佛的无作，那就是大罪人，“是痴人”，就是愚痴的人。



那我们还没有证悟的时候，就去无作，最后会有什么样的结果呢？就是“落无记空中”。这句话在《坛经》里面反反复复地提到过，大家都记得有一句话叫作“百物不思”——就是什么都不想，什么都不思考，放下一切的念头，心非常平静。那“百物不思”跟这里讲的“无记空”是一个意思。

“无记空”和前面讲的“心性本空”，虽然两个都是“空”字，但是内容相差十万八千里。怎么理解呢？“心性本空”，心的本性完全是一片虚空，是跟外在的虚空一模一样的空。“无记空”是什么呢？我们很多时候会说：大脑一片空白，什么都想不起来了。说得很清楚了，就是这样的“空”。就像关键时候要回答领导的问题或者考试的时候，大脑一片空白。

前面的“空”是证悟境界的“空”，后面的“空”就是什么念头都没有的“空”。为什么叫无记呢？不是善不是恶，所以叫作无记。前面的“心性本空”，那是法身，法身当然不是无记，法身就是善，当然也不是平时“善”“恶”概念当中的善，是非常特殊的善。我们脑袋里面一片空白的这个“空”，就是想不起来、“短路”了，所以空了。



在“短路”的这种状态当中，我们会堕到这种空当中，那是怎么样呢？“昏昏如醉人”，头脑昏沉就是像喝醉了一样的，“不辨好恶”，根本就没有办法辨别什么是好，什么是不好。这个特别特别重要，大家一定要记住。

在藏传佛教里面，大圆满、大手印在这个方面有非常非常多的辩论，有大量大量的讨论和文字记载，都讲得非常清楚了。大家应该知道，一千多年前，虽然那时的交通非常不方便，但藏传佛教和汉传佛教也有非常深入的交流。当时有一个禅宗的禅师叫作摩诃衍，他来到西藏传播了他的禅。摩诃衍本人的境界是什么样我们没有办法去判断。也许他本人的境界很高，但是他传播的观点确实比较接近无记空，因为他说什么都不要去做了。

这样以后，学藏传佛教的有些人就听摩诃衍的话，当时藏传佛教第一所寺庙是桑耶寺，桑耶寺佛像前面的水、花、供全部都间断了，没有人去供了。为什么？因为什么都不做就可以了。因此后来产生了一个很大的争论，就从印度邀请了一个非常好的学者或者是成就者，由他来主持这个辩论，最后解决了这个问题。

其实禅宗不是这样的无记空，惠能大师反复地提醒过，达摩祖师也提醒过。也许是当时摩诃衍他自己没有悟到达摩祖师和惠能大师的意思；也许摩诃衍悟到了，他是一个非常标准的开悟的禅师，但是在他传播的过程当中，也许当时学藏传佛教的那些人理解错了。反正这个错出在哪里，我们不知道，这已是一千多年前的事情。文字记载上面有各种各样的说法，但是当时确实出现过这样的事情。



那么现在我们作为一个学佛的人，一定要注意无记空。大家可以这样理解，有三种无记空：见解方面的无记空，见解就是观点；修行、打坐时候的无记空；行为上面的无记空。这三种无记空在《坛经》和这里都提到了，文字并不多，但是因为我们看过很多很多这方面的辩论，对这些东西非常敏感的人一看到，一下就明白了。

第一个，观点或者是见解上的无记空是什么样呢？当时印度佛教里面也出现过这个问题，就是有些人认为佛没有智慧，那佛有什么呢？他说佛什么都没有，就是我们的烦恼、我们的心彻底地断掉了，断掉了以后，没有佛的存在。那没有佛，那释迦牟尼佛怎么度众生呢？他说是佛的愿力开始发挥作用了。

所以有些人认为，成佛了以后，一切都结束了，什么都没有了，但是佛度化众生的能力是不会间断的，因为佛在过去的修行当中，全部都已经做好了，现在完全是处于一种全自动化的状态，即使佛不在了，但是这些工作仍然会继续的。这个观点跟第三转法轮是完全违背的，没有办法解释第三转法轮的法义，所以这种观点不对。虽然是大乘佛教的观点，却是片面的观点，所以这是见解上的无记空，我们不能有这样的空。

刚才也讲过了“心性本空”，我们虽然任何时候都能够接受空，但是我们不要以为所谓的空是一无所有、什么都没有，这种空就叫作无记空。这是不对的，是这种空的话，没有办法建立佛性。所以这是一个非常重要的见解，不仅仅是理论，对实修的人也是非常地重要，这是第一个。

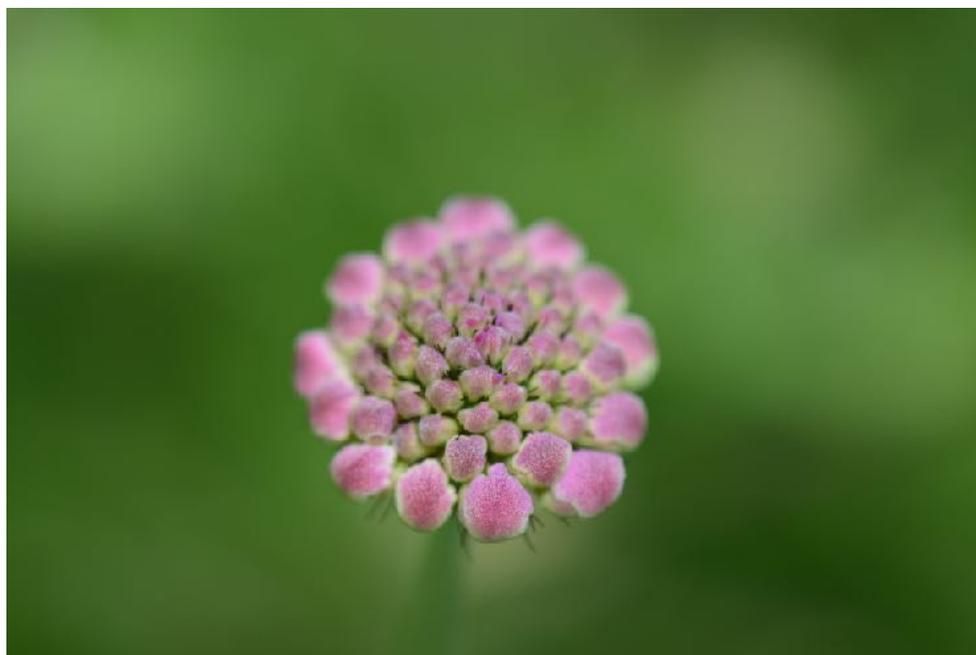


你是否正确的理解了“无作”？

第二个是修行的时候的空。《坛经》和《血脉论》当中，截止到目前为止，一直都没有提到我刚才讲的这种见解上的无记空，它们讲的是修行和行为上的两个无记空。《坛经》讲的最多的是关于修行时候的无记空，行为方面的空讲得不多，但是《血脉论》当中就讲得非常非常好，讲得很清楚。所以我们就把这三个归纳起来，形成一个完整的自己的观点。麦彭仁波切的《定解宝灯论》，是很多人比较熟悉的一个论典，它里面就讲过这些空，非常重要。

第一个是观点方面的无记空。第二个是修行时候的无记空，就是无作。从佛教的角度来讲，无作是中性词，没有贬义，但是如果理解错了，那它就会变成错误的意义。那么无作是什么呢？

我们可以从两个方面理解。一个是我们真正地证悟了空性，那么在心的本性当中，没有任何事情需要去做，这样去理解的话，这是正确的无作；另外一



个无作，是我们还没有证悟，但是我们认为打坐的时候，就是《坛经》讲的“百物不思”——放下全部念头，什么都不执著，我什么都不想，心平静了，所有问题解决了。他认为这个就是空性，那这就是修行时候的无记空。千万不能走这个路。

这一次我们不需要再讲了，《坛经》讲得非常好，我觉得我们这次学习了《坛经》和这几部论，绝对解决了许多修行人的很多问题，至少理论上大家明白了很多道理。其实这些道理我们之前也讲过很多次。

禅宗的这些论典，在汉传佛教里面非常非常有名，大家也都认可。只要版本没有错，那《坛经》和《血脉论》就真正记载了这样子的文字，没有人不接受的。所以看到这样文字的时候，凡是学大乘佛教的，那么尤其是学汉传佛教的人，是没有理由否定的。

当然你想否定的话也可以否定，但你要否定是需要教证、理证的。你不相信，当然可以表达：我不相信，我不接受。但不相信和否定是两回事。要否定，那就要拿出证据来辩论，这样才可以否定的。

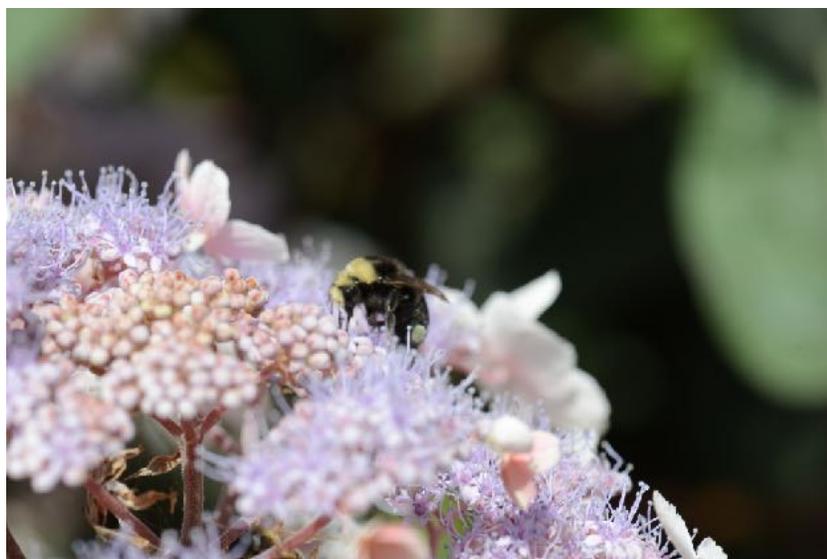


所以，我们一定要知道，打坐的时候，不要以为什么都不想就可以了，这是不对的。这是修行时候的无记空。刚才我不是开玩笑，什么都不想，就是平时讲的“脑袋一片空白、短路”，这就叫作无记空。行为时候的无记空，后面马上就要讲。

为什么说我们先学无作是大罪人呢？学无作本来不是大罪人，佛确实是无作。但是没有证悟，你所有的执著一个都没有解决，这个时候什么都不做的话，那还不如去念佛、磕头、诵经，但是连这个机会你都错过了。

比如说很多的动物，冬眠两三个月、四五个月，那么无记空跟动物的冬眠差不多是一个状态。动物四五个月冬眠出来了，有没有证悟？没有证悟。你每天修两三个小时，这怎么可能证悟呢？不可能的，只是浪费时间。

“落无记空中”，如果认为这个就是佛教讲的空，就是自欺欺人。如果我们这样子传播给别人的话，那就更加严重，是真正的罪人。因为自己错了，只是自己一个人错，但如果误导更多人的话，就真的断掉了很多人的慧命和善根，那肯定是大罪人了。



那么是不是“无作”这两个字我们永远都不能去接受呢？下面这句话特别重要，说可以接受。我刚才说了“无作”是中性词，可以正面也可以负面。很多的佛经，包括大圆满里面，经常都会出现“无作”这两个字，当然我们不是不能接受，可以接受。接受的前提条件是什么呢？

“若拟修无作法，先须见性”，首先要开悟，在开悟的基础上然后无作，才是非常好的。如果开悟了以后，你真的非常清楚地知道了，或者是亲身体会到了万事万物的空性，那这个时候，确实没有什么事情可以做了，在这个状态当中修禅定是对的。前提条件是必须要证悟，我们没有证悟的时候，千万不要去贪无作。

在藏传佛教里面，像宗喀巴大师的很多论典当中就批评了无作。为什么？因为有人根本就没有证悟，但是看到佛经里面说无作，他就认为什么都不想就是无作，有这样的误区。所以在宗喀巴大师的论典当中，特别地强调了“无作”这两个字，在藏传佛教里面，这也是非常有争议的一个词汇。

虽然有争议、辩论，但最后也有共识。共识是什么呢？“无作”本身是没有问题的，看个人的理解。如果你理解为没有证悟的时候，什么都不想，放下所有的念头，这个就是佛经讲的无作，那这是错的。如果证悟了，确实发现本来无一物，在本来无一物当中做什么呢？当然没有什么可以做的，那安住在本来无一物的境界当中，把这个理解为无作，当然没有问题了，这个是正确的。

所以“无作”这两个字有没有问题，看你的理解。如果你的理解有问题，这两个字就有问题；你的理解没有问题，它就没有问题。最后大家的共识就是这样，那么这个共识跟达摩祖师、惠能大师他们的观点不谋而合。所以学习这些，不但是对我们理解佛经有帮助，而且对我们的实修也非常有帮助。

之前也讲过很多次，我们打坐的时候，有些时候感觉比较好，心非常地平静，似乎就是佛经讲的无作、透明、光明，用这些词来形容这个平静的状态完全没有问题。但是它根本不是证悟，只是心很平静而已。所以，佛经的知识储备不够，或者是闻思不到位的人，对他们来说，这就是非常危险的一个误区。如果陷入这个误区永远都不会醒悟，他还一直认为这就是证悟了。别人怎么劝他，他会觉得这是他们不了解自己：实际上我这就是证悟了。

佛教历史上，曾经出现过很多这样子的事情，所以我们一定要会辨别，要有非常尖锐的、非常敏感的头脑，一定要知道什么是刚才讲的这种负面的无作，什么是证悟的无作，这有很大的区别

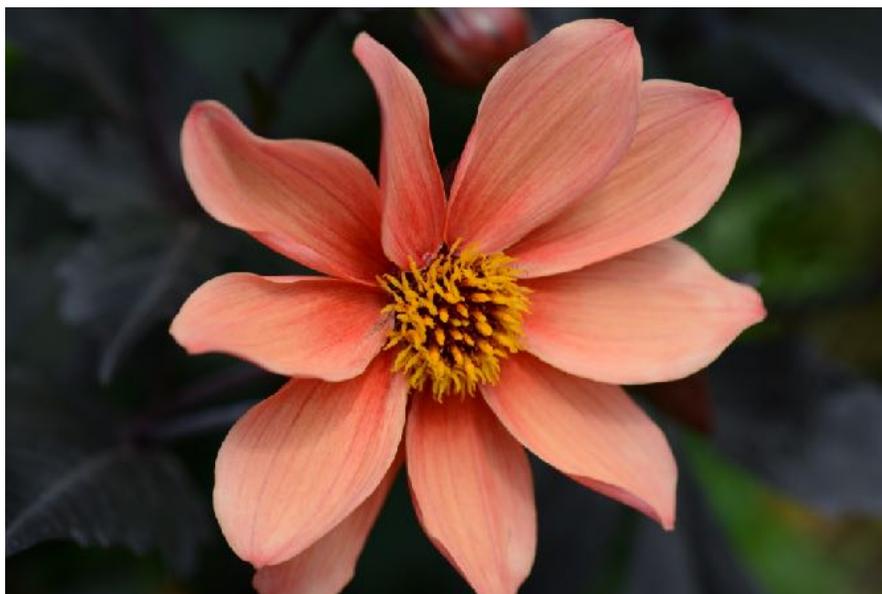


什么是行为上的无作

“若拟修无作”，实际上不是若拟修，最后是一定要修的，但是前提条件是要证悟，证悟了以后才可以无作。没有证悟之前，仅仅无作是不对的。

修无作法，先须见性。“然后息缘虑”，“缘虑”就是因缘所产生的思虑、各种各样的这些念头。你先去证悟，然后再去平息这些念头，念头平息了，就达到无作这个境界了，必须要有一个这样的过程。还没有证悟的时候，是不是根本就不能去修无作呢？也不是。

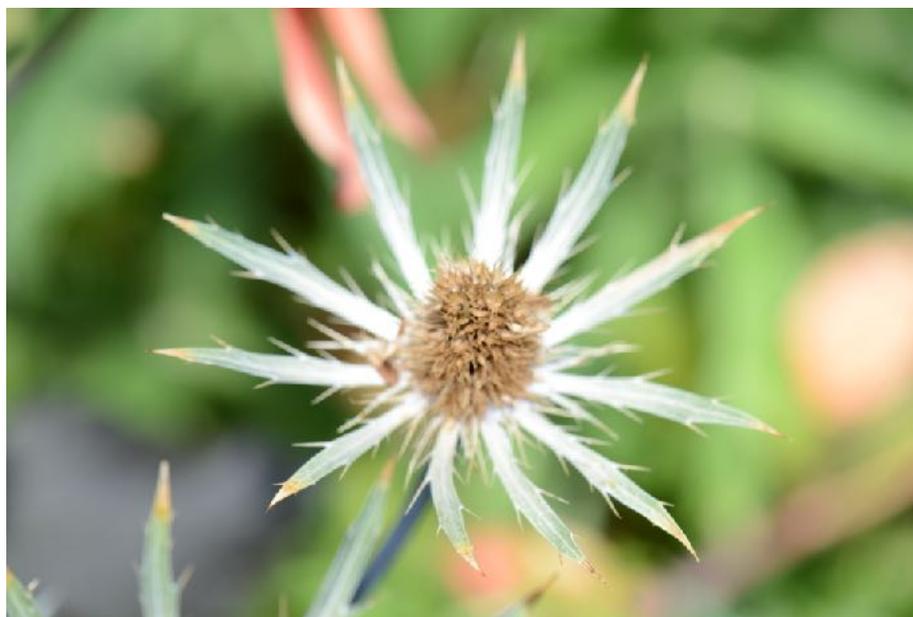
我之前也讲过很多次，还没有证悟的时候，适当地可以修无作。这个时候这个无作叫什么呢？就叫作寂止。寂止也是证悟的一个基础修法，所以也不是完全不能修，可以修。但是这个时候你不要认为，无作是佛经讲的空性、光明，你要分清楚这两个。分清楚了以后，无作暂时作为一个台阶，然后通过这个台阶，我们更上一层楼，这样作为一个过渡性的修法去用。如果把把这个无作理解为最后的境界，那就是大错特错，所以这个特别地重要。这是修行时候的无作。



我讲的这三个无作中的后两个无作，禅宗的书里面有。第一个见解上的无作，是我补充的，但其他的佛经里面有。这样的话，见解、修行、行为，这三个方面都有一个误区、都有一个错处，我们要小心。这样学的话，大家的理解就比较全面了。《坛经》和《血脉论》里面讲的主要是后两个无作。为

什么是说主要呢？主要就是说很明显地、突出地、强调地讲了。如果从这个当中延伸的话，当然也可以延伸出第一个无作。

现在是第三个无作——行为上的无作，行为上的无作非常重要。昨天我也给大家讲过，我在国外拜访了一些禅宗的寺庙，跟禅宗的个别师父们有所交流。当然这是不能代表国外的全部，是极少数的、个别的人确实有这种问题——他们说他们不拜佛，连前世今生也不接受。那么他接受什么呢？就是接受什么都不想。刚才讲的无作，他认为是对的，除了这个以外，一切都是执著，所有执著都要放下。为什么要把拜佛这些执著又拉回来呢？不是要放下吗？这种理念真的非常危险，后面讲的就是这种无作。



这个无作是什么样呢？“若不见性，得成佛道，无有是处”，如果你不证悟的话，要成佛是没有道理的、不可能的。“有人拨无因果”，“拨无因果”，这四个字是佛教的专用术语。“拨无”是什么意思呢？就是否定、断绝因果的存在。

为什么要否定呢？否定有两种情况，一个是无神论者认为善恶因果本来就不存在，他的这个观念跟空性没有任何的关系，他认为这个不存在，所以他会否定。

另外一个，就是把空性理解错了的人就会否定。那他为什么否定呢？我昨天讲过，胜义谛和世俗谛就像一把钥匙一样，非常重要，如果我们不懂得分开胜义谛和世俗谛的话，那就会乱套，最后就导致这样的结果。因为经常都在讲，佛不守戒、佛什么都不做了等等。

我们不是想学佛的人吗？那佛不做，我们肯定也不做，我们要向佛学习。这种理解的话，那我们现在真的就是无作了，什么都不做了。然后，这种错误的理解就会否定因果的存在，这就是拨无因果。他们就认为，因为一切都是空性，既然都是空性，怎么可能有善有善报、恶有恶报呢？善有善报、恶有恶报的这个因和果不也是空性吗？这些都是空性，那么就不存在善恶因果。

他的理解错了，准确的理解是什么呢？不是说因果不存在，而是说没有因果的本质，就是说没有真实的因果。当然也可以说，在佛的境界当中，或者是从我们心的本性去讲的话，不存在什么本质不本质，因果根本就不存在。但是，佛的境界和佛性上面没有因果，不代表现实生活当中没有因果，这完全是两回事。所以不管怎么讲，这两个是不能等同的。

拨无因果以后，他就会怎么做呢？“**炽然作恶业**”，就是随意地作恶业，杀盗淫妄什么都做。为什么呢？因为他觉得，佛不是说了没有因果吗？所以我没有必要去做这些持戒的事情，我就很随意，想干嘛就干嘛。他的这种随意行为，随意杀盗淫妄的依据是什么呢？他就用佛教的东西来证明他是**对的**。

“妄言本空，作恶无过”，他就说，本来不就是空性吗？本来是空性，那受什么戒呢？念什么佛呢？行什么善呢？都是空性，作恶也是没有过失的。

“如此之人，堕无间黑暗地狱”，这样造罪的话，肯定要堕恶趣。“永无出期”，出期肯定是有的，但是需要很长很长时间，所以可以说“永无出期”。“若是智人，不应作如是见解”，如果是有智慧的人，不该有这样的见解。



这里出现了“见解”两个字，从这个角度看，我们也可以认为达摩祖师的这个论里面，其实也有我刚才讲的这三个不作，因为这也说明是一个见解方面的不作。虽然，实际上是讲行为方面的落无记空，但是为什么会有这样子行为呢？就因为跟他的见解有关系。所以，见解的无记空、修行的无记空，还有行为的无记空，这里面三个都有了。

所以，这三个观点真的非常非常重要。我们修禅的人，也一定要重视。达摩祖师不是讲过吗？让我们不要虚度人生，一定要苦求。如果一无所有，为什

么还要求呢？这只是说明在本质上没有，但我们还没有到达这个境界之前，是有的，所以我们这个时候要苦求。怎么去求呢？这个“苦求”虽然字不多，这当中却包含了四加行、五加行的很多内容。

苦求并不是苦苦地求善知识给我们讲。如果这样理解的话，我们苦苦地求，然后善知识全部给我们讲完了之后，我们就能够开悟了吗？不会开悟。那不会开悟怎么办，放弃吗？当然不是。那个时候还要求，但再去求善知识没有用了，法已经讲完了。讲过的话再重复，再反复地去听，对我们的认知可能会有帮助，但是对证悟没有什么用。所以，这个时候的苦求不是向善知识求，是自己修行，把基础做好，这就是苦求的意思。

我们今天就讲到这里。



达摩血脉论四

见解不堕两边

接下来我们继续讲《达摩血脉论》。《达摩血脉论》虽然文字很少，就是一个小册子，但是它的内容确实非常非常深奥，也非常丰富，特别有意义。刚刚学佛的初学者，直接去听这个课的话，也许有一点点不太适应，不太清楚讲的是是什么，或者是不太清楚它有多么深奥。但是稍微有一点点佛教基础的师兄们会感觉到：这个真的是非常深奥，接近于密法的大圆满、大手印。

所以，大家要好好学习，我们学习主要是为了修，如果不修的话，那我们学这么多是没有用的。当然从另外一个角度讲，我们学习佛法跟学其他东西不一样。因为我们学其他东西的话，只要这一生中用不上的话，那对我们的下一世几乎没有什么用。但是佛法就不一样，比如说我们从来都不修，只是听、只是学，一直都在闻思，也是有功德的。



有什么功德呢？第一个，有听闻法本身的功德；另外一个，我们这一生虽然没有证悟，但是因为我们学了这些核心的、深奥的法，在阿赖耶识里面播下了这样的种子。佛教非常深奥的智慧种子播下去了以后，这个种子它永远都不会浪费的，总有一天，它一定会发芽。这就是佛教的闻思跟学其他东西相比不一样的地方。

但是，最好不要只停留在闻思上，闻思完了以后，大家要好好修行。这一生机会非常难得，这一生，一个人有很多很多的机会，可以争取高学历、高收入等等，这些都是一种积极的心态，从世俗的角度讲都是有意义的。但是从佛法的角度来讲，那就是价值观不一样，所以佛法从另外一个层面看这个世界，从更高的智慧或者是更广的眼光去看这个世界，所获得的观点、结果，也是不一样的。

拥有这样的价值观以后，会影响、改变我们的生活。这个改变来自于什么地方呢？小部分来自于闻思，大部分来自于修行。所以，大家一定要好好修，非常重要。



上一节课我们提到了几个问题，今天再说一遍。无论是对佛教的认知，或者是对自己的修行，各方面来讲，这几个问题都非常重要。上一节课的最后阶段，有三个问题。

第一个问题是关于我们对佛性的认知，也就是我们的见解不能走极端。佛教里面有两种极端，叫作两边，我们要远离两个边。

比如说我们走路、开车的时候，一定要走路中间，走到路边就会出事。同样，佛教里面讲中观，中观就是中立的观点。中观就说两边是错误的，中立的观点是对的。两个极端是什么呢？

第一个极端，因为佛教讲了很多的空性，然后也讲了很多的佛性，不管是从佛性的角度讲，还是从空性的角度讲，现实生活当中的善恶因果，在空性当中它不存在，在佛性当中它也是不存在的。

所以，最究竟的境界中，就会说无因无果、无善无恶，把这些全部否定了。于是我们就会产生一种错误的理解，以为在世俗谛中——世俗谛就是我们感官接触到的这个世界，也是没有轮回，没有善恶因果的。

《达摩血脉论》中已经讲得很清楚了，前面也讲过“拨无因果”——否定因果，认为杀盗淫妄都是无所谓的、没有罪过的，这样就是一个非常严重的问题。没有证悟空性，只是听说万事万物都是空性的人，他就有这样错误的理解。这就是一个极端。

这一个极端，前面已经提到过，已经讲得很清楚了，但是因为非常重要，所以今天再说一下。像大圆满、大手印还有禅宗，因为这三个都非常强调最高的境界——即佛的境界。在这个境界中，没有善和恶、没有因和果。善恶因果存在于六道众生的境界里。

所以，我们要分开讲。讲佛的境界的时候，就不要去讲六道轮回当中的善恶因果、轮回涅槃。



无作可以作为禅修的基础，但最终一定要突破

有些人在这个时候也不敢说因果不存在，就说“万法皆空，因果不空”，但这不对。这时要大胆地否定因果的存在，因为佛的境界当中，根本就没有什么善和恶。我们在描述佛的境界时，完全可以从本质上否定因果的存在，但是这不等于我们的世界里面就不存在因果，这完全是两回事。

比如说，我们从噩梦里醒过来，回到现实生活的时候，梦中的这些非常恐怖的现象，当然没有了。但是如果你回到梦里，这些东西照样存在，照样会影响你的。因为这是两个不同的世界。

比如说，现实生活中清醒的人，想去否定梦中的这些现象，是没有用的。现实生活中当然不存在了，你睡在床上，在房间里关上门，怎么可能出现梦中的这些恐怖景象呢？不可能有。但是睡着了一开始做梦，这些现象都出来了。那时候的恐惧、欲望等情绪，根本就不低于现实生活。所以，梦里一切都存在，醒过来了以后，一切都不在了。

这是两个不同的世界，从现实的角度讲，当然梦里面的全部东西都要否定。但是，做梦的时候，这些东西都存在，跟现实生活一模一样。现实生活就像佛的境界一样，它是一个真实的世界，从这个角度我们可以否定因果、善恶，全部可以否定。这个时候可以大胆地说因果不存在、善恶不存在，而不能说：万事万物不存在，但因果存在。因果也在万事万物当中，万事万物都不存在了，因果怎么会存在？这就是自相矛盾。

有些人会说：因果存在，不存在因果的本质。其实因果不存在就是因果的本质不存在。比如说，梦中看到了非常恐怖的景象，但从现实生活的角度去判断的时候，梦里面的所有东西，从本质上都要否定；不能说梦里面的这些东西现象存在，但本质不存在。不能这么讲。从现实生活的角度来讲，都不存在；从梦的角度去讲，都是存在的。所以，我们不能走极端的路，如果把这两个不同的境界混在一起，就是一个很大的问题了。



另外一个极端，则认为佛性是真实存在的。上一次的时候，这个比较详细地给大家讲过了。

第二个问题，行为上面非常重要。密宗讲得非常好，比如说，哪怕你大圆满的觉悟再高再高，但是你回到现实生活的时候，还是要尊重因果，因为这两个是不同的世界。虽然最终是以佛的境界为准，但是我们目前还不能进入佛的境界，我们只是在理论上去学习一下、去了解一下而已。当有一天我们完全达到佛的境界的时候，那这些因果什么的都不存在了。

第三个问题，打坐的时候不能无作想。上一节课里面有几个词汇相当相当重要，其中一个是无作想。无作想就是打坐的时候，没有什么可做的、没有什么可修的、没有什么可思考的，什么都不想。

难道什么都不想就是打坐吗？这样的话，发呆是不是也是打坐？昏迷是不是也是打坐呢？深度的睡眠是不是也是打坐呢？还有动物三四个月的冬眠，是不是也是打坐呢？因为这些都是不想，都是没有什么念头的。如果把无作理解为禅修，那这些都是禅修了，但是这些都不是禅修，这些都非常危险，为什么呢？

如果我们特别沉迷于这种禅定，那下一世搞不好的话就会堕畜生道；如果我们有足够的福报，运气比较好，那就是投生到色界或无色界当中。这些都不能超越轮回，所以很危险。主要的原因是什么呢？这种类似于发呆的禅修，还有动物长时间的冬眠，表面上虽然是很明显的念头，但是潜在的执著一点都没有断除，一直都在。

这个执著深藏在冬眠或者是禅定当中，执著没有断除的话，不可能超越轮回。最终就是两种情况：如果福报足够大，就是投生于色界或者无色界中；

如果没有这样的福报，而且有很多前世或者现世的罪过，就是投生为动物。所以这个无作，特别要小心。

之前也讲过很多很多次，这个无作可以作为禅修的基础，但最终一定要突破，否则就没有用。这个无作的结果是“落无记空中，昏昏如醉人”，《坛经》里面多次提醒过，特别重要。

观点不能走两个极端，修行不能落入无记空，行为不能拨无因果。这三个要点上一次讲过了，因为特别重要，所以再简单地说一遍。不管是修大圆满、大手印，密宗或者是显宗的任何一种法，这三个要点，大家一定要记住，特别重要。



既然佛性一直都现前，为什么我们看不到？

接下来讲今天的内容。“问曰：既若施为运动，一切时中，皆是本心；色身无常之时，云何不见本心？”“施为”是我们所有的这些行为，还有运动，身体的运动、意识的运动等等。“本心”，这里理解为心的本性、佛性，光明的心，有些时候是指意识。“一切时中”，过去、现在、未来，所有的时候。“无常”，就是死亡。

这是弟子们向上师提的问题：我们行住坐卧、吃喝玩乐，所有的时候，佛性、光明的心，一直都没离开过我们。既然如此，那我们的肉体消失的时候，意识不就出来了吗？那个时候为什么看不到我们心的本性呢？

比如把一盏灯放在壶里面，那就是壶外面没有光，壶里面有光。如果有一天把这个壶砸碎了，光明就会显露出来。显宗、密宗、包括大圆满当中都有很多这样的比喻。意思是什么呢？一盏灯放在壶里面，我们看不到亮光，但是把这个壶砸碎了以后应该有光明吧？

佛性就在我们的肉体里面，我们看不见，但是我们的肉体消失的时候，为什么也看不到呢？就是这样的问题。然后师父回答，“答曰：本心常现前，汝自不见”，本心实际上永远存在，而且永远都是现前的，但是你自己没有看到。

并不是我们的佛性和本心不存在，而是你自己没有看见。弟子进一步追问，“问曰：心既见在，何故不见”，“心既见在”，很多版本是“见”，但是应该是“现”。如果我们心的本性光明、佛性，一直都现前的话，那为什么看不到？

“师云：汝曾作梦否”？师父就用了一个比喻来回答他，你曾经做不做梦呢？
“答：曾作梦。问曰：汝作梦之时，是汝本身否”？回答说当然会做梦的。师父又问，那你做梦的时候，人躺在床上，但梦中的你，比如说在外面打球。梦中在外面打球的这个人，是你自己还是另外一个人呢？

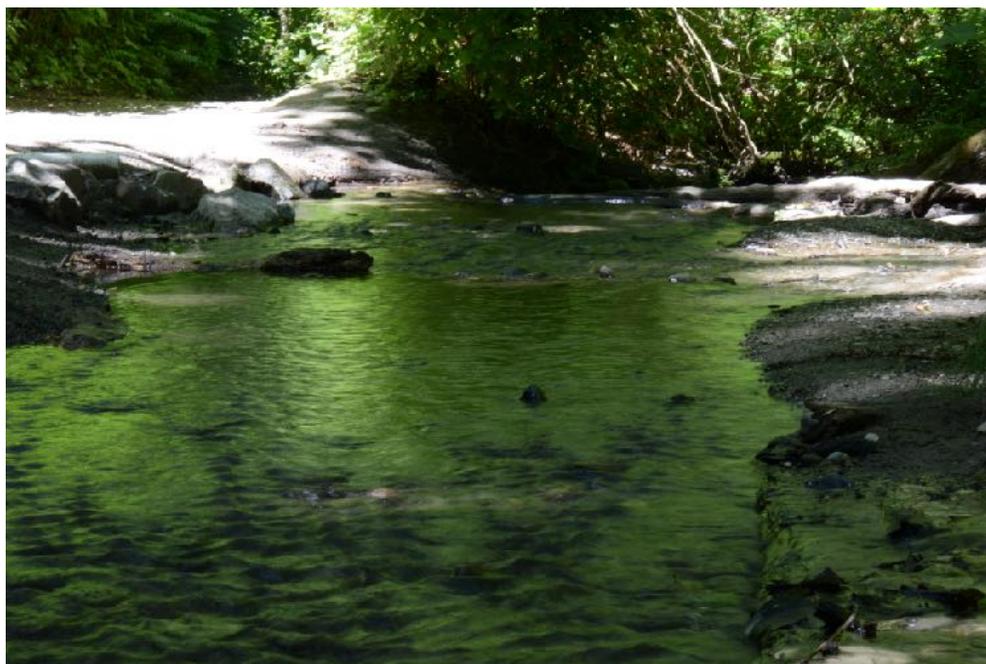


“答：是本身”，回答说，是我自己在打球。当然这个身体没有打球，但是梦里面根本就不知道真正的身体在床上躺着，梦里面我们认为我现在就在打球，以为这个就是我的身体，没有其他的身体了。

“又问：汝言语、施为、运动，与汝别不别”？你打球、说话的这些行为跟你自己是不是一个呢？“答曰：不别”，当然不是别的人，就是我。梦里面，我们认为我的身体在打球，现在说话的、运动的身体，才是我的身体。然而我们永远都不知道还有一个身体，躺在床上的。

“师云：既若不别，即此身是汝本法身”，这个地方有点模糊，意思应该是这样——他的师父通过梦的比喻，让他明白一个道理，什么道理呢？佛性永远存在，这个佛性就是你自己的本心，但是，你不知道你有一个这样的本心。

最后的这个地方有点模糊，《达摩血脉论》流传到现在，已经有一千五百年的历史，这当中有很多的手抄本。因为最早的时候，还没有印刷技术，都是口传手抄这样子传下来的，也许最早的时候还不是这样，但现在我们没有办法确证了。没关系，我们懂这个意思就可以了。



佛性一直都在，未曾改变！

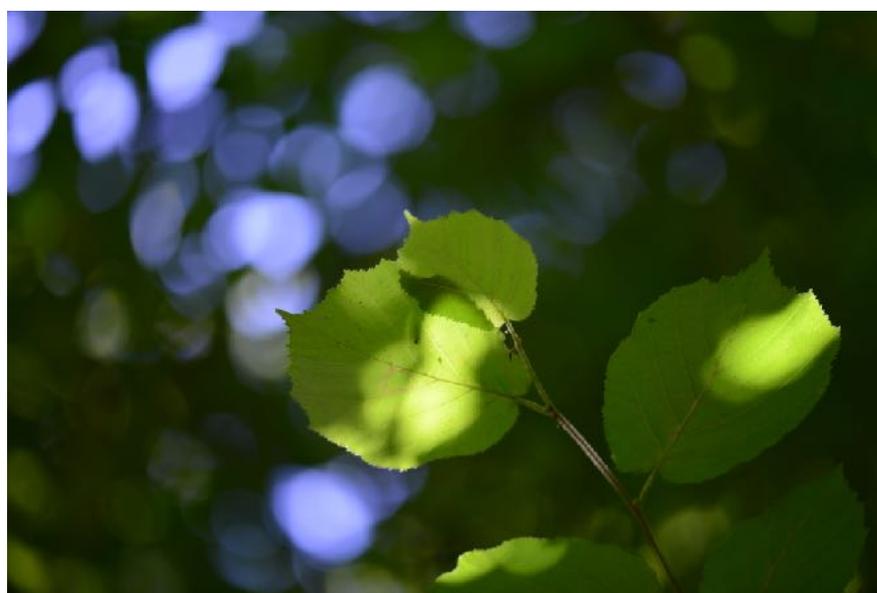
那么他的师父通过梦的比喻告诉他，佛性从来都没有离开过我们，跟我们是无二无别的，但是你自己没有看到。意思是什么呢？做梦的时候，你知不知道你真正的身体躺在床上呢？他肯定会说我不知道；那么你真正的身体是不是躺在床上呢？他肯定会说就是躺在床上的。

你真正的身体躺在床上，但是你不知道，你不知道不等于身体不在床上；真正的身体躺在床上，这也不等于你做梦的时候你就能够看到。

同样的，做梦时候躺在床上的身体就好比是佛性；我们各种各样的情绪，还有生活、世界，就好比是梦中的景象。那么梦中的人，从来没有离开过躺在床上的身体。但是做梦的时候，你不知道床上还有一个真正的身体。

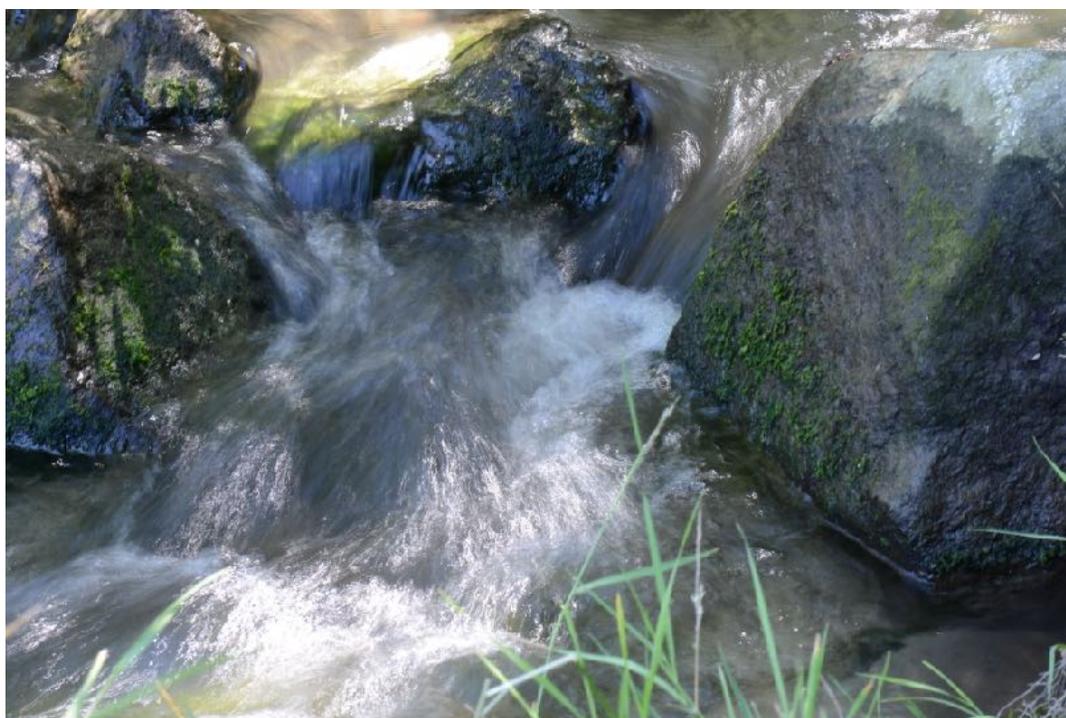
同样的，你现在有一个佛性，就像你做梦的时候，躺在床上的那个身体一样。但是你在现实生活当中，看不见佛性在哪里，就像梦中的你看不见躺在床上的身体一样。虽然看不见，但是这个躺在床上的身体，跟你在梦中打球的身体，实际上是一个。

同样的，你现在的贪嗔痴烦恼、各种各样的情绪和你的佛性是同一个，但是你在现实生活当中是看不到的。弟子问，心既然现在存在，那为什么看不到呢？上师说，就像在梦中，那时真实的身体也在，但你没有发现，不等于这个身体就不存在。看不到的原因是什么？就是因为自己的幻觉。



我们现在也有这样的佛性，是什么原因看不见呢？就是无明。前面的部分讲得很清楚，后面总结的时候，稍微有点模糊，实际上就是这个意思。

“既若不别”，那么你这个身体跟梦中的身体，不是两个，是一个。“即此身是汝本法身”，这个身体就是你的法身。“此身”应该是指哪一个身体呢？躺在床上的真实身体是法身吗？当然不是，这个是肉体。这里说这个是法身，应该这样子理解：好比是法身一样。



你心里有法身，但是你看不到。同样的，躺在床上的这个身体，你做梦的时候感觉不到。所以，“此身是汝本法身”，我认为应该这样子理解。否则的话，这个地方就有一点点解释不清楚。“此身”是哪个身呢？身体当然不可能是法身，梦中的身体更不是法身了，这两个都不是法身。那么“此身”指的是哪一个呢？所以就有一点点问题。

如果说，此身好比是法身。我觉得这样理解的话就通顺了，也就跟前面梦中的比喻相关联，不仅没有矛盾，而且说得非常清楚。“即此法身是汝本心”，刚才讲了，法身就好比是躺在床上的这个肉体，那么真正无始无终存在的这个法身不是别的，就是你的本心。所以别不别呢？不别，这就是你自己的本心，汝本心。

所以，你不要以为，法身跟你的本心是两个不相关的东西，法身就是你的本心。最后的总结是什么呢？就是说从无始以来到现在，有这么一个法身，在你的心里存在，它不是别的，就是你的心。心的本性它虽然存在，但因为无明，所以你看不见。就如同你做梦的时候，还有一个身体躺在床上你却不知道。



心的本性是法身，虽然它是和你无二无别的，但你也不一定能够看得到。为什么呢？就如同做梦的时候，床上的身体就是你梦中的身体，跟你无二无别；但你做梦的时候，根本没有感觉到还有一个身体躺在床上。所以，佛性当下存在，但不等于你能够发现；你没有发觉它的存在，也不等于实际上不存在。这样就说得非常清楚了。

“此心从无始旷大劫来，与如今不别”，这个心就是佛性、心的本性和光明。心的本性和光明，不是我们学了佛以后才有，从无始以来到现在一直都有。“无始旷大劫”，这个意思我们不需要讲了，已经讲过了，大家都知道的。“如今不别”，到现在为止也跟你是无二无别的。

“未曾有生死”，我们心的本性从来都没有生过，也从来没有死过。“不生不灭”，它是不生不灭的。“不增不减，不垢不净”，在六道轮回的时候，看是有污垢、有烦恼；然后成佛的时候，本心就清净了。表面上看起来是这样，但实际上它的本质不垢不净，永远都是这样。佛经里面也讲过，比如说蓝天，我们从地面上看，有云的时候看不见，云被风吹散的时候，我们又看到了蓝天。但是我们看到云的时候，实际上蓝天没有什么变化，变化的是云。

实际上，增减、生死这些都是在世俗轮回的层面上才有的，心的本质上没有这些。“不好不恶”，人心本善，我们很多时候就这么讲。但是本来面目不善不恶，没有善恶这样的观念。



理论随时有可能会动摇，但证悟不会有任何动摇

之前我们也讲过，比如说善恶、增减、垢净等等，是有垢才有净、有生才有灭，所以都是相互看待、二元对立。这些都是意识创造出来的各种各样的观念，心的本性上面是没有这些的。

我们还没有证悟的时候，理论上只能这样子讲，但这样永远都讲不明白，所以大家一定要去修。修了以后，我们虽然还没有到很高的境界，但对法身或者是对心的本性，稍微有一点点理解，或者是有比理解还要高一点点的感觉的时候，自己基本上可以确定，它是真的不垢不净、不生不灭的。

这个时候的答案，不是从书上得到的，不是从上师和善知识那里得到的，当然从他们那里，我们也可以得到很多很多的答案，但是真正的答案是从自己的内心深处找到的。从今以后，我们永远都不会有任何动摇，发自内心地相信这些答案了。为什么呢？因为自己感觉到了。

比如说吃糖果的时候，亲身体会到这就是甜的。那么，成千上万的人出来说这不可能是甜的，我们也不会有所动摇，所以证悟就是这样的。理论，虽然学得好的话，我们也可以得到一些非常好的见解，但是理论随时都有可能会动摇的，证悟不会有任何动摇。

所以，大家一定要证悟，然后真正就知道了。知道这个到底有什么用呢？当然有用。我们彻底证悟了以后，这些世俗的烦恼都不存在了。比如说，还没有开灯的时候，房间里满满都是黑暗，一开灯，瞬间这些黑暗全都消失了。

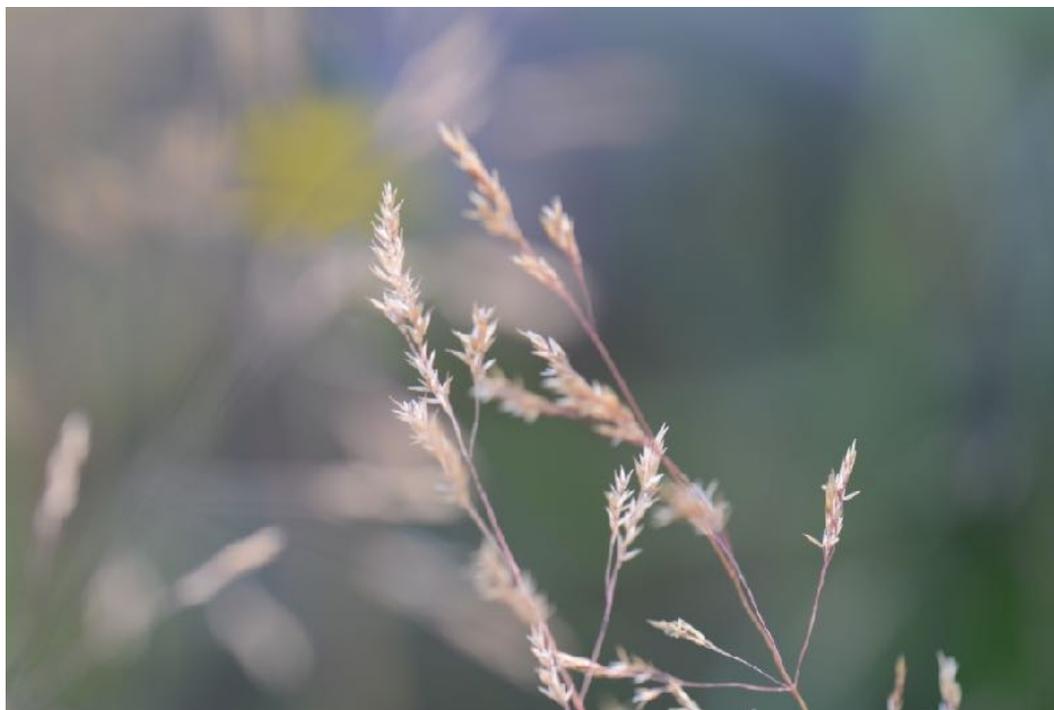
同样的，我们进入证悟境界的时候，我们的心里就像开了一盏灯一样，一下就光明了。之前在黑暗中，我们建立起来的你我他，还有贪嗔痴傲慢等等，这些烦恼一下子就会消失，然后就可以解脱。

我们现在的种种的痛苦大多都来自于心理方面。各种各样的压力，各种各样的竞争，还有比如说失恋、离婚、公司的破产，生活上说不清楚、说不完的这些痛苦，大多数都是来自于自己的内心。当然也有一些外面的客观因素让我们痛苦。但是，如果我们的心态改变了，虽然客观的因素照样存在，但是这些事情不会让我们痛苦了，可以用另外一种心态去面对，也完全没有问题。

比如说发生了一件事情，有些人非常恐慌，有些人非常淡定，有些人非常开心，有各种各样不一样的心态，这都是有可能的。所以，外界发生了一件事情，我们不一定就要用最传统的、最陈旧的观点去看这个问题，也可以换一个新的观念去看。所以，发现了心的本性的时候，大到轮回的解脱，小到生活中的琐碎事情带来的烦恼、痛苦，自己完全就可以瞬间化解。

如果我们没有任何的证悟，那就永远只是嘴巴上讲讲而已，实际上不会有太大的帮助。但是，只有理论、观念，也有帮助，不能说没有任何作用。生活当中的一些事情，因为自己想不开，打不开心结，所以越想越痛苦。如果观念改变了，有可能就打开心结了，那么也有可能不会有这些压力了，所以都有帮助的。

如果我们只追求现实生活当中的幸福快乐、宁静或者是自由的话，那我们如果发现了自己心的本性，它完全能给我们带来平静、轻松、绝对的自由，然后是幸福快乐，完全没有问题。如果我们的追求超越了这些，还要更高，那就是解脱了，就可以脱离六道轮回。



脱离了六道轮回以后，大乘佛教的宗旨是让更多的人脱离轮回，让他们也成就。有些人想，大家都解脱了，这个社会怎么办呢？这些事情谁来做呢？这些人照样可以做事情，并且因为这些人内在的境界提高了，他们也还可以承担各种各样的事情。

从事各种各样行业的这些人当中，可能很多人都是佛的化身、菩萨的化身，但是这些事情他照样去做，一点也不影响。只是杀盗淫妄、战争这类的东西会减少，正当的事业是不会间断的。难道这些人证悟了以后什么事情都不做

吗？当然不是。所以没有必要担忧。证悟，对我们的生活或者是解脱，都非常非常有意义，大家要争取证悟。

证悟的具体方法，《坛经》里面也讲了一部分，大圆满、大手印里面讲得非常非常清楚，方法也非常多，我们也能够用得上，这些是真正的财富。这些财富，我们从这个世界完全可以带到下一个世界，从下一个世界完全可以带到再下一个世界，我们走到哪里，就可以带到哪里。其他的这些身外的物质财富，我们都知道，这是没办法带走的。所以，大家要投入到打坐修行的行列当中去，这个非常重要。



证悟不是逻辑推理出来的

“不来不去；亦无是非、亦无男女相”，心的本性，当然没有这样的性别之分。“亦无僧俗老少”，心的本性是僧还是俗，还是老或少？这些都是不存在的。“无圣无凡”心的本性是圣者还是凡夫呢？也没有这样的分别。

“亦无佛，亦无众生”佛就是证悟或者是觉悟的意思。觉悟是什么呢？在世俗当中，我们原先不知道，后来知道了，就叫作觉悟。心的本性，没有觉悟不觉悟这样的区别，佛或者众生这样的区别也是不存在的。

“亦无修证”，它永远都是清净的，所以它修什么呢？没有什么可以修的。没有证，亦无修证。“亦无因果”刚才讲过了，这个时候我们要否定因果的存在，可以大胆地说：这里没有任何因果。不需要说：是没有因果的本质，因果当然有。这就是又把两个不同的层面混在一起了，这样就不好理解。

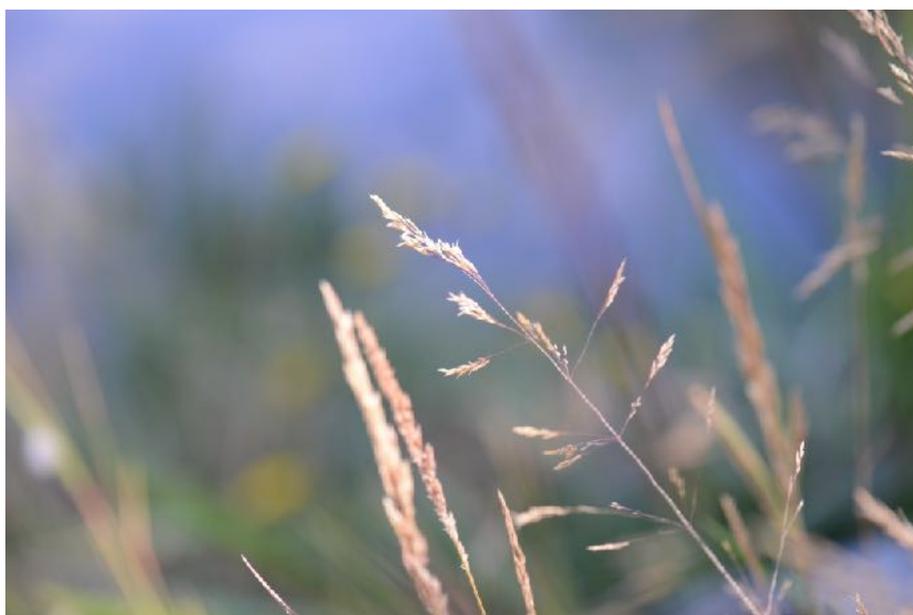
所以，讲佛的境界的时候，就根本不需要考虑世俗世界，佛的境界是什么样就是什么样。从佛的角度讲，当然是没有因果的。不需要说，因果本质不存在，但因果存在。这时候就是说不存在因果。因为因果就是在我们世俗当中产生的，它实际上是我们的错觉，是无明的产物。佛把整个无明全部铲除了，无明不存在了，它的产物也不可能存在的。

“亦无筋力”，然后身体、体力都是不存在的。“亦无相貌”这些都不存在。那它到底是什么样呢？就说“犹如虚空”。这是我们必须要知道，心的本性就像虚空。前几天我们反复地讲过，《坛经》里面也讲过什么叫作证悟。有些时候说一定要下定决心去证悟，有些时候又说无证无佛，什么都没有。我们该怎么理解呢？

刚才已经讲过，从佛的境界讲，没有佛和众生，没有善恶因果，当然也没有证悟。但是从凡夫的角度出发，一步一步走，最后走到佛的境界，这个过程当中当然是有因有果，有善有恶，所以也有修也有证，因此我们要争取证悟，发菩提心、出离心。当然在佛的境界当中没有出离心、没有菩提心。这两个概念大家一定要分清楚。

那么真正的证悟是什么呢？前几天也讲过，不管是用大圆满、大手印或者禅宗的方法，无论用什么样的方法，最终的目标就是我们要体会到心的本性。我讲的体会是什么意思呢？你们大家应该明白的，第一个不是用逻辑推理，不是自己去观察的结论；第二个不是书本上的知识。

比如说心的本性是虚空，为什么是虚空呢？我们会说，因为是佛或者龙树菩萨说的，所以心的本性应该是和虚空一样的。实际上这没有任何属于自己的见解，都是佛或佛经里面的见解，或者是龙树菩萨的观念。比如说我们把佛经背下来，然后又把佛经讲出来，这里面有我的东西吗？当然没有。我背下来的是佛经是佛说的，然后我说出去的也是佛经。只不过把佛经通过我的大脑再说出去，在我这边过了一下而已。所以这种就不叫证悟。



另外一个，逻辑推理，虽然有一点点自己的东西，因为通过逻辑推理，我自己也明白了一点，但是这叫作理论或者知识，还不是体会。比如说，水是什么物质构成的，理论上我们可以知道，但是如果你不去喝的话，那就是不知道喝水到底是什么感觉。

比如说有一个人，他不知道水是什么物质构成的、成分是什么，但是他喝过水，亲身有体会。另外一个人从来没有喝过水，但他知道水的成分。这两个人的不同处是什么呢？从来没有喝过水的人，他通过其他的方法，把水的全部分子、原子，甚至更细微的东西，所有构成的东西都非常清楚了，这就叫作理论。所以，我们用这样的方法去讲空性、讲佛性，都不叫证悟。

另外这个人他虽然不会说那么多，但是他喝过水，知道是什么味道，虽然他讲不出水的成分是什么，但是他知道这就叫作证悟。像六祖惠能大师这样的人，他不一定精通很多很多的佛经，但是他知道佛经的精华，这就叫作证悟。那么有一天，我们就用自己亲口去喝水的这种方式，体会到了自己心的本性就像虚空一样，这就叫作证悟。

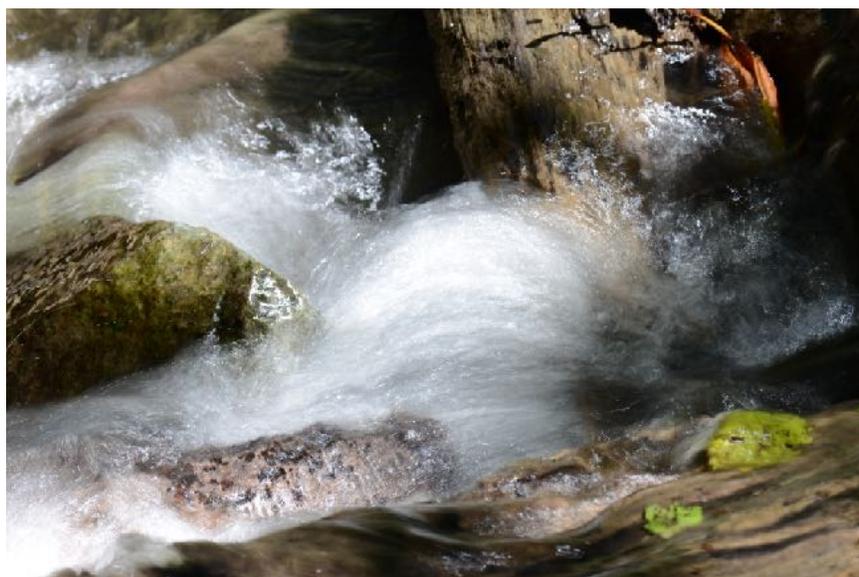


证悟是往里看，不是往外看；证悟是简单化，不是复杂化

心的本性犹如虚空。说简单，当然不简单，如果简单的话，为什么不是所有人都证悟了呢？没有那么简单。如果说很难，也没有那么难，为什么没有那么难呢？因为没有那么复杂，它根本就不神秘。如果让我们去了解一个从来看不到、听不见的神秘东西，那我们没有办法相信，也没有办法找到真正的答案。

但这里是讲自己的心，自己的心是什么就是什么，所以一看见心的本性犹如虚空的时候，我们就不需要问任何人，自己就可以确定——这是证悟了，至少是初步的证悟。那么初步的证悟有什么用呢？

刚刚证悟的这个阶段，有很多的观念就会转变。对生死，我们看得不那么重，对很多事情没有那么执著，所以活得不那么累了。在生活中也不会有那么多的情绪波动，也不会有那么多的烦恼、恐惧。但如果不提升的话，还做不到解脱，如果在这个基础上进一步地去修以后，我们对生死完全没有任何恐惧，看得很透、看得很淡。但同时慈悲心也会增长的。



因为慈悲心不需要执著，没有执著也可以有慈悲心。但我们的烦恼、愤怒、欲望，必须要有执著的基础，没有这个基础不可能有这些的。所以，证悟是非常有意思的。证悟是往里看，不是往外看；证悟是简单化，不是复杂化。刚才也讲了，如果说证悟很复杂，也没有那么复杂，也是很容易的。

我们不需要去看其他东西，就只看自己的心，如果我们的福报足够大的话，真的可以看到心的本性像虚空一样。如果我们就是看不到，怎么办？那就需要训练。比如说我们做梦的时候，身体就躺在床上，但是我们不知道。如果我们稍微做一点训练的话，就一定会知道，梦中的身体实际上不是我，我的真正身体就躺在床上。



这个训练叫梦瑜伽。除了藏传佛教以外，其他的教派里都没有这样的方法，因为这个方法是属于无上密宗的。汉传佛教也有密宗，日本也有密宗，但是藏传佛教把这些叫作外密。除外密以外还有更深的密宗，叫作内密。大圆满、大手印、时轮金刚这些都是属于内密。

其实内密的很多续部，也就是密法书籍，在汉传佛教的大藏经里面也有。只是翻译的时候，都没有用密宗的名词，书籍后面加的名字都是“经”，什么什

么经等等，没有命名为时轮金刚或者大圆满的什么什么续部。所以很多人以为汉传佛教里面没有这些密法，其实有很多，但不是全部。

虽然有很多，但至少现在是没有它的传承，所以有和没有实际上也差不多。因此梦瑜伽现在只有藏传佛教里面才有。通过梦瑜伽的训练，自己做梦的时候就知道：梦中打篮球的身体其实不是我真正的身体，我的身体还在床上躺着。我们就是需要一些训练，训练了以后就可以证悟，这是千真万确的。

佛教都是讲人的经验。大家要知道佛教从来不讲鬼神，从来也不相信鬼神的力量，也不崇拜任何鬼和神。如果讲，那也是讲保护佛教的护法，仅此而已。佛教的修行就是体悟，体悟就是活生生的一个人的经验。



如果说证悟很难，也不是很难，就是要去寻找自己的本质。所以如果我们能够下功夫，稍微投入一点的话，不会很难的。证悟唯一的标准，就是这里讲的“犹如虚空”，我们把这四个字完全能够落实到自己心的本性上，那么这就是证悟了。

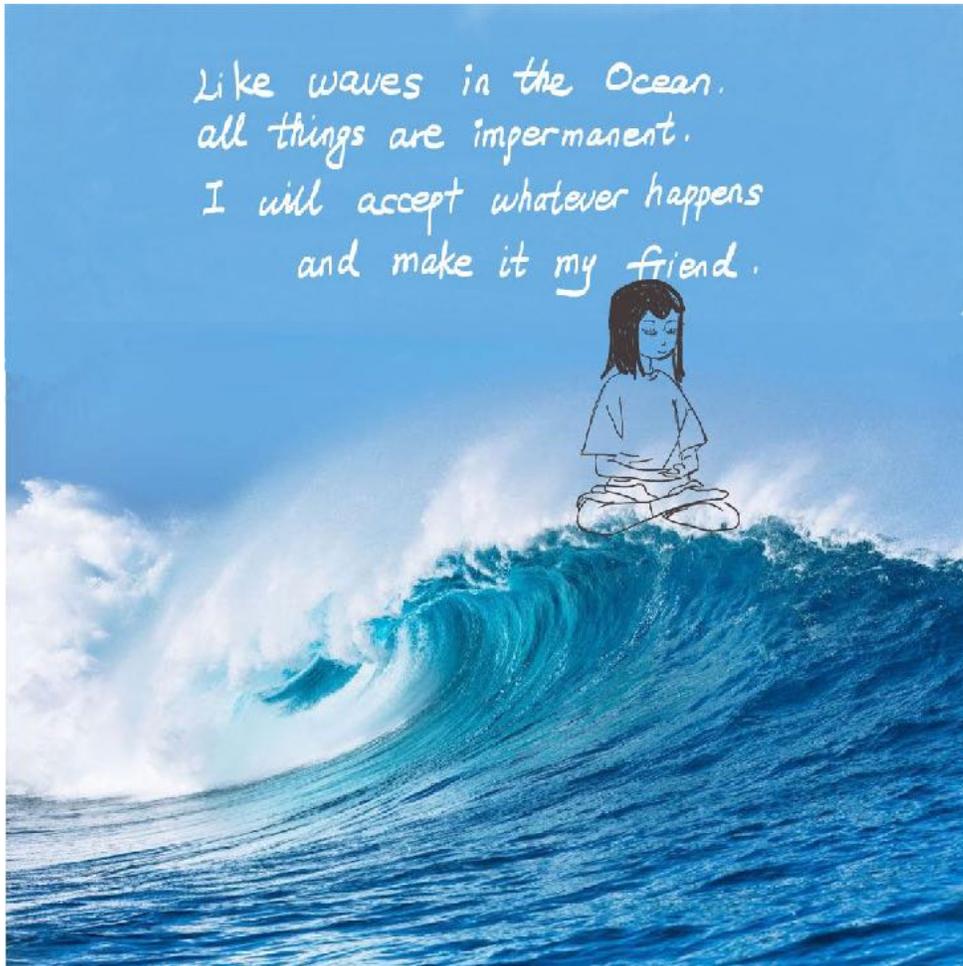
“取不得、舍不得”，因为心的本性本来就如虚空一样，取什么、舍什么呢？没有舍和取。**“山河石壁、不能为碍”**，山河大地、任何东西不会成为他的阻碍。也就是说，外界的万事万物，实际上就是心的投影，不会有什么阻碍。比如说彩虹不会有任何的阻碍，为什么呢？彩虹看起来很漂亮，但是彩虹实际上不在外面，就在我们的眼睛里面。

彩虹产生因素是空气、水分和光线，它没有颜色，正因为有了眼睛，所以出现了颜色。因此，彩虹是我们的眼睛创造的。它在外面的物质世界里面，不占任何空间。它也没有什么真实的实体，所以也不会有什么阻碍。比如说我们的手伸过去，能够碰到彩虹吗？它不可能阻碍我们的手。

同样，宇宙、山河大地，一切都是内心的投影。所以，我们彻底了解自己心的本性的时候，就不会受任何东西的阻碍。阻碍的意思就是说，不会对任何东西产生执著，所有东西看得非常清楚。

“出没往来，自在神通”神通就是指出没来往，全部都是自由自在的、畅通的。畅通就是没有任何阻碍，没有任何执著。**“透五蕴山，渡生死河”**，五蕴是所有众生的生命结构。穿透五蕴，就是推翻或者看穿了五蕴的本质，当有了一个这么强大的智慧以后，就可以渡过生死河。

“一切业拘此法身不得”意思就是说，法身它不会受到善恶因果的限制。下一句讲的“此心”，我们要看语境，现在没有讲“本心”，也没有讲“心性”，就一个“心”字，那这个地方就指心的本性，心的本性就是佛性。光明的心也叫作心。当然，有些时候这个“心”是指意识。



Like waves in the Ocean,
all things are impermanent.
I will accept whatever happens
and make it my friend.

吃喝玩乐、行走坐卧从未离开光明本性，但我们从来没有认出它！

“此心微妙难见”，心的本性虽然在每一个人的心里，永远都没有离开。杀盗淫妄，再糟糕的、再恶的人，也跟其他人的心的本性是一样的。造业或者是行恶，只是在外表，因为善恶都在这个层面上；最深的层面，是没有善恶的分别。所以再坏的人和再好的人，从心的本性上讲都是一样。

好和坏都不在心的本性上，不可能在这么深的层次上。从表面上看当然有好有坏，但是好和坏的最深处都是光明。“此心微妙难见”，虽然所有好人坏人的心的本性都是这样，但是没有这么容易发现，发现了就是明心见性、证悟了。

“此心不同色心”，“色”就是物质；“心”，这个地方是意识，世俗的心，我们心里在想什么，自己非常清楚，但是心的本性跟它不一样。世俗的心有各种各样的情绪、各种各样的烦恼，我们自己往里一观察，就知道现在我在想什么、开心不开心等等。但是心的本性很微妙，不是我们一观察马上就可以发现的，没有那么容易。

然后“此心是人皆欲得见”，“人”是修行人的意思。所有的修行人都特别特别想看到自己心的本性。“于此光明中，运手动足者，如恒河沙”，“此”指前一句中的心，“此光明”即是光明的心。动手、动脚、动嘴还有动心，所有的运动实际上都没离开这个心的本性光明，从来都没有离开过，就在这个光明的心当中。做各种各样动作的众生，多如恒河沙数，实际上就是指所有六道轮回的众生。比如说地狱众生、饿鬼众生，它们在受苦的时候，也没有离开过心的光明。

因为自己的无明把心的本性遮挡了，没有发觉自己有一个这样的心的本性。实际上无边无际的众生，他们的所有的言行举止，好的方面，比如说利益众生、帮助众生、行善；坏的方面，比如说杀、盗等等，都离不开心的本性，心的本性永远都是这样。

虽然这么多的众生，都在光明的心当中运动、吃喝玩乐、行走坐卧，但是如果问他们，知不知道你的心的本性是什么呢？那他们会怎么回答呢？“及于问著，总道不得”，没有一个人能够回答，都说不知道。“总道不得”，得不到答案。

这个时候他们像什么呢？“犹如木人相似”，这些人都像木头人一样的。在世俗方面他们非常聪明，问什么，他们都能够回答，问一个可以回答三个、回

答十个。但如果一问到自己的心的本性，像爱因斯坦这样最聪明的人，也不知道他的心的本性是什么样。所以，他们都会说不知道，或者什么都不说，像木头人一样。因为他不知道怎么说，从来都不知道自己心是什么样。

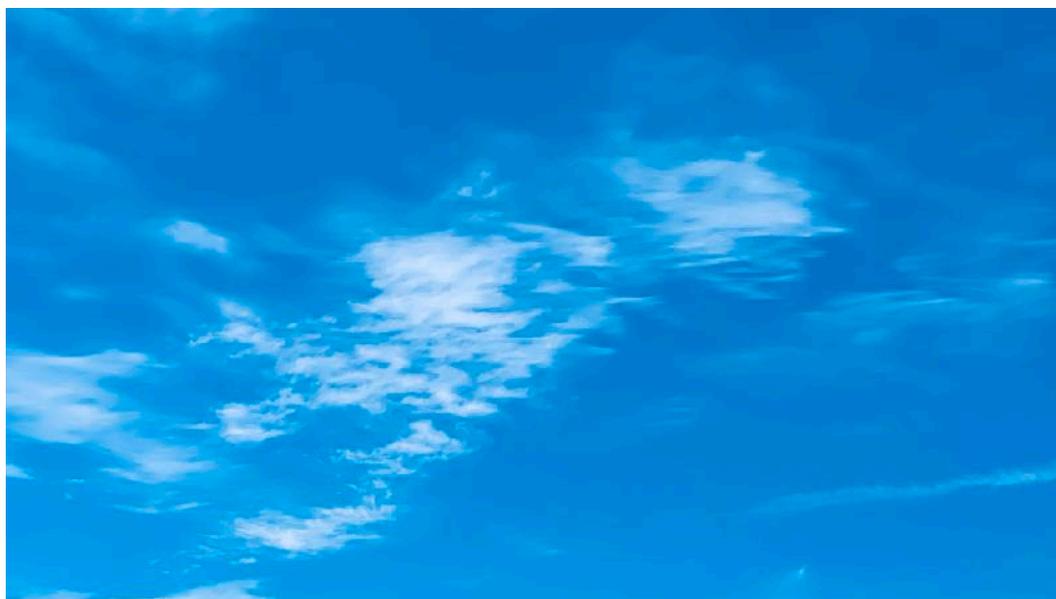


“总是自己受用，因何不识”？心的本性，实际上自己每天都在用，每一天的各种各样的念头、各种各样的运动，都离不开光明，这个叫作受用。但他们为什么答不出来呢？

“佛言一切众生，尽是迷人”。所有众生都是迷茫的，因为有无明。“因此作业，堕生死河”，所有众生都是这样，“欲出还没”想出来的时候，又回到轮回当中了。“只为不见性”为什么大家都像个木头人一样，回答不出来呢？因为没有开悟，所以谁都不知道。全世界七十亿人口当中，除了少数证悟的人以外，大家都不知道。

其他东西，他们知道的特别特别多，掌握了非常非常多的知识，但就是不知道自己心的本性，所以在生死轮回当中，永远都不能解脱。由于他们的知识和技术，又造了更多的罪业，这个罪业让他们再度回到轮回中。想出轮回也没办法出来，为什么呢？因为没有见到自己的心的本性，没有证悟。

“众生若不迷，因何问著其中事，无有一人得会者”，如果众生不迷的话，为什么我们问心的本性是什么，没有一个人能够回答呢？就是因为众生迷茫无知。



证悟的时候才是真正的自由

“自家运手动足因何不识” 自己的动手、动脚、动嘴等等运动，都离不开光明，但因为自己没有证悟，所以感觉不到。

就像前面梦的比喻，我们做梦的时候，任何动作都没离开躺在床上的真正身体，但是自己感觉不到这个身体。为什么还不认识自己的心呢？“故知圣人语不错”，所以，佛说的话没有错。那佛说了什么呢？

“迷人自不会晓”，佛说，因为众生自己不开悟，所以就感觉不到自己心的本性。“故知此难明”，所以我们就很清楚，心的本性没有那么容易明白的。“惟佛一人能会此法”，在这个世界上，只有佛才彻底地明白这个道理。当然我们每一个人也可以成佛，所以，总有一天，大家也可以明白自己心的本性。



“余人天及众生等尽不明了”，除了佛以外，人、天人、六道轮回当中的其他众生都不知道自己心的本性。“若智慧明了，此心方名法性，亦名解脱”，如果我们彻底地明白了心的本性，所明白的这个心的本性叫作法性，同时也叫作解脱。“生死不拘”，这个时候生与死都不能限制我们，我们从生死轮回中获得了绝对自由。“一切法拘它不得”，万事万物不能影响、不能限制智慧，它得到一个绝对自由。

“是名大自在王如来”，为什么叫大自在呢？因为自己彻底地证悟了，所以叫作大自在王如来，这就有些像大圆满里面的普贤王如来一样。那个时候真正

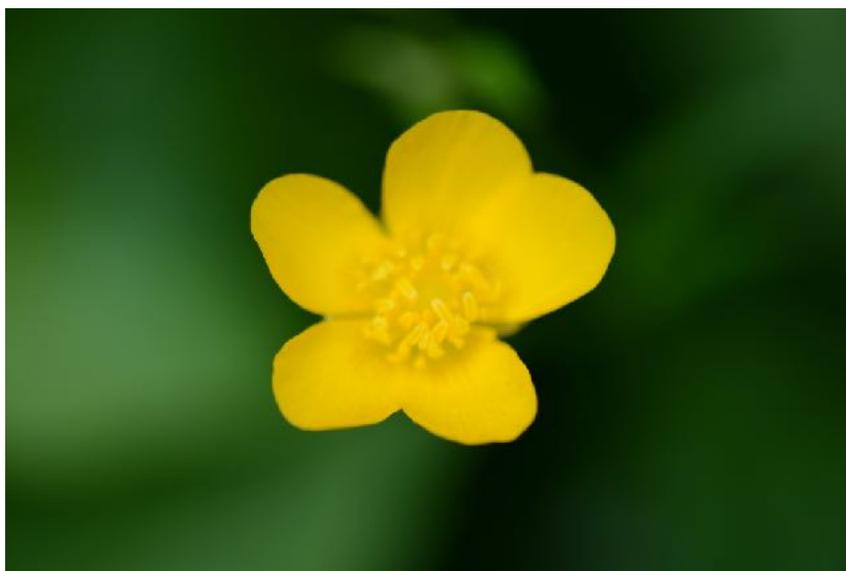
地成佛了，彻底证悟、彻底自由了，因为所有的烦恼都不存在了。世俗中，如果我们具备所有的人身自由，该有的自由的全有了，但是唯一没有解决自己内心的问题的话，虽然外在的自由条件都具备了，但是，自己的内心不会让我们自由。



所以，证悟的时候才是真正的自由。“亦名不思議”，这个境界是不可思议的。“亦名圣体”，“圣”就是佛。这个时候就成为佛的本体了。“亦名长生不死”，那个时候就没有死亡了。“亦名大仙”，“大仙”，不是指神，是指佛。

“名虽不同，体即是一”，证悟的时候，可以说看到法性了，也可以说解脱了，也可以说生死不拘。名字不一样，本质一样。

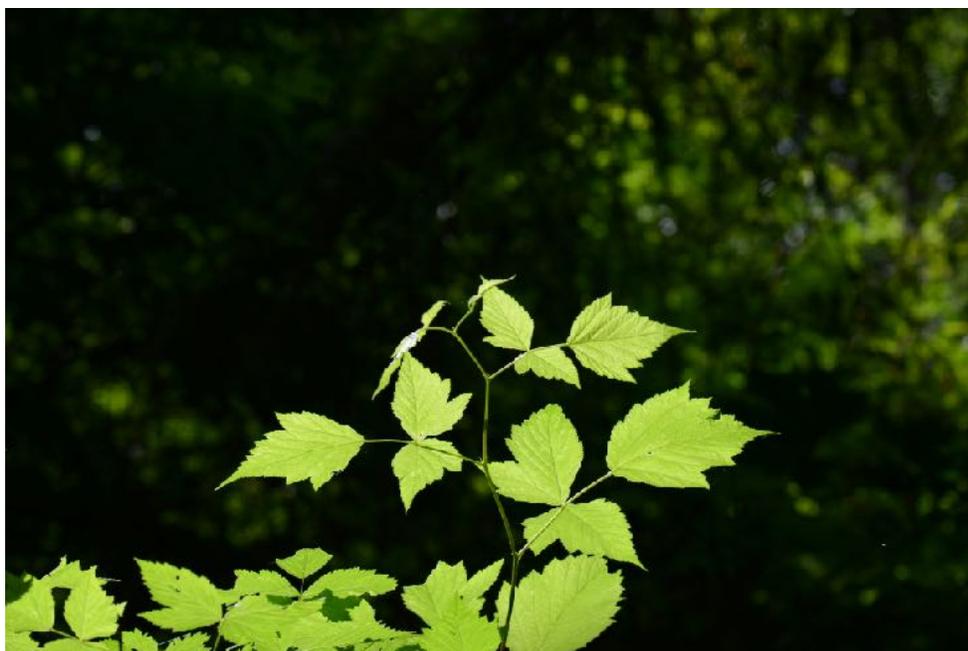
所以，证悟了心的本性以后，所有问题都解决了，非常有意义。最关键的一个问题，就是心的本性没办法用语言来表达，只能说心的本性像虚空一样，通过比喻来告诉我们，没有办法直接讲。最后的这个关，要自己去过，通过自己的修证过了这个关之后，最后就真正地解脱了。



我们不要以为解脱就是一个人走了，再也不回来了；两个人解脱了，也不再回来了，最后这个世界空了，不是这样。这个世界还在，那是怎么样呢？比如说，世界上有一万个人，大家都是文盲。然后每一个人去学习，有一个人毕业了，就多了一个有文化的人，少了一个文盲；两个人毕业了，多了两个有文化的人，少了两个文盲。最后全部毕业了，那么世界上一万个人，全部都是学历很高的人，没有文盲了。人还在，但文盲没有了。

同样的，六道轮回的众生永远都在，但是众生都转化为佛和菩萨了，跟之前的众生不一样。之前的众生发动各种各样的战争，掠夺资源、勾心斗角，当这些人不存在的时候，就是一个很美好的世界。

看上去，这像理想主义者的说法，但如果所有人都能够去修行的话，实际上也是完全可以实现的。当然，永远都不可能所有人都去修行，那没关系，自己修就可以了，这才是最重要的。自己修了，自己解脱了，那么再回来让一个人解脱、两个人解脱，一百个人解脱，能度多少就度多少。



我们发愿是要度一切众生，不能说我只度这一部分，其他人我不管。但是实际中没办法全部度完，能度多少就度多少。佛也是这样的，释迦牟尼佛当初也是发心要度所有众生，但是到现在，我们这么多人都还没有度完，还在解脱的路上。但佛度众生的事业，永远都不会停止的，只是时间的早晚而已。

比如说日落之后，我们虽然看不到阳光，但阳光在别的地方。同样，有些时候我们看不到佛的存在，但是佛度众生的事业永远都不停止的。只是度众生的重点，有些时候在我们这里，有些时候在其他地方，但我们始终都能感觉到佛度众生的事业。所以，最终所有众生都可以成佛的，当然这是在很遥远很遥远的未来。

我们现在首先解决个人的生死问题，这是很实际的问题，然后再去度他人。能度一个就度一个，能度十个就度十个，这是很靠谱的，非常有希望，所以希望大家要努力。



作为佛教徒，闻思很重要！

前面也讲过，这么多的众生不知道心的本性，他们本来也没有这个机会。但是很多佛教徒也不知道心的本性，为什么呢？

因为我们的心思根本就不在这里，我们的心思是什么呢？建庙，还有开各种各样的法会，通过法会筹很多的钱，然后又把钱拿去建庙再扩大。我们没有闻思修行，哪来的可能去证悟心的本性？不可能的。所以，问到心的本性的时候，不仅仅是多如恒河沙数的人像木头人一样，很多佛教徒也像木头人一样，也不知道什么叫心的本性、什么叫光明。

大家要好好学习，这很重要。佛教在中国有一千九百五十多年的历史了，这么长的时间当中，这些文字流传下来了。但是我们不去学习，很多寺庙里的应该学习的专业人士也不去学习，他们的事业不是弘法利生，是在建庙、开法会，那就很可惜了。

所以，我们不能像木头人一样，我们要去闻思。佛教很多的理念，对现代人来说非常重要。佛教很多核心思想的价值，在未来会越来越突出的，绝对会是这样的，因为人类非常非常需要这些。当各种各样高科技的东西出来的时候，如果没有一个东西来调节人的心灵，那就非常危险。所以，佛教的理念，对个人、家庭、社会、全人类都很重要。



简单举一个例子，佛教的禅修，现在全世界的人，包括科学家都知道它的价值，大家都在用。虽然佛教的其他东西还不为人知，但也可以像禅修一样，进入到每一个人的生活中，然后必定会改善我们的生活品质。

但是如果我们不学习、不弘扬，成天都是建庙、捐钱，只懂这些，确实非常可惜。所以汉传佛教的师兄们，一定要给力，要去弘扬这样的正法，这是非常重要的。

好，我们今天讲到这里。



是否因为密乘戒难守持清净，就该放弃修行密法呢？

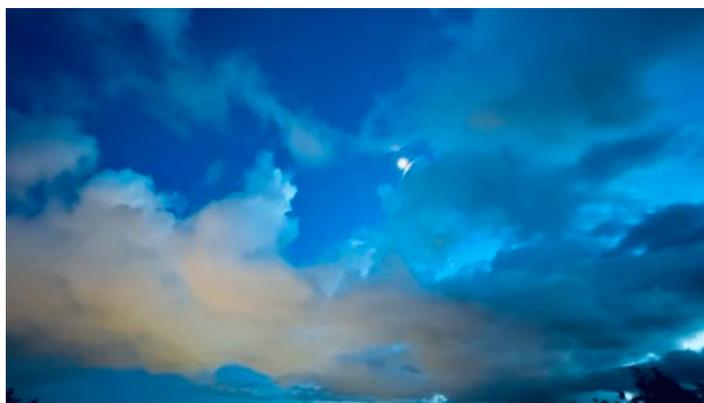
问：顶礼上师。请问，怎么样才能够知道善知识是否证悟呢？可以直接问他吗？他会告诉我们吗？

上师：直接问他当然也可以的。会不会告诉你呢？不一定的。如果是必要的情况，比如说善知识说自己证悟了，能够对他人有所帮助，那善知识有可能会说的。

但是，平时传统上的这些大德，无论藏传佛教还是汉传佛教都是一样，他们都是比较谦虚的。没有什么必要的情况，你去问，那可能回答说自己没有证悟，很多时候就是这样。但在必要的情况下，可能会说。

除了询问以外，还有什么方法呢？这个很难，确实很难。因为人的境界，我们从外表很难确定，但是如果长时间接触的话，可能也有办法。佛经里面讲，冒烟的地方是有火在燃烧，所以从烟可以推断有火的存在。同样，从一个人的言行举止，也基本上能够判断他的证悟，这是佛经上说的。

所以如果我们长时间接触善知识，也有可能从他的言行举止大概判断他的证悟。非常准确的判断是我们没有办法做到。



问：请问上师，为什么密宗的大圆满、大手印要灌顶，不能随便传？而禅宗不用呢？既然讲的都是一样，为什么要这样呢？

上师：讲的都是一样，但是讲的深度不同。比如说大圆满、大手印、禅宗，它们都在描述一个人，但是它们描述的层次不一样。

其中一个，只是大概、笼统地说了一下，这个人是女还是男，身高多少等等。另外一个，不仅仅讲了身高、体重、样貌、性别，而且还讲了很多信息，包括这人的DNA等等，讲得很清楚。两者有这样的区别。

问：另外，有些密法中说，专门有护法神在守护一些法，是不是也有这种原因呢？

上师：显宗也有护法神，显宗的佛经也经常提到，像帝释、梵天还有四大天王，都是佛教的护法神。密宗里面只是多了一些种类，其他都是一样的。



问：上师您好。我想修加行，但是听说有年龄的限制，我今年六十四岁了，还能修加行吗？

上师：当然可以修。年龄太大的话，唯一的问题可能就是磕头，其他都没问题。如果磕不了头的话，也没关系。不磕也可以，就做其他的。

加行里面，主要修的不是身体上的磕头，主要是修出离心、菩提心，尤其是上师瑜伽、金刚萨埵的忏悔，这些就是重点。所以，磕头不方便的人或者是老年人，实在没办法就可以不磕头了，就做其他的，也是一样，也非常好。

问：请问上师，如果要一门深入，之前发愿要每天念的功课，可以停止吗？或者是改成每年或每个月念几遍，可以吗？

上师：自己之前有发心，要念多少多少遍的话，最好要完成自己已经发心的数量。如果没有这样的特殊发心，平时的功课比较多的话，如果是念经的时间多，打坐、学习时间不够了，那念经就用一个咒语来代替，比如说像金刚萨埵的咒语或者是莲花生大师的咒语，或者是其他的咒语来代替，这是可以的。

比如说，一个人灌了很多的顶，但是他不可能修这么多的本尊。所以他修的时候，如果需要修莲花生大师、修观世音菩萨、修地藏王菩萨等等，那就修一个，用这个本尊代替所有所有的本尊；然后持一种咒来代替所有的咒，这个可以的。但是，自己之前发心要完成的数字，那尽量要完成。

问：顶礼上师，常常听说修持密法，最差也是多少生就可以成就。但是密乘戒又非常难以守持清净，而且违缘又特别多。一旦违犯密乘戒的话，尤其是以上师为对境违犯密乘戒，后果非常严重，即使通过修持金刚萨埵可以忏清，证悟也会大大推后或者遥遥无期。这样的话，加上往昔恶的异熟果和恶的等流果，那不是有的人会越来越差、离成就越来越远了吗？

上师：没有没有，这是太悲观了，不是这样。密乘戒有很多种，其实这些密乘戒没有那么难守的，比如说对上师的密乘戒，没有那么难守持。主要是对道友之间的，比如说道友之间的不友善、不团结，这个可能比较容易发生，其他的戒就不太容易违犯了。这是一个。

另外一个，即便是犯了密乘戒，也可以念金刚萨埵、念百字明忏悔，完全可以忏悔清净。忏悔了以后，你也照样可以去证悟，也可以提升自己证悟的境界，都是没问题的，所以没有那么难。密乘戒，有些戒条是比较容易犯。但是其他的，比如说像菩萨戒，也有些戒条很容易犯的。我们不可能永远都不犯任何一条戒，这个不可能。但是平时自己就忏悔，这样就可以了。

所以，就不要考虑太多的负面东西，平时我们也尽量地注意这些方面。但是觉得：哎呀，密乘戒太多了，太容易犯了，很难守，就不要修密法了。那这个就断掉自己的法脉、慧根，所以要积极向上、尽量乐观一点。

问：请问堪布，如果认识光明，进入光明，那么托嘎与本尊修法等同吗？可以修成虹光身吗？

上师：虹光身是修大圆满的后面部分，叫作托嘎的修法，这个就可以虹光成就的。大圆满的其他的修法不能虹光成就，但也可以成就、可以成佛，只是成佛的方法不一样而已。



问：请问上师，八识是如来藏的作用吗？梦和世界都是意识的变现吗？如果它们都是意识的变现，那它们的本质就应该是一样的，同为空性。那这样，世界和梦就没有任何区别了，对吗？

上师：对证悟的人来说，这个现实世界和梦当然是没有区别了。佛经也讲得非常清楚，比如说，他的证悟完全达到了梦跟现实世界是等同的境界，虽然这种人不会杀生，但假如他在梦里杀生，他也跟现实生活一样有罪过；然后他在梦里面闻思，也跟现实生活一样有功德。

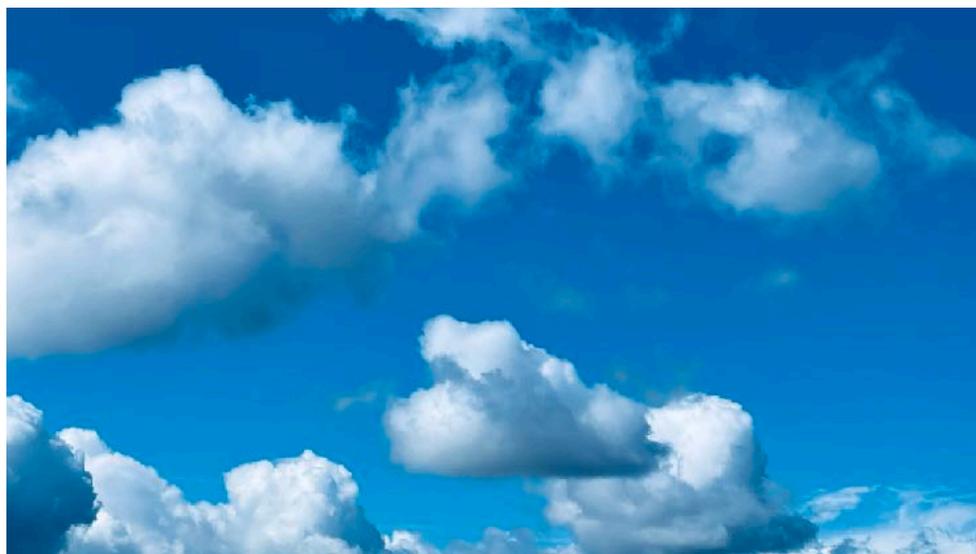
本质上，梦和现实世界都是一样，但是从我们的角度看，梦跟现实生活有很多很多的不一样。

前面提到，八识都是心的本性、如来藏的作用下产生的，所以梦跟这个现实世界，实际上没有本质的区别。但是还没有达到这个境界的时候，我们说，梦里面犯罪不会有罪过，现实当中犯罪就有罪过，这是因为我们的执著造成的。对梦没有那么执著，所以在梦里面的杀盗淫妄不会造业；对现实有执著，所以现实当中的杀盗淫妄是会造业的。但是本质上没有区别的。

问：上师您说一切都是我们的心创造的，难道别人的心也是我的心创造的吗？

上师：应该这样讲：我们看不见别人的心，我们能够看得见的这些都是我们的。比如说，只要睁开了眼睛，映在眼睛里面的这些东西都是属于眼睛的。除了眼睛看到的以外，外面还有没有一个真实的人呢？是有的，这是另外一个生命。但是当这个人出现在我们的视觉里面时，那就属于自己的这个眼识。

如果非常深入地去讲，整个世界也是心的投影。当然这个时候，这些众生是存在的。每一个人都存在，每一个人创造同样一个世界。比如说七十亿人都是共同的业力，所以他们创造的世界都是一样的世界。



达摩血脉论五

证悟以后，我们的烦恼就会越来越少

今天的课继续讲《血脉论》。大家已经感觉到了，《血脉论》是一个非常非常深奥的论，虽然文字不多，但是它的内容完全可以达到大圆满、大手印这样的级别。只不过大圆满跟大手印的方法稍微多一点。

这个论学了以后，对我们的证悟一定会有帮助的，至少对证悟有一定的了解。虽然还不是证悟，但是了解了也很好的。我们先去了解到底什么叫作证悟，然后再进一步地去修行，到时候就不仅仅是一种了解，而是自己的体会，这个非常重要。

我们绝大多数的人都是不太开心的，很多人的心里都有各种各样的痛苦，那么这些不开心的情绪跟外界有一定的关系。但是外面的一切，只不过就是一

种因缘，为什么能让我们产生痛苦呢？应该是我们对这些因缘的态度来决定，而不是由外在的事物来决定的。

但是我们还没有深入地了解的时候，我们都认为开心幸福是因为外面的某一



件事情引起的。也因为外在的一些客观事物的变化，或者是自己的需求没有得到满足等等，让我们不开心。当然，外面的事物，是我们开心和不开心的一种因缘，这个不可否定。但它不是直接的因素，或者并不是说外界的事物发生变化的时候，我们一定要痛苦或者是一定要高兴，其实并不是这样。

所以，如果我们换一种心态去面对，结果就会截然不同，因此这些情绪都是以自己的心态来决定的。那开悟与自己的幸福快乐有什么关系呢？刚刚讲到，大多数的人活得很迷茫，还有很多人不仅仅是迷茫还觉得痛苦，或者即便不痛苦，但也是不开心，找不到幸福，甚至还不知道为什么要活着，现今绝大多数的人的心态就是这样。



我们这么多的烦恼，这么多的痛苦，实际上它并不是来自于我们的心灵深处。我们每一个人的心灵深处，真的没有这些负面的因素，它是一个非常纯洁、非常清净的状态。佛给了每一个人一把钥匙，鼓励我们去打开自己的内心。

这扇门打开了以后，自己就会发现，平时让我们不开心的这些烦恼、愤怒、欲望、愚昧等等，都是不存在的。那么它们来自于什么地方呢？这就是我们不了解自己心的本性，产生了各种各样的不切合实际的想法，这些想法带来了太多太多的烦恼。佛告诉我们，你不需要这么烦恼，不需要这么痛苦，你用这把钥匙打开内心的门，你就看到心的本来面目。从此以后，就彻底地明白，让我们非常不开心的愤怒、欲望、愚昧，原来就是自己错误的观念所导致的，实际上这些都是不存在的。

我们彻底地发现自己心的本性的时候，就断除了日常生活当中让我们特别不开心的、很粗大的烦恼。佛经讲，这种粗大的烦恼最容易断除。最不容易断除的是细微的烦恼。细微的烦恼，实际上不会直接影响到我们的日常生活，甚至很多时候也感觉不到它的存在，但它是所有烦恼的根源。

这种细微的烦恼很难铲除，要有一定的境界的时候才能够断掉。烦恼不是来自于外界，外界只不过就是一个因缘而已，烦恼绝对是来自于自己的内心。内心当中怎么样产生烦恼的呢？不观察的时候我们认为，因为某某人说我的坏话，所以我愤怒是理所当然的事情。如果我们进一步观察，就会发现，实际上这是一种非常错误的理解，并不是真实的。

从此以后，我们各种各样的烦恼开始瓦解，也就是说，证悟以后，我们的烦恼会越来越少。



六道中，为什么获得人身的机会最珍贵？

有些时候，因为之前很长时间的这种习气，比如说听到了别人说自己的坏话，或者是有人故意伤害自己，因为自己无始以来的习气，有可能当下会愤怒，但是还没有真正来得及愤怒的时候，愤怒就开始瓦解了。因为他当下就感觉到其实这是自己的错误理解。

比如说，别人说自己的坏话，或者故意地伤害我，但是我也不一定要用这种心态去对待，我也可以换一种心态去面对，那就得到完全不一样结论。就像切换电视的频道一样，刚才的频道，我们看到的都是别人对自己不好的一面，让我们的内心当中产生了烦恼；换了一个频道以后，看到的不是这样，所以对我们起的这种作用也不是这样。

所以，佛讲了这么多，就是鼓励我们从另外一个角度去看问题，不要只有一种角度。全世界所有人看问题的方法都不是学来的，是先天的、本能的反应。不同的文化、不同的背景，当然也会有一点点影响，但是本质上不是后来创造的，而是先天带来的。我们平时都是用这种观念去看问题，结果是非常不开心、烦恼，原因都是如此。



那么佛就告诉我们，你在这个层面上或者是在这个频道上看问题是这样，但是你必须要知道自己的心有很多不同的频道，所以要学着换频道，不要老是用同一个频道去看。每一个频道有不同的见解、不同的感受，为什么有六道轮回呢？就是因为心有不同的频道。

比如说，老是用愤怒这样的频道看问题，看多了以后就是地狱；舍不得自己用、舍不得送别人，平时就在吝啬的频道上生活、工作、看问题，以后就是饿鬼。所以就是要让我们换频道，那么最终极的、最究竟的频道，就要往自己内心深处去看心的本性。看到了心的本性以后，世俗的快乐幸福还有痛苦、烦恼，我们都可以非常轻松地调整。

所以，一个是我们可以过非常幸福快乐的人生，对我们今天的人来说，这是非常重要的。另外一个，我们也找到了一个非常好的人生方向，找到了一个奋斗的目标，这对我们来说也是非常重要，非常有意义。很多人觉得，拿到一个高一点的学历，找到一份好的工作，然后有稳定的收入、和睦的家庭，这样过一辈子，就觉得这个是非常理想的人生，那这完全是低估了我们生命的价值。

当然，这些都是我们世俗的人非常向往的目标。但是人的生命价值绝对不仅仅是这些，还可以做特别多的、非常有意义的事情，一个是让自己非常幸福快乐，另外一个也可以让更多的人幸福快乐。在让更多的人幸福快乐当中，就找到了自己的人生价值，这些都是作为一个人能够做到的。像动物就无能为力。

一般来说，自己温饱的问题，很多动物也是可以解决的，它们也有这样的能力，所以这并不能体现人的生命的真正价值。让自己彻底地幸福快乐，或者是从本质上断掉让我们不开心、不快乐的因素，同时让更多的人幸福快乐，

这才是真正有意义的人生。如果我们能够找到准确的方法，有足够的投入，这是完全可以做到的，只有人才有这样的机会，所以佛经里面讲人身难得。

为什么难得？因为这个机会是六道轮回当中的其他生命都没有的，唯一人才有。我们经常讲证悟，证悟了以后对我们有什么帮助呢？简单说就是这些了。证悟对我们来说非常有意义，达摩祖师后面也提到过，像大圆满、大手印也就是同样的观点。只要我们有足够的条件，无论什么样的人都可以证悟的，每个人都有机会的。所以，在证悟方面，大家要投入。



我们学佛的真正目的，不是为了升官发财。烧香拜佛，也不是佛教的核心。当然，比如说生活上遇到什么问题，或者是我们有某些需求，烧香拜佛、求一求佛，当然没问题的。佛的加持也是不可思议的，但这根本就不是学佛的真正目标。

学佛的目标是什么呢？就是提升自己的智慧，让自己的智慧到达颠峰，培养自己的慈悲心，扩大慈悲心的范围，这两个才是学佛的目标、核心。所以，大乘佛教就追求两个，第一个是追求崇高的智慧，是为了能彻底地了解自己生命的本质和世界的本质。一般的哲学、科学，世俗的任何知识，都达不到这样的智慧。

第二个就是慈悲心，这个慈悲心涵盖了所有的生命，不分动物、人类，也不分国界、种族，也不分信仰，凡是一个生命都在这个范围当中，这叫作大慈大悲。大乘佛教追求的就是这两个，其余的都不是佛教的核心。



为什么我们希望朋友过得好，却不希望朋友过得比自己好？

我们讲了，比如说我们为了工作生活顺利，为了达到某一个目标，为了心想事成而求佛拜佛，没有问题，是可以的。但是大家一定要知道，这些都不是佛教的核心，学佛一定要学到佛教的核心，其他有必要的情况下，可以烧香、可以拜佛、可以求佛，都可以的。但如果我们只有这些，其他都没有，那么这种学佛是不对的，所以，大家一定要注意。

接下来继续讲《达摩血脉论》的内容。“圣人种种分别，皆不离自心”，“圣人种种分别”，可以从两个方面理解，一个方面，“分别”即是分类，可以说有各种各样的圣人。比如说大乘佛教、小乘佛教的圣人，就有声闻、缘觉、菩萨、佛。凡是圣人都离不开证悟自心，证悟了以后才叫作圣人。

实际上我们每一个人，包括动物，心的本性都是佛性。但是没有用，如果不证悟的话就不叫圣人，就叫凡夫。所以，要成为一个圣人的话，不仅仅有这个自心，而且必须要证悟自心。我们平时把般若波罗蜜多叫作佛母，因为小乘佛教的声闻缘觉、大乘佛教的菩萨和佛，所有圣人的母亲就是这个般若波罗蜜多。

为什么呢？因为所有圣人必须要有证悟。比如说小乘佛教的声闻和缘觉，他们证悟的范围和深度，没有大乘佛教这么广和这么深，但至少也证悟了无我，否则，就不是圣人。这是一个理解。

另外一个，“圣人种种分别”，这个“种种分别”就是分别念，就是我们的每一个念头。圣人有没有念头呢？有念头，八地菩萨以下都是有念头的。我们普通人有很多的分别念，我们没有证悟，所以有很多的烦恼。但圣人的每一个念头，都离不开证悟的智慧，所以圣人的念头，不会有烦恼、不会造业。

我们普通人的念头会造业、会让我们痛苦，就是因为没有证悟自心、因为执著。“皆不离自心”，有些时候自己的意识也叫作自心，但这里的“自心”是指自己心的本性，心的本性就是佛性、光明。

“心量广大”，“心量广大”之前在《六祖坛经》里面也讲过。我们还没有证悟的时候，心胸再广阔的人实际上也是容不下很多东西，因为有执著、有分别，比如说我、他、你或者是众生，以及内外高低等等，所以它达不到平等的状态，这种情况下，心就装不了很多东西。

比如说自己稍微有一点点比别人好的地方，因为我们的心里装不下，所以就产生了傲慢。如果我们发现其他人跟我一样，或者超过了自己，我们就不开心。比如说同部门的同事当中，自己的薪水本来就很高，如果不知道其他人的薪水有多高，自己就会很满足、很开心。如果有一天知道所有同事的薪水都比自己高，那自己一下子就不高兴了。

其实，自己的薪水也跟以前一样，不少一分钱。就是心里装不下别人比我好，所以心量不广大。心量不广大的主要原因就是内心有太多的执著，因为



这些执著就让我们很烦恼。比如说朋友之间，我希望你很好，但如果有一天你真的很好了，甚至超过了我，那这个时候还真的是希望他好吗？这就不一定了。

所以，就是有一个条件，不超过我的情况下，你可以很好，我也高兴。但如果超过我了，很多人也不高兴了，其实他比你很好，对自己没有任何损坏，你照样地好。那为什么见不得别人好呢？因为我们有执著，这个我们装不下，那个我们也装不下，都装不下。装不下的时候，我们的反应是什么呢？就是自己不开心。

佛经讲得非常清楚，我们的内心当中，就是有这么一丁点的执著，这个执著它就像毒瘤一样，随时会发挥负面作用，让我们不开心。但是我们平时就认为，这是正常的心理现象。其实这个一点都不正常，为什么说正常呢？不是因为不符合某一个人、某一个宗教、某一个学派的观点，是因为这种想法让我们痛苦，所以这个就是不正常的、不合理的。



证悟以后，心有无穷妙用

不合理的原因刚才说了，并不是说不符合某一个人的说法和想法，是因为有了这么一丁点的执著，就会让我们不开心，即使是在自己没有任何损失的情况下都不开心，这个我们大家都深有感触，所以这些都是执著。

有了执著以后，我们的心胸打不开，没有办法打开，再努力也打不开。如果有一天，我们有机会进入自己的内心深处，非常清楚地看到了自己的内心深处，那么这时，我们的心就彻底地打开了。这个时候，我们的心就像天空一样，无边无际，装得下任何东西，容纳所有的一切，这就是佛菩萨的心。

我们的心不能容纳这些生活上的琐碎小事，原因就是我们有执著。世界上有钱的人很多，有权的人也很多，但他们的心里能够装得下什么东西呢？也是装不下的。正因为装不下，所以人类历史上发生了这么这么多的悲剧。我们普通人心里装不下，不会做出什么很大的事情，但至少自己的幸福感被毁掉了。

如果有一天我们真正证悟了，那么我们内心就是一个大平等，能够容纳别人比我好，我也可以努力比别人好，或者是跟别人一样好。但不会因为别人比我好，我就会痛苦，这种情况不会再发生了，这就是因为心量广大了。心量广大，都能够容纳的话，我们的生活当中，还能有什么不快乐的事情呢？

温饱问题，这是最根本的问题，没有解决的话，我们的身体会产生痛苦，对普通人来说，精神当然也会受到挫折，那最后就是不开心。除此以外，我们有吃有喝有住，什么都有了，一切已经很不错了。就是太多太多的烦恼还不能控制，那么心量广大了之后，根本就不会出现了。

我们不开心的主要原因，就是因为我们的量不广大，有执著，还没有证悟。平时我们在生活当中，自己去争取了很多很多的东西，也给我们带来一些快乐幸福。但是，最终这些东西逐步逐步让我们产生更多的烦恼，这就是因为我们意识的问题。

如果真有这么一个造物者的话，那他没有设计好我们的意识，这个意识真是一个伪劣产品，为什么呢？因为它有太多太多的漏洞。不观察的时候，不会发现，稍微深入地去了解一下的时候，就觉察了。



量广大了以后，“应用无穷”，这个时候心的作用是无穷无尽的。实际上我们的内心可以无穷无尽地成长，它没有什么局限性，最终完全可以达到佛的

境界。所以，如果我们的内心修好了，那它的应用是无穷的，在自己的生活、工作以及利他的各个方面都是这样。

我们平时都比较看重物质，因为物质只要能得到，随时都可以用，效果来得很快，也很明显、突出，所以我们在获取物质的方面非常投入、非常重视。那么精神方面也有这样的效果，但是我们不知道怎么去训练我们自己的精神，然后还有一个最大的错误，就是我们心理出现的任何问题，我们都认为是物质的问题，认为只要有这些物质就可以解决。

比如说我不开心是什么原因呢？就是因为某一件事情，因为有一个人说我一句坏话等等，就是这样。所以，怎么样去训练精神？训练了以后，它又可以发挥什么样的作用？这些我们都不清楚，因此我们平时最重视、最关注的就是物质，精神方面比较欠缺。如果我们在生活当中，像重视物质一样地去重视精神的话，那绝对是应用无穷，很多方面都可以用。

工作方面、生活方面，还有自己的健康方面都可以用。现在西方医学已经证明了，76%的疾病跟我们的情绪有关系，就是情绪制造的。最早的时候西医认为这种说法完全是无稽之谈，根本就不承认，后来很多科学家通过实验证实了这一点。现在西医普遍认为，情绪真的对我们的身体有这样的影响，负面的情绪有负面的影响，正面的情绪有正面的影响。

所以，自己的心，对自己的健康有用，对自己的幸福感，对生活的满足感，也有直接的影响。更重要的，一个人真正的存在感来自于什么呢？来自于利他，来自于对人类、对社会、对所有生命的贡献。那么这也就是从心开始，有利他的心，心里有慈悲，才会开始这样的举动。那么，在这当中我们就找到了自己真正的生命意义。

这些也是从内心开始的，所以这也是应用。所有利己、利他都是从心开始，所以是应用无穷。



佛眼如何看世界

因此我们千万不要忽略自己内心的作用。我们永远都不会否定物质的作用和价值，但一个人的幸福，尤其是一个人的生命意义，全都要依靠物质，那是根本不可能的事情。所以，我们要知道精神有更大的价值，精神也有更多的应用，而且这个应用是无穷的。

怎么样应用无穷呢？接下来说几个具体的应用。“应眼见色，应耳闻声，应鼻嗅香，应舌知味”，这是我们的五个感官去认知外面的世界。“乃至施为运动”，运动就是比如说我们的行走坐卧等等，“皆是自心”。

对一个证悟的人来说，他眼睛看到了某一个东西时，他已经证悟了自己的心的本性，这两个是不矛盾的。内心完全可以处于智慧的状态中，同时眼睛也可以看外面的世界。我们没有证悟的时候，眼睛看到东西，有三种可能：第一个是看到了好看的，就开始产生欲望；第二个看到了自己不喜欢的东西，心里讨厌，那么这属于嗔恨心；第三个没有很明显的特别反应，没有特别不高兴，也没有特别喜欢，内心没有去分析，没有去判断，它处于一种无明、无知愚昧的状态。

所以，没有证悟的时候，我们眼睛看到东西之后，内心要不就是贪、要不就是嗔、要不就是痴。证悟的时候，眼睛照样可以看东西，但是内心当中就不是贪嗔痴了，是处于智慧的状态中。同样的，其他感官也都是这样。在《坛经》当中学过这个，这在大圆满或者是在密宗当中，叫作六根自解脱。

根是什么呢？听声音的这个器官叫作耳根，看外面世界的这个器官就叫作眼根，五种感官再加上意识就是六根。自解脱的意思，首先说什么是自解脱呢？自解脱就是说，我们看到好看的东西时，就开始起心动念，开始不自在，这是受欲望控制了。证悟的人，他虽然看到这东西，但是他的内心非常自在，不会被欲望控制，他是解脱的状态，所以这就叫作六根自解脱。

那么这种人在生活、工作中，看起来跟普通人是一模一样的，但是他内在的眼耳鼻舌身，都处于解脱的状态。我们普通人的话，在生活工作当中，看到某一个东西的时候，要不就是贪欲，要不就是愤怒，要不就是无知，被贪嗔痴控制住了、束缚了，不是解脱的状态，所以就不叫六根自解脱。

“一切时中，但有语言，即是自心”，“但”，只有。一个证悟的人，用语言正常地表达意思，正常地沟通，他只用语言，没有执著。我们普通人说话，语言背后有很多的情绪，语言在表达自己的情绪。比如说佛转法轮的时候，佛通



过语言给大家讲法，看起来佛跟其他人没有什么不同之处，但佛只有语言，语言的背后没有情绪、没有分别念。

“但有语言，即是自心”，这个地方的“自心”，要理解为证悟自心，不是指自己的心。自己的心谁都有，我们说话时候也有自己的心，没有心我们就没办法说话了。所以这个“自心”就是证悟的意思。

“故云：如来色无尽，智慧亦复然”，佛看到的这个世界是无穷无尽的。我们的眼睛看到某一个东西的时候，我们就执著这个东西，看到红色的时候，不会同时看到其他的颜色；也就是说我们看到眼前这个维度或者空间的东西时，我们就不能同时看到其他维度或者空间的东西。佛就不是这样，佛的眼睛可以看、可以听到声音、也可以嗅到味道……佛的感官有这样的功能，我们的眼睛只能看不能听。所以，“如来色无尽，智慧亦复然”，同时，佛的智慧也是无穷无尽的。



“色无尽是自心”，“色无尽”，就是说佛陀看到的世界是无穷无尽的。我们的眼睛看不到的，佛可以看得到；我们的眼睛听不到的，佛也能够听得到。佛的感官没有这些限制的，而且佛在同一个时间中，也可以看到不同维度不同空间的物质；佛的耳朵以及其他感官都是一样的。

“色无尽是自心”，“自心”就是证悟了。刚才是从世俗的角度来讲，从胜义谛的角度来讲的话，实际上佛已经看到了所有的物质，这些物质都是空性，在空性当中当然不会有什么局限，所以也叫作无尽。

一个粒子也是一个宇宙

“心识善能分别一切”，佛已经证悟了，佛所看到的、听到的都是空性。同时，佛对红色、黄色、白色，大的、小的等等，也能分得清清楚楚的。我们的眼睛就有很多很多的错觉，现在我们看到的基本上都是错觉，没有一个是真实的。

佛就不是这样，佛的眼睛就连一个原子、一个电子，甚至是最小的粒子也能看见；甚至在最小的粒子上面，也能够看到一个完整的宇宙。我们的眼睛是不可能的，对我们而言，大和小永远都是对立的、矛盾的，电子这么小的一个粒子上面，怎么可能就有一个宇宙呢？



佛的眼中没有大和小，一个宇宙也是一个粒子，一个粒子也是一个宇宙，打破了大和小，大即是小、小也即是大。所以，善能分别就是这样。我们眼睛看得到的东西，佛能够看得到；佛看到的，我们永远没办法看到。

不仅仅是佛，外道也比我们看得多。佛陀在世的时候，印度有很多很多的宗教，这些宗教里面修行很高的人，虽然没有证悟，但是，他们世俗禅定的力量很高，他们的眼睛就像显微镜一样，可以看到物质最深的结构。

外道看不到的，阿罗汉能够看得到；阿罗汉看不到的，菩萨能够看得到；菩萨看不到的，佛能够看得到。境界越高，那么能够看到的越多。因为他们的智慧无限制地开发了以后，从胜义谛的角度讲，他了解物质或者是自己内心的本质越来越深入；从世俗的角度讲，他们看到的广度越来越大。

所以，佛一方面彻底地证悟了一切事物都是空性，同时也善能分别一切事物。就像《普贤行愿品》所讲的一样，在一根头发的发尖，佛也能看到一个完整宇宙，所以这叫作善能分别。这些都是不可思议的境界。我们现在所有的判断，包括科学家的判断，最终是要通过我们的肉眼去决定。因为各种各样的测量仪器，还是要通过我们的感官去判断，人的感官有很大的局限性，所以我们永远都看不到世界的真相。



佛不是用我们的感官去看，也不是用某一种仪器去测量，佛是用智慧去看，所以就是善能分别一切。“乃至施为运用，皆是智慧”。不仅仅是佛，凡是证

悟的人，他们的行走坐卧所有的运动都是智慧，都在智慧当中运作。我们普通人是用头脑、分别念去说话、沟通、做事。

普通的人，如果几个月或者几十年以后开悟了，而且开悟的境界稍微高一点的话，虽然还不是佛，也不是一地菩萨，但是我们所有的行住坐卧，也同样可以在智慧当中进行，包括晚上睡眠都可以在光明当中。

大家比较了解密宗的梦瑜伽，通过梦瑜伽的修法，把我们的睡眠也变成了修行，所以睡眠都可以处在智慧当中。“心无形相”，我们天天讲自心，那么这个自心是什么形状呢？它没有颜色，没有形状。那么无形相就等于是空性吗？不是。无形相的东西很多，但都不是空性。比如说，我们看不到空气的形相、颜色，但是它也不是空性。这就是说空性不仅仅是无形无相的。

我们的内心是空性，它就像外面的虚空一样。“智慧亦无尽”，佛或者是证悟的人，说话、做事的时候，心就处于无形相的状态当中，所以智慧也是无穷无尽的。我们普通人说话、做事的时候，没有办法安住在空性中，在空性中做这些事情是不可能的。

但是，如果有一天我们证悟了，在证悟的基础上还有一定的修证，那我们可以安住于空性的智慧当中，同时也可以说话、做事。所以，那时我们的智慧，也差不多达到了心量广大、应用无穷、智慧亦无尽的层面了。“故云：如来色无尽，智慧亦复然”，就是这个意思了。

别人的语言能否伤害到我们，取决于我们自己

“四大色身，即是烦恼”，“四大”，地水风火，我们的身体就由这四种物质构成的。地水风火，实际上就是四种不同的能量。大乘佛教和小乘佛教对四大的理解不一样。我们现在的这个四大构成的肉体即是烦恼，有太多太多的烦恼。



“色身即有生灭”，为什么有那么多的烦恼呢？因为这个肉身是有生有灭的，有衰老也有生病，每一个过程都让我们感到很痛苦，所以它是烦恼的。“法身常住而无所住”，心的本性跟肉身不一样，它是法身、是永恒的。“无所住”是说它没有住处，因为它本身就是空性，空性的东西不会有所住。

“如来法身常不变异”，如来的法身是永恒的，所以不会有变化，变化的是我们这个肉身。我们的生老病死，全部的烦恼痛苦，都是表面变化所导致的。

我们自己内心的本质是法身，它没有任何变化，所以它自然也不会有烦恼。所以，学佛就是要全方位提高自己的级别。

我们的肉身是这么脆弱，我们的心理更加脆弱，听不得一丁点别人说自己的坏话。其实别人的坏话，是最能够容忍的。如果调整一下的心态，它对自己来说没有一点的影响。如果我们的身体受到了打击，那身体有疼痛感，这跟声音不一样。但是不好听的话，我们调整一下自己的心态，就不会有任何痛苦。这个声音的波，只能震动我们的耳膜，根本不能震动我们的内心，但是因为我们永远都是这样的习气，要去配合它。

比如说别人说我坏话，如果我不配合他，那他说的坏话再多，对我一点影响都没有。但是我们很配合，语言不仅仅是震动耳膜，也动摇我们的心，就开始痛苦了。我们一直都认为，别人说我的坏话，我不高兴，当然原因在于别人。但实际上我们把这个过程理性地分析一下，我们就会发现，别人只是其中的一部分原因而已，主要的原因，还是因为我自己要去配合、要去接受，所以就导致了这一切。

如果我不配合的话，那他说再多的坏话对我有影响吗？一点影响都没有。在《入菩萨行论》当中，这个道理也讲得很清楚了。任何事情，都是很多的因缘组合产生的，没有单一的因和缘。所以，我们不要以为痛苦是别人制造的。别人只是一部分原因而已，实际上更多的就是自己的原因。

如果你不想痛苦的话，那你要去控制别人的言论，这个很难。但你能控制自己的配合度，不配合了以后，他说再多也没有用，这样的话，就消除了自己的痛苦。除了直接打击我们肉体的东西以外，所有心灵上产生的痛苦，都是

这样。如果自己不配合的话，都不能对我有影响。就是因为自己配合了以后，心里一直放不下，特别特别痛苦。

如果是肉体就有一点不一样，任何东西击伤了身体，我们配合不配合，都会感到痛苦的。但如果我们达到很高的境界，也可以用得上，目前是不可能做到的。但内心的这些痛苦，稍微学一下这些方法，稍微训练一下、锻炼一下自己，就很容易解决的。

所以，大家必须要明白，佛教能消除自己痛苦的方法，根本就不是靠某一个鬼，或者是某一个神的力量，就要靠自己的力量。自己的力量来自于什么地方呢？来自于智慧。我们了解了这些痛苦产生的过程以后，就很容易控制了。之前我们控制不了的主要原因，第一个不了解它的过程，不了解它的这些因缘，另外一个虽然了解，但是我们没有去没有训练。

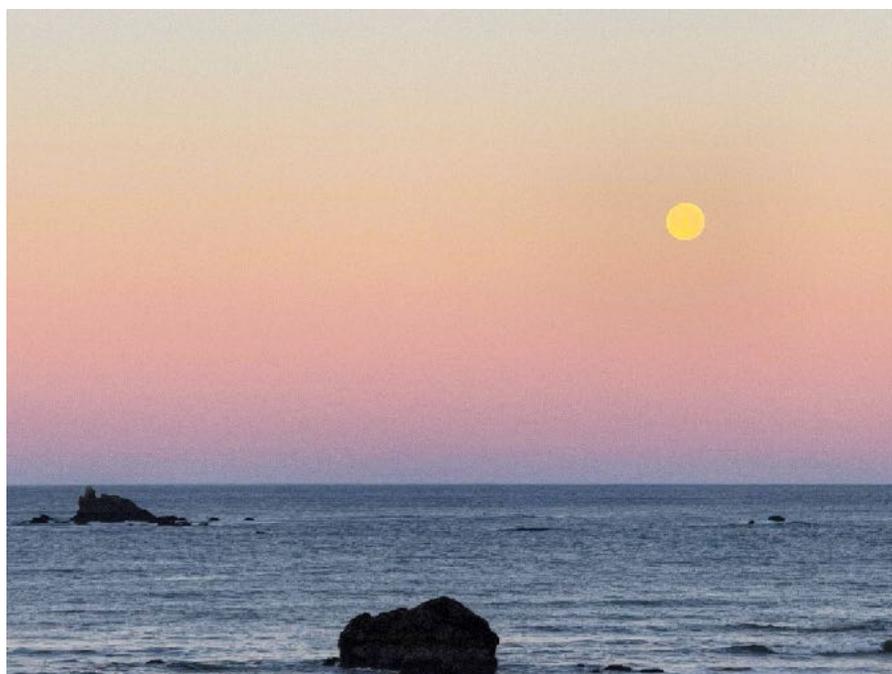


主要是这两个原因，控制不了自己的很多的情绪、痛苦。如果我们第一通过智慧，看到了这一切的来源和过程，第二稍微花一点时间、投入一点，训练自己。这样以后，这些心理上的痛苦是很容易解决的。

现今我们生活当中绝大多数的痛苦，除了病痛以外，都是心理痛苦。甚至生病对精神上的打击，有些时候还比身体的疼痛更严重，这样病情就加重，吃药也没有效果。所以身体的痛苦跟心理痛苦分开，心理的痛苦完全可以用这些方法来解决，心理健康了以后，服药的效果就出现了。因为患者的心态，会决定药物的治疗效果。

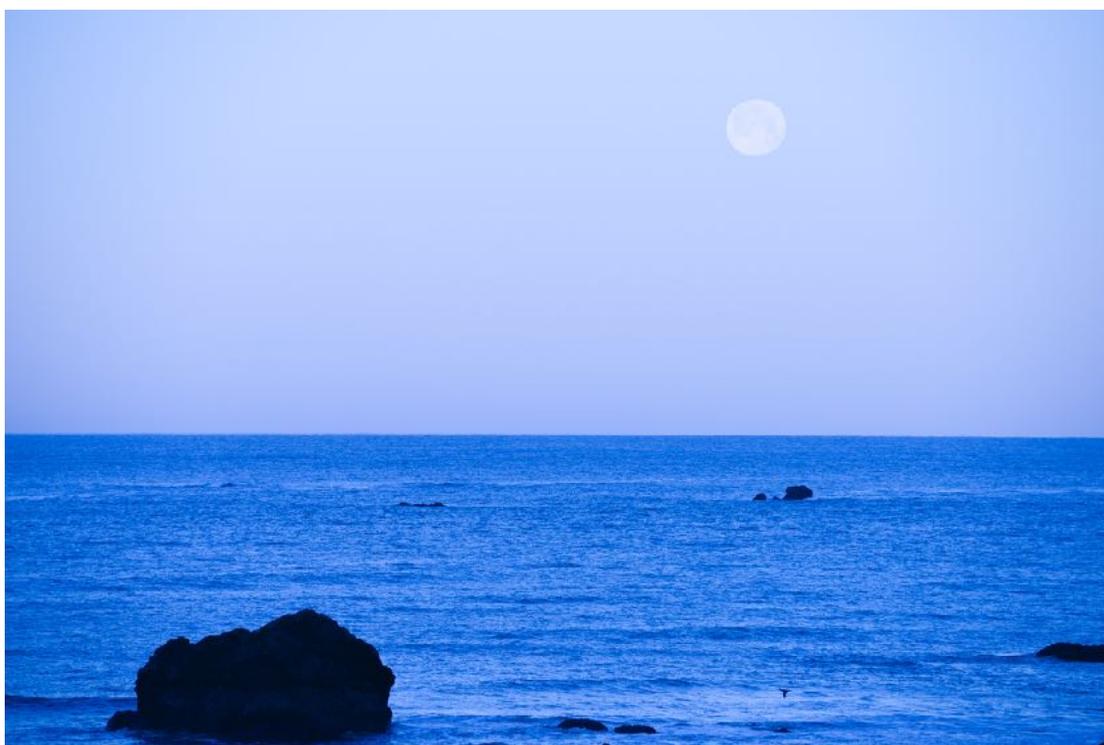
所以，千万不能忽略心理作用，非常重要。不仅仅是解脱，在我们日常生活当中，心理也起到非常大的作用。这种理论，最早是佛教讲得非常清楚，现在科学的很多领域也发现了，案例越来越多，大家越来越认可了。

刚才讲的我们的情绪导致各种各样的病，之前科学家根本就不承认，认为这完全是无稽之谈。后来日本科学家发现，这种说法确实有道理，于是再进一



步再进一步研究以后，现在大家公认就是这样。所以，科学的发现，也有一种过程，是逐步逐步地挖掘到这些真相的。

心灵的问题，研究最彻底的应该是佛教，很早的时候，佛教就非常地了解人的内心结构。我们的心也像物质一样，有内部结构和变化规律。那么这些，心理学知道一点点而已，其他学科根本都不了解。连意识到底是什么，都没弄清楚，更何况它的结构、规律。我们对意识的这种愚昧无知，就导致了我们的生活当中的很多无奈、痛苦。



但识自心，心外更无别佛

“故经云：‘众生应知：佛性本自有之’”，我们每一个人要知道，佛性实际上是每一个人先天都存在的。“迦叶只是悟得本性，本性即是心”，“迦叶”，有些时

候念迦叶波，他是佛的一个大弟子。我们的本性是什么呢？就是我们的心，心即是本性。“本性”，这个地方就是佛性、如来藏、光明。我们的心跟本性实际上是一个东西。

“即是同诸佛心”，如果我们证悟了这个本性，那我们的心跟所有佛的心是同一个。**“前佛后佛只传此心”**，“只传此心”就是说佛是心传心。比如说禅宗不立文字，是心传心。传什么呢？就是传心的本性。

我们上一次也讲过，每一种宗教都有一个象征，基督教是十字架，佛教是法轮。法轮就像车轮一样，车轮跟佛法有什么关系呢？车轮是可以转动的，佛把证悟的东西传给下一代，下一代再传给下一代。这滚动传递的东西当然不是贪嗔痴，是贪嗔痴的本质——开悟的智慧。这个证悟的智慧代代相传，所以就用车轮作为佛教的标志。

过去、现在、未来的佛都在传这个光明的心，光明的心不是每一个人都有吗？前面我们讲过“众生应知：佛性本自有之”，既然每一个人都有，那传什么呢？比如说一盏灯有灯油、灯芯，但是还没有点燃。现在就是把每一盏灯都点燃，这叫作代代相传，传光明、传智慧，这就是佛的传此心。



“除此心外，无佛可得。颠倒众生不知自心是佛”，我们就是颠倒众生，我们看到的都是颠倒的。怎么颠倒呢？非常简单，比如说我们眼睛所看到的各种各样的颜色，实际上根本不存在，但是在我们的眼里，颜色都是存在的，这不就是颠倒吗？比如说我们看到的任何物质，像一张桌子，它真正的结构是分子、原子、电子等等，根本就不是我们现在看到的那样。

真正存在的东西，我们看不见；我们看到的東西又是不存在的。这就是说我们的视觉完全是颠倒的，其他的感官也同样是颠倒的，所以就叫作颠倒众生。这不是佛在侮辱我们，实际上我们就是这么颠倒的，所以我们一直都认为佛在外面，一直到外面去找佛。



“终日忙忙；念佛礼佛，佛在何处”？天天念佛、天天礼佛，那你知道佛在哪里吗？佛就在大雄宝殿里面呀！这就错了，大雄宝殿里面的根本就不是佛，它是泥塑的，属于物质，是电子、原子这些东西构成的。是一大堆土或者是某一种金属，或者其他材料构成的，这不是佛。

“不应作如是等见”。“如是等见”就是我们认为外面有佛的存在。不要有这样对佛的执著，不要有这样的观点。“但识自心，心外更无别佛”，只要认识自己的心，我们就非常清楚地看到，我们的心就是佛。除了我们的心以外，根本就没有佛。

“经云：‘凡所有相，皆是虚妄’”，相是什么？就是我们能够看到的、能够听到的，在日常生活当中能够接触到的一切。那么这些相都是虚妄。这种虚妄，现在我们看起来非常简单、非常容易理解了。

我们刚刚不就说了吗？我们眼睛看到的所有的颜色，实际上不存在的，不仅仅佛教这样讲，科学家也告诉我们了。我们前面放着一张长方形的桌子，根本就不可能有一张这样的桌子。那我们看到了长方形的桌子，也看到了各种各样的颜色，这些是什么呢？

这些都是相，都是虚妄。怎么虚妄呢？科学家的说法，是自己的大脑里面产生的一些画面；佛教就说，这都是自己内心当中产生的错觉。实际上就是一个意思了，这叫作虚妄，

“又云：‘所在之处，即为有佛’”，我们人在哪里，佛就在哪里。为什么呢？因为我们人在哪里，心就在哪里；心在哪里，心的本性、佛性就在哪里。所以，你不要到外面去找佛，真正的佛就在自己的内心当中。

禅修时见到特殊的景象怎么办？

“自心是佛，不应将佛礼佛”，我们自己的心本来就是佛，那么就不要再以佛去礼佛。尤其内心的佛是法身佛，是真实的佛；外在的佛还不是真实的佛，只是佛的形象而已，所以以佛去礼佛没有用。

但是大家一定要注意，如果我们理解错了的话，也会导致很多的问题。这个前面已经讲过了，有些人否定因果的存在，说什么都不存在、什么都无所谓；我自己是佛，所以我为什么还要去拜佛等等？我自己是佛，我为什么要念佛呢？



那我是不是佛呢？我们生一点点的病，或者是听到别人说自己一点点的坏话的时候，我们就知道自己是不是佛。所以，这里所指的是本质是佛。我们现在根本就不在本质的层面上，我们的日常生活就在表面上，当然不是佛了，我们都是众生。所以这要分清楚，这特别的重要。

前面也已经讲过了，这个大家应该记得，将佛礼佛的意思就是说，从见解或者是证悟的角度来讲，没有什么可以顶礼的，我们的心本身就是佛。那么从证悟空性的层面讲，这话是对的。从这个角度来讲的话，也会说最后佛是不存在的。本来以为我自己是佛，很开心，又说佛也不在了，那我们怎么办呢？所以，禅宗这些很高深的话，一定要正确地理解。否则，我们容易产生错误的理解。

“**但是有佛及菩萨相貌，忽尔见前**”，这个应该是“现前”，不是“见前”。我们打坐、禅修的时候，突然间看到了佛、西方三圣、观世音菩萨等等，或者在日常生活当中，有些时候自己感觉到看到了佛、菩萨等等。这不是自己观想出来的，是亲眼看到的，应该怎么办呢？这对修行人来说特别重要，密法里面也特别地强调过。



冈波巴大师是米拉日巴大师的非常了不起的弟子，他在米拉日巴那里学习了十三个月。他有一次打坐的时候，看到了满天都是观世音菩萨，每一位观世音菩萨的头顶，都有一个月轮，他就去问米拉日巴大师，这是什么原因呢？米拉日巴大师说，这既也不是功德，也不是过错，所以你不要管它，是你自己内在气脉明点的运作导致的现象。

有一次看到了地狱，他感到非常难受、特别恐怖，第二天又向米拉日巴大师汇报，米拉日巴大师说，你打坐的时候，身体的姿势不对，导致了气脉明点的运作不正常，就看到了这个，这个也不是过错也不是功德，你不要去管它，让它自生自灭。

后来又看到了很多本尊的坛城，米拉日巴依旧告诉他，你不要在乎，这不是功德又不是过错，什么都不是，你不要去管。最后确实就自然消失了。修行人修行的时候，遇到这种情况很多，这些算是好的现象。



不好的现象也会有的。这也是真实的事情，不是很久远前的事，就发生在近代。一位藏传佛教的修行人，他是修断法的。断法是要故意去得罪鬼神。比如说到谁都不敢去的神山，去得罪鬼神，立即就会出现打雷、刮风很多恐怖的现象。在人感到很恐怖的时候，我执就特别突出，比平时更加明显。这时就用般若波罗蜜多的智慧来断除我执，这叫作断法，是一种特殊的修法。

那么这个人在打坐修行的时候，天花板上就掉下了一个像动物的胃一样的东西，每一次都是这样，特别干扰他打坐。有一天他想捅它一刀，准备好了刀，就放在旁边，但他动手前又犹豫了，是否要先问问上师后再行动？然后上师就说，先别捅它，你在这个东西上面打个记号。然后他照做，就用墨水做个记号，第二天，他发现这个记号就在自己肚子上，如果他真捅了一刀，那就出大事情了。所以，修行人也会出现这样子的不好现象。



中阴修法的要诀

还有一个，虚云大师在终南山，因为山上条件差，有一次在茅棚打坐的时候，他动了一个想吃面条的念头。上午他想吃面条，下午就有一位女施主，端了一桶面条来给他吃。他虽然是过午不食，但是当天就想吃，吃之前他先念咒供佛，持咒的时候，女施主就跑掉了。虚云大师有一点怀疑，为什么我念咒的时候，她跑掉了呢？然后供完佛了回来一看，桶里根本不是面条，全都是毛毛虫。

我们现在的修行还没到这个程度，好的、不好的现象都不容易出现。到一定的时候，如果这些东西出来了，那我们怎么办呢？这个地方就讲了方法，非常重要，为什么呢？因为这些现象都是修行人遇到过的事情。如果我们打坐的时候，观世音菩萨突然来了，我们就非常开心，认为自己修行已经到很高的境界了，特别地执著，那这就变成了魔，魔就是修行的障碍。

这个方法就是“亦切不用敬礼”。什么佛的坛城，西方三圣、阿弥陀佛还有观世音菩萨来了，你都不要管。你就打坐，不要去礼敬，不要有任何的恭敬等等，什么都不需要。“我心空寂，本无如是相貌”，我们的心不就是空性吗？哪有观世音，哪有阿弥陀佛，这些现象都是虚幻的，别去理它就可以了。解决问题的唯一方法就是这样。

你看到了地狱也好，看到了西方三圣也好，你要知道这都是虚幻的，心的本性本来是光明，怎么可能有这些东西呢？这样就不会产生任何障碍。刚才讲，冈波巴大师看到了地狱、魔鬼，也是不去管它。心的本性是空性，怎么可能有魔鬼？怎么可能有地狱？这样继续修空性，那么所有问题都解决了。



这特别重要，不仅仅是打坐的时候会突然冒出来这些鬼、神、佛，死后中阴的时候，同样也可以看到很多的现象，听到非常恐怖的声音。这些声音都不是外在的，实际上跟耳鸣是一样道理。在死亡的时候，因为感官发生了巨大的变化，所以我们听到的声音，是在自己的头脑里面产生的。

那时，这些恐怖的、打打杀杀的声音，你知道这些都是自己内心的声音，然后内心踏实。就像这里讲的一样，“我心空寂，本无如是相貌”，知道了这个

道理后，安住空性当中，这些声音当下就会消失。在中阴的时候，会看到很多非常恐怖的现象，人或者是其他的众生，或者是一些自然的变化，各种各样都有。但是这些都不是在外面，是因为我们的眼睛、大脑的神经发生了巨大的变化，所以才可以看到很多很多这样的现象。

从外表上看，人已经死了很长时间了，但是人的内在感受还没有停止，这个时候感官、大脑的结构一直不断地在持续变化，在这个过程中就看到了很多很多非常恐怖的景象。没有修行的人认为这些都是外在的，特别恐惧。修行人知道这是心的现象，如果能把“我心空寂，本无如是相貌”，这几句话的内容用得上的话，那就是非常好。

大圆满讲了非常多的中阴的修法，非常关键的就是这个：当人死了以后，出



现这些恐怖的声音、恐怖的相貌的时候，第一要知道这都是心的现象，第二要知道心本来就是空性光明。能够做到这两句话，所有恐怖的现象当下就会消失。所以，达摩大师的这些论典根本就不简单，这里面有太多太多密法的東西。

“我心空寂，本无如是相貌”，打坐的时候看到佛也好、菩萨也好、坛城也好，或者鬼神也好，就这么如如不动打坐：我的心是空性的，不可能有这些现象。不要起心动念就可以了。



“若取相即是魔”，如果，这个时候我们认为西方三圣来了，或者密宗的坛城现前了，对这些现象有执著的话，那会是什么样呢？那就是魔。

密法里也讲了很多，比如说有些现象，本来它不是好也不是坏，什么都不是，你如果不执著它，对你的修行不会有任何的影响。但是如果我们看到了佛的坛城，对它有一丝丝的执著，认为自己的修行到了一定的境界，所以我就能看到了这些等等，这就立即变成了修行的障碍。魔就是修行的障碍，所以这里跟密法讲的一模一样。

“尽落邪道”，修空性的时候的这些执著都是邪道。“若是幻从心起”，这些实际上都是我们内心当中产生的幻觉。“即不用礼”，既然是幻觉 那为什么要去顶礼呢？这个时候就不要放下自己禅定的状态，继续去修空性，不要理这些现象。佛的坛城也好、西方三圣也好，都不要理。



禅修时，不要执着任何现象

刚才我们讲的冈波巴大师，有一次他看到了贤劫一千尊佛。当时是下午，他就没有去给米拉日巴大师汇报，因为担心可能会打扰米拉日巴大师。第二天去给米拉日巴大师汇报，我昨天看到了一千尊佛，米拉日巴大师依旧回答他：你不要去执著，这个不是好又不是坏，这是你内在的某一个气脉明点的投影。

所以，我们在打坐的时候看到西方三圣，立即起来跪在地下，这是不对的，这就是即不用礼。“礼者不知”，不懂得修行的人立即就起来磕头。但跪在地下的那个人，他不知道这是什么东西。“知者不礼”，明白的人知道这是一种

幻觉，他不会顶礼的。“礼被魔摄”，如果，认为西方三圣是真实的、外在的，就去顶礼，那么这就是被魔摄受了。因为有执著了以后，就变成了障碍。



“恐学人不知，故作是辨”，“故作是辨”，达摩祖师他有意要讲得清楚一些，有意地反复强调，恐怕以后的人不知道，看到了一尊佛，立即就把空性的修法甩掉了，然后就去顶礼。其实密法也讲了，我们打坐的时候会出现什么样的情况，出现的时候怎么去做，讲得非常清楚。

但是我们有唯一方法，可以涵盖所有的情况，这就是达摩祖师所讲的方法：打坐的时候，看到了这些好的、不好的现象，地狱也好，天堂也好，什么都不要去管它，知道这是心的幻相；然后，自己继续打坐，如如不动，不要在空性中动摇。

我们刚才讲，有些现象本来就不是障碍，但是你看到了，对它产生了执著，就变成了障碍。比如说修断法时，故意得罪很多的鬼神，然后遇到各种各样

非常恐怖的现象，但如果不理这些现象，那就对自己一点影响都没有，一点都不能伤害自己。但是如果对这些鬼神产生了一点点的执著，稍微有点害怕恐惧，立即就会生病，生大病、甚至会死亡，都有可能。

比如说手机发射出来的信号，菩萨不理它，所以它根本起不了任何的作用。我们的手机就要回应它，所以信号一来了，手机就会响，就是这样的道理。



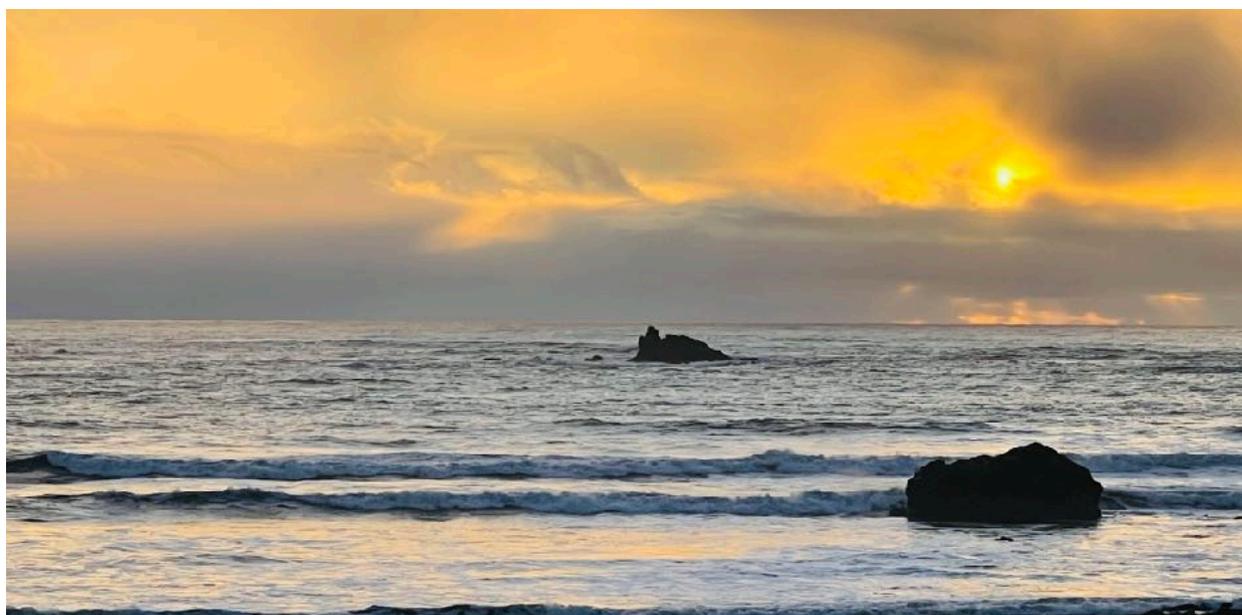
很多师兄也问，修行的时候有各种各样的感觉，怎么办呢？这就说得非常清楚了，我们也一直都是这么回答的，不要理它就可以了，不要以为这是一个很好的现象就开始执著了；也不要以为是非常不吉利的现象，开始产生恐惧。都不需要，只要继续修空性，就没有任何的问题。

达摩祖师这几句话讲得非常清楚了，就是担心以后的人不知道这些，所以在这里再次强调了，大家一定要记住。以后不要再问这些问题了，不要再问打坐的时候有什么什么感觉怎么办？这里已经回答了，这特别重要。

“诸佛如来本性体上”，“体”就是本体；“体上”，和胜义谛是一个意思。“都无如是相貌”，本体是法身，佛的法身是光明，法身不会有相貌。密宗里面，佛的坛城有各种各样的佛，有忿怒的、有寂静的，有男性的、女性的，这叫作不了义的幻化网，幻化网的意思就是佛的坛城。这都不是真实的佛的坛城。

真实的佛的坛城，就是我们心的本性，就是法身。没有相貌、没有颜色、没有形象，它才是真正的佛的坛城。我们观想出来的这些各种各样的佛的坛城，对我们的修行有所帮助，但它们都不是最究竟的坛城，所以叫作不了义，不了义就是不真实的、不究竟的。了义的坛城是我们心的本性。

所以密法跟《坛经》《达摩血脉论》，讲的是一模一样的。大家一定要记住，这对我们修行人非常重要，这些在一般的书里面是找不到的，这都是实修的窍诀。



如果我们投入地、用功地去修的话，我们都有可能面临这些问题，解决的方法也讲得非常清楚。达摩祖师也知道以后的人，不知道怎么解决，看到一些

像地狱、魔鬼的现象时，认为很不吉利，开始害怕；看到了佛的坛城，觉得高兴然后又开始执著。这两个都是一样的魔，都变成了修行的障碍。



离一切相，即名诸佛

“切须在意”，这四个字一定要记住，“切须在意”就是一定要注意前面说的几句话。“但有异境界”，就是说我们修行的时候，会有一些不同的境界出现。比如冈波巴大师看到地狱、佛、本尊的坛城，以及非常非常多的、稀奇古怪的东西；还有日食、月食等各种各样大自然的变化。

“切不用采括”，“采括(guà)”是古汉语里面的字，现在很少用了，意思就是不要去理睬、不要去管它。好的，不要去理睬，不好的，也不要理睬。你修你的，不管它就可以了，这样所有的现象都不会对你有影响。如果稍微有一点点执著，虽然好的和不好的现象不一样，但执著的本质都是一样，所以一执著就变成障碍了。

“亦莫生恐怖”，比如说我们看到了地狱，或者是大自然的一些变化，我们就害怕这是一个不吉利的兆头，害怕是不是自己有什么不好的事会发生。不要害怕，不要疑惑。或者怀疑我看到的是不是本尊，这是不是我修行到了一定境界的标志。“不要疑惑”，不要有疑惑，什么都不是。这个时候唯一需要的是什么呢？

“我心本来清静，何处有如许相貌”，我的心本来清静的，怎么可能有这些相貌呢？这些相貌都是幻觉。“乃至天、龙、夜叉、鬼神、帝释、梵王等相”，“夜叉”是六道轮回中属于饿鬼道的一种众生；“帝释、梵王”就是天人；“帝释、梵王等”，这里面包含有佛、菩萨。总而言之好的现象、不好的现象，我们打坐的时候看到了，“亦不用心生敬重”。

打坐的时候你就修空性，看到了佛特别高兴、激动，就去磕头、烧香，这些敬重都是不需要的。“亦莫怕惧”，看到了地狱，看到什么了，都不要害怕。为什么呢？“我心本来空寂”。这个达摩祖师已经反复了四五遍了，“一切相貌皆是妄相，但莫取相”，只要你不执著这些相，一点问题都没有。



“若起佛见、法见”，“佛见”就是你对佛有执著，觉得我看到了佛的坛城等等，把它当作一个真实的佛。“及佛菩萨等相貌，而生敬重，自堕众生位中”，然后开始落泪、顶礼、烧香，结果是什么呢？就是退回去了，变成普通的众生

了。“若欲直会，但莫取一切相即得”，如果你想直接证悟，你只要不执著任何相，就可以了。“更无别语”，更不需要说更多的其他话。

“故经云：‘凡所有相，皆是虚妄’”，所有的相，佛的坛城、鬼……都是一样。“都无定实”，没有确定的、实在的东西，都是虚幻的、变化的。“幻无定相，是无常法。但不取相，合它圣意”只要不取相的话，我们的这种做法就符合佛的意思。

“故经云：‘离一切相，即名诸佛。’”，离一切相的话，那就是名诸佛了。“问曰：‘因何不得礼佛菩萨等？’”，不是亲眼看到了佛菩萨吗？应该顶礼吧，为什么不能顶礼呢？然后“答曰：‘天魔、波旬、阿修罗示现神通’”，你看到的不一定是佛菩萨。“天魔”是一种魔；“波旬”是魔的王；他们会示现各种各样的神通，来干扰、阻碍修行人的修行。



他们让修行人看到好的、不好的现象。看到了好的就产生欢喜，不好的就产生恐惧，最后就成为修行人的阻碍。所以这些鬼神他会故意这样，他们有神通会种种幻变。藏传佛教中的断行的修法当中，这种情况非常非常多。

所以，“皆作得菩萨相貌。种种变化，皆是外道，总不是佛。佛是自心，莫错礼拜”，不要错误地去礼拜，这个非常重要。有些时候，如果我们真的修成了本尊，看到了真正的本尊，但有可能也把他们当作魔鬼的话，对我们的成就有问题。

但是，那个时候，我们知道反正这一切都是心的现象，再好的佛也超越不了自己的本性，即便是真实的佛菩萨显前，也都是来自于自己的本性，这就是正确的方法。一般显宗的书里不会出现这些方法的，所以这非常重要，大家一定要记住。对实修的人来说，特别特别有价值的。

今天我们讲到这里。



达摩血脉论六

佛教徒应理性，不要盲目崇拜自然现象

我们现在讲今天的课。前面讲过外在的佛有两种，一种是佛像，像大雄宝殿中过去的、现在的、未来的三世佛，这些是泥塑的佛像；另外还有唐卡、绘画等等各种各样形式的佛像；这些还不是真正的佛。另外一种，是我们打坐的时候，突然间看到的佛、佛的坛城等等。主要就是这两种。

打坐的时候，对看到的这些佛菩萨，我们不要去执著。这些现象有三种可能，第一种可能，根本不是佛，也不是魔王波旬的化现，跟他们一点关系都没有。是自己修炼内在的气脉明点的原因，在外面就看到了佛、菩萨等等，就像做梦一样。这种现象对我们的修行没有什么帮助，也不会有什么阻碍，就让它自生自灭就可以了。



另外一种可能，《血脉论》已经讲过了，魔王波旬、阿修罗为了干扰修行人的修行，变化出来佛、坛城，让这个修行人去执著、欢喜，最后就产生了傲慢，变成了障碍。

第三种可能，书里没有讲，就是我们真的看到了佛、菩萨、佛的坛城，也不排除这种可能。

不管是哪一种，我们在打坐的时候，根本不要去理睬，自己继续打坐就可以了。即便出现了真实的佛的坛城，也不过是我们内心的法身佛的投影而已，还不如自己内心的法身佛。法身佛才是真正的佛。报身、化身虽然也叫作佛，但这些是佛的形象，还不是真实的佛。自己心的本性才是真正的佛。

所以，我们看到的即便是真实的佛菩萨，也不需要执著，不需要去磕头，我们继续安住在心的本性——空性和光明当中，这就是最好的方法了。其他的两种，一种是魔障；另外一种是因为内在的气脉明点的运作，我们的感官就会产生一些现象，看起来似乎是在外面，但实际上根本不是，就像做梦一样。



有些时候，我们眼睛看到的一些东西，看起来是在外面，但闭上眼睛的时候，同样能看到，这就充分地说明它不在外面。那它在哪儿呢？密法解释得非常清楚，它在我们的中脉当中。在中脉里的这些现象，通过我们的视觉就能看到，实际上我们看到的是内在的现象。所以，外在的佛或者是魔，都不需要去管它。

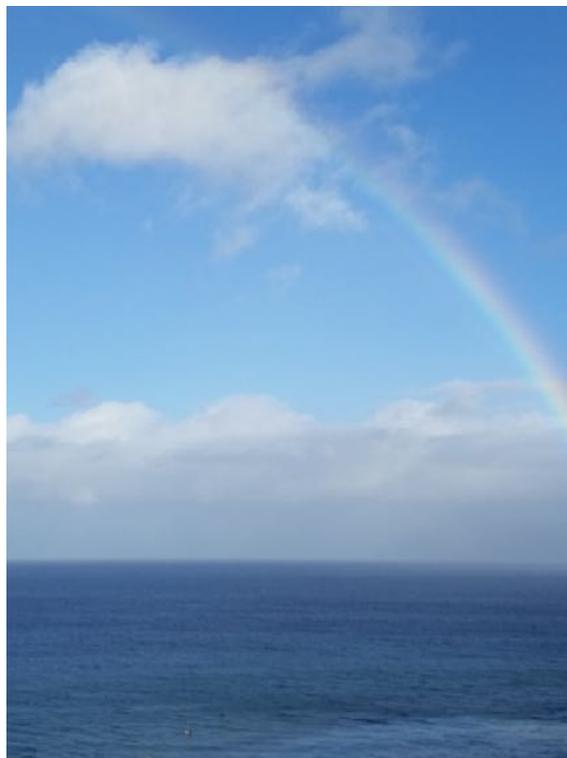
这对修行人来讲，非常重要。很多的道友经常问，打坐的时候，看到了各种各样的现象怎么办？那么这些，实际上绝大多数都是自己的错觉、幻觉，什么都不是，所以根本就不要去管它。尤其是学佛的人，不要太迷信了。



比如说，我们做梦时候看到的，或者有些时候大自然真实出现的一些现象，我们必须理智、智慧地去看、分析，不要太盲目，不要迷信。比如说，出现了彩虹，然后就说是瑞相，什么观世音菩萨出来了，阿弥陀佛出来了……彩虹就是一种自然现象，到处都有，不要以为这个很了不起。

比如说，我们以为看到了一些佛光，当然像峨嵋山的佛光，这肯定是有特殊的加持，但也是一种自然的现象。比如说我们在不是圣地的地方，前面全部

是雾，后面有阳光照射的时候，我们的身体就在雾里面，周边一定会出现彩虹的。

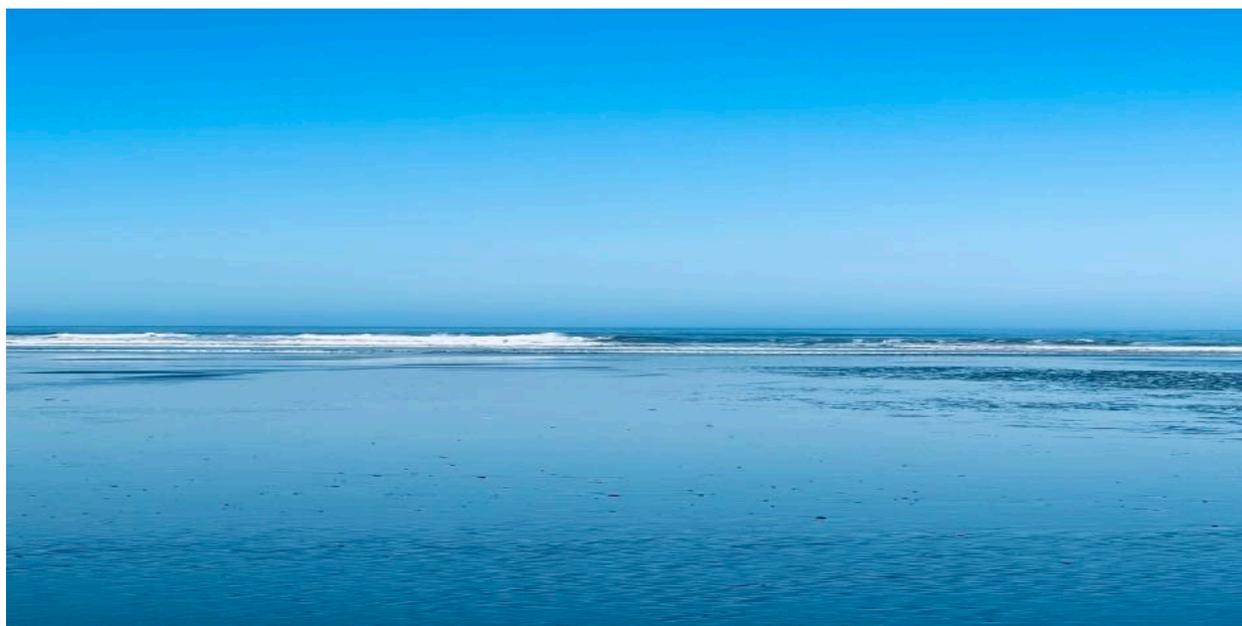


如果说这个彩虹跟其他地方的彩虹不一样，是佛菩萨的加持，我们自然不能排除这种可能，但它本身就是一种自然界的现象。类似这样的东西，非常非常多。所以，这些各种各样的大自然的现象，大家不要以为这是佛或菩萨的瑞相，这都不好说，大家不要太在乎这些了。

当稍微有一点点不一样的云彩出现的时候，大家都激动得不得了，热泪盈眶，甚至跪在地上去磕头，这种狂热是不对的，要冷静，必须要以智慧去对待这一切。类似于这样的各种各样的大自然的现象，大家不要说这些是佛菩萨了，佛菩萨不是这样。

佛菩萨会以各种各样的形象出现，这是有可能的，但是我们不能确定是不是。不能确定的现象，大家就不要说这是什么佛、菩萨。这样人家一看，就觉得学佛的人完全是迷信的，这样非常不好。实际上，佛教是最讲道理、尊重真理的宗教，所以佛教徒不要太在乎这些了。

《六祖坛经》还有达摩祖师的论典，以及很多的佛经里面讲，佛就在我们自己的心中。我们证悟了，佛就在心里。外在的这些是不是佛，大家没办法确定，不确定的东西，也就不要在乎了。首先一个，对大自然的现象，不要盲目地崇拜。



礼佛时不应对佛有执著

第二个，除了大自然的现象以外，我们看到的、听到的等等，有可能也是幻觉。

所以，对这些现象，大家也不需要紧张，担心这是不是不吉祥的事情呢？也不要以为这就是佛菩萨的加持，非常吉祥，等等。即便是佛菩萨的加持，我

们也要很淡定地去修自己心的本性，这才是佛的法身。三身佛当中，最究竟的佛就是法身佛，这才是最重要的。

外在大自然的各种各样的现象，还有内在的我们各种各样的幻觉，大家也不要以为这些是佛菩萨的瑞相，也不要过度地紧张，这是不是魔王波旬来了，是不是不吉祥？这都是因为人体是一个非常奇妙的东西，很多时候，它会产生各种各样的现象。

比如说我们吃一些药物，它也会影响到我们的神经，出现各种各样的现象，这都是自己的错觉，也不是佛、也不是魔，什么都不是。还有我们打坐的时候出现的，做梦的时候看到的，这些也都是错觉。要以这样的态度去看才对。这些昨天已经讲过了，我再重复一遍，因为这些非常重要。

另外一个，不要以佛去礼佛。因此有些人就认为，禅宗就是不顶礼佛像，不尊敬佛像。那这也是不对的。比如说，大家都知道外在的佛像不是佛，就像谁都不会认为人的照片就是真人。但是这些佛像，通过密法的仪式开光以后，它就有一种特殊的能力，这就是佛的加持。这种加持就来自于开光。



另外一个，没有开光的佛像也是有加持的、有能力的，这是来自于哪里呢？来自于佛菩萨多世累劫当中修行的力量和愿力。这些佛像、佛经本来就有力量和能量。比如说我们心情不好，或者是有烦恼，或者是生活及其他方面有违缘，那我们去祈祷佛菩萨，就能够得到帮助，这就是来自于佛本身的力量和多世累劫当中的修行愿力。

我们在修空性、修光明、修心的本性的时候，不依靠外在的佛。但平时作为一个佛教徒，对佛像、佛经应该恭敬。所以修禅的人，也需要供佛、礼佛，因为修禅的人也需要积累福报。当然，如果修禅的人的境界已经达到了很高的层次，在禅定当中，他就可以完成供佛、礼佛，那他就不需要外在的佛像。

像龙树菩萨，这些跟佛差不多的菩萨，他们也拜佛，也恭敬佛像，更何况我们普通修禅定的人。因为禅宗的文字非常深奥，文字也不多，所以，我们理解就会出现偏差，这样是不对的，大家一定要注意。简单地说，我们平时一定要供佛、礼佛、念佛，这个非常重要。

禅宗一直讲，不需要外在的礼佛，原因是我们对外在的佛有执著。从禅宗的境界讲，有执著去礼佛、供佛都是不对的，是这样的意思。但是我们没有证悟的人，没有办法不执著，我们是通过礼佛、供佛的方法，逐步逐步地达到不执著的境界，这是需要一个过程的。所以大家一定要分清楚，否则的话，我们会有错误的理解，影响到我们的修行，希望大家记住了。

接下来继续讲达摩祖师的《血脉论》。“佛是西国语”，佛是一个外来词。“佛陀”来自于印度的梵文，梵文中叫作布达。当时有两种翻译的方法，一个是音译，另外一个为意译。音译就是把印度梵文的发音，直接用中文写出来，不翻译意思。“佛陀”这两个字就是音译。“西国”，就是当时的印度。

“此土云觉性”，布达，意译以后叫作觉性，即觉悟了我们心的本性，用中文来讲应该叫作觉悟或者是觉悟者。



佛教不追求神通，但是可以把神通作为利生的条件和手段

那下面讲觉悟，佛是觉悟者，那佛觉悟了什么呢？说“觉者灵觉”，“灵觉”就是心灵的觉悟。我们心的本性是佛性，然后心自己去觉悟它自己的本性，这就是灵觉。觉者是什么呢？就是灵觉。再进一步讲，什么样叫灵觉呢？首先，它觉悟了我们心的本性，然后是“应机接物”。

什么是应机接物呢？“机”是指众生有各种各样的根机。佛觉悟了自己心的本性以后，根据众生的根机，摄受众生。“接物”，就是接受各种各样的物种，动物、植物等等。这当中主要是有情众生。

佛怎么样接受呢？佛针对不同根机的人，讲了很多很多不同的法，通过这些不同的教育，来摄受各种各样的众生。佛为什么能够做到呢？因为佛觉悟后，有了大智慧，佛能够非常清楚地看到每一个人的根机，然后佛就知道怎么去讲法。



所以，真正要利益众生的话，有几个前提条件，其中一个是要有神通。神通有很多，最好是要有他心通。他心通就是非常清楚地知道这些人在想什么。知道了这个人平时哪一种烦恼最严重，现在他在想什么，他的需求是什么，这是非常重要的。知道了以后，佛就根据他的需求、根据他的烦恼，然后讲法，这是一个。

另外一个，有了神通，佛就知道所有未来的变化，佛也知道这样的讲法对他会产生什么样的影响。所以，弘法利生最好的前提条件是要有神通，虽然佛教不追求神通，但是可以把神通作为利生的条件和手段，这是特别重要的。

如果没有这样的神通，但是第一了解这些人，第二了解这些人的生活状况、文化背景的话，也基本上知道这些人在想什么，这也是一个好的方法。知道他们经常面临的问题是什么，他们最严重的烦恼是什么。比如说女性最严重的烦恼是什么，男性最严重的烦恼是什么，老人最严重的烦恼是什么，小孩儿最严重的烦恼是什么，等等。



如果根本不了解这些人的文化背景，不了解这些人怎么样生活，不了解他们在生活当中，会面临什么样的痛苦……什么情况都不了解，就根据自己的感觉去讲法，那自己的这种感觉符不符合别人的期待，就不一定了，反而有可能在讲法当中产生更多的误会，断掉别人的善根。所以，了解这些人的根机，特别重要。

佛转法轮的时候，特别重视的就是要了解这些人的烦恼。佛是觉悟者，能够应机接物。其他人要做到应机接物的话，就要有神通。以前阿底峡尊者也讲过，如果没有神通的话，就要有一些类似于算命、打卦的方法，虽然这些方法有很多漏洞，不是100%的准确，不是最好的，但总比没有好。

佛在应机接物的时候，实际上，佛是安住于空性和智慧的状态当中。然后“扬眉瞬目”，“瞬目”，就是转动眼球，比如说眨眼等等。“运手动足”就是动手、动脚，运动、说话等等。做这一切的时候，“皆是自己灵觉之性”。

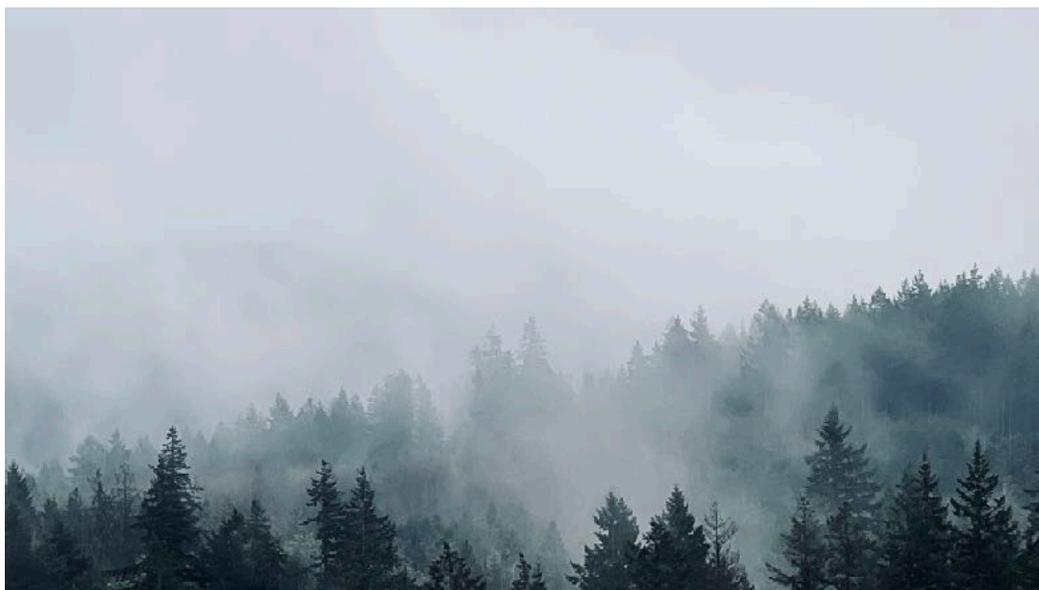
佛不管是说话、走路、吃饭，做任何事情的时候，佛一直处于觉悟的境界当中，永远都是这样，瞬间都没离开过，所以佛就叫作觉悟者。

一地菩萨到八地菩萨，这些菩萨们的境界非常高，但是他们也不能24小时做任何事情时，都处于这种灵觉或者是觉悟的状态当中，我们普通人更做不到。我们如果开悟的话，只是打坐的时候能进入这个开悟的状态，在日常生活当中，不一定用得上。



所以，对普通人来说，日常生活和打坐的界限非常清楚。如果努力修行，这个界限就会越来越淡化。到了八地的时候，基本上这个界限就不存在了。八地以后，座中证悟的境界完全可以用到日常生活当中。成佛的时候，这种界限彻底地消失了。

佛永远处于这种觉悟当中，同时，佛能完成所有的事情。所以，佛才叫作觉悟者。其他人也有觉悟，但是不叫觉悟者，所以就不叫佛，只叫菩萨或者声闻。



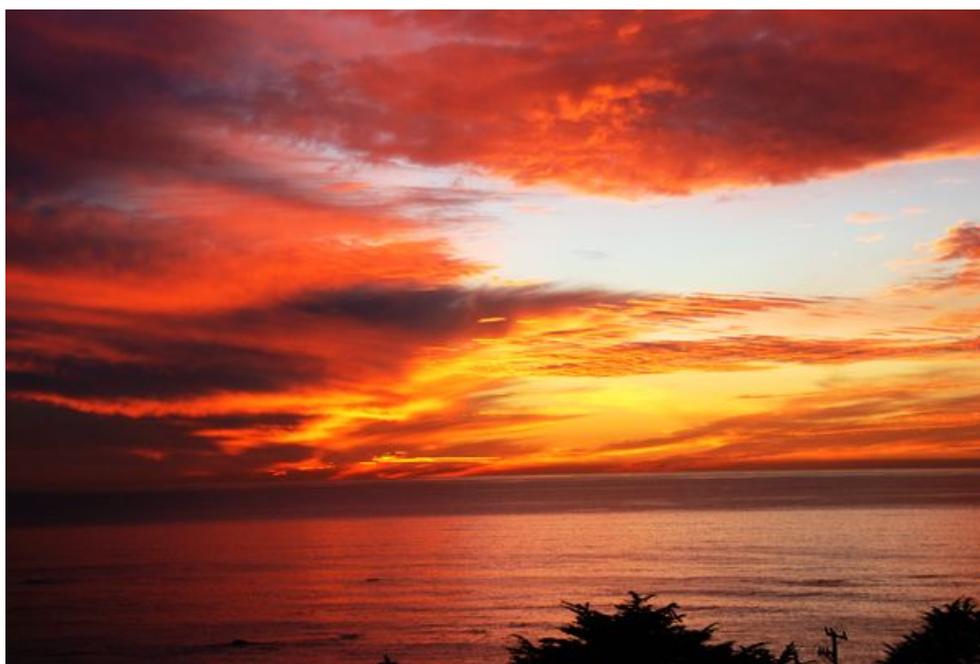
“禅”包含了从一地菩萨到佛地的境界

“性即是心”，这个本性是什么呢？就是我们现在的这个心。佛证悟的这个觉性也是心的本性。“心即是佛，佛即是道，道即是禅”，实际上这都是一个意思，佛觉悟的是本性，本性就是我们的心，我们心的本性又是佛。

佛教讲五道十地，最后一个道叫作无学道，是指这个时候已经全部学完了，都已经圆满了，到达了最高的境界。这个时候成佛了，就叫作无学道，所以“佛即是道”。

“道即是禅”，道实际上就是禅。最究竟的、最高境界的禅，就是佛的境界。佛的境界，一方面是禅，另外一方面也是佛的智慧。所以，最高境界的禅就是道。其他的境界没有那么高，一地菩萨是见道，第二地到十地是修道，这些也都叫作道，同时也是禅。所以，禅就是道，道也就是禅。

“禅之一字”，“禅”的意思非常丰富，内容非常深奥，所以是“非凡圣所测”。“凡圣”，凡夫跟圣者。“测”，了解、证悟。禅并不是所有的凡夫和圣者都能够证悟的。凡夫不能测这个禅，我们能够理解。圣者为什么不能测呢？



因为禅最究竟的内容，就是讲心的本性、光明、佛性。但不是所有的圣者都证悟了心的本性和光明，只有一部分的圣人才能证悟，就是大乘佛教的圣

者。除此以外，小乘佛教的阿罗汉、缘觉也是圣者，但是他们没有证悟心的本性。所以，禅并不是所有的凡夫和圣者都能够证悟的。

所以，禅的内容深不可测。我们不要简单地理解为禅就是打坐、修寂止，什么都不想，并不仅仅是这一点。“禅”这个字当中包含了从一地菩萨到佛地的境界。

“直见本性，名之为禅”，“禅”到底是什么呢？我们可以这样理解，有广义和狭义的禅。从广义的角度来讲的话，不仅仅是刚才讲的这个境界叫禅，还有四禅八定也叫作禅。四禅八定的禅，不仅仅是圣者，学佛的凡夫也可以有非常标准的禅，并且外道也有。



这里讲的外道，跟达摩祖师讲的外道不一样。达摩祖师讲的外道，是指境界不是很高的佛教徒，比如说小乘的阿罗汉、缘觉。按达摩祖师的说法，对非常深奥的禅没有证悟的人，通通都是外道。但是现在讲的这个外道，就是我们平时所说的，没有皈依三宝的是外道。皈依三宝的叫作内道。

释迦牟尼佛在世的时候，印度就有很多外道，他们也拥有这个四禅八定的禅定。从广义的角度讲，这些都叫作禅定。《血脉论》讲到的这种禅，是狭义的禅，直接看到了心的本性、明心见性，这才叫作禅。

“若不见本性，即非禅也”，如果还没有证悟的话，四禅八定都不叫禅，所以这个禅很深奥。**“假使说得千经万论，若不见本性，只是凡夫，非是佛法”**。所有的佛经和论典，八万四千法门，理论上全都精通了，但如果没有证悟心的本性，也叫作凡夫。还没有真正证悟佛法。

“至道幽深”，“至道”佛的最高境界，至高无上的道。



见性是成佛的开始，彻底见性即是佛

佛的境界是幽深的，就是非常的深奥。“幽深”，这个地方理解为非常深奥。因为佛的境界非常深奥，“不可话会”，所以通过语言不可能理解，一定要自己去体会、自己去领悟。光是口头上讲，是没有办法证悟的。“典教凭何所及”？“典”是佛经，“教”是教言。“凭何所及”，没有办法说得清楚。所有的佛经和教言，都是建立在人类语言文字基础上的，佛性真正的意义语言没有办法表达清楚。

“但见本性，一字不识亦得”，只要能见到本性，一个字都不认识也没有问题。六祖惠能大师也不识字，但并不妨碍他证悟，所以文化水平跟证悟没有直接的关系。之前也讲过，佛教跟其他的宗教不一样，佛教有太多太多的东西是一定要学的。如果本身文化水平高一点的话，那么，对佛教理论的理解是有帮助的，对佛经的理解可能要深刻一点，修行的时候可能比较顺利。因此，文化水平跟证悟只有间接的关系，所以，一字不识也可以证悟。



“见性即是佛”，如果我们明心见性，那就是佛了。学习《坛经》的时候提到过，我们彻底地见到了自己心的本性，没有一点点的障碍，当然就是佛了。只有佛才能彻底地看到自己心的本性，其他像十地菩萨、九地菩萨、八地菩萨，他们虽然也看到了自己心的本性，但是还不是全面地看到。因为他们还没有断除最后的一些烦恼，对彻底看到本性有一定的影响。

只要有非常细微的烦恼、执著，也就说明还没有彻底地看到心的本性。因为执著就会制造一些障碍，遮盖心的本性。只有把所有的烦恼、执著完全断掉了以后，才能彻底地看到心的本性。所以，“见性即是佛”这句话没有问题。

但是我们的理解有些时候会有问题，比如说我们会认为开悟就成佛了。我们看到了自己心的本性，是要成佛了，但还没有成佛。彻底地见到了自己心的本性时，才是佛。像一地菩萨，他虽然见到了自己心的本性，但还不是彻底地看到，所以还不是佛。



“圣体本来清净”，“圣体”是指我们心的本性。佛的自体就是圣者的自体，这两者实际上就是心的本性，所以就叫作圣体。“无有杂秽”，它的本质上没有任何的烦恼，我们不了解心的本性，才产生了烦恼。

心的本性上不存在烦恼，现在只是理论上知道而已，如果我们有一天证悟的话，我们就会知道，心的本质上确实没有这些杂秽。所有的污染，都在心的表面上。心的深处或者是本质上，如果用禅宗的话来说，从体——本体上讲没有烦恼、没有执著，所以，它是本来清净的。

“所有言说，皆是圣人从心起用”，“用”这个字，在《坛经》里面学过，就是作用之意。再讲具体一点，作用是什么呢？就是我们的意识去思考、去判断。用的本体是什么呢？本体就是佛性。

圣人，要看是什么样的圣人。佛只有智慧，不会有意识；八地、九地、十地的菩萨基本上也没有意识，他们的判断、思考，是通过智慧和禅定来完成



的；七地及以下的菩萨思考的时候，有些时候会用我们的这个意识去交谈、传法。

从这些圣人的内心当中产生了这个作用，作用就是心。所有的语言和文字就是圣人的意识。但这个圣人当中不包括佛，从表面上看，佛也在思考，但实际上是没有的。七地以下的菩萨在表达的时候，是用跟我们相似的意识去沟通、说话。

“用体本来空”，“用”，说具体一点的话，就是我们的心。心的本体是空，也是佛性。



认识语言的局限性!

“名言尚不及”，所有的语言、所有的词汇，没有办法表达佛的真正境界。语言文字有局限性，只能大概地告诉我们什么是心的本性，什么是光明、佛性，永远没有办法表达得非常清楚。

不仅仅是佛的境界，日常生活中的一些东西，也是语言没有办法表达的，比如说甜的味道。人类最早最早的时候，还没有语言，文字就更没有了。一群人聚在一起，逐步在日常生活当中形成一个共识，这个共识就是语言的开始，就是第一句话。

比如什么叫甜呢？“甜”这个字没有办法直接把甜味说出来，必须要自己去尝。如果几个人，都尝过甜的味道，然后大家就有共通的一个共识，就用这样的词来表达。前提条件是大家之前尝过甜味，所以现在可以约定用这个字来表达。如果其中有几个人从来没有尝过甜味的话，那语言没有办法表达。什么叫甜呢？说不清楚的。所以语言的局限性就是这样。

语言本身就是建立在一个错误的理解之上，但日常生活当中，必须要有这个错误的理解，我们才能够沟通。什么错误的理解呢？比如说我们讲“甜”字的时候，实际上，这个字跟我们尝的这个味道没有任何关系。因为创造语言的这一群人，他们当时没有任何原因，就把“甜”这个字指代为这个味道。从此以后，我们说“甜”这个字的时候，大家都认为说的就是这种味道。

虽然这两者没有任何的实际关系，但是我们以为有关系，这就是错误的理解。但我们需要这样一个错误的理解，否则的话没办法沟通。所以，不仅仅是空性和光明、佛性，连日常生活当中的一些东西，也是没有办法直接表达。因为我们都尝过甜味，所以我们现在可以表达。但我们都没有感受过空

性，都没有证悟过，所以我今天说空性、光明，那大家没有办法知道的。因为语言它本身没有办法表达。



日常生活，我们所有人都尝过甜味，所以现在用“甜”这个字就可以表达。但是我们没有证悟过光明和佛性，一个从来没有证悟过的东西，用“光明”“佛性”这样的词是表达不出来的。这是语言本身的漏洞。比如说我们都没有尝过所谓的甜，从来不知道什么叫作甜味，那我们用“甜”这个字，也是没有办法形容甜味。

因此佛经里面再三地讲，语言是没有办法表达空性的，主要是这个原因。所以没有体会的话，语言没有办法表达。比如，我们十个人知道这个味道叫作甜，那我们十个人约定的语言就产生了。第十一个人不知道我们在讲什么，如果他参与进来后，明白了这种共识，然后他也就听懂了：哦，这叫作甜。

所以，语言说得再多也没有用，一定要自己去证悟。“所有言说。皆是圣人从心起用。用体本来空，名言尚不及”，“不及”，达不到。达不到的原因，就是刚才讲的这个原因。因为任何语言文字，没有办法表达。

“十二部经凭何得及”？全部佛经可以分成十二类，佛讲了这么多法，最终还是要自己去体悟。没有体悟，语言文字、十二部经也没有办法表达的。“道本圆成”，这个“道”是佛性，实际上，每一个人的心的本性就是佛性，所以本来就是存在的。不仅仅存在，而且是圆满的。

“不用修证”，这种道，它不需要修，因为它本身就是存在的。那是不是说明我们根本就不需要修呢？不是的。因为这个道是佛性，它是永恒的，我们的心的本性就是它，所以我们不需要通过修行去创造它。那我们现在的闻思修行，是用来做什么呢？是我们用来了解或者体会原有的这个道。



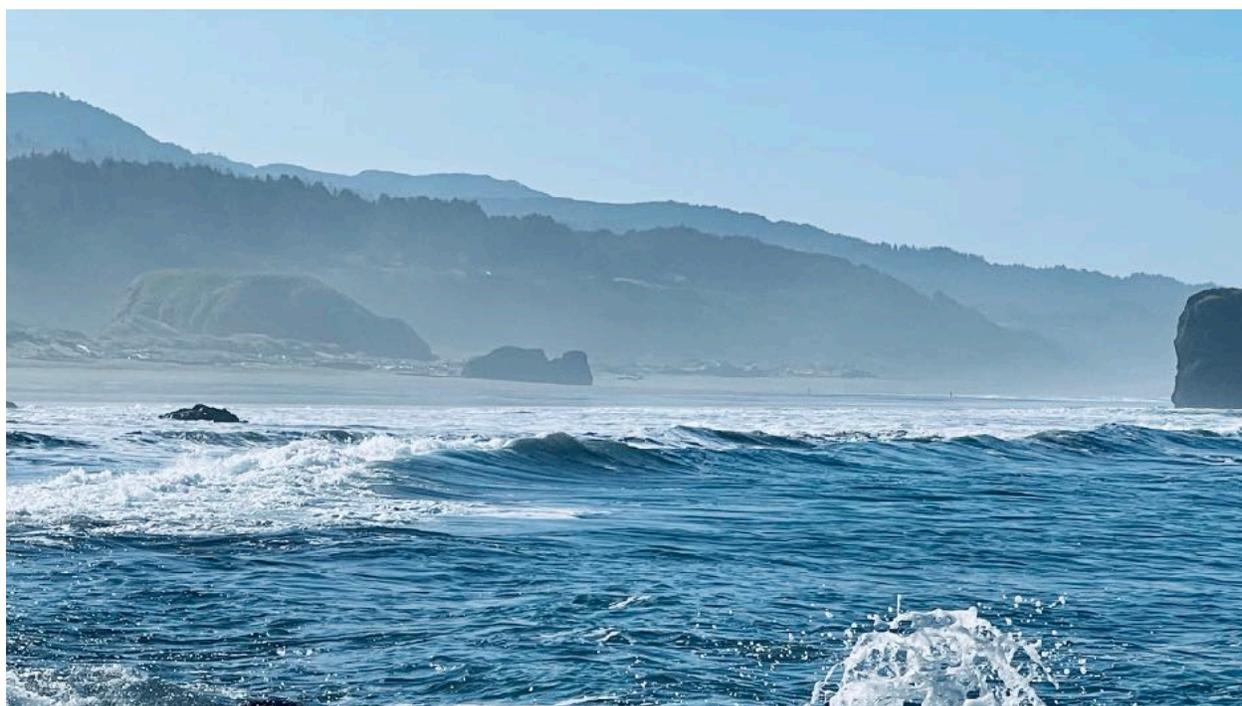
常说空性和佛性不能用语言表达，这是否是一种回避？

“道非声色”，这个道与声音和物质世界没有任何的关系，它是我们自己的心的本性，一直存在的。那怎么证明道存在呢？如果我们没有证悟，这确实不好证明，因为并不是所有的真理都能表达出来。表达需要有条件，对什么样的人表达，用什么东西来表达，这两个条件很重要。

所以，只要我们自己证悟心的本性的话，那根本就不需要表达，根本就不需要任何的逻辑和证据，当下自己就亲身体会到：哦，原来就是这样的！还没有到这个境界之前，所有的证据都没有用。比如说我们想给某一个人证明，蜂蜜的味道是甜的，但是这个人从来没有尝过甜味，那就没有办法证明。成千上万的逻辑也没有办法证明，因为他根本没有这种体验。只有当他自己尝到了这个味道，当下他就知道什么叫作甜。否则就没办法。



另外一个，我刚才讲，对什么样的人表达也很重要。比如说他虽然没有吃过蜂蜜，但是他尝过其他的甜味，那就可以表达的。同样的，我们还没有证悟的时候，用什么样的逻辑都很难表达，只能大概地了解一下心的本性就是这样，没有办法直接地证明。所以最后一定要证悟，这才是很重要。用各种各样的物质、各种各样的声音来证明道的存在是不太可能的。



“微妙难见”，因为道是我们的心的本性，非常微妙，非常难见。下面这句话非常重要：“如人饮水，冷暖自知”。自己饮水的时候，用不着旁边的人来证明水是冷还是热，自己已经知道了。如果之前这个人从来都没有喝过冷水和热水，那用语言让他明白，什么叫作热水，什么叫作冷水，永远都不可能成功的。因为他根本就没有热或者冷的概念。

如果他没有喝过热水，但是他喝过其他的类似的东西，那这样可以逐渐地给他，有可能说得清楚一点。但他根本就没有这样的体验，那就没有办法了。我们现在对空性、佛性、光明，也只是听说过，一辈子都没有这方面的体验，所以用了再多再多的文字和语言，也没有办法直接表达。所以我们一定要想办法自己去体会，这很重要。

到最关键的时候，就说不能用语言表达，是不是一种回避呀？当然不是。为什么到了关键问题的时候，就推掉，说语言没办法表达，为什么这样呢？就是刚才讲的这些原因，我们再重复一遍：有一个人非常想知道蜂蜜的味道是什么，但他从来没有尝过甜味，那这种情况下，根本没有办法让他了解蜂蜜的味道。

同样的，这不是回避，这是没有办法，不仅仅是心的本性方面，其他方面也如此，这就是人类语言的局限性。另外一个，语言本来是在日常生活中起沟通的作用，它的范围就是日常生活，现在我们要形容一个完全超越日常生活范畴的东西，那么语言就更加地无力。因为这些原因，所以没有办法直接表达。



“不可向人说也”，想说也是没办法说，说不出来，无法描述。不仅仅空性这么深奥的东西是这样，比如想把头疼的感觉表达出来，如果周边的人从来都不知道什么叫头疼，也从来没有疼痛过，那我用什么样的语言都没有用。

所以语言是大家都要有同样的体验，并且在这个基础上有一个共识。比如说我们说“天空”这两个字的时候，大家要知道是上面的这个虚空；说“大地”的时候，大家要知道是脚下的大地，要有这样的约定。人类祖先的语言是在这样的过程当中逐步形成的。所以没有体验的人，没有共识的人，语言是没有用的。

我们学外语，实际上是我们参与他们的约定，他们用某个词汇的时候，就是表达应该用这个词去认知某样东西，单词和物体之间没有别的关系，就是一个约定而已。空性，我们没有这样的体验，所以没办法表达。比如说自己证悟了，想给别人讲证悟的境界，也讲不出来。

“唯有如来能知”，只有佛彻底地知道心的本性。“余人天等类，都不觉知”，除了佛以外，其余的人、天人等等，都不知道心的本性。我们应该这样理解，除了佛以外，其他的人或者天人，不会彻底地了解心的本性。因为一地菩萨、十地菩萨，难道他们都不知道心的本性吗？他们是知道的。所以说彻底的证悟就是佛。



我们不看这个宇宙的时候，它存不存在？

“凡夫智不及”，凡夫为什么不能证悟呢？因为凡夫的智慧还达不到这么深。“**所以有执相**”，因为凡夫的智慧达不到，所以他开始有执著。“**不了自心本来空寂**”，凡夫还没有证悟自己心的本性是空性。“**妄执相及一切法**”，他就是妄执各种各样的相，以及万事万物。

我们普通的人，对万事万物都有不同的执著，“相”即是好、坏、高、低等等，有了这样的相和执著以后，然后“**即堕外道**”。达摩祖师给我们的定义：证悟了的话，就不是外道；没有证悟的，都是外道。平时讲的外道和这里讲的这个外道定义不一样，不仅仅是达摩祖师这样说，佛经里面也讲过这样的外道。

“**若知诸法从心生，不应有执**”，诸法都是心的投影。外面的这个世界，确实就是我们自己内在的投影，根本不是真正存在的世界。现在科学家也开始讨论，当我们不去看这个宇宙的时候，宇宙到底存不存在？这不是很好笑吗？科学家、唯物论者在讨论这样的问题。



宇宙，看得到或者看不到，有什么关系呢？宇宙不就是永远都在那儿吗？如果外面有真实存在的物质，看和不看有什么关系？物质永远都是存在的。为什么现在比较开放的科学家开始这样讨论呢？科学家当然是有依据和原因的，不会随便谈论这样的问题。

佛教本来就是这种观点——外面的世界实际上是自己创造的世界，我们就活在自己创造的世界里面。《黑客帝国》实际上就是讲这个道理的，讲的非常好，大家好好看看，就知道是怎么回事了。

电影中的那些人生活在程序编出来的一个虚拟世界里，他们以为这就是一个真实的世界，但是大家都不知道。这就像我们现在的这个世界一样，我们看到的各种各样的颜色，红、黄、绿等等，各种各样的形状，还有我们耳朵能够听到的声音，我们生下来到现在一直都认为这些就是物质。如果它们不是物质，那什么是物质呢？现在不仅仅是佛，科学家也告诉我们，这些确实不存在。



那眼睛真实看到的这是什么呢？他们会告诉我们，这是你自己大脑里面的画面。这样的话，整个世界会不会也是大脑里面的画面呢？这么多的东西，本来我们一直都认为是外在真实存在的物质，但现在都不是客观存在的，只是我们自己大脑里面的错觉。这样的话，会不会所有世界都是这样呢？没有人答复说，其中一部分才是，其他是真实存在的。没有人敢说这样的话。所以开始讨论这样的问题：我们不看这个宇宙的时候，它存不存在？

佛教很淡定地讲，两千五百多年前，佛早就说过了，这个就是我们自己创造出来的世界。但是你可以不用担心，如果你不想突破，你可以生生世世生活在自己创造的世界里面，完全没有问题。只要你自己在这个地方不做错事情，也就是不造罪的话，你就可以过得很幸福、开心、安全。如果你想突破，最后你就要走出自己创造的世界。

现在一些哲学家、科学家也开始谈论这些问题了。最早的时候，几千年来，一直都是佛教在讲这些理论。所以，如果我们知道一切法都是自己心的投影，那不应该有执著了。“执即不知”，我们不了解外面的一切东西是自己内心的画面，所以就有了执著。



“若见本性，十二部经总是闲文字”，实际上，除了十二部经以外，没有其他的佛经了，所有佛经包含在十二部经之内。达摩祖师一直都在否定十二部经，说十二部经没有用。其实是说，如果你了解了自己心的本性，那这十二部佛经跟你没有一点关系，它们都是一种无聊的文字。

“千经万论只是明心”，千经万论的目的，是让我们明白自己的心。如果“言下契会，教将何用”？如果我们言下大悟了，不就是达到了这个目的了吗？佛经往往把语言文字比喻为桥或者是船，我们过河的时候需要桥、需要船只，但过河以后，还需要吗？都不需要的。

同样，千经万论都是为了让我们明白自己心的本性，如果有一天我们证悟了，那这些经论都没有用了。当然，我们读诵、抄写佛经，还有拜佛经、供佛经都有功德。但是这些在达摩祖师的眼里都不算是功德了，因为这个原因，当时达摩祖师和梁武帝就话不投机。但对我们来说，佛经、佛像是有用的。

达摩祖师那么高的境界，那他肯定会说，你们都是外道，佛经也是没有用的，都是闲文字。达摩祖师只认可证悟，不证悟的话，跟达摩祖师就没有了共同语言。所以说，“若见本性，十二部经总是闲文字，千经万论只是明心”。

“言下契会，教将何用”？这个“教”指佛经，主要是经和论。证悟了以后，经论还有什么用呢？就这个意思。

梦与中阴有什么关系？

“至理绝言”，“至理”至高无上的道理，或者是最究竟的道理。“绝言”语言没有办法表达。最究竟的道理跟语言没有任何的关系。

“教是语词，实不是道”，后来的人，像龙树菩萨等等写的有关佛法方面的书，就叫作佛疏，也叫作论。佛亲口讲的叫作经。经也好、论也好，这些都是语言文字，根本就不是道。“道本无言”，道本身是没有语言的，它也不在语言文字的范围当中。所以，语言文字怎么讲都是没有用的。

“言说是妄”，所有的言说都是妄想。没有妄想的话，无法说话、沟通。沟通的前提条件就是有妄想。妄想都是没有用的。

下面讲了一些非常有意义的，也是我们非常需要了解的几个问题。首先就说，“若夜梦见楼阁、宫殿，象马之属，及树木、丛林、池亭如是等相”，现在讲梦境。梦里面我们看到了楼阁、宫殿、象马等等，看到各种各样的景观和生命，看到各种各样的好现象。这个时候“不得起一念乐著”。就是说，在梦里面，我们不要去执著这些现象。为什么呢？梦里面看到这么美丽的东西，怎么可能不执著呢？



如果在梦里面执著的话，“尽是托生之处”。“托生”就是转世。大家要知道，梦跟中阴的现象有很多相同的地方。比如说我们梦里看到的这些美丽的东西，大自然、建筑物、人，对它们有执著和欲望，到时候我们在中阴身的时候，也是一模一样的经历。

中阴身的时候，福报比较好一点的会看到比较美丽的风景，如果对这些东西产生了执著、欲望，这个欲望就把他带回轮回，不能在中阴当中解脱。所以这都是托生之处。



“切须在意”，就是让大家一定要注意。但是这很难，白天的时候，我们头脑非常清醒，好与坏也能分得很清楚，这种时候，我们都做不到对美丽的东西不产生欲望。梦中本来就很糊涂，那怎么可能做到呢？

达摩祖师虽然说，一定要注意，一定要注意！但是再注意，我们也做不到，需要给我们提供一些方法才可以，那这个方法在哪里呢？就在密宗的梦瑜伽里面。实际上达摩祖师也想讲一讲梦瑜伽，但是他收回去又不讲了。

达摩祖师实际上说，你们一定要注意，这个时候不要有执著。那请问我们怎么才能做到梦里面不执著呢？达摩祖师没有告诉我们方法，反正让我们自己去想。如果告诉我们的话，这就成了真正的密宗了。所以这部论典就是处在显和密中间，这样穿来穿去的。

虽然达摩祖师没有说，实际上他是知道的。我们在现实生活当中的乐著，不说是托生之处，只说梦里面的乐著才是托生之处。梦有什么特别之处呢？就是我才讲的，梦和中阴身非常非常相似。

密宗怎么样修中阴呢？通过梦中的训练，用梦来模拟中阴，等真正进入中阴的时候，就能用得上。我们现实生活无法模拟中阴，因为相差比较大。所以，达摩祖师透露了这方面的一点点信息，我个人觉得。



梦中看到了这些美丽的东西不要乐著，同时也就告诉我们，如果造业的人，中阴时候看到的，就不是楼阁、宫殿了，应该都是比较恐怖的景象。以此类推，我们做噩梦的时候，看到这些东西就不要恐惧。这也是达摩祖师想说的话，但是他没有说出来，我们通过前面的叙述可以推测有这个意思。

这个托生之处就是转世轮回。实际上，现实生活当中，我们对任何物质的执著，也是在造业，凡是造业，都让我们回到这个轮回当中。那为什么就讲梦，不说现实生活呢？因为梦跟中阴相似的地方太多了。

我们上一世的生命旅途结束了，下一次的转世还没有出现，这个过渡的时候就是中阴。这个时候，如果我们能够转变，是一个非常容易改变命运的机会。在这个过渡的时间当中，我们可以很容易回到轮回，也很容易往生西方极乐世界、解脱，这些的可能性是很大的。所以梦里面，我们需要有一些方法和诀窍。

达摩祖师在这个地方说，在梦里面不要去乐著。但是这个我们做不到，怎么办呢？就是要去学梦瑜伽才行。我个人的理解应该是这样的意思。



如心中常常升起奇怪念头，需时时祈祷莲师

下面是另外一个问题，前后的内容没有太多的关联性，有些零散，就是突出强调了一些非常重要的问题。第一个问题是梦中不要执著，这是非常重要的。第二个问题就讲临终的时候。

“临终之时，不得取相”，这个时候我们不要执著自己的财产、房子、车子，还有各种各样的东西，银行卡、包包、衣柜里面的衣服等等。佛经里面讲，一个人还没有死亡的时候，属于自己的这些财物，如果自己去处理，上供下施的话，功德是自己的。

这个人死了以后，再多的财物实际上就不属于他了。这时家人用他生前的财物，去为他做善事，这样对他非常有帮助，但不如自己活着的时候就把财物妥善处理了。所以，理想的死亡就是还没有走之前，把财物全部妥善处理，上供下施。这是非常重要的。

但达摩祖师的意思不仅仅是这些，他是指对所有的东西不要有执著，这要证悟空性才能做得到。否则的话，我们知道不能有执著，但无法做到。

“即得除障”，“障”就是执著。这个时候我们应该怎么做呢？除障的方法是什么呢？证悟的人，在临终的时候，尽量地安住在自己所证悟的空性当中，在空性当中往生。小乘佛教认为，处于空性当中死亡是不可能的。但是像大乘佛教、密法和大圆满，这是能够做得到的。所以在证悟的境界当中往生，这就是除障。这是要靠自己，如果临终时，自己的神识比较模糊的话，那就找其他人，在一旁提醒自己要处于证悟的境界中。

“疑心警起，即被魔摄”，如果这个时候，我们瞬间产生一点点的怀疑。怀疑什么呢？比如说对空性的怀疑。这个疑心也就是代表其他的烦恼，贪嗔痴等等。临终的时候非常重要，如果有这样的烦恼，那很危险的。

大家一定要注意，平时很多很多的人也有这种情况，我们实际上平时对佛很恭敬的，但是就在佛堂、在佛像的前面，或者是一些非常重要的时刻，就有一个不好的念头出来，自己控制不了，这让自己感到非常困扰、烦恼。

说不定到了关键时刻，比如往生的时候，有可能会产生这种念头，所以平时要多念莲师心咒、祈祷莲花生大师，清除障碍。除了执著的障碍以外，就是这种障碍了。这些障碍，有各种各样的原因，因此祈祷莲师、祈祷佛菩萨，非常重要。因为非常关键的时候，不能有这样的念头，如果瞬间产生一个这样念头的话，那就是被魔摄受了。



“法身本来清净无受”，“受”就是感受。法身是本来清净的，它没有任何的感受。“只缘迷故”因为无明，所以就有各种各样的执著。临终的时候，也有很

多的执著。这并不是法身本身有执著，是因为我们的无明，所以导致了这样的妄念。

“不觉不知，因兹故妄受报”，有了这样的妄念，就会有这个果报——又回到轮回。“所以有乐著，不得自在”，所以我们临终的时候，对亲人、对自己的财物，或者是对自己的人生、人天的生活，有执著、有眷恋，就会回到这个轮回当中，我们就不能解脱。

这个地方，达摩祖师提出一个临终时的问题。方法也很简单，就是一定要除障，一定不能有任何的执著。方法虽然非常好，但谁能够用呢？证悟的人才能够用得上，没有证悟的人没办法用。

我们知道这个方法很好，但就是做不到，所以这个时候就需要什么呢？需要《六中阴》当中的临终中阴的修法。《六中阴》或者是大圆满，以及所有的藏传佛教的密法里面，都有讲到，我们临终的时候怎么去做？怎么去面对死亡？有很多很多的方法。



达摩祖师在这个地方透露了一点，需要一个万能的東西——证悟的智慧。证悟的智慧，梦中可以用，临终时也可以用，任何时候都可以用，它是万能的。但是我们没有这个万能的東西，那就需要想别的办法，就要学《六中阴》。如何面对死亡，这个非常重要，因为我们大家都一定要面对的，如果有所准备的话，到时候就可以用一个非常好的方法往生了。

“只今若悟得本来身心，即不染习”，如果我们现在活着的时候，悟了心的本性的话，那我们之前的烦恼习气就可以断掉，临终的时候就能成功地、顺利地往生了。



圣者在轮回以各种形象度化众生，自由自在

达摩祖师这里讲的是通过证悟的方法去面对死亡。

藏密中的破瓦法，是临终时候用来往生的一个方法，这个方法分四种：法身的破瓦法、报身的破瓦法、化身的破瓦法、普通人的破瓦法。最高的境界就是法身的破瓦，也就是达摩祖师在这里讲的，直接在证悟的境界当中往生。对证悟的人来说，不需要其他的破瓦方法，这个是最好了。

但是对没有证悟的人来说，虽然法身的破瓦很好，但是没办法做到，所以需要其他的破瓦法。大家都知道，禅宗非常好，但是它的方法全都是针对很高境界的人，如果是这样的人，那通过它的方法，所有问题都解决了。

但如果我们的根机没有那么高的话，那就用不上了，也没有提供其他的方法，这样的话，到时候就会有一些问题。如果人的根机相应，那禅宗讲的方法，临终的方法、梦中的方法都非常好，就不需要其他的方法了。但它是针对特定的人群，就像惠能大师，或者说稍微差一点的，但也是根机很不错的人。那其他人怎么办呢？

藏密至少有四种破瓦法，达摩祖师的这个方法对应的是法身的破瓦法，如果达摩祖师的这个方法，你用不上就用不上了，没办法，你就是外道。但是密法里面，如果用不上法身的破瓦，那你可以试报身的破瓦；报身破瓦如果用不上，那就试试化身破瓦；化身破瓦用不上，那普通人的破瓦，就是《大圆满前行》里面讲的破瓦法，那也可以用。所以密宗的方法比较多。

之前也讲过，密宗叫作金刚乘，也因为有太多太多的方法，同时也叫作方便乘。那这些方法，最终要达到什么目的呢？最终的目的跟禅宗是一样。但是密宗的方法比较多，什么样的人都可以学，也有很多的方法去提升人的根机，从人生难得到最后的修行，一步一步地走，设计得非常好。

禅宗的这些方法，都是非常高端的、最顶尖的人可以用，对其他的人就有点难。法是非常非常了不起的，根机若跟得上，就非常好；跟不上，自己就感觉到有点无能为力。



然后说“若从圣入凡”，从圣怎么入凡呢？肯定是佛菩萨故意示现众生，以普通人的身份来度众生。“示现种种杂类等”，圣者是同一个种类，全部都是证悟的人。六道轮回的众生就很杂，从地狱到天人有很多很多的种类，所以叫作杂类。从佛菩萨的境界当中，示现人或者动物的形象来度化众生。

“自为众生”，就是说佛成为一位众生。当然，佛的境界永远都不可能和众生一样，只是外在的形象不是佛，佛把自己化现为众生的形象。为什么呢？如

果佛想去度众生的话，就要有同等的身份，这样才能够有共同语言来沟通。所以，各种各样的宗教里面，一定会有佛菩萨的化身，各种各样的行业里面也会有佛的化身。

比如说屠宰场的屠夫里面，不排除有佛的化身。还有从世俗来看比较低层的行业里面，也不排除有佛的化身。因为佛示现出和他们一样的身份，跟他们有共同的语言能够沟通、能够帮助到他们。所以，“从圣入凡”是这样的意思，“自为众生”就是把自己变成一位众生。



“故圣人逆顺皆得自在”，圣人是佛、菩萨的身份时，他是自在的。“顺”是指身份很高，“逆”是成为动物或者社会最低层的人，这种表面上的逆缘。圣人顺也好、逆也好，无论在什么样的情况下，他的内在是自由自在的，永远都是快乐幸福的。任何烦恼和痛苦，都不会影响到他的心。这种境界，佛教就用“大乐”来形容，这才是真正的自在。

“一切业拘他不得”，所有的业力对他是没有任何的限制。“圣成久矣，有大威德”，成就了圣者，比如说得到了菩萨的一地或八地，时间长了以后，他就有很大很大的威望、德行。

“一切品类业，被他圣人转”，罪业当中，也有很多等级，比如说十不善、五无间罪等等。这个时候，任何一种品级的业，都会转化成为圣者度化众生的方法。表面上看到是在感受某一种业，但实际上圣人都转化了，不会有业。

“天堂、地狱无奈他何”，天堂和地狱对圣人不会有任何的影响。天堂，对他也没有什么诱惑；地狱，对他也没有什么恐惧。万事万物对他不会有任何的影响，他是一个自由自在的人了。



道友之间一定要团结友善

“凡夫神识昏昧，不同圣人内外明彻”，现在开始讲凡夫。凡夫就不一样，凡夫愚昧，没有内外明彻——就是没有证悟。

“若有疑即不作”，凡夫执著万事万物。“疑”是什么意思呢？就是执著。对空性的怀疑，也是执著。有执著，你就不要去效仿这些圣者。不能造罪，要行善断恶才安全，哪些能做、哪些不能做，都要用善恶因果的标准来要求自己，不能说善恶都不存在。“作即流浪生死”那作了怎么样呢？你本身没有证悟空性，去杀盗淫妄造罪，结果是在轮回当中流转。“后悔无相救处”，后悔也没有用，无法得救。

“贫穷困苦，皆从妄想生”，在流浪轮回的时候，所面临的贫穷、困难，实际上也是我们的妄想所生。一个是因为过去我们吝啬，舍不得上供下施导致的；另外一个，也可以这样子理解：贪得无厌的人，他的心理是贫穷的状态，再多的财物，他也认为不够，这不就是贫困吗？对生活永远都没有满足，这就是贫穷的心态。



“若了是心”，如果我们自己了解了心的本质的话，那就“递相劝勉”。“递相”，相互之间。学佛的人，大家一起相互帮助、相互交流、相互劝导。比如说大家有什么心事的时候，有什么不开心的时候，其他人都来帮助、来劝导，让他从困境当中走出来，这个非常的重要。

物质上面，如果有什么需要的话，大家也来帮助他，让他从困境当中走出来。我们都是平等的，谁也不是上师，谁也不是弟子，大家都是佛教徒，我们相互帮助、劝导。因为旁观者清，自己陷入困境的时候，虽然平时懂很多很多的理论，开导别人没问题，但是落到自己身上的时候就不一样了。

我们很多时候都是迷茫的，特别在临终的时候，自己的神识模糊不清，更需要道友的帮助。所以相互劝导真的非常重要，大家一定要记住了。我们经常说要度一切众生，那我们先度身边的人，然后再说其他的人。身边的人需要帮助的时候，我们根本就不在乎，然后说要度众生，这怎么可能呢？根本不可能的事情。

我们虽然在学佛，但是，我们的生活当中一定会出现很多很多不开心的事情，这是肯定的。我们要关注身边道友有没有发生这样的事情，如果有，大家一起来帮助他、来劝导他，一定是非常有用的。因为我们没有这样去帮助、劝导身边的人，所以佛教徒有人去自杀了等等，其实这样的事情根本不应该出现的。

如果我们对身边的人稍微关注一下，稍微相互劝导一下的话，这一类事情根本就不会发生的。学佛的人当中，肯定也有很多人有抑郁症、焦虑症，因为生活中的很多事情，造成了很多很多精神上的压力和打击……这个时候，大家就来互相帮助。

达摩祖师的论，有些时候讲得非常高，有些时候又讲得非常细致。大家学了后，一定要记住——我们佛教徒不是要帮助天下所有的人吗？那身边的人都不帮助的话，完全就是空谈了。有的人，虽然平时懂这些道理，但是一旦产生了贪嗔痴烦恼，自己就会失去理智，在这种情况下很难做到正确合理的判断。那这个时候就需要有其他人的劝导，其他人因为没有这种烦恼，所以有能力去劝导他。

我们相互之间鼓励，这样子以后，大家就可以一起修行，这就叫作金刚道友。大家一定要记住，“递相劝勉”这四个字特别特别的重要，一定要重视。



“但无作而作”，这句话很深。《坛经》也讲过，从本质上讲都是无作。我们了解了空性、证悟空性以后，再去作。在如幻如梦当中进行这些劝导，不仅仅是劝导，在如幻如梦当中去修行、打坐，这就叫“无作而作”，不是有作而作。

有作而作的话，那我们是当作真实的事情，就会求回报，产生执著，这样的作是不对的。无作而作——是不求回报，是证悟了空性，在三轮体空的境界中去作。“即入如来知见”，这就开始进入佛的境界了。

这些都是非常有意义的，有些讲得非常深，有些讲得非常接地气。大家一定要注意，尤其是“递相劝勉”这四个字。后面的“无作而作”，可以作为以后的一个目标，现在要去执行是有点难。



但是递相劝勉，我们随时都可以做到，很有必要的。这样以后，大家相互关心、相互关注，这就是金刚道友，这就是师兄。释迦牟尼佛对佛教团队中的任何一个成员，无论是僧人或者是在家人的要求，就是相互之间的递相劝勉，也就是学佛人之间、道友之间的这种团结友善。

尤其是僧团里面，特别地强调递相劝勉。因为出家了以后，身边没有家人照顾，所以相互之间的照顾非常重要。大家虽然没有出家，但很多都是单身，或者是独生子女，或者是空巢老人，也和出家差不多了，所以非常需要递相劝勉，大家一定要重视。

我们就讲到这里。

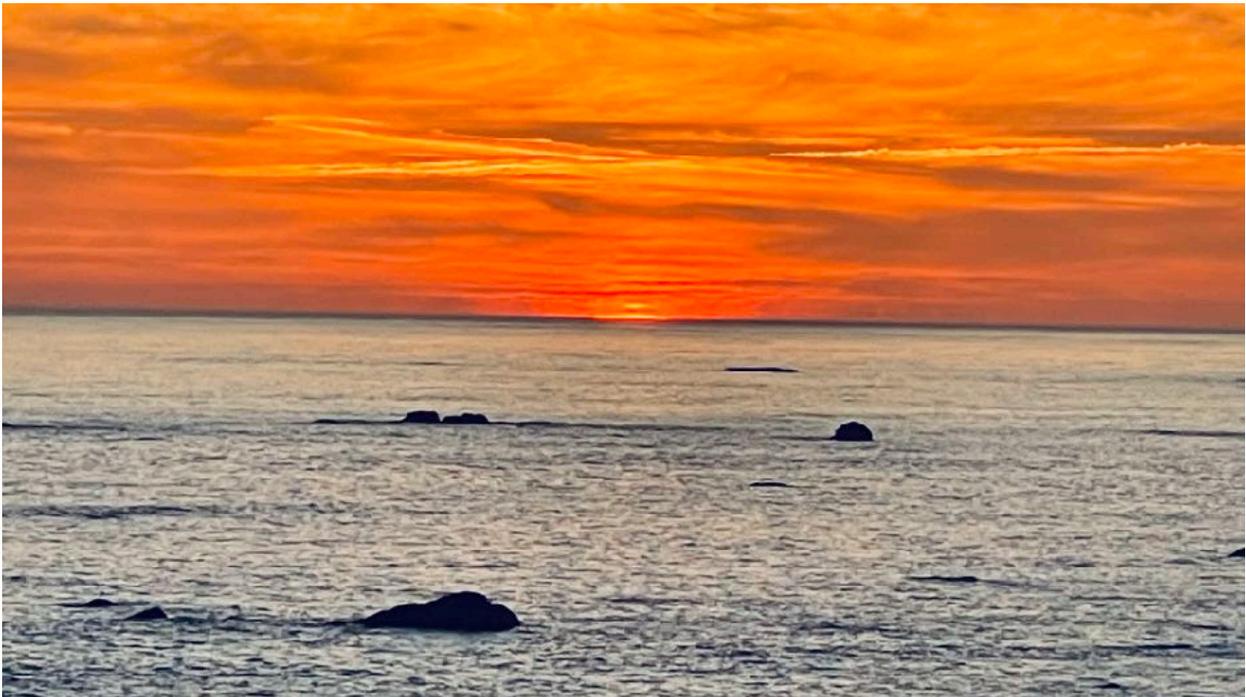


达摩血脉论七

佛教徒生活应有的两个原则

《血脉论》最主要的、最核心的内容是讲自己心的本性。大乘佛教，尤其是第三转法轮，不讲鬼、不讲神，就是讲自己心的本性。我们心的本性对自己，包括对日常生活都有很大的影响。

对一个普通的人来说，这一生当中追求的是什么呢？一个是自己的健康，另外一个当然就是快乐或者是幸福，其次是物质财富等等。这当中最重要的幸福或者快乐，就跟自己的心有很大的关系。昨天也给大家讲过了，健康也跟我们的心有很大的关系，76%的疾病都是来自于情绪。所以，了解自己的心的本性特别特别地重要。



从更高的层面上讲，解脱的唯一方法，也是要彻底地了解我们心的本性，了解了以后叫作证悟。了解心的本性就是了解自我，如果我们不了解自己，然后去了解很多很多物质世界的知识，天文地理，几百万光年以外的各种各样的天体……有这些知识当然也好，但实际上对我们的现实生活，不一定有直接的关系。我们了解自己心的本性，跟我们的生活有非常密切的关系，所以大家一定要好好地学习，然后要修行，特别重要。



达摩祖师在前文中讲过，贫穷困苦也是从妄想产生。这个内容很深，但这当中也有这个意思：我们应该过一个什么样的生活呢？佛教徒也不一定要过很贫穷的生活，但是尽量地少欲知足，过简单的生活、低碳的生活。这也是现代提倡的环保生活，自己也能比较轻松自在。

所以，少欲知足是我们人类生活的一个原则，特别特别地有意义。如果我们贪得无厌的话，再有钱、再多的物质也满足不了，最终就会不快乐的，这是一个。

另外一个递相劝勉，这个昨天也讲过了，这特别地重要，尤其是对佛教团体。现在每个人的幸福指数很低，非常多的人都感到不开心。那么让我们能够开心的或者是感觉比较幸福的，其中一个原因是人际关系。人际关系如果搞不好，就让我们产生很多很多的烦恼。

从正面讲，良好的人际关系会让我们感觉到幸福快乐，拥有安全感，所以佛教也经常讲善知识或者道友的重要性。像密宗就把金刚道友看得非常非常地重要，显宗虽然不叫金刚道友，但是显宗的道友也是非常的重要。所以，我们每一个学佛的人，至少在学佛的团队当中，应该有两到三个非常可靠的、知心的朋友。

我们不一定对每一个学佛的人都很熟悉，但至少有两到三个这样的朋友，在我们生活上、工作上遇到什么问题的时候，可以毫无保留地倾诉，这样对我们的人生有很大很大的帮助，这个就是善知识、道友或者是朋友。

就像手机的充电宝一样，当我们自己的手机没有电的时候，就非常需要用它来充电。所以我们需要有朋友，这个特别重要。当然不学佛的人当中，甚至是跟我们的观点、修法完全不一样的异教徒当中，我们也可以有非常好的朋友。

但是佛教徒的话有一点点不一样，因为在认知上面，大家都是一致的。尤其是像生死这样的重大问题上面，大家的观点都一样，所以很多时候，更加地能够帮助到自己。比如说用佛教的理念来帮助大家的话，确实效果不一样。

如果是唯物论者、无神论者的朋友，或者是基督教、伊斯兰教、道教……其他宗教的朋友，我们需要他们帮助的时候，他们也可以帮得上。但是像生死这样的大问题上，因为佛教对生死的问题了解得比较深刻，所以通过它的观念、方法来帮助自己，可能比其他的方法更加好一些。

再说我们本身就是佛教徒，比较容易接受这些观念或者方法，所以佛教徒当中，大家应该有两到三个非常非常好的朋友，对我们非常非常地有帮助。这是一个。



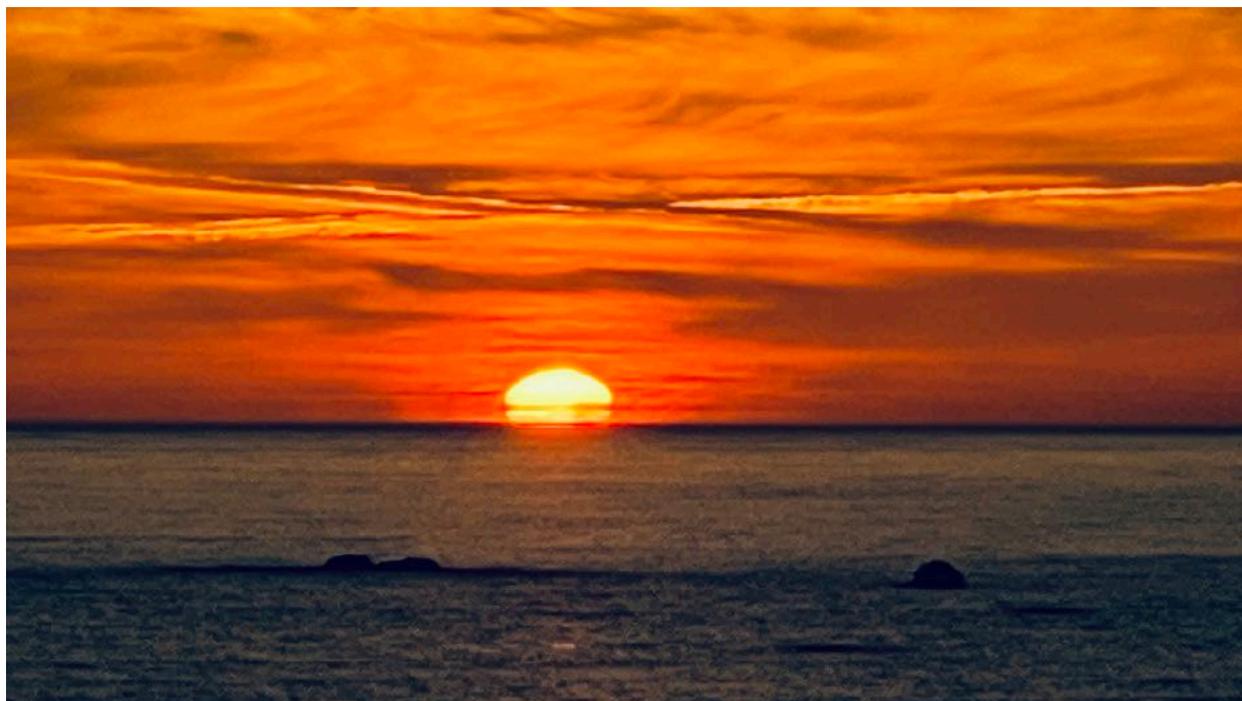
三怙主的三个面向

我们学佛，一定要学佛的智慧。如果不学佛，选择其他的宗教，或者是不想有任何的宗教信仰，都是每个人自己的选择。但如果选择佛教，就一定要学佛的智慧，不要停留在烧香拜佛、求佛保佑的层面上。

我们并不是否定烧香拜佛的作用，当然可以烧香拜佛，我们需要的时候也可以求佛陀保佑，但这些都不是重点，不要以为这就是佛法。学佛的重点有两个：一个是要学到佛的智慧，另外一个要有慈悲心。

菩萨当中有三怙主，怙主是保护所有众生的救星，其中一个观世音菩萨，她象征所有诸佛菩萨的慈悲心，这是特别重要的，我们第一个要学这个。

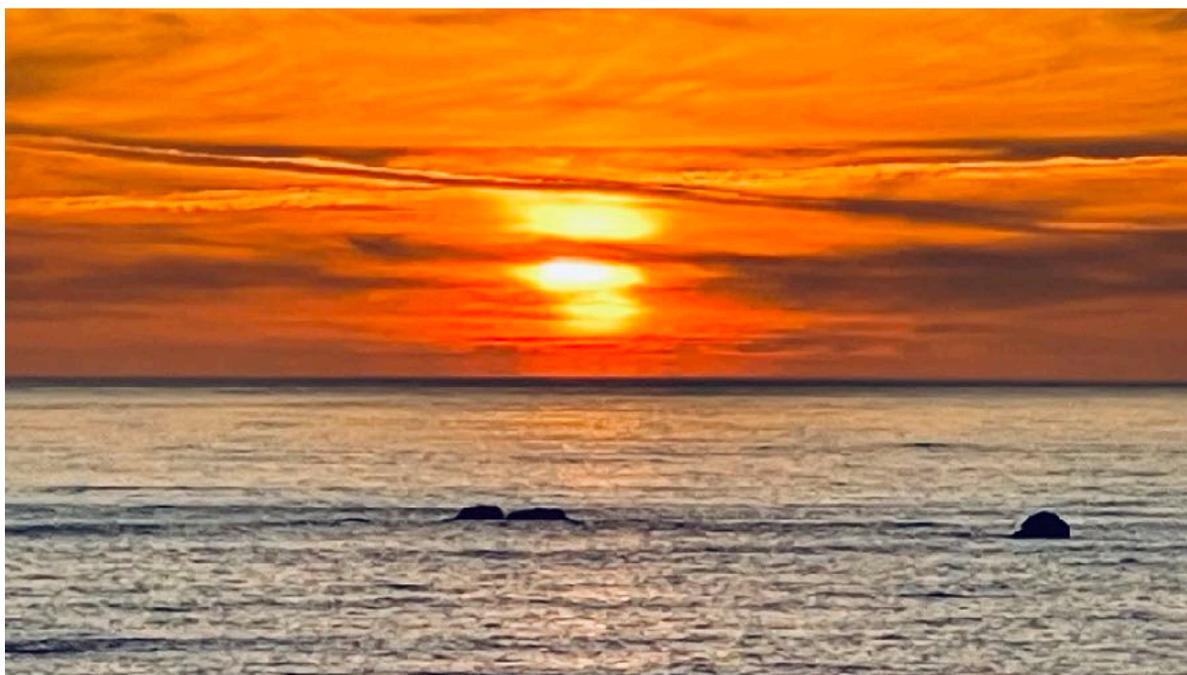
然后是文殊菩萨，象征十方三世所有的佛菩萨的智慧，如果我们没有智慧，尤其是没有超凡的智慧，我们就根本推翻不了人类本身就有的不正确的观点。



如果推翻不了的话，在这些不正确的观念上面，会产生各种各样的烦恼。推翻它，就需要智慧。不可能用烧香来推翻，也不是磕头、修路补桥这种方法来推翻。虽然这些都是非常好的，各种各样的慈善活动，都是佛教徒应该做的，也是六波罗蜜多当中的一种。

但是这些善事谁都可以去做。佛教可以做，外道也可以做，或者根本没有宗教信仰的也可以做。它不能推翻我们的愚昧无知，唯一能够推翻无明的就是智慧。所以，智慧是我们要学的第二个。

第三个怙主就是金刚手菩萨，金刚手菩萨象征十方三世诸佛菩萨的能力。比如说你有智慧、有慈悲心，但如果缺乏能力，实际上也起不了什么作用。这三个不仅仅是佛教需要，任何教育都必须要有这三个。

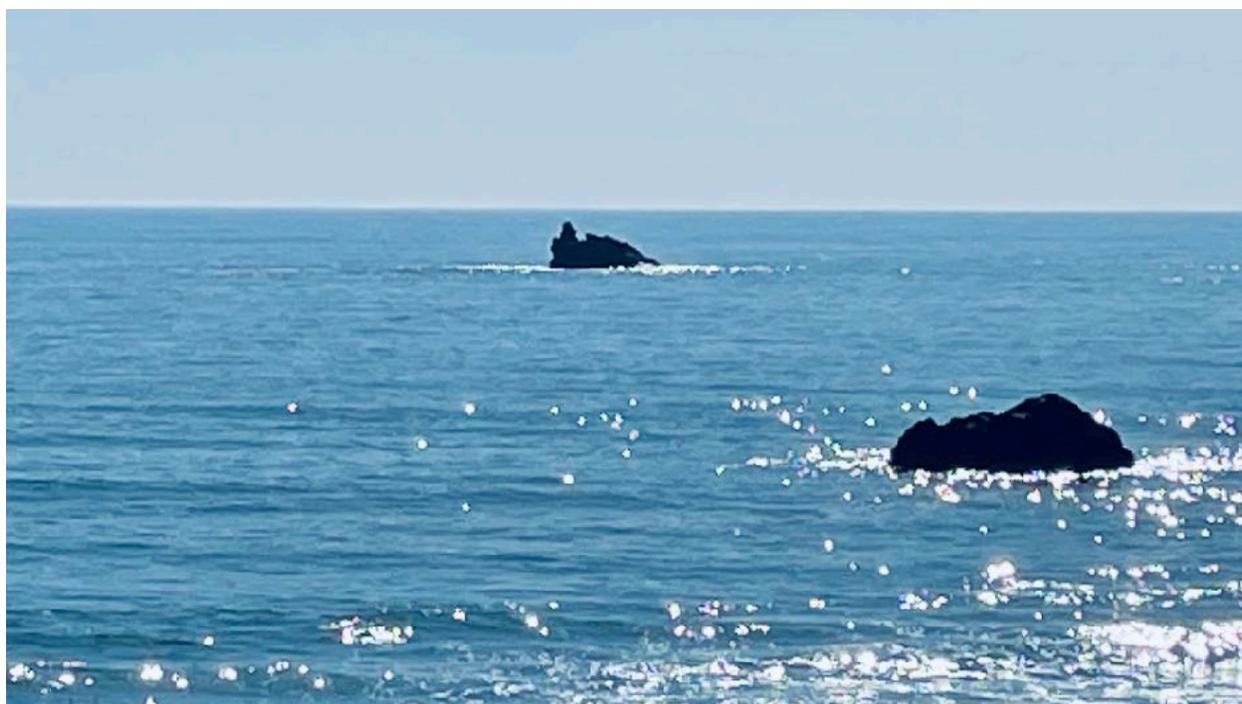


比如说一个系统的教育当中，只有智慧、知识，没有慈悲心和能力，能力就是实际的操作。那么即使知识非常丰富，但没有爱心，什么能力都没有，这

知识有什么用呢？如果没有知识，有慈悲心也是没有用的；这两个都有了，但没有能力，那么也不会起到什么作用。如果有能力，没有智慧、慈悲，那怎么去发挥这个能力呢？能发挥什么作用呢？能用到什么地方呢？也就知道了。

所以佛教就提倡这三个：第一个要学智慧，第二个要学慈悲心，第三个要有能力。光有慈悲心和智慧不行，慈悲心和智慧要怎么样发挥它的作用？比如说我们从身边的父母儿女开始，用我们学到的智慧，来让他们更加地幸福快乐，用我们学到的慈悲心，来让家庭更加地和睦。就需要有这个能力。

我们学了很多知识，学了很多的慈悲心，但实际上要用的时候，连自己的父母儿女、亲人，都没有办法让他们快乐幸福。我们度不了他们，也帮不了他们。因此，怎么样去用慈悲心，怎么样去用智慧，这个就是能力。所以佛教认为这三个非常重要。



事情照样会发生的，并不是我们不想发生就不发生，因为有很多很多复杂的因素，所以，生老病死照样会发生在我们的身上。但是我们的内心因为有慈悲、智慧、能力，所以这个时候，不仅仅能帮助别人，也可以帮助自己。有这个能力，无论是什么样的环境、什么样的生活、什么样的情况下，都可以过一个比较轻松自在的人生。所以一定要学这些。

那怎么学呢？就是我们学佛的人之间相互学习，递相劝勉。第一个我们相互之间劝导、鼓励。比如说过河的时候，没有桥、没有船，那么就可以手拉手过河。因为一个人过河很容易被冲走，但是几个人、十几个人，手拉手过河，完全没问题。

所以，我们要渡过这个轮回的时候，相互劝导、相互鼓励、相互帮助，这是非常非常重要的。一个人不行，需要更多的人相互帮助，才能够渡过生死轮回。



作为初学者，如因特殊梦境而心生恐惧该如何对治

还有一个，昨天也讲过了，现在很多人都有焦虑、孤独，有很多很多精神上的问题。那么这些问题，大多数原因都是来自于没有很好的朋友。这个时候，如果我们有几个相互劝导、相互帮助的师兄，那么大家就有一种归属感。

生老病死，什么样的时候，这些人都能够帮得上忙。死亡的时候，他们都可以帮助，更何况是其他的情况。所以有这么几个好的师兄，就会有安全感、归属感，这些都非常好，也是度众生、利益众生的方法。

我们首先要从自己身边的人开始做起，这特别重要，我们需要有一些实际的行动。如果没有任何行动，说很多很多也没有用，所以大家也要考虑，怎么样去把学到的东西用到自己的日常生活当中去，让自己的家庭更加地和睦，人类更加地幸福平安，在这些方面可以做很多事情。

佛教讲人身难得，并不是说人有多么多么高级，或者是人吃得好、穿得好、用得好，所以难得。根本不是这个意思，是因为人拥有这样的头脑，拥有这样的思考能力，有很多的选择，可以做很多很多的事情。人能做的事情，包括天人都没办法做到。



天人的物质生活比我们好得多，但是他们能做的事情，没有人类那么多，没有人类那么多的选择，所以人身难得。大家相互帮助、相互鼓励，特别重要。达摩祖师有些时候讲得特别高、特别深，但有些时候也讲得也非常地具体，这几点大家一定要记住。

接下来讲今天的内容，“**初发心人，神识总不定**”，“初发心人”，初学者。初学者和非初学者界限是什么？比如说，某一种非常厉害的毒，普通的人服了之后，一定会丧失生命。另外一个人服了，他不靠任何药物，就靠自己修行的力量，这毒对他一点伤害都没有，如果达到这种地步的话，那么这种人就叫作非初学者。还没有到达这种程度之前，都是初学者。

狭义的初学者，就是刚刚学佛的人；还没有达到服毒不死这个境界的人，是广义的初学者。这个地方是指狭义初学者，即刚刚进入佛门的，才学了一年两年这样的人。初学者对佛的信心，自己的出离心、菩提心等等，都不很稳定，任何时候都有可能动摇。

在这个时候，任何一件事情都会影响到他的信仰、他的修行，但如果修行到一定的境界，任何事情都不会再动摇他的信仰、他的智慧。“**若梦中频见异境**”，如果我们梦中频繁梦到一些异常的现象，那这是有意义的。偶尔一两次梦到了一些稀奇古怪的东西，这很正常，没有什么意义。

梦中什么都会出现，但是一些完全一模一样的梦境，一直都出现的话，那这有几个意义，一个是跟他的前世有关系，比如说前世留下来的一些痕迹带到这一世，然后这一世莫名其妙地梦到同样的某一个地方、某一个建筑物，或者是某一件事情，比如说像战争等等。

这样的事情已经很多了，后来也发现，确实是跟上一世的某一件事情有关系。是怎么知道的呢？一个是催眠，另外一个是根据这个人这样的记忆找到了现实中的原因。有一个例子，某个人经常梦到的建筑物，结果是国外一栋非常著名的建筑物。这是科学家去调查之后，发现是真实的事情。

不仅仅只有一个例子，已经有很多很多了。类似于这样的梦，一个是跟过去有关系，另外一个跟未来有关系。比如说有些人是一两年以后死亡，就有些异常的现象提前在梦中出现。

梦平时是没有意义的，如果我们的梦里面经常发生这样的事情，那么刚刚学佛的人就开始产生恐惧。有些师兄说，学佛、打坐以后，家里发生了很多很多不顺利的事情，或者是自己生病等等，是不是跟学佛、打坐或者持咒有关系？所以不敢打坐、不敢学佛了。这就叫作“初发心人，神识总不定”。



如果梦里面出现这种情况，我们怎么办呢？“辄不用疑”，不需要有什么疑问，也不需要有什么执著，也不需要恐惧，什么都不需要。为什么呢？“皆是自心起故”，这都是从自己内心当中产生的，“不从外来”。

任何一个梦都不可能从外面来，都是从内心当中产生的。从内心产生的，为什么就不需要理它呢？前面讲过，内心不就是空性吗？那你修空性就可以了，不要管这么多，这是达摩祖师从空性的角度讲的。

但是我们降一个级别，从世俗生活的角度去看，有些梦确实也是有意义的，也可以做一些调整。不是调整梦，是梦告诉我们未来即将发生的事情，可以做一些准备，这个密法里面有很多种。

这个地方讲，因为你是初学者，做了一些特殊的梦，你有可能害怕或者退失信心，但是达摩祖师说，没关系，因为这些都是从自己内心当中产生的，不管它，你修空性就可以了。然后下面就举了几个例子。



这样的梦是证悟的预兆

达摩祖师说，梦里面有可能发生什么样的事情呢？如果出现这些的话，是什么意思呢？

“若梦见光明出现”，这个光明跟心的本性光明不一样。心的本性光明，因为它本来清净，所以叫作光明，它跟光没有任何关系。这里讲的光明就是光，就是说梦到整个世界都是一片很强烈的光明，“过于日轮”，甚至超过了日光。这是什么意思呢？就是“即余习顿尽”。就是说我们上一世残留的习气，还有剩下的这些烦恼即将断掉了。

这就是一个好的现象，但是也不要执著。如果你去执著，产生了傲慢，立即就变成障碍。如果你不去执著它，那它就是一个预兆。佛教里面有很多经论，可以去学习，然后就可以了解一些特殊意义的梦境。

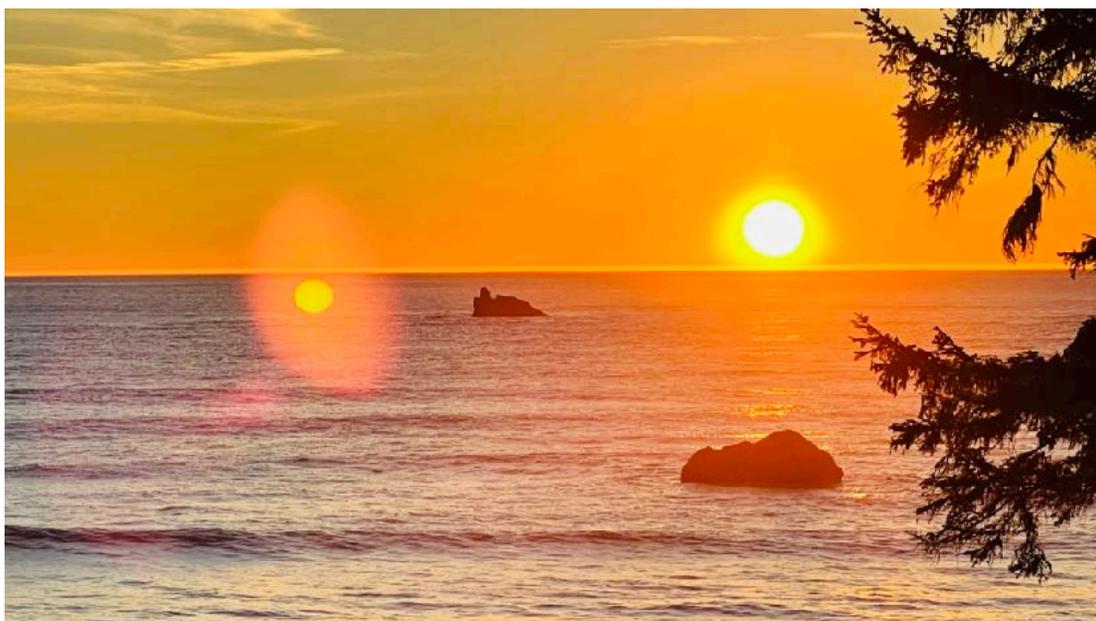
比如说我们修金刚萨埵忏悔的时候，梦到空中有月亮、太阳，这象征我们的罪过清净了。这里也是说，如果我们梦见整个世界都是一片光明，而且强烈得超过了日光，如果经常出现这样子的梦，说明我们余留的烦恼、习气，即将断掉。

“法界性见”，这是我们见到法界或者是证悟的预兆。“若有此事，即是成道之因”，如果有这样的梦，是自己要成道的预兆。“唯自知，不可向人说”，自己知道就可以了，不要天天去炫耀。不要到处去宣传，我做了什么什么样的梦，这样就不对了。

我们各种各样的梦境，不要在乎，也不要给别人讲，如果你不执著，那它会自生自灭的。你自己很执著，又到处去宣传，虽然这个梦本来没有什么意

义的，但是因为自己的执著、心理作用，它会变成障碍，最后一定会让我们生病、不顺利等等。

这里达摩祖师讲得很清楚了。很多师兄经常问一些这样的问题，其实是没有系统地学习佛法，或者是刚刚才学佛。学了以后，这种问题会越来越少。如果还有人问，答案就在这里：不要给别人讲，不执著就可以了。



另外又说“**或静园林中**”，在安静的地方，自己独自一个人在修行。“**行住坐卧**”，这个时候看到什么呢？“**眼见光明**”，不是做梦，是白天看到了光明，“**或大或小，莫与人说**”，看到的光明，有些时候像晚霞一样的一片红或者是黄，有些时候是像大海一样的一片蓝等等。

显宗的佛经有这样的记载，比如说，早上日出之前，东方的天空会有曙光，那么有些时候会看到类似曙光这样的现象。这是什么意思呢？如果是一个修

行比较用功的人，看到这种现象之后，他很快就会证悟。就像有曙光，太阳很快就会出来一样。

但是看到光或者看到了什么，大家不要在乎。全世界70多亿人，大家的人体结构都一样，但细节上有差异，因为每个人的气脉明点不一样。所以有些人比较容易产生各种各样的幻觉，看到这些时，就不要以为我快要证悟了、快要到一地了，不能这样想。

但也不能排除，确实会有这样的光真实地出现，因为佛经讲过，达摩祖师也提到了，白天会有这样的光。“或夜静暗中”，或者是晚上非常安静，没有人的时候，在黑暗当中，也是“行住坐卧”的时候，“眼见光明，与昼无异”在黑暗当中看到了光，跟白天一模一样。



在藏传佛教的密法里面，有一个修法叫作闭黑关，在一间没有任何光的房间修行，差不多二十四小时，眼前就会出现很多像星星一样闪烁的东西，也会出现各种各样的光，类似于彩虹这样的都会出现。这个时候，修行人看到的这些东西仿佛在外面，但实际上都在自己的中脉里面。

好的坏的预兆都不执著，才不会障碍修行

就像各种各样的颜色，我们从生下来到现在都一直认为，我们看到的就是物质世界的颜色，但是科学家告诉我们：不是，这是你自己大脑里面的画面，这个物质世界根本就没有颜色。

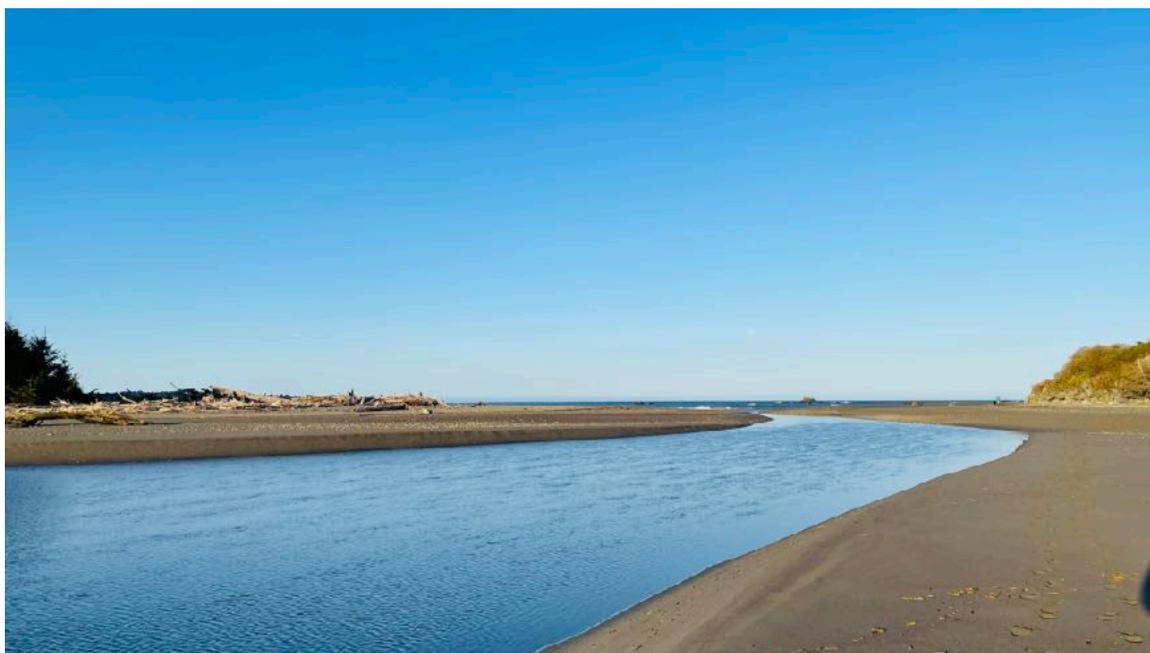
同样，闭黑关的时候，我们所看到的各种各样的、稀奇古怪的这些光，像是外在的，实际上是从内在的中脉里出现的。比如说吸毒的人，他看到的很多很多现象是我们普通人看不到的。不仅仅是毒品，某些植物也会刺激人的神经，吃了之后就出现很多非常稀奇的现象。

那么这些现象，当下完全不知道是错觉，它跟真实的现象一模一样，但其实是不存在的，是因为刺激神经而出现的。同样，我们的观想、气脉明点的修法也可以有这样的效果，完全超过了毒品、植物的力量。



毒品或植物让我们的感官产生这么多的错觉，所以感官没有任何的可信度，它稍微有一点点变化，然后整个世界就变了。所以我们看到的这个世界真相到底是什么，我们根本说不清楚。因此佛教就说，这个世界实际上就是自己内心投影出来的画面，仅此而已，外面并没有这样的世界。

所以，这些现象有些时候还不是证悟的前兆。比如说，有些时候我们打坐身体的姿势不对的话，也可以看到不同的东西。典型的例子就是昨天讲的冈波巴大师，他修行闭关的时候，因为身体姿势的原因，就看到很多奇怪的现象，然后他去问上师米拉日巴大师。



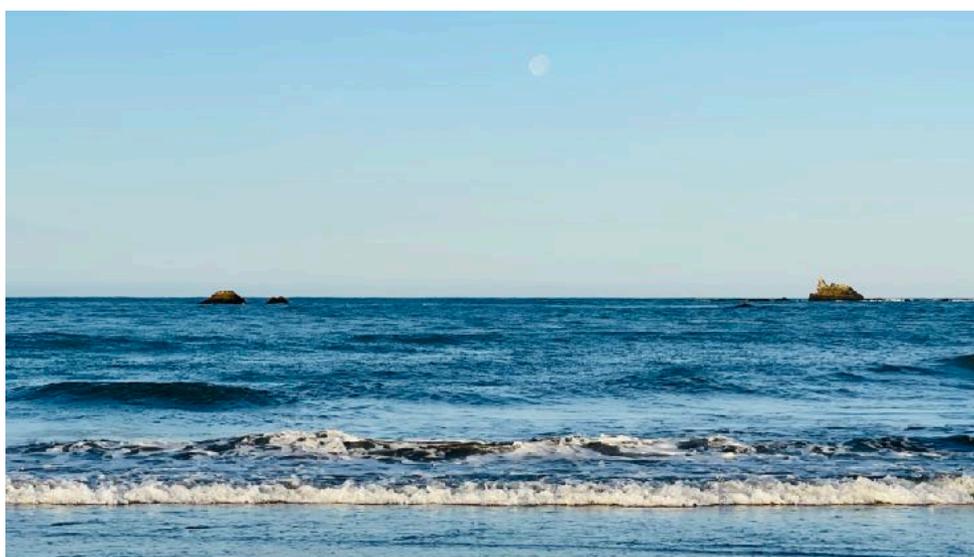
冈波巴大师修行时，有一个修行的带子，缠在肩膀上面、直到膝盖下面。米拉日巴大师就说，这个带子太紧了，影响到你的身体姿势，然后就影响到你的气脉，所以你就看到了这些东西，你松一下这带子，就什么都没有了。

所以，我们经常说什么鬼神，实际上根本就不是鬼神。当然也不排除鬼是真实存在的另外一种生命，但是我们平时讲的、尤其是民间讲的，很多现象根本就不是鬼，绝大多数是自己的错觉。

所以，这一类的错觉出来的时候，第一，你不要恐惧；第二，你不要对它各种各样的猜测；第三，对稍微好一点的、吉利一点的现象，你不要有欢喜和执著。不理它，它就会自生自灭的，这就是唯一的、最好的解决方法。

所以，“**不得怪**”，这个时候不要觉得这个很奇怪，为什么呢？“**并是自心欲明显**”，这个光明是自己心的本性即将要出现了。意思是证悟的预兆，就像日出之前的曙光一样。不要在乎、不要执著，也不要认为这个很奇怪。

然后“**或夜梦中**”，这是在梦中，不是现实生活。“**见星月分明**”，梦到星空，非常清楚梦到了月亮、星星。那么这也是“**亦自心诸缘欲息**”。就是说我们很多内在的烦恼、业障息灭。比如说因为我们修行、忏悔的原因，过去的杀盗淫妄就开始息灭了，所以就出现这样的预兆。但是，如果执著的话，虽然是好的预兆，又会变成修行的障碍。



“亦不得向人说”，这些都是好的现象，所以我们就比较喜欢宣扬，有些时候控制不住自己，明明知道不能说，但就想给别人透露一下、要炫耀一下。

另外一个，“梦若昏昏，犹如阴暗中行”，就像在黑暗中走路一样，一片黑暗。这样的现象是什么意思呢？这是说“亦是自心烦恼障重”，这也是自心的现象，但是它就没有前面这样乐观，是表示我们的烦恼业障比较重。

“亦可自知”，自己知道自己烦恼重就可以了，也不要给别人说了，别人也不会给你承担什么，别人也帮不上什么忙，所以也没有必要说。但如果想说的话，前面好的现象就不要说，后面的这个你可以说。

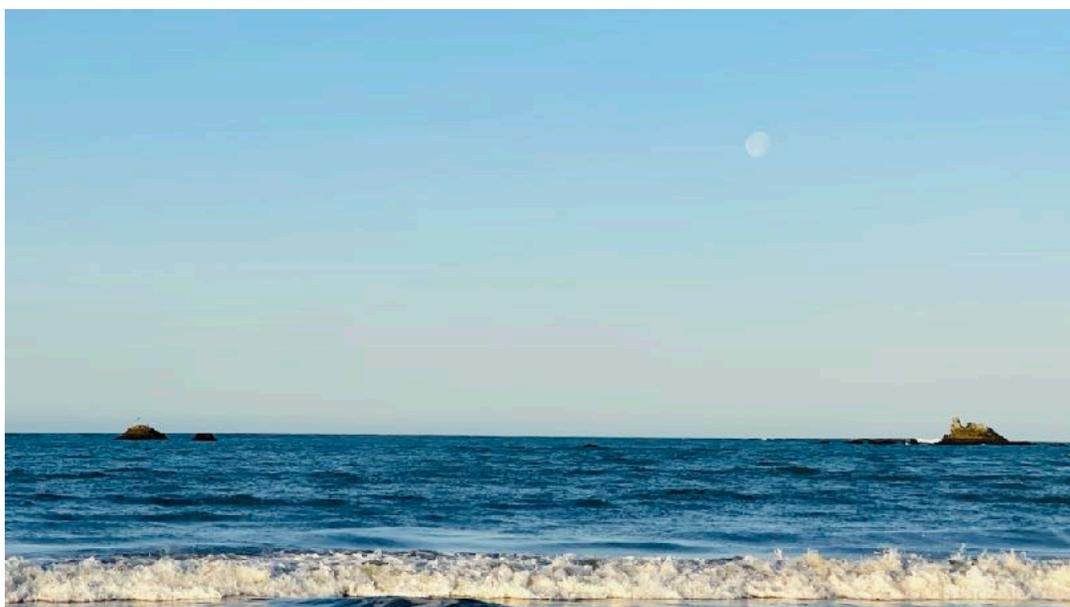


对一个修行人来说，这以上非常重要。不修行时，绝大多数的人看到的就是这个现实的世界，除此以外什么都看不到。有些人经常看到一些很玄的东西，比如说所谓的鬼神，或者是自己的错觉。

但是如果修行的话，不管是什么样的人修了以后，开始关注自己内心的时候，因为内心开始有变化、调整，那它就会有反应，我们就会看到光、看到佛菩萨。有些时候就像冈波巴大师一样看到地狱等等。不管是看到天堂也好、地狱也好，什么都不要在乎，知道这些是自己的内心或者是气脉明点变化的原因。

如果我们修密宗的气脉明点修法，更容易出现这些现象。也有可能是自己打坐的时候，自己心态的调整就发生了这些事情。实际上什么都不是，就像我们不会把梦当一回事，不要去理它。这样以后，好的、不好的幻觉都不会影响我们的修行，也不会影响我们的日常生活，什么都不影响。

如果执著了以后，就会影响到修行，甚至会影响到身体的健康等等，所以不要理睬这些，这特别重要

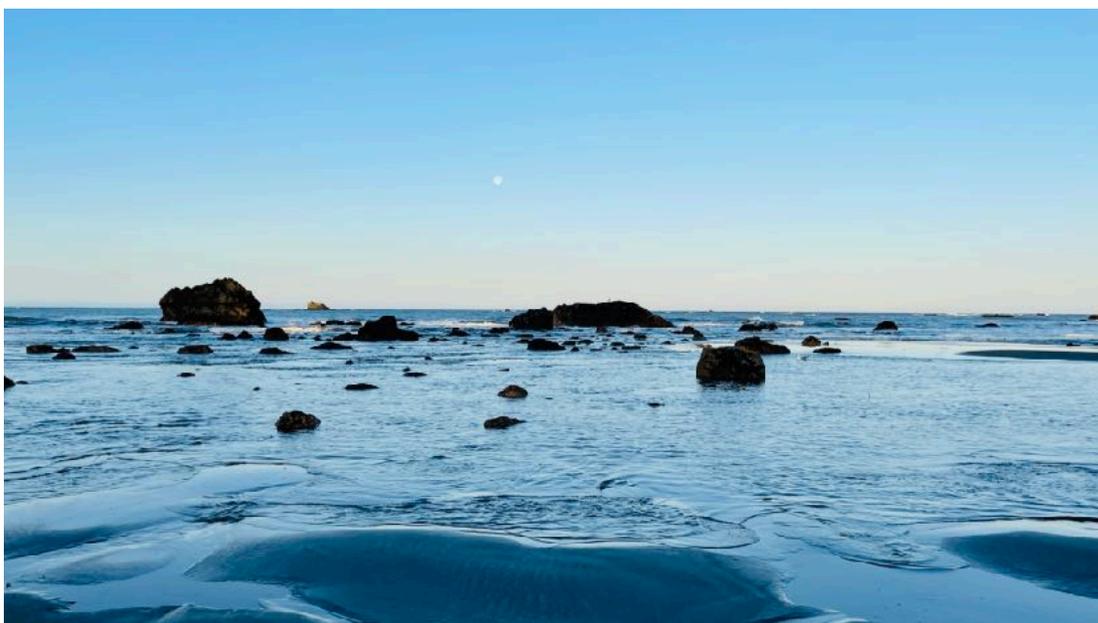


三地菩萨尚需听闻佛法，更何况我们？

我们平时打坐的时候，很容易看到这些，也许有些人就看不到，因为也不是每一个人都能看到。刚才讲了，人的结构大致上都是一样的，但是有些人，比如说感官的细节，或者是前世带来的一些习气，有些人意识非常敏感，他就会接触到其他维度的一些生命或者什么。

没有那么敏感的人，看到就是正常的世界。比如说，大家都看到了鬼神的地方，他什么都看不到。有些人根本就不是因为修行，从来都没有修过，他是一个非常普通的人，但是他有非常敏感的直觉，这跟空性没有关系。他知道未来即将发生的一些事情，这是人的心灵的一种正常反应，也不要觉得奇怪。

达摩祖师也讲过，你不要以为这个很奇怪，这是正常的。有些人觉得不正常，因为他没有这样的体验。但是对有些人来说，这就是正常的。这些是我们日常生活当中可以遇到的事情，是存在的，都是正常现象。你不要去理它，它就对你没有什么影响。



接下来又开始讲，如果不证悟的话，佛经都没有用。“若见本性，不用读经、念佛，广学多知无益”，《坛经》当中，六祖大师说一定要广学多闻，那这里又讲广学多闻没有用。看起来似乎很矛盾，但实际上并不矛盾，为什么呢？

《坛经》讲如果我们有足够的知识，对佛经有一定的了解，虽然这些知识不能让我们直接证悟，但有间接的帮助。因为对空性至少有所理解，有理论上的认知，我们的一些非常粗大的执著，通过这个理论就已经被推翻了，所以这是有帮助的；但是，如果不证悟的话，那理论也没有办法告诉我们最后是什么。

因此，不同的角度有不同的结论。有些时候就说，应该多学习，广学多闻是有用的；有些时候从另外一个角度讲，这些一点都没有用，不要去学，要去看心。

广学多闻有没有用？有用。我们还没有证悟的时候，通过这些理论能解决一些非常粗大的烦恼，能纠正我们的一些错误理解，这也是很好的，它有这样的作用。在这个基础上，我们进一步地去打坐，或者深入地去分析的时候，我们会有更深层次的理解和智慧，因此《坛经》中说有用。



哪些地方没有用呢？我们见到了本性、开悟了以后，就不需要这些了。但是大家不能理解偏了。为什么呢？因为三地菩萨为了听闻佛法，还要越过整个大千世界，到其他的佛面前听法。这就是说三地菩萨都要学习，虽然菩萨已经证悟了，但还没有到达最高的境界，还有提升的空间，怎么去提升呢？他也要去学习这个方法。

佛经有这样的记载，东方的佛去西方的佛面前听法，或者是某个刹土的佛去另一个刹土的佛面前听法。当然，这些是佛的一种示现，因为佛已经到达了最高的境界，没有提升的空间，也不需要提升，所以佛也不需要去学提升的方法。



其余的菩萨，包括十地菩萨、九地菩萨、八地菩萨都要学习。所以我们千万不要简单地理解，证悟了以后就不需要学了，这些佛经都没有用了，那这是错误的理解。上一次达摩祖师也讲过了，我们学了一两本佛经以后，就以为我们理解了整个佛法，根本没有。

佛经是需要用其他的佛经来解释的，很多都是这样。如果只懂一两本书，然后按照这个意思去讲的话，很有可能是错的，所以我们需要全方位地去了解。现在我们每个人都这么忙，人生又这么短暂，哪有时间去全方位地了解呢？

但我们可以直接学龙树菩萨、无著菩萨的论典，他们学完了全部佛经、八万四千法门，然后再把精华汇集在一起。比如说整部《般若经》的内容就是中观，中观就不多，不到二十多页，就把整个般若的意思讲完了。

这些大德们就有这样的智慧，他们学完了所有的佛经，最后把这些精华汇集在一起，这就叫作论。我们学论是非常有必要的，因为佛经太多了，有些时候佛的表达方法也是话中有话，我们很多时候都无法理解。



八地菩萨都要福慧双修，更何况我们？

“若见本性，不用读经”，怎么理解呢？如果我们证悟了，我们放下这个证悟的境界，就搁置，不去修行，然后就去读经。达摩祖师觉得这是没有必要的，你应该修所证悟的空性，比读经好得多。

比如说，有一个小时的时间，其中大部分的时间我不去打坐、不去修空性，就去读经、念佛，达摩祖师就觉得这没有必要的，是错误的。这个时候你就不需要读经了，你在打坐当中修空性，这里面就包含了读经、念佛。

我们不要理解为证悟了以后，从此以后我们都不读经、念佛了，不是这样。证悟了以后我们照样地要念佛、读经。但是，如果修空性和念佛只能选一个的话，那就修空性，不念佛，是这样的意思。

“广学多识无益”，这也是一样。比如说，只有两个小时的时间，对一个证悟的人来说，应该是修证悟的空性，还是去闻思学习呢？当然是修证悟的空性，不要去学这些知识。本来就只有两个小时，分一部分或者是大部分的时间去学习知识，这个不划算，在打坐当中已经包含了这些。所以，达摩祖师这一类的话，全部要这样理解。

十方的诸佛菩萨，弹指把八地菩萨从禅定当中唤醒，不让他打坐，为什么呢？因为除了打坐以外，八地菩萨还有一些没有完成的事情，像积累福报之类的事。不能长时间停留在这个境界中，因为不能走极端，既要修空性，也要积累福报。

如果只要修空性，什么都不需要，为什么不让八地菩萨一直修空性呢？八地菩萨可以长时间地停留在空性中，但是他的能力还不像佛这样，他的福报还没有圆满，所以他还得去圆满自己的福报，福慧双修才能够成佛。

我们也不要以为禅宗不需要念佛、不需要拜佛，不供水、不供花，做这些都没有用，那这种理解绝对是错的。八地菩萨都要福慧双修，更何况我们呢？



我们现在是什么样的境界，不能弄错了。有些问题我们理解错了，不一定对我们的实际修行有什么影响，但类似于这样的问题，我们弄错了以后，对我们的修行就有影响。所以大家一定要记住了。

“神识转昏”，学多了以后，学杂了以后，最后越学越昏，找不到方向。这是为什么呢？因为本来可以停留在胜义谛中，现在就回到世俗当中，学了许多的知识、理论，这样以后就更乱。

“设教只为标心”，佛陀设计很多很多的教法，讲了很多很多的佛经，比如说佛转了三次法轮，那么这些是为了什么呢？就为了一个目标——标心。标心是什么呢？就是表明我们心的本性。

“若识心，何用看教”？如果我们已经达到了目标，为什么还要去看这些文字呢？文字的内容我们已经体会到了，体会到了以后，还看文字就没有用了。比如说我们从来没有吃过蜂蜜，那可以看看书上讲的、可以查字典，了解蜂蜜的味道是什么。但如果我吃过了蜂蜜，我还要去查字典吗？没有必要了。达摩祖师的意思就是这样。

但是我们还没有尝到的时候，比如说，各种各样的神通，不可思议的禅定力量，我们都没有尝试过，所以还要进一步地学习、进一步地提升自己。不能走极端，证悟很重要，这些也是很需要的。

“若从凡入圣”，如果我们从凡夫开始去修行，最后进入到圣者的境界，也就是从没有开悟到开悟，在这个过程中，我们要完成的是什么？“即须息业养神”，“养”是培养；“神”是我们的意识、心。首先，要息灭各种各样的罪业，也就是要忏悔清净；然后要培养心。培养什么心呢？当然是培养出离心、菩提心了。

“息业”怎么样息灭？五加行中的金刚萨埵的修法不就是息业吗？忏悔罪过的。“养神”培养出离心、菩提心。所以我们修四加行就是培养出离心，五加行的皈依就是培养皈依心，五加行的发菩提心就是培养菩提心。



凡夫的证悟

四加行和五加行，禅宗不会讲这样的词，但实际上达摩祖师已经讲得很清楚了。我们从没有证悟到证悟的过程中，要完成什么样的工作呢？首先是息业，忏悔自己的罪业，怎么样去息业呢？没有讲方法，当然有很多很多的方法可以息业，最殊胜的就是金刚萨埵的修法——念百字明。

养神，也没有具体地讲怎么样去培养，但结果也就是皈依心、出离心、菩提心这些。如果你想从凡入圣，那就要做这些。禅宗没有讲方法，但实际上四加行和五加行就是息业养神的方法，所以我们要修四加行、修五加行，这跟禅宗不但不矛盾，而且是互补的。



尤其我们普通人的根机，不像惠能大师这么高，我们修禅就必须要有息业养神。所以，四加行和五加行非常重要，没有这些，基本上我们没有办法开悟的。为什么呢？因为禅宗的开悟是一个顶尖的境界，所以，对应的修法非常

殊胜。但是，因为我们的距离相差太远太远了，我们一直跟不上。那这个时候，我们就要通过息业养神来把距离缩短，才能跟得上，这样才能证悟。

“随分过日”，佛教徒过日子要随缘。自己有福报，有庞大的物质财富，能过很好的生活，这也是随缘；自己很贫穷，就过比较稍微简单一点的生活。如果让我们去过艰苦的生活，吃不饱、穿不暖，很多人没办法做到的。

比如说，本来有很好的条件，然后觉得佛教徒不应该过这样的生活，应该过艰苦的生活，刻意地这样去做，这也是一种执著。《慧灯之光》有一篇文章叫作《佛教徒的生活模式》，就讲佛教徒的生活应不堕两边：刻意地去过非常奢侈的生活，或者刻意地过艰苦的生活，当苦行僧，这两种生活方式都是不需要的。

随缘，是有什么样的条件就过什么样的生活。条件决定自己的生活，这叫作随缘。佛经也讲到，比如说，一栋楼里面有五百间房子，全部是你的，你一个人可以用吗？你一个人可以用。不仅仅是在家人可以用，如果你是出家人，有这么大的房子，你也可以用。

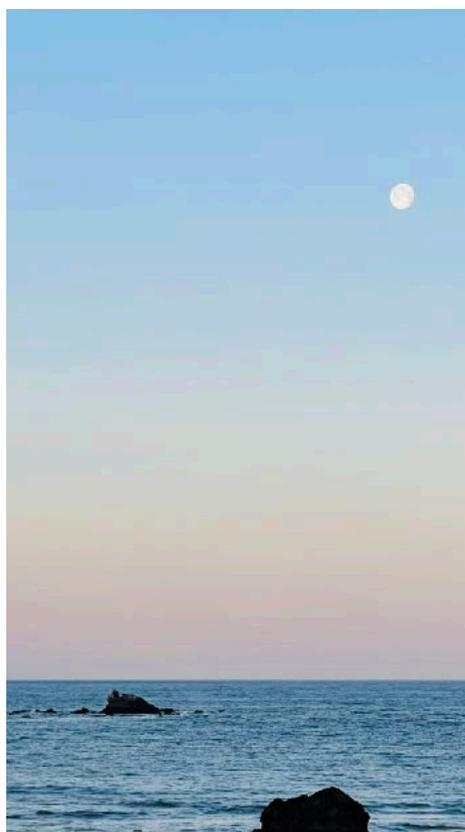
如果你觉得这个房子太奢侈，我不应该用，我一定要刻意地换一个很小的房子去住。佛就说这是不需要的。如果你不需要花太多的时间，本身就有这样的条件，那你可以用五百间房子。有些房间你可以打坐，有些房间你可以背书，有些房间你可以写书，有些房间你可以做其他的……但是你一定全部都要用上，不然就浪费了，浪费就不对。

比如说，价值一万美金昂贵的衣服，不仅仅在家人可以穿，出家人也完全可以穿，没有问题。佛就说，本来就有这个条件，却刻意地要去做苦行僧，这

也是执著。如果你非常贫穷的话，那你也不要因为人家都过得特别好，就我一个人很贫穷，所以我一定要拼命赚钱，也不能这样。

人的生活有很多不同的方式。你可以选择你的方式，因为你的条件就是这样，你就要接受。也没有要求你不吃不穿暖，过简单一点，这也是一种生活方式，也不会差到哪里去。在这个基础上，你可以做更多自己喜欢的事情，说不定这样更好一些。所以，这种生活的方式就叫作“随分过日”，随着因缘，根据自己的条件过日子，不要太多地去强求，不要攀比。

“若多嗔恚”，如果我们天天都有太多太多的抱怨，比如说发现自己的生活没有别人好，就开始有太多太多的抱怨，抱怨社会、抱怨父母、抱怨同事的话，最后就是**“令性转与道相违”**。你的性格因为经常这样抱怨，逐步逐步地衰退，最后就跟佛法相违背。你天天抱怨，这样怎么去修行？尤其是没办法修大乘佛法了，所以尽量不要有那么多的抱怨。



“自赚无益”，就是说欺骗自己是没有用的，“圣人于生死中，自在出没”，一地以上的菩萨就叫作圣人。比如说，我们证悟了大圆满、证悟了禅宗的境界，是不是圣人呢？不一定。证悟的境界不一样、层次不一样。证悟有很多级别，如果级别稍微高一点，达到了一地菩萨的境界，那这个证悟就是圣人。

如果境界还没有那么高，虽然证悟了，仍然是凡夫。有证悟的凡夫吗？有，凡夫的证悟叫作初步证悟。那凡夫的证悟有什么用呢？在凡夫的境界上，稍微用功修行的话，也完全可以控制自己的各种各样的烦恼，比如说愤怒、焦

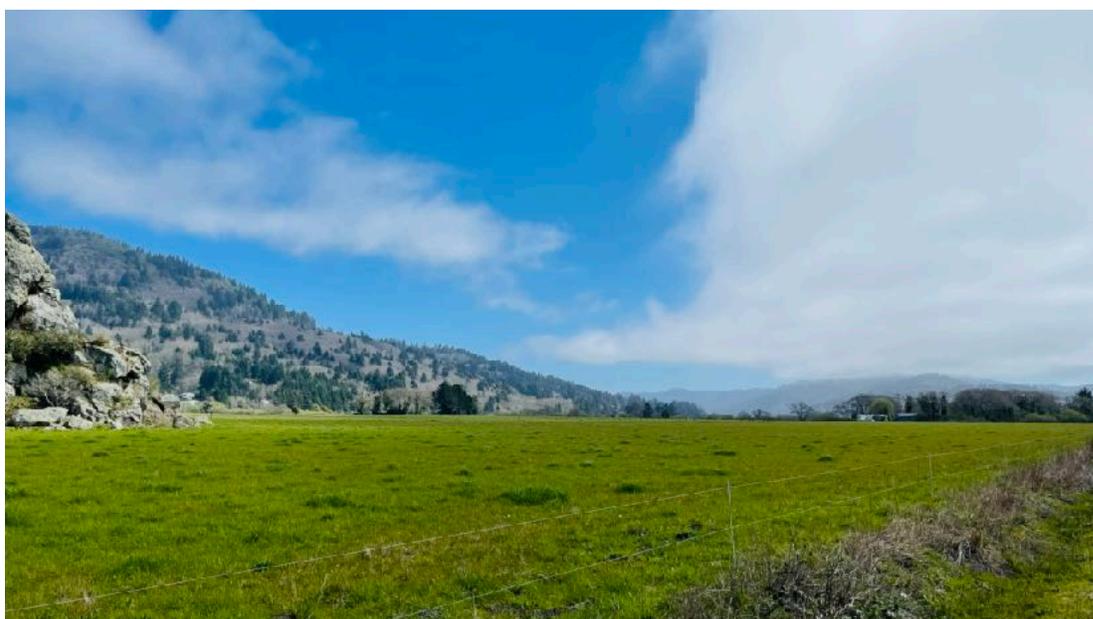


虑、抑郁等等。逐步逐步也可以控制身体的感受，比如说生病的时候没有疼痛、难受的感觉。

通过修行的力量，控制了肉体的感觉，但是这个需要一点点功夫，没有那么容易，心理上的痛苦比较容易解决。所以，凡夫的证悟也有很多很多的作用，非常好。虽然还不是圣人，但也是非常有意义的。

我们的业力决定了佛陀是否出现，以什么方式出现

“圣人于生死中，自在出没”，我们可以这样理解，普通人的生和死谁来决定呢？我们有没有在生死中自在出没的自由呢？我们没有。为什么呢？因为我们还没有这个境界和能力，所以我们的生和死，死后投生到什么地方，还是以我们的业力决定。



不想投生到什么地方，想投生到什么地方，我们没有这个选择权。我们初步证悟时，有了一定的修行，虽然还不是圣者，还是凡夫，但是这个时候就不全部是业力来决定，通过我们的愿力就可以决定。比如说发愿往生西方极乐世界，或者是发愿下一世投生到非洲。投生到非洲干嘛呢？想帮助更多的人；或者投生到中东，也就是帮助更多的人等等。

他可以这样发愿，他的这个愿力就决定自己下一次去哪里。到了一地的时候，业力的限制不存在了，完全是他的愿力。他想投生到什么地方，发愿就可以到那个地方。所以菩萨一般都不会投生到无色界，因为无色界的众生相互之间看不见，也没有办法沟通，菩萨也帮助不了他们。

菩萨绝大多数都是来到欲界，欲界就是我们这个世界。我们这个世界当中，既有痛苦也有一点点幸福，人与人之间可以沟通，所以想帮助别人，条件都是非常的成熟。三地以上的菩萨，完全是禅定的力量，这个时候不需要发愿，通过自己的禅定想投生到哪儿就投生到哪儿。

佛是完全自在的，佛也没有真实的投生。佛为了度一切众生，想化现什么样子就化现什么样子。佛的唯一突破不了的，不是佛自己的业力，是我们的业力。

比如说，释迦牟尼佛圆寂了两千五百多年了，这两千五百多年之间，为什么佛不回来了呢？为什么再也没有出现这样的佛呢？因为是我们的业力决定了能不能出现这样的佛。所以，佛也不能想来的时候就来。当我们的根机成熟的时候，佛就会出现。所以，“圣人于生死中，自在出没”，是这个意思。

“**隐显不定**”，两千五百多年前，释迦牟尼佛以佛的身份来度众生，这是明显的方式来度众生。隐是什么呢？佛以比较隐蔽的方式，以普通人的身份，比如说是基督教徒、伊斯兰教徒、清洁工，甚至是屠宰场的员工，或者是性工

作者等等，这种方式叫作隐。因为佛自在了，想显就显，想隐就隐；该显的时候显，该隐的时候隐。所以隐显不定。



“一切业拘他不得”，佛本来就没有业了，所以业不能控制佛。如果说控制的话，是我们的业决定佛的出不出现，除此以外，佛自己没有这样的业。“圣人破邪魔”，所有的邪魔都已经破了。

“一切众生但见本性，余习顿灭”，一切众生只要见到了本性，剩下的业力或者是习气，瞬间就会毁灭。“神识不昧”，这个时候圣者的神识永远都是清醒的。他没有无明，他是证悟者，不像众生一样愚昧。

“须是直下便会”，这是当下证悟才能够这样。“只在如今”，如果我们要直下便会，就是当下要证悟的话，那我们应该怎么做呢？“欲真会道”，如果想真正领会或者是证悟这个道，“莫执一切法”。对任何事物不能有执著，如果有执著，就没办法证悟。

实际上，没有执著和证悟是有因果关系的。是先没有执著然后再证悟？还是先证悟再没有执著？当然是先证悟再没有执著。证悟了以后，我们才能够不执著，并不是说我们不执著以后，才能够证悟。



字面上看，要证悟，你先要不执著；你不执著就证悟了。其实不是，我如果在证悟之能够不执著的话，那我为什么还要证悟呢？我没有必要证悟呀。但是，它只是一个表达的方式而已。实际上是先证悟，最后不执著。意思就是说，如果我们要做到当下证悟的话，那就是不能执著一切法。

“息业养神”这个前面讲过了。“余习亦尽”，这个时候我们剩下下来的这些习气，全部可以断掉。比如说一地菩萨虽然断掉了很多很多烦恼，但他还有很多的烦恼。二地菩萨、三地菩萨……九地到十地，每一个层面上，菩萨证悟了新的境界，就断掉了新的烦恼。

我们把整个烦恼分成十个阶段，证悟的过程分了十个级别，然后每上一个台阶，就发现了新的境界，每发现一个新的境界，就断一分烦恼。所以断除烦恼不是顿时的，虽然说顿时，实际上要逐步逐步地完成。



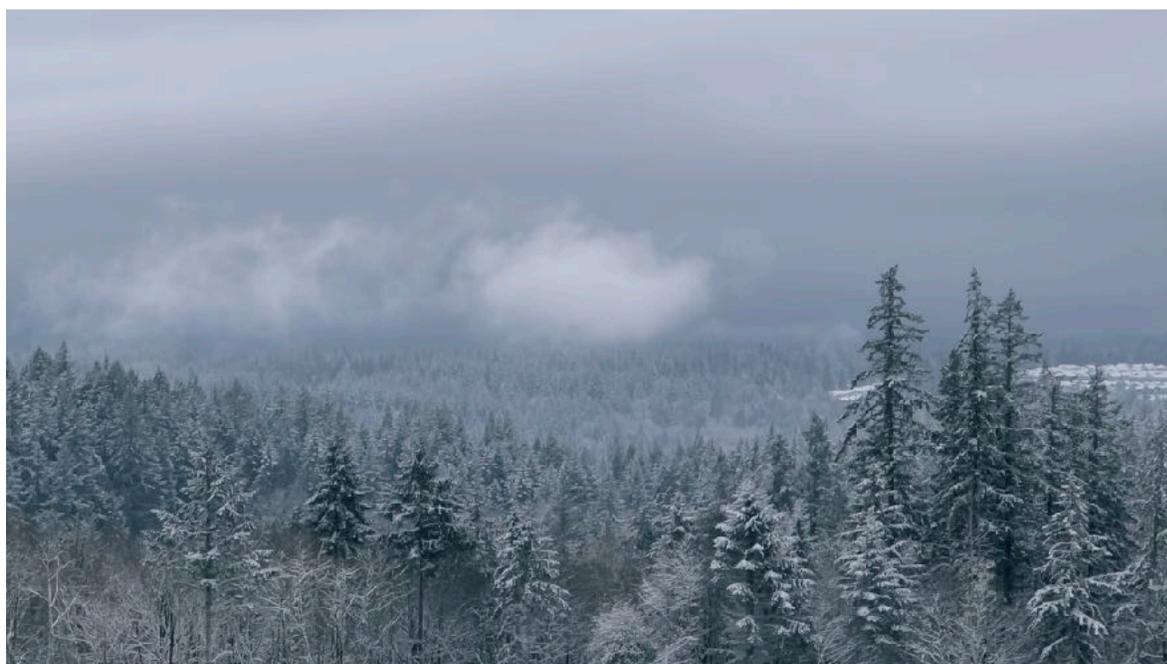
你学佛用功用对了么？

“自然明白，不假用功”，“不假用功”就是说不需要靠用功。这个地方应该这样理解，断除烦恼不是靠用功，是靠证悟。如果没有证悟，再用功都没有用。证悟了，不用功，证悟的当下烦恼就断掉了。比如说，黑暗的房间，灯一开，光明一来，黑暗自然就不存在了，还需要用功去铲除黑暗吗？不需要的。光明的诞生和黑暗的消失是同时的。

“外道不会佛意”，这个“外道”不是佛教以外的外道，是指没有证悟的人。这些人没有证悟，不懂得佛在讲什么，不懂得佛的真正意义，所以他们特别喜欢用功。不论四加行、五加行，这个五十万，那个十万……如果心外觅佛，从达摩祖师来看这些都是外道的做法。

“用功最多”，我们要这样理解，比如说我们为了证悟去用功，当然没问题。达摩祖师的意思是说，他们不知道佛在自己的心里，他们就往外去找佛，特别特别拼命地往外找，那这种拼命是徒劳的。比如说，修四加行、五加行是为了获得心中的佛，这是没有错的，达摩祖师不会否定这样的用功。

心外觅佛的这些外道，就不懂佛意。佛意是什么呢？佛意就是心中有佛。外道所有的用功都是往外找佛，但是这种用功是走错了路，方向错了。“违背圣意”，这种用功违背了佛的意思。真正的佛意就是往里寻找佛。所以，往外觅佛，再下功夫、再精进都没有用。



然后又开始说了，“终日驱驱念佛、转经”，达摩祖师特别瞧不起念佛、转经。所以，达摩祖师刚刚到中国的时候，和梁武帝难怪一句话都没办法沟通。达摩祖师经常讲这样的话，不仅仅是梁武帝，当时佛教界的很多人肯定也受不了。但是达摩祖师的话，实际上是真实的，他讲得很直接，所以其他人不能理解。

“终日驱驱念佛、转经”，每个人手里还拿一个转经筒摇摇摇，在达摩祖师前面去摇这个，他肯定会批评的，肯定会说这是外道。“昏于神性，不免轮回”。“神性”就是我们的心。你到外面去找佛，为了得到一个外在的佛，你又念佛又转经，实际上是自己把自己弄糊涂了。

“佛是闲人”，该做的事情已经做了、该证悟的证悟了、该断掉的烦恼都断掉了，所以佛是闲人、无学之人。“何用驱驱广求名利，后时何用”？如果求名利那当然不对了。“后时”是走了以后。走到哪里呢？走到下一世的时候，这些拼命求到的名和利，有何用呢？没有用。

“但不见性人”，没有见到我们心的本性，就是没有证悟的人。“读经、念佛、长学精进”，长期学习，特别特别精进，把五部大论全都学完了。然后“六时行道”，白天分三段，晚上分三段，过去的说法叫作六时。六时行道都没有用。

“长坐不卧”，根本不睡觉，一直打坐，但是你也仍然是外道。“广学多闻，以为佛法”，以为这个就是佛法了，“此等众生，尽是谤佛法人”，这种众生他不仅仅不是学佛的人，还都是诽谤佛法的人。你那么用功、那么精进，长期念佛连晚上都不睡觉，还广学多闻，你以为你是学佛的人吗？你就是谤佛的人。

达摩祖师很大胆，有可能那个时候也是这样对皇帝说“你是外道”，那这麻烦可大了。达摩祖师唯一的意思，你要证悟自己心的本性。证悟的时候，就安住在这个境界当中，所有的六波罗蜜多都包含在这个当中了。

不仅仅达摩祖师这样说，绝大多数的般若经都是这样讲的，最后证悟的时候，证悟境界当中包含了六波罗蜜多。我们还没有证悟的时候，就需要努力，全面地用功，最后才能证悟。



证悟的智慧既是戒、又是定、也是慧

达摩祖师为什么说，你不仅仅不是学佛的人，你是谤佛法的人呢？因为你做的这些事情，都不是佛法。那佛法是什么呢？佛法分为教法和证法，教法是语言文字，昨天已经说得很多了，语言文字根本不算是佛法；戒定慧是证法。实际上，戒定慧这三个都是证悟的智慧，证悟的智慧就是戒、就是定、就是慧。

证悟的智慧中，没有什么经可以念，没有佛可以念，没有经可以转，没有任何的执著。你现在念佛转经，都是有执著的，是在向外求佛。你如果说这是佛法，那么你就是诽谤了佛法；佛法不是这些，佛法是没有执著的，佛法是往内求，你这是往外寻找，所以你这是谤法。

比如说，禅宗跟净土宗，有些时候也有一点点分歧。但是像虚云大师他们既念佛又修禅，这叫作净禅双修。那为什么有分歧呢？因为达摩祖师这样讲了后，所以有些人就觉得念佛、转经等等都没有用，修禅的人就不要去做这些，其实这是个人的理解上有问题。

实际上这两个法是不矛盾的，你既可以去念佛，又可以去打坐。甚至你完全可以进入禅定的境界当中，然后在这个境界当中如如不动，同时你就可以念阿弥陀佛，这就是一心不乱、一尘不染的念佛方法，也是一个非常高级的念佛方法，同时它也是禅。



一个人可以同时修净土，也可以同时修禅宗，这两个完全不矛盾。不但不矛盾，而且这样更好。如果你在禅方面没有太多的成就，那你可以往生西方极乐世界；如果你禅方面有很高的境界，那念佛也不会有什么影响，念佛对自己更有帮助，可以提高自己的境界。所以净和禅完全可以结合的、可以双修的。

这样净禅双修的话，不但不矛盾，还非常有意义。那么达摩祖师为什么这样讲呢？因为达摩祖师的这种法门叫作无作法，无作法是什么都不做的法，也叫顿教或顿悟。在当时的汉传佛教里面，这是一个非常特别的方法。

达摩祖师自己也说了，他来东土的主要目的就是为了传播这个顿教。为了强调顿教的法门，很多时候他说得比较激烈，实际上他也知道，跟其他宗派都是不矛盾的，但是因为他要推广一个非常了不起的法，所以他一定要用一些与众不同的语言，必须要对这些人有很大的震撼，这样以后，让他们重新思考，去听达摩祖师的法。



否则的话，达摩祖师就用普通平淡的语言去讲，大家都觉得，这些我们都知道了，几百年以前就有了，没有什么新鲜的东西。这样的话，大家也就不重视。所以我个人的理解，达摩祖师为了传播顿教的法门，所以用了比较重的语言。

当时达摩祖师也没有给梁武帝一点面子，直接说他没有功德。从皇帝开始，推广顿悟的法门，让大家重视，所以达摩祖师的语言都是比较重的。实际上，达摩祖师也讲，还是不敢超越因果，也没有办法超越因果，要遵循因果规律的。

所以，这些法都是不矛盾的，只要我们自己的理解没有错的话，怎么样表达都没关系。达摩祖师有些时候说得重一点，有些时候说得轻一点，都是看当时听众的根机，来决定他用什么样的语言，实际上说的都是同一个意思，这样理解就可以了。

好，我们今天就讲到这儿了。



达摩血脉论八

无论什么法门，最后都要证悟空性

我们每一次听课、打坐，包括烧香拜佛，任何时候都一定要发菩提心。没有菩提心的话，闻思修行、还有很多很多的善法都不是大乘佛法，是小乘佛法或者是人天佛法，所以大家一定要发菩提心。

今天继续学习《血脉论》。《血脉论》非常非常深奥，怎么去证悟禅宗所讲的这些境界？大圆满有很多很多的方法能证悟这个境界，其中最最关键的，就是修四加行和五加行。并且修行的质量一定要达标，才能够证悟。这个非常重要。



《血脉论》当中讲“前佛后佛，只言见性”。过去的佛、现在的佛和未来的佛，他们会讲很多很多的法，对不同的众生，讲不同的法。但是有一个法，他们一定会反反复复地讲。是什么呢？就是般若空性。

不是说众生的根机不一样，所以就有很多很多的法门吗？为什么所有的佛都要讲同一个法呢？众生的根机不一样，要让所有众生逐步得到引导，需要有很多的法门，但是最终解脱的唯一必经之路，就是证悟空性。

不管什么根机的人，或者什么样的众生，虽然表面上有很多很多自己的想法，但大家最根本的问题都是一样——为什么没从轮回当中得到解脱？因为有无明、我执。这些最基本的执著，所有的众生都是一样的。要解脱，就要铲除无明。

因此，过去的佛、现在的佛、未来的佛，他们引导这些众生逐步来学佛，方法有很多，但是最终解决的方法就只有一个，就是证悟空性。所以，“前佛后佛，只言见性”。见性就是证悟空性，或者是证悟心的本性、本来的面目。



“诸行无常”，中间突然冒出了一句“诸行无常”，这句话也许不是《血脉论》最初版本里面的，但是现在没办法确定了。也没关系，可以这样理解：因为一切都是无常的，所以大家要去证悟心的本性，因为这个机会难得，转眼即逝。

“若不见性，妄言：我得阿耨菩提”。如果自己根本就没有证悟，但是撒谎说“我得阿耨菩提”。“阿耨”是圣者，“菩提”是觉悟。大乘佛教认为这是一地菩萨以上的境界了。意思是，为了欺骗人，说自己觉悟了或者是圣者。

“此是大罪人”。这个妄语跟日常生活当中的妄语不一样，这就是大撒谎、欺骗，所以就是罪人。他为什么说自己证悟了圣者的境界呢？可能还有其他的目的。他说证悟了以后，很多人就跟着他，最后这些人人都没找到解脱的路，所以他是大罪人。

在日常生活当中，撒谎也是罪过，但是这种撒谎，在工作上或者生活上可能会带来一点点损失，仅此而已，对解脱不会有什么影响。但这种明明没有证悟，却说证悟了，让更多的人跟着他学，很多人就因此走错路。所以这个欺骗特别严重。

我们平时不能说自己证悟了，达摩祖师的论典、《坛经》，禅宗的书里面也提醒了很多次；大圆满、大手印这些密法的修行方法当中，也有这样的要求，要求我们不要去说自己的境界。

为什么呢？如果真的有一点境界的话，到处去宣扬，然后他就会停滞不前，从此以后就不会再有新的收获了；如果没有什么证悟的话，那就是撒谎，就是大罪人。

只有两条路，一个是罪人，另外一个停滞不前。所以不要说自己证悟了，也不要间接透露、传达这种信息。



众生十二缘起的动力是无明，菩萨十二缘起的动力是菩提心

所以，不懂得自己的心本来就是佛，认为我们现在不可能是佛，修行了以后才是佛，这个观念就是有错的。

“识数修证”，他们只懂得反复地去修。反复地修行当然没有问题，主要是他们认为，反复地去修了以后才能成佛，现在不是佛，现在众生的烦恼不可能是菩提。这种观念是不对的。

这样以后，他的结果是什么呢？“**堕在因果中**”。精进修行是因，未来可以成佛就是果。他们堕在因果中，还没有超越因果的观念。因果不就是有为法、

无常的吗？他们的见解还没有超越无常的、世俗的、有为法的范畴，所以这个见解不对。

“是众生业报”，有因果，那当然有业报。业报也有善的业报、恶的业报，那这个就是善的业报。现在努力修行，将来会成佛，还是停留在善恶因果的层面上，根本就没有认识到自己心的本性就是佛。

“不免生死”，我们要注意一些细节问题。二乘外道是不是不免生死轮回呢？如果是这样，那小乘佛教能不能够证悟阿罗汉呢？如果说不能，那这是对小乘佛教的一种诽谤，小乘佛教的修行人不能成佛，但证悟阿罗汉肯定是可以的。

如果说小乘佛教的修行人，可以得到阿罗汉，那么阿罗汉他会不会堕轮回？如果说阿罗汉还会回到轮回当中，那这不叫阿罗汉了。如果说阿罗汉不需要轮回的话，达摩祖师不是说“不免生死”吗？在这个地方，就有这样的一个细节问题。那我们怎么去理解呢？



佛经记载说有两种生死。一种粗大的生死，是六道轮回所有众生经历的生死，自己造了业，因为有这样的业，所以流转轮回当中。另外一个细微的生死，从一地菩萨到十地菩萨之间的阶段当中有细微的生死。

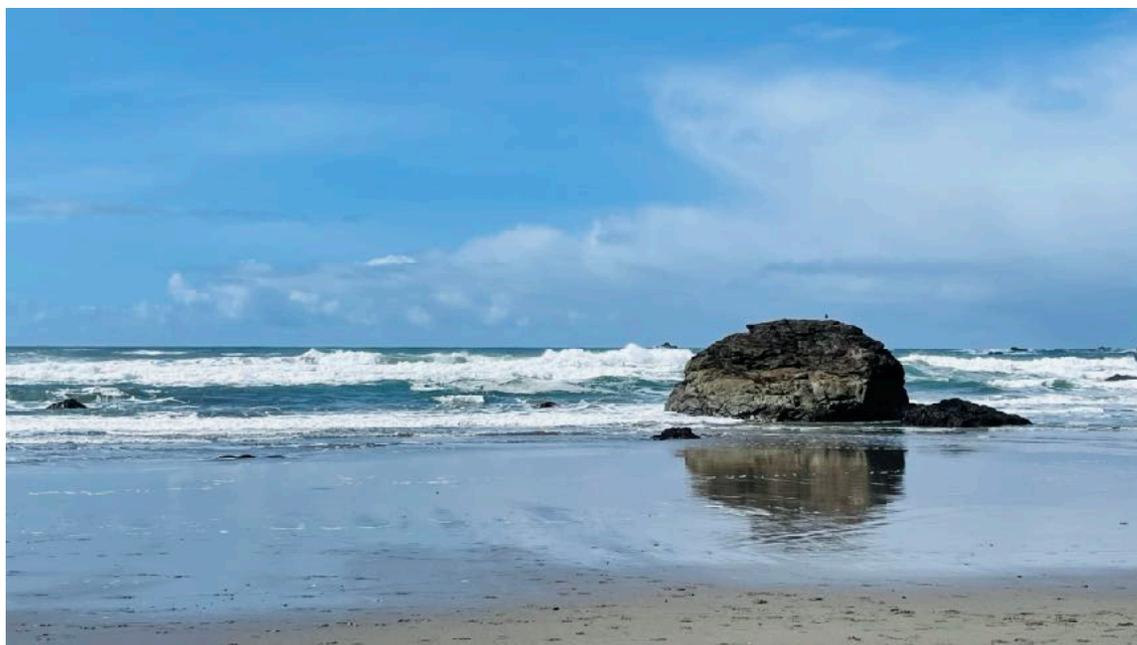
大家都知道十二缘起。一个人因为无明，然后造业，从这一世投生到下一世，然后衰老、死亡，这样一个完整的循环。这个过程有十二个环节，每一个环节是一个缘起支，叫作十二缘起。那么这个十二缘起是有烦恼、有无明业障的，是所有众生要反复经历的。一地之后就没有这种生死了。

大乘佛经中讲，一地到成佛之间，还有一个十二缘起。这个十二缘起，它的动力不是业力，是慈悲心。虽然这里面也有一些残留下来的无明，但是无明力量已经很弱很弱了，不会让他造新的业，也不会因为业力而轮回。但是因为还没有成佛，所以还是有细微的生死。这种生死什么时候结束呢？在十一地，成佛的时候会彻底地结束。

达摩祖师讲的“不免生死”，就是这种生死。普通众生所要经历的十二缘起的生死，阿罗汉完全可以断掉，但是后面这个细微的生死，阿罗汉没有办法免除。所以，我们应该这样去理解、分析。



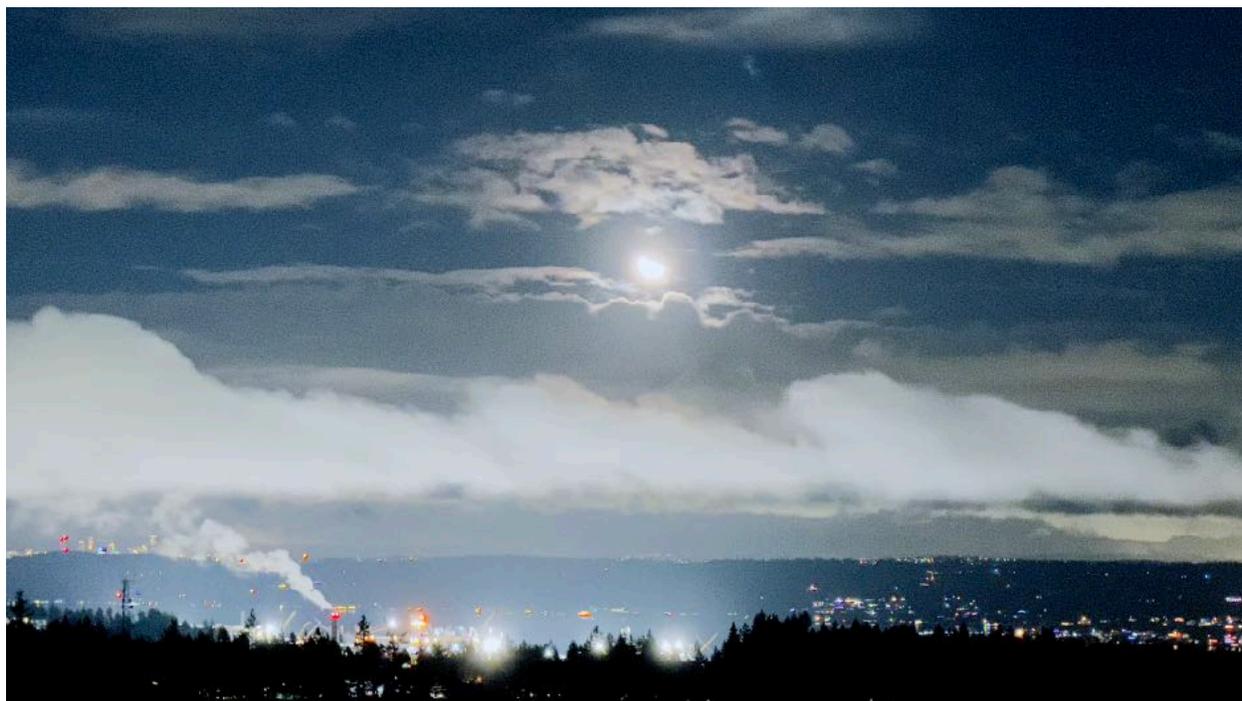
“远背佛意”，他违背了佛第三转法轮的意思。佛的第三转法轮当中讲，众生就是佛、烦恼即是菩提，这是最终极的或者最高级的佛意。他没办法理解这个佛意，他一直认为成佛是有因才有果，所以现在要修行，未来才能成佛，这就是违背了“不修也是佛”“现在就是佛”的佛意。



但“现在就是佛”是什么意思呢？本质上现在是佛。但本质上现在是佛，这也沒有用。为什么？比如说一个人睡着以后会做噩梦，梦境本质上不存在，但是没有用，因为他在梦中没醒过来。一样的道理，本质上是佛，没有轮回的生死痛苦，但是因为他的无明、错觉，导致了各种各样的痛苦，自己把自己的这些幻觉当作是真实的。

“即是谤佛众生”，这都是谤佛的众生。怎么诽谤了佛呢？如果说现在的修行是因，未来得到的佛是果，那佛不是在因果的范畴中吗？因果无常，那佛也是无常；但佛不会有因果，佛不是无常。所以这是在谤佛了。

“杀却无罪过”，如果理解成杀掉这种人也没有什么罪过就大错特错了。“这种人”是谁呢？就是刚才讲的阿罗汉、缘觉，还有大乘佛教一部分的人。真正的意思是什么呢？达摩祖师强调众生本来就是佛。如果我们把佛理解为无常的，理解为有因果关系，这是大错特错，对很严重的错误，相应的惩罚就足够把这人杀掉，强调错误的严重性。是不是真的杀掉没有罪过呢？我们不能这样理解佛经，当然不可能。



如果有人坚信自己心的本性是佛，或者众生即是佛，那么他很快就会成佛

“经云：阐提人不生信心，杀却无罪过”。达摩祖师又引用了一句佛经，来证明他这是对的。阐提人叫作断根人，断根人是根本没有善恶因果观念的人。

比如说，有些人特别自私，永远都不懂得去考虑别人，为了自己的幸福完全能够去践踏别人的感受，杀盗淫妄什么都敢做。在历史上出现过很多这样非常疯狂的人物，像这种人就叫作阐提人。阐提人不会对因果有信心。

后面的这句话，我们也不能理解为真的杀了没有罪过，当然不是，也是说错误的严重程度。比如他不相信轮回，为了自己的幸福，发动战争等等，成千上万的人为了他死去。这种罪过的严重程度是什么呢？杀了也是没有罪过的。这是一个理解。

另外一个，也可以这样理解。佛经也有这样的记载，过去的时代，印度的很多商人，乘船到现在的印度尼西亚、菲律宾这些地方，去取各种各样非常昂贵的珠宝。只要成功了一次，一家人一辈子的生活就解决了。

但是因为过去的航海技术非常差，全都是靠风力航行的木船，没有现在这么先进，没有导航、定位，什么都没有。这种情况下，成功率非常非常低。但一旦成功，就发大财了，所以他们经常去。



有一次有五百个商人去取宝，取宝回来的途中，有一个人打算投毒，把这五百个人都杀掉，这样他就拥有整船满满的珠宝。他在打这个算盘的时候，另外一个人就知道了。

这人知道了以后，想来想去，最后他想：我要把这个人杀掉，这样能够救五百个人，他们就可以回去跟家人团圆，否则的话，他们五百人就都回不去了。另外，这个人如果杀了那么多人，他会因此罪业而堕地狱的。我把他杀掉，他就可以不堕地狱了，所以我要把他杀掉。我杀了人，我肯定会堕地狱，但是为了救这么多的人，我宁愿堕地狱。

这实际上就是一种奉献的精神。表面上看，杀人当然是罪过了，但是，第一个，他没有任何私心，完全是为了救这五百个人，另外一个，他不仅仅没有私心，而且还有奉献精神——他明明知道自己要堕地狱，但是他愿意承担这个后果，所以他就是度众生。他杀了这个人以后，不但没有罪过，而且圆满了很大很大的福德资粮。

大乘佛教里面有这样的公案，那我们也可以这样理解：不信因果的阐提人当中，有些有势力的、有权力的，而且非常疯狂的人，为了自己的权力，或者是为了自己的财产，发动战争，让成千上万的人死去，就像人类历史上的一战、二战。

这个时候，如果有一个人知道，某一个人要发动战争，成千上万的人会失去生命。他为了救这些人，就把这个不信因果的人杀掉了，那么他会不会有罪过呢？不会有罪过的。

如果不是为了利人，是为了自己的某一些想法，或者是在自利自私的前提下，不管是杀什么样的人，不可能没有罪过的。

虽然可以有这样两个理解，但是前面的解释比较合理。就是说一个人不信因果，杀害了其他众生，他犯下罪业的严重程度，到了杀死他也是没有罪过的地步了。并不是说真正杀了没有罪过，是为了表明它的严重程度。

佛经有很多这样的记载，所以就有了义和不了义的说法。了义是可以直接了解字面上的意思，不了义则不能直接理解。为什么有这样的区分呢？不了义经是佛为了度某一些人，针对某些人这么讲的，但是我们现在的人，就不能这样理解了。

“若有信心，此人是佛位人”，如果我们对自己心的本性是佛，或者众生即是佛，对这种观点有信心，这种人他目前还不是佛，但他已经在佛位了。这是什么意思呢？意思是很快就会成佛的。密法里面有很多这样的记载。



如果没有证悟，就根本没有资格讲别人的境界

“若不见性，即不用取次谤他良善”，“不用”，应该理解为不要；“取次”，任意地、随便地；如果你自己没有证悟的话，你不要随便去诽谤善良的人。为什么呢？因为你没有证悟，根本就没有资格去讲别人的境界。谁境界高、谁境界低；谁错、谁对，这些都不要讲。

“自赚无益”，自欺欺人的这种做法是没有用的。也就是说我们有了证悟以后，才有资格去说别人境界的高低。

“善恶历然，因果分明”，自己没有证悟，去诽谤别人，这是有罪过的。这个“善恶历然”，就是平时讲的因果不虚。因和果永远都不会错乱，什么是善，什么是恶，善永远不会变成恶，恶不会变成善；善恶的果报，也是清清楚楚的。所以我们在世俗当中，一定要遵守因果规律。



“天堂地狱，只在眼前”，如果我们行善，天人的天堂就在我们的眼前，随时都有可能往生。比如说念阿弥陀佛的人，念得好、非常虔诚，虽然现在还没有往生，但是实际上等于极乐世界就在他的眼前。

杀盗淫妄的人，虽然他现在活得好好的，在这个世界上有权、有名……该有的都有了，虽然他还没有到地狱，但地狱已经出现在他的眼前。

从中大家要得知，虽然禅宗平时讲没有因果、没有善恶，讲了很多很多，但是不要以为学禅宗的人就不需要取舍因果。这样想是大错特错，也违背了禅宗讲的这些法。



禅宗不会太多地去讲善恶因果，因为在其他的佛经里面已经讲了很多了，不需要再讲。比如说大学课程里面不可能反复地去讲小学课程的内容，大学去学这个，就没有层次了，所以不讲。大学不讲，并不是否定小学课程的内容，是因为已经学过了。

同样道理，禅宗它要强调的不是因果、不是地狱天堂，这些在第一转法轮中已经讲得很清楚了。它需要强调的、要传达的是什么呢？就是最顶尖的顿教法门。

所以禅宗并不否定因果。这个地方就讲得很清楚，就说“善恶历然，因果分明；天堂地狱，只在眼前”。如果什么都没有的话，没有因果，没有天堂地狱，怎么可能出现这样的文字呢？

所以我们要对佛经有一个大致上的理解，佛讲法的方法，跟现在的教育方式是差不多的。佛的一转法轮、二转法轮、三转法轮，就像小学、中学、大学。所以第三转法轮特别强调佛性、如来藏，但并不否定因果存在。



《坛经》讲得非常好，我们也强调过，在证悟的境界当中，虽然不会有善恶、因果，但并不代表在现实生活没有。回到感官的世界，也就是世俗谛的时候，这些都是存在的。

比如说我们做噩梦的时候，瞬间醒过来了，醒来时很高兴，知道这是梦，然后又睡过去了，又继续做噩梦。刚才这么几分钟醒来的时候，梦里面的这一切都不存在了，但是当时不存在，并不代表睡着了以后也不存在。

所以人在两个世界里面切换，一会儿是梦的世界，一会儿是现实的世界。如果我们一直停留在梦中，那这些噩梦都会出现的；如果我们回到现实生活当中，噩梦彻底就不会存在了。



现在就看我们生活在哪个世界当中。如果是世俗谛，也就是在感官的世界当中生活，那杀盗淫妄导致的生老病死、痛苦、战争、饥饿等等都会出现的；如果我们能够证悟，停留在证悟的境界当中，这些就不存在。

所以，现在通过我们的努力，去打开没有生老病死、没有烦恼的世界的门。它在哪里呢？实际上就是自己心的本性，就在我们心的深处。但这是我们在佛经里面学到的理论知识而已，实际上根本还不知道。打开门是什么意思

呢？就是证悟。证悟了以后我们就进入这个境界，然后继续打坐，停留在这个世界当中。所以这两个不同的世界相互不会干涉的。

现实生活和梦的世界也互不干涉。从现实的角度来讲，你躺在床上；但是从梦的世界来讲，你来到了一个非常糟糕的地方，特别痛苦、被人追杀。但实际上，这两个世界相互不会有什么影响。你明明躺在床上，根本就不可能有什么人来追杀，但是睡着了做梦就有这些。梦里面的这些东西，它的真实性一点都不低于现实生活，但是醒过来以后什么都不存在了。



从胜义谛的角度来看，世俗谛就是稍微稳定一点的梦。梦很容易一会儿有，一会儿没有，不太稳定，比较容易动摇。世俗谛跟胜义谛，跟现实世界和梦中的世界一模一样，实际上没有任何本质的区别。所以我们还没有证悟，或者证悟还没有达到很高的时候，一定要注意因果。



生活中的打击有时也是证悟的助缘

“十大弟子”，佛陀有十大弟子，其中，“阿难多闻中得第一”。阿难一直都在佛陀的身边，佛陀所讲的法，阿难基本上都听过，所以他是多闻第一。佛的其他大弟子们，不一定时时在佛的身边，有些时候佛转法轮，他们没有听到。

阿难虽然多闻第一，但他没有证悟人无我。小乘佛教的证悟，不是证悟心的本性，是无我的证悟。后来，佛圆寂第二年的夏天，佛的所有大弟子们聚在一起，准备把自己所听到的佛法形成文字，在这之前是没有文字记录的。

虽然阿难听的法最多，但他这个时候还没有证悟，就没有资格去参与五百多个阿罗汉的大会。那怎么办呢？迦叶大比丘就想了一个办法，冤枉阿难尊者有十大罪名。这样以后，阿难就非常孤独、非常伤心，因为他之前一直都在佛陀身边，照顾佛陀，现在佛陀圆寂了，其他的人不理他，反而来批评他。他特别难过，就去修行，一下子就证得了阿罗汉。

所以有些时候我们需要痛苦，痛苦并不是一件坏事，痛苦是好事，能够转为道用，有些时候确实非常重要。

另外一个例子，小乘佛教的佛经，根本说一切有部的律经讲一一六群比丘，就是六个比丘抱团，天天都在佛陀的身边，制造各种各样的麻烦。其中有一个，他贪财贪色的心非常严重，这个人也一直没有证悟阿罗汉。最后，他确实惹了大麻烦，这个事情就闹到王宫里面去了。



国王和王妃都是信佛的，他们对这个人特别失望。皇后出来教训他：跟你一起出家的某某、某某都已经证得阿罗汉了，就你天天都在佛陀的身边惹麻烦。于是他感到特别惭愧，特别难受，回去就下定决心要修行。修行以后，很快就证得了阿罗汉。

所以在人生当中，有些时候需要一些打击。作为一个修行人来说，这些打击，如果我们能够把它转为道用的话，那不一定是坏事。两个例子都是这样。

要把佛陀讲的法形成文字，参与者一定要是阿罗汉。佛陀的法大多数都是阿难听到的，但他不是阿罗汉就没有资格参加，所以迦叶大比丘想办法，让阿难证悟了。他在佛陀身边待了这么长时间，听了这么多佛法，他却没有证悟，这就是“于佛无识”。

这个佛是指法身佛，法身佛就是自己心的本性。阿难虽然跟佛的化身经常在一起，他特别了解释迦牟尼佛的化身，但是他就不认识自己心中的佛，只认识外在的佛。所以就叫作“于佛无识”。



“只学多闻”，他就只是多闻，自己没有证悟。“二乘外道皆无识佛”。二乘一般是指大乘、小乘，这个地方的二乘是指小乘佛教的声闻和缘觉。或者也可以这样讲，这个二乘里面，也有大乘的一部分人，谁呢？就是心外觅佛的这一部分人。除了学第三转法轮的，其余的人都是心外觅佛。

小乘佛教所有的人，和大乘佛教部分心外觅佛的人，他们就叫作“二乘外道”。因为按达摩祖师的说法，心外觅佛的人都叫作外道。不仅仅达摩祖师这样说，佛经也有这样的记载。所有这些外道，他们都不认识自己心中的佛。

“识数修证”，念很多的经，修很多的法，只知道反复地、频繁地修行，不知道自己心的本性本来就是佛。他们认为佛在外面，自己修了以后，把自己的烦恼全部断掉，就可以得到佛的果位，所以很努力地去修。



他们不知道本身就是佛，烦恼即菩提、轮回即涅槃、众生就是佛。他们只知道修行才能够成佛，众生不是佛，但众生可以变成佛。他们的观念都是这样，所以他们只知道修行。

修行没有问题，但是如果认为，自己心的本性不是佛，佛是从外面来的，修行才能够成佛，现在不是佛。从第三转法轮，大圆满、大手印等密法以及禅宗的角度讲，这种观点是错的。



没有智慧的人，不会相信本性即佛

虽然证悟了，但是证悟之后很长一段时间中，我们还是在初学者的阶段，因果对我们的影响是很大的。

上一次讲过，比如说一种非常严重的毒，其他人服了，当下就会死掉的剧毒。然后一个修行人，他不需要依靠任何外在的力量，光靠自己的修行力量，这样的剧毒服下去了以后，对他一点影响都没有。达到这种层次的时候，就超越了初学者的阶段。这个时候我们开始超越、突破因果关系了，因果不一定有太大的影响了。

但是，因果比剧毒还要厉害成千上万倍，这个时候，剧毒不太影响我们的身体，但是因果仍然会有影响的。

所以，如果听到几个禅宗的公案，学习一些禅宗的经论以后，然后就认为“只要我不执著的话，我什么都可以了”，这完全是错误的。首先要知道什么叫作“不执著”，这个下面也要讲。“善恶历然，因果分明；天堂地狱，只在眼前”，达摩祖师的这几句话非常重要。然后说“**愚人不信**”，没有智慧的人就不相信“烦恼即是菩提”“众生即是佛”。这些高深的境界他不信，不信就会诽谤，然后造业。

这样以后，就会“**现堕黑暗地狱中；亦不觉不知，只缘业重故**”。现在这种因，将来的果是堕黑暗地狱，他也不知不觉。他什么都不懂，这是为什么呢？就是因为业障重，所以他不懂得这些因果。



“**所以不信**”，因为业障重，他上一世不信，这一世也不信，下一世又不信，就是不信。“**譬如无目人，不信道有光明**”，一个盲人，别人给他讲存在着一种光明，他根本不知道什么是光明，所以不相信。

“纵向伊说亦不信，只缘盲故”，即便是给他说，他也不信。比如有人给他描述，有一种光明，虽然你看不见，但光明是什么样子。但他觉得不可能有这样的事情，为什么他不信呢？因为他看不见，他的世界里面没有，所以他不信。



“凭何辨得日光”？那么我们怎么能够给他讲得清楚呢？讲得再清楚，他也不会相信的，没办法证明光明的存在。**“愚人亦复如是”**，没有智慧的人，也是一模一样，给他讲自己心的本性是佛，他永远都不相信。

“现今堕畜生杂类，诞在贫穷下贱，求生不得，求死不得”，因为我们不信自己心的本性是佛，或者是我们没有证悟，造了很多的业，然后下一世就变成动物；即便得到一个人身，那也是贫穷、下贱、多病；活着不幸福，死了以后又会堕地狱、饿鬼，更加不幸福。

“虽受是苦”，在轮回当中受的都是苦，“直问著”，如果有人问：“你现在过得怎么样？”

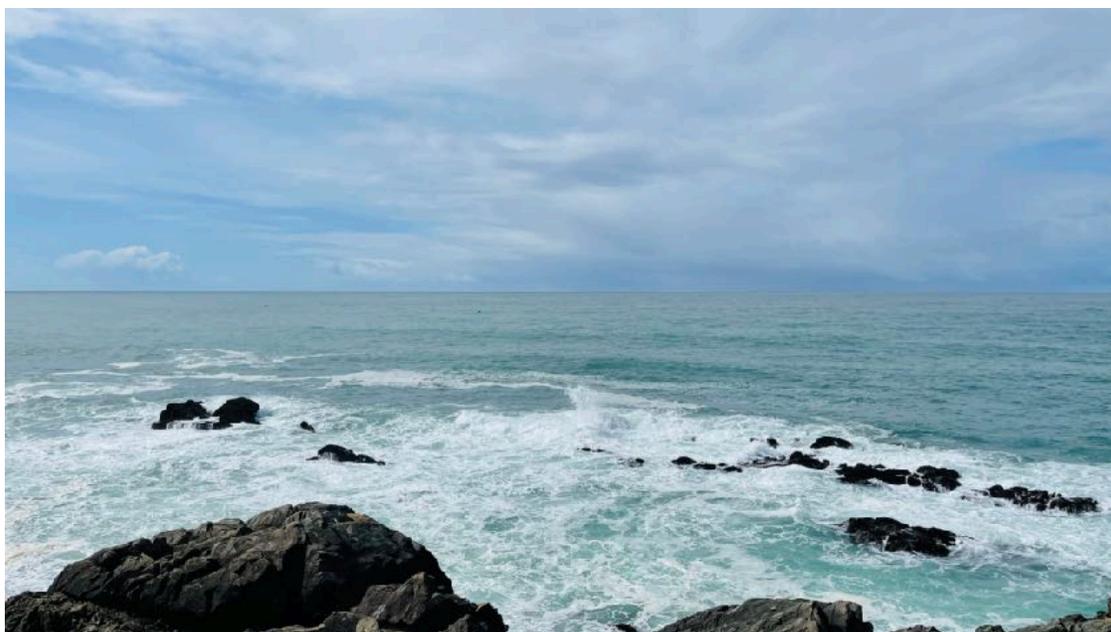
“亦言：‘我今快乐，不异天堂’”，说：“我现在特别快乐，跟天堂没有什么两样。”感觉很好，幸福指数非常高。达摩祖师的时候，贫穷下贱的这些人当中，可能有人会这样回答。

现在就不一定了，现在再有钱的人，再有权力、再有声望的人，他也可能说不出口：“我很快乐，跟在天堂是一模一样的”。可能不会有人这么讲，大家都觉得很郁闷，压力很大。



“故知一切众生，生处为乐”，他在轮回的时候，把轮回当作一个幸福的地方，依依不舍，对轮回产生了眷恋。对轮回的这种欲望让他死了以后又回到轮回，这样反复辗转不息，这就是轮回。

“亦不觉不知”，但他自己也是不知不觉的。我们很多时候也是如此，实际上自己每一天的生活中，确实也找不到什么幸福快乐，但我们总抱有希望和期待：今天虽然很苦，但是明天会有幸福；虽然这个事情很苦，但是这个事情完成了以后，它会给我换来幸福。



这种期待或者这种欲望，让我们去做很多很多的事情，不顾一切去奋斗，辛辛苦苦。生命到头的时候，什么也没有得到。轮回就是这样的，在不知不觉当中生命就结束了。

“如斯恶人”，这样的恶人，“只缘业障重故”，就是因为他们的业障太重了，所以再苦的地方，他也不想解脱，他还想回到轮回。“所以不能发信心者，不自由他也”，因为他的各种各样的业力，不让他自由，在轮回当中受苦。

“若见自心是佛”，如果我们证悟了自己心的本性是佛，那是怎么样呢？“不在剃除须发”，不剃胡子和头发，就是不出家的意思。

“白衣亦是佛”，印度的在家人，他们的衣服绝大多数都是白色，佛陀的时代是这样，现在也是这样。热带人都比较喜欢穿白色的，所以在斯里兰卡、印度这些地方，白衣就是在家人。如果证悟心的本性的话，你不一定要出家，在家人也可以成佛。

“若不见性”，如果没有证悟的话，“剃除须发，亦是外道”。从表面上看起来，剃了光头，剃了胡子，是一个非常标准的出家人，但是内在没有证悟，那仍然是外道。你以为出了家以后，什么问题都解决了吗？根本不是。

所以证悟和不证悟，不分出家和在家。出家人当中，没有证悟的人当然也很多；在家人当中，证悟的人也很多。所以，不是说在家就不能证悟了，出家就能证悟，这是不一定的。

但是出家的话，他没有太多世俗生活当中的琐事，烦恼相对少一点，然后他有更多可以支配的时间，用来闻思修行。所以在证悟方面，出家人的成功率稍微高一点而已。但在家人也完全可以证悟的。

佛陀讲八万四千法门，在家人唯一没办法接受的就是出家人的戒律，如果接受了就是出家人了。出家人的戒律以外的，显宗、密宗，大乘、小乘，所有的戒定慧、所有的法，都是在家人和出家人共用的，没有一个法是出家人的专利，大家都可以修。

所以，在家人如果证悟的话，也完全可以成佛，在家人也很有希望的。在家人也要努力，努力的话就可以证悟，特别特别重要。

知心是空，名为见佛

关于证悟，之前讲了很多，后面还要讲一些。讲《坛经》的时候，也讲到过什么样的地步是证悟。上一次是用《坛经》的一个段落来讲的，今天用《达摩悟性论》当中的一句话来讲，非常重要，大家一定要知道。

《达摩悟性论》当中讲“知心是空，名为见佛”，就只有八个字。“知心是空”，就是说知道自己心的本性是空。“知”的意思是什么呢？当然有很多种知道，逻辑推理得知是属于理论上知道；或者自己没有能力去推理，只是听佛经讲心的本性是空性。这些也叫作知道。但是都不是这里讲的“知”。

第一个，不是因为佛经上说心的本性是空，所以说自己心的本性应该是空，那这个根本就不叫知。第二个，通过中观推理的方式，得出一个结果：心的本性自生、他生等等都不可能；既然这些都不可能，那就是无生、不生不灭。这个是不是知呢？也不是。这两个都要排除。



这些都不是，那是什么呢？就是自己静下心来，往里观照自己心。所谓的观照，也就是让心自己去感受自己。

心完全可以做到，也只有我们的心才能够做到。其他的物质，比如说，桌子不可能感受到自己，它本来就是无情的；眼睛可以看到别的地方，但是它看不见自己，这些感官也做不到。唯一就是我们的心能够做到，它可以往外去感知这个世界，同时也能往里感知自己的本质。这是它的一个特殊功能。

现在不是往外去感知这个世界，是往里让它自己去感知自己。自己静下心来以后，它一观照、一感受的时候，会感受到一个什么样的状态呢？自己心完全是空性的。

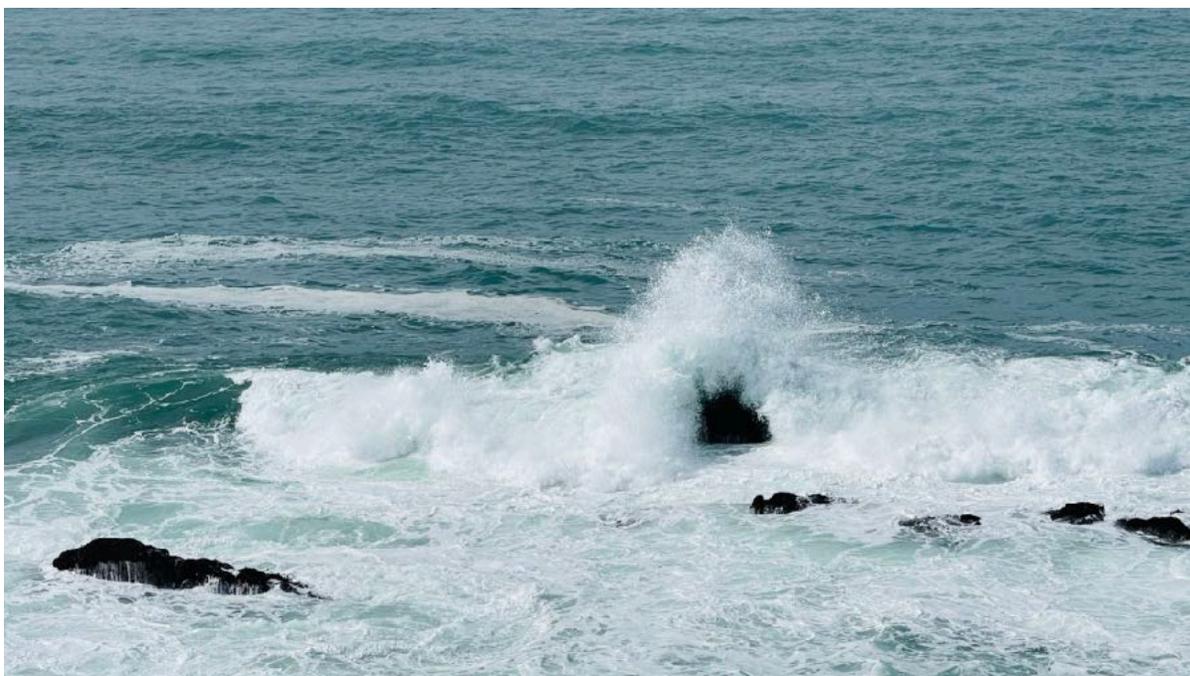
当你说话的时候，当你做事情、处理问题的时候，甚至你有情绪的时候，你都可以观照。如果你忘了观照，这个情绪就会继续发展；如果这个时候你懂得观照它，就能完全透过这个情绪直接就看到它的本质。



本质是什么？“知心是空”，本质就像虚空一样。如果我们达到了这个境界，“名为见佛”，也可以叫作“名为证悟”“名为开悟”，这就叫证悟了。不管是讲大圆满、大手印，讲什么，证悟的标准就是这个。禅宗里面《坛经》也都讲了。

因为大圆满和大手印这些密法的要求太高了，要灌顶，平时不可以讲。很多人没有机会听，我们也不敢突破密法的要求去讲。所以，我上一次说“钻空子”，一方面是开玩笑，一方面是真实的，就是钻了空子。因为《坛经》、禅宗没有要灌顶的说法，没有这样的要求。

所以，我们必须要知道心的本性是空，“名为见佛”，这叫作见佛，这叫作证悟，这叫作开悟。我们自己有没有出离心，自己非常清楚，不需要问别人；然后自己有没有菩提心，也不需要问别人，自己知道。最后，我们自己是不是证悟了？还是要问问上师，让上师来确认一下。



但是也可以不问的。如果我们达到了“知心是空”，清晰地看到了自己心的本性是空性，就跟外面的虚空一样——不仅仅静下来的时候才是，而且有各种各样的情绪的时候，也发现它的本质是如如不动的。什么时候有了这种感觉，就是证悟了。

没有这种感觉就不要谈什么证悟了，不可能的。我们有些时候，心特别平静，感觉到了一些平时没有的感受，这都没有什么意义的，这根本就不是证悟，什么都不是。

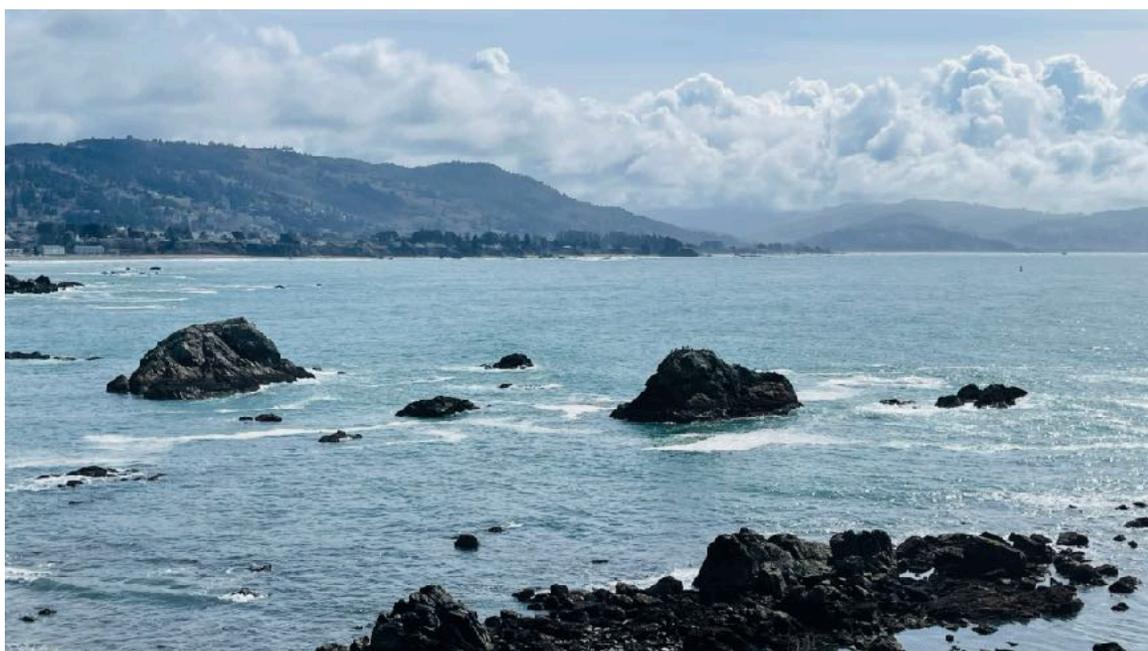
人的心静下来了以后，它有一种感受。有情绪的时候，大家注意一下，比如说我们愤怒的时候，愤怒给我们带来的这种感受，它跟欲望是不一样的；产生了欲望的时候，欲望给我们带来的感受，又跟愤怒的感受不一样；每一个情绪，都有不一样的感受。



同样的，我们的心静下来了，所有的情绪离开了以后，它有另外一个感受，但是这些本质上都是感受。愤怒的时候，有愤怒的感受，静下来，有静下来

的感受，实际上它根本没有突破意识的层面。不管是什么样的感受，就是意识的感受，根本不在证悟的层面上。

这一切感受突破了以后，才能够进入证悟。这个证悟，就是心的本性、空性，就像虚空一样。证悟了以后，不需要问什么了，继续修就可以了，这个特别重要。



所以，也要给大家说一下，要不然大家都不知道什么叫作证悟。这个证悟也很神秘，大家也非常向往，越向往就越神秘，越神秘越想知道，最后说来说去，江湖传言也就特别特别多。什么是证悟，师兄们自己说的也多，最后根本就不知道什么是证悟了。

证悟就只有一个标准，没有太多，禅宗的这些书里面讲得非常好、特别到位。这些措辞也是非常好、非常到位。字不多，内容非常丰富。“知心是空，

名为见佛”，八个字全部讲完了。再多的佛经、再厚的书，也是在其他方面展开讲而已，实际上归根结底就是这些了。

我们证悟了以后，轮回开始受到严重的破坏了，所以在这个轮回中，不可能待太长的时间了，不像以前那样。以前是什么呢？我们烧香拜佛，做各种各样的功德，但是这些功德跟无明不冲突，所以对它没有一点破坏力，对轮回的本质不会有任何的影响。

在轮回的本质不受到任何破坏的情况下，烧香、拜佛，其结果是在轮回当中享受人天的福报，但轮回永远都不会停下来。

现在就不一样了，这个空性虽然境界还不高，只有一点点。但这么一点点的感受，它的“杀伤力”特别大，这个轮回的本质已经受到了很严重的破坏，它不会走很远了，这就是关键。前佛、后佛，全部的佛来讲空性，就是这个原因。



只要见性，就不惧怕任何烦恼

接下来说，“问曰：白衣有妻子，淫欲不断，凭何得成佛？”白衣有妻子或者有丈夫，淫欲不断，有这么多的家庭琐事，怎么可能成佛呢？

“答曰：只言见性，不言淫欲。”其他的烦恼都不讲，只讲见性。为什么呢？如果见性的话，淫欲也好，嗔恨也好，愤怒也好，愚昧无知也好，傲慢、嫉妒也好，所有的这些烦恼，只要见性都不是问题。

比如说淫欲产生的时候，如果见性，见到这个淫欲的本性——淫欲的本性是什么呢？就是佛的智慧；愤怒正在产生的时候，非常强烈的时候，如果看到了它的本性，愤怒就不是愤怒，愤怒就变成了佛的智慧了。同样的，所有的烦恼都是这样。

所以，“只言见性”非常关键。不言什么淫欲、愤怒，只要你能够见性、证悟，那么它们根本就不是问题。

比如说我们禅修的时候，都希望自己心能够平静一点，不要有这么多的杂念，从禅定的角度来讲是这样。如果我们证悟了，那心平静和杂念纷飞没有一丁点的区别。就算有太多太多的杂念，但是看到杂念的本性的时候，杂念都不是妄念了，杂念就变成了智慧；没有杂念，心非常平静的时候，看到了这个平静的状态，平静也就不是平静，平静也是智慧了。

所以达摩祖师说，只要见性，什么都不怕，就可以穿透所有的烦恼，看到它的本性。再严重的烦恼，它的本性都是佛的智慧。

我们如果还要进一步，更到位、更详细地去了解的话，那还要差一点点，这就是禅宗跟大圆满的最后一点点区别。以后灌了顶听大圆满的时候，大家会听得到更多的细节。但本质上就是这些了。



禅宗的方法也非常好，但没有大圆满或者大手印这么多，密法里面有太多太多的方法能让我们证悟。所以密法也叫作方便乘。

所以说“只为不见性；但得见性”，只要见到本性，“淫欲本来空寂”。这个特别有意义，这个地方说什么呢？淫欲，这个欲望它本来是空性，是不是这样理解？不是这样的。万事万物本来就是空性没有用，杀盗淫妄都是空性，那就可以杀、可以盗吗？当然不是。什么东西不是空性呢？都是空性。

那是什么意思？淫欲，这个欲望产生的时候，当下就感觉到或者看到它是空性，看到了它的本性是空性的时候，它根本就不是淫欲。这里一定要知道，

我们要证悟它是空性，不是说它本身是空性。它本身是空性没有用，我们不证悟的话，它是不起作用的。

所以，“不假断除”，这四个字非常重要、特别好。淫欲或者是愤怒这些烦恼，小乘佛教是一定要断除的。小乘佛教证得阿罗汉的方法，是把烦恼全部断掉，断掉了以后才可以证悟，这是第一个。

第二个，一般的大乘佛教也要断除，但是多了一个方法，如果不断的话，就把它转化为佛的智慧。用什么来转化呢？用菩提心、用证悟的智慧来把它转化。

但是三转法轮，尤其是密法不是这样。密法的特点是“不假断除”。第一个，不断除；第二个，不转变。既不断除，又不转变，那到底要不要离开这个烦恼？如果认识了它的本性，证悟了它的本性，烦恼本来就是智慧。断什么？转什么？断和转都不需要。



只要认识它的本性，烦恼就不是烦恼了。所以“不假断除”，这句话讲得非常好，烦恼不靠断除。我们一直认为烦恼就是要断掉，平时也这样讲“断除烦恼”，但实际上不是把烦恼断除，认识到烦恼的本性就可以了。

我们证悟的时候，会亲身体会到：哦，烦恼是这样的。它既然是这样，那当然不需要断，断什么呢？为什么要断呢？自己那时候会有这样的感受。

没有证悟的时候，大家最害怕烦恼。因为烦恼，比如说像愤怒，让我们很不舒服、不开心、不高兴，不仅仅是当下，还有很多可怕的后果，所以我们很害怕烦恼。但是证悟了以后，就不是这样。所以“不假断除”，还可以再加一个“不假转换”，不需要转换。

“亦不乐著”，也不会执著，乐著就是不会执著。

“纵有余习，不能为害”，在家人证悟了以后，虽然还没有把烦恼彻底地断掉，还有一些余留下来的烦恼习气。但是这个烦恼习气不能伤害他了。因为他知道了烦恼的本质，这个烦恼不能让他去杀人、偷盗……烦恼已经没有这样的能力了。

“何以故”，为什么呢？“性本清净故”，烦恼的本体本来清净。应该说，他已经证悟了烦恼的本性是清净的，光是说本来清净，还不行。既然本来清净，为什么还要去断除呢？没有必要断除。

密法中最重要的密乘誓言——法性誓言

“虽处在五蕴色身中，其性本来清净”。现在我们人就在五蕴当中，五蕴最后一个识，识就是我们的心，心的本性就是清净的。

“染污不得，法身本来无受，无饥无渴，无寒热，无病，无恩爱，无眷属，无苦乐，无好恶，无短长，无强弱，本来无有一物可得”，这些二元对立的观念都不存在，心的本性就是这样。

“只缘执有此色身”。没有感受、没有饥渴、没有寒热等等，但现实生活当中明明有啊，这是为什么呢？就是因为我们执著，执著产生了无明，无明最后导致了我们的色身——物质构成的身体；然后我们对身体有了我执，有了我执以后，一系列的烦恼都产生了。就是这个原因，并不是实际上有这些。

所以，我们现实生活当中就有“因即有饥渴，寒热，瘴病等相”。这些相并不是真实的存在，而是我们自己执著产生的。



“若不执，即一任作为”。只要不执著的话，做任何事情也不会造业的。那杀盗淫妄呢？他不会杀盗淫妄的。普通人因为愤怒去杀生，因为欲望去淫，因为欲望去盗等等，这些他都不会产生的。假设他杀盗淫妄了，因为他根本没有任何执著，所以不会有任何的因，不会有任何的罪业，这个时候才是真正的自由自在。

这个时候，没有什么东西来束缚自己、约束自己、拘留自己，这个时候完全超越一切，这些束缚、局限全部突破了。所以说，“若不执，即一任作为”，这个才是真正的自由。

“若于生死中得大自在”。刚才讲的就是大自在，如果我们在生死当中，得到一个这样的大自在的话，“**转一切法，与圣人神通自在无碍**”。这个时候就能把任何事情，比如说遇到了幸福、快乐、痛苦、生老病死等等，无论是成功、失败，一定会通过自己的修行能力，把所有的法转化为圣人的神通。神通是什么意思呢？就是通达一切，并不是特异功能。

“无处不安”。因为自己心中的执著和分别念断掉了，无论在天堂或者在地狱，在什么地方都不会有什么不安。**“若心有疑”**。如果还有对心的本性的一些疑问，也就是还没有证悟的意思。



那这样的话，“决定透一切境界不过”。我们确定自己还不是圣者的境界，对这些世俗的万事万物还是看不透，对世俗的名利有执著。那我们“不作最好”。就是说，这个时候不能做违背因果的事情，也就是说不要造罪。

“作了不免轮回生死”，没有证悟的时候，如果做一些违背因果的事情，就会堕轮回当中。所以这个地方讲，自己如果确定，我还看不穿一切境界，对世俗的名利等等有执著，那就不要做违背因果的事情，一定要遵循因果。不然的话，就会堕轮回当中，因此不能解脱。

“若不执”，如果你完全确定能够透过一切境界，名利、万事万物包括自我，都能够看透，没有任何执著，通达无碍。这样的话，“即一任作为”，这个时候没有任何的戒律可言。戒什么呢？你的行为没有任何限制，完全超越了一切限制，已经超越了这些戒和不戒。

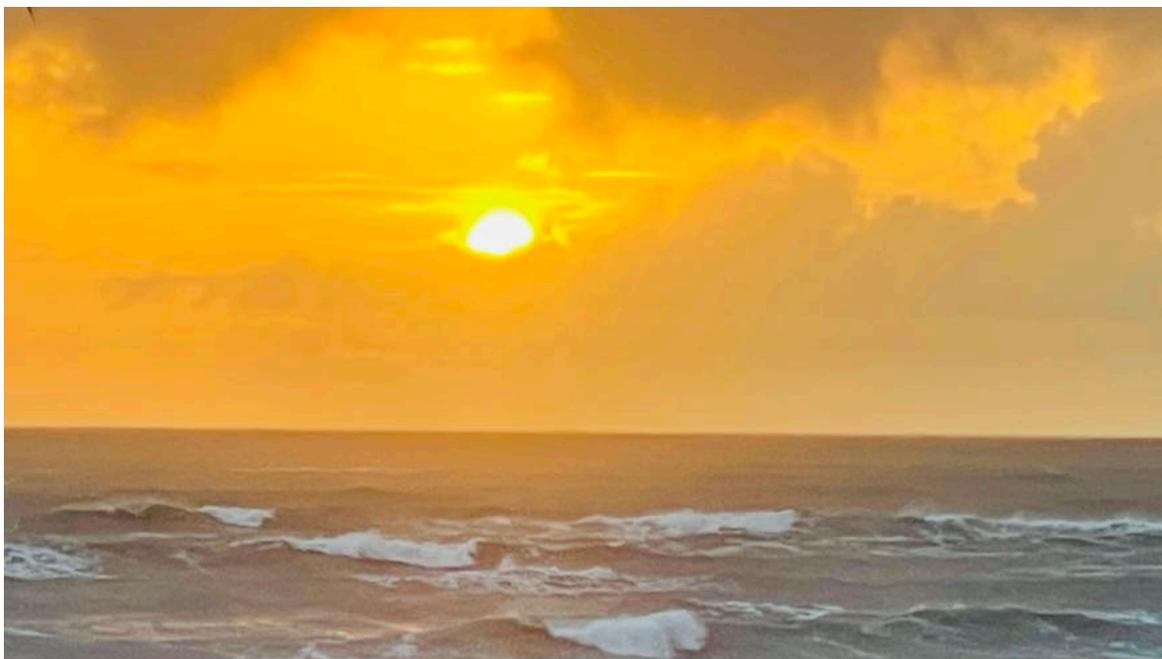


密法中最重要的密乘誓言叫作法性誓言。法性誓言就说，看透了万事万物的本性，也就是彻底地证悟了空性，你安住在这个证悟空性的境界中，这就是

密乘戒。除此之外，没有其他的戒了。所有的密乘戒、菩萨戒，什么戒，对这种人都是没有的，像佛一样。

但是为了度化我们，佛陀表面上也是以一个人的形象出现，佛陀也示现生病、吃药；佛陀也要吃喝、睡觉。佛为了度化众生，行为也要符合世俗的要求，这就是为了保护我们的善根。实际上本质上来讲，佛是没有任何的约束，完全超越了所有的约束。

这就是证悟，证悟了以后就是这样。自己还没有达到这样的时候，那就是一定不能作。作了，就会轮回。所以这个时候，要取舍因果。



守八关斋戒时，如果使用单位电脑看佛法的视频，算犯戒吗？

问：打坐中现前的景象都是心的化现，不用理会，但是如果自己临终时看到阿弥陀佛现前，也不用理会吗？

上师：对有这样境界的人来说，当然是不需要理会的。比如说他证悟了，在临终的时候，如果他也能够保持这种证悟的话，那他见到的就是法身佛了，所以外在的阿弥陀佛，他不需要理会的。上次已经讲过了，他不需要去恭敬，他看到自己心的本性就可以，临终的时候也是一样的。

问：这位师兄说他学佛前开了养牛场，现在有700多头奶牛，按照惯例，新生公牛和不能产奶的老母牛，就会被卖掉，下场就是被别人屠宰。他说，我们想卖掉牛场，又怕新主人会虐待牛，现在只能给牛每天放佛号听，很矛盾，请问上师应该怎么办？

上师：这本来就很矛盾，没办法解决。比如说像养鸡场、养猪场、养鱼……这些本来就是这样。有条件的话，就不做这些工作，做一些其他的事情。



有条件的话，这些奶牛老了不能用了以后，不卖给别人，如果有这个条件的话，让它们自然死去，当然是最好。一般奶牛都是三年、五年以后就不能用了，很多都是这样，直接就卖给屠宰场了。

问：请问上师，证悟的同时可得解脱，那么证悟之后修什么？为什么还有十地菩萨之分？

上师：证悟的时候还不是彻底地解脱，证悟了一部分，就解脱了一部分。上次我们讲过，证悟分十个阶段，解脱也分十个阶段。一地菩萨证悟了一部分，也就解脱了一部分，那剩下的九个还要一步一步地完成。

问：请问上师，八关斋戒的当天，如果在工作单位，使用单位的公共资源做自己的私事，比如说用单位的电脑来看佛法的视频，这样算犯了偷盗戒吗？

上师：这个不会。偷盗戒是要跟自己的生活有关系，才会犯戒，所以你看佛经，还有听课，这些不是为了生活，这是没有问题的。



问：如果是用单位的电脑来做自己私事，不是看佛经，这种算不算是犯偷盗戒？

上师：凡是费用跟自己的生活有关系的那就不可以。

问：请问上师，我们学习佛法用的是识，但识是无常法，是会坏灭的，那么我们这一生的所学，怎么可能带到下一世呢？如果这一世没有成就，不是全都白学了吗？

上师：不是这样。阿赖耶识虽然是一刹那一刹那的无常，但是前一个刹那善恶的因，会传递给下一个刹那，然后再下一个刹那也会传递，就像流水一样传递给下一个，所以它不会间断，它会带到下一世。

问：请问上师，入定和入根本慧定的差别是什么？入根本慧定和开悟的意义是一样的吗？

上师：证悟了以后，再进入证悟的境界，就叫作入根本慧定。入定的范围就大一些，比如说入根本慧定也是入定，修四禅八定也是入定，这两个的范围不一样。

问：请问上师，您讲到有一个佛性的存在，一个空性光明的本体存在。我想问，这个和执著有空性有什么区别？还有一些外道承许有一个不可思议的空性的心存在，像投影机一样投射轮回的现象，请问这种观点和佛教所抉择的有一个佛性的存在，有什么区别？

上师：这不一样的。这个我们讲过很多很多次了，网络上的视频应该有很多关于这方面的解答。

你有一种执著，对人的执著，就是人我；对其他东西的执著叫作法我。对空性的执著，也是执著；对佛性的执著，也是执著。你认为有一个不可思议的东西存在，也是执著。这些都是执著。

中观也讲了很多次，对空性的执著是无药可救的，很危险。因为我们对其他东西的执著，可以通过空性来推翻，但是对空性的执著，用什么东西来推翻呢？很难的。当然，还是有办法。就像生病的时候，吃药可以治病；如果吃了药中毒怎么办，那再吃其他的药。所以相对有点难度，但也不是不能解决的。

因此，对空性的执著、对光明的执著、对佛性的执著、对不可思议的执著，都是执著，跟外道没有什么区别。



佛教虽然说有一个光明、佛性的存在，但没有给我们讲任何一个真实存在的东西，实际上它就是空性了，这个要自己去证悟。如果我们因为语言表达的原因，又对空性产生了执著的话，那就跟外道没有什么区别了。

问：有一种说法，我们平时经常看文武百尊的图片，中阴时就可以认出来，那这样说来，解脱不是非常容易吗？

上师：解脱当然很容易，证悟很难。但是证悟了，解脱就很容易了。比如说你看了很多文武百尊的唐卡，你到中阴的时候，就会认出这些本尊。但是光认出来还不行，还要安住在自己心的本性中，或者是修生起次第，需要有这些方法。有了这些方法以后，就会证悟的。

但一般是这样，你如果认得出来的话，至少也是对佛菩萨有虔诚的祈祷。在这之后，就会发生这些事情，所以是非常好的。



达摩血脉论九

如果我们学习的佛法即没用到实修中，也没用到生活中，那学得再多也没多大意义

请大家好好地发菩提心。接下来我们学习《血脉论》。这部论文字虽然不多，但是内容非常非常深奥，特别特别有意义。《血脉论》是《达摩四论》其中之一，还有其他的三个小册子，文字都不多，但是它们的内容完全超越了很多很多的佛教书籍，是跟大圆满、大手印的内容差不多。所以我们一定要好好学。

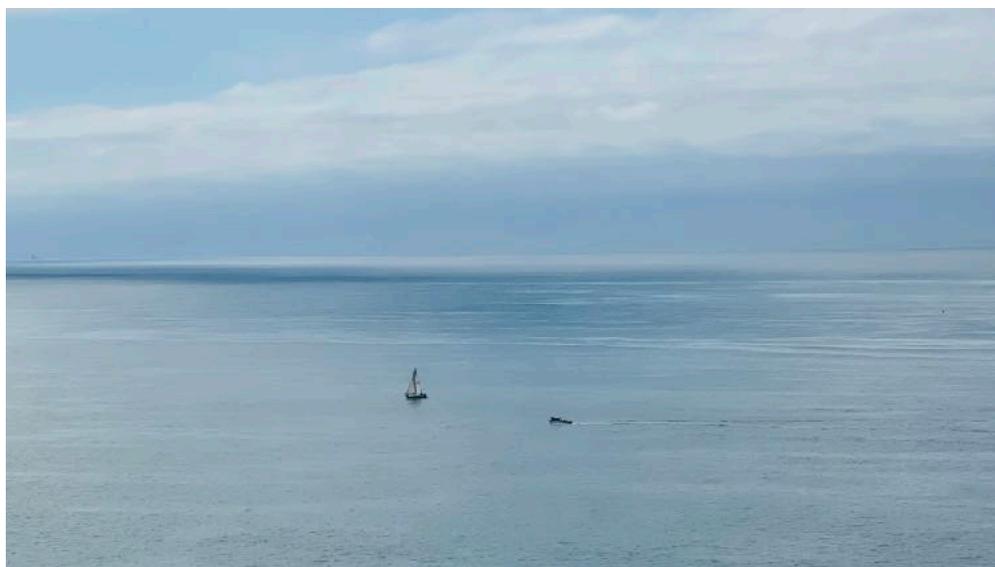
《达摩四论》还有《坛经》，我们虽然没有禅宗的传承，但是我们从大圆满、大手印的角度去看，知道这些文字在说什么。所以我们这样去学一遍，应该不会有太大的错误，理解基本上不会有太大的偏差。

我们学了这些以后要用到实际修行当中去。凡是用不上的理论，就没有太大的意义。就像大学里学了很多很多东西，在后来真正工作的时候都用不上，都是不相关的知识。我们也学了很多很多的佛教理论，在实际的修行和生活当中用不上的话，那就是闻思、修行脱节了。闻思所学到的知识，修行用不上；修行需要的方法，闻思的时候没有学到。这就不对了。



所以，《血脉论》当中学到的这些内容，要用到实修中去，它的内容完全是属于实修方面的。有了一定修行的时候，也要用到生活、工作当中去，这才是有意义的。我们学《血脉论》也好，学《坛经》也好，或者学其他的佛经也好，就等于在学成佛的方法。

如果我们学不到一个实际的操作方法，全是理论，而且都是大理论，当自己在生活上或者心理上出了一些问题的时候，想找一个答案、一个解决的方法。再重新去思考过去学的这些知识时，没有找到解决目前问题的方法，我们就感觉到这些知识都很空洞、没有意义。那这种无论是佛学或者是世间的知识，都没有太大的实际意义。



所以我们学习佛法，要考虑怎么样用到自己的实修当中，怎么样用到生活当中，当自己遇到生老病死的时候，这些理论有什么样的作用。或者是身边的人遇到了生老病死的问题，我们怎么样用这些理论来帮助他们，解决他们的问题……这个一定要思考。如果没有这样的实际意义，那理论是学不完的，即便全部学完了，那也没有太大的意义，大家一定要注意。

《血脉论》是一个比较偏向于修行的引导文，但是它没有讲太多修行的方法。相比之下，《坛经》讲的稍微多一点。《血脉论》可以说是《坛经》的理论部分，《坛经》是达摩祖师的这些小论典的实修方法。

当然《达摩四论》当中，也不能说完全没有讲实际修法，但是讲的不很多。如果在大圆满、大手印中去找，会找到一些更具体的方法。

之前我们讲了心的本性，从禅宗来讲就是两个字——体和相。体就是本体，也就是心的本性和本来面目，也就是中观讲的胜义谛。从胜义谛的角度讲，我们心的本性是清淨的、没有染污的，所以它没有饥渴寒热等等，从真实的情况来讲是这样。

但是从另外一个角度，从相上面讲——相就是中观讲的世俗谛，也就是所看到、所听到的这一切，即感官所感知到的世界，就叫作世俗谛。体和相，对应胜义谛和世俗谛，就是这个意思。



胜义谛角度看不存在≠世俗谛角度看不存在；世俗谛当中存在≠胜义谛当中存在

从世俗谛或者从相的角度来讲，我们有没有饥渴寒热等等呢？当然是有的，善恶、因果一切都是存在的。在另外一个范围中，这些都是不存在的，因为这是两个不同的世界。

比如现实生活跟梦的世界，我们在现实生活当中，那梦中所发生的一切根本就不存在；如果我们在梦的世界中，虽然梦里的这些东西在现实生活中不存在，但是现实生活当中不存在不等于梦中不存在，梦里面这些都是存在的。所以，人在梦中的时候，现实生活当中有没有这些东西跟我们一点关系都没有。

虽然梦里面的这些东西现实中根本不存在，但是因为做梦的人，他不知道这是梦，不知道梦是假的，他把梦中所发生的一切当作真实的。我们一定要了解这个问题，不然的话，很多时候我们就会乱套。



前面讲了眷属、苦乐、好恶、长短、强弱等等，“本来无有一物可得”。这是从体或者是从胜义谛、心的本性的角度讲，这些都是不存在的。就像我们从物理学的角度描述物质世界是什么样子；但从深层次的结构来讲，物质世界里没有这张桌子，没有这个佛像，也没有这个佛塔，这些都是不存在的。

在微观世界当中，全部都是同样的原子、电子，甚至是更小的粒子或者能量，它们都是同样的。但是我们退了一万步再看，看到的是什么呢？看到的就是佛像、佛塔、桌子、人体、建筑物等等，但进入到物质的深层次去看，这些东西都不存在。



其实法则都是一样的，不管是物质世界或者是精神世界、梦或者是现实生活，本质上都不存在。本质上虽然不存在，但现实生活当中是存在的。

中观有一个辩论，辩什么呢？从胜义谛的角度讲，不存在的东西不等于世俗谛也不存在？从世俗谛的角度讲，存在的东西是不是实际上存在的？这是

有争议的。过去的学者们进行了很多很多激烈的辩论，最终的结论是什么呢？

结论就是：从胜义谛的角度看不存在，不等于世俗谛当中不存在；世俗谛当中存在的，也不等于胜义谛当中存在。把世俗谛、胜义谛这两个分开来讲的。

同样的道理，在现实生活当中，梦里面看到的这些都不存在，但是人一回到梦里面，那么这些都是存在的。最后我们的结论是什么呢？在现实生活当中不存在的，只能在现实生活当中不存在，不等于在梦中不存在；梦中存在，也不等于现实生活当中存在，只能说在梦中是存在的。



我们要看人活在什么样的世界里面。如果我们活在现实生活当中，只要你不睡着做梦，那么梦里面的这些都不会对你有影响。同样的，如果我们证悟了，能够进入“其性本来清净，染污不得”的状态，并且能长时间地安住，就

相当于从梦里面醒过来，活在现实生活当中了，世俗谛中这些善恶因果不会影响到你。

如果我们还没有证悟，更没办法进入“其性本来清净”，那我们只能停留在另外一个世界，就是相或者是世俗的世界。只要你回到这个世界，那么因果、善恶一定会对你有影响，虽然体或者胜义谛中并没有这些。

比如人睡在床上，在自己的卧室里不可能有他在梦中看到的恐怖景象。但是这个没有用，他只要进入了梦的世界，这些恐怖的景象一下子就出来了，出来后这些恐惧、欲望的感受，跟现实生活中是一模一样的。所以，这些都是一模一样的道理。



若见性，屠夫亦得成佛

这里经常讲愚人。什么是愚人呢？比如我们只知道梦的世界和现实的世界不一样，但是我们从来都没有想到过，现实世界上面还有一个比现实世界更加真实的世界。我们认为唯一真实的，就是当下感官能够感受到的这个世界。

不真实的世界是什么呢？比如生病的时候，我们会产生各种各样的错觉；比如吸毒或者吃了一些药物、植物的时候，会出现一些幻觉。我们知道这些幻觉和梦的世界是不真实的，只知道这两个假的世界。

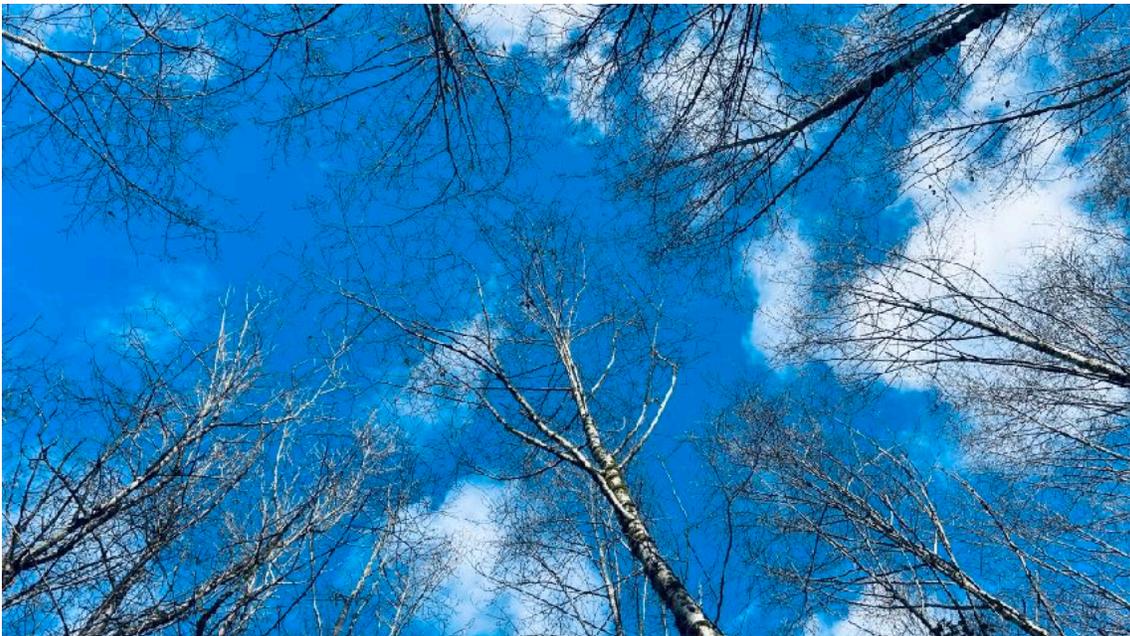
但是我们从来不知道，现在认为非常真实的世界会变成梦中的世界一样，这个上面还有一个更加真实的世界。从这个真实世界的角度来看，我们现在的这个现实生活就变成了梦中的世界，像吸毒产生的幻觉一样的世界。世俗中再聪明、再厉害的人，他们都不知道还有另外一个真实世界，所以就叫作愚人。



如果每天睡着的时候都做恶梦的话，那这个人最后会想什么样的办法呢？实在不行的话，不睡觉就不会做梦。就停留在这个现实的生活当中，不要进入梦的世界，就不会有这些恶梦。

同样的，现实生活当中生老病死等等，各种各样的烦恼或痛苦，我们想回避的话，那就进入另外一个世界。另外一个世界是什么呢？就是我们心的本性，一个更真实的世界，就在这个世界上面。当然不是空间位置的上面，只是为了方便大家理解，说这个世界的上面或者背后、深处，有一个这样的真实世界。

这个真实的世界就是我们心的本性，你如果能够进入这个本性的世界当中，并且稍微停留长一点时间的话，就会发现这个世界当中没有生老病死、烦恼。所以，这就是解决生老病死痛苦的最好的方法。



密宗有梦瑜伽的修法，把白天的修行境界或者开悟的禅定带到睡眠当中去。这样人睡着了以后，同样也能够修行，这种人基本上二十四小时都在真实的世界里面了。这个时候，世俗世界当中的生老病死就不会影响他，因为他已经是另外一个世界的人了，非常有意思的。

我们现在要做一个选择，什么选择呢？一个选择是停留在大家认为是真实的世界里面。这个世界当中有善恶因果，所以我们要尽量地行善断恶，注重因果取舍。这样的话，这一世、下一世就可以享受人天的福报。但是再幸福，再快乐，生老病死等基本的痛苦是没有办法解决的。

另外一个选择是从现在的世界进入另外一个世界，停留在其中。这样，现实生活中所发生的事情，生老病死的痛苦、烦恼不会影响到你，因为你已经不在这个世界当中了，就像移民成了其他国家的人一样。



进入另外一个世界后，这个世界当中不存在生老病死。能够停留在这个世界上，就可以断除所有的烦恼，从此以后，就不会有这些痛苦。修行解脱的原理就是这样的，非常重要。

接下来说“若见性，旃陀罗亦得成佛”。如果旃陀罗开悟的话，那他也可以成佛。印度有四种阶级，从几千年前到现在都是这样。现在这种阶级的概念没有最早的时候那样严重，但仍然存在。

印度最底层的阶级当中，有很多从事各种各样职业的人，其中更加下贱的人，男的叫作旃陀罗，女的叫旃陀利。他们的职业就是杀生，在屠宰场里面杀各种各样的动物，比如杀鸡、杀鸭等。一旦投生到这种家庭，一辈子就是这样，没有办法改变。佛陀在世到现在，接近三千年了都是这样。

“问曰：旃陀罗杀生作业，如何得成佛”？旃陀罗不是以杀生为业的吗？他一辈子杀这么多的众生，怎么可能成佛？

“答曰：只言见性，不言作业”。旃陀罗一辈子杀生，他当然非常非常难见性，很难开悟。但假设旃陀罗开悟的话，他也可以成佛。



不论性别、种族、阶级，只要能证悟就能成佛

那旃陀罗到底会不会证悟？当然有可能证悟。他过去以杀生为业，但他放下了屠刀、忏悔，再去学佛，那么这一生当中，他也有可能证悟。

所以佛教，尤其是大乘佛教是非常非常开放的。当初佛陀转法轮的时候，僧团当中有各种各样的人，印度四种阶级中的人都有。到现在印度最底层的这些老百姓，他们都很想学佛，很向往佛教，但是也有各种各样的阻碍，也有很多很多客观的因素。

印度的四种阶级中有一个是婆罗门，印度人认为婆罗门是上层的贵族。印度教以及很多宗教的信徒，尤其是修行人，都是高贵的婆罗门。佛教的僧团里面各种各样的人都有，最底层的人也很多，所以经常被外道嘲笑。

但是佛陀认为性别、种族都不重要，重要的是人的智慧、慈悲心和修行。所以，佛教的僧团以智慧、慈悲、修行为主，不会以种族为主，这就打破了印度当时的阶级观念。小乘佛教就是这样。



大乘佛教更加地开放，同性恋、性工作者能不能学佛呢？当然可以。可以证悟，也可以成佛，都是可以的。这不是我说的，佛经有这样的记载。只要能够证悟，不分性别、种族、阶级。只要能够证悟自己心的本性，那就是有大智慧。只要有这个智慧，谁都可以成佛。

所以讲“只言见性”。我们现在只说证不证悟，不说其他的。如果能证悟，那么过去他有再大再多的罪业，像十不善、五无间罪等等罪业，只要见性，所有的罪过当下就会清净。所以只谈证悟，不谈业障。

问题是，如果业障太深重的话就不能证悟了。那怎么办呢？密法就有办法。过去造了严重罪过的人也可以证悟，他通过金刚萨埵这样非常殊胜的修法，可以忏悔过去的杀盗淫妄、五无间罪等所有的罪业，清净了以后，就可以证悟了。只要证悟，就可以成佛。



我们要知道，如果业障深重的话，确实证悟不了。怎么办呢？刚才讲了，有办法——发菩提心。发菩提心就积累了很大的福报，能清净很多很多的罪过。再加上金刚萨埵的忏悔方法，把过去的罪业都清净了以后，他同样可以证悟。所以在密法里面，像旃陀罗这样的人更有希望证悟。

“纵作业不同”，即便过去造了很多很多的业，但是现在想证悟，往证悟的方向努力用功的人，跟不想证悟的人相比，比如同样是杀盗淫妄，但是业的轻重不一样了，所以就叫作“纵作业不同”。

什么不同呢？轻重不同。过去造了很严重的罪，如果能够证悟的话，那这些罪过当下就清净了，因此跟其他人的罪业不一样。

“一切业拘他不得”，证悟了以后所有的业不会对他有影响。也就是说，证悟了以后，他不会造任何新的业。

这是什么时候的事呢？初步的证悟，我们这一生当中努力的话也可以达到，只是境界不是很高，那么这时候会不会造业呢？开悟的人也会生气，为什么呢？虽然他开悟了，但是证悟的力度和智慧还有点弱，有时候控制不住烦恼，所以也会生气，就会造业。

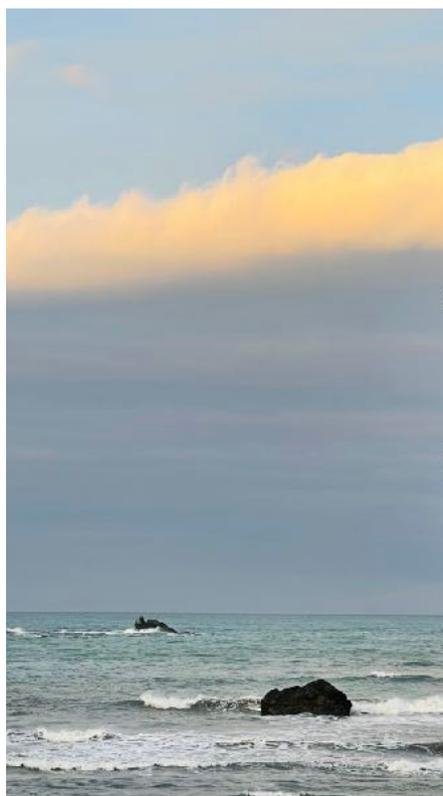
所以，我们虽然证悟了，但是证悟的境界不是很高的时候会造业的。但是证悟以后继续修，这个境界提升到一定程度的时候，基本上就不会造新的罪业了。尤其是证得了菩萨的一地，从此以后，彻底不会造新的罪业，只有过去的罪业，所以“一切业拘他不得”。



没有证悟就会有执著，有了执著就会造业，造业就会继续轮回

造业要有几个基本的条件。证悟的境界比较高的时候，不具备这些基本的条件，所以表面上看他造业了，实际上还不是业。或者他跟别人一样造业了，但是他的业不一样，前面讲的“纵作业不同”也是这个意思。

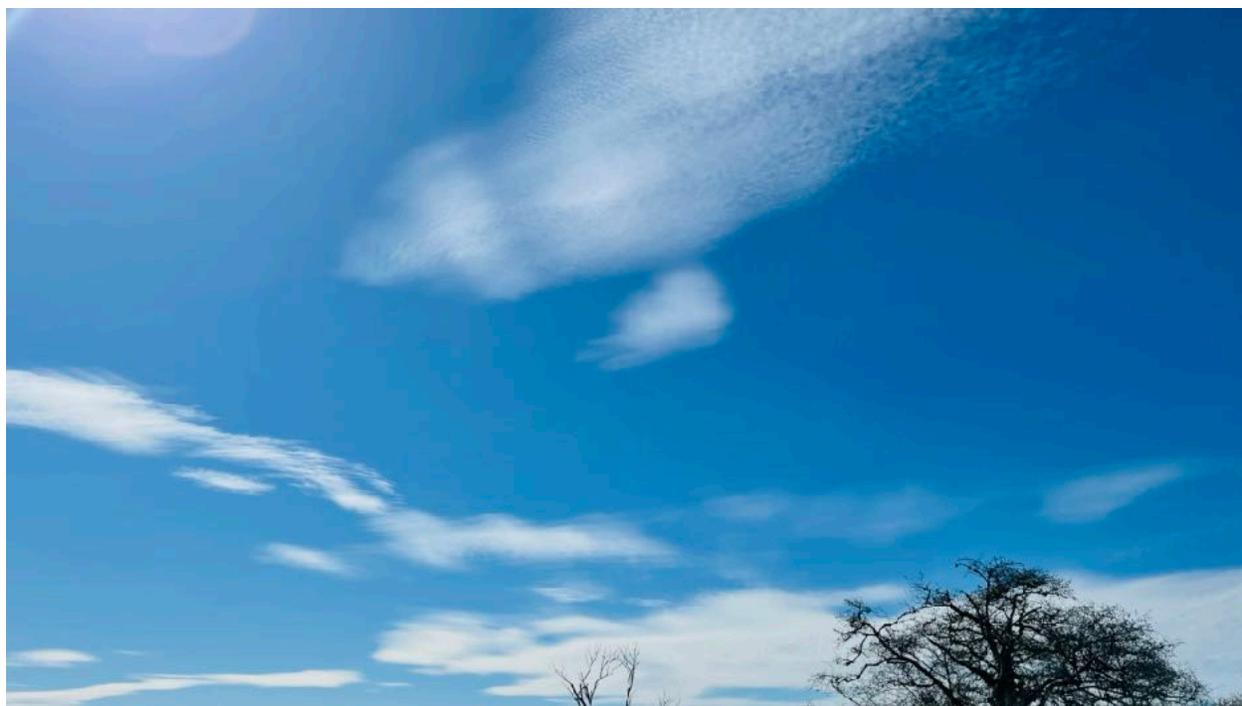
所以只要能够证悟，然后再继续努力的话，一切都好办。过去的业再重也有办法，未来也不会造罪。即便造罪，也跟没有开悟的人的罪不一样，轻重不一样，这个业不能影响他，所以是“拘他不得”。



“从无始旷大劫来，只为不见性”，我们从无始以来，成千上万次生死轮回，是什么原因呢？因为我们没有证悟，不见本性。“堕地狱中，所以作业，轮回生死”，堕在地狱当中，就是因为没有证悟，所以造作了各种各样的业。

造作了善业，就在人、天人、阿修罗当中，依然是轮回；杀生、偷盗，堕入地狱、恶鬼、旁生三恶趣当中。当然我们造善业、恶业有很多很多的原因，但最根本的原因就是因为没有证悟。没有证悟就有执著，有了执著就会造业，然后就是轮回。

“从悟得本性，终不作业”，如果我们证悟了，从此以后永远都不会再作业了。达摩祖师的论典因为文字不多，所以讲得不是很细致。详细讲的话，我们开悟到什么样的程度才不作业？这还要去学其他佛经才能了解。

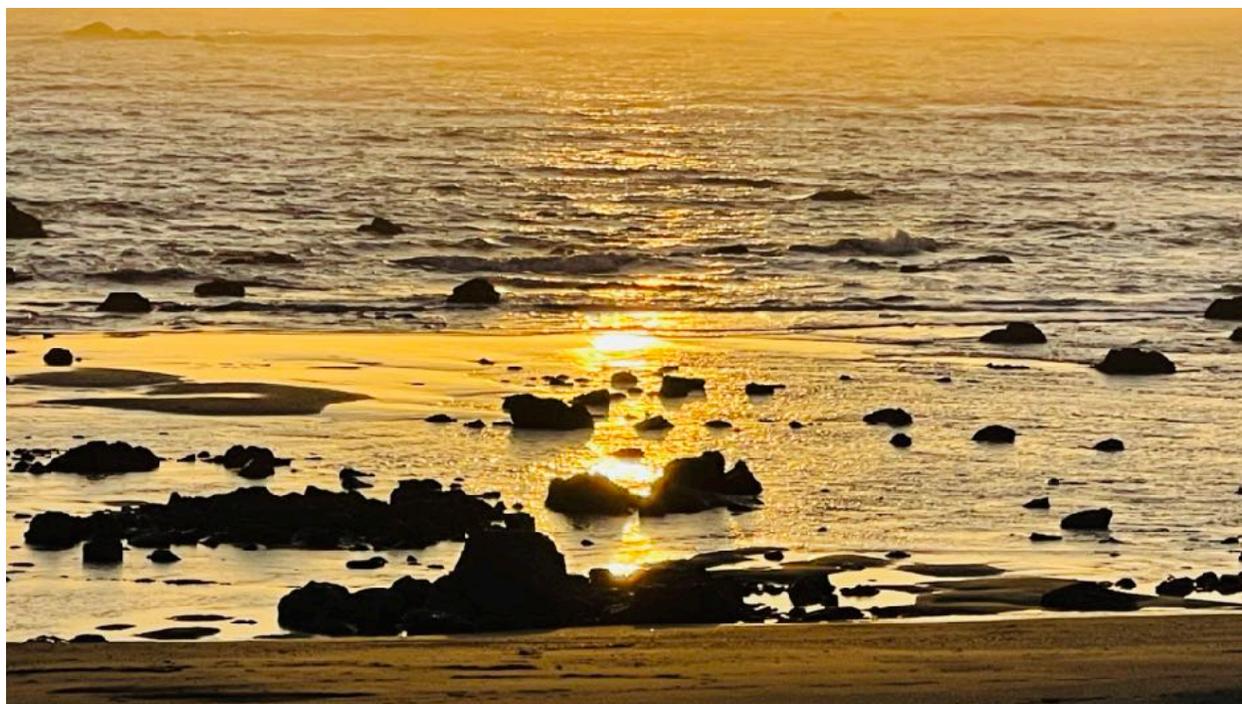


达摩祖师笼统地说，你开悟了以后不会再作业。但是不是真不作业呢？也不是，开悟了以后还会作业的，但是开悟到一定的时候是不作业的。达摩祖师

的话没有错，但是有一些细节还要深入细致地去理解。这样的话，我们对证悟了以后造不造业就会有比较清晰的理解。

“若不见性，念佛免报不得”，“念佛”代表这些为了求人间福报而烧香、拜佛以及做其他的善事。不管是念佛还是磕头、烧香，参加各种各样的法会，也不能避免轮回的果报。如果没有证悟的话，念佛也不能避免因果报应。

如果深入去了解的话，这也有一些问题。比如说，没有证悟的人，念佛是不是可以往生西方极乐世界？当然可以的。往生西方极乐世界，是不是就免善恶报应呢？是避免了。因为正常往生的人，都是一地菩萨，所以也不会有善恶的果报。那这样讲，念佛是可以避免因果报应的。



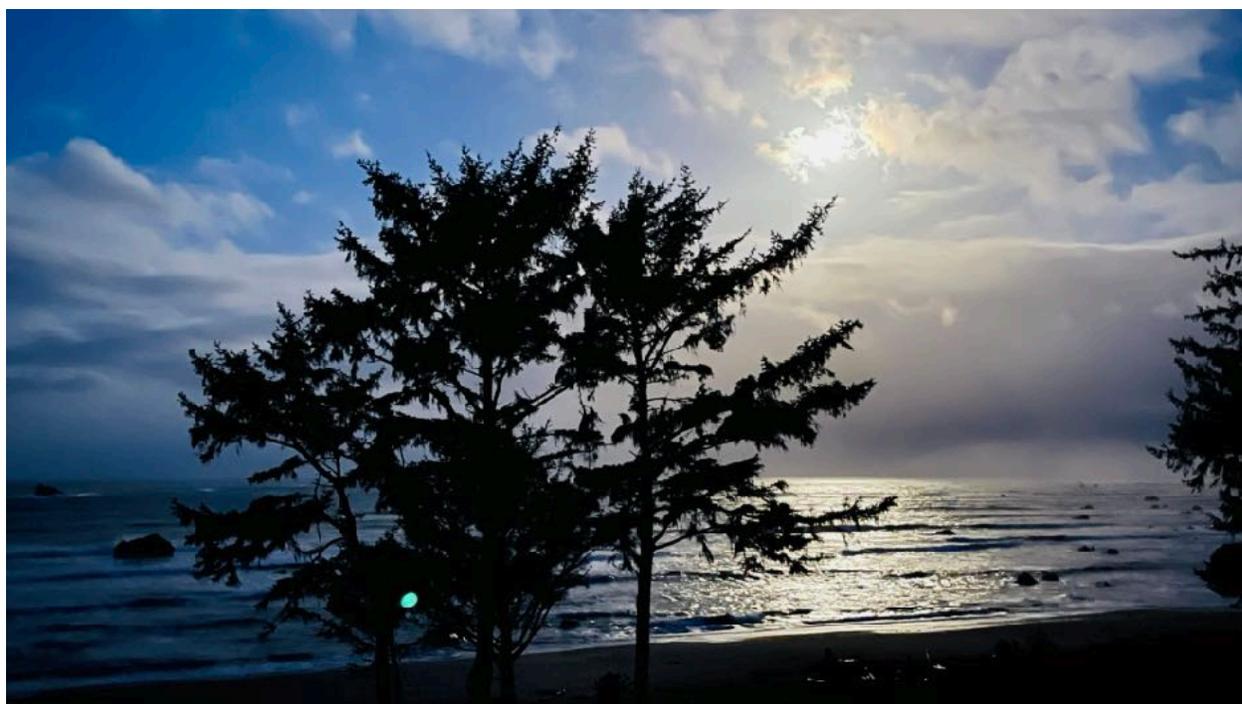
但达摩祖师的意思是说，光嘴巴念佛，如果没有证悟，不会免报的。我们念佛往生西方极乐世界，避免了善恶的果报，原因不是因为念佛，是因为念佛

得到往生，往生了就是证悟了。所以，免报是因为证悟了，而不是念佛。光是念佛还不能免报。

“非论杀生命”，如果我们不证悟的话，念佛都不能免报，更何况杀生。或者我们接着前面的意思来理解——我们不去谈论杀不杀生，只谈证不证悟，为什么只谈证不证悟呢？如果证悟了，过去杀生的罪过是可以清净的；未来证悟了以后他不会杀生的。如果杀生，也是因为慈悲心，为了救更多的人，这种杀生本来也没有罪过。

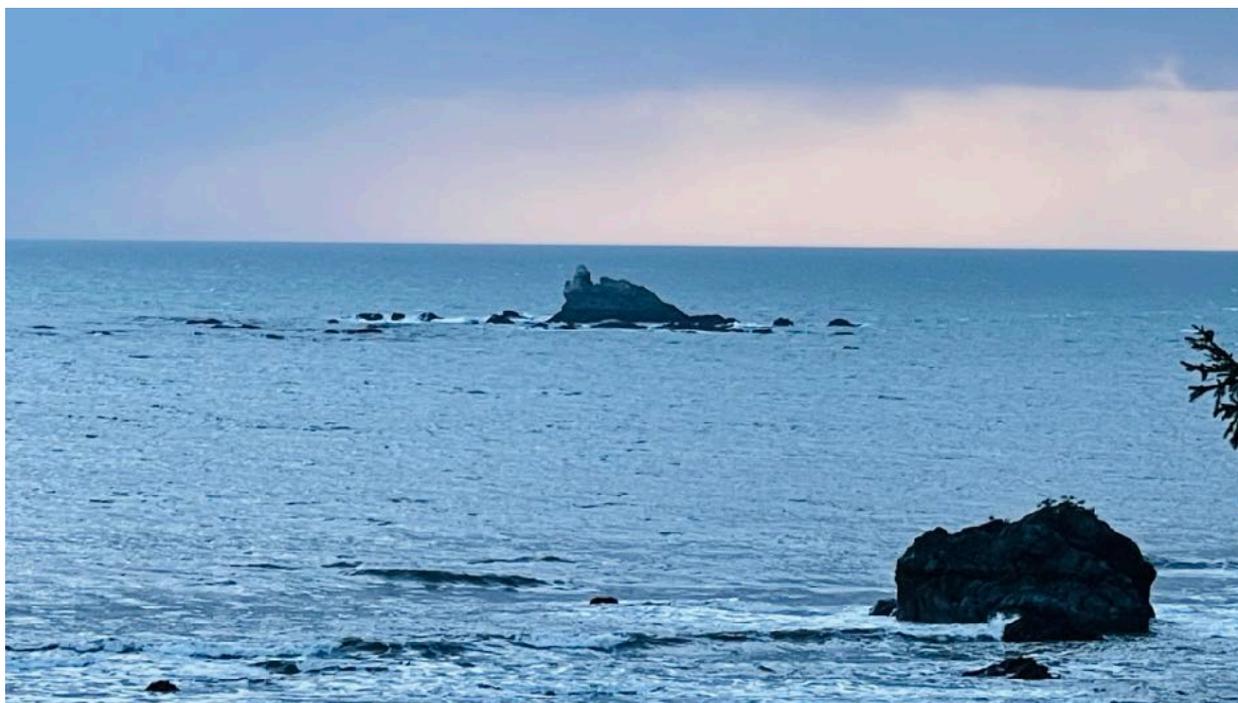
“若见性，疑心顿除”，我们对证悟或者是本来清净有疑心，是因为我们没有证悟，没有明白它的真相，所以才有疑心。证悟的时候，这些疑心瞬间就可以铲除。

瞬间铲除，也有一些细节问题。就是说，我们初步证悟的时候可以断除一部分的疑心，比如自己去喝水，亲自尝到了水的温度，那我们对水是热是冷不会有疑心。



证悟的当下，我们对自己心的本性有非常清楚的了解，所以当下就解决了一部分的疑心，但这还不是全部的疑心。其他的疑心在我们心里根深蒂固，当下不可能全部顿除，要通过修行一步一步地去断除。其他的烦恼也都是这样。

“杀生命亦不奈他何”，他过去造了很多很多杀生的业，但是他已经证悟了，所以这些业也没有办法控制他。因为他已经超越了因果，证悟了因果的本质，所以无论是杀生或者是偷盗的业果，都不会影响到他，就是这样。



心的本性光明涵盖了所有众生的每一个念头

所以，无论杀盗淫妄什么样的果报，只要证悟了以后，对他都不会有影响。

忏悔的方式，佛经里面讲了大概五种，其中最殊胜的忏悔方法是什么呢？就是证悟空性。证悟空性的话，过去的所有罪过当下就得到了清净，根本就不会产生影响，所以特别有意义。

虽然大圆满讲空性的这一部分，确实跟禅宗讲的没有什么区别。但是大圆满的方法比禅宗要多得多，比如有梦瑜伽，就可以把白天的修行境界带到睡梦中，然后二十四小时昼夜不断地修行。

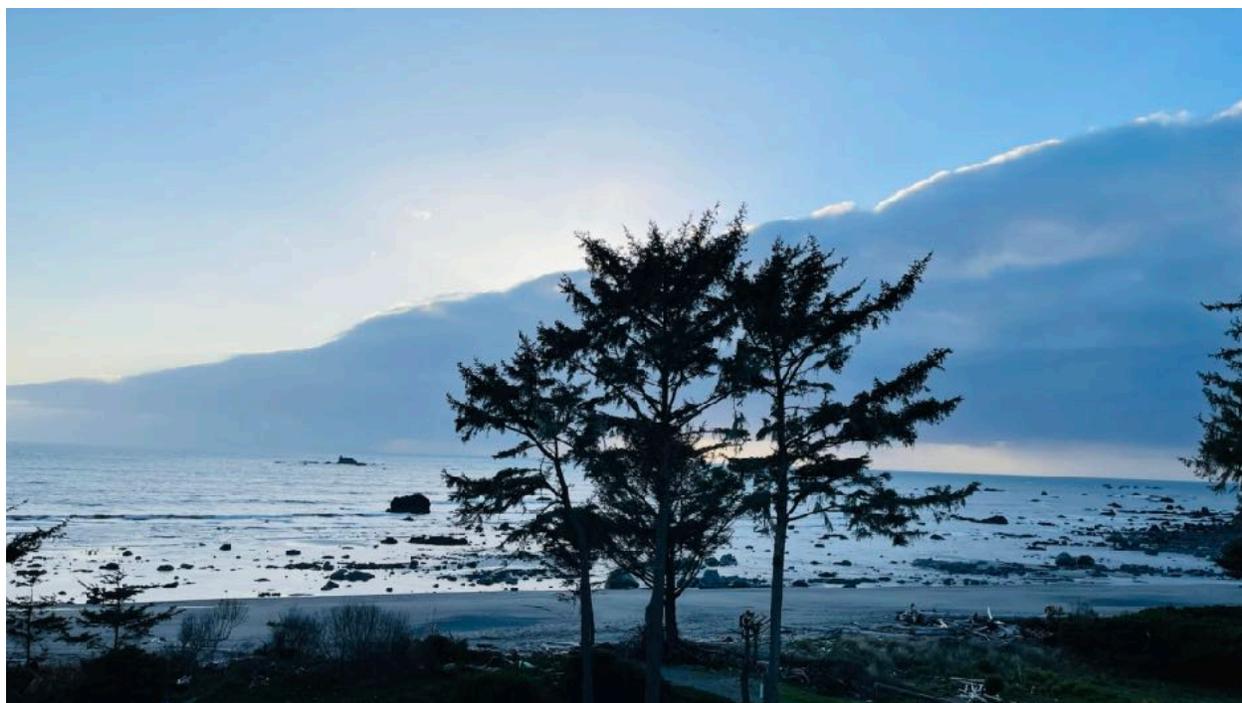
大圆满有很多方法，所以一个人在短短的一生当中就可以证悟，完全可以做到即生成佛。我们进一步去学习密法里面的这些方法，学到了以后去用的话就更加圆满。



“自西天二十七祖”，“西天”就是印度。达摩祖师说，在他之前，印度的禅宗法脉祖师已经有二十七位了。达摩祖师是第二十八祖。那他们讲了什么呢？

“只是递传心印”。印是什么意思？它字面上的意思是印章。过去皇帝的章，一盖了以后谁都不敢违背，任何人都没办法超越。

那这里的印是什么意思？我们证悟心的本性了以后，这就像皇帝的印章一样，任何念头都没办法超越这个境界。所有的念头，它们都在证悟的境界当中出没、产生、毁灭。



包括贪嗔痴这样的念头，没有一个念头能够超越心的本性。只要证悟了，证悟的境界当中任何一个念头，再坏的念头，愤怒、欲望等等念头也是没办法超越的，都跑不掉。证悟以后，心的本性就是这样。

另外一个理解，还没有证悟的时候，任何众生的心都离不开心性的本性光明。比如地狱众生，再愚昧的众生，他们的心也是没办法超越光明。心的本性光明涵盖了所有众生的每一个念头，所有众生的每一个念头都不可能超越这个光明。心的本性光明是没办法突破的，它就像皇帝的印章一样，大手印的“印”和这里的“心印”是一个意思。

“传递心印”，这个心印是什么呢？就是开悟的境界。印度的二十七代祖师们一代一代传下来的就是开悟的境界、心的本性。

“吾今来此土，唯传顿教大乘”，达摩祖师说我来到中国，主要目的是来传播大乘佛法最顶尖的法——也就是禅宗的法。“即心是佛，不言戒、施、精进、苦行”，这个最顶尖的心法——心就是佛，不讲持戒、布施、精进……不讲六波罗蜜。

不言不等于否定。我们也讲过，达摩祖师的这个法门是不是就不需要持戒，不需要布施了？当然不是。它不是不需要持戒，那为什么不言呢？因为不需要言了，大乘佛教、小乘佛教都在讲布施、精进、持戒……那么达摩祖师就不需要再讲了。

所以，达摩祖师就是来讲最顶尖的这一部分。剩下的，佛经里面已经讲了很多了，所以他不讲这些。比如大学教授说，我是来教大学生的，那么关于小学、中学的这些课程我不讲。他不讲不等于否定，只是不讲而已。为什么不讲呢？因为这些小学老师讲了，中学老师讲了，不需要他来讲。

实际上达摩祖师其他的论典当中，虽然没有强调，但是也讲了持戒、精进、苦行，也不是完全不讲，因为主要的内容是顿教法门。

轮回的根源不在肉体上，而是在意识上

“乃至入水火”，入水和入火这两个是外道苦行的方法。佛陀的时候，有一种外道苦行的方法是四周烧大火，中间烧一堆火，人跳入这个火坑里面烧死。他们认为人烧死了以后可以升天。理由是什么呢？他们认为是两个原因造成人的轮回，一个是人的肉体，另外一个就是人的精神。如果破坏其中任何一个，就不会再轮回了。因为有这种错误的观念，所以外道当中有各种各样的苦行。

佛教没有这样的苦行。佛教所谓的苦行，顶多就是闭关修行的时候，食物、衣服稍微少一点，生活过得稍微艰苦一点。这也不是刻意地去过艰苦的生活，是因为物质条件所限。修行人不想为了物质生活花费太多的时间，这也是他自己的选择，因为多数的时间就用在修行上面，物质生活自然要过得艰苦一点。佛教所谓的苦行最多也就是这些了，根本就没有什么入水、入火。

佛陀时代的外道，有很多以自杀的方式结束自己生命，他们认为这就可以升天。不仅仅是佛陀时代，近代都有这样的。佛教不赞成这样、不倡导苦行。刚才讲了，佛教最大的苦行是什么？就是过艰苦的日子，吃得少一点，用得少一点。外道有很多各种各样的苦行。从佛教来看这些苦行是没有用的，但是从他们信仰的角度来看，他们认为这是一种修行。

佛教认为再怎么样折腾肉体都不会解决轮回的问题，因为轮回的根源根本就不在肉体上面，是在人的意识上面。如果你意识中有智慧、有慈悲心，那你不需要苦行就可以轻轻松松地解决所有问题。否则，你折磨身体，过各种各样苦行的日子都没有用。

之前也讲过，大乘佛教非常人性化和开放，连小乘佛教都讲生活不要堕两边。两边的意思是，一个是刻意地去过非常奢侈的生活，这是一个生活的极端；另外一个是有吃有穿，根本没有必要去过艰苦的生活，但是他认为应该过艰苦的生活，艰苦的生活可以让他解脱，这也是一个极端。佛教不赞成这样。



佛教对生活方面的态度是随缘。如果你本身就有这些条件的话，那你完全可以过非常好的生活。非常好的物质生活和你的修行不矛盾。如果你本来就没有这么好的条件，那你尽量地少欲知足，不要在物质生活上面花太多太多的时间，尽量地简单化。

当然一些基本的生活条件不可能没有，自己要创造这些基本的生活条件。基本的生活条件解决了以后，为了攀比，为了满足自己的虚荣心，去追求奢侈的生活，就没有必要了。随缘就是这样。达摩祖师也讲过，这种生活非常合理。

“登剑轮”，“剑”，很锋利的刀。踩刀上面或者是手去抓刀，让身体手脚都受伤、流血。

这种外道的苦行，比如说睡在布满铁钉的木板上，还有很多很多的苦行。虽然这些苦行现在不是很多了，但是也还存在，其中就有入水、火，还有登剑轮这些。整个佛教都不倡导这种苦行，达摩祖师更不会倡导了。



“一食卯斋”，“卯”就是早上。早上吃一餐或者是日中一食，其他时间都不吃，反正二十四小时就吃一顿，这也是一种苦行。“长坐不卧”，长时间坐着不睡觉等等，特别多的苦行，说也说不完。自杀的苦行是最严重的，其次比如一日一餐，还有长坐不卧，这些也算是苦行。

“尽是外道有为法”，这些都是外道有为法，达摩祖师认为这些都没有用。我们守密乘八关斋戒时，也有日中一餐，但是本质上不一样。它不是长期的日中一餐，是短期的一两天或者是一周的时间当中，为了节省时间，多出来的时间去打坐修行。他不是刻意地去过这种艰苦的日子，他没有认为这个艰苦的苦行让他解脱。苦行能够解脱，佛教认为这是一种邪见，也是不可能解脱的。

心的本性犹如虚空

“若识得施为运动灵觉之性”，运动的时候，比如说话、做事情等等，都能够证悟。“灵觉”就是自己心灵的觉悟、本性。这样的话，“即诸佛心”，这就是佛心。行住坐卧任何时候，如果你能够安住在心的本性当中，那么这就是佛心。



“前佛后佛只言传心，更无别法”佛教没有这些入水、入火等等苦行，前佛后佛就只是传心。心是什么呢？心是证悟，证悟是智慧，所以，前佛后佛就传智慧，有智慧就能够解决所有的问题。

没有智慧，盲目迷信地去做各种各样的苦行，刻意去伤害自己的身体，刻意地不吃不喝，尤其是自杀性的这些苦行，佛教认为是一种非常愚昧的行为。持这种观点的话，就是外道的邪见。佛教不讲这些，佛教只讲智慧。只要最终的结果你证悟了，什么样的方法都可以。

“若识此法，凡夫一字不识亦是佛”如果认识到了法，或者说证悟了自己心的本性。连一个字都不识的凡夫，也可以成佛。六祖慧能大师是不识字的，所以，证悟跟学历、文化知识水平的高低没有什么直接的关系。当然学历稍微高一点，对佛经的理解、接受度会稍微高一点，在这个基础上再进一步闻思的话，那间接对自己的证悟是有帮助的，但没有必然的关系。



“若不识自己灵觉之性，假使身破如微尘，觅佛终不得也”。如果我们证悟不到自己心的本性，那么我们精进努力到把自己的身体都粉碎也没有用。这是讲用功的程度，并不是说真正的粉碎。努力的方向不对，努力有什么用呢？没有用的。我们要找到正确的方向，这样努力才有结果。方向错了，越努力就离真相越远、离证悟越远，再用功也没有用。

“佛者亦名法身”，我们平时讲的佛是什么佛呢？主要是指法身佛，还不是报身佛和化身佛。我们要知道，所有的佛，不管是法身、报身，都是从自己心的本性的角度去讲的。《坛经》讲得非常清楚，心的本性的一部分叫作法身，一部分就叫作报身，另外一部分就叫作化身。心的本性的三个不同部分就叫作三身。这样的话，除了心的本性以外，没有佛的法身、报身和化身。

另外一个，法身是心的本性；像阿弥陀佛、药师佛、金刚萨埵等等，一地以上的菩萨才能看得见的佛，叫作报身；像释迦牟尼佛，一出世的时候，所有人都能够看得到的，这样的形像就叫作化身。所以，有两种不同的三身。



“亦名本心”，佛或者法身，实际上还有一个名字，叫心的本性。这三个都是同一个意思，佛也好，法身也好，实际上就是自己心的本性。心的本性就是佛，心的本性就是法身。那这本心是什么样呢？“此心无形相”。心的本性它没有任何形相，没有颜色、没有形状、没有高低长短等等。

“无因果”。《坛经》也好，还有达摩祖师的四个论典也好，有些时候“心”要理解为我们的意识、阿赖耶识。有些时候要理解为心的本性、如来藏、佛性。这个地方就是讲心的本性。其实这两个是不矛盾的，因为我们心的本质就是如来藏，怎么讲都没问题。

“无筋骨”，它没有肌肉、骨骼，没有这些物质的东西。那它到底怎么样呢？要直接形容是没有办法的。通过一个比喻来讲的话，“犹如虚空”，就像虚空一样。很多般若佛经都在讲，自己心的本性是什么样呢？就像虚空一样。虚空不是天空，天空是蓝色的，这是因为光的作用，光和虚空不一样。

我们抬头一看，蓝天白云，蓝色的就是光，不是虚空，虚空没有颜色，也没有任何形状。但是虚空是存在的，为什么呢？如果虚空不存在，我们怎么运动呢？连呼吸都没办法呼吸。但是它以什么样的形式存在呢？它没有形状，没有颜色，没有任何相，但又是存在的。同样的，我们心的本性就如同虚空一样。

达成这四个目标就可以算是有意义的人生

我们也讲过，证悟的最低要求是什么呢？就是我们直接看到了每一个念头的本质。一个思考的念头冒出来，它正在思考的时候，就像虚空一样，没有任何实质性的东西。

很多时候我们都用水幕电影来作比喻，大家知道不管什么电影都是假的，但是水幕电影更加明显。水幕电影实际上没有屏幕，就是无数水分子，加上光的作用，然后就出现了人、建筑物等等形象，实际上没有这些的。同样，这个思考的念头或者情绪就像水幕电影一样，是没有任何实质的东西。

但是我们没有证悟的时候，感觉到念头的活动、情绪的活动非常真实。证悟了以后，依然是一种情绪、一个念头，但是看到了它的本质和虚空一样，什么时候亲身体会到了这一点，就是证悟了。这个时候，如果有条件的话可以让上师确定一下，这是不是真实的证悟。



如果实在是找不到上师就不需要找了。我们也讲过，比如有没有出离心，不需要问别人，自己也非常清楚。什么叫出离心，佛经讲得清清楚楚的；我们之前的课程也都讲得非常清楚，都是用现代人的语言来描述的，通俗易懂。

然后反过来，对比再看看我自己有或者没有，自己也非常清楚。所以有和没有出离心我们不需要让上师来认定，自己就可以认定了。



菩提心也是一样。什么叫菩提心，讲得非常清楚，而且都是通俗易懂的，理解上没有任何困难。再看看我自己有没有这样的心，有就是有，没有也很清楚，这也不需要其他人来确定。

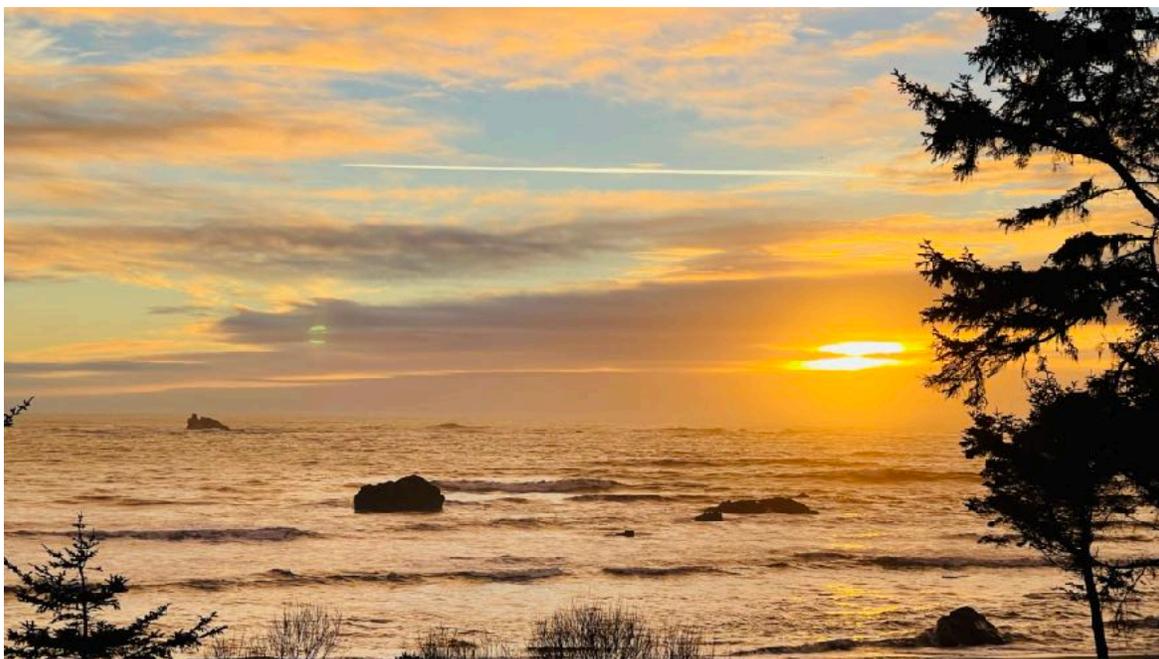
现在我们把证悟也讲得这么清楚了，讲了无数次，到底要证悟什么，什么叫作证悟。像达摩祖师和《坛经》讲了很多，但是这么多文字当中，哪个是证悟最核心的东西？我们如果没有一点大圆满和大手印的见解的话，也很难知

道。虽然《坛经》的文字不多，但是核心在哪里，真正的证悟在什么地方讲过，要找到也有一点点难。

但是我们现在讲了，讲《坛经》的时候也讲过，第一，因为是佛或龙树菩萨讲了，所以怎么怎么样，这是教条化的了解，这不算开悟；第二，用逻辑去推理，这也不算开悟。直接体会到了自己心的本性就像虚空一样，这才叫作开悟了。自己什么时候达到了这个境界就是开悟了，至少是初步的证悟。

这种初步的证悟，在大圆满里面虽然是层次很低的证悟，但再低也是证悟了。那它有什么用呢？这个证悟不一定当下就让我们放下了所有的烦恼，还需要一定的时间去训练、强化，加强它的力度。这样以后，逐渐逐渐地产生了效果，逐步地发挥了作用，然后就不怕这些烦恼了。

比如压力、焦虑、恐惧、悲伤，这些自己完全可以控制住。生老病死，最后也可以不怕了。达摩祖师口口声声讲的：任何一个业拘他不得。就是到了这个地步了，所以大家要努力。



这一生当中，我们要完成的有这么几个目标：第一是皈依，一定要有非常坚定不移的皈依心，否则没办法入门；第二是出离心，一定要有坚定不移的出离心，否则没办法走上解脱道；第三，必须要有坚定不移的菩提心，否则没办法进入大乘道；第四就是要证悟。

这四个阶段性的目标达到了以后，我们离开的时候就完全没有任何后悔，非常满意，非常感谢这一生的一切。因为这一生收获这么多，满载而归，怎么可能不感谢呢？

如果我们有福报，既能证悟又能有世俗的名利、声望、权力、地位，当然可以的，不矛盾。但不一定每一个人都有这样的福报。比如我们的修行方面非常有成就，世俗生活方面就可能不怎么样；要不就是世俗的生活过得很不错，但是修行方面一点收获都没有。

如果我们两边都能非常圆满，当然也是可以的，这要看自己的福报。但是刚才讲的这四个目标，能不能达到，那要看我们自己的努力。福报也是，福报也是人可以创造的，也不是天生的。



作为一个修行人的话，这一生当中如果有这四个基础，那我们下一世完全就可以放心了。因为我们修行的境界不是很高，投生到什么地方不清楚，但是无论在什么样的环境当中，都会主动地、自然地恢复这一生中获得的四个心：皈依心、出离心、菩提心、证悟心。这样修行会越来越有进步，所以这一生非常关键。



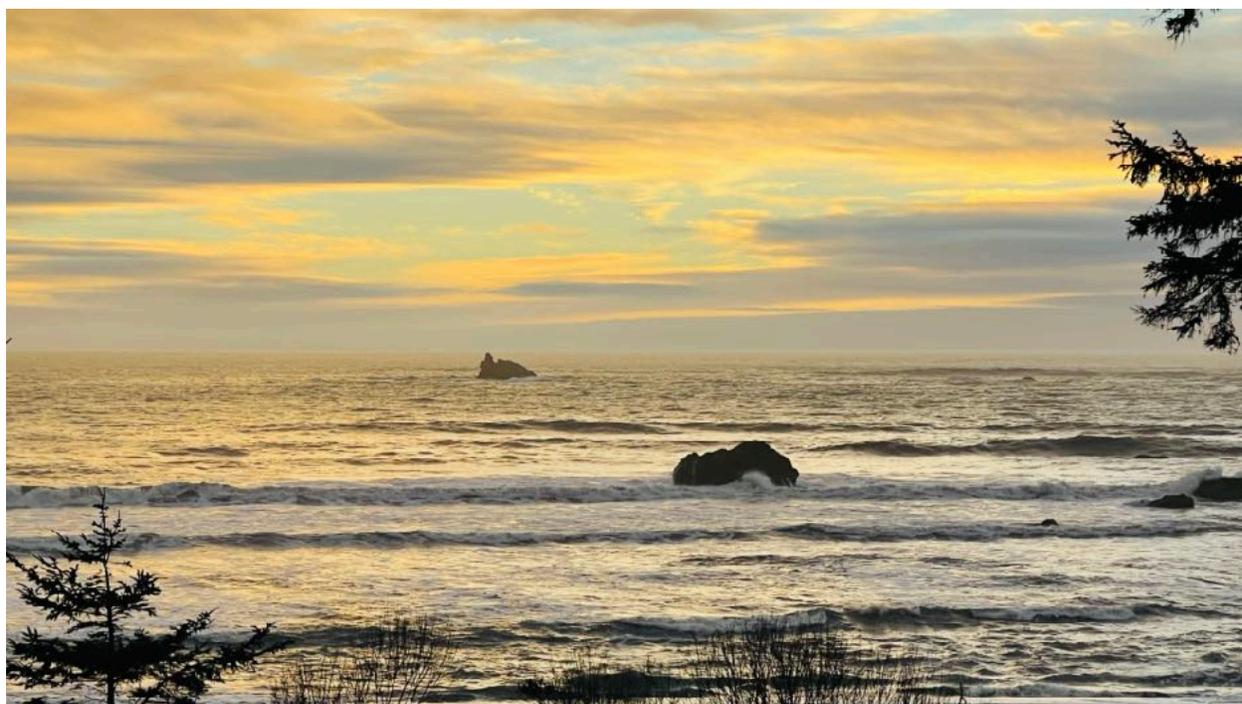
即便自己证悟了，也只继续默默修行，勿与他人讲体会

当然，我们也不要太自私，家庭的责任、社会的责任，什么都不管，全部都放下，这也是不对的。但是适当安排好时间，这是可以做到的，所以，大家一定要努力。

什么时候自己亲身体会到了“犹如虚空”，就可以说这是证悟了。但是不能去宣传。禅宗有一句话跟大圆满是一模一样的：只能说话，不能说道。和别人聊天可以，但是不要去讲自己的这些体会。

如果说了自己证悟的感觉以后，我之前也讲过，从此以后有可能停滞不前。三年五年……很长的时间当中一点进步都没有。所以修行人要低调，自己默默无闻地去修。外表上大家是什么样子就什么样子，大家过什么样的生活就过什么样的生活。当然尽量地去避开生活中一些罪业，比如杀生、偷盗等等，这样就叫作修行人。

“**取不得**”，取什么呢？虚空这样东西没什么可取的。“**不同质碍**”，“质碍”，物质的阻碍。比如手碰到桌子，因为桌子有质碍，所以手没办法穿过去。意思就是说：我们还没有证悟的时候，心里有太多太多的执著，每一个执著我们都看不透，它就让我们产生很多很多烦恼。



不同质碍是什么样？就像虚空一样，内心当中没有任何阻碍的东西，完全是畅通的。没有任何的执著，有执著就有阻碍，《坛经》就用“畅通无碍”来形容这个境界。

“不同外道”不同外道的法，外道就是心外觅佛。“此心除如来一人能会”，彻底证悟心的，只有佛。“其余众生迷，人不明了”，其余众生都是迷人、不明白。是不是证悟就成佛了？不是这样，彻底的证悟是佛。初步的证悟还不是成佛，虽然不是彻底的证悟，但也是证悟。

“此心不离四大色身中”，心的本性，表面上也离不开地水风火构成的物质身体。“若离此心，即无能运动”，心的本性是佛性、如来藏。佛性、如来藏的表面现象就是意识、阿赖耶识，还有感官的这些识。如果既没有佛性又没有意识，那这个四大构成的身体就像尸体一样，没办法运动。



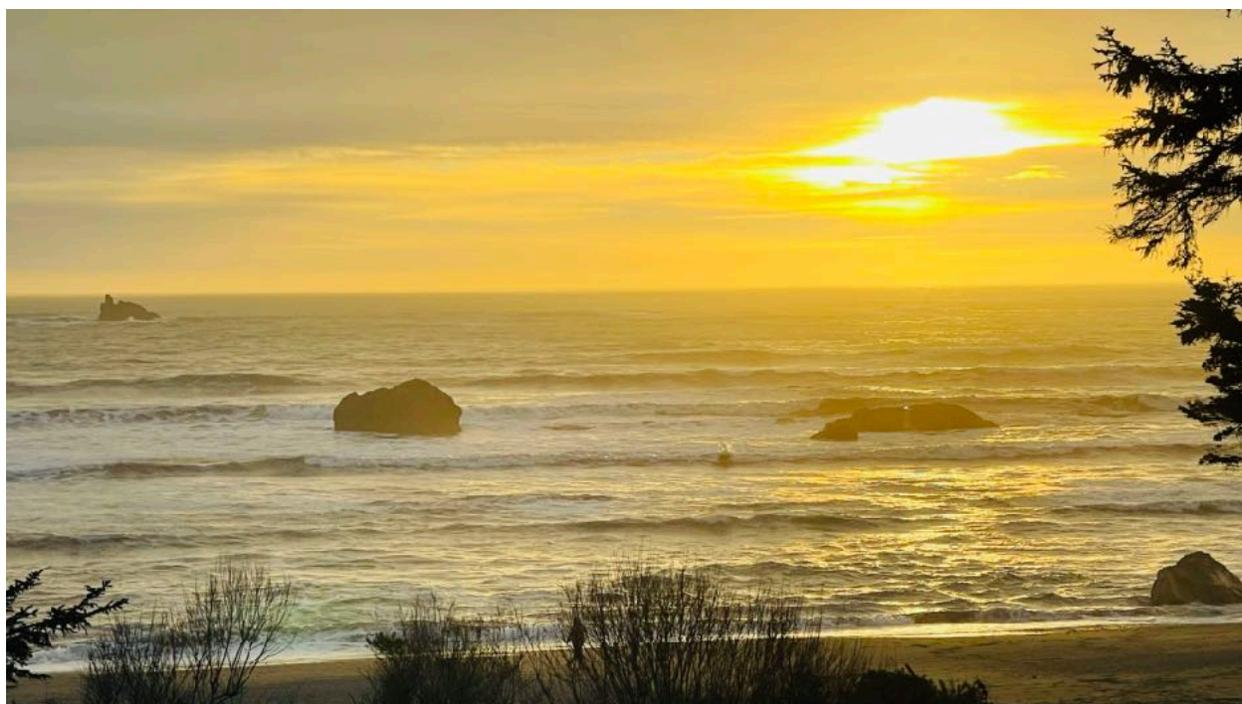
“是身无知，如草木瓦砾”，就像石头、木头一样，没有知觉。“身是无情”，我们这个四大构成的身体本来是物质，是无情物。因为有这样的心，我们人可

以说话、思考、走路、运动。如果没有这个心，那人的身体完全就是一大堆的物质。

“因何运动”，它为什么运动呢？下面就讲得比较多，再讲就超过时间了，我们今天就讲到这里。

“身是无情”，身体是四大——地水风火四种物质构成的，如果没有心的话，那它就是无情物，跟尸体一样。我们的身体当中就有这样的一颗心，这颗心的本质就是佛性。

现在我们需要找到的不是心的表面现象。心的表面现象叫情绪，二十四小时，除了深度睡眠以外，连做梦的时候都有情绪，不是找这个，要找它的本质。比如这张桌子，正常视力的人都能看到它是一个长方形，这不是它的本质。

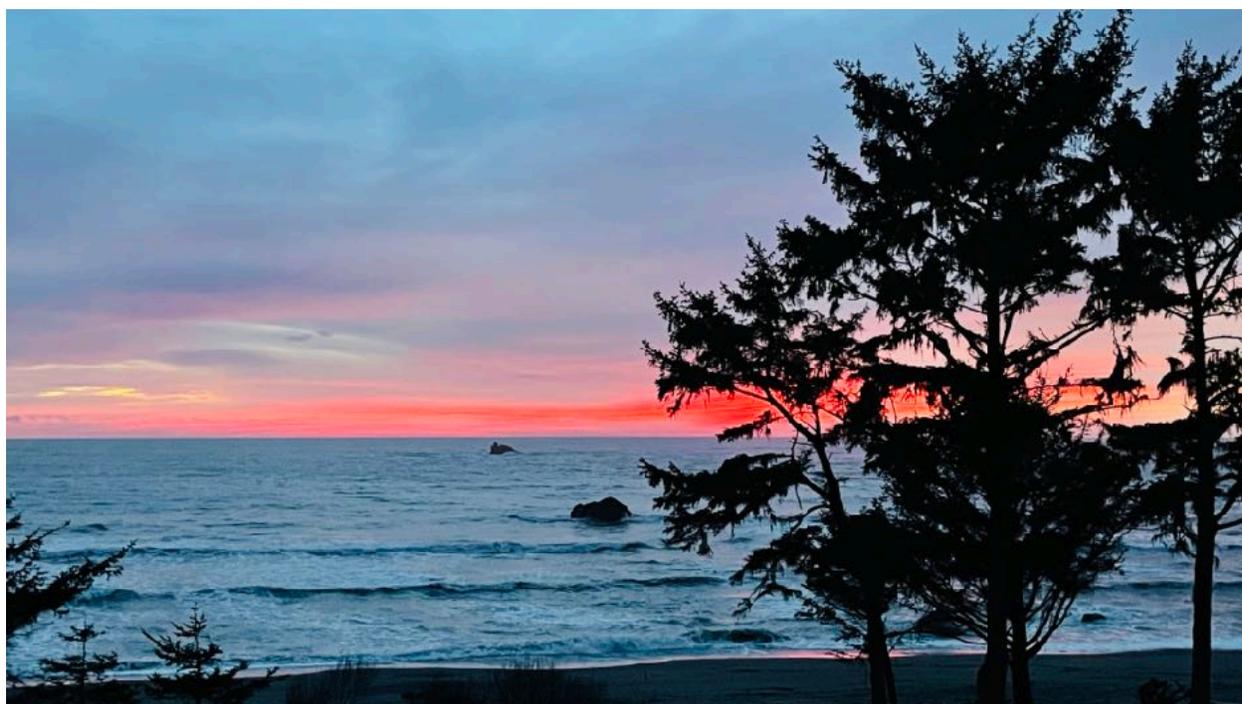


它的本质是科学家用显微镜才能够看得到，我们肉眼看到的根本就不是它的本质。因为我们的肉眼看不到，所以科学家就研制了显微镜，就能看到它的本质。

每一个人，只要往里一观照的时候，能够发现我们各种各样的情绪。像我们看到了桌子是长方形的，还不叫看到桌子的本质，同样的，我们看到了自己情绪的变化，不叫看到了心的本质。心的本质就在这些情绪的深处。

这些情绪是怎么构成的？怎么来的？它的深处是什么？一看，我们会发现它的本质。这个本质“犹如虚空，取不得，不同质碍”。大家什么时候亲身体会到了，就是证悟了。

证悟了又怎么样呢？短期之内不会有什么感受，长时间打坐以后，它就开始发挥作用，烦恼就越来越少了，慈悲心越来越强烈。这个时候我们就主动地走上解脱道了，这一生当中完全可以做到的，非常有意义，大家要记住。



多一分智慧，就少一分烦恼、罪业、障碍

问：请问上师，初步证悟，与资粮道和加行道是怎样对应的？与见道有何差别？

上师：初步证悟的话，如果是大圆满的证悟，大圆满自己有一个道，跟显宗的资粮道、加行道稍微有一点点不一样。

但是要对应的话，初步的证悟是显宗加行道的初期阶段。资粮道还停留在闻思的阶段，不会有什么证悟。证悟的时候，就开始进入了加行道。

问：上师您好。我听了好几节您讲的课，非常喜欢，但是这些课内容又十分深奥，怎样能把它应用到生活中，把它变成属于我自己的东西呢？

上师：就是要修行。修行了以后，自己证悟了，证悟了才真正变成属于自己的东西。



问：请问上师，您刚才说到证悟的当下就清净了所有的罪业。您也说过大德们生病可能有三种可能，一种可能是通过生病清除过去的罪业，这又如何理解呢？

上师：刚才我们讲了，虽然证悟当下的时候可以清净罪业，但是清净的是当下证悟所对应的罪业，并不是全部的罪业。我们不是讲过吗？证悟分十个阶段，从一地到十地，一步一步地证悟，多一分智慧的时候，就少了一分烦恼、罪业、障碍。清净全部的罪过是要通过逐步修行才能够完成。

可以这样理解，佛教把从发菩提心到最后成佛，分了五个阶段，每一个阶段就叫一个道。第三个就叫作见道，见道就是证悟。亲身体会到、看见了心的本性的时候就叫作见道。见道的时候，就会断除很多很多烦恼，但是这些烦恼还不是全部。

见道后面还有修道，修道要断除的烦恼在见道的时候是断不了的，只是相应的烦恼会全部断掉了。在修道当中，这些烦恼就分了九个。刚才我们说了证悟的十个阶段，第一个就是见道，后面剩下的九个阶段，就要一步一步地断掉相对应的烦恼。

所以无论是见道、修道，每一次有证悟的时候，都会断除一些烦恼，但不是全部的烦恼，只是部分的烦恼。

问：请问上师，我在修法王如意宝上师瑜伽的时候，闭着眼睛，就有一种和大地、房间等等内外成为一体，清澈明亮的感受，但是眼睛睁开又显现了一切。在这种情况下，应该怎么做呢？

上师：继续闭着眼睛修。

达摩血脉论十

心动了，气就会动；气动了，大脑或者其他的器官就会动

接下来继续讲《血脉论》。前面提到了，心的本性就是佛，也叫作法身。如果没有心的本性，实际上人的身体跟外面的这些石头、木头、砖头等物质都是一样的。

这里的心，主要讲的是佛性和光明的心，因为有了光明的心，有了佛性，才会有去思考、判断的意识。实际上意识的第一刹那来自于佛性；意识最原始的源头，来自于光明的心。



成佛或者证悟的时候，最后一个意识消失于佛性。所以，每一个念头来自于法界，最后消失于法界。当下的时候，也没有离开过法界或者心的本性、佛性。

我们说话、走路、做事，都需要有一种心。如果没有这个心，没办法说话、做事。这个心不是佛性，是我们的意识。但是意识跟佛性有很大的关系，实际上，意识的本质就是佛性。没有本质——佛性，当然就没有意识。没有意识的话，人的身体就成了尸体，跟外面的无情物一样。

“若自心动”，如果我们的内心产生念头，开始动，这时候是什么样子呢？“乃至语言”，我们想说一句话的时候，首先心里就会出现要表达的意思。

比如想说“佛像”，意识当中就出现抽象的“佛像”，还不是一个很具体的形象。先产生这样的念头，然后身体里气流发生变化，这个气流使声带振动空气，最后就说出“佛像”这两个字。



任何事情都是这样。我们想表达某一件事情的时候，首先心里冒出这个念头，然后再通过语言，让对方的心里也出现一个“佛像”的概念。这样的话，我表达了，别人也听懂了。

如果讲话的人心里有“佛像”这个念头，说出来以后，对方的心里没有出现“佛像”的概念，那就没办法沟通了。语言不通的情况就是这样，听见声音，但不懂含义，这没有用。

声音是一种载体，人与人之间主要的沟通是靠心，实际上就是意识。意识懂了以后，身体和大脑的某些部分才有反应。密法和藏医都讲：人认知世界的主要功能就在大脑里面。大脑里面有五百个特别特殊的脉，“五百个”不是一个具体的数字，是指有很多这样的脉。这些脉控制我们各种各样的器官，这些器官通过大脑认知外面的世界。这些在密法里面讲得非常清楚。

我们心里首先产生这样的念头，然后大脑开始运动，它为什么运动呢？就是心推动了人的气脉明点的气，让人体的气产生了变化，这个气是一种推动力，让大脑的某一个部分产生变化，这个变化最后让我们的眼睛、耳朵，各种器官去感受外面的世界，一个这样的过程。



这一切的源头就是我们的心。心动了，人的气就会动，气动了以后，人的大脑或者其他的器官就会动。动了以后，就可以感知外面的世界。如果心不动的话，没有办法感受外面的世界，所以，首先心要动，要产生念头。

先是念头，然后人的气流产生变化，气流再让大脑、眼耳鼻舌等等运动。省略了这个过程，所以就叫作“乃至”。“乃至语言，施为运动”，说话、做事、走路，各种各样的人体运动就是这样。这个运动当中包括什么呢？包括见，眼睛看；闻，耳朵听。

“见闻觉知，皆是心动”，心动了以后，眼睛可以看到，耳朵可以听见，等等。如果没有心，人体所有器官的功能立即就消失了，变成一大堆的物质，根本就没有感觉，成了尸体。这个时候，人的身体和外面所有的物质没有什么不一样。所以，这一切的源头，最重要的就是心，主要就是心。



当下任何事情都存在，但实际上什么都不存在。

这个地方讲的心，是指心的本性。实际上让我们去看、听或者说话，都不是心的本性，是心的“外表”即意识。但是意识跟心的本性有密切的关系，因为意识的本质就是佛性。

所以，念头产生的时候，就是心动，是我们的佛性在动。准确地说，也不是佛性，因为佛性不会动，但是大致上说，这些都是佛性的作用。因为有佛性，所以有这些念头，因为有了念头，所以可以感知外面的世界。

然后讲非常重要的一句话：“心动用动”。首先要了解三个要点：第一是心，第二是用，第三是动。

什么叫作心？什么叫作用？什么叫作动？这三个的因果关系是什么？我们明白这些以后，下面的内容一下子就明白了。如果弄不清楚，比较模糊的话，那根本就不知道在说些什么。

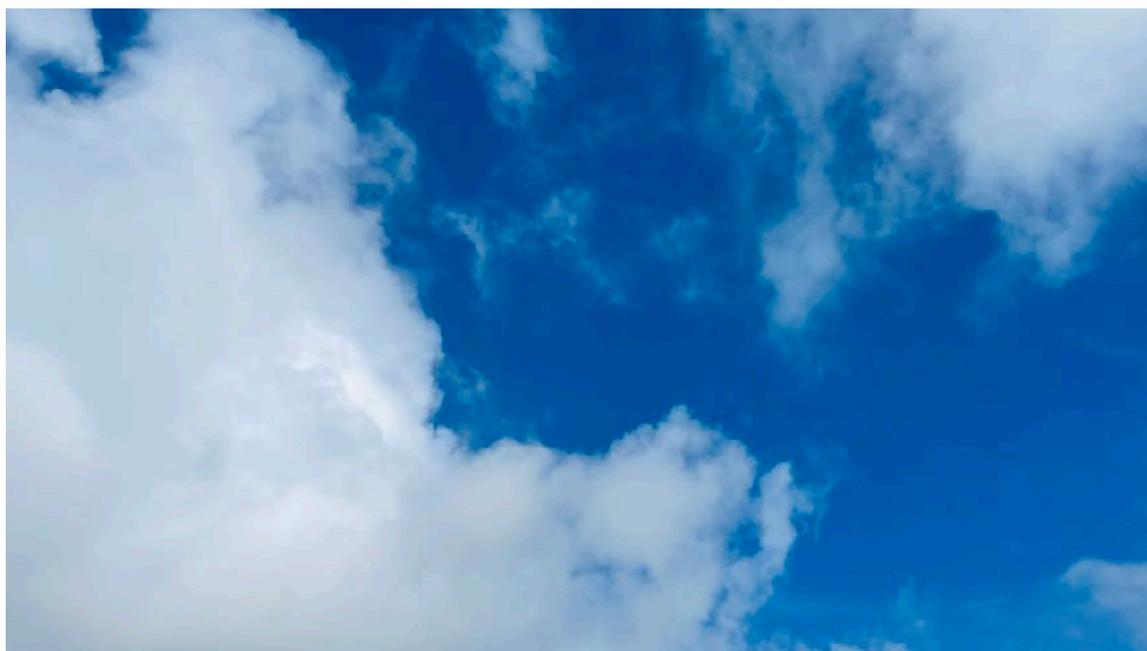
后面的内容把心、用、动这三个字换来换去，说了一大堆，这些字最终表达的意思是什么？我们要有一个概念，这样就很容易理解了，否则的话就弄不清楚。

首先，达摩祖师说，从日常生活或者从世俗谛的角度讲，我们有说、有听、有运动，这些都有。但是从心的本质的角度去看，从来没有运动过，从来没有说过话，从来没有做过任何事情。这是大乘佛教里面一个非常重要的内容。

当下任何事情都存在，但实际上什么都不存在。说话、做事，还有我们看到的所有一切，从世俗的角度讲，全部都很真实，但是在我们眼里非常真实的东西，根本不存在。

就像《黑客帝国》这部电影，主人公在大街上看到的建筑物、男女老少，每个人穿的衣服、带的包、开的车，跟现实生活一模一样，没有任何区别。但是他看到的这些人、这些车，他当下感受到的世界本就是不存在的，全都是电脑的程序。

有和没有，实际上是同时存在的，相互不矛盾，大乘佛教中这叫作现空无别。现是什么？就是各种各样的现象——我们看到的、听到的、感觉到的一切，包括人、动物、植物，还有其他大到宇宙，小到一粒微尘等等东西。所有的东西在我们的感官里是存在的，有因有果，有善有恶，有天堂有地狱，有现实生活，有我有他，什么都有。



但是这一切，从本质上讲的话，当下并不存在。比如行善的时候，本质上没有行过什么善；造罪的时候，本质上从来没有造过什么罪。达摩祖师要表达的就是这个意思，这是主要的内容。

其次，心是什么？心是指光明的心。光明的心是什么？就是佛性。佛性就是如来藏，也就是心的本性，这里讲的心，不是意识。

心、动和用，如果把心理解为意识，也都能解释得通。但这样的话，它的内容就不深，很浅显。所以不能这样理解，要把心理解为佛性、光明的心。

动，是运动。然后，用是什么？用是作用。《坛经》也讲过，用就是它发挥的作用。更准确地讲，是谁的作用呢？是我们的意识，就是现在的这个心。



起风时，浪在动，海不动；心性亦复如是

最后，动是什么呢？动就是运动。佛性不会有任何变化，它不是无常的，没有因果，自然也不会有什么运动。那是谁的动？当然是意识的动。因为意识的本质是佛性，所以有些时候，也说是佛性的动。

大家首先要清楚这几个概念，这样下面的几句话就非常容易理解，要不然就不知道在讲些什么。

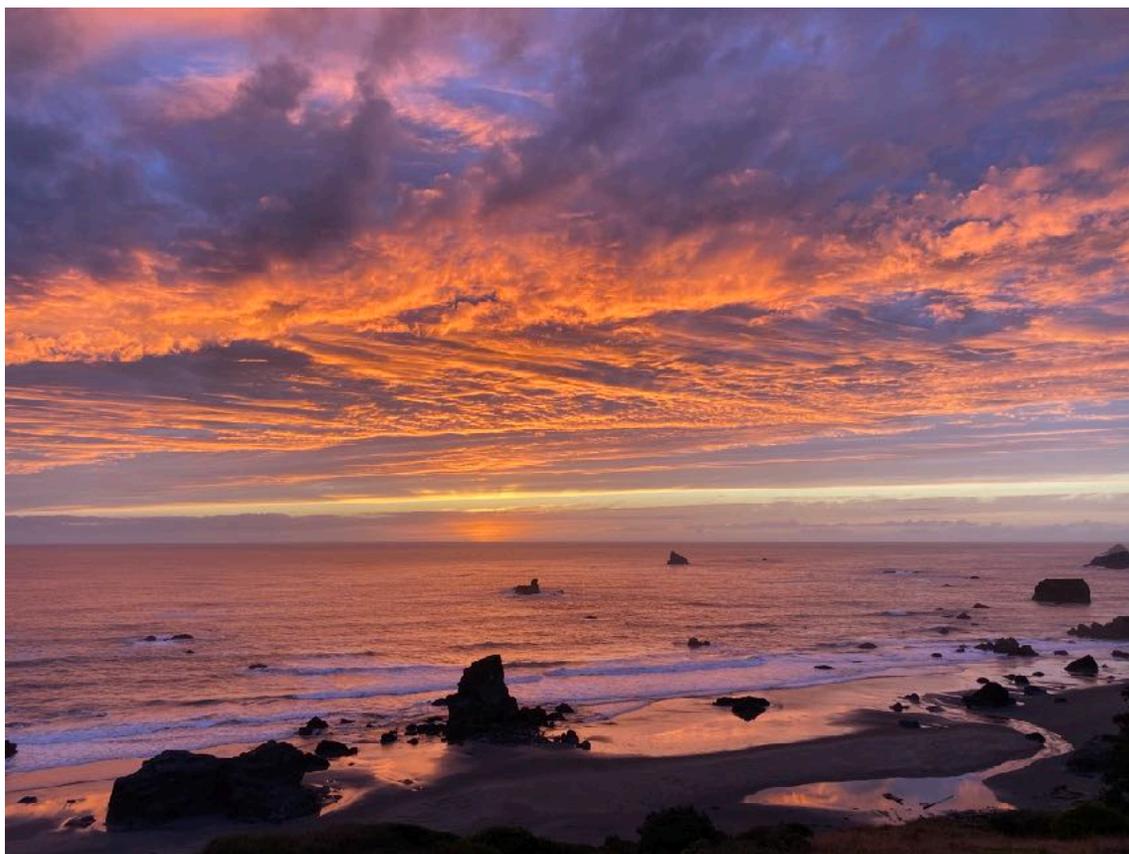
前面说“乃至语言，施为运动，见闻觉知”，全部都是心在动，所以说“心动用动”。心在动，然后作用也在动。意思是，实际上心动是作用在动，作用在动是什么意思呢？比如它先没有发挥作用，后来发挥了作用，最后这个作用产生了效果，然后它自己消失了。这么一个从诞生到最后消失的过程，就叫作动。动就是运动，所以“心动用动”。



心运动的时候，可以看得见、听得见，能够说话、做事。心如果不动，我们没办法走路、说话。实际上心动就是用动，就是在发挥作用，作用的发挥就叫作用动，“心动用动”，就是这意思。

“动即其用”，动是起心动念。谁在动？意识在动。意识即其用，“其”是前面讲的心，心就是佛性、光明、如来藏。意识就是心或者光明的作用。

我们用几个比喻来理解。第一个比喻，光明的心就像大海，动是大海的波浪。刮风的时候，风跟海面摩擦产生浪，这个浪好比是我们的意识。



谁在动？不是大海在动，是海浪在动，但海浪离不开大海，是大海的一部分。所以海在动还是浪在动，怎么讲都可以，但准确地说，浪在动，海不动，这就是用。

通过这个比喻让我们明白，我们所有的见闻觉知，都像海浪一样，是表面的现象，实际上是心的本性的作用，也可以这样理解。

第二个比喻，古筝有很多弦，不振动不发出声音，振动就有声音。振动的时候，只是琴弦在振动，没有别的振动了。真正发出声音的是琴弦，还是振动呢？实际上两个都是。如果没有弦，怎么可能有声音呢？如果弦不振动的话，有没有声音呢？也没有。

琴弦好比是心，心就是佛性、光明的心；它的振动就好比是动，同时也是用。琴弦的振动是它的作用，因为这个作用是运动，最后就产生了声音，这个声音就是我们的语言。通过这样的比喻让我们明白，所有的这些见闻觉知都来自于心的本性。



反过来讲，我们正在见、正在听、正在做事情的时候，本质上没有这些。比如海面上波涛汹涌的时候，只是海面的一部分水在动，但是海底的大部分海水如如不动。同样的，心的本性，没有烦恼、没有抱怨、没有悲伤、愤怒。

就像琴弦振动发出声音，实际上这条弦没有声音，只是弦振动的时候，影响了周边的空气，空气波传到我们的耳朵里，振动了耳膜以后，就产生了声音。弦本身没有声音，因为它的振动产生了一个效果，这个效果就叫作“用”。“用”就是作用，具体发挥作用的就是振动。

反过来说，比如说我们心的本性是琴弦，然后发挥作用的是什么？就是意识，还有眼耳鼻舌身这些知觉。心的作用就是运动，有了运动以后，见闻觉知就像古筝的声音一样产生了。

所以说，“动即其用”——“动”是眼耳鼻舌身等识，还有意识，它们的一切运动；“其”就是前面讲的心；“其用”就是心的作用。它们都是心的作用。琴弦的振动是琴弦的作用，没有这个振动就没有声音；当然没有琴弦，也没有了振动，源头就是琴弦。同样的，我们现在的意识，见闻觉知，全部的来源是心的本性，即光明的心。



烦恼为什么是菩提？

“动外无心”，“动”具体是指意识。那么除了意识以外，有没有光明的心、佛性呢？当然没有。为什么呢？因为佛性就是心的本质，没有了心，怎么可能有本质呢？心跟它的本质是分不开的。我们可以分开思考：心是什么？本质是什么？表达的时候也可以这样分开说。但实际上没有两个，是一体的。

达摩祖师的其他论典讲得非常清楚，怎么讲的呢？比如，很冷的时候，水会变成冰，冰的本质是什么呢？本质就是水，从来都没有离开过水，因为温度低于零度，水就变成了固体；温度是零上的时候，它就又变成水，它的本质从来没有变过。所以说“动外无心”。

“动”就像水变成了冰，心还是光明的心。水变成冰的时候，有没有水呢？这个时候当然没有水。冰是水的不同形式，但本质一样。



同样的，“烦恼即菩提”这里面有非常深奥的意义。烦恼，比如像愤怒、仇恨、嫉妒、傲慢等等，就像冰的本质是水，永远都没有离开过水一样，它们的本质永远都是光明，只是我们自己没有感受到。

冰就是水，这个好理解。烦恼即是菩提也很好理解，本质上只有佛性，没有其他的。佛性本来有很多不同的功能，但在我们的眼里，这些功能变成了欲望，有变成了愤怒，有些变成了嫉妒……没有证悟的人，看到的就是这些。

实际上，因为自己的无明，看不到它的本质，看到的都是错误。就像我们用有色的眼镜去看世界，看到的不是真实的颜色，同样的，我们看到的都是愤怒、欲望。但是当我们看到愤怒、欲望、嫉妒的时候，它们的本质就是智慧、就是光明。



用一个比喻来讲。哈尔滨每年冬天都有一个冰雪大世界，其中的建筑物、人、动物，很多形象都是冰雕出来的，看起来和真实的世界一模一样，但是这些冰雕的本质就是水。零度以下，水的形式不一样了，可以雕成建筑物，雕成各种各样的形象，但实际上它的本质就是水，永远都没有离开过水。

同样的，当我们的内心充满仇恨的时候，它的本质就是光明，但最遗憾的是，普通人没有办法看到它的本质，我们感觉到的就是它的表面的愤怒。如果我们有能力感受到它本质的话，肯定不是愤怒、欲望，就是智慧、佛性光明。修行是什么呢？修行就是通过佛教的方式去训练自己。当各种各样的烦恼出来的时候，让自己有能力不看烦恼，直接看到它的本质。这个时候没有烦恼，只有光明，烦恼即是菩提。“动即其用”，就是这意思。

“动外无心”，刚才已经讲了，和冰外无水或者海外无浪意思是一模一样，海水以外，没有波浪。“心外无动”，“心”是佛性。光明的心以外，有没有一个烦恼呢？没有。我们各种各样的意识，有些时候是菩提心、慈悲心、出离心，有些时候就是欲望、仇恨，不管它的表面是善也好，是恶也好，本质永远都是光明。



除了光明的心以外，也没有动。抽象地、笼统地说，动就是运动。具体地说，谁在运动呢？实际上就是意识在运动，所以这个动就是意识。除了意识以外没有光明，除了光明以外没有意识，这不就是说：光明就是意识，意识就是光明吗？就是这个意思，所以说：烦恼即是菩提、轮回即是涅槃。



对于凡夫水可以喝，空性无法喝；但二者本无分别！

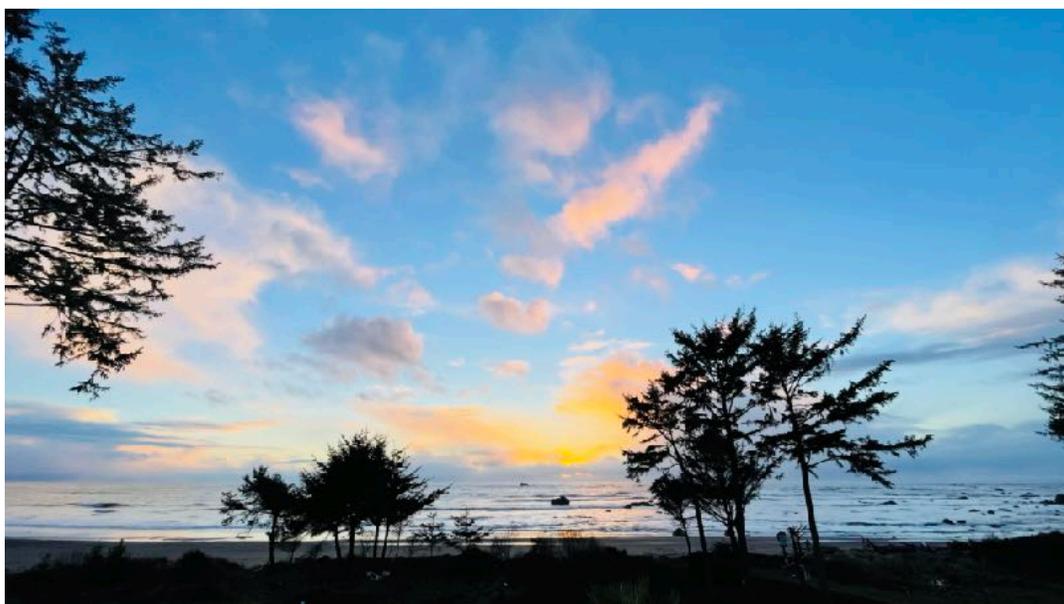
“动不是心，心不是动”，怎么理解呢？水变成冰的时候，虽然冰的本质是水，但是它的形式上不是水。水是液体，冰是固体，液体不是固体，固体不是液体。从这个角度来讲，可以说烦恼不是菩提，菩提也不是烦恼。

虽然从另一个层面来讲，它的本质是这样，但在我们世俗的眼里就不是这样。我们看到的永远都是负面的一面：仇恨、嫉妒、傲慢，它的另外一面我

们看不到。就像硬币的两个面，我们看到的是这一面，看不见另外的一面，所以，“心不是动”和“动不是心”，要这样理解。

大家要知道，实际上没有胜义谛和世俗谛，但为什么分二谛呢？因为我们还没有达到最高境界时，永远都看不到它的真实面目，我们看到的是另外一个形式，这个时候就只能这样区分。

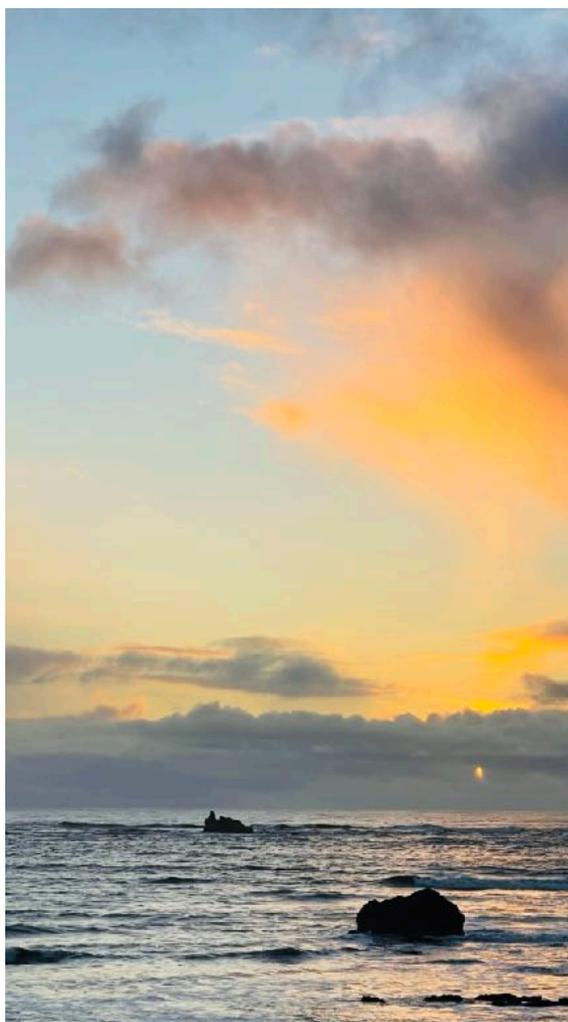
现象的部分和空性的部分不一样也要分开。为什么呢？不分的话，逻辑上很多时候也很难理解。比如水可以喝、可以解渴，这是从现象的角度来讲的。如果说空性，水当然离不开空性，但是空性能够充饥解渴吗？空性怎么吃呢？怎么解渴呢？



分开了以后，一个是现象，另外一个空性。这个时候，给我们充饥解渴的是现象，而不是空性。同样，分开的话，也可以说：心不是动，动不是心；冰不是水，水不是冰，因为水是液体，冰是固体。

但实际上，形式不一样，本质一样。所以又说回来，跟《心经》中的一句话一模一样：色即是空，空即是色；色不异空，空不异色。

这两个本质上没有区别，就是一个，但从凡夫的角度讲，就是两个，现象和



空性不能混为一谈。我们只能说，可以喝水，不可以喝空性，水可以解渴，不能用空性来解渴。但空性和水是没有证悟空性的人分出来的，实际上没有这样的分别。

为什么一会儿说这两个不是一体，一会儿又说是一体呢？这是让我们明白，在凡夫人的眼里，这两个不是一体，但本质上是一个。心、动、用，这三个字反反复复地讲，最终就是要表达“动不是心，心不是动”这意思了。

“动本无心”，“动”本来就没有心，这是从空性的角度来讲。**“心本无动”**，这是从本质的角度来讲，心就是佛性、光明的心。光明的心当然不会有运动，如果有运动的话，那光明的心就变成了无常，无常就不是佛性，因为佛性永恒，没有任何变化。所以“心本无动，动不离心”，这个就和“色不异空”是一个意思。

“动不离心”，“动”，具体来讲是我们的八识，主要是意识。它的本质不离开光明的心。这就和“冰不离水，浪不离海”是一个意思。

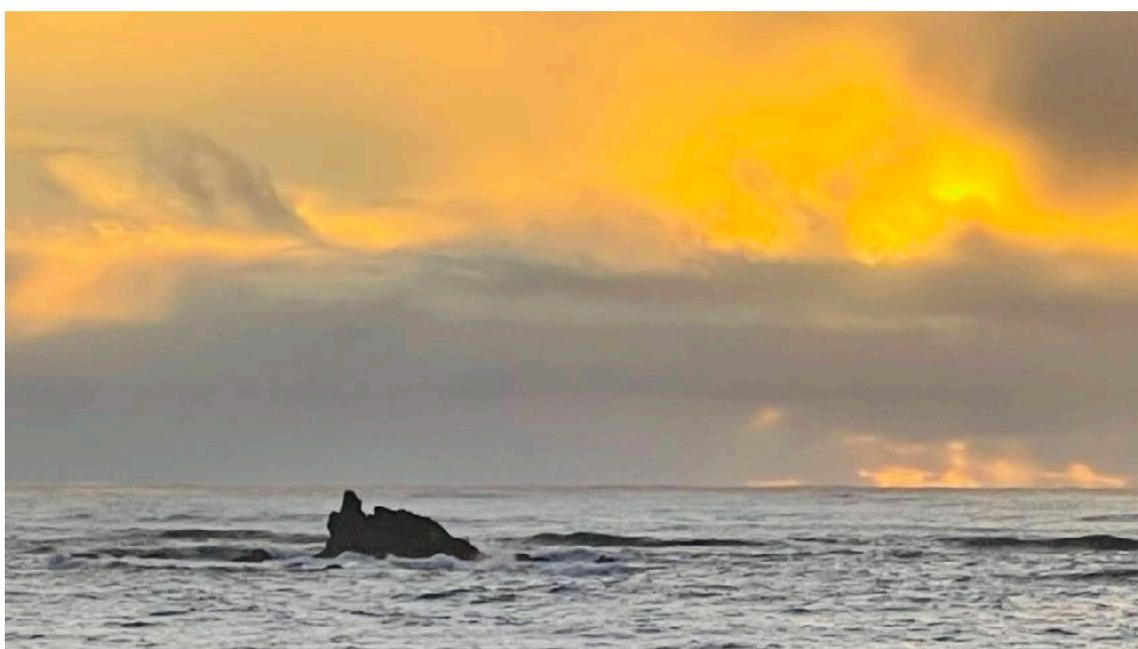
“心不离动”，凡夫有了八识或者意识的时候，心也就不离开动，因为心是它的本质。当然，成佛以后，八识或者意识都不存在了，只有光明的心，没有其他的。众生的时候，有八识或者意识，所以“动不离心，心不离动”。

“动无心离”，如果没有动，心也就离开了。意思是说，如果没有意识，佛性也就不存在了。为什么呢？因为意识的本质就是佛性，如果没有意识，怎么有本质呢？“动无”，没有动，就是说没有意识或者是阿赖耶识等八识；“心离”就是说佛性也就离开了，不存在了。

反过来说是一个意思，**“心无动离”**，“动”，就是八识；“离”就是远离、不存在。如果没有光明的心，八识当然不存在。光明的心都没有了，意识从哪里来呢？意识的本质是光明，本质都不存在了，它自己怎么可能存在呢？所以“动无心离，心无动离”。

“动是心用”，八识或者意识，是心的本性光明的作用。**“用是心动”**，这个作用，实际上就是光明的心的运动。准确地说，光明的心没有运动，但因为意识的本质是光明的心，意识有运动，所以也叫作光明的心的动。这是一种表达的方式，大家可以这样理解。

“动即心用”，八识或者意识的运动，就是光明的心的作用。**“用即心动”**，这个作用，实际上就是心的运动。



物质的微观世界，谁知道？显微镜知道；意识的微观世界，谁知道？用禅定的力量、证悟的智慧就会知道

“不动不用”，实际上没有动、没有用，动和用都是表面的现象，本质上既没有动、也没有用。

“用体本空”，为什么不动不用呢？用是意识，意识的本体是空性，实际上不动不用。在没有证悟的人的世界里，当然有动有用。

“空本无动”，空，远离所有的无常法，所以它本身不动。这是从空的角度讲，没有运动，没有用。“动用同心”，无论是运动还是作用，实际上就是心的本性。

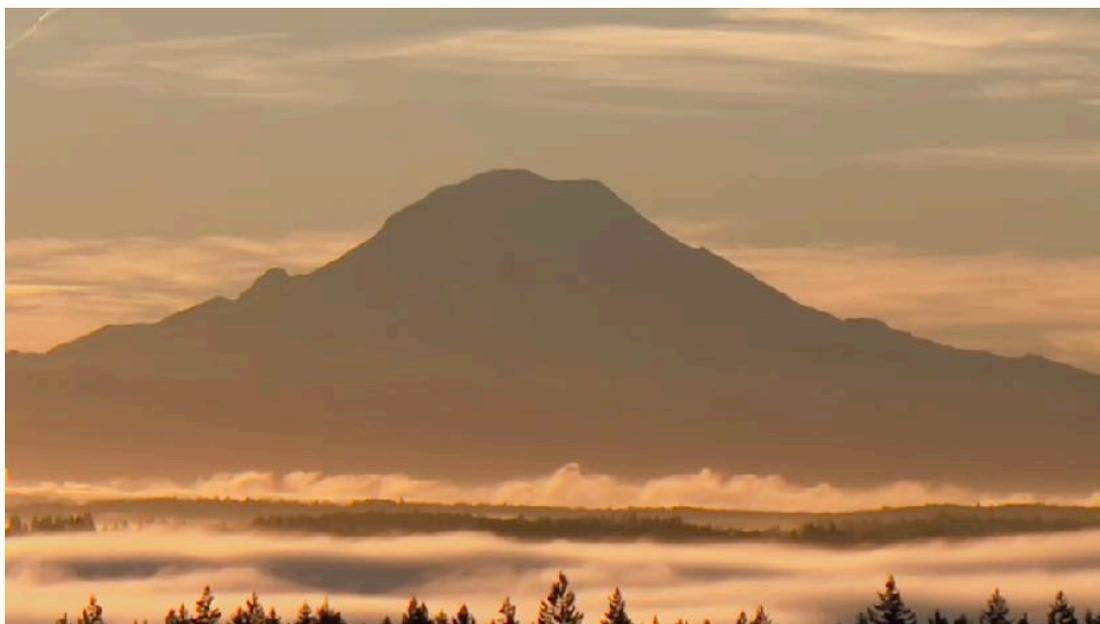
就像梦中的世界和现实的世界一样，梦是假的，现实是真的，真和假永远在一起。同样，意识也有两个不同的世界，一个是本质，即光明；另外一个现象，即假象。每一个物体也有这样两个现象。

比如我们看到的这张桌子，在现实生活当中，它是一个长方形的物体，这是它的现象。但它本质就不是这样，是什么呢？这个物体，它的本质是分子，分子的本质是原子，原子的本质是原子核和电子，原子核的本质是更小的粒子，基本粒子的本质还有更小的结构。



佛教认为，所有的本质，最后的归属是人的意识。外面所有的大大小的物体，包括最基本的粒子，都是我们内心投影出来的一个画面。现代科学最后还没有确定，但已经走得非常近了，只是最后一个问题还没有解决，他们还希望能找到一个更具体的、更基本的东西。

佛教认为，基本是相对的，没有绝对的基本。现在发现的这些基本粒子是由更小的粒子构成的，这些粒子又是更小的粒子构成的，最后一切都会变成能量。



能量是我们内心当中发射出来的一种投影，和做梦时候看到的世界一样，是自己的意识创造出来的一种错觉、幻觉，这就是佛教最终极的答案。

物体有微观和宏观之分，宏观世界中的物质，我们眼睛能够看到的属性，绝对不是它的本质。它的本质完全是另外一种结构，对这一点没有任何的争议。

同样的，意识也是一样。我们感觉到的各种各样的情绪，跟我们看到的桌子、砖头、建筑物、车子一模一样，就是一个表面的现象。砖头和建筑物不是物质真正的、本来的面目，我们现在感觉到的这些情绪，也不是精神的本来面目，它有一个本来的面目，就像物质的微观世界一样。

精神世界的微观世界是什么？物质的微观世界最后可以分解到能量，意识最后也可以分解到光明，但光明跟光没有任何的关系。心的本性有这样的两个世界，一个是宏观的，一个是微观的，宏观的不是它的本质，微观的才是它的本质。

物质有这样的微观世界，谁知道？显微镜知道。意识有这样的微观世界，谁知道？用禅定的力量、证悟的智慧就会知道。佛教徒打坐修行，主要目的就是要看到自己心的本质。



科学家为了看到物质的本质，研发出各种各样的显微镜，还有粒子对撞机，用各种各样的仪器分解物质，找到最终的基本的东西。佛教徒通过打坐往里

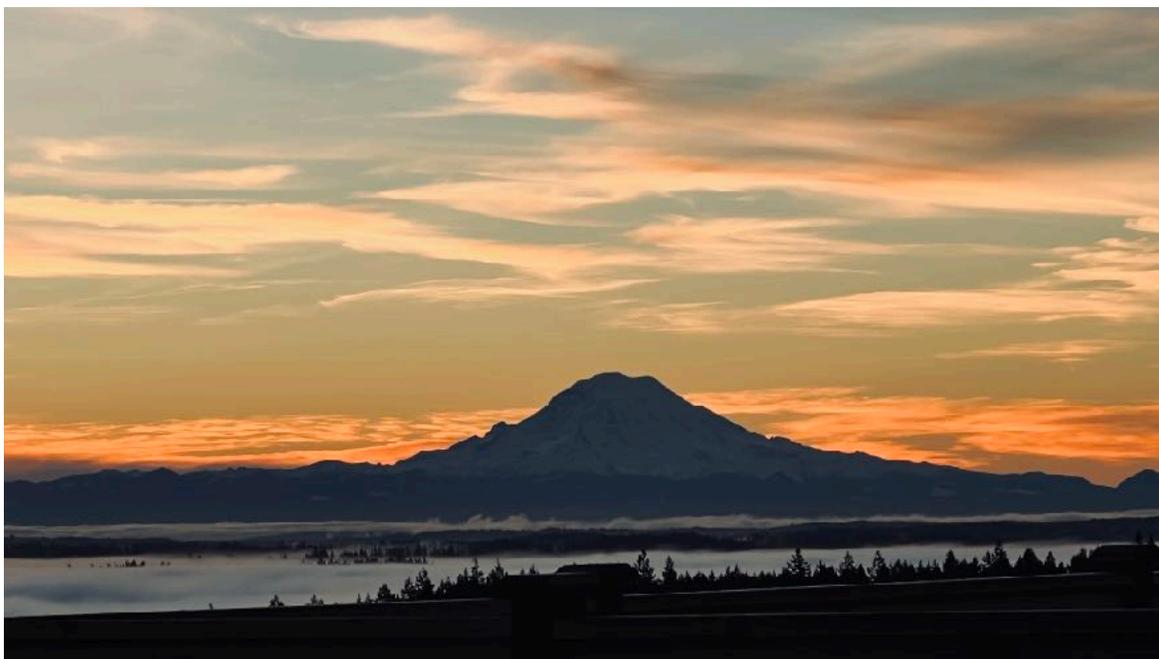
观照，想看到自己的心的本质、真正的本来面目，这就是佛教徒所追求的目的。

为什么佛教徒想看到这个？因为看到了这个，就真正地看到了自己的本来面目，所有错误观念，当下就知道都是错的。

知道这些都是错的以后，这些错误观念、错误现象导致的所有的烦恼，一下子就可以断掉，为了这个目的，佛教徒观照自己的心。

“动用同心”，动也好，用也好，这两个的本质就是心，它们的归属就是心。心又是什么样子呢？“心本无动”，心的本质没有任何的作用，也没有任何的运动。

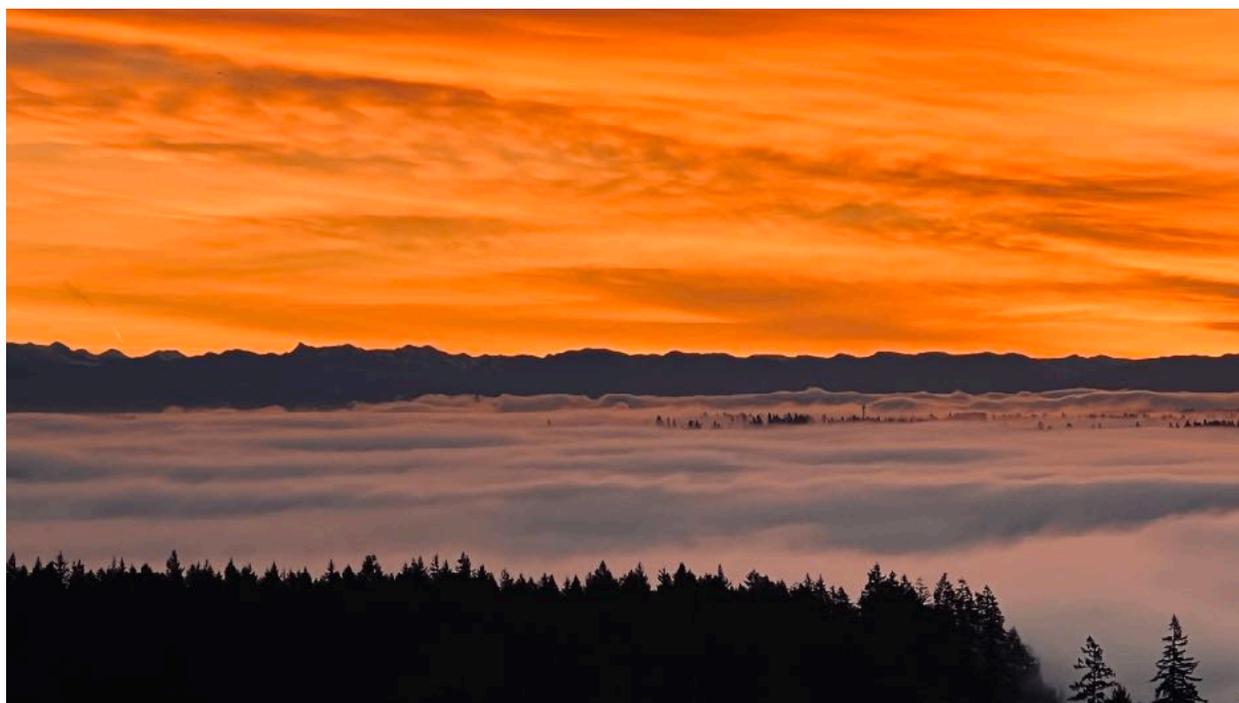
心、用和动是分不开的，同时存在。人生下来的时候，天生就会看它的动和用，而不会看它的心。现在我们通过各种各样的修法，去看心，不看动和用。看心有什么用呢？烦恼特别严重的时候，从动和用的角度讲，特别愤怒、特别生气，如果这个时候去看心，就是一片清净、光明，没有烦恼。



所以，非常愤怒的时候，能够看到它的本质，那愤怒一下子就变成了佛的智慧，就开悟了。这就叫作烦恼转为道用，实际上也不是转，没有什么转，本来就是这样的，就是密法讲的“烦恼即菩提”。

自己在看动和用的时候，实际上心一直都在，如果懂得看心，它永远都是清净的，并不是先前不清净，最后变清净了。但是自己天生就不会看心，只会看动和用，所以就有各种各样的烦恼。

我们首先从理论上了解这个道理，然后再去学方法：怎样回避用和动，直接看心？这个方法就是修行，这叫作看心、观照心。修行说起来很简单：三个中选一个，不要看其他两个。这不就完了吗？



学佛修行的意义，就是当自己烦恼的时候，能通过一种方法解决烦恼。

如果我们能够看心，不看动和用的话，当下就没有烦恼，就是佛的智慧，所以烦恼即菩提。

稍微有一点大圆满和大手印境界的人，也会烦恼、也会愤怒，但是他们立即就会去看心的本性，一看的时候，就像往沸腾的水里倒入冷水，立即平静，愤怒就消失了，想再找也找不到。

凡是有一点点修行的佛教徒，在生活中同样会遇到很多烦恼、愤怒、悲伤，父母离去、离婚、失恋、生意不顺.....在这个时候大家别忘了，如果不懂得看心，就用菩提心、出离心，至少也要用无常的心去看待。

有境界的人，通过看心去解决问题。没有证悟的人，通过菩提心、自他相换等等方法，去消灭烦恼。

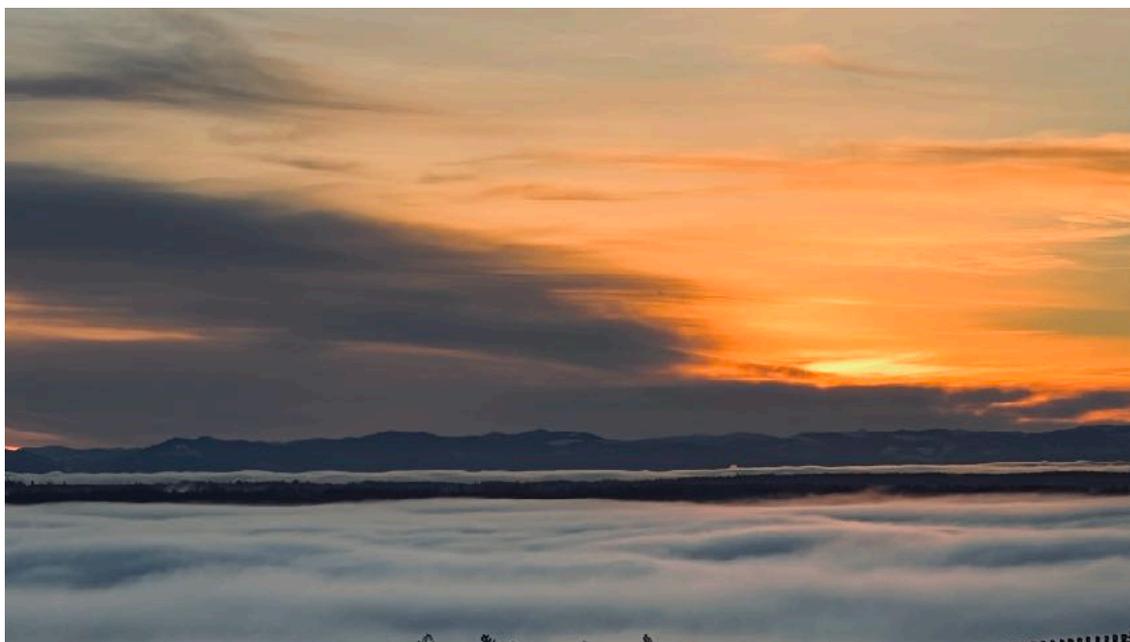


像《七宝藏》中的《法界宝藏论》，或者像《恒河大手印》，或者像《般若摄颂》这样非常深奥的般若经，希望大家能把其中的一两个偈子背下来。当

我们愤怒、悲伤、郁闷、焦虑的时候，背一下偈颂，思考一下它的意思，然后静一静，烦恼一下子就解决了。

如果我们没有修行的能力，几分钟以后，烦恼又回来了，但回来的时候，它的力量没有之前那么强大了。所以解决自己的烦恼，如果有修行，是很容易的事情。成佛当然没有那么容易，但是解决当下的这些情绪不是很难的，只要稍微投入一点点，找到这个方法就很容易。

现代人精神上的疾病越来越多、越来越严重，有钱的、没钱的，有名的、没名的，所有的人都是越来越不开心，越来越不满足自己的生活，这实际上就是欲望导致的。



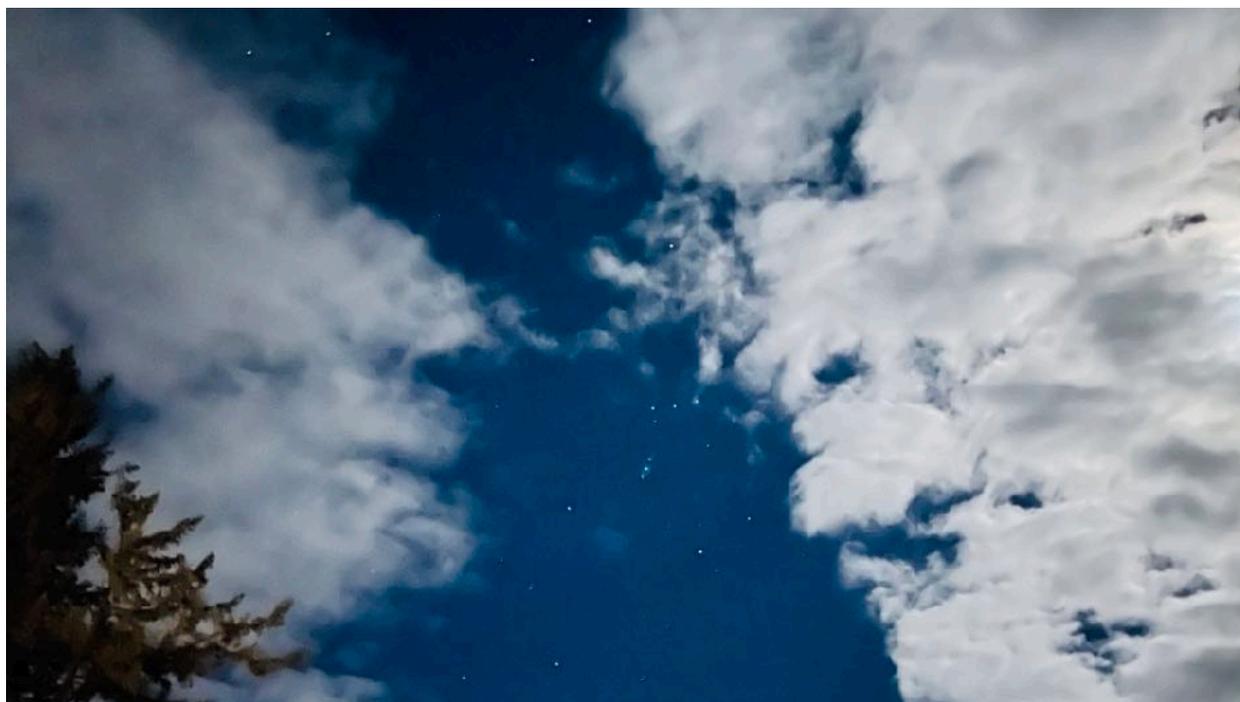
没完没了、无限膨胀的欲望，用其他的方法是无法解决的，如果用这些方法，当下就解决。佛法的每一句话，一定要用到现实生活当中去。当我们遇到烦恼的时候，能够用它来对治烦恼，那我们的修行就是成功的。如果我们

学了很多、修了很多，当自己遇到烦恼的时候都用不上，这种修行和闻思多半是失败的。

这是无数修行人的亲身经验，我们讲的这些，不是在讲天人、鬼、神等虚无缥缈的东西，是讲一个人非常真实的经验、感受。我们学到了以后，每一个人都可以有这样的感受，非常实在。

学佛修行的意义，就是当自己烦恼的时候，能通过一种方法解决烦恼。当身边的人有这样的烦恼的时候，我们把这个方法分享给大家，让大家也用这个方法解决他们的烦恼，这不就是自利利他吗？

平时很多人认为，搞慈善、帮助人，就是要用物质。当然对有些人来说，物质非常重要。但是对很多人来说，这些解决精神上烦恼的方法比物质还重要。



我们学佛的目的，不就是自利利他吗？发菩提心，不就是自利利他吗？成佛绝对地可以自利利他，现在我们虽然没有这么大的力量，但也可以自利利他，所以这个方法非常有意义。

大家要好好地运用，好好锻炼、训练，如果我们不运用，全都是书本上的知识，到时候都用不上。自己用不上，讲给别人听，语言也是苍白无力的。因为自己没有任何经验，我们把书本上学到的东西要传递给别人，是没有说服力的，所以平时要修。

这以上，达摩祖师反反复复用了三个字：用、心、动，要表达的最终意思就是这个。

下面达摩祖师引用了佛经中的一句话，“故经云”，佛经里面说，“动而无所动”，归纳前面全部讲的话，就是这一句：心在动，所有感官都在动，在干什么呢？在感知外面的世界，在看、在听；但本质上没有动、没有感知。

“动而无所动”，我们如果一直都站在世俗的立场去看，这句话很矛盾、虚无飘渺，怎么可能动无动呢？怎么理解呢？但如果我们自己稍微有一点点体会的话，确实是“动而无所动”。

当我们动，特别烦恼郁闷的时候，一打坐，立即就接触到了它的本质，本质上没有动、没有焦虑，没有这些。



友伴不一定能帮我们解决问题，但证悟的智慧一定会让问题不再是问题！

我们很多人希望依靠一个人来度过一生，也许可以成功，但是多数都不成功，所以我们靠自己度过这一生，这个方法真的是非常有意义的。

比如我们生病的时候，孤独焦虑的时候，如果身边有一个人来疏导我们，虽然也有用，但是远远不如自己去打坐、修行，自己解决自己的问题。

我们身边没有比父母更亲、更好的人了，当儿女遇到问题的时候，他们特别想帮忙，但他们也不知道怎么样解决问题。所以我们想依靠一个人来解决自己生活上的所有问题，想找一个这样的后盾，也许可以，也许根本不现实。尤其是这些内在的问题，没有办法分享，也没办法让别人承担。

所以最好的方法，是我们用菩提心、出离心、无常来陪伴自己；如果有证悟，所有问题都不是问题了。这样的话，我们孤单的时候，就不要去想别

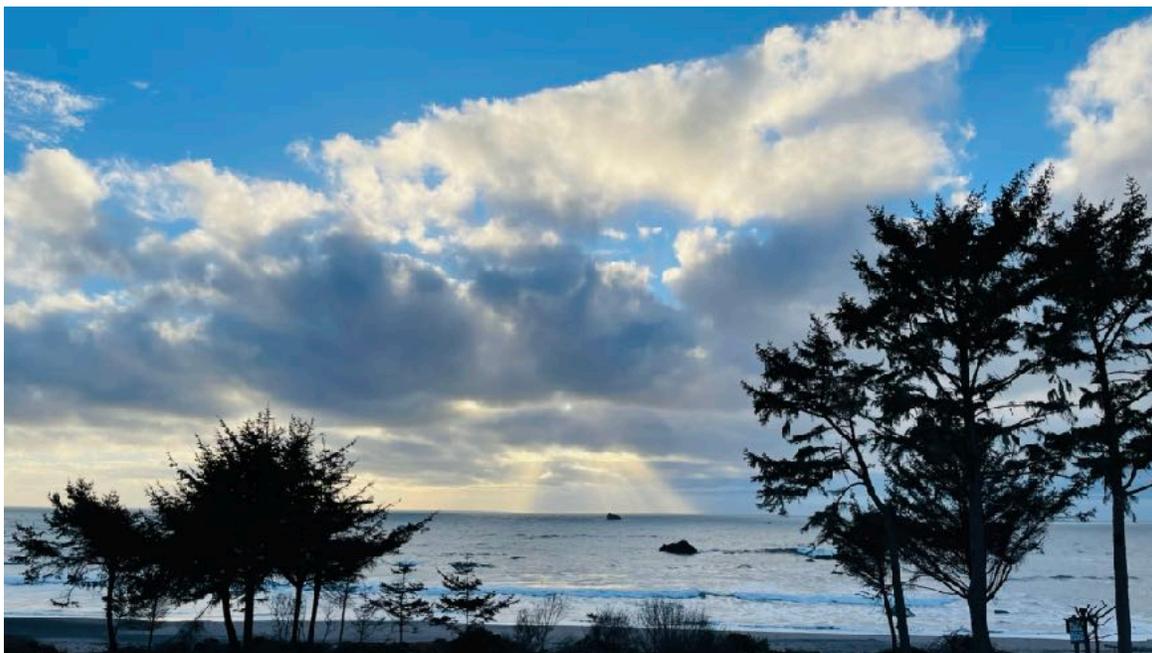
的，就想菩提心、出离心，一下子就感觉到没有什么过不了的关，没有什么大不了的，所有想不通的事情都想通了。

有证悟的智慧更不得了。没有证悟的话，出离心、菩提心，或者轮回痛苦、人身无常，最基本的四加行的内容，也完全可以解决这些问题。我们想找个人，然后依靠他，当然可以，这是世俗大多数人的想法，自己什么都不用做了，但这个不一定能够实现；即便找到了这样的人，能依靠多长时间也不一定，这都是无常的。



如果自己有这些内在的东西，随时都能用得上，所以修行非常有意义的。人处于什么样的环境都无所谓，只要能够解决基本的生存问题，如果没有解决这些，我们凭借一点点修证，还不能达到完全忽略物质的程度。只要基本生存条件具备的话，在什么样的环境下，都可以过得很幸福开心，不单单是幸福，而且很有意义。

有意义和没有意义，当然每个人的价值观不同，所以可能会有很多不同的定义，但是主要目的是利益众生，利己利他都能做得到，就特别有意义。所以平时没遇到问题的时候，就要训练，这是最重要的。



“动而无所动”，特别焦虑的时候，如果懂得看自己心的本性，焦虑什么呢？根本找不到。特别愤怒的时候，如果能够看到它的本性，本性上没有愤怒，愤怒什么呢？一下就消失了。诸如此类的烦恼，都是这样，所以“动而无所动”。

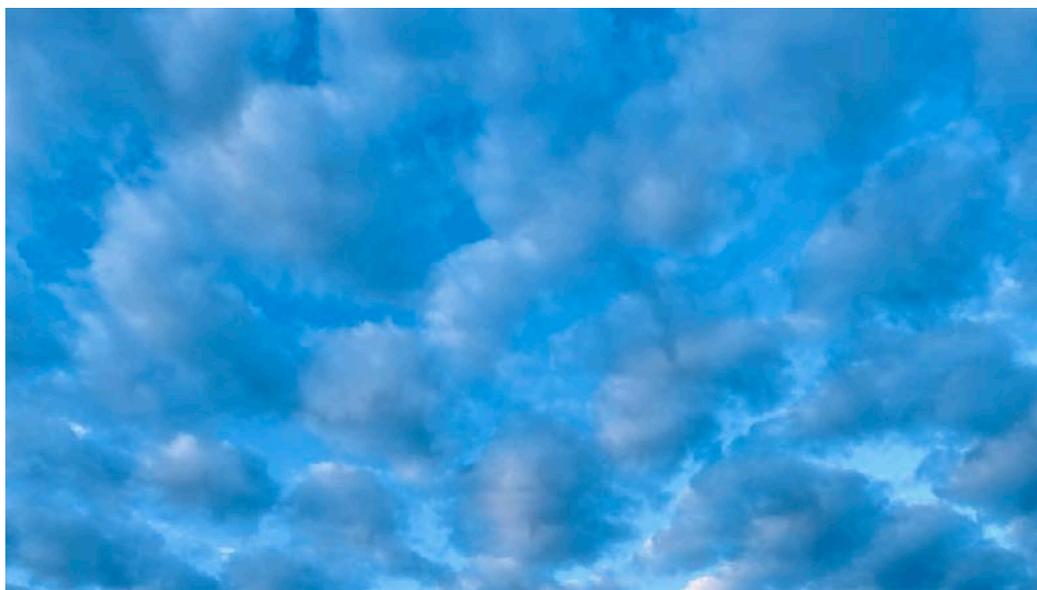
“终日去来未曾去”，我们整天忙碌的往来，本质上从来没有去过，都是错觉。就像梦里的来往一样，实际上没有来往。“终日见而未曾见”，我们每一天觉得看到了很多东西，但是本质上从来没有看过任何东西。

“终日笑而未曾笑”，如果能够笑，是很容易、非常幸福的事情，但是终日笑很难。“终日闻而未曾闻，终日知而未曾知，终日喜而未曾喜”，喜欢、痛

苦，这些都像梦里的感受和情绪一样，如果你懂得看它的本性的话，都是不存在的——从来没有笑过，从来也没有愤怒过，从来也没有痛苦过。“终日行而未曾行，终日住而未曾住”。

这就是佛经讲的，我们一天到晚，终日做很多很多的事情，然后我们的心里产生很多的情绪，如果不懂得看它的本性的话，不能说没有笑过、没有说过，怎么可能呢？有笑有哭。但是如果懂得看它的本性，愤怒、欲望，实际上就是它的现象，在本性上从来没有发生过，因为本性永远都是清净的。

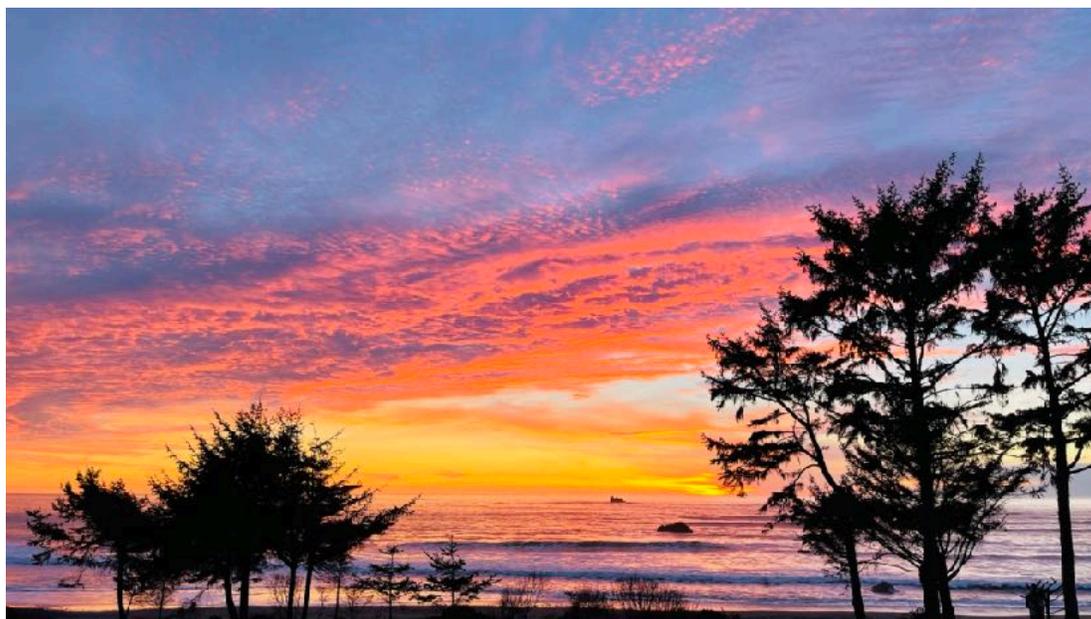
“故经云”，佛经当中讲，“言语道断”，心的本来面目，如果想用语言来表达的话，没有办法表达，说不出来。



“心行处灭”，语言表达不了，那我们的心能不能思考呢？日常生活中的这个意识、心，它有严重的无明，没有证悟的智慧，所以它思考不出来什么东西。它看不出来，它不知道，它没办法思考。

平时在佛经里面看到的“不可思，不可言”这几句话，“言语道断”就是不可言，“心行处灭”就是不可思。那怎么办呢，就是要用智慧去看自己的本性，

才能够感觉得到。“见闻觉知，本自圆寂”，见闻觉知这一切，在世俗当中存在，本质上从来没有产生过、从来不存在，所以叫作圆寂。



不执着的前提是证悟空性！

“乃至嗔喜痛痒何异木人”，内在意识产生的嗔恨、欢喜，还有肉体上产生的疼痛、痒等等感受，本质上从来没有诞生过，从这个角度讲，跟木头人一样。“只缘推寻痛痒不可得”，各种各样的感受，用智慧去推究、观察，就会发现都是错觉，都是不存在的，所以不可得。

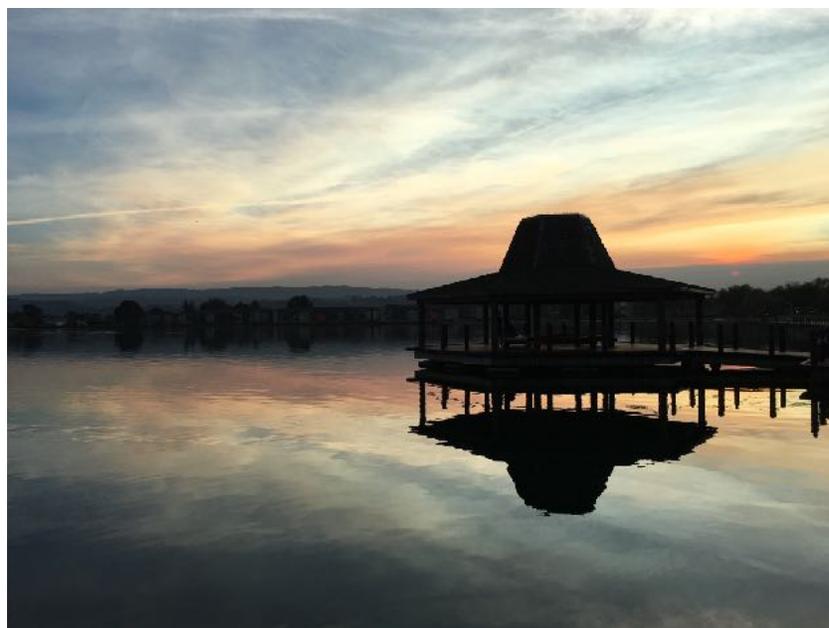
“故经云，恶业即得苦报，善业即有善报，不但嗔堕地狱，喜即生天”，善有善报，恶有恶报——嗔恨让我们堕地狱；欢喜或者慈悲，让我们投生为人或者天人。因果关系在世俗的世界里完全是正确的。

但是，“若知嗔喜性空”，如果我们知道这些情绪的本质是空性的话，“但不执”，只要我们不执著……禅宗里面经常讲：只要你不执著，什么都可以的。不执著是什么意思呢？我们做各种各样的事情，然后说我不执著，这是不执著吗？当然不是了。

比如我们去扎下针，就知道自己执不执著了，其他的就不需要说了。自己找一个借口，说我不执著，完全大错特错。不执著是什么意思呢？前提条件是证悟了空性，深深地体会到没有什么可执著的东西，这种境界才叫作不执著、放下。

禅宗的放下和不执著，大家一定不能错误理解，不然就有很大问题。“即诸业脱”，如果我们真的证悟了空性，不执著就不会造业的。杀盗淫妄，有执著才会造业。

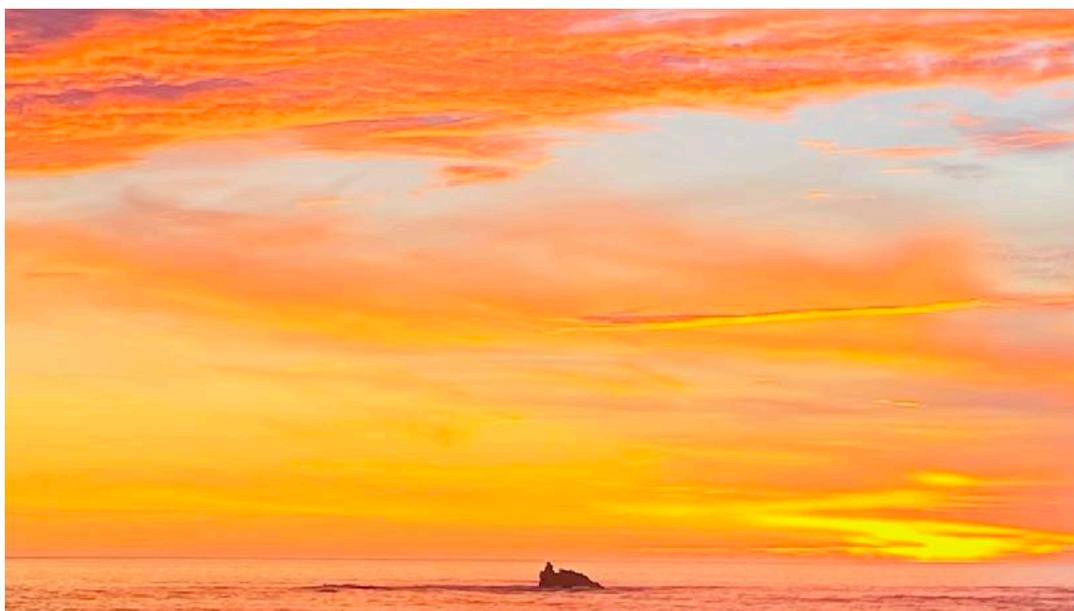
“若不见性，讲经决无凭”，如果没见性、没有证悟，然后去讲般若、中观，凭什么讲呢？没有讲经的依据，没办法讲。



“说亦无尽”，没有证悟的时候，讲般若，讲中观，根本就不知道自己在讲什么，只是讲一大堆的理论。古代的哲学也有一些理论，虽然没有那么深。像中观和《阿毗达摩》的很多理论，在两千多年前的西方哲学里面也有类似的东西，现在更有这一类的思考方法。但顶多就是在哲学的层面而已，根本就不知道真正的意思，所以“讲经决无凭，说亦无尽”，表面上的这些逻辑，没完没了地讲，没有用，抓不住核心。

“略标邪正如是”，自己没有证悟，去讲中观、空性，顶多就是略略地表示一下，什么是正，什么是邪，仅此而已。真正的空性没有办法说出来，只能说一点很浅薄的东西，说不出来真正深奥的内容。

“不及一二也”，如果自己没有证悟，说了很多空性理论，实际上只是简单地表示一下，就只能表达佛经中很少的一部分，还不到佛经的千分之一、万分之一。



自己没有证悟，讲一讲善恶因果，比如不相信因果是邪，相信因果是正，这些方面可以讲；比如讲杀盗淫妄等等，什么是十不善，什么是善，劝人向善，这些当然可以讲。这里就是这个意思，顶多是讲一下正和邪，说一下因果善恶，讲一讲这些内容。

这些善恶因果的内容，还不到佛教的万分之一、千分之一。佛教真正的核心东西是佛性、光明和空性，自己没有证悟的话，没办法讲。



达摩祖师来中国既不为开法会也不是来化缘；只为传大乘顿教法，救度迷茫众！

“颂曰”，后面是一个颂词。“心心心，难可寻”，为什么有三个心呢？我个人理解为：过去的心、现在的心、未来的心。不管是哪一个心，都很难找到它的

本质，很难把握。要定义心很难，因为内心易变，看不见、摸不着，不像外面的这些物质。

“宽时遍法界”，证悟的时候，心完全跟法界融为一体，法界有多宽，它就有多宽。平时讲的法界，不是单空，它的一部分是空性，一部分是光明。光明的部分是心的本性。法界无边无际，心也是无边无际。

“宽时”，证悟的时候。证悟后，我们的心跟法界一样，容纳所有东西。有人打你、骂你、说你，全部都能够容纳，都无所谓了。

“窄时不容针”，没有证悟的时候，心的容量很小，连一根针都容不下，是什么意思呢？比如说，有人说我们一点点坏话，某一个人看我们的眼神有一点点不对，立即就想：他为什么这样看我呢？他为什么这样说我呢？一件很小的事情都接受不了，心眼特别小，斤斤计较。没有开悟的人，天生就是这样。



所以，我们很难找到“心心心”，因为它宽的时候就跟法界一样，窄的时候连一根针都容不下。怎么定义它呢？很奇怪的一个东西。

“我本求心不求佛”，达摩祖师说，我本来就是求自己的心，证悟自己的心，实际上这不就是佛吗？我不求外面的佛。**“了知三界空无物”**，为什么不求佛呢？因为了解欲界、色界、无色界，整个世界当中的一切万事万物都是空性，所以不会到外面去求什么佛。

“若欲求佛但求心”，如果想求佛的话，只要求自己的心就可以了。**“只这心心心是佛”**，过去的心、现在的心、未来的心，它的本质就是佛。

“我本求心心自持”，求心的时候，心是什么样子呢？“自持”的意思指它一直都是存在的，它一直维持着自己的现状。过去、现在、未来，它的本质永远没有任何的变化。

第三转法轮说，佛性是过去、现在、未来都存在的。它维持自己的状态，永远都不会有任何的变化。所以，求心的时候，就发现心的本性实际上不需要求，永远都是这样的。

“求心不得待心知”，这是讲第二转法轮的般若空性，求心的时候，得不到一个真实的心，这个得不到是什么呢？是般若空性。这个般若空性“待心知”，让我们的心去感知，这就是证悟。

“我本求心心自持”，讲心的光明永远存在；**“求心不得待心知”**，求心的时候，发现心的本性像虚空一样，只要等待心去感知就可以了。这两句话加起来，就是讲第三转法轮的佛性和第二转法轮的空性。

“佛性不从心外得，心生便是罪生时”，佛性本来是从心中发现的，不会从心外得到，如果想到心外去寻找佛，当产生这种念头的时候，罪过就开始了。用达摩祖师的话来讲，这就是外道，所以“心生便是罪生时”。

“偈曰”，这是在达摩祖师的其他论典中，还有《坛经》当中，也会出现的一句话。“吾本来此土”，达摩祖师来中国干什么呢？不是来开法会的，也不是来化缘的，也不是来卖宝瓶的，都不是，来干吗呢？



“传法救迷情”，就是来传大乘顿教的法，救这些迷茫的众生。“一华开五叶”，有两种解释。一种解释，“一华”是达摩祖师的顿教法门，“五叶”，禅宗后来演变成五个流派：沩仰宗、临济宗、曹洞宗、法眼宗、云门宗。

另外一种理解，“一华”是达摩祖师他自己，“五叶”是指禅宗的二祖到六祖，从慧可大师到惠能大师的五个大师。

“结果自然成”，禅宗的五种流派也好，或者五个大师也好，他们会继续弘扬达摩祖师的法脉，成千上万的人通过禅宗的法，开悟心的本性，然后成佛，所以结果自然成。

“《达摩大师血脉论》终”，达摩祖师的《血脉论》讲完了。



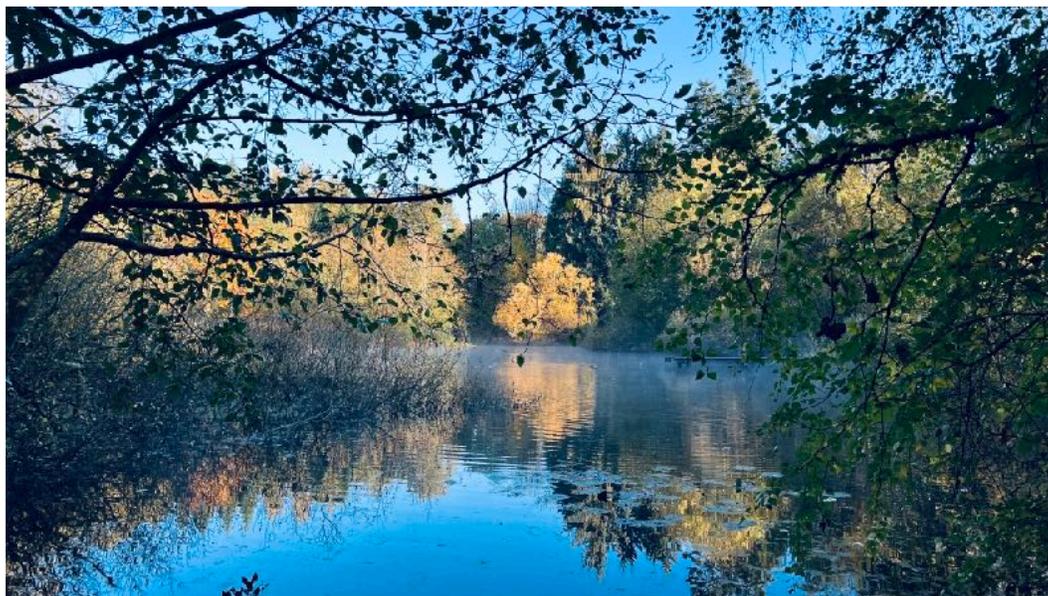
什么是经唯识与论唯识？唯识和中观是什么关系？

问：顶礼上师，请问唯识宗和中观他空派的观点，如何结合起来？有大德讲过，想学大圆满，先要学好大乘唯识宗，是为什么呢？《达摩血脉论》里您也讲到一些：外界是内心的投影。这里表达的是唯识宗所说的心的投影，还是如来藏的投影呢？

上师：要这样理解。唯识宗和中观就涵盖了大乘佛教显宗的部分观点。唯识宗，大家要知道要分两种：经唯识和论唯识。

经唯识是什么呢？佛经里面讲的唯识。比如说《解深密经》还有《大乘楞伽经》，这些佛经里面，释迦牟尼佛自己讲的：外境都是心的现象。佛经里面讲了很多。那么这个部分，首先它是唯识，但是它不是后来的人讲的，是佛自己讲的，所以这个叫作经唯识。

另外一个唯识，就叫作论唯识。论唯识就是世亲菩萨——世亲菩萨是它的代表人物——以及大乘佛教其他的大师们，他们根据佛经，然后就写了很多书，比如说《唯识三十颂》《唯识二十颂》等等，还有很多很多这方面的这些论，这个也是唯识。



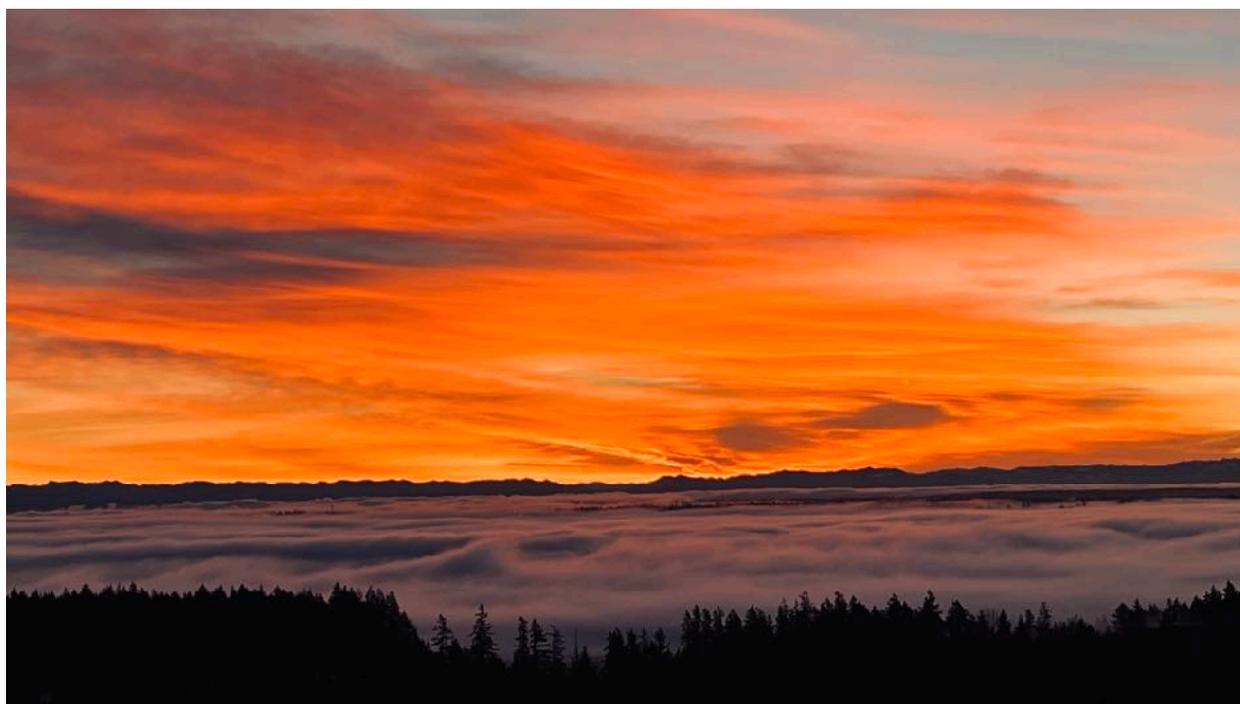
经唯识和论唯识，相同的地方是什么呢？两个都在否定外在的物质东西，他们认为物质都是不存在的，都是我们心灵的一个投影，除了我们内心的投影以外，外面是没有物质的。这个是相同的。

但有一个不一样的是什么呢？大家要知道这个论唯识，它有一个非常大的错误观点，它认为我们人的阿赖耶识是真实不空的。所以它跟经唯识是没有办法结合的。

唯识，它认为万事万物，不管是佛性也好，阿赖耶识也好，什么其他的物质也好，没有一个是真实存在的。就像惠能大师讲的“本来无一物”，一切都是空性，没有任何的保留。

那唯识宗，有所保留。唯识宗就认为阿赖耶识是不空的，是真实的，其他的都是虚幻的。所以，这两个是没有办法结合的。

比如说唯识宗讲，外境都是我们内心的投影。这部分跟中观的空性，两个是可以结合的。但是，论唯识的全部内容跟中观没办法结合，是矛盾的，不能结合的。



比如说像中观，《中观庄严论》实际上是一个唯识跟中观相结合的观点，但它的结合也只是部分的结合，不是全部的结合。因为论唯识有这么一个错误的观念，它有所保留，它不认为所有都是空的，这是它不对的地方。

那佛经里面的唯识讲了外在都是心的现象，它也没有什么保留，它认为一切都是空性。为什么有这样的差距呢？因为世亲菩萨，还有后来的这些唯识的大师们，他们还没有了解到佛的本意，所以他们就有所保留了。后来像龙树菩萨他们是不会接受的。

刚才达摩祖师讲过了，如果讲这些话，我可以讲一句话来对付一下：说一无尽。这个就是说了也没完没了的，这些观点太多太多了，是讲不完的。所以，我们还是要好好修。

就是要去学我们在生活当中用得上的，还有能够对治自己的烦恼的这部分，我们先学。跟对治我们的烦恼没有太大关系的这些，从达摩祖师的角度来讲，这些都叫作闲文书，就是没有用的，不要去学。所以，我们没有太多时间的话，大家就不学了。如果有时间，尤其是年轻人就学一下也可以，也是非常有意义的。平时我们学了这些以后，自己的生活、工作，有些时候的思维的逻辑上，也是用得上的，但是更重要的就是修行。



问：“动本无心，心本无动”中的“动本无心”的意思是指在现象的层面？意识等八识不是光明的心，就像世俗谛不同于胜义谛，这样理解，对吗？

上师：对，“动本无心”就是我刚才的解释那样去理解就可以了。

