**祖师禅讲记**

**金刚经讲记**

**合集**

作者：学山禅师

目录

祖师禅讲记

第一讲——————————————————————1

第二讲 如来禅与祖师禅的特点———————————20

第三讲 禅宗法脉概述———————————————42

第四讲 牧牛———————————————————62

第五讲 牧牛与保护————————————————82

第六讲—————————————————————105

第七讲—————————————————————133

第八讲 转身与善逝 ———————————————154

第九讲 大安牧牛 ————————————————175

第十讲 世尊临终遗嘱 ——————————————189

第十一讲 目前无法，意在目前 ——————————211

第十二讲————————————————————237

第十三讲————————————————————258

第十四讲————————————————————273

第十五讲————————————————————290

第十六讲————————————————————311

第十七讲————————————————————334

第十八讲————————————————————348

第十九讲————————————————————366

第二十讲————————————————————380

第二十一讲———————————————————396

第二十二讲———————————————————415

第二十三讲———————————————————431

第二十四讲———————————————————445

第二十五讲———————————————————458

第二十六讲———————————————————474

第二十七讲———————————————————487

第二十八讲———————————————————502

第二十九讲———————————————————521

第三十讲————————————————————530

金刚经讲记

第一讲—————————————————————551

第二讲—————————————————————567

第三讲—————————————————————586

第四讲—————————————————————607

第五讲——————————————————————622

第六讲——————————————————————639

第七讲——————————————————————654

第八讲——————————————————————670

第九讲——————————————————————687

第十讲——————————————————————704

第十一讲—————————————————————722

第十二讲—————————————————————741

祖师禅讲记

第一讲

大家好，从今天开始，我们一起来学习禅宗灯录里的一些关于祖师禅的开示。

希望大家都珍惜这个机会。在学习祖师禅的过程中，我们一直进行着一些实修。我带着大家行脚，在行脚过程中开示，我们都处于收摄身心的状态，就是心不外驰，不打妄想，不染六尘，不是不接触六尘，是不染六尘，这个功夫需要做大量的练习。

在行脚过程中，行住坐卧这四威仪的禅修都能训练。昨天我们在上香古道那边，大家对于这四种禅修方法都练习了一段时间，有的人坐着，有的人河边站着，有的人半躺着。行住坐卧都是保持昨天那个状态，也即牧牛的状态。类似于发呆，但又不是发呆，类似于聚精会神，但又不用心力。偶尔走个神，立刻拉回来。反正什么也不做。

也就是一会儿我们开示的祖师禅里边，药山禅师和石头禅师的一段公案。药山在一块石头上坐着，石头禅师问他：“你在干嘛呢”？药山禅师说：“一物不为”。没说我干吗，也没说我没干嘛，用咱们的俗话来讲，我没干嘛？我在一物不为，我什么也没做。石头禅师问：“那么就是闲坐了？”药山说：“若闲坐，就是为也。”石头问：“你说不为，不为个什么呢？”

石头考药山，说，你一物不为就是闲坐着了，给药山禅师定了个义。药山说，闲坐也是坐，是一种为。昨天给大家开示，在草地上坐着，卧那，侧身躺那，或者在河边站着，来回踱步溜达，做这些事本来都是修行，但你不要生我做这些事的想。这里有个重要的前提，是不要生我在这打坐想，什么也不要想。不要说我在河边行禅，也不要说我在立禅，也不要生一个我在发呆，千万不能说我坐在这儿睁着眼打坐。你一生打坐想就坏了，就变成打坐。有一个东西定义，有一个概念生了出来。

禅宗不讲打坐，什么都不讲。于一切时一切处，一切的状态都不生心，不去定义它，不去生住着想。禅宗所谓的坐禅是另一个层面上，不讲我要打坐，没有一个有为的概念，整个身心是一种不现身意的状态，也即解脱的状态，没有任何一种收或者放，自然就心不外驰了，没有不外驰的概念，连打坐的概念都没有。

平时我要上座了，我要打坐了，发现没有，当你一坐住的时候，立刻比散乱的时候要清净，刚才可能还有些妄想还有些浮躁，坐两分钟，五分钟，十分钟，就会安静下来。功夫好的马上就静下来了，为什么，因为有个打坐的念，这就是有为。靠这个弄出来的静，不稳固，不长久，不是真实的，它不是自性之定，它不是通达实相的定，它不是功夫熟了自然而然的定。这是通过意识和环境的改变打造出来的静，还有身体的姿势的改变，还有一些潜意识里的东西的改变，导致的安静。禅宗所要达到的静是任何时候，在做任何事，不用心力，不用改变什么，自然就处在定中。在这刷着碗，做着饭，扫着地，在那儿发呆坐着，也没有打坐的概念，心自然不外驰，自然的清净，自然的定，这个定就是行住坐卧都是定，这个定没有出入，没有说我身体没了，我根尘脱落了，这些全都没有，这样的定才是真正的如来定。而这样的定是要通过长年息虑忘缘，在生活中练习牧牛和一物不为才能长养出来，而不是仅仅靠坐禅或某一特定的功课练出来的。

这就是永嘉大师所说的“行亦禅，坐亦禅，语默动静体安然”。也就是六祖大师所说的“身去身来本三昧”，“心地无乱自性定”。这不是靠修出来的，是靠通达实相，不施功，心无妄，而长养出来的。这虽然也是一种修，但不是从外而得，是本性本有的能力。永嘉大师云：觉即了，不施功，一切有为法不同。觉悟了本性之后，就不在本性上做任何功夫，这就是自然的定慧之用。悟后的修就是不做功，就是不修，不修是不染。说不修就是无为的层面，说不染就是修的层面。也不是不修，是不染着而修，修而不修。练习的就是这种无为禅，是无为法。古人所说的，十方同聚会，个个学无为。这个学无为，不是真有个无为可学，只是保护，保任，不让自己起妄想心去修行。

这即是虽然坐禅而不生坐禅想，以不打坐的心来坐禅。以后我们经常会带着大家训练，像药山禅师在石头上坐着一样，正好被石头禅师看见，两个石头，一个是坐着的石头，一个是师父叫石头，别搞混。像药山那样，就在那石头上一坐，也不是发呆，也不是闲坐，也不是坐禅，有点像等公共汽车的感觉，但是你手里不能玩手机，不能看热闹，不能听音乐，你可以四周看看风景，但不要以看风景的心去看，不经意地看，似看似不看，没看又是看，看吧又没看什么。睁着眼，但是没有什么入眼，但是又什么都看得到。就是这样一种说似一物即不中的“状态”，便是药山禅师在石头上坐，他自称这是“一物不为。”

刚才的公案，就表明药山已经开悟，已经见性，对修行的见地和方法和结果已经非常的成熟了。药山说了一句，如果我说在这闲坐，就是为了。如果有个闲坐，还会有个心现出来，还会有个法相。我现在是不思善不思恶，那你已经思善思恶了。师父，我在坐禅。你坐禅就是有为。你只要给自己定义一个状态，那都是潜意识里造作出来的。我们训练一物不为，其实也是造作，但是通过这个有为的造作，让你领悟那个无为的东西，慢慢就契入无为。

石头考药山，非得逼药山给自己的状态下定义，用心意识给自己坐着的这样的一种姿态在心理上下个定义。药山说了：千圣亦不识。言外之意，没有人知道，包括他自己。这时候，石头禅师点头了，说了一个偈子赞叹他：“从来共住不知名，任运相将只么行。自古上贤犹不识，造次凡流岂可明。”

从来共住不知名。我们的本性从来没有离开过自己，一直都是自己和自己在一起，本性与本性在一起。行住坐卧，全都是本性，但你不知道他叫啥，没法给他命个名字，一命名就错，一说本性就不是本性，就变成了意识。任运相将与么行。你做任何事都带着他。他，是指你的本性，从来都没离开过他。自古圣贤犹不识。就是诸佛先圣都不知道他是什么东西，没法给他定义。所以说，菩提无是处，但有所是，即是妄念。三世诸佛全是众生妄想，捏个佛珠念佛，脑子里都是妄想。造次凡流岂可明？就是迷糊颠倒的凡夫，他怎么能明白这个东西呢？我们通过修行都很难悟得根本，更何况不修行的凡夫。石头禅师赞叹药山禅师，说药山已经明白了这个根本。公案到这告一个段落。

另一个段落，石头禅师说：言语动用没交涉。就是你一说就错，一形容就错。动用不做动用想。师父，起心动念，干什么都是。你这样说，就不是了。你言语了，错过了你正言语作用的当下，动用做动用想了。师父，我这举杯子就是佛性吧？你已经做举杯子想了，你在打妄想，这是意识，而不是真正的举杯子。真正的举杯子，诸佛都看不到，也做不到。举杯子的时候你根本不知道，但是你在举杯子，本性自然地在“举杯子”，不需要加个知，加个知就是无明了，知上立知。那为什么还要觉知“举杯子”呢？是因为你在举杯子的时候打妄想，不好好地举杯子，还在讲，这就是佛性吧？所以让你觉知。若无妄想，亦不需再加一个觉知举杯子。

现在我给你们讲，早已不是了，按照这个方向行，最后契入到无为里面。所以，祖师禅是没法讲的，一讲就不叫祖师禅了。我们也只是作为教学方便，给大家引导一下，演示一下如何修行。不然的话，祖师禅就被束之高阁，你不提它，根本没人知道。现在的时代人们也很少能悟到这一点，我们借助这个东西，来弥补自己修行上的巨大空缺。石头禅师最后下结论，言语动用没交涉。药山禅师回答：非言语动用亦无交涉。药山禅师和石头禅师两个人的对话，就像六祖与永嘉大师之间有一段对话，永嘉大师句句不让，句句说在点上。药山的禅机非常敏捷，他说：非言语动用亦没交涉。石头禅师说：我这里针扎不入，连一点缝都没有。药山禅师说：我这里如石头上栽花。石头上栽花不可能的，到我这里一切的理全都没有了。祖师禅破理，破意识，破分别，破一切的概念和知见。破这个你能够思维，能够理解的一切的路数。石头禅师一听药山禅师“石头上栽花”，点头了。这是石头禅师和药山禅师的一段公案，也是我带着大家行脚休息的时候给大家的开示。然后我们练习坐在那里什么也不做，随时练习什么也不做。祖师禅的开端，我们要讲的就是一物不为，也叫千圣亦不识。

这个公案不像其它公案完全找不到一个入手处，这个公案，理与行全都具足，理事具足，告诉你怎么做，这个需要你自己去悟。虽然给你演示怎么做了，还是很难的。什么也不做，本身就是表达，先用大脑听，才能领会具体的操作方法。

大家现在手里都有祖师禅这本书，先打开，这本书我选的公案大概有七百多个，连开示加一块，大概有八九百段。除去开示，有七百个左右的公案。我们知道，禅宗有很多的说法，有一千七百公案，甚至有三千公案的说法。要看《祖堂集》、《景德传灯录》、《五灯会元》记载的公案就不止三千个了。简单的两句话，如何是佛？佛是狗屎橛。这也是公案。什么是祖师西来意？东山水上行。如何解脱？麻三斤。这个也是一个公案。

我们先学一些特别著名的公案，大家用笔跟我画一下，大概有一百多个。打开目录第十五页，先看药山禅师千圣亦不识，第四行，就是刚才我给大家讲的这个公案。这个公案对修行非常非常的有益，对我们的实修有很大的帮助，这是一个典型。这个公案刚才已经讲完了，没来的，还没有听到的一定要把刚才的录音听一下。

顺着药山禅师，看下面的“看穿牛皮，方得看经”，“药山一啸”，“云在青天水在瓶”，“药山惟俨禅师”这四个。这些公案里面好多都是经典，公案几乎都是经典，所以摘选起来有些难。我随意筛选一些我觉得比较著名，对我们修行有帮助的公案来和大家一起学习。既作为一种常识知识，也作为一种修行来学习。

然后我们再看第一页，跟释迦牟尼佛有关的三个公案，第三行，“天上天下，唯我独尊。”画一下。倒数第四行，罔明出女子定，还有妇得分娩。这都是在禅宗史上非常有名的，经常被拿来参啊用啊。第五页，关于大迦叶与阿难之间的一段对话，倒却门前刹竿着。还有最后一行阿难昏老。第七页，达摩祖师，“并无功德”，“汝得吾髓”。二祖的第三行，“与汝安心竟”。三祖，第八页，牛头法融法师，“犹有这个在”。六祖大师，“我不会佛法”。第九页，“知解宗徒”。第十页，寒山大士的“浪费我多少盐醋”。第十一页，黄檗禅师，“大乘法器”，倒数第三行，“若也形于纸墨，何有吾宗”。第十二页，第二行，“无位真人”，还有第五行，“临济勘径山”，“诸方火葬，我这里活埋”。最后一行，“沩山踢净瓶”。

下面是仰山禅师的公案：“慧寂一览，已知其意”，“全是魔说”，“仰山摔镜”，“白天吃饭，晚上睡觉。”下面是德山：“点什么心”，“德山战沩山”，“道得也三十棒”。洞山：“父母所生口，终不为子说”，“洞山睹水悟道偈”，“洞山不重先师道德”。曹山：“不借借”。雪峰义存：“雪峰滚木球”，“玄沙救火”。下面是云门：“一棒打杀，天下太平”，“云门饼”，“话堕”。然后看法眼文益的，“不知最亲切”。

下面是，南岳怀让，“坐禅不能成佛”。石头希迁，“石头路滑”。马祖：“独超物外”。慧藏：“慧藏牧牛”，“汝无佛性”。百丈禅师，“刚才哭现在笑”，“百丈卷席”，“三日耳聋”，“不昧因果”，西堂智藏“早呈似和尚”。 南泉禅师：“南泉斩猫”，“饥来吃饭困来眠”，“时人见此一株花如梦相似”，“王老师不打这破鼓”。归宗智常禅师的“归宗斩蛇”。邓隐峰禅师的“已进不退”。大珠和尚：“莫妄想”，“饥来吃饭困来眠。”石巩慧藏：“箭尖上接人”，“慧藏斗西堂。”大梅法常的“梅子熟了。”泐潭法会：“谢大众证明。”岩头全或：“一手抬，一手搦。”

玄沙师备的第二行“法身溃烂”。天然丹霞：“丹霞烧木佛”，“太多也”。陈睦州尊者：“五百力士揭石义”，“讲得碗里”。赵州从谂：“佛之一字，吾不喜闻”，“有佛处急走过，无佛处莫停留”，“老僧好杀”，“庭前柏树子”，“殿里的”，“贼过后张弓”，“洗钵去”，“狗子无佛性”，“吃茶去”，“好事不如无”，“是你心里有这个”。船子和尚：“船子打夹山”。夹山善会：“只为悟，迷却阇黎”。云居道膺：“天神不送饭”。龙潭崇信：“天皇开示龙潭崇信”。古灵神瓒：“神瓒开示本师”。五泄山灵默：“从生到死，只是这个”。齐安国师：“古佛过去久矣”。云岩昙晟：“二十年在百丈，俗气也未除”，“通身是手眼”，“说著则头角生”。道吾宗智：“道吾作家”，“道吾一句，疑杀天下”。平田普岸：“这畜牲，路也不识”。鲁祖：“鲁祖面壁”。华林善觉：“山僧常念观音”。石霜庆诸：“出门便是草”。三十八页，香严智闲：“终不为说破”。东寺如会禅师：“如会折床”。龙牙居遁：“打即任打，要且无祖师意”。芙蓉山灵训：“途中善为”。俱胝和尚：“一指禅”。五台智通：“尼姑元是女人作”。子湖利踪：“看狗”。玄机比丘尼：“寸丝不挂”。五台秘魔：“道得也叉死，道不得也叉死”。四十八页，梁山缘观：“不要湿了老僧衣角”。第四十九页，“镜清今日失利”。第五十页，“修行三大劫，却被老僧嫌”。第五十一页，“你有拄杖子，我与你拄杖子”。定上座：“直教汝穷到底”。第五十三页，石霜楚圆：“吾为汝正之”。雀巢和尚：“三岁解得，八十难行”。还有一个最著名的，第一页释迦摩尼佛里面的第四个，“拈花微笑”。

这些都是禅宗有名的公案，我们先了解一下。

刚才开示了学祖师禅的目的，祖师禅没法开示，是没法讲的，主要为了带着大家来训练来实修，佛法讲理行并重，你光听理，光明理，看书，看祖师论，不去做，不去行，那样无法解脱。比如太原孚上座，涅槃经讲得天花乱坠，没用。一个禅者教他，你晚上找个地方，像药山禅师在石头上坐着那，什么也不干的就坐着，睁着眼在那坐着。太原孚上座坐了二十多分钟，到两个时辰的时候，忽然明白，唉，原来啥也不用干呀。这一坐就成了，开悟见性了。

但是你得保持，为什么很多人说，师父，我一会好一会不好，一会明白一会不明白，功夫没用到，功夫没有成片，没有相续，都是断断续续的。所以才有烦恼，才有障碍，才有境界，没好好地保护，没好好地长养。咱们都知道有个赵州和尚，八十还要行脚，行脚就是享受，行脚过程中没有任何的脱落，或者走作，已经成了，他才行脚。行脚不是那么容易的，是非常非常难的，行脚就像住山一样，能行脚就能住山了。

初，知圣住灵树二十年，不请首座。常云：我首座生也，我首座牧牛也，我首座行脚也。这里的首座指的就是云门禅师。知圣住灵树二十余年，知圣禅师是云门的一个师父，在灵树住了有二十余年，都不请首座。一个寺院，尤其过去的禅宗道场，首座一定是个大修行人，基本上都是，很少有例外。像黄檗呀，南泉在百丈会下的时候都是首座，像沩山在黄檗那里，要么是首座，要么是典座，典座就是管厨房的。这个东西都不是巧合，你们之中谁要天天管厨房，不是有意的，自自然然因缘使得，天天管厨房，就是首坐，他一定非常厉害，功夫一定很厉害。你们谁在厨房时间最多，谁给大众服务的最多，你们自己去算。第一座，吃饭的时候，过斋的时候，讲法排队坐座的时候，是坐在第一位的，叫首座。僧人有很多威仪，仪轨。不像咱们，随便找个位子就坐下了。过去寺院里谁坐哪儿都有位置，谁先受戒谁先来，寺院里边住持给安排，入室的弟子还有室外的弟子，有在身边伺候的贴身侍者，都选伶俐的聪明的。首座一般都是能干的，悟性高的。

知圣禅师在灵树呆了二十年都没有安排首座，为什么？等云门，我首座出生了，云门刚出生他就知道。我首座牧牛也。牧牛指的禅宗修行如何用功，也是禅宗唯一的用功方式。所有的祖师都是通过牧牛来保任的。石巩慧藏禅师牧牛的公案大家都知道，不是在家放牛，是于念离念的功夫。我们前段时间一直在讲于念离念，讲善护念，就是牧牛。我们也很快，三个月时间从牧牛变成行脚。我首座牧牛也，我首座行脚也，能行脚就能住山，能六尘不染，已经不染六尘了，你已经能够身心不动，身心都能收摄住。这是关于云门禅师。

我们看禅宗公案，好多祖师都是直接到大善知识那里去参访，也有互相参访的。参访的一个目的是学法，另一个目的就是锻炼身心。参访怎么去？就是行脚去。过去没有车，都是走路过去，有的时候，祖师坏极了，学人来到他这儿，都走了一千多里，两千多里地到了，他给来一句，我这儿教不了你，你去找另外一个禅师，又一千里地，来来去去三千里。到另外一个禅师那里，有时不用问，自己就开悟了， 为什么？三千里地把你所有的妄想都走没了，走路的过程中自己就明白了，到那再给你来一棒，晕过去再一醒过来，明白了。过去古人教徒弟不用那么多语言文字，就是锻炼你，呆三年都不给你讲，就让你做功夫。懂了吗？六祖八个月做功夫，十六年猎人队里做功夫。临济在黄檗那呆三年，一句佛法都没学，也不问佛法，黄檗一句也没给他讲。龙潭崇信禅师伺候天皇道悟禅师，天天伺候，端茶倒水，天皇道悟一句佛法都不给讲。他还抱怨，我侍奉您这么久了，您也不给我讲法，我不在您这儿呆着了，要走。他不知道祖师是在天天训练你，就让你端茶倒水，这是功夫，甭天天抱着本经看。天天抱着本经看，是另外的法门。学禅宗是要看基本功，看道心，看灵活性的，要你在心地上多下功夫，不是在语言文字上钻研。在生活中多观察，多体悟。

我们今天时代讲禅宗有点贻笑大方，啥是贻笑大方？让明眼人看到这样学禅宗，会笑话。明明不是那个根基的人，还要挤破脑袋学禅。

刚才讲到行脚，行脚很难，一到行脚就甭想着别的了，别想世间的那些乱七八糟的事。

在行脚过程中，你要打掉所有的妄想，打掉那些没用的挂碍，放下那些想干点这，干点那的心。生死难出，这条路多少人都不敢走，不愿走，太枯燥，太乏味，走出来了，就一片光明，全都是安稳自在，清净快乐，没有丝毫烦躁，恐惧。不然的话，你抓住一个绳子，抓住一个安稳的东西，你觉得安稳，那不安稳，那是深渊，你永远担心会掉下去，而且这是事实。

那天我给大家讲了，解脱没有第二条路，在解脱面前没有人能侥幸。师父，我走个捷径，我不吃这个苦，我不用拔掉那个无明生死根本，我不用降服恐惧，我不用天天这么精进地修行，能不能解脱？您给我指条快路，让我既能在世间吃喝玩乐，又能不轮回。你这是痴心妄想。这怎么可能？你这念心就是轮回心，以轮回心欲不轮回，是不可能的。所有的人都一样，不经历修行，怎么解脱？所以你今天经历挫折，歇下种种不善用心，花时间修行，耐得住寂寞，做了很多功夫，你不要抱怨，你也不要想不通，这是必经之路，是所有人解脱路上都要经历的。你一定要经历这些修炼，所有人都要经历修行，才能解脱。要想究竟解脱，大彻大悟，做自在人，做大富长者，做一个真正独立的人，没有恐惧，出离轮回，一定要走这条修行之路，这条路是一切众生的必经之路。

你别在那讨价还价，师父，我家里也顾着点，生活我也顾着点，全都顾着，我再拿出一些时间修行，这可以吗？不要问我，问你自己。我说不可以，你也不信。你自己有了疑惑，有了痛苦，身心疲惫，再也不想受苦了，你自然就会放下很多，肯花时间修行。你全都顾着点，哪儿还有精力和时间修行。修行是不能分那么多心去做别的，你所有的心都用在修道上还不一定能够成呢。有的人现在还迷迷糊糊，还梦里边呢，还不知道怎么回事，该醒醒了，甭存那侥幸心。比如我，那么多年过的啥日子，基本上都是这种平淡的日子，独处，跟任何人都没有交流，偶尔自己出去吃个饭，散个步，开心一下，就像天上放个烟花一样，刹那间就过去了。大多数时间都是在看经读论，打坐，行脚，就是一个人训练，就这样长年不敢放逸，功夫还不纯熟，还不是完全纯熟，还需要经常的自己在家里，也要坐禅，也要在那一物不为，每天都练习。这个东西骗不得人，你骗，你加水分，你不认真，你心存侥幸，你放逸，最后骗的是谁？是你自己。你在和自己的解脱讨价还价，你自己受轮回。别人不会替你去受，是不是？解脱是自己 解脱。当你解脱的时候，你发现，虽然众生都在受苦，你没有愧疚感，没有义务感。为啥？你认真地修行，你用心了，你减少了造作，你肯休息身心。实相如此，没有我一定要救谁，一定要对谁谁负责，你会随缘，随心量，随力量，很轻松去帮助别人。知道了吧？

你解脱了，看谁也就没有那么苦了，方便讲，众生苦，都在轮回里，其实这些都是假象。对那些还有执着的人，没有明白过来的人，对这些人来讲，世间是苦，诸行是苦。诸行无常，是生灭法。你执着的东西，一定会破灭的，赶紧醒，别等你老了，身体没力量了，脑子也坏掉了，什么都失去了，那个时候你是有苦说不出，苦从心里发出，到那时再想修行就晚了。其实那个时候，你也是没事干，你也要发呆，天天在椅子上坐着，但你心里极苦极苦，不知道道理，不知道如何休息大脑，没办法息掉内心的恐惧、疑惑和无明。也没法做功夫。

我爷爷年轻时看不上我奶奶，经常数落她，骂她。但是，奶奶过世之后，我爷爷非常想她。我看着他们晚年在老苦和病苦还有死苦中离开这个世间。我奶奶死后，我爷爷在孤苦伶仃的极其恐惧中度过了好几年，最后也是在病苦中离世。

先是我奶奶，病了二十年，从我生下来到她去世，三十多年，几乎全都是在病中度过，满屋子的药。我天天看着她坐在炕头，盘着个腿，一天到晚地咳嗽，咳嗽、吐痰，咳嗽、吐痰。我奶奶走了，我爷爷在奶奶在世的时候，天天跟她打架，还有时候骂她，等奶奶走了，天天念叨我奶奶，天天想，后来自己没法动弹了，天天坐个轮椅，在轮椅上发呆，看他表情特别紧张，特别害怕，病重的时候，这不行，那不行，一会儿喊我妈这个，一会儿喊我妈那个，我妈和我婶轮流照顾他，在我家和我二婶家轮流照顾我爷。但病苦的怎么都不行。凡夫老百姓就是这样，有的可能脾气好一点，我爷爷脾气大，稍微不舒服，就闹。脾气好点的人，就是自己忍着受着，大家晚年都得受病苦。

你再有智慧，你再有能力，世间人，不修行，也逃脱不掉一生和多生所造的业，没有机会消业，所以到了中年或晚年，病苦现前，受尽折磨。修行人就不一样了，他的心智经过训练，了解了实相，对身体的病变和死亡没有什么恐惧。如果你步入修行，学的法又是正法，你提前做好准备，后半生全都是解脱的安稳的状态。佛对我们示现的，就是通过修行可以远离一切烦恼痛苦，得常乐我净。

佛不是个骗子。就算他骗我们，也是骗我们修行，骗我们出离轮回。他不会说假话的，他不是到五十六十以后才舍去了王位、世间的快乐，他是三十岁就出家了，很早就出家了。所以说，这一世，我们有些人因缘不具足，出不了家。出不了家，就生出离心，乐远离行。心要出离世间。我们四月八号举行的行脚禅七，在座的尽量都参加，能参加一天就参加一天，能参加两天就参加两天。我们每天要走七个小时，连走带坐，在外面要呆七个小时。这七个小时都是不染六尘的，我们是不使用手机，止语，也不许看风景。我们也不听歌，不看电视，也不跟人过多地交流。就拿我自己来讲，我要是连着走两天，每天都走两个小时以上，吃饭睡觉特别香，走时间长了，身体也得到一种锻炼和放松，不再紧张，也不再皱巴。像我们道场的很多人都是没有工作的，身体处于一种无力的状态，自然天天就昏沉，总想睡觉，什么也不想干。师父，我现在做事效率很低，你效率能不低吗？天天懒得连喘气都不愿意。不睡觉，又怕自己身体不好，老靠睡觉来弥补身体，睡过了就疲倦了。起来干点体力活儿，做些不用动脑子的事。有些人心情低落一点，也不愿动弹，师父我走不了，你走走就有精神了。别怕付出体力，出力长力。修行人要有一个什么精神，为法忘躯。你看看你们一个个的，天天担心身体，老怕身体坏，你这个身体就是为了修行来的，老怜惜它，担心它，越不担心越好，越担心越成了温室里的花朵，离死不远了，越担心死得越快。都别天天自怨自艾的，别把自己当个病人，都是神经病。

打开一百七十八页，药山一日在石上坐次，石头问曰：汝在这里做么？曰：一物不为。石头曰：那么即闲坐也。曰：若闲坐即为也。石头曰：汝道不为，不为个什么？曰：千圣亦不识。

石头以偈赞曰：从来共住不知名，任运相将只么行，自古上贤犹不识，造次凡流岂可名。

这个公案，也是一段开示，希望大家反反复复看，至少要背下来，背也要背下来。这段话所表达的义理，就是修行用功的地方。怎么用功？就拿这段来用功。药山一日在石上坐次，次在古文里就是“时”的意思，包括也有“之后”的意思，坐次就是坐着的时候。比如行脚次，就是行脚时。用饭次，就是吃饭时，或者刚吃好饭的候，并不指固定的时间，就是歇着的时候。药山一日在石头上坐着时，石头禅师看见他了，问：你在这里做么？药山曰：一物不为。照药山禅师在石头上坐这样练，至于用什么心去做，就按照药山所说的，不是闲坐，也不是坐禅，也不是干什么，什么都没干，连什么都没干都不准确，是千圣都不知道的状态，就照这样来进行实修。

坐久了，练到最后，烦恼妄想都没有了。烦恼妄想就是念头老往外跑，老住着在一件事上，一个人上。老想没用的，所以才有烦恼。心不住法，念不生念，功夫养成了，所有的烦恼自然断尽。就是这样，练到最后，自己悟到就是这样，一物不为就全都包括了。

石头禅师是药山的师父，是过来人。药山悟到的，石头也悟到了，药山有的修证功夫，石头也有。他说的一物不为，石头早就已经知道了。所以，当药山说，我在一物不为，我这个一物不为，千圣都不识。石头知道，这小子已经明白了。就像六祖一样，悟后自度，知道自己怎么修了，知道于念离念。居一切时，不起妄念，于诸妄心，亦不息灭。他会这个了。石头一听药山所说，他知道这小子会一物不为了。再考考他，是不是真明白了？那么即闲坐也。药山说：若闲坐，即是为也。不是发呆，不是坐，坐不生坐想，坐没有坐的意识，这就是常应诸根用，而不做用想，分别一切法，不做分别想。不是闲坐，闲坐即是有为也。石头说：汝道一物不为，也不是闲坐，那你不为个什么？你不为是怎么回事？非得让药山说出个所以然来。

药山当然知道，他的状态是不住的状态，是没有住着于思维和概念的状态，他就不想给本来虚妄的身心状态定义，也知道，一旦他去考虑自己在干什么，就是为了，就不是一物不为了。他不想分别所谓的在这里坐着到底是个什么，方便说是自性自用，是千圣亦不识。石头知道他悟道了，就以偈赞曰：从来共住不知名，任运相将直么行，自古尚圣亦不识，造次凡流岂可明。

我们刚才已经开示过了另外一个偈子：夜夜抱佛眠，朝朝还共起，起坐镇相随，语默同居止。纤毫不相离，如身影相似，欲识佛去处，只这语声是。这是傅大士的一首悟道偈。石头禅师说的这个偈子与傅大士的偈子很像。为什么要说这个偈子？你只有认识到了佛性，你才不去追寻意识里的佛，不去造作，不去成个什么，你不会去修禅定，不去修一切有为法。后边石头上栽花，跟这个是连着的，后石头垂语：言语动用没有交涉。药山曰：非言语动用亦没有交涉。石头曰：我这里针扎不入。药山说：我这里石上栽花。这一会先学到这里。

祖师禅第二讲

如来禅与祖师禅的特点

刚才进来两个人，我们再重复一下，我们学习如来禅和祖师禅的目的不仅仅是了解它们的区别和佛法的知识，一讲话，“我知道，师父，我能讲什么是如来禅，什么是祖师禅。”我们学如来禅和祖师禅是为了照着古人，照着佛陀的行持去修行，去做，然后达到同样解脱的目的，这是我们学习禅法的一个宗旨，而不是学习知识。

什么是如来禅？什么是祖师禅？我们会在这一讲里跟大家介绍如来禅和祖师禅的特点与区别。这一讲整理成文字，篇幅有点长，大家看时有些耐心。这也是学法的过程。

相信这个问题是许多学法人心里都很模糊的一个问题，也是我们解脱路上要明白的一个很关键的问题。这个问题搞不清楚直接关系到你的解脱知见。

顾名思义，如来禅是佛陀的教法，通过语言文字直接的开示，让大众了解佛性和修行方法。它大多数体现在佛陀的教法中，多表现在经典中，在经典里面很多教法都是如来禅，比如说我们学习《楞伽经》，讲唯心所现。学习《大般涅槃经》，纯说佛性。学习《六祖坛经》，六祖坛经用语言文字直接说出实相，并告诉你怎么修行，怎么用功，说的很清楚。比如讲到无念，讲到一行三昧，讲到在家修行的无相颂。如来禅并不一定只在如来的经教里体现，祖师说法里也有大量的如来禅教法。比如永嘉大师证道歌，全体都是如来禅的开示。顿觉了，如来禅，六度万行体中圆。并不是他说了一个顿觉了，如来禅，那他就是如来禅，而是他教法的特点就是如来禅。比如说黄檗禅师的《传心法要》，达摩祖师的《血脉论》，整篇基本上都是如来禅的开示，当然也会有一两个类似祖师禅公案的地方。

如来禅的特点就是通过语言文字，给学人指示实相和修行方法，直接去做功夫，比如告诉你乐远离行，告诉你持戒，告诉坐禅，告诉你怎么牧牛，你照着去做，时间久了，功夫纯熟了，就能实现解脱。比如说师父在这里开示，如果从特点来讲就是如来禅的特点。不论我怎么开示，不论我怎么讲，我都是在用文字表达。只要你想让学人通过你的讲解来理解佛性，用意识来思维修行，这样的理解是头脑有迹可循的，这个是如来禅的教法。所以如来禅，大多数指佛经里和祖师直接的开示，特点是用众生能够理解的，有道理可寻的，有方法可入的来引导学人修行和见性。你明白这个方法，明白这个道理而去实行的，这个就是如来禅的教法。

那我们再看看祖师禅。所谓的祖师禅，就是善知识，祖师，禅师，用他灵活的、特殊的、无理的手段，不完全通过语言文字，有时也通过语言文字，但这时的文字是无理数的，无思维可入的，大多数通过灵活的，非常规的，变化多端的，不限于语言文字的方式来启发学人，让学人顿见本性，得大解脱的方法。学人在祖师的示现里边找不到任何的定论和可以把握的特点，但是他会忽然觉悟本性。

祖师根本就没有明示你什么是佛性，却在他的教法里隐藏着实相。因为学人的时机因缘，因为他的悟性，他在善知识面前忽然就领悟了祖师真正想要告诉他的。有时候是在善知识前，有时候是在无情之物前，不知道因为什么，听个鸟叫，看见一个动作，闻到一股气味，都有可能见性。鸟叫里面没有谁在讲法，有人说鸟在讲法，鸟才不会讲法，只是听者会听。听个鸟叫开悟了。看到一个形象，看到一个事情，看到竹子裂了，看到两个不相关的人说话，他开悟了。看到大街上卖肉的，问要瘦的还是肥的，忽然开悟了。

这里根本没有一个谁有意给你说法，但你却悟到了实相。开悟的机缘有很多，别人给你讲句佛法，有情说法，你听着开悟了。有时是无情说法，无意给你说法，你一听也开悟了。讲法的人有时是明确地想让你明白，有时是无心的一句话，没想让你明白，你反而明白了。

关于祖师禅，我们可以举一些经典的案例。

赵州禅师说：狗子无佛性。这就是祖师禅。南泉斩猫的公案，大家说出一句，我就留着它不杀，说不出来，我就把它杀了。还没想呢，刚要说，剑已经落了，猫已经死了。这就是祖师禅的特点。

什么是佛？吃葡萄不吐葡萄皮，不吃葡萄倒吐葡萄皮。

阿难问大迦叶，世尊除了传你金襕袈裟外，还别传你个什么？大迦叶喊阿难，阿难应诺。大迦叶说：“倒却门前刹竿着”。这就是特别鲜明的祖师禅的特点。“倒却门前刹竿着”这句话迷惑了自古以来多少人的心。大家都在这句话上琢磨，琢磨出来的道理千奇百怪，但都不是祖师说这句话的意思。

也有时候，祖师给你说的一句话，确实是有道理的，学人因为这句话的道理而悟道。通过意识，通过思维也可以悟道，但是悟道最后也是离开这个意识。

但是像公案里的这些开示：“时人见此一株花，与梦相似”。这些是没有道理可讲的，没有道理可讲，就是为了让你打破意识思维心的执着，正是意识思维的习气让我们轮回生死，能打破这个习气，就说明你有了出离无明的智慧和能力。这是祖师禅的特点。

我们昨天学的那个公案其实是很经典，很精彩的。如果按照特点来讲，其实那还是如来禅的一个示现。因为他告诉了你一物不为的状态，千圣亦不识的状态，其实都已经说透了，说明白了，但是也需要很高的悟性才能体会到这里边的含义。比如六祖大师对慧明上座的开示，慧明上座去追六祖，说：我是为法而来。六祖说：你既然为法而来，好，你先摒息诸缘，先休息一会儿。先摒息诸法，坐几分钟，静下心来，让所有的思绪停止。坐好了之后，六祖看他确实静下来，坐住了，说：不思善，不思恶，正与么时，阿哪个是明上座本来面目？

这段开示，其实跟那个一物不为的公案是一个道理，这就是告诉你怎么用功，你就这样坐这儿，什么都别想，连什么都没想的概念也没有。但你又不是处在断灭的状态，也没在禅定里，也没有处在无记中，也没昏沉，就是自然地息虑妄缘，正与么时，你是谁？这是六祖引导慧明上座自见本性的一个方法。就是休息身心，又没有压制自性的念头，正那么时，你去默契你的本性。如果你说：我坐这什么都不要想，你一直在告诉自己什么也别想。完了，已经有了一个什么都没想的概念。你说，我坐这儿一物不为，这还是为。你执着这个一物不为，还有个一物不为的概念，就变成为了。这个时候，往那一坐，千圣亦不识，没有一个东西能形容他。

但是我们就只是这样呆呆坐着吗？难道我们坐着的时候没有呼吸了吗？不是。念头就断灭了吗？没有。佛性断灭了吗？没有。人虽坐在那里，一切的思想意识心识都在活动，六根都在自然起用，只是头脑有意识的思维和活动止息了，本性一直在通过六根流动，所谓六根门头一直放光，虽然在流动，但又没有任何可住可思维的地方。正是“这么”个时候，那就是你的真心，就是你的本性。可是，你又找不到这么个“真心”和“本性”。它是无形无相的。它无法住着和思维。这个本性的智慧随时随地都会在起用，就看你把握到了没有。看你能不能领悟到这个自性的用，而又不住在这个悟上。如果你轻轻捕捉到了，一念，就觉悟了。这就是“言下见性”的原因。正与么时，阿哪个是你本来面目？不是让你去定义那个“与么”时，也不是让你思维那个“状态”，是让你默契它。你不思善，不思恶，而没做不思善不思恶想，勉强说，那么一刹那，那就是你本来面目。可是，又确实没有那么一个时刻，也没有那么一个状态是你的“本来面目”。

因为“时刻”是我们的妄想，“本来面目”也只是一种形容，你永远也找不到一个实实在在的“本来面目”。这些名相和词语都是头脑的住着和定义，根本没有那么个“一刹那”、“与么时”、“本来面目”，没有那个悟。祖师用的词叫“与么时”。“与么时”就是为了区别特定的一个时刻，所以叫“与么时”。

这个就需要你们去做，去实修，在实修中自己去观察，去体悟，去经验。别人怎么跟你说，你都是在头脑中理解。只有你自己去实行，你才能实证。

还有一个开示，是太原孚上座讲涅槃经，讲得非常好，专门讲法身，讲得很究竟，很到位，讲到法身佛性的特点，按照经典来说，他讲的没有问题，其他人也听得全神贯注，觉得讲得很精彩。但是有一个禅者听了，噗嗤就笑了。他这一笑正好让太原孚上座看见，讲经结束之后，太原孚上座问禅者：我哪里讲的不对？让您笑话了。禅者说：你只讲到法身边上，你只会讲如来禅，祖师禅你还不明白，佛陀说法的真实用意你还不明白，你还不识真法身。学法之人没有贡高心，傲慢心，他自己有问题一定是知道的，他觉悟了他一定也是知道的，他还有疑惑他一定不会藏着这个疑惑。就像我们得病了一样，得病一定会有烦恼，有痛苦，你一定会去看医生，你一定会向人请教，你不可能自欺欺人，说自己没病。修行人也是一样，有烦恼，有疑惑，有地方没有通达，他一定想尽一切办法向明白的人请教，求开示。

太原孚上座就是这样，他讲得再好，在平时他一定是有疑惑的，通过讲经，他并不能解除自己所有的问题。所以，当这个禅者这样说的时候，他很谦卑地请教禅师：到底怎么才能够真正明了觉悟法身？我怎么做才对？禅者就告诉他：你罢讲一个月，别讲涅槃经了，你找个地方独处，什么都不要想，只是静静地坐着。禅者给太原孚上座的开示，就像药山禅师在石头上坐着那样，就是我这两天给大家开示的一样，一物不为。这个要去做，我对你们的要求，每天只是坐半个小时，其实半个小时远远不够，至于坐多久，看你自己的情况。主要是看你的道心，看你的悟性和根基，看你求法的心。太原孚上座听了这个禅师的开示，当天晚上就坐了一两个小时，到了后半夜的时候，他就突然明白了。

《灯录》里记载的，他坐了两三个小时，就忽然觉悟了。然后他去找这个禅师，禅师考他，他回复了一句。禅师默认了他。

你们练习过一物不为，也不是发呆，也不是打坐，偶尔可能打点妄想，也不是无记，也不是昏沉，偶尔也有昏沉，但是这些都没有关系，就是在那里坐着，息虑忘缘，看着念来念去，不去管它。像慧明上座，像太原孚上座那样去操作，你一定会有所收获。慧明上座按照六祖大师那样操作，没多会儿，他就觉悟到了。原来他在五祖会下这么多年错用了功夫，通过六祖给他的简单的开示，因为见地和用功的方法完全不一样，他才知道原来言下就能见本来面目。

太原孚上座那天晚上按照禅者指示的去做了，才明白了佛法的精髓根本不在经教里，不在任何的有为里，而在自己这里，在言下，在无功用处，在无用心处，在彻底放弃一切的想法和努力时。才知道佛法原来是另外一种样子，根本不是以前自己所学的那些。他从此不再怀疑天下禅师老和尚的舌头。原来他以为那些禅师们全是胡说八道，现在才知道，人家讲的那些看似云山雾罩的东西，才是真智慧，真功夫。那些胡说八道的东西原来不是胡说八道，原来那才是佛法。

你看，通过这种直接开示也能让学人悟道，但是这里边有个前提就是你要有实修的基础，要能自己去操作，你要练习，要有积累，要有善根，不是说你一听我一讲，你就明白了。你应该先明白怎么去修，怎么去做，怎么做好准备工作。然后再通过自己的实践，才有机缘开悟，最重要的一个机缘是明眼的善知识的开示，这非常重要。如果是一个过来人给你指点，而你又为此做足了准备，就容易相应和觉悟。

有时候你自己坐两天两夜也觉悟不了，机缘没到，用错了心。赵州禅师说过一句话，有佛处急走过，无佛处莫停留。对这句话，过去我就考过很多的学人，大家给我的答案也是各种各样，但没有一个人明白赵州的意思。什么是有佛处急走过？没有一个人真正会得这句话的意思，会了这句话的意思，就知道怎么用功，就真的开悟了。祖师禅真的能考验一个人是否开悟。不明白的人，以为这里有什么玄妙，其实一点玄妙都没有。那是见地和功夫到位，自然就明白的道理。就如同明白男女黑白一样。这是祖师禅，是自己明白了，觉悟了，随时能实现解脱，这是祖师禅。

有时候如来禅和祖师禅没有那么明显的区分，有时候它们之间是有交界的，有时候又完全不同。只是为了教学，为了让你明白这两种教法的区别，教你怎么做功夫，才方便说祖师禅和如来禅的特点。还有一个原因，是教你不要被其他人讲的知见误导。

会祖师禅的人一定会如来禅，会如来禅的人不一定会祖师禅。会祖师禅的人，对经典一定是通达的，通宗通教。宗指祖师禅，教是如来禅。一般来讲，我们为大众开示，普通意义上的开示，会说得很明白，祖师禅比如来禅要高。这在古人那里已经明确开示过了。比如仰山禅师对香严智闲禅师的评价，一开始香严没有真悟，仰山说他只会如来禅，还不会祖师禅。会了祖师禅，那才是真开悟。

这就说明会如来禅的人未必会祖师禅。在《灯录》里面记载，香严智闲禅师是沩山的弟子，和仰山禅师是师兄弟，都是沩山的弟子。有一次，他觉得自己开悟了，说了一句：去年贫，未是贫，今年贫，始是贫。去年贫，犹有立锥之地。今年贫，锥也无。这是什么意思呢？我已经彻悟空性了，贫就是空的意思。就是说，去年我对空的领悟还不是真正的空，贫就是没有的意思，穷无一物。今年贫，始是贫。今年贫，今年悟到这个空，是真正的空，因为连空的概念都没了。这在理上没有问题，但是你说出这句话无法看到你的修行。

我们看为什么这句话不能看出一个人的真实解脱能力。

去年那个贫还有个立锥之地，所谓立锥之地，就是还有个抓头，还有个救命稻草，有个能所，有个依止，有个所得的空，还没有与真正的空相应。这是去年贫，犹有立锥之地。今年贫，连锥也无，连那个锥尖都没了。也就是连空都扔了。这就是无依，这个无依才是一切的依赖，能所都没有了。这对实相的表达没有问题，这也是一种悟，但这只是理悟，功夫看不到，体现不出来。因为这个知见可以从别人那里学来。

到了仰山那里，仰山一听这个就说：只许师弟会如来禅，祖师禅还未梦见在。虽然你觉得自己悟得很透彻，很究竟，整部大藏经讲的道理也不过如此。去年贫犹有立锥之力，还有性可见，有法可得。今年贫，连那个锥都没了，无法可得了，完全的无依，无所得。也就是黄檗禅师说的，亿万人到了这个地方全都怕了，因为没着没落的，没个抓头，啥都没了，全都转修有为去了。只有极少数人才能够跟这个无所依相应。这已经是很高的境界了，已经把理讲得很透彻了，但是仰山说：如来禅许师弟会，祖师禅未梦见在。就是你这个悟还不是真正的悟。

说这个话的时候，香严智贤已经开悟了，只不过，他是用如来禅的方式，也即是用可以理解的语言的方式说出了自己的悟处。但是仰山说他不会祖师禅，那么香严就说：好吧，你不信我，我再给你讲一句，他说：我有一机，瞬目视伊，若人不会，别唤沙弥。这句话的字面意思是什么呢？就是说，我有一机，我有个机巧，有个宝贵的东西。瞬目视伊，这个东西能动眼睛看，能作用。这一句还有点如来禅的意思，如来禅讲佛性，他说的就是我有个佛性，它每时每刻都在作用。后半句就是祖师禅的特点了：“若人不会，别唤沙弥。”我已经告诉你这个佛性是什么了，但是你听不懂。你听不懂，我也不再费力告诉你。我就回过头来，喊一声旁边的沙弥，让他为我拿个东西过来，或支他去做什么事。这后半句跟“我有一机，瞬目视伊”，已经毫不相关了。但其实是相关的，只不过，这时的学人如果不会的话，就会觉得了不相关。明明讲“一机”，突然不讲了，别叫起“沙弥”来。这就是典型的祖师禅的特点。

当仰山一听香严的话里有“别唤沙弥”四个字，就知道香严确实会得祖师禅了。会祖师禅意味着不是理悟，他获得了随时从意识知解里解脱的能力。

这就是祖师禅与如来禅最大的特点和区别。也是我们现在跟大家学习公案，了解祖师禅的特点的目的。

如来禅不一定表明你获得了真实的解脱能力。有可能有功夫，但很有可能没有解脱的功夫。而会祖师禅，一定有解脱的功夫。解脱是靠的智慧和能力。祖师禅的末后一句里就能体现这个智慧和能力。

香严禅师说：我已经告诉你佛性了，但是你要不会，我就叫旁边的沙弥。其实这后半句，才是佛法最精妙的地方，是祖师禅的标榜，真正体现了一个道人的见地和修行功夫。

如果你没悟道，你就不会说出这句话。听者不悟道，也不知道他讲这句话的真正用意。有的学人，一听这后半句话，明白了香严的真正用意，这时就开悟了。就像大迦叶会意了世尊拈花一样，所以才会笑。

你还以为我只是叫一声“沙弥”，但其实不是。但是至于为什么我叫这一声“沙弥”，你自己去悟吧。你根本不知道这里有啥含义，甚至说就是我让你端水，这里边就蕴藏着悟道的禅机，但是你错过了。有多少人都会在这里错过。你甭管我是有意没意让你端水，就是你问我个问题，我让你把水端过来，这就叫别唤沙弥，这就是祖师禅，佛法的全部奥秘就在这里了。

昨天看鱼的时候，我说这鱼有佛性，大家都知道鱼有佛性，把鱼从中间割开，尾巴也动，脑袋也动，佛性在哪头？只要你奔这里一想，佛性就跑你脑袋里去了，那就不是佛性了。

我们都知道南泉禅师和陆亘大夫有一段公案，南泉考陆亘：有一只小鹅，很小的时候把它放到一个瓶子里，天天给它喂吃的，鹅长大了，它的体积已经超过了瓶口，在不杀掉鹅，也不把瓶子打碎的情况下，怎么让鹅出来。这个陆亘就开始琢磨，南泉就叫了一声：“陆亘”。陆亘应了一声，南泉就说：“出来了”。陆亘就明白了，不是鹅出来了，是自己从这个虚构的故事中出来了。

不仅这个故事是虚构的，世间的一切都是虚构的，你找不到任何一法不是虚构的，但是我们就会经常掉到这虚构的幻境里久久地出不来。你出不来，就会有种种的烦恼。出来了，一下子就清凉了。这个公案考的并不是故事里的鹅怎么出来，是你脑子里的“鹅”怎么从你妄想的瓶子里出来。

所谓的瓶子就是头脑，鹅就是你的妄念。意识知解是如来禅的特点，佛陀教法的特点就是你可以思维和想象，如来的教法是方便，用语言给你启示，用你能理解的东西来领悟佛性，你需要如实地去做，然后有一天，忽然悟道。它的局限性就是容易进入知解。最后还要把领悟佛性的意识放下，直接去默契，去操练，这是如来禅。

而祖师禅根本就不告诉你实相是什么，不给你说破，让你在六根门头去领悟，在日用和一切法中去亲证。

关于祖师禅，现在已经说破了很多东西，不过没有关系，你一定有自悟的机会，时机因缘到了，大家都会觉悟。当然给你讲这些，是希望你不要轻信其他关于禅宗的见解。这个你听明白了，你去操作，也可以悟道。就像太原孚上座，像慧明上座，他们都是听到直接的开示，自己操作，就明白了。像永嘉大师，是看维摩诘经开悟的，不是说一定要会祖师禅才能开悟。只不过，通过祖师禅，你悟得更透彻，更能体现你的实修功夫。而如来禅的开悟偏于知解，见地透彻的话，功夫自然就会跟上，但也有可能会差一些。祖师禅更精彩地展现你对佛法的领悟，更透彻，更自如，更自在。

大家有时候会问，佛经里面有没有祖师禅？佛示现没示现祖师禅？佛经中当然也有祖师禅，不过少有人看得懂。

像《维摩诘经》里面，有一次，须菩提乞食到维摩诘那里，维摩诘给他胡言乱语吓唬一顿，须菩提根本就听不明白，这也是祖师禅的一个教法。还有《涅槃经》里面讲过，有善根的人没佛性，无善根的人有佛性。有善根的人有佛性，没善根的人无佛性，这我们都懂。但是有善根的人没佛性，有人不明白这个。什么是如来随自意语？自意语，就是跟说梦话似的，没跟你开示什么，他是自境界，说的话只有自己懂。

世尊平时一般都是讲法，很少搞一些小动作，有一天，大众成千上万，不知道为啥，佛陀捡起一支花来，他就拿起来让大家看。所有人都不知道佛陀是什么意思，这时候只有迦叶破颜微笑。这就是佛陀所演示的祖师禅。

我们有的同修，你跟他讲这个，他听不明白，他跟你说那个。他不知不觉入了祖师禅，他不知不觉在示现祖师禅，自己却不知道。

我们还有两公案，大家一块看。九峰道虔禅师，师尝为石霜侍者。石霜，指石霜楚圆，洎霜归寂，石霜禅师要入灭的时候。众请首座继住持。师白众曰：“须明得先师意，始可。”你得明白先师的教法，才能继任这个住持。座曰：“先师有甚么意？”师曰：“先师道：休去，歇去，冷湫湫地去，一念万年去，寒灰枯木去，古庙香炉去，一条白练去。其余则不”。师问：“如何是一条白练去？”首座听不明白这些话。一条白练去，在“白练”这个词上生心了，寻这个舌头路去了。座曰：“这个只是明一色边事。”这是典型的意识里的知解。师曰：元来未会先师意在。未会先师意在，其实就是未会祖师禅。座曰：“你不肯我？”你认为我说的不对？“但装香来，香烟断处，若去不得，即不会先师意。”烟烧完了，我去不得，就是不能坐脱立亡，说明我不会先师意。

坐脱立亡，是有些人临终的一种安然的状态，想什么时候离世，就什么时候离世。有些人认为这是有修行的人才有的功夫。但其实这并不能代表什么。首座说：香烧完了，我还没走，那就说明我不会先师意。香断的时候，我立刻就走。好多人就被这迷惑了。遂焚香，香烟未断，座已脱去。香还未烧完呢，首座就往生了。师拊座背曰：“坐脱立亡即不无。先师意，未梦见在。”虽然你走了，还是不会先师意。

不管他是“明一色边事”，还是“坐脱立亡”，都未出心识和有为，未能真正出离生死。出生死是智慧上的事，而不是你怎么死。就算你示现了很多人做不到的事，与真正的解脱了无交涉。从这个公案上，我们就对如来禅和祖师禅的特点略见一斑。

为什么上座的功夫都可以自在往生了，他的解脱还不究竟呢？这就是法理上不透彻，他对实相没有真正了达，对什么是解脱也不清楚。导致他的修行有偏差，而错认了解脱知见。这就是不会祖师禅的结果。

我们再看另外一个公案，也是与石霜楚圆禅师有关的一个公案。我们看《祖师禅》这本书的目录，第五十三页第二行，看石霜楚圆禅师的示众。

石霜楚圆禅师示众：以主杖击禅床一下云：大众还会吗？不见道，一击忘所知，更不假修持，诸方达到者，咸言上上机。这是香严禅师闻竹子破裂声的时候开悟的一个偈子。闻竹子破裂，一听就开悟了，一听到声响，一击忘所知，就是听声音的刹那，把以前所有的知见都忘了。他一听声音，突然悟到修行觉悟原来如此简单，不用想那么多道理，只是从妄念中出离，直用直行自己的本性便是了，不假修持用功。诸方达道者，就是所有觉悟的人都是上上根基的人，咸言上上机，都是在这一刹那间，根本没通过任何的修行就开悟了。

开悟的人都是这样开悟的，都是言下顿见真如佛性。这是石霜楚圆上堂为大众开示时他引用的。不见道，就是大家都知道。过去祖师一些开悟的偈子和说法，在学法人中是很流行的。大家全都是搞这个的，都互通消息，虽然远隔千里，但那时候到处求法的人络绎不绝，一些道场发生的事很快就传遍丛林。不像我们今天，都是外行人在学内行的法。过去都是内行人学内行人的法，一说偈子，大家都知道。现在学法的人真的都是滥竽充数，在这个时代，滥竽充数很流行，大家都在滥竽充数，就都变成了学法的了。当所有人都在说瞎话的时候，没有人说真话，瞎话就成了真理。当所有人都是病人，没有一个人是正常人，病人就成了正常人，正常人反而成了病人。

这是石霜楚圆示众的时候引用香严修道的一个故事。他继续说：香严恁么悟去，分明悟得如来禅，祖师禅未梦见在。听我这么一讲，大家都知道还有个祖师禅，还有个如来禅，它们之间的区别大家也越来越清楚。这是祖师们说的，灯录里有记载的关于祖师禅和如来禅的区别。

如果说这是我自己的一人之言，你可以不信。看灯录里的记载，我们就知道过去对祖师禅和如来禅的了解全都不着边。学法来不得半点虚假，这比世间任何一门都要认真，不然是自己骗自己。禅宗一门，我们一定要深入学习。我们在座的如果有人能够写出这样的偈子，“一击忘所知，更不假修持，诸方达道者，咸言上上机。”也会觉得心花怒放，写出这样的偈子一定不是听来的，一定是自己悟的。但是到了更厉害的祖师那，这个还不行。这是如来禅，祖师禅未梦见在。

石霜继续说：“且道祖师禅有什么长处？若向言中取则，误赚后人，直饶棒下承当，辜负先圣。”你如果在我说的话里琢磨取舍，不仅赚了自己，还赚后人。就算我拿棒子打你，把你打明白了，那也是辜负先圣。有时候祖师说的话是骗你，有时是肯定你，有时是否定你，让你摸不着头脑。他虽然骗你，但你可以不被骗。如果你见地不清楚，又没功夫，明明你都快悟到那个点了，就说你没开悟，明明你已经沾边儿了，就说你没梦见在，如果这时候你疑惑了，你就恰好被祖师说中。如果这时候他怎么说你，你都不搭理他，你会就是会，谁都骗不了你了，那说明你自己站住脚根了。比如大梅禅师一开始是听马祖即心即佛开悟的，后来又有人到他那里给他讲：马祖现在不说即心即佛了，而说非心非佛了。大梅知道马祖惑乱人，没被他骗，说：他爱怎么说怎么说，我这里就是即心即佛。马祖听了之后，赞叹他说：梅子熟了。

我们再看《维摩诘》里面那段有名的开示，智者不着文字。这是维摩诘上演祖师禅。须菩提去维摩诘处乞食，维摩诘盛满饭，然后没直接给须菩提，而是给他说教了一番。如果这段开示，你用思维意识理解它，也能说得通，但那不是维摩诘的本义。比如说“芥子纳须弥”，也有祖师禅的特点。但是如果你按字面意思解释，也能解释通。芥子，须弥山，都是空的，不就互相融纳了吗。但这句话的本意不是这个意思，它让你思维顿断，无理可想，让你没有一个入处，可是你就不明白。这个也是一样。当时我看这本经的时候，看到入诸邪见，就想，邪见也是正见。看到不到彼岸，就想此岸就是彼岸。看到住于八难，想到一切都是空的。同于烦恼，离清净法。我一直在烦恼中，烦恼即菩提，离清净法，清净不可得。这都能解释通，我当时就是这样理解经文的。但是现在再读这段经文，知道那是自己的意识知解，不是维摩诘说这话的本意。汝得无诤三昧，一切众生亦得是定。你得了无诤三昧，一切众生也得了此三昧，解释也能解释得通，一切众生本有佛性，都具有这个能力。其施汝者不得福田，供养汝者堕三恶道。在你身上做布施做供养的，他没有什么福可得。供养你的人非但没有福，还要堕三恶道。从因果的角度讲，根本就说不通，不可能的。佛讲的修福修慧，都是因果，错不了。

但是到了这里，供养你还得堕落。于一切众生而有怨心，这跟佛讲的就完全相违背了，听着像邪法。你要厌恶众生，讨厌众生，憎恶众生，要谤佛毁法，别出家，赶紧还俗，这样才能取食。僧数在佛经里面指僧团。你在佛法里修行，终不得灭度，你永远也觉悟不了，永远也灭度不了。汝如是乃可取食。须菩提闻维摩诘此语，茫然，不知以何答，完全听不懂了。便置钵欲出其舍，说：这饭我不要了，你讲的这是人话吗？佛可从来没这样讲过。

维摩诘看到须菩提听不懂，最后就明说了。看到须菩提被吓到了，马上就从祖师禅变到如来禅了。维摩诘言：“唯！须菩提，取钵勿惧，于意云何？如来所作化人，若以是事诘，宁有惧不？”须菩提言：“不也。”维摩诘言：“一切诸法，如幻化相，汝今不应有所惧也。所以者何？一切言说，不离是相。至于智者，不著文字，故无所惧。何以故？文字性离，无有文字，是则解脱。解脱相者，则诸法也。”

维摩诘说：如果我是个化人，是变戏法变出来的人，我用这个话来问你，你害怕不害怕？如果你很清楚是一个化人在跟你说法，现在你害怕不害怕？须菩提言：那我就不害怕了。维摩诘言：一切诸法如幻化相，我也是幻化相，我说的法也没有实义。我刚才不过说了一堆文字，是你自己于我说的生了心，当成真的了。至于智者，不着文字。不着文字，即得解脱。解脱相者，则诸法也。也就是说，一切法本来解脱，你于法生心，故不得解脱。我刚才说的，全是胡说八道，都是有为的，都不真实，你为什么要怕？

为什么我们要实修？找个地方练习不思善，不思恶，去练习，时间越长越好。越是一个人，平常不常去的地方，荒郊野外，河边林下，黑灯半夜，一个人在一个地方这样坐着。时间长了，你就了达诸法实相了，你就知道一切法从心想生，从妄念有。妄心不生，诸法非法，即得解脱。

有时候我会说，不让你体悟什么。不让你体悟，你也别执着，什么也不悟，不是死人。呆呆地坐着，啥也不想，也没体悟，那也不可能。你要学会捕捉，在关键的时候，有所悟，原来就这么简单，原来我这样坐着的时候，没有任何烦恼，原来这就是实相。

所有的烦恼都是因为我不停地思想，不停地分别自心境界，不停地编织幻境，把妄念编织的境界当真了，住在了妄念中，才有诸法。然后自己吓自己。所有的问题，都是不停地思想的结果，只要妄心一歇，歇即菩提。这个是实修和操作中你能捕捉到的，你能体悟的。所有的人觉悟都是这样的，他一定是有个悟处，悟处不断累积不断加强，最后变成一种彻悟。

只要离开心意识，不依于识，不于诸法生心，就成熟了，就与真性相应了。就成为一种自自然然的解脱诸烦恼的力量，自然就不用心意识，而且不会被任何人的话语所骗。

祖师禅讲记第三讲

禅宗法脉概述

打开《祖师禅》的第三三九页，太原孚上座。我们这本祖师禅分了十部分，这十部分第一部分是佛与经，主要记载的是跟释迦牟尼佛有关的公案。有些公案未必是释迦牟尼佛的真实事迹，很多事是后人和祖师啊、禅流啊、道人啊编撰的，杜撰出来的。有的出自疑似佛经，比如拈花微笑的公案，出自《大梵天王问佛决疑经》，这部经在大藏经中是疑似部。所谓“疑似”是指经典阐述的内容与佛陀的教法非常相似，但翻译的手法与文章的风格，遣词造句的特点，又有着明显的汉语特色，像是中国本土人撰述的。为什么要杜撰这些？其实都是为了开示学人，开示后人的，即便被疑为不是佛陀所写，就内容看，也是对佛经非常熟悉，对实相有一定的理解的人所撰。有的公案也确实出自大藏经，比如罔明弹指的公案，就是出自佛经。有的可能是作为教学的手段，是祖师们自己杜撰出来的，比如倩女幽魂的公案，比如小鹅的公案。

《灯录》里记载了很多关于释迦牟尼佛的一些在教法上有祖师禅特点的这样的小故事和公案，以及开示。这些故事被广学多闻的禅师从佛经中摘抄出来，形成了一个个公案。如陈睦州尊者的“五百力士揭石”的公案，出自《大般涅槃经》。可见，祖师公案和佛经息息相关。我们看到的很多公案，觉得很新鲜，其实佛经读的多的人会发现，这些公案的原型在佛经中都能找到。从这里我们也能看出佛经的浩瀚与佛陀的智慧。

释迦牟尼佛四十九年说法，主要还是为三乘人广开方便之门，而禅宗这一宗主要是接引上上乘根基的人。这本《祖师禅》所选的经典未必都是跟祖师禅有关，有一些是对于学法很重要的直指人心的开示，直接了当，干脆利落，我们把它们也放到《祖师禅》里，供大家反复熏修，反复地领悟，然后如说修行。因为我们这个时代消遣娱乐的方式很多，学不学法，人心普遍都比较浮躁，很难静下来把整个大藏经，把祖师的《灯录》看一遍。所以我就从藏经里边，从流传下来的经典论著里，从祖师的教法里挑一些比较精彩的，带有普遍性的、能指导学人修行的，能够开示修行的法语和考验修行的公案集成一册，这就是第一部分佛与经。

我们看第二部分：西天诸圣，是按照《五灯会元》里的顺序选摘的。它里边记录了很多的西天的圣人，也就是印度的修行人。包括佛经里面出现的一些大士、大修行人、大菩萨，像文殊菩萨、舍利弗尊者、大迦叶、阿难等，这都是佛陀在世的时候，追随佛陀的一些弟子。还有经典里边的一些菩萨。我们编这本《祖师禅》，主要参考的书目就是历代的《禅灯录》，《五灯会元》还有其他一些相关的《灯录》，《祖堂集》，《景德传灯录》等，还有一些有名的经论。

第三部分是六代祖师。六代祖师，我们把他们放在一起，因为六代祖师对中国禅宗的影响非常巨大。到了六祖那里，一花开五叶，结果自然成。这部分所选的内容，有些是跟六代祖师有关，包括一些典故与开示，把它们放到一起。

第四部分是东土大师。东土指中国，相应的时期是达摩祖师来中国传禅宗前后的时期。这部分内容是介绍那个时期的一些大修行人的事迹和开示，像宝志公大士、傅大士，他们都和达摩祖师是一个时代。梁朝三大士就是指达摩、宝志公、傅大士。还有像慧思禅师，他是智者大师的师父，中国天台宗著名的祖师。大家都了解，智者大师是天台宗的创始人，专门学法华经的，修法华，讲法华。还有布袋和尚，寒山大师，拾得大师，丰干禅师，这些都是禅宗史上有重要影响的祖师。他们示现的洒脱的风格完全是禅宗式的，跟祖师一脉相承，像寒山拾得，像布袋和尚，他们都是会祖师禅的。

1. 禅宗五家，也是禅宗最鼎盛时期的禅师们留下的公案和法语开示，这个时期也是禅宗公案留下最多的一个时期。《祖师禅》这本书的目录，不是完全按照《灯录》里边的顺序，它稍有变化。自古以来到现在，很多《灯录》都是一个模式，就是按照一个顺序，从释迦牟尼佛，西天诸圣，六代祖师，按照祖师的传承法脉走。六代祖师完了是怀让，青原，石头，马祖，百丈，药山，然后到五家法脉。五家法脉是从马祖和石头这两支下面传承下来的。再向上推，是怀让和行思两支下来的。这本《祖师禅》的顺序稍微有点变化，为了突出禅宗的特点和影响力，主要是禅宗祖师在整个禅宗史上的影响，我们把五家法脉的祖师的顺序提前了。我们不能说哪个禅师修行更好，只是按照他们的影响大小来排这个顺序，所以把禅宗五家放到了前边。后边有些其实都是禅宗五家的先师，师爷辈的，却放在了五家法脉后边。

这部分选的禅宗五家，不仅仅指临济，沩仰，曹洞，云门，法眼，还包括跟他们有直接传承关系的重要祖师，像黄檗，德山，药山，云岩，雪峰等，他们都是在五家兴盛之前起了重要的承前启后作用的禅宗祖师，所以我们把他们放到一块。这里边的祖师都是和五家息息相关，关系最为密切。基本上都是师徒相承，比如说黄檗禅师和临济是师徒关系，药山是洞山的师爷，也就是云岩的师父，德山是雪峰的师父，是云门的师爷，从师承上讲，他们的关系特别近，属于嫡系的。

在这里把禅宗五家的法脉关系简单介绍一下。

临济宗：六祖，南岳怀让，马祖道一，百丈怀海，黄檗希运，临济义玄。

沩仰宗：六祖，南岳怀让，马祖道一，百丈怀海，沩山灵祐，仰山慧寂。

云门宗：六祖，青原行思，石头希迁，天皇道悟，龙潭崇信，德山宣鉴，雪峰义存，云门文偃。

法眼宗：六祖，青原行思，石头希迁，天皇道悟，龙潭崇信，德山宣鉴，雪峰义存，玄沙师备，地藏桂琛，法眼文益。

曹洞宗：六祖，青原行思，石头希迁，药山惟俨，云岩昙晟，洞山良价，曹山本寂。

以上是禅宗五家法脉的一个大概传承。禅宗发展到五家，到了一个鼎盛的时期。后面到了宋朝，在临济宗下又出现黄龙和杨岐两派，这两派在禅宗史上也影响很大，与前面五宗加一起，就是禅宗的七家。

我们看第六部分，六祖的法脉。那天我们行脚的时候在路上讲，六祖的弟子里有很多大修行人，除了南岳怀让和青原行思之外，有些人并没有出太多的徒众，但这些人的影响很大，他们的法语开示流传至今，到今天对很多修行人的实修都有重要的指导意义。像永嘉大师、慧忠国师、神会禅师、司空山本净禅师。

而六祖的弟子南岳怀让、青原行思，这两位祖师，更是开下面禅宗五家法脉的最有影响力的禅师。我们把马祖和石头禅师也放在了六祖的法脉下面，按理说，石头和马祖属于六祖的徒孙辈的，不是六祖的弟子，因为他们和六祖的关系很近，近到三代，所以就把这些祖师放到一起。目录这样排列，也可以让学人对自己所学的禅宗祖师的法脉有一个清晰的了解。石头既是六祖的徒弟，又是青原行思的弟子，从师承上讲也是六祖的徒孙，因为他是在青原那里开悟的，青原是六祖的弟子，他就成了六祖的徒孙。石头早年也跟六祖学过法，但时间很短，六祖去世后，他就跟青原行思学法。所以把他们放到六祖的法脉里。

第七部分是马祖的法脉。为什么单独弄一章是马祖的法脉呢？因为马祖下面出的大禅师太多了，本来达摩的师父，印度的般若多罗就曾经预言过，说六祖慧能的徒弟怀让禅师下面将来会出一马驹，踏杀天下人。这个马驹，指的就是马祖道一禅师。用黄檗禅师的话说，马祖下面有八十四位大善知识。他的徒弟都是大善知识。《灯录》里边记载了很多，有上百名。六祖跟怀让禅师说，将来你的徒弟里有一个马驹，会振兴禅宗，影响深远。这个人就是马祖道一，他的徒弟特别多，都有大成就，在禅宗史上，个个都是响当当的人物。

马祖法脉弟子里面最有名的就是百丈怀海禅师，还有西堂智藏，南泉普愿，归宗智常，大梅法常，大珠慧海等。百丈出黄檗，黄檗出临济，又出沩仰，这两宗都是从百丈这里出来的。

这些禅师的名字大家都应该非常熟悉，如果不熟悉，你就要多看，因为他们是你真正的祖宗。你爸，你爷，你太爷，那都不是你的祖宗，这些祖师才是你真正的祖宗。如果你想学禅宗，作为一个真正的禅宗修行人，了解这些人的生平、修行和法语开示，是你的必修课，是你的基础。这就好比你想当一个数学家，你的微积分定理，几何，方程式，很多的定律，你是必须懂的。再说的夸张点，一加一等于二必须得会，勾股定理必须得会。你们天天忙啥也不知道，问谁谁也不知道，公案没看几个，六代祖师的名字就记得住达摩，二祖是谁就不知道了。这太可笑了。就好比如只知道爸爸是谁，爷爷就不知道了。

祖师法语和公案不是当笑话讲，当故事看的，也不是为了记祖师的名字而去记这些东西的，而是为了更好地和这些古人，和这些觉悟者对话，和他们交流，向他们学习。这里边每一个公案都有修行，都在深入浅出地讲佛理，都是整个大藏经的精华。为什么祖师禅比如来禅更殊胜，更难懂，因为它是站在了如来禅和整个大藏经的基础上的一种升华，一种飞跃，它的见地和修行站在了整个佛法的顶端，是最高级的法门。如果我们经教学明白了，然后也按照那个理去做了，到一定程度时，也能解脱，也能通达。但是你很难得到大自在，你很难成为大善知识，你可能自度，未必能度人，未必能真正帮助到别人。

会祖师禅就不一样了，那一定是大彻大悟，是真正的大善知识。我们看达摩、六祖，虽然他们的示教与法语中没有太多关于祖师禅的特点，但是在一些关键的地方，已经露出了最早的祖师禅痕迹。比如达摩考他的几个弟子，六祖考神会、考方辩的问题，这几处非常明显的地方，已经显示了明显的祖师禅特点。

我们学祖师禅，一定要知道祖师禅有多么的殊胜，它超越如来禅的地方到底在哪儿，明白这个对你的修行非常重要。这个地方是所有修行人的瓶颈。现在讲如来禅，知解佛法的善知识非常多。也就是六祖称神会为“知解宗徒”的人特别多。

关于祖师禅的书，我们都印了四套了，包括《祖师集》、《祖师禅》、《禅宗法本》、《禅灯集》。这本《祖师禅》，是禅宗法语开示和经典公案的集结。好多寺院里有《大藏经》，一面墙，成百上千册。从这浩瀚的佛法经论里面，我们集结了一册，供大家方便学习古人的法语开示。这一册你还不看，就甭学佛了。你该养猪养猪，该生孩子生孩子去，该干嘛干嘛去。你们上班，上了一年、三年、五年班，最后老板发现你什么也不会，在单位装模作样，人家会不会把你辞退？肯定要辞退的。你什么都不会做，还拿着工资，在那充数，消耗单位资源，这像话吗？书印了，大家也都请了，前期还都是免费的，有些人请了书几年了，也不认真学，每天忙六道轮回，是不是浪费资源？是不是浪费生命？我们的慧命得来多么不容易，人身得来的多么不容易，千万别荒废了。

你看学佛的多了去了，学祖师禅的有几个？没有几个。你还不好好珍惜。我们一定把心思和精力用在学法和求法以及听法上，不要想着世间的那点事了。你会修行了，得自在了，这个功夫，这个智慧谁也抢不走。天地坏了，成就的法身和智慧也坏不了，对不对？为什么我们不用有限的无常的生命换取无限的恒常的解脱智慧？

1. 作家禅师。所谓作家禅师，是在修行上，在他的待人接物上，在他的行为特点上，他们的见地，非常的犀利，非常的鲜明，非常的冷峻，非常生动地表现了禅宗的特点。这些禅师的功夫都非常纯熟，根基差的人无法接近。像这样的禅师，称为作家禅师。禅宗史上，好多祖师都是作家禅师。“作家”没有特定的标准，只是一种形容，形容这些禅师显现了“禅宗”的本色和特点。

比如说陈睦州尊者，基本来的人，他都不看一眼，理都不理。你来多少人，他都打跑，都不搭理你。要搭理你，就是骂你。不给你留颜面，一点颜面都不给你留。我们这里选的作家禅师都是和这人对机时，非常突兀，突如其来，让你很难招架，总是让你意料不到，出其不意地给你当头棒喝。这些人见地都非常透彻，理与事运用自如。像黄檗禅师，玄沙师备禅师，太原孚上座。我们一会讲太原孚上座开悟的一个经历，他后来在祖师禅这个领域里影响很大，很有名气。就是因为他作家禅师的这个气派。还有天然丹霞，陈睦洲尊者，赵州禅师。这是第八部分作家禅师。

第九部分，禅者名流。都是比较有名的一些禅者，但是比较来讲，属于正常一点的，温和一点的。每一个禅师，每一位祖师，其实都没有太温和的，禅宗本来就是出于常流的。他们的行为、思想、语言都出于常理，超越善恶，他们的这种温和，不声不响，也都有他的特点，不像世间那种温和，而是变化多端，真真假假，神秘莫测。第九部分所选的人特别多，里边选的禅师公案也比较多，有些名气大的禅师也都记在这部分里了。

第十部分，无名禅师。在《灯录》里记载了一些不是太有名的，也没有名字的禅师，他们的行为，他们的智慧，他们接引众生的手段都特别独特。比如一些婆子啊，老者啊，沙弥啊，还有一些没有名号的，也没有啥影响的，在他们身上示现的也是一种开悟的境界，学习这些公案，对我们修行也有很大的帮助。

这就是目录。我们讲太原孚上座的开悟的一段公案之前，先把祖师禅的目录跟大家交代一下。以后我们会陆陆续续地把这本《祖师禅》的公案和典故以及开示都学习了。

太原孚上座，这个标题是我自己拟的。太原孚上座，嗣雪峰。也就是说，他是雪峰义存禅师的徒弟。在学习公案的时候，如果你是全神贯注的，像画工笔画一样地去学，一句一字地认真念下来，你就记住了，你用心越专，不用看多少遍，看个一两遍你就知道了这段开示的大意。

太原孚上座是雪峰的徒弟，和玄沙师备等很多都是师兄弟。初在扬州光孝寺讲《涅槃经》。他早期学法时，曾经在扬州光孝寺讲《涅槃经》。有禅者阻雪，当时有一个禅客，赶上下雪，旅途受阻，冥冥中可能就是度太原孚上座来的。禅客，是指那些真正会佛法的人。因往听讲，因为下雪阻止了他行脚，正好赶上太原孚上座讲《涅槃经》，禅客就去听讲《涅槃经》。听到讲三因佛性，三德法身，广谈法身妙理时，禅者失笑。三因佛性在涅槃经里有提到，正因佛性，缘因佛性，了因佛性。还讲到三德法身，广谈法身妙理，这是讲经法师讲法的特点，就是意识知解佛法。他讲得非常的透彻。其实看到这里，你也就明白了，世间讲经讲得再好，到了禅者那里都会哑然失笑，都会笑话你。你讲得天花乱坠，都不出识心计度。你讲得石头点头，狗在那给你礼拜，鸟叼着花献给你，十方诸佛都在那儿赞叹你，都了无交涉。到了禅者那，连佛都一块笑话，更何况一般的讲法人。你们就知道禅宗祖师有多厉害。

你很少看到祖师讲经。祖师讲法，都是从自性流露，随意而讲，从来不照本宣科。不像现在，我还捧着本书，还要带大家学习经论。自己不愿意读，就得有人讲，带着大家一起学。禅师如果讲经，让明眼人笑话。因为太丢面子，那不是你本行。有的人以讲经多为尊贵，为光荣，那对禅师来讲是堕落。祖师们没有讲经的。我今天堕落到什么程度可想而知，天天对一帮外行人讲内行话，还讲得有来道去的。

上座讲罢，上座就是指太原孚上座，讲经结束后，他看到禅者失笑。他请禅者吃茶。请笑话他的禅者吃茶，其实就是为了向他请教。

白曰：“某甲素志狭劣，依文解义，适蒙见笑，且望见教。”他也知道自己不行，依文解义，素志狭劣，就是根性狭劣，没有智慧。刚才被您取笑，希望您能给我指导指导。禅者曰：“实笑座主不识法身”。

我这个笑是笑你不识法身，不了自性，不识本心。师曰：“如此解说，何处不是？”师，指的是太原孚上座。我这样讲涅槃经，哪里不对？曰：“请座主更说一遍”。你再重复一下。师曰：“法身之理，犹若太虚，竖穷三际，横亘十方，弥纶八极，包括二仪，随缘赴感，靡不周遍。”说的理好像就是这么个理，非常的贴切到位，就跟六祖问弟子们，我有一物，无头无尾，无名无字，无大无小，无方无所，是什么？神会站出来说，是神会本源佛性。说的是标准答案。但是与修行，与真实的佛法不相关。

他说的法身之理犹如虚空一样，竖穷三际，就是没有时间，没有方所。三际，就是前际、后际、当下。横亘十方，就是超越了方所，没有极限。八极，就是超越了所有的理论，因果，极则。包括二仪，二法。随缘赴感，随缘起用。靡不周遍，没有一处不是法身。

对于任何法师来说，这样讲没有什么问题。禅者曰：“不道座主说不是，只是说得法身边事，实未识法身在”。不道座主说不是，禅者也不夸张，也不极端，比较符合事实地说：不能说你讲的不对，只说得法身量边事。其实就是指，你说的只是意识中事，是分别中事，是妄想中事，虚妄中事，也就是法身的概念，而未识真法身在。

在座的一听禅者这样讲，是不是在想，真正的法身是什么。

我们学公案，其实就是为了破你的意识，破你思维法身的这种习气。你就别琢磨真正的法身是什么了。今天带你行脚，带你在那儿练一物不为，就是反着来，让你不要去思量。你们在禅堂，我都不给你们定功课。定功课，一开始为了收敛你们心向外驰的习气。不规定你们几点起，不立功课，是给你们修行的自由，也不要求你一定读多少本经论，坐几次禅。你把本性活出来，不过分就可以了。这个是超越头脑的法门，是直用直行，行于有度的法门。  
 师曰：“既然如是，禅德当为我说。”既然您刚才说我说的不是法身，那您跟我讲什么是法身。曰：“座主还信否？”如果我告诉你，你相信不相信？师曰：“焉敢不信？”既然你能看到我的不足，而且我也确实觉得自己有疑惑，有问题，怎么能不信呢。人家能给你点出来的，绝对是行家。一个凡俗之流不可能看到这一点。

曰：“若如是，座主辍讲旬日，于室内端然静虑，收心摄念，善恶诸缘，一时放却。”

这几句话，很精炼，但是操作起来又很难，很难持久。坐上一会儿行，坐上一个小时，每天都这样坐，就很难了。你如果看《灯录》，看到这个时候，把这几句话的意思看清楚了，然后按照禅者指示的去实行，就像太原孚上座一样，立刻就去实行了，那就是根基好的。而不是在这光琢磨这句话啥意思。说明你对修行的态度是非常认真的。

看了这一句，又去看别的，看了千条道理，都没去实践，那你的根基还差得很远，修行最难的就是实践的部分。口说，耳听，眼看，都很容易。去做，就非常难了。你看看我们周围的人，大家虽然都在修行，但都是走马观花，浅尝辄止。微信朋友圈里，大家发的内容，一会儿是儿子的补习班，一会儿是老妈的旅游视频，一会儿是一桌子的好吃的，一会儿又发一堆牢骚。你很难看到他用功实修。我们每个人都有发泄自己、表达自己的方式，但每天都是重复这些无聊的、散乱的东西，你又怎么能安静下来？大把的时间就这样浪费了，宁愿浑浑噩噩，也不愿静下心来好好修行。生活中你遇到的千千万万学法的人，光看他们天天发的朋友圈，天天都是各种链接，发各种文章，每天都在看各种修行指南，就是不去实修。指导你实修的，看过就扔一边了。具体怎么打坐，他看不到，怎么练觉知，不好好看。突然间遇到事儿了，想实修了，又不能坚持。练几分钟就不想练了。

一个真修行人，他不会发那么多乱七八糟的东西。回头看看自己发的这些信息，就说明你的心都散在什么地方了，还没有把心收回来。就算学法，如果每天只是阅读文章，不注重实修，也只是熏修生死心，意识心，轮回心。道理讲完，立竿见影，就去实行，就去操作，这才是修行。为什么我们还要反复地讲，反复地讲就是让你对实修的理，对实修的重要性，有深刻的领悟和认知。你就算领悟不了，也要记在脑子里边。记下来才能用，记不下来就用不了。

还有，我们学习的过程也是修行的过程，只是这种修行是为了实践，为了对境时用得上力，而不是在那研究文字，天天迷在种种文字禅里边。

辍讲旬日，就是停讲十日，你不要再讲《涅槃经》了。过完年，我们就开始举办五天的小闭关，其实这五天的闭关就是实践这个禅者给太原孚上座的实修开示。让你息虑忘缘，让你善恶诸缘，一切诸法，一时放却，想都不用想。直接休息就好了。

平时，我们可能无法达到像祖师这种境界，直接无事，什么都不做。我们靠诵经，靠持咒，靠练习行禅来安住。大家诵经时不要去思维，一路诵下去，就是最好的做功夫。所以这段开示很关键，是在指导你怎么实修。佛法到这里才真正开始，你看再多理论，读再多经，如果不懂得休息身心，都毫无意义。就像太原孚上座一样，《涅槃经》讲得可以说是天花乱坠，与修行了无交涉。

大家仔细反观一下自己多年的修行，真正默契休息的时间有多少？真正如理如法的操作有多久？从始至终贯穿实修的，延续下来的有多少人？修行的中间总是断断续续，总是受各种外境影响。

为什么让大家学习《灯录》，看《灯录》，你把这本灯录看熟了，看透了，你可能会忘掉《灯录》里的一切，但是你会捕捉到一个信息，那就是“息虑忘缘”，那就是乐远离行，那就是出离心。身心无妄，没有造作，老实休息，随缘度日，不需要修法。这是修行的总纲，是所有实修的精神。

这些祖师不管出家还是在家，当然出家的比较多，都是这样修行。怎么修行？休息，无事可做，随缘度日。《灯录》里从来看不到谁谁出去玩了，出去旅游了。这两天我先不打坐了，不修行了，我去亲戚家喝个小酒。哎呦，谁谁家死人了，咱们去做超度吧。没有。大家都在精进办道，老老实实休息身心。

我们天天怎么用的心？散心，放逸心，玩乐心，向外驰逐的心，攀缘心，抓取心。这是我们终日用心，一刻都不想休息下来。

还是那句话，想修行想解脱吗？想修行想解脱，就一心一意地做好修行这件事，别三心二意的。一心二用，最后骗的是你自己。你不如回家过日子，出家干嘛？该干嘛干嘛，骗自己没意思。

辍讲旬日，你就不要再讲经了。我为什么有时让你看经看论，你们就从来没看过，所以让你看经看论。因为你连修行的理都不知道，也不知道怎么修行，所以让大家看经看论。但是看明白了，就得放下，要练习了。如果想找一段时间练习的话，经就不要看了。我们这段时间行脚，基本上天天都是在辍讲辍学。学明白道理就要去行。于室内端然静坐，端就是我们平时坐禅的状态。但是他这个端然静坐，和有为的修禅定，修观行的不一样。他只是端然静虑，收心摄念，心不外驰，不思善、不思恶。善恶诸缘，一时放却，一切外缘全都放下，就是坐着而已。跟药山禅师在石头上坐着非常相似。

我们学公案，学的是这些指导我们如何实修的，你就别再看那些讲道理的。我们学的是人家怎么修的，我们也这样修。师一依所教。太原孚上座按照禅者教的立刻就去做了。从初夜至五更，应该有五个小时。是半夜十二点到凌晨五点。闻鼓角声，打更的声音，风吹的寺院挂的风铃啊，什么声音，忽然契悟。

他静到一定程度了，外缘都放下了，也不思考什么了，这就是我天天给大家开示的，你身心放松到一定程度，六根与六尘自然的全放松了，不紧闭了，也不放逸了，什么都不可得。这就叫忽然契悟。在心地上展现一切，而一切无踪无影，随展随空。便去扣门。他就突然明白了，哦，真是这样的，原来讲的东西都没有用，要亲证才是佛法。他就去敲禅者的门。

禅者曰：“阿谁？”你是谁啊？太原孚上座说：“某甲。”是我。禅者咄曰：“教汝传持大教，代佛说法，夜来为甚么醉酒卧街？”禅者呵斥他说：我教你是为了传持大教，你却喝成这样，醉倒在街头。 我们看禅者这句话，非常高明。这是明显的祖师禅，一句话里，藏着无限的玄机。学人在此会了便罢。不会，则千年亦然。

禅者这时知道太原孚上座一定是有所悟了。但是，他得考他一下，看他是否是真明白，就以呵斥的口吻说：“教汝传持大教，代佛说法”，明明是叫你弘法，普度众生。你夜里却去饮酒，醉酒街头？你半夜三更为什么喝醉了跑我这来？太原孚上座本来没喝酒，禅者却诬陷他。如果是不明白的人会听得一头雾水。我没喝酒啊，也没醉卧街头啊？这哪儿跟哪儿啊？大家看一看，什么是禅宗？这就是禅宗。

禅师说的话，跟眼前的境毫不相关，让你不知所云，但又是那么有趣，让人听了又觉得特别玄妙。

他说人家喝醉了，他自己说的话就像醉话一样。禅者说的话像梦话，像醉话，像神经病说的话，像痴人说梦一样。突然冒出一句来，为什么这样讲话？考你。明明是叫你代佛说法，你半夜去喝酒，还躺在街头。师曰：“禅德自来讲经，将生身父母鼻孔扭捏，从今已去，更不敢如是。”太原孚上座没被禅者这句话骗，而是直截了当地说明自己的悟处。他说自己以前完全不明白实相，白白地学了一大堆没用的东西，现在明白了，再也不会委曲自己了。

这句话里的“禅德”，一是指他自己，二是指一般的讲经法师。这些讲经之人明明不识父母未生前本来面目，却在那讲得头头是道，津津有味，天花乱坠。太原孚上座说自己自讲经以来，讲了这么多年经，却不识生身父母，不知自己的本来面目，辜负了自己。祖师法语里边有句话，经常被引用。在大湖里，在一片大水里渴死。在一片能喝，能饮用的水里渴死，就是将生身父母鼻孔扭捏的意思。

活法身，却天天被拘束，被捆绑。明明在大湖里，却把自己渴死了。明明是活佛，却枉做众生。明明是大富长者，非得做穷人。明明有万贯家财，非得去乞讨。这就是将生身父母鼻孔扭捏。不识本心，不识自己的真正面目。

“从今已去，更不敢如是”。我从现在起，再也不会那样了。他这一句话，表明他知道怎么回事了。禅者曰：“且去，来日相见。”禅者的意思是，你别在这里嚷嚷，刚明白一点，就这么夸张。你说的还可以，但是先去，还要磨练，来日相见。你得保护，得锻炼，此刻你所说的只是你一时的悟处而已。

师遂罢讲，遍历诸方，名闻宇内。从此以后，他是真的罢讲，不再讲经说法了。如果明白这点后，没歇三个月五个月，又讲了，又搞以前的事业，那就是没明白。

从这以后，彻底罢讲，遍历诸方，开始行脚，参访，这时不仅是参访，更是到处历练。名闻宇内，名声越来越大。这就是太原孚上座修行和开悟的一段公案。其中最重要的开示就是辍讲旬日，室内端然静坐，收心摄念，善恶诸缘一时放却。

他坐了五个小时，就明白了。我们每次坐禅怎么也得坐一个两个小时。那天我就告诉你们，睡觉前，在黑屋子里找个椅子坐下来，每天坐半个小时。我对你们的要求不高，而且是在指示你，告诉你怎么去坐。咱们都羡慕古代禅师，你羡慕人家用的功了吗？像四祖，平时是不倒单的。像五祖在寺庙里，白天劳作，晚上坐禅，几乎不睡觉，能不觉悟吗。你失眠几天，就焦虑的不行，就抑郁的不行，啥玩意啊。

失眠正好修行，要把自己的烦恼灯、无明火熬死，熬干，自然就开悟了。有这种精神，想不觉悟都难。我不爱生命，但惜无上道。要有这种精神，才能学法。要有六祖在身上绑石头的精神，为法忘躯，才能学法。老吝惜自己的身体，多坐一会儿就怕身体难过，怕消耗过多，你是消耗的太少了，所以都积到大脑那去了。所以才会打那么多的妄想。

我们下一会讲牧牛，每天行脚就是教大家怎么牧牛。牧牛很重要，牧牛是为了在平时用功，保护自己不染的。

祖师禅第四讲

牧牛

我们大家共修行脚已经四天了。今天我们再学一会祖师禅，中午再共修一次行脚，明天后天休息两天。我们也可以出去玩玩，因为这两天正好赶上春季，外边也比较暖和，越来越暖和，我们去九溪玩一玩。九溪有人还没去过，反正我们玩也不是特别放逸那种，就是稍微放松一下，比行脚放松一点，因为行脚的时候我们是很专注的。

学禅宗不是说每天都要紧绷着，要懂得在生活中放松。放松是最好的修行。我们练习一物不为，练习专注，练习行脚，本来是为了对治以前散乱放逸的习气，并不是为了约束身体，而是为了放松身心，不是把自己绷得紧紧的。做功课时所遵循的理不要错。

这段时间集中练习行脚，说白了就是专注地走路，带着觉知行禅，只是针对大家平时散乱放逸向外追逐六尘的习气，我们有的放矢。所以这是一种对治的训练，并不是学法的最终目的。学法最终是要得自在，要在任何境界中都不迷失本性，不堕入幻境。虽然自在，而不染着，不迷失，没有烦恼，没有起落，心是定的，这是我们学法的最终结果。

但是在达到这样的心境之前，还是需要有一个保护的过程，也就是牧牛的过程。

今天咱们就专门讲一讲怎么牧牛。在祖师的公案里有一段是专门开示牧牛的，就是石巩慧藏禅师。我们翻到目录的第二十二页，这段开示是写石巩慧藏如何做功夫的。

我们看正文二百六十四页，这个公案，寥寥几句，很短，但是全部的修行，禅宗的用功方法，禅宗的修行，无功之功，无修之修，都体现在这几句话里边了。

古人开示学人有很多手段，有时是含蓄地讲，有时用比喻讲，有时直接讲。不用多讲，一句话就说透了，理事全都包括了。这一句话就是告诉你所有修行的关键，比如有僧问临济：什么是祖师西来意？临济祖师说：若有意，自救不得。这一句话就可以概括整个三藏十二部的精华，包括所有修行的重点，离心意识。至于如何离心意识，那就是我们平时用功之处了。

为什么说叫禅宗，禅宗就是超心意识，虽用六根做事，但是超越于心意识，法性施为。众生心灭，则真法生。当你超越于心意识的时候，这个时候不是你在用意识做事了，你是一种无心的状态，不是有意无心，而是自然地放松，默契于无心。是本性在选择你做事，你是随顺如来觉性，是用直觉在做事，用智慧在做事，是转识成智。可是凡夫已经习惯了意识分别，用自己的观念主宰行为，所谓圣人任物不任己，凡夫任己不任物。凡夫习惯了用意识去处理一切问题，习惯了以有思维心操控事情的因缘，认为按照自己的意愿能把事做好，并迷失在所做的事之中，不知道一切都是因缘在起作用。把意识，把思维和念头，把种种的观念和对境当成了真的，以有我心，在无明中颠倒妄想，不管做成做不成事，不知道都是空花一场，所以特别执着做事，很在意成败，计较得失。因为有这种种心，烦恼诸苦自然而生。

学习禅宗其实就是超越于虚妄的能所，虽然不脱离世间法，也是在用六根做事，但完全不一样，没有得失心，不会以有所得心去做事。只是借事修行，历事练心，不会迷到六尘六识境界中。所以有时候一句精妙的开示就非常重要。你比如说赵州禅师，有一个公案，二龙争珠。有一个僧人问赵州禅师：二龙争珠，谁者胜？赵州回答了一句：老僧只管看。这句话也包含了所有的修行，所有的理论。凡夫的习惯就是参与，就是入戏，分出胜负，找出一个答案来，总是要参与进去，参与进去就是轮回。二龙争珠谁者胜？轮回在哪里发生？在意识观念里，在胜负中，在我执里，在妄觉里，在想象中，在头脑里。你参与进去了，就进入轮回。就相当于你成了瓶子里的小鹅，小鹅掉瓶子里边长大了，怎么出来？出不来，你永远困在里面，因为这是妄念，你进入了妄念，出不来。为什么头脑无解？头脑是一个深渊，头脑寻求答案，又不停地编织问题，诱惑它继续寻觅答案，永无止息。你非在里边找解找答案，那就只能是轮回，那就是住着黏着。

这小鹅怎么出来？你出来，小鹅就出来了。没有小鹅啊，你从小鹅的妄想，你从瓶子里出来，小鹅的命题就解决了。

二龙争珠到底谁胜？这是给你设的考验，一个陷阱。看你掉不掉进去。公案的用意就是这样的，给你设一个机关，设一个语境，讲一个故事，看你的意识进不进去。就算你知道这一点，你没有修行功夫，你对解脱的理和见地不透彻，在生活里没有转身的能力，你还是会随时掉进各种语境和情境中去。所谓一念迷即众生，一念生即五蕴起，一念生即轮回，就是这个意思。

现实生活中随处都有这样的陷阱，还用设吗？夫妻在那儿因为一点小事吵了起来，婆婆插手管，一管就更乱了。路边俩人因为一点小事争吵起来，有的人就自以为是，过去劝架，最后自己被打。智慧的人直接就过去了，就算看到别人打起来，也不会去管，就在那看着，是不是？这是智慧。明白这一点，你的参学大事就完毕了。

如果你最关心的人发生了什么事，你都可以不涉入，不参与，说明你的觉悟很高，你有修行。你如果不通达，你能做到吗？你做不到。所以说不参与，不涉入，只管看，是很难的。即理即事，即事即理。在这个问题上能够抽身出来，说明你有智慧，有修行。

学佛，都是要拿来用的。你说我学完了用不了，用不了等于白学。用的时候很难，很痛苦，为什么？因为它需要转变我们的习惯。我们可能因为一时业障现前或者一些问题，一下子就掉进某个念头里出不来，生了大烦恼，怎么也过不去了。我们经常会这样。每个人都有过状态不太好的时候，这时候如果你不会修行，你掉进妄念出不来，受苦的是你自己。没智慧的人，就会去关心别人，甚至还帮着做事，都没用，只是添乱。一个人烦恼或痛苦时，别乱发慈悲，动不动就去劝，别去安慰。要学会冷眼旁观，学会用智慧去对待，冷静一点，冷一点，不要去关心，不要去关注，让他自己去经历，自己去克服，这才是真正的关爱，才是慈悲，才是佛陀之爱。

我们把自己交给自己，把别人还给别人，把事情交给当事人，交给因缘，你别乱插手。不管别人，这只是一方面，还有一个最重要的，不要让别人管你。如果你遇到困难了，别人想帮你，你应该断然拒绝，这是一种觉悟。谁想帮助你，主动的帮助你，你要让他立刻打消这个念头，让他觉得他根本没法帮你，这才是一个独立的人应有的觉悟，应有的态度。

什么是成人？什么是大人？就是不轻易接受别人帮助的人。你有再好的心，我甚至明明知道你可以帮我，我不需要，我要自己走过去，要把握住这个经历坎坷和逆境的机会。我一定要亲身去尝试它，我不想让别人帮着我。所以相对于不管，还有一个叫不求救。儒家有一句话，君子求诸己，小人求诸人。万事求自己，不求别人。莫向外求。迷糊颠倒的人，愚痴的人，总是去找别人帮助，不懂得自救。而有智慧的人，遇到一切问题都是反观自己，向自己去找答案，自己去经历。

孟子有一句话，叫深造自得。什么叫深造自得？什么事情你深入了自心，一定会找到答案。深入自己，到一定程度，就自然明白了。一切问题都是从自己这里出来的，任何问题的答案也一定在你自己这里。就是奔里边找，而不是奔外找。深造，造就是到的意思，奔自己的内部去探寻，看自己内心的动机和投射，一切问题都是自己投射出去的。问题一定在投影源这里，而不在相上。深入一步，深到极点，就是佛陀所说的心性。这跟佛法是一样的，其实就是深入观察自心，用智慧去观照。深入到一定程度，就看到了实相。《心经》说：观自在菩萨，行深般若波罗密多时，照见五蕴皆空。观自在菩萨，不是观音菩萨，是一切行人自己。就是向自己内心看，向自己的内在投射看，看到外在的一切都是自己投射的妄念，什么都没有，就解脱了。

所以如果一个人真正想学法，想解脱，先要静下来，静下来你就会看到真相。世间很多真理都被人们说尽了，一切圣贤都讲过，只是因为你的注意力，你的关注点漂浮在世间的五欲六尘，在粗的事物上。你静不下来，看不到这些真理，也不知道如何去实践。

我们看慧藏牧牛这段开示。

石巩慧藏禅师，一日在厨作务次，祖问曰：“作甚么？”曰：“牧牛。”祖曰：“作么生牧？”。曰：“一回入草去，蓦鼻拽将回。”祖曰：“子真牧牛。”

这两天我们行脚，行脚的过程不在走多远，不在怎么走，在走路时怎么用心。行脚的过程当中，就是实修的过程。会走路，就会吃饭，就会说话，就会坐着，就会修行。我们一边行脚，一边牧牛，看看自己是不是认真走路，还是到处乱看，不守本心。本来我发朋友圈，告诉过大家如何做功夫。可是还是有很多人不认真去练，也不去行脚，一直问我怎么牧牛。我没办法告诉你再详细了。你要去行。修行，先从行脚开始，先从走路开始。

我在朋友圈发大家行脚和牧牛的图片时，配有文字，说我们在牧牛。大家看得到我们，但看不到“牛”。有的人不知道这里的“牧牛”是何义？就问我：师父，什么是牧牛？为什么看不到牛？我们身边没牛，我们是在做心体上离念的功夫，把这种离念的功夫叫“牧牛”。

你别觉得这是个笑话，是真有人这么问。好多人真的不知道什么叫牧牛，就算他听过，也没这样去做过。

石巩慧藏禅师有一天在厨房干活，干完活的时候，就找一个地方坐着。正好马祖看到他了。马祖是石巩慧藏的师父。马祖问他：你在干什么？慧藏曰：牧牛。慧藏正在牧牛，其实他正在不露声色地修行，密做功夫。外人以为他就是在那里歇着，他自己知道正在用功修行。可是从外表看不出来。这和前面我们学的公案，就是药山禅师和石头禅师在一起的时候，药山坐在一块石头上一物不为一样。一物不为，要比牧牛要更圆熟，更透脱一些。

牧牛是做初期的功夫，但是也非常非常重要。牧牛到一定程度，内在的心念调伏过来了，不再吃庄稼了，就变成了大白牛，比喻我们的心性经过调伏，经过善护念，不再去染六尘。会自然呈现一种自在无染的状态，内心就变成一头大白牛，妄心不起的时候，这时候就是一物不为了。但是要想达到一物不为，就必须先要牧牛。一物不为是牧牛的一个结果，也是牧牛的高级状态。

牧牛还有很多说法，我前面也写过一篇文章，是《怎样修无念行》，也是关于牧牛的文章。《金刚经》里边写的善护念也是牧牛，六祖大师说的常应诸根用，而不生用想，也是牧牛。六根常有见闻觉知，而不染万境，真性常自在，也是牧牛。维摩诘所说的于三界不现身意，也是牧牛。尤其我们在人多的地方，西湖边上风景秀丽，好多游客来来往往，现在年轻人也多，靓男美女到处都是，我们习惯了看人，看事，看美景，眼根恣意捕捉它能看到的一切，看到什么，心识立刻过去了。眼识去捕捉色尘，哪有漂亮的风景，或者有人在那叽叽喳喳的，好像说什么事，眼就立刻飘过去，这个就是牛在吃庄稼，这叫一回入草去。看到自己的念头着在了外尘上，就拉回当下。这就叫牧牛。

我往旁边一住一看，住一秒钟，那就吃草了。这时候你自己首先要看到，要觉察到。看到的刹那，把心念收回来，把眼睛收回来，这是把鼻孔拽回来，拽到路上来，不要让它吃草。就是不要让念头住在尘境上。

看脚下的路，看前面的路，这时候你没有贪着，这个时候不需要拽，牛在那正正常常的走路，这时如果还拽，最后把牛拽疯了。有的人不懂得如何正确的牧牛，每天也在练习离念，但是他练的离念不合道，不通法性，只要念一起，他就离。这不是牧牛。

禅宗的牧牛，只是起妄念的时候才要牧牛。真如自性起念，六根正常接触六尘所起的念，包括回忆，想事，正常的思维，这些念是不需要离的。所以牧牛不是瞎牧的，要知道在什么情况下拽这个鼻孔，把它拽到正路上来。在它想吃庄稼的时候，在它打妄念的时候，在它贪着色尘，声尘，味尘，法尘的时候，要牧牛，不然就会生烦恼。

在做一切事时都能牧牛，不是说非得行脚时候，非得打坐的时候，你躺着的时候，刷碗的时候，扫地的时候，都可以牧牛。如果你刷碗的时候打妄想了，拉回到刷碗的动作上来，这叫牧牛。你做事的时候能专注在当下，一走神就拉回来，这就是牧牛。什么时候都可以牧牛，所以牧牛是二六时中都可以进行的。

其实牧牛应该是你学习佛经和祖师开示之后，学明白了自己就会的，就应该练习的。不会练，是说明经论没学明白。《圆觉经》中最经典的一段开示，就是牧牛的理论依据。古人为什么要牧牛，都是按照这段开示进行实修的。

《圆觉经》云：居一切时，不起妄念。于诸妄心，亦不息灭。住妄想境，不加了知，于无了知，不辨真实。

就是这一段，是古人牧牛的经典依据。依这段开示做实修的功夫，长时间地做功夫，佛说是人，于百千万亿佛所种诸善根，成就一切种智。

看祖师开示看多了，自然就懂得牧牛了，也懂得怎么在生活中练习。但是也知道有时候有些念头是拉不回来的，那是因为内心还有执着，有挂碍，还有求。而另外有些念头是没有必要拉的，是因为它不障碍本性，它是本性自然而然的用。吃草的时候，烦恼的时候，颠倒的时候，这个时候肯定是住在了妄念之中，这样的念要拉回来。

妄念和妄想境是有区别的。妄念是会消耗你的，让你难过的。妄想境就像做梦一样，你无法察觉，你一察觉，它自己也就停了。所以你不得不住妄想境。只是起妄念和执着的时候，这个时候需要拉回来。所以马祖就问他，你在干什么？慧藏就说：我在牧牛。

关于牧牛的说法，在其他地方出现的不多。在慧藏这里出现了牧牛这个概念。在长庆大安禅师的法语开示里也有。祖师们都是过来人，慧藏一提如何牧牛，会的人一下子就明白了。但是如果一个学净土的人，你跟他讲牧牛，他就晕了。什么什么啊？比如说一个念佛的人，拿着珠子，看你坐在这儿，问你：你干嘛呢？你说：我在牧牛。他会诧异。如果是他坐在那里念佛，你问他：干嘛了？他说：我在念佛。你问他怎么念，他给你讲不出那么多道理来。有的人也能讲，他讲靠念佛来除妄念，以念压念，一切念都不让起。这就是不明法性而修行的弊端，错用功夫。

他是念佛的，你是学禅宗的。你懂得牧牛，也会正确牧牛。他只是念佛。他问你干嘛呢？我在牧牛。牛在哪了？他问你。他不知道牧牛是什么意思，所以说祖师的智慧，祖师的境界就是不一样。

很多的祖师开示全都是用比喻。智者以譬喻得解。有一个公案，赵州禅师的公案，就是有个兔子看见赵州禅师，吓得噌就跑了。有个僧人就问赵州：大修行人应该是很有慈悲心的，为什么动物看到您就跑呢？按理说，如果您是大修行人，它看到您应该伏在您面前，怎么看见您这位大善知识立刻就跑了呢？这是我们常人的思维，认为动物在有修行的人面前就乖乖的。赵州就说了一句话：老生好杀。

赵州禅师是个出家人，他不会真的好杀生，但他却说老僧好杀。这里的好杀，你可以有自己种种的理解，但赵州可能就是为了破你对常理的执着，所以这样讲。你们不要真认为赵州爱杀生，然后心里想，祖师都是特立独行的，什么都敢做，杀盗淫妄。错了，祖师这样讲，你不能当真。除非在极其特别的情况下，为度众生示现种种恶行。他说自己好杀，至于说杀什么，你自己去领悟。

佛在《楞伽经》里也说过，造五无间业，方得解脱。如果是真造五无间业，那是不可能得解脱的。但经典里所说的造五无间业，是比喻。五无间业是什么？杀父，杀母，杀阿罗汉，破和合僧，出佛身血，这是通常所说的五无间业。做这五件事，一定是堕无间地狱的。但是佛又说：杀无明父，杀贪爱母，方得解脱。不是让你杀亲爹，杀亲妈，是杀贪爱和无明。同样，破和合僧、出佛身血，也有它的比喻意。所以佛法是讲智慧的，有很多都是秘密语，是比喻，是开发你自性的智慧，让你不着文字，引导你灵活多变地思考问题，改变你的执念，让你觉悟，不给你直接说破。

那这里的牧牛，肯定不是指在庄稼地里放牛。厨房里那点地儿也放不了牛。祖曰，做么生牧？你怎么牧牛？慧藏就说：一回入草去，便把鼻孔拽来。他的意思是，念头一跑，一住在烦恼里面，我就把它拉回来。但是慧藏没这样讲，慧藏是用牧牛这个事儿来形容修行的理，形容自己如何做功夫。不明说，明白人之间讲的是默契，就像我们听相声，听别人讲笑话一样，中国的相声很幽默，那个笑点不给你明说出来，让你自己去体会，去回味。你琢磨出它的味道，比他直接讲出来有意思。一旦你体会到那个点上了，你就会笑。牧牛也是一样，你会牧牛的话，慧藏这样一说，你就懂了。所以马祖听他这样一讲，就知道他会修行了。马祖称赞他：子真牧牛。你这个牧牛是真正的牧牛。

大家今天学了慧藏牧牛这个公案，是为了学慧藏禅师的修行，怎么用功，而不是学这个故事。重点不在慧藏那里，在我们这里。学法不是说我学了一个公案，记住了一个故事，可以到处跟别人讲，那你不会学法。这个东西是要变成你自己的。

什么时候要牧牛？这个非常重要。你着在颠倒的幻相上，离开实相，离开本性，离开真实，妄念一起，一觉就了，这就是牧牛。住在一个事情上面出不来了，赶紧奔回拉。又住在一个幻境上边了，又在那纠结了，这时候拉回来。你所有的不舒服，所有的不安，难过，全都是因为住在了妄想里面，动念了，住在了过去心，或者未来心，或者现在心，离开了当下的见闻觉知，这时需要牧牛。

但是牧牛好牧吗？真不好牧。刚开始学习牧牛的时候，执着多，念头也多，放不下的东西有很多，这牛非常难牧。《十牧图》里讲，这时的牛非常的狂躁，很难驾驭，就像我们习气重的时候，根本收不住心。

修行上的牧牛比我们放牛难多了，因为那个牛好拽，念头里边的牛太不好拽了，它是妄念纷飞。不想这个，就想那个，待着好好的，突然一个妄念来了，几年前的事儿都翻出来了，又开始难过。刚才还好好的，儿子突然来个电话，给你讲一件不高兴的事，你的心跟着立刻沉下去了，这时什么牧牛不牧牛的，立刻抛到九霄云外去了。妈妈突然来个电话，你接了一个电话，听说了一些事，心里就开始翻江倒海。你牧的三天牛都好好的，一句话，一个妄念一起，就掉沟里去了。这时再怎么拉都拉不回来了。为什么这个牛这么难牧？因为内心没放下，这个牛就不好牧。

所以说我们要想做牧牛的功夫，其实还有一个大的前提，要乐远离行。好多事要放下，才能牧牛，也就是说你得一心一意的来做牧牛这个工作，才能把牛牧好了。如果说你一边放着牛，一边还担心孩子上学的事，牛就没法牧了。光吃草了。所以牧牛是需要前提的。牛怎么好牧？真正的放牛郎，没有挂碍，心里边干干净净的，这个牛放的就自在，就轻松。全心全意放在牧牛上面，这个牛就不会乱吃草。你专门放牛，就会把它看的好好的。

很多在家人，牛就不好牧，俗事太多。比如有的同修，今天来参加行脚，来共修，可是家里的孩子没人照顾，交给了朋友，又不太放心。你又特别想参加实修，一边行脚，一边挂碍孩子。这个行脚就不专心。朋友一来电话，你的心就散了。因为这个朋友不着调，除非你把孩子的事放下，相信他不会出事。

所以牧牛一定要全心全意，学法要全身心的投入，如果你不全身心投入，你还惦记着这个那个，儿子还得开家长会，还想着老公的事，你根本没办法实修。

牧牛本来是在任何时候任何地点都可以做，你在工作场合，在家庭中，因为障碍多，使不上劲儿，所以跑道场来。然后你又放不下，这修行就难了。

师父，我上班时候怎么牧牛？经常有人问我这样的问题。

上班，工作也一样能牧牛。工作就认认真真工作，整理文稿就认真地整理文稿，就别想昨晚和男朋友吵架的事了。沏茶倒水就认真地沏茶倒水，不要打妄想。不要在这工作上加太多的期望和所得心，别有太多的杂念。杂用心，是很难把工作做好的，也很难在工作中修行。期望太多的结果，就没办法安心。

上班的时候，用心单纯、专一，就能牧牛。开车就开车，专注的开车。开错道了，或者违规了，就是牛吃草了。做饭，就认真地做饭，也一样牧牛。淘米，别把米倒下水道去，别把饭煮稀了或煮稠了，恰到好处，说明你非常专注的在做饭。你饭菜做得香，精致，那跟抄经一样。抄经也是在牧牛，认认真真的抄，一笔一画，一字一字的抄，清清楚楚地觉知当下的每个动作，安住当下，不打妄想。做报表就做报表，什么都不想。点钱就安心的点钱，把账做好，别出差错。

你的工作做好了，就能把牛牧好了。我过去在银行上班，就是点钱的，我点了十六年钱。我点钱的时候，很认真。没办法不认真，错了要赔的。一百张百元钱，必须得全神贯注的点，先手点一遍，还要识别假币，再用机器过一遍，有时会过两遍。识别假币不是拿机器识别，都是拿手点，拿眼看，时间长了，一眼就能看出来。如果你点钱的时候不专心，一下子漏过去一张假币，要自己赔。这钱一摸，摸到它，就知道是假币，这是专注的功夫。我们在银行干时间长了都有专注的功夫，只要你认真工作，都有这个功夫。

你天天看那张百元钱，特别细微的差别都能看出来。所以说，如果你不认真，不警觉，看得出来吗？最后假币从你这儿出去了，让客户找回来了，就得赔钱，而且还得被批评。再说了，还有一个良心上的问题，假币从你这出去，让客户生烦恼，你于心何忍。你自己赔，还让人家白白的烦恼了半天。点钱这个工作不能出错，得识别假币，不点错了张数，账不能记错了。你给人家算错了钱，人家会向你的上级有关部门投诉。银行出纳，不需要费心思，但需要认真、专注。这一行，如果做好了，特别练心。这就是在工作中修行，工作是最好的修行场所。

所以大家也不要觉得世间的工作太忙，没法牧牛，那是你不会做，最主要不知道用什么心态去做。用的心态不一样，直接关系到牧牛的质量。你所得心太多，得失心太重，是很难专注的。掌握好牧牛的方法，知道它背后实相的道理，对世事看得淡一些，不要想太多，都能把工作做好，再加入觉知和牧牛，那样工作就不再没有意义。

可能有些工作需要你杂用心，你不可能一天十二个小时都是在散乱，在杂用心，就尽量抓住机会练习牧牛。

牧牛的原理你理解的透彻，没有不能练习牧牛的工作，就算你在那儿拍电影，你在那跟人家唇枪舌战，你讲课，只要你专心的做，全都是在修行。只不过，我们经常会不认可、不接受自己目前在做的事情，我们习惯了做这个事情却渴望做另外一个事情，或觉得还有一个事情更好，总是不能满足现状。

如果你所求太多，再怎么明白理，实际上还是做不到，那是因为你不能满足于当下。总求一个好，就有一个不好，所以会打妄想。那样的话，你的修行只是形式化。你也只能通过一些形式，通过有为的修行来慢慢转化自己的习气和观念，最后达到彻底觉悟。

这几天我们行脚，关心的都是自己的起心动念，看看你的心放没放在脚下，还是想东想西？好好把牧牛的工作做好。我们在路上歇脚的时候，闲坐的时候，也是尽量处在一物不为的状态。因为共修的时候，大家是有警觉的，对自己有要求，不能散乱。如果你一个人的时候，没人督促你，没人提醒你，可能就忘了。你坐那儿，坐着坐着就开始打妄想，就开始琢磨这琢磨那，或者找一些事干去了。

这一天不是说需要八个小时六个小时都在牧牛，毕竟我们很多人都是在家人，在尘世中修行，这一天有那么一两个小时在做功夫，就了不得了。有一段时间，你的功夫就会突飞猛进。不知道大家有没有体会，通过这几天行脚，你平时走路的时候，会不会已经有一点习惯安住当下了？你开始自然地收摄六根了？是不是走着走着，就自然地离念，回到当下。当然有些时候，你还是会看这看那，但是会比以前收敛多了。这个势头，这个劲儿已经出来了，对吧？这就是实修的结果，是串习的力量。

这一天你下两盘围棋，中午一睡觉，脑子里全是黑白子。要是下象棋，全都是车马炮。有些事，你干多了，它就成为一种惯性的力量，这就叫功夫。但是你看，如果你熏的是世间法，熏的是染着，是玩乐，你再修行，就很难。如果你每天熏的是智慧，熏的是定力，熏的是觉知，你就慢慢地变成大修行人了。凡夫和圣人之间就是一种习惯的差别，圣人是用智慧来处理问题，用实相来看破幻境，凡夫是用颠倒心，烦恼心、生死心来看待问题，成为习惯，轮回就是一种心行的习惯。

修行就是通过强化训练来转变心意识的习气种子，别无二法，不是说禅宗不需要修行，悟了就完了，那是不明白。

只是禅宗的用功与其他法门的用功是反着的，它是离念的功夫，是无为的功夫，是无作的功夫，是无事的功夫，是休息的功夫。你找不到一个修的痕迹，念一转就完了。但是在这一转之前，需要做很多的前行。最后，在心念的转化上，在心体不染万法上做功夫，你看不出来他在做功夫。你甚至看到一个人在那打盹儿，在那懒懒地躺着，他有可能是在做功夫。他就算打盹儿睡着了，也比你在那儿打坐强，如果你打坐时同时打了很多妄想。所以禅宗的修行是无为的，它是无修而修，而且不拘泥于形式，没有一个特定的形式。

禅宗牧牛，做功夫，是一切时，一切处都可以做，但是你学其他法门就很难同时做。你一边点钱，一边还念着佛，那会把钱数错。你炒着菜了，还诵着咒，盐忘了放了。把盐当成糖放里了。只有牧牛，只有学禅宗，单纯专注的做某件事，就是修行，而且是最妙的修行。所以唯有禅宗牧牛，在任何时候都可以做。

另外，专注和牧牛，虽然有相通的地方，但还是有区别的。比如练体操，或者是画画，非常专注，但是过于专注，导致对周围没有觉知。还有行禅和坐禅时，过于专注，会导致入定，而对周围发生的事失去全面的关照，这样，就会从智慧的禅定陷入到狭隘的禅定。所以，只是专注地做事，修行还是比较片面和狭隘。比如打太极，如果加上觉知，那太极打的就会更妙。牧牛就是通过出离妄念，让自己活在当下，再加上六根自然的觉知，整个人就处在自然的解脱状态中。

禅宗的殊胜就在这里，他是在任何时候任何地方都可以修行，不拘泥于形式，不局限于身体的形态，只是做一个心念上不染不住的功夫而已。只要不打妄想，不起妄念，不入烦恼，就可以一直歇着。一进入头脑意识和分别，生了烦恼，这个时候需要拉一下，修行就完了。一开始可能难一点，功夫做到位了，就会越来越简单，越来越轻松，到最后就是一物不为，六根接触六尘又不染万境。偶尔起些念头，零零星星的，根本不用管它。

修行到最后，并不是像有些不明法理的人说的，完全在禅定中，没有任何念头。那不是禅宗所说的究竟解脱。而是念头随便起，但是没有一个念是烦恼念，是妄想念，是执念。随念起念，而不被念惑，不被念头带走，就像牛在路上走，它看看这儿，看看那儿，不犯苗稼。你不用管它。犯苗稼在这里比喻打妄想，起烦恼。没有烦恼，随便它怎么走。你不管它，它也不吃草，这头牛就纯熟了，成就了，不需要再牧牛了。也不是没念，随便起念，但不受念的影响。

有人错解了禅宗的牧牛，认为一个人修行功夫到了，一个念都没有，清清静静的，不是那样的，而是一切念照常起，但它没有了力量，你不会被它带走。

关于牧牛，我们今天讲了很多，最后还是要落在实践上。抓住任何时机，在工作中也好，在家庭中也好，在一切现实琐事中也好，在道场中与大众相处的过程中，都是我们牧牛的好时机，都是修行的好场所。道场无处不在，看你会不会利用，会不会在一切处修行。

祖师禅讲记第五讲

牧牛与保护

当我们学会牧牛的时候，也就是能够善护念的时候，一些不舒服的境界就全都没有了。比如看到家人的一些生活习惯跟自己不同，想上去劝告、建议，甚至和对方去交流，通过牧牛，知道保护自己的念头的时候，这一念一起来，就不去讲了。就会避免一次不愉快的争吵。

在生活中牧牛，跟我们在行脚的时候是一样的啊，都是要看到自己的一念妄心什么时候起来，再把它拉回去。为什么我们在行脚的时候，在水边坐的时候让大家练习一念不生，一物不为？就是练习安住当下，不无事生非的能力。不要无端的起念。看水，看石头，听风声，听鸟叫，都可以，但不要起一念分别、思维之心。为什么我们要练习这个？练习这个就是为了养成不分别外境的习惯，再遇到任何境界，起了分别心，能拉回来。如果我们有了这个功夫，就不会跟家人吵架，再看别人做什么，他们做他们的，念头一来就过去了，立刻就回来。

比如你很怕狗，你走在大街上，一条大狗走过来了，第一念你特别害怕。为什么会害怕？你的念头投射过去了。潜意识里，你觉得它会咬你，会伤害你。你动念了，而根本察觉不到。如果看到它你不生心，不投射它会伤害你，你就不会害怕。

这是很难做到的，为什么很难做？因为你从来没做过这方面的功夫，你也不知道你害怕背后的原理：不是狗在让你害怕，而是你自己的妄念和妄想在吓自己。你收摄不住自己的念头。一看到狗，自然就会起念：“这个狗太可怕了，它一定会咬我。”“这是一只很凶的狗。”“千万别过来”。这一连串的妄念一刹那间就起来了，就把你吓到了。这个狗本来没冲你叫，也没想把你怎么着，可是你自己在那里跟自己的妄念较起了劲儿，你自己已经变成一只狗了。你自己在咬自己，自己在冲自己叫，即使那只狗根本就没冲你叫。

这时候你就开始念上生念，见上生见，生了无数个念。你的身心变化的同时，你对面的狗也捕捉到了你的变化，它是你内心折射出来的一个相，它会跟着你一块儿变化，你害怕，它也害怕。你认为它会伤害你，它也认为你会伤害它。这时，你们俩个互相的妄念与无明纠缠在一起，互相对立，抗拒，甚至做出一些动作，想伤害对方。最后，导致那狗咬到了你。你以为是狗咬到了你，其实是你自己咬到了自己。

从这个意义上来讲，其实那一刻，你已经堕入了畜牲道。你产生恐惧的那一刻，就是地狱道。你找不到躲避的办法，就是饿鬼道。你这念一出去，六道就投射出来了。你一动念这一刹那，作为人生了一个妄念，人道；狗一冲你叫，你见到了自心投射的恶狠狠的样子，你到了阿修罗道；你不知道这一念是无明妄念，以为真有狗要伤害你，你到了畜牲道；你没有任何办法逃避，你进入了饿鬼道；你受着这痛苦的煎熬，你进了地狱道。六道就在这一念不觉与无明中出来了。

这种恐惧，总觉得自己会被伤害，念念不停，地狱。所以六道是自己妄念叠加虚构出来的。一旦我们住在了妄想念头之中，这种痛苦和恐惧就很真实。

只是知道这个道理，下次遇到狗就不害怕了吗？不，还是会害怕。怎么练习才能不害怕？平时要懂得收摄身心，要懂得在行住坐卧时保持身心一致，不分离，随时都能活在当下，心不外驰。这样练习，久而久之，再遇到什么外境，第一念生起之后，才会觉知与正念跟上，实相的智慧跟上，才不会被自心的幻境吓到。

我们跟别人争论是非，看别人的不是，尤其在生活中，大家经常会看这个不顺眼，看那个不顺眼，或者是说是非，说别人不是，这个都是没有好好的牧牛，没有善护念。

我们出的《祖师集》、《祖师禅》这几本书里，选了很多段古人嘱咐学人善自护持的开示，学人在开悟之后，祖师们会最后嘱咐他一句话：善自护持。这个“善自护持”，就是好好牧牛，照顾好自己，莫分别外境。有时候还说：好好保护。好好保护，就是保护好自己的念头，别信念头，别被念头带走。善自护持，也是善护念的意思，不要让它去吃草，跟牧牛是一样的。《金刚经》里所讲的善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。付嘱，就是交代你修行中的关键地方。

我们打开《祖师禅》第七十三页，哪个是明上座本来面目。

慧明上座于五祖会下修行。六祖得到五祖所传衣钵后悄悄离开了，慧明与大众为求达摩先祖所传的衣钵，追到六祖。趁是追赶的意思，追上了六祖。六祖将衣钵掷于石上，说道：此衣表信，可力争耶？这个衣是表佛的心印，表对禅宗的领悟和信受，你追这个衣服有什么用。衣服可以抢到，但法你能抢到吗？你争这个衣服没有任何意义。然后六祖就藏到了草丛之中，这时候慧明就去拿这个衣服。提却提不动，然后就喊六祖：行者，行者，我为法来，不为衣来。这个时候，六祖还没出家，所以叫行者。慧明说，我为法来，不为衣来。祖遂出，六祖就从草莽里出来，坐在磐石上。慧明云：望行者为我说法。六祖说：汝既为法而来，可摒息诸缘，勿生一念，吾为汝说。

这一段和禅者开示太原孚上座的那一段非常相似。禅者指导太原孚上座如何实修，也是说了这样的话，先把一切善恶诸缘放下，然后端心静虑，安然宴坐。先把万缘放下，把杂念、自己执着的东西放下，然后安心静坐，才能默契。

我们要盛一个甘露，要有相应的法器。学无上佛法，先要清净身心。寒山大师云：凡读我诗者，心中须护净。然后，明良久，祖云：不思善，不思恶，正与么时，阿哪个是明上座本来面目？

这里的关键是：不思善，不思恶，正与么时。后面“阿哪个是明上座本来面目？”是要你自己去体悟。没告诉你怎么体悟。重点不在你起这个疑问，重点是做到不思善，不思恶。你一念不生的时候，我们的本心没有被妄念覆盖，那它就自然呈现出自己的状态来，至于它是什么状态，不要去思维它，只是离开妄念，让它自然地呈现见闻觉知。

当你妄念不生的时候，本心自然就会有一个作用，这个作用可能是眼见，可能是耳听，可能是鼻嗅，可能同时是眼见，又耳听，又鼻嗅，又意知，但没有在这作用上再加什么，正与么时，一念不住所得的智慧，即是般若智。而事实，这般若智，并没有知道什么，而是觉悟一切都不可得，不可住，不可停留，不实有。

你不需要在本心上安任何的觉和悟，还有念，它自然就会起一个知的作用，但是你又找不到一个住的知。这里正是《楞伽经》所言的“佛不住涅槃，涅槃不住佛。”默契的前提是：不思善，不思恶，正与么时。就是不思善不思恶的刹那间，本性就会显现，一悟便至佛地。其实不存在这么个时间，所以叫“与么时”。用一个类似的与时间相应的概念，其实是没有这么一个时间的。就是让你去那样做，然后让本性自己去觉悟。这就是这几天大家在行脚的时候，一直跟大伙讲的，让我们的六根自然的处在一种开放的状态，见闻觉知都是清清楚楚自自然然的，不用在见闻觉知上再安任何的体会和念，自然的见闻觉知，就在那里去悟本性。

方便说，这个正起用又不住的，就是我们的本性。这个需要你去练习，去实证，而不是让你在这里思维和总结。思维和总结出来的永远是识心妄计，而不是真正的本性之用。我们有时候也说“自己去体验”。这个“体验”是本性没有了障碍和知见，自己出来的智慧，不是我们琢磨出来的。我们一念未生的时候，会有一个很像知、觉这样的东西，但它刹那间就没了，这个觉与知无法把握，需要你去反反复复练习，去亲证它。

不思善，不思恶，正与么时，这个就是牧牛的状态。如果这个时候，你起了一个妄想，打了一个妄念，你总想体会一下这个觉，去找一个知，这时要知道它是妄念，把它拉回来。练的就是这个。牧牛最难的地方就是看到这一念，这是一种犯苗稼的状态。牧牛就是看好这念心，不让它去找什么。所以前边六祖先告诉他，你先摒息诸缘，就是什么也不要想，不生一念。言外之意就是生念了，就拉回来，要有这么一段时间处在这样的状态。所以我们看祖师开示学人种种的方便、方法、教导，全都围绕着善护念，围绕着牧牛，围绕着不向外驰，不着相，无所住来教。让我们处在“应无所住而生其心”的状态。

这个着相，吃草，就是一念住着心生，只要心有住，就是着相，就是烦恼，就是分别。经云：若心有住，即为非住。牧牛其实就是不着相，就是不生住着心，就是不住着于妄念。什么是相啊？相就是你于境上生心，境上生心就是相。没生心，没生概念，是没有相的。心生则种种法生。我们就坐这儿看着佛像，看着书，我们没生心，看是看见了，但没有第二念的时候，你什么也没看到。看到的时候，是心生的时候，才看到。所以万法唯心，心生万法。心法无间，不是先有法后有心。一切法都是无相的，当你念未生的时候。这时所说的“一切法都是无相的”其实是说，一切法还没成为一切法的时候。为什么还没成一切法呢？因为心未生时，没有什么一切法。一切法因心而有。即，一切法即非一切法，是名一切法。你一生了一个念，开始分别，这时法的相，法的概念出来了。生了一个念，这时候虽然有相，还是不会造成烦恼，在这个相上又开始累积，增加，念上生念，一直延续，开始有了住。有住之后，障逆了真性，真性才不自在，然后本性的般若智慧就变成识心的分别，变成虚妄的分别，就成了生死烦恼。

清净的本性变成方的、大的、小的、圆的，这是什么东西，这个东西有什么作用，开始变成世俗的观念。只要识心一出来，肯定后边有无限的观念，这就构成了所谓的大千世界。我们所有的烦恼都是在相上分别、执着才产生的。所以这个相是因为生心才有，心生则种种法生，心灭则种种法灭。佛性、本性，解脱的状态，是不取相，不分别，一念未生，又没有这么个一念未生时。一念未生，不是断灭，不是没有思维，没有念了。而是听鸟叫，看东西，常应诸根用，而未生住着时，每个作用都是刹那就空了，但下一个作用又立刻生起，没有停留，没有止息，没有妄想和执着。这时，就是本性的状态。

所以说，不是不能有相，只是不着相。不是不能生念，只是不住在妄念里面，不沉迷在念头里。这里大家要注意，一念不生，不是说清空大脑，呆呆的坐在那里，强迫自己一个念都不起。而是于念上不生烦恼心，不生妄想心，不生分别心，不生执着心，不生住着心。这是无念的意思。慧明按照六祖的开示去操作，言下大悟。

他虽然言下大悟，明白了修行是息虑妄缘，但因为见地还不透彻，功夫也不纯熟，所以又问了一下六祖，说：上来密语密意外，还更有密意否？也就是说，除了您刚刚告诉我的，这不思善，不思恶，正与么时，反观那个歇下来的心，就是我的本来面目。我在那个状态下去默契了它，也验证了它，确实如您所说。但是，除了这个之外，“还更有密意否？”还有没有其他需要注意的地方。慧能云：与汝说者，即非密也。如果我告诉你还有什么，那就不是密了。这里的密，其实就是方法，就是境界，没有什么境界了。我们本心的智慧，本来就是悟无所得的智慧。于无所得，也不可住，不可执。何以故？无所得也是意识言说，也是自心妄计出一个无所得来。诸佛所说的无所得，是为除众生以为有所得而作方便言说，不可住，不可以意识知解。若住无所得，同于有所得。

本心无所得的智慧在你那里，再有什么，又是住着了，又错过了它。所以说：汝若返照，密在汝边。这里的汝若返照，还是歇下求取的心。你别再找了。再找，又和它失之交臂了。其实，慧明起了这一念“还更有密意否”，又离开了刚才六祖教他的“不思善，不思恶”，又吃草，又犯苗稼了。这时他又心向外驰了。如果你会牧牛的话，这时候，心一起，自己就看到，就不会再去问祖师。但慧明才刚明白，不熟，所以就问六祖。六祖告诉他，要会牧牛，要拉回来，在你这边，不在我这。如果到我这里来寻问，等于又去吃草了。密在汝边，赶紧拉回去。

明曰：“慧明虽在黄梅，实未省自己面目。今蒙指示，如人饮水，冷暖自知。今行者即慧明师也。”慧能曰：“汝若如是，吾与汝同师黄梅，善自护持。”这里所谓的“善自护持”是指好好牧牛，你刚会怎么修行，不可大意，不能放逸，一定要善护念。关于怎么好好保护，保护什么，刚刚我已经交代你了。不是有个“真心”可保护，而是保护自己莫错用心，莫住着一切相，不要再去起心外觅。

“密在汝边”。本心、作用、智慧都在你那，秘密在你那，不在我这。你就不要再问我了，心不要向外驰求了。歇下一念驰求的心，一切都在你那里，分毫不少，圆满具足。佛法没在善知识那里，永远在你那，只要你能听明白善知识教，心不向外驰，本心自然可见。

可是我们心向外驰这一念，太难发觉了。我们太习惯去动这一念了。咱拿某些人来讲，就经常会问：师父，我还要看什么经？我下面要怎么做之类的问题。大家经常会起这样的妄念，离开当下，而不自知。就说明还不会牧牛。您不让我们看经，那您为什么还看经？师父，按您说的，每天就这样了？这样能成吗？这样就能见性了吗？类似这样的问题和疑惑，这都是学人经常会起的心，这就是不守本心，不老老实实做功夫，心总是向外驰，总以为有什么可修。师父，禅宗真的只论见性吗？就没有什么方便法可以契入吗？怎么见性？很多学生也是这样，不停地问：难道就是这样吗？会不停地起念，看不到自己的妄心，止不住，非得被骂一顿才知道又打妄想了。

那不思善不思恶之后呢？明明告诉你，不思善，不思恶，还来个之后。一打妄想就拉回来，就没有之后了。之后是一个妄想，是你没看好自己的心念。平时怎么做功夫？就是在这里做功夫。古人云：拟心即错，动念即乖。错在哪里？乖在哪里？也就是说，学人无始以来的无明习气会冒出各种各样的妄念，自己看不到，就随着这一念流转去了。

我们学牧牛这个方法，不是说永远不起一念，不是的。你做不到任何念都不起，真如本性肯定会起念，它不是死物，不是我们能控制能臆测的。要做的是，你要看到自己起了什么念，是执念还是正常的见闻觉知的念头。这个你要知道。你要看到那些念是不是妄想执着，会不会把你带到烦恼和苦里，如果是执念，是无明，把它拉回来，就完了，清净了。外离于相，内无所动，是名为禅。能离于相，内则不动，心就不动，那就是禅定。没有别的禅定可得。

所以离一切诸相就是牧牛，能牧牛就能离相，离相就是诸佛。这个跟看经不是一个概念了，不是一个境界了，它是两码事。看经全是用心意识在那分别，在那里思索，在认知，在知解，是“吃草”。一直都在那“吃草”。修行到了最后，就要来真的了。怎么来真的？就得该放下的真要放下了，你不能心里寄挂着一个东西来学实相法门。实相法要求你什么都不能系着和依赖。外不仅放舍五欲六尘，内要放舍心意识，放舍一切妄想分别，就是到了这个入口处，要放下知解和一切有所得心。一切有为，一切起心动念，一切心意识彻底休息下来，休息下来，才是实修。实修就是休息。

生产产品所有的工序、构思、材料，都已经准备好了，到了开始生产产品的时候了。你会“牧牛”了，才是悟后起修，是真正的修行。不会牧牛，说明你还不知道修行的核心在哪儿。牧牛的时候，不障碍你做事。你什么都可以做，只是一个妄念出去了，拉回来就可以了。

还有一个，不是所有的念头出去都要拉回来，这个我都讲过多少遍了。有时候你发呆，有时候你昏沉了，打个妄想，这都不需要拉回来。除非在训练专注的时候，要求六根清晰的状态，这时不能昏沉，但这个状态不是本性自然的状态，这是一种训练的状态。本性状态是得念失念，无非解脱。起念、息念，全都是真如本性。贪嗔痴性全都是佛性起用。只是你不在上边住着，不在上边黏着，就是解脱的。佛性会起无量的用，善用、恶用、正用、负用、烦恼用、菩提用，起哪个用，你得有度，有主宰能力，能使得佛用，而不被佛用使。能驾驭得了自己的本性，而不是被本性的作用奴役。我们得有这个功夫，要减少烦恼用，多生解脱用，清净用，智慧用。不要经常众生用，烦恼用。要起佛用、智慧用、慈悲喜舍用。

我们打开祖师禅的三百一十三页，大梅示寂。

大梅禅师一日忽谓其徒曰：“来莫可抑，往莫可追。”这一段话其实也是一段很精彩的开示。就是任何来到你面前的事都不要去抗拒，抑是抑制、抗拒的意思。往莫可追，过去了的事就不要再追寻了，已经空掉了。其实根本就没有来去的东西，来去是我们的妄念和分别。

“从容间，闻鼯鼠声，乃曰：即此物，非他物。汝等诸人，善自护持，吾今逝矣。言讫示灭。”从容间，就是休息中的一瞬间，跟“正与么时”相似，正那么时，听到了那个鼯鼠，鼯鼠就是一种老鼠，在房间里吱吱地叫，可能咬东西，可能在叫。很多祖师都是在这个时候，听声见色的刹那间开悟的。这个鼠声一叫，大梅禅师就说：“即此物，非他物。”这是祖师临终示范的一个公案。古人能把这个讲出来，是他的一个过去的经历，是他实证、亲见佛性的经历。他正经历那个瞬间的时候有所悟，这是给我们一个答案和对照，让后人在自己修行过程中有所领悟的时候，拿这个对照一下，并不是让你对他的这个悟境生知解。若那样，则辜负了古人的用意。

“即此物，非他物。”字面意思是，就是这个声音，没有其他的了。这是启发你自己当下就能见性，就可以悟道，不是让你对他这句话起种种意想分别。祖师临终说的话，大多时候，都不是我们想的意思。至于到底是什么意思，那正是祖师想让后人参悟的。甚至连这念心古人都没有，就说了那么句话，扔给后人，留下千古的公案和迷团，让我们去参悟。有的人着在了“即此物，非他物”字面的意义上，而不能从这句话上转身走开，说明牛又吃草了。为什么祖师禅一定要有牧牛的功夫，不能随文解义，寻字逐句，去逐话的尾巴。那是最忌讳的，因为你被一句话带到意识知解里，这正是生死之根啊。

可是如果按照法师们的理解，这句话一定是有某种意思的。人们习惯了对一句话生心解释，到底是什么意思？这是心识的特点。联系到当时的情境，他一定会把这句话讲解得很圆融。不明白的人一听，大梅禅师这样讲，不就是这个意思吗？佛法就这么简单，看到这只老鼠就行了，听到它的声音就是了，没有别的了。有人这样解，好像没毛病，而明白的人，知道这里毛病大了去了。这恰恰是修行的大忌：知解话头。古人云：一句合头语，万劫系驴橛。又云：学者恒沙无一悟，过在寻他舌头路。

人们自然地会想，原来佛性就是这只老鼠叫，我一听到就可以了，就是这么回事。哇！见性这么简单！一听到，真的是你一听到吗？你是在打妄想吧？你真的在看到这句话时，听到你言下的内心的声音了吗？听到你周围的声音了吗？还是跑到妄念里听大梅禅师的那声老鼠叫去了呢？

人们会在这句话，在大梅禅师的语境里生心动念。可以在这句开示中有所领悟吗？当然可以。如来禅能解脱吗？当然可以解脱。但关键在于是否住着，你是否住在了知解上。如果你一听这句话：即此物，非他物，一下子明白了，明白了当时大梅禅师的语境，你能立刻回到自己言下的境界中来，而又不住于自己的境界，这样才是听到古人的垂示，言下开悟。实相确实是在言下领悟的，确实是即此物，非他物，顿悟了全部的道理，而且也能做到你明白的。你是在自己的当下，而不是故事里的当下领悟了佛法的见地和功夫，刹那刹那都没住着，也没生心，也没成知解。如果你听祖师的这句开示，有了自己当下的领悟，那也是言下大悟。

汝等诸人，善自护持，好好护持，好好牧牛。这个一定是学人自己对理事对修行完全清楚，自然会做到善自护持。关于牧牛、善护念，都是自己觉悟到，然后自己去做的。

我们今天在这里跟大家一起进行实修的训练，这是时代的特点，是众生根基和因缘导致的，是一种特殊的方便法。这些天我们一直在练习行脚，是三四十人一起练习。这种共修，直接做牧牛的功夫，就好比如我们从外边打破一堵墙。这个悟道是从里把墙打破。我们直接练习一物不为，直接从牧牛开始练习转念，这是终点开始修，从结果修，是从外边进攻。没有办法，如果不讲出来怎么修，等我们自己开悟了，自己知道怎么修，一个个都七老八十了。我们就这样练习，知道这是正修行路，我们从外边用功，把它练熟了，一样能解脱种种烦恼和无明，一样能悟道，一样能成就。

练熟的时候，你会心生实相，确实是这样，你会忽然之间在某一次练习中确实发现：能离于相，法体清净。原来寂静的本性真的是无一物，什么都没有。所有的烦恼，都是我们徒增的妄念，是一些不确定的想法和观念让我们白白地生烦恼。所以修行一定要牧牛。所有的解脱都从牧牛这个入口开始的。

在祖师的法语开示里面也有一些比较超脱的禅师，他不会告诉你怎么保护啊，怎么善护念啊，这些他都不会告诉你。他会给你一些别的开示，启发你自己去明白怎么修行。那些祖师也是有他们的用意。他不给你讲清楚，是希望你靠自己的力量来解脱。这个力量会比较大，比较稳固。古人云：从缘入者，不会忘失。

那些比较潇洒的禅师，他们虽然不讲牧牛，但都已经做过牧牛功夫了，已经完全成熟了。他们的心性已经成为了露地大白牛，再也不会犯苗稼。牛不去吃草了，你不去赶它，它也一样乖乖地走路了。到了这个境界，是一种飞跃，是成就了。

我们现在绝大多数人还到不了这个境界，所以就老老实实，积年累月地来练习牧牛。不管你悟没悟道，你都可以直接从牧牛入手。在加上修远离行，修助道法，你就走在了正修行路上。

关于牧牛我们这几天一直在讲，可见它对我们修行非常重要，而且也是最难的一个环节。因为它真的需要我们布施六根，舍掉很多过去习惯性的娱乐享受，对六尘的依赖，舍掉世间一切的贪着。

我们过去总是去攀缘六尘境界，满足识心的需要，让自己在妄念中沉迷。有太多的人一生把持着家庭、亲情、财产，虽然也做做修行的样子，但内心对世乐没有真正的放舍，自己的业力和无明也没有通过勇猛精进减少，导致修行修不上去，就这样自欺欺人地空过一生，导致临终无常来时，被动地放舍这一切，虽然放手，但心却不甘，只此不甘，就又轮回去了。

我们的妄想、妄心，心意识总是需要抓一个东西，而牧牛的前提先要看到一切的虚妄，一切如幻。从远离开始，从减少抓取开始练，从独处，一物不为开始转变生活习惯，然后慢慢地练习不抓任何东西。你的心念不再去抓任何东西，包括经教、包括所有的修行都要放下，所有的知见也要放下。这样的实修，是少有人能真正做到的。它需要极大的善根，无量劫来久修佛道，要有特别好的心性。这个基础包括你的出离心，无上菩提心，自利利他的心，慈悲喜舍心，心里对世间没有任何的挂碍和执着。

还有你对佛法对修行对解脱的整个领悟力，对这条道路有没有深固的志愿，具足了这一切，才能一心一意认认真真没有挂碍地去做牧牛的功夫，去实修。以至于三年如一日，十年如一日，几十年如一日这样地过。你才不会在牧牛的时候吃草，才能转无始劫以来的习气。

为什么说一定是真正开悟后才会牧牛，才会做功夫？因为你知道没有别的选择，没有退路了。修行与解脱，唯此一事实，余二皆非真。此一事实者，并非理上的解悟，还包括实修。你不可能通过任何方法或修行去默契实相，唯有放下一切，老老实实地安住当下，练习牧牛，多年保任，善护念，才能彻底解脱生死无明习气。

所以啊，虽然这个方法已经如实地教给大家了，并且我会带着大家一起来实修，但是如果我们不放下生活中的种种执取，而是带着世间种种有所得心来修空法，其实是很难成就的。牧牛是一个有强烈出离心的人做的工作，对于一个贪着世间快乐的人来讲，是一件非常枯燥、无聊、没有意义的事情。他不可能长久地去完成这样的修行，那和他的用心不一样。牧牛是一切世间心死尽了的人才能修的，带着一点点的偷心，修不了禅宗。你的用心和诸法实相不相应。

一个想学禅宗的人，要有类似于废人一样的心理状态，就是彻底地厌世，想彻底的休息，不再去攀缘任何的境界，不再取着自心境界，对一切都不再执取。这就让很多放不下世间快乐的人望而生畏，不敢学这个法门。这些人还不了解，一切的境界都是自心虚妄的投射，是不可得的。你越是练习，对这点你越能觉悟，你越觉悟，你越不会再去抓取。这是良性循环。我们牧牛、善自护持，也是这样，不是说我一定开悟了，才能去牧牛。你可以直接牧牛，在练习的过程中，一点一点地放下世间的执着。慢慢地让发心和实相相应。然后越来越明白这个道理，对实相领悟的越来越深，有一天，会全部放下，自然就与法相应了。先放下，再实修。或者，通过实修，慢慢地看破世间，放下世间。这是两条路，两个方向，对不同根基的人，有不同的选择。

我们再打开第六十一页的最后一段，就是五祖给六祖的一段开示，这是五祖传法给六祖后的一段嘱咐。

五祖告曰：“诸佛出世，为一大事故，随机大小，而引导之。遂有十地三乘顿渐等旨，以为教门。然以无上微妙秘密圆明真实正法眼藏，付于上首大迦叶尊者，展转传授二十八世，至达摩，届于此土，得可大师承袭，以至于今。以法宝及所传袈裟，用付于汝，善自保护，无令断绝。”

这里也提到了“善自保护”，与我们平时所说的“保任”、“牧牛”、“善护念”一样，是悟后起修的一种概括。这时是五祖传法给六祖不久，对六祖的一段嘱咐。此时六祖刚刚得法，还需要经历弘法的磨练，需要保护法脉的传承，所以更需要善自护持。这里还提到了一个正法眼藏，禅宗是佛陀所传的正法眼藏，其他的都是方便，都不是世尊说法的本怀。世尊说法四十九年，说一切法，最后都为了如实法，为了开演实相法，为引我们到禅宗，到宗门。只有禅宗才能见性，才能真正解脱。其他一切法门都不能究竟解脱。我这样说，很多人会不同意，但事实如此。这样说不是为了高推禅宗，禅宗的见地和修行是唯一默契于诸佛如来自证圣智境界，是实证解脱的唯一法门。

这样说，也不是说我们不能学其他法门，而是要明白，学习其他一切法门，都是为了最后入禅门打基础，做准备。而你学其他法门，学到一定程度，要知道放下，要懂得休息身心，众生时机因缘成熟，一定会入禅门。这是本性解脱所要求的，是实相对众生的选择，不是以人的意志为转移的。所以大家不要对禅宗有任何疑议，认为这对吗？可能吗？实相如此，不容争辩。禅宗是心法的一个代表，所有的佛法都是心法。虽然其他法门也讲心法，比如外道，比如教下的一些法门，也自称心法。他虽然讲心法，但都局限在知解上，没有真正认识到心。认识到心，就自然归到了禅宗。

“然以无上微妙秘密圆明真实正法眼藏，付于上首大迦叶尊者。”五祖在这里交代了禅宗是唯一的正法眼藏。而前边的“十地三乘顿渐等旨，以为教门。”都是教下。包括密宗、净土，都是以三藏十二部为理事基础，闻、思、修、观、行，都离不开经论的依据，唯有禅宗，虽然也有经论的基础，但在最后实证解脱的一步，是超越经论的，在这个地方，如果不是学人自证自悟，佛亦不能对学人有任何的帮助。

而离开了禅宗的见地和修行方法，所有按其他法门有修有证有境界可得的，都不出心意识，都是像《楞严经》里面讲的，不出色阴、受阴、想阴、行阴、识阴区域，就是证到十地等觉妙觉，都不出心意识境界。

我们再看一百八十三页，药山惟俨禅师示众：“祖师只教保护，若贪嗔痴起来，切须防禁，莫教掁触。”

我们就看上堂这第一句话，一小段，就知道了修行关键所在。所有的祖师都只教你保护，保护什么？不是像有些不明眼的人所教的，保护“灵灵不昧”、“一念未生时的自己”，这完全错了。那个不用你保护。那保护什么呢？保护你不受贪嗔痴瞒，不受妄念骗，不被念头使。不去染污六尘境界，这才是“保护”。

没教你在本心加什么，没让你去本性上保护什么。教你防护不要去妄修诸法。古人讲：若起修道心，此人不会道。这里的保护就是不要去起妄心，乃至起了一念修道的心，都是染污，在这里要保护好自己，不要起这念心。对初学者来说，不要起贪嗔痴的心，不要起世间心。贪嗔痴起来了，自己要能察觉，然后拉回来。掁触，就是不要住在那上边，别去对治。这需要很大的功夫。好多时候，我们都是习性使然，根本看不到自己的习气，就随他起现行了。张口就讲一堆没用的话，甚至带着各种敌意和烦恼，根本没有任何的觉察。嗔心立即就起来了，根本没有返照的功夫。习气嗖地就出来了，来不及阻止。自己一念收不住，不察觉，就住在里边，就生了烦恼。

今年跟大家学习的都是保护、护念、善自护持有关的，也都是跟牧牛息息相关的，都是一个意思，一个方法，一个原理。

我们在再看三百四十五页，天然丹霞禅师示众：“阿你浑家，切须保护。一灵之物，不是你造作名邈得，更说甚荐与不荐？吾往日见石头，亦只教切须自保护，此事不是你谈话得。”

这一段也是在讲保护。阿你浑家，切须保护。就是讲大家修行要谨记，随时都要善护念，护住自己的心，不要染污。怀让对六祖说：修证即不无，染污即不得。六祖大师对怀让说：只此不染污，诸佛护念。不染污，和这里的保护是同一个道理。切须保护，就是必须认真的去做保护功夫，一定要保护好自己的起心动念，切不可离开当下，迷失本心。

我们看，保护有多重要。保护自己当下这一念不流入过去心，不住于现在心，不滑向未来心。不住世间，不住出世间，不起觉心，不起不觉心，不起法想，不起非法想。不起一切想，离一切想。离亦不住。《圆觉经》云：一切菩萨，及末世众生，应当远离一切幻化虚妄境界。由坚执持远离心故，心如幻者，亦复远离；远离为幻，亦复远离；离远离幻，亦复远离。得无所离，即除诸幻。经文里的“离”就是牧牛，就是离一切念，离一切相，离一切心，居一切时，不起妄念，不住一法，是名保护，是名善护念。这比保命还重要。

这里开示了一句：“一灵之物”。这“一灵之物”就是指我们的真实本性，常住不坏，它不是你造作名邈得，你一切的有为造作都和本性了不相关，对它都没作用。名邈，就是用语言文字形容。它不是你造作和言语思维能形容出来的。那你还说什么荐与不荐？荐与不荐就是明白不明白。你明白也是不明白，你不明白那更是不明白了。所以这个明白就是名邈，就是形容，就是思维，意识知解，触碰不到。

这一灵之物，不是你明不明白所能相应的。离于明不明白，再去看。我们的本性是容不得你在上面加什么的，也容不得你除去什么。只是不起这些妄念，保护好自己莫错用心，莫无端起心，不灭心，无功可用。离一切心意识，正无心时，默契而已，就是本性。才起一念有，即与道隔。你有心生出来的都是妄想，所以只教切须自保护。只教你保护不起妄心，此事不是你谈话得，就是说多少都没有用，是要实修，要身体力行的。你说多少只是一种劝导，实修还要靠大家自己去勤修勤练。告诉大家怎么去做，要勤行之。

我们平时用功，都要保护。再强调一次，保护什么？保护自己不错用功，保护自己莫起修道的心，亦不起不修的心。若执不修，与执修何异？不管是坐禅，还是及其他用功时，比如走路，经行，打坐，吃饭，发呆，都是不念佛，不持咒，不参禅，不悟法，不思虑，不灭想。不起念，不灭念，不着色，不离色。不起见，不离见，不染声，不避声。不做什么，不不做什么，都处在这样的状态，才有少分相应。

心无拟向处，无回避处，无证明处，无犹疑处。无下手处，无缩手处。无用心处，无离心处。如行空中，不生空想。如嘴被堵，张不开。干巴巴，没味道，非苦非乐，活不是活，死不是死。如以手打手，以眼见脑后。居一切时，一切处，无一切得心，亦无无得者。

以如是心用功亦无功可用，以如是心休息而无休息想，是禅宗心行处，是禅宗行住坐卧时用心处。

如《大品般若经》云：勿动于色，勿动受、想、行、识…勿动一切智…勿动菩萨摩诃萨行，勿动无上正等菩提…勿动有为法，勿动无为法。何以故？善男子！若于诸法有所动者则于佛法不能安住。

祖师禅讲记第六讲

今天大家行脚辛苦了。再辛苦也是值得的。既然我们是打禅七来的，一定会比平时要辛苦一点，平时我们太懒散了，利用这样的机会来训练自己专注的能力。我们为了求法而来，再辛苦也要坚持。全国各地哪儿的人都有，都是不远千里，牺牲了时间和金钱，来这里参加实修。

咱们这次禅七比较殊胜，参加的人数也挺多。能看出大家对修行、对解脱生死、了达实相的迫切心情。晚上我们用一段时间继续学习《祖师禅》。前几天我们已经连着讲了有五天了。我们印了一本书，叫《祖师禅》，里面有很多公案，这本书集结了祖师的公案和重要的法语开示，也有一些从经典里面选出来的，直接开示实相的一些段落。大家闲下来的时候，可以跟自己的实修结合起来，参考着看一些。

这几天带大家行脚其实就是一个目的，就是教大家怎么牧牛。牧牛对每一个修行人都是一个非常关键、非常重要的修行环节。你入不入门，就看你会不会牧牛了。会牧牛，就会修行了。明理了，自然就会牧牛了。牧牛会了，理也就透彻了。你只有明理，才知道怎么牧牛。这是理行相应的。理不通，虽然在那也参加师父的牧牛活动，那叫滥竽充数。你人在那，但你没有真正在牧牛，因为你不会。

我不管大家会不会牧牛，既然你参加了我们这个禅七，说明你至少有求法的心，有求解脱的心，不然也不会又花钱、又费力，大老远跑过来，在太阳底下一走就是好几个小时。所以呢，既然你们来了，我都接受，你报名参加，我允许你来参加。至于你功夫做多少，你怎么做功夫，那就看你平时的积累，还有我路上开示的时候，你听懂多少，你操作起来是不是认真，能不能相应。

我一直在讲，做牧牛这个工作，也就是善护念，于念离念，于相无相，在做这个工作之前是需要一个准备，一个基础。我们要认识实相，我不管你是理上认识，还是自己有所领悟，反正你要认识实相。你不能再心外求法，不能再求有相佛。当然，出离心，远离世间的种种欲求，也是一个条件和基础。

你对实相看的越清楚，你放下的越多，做起牧牛的功课越好做。牧牛是除习气，转识成智的过程，是修行最难的部分。前期工作没做好，你无法牧牛。你对实相认识的程度越透彻，越究竟，你心中挂碍的越少，你牧起牛来越方便，你做牧牛这个功夫做的就比较好，做的时间也长。为什么我们一定要明理才能牧牛啊！牧牛是改习气，转识成智的这么一个环节，涉及到起心动念，你的觉知要非常快，要能看到自己的妄念，这是修行最难的地方。我们习气最难转变的地方就在这了。

你比如说我们走在路上，忽然旁边出现一个声音，我们下意识的就听过去了，耳根就起用了，眼睛同时就过去了。我们几个人在一起的时候，大家共处的时候，有俩人一说话，我们的耳朵不知不觉就去听，听着听着就参与到那个故事里面，开始分别。然后你的耳识就开始编故事。耳根接触声尘，就会产生耳识，这个虚妄的作用立刻就起来，开始造世界。耳识的习气是什么呢？分别那两个人话里面的概念，它就开始分别它喜欢的，不喜欢的，这一切自动就发生了。

你们都回忆一下，回顾一下，反思一下是不是这样？比如说有人在那唱歌，如果歌词你听得很清楚，是一个出家人唱的，他唱的歌里都是什么爱啊，情啊，恨啊，怨啊的，你听着就不舒服了。一个出家人怎么还唱这样的歌，太不像话了。可能人家唱者无心，而你却生心动念，自寻烦恼。你会分析住着在歌词里面，被歌曲里的曲调带到一个环境里面，然后生种种心。这就是耳识的一个最基本的作用，也是它习惯性的作用。

眼睛看到美景，比如说男人看到女人，女人看到男人，看着看着，心就跟着跑了，就开始打妄想。看到长的漂亮，眼睛就过去了，眼识就出来了。我们在路上走，你看看花呀草呀的，这个吸引力对我们不是特别大。如果走着走着迎面来几个人，这几个人行为怪异，有说有笑，这对我们的吸引力就大了。我们的眼识自动就去分别这个是男的、那个是女的、是老、是少。长的好与不好看，说话的声音怎么怎么样？眼识耳识同时开始分别。

我们在日常生活中六根接触外境的时候，你内心参与的程度，你分别的程度，决定了你烦恼的程度，决定了你是不是清净。你越参与到这些个故事里面，你消耗的越多，越不清净。如果你听只是听，看只是看，没有习惯性的去参与到那里面去，也就是没有分别，没有住着，这时你几乎没有什么消耗，内心也不会难过，不会有波澜。即便这样，六识的作用还是会有，还是会有分别，但这个分别保持在最简单的、本能的、直觉的、本性的分别上，这个是必然的，这是善于分别诸法相。但是在这个分别之外，之上，你是否又另外加了更多的分别，这后面的才是我们的习气，是我们烦恼产生的原因。也就是你掉到了头脑编织的故事里面。根据你自己的喜好，习惯地摘取你自己喜欢的东西，排斥你不喜欢的。不管是概念，还是名相，还是六尘境界，都是识心在取舍，在取着，是识心在分别。分别就有好坏，就会覆盖你的真如本性。

但是如果我们听只是听，看只是看的时候，这时候自性只是处在六根刹那刹那的用上，虽用而没有染外境，这个时候是没有烦恼的，而且这个时候是非常安心的。如果你能保持这个状态，只是直用，而不生用想，不生用想，是没有住在所做的事上，不是做了，着了，想了，而自欺人，告诉自己，我没想，那是愚痴，不是牧牛。当你直用六根，而没染着的时候，一住就离，刚一起心贪着，就止住了，这叫牧牛。

没让自己的识心去追逐外尘，没有取自心的境界，就是牧牛。知幻即离，离幻即觉，即是牧牛。为什么要不取自心境界？什么叫自心的境界。一切境界都是自心境界，自心境界就是不实境界，如梦如幻境界，无所有境界，不实境界，是名自心境界。为什么不要去取自心境界，因为自心境界不可得，它只是一个相而已，只是一个幻境，就像镜中物一样。你没有东西可取，但你非要取，眼去取、耳去取、舌去取、鼻去取、身去取、意去取，但能取和所取都是虚妄的，没有丝毫的法，没有少法可得。我们越了解这个实相，你越不再去取自心境界。只知其理，还不能做到不取自心境界。为什么？还有心的惯性，也就是习气。心识取自心境界已经习以为常了，怎么才能保证不取自心境界？牧牛？一取就看到，一看到就离开。

我们训练觉知和牧牛的作用就是让自己在平时对境时不再取相分别。通过训练，那种不知不觉越来越少。一着相，一投射，心一向外驰，就拉回来。这是一种习气的转变，一种用心的转变。原来心是自动地去攀援六尘，通过训练，变成自动地收回心念，不援外境，心即不动。这样，我们就会越来越安心，心不再被役使，不再受苦，就更加清楚地看到自心境界都是虚妄的，都是不真实的。

根尘境界，俱是无常。眼根是无常的，耳根是无常的，将来它会病变，会衰老，坏掉了的时候，取不到的时候，就是你烦恼的时候。是，我媳妇年轻漂亮，等她老了，你光剩和她吵架了。年轻漂亮的时候，你天天看她美着呢，特别享受、养眼。等老的时候，等她死的时候，你就该难过受苦了。你以前经历的一切也无法回来了，但眼前的苦却要受很久。这就是眼根取着色尘导致的结果。

我们修行为什么要明白实相？那个东西不是真的，你媳妇不是真的，美貌不是真的，你自己也不是真的。这一切都是自心的虚妄境界。一切境界都是唯心所现的虚妄境界。所以你有这个理在，去认识它，去证明它，最后才不会去取这个虚幻境界。不然的话，为什么自古那么多修行人，自愿地放弃世间一切享乐，也不吃肉，也不喝酒，也不玩乐，所有的娱乐也不参与。身边的人看着我们，会认为，这样活着还有什么意思？白活一世。他们认为世间这些东西不享受就是白活。世人不知道修行人选择这样做，才是真正的智慧，是为了保护自己不受染污，不再去迷于自心境界，轮回受苦。

世间人忘了一点，快乐的时候总是很短暂的，但是痛苦总是被拉伸的无限长。所以有智慧的人，功德天、黑暗女，二俱不受。你给我个功德天，同时还要让我接受黑暗女，那这俩人我都不要。掉到泥沟里面，再把我拉出来，给我洗的干干净净，有病？我本来就好好的，干干净净的，为什么还要掉到泥沟里，再去洗白？只有愚痴的人才会认为这样挺好。总是想经历了世间的一切快乐之后再去修行，那时你就不愿修行了，你已经无力修行了。

但是凡夫总是要经历，然后再想尽一切办法放下，可是已经放不下了。他不撞南墙不回头，不痛苦到极点不想觉悟。没有办法，只能用苦，用种种的逆境来警醒他。根基好的人，一看到生老病死，一看到无常，吃一两次苦，就悟道了。

所以我们今天学《涅槃经》里的一段，叫空空三昧。

大家打开《祖师禅》这本书的二十三页。我们为什么要学这段？这段是从根本实相上认知世间一切是幻，一切是梦。如果我们真的观察世间是幻，知幻即离，离幻即觉。

我们学这段就是为了要从理性上、从知见上、从意识上有这样的认知，对实相有一个理解，再把这个认知变成我们的智慧。所谓智慧，就是深刻的认知，你不再会被其他观念影响。即便你不接受这样的观点，你可以去观察，去修行，去亲证，看是不是这样。

我们为什么要修行，正是因为烦恼，因为苦，因为不了解实相，因为生烦恼。我们想通过修行来了解实相。了解实相，烦恼会减弱甚至会没有，不起烦恼。这是我们修行的目的。如果说我们修了半天最后还是会起烦恼，那么学佛就没有意义了。你一定是学错了。要么就是你的功夫没做到，你没有认真的修行。

今天我们学的空空三昧，就是佛陀在《涅槃经》开示的。现在有无数的修行人，都听过这样的开示：一切都是假的。但是具体的关于怎么是假的，没有更具体的开示。这个假是什么意思？涉及到一些细节的地方，比如家亲眷属，比如情感，很多细微的地方，它是空的、假的，为什么是假的和空的？

大家对佛法的理解都停留在因果里面，好一点的也只是在善因善果里面循环。大家都讲因果，讲善法，讲有为的修行，没有讲到佛法里最关键最究竟的地方。即实相是什么？无我、无人、无众生、无寿者、无佛、无法、无僧。这个“无”，到底是什么意思？《心经》里的“诸法空相”又是何意？

声闻乘人对无和空的理解，落入了断灭的认知里。这个“无”是指没有真实的法，它是唯心所现的异名。如果你不明白这一点，就掉到了意识里的空无。意识里的空无，就是断灭。诸法的空无，是一种幻影和幻境，不是断灭。《法华经》云：是法住法位，世间相常住。有的人就不明白，世间相是无常的，为什么又是常住呢？无常是从世谛角度讲，从第一义谛讲，非常非无常，唯心所现，不断不灭，非空不空，所以就世间相常住。又叫性相一如。性相一如，好理解。性不灭，当然相就不灭。但这仍是意识知解出来的关于实相最贴切的说法，仍无法触及实相。所以我们容易被这些表述迷惑，不得佛法的真义。

如果实相只是一种断灭的无，那一切就太好理解了。一讲一切都无，也认识到这个无，像声闻乘人，一入灭尽定，亲证到无，就以为自己解脱了。但这仍是意识的一个骗局，不是佛所说的空和无。

正是本性生起的一个意识心在创造这一切的概念和假相，使我们迷惑于本性。自心有这么个作用，在覆盖着真如，让我们不知不觉就把他编织的一切当成真的，不知不觉把这个作用当成真的。所以我们需要修行。需要认识到底什么是实相。

我们了解这个实相，也就是诸法空相，你再做牧牛就好做了。你就可以全神贯注的、非常专注的长养功夫，练习一物不为了。

因为你了解了实相，就会放下很多的执着和挂碍。你心里挂念的东西逐渐放下，想念和住着的力量就会小，再收心就好收了。因为你知道那些东西都是假的、都是空的。你放下了粗的烦恼，才好牧牛。如果你心里挂碍着许多虚妄的东西。你没办法牧牛，也只能做做样子，跟我们大家行行脚而已。

可能你连安心走路都做不到。你要通过数息，觉知，持咒，念佛，还得需要这些方法才能安心。其实牧牛是不需要这些东西方法的，要放下所有的方法，直接转念和离念。

牧牛其实是没有功夫可做的，就是防护、保护你不起妄念，不起法执，不要修法。牧牛并不是要你做什么，而是不做什么。一要做什么，就要觉察，拉回来，回到什么都不做，没有用心处的状态。

牧牛就是一物不为，就是盯着它看，别让妄念去吃草，吃草的时候拉回来，不吃草的时候看着他就行。不是每个念都需要看着，就是要吃草的时候，要起烦恼了，又想一些假的东西了，这时候用正念和觉知把自己拉回到当下。想起来一个家里面的人，因为想起家里的人，我又生了烦恼了。比如说前两天跟他发生争执了，因为某个事，又想起这个事了，这个时候需要拉回来。都是过去的事了，一切都是假的，我干吗较这个真呀。这个时候，一念实相的智慧，就能把自己拉到眼前。

我们今天来了解到底实相是什么？《涅槃经》里有一段开示，讲的是“空空三昧”。

打开《祖师禅》的第二十三页最后一行：是故我在迦毗罗城告阿难言：汝莫愁恼，悲泣啼哭。阿难即言：如来世尊，我今眷属悉皆死丧，云何当得不愁啼耶？如来与我俱生此城，俱同释种、亲戚眷属，云何如来独不愁恼，光颜更显？我复告言：阿难，汝见迦毗真实而有，我见空寂，悉无所有；汝见释种悉是亲戚，我修空故，悉无所见。以是因缘，汝生愁苦，我身容颜益更光显。诸佛菩萨修习如是空三昧故，不生愁恼。

这一段的故事的背景是，有一次，阿难在那儿哭哭啼啼，佛就问他：到底是为什么？释迦牟尼佛的整个家族，上百人都被琉璃王太子给杀害了。这是他们过去生的恩怨，琉璃王太子把佛陀的家人和族人全都杀害了。因为阿难和释迦牟尼佛是堂兄弟，他们是同一个爷爷奶奶生的，他们的父亲是兄弟，所以他们俩的关系是很近的。这个家族灭了，按常理来说，两个兄弟都应该难过。但是只有阿难一个人难过，佛陀却并不难过。

佛陀回忆讲起这段，就讲给大众听，为什么佛陀在家人遭难的时候，还能光颜赫奕，依然如故？佛看见阿难在那哭哭啼啼的，这两天他一直哭哭啼啼，阿难那时还是凡夫，他得知家里人都去世了，当然要哭哭啼啼的。阿难把他的亲戚都当成真的了，亲戚们一下全都去世了，他非常非常难过。这个大家千万要意识到，这里表面是在说阿难，但要知道，阿难只是给大众表法，重点不在阿难那里，在我们这里。这个故事和开示是讲给我们听的。

佛经里所写的一切最终都是指向我们。这段是讲给大家听的，佛讲的一切法都是在讲正听讲的人，不是讲别人。谁在这样的事面前难过，谁就是阿难。阿难代表的是一切凡夫，一切众生，代表的就是你我。不要以为阿难是谁？除了你，没有什么阿难。

阿难就是没成熟没开悟前的你，佛就是开悟之后的你。佛讲法，并不是让我们学阿难，而是让我们学佛。你只是出家了，可是无明、烦恼没断，那没用。就算你是佛的侍者，佛也帮不了你。

大家修行，修到阿难这个程度远远不够，你对佛再恭敬，与佛再亲，你给佛做侍者，不明白实相，没有功夫，都没用。佛是让大家都做佛，不是让我们做有学和无学，更不是让我们做阿罗汉、辟支佛。所以说，你不要觉得佛经里面佛对菩萨要求太高了，你心里想，我做不了菩萨，我做凡夫算了。做凡夫，就是烦恼，就受苦。凡夫凡夫，烦恼敷住，是名凡夫。

其实菩萨的要求已经很低了，我们连菩萨都不要做，要做佛，要见性成佛。因为我们本来就是佛，我们不可能做别的。做佛，那只是恢复你的本来身份，做别的，是你忘失了自己的身份，堕落成可怜的众生。我们本来是大富长者，枉做穷人。所以空三昧，实相的智慧，这些要求不是讲给别人的，是讲给我们。

我们要认识这个真理，要相信这个真理，什么真理？一切都不是真的。然后去做。怎么做？一切都不执着。

认识到了这个真理，就能做得到。知幻即离，离幻即觉。离不了，是不知幻。不知幻，就没有好好依佛学法。

不当真，就没有烦恼；当真，就有烦恼。所以佛对阿难说：你不要愁恼了，也不要哭了，你怎么这么较真儿呢。阿难就说：如来世尊，我亲戚都死了，我怎么能不愁恼，不啼哭呢？怎么能不较真儿呢？活生生的一大家子人就这么死了，您是铁石心肠吗？居然气色还那么好！您跟我是同一个故乡，都在那个城市，整个城都被人屠杀了，您怎么能说出这样绝情的话。

迦毗罗卫城，是个小城，类似现在的一个城镇。现在中国也有类似的地方，像我老家叫苑家铺，周边还有很多村子，郝家铺、徐家铺。村里好多人都是一个姓，村民们多少都是沾点亲戚关系的。

您和我都生在此城，也就是迦毗逻卫城，都是释种，都姓释迦。也就是说有亲戚关系，是亲戚眷属。为什么您不愁恼？而且看着还更精神，光颜更显。佛就对阿难说：你为什么愁恼，我为什么没有这样，还显得更精神？是因为我修空三昧。这里明确的提出了“空三昧”这个法相。这个词代表着修行的智慧和结果。注意，这里是“空三昧”。佛经里提到“三昧”的地方，都代表着既有定，也有慧。是一种修行功夫的成就。

佛说，虽然家人遭难了，知道我为什么显得更精神了吗？因为我用实相来观照这件事，以实相的智慧来看，一切诸法，悉皆空寂。从来没有这样的事发生。发生的一切，都是识心梦里的事。

其实说白了就是，死就死了吧，死了不是更好吗？省得惦记和操心。虽然没达到恨他们不死的地步，但死了多轻松，毕竟分家产的时候压力小了。我有时候就有这种心思，知道吗。有徒弟跟我说：师父，我老公最近身体不太好，我婆婆刚去世。我恨不得给他来一句：太好了。心里确实是这么想的，但没说出来。人家刚遭那么大难，我再加上这句话，就太没人性了。但我心里确实挺为他高兴的。为什么？这样他就清醒了，不然还做梦呢。

只有痛苦和无常才能把我们从大梦中叫醒。而有的人，痛苦和无常都叫不醒他，那只好再多来点打击，他才会醒。

就算我说一大堆好话，安慰你，对你有用吗？没用。当你老公得病的时候，有外遇的时候，出轨的时候，要和你离婚的时候，当你父母去世的时候，儿子死的时候，你痛苦、难受、伤心欲绝，谁帮得了你？没人能帮你。谁让你这么痛苦的？是那些离开你的人吗？不是。是你对那个假人的执着。其实是你对自心的痴迷和执着。哪有什么心外的人，所有的家人，全是我们的无明和我执的外现。

有的人还说我们修行人冷酷无情，就像阿难认为佛冷酷无情一样。我们不冷酷无情，跟你一样傻得要死、难过得要死才好吗？为一个幻境死去活来折磨自己？才不会呢！你愿意那样，没人拦着你。但休想来骗我。我们最多是在旁边看着你，这已经仁至义尽了。想帮你减少痛苦？那怎么可能？孽是你自己作的，以前的快乐你受了，现在苦了，让别人安慰你？就算安慰你，你还是要受苦。因为债是你自己借的、欠的，谁也帮你还不了。苦是你自己在心里种下的，根深蒂固，都种了很久了，只不过现在开花结果了，你喊苦了，早干嘛去了？诸佛菩萨频频示现到你身边，百生千生地追随你，告诫你百千万遍了，你不听，听也听不进去，不好好修行，最后就是这个结果。好，既然佛菩萨帮不了你，叫不醒你，就换一种方式叫醒你。就让痛苦打击你，看你还贪不贪自心幻境，看你还执迷不执迷。

你非常爱你的婆婆，你非常爱你的妈妈，你非常爱你的爸爸，他们走了，你难受的要死，但是在那些觉悟的人脸上，你可能会看到三个字：“太好了”。

佛听到家人去世的消息，非但没难过，反而神采奕奕。为什么？以修空三昧故。空三昧就是实相观，就是对一切都看得清清楚楚，没有人生，没有人死。如果正好赶上你家里也出现了这样的事，如果你是一个了解实相的人，心里也应该出现三个字：“太好了”。为什么要出现这三个字？有了“太好了”三个字，你的心才不会被这个外境所动。有了这三个字，你就没活到假象中去，你就会非常平静。

学实相法门，就是如此，这是要求。否则，我们还修什么，直接跟着家亲眷属轮回得了。

学其他法门，你可以在原地溜达。学禅宗，就得三级跳。你要蹦三阶，三阶蹦不上去，至少也要蹦两级。学禅宗一定要有出格的觉悟和胆识，要有勇气和魄力，也就是要有大智慧。别人都这样，你不能那样，你那样，就跟他一样受苦。就是要超越凡夫地。

等你亲爱的人哪天离世的时候，你一定要赞叹，内心里面一定要祝贺太好了，终于走了。为啥？我说的一点也不夸张，因为少了一个为他提心吊胆，为他负责，为他操心受累的人，能不庆祝吗。越好的人，越有智慧的人，越爱你的人，越不会让你为他操心。他一定是自觉的人，一定是不给你添乱，不给你压力的人。

而你越执着的人，或者越粘你的人，越会让你痛苦，其实对你越残忍，而你还愚痴地跟他缠绕在一起，如果不修行，不了解实相，永世别想解脱。

如果你觉悟了，他走了，不就是你痛苦终结的开始吗，你怎么可能会难过？他只要活在这世界上，你就永远得为他操心，为他担心，为他受怕。

你会说，理是这样，这三个字还是说不出来，这个心还是跟着难受、难过。为什么？因为没好好修行，没修远离行，因为粘着的习气太重。这三个字，太好了，不是解气的好，而是发自内心的一种喜悦，一种平静，一种觉悟，一种觉醒。它是一个开端。

师父说了，让我高兴，但我高兴不起来呀！那就没办法了。你高兴不起来，怎么办？只能去认识实相。实相就是这样的，它真不是你的亲戚。凡夫看那真是他的亲戚，真实的。智慧的人、圣人、觉悟的人看一切都是镜花水月，一无所有，如梦幻泡影。

那真不是你的亲戚，真不是你媳妇、孩子、父母。这才是实相呢。这个时候你还抬扛，那就是亲戚，那你就烦恼去吧。谁觉悟，谁清净，谁没有烦恼。谁当真，谁受苦，谁别想解脱。我就是认为他是我妈妈、我媳妇，我儿子，那你就烦恼去。佛也救不了你，你自己愿意受苦，谁都没办法。你烦恼你才高兴，你越烦恼，你越高兴，这谁帮得了你。

对凡夫来讲，痛苦才会快乐。这叫痛并快乐着。我一定要痛苦，我才快乐。我不痛苦，就活不了。不痛苦，就要自杀去，这就是世间人，世间之理。亲人离世，谁谁不好了，我必须得痛苦，才有活下去的意义。佛救不了这样的人。

所以佛就对阿难讲：汝见迦毗真实而有。你把迦毗逻卫城当成真的了。你把你的家乡当成真的了。你把你家乡里面所有的亲戚，所有的亲人都当成真的了。我见空寂，悉无所有。汝见释种悉是亲戚，我修空故，悉无所见。我看不见有任何真实存在的人事物。

这样讲，凡夫老百姓没法接受。凡夫老百姓把家庭看的最重要，你看朋友圈里大家都是学佛的，但是大家每天都会发家亲眷属的图片，一会儿子结婚了，一会儿孙子满月了，一会儿女儿嫁人了。人们普遍认为家人是这个世界上最重要的。众生颠倒到什么程度，可想而知。而在觉悟者眼里，众生对家人的执着，正是他轮回的主要原因。你越执着家人，将来越会受大痛苦。家人是这世界上最可怕的人，最残酷的人，最要我们命的人。只是你依赖他惯了，你不能接受没有他。

你不依赖他，你就没办法活。你无量劫来都依赖惯了，他突然间没了，你难受得要死，就像喝了毒药一样，就像吸毒来解除你的痛苦一样。所谓毒品，吸了就不痛苦，不吸就痛苦。家人也是这样，在你身边，你就安心。不在你身边，你就惶恐。我们要不要戒家亲眷属这个毒？一定要戒。你不戒这个东西，就是恶性循环，永无出日。再痛苦，我们也要戒这个毒，戒这个瘾。

怎么戒这个毒？看清他们不是真的。通过学习佛法，与家人保持距离，学会独立，了解实相，达空三昧，就可以彻底把自己内心深处这个最牢固的无明连根拔掉。

大道理谁都会说，佛法在世间，不离世间觉。这不离世间觉，并不是让我们沉溺于家庭，执着于一己之亲情。师父，把家庭照顾好了，把父母照顾好了，也是修行吧。是修行，但是这并不是终点。而且你所说的照顾好了，有没有一个标准？怎么叫照顾好了？真的不会生烦恼吗？真的会对家人如对佛一样吗？果真如此，自然是照顾好了。果真如此，有余力也一定会照顾别人。果真如此，一定会觉悟一切众生无不是我们的亲人和眷属。若如此，又如何照顾好一切家人？

所以，修行最终还是要明了实相？家庭、亲情，这一切都是幻相，不可执持。一切都是空的，都是假的，你照顾谁啊？你只有把实相照顾好了，把实相认识清楚了，那才是把一切都照顾好了。谁是你的家人？如果你家人是家人，那其他人呢？六道众生无量劫来都互为父母子女，都是家亲眷属，哪个不是你的亲人？你怎么照顾？如果你只照顾一己小家，同体大悲又从哪来的？都是一个佛性显现的幻境，你如何照顾？实相跑哪去了？

所以，你的家人，这不是实相。实相是你没有家人，没有谁是你真正的家人。梦里明明有家人，觉后空空无彼我。修行最难最难的就是看破亲情，从亲情中解脱出来。我们都要面对这同一个问题，就是如何面对家人。

不管是在家人、出家人，都面临着这个问题。关于家人，好多出家人，家是出了，家里面有一点事，立刻就起心动念，跟着烦恼，一下就回去了，就被拉回去了。过去我有个同修，比丘尼，二僧师父，都出家一年多了，都受戒了。接到自己前任老公的短信，结婚了。她就难过了好几天。你都出家了，都离婚了，人家结不结婚，已经跟你没关系了。还难过，你说这叫出家吗？自欺欺人，不是骗人吗。已经离开老公了，但心里还是把对方当成自己的。在家人一样，已经跟人家离婚了，看到人家又找男女朋友，嫉妒心就会起来，就难受。这就是人，太执着自我。已经失去的，还牢牢地把持。

所以众生的无明和颠倒到什么程度就知道了。我们都看看自己各自的朋友圈，大家发的基本上全都是夫妻感情啊，爱情啊，恩恩爱爱啊，恩情啊，父母恩啊，孝顺啊，都不离这个。都是学佛的。这都是俗情。不了俗情，学佛又能学出个什么呢？学佛就是出离这六道的俗情，还自己真实的本来面目，得大自在，不再挂碍世间的无明和感情。

有的人会问：师父，佛经里面佛陀也会教育很多人，大家要把家庭搞和睦了。没错，这是佛陀的方便施教。不是每个人都可以出世学法，也不是每个人都能出家为僧。居士以家庭为主，孝敬父母，这是佛陀的慈悲与方便，知道你一时半会看不破放不下，接受不了实相，就用方便善法逐渐地引导你。只能这样，先让你把家庭弄和睦了，等时机因缘成熟了，你再听《金刚经》、《楞伽经》、《涅槃经》，再给你讲《维摩诘经》这些大乘了义实相经典，再告诉你家亲眷属不是真的。

不是说佛陀讲的每一句话都是实相。经典里有很多都是方便说，所以才有三藏十二部佛经，面对八万四千根基的众生。佛陀有大慈悲，知道那些人给你讲实相也没有用，就像对牛弹琴一样。你给上三年级的小学生讲微积分，讲相对论，不现实。你给初基的众生讲实相，也是不现实的，他接受不了。我们都不能接受，我们理上能勉强接受，其实做不到。但是为什么我们还要学呢？通过一次一次，反反复复的灌输，通过反反复复的观察，通过长时间的熏修，最后认定实相确实是这样。所有的人不可能永远存在，你再亲，再爱他，也不可能永远存在。万事万物都是无常变化的，我们每个人早晚有一天都会分开，通过学习理论，通过观察，通过修行，我们发现这个真理，然后彼此不再控制，不再执着，让自己和他人都放松，都自由地活着，少受些苦。解脱我们的一切执着和烦恼，这才是佛法的目的。

佛继续说：以是因缘，汝生愁苦。我身容颜，益更光显。我没有受这个假相的骗，没有受家人被杀的影响，也没被外境所动摇，所以颜色如常。不仅我是这样，诸佛菩萨全都是修习如是空三昧故，所以不生愁恼。

我们今天也要学习这空三昧，像诸佛菩萨那样。虽然我们知道这个实相了，还要不要修？当然要修。知道不意味着做到。你知道了，和你通达，和你真正觉悟到空三昧，是不一样的。所以为什么世尊和诸佛菩萨还要修习呢？空三昧是实相，我们正是因为相信了这个实相，所以要修习，需要在心行上跟这个实相去相应。不是不修习，就能达到空三昧的。所以学佛道者如恒河沙，真正的悟道者如麟角。大家都只是停留在一个知解上面，习气没转变，面对境界，心转不过来，还是会受苦。

一说都说的特别好，唯心所现，凡所有相，皆是虚妄。应无所住而生其心。都能说出一套一套的，一切都接受，现在大家都会讲接受，真来事了，心就不接受了。都说我不控制老公，等老公真的跟异性走近了，或跟谁好了，嫉妒心一起，要人的命。就忘了接受了。这没法儿接受，因为你把他当成你的所属物了。有人动了你的东西，你怎么能接受呢？

所以，空三昧的理论，我们都非常认可，也觉得非常美好。这样多好，好多事，这样一想就通了，但真的事来了，就是想能想通的，是怎么想也想不通。再比如失眠，说都好说，那不叫事，真的失眠时，你接受失眠吗？都不接受失眠。这事没发生在你们身上，你们嘲笑别人。到你们身上，都不接受。她前夫又结婚了，她难过。等你前夫找新的恋人时，等你的老公有了外遇时，你看看自己的心是什么样的？你媳妇出轨一次，你看看自己痛不痛苦？不是一般的痛苦，是要命的痛苦。你越爱你妻子，她如果对你不忠，越要你的命。有的学人跟我讲这些事时，我都能感受到他们的心在流血。

所以，这个世界上，情是最可怕的东西。它比毒品要可怕一万倍。毒品只能害你一生受苦。情害你无量劫受苦，而且不好好修行，永远戒不掉。

大家一定趁年轻时，好好学佛，了解实相，认真实修。这时如果不做功夫，等有那天的时候，我跟你说，不是我吓唬你，你真的会堕地狱的。师父怎么那么坏呢！非得给我们讲这些个，到时候再说呗，到时候就晚了。从现在就保持距离，刚才有人就问我：师父，平时觉得学的不错，可是境界一来的时候，还是会有烦恼，怎么才能彻底的有所改变？就是因为没有保持好距离，又不注重实修，所以导致修了很久，自己的功夫没有改观。

修行没有捷径，只有一个好的办法，保持距离，不要天天在一块凑活。他是他，你是你，不要互相干预，你别干涉他，他别干涉你，练习独处，多做我们这些天做的这个工作。然后时时提醒自己，她不是我的，他也不是我的，都不是真的。没有办法，只能一次一次的灌输，一次次地洗脑，洗干净了，洗成佛的知见，洗成智慧经常现前。再有什么境界，你就不会颠倒了。用智慧代替无明，用觉知代替不觉，用正念代替妄念，这样把修行带入生活，才会慢慢有效果。

这样，你才能在亲人离开我们时，在亲人身上发生什么变故时，我们才不会受太大影响。因为你知道那是空的，那不真的。

在世间，我们为什么有这么大的习气和烦恼？为什么明理了，这个习气和烦恼还是断不了？举个例子，你入了一个花市，花市里开着很多花香扑鼻的花，你在这个花市里呆时间长了，身上会染上香气。你呆了五个小时，呆了五天，你身上己经染了这种花气了。你从花房里走出来，身上有没有这种花气？有。你走出来，要花很长时间，花气才彻底的没有了。盛酒的瓶子，酒倒干净了，酒瓶子还是会有酒气。就算是你现在跟他保持距离了，你一想到他还是你丈夫，你媳妇，你儿子，你的房子、车子，你的我所，都跟你有关系。就算你保持再远的距离，还要有一个转变消散的过程。你如果天天在里面泡，在亲情里泡，在财色名食睡里泡，你想想，你那些无明的习气能消失吗？能淡到没有习气了吗，那不可能。

你在一个特别臭的地方呆着，在厕所里呆着，我真讨厌那个气味，我恨不得一点那个气味都没有，可是你不离开那个厕所，你这个气味能没有吗？永远有。你不保持距离，你的烦恼一定会现前。保持距离，还会有烦恼。更何况不保持距离。我舍不得跟他们保持距离，舍不得，那你就该干嘛干嘛去，就别学佛了。你该生孩子生孩子去，该种田种田去，该受罪受罪去。你甭在这儿滥竽充数，这里讲实相，带着大家实修，要出生死无明和烦恼诸苦。你确实不想再烦恼，你来这里学法。你放不下烦恼，来这里干嘛？玩儿吗？没人陪你玩儿。

烦恼确实把你纠缠的已经受不了了。你想明白实相，你找到真实的自己，你想活得没有恐怖，没有挂碍，自由自在的活在这个世界上，不想天天提心吊胆，不想天天为这个挂碍，为那个也挂碍，鸡毛蒜皮的事，都成大事了。你不想再这样活下去了，好，那你认真听法，认真学法，一点点地放下。

你太在乎的那些小事，比如说妈妈今天不舒服，我得上医院看他去，今天儿子得开家长会，我得去。今天晚上我还有一个瑜伽锻炼，钱都交了，不去浪费了。这些事，你要看破，要放下，不能都执着。你烦恼，就是因为你的心放在这些琐事上面，你的心不够用了，所以才会烦恼。你不知道每一次听经闻法的机会都非常难得。你要把听经闻法的量达到一定程度，内心才能有变化，你的思想和观念才有转变。你要常往僧坊，也就是寺院和道场，要常听经闻法，要常如说修行，要把他听明白，最后再去如实地练习。

如果你不了解诸法实相，一定会执着有一个我，执着是我在烦恼，是我在痛苦。了解实相，你会发现，只是一个妄想在烦恼，一个念头在痛苦，根本就没有一个实体在经历什么，都是一个幻觉在捣鬼。真没有一个人在烦恼。一定是有一个执着在那里，如果心里没有执着，念头就不会住。

家亲眷属，只是你的一个妄想充当了你的家亲眷属，而事实是，根本没有你的家亲眷属。那只是你的意识里的一个妄想，一个执着，一个痴迷的念头。所以有时候有些事能不知道最好，没有功夫的时候，不知永远比知道好，知道就会起心动念，就会自寻烦恼。所有的负面情绪都是因为你知道了，相信了。

拿隧道来讲，在北方就没这个概念。在南方，比如杭州，有很多地下供汽车行驶的隧道，里面会有汽车放出的废气排不出去，有些人就会觉得那些气体对人有伤害。以前我都没听说过这种概念。我现在走隧道也老蹦出这个念头，会不会对身体不好。

师父也会有这些想法吗？不可能，开个玩笑。我如果觉得不好，那是没有功夫，受了你们影响。第一念会闪出这些说法，因为毕竟听别人这样讲过，但第二念就转开了，不会相信这种说法。为什么？走都走了，我们行脚要经过很多隧道，你非得想对自己不好，那是你自己没智慧。忘了这个观念，别住在上面。这就是功夫。

这个事知道了，就会生心，就有可能会生烦恼，但是你可以不信，可以不住，可以对自己的身体不执着，可以忘了身体，这样，你受的负面影响就会很少。宁可不知道这些消息，知道了也不信，就等于不知道。不知最亲切，不知就是不染，不相信，没有生心，就是对自己最好的保护。

保持牧牛的状态，碰见什么了，心里起了什么想法，立刻回到当下。不投入故事里，不投入自己编织的幻想中去，不相信那些念头预设的东西。蜜蜂在眼前飞，就看着他，放心，它不会蛰你，只要你不动念。就算它碰到我眼睛，碰就碰到，我不相信它会蛰我。我不相信它是有害的。

那天我们楼上有一个养蜂的，养了好多蜜蜂，我们全都安静地坐在那里，没有人受影响，也没有人被蛰。包括蚂蚁、苍蝇、蚊子，这些东西你都不用太讨厌它。有的人害怕蚊子怕咬了他，以为它会吸血，都是你的妄想。佛观察到这点了，把这点告诉了我们，让我们知道实相，一切外境，外物，都是我们的心念折射出来的一个幻境。你不生心，它就不会影响你。它是随着你的心变而变化。

我们越是了解实相，你的修行就会提高一个台阶，你会越自在。对于世人来讲，这个看法有些冷酷、冷血。亲人都成了陌生人了，都不关心了。不是不关心，而是让你用实相观照，那不是你的亲人。你要保持一个清醒，要理性的对待。并不是说，你知道实相了，对这个亲人就无动于衷了。

你还是照样去孝敬你父母，但是你知道实相了，就完全不一样，你不会迷在里面。你再看到孤寡老人，就会用同体大悲的心去面对，把他们当成自己的父母。而对你的亲生父母，你知道他们都是你无明的投射，并不是真的，你也就不那么执着了。有了这样的心态，你会烦恼吗？不会烦恼，也不会挂碍。那完全不一样了。

你就不会被这重重的假相所迷惑。世间的一切，你所看到听到的一切，全都是假相，一环套一环。你不再迷了。儿子如何了，老公怎样了，姐姐怎样了，你都不像以前那么关心了。你更关心的是自己是否用实相看问题，是否又迷到假相中去。

像释迦牟尼佛在俗人眼里，很难理解。过去儒家有人谤佛，就是因为无法接受佛陀不孝敬自己的父母，不管自己的妻子和孩子，一个人出家，自私，没有责任。家里人都去世了，他还越来越精神，理上讲不通。佛陀示现的爱是大爱，但很多人完全不理解。

只有活在慈悲的大爱里，只有从自己的无明和狭隘里挣脱出来，才能解脱。不这样，你就会在六道的家亲眷属中无止尽的轮回，解脱不了。你会活在我相，人相，众生相，寿者相里。你会活在爱恨情仇里面，活在抱怨里，活在假相里。

祖师禅讲记第七讲

前一段时间我们印了一本书，叫《祖师禅》。这个名字容易让我们想起祖师禅的概念。这本书并不是单纯集结祖师公案的书。书里有一部分内容是佛经和祖师的直接开示。除了佛经和祖师的开示外，大部分篇幅涉及到祖师禅的公案和教法，所以叫作《祖师禅》。更准确的说，这是本全面介绍祖师的禅法，禅宗的教法，或者说祖师的教法的一本书。祖师的教法变化多端，不拘一格，并不仅仅局限在如来禅或祖师禅的范围，也不像我们平时想象的，全都是扬眉瞬目，全体作用，而放弃文字的使用。相反，文字是所有祖师教学使用最多，也最有作用的一个手段，只不过，怎么使用文字，使用文字的用意，却和其他法门有天壤之别。

一切能让学人有所悟入的善巧方便，都会在祖师的教法里看到。这样理解这本书就比较准确了。否则的话，可能有人就会有异议了：“师父，弄了这么一大本书，都已经落入文字了，怎么能叫祖师禅呢？禅宗不是有个特点，叫不立文字，教外别传么？您还弄那么多经典，那么多经教？”

学法最忌讳执着文字。执着文字有好几层意思，一是只知道在文字意识中取真理，迷于文字。另一种是，否定文字，不知道文字是方便，可以很好地引导我们实修，认识本性。另外，有的人还会错解文字，执着文字的狭隘意思，不能领悟诸佛祖师所用文字的背后真实用意。

所以，学法千万不能纠结在语言文字上。只要能够指引我们修行，让我们对修行建立信心的方法，都可以被我们所用。按照祖师和佛陀所提供的能对我们修行真实有益的方法去练习，去实修，去修正，我们就会逐渐走上正轨，就可以解脱烦恼，觉悟实相。

昨天在外面坐着的时候有人问我：“师父，居一切时不起妄念，这个我还容易理解。但是后面还有一句，住妄想境不加了知。于无了知不辨真实，这个是什么意思，怎么理解呢？”这段话出自《圆觉经》，也是整个修行的关键。这段时间我讲的一物不为、 牧牛，都是围绕这个经文的义理来练习的。你怎么才能做到居一切时不起妄念？那肯定要有牧牛的功夫。而且昨天我们也讲过，做牧牛的功夫，一定要有一个前题，才能把它做好。也就是说，要明理，要知道远离。

古人都是在明理，在开悟之后，在出世中开始做保任的功夫。在学人知道怎么修行之后，祖师都会交待学生，要善护念，要善自护持。这里的善自护持，就是不要再做其他有为的功夫了，只要把牧牛的功夫做好就可以了。所以这个居一切时不起妄念，这里的妄念是指妄做功夫，做无用功，做错功夫。但是如果你不明理，你不了解本性的特点，就会做错功夫。“居一切时不起妄念”，你就以为所有的念头都要去压。一起念就压，这就错了。同样我们很容易会牧错牛，以为一吃草就要把它拉回来。这就是你不了解本性。所以《圆觉经》在后面还有一句“于诸妄心亦不息灭，住妄想境不加了知。”所以，今天就专门来学习《圆觉经》中的随顺觉性。

翻到第十八页，我们先看一下经文：“善男子！但诸菩萨及末世众生，居一切时不起妄念，于诸妄心亦不息灭，住妄想境不加了知，于无了知不辨真实。彼诸众生闻是法门，信解、受持，不生惊畏，是则名为随顺觉性。”这段经文，大家都很熟悉。它是修行最关键的一个地方。这是佛经里提到的关于禅宗做功夫中最明确的开示，就是牧牛。同时，跟牧牛有关的还有一段重要的开示，我们也了解一下。

下面这段涅槃经中关于牧牛的开示。以牧牛故，心念不散。心念不散，则有觉知，以有觉知，则生智慧。以智慧故，能观察诸法实相，于一切法，不生贪着，无诸苦恼。

《大般涅槃经》云：譬如牧牛，不善守护，犯人苗稼。凡夫之人，不摄五根，常在诸有，多受苦恼。

善男子，菩萨摩诃萨修《大涅槃》行圣行时，常能善调守摄五根，怖畏贪欲、嗔恚、愚痴、骄慢、嫉妒，为得一切诸善法故。

善男子，若能善守此五根者，则能摄心。若能摄心，则摄五根。譬如有人拥护于王，则护国土，护国土者，则护于王。菩萨摩诃萨亦复如是，若得闻是《大涅槃经》，则得智慧。得智慧故，则得专念。五根若散，念则能止。何以故？是念慧故。

善男子，如善牧者，设牛东西啖他苗稼，则便遮止，不令犯暴。菩萨摩诃萨亦复如是，念慧因缘故，守摄五根，不令驰散。菩萨摩诃萨有念慧者，不见我相，不见我所相，不见众生及所受用，见一切法同法性相，生于土石瓦砾之相。譬如屋舍，从众缘生，无有定性，见诸众生四大五阴之所成立，推无定性。无定性故，菩萨于中不生贪着。

一切凡夫，见有众生，故起烦恼。菩萨摩诃萨修《大涅槃》，有念慧故，于诸众生不生贪着。

我们回到《圆觉经》的这段开示。这段话跟祖师禅法里面提到的牧牛非常相应。是一个意思。我们把这一段话当做一个方法，当做一个法门，这段开示特别关键，是所有修行的核心内容。信解、受持，不生惊畏。你要明白它的意思，所谓的不生惊畏，就是你对此没有丝毫的疑惑，你知道这样做功夫，才是真正的做功夫，是所有功课中最重要的，这个功夫也是解脱烦恼最有力的地方。其他的功夫，你都不用做了。做其他的功夫，也都是为了把这个功夫做好。

把这个功夫做好了，再跟你讲什么你都不会困惑，不会疑惑。是则名为随顺觉性。随顺觉性的意思就是真性的起用，也就是六祖大师讲的：“但用此心，直了成佛”。

我们先看“居一切时不起妄念”。什么是不起妄念？我们先从世间法里的执着讲，其实就已经很难了。家亲眷属里面有执着，有挂碍，工作生活中有挂碍，一切我所里都有挂碍。带着这些挂碍，怎么能做到居一切时不起妄念？也就是对你所挂碍的东西想都不想，这几乎是不可能的。如果挂碍太多，你就很难做这个牧牛的工作。也就是很难不起妄念了。比如说，你昨天刚跟丈夫发生口角，弄得两个人心里都不高兴，今天想起来还特别别扭，胸口都疼。你怎么做“居一切时不起妄念？”你能够不起妄念吗？就算能，也很难。又比如说工作不如意了，被老板批评了。你想起来就难过，这时候你在这里打坐，总会想起这个事了。不起妄念，太难了。你无数次地告诉自己，过去了，就完了。但你就会起念，你过不去。老板批评你，你观实相，不停地念：没有我，也没有老板，做错了，就做错了。但你还是会烦恼。

父母病了，跟母亲的感情很好。母亲也很疼爱自己。母亲突然病了，一想起这个事，心里就特别痛苦，特别难过。一开始只是痛苦，可是母亲一病就是两年、三年，一直也不好。自己还要照顾，自己的生活完全被打乱了，从痛苦开始变成烦躁，你怎么做到“居一切时不起妄念？”不要起这个念，当母亲不存在？这怎么可能？所以说，这个功课，虽然重要，大家也都知道重要，但真正操作起来，就太难了。

昨天我们讲的空空三昧。母亲不是真正的母亲。我们只是假借她这个色身来投胎，是为了修行，为了觉悟。我们因无明而来，但是要为觉悟而活。知道母亲并不真实，从心里上慢慢放下，发出离心，乐远离行，慢慢积累善根和德行，安住当下，时间长了，你的心念就能拉回来了。

但是如果你不了解实相，不了解一切万法，如梦如幻，无我无人，无众生无寿者，这个时候，你就很难居一切时不起妄念。因为你把母亲当真了。因为她病了，她很痛苦，也很恐惧，你特别想帮她，又帮不了。你想起这件事来就难过。你就会顺着这个念头，想很多很多。你会想，给她怎么治，是做手术，还是不做手术？是请护工？还是自己照顾？自己不照顾，良心上又过不去。照顾的话，又特别累，又不能安心。如果你跟母亲关系不太好的话，可能你还会跟兄弟姐妹在讨论这个责任的问题。分责任，你出多少钱，他出多少钱？全都掉在这里面。这是个很现实的问题，这就是众生烦恼的根啊！家庭、亲情、责任、无明，这是很多人都要面对的。

我讲的只是这万千烦恼中的一小方面。类似这样的事情，还有太多了，就是这些事情把我们的本性给罩住了。这个时候，你很难做到《圆觉经》里面的这段话，你根本无法牧牛。因为你的挂碍太多。你想学禅宗，你想得大自在、大解脱，想达到彻底的安稳，心无挂碍，就必须看得透，看得破，还要放得下。心得狠，得在这些事情没有执着。

所以在过去，禅宗这一法门，都是出家人才能修的，在家人很少很少，都是大根基的人才能修。也不排除在家人也有示现的，那也是根基特别好的，是千万里挑一的。从修道的这个角度，我讲的不是结果，是修行的过程，出家人学法优势很多，但是他放下的也多，基本上是放下了家庭眷属，所以障碍会少很多。有的出家人虽然出家了，但是心里面也没有放下，那是另外的问题。

我们这里有些同修做的还不错，世俗的东西放得干干净净的。现在是不错，现在是干干净净，但是不保证以后会不会一直这样。大家都有家有业的，说一下子全都放下，不现实，所以才需要不停地熏修真理和实相，看破一切世间都是虚幻的，自然就会放下了。

我们这里有几个小朋友，二十几岁，现在是无牵无挂的。也没有子女啊，父母暂时也不管，但是保证不了明天不管你。也许很快就给你找个老公或者找个媳妇，逼你回家结婚去了，这都很有可能，就看你自己的定力，看你自己想要什么了。

如果你没个主意，自己不能做自己的主，被家人这么一拉，虽然自己明明有学最上乘法的因缘，可是就因为这点业力，被六亲眷属活生生地拉回六道里去了。然后一辈子就围着这些无明和烦恼转。

所以年纪大或年纪小，各有利弊，都无定论。就看你修行相续不相续，是不是彻底看破世间，有没有出离心。

我们看过去祖师，神会小师十二岁就跑到六祖那里去了。石头禅师童年的时候就参六祖去了。所以世间这一块，你只有放下，心无挂碍，才好修行，转习气，才能居一切时不起妄念。

对家亲眷属的执着，是我们所有的烦恼，所有的执着的根源。恐惧啊，忧虑啊，全都跟着这个情有关系。父母之情，子女之情，夫妻之情，友情，师生之情，上下级这种工作关系，人际关系，都围绕着家庭这个中心转。所以情的执着，成了居一切时不起妄念最大的障碍。但即使这样，有一件事情还是非常不可思议，也就是在这样一个极难的环境里，我们还有机缘修最上乘法，就非常不可思议。

佛法里有四不可思议，我再加一条，就是你们都有这个执着、挂碍，但是你们居然敢修这个法门，还敢学禅宗，这是非常不可思议的。

学的时候会说，我都放下了。遇到一点事儿，就都拎起来了。而且，该拎的不拎，烦恼啊，贪心啊，拎得特别快。还说：“师父啊，不能光讲放下，还要承担。放得下，还要拿的起，这才是大丈夫呢。”你看他说的多好啊，为什么这样说？为自己的贪心找借口。明明是放不下世间的种种贪爱，偏偏要说自己拿得起。

情执就是这样，它来自识心。识心的特点就是骗你。如果明白的人，有悟性的人，善根深厚的人，一遇缘，他就会放下，而且放下得很快，很干脆，很利索，不像有的人，十年前就发心出家，每次家人阻止，就妥协了。自己心里说：再等等吧，等他死了再说吧。可是人哪有那么好死的。再说，你有这心，出家还有什么意义？

你得知道，夫妻俩再恩爱，都有一个变老的时候。老了，在一起过得时间长了，感情自然就会淡了，而且还有这个临终。临终也就必然要分手了。如果临终还不能让你看破情执的虚幻，也只能说自己的业障太重了，太愚痴了，一辈子都活在梦里，没活明白。学法修行的人，看破缘这个东西不真实，知道世间的一切是无常的，这是基础。一切都有个尽头，你要有智慧看到这一点，不能总被自己的妄心所役使。所以表面看上去，情执很难断。但如果有了智慧，用慧眼去看，世间的一切都非常脆弱，不值一观。世间不学法的人，他有个轮回。但对于学法之人，只要你的用心真诚，只要你苦吃的差不多了，学佛的方向对了，功夫做到了，时节因缘到了，没有不解脱的。老伴走了，你一个人再活它个三五年，慢慢就习惯一个人的生活了，功课再一直做下去，一切就看得很淡了。

但是如果有法执的话，就不好办，极讨厌。为啥？恒河沙劫都会有这个作用，都会有这个法执。你看佛经里面讲声闻乘人，三大阿僧祗劫才能成佛。这个三大阿僧祗劫给谁讲的？就是给声闻人讲的，就是指法执重的，难于改变修行理念的。法执就是有法可得。你看声闻人，他对家亲眷属都放得非常快，对世间的享受放得也快，但法执很重，放不下，最后连佛讲的都不信了。

他有一个涅槃可证，有一个禅定可入，他有所得，有生死可了。他就看不到这一念我执，这一念无明。他要断除的烦恼，要于寂静中求取涅槃。他不知道烦恼性空，一切法不待修证。总起一个心去役使这个本性。总起一个心去修本性。所以这里的居一切时不起妄念，是不了自性，本自圆满，本自不动，本来清静，不增不减，而起心妄加用功。

本性清净，空无一物，亦无少法可得，一点功也加不得，一点法也除不得。声闻乘人不了解这个，就会起一个心去用功，去修道、去改造、去断它、去除它。

所以为什么说做这个牧牛，练这个一物不为功夫，必须得觉悟，必须要明理。对修行的整个理事必须得完全清楚，不清楚你就总会起一个念。不见性，你就会起一个念，起了一个念，你就随这个念流转。

我说的起这个念，是跟修行有关的念。而这个正好是修行人最大的执着。没有执着，我们就不需要修行了。一切执着都没有，你就该干嘛就干嘛去了。正是因为有执着，你才会随着无明妄想，去造作，去轮回。这时，佛就方便讲一个修道，讲一个四圣谛，讲一个无常，无我，讲一个空。可是，如果你不知道这是佛陀的一时方便之教，把它当真理了，执着了苦空无常无我，执着了涅槃，一心想出轮回，如救头燃，不知道此心正是轮回。

但是，如果你明白了实相，你的法执就会断，你就不再盲修瞎练，错用功夫。如果不了解本性，你就会起心动念，就会依前习气，妄造诸业，妄修诸法。你一定做不到居一切时不起妄念。你经常会起念，大家都能观察一下自己，经常会起修行的心，把自己带离当下。

以前经常有人会问我一些经典里面的跟修行有关的问题。最近比较好了，问的少了。可能藏着吧，也不一定哪天就蹦出两句来。关于“居一切时不起妄念，住妄想境不加了知。”都不知道讲了多少遍了，还是有人会问：“师父啊，怎么样才叫住妄想境？”你这一问，就犯了苗稼了，就吃庄稼了，就正好是牧牛的时候，可是自己不好好看着牛，吃了一大片庄稼，自己都不知道。没有好好的不起妄念，又冒出头来请法，还自己骗自己，有疑就要问，不问学什么法。

学人问的很多问题都是有为的问题。我就跟他讲不论禅定解脱，唯论见性。马上他就会再来一句：“师父，怎么见性？”你看，又忘了居一切时不起妄念。祖师们说言下见性，早就错过了。所以这个时候要知道牧牛，眉头一皱，赶紧察觉，把眉收正了，就好了。

讲法之前，大家把手机关了。但是还是有手机响了。过去讲法时，现场有狗叫的，有抱着两岁孩子，还有抱着孙子过来的。一边讲一边在那里哭哭啼啼，我都不会心动，那是因为他们是老百姓，不是真正学法来的。你们可不一样，都是不远千里来求法的，听法时还不专心，还放不下世间琐事，那可不行。

见性须言下，言下见性。“师父，这个言下我总是不懂？”你看这一念，还需要后面说什么吗？起心动念，疑心一起，就是法执。就是这个时候，是你要做“居一切时不起妄念”的时候。不要起这个为什么的心。“言下是什么？”这一念不要有。可是，它就会有，怎么办？也只能就有吧。你看看自己能住在这念上多久？它有什么意义？最后你会发现，你的这个问题，没有任何意义。

练一物不为的时候，刚开始坐二十分钟时，还好。突然想起一个问题，又开始问，自己问自己。问题无穷无数。事实上所有的问题都是虚妄的问题，只是大脑的活动而已。里面有真实的东西没有？没有。一切无有真啊。只是它里面的活动而已，可是你不了解这个情况，你察觉不到是意识把你带到一个故事里面，一个虚妄的事里面。然后你就被这个故事骗的团团转，为它担心，为它生气，为它恐惧，为它受苦。

当我们住于无明、住于识心、住于分别、住于虚妄的时候，就是受苦的时候。我们很难放下这些心，正起这些心的时候，一住，你就丧失了天然自性的解脱状态。因为你考虑的这个问题，把你活泼泼的本性盖住了。这个疑问没有任何的意义，而你却觉得它有意义。你只是徒劳的在那里消耗大脑，消耗心神而已。佛正是看到众生无时无刻不处在自主妄想中时，才说：“居一切时不起妄念”。你想的一切都没有意义。但是我们习惯性会觉得，这些问题的意义重大，我一定要弄明白，不然会死掉的。我们认为，问题可以通过头脑来解决。然而头脑只会制造问题，它不能解决问题。

“师父，您刚才也讲了，不是说所有的念头都不能起。还有一个于诸妄心亦不息灭，住妄想境不加了知。这不起妄念和住妄想境不加了知的区别到底是什么？”

“居一切时不起妄念”指的是你对世间和出世间的一切执着和挂碍，各种颠倒，这样的心念不要起。而后面的“于诸妄心亦不息灭”，这里的妄心，指的是我们本性的自然的作用。也就是真如自性起念。打个比方，比如我们出去行脚，在行脚之前我们会考虑行脚的大概路线。当我正考虑的时候，如果谁看到我想问题了，提醒我：“师父，不要吃草？好好牧牛。”他是不是他该挨打了？

又比如该做饭了，该买什么菜，该怎么做饭，这些心都是于诸妄心亦不息灭。我们日常生活基本上时时处处都需要这个妄心。这里的妄心其实并不是妄想心，也不是烦恼心，是不需要对治的。它只是六根的自然作用。要用眼看，要用鼻嗅，要用舌尝，其实不管你息不息，它都会起，没有人能把这些心灭掉。这个东西它是息不掉的。为啥？你吃饭的时候肯定要品尝滋味，那是舌识。就比如我们走了一天累了，坐在这里小风吹过了真舒服，这个是受识，也就是触识，这是妄心，也是真心。这个东西，要是去息灭，那是有病。如果这样修行的话，谁还学法啊？该凉快就凉快。

日常生活当中大家还有一个合作的问题。比如领导交待一个事情，大家要商讨怎么合作完成，这时你一定是要用识心的，日常生活当中我们都需要用这个识心，只要不是强烈的分别和执着，那都是本性的作用。不执着识心的作用时，其实就是一种智。你没有执着的，自然的去做一切事情，随作随空，这时候就是智。不住于识，识就是智；住于识，心即是无明。识和智没有本质的区别，就比如一只手的手掌和手面。只是作用不一样的时候，方便讲叫识和智。心有烦恼的时候就是识，没有烦恼，清静的时候，心就是智。两个东西，识和智是一体的。你断不了，也灭不掉，只是迷和悟的用处不同。都是你的本性起用，这个东西如果没有了，那你的本性就灭了，那就变成断灭了。

住妄想境不加了知，正是因为这些念头都是自性起念，而不是眼耳鼻舌能念。六祖大师说，如果这个耳朵、眼睛、鼻子能起念的话，那人死了，这个本性也就灭了。是真如自性自然的起作用，我们才能做事情，才会说话，才能听得懂佛法，才知道修行，才会觉悟。而且我们本性不只是光在我们身上起作用，在一切万物上同时起作用。

所以修道不是把一切法都除掉，不是把这个身灭掉，也不需要把它弄空，一切法只是个像，是个虚幻的境界，方便讲是无常，究竟来讲，一切法即心体，不一不异，非常非无常。

比如花啊草啊，空气啊山啊水啊，这些你就除不掉，因为它只是一个影像。我们的念头也是，它只是一个作用，我们除不掉的。修道学法，就是要在这里有一个特别明显的领悟。

本来没有病，就不需要药。一旦悟到本性无缚无脱，心没有烦恼也不需要求解脱，这时修道的心，一切有所得的心就会息灭。药只是暂时的方便，妄以为有烦恼，所以就妄加对治。悟烦恼性空，对治就不需要了。真如本性起的作用，你断不了。你只能悟它的本质是空，不需要断。但是，我们无端的因为一个虚妄的东西在那里生烦恼，这时方便说，要修行，要断烦恼。好好修行，用实相来观照。本性虽然在起用，本性是没有烦恼的。清净和烦恼，都是我们加在本性上面的一个虚妄的东西。这里的于诸妄心亦不息灭，就是因为看到了它只是自性的一个作用，只要不起执着心，不需要对治，更不需要断除。

佛法难就难在这里，要行中道，还要有智慧去面对自心所起的种种念头。于诸妄心，亦不息灭。这个不息灭，如果没有明白的话，又会去造作，又会去贪，然后说一切皆空。这里并没有让你去染着去攀援。不染不住，是于诸妄心亦不息灭的真实之意。

比如我们看电影，我们清清楚楚的知道是在看电影，不管里面多么恐怖，多么悲伤，多么曲折，我们观赏享受电影里的优雅和轻松。我们也会跟着情节走，但是后面总会有一个理智的声音告诉我们，这是电影，是故事，是假的，我们不会真的难过，除非你入戏太深。

但在有些场景的时候，情节不激烈，甚至有些唯美，很平静，很诗意的时候，我们入了戏，但是一种享受的状态。这个时候已经没有“这一切都是幻境”的念头了，那个念都没有了。这就是住妄想境，不加了知。如果你一直加个了知，比如很平静的情节，在田野上在看油菜花。这个时候，你还要提一个念，这是假的，那就没必要了。那就是愚痴了。我们只是欣赏它的美，你不需要提醒自己什么。

比如两个正讲着笑话，你在旁边听着，这个时候你不用加一个了知，你只是欣赏他的幽默，这就是住妄想境。还有我们晚上做梦的时候，我们会梦见很多很多的事情。在梦里面千军万马在那里厮杀。比如某某说，他梦见自己中奖了，高兴得不得了。梦里很美，醒了知道是个梦，也没难过。我们在梦里做的一切，都没办法加以了知。等你加以了知的时候，基本上快醒了。

可是如果不明理的话，有一些人会告诉你，没有梦才是开悟。或者说，梦里也要了了清楚，做得了自己的主，那才算开悟。这种观念认为，在做这些梦的时候，后面也要有一个知告诉你这些都是假的。也要能够做得了自己的主，不要被这些梦境带走。有一部分人是有这样的观点。这是不识本心！

这个说法很能迷惑人，因为大家会觉得这样的境地很高，梦里都能做主，都能了了灵知。但这是不识本心，不知道真如自性会起念，会起住妄想境不加了知的作用。不明白的会把意识中的觉当成是佛性的觉，这就是不识真如佛性。佛性的觉非觉非非觉，它是超意识的。而不识佛性觉的人，会把了了灵知当成觉。他要求自己在一切时都要觉，要拥有这个觉，一刻也不能离开这个觉，他不知道本性的觉本来就一直都在，一刻都未曾离开，而且不需要保持，完全不用做任何保持。不明理的人，他只是用头脑意识去想这个本性的觉，他认为一切都要在觉中，这种认知，恰恰是无明。他认为，不能住妄想境，也不能做梦，一定要让自己时时都在觉中。

中国古人有一句话叫“至人无梦”。什么叫至人？就是指觉悟的人。至人无梦，是说觉悟的人没有梦。这里的无梦，并不是说不做梦，而是说没有无明。而做梦或我们平时起心动念，那并不是无明，那只是佛性最自然的作用。什么是无明，不知道这一点，才是无明。认为一切念都是妄念，认为有个无明可得，那才是无明。

他以为睡觉里面没有梦，平时一直都在观照中，这是觉悟。这不是觉悟，这是头上安头，是最大的颠倒。做梦也要清清楚楚的，那是禅定的状态，是更大的昏沉和睡眠，是误解了圣人所说的“至人无梦”。这句话的意思是没有颠倒无明的意思，而不是不做梦。做梦是我们本能状态中最正常不过的事情。我们白天都在做梦，更何况晚上。我们白天都一直在住妄想境，一直都在打妄想，这个东西需要除吗？不需要除。我们需要除的，只是执着，只是痛苦，所以你不明理你就不会做功夫。

你在那里牧牛，一起念就拉，一起念就拉，你都拉成啥了？你都拉伤了。可千万不要一直拉，不要一直觉，更不要一直观照，有病才吃药，有了烦恼才需要反观。正常起用的时候，一切不住的时候，不需要觉。不要总拉这个牛，这样牧牛，你会疯掉的。这是跟自己过不去，成心折磨自己。

过去牛绳是拴在鼻子上的，你总是拉牛，牛也受不了。做功夫也是这样，你总是离念，一起念就离念，那你只能修禅定了。你以为念头没了，其实只是暂时被你压住了，你关闭了六根而已，但是你无法关闭佛性的作用。佛性遇缘即施，你无法断灭它。

有的人根本就不会牧牛，有句话叫“念起即觉”。好多人不理解这句话，被这句话带偏了，只要起念就觉，这就被法缚住了。

这句话说的比较笼统，不是说所有的念起都要觉。这样讲本来也没错，你要看他话的本意。比如我们想事情啊，规划事情啊，处理事情啊，这些肯定需要起心动念，用到八识。这个就不用觉，该干嘛就干嘛。用完了自己就放下了。这个就是住妄想境不加了知，于无了知不辨真实。过去了就不用再想。刚才我做的对不对啊？不要老起这么多妄想。比如打坐的时候妄念比较多，妄念多的时候早就过去了，它已经不住了，而你还在这儿分别，住着。

你白天经历的多，自然就会起很多念头，但这都没关系，只要你别当真，别住就可以了。就像摄像机一样，你录下来的东西多了，自然可以回放的东西也就会多。那是很正常的。你要想不回放，就把自己关在笼子里，什么也别看，什么也别听，什么也别做，你把自己关在一个隔音的笼子里，关在一间黑屋子里，永远别出来。即便那样，你还是会有念，为什么？八识一刹那捕捉的情境就会生无数念。

所以我们一天经历的事情自然就会回忆。这个回忆很正常，甚至你三天都挥之不去，也很正常。

那怎么样会变成问题呢？是因为你不了解佛性，你不了解实相就是如此。你认为这些回忆是错的，一想这些东西就有罪。你认为我今天干了一件事，用佛法的角度看特别不好，其实没有什么不好的事，是因为你没有明白法性。有个我在那里评判，在那里分别、执着，在那里住着。所有的果报，罪恶啊，都是因心住着而有。今天倒开水的时候，不小心烫死一堆蚂蚁。然后你开始纠结了，住在上面了，就在想，啊，坏了，这要多少世才能偿完它们的命？这么多蚂蚁，就算重报轻受，也要偿命啊，这个就是妄想连篇了。这个是不是执着？是不是有个我在那里？这是住烦恼境，住地狱境，这时要告诉自己，这些都是意识在骗你，转身，出来，不要信它。

众生这个本地无明、俱生我执都是隐藏的很深很深的。你不修行，你根本就不知道它的存在，你无法发现它，更不知道它的本质。你自己没有这种意识，没有这种觉悟，你跟别人产生冲突了、你记仇了、生烦恼了、嗔恨心起来了，谁也阻止不了你生烦恼。他认为生气着急是理所应当。其实有我执，这很正常，正是因为有我执，所以才叫众生，才需要修行。我们通过修行，知道这个东西太让人痛苦了，是我们轮回的根本原因，依照佛陀的教法，好好修行，觉悟实相，实现解脱。我们一定要观察到实相，这种痛苦不让它生起，不要再生气。不让我们的本性枉遭烦恼，枉受轮回。

后面还有一小段：“善男子，汝等当知，如是众生已曾供养百千万亿恒河沙诸佛及大菩萨，植众德本。佛说是人名为成就一切种智。”能这样修行的人，既能居一切时不起妄念，又于诸妄心亦不息灭，能这样认识觉性，随顺觉性的人，需要大根基，善根因缘福报。能这样直接从根本修的人，供养无数恒河沙诸佛和大菩萨，这样的人，佛说是为成就一切种智的人。

没有根基你做不到，你听这句经文可以听到，但是很难做到。你没有经过恒河沙劫的修道，是不可能这样修。这个恒河沙劫也是一种形容，形容多生多劫的修行，一直植种德本，积累善根，修一切善法。如果你没有深种善根，你也理解不了什么是：“居一切时不起妄念，于诸妄心亦不息灭。”你更做不到。你们把这个理解了、领悟了、做到了，就是佛说的成就一切种智，你就见性成佛了。

这段开示是从如来禅的角度直接告诉我们怎么修行，过去祖师们开悟，都是自己的师父在旁边一提醒，一敲打，自己就明白这个道理了，不用学习经文，自己就明白了。

后边还有一小段是一个特别好的公案。这公案就更高了，上升到祖师禅了。这一段是一种提高，我们下一会再学。祖师的教法我们要学，但是不能只是学些文字知解，平时我们还是要多练，在行脚当中，在做事过程中，要懂得牧牛。任何时候，行住坐卧，只要想起来就练。

这个牧牛，一定要遍及你生活中的每一处。一想烦恼，一想未来担忧的事情，就拉回来。偶尔打一些妄想，没关系，但是一要想烦恼的时候，要有觉知，赶紧拉回来。

祖师禅讲记第八讲

转身与善逝

我们看下面一则开示，这段开示跟《圆觉经》里的“居一切时，不起妄念，于诸妄心亦不息灭。”有关。

琅琊觉禅师尝问讲僧曰：“如何是居一切时不起妄念？”对曰：“起即是病。”讲经僧说的，看上去没有问题，经典里说的就是这个意思。居一切时不起妄念。那么，起就是病。经典说，居一切时，不起妄念，起不就是病吗？

然后又问：“如何是于诸妄心亦不息灭？”对曰：“息即是病。”于诸妄心亦不息灭。不需要息，息即是病，说的也没错。

又问：“如何是住妄想境不加了知？”对曰：“知即是病。”说的没问题。真如本性起诸妄想，虽是妄想，念念不住，不需要加以了知。所以说知即是病。

又问：“如何是于无了知不辨真实？”对曰：“辨即是病。”不了知也不住，所以不用再去分辨这个“不加了知”。回答的每句都没有问题，我们看觉公的回答。

觉公笑曰：“汝识药矣，未识药中之忌也！”这一句话，我估计讲经僧一听就懵了。他肯定在想，我哪里说错了？什么药啊，忌啊的。

大家看看，僧人哪里说错了？为什么会被琅琊觉禅师说只识药，未识药中之忌。什么是禅师说的药，什么又是忌？

有没有人知道？

当僧人说：“起即是病”的那一刹那，他有没有做到居一切时不起妄念？当他说起即是病，辩即是病的时候，他自己犯忌讳了吗？犯了。他正说病的同时，自己正犯病。他正说不起、不息、不知、不辨的同时，正犯着起、息、知、辨的病。他虽然知病，但用药的时候不会用。他只是识得药，不识药中的忌讳。他只是讲到了修行的关键处，但是没有做到。

禅师则不然，他们不仅认识得到，还能做到。你看这时候大家都在这里，我刚才就问过了，有没有人知道什么是忌？没有人能给我示现一下。我告诉你：喝茶是拿舌头喝，不是拿嘴喝。

所以我们看这个公案，你就看出祖师的境界和法师的境界差别之处了。我们如果用如来禅的标准看前面讲经僧说的这些，一点毛病都没有。起就是病，息就是病，知即是病，辨即是病。这是《圆觉经》里写的非常清楚的。这段经文，就是让你居一切时不起妄念。但是讲经僧说：“起即是病”时，自己已经在起中了，在微细的起中，他不知道。

所以这个居一切时不起妄念是非常难的。多少修行人，甚至世间的善知识，终日在意识心中说法动念，思维分别，自己却浑然不知。他自己已经起了，他在那里讲讲讲，但是自己却不知道。佛和祖师除外，虽然也在用文字给大众开示，但是他们知道文字之药的忌讳处。法师们不一样，他们只知道用语言文字讲法，只会盲目地用药，而不识药中之忌。只会把学人向意识知解中带，不会把学人带出来。虽然也给众生开出药来，但是不知道用药的忌讳。最关键的一点，用药者自己不知道药的忌讳。所以，当琅琊觉禅师问那个僧人的时候，他不知如何回答。

但是祖师就不一样，他们真正做到“佛说世界，既非世界，是名世界。”讲经的法师是佛说世界，世界就变成世界了。佛也说我，但这个我不是真的我。佛也说无生，也说佛性，但是佛知道所说的都是空名，未有实义。法师则不然，说着说着，就迷到佛陀的名相里去了。

佛的智慧和心境已经完全到了虽然用语言文字，但不住于文字。但是讲经僧意识不到这一点，他正讲着法，却迷到法里去了。他自己说起即是病，却不停地起。所以禅师的功夫就在这里体现了。这个忌讳，佛和禅师们都知道，而法师不知道。你看这一问，你自己也知道居一切时，不起妄念。可是不知道怎么做到这一点。会说，但是做不到。你一张嘴，一拟心，就已经犯忌讳了。同样我讲出来了也不是了，但是我能讲出来，也能看到这个，这就是功夫了。能知道这一点，还要做得到这一点，那功夫到家了。

当你能够看到药中之忌时，你就知道真正的修行是怎么回事了，这里就涉及到转身和出离的实修功夫。

大家把道理听明白了，剩下就要在生活中磨练。祖师最后转身的功夫，是长年牧牛的一个结果。牧牛功夫做纯熟了，自然就有了转身的功夫。

我写过一篇文章叫“善逝”。什么是“善逝”？跑，逃，不参与。善逝是一种定力和智慧。比如我们在路上行脚，这个时候旁边有一个大爷，岁数有点大，经常在这边散步，看我们每天行脚，他从来没有像我们这样走过路，所以好奇。他问：“你们这是啥队伍？”他问第一个人，这个时候如果你没有点功夫，你的念就跟着大爷过去了。你点个头或摇个头，这个时候你就没有“善逝”。你本来在行脚中练习牧牛，我们在行禅，心不外驰，是我们练习在行脚中牧牛的功课，这是最重要的要求。这个时候你被一个无关的境界给带过去了，你犯了苗稼。这是我们在行禅过程中，碰到这样的境界，你要守住自己的六根。如果说是平时生活里，人家问你一句，你搭理一下，也没什么关系。但是从修行功夫上讲，你还不够善逝。

你要懂得借一切事来练你的功夫。遇到这些无关紧要的事，你都不用管他，就直接走过去了，不用说话。有的人可能还会停下来跟他讲：“我们在行脚，要不大爷你也一起来参加吧，还能锻练身体。”一大堆妄想都出来了。这是习气，守不住自己的六根。

又比如路上碰到一个乞丐，你看着这个乞丐忽然就生了怜悯之心。可是你兜里没带钱，想向同修借，给又不好意思。不给又觉得对方太可怜，开始打妄想了，开始纠结。就不能立刻转身走过去，就不能一念都不生。

今天我们又正好坐了公交车，上来了几个老人。大家表现的都比较好，都没有给让座的。如果来个七八十岁的老人，我估计就不会纠结了，我们基本上就会站起来。可偏偏来了一个五十多岁的，比你老不了几岁。但是呢，又确实可以称为老人，让，还是不让座？类似这样的情境，我们都会遇到。来个抱小孩的，但是这个抱小孩的很年轻，看起来劲儿也挺大的，到底让还是不让？自己这儿刚逛完商场，刚行脚结束，非常累，让座还是不让？这里很多人就不能“善逝”，就是做不到果断地不想，做不到无动于衷。在那里纠结、起心。

不让座儿最多是没有道德，但是不犯法。你能过得了没道德的心，修行路上就过了一个大的障碍。有太多的人就障在这里，这个也不忍，那个也不忍，最后一切苦都自己吃了，还心不甘。既然心不甘，就别做。除非你对自己做的事甘之如饴，否则最好别做。做了又后悔，做它干嘛？就算身边站着个拄拐杖的，拄着两拐，不想让座儿，就能不让。不让就是不让，这就叫“善逝”。

再比如夫妻两个人因为小事吵了起来，认为自己是对的，这是众生的习气。但这时如果你有修行，你有觉性，你能立刻停下来，转身走开，就会避免后面的冲突。不然，很可能夫妻两人因为一件小事，吵得面红耳赤，彼此伤害。

“善逝”就是不动念，不参与，不纠结，转身就走。这里的“转身”不仅是转动身体，最主要的是转开心念的能力。心念不住着在一件事上，叫“转身”，叫“善逝”。不进入妄想分别，不进入烦恼，就定在这里了，这是一种果决，是一种果断，心中没有善恶的执着。不进入自心善恶的战斗里面。这与外境没有关系，跟自己是否了达实相，是否有修行功夫有关。

外境没有人会说你，你这样不对，或你这样太好了，你是个善良的人，或者说你不道德，这都是你内心的声音。是你自己对自己的评判，是你自己给自己挖坑，自己给自己发锦旗，自己批斗自己。发锦旗的是你自己，表扬你的也是自己，批评批判的也是你自己。这还是小事，你能够在这些小事上“善逝”，已经很不错了，也是学佛明理的一种表现。换到大事上，看看自己能不能善逝。

祖师们就会经常用一些学人执着的东西来考你，经常给你挖坑，你看刚才那个琅琊觉禅师，这坑挖的，你不讲经吗？我就拿经典里面的正确的答案来骗你。最后说，你只识药，不识药中的忌讳。等于你就是个瞎子，你根本就不是好医生，不会配药，不会嘱咐病人如何正确用药，因为药中的忌讳你不懂。把这个讲师讲的全给否了。

祖师禅它的高妙高超之处就是躲，躲得快。

下面，我们再看几个跟“善逝”相应的公案。

我们先看南泉普愿禅师的一个公案。这是一个比较经典的公案，大家也比较熟悉。二百六十二页最后一行。

一夕西堂、百丈、南泉侍祖玩月次，祖曰：正恁么时如何？西堂云：正好供养。百丈云：正好修行。南泉拂袖便去。祖云：经入藏，禅归海，唯有普愿，独超物外。

当马祖问弟子们：正恁么时如何？南泉普愿转身离去。马祖评价说：“唯有普愿，独超物外。”这就是马祖对南泉普愿高度的赞扬。因为这个很难。

有一天晚上，西堂、百丈和南泉三个人陪着马祖赏月。正赏月的时候，马祖问他们：正这么时，你们说一句。西堂是西堂智藏，百丈是百丈怀海，南泉是南泉普愿。师徒四人正赏月的时候，马祖就考他们了，问他们正恁么时如何？也没讲正恁么时到底应该干什么，就说这恁么时如何？如何，就是你们怎么应对？

西堂智藏就说正好供养，百丈就说正好修行，我们看这二人的回答，都是迎着马祖的问题就去了。不管他们二人说了什么，都是牢牢地粘在了马祖的问题里。供养的意思就是正值美景，可以供养诸佛。正好修行，这个时候正好可以做功夫，好好地安住当下，好好地赏月。

西堂和百丈所犯的过失就是寻马祖的话头去了。正如洞山说的：恒沙修道无一悟，过在寻他舌头路。寻着他这个问题就走了。西堂说：正好供养。百丈说：正好修行。正好修行，牧牛，一物不为，不打妄想，安住当下。他说的有错吗？没错。但是为什么没有得到马祖的肯定？相反，普愿转身离开，反而被马祖认可？

我们看，这里才是真正考验学人见地和功夫的地方。

如果换做是你是马祖的弟子，也在场，你怎么做？不能学南泉拂袖而去。有的人说：不思善，不思恶。早思了也。师父经常教我们，不思善不思恶，居一切时不起妄念。你嘴上讲这些有什么用啊？怎么把这不思善不思恶行出来？才是关键。

当你在说正好一物不为的时候，已经掉到为里面去了。我们看石头考药山的公案，也即一物不为的公案。药山一日在石头上坐。石头禅师问药山：你在那里干嘛呢？药山说：一物不为。石头问：那么就是闲坐呢？药山说：闲坐就为了。石头说：你说不为，不为个什么？药山说：千圣亦不识。

其实说一物不为，也是用文字来表达，但这是方便表达，药山自己知道。他什么也没做。这个就是使用文字的局限，但当事人知道就好。有时候使用文字也是一个很高的境界，你要看到他这个文字后面的意思。

我们还是回到马祖和弟子赏月这个公案里来。这个时候百丈说：正好修行。这时正好练一物不为，像永嘉大师所说的，永夜清宵何所为，都是在用意识表达如理如法的修行。

马祖的问题本身也有漏洞，为什么？不好好赏月，问这些没用的。可是当时弟子们没有抓住马祖的这个漏洞，就被他骗了。

所以南泉拂袖便去，是深谙“善逝”之道。这个拂袖而去看起来很潇洒，看起来容易，但是非常难。他是整个修行的最后一步，会善逝，就解脱了。可是我们一到这里，就走不动了。有人问我们，我们一定会琢磨琢磨，这条腿有千斤重，抬不起来。

这个时候，正好干嘛呢？如果是你，怎么办？大家参一参。

还有一个公案，是关于释迦牟尼佛的一个公案。妇得分娩。第六页。大家看看，如果你是殃崛摩罗，你转得了身吗？

殃崛摩罗因持钵至一长者门，其家妇人正值难产，子母未分。殃崛摩罗是佛的一个弟子，一天他持钵到一长者家门口，可能是化缘乞食，正好碰到那家女人生孩子，而且是难产，大人小孩都还生死未明。长者曰：“瞿昙弟子，汝为至圣，当有何法能免其难？”长者说：你是佛佗的弟子，是贤圣之人，有没有办法帮助妇人生产？有什么办法免除这个苦难？殃崛语长者曰：“我乍入道，未知此法。待我回问世尊，却来相报。”殃崛摩罗对长者说，我是刚入道的，刚加入佛陀的僧团，未曾听说接生的方法，等我回去问了世尊，再来告诉你怎么解决难产的问题。

及返，具事白佛。他马上回去，把这件事情告诉了世尊。佛告殃崛：“汝速去报言：我自从贤圣法来，未曾杀生。”佛告诉央掘摩罗：你赶紧回到妇人那里，去晚了，这个大人孩子就保不住了。你对她说：我自从学佛以来，从未杀过生。你就这样对她说，她就能顺产了。

殃崛奉佛语疾往告之。其妇得闻，当时分娩。

殃崛摩罗奉听了佛说的话，赶紧回到那位长者家，对那位产妇说了世尊交待的话：“我从贤圣法来，未曾杀生。”妇即分娩。妇人当时听到这句话，就把孩子生下来了。

我们要参一参，为什么这个妇人，听到这个话，孩子就生下来了？

我们知道禅宗有一句话叫向上一路。就算跟你讲千经万论，也毫无交涉，关键就是最后这一句，叫向上一路。哪一句？“我从贤圣法来，未曾杀生。”这一句，叫“末后一句”，又叫“向上一路”，又叫“千圣亦不识”。这一句，是整个佛法的全部核心。

现在我们能达到的，就是好好学习古人的法语开示，把修行功夫做在平时，就已经是很不错了。听着听着别人说话，突然能甩袖就走，那就太厉害了。

要有那种觉性，突然之间打断自己的思路，自己抬脚就走开。你自己能够打断，这就需要功夫了。

我们看南泉禅师，他就没被马祖的问话粘住，扭身就走。马祖就赞他：“经入藏，禅归海，唯有普愿，独超物外。”西堂智藏，也就到达讲经的地步。百丈怀海可以参禅了，会牧牛了，知道怎么休息了，知道怎么做功夫，就算赏月的时候也知道做工夫。只有南泉普愿独超物外，已经超越了一切的束缚了。

转身的功夫，逃跑的功夫，是最大的功夫。

还有一个公案，一个很简单的一个小公案：

赵州问南泉。赵州是南泉的弟子。“离四句，绝百非，请师道”。泉归方丈。我们看南泉转身转的多快。但是他归了方丈，也没得到便宜。赵州说了一句：“这老汉被我一问，问得哑口无言。”

南泉善于跑，赵州口齿伶俐，嘴不饶人。

只是这么一个归方丈，就难倒了多少方丈。先别说是在考验你，就算是生活中你的微信好友，给你发个消息语音，发句话，有时候，你觉得不是太重要的话，你不想回。可是不想回，你又担心对方不高兴。到底是回还是不回呢？会在那里纠结，最后还是回了。

你没有善逝的功夫。这个大家要练习，一定要拿一些人练。先拿那些不疼不痒的人练，最后就是你爹娘给你发短信也可以做到不回。

先拿这些俗情、礼数来练习转身，练习善逝。微信不回，给你打电话不接，未接电话不回，短信也不回。练这种出世的超脱智慧。

我们很多的烦恼，都是在处理这些小事时发生的。没事生事，住着纠结。生活中处处都被琐事缠身，熟人求你帮忙，不想做，又不懂得拒绝，不懂得善逝。

比如说我们出去吃饭，正好看到熟人，大多数人一定要过去打个招呼。你就不能当做没看见吗。你当没看见他又如何？为什么一定要打招呼？生活里，我们总是顾及这个，顾及那个，为这个好，为那个好，就不能够断然转身，断然拒绝自己不想做的事。

再看马祖的一个公案。第二百六十二页。藏头白，海头黑

僧问马祖：“离四句、绝百非，请师直指西来意。”祖曰：“我今日劳倦，不能为汝说得，问取智藏。”这个就更坏了，他自己逃了，还要嫁祸于人。其僧乃来问智藏。智藏曰：“汝何不问和尚？”这个僧人又来问智藏，智藏就说，你怎么不问师父呢？僧曰：“和尚令某甲来问上座。”智藏曰：“我今日头痛，不能为汝说得，问取海兄去。”僧人说：师父让我来问你了。智藏就说，我今日头疼，不能给你说了，你去问取海兄去。这个海兄就是百丈怀海。僧又去问海。海曰：“我到这里却不会。”僧人又去问百丈。百丈说，到这里，我却偏偏不会了。这三人甩的都很干净。僧乃举似马祖。祖曰：“藏头白，海头黑。”

我们看，师徒三个，把这个僧人整懵了，有这么欺负人的吗？僧人绕了一大圈，又回去问马祖，马祖说了一句“藏头白，海头黑”。真是要命的一句，千古疑案就这么形成了。

你看这几个人说话，是不是病的厉害？是不是把人逼疯的节奏？问一个问题，就给一句正常的回话多难啊。

这几个人全都是善逝，不仅善逝，还会嫁祸于人。

我们看这个“离四句、绝百非”。我们仔仔细细来看这个问题。什么是“离四句、绝百非？”这是楞伽经里的开示，离四句，绝百非，已经代表一切修行的用功之处了。就是你闭嘴，什么都不要说了。然后告诉我：什么意思？

让我们闭嘴，还说什么意思？

我们再看一个公案，是道吾和云岩的公案，在三百九十三页。

道吾禅师，嗣药山。

道吾离药山见南泉。道吾和云岩是亲兄弟，道吾在家是哥哥，云岩出家早，所以是师兄，他们都是师承于药山。有一天他们俩一起去参南泉。泉问：阇黎名甚么？道吾曰：宗智。泉曰：智不到处，作么生？吾曰：切忌道著。泉曰：灼然，道著即头角生。

两人到了南泉那里，南泉就问，你法名是什么？道吾说，我法名叫宗智，道吾也叫道吾宗智，这个名字我们要记住。道吾宗智在禅宗史上是一个很有名的作家禅师。他比他的兄弟云岩禅师特点更鲜明，是一个很犀利的作家禅师。南泉就着他的名字问他，你不是叫宗智吗？你这个名字取得很有智慧，以智慧为宗。那还有一个东西，智慧都到不了，那怎么说？

这个时候如果是一般的法师，就会讲智到不了的地方，一定是真如啊，法性啊，不生不灭处啊等等。

道吾这时他已经明白了，就回了一句：“切忌道着。”最忌说出来。南泉很认可他这样讲，就说了一句：确实如此，一讲就是意识里的东西了。道着则头角生。一说，畜牲的头角就露出来了。头角形容无明，形容葛藤，死窟里做活计的东西。一张嘴，就投胎到畜牲道里去了。这里是形容，也是从法理上讲。

三日后，道吾与云岩在后架把针。泉见乃问：智头陀前日道，智不到处，切忌道著，道著即头角生。合作么生行履？

三日后，南泉又问道吾：你前几天讲的道理很好，但是怎么用功呢？

道吾便抽身入僧堂，泉便归方丈。道吾又来把针。岩曰：师弟适来为甚不只对和尚？吾曰：你不妨灵利！岩不荐，却问南泉：适来智头陀为甚不只对和尚，某甲不会，乞师垂示。泉曰：他却是异类中行。岩曰：如何是异类中行？泉曰：不见道：智不到处，切忌道著，道著即头角生。直须向异类中行。岩亦不会。道吾知云岩不荐，乃曰：此人因缘不在此。却同回药山。

三天之后，道吾和云岩在后架把针，就是拿着针缝衣服。袈裟破了，两人在穿针引线。南泉也是婆婆妈妈的很，老婆心切，想就这个机会再考考兄弟俩。几天前的事还没结束呢，又拿这个来考人。智头陀就是指宗智。前日说智慧到不了的地方，切忌用语言来说，一讲就错，这个见地是不错，理是这个理。那你是怎么行的呢，怎么操作呢？

南泉这样一问，道吾转身就回到僧堂去了，而南泉也就回方丈室去了。

大家别小瞧这一问。这一问最要命。也就是说，你怎么实行的？多少人被这一问就问傻了，又坐在那儿跟被钉子钉住了一样挪不开身。但是道吾是作家，他也跟着转身走开了。

道吾见南泉回到方丈室，就又出来把针缝衣服了，你看他多厉害吧，功夫了得。

这时候云岩在旁边就纳闷了，心里想：你们俩这是在干嘛呢？一个跑过来，一个跑过去，一个又跑回来。于是问到：“刚才师弟为什么不回答和尚的问题呢？”这里师弟就是指宗智，说明云岩出家比较早。虽然出家早，但这时还不明白大事因缘。

道吾说：你挺聪明的啊，这都看出来了。既然看出来我们俩的行为有些奇怪，为什么不明白呢？你看这个话，也是赞叹他看到修行很关键的地方了，他来问我，我就扭身回去，然后南泉也回寮房了，我又出来了。这个很关键。

岩不荐。就是云岩还是不明白，所以跑去问南泉，刚才宗智为什么不回答和尚的问题，我确实不会，恳请师父能够直接告诉我是什么意思。

南泉说：他却会异类中行。云岩又问：什么是异类中行？

南泉说：你没听说智慧到不了的地方，最忌讳用语言来表达了。你还来问我什么是异类中行？道著即头角生了。明白就明白，不明白也没办法，南泉自己也没法讲啊。

云岩还是不会此意。

道吾宗智这时候就知道云岩确实是不明白。就说他的因缘不在这里。道吾和南泉这两个人也只能面面相看，没有办法。然后道吾说：他因缘不在这儿，在药山那里。

道吾就陪云岩回药山处了。

山问：汝回何速？岩曰：只为因缘不契。山曰：有何因缘？岩举前话。山曰：子作么生会他，这个时节便回？岩无对。山乃大笑。

岩便问：如何是异类中行？山曰：吾今日困倦，且待别时来。

岩曰：某甲特为此事归来。山曰：且去！岩便出。

岩后住，方明此意。

上面这一段，我们复述一下。

药山问：你怎么这么快回来啊？

云岩说：只是在南泉那里因缘不契合。我在南泉那里弄不明白。

药山问：有什么因缘，把过程给我讲讲。

云岩把去南泉那里参学的过程讲了一遍。

药山问：当时你是怎么理会的啊？你把自己的悟处说一下。

云岩无言以对，药山大笑。

云岩就问：如何是异类中行？他还执着这个异类中行，还在头脑里琢磨这个问题。他不知道这个是行出来的，不是问出来的。

药山说：我今天累了，困倦了，以后再说吧。

我们看公案，只要你用心，你留意，你心清净了，多少会看出祖师们的智慧、功夫到底表现在哪里了。

大家看，道吾、南泉、药山都是会了的人。他们有一个共同的地方，是什么？善逝！转身！这个善逝和转身，不会的人，比登天还难。云岩禅师就给我们示现了这点。据说，他在药山那里，也是花了几十年才明白这末后一句的。

大家看公案，一定要看到这个关键处。根基差的都开始笑了，好像都听明白了。你们看，你们的根基比云岩强多了。云岩可是洞山的师父。

云岩说：我特为此事回来，回来就是为了这事啊，你为什么不告诉我呢。药山就说：你先出去。云岩只好出来了。云岩住在药山那里，后来终于明白了，这是后话。后面也没有说到底如何是异类中行。

这是几个很明显的关于转身的公案。我们最后再看一小段公案，临济会下二僧参子湖，在四四三页。

子湖于门下立牌曰：子湖有一只狗，上取人头，中取人心，下取人足。拟议即丧身失命。临济会下二僧参，方揭帘，子湖喝曰：看狗！僧回顾，子湖归方丈。

这里有两个僧人，是临济会下的，他们到处去参访，有一天到了子湖利宗禅师那里。子湖一看到他们，就叫了一声：“看狗”！

两个僧人还以为后面有狗呢，一回头，发现什么也没有。子湖禅师就回方丈室去了。转身转的真快。你看这个厉害吧，还没说啥呢，他自己先跑了。

这是有病之人啊！禅师们个个都病的不轻。放在我们常人眼里，这是典型有毛病的人，人家还没打招呼他就回屋了，一点待客之礼都不讲。你说你能学这个东西吗？这是神经病学的，禅宗是神经病学的。

常人眼里看祖师们多多少少都有点不正常。我们看祖师们一个个都很潇洒。我们虽然还拖泥带水，但是没关系，我们只要知道有这么一回事，我们修行还差得远，别得少为足就可以了。我们平时，有很多人已经默默在做牧牛和转身这件事情了。这些事情，从世人的角度，这是逃避责任。

世人把古人的这种出离的心态叫逃避，他们不知道，那是大智慧才能逃避的了的。你不逃避，是因为你贪着，你抽不出这个身，没这个能力。明明是在痛苦和烦恼淤泥中，就是拔不出这个身来。最后没办法，给自己贴上标签，叫责任，叫道义。那是因为你执着那些东西，你才无法逃避。你才会纠结在上面，才转不了这个身。

你对实相领悟的不透彻，你逃不出意识的窠臼，你无法远离意识的陷阱，意识的罗网，意识的深渊，所以你被死死地钉在那里动弹不得。

所以我们转身的功夫，是平时一切都准备主绪了。你都做好了，才在关键的时候转得了这个身。具备这个功夫之前，做好牧牛的功夫就显得很重要。如果你一直在收摄身心，别人跟你讲话你会参与吗？

两个人在一起一定要说到对方没话讲为止，一定要说出个理来，就不能善逝，就不能转身。我管你说什么，扭头就走，不搭理你就行了。可是先离开的，好像败了，没了面子，所以一直在那里论，在那里争。所以就得不了无诤三昧。

如果你的定力具足了，发现前面一条狗，你根本就不会去管它，更不会去投射它会不会咬自己，根本不用想它会不会咬你。也不会想，它会不会跟着我啊？它是不是疯狗啊？这些念你都不会动，你会很定地走自己的路。狗看到你这么定，根本不怕它，然后狗也跟着定了，就会自然的绕开你。

看到身边有突发事物，或者有不安全的因素，我们会习惯性地生种种的妄想。外境还没把我们怎么样，我们动的妄念先把自己吓坏了。这是我们的习惯。但是有了功夫之后，这些妄想就会止住。你做功夫的时间越久，你对实相领悟的越透彻，你在任何场合下，即便遇到一些突发事件，你的心都是定的。所以大家要练习遇事心不投射。

行脚的时候有人跟你迎头走过来，一般情况下，因为是陌生人，我们都不想和对方起冲突，甚至会觉得如果不给对方让路，不礼貌。我们会习惯性地立刻给对方让路。一看到对面过来个人，立刻就改变方向。这时，你可以继续保持你原来的方向和步伐，直到快跟对方碰到一起时，如果对方还不让路，你再轻轻地一转，把身体躲过去。这也是训练定力和转身的一种方式。

比如你走路，后面有车快追上你了，如果你没定力和觉知的话，你会下意识地走到路边，根本连头都不回，一听到有车要开过来了，立刻就躲开了。这时，如果你定力强，你不会立刻躲到路边。如果路中间没有车，你就走在原来的那个地方，对方肯定会给你让路。当然，这要看实际状况，不是特别危险的情况下。只是为了考验我们应事时是否有觉知，是否会慌乱，是否下意识地做决定。

所以，当你有了修行，你会对周围任何的境界都了了清楚，就不会被境界转了。

旁边有人走到你面前，你也不害怕。我们为什么要训练六根敞开，但又不放逸？就是因为生活中会有很多突发事件发生。如果你六根关闭的太死，你会被外境吓到。如果你自然地敞开六根，但是又懂得收摄，你就不会散乱，又随时有觉知。后面旁边有人了，你也能听见。在本性自然的作用和状态下，你面前发生什么，你也不会被吓到。

这个功夫是能养成的，这个习气也是能改变的。不分别自心的境界，它不是一种单纯的理论，而是要去练习的。离境须不生心，不生心即离相，离相是要练的。希望大家把这个义理掌握透彻了，然后再用，再慢慢地练习。害怕虫子的，就拿两只小虫放在手上，让它去爬，然后看着它。只是看着它，不要动任何的念。能感受到它的爬，就去感受，别加入自己的妄念和想法。

你害怕蚂蚁，是给这个小蚂蚁投射了太多的负面的、能伤害到你的概念。是你的观念在让自己难过，而不是蚂蚁。

大家在日常生活中多练习对境不生妄心，不投射概念，不投射太多的故事，这样在一切事中解脱就不知不觉发生了。

祖师禅讲记第九讲

大安牧牛

在祖师的语录、灯录里记载了很多关于古人牧牛的记录，还有做一物不为的记录。

平时大家不要见什么就心向外求，这个时候就是考验你们牧牛功夫的时候。

我们学祖师的公案，学古人的行迹，学的时候都很有兴趣。甚至学到关键的时候，就觉得很兴奋，原来修行就是这样，但一去做，一去行，就坚持不了几天。甚至经常想不起做功夫。所以说这个一物不为最难。

因为习气，习惯嘛，总是要为点什么。比如在那里等公共汽车，明明叫你在那里立禅，但就是喜欢在那里探头探脑，像那个佛学院里面的王八一样，头伸得特别长。就喜欢看路边的东西。明明叫你站在那里，立在那里一物不为，但就是要为点什么，所以说把脸扭过去很重要啊。

大家都知道达摩祖师面壁，他为什么要把脸对着墙，因为实在没什么可看的。我过去讲过，达摩面壁，是犯了一些过失。他犯了什么过呢？他做了一件错事，做了件特别大的错事，所以他面壁思过。

你们也可以养成一些习惯，找个路边，有人的地方，然后背对着他站在那里。或者在家里打坐的时候，面对着墙坐着。以前我在观禅里讲法的时候，讲着讲着就会把脸背过去。你别小看这个转身。这个转身很难，这就打破了你习惯性的思维，习惯性的动作，也就是习气的转变。古人有句话叫：荆棘丛中下足易，明月帘下转身难。就是赤裸裸、光脱脱，特别美好的境界，已经达到了灵灵觉知一念不生的，清清楚楚的，这样的一个境界，好像一切烦恼也断了，他以为这个就到家了。但是这些都还只是在意识境界里。你问他一个问题，他立刻就掉进去，虽然他修到一个很好的境界，能从这么好的境界里出来这就是月下转身了。

昨天晚上我们开示的时候讲了关于转身、善逝、逃跑、不参与。这些就是牧牛的功夫，一物不为的功夫做好了，自然达到的一种觉性，一种定力。可能大家对这个牧牛，对这个功夫，没有一个明确的概念，可能还比较模糊。有人问：“师父，这个牧牛到底要做多少时间？”你这一问，就犯苗稼了。有时也说吃草。

这个是跟每个人的根基有关系的，跟你平时二六时中是不是一直都在做功夫有关系。如果你一直都在自觉地做这个功夫，你自己就会修，随时都能够保护，心不外驰。

你能够自己一直转变攀缘六尘的习气，这个时间就会短。我们看到长庆大安禅师的这个公案记载，从这个时间来看，他用了三十年的时间牧牛。不管是三十年还是三百年，还是三大阿僧祗劫。你必须得牧牛成功，不令犯人苗稼，才能够成就。

长庆大安禅师造百丈。长庆大安禅师是沩山的弟子，师承的是沩山，是沩山的徒弟。从师承的角度来说，百丈是他的师爷。这个时候，长庆可能是第一次到百丈那里，就问百丈：学人欲求成佛，何者即是？都说要识自本心，见自本性，什么是佛呢？

百丈就说：大似骑牛觅牛。这个话说的非常漂亮，明白的人一下子就就明白哦，原来我就是佛，不用再去找佛。大似骑牛觅牛，你骑着牛还去找牛，就像你拿着手机找手机。正在拍照呢，忽然想起来，手机哪儿去了？找啊找啊，在手里呢。打车要走了，正在用手机看东西，打车得用滴滴软件啊，要用到手机，于是找手机。这个事我以前也干过的。

长庆大安继续问：识得后如何？这是学人会经常问的一个问题，识得了之后如何去做。

丈曰：如人骑牛至家。你就老老实实的骑着这个牛回家就行了。

你识的本性佛之后，就能回家了，就知道路了。但这里面有一个问题啊，我们想想啊，比如我们买一张从广州到北京的火车票啊，火车票也买了，火车也登上了，是不是基本上就可以到家了？我们学佛也是一个方向的问题，方向就是认识佛性，而认识了佛性，方向就不会错了，也就不会再添加什么了，也不会妄求什么了。但是有一个问题，你上了车，这个车也开动了，也是开向北京的，在到达北京之前，可能会发生一些问题，比如火车本身的问题，他有可能会出现一些小故障。会快一点，慢一点，或者出了毛病，这个工作人员可能要修理。当我们坐上了这个火车，就一定能够到达目的地，但是这个过程可能会有一些情况发生，这个就是你识得本性之后，骑着牛稳稳地回家了，就是这头牛了，不用再去找牛了，就稳坐归家了。但是在这个过程当中会出现一些问题。这就是下面长庆大安禅师问的：“未审始终如何保任？”也就是说我这骑这头牛回家时需要注意什么问题？如何才能安稳，安全最快的到家？

如果我们骑着牛一边玩，一边走走停停，也不好好看他赶他，他可能就犯人苗嫁了，犯人苗稼，就会被鞭笞。

丈曰：“ 如牧牛人，执杖视之，不令犯人苗稼。”

这个就是我们说的好好牧牛。牧牛也不是很紧张的，不是不让做任何事情，也不是的。

这就是我们讲的细节了，只要它不吃草，只要他乖乖走，我们就不管了，只要一吃草，我就拉他一下，其实这也是很轻松的工作。

“师自兹领旨，更不驰求。”大安禅师从此不再做任何有为的功夫了。牧牛听上去是做功夫，实际上是做无为的功夫，是不做任何功夫，只是一种保护和防范。你只是保护自己，防范自己错用功夫。

这几天大家坐在那里，啥也不干，一说话就拿小棍打自己，在路上，在水边，尽量的不跟人交流。虽然说话这种习气，也不会给你带来多少烦恼，但你说着说着，就会产生烦恼。如果我们认真练习牧牛，加强这种训练，生活中的很多烦恼都会消失。

我们翻过一页，还是看长庆大安禅师的开示，四百二十页。

上堂：汝诸人总来就吾，求觅甚么？你们都来我这里找我，好像我这里有什么似的。若欲作佛，汝自是佛。如果你们想做佛，你们自己就是，跑我这里干嘛？担佛傍家走，如渴鹿趁阳焰相似。担着佛还到处走，如像饥渴的鹿追赶阳焰一样，阳焰就是一种物理现象，太阳光的一种折射，很像水，但不是水，是虚幻的折射。鹿渴了，看到一种像水的地方就会玩命的追，但这个东西就一直跟他保持一个距离，怎么也追不到。何时得相应去？向外追，永远追不到。汝欲作佛，但无许多颠倒攀缘、妄想恶觉、垢净众生之心，便是初心正觉佛，更向何处别讨？这个就是形容修行人不识自佛，到处心外找佛，向外用力。找的都是一种假相，永远也找不到。何时才能找到？如果不识真心的话，向外找佛，永远找不到。方向搞错了啊。

所以安在沩山三十来年，吃沩山饭，屙沩山屎，不学沩山禅，只看一头水牯牛，若落路入草，便把鼻孔拽转来；才犯人苗稼，即鞭挞。调伏既久，可怜生受人言语，如今变作个露地白牛，常在面前，终日露迥迥地，趁亦不去。汝诸人各自有无价大宝，从眼门放光，照见山河大地；耳门放光，领釆一切善恶音响。如是六门，昼夜常放光明，亦名放光三昧。汝自不识取，影在四大身中，内外扶持，不教倾侧。如人负重担，从独木桥上过，亦不教失脚。且道是甚么物任持便得如是？且无丝发可见。岂不见志公和尚云：内外追寻觅总无，境上施为浑大有。珍重！

保任一直是针对明本心，悟得本性了，真正明理之后的人做的。这种修行，其他人了是不是就不能做了呢？也不是不能做，只是作用不大。因为你不会做。只有真正明理了，你才不会迷，才知道怎么用功，做什么是用功。你才知道，起什么样的念要拉回来，什么样的念是不需要拉拿回来的。如果你一起念，不管什么念，一直在那里拉，那就错用功夫了。

这个“居一切时不起妄念”，是起粘着的、有住的念头需要拉回来，是为了让你不住。那后面“住妄想境不加了知。”这个是可以住的，但又不会有烦恼和苦，它只是自性的妙用，到时候它自己就会停，就会不住。所以说，你不识佛性，不了解佛性的作用，佛性的全貌，你能牧牛吗？你会牧牛吗？你肯牧牛吗？所以要想把这个牧牛的工作安心的、死心塌地的做下去，必须觉悟本性，了达念性空。然后，什么都不干了，就死心塌地的干这件事情了。所以牧牛之前，必须要认识佛性。

识得佛性之后为什么还要牧牛呢？因为还有习气在，还有习惯性的生死无明心。理上确实很透彻，知道佛性是什么了，确实知道了，但是习气还会让我们粘连六尘境界。执着情啊、财啊、物啊，自己一些很深的很重的习气不能一下断除，所以这个时候要做不取于相的功夫，不住的功夫，离相的功夫，要做不投射概念的功夫。要做不生妄念的功夫。其实都是指牧牛的功夫，保护的功夫。

这里面就告诉我们，你识得真佛以后，想有大成就，不用再增加什么了。这里都是防止和防护。防止什么呢？防止你颠倒，防止起分别心，妄想心，执着心。不再起心找什么了，不再去修证什么，不再得什么了。只是防止起这些妄心。没有这些虚妄的心，没有分别和执着，那就是初心正觉佛，就是我们的真如佛性，就彻底真正见到本心了。就是初发心即成佛，初发心即成佛道。认识真佛了，你还向什么处去找佛呢？

所以安在沩山三十来年，吃沩山饭，屙沩山屎，不学沩山禅。

安就是指长庆大安他自己。我在沩山这里待了三十年，吃沩山饭，拉沩山屎，但是不学沩山禅。

怎么不学沩山禅呢？为啥啊？你自己是佛，你自己全有，为什么还要学别人的？迷时学心外佛，悟后自做佛。他的禅跟你有关系吗？他那里有禅吗？他那里有佛法吗？六祖那里有佛法吗？马祖那里有佛法吗？佛法在释迦牟尼佛那里吗？都不是。我们看看长庆大安禅师说的不学沩山禅针对的是什么？佛法在我们自己这里。在我们自己这里，是什么意思？然后我们看长庆大安禅师说：“只看一头水牯牛，若落路入草，便把鼻孔拽转来；才犯人苗稼，即鞭挞。调伏既久，可怜生受人言语，如今变作个露地白牛，常在面前，终日露迥迥地，趁亦不去。”

这就厉害了啊。这个就是牧牛。这是成自己的佛，与一切外境无关。只看一头水牯牛，把自己的念头当作水牯牛。如果这个水牯牛，它一落草，就把它拉回来。这里用一头水牛来打比喻。这个水牛在水边，在水里，他如果上路，就拉它一下。一吃草也拉它一下。这个路和草都是指烦恼，执念，妄想，颠倒，不守本心，不守本性。

还是那句话，这里不包括你六根与六尘的自然接触和自然起用。我们做事情，需要思维和思考，需要与人合作，需要言语，这些不是犯人苗稼的范围。就是你好端端的无事的时候，生出一些造作、无意义的想法，烦躁起来，起了烦恼，这些就是妄念。没事又去求一个佛，又去求见个佛性啊，想快些开悟啊，这个就叫落草。明明告诉你，无境界可得，你非要求一个境界。又说，师父我今天坐禅的时候忽然有个很好的感觉。闭嘴！又落路草。你啥感觉也脱不了识心和妄念。师父，这个住妄想境能不能细讲一点哦？又开始犯他苗稼。

我们看长庆大安禅师，他这个牧牛，跟石巩会藏禅师一样，都是一个意思。也就是说，他们都会牧牛，都会休息了，他们的修行都一样。只要落路草，便将鼻孔拽下来，才犯人苗稼，就鞭挞它。不是有个牛去打，这里形容就是把念头拉回来。心又不老实了，自己能够管理自己，能够制伏自心。调伏既久，这个调伏，也就是说牧牛时间长了，已经形成习惯了。以前那种到处闻声，眼睛一看好看的就过去了。又闻到什么就开始贪着，起贪心，这些习气都已经转变了。能够发觉，能够拉回来，这就叫调伏既久。也就是说六根不在着六尘了，只是自然的起用，没有分别，没有染着。可怜生受人言语，这个可怜生受人言语是什么意思呢？有两种理解。一，是可怜自己以前白白的被别人说的话蛊惑了，总是被骗。还有一种，就是功夫做到家了，心能听话了，正念时时现前。心安住了，心里越来越轻松，修行也越来越快乐。

就说明他已经不被妄念骗了，而且听从管教，老老实实了，非常可爱。可怜生，有可爱的意思。他有了真正的觉悟的能力，而不是意识里的觉悟。如今呢，就变成个露地白牛。这是一种比喻，以法性活着的一种象征。大白牛，比喻已经超越有为的一切的造作。他已经自然的不去犯人苗稼了，而变成了露地白牛，不会再去吃草，犯人苗稼了。

常在面前，终日露迥迥地，趁亦不去。想起个念头也起不来了，想起个妄念，也找不到了。想找个烦恼，都找不到一个烦恼。非是息心除妄想，只是无事可思量。心里面已经无事，习气已经转变，已经无欲无求了。所以想起个烦恼都难，这就是露地白牛，赶都赶不走，功夫到家了。长庆大安禅师，他三十年来就是这样用功的。他不学沩山禅，他自己做功夫。他这样做，我们也要这样做。十方佛祖师都是这样成佛的。这里就要学了，这里的学，是开发你自己的佛性，成你自己的佛。

刚才讲经之前我就跟大家讲，我说大伙都重视听法，重视听法规定。说九点开始就九点进场。你提前十分钟进来，就做一物不为的练习，比听我这唠叨管用啊。你就是常年听我讲，就算听的明白，不去练习行吗？你光学沩山禅了。

咱们不管是在禅堂，在道场，还是在家，在这里一天也只讲一会两会，你有大量自己的时间，你自己不做功夫，难道还有人盯着你做吗？你们尽量少跟我说话。你们跟我说话全是漏洞，全是把柄，全在吃草。你们把自己干的丑事都藏着，你跟我讲，我会拿过来就用的，到处给你宣扬。牧牛要自觉的去做，那是你自己的牛，别人管不着。如果别人管你的牛，他自己的牛就吃草了。

汝诸人各自有无价大宝，从眼门放光，照见山河大地。

平时告诉大家行脚的时候不要朦胧无记，进入昏沉的状态。但也不要起心去知一个什么，就是让六根处于自然开放的状态。六根起用，就是佛性起用。是佛性透过六根而起用，透过眼根耳根鼻根去作用。我们用意识来描述这个事情，这个事情其实也无法描述，它是自然在起作用，而又无起用想。这叫从眼门反观，照见山河大地。看山是山，看水是水，一切都是清清楚楚。夜来八万四千偈，偈偈分明说似人。耳门放光，领采一切善恶音响，即是观音法门。

如是六门，昼夜常放光明，亦名放光三昧。有的人可能就要问了，那晚上睡着了，六根也是自然放光吗？也是常放光明吗？当然会。睡着了，你会不会做梦啊？睡着了，突然有个声音叫你，能不能听见？如果突然给你屋里放点臭气，也一定会给你熏醒的。有人推你一下，也会醒的。触识、耳识、眼识、鼻识都在作用。我们在梦里面也能看见很多东西，跟眼有关系吗？你闭了眼，还是能够看见，看得见颜色形状，大小，你是谁。没有一刻休息的。佛性是无间断的。

有人说，一定要梦里也要了了清楚。梦里也不能够造杀盗淫妄，那是知上立知，即无明本。一切的起念都是真如自性的起念，你还要在念上加个干涉、干预和控制，那是大大的无明。你找不到一个你能用的心，你能领悟，你能体会的觉。那是头上安头。心用就完了，你无法找到心。这个灵灵觉知是个妄念。所以本性本觉，是不需要起心觉的，他一直都在觉的状态。他从来就没有在一个不觉的状态。觉与不觉，都是我们的妄记，妄心。知道这一点，假名为觉。

超越了觉与不觉的分别，它的起用，不间断的起用，我们给它安个名字叫觉性、觉照、本觉。但这个是不需要你起心的，它自自然然的觉照，说觉照又不是了。说似一物即不中。我们一物不为的时候，不是个死人，不是块石头，虽然看上去你在那里一动不动，但你什么都知道。就算你没听到声音，没看到景象，你是在打妄想，打妄想也是佛性的作用。佛性的作用是不间断的。

汝自不识取，影在四大身中，内外扶持，不教倾侧。如人负重担，从独木桥上过，亦不教失脚。且道是甚么物任持，便得如是？且无丝发可见。岂不见志公和尚云：内外追寻觅总无，境上施为浑大有。珍重！

就是说，佛性像影一样。佛性不在我们色身之内，也不在色身之外。一有这个内外，就把佛性分开。佛性就变成有处所，有方所了。所以这个时候，祖师就用这个影在四大色身中，内外扶持来形容。你根本就不需要起心动念。你走路不小心呀，轻轻绊了一下。摔不倒的，你基本上都能本能的保护自己。最危险的时候，我们本能的都会照顾自己。晚上睡觉，枕头掉地上，一把就抓回来了，都不用看，也不用找。谁推你一下，你不可能像个竹竿一样，一推就倒了。你能平衡，一下稳定住，这就叫内外扶持。它是自然的就会在起用，你不需要再加一个东西。

有的人就会说：师父你总是不让我们起心，不让动念，你也不让我打妄想，很快都成老年痴呆了，啥都不知道了。那是你做错功夫了，你跑到无记深坑里面去了。你处在六根关闭的状态，当然啥都不知道了。什么都不知道的。你一动念就能想起来。不是想不起来，想不起来那是错用了功夫。

不教倾侧。就是不让他去自寻烦恼，去造因造果，白白受苦。用走路来讲，就是让你好好走路，不摔跤。所以有一句话叫：“若识佛住处，只这语声是。”你一切的行为都不离这个。可是你一切的行为、言语、动作，你正做的时候，已经过去了，你无法起个念说：这个就是。不需要提这个，只是用而已，不要去做用想。

如人负重担，从独木桥上过，亦不教失脚。就是刚才我讲的，你走路走到一个坑边，你会安全过去，走在上面不会掉下去，这就叫内外扶持。

且道是甚么物任持，便得如是？这个时候就在考你了，看你会不会往沟里跑。是让你悟的，不是让你住的。

且无丝发可见，岂不见志公和尚云：内外追寻觅总无，境上施为浑大有。珍重！这个就是长庆大安禅师，他三十年在沩山处，一直都在做牧牛的功夫。就像药山禅师在石头上做一物不为的功夫。

大家一听，会觉得这个事情很难。你觉得很难，那就是开始吃草了。你不要去想结果，不要去想未来，从当下就练。不要总问我，师父，大概要几年呢？大概要多长时间练成？你就是不想好好做功夫，想不练就成。老惦记着结果，一想结果就吃草了。你知道吃草多容易了吧？

是不是你一想到我什么时候成？烦恼就出来了？我如果再告诉你，五年成，你就更不想练了？如果我说五十年成，你就不练了？你就开始想，临终的时候一定要成的。如果不明白就死了，就太倒霉了。这个就是妄想连篇。念念都在做功夫，还有什么五十年三十年的？一下就明白了。我们的习气就是自己看不住自己。

咱们看四百二十页：有句无句，如藤倚树，旨意如何？

长庆大安禅师每问僧：有句无句，如藤倚树，旨意如何？众皆罔测。这个罔测就是猜不到。一猜就是犯他苗稼。拈花微笑的公案，世尊在灵山会上，与会大众成千上万，世尊拈花，大众尽皆罔措，包括文殊普贤这些大菩萨都不知何意。人天大众都不知道世尊为什么拈起一朵花来，然后都胡思乱想，都犯他苗稼。都不会牧牛，都不会一物不为。都不会不参与、不管。大家都被世尊这一个动作吸引了。当祖师要想考一个人的时候，随便都可以把学人考倒，太容易了。

他刚说一句话，嘴刚张开，你关注了他的语境，你就进去了。除非你在他没张嘴之前就觉悟了，那你就不会掉进他的故事里，不会掉沟里面，除非你一直都在认认真真做牧牛的功夫。

但是你学法也不要学成人家问你吃饭了吗？你说不要动。这就有点过了啊。啥事再好，也不能过分，你功夫再好，也不能过分。你一下把他吓一跳，人家本来好意。神经病刚好，又被你吓回神经病了。今天时间到了，我们就学习到这里，多说无益，好好牧牛，大家抓紧一切时间练习。

祖师禅讲记第十讲

世尊临终咐嘱

大家晚上好，咱们继续学习祖师禅。我们打开《祖师禅》的第二十四页。

断一切相，一无所有。这是《大般涅槃经》里边的一段，世尊临终时的开示，也是整个修行的一个总结。这段话，佛临灭度前说了三次，表达同一个意思。就是离一切相，断一切相，一无所有。

我们从这段开示的义理上看，就和禅宗一脉相承了。六祖大师说，本来无一物，何处惹尘埃。有不少人认为禅宗的本来无一物，一无所有，只是讲到空，还不究竟。这是他自己不了达实相，所以他认为这是讲到空，没讲妙有。他自己把空和妙有对立起来，认为空之外别有一个妙有。而佛这里面讲，断一切相，一无所有，是无一切的概念，无一切的评判，无一切的无明和烦恼。最后，连这个无的概念都没有，也就是金刚经里面所讲的，实无少法可得名阿耨多罗三藐三菩提。

什么叫众生？众生就是着在有上，啥都是有。还会着到无的概念上，不知道那还是有。那佛所说的空是什么概念呢？那是针对二乘人，声闻乘所说的方便法。声闻乘也讲空，他执着苦空无常无我，那是一种断灭空。而不知道真实之性，非断非灭。佛和禅宗祖师所讲的空，则是第一义空，是超越了有无的空。也就是六祖所说的本来无一物。这里的无一物，不是断灭空，不是概念和知解上的空，而是空一切有，空一切相，空一切法和概念，但并没有把诸法之本性空掉，也空不掉。所以，我们看祖师和佛说法，不能依文解义，而是要知道他们所要表达的真实之义。

在《涅槃经》里，和在其它的很多的大乘方等经典里面，佛会一再的强调，诸法空相，空性，无少法可得，离一切相。

这段呢，佛陀直接开示第一义，把实相开示给我们。像我们前两天学习的空空三昧一样，因为知道众生的根基悟不到这一点，怕大家不了解什么是实相，佛最后殷勤咐嘱三次。

我们看经文：尔时世尊，如是逆顺入诸禅已，普告大众。世尊临终前还在谆谆教导众生这一点，就像父母临终的时候，把自己所有的财产，所有的事宜，所有他认为重要的事情，交代给自己的子女一样。这种心情，我们要了解。这段开示是佛陀他在临终的时候的一个嘱咐，说了三次，可想而知，那一定是最究竟，最圆满的，最重要的开示。就是再也没有别的可说的了。

我以甚深般若，遍观三界一切六道，诸山大海，大地含生，如是三界，根本性离。这个根本性离，就是任何法都没有实性，没有自性，诸法没有自体性，没有一个法是实有的，这叫性离。性离就是性空，根本性空。一切法，全都是我们的心意识编织的，所有的法都离不开心意识。离不开妄想、分别。祖师就讲，若有一法胜于涅槃，我说亦是梦幻。佛也讲，诸行无常，毕竟寂灭，同虚空相，无名无实，永断诸有，本来平等，无高下想。诸法毕竟寂灭。寂灭也是不可得的。无生无灭，这里的寂灭是无生无灭的意思。一落到语言文字，我们容易想象到一个寂灭，想象一个不生不灭。这个不生不灭是超越心意识的。他没办法形容，只能用不生不灭这个概念来表达。

那什么是不生不灭？你一起心动念就是生灭了。为什么我们这两天一直带着大家做牧牛这个工作？在你不思善，不思恶，正与么时，就是寂灭现前，又无现前之量，也就是说并没有现前的境界可得。其实你思善、不思善，都是寂灭。只是虚妄徒增了一个东西而已。增了一个假的东西，白白的在那儿起心动念。我们这里所讲的一切烦恼、无明、生死，都是你增加的虚妄的东西。一切法，都是你赋予的概念，指你的分别。

比如说，我们手里都有书，我们打开目录第三页。打个比方，这是我刚才无意间发现这么一个现象。第三页，我们正打坐的时候，我一直告诉大家，你尽量睁着眼睛打坐，看着周围的事情，但是看只是看，不生心。我们就看“大般涅槃经”这五个字。第三页目录上的大般涅槃经这五个字，黑体的还是。我们第一眼看到这几个字的时候，我们先有一个什么念？这儿有几个字，这个念头很快的，第一念是这儿有几个字，是吧？这有几个字，这不叫起心动念，我知道这儿有几个字，这不叫起心动念。然后我又看到这几个字是“大般涅槃经”，这还不叫起心动念，这个也不叫分别。这不是佛法里边要去除的分别。

那什么是分别？“大般涅槃经”，它是什么意思呢？种种的意思出来了：佛灭度了，不生不灭，寂灭，究竟涅槃。这个就是你于文字生解了，这个叫分别。其实我们第一眼看到它的时候，还不是几个字，就模模糊糊有一堆黑的东西，然后才是字，然后这字念什么。这些念其实是刹那间完成的。你就知道念头它有多么快的速度。所以我们一定要知道，我们修行要断的要除的是什么念。要对治的是什么。不是说我们认这几个字，大般涅槃经，这就是分别，这不是分别，这是分别亦非意，这是真如自性在起分别，是善于分别诸法相，是分别亦空。你看完这几个字如果你不生心就过去了，后边加的概念才是法，才叫相。你于这几个字生的概念叫法叫相，叫法相。我们修行最后要离的是这个相，离的是这个概念，而不是离这几个字。认识这几个字吗？认识。这几个字障碍我们吗？没有。甚至知道这几个字的意思，会让我们生烦恼吗？不是。而是于这几个字的概念生了执着，才生起的无明。知道，不执着，这个知不是我们要去除的。不执著它一定是这个意思，如果能做到这一点，那么一切概念就不会障碍我们。

再打比方说，我们都有名字，每个人都有名字。张三，李四，某甲，某乙，对不对？在报纸上出现你的名字，谁无意中写了你的名字，你家乡的城市，你父母的名字，什么什么，谁谁谁，你一看到你的名字，确实是你，可是有人在你名字上面画一个黑框，如果你不知道黑框代表的意思，你不会受影响。但是如果你知道那个框代表过世，而你又执着活着，害怕死去，认为那不吉利，你开始生心，开始不舒服，你立刻想：这是谁？这么缺德，把我给画死了，是吧？这一下概念都出来了，你就开始起烦恼。或者说，没在你名字上画黑框，人家搞错了，喊了你的名字，说这个人患了癌症，而且是癌症晚期。然后你听到了，正好被你听见了，然后你会生种种的解，生种种的心，你开始不舒服。其实那名字只是一个名字，几个笔划，几个文字，一个声音，一个称呼，跟你没关系。你不是你，就没有一个实有的你。可是凡夫看到一个名字，就会想到自己，看到他的一个相片，小相片，立到桌子上，再摆两盘水果，黑白的相片，是不是，再燃炷香，这个氛围就烘托得很像了。这谁这么缺德？把我给弄死了，你就开始编各种难过的故事了。

你看拍电影的那些演员，动不动就死了，真人的相片就被放到坟前。你还以为他们都不着相，一般来说，那都是给加钱了。

所以就说，众生着相，我相，人相，众生相，寿者相，着文字相，着法相，着非法相，着一切相。于所见的，所听的，所想的，所感受到的，看到自己的孩子特别像邻居家老李，就怀疑他跟自己的老婆有染，也不去验一下，直接就把老李杀了，后来一验，就是自己的儿子，白白把人杀了，自己还要偿命，这都是无明妄想惹的祸。

于法，于相生心，动念，生解，这个是造成你烦恼的根本原因。我们还是打这个比喻，这两天我们周围一直有蜜蜂啊，虫子啊，蚂蚁啊，这些，它真不会伤害你，它就是咬了你，它也没伤害你。知道把？蜜蜂蛰了你，它不是伤害你，是你对自己的执着伤了你。这个伤害，大家一定要知道，伤害是什么，到底伤害是一个什么概念？伤害是不知道实相，是住着在妄想、幻境中痛苦而不觉知，是住着，那才是伤害，而那跟虫子，跟外境，跟石头砸在你身上没关系。

什么叫住着？就是你意识里认为不好的东西，你粘在了上面，那是伤害。它咬你一口，那不是伤害，你只是疼而已，最多是疼，疼很快就过去了。但是你讨厌那个疼，你讨厌那个虫子咬你这件事，是这个讨厌过不去，是讨厌在伤害你，不是虫子。你讨厌它，它不咬你，你都讨厌它。这个变成了伤害。这个是我们要破除的，佛法只是破除这个无明和住着，破除这个讨厌，而不是破除外在的境界和伤害。所谓的吉祥如意，不是把这个虫子打走，把它杀了，那你永远破不了。破的是你赋予它的概念。

别人不小心骑车把你撞了，怎么这么寸劲儿，一下就把你撞残废了呢？只能说你业障重。我们这是打比方，你别当真。这事还没来，快了。但是那个人没有任何过失，没有罪，成心撞的也没有罪。罪在什么地方？罪在你不接受这个现实。罪在你认为有个你，有个他，有个撞。你试着撞一下，其实真的疼一下就过去了。但是如果你特别较真，你对自己非常执着，你把自己当成了个人物，你觉得自己特别重要，你特别爱自己，那别人撞了你，你就会纠结。你要是认为撞你的那个人讨厌，你恨他，不依不饶，完了，你就堕地狱了。知道了吗？这个痛苦是这么来的？不是撞一下，跟那完全没关系。甚至杀了你，只是一个痛苦，死亡，一下就过去了。但是你那个神识如果记着，粘着不放下，你可就堕落了。你可就不是被杀一下就过去了。你就轮回了。如果你有嗔恨心，你以为自己是真实的，你就会恨杀了你的人，你的神识会一直跟着他，要报仇。他到哪儿，你跟到哪儿。但你又对他无能为力，所以受苦的还是你自己。所以伤害你的不是那把剑，不是杀你的人，就算他非常的恨你，杀你的也不是他。是你不了解实相，是你的念头在伤害你自己。

所以，我们为什么学佛法一定要了解实相？就是要了解苦的真实原因不在外境，而在自己对幻心幻境的执着。所以这里，毕竟寂灭，同虚空相，一切法都是如此。遍观三界一切六道，人，鬼，畜生，地狱，修罗，天人，诸山大海，大地含生，所有的生命，三界所有的生命，有情无情，都是性空，都没有实有的这种东西。都是影像，都是意识里的概念，存在于意识里，起心才有。

所以我们面前趴着的一个蚂蚁，你问问刚生下来的婴儿，这是啥？他知道这是蚂蚁吗？不知道。蚂蚁只是对于你来讲存在。蚂蚁是你意识里的东西，你问问另一只蚂蚁，你看另一只蚂蚁把它叫蚂蚁吗？对吧？甚至你问一下正在热恋中的人，正在偷东西的小偷，他们看的到蚂蚊吗？看不到。他们的眼里只有恋人和要偷的东西。

所以说，蚂蚁不是绝对的。它只是人的意识，是心识创造的一个名字，一个观念。你三岁的时候对蚂蚁还没有什么概念，如果你智商比较低，到三岁了，还都不会学说话，爸爸妈妈还不会叫呢！对于你来讲，你可能不知道那小虫是蚂蚁。知道又如何呢？其实这是好事，你不知道什么，什么就伤害不到你。这蚂蚁就伤害不到你。就是你床上爬的都是蚂蚁，你照样睡得挺香。一旦你妈妈告诉你，蚂蚁会咬人，你就倒霉了。

道理似乎大家都能了解，一说到诸法空相，一说到一切法都是概念，好像都明白。但是在生活里，很多时候，我们还是会被境转，还是会烦恼和痛苦。为什么？因为你并不是自己领悟的，这个道理是你听来的。同虚空相，毕竟寂灭，你并不完全明白！你的烦恼是怎么起来的？你不了解一切法同虚空相。你还以为是外境让你烦恼的，不是外境让你烦恼，是我们的妄计所执让我们烦恼的。什么叫妄计所执？对虚妄的东西生了一个概念，是这个概念在伤害你。所有的烦恼都来自概念，是你的概念在让你烦恼。

你仔细观察吧！丈夫跟媳妇吵架，恨这个丈夫，还不是你的对立和执着让你痛苦的。还不是你自己主观认为他错了在伤害你。如果你了达实相，知道这一切都是如梦幻泡影，如果你们俩之间的吵架是游戏，如果你们是在拍电影呢？虽然在吵架，你会生气吗？你不会生气，因为你知道那不是真的。其实你们就是在拍电影，我们就是在梦里。但是我们都当成真的了，我们当真了，就会生气。如果你知道你是在拍电影，你表演的多么生气的样子，观众可能认为你在生气，但是你知道，你没在生气。因为你知道你在拍电影，这是戏，不是真的。

其实我们现实生活中经历的一切，全都是电影，全都是戏，同虚空相，无名无识。没有名字，名字是我们造的，都是人造的名字。也没有识，都是虚妄的。识只是一个作用而已，是虚妄的。没有一个实有的识。什么阿赖耶识，末那识，意识，眼识，耳识，这都是名字。你起心才有眼识，才有色尘，不起心的时候，就跟那个蚂蚁一样，是不存在的。蚂蚁对你这个虚妄心存在，对另一只蚂蚁就不存在。

所以，法不自法，因心故法。这个心就是识。法不自法，因识故法。有识才有法，识是假的，法也是假的。法本法无法。一切都是无名无实，永断诸有，这个断是断的干干净净。你甭给我来一个还有个妙有，这里没什么妙有不妙有的。妙有是不是你的概念？也是你的概念。

永断诸有，这样讲，也是没办法了。最后佛只能用一个文字形容这种根本性离、一无所有的状态。本来平等，无高下想，无见无闻，无觉无知，不可系缚。这个见闻觉知，当体都是空的。虽然有见闻觉知的作用，但当下就空了。我们是对人说法，方便说法，有个见闻的概念，其实见闻性空，一切法性空，一切名字空，空亦空，空亦空亦空，空亦空亦空亦空。所以，永远是空。无穷无尽，就像那个圆周率似的，3.1415926，后边无穷无尽，空也是无穷无尽。

这个空，是永远对你立了的一个东西而讲。你不立个东西，就没有什么空不空的。不可系缚。自性是不可系缚的，诸法实相是不可隐藏与系缚的。你加的东西都白加，都是虚妄的。不可解脱。也没有什么解脱不解脱的。解脱是对系缚而言。而系缚是因无明而言。无明是妄，本来没有无明。诸法实相，一真一切真，无无明。所以，也没有系缚，也没有解脱。这个解脱是针对什么呢？解脱是有拿东西给你系缚上了，给你捆上了，有捆绑，才有解脱。本性是没有捆绑的，实相是没有法可系缚的。没有捆绑，也没有解脱。所以无缚无脱。

我们平时总说要解脱生死，要了生死，这是方便说。这是自己不知不觉认为有个我，有个生死，所以就说有个解脱。佛也说解脱，但是佛说解脱，即非解脱，是名解脱，是因众生而说，非是实相。我们不要把解脱当成真的，本性本来就是解脱的状态，就是没有缚的状态。无缚不就是解脱吗？对不对？无众生，无寿命，不生不起，不尽不灭。所以这个东西讲也只能这样讲了，但是你一去思维它，其实就是变了，离实相远了。最后，永远是到禅宗这里，千圣不传，智所不到。就直接用就好了。所以你想不空也得空，想不空也要空。因为你不可得，空也不可得，一切法不可得，也不可停留。但又不是断灭，它会一直在起作用。

非世间，非非世间。也不是世间，也不是不是世间。说不是世间，好像是有一个佛国似的，一个出世间的地方，也不是出世，也不是入世。出世入世，全是概念，全是二法，全是相对而有。涅槃生死，皆不可得。涅槃是针对生死来讲。生死不可得，涅槃也不可得。那我们为什么还要说涅槃呢？是名涅槃。超越了生死涅槃二法的这个性叫涅槃性。这涅槃性就是佛性，见到这个佛性、涅槃性，叫大般涅槃。给他安一个名，叫大涅槃。这个涅槃，是超越了二法。针对于生死，说涅槃，一般就是二乘人证得，他觉得他不再受生就是涅槃了。其实不再受生，本身就是虚妄的。本来没有生，你还有个不再受生。有我才有一个不受生。如果没有我，哪有一个受生或不受生。不受生的状态，就是涅槃的状态，就是二乘的涅槃境界，他认为自己不投胎了，不再轮回了。

我们有时候也说，师父，我不想再轮回了。你看，你在打妄想，不存在轮回与不轮回。《圆觉经》里说：无妄轮回及非轮回。什么意思？轮回是妄，本没有轮回，也没有涅槃。有生死，才有轮回，才有涅槃。生死都是虚妄的，轮回也是虚妄的，涅槃也是假名。轮回虚妄，根本不存在轮回这件事，有出轮回吗？没有出轮回。你如果说，还有一个出轮回，那一定是建立在有轮回的基础上，才有出轮回。

佛也说出轮回。但佛说的那个出轮回是指实相，是指没有生死和涅槃。没有轮回和不轮回。所以说，我们心意识起来的那个不投胎，下一世不来了，那是打妄想。师父你这样一讲，那还得来？来也是打妄想。来与不来，都是打妄想。师父“那”，你这一“那”，就进入意识境界，就进入生死，就投胎了。告诉你，老老实实牧牛，老老实实坐着。可是我们就不老老实实，总是要想一个事，琢磨个什么。师父，怎么修才能早点见性？师父，我什么时候才能啪的一声啪开悟。你啪的一声那是撞电线杆子上了，我告诉你，你把我吓着了。

二际平等，等诸法故，这个二际，是指生死涅槃，过去未来，一切的二法。其实这个二际平等，其实就是不二。芥子纳须弥，男女，老少，全都是不二的。有无，等诸法故，皆不二故。就是一切法同于法性，一切法和法性是不一不异的关系。就像水与波，水和波分不开，对吧？海浪和大海不一不异，海浪是海的表面，没有海浪就没有大海，没有大海能有海浪吗？但是它是两个词，是两种现象。法和法性是这种关系。镜子和镜子里的像，是一还是二？镜子和镜子里的像是在一个体里面，但是镜子是镜子，像是像，又不完全一样。是不是？法性和法就是这个意识和心体的关系，心生则法生，佛性和一切万法的显现就是这个关系。就像火与热，灯与光，你与愚痴，都是这个关系，不一不异。谁要不知道什么是愚痴，就站在镜子前，立刻就知道了。你看，这一笑，特别像，哈哈哈。

闲居静住，无所施为。做一个无事人，闲居静处，无妄施功，不需要你刻意的修行，只要不造作，不驰求，老老实实安住在一个地方，一物不为，闲居静住，就已经远离了一切烦恼诸苦和恶业了。闲居就是闲的没有事干，但又不会耐不住寂寞，没事找事干，不会这样。这跟你住哪没关系，你住闹市也这样，住乡村也这样，住山里也这样。闹市里也可以一物不为，人群中也可以闲居静住。如果你没有这个智慧，没有这个功夫，就是住深山里你也是燥的。一会砍柴，一会捉鱼，一会斗狗。我告诉你，没有一物不为的功夫，你住哪儿都会闲的难受，所以要有智慧，有功夫，在哪都是闲，都能待住。

闲居静住，无所施为。找不到要做的事。饿的时候吃点东西，渴了喝水，冷了加衣，坐累了走两步，走累了躺下来休息会儿。躺累了，看看书。然后时不时抬头看看天。就剩这么点事可干了，无所施为。没事做，还特别快乐。天天都快乐得不行。看到我们这帮人天天这么长的队伍在大街上走，也不知道在干什么。也不说话，上公交汽车以后，别人都不敢进来了，一个个脸上都面无表情，貌悴骨刚人不顾。

究竟安置。这个究竟安置是究竟安心，彻底的安心，就是不再躁动，不再想找这找那。必不可得。就是一切法都不可得。究竟安置，必不可得。你也可以这样理解，任何一个实有的法都找不到，任何法都没法安置。

从无住法，法性施为。众生心灭，则佛法生。你那些妄想颠倒歇下来了，真性就在你身上起作用了。你不参与了，让佛性去管。一切都交给因缘，让因缘和法性自然运作，你只管休息。迷时人逐法，悟时法逐人。这叫从无住法，法性施为。无住法就是因缘法，就是佛性，就是应无所住而生其心，就是不断我见，唯断取着。无住法就是从本性起用。我们六根都是一直自自然然在起用，它本来就是随用随空，本来不住。住是因为我们贪着了，把六尘世界当真了。

从无住法，法性施为。佛性在起作用，你已经不再干预了，你清楚地见到自己的心意识是虚妄的，一切都是法性施为，你所做的一切都是随顺觉性而已，这样你就轻松自在，安逸无苦了。你干预的程度达到了最少，最小的程度。你只剩下吃个饭，喝个水，穿个衣。散个步，简单的聊聊天，和一切人没有争执，这叫法性施为。你不再干预因缘，不再干预佛性。你不再想，我什么时候发个财呀！搞个对象，生个孩子？弄两间房啊！什么时候再投个资？这些你都不再想了。

这个道理你要明白了，你再做什么事，都能做的特别好。因为你把一切交给了那个更精准，更有能力的去做。你做什么都很轻松。你把一切就交给事情本身，当你交出的时候，其实事情已经上了轨道了。你不做，让别人去做。你放心的让别人去做，让因缘去做，你就歇着吧！

有一次我讲了，你就躺被窝里面，所有的事情都给你做好了，只要你能躺的住，你能躺在被窝里面，就有天使，有上帝，有佛，有菩萨给你忙乎。我说的天使，上帝，佛菩萨，它是指因缘，不是指某一个人，不是指有那么个佛，有那么个菩萨。不是，那是指因缘，指法性，法性就会施为。所以你做，就障碍了本性，你做佛性就不做，就变成你做了，你在那里白白地造作，你这一造作，把佛性就障住了。你不做，佛性就调用一切能运作的，就会特别自然地把一切安排好。

所以众生心灭则真法生，众生心生则真法灭。你老在那儿生心动念，没用。真法其实灭不了，你一生心就把它盖住了。盖住了是真实的吗？不是，是永远盖住了吗？不是。盖也是假的。但是你要明白这个理，你就会轻松。

你如果非说烦恼也是假的，我就生烦恼，那你这就抬杠了，对吧？你那叫自寻烦恼，那叫作。你知道烦恼是假的，你就不要，少生烦恼，对吧？你知道我生心也是白生心，也是佛性在起作用，你不就少生心了吗？你不就不痛苦了吗？你不就不累了吗？如果你真知道，你一定会减少起心动念。你老说我做而无做，而还是总做，说明你只是讲口头禅，嘴上般若。有些人讲无为，为而无为。为而无为没错，那要看为什么了？为慈悲喜舍，为利益众生，修一切善法，为而无所为。这是佛陀所教导的。不是让你为贪嗔痴，然后为而无为。那叫自己毁自己。做了坏事，然后告诉自己一切皆空，什么也没做，那叫自欺欺人。

有时候我们说做而无做，是我们做最基本的事情，不去造作，这叫做而无做。而不是说，你放不下，你做了，做完了，你给自己来一个无为，那是自欺欺人。所以法性施为，断一切相，一无所有，是你真的悟到诸法实相，自然歇下一切造作之心。

我所有的相，都是我们心意识投射过去的，所有的法也是，所以没有一法可得，法相如是，法相就是实相，就是这样，法性法相实相就是如此。其知是者，名出世人。知是指通达，了知，了达实相，清楚的认识到，很清楚地认识到这个实相，就叫知是者。我们不要着名字，一提知就认为是意识，这里的知是指觉悟。这个知就是你真明白了，你明白这个道理，那就是出世人，就是解脱人。是事不知，不了达这个实相，不知道三界一切根本性离，一无所有，无我、无人、无众生、无寿者，无父无母，无男无女，无人无非人，无法无非法。这些不了达，就是世间，就是生死轮回。一切都是我们加的概念，你不知道这个实相，是事不知，名生死始。那就生死循环，生死就从这里开始，轮回就发生了。你不知道这个，一定是在意识里轮回。在妄想里面轮回，在颠倒里轮回。

汝等大众，应断无明，灭生死始。我们看到了，生死不过是始于一念无明而已。这个断无明，就是断你无始以来的一念妄想，对法性的不了达。就是你妄加的东西，还要把它放下，放回到原来空无的地方。其实就是让我们通达实相，让我们了知实相。

永嘉大师有句话，自从认得曹溪路，了知生死不相关。这个曹溪，是指六祖，其实就是通达实相之路，你通达实相，就没有生死了。

复告大众，我以摩诃般若，遍观三界有情无情，一切人法，悉皆究竟，无系缚者。跟前面这段义理完全一样，只是又重复了一次。但是又重复加深了它的含义。又详细的开示这个道理。三界一切有情无情，人和法，都是究竟没有系缚的。系缚是我们心意识加上去的，而诸法的实相是没有一个系缚者，没有一个我在系缚自己。也无解脱者，无主无依。所以有时候，我们说我要做主，其实没有一个这样的主，这个主只是一念妄想而已。真如佛性中没有这样一个实有的东西，实有的法，实有的人。无依，你找不到一个对立的东西可以依止。依是指所，主是指能，没有一个能依和一个所依。不可摄持。这个不可摄持是形容诸法就像水中月，水中的倒影一样，你取不到。一切法如梦幻如影像，没有实质。你想取水里边的树、月亮，你取不到。那是影像，一切法都如此。所以叫不可摄持。

我们再观察观察自己平时的用心和执着，你执着的东西到底有没有？这个人虽然站在你面前，但是你如果不生心，是没有这个人的。你生了心，起了住着，才有关于这个人的种种故事。所有的法相都是如此，你生了心就有这个故事出来了，就有贪爱出来了，得失取舍就出来了。如果你知道这个东西，你清楚知道这是影像，是镜中的影像，你不会去抓取。我们抓取，就是我们还不知道一切法是镜中相。就算你知道了，但你还是会习惯地抓取，你这个习惯没转变，就还在轮回之中。就像小孩子第一次听说，这个动物会咬人，这个狗会伤害人，他听一遍的时候，有时候会记不住。他要听几次，才会知道哪些动物会咬人。我们对实相的了解是需要反反复复地熏修，反反复复的去认知，去熏陶，去观察，去自己去体验和证明。你看看苦是不是因为你执取了假象，执取了一个并不真实并不实存的东西导致的。你这样去观察，就会发现真相。你不观察，只是依靠从别人那里听来的理论，只是学习一些概念，知识，你还是会烦恼。

不出三界，不入诸有。为什么不出三界呢？三界是概念，没有三界，是名三界。你出什么三界？不入诸有。诸有也是名字，非诸有，是名诸有。没有法可入，没有法可出。若有一个法可得，才有入，对吧？没有法可得，所以不入诸有。

本来清净，无垢无烦恼。也没有垢净，也没有烦恼，与虚空等。不平等，非不平等。没有什么平等不平等。说平等，是在虚妄的不平等的前提下。如果没有什么不平等，也就没有平等了。这个就是不一不异的关系。你不能说平等，也不能说不平等。不平等是指啥？是指有为的，相上的。你看六道众生，佛，菩萨，阿罗汉，声闻，缘觉，然后人、鬼、畜生。这是在相上的一个差别。一切有为法不同，这是不平等。

非不平等。性是一个性，就像金子，金子是一个金子，但是打出来的东西又不同，耳环啦，镯子啦，戒指啦，这些东西的形状不一样，但是都是一个金子打出来的，是一个金性出来的。这叫非不平等，非不平等就是平等，性平等。

尽诸动念。尽诸动念就是不再起心动念，起也都是白起的，虚妄的，空的。法性里没有什么动念啊不动念啊。我们说不动念，是针对动念来讲的。法性里，不存在动不动念的概念，所以《圆觉经》里说，得念失念，无非解脱。所有的法的概念都消失了，这叫尽诸动念，尽一切的得念失念，有念无念，动念不动念，全都尽止。最后，又是到禅宗这里了。最后只能到禅宗向上一路，就是离心意识。只要你有心意识，就是二法里面的。最后没办法，只有喝茶去。然后把脸扭过去。

尽诸动念，思想心息。一切的妄想、观念都不再影响你。自然地息虑忘缘，居一切时不起妄念。就是身心不再造作，自然止息的一种状态。这里的思想心息，是指你那些个法执，那些知见，观念，情执，思想，感情，都不再起来了。最后，只剩下冷了我得穿衣服，饿了吃饭。

如是法相，名大涅槃。真见此法，名为解脱。凡夫不知，名曰无明。能如是清楚地了达这些，通过如理思维、观察、实修，而如实了达诸法实相，就是大涅槃，就是解脱。凡夫不了解这个实相，所以叫生死，叫无明。

复告大众，我以佛眼遍观三界一切诸法，无明本际，性本解脱，于十方求，了不能得，根本无故。这里就讲到无明的真实之性，其实是没有无明的。无明是一种假象。就是我们总说离心意识，离心意识。当你知道心意识本来就无，本来就是空的时候，你就不再执着离心意识了。其实离心意识时，你已经着在了一个心意识上面。你要知道什么是离心意识，心意识是虚妄的，根本不存在心意识，不存在心意识，你离不离它也是空的。它是性离，它是性空。如是了达，是真离心意识。不是你让它空，它就会空的，而是了达它，不管它。这就叫无明本际，性本解脱。于十方求，了不能得。于十方求什么了不能得？求无明，求烦恼实性，求真实的人，都求不到。你找不到一个无明，你找不到一个烦恼，你找不到一个实有的心，实有的心意识。你更找不到六道，找不到三界，找不到生死。

根本无故。所因枝叶，皆悉解脱。无明解脱故，乃至老死皆得解脱。以是因缘，我今安住常寂灭光，名大涅槃。这个所因枝叶，因为烦恼根本上是性空的，所以因之而起的一切法也是空的。枝叶是指因根本无明而生的一切法，一切烦恼和诸苦，都不是真实的。所有的枝叶都是虚妄的，所以古人说：直截根源佛所印，摘叶寻枝我不能。因为没有这些枝叶，妄想啊，烦恼啊，家亲眷属啊，执着啦，得失啦，名声啦。我这个啦，我那个啦，父母兄弟啦，财产啦，还有狗群啦，等等，这些都是枝枝叶叶。可是我们的一生就是被这些枝枝叶叶覆盖着。我们的真如佛性全都被这些枝枝叶叶掩盖着。

所以，一切法都是解脱相。所因枝叶，皆悉解脱。是本性解脱，是本性无法可得。不用再去求一个解脱。你只要了达这个实相，深入这个实相，熏修对这个实相的认知。知道万法都是唯心所现的影像，别取着就行。无明解脱故，这个无明解脱就是无无明，没有无明。无无明，乃至没有老死，所以一切皆得解脱。这个地方开示的跟《心经》一模一样。无无明，无老死，无眼界，乃至无意识界，无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽，无苦集灭道，无智亦无得。以是因缘，我今常住大涅槃。我正是因为观察到此诸法实相，才能安住在法性大涅槃之中，而不待去证涅槃。因为这个实相如此，我也观察到了这个实相。所言实相者，即非实相，是名实相。假名叫我观察到这个实相。是本性自知，非有一个我能知。它有一个知的作用。但是又没有那么一个知的人，只是一个名字而已。

以是因缘，我今安住常寂灭光。并不是有个佛安住在常寂灭光，而是把这种通达觉悟，假名为安住常寂灭光。

今天时间也到了，这三段佛陀临涅槃时的重要开示，讲的都是一个道理。就是一切法根本性空，法性本来空，不需要我们再去修空，再去证空，再去想空，再去断烦恼。空就是不增不减，就是圆满，就是不可得。空者，实相之异名，非是心识所思维的空。你别给空下定义。空就是圆满的意思。佛用这个字，就是用它的本意来比喻佛性。只有禅宗祖师身体力行所亲证的向上一路，与它最默契。你吃饭了吗？吃了。完了。

咱们学的经教，三藏十二部，所有的经论，讲到极致就是涅槃经的这几段。你去所有的经典里，再也找不到比这三段更重要的开示了。我们要结合祖师的法语开示来看这几段，就不会流于知解，不会把如来的知见变成死法。所以，还要从这里超出，勇猛精进，这里并不是终点，而是佛法的入门。涅槃经里开示的实相，只是如来禅，只是一种义理的开示。最后我们还得落到用上。从这些法相里边直接跳出来。转身，直用本性，直用此心，直接解脱。

祖师禅第十一讲

目前无法，意在目前

今天是我们行脚禅七第二期的第一天，今天走的也挺多的，大概有十三四公里吧，大家都辛苦了。这一天呢，我们在外边行脚将近三个多小时吧，然后在湖边坐了有两个半小时。等于我们这一天有五到六个小时都是在做牧牛的工作，但是这五到六个小时你有多少时间是真正的在牧牛？在专注的行脚，一物不为、闲坐？你有多少时间是在那儿散心杂话，在想七想八，这个只有我们自己知道。

在行脚的过程中，我自己的体验是只要我有一秒钟或者五秒钟没有思善恶，没有想过去，想未来，想现在，那这几秒钟就很心安，很清净。如果非得形容一下，其实也没有什么清净不清净的，就是没事的状态，没有任何烦恼、任何苦、任何压力、任何的躁动。一切的造作消失了。只要我没打妄想，就处在无苦无乐、清净解脱的状态。而这种状态，其实没有任何特殊的感受，也就是六祖大师说的，没有现前之量，没有任何的境界现前。但正是这样的时候，正与么时，不与么时，就是解脱的状态，就是本性最自然放松的时候。

其实我们修行就是要让这样的时间加长、延伸、连续，让它持续地发生。就是我们经常处在不思善，不思恶，没有任何事可操心，可挂碍的状态。没有妄想，没有烦恼的这种状态。让它形成一种习惯，形成一种生活方式。这就是真正的修行方式，而这种修行就是最不起眼，最平常不过的。古人把这种状态叫做无滋味，干巴巴。人们不喜欢这样的状态，把它称作“无聊”、“寂寞”。因为耐不住寂寞，所以造种种罪。

这样的状态是没有什么心力可用的，它只是一种休息和保护，只是一种防护，防止。习气重的人，作这样的保护很难，力量不够，所以经常会犯它苗稼，会吃草，会贪六尘境界。但功夫做到一定程度，就不难了。

所谓的修行，就是防止我们的心住在妄念里，住在是非，住在颠倒，住在无明里。如果没有妄想，就不需要做任何的功夫。我们没有想这些问题，想是是非非，想法上的问题，想现实生活中的烦恼问题，只要我们没住在这里边，我们是不需要修行的。我们只是保持平常心，保持最平常的状态就好，你走路只是走路，该做什么就做什么。做一切都没问题。六祖大师说：若人会修道，一切尽不妨。那我们要防护什么呢？防护不好好地做事，防护想入非非，不过本分。走路只是走路，但是没有做走路想，喝茶只是喝茶，没有做喝茶想，吃饭只是吃饭，没有做吃饭想。做这一切的时候，只是专注地做，没有去想其他的事情，这就是最好的最有力的修行。走路的时候一心的走路，没有去想任何的烦恼。那你走路就变得很轻安，很轻盈，很自在，很潇洒。走路就变成了一种享受。

但是如果你走路的时候心事重重，妄想重重，妄念纷飞，那你会觉得累。如果你在走路的过程中，抱有任何的目的，任何的期待，你的心总是在结果上，总是在未来，没在脚下，你就会累。如果走路的过程中，你一直想，我们今天的这个路线是从哪到哪，这条路有多远，什么时候走到头？我的体力会不会不够，今天师父到底要带我们走哪条路线，走多久？如果你想这些个问题，你会消耗，你会突然之间有压力，会很累。你还没走，就开始累了。其实，这个时候你已经开始在心里走了很久了，你已经提前消耗自己了。你已经累了一段时间了，你都不知道为什么累。你还没开始走，你就觉得累了。你不知道为什么？是因为你已经离开当下，在心里去走那些路了。

当你发现的时候已经晚了。你已经消耗了身体的能量。就是我们平时为什么会觉得疲惫，都是妄想在作祟。

我们单纯的做一件事的时候，其实消耗的很少。在走路的时候，我们最容易看到自己的妄想，妄念。为什么？你忽然就觉得哪儿不对？还没走就开始累了，为什么？因为你已经在心里劳累自己了。还没开始，你就不舒服了，反正就是有点燥。这个时候，你一定是被念头带离了当下，被你的妄想带走了，离开了当下。我们坐在某个地方的时候也是一样。如果有境界，有人跟你讲话，如果有什么事，我们就做事。如果没事的时候，你一个人坐这儿的时候，就老老实实坐着，休息身心。你坐不住了，那是因为你习惯做事，不能停下来。一停下来，就不自在。所以，你需要多练习一物不为，练习什么也不做地待着。如果你不练习，你没呆多久，刚坐几分钟，就坐不住了。为什么？你不习惯。你又被自己的妄想带走了。

作为一个学法者，作为一个修行人，作为一个道人，他的素养，他的素质体现在哪呢？体现在随所住处常安乐。无事无境也能安心，不做什么也会安心，在哪儿都能安心。有一句俗语：既来之，则安之。这个来，是不管你干什么，不管你到哪，都能立刻安心。为什么能立刻安心呢？因为已经习惯于满足当下的状态，满足于现状。我们这个满足于现状，它并不是消极的！它是无上的智慧。你只有具有无上的智慧，才会满足于现状。满足于现状，你才能心安，才能不打妄想。

行脚路上我会一直提醒大家，让大家把心拉回到脚下来。拉到当下走路这件事情上来。认真专注地走路，是这个世界上最难的事情之一。然然在走路，并没有我在走路这个想法。只是，我们给它安一个假名，叫行脚，叫走路。你不要老想我在走路，我在走路。那个也不用想。当我们走路的时候，你不需要想任何事情。你急匆匆的憋得慌想上厕所，是不是走路过去。你走路过去，直接就奔厕所去了，你不会说，我在走路，我在上厕所。你从想上厕所那一刻，一直到你进入厕所，你都是活在当下。你从某个地方走到厕所，没过多久，你已经到那了。这一段时间其实你什么也没想，你只是知道自己要到马路对过的厕所而已。知道之后，这件事你就放下了，你不用总提醒自己。

所以说，走路是不需要想的。直接走就可以了。但是我们习惯了一边走路，一边打妄想，一边急着赶着上厕所，一边还想事，咣，撞门上了，都不知道，这就是我们的习惯。

如果我们一直练习活在当下，把眼前和当下的事做好，我们养成了一个什么样的状态？就是一行三昧和一相三昧。一行三昧就是专注和认真地做好眼前的事。带着觉性，把每件事做好。一相三昧，就是做一切事的时候，心无旁骛，制心一处。带着觉知，不是我起一个知去走路，不是，就是你没打妄想，六根自然起用，六根自然和六尘接触，这时候是一种自然的觉知。而不是起一个意识去了解，不是安一个知，自然就见闻觉知。一直都是这个样子，那这就是一行三昧。你没有住在妄想里边。没有住在烦恼里。

有时候我们可能也会打一些妄想，你不可能一天一个妄念也没有，不可能。你会想一些事情，想那些事情的时候，也没分别，也没是非，也没有消耗，只是回忆起一些事情，这个不需要我们对治，这是住妄想境，不加了知。于无了知，不辨真实。一行三昧和一相三昧不是说连一个妄想都没有，可以住妄想境，但是又不会出错。

妄念不生与住妄想境是交替进行，它们都没有问题。它都是我们本性的作用。不管是我们六根跟六尘接触生起的一个所谓的识，还是我们直接回忆思考一件事情，这都是本性的作用。我们修行，不是要把这些作用给泯灭了，而是不在这些作用上叠加更多的妄想分别。不在这些作用上去纠结，去纠缠，去分别是非，去分别好坏。

在日常生活到底保持一个什么样的状态才默契于解脱，不进入烦恼，怎么保持一个牧牛的状态，这个只有自己去练习，一次一次的，一天一天的，长时间的去练习，去摸索，去实证，去观照，去体验。具体的经验和心得，还得是本人自己去实践，如人饮水，冷暖自知。

好比如大家都会骑自行车，每个人骑自行车也不完全一样。但是大体一样，都是坐在车凳子上边，脚蹬在脚蹬子上面，一脚前，一脚后地蹬车。

每个人实修与牧牛的经验可能有一些地方不尽相同，但是大体都是一致的。牧牛的原理是一样的。它都是建立在对本性的如实了达，然后才能正确的牧牛。如果不识本心，对这个本性了解的不清楚，你也在做牧牛的工作，但是你会做错功夫。你是念头就拉，是念头就拉，很累的。然后自己住在了妄想烦恼里面，也不知道，也没拉，想了个别的倒拉了，整个是瞎牧。等于你表面上在放牛，可是牛吃了很多草你都不知道。你也觉察不到，因为你心里想着事。

牧牛这个工作难就难在我们生起第一念的时候，生起第一念，也就是生起分别心的刹那，刚要取着外境的时候，这个是你永远制止不了的。我们对外境一定会起反应。重要的是，我们看到境界，听到境界，闻到境界的时候，是否住着，是否贪取，是否念上生念。不让念头上生念，这是我们牧牛的工作。

在练习的过程中，我们严格要求自己。就是平时习惯心向外驰，习惯投射的时候，能够察觉，然后把它拉回来。这是一种比较严格的训练。

如果不经过长时间严格的训练，你会不知不觉就粘到境界上去。好的境界就生贪爱，坏的境界就生憎恶。连你自己都不知道，怎么就生了心？怎么就着了相了？那一定是因为意识先过去了，又投射了，动念了。比如说，我看到两个人打架，一个男人和一个女人，一个男人打一个女人。男人打女人，在世俗意义上讲，怎么也说不出理，因为男人比女人强大，男人欺负女人好像就不对。那我们看到这一幕，作为牧牛者，作为一个道人，训练自己不去投射，不要去分别这个现象。我讲的是在我们牧牛的时候，在我们训练自己不取相的时候。如果是一个已经解脱的人，一个觉悟的人，他看到这样的现象，他会不会去帮，这个谁也说不准。这个是不定的。这个只有当事人自己知道。对于一个觉悟人，他已经不被任何定法束缚。他愿意管就管，不愿意管就拉倒，他都是自由自在的。

我们说的是一种训练。因为我们习惯了一定会去分别，管，不是说我上去给他们劝架，这就叫管。我只要投射了，只要我的念头投射过去，我开始在那儿分别，我的注意里力转移到那儿了，开始分别对错，注意力已经过去了，你已经在管了。你已经在插手了，在干预了。

虽然你没过去给他们拉架，但是你已经管了。作为一个牧牛者，这个时候你就不要管，看到了，没有分别。你说看到了吗？都看到了，一个男的在欺负一个女的，你也知道这是不对的。但是，你会立刻停在这里，不再分别下去了。你可能会有其他的念一下闪过，比如你会告诉自己，那是他俩之间的事，跟你没关系。或者你想到了别的原因，你不去管，总之，你立刻回到了自己这里，你从一个现象那里回到自己走路的当下，这便是牧牛。你在分别外境的同时，告诉自己，分别亦空，所有的事情都是无意义的。那里并没有真正的两个人在打架，所以，你立刻就放下了他们，继续安静地走路。这非常好，你没有做错。除非你又从当下进入头脑，你开始道德评判，开始内疚，那么，一系列的妄想和问题瞬间出现，你开始吃庄稼。

这个就是今天我们要学的一段，夹山善会禅师的法语开示。

他的这段法语开示有一个重要的理论观念，就是解脱的观念是什么？一个人怎么实现解脱？实相的机制在哪儿？就是目前无法，意在目前。所有的法，一切的事情，一切的境界，都出自意识。我们目前，眼前永远没有任何的境界，没有任何的事情发生，除了你的意识，除了你的意识在这里演绎。是你的意识在一个虚妄的幻境里边演绎一个故事，演绎一个情景，变得好像有一个境界，好像有一件事情发生。实际上没有任何事发生，实际上是诸法无生。那儿明明打的热火朝天，已经杀了人了，血都出来了，如果你不投射，那里什么也没有发生。

这就是为什么祖师说，若真修道人，不见世间过。过，世间好坏善恶，都是你的意识分别出来的。通过牧牛的练习，包括我们每天这样给大家开示，对实相的理解和熏修，我们会越来越清楚为什么不要去管别人，不要去干涉因缘。

最近我总结了几个词，不管不顾，不问不理，甚至还有很多，不听，不插手，不干预，不参与。所有的是非，所有的烦恼，所有的事情是你问出来的，是你听来的，是你投射过来的，是你自己接收的，没有人逼你接收，是你自己投射又接收，是你参与了，是你的意跑出去了，那儿啥也没发生。是你的意，你没守住你的意识创造的一切故事，而这没有发生在任何地方。你没有牧牛的功夫，你没有看到意识去吃草，它很快，直接就投射出去了。它能一念间完成分别是非，评判对错，演绎世界史，演绎人类的故事。它非常快，刹那间就完成了。

通过牧牛的练习，我们这种习惯性的在境上生心，在相上生心，取相分别自心境界的习气会越来越少，而且你会发现你在取境。

《楞严经》里有一句话叫：自心取自心，非幻成幻法。什么叫自心取自心呢？就是，我们取着了自心的境界，本来是没有这个境界的，那是意识投射的幻境。是谁在取着，一定是意识在取着，意识取着了他自己，其实是他执着自己投射的东西。他定在了他投射的幻尘上。

自心取自心，真实就变成了幻法，非幻就是真实，真实的就变成假的了。我们见境生心，就是在取自心。你分别外境，一定是分别自心。你分别的不是外在的东西，一定是分别自己，也就是说一切的境界，一切的故事都来自你自己，都是你自己投射的。

外边并没有两个人在打架，知道吗？并没有一个人在违反公共道德，在吐痰，没有一个人在打猎，没有一个人在杀生，都是我们自己投射过去的，你看到了杀生，一定是自己在杀生，你的意识和妄念在杀生。你看到了错误是非，一定是自己的分别心在那分别是非。佛法就是这样，心生则种种法生。为什么不能被人接受？不能被人领悟呢？因为它是隐藏着的，它与相是相反的。就像电影里的一个画面，其实他是倒过来的。镜子里照的相和实体都是相反的，但又一模一样。我们把相反的东西都当成真的，所以我们看到的一切都是自己的意识。那儿什么也没有，外边没有法。

心外无法，满目青山。这个青山只是一种纯净，清净的比喻。满目都是清净的，那你怎么会看到是非呢？你怎么会看到善恶呢？那一定是你自心分别出来的。为什么说不要生心动念，在我们习惯性的取境的时候，分别是非的时候，不让我们生妄心，打妄想，原因就在这儿。因为你生的忘想，分别善恶，都是分别你自己。外边永远没有对错，我们改变不了任何的境界。这个世界就是一个影像，你改变不了，该发生什么，你永远改变不了。我们唯一能改变的就是不再去投射，我们知道这些都是假的，是自心分别出来的，是意识跑出去分别的，不再相信它。这是我们唯一能做到的。其他的，我们做不到任何，世界还是那个样子，永远会有事情发生，连绵不断的在幻生幻灭，没有停止。但是这个不是实相，实相是我们不取这个境，一切就无生，没有什么发生，永远是寂静的。

上堂：有祖以来，时人错会。我们打开《祖师禅》三六八页，看夹山善会禅师这一段示众。其实，我刚才讲这些，已经把夹山善会禅师的这一段开示讲了一遍，只是用自己的话来讲的。我们看看古人祖师他是怎么开示万法唯识的，他是怎么讲的。

大家想学禅宗，想明实相，想了达实相，首先得有一个前提条件，就是你的心得沉下来。就是那些个乱七八糟的，那些没意义的，世间的那些琐事，你不要再想。学这一门，需要我们有高度集中的精力和清净心，就是心特别静的情况下，你才能领悟到这个东西。不然的话，你听过去就忘了，听过去就忘了。比如说这个“目前无法，意在目前。”就是讲一切万法，都是我们自心分别投射的。我讲的时候你听的清清楚楚，甚至也很明白，但是，过一天两天遇到事，又开始迷在事上面了。为什么？其实你当时没有真正听懂，表面上你听我讲的挺清楚，但是你心里边有障碍，有缠缚和覆盖。你有烦脑，你那个本性没有处在一种自然的开放的状态，所以真正的理你没有领悟到。那你自然就不会用，就算你记都记不起来。这个理你连想都想不起来。你要琢磨半天才能琢磨到原来所有的烦恼都是自己投射的。还得别人提醒你，可是如果你清净了，你领悟了，你能时时都会用智慧观照一切事，一切境。实相这个东西，是你特别静的情况下，没有这些妄想烦恼的浮云盖着的时候，他才能显发。你所动的心思才能跟本性相应。智慧，般若智慧，是本性自然的一个状态，是在没有盖缠盖覆的情况下自然流露的。有盖，它就不会显现。你有这些东西盖着，它是不会起这些作用的。他起的全都是分别、生死、意识的作用，不是般若的作用。

寒山大师有一句诗：凡读我诗者，心中须护净。就是你读我的诗，你想读我寒山大师的诗，先把心静下来。你先把心里面清空了，一物都没有了，你才能读我的诗呢。不然，你读不懂的。寒山的诗其实是看上去真的是没啥，也没有个文采，也没有个修辞，也不太押韵，也没有太多的手法，就是很直白的，很简单的，甚至说很粗的，但是里边蕴含的全都是实相和真理。你要不清净到一定程度，你觉得那些诗有什么好的。可是你静到一定程度，你就知道寒山大师的诗，那才是心境高妙，智慧透纸，首首都是开悟的诗。所以凡读我诗者，心中须护净。

一样的，我们学无上禅，上上乘禅，学这个上上根基人才能学的法，一定要把心静下来，有很深的涵养功夫。怎么才是上上根基的人？烦恼妄想全都扔掉，能够既来之则安之。我们坐着听法，今天参加禅七，你就得万缘放下，什么事都不要想了。你如果说，哎呀我家门忘了锁了，出来时着急，忘了锁没锁，这你都放不下，你还是回家看看去吧。师父晚上还讲不讲法？我晚上有点事，如果不讲，我中午就回去了。上午还没听法，先问下午的事。你还是上午就回家得了，这几天怪累的，你赶紧休息会。你以这种心来听法，来学无上禅法，就不相应。那就是杂染心，散乱的心。不是一个百分之百求法的心。然后我们坐在这里了，你就更需要摒息诸缘，万缘放下。好好的静下来，一字一字的听师父讲。如果我们自己有些理悟不到，我们看祖师怎么开示，听我讲，把修行方法学会了，用到生活里。我把这个东西层层剥给你。把我们的烦恼是因为什么而起来的一句一句地讲给你听，如果你还不能仔细听，那你怎么解脱啊？实相到底是怎么回事？直接讲给你，你能听懂一样能觉悟，一样能开悟。不是说非得我拿棒子打你或者呵斥你，或者喝茶去，或者是我扭身就走，你才能开悟。那不是现在这个时候，不是那个时机了，不是那个时代了。古人是不会跟你这样讲了，不会告诉你，一切法相是我投射过去的。他也讲一句：目前无法，意在目前。完了，就这两句，你能理解就理解。理解不了，你也找不到他给你细讲了，那祖师的言教就石沉大海，束之高阁了。

我们看，上堂：有祖以来，时人错会，相承至今，以佛祖言句为人师范。自从祖师到中国，自从达摩祖师到中国传法以来，传这个正法，传佛心印，很多人都错会了祖师的用意。也就是错会了禅法。一直到今天，我们把佛和祖师留下来的言句当成了一种真理，当成了一种示范，这是指末法时期众生着相求菩提，着在了文字和故事上。这个是一种什么样的状态？就是大家在一起，古代也是一样的，灯录里记载了很多学人，僧人，他们平时没事干就在一块聚，研究佛和祖师留下的文字，以为那里有玄妙。我说一句这个：目前无法，意在目前。他说一个：云在青天水在瓶。这句话，每个人都能讲一句。若有意，就自救不了。这些话，都能照背，但怎么用，却不会用。就把这些佛和祖师经典的句子当成了佛法，聚在一起谈论，没有去做。

所以这个不做，不操作，不练习，你与佛法无缘。口说般若，身心不行般若，自古以来都是人们的习惯，把这个当成了禅宗了。照搬祖师和佛讲过的，没有用的。做到才算有用。若或如此，却成狂人无智人去。为啥？口头禅。记这个东西太容易了，脑子好一点，我多看点，我多记点，那却成狂人无智人。如果只是这样，比谁记得禅宗的东西多，至理名言比谁记得多，那就有修行了吗？就算记再多，该烦恼还是烦恼，那有啥用？你记一箩筐，一句都用不上，等于零。古人说：说得一丈，不如行得一尺，就是这个意思。他只指示汝：无法本是道。这个他，是指佛和祖，过来人。过来人说一千，道一万，他只是指示你一个道理，也就是说：无法本是道，道无一法。

现在有的同修学的也不错了，也能鹦鹉学舌了，实相里什么都没有，无少法可得，也不错了，以前还不知道这句话呢。有的人连学这句话都学不会，脑子没在这个地方。以前连鹦鹉还不如呢！现在最起码上升到鹦鹉了。以前是蚂蚁蚊子，连话都不会讲，现在能学会说话。

我们现在也是学这些，但是我们学这个要用上，我们天天做牧牛，我们摒息诸缘，我们常驻道场，我们不参与世事，这些都是实证实修，真实修行。但如果用心全在佛祖的言句上，就是狂人，无智人了。

无佛可成，无道可得，无法可取，无法可舍。这是实相吗？是，但是，你需要去亲证。你需要去相应，去做。

所以老僧道：目前无法，意在目前。这个目前无法，意在目前，它不是目前法，非意之所到。也就是说，法一定是意识分别出来的，万法都是意识分别出来的。心生则种种法生。心灭则种种法灭。目前无法，眼前什么也没有，有一定是你起心动念分别才有的。

宗门里有一句话叫：山是山，水是水。悟道之后和悟道之前，看山是山，看水是水。正悟道时，看山不是山，看水不是水。悟道之后，看山还是山，看水还是水。这个看山还是山是什么意思？并不是说有个山在那儿，也就是说，没有分别这个相，看到山了吗？看到了，没做山想。什么也都看的到，什么也都听的到，就是没做想，没做分别。分别亦非意。看听，都是本性的分别。但这个分别是自然而然起用的。分别的当下都是不住的。当下就空了。我们不要再在这上面再生分别，这就是解脱。你生了分别，然后离，还是解脱。如果你一直住在念上，住在分别上，层层叠加，那就叠加出地狱来了，叠加出妄想烦恼来了。

它不是目前法。还隐含着什么？还隐含着一个所谓的境界，不仅这个法的概念是很广的，它不仅包括事，还包括境界。平时有时候说事，有时侯说境界，有时侯说相，都是一个意思。相，境，还有这个概念呐，投射啊，这些个法呀，都是一个意思。这个它，是指境界，什么意思呢？它不是目前法。就是你目前现的一切，都不是真实的。这个他，你也可以理解为真实的，真实本性。真实本性不是目前的法，目前法一定是境界，一定是你意识投射的。

有的人会有一些境界，当他清净的时候，会有禅定的境界现前。我简单给大家讲一下，禅定里头哪些现象？比如说我们在打坐的时候，坐的时间长一点，或者坐住了，一心不乱了，然后自己的心越来越静，会有种种的相显现。最明显的就是会出现光，会出现火球，会出现火苗，会出现火。

师父，我经常会看到有火出现，有火光出现，有火苗出现。

这是入定的一个表现。就是你坐在这儿，念头基本上不生了。你心已经很静了，静到一定程度，神识中会现出一些相来。但是这个静我们一定要清楚，这个不生念，不生心的静，不是本性，它只是一个妄念而已。静怎么是妄念？当然。诸法实相本来没有动静之相。动静都是相，都是念的折射，都是识心计度。心若不计，何来静？

所以我们学法一定要了解本性。本性是没有一个静可得的。本性也没有一个念与无念可得。我们说无念，是指不生妄念，不生烦恼念，不住于念。而不是彻底的清静的，光灵灵的，了了灵知的，那个不是，那正是一个大的妄念。但是能入定的人，都是自以为妄念少了，突然出现的一种状况。基本上都是一念不生的时候，但这里的一念不生和祖师所说的一念不生完全是两回事。祖师们中所说的一念不生，是不生心，是不住妄念，不生烦恼念，是应无所住而生其心，不是变成土块一样，一念不生。有的时候，打妄想也能入定。所以，并不是真的一个念都不生，那正是跑偏了。这个不是绝对的。但是大多数都是心静到一定程度，入各种的禅定。刚才我们说的这个火苗，就是其中一种，是我们要注意的，不要执着这些个境。

还有我们这个有的时候你打坐，或者是躺着的时候，都有这种情况，你会突然间感受不到身体，身体空掉了，只剩下一个清清楚楚的意识，有人把这个叫了了灵知，叫自性。这个不是自性，这是识。

还有，你走路的过程中也有这种情况，忽然会觉得身体拉长，身体膨胀，膨胀到虚空法界，就是你能感觉到整个遍虚空法界都是我的身体。比如有人在打般舟七时，身体越走越轻，一直到没了身体，身体就像空气一样在飘动。这些人会越走越想走，不想从这些境界中出来。或者是感觉身体被无限地拉伸，一直都在延伸。很奇妙的，这种境界，都是禅定的境界。还有自己会飞，会上天入地，会身上出火，身下出水，能把自己点燃，自己在虚空中燃烧，法华经里药王菩萨燃身供佛，就是禅定三昧境界。还有感觉自己像空气一样，没了，身体整个都没了。或者半个身子没了。或者整个脑袋没了，光剩一个无脑的一个身体在那儿坐着。这都是妄想境界，但有的人把这些当成好境界，当成是修行的成就和成果，这就离着魔很近了。

大家一定记住，禅定境界都是妄想境界，不可取的，不可执着。不要以为这个是一种殊胜境界，是一种功夫。在这里我们顺便提一句，关于种种禅定和三昧，都是途中景色，凡所有相，皆是虚妄。

这个就是他不是目前法的真实之义。一切禅定境界，都是目前法。虽然不是肉眼的境界，但都离不开识心的境界。目前无法，这个目前，有广义，那就是识前无真法。这个身体空了，没了，甚至感觉整个世界都没了，这叫啥？有人把这叫虚空粉碎？大地平沉？这不是虚空粉碎，大地平沉。看不见大地了，也看不见虚空了。虚空大地全都没了，我也没了，但是这一切是谁在知啊？没了，谁在知道没啊？还不是有一个意识在执取在认定吗？肯定有个知，这个知就是能，就是生死心，就是根本无明。没知怎么会有虚空粉碎的概念呢！佛性本性是不会做虚空粉碎想的。

我们看夹山善会禅师这一句话，可以帮我们突破一切的境界。因为它不是目前法。那你所见的火球，身体空了，三昧的光，飞升到虚空，上身出火，下身出水，千手千眼，这些都是目前的法，都是意所到处。而它不是目前的法，非意之所到。然后自己还能化身无量的佛身，真正的佛身，是非身。金刚经云：佛说非身，是名大身。有身就不是大身，不是法身。你看到的佛，不是真佛。真佛无相。你明白这个道理，再说一切法都佛法，那才可以。

也就是能说，现在你目前能感觉到的，你意识中所体验到的一切，你能体察到的，体悟到的，都是妄想，都是识心境界，是过去神识中经历的影像。所以如果有人跟你讲，你帮我看看，我这种境界是不是见性了？打住，甭讲了，肯定不是见性。你能讲出来的永远都不是本性。你甭讲了，你喝茶吧，我剩的茶，浮根。看他明白吗？你一喝茶，他还在那儿说，你就可以把他赶走了。

若向佛祖边学，此人未具眼在。为什么不能像佛祖边学呢？师父我们不是学禅宗，不是学佛学祖师的法么？那是心外求法，非真佛真祖师。真佛真祖师，是自心做得，是自己的佛法。佛祖是什么？佛祖是什么？佛祖也是目前的法，是意之所在，是妄想分别。所以佛祖是我们心中一个最大的障碍，如果你着在了一个佛和祖的相上，是着相求菩提，穷劫不得。所以古人说，此人未具眼在。你还没抓住佛法的根本。佛法的根本在自己这里，不在佛和祖师那里，他们都是相而已。

佛与祖是我们最大的一个妄想。那我们说不就不学佛，不学祖了吗？不是，看你怎么学，你学的是什么。不是让你学他的相，而是学他的神，学佛与祖师的精神和愿力，学他们的智慧。而这一切，都在你自己这里具足。佛祖只是让我们看到真实的自己而已。虽然佛祖是幻的，但是这个幻的告诉我们真的，真的在你这儿。

这就有意思了，我们天天说学禅宗，学祖师，让我们看祖师东西，你又讲不能像佛祖边学。是不让你学佛祖的言句，不让你学佛祖的那些显现的样子，不让你学神通啊，禅定啊，苦行啊，因为那是他的样子，那不是你的样子，那些是诸法的表相，非是实相。所以你可以看伪善的东西，但你不要学伪善的法。你可以看马祖的开示，但是你不要学做马祖。学马祖你就会被人拿小拉车把你腿给撵了。不是什么都能学的。马祖有马祖的特色，六祖有六祖的特色，你有你的特色。我们学的是智慧，学的是你自己本有的东西。所有的祖师，他之所以是祖师，他和其他法师不一样的地方，就是他让你向自己看。向里看，让你活出你自己的东西来。而不是学他的东西。

有人说，师父，自从跟您学，我感觉比以前更开心，更自在了，烦恼少了。自从听了您讲的法，自从明白您讲的道理，祖师东西我也能看懂，这个可以，恭喜你。但能在生活中解决自己的烦恼，不再被自己骗，这才是学佛的一个结果。这个结果不达到，学法就是一句空话。你不用说学谁谁的法，都是你自己的法，没谁的法。没谁，也没有法。法在你自己那儿呢！

若向佛祖边学，此人未具眼在。为什么？皆属所依，不得自在。所依就是，你还是心向外求，意识还在向外找，没有回向自己这里。所谓回向菩提，是回到自己这里。佛所说的所有关于回向，都是回到自己这里，不是向佛祖边求。向佛祖边求，就错失了自己的真性。此人未具眼在，说明他还不会修行，还在心外求法。心法所求，都不是真的，那不是你真老师，那不是真佛，那不是你真师父。

如果你执着佛，执着祖师，执着师父，那有可能你临终时候会现一个六祖，会现一个马祖，你都不认识马祖是谁，但是到临终时候，可能有个人现出来跟你说他是马祖。会现个佛，甚至会现个师父出来。你这一念欢喜，倒霉了，投猪胎里去了。你没做好牧牛的工作，见相又生心了。所以这个牧牛的工作，真的非常的关键。我们见一切境界不去分别，不去投射。学法难就难在这里，又得跟师父学，又得学祖师，还得知道学祖师什么？不能学他什么？

本只为生死茫茫，识性无自由分，千里万里求善知识，须具正眼，求脱虚谬之见，定取目前生死为复实有？为复实无？若有人定得，许汝出头。上根之人，言下明道，中下根器，波波浪走。何不向生死中定当取？何处更疑佛疑祖替汝生死？有智人笑汝，汝若不会，更听一颂：劳持生死法，唯向佛边求。目前迷正理，拨火觅浮沤。

夹山善会禅师开示：为什么我们不能向佛祖边学？为什么？因为他们都是所依，是心外之法，不得自在。是你的业识茫茫外觅，就是你在用业识在找，在吃草，意跑出去了。所以没有自由分。我们千里万里求善知识，不是求他的一个知见和定论，不是求成为他，不是学他的几句话，一个道理，而是依止他修行，自己获得解脱的能力。是因为看到了他而激发出自己的东西来。被善知识调教，自己的本性活出来了。所以我们求善知识，他一定须具正眼。什么是正眼呢？正眼，也就是正法眼。一个真正的明理见性的善知识，他的作用在哪？它能够帮我们摆脱所有的邪知邪见，帮我们除掉所有的虚妄见，错误的知见，有为的见解，有法可得的见解。能时时提醒我们，不要向外做功夫，不要盲目的做功夫。帮我们开脱这些。所以叫“求脱虚谬之见”。只是帮我们砍下一些东西，并不给我们增加什么。砍掉那些错误的知见，然后让我们看到目前到底有没有生死，是谁在生死，是谁在分别生死，是谁在给生死定义。出离了妄想，才是真正的出生死。生死只是我们的一念分别和妄想而已。出了意识的坑，一切法都出来了。

所以生死是意，目前无生死，意在目前。这个目前就是一切显现，就是现前的世界。你能看到的，你能感觉到的，你能听到的，你能体悟到的，这一切的都叫目前。只是用一个“目前”代替所有的法。这一切的法，都是意识在前引导。这句话就是让我们去仔细看清到底是什么在起作用。除了我们的意识和分别，并没有生死可得，所以问：为复实有，为复实无？如果你看的清清楚楚，是自己的意识分别投射的一个生死，你也就明白，众生，佛，修行，解脱，轮回，有为，无为，六道，都是你的意识先出去的。如果你定当得，如果你看的清清楚楚。你就发现，目前一切法皆无，确实没有。无法本是道，道无一法，无佛可成，无道可得，无法可取，无法可舍。你清清楚楚看到了实相如此，谁都动不了你了。许汝出头。什么叫许汝出头？你明白了，觉悟了，实证解脱了，才许你讲话。不然的话，闭嘴，都是。没有真正觉悟，出头就是生死。甭给别人讲，讲了半天都是枷锁。一个枷锁套一个枷锁，互相套得严严实实。

上根之人，言下明道。这个东西一悟道，就完了，是自己的了。没有那么多东西可说。不用老想，还老去看，还再想想。再想想，那是不明白。师父快给我讲讲什么是实相？讲出来的只是文字，实相早就过去了。所以见性一定是言下见性，永远是言下见性。为什么？为什么是言下见性？如果说不是言下见性，不是顿悟，不是默契，不是觉悟，你见的是什么？一定是意识里的知见，是妄想，是意在目前。一定是跑意识里去了，是住着了。跑意识里去了，就不是见性了。师父我还要多长时间才能见性？跑意识里去了，离开了言下。没起这念心时，你在干什么？向那个地方去猛醒。师父，到底怎么理解言下见性？你这一问，离开言下了，又跑意识里去了。

所以这个言下见性是什么？不跑意识里住着，就是见性。一刹那间，心不住法，心无所住，就是见性。说的不是，做的才是。就是一刹那间相应，就是佛。见性是言下的事，是过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。不在三际的事，勉强用一个言下，这个言下如果你理解为在说话的当下，都已经错了。还没说话的时候就要见，还没动念的时候就要见。就是我们的意没出去的时候，意没在目前的时候，没有投射的时候，只是看的时候，就是见性了。

很简单，简单到你会惊讶，你会不相信。但是，我们总是要跑到意识里去见性，所以成了目前法。而古人说了，他不是目前的法，非意之所到。你那个见的性永远不是。师父，我觉得我开悟了，早就过去了。师父，你看看我这个是不是正理，就算是正理，早都过去十万八千里了。过去好多年了都。正理不可得，可得非正理。上根的人，一听就明白了，言下就悟道，一切都是我投射的。目前无法，意在目前。他不是目前的法，非意之所到。

那中下根之人呢！波波浪走。什么叫波波浪走，到意识里去流浪去了，不停地打妄想。刚有人笑了，波波浪走，就是到处找。这个找是指在意识里波波浪走。所以，何不向生死中，定当取知？为什么不认真地看看，到底有没有生死，你还依佛依祖心向外求？为什么不看取自心？有智人，明白人，过来人，一看你就知道你在什么境界，因为这个东西太清楚不过了。

如果你还不明白，那你听我说一个偈子：劳持生死法，唯向佛边求。如果你求佛求祖，你跟求生死是一模一样。那你是牢牢的在坚持一个生死之法。你向自己求，不要求佛求祖，那才是佛法。你一求佛求祖，就吃草去了。目前迷正理，也就是说，本来言下见性的事，你就迷到意识里去了。拨火觅浮沤。你跑到火里边去觅水，越来越远。离开当下，去求真理，如火里求冰，如火里觅水，转转悬远。这句话，大家自己去看。反复地读这句话，看看到底是何意？什么叫劳持生死法，唯向佛边求，目前迷正理，拨火觅浮沤？参！

祖师禅讲记第十二讲

咱们这几天的禅七，包括上一期，这两个七连接的很紧密，中间就休息了几天，第一期禅七之前我们带着大家行脚已经五六天了，而且中间一直穿插着在讲祖师禅，讲过去祖师怎么用功，古人怎么用功，古人给我们示现什么是无功之功，无用之功，不施功之功，表面上我们把它叫做牧牛，实际上是不做任何的功。就是看着，防着，防止我们落入妄想分别的妄念之中。

这段时间不管是开示，还是带着大家实际操作，我自己很用心在做，希望大家也都是认真的去实践，专注的去做这件事情。万缘放下，把世间的事情都暂时放下，别学着法还想着其它的事情。那样会分心。我们讲的都是祖师留下来的最精彩的开示，都是修行过程中最重要和最关键的部分。我们自己不能开悟，不能见实相，就是熏修的少，学习的不够，练习的不够。我们在这方面投入的太少太少了。大家都是在家人，还有家庭，有工作，用功办道的时间太少。我们抽出宝贵的时间来参加禅七，有的人是请了假的。参加禅七的精进共修，就是抽出一段专门的时间，进行强化学习和训练，这是我们现时代修行没有办法的办法。

其实修行本来是需要一个修道者自觉努力的去做，是自己对自己的要求。因为你不是给别人修，你是给自己修。但是大家没有这个能力，也没有这个觉悟，那我就带着大家一起去做，它也是有效的。而且我们做的时候，如果很投入，很认真，它是很有作用的。前几天的行脚和牧牛就非常有效果。我们离念的功夫就比以前强了。我们看到自己这个妄念的觉性就比以前高了。我们做事的时候就比以前更专注，更踏实，更不容易打妄想。而我们独处的时间，不做事的时间增加了，也不会觉得不安了。我们能够在独处，在不做事，在一物不为，在以前会觉得无聊寂寞的时间里面，我们会比以前更安心了。我们这样的训练越多，就越安心。就是越能够不依六尘，真性自在。

这种训练，就是让我们的本性更自在的去起用。

这一定需要练习，它是一种转化，需要转识成智。转我们以前分别，烦恼，执着的习气，把它变成一种潇洒的，自如的，随用随空的这样一种状态。今天下午我们在乌龟台，坐了将近三个小时，也正好赶上今天天气特别的适中，天气也比较晴朗，户外呢很惬意，小风一吹，我们在那禅修。有的人坐在亭子里，有的人坐在草地上，有的人在那儿修习卧禅，有的在那儿打坐。我自己在那儿躺了一会，然后也坐了很久。我们越是这样息虑忘缘，让自己造作的心、造作的习气、贪求的习气、有所得的习气，这种心越来减少，逐渐息灭，我们越会与实相相应，与本性相应。因为本性是无得的，它是无得无失的。它是不攀缘不抓取的。它是无取舍的。

所以我们学法一定要先见本性，你知道本性是什么样的你才能够跟它相应，你不识本性一定是没法跟它相应的。本性是不增不减，不取不舍，无做无为，无觉无知，也无不知。它不属于知与不知。你知道这个，才能够不住在所谓的知上。你才不会立一个知是本性。你才能够牧牛，你才能一物不为，你才甘于一物不为，你才能彻底究竟的安心。不然的话，你一定会落到意识里边，会落在习惯性的以为有个东西可得，有个法可得，有个境界可得。哎呀，这怎么空荡荡的，干巴巴的，没着没落的，好恐惧呀！这啥也没了，好沮丧呀，好消极呀！一切都没有意义了。你落到意识中不觉，被自己的妄念缠住了，就错过了最平常的当下。你不能安住在这些平常索然无味的状态里，你永远不能言下见性。你总会与它错失。你不习惯，你不了达，你不了解这就是本性。本性是没有任何境界和状态可住可得的。它不会立一个意义。连虚无都没有，它什么也不立。

那我们为什么不能默契这个本性呢？一是没有认识到本性，二是你就是认识到了，你不习惯。好比如说，你从小就跟你亲娘分开了，还没出满月就分开了。长大有人告诉你，这是你亲娘，你见第一面不熟，过两天又见一面，还不熟，见多了就熟了，这是我妈，我记住了。我们认识一个陌生人也是，一开始都不熟，见几次就熟了。

对于本性的这种无事，无依，无倚，不攀缘，无造作的状态，我们不习惯，就觉得它好可怕，觉得这个不应该是解脱的状态。解脱应该是满心欢喜的，应该是充实的，应该是非常幸福，非常喜悦的。本性难道就是这样平常无味、毫无奇特的吗？是的，所有的奇特和不凡，是你头脑加上去的。你以为的那种幸福，那种充实，都是妄想。本性的充实快乐，它是不在觉受里，那是你无法感知到的，正是你离于一切的感知，不起恁么想，与它默契时，方能证得。是你什么都感知不到，但又不是一个无计无知的状态，又什么都清楚，又不住于清楚，勉强形容，就是这样的状态，而又永远找不到一个可住的状态。

我们能够感觉到风吹，能够听到各种声音，我们什么都知道。但是没有黏着。本性唯一的特点就是，本性解脱唯一的特点就是烦恼苦的息灭。我们把这种烦恼痛苦，这种颠倒恐惧的消失，把它称为喜和乐，把它称为内心的充实。而这种充实和我们以前靠物质，靠外缘，靠有所得，而体会到的那种充实是截然不同的。你靠一个缘，一个条件，靠识心体会感觉到的充实，满足，它一定会消失。那个是假的。而本性的这种安心安稳和自在解脱，它是无条件的，它是需要觉悟的。我们勉强形容一下，就是没有任何东西可把握，没有什么可说可形容的，也说不出来开心，也说不出来不开心，也说不出来所以然。古人云：没有这么多道理可讲，珍重！然后就各自散了。

不管你处在任何的状态，记住：目前无法，意在目前。师父我感觉有点空虚，空虚，你进入了意识，没有好好牧牛。所以牧牛没那么简单的，它是所有修行中最难的一部分，也是最关键的。其实做到最关键的时候，已经入道了！因为很多时候，你以为你在做功夫，你在牧牛，可你是在无计中，或是在妄想里，你不知道罢了。因为你随时都会捕捉你意识中的东西，被它骗。你会沉浸在里面而不觉。也就是说，你过去的经验，你喜欢的，你意识里、妄想里喜欢的东西，你会一次次地贪着，你总想在心识中经历它。六道轮回其实就是一种习惯，是一种喜好。你把它错当成快乐，错当成真的了。其实都是幻梦。

所以从妄念中出离，这个真的需要反复的操练，练习。你就多坐着，多去行脚，多做一物不为，你就多不思善不思恶。少打妄想，多坐在院子里吹风。吹风的时候，我们就只是吹风，不要一边吹风，一边听音乐，一边和别人聊天。吹风就是吹风，坐着就是坐着，专注地做好一件事。一次只做一件事，你会越来越安静，越来越快乐。蹲马桶就是蹲马桶，不要拿着手机，或者带着耳机蹲马桶。走路就是走路，不要和别人说话，也别东看西看。能每次只做一件事，就非常接近禅修的状态了。

我只是知道自己在吹风，知道就完了。一会又听见声音，听见就完了，不用住在听见里。吃饭就好好地吃饭。这就是解脱的状态呀！还要什么？还找什么？但是这个状态里面，有个很明显的特点，是什么？没有受想，做一切事而不做做想。做了就完了，别住在里面。解脱的状态看上去没什么，但是没有烦恼，没有挂碍，没有恐惧，没有不安，没有人我是非，没有纠结，没有痛苦。没有担心，没有不舒服。你说我热了，热了这个不叫不舒服。冷了需要穿个衣服，这个不叫不舒服。哪个叫不舒服？在你心里边藏着掖着一件事、一个人、一份记忆，挥之不去，一想起来就是怪怪的，就难受。那个叫不舒服。那是你的执着导致的。那个是意识。我们千万不要进入那里边去，一进入就赶紧拉出来。赶紧吹风，赶紧用实相告诉自己，目前无法，意在目前。告诉自己：我又进入妄想和故事了，都是假的，快出来，别折磨自己。赶紧告诉自己这些。实相里嘛也没有。

没关系，一切都是无常的，不久住的，要认识到这一点。如果这个我执，这个习气，这个烦恼是真实的，我们就全都完蛋了。我们就全都毁灭了，永远没有解脱的机会了。但是很庆幸，这一切烦恼和不安都是假的，是识心取着出来的，是虚妄的。不论你觉得它多么真实，它都会有消失的一天。只不过，你执着的话，会长一些，而你白白地受苦。最终，它还是会消失的。所有的痛苦，你再执着，它都留不住，都会消失的。因为空是它的本质，消失是它的本质。明白这一点，你对自己的很多执着，也会放下的快一些。你不论怎样，它都会消失。知道这一点，为什么还紧紧地抓着烦恼不放呢？

所以这个是我们最后的王牌，了达一切烦恼的本质是空。大家千万不要害怕你解脱不了，不要担心你修不成。只要你肯修行，你一定能解脱。解脱是绝对的，是没商量的，因为那是实相，那是真实的，谁也改变不了实相。烦恼和妄想只能欺骗你一时，不能永远欺骗你，你一定会走上解脱之路的。你一定会解脱的。因为解脱才是实相，才是你的本来面目。

不解脱，是我们暂时迷了，是我们不了解自己，是我们不认识真实的，而迷在了假相里。是我们暂时迷在了一个假的东西里面。大家对修行一定要有信心。虽然我经常讲，你们根基不行，连中下根器都不算，你们这辈子就甭想解脱了，但那都是一时的气话，我并没有真的那么认为，那都是鞭策大家，鼓励大家用功修行的。虽然有时候这样讲，好的善知识就是一会打一下一会哄一下，知道吗？也不能一味的哄，也不能一味的打压。一味的打压就都不修了。一味的哄就不知道天高地厚，不知道自己几斤几两了。

我们前面学了一段夹山善会禅师的开示。还有一小段，我们把它一块学完了。这本《祖师禅》有个特点，不知道大家看到没看到，前边基本上都是先有一小段介绍，某个禅师，某个祖师得法的经历，或者他的生平介绍。中间会有他的几个公案，后边会有一段他的法语开示。这种开示，就是直接给大家讲什么是实相，怎么修行，怎么实现解脱，好多的修行方法就直接讲出来了。它不像公案，让你打哑谜，让你自己去参，去悟，而是直接告诉你怎么修行，什么是佛性。

上堂：不知天晓，悟不由师，龙门跃鳞，不堕渔人之手，但意不寄私缘，舌不亲玄旨，正好知音，此名俱生话。若向玄旨疑去，赚杀阇黎，困于止泺，钝鸟栖芦，云水非阇黎，阇黎非云水。老僧於云水而得自在，阇黎又作么生？

这个不知天晓就是不需要你去起心动念去知道什么，众生心灭则佛法生，众生心灭则真法生。你不起心，那就是本性。你起心就把本性盖上了。所以不知天晓。不知最亲切。天就是形容本性。你不知那就对了，我什么都不知道就对了，不会就对了。但是，这里的不知，不是像石头墙壁无情那种不知，那是断灭见。而是不起我有所知的念，一切都清清楚楚，山是山，而不执于山。世界是世界，而不执迷于世界，一切是一切，都了了清楚，不做一切想。一切都知，而不做知想，不做见想，不生法相。

悟不由师。悟从自心悟，不由师悟。古人云：非师相授与，我亦无所得。悟不由师，没有任何一个人开悟是别人让你开悟的。别人可能会帮你创造开悟的机缘，但都是自己回光返照的一刹那而悟道。

大家千万不要太执着于祖师啊，佛经啊，还有师父的开示。祖师的开示只是一个指引，路得自己走。佛经也只是提供方向和方法，修行需要自己去实证。只是在文字里摸索，是无法找到真理的。我们多从自心上去体会大道。你要有自己的法，自己的本性活出来，实证自己本性的妙法。这个东西怎么能出来啊？多独处，多静心，多坐禅，多行脚，多诵经，多持咒。哪一个方法适合你，更能让你安心，你就多做哪门功课。这么多的方便和方法，就是给不同时期不同修行者提供的。你不用贪多，先从一门深入，把一个功课做好。不论做什么功课，有一点是相同的，就是一定要多独处。比如你喜欢打坐，就多去水边林下呆着去，少跟别人在一起。你跟别人在一起会干嘛啊？会散乱，会分心，会把注意力放到对方身上。有一种是例外，就是大家约好了在一起精进共修，就像我们现在这样。这是例外，平时要多一个人独处，做功课。尽量别在一起。目前无法，意在目前。闲言散语，是是非非，生死习气，都是和别人在一起发生的。你不可能心思在另一个人身上而能体悟无上妙道，与别人在一起，你是看不到实相的，跟别人在一块儿，一定会被分心。听经闻法、共修办道除外。

大家学法要多向自心悟。怎么向自心悟啊？静到一定程度，自然就能觉悟。不悟，是因为心上有太多的东西盖着，没有完全静下来。包括我们出去行脚，休息，会修行的，有智慧的，情商高的，根基好的人，他都会在这些很细的地方去用心，去体会圣道。他都会跟别人做的不一样。

比如今天，看你们那帮人，一歇下来就围在一起，好多人坐那个亭子，围一圈，你一句，我一句。那你不打妄想还等着啥呀？你一会看他一眼，他一会看你一眼的，你一句，他回一句，就这样把静心独处的机会错失了。会修的人，一个人找个安静的地方去发呆。共修就和大家一起行脚，牧牛。休息的时候，为了不散心杂话，自己找个静的地方一个人呆着。修行应该跟那些用功刻苦的同修看齐，向上看，别向下看。本来不想睡的，看见身边那个睡得挺香的，我也睡一会吧，就这样把独处牧牛的时间都浪费了。这一世我们睡的还不多吗？好不容易有了机会出来实修，还不把握。我们身上的习气，习惯，都是根深蒂固的，什么样的人就感召什么样的人，都是一对一对的。你找的那人，一定是你心里折射出来的。

还有一个，就是我们平时劳持生死法，唯向佛边求。老是执着一个外在的东西，学的都是一个表皮的东西。你要知道如果大家只是讲佛法，而没有触动你的东西，你跟他学有什么意义？他讲的你也能讲，你又有什么学的必要的呢？你要学的一定是自己不会的，没领悟的，然后去做。你到一个人这里来求法，一定要找到你平时不注意，没做到的事，然后用心去做。

比如有时候我说你们谁谁一句话，你就生了心了。这个就是你唯向佛边求，你太在意我对你的看法，而不懂得去反省自己是否有这些毛病，有则改之，无则警惕，都不能生烦恼。如果你生了烦恼，说明你在乎的不是你的修行，而是师父对你的看法。这你就劳持生死法了。你着在了修行的相上了。我说你，都是练你们，有时就是考验你们，就是为了去你的我执和我慢，成心削你。可能不知道什么时候，忽然就来一句，劈头盖脸骂你一顿，那都是练你们，你可不要着这个相，这个时候就要牧牛，赶紧拉回来。不能掉在我骂你这件事上，否则，禅七你就别想安心了，你老想着这件事，功夫就没法做了。赶紧出来。

师父说的，都是为了去我的我相，我如果当真，就恰恰被自己骗了。我着了他所说的话的相了，我入了自己的意想了，我在里边分别了。一想明白这点，出来了，就解脱了。在这一件事上有力量出来，遇到别的事情，还是这个力量，从妄念里出来的能力。这就是悟不由师。一定不要执着善知识，不要执着师父对你们的评价，赞叹你，也不要高兴。骂你也别烦恼。

要知道他那样讲，到底用意是什么，别辜负师父的一番心思。要悟自己的东西，你解脱是你的事，跟别人没有关系。知道吗？你们解不解脱跟我没有关系，大家都是各自解脱，各自解脱自己的无明和执着。解脱之后发现没有各自，谁跟谁也不相关。因为都是影子，啥也没有。

龙门跃鳞，不堕渔人之手。这是什么？这是指大修行人，不会落入圈套。禅宗就是大修行人修的法门，你别跟我说根基不行，不行你来凑什么热闹？根基不行就甭学，该干嘛干嘛去。你别脚踩两只船，世间放不下，佛法也想沾点边儿。还振振有词：不负如来不负卿。这话只能骗世间那些无智小儿。瞅你那倒霉样，还不负如来不负卿？哪个卿会看上你？

说龙门跃鳞，不堕渔人之手，为啥呀？这个鲤鱼跃龙门，为啥呀？它跳的高呀。他的行为，他的行持，他的思想观念，他的愿力，他的志向都是出格的，都是超越于凡俗的。可能从他的行为上，你还看不到这种太多的超俗。但是他的智慧和观念，绝对是跟俗人是不一样的。

我们参加禅七的时候，总有人会来电话，电话铃响几次，心就动了。讲法一结束，赶紧跑外面回电话去了。你这样的用心怎么学法啊？学法需要万缘放下，什么事都不能管。对方打多少电话，都不要回。事情过去了，第二天，你再问他什么事？保证告诉你，没事了。所以说，所有的事都是自己放不下感召的。放下的人，永远没事。你一次放下了，以后每件事都是这样，都能放下。你拥有的是放下的智慧和能力，什么事都骗不了你了。知道吗？你现在下定决心第二天再回这个电话，虽然一开始你觉得非常难，你会担心，你不知道对方有什么事。但是如果你把生死大事放在第一位，你清楚地看到一切事都不重要，你就能放下。到第二天，你发现你自己的执着和担心，原来真的非常可笑，什么事都没发生，就是家人问你手机充电器在哪儿了。

就是你不回电话给对方，对方已经不给你打电话了。他自己就放下了。所以是因为你放下了，他就放下了。多做点出格的事，才能成长。不要总是原地踏步，一有风吹草动，就害怕。那样怎么成佛？

但意不寄私缘，舌不亲玄旨，正好知音，此名俱生活。什么意思呢？就是你的烦恼，你的痛苦，你的无明，一定是跟执着自己有关的。你想的都是那些世俗的东西，那些快乐的东西，那些俗情的东西，正是这些东西给你带来烦恼的，让你看不到真实相。只要你不寄私缘，舌不亲玄旨，谁说的话都不执着，就解脱了。玄旨就是第一义谛，连第一义谛你都不信。古人云：圣谛亦不为。

昨天我发了一篇文章，名字叫无神论。什么是真正的无神论？所有的东西都不信，佛和祖师讲的话，都不信，不执着，你就开悟了。所以平时我讲的学会拒绝，这个拒绝里边，再包括不信。不信，不管，不顾，不问，不听，不信，不让。这两天我们经常坐汽车，正是你练习拒绝的时候，平时我们早就做到主动给老人和残疾人让座儿了，这时你就要练习遇到谁都不让座。站我们跟前的老太太呀，什么瘸子啊，什么瞎子啊，你能做到不让座，而内心丝毫愧疚都没有。不让，当你习惯性地又想让座的时候，你能做到不让，就不让。我好不容易冲上去占个坐，就不让，怪累的。这时，先学会同情同情自己。已经让了十年座了，这次练习不让座。

有时候我们得学学坏，做点坏事，当然，不是真让你去做坏事，而是做一些自己平时执着不敢做的事，会被很多人说是坏事而实际上并不是坏事的事，这样做是为了练心，不是让你学坏，不是真让你去做坏事。

这个舌不亲玄旨，就是什么都不信，包括佛和祖师说的，都不去执着。大家都各自反观一下，我们脑袋瓜里那些知见都哪来的？都是这学点，那学点，听这个人讲点，听那个人讲点，都当真了。别人告诉你的修行上的种种观念，反而是我们最大的束缚。

若向玄旨疑去，就是你以为佛与祖师有法可说，那就赚杀阇黎，就把你给骗了。啥叫玄旨？就祖师和佛给你扔句话，你在那琢磨，赚死你。比如狗子无佛性，如果你当真的话，就上当了。

困鱼止泺，钝鸟栖芦。是指愚痴无智人，他一定要找一个依止，找一个所依才能安心。他一定要靠一个外在的东西来获得安稳，把自己困在一个地方。所以困鱼止泺。就是这个鱼疲惫了，有个小水洼他就在那歇着。钝鸟栖芦。啥叫钝鸟？这鸟飞不远了，看见个芦苇就停在那儿。形容小根小叶，不能够悠游自在，不能如鹰击长空，翱翔于太空。不会像鲤鱼跃龙门一样，不会像龙一样，在海里游。在空中飞，有个小水洼就满足，有个芦苇就落那儿了。大家自己反观一下自己，是不是这样。一个小家庭，就是放不下。死死地被亲情捆绑，生生世世出不来。一生就在俗情的泥潭中拔不出来。缠绕在妄念中出不来。天天就是为了这点破事。学法就像蜗牛一样慢慢往前爬，爬一步，退三步。不是执着亲情，就是执着身体。是吧？就这一个破身体，哎呦，这一辈子就跟这个身体干上了，今天看这病，明天看那个病。没病的时候，玩命地造，五欲六尘，不知道休息。把身体糟踏了，再去治。恶性循环。我看你都愁的很，天天看你的样子，我都病了，都抑郁了。有些人最好不要来，来了我都愁死了，我告诉你。

而且有的人，自己刚明白一点，媳妇也带来了，老公也带来了，儿子也带来了。学法最忌讳家亲眷属缠在一起，谁也解脱不了。学法就是为了出离对家人的执着，打禅七本身就为了了自己的生死，还把家人带来。这样的很多，不是特指某个人。虽然有的人没带家人，那是哄了家人半天，人家不来，最后没办法，自己才来的。多亏你自己来了，带来也会让我赶跑，全都赶跑。一个也不留。

有很多这样的人，刚认识我三天，师父我想到你这里来学法，我特别渴望跟您学法，看她的真诚态度，同意吧。刚同意，就问你，师父，我能带我老公来吗？滚！连回都不回，立刻拉黑。

大家学法初期最忌讳的是三心二意，不能一心学法，又想帮这个，又想帮那个。你自己在水深火热中，你能帮的了谁？再说，学法需要因缘，你自己的因缘还模糊不清，前途渺茫，你还操心别人。所以，很多人学法的机缘全都葬送在家人身上了。

先救你自己吧。这都是困鱼止泺，钝鸟栖芦。学个佛法，拉家带口。大包小包往这运，自己搬不动，还叫着几个车夫。哎呦喂，你们是打算全家搬家，到道场来过日子吗？真是不能跟你们较真，否则几百条命都气死了。

云水非阇黎，阇黎非云水。云水是比喻自由自在的人。困鱼止泺，钝鸟栖芦。相对的就是云水之人，自由自在的人。但你也别真把自己当成解脱自在人，莫生我相。你不是你，莫作你想。云水非你，你非云水。

老僧於云水而得自在，阇黎又作么生？云水非阇黎，阇黎非云水。就跟沩山的两个徒弟香严禅师和仰山禅师，香严悟了，做了一首诗偈。仰山一开始不认可他。香严最后说：我有一机，瞬目视伊，若人不会，别唤沙弥。仰山说：恭喜师弟会得祖师禅。云水非阇黎，阇黎非云水。也有这个意思。所以说：老僧於云水而得自在，阇黎又作么生？我已经会了，你又怎么样？你得自在了吗？

上堂：金乌玉兔，交互争辉。坐却日头，天下暗黑。上唇与下唇，从来不相识。明明向君道，莫令眼顾着。何也？日月未足为明，天地未足为大。空中不运斤，巧匠不遗踪，见性不留佛，悟道不存师。寻常老僧道：目睹瞿昙，犹如黄叶，一大藏教，是老僧坐具。祖师玄旨，是破草鞋。宁可赤脚不着最好。这就是一种超脱，超越，这是不向佛边求了，不向祖边求了。得自在了，得受用了。

金乌玉兔，交互争辉。形容大根基的人，这种解脱，这种潇洒，自由自在，非常罕见，放光动地，自性开发了，智慧出来了。坐却日头，天下暗黑，踏杀天下人。悟道之人那种唯我独尊，那种魄力，那种自信和自在。谁也阻碍他不得。

你看古人形容得道和解脱的气势，坐却日头，把太阳都给坐了。天下一片暗黑，形容大悟之人，不存轨则，横扫一切，佛魔俱泯，无法可得。我们再看看平时自己的那些习气，那种女人的习气。女人不单指长头发，穿红穿绿，描眉画眼。有很多男人，都是女人的习气。执着那些鸡毛蒜皮的小事，心里总是计较这个，计较那个，即是女人。小心眼，斤斤计较，爱忌妒。所以说女人并不是看外表，而是看内心。内心里没有这些习气，虽然长的是女人，也是丈夫。若有这些习气，即便生理上是男人，也是女人。

我们看看古人，古人的那种气势，你有吗？坐却日头，天下暗黑，睥睨一切，俯视一切。你行吗？虽然我内心惶惶不安，但我表现出来俯视你们。那没用，得有真实的功夫和自信。但最起码，先要能表演出来，俯视着俯视着，演着演着，就演成真的了。

大家都拿出点气势来，不是哭着喊着要学禅宗吗？禅宗是那些粘粘糊糊，女里女气的人能学的吗？肯定学不了。禅宗是大丈夫，没有女人四十八态的人才能学的。说话呀，做事呀，都是唯唯诺诺，一点底气都没有，总是被别人的气势压在下面，一点自信都没有。

上唇与下唇，从来不相识。你讲的再好，没有用。明明向君道，就是已经跟你说了多少次了，说的多么透彻了。不要令眼顾着。就是不要让意跑到目前去。这个不令眼顾着，就是不要着相。切忌道着，切忌说出来。你甭给他安个是的，非的，什么都不用安，你安任何名字都是妄想，都是意识里的东西，是假的。不要进入意识判断。为什么？日月未足为明。日月之明，都是假的。这个真正的明，你是看不到的。你眼睛看到的一定是相。如果你着在上边，一定是认贼为子。天地未足为大。我们经常会用识心来分别大小，分别善恶好丑，分别虚幻境界。但是本性是超越这个的，它是超越日月之明，超越天地的这种空间。

空中不运斤，巧匠不遗踪。这个就是形容本性，本性虽然一直在起作用，但是你找却找不到它的任何痕迹。本性没有痕迹，没有修饰，所有的修饰都来自心意识。因为一念无明而贪取，所以才有修道。若觉悟本性无形无相，无作无为，既无贪取，亦无修造。啥叫空中不运斤？这个斤就是斧子。你在空中耍斧子，你找不到斧子的痕迹。空中是不留下任何痕迹的。只有弄斧的人徒劳受累。一切的有为和修行也是如此，都是对治幻妄。幻妄不生，修证亦无。你找不到任何可修可证的痕迹。就算是成佛，最后也是无所得，完全地回归于空。斧子走的路线你找的着吗？你找不着。斧子是看的见的，但是它在空中运行的痕迹，你找的着吗？唰唰唰唰，你怎么找？你找不到。鸟在空中飞，你看的到鸟的痕迹吗？看不到。大智慧之人，大解脱之人，觉悟实相的人，他的一切行为、用心，都是与空相应的，都是像在空中弄斧的人，像鸟飞于虚空一样，是无痕迹的。觉悟的人就是这样的人，于三界不现身意，你无法找到他对任何事的执着和用心，他所做的一切都是不住的，不留痕迹的。随用随空，就像在空中舞剑弄斧，就像鸟在空中飞一样，一点痕迹都留不下来。你看见他在那儿干着什么，好像是干着什么，但是他的心在干什么你看不见。他时时于三界不现身意。他在想什么，他在琢磨什么？你永远不知道，没有任何人知道。他的心住在哪儿，你看不到。你看他在这喝水，也是聊天，觅他的心意却觅不到。这就叫空中不运斤，大匠不遗踪。盘山宝积禅师云：譬如掷剑挥空。莫论及之不及。

所以你看世间的有些艺术品啊，有些名画啊，包括一些个歌曲啊舞蹈啊，这些表演里有很多的动作都是即兴发挥，并不是预先演练的。当然，能够自由发挥，一定是有很深的基本功，在基本功上，才能完全地不拘轨则，自由表演，毫无踪迹。其实都是自然而然，任运而为，法性施为。你找不到意识的痕迹，找不到人为造作的东西，只有这样的作品，才堪为最上乘。都是天然斧成，毫无造作。能找得到痕迹的，能解释出来的，都不是大将之手。我们看禅师画的画，写的字，和世间的书法家所写的字就不一样。虽然看上去不工整，但是一定是天真自然，无拘无束的。你找不到一点规则，他完全是任性任意而为，心到哪笔就到哪。

这些与平时的修行都是息息相关，虽然最后的行持是完全超出心意识的，但这是在做了大量的转识的功课之后完成的。就像人学射箭，一开始一定是要瞄准。久而久之，练之熟而又熟，搭弓不用瞄准，即能中靶。我们平时总讲直用直行，不预设，不安排，不期待，这个也是大家要慢慢体会，需要熟能生巧。不预设，不期待，不安排，因为啥？你安排、预设、期待，都是妄想在安排，是意识在预设，是妄想在期待，最后全是空的。我们把自己交给本性，我们把自己交给老天爷，交给因缘，交给法性，交给事情本身，因缘与法性安排的一定是最好的，这叫巧匠不遗踪。谁肯把一切交给老天爷去做，谁就是最聪明的人，就是觉悟的人。古人云：迷时人逐法，悟时法逐人。迷时我御心，悟时心御我。觉悟之后，不再执迷于自己要做什么了，而是会随缘任物，不再任己违物。这时再做事，就没有我的痕迹了。见性不留佛，性是真佛，见了性了，就不再执迷于报化假佛。今天还跟大家讲，释迦牟尼佛不是真佛，有相佛不是真佛。古人云：有相非觉体，无相乃真形。我们很容易就迷在相佛上，以为那就是真佛呀！以为要经过无量劫，证得了法报化三身，还有三十二相，八十种好，还能起神通，能讲三藏十二部，什么都知道，那才是成佛。错了，那不是真正的成佛。成佛需要见性。见性，凡夫亦是佛。不见性，修出观音菩萨的相好庄严，也是假的。报化佛，是众生最大的一个妄想。

见性不留佛，悟道不存师。未悟之前，要依止善知识，跟随师父学法，悟了以后，自己与师俱是幻。谁是师啊？没有师。这个都是从实相从自心从智慧里边看到的。不是说有一天我明白了，见了师父也不理，该恭敬恭敬，该尽礼数尽礼数，只不过心里不再执着相上的师父，更不会执着假佛了。这就是悟道不存师。该端茶倒水，还是要端茶倒水。但是内心很清楚，这一切都是假的。如仰山侍奉沩山曰：仁义道中与和尚提瓶挈水，亦是本分事。悟道不存师，都是智慧上的。我们知道实相中没有善恶，没有是非，没有我人，没有众生，也没有佛，我们就会去犯法吗？不会。我们会更加约束自己，不违世法，不与世争，因为知道一切都幻，不再执着任何事物。

所以古人所悟的，都是真实的智慧，会让我们在生活中更加豁达与从容，而不是让我们去贪着。觉悟之后，一切世事，都很清楚，但不去破坏世谛，不会在精神上受世间法愚弄，受它烦恼。表面上全都顺应，随顺世缘，但内心得自在，不被一切所缚。这叫真正的悟。而不是说，一悟就全都打破了，世间法也不顾了，师父也不懂得尊重了，甚至还忘恩负义，那一定不是真悟。

平时老僧看见瞿昙犹如黄叶。这就是见性不留佛。平时祖师会呵佛骂祖。目睹瞿昙就像黄叶一样，根本不在意。一大藏教，佛说的三藏十二部，就像老僧的坐具一样。祖师玄旨，是破草鞋。啥叫祖师玄旨？就是祖师所说的法要。只要从嘴里讲的，都不是最重要的，都可以像扔破草鞋一样扔掉。宁可赤脚，不着最好。宁可光着脚丫子，我也不穿祖师的草鞋。祖师的言句，不能执着，得从自己心中流出智慧，那才属于你。要把理行出来，不能光记句子。把这个理悟到，消化成自己的，随时能用出来，解除自己的无明和烦恼，那才是最重要的。

祖师禅讲记第十三讲

这几天大家有没有这种体验？就是你经常这样无所事事地坐着，在院子里发呆，听听鸟儿叫，吹吹风，晒晒太阳，甚至说你打个盹儿都无所谓。经常这样做的人，你会逐渐的发现一个妙处，最妙最妙的就是最平常最平淡的日子是最美的日子。我们以前经常错过的那些最不起眼的时间和当下，变得非常美好。就是那些时候，那些我们从来也没临在过的时候，那些非常枯燥、无聊的时候，反而是最宁静，最美好的时候，因为心中无事，一切都休息下来了。我们为什么会烦恼？为什么叫凡夫？不接受平凡，不希望过平凡的日子。他总是想找到乐趣，总是想找点刺激的乐趣，心向外攀缘，不停地攀缘六尘，不知道回光的那一刻就是天堂。他不甘于这种无所事事。我们只有在无事的时候，才最容易触碰到自己的本源清净心。而我们的妄想，我执，它总是要抓一个东西，它才觉得安稳。但这是一个错觉。心识所体验到的快乐，那是错觉。心识所要求的安稳是有条件的，是无常的，一定会破灭。所以他的本质是不安。它的不安是必然的。那真正的安是无条件的，随时的，不需要任何的造作和修证，不需要寻找，它随时都在，而且唾手可得，触目即是，闻声便遇。那种无依无倚，无条件，不需要做任何功夫就能得到的心安，才是究竟的心安。我们之所以看不到它，不能与它默契，就是因为没有觉悟到它，还不习惯于它，还不相信它就是我们一直要找的家园。

你需要的越少，你要做的事情越少，你的心越容易与那无条件的安相应。所有的觉悟之人，解脱之人，他都是能安住于那最平常的安静。他不可能再去奔波，再去别求一个有条件的安。因为那是苦，那是向外的，那是无常的。因为那来自头脑，还会消失。你不通过头脑是不可能奔波的。所以奔波就是奔波于头脑。我们止息下来，少为，无为，少做事，随缘做最简单的事，你的头脑自然就休息下来了。你的意识休息下来的那一瞬间，就是安宁来到你内心的瞬间。通过练习休息，习惯于休息，这种需要外缘、需要外在来安自己的这个习惯、习气就渐渐的没了，你就慢慢习惯于无事，甚至忽然有一天你发现：哇！太美了，太简单了，太不可思议了，这样真的好美啊！原来实相和解脱它一直就在我旁边，一伸手就能碰到它。当你发现这绝对的安心，再不会有任何东西能够触动你，能够影响你。除了阳光、雨声，云、水、湖，风、树、花草，你不再需要其他。没有任何事会再让你烦恼，你因为你不再寻找，不再奔波，不再劳累，你开始享受现成。

当你发现了这个一直存在的安，你会怎样？我们的生活最后只剩下什么？大家想一想。只剩下穿衣吃饭、坐着、行脚、躺着、睡觉，就这么点儿事了。如果你的生活只剩这些，而你又完全满足这些，而且真实之中只有这些，它们会一直存在于你的生命里，绵绵不断，一点也不会消耗你。你将远离一切苦恼。你心里面已经完全摆脱了对无常的、虚妄的世界的依赖，你可以说笑，你可以玩，你已经不会再染，你不会再被那个东西欺骗了。这只是一个转化的过程而已。

当你真正相应于这种无事无为无欲无求的安心之后，你再也不喜欢任何刻意造作的生活。其实当你喜欢这个简单的生活，以往的东西你自然就不喜欢了。它们对你越来越没有吸引力，外在的色声香味触法对你没有更多的吸引力了，因为你知道，那个是不长久。但是这种最美的日子，平淡如水的日子，只需要你适应，它很容易实现。只需要你放下欲求，减少做事情。你可以先从独处开始。这个安心天地都动不了它，鬼神也动不了它，没有人能动得了你这个安心，究竟的安心。但是它难在哪儿？难在我们不习惯。难在习气与习惯的转变。

因为我们一直是在靠一个意识中、头脑里的东西来安心，也就是靠感官上和觉受上的东西来安心，而那是假的。我们要“觉得安心”，这个觉得安心最要命，它就像毒品一样欺骗我们，它不是真正的安心。其实是没有什么感觉，只是偶尔有些个体悟而已。凡夫一定要时时觉得安心，他要住在这种有条件能感觉得到的安心里边，他认为这个是安心。我们说安心，是一种比喻。而我们所说的究竟安心，其实并没有一个实有的安心可得，就是没有恐惧，没有颠倒，没有疑惑，没有不安而已。我们把这个状态叫做安心。它不是我今天觉得很充实，很安心。不是时时觉得的安心。时时觉得，还是没有出头脑意识，这里边一定是一个实修者才能观察和体验到的。不然的话，你会觉得你很安心，这段时间我很静，我很安心。这个还都是在有为生灭里边，不是在一物不为，在实相里的安心。一物不为是捕捉不到的，我们只能用名字来形容。就是你捕捉不到任何状态，那是真正的安心。

因为我们不知道不了解这个是实相，不习惯这种说不出啥感觉、无滋无味儿的状态，一丁丁点儿可描述的都没有，唯一可描述的是意识，意识一描述它就变成了不是它的那种东西，这东西最不稳定，最不可把握，它一进入意识，就不是它了。希望大家能够看到实相中真的一切如梦如幻，没有一个法是实法，没有一个物是实物，没有任何东西是实有的，可得的。看到这个根本，我们的一切只需要与它相应，与它默契，减少自己的需要，减少自己的欲求，训练自己独处和少做事情的能力与智慧，训练自己就是坐那儿，也不做什么，也不作不做什么想，我们行脚也是不做行脚想，穿衣吃饭就是不生想，做过了就完了。这样的话，即使我们没有在做任何功课的时候，我们都时时在精进解脱中。你一进入头脑，就立刻被头脑捆绑住，再怎么用功，都没用。你就成了凡夫。你不进入头脑，你就是佛，就是佛性自然的状态，你进入头脑，一切就变成虚妄的。

我们今天学习盘山宝积禅师的开示，打开第三百页。

宝积禅师他也是马祖道一的徒弟，他师承马祖。

上堂：心若无事，万法不生。其实我们每天学习祖师的法语，看这些开示，包括你们听我讲，都是以一贯之，都是一个道理。就是心里无事，心中无挂碍。心里不去攀缘那些个有为的无常的东西，就是我们习以为常的，让我们觉得快乐的，让我们错以为安心的东西，不再去攀缘那个东西了。这叫心里无事。心若无事，万法不生。意绝玄机，纤尘何立？这个意绝玄机就是我们讲的那个最玄妙的，就是我们经常讲的见性啊，开悟啊，连这个都不想了，我连佛都不求了，连对实相的追求也停止了。法也不修了，我能喘气就行。有的人貌似有点转变似的，进一步退三步。大家看看这个“意绝玄机”。这个词用的非常好，就是专门治你的佛病，你老想开悟，老想见性。老想怎么出点玄妙和境界。有这个心，就与道不相应。我怎么才能体会到这个佛性？我怎么才能够见性？我怎么才能够跟实相相契入？有的人总是起这一念。起这一念，就与道隔。就是意没有绝玄机，还在求玄机。你不知道你是在意识里面去找这个东西。你吃饭、上厕所、起床的时候，没想这个问题的时候，那都是佛性最自然的起用。没有佛性的概念生起的时候，那个你正用的就是佛性。可是当我一讲，你一想这个你正用着的佛性的时候，它又错过去啦。本来你一直都是在流畅的过程中，突然你一问这个东西，我一跟你答这个东西，咱俩就都跑到这个头脑意识里来了。但是我清楚你不清楚。所以我们就用、用、用，而不做用想。难道就不能想吗？不是不能想，随便想，但是想没有用，想只是一种想受，它没有实义。想不是为了烦恼，为了纠结，是为了享受当下。所以想和想不一样。无求的想，只是随顺真如起念而想，它当下就空了。有所求的想，会住着。一住着就会分别执着，就会产生苦。这个不是可不可以的问题，而是你要不要受苦的问题。不管你怎么控制自己，它一定会想，但你能保证自己在想的过程中是否相信自己所想，是否住着于想。就像我们做任何事情，会听会看一样，它是佛性的作用，它一定会起这个作用的。但是你要找它，你却找不到。你永远找不到，它不属于意识，它超越于意识。如果我们连求佛求开悟求解脱的这念心都不起，纤尘何立？

修行之人最大的执着就是想解脱，就是想弄明白实相。如果你这个都放下了，那其他的东西对你来讲就都不重要了。有时候我们会把世间的一些俗事俗情想得很重要。一些事情来临的时候，你可能会很执着，可能会很痛苦，你非常担心。但是我告诉你，很快就会过去。你比如说，你特别执着你妈，除非你没学法，除非你一点修行都没有，一旦有一点修行，你对实相有所了解。三天，你妈死了三天，你就没事了。人都不是傻子，谁也不想烦恼，谁也不想活在痛苦里。如果我就想痛苦，那没有人能帮你。我就把它当真的，明明告诉你不是真的，你非想把它当真的，那没办法。但是什么是最难放下的呢？对法的执着，法执是最难放下的。这个意识的升起，用意识去攀缘，这个不是执不执着的问题，这是一种无始以来的习惯，这是一种习气，本性就是这样作用的。只是你不知道这是本性的作用。你知上立知，这是无明本。你不知道这个知本身就是本性，你还要再立个知。前面这个知是自然的见闻觉知，是自然起用，那后面立的知，所产生的想，是分别，是妄想，是执着。有的人就会问，师父，那世间的烦恼世间的执着对我们来讲就真的没有那么大的障碍吗？也不是，也不是没有障碍。它会障碍你见性，它会障碍你修行，只不过你不要太害怕这些东西。不用太怕，你先明理。你先认识什么是真的，你不管是知道还是理解到还是听来的，先了解这个实相，然后慢慢的深入，慢慢的通过自己的修行去实证这个实相。等时机因缘到了，有一天，你自己会掌握这个东西，会了解到，会观察到，确实是这样。那你世间的那种执着会自然的淡，自然就放下了。这个都是此消彼长，你这边多用功，那边的力量会自然的薄弱。它是同步发生的。不是说我先做佛法的功夫，做完佛法的功夫，回头再舍世间的。不是，这就跟我们去一个方向，那同时离另一个方向就越来越远。所以这个修行、觉悟是不可思议的。

“道本无体，因体而立名。道本无名，因名而得号。若言即心即佛，今时未入玄微。若言非心非佛，犹是指踪极则。向上一路，千圣不传。学者劳形，如猿捉影。”

这个体也好，性也好，道也好，都是我们给它安的名字。我们有时候为了形容这个本性会讲一些体啊、用啊、性啊、相啊。讲这些是我们的妄计所执，但只要你知道就行。只要你一立名，就是妄计所执，是意识中计着。道本无体，道没有一个实体，没有一个实法叫道。道是对没有实法的这个实相的形容和概括。那我们为什么会说体呢？那是因用因相而假立一个体，是为了让你有所感悟，有所体悟，但是体悟的那个又不是道。这是一个前期的方便。你对这个东西越感兴趣，越投入，你就会对那些世间无常啊，那些个烦恼，财色名食睡就没有兴趣了。至少就会远离。但是多少修行学法的人都迷在这个所谓的道体上、佛性上。也就是迷在自己知解出来想象出来的佛性和道体上，不知道这里的体只是佛陀施设的假名，没有一个真实的体叫体。金刚经云 ：实无有法名阿耨多罗三藐三菩提。阿耨多罗三藐三菩提就是道的另一个名字。道本来是没有体的，没有体性，没有自性，假名为体性。什么叫佛性、自性？就是任何法都没有实性。无实性就叫真性，叫体性。无我是真我，无心是真心，无法是真法。

你看佛法它就是这样，也就是说，既不是这两边，还离不开两边，好像是一种融合一样，又不是融合。所以这个东西是意识测不到的，也认识不到。佛法难懂也难在这。我们还总想用意识去揣度它。道本无体，无体是真体。你看这个东西我们用语言一讲，就很容易迷在这个里面，到底是讲啥？永远弄不清楚。意识的特点就是无明，不清楚。一会儿好像清楚了，一会儿又不清楚了。有些人，思维能力不行，还老思维。把自己当成大哲学家大思辨家，思维能力不行就甭思维了。这个因体而立名，其实就是假名，就是用而已，用也是假用。没有一个真用。本来没有什么法，一切法都是因人而立。没有人，你管什么叫畜生道？管什么叫恶鬼？没有人的时候，没造文字的时候，连人的概念都没有，没有概念没有名字，那个时候猫在哪，狗在哪，生在哪，死在哪，什么是地球，什么是海洋，什么是时间，什么是空间，全都没有。所以一切都是因人而有。因为人有这个机缘有这个机会来认识自己。除了人，其他的一切呢？没有其他的。其他的一切都跟人有关，都是你意识里的产生的识。只有你这个妄想需要觉悟，一切都不需要觉悟。一切法都因你而有。

其实世间许多的现象都能显现这个真理。比如说我们摔倒了，你走路摔倒了，是因为什么摔倒的？是不是因为腿，因为人，因为地。没有腿，你摔得倒吗？没有地你倒在哪里？因地站立，因地摔倒。你光有腿摔得倒吗？没有地你摔得倒吗？我们摔倒了肯定是跟地有关系。你在空里飘着，谈不上摔倒。你在空中怎么都是飘着的状态，所以你倒肯定是因地而倒。你起来呢？能蹬着空就起来吗？肯定是蹬着地起来。那我们修行觉悟也是如此，因迷而悟，因悟立迷。若是真悟，迷悟都消失了。只剩下一个悟的假名。你要认识到那个觉悟的正因。我们迷也是因它而迷，觉也是因它而觉。那个就叫“佛性”。迷时，佛性枉作众生。觉时，佛性幻作诸佛。佛性和众生都不真实，也就是说，我们倒也不真实，起也不真实，迷也不真实，悟也不真实。无倒无起，无迷无悟，才是实相。一直在大地上，这个才是真实的。众生迷倒，二乘迷起，凡夫迷迷，道人迷悟，二俱是迷。只有诸佛，悟无迷悟，悟无起倒，悟无生死涅槃。只有通达实相，知道起、倒都是假象。凡夫迷于迷，二乘迷于悟，你在迷里在悟里都是迷，只有通达之人，无迷无悟是真悟。六祖大师云：唯有过量人，通达无取舍。

“若言即心即佛，今时未入玄微。”为什么说“即心即佛”还“未入玄微”呢？当我们讲即心即佛的时候，你认为你的心就是佛的时候，那你这个你的心是什么呀？是不是概念？是概念。你找得到一个真正的与你的心相应的东西吗，找得到吗？找不到，除了妄想。你的心是概念。师父，我知道自性是什么了。自性是什么？你的概念。佛是自心做，这个说法，是没办法了，是方便说，是知解佛性。真正的“自心”不是概念，超越一切假名。但我们习惯性地会掉到假名和概念中去。所以只是知道自心是假名，还不是修行，要通过种种方便，使自己能随时不进入识心计度中去，这才是真功夫。

你怎么形容那个不属有无超意识的自心？没办法。你只能用行动，用功夫，用你实证的解脱之力，用“转身”，用“善逝”。只能用自心。但是如果你不明白这个意思，你把自心落到了一个概念意识中的自心里面，那不是佛。自心不是佛，也就是非心非佛。你把那个心一旦落入概念，它就变成妄有了。它不是妄有。即心即佛不是即心即佛。“若言非心非佛，犹是指踪极则。”啥叫“指踪”？“指踪”就是言说和方便法。方便法里的“极则”离不开言说和文字。都是骗小孩的。小学里最高的年级，但是他还是小学。所以即心即佛，非心非佛，都未出意识，未出分别、未出概念、未出妄想。但是大梅禅师听到马祖的这句即心即佛，就开悟了。他听到了这句话后面所指的修行，而不是落入概念里。

那怎么说他就是悟道了呢？人家没有去想这个心是佛，没有。而是直接去恁么做了。人家一听即心即佛，哦，就明白了，六根都是心，六根直用就是佛了。不用向外找了，人家就开悟了。他一听这个，哦！虽用头脑，但不住于头脑，这就是即心即佛。这个即心即佛它不是头脑里的东西，头脑止息，他当然就开悟了。而你还一直在头脑里找这个即心即佛。所以当马祖派人告诉他：现在不讲即心即佛了，讲非心非佛了，没有动摇他对实相的领悟。他没有被这个话骗，他说：“这老汉惑人。任他非心非佛，我就即心即佛。”

这老汉，今儿这样讲，明儿那样讲。我不管他非心非佛，我就即心即佛，他这是真正明白了即心即佛，而不是停留在概念里。如果是停留在概念里，我一告诉你非心非佛，你就会想非心非佛去了。所以如果你没有悟到这个所谓的即心即佛，而是老去想去思维这个东西，那即心即佛也不是，非心非佛也不是。真正的即心即佛或者非心非佛是超越于意识的，那就是向上一路，千圣不传。他没法跟你传，给你举个扇子，会吗？一动念，早错了。所以世尊拈花，一场败絮，达摩西来，无风起浪。在悟道人那里，都是骗人的，都是做怪，是神经病，没事找事。能传的都是假的，你不传我们也不失，你传了我们也未得。所以大家就都不稀奇不稀罕了。

在你心里也没有贵人，也没有佛，也没有祖，超佛越祖。学者劳形，如猿捉影。所有修行者都是徒劳的，就像猿猴捉水里的影子一样，捉半天啥也捉不到。那怎么办？歇呗、止呗，别做了呗，待着呗、躺着呗、等死呗，这还不容易吗？听着挺容易，这个难啊！谁愿意就这么歇下来，谁肯就这么歇下来？说等死容易，真让谁等死，那一定是彻底看破生死的人。哼哼。谁跟我放这儿的，这把扇子，蛮好。学禅门禅宗，不要太用力、太紧张，要保持放松的状态。虽然我好像是在讲无上法，你也要知道，别住在那里边。（沉默十秒），诶，这就对啦！随时都能知道跳出来，随时知道转身，你就这么一个动作。但是就这一个动作，可能需要你十年的修行。所以你要是真明白了就很简单。有的人玩命适应这种日子，还是适应不了，为什么？因为他并不是明白道理后做足了功夫才过这种生活的。他生下来就是这种懒虫、懒人，什么都不想学，不想修，也美其名为无修无证，这是自欺欺人。但是有的人是真听明白了，真的歇下来了，也真的做足了功夫。这样的人看上去什么也不做，像废人一样。废人就是无事人，无事人是贵人。

还有病人，重病。因为患病，不再造作，彻底歇了下来。没办法，想再去贪嗔痴，没力量了。你们这些病人是有福的人。不要讨厌自己的病，你的病是你的贵人，是你的大善知识啊。没有这个病，打死你你都歇不下来。别身体好，身体一好，就开始造，开始作。要好好珍惜自己的病，不要老想着它离开，它离开你，你就完蛋啦，它离开你，你又造业去了。就留着它，一直到死的那一刻，别讨厌疾病，它会像一个警钟一样一直提醒你，一直约束你。懂了吗，那是你毕生的大善知识。你要爱自己的病，它会一直跟着你，但是对你没有伤害，因为你已经病了，只要你对病的态度不是消极的，它就不会再伤害你，它就是你心向外驰的一个刹车剂。你要逐渐自己领悟到这个真理，不要讨厌你讨厌的，要爱你讨厌的，要爱你不喜欢的，这个非常的妙。我们越是讨厌一个东西，它真的就像鬼魂一样永远追随着你，当你不讨厌它的时候，就非常的奇妙，它就没了，消失了。它就不缠着你啦。不然它总是缠着你。为啥？那不是你自己吗？你讨厌的是你自己。这里的“学者劳形，如猿捉影。”都是指不识本心，不了佛性，都是在意识里面徒劳妄为，所有的劳累都是头脑在劳累，头脑、知识让我们的身体去做一些毫无意义的事情。也就是说我们整个的生命被意识被妄想驱使。因无明而受着种种苦。

又云：“夫大道无中，复谁先后。长空绝际，何用称量，空既如斯，道复何说？”我们有时候为了离开两边，会讲中道啊，中道也是个假名。是不二的意思。但是不二并不是知解出来的，而是默契行出来的。你一讲不二，一执着有个不二，又跑头脑里，跑意识里去了。真不二不是你讲出来的，所以说大道无中，连中都不立，连真都不立，连不二都不立。不二尚且不立，哪儿还有个二法？哪儿还有个先后、始终、生灭啊？长空绝际，这个虚空是没有边际的，道像虚空一样没有边际，那你称量什么呢？你找什么呢？它不是方所，不在时间里，也不是意识里的，你不歇着等啥？空既如斯，也就是虚空既然是这个样子，它是道的最好的一种形容，你看着这个虚空你还不悟道吗？道复何说？空既然是这个样子，那道有言说吗？有称量吗？有名字吗？能把握吗？能捉到吗？能觅到吗？能想到吗？想不到。连虚空都是我们的妄想。我们看到的那是什么？是我们心识妄计出来的。目前无法，意在目前。你看到这个可不是真正的虚空，真正的虚空，即非虚空，是名虚空，不可思议，犹如佛性。我们只是给它安了个虚空的名字，虚空看不到，虚空不可得，虚空无相，虚空超心意识。你别以为你能想象虚空，你想象的是你的大脑你知道吗？所以科学家们研究宇宙研究空间，那都是在研究妄想，在妄想中研究根本不存在的东西。都没离开头脑，没离开见闻觉知。当我们没有觉悟一切法从心想生，我们就会把见闻觉知当真，不知道见到的这个虚空、宇宙都是意识，他不知道这一点。谁能知道？只有真正觉悟的人。这明明是虚空，是宇宙，怎么是相？怎么是念头呢？所以只有觉悟者，只有大觉之人才能认识到这个真理：虚空不存在，一切法都不存在，只有你的意识。意识也不存在。那什么存在呢？你立的所有存在都是意识，都不存在。师父，那真性呢？真性还是你的意识。一切不立时，心未生时，我们勉强说它超越了存不存在。所以你永远找不到一个真的东西。当你不找时，你正是那真。你一找，你这个找就把真盖住了，你就与真隔开了。所以，你真明白这一点，什么都不用做，只是坐在那里就可以了。​

一切无有真，不以见于真。这个见是想、观、测、觉、觅，这一切都不是真，不要把见闻觉知当成真。不要把想、把思维、把定义当真。不以觅于真，不以悟于真，因为一切无有真。因为真是概念。所以菩提无是处。为什么不能有一个是的呢？为什么不能有一个东西是佛性呢，因为一是那就是意识，所以菩提无是处。一是就变成不是了，就变成假的和虚妄的了。

祖师禅讲记第十四讲

现在是一年最好的时候，大家聚在这里，参加这个禅七。外边鸟语花香，屋里边也清凉无比。我们不仅能够享受这种气候和大自然的清净温和，最主要的还是享受法带给我们的解脱的清凉。正所谓禅悦为食，法喜充满。杭州阴雨天较多，经常是连续一个星期、半个月阴天下雨，忽然有几天晴天，我们就觉得特别的舒服。四月中旬是最舒服的一段时间，我们选择在外面行脚、打坐，做牧牛的功夫。可是毕竟这些都是无常的，外在的天气，再美好的环境，都是无常的。外境是无常的，如果依赖天气而获得快乐，就无法得到常乐。我们要想获得长久的恒常的安心、安稳和快乐，还是要通达实相，息虑忘缘，万缘放下，好好修行，认真地体究这件事情，把这件事情彻底弄清楚。有时我们说体究，也说商量，大家坐下来参究这件事。这个商量不是世俗意义上的商量，就是你自己要静下心来，来观诸法空相，用智慧来观照到底什么是实相。关于修行和实相，祖师、佛已经在法语、经典里面开示了，我也每天跟大家讲什么什么是实相。我们如果只是听别人开示的，这个力量不够。你要自己去实证，自己去观察，自己去参悟诸法实相。我们可以借鉴前人留下来的方式方法，但具体的方法和用心则需要你自己摸索和实践，不能完全照搬别人的方法。实相是不是讲的这个样子，你得自己去证明。

当你自己也观察到就是这个样子，这就叫相应了，就变成你自己的功夫和智慧了。古人和祖师给我们开示实相，我们去学习，去听，这个重要吗？也很重要。为什么重要呢？我们学一个东西，我们要达到一个目的，首先要对这个事情建立信心，需要知道它的一个前景，需要知道确实有这么一回事。就是，通过修行，通过了解实相，我们能够彻底出离生死烦恼，得解脱自在。实相确实是存在的。解脱确实能够实现，这并不是一个模糊不清的事，它被诸佛觉悟的人证实了。

好比我们要去一个地方，知道方向路线后，就快了，就好走了。所以学习祖师的开示，直指人心的实相开示，是非常重要的。在我们自己不能悟道的情况下，在我们自己不了解什么是实相的情况下，我们去学习，去参考古人的方法和方向，学习完了，按照前人指引的方向和方法，一次次反反复复的磨练、练习，去对照，去印证。这就是学习的意义。为什么我们说学法、听法，去参善知识，去参禅？参什么？你不可能一个人孤零零的就去参，要拿一个提示，拿一个对照物，借助一个人或一个方法去参。但是如果我们只是一味的学习祖师的东西，一味的读经、看经论，听师父讲经，这就可以了吗？还是不行，这只是一个环节。还有一个最重要、更重要的环节，就是自己练习。实修最后的一个环节就是一个人去练习，一个人练习，你能不受其他事的分心和影响。你要特别专注地去训练。我们大家在一起打七，人数也比较多，我曾考虑过，就是用一天两天把大家放出去，让大家自己去练。但是我们每个人的学习程度不一样，对实相的了解程度不一样，有的是刚接触禅宗，有的只是刚接触佛法，对禅宗还很陌生。有的是接触有一段时间了，有的已经会修行了，有的还不会，所以目前为止，还不能把所有人都放出去，大家没有约束力，有的需要师父提醒和督促，有的需要鼓励。所以，我还是带着大家一起共修。我一直在提醒，我们在行脚或休息的时候，你都是自然地处在一种禅修和牧牛的状态。有的人经常忘记，所以我会不停地提醒大家，嘱咐大家怎么去牧牛，怎么让自己处在一个无为的、不施功的状态。既处在一个无为不施功的状态，还不能散乱，住在烦恼里，还要知道牧牛，什么时候牧牛，怎么牧牛。

整个的修行需要注意两方面，一方面就是不要施功，不要用劲，不要在上面加什么，这方面主要是从法理，从法理的角度来理解。我们不需要再去找什么了，不需要额外的做工夫。另一方面就是看到我们自心的这种执着，怎么用善巧方法，用一个特别有效的方法改变并去除这些执着。古人把这个叫做运粪出。经典里叫转所依，又叫转识成智。一般来讲，叫除习气，又叫保护，又叫不染。法上我们可以叫做除法执，不需要再有法执，对见性的执着，对开悟的执着，对成就的执着，这些都是法执。对幻境的贪着，对六尘境界的执着，这是粗的执着。先看到这一点，然后练习不去抓取，不去贪着，这是去我法二执。去执着主要就是从这两方面，一个去法执，一个去我执，不需要去加什么。其实减也没减什么，这些都是我们的妄想，是你没有功夫。一是你不了解实相，把诸法都当成实有的，尤其是你执着的东西，肯定是不知不觉的当成真的了，你才去执着，才去抓取。我们学法修行的目的就是一次次的反反复复的熏修，认识到诸法如幻，诸法空相、诸法不可得，诸法无实性。先认识到，然后再练习远离，练习不抓取，练习一物不为，练习少做事情，甚至不做事情，来转变这种习气和习惯。说习气呢，它主要是从我们的起心动念上讲，习惯呢，就是一种更深的习气了。你已经看不到自己的起心动念了，这种习气已经上升到一种行为了。所以说习惯和习气虽然它都是一个东西，但是它的侧重点不一样，习惯就是这个东西我拿过来就做了，根本就看不到自己的起心动念。习气是你已经都发现了我这是起心动念了，就可以改变了。习惯是很难改变的，但是习气我们通过修行通过了解，慢慢能够看到自己是因为动了念有了心才有的这个行为，在这个时候已经能够捕捉到这个念头了，捕捉到这种习惯性的思维了。这个时候只要多加练习于念离念的功夫，就能离了，一离，习气就转变了。习气是对修行人来讲的，习惯是对凡夫来讲的。

人们意识不到所有的烦恼都是自己给自己带来的。正所谓凡夫不畏因，只畏果。而好的修行人，在做的时候就会看到结果，所以菩萨畏因，畏始。习气的转变是更难的，它需要你有很强的觉性，很高的修行素养，有很好的根基。大家普遍有一个错觉，好像觉得禅宗很简单，很轻松，很活泼，很容易，好像不需要割舍太多的东西，这是对禅宗极大的误解。这是大成就者给我们的一个错觉，你看，禅师多自在，古人也不持戒，也不精进。这是一个错觉，你只看到了古人修行的结果，你没看到他用的功夫。即便是结果，你也只是看到了外在，你不知道古人是如何心行的。

我们刚接触禅宗，还没有真正认识到禅宗整个修行的重点和特点，以及需要的条件和因缘，这些我们都不清楚，只是粗枝大叶的接触了一下，就觉得禅宗修行好像没那么难。你不知道，那种修成之后的自在和洒脱，那是需要很长一段时间来培养，来做功夫。我们打一个比方，就拿做手机来说。我们看到某个牌子的手机非常漂亮，非常好，这个手机摆在这，你看得清清楚楚，大家都这么喜欢，也很实用，那咱也做一个。很简单，这个想法很简单，做一个。卖手机的商人为了让市场活跃起来，他不会跟你讲这个很难的，你做不了。他说，不难，你做吧，很快就能做出来。大家都对生产出特别好的手机有着种种的憧憬，甚至说想自己创造一个新的品牌，有更实用的功能。反正都是同类型的产品，应该很好做，对它的未来都有很大的期待和向往。这就是一种动机，一种期望，甚至是一种幻想。等他真正去做这个手机的时候，他会发现想和做完全不一样，他会觉得很难。各种各样的现实问题都会出来，设计理念啊，价格成本啊，手机造型、用料，人工，厂房，销售等等，都会成为很大的问题。我们学禅宗也是一样，我们都看得到祖师成就之后的那种潇洒自如，有时候你们在我身上也能看到一些，师父真自在，真潇洒，在他那儿什么问题都没有，但是你没看到这个之前做的功夫。我们也都看到郭德纲的相声说得非常好，他在台上那种智慧、随机应变，表演得浑然天成。我们第一个感觉就是他生下来就会讲相声一样，错啦，他下的功夫比谁都多。

我们今天学一段百丈禅师的法语，大家打开二六九页。我们为什么要学习百丈禅师这段法语呢？这段法语给我们开示了一个道人的形象。虽然是古代的一个道人的形象塑造。虽然是古人，但是我们今人能不能做到呢？一样能做到。虽然古人的生活环境和修行所需要的条件比我们简单，没这么多的设施和娱乐。而我们今天是信息时代，物质极大的丰富，好像对于我们来讲诱惑更多，障碍更大。但是，这不是问题的关键。问题的关键是我们是否有真正的道心。外在的修行环境都不是最主要的。最重要的是你的道心，你有没有坚定的出离心，有没有坚韧的意志。你要不要考问自己，你到底是谁？你是不是想糊里糊涂的活一辈子，然后又去轮回又去流转。古人能做到的事，我为什么不能？大家应该认真地考问自己。既然我有这种能力和智慧，作为一个人，又有前人的指导，留下来这么多的真理的开示，我为什么不能像古人一样成就呢？我们怎么做，才能成为一个真正的道人？我们看百丈怀海禅师他的一段开示：

问：如何是大乘入道顿悟法要？

这里开门见山，直奔主题，什么是大乘顿悟法门的法要？顿悟就是指禅宗的修行法门，它的法理它的要点在哪？这个法理不单是说理，是理事都兼顾了。祖师留给我们的开示都是有理有事，不是单纯说理，而是理中有事，事中显理。

师答曰：汝先歇诸缘，休息万事。我们看这一句，这一句跟我们这段时间一直跟大家讲的一物不为，少做事，甚至不做事情，如出一辙，就好像一个人讲的。有一个修行指导方针，四个字：息虑忘缘。你经常提起这四个字来，那你很快就入道了。提起这个四个字，按这个四个字去做，息虑，就是指减少我们的起心动念，减少妄想分别，减少分别幻境这个习惯和习气。忘缘就是减少是非，少做事。忘缘才能息虑，息虑才能忘缘。所谓诸业不造，自然得道。缘不远离不断，你一直在染，想求解脱，求清净？无有是处。如何找到一个修行方便，也就是修行最开始的切入点和入口，是每个学法人都关注的。没有天生的成就者，没有天生无染的人，都是染到一定的时间，有了烦恼，套上套儿，脱不下去了，烦恼了，知道苦了，才想求解脱。知道所求的一切都是空的，不可得的，是徒劳的，什么都没有，然后觉悟，开始修行，再觉悟，一次次地觉悟，最后回到自心。所以这一句话，汝先歇诸缘。休息万事跟息虑忘缘是一样的，为什么我一而再再而三的让大家来禅堂，禅堂里面就是歇诸缘，休息万事。给你休息身心创造一个好的环境，这里可以做功课，有同修陪着你一起修行，还有师父指导你怎么用功，平时在家怎么修行。你在禅堂最闹的也就是跟同修们说两句话，在一块儿做个饭啊，聊个天啊，最多了，肯定是没有世间的那些是是非非，没有你对我对，你这个表是什么牌子的？多少钱？你儿子上什么学校？谁要是在禅堂谈这个让我听见了，你就离开。你家里说不够，在这儿还谈你儿子上哪个学校了。你媳妇怎么样了，你儿子搞对象了吗，工作是什么，我儿子上的中学不行，你儿子上什么重点中学，太羡慕你啦，这心思还学法！所以在禅堂在道场就有这个好处，把这些缘绝了远离了，就不再熏那些东西了。可是在家里，你不想串门，也不喜欢别人奔你家里来，但是你老公喜欢，你老公他喜欢别人到你家来。他们俩巴拉巴拉讲，你是听还是不听？你不感兴趣你不听，忽然之间他们说了一句你感兴趣的事，你耳朵就过去了。本来还不想跟人掺合，一听到理财，哇，问问他吧。到底这理财的利息是多少？又往理财那儿去了。反正总有你感兴趣的事。

再举一个例子，两个人在一块儿生活，两个人只要在一起，就有感情，对吧，日久生情。两个人再深的感情，一个在美国，一个在非洲，几年不见，也没电话，离开一段时间，感情就淡了。再深的感情，分开几年，也就慢慢的淡漠了。说淡漠不了，那是你忒执着了。分开这么长时间也见不着面，你还念念不忘，那是你自己的问题了。一般情况下，只要分开一段时间，感情都会淡漠。那么我们对任何事情也是一样的，你和所有的事保持距离，这就是佛所说的乐远离行，现在有一句话叫“断舍离”。流行的“断舍离”只是很初步，很浅的。真正的断舍离，断得很干净，很彻底，所有的执着都要远离。如果这个事情你经常做，就入了心了，就会有出离的力量。如果你经常参加这样的禅七，时间长了，你不再喜欢过那种吃喝玩乐的生活，而会越来越喜欢这种清净的禅修生活。这样的生活并不是单调的坐禅，诵经。我们也有自己的娱乐和生活方式，只不过，很简单罢了。

世间人是没有这个出离心的，他不管什么因果啊，六道轮回啊，这个东西我喜欢我就一直做，这家饭馆的饭好吃我就经常去吃。为什么有的饭馆这么火，其实就是固定的那些客户，吃完一次还想去。那道人是怎么回事呢？这个东西我喜欢，可以，但是我不会粘着，我不会被你控制。我是自在的，你再好东西，我偶尔接受你一下，行，但我不会经常去染这个东西，是有这个觉悟的。这就是摒息诸缘，息虑忘缘的作用。

我们的意识心分别心烦恼心就是一次次这样熏陶出来的，本来这个东西是没有势力的，是不实在的，但是我们一次次的这样熏，一次次的重复去做，它就成了一种瘾，成了一种习惯，就好像这个事情是必须要做的，不做就会很痛苦。我们完全没有力量抵抗。你就是再亲的儿子，我自己生的，生下来就给人了，时间长了，你就不想他了，就没有这份感情了。但是如果你天天看着他，天天抱着他，十天，甚至三天，你和他就建立起不可分割的感情。你的世界就被他充满。你的眼耳所及，全是这个孩子。完了，时间一长，他就粘上你，你就赖上他了，你们就建立起活生生的轮回的模式。别说自己的亲儿子，就是你从孤儿院抱来的，就算小猫小狗也好，你看的时间长了，你会生感情生执着。我们对事物就是这样，不知不觉生的执着，熏染出来的。 所以保持距离非常重要，远离是相当相当重要的。你看古人都跑山里去修道，古人难道没有智慧没有根基没有功夫吗？有。有功夫还要到山里去修远离行，他们知道生死的过患，知道世间的无常，知道习气坚固难除，必须借助修行和方便才能断除。如果你想去除自己身上的花香，你要离开花窖，到户外去，你身上的花香很快才能消失。我们现在人在六尘面前，完全没有功夫，还飞蛾扑火，还往火坑里跳，那谁救得了你。休息万事，把它落实！要想休息万事，就多奔禅堂来。禅堂存在一天，你就来一天。来到禅堂也尽量独处，静坐，别人讲话你别参与，别入心。

善与不善，世出世间一切诸法，并皆放却。什么善法啊，不善法啊，善事啊，恶事啊，好事啊，坏事啊，一块放下。世间法出世间法什么都不要想。学禅宗，表面上好像是在学出世间法，其实这个连出世间法都超越了。出世间法只是一个概念，一种假说。我们奔这一坐，我们也吃饭，也穿衣，也说话，也不是个死人。也开玩笑，也有自己的乐趣。我们在世间，并没有离开这个人世间，没有杜绝跟所有人的来往，该接触谁就接触谁。所以它不是世间，它也不是出世间，它是心的超越。

莫记莫忆，莫缘莫念，放舍身心，令其自在。这个莫记莫忆就是过去了就完了，你再怎么追忆毫无意义。莫缘莫念，缘就是不要再去找了，不要再去攀缘了，不要寻觅了，一切诸法皆不可得。寻觅是徒劳的，在那寻觅、费劲，就像拿手打虚空一样，毫无意义，白费劲儿。我们对一切法的寻觅就像你在空中抓取，你什么也抓不住，只是在那白白费劲、白白烦恼、白白分别、评判、较真、纠结。

所以休息万事，才有机会进行后面的修行。你先过了这最难的一关，我不做事，才能心意泰然，听经闻法，深入实相。再不行我把自己绑在柱子上、床上，这个比你戒毒容易多了。戒毒多痛苦，这个也没啥痛苦，只是一点无聊寂寞而已。修行这件事，必须有高度的自觉性。我把这个消息透露给你们，你们哪天在家里就是坐着，待着，坐他个半天一天的，啥也不干，强迫自己，给自己关一个房间里边，练习独处和无依，什么都不做。时间长了，习惯了，你就待得住了。你待得住了，就不造业，习气慢慢就改过来了。过去的业也不知不觉消了。古人讲：八万尘劳静处消。你看古人，最狠，一明白就住山去，多狠啊，什么都不要了，全都布施了，有钱都扔湖里了。一切都舍了。为求一切智，一切俱舍。山里啥都没有，灯都没有，吃的也不行，还有狮子虎狼在旁边，虫子啊，恶劣的天气啊，真狠，古人为啥有大成就，他对自己狠啊。我们也要对自己狠一点。先对自己狠一点，那是对自己最大的爱护。你狠，才能够消除你那些温室里的习气，那些脆弱的东西，让你痛苦颠倒的东西。这就像治病一样，病重的时候，用药要猛。你病入膏肓，我就得用一剂猛药。你病得太厉害了，不用猛药是治不好的。我们要想转变自己这种贪得无厌这种总是想快乐的心，改变自己总是需要一些东西的习气，我们要想改变这种习惯，那就得来一个狠的。莫记莫忆，莫缘莫念。不要再去攀缘世事和快乐，那都是你将来痛苦的因。什么都不需要去挂念，放舍身心，把自己当成一个活死人，把自己当成一个草木瓦石。心如墙壁，方可入道。

如果你心里只想明白自己是谁，只想出离烦恼，你哪儿还有功夫在那自怨自艾。你受的苦还不够吗？你失败的还不够吗？还需要更加彻底的打击你，你才肯停下来吗？你这个心不彻底死掉，你的苦就不会息灭。大死才能大活，你真正放舍了身心，才会真正活过来。对这种无为，无依，你一开始是不习惯不自在的，但是慢慢的你就会发现这里面的味道，你就会身心自在。心如木石，口无所辩。你这个心就像石头一样，冷冷的，毫无生机可言，对一切都不再感兴趣。我们看看自己，天天嘻嘻哈哈，还挺快乐，你总是快乐吗？你有多快乐，将来就会有多愁闷。你那个快乐是寄托在种种的妄想期待种种的享受上面，有你乐的一天，就有你哭的一天。所以，这个乐要发自内心，无依无倚，如果你得的是这种常乐，法乐，诸天都会给你捧花，佛都来给你洗脚。常乐一定是没有缘的，无依无倚的，不是靠外在的东西堆积起来的快乐。

所以你们有时候看我，我好像总是这么严肃，这么吓人，你要知道这是道人的特点。他就这样，没什么开心的事。跟你们在一起，有时看到大家，会笑两下，那是实在控制不住了。一个人的时候，几天一句话都没有，一个笑容都没有，就跟个病人，跟个死人差不多。我一照镜子，就发现自己跟个行尸走肉、干尸差不多，没有丝毫的表情。真的就像一个患了绝症的还有几天就要过世的人似的，这才是道人的特点。再看看你们一个个的，天天嘻嘻哈哈，也不知道有啥可高兴的。你偶尔觉得啥都不需要讲了，是你的灵光乍现，你要经常有这种体悟，再听我讲法，都是多余。

这几天大家习惯逐渐养成了，我每次来都能看见大家在外面坐着，也不说话，这是对的。有啥可说的？就是歇着，吹吹风，晒晒太阳，休息头脑，什么事情都不用想。心无所行。所以说这个事情是在内在发生运转的，表面上干点活，那是为了打发时间。我锄地、做饭、洗衣服，只剩做这些事了。心里边没有事，没有负担，没有挂碍，只要心里没有这个事，那就是道人。心无所行。行与苦，都是在心里发生的。我们这些日子行脚，有时候赶上中午，天气特别热，一大队人，路边经常会有人看我们，用那种奇怪的眼神。不知道这些人是干嘛的，经常会有人问我们，我们不要理他们。这是人之常情，人们对别人的行为总是充满好奇。你不要被别人影响。他用那样的眼神看你，你自己就开始胡思乱想，我这是干嘛呢？大热天的，不在家吹空调，跑大马路上来，一走就是好几个小时，还不能左顾右看，还不能说话，还要保持正念。怪累的。你累吗？累。你累不是因为走，而是因为一边走，一边打妄想。心没有安住在脚步上。你一边走一边打妄想就会累，但是你走路的时候，什么也没想，那就是一种享受。别人看你累，但是你不累。你心无所行，脚上虽然在走，但是心无所行。你的心安住在每一个脚步上，你没去想怎么还不到呢，也没想我们这是到哪儿去，也没想到今天什么时候讲法，这些都没有想。你只是安心地走路，就不会累。讲法的时候就听法，不要想什么时候去行脚。做任何事情都安住在这件事情上，不期待，不预设，不期盼，心如木石，口无所辩，心无所行。那自然一切就空掉了，心里什么也没有了。慧日即现，所以心地若空，慧日自现，如云开日出。

但歇一切攀缘、贪嗔、爱取，垢净情尽，对五欲八风不动，不被见闻觉知所缚，不被诸法所惑，自然具足一切功德，具足一切神通妙用，是解脱人。

这个就需要我们每天去做功夫了。你首先要远离，其次要转习气，要创造实修的机会，放下世缘，进行专门的训练。转习气怎么转啊？做牧牛的工作。我们做任何事，先从简单的练起，不能急，也不能贪多，一步步来。让你坐在那一物不为，什么也不做，什么也不想，这个有点难。我们先做简单的事，行脚，洗衣服，擦地，做卫生，做这个单调的、简单的事情。做这些事情的时候，练习活在当下，练习专注的做，练习不打妄想，练习看心念起处，再拉回来。做这个事情的时候，我们就容易歇一切攀缘、贪嗔、爱取。因为你扫地，这里面没有是非，这正是我们练习专注最好的时机。

所以，我们为什么要选择行脚这个活动来练习牧牛呢？因为它单纯、简单。而且它调用你全身在做事，六根都要用，不会偏到一根上去，你不会越修越呆板，越修越偏执，这是一种活活泼泼的禅修状态，是动中禅修。我们利用行脚，利用闻法听法这样的一种形式来歇掉诸缘，歇掉染着世间的得失利益心，歇掉贪嗔、爱取、垢净的习气，让这些恶习一扫而尽。有贪就有嗔，有垢就有净，有爱就有取，而这些都可以通过牧牛来歇掉。

我们说在行脚的时候，路边有一些事情发生，过来个人，跟你说句话，你看到这个境能不动吗？你先别五欲八风不动，就这么一个小境界，你看自己动没动。一辆车过来，是不是被吓得一下子就躲开了，离你还好几十米远呢。所谓八风，是指赞叹啦，非议啦，诽谤啦，得失啦、苦乐啦，而对这些境，怎么才能不动。只有苦修。你先对一些个小的境界不动。先不被见闻觉知所缚，也就是不沉迷于见闻觉知。看见某个人，因为习惯做某些事情，不符合你意了，你被见所缚，着在一个见里边。谁谁做什么不如法了，你又开始分别啦，拿眼看了。谁谁怎么着怎么着，这都是着了见闻觉知的境界。那牧牛关不关键？牧牛重不重要？牧牛相当重要。金刚经云：善护念诸菩萨。善护念，不是佛善护你念，是你自己要懂得善护念。如果你能善护念，所有的境界都动不了你。不管见闻什么，只要你不着，你于所见所闻不生心，你就清净。你一着，分别不断，重重的妄想，无尽的妄想就出来了，你就不清净了。因为第一个妄想没止住，就像开了闸的河水一样，奔涌而去。你这个地狱之门就打开了，妄念之门一打开，地狱之门就打开，三途就出现了。

不被诸法所惑。为啥不被诸法所惑？法本法无法，没有一法是真实之法。通达这个，你才能不被诸法所惑。诸法是一切法，一切法都不能困惑于你。怎么才能不被诸法所惑，通达诸法实相。什么是诸法实相呢？诸法实相是没有一法是真实的，没有一法有自性，一切法都是意识里的法，只要你能说出来，你能想到，你能描述的，都不出意识，不出虚妄。如果你能做到歇一切攀缘，不被自己的心识所骗，对五欲八风不动，不被见闻觉知所缚，不被一切法所惑，那么自然就具足一切功德，一切神通妙用，自然就是解脱之人。

祖师禅讲记第十五讲

大家晚上好，今天是禅七的第二天，今天中午开始行脚一直到下午五点，走了十二三公里吧，也挺长的。我们之所以举行这个行脚的禅七，大家在一起共修，主要就是培养我们的定力，提高我们的觉性，训练做事情的专注力。大家通过第一期的禅七和这两期的禅七，我们逐渐有了自己的体会和收获。我们对外在的一些境界的发生，不再像以前那样容易受其影响。各自都有体会。凡夫就是如犬逐块，扔块石头，就像狗一样冲着石头追去了。取境取相，生心动念，分别幻境，妄生烦恼，患得患失，这就是凡夫。觉悟之人知道一切外境都不实、如幻，甚至可以讲没有内外境的分别，唯是一心，内外一如，与物不违，只是一心直用而已，触物逢缘，不迎不拒。就像灯和光一样，没有所谓的光和灯，一体不二，光就是体本身。所以有时候我们也会讲，一切境界都是自心境界，没有外境。圣人、觉悟之人、祖师为了让众人能够明白领会这个本性，从不同的侧面来描绘一心，从体上来讲，就是没有境界。从用来讲，全体之用就是体，就是心，离用之外无别有体，无别有心。除了当下的一切的显现，你找不到一个实有的心，作用就是心。

通过行脚的训练，大家在面对外在的境界时会越来越拥有一种能力，越来越定，越来越不受其影响。就是，我虽然知道周围发生的什么，但是不会妄动心念去分别了。该用的时候就用，该分别时就分别，但不会迷在所分别的境界中。这个时候我们就能把自己当下的事情做好，做得很投入。既做得专注，又不会错失周围发生的事，不会变成呆傻或对周边发的一切毫无觉知。我们并不是为了把事情做好而做事，我们是训练自己的心安静而自在。我们如果能专注的做事，不受外界的影响，最重要的是我们没有烦恼。大家注意啊，我们不是为了做事而练习专注，我们不想成为某个领域里的行家。世人画画、做产品，他非常投入，非常认真，只有一种可能，就是这件事情对他很重要，他一定要认真，不认真就做不好，做不好就没收入，就没有所得。无所得，他是不会去做的。他有一个目的，他的目的是把事情做好，把事情做好是他最重要的目的。我们专注的做事，我们练习行脚，重点不在走路的姿态、步伐、和外形上。我们的目的不是把事情做好，做好是副产品。我们能安心，不打妄想，制心一处，获得安心的能力，才是我们修行的目的。也就是说我们心不向外驰，获得清净解脱，收摄六根，不放逸，这才是我们精进修行的目的。这个功夫古人都做过，做这个功夫让人转变习惯，改变心境。以前总是取境生心，所以烦恼、是非、痛苦，我和我所都会出来，转变了这个认识和习惯，就变成不取境，于境不生心，通过练习转变心行，最后养成不取于相的能力。就是百丈禅师开示的：对一切事情，心无境乱，不摄不散。一开始我们是做不到的，对一切境法，我们一定是取境取相生心，一定会有静乱，有善恶，但是通过训练，在训练中反反复复消磨、体究实相，来实现心行与习气的转变。我们逐渐就能做到对一切境法心无静乱。如果你的功夫已经养成，还用刻意去收摄身心吗？不用了。它会轻松自然地收摄，不再放逸。你不散的时候，就不需要收摄了。收摄是对一直向外驰逐、六根攀缘六尘生六识而种种分别，对这样的一种状态来讲的。散乱时，你要收要摄，收摄六根。你已经习惯不驰逐了，你看什么都不染着了，不分别了，这时候也不需要摄了。

收摄是一种对治法。总是向外驰逐，才需要拉回来。我们行脚时不要左顾右盼。因为你平时习惯了左顾右盼，打妄想。你一打妄想就不清净，就烦恼，就消耗，就觉得疲乏疲惫，这时候要收摄。而当我们养成了自然不向外驰逐，看我也看，但不分别所看。看不是习惯性的看，而是带着觉性、觉知，自然安静的看，看而不生分别，无染着的看，也就不需要刻意的回避了。看的时候不生分别，就是不摄不散，就不要刻意控制自己。一味地守着眼根，那是在修行的过程中，心散的时候要那样。一旦心不散，不向外寻觅了，就不需要守着六根。如果一直刻意控制，我们的真性就不自在了。如果刻意的不摄不散，就会很累。可能最近这段时间，大家觉得做啥师父都会盯着我们，感觉紧张，做啥都不对，不敢说啥，什么都不敢看。是的，修行就是要转变这种惯性。其实是一种习惯的转变。

这只是对过去的习气的一种扭转和练习过程，这个不能执着，执着了，又变成另一种不自在。学禅宗，明理明白实相，做功夫后，它不是一种压抑紧张的状态。但是为什么我们会营造一种修行、训练的氛围呢？就是对治以前的习惯和习气。当过去的习惯已经不起作用了，或者习惯减少了，那么我们这种收摄的力度也要放松，不要一直收摄，那样会紧张不自在。摄和散是一个道理，都是一时的对治法。可是，这种收摄的功夫不是做几天就不做了，要经常性的做。但做的同时，还要明白这个道理，不要太紧张，不要这一天一直都在收摄，这也很累。

修行还是要以明理为重。明理才好用功修行，才不会错用功。最重要的是我们明白本性，本性是自然起用，六根自然起用，真实之性，不存在一个染或者摄的一个状态。染也染不上，摄也是白白的用力收摄。为什么这么讲？你怎么去收摄，还是会去看去听去分别，你收摄了半天，只是转变了一种势力、惯性而已。这种作用，从根本上你是转变不了的。你只能转变它染着的力量。因为它就会看。我们看就保持在一个看上。听就保持在一个听上。不生太多的妄想分别，不生烦恼执着，别取着它就行。看就是欣赏一下，分别一下，都无关紧要，你不会偏颇。透一切声色，无有滞碍。没有让你躲避一切声色，是说要透过它们，把它们看明白，这些东西根本就不实有。我看而不染，听而不着。

透就是看破的意思。一切声色，非一切声色，是名一切声色。一不被它吓到，二不被它障碍，三不被它染着，不沉迷于它，所以无有滞碍，名为道人。这才叫道人。这都是在讲实际的功夫，不是光在说理，理也讲了，事也讲了，功夫也讲了，你要做到。怎么做到？就是练，只有练，不停地练。染污是习惯养成的，回头也得靠养成习惯。怎么养？不停地练习。练习久了就成了习惯。贪嗔痴也是熏习久了才养成的。善恶是非，俱不运用。这里还是在讲不投射概念，你不投射概念，才会俱不运用。你若只是能讲善恶都不分别了，可是你习惯分别善恶了，你的意识心习惯了投射善恶，你说没有用啊。所以这个东西还是要训练。训练不投射概念，练习善护念，看到自己的投射，立刻收回来，这就是修行，就是功夫。我看看我以前投射的那些东西到底对我有任何意义吗？是让我们快乐了，还是让我难过了？我看看我能不能一念不生。今天我们在户外行脚到河边的时候，让大家喝湖里的水。因为有很多人渴了，也不是逼你一定要喝湖里的水，只是对你做一个考验，如果你在野外，口渴的时候，你看到水沟里有水，你会不会毫不犹豫地去喝水沟里的水，还是非常纠结，最后因为渴得实在不行，不得不去喝那水。不生心去喝水沟里的水，和带着各种妄想观念分别去喝那水是不一样的。你对这个水生心，喝水就犹豫，就会有烦恼，就会不舒服。你会想，这个湖边有多少人来过，向里吐口水，甚至可能有人还倒过垃圾，你这样想的话，这个水就很难喝下去。

你不生心，你就可以喝。可是喝到嘴里，你还是有可能会生心，因为分别善恶好丑的习惯已经根深蒂固，而不生心不分别的习惯却非常微弱。如果你生心，它就会持续不断。喝到肚子里你生了心，你还是会不舒服。哎呀，会不会闹肚子啊？会不会得病？你看，这个分别是非善恶的惯性太强了。这个时候就看你的功夫啦。

如果这个水我们喝到肚子里面已经过了很久，如果你一直想着这事，你就会一直不舒服。为什么会这样？因为有的人太过于执着自己的身体。特别执着自己的身体就一定会生心，因为执着嘛，就会念念都想，哎呀，这两天本来身体就不好，师父还强迫我们喝这不干净的水，万一喝出毛病来怎么办？结果喝了这点水，种种的妄想都打出来了。反正你要执着这个身体，你就很难做到不净不垢，非善非恶。但你认为你做了一件对这个身体不好的事，是你认为的让你非常难受。而湖里的水对你的伤害几乎等于零。实际上湖里的水未必对你身体不好，所有的不好，都是你妄想出来的。如果你不执着身体，也不执着于自己，喝完就没事了，该干嘛干嘛，把这事就忘了。

这叫投射概念，你对湖水投射了太多的概念。当然，这是一个试验，也是一种假设。一般情况下，我们渴了，会买一瓶矿泉水，不会去喝湖里的水。但是在现实生活中，会有很多类似这样的突发事件，如果你分别心太重，你投射的概念太多，你这个人活着就很不自在，很容易被境转，被境界所困。你一投射概念，你身体就难受，本来没事的，你越是想，你身体就越不舒服。

咱再用现实生活中很普遍的一个例子来说明这件事。我们都有自己都很执着的亲人，至亲，儿子，父母，媳妇，老公啊，如果这时候来个电话告诉你，你们家哪位哪位出车祸了，只要你有执着，你的身体，你的脸色，立刻就有变化。这种变化会非常迅速，非常明显，有的人可能当时就会昏倒。只要你不通达实相，没有功夫，没有做过训练，你心里再怎么明理，你心里只要还执着挂碍某个东西，当它有变化，尤其是出现不好的变化的时候，你立刻就会跟着变化。但是对一个觉悟者来说，他是没有太多的变化的，这跟他的功夫有关。他虽然觉悟明理了，但是如果功夫不到，他也会生心，也会难过。功夫到了，就真的不会生心，发生的事对他也没什么影响。谁死了，谁得癌症，他也不会生心，那是因为，他真的知道这些都是假的。所以一个人是否悟道，是否有成就，欺骗不了别人和自己，一个境界就把你考出来了。除非你确实没有执着，你确实心无挂碍，你就会没有恐怖与担心。你没有执着了，谁也考不了你。让你烦恼让你痛苦让你颠倒的就是你的执着。这个东西就是你强烈的分别、爱憎、无明投射出来的。这个意识一出来，立刻对身体造成影响。我们有时突然之间觉得郁闷、压抑、身体不舒服，你肯定是想到了什么，肯定是你的心念想法让自己的身体变得不舒服了。所以心生则种种法生。

善恶是非，俱不运用。亦不爱一法，亦不舍一法，名为大乘人。也不贪一法，也不厌一法，不取一法，也不舍一法。为啥？因为通达没有法可得。没有好坏善恶、清净污垢、圆满不圆满，没有这一切的分别。这些好坏取舍，都是我们分别出来的。我们修行为什么要明理？明理是前导，有了这个前导，才有后面的实修和练习。你才能做功夫，你才不会错做功夫。理清楚了，再去修，再去做，就容易了。理不清楚，你一定会错用功夫。而且理不清楚，你还会怀疑，这样对吗？师父，那要善恶不分了，与家里人越来越疏远，那多可怕啊。这样对吗？这就是不明理。总是用俗情俗心来看待实相，总是有所依，总是想抓住一个什么。用实相一观，功夫一跟上，一切都没问题，只要你不打妄想，不分别境界。

如果凡夫都认同你做得对，那不他们都成觉悟之人了。有的人学法，还怀着各种妄想，做着各种美梦。那跟实相相应吗？实相里没啥可得，你有啥可美的。这个美是无常的，有美就有不美。只求一时之乐，会不会有苦等着你？是不是二法？那是永恒的吗？有欢乐就有痛苦，有功德天一定就有黑暗女。他们是一对儿。为啥是一对？法性一定是显现出两个东西来。法性是不二的，显现出来就是二相。一切的相是从心想出来的，那是妄想，你分别出来的二，那二是无常的。大家一定不要执着二，要看到不二，要跟不二性相应。我们的通病就是用二法来满足自己，让自己安心，但是那个二法是虚妄的，会破灭。它破的时候，你那个安也破了，你那个安心就不能保持了。无常来时，你再看看你平时生活中执着的那些东西，你对了，他错了，我这样应该了，他应该那样了，都毫无意义。

这一下午就这么坐着，跟我看书，跟我做一切事是一样一样的，为啥？因为无所得。亦不爱一法，亦不舍一法。包括我们行脚，如果你认为得走出什么来，要么把身体走好，要么把我的病走没了，要么就是我在走的过程中能体悟点什么。这全都是错用心。所以我一路上都在提醒大家，不要有期待，不要有所求。不思善，不思恶，走路不作走路想，不爱一法，不舍一法，是在一切处践行的，包括行脚。走只是走，不要落入感觉里。没什么感觉，也没什么体悟，就是单纯的一个人在走。所以这里面你哪儿有得失呢？有的人还为参加一次行脚而纠结，还投骰子，投一次参加还不算，就想投一个不参加。最后还跟我讲，师父我豁出去了。不就是走四个小时吗？谁怕谁啊？我参加这次禅七。好么，她参加这次禅七就跟要了她的命似的。她参加这次禅七就好像她失去了多少似的。你失去啥了？大家别笑她，你有你的毛病。你以为你内心的那些个小执着小癖好只是个念头而已，无关轻重。 你有那个东西，就一定会表现出来。满脸起斑，你难受，别人不难受。你痒痒，别人不会替你受。你为什么会起斑？因为你心里有太多零碎。我们千万不要去随顺自己的那些习气。诶，这个东西脏，你叫我吃我就不吃。你不吃，你就有病。你吃了这脏东西，反而就没病了。你不破这些东西，你就到处不自在，也无法参加我们共修中的很多环节。你看大家都活蹦乱跳的健健康康的，就你得病。大家都对脏净好坏不执着，所以都活得非常健康。你看看那些捡破烂的拾废品的人，你看看那些农村天天在地里种庄稼的老汉们，他们摘下来的苹果从来不洗，拿过来就吃，没病。分别心强的人，你洗得再干净，吃了照样得病。不是苹果让你得的病，是你对自己的执着。你怕这怕那的，这些怕，这些担心，全都是病。病的主因是从这里生的。人家拿过来就吃，没有概念，所以不得病。所以病就是为那些分别人准备的。

脸上起斑，不是最重要的病。最重要的病就是无明，就是生死，就是轮回，就是不知道自己是谁，这个最可怕。有的人不怕堕三途，着了个空见，行在有中，最可怕。所以你不去做，没关系，你继续保持你的执着。你说你随顺自己的习气，不改，没关系，那是你的事。将来受苦，你就放下了。

不被一切善恶、空有垢净、有为无为、世出世间、福德智慧之所拘系，名为佛慧。我们看百丈禅师的法语里面给我们开示的全都是让我们破除对二法对对立之法的执着分别，对好坏，善恶，有为无为，垢净的分别执着。所以你要得道，真的就这一条路，就是不分别自心境界，不取不舍，不爱憎，超脱世出世间的一切。全都不执着，福德智慧也不执着，是非好丑，是理非理，全都一齐放下。

诸知解情尽，不能系缚，处处自在，名为初发心菩萨便登佛地。是非好丑，有理没理，还都是分别，是二法。有理没理，都是意识里的东西，知解俗情，全都是意识妄想，全都是自己起心动念投射的东西。这些东西尽了，你才能不被自己缚住，才能不被自心妄想缚住，才能够处处自在。初发心菩萨便登佛地，就是顿悟法门，一念觉即佛，你做到了妄念不生，于念离念，就立刻清净，当体清净，立地成佛。你离一念，就成一念佛。你着一念，就是一念凡夫。所以凡夫也好，佛也好，都是虚妄的，只是一个用而已。我们要悟到那个性，那个性没有凡夫，也不成佛。这样，你就不会执着在凡夫或是佛这些相上了。当我们着的时候，假名为凡夫。当我们离的时候，假名为佛。别执着在那个佛上，也别怕那个凡夫，它们都不真实。你要是不认识这个性，你要么就落在烦恼里面，哎呀我堕地狱，我有业啊，我没智慧啊，我没修行啊，我烦恼怎么这么重，师父，我怎么才能脱轮回？你会迷在这些妄念中。要么就是我要成佛，我要解脱，我要自在，我要开悟，我什么都要。你不见性，一定落在这两边。落在这两边，就是生死。我要成佛，我已经成佛了，你是大凡夫，你在打妄想。成佛是最大的妄想。哎呀，我有业，我是凡夫，我一定出不了生死，这一辈子不行了，你打妄想。师父，我怎么出生的，死了去哪儿？你打妄想。

所以你不见性，一定落在分别里，落在虚妄的二法里。所有的法，都是分别出来的，除了妄想，什么也不是。这个妄想会编织，会转化，会深入。它会编织出各种事情，你会被妄想消耗。让你觉得好像有这么回事，你忘了它的根源都是妄想。

师曰：一切诸法，本不自言空，不自言色，亦不言是非垢净，亦无心系缚人。本性不说它是本性，也不言空有，都是妄想自做分别空有是非。本性不说我解脱了，我轮回了，我是佛，我是众生，这些全是我们意识妄想安的名字。我是出家师父，我是在家居士，我有修行，我没修行，我觉悟了，我没觉悟，这些都是妄想分别。所以空不自言空，有不自言有，色不自言色，垢也不自言垢，除了妄想在自言垢净有无，没有一法是垢净有无。这个世界上没有垢，没有脏东西。我们大家想一想，是不是这样？淤泥、垃圾，是不是我们给贴的标签？是不是人的头脑分别出来的？垃圾它不说它是垃圾，是人给它安的名字。你觉得是屎，那狗吃着还带劲呢。把假的当真的，贪爱一切的虚妄境界，就叫狗吃屎。

一切的一切都指向你，所有的嘲笑侮辱诽谤都是指你。谁让你不觉悟，谁让你贪着幻境呢。所以这些东西它既不解脱你，也无心系缚你，是你自己妄生计较和执着，而把自己系缚起来。一切人，一切事，我们的本性，所有的东西，都不障碍你，不系缚你，那什么东西在系缚你呢？你的妄念、执着和无明。你看不到实相，就会给自己加很多很多的东西。所以法从来不系缚人，是你的妄想系缚你自己。境从来不碍人，是人自己设障碍。但人自己虚妄计著一切法，把自己骗得团团转。你看，是人自己虚妄计著，作若干种解会，也就是给事物定种种的义，作种种的善恶分别，才有纷繁复杂的世界。世界本来清净，因为人妄生分别，才有一切的烦恼和诸苦。所以，不存在蚂蚁，蚂蚁是你内心的小九九。没有鬼魂，鬼魂是你心里种种的是非。没有虫子、污迹，那些都是你内心的讨厌、嫌弃、微细的分虽折射出的幻境。是你内在非常微细的无明，假名蚂蚁。我们脸上起的痘痘，起的粉刺，是你内心的执着与冲突，是你内心起的讨厌不满，贪婪无明，是你的种种知见，是见刺，显现在你脸上，就变成了粉刺。如果你不执着，粉刺就不再障碍你。如果你不坚持自己的见解，而让他们仅仅是一种想法和游戏，那么任何见解都伤害不到你。如果你内心存在执着，体现在你脸上，就变成了青春痘，变成了各种的表征。

胆小是你内在的体现，心念的折射，因为你内心抗拒，你内心讨厌一种东西，所以你才恐惧。你遇到的所有的一切，全都是你心念的折射。我们如果把这个道理搞明白了，确实搞明白了，我们会身心自在，吉祥如意，没有什么大病。机体上任何的病变都是很自然的，很轻微的，感冒，发烧，这是身体的自然调整，这不是病。执着自己，把幻当真，才是病。

我们能够做到的只是对自己投射的观念不再当真。减少分别和执着，去除取舍和得失心。我们无法完全割除观念和意识的作用，但我们可以减少对这些观念的执着与相信。如果你想要身体彻底没有病，那是不可能的，因为身体是无常虚妄的，它一定会有变化。我们要去的不是这种变化，而是对对这种变化的不接受，对这种变化的拒绝。师父，我明白了，一切都是念头，我不动念就是金刚不坏身。不，你无法不动念，你这还是错解佛性。佛性永远不会不动念，它会动念，它会不间断地生心动念，无常者是佛性，但是在变化的过程中，在生心动念的过程中，我们是否被念所转，成为念的奴隶，这才是我们修行的内容。在动念的同时，我们有没有执着、分别、烦恼，这才是我们要面对和思考的。而不是想让这个相一直不变，那是你的妄想。

关于不分别，有人问，这个东西吃肚里，不分别，那它就对身体没有影响吗？不是。身体一定会随着它自然的作用而起变化，甚至被外境所影响，我们的心念也会随着万物的作用而变化，但有一种东西不会受影响，你对实相的了知，你的正念和功夫。比如说你吃了坏掉的东西，再怎么不动念，你身体都会难受。但是这种影响再剧烈，如果你对身体没有执着，你只是经历身体的痛苦，而不会对此事耿耿于怀。身体的不适随着你的放松和不在意，很快就会过去。当然，适当的运用药物，身体可以更快的痊愈，这都没问题。你身体出现的难受，它只是一种痛苦而已，它并不是烦恼和无明。只是痛而已，不是苦恼。

我们讲这个事情只是说明万法都是无常的，你没法真正去改变这种幻相上的变化，你唯一能认识到的是并没有法生，并没有法灭，没有一个真实的东西出生、变化、得病、毁坏。当你认识到这一点，你会对发生的一切非常坦然，你会接受一切，这样的话，我们就解脱了。不解脱，是你的心不接受发生的一切。身体死也好，病也好，烂也好，当你执着时，是你的心不解脱，不是身体。如果你放下这一切，你立刻解脱。我们的本性从来也没有任何束缚，它永远是解脱的。不解脱的是妄想和无明，是对实相的无知。

这个烂掉坏掉的身体本身就是妄念投射出来，是暂时的，是虚妄的，不真实的，它瞬间瞬间的都在消失。但这是你理解出来的一种观念，而真实是，它没有变化。真实是没有一个东西叫身体，叫生灭，叫死亡。所以佛为凡夫讲无常、讲缘起，讲因缘法，讲变化，讲生灭，讲因果。但是为实修者讲无生，讲不生不灭，讲空无自性，这是从根本上讲。生种种心，作种种解会，那一定会生出种种知见，知见已经是妄念形成的坚固的认识，是远离真相的一种妄想，是一个坚定的信念。当我们相信了一种说法而固执己见时，它就变成知见了。任何想法一变成知见，就很难去除了。因为你已经认定了就是这样，那是对的，再破就很难了。

你执着什么，才会生若干种爱畏。你相信了这些是真实的，就自然会生取舍爱憎，就会贪，就会恐惧。贪就是想得到，恐惧就是怕失去。先是分别，然后再加上取著，然后再加上贪爱，然后形成强烈的认知。苦和烦恼就是这样形成的。我必须得这样，最后就变成了法，变成了知见。

但了诸法不自生，皆从自己一念妄想颠倒取相而有，知心与境，本不相到，当处解脱。法不自生是什么意思？一切法本来没有生，没有灭，生灭是心定义的，是分别出来的。本来没有这个法，是自心妄计了来的概念。不自生就是无生，意思是本来没有这个东西，没有这个法。那你还问我，人到底怎是么出生的？是怎么投的胎？佛再来还是不再来是怎么回事？这些都是意识和妄想。你问佛菩萨到底怎么回事，没有这些东西，这都是妄念。这是你的妄念分别出来，想出来的。你只是过好每一个当下，不去分别揣测这些妄想，这叫但了诸法不自生。为了随顺世俗，佛方便说法。若佛一句话不讲，一个字不用，也没有人听得明白，也没有人去方便修道。用世俗之法，用幻法来消灭你对幻法的执着，就是佛法。法如筏喻，一切法只是借助它而解脱的工具，用好了这个筏，这个筏就变成了智慧和真实的佛法。也就是说，修行和觉悟，用一种知来代替另一种知，并不是真有一个知可得。佛性与见性并不是有一个灵灵觉知可见可得。那都是妄想，方便说叫知，知是不住。不住为智，住则为识。我用一个妄知来破掉所有的妄想与无明，用它自己来破掉自己，真的就显出来了，以妄破妄，妄妄相抵，如火烧木，灰飞烟灭。破到最后，无妄可破，全妄即真。

有人说：师父，一切意识都是假的，那您现在说的一切不也都是假的吗？这不矛盾吗？是的，你说的没错。我知道这个知，也是假的，最后我会放下这个知。我用假的把它抵消了，两清了。俩都不要了，就是解脱，就是觉悟。是假名解脱，假名觉悟。没有实法叫解脱和觉悟。若有，仍不离妄，不离假。

我知道这个知是空的，放下即可。不用去否定它，若否定它，还是住着，等于肯定它。如果彻底全然的否定这个知，那就是断灭了，成断灭见。断灭见，仍是有见。你认识到觉性是真实的，是超越有无的，但你不能落在这个知上。你执着一个知是真实的，佛性就被错解了。真实就被你的认知覆盖了。所以诸法不自生，从自己一念妄想颠倒取相而有。这一念妄想颠倒取相也是假名，没办法，只是告诉你别再纠结啦。师父，这一念妄想颠倒取相从哪来的？当然还是从颠倒从妄想来的。颠倒妄想，就是从颠倒妄想来的？你这样问，问到无穷，也是这样。什么是执着？这就是执着。心意识不停地取着，问，疑惑，寻找，这就是颠倒和无明。

知心与境，本不相到。啥叫知心与境，本不相到？没有心，没有境，心与境都是从妄念生。永嘉大师云：痕垢尽除光始现，心法双忘性即真。心是根，法是尘，两种犹如镜上痕。但有言说，都是法尘，都是从识所生。所以说，这个心也不真实。

说境说心，都是虚幻的，都是空的，当处解脱，没有能所，能所俱妄。一切诸法，当处寂灭。也就是说一切诸法，非一切诸法，是名一切诸法。没有诸法生，诸法是概念，生也是概念。因生才有灭，不立生，何来灭？要明白这个才是真道场。

又本有之性，不可名目。不可名目，就是不可描述、不可拟议、不可思维的意思。你老想到底什么是佛性，一想就是名目，但有所形容，都是名目。目前无性，意在目前。本来不是凡，不是圣，不是垢净，就是要我们去除对相的执着。没有凡圣，没有垢净，亦非空有。为什么？都是意识投射的。空有凡圣、佛众生、生死涅槃，全是意识先出去了。亦非善恶。与诸染法相应，名人天二乘界。名是假名，假名为人天二乘境界。有人天二乘吗？没有，对你这时候一个妄用的假说。你错用了心，颠倒用，给你安个名字，叫人天二乘。

垢净心尽，不住系缚，不住解脱，无一切有为无为缚脱心量处。于生死其心自在，毕竟不与虚幻尘劳蕴界生死诸入和合，迥然无寄，一切不拘，去留无碍，往来生死，如门开合相似。这就是解脱人啊，假名为解脱人。有解脱人吗？也没有，你与本性相应相默契了，不再枉受执取之苦，假名为解脱人。

祖师留下这些经典和开示，我们一定要抓住根本，就是一切法都是意识的投射。意识，意识，意识，全都是意识造作出来的。全部是自心分别出来的。佛和祖师种种说法，说得也是一个，远离自心分别和投射，不取自心，便是真心。分别执着其实都是讲意识造法，心生种种法生，心灭种种法灭。外境无好丑，好丑取于心。都在讲这个。好丑取于心，是取于意识分别。境无好恶，境无善恶，善恶好丑是妄想分别出来的。都是告诉我们要离苦，只有一法，远离意识分别。分别造生死，分别即轮回。分别则魔军盛，息意则佛道隆。但这个分别，有时候我们不知道，就是投射了意识，它很快，一看到这个饭，啪，一堆念头出来。这个对身体不好，这个对身体还可以，这个好吃，要多吃点。分别是识，不分别是智。一顿饭就能检验出来。

所以我们看自己分别的念头多快。本来是一碗饭，是长养身体的，到你那里，你的念头在愚弄自己，欺骗自己，伤害自己的身体。借助这个饭，你长养了贪欲和无明。其实这一切都是你自己投射的念头，你不过是在吃自己的一堆妄念而已，吃好了，你就觉得满足了。吃不好了，你觉得很苦。你不知道，这些都是错觉。你被自己的分别心愚弄了。你吃的再好，也不能让你解脱。你以一念清净心吃饭，饭就变成了法食。

你看那些打工的、那些建筑工人，他们干完活吃饭的时候，不管什么，都吃的很香。他们吃饭只是为了填饱肚子，没有太多的分别。如果你对饭没有太多的分别，它就只是长养身体，而不是熏修口味和习气，对身体消化有好处。这个消化是靠你脑子消化的吗？是自然就会消化。你不加概念，不阻挡它，它消化得特别好。你一加概念，你一分别，它就障碍了消化。

这个分别、概念、观念的执着，它带来的烦恼，体现在我们生活中很多地方。这些细节自己投射如果你看不到，你就没法吉祥如意。你没法把你的脸长开，像一朵花一样，你永远是抽搐的，是扭曲的。你身心的所有状态，全都是内在的折射。你纠结的心念，就会长出一副紧张的面孔。为什么有些人从里到外都是落落大方？因为内心从容淡定，无欲无求。五官大，鼻子大，眼大，耳朵大，为什么？心大。身心通透，坦坦荡荡，身体当然不会出毛病。因为心是敞开的，到他那里没有什么可顾忌的，一切都接受。

我们平时的修行，重点一定是懂得时时反观自己内在投射了哪些观念，对人对事，你是否妄加评论与猜测，你是否相信了那些评论与猜测，并且被那些想法所困扰。那些评价，那些善恶是非的分别，它一定会反映在你的行为中，反应在你身心的状态上。如果你分别心重，你爱投射，爱打妄想，太执着别人对自己的看法，就算你身体没病，你整个人也是不高兴的。我们看某某，好像没什么病，但你看她这个人就是不开心。不开心，一定是心理出了问题。有的人自称精神洁癖，这个东西比身体有病还难受。弄得你心里看到什么现象都觉得不干净，心里总是什么都看不惯，这个最痛苦。这都是分别和投射造成的。要从根儿上，要做大功夫来对治自己的分别习气。

你自己一切的外在不吉祥，一切的病态，一切的不如意，不舒服，一定和任何人，和任何外境没关系，全都是你内心的那些个小九九那些观念在作祟，它们自己在斗争。你看到自己内心的观念斗争，把它们去掉，你就喜笑颜开，你一定是吉祥如意。因为你找到了钥匙，你找到了病根。你以开放的状态，一切都会欢迎你。

祖师禅讲记第十六讲

同修们，下午好！咱们继续来学习祖师禅。咱今天学习汾州无业禅师的一段开示。我们通过学习这段开示，就能看到禅宗的特点了。

平时我也经常跟大家讲，什么是禅宗？好多人也跟我讲，师父，你看他们学的是不是禅宗？师父，你看这个人他们是什么境界？师父，这个是不是见性开悟的人？我们看看汾州无业禅师，他对修行和见性是怎么说的。以他所说的这种标准，你再看看以前你自己问的那些问题。

“上堂：有僧问曰：十二分教流于此土，得道果者非止一二，云何祖师东化，别唱玄宗，直指人心，见性成佛？岂得世尊说法有所未尽？只如上代诸德高僧，并学贯九流，洞明三藏，生肇融睿尽是神异间生，岂得不知佛法远近？某甲庸昧，愿师指示。”

这个僧人问的问题，也是大多数人存有的疑惑。一些初学者往往对禅宗有很大的兴趣，但同时也会对禅宗存有很多的疑惑。不知道禅宗这个手段，它的深浅。不相信确实有宗门这一法。以为是人们以讹传讹。这个僧人问汾州无业禅师，他说十二分教流于此土，这个十二分教是指佛所说的三藏十二部经教，包括经藏、律藏、论藏，三藏十二部文字之法。大乘佛法流于中国，有悠久的历史。中国是佛教的一块沃土，八大宗派都在中国兴盛，繁衍，一直到今天。得道得果者不止一二。三藏十二部都流于此土，得道果者也不是一两个，为什么达摩还要从印度来中国传佛心印，也就是祖师东化弘法，别唱玄宗。什么叫别唱玄宗？就是好像有另一支佛法，跟其它翻译经教的、讲经说法的法师讲的好像不太一样，这叫别唱玄宗。这个玄就是玄妙，奇特，不一样。禅宗直指人心，见性成佛，与经典中所讲的教理不一样。既然有佛陀的教法，为什么还要有祖师来中国传佛心印，单传见性法门。难道说世尊这四十九年说法还没有说全？还没有说究竟？还保留了一点东西吗？这个叫“岂得世尊说法有所未尽”。就是说世尊讲法没有和盘托出吗？然后才有一个达摩祖师来中国别传玄旨。这里他举例子，只如上代，上代就是历代，就是僧人问的以前的历代高僧。

还有并学贯九流。所谓的学贯九流，就是既通达佛法，又通儒家道家、诸子百家。学贯九流，是指什么都通达。比如说这个王阳明，儒释道全都涉猎。还有宋明理学，像朱熹，二程，苏轼、李白、白居易这些诗人，也都是饱读诗书，学贯九流。不仅对佛法非常了解，也进行过深入的研究，而且对其它的宗教也都非常熟悉。

“洞明三藏。”三藏十二部也都研究过。

“如生肇融睿。”此四人是指鸠摩罗什的四个弟子，四大高僧，都很有修行，对经典的诠释非常精通，可以说是数一数二的。生是竺道生，肇是僧肇，融是道融，睿是僧睿，是鸠摩罗什的四大弟子。竺道生是专门讲涅槃经的，讲得石头点地，天女散花，到了这种程度，有这种说法。僧肇注过维摩诘经，非常有名。

“尽是神异间生。”什么叫神异间生？就是超凡脱俗，禀赋异能，超越了平常人。看经一看就过目不忘，一看就全都明白。

“岂得不知佛法远近？”这些人难道还不足以弘扬佛陀的一大藏教，还不能弘扬佛法吗？还怎么需要一个达摩呢？一个禅宗呢？这些人都这么厉害，说法说得天花乱坠、石头点头，难道这些人竟不知佛法远近吗？像鸠摩罗什大师，他说他翻译经典，一个字错的都没有。如果错了的话，他临终的时候舌头会烂。临终，他的舌头确实没烂。这说明他的功夫，他翻译经典如佛一般。像这些人都这么有功夫，这么有能耐，那他们还不能够代佛传法，还不能传佛心印吗？

“某甲庸昧。”我孤陋寡闻，不知道这到底是怎么回事。

“愿师指示。”希望无业禅师您给我解答。我们看无业禅师他怎么说的。

“师曰：诸佛不曾出世，亦无一法与人。”你看，禅师说法，这一下就全给否定了。你说了这么多，就是打妄想，这个师那个师的，佛都没曾出世。凡夫嘛，他就是落在文字上，落在相上。他觉得有佛，有祖师，有法，有师，有弟子，有修行功夫，有这个，有那个。全都落在这种相上，落在有里。禅宗就直捣黄龙，一竿子捅到底，不给你在枝节上面绕弯弯，不让你在梦里寻找答案、问问题，直接就把你打醒。祖师就是这样。

“诸佛不曾出世，亦无一法与人。但随病施方，遂有十二分教。”这十二分教是随着众生虚妄病给的假药，它并不是真实的。

“如将蜜果换苦葫芦。”啥是苦葫芦？执着世间法，执着财色名食睡，学些外道的东西。执着世间善法。佛就告诉你，那个东西是苦的，是无常的，你别学了，你学我这个佛法，佛法就是这里的蜜果。佛法变成蜜果。拿蜜果换苦葫芦。有啥本质区别吗？没有。只是一个有点甜而已，但都是骗人的，都是赚人的啊，都是哄小孩的。

“淘汝诸人业根。”淘就是代替，就是淘换，帮你消消业而已，转一转你的注意力。把你从对世间财色名食睡的迷恋上转移到佛法这里来，先作一个过渡。先学经典，再深入了解实相。

“都无实事。”看到了吗？也就是说诸佛所说的一大藏教没有一句是真实的。那为什么还要讲呢？它是一种引导。可是学法修行之人，大多数都迷在了三藏十二部教里面，把佛讲的每一句话都当成真的。有想证阿罗汉的，有想当菩萨的，有想往生极乐的，有想证禅定的，有想修出智慧来的，有想修出意生身的，还有想见佛的，有想花开悟无生的，有想化生的，有想证十地的，还有造寺的，造庙的，印经的，求功德的。因为经里讲功德嘛。有想修出三十二相来的，不知道这些东西都是故事，都是引导你的一种善巧，但是大家都当成真的了。

“神通变化及百千三昧门，化彼天魔外道。”经典里讲的神通变化，还有百千三昧，都是度化外道的方便法。因为外道也能现神通，也有禅定，佛法里也有这个东西，比你还厉害，化彼外道。

“福智二严，为破执有滞空之见。”要么执着有，如凡夫；要么执着空，如二乘。所以对这样的人来讲，让你修福修慧。福智二严，让你修三十二相，八十种好，让你不要贪求小果，才有所谓的福智庄严。这个仍不是实相。

“若不会道及祖师来意，论什么生肇融睿？”如果你不了达本性及祖师西来意。那你谈什么道生啊，僧肇、僧睿这些人。

如今天下解禅解道如河沙数。就是说禅说道，拿嘴讲禅讲道。禅道是行出来的，不是讲出来的。但如今天下人都用嘴讲禅论道，可以跟你论。别说过去，现在也是这样，好多人都是那种一说到禅就说得天花乱坠，禅茶、农禅、生活禅、如来禅、祖师禅，全都在讲。咱也讲祖师禅。咱们也要掺和掺和，是不是？解禅解道的都出来了。你听得也是津津有味啊。解禅解道的人如河沙数，多了去了。

“说佛说心有百千万亿。”大家都在讲佛，讲心，讲即心即佛，自心是佛。你看吧，讲得都差不多，没啥区别，都很像。

“纤尘不去，未免轮回。”讲得再好，纤尘未尽，还在轮回中。这个纤尘，就是你内心有丝毫的牵挂、执着、无明，都摆脱不了轮回。

“思念不亡，尽须沉坠。”就是你还有挂碍的东西，还有想念的东西，还经常地打妄想，不能做到居一切时不起妄念，经常地起妄念，随妄念流转。尽须沉坠，一定会沉沦的，一定会轮回生死的。

“如斯之类，尚不能自识业果，妄言自利利他，自谓上流并他先德，但言触目无非佛事，举足皆是道场。原其所习，不如一个五戒十善凡夫，观其发言，嫌他二乘十地菩萨。”这样的人，解禅解道、说佛说心的人，没有实际的修行功夫，见境就生心。内心的挂碍烦恼不断，这样的人自己都不知道自己在轮回，就是自不识业果。他不知道自己是在生死心里边，在生灭心里边，在有为法里边转。却言自利利他，还在说法度化别人。我们看这个世间讲法的人太多了，你上网搜一下，全都是法师，高僧大德。在家出家尽是讲法人。他讲得很起劲，下边的学人学得也很起劲。至于说烦恼断不断，不重要，我听得很带劲，呵呵。烦恼有吗？有。但是人家马上就说，烦恼即菩提呀。而且都自认为是上流，是上上根基的人，跟他古德先德都一样。一张嘴说话，就是触目无非佛事，举足皆是道场。心净则佛土净，悟来步步西方，这个话都会讲。至于心净没净，悟没悟，先不管，这话先讲着。当下即是道场，直心是道场。你看吧，你去问问，一万个人里边，所有人都会说直心是道场。落到事上，他的心里就曲里拐弯了，他就不直心了。这个都是嘴上的功夫，听来的功夫。

原其所习。这个原就是探究，检查一下他自己的学习，他的修行，还不如一个持五戒修十善的凡夫。就是他对自己没有要求，放逸，不好好修行，只是嘴上很能讲。他也看一些东西，也听一些东西，但是他不会老老实实做牧牛的功夫，他不会老老实实“但自怀中解垢衣”。有了烦恼就玩命地烦恼。为啥这些人多啊？动嘴，然后动眼看，容易省事，你要他像六祖那样八个月摏米，在一间屋子里面一呆，他呆不住。这功夫难养，不好做，所以大家都是动口，不去做。说法容易，听法也容易，讲法也容易，就是死心塌地休息难。所有的心死掉，这个最难。所以论他修行，不如一个五戒十善的凡夫。观其发言，嫌他二乘十地菩萨。他一讲话，很厉害，连十地菩萨都看不上眼。咱们也看不上二乘十地，这点是相通的。但是有没有修行，只有自己知道。

“且醍醐上味，为世珍奇，遇斯等人，翻成毒药。”是说禅宗的见地，还有这种般若智慧，为世间最珍贵的。也就是说，前人所悟得的东西，它好不好呢？好！是不是醍醐呢？是！但是如果你把这些东西当成知识，学了一堆见解，只是口说般若，跟你了不相关。如同数别人的钱。这钱是不是真的？是真的。可是是人家的，不是你的。那这个醍醐上味，到你这里就变成了毒药。这个甘露到你这就变成了毒药。钱不是你挣的，到你这你消受不起。所以确实有狂禅的一类人，很狂妄，很狂傲，看不到他修行，但是他天天讲啊讲，对人就讲，见到人就争论，也确实辩才无碍，也挺厉害的。

“南山尚自不许，呼为大乘学语之流。”这个南山是指南山道宣律师，他是唐朝的一位专门研习戒律的祖师，是律宗的一个祖师。说南山尚自不许，是指南山道宣律师已经很有名了，也算是高僧大德，像圣人一样，他自己都知道自己没有修行，也只是被称为大乘的学语之人。我们都知道智者大师，智者大师他证得了法华三昧，专门研究法华经，把法华经讲得很透彻。但是智者大师，他自称只证得五分法身。要禅宗祖师一听，就是笑话了。你证十分法身，也是一个笑话。禅宗祖师他不可能讲五分法身、八分法身、十分法身。但是对于一个凡夫，对于一个不明理的人来说，证五分法身，已经很厉害了。这个道宣律祖，他的德行感召到天人给他送饭，他修行已经很厉害了。他们都自愧修行不行。其实到了禅宗祖师这里，就没有这种特点了。哎呀，我学得不行。你学得行不行，都是我。对吧？都有我。才有个行或不行，我相就出来了，就露怯了。你到宗门祖师这里，没有傲慢或谦虚的份，你谦虚也是傲慢，傲慢也都不称其为傲慢了。这个呼为大乘学语之流，就是如果论真正的最上乘，就算是道宣这样的人，都是没有功夫，只是学语之流。

“争锋唇舌之间。”好争论佛法，逞口舌之快。这些人都是好争论。

“鼓论不形之事。”就是谈论那些玄的、虚的、妙的东西，不务实修。这个不形，是说你也不知道他在讲什么，这个东西虚无飘渺的。他不知道自己讲的都是概念，都是妄想。天天鼓吹议论这些看不见、摸不着的东西，这叫鼓论不形之事。现代人来讲，叫形而上学，都是思辩的东西，鼓动心识，于解脱没有任何益处。

“并他先德。”这个并有点是诽谤，嫌弃、摒弃的意思。诽谤古代的有德之人。

“诚实苦哉。”我们修行这么久了不得力，其实也是有这么一个通病，就是实修的太少。天天看文字多，听这个法师讲，听那个法师讲，听了多少部经论了，落实的少。出离心不强，还是在世间染污。都跟我讲：师父，理我明得差不多了，一遇见境界就不行，就苦恼。你能不苦恼吗？你天天在里边熏，在里边染，然后你再怎么修行也没用。一边烧火，一边浇水，那火怎么能烧得着？一边染，一边修，一边漏，一边修，那没有用啊。你天天熏的都是那些东西，你说你能过吗？其实，大家都说，理明了，你仔细去探究探究，你真的明理了吗？你看了多少本书？加起来不过三五本。实际上，也没明多少理。真正的理，恐怕并没有明白，都是自以为明理。问你一句话，也不知道啥意思。一张嘴就说他已经明理了，咱不知道他明的是哪家理。

“只如野逸高士，尚解枕石漱流，弃其利禄，亦有安国理民之谋，征而不赴，况我禅宗途路且别？”

什么意思呢？这个无业禅师在这里举世间那些隐士为例，这些人还不是真正的修行人。看看世间那些隐士。野逸高士，就是那些隐士。其实咱们这个时代也有，有些人到终南山去隐居修行，到山里去闭关修道。你问他修哪个，他也没有个确切的修法，也不是禅，也不是道，反正就是隐居的生活，也是一种修炼。能够淡泊世间的名闻利养，能够放弃世间荣华富贵，喜欢山林的这种寂静。枕石漱流，就是躺石头上睡。漱流就是喝河里的水。过这种原始的田园的生活，满足于清静安闲的生活。弃其利禄。本来是有职业的，工作都辞了。这还不是修道之人，这只是世间野逸高士。他们有没有在世间做事的智慧，有没有能力帮助别人，有没有那个聪明才智？有。亦有安国理民之谋。那些人，你要让他去当宰相，当丞相，他都有那才华和能力。满腹的文韬武略，但是人家能够弃之不用，征而不赴。国家去征这个有识有才的人，他们都不理睬。对世间的一切很淡漠。世间的高野逸士都能做到如此，一个修行之人，宗门的祖师，禅师，他至少要有这种气节，要有这种气质。

宗门这一法，是超凡入圣的法门，是世间最高的智慧。真的是一门崎岖，高险的法门。多少人走到这一步，都望而生畏，转身又回头，又学别的法门去了。这样的一个法，它对修行人，真的是有很高的要求。但是我们听这个，也不要害怕。你对宗门对禅宗有兴趣，说明你有这个因缘和根基。只是你还没有重视，真正的道心还没有发出来，修道之心还不迫切，还没有看破生死的虚妄。我们对禅宗感兴趣是宿业宿缘，所以一接触这个东西就感兴趣。就象出生的婴儿一样，已经成形了，已经嗷嗷叫了，会哭了，所以不要担心他长不大，他很快就长大了。但是你的方向，你的用功路数要对，要找到明眼的善知识。不要错修，不要走错路，不要错用功夫。

“看他古德道人得意之后，茆茨石室向折脚铛子里，煮饭吃过三十二十年，名利不干怀，财宝不为念，大忘人世，隐迹岩丛。”这是古人的一种风范。我们今天住在禅堂里边，至少还在市区里边，还不是荒郊野外，离自己家还不太远，你还能三天打鱼两天晒网。即便这样，有的人还是不能来道场参学，哪怕几天都不能。这儿的条件已经很不错了，很舒适，真的没让咱们大家去弄个锅啊，弄个灶，背个包，然后让你去林子里边，去山里边自己煮饭吃。你还怕蚂蚁，你还怕这怕那。都在这儿天天滥竽充数。

这个茆茨石室，就是茅草屋，石洞一类的地方。就是住山搭茅棚。禅宗有个石室道人，就是在石洞里修行。过去好多祖师都住山洞，住茅屋，住茅棚。这个折脚铛子，就是自己弄个地方，弄个禅床，弄个饭锅饭盆，就过日子了。有好地方呆着吗？有舒适的地方吗？绝对有。寺庙啊，居士家里边，精舍啊，但他不住，他偏要到山里去住。像庞运一家，非常有钱，把钱扔湖里，到野外住茅草屋，卖草鞋度日。古人也有受居士供养的，比如黄檗禅师，慧忠国师，都是福报很大的禅师。甚至有些供养主，是王侯宰相啊、贵族啊。这些达官贵人，都亲近禅师，跟禅师学法，供养禅师。但是有些祖师，不愿意过那种富贵的生活，找一个地方去独处。煮饭吃，过三十二十年，这一去一呆就是三二十年，这不得道还等个啥呀。心都死得跟深潭里的静水一样，静得都不能再静了。那找烦恼也找不着啊。名利不干怀。名啊利益啊跟自己没有关系。不干怀就是根本影响不到自己。财宝不为念，就是财富啊、享受啊从来不挂碍，从来不想念。大忘人世。把世间全都忘了。隐迹岩丛。自己像野人一样生活在山里，石洞里。你看刚才我们还讲有些人一张嘴就嫌弃他先德。二乘人也找石室，找茅屋去呆着。那能一样吗？用心不一样。道悟的程度不一样。这是祖师的行为。有的人张嘴就是小隐隐于山林，大隐隐于闹市。他是没办法，他隐不了山林，他只能隐闹市，他美其名，来个大隐。这个隐居住山，不是一般人能做到的。大家都别那么傲慢，这里讲到的就是这些人，看见了吗？他谁也看不上。但是要看他修行，五戒十善都做不好，虫子还害怕呢。这是讲一种精神，忘却世间，心大死的一种精神。

“君王命而不来，诸侯请而不赴，岂同我辈贪名爱利汨没世途？”古人君王诸侯命请都不会去，哪会同我们这些贪名爱利汨没世途的人。

“如短贩人，有少希求而忘大果。”啥叫短贩人，就是执着小名小利的小贩，求点小名小利他就满足了，形容有的人得少为足。这个大果是什么？就是解脱，自在，成佛。自己是法王不做，非得做穷人，就是少希求而忘大果。

“十地诸贤，岂不通佛理？可不如一个博地凡夫？”就是在这些人嘴里，说的很高，做的很低。我们学法一定要注意，不能口说般若。有些人，只是学了一些知见，到他那儿，谁都不如他，真的谁也不如他。而他确实也没修行。你到他那，他说的跟真的似的，全是祖师口吻，祖师们的论调全被他学了，他是鹦鹉学舌。这些话从哪来？都是从祖师嘴里听来的。十地菩萨都不行，祖师这样讲可以，他也这样讲，而自己又没那修行，就危险了。知道了吧？祖师这样讲，他也这样讲。十地诸贤难道不通佛理，还不如你个博地凡夫？还不如你通佛理？有些人确实会这样讲，那是学祖师的口气。祖师为什么这样讲？他不知道。十地凡夫是通佛理的，但是因为不究竟，还有少分的无明。见性如隔纱。什么叫隔纱？一层白纱很薄，隔着纱看人只能看得见人影，但看不见是谁。他也自以为见性，但是他见的不是真实的佛性。

“他说法如云如雨，犹被佛呵云：见性如隔罗纱。”就是十地菩萨，那些个大修行人，说法都天花乱坠，底下听法的人成千上万。还是会被佛呵斥见性如隔纱。涅槃经里讲过：十住菩萨，就是十地菩萨见性不了了。为什么呢？只为情存圣量，见在果因。

“情存圣量。”就是他心里还有一个圣果可得，还有一个佛可成。他不知道本性是佛，他还要成一个佛果。他起心动念，他的知见，还落在因和果上，他不知道因果都是自心妄想。

“未能逾越圣情。”也就是说还被佛障，不能超佛越祖，他还有一个圣量的知见在那儿。不能过诸影迹。自己起心动念都是妄念，过不去，会住在自己的意识里边。那祖师确实也是呵佛骂祖，也会轻视十地菩萨，像德山一样，说等觉妙觉如系驴橛儿，经常呵佛骂祖。他也学这样的人，但是他没有真实的见地和功夫，不知道为什么十地、等觉妙觉不究竟。

“先贤古德、硕学高人，博达古今，洞明教网，盖为识学诠文，水乳难辨，不明自理，念静求真。嗟乎！得人身者如爪甲上土，失人身者如大地土，良可伤哉！”不管是口说般若的人，还是看不起这个看不起那个的人，还是那些所谓教下的高僧大德，说法如云如雨的人，也能讲解三藏十二部，这些人都解脱不了生死。唯有宗门的祖师，只有真正见性的祖师，才能究竟解脱生死无明。只有了悟从上诸圣和祖师所传的心印，得正法眼藏，也就是具有祖师的见地，有祖师的功夫，有实际的修行，才是真正能够超脱生死。既得有理上的彻悟，又得有真实的修行功夫，才是真正意义上的见性。不是说嘴上说得出一个小隐隐于山林，大隐隐于闹市，就说明你真的能隐居了。不是嘴上能说出即心即佛，你就见性了。

嘴上说什么都不难，难的是做得到。大家都向往过住山。住山的难处，你去住才知道。它不是住一茅屋，自己搭个草棚子就完了。它的难处不单单是生活的艰苦，而是你独处无依的功夫。这个功夫难于养成，你就无法真正去住山。你把电视机把电脑带山里陪着你，那不是住山。你养只猫、养只狗，再带个伴儿，那不叫住山，你只是把家搬到了山里。你以为住山难在你害怕很多东西，你觉得你害怕虫子，害怕狼，害怕虎，害怕有人伤害你，这些都是你的妄想，这不是最可怕的。你真去那儿了，未必害怕这些东西。你真正害怕的是没有功夫，你会害怕孤独，害怕无聊，害怕寂寞。没有功夫，你连一天山都住不了。这个虫子老虎真不可怕，无所事事，空虚无聊，抓东西的习惯改不了，这个才可怕。你不习惯于这种空虚，你心里牵挂这个牵挂那个，放不下城市里舒适的生活条件，对这种习惯的依赖，这个才可怕。

有了无依的功夫，你才能住山。到那待几天，你就习惯了，因为你有了功夫，有了见地。大家不要觉得住山很难，我住不了山。只要你有了功夫，你会牧牛了，谁都能住山。只不过你没那因缘。

现在我们这种选择的机会太多，大家不愿意去过那种清苦的生活，都愿意很舒服地学法修行。古人没有这么好的物质生活，山里那种生活与他实际的生活反差不大，住山很普遍，有些人即使不是修行人，也都住在山里。现代人则不同，就算是山里人，家家有网络、电视，外界的一切都能进入山里。所以住山并不难，关键是你有没有修行功夫，你能不能耐得住寂寞。你能不能独处，你心里还有没有挂碍和依赖？难的是这个。一旦这个你习惯了独处和无依，不管你是男是女，不管你家里的生活条件如何，你都可以住山。你在哪都是一种大隐的状态。你在闹市也是大隐，你在山里也是大隐，那样的隐居是真正放下了世间的享受，心甘情愿去过简单淡泊的生活。

先贤古德，这里讲的是除了宗门之外的高僧大德们。硕学高人，博达古今，洞明教网。教理他都会，你让他给你讲涅槃经，楞严经、讲维摩诘经，他全都讲得头头是道。但是全都是识学诠文，啥叫识学诠文？意识知解。诠就是解释，依文解义，水乳难辨。真正的法理不明，糊里糊涂，不明自理。忠国师问紫璘供奉：闻说供奉解注《思益经》是否？奉云：是。师云：凡当注经须解佛意始得。奉云：若不会意，争敢言注经？师遂令侍将一碗水、七粒米、一只箸，放在碗上，送与供奉，问云：是什么义？奉云：不会。师云：老师意尚不会，更说甚佛意？讲法的法师就像紫璘供奉，能讲大乘了义佛经，但是被他真正的明眼宗师问到佛法真正的要害处，什么都不知道。

“或者是念静求真。”天天执着坐禅，打坐，惦着坐出一个真理来。

嗟乎！就是哎！是一种感叹。得人身者如爪甲上土，这也是个典故。有一次佛从地上捏起一把土来问舍利弗：我手上的土多还是大地上的土多？舍利弗说：当然是大地上的土多。佛说：失人身者如大地土，得人身者如爪上土。就是人死了以后下一世还能投胎做人，就像手指尖上那么一点土。而死后做不了人的，就像大地上土一样多。这个比例大家想想也就知道了。佛是不打妄语的。

“良可伤哉！”太可悲了。设有悟理之者，有一知一解，不知是悟中之则，入理之门，便谓永出世利，巡山傍涧，轻忽上流。

也有一些人，这些人也是可怜悯者，真性的道理他也悟到了一点，但是他停留在一个悟上。还有个悟，这个悟就是不出意识。所有觉悟之人也是通过悟来明见佛性，但是他这个悟是顿悟，是不住于悟，是舍了这个悟，以幻修幻，如冰消汤，没有法可得。如火烧木，灰飞烟灭。但是如果存有一个悟，那一定是意识里的，那他还存有知解。他不知道这是悟中之则，就是意识中的规则，是头脑的作用。只是一个入理之门而已。得把业识给转了，把识心分别的习气转成智慧，还要通过修行。可是他不做真实的功夫，他在理数上认为自己很通达了。你让他讲祖师法语开示，他也讲得头头是道，但是他就是没有真实的功夫。他自认为解脱了，也巡山傍涧，到处游玩。也做无事人想，无业想，无因果想。可是并未真正见性，这样的人，达摩祖师说是大罪人。

“轻忽上流。”对真正的善知识，真正的明眼人，不看在眼里，不会下心去亲近，因为他认为已经没有什么可学的了。

“致使心漏不尽，理地不明，空到老死无成，虚延岁月。”这些人，都是没有真正断除无明，理地也不透彻，但是到老死他都认识不到这一点，所以后半生虚掷岁月，浪费生命。古时有大善知识，有些人没有真正见性，有的人有善根因缘，会被明眼的善知识敲打醒了，会从自己的深坑里跳出来。自古以来，直到今天，有太多的人没有真正到家，他自谓到家了。其实还差很远。有些人是被大善知识点醒的，百尺竿头更进一步。有些人这一生都是保持这种状态，非常可惜，而且未来世中，也都止在这个地方，不得进步。所以你没有遇到明眼善知识，真的非常有可能会得少为足，未得谓得。没成，自认为成了。没悟，自认为悟了。这是很危险的。这些人对禅宗见性成佛的真正道理并不清楚，模模糊糊地以为自己就见性了。至于怎么就见性成佛了，自己并不是十分清楚。还有的人认为禅宗见性太容易了。真不容易啊！这个东西没法跟你讲，因为这是每个人要走的路。只有真正的行者，真正走这条路的人才清楚。只有那些见地清楚，又肯实修的人，才知道这里的要害。每个人遇到的境界和因缘不一样，有的人会觉得很难，自己根基不行，就不修了。有的人又会认为太容易，未得谓得。

这个心漏，其实就是自心的烦恼、妄念、无明、习气，还没有断尽。心漏不尽，说明修行还差很远。功夫做不出来，一定是因为理地不明。他的见地不透彻，他自己认为究竟，其实哪儿也不挨哪。有的人认为知道即心即佛就是见性了，他不知道，那跟见性没什么关系，那只是听来的，在意识里知解的佛性。祖师末后一句，祖师的种种妙用和手段，他丝毫不了解，他也领会不到。他不知道还有这个东西。他不知道还有向上一路，千圣不传的祖师禅。对于禅宗真正的精髓，他连做梦都梦不到。真正讲到关键的地方，他完全的懵掉了，根本不知道在讲什么。打个比方，有人问赵州，如何是佛？赵州回答：摘杨花，摘杨花。他认为那是赵州打岔，转移自己的注意力。这是他从别人那里听来的，他听别人这样讲。他不知道为什么赵州要讲“摘杨花，摘杨花。”为什么这个罔明菩萨一出来，一弹指，那个女子就从定里出来了。他根本就不知道。他想破脑子，他想三大阿僧祗劫也想不出来。央掘摩罗遇到一个妇人生不出孩子来，回去问世尊。世尊说：你对那个妇人说：从先圣法以来，未曾杀生。央掘摩罗如实告诉那妇人，那妇人立刻就分娩了。他根本就不知道为什么这个妇人一听央掘摩罗这样讲，就生下这个孩子。这个如果你不会，你就别说自己见性。或者你听别人讲过，那没有用。一定是你自己悟到的。我给你说破了，没有用。

佛法的甚深之处，不是一个道理就能说破的，他不是一个概念上的东西，也不是知识上的东西，他包含了一个人的全部修行。它不是一种简单的问题和答案。这是见地和功夫的养成。啥功夫的养成？牧牛功夫养成了，你自然就做到了。而不是一个知道就能解决问题的。

学语之辈，知解佛法，不能解决生死无明习气。解脱是功夫，是行道而不是说道，而不是想道。师父，我也想做一个无依道人，想撒手悬崖。只是想，你永远也做不到。因为你的习气还在，没有方便，没有实修，你无法割舍任何东西。不是谁都能撒手悬崖的，我们所依赖和执着的一切是我们活着的动力和意义，把那些都放下了，有的人会恐慌得要命，那等于要了他的命。这个转身走开，不是你说转身就能转身的，你转不了身。我们用一年的时间，用三年的时间训练大家转身，你到时还是会掉进去。转身的功夫不是单纯地靠练习就能训练出来的，而是靠放下内心的一切执着，再加上练习，再加上勤苦的练习，才会有作用。靠独处，靠布施六尘，靠听经闻法，靠自己花大量的时间摸索练习出来的，不是靠别人给你打压出来的。别人只是教你方法，你自己要懂得灵活运用，要举一反三，要融汇贯通。要把修行落实到生活中的时时处处。不论做什么事，都带着觉性，不活在头脑里。

这些东西又不能说破，就算说破，他也听不懂。你说这个身你怎么转？这个法怎么传？没法传。全靠学人个人根基和悟性。能传给你的绝对不是。那怎么办？只有做功夫啊，只有如说修行，只有练！

我们都知道云岩禅师和道吾禅师在家是兄弟俩，出家又在一起修行。有一次他们在药山那里参学，后来又到南泉那里。在药山那里没明白，跑南泉那里去参学。南泉考他们。云岩当时就不明白，问南泉。南泉回寮了。云岩继续问道吾，道吾扭身也走了。云岩在那里琢磨，怎么也不明白。当时道吾在旁边看着南泉给云岩开示，云岩就是听不懂，给道吾急得直咬手指头，把手指头咬破了。会者不难，难者不会。所以祖师禅它不是一种模式，不是你会了一个模式，就会了祖师禅，不是你找到了规律，会了一个头脑里的模式就会了修行。修行是没有定法可得的，祖师禅也一样，变化多端，考验的是学人的见地和功夫，不是考你模式。它是考功夫，考见地，考对佛法的全面领悟。

见地不到位，这功夫养出来也是错误的功夫，也不是真正的功夫。你功夫有，人是没动，人是走开了。念头留在那里，琢磨来琢磨去，还是解脱不了。就算你下了一句转语，祖师说话的形式你都学会了，你还是会妄念纷飞，不停地在那里胡思乱想。念念不忘，烦恼不断。那你会下转语又如何？解决不了生死烦恼。所以差一点都不行。见地不到家不行，功夫不到家也不行。

如果你自谓得道，而实际上你没有这个功夫，没有这个见地，你自谓得道，你觉得祖师的东西也看明白了，经典拿过来也可以讲，但就是有执着和挂碍，关键事上，还有放不下的。有放不下的，就有恐惧和烦恼，就没有真正的解脱。就是这里所讲的，空到老死无成，虚延岁月。

“且聪明不能敌业，干慧未免苦轮。”就是你有再大的聪明才智，你再多闻有智慧，也敌不过你的习气和习惯。你贪着幻境的习气一现前，有再多的聪明才智都没用。你认为你很有悟性，但是有没有功夫，自己比谁都清楚。没做功夫，只靠意识知解，就是干慧，不免苦轮。

菩萨里有一个阶位，叫干慧地。确实有智慧，但没有功夫。我们这里也有个别人，空有智慧，一有事，就烦恼现前。天天讲自己是大根基的人，但是境界来的时候，还会生烦恼。悟性确实挺好，就是过不了境界。就是因为平时这个牧牛的功夫没有做好。如果你私底下一直在做牧牛的功夫，那你遇到任何境界，就能轻松转身，烦恼就不会现前。如果你只是听别人讲牧牛，牧牛的道理听了一车，就是不去练，那牧牛跟你没关系。

有的人总是大惊小怪地对我说：师父，我和这个禅宗太相应了，你讲的每一部经，我都很喜欢听，我都听透了。可是，就是没有时间去实修。理全都明白了，天天跟别人在一块就爱辩论，让他去练觉知，练一物不为，太枯燥，没意思，不愿意去练。说的绝对是头头是道，做起来一会儿都坚持不了。听他讲话，也是句句都不离本性，也找不出什么毛病来。但这些都是从别人那里听来的，学来的，不是自己亲证的。对境就生心，烦恼也不断，这就是没做功夫，就是干慧。

干慧未免苦轮。古人说的很清楚，空有智慧，没有修行，不免轮回。为什么？解脱和转身的能力没有，无明习气没有断除。这个都没关系，因为他烦恼现前的时候，他自己就知道自己还差得很远。别人治不了他，他自己的苦能治他。有再多的智慧，没有转识，都不成。到那时，他就知道，解脱还得有功夫，还得放下执着，还得真正看破。

今天这一会讲得超时了，因为这个真的很关键。这个禅七，我的鼓擂得巨响，朋友圈里一遍一遍的发，来报名就那么几个。大家都不愿意实修。放不下世间事，舍不得世间的生活，这也是很多人突破不了的。

祖师禅讲记第十七讲

我们这次学习《祖师禅》，是指这本书的名字叫《祖师禅》，真正的祖师禅是学不来的，他是学人的自行境界和自悟的境界，自已的功夫怎么能从别人或文字那里学来呢，自己的功夫要靠实修，要靠自己的心行才能养成。所以我们这个讲法的题目“祖师禅”，是特指这本书的名字。这本书里汇集了祖师所留下的智慧和修行方法，我们用“祖师禅”来给他命名。祖师所留下的禅法，我们借鉴学习并且实践，最后，这些智慧和解脱的能力变成我们自己的，才是学习的目的和意义。

“假使才并马鸣，解齐龙树，只一生两生不失人身。”就算你对佛性的理解到达了马鸣和龙树的程度，你也只能一生两生得人身，再过几世，就很难说了。马鸣和龙树都是我们禅宗的祖师，但是他们的特点就是偏向于知解，偏向于论说。龙树菩萨有一部论叫《大智度论》专门解说《大品般若经》的。马明也留下了很多的论著，有一部很重要的论著叫《大乘起信论》，有两个译本，都很有名。就算你的知解你的智慧跟马鸣跟龙树等同，你也只是一生两生不失人身。祖师说话说得都很绝，很厉害，很吓人，这么一说，好多人吓得，我不学了。和马鸣、龙树一样了，才能得一生两生人身。本来今天打算还带大家拿铁锹去锄土，咱们后边院里有土，让你们斩蚯蚓。有些人学了禅宗，还真的不怕杀生了，但是他忘了，了即业障本来空，不了应须还旧债。你们这一世不成佛作祖，不得大成就，这一世所做的一切恶业，将来都要还的。要一报还一报，你杀一次生，将来就不知道被谁杀一次。你杀一百只蚂蚁，就意味着你在未来世要偿一百次命。师父我不斩了，不斩也得斩。不斩就别跟我学法，就是让你堕恶道的。

那天我锄土看到好多蚯蚓，让你们每一个人都斩蚯蚓。祖师的功夫都体现在做任何事情都斩钉截铁，不动妄念。他知道这一切都是如幻的，不在幻相上再生幻心。为什么二祖能够临受刑的时候如如不动？因为他已经放下了生死，并且有不动念的功夫。你杀去吧，这就是个身体，五蕴幻身，幻何究竟，虚妄而成。就算痛也就是一刹那间的事，心不动就不会恐惧。不起妄念，一切问题都消失了。他是功夫到了才不怕，而不是说我强逼出来的勇气，不是的，都是自然而然的。

“根思宿净，闻之即解。如彼生公，何足为羡。”什么叫根思宿净呀？宿世的善根到这一世遇缘即发，七岁八岁一识字一看经就能看懂。进庙一看到佛像就欢喜。一打开金刚经就知道什么意思，这叫根思宿净。宿业有缘，跟佛有缘，多生多劫久修佛道，一听佛法就明白。即使像竺道生一样，讲经能让石头点头，有什么让人羡慕的呢？这个生公指竺道生，能讲解《大般涅槃经》，非常有天赋。就算像他那样的才华，有什么可羡慕的呢？在祖师那里没什么可羡慕的。对其他人来讲，到了马鸣、竺道生那种修行程度，就是了不得了。对其他修行人来说是这样的，但是在祖师眼里，这些人只是讲法的法师，还不是真正有修行的人。

“与道全远。”是说上面所举的这些例子都是停留在知解和讲说佛法上，而与真正的修行和解脱毫无交涉，与道全无关系。因为没识得根本，所谓不识本心，学法无益。修行唯论见性，见性了才不会在这些假的有为的事上去下功夫，才不会在文字、语言、意识、知解里边做囚徒。

“共兄弟论实不论虚，只遮口食身衣，尽是欺贤罔圣，求得将来他心慧眼。”多有学道之人，大家一凑在一起，就爱论佛论法，论禅论道，鼓弄虚假的东西，实实在在的修行却说不出来。我们在座的也有这样的人，你看吧，不论什么时候，永远会有两个人在那里论来论去，论个不停，你如果不拿禅板打他们，他们都不会停。这就是道眼还不明，道眼明了不会和别人诤论。什么叫实不论虚，见到真实的了，就再也不会逞口舌之快。如果还逞口舌之快，争一个胜负，争一个理，那说明我相还未断，我执还很重，还没修行。作为一个出家人，有时诤论是为了明白修行的道理，而不是逞胜负，这个除外。如果只是为了争人我是非高低，那不是修行。这是修行人的通病，爱论虚，不爱实修。以为出家只是为了图个吃的穿的，有个道场住着，论论佛，论论法，表面上象个修行人，就可以了。但实际是欺贤罔圣，就是欺骗圣贤。这样修行是无法成就的。

“观之如吃脓血一般，总须偿他始得。”有的人以为出家学法，他认为善男信女给他供养天经地义，吃着用着拿着心安理得，却不修行。不修行，你吃多少还要吐多少，还要偿还多少。总须偿他始得。观之如吃脓血一般，就是地狱畜牲恶鬼三恶道等着你呢。

“自然招得他信施来不受者。”信施也不是好欺负的，哪个有修行，哪个没修行，人家也不是傻瓜，看不出来呀？一看你天天在那闲言碎语，跟你学半天，学好几年了，也没真正学到啥，也不教个法，也断不了烦恼，人家慢慢就不信你了。

“学般若菩萨不得自谩。”这个学般若菩萨是真正的学道之人，大品般若经里边有学般若菩萨，真正的学般若的修行人，好的修道之人不得自谩，最重要的就是不要欺骗自己，你弄虚作假，最后谁也没骗，只是骗自己。你骗别人的布施和信任有什么用？那都是无常的，最后不是把自己给害了吗？烦恼三途之苦，别人又不能代你受，人家布施给你，人家修福慧，你最后啥也没成，你不是自招苦果嘛。

“如冰凌上行，似剑刃上走。”学般若的菩萨就像在冰凌上行走，在剑刃上走，很危险，很滑，又很窄，在冰凌剑刃上走，不全神贯注，全力以赴，你能走吗？走得安全吗？修行不善护念六根，你修得好吗？什么叫在剑刃上走？稍不留意就割破了。我们看到学般若菩萨的这种要求，觉得太难了，我们做不到这种要求，我们尽量做到我们能做到的。我们多听经闻法，这个我们能做到吧。多亲近师父，多亲近善知识，多打坐，多行脚，多独处，这个总能做到吧。没让你辞亲割爱，也没让你剃发出家，也没让你是人不理。有时候开玩笑说把亲朋好友的微信都删了，把一个个微信群删了，你们哪个删了？你们没删，我也没逼着你们删。我们尽量做一些我们做着困难，但是只要稍努把力就能做到的事情。好比如你跳高跳一米二，你争取跳到一米三或一五米，若是让你跳两米，那是强人所难。你一米三加一厘米，可不可以？宗门这一法，千千万万有那么一个半个的，你看咱们禅堂参学的人，我来杭州也快两年了，就这么点人，没增加一个半个。前两天行脚，有一个根基也算挺好的，但是没参加一天，业障现前，脚上长个大泡，中途退出了。学法难不难？障碍多不多？你看这旁边还一个下楼梯都摔到的。我的手指昨天关门给挤了，你没功夫不行呀。师父也会出问题吗？我挤的是手，你挤的是脑子，你们想什么呢。看到了吗？都是问题重重。

当我们出现逆境，苦报现前的时候，就是警醒你，不要大意，不要放逸。还有一个最重要的观念，不要拔无因果。永嘉大师说：豁达空，拨因果，莽莽荡荡招殃祸。禅宗不是说他通达了，就可以绕过因果。只是说他不犯因果，因果对他没有障碍了，并不是说造了业，什么都没有。因果对于所有人，都丝毫不爽。当我们有了功夫，因缘果报这些东西来到我们面前的时候动不了你，你不会生烦恼。过去造的业，现在重报轻受的时候，看看你烦恼不烦恼。你如果有修行，你就没烦恼。而且这种业报会越来越少，因为你不再造新殃了，你这心休息下来了，所以业现的特别快。我们现在都有现业的表现，是正常的，因为你努力了，晚现的业今天提前现了，重的业轻现了，本来临终现的，在你现在有能力承受的时候现了，这是种好现象。我们不要灰心，千万不要觉得怎么越学越不如意。不是不如意，是消业。这个事情没有不如意的事，看你用什么心态面对。你用智慧面对，没有不如意的，大道是最公平的。你赚不了因果，骗不了道，道也不会瞒你，也不会亏你一点。

“临终之时，一毫凡圣情量不尽。纤尘思念未忘。随念受生，轻重五阴，向驴胎马腹里托质，泥犁镬汤里煮炸一遍了。”自己想想啊，就是平时我们执着的这些东西，你就一念，妄想一生，就会随这一念受生去了。轻重五阴，是指投胎受生。重的就是畜牲恶鬼地狱，轻的就是人，就是鸟，就是罗刹。一念之间，五阴就成形了。

“从前记持忆想见解智慧，都卢一时失却，依前再为蝼蚁。”蝼蚁也未必就是你投胎做蝼蚁。你就是做了人，也是蚂蚁的心量，天天执着的都是那些琐碎的东西，内心装满了蚂蚁。就是你的妄念多的比蚂蚁还多，你的那些执着，那些习气，那些纠结，密密麻麻。为啥有的人一看他的表情，一听他说话，就知道他很纠结，就是因为执着那些琐碎的东西。学再多的知解，记再多的名言，学了再多的东西，心性不提升，那些知识在关键时候没有用的。你的执着放不下，智慧升不起来，你总是用生灭心来面对事情，总是在患得患失，你怎么学法也解脱不了。你看不到大道无物，大道无法无人，你有再高的见解有啥用呢？一辩论谁都辩论不过你，可是你的执着在，这个业识放不过你，你自己的起心动念，你内在的分别放不过你。

从头又作蚊虻，依前再做蝼蚁。也就是说无明深坑继续堕，不管你是投胎做人，还是做什么，全是迷迷糊糊。

“虽是善因而遭恶果。”什么善因呢？这辈子也学习很多年的佛法，而且还是跟大善知识学的，你跟谁学没用。阿难还跟佛学呢，佛死的时候他还没开悟，他老指着佛帮他开悟，佛给他加持开悟，他自己不修不行，那有用吗？没用。给佛做侍者，跟佛那么亲近，佛讲法他能背下来，一个字都不差，还是开不了悟，这叫虽是善因而遭恶果。

“且图甚么？”你学佛到底图个什么呀？只图个学佛的名声吗？要图名，为什么非得学佛？干什么不能有大名气？还是要务实。学佛是为了断烦恼，去无明，得解脱，不是为了到处跟人炫耀，我学佛了，变得多好。不是说你学佛了，你就有善根，你得真正通过修行解决自己的问题，这才是学佛。

“兄弟”这个词在那个时代用，听起来很有禅味。“只为贪欲成性。”全是大大小小的贪欲，又贪这个，又贪那个，贪身体，贪滋味，贪享受，贪赏识，贪虚名，贪赞赏是吧？已经养成习性了。

“二十五有向脚跟下系着。”二十五有是指三界一切有法。就是自己的起心动念，全都挂碍在二十五有里面，想念着这二十五有。

“无成办之期。”就是学道没有了期，怎么学东西在那停滞不前。

“祖师观此土众生，有大乘根性。”一说这个大乘根性，大家又来精神啦，但愿这大乘根性跟你有关。

“惟传心印，指示迷情。得之者即不拣凡之与圣，愚之与智。且多虚不如少实。”禅宗这门不管你身份，不管你聪明才智，也不管你看上去是不是穷苦的样，穷酸的样，凡夫的样，但有大智慧，只要你能冷酷的起来，能狠下心来，那才是大根器的，不在于你长什么样，有没有学识。你放下亲情，斩断亲情，就是你得道之日。在我们这一世，六亲眷属是我们最大的挂碍。法理和修行方法，大家一学就会。就是这个亲情情执难断。善知识频繁出世，种种开示教导，无非是告诉我们亲情是轮回的因，执着世乐是苦的因。

我们就是做一个独立的人，不受任何人摆布，不受任何人系缚，你谁也甭想干涉我，大家尽量都做到独立，不依赖任何人。你能做到的就去做，做不到的也没办法，自作自受。反正我不是开玩笑，不是空谈，你放下了就海阔天空，放不下就在泥潭里慢慢地拔。

什么叫多虚不如少实？就是你学再多的理，你学再多的经论，你不如做一天的功夫，不如有一点实际的本事。要有实际的功夫，不要在语言文字，在议论上争胜负，这就叫多虚不如少实。就是你学禅宗的，有真实的见地和本事才行，说一千道一万都没用。

“大丈夫儿如今直下便休歇去，顿息万缘，越生死流。迥出常格，灵光独照。物累不拘，巍巍堂堂，三界独步。”多潇洒啊，一看到这里都是热血沸腾，好像自己也恁么回事似的。真正让你做点事，让你付出行动，你就畏首畏尾，什么也放不下了。看着这些话很起劲，看古人这句讲的，跟从自己的心里流出来的似的，可真正落到实际上，就和自己没关系了。直下便休歇去。怎么才能直下便休歇？我确实看到了诸法空相，一切都不可得，一切如梦如幻，我忽然之间醒悟了，就像一盆冰冷的水泼到自己头上，刚才还迷迷糊糊，半梦半醒，一下我就醒了，醒就醒得彻底。你甭半梦半醒，你净骗人对吧，你半梦半醒，这是在骗人。顿息万缘，真的得全都放得下。

你说师父，我慢慢来。哎哟，我进步挺快的，师父，您再给我些时间。我给你时间，无常可不管你多大岁数。这个东西你当下不休息，就永远休息不了。我们都返观一下自己是不是，你接触禅宗都一年两年了，你有什么进步？你自己想想，实际的进步有哪一条？也有少数的人，有一点点进步，但是占少数，大多数都还跟以前一样。因为啥？他总想过几年再顿息万缘，我现在先息不了。你现在跟过几年比，现在的你永远是年轻的，你只会越来越老。你现在永远是精力最旺盛的时候，现在不用功，更待何时？现在这个时候，今天对于在座的每一位都是生命最好的时机，你还要奔后错，那你永远赶不上今天。你今天没有这魄力，没有这智慧，没有这个勇气放下，寄托于将来可能吗？你将来老眼昏花、习气越来越重，越来越舍不得，期望那时候再放下，可能吗？人越老我跟你讲，这依赖性越强，无明越深，学法越难，障碍越多，身体也不行，老眼昏花，智力也减弱，字都看不清了，坐禅也费劲，学个什么都糊里糊涂，让他休息，更是休息不下来。人越老越贪。不贪世间的财色名食睡了，又开始贪法。你越是告诉什么也不用学了，只要休息就可以了，他越不肯休息，在头脑里瞎折腾。

《涅槃经》里，佛说老有二种障碍，一者不能坐禅，二者不能听经。为什么不能读经？他根本看不懂，看着看着两眼就困了，就累了。坐也坐不住，听法也听得糊里糊涂的。可能有的人认为老了，啥都经历了，慢慢也就放下了。你放不下！为什么？放下是一种习惯和能力，它必须从年轻，从精力旺盛时就开始练习。老了，有可能你对家亲眷属，对钱财这方面看淡了。可是你的无明、习气已经根深蒂固了，那时再去改习气，比登天还难。只有就着年轻的时代多加熏习和训练，才能转这个习惯，转这个业识。

“巍巍堂堂。”啥叫巍巍堂堂？本来都是天真佛，本来是自性佛，本来是法王，本来是富人，都做了穷人，做了乞丐，做了囚徒，做别人的奴隶，做自己妄想的奴隶。

“何必身长六丈，紫磨金辉。项佩圆光，广长舌相。”这是破斥那些着相学法的人，还想成佛的人所持有的观念。他们总惦记成一个三十二相八十种好的佛，成一个报化佛，他不知道这些都是妄想，是摄受初学的。报化非真佛，亦非说法者。佛现金色三十相身，都是为了摄受初学的。

“若以色见我，是行邪道。设有眷属庄严，不求自得。”这个眷属庄严，是你成就了，你身心自然散发的一切都是眷属庄严。你觉悟了，自然有人和你学法，有法眷属找到你，不用求，这些自己就来了。

“山河大地不碍眼光，得大总持，一闻千悟，都不希求一餐之直。”这时候，所有的外境对你都不成为障碍。你只有到这个时候才能说声色里卧眠。你自己的功夫到了什么程度，你心知肚明。你非常清楚自己不会染世间的这些东西，能游戏三眛。都不希求一餐之直。这是法华经里面的一句。本来是指穷子，指二乘人对成佛这件事情没有概念。他们满足于有余涅槃，不究竟的解脱，满足自己所证悟的东西，对佛的智慧和功德一点点渴望都没有。这里所说的都不希求一餐之直，是反用它的意思，就是对一切法不再希求，都不再去贪求。

“汝等诸人，倘不如是，祖师来至此土，非常有损益。”你们这些修行人，如果不能到达这种程度，那祖师来东土就没有什么意义了。

“有益者，百千人中捞摸一个半个。那得堪为法器，得有大乘根基，是上上根人。有损者如前已明。从他依三乘教法修行，不妨却得四果三贤，有进修之分。”根基不行的人，没有禅宗根基的人，可能也会给你设个方便，接引一下，比如说五祖弘忍禅师，其实底下出了一个半个，出了老安国师，出了六祖，他也有寺庙，也要弘法，也有弟子，也在讲法，接引一些三乘教法根基的人。也会带着大众修行，接引一些根基不行的人。有进修之分，就是都在有为里边，慢慢等缘吧，培养弟子。

“所以先德云，了即业障本来空，未了还须偿宿债。”先德云，是永嘉大师证道歌里所说，你真正的觉了，真正的了达诸法实相，你自己清清楚楚，一切都对你没有挂碍，一切业障不复为碍。你不会再生烦恼，一切无明烦恼断尽，业障因果不能障碍你。那未了呢，该受报受报，该还债还债，该烦恼烦恼，该轮回轮回。欠什么就还什么，挺吓人的啊，不要以为杀了蚯蚓就没事了，一定让你做一次蚯蚓。你不好好修行，老账新账一起算，欠的都要还。只要你投胎受生，总有一世你要被杀的。

我们看汾州无业禅师，三百零三页。我看他的开示为什么会有这样的口气，说话斩钉截铁，有着非常宽弘广大的胸怀，那种魄力，让我们觉得非常有自信。

汾州和尚嗣马大师，是马祖的高徒，师讳无业，姓杜，商州上洛人也，初母李氏，忽闻空中有言曰。”就是他母亲，忽然有一天听到空中有声音说道：寄住得否？能不能在你这借住一下？已而方娠。听到这话不久就怀孕了。诞生的那天晚上，异光满室，既至成童，不为儿戏。到了童年的时候，不像其它孩子那样爱玩耍。行必直视，坐即跏趺。这个让我们更加羡慕了，到现在我们还不能行必直视，坐即跏趺。都死去得了，我看。还这么得脸的活着。商之缁徒，见皆叹曰：是无上法器也。速令出家，绍隆三宝。商之缁徒，就是商州的出家人，看到他都会赞叹，说他一定是无上法器，劝他母亲让他出家。九岁启父母依商州开元寺志本禅师出家。这个商是商州的，商之缁徒，缁是指黑衣，这里指穿着袈裟的出家人。商州很多的修行人，看到他都会赞叹他。九岁的时候，他自己就跟父母讲，他要出家。依商州开元寺志本禅师学法。禅师授以金刚、法华、维摩、涅槃等经，一览无遗。他一看这些经，就全都懂。无遗就是没有不解的，都能明白。年十二正式剃度出家，具戒于襄州幽律师。十二岁就受戒了。禀四分律疏，一夏肆习，便能敷演。受完戒之后，就能讲戒。禀就是学习四分律，一夏就是三个月的时间，学习戒律，就能够演说了。常讲华严、涅槃等经。时谓生肇不泯，琳远再兴。经常讲华严经、涅槃经，当时大家称他就像竺道生一样，像僧肇一样，是僧肇、竺道生再来。琳远就是慧琳慧远，慧琳曾写了很多论著，批评当时佛门的弊端。慧远是净土的祖师。这些人既有华严经的祖师，也有讲涅槃经的，僧肇是注维摩诘经的，我们看到当时的出家人把无业禅师和这些大德相比，对他是非常赞叹的。所以我们看他下边讲得这些，就算你是南山律师啊，你是古圣贤德啊，都不能达到汾州无业禅师的境界。

我们再看底下有一小段公案叫莫妄想。

无业禅师后住开元精舍，学者致问，多答之曰：“莫妄想。”

这个其实真的是一个总持门。就是你的一切的问题都是妄想，不管你是问佛性，问佛理，问修行，全都是妄想。你问怎么牧牛，你已经在吃草了啊。怎么牧牛，你不问这句话就在牧牛，你一问这句话，就在吃草了。师父什么时候能成？三个月五个月？又吃草了。莫妄想！是我们每一个人提醒自己好好做功夫的最直接的利器。自己平时就懂得提醒自己，不是去提醒别人，是提醒自己。

祖师禅讲记第十八讲

这几天有没有体验？反正我是有点，其实这种体验和感悟吧，经

常会有。谁会经常有啊？得经常这样做的人。真正的安心你没事的时候就是坐着。在院子里发呆，坐在藤椅上，听听鸟叫，吹吹风，晒晒太阳。就算你坐在那里打个盹，都很好，很惬意。不用生懈怠和不用功想。用一切功都是为了最后睡在躺椅上。如果你能直接在那里打盹儿，那很好。你可以跳过一切修行。如果你无法用如是最简单的方法安住，你就坐禅、读经、行脚，甚至做一切有为的修炼，来让自己安心。

经常能够这样最简单地坐着的人，能坐得住的人，习惯于这样坐着的人，会逐渐地发现一个妙处，最妙最妙的妙处，就是最平常最平淡的日子是最美的日子。经常这样坐着的人，一定会有这样的感受。

我们为什么会烦恼？为什么叫凡夫？他不接受平凡。他不希望过平凡的日子，他无法过平淡的日子。他无法过这种无滋无味的日子，他要为自己创造一些不平凡。他不知道平淡的妙处和好处，他误以为在平淡之外还有更好的东西，他被自己的感官和心识骗了，被自己过去的习惯骗了。他总是惦记着找点刺激的，找点乐子。他的心识一直向外攀缘，攀缘六尘。他不甘于这种无所事事，无法享受这种没滋没味儿的生活。人心不习惯于寂寞，人的俱生我执总要抓一个东西，它才觉得安稳。但这是一个错觉。这种安稳，是有条件的，是无常的，一定会破灭。所以它接下来的不安是必然的。

真正的安，是无依倚的，是无条件的，或者说是极其简单的条件就能完成的。如果你把你的需要减少到最少，把你需要做的事减少到最少，把你依赖的减少到最少，你很快就能达到这种安心。所有的觉悟之人，所有的解脱之人，都是能够安住于平常，安住于最简单的生活。

他不可能再去奔波，他不再向外找东西来满足心识。人如果不受制于心意识，是不会去奔波的。奔波就是奔波于头脑，就是在意识中奔波，在意识里颠倒、寻觅和轮回。如果我们通过修行，通过训练，通过约束自己的身口意，少去做事，不再执取六尘境界，随缘做最简单的事，你的心自然就休息下来了。需要外在环境来安心的习惯，就渐渐地减弱，甚至消失了。你会慢慢地习惯于无事。甚至忽然有一天，你发现，哇，心里什么事都没有，太美了；什么都不用做，这样真的太棒了！没有任何事能够让你去牵挂，让你去操心，去计划。没有任何事能影响你，让你去消耗，让你难过、纠心，这才是真正的自在，才是佛的日子，神仙的日子。没有任何事等着你去做，去处理。没有比这更妙的了。除了享受阳光，除了听雨声，看雾，看湖，看山，看雪，看水，看树，除了这些唾手可得的事，除了这些坐享其成的事，你不再需要费心费力经营任何事，你所有的享受都是天然的，都是天赐的，你完全满足于此。那时，你就会享受到诸佛寂灭之乐，而这是永恒的。这个内在的寂灭之乐，不会再反复，不会再消失。它就像金子从矿中提炼出来，不再为矿。

那我们最后只剩下什么？当你一切都不再执取时，还需要修行吗？你的生活里还剩下什么？只剩下穿衣吃饭。你只剩下坐着，吃饭，走路，躺着，睡觉。冷了添衣，饿了吃饭。就剩这么点事了。你心里彻底地摆脱了对于无常虚妄世界的依赖，你可以继续说笑，你可以继续去玩，你可以重新享受生活，但已经完全不一样了。你的心里不再有任何负担，你不再为了什么而去享受，你只是随缘接受一切际遇。如同白云，出没太虚之中。如同流水，自然回曲于弯弯河道。

你已经不会再染着自心境界，知其如幻，诸幻不再困惑于你。你已经不会再被那些无常的东西欺骗了。你不再去经营无常。所谓修行，就是从有所依、有所为的安心，转化到无所依、无为的安心而已。

当你真正的相应于这种无事，无为、无欲无求的安心之后，你再也不喜欢任何无常的、变化的、感官的刺激了。其实当你喜欢这个了，那个自然就不喜欢了。它对你越来越没有吸引力，外在的色声香味触法，对你没有更多的吸引力了。因为你知道那个是不长久的。

但是这种最美的日子，平淡如水的日子，是需要你不停地熏修，训练，转变，适应才能享受。需要你放下识心的习惯和欲求，需要如理如法的修行才能真正达到。

首先从减少做事情开始，从独处开始，从听经闻法开始，从如说修行开始。当你拥有了无所依的安心的能力，天地都动不了你，鬼神也动不了你，一切无常都动不了你。没人能改变这种安心，它是究竟的安心。

但是这个很难。它难在哪儿？难在我们不习惯。因为我们一直以来都是靠外在的东西来满足自己的识心。识心就像一个永远饥饿的巨人，如果我们没有足够的智慧和定力，就永远满足不了它。我们一直靠意识中的、头脑中的食物来喂养它，我们给它扔了一个东西来让它安心，结果，它越来越不满足。也就是说，靠感官上、觉受上的东西安心，那是一种错觉和错误的生活方向。

你能感觉到的安心，不是真正的安心。真正的安心，是超越于感官觉受的。你很清楚，你不再依赖一些东西，你在任何地方，做什么事都好，一个人也好，与别人相处也好，吃什么，住的怎么样，你都很安心。这种状态能持续很久。当你能这样生活，那才是真正意义上的安心。

世间凡夫的安心，是要时时觉得安心，需要有家庭、房子、亲人、财产，他才会觉得安心。有一件东西破碎了，他就会不安。他要住在这种觉得安心里，才认为是安心。而通过修行和觉悟所获得的安心，只是一种比喻，是对我们不再恐惧，不再颠倒，没有不安的一种状态的形容。我们把这个状态叫做安心。它不是我经常觉得，时时觉得的安心。它是一个实修者观察和体证到的安心。有些人会有某些感触：这段时间我很清净，我很安心。不，真正的安心不是这样的安心。它不是某段时间某种状态下的安心，而是随所住处恒安乐，是超越了时间和感受的寂静和满足。

可是这个寂静和满足的状态，我们太不习惯了。它让我们大大的不安。因为我们不知道、不了解这是实相，我们不习惯于这种无法描述，无滋无味的安心。我们连一丁点儿力量都无法把控它，所以对它完全的陌生和恐惧。一旦付诸语言和意识，这种安心就变了，就变成了一种感觉上的东西，会让我们产生错误的认知。

究竟的安心，没有心可安，没有法可得，没有物可感受，没有任何东西可把握，可体悟。默契于这个根本，才是真正意义上的安心。

行脚也是不作行脚想，只是最轻松地走路，假名走路而已。我们穿衣吃饭就是直用直想，不生是修行想，做过去就完了。这样的话，我们时时都在清净解脱之中。如果你一进入头脑，你一归纳总结，真如自性就被隔住了。你立刻被头脑捆绑住了。你被自己的所知心束缚住了，你就成了凡夫。你不进入头脑，你就是佛，就是佛的状态。你进入头脑，就变成虚妄的了。

我们今天学习盘山宝积禅师的一段法语开示。打开第三百页。

盘山宝积禅师，他也是马祖道一的徒弟，嗣承马祖。

“上堂：心若无事，万法不生。”

我们每天学习祖师的法语，看看这些开示，包括你们听我讲，都是训练长养一种能力和功夫，以一贯之，就是心不外驰，都是一个道理。就是心里无事，心中无挂碍。心里不去攀缘那些有为的、无常的东西。就是我们习以为常的、觉得让我们快乐的、让我们安心的东西，不再去攀缘那个东西了。这叫心里无事。心若无事，万法不生。

“意绝玄机，纤尘何立？”意绝玄机，就是连最玄妙的义理，连实相之理都不用去思维了。为什么？因为已经明白了。明白了就不需要再去明白。再玄妙的道理，如果一直用头脑去思维，它就会变成知解，就会束缚本性。就是我们经常讲的怎么见性，怎么开悟，什么是佛性，连这个我都不想了。我连佛都不求了，法也不修了，能喘气就行。有的人貌似已经有所转变，但是因为不能巩固，进一步退三步。所以大家还是要努力，待到金星现，归家始到头。大家看看这个意绝玄机，这个词用的非常好，就是专门治众生的佛病。你老想开悟，你老想见性，你老想怎么才能体会到这个佛性？怎么才能见性？我怎么才能够跟实相相契入？有些同修就是总起这一念。你正是被这一念缚住了，所以无法开悟。你不知道你是在意识里边去找这个东西。你吃饭的时候，上厕所的时候，起床的时候，你没想这个问题的时候，那都是佛性最自然的起用，都在见性之中。没有起佛性的想时，那个你正用的正是佛性。可是当我这一讲，你这一想这个正用的是佛性的时候，它又错过去了，又被这一想盖住了。对吧？本来你一直都在流畅的过程中，忽然起了这个问题，我一答这个问题，咱俩都跑头脑意识里来了。

但是我清楚，你不清楚。我可以随时出来，而你会陷入我的话语和解释中。所以我们就用、用、用，就直用好了。师父，难道就不能想吗？你随便想，但是你知道想没有用，想也是一种享受，想不是为了烦恼，为了纠结，而是为了享受。这个可以想，不是可不可以的问题，它是一定会想的，因为想就像我们做任何事情都一直跟随我们的，它无法间断，和听、看是一样的，它是佛性的作用。它一定会起这个作用。但是你找它，你如果住着，你却找不到，还会自寻烦恼。你永远找不到想的实体。它不属于意识，它超越于意识。如果我们连求佛、求开悟、求解脱的这念心都不起，纤尘何立？哪儿还有什么法与非法。所以金刚经云：非法非非法。修行之人最大的执着，就是想解脱，就是想弄明白实相。想弄明白实相，反而不明白。放下这念心，正好与实相默契。出离妄念知解意识心的当下，就是实相，无别有实相。如果你连想弄明白实相的这念心都放下了，那其它的对你来讲，都不重要了。

有时候我们会把世间的俗事，一些俗情，想得很重要，想成自己很执着的东西。其实这个事情真正来临的时候，比如无常、病苦、生离死别，你可能会烦恼，你可能会痛苦，但很快就会过去。比如说，你特别执着你的家人。你没有学法，一点修行都没有，你会因为担心她或离开她而痛苦。但有一点的修行，你对实相有所了解，你的亲人去世了，死了三天，你可能就没事了。人都是习惯的动物。你想，你痛苦，是因为你习惯依赖于外境和别人。一旦你改变了有所依的习惯，谁离开你，你都不会痛不欲生。你最多是难过一会儿。因为人都不是傻子，谁也不想烦恼，谁也不想活在痛苦里。那如果你说，我就想痛苦，那没人能帮你，你就想痛苦，对吧？我就把它当真的，那你就难过吧。明明告诉你不是真的了，你非要当真的，那没办法。

但是，这个还不是最大的无明，不是最让我们纠结和难过的。什么是最难放下的呢？对法的执着。法执是最难放下的。这个意识生起，意识去攀缘，这个不是执不执着的问题，这是无始以来的习惯，是一种非常顽固不化的习气。它本性就是这样作用，只是你不知道这是本性的作用，你知上立知，即无明本。你不知道这个知本身就是本性，还要再立个知，所以反而成了无明。第一个知，是自然的见闻觉知，是佛性自然起用。后边立那个知，是分别、是妄想、是执着。有的人就问，师父，那对世间的执着，这些世间的烦恼，难道就对我们来讲，真的没有那么大的障碍吗？也不是，也不是没有障碍，它会障碍你见性。它会障碍你修行。只不过你不要太害怕这些东西，不用太怕，你先明理，先认识真的，然后虚假的就没力量了。什么是真的？不管是知道，还是理解到，还是听来的，我先了解这个实相。然后慢慢地深入，慢慢地通过自己的修行，时机因缘一到，有一天你自己会掌握这个东西，会了解到，会观察到，确实是这样的。那你世间的这种执着，会自然的淡，自然地就放下了。这个都是此消彼长。你这边多用功，那边的力量就越来越薄弱。它是同时发生的。不是说我先做佛法的功夫，做完佛法的功夫，回头我再舍世间的，不是。这就跟我们去某城，方向去反了，我们就会离某城越来越远。不是说你去一个地方走错了，离它还是原来的距离，不是的。你会越走越远。所以修行啊，觉悟啊，不可思议。

“道本无体，因体而立名。道本无名，因名而得号。若言即心即佛，今时未入玄微；若言非心非佛，犹是指踪极则。向上一路，千圣不传。学者劳形，如猿捉影。”

这个体也好，性也好，道也好，这都是我们给它安的名字。我们有时候为了形容这个本性，会讲一个体啊，一个用啊，一个性啊，一个相啊，讲这些个都是为了更好地了解真性。但是这个真的一旦进入意识的分别，就变成了我们的妄计所执。只要你一立名，就是妄计所执，是意识在立名。所以道本无体，假名为体，它没有一个体。那我们为什么会说一个体呢？让你对这个东西稍微有所感悟，有所体悟。但是体悟的那个不是道。这是一个前期的方便。你对这个东西越感兴趣，越投入，你就会对那些个无常，那些烦恼，会逐渐远离。但是多少修行学法的人，都迷在所谓的道体上、佛性的知解和思维上。也就是迷在自己知解出来的道体和佛性上。把想象出来的道体，佛性当成实相，他不知道这个体本来是没有体的，没有体没有性，假名为性。

什么叫佛性？就是任何法都没有实性，无实性就叫自性，叫佛性，叫真性。无我是真我，无心是真心，无法是真法。你看佛法它就是这样。也就是说，在二法里你找不二的，在一个对立里你找不对立的。既不是这两边，还离不开这两边。就是好象融合一样，又不是融合。分开，又不是分开，不一不异。所以这个东西意识真的是测也测不到，认也认识不到，难也难在这儿。我们还总想用意识去揣度它。

道本无体，无体是真体。因为这个真体，而立假名。你看这个东西，你说用语言一讲，很容易我们就迷到里边。到底是讲啥呀？这就是无明。越是思维能力不行的人，还天天老是爱思维，错把自己当成是大哲学家、大思辩家。思维能力不行，就甭思维了，像我们这些思辩能力非常强的，我们都不再思维了。你还思维啥啊？

因体而立名，其实就是假名，就是用而已，一个用，用也是假用，没有实法。没有一个真实的用可得。这里的道本无体，因体而立名，跟六祖大师讲过的一句话是一样的，一切法都是因人而立。没有人，哪里来的畜生道？谁给畜牲立名？你管什么叫饿鬼？对吧？没有人的时候，没造文字的时候，一切法就无从安立。所以说，诸法因人而立，因妄而有。没有人的时候，没造文字的时候，人都不是人，没有概念，没有文字，哪有什么人啊？只是“一团肉”而已。那时候问你，猫在哪？狗在哪？对吧？生在哪？死在哪？什么是地球？什么是太阳？什么是时间？什么是空间？全都没有。所以，一切法都是因人而有，从意识而立。因为人有这个机缘，有这个机会，来认识自己。

师父，那其它的呢？没有其它的，其它的都是跟你有关，都是你意识里的，知道了吗？只有你这个妄想需要觉悟，一切都不需要觉悟。悟因迷有，若本无迷，谁求其悟？一切都因你而有，所以这个体因体而立名，因人而立法，因有一个妄迷而立一个妄觉。为什么叫妄迷？本来没有迷。为什么叫妄觉？觉本来也没有，也没有需要觉的人。觉与迷，是因人而立的假名。

道本无名，因名而得号。这个道，这个真性，也没有什么名字。因为我们给它安了名字，它就有了名字。这叫因名而得号。其实它的意思是说都不真实。但是真理实相就是这么奇妙，不真实，它却能把我们引导到真实。对吧？你看手指和月亮没关系，但是我们手一指，大家就能看到月亮。对吧？船不是彼岸，跟彼岸没有任何关系，但是我们借船可以到达彼岸。对吧？意识是虚幻的，识是妄的，但是我们通过识，可以反观到它的虚妄，透过虚妄，看到真实。但是这个反观一定是把识放下，不要住着在识上。如果你执着在这个识上，你永远都看不到。你利用识，知道识是空的，识立刻就变成智，就是这么奇妙。就我们都知道妄想不实有，念性本空，但是这个妄想就是从自心、从本性中作用出来的。它又不是无根、无缘的。你说它有根有缘吧，它又没有实有的这么个东西。这就叫性空。也叫无明实性即佛性。其实世间很多的现象，都能显现这个真理。比如说我们摔倒了，你走路摔倒了，是因为什么摔倒的？说因为腿，你光有腿摔得倒吗？没有地你摔得倒吗？对不对？我们摔倒了肯定跟地有关系。肯定是走在地上，你在空里飘着，谈不上摔倒。对吧？你在空中，你怎么都是飘的状态。所以你倒肯定是因地而倒。那你起呢？起来呢？你能蹬着空就起来吗？一定是蹬着地起来的。因地而起。那我们修行觉悟也是如此，你要认识到这个觉悟的正因，是我们的佛性。我们迷也是因它而迷，觉也是因它而觉。迷时佛性枉作众生，觉时佛性幻作诸佛。佛与众生都不真实。也就是说我们倒在地上也不真实，起来也不真实。无倒无起，一直在大地上，这个才是真实的。众生迷倒，二乘迷起，只有通达实相，知道起倒都是假象，才是如实修行者。这个凡夫，迷于迷。二乘迷于悟。你在迷里，你在悟里，都是迷。只有通达之人，无迷无悟，才是真悟。

“若言即心即佛，今时未入玄微。”为什么说即心即佛，还未入玄微呢？当我们讲，是心是佛，即心即佛。当你讲心就是佛的时候，那你的心是什么呀？是不是概念？哎，是概念。你找得到一个真正的与你说的心相应的东西吗？你找得到吗？你的心是什么？概念。

师父，我知道了，自性是佛。自性是什么？你的概念。佛是什么？你的概念。达摩祖师说：十方诸佛皆是众生妄想。

可是你又会问，祖师说，佛是自心做啊，这就是一种形容，让你去用。可你没办法，总是去住着。佛是自心做，这个自心不是概念。可是你怎么形容它呢？只能用个自心。但是如果你不明白这个意思，你把这个自心落到了一个概念、意识中的自心里边，那不是佛。自心不是佛。也就是古人所说的非心非佛。你把这个心一旦落入概念，就成了一个妄有了。自心非真非妄，非有非无。即心即佛不是，那非心非佛，犹是指踪极则。

什么叫指踪？指踪就是方便法里的极则。就是指教下，骗小孩的。小学里最高的年级，但它还是小学。所以即心即佛、非心非佛都未出意识、未出分别、未出概念、未出妄想。但是大梅禅师听到马祖的一句开示：即心即佛。他就住山去，他就开悟了。师父，怎么他一听即心即佛就开悟了呢？人家没有去想这句话，没去知解这句话，是直接去用这句话，去做即心即佛。人家一听即心即佛，就不向外找了，所以就开悟了。他一听这个，不住于头脑，知道即心即佛不是头脑里的东西。头脑止息，当然就开悟了。而你还一直在头脑里找这个即心即佛。所以说，当马祖派人告诉他，现在不讲即心即佛了，讲非心非佛了，就没有动摇他。他就没被你这个话骗。他说：这个老汉惑人。今儿这样讲，明儿那样讲。我才不管他非心非佛，我就即心即佛。对吧？他就是真正明白即心即佛，而不是停留在概念里。如果是停留在概念里边，那别人一告诉他这个不对，告诉他是非心非佛，他一定会疑惑，怎么又非心非佛了？他又想非心非佛去了。对吧？哈哈。

所以如果你没有悟到这个所谓的即心即佛，你老去想、去思维这个东西，那即心即佛也不是，非心非佛也不是。向上一路，千圣不传。不是不传，是传不了。这个真正的即心即佛，或者是非心非佛，是当下默契，是顿悟的，容不得有丝毫的知解和住着。它是超越于意识的。它没法传。它拿什么传？连传的主体都不真实，如何传？只能默契。给你举个扇子，对吧？这是做作。所以世尊拈花，一场败缺。达摩西来，无风起浪。都是神经病，没事找事。说世尊拈花，迦叶微笑，就是以心传心了？我看是小丑在表演。传的都是假的。你不传我们也不失，你传了我们也未得。所以大家慢慢地连祖师的境界都不稀罕了。为什么？因为你知道祖师们一个个都只是最简单，最平常的人。凡是不简单的，都是作怪。古人云：有人问我西来意，尽把家私说向渠。

大家都想超佛越祖。你心里没有贵人，没有佛，没有祖，才能超佛越祖。

“学者劳形，如猿捉影。”所有修行都是徒劳的，就像捉水里的影子一样，捉半天啥也捉不到。一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应做如是观。那怎么办？歇呗、止呗、别作了呗、呆着呗、躺着呗、等死呗。对吧？这个还不容易吗？听着挺容易，做起来很难啊。呵呵。谁给我放这儿的扇子？蛮好的嘛。呵呵。你们这些人中，有的人情商在逐渐提高哈。大家只要会放松，就会学法。咱们学禅门，不要太用力，别太紧张。放松的状态就是解脱的状态。所有事上，你学会了放松，就学会了修行。

随时都能知道跳出来，转身。就这么一个动作，那得多高的觉性。

所以你要真明白了，就很简单。很简单，很简单。其貌不扬，看这家伙其貌不扬，他就喜欢这种日子。有些人玩命适应这种日子，还适应不了。生下来就是懒人，懒人成佛，而且胸无大志。胸无大志者成佛。废人，废人是贵人。病人，病人是有福的人。看你们这些病人，病人是无上正等正觉人。不要讨厌自己的病。你的病是你的贵人、是你的大善知识。你的病比一切财富都强。其他的一切都帮不了你，但是病能帮你觉悟，提醒你修行。所有的福报，幸福，只能蛊惑你的心。要好好珍惜自己的病，不要老想让它离开，它离开你就完了。它一离开你，你立刻又去造业去了，知道了吗？就留着它，一直到死那一刻，都不要让它走。疾病是你毕生的大善知识。这个东西一没，你又开始作。对吧？要爱自己的病，知道了吗。然后它会一直跟着你，但是对你没有伤害。只要你换个角度看它，只要你不讨厌它，它就不会让你太痛苦。是你的讨厌加重了病对你的折磨。你要逐渐领悟到这个真理，就是不要讨厌你讨厌的，要爱你讨厌的，要爱你不喜欢的，这个非常的妙。

我们越是讨厌一个东西，它就像鬼魂一样永远追随着你。当你不讨厌它的时候，哎，就非常的奇妙，它就没了，消失了。它就不缠着你了。不然它总是缠着你。为啥？那不是你自己吗？对吧？你讨厌的是你自己。

这里的学者劳形，如猿捉影，都是指不识本心，不了佛性，取诸幻法。都是在意识里面徒劳、妄为。所有的劳累都是头脑在劳累。头脑指使着我们身体，让我们去做一些毫无意义的事情。也就是说我们整个生命被意识、被妄想驱使着，被无明奴役着受种种苦。

“又云：夫大道无中，复谁先后。长空绝际，何用称量。空既如斯，道复何说。”有时候我们讲不二，讲实相，会用中道一词，中道也是个假名。讲不二，你会着一个不二，进入知解里的不二，那还是二。讲中道，着中道，还是二法。真不二不是你讲出来的啊。所以说，大道无中，连中都不立，连不二都不立。那不二尚且不立，哪还有个二法？哪还有个先后？哪有个始终？哪有个生灭啊？

“长空绝际。”这个虚空是没有边际的，道就像虚空一样，没有边际。那你称量什么呢？那你找什么呢？它不是方所的，也不是时间里的，也不是意识里的，你不歇着等啥？

“空既如斯。”也就是说，佛性如虚空，虚空既然无形无相，不可得，无有一法是实。你看见虚空，你还不悟道吗？空既然是这样，那道也是如此，道复何说？道有言说吗？有称量吗？有名字吗？能把握吗？能捉到吗？能觅到吗？能想到吗？想不到！虚空无相不可说，道亦复如是。可能有的人就会想，虚空是可以看到的，虚空是可以想到的。你看到的、你想到的，那不是虚空。虚空也是不可思议的。

我们看这个空旷的，那不是虚空，那只是我们意识里想象出的一个虚空。那是什么？我们看到的是什么？什么也没有，除了我们的妄想和意识。目前无法，意在目前。你看到的这个可不叫虚空，我们只是给它安了一个虚空的名字，所以虚空者非虚空，虚空看不到，虚空不可得，虚空无相。你别以为，我能想象虚空，想象的是你的大脑里的妄念。知道吗？你永远找不到什么是虚空。佛性与实相也是如此。所以经云：实无有法名阿耨多罗三藐三菩提。所以科学家们，好多物理学家们研究宇宙，研究空间，都是在妄想里研究，都没离开头脑，没离开见闻觉知。把见闻觉知当真的了。他都不知道他见到的这个虚空、这个宇宙是纯粹的妄想和意识。他不知道这一点。谁能知道啊？这明明是个虚空，明明是相，怎么是意识？怎么是念头呢？所以只有觉悟者，只有大觉之人，才能认识到这个真理。

所以虚空不存在，一切法都不存在，只有你的意识在前面勾画。意识也不存在。

那什么存在呢？你立的所有存在的都是意识，都不存在。师父，那真性呢？真性你根本触及不到。你所说的真性，还是你的意识。这一切的不立的后面，也是勉强说那个找不到的东西，你是没法给它定义的。它超越了意识和思维。它不是存不存在，一落在存在，它又是意识里的了，所以我永远不会告诉你哪个是真的。一切无有真，不以见于真。这个见是想、观，测、觉、觅，这一切，都不能见真，也不是真。更不以想于真，也不以觅于真，不以悟于真，因为一切无有真。真是概念，所以菩提无是处。不能有一个是的呢？为什么不能有一个东西是佛性呢？因为有是就是意识。所以菩提无是处，一是就变成假的了，虚妄的了。

祖师禅讲记第十九讲

在楞伽经里边讲到“五法”的概念。名、相、分别、正智、如如。一旦你了解了一切法都是因名而有相，这个名就是妄记、妄想出来的，意识造的，意识造名，因名而生心，想出种种形象来，定义出种种事物、前后关系、因果。然后在这些事物上再去编织，演绎成了世界，成了事物，成了事情，这就是分别。你了解一切法是意识造的，所有的事物都是由名、相、妄想、分别妄记出来的，这个就是正智。然后超越于这个名相、束缚、概念，通过自证观察，证得如如实相，就是如如。到最后，连五法的概念都没有了。

讲经说法，只是用语言来给大家方便开示，最多也只能到这儿。先了解一切法都是因妄想而生，而有名，有相，也就是夹山善会禅师说：目前无法，意在目前。这就是我们头脑能理解到的关于真理的最直接的表述，也是一个关键的地方。师父，我没法不用头脑思维，我要不用头脑思维，我就会认为自己是无知的，我永远是无明的。用头脑，但是不住于头脑。就从这里起用，不住于意识和知解。我们学习佛法，就是加强对这个实相的领悟，就是我们能形容法是怎么出来的，就不会被任何法所缚。修行功夫，就是对这个实相的一种掌握，最后变成一种领悟，甚至都不用想，我就知道是这样。一切法都是妄想出来，把这样的一种见地变成一种非常纯熟的思想习惯，变成一种本领。

所以说，禅宗其实并不是只有棒喝，只有扭身就走，那个是对大根基的，出格的人来讲的。他有深厚的基础，他的根基因缘完全成熟，稍微点拨一下，他自己就悟道了。他自己就觉悟到超意识，心无所住，即是佛，即是法性施为。不是你告诉他，他自己就能悟到。那直接给你讲出来，如果你能明白，也是一种领悟。只是要自己不断地加强、加深这样的领悟。你能悟到就悟，悟不到就认真的熏修。对实相之理从一种认知到一种理解，然后到一种领悟。如果不是这样的话，达摩和六祖就不会留给我们这么多开示，永嘉大师证道歌里也有很多直接的开示。让我们离名相，直接用。不是说实相永远不能讲。只是针对不同根基的人，对不同的情况而有不同的手段，有不同的开示。

我们继续来看盘山宝积禅师的开示。

又云：夫心月孤圆。大家静静地听就行，你不用翻书，静静地听，摒息诸缘，让自己的心静到一定程度，那我所讲的句句都会入你心里。“夫心月孤圆，光吞万象。”祖师在给我们形容这个真性：“心月孤圆，光吞万象。”有点像黑洞，一切都在它里面。但是它只有一个特点，它不作想。它不作我吞、我吸、我包、我拥、我拥有、我照、我觉等想，不作如是种种想。包括我现在所讲的，它不作这个想。因为这是我想，这是我讲的，这是我的意识心所形容的。

所以说“心月孤圆”这个“孤”，是指绝妙不待。为什么要用这个“孤圆”呢？它不是像一个空中的太阳，一个月亮。那个月亮，我们也会觉得它是孤的。但月亮不是真正的孤。因为旁边还有参照物。这个“孤”是绝妙不待的意思，它是没有一个东西和它对比，是超越了对待。维摩诘经云：法无有比，无相待故。但是，世俗谛里面的这个“孤”，一定是有一个比较，是相对的“孤”。而佛法里面这个孤，它不是一个有实体的东西，如果你能想象这个孤，它就变成有相的了。

佛法里面的一心不是一个心，不像有的人说，师父，既然说一个心、一个性，怎么您觉悟了，我们没觉悟？怎么佛觉悟了，众生没觉悟？他把这个心拆开了，他把这个心当成一个心，他这个性不是一个性，不是一个心。同此一心，这个一心，不是一个实心，它是对实相的一种形容。

光非照境，境亦非存。我们能理解的这个光，好像能照东西，对吧？本性很像这个光，但是他不作照境想，作照境想和光在照物是我们给安的，所以法身无觉也是这个意思。这个无觉，是超越觉与不觉，没有觉或不觉。已超越了你的想象。所以光也不照这个境，照境是我们安上去的。光在发热，在照物，有个光体，有个光用，这都是我们分别出来的。境亦非存。境也是我们妄计出来的。佛法里把心与境的关系叫作非一非异。既不是一，也不是二。那是什么？你心生什么，它就是什么。一切都是你的妄想。这句话的意思其实就是没有一个光去照一个境，也没有境可照。没有一个体和一个用。这个体用和照境都是我们分别出来的。光境俱亡，就是你觉得有一个光源，有一个光体，这是你妄想里的。然后有个光散发出去了，有个光所对应的外境。没有这些。比如说太阳照到我们这里，有个光，然后再有光体，实相不是这样的。本性就像太阳一样，但它不做分别想。所以，本性又不是太阳。我们只能拿太阳的这种存在性来隐喻本性。光境都是我们的意识，是我们分别出来的。那这个东西都没有了，复是何物？这时候其实就是让我们休息，休息头脑。你就不要再找了，光境都没了，你还找什么？你再怎么找也是你的意识，是你的妄想。

但是有的人就问：师父，体都没了，佛性也没了吗？那您这样讲不是断灭吗？我所讲的体都没了，不是真正的体没了，只是你定义的、你想象的体不真实，它不是断灭。它不会因为我说有就有，我说没有就没有。体没了，佛性没了，还是你的妄想。我这样说，只是破除你对佛性的知解，不是断灭佛性。佛性真没了吗？也不存在了吗？当然不是。但是，当你这样讲，这是不是断灭？你看，还是你自己在立一个东西，还是在意识里边。表面上是在说不找了，但还是在找那个东西，还是想确定一个东西叫佛性。这里讲体都不是真的，佛性不是真的，并不是说没有体，没有佛性。说佛性也不是真的，只是针对于你把佛性当成概念，而佛性是非真非假的，佛性只能默契，不可言说。当你只是用而未做用想时，那时候正是默契于佛性。你如果做默契想，那就不默契了，他就过去了。我这样滔滔不绝的讲着佛性，你扭过头，那你做真佛。你都聚精会神的，要听明白了可以，听不明白，老是跟着我的话头在这，在思维，你永远找不到佛性。这个思维永远不是，我讲的也不是，但为什么还要讲呢？这就是一个契机。万一讲着讲着，忽然，你一回头，一从这里跳出来，就开悟啦！古人都是这样开悟的。

讲些无关紧要的东西，你的心思一从名相妄想中离开，忽然之间你就开悟了。或者禅师叫你一声，你一回头，问你是什么？这个回头跟你的意识有关系吗？用思维吗？不用，直接就回过来了。顿悟就在这样的时机发生。这两天有些同修学会了模式，总是拍掌或踢腿，把式是学会了一点，不知道能不能有实用。你有准备时，我考不了你。在你不知不觉的时候，我突然问你，你跟我来这么一下，那我也只能把你当神经病想。你眯着个小眼又开始琢磨。咱们也可以想象，过去祖师们开示的时候，他肯定不是那种有板有眼的，光一直讲，他一定随时都会给你提供一个机会，让你歇下这个头脑意识。当然这个东西也不能刻意，只能随缘。

盘山宝积禅师这几句话，就是用语言来描绘这个佛性，这个非常的到位，是在我们能够理解、能够形容的这种程度上非常到位的一种开示。这就像永嘉大师讲的：心是根，法是尘，两种犹如镜上痕。痕垢尽除光始现，心法双忘性即真。痕垢就是心和法，心和法都是概念。把心和法的概念都忘了，就只剩下真性了。就是也没有心，也没有个境，也没有个能，也没有个所，也没有我，没有我对的个境。这一悟马上放下，你一琢磨就跑到十里外去了。一听明白就放下了。

禅德，譬如掷剑挥空，莫论及之不及。掷剑挥空，居然不害怕吗？掷剑挥空，拿着剑在空中挥舞，不论挥得到挥不到什么。为什么？因为在空中挥。学法修行也是一样，无论你怎么用功，你都是在空中瞎忙活。根本不论你修与不修。修也不是，不修也不是。修也是，不修也是。为什么？都在法性空中运手动足，不论修与不修。掷剑挥空亦复如是，不论你挥到什么，还是你挥不到什么，都是空。剑这个名相在祖师开示时经常会用。有一个公案叫文殊仗剑斩瞿昙。就是有一次，文殊忽然拔出宝剑就要去斩佛。开心果，为什么文殊要拿出剑斩瞿昙？不会就是不会。谁能告诉我，为什么文殊要仗剑斩瞿昙？“瞿昙”是佛的另一个名字。你们居然没有一个人会？多简单。博弘会吗？花开。太迟了！我这个问题出来的时候，过了这么半天，你再说什么，都太迟了，没用。天天给你讲实相，天天给你说破，你自己功夫没到，还会迷在里边。惯性！

古人设这些公案都非常巧妙，都是开悟的人设的，达不到骗你的程度，他就不会弄公案，他一定能把你骗到，除非你有功夫。譬如，掷剑挥空，莫论及之不及。斯乃空轮无迹，剑刃无亏。当时，有个禅师在百丈下边参学，后来他又到药山那里。药山就问他，百丈那里怎么开示学人，这个人就学舌，百丈平时给我们讲，即心即佛。药山说，这样开示不行。这人就讲，有一次，讲完法以后，大家就散了，百丈就喊了一声。大家一回头，百丈就说，是什么？药山就说：你早说这个，我就认识海师兄了。你要不提这个，我还以为百丈是个瞎子呢。你一讲这个我才知道，原来百丈与我同一个鼻孔出气。

知道了吧，如果你一直讲，一直讲，你没有这个，就没有禅宗了。你就是像盘山宝积讲这些东西，神会也讲，圭峰也讲，这些东西智者大师、永明延寿、玄奘大师都会讲，懂了吧，在家居士们也都会讲，只要我们多看就行。我们把《法华玄义》、《摩诃止观》、《宗镜录》多看几章，把《金刚经》《楞严经》研究透了，都能注书。德山那会儿注《金刚经》，最后都烧了。这些东西只要你用脑子，静下心来你都能学到，但是一喊你，你一回头儿，然后忽然有所悟，这个就难了。

文殊为什么仗剑于瞿昙？这个就难了。你把剑给我挂上。我们继续讲，看你多时能挂上？譬如，掷剑挥空，莫论及之不及。这就是小根小叶的人学的法，啥叫小根小叶？你非要一个答案。不是我说啥你们就一定得做啥，你们平时是不是经常拒绝我？我跟你们较真了吗？这时候你就不知道拒绝我了。这里是盘山宝积禅师给大家开示什么是佛性，就好比如掷剑挥空，莫论及之不及。你说你拿剑斩虚空，有什么碰到或不碰到，你碰到什么了？或者是你没碰到什么？对吧，斯乃空轮无迹，虚空中本来就没有一个行迹。剑刃无亏。剑在空里挥，永远也碰不到什么。碰不到什么，剑刃当然不会亏损。其实就是以空打空，法法不相到。谁也粘不上谁，那是什么在碰什么？什么在挥？什么在及不及？意识，目前无法，意在目前。及与不及都是意识，挥与不挥，斩与不斩，迹与无迹，全是意识心在起作用。及与不及都是我们的妄念。亏与不亏，也是我们的妄念。若能如是心心无知。若你知道都是意识在那儿妄为，在那儿徒劳，你是不是会歇啊？立刻就放下剑，不再挥剑了。如果你知道一切的修行都是妄为，妄心一歇，歇即菩提。全心即佛，全佛即人，人佛无异，始为道矣。这是指大机大用，全体起用，这叫全心即佛，就是我根本不用想什么，全体作用，不离佛用。不再考虑什么是心，什么是佛，我整个就是用。全佛即人，全人即佛。

上堂：禅德，可中学道，似地擎山，不知山之孤峻，如石含玉，不知玉之无瑕。若如此者，是名出家。故导师云：法本不相碍，三际亦复然。无为无事人，犹是金锁难。所以灵源独耀，道绝无生。大智非明，真空无迹，真如凡圣，皆是梦言。佛及涅槃，并为增语。禅德，直须自看，无人替代。

这段开示也特别直接。为什么我们要多学祖师法语呢？说的明明白白，直截了当。对吧？这个祖师这样讲，那个祖师那样讲，全讲一个道理，你天天看，看明白了，是不是就是你的？我们既然能领会这个东西，那这个东西是外在的吗？实相之理每个人都能明白，是心性上本来就有的，只是被我们的贪嗔痴暂时蒙蔽了。所以不管其他祖师，还是佛陀的经文，你看见的、看懂的，就是你的。但是你得心领神会，知道贯通，随时能用。你如果只是记得这个语言，那没用。可中学道，是指此门学道，似地擎山，就像大地拖着大山一样。大山一定是在地上建立的，对吧。地托着这个大山，有坚实的基础。我们修行也一样，一定要有深厚的善根，以佛性为基础。虽然大地拖着这个大山，而不知山之孤峻。如石含玉。玉，是从山里、从石头里开采出来的。不知玉之无瑕。石里虽含玉，但不做含玉想。我们昨天学的百丈禅师的开示，兀兀如愚，如枯木枯石相似。还有法眼文益禅师的不知最亲切。这个不知是，不迷于头脑所知，不被所知障。知冷知热吗？知冷知热。如果连冷热都不知，那就变成植物人了。知大小方圆吗？知道。知穿衣吃饭吗？全知。所以，不知最亲切。不是指不会见闻觉知，是指不琢磨，不分辨，不评判，就像地擎山，像石含玉一样，不做擎和含想，不做瑕疵不瑕疵想。所以，山的孤峻，玉的饱满，还有玉的瑕疵，这都是我们一时妄想分别出来的。若如此者，是名出家。所以导师云：法本不相碍，三际亦复燃。我们看这个祖师的开示，也经常引用古人开示。慧忠国师讲，法法不相到，与法法不相碍是一个意思。但其他人可能也这样讲过。法本不相碍，六祖大师也讲过，世人若修道，一切尽不妨。是不是？三际，过去、现在、未来，也是我们的意识和妄想，万法不系缚于我们，是我们自己的妄念系缚于自己。如果你自认为是无为无事人，你执着一个无为无事人，还是有为，还是有法，所以犹是金锁难。什么叫金锁难？金锁比喻很贵重的枷锁，就算很贵重，如果执着，仍然是束缚。就算是解脱，如果执着，也不自在。金子虽然很贵重，如果制成铁链给你绑上，那他还有贵的价值吗？金屑虽贵，在眼为翳。这个金屑，这个金片儿是挺宝贵的，落在眼里边就会变成障碍。世间人执着五欲，最后被五欲所缚。全都执取自心境界，全都是如飞蛾扑火一样，扑向那些好的、愉悦的、美的东西。让你疼的，让你痛的一定是你贪的，你爱的。师父，我就是放不下，就是贪着，没关系，咱们继续贪，贪到你疼，你痛，你拿不住了，烫你手了，你自然就放下了。谁也没有阻止你一定要放下，时节因缘一到，你一觉得苦，苦得受不了的时候，你就想到修行和解脱了。你苦到一定程度，你知道这个东西是假的，是空的，是虚的，是梦幻泡影，是自己的颠倒梦想，你自然就放下了。

所以灵源独耀，道绝无生。灵源独耀，就是绝妙不待，没有东西能形容它。道绝无生。道连无生都不会立。无生是佛陀对诸法实相的一种形容，是相对于生灭法的一种表达。如果你执着有个无生，那还不是真正的道。道绝无生，是没有生，没有无生。永嘉大师说：若实无生无不生。

大智非明。所以你有再大的智慧，那都不是本智，都是当体即空。真空无迹。真实没有丝毫的造作和修证。真如凡圣，皆是梦言。我讲真如，讲凡圣，都是意识，名相，概念，像梦话一样。名相皆从意识出，从幻想出，从心想生。佛及涅槃，是众生最大的妄想，最大的执着，并为增语。增语是啥？是没用的，毫无意义的废话。禅德，直须自看，无人替代。这个修行你只能自己去悟。我们听来的一些东西，想来的一些东西，都没有用。把这些东西都扔了，就清净了。

真正的修行是自证圣智境界，是自己的事，真的跟别人没关系。如人饮水，冷暖自知。我们千万别迷在你的同修修的怎样，别人学的怎样上，大家各自努力，都看自己。外面的是是非非，人我是非，别去盯着，盯着也只是自寻烦恼，都没有意义。谁说的对了，谁说的不对了，他怎么这样啊？他怎么那样啊？跟我们没关系，我们各自看好自己的心，莫分别外境，否则徒生烦恼。我心不动，一切都是圆满，一切都是无碍的。我自己在那妄动，风就动，幡就动。所以，自心不动，风也没动，幡也没动。

上堂，三界无法，何处求心。四大本空，佛依何住。璇玑不动，寂而无言，觌面相呈，更无余事。珍重。

三界无法。我们看，什么是三界无法？你首先应该想到，你把什么叫三界？三界尚无，何来三界有无法。祖师明白这个意思吗？一定明白。所以假言三界无法。三界无法，已经包含了三界尚不可得，何有三界之法？这是三界无法的意思。也就是没有三界，更没有三界中的一切法。三界是概念。三界都不可得，你于何处求心求法。一切的法界都是建立在有上，一切的事物都是建立在能所上。那所依如果没有，怎么有存在物呢？四大本空，佛依何住？如果这个四大是幻化的，怎么会有佛呢？佛在哪呢？佛也是一个相，我们就容易着在一个相上面，最容易着的就是佛相。着相是众生的通病。为什么会着相？看不到真的，就会执着于幻相、假相。璇玑不动。这个璇玑是一种形容，是形容本质。这个玑是玉石的意思，最精致最漂亮，最珍贵的东西，用它来形容本性。本性没有言说，它也没有动静，它也没有分别，那你在这说啊，分别，找啊，那你跟它相应吗？不相应。所以寂而无言。有的人就说，师父，既然这个东西说不出来，那我就不说了。你若真不说了，我就不说了，佛也就不说了。因为你不停地说，众生不停地说，所以佛与祖师才出来说法，对治众生的妄想。你若真不说，师父，你甭讲了，咱喝水吧，你如果能这样，我也不跟你啰嗦了。这个叫觌面相呈。你不说了，我也不说了。你说，师父，我不找了，你不找你扭头就走了。你一边说你不找了，还在那里寻觅，对吧。真不找是很难的，真不说很难。拟心即错，动念即乖。所以，用出来是很难的。这个把真性直接活出来，不拖泥带水，不纠结挂碍，是很难很难的。我们不一定随时都从意识里出来，那变成法执了。只要从烦恼里及时出来就够了。但为什么我们还要训练从妄想里出来呢？如果它欺骗你，让你烦恼，让你困惑，让你执着，你就要出来。你非钻死牛角尖儿，钻死胡同，就非得纠结，非得跟自己较真儿，已经生起了烦恼，生起了苦，这个时候就要用棒喝，要用种种的方便手段，把你扽出来。

你得学会转身、学会转移你的想法。一般情况下，我们是住在妄念里，烦恼就钻进来了。如果在你生烦恼的时候，有人忽然告诉你家里出事儿了，其实就是门没关，但是告诉你家里着火了，把你家具烧了。你一下子就不执着那些过去的事了。一只猛虎来了，要咬死你，你立刻扭头就跑，你烧坏的家具就忘了。反正保命要紧。当有一个更大的事发生，其他的一切全都不重要了。儿子都死了，自己还剩最后一口气了，你平时的那些烦恼就没了。忽然医生告诉你，你就还有一天的活头，这时候你就不想别的，然后过了几分钟告诉你，误诊，你是健康的。你立刻就兴奋起来，非常的幸福，过去那些烦恼也不是事儿了。至少我还活着，所以苦是由贪引起的，是比较出来的，是得失造成的。我们把自己直接弄成到一无所有，啥都动不了你了，对不对？我就当穷人、当要饭的，什么都不需要。我就有口饭吃，有地方睡觉，有口气就行，我就满足了。这谁动得了你？你非得抱着这个，拎着那个，那肯定你会有挂碍、有恐惧、有担心。可是，别担心，没关系，一定会把你那个东西夺走，一定会让你觉悟，这是实相。

这个觉悟就是在事上看，看你在这个事上用的是不是淋漓尽致，用的活活泼泼，随时都能让自己出离妄想和烦恼。这个觌面相呈就是要拿出真功夫，不要讲啊讲，问啊问。

下面是宝积示灭。盘山宝积禅师，是马祖的弟子。他入寂前示众曰：有人邈得吾真否？就是有没有人描绘得出我的真身？或者说，给我画一个遗像，邈是形容描绘的意思。众为宝积画像，皆不契本意。大家都给宝积禅师画了一个遗像，宝积禅师都不满意。就跟六祖问方辨，你平时干什么事业？我善塑。你既然善塑，你立刻给我雕刻一个。方辨不知所措。也没有石头，也没有凿子，怎么画呢？他不知道这是六祖考他的修行，考他佛法的大机大用。他就真给六祖刻了一个像。这里宝积禅师考学人也一样：“谁能邈得吾真？”谁能给我画个遗像？大家都画了，但都不契本意。

普化禅师这时出来说：某甲能画得。宝积云：何不呈似老僧？那你何不给我看看画的？普化禅师于是就打了一筋斗出去了。就是翻一个跟头，翻出了门外。这个可以上一个电视节目，搞笑的。宝积笑到：“这汉以后，掣风狂接人去在。”是说，普化这个人，将来他会大自在，还能接引很多学人。乃奄化。宝积然后就入灭了。

这个普化禅师很厉害！他经常去戏弄临济，跟临济斗禅机，临济跟他会面时也得不了便宜。我们看祖师的手段和常人完全不一样。大家还在那里思前想后，琢磨来琢磨去，他一个跟头就完事了。

祖师禅讲记第二十讲

大家打开《祖师禅》三百三十一页玄沙师备禅师的一段示众。

通过学习祖师的这些开示，我们可以看到，禅宗的风格，对学人见地功夫和修行素养的要求，这种孤绝超脱。一个人有没有功夫，在祖师面前丝毫骗不了人。

大家对禅宗有一种认识，认为学禅宗都是上上根基的人。如果有人学禅宗，就会有很多人告诉你，这个学不好会学错的，会学偏的，不是你这个根基能学的。咱甭学这个，甭学禅宗，咱不是那根基的。会有一些类似这样的说法。有时候，有的人确实就被这些提醒吓到了，就不学了。但如果你确实是这个根基的，你就不怕了。不能说禅宗是上上根基人学的，我们就没信心了。谁能保证我们就不是上上根基的人？再说，即便我们根基不好，难道是一定的、永远的吗？根基也会变的，也会因为精进、修行而改变。哪有天生就是上上根基的人？如果大家一听这样的说法，就退缩，那就没有禅宗了。只不过是因为学人的时机因缘还没到，没有碰到好的师父，没有发心，没有积累善根，没有机缘，所以就没有信心。

虽然我们有了自信，也对实相，对宗门这一法逐渐的了解了。但是也不要做轻忽想，不要做侥幸想，不要做容易想。很难吗？确实很难。尤其落实到行上，落实到实修上。我们最近这段时间一直都是在行脚，牧牛，坐禅。大家在禅堂里共修，这些人在一块儿的时候，多多少少会有摩擦，会看到一些问题，会见到一些境界和相。这时候就考你的修行了。是分别外境，还是看护好自心？在共修中很容易看到自己的执着，包括对身体的执着，对家亲眷属的执着，对同修之间的分别心。有跟我亲近的，有跟我疏远的，有我看着舒心的，有我看着不舒心的。这些都是考验我们的修行。

如果你牧牛功夫做得好，你会牧牛，这种分别就能够戛然而止。你能看到，能转身，能不住，你就不会烦恼。如果你看不到，你不知不觉又去分别自心虚妄的境界，分别是非好丑，生起了爱憎、讨厌、抱怨之心，自己看不到，最后烦恼的是你自己。越落实到实证实修，修行越难。

到了如实法这里，禅宗的修行之难才体现出来。因为佛理，只要你看一个明白人写的，你看多了，你背也背的差不多了，对吧。鹦鹉学舌，学我也能学几句，那个不关起心动念，不关习气，也不论你有没有修行，只要记忆力好，看的理都记住了就可以了。但是潜在的习气，对境是否生心，这个就需要实修的功夫了。你的行为不知不觉会受你过去习以为常的观念、知见、思想的影响。如果你看不到自己的习气，跟着妄念跑了，就考验出你的修行还差很远。到生活的各种对境里，就考你的真实修行了。不仅说法、听法、学法不离自性，最重要的是行法也不离自性。就是行持上，你每天的起心动念，你的用心，你的心行，有多少时间是与实相相应，你离没离开自心真如境界。一旦你不舒服了，烦恼了，躁动了，一定是离开实相了。你忘记实相是什么样子，你随着自己的习气走，就吃草了。这个吃草太容易，我们随时都有可能吃草，随时都可能掉到妄念之中。

为什么我们这段时间一直不断的来训练独处，练习一物不为，一直加强训练，就是为了养成牧牛的功夫。把这个功夫带到生活中去。在精进时就好好用功，在生活里好好运用，好好磨练。只要有一段时间，牧牛的功夫间断了，不起作用了，你还会依照以前的那种思维、习惯、习气，那种无明去生活，去想问题，去看待事物。那你前面断断续续做的功夫就白做了。你还需要更多的时间把它巩固和加强。但是，如果我们利用好一个精进期，几次禅七，连续地做功夫，可能这种于念离念的功夫就养成了。再在生活里加强它，它就变成了一种本领。

通过长时间的不思善、不思恶，然后只是用根，而不用识，这样反反复复的练习。一打妄想就拉回来，这就形成了一种力量，一种惯性，也是一种习惯。我们通过训练专注的走路，专注的吃饭，专注的坐着。专注的刷碗、洗衣、做饭，做所有的事，大大小小的事都是专注，我们能够养成时常觉察到自己念头的习惯，这个功夫就提高了。

牧牛的作用不仅是回到当下，更能让我们时常提起实相的观照。它不仅是强硬的把自己从妄念中拉回来，更是配合着对实相的理解和领悟。我们越是能提起如实知，如实见，以实相观察诸法，我们越能够不住妄想，牧牛的力量就越会增强。所以定慧要等学。觉知要配合着义理的熏修。理事双修，才能达到事事无碍。好多事情，我们知道是因缘法，就不去想了。这个很关键。迷时人逐法，悟时法逐人。迷时，我们总想主宰外缘和事情的进展。悟时，我们放下这念心，让法自己去运行。什么是见佛性？什么是见实相？你知道它自己会运作，因缘就是佛性。事情自己会运作，你不用去干涉。你在一旁看着，不需要你用力。或者说，你只是随缘参与，作其中很微弱的一个缘，很省力，就是法性施为。众生心灭，则佛法生，也是这个道理。

比如说在家人，有工作、有企业、有事业、有公司、有买卖，你把大的安排好了，它怎么去运作，怎么经营，盈利不盈利，这些交给别人去做。你把那个心彻底放下，就不要干涉，不要管了。谁放不下谁去管，让不明白的人去管。这个不是说我这人太坏了，就让别人去管，让别人去操心费力，不是的。每个人所做所为，都是自愿的，是他的认识力，他的业力和无明在主宰，他就愿意去做，那就让他去做。你就放下，只是在旁边运筹帷幄就可以了。你要明白，你不管就有人管了。我们对自己的身体也是，你起心动念，你总希望它好。它不会受你影响，它只会受你这种念头的负面影响。你想让它好，它是没法好。你把它放下，它就好了。你不再管那个身体，让它自己爱咋地咋地。他可能就会一点点好了。甚至很快就好了。就是我们把一切事情交给因缘。撤消自己的意识、妄念，不要去操纵事情的发展。所有的操控都是妄想和徒劳，瞎担心。怎么才能不操纵呢？练习牧牛的功夫，看到自己又在操纵了，一拉回来，不操纵了。这不就成了吗？但是这个是需要训练的。需要我们摒诸外缘，要有一个静的过程，要有一个学法、修行的过程，逐渐出离的过程，减少做事的过程，息虑忘缘的过程。

有的人跟我讲，在做事的时候保持正念就相对很难了，不知不觉就开始分别人我是非，就着急，然后就烦躁，就期待。所以，这个牧牛在古人那里基本都是出家人做的，出家人他有这个条件。水边林下，找一个地方一呆，又没俗事影响，一个人一呆，也没有什么事。他可以更清晰的看到自己的那种惯性，习惯性的妄念。哪些念头会让他吃草，会让他烦恼，哪些是本性自然而起的念？哪些是自己的执着？哪些只是一些回忆或者是一些影像而已？他就更能清晰的看到自己的妄念，更有觉知能力，更能专注的活在当下。

这个活在当下可不是那么容易的，非常难。你要让因缘自己去运作，你才能活在当下。你要很深刻地领悟诸法实相，你得相信因缘，相信法性施为，得心无所求。众生心灭，才能活在当下。众生心灭则真法生。这个真法就是因缘法，就是佛性法，就是佛法。跟你没关系的法。无法，无生之法。因缘法就是无生法，因为你不参与，就变成无生了。你一参与就变成生死了。

我们看玄沙师备禅师示众：佛道闲旷，无有程途。无门，解脱之门，无意，道人之意。不在三际，故不可升沉，建立乖真，非属造化。动则起生死之本，静则醉昏沉之乡。动静双泯，即落空亡。动静双收。瞒顸佛性。

佛道闲旷。就是真正的佛法是无事的、无物的、无法的。闲旷就是悠闲无事、旷达、豁达，空无一物，这就是闲旷。用天津话说：佛道其实嘛儿也没有。这叫闲旷。闲的慌，旷的慌。空空旷旷，啥都没有。那所有的有是从哪有？从妄想有，从造作有，从意识有，从不明实相有，从取着有，从起心动念有。所以，没有个修不修，没有个起，也没有个始终，也没有个所谓的过程。所以叫顿悟法门。

迷时有程途，悟时无始终。所有的过程，所有发生的事情都是意识中发生的，梦幻中发生的，真实之中都无此事。佛道闲旷，万法本闲，唯人自闹。都是人造作出来的。你清醒觉悟的时候，就知道一切都是大梦一场。什么也没发生过，你也什么都没有经历过，也没有一个真实的你。除了你的妄想，执着他自己，一切法都不可得。妄以为有个我，妄以为有个法，妄以为有世界，有时间，有生死，有家亲眷属，有你喜爱的东西，而实际上都是大梦一场，一无所有。

既然佛法的实相是无法可得，无物可得，无人可得，法都没有了，人也没有了，还有什么法门吗？那解脱是什么？生死是什么？是人的意识和妄想。如果你通达了，意识非真，这个修行，得道，解脱，入门，方便，究竟，这些自然就消融了，没有这些概念了。那没有这些概念，我们把它叫无门之门。这个无门之门就是决意之门。决断了意识，没有意识，所有的门都不需要了，因为本来就没有边界和始终，所有的概念都是意识造的。

禅宗里面有个概念叫无门关。其实讲法一落到文字上，其实已经就进入了意识。但有时候也没办法，给他安个名字叫无门关。无门才是真正的解脱之路。说我还有个方法，还有个入处，那都不真实。为什么祖师一再强调让我们莫妄想，就是好好的，不用打妄想，该干什么干什么。常应诸根用，而不做用想。你就直接用就完了。别在那琢磨，一琢磨你就进入意识之门，就有解脱，有烦恼，有生死，有修道，有开悟，有没开悟，有我比你修的好，有善恶，全都出来了。还有一种说法：从门入者，不是家珍。就是你有迹可寻，有道可修，有方法可得，那都不是实法。这个一定是有为法，一定不是真实之法。真实之法是无法之法，是没有行迹的，没有心路的，所以说莫行心路处，不挂本来衣。没有你用心用功夫的地方，断绝一切的心行。无意道人之意，绝一切的心行。我刻意的、故意的让自己不起意，这个还是意，所以无意识无不意识，无一切意，究竟无意。你起多少意也白起。

我们每天不管你是听、学、自己看，还是讲的人，每天这样来学习，虽然是用意根去修，去熏，最后还要舍离意根。就像火烧木头，灰飞烟灭。其实是刹那刹那的空掉。正用正空，不留痕迹，不是死空，是随用随空，随空随用。所以说这个无门也不是意识中的无门，你不能执着无门，不能执着离方便，有时还需要方便。

无意不是说我一个意都不动，不动念就是道人了。一说无门，啥也不做了，那就坏了，那你会把自己逼疯。但是有点儿类似这个怎么都不行。最后就彻底放下行或不行，就那样了。其实就是放下你那个坚固的执着，牢牢地执着。

我们越学越会放弃自己的控制，把意想、预设、干涉拿掉，那就是真性。至于说这个真性到底是什么？没有一个实法叫真性。真性只是对实相，对无有实法的一种形容。经云：实无有法名无上正等菩提。不要再起一个心去找真性了，再起心，你又开始干预，又开始琢磨，真性又被你这念心覆盖住。我们拿掉的就是这个东西，你刚还没拿掉就又进入琢磨。有的人说：师父，你说，见了实相了，就能不被念头骗了。知道念头是空的了，那实相到底是什么？你看，你又开始想实相是什么？你又被自己的习气骗了。你不被念头骗，那就是实相。你不住在自己的问题和妄想里，你还琢磨实相干什么呢？有个实相可得吗？你要说有个实相可得，或者你琢磨一个实相，实相就成为概念，不是实相了。你不被自己这一念骗，这就叫智慧，就是所谓的实相。实相，非实相，是名实相。

玄沙师备禅师这段开示，告诉我们，明理之后怎么做所谓的不施功之功，不造作之力。也就是默契的方法，告诉你怎么修，都跟牧牛有关，都是同一个意思。只是因为每个人的习气不同，执着不同，所以用功的时候有的比较轻松，有的比较费劲。但是理是一个理，用功都是一种功，就是无功之功。

不在三际，故不可升沉。真性不在三际，没有升沉起浮。三际是什么？就是我们的意识分别时间。过去、现在、未来是分别出来的，起心就有。哎呦，我病了，我身体不舒服了。这一个念头一起，你陷入“病”中。你没起这一念：我身体有病。你身体是健康的，没有丝毫的问题。但是我上火了，我发烧了，我病了，这一念导致你病了，而不是身体的变化使你得病。如果你看到了这个关键之点，就是说这个病起于心，你不会真正得病。一切的问题，一切的烦恼造作，全都是生心才有。你看到了，然后你不住在这个妄念中，不再关注这个虚妄的东西，也不再给它投射，你不再受身体变化的困扰。师父，难道我不起念，那个癌细胞就没了吗？不是说它没了，是它本来就是虚幻的，是你对身体产生执着而不断投射的“癌细胞”。当你没讨厌你的身体的变化时，它是伤害不到你的，你身体的任何变化都伤害不到你，是你对自己的执着伤害的你。当你不再敌视和对治你的身体时，不是那个东西伤害不到你，是你的念头不再伤害你了。因为你没被自己的妄念所骗，你看到了真实。这样，你的身体将不再恶化。但是你的这种疼痛、病痛，不会立刻消失，它会逐渐消失。你的身体会渐渐痊愈，不会再加重病变。它会随着身体本身这个幻相因缘自然变化，不会影响到你。而且你其实也知道，它没有什么所谓的变化，这个变化也是生心动念才有。当你彻底不再关注它，它就会彻底消失。

诸法本来非常非无常，没有变不变化，变化的永远是我们自心的分别，是一种虚妄。这个没有变化也不是，这个没有变化是针对你那变化而讲的，它是超越于意识和二法的没有变化。所以我们领悟佛性可不要停留在意识里这种变与不变，常跟无常。既不能执着佛性是变，也不能执着佛性是不变。变与不变，都是二法，真性的不变是超越了常与无常，超越了变化与不变化，超越了生与不生。所以叫无生，叫不变。这个不变是超意识的，是超对待的。我们越了达本性，越了达真性，这种起心动念，觅求，造作，就不会再生起了。

建立乖真，非属造化。就是你建立的一切都是徒劳的、无意义的、虚妄的。你做的一切的功夫，都是白白受苦。因为本性不增不减，不属升沉。一切有为都影响不了它。你的意识，你的所有所为，影响不到它。就像一个不可思议的绝缘体，绝一切的缘，绝一切的干涉。这个道理越清楚，你最后只能做一件事，我放弃。不是放下的问题，是彻底的放弃任何对真性的作为。

动则起生死之本。这个动一定是妄动，造作，追逐，攀缘，取舍。静则醉昏沉之乡。这个静是指我啥也不想，如枯木和死水。古人说的无事人，不是什么也不做，饭也不吃了，所有的事都不干了，是指不找事干，不再造作贪嗔痴。不是啥都不干了，天天就坐着。祖师也说：如木石相似。心如墙壁，方可入道。这是让你的心休息下来，默契于无为真性，不是让你当死人。是引导我们不要去干预诸法因缘，不要去参与是非，不要去干涉别人的生活。没有不让你去做事。是让你别迷在那个幻象里。不是让你不活着了。你什么也不做，执着禅定，空心静坐。那本性体现在哪？难道就体现在一个静上吗？一个不动上了吗？所以你执着静，是不识本心。你执着打坐，在静中开悟，说明你还不明理。执着静，你就不自在，被静所拘。动静都是两边，都不能执着。一向动就凡夫，一向静就二乘。

动静双泯，即落空亡。有的人说，能所俱泯，总是了吧？能所俱泯就是真性吗？听着好像是。能所俱泯是说出来的吗？能所俱泯没问题，但是你不要做能所俱泯想。我们喝水的刹那，每时每刻，每一个刹那，没进入意识，没被自己妄念所骗。没在那里分别善恶，只是如行云流水一样，穿衣吃饭，行住坐卧，待人接物，迎来送往，言谈嬉笑，这都没有问题。这个是真正的能所俱泯，动静双泯。但是你张嘴就跟人讲，你这个是能所俱泯吗？不是。

当你说我能所俱泯的时候，或者是你思维，你想到达能所俱泯的时候，你到得了吗？你这一念想到，那永远是在意识里。你没功夫行吗？你见地不透行吗？你做得到吗？做不到。刹那之间，你就被妄念俘虏了，就被它骗了。

祖师们没办法只能棒喝。说你也说不得，吓你也吓不得，还在那儿问问。黄檗三次打临济，最后彻底把妄想打灭了。所以能所俱泯，动静双亡。这个不是意识里的事儿，不是想出来的。也没有这样境界可得可住，只是对不住的一种形容。落在这种形容里，反而是能所都出来了。

你要认为还有一个动静双泯，即落空亡。空亡是断灭、死灰的意思。只要这念一生起来，很容易落入断灭空。

下边这一句是我们每天做功夫都会出现的状况。必须对尘对境，如枯木寒灰，临时应用，不失其宜。这个对尘对境是啥？我们执着的东西会贪恋。五欲六尘会覆盖我们的本性。我们以为尘境是真的，会对它生贪爱，贪取，患得患失。会动你心的这个尘这个境，你要练习心如木灰。我们要如枯木寒灰。有的人问，师父，对哪个境可以自然地享受？大自然的景色，你不用苦心经营就可以享受的一切，这个可以。你可以听鸟叫，看湖光山色。大家言谈举止的自然交流，互相没有人我是非。这个时候，有人问你吃饭了吗？你连话都不会说了，蹭你就转身跑了，你老是不理别人，变成了呆子或傻子。没学明白。如枯木寒灰，不是让你死掉。也不是把真性彻底给压住，断灭。是对尘对境，对你贪的境界，要知道远离和保护自己不去染污。要心如墙壁，冷酷无情。你通达了，你跟谁在一起都像跟家人在一起。你会讨厌家人吗？不会。你跟谁都是一个距离，任何人不会再影响你，不会再让你烦恼，或者不会再让你大喜大悲。

所以你跟谁都是一个不即不离的关系。你见性了，其实与一切人都是无缘。见到真实的，都是无缘的。无缘也不是绝缘。跟一切都没缘，并不是要与一切对立，不要惹我，不要靠近我。我已经通达实相了，你们都离我远一点。不是这样的，就是他心里很清楚，他不主动参与世事，不迷进去。该怎么对你还是怎么对你，都是善意和友好。你要懂得随缘起用，随用随空。也不能执着牧牛，也不能执着我得保持觉知，我得保持专注。你们谁也别理我，我要牧牛。要懂得临时应用，大机大用。不失其宜，这个宜是度。不要太极端，太执着，执着太吓人了。我们修学真的很容易就起执着，就跑一边去了。不入祖师室，茫然趋两头。不是这头，就是那头。

镜照诸相，不乱光辉。一切都是自自然然的，没有障碍，也没有执着。我们的妄心一灭，一切都是自自然然显现，圆圆满满，没有丝毫错乱。一切现成，跟我们没关系。

大圆镜智，鸟飞空中，不杂空色。没有空的概念。为什么行畜生行呢？所谓的畜生，它只是用而不生用想，取其合道之意，非真做畜牲。非常接近道，接近本性。所以十方无影像，三界绝行踪。于三界不现身意。行踪是指心行和心迹，没有一个定法，没有一个能让心念住的地方。你找不到一个实有的念头，找不到任何一个实有的法。

不堕往来机，不住中间意。往来机，其实就是我们的起心动念，往来出入，动静二法。心不住在二法上。亦不住中间。不二也不能执着。

钟中无鼓响，鼓中无钟声。钟不做钟想，鼓不做鼓声。非风动，非幡动，我心在妄自分别。全都是妄念，妄想。

钟鼓不相交。一切法本来无心意识，唯人有识，被识所惑。故假名一切法，而实无一切法。我们要借助名相和概念看实相。祖师讲，法法不相到。因为法法都无，都不可得。只有人有心意识，然后迷在心意识里。杯子它不做杯子想，所以杯子完全是人的妄想，没有杯子。所以畜生不做畜生想，是你做畜生想。钟声不做钟声想，鸟叫不做鸟叫想。全都是自心妄计为鸟叫，妄计为钟声，妄计为杯子。这叫法法清净，法法解脱，法法不相到。是人意识到了，就有了所谓的法。而法的本性是没有投射，没有概念，这叫钟鼓不相交，也就是法法不相到。句句无前后。句句空亡，所以句句无前后。

如壮士展臂，不籍他力。师子游行，岂求伴侣？九霄绝翳，何在穿通？一段光明，未曾昏昧。

如壮士展臂，不籍他力。这个是什么？是自己了达本性，有了功夫，一切变得很简单，很轻松，不费吹灰之力，一切都现成，不需用力。根本不需要任何用心的地方。

师子游行，岂求伴侣。因为他觉悟了。觉悟了就不需要外力，就不再外觅，不需要以境来安心。觉悟之人都是狮子，都喜欢独处，不要靠别人的安慰和呵护。人早晚得独立。你别等你老眼昏花的时候，想独立独立不了。尽早独立。夫妻一块儿修的，保持距离。尽量不要看对方，心念都不要去关注对方。这个相好的，不错的，因缘近的，这都是妄想颠倒。把她交给她，把自己交给自己。相信因缘，相信佛性，相信众生自身都有佛法。色类各有道，互不相妨扰。你别干涉对方，你觉得你是对她好，你帮她这，帮她那，你在干涉她。

九霄绝翳，何在穿通。九霄指九霄云外，整个虚空。虚空形容法身无限，无边，无量。虚空无物无法。云雾这些都是无常变化，无实不住的。真如本性也是一样，没有一些枝枝叶叶的，一切烦恼，毕竟解脱。不需要你穿通造作，断妄除真。妄自妄，真自真。不需要你营造穿凿。一段光明从来没有昏昧过，一直都在起用。

若到这里，体寂寂，常的的，日赫焰，无边表。圆觉空中不动摇，吞烁乾坤迥然照。

这是究竟解脱，自在无碍的境界。当我们妄心不生，一切烦恼不起的时候，自然就体寂寂，常的的。智慧光明常显现，圆觉空中不动摇。

祖师禅讲记第二十一讲

如果你想盖房子，不能只是画图纸。房子的模样画出来了，你不能总研究涂改图纸，你画一百年、一千年、一万年图纸，房子盖不起来。你天天在那儿明理，在那儿研究文字，研究灵性，研究佛性，跟解脱了无交涉。

昨天我写了一篇文章，题目是：具见地，有功夫，方得解脱。具真正的见地很难，有真正的功夫也很难。见地不明方向就错了，你不可能会做正确的功夫。虽然你有了正确的见地，不做功夫也是枉然。你图纸画的再漂亮，你找世界的顶尖设计师设计一幢房子，图纸画得非常精美，但是你不施工，不去把它盖出来，只是一张纸而已。你完全清楚佛性本自圆成，不增不减，诸法空相，不生不灭。到你实际生活里，你就空不掉，一碰你所拥有的，一碰你执着的，你就开始慌。为什么？没有功夫。只是理论上有一个知识而已。知道这是空的，但是你不能碰我这个东西。为什么？没有经过训练。没有实修，没有实践佛法。

也就是说，不知道如何通过方便，达到不取幻境。当我生起烦恼的时候，怎么才能看到这个烦恼？然后不着在这个烦恼上。甚至烦恼现前时，很快就灭掉。这是通过一次次的远离，一次次的观察，一次次的休息于头脑，通过训练觉知和安住当下，使以前攀缘、抓取的习惯转变成无依无倚的本真状态。改变习惯，能够安心于不依赖，不攀缘，不抓取。

现在全世界的人，几乎没有人不患抑郁症，大大小小的抑郁症，男女老少，几乎没有人幸免于难。除非你觉悟。师父，我没有抑郁症，我挺开心的。你现在开心，有一天你一定会患抑郁症。等你习惯了依赖的东西失去的时候，就是你抑郁症现前的时候。现在就是这样的时代，这是时代因缘和合造就的一种疾病。就算你还剩一年的生命，你八十了，如果你突然发现执着的一切没有了，你发现你失去了一切。你内在会立刻恐慌，即使你还剩一天，当那种恐慌来时，也会像无数劫一样漫长。你可能看不到世间抑郁症患者的真实情况，除非你家人或自己患抑郁症。患抑郁症的人不会清楚地写在脸上，但它会体现在整个人的精神状态，显现在他的眼睛、面目表情、他的身体上。他内心的不安，内心的惶恐，内心的绝望，内心的无明，他不接受，他看不到无常，却一直想抓住什么，而又完全抓不住。他陷进了巨大的不安。他一直习惯性的去攀缘去抓取什么，但是又什么都抓不到，他内在就开始焦虑，开始绝望，开始恐惧。

抑郁症会发生在每个人身上。你现在还觉得挺快乐，你是还有一个抓取的东西在。也就是说，还没有患抑郁症的人，都是靠你依赖的东西暂时维持着你没患抑郁症。等这个药物彻底消失的时候，你就全盘崩溃。师父，我到死都有依赖，是不是就不会患抑郁症。你到死有依赖，所以才有轮回，轮回是最大的抑郁，最恐怖的事。你会继续受苦。只要受苦，就是抑郁，抑郁就是受苦。我们每个人，只要你生活中你坐在那儿，你什么都不做，你就会不安。你不知不觉地习惯性地又去看什么，听什么，吃什么，谈什么，只要你还在这些所依中才能安心，你正在患抑郁症。你正在靠六尘这种虚妄的药物、药食来维持自己，保持一个假的安心状态，你正在向抑郁症靠近。只要有一天这个东西不再满足于你，或者你失去这个东西，你会非常的不自然，非常的不自在。你就开始焦虑。所以，我们提前发现这一点，可以通过修行避免患病。我们提前习惯于无我、无人、无众生、无寿者。我们提早做好准备。我们珍惜每一天，每一个当下，用更多的时间来做牧牛的功夫。

不通过训练的人，你可以去观察，尤其在现在这个时代，他会非常无聊。大家最依赖的就是手机，你看吧，没事儿的时候，肯定吃完饭在那坐一会儿，手机自然拿出来。等公共汽车，往那一站，等个公共汽车，还要拿起手机。甚至有的人走路还要拿起手机，看着手机上的信息走路。手机就是他的精神鸦片。抑郁症就是精神鸦片的吸毒者，吸食者。就是不停的给他精神享受、感觉刺激，让他暂时没有病。一旦不给他这个感官的受用，他一定会得抑郁症。

但是我们通过这段时间，将近两个禅七这样的训练，至少在禅七的过程中，大家对自己是有要求的。我们等车的时候只是站在那里。我们坐在水边的时候，谁也不允许看手机。至于，你站在那里是很享受，很安心，还是站在那里胡思乱想，想东想西，还是站在那里听听鸟叫，吹吹春风，看看自然的风光，这个只有你自己知道。你会不会做功夫，只有你自己清楚。你会做功夫，就是自然的敞开六根，但是随用随空，没有一个抓取的东西。你不会做功夫，就进入意识分别妄想里。你站在那里就觉得不舒服，不习惯，觉得无聊，别扭。

但是如果你通过这几天的训练，慢慢习惯了什么也不做。通过牧牛的练习，你对它的方法和作用非常了解了，对这样的练习越来越有信心。你会自然的坐在那里享受当下的一物不为。没有任何的不安，也没有任何习惯性的寂寞感。这就是转变，习气的转变，识心攀缘六尘的改变。以前在路上行走的时候，路边发生了什么都会吸引你的注意力。如果有人问你什么？你会很热情的、很自以为是的、很善意的去解答。通过我们的训练，通过专心走路的练习和对实相的了解，我们可能不会再去参与外在的一些事情。当然，这不是绝对的。只是在训练时，我们刻意看好自己的心念。而在现实生活中，我们可以随缘帮助别人，但一定要带着觉知。随处活在觉知之中，活在觉性里，这才是我们练习的根本目的。

我们并不是一个木头，并不是对外在的一切置若罔闻，而是知而不参与，有不参与的自由和能力。师父，参与就错了吗？没有，不是参与就错了。我们这是一种训练，等你能够做到自如的时候，你参不参与，你内在都没有疑惑，也不会纠结。那时候，你就自由了。随你怎么做，你都非常的安心和自在，而不会对自己的行为和想法妄加评判。不论你做了什么，你的内在都没有参与。那个时候，你再遇到什么事，完全是随你个人的天性和喜好，不管你做任何决定，你都没有错。只是你不会有烦恼，不会有纠结，不会有挂碍。

我们为什么要训练自己不管、不顾、不问？因为我们平时管、问、顾的太多了，我们管别人已经习以为常。所以我们要训练不理、不问、不管、不顾。这个不理不问，不管不顾，永远是最快最好最究竟的解脱方法。它永远没有问题，你觉悟不觉悟，这样做都没有问题。只是说如果你想管别人、帮别人，要有个前提条件，是通达觉悟。所以我们一开始先选择不管不顾，好事不如无。二龙相争，老僧只管看。这个看就是不管，不参与。给自己更多的时间和机会完善自己，拥有助人的能力和智慧，再去帮助别人，也为时不晚。

我们看第二段：夫佛出世者，元无出入，名相无体，道本如如。法尔天真，不同修证。只要虚闲，不昧作用，不涉尘泥。

这个佛出世是一种幻象。所以报化非真佛，亦非说法者。没有佛出世，这才是实相。一切圣人、善知识、祖师来世间示现，并不是真实的，而只是幻象有无，元无出入。

我们学法就是为了学到这一点：一切法元无出入，无来去，无生灭。当你了解诸法如幻，幻亦不存。名相无体，就是没有一个法有实体。以名字来命名的任何事物都不真实，这叫名相无体。它只是一个名字，一个空名而已，空名亦空。一切事物空有其名，没有实体。这就是道。这就是真实性。道本如如。也就是说实相概念影响不了真性，影响不了实质。不论你怎么去思维、观察、定义和取着，都是妄为，徒劳的，道本如如，所以道不增不减，圆成实性。

法尔天真，不同修证。不同修证，不是修证，或不修证，增不得，减不得。其实，你一旦领悟了本性不增不减，同时，你也就会修行。这个会修行，需要练习。怎么练习？不增，是不求真，不再做任何有为的和想达成什么的功夫。不减，是不除妄，知妄性空，知妄无常，知妄不真实，不再去对治和消除什么。只是不被它骗，不被它惑，不对治，这叫不减。也叫不修证非不修证。说不修证，是不妄用功。说非不修证，是指知幻即离，染污即离，妄用功夫时即离。知道实相不增不减，这叫见地。做不增不减的功夫，不求真，不除妄，这叫功夫，这叫修证。而这个修正是没做任何事。所以叫无修之修，无功之功。它只是见地上的一种加深。把对实相的理解通过一些方便进行深入和加强，假名为功夫。

见地一定要真。见地不真，果遭迂曲。见地不真，你就不知道修哪去了。你会在妄想里面打转。求法肯定会有很多的障碍。大家一定要意志坚定，要克服自己的惰性、懒散，要有一种为法忘躯的精神。大家都是为求法而来，把你其他的习惯都扔掉。至少你在这段时间，把心安在实修上。

有的人参加禅七来了，一看这么多人，心里想，这里真热闹，哎呀，真好，有这么多同修在一块儿共修，大家可以多讨论讨论，多聊聊天，多了解了解彼此。你搞错了！这里不是聊天交友团，也不是搞联谊的地方。还有，同修之间不要去给对方去灌输佛法之外的外道灵修理论，既然你到我这里来，就放下自己从别人那里学的那些。你给别人讲，自己都是迷糊颠倒的，一盲引众盲，相牵入火坑。你什么时候大彻大悟，你再给别人讲。

大家尽量的练习独处，适应独处，习惯于独处，甚至享受于独处。生活中能自理的尽量自理。你别以为我照顾照顾她，你照顾照顾我，就是善良。那都没用。自己照顾好自己，才是好样的。我看她不行，我帮助帮助她，对她有好处。对她没有好处，你是自己犯病，是对你自己有好处。大家都是成年人，别长不大，到处去粘人。到现在还需要别人照顾，还依赖于别人，还想学无上的禅法，不是可笑吗？

大家一定要珍惜因缘，现在还能讲几讲《祖师禅》，这是因缘和合。不知道哪一天就突然就不讲了。你现在觉得挺安心。因为大家在一起共修，我现在挺好，忽然之间，树倒猢狲散，你又是一个人了，你功夫成了吗？你会不会又不习惯了啊？你又不安了，又来问我。这期间你根本没有好好练习独处。出去行脚，你也不好好牧牛。你还俩人一起去，三人一起去。一吃饭，三人就聚一块儿。

你看我，每天除了写文章的时候，基本都不看手机。我也得练习不依赖手机啊。手机对我也是一种吸引和诱惑。对吧？因为没事儿干嘛，翻翻看看，听个歌，看个相声，疲劳的时候，看个搞笑视频，这些东西手机里铺天盖地。如果你能很长时间都没被它吸引，你偶尔打开看看，这都无所谓。如果你一直捧着它，你毫无觉知。你离开手机一会儿，就难受。你最好从现在开始就练习远离手机。通过读经、坐禅、行脚，远离手机。如果你平时拿出它，你都不知道，不知不觉，那这个东西已经是你的一个束缚，是你的一个依赖了。

当你有为法忘躯的精神，只为真理，只为实相，其他一切对你来说都不重要。你就没有障碍了。你就不会：哎呀，我脚磨个泡。哎呀，我头疼。我浑身没劲儿，不想走了。你的心别老围着身体担忧、害怕。你看我天天从早到晚的讲法，又给大家开示，还要领着大众行脚，路上还要吼叫，每天都是这么有精神。晚上还睡的很少，三四个小时，为啥身体一点毛病没有？我没时间想自己这个身体，我把它完全交托出去了，扔掉了，爱咋咋地，我管它呢。早死早轻松。你忘了它，你不关心它，它好好的，能出啥事？它出啥事都是你的心老盯着它，老不放过它，它不病等啥？

只要虚闲，不昧作用，不涉尘泥。已经见到实相，而且会做功夫了，就叫只要虚闲。虚闲即无事。无所事事。慢慢习惯就好。这个虚闲就是绝学无为闲道人，很悠闲，悠哉游哉。找不到要做的事情。师父，我无聊的要命。我就闲不住。

你是太幸福了，生在福中不知福。你忽然饿了，病了，要死了，你就不会无聊了。你现在坐在这儿，也没个病，也没个灾的，也没个啥发生的多好啊。这是最美的一个状态了，这就是极乐。你痛苦不安，它是你追求快乐的一个后遗症。你不接受这种无为无事，你总得找点乐子，所以就会苦。没人堵着你的嘴不让你呼吸，也没人强迫你不让你吃饭。你手脚也都很好，怎么心里就这么痛苦呢？贪，无明，习惯。头脑的错觉。可见我们以前是吸食了多少这种感觉上的、感官上快乐的东西。从来不知道活在当下，满足于当下。你看看那些残疾人，那些出车祸的人，如果立刻让他变成没出车祸之前，他没残疾之前，他幸福死了。对吧？这也只是一个比喻。他没出车祸的时候，他也痛苦，他痛苦啥？他挣钱太少，是不是？出了车祸，他不想他挣钱少了，他想他腿怎么没了，这时候告诉他车祸是一个梦，他又高兴了。那没钱的时候，为什么不告诉自己，没钱也是一个梦呢？能吃饱肚子，就很满足，就没有那么多痛苦了。但是时间不长，无明和习惯使然，过两天又想挣钱了。这就是众生，不了解实相。一定会这样反反复复，头出头没，贪性不灭。

不昧作用，就是要知道怎么做功夫，别妄做功夫。还有一个，如果你不通达，你会强迫自己什么都不做，那个更可怕。那就是昧了作用。沉空守寂，或者执着诸有，都是蒙昧了佛性的作用。修行不是把六根关闭，是让六根不放逸，不执着，不抓取，不是不让它接触六尘。如果你理解了，就不会昧于作用。

不涉尘泥，就是不染。只是接触，但是就是不染。念头随便起，就是不被它骗。一个念头都不会相信是真的。如果说这个东西想想也没啥烦恼，也蛮开心的，这个时候就自然的享受就可以，但是让你不舒服的，让你纠结，让你痛苦的，立刻警觉，这是假的，离开这一念。

个中纤毫道不尽，即为魔王眷属。见地和功夫差一点儿，就错了，失之毫厘，差之千里。道不尽，就是你自己没有真正明白，也讲不清楚，就会跑另一边去了。

句前句后，是学人难处。啥叫句前句后？句前就是你一念没生的时候。句后就是人家说一句，你就跟着话头走。你着在了一念没生的时候，那是死水不藏龙。你掉在了念头里，那又枉受烦恼。念起之后，你一念不觉，就随着他走了，这是句后。文殊菩萨为什么仗剑于瞿昙？这一句话就把你带到了一个语境和故事里。你就忘了刚才你在干什么。其实，你刚才那傻傻的样子才是真的佛性。我一问，文殊为啥仗剑于瞿昙？掏出小镜子来化化妆，这是真文殊、真释迦。这就叫不管不顾的功夫，牧牛牧到纯熟的地步。谁动得了你？谁能骗你？你功夫不到家啊，差一点，都会被骗。别人一句话就把你骗了。

但是如果到吃饭的点儿，你说：师父，吃饭了。我说：去，不要骗我。这就过分了。这个牧牛功夫做过头了。

做功夫恰到好处，不住调伏法，不住不调伏法，离此二边，是菩萨行。这叫不昧作用。活灵活现，甚至发脾气都没关系。但是，你得有不住的功夫。这是句前句后，是学人难处。我们经常就会掉到这个句子里边。学者恒沙无一悟，过在寻他舌头路。

所以一句当天，八万门永绝生死，直饶得似秋潭月影，静夜钟声，随扣击以无亏，触波澜而不散，犹是生死岸头事。这一句当天，是指说出一句来，斩钉截铁，直截了当。一句了然超百亿。明白一句，一切都明白了。一句不明白，句句都不明白。如果你见地不透彻，你只有功夫，没有用的。直饶得似秋潭月影，静夜钟声。这是什么？这就是一种静的功夫，禅定的境界，三昧的境界，轻安的境界，觉受的境界。有不少人会有这种经历。就是坐禅或干着什么的时候，忽然三际断，天地无，只剩灵灵觉知，赤裸裸的，万念不起，一念不生。万念俱寂，非常的寂静，非常的轻安，什么都没有了。这叫秋潭月影。用秋天一潭清水中的月影来表现他的心已经显现了。他不知道，这都是意识里的虚妄境界。能觉受到真心显现，就不是真心。他有这种相应的境界，很多人把这样的境界叫做实证。错了，实证不是这样的。

实证是烦恼的不生，妄念的止息，苦的消失，这个是实证。实证不是说我出现什么境界，更不是贪着住在什么境界里。但这不是说你不能坐禅。你可以通过坐禅，通过摒息外缘来观察实相，这个是可以的。这叫实证。但是你不能住在那种观察和寂静里，你静的时候能观察到，你行住坐卧，待人接物的时候，全都不离于实相。这叫真功夫。这叫实证。至于说，你得了一个秋潭月影，静夜钟声的境界，那不是功夫，那仍旧是识心的境界。但有境界可得，不出于识。

随扣击以无亏。缘来了，你在那里按住不动，那肯定是一潭死水。就不是随扣击以无亏了。就是卧轮禅师那个偈子：卧轮有伎俩，能断百思想，对境心不起，菩提日日长。他自以为一切境界都动不了他，但是却变成了死人。随扣击以无亏，怎么对他，他都没事。处波澜而不散。发生任何大事，着火了，也不知道跑。处波澜而不散。表面上看很有功夫，但都是一种偏执和束缚。故名犹为生死岸头事。

有一个公案，是说九峰道虔禅师。他师父石霜过世，有个人被推为住持，九峰不肯。那人说，香烟断处，若去不得，即不会先师意。遂焚香，香烟未断，座已脱去。九峰禅师拊其背曰：坐脱立亡即不无，先师意未梦见在。生死自在的功夫是有，但这仍不是禅宗真正解脱的功夫。禅宗的生灭来去，是自自然然的，是幻化的，不需要你有超出其外的功夫，有也没用，免不了无明和生死。你能主宰你的来去，那是多大的一个干涉和妄想，是多么不自然。所以说，生死自由，仍是幻境。寿终正寝最好，该什么时候死什么时候死，这叫不生不灭。你通过功夫让自己提早死了，这算什么本事。能这样做的人，他不知道没有生死，他要知道没有生死，才不会管他什么时候死，爱怎么死怎么死。还有人执着，我临终时一定要坐化，一定要预知时至。这些能力跟真正的修行没有关系，只是一种特殊能力而已，跟你一顿能吃五斤包子没什么区别。

有人说，这个人没开悟，为啥？得病死了，得病死了就没开悟啊？你干脆说，只要人一死，就不可能开悟。佛陀也要示现涅槃，难道没开悟吗？佛陀也示现背痛，头痛，没觉悟吗？连死也不能有，这人就不能死，才叫开悟。也没错，本来就没死。如果你这样讲，那就是抬扛了。

所以就算你有了这些功夫，能够控制自己的生死，想什么时候走就什么时候走，能够随扣击以无亏，触波澜而不惊，能够心似秋潭月影，至如静夜钟声，都没有用，与见性了不相关。所以叫：犹是生死岸头事。

道人行处。是指真正的道人，觉悟的人，有功夫的人，有见地的人。如火销冰，终不却成冰。就是找不到痕迹，他不会用一个东西给你形容他的境界，他没有任何境界可得。他一形容，自己就迷了。因为解脱觉悟是现成的，不劳修证与染污。跟你没有什么关系。如果有个你，说明能所不断。你说你断了能所，那还是在能所里。乃至我证到涅槃，都是不离生死。我证到佛的境界，都是生死。

箭既离弦，无返回势。所以牢笼不肯住，呼唤不回头。古圣不安排，至今无处所。若到这里，步步登玄，不属邪正，识不能识，智不能知，动便失宗，觉即迷旨。二乘胆颤，十地魂惊。语路处绝，心行处灭。直得释迦掩室于摩竭，净名杜口于毗耶。须菩提唱无说而显道，释梵绝听而雨花。若与么现前，更疑何事没栖泊处？

这一段写出了禅宗修行的真正特点。这种话听起来真的非常潇洒，但是也很难，这种功夫，理事无碍，事事无碍的境界是需要长年打磨保任才能达到的。

箭既离弦，无返回势是什么？是指人们做过的事儿，会纠结，过不去。过去了不能空掉。道人，什么事情过去就完，不会住着。箭一出去，就完了。开弓没有回头箭，不会在那纠结啊，算计啊，就不会住在那里。即便你现一个极大的清净境界，看见十方世界都如琉璃，都会大放光明，也不会有丝毫的留和住，也不会向外人道。因为你一道，你这箭就没离弦，这箭就又回来了。所以没有返回的事。一切诸法，当处出生，当处寂灭。所以任何东西都牢笼不了他，都束缚不了他。因为他确实通达了。首先就没有一个他可被牢笼，更没有一个东西能牢笼他。呼唤不回头。就像一头倔牛一样，八匹马都拉不动。大梅禅师，马祖一开始给他讲即心即佛，他开悟了。后来告诉他非心非佛。他说：我管他非心非佛，我就即心即佛，有这股自主的劲儿才行。

古圣不安排。非但古圣不安排，一切觉悟之人都不安排，都不预设。任法性而安排，任因缘而安排，自己不安排。不安排就是不施功，不较劲儿。不安排就是不管不顾。不安排就是不负责任。有的人听不懂这个不负责任。说：师父，刚生下来的孩子也不负责任，不管不顾吗？他不知道这个不管不顾是不执着，不参与，不干涉，不纠结。这个孩子又没让你生烦恼，又没逼你，又没让你干什么？该养还要养。你想不养，也没有关系，只要你心狠，全世界人都骂你，你都无所谓，你都有自己的主见，那你可以随便不养。这世间扔孩子有的是，有的人也活的也挺开心的。所以这个不负责任，不是偏执，是你通达不通达，跟你做不做某件事儿没有关系。是你内心不迷不执不干涉，内心不再被任何人束缚，不被他裹挟，不被他绑架。不是说这寒风一来了，我不干涉，就在那儿傻站着冻着。我对风不负责任，我不能让它绑住我。该穿衣穿衣，该躲就躲。我们修行就是为了去执着，去烦恼，而不是变成执着。本来就没有烦恼。你这一执着，在法上一直执着，又生了另外的烦恼。修行本来是为自在，不是为了不自在。我们天天行脚，你心里行得越来越累，你肯定是用错功夫了。你行得越来越紧张，我可没让你紧张。虽然我有时跟大家嚷，是让你放松，至于你迷在我的吼叫上，你老琢磨我对你怎么看，那是你自寻烦恼。你的注意力老在我这儿，那你肯定紧张。我也是你的一个境啊，对吧，是为了督促你牧牛。旁边汽车过去，不让你看它，就是为了让你安心走路，别散用心。那我喊你一场，你明白它的意思不就完了吗？为啥着在这个声音上面，想东想西，我没事说你干嘛？所以，我们的真性是需要放松，它本来就是一种解脱的状态。我们做一切的功夫都是为了跟这个放松，解脱相应。

我们牧牛和行脚，就是防止你打妄想，防止你生烦恼，防止你想心里那些挂碍的东西，改变你一直攀缘六尘，一直靠外境而得安稳的习气。是做这样的功夫，而不是有什么功夫可做。

如果你天生就是一个喜欢静的人，需要的东西少，随处都很安静。这个时候你就不需要牧牛，你只要明理，把实相理解透彻了，再加以运用，就不需要再额外练习。只是小心自己别跑二乘里边，别跑另一边儿，别着个静，什么都不想参与，谁也不想帮。学法一定是别跑两边，要明白实相。

古圣不安排。这个不安排是一切都不安排，既不安排别人，也不安排自己。知道没有自己可安排。有徒弟就问六祖：您将来什么时候再来？六祖说：来时无口。徒弟问他，您死后去哪啊？不要问我去哪？六祖自己不安排自己去哪儿，法性怎么示现，他就随顺好了。所以至今也没人知道六祖在哪儿，来没来这个世间。不可能有人知道，因为就没有一个实在的六祖这个人。如果六祖认为有他，就不是六祖了。

若到这里，步步登玄。这个步步登玄，就是你的功夫越来越纯熟，你实证的功夫不断地加深。烦恼脱落了，苦止息了。任何境界都动不了你。不属邪正，识不能识，智不能知。祖师转身的功夫就在这里，已经到了火石电光的程度，他的反应能力非常迅速。他不是天天提防着什么，而是功夫做久了，自然就有觉性。

动便失宗。拟心即错，动念即乖。你起任何一个心，想除什么？想修什么？想得什么，便失掉宗旨。什么宗旨？法本圆成，妄动即差。

觉即迷旨。还起个觉悟的心，同样失掉根本。师父，有见到灵灵觉知了，那个就是觉性吧。你已经迷了。到这里二乘人就听不懂了。二乘人，因为他守静，他会昧于作用。须菩提听维摩诘一番话，吓着了，连饭也不敢要了。

所以二乘胆颤，十地魂惊。为啥十地魂惊？释迦牟尼佛捡起一朵花。大家都瞪着眼，不知道佛的用意。我让你把箭拿起来，师父，啥意思？所以十地魂惊。当时与会的很多大菩萨，甚至是一生后补的菩萨、弥勒、文殊、普贤，全都惊疑？为啥？还有最后一分无明。就是最后这一点，向上一路，千圣不识。祖师禅这一关没有透过，不会末后一句。还会惊讶，还在知解，还落在意识里不知，他还在找一个东西。语路处绝。语路处绝，也就是说言语处，思维处，分别处，形容处，意识处，都不通实相。只要还有这些，就不通。语一定是从意而来。先有意而有语，所以语路处绝，是指离言绝意。

就算释迦掩室于摩竭。这个是一段公案。就是释迦牟尼佛有一段时间不说法，闭门不说法，叫掩室于摩竭。净名杜口于毗耶。净名杜口于毗耶。也是一个公案。维摩诘经里讲维摩诘的故事。维摩诘又叫净名。文殊当时请诸大菩萨各述什么是入不二法门。维摩诘沉默不语。这是“净名杜口于毗耶”。净名就是维摩诘，毗耶是维摩诘居住的城市。须菩提唱无说而显道。也是一个公案。须菩提，曾经说过无说是真说。释梵绝听而雨花。也是一个公案。无听之听，感招到天女散花。即便你有这样的功夫，也都了无交涉。即便像牛头法融禅师，天神曾经给他送饭，后来，四祖去见过他之后，他得道了。天神不再给他送饭，为什么？找不到他的心识了。于三界不现身意了。觅心了不可得了。

即便像上面讲的这些，十地菩萨的境界，或维摩诘默然，如果执着这些，都不能大彻大悟。这都不是真正见性。所以若与么现前，更疑何事没栖泊处。如果这些境界现前而视之平常，不疑不怪，有了这样的功夫，在哪里不安乐呢？有这些境界现前，还能不被他迷惑？还有什么能让你不安？什么事还能障碍你？这真是佛来佛斩、魔来魔斩。任何事再也动不了你了。世间人执着名闻利养、得失，财富、虚荣，出世间人执着境界，执着佛法，法执很重。当你的法执没了，世出世间一切法都脱落了，我法二执都不起了，就解脱了。

离去来今，限约不得，心思路绝。过去来今，都不再执着。知道一切法都是幻化中事。不要去控制它。法自有它的轨迹，自有它的时节因缘。要离去来今。限约不得，心思路绝。众生心灭，则真法生。根本就没有一个法是你的心识能走的。除了你在自己的妄想里走，你不会对任何事物起作用。但是你会增加烦恼。

不因庄严，本来真净。动用语笑，随处明了，更无欠少。这个庄严，就是有为修证和造作。法不增不减，本来真净，无少法可得。最后连不施功这个概念也不要有。我不施功，我一物不为，那还在意识里。只有这样，我们的真性才能够解脱。这个时候动用都是自然。动用语笑，随处明了。不会再迷糊颠倒。明了不是起一个心明了，而是直用直行，不做明了想。

祖师禅讲记第二十二讲

玄沙师备禅师的这段开示比较长，我们可能还得学个五六会。你越深入修行，越观察诸法实相，你越会发现一个问题，我们所有的烦恼，来自于无明，来自于不了解实相，来自于不能见到自己的本来面目，来自于不认识佛性。反过来，因为你有了烦恼，你才见不到实相。没有了烦恼，无明脱落了，自然就是实相，并没有一个实相可得。没有烦恼就是实相，不被假的骗就是真。

烦恼到底是怎么来的？怎么发生的？最后就是归结到这一个问题。也就是你内心中升起的一切念头，烦恼是从念头中产生的。为什么会有这些念头呢？其实就是我们从小接受了很多的是非观念、善恶观念、美丑观念、伦理观念，这些观念不停地对我们有一种熏陶。我们把这种识心的判断、识心的分别、识心的得失和取舍，当成真实的。

修行就是通过一段长时间的息虑忘缘，让我们逐渐看到我们内心升起的这些概念、观念是如何带来烦恼的。它不停地分别、不断地评判，不断把心的觉受当成真实的，心识会造成一个自认为真实的世界。

通过修行，我们看到它，不相信它，知道它本来没有善恶，是完全中性的，只是我们赋予了它善恶，赋予了它伤害的特性，所以我们会被自己的念头吓到。

举一个例子，比如说我们去体检，查到了癌症，身体确实不舒服，查到了自己患了癌症。那我们就先不讲这个癌症是怎么形成的。我们就从这开始讲，你查到了癌症时候，你怎么面对它？如果你的第一念是害怕和恐惧，你肯定是害怕，因为你执着自己的生命，这种内在的执着已经根深蒂固。一听到自己得了癌症，你第一念：我要死了，这是绝症，癌症太可怕了，人要完蛋。你会立刻想到一大堆关于死亡，而且是迅速死亡的事。这些想法会对你的心识形成极大的冲击，烦恼和恐惧就这样突如其来。如果我们只是查出自己患了癌症，但还没有生起念头时，那它对我们没有那么大的伤害。这个时候如果你通达了实相，不再执着虚幻的个体生命，你也清楚，并没有一个真实的生命患病。病更是一种牢固的观念，而你通过修行，也恰好已经完全看破了它，你不再被“病”困惑。你明白任何念头、任何概念都不是真实的，癌症不是真实的，生命不是真实的，死亡不是真实的。所有人赋予的、关于癌症的所有的负面的作用，也不真实。当你一念看破这一切时，你不再恐惧。但这需要长时的修行和如实的智慧观照，才能做到。我根本就不相信它会让我的身体极速地坏掉，会让我死掉。我没投射给自己的身体一个负面的、一个癌症的概念。虽然也说癌症，但是我对癌症没有概念，它对你的伤害就会很小。别人对癌症都有一个“这是可怕的，它是有害的”这样的观念。但是我没对它投射这个概念，我不相信它，我的身体就不会恶化。

我们只是举个例子，现实大多数不会如此。其实当你得了癌症的时候，已经是不断地对身体投射了负面的念头造成的。你不可能因为不相信它，它就不会恶化。但也存在一种情形：平时生活中，你不断地向身体投射了负面的作用之后，你得了癌症，这时候突然机缘巧合，你通过一段时间的修行，在见解和观念上了解了实相，而且你也信了这个实相——念头不是真实的。这时，癌症可能不会加强。但是这种可能性并不大。为什么？因为你的力量不够。正是因为你不断地投射负面的信息导致你的身体出现了严重的病变，你平时生气、讨厌、拒绝、厌恶的情绪，你过度地执著于身体，经常地紧张，什么都信，什么都向自己身体投射负面的东西，是这些综合的因素造成你患的癌症。在这样的一种因缘下，你很难有机缘听到实相并相信实相。即便你听到了实相，你还是会无法控制自己继续投射恐怖的观念来吓自己。因为你那个投射已经形成强大的惯性了。

那我们今天为什么还要这样讲呢？为什么要举这个例子？你虽然可能不会得癌症，但你有可能患别的病，有可能未来会患癌症。为了防患于未然，我们可以提前进行修行。你向虚妄的自心境界投射了很多负面的信息，可能会造成其它的疾病，还不至于像癌症这么恶劣，那也会对身体造成很大的伤害。这个时候，我们如果了解这个实相，就容易治愈，就容易恢复。

这时，修行就变得非常非常的关键。我这样说，你可能还不是太相信。那我换一种说法。你确实得癌症了。你去医院体检，医生告诉你得癌症了。第二天，医生告诉你，是误诊，你没有得癌症。实际上你得了，但是这个医生用了一个善巧，用了一个谎言，善意的谎言，他告诉你，这个是误诊。告诉你误诊之后，你活的时间一定比告诉你确实得癌症的时间要长，虽然这个病因为你对身体的各种错误用心还会显现出来。但是，因为你没有相信自己身体要坏掉，你会过得比你知道你患病了要好一些。这个原理是一样的，只是两种说法而已。就是你没有相信你得病了，你没有在身体上投射，你没有不停地去向它施压，恐惧它，厌恶它，它就不会极速地恶化。其它的一切问题也是如此。

就是我们的烦恼，我们想到了一个不舒服的事情，想到了一个讨厌的人，内在开始分别，分别一些事情，评判一些事情。这个时候如果你看不到它是假的、虚妄的，你就会非常的不舒服，你就会很消耗自己。如果你忘了自己并不存在，你就会执着自我，就会很难受。甚至这个念头都过去了，你已经忘了这个念头了，你还在不舒服。这时候就要反观，反思自己刚才想到什么了？怎么就突然间就不舒服了？你就想到了你心里的分别，因为这都是我自己的经验。忽然自己就分别了一些东西，然后就不舒服了。又干别的事，干别的事，还是觉得哪里不对，怎么有点不安呢？你就回忆自己刚才想到了什么，哦，刚才想到某个人、某件事，你在分别和评判，你住在了里面，哪怕只是一小会儿，你都会难过。你要立刻告诉自己，这是假的，这是假的。这个实相的力度很清晰，那个东西就没了，你立刻就安心了。

打个比方，我忽然想到家里有五万块钱，离开家的时候，我没关门。这时，你的忧虑和不安就出来了。这是一个烦恼，你忽然就想到，哦，这是多少年前的一件事情，是我刚才睡着了，打的一个盹儿，是在梦里想到的，不是刚才发生的事，你马上心就安了，这就是实相的力量。你发现发生的一切都是假的，都是梦里发生的，你就不再相信它。

这是多少年前发生的事，哦，这是我做的一个梦，我刚才打了个盹，做了个梦。家里有五万块钱，没关门，这一切并不是真的。当你确定这不是真的，你的心立刻就安了，这就是实相的力量。就是知幻即离，离幻即觉。离即是法，知离者是佛。就是你能够确定，念头想的任何事情都不是真的。你后边一定要有这个力量，有这个实相的观照。当有这个真实在后面起作用，不论你想起任何烦恼，它都会没。

你如果没有提起这个实相的力量，你的不舒服就会一直在。如果你不好好修行，你都找不到你不舒服的原因，而那一定会伤害你的身体。这不舒服时间长了，身体就开始发生变化。我们可以观察，自己身体的难过，都是因为持续地想一些负面的、自己讨厌的、自己拒绝的、不接受的念头。你讨厌它，拒绝它，害怕它，你就在自己的内部和自己对抗。你对抗的其实是你自己。你抗拒它，是因为你不知道它是假的。当你知道它是假的了，你就不讨厌它了，你也不驱赶它了。你知道它是假的，它自然就不起了。因为你相信它是真的，所以你才逃避、才对抗。

这是解脱最重要的一个关键之处，是你断烦恼最重要的一个关键。如果我们平时生活中，所有的烦恼起来的时候，我们都能这样把它化掉，把它空掉，也就是看到它的实质，你已经在解脱中，你已经活于实相，活于本性。因为本性是不投射的，本性是不分别的，本性是不拒绝的，本性也不预设，也不控制。它任一切的念头存在，只是不相信它。这需要不断地练习，经验，验证。你光听文字，去思维文字，去研究文字，想把它弄懂，没有意义。这是一个结果，这是一个修行者他亲身经历的结果，他自己观察到的实相的一个结果，只是对你有一个参考。你知道有这么个结果，你相信这样修行可以有这么个作用，你就愿意去实践。

好比如大家都知道中药能治病，谁能治这个病呢？吃的人能治。这个药确实能治这个病，确实它是真的，能治这个病，百试不爽，但是你得试。你自己去观察，自己去服这剂药，它就一定能治。你光听别人讲，你光看别人吃这个药，你不去服这个药，治不了病。也就是说，你有烦恼了立刻要觉察到，然后去观察是什么让你烦恼的，是念头，是你投射的一些负面的东西，是你的分别，是你对实相的不了达，是你的功夫不到。然后转变这样的习惯，不再相信和住着于这些念头，这些都具足了，烦恼就没有立足之地，它就没有停的地方。

我们打开《祖师禅》三百三十二页，看第二段。今时人不悟个中道理，妄自涉事涉尘，处处染著，头头系绊。纵悟，则尘境纷纭，名相不实，便拟凝心敛念，摄事归空，闭目藏睛，终有念起。旋旋破除，细想才生，即便遏捺。如此见解，即是落空亡底外道，不散底死人。冥冥漠漠，无觉无知，塞耳偷铃，徒自欺诳。

今时人不悟个中道理。就是不识本心，不识本性，不识真理。个中道理，是最重要的道理。不通达实相你是没法做功夫的，你都是在错用功夫。当然这个实相，它是理事都包括了。不是说概念上的认知，知道一切都是假的，是空的，这没用。这还不是实相。

这里说的个中道理，是怎么跟实相相应，怎么深刻地领悟，怎么去实修，会修行，修行有效果。所以个中道理包括了修行，包括我们怎么牧牛，怎么持续地做功夫。如果他没有功夫，他一定会妄自涉事涉尘。涉事涉尘就是迷于境界，又不知不觉地向境界投射。我们对境界的这种分别是本能和习气，我们看到东西一个个的都很清楚，都会立刻给它赋予名相，赋予概念，这个没有问题。这还不叫妄自涉事涉尘。第一念投射过去，紧接着后天熏习出来的一些善恶、是非、美丑的观念，这种讨厌、拒绝，这种分别，不间断地累加，如雨一样哗哗地继续投射过去，这个就是涉事涉尘了。你已经粘着过去了，你已经取相生心了。大家可以反观一下，你只要取相生心，只要第一念的分别没止住，念头不断地叠加分别，烦恼就出来了。

比如，我们看到了一个不文明的现象，这个没问题，因为我们在世间接受了一些关于什么是不文明的教育。用世谛讲，在公共场合吸烟、吐痰就是不文明，这是大多数人共同认为的。人类存在需要这个世谛，没有世谛，人们就没法生活和交流了。所以世谛也是谛。但是你迷于世谛，你执著世谛，你憎恨所有不讲卫生的人，那就变成烦恼了。所以我们看到各种现象，知道这是不文明的，但是，你要立刻看到，这是你个人的投射，一看到这个现象并不真实，你会告诉自己，我不能用自己的妄想去干涉并要求另一个人。马上看到美丑，文明，道德，不文明，不道德，这些全都是自己概念的投射。止于这个分别，你的不舒服就过去了。如果你看不到，就会在这上边打出无数的妄想，烦恼就出来了，厌恶啊，讨厌啊，都跟着出现了。事情本身很小，但因为执着，同样会让你非常烦恼。

我们一定要看到自己是怎么涉事涉尘的，怎么进入了自心所现的幻境。是意识的不断投射，不断地去生心，自己不察觉，没有在第二念上止住。

看到念，知道念空，离于念，就是修行，就是功夫。它需要你冷静、专注、心无杂念、心无挂碍，你才能看到。不然这个习气是多么的巨大，世间有几个人能看护好自己的念头。我们经常会不知不觉掉到习惯性的分别中。自己在那比较评判，自己还不知道。已经不舒服了，还不注意观察。一旦我们念头投射到了自心境界里，开始分别自心境界，那就是处处染著，头头系绊，烦恼丛生。

分别外境就是分别自心。心外无境。外境就是你的观念。境界没有，只有观念。你观念过去了，境界就没了，概念过去了，就从境界里出来了。

我们看到一个打火机，当我们说它是打火机的时候，这是个概念。如果我们分析它，我们想破掉打火机的概念，第一个破的，首先是塑料和铁，打火机的主体是一块塑料和一块铁皮。再破，它是地大，地大是空的。最后你看不到任何实在的东西是打火机，你只看到一个名字，一个和合的空名。既然说它是和合的、缘生的，但其实它是假的。缘生就是假合，就是空。所谓的打火机，是我们赋予的概念叠到一块了，铁，塑料，合到一起，人工，再加上其它的因缘，合成的一个假名而已。

所以这个不存在，只存在一个概念，那概念就更是假的了。我起心时候才有概念，不起心时候就没有概念。这人长得真美，你觉得美，那个人觉得他是仇人，恨死他了。这个美没在外面，是你内在投射的概念。所以没有外境，分别外境就是分别你自己。我很讨厌这个人，你讨厌的是你的念头。这个人我看着他，怎么都觉得他特别高雅有气质，那是你心里对高雅和气质的一种形容。有的人就看不到他的高雅和气质。所以我们就知道，高雅、庸俗，美、丑都不真实，是我们很早以来吸收的概念的投影。我就不喜欢他说话的样子，只要一看到那个人，就觉得讨厌，这讨厌跟那个人没关，是你自己在讨厌你自己。这个念一起，用实相一观，就不再讨厌了。可能还会有点残余，但是已经不会让你特别难过。你的功夫做的越强，对实相了解的越透彻，烦恼就越不会起来。起来你也会看得到。我特别讨厌我丈夫，他的那些做法，想法没有一个是对的。你要察觉，这一切跟你丈夫没关系，跟你内在形成的观念有关。看破那些观念的虚妄，你就不再讨厌你丈夫。

这个投射是非常快的，分别也是非常快的，你没有实修功夫，你是看不到的。为什么这么多人修行，很难有成就？大家都在烦恼之中，各有各的烦恼。他看不到这种极快的、极细微的、烦恼生起的机制，他不知道烦恼是如何生起的。你只是明理，那是你自认为明理，你知道不等于做到。纵悟，则尘境纷纭，名相不实。纵悟，就算你明白一些道理，可是因为你没做过功夫，你不知道自己投射了概念，投射了分别，在概念上又叠加概念，所以依旧轮回，依旧烦恼。还是尘境纷纭，是非不断。

你光了解实相的一些说法，那跟修行了无交涉，有名无实。名相不实，就是有名无实。这个悟只是个假悟。烦恼生起来的时候，他怎么对治？他便凝心敛念。有用吗？没用，完全没力量。想通过避开境界来解脱，那没用。他不知道烦恼生起的机制是投射观念，是分别造成的，所以他凝心敛念，只能暂时压伏烦恼，不能根治烦恼。凝心敛念的时候似乎忘了烦恼，似乎也没有烦恼。这一睁眼，啪，是非又来了。只要一看一听，分别一生，全都是染污。因为他投射观念而不觉，他光是惦着凝心敛念，摄事归空。我拒绝所有的事情，我把自己彻底封闭起来，我躲到山里边去，我不见你们不就完了么。山里也有是非，山里会有猛虎，山里会有妖怪，都是你内心的东西，你内心不通达实相，念头和烦恼一定会起来。

什么叫妖怪？你的种种不实的观念。不是说不生念，我们第一念那是自自然然。我们见一切，都知道，这是山，这是水，这是人，这是狗、驴、马，都很清楚，只是不把它当真。不是说我一念不生，让自己完全没有念头，控制自己的念头，不让我的念头起来。这个一念不生不是指所有的念头不起。闭目藏睛，把眼睛闭起来，有用吗？没用。打坐时，都不用闭眼的。你们天天闭眼打坐，六根关闭久了，人越来越生硬。古人只有在累的时候，休息的时候才会闭眼，很多时候坐禅都是不闭眼的。因为他要让六根一直是敞开的状态，你把眼闭上了，意根就开始活跃了。再怎么闭目藏睛，还是会有念头起来。为啥？真如自性起念。它是活的，没死掉。你不让它念起，那不是自寻烦恼吗？旋旋破除。一起就拉，一起就离，一起就觉，这牛也倒霉了，看似也是在牧牛，但是这牛碰到你可缺了大德了。

不是饿死了，被扽死的，鼻孔给扽穿了。旋旋破除，细想才生，即便遏捺。刚出一个念头，今天想吃个烙饼，一下扽回来了，不能吃烙饼。这都是错用功夫，不解本性就是这样用功，把本性当成一个死的东西。如此见解，即是落空亡底外道。啥是空亡外道？执着断灭空，执着无。不散底死人，跟死人没什么区别。不散就是实的，实实在在的死人。冥冥漠漠，就是茫茫荡荡的，无觉无知。塞耳偷铃，堵上耳朵去盗铃，可笑。徒自欺诳，自认为有修行，尤其他坐的时间长了，再入定啥的，他就更狂了。

这里分别则不然，也不是隈门傍户，句句现前，不得商量，不涉文墨，本绝尘境，本无位次，权名个出家儿，毕竟无踪迹。

这里分别则不然，就是你得确实通达，不是你不能分别，不能思维。“不是山僧逞人我，修行恐落断常坑”。祖师们也经常开示学人，给你讲解，把道理给你讲明白了。不是隈门傍户。是什么意思呢？不能依赖善知识学法，要懂得回光返照。自悟不了，去亲近善知识，依善知识指示，那会省很多事，少走很多弯路。但不能总是隈门傍户。我们依止善知识，为了通达实相，而不是执著善知识这个人和他讲的法。

祖师给大家开示真理，其实就是让你知道，一切法但有名相，都是概念，是假的，不实有。不要掉到文字概念里面。句句现前，不得商量。别掉到琢磨里。师父，到底怎么牧牛？没有这个到底怎么，就是牧牛了。你住在怎么里，永远牧不了牛。你去直接操作，别在文字上去琢磨。不涉文墨。文墨是手指，它跟实相其实没有直接关系。本绝尘境，你通达实相，见性才知道一切法从意识生，都是文字概念。你越了解一切法都是概念，你越了解真性。不被文墨，不被语句所骗，也就是不被自己的念头所骗，才叫出家儿。跟你剃不剃发，受不受戒没关系。在座的大家都是在家人，也学着禅宗，如果你能出尘无妄，皆名出家儿。可是，如果我们一直在念头里受苦，那你在家还是在家，出家也是在家。因为我们确实还会经常掉到念头里边，还会被文字欺瞒，还经常会不知不觉生烦恼，所以这个出家儿其实大多数时候跟你没关系。现在有太多的人，一张嘴就说得特漂亮，心出家就是出家。我想大家都讲过这句话：心出家就是出家，好像他的心真的出家了一样。因为他没办法，他出不了家，他只能拿这个心出家来安慰自己。

毕竟无踪迹。我们随它念头起，就是不相信它。不相信就不会住，不住就无踪迹。无踪迹并不是说我一个念头都没了。师父，你怎么做到的没有念头？我做不到没有念头，我唯一能做的就是不被念头骗。不被它骗就是没有念头，因为念头不真实，你找不到一个实有的念头。这叫毕竟无踪迹。就是它再也骗不了你了。从你心里生起的所有的一切，不管是无记的、善恶的，所有的念头，都骗不了你。你不难过，你不烦恼，那你不需要去观察它，你不需要质疑它。当你烦恼了、难过了、不舒服了，去质疑它，告诉自己：这是假的，不相信它，这叫毕竟无踪迹。

真如凡圣，地狱人天，只是疗狂子之方。真如凡圣是佛与众生。地狱人天，就是六道。这些都是佛教化众生所设的名相、假名，并不真实，全都是假名。所以只是疗狂子之方。狂子是什么？就是迷魂颠倒的人。执著于杀盗淫妄，天天就知道造业、贪著、取著、贪得无厌、无恶不造，对这些人的一种方便。

虚空尚无改变，大道岂有升沉？诸法无生，本没有生灭，犹如虚空，没有改变。究竟是没有什么发生过，没有任何东西是真实的，没有什么是变化的。变化的是我们的心识。那不变的呢？不变的也是投射的，这个不变是你意识中的不变。祖师所说的：虚空尚无改变，大道岂有升沉？这是超越了变与不变的，真正的不变，是不可思议的。

悟则纵横，不离本际。这个悟是真悟，大机大用，任性而为，但不会迷失。这个任性而为和我们平时说的不一样，这个任性是合道而生，合道而活，天真任运，活出了本性，没有造作，没有染著，这叫纵横。不管你做什么，都不离实相，不离本际，不离本性。如果你修行到了这个层次，能悟到这里，凡圣也无立处。你就知道无佛无众生。佛与众生都是概念、虚名、妄想。达摩祖师说：三世诸佛都是众生妄想。中国的造字特别有意思，我们看相和想，在相上加个心就变成想，遇相生心就变成想了。凡所有相，皆是虚妄。凡所有想，皆成妄想。相和想很接近，佛是你想出来的，而真如佛性是你想不出来的。也就是说自心佛、自性佛、真佛，超越了一切的对待，超越了一切的想象、一切的概念。师父，那佛性到底是什么？它在哪里？你有个是什么，全都是概念。勉强说穿衣吃饭、直接动用的时候，这是你正做而没生做想的时候，勉强说它是佛性。你一说它，就变成妄想和概念了。

你一想，哦，我举杯子的时候，就是佛性。不，那已经变成想和住了，正举杯子那一刹那早就过去了。所以这个佛性你是找不到的，找不到不是说就不存在，存在你又找不到。你能用世间的概念和思维来理解它么？理解不了，直接做就好了。

若向句中作意，则没溺杀人。总是去思维名相，思维佛性，思维解脱，这就叫向句中作意。比如，我问你行脚时要如何用心。不会的人就开始给我讲。这叫向句中作意，知道了吗？我问你怎么走，你就开始向句中作意。你忘了走，你直接走就对了。你就知道为什么仰山要摔这个镜子了。说得出，这个镜子就留，说不出我就摔了它。刹那之间，大家都在那皱眉，他就把这个镜子摔了，因为你说不出。你扭身就走，或者夺过镜子来，那叫真功夫，那叫没向句中作意。一问你说得出说不出，你就句中作意去，则没溺杀人。你天天问我那些问题，那相关吗？一眨眼的功夫，古佛过去久已。

若向外驰求，又落魔界。不让向句中作意，那我向外边找。但有所求，不出识心计度。如如向上，没可安排。如如向上，就是千圣不传，向上一路，就是没有你起心、用心、拟思的地步。没可安排。就没你用心处，没你下手处。如蚊子叮铁牛，无你下嘴处。

恰似焰炉，不藏蚊蚋。焰炉就是火炉，烧着大火的炉子，上边肯定是没有蚊子苍蝇的，有就会被烧死。也就是说我们本性上边容不得你丝毫的造作、起心、分别，一切的造作都是徒劳。此理本来平坦，何用铲除？你不需要去除什么，加什么。动静扬眉，是真解脱道。这个动静扬眉，不是说你在那拟心，而是六根自然的运用，直用直行，是真解脱道。常应诸根用，而不作用想。不强为意度。不刻意去寻觅，去思考。建立乖真。但有所建立，都是概念，与真理相违背。建立的肯定是念头、名相、概念、分别。但有一个名相，有一个东西出来，那就乖真。若到这里，纤毫不受，指意则差。本性上面容不得丝毫的有法，纤毫都不立。你有一个是，那就差之千里。稍有所指，即不相应。便是千圣出头来，也安一字不得。诸佛现前，面对此事，也像个哑巴一样。千佛出世，也都哑巴吃黄连，有口说不出。嘴都是皱巴巴的。千佛出世，也一字说不得呀。久立，珍重！咱们这会就到这里。

祖师禅讲记第二十三讲

这两天一直在跟大家讲三个字：不操控、不控制，不去管。其实这么多天了讲的都是这个道理，都是这一件事情。不管、不顾、不干涉、不问、不睬、不控制。我们换个词可能更温和一点，更有智慧一点。换个什么词？当有人问你这个，问你那个，你就三个字：你决定。或者是：听你的。或者是：没意见。谁问你什么，你就说：我没意见，你决定，你说了算。这就是不操控，很自在了，你想一想，件件事都如此，你肯定很舒服，很自在。为啥？别人的事我们干预不得，我没有那资格去干预。谁怎么着，我不了解，无能力干涉，绝不自以为是。说你相信我，那是你抬举我了，你错看我了，我没你想的那么好。所以三个字：你决定。我尊重你，我没意见。现在有一句话叫：都可以，都挺好。你做到了才都挺好，你做不到，不停地问别人，求别人帮忙，听别人的意见，那就真不好了。妈，我报考哪个学校？ 你决定。妈，你看我交的女朋友怎么样？你喜欢就好，妈妈没意见。发自真诚的没意见，真心实意地把别人的事交给别人处理。现在有一句话叫：真诚的吗？真诚的。真诚的没意见，而不是带着情绪：我没意见！一听这口气，哈哈，这个意见太大了。所以同样一个词，以不同的心态来讲，对方感觉的不一样。你带着灿烂的笑容说：妈没意见。这个儿子就吓坏了，妈，你没病吧？以前您可不是这样的。妈妈说：我病好了，学佛学明白了，所以才这样说的。妈真没意见。我相信你，爸相信你，你的一切决定都是对的，我支持你。

小事上边你们不要参与，不要管，大家都是自力更生，特立独行。我们都自己解决自己生活中的力所能及的事情，尽量少去求别人帮助，少麻烦别人，也少去帮助别人，给别人独立成长的机会。

你不管别人永远没有错，管了就有可能有错。我们每个人都安安静静地做自己，这个世界上没有任何事情，没有纷争，没有战争，没有矛盾。如果是你觉得应该能帮助到别人，你觉得他应该这样做，大家都活在一个应该里，这才是最大的不应该。我认为这对你好，这是最大的一个妄想。所以当有人请求我们帮助他做一个决定的时候，我们不要去帮别人做决定。因为我们真不知道，哪个事情他做了会安心，哪个事情他做了会不安心。其实这一切都是幻梦中的事，不管你帮了或不帮，或者是他做什么决定，最后都是一场空。但是有时候他会白白地在那生烦恼，因为我们妄自地干涉，他会徒劳地在那纠结，所以我们不去干涉别人，我们不帮别人做决定。比如说夫妻两个人吵架，也确实吵的挺凶，俩人都跑你这来，让你评理。让你出个主意，到底是离婚还是不离婚，财产给谁，是要起诉还是不起诉。俩人跟你诉完苦，都是煞有介事、一本正经、非常认真地向你咨询，咨询完了人家走了。你在那苦苦地思索。忽然来个电话，俩人去看电影了。你不用管我们事了，我们俩已经和好了。你这琢磨的头发都白了，人家俩人好了。你这不是神经病吗？什么事是你能操控的？是你能决定的？所以只有因缘决定，我们决定不了任何事情。

控制真的发生在我们生活中的点点滴滴，所以我们才会有这么多的烦恼，这么多的紧张。你紧张，就是因为你在操控，你在控制一个虚妄的东西，你在控制一个根本就无法控制的东西。控制反应到一句话上来，就是一定要怎么怎么着。真的没有一定要怎么怎么着，实无定法名阿耨多罗三藐三菩提。你非要一定怎么怎么着，那只能说明你有强烈的执著，你太固执己见，太自作聪明，太自以为是了。

所以越是聪明的人，越是有能力有智慧的人，这种控制欲反而越强。那种没智慧的，天生无能的、无用的人，总是任人摆布的人，当然其实他也有自己的执著，但是他不会去操控别人。他只是去做一个牺牲，被别人操控的这样一个角色，也是会痛苦。不管你是操控，还是被操控，你都没有摆脱无明，都没有摆脱一个“我”。你有“我”，才会被人家控制。你如果没有“我”了，就没有任何人能控制你了。而且这个控制别人，控制事情，自己永远是最大的一个牺牲品。也就是说，什么是奴隶？谁是真正的奴隶？控制别人的人是真正的奴隶。所以监狱的罪犯，不只有那些犯罪的人，那些判别人罪的人也是罪犯，也是监狱里的囚犯。他被自己的妄念，被自己的善恶的观念，深深地囚困着，他自己不知道。所以有时候我们觉得，为什么自己不自在？明明是我在控制他，为什么反而那么痛苦？因为你被控制他控制了。因为这都是我执的表现。

不管是欲望、控制、操控，都根源于以为有“我”。执著于“我”，才会有下面这些贪求、执著、造作、操控、控制、担心，总是希望事情应该这样子，事情要是这样就最好了，我这样做会对这个事情有帮助，我起心动念，我用些想法，我能使这个事情变好转。当你有这样一种认识的时候，你一定会去干预，会去操控，其实这些都是徒劳的。哪些事情是一个好，是个坏？都是空花一场。事情到这了，到一个好的结局那是终点么？不是终点。师父，我怎么才能把退休办好了？你办好了退休，难道就没有问题了吗？如果对退休还纠结，那以后再有事情你还会纠结。所以我们把事情交给因缘，我们自己只是做一些最基本最简单的事情，然后内心不去干涉，不去担心它。要不要去做这个事。不做心里难受，做了又有点怕结果不好。做就做了，如果实在放不下就去做，但是不要期待结果。你提前五年退休，还是延后五年退休，这个并不是你幸福的根本。你幸福的根本就是你在任何状态下都无欲无求，把这个法理听明白了，随所住处恒安乐。

你觉得跟着师父学法特别好，我天天在师父身边特别好，你能永远跟在师父身边么，你能天天听我讲法么？还不是得自己悟到实相，了达无我，随时都能够减少需要，不依六尘，不依妄觉而安心。你只有达到这种状况，才能够真正的安心。你早几年退休，晚几年退休，那都不重要。如果你对这个退休生了执著，而你又实现不了这个愿望，这时苦就来了。不是说我们不能够妄想，就是有个愿望，能实现就实现，实现不了还要安心地活着，减少需求，减少妄想。你可以变换生活环境，也可以变换工作，也可以变换人际关系。但是终有一天，总会有那么一个时间，你无力折腾，无法改变外境了，任何外在的变换都不能让你安心，那时你怎么办？只有在一个地方停下来，在人际关系里不再去抓取控制，在一个境界中不再被境界所影响，那才是你究竟解脱处，是究竟安稳处。不然的话，你会不停地在外境里边去寻找，去奔波，换地方，换人际关系，换事情，换时空，但是你免不了的是烦恼。只有说这一切的外境都动摇不了你了，你在哪儿都一样了，那才是真安心。白天我也可以坐在家里沙发上边，一坐坐一小时，也不需要干些什么，就是干坐在那里。黑夜里，晚上睡觉了，我把灯关了，屋子里边黑压压一片，我就很安心地坐在椅子上边。会有很多念头不停地出现，但是自己不会受它们影响。坐半个小时，坐一个小时，坐困了坐累了，上床再坐一会，再躺一会。不作睡觉不睡觉想，就是休息，让它自然地去疲惫，去入睡。睡着了就睡着了，睡不着我就倚床上躺着，不打妄想，继续保持一个休息的状态。如果你给它安个名字，就是牧牛，安心，无所求。

这样的话，你做任何事情都是保持一个最低的需要的状态，也就是说，再也没有什么东西能控制你的神识了，我就这样了。最后你会发现，这个才是真正的安心。你会生出大喜悦来，原来我一直讨厌的、最恐惧的，才是最安全的。这个得把我们讨厌的状态转变成一种接受、一种享受。这个是需要练习的，一次次地练习。你从对它感到恐惧，感到对立，感到无聊，到对它感到自然、平常，甚至觉得是一种真正的安宁。

我们今天在外边行脚歇着的时候，跟大家分享了一个大梅法常禅师的偈子：摧残枯木倚寒林，几度逢春不变心。樵夫视之犹不顾，郢人那得苦追寻。这就是一种心如枯木，心如石头，心如墙壁的心境。大家都很认真地在修行，都很认真地在学法，在求解脱，你认真，我也认真。我真诚地告诉你们，心如墙壁，内心无喘，才可入道。你一定先要经历这么一个过程，至于以后你得大自在、大解脱，我不给你去画那个蓝图，别想那么远，先把眼前的功夫养成，一切水到渠成。在得到解脱自在之前，一定有一个心如墙壁的过程。就是白天黑夜，一个人还是跟别人在一起，是遇到人还是遇到鬼，在热闹的地方还是在冷清的地方，我的心都平静如水。我的心清清楚楚知道，它没有所求，甘心做一个活死人。能看么？能看。能喘气，也能听，也会笑，但是内心没有什么可笑的东西，也很喜悦，但是没有什么可喜悦的东西。只是因为没有东西了，才喜悦。而不是因为想到了什么而喜悦。

大梅法常禅师这个偈子，形容了他在山中修行的一种心境。这个人看上去就跟枯木一样，跟寒林一样，一点生机都没有。在山里边过了几年，几度逢春，心都没有变。如一潭池水一样。连樵夫、砍柴的人都不会多看他一眼。所以谁还能找得到他呢？郢人哪得苦追寻？也就是那些求法的人，那些好事的人，是找不到他的。他找了一个没人去的地方，去做牧牛的功夫，去保任，长养圣胎。

我们今天相对来讲，就没有这么苦了。因为环境不一样了。所以你没有必要像大梅法常禅师这样一定要到山里住山。对我们今天这种娱乐、信息、经济、享受、高度发达的今天，我们能远离闹市和俗事，放弃很多，来到这个地方参加实修，已经是一种住山修行了。

你天天坐在溪边，坐在树下，坐在花丛里边，走在山路上，对现代社会的你来讲，已经是摧残枯木倚寒林了。所以不同时代的人，不同的修行环境，我们对自己的要求不是一个标准。你今天能够一天、半天不看手机，也没有听音乐，也没去看电视，也没和别人戏论，那已经相当于古人在山里住了一个月了。现实如此，时代如此。如果说一个人已经在这种信息呀、娱乐呀、声色呀、五欲里熏染了多年，你让他突然之间放下这些，跑到一个地方呆上半年、一年修行，这很难。修行的外部环境对不同的人来讲是相对的，但是解脱之理是绝对的，实相是不可改变的。“归元无二路，方便有多门。”最后觉悟之人、解脱之人、所谓的圣人，走的都是一条路，也就是无我、无人、无众生、无寿者，无是非、不干预、不操控、不抓取、无取无舍、不投射、无妄想，走的是同一条路。做功夫，也都一样，离即是法，知离者是佛。也就是牧牛。安住于自心境界，不住在外境界里。

所谓自心境界，即自证佛法，非言说文字所能及。说是自心境界，其实是没有什么自心境界的。你不去染著外境，就是自心境界，就是解脱的境界，就是清凉世界。你一攀缘外境，一分别是非，一著在了相上，烦恼即起，三界即出，六道就来了，地狱就出现了。你在念上生念，你会不知不觉，这个时候只要一拉回来，又回到清凉世界，从众生一下子就变成佛。但是我们要知道，众生、佛、染污的世界、清凉的世界，这都是分别、假名，本性是没有这些分别的。所以你也不要执著：师父，你说的这个佛世界、清凉世界到底是什么？这又打妄想了。只是对你没有住念，没有住在妄想里，没有住在意识里的一个形容而已。这样的状态里，是没有实有的法可思维，没有任何世界，没有任何的实体可形容，都是一个假名而已。今天大家表现不错，好几个人为了求法，很远来到道场，这就是近道之心。值得表扬。

不管有任何困难，为了听法，为了亲近善知识，能来道场。《涅槃经》里也讲，心趋向佛一步，心趋向道场一步，胜你在世间做的一切功德善事。所以，不要轻视每一次来禅堂，修行就是点点滴滴的积累。为什么有的人根基好，有的人根基差一点？有的人悟性好一点，有的人悟性差一点？都是累生累劫每一次的累积，你能忽视这个累积么？谁也不是一生下来就大彻大悟的，就有功夫的。只不过他多用心，多做功夫，世间的享乐牺牲的多一点，染污的少一点，参与的少一点，他距离保持的好一点。相对来讲，他的功夫就熏修出来了。所以你们自己都有体会：师父，我现在确实比以前有进步，不管是处理事情上，还是独处上，还是事上的一些境界，让我波动的东西越来越少了。我相信你们在座的每一个人，都有这种收获。

虚空，今天来的时候我一见你面，好像又老了五岁一样，当时生心了吗？虚空说：没有任何心可生。大家以为我在开玩笑吗？那句话真是发自肺腑的，苍老了五岁。完了，没话了吧，把天都聊死了。苍老五岁就苍老五岁吧，有个不老的。这个话说的高明，这就是进步。

最近有好几个人跟我汇报了他的修行成果，我本来很沮丧的心，听到大家信心满满，我也不那么抑郁了（哈哈）。最近这段时间，我们一直在精进，在行脚，在练习一物不为，练习牧牛，真的很有作用。

大家都有收获，这个收获是真实的。你来这里，就立刻进入实修，不要跟我讲那些口头禅，没有用。师父，《心经》说：无智亦无得。您为什么还要谈收获？我们还能正常说话吗？所以现在有时候跟你们在一块，我也不敢讲话了。因为啥呢？法执太重，什么都用佛法来说，累不累啊？一说话，就高高山顶立。一说就是烦恼即菩提，本自圆成，圆成个扁扁。跟有些人，你就没法讲话了。我这掏心掏肺地给他讲怎么用功，他跟我来一个“师父，实相里什么也没有。”

有的人打七还过生日，俗人过什么生日。我生日快到了哈，我也不过，过生日是俗人。还有，在座的同修，如果你想真正解脱，到死都不要买墓地，不要考虑自己的后事。告诉家人，烧成一把灰，直接扔马桶里边冲走。你不要扔河里，不要污染了那条河，就直接冲进下水道，这是我对你们的嘱咐。

都不要像俗人那样，做什么法事呀，或者是说弄花圈呀、送殡仪馆呀。交代好你的子女。如果他不听，那是他不听的，至少你自己要有这种觉悟。不要给你立碑，每年清明节不要给你上坟，不要祭奠你，祭奠啥？祭奠鬼呀。本来没有那个东西，三界觅个自己了不可得，给谁上坟啊？一给你立个碑，你哗就过去了，就现了身意了，这叫守尸鬼。本来都无我了，一立个碑，我又现身了。一看，活的时候没有多少人顾念，死了排成队来看你来了。还有你的财产，在临终的时候都花光，一分钱都不要给别人留，那不是你的子女。我第一个带头做，什么都不留下，全都在死前花完。

首先先把自己的墓碑给它拆了，不建墓碑，不要像俗人一样。你可以交代你比较信任的子女或者朋友，让他来处理你的遗体，直接就烧了，烧了随便扔哪就完了。如果你家人去世了，那咱们不参与、不干涉、不操控。家里人，若你有亲戚姊妹，让他们去决定。一问你，没意见，买墓地，随便，出钱，有就出，没有，对不起，我没钱，我出不了。不要让任何人干涉你的生活，你如果被人干涉了，只能说明你愚痴，只能说明你没有主见，只能说明你还不自由，你还活在别人的操控里。我们不操控别人，也不要被任何人操控，做一个真正的自由人。

今天行脚的时候，我已经嘱咐大家了，每天晚上临睡觉前，在黑暗里坐半个小时，把这个养成习惯，这是你每天的必修课。如果你记不住，写个纸条贴脑门上。晚上把灯关上，在黑暗中坐半个小时再上床睡觉，不管是几点，困的不行了也要这样做。一定要把灯关了，把所有的门都关上，让任何光亮都照不进来。

一定要营造一个黑暗的气氛，让自己特别不习惯的气氛，这样就能够训练一物不为，慢慢地习惯它。然后你会看到自己的起心动念，用不了几分钟你会平静下来。你这个功夫养成了，给你放在全世界任何地方，放在太平间，你也没有恐惧，因为你已经习惯黑暗了，你已经习惯什么都不做了。其实死人、恐怖，孤独，这些全都跟黑暗有关系。为什么白天跟你讲鬼你不害怕呢？因为白天有光。为什么白天你觉得安全？因为白天有光亮陪伴，你习惯了光亮。黑夜里一讲鬼你就害怕，因为鬼这个概念就是在黑暗中形成的。所有的恐怖都是跟黑暗有关。如果我们进了一个屋子，发现这个屋子所有人都穿着黑衣服，从上到下都黑，脸也是黑的，甚至看不出脸来，你立刻就害怕了，我是到哪了？所以你慢慢地习惯黑暗，就会习惯于恐惧、死亡，这些东西对你就没有伤害了。而且你在一个你不习惯的环境中，你会更容易警觉，更容易看到念头，剩下的事就是习惯它。

每天把在黑暗中睁着眼静坐当成一个功课去做。这样的话会解决你的很多问题，你的临终问题、你的失眠问题、见到很多境界会恐惧的问题，你无所事事不知道该干点什么的问题。以后再不知道自己干些什么，一是去行脚，二是找一个地方睁着眼睛坐下来。如果你觉得坐下来很困难，你就去行脚。走长一点时间，什么时候走累了，没精力打妄想了，没劲儿想你那些所谓的无聊了，你再坐下来。这个时候你找一个稍微好的地方坐下来，你会发现原来世界这么美，原来湖水这么清静，原来风这么舒服。

所有的快乐都是你对比出来的，都是妄觉。如果你希望有一点快乐，先让自己劳累，让自己疲惫，然后快乐就来了。这些方法我都全告诉大家了，所有人最后都要经历这样的时期，你想成就，都要走这条路，独处、无依、无为。没有别的路可走。不管你用什么方法，训练的都是一种心境，都是练心，都是不去攀缘六尘，不去攀缘幻境，不去取自心境界。但是可以看、可以听、可以去接触，就是不相信、不攀缘、不沉迷、不染着。有一天你会发现，没有什么能影响你了，你会看到自己的想法和念头，你不再相信它们，你只是看着它。当你不生这个想法，不生这个念头的时候，或者即使你生了这一念，但没有相信它时，你是平静的。一旦有一天你做到了这一点，你可以去做一些事情，可以去听音乐，看电影。但是在这之前，我们要做功夫，要转识，转所依。先习惯什么都没有。这就是置于死地而后生，先把自己放在一个最困难的境界，然后一切对你来讲都不是障碍。

什么事情都是一种习惯，我们无事的时候，不去造作，习惯于在那里一坐，享受这种平静，它也是一种习惯，只要你练习，就会养成。因为只有这个状态是最接近真实的状态。我们有时再看看祖师留下来的公案、法语，古人都是这样生活和修行的。

我们在座的大部分人，现在都是处在一种相似的状态，其实你已经老了，只是你没注意，你没有发觉。你已经是老人了，不要把自己当成年轻人。你已经老了，我们不要被外在的年龄所骗，大家对很多事情已经没有兴趣了，为什么？因为你轮回太多的劫数了，每一生，每一世的生活都这样，你已经厌倦轮回了。

年纪五十多岁，快六十的人了，如果你现在还歇不下来，你要到坟墓里去歇吗？那时更歇不下来了。如果什么事情都不想做，就躺在床上休息。看经看不进去，坐禅也坐不久，那就躺在床上卧禅。不要觉得不安，一开始还觉得有点不安，天都这么亮了，还躺在床上，还有很多事要做。好好想想，真的有很多事要做吗？哪件事是一定要做的？没有事情需要你做。习惯于自己是个快要死的人。这个观照是和晚上我们在黑暗中坐半个小时是相应的，是同步训练的。晚上半个小时坐在黑暗中，在床上再躺一个小时，早晨在床上懒床一个小时到三个小时。这一天就过去四分之一了。

没有工作在家闲居的人，上午在床上就可以度过，下午再穿衣洗漱，然后喝茶，然后晒太阳，累了再躺一会儿。晚上可以去行行脚。下午都做好了，发呆也发完了，三点了去溜达溜达，这一天就是这样过来的，每天都是这样过，你能有啥烦恼？你不就是佛嘛。你不就是仙人嘛。我这样已经躺了五六年了，还需要继续深造。

如果不饿就吃两顿饭。你天天都是坐院子里发呆，没有啥消耗，你吃的会越来越少。而且你自然就吃素了，吃素是很简单的事情。你为什么要吃肉？你得干活，你得打妄想，你得烦恼，烦恼是靠肉食来补充的。你没有烦恼了，哪还需要吃肉。如果你还需要吃肉，肯定是还有很多的妄想。我们行脚累了，晚上可以吃点好的。

祖师禅讲记第二十四讲

上堂：我今问汝诸人，且承当得个甚么事？在何世界安身立命？还辨得么？若辨不得，恰似捏目生花，见事便差。

玄沙师备上堂给大众开示道：今天我问问你们各位，你们都抓到根本了吗？能不能有所承当？你的究竟安身立命之所在何处？你找到你的立足之地、你的根本了么？这是所有修行人共同的问题。就是我们学法多年，很长时间，还是不能安心，找不到根本。一问怎么样了？心里还是有疑惑。还不确定，师父，还差点，再等等，再过一段时间就好了。这个就表现出你求法、学法的心不切，还不知道生死可怖，不知道轮回之苦。我们能主宰的只有当下，明天、下一刻，你是没法预测的。

现在大家的身体还算健康，也还不是太老，你还有时间和精力坐在这里听法，但是明天就不知道自己会变成什么样子，这个谁也不能预测。还辨得么？这个辨得么，就是你有没有正法眼？你具不具法眼。祖师经常会讲具眼么？这个具眼就是具正法眼，正法眼藏，直指人心，言下便见。别人有没有修行，别人讲的哪有问题，你一眼便知，一看便知。如果你还不清楚，还是迷糊，那你会是什么样子？捏目生花，见事便差。什么叫捏目生花？就是劳累了，一揉眼睛，眼前冒金花，你把这个金花当成真的。还在执迷于幻境，看不到真实。见事便差，别人跟你说一句话，就把你带沟里去了。一跟你提什么你就信，一说什么你就信。什么事要根据自己的经验来判断，不能盲从别人的各种说法。不能听什么都当真，如犬逐块，见事便差。就像羊吃草的时候，鼻子碰到什么都往嘴里放，凡夫就是这样，听到什么都是真的。这有点热闹，哗就过去了；那有点事，哗又过去了。这叫见事便差，捏目生花，假的当真了。就没有点自己的主心骨，没有自己的主见，站不住脚跟，别人一带就把你带偏。带你的人是瞎眼，你也跟着走偏了。

知么！如今目前，见有山河大地、色空明暗种种诸物，皆是狂劳花相，唤作颠倒知见。狂劳花相，是《楞严经》里边的一个名相，就是捏目生花的意思。眼睛看东西看疲劳了，本来空中什么都没有，会看到金花。空实无花，病者妄执，非唯惑此虚空自性，亦复迷彼实花生处。所有的山河大地、色空明暗这一切的境界，皆是狂劳花相，虚妄不实。你不取著就没关系，你取著就是颠倒知见，就是狂劳花相，因为没有一个是实有的，它只是一种影像而已。你不取、不舍，这个没有问题。你贪取就会狂劳，就会受苦。

在外境上用功、造作、寻找，皆是徒劳无益，你在研究一种影像。不是修行。修行是向内观照自己的用心，不去投射概念，不分别自心境界。所做的一切功课，都与不取着自心这个关键点相应。如果不知道万法都是心意识折射出来的影像，生心取相，所以唤作颠倒知见。

我们对世间万物、人、事、物，所有的事情的这种贪著、这种执着，就是无明、颠倒知见。你不知道这是空劳花相，是病眼才看到的，所以是颠倒。生心就有，取相就有，心灭即无，离相即觉。只有觉悟的人、了达实相的人，才知道一切万法都是自心所现的幻影，他不会贪取，彻底歇下贪取一切之心。

夫出家人，识心达本源。识心达本源就是，了达万法都是自心幻影，唯心所现。不取自心，不分别自心，即得解脱。如果取自心境界，非幻成幻法，法身流转六道。故号为沙门。沙门是指真正的修行者、真正的出家人、真正的道人，这跟你剃不剃发、受不受戒、出不出家没关系。识心达本源，才是真正的僧人，是真正的出家儿。

汝今既已剃发披衣，为沙门相，即便有自利利他分。如今看著，尽黑漫漫地墨汁相似。自救尚不得，争解为得人？我们看玄沙师备禅师这段开示，我们也看到唐朝那个时代，学习禅宗，修行禅宗的大多数人都是出家人，那个时代是出家人比较多。这个时代正好颠倒过来，学禅宗的好多都是在家人。而出家人都忙着做佛事，虽然也标榜自己学禅宗，但是每天只知道打坐，跟禅宗了无交涉。打坐是坐不出佛来的，坐禅成佛，无有是处。闭着眼搁那一坐，天天搁那一坐，坐恒河沙劫都没有用。所以我不教别人用过多的时间去打坐。我就教你睁着眼坐着、躺着、呆着，专注的做事，好好地休息。直用我们的本性，直用你的六根，直接去做事情，应无所住而生其心，不打妄想地去做事情。只要你能心安，只要你能安心，做什么都没有问题。不会告诉你一定要怎么做，只要你心无执著、心无挂碍就与道相应。

这里就是玄沙师备禅师对当时学人的一种激励和警告。你们作为出家人，应该有自利利他的职责，也就是弘法利生的愿行。当时可能就是这个样子，修行的很多都是出家人，弘法也都是出家人去做，也有在家人，但是少。今天就不一样了，今天在家出家大家都在修行，都在弘法。弘法没问题，也不论在家出家，都可以弘法。但是首先你得自觉，自觉才能觉他，自利才能利他。自己不明实相，胡讲乱讲，是不能真正利益别人。如今看著，尽黑漫漫地墨汁相似，就是自己糊涂，还有无明，一问就什么都不懂，黑漫漫地，搁那一坐，眼一闭，问他什么，也说不清道不明。自救尚不得，怎么能够帮助别人。

仁者！佛法因缘事大，莫作等闲相似，聚头乱说，杂话趁过时，光阴难得，可惜许大丈夫儿，何不自省察看是甚么事？只如从上宗乘，是诸佛顶族。汝既承当不得，所以我方便劝汝，但从迦叶门接续顿超去。此一门，超凡圣因果，超毗卢妙庄严世界海，超他释迦方便门，直下永劫，不教有一物与汝作眼见，何不自急急究取？未必道我且待三生两生，久积净业。

我们学祖师的法语，其实就是对禅宗建立信心，对佛陀的正法眼藏有清楚的认识。对佛在临涅槃时所开示的究竟了义实相，对真正的佛法，也即如实修行，建立信心。而不是迷于佛陀的文字方便法。祖师说法，句句不离实相，已经把所有的方便、葛藤都给你砍掉了。大家也是经常看我写的文章，也是经常听我音频开示。可能有的人会觉得，他这个人怎么敢这样讲，这讲得对么？我们看看祖师是怎么讲的。佛法不是某个人独创的，他是实践者自证的真理。自古圣贤、觉悟之人都是一脉相承。所以祖师们在给学人开示的时候，经常时不时地提醒学人，要珍惜时光，不要蹉跎，不要每天尽在妄想烦恼中度过，好好地用功，好好修行，不辜负难得的人身。谁肯付出时间，谁踏踏实实地做功夫，谁得解脱。所以不要作等闲相似，觉得这个事情可有可无。世事就像梦幻泡影，人们却把那些事情看得很重。我们在座的都有这个问题，要是没有这个问题，大家早就成就了。都是把芝麻当成西瓜去抱，把瓦砾当成黄金去对待，把世间的俗事看的比修行重要。口口声声说我要学法，我要学禅宗，但是一到实修的时候，就退缩了。哪头轻哪头重，大家都分不清。本能的就把那些没用的事情放在了很重要的位置上。这叫将佛法作等闲相似。就是你嘴上说佛法很重要，修行很重要，可是你的实际行动、你的本能、你的动机已经表明了，家人重要、俗事重要、工作重要、自己的享受重要。只是坐在那里半个小时，练习一物不为，你就不愿意坐。拿棍子赶着你，逼着你，你才坐一次。修行需要自觉，你坐不下来，就安不了心。你坐住了，就把你的妄想心彻底坐死了。不然的话它就跟猿猴似的，这摁一会那摁一会，它总是起来。为什么叫调御丈夫？调御丈夫就是调伏自己的妄想，调伏自心生起的猿猴、吃庄稼的牛，调伏久了它就听话了，它就不犯苗稼，烦恼就无由生起了。但是这得调伏久了，你要好好地调伏、调御自己，做自己的调御丈夫。调御丈夫不是讲佛，是讲我们自己。每个人都要做调御丈夫，降服自心，善护念。

聚头乱说，杂话趁过时。这个也是过去修行人的一个通病。大家没有功夫，多少也学了祖师的一些知见，但是没有真实功夫。祖师说要做绝学无为闲道人，要闲着，他闲不住，闲不住干嘛呢？尤其都是出家人，也确实没事干，你让他去独处、牧牛，坐那儿去练一物不为，他觉得无聊。那干嘛？聚头乱说，说杂话打发时间。趁过时，就是打发时间。大家在一起叽叽喳喳说点闲白儿，时间过的很快，是不是？你那个大事办了么？你安身立命了么？你的恐惧、挂碍、颠倒消除了么？如果你确实这些都没了，你会带着别人讲话么？

你们看我每次讲完法，我会带着你们在那叽叽喳喳说个没完么？每次跟大家在一起，我都要提醒自己，赶紧离开。其实我回去也没事做。每次都是不到九点就走了，八点多讲完法，稍微说几句。因为你一不小心，就会掉到戏论杂话里。大家在一起说话多开心、多充实，省得一个人坐那儿怪无聊的。可是你没有功夫，没觉知，有人陪你说话的时候，你觉得开心。没人陪你说话的时候怎么办呢？别人能永远陪你说话么？永远陪你的只有你自己，只有独处和无依。所以你不养这个功夫行么？就跟孩子学走路似的，能总扶着你走么，早晚有一天你得自己走路吧。所以修行一定是靠自觉，有俩人在那儿说闲话，没关系。你也不要去提醒他，哎，你少说话，不要去提醒。他说话是他的因缘，是他的事。就算你提醒了，你不可能总提醒同修，他如果没觉知，他会不停地说。你看到了，然后你走开了，这是你的觉悟。我们每个人做任何事情，都先管好自己，不要去干预别人。他在这儿讲话了，你过去劝他，哎，好好牧牛，不要带头说话，谁会听你的？他没有过失，你有过失。你没有必要讲这句话，你直接走开就好了。最后大家从这过，就这两个人讲话，大家都走开，可能忽然他就会发现自己在说闲话，会惭愧，然后就散了。

这个东西永远不需要别人管，需要自觉。一天精进下来，偶尔的说说话，大伙累了，行脚回来，聊会儿天，不为过。但你不能隔一会儿就说一堆闲话。千万不要养成说闲话的习惯和习气，不要经常的聚在一起，说个没完没了。

你们好多人在一块比较有缘，说得到一块儿，在一起很默契，就总往一块聚。这可不是道人的风格，不是道人的特点，道人是没有这种习气和毛病的。道人就是爱独处，自己和自己呆着。他绝大多数的时间都放在独处上，没有朋友，没有闺蜜，没有相好的。情执这个东西不见得是男女之间，有的同性之间、父子之间、父女之间、朋友之间，这种情执更深。尤其现在年轻人，好多都不结婚，就是跟闺蜜在一块，跟朋友在一起。我们可不要有这种倾向和习气。已经成为夫妻的，在一起学法、共修，更要注意这个问题，不要总是粘在一起，互相依赖。今天为什么是末法时代？就是因为这种现象太多。好多学法的都是夫妻，这在过去是无法想象的。在祖师的道场，也不允许居士成双结对地来参学求法。成双结对在一块修行，滑天下之大稽。因为解脱是个人的事，它没办法俩人在一起。两个人在一起除了无事生事，除了互相关注，还能有什么？你看我一眼，我看你一眼，你控制我，我控制你。你担心我修行不行，我担心你修行不行。你替我操心，我替你操心，这是干嘛呢？把心思都用错了地方。这是修行吗？打着修行的旗帜，做可笑的行为。

夫妻偶尔在一起说个话，这没关系。但你不要老拿眼盯着他。你们在座的基本上都是能配成对的。现在独身的人，一定要珍惜你独身的机会，千万不要再找了，找的全都是你的无明和烦恼，全都是控制、担心、麻烦。师父，既然你这样说，我不学禅宗了。这个可以，你不学禅宗，这个没问题。你学禅宗就要独立，一定要独立。从内心把所有你认为重要的人都删除，删除的干干净净，你就解脱了。为什么不解脱？被某个人拴住了，能解脱吗？心里不要放任何东西，你放丝毫的东西它将来都会爆炸。放进去容易，给它请出去就很难了。

因爱生于忧，因爱生于怖，若离于爱者，无忧亦无怖。这是佛说的，希望大家都能谨记在心。内心无牵无挂、空空如也、一物不放，那才是真正的安宁。因为那才是实相，才和本性相应。道心如果强，你肯定喜欢独处，你不会放任自己去粘着什么。没事三五个聚在一块，聊的还挺美、还挺开心。光阴难得，可惜许大丈夫儿，就是时间是很宝贵的，不能每天浪费生命。我们得这个一期的生命，非常的难得。我们作为一个出家人，不行出家人的事情，为什么不自省？静下来好好反思什么才是重要的事情，才是你的本分？什么才是你真正要做的事情？明了实相，解脱一切的烦恼、一切的束缚。为了这件事情，我可以吃一切的苦，受一切的寂寞，挨一切的孤单，遭受一切的误解、诽谤打击，都无所谓。只要我能够彻底的安心，解脱无始劫的生死无明，活出真性来，不管做什么，我都愿意。

我们自己都反观一下，我们为了这件事情牺牲了多少？这个舍不得放不下，那个也舍不得放不下，就没有一个你真正放下的。有的人跟我说：师父，我已经放下很多了。你放下很多了没用，你那根儿根本没放。就像你放风筝一样，师父，我这风筝放了很远很远的了，我几乎都要把它放下了。但是你的手还是牢牢地攥着线，你放的再远有用么？你放的再多，最根本的没放下有用么？

什么是最根本的？有求之心。一切佛法总不用学，唯学无求无著。你放的都是鸡毛蒜皮的小东西，你要把你对生命的执着放下，把你最疼、最爱、最珍惜的东西放下。这根主线放了，风筝就离开你了，它就不会拴着你了，你就自在了，它也自在了。所以这跟你放下多少没关系，跟你放的对不对，放没放根本的执着有关系。

只如从上宗乘，是诸佛顶族。从上宗乘，是指禅宗的手段和特点，禅宗强调的就是直指人心，见性成佛。诸佛顶族，就是超佛越祖，没有极限。所谓的无见顶相。你看不到佛的头顶。为啥？佛顶是法身，法身无边畔，你怎么见佛顶？佛顶超心意识，超一切有为、一切形象。如果你承当不得，那我只能方便劝汝。这个承当不得，就是你自己悟不到，不能言下便了，那只能听我唠唠叨叨，每天唠唠叨叨。我会劝你好好用功。从迦叶门接续顿超去。你们好好学习禅宗，把佛陀的正法眼藏延续下去。因为禅宗是佛传给迦叶，又一代一代传到今天。

好好地学祖师留下来的东西，看看迦叶是怎么悟道的。学这个顿悟法门。当顿悟法门从我嘴里讲出来的时候，已经没法儿顿悟了。可是你们这些人，自己不能言下见性，总是拖泥带水，那也只能劳诸佛祖师给你讲一些方便的东西。此一门指禅宗。超凡圣因果，越毗卢妙庄严世界海。这是在讲禅宗的特点，高超，绝妙，无与伦比。希望将来有一天你能够言下顿了本心，一切烦恼顿除。这一门超凡圣因果，不立凡圣，超越因果，也没有佛，也没有众生，也没有什么因缘果报。越毗卢妙庄严世界海。连法身都不立。超越了一切的方便、等级，也不立什么十地、等觉、妙觉这些阶位。

超他释迦方便门，直下永劫。直接超越教下的所有的法门和方便。以前我们都会听到这样一种说法，现在大家可能也有这样的见解，是说佛教不是迷信。只要有人说佛教是迷信，我们就会反驳：佛教不是迷信，佛教是真理。现在我告诉你，佛教是最大的迷信。如果你学习禅宗，你想了解实相，不要相信佛说的任一个字，佛教是最深最大的迷信。真正的佛教是什么？佛什么也没教导，这是真正的佛教。你相信佛说法，你在谤佛。你相信佛有法教导众生，你是迷信，不是佛弟子。如果佛有一法可教，那一定是迷信，那一定是方便说，不是实相。六祖大师说，我若有法与人，即为诳汝。只是随方解缚，假名三昧。空拳诳小儿，黄叶止啼而已。从当下一直到未来际，都不会给你一个东西，让你去见，让你去把握，让你去捕捉，让你去认识。这叫不教有一物与汝做眼见。永远不会让你去学个什么，也就是没有法可得。

超佛越祖的这样一个法门，它真不是凡夫俗子，以俗情，带着这么多的烦恼，这么多的挂碍，能够去体究，去学习的。而且还有的人经常跟我讲：师父，再过一段时间会好的，水到渠成。你这个渠挖的时间也不短了，我看不见水进来呢？连个水珠都没有诶。师父，快了，已经看到湿泥了，这个井水快挖出来了。快挖出来没用。你跟祖师了无交涉，祖师这一门是言下顿悟，言下见性。何不自急急究取？为何不把所有的事都放下，立刻把这件事搞定。就是只做这一件事情——歇着，把你所有的妄想、有求之心都除掉、歇掉、歇下来。你坐久了，在黑暗中坐久了，好好练习一物不为，自然全都明白了。

每天晚上睡觉之前，坚持坐半个小时到一个小时。太原孚上座的公案我们讲过很多次，他一听那个禅者给他开示，立刻就从晚上坐到三更，至少得坐三个小时。如果从十二点坐到三点也要三个小时呢，如果是从十点坐到三点，那就五个小时。在黑暗中坐着，不能闭眼。这个东西一定得自己去操练，实际去做。不是想出来的，真理不是想出来的。这个很简单，就跟你蒸馒头一样，跟你做面包一样，跟你第一次做面条、炒鸡蛋一样，别人讲的天花乱坠，你自己想的再好，不如亲自动手做一次。做两次做三次，就熟了，你就会做了。修行一定是亲自去行。千万不要说：我再来两三生，我就解脱了。上一世你就这么讲的，落到今天这步田地，一世不如一世。这一世修不出去没关系，我给自己降低点要求，我下一世再见性。你好厉害。我好好积功累德，植众德本，佛也说了，要在无量恒河沙佛前植众德本，才能够成就。那都是佛不得已讲的。我们学习禅宗，要有大精进力，大出离心，大勇猛心，才能因缘会遇，言下见性。

为什么长时间的坐着，还不许闭眼？就是看看自己有多少妄念，清楚地观察妄念。你看着自己有什么念头出来，只是看着它，到底是真实还是不真实，你就找那个我。二祖在达摩那里，觅心了不可得，你以为他坐了半分钟就觅心了不可得了么？他肯定是坐了很久，只不过那段对话里边没写着他坐了三个小时、五个小时、三天、几天，没写。将心来，吾与汝安。弟子觅心不可得。肯定觅了有一会儿。你见不了实相，是因为你不能够深入观察，不能行深般若波罗密。你坐不住，静不下来，你的无明就会障碍你，本性的般若智慧就不能起用。你坐住了，妄想、所有的东西慢慢就如尘埃落定了。就像一杯水，放时间长了，所有的杂质自己会沉下来。人也是，你坐住了，这时候妄想、分别、执著，就会很清晰地浮现出来。它浮现出来，你再看着它，你会看到都是妄念，都是妄念，最后它自己就消失了。因为妄念是没有体性的，它是没有根本的，它一定会消失。

祖师禅讲记第二十五讲

玄沙师备禅师的法语开示比较长，那我们在继续学习玄沙师备的法语之前插一段大梅法常禅师的经历，也就是我们昨天行脚的时候，给大家稍微讲了一小段。关于“摧残枯木倚寒林”这个偈子，它体现了一个修行人一种恒常的心态，一种大休息，世间偷心死尽的心态。我们这段时间一直在练习一物不为，练习“牧牛”。为什么这么多人都不愿意做这个功夫？就是因为它很枯燥，它很无聊，什么事都不让你做。其实这种状态是道人悟道之后的一个心境的体现，是一种常态，而我们直接就去这样练习，当然就会变得很难。

我们看《祖师禅》三百一十一页大梅法常：“刚被世人知，又移居深山。”

“大梅山法常禅师者，襄阳人也，姓郑氏，幼岁从师于荆州玉泉寺。初参大寂。问：如何是佛？”他很小的时候去荆州玉泉寺参大寂，大寂是谁呢？大寂是马祖。他到马祖那里就问：什么是佛？马祖回答：即心是佛。梅即大悟，遂之四明梅子真旧隐缚茆燕处。开悟之后他就去了四明梅子真这个地方隐居。旧隐，就是隐居的地方。缚茆燕处，缚茆，就是结屋，盖房子。燕处，就是燕居，过隐居的生活。到大梅山去隐居了。我们看古人的根基，开悟之后一个人就去住山，没有人告诉他应该怎么修，怎么保任，怎么做，干些什么。因为他自己都知道。所谓开悟，就是非常清楚，所有的事情都是空中花、水中月，你再去造作多久，都没有丝毫意义。只有不觉悟的人才会去再造作，心才会不死，开悟的人一定是死了一切的心，随便找个地方一呆，能吃，能睡觉就可以。

我们今天学习大梅禅师的这段经历，就是为了激励自己，过去我们做不到，现在我们能做多少就做多少，能学多少就学多少。

“唐贞元中，盐官会下有僧，因采拄杖，迷路至庵所，问和尚在此多少时？”唐朝贞元年间，盐官会下有个僧人迷路来到大梅这里。盐官是禅宗的一个很重要的祖师，他也是马祖的弟子。盐官会下有一个僧人，因为采拄杖子，迷路了，正好遇到大梅禅师，向大梅问法。拄杖就是给和尚方丈用的手杖。他问：和尚在此多少时？梅曰：只见四山青又黄。山青了又黄，至少有几年了。青的时候就是春天，黄的时候就是秋天，那就不知道几年了，好多年了。又问：出山路向甚么处去？梅曰：随流去。就问他怎么出大梅山？他迷路了嘛，所以向大梅问路。大梅禅师就告诉他：你沿着溪流走就能出去。“僧归举似盐官。官曰。我在江西时，曾见一僧，自后不知消息，莫是此僧否。”这个僧人回到盐官那里。“举似盐官”，就是把这个事情告诉盐官禅师。盐官就说道，我在江西时曾看到一个僧人，自从那次之后就再也没有他的消息。一般人是不会入像盐官这样的大禅师的法眼。如果祖师说，我在哪里遇见一个人，对这个人有印象，那这个人一定是个伶俐的学人。当时盐官就记住有那么一个僧人，见过一面就找不到他了，莫是此僧否？难道就是这个人吗？遂令僧去招之。然后就让这个僧人再去找他，有让他出世的意思。

大梅答以偈曰：摧残枯木倚寒林，几度逢春不变心，樵客遇之犹不顾，郢人哪得苦追寻。这是我们昨天给大家分享的，只是一半，后边还有：一池荷叶衣无尽，数树松花食有余。刚被世人知住处，又移茅舍入深居。他以一个偈子来表明自己出世的心意已决，不会跟他到世间住什么寺庙啊，共修啊，甚至弘法，以表这种决心。他说他的心啊，就像枯木与寒林一样，几年都没变过这种心境。连砍柴的樵夫看到他都会把他当做一个死人一样，不会多看他两眼。至于说其他人，郢人是指当地的那些学法之人，和对他感兴趣的人，你们就不要再找我了。

我们看下边啊，一池荷叶衣无尽，数树松花食有余。现在看来也没那么多感触，但是如果是过去看到这些真的是很感慨，很感动。他穿什么？穿荷叶做的衣服。就像过去在江边钓鱼的人，弄一些草编织成蓑衣当雨衣。他是一池荷叶衣无尽，就是我的衣服穿不完，有荷叶在。数树松花食有余。吃什么？吃松籽。数树松花，有几棵松树就够了。这里的松花，可不是我们说的松花蛋啊，那个你就想多了，不是松花蛋。他要是吃松花蛋，就没有必要穿荷叶的衣服了。

我们再看看自己的道心，比一下就知道了。很惭愧是吧？光惭愧，行为上没有改变，没用。让你多来几次禅堂，多听法，你都觉得亏得慌。这值得吗？天天奔禅堂跑，天天啥都不干，就围着你转，天天听法听法。让我们听法，就是不让你去搞五欲六尘。你不听法，如果没有烦恼那还行，你天天烦恼一大堆，还不听法，不明白实相，迷在幻想里面，天天用生死心去面对世间乌七八糟的事情，能不痛苦么？

你要有了智慧，有了修行功夫，能随时随地运用出来，就不用听法了。你又没有那功夫，也没有那见地，到这么好的禅堂来学法，鸟语花香，这么好的季节，你还不心甘情愿。还给我来一句，师父，我豁出去了，有什么大不了的，这次禅七我就参加了！（众人大笑）你豁出你什么了？让你损失什么了啊？你真是的，哈哈！唉！头发烫的还挺卷儿，颜色也蛮鲜艳。就是脸皮有点厚。你家里人要是听见我天天这么奚落你，一定立刻把你叫回去，哈哈哈！

我们看大梅法常禅师，他刚被世人知住处，又移茅舍入深居。他不愿意被人家知道自己的住处，而我们是拼命的想找人多的地方去凑热闹，是不是？行个脚还得两人结伴去，登个山还得两人结伴去。我们看古人的这种精神，哪怕我们学一半呢，学十分之一也可以啊，你也就成就了。

为什么我们要插这么一段进来？因为有的人还是不习惯独处，不习惯一物不为，不习惯没有事情干。抑郁症患者是怎么得病的？就是不习惯无事，没办法独处，一定找个抓取的东西，但又找不到，就会抑郁。你没有经历过这种无聊和独处，如果能早习惯它，早适应一物不为，你就会早解脱。你这个时候呢，还算精力旺盛，虽然已经五十好几了，但至少你没有老眼昏花，你神志还清醒。等你六十几岁，七十几岁，你再做这个功夫，你就做不上去了。那时，你控制不了自己的妄想。这个世间最可怕的事，是人到老了，人死了，心还没死。那便是轮回。如果你活着的时候，就把大事办了，心完全歇下来，轮回就结束了。不必等死后结束轮回。出轮回是眼前的事，是当下的事。如果你从现在就开始熏习，开始练习，等于你从五十岁到六十岁、七十岁这么多年，你在熏习善法，修习解脱法，这是在真正熏习净业。如果你不这样练习，那你这十年，这二十年，你会去做什么？你一定会去造作，去继续贪着六尘境界，在有为里面迷失打转，你自己不知不觉，还以为你也在听经闻法，也在念经，也在打坐。但是你其余的时间呢？仍然在是是非非里面，人我不断，因为你没练习无依和独处。修行对你来说，只是一种陪衬，不是主业。世间的事情你没有放下多少。为什么这么多人修行，没几个得道的？因为大家都是杂用心，用生死心修道，不相应，所以就没法解脱，你也赖不到谁。

有的人学佛几年了，接触禅宗也很久了，也一直在打坐。然后忽然有一天，他就会问你一个问题，比如我丈夫又喜欢别人了，自己儿子干嘛干嘛了，反正全都是这些俗事，他就掉进去出不来。他学的一切完全没有用。学佛多少年，就无法从亲情的困扰里走出来，一直在里面转。有的人学法的见地很清晰，但是就是被情所困，被家人捆绑，不得自由。

这个时代很奇怪，大家带着这么多烦恼，全都挤破了脑袋来学禅宗。更怪的是，天天有人在这里大张旗鼓的讲啊讲啊，没完没了的这样讲啊讲啊，开学授徒，建禅堂，弄道场，每天发公众号文章。也看不到一点点教学效果，还这么拼命的弘法。怪不得有些出家人看到我，都感到惊讶，你这一个人在这儿瞎忙活什么？这个时代，你居然还带人学禅宗？面对这样的议论，我也只能面壁无语。

我们看大梅法常禅师的行持，他出世的精神，我们学一点点就可以。至少我们以后不要再买那么多衣服了。没人逼着你去用荷叶稻草当衣服穿，但是你不要再买新衣服了啊。过去祖师还会穿纸衣，有一位禅师，叫纸衣道人。古人经历这种寒暑，就是为了锻炼自己的身心和道心。过几天天热了，咱们继续行脚啊，我们就是在各种不同的天气下训练自己。把自己的妄想、贪求、习气都磨没。把那些娇生惯养的脆弱的习气磨没。不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香！

所以我们一定要用古人的行持来激励自己，不然的话，我们学习古人什么呢？古人生活非常简单，所以妄想烦恼不起，道心愈来愈坚固。我们平时吃的东西也要简单，别老叫外卖，自己煮点稀饭，炒个青菜，有碗面就行了，很简单的。修行先从吃的简单开始，然后穿的简单、朴素一点，用的简单一点，你的生活费用就低，就不用累死累活的去赚钱。有些人说，那家人呢？你非要为他们活着，那就没办法了。

如果你这个道心坚固的话，你就会逐渐了解实相。你生活会越来越简单，你不需要伴侣，不需要人照顾，也不会得重病，你也不用存钱养老，更不需要上医院，甚至连买棺材板的钱都省了，因为那是别人的事，你负责死，别人负责处理你。我已经劝过大家了，都不要给自己买墓地。你值得有墓地吗？你的一生充满了耻辱，哈哈哈！你还立碑，让别人祭拜你？谁会去祭拜你？我带头，第一个不立碑。你们在座的，到时候有的还活着，我死的时候，不要给我弄墓地。烧了之后，用马桶冲走。人们太傻了，活着的时候不知道这个身体不是自己。死了之后，还不知道这尸体不是自己。有的人为自己死后计划种种，太可笑了。计划了一大堆怎么安置自己。那跟你没关系了，那就是一把灰，跟你半毛钱关系都没有了，知道吗。你早就不在这个世界上了，只是你误以为你存在而已。不仅你死时不在了，你活着的时候就不在了。这个你要明白了，还能有啥能困扰你，还能让你烦恼。

住山我不建议大家去，永嘉大师说，不悟道，住山被山碍。悟道了，住哪里都是住山。心远地自偏。但是你可以给自己创造一些机会，去一些阴森可怕的地方坐禅或独处。或者是到杳无人烟的地方去打坐。你不要担心别人会劫持你啊，你又老又丑又没钱，谁会劫持你？谁会欺负你啊？多去那些荒郊野外走走，一个人，最好是黑夜，下雨的时候，打把伞去走走。

我们再翻回第三百三十三页，继续看玄沙师备禅师的开示：“仁者，宗乘是甚么事？不可由汝用工庄严便得去，不可他心宿命便得去。会么？只如释迦出头来作许多变弄，说十二分教，如瓶灌水，大作一场佛事。向此门中用一点不得，用一毛头伎俩不得。”

我们看祖师这一段话已经开示的很明显了，这就是禅宗的见地和修行，一切有为法完全不相关。禅宗所谓的一大事，是什么？就是你用任何功夫都没法庄严他，你修一切行都修不到他，都是白白的用功。你有六通，你有三十二相，完全不相干。你有他心通、宿命通，你坐脱立亡，想什么时候走就什么时候走，了不相干。明白吗，会吗？听明白了吗？祖师问学人。就像释迦牟尼佛，我们都知道，经教里写释迦牟尼佛能够现大神变，有大神通。不仅佛有很多神通，很多菩萨，比方说法华经里面的药王菩萨、药上菩萨，会在虚空里现种种神变。能够身上出火，身下出水。药王药上二菩萨为了度他的父亲而示现神通。他父亲不信佛，他就是示现神通来度他的父亲。

就是说，即便你亲眼见到释迦牟尼佛示现大神变，看见文殊普贤骑着白象拿着宝剑，看见弥勒菩萨，看见西方极乐世界，看见阿弥陀佛给你放光，你说十二分教一丝不差，如瓶灌水，讲法讲得非常完美，那都与禅宗了无交涉。大家都知道阿难，佛讲过的经，阿难听一遍就全部记住了，一个字都不差。如瓶灌水，水整个倒出来，一滴都不漏。就算你大作佛事，度无量无边众生成阿罗汉、辟支佛，所有众生都发菩提心，这全是笑话。如果在此门中谈及这些，也就是说在禅宗上，这些都毫无意义！你如果想学禅宗，一点有为的东西，都用不上，都不能求。

“知么？如同梦事，亦如寐语。沙门不应出头来，不同梦事，盖为识得。”这一切都是有为，都是梦中佛事，佛讲的三藏十二部就像说梦话一样，真正的沙门没有你冒头之处，没有你下嘴处，没有你用功处。禅宗修行，要识得根本，认识本性而已。这才是首要的，其他都不重要。

“知么？识得便是大出脱、大彻头人、所以超凡越圣，出离生死，离因离果，超毗卢，越释迦，不被凡事因果所谩，一切处无人识得。”

这个识得就是识得本心，彻见本性。那师父，我确实还有一些东西没法割舍，放不下，你是没有真正认识本性，你没有看到真实。看到了真实，虚幻的自然不会再执着。就像是玩古玩，你收藏了很多赝品，而你不知道，以为都是真的，当成极宝贵的东西来供着。外行人一看，真好这些东西，心里很喜欢，很贪着，也想得到这些古玩。明眼人一看，没有一件是真的。你为什么收藏这些假的东西呢？是因为你没有见过真的。你见到真的，就知道假货是什么样子了，一比就知道了。你真正见到实相了，就再也不会贪着幻境。你贪着幻境，一定是不了解实相，不认识真相。知道不代表认识，看别人做过，自己没做过不代表你会。你亲自做过，那才为会。如果你真正识得本心，见得本性，那就是大出脱，大解脱。大彻头人就是彻底解脱之人，不被凡圣因果所欺骗，一切处都无人识得。

维摩诘说，夫坐禅者，于三界不现身意。我们每个人都可以如是坐禅。就是你的心意识没有一个地方可住，没住在一个事物、一个人上，也没有什么东西可贪，没有什么地方可停留。当你不住在一个东西上，这时就是无心，三界都觅你心识觅不得。可是你贪一个东西，你爱一个东西，你的心就会有所住，你的心识就会被觅到，就于三界现了身意。

慧忠国师有一段公案。三藏大耳从印度来中国，他有神通，他和慧忠国师比试。前两次，慧忠国师有意让自己的心住在一个地方，他现出自己的心意识来了。这个三藏大耳禅师确实挺厉害。他有神通，就说你去了哪儿哪儿，前两次都说对了。第三次，慧忠国师问：你看我在哪？大耳找不到慧忠国师了。这就是开悟见性的人，他能于三界不现身意。一切处无人识得，就是心无所住。这个心无所住，就是金刚经中所说的应无所住而生其心。不是不生心，不是死物，而是无住生心，生心无住。于一切处不生住着心，生不住心，并不是断灭，不是什么都不想，就是没有痕迹，如鸟飞空，如水上画画，没有痕迹，没有住着。所以一切处无人识得。也是药山禅师所说的千圣亦不识。

“汝知么？莫只长恋生死爱网，被善恶业拘将去，无自由分。”从古以来祖师就会破学人对善恶的执着，只不过没有讲的那么详细。因为古人根基大利，一听就明白，不用细讲因果，他们全都通。可是我们就不一样了，染污的重，天天玩命的跟他讲不要执着善业，不要去造恶业，不要执着去做好人，别总想做一个通情达理的人，不要去执着，他不忍心不去做善事，他会执着做善事，那样他才心安。让他拒绝一个人都很难。为什么不能执着善恶？因为全都是所依。因为你需要，你依赖，所以你害怕拒绝。如果你心一横，我什么都不需要，你谁都敢拒绝。

学禅宗先要学独立，先要做一个自由人，至于说你这个解脱的道理，见地啊，很简单，但是真正放下执着和挂碍就很难了。先从你的家亲眷属对你的控制开始出离。先从这种绑架中超脱出来。不是要让你跟他们吵架，就是你们谁也别想控制我。我愿意做什么就做什么，谁也别想管我。谁管我就跟谁急。一个人执着你，你怎么对他，他都会离不开你。你不需要离开他，只需要跟他保持好不远不近的距离。如果你不冲破这些俗情，这些善恶爱业，你解脱不了，无自由分。

“饶汝炼得身心同虚空去，饶汝到精明湛不摇处，不出识阴。”这就是我以前总跟大家讲的，你有任何的境界出现，都不出识阴区宇，都不出意识。你看到了大光明藏，看到了诸佛都为你摩顶授记，了无交涉。到“精明湛不摇处”，就是很多人讲的灵灵觉知，二边俱泯，三际忽断，一心不乱的时候，他看到了自己的灵灵觉知，一念不生，只剩一个灵灵觉知，他觉得那个就是佛性，错了。那是你的妄想。

“古人唤作如急流水，流急不觉，妄为恬静。”古人也是一直做这个工作，给学人指出修行见地上的歧路。会把错误的地方告诉你。就像急流水一样，不觉之中，妄以为是恬静。什么叫流急不觉？其实并不是没有念，只是你看不到自己微细的念。你觉得自己已经一念不生了，觉得自己已经默契于寂静了。这个寂静，其实是你最大的一个妄念。你以为对境完全不生心，赤裸裸，干干净净的，孤零零的，只是一个觉明。他不知道，这是他的一个妄想，他还没有真正识得本性。就像卧轮禅师的偈子所说的：能断百思想。那并不是功夫，那是错用了心。不识本心，是认贼为子。

“恁么修行，尽出他轮回际不得。”如果你那样修行，把一个虚妄境当成真实，把一个赤裸裸的静相当成本性，当成实相，当成解脱，那出不了轮回。多少人都迷在寂静的境界里面，感觉非常的寂静，什么都没有，那就是开悟。那不是开悟，那是脑子进了雾。经常有人和我讲，他会有很长一段时间，感受到非常的寂静，没有我，没有我所，能所俱泯。然后他后面来一个，师父，以后该怎么修？你都无我无我所了，都了了清楚了，怎么还问下边怎么修呢？你有再好的境界，不识本心，学法无益。你还有无明，就无法解脱。要么你自己不知不觉，没人告诉你，你就会去守那个东西，可是那是假的，你守它就错了。守三大阿僧祗劫都是妄想，恰恰被这念守什么的心所束缚。全都在妄想里，自己不知道。

“依前被轮回去。所以道：‘诸行无常。’”就是你的修行，你的一切的境界都是在诸行无常的范围里。但凡你说的出，描绘的出的境界，一种状态，一定是虚妄的，因为任何的状态都不住。

“直是三乘功果，如是可畏。”什么是三乘功果？阿罗汉果、辟支佛果、菩萨果，乃至于佛果。三乘里菩萨乘和佛乘是一个意思。菩萨果就是佛果。佛果是最大的妄想，释迦牟尼佛成佛，是世间一个最大的骗局和假相。没有佛成佛，那是梦境中的幻事，是捏目生花，妄眼所见。你妄眼妄识看到一个人成佛。凡所有相，皆是虚妄。如果你还有这个知见，还持有释迦牟尼佛是真佛，那你永远不能见性。执着释迦牟尼佛，执着佛是佛，就是我相、人相、众生相、寿者相。可是，如果你要和学佛的人说，佛没成佛，佛根本就没开悟，他认为你是疯子，他也听不懂。

早年三五年前，我在河南的时候，有个女居士问我关于佛陀的事情，我和她讲，两千五百年前释迦牟尼佛并没有成佛。实相里从来没有释迦牟尼佛出生过、修行过、开悟过、证道过、涅槃过。她听不懂，她就给我讲历史，讲佛陀的故事，讲了很多佛的神通和智慧。你看佛多么慈悲，还发心出家，修道度众生，三十二相。你给她讲这，她给你讲那。说不到一起。她没问题，只能说我自己有问题，不知道看根基说法。她给我讲，我们再修多长时间，就会像佛那样成佛。

这个三乘功果就是声闻乘、辟支佛乘、佛乘，所谓的证果，是空拳诳小儿，全是虚妄不可得的。在祖师这里，全都成为笑柄。但是你要和不懂的人一讲，啊呀，他们会认为你修偏了。他们认为，须陀洹果就已经是大圣人了。禅宗都是胡掰，禅宗连须陀洹果还没证得呢，不懂的人一听，好像也挺对的啊，须陀洹果那是佛陀时代才有的啊，现在哪有人能证须陀洹果？确实很难证啊。更别说十地菩萨、八地菩萨，你这一张口就是十地都没见性，太狂妄了吧。

多少人都跟我讲过，禅宗彻见本性，刚到初地。跟这些人就不用讲了。哈哈哈！可是你要真的不明白实相，你也会这样认为。我过去就认为祖师和佛还差的很远呢，写了一篇论文，洋洋洒洒，叫大方便论，论佛陀的智慧方便。后来明白了，赶紧就撕了，还送给别人几本，又都要了回来，别贻笑大方。哈哈哈！我打印了四份，给了我四个徒弟，后来觉着不对，赶紧要回来，哈哈！那是我在以前寺院发生的事。

那时就是信了很多知见，就是一定要行善，行善行到极至，就会成佛，还是落在分别里。认为佛就是至善的，是最高的，没有人能达到，不识本性。这些都是有为的思想，自己的分别意识。黄檗禅师说，就算你成释迦佛，那也是个声闻佛，你修三大阿僧祇劫，修成一个圆满报身佛，那也是假佛。祖师们非常幽默而有智慧，编出一个声闻佛的概念来。佛就是佛呗，还来一个声闻佛。其实还真是声闻佛，为什么呢？除了真如佛性，哪有真佛呢？不是真佛，可不就是声闻佛。声闻佛，其实就是假佛的意思，并不是有个声闻佛。报化非真佛，有相的都不是真佛。

所以那些惦记着还想修出什么来的人，死了那个心吧。你能修出个啥来？“如是可畏。”还有这样的知见的人，很可怕。如果你还执着三乘道果，那真是太可怕了，三大阿僧祇劫就是给你准备的。

“若无道眼，亦不究竟。”所以，你见法不透彻，方向就错了，肯定是解脱不了的。“何似如今薄地凡夫，不用一毫功夫，便顿超去、解省心力么？”你证得了斯陀含果、阿那含果、阿罗汉果、辟支佛果，你甚至证到了十地等觉妙觉，还不如一个凡夫，一丝毫的功夫都不用，言下见性，顿了本性，顿超脱去，多省心力。“还愿乐吗？”这个是不是挺诱惑人的，大家都冲着这一点来学禅宗的，都冲着顿悟顿超来的。这个是很直接，但背后你要付出的东西很多，也很吓人，你准备好了吗？

“劝汝我如今立地待汝构去，更不教汝加功炼行，如今不恁么，更待何时，还肯吗！便下坐。”

“立地待汝构去。”就是你听明白我讲的，言下相应，就顿超去。我没有什么可教你的，我不会教你怎么用功打坐，怎么诵经。有的人执着要坐多少座，真的是了无交涉。言下不顿悟，你更待何时？这叫“如今不恁么，更待何时。”你一念心驰向未来，未来心不可得，你一念心不觉，你又吃草去。“还肯吗？”你相信无始来这个最根本的吗？你有信心学最上乘法吗？愿意学这个顿超法门吗？愿意做牧牛的功夫吗？

祖师禅讲记第二十六讲

“上堂：’汝诸人如在大海里坐，没头浸却了，更展手问人乞水吃。夫学般若菩萨，须具大根，有大智慧始得。若有智慧，即今便出脱得去。若是根机迟钝，直须勤苦耐志，日夜忘疲，无眠失食，如丧考妣相似。’”在大海里坐，整个身体都泡在水里面，还向别人要水喝。活生生的一个佛，还去找佛，还去修佛，还去证佛？本来是大富长者，天天当穷人。在河里大海里渴死。本来有无限的水可以饮用，却活生生地渴死。我们作为一个活佛，却活生生地把自己活成一个凡夫。本来可以自由自在，却硬把自己捆在那里，处处羁绊，处处计较。本来没人捆我们，是我们自己生生地把自己捆在那儿，一点都不自由。

学般若菩萨，大修行人，须具大根，有大根器、大根基。学般若菩萨就是特指学宗门这一法，般若是不可言、不可名、不可形容的，是最上乘法的代词。永嘉大师说：有人问我解何宗，报道摩诃般若力。学般若菩萨，需具大根机、有大智慧始得。若有大智慧，即今便出脱得去，今天就超脱了、解脱了。我们为什么不解脱？还不是贪著、贪恋你那个小家？父母、妻子、儿女，那点世间的乐趣，那点安乐放不下。外在的不贪了，天天跟自己的身体较劲，到处治病，总认为自己有病，最后真病了。什么病？精神病。

如果你即今便出脱不得去，根基迟钝，那怎么办呢？直须勤苦耐志，日夜忘疲，多下苦功夫。我们为什么要行脚？就是磨练自己，就是老老实实用功。禅堂还住着很多人，怕你们不用功，所以过来带着大家。“无眠失食。”睡什么觉？吃什么饭。睡不着觉，正好用功。失食，根本就想不起来吃饭。这样的道心才相应，这么用功、这么意志坚定，才能有成就。如丧考妣相似，跟死了爹娘相似。

“恁么急切，尽一生去，更得人荷挟，克骨究实，不妨易得构去。”这是修道人一种急迫的心理，想赶紧弄明白，赶紧解脱，哪有功夫还被别人捆绑？现在我们学个法，障碍重重，谁都能管我们，被人荷挟。“克骨究实。”一定要把它搞明白，到底是怎么回事。可不能做容易想。只有那些大根基的人，一得法要，就明白怎么用功修行了，没有人牢笼得住他。像马祖一样踏杀天下人，谁也管不住他。如果你不是那样根基的人，就要做苦工夫。那样根基的人也不是天生的，也是私底下做过功夫的。有朝一日，时节因缘到了，忽然心开意解，自由自在。

“且况如今，谁是堪任受学底人？”大家去深观实相，看看自己是什么根基的？有没有信心学此法门。我们今天教学也好，讲法也好，带着大家修行也好，其实这个门槛儿已经降低了很多很多了。我们都学禅宗，但是禅宗对学人的根基、修行素养的要求很高、很严格的。我平时对大家要求也很严格，只不过我要求是我要求的，你们根本就不当回事。反正就是自己对自己不负责任。

“仁者！莫只是记言记语，恰似念陀罗尼相似。蹋步向前来，口里哆哆和和地，被人把住诘问著，没去处。便嗔道：和尚不为我答话。恁么学事大苦。”就是不要总是记名言名句，跟念经念咒、念陀罗尼一样。等把你叫过来，问你个问题，你吞吞吐吐，哆哆呵呵，说不出个所以然来。这是涅槃经里形容婴儿，啥也不清楚。婴儿正牙牙学语的时候，说话吐字不清楚，形容修行人理数不明，见地不清，一个字都讲不出来。然后你问他怎么什么都不明白？他还生气，说是和尚没好好教，也不给我解答。不管当师父怎么教你，他跟你说破不说破，还是告诉你没告诉你怎么修行，这都不是学法的重点。学法的重点是自悟自修。你要懂得自觉，会学的人，听一句话就实行去了，还用给你讲多少遍？

“知么？有一般坐绳床和尚，称著知识，问著便摇身动手，点眼吐舌瞪视。更有一般说昭昭灵灵，灵台智性，能见能闻，向五蕴身田里作主宰，恁么为善知识、大赚人。”就是有一些和尚被称作善知识，但不是真正的善知识。他是什么样子呢？整天在禅床上，这个绳床就是古人休息打坐的地方，休息打坐都在一张床上，所以叫禅床。又在上面睡觉，又在上面打坐，是很简单的一个休息的地方。你问他法理，问他怎么修行？他就给你晃晃脑袋、吐吐舌头。为啥这样呢？维摩诘经里讲，斜眼看人，也是佛法。他以为这就是佛法，他就会这一点，跟别人学来的把式，至于为什么这样，完全不懂。就像那个俱胝和尚的徒弟，学他师父，见人问什么，就竖一指。他师父把他手指给剁下了，也没有白剁，给剁开悟了！还有一种人，天天跟你讲灵灵觉知、灵灵昭昭，一念不生，灵台智性，能见、能闻，能听到、能看到、能闻的、能动的，那个就是佛性。讲当下就是啊。现在，还有一个讲得特别多，当下就是，一开口，全都是当下即是。讲这些，其实都没有意义。你问问自己，有没有烦恼？有没有功夫？怎么解决这些问题，怎么用功，让修行有效果，这个才有意义。你把佛性讲得再清楚，你理数再明白，你没有功夫，照样生烦恼。

我们知道这个能动的，能见闻觉知的是佛性，有什么用啊？了不相关。什么叫五蕴身田里做主宰？一听这话没错啊？不就是做五蕴的主宰吗？不，这是知解佛性，不是真正做主宰。有的人一说自心是佛，就执着个我是佛。真把自己当成佛了。现在还有一句话叫：“做你自己”，他真做他自己去了，我执越来越重，他把做他自己，当成真我了。真我，是没自己。这个做自己是假名，你别认为真有个自己。这些人不识真性，到处与人争执。如果他错解了佛性，肯定意识心、我执会起来，他会与别人争论、会操控别人。这就是向五蕴身田里做主宰，那不是真正的善知识。如果你跟这样的人学法，就是把你活活地骗死了。

“知么？我今问汝，汝若认昭昭灵灵是汝真实，为甚么瞌睡时又不成昭昭灵灵？”这一句话直接指出一些人的错误知见。如果你说昭昭灵灵就是佛性，为什么睡觉时候没有昭昭灵灵？他想想也是。他会说，我好好修，修到睡觉时能做自己的主，睡觉时，我也要有昭昭灵灵。这就更坏了，一下就被引到更深的深坑里了。为什么？佛性是不定之法，你只有灵灵昭昭，那就成了定法，那本来就是不可能的。若瞌睡时不是，为甚么有昭昭时？如果你瞌睡的时候，你睡着的时候，有一段时间你做梦了，后来你没有做梦，醒了。你回忆起没有昭昭灵灵的状态，那这个昭昭灵灵是常的吗？我问你，你三岁的时候，昭昭灵灵在哪儿？

“汝还会么？这个唤作认贼为子，是生死根本，妄想缘气。”有一句话叫至人无梦，这个说法只能骗那些外行人，不是真修行人。至人照样有梦，无梦的不是真正的至人，这个与有梦无梦没关系。或者说，至人无梦，是指无梦想颠倒，无无明，不是无睡觉时做的梦。你觉悟了、开悟了，跟有梦没梦没关系。跟你了达实相、跟你有没有烦恼、会不会被自己的妄念欺骗，跟这个有关系。你从开悟那一天一直到死，睡着了，你都可能会做梦，你照样还是觉悟的人！你以为的灵灵昭昭，正是你的生死根本，妄想缘气。这个昭昭灵灵是你的妄想。您若不起一个心、不起一个念，你把什么叫做昭昭灵灵？所以，灵灵觉知，了了觉知，是你自心妄计出来的。这个东西一旦形诸于文字语言，一定是你的妄想缘气。

“汝欲识根由么？”你想知道为什么吗？“我向汝道，昭昭灵灵，只因前尘色声香等法而有分别，便道此是昭昭灵灵。”就是你执着色声香味触法的时候，你对比出来的。这个昭昭灵灵是相对存在的。当你觉得你在打妄想，念头特别多的时候，这时忽然之间没有念头了，你觉得有个灵知出来了。这是对比出来的。能够对比的一定是二法。维摩诘经里面有一句话叫：法无有比。这个法是真法真性，真性是没有对比的。能对比出来的、通过对比而立的一定是假法、二法，真性是不二之法。所以，你这个昭昭灵灵是跟那个昏沉对比出来的。你昏沉的时候，你觉得昏沉是真实的，然后你不昏沉了，你认为它是昭昭灵灵。昏沉是假的，昭昭灵灵也是假的。所以说散乱是假的，禅定也是假的。智慧是假的，愚痴也是假的。所以智慧、愚痴通为般若。

“若无前尘，汝此昭昭灵灵，同于龟毛兔角。”如果没有这个对比，没有因缘相待之法，你是找不到一个昭昭灵灵的。我们行住坐卧，一切都如流水一般，没住妄想、没住分别、也没起心的时候，昭昭灵灵在哪儿？你上战场打仗的时候，潇洒自如的时候，那就是活佛，那是真如佛。那个时候昭昭灵灵在哪儿？所以这昭昭灵灵最骗人了，听着很像。佛者，觉也。他把这个昭昭灵灵当成觉了。觉，是觉性，觉性非觉非不觉，非知非不知，没有什么觉与不觉的。

“仁者！真实在甚么处？汝今欲得出他五蕴身田主宰，但识取汝秘密金刚体。”这个秘密金刚体，就是你真正的本性。“古人向汝道，圆成正遍，遍周沙界。我今少分为汝，智者可以譬喻得解。汝还见南阎浮提日么？世间人所作兴营、养身、活命，种种心行作业，莫非皆承日光成立。只如日体，还有许多般心行么？”

这是用太阳来形容我们的心性。我们的一切行为、语言、造作、生活，都离不开太阳的光明，我们做种种的行业，都是因为有太阳而成立。但是太阳会有这个心思吗？是我给你们照的亮，我给你们发的光，我给你送的温暖。他没有。所以这个昭昭灵灵是我们自己妄心计度出来的。“还有不周遍处么？”这个周遍不周遍，也是我们分别的。太阳会觉得，这个地方我照到了，那个地方我没照到吗？“欲识金刚体，亦须如是看。”如果你想认识自心、佛性，应如是了达，不要给他下定义，它是定不了义的。

“只如今山河大地、十方国土、色空明暗，及汝身心，莫非尽承汝圆成威光所现。”一切万法，都不离自心，虽然不离自心，你又莫认一切万法为自心。你自己不能悟到这个，祖师就给你打比喻，让你去领会、领悟。“直是天人群生类所作业次，受生果报，有情无情，莫非尽承汝威光，乃至诸佛成道成果，接物利生，莫非尽承汝威光。”这里为什么要用个“汝”呢？就是承由你这个佛性威光而有。一切天人、诸佛成道都在你的威光照射下。是什么意思？一切万法群生诸佛都是你的妄念，都是你的念头投射出来，所以叫承汝威光。你起心，就有天人，就有六道，就有诸佛、菩萨。

“只如金刚体，还有凡夫诸佛么？”我们分别的时候，你的妄念出来的时候，十法界都有。但是这个体，会有这个妄念吗？它会分别，你是佛，你是众生，你是有情，你是无情，你是山河大地？不会。只有我们的意识，我们的妄想在分别。只有人这个幻影和幻梦，只有他才会分别。“有汝心行么？”有也是妄心妄行。“不可道无便得当去也。”你也不能说没有。说无，你就觉得了事了吗？没有。无跟有一样，还是妄想，还是在意识里。这个是需要悟的。“知么？汝既有如是奇特当阳出身处，何不发明取？”既然有这个看不到的，是真正的主宰、主体，你没法控制，你也没法去把握、去琢磨、去寻觅，那你为什么不去体悟这个？“因何却随他向五蕴身田中鬼趣里作活计。”五蕴身田中鬼趣里做活计，就是把你的妄念、你的念头当成真的。为什么在这个意识里面做活计？也就是说把这个意识想象出来的东西当成真的。“直下自谩去。”你看不到念头的虚妄，相信了自己的念头，自欺欺人，谁也救不了你。

“忽然无常杀鬼到来，眼目诪张，身见命见，恁么时大难支荷，如生脱龟壳相似，大苦。”如果还没开悟，无常杀鬼到来时，你的眼目诪张。什么是眼目诪张？妄心没有休息下来时，你会看到很恐怖的景象。你就会认为有个自己，自己要死了，牢牢执取着五蕴之身，不想让他死。在那挣扎着，六识经历种种恐怖景象，也不知道怎么回事。这种恐怖就构成了地狱和恶道。我执重的、身见重的人，到临终的时候都很恐慌、很恐怖。会感召神识经历十交报，这是楞严经上佛讲的。到那个时候，如果你还不了达实相，你没有功夫，你会随着自己的一念妄心，经历地狱大苦。“大难支荷。”你很难解脱。你极度的恐惧、痛苦、紧张。如果你现在身体有点儿变化，得个病，你就紧张的要死，就害怕的要命。完了，你没救了，等你临终时，你更害怕了。所以说功夫是当下、平时、言下养成的。不要往后拖，你现在放不下，什么时候也放不下！师父，你别讲了，本来我对修行还有点信心，你这一讲，我又没信心了。哈哈。我不说，难道它就不存在了吗？生活中随处都会有境界考验我们的见地真不真、功夫有没有。功夫有了，见地明确了，就没关系，你自然就不害怕了！

“仁者，莫把瞌睡见解便当却去，未解盖覆得毛头许。”有的人没有完全的明白，没有觉悟，功夫也没做到，他也听经，也常看祖师的东西，但是断断续续，功夫没有做成。没事爱睡觉、打瞌睡、发呆。他认为这就了事了。还有微细惑，还有俱生无明、根本我执，都是有功夫才能断除的。其实，真正的道理，他并没有完全明白。“汝还知么？三界无安，犹如火宅。且汝未是得安乐底人。”得安乐的，就是活着清清楚楚，大事已办，自己的本来面目清清楚楚，没有丝毫的疑惑，也没有任何的不安和烦恼的人。如果你不是得安乐的人，那就及时把大事办好。“只大作群队，干他人世，这边那边飞走，野鹿相似，但求衣食。若恁么争行他王道？知么？国王大臣不拘执汝，父母放汝出家，十方施主供汝衣食，土地龙神荷护汝，也须具惭愧知恩始得。”这就是鞭策激励出家人，你要寻个安身立命的地方，你要求个稳当，自己确实没有烦恼了，没有无明了，没有困惑了。不要学那些人，成群结队的，到处跑，跑了很多地方。咱们禅堂里面，也有这样的人，经常去打七，到这打七，到那打七。打七的时候，跟大众一块儿还行，自己一个人时就呆不住。这边飞，那边飞，跟野鹿一样，但求衣食。过去有些出家人，表面上为了修行，其实是为了有个地方吃、住。这样怎么修行？父母允许你出家了，国家不会管你，十方施主供养你，土地龙神护持你，你要好好修行，弘法利生，以报四重恩。要知道惭愧、知道自己是干嘛的。这不光是对出家人的要求，你们在座的虽然没有出家，但你们已经不工作了，不能空消国禄，不能被别人骂做寄生虫。修行要有成就，方不辜负他人信施。“莫孤负人好！”千万不要辜负大好时代、大好的条件、大好的环境，要上报四重恩，下济三途苦。

“长连床上排行著地销将去，道是安乐未在，皆是粥饭将养得汝，烂冬瓜相似变将去，土里埋将去。业识茫茫，无本可据。”这就是形容如果不好好修行，最后没什么好下场，只是变成一个酒囊饭袋。长连床就是古代僧人打坐的地方，又睡觉，又打坐。大众住在寺院里，每人就那么一点小空间，吃住都在上面。一天要打六座、八座、乃至十座，除了吃饭睡觉就是打坐。现在有些禅宗道场就是这样修行。你明白了可以这样用功和保任。你如果不明白，你再怎么坐也没有用！业识茫茫，无本可据。什么叫业识茫茫，无本可据？就是思想和行为莽莽荡荡，完全没有主见。随着自己的妄念、想法、知见流转，根本不能安心。

“沙门因甚么到恁么地？只如大地上蠢蠢者，我唤作地狱劫住。”作为一个真正的出家人，一个道人，怎么就变成这个样子？虽然你穿着出家人的衣服，但跟凡夫俗子没什么区别。这是祖师对当时学人的评价。有的人因为不在善知识跟前，又不懂得去亲近善知识，不知道如何修行，真的是业识茫茫，莽莽荡荡招殃祸。你放眼望去，学佛的人一大片，但大家关心的都是儿子的功课怎么怎么着了，老公怎么怎么着了，跟同事之间怎么怎么着了。这就是大地上那些蠢蠢者，自以为学佛法，还很得意，我学禅宗，但做起事来都是缠宗。唐朝时就是这种状况了。永嘉大师讲，“嗟末法、恶时世，众生福薄难调制”。永嘉大师的时候，那时的人根基多好，都是末法了。大师感叹末法时代人们业重，修行难。到了今天，能亲近善知识，亲自到禅堂来听经闻法，实修实证的人就这么几个。我每天在这儿大张旗鼓地使劲儿，震法雷，击法鼓，那边如聋如哑，听不见。法华经里有一个比喻，有一家火宅里着火了，父亲在外边儿喊，孩子们却听不见，继续游戏玩乐，他们一点也不知道火灾的危险。那父亲只能骗孩子们，许诺他们只要出来就有牛车、鹿车、羊车供他们玩耍。而当孩子们出来时，给他们的全是牛车，最好的玩具。祖师这一法门也是，是最上乘的修行。一开始，你不能言下顿悟，不相信自己能做佛。就给他奔容易处讲，把佛法和修行讲得很容易，然后慢慢的大家就有了信心。

我们这段时间行脚，很多人会有一种观念，怎么又行脚了呢？禅宗不是玩吗？不是歇着吗？不是乐吗？不是无修无证吗？怎么又行脚？你那是自欺欺人。你什么也不做，就能解脱吗？天大的笑话。我告诉你，如果你现在不做功夫，有你哭的一天。

“如今若不了，明朝后日入驴胎马肚里，牵犁拽杷，御铁负鞍，碓捣磨磨，水火里烧煮去，大不容易受，大须恐惧好，是汝自累。”我可没吓唬你们啊，这是过去禅宗祖师说的。祖师没那闲工夫吓唬人。“知么？若是了去，直下永劫。”如果你言下便了，你今天就把这事儿搞明白了，甚至你发个很大的志愿，我一定把它弄清楚了，从现在开始，我一定要彻底地出离生死轮回。我一定好好地做功夫。你这一生如果了了，再来就是法身示现再来，一得永得，一成就成，犹如矿石成金，不复为矿。你就是大自在、大智慧、大富翁、大潇洒。我们看看今世有几个是真正大潇洒的人，如果是，那一定是过去生成就了的人。为什么我们学了这么长时间，做事还是拖泥带水，缩手缩脚？遇到境界还是烦恼重重？就是你每生每世都没有好好用功！都没有珍惜那一期生命。你都往后拖，下一世再好好修吧。慢慢就成了现在这个样子。你今生了道，永劫不受苦。你以后穷劫都是自在人。有钱没钱你都是大自在人。“不曾教汝有这个消息。”除此之外，没什么可教你的。

“若不了此，烦恼恶业因缘，不是一劫两劫得休，直与汝金刚齐寿。知么！”你要不明白这事儿，你这个烦恼业缘，不是一劫两劫就没了的，跟你本性齐寿。与你本性齐寿是啥概念？那是无始劫，没有边际，永远轮回。这个很吓人。祖师吓人的水平就是不一样。

祖师禅讲记第二十七讲

我们来继续学习《祖师禅》这本书。

“问：如何是学人自己？师曰：用自己作么？”这是一问一答。佛法的修行和见地全在里面了。如何是学人自己？这里用的词是学人自己，我们平时可能会问：什么是佛性？这里问的是学人自己，一个意思。什么是我的真如佛性？我们看玄沙师备禅师，是怎么回答的啊，“用自己作么？”什么意思呢？问佛性干嘛？问自己干嘛？这个跟二祖和达摩大师的对话可不一样。首先从概念上，就不一样。我们仔细听着啊，二祖是乞师安心，达摩说：将心来，为汝安。二祖良久，然后说，弟子觅心不可得。他说，我找不到一个心。然后达摩祖师说：我与汝安心竟。找不到一个心，说明无心，无心就安心了。这个是从无我、无心的角度讲，无我就安心了。而这里的对话不是这个意思。学人问的是什么是自己？什么是我本来面目？什么是我真如本性？祖师说：用自己作么？这里是学人乞师开示什么是真如本性，而祖师回答的是要真如本性干嘛？祖师为什么会这么回答？现在善知识们天天都在讲真如本性是什么。真如本性都跑哪儿去了？跑脑袋里去了。你问是意识，回答也是意识。都跑上边来了，变成四个字了，是什么？是概念和妄想。

有时候祖师也会讲“即心即佛”那都是没办法，方便说。说自心是佛，自性是佛，全都是放屁呢，没有意义，全都是概念。那为什么还要这样讲呢？因为你执着一个外面的佛，你执着报佛、化佛、执着释迦牟尼佛，执着阿弥陀佛，执着这些显现的相，那佛和祖师就出来告诉你：自心是佛，别向外求。直接做自己，用自己的本性就是佛了。如果你只是知解自心是佛，把它当成一个知见，不会用，又向意识中计度思维，那自心是佛，就变成一个空洞的妄想，与修行和解脱了无交涉。现在讲真我，讲灵觉性的，讲自性是佛的铺天盖地，如果没有善巧方便引导学人入如实法门，所有这些论调，都没有意义，反而还会让学人堕落。无上甘露，就变成了毒药。因为全都是概念和妄计所执。还有一种讲法，一切万法都是虚妄的，都是假的。然后有人就问了，师父，那佛性是假的吗？他会认为万法都是佛的，佛性就是真的。佛性是真的吗？佛性是你想象中的真假吗？那如果我说，如果有祖师讲了佛性是真的，这话有问题吗？有问题。祖师不会这样讲，除非在特殊的情况下，而且还会为学人指出来，为什么这样讲。

所以说，若论佛性，论真正自己，开口即错。为什么开口即错啊？都不出识心妄计，万法唯识，正是此意。佛性是真的，这还是一个概念。难道我们不能有念头吗？当然可以有念头。但是，当你把一个想法凝固成一个认知，就变成什么了？变成知见了。什么是知见？坚固的妄想。本来就是一个念头，是没关系的，我们头脑中有念头，佛性是真的，这没问题。但是，你住在了佛性的概念上，住在了真的概念上，这就是无明，你被束缚在法的概念上了。佛言：一切众生皆有佛性。万法皆是虚假，只有真性恒常不变，这是佛陀的方便说。为什么是方便说呢，全部语言文字，皆无实义，都是方便说。因为你只能理解到这里。说有个假的，有个真的，就是方便说。这个你不能当真啊，说佛性是真的，佛性是存在的，这只是一个概念，一种引导。

我们看坛经，学人行昌读涅槃经，他不明白经里所说的常与无常。六祖就给他讲了：无常者，即佛性也；有常者，即一切善恶诸法也。这个问题，我们换一种说法，也就是说，学人想让六祖为他开示什么是真常不灭的佛性？而万法为什么是无常的？也就是说，人的思维，常，就是真，就是不变；无常，就是变化。但是六祖回答：佛性是假的，是无常的。如果你用二法，用概念去思维和理解佛所说的常，你是无法理解的。你更无法理解六祖所说的，佛性是无常的。佛性明明是常，为什么六祖却说是无常的？佛性怎么又变了，佛性不是不变吗？所以祖师们的回答，和教下经师的回答是完全不一样的。为什么？角度不一样，用意不一样。祖师从另一个角度，从诸法是活的角度，不是从死的概念的角度讲的。祖师所讲，是破学人对概念和知见的执着，破头脑的分析。你这样想，他就不让你这样想。

比如神会心里的佛性，和六祖所问的佛性，就完全不是一种东西。神会把自己的意识和概念所想的当成佛性，六祖说他将来只能成个知解宗徒。祖师说，用自己作么？打破你这种思维，这种对概念的执着。言外之意，你就甭想了，你想的一切都不是你想要的答案。大家都知道动念即乖，拟心即错。为什么说动念即乖？拟心怎么就错了？那是因为，在法上，你一拟心它就变成了知见，变成了概念，变成了分别妄想执着。佛法就是为了去我们的妄想和执着。禅宗的修行没有真的可求，只是去除学人坚固的知见，也就是说把你从头脑的住着里叫出来。不让你在头脑里做活计。祖师慈悲，直接告诉你：“用自己做么？”

那也有可能直接告诉你：“刷碗去！”直接打掉你的问题。学人问：什么是学人自己？你看他问的这个问题，明明已经在吃草，已经掉到一个妄想里面。祖师如果不见性，就会给你讲什么是你自己。讲你的本性不生不灭，常住不变，能生一切法。但这样的回答本身，恰恰在意识窠臼里面转，自己尚不得解脱，如何给学人解脱？

到了祖师那里，直接把你的问题给打发了。或者是让你干点什么，或者扭头就走，不回答你。让你离开这个问题，但是不给你说破，让你自己去悟。现在不一样了，就算给大家讲出来，大家还是一头雾水。

要知道禅宗就是这个特点啊！为什么它超越其他法门？它为什么这么独特？为什么叫直指人心见性成佛？为什么叫言下见性？它不让你从语言文字里去琢磨，他是把你从语言文字里推出去，从意识知见概念里推出去。所以叫言下见性，也可以讲言外见性。只要在这个语言的当下，你没掉进去，这就是见性的契机。见性的端倪就在这。所以我们的功夫要时时做，时时用，时时都可能言下顿悟。

我们每时每刻都有机会开悟，这个机会需要你每时每刻都要做功夫。开悟是养成的功夫，而不是突然有一天就能从意识里出来了。这个功夫和悟处是逐渐逐渐完成的，到了一个点，突然就顿悟了。你能看到自己的妄念，能看到自己又掉到概念和故事里面，每时每刻你都能够开悟。只不过这种功夫很难保持。你能保持多久，差别就在这了。

他又换了一个问题，问：“从上宗乘，如何理论？”用我们现在的白话来讲，禅宗的理和事，到底是什么？或者说禅宗怎么修行？禅宗怎么讲法？师曰：“少人听。”祖师回答学人，一定不离自性，若在相上有为上讲，会把学人带沟里去。《维摩诘经》云：“夫说法者，无说无示；其听法者，无闻无得。”无人听法，无法可听，这才是真法。言外之意也就说，从上宗乘没有什么可理论的。这个人他没听懂，继续问：“请和尚直道。”这时，问他：你腿上的疱好没好？已经就告诉你了，怎么就听不明白呢？还在那问问问。所以玄沙师备说：“患聋作么？”你听不见吗？虽然这样讲，学人还是听不懂。那我也没办法了。虽然你听不懂，但我确实给你讲了。你听不懂，那是你的问题了。

祖师看学人一脸不懂。没办法，只能直接开示。又曰：“仁者，如今事不获已，教我抑下如是威光，苦口相劝，百千方便，如此如彼，共汝相知闻，尽成颠倒知见。”玄沙师备禅师说，患聋作么？你聋了吗？这个是最好的开示。但是学人没听懂。玄沙师备禅师就补充道，他说：我再给你怎么讲百千方便、苦口相劝，都是颠倒知见，互相欺骗，互相拖累。你问的是颠倒，我答的也是颠倒，咱就一块颠倒吧。区别是，祖师知道自己颠倒，学人不知道，全天下的法师，也都不知道。一边讲着自认为毫无问题的佛法，一边不知道自己是在颠倒，这就是唯一的区别。人们讲的真是口吐莲花，头头是道，但从来没有意识到自己讲的是颠倒的。

所以觉悟的人和不觉悟的人的区别就在于，佛说世界即非世界，是名世界。但是很多人讲着讲着就把世界当成真的了，那是一种未转所依的习气，是无始以来识心的习惯，也是生死的根本。这个不是知道就能做到的，而是通过长时间的用功，转识成智，才能逐渐达到。我们看讲轮回的，讲因果的，讲名相的，全都是把自己讲进去了。他不知道，那是名字，是概念，是妄想，是阿赖耶识的习气。然后再给你讲无形众生，讲冤亲债主，讲人死了还有神识，讲七天之内不能动，不能摸，一摸这人走不了。描绘的和真的一模一样。他根本就不了解实相，从理上不了解实相，没有人给他讲过实相是什么。经典里到处都是，但是他看不懂，他看不到这一层。

“将此咽喉唇吻，只成得个野狐精业谩汝，我还肯吗？只如有过无过，唯我自知，汝争得会？”祖师苦口婆心给学人开示。他自己形容，叫我抑下如是威光。什么是抑下如是威光？因为一给你讲，就是欺瞒佛性。意思就是，一张口，我就把自己的本性盖住了，把自己的般若之光盖住了。同时，也用语言文字把你给盖住了。我们知道长庆大安禅师说过一句话，他说：如果我天天讲宗门的意思，用宗门的手段接人，我寺院门前的草就得长好几丈，都没人来了。我这门口草深一丈。为什么？没有人能听得懂。你给他打岔，给他跳个探戈，他以为你是疯子，就吓跑了，不跟你学了。你只能用嘴给他讲，他才觉得好。用嘴讲还好一点，还有几个人来参学。如果用祖师的手段，门前冷落，生意就不好做了。这就是“如今事不获已，教我抑下如是威光。”不得已了，只能用语言用文字苦口相劝。将此咽喉唇吻说出来的东西送给你。只能说个鬼话骗你。

“只成得个野狐精业谩汝。”谩是骗，就是编一个东西骗你。骗着骗着，中间讲几句关键的法要，你就入心了。讲一些东西，引导你去修行。“我还肯吗？只如有过无过，唯我自知，汝争得会？”我自己难道不知道吗？有过无过，我自己知道。你们怎么会明白呢。“若是恁么人出头来，甘伏呵责。”如果根基好的人出来，就会用一些特殊的手段，学人也会心甘情愿，俯首贴耳。“夫为人师匠，大不易。”就是做别人的师父，做善知识，做一个大匠，行家里手，有真本事的人，不容易。“须是善知识始得知。我如今恁么方便助汝，尤尚不能构得，可中纯举宗乘，是汝向甚么处安措？”我这么苦口婆心的给你开示，你都听不懂，还是不能把这个事情搞清楚了。如果我纯举宗乘中事，使用禅宗的特点，“汝向甚么处安措？”你根本就接不住，承受不了。“安措”就是立足的地方。你光剩瞪眼了。你一来，师父，给我开示开示吧，怎么牧牛？啪一下子给你撂地下了，给你大胯按在地上。哎呀，您这是干嘛？有话好好说，我怎么得罪您了？所以一定是目瞪口呆。我这是到了哪了？到阎王爷跟前了吗？但是你不知道，这是真正的慈悲，为了让你开悟啊，你却把我当成神经病。真要是用宗乘中事，你向甚么处安措？不吓死你？“还会么？四十九年是方便。”四十九年，大家都知道，佛陀四十九年说法，全都是方便。所以有时候我说，佛陀一句实话没讲，一点也不过分。实相法尔如此。文字之法，就是黄叶止啼，空拳诓小儿。你说你一大藏教，华严经，法华经，楞严经，涅槃经啊，这个经那个经，都是废纸。

“只如灵山会上有百万众，唯有迦叶一人亲闻，余尽不闻。”这里说的是拈花微笑的公案，世尊拈花，只有迦叶亲闻佛旨，只有迦叶能明白佛意，百万之众，尽皆不闻。“汝道迦叶亲闻底事作么生？”你说迦叶他明白了什么？当这样一问，大家全都进入这个公案，公案就套住你了。有人说了：迦叶明白了自心是佛，哈哈哈！了无交涉。祖师特别坏，处处都骗你，如果骗不了你，就不是公案了。当然如果你是恁么人出头来，就不会被骗了啊。

“不可道如来无说说，迦叶不闻闻，便得当去。”《维摩诘经》里面有无说说是真说，无闻闻是真闻。涅槃经里讲到不闻闻，闻闻，闻不闻，不闻不闻。就算你说如来无所说，迦叶无所闻，也是了无交涉。“不可是汝修因成果、福智庄严底事。知么？且如道：吾有正法眼藏，付嘱大迦叶。我道犹如话月。”就算佛说：我有正法眼藏，付嘱大迦叶，“我道犹如话月。”犹如话月，是说就像曹溪竖拂子，也如指月一样，不是根本。你看曹溪是六祖，六祖有个手段，是竖拂子。玄沙师备说，这如指月，还不是真的。“所以道，大唐国内宗乘中事，未曾见有一人举唱。”都说佛是大师，我说释迦牟尼没有开悟。都说唐朝禅师多，我说没有一个人开悟。宗乘中事，唐朝这么多大师，未曾见有一人举唱，没有一个人能说出来。“设有人举唱，尽大地人失却性命。”如果谁要是能把宗乘中事说出来，全世界的人都死光了。千佛也道不出一个字来。

“如无孔铁锤相似，一时亡锋结舌去！”什么叫无孔铁锤？为什么要用无孔铁锤来形容？一个大铁球，连一个孔都没有，根本没有你能入手的地方。像蚊子叮铁牛一样，无下嘴处。就像烧熟了的山芋，没地方下嘴。“亡锋结舌去。”你有三寸不烂之舌，也没有用。“汝诸人赖遇我不惜身命，共汝颠倒知见。”你们幸好遇到我不惜身命和名声，跟你们在这里胡说八道，让后人笑话。“随汝狂意，方有伸问处。”就是随顺你这种妄想颠倒，给你们一种方便，让你们能理解佛法，能够借助佛法歇下来，有个入手的地方。带大家牧牛行脚，就是方便中的方便了。“我若不共汝恁么知闻去，汝向甚么处得见我？”我要不用这种种的方便开示来引导你，你就没有机会悟入了。“会么？大难。努力珍重。”

整篇玄沙师备的开示，都是在讲修行的见地不能出错。也讲出了祖师这一门，即宗门中最难的地方。大家要反反复复看这段开示。

我们看另外一段开示。示众：“夫古佛真宗，常随物现，堂堂应用，处处流辉，隐显坦然，高低尽照。”古佛真宗，常随物现。六祖大师讲，常应诸根用，而不作用想。但用此心，直了成佛。大根基的人，直接用，如镜现物，自自然然，没那么多想法。他的理都在用的过程中显现。他于一切法不住，随用随空。好像天生就比别人运用自如，会这个功夫。祖师学法，从来不在枝枝叶叶窠臼里面费劲。不会抱着一本书去研究。一听明白了，把书合上，找地方躺着去了。这才叫顿悟。就当活死人去了。你们这些人。看着也像活死人，不用演，一个个的灰头灰脸的，都这么老。就是心里还蠢蠢欲动，还没死。

“堂堂应用。”用的时候，光明磊落，没有丝毫疑惑和顾虑，也没有纠结，不会瞻前顾后、拖泥带水。用的时候，堂堂正正，坦坦荡荡，这叫“处处流辉”。你一看这个人，活得就潇洒自在，从容自如。跟这样的人在一起，没有什么抑郁啊，纠结啊，烦恼啊，你会特别舒服。“隐显坦然。”不论他怎么示现，都是天真本性自然流露。这样的人他活出自己的天性来了，他不是一个固定不变的样子，而是随缘示现，变化多端。隐显坦然，不管怎么样，都心地坦然。隐，有时候捉弄你一下，骗骗你。显，就是直接告诉你。不管他怎么对你，都出自一片坦诚。他有时候谆谆教导，有时候大声的呵斥，甚至有时候跟你怒目相视，但是他内心都很坦然，很真诚。祖师就是这种风格，这种气势。“高低尽照。”只要你来找他，他不会轻视你。学人跟他有缘，他都会巧施方便。

“是以沙门上士道眼，惟先契本明心，方为究竟。森罗万象，一体同源，廓尔无边，谁论有滞？尘劫中事，都在目前。”沙门上士，就是上上根基的人。道眼分明，是先识得本心。契本明心，就是识得根本。识心达本源，是故号沙门。毕竟要以认识真性为根本。一旦明心见性，一旦彻见本性，后边的修行就很简单了。森罗万象，一体同源，廓尔无边，谁论有滞？就会变得非常自在，无拘无束。一体同源，没有内外，没有人我，没有是非，没有色空，没有有无。“尘劫中事，都在目前。”目前无法，意在目前。所有的事情都是妄想。意在目前，都是妄想，所有一切都是假的。尘劫是恒河沙劫。尘劫中的一切事都是意识中事，虚妄不实。“目前”是意识的意思，不是说在眼前。

“时人旷隔年深，致乖常体，迷心认物，以背真宗，执有滞空，不遇良朋道友，只自于私作解。”“旷隔年深”，学法的人迷的久了，少说几十年，多说就是无数劫。“致乖常体”，不识真性，认贼为子，认假为真。把自己的意识，心思、妄想、知见、我执都当成真的了，所以叫致乖常体，迷心认物。不识本心，迷于自心境界，而起执着，不知境界从心意识起，实无境界。“以背真宗，执有滞空。”要么就执着一切有，要么就执着断灭空。古人有空心静坐，那是执空。有认灵灵昭昭为佛性，那是执有。道人虽然心如木石，最后还要活出本性来，不是像木石那样一直待着。如果沉空滞寂，那可就是多少劫都出不来，谁都救不了你。如果不遇到良师道友，他以为自己明白了，谁给他讲都听不进去。这叫“自于私作解。”自以为是，未证谓证，未得谓得，得少为足。“纵有商量，浑成意度。”纵然你跟他讲什么，他也固守自己的知见，不会接受。

“及至寻穷理地，不辩正邪，况平生自己未曾捞摝。”寻穷理地，就是修行最关键的地方，他没有正法眼，正邪不辩。更何况有些人这一生都没有真正的用功修行过，他没看过祖师的东西，也没亲近过善知识，没有深入的去修行，这些人只是知道有禅宗，但是真正去用功，他没时间。他也学禅宗，每天用五分钟念一遍《心经》，读读金刚经，就算学了禅宗。“若乃先贤古德，便自知时。”如果是古圣先德，再来之人，大根基的人，他自己就知道怎么回事。他一旦开悟，便知道如何修行，怎么用功，他相信自己一定会有大成就，内心很稳妥，很自信，没有任何疑惑。至于这个功夫什么时候养成，什么时候真正自在，得大解脱，他心里有数。

“克已推功，庵岩石室。”他为什么心里有数？他肯做功夫，他知道只有这一条路了。理虽顿悟，事须渐除。道理可以一下子明白，对境练习，断除习气，却非一日之功，须要渐渐打磨，长久修行。我们看看古人，你仔细看这本《祖师禅》里介绍的祖师，全都是做同一种功夫。达摩，五祖，六祖，黄檗，临济，沩山，仰山，南泉，赵州，他们全是做一种功夫。什么功夫？“克已推功，庵岩石室。”全都做一物不为的功夫。全都做内心无喘，外息诸缘的功夫。全都做万缘放下，无事无为的功夫。全都是大休歇去，做闲道人，做闲人的功夫。

“克已推功。”就是做苦功夫，出现所有问题，都向自己内在反观，去验证。再也不关心世界上任何人发生的任何事。每天只是反观内照，但自怀中解垢衣，不再向外驰寻。看自己打没打妄想，生没生烦恼，又起没起一念有求之心，看自己吃没吃草，又琢磨没琢磨什么事情，这叫克已推功。世界上哪个国家和哪个国家又打起来了，哪个地方又发生灾难，死了多少人，他不会关心的。

我们再看看自己，每天关心的是这个世界发生的奇人异事，爱憎不断，人我是非不断。真正的修行人不管这些个事，他知道诸法因缘生，一切如梦幻，除了改变自己，没人能改变外在世界。所以真正的修行人一定是“克已推功，庵岩石室。”

什么是“庵岩石室”？庵居就是独居，静居，闲居，又叫宴居。这个庵岩石室就是住山，住茅屋，住在一个安静的地方，远离世间的功利名闻，一心养功夫，转所依，改习气。“古德云：情存圣量，尤落法尘，己见未忘，还成渗漏。不可道持斋持戒，常坐不卧，住意观空，凝神入定，便当去也。有什么交涉？”克已推功，庵岩石室，前提一定是明心见性，一定是开悟之后，方能如法修行。如果你理数不明，就可能变成智隍禅师了，二十年入定，入了错误的解脱知见，出不来。好多这样住山的，都没有真正明白实相，便去住山。他确实能一个人生活，也受得了辛苦，但是至理没有搞明白。这里提醒很多学人，古时过来人，情存圣量，尤落法尘。什么叫情存圣量？只要心里还有一念有佛可成，有一个开悟在心里面，那都是法尘，都是妄想未尽。我哪天开悟，我一定要开悟，情存一念悟，宁越昔时迷？己见未忘，还成渗漏。觉悟的人没有一个固定的知见，连佛见都摒除了。他唯一的智慧就是没有智慧，唯一的见地就是没有固定的见地。

他心里什么都不存，心亦不住。用一个空对待一切参学之人。你来立什么，我就帮你去除什么。你立什么知见，我就帮你破什么知见。所以悟道之人，没有丝毫的见解，这是他唯一的见解。六祖大师说，我实无一法与人，只是随方解缚，假名三昧。随方解缚，就是把你身上多余的东西，你执着的妄想，帮你去掉，让你看到了你什么也不拥有，假名为智慧。大珠和尚去参马祖道一，马祖问他，你来做什么？大珠对马祖说：我求佛知见。马祖说：我这里什么也没有，你求什么？反观看你自己，那里才是佛的宝藏，一切具足。马祖一句话，大珠就开悟了。祖师全都是我这啥也没有，圣人一点点实有的见解和观念都没有，为了利生，他随时方便说法，随时方便破除。在觉悟者那里，一切都是不定的，随缘起用，随用随空。活于本性，活于真性，而不执着于观念。不是说不用头脑，而是不住在头脑的固定见解里，随时都会变，变化多端。

祖师禅讲记第二十八讲

大家有书的可以打开《祖师禅》的第三百三十七页，昨天我们学习到玄沙师备禅师的开示。第五行：“不可道持斋持戒，长坐不卧，住意观空，凝神入定，便当去也。”有的人修行也很用功，持斋持戒，很精严。在吃的上面下功夫，日中一食啊，或者过午不食呀，常持斋戒。还有就是长坐不卧，胁不至席，不睡觉。我以前在寺院就遇到过这样的人，自己也练习了一段时间。一直坐着，困的要命，也不让自己睡。实在不行，就起来经行。反正就是不睡觉。这都是瞎用功。住意观空，就是一直凝神端坐，看自己的心念。任何的念头出来，都要看到。这都是不明白法性，错用功夫。知见错误，才导致修行错误。认为一念不生，入了禅定，就是功夫。这都是在有为上修行，在自己的妄想里边打转。修行并不是不打坐，而是你用什么样的心打坐。你用什么心去做这些事情。祖师没事的时候也会坐禅，但是他的用心不一样，他没有求，他只是习惯了，他坐的时间比较长，也不会因为坐禅产生任何问题。住意观空是理上有问题。啥叫住意？就是停止自己的意识，一念不生，这是错用功。

昨天有个同修问我，禅宗和修禅定有没有区别？一样么？完全不一样。你一入定，方向就错了。禅宗是无为法，不见古人说：不论禅定解脱，唯论见性。禅宗是不住法，无为法，不定法，没有任何境界可得，是超越一切的心行，完全与本性相应。学禅宗一定要见性，唯论见性，不论禅定解脱。不论禅定后边省略了一堆，不论有为解脱，不论一切功行解脱，不论功德，不论福报，不论因果，不论善恶是非对错，不论一切境界，不论一切条件，一切无碍，一切都不论，而得解脱，是禅宗解脱。

为什么说观空也不行？观空你还在起心动念，还在枉用心思。空是本空，不需要你观空。一空不复更空，一悟不须更悟。你认识到菩提自性本来空寂，就不需要再观了。再观就是头上安头。所以观空也是多余。“西天外道入得八万劫定，凝神寂静，闭目藏睛，灰身灭智，劫数满后，不免轮回。”这个就是指辟支佛，八万劫入定，凝神寂静，闭目藏睛，劫满之后，仍不免轮回。闭上眼睛，不让自己有丝毫的念起，灰身灭智，完全忘记了身体，身心俱泯，一个念头都没有了。身体跟枯木瓦石一样，人相当于死掉了一样，这样入定八万劫，还在生死中。有人想不通，师父！为什么入定八万劫，劫数满后还不免轮回？为什么呢？他不是在定里面么，不是应该出离生死了么，不是不受胎了么？不是说须陀洹已经证圣果？阿罗汉都不再来了吗？怎么还会轮回呢？大家想没想过这个问题，不来了，怎么还没解脱呢？都不投胎，不受生，怎么还没解脱呢？师父，那我们将来是不是还要投胎呀？明心见性之后是不是就不投胎了？就不再轮回？就没有我了？这些问题，如果你不见性，你都无法解答，你永远搞不明白。那见性就能明白吗？当然。见性之后怎么样呢？见性之后没有这些问题。

佛性是非常非无常，超越你的心识，非意识所能理解的。你想让它不来，那是不可能的，说来是你的妄想，说不来也是妄想，离此二边，你悟了，那才是真悟。那到底是什么？你先那边坐一会儿去，把空调的风都给我挡住了。这个问题，连佛也一个字都说不出来，你觉得你比佛更会说吗？佛说出来的，都是方便哄你的。六祖示现世间，六祖来了吗？若六祖认为自己是六祖，有个六祖再来，那就不是六祖了。那是你心里的六祖，不是六祖的六祖。你觉得六祖投胎、受生，那是妄想。

我们看《维摩诘经》里文殊师利和维摩诘的一段对话，两人刚一见面就开示论法。文殊师利带领大众来看望维摩诘。维摩诘一上来就说：大德，你是不来相而来，不见相而见。文殊师利就说：若来已，更不来。若去已，更不去。这个不来相而来，就是诸佛菩萨所来。来也没有人投胎，入灭也没有往生。没有人受生，没有人不受生。可是阿罗汉、二乘人不知道这个实相，他非要证一个不来，住在一个不来里。他非要不来，他这一个不来，反而现了身意，成了一个大大的来。本性没有受生与不受生，你非要执著一个受生或执著一个不受生，那还是二法，反而不能解脱。执著一个受生，就是凡夫。执著不受生，那就是二乘、辟支佛。所以你那个执著，我执没有断，就不能出生死。俱生我执没有断，不免轮回。见性的人，他心意识没有住在这个上面，他是随缘示现，法性施为，随佛性缘，随十二因缘，随众生缘，随不可思议因缘示现，没有他个人的什么事。他要做的只是不迷而已，他要做的是不再搞贪嗔痴，不再取相分别，不再执迷自心境界。如此而已，至于来与不来，交给因缘和法性。而不管示现成什么，都没有我。对于见性的人怎么来这个世间示现，我们只能在这里打住，你不要再想了，后面没有结果了。再有，都是你的妄想。

师父！那动物是不是也是佛示现的？也是法身示现的？树草瓦石都是法身示现的吧？那是你的妄想，不要想没用的。我们说祖师，佛菩萨来此世间，是示现，是方便理解实相，方便听法和修行。再去问其他的问题，就毫无意义了。你一思维，就变成你的心意识了，成了妄想。我们只能勉强用随缘示现来讲这个事情。实际上，你是讲不到实相和真理的。实相真理只能与他相应，默契而已。

现在有很多人，他们持有一种观念，娑婆世界太苦了，以后再也不投胎了，再也不做人了，再也不轮回了。他们认为不投胎了，就是解脱。所以这个都是我们想象的，是错误的解脱知见。你看西天外道，包括辟支佛，多少劫入定，他的心识还是在自己的妄想里，没有出来。自己的这个妄念，他看不到，他以为通过禅定把心意识压住，心意识就没了，就能证涅槃了。其实不是。他反而被涅槃所缚。所以还是不免轮回。“盖为道眼不明，生死根源不破。”这是因为他道眼不明，没有真正见本性。他的生死根本没有解决，没弄明白实相到底是什么。

“夫出家儿即不然，不可同他外道也。莫非真实明达，具大知见，能与诸佛同彻，寂照忘知，虚含万像，如今甚么处不是汝？甚么处不分明？甚么处不露现？何不与么会去？若无这个田地，时中争奈诸般渗漏何？总成虚妄。”如果你不是确实明了本性，具真正的见地，可以与诸佛祖师把手共行，同一见地，同一觉悟，是彻底的觉悟，没有达到真正的寂照忘知，为什么不当下回光反照，言下便了呢？寂照忘知，是不需要再去知什么，也不需要再去了解什么，直接用，直接解脱。虚含万像，如同大圆镜智。我们的本性，是一个大圆镜智，里面没有一个实有之物。就像一个大幻境一样。勉强说一真性就是大幻境。当这样讲的时候，会有一个形容和一个概念，你又会把概念想成一个具体的东西，所以说，说似一物即不中。这只是一种勉强的形容。虚含万像，没有一个相是真的，这叫虚含万像。诸行无常一切空，即是如来大圆觉。

你对实相越是深入了达，对一切就越不会执著。能让你烦恼挂碍的东西，就会越来越少。可能还隐藏着一些自己没发现的执著，但是通过对实相的深刻认识，你会发现这些执着，它们无法隐藏。你发现有很多东西已经不再执著，跟以前比你已经不再执著。这就是认识实相的作用。比如说以前，你孩子上学的问题，生活的问题，工作的问题，你会操很多心。现在你知道，一切随缘，交给法性。而且这些都不是真实的，不论你身边的人选择什么样的生活，都没有什么绝对的好坏，都是幻境中的事情，你就会放下很多担忧和执着。尤其我天天告诉你，那不是你儿子，那不是你儿子，天天跟催眠似的，天天告诉你那不是你儿子。最后你也逐渐的把这件事当真，那确实不是我儿子，你就撒手不管了。当你撒手不管了，你会惊讶地发现：哎呀！儿子反而跟我更亲了，真是奇迹啊！我不管他了，他反而对我态度好了，跟我亲近了。以前一看见你，就跟你吵架拌嘴，逆反心理。你现在不管他，反而把你当好朋友，对你也和颜悦色，这就是远离的作用，用智慧处理的结果。

我们放下对家人的控制，并不是为了得到这个好结果。这是意外的收获。有这样的一个结果不是更好吗？是你不费力就得到的。这就是法性施为，也可以说法性思维的结果。法性思维，就是减少意识思维的干涉，把事情和别人的生活交给因缘。大家在一起互敬互爱，又没有粘着，谁也不依赖谁，谁也不干涉谁，这也是我们修行达到的结果。而不是说，我们一修行就谁也不理谁，大家都老死不相往来。那不是佛法的结果。和所有人保持距离，只是为了不粘着，不受苦，不是一定要远离谁。

师父讲了，让我们什么都不管，谁也不关心，也不搭理人，谁碰见我，都别理我，不干我事，关我屁事。师父天天就这几句话，这是你理解错了，又学错了呀。我们学法，最后是跟所有人都友好，都和谐，都一如。也没有什么仇人，没有特别执着的人，与所有人都相敬如宾，互相尊重。到了这个田地，确实知道诸行无常一切空，真如自性虚含万像，一切万法为心所现。这个时候你不是你，你拥有的一切也不是你的。

古人讲过：一切万法，唯心所现。都是你自己编造出来的，你怕个什么？执取个什么？全是你屋子里的家具，本来就是你自己造的。都是你自己的东西，我怕蛇，我怕老虎，都是你自己，你有什么可怕的？那是你心里照出来的影子，你往那一站，心柔似水，完全没有对立。就算老虎来到你身边，它都会很驯服，因为它是你心里现出来的。

我们看牛头法融禅师，狮子虎狼围绕，他有两个侍者，叫大空、二空。二侍者是两只虎，经典里记载。你也能达到这个，谁信啊？咱先别提虎。街上碰到一只大狗，你先过去摸摸它，你看你敢摸摸它不？先拿狗练，再拿藏獒练，再拿熊练。如今什么处不是汝，什么处不分明？你还有什么不清楚呢，哪个又不是你呢？一旦这一点你悟到了，你什么都不需要知道了。这是一个根本。根本悟到了，一切都不需知，知属于妄。举一个例子：妇人怀孕了，然后她把小孩生出来了，这是一件已经确定的事。当爹的已经知道自己当爸爸了。这件事已经不需要再知道了。关于他有儿子这件事，他知道就完了。我已经当爸爸了，就不需要再去想这个孩子什么时候出生，什么时候做手术，离分娩还有几周，孩子是男是女等等，这些问题都不复存在。所以叫了了分明。叫甚么处不分明，甚么处不露现。那个东西还能藏吗？藏不住了，处处显现。对你来说，那个东西还是个秘密吗？不是了，就像太阳一样，清清楚楚。何不这么去会？为何不这么去直接修行？抓住这个根本，认识这个根本，认识到这一件事：自心是佛，不更求佛。认识自心是佛，所有的问题都解决了。所谓提纲挈领，得一万毕。一提衣服领子，整个衣服就顺下来了。所以，修行抓住根本，不要在枝节末叶上去做功夫，去费劲。

有的人问我：师父，我天天打坐的时间特别多，一天打六七座，也没什么事。我是这样来牧牛好呢？还是有时间我再看看祖师集，看看祖师法语好？问这个问题，说明还是不会修行。看经和坐禅有矛盾吗？没有。坐禅时会用功，看经论会不会用功？当然。怎么用功？一心专注地看经啊。一打妄想就拉回到经文上来。看经也可以牧牛。如果你自己清楚了，做一切事都可以牧牛。所谓牧牛，就是做好一件事，不打妄想，不分心，不散乱。在动中修定。

如果你会修行，想做什么，都随你的本性，顺你的因缘就可以了。你的生活，你的功课自己决定。我不能帮你做任何决定。你要抓住真的东西，别在假的上面犹豫、纠结。你也不要问我你结不结婚，生不生孩子，换不换房子，让不让婆婆住你家来。这些问题，是你需要面对的，需要用智慧，用平时的修行来面对的。只要你开心，你没挂碍，你怎么做都OK。你开心，你安心，就好。你能好好修行，借事练心，一切无碍。

至于你在这些事情上具体怎么处理，有你的因缘业力，当然，你的修行也是因缘业力的一部分。修行好了，因缘就会转，业力就会消。可是遇事，我们都往往迷在这件事情上面，这样做对吗？这样做错了吧？都迷在事上，出不来。忘了练心这件事，忘了这一切都如幻如梦，最后什么也得不到。

你说这世间有一个人能永远活在对错里么？那是不可能的。对错是相对的。如果你执着对错，那你只剩下烦恼。因为你的对错和别人的对错不一样，不一样，就会起冲突。你执着世间善恶之法，是非分明。那监狱里永远有罪犯，有那么多杀人犯，强奸犯、抢劫犯，对吧？坑蒙拐骗的、吸毒的、作恶的、自古至今从来没停止过。你想过无忧无虑的生活，但是人永远无法回避生老病死。人们难道不知道善恶是非吗？都知道，但还是有杀父杀母的。所以善恶之法解决不了我们每个人的根本问题。你不要为别人眼中的是非对错烦恼。做好你自己就行了。只要你安心，只要你做了这件事开心，又不犯法，你心安理得，那就好。

若无这个田地。如果你到不了这个田地，那一定是因为你没有抓住根本。那你在现实生活中肯定会迷到事情上去。因为你总是在假的上面去花时间，分心，养成了习惯。你以为那很重要，你以为那件事是真的，所以把大量的时间都花在了俗事上，昧却了本心，荒废了修行。你的修行没有效果，是因为你根本没付出，只是表面在修行。吃了苦了，才知道用功，开始到处找药。

“切须在急。时中忘餐失寝，似救头燃，如丧身命，冥心自救，放舍闲缘，歇却心识，方有少许相亲。”如果你确实自己还没有明白，还有很多挂碍，还有很多烦恼、执著，那就必须要用功了。切须就是一定。要赶紧把这个事情弄清楚。告诉自己，这段时间我要好好做功夫，加倍的做功夫，忘餐失寝。吃什么不在乎，睡多少觉也不在乎。似救头燃。头上着火了，赶紧救，不救就烧死了。如丧身命，就快死了一样。你若头上都着火了，还会想那些乌七八糟的事么？马上就堕地狱了，你还想着涨工资，张三不好，李四不对吗？你马上就一命呜呼了，你还执着那些鸡毛蒜皮的小事吗？你还有那时间自寻烦恼吗？还想那些已经过去的八竿子打不着的事情吗？

所以大家都提起精神来。不管遇到任何境界，你打起精神来，你活一天就要活出一天的精神气来啊。有什么大不了的？反正大家都一样，好的坏的，高的矮的，钱多的钱少的，都是在梦里。醒了都一样，都得死，都是假活着。谁也不比谁好哪去。你难过什么呢？嫉妒什么呢？最后都得断气，都得嘎嘣。所以我们都醒醒啊，别太执着自己，没有自己。自己是最大的一个幻境。真的没有你，你都没有了，还能有什么？一切坍塌。你仔细参参，谁是清风？谁是刘正？谁是虚空？谁是惠平？你们都参参，各自参参。你有烦恼，就提起这个烦恼。看看这个烦恼从哪儿起，到底是因为什么而烦恼。这个烦恼的人是谁？为什么会这么烦恼。通过烦恼来悟道。谁是学山？找找有这个人么？一堆妄想而已，一堆执着而已。有一次，舍利佛有一个问题问文殊。文殊说你去找弥勒。舍利弗到了弥勒那里，弥勒就说：谁是弥勒？谁名弥勒？你找弥勒问问题，弥勒说：谁是弥勒，谁名弥勒？大家有烦恼，有执着的时候，你就提起一句话，谁在烦恼？妄想在烦恼而已。妄想妄想，没有那个东西。既然是妄想在烦恼，没有东西在烦恼，我为什么要烦恼。既然没有我，我为什么要难过？你就解脱了。

这跟二祖觅心了不可得一样。找他自己的时候，找了半天没找到自己。同样，你找烦恼也找不到烦恼的主人。烦恼是妄想在烦恼，跟真实的你没关系。为什么？真实的你是没有你。执着是执着在执着，跟你没关系。你就把自己撇清了，你就解脱了。

有一天你回头再看自己痛苦的那段时间，你才明白，那段时间的痛苦真是太冤了，毫无意义。那段时间你的烦恼，你的恐惧，真的是冤死人了。毫无意义！每次要吸取教训，不要屡犯不改。不要白白折磨自己。如果我们做功夫，就像自己生命最后一天一样，如救头燃一样，佛道真的是不愁不成。冥心自救。什么叫冥心自救？什么都不管了，一门心思求解脱。当你掉坑里的时候，你会不会一个劲往上爬？肯定会。这时候旁边有五百块钱，你还看吗？有个小猫小狗也掉里边，你还会救它吗？你没那心思了，你自己都要死掉了，没有心力去想别的了。先救妈还是先救媳妇？你都掉河里，你救谁呀，先救自己吧。自己不上来，谁也救不了。真没到那个时候，真到那时候，你谁也管不了了。这叫冥心自救。快死的时候，你有多少财产，你有多少相好，都忘了。

我们学法解脱的心理就像人命关天，危在旦夕的时候一样，你再迟一秒钟，就要死掉了。就需要有这么急迫的心理。放舍闲缘。就是狗群啊，作业群啊，太极群啊，旅游群啊，这些都是闲缘，都退了。微信好友删删吧，全世界人都快成你朋友了。闲缘就是闲事，闲事分散了我们大部分的生命精力和时间。世间的俗事把我们牢牢地捆住了，没有时间学法修行。说让你放弃十个亿八个亿，确实有点难为你。你又没那么多钱，存折上是空的，只是让你放弃一些琐事来修行，你都放不下，又哭着喊着要学佛，给你机会学了，又舍不得世间的快乐。

我们有时候真的特别可笑，特别愚痴。其实我们忙的事情，都非常的琐碎，但就是这些琐碎的事情消耗了你大部分的生命。这一生又不知不觉蹉跎过去了。一念不觉，又是来生，一生不如一生。你又不是大明星，又不是名人，也不是企业家、领导，只是个平常的不能再平常的人了，为什么放下也那么难呢？富贵学道难，你又穷又丑，为什么不另辟蹊径？解脱路上不分穷富美丑，多好？

如果你是一家大企业的领导，需要养活几万个人，让你一时间放下事业和员工，这确实有点难。只是让你放下自己的贪嗔痴，放下对一些琐事，都是鸡毛蒜皮的小事，都是跟自己烦恼有关的小事，都是一些俗事，一点不难。如果你连这些小事都放不下，怎么才能歇下识心啊？

修行先从减少俗事，减少琐事，减少那些分散你精力和时间的事开始。如果你每件事都要操心，都放不下，你根本没有精力去学习甚深的佛理。所以先减少做事，减少做事你就可以歇却心识，方有少许相应。才能和祖师这一门，和真正的修行相应。

思维佛法，大家都能去做。放下思维，入不二法门，这个可就难了。这是习惯的问题，是用识心的问题。识心就会带来问题和烦恼。只是理悟没用，还要去磨练功夫，转习气，这个难。用功是很枯燥很无聊的事情，它不像做世间的事情，有一个目的可达，有一个结果可期望。比如我们去一个地方，你多累都会去。为什么？我们有目的，你要去做一件事，你一定会去。所以你不觉得无聊。你内心有一个大的妄想，有一个大的梦想，有一个事去做。你爬山涉水也要去做。如果我告诉你，从广州到天津，你去一趟，到那之后，什么事也不要干，你到那里就回来，这就很难理解了，就很费劲了。我们修行就像这样，做功夫也是这样，我们明明知道一切都不可得，还要去做。明明知道做的事情没有任何的目的和意义，还要去做，这就很难了。

我们做的事别人真的很难理解。如果用世人的眼光，他们会认为我们是神经病。因为世间人最大特点就是得失，就是有利可图，做事有目的性。无利不起早，有利才去做，无利绝对不去做。世人活在因果中，活在利益里，活在逻辑关系里。我们那天端着水走路，在别人眼中就是神经病，毫无意义，一群病人和疯子。没事端一碗水，不能洒一点水，后面还有人拿着一根长竹竿跟着，稍微走不好，还要被打。世人看我们，怎么看都像病人。你就知道实修是很难的。是非常难非常难的。实相之理本来就很难领悟，还要加上实修，实践，改习气，那就更难了。这个功夫对每个人来说都很难练习，所以每次行脚禅七报名的人都不是太多。主要的原因是世间事情放不下。你不深入熏习，甚深的佛理怎么才能明白？

我们知道二祖去见达摩祖师。他说，我要跟你学法。达摩连看都不看他一眼。为什么？这个法不是一般人能学的。你找我学法，我可不是随便一个人就教的。诸佛多劫勤苦修行才悟道的，你凭什么拿过来就一句，我要跟你学法？达摩并不是轻视慧可，也不是轻视众生。而是他知道，佛法是很难学的。他自己也是过来人，诸佛都是过来人，都是要付出很多很多，要把一切都布施掉，才能有大成就。真是太难了。我们在座的这些同修，我也不知道为什么你们都有这么大的勇气，跑这么远来学禅宗这一门。拿我自己来讲，这一路走来，真是不堪回首。我不愿想过去。一想到过去，我都恨不得拿把剑把天捅个窟窿，太痛苦了，太难熬了，太折磨人了。我不愿意再经历第二次同样的经历。但是如果为了成道，为了大解脱，为了见到自己的本来面目，经历的一切又完全值得，而且也是你必须要经历的。谁让自己有那么深的执着和无明。你所受的痛苦不过是你自己的无明导致的。你有多少执着，就受多少痛苦。这与学不学佛，修不修行无关。你学不学佛，都要痛苦。佛法不欠你什么，佛更没有害任何人，都是自己的执迷让自己陷入地狱之苦的。恰恰是这地狱之苦，逼着自己一定要解脱。

这些年吃的苦，那真是没的边，自己绕了太多的圈，迷惑颠倒，到处受苦。我告诉你们，心里难过得天天流眼泪，眼泪都流不尽。真的像歌词里写的，伤心太平洋。真是深深太平洋，都是我眼泪，真的很痛苦。过去受的伤害，都是因为自己的执著，跟外境，跟任何人都没关系。都是因为妄想，因为无明，所以才受苦，才坚定了修行的信心。修行这一路啊，真是不容易。不是你一个人难，大家都难啊，因为我们习惯了用颠倒心生活，用妄想心看事物。因为我们习惯了，我们太沉迷于过那种快乐的生活。五颜六色、五欲六尘的世界把我们灌醉了，醒不过来了。非得特别痛苦的刺激，才能把我们刺激醒。

突然让你把这一切享乐都放下，让你没有依赖，无依无倚的，这个太可怕了。这个比痛苦和烦恼还可怕。痛苦和烦恼勉强还能忍受，但让我什么都不抓，这么年轻就青灯古佛，每天除了打坐就是诵经，这比让我死还难啊。吃的也简单，穿的也简单，也没什么娱乐，每天像活死人一样活着，确实很难适应。所以黄檗禅师说，这一门中，千万个里边只有三个五个出头的。少之又少，从古以来就是这样。学的人多，但是修成的人少。我知道，这个话一说出来，很多人又没信心了。本来信心就不强，我这么一说，信心全没。但是没办法，你没信心，我也得说，事实如此。但有一点大家要明白，你有一个东西是不会坏的，只要你认识到它，一切就简单了。你生生世世都离不开它，只是你没认识到它。当你知道自己是无量寿，是不生不灭的佛性示现，一切就不再是问题。

我们在座的这些人已经不错了，很有善根，都是无量劫来积累了大福报，才能接触禅宗最上乘法。大家一直跟着学习，还都没掉队，还在那死死的挣扎着。“若不如是，明朝后日，尽被识情带将去，有甚么自由分？”只有这一条路，你不见性，你没有功夫，将来你肯定轮回啊。这是事实，轮回是每个人都无法回避的，除非他了达实相，好好修行。如果说别人没学佛法，到老了一得病，就走了，不轮回了，那我们也不用这么费力学佛了。不是这么简单的。你再安静的走，你走的再安心，只要你有无明，你一定会轮回。你只看到老百姓，看到凡夫活的简单，但是他有他的执着，你不知道而已。这个世间谁没执着，谁没恐惧和挂碍，除了佛陀，除了觉悟的人。

你没搞清楚自己是怎么回事，就有轮回。不然一切成了断灭，一死百了。所做的一切都没有因果，那是外道邪见。大家该吃吃，该喝喝，该玩玩啊，什么都不用管。没有因果，随便造作，只要你想得开做得到，随便。做完就空掉，死了一了百了。如果是这样，那就太简单了。但事实不是这样的啊。了即业障本来空，不了应须还宿债。

“如今却不如他无情之物，敷唱分明。土木石头说法，非常真实，只是少人能听。”昨天我们去行脚，也是让大家听虫子叫、鸟叫，感受风吹，看树叶的那种摇动。这就是无情说法，敷唱分明。只不过我们不明白而已，我们天天住在自己的妄想里，看不到法身说法，听不到法身说法，听不到无情说法。我们与无情之物的区别就是多了个妄想，多了个情识而已。你跟草木一样，都是四大假合而成。但是你能够觉悟，你能去做一些利益众生的事。你可以行畜生行而悟道，行畜牲行不是让你去做畜生，但是你可以学习畜生不去打妄想，不自寻烦恼。我们为什么羡慕那些蝴蝶啊、蜻蜓啊、鸟啊？因为它们自在。我们渴望像它们一样自由自在。你看不到他们烦恼。你能做到像鸟一样活着，只要你明白实相，你把那个我执法执去掉。

只是去我执，不是去我。佛性不断我见，唯断取著。我见者名佛性。包括你的见闻觉知，你的思想意识，都不需要断，断的是你的执迷，你的贪着，你牢固的分别。我们看无情之物，这个鸟啊、兽啊、植物啊，它们恰恰是法身本性的一种自然显现，它最合道了。你看不见它有一个执着的表现。我们受伤了，因为俱生我执，我们会痛苦。当然这个痛苦是一种本能，也是一种作用，它本身不会带来持久的痛苦，它是无常的，会消失了。可是我们在这个疼痛上面会生很多很多的妄想和执著。我们会围绕着这个受伤做很多的处理，生很多的心，动很多念。无情就不一样，它显现的只是一种自然的状态，没有自我的干涉。我们通过观察无情之物，可以去掉自己的一些执着。去掉执着，就是我们学法的目的。去执着是为了去掉我们的苦。

我们多向无情之物，向动物，向我们身边的很多事物去学习，去领悟。现在学禅宗的好多都是在家人。对于在家人来讲，最大的问题是怎么在现实生活里，在工作中，在人际交往中用上我们学的法义。不是佛法难行，只是因为我们有太深的执著，有太多的贪爱。与家亲眷属在一起的时候，我们有太多的操控和无明。说着说着就吵起来了，那个我执就出来了，自以为是就出来了。在工作中，干着干着就不情愿，就不满足，就打妄想，就忘记了做功夫。或者根本就不知道怎么做功夫，也提不起一个正念来。所以在哪儿都不能成就，在哪都不如意。好不容易学了佛法，还是不安，又挂念世间，又兼职佛法。在世间的时候，想多抽出时间来学法，可是分不出身来，没有那么多时间。打个七，来个一两天，就得回去。甚至有的根本就没有时间来。来了还放不下家里的事情，法理不透，也没有做过功夫。理透了，养成习惯了，在哪都能修行。因为你出不了家，你很难有一个全天都不需要干活的工作，然后把所有的时间用在修行上。这需要福报，你没有这福报，还要养家糊口，还要工作、挣钱，最主要的是，自己还要花很多钱。那你只能在生活中强迫自己放下我执，放下争执，时刻提起这个正念。

每个人在家庭里都面对着和家人之间的冲突，矛盾，思想观念的种种不同，因为这个生出无量的烦恼。如果你不能出离这个家庭，你跟他们在一起生活，那你只能用智慧去处理，用你的修行功夫去应对。化矛盾为和谐，化争论为尊重。我们改变不了环境，就改变自己的想法。

祖师禅讲记第二十九讲

我们打开三百三十七页，继续学习玄沙师备禅师法语，倒数第八行。“若闻此说，始可商量。”这个此说，就是无情之物说法，土木石头说法。如果你能听懂无情说法，才可商量宗门中事。“且道无情说底法，作么生商量？”大家都听过我讲，也看过祖师法语里面也经常提到这个无情说法，可是有一个会无情说法的么？知道什么是无情说法么？拟心即错，动念即乖。你一拟心就变成有情说法，有情听法了。这里祖师考学人，且道无情说底法，作么生商量？就像大迦叶和阿难讲，倒却门前刹竿著。这是真正的无情说法。但是我们习惯性的就变成有情了，随着话头就开始生心动念，所以无情说法少有人听。讲都会讲，师父！刮风了，不就是无情说法吗。那不是无情说法，那是你说法。那祖师为什么还用无情说法这个词？不得已，让你去悟。不是让你去思维。“试道看。”你说说看。这就跟南泉斩猫一样，你们说出来我就把猫放了，说不出来我就把猫给斩了。这话刚一出口，大众一拟心，接不上南泉的问题，剑就落下来了。当时赵州没在。赵州回来时，南泉问他，你要在那，怎么应对我？赵州顶着鞋就出去了。这就是无情说法，“你会么？”这里的“你会吗？”不是你理解这个故事吗？而是你能做到像赵州那样吗？

所以玄沙师备继续说：“不可道无言无说，无视无听也。”不要以为无言无说，无视无听就是无情说法。也不可道“无问而自说，称赞所行道。”这个“无问而自说，称赞所行道”是法华经里的一句话。法华经是佛陀无问而自说的经典。在涅槃经里也有如来随自意说法。他说：你也不能说是无问而自说，称赞所行道，就是无情说法了。那还不是。鸟叫、风声响、流水哗哗响，下雨声，如是之法，你把它理解为无问而自说，自言自语说梦话，随自己语，这还不是无情说法。会么？有人会么？不要奔头脑里会！那向哪里会啊？师父！所以祖师禅是末后一句，千万人之中，少有一人能会。不见百千大众，唯迦叶一人领会佛意。会了，是功夫做到家了。

“不见善财童子参五十三人知识，末后见弥勒，弹指之顷，得入门。才入门后，其门自闭，于楼阁中，睹百千诸佛过去舍身受身，所参一百二十人知识化境，于楼阁中，一时俱现，为其证明，善财疑心顿息。大凡三条椽下，具这个真实发明，即可商量。”

我们看这一段。善财童子的故事是来自华严经。善财童子参五十三善知识之后，最后去见弥勒。弹指之顷，即得入门。入了弥勒的楼阁里面。华严经里把这个境界描写的非常殊胜。善财刚一入门后，门自己就关上了。善财童子在这个楼阁之中看到了百千诸佛过去舍身受身，无数的佛出生、涅槃，一时俱现。当我们在华严经里面看到这个故事的时候，或者当有人给你讲这个故事的时候，你是否立刻就进入这个故事？如果你完全不觉知自己进入了故事和语境，就很难出来。善财不仅看到了百千诸佛过去舍身受身，他曾经参访的一百二十个善知识，那种幻境也于楼阁中一时俱现。祖师的智慧，他的手段高明之处就在这里，你不知道他讲这段话到底是为了什么。有人问赵州禅师：如何是诸佛心？赵州禅师就说摘杨花。殃掘魔罗经过一个妇人家，正赶上她难产。这个妇人的家长知道殃掘魔罗是佛陀的弟子，认为他有办法能帮助这个妇人分娩。殃掘魔罗就说，我才刚入佛门，没有智慧，这个事我也没听说过，不知道怎么帮到你。我回去问问佛陀，再来告诉您。他回去跟世尊讲了，世尊告诉他，你回去跟那妇人说一句话：“从圣贤法来，我未曾杀生。”孩子就能生下来。他回到妇人那里，跟妇人讲了这句话，妇人当时就顺利分娩了。这个妇人当时分娩。善财见无数幻境一时俱现，忽然一心顿息，也是这个意思。师父，还是不懂，您能讲得更明白吗？佛也骗人，祖师也骗人，最后我也在骗，别老盯着我。

大凡三条椽下。不管你是住茅草屋，还是住石洞，还是住庵住庙，你有一个安身之处，了达实相，那才是根本。作为一个修行人，末后一句，一定要会，要会转身，要会于念离念。具真实发明，即可商量。有真正的见地、悟处和功夫，具正法眼，才能商量此事。“便向四生六道中同于诸佛净土，更惧何生死？”你就可以向四圣六道中，同于诸佛净土，随意示现。彻底卸掉了心意识，把控制这个我的心卸掉了，就变成法性施为，随缘示现，同于法身。你不再干涉佛性因缘。什么是众生？起心就是众生，操控就是众生，干涉、主宰、控制，认为我能做到什么，认为有我就是众生。这个心一息了，妄执一灭，就同于法性。同于法性不是概念里的，不是你一琢磨，就能同于法性了，而是转身，离心意识住着。同于法性到底是怎么回事？一拟议，你又在生心。此问一生，即是一念迷。一念迷即众生。这一心念不起来，即是一念觉。一念觉即佛。佛与众生都不真实，都是你一念心的作用。作用不同，心境不同，受用不同。这个明白了，你就不惧生死了。什么投胎不投胎，受生不受生，你不再去关心。投胎受生的也不是我，不投胎不受生的也不是我。来的也不是我，不来的也不是我。来也没有来，去也没有去。解脱生死不是你想象中的不投胎，也不是你妄想中的不受生。有了这样的功夫和见解，你就解脱了。

每年五一的天气都特别好，也不闷热，也不潮湿，也不阴天，基本上都是阳光明媚，大家打着参学的旗帜，来到这里，欣赏这里的风光。杭州非常美，只要你们开心，安于这样的状态，就好。

“且阿谁知他一切诸法，都无实体。”有知这个人么，没有。只是一个作用。我们知道，悟啊、觉呀、明了呀，这些都不实有。有这么个人么，没有！“至于灵山会上，迦叶亲闻，犹如话月。”我们看一下拈花微笑这个公案吧。这是禅宗里非常有名的一个公案，在第三页：世尊在灵山会上，拈花示众。佛在灵山会上讲法的时候，忽然之间他拿起一朵花。是时与会千万大众，文殊普贤，悉皆默然，不测佛之用意，不知道佛为什么无端的拿起一朵花来。这时候，只有迦叶尊者破颜微笑。这一幕确实很神秘，很不可思议。这是禅宗最有名的一个公案。佛陀讲着讲着法，忽然之间，佛陀做了一个动作，平时从来不这样的，平时要么与大众共坐，要么讲法。今日忽然拿起一枝花。你不要轻视这个动作，你一生也未必能像佛陀这样拿起一枝花。你可能也会拿着花，但你心里在想什么，就没人知道了。你看着拿这枝花容易，但是你会么？会。会什么你会？迦叶看见佛陀拿起一枝花，他笑了，噗嗤笑了。世尊曰：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。”

这就是禅宗的由来。不立文字，教外别传。没有通过文字说法，也没有通过言语去听法。我们看后代的祖师评价这件事情，无门慧开禅师说道：世尊拈花，尾巴已露。嘲笑佛陀拈花像狐狸露了尾巴。迦叶破颜，人天罔措。人天大众，都不知道他们在干什么。黄檗云：达摩西来，无风起浪；世尊拈花，一场败缺。玄沙师备说，世尊拈花，迦叶亲闻，犹如话月。认为迦叶和佛陀的表演是骗人的，就像说月一样，毫无意义。但却引得无数人上当受骗。祖师们经常用这种嘲笑的话语来讽刺佛陀。“古德云：‘善恶都莫思量，犹如指月。’”善恶都莫思量，是六祖开示学人的法语。说六祖的话也只是指月的手指，不是真月。为什么玄沙师备不提倡古人的开示呢？祖师在这儿其实就是让学人去领悟祖师禅，不让你去追他话头。上上根机的人一看，就明白了。就像迦叶一样开悟了，但是大家不明白。世尊没办法，就下降到如来禅。然后说：吾有正法眼藏，涅槃妙心。就变成话月了。六祖大师说：善恶都莫思量，也变成指月的手指，而不是真月了。佛陀也是，当他一开口的时候，已经变成手指了，空拳诳小儿。他还没开口前，你若能悟得个消息，那还有几分相应。像迦叶当时一看到佛陀拿起花来，就立刻领悟才对。为什么说言下见性？为什么古人说：不离当处常湛然？而我们就不是当处湛然了，当下总是琢磨来琢磨去。

慧平在么？慧平就是琢磨的代表。常琢磨菩萨！今儿如意也来了是吧，失踪了好几天。我发现现在的人起名很可笑。没智慧的人全叫慧什么。不如意的人起名叫如意。处理家里边那些糟心的事去了，一去不回。“乃至三乘行位解脱菩萨，涅槃圣德圣果，并如空花兔角。”诸行无常一切空，不管你证什么果位，都是说梦话呢。梦里明明有圣果，觉后空空涅槃无。你不见性，不明实相，就会觉得阿罗汉、辟支佛、菩萨、十地、十住、观音、普贤古佛再来，都非常的高超。一听都是证境很高的圣人，对吧，都是证果的。可是这些人在祖师眼里，在明白人眼里，都如空花兔角。“不见道：‘却来观世间，犹如梦中事。’有为心法，不可相依。”有为心法，是有为心，造作出来的一切，有所得心，有所求心，都是无常的，不可依持。有一句话就是：有得有证，为增上慢。实相无少法可得。你还证个果，得个圣位，皆是有为心行，不可相依。

“日久年深，全无利益。”如果你迷在那些境界上边，时间长了，那是很可怕的。越是大修行人，越是好的修行人，上上根机的人，他越没有什么能力，没什么境界。他显得很无能，很普通，很平凡，什么境界都没有。看着呆呆傻傻的，死气沉沉的，丑了吧唧的，怎么看也不像开悟的圣人。我们现场坐着的都具有这些特点，看着都不起眼。而那些有修行功夫，有境界可得，又很有智慧，也很能说，玄辩如流的人，反而那些人的根基未必比你好。因为他真的容易生执著，生我慢。这个人越擅长什么，在他擅长的地方越容易生傲慢心。像我们在座的这些人，都是根基特别好的人。为什么？一无是处，所有方面全都失败了。拿天文望远镜观察，也观察不到丝毫的优点，没有一点可称赞的地方。人们如果评价你，只有一句话：神经病！世间人对你们的评价甭理他们，看到你们的所作所为，一张口说你们：这些人神经了。但是人不可貌相，海水不可斗量。圣人就在你们之中出世！

“只为违真弃本，厌离凡情，忻心圣道，作此见知，不出他限量，抛他五阴不去。”为什么三乘圣位菩萨证涅槃，证圣果在祖师那里反而不出他限量？为什么会以证得禅定为背道而驰？为什么亲见弥勒，与观音普贤把手共行，仍抛他五阴不去？为什么在很多人眼里是好境界的，在祖师这里反而是不好呢？对真正的修行人，但有少分境界，都是障碍。就是因为他认贼为子，把假的当成真的，着相了，违真弃本，丢掉了根本，而去抓一个空幻的假象。所以他才会生一个傲慢心，生大我慢，才自认为有功夫，有修行。再证个六通，再证个天眼通，再来个宿命通，告诉你过去生中与他是什么关系，再给你催个眠，你就会以为他是大修行人。这些只能欺骗理不通的人。没六通最好，一旦有了，迷你的人会很多。因为你能说出好多大家不知道的事情，也没人能证明这个事是不是真有，没人知道这个事。你却知道，而且信誓旦旦。学法的人，好多人都是特别崇拜有神通有境界的。你越是有神通，有异能，他越崇拜你。但是这些都是违真弃本。

厌离凡情，爱圣憎凡，生死海里沉浮。这里是形容那些想成佛，想开悟，想当法王，想当如来的人，想被世人瞩目，想突出那个我的人。这些人不知道有这个成圣的心，恰恰在生死海里沉浮，不能解脱。

爱圣憎凡，就不能甘于平常，不能甘于无为无作。如果心还存有圣量，还存有佛，存有法，存有僧，就是意识心未尽。不出他限量，就是不出生死心。只要还有凡圣的概念，还有所求，一定会随你的妄念、你的知见和我执而流转六道。“不见道：‘诸行无常，是生灭法。’你只拟向前，争能明得？可中彻去，方得知之。”你只拟向前，老是想将来开悟，总是错过言下，想过一段时间就好了。这一念心不要生起，才能相应。你这一念心就是最大的习惯，最深的无明和习气，一个法执。这一念心不去，永远不能相应。

我们练习牧牛，就是要看到这念心。牧牛听起来很简单，真正做起来很难很难。意识妄念的习惯就是分别，就是不停地犯苗稼。吃苗是他的习惯。你稍微不注意，他就在那儿作妖。你一动念，他就开始在那儿画画，编织故事。可中彻去。想求开悟的这一念，你要彻底放下。彻底的没有法执，大休息，才能够相应。妄心一歇，歇即菩提。这个彻去，也可以理解为真正明了，透彻通达了，就解脱自在了。

“若未究得，当知尽是虚头。”若所有得，皆是虚妄。不会做功夫，妄有所得，不知离念，就是白浪费光阴。知离者是佛。不知离者，但有少法可得，皆不相应。“世间难信之法，具大根器，方能明达。”难信之法就是禅宗，最难信，最上乘法。它的特点就是难信难入。什么都不能诳惑于汝。你有丝毫的信解，丝毫的知见，都不能相应。你有一法不空掉，摩诃衍不能胜出。存有丝毫的情见俗念，一点点生死之心，都解脱的不干净，都脱不去。

“今生若彻去，万劫亦然。”这一生成就了，万劫不复迷失。为了学法修道，做出多少牺牲都是值得的。你再也不会轮回了，你不会做为凡夫业力烦恼而轮回世间。一成永成，一旦成金，不复为矿。从石矿中提炼出金子，一旦提炼成金子，再也不会为矿了。那我们今生得人身，闻佛法，遇最上乘禅宗，学了这么久了，如果不学出个结果，太可惜了。现在具体的方法也有了，方向也很明确了，只剩做功夫了，只剩独处，息虑忘缘。只剩放舍闲情，放下得失，放下世间的俗事，把精力和心思用在闻法修行上。诸业不造，自然得道。

“古德云：‘只向今生须了却，谁能累劫受余秧。’珍重！”这个事今生一定把它办了，不办好，就永劫轮回，非常可怕。所谓的大事已办，才能自在无忧。大事已了，就太自在了。

祖师禅讲记第三十讲

同修们上午好，今天我们一起学习长庆大安禅师的一段开示。打开《祖师禅》的第四百二十页最后一段。

“上堂：‘汝诸人总来就安，求觅甚么？若欲作佛，汝自是佛，担佛傍家走，如渴鹿趁阳焰相似，何时得相应去？汝欲作佛，但无如许多颠倒攀缘，妄想恶觉，垢净众生之心，则汝便是初心正觉佛，更去何处别讨？’”

我们先看这一小段。长庆大安禅师是这个沩山的弟子，他一上来就说，你们大家都跑这么远来找我。就是亲近，安是指他自己。你们总是从各个地方来找我，到我这里来，好像我这里有什么宝贝一样。如果你们想成佛，想作佛，你自己就是佛，还到处跑，向外找佛。担佛傍家走，是说，你自己是佛，还要到外边去求一个佛。担佛是什么意思？就是你担着佛身。傍家就是挨门挨户的，形容向外求觅，参了这个又参那个，就像善财童子一样，五十三参。我们需要参学么，需要，但你不能总参。你参学来就是为了认识自己，回归自己，不是一味地向外跑。你不能总在外边流浪。参就是参究自己的本来面目，根本不假修添，不假造作，只要息掉妄缘，息掉向外攀缘的心，息掉种种造作的心，就是天真佛。如果不悟自佛，整天向外求，就像渴鹿追赶阳焰相似。鹿渴了，它找水，在路上看到阳焰，拼命地追，又追不到。阳焰是一种物理现象，路面上升起水一样的雾气，但实际上并没有水。鹿渴了，它找水，看到路上像水一样的阳焰，它就去追，但是那不是水，只是看上去像水，尤其在天气好的时候，阳光明媚的时候，会在大路的前方有一片像水的东西，这个我们都看见过。在这路上你要追这个阳焰，你永远追不到。它一时半会儿也不会消失，前面总是有水，如果你不知道它是假的，又需要水，你会一直追着它。

我们修行想成就，向外觅佛，这个觅佛，就是只要你起一念心，想增加一点东西，想改变一个状态，想得到点什么，这个都是向外求觅，就是担佛傍家走，就是如赶阳焰相似，皆是徒劳，错用了功夫。

想做佛是学法人的一种心理，也是一种妄想和习气。追逐阳焰，是一种比喻。比喻我们向外去求、去取、去证，去修，想得到什么，却永远得不到。向外是一种形容，不是说有个外边，也不是有个方所。是说，你一起心就是向外，你一动念，就与道相乖。

这里的若欲作佛，是代表追求一种殊胜相，神异相，玄妙相，智慧相，就是你不满足的东西想得到，你总觉得还有一个东西可得，这是若欲作佛。想作佛，才会求取，心才不会歇下来。就像一只渴鹿一样追赶阳焰。何时得相应去？怎么能追得上呢？那是幻化的。佛也好，菩提涅槃也好，解脱也好，如来大定也好，包括我们以前学的所有那些指向本性的东西，都是一个空名，都不实有。学法就是要明白这一点，把这个追、求、取、造、证，这些心都歇下来，就相应了。

我们为什么一次一次办禅七？组织大家共修，牧牛，练习一物不为？就是为了悟这个实相。实相没有佛，外面没有佛，自心是佛也只是个方便说。自心是佛它不是一个概念，是告诉你没有佛，所以叫自心是佛，并不是外面没有佛，又有了一个自心是佛。不是这个意思。是说，无心才是自心，无佛才是真佛。如果你不悟这个真理，你就没法做相应的功夫。你一定是做徒劳的、妄为的、有为的功夫。这个实相你通达了，你就能够心甘情愿的休息下来，你就歇的安心，歇的如理如法相应。

所以，如果你想做佛，只要没有这些颠倒攀缘妄想，就是本来佛。所谓颠倒攀缘妄想，就是将自心所现的一切的虚妄境界当成实有，还在抓取，还在患得患失。不管是世间法，还是出世间法。不管是家亲眷属，还是财色名食睡，还是禅定、戒律、智慧，甚至包括度众生，成佛，这一切都叫做颠倒攀缘，妄想无明。不仅是说贪着世法叫攀缘，执着出世间法也叫攀缘。如果你执著我要成佛，我要度众生，一起心一向外一执著，就被贬到二铁围山。所谓的妄想恶觉，都是起心动念造作，起种种分别心、执著心、攀缘心、有所得心。没有这些心，就是这里讲的但无许多颠倒、攀缘、妄想、恶觉、垢净众生之心。我们做一物不为，坐这儿什么都不做，首先就是歇掉粗的这些心。然后看到自己惯性起来的那些念头，是执念烦恼念，还是一些无是无非的念头。念头起来，分别心一起，我们只要看到它，不被它瞒，不被他骗，它就没有力量。因为它是假的，它是空的，就怕你看不到这个念头，随着这个妄想、习惯、习气又去造作。又去找寻，又去攀缘，又去追逐，这个时候就徒受轮回，白白的受烦恼。

这里的初心正觉佛，其实就是本心，本性佛，天真佛，真如佛，法身佛。也可以说是不动妄念，即成正觉，这叫初心正觉佛。初发心就能成佛，发一念心就能成佛。为什么？因为你通达了没有佛可成，你这一念心就是无心可得，这是一种智慧。并不是说我起这一念，就真成佛了，不是这个意思。所以学法要见性，见到真实的东西。见到真实的东西就不被假的骗了。不被一切假的骗了，就见到真实的了，这个是不二的。如果你能够明白根本的真理，也能够做相应的无为功夫，你就不需要到别处寻讨。我奔你这参参，奔这儿证证，你给我印证一下，都没有必要，都是妄想，都是多余的。

“所以安在沩山三十来年，吃沩山饭，屙沩山屎，不学沩山禅。”这段开示非常的精彩，是我们学禅宗的一个核心。禅宗这一法最难修的就是这一点。大安禅师在沩山三十来年，我们看他只做两件事，只做两件事，一个是吃饭，一个是屙屎。就做好这两件事，就一切做好了。

今天有一老菩萨到我这来，就跟我说，师父！我以后怎么修？我说，您就做好一件事，等死。我也跟你一样，我这么年轻，我也做一件事，等死。你也可以说做一件事，喘气，一个意思，我就喘气，我就等死，我就吃饭屙屎，都是一个意思。就是做最简单的事，做离苦的事，做不自寻烦恼的事。这个怎么才能做到？你只有通达诸法实相，妄心歇尽，只有见到根本，才能做到。听上去非常非常简单，实行起来比登天还难。尽大地人不愿做最简单的事情，不愿成佛。根本里面什么都没有，你经历的一切，你学到的一切知识、观念、概念、是非，你曾经梦想要得到的一切的一切，你认为快乐的，美好的、浪漫的，愉悦的、舒适的，这一切都是妄为，都是空中花，水中月，都不可得。都像阳焰一样，看着挺美，那里面什么都没有。

但是众生他就认为这些很美，很享受，它看不见后面的苦。我要去追逐、我要去造作，我要去求取，因为这个相永远有，所以他这种努力，他这种贪心，就永远歇不下来。只有当他清清楚楚了达它是空的，这是一个妄想而已，幻象而已，他才能歇下来。但是因为追逐阳焰已经成为一个根深蒂固的习惯，这个歇不是说一下子就能彻底歇下来，他还有惯性在，还有习气在，所以这个就需要我们做功夫。做相应的助道法，一物不为，修远离行，听经闻法，来慢慢的与诸法空相来相应。大安禅师自述：我在沩山三十年来，只吃沩山饭，屙沩山屎，不学沩山禅。只做这两件事，吃饭屙屎，就是不学法，不学沩山禅。

不学沩山禅，代表了一切佛法我都不学。沩山禅就代表了佛法，代表了一切的修行，所有的用功，所有的起心造作，全涵盖着。你沩山再厉害，你的禅法演得再好，对我来说，全都没用。你有沩山禅，我有大安禅。别说你沩山禅，你如来禅，祖师禅，都是别人的东西。你有你的，我有我的，无欠无余。

既然不学沩山禅，那为什么还要留在沩山？是为了觉悟真正的沩山禅。真正的沩山禅就是大安禅，就是猫禅、狗禅、树禅、风禅，花禅、鸟禅、雨禅、云禅，一切皆是沩山禅。是我自己的禅，是沩山启发给我见到自己的宝藏。我不学你，我做自己。这就是沩山禅。

那释迦牟尼佛的法，也是一样的。释迦佛法，非释迦佛独有，一切众生皆具佛法，都是自己的法。自己的法，是真释迦法。释迦法不仅是释迦牟尼佛的法，一切花鸟风树的法，全是释迦佛法。释迦牟尼法本来没有法，这叫释迦牟尼法。六祖的禅是什么？我不会佛法，这叫六祖禅。我们这样一看，所有的祖师，他们的禅法又都通了，是一个东西，一个鼻孔出气。祖师和佛是一个鼻孔出气，穿一条裤子。原来他们悟的都是一个道理。所以临济说，当他明白的时候，感慨的说了一句：原来黄檗佛法没有什么。黄檗佛法无多子。就是没有什么奇特的东西，都是些最平常，最不起眼，少得可怜的东西。我还一直以为黄檗这里有什么奇妙的法呢，原来根本没有什么特别玄妙的。原来我师真的是本来无一物。

大安禅师也是明白人，哦，原来沩山这里什么都没有，所以我不学沩山禅。我知道沩山禅是什么都没有，我就吃饭屙屎就行了。我们看一看，他这个吃饭屙屎到底和我们凡夫吃饭屙屎一样不一样？凡夫也有人没工作，也什么都不干，但是天天就想买个彩票，中个奖。虽然什么也不干，不代表心里没有贪嗔痴。只要一有机会，还是会去造业。他买彩票，花了很多钱，一直不中，很闹心，快得抑郁症了。因为他太希望中这个彩票了。人一旦对一个东西产生了执著，他会很难停下来。聊斋里面有一个当官的，他文章写的特别好，他考了八次也没考中。后来碰上济公了，济公帮助他，写了一篇狗屁文章。正好那次考试的要求是，只要文章里有狗和屁两个字，就可以录取，就能当状元。他当了官，特别开心。没当官时，天天闷闷不乐，也不吃饭，也不喝水，天天茶饭不思。但是当了官了，难道就一直快乐吗？没有，他的贪心一直不停，最后，犯了杀头之罪。临刑前，忽然醒来，才知是一个大梦。

我们看长庆大安禅师，他吃沩山饭，屙沩山屎，不学沩山禅。他每天都干嘛呢？他怎么修行呢？“只是长看一只水牯牛，落路入草便牵出，侵犯苗稼则鞭打。”他只看一只水牯牛。这里的只看水牯牛，不是指天天用眼盯着水牛。是指在做牧牛的功夫，是看着自己的念头是否向外跑，是否染污六尘境界。不了解禅宗的人，他是不明白修行人为什么要“看一只水牯牛”，也不明白什么是“牧牛”。还以为他弄了一头水牯牛，在那儿放牛呢，一直盯着牛看呢。你盯着牛看，看多久也没用。这里是用牧牛这个现象来比喻怎么看住自己的念头。

我写文章第一次用水牯牛的时候，写到牧牛的时候，师父！这个牧牛到底是怎么回事？他还真以为我买了头牛，去放牛呢。他不明白，他说，也没看您拽牛啊，也没看见你牵头牛啊。怎么叫牧牛啊？

若落路入草。落路，就是没在正路上走，跑邪路上去了，起心动念，心向外驰，打妄想，自寻烦恼了。不在路上，跑沟沟洼洼地方去了，这叫落路。入草是什么？入草就是吃人家庄稼去了啊。吃庄稼会被人打的。便把鼻孔拽转来。

我们都学过石矾慧藏禅师的牧牛公案。一次他在厨房里坐着，马祖看见他，就问：你在这儿干嘛？他说：我在这儿牧牛。你怎么牧牛？牛一吃草我就牵它的鼻孔，把它拽回来。马祖就说：子真牧牛也。真牧牛，是说这个牧牛更高级，比放世间的牛更叫牧牛。因为这是智慧，这个牧牛能让我们解脱。这里长庆大安禅师说的和石矾慧藏说的是一样的，都是在做功夫。

有的人会问：师父，这个会不会太累了？念头一跑，就要拽回来？所以为什么一定要明理，一定觉悟，才会做功夫。不然你瞎做功夫。这里写的很明白，落路入草，才拉回来。如果这头牛正常的，安静的在那走，它只是吃草，不吃庄稼，你就不用管它。吃草和犯苗稼不一样。牛吃草，比喻我们正常的起念，并没有想是非烦恼，它没有吃庄稼，它只是吃草。我们有时候说牛吃草，是吃庄稼，它的概念是一个意思。有时候吃草并不是指吃庄稼，而是牛的正常活动，比喻我们平时正常的起心动念。这里落路入草，是犯苗稼的时候，或者是掉到坑里的时候，这时候拽一下。对面来个人，它去咬人家去了，这时候你拉它一下。不然它就会犯错误，犯人苗稼。你就需要鞭挞它。

用牛来形容我们的妄想心，它很不老实，它经常去犯苗稼，要不就去看哪儿新鲜，这看看，那看看。我们一开始牧牛，主要是对治你粗的念头和妄想。到了功夫纯熟的时候，这些妄想都少了，就要看细的无明和烦恼了。也不是说，就可以放逸，让它完全吃草，还是要善护念，因为有些念还是会把我们带到烦恼中去。

“调伏即久，可怜生，受人言语。如今一时变做个露地白牛，常在面前，终日露迥迥地，趁亦不去。”调伏即久，就是牧牛时间久了，它听话了，也会牧了，很轻松地就能把牛牧好。可怜生，受人言语。这是一种对比，我没调伏心牛之前，没好好牧牛之前，我一直被别人言语所蛊惑，被别人说的东西欺骗。自己起一个念，就随念跑了。就是受人言语欺骗。而如今，所有人说的话都不能影响我。不仅是别人说的话，我自己内心生起的观念，我也不会受它欺骗了。

大家不要以为只有别人会骗我们，最容易骗我们的是我们自己的念头。我们自己不知不觉生起一个想法，想起一件事，烦恼半天都不知道。我们为什么要做功夫，为什么要做一物不为，要牧牛？你调伏久了，就不会再受任何人包括自己的欺骗，不会自寻烦恼。如今便做个露地白牛，自在无拘，自由自在了。露地白牛，是法华经里写的大白牛。大白牛象征一佛乘，比喻清净心、无染的解脱的心性。就好比如金子从矿石里提炼出来，它再不会成为矿石。大白牛就是指心性完全无染了，它不再去犯苗稼，它自在了，不需要我去牧它了。我不用管它，它自己就会走在正路上，它自己就知道不犯苗稼了。

所以这里是比喻，所以大家不要讲，师父！有这样的牛存在么？世间该不会有这样的牛，有这样的牛就成精了。这里的大白牛，是形容已经驯服已经自觉的一头牛。形容你的心完全的转变了，你的心态已经不再是凡夫无明的状态，而是解脱自在的状态。你的智慧，你的功夫，完全纯熟了。你过去的习惯，那些烦恼习气已经没了。所以叫露地白牛，常在面前。常在面前是什么？你不会迷失了。并不是有个灵明觉知，有个东西现在目前。六祖说：亦无现前之量。有人会误解这里的常现在前，以为有个东西现在前。不是！到底是什么？只有自己去练习牧牛，练成了你就知道了。

“终日露迥迥地，趁亦不去，赶都赶不走。”这个到底是什么？其实方便讲，就是我们的智慧觉性现前了。不是觉性的概念，而是觉悟的智慧现前。这个一讲出来就不是了，如人饮水，冷暖自知，你功夫做到，就知道了。就算你功夫没有完全做成，你和凡夫还是有很大的区别。凡夫没有修行，没有功夫，遇到一件事情立刻就有反应，他会生气，他会生烦恼，他会生贪心，会犯傻。我们有了牧牛的功夫，再遇到事情，会看住自己的心。虽然有时也会犯过失，但大多数时候，都有觉知，都有正念。这就是通过修行所获得的功夫和能力。

终日露迥迥，趁亦不去。这个就是烦恼完全断尽了，烦恼完全不会起来。妄念啊，执着啊，攀缘外界的这种心，根本不会再有。这个是靠刻苦不停地练习的，你怎么讲，不练也没有用。你讲一万年，不去牧牛，都是意识上做功夫，与真正牧牛正好相反。

我们真正做功夫，就是息掉意识上的分别，转掉依识而住的习惯。“汝诸人各自身中有无价大宝，从眼门放光，照见山河大地，耳门放光，领览一切善恶音响，如是昼夜常放光明，亦名放光三昧。”大家练习一物不为的时候，就是我们坐在这里的时候，为什么要睁眼？因为只有睁眼，你的六根才同时处在用的状态。但是这个用是不染的，是不消耗心神的一个状态。六根自然起用，就是诸人各自有无价大宝。你不要去找佛性，它一直在六根使用。你想象思维出来的佛性，那是你念头里面的妄想。所以到那儿去见性啊？就在眼耳鼻舌身意，就在六根处就能见性。眼识耳识鼻识舌识身识意识，就是你的本性。但你不要住，住就成妄了。色声香味触法就是你的本性，但你不要着，着又成烦恼了。没有一个不是你本性的。只要不住不着、不分别，不迷在里面，就是你的本性。

这个本性，就在作用上见。达摩祖师讲过，到那儿去见本性啊？到作用上见。哪些作用啊？在嘴这儿就变成说，在眼这儿就变成看，在耳这儿就变成听，在身那儿就变成触，在鼻这儿就变成嗅，在头脑这儿就变成思，这就叫做在作用上见本性。所以六根作用，就是本性，但是你也不能做作用想，不能住在作用上。你不能跟别人讲，这个作用就是本性。这样讲，是一种方便说。那如果你执着作用就是本性，那它又变成意识了。本来是打算给大家开示作用，一说一讲作用就是本性，又变成知解了。如果你强调一个作用，那这个作用就不是作用了。我们看一个东西，看就是看。你正看之时，不会说我在看。你看的时候刹那刹那空掉了。那我们说看的时候，是后来安一个看的概念，它已经不在了。自心妄计就叫看，实在是没有看。我们只是方便，为了形容这个作用，才说看、听、闻、嗅。我们后边给它加个作用叫看。但是，还要知道，看不要做看想。本性就在见闻觉知上，但不要做见闻觉知想。

照见山河大地。照见这个词汇很殊胜，好像真能照见山河大地。其实就是你日常生活，起心动念，处处见得清清楚楚，听的清清楚楚，闻嗅都是很清楚的。这个作用从来不会间断。在什么情况下间断？其实没有间断。但是我们一住在妄想里面，一进入意识分别的时候，它的其他作用就被蒙蔽了。这个时候你就听不见了，给你端一碗特别香的米饭，你也闻不见。因为你脑子在想别的，你心里有个事，有个挂碍。饭就在你面前，你看不见。饭香扑鼻，你闻不见。因为你只想你的烦恼，有一个地方你有住着，就不放光了。其实还是在放光，只不过一直是意根在放光，而且是放烦恼光。你自己不觉了，你只是暂时迷倒在一个妄想里面，你住在那儿了。

本性是无间断的起作用，就像太阳一样，即便有乌云在，它依然在放光。但是因为有乌云，人们就看不到太阳光。为什么有的人看不见太阳，有的人能看见？看不到太阳，并不是太阳不放光，只是被妄念乌云遮蔽了。古人云：六根才动被云遮。我们看不到本性，不知道活用本心，没有训练心的开放功能，就会在某个烦恼处受阻。并不是没有本心，并不是没有这个作用，而是这个作用被障住了，被另外的妄想搁浅了。你不会修行，就不会用本性。你不专心的去听，你就听不到任何的东西。你觉得你是在听音乐，其实你是在打妄想。你觉得你是在画画，你在画妄想。画着画着，你的线条里就夹杂进许多妄想，所以你画不好。你不懂得善用其心，什么事都做不好。其实做任何事都很难，除非你有修行，才能把小事，把各种事做好。

吃饭难不难？喝茶难不难？如果你不好好吃饭、喝茶，可能就会噎着，卡着。你不修行，虽有佛性，虽有佛光，不得受用。如是六门，昼夜常放光明，亦名放光三昧。说放光，你不要着放光。并不是真的从你六根处放光，这是一种智慧，你不要起放光想，也不要起看听闻想。本性自然起用，没有障碍，叫放光三昧。悟到这个，也不要生悟想。然后直接无碍地运用就好了。你不要老想，哦，我六根直用，就叫放光三昧。知道就完了，不要在上面加上分别执著就行了。若用时起用想，是知上立知，即无明本。你也不用去分析它，师父！这叫放光三昧，放光三昧什么意思，您讲讲。你这一动念就不叫放光三昧了，这个念把光遮住了。

“汝自有，何不识取？影在四大身中，内外扶持，不教倾侧。”汝自不识取，有两个意思：第一个，凡夫众生确实不知道放光三昧，他不认识自己的本性。觉悟的人认识不认识呢？认识，但并没有一个实有的法可认识，也没有实有的主体去认识，假名叫认识。觉悟的人认识本心，怎么认识本心啊？他不起认识这一念心。他直接默契于本心。与凡夫日常所为非常相似，但又不一样。为什么六祖大师说我不会佛法？他真不会佛法，但他真会佛法。凡夫也不会佛法，但他真不会佛法。

祖师们经常会问弟子：会么？一个会吗？大家就开始不会了。会不是说真有一个东西让你去领会，但也不是没有。这个就是微妙难知，向上一路，千圣不传。为什么叫自证圣知境界？根本没办法直接跟别人讲。汝自不识取。人人本来是佛，自己不认识这尊天真佛，它影在四大身中。什么叫影啊？形容它是无形无相的，藏在四大之中，这是一种形容。一这样讲，好像佛性藏在我们身体里，不是这个意思。但是没办法，只能这样讲，这样形容。影在就是不即不离。所以，对人说才有佛性。如果是机关木人，你就不用跟它讨论有没有佛性。因为它不需要解脱，它也没有烦恼，它也不分别自身。而且这个它，也是我们定义出来的，本来就没有它不它。所以对人而讲，活着的时候，佛性历历在目，作用在四大五蕴身上。死了，佛性也是遍一切处，并不是离开你，而是一直都在。它从来都不会生，不会灭，不会消失。一直在起作用，在你身上起作用，在草木瓦石身上起作用，在一切处一切法上起作用。一旦你死掉了，变成一个尸体了，你这个幻身没有了，也就没有什么有佛性没佛性，跟你就没有关系了。你活着的时候，也是假名与你有关系，其实哪有个你活着的时候，都是妄心识心分别出来的。对众生方便说是这样。所以佛法一定是在你活着的时间里的佛法，是对需要解脱烦恼的人来讲，才有佛法。

这个方便，就是让你识得本心，认得你的本性。本性在哪？不离你的见闻觉知，不离你的行住坐卧，就影在四大身中，内外扶持。什么叫内外扶持？它起平衡你所有活动的作用。走路会摔倒吗？只要专心走路，就不会。蹲时间长了，身体会累，自然就会站起来。你从很窄的桥上过，自然就会扶住桥栏，不会让自己掉到桥下边去。谁在起作用？方便讲，是佛性在起作用。有这个东西么？有，但是你找不到。找不到，就是没有么？不是没有。如果没有这个东西，你就成机关木人了。有这个东西，又找不到。虽有佛性，但又没有一个主体，没有一个我。这是从无我佛性的角度讲。佛性无我，你虽不是机关木人，但本质和机关木人一样，没有主体，都是意识心幻现出来的影像。

我们和无情的区别是，能反观自己，能学法，能修行，能觉悟。但又无区别，因为这个觉，这个修，这个反观，也是幻的，是没有主体的。佛性难理解就在这里了，菩提无是处。你在哪儿住着，祖师就在哪儿破你。最后就引导你直接用而不作用想。

“两脚若子大，担得二硕，从独木桥上过，亦不教伊倒地。”如人负重担，从独木桥上过，亦不教失脚。好比人担着很重的东西，在独木桥上过，你会很警觉的走过去，不让自己失脚落桥。你会自然的起作用，不让自己掉下去。“且道，是甚么物任持，便得如是？”我们看，祖师引领我们见这个根本的东西，用了很多的比喻和言辞。祖师的目的是让我们直接经验，直接作佛，不是思维佛性。用就可以了。但我们习惯在意识心中住着，思维。那怎么办？练习转身，练习出来，练习！练习！再练习！坐这儿什么都不想了，一次次练习牧牛，一想就拉回来，一想就拉回来。先要明白这个道理，先要知道这个直接作用就是本性，然后就练习直用直行。一旦在作用上安东西，立知见，就立刻把念头拉回来，拉到作用上来。

一造作，一修一证，就拉回来。这就是为什么祖师和佛要引导我们见到真实的东西。你见真如本性，见到真的，才会停止追逐假的。你才能歇着，才会彻底地歇下来，才能直用直行。你才能不做一切功夫。“汝若觅毫发，则不可见，故志公云‘内外追寻觅总无，境上施为浑大有。’”且无丝发可见。明明这个东西有，但是又找不到。岂不见志公和尚云：内外追寻觅总无，境上施为浑大有。珍重！

不管你内外寻觅，如何反观，如何思维，你找不到这东西。眼耳鼻舌身意都无法找到这个东西，这叫内外追寻觅总无。只是总找不到。但是境上施为浑大有。他又表现在一切作用上。浑大有，明明就有。这是超越有无的有。当体便是。整个虚空法界是它一只眼。这是一种形容。你不要生见，认为虚空法界就是法身，就是自性。这是一种形容，可以方便讲，虚空即是法身。若这样想，虚空即不是法身。

我们今天跟大家学的这一段，不仅仅开示牧牛，还开示什么是诸法实相，什么是无为。如果你不见本性，理上不透彻，你不知道妄念本空，做功夫是难做对的。你做再长时间的功夫也没有用，你会错用功夫。学法就两条路，一个要见地到位，一个要功夫做足。然后你就解脱了。修行没有捷径，尤其是对我们这个时代的人。所有的修行人都包括在内，他生活在这个大环境里面，自然的就会染污一些习气，包括看手机啊，玩微信呀，打游戏呀，男人全都打游戏，女人全都上淘宝。

天天看吧，道场每天都有包裹寄来，快递员出入的频率比学人出入的频率大很多。你再看世间人，哪个小区不是一堆的盒子。每天出来都是女人，但是现在也有男人频繁地购物。你们不要看我，我不是男人。现在男人都变成女人了，这是众生的习气。怎么对治这种习气？就做相应的功夫，做四门功课。如果是古人的话，古人不会这么啰嗦，他会牧牛了，就很简单地看好这头牛就可以了，不用像我们这样，又诵经，又读咒，还要行禅，还要专门练习行脚，练习一物不为。古人修行很简单，就是歇着，水边林下，长养圣胎。要么就是躺着，要么就是散步，要么就是坐着，每天穿衣吃饭，看看经书，随缘度日，假名修行，假名消旧业。我们今天学法难就在难在有太多的娱乐，有太多的诱惑，有太多的快乐可以去享受。所以能在这个时代，在这种环境下，还能学祖师禅，还能学最上乘法，真的是非常难能可贵。

祖师禅讲记今天就结束了。谢谢大家，祝大家道业有成。

金刚经讲记

金刚经讲记第一讲

同修们上午好，我们从今天开始跟大家一起来学习金刚经。

这段时间，一直和大家在一起共修金刚经，包括读诵、背诵、思维解义，平时也会给大家做一些零星的开示。从二零一五年讲过一次金刚经以来就一直没再讲，也一直想再深入地和大家在一起学习一遍，一直没有机缘。佛法从缘起，今天终于有这个机缘和大家再一次一起深入地学习这部禅宗经典—《金刚经》。此经全称叫《金刚般若波罗蜜经》。前一段时间也写过一篇关于金刚经的讲义，叫金刚经大义，也有一定的篇幅，在公众号已经发过了，大家有机会也可以看一看。那个主要就是串了一遍金刚经的义理，这次我们讲金刚经，主要是从实修的角度会多讲一点。

我们先看这部经的经题：金刚般若波罗蜜经。讲到经题，我们看一下经文，在第十三品：“世尊！当何名此经？我等云何奉持？佛告须菩提：是经名为金刚般若波罗蜜，以是名字，汝当奉持。所以者何？须菩提，佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜。”我们看这一段，其实这一段已经讲得很明白了。如果有心的人，根基好的人一看到这一段，就知道了整部金刚经所讲的一个主旨。为什么？金刚般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜。也就是说这部经的经题已经显露出了一个信息：金刚经，非金刚经，是名金刚经。什么意思？并没有这部经。金刚经还有一句话叫“无有少法可得，是名阿耨多罗三藐三菩提”，又说“无法可说，是名说法”。所以说，这部经的宗旨，也即核心内容就是空。空是本来空，这个需要学人自悟自修，自己默契，不是讲空，也不是证空。这也是为什么这部经问法的人叫须菩提。须菩提是解空第一。也就是说这部经其实什么也没有讲，为什么呢？金刚经者，即非金刚经，是名金刚经。

就像《维摩诘经》有另外一个名字：《净名经》。净，清净，干净，无一物；名，名字，概念。一切法只是假名而已，没有任何一个法是实有的。也就是《涅槃经》里所讲的“一切皆空，一无所有，三界六道根本性离，断一切相，一无所有。”六祖大师所讲的“本来无一物”。这个空、离一切相、断一切相、一无所有，是从究竟的角度，是从佛性的角度，它已经是圆融的，它已经就含着一切的妙有。为什么含一切妙有？不是说本来无一物吗？为什么又是含一切妙有？本来没有任何虚妄、无明、烦恼、有所得、生灭、无常、人我是非、六道三界，这一切都不真实。这就是佛性的妙有。妙有是指什么呀？有常乐我净、有真如佛性、有一切的善法功德。所以我们不能把“本来无一物”和“常乐我净”割裂开，它是完全一致的。而很多人会说金刚经里面只是讲空，没有讲到实相。又说六祖大师的“本来无一物”还不究竟，只是讲到了空，没有讲到妙有。这是他们自己的理解有问题，他们并没有真正明白六祖大师所说的话，也没有真正看懂金刚经。

《涅槃经》里还有一段话是：“善男子，如汝所言，若人闻我说大涅槃一字一句，得阿耨多罗三藐三菩提者，汝于是义，犹未了了。”因为《涅槃经》里面也确实这样讲过：如果有人能够听闻《大般涅槃经》中的一字一句，即得阿耨多罗三藐三菩提。经里表法的光明遍照高贵德王菩萨，他并没有真正明白这句话的意思。所以佛就重点开示：“汝当谛听，吾当为汝更分别之。善男子，若有善男子、善女人，闻大涅槃一字一句”，后边是关键的地方，“不作字相、不作句相、不作闻相、不作佛相、不作说相，如是义者，名无相相。”也就是你读《涅槃经》真能读到它只是文字，它没有任何的实义，那你只需读一个字，就能得成阿耨多罗三藐三菩提。读金刚经也是这样，你读到这关键的一句明白了它的真正含义，就是不作字相，也不作句相，也没有一切的法相，你就开悟了。

其实金刚经里面也有一句经文跟涅槃经里的这个意思是一样的，第三十二品：“云何为人演说？不取于相，如如不动。”这个不取于相是不取一切相。所以这些都是这部金刚经所要传达给大众的一个主旨。我们在明白这个主旨的基础上，再深入学习这部金刚经，就能明白它所包含的圆融的世谛和第一义谛，有为与无为微妙的结合。在这个究竟的义理上，再去深入学习金刚经的实修的部分，就不会偏空。这样的话我们就不会偏于一个空理，或者是偏于一个事，不会偏于口说般若。

所以《涅槃经》里面讲到“如是义者，名无相相，以无相相故，得阿耨多罗三藐三菩提。”就和《维摩诘经》（《净名经》），还有《金刚般若波罗蜜经》所表达的宗旨就完全一致了。所以我们受持这部金刚经，如果是上根人，从究竟的、顿悟的角度来讲，以无相、以空、以般若波罗蜜的智慧来受持此经，是名究竟受持。《六祖坛经》里也讲过“但信佛无言，莲花从口发。”亦是此义。

金刚经是禅宗的一部根本经典，学习禅宗的人没有不通达、不去读诵这部金刚经的，都是烂熟于心。比如说庞蕴有一段关于金刚经的绝妙开示：“居士见僧讲金刚经，至无我无人处，居士问曰：既无我无人，谁讲、谁听？”讲金刚经的座主，被庞居士这样一问，当时就无语。按说讲金刚经的座主应该是很通达的，但是被庞居士这么一问，当时就没有话讲，说明他根本没有通达这部经到底讲了什么，只是在文字上知解其义。“居士乃以诵曰”，庞居士就讲一个偈子，“无我复无人，作么有疏亲。劝君休历座，不似直求真。”既然说是无我和无人，哪有一个能讲的和能听的？“作么有疏亲”就是没有疏和亲。亲，就是亲近；疏，就是陌生远离。一切法就平等，还讲什么呀？劝这个座主赶紧休息。“休历座”就是不要再到处讲说了。这个“历座”中“历”是经历的意思，有点像我们现在开演唱会，这个地方讲完了，换一个地方。你也不用轮流地到处去讲这个经，歇歇吧。讲了半天，也不会佛意。不如直接求真，直用直行，直见本性。“金刚般若性，外绝一纤尘。”一切众生金刚本性，没有少法可得，你得抓住这个宗旨，才不会依文解义。像德山禅师似的，做了一个青龙疏，专门注金刚经。这个“疏”不是我们书本的书，是注疏，解释的意思。他这个解释蛮多的，还得拿担子挑。唐朝已经有纸张了。那还要用担子挑，你想他得注多少。如果说一本书两本书，用得了用担子挑吗？至少得十本吧。一部金刚经注这么多，所以没有明白宗旨就会注那么多。

我打算这次也讲一百会，最好总结出文字来，也拿担子挑。哈哈哈。时代不一样了，人们爱听讲，爱看文字。当然我们一开始也要把这部经的经题、宗旨讲给大家，然后我们再讲实修的部分。“金刚般若性，外绝一纤尘。”没有少法可得，没有什么可说的。讲的说的都是方便，这部经不停地在讲：第一波罗蜜即非第一波罗蜜，佛说世界即非世界。其实就是要就是告诉我们一个信息：一切法都是从意识生，从妄想生，从分别有。因名才有，因名字、因妄想、因分别而有。《楞伽经》里面讲到五法三自性，都是在说这个实相。五法里边的名、相还有分别，其实就是妄计所执。先动念，然后妄想，然后分别，名字出来了。名字出来，法相就出来了。如果我们能通达一切法但有言说，皆无实义，也就悟到诸法实相的根本，然后我们再通过实修来转变这个习气，转变执着于名相、执着于自心分别的习气，不再取自心境界，就能解脱。

“我闻并信受，总是假名陈。”我们看庞蕴居士诵的最后一句起到了画龙点睛的作用，把这个金刚经的宗旨、它的一个整体的精神点了出来。通过这么几句话，就把整个金刚经的大义全讲出来了。当时这个座主听完之后，欣然仰叹：确实，我讲法如瓦砾，仁者讲法如真金。

我们再看傅大士是怎么讲金刚经的：“梁武帝请大士讲金刚经，士才升座，以尺挥案一下”，尺就是那种案尺，“便下座，帝愕然。”梁武帝很惊讶，不知道怎么回事，难道要上厕所吗？这么快。“圣师曰”，这个傅大士就讲，“陛下还会吗？看懂了吗？”帝曰：“不懂”，大士就说：“大士讲经毕”。这部经我讲完了。上来，一坐，起来，下去，这部经讲完了。

金刚般若波罗蜜经，即非般若波罗蜜经，是名般若波罗蜜经。他用这么一个动作，就把这部经的主题讲出来了。所以我们看经典，一定要看到它最核心的部分。任何事物，都有一个重点，有一个中心，有一个关键的地方。当然这个关键、中心它也不是独存的，它是被一些血肉缠在一起，被一些知解、被一些因缘裹在一起，你得善于发现这个东西，这是这部经的经题。

我们对诸法实相、诸法空相的理解，一定不要流于意识，它不是一个意识里面空的概念，它是真性的一个体现。诸法空性就是真性，无心即是真心，一无所有就是遍一切处、就是一切有，这一点很重要。

早期我也接触过一些人对金刚经的评价，包括五时说法，认为金刚经是在四时说般若的时候讲的。有些人从判教的角度讲，认为金刚经不是最究竟圆满的，这其实全都是错误的说法。说涅槃时，讲法华、金刚三昧、无量义经，才是究竟圆满的，其实这种说法都是偏颇的。佛法是对众生根基而讲，它没有一个定论说哪部经就是究竟圆满，只是应众生根基而显现。法则是一法，因人而有所谓的根基。而金刚经在整个佛法里面，是非常圆融的，直接开示第一义谛。既讲发菩提心，又不说断灭，又讲持戒修福，又讲不于一佛二佛三四五佛，而于无量千万佛所种诸善根，才能得闻如是言说章句。虽然在这部经里边佛也讲了，释迦牟尼佛过去在八百四千万亿那由他诸佛前悉皆供养承事，没有空过，都没有明白诸法实相。到了燃灯佛前，他突然明白了：没有少法可得，所以燃灯佛给他授记。那他在八百四千万亿诸佛前供养承事，难道就是白白做的吗？不是，正是因为有这些积累，他才能够在因缘会遇的时候，在燃灯佛前悟到：无有少法可得名阿耨多罗三藐三菩提，燃灯佛才给他授记。所以这部经可不是单纯说空、说理、说般若，它是非常圆融的、究竟的、透彻的一部经论。

我们这次学习金刚经，会学得更深入一点，会学得非常细，完全从另外一个角度，也即实修的角度，自证的角度。楞伽经里所讲的自悉檀，自证所行境界。从这个角度来讲，引导大家进行实修。比如经典里面（第二十七品）讲：“莫作是念！如来不以具足相故，得阿耨多罗三藐三菩提。汝若作是念，发阿耨多罗三藐三菩提心者，说诸法断灭。”如果我们学金刚经以为不用修福，也不用成三十二相，很容易就堕入断灭空，很容易堕入无为坑，堕入声闻境界。（第二十三品）又讲：“以无我、无人、无众生、无寿者，修一切善法，则得阿耨多罗三藐三菩提。”这里面有两个环节很重要：一个是无我相、无人相、无众生相、无寿者相。另一个就是以无我的精神来修一切善法，修一切善法很重要。这两个条件缺一不可。如果你落在一个无我上而什么都不做，你也得不了阿耨多罗三藐三菩提；如果你执着一切善法，而没有无我的智慧，也只是世间的善法，也得不了阿耨多罗三藐三菩提。所以后面紧接着又讲一句：“所言善法者，如来说即非善法，是名善法。”这点很重要，这是理上的一个总的方向，这个根本不能忘。不管你做什么，一定要不离这个根本：一切法，但有其名，并无其实。在这个根本基础上，修一切善法。虽修一切善法，不能忘记，实无善法，莫执善法。如果你只是抓住一个理上的根本，事上你没有去圆融，没有去结合，没有积累，没有实修，同样不能得阿耨多罗三藐三菩提。

（第六品）又云：“如来灭后，后五百岁，有持戒修福者，于此章句能生信心，以此为实。”这个“以此为实”是真实地理解佛所讲的这部金刚经，真实地信受，没有丝毫的疑惑。一个“实”字就能检验出我们对这部金刚经是否真正领会。如果你还怀疑，还对这部经产生疑惑，还有逆反心理，你就读不进去，不能做到每天专修金刚经，没办法受持。读两天行，读两天、荒废半年，然后又读一天、又荒废半年。这样不是真正受持金刚经，很多的义理你也不清楚。那这部经里别说这些简单明了的地方你读不懂，许多地方你更看不清楚。细节、关键的地方，你完全不知道在说什么。你不去一句一句地读诵，用心地去思维其义，你没办法知道佛到底要告诉我们什么。就像须菩提讲的：“我从昔来所得慧眼，未曾得闻如是之经。”你以为你读懂了，实际上你没读懂。

你真正地把佛讲的每句话都去解了吗？你能像须菩提那样深解义趣了吗？那涕泪悲泣就更别论了。你肯定没有涕泪、没有悲泣，因为你没深解义趣。你没深解义趣，就不知道佛在这部经里用心是多么良苦。你看看这部经有一半的篇幅，佛都在讲受持读诵这部经的福报和功德。“东方虚空可思量不？”“南西北方四维上下虚空可思量不？”“佛说是沙不？”讲恒河沙，讲东方虚空，南西北方虚空，都是在讲这部经的功德果报。（第十六品）讲“或有人闻，心则狂乱，狐疑不信。当知是经义不可思议，果报亦不可思议。”佛处处在强调这一点，就是为了让我们对这部经生信心。而这些细节我们在读诵、受持金刚经的时候都要注意，为什么说一定要讲信心呢？有信心你才愿意踏实下心来，死心塌地地来诵这部经，来借助于这部经典息虑忘缘，远离世俗的烦恼、造作、攀缘、求取，这是一个妙法。

这部经里边还有一句话非常经典，非常精彩：（第六品）“汝等比丘，知我说法，如筏喻者”。这几句话非常非常重要，你要把这几句话领悟了，你一定会花大量的时间来读诵受持这部经。因为这就是一个法门，金刚经就是一个般若筏，实实在在的般若筏，但你得会划这只筏。这只筏不是单独用来口说和知解的，而是用来使用的，用来直行的。难道佛在这部经里边不停地讲受持读诵、受持读诵，是一句空话吗？难道没有他更深的用意吗？没有他的深义吗？如果没有，佛为什么一次次地重复，不厌其烦地讲同一件事？可是，为什么我们每次读金刚经，这些地方就错过去了？这一年三百多天，我们连一天都没有真正去用心读金刚经，更别提背诵。

觉范慧洪禅师（《林间录》的作者），在《林间录》里面记载，“金刚般若经，以无住为宗。以无住为宗，则宜其所谈皆荡相破有。”无住，就是破一切有，破一切相。“纤尘不立也。而经赞福胜者半之。”慧洪禅师看到了这部经里隐藏的一个关键点：赞福。为什么说是隐藏？佛没有隐藏，只是这个时代的我们，只盼结果，不重修福。只想顿悟，不欲渐除。这部经里赞福德、功德、果报，有一半的篇幅。“持戒修福者，为有为事耳？”持戒修福难道是有为法吗？“而世尊答能以此经生信心者，必此人。”世尊在这部经典里说，能受持、能信受这部经的人，一定是持戒修福的人。“何也？”为什么呢？这就是在启发我们。最后禅师没有回答，是让我们去深思，去悟。我们自己如果在读诵金刚经的时候，没有这个认知和启发，那佛陀的本怀就被我们错过了。禅师在这里启发我们：为什么有一半的篇幅都在讲福报？还要讲在末法只有持戒修福的人才能闻此章句而生信心？

所以我们要不要重新来面对这部金刚般若波罗蜜经？重新来深入地学习这部经？实修这部经，受持这部经。古时真正践行受持读诵这部经的人非常多，也有很多灵验。为什么会有灵验？是因为如实地去读诵受持。今人为什么没有作用？没有人能十年如一日地认真受持读诵这部经。

佛在金刚经里用了这么多的篇幅讲受持读诵，说明佛性的第一义谛和世谛（有为）是没有办法截然分开的，此经并不是空谈实相之理，而是一定有它的细节、有它的骨肉，有实修在里边。

金刚经作为一部大乘的、了义的经典，又是般若部的重要经典，又是禅宗的根本经典，它在中国的历史上，它的名气、它的影响力是最大的。自古以来，受持读诵金刚经的人非常之多，而且还有一件跟金刚经有关的事情，就是六祖大师也讲过金刚经，叫《金刚经六祖口诀》。这部论后人讲的不多，但是在《大藏经》里面有《金刚经六祖口诀》，是讲金刚经里边非常精彩的一部。

我们将来有机会会跟大家来学这部论，因为这部论又相当于另一部经了。六祖大师本身就有《六祖坛经》流传于世，又有一部《金刚经口诀》，它的注释可以称为经典。

达摩来到中国传禅宗顿法，一直到五祖弘忍的时候，都是传《楞伽经》，以《楞伽经》来证理，来印心。到了五祖弘忍传法给六祖的时候，用金刚经来印证所悟之理。我们都知道坛经里记载的，五祖为六祖讲金刚经，把金刚经的大意讲解给六祖。经典里面记载，还用袈裟遮着，这也没有什么神秘的，你也不要多想，当时外面风大。但是讲金刚经是非常明确的，而且五祖和六祖都是经常劝学人，受持读诵金刚经即能见性。

咱们这次跟大众在一起学习这部金刚般若波罗蜜经，而且是第二次学习，重新学习，也是因缘会遇，机缘难得。早在去年我就想在道场讲，今年又有好几次想讲，但一直就是没讲成。因为这段时间大众一起每天都在读诵、背诵金刚经，一段一段地背诵，而且我一个一个地去考试，几乎所有人在我面前都背过。到目前为止，大家还在坚持背诵，背完一遍再从头背，从头背完了再背。我们要依佛的教导，先熟读熟诵经文，再如理如法地去实修，依教奉行，要尽能受持此经。所谓“尽”，要全部的来读诵，而且要把它背下来。对于我们这个时代的众生来讲，这是必修课，你必须背下来。我想古人的记忆力要比我们好，以他们当时的条件，他们对文字的理解驾驭能力，百分之九十的祖师都会背金刚经。你不能因为自己是现代人，就不背了。我脑子不好，就不需要背了。你当然可以不背，你不学禅宗，你不用背了。这部金刚经是禅宗的根本经典，根本之中的根本。这里不需要什么讲理讲第一义，不背是真背，但能知无法，是真背诵。心里一堆烦恼，会说这些，有什么用？

我们都知道，佛教里面有很多的宗派，有天台宗、贤首宗、净土宗，每一宗都有它的所依经典。比如天台宗，专门就是研习《法华经》，智者大师有天台三大部。贤首宗（华严宗）专门以《华严经》为根本经典来学习。净土宗是净土三经：《阿弥陀经》、《观无量寿经》、《无量寿经》。密宗有密宗的根本经典。唯识有唯识的经典：《解深密经》、《楞伽经》、《瑜伽师地论》等等。那禅宗的根本经典就是这么几部：《金刚经》、《六祖坛经》、《维摩诘经》、《圆觉经》，最重要的是这几部经典。而《金刚经》又是这几部之中最简要，最直接，最经典的经典。所以我们一定要把这部经先读得滚瓜烂熟，然后再用点心，把它背诵下来。只要我们天天坚持，每天都受持读诵，时间长了，一定会背下来。

我们背诵金刚经，并不是要求一个结果，不是一定要把这部经背下来，而是通过背诵，长养功夫。通过背诵，息虑忘缘。通过背诵，来做牧牛的功夫。通过背诵，进行实修。通过背诵，来改习气。通过背诵，来护好自己的念头。背金刚经不是目的，而是享受这个过程。能背下来，并不是我们要求的结果。我们只是借助金刚经作为一个修行的工具和法门，借助于背诵它来牧牛，借助于读、背金刚经来做功课。

还是那句话：“汝等比丘，知我说法，如筏喻者。”金刚经是一个筏，它里面讲了这么多善巧方便，这么多的工具，我们可以利用这个筏来度自己大量的烦恼，度过那些无聊造作烦躁的时间。你不去读诵，你就打妄想。

我们都不像古人，能老老实实地在石头上一物不为，在水边林下长养圣胎。咱们就一条小溪，几块石头，那么多人住在这儿，根本抢不上。有的人已经在那立牌子了，那是他的，你坐不了。他早就把那块石头据为己有了。有的人把楼道二楼的那个楼梯口据为己有了，你根本到不了跟前。不好意思，这里我占了；有人把小花园据为己有了。所以我们不能像古人那样自觉自发地做功夫，我们不能每天老老实实地牧牛。古人也没有诱惑，也没有染污，都在山里边，在远离世间的环境里，也没有什么娱乐，他又有这种自觉能力，所以好做功夫。我们这个时代不一样，诱惑太多，染六尘的机会和可能性太大。那我们就靠读诵金刚经来降伏其心，让心安住。

“菩萨但应如所教住。”这是我们这次学习金刚经，受持、读诵金刚经的一个意义，就是为了借助金刚经来做功课。而且这又是佛陀在这部经里一再教导我们的，不是我们自己非要逼着自己这样做，是佛陀逼着我们要这样做。我们作为佛子，一定要听话呀。佛陀一直讲，于后末世，于后末世，受持读诵，受持读诵。佛看的很清楚，末法时代，于后末世，众生一定要借助读诵金刚经这样一个方法，来安住其心，降伏其心。不是绝对所有人都需要大量地读诵，像六祖那样根基的人，直接把“应无所住而生其心”用在生活里就行了。但是那是个别的特例，大家想想，那说的是你吗？你能在生活中一切事，一切处，不需要任何的过渡，能直接无所住而生其心吗？面对任何境界，都能生无所住心吗？千万之人中，少有一人二人可以顿超一切的方法，一切的方便。像临济那样，人家之前也是做过大量功课的，不是没做过，而且都不是一年、两年，都是十年、八年。香严禅师四十年才做成；云岩禅师好几十年才悟道；南泉十八年才解作活计；赵州八十岁了，还去行脚，补上这些功课。不补其实也没事，但是他实在没事干，就补补。

我们也是这样，我们在道场没事的时候，就是读诵金刚经。经又不障碍我们，我们在明白义理、明白根本实相的基础上，在理上顿悟的基础上，再做“事须渐除”的功课，就不会修偏了。

而且这个时代，大家的一个通病就是实修的环节非常薄弱，只想知解，口说佛法，不想实修佛法。也不会实修佛法，没人引导，不懂得怎么做功课，不知道做功课的重要性。那我们正好借助读诵金刚经来作为一个实修法门。我们前面讲过立禅、觉知、读诵楞严咒，再加读诵金刚经就更好了。因为不是每一个人都喜欢读诵楞严咒，也不是每一个人都愿意去立禅。而读诵金刚经，它既能修定，又能修慧。这部经会一直提醒我们实相之理，然后我们读诵它，又能够收摄六根，又能够牧牛，尤其速度读快的时候，根本就没有时间打妄想。

这一天你读几部金刚经下来，不读的时候，你在哪儿一呆，都会非常安静。因为你收摄身心的模式已经养成了，你心向外驰的习惯逐渐转变过来了。通过大量的读诵，你的心已经逐渐安静下来了。你的心一直是收摄的，它形成一种习惯，一种惯性，一种力量。“悟此法门，由汝习性。”这个习性是靠你不停地去培养、不停地去训练，才养成的，不是拿嘴说出来的。

关于《金刚般若波罗蜜经》的经题，和这部经要讲的与实修有关的重点，这一会就讲到这儿。

金刚经讲记第二讲

同修们上午好，咱们继续来学习金刚经。

（第一品）“如是我闻。”这里的“我”，指每一个人。你遇到的一切，都指向你。有心者，皆可称为我。所以说，我者，佛性也。古人有一句话：但莫瞒心，心自圣灵。佛法广大，能够普及一切众生。有机缘的，有因缘的，有善根的都能够听闻。能够听闻这部经，乃至受持一四句偈，都能够得无量的福报、福德，都能为佛法做大因缘。一切众生皆有佛性，我们的本来面目，唯是一心，更无别法。你不仅能闻，举手投足，运动施为，一切都不离真性。只是众生一向以来以妄想为真，而错失了真性，执着于六尘境界，执着一切相，而不守本心，不识真心，所以轮回六趣。一旦悟得真性，知道自己的本来面目，离一切相，超心意识，于本心上无少法可得，这时候息虑忘缘，荡除无明和习气，即能做佛。

“一时佛在舍卫国，祗树给孤独园，与大比丘众，千二百五十人俱。”金刚般若波罗蜜经法会上的听法大众，都是漏尽得解脱的大比丘。佛与听法的大众都是清净的，为了表法而来这个世间示现，也就是说这些人都是成就者，都是倒驾慈航来这个世间济度众生。

“尔时，世尊食时”，这里是讲家常事、讲平常事，到了吃饭的点儿了。“着衣持钵”，佛陀和他的弟子们的饮食起居和世间人是不一样的。佛陀和他的弟子们三衣一钵，以乞食为生。到了吃饭的点儿了，他们穿好衣服，拿好碗，准备去乞食。“入舍卫大城乞食”，乞食既是活命，也是表法。表佛陀及众弟子的心谦卑，在一切众生之下，表下心、谦卑之心。

昨天跟大家在一起诵金刚经的时候也讲到，其实这部经很突出的一点就是无我相、无人相、无众生相、无寿者相。只有具足了谦德之人，没有我相的人，没有我慢的人，没有我见、人见、众生见、寿者见的人，才能够受持信解此经。这部经是给无我相的人讲的，是给能够普行恭敬的人讲的，这样的人能够于一切众生之下，心性柔和，不与物违，下心含笑。乞食就能很好地长养我们的谦卑之心。佛在这里给我们做了一个最好的示现、表演，佛是三界之尊，还要去乞食，做一个乞士，说白了就是乞丐、要饭的。

我们观察一下世间很多所谓的聪明人、有智慧的人、有地位的人、有身份的人、有本事的人，他们都很难做到这一点。让他放弃一切，放弃他的身份，放弃他的地位，放弃他的面子，放弃他舒适的生活，放弃他的荣耀，放弃他高傲的姿态，让他去乞食，去普行恭敬，想必都很难做到。为什么说世尊能得到人天、一切大众的尊重？是因为他能够恭敬尊重一切众生。

关于普行恭敬，六祖大师在坛经里面也一直在讲，很多地方都在强调这一点，六祖经常劝学人普行恭敬。而不行恭敬、不尊重他人又是众生的一个习气和习惯。六祖坛经里有一个童子，那么小的一个童子，对六祖都是一种轻视的态度，而六祖反过来对他还要称“上人”，这是六祖修行功夫的体现。说恭敬，说谦卑，嘴上讲都容易，一到现实生活中，事情一来，我们的“我”就出来了，习气就来了。自我出来了，就会争强好胜，那个谦卑就没了。所以，低下头，谦卑、柔和，这正是我们需要修行的地方。

世尊到了吃饭的时候，带着他的弟子去城里面乞食。佛陀和他的弟子那时被很多人尊称为圣人和圣弟子。他们是很受大众尊重的。受大众尊重，那是大众的修行。佛陀和他的弟子不会因为被人尊重就高傲起来。所以，乞食并不是以很高的姿态去行乞：“哎，你给我来点东西吃！”那不叫乞食，那叫找挨抽！你谁呀？凭啥给你吃的？“我有钱！”你有钱也不给你！你就是拿钱买，你去饭馆，你的态度还得和蔼，不然人家饭馆也不会卖给你。所以乞食要的是你内心真实的一个领悟，一个真实的态度，而不是演出来的。我曾经带着居士们去乞食，有些人拉不下面子，明明是乞食，还要拿钱跟人家买。拿钱买，你的姿态就低不下来，你就会觉得理所应当，就错失了降伏我慢、锻炼自己的机会。在乞食和做一切事时，我们尽量地提起正念，用恭敬的态度去做事，去待人。当你有了觉悟和功夫时，你会自然地对所有人普行恭敬。

“于其城中，次第乞已”，这个“次第”讲的是一个平等心。从因果的角度来讲，佛陀和这些出家人，他们去乞食，是给众生种福田。谁赶上能供养佛陀和众弟子，谁一定会有福报，因果是不虚的。据说佛陀的弟子大迦叶和须菩提，他们两人表法不同，须菩提只去富人那里乞食，大迦叶只去穷人那里乞食。他们对乞食的对象有自己的想法，就是还有分别心。你有分别心，就跟实相之理相背了。所以佛要求他的弟子们乞食的时候一定是次第乞食，赶上哪家就是哪家。而且如果在一个地方要几次要不到，就要换地方，你不能总是逮住了一个地方去要，最后把人家要穷了。他家饭好，你每次都去他家要，这也不行。

有的人曾经问过我一个问题：比丘们去乞食，都是受具足戒的，都是不杀生的，都是不吃肉的，如果赶上檀越供养的是带肉的、带荤菜的食物，怎么办？其实经典里记载过，这个要用清水把那个饭洗净，把肉挑出来，连那个油也要洗净，然后再吃。不是我们想的，虽然说吃素，但是心中总想着：来点荤的吧。这就失去了乞食的意义。乞食，乞食，就让你吃最普通的、甚至是最不好吃的东西，赶上什么吃什么，减少我们对食物的贪着。好不容易赶上一次猪蹄儿，还得扔掉，而且还得把那层油也要洗掉。所以这一条就把很多也想乞食，但是总想要点好吃的人的这种心念给打消了。

“次第乞已，还至本处。”大家要好饭之后，都回到原来的住处，开始过斋。过斋之后，“饭食讫，收衣钵”，就是把钵、用具都整理好了。“洗足已，敷座而坐。”我们看佛陀的日常生活非常简单，包括：着衣、持钵、乞食、用斋，然后洗足，跟平常人没有任何的两样，非常朴实。也象征着佛法没有什么玄妙的，不是高大上的。平常心是道，佛法和修行就在日用处。就看我们怎么用心了，就看我们在穿衣吃饭、走路、行住坐卧的时候，是杂用心，还是纯一用心。是心里面想着烦恼，还是能够活在当下。你去乞食的路上还没要到食的时候，你的心是在脚底下？还是已经飞到了对方的厨房里？渴望着他给你做点什么，你能够赶上几斤几两。这个处处都体现我们的修行。佛陀和他的弟子，在行乞的路上，都做得很好，都是安住在正念中。走路就在走路，着衣就在着衣，持钵就在持钵，用斋就在用斋。不然的话，他们怎么叫证果的人呢，怎么叫成就者呢，叫诸漏已尽呢。他们的用心不再像凡夫一样杂用心。凡夫做着这个事情的时候，想着那个事情；过着上午，想着中午的事。时时处处都错失了本心，都在打妄想。

这时佛和大众过完斋之后，把脚也洗了，敷座而坐。你看佛和他的弟子们的生活极其单调，没有手机，也不会去游山玩水，也没有什么高档的茶艺啊，喝几万块钱的茶啊，没有！古代禅师在山里面打坐禅修，从树上掉下来啥就煮啥，掉下来松针煮松针，有什么吃什么。古人生活也是极其简单。生活简单用心就容易专注、纯正、不杂不散。而我们这个时代有太多的娱乐、太多可以玩儿的东西，太多的欲望和追求，所以我们的用心总是散，总是不愿意老老实实地做功课。

（第二品）“时长老须菩提，在大众中，即从座起，偏袒右肩，右膝着地，合掌恭敬，而白佛言。”这一套动作我们也不要轻视，当然在这个时代，我们不像古人能随时用这么虔诚的心来请法。可是我们也看得到，须菩提在请法的时候，首先是即从座起，然后偏袒右肩，然后右膝着地，合掌恭敬，而问于佛。这是印度的一个风俗，尤其是出家人的一个风俗。因为那个地方热，他的一边肩膀是露着的，另一边肩膀用袈裟盖着，非常干净整洁，也有礼貌。所谓“右膝着地”就是单跪。不像我们中国人，学法的人一来就“咣”，俩腿都跪那儿了。国家不同，习惯礼节不同。

“合掌恭敬，而白佛言”，我们看须菩提表法、请法的时候，如此的恭敬，如此的虔诚，如此的认真。“希有世尊！如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。”大家看，须菩提在称呼佛陀的时候是“希有世尊”，这“希有”俩字，首先就表明须菩提对佛陀无比的尊崇、恭敬。其次“希有”是表示佛陀出世犹如优昙花，几千万年才有那么一次，多少劫才有那么一次。“如优昙花，时一现尔”，非常稀有难得。众生能够赶上佛陀出世，也是稀有难得；我们能够遇到正法，稀有难得；我们能够学大乘、学最上乘的法，更是稀有难得；能遇到善知识，稀有难得；能有同参道友在一起互相加持、鼓励、共修，稀有中的稀有；能够开悟见性，每个人都成为本尊、成为自己的世尊，最是稀有难得。

佛陀是一个先觉者，是一个大觉悟的人，他生生世世都来这个世间教化众生，把他觉悟的实相和真理传达给有缘人。他能够舍弃整个国家，舍弃王位，舍弃妻子，舍弃儿子，舍弃父亲，能够离开他的极大的福报，选择出家，为众生出家修道。他不像我们，比如说我，说句实话，当初我就是为了自己而出家，觉得世间生活苦闷，一心想出离。我谁也不为，只为自己，就是太苦了。佛可不一样，佛陀出家修道是为了一切众生，他看到众生太苦，被生老病死，被无常一直困扰，痛苦着。所以他发心出家修道，一定要为众生找出一条觉悟之路。

须菩提作为佛陀的十大弟子之一，也是跟随释迦牟尼佛时间很长的人，佛陀的点点滴滴他都看在眼里、记在心里。所以这种尊重、恭敬、虔诚是自然流露出来的，不是提前准备好的台词儿，而是自然就称“希有世尊”。佛陀能在五浊恶世，能在地球上，能在娑婆世界示现，稀有难得。为什么？十方诸佛都选择像极乐世界那样的地方，像琉璃光佛、阿处佛，都选择那种美好的佛土去度化众生，唯有释迦牟尼佛能够在娑婆世界示现。娑婆世界怎么样？什么味道？有多苦？众生根基如何？我想在座的每个人都体验到了。以至于舍利弗在《维摩诘经》里面说，地球坑坑洼洼、高地不平，我们也都看得很清楚。而且到处都有牛粪、猪粪、鸡粪，到处都是垃圾。又是坑，又是山，又是河，又是沟，又是壑。五浊恶世，所谓劫浊、见浊、众生浊、烦恼浊、命浊，就是指当下我们生存的世界。

“浊”就是染污得厉害。释迦牟尼佛能在这个世间，在娑婆世界，在我们之中来示现，真是太稀有难得了！在《阿弥陀经》里，十方诸佛出广长舌相来赞叹释迦牟尼佛能于五浊恶世说法。每一尊佛来我们身边示现都是非常稀有难得的。正所谓阎浮提众生嘛，刚强难化，心如猿猴，起心动念，无不是业、无不是恶，无不是罪。刚强难调，难以教化。多少声闻乘想度众生度不了，就放弃了。

这部经还有一点特别可贵的地方，就是劝大众发菩提心，发阿耨多罗三藐三菩提心，为一切众生发菩提心。“若乐小法者，则于此经，不能听受。”所谓“乐小法者”就是发不出菩提心的声闻乘人。“乐小法者，着我见、人见、众生见、寿者见，则于此经，不能听受。”所以这部经是为发大乘者，为发最上乘者，为发无上菩提心的人讲的。而佛陀在这方面是最好的一个示现，给我们表法，能够辞亲割爱，抛弃自己最富有的、最珍贵的世间生活，连王位都放下了，一心为众生离苦得乐而修道。

“如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。”佛陀四十九年在世间说法，其实就是不停地讲，不停地嘱咐，不停地护持菩萨，不停地提醒、叮咛所有的修行人，不要染污，不要执取自心境界，不要迷于幻境。所谓老婆心切。像一个老妈妈一样看护着自己的孩子。学人这里出问题了，就讲这里应注意什么；那儿出问题了，就讲那里要注意什么。还要讲戒律，还要讲法理，还要讲实修，还要讲世法，还要讲出世间法。一开始先不讲戒律，因为没有犯的时候就不讲，犯得多了成了问题了，就要讲戒律。讲完阿含，要讲方等，还要讲般若，临涅槃时还要更深一步地讲实相。一直在善护念众生。

而有缘的众生，听明白佛陀本怀的人，他自己就懂得善护念了。这是自性如来在护念自己，这是觉悟的人内在的修行，他们不向外做功夫，只是但自怀中解垢衣，常看护好自心。所以“如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨”有两层含义：一个是为初学者所讲。初学者自己不能看到自己的用心，就需要善知识、佛不停地去教导，去叮咛，去嘱咐，不要去犯戒，不要去做坏事；那觉悟的人呢？迷时师度，悟后自度。他自己就知道守护自己，自觉地不犯律仪。他会悟到自心如来常为说法，自性如来时常显现，能够时常地提醒自己，莫染污。自己一动妄念，一动贪嗔痴的念，一要造作，自己就能看到，就能拉回来。

我们做牧牛就是做这个功课，就是让自心如来、自心的般若来管理好自己。这叫“如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。”

我们一开始学法，都是被师父天天提醒、约束、督促、鞭策。时间长了，我们自己一懈怠，自己就知道去坐禅、去诵经、去看经论；一放逸了，又想去玩儿了，自己就能收回心来。这叫“善付嘱”。自己就懂得嘱咐自己：不能这样了，你看把师父累得，我们自己管理好自己，师父就能少受些累。这就是自己能够嘱咐自己了。

“世尊，善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，云何应住？云何降伏其心？”这部经在末法时代，尤其我们这个时代，流传的非常广泛。“末法”当然也不是绝对的，就是指如来灭后后五百岁，一直到今天。为什么有这么多人受持这部经？因为这部经确实有不可思议的功德和作用，受持这部经就能够起到降伏自心、安心的作用，但是这里的受持是有方法的，是需要条件的。

我们都知道这个时代，人心越来越浮躁，尤其患心理疾病的人越来越多，各种精神病患者越来越多，比如自闭症、焦虑症、烦躁症、抑郁症、恐惧症。经常有人会跟我讲：“师父，我特别的不安，特别的恐惧，也没有原因，在家呆着就很恐惧，找不出任何原因，而且多年了。一直受着这种无明恐惧的折磨，就是不能安心。请问师父，我该怎么办？”我们病的时候，只知道求药，而不去反思自己为什么这样？你为什么会不安？为什么心里会慌、会恐惧？因为你被妄念宰割！因为你没有收摄妄念的能力！你的心识已经离开了你的本尊了。你一直心向外驰，舍父逃走，流浪迷茫，向外不停地迷失，向外去找幻境，导致你身体的精力全都没有了，所以你会慌，你没有心力把妄念收回来。你习惯了活在妄识中。那怎么才能把心收回来呢？受持读诵金刚经！

“读一遍管用吗？”那我不能说一点用不管，但是微乎其微，因为力量太小了。“读十遍呢？”还是太少了！“一百遍呢？”还是太少了！要每天读，要积年累月地读。你有那个时间在那打妄想，让心不安，让自己非常痛苦，为什么不花一点时间去读诵金刚经呢？我们不愿读，读不下去，说明我们的业力、无明远远大于自己的这点善根。那怎么办啊？要发心，要持五戒，要多种善根，要多听经闻法，要多亲近善知识，要来道场，要让大众加持你，要为大众服务，把助道法修好。

最近道场大众读诵、背诵金刚经已经一个多月，快两个月了。我们这段时间一直在共修金刚经，大家全是法喜充满，感觉安住的力量越来越大。这就是共修的力量、加持的力量。你自己的力量有时候很薄弱，需要共振。人就是一种群体动物，大家都做的事情，就会觉得有力量，他就愿意做。比如一栋房子特别漂亮，但是周围一个人都没有，没有别的房子。那这房子卖得再便宜，你也不愿意买，你会疑惑，为什么周围没有人呢？一到晚上，想到就你一个人在这个房子里面，你觉得瘆得慌。人一多了，热闹了，有点儿人气儿了，大家都去住，你也愿意住了。我们刚学佛法，没有力量的时候就是这样，需要被督促，被加持，才愿意精进用功。

经云：“知我说法，如筏喻者”，一定不要提前扔掉这个“筏”，别老住在后边那两句：“法尚应舍，何况非法？”你还没有法呢，还没到岸呢。就跟你不会游泳一样，拿个游泳圈到河边，一边喊着：“此岸即是彼岸”，一边“咣”就跳进去了，把游泳圈也扔了，淹死了。你得先游过去，再扔掉救生圈，不用那么急扔它，到了岸再扔来得及，别老想着扔救命的东西。“师父讲的要舍法”，那得分时机、分因缘、分人，就是同一个人还得分不同的时期。

末法时代的众生就是其心烦躁，总是不安。其心躁动如猿猴一样，拿起这个，又盯着那个，放下这个，又拿起那个，六根不够他用的。正是因为六根不停地向外攀缘，导致心神、心识、精力大量地消耗，这个人就空了。生命力给耗空了，整个人处在一种无力的状态，身心疲惫。所以会有种种的不安、种种的恐惧，难过、焦虑就现前了。为什么？就像小孩儿一样，他傻呀，突然间看见好吃的，也不知道量，玩命的吃，最后噎到了。有的父母也傻，看孩子爱吃这个乳、爱吃这个糖，玩儿命给，一桶都给进去，完了，把孩子给撑死了。

这个时代经济发达了，物质丰富了，众生就像一个不懂事的孩子一样，玩儿命地摄取六尘境界，玩儿命地贪着，导致有些人三四十岁就重病缠身，一命呜呼了。他不懂得节制，不懂得降伏其心、收摄六根。电视剧能从晚上十点一直看到第二天凌晨三点；游戏一打就几天几夜，猝死；跟朋友整宿整宿地喝酒，聊天，你不得肝病等着啥？为什么这样？以前穷，现在有钱了，我得补过来。你再怎么补过来，那都是假的、虚妄的，骗你的神识、骗你的心识。你上当受骗了！那里啥也没有，最后落一身病，落一身痛苦，自作自受，没人替代你。你越追求六尘境界，你的心越不安。

大家一定记住这一点：你抓取什么，只是感觉一时安心，其实那个东西会增加你不安的错觉。不安也是错觉，但是一旦你习惯了，它就变成了真实的，让你非常痛苦，三途境界就会现前。所以当我们习气出来的时候，一定智慧、正念立刻出来提醒自己：越贪这个你越不安。就跟吸毒一样，跟喝酒一样，跟抽烟一样，“我最后一根儿了”，你再加这一根儿，只能导致它更重。“我今天再喝这一瓶儿”，永远还有明天这一瓶儿。所以这个必须及时立刻就刹车。贪图六尘的习气，一定要戛然而止，要急刹车，再难再痛苦，也要戒掉。因为你越晚一天，越难戒。

须菩提看到那个时代，包括后世众生的这种现象，就代众生来发问：“世尊！善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，云何应住？”如果想修行，怎么来安住其心？这个“云何应住？”是怎么如理如法地让这个心安住。“云何降伏其心？”怎么来降伏自己的妄想、烦恼、无明？须菩提的问题，正合世尊意。就是说，这个问题非常重要，是大众、是众生普遍存在的一个问题，就是人们不能安心，不能降伏其心。众生之心就像猿猴一样，不停地攀援、跳跃、躁动，很难有一刻真正安心，即便一时安心，也是通过抓取，而不是通过无依来安心。都是抓取一些东西暂时安心，越抓取其实越不安，越抓取越需要更多的东西来满足自己，变成了恶性循环。

这时须菩提问：怎么来安住？怎么来降伏其心？“佛言：善哉！善哉！”佛说：你问的这个问题太及时，太好了。“须菩提，如汝所说”，须菩提啊，正像你说的。“如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。”佛陀示现在这个世间只做一件事情，就是慈悲喜舍，六度万行，以种种的善巧方便来引导众生觉悟实相。所以佛陀会一直嘱咐学人，会一直嘱咐弟子。本来是一乘之法，本来是一实相法，本来是一心，方便说于三乘，因为众生不能够明白佛意，不能直接就顿悟本心，所以佛陀就把一乘实相之法方便说成三乘，先讲因果，讲福报，讲持戒，讲六度，讲修福，讲和谐人际关系，讲诸恶莫做、众善奉行，当我们远离了粗重的烦恼之后，再开示“唯是一心”实相之法。

“汝今谛听，当为汝说。”大众要认真仔细听，下面就开示怎么来安住，怎么来降伏其心。“善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，应如是住，如是降伏其心。”佛为了强调后边的开示，很郑重地讲应该这样来安住，这样来降伏其心。佛一直安住当下，一直活于正念，一直在为众生表法。但众生总是向意识中取佛法，流入未来心，错失佛陀当下的“如是安住”、“如是降伏其心”。佛在这样讲的时候，根基好的人言下可能就顿悟玄旨，会被佛当下示现的一言一行所启发。就像世尊拈花，迦叶真正看到了一样。你的每一个当下，一语一默，一个动作，一个眼神，一回头一转脑，一起身，一坐下，都是悟道的机会。当你心不外驰，一念回光，就能做佛。这些最平常的功夫做足了，自然就安心，自然就降伏其心。

“唯然，世尊！愿乐欲闻。”须菩提说：我们会认真仔细地听，我们很想知道怎么来安心，怎么来降伏其心。其实当须菩提这样问的时候，佛陀最直接的开示已经说完了。但大多数人都错过了，或者说听不懂，那佛陀只能继续巧施方便，详细讲解如何安住，如何降伏其心。

金刚经中的这一段开示非常重要，我们再看一遍。就是须菩提问佛：如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。发阿耨多罗三藐三菩提心，云何应住？云何降伏其心。佛言：善哉！善哉！须菩提，如汝所说，如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。汝今谛听，当为汝说。善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心者，应如是住，如是降伏其心。

我们仔细看，其实须菩提的问题，佛陀已经用最后一句话非常直接明了地开示完了。就是：应如是住，如是降伏其心。有的人还不懂，也听不明白，佛只是说了个如是安住，如是降伏其心。具体怎么安住，怎么降伏其心，根本没讲啊？

明明已经讲了，只是大多数人听不懂，错过了而已。

我们看禅宗祖师如何回答与须菩提所问的同样的问题。

僧问法眼：如何是曹源一滴水？

法眼禅师云：是曹源一滴水。僧惘然而退。时天台韶禅师于坐侧，豁然开悟。

我们看，僧人只是问：如何是曹源一滴水？法眼只是回答了：是曹源一滴水。僧人惘测，而天台韶禅师却一闻便悟。法眼的回答，与须菩提问佛，云何安住？云何降伏其心？佛言：如是安住，如是降伏其心，完全一样。

又如僧问沩山：如何是道？沩山云：无心是道。僧问：某甲不会。沩山曰：会取不会的好。僧曰：如何是不会的？沩山曰：只汝是，不是别人。

沩山回答：会取不会的，以及只汝是，不是别人。与“是曹源一滴”，“应如是住，如是降伏其心。”完全一样。

大家于金刚经此处，佛说如是安住，如是降伏其心，即能反照，安住当下，不流入未来心，即会佛意，即会修行。也不劳看佛陀后面委曲开示，一遍葛藤。

我们看后边释迦牟尼佛的讲解之前，因为我们读诵金刚经也有一段时间了，在读诵金刚经的时候，我相信绝大多数的人都是妄想很少，因为我们读的速度很快。所以我们学经典不要一味地去执着沉迷在佛经的语言文字里，你要懂得会用，你要懂得学一句就用一句。怎么降伏其心呢？我们在读诵金刚经的时候，你没有打妄念的时候，那就是降伏其心，那已经就是如是安住，如是降伏其心了。还要再去找一个别的安住，别的降伏其心吗？不用。随时都能安住，都能降伏其心。不是问“云何应住”么？那已经如法安住了。怎么度众生啊？起一个念，又去想一个烦恼了，拉回来，就度了众生。

“有众生可度吗？”“没有。”“度没度众生？”“度了。”“度什么众生？”“度自性众生。”“度什么众生？”“度妄想，度贪着，度嫉妒，度无明。”“度胎、卵、湿、化。”

那你奔哪儿找一个卵呢？你奔哪儿找一个胎呀？这个胎不就是无明嘛！不就是妄想嘛！咱们看佛经一定要有自己的领悟、自己的悟处。怎么才能够自己去领悟？你先要做！这部经佛陀讲得最多的地方是什么？你去做！你去读，去背诵，去受持。讲得最多的地方是什么？是读诵、信解、受持。几乎就像一个交响乐一样，就像一首特别磅礴的音乐一样，不停地在演奏着同一个主旋律，隔两段，隔三段讲一次，隔几段又讲一次。难道我们还听不出来吗？如果你真的很认真地读金刚经，你一定能读得出佛陀的最深的用意，其实是非常直接的用意。佛还要怎么讲才能引起我们的注意？他已经讲得再明白不过了。只不过，我们懒惰，不愿意去做这些事。

如果我们不去读诵的时候，那这部经的作用就很难在你身上发挥出来。咱不像古人一样，根基好的人，我不诵《金刚经》，我自己牧牛。我不诵《金刚经》，我读《楞严经》。我不诵《金刚经》，我诵《大般涅槃经》，我诵八十卷的《华严经》，它们的作用是一样的。而我们这个时代，《金刚经》如果你都不愿意去读诵（三十分钟就能读完），你怎么可能愿意去受持《法华经》呢？法达禅师读诵三千部《法华经》，你想一想都害怕。你想一想，一部《法华经》要诵七八个小时，三千部是一个什么概念？咱们在座的有一半人都没有真正从头到尾读过一部《法华经》。三千部，你想一想，十年的时间，每天一部。他不开悟谁开悟啊？为什么他到六祖那儿，六祖几句开示，法达就开悟了？功夫做足了，妄想烦恼尘劳都脱落了，所以一启发就开悟了。

我们如果不去读诵金刚经，不去做这个事情的话，那它的作用，你永远无法经验。至于说怎么安住，怎么降伏其心，怎么发心度一切众生，而实无众生得度者，你就不能够去亲证。

“师父到底怎么来安心呢？”“读金刚经。”

“读金刚经怎么就能安心了？”“你看，你不读，就会一直问问题，你就歇不下妄想，就不能安心。你去读，这些问题就会逐渐消失。其实根本没有问题，你就是想问。”

你光起问，你光疑问，“你给我的这颗种子，真能长出西瓜来吗？”你先去种啊！你站地里站着，站几天、几年，它也长不出西瓜来，因为你不做！你不开始！有些人还没去读金刚经呢，先给自己弄一个台阶，要奔下滑：金刚经不用受持读诵，知道意思就行了吧。多少人都是这样，为自己的懒惰，为自己的放逸找借口。要知道这部经不是让你仅仅知道意思，更是让你去做的，让你如是安住，如是降伏其心的。是让你“菩萨但应如所教住”。是让你按照佛陀所教的去安住的，这个就特别难了。多少人在这里就退转了。单纯从读诵金刚经这件事上，在这个地方，很多人就放弃了。因为真正去读诵的时候，你要花时间，要花精力，要布施六根的享受，你身体要累的，要布施很多的娱乐、很多的休息时间，布施睡眠，布施饮食。有些人爱吃，有些人爱玩儿，有些爱聊天儿……这些都要放弃的，都要牺牲的，都要布施的。

金刚经讲得最多的地方，一个是受持读诵，还有一个是布施。这才是金刚经的主旋律，而这些都是“应如是住，如是降伏其心。”不住色布施，不住声香味触法布施，应如是布施，都是一个意思，都是让你不着、不住、不染，让你舍，让你当下安住，当下降伏其心的。怎么舍？怎么布施？怎么不着？怎么安住？老老实实地读诵！

这一会时间也到了，我们就先和大家学到这里。

金刚经讲记第三讲

我们继续来学习《金刚般若波罗蜜经》。

当我们正读诵金刚经的时候，包括背诵、默读，正专注地思维受持金刚经的当下，正实践了六祖大师所说的“常应诸根用，而不生用想”。而你正读诵金刚经的时候，你总是起念“啊，我这是佛性正起用”，“啊，我这儿正在做功课”，那就是打妄想了。不是说不能起这个念，别住。慢慢地，这个念不起了。只是读诵，而不做读诵想。念念都是正念，而不做正念想。念念都是真如自性起念，而念念不可得。所以当我们专注地、一心地来持诵金刚经的时候，实践了“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得”。这句话不是单纯在讲理，是讲通过练习，我们能在每一个当下做事时可以不住。所以说，这部金刚般若波罗蜜经，当我们去读诵、受持它的时候，正好默契了它所要表达的一个实相之理：但用此心，直了成佛。

我们做一切事情，都像在读诵金刚经、受持金刚经一样，一心一意地去做这一件事情，专注地、认真地做好一件事情，活在当下，那么，你就是一直在持经。这时候你平时的习惯、习气就转变过来了，你的定力就增强了，你的觉知就提高了，你的智慧也会显现出来。我们平时为什么没有智慧？心散，没有定。当你的心安住在一件事情上的时候，你觉知提高了。觉和知，其实就是智慧，当然也包括定力。定与慧是不可分割的。并不是说我知道某件事情，我知道一个知识、一个道理，叫智慧。而是我了解自己的一个状态，我能把控自己不失正念，这才是定，才是慧，才是觉知。我自己的心没有散，知道没有法可得，能够时时地不愚痴，时时安住当下，这才是最大的智慧。

在这个时代，我们通过读诵金刚经这样一个方便法门，来降伏其心，安住自心，真的非常殊胜。可能在过去，在古代，学法人读懂了金刚经，直接就在生活中的一切处无所住而生其心，处处受持金刚经。比如说六祖大师，他在《金刚经口诀》里讲，要心行般若，不是口诵般若，不能停留在口诵般若上，还要心行般若。就是要息灭贪嗔痴，种种的用心要合道。这是六祖大师开示金刚经的一个要点。当然我们学习金刚经最后也是为了达到这种结果，只不过因为时代不一样了，我们要通过一些方便来磨练自己。在六祖的时代，很多学法人，包括在家人，他们都是很有出离心的。出家人肯定都是远离了世间的种种琐事，专心办道。所以那个时候，祖师不会特别强调去读诵，而是直接跟学法人讲心行般若，息灭内在的贪嗔痴，“但自怀中解垢衣”，他就能悟道，他直接就能从心上去行般若。而我们这个时代，人们很多粗重的东西还都放不下，所以如果直接抛弃形式上的受持，让我们直接去用佛法，去行道，这是很难的。因为我们的心还都在上面浮着呢，还是一个粗心，这也是我们为什么要读诵金刚经的一个原因。

我们先是靠读诵这个筏，靠这个工具来降伏自己粗重的烦恼，来转掉自己的注意力，来转掉自己对六尘境界的贪着，淡化对家亲眷属的贪着，减少对世间事的种种挂碍。通过受持、读诵先让自己得一个初步的安心，然后再把这种定力、觉知和智慧，运用到生活中，那就可以达到六祖讲金刚经的用意，就是我们要达到一个更高的要求，就是要在事情上，在各种境界中，能够转念，能够出离烦恼，能不诵而诵，不持而持金刚经。就是不诵金刚经的时候，我在待人接物，也能像在读诵、受持金刚经时一样，能够直用其心，能够很专注，不打妄想。智慧时常现前，不再迷惑、颠倒，不再去贪染六尘境界。这是一个最终的结果。

修行当然不是说这一辈子就抱着一部金刚经，生活也全都不顾了。读诵金刚经只是一个过程，一个工具，一个筏。一旦有一天我们烦恼脱落，大白牛现前的时候，那就不用每天一定要背金刚经，要读几部金刚经。到了那个时候，这个筏你就可以放下了。当然如果你没什么事儿干的话，你一天也可以读两部。像法达禅师，他悟道之后还是继续诵《法华经》，但是他的用心已经不一样了，他是很轻松的，而且他知道什么意思，还能够给别人讲。

这是古代和我们这个时代学习金刚经、受持金刚经的不同之处。我们注意一下就可以。先要把读诵这个基础牢牢地建立起来，在读诵过程中，思维解义，安住其心，直用其心。古人能够直接在生活中把金刚经的义理、把般若行出来，是因为他读诵过了，他知道金刚经在讲什么了，他滥熟于心。而我们不能安心，是因为不了解实相是什么，经典读诵得太少，根本不能在生活中行出佛法来。受持、读诵金刚经对于这个时代学法的人，需要大因缘，受持、读诵的这个理你还要透。那也有人读诵了很多年金刚经，但他烦恼还是没有断，用心还是没有改。说明他在读诵金刚经的时候用的方法、用的心力、用功的方式没有搞对。生活中他又不知道去牧牛，不懂得去收摄六根，所以才烦恼习气不断。诵的时候可能还蛮认真的，妄想也不多，但是没有把这个理用出来。能够真正如理如法地如所教住，如佛陀所教导的这样来受持、读诵，尽能受持、读诵金刚经，需要因缘、福德，如果自己不懂，就需要有人引导。能够这样去学金刚经，去受持金刚经，需要大因缘，需要无量千万佛所前种诸善根，才懂得这样念念安住，长时读诵。才会把读诵金刚经时的这种用心，用在生活中的方方面面，把它行出来。也就是说口诵般若，达到心行般若，才能够实现解脱。

我们看经文：（第三品）“佛告须菩提，诸菩萨摩诃萨，应如是降伏其心。”这个我在上一会结束的时候，还有刚才，我都一直在讲，怎么安住，怎么降伏其心，你不用看下文就应该对怎么安住，怎么降伏其心的理明白了。其实刚才我一直在讲，讲了很多，很琐碎，包括上一会结束的时候，我也不停地在讲这一件事。整部金刚经的学习，我也会以此为重点。我已经把怎么来降伏其心的方法，该怎么做，它的理，都已经讲了一遍了。在讲整部金刚经的时候，这一点我会不停地反复重复，就像佛陀在金刚经里边不停地重复受持这部经的功德福报一样。这一点对于我们这个时代、现在的学人尤为重要。大家都不愿意实修，你要给他讲金刚经他爱听，一要让他诵金刚经，一天诵四部、五部、六部，他就不愿意了。诵一部还勉强，能坚持一个月就算不错。一个月之后，也不说不愿意诵，会给自己找借口拖延，会犯懒，慢慢地就不诵了。或者有事耽搁了，一点一点就荒废了。坚持读诵是非常难的，需要大因缘，需要你有善根，需要你对世间的种种妄心歇下来，需要你平时多积累，要行一切善法，要谦卑、柔和，来给自己创造能够长时间如理如法受持金刚经的机缘。所以修福、持戒、积累，和真正受持，和明白第一义谛，是联系在一起的，不能把它们割裂开来。

咱们学金刚经，认识金刚经，读诵金刚经，少的也三五年了，多的有十年了。我们发现金刚经就像是一个无尽藏，怎么学都有更新的内容。所以一天看一次金刚经，一天就不一样，每天去看，每天都不一样。甚至在这一天之内，我读诵了几遍，第几遍和第几遍的时候又有不一样的悟处。为什么沩山在百丈前，百丈让他拨这个火，他拨不出来。而百丈拿过来，深深拨，还会有火星。我们学习佛法、学习经典，就缺少这个深入心、认真的心。总觉得差不多了，总是不能深入。为什么不能深入啊？因为心不静，因为这个心没有沉淀下来，因为这个心还在杂用。这儿感点儿兴趣，那儿也感兴趣，看看这儿，听听那儿，玩玩这儿，全部的那点心力就被分散了。心不能把它用在一个地方，就不能“深深拨，较些子”！都差这个心，深深拨。都差一个从地上捡起一粒米来的认真，都是说“啊没掉，我一直都很仔细地在择米，没掉地下，我很认真呢”。你还没有足够认真，掉了一粒米你都没看见。炉膛里还有火星呢，你以为全灭了。深深拨，还有一些，再深深拨，还会有。我们就知道佛法其实是很难行的，很难悟到其理，理悟得不透彻，你用功就用得不够，就会得少为足，就会走马观花，蜻蜓点水，浅尝辄止。觉得差不多了，就开始放逸。像钻木取火一样，刚冒烟，你就停了。冒烟没用的，一定要着起来才可以停。

有些人说“我受持金刚经多少年了，现在还要受持吗？”你那个持多少年和真正地知道方法、懂得义理再去持，是不一样的。你每天持一部，可能对于古人来讲，这个量够了，对于我们可能就差很多。你要持两部，甚至持三部，而且还要解义，还要思维，还要去参究，每一句都不要放过。为什么人家古人在读金刚经的时候，读到一句就能有悟有省。其实也没有讲什么，是因为他平时积累够了，一句经文就能触动它，就悟道了。

“以是名字，汝当奉持”。如果单独把这句话截出来，没有太多的用意，可是有的人看到这句话的时候，他就悟道了。六祖大师在讲《坛经》的时候，有学人问他关于坐禅的问题，六祖大师就知道把金刚经里的“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。”和“若有人言：如来若来若去、若坐若卧，是人不解我所说义。何以故？如来者，无所从来，亦无所去，故名如来。”变成一句“若言如来若坐若卧，是人行邪道”来为学人解答。说明，六祖已经完全读懂了金刚经的每一句经文。他把金刚经变成了自己的智慧。金刚经里的这几句话和六祖的开示就可以作为禅宗不修禅定的一个理论依据。为什么说出言要涉典章呢？它是有依据的！而我们读这句话的时候就忽略过去了，“哦，反正如来者，无所从来，亦无所去。”只记住了这么一句话，没有和我们平时的修行联系到一起，没有深入地思维，不知道它是对治我们什么毛病的。我们就没有联系到通过这句话怎么修行，它的理在哪儿？唐朝那个时代有南宗和北宗。北宗全都崇尚坐禅，静坐，空心静坐。等于金刚经这句话他们就没搞明白。“若言如来若坐若卧，是人不解我所说义。如来者，无所从来，亦无所去。”

六祖的开示，很明确的指出，佛法没在相上，是在心行。形式只是一个铺垫，不能停滞在这个形式上，修行不能拘泥于坐卧上。这个一明白，你也就不会执着临终的时候怎么走了。“我一定要坐着走”！你躺着走都算不错了，你不叫唤，安宁地躺在那儿走，就可以了。关键不在你是坐着走，站着走，还是躺着走，或是倒立着走，还是腾空而走，还是像普化禅师翻个跟头，而在于你走时心是否颠倒，是否还有放不下的东西。所有的走都不是真走，明白这个才重要。

每个人读金刚经都会有他的一个悟处。“佛以一音演说法，众生随类各得解。”自古以来讲金刚经的人特别多，每个人都有他讲法的角度，根据他自己的修行、他自己的功夫、他自己的悟处，有不同的理解。所以你用心去读金刚经，去理解、去思维其义，和不用心，是完全不一样的。你用心的话，这部金刚经是从你心里流出来的。因为心境是一啊，为什么它能现在你面前？为什么你能够静下心来一字一句地去理解它？因为是你自性里流露出来的，现在你面前了，是自性如来在给你讲金刚经。可是你不用心去听，不用心去读，那你也只能听别人给你讲一个声音。

我讲得再细，六祖大师讲得再好，就是释迦牟尼佛重新来这个世间再怎么给你讲，你不用心，这部经跟你没缘。你不静下心来认真地先去把一字一句读清楚了，这部经跟你没有缘。

一读金刚经，俩字儿都能读颠倒了，读错了都不知道，那你怎么用的心啊？那你又如何去行“所有一切众生之类，若卵生、若胎生……我皆令入无余涅槃而灭度之”？这些妄念，你怎么去降伏？怎么去度化？所以“佛告须菩提：诸菩萨摩诃萨，应如是降伏其心”。安住在每一个当下，做好每一件事情，就降伏其心了。“所有一切众生之类，若卵生、若胎生、若湿生、若化生……”这一段，六祖大师在《金刚经口诀》里有开示，大家有机会可以看一看。

“若有色、若无色、若有想、若无想、若非有想非无想，我皆令入无余涅槃而灭度之”。打妄想、分别外尘境界的习气，让它转化掉，即是皆令入无余涅槃而灭度之。就是禅宗祖师所讲的牧牛。到了大白牛现前，就是无余涅槃。“可怜生，受他言语。”什么意思呢？就是你说啥它都听，特别好调伏了，它不再攀援、造作了。你能和自己的种种心念和谐共处，正念现前，赶都赶不走它。这个时候你的心就真正地安住、降伏下来了，那也就灭度了这些众生。“如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者”。其实都是灭度自心的妄想和烦恼，灭度种种的习气，种种心向外驰、攀援、执取六尘境界的心念。我们越深入修行，你功课做得越好，越会清楚地看到自己的进步和提高。以前还会执着一些东西，慢慢地这种执着少了，以前各种习气是非常强烈的，现在越来越弱，甚至有些习气已经没了。当然这个是需要时间的。你的功课、功夫做得再多，如果没有一定的时间，它也不会一下子起作用的，不可能一下子就有效果的。

我们不能急。我们做功课，我们降伏自心，受持金刚经，一定不能急，要按部就班，细水长流，每天都读。以现在我们读诵的十五分钟一部的速度，每天读两部，才只需要半个小时。你每天能坚持读两部就行。这两部就是你原来一部的时间，读熟了，速度自然就快了。

为什么我们要读快一点儿呢？因为读快的时候妄想打得少。这主要是从练觉知和定力的角度来讲。当然你私底下还要很细心地去看这些经文。比如读完了，拿来经文看看，某一句，某一段，某一品，哪里有不懂的意思，再温习，就像吃东西那样细嚼慢咽。

“我皆令入无余涅槃而灭度之”，最后转的是识心的习气，连习气都要转掉，这是令入无余涅槃而灭度之。其实这里并没有特别突出地去讲度心外的众生。度心外的众生也是我们自心的一个折射、一个影现。就是我们在帮助别人的时候看到自己的心念，在跟别人相处的时候看到自己种种的心念，然后降伏这些心念，改善用心，让自己和所有人和谐共处。你在跟同修、家人、亲朋好友、同事，跟所有人在一起相处的时候，你起了一个不善的用心，你看到了，拉回来，你就把他度了。你把对方度了，其实是你度了自己。你想一想，如果你跟任何一个人用的是佛心，用的是善心，对方会不会感受到？一定会感受到！那么，他在他的那个层次和角度上一定是得度了。而你其实是度了你自己。不是说我们这一念转过来，对方成佛了，不是。对方会收到你的这一念善心，他会有所领悟，会有所提高，而最重要的是你提升了，你得度了。这是灭度一切众生而实无众生得灭度者。之所以会显现出有一个外在的人，其实都是我们心念的感召和折射。透过这些外在的人事物，我们净化自己的内心，这是得度的意义。

现在大家都在讲一句话，就是：遇到的一定是你自己。你光知道这个理，不会用，这句话就是一句空话。你还是会经常跟别人吵架，甚至生起嗔恨心的。也就是说，你还会经常跟自己打架的，对吧？你跟对方生气、生烦恼，不就是跟自己打架么？都是在跟自己的念头打架，跟自己的观念、投射、妄想较真，争胜负。“哎哟，我一到师父跟前我就害怕！”我是咬你了，还是抓你了？我只是看了你一眼而已。而你看到的却是我瞪了你一眼。其实我不是瞪你，我是瞪后边的那个柱子。只是被你给捕捉了，我们四目相遇了。就这么狼狈地相遇了。所以说不要害怕。你害怕的时候反观一下，是谁在让自己害怕？可能是童年的阴影，被什么吓过，这没办法，谁让你业重呢！我们受持金刚经，业会提前现前，会重报轻受，这是好事！

没有心外的众生，没有自性之外的众生可度，没有你念头之外的实有的法可度，一定都是度自己种种的不善用心。

“如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者。何以故？须菩提，若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。”这个有我相、人相、众生相、寿者相，其实就是各种的对立之心：能与所。无我相，无人相、无众生相、无寿者相，就是没有能所对立，没有内外的分别，唯是一心。自己把心降伏了，把自己的妄念、把自己的不善用心收摄回来了，一定是无我相，无人相、无众生相、无寿者相。

如果你起了一个“哎呀我帮助他了，哎呀，他是我度的，他是我徒弟。”那么我相出来了，人相出来了，众生相出来了，寿者相出来了。“我弘法多少年了，度了多少人了，都在笔记本上记着呢”！“谁谁谁是我度的，哎，你别跟我争啊，要不咱们看录像倒倒，看到底是谁度的”这样的录相还没发明出来呢。这就太搞笑了啊！所以一定是度自己，度自己的妄想，度自己的无明。

人普遍都有的就是我慢、我相、我执，这个是最突出的。所以我们学法的过程，就是一个降伏我慢、去除我执、断除我相的过程。所有的烦恼、痛苦，包括恐惧，都是因为这个我执。谁执著自己，谁活得就累，谁就会更烦恼，谁就不自在。我们看所有那些过得不幸的人，一定是太执著自我的人，一定是把自己看得太重要的人。说一句都不行，用一个蔑视的眼光看他一眼，都能给他看病床上去。“他那样看我了！我不舒服”！我执太重。再比如：在他名字上画一个黑框，一下就把他画病床上去了。摆他黑白相片就更不行了。一提起谁名字，其实是个重名，他立刻兴奋起来了。赞叹一个人的名字，以为是赞叹他，其实是说另外一个人呢，他脸上立刻喜形于色，最后人家补充一句是某某某，脸儿又回来了，青了。所以着名字、着我相、着身份、着种种，其实都跟“我”有关。

我们再去观察这个世间，活得自在、轻松、快乐、幸福的人，都是那些不那么较真儿的人，是那些没把自己当啥的人。尤其那些随便能被人轻贱、侮辱、那种特别柔的人，不爱去跟别人争论、也不爱冒尖儿、也不爱较真儿的人，他们活得都很开心、很快乐。虽然别人说几句，但人家不觉得是被侮辱。你说的话是从你自己嘴里出来的，收获这些话的人是你，你的用心你收着，跟我有什么关系？这个忍，忍辱波罗蜜，不是强忍，不是说表面上没生气，心里面在那儿流血呢。那样的话更可怜，更痛苦。而是真正地“我闻恰似饮甘露”，知道跟你没啥关系，也没有“你”。一要烦恼，实相的智慧就现前：谁烦恼？有什么可烦恼的？没有这个人，烦恼什么啊？

不管修行不修行，都有这种我执重、我执轻的人。我执轻，善根深一点儿，这样的人就容易入道。如果我执特别强烈，降伏起来就困难，就得需要种种的善巧方法，甚至说不停地敲打。你也就知道为什么娑婆世界会有须弥山，会有高山岩石，荆棘树木，会有各种各样的山峰，这都是人性中我慢自负的一种折射，所以叫“我慢山”。我慢山是最难跨越的，最难超越的。当然，世间还有流水，还有江河，还有水。水既代表谄曲，也代表柔和的智慧。无明时，就是弯弯绕。觉悟后，水就成了我们内在智慧的显现，它能够绕过我慢山。我们通过修行拥有了智慧，能够降伏自己的烦恼，降伏自己的执著，所以一切外在都是心中佛性的显现。我慢也是佛性的显现，智慧也是佛性的显现，看你熏修的是什么。你熏修的是智慧，生生世世熏修的都是般若，我慢就没有作用了，慢慢地你就把它消融了。

我们就知道什么样的人能够安住、能够降伏其心，是没有我相的人。帮助了别人，做了一切善事，修了一切善法，而不求取回报，没有著我相，没有生“我做了”想。这样的人才能够真正地安心。如果说你修行，有一点儿聪明才智，在道场服务大众，你心里老记着，那就有我相。这个我相就是无明。这个东西存在，你就不可能真正解脱，你就不可能真正地轻松快乐。它一定会冒出来让你痛苦，让你烦恼。

（第四品）“复次，须菩提，菩萨于法，应无所住行于布施。所谓不住色布施，不住声香味触法布施”。关于不住色、不住声香味触法布施，是这部金刚经里边的又一个主旋律，也是佛陀一而再再而三所讲，包括后边的“应无所住而生其心”，“应生无所住心”，“若心有住，则为非住”等等，还有“离一切诸相，即名诸佛”，也是这部经的主旋律。这些义理都是相通的，它和“无定法可得”，“无法可说”，“是法，即非法，是名为法”都是一个意思，只是从不同的角度来讲，都是在讲实相。我们实修，通过受持、读诵来远离种种的妄想、分别，远离自己过去的一些习气、习惯，都是一个用意。达摩祖师说：“布施六根是为大布施。”在《涅槃经》里面佛讲到，有三种施是微妙施，是无上施。哪三种呢？王位，妻子，头目。你别觉得这是一个外在的布施，有单纯的外在么？你内心如果没有这些东西，怎么会有外在的一个显现呢？所以王位、妻子、头目，象征着你最执著的东西，最珍爱的东西，它代表世间最贵重的东西。象征着能与所。把能与所、六根六尘六识、十八界全布施了，真性就现前了。古人讲，“若有一法不空，摩诃衍不能胜出”。你布施的不干净，真性就不现前。一翳在目，千花乱坠。“师父给我时间，我慢慢来”。没有人等着你，只有你自己在那儿耗，时间不是谁给你的，是你自己珍惜来的。我可以等你，无常不等你，你的年纪不等你，用来打磨习气的时间不等你。要不要直截根源佛所印？还是抽丝一样地慢慢修，藕断丝连？若有一法不空，就是穷子。你放下的再多，有一个东西没放下，等于全盘没放下。要放就放得干干净净的。放得干干净净不是穷，那才是真富。

“菩萨于法，应无所住行于布施”。我们先不讲布施六尘六根，布施一切法。我们先讲布施世间的东西。世间的布施我们很多人都做不到。布施钱财的时候会生种种心，“哎呀，我给自己种点儿福报吧”，“有印经的地方，我供养点儿钱，让自己的孩子考上好大学”。这都不是如法的布施。为什么？因为有住，有所得。因为在布施的时候生种种心，有时候还很贪婪，很吝啬，自己明明有机会、有条件、有能力布施，但就是舍不得。“师父你把你的支付宝告诉我，我要给你打一笔钱”。“多少钱啊”？“五块”。“五块那就别支付宝了啊”！你直接拿个硬币扔过来就可以了。给我打电话，很急的样子，“给我账号，我供养您钱”！最后查了好几天都没查到，不是没打，是金额太小，没注意。所以我们很多精力、钱财都花在没用的地方了，供养三宝，他舍不得。真正地去做布施，他放不下。自己多花点儿钱给自己换一部手机，好好学法，舍不得。给儿子、给孩子花几千块钱买个手表就舍得。你自己学法，弄一部六百块钱、八百块钱的手机，字儿也看不清楚，点击浏览器，半个小时都没打开，这怎么学法啊？咱这是科技的时代，没有手机哪能学法啊？舍不得换。给自己布施都舍不得，用在听经闻法上，舍不得，用在贪嗔痴上可舍得了。换一套房子，换辆车，几十万，毫不犹豫。在世间花多少钱都不为多，一到佛法上，就不愿意花。

“菩萨于法应无所住行于布施”。为了求无上佛道，先要能够布施自己的财色名食睡，布施六根六尘，乃至于最后要连佛法也布施掉，布施的干干净净。所谓不住色布施，不住声香味触法布施。整个世界一切万法，都不出六识，不出八识，不出十八界。十八界，一切法都概括了。所以你能够把十八界布施，你就布施得干干净净了。“须菩提，菩萨应如是布施，不住于相”。也就是说我们在日常生活中，你在做一切事情的时候，不着相、不染着，这是最上的布施。不一定非要布施钱财，有的人确实除了生存，没有额外的钱去布施，那你就减少贪欲，多修善法，这也是一种布施。布施钱财，是对治我们的贪心。如果对于世间的财物不再贪吝，下面就需要布施一些习气和法执。一切心识上的乐受，细微的习气都能布施掉，这才是究竟、根本的布施，也是最难的布施。达摩祖师说，布施六根是大布施，就是因为人们贪着乐受，所以这个布施才难。因为众生就是为了享乐才投胎、才来这个世间的，他不是为了修道。把这些都剥夺了，他活着就没有意义了。可是他不知道正是因为贪着这个，所以才有轮回之苦。当他明白这个道理的时候，他就愿意去布施了。

我们怎么才能明白这个道理呢？学习佛法，受持、读诵金刚经。一遍一遍地去看，“深深拨，较些子”。只有不停地深入，才能够叫作学习佛法。“我简单地翻几遍”，翻完全都扔脑后了，忘得一干二净，一边看还一边打妄想，也美其名为“我也是修行人”，差的太远了。

“菩萨应如是布施，不住于相”。于一切法，不染、不着，应如是布施。“只此不染污，诸佛之所护念”，不染污是最上的福报，最上的功德，最有力量的修行。也是这部金刚经的一个主旨，就是“应无所住而生其心”。怎么无所住啊？先布施。布施有初级的，财、亲情、世间的享受，这是粗重的布施。然后细的布施，就是六根对六尘境界的执取。还有最后求佛、求法、求开悟的这个心，也要布施掉。最后就是要回向菩提，不做回向想。要进行法布施，随缘为众生讲法，又没有一个求回报的心。能够这样布施，不住于相。何以故？“若菩萨不住相布施，其福德不可思量”。这个不可思量，是从佛性常住的角度，它到未来际，没有止境。只要你能如法地受持金刚经，这个福德、功德、福报，因缘是无限的，它们一定是跟着你生生世世的。我们为什么要学佛法？我们学佛法才能了达实相，了达实相才能常乐我净，才能究竟地离苦得乐，才能不复轮转生死。就像一个人得病一样，没有治好，又犯了。如果我们学法不究竟的话，那你就会退转，就会继续烦恼，甚至这一退转就不知道多长时间了，白白地受苦。既然我们行布施，我们就布施得干干净净，别给自己留后路，留祸患。

能够如金刚经里所讲的这样布施，其实需要大因缘，不是一生一世修佛道，而是无量劫来都在积累。你才能够如金刚经里边所说，不住相布施。而很多人是做不到这一点的。所以我们需要从当下开始，不停地积累，为了未来，尽未来际生生世世都能够遇到最上乘佛法，生生世世都能够解脱，我们就需要珍惜眼前，要懂得勇猛精进，要懂得布施世乐，求第一义乐，以寂灭为乐。

整部金刚经从这儿开始，佛就讲关于无住相布施。开始讲受持、读诵金刚经需要积福，需要福报，而且是为未来世种福报，就在不停地开始讲这件事情。首先，这个是为了众生对受持这部经生起信心的一个引导。因为世间人嘛，刚开始学法，绝大多数人都是贪这个功德，贪这个福报，这样的话，佛就是示教利喜，以慈悲喜舍，以这种善巧来引导，不停地重复读诵的功德。而这又不是佛编瞎话，实际上就是这样。受持、读诵这部经确实有这么大的福报。如来是真语者，实语者，如语者，不异语者，不诳语者。不生信心，就说明自己熏修得少，自己过去生种的善根少，没有以此为实。不能以此为实，信心就不清净，信心不清净，就不能生实相。

我们在世间，我们接触谁，我们认识一个人，与谁打交道，和谁相处，都是宿世有缘。我们都喜欢那种特别诚实的人，老实巴交的人。心不谄曲、不会花言巧语的那种，不虚虚假假的那种，我们喜欢诚实的，而且有信用的人，就是特别讲信誉的人，说什么就是什么，不是总跟你对付，绕弯弯，总骗你的那种人。而且也不喜欢跟那种疑神疑鬼的人在一块儿，他总怀疑你，他总觉得你要把他怎么样了，疑疑惑惑的。也就是这部经里讲的，狐疑不信。像狐狸一样，看什么都觉得是狼。为什么？业障太重，业力太重，总是怀疑，不能生信心。对这部经典也是这样，你只要有一点怀疑，就不愿意去做。不愿意听这部经，不愿意读诵这部经，不愿意去思维这部经，更没有办法按这部经教的去做。总是相信自己的意思，执着自己那个小安乐窝、家亲眷属，那个房子，那个车子。你不知道你没有多长时间的活头了，还执着！还放不下！我们一边学着金刚经，一边去造业，一边去反着来，你学它有什么意义？你不如所教住，就是读诵了也没用。而且你学的这个力度又远远不够。明明让你一天多诵几部，今儿个诵明儿不诵，懒，想玩儿！读金刚经多累啊，一坐就是半天，师父一带我们就带我们三四个小时，总骗我们，明明说读两遍，一诵诵了十多遍。明明说让我们歇二十分钟，歇两分钟他自己又开始诵了，他诵了，我们好意思不跟着诵吗？总是这样骗我们读诵。明明放香休息，大早晨又诵经了。有些人到现在还不能理解修行是需要善巧方便的，不过已经有很多人理解接受了，被我骗了，又骗到这艘船上，骗到金刚经这艘船上。而且越诵，他越开心，他觉得比放香的时候比玩儿还好。

比如说昨天晚上我们出去行脚，走到一个地方我们坐下来歇着。一开始还有几个人，个别的人，以我为首的，还在那儿聊天，还看其他人都在干什么。可是有好多人已经就打坐了，最后再看自己，就一两个人在那儿说话，很没趣，所以很自觉地也开始打坐。最后我们发现，静坐比你说话，比你看这儿看那儿，比你吃东西，要舒服多得多，是最清净的。

当我们很专注地安住在当下的时候，我们读经也好，打坐也好，我们做一件很简单的事儿也好，都是最快乐的。比你散心，说闲话，打妄想要好很多。比你以前心识到处攀缘要快乐得多。一静下来，一不说话，马上跟天地、跟大自然、跟周围的场全都融在一起，那种寂静一下字就出来了。能随时随地坐下来，心静下来，就是习气逐渐地就转变了，你愿意独处了，你愿意安心地去做一件事情，而不是说我一会儿看看这儿，一会儿看看那儿，不停地向外攀缘。其实那些都是骗你的，那种安乐、舒服是很浅的，是很无常的，还有副作用。它就像毒瘾一样，依赖它们，你永远也安不了心。

我们只有按照佛陀所教的这些方法，去受持读诵金刚经，无住六尘布施，才能真正安住。“菩萨但应如所教住”。我们才能够降伏其心，才能够了达实相，得解脱。

金刚经讲记第四讲

（第四品）“须菩提，于意云何？东方虚空，可思量不？不也，世尊！须菩提，南西北方四维上下虚空，可思量不？不也，世尊！”这时佛陀引用东南西北四方还有上下的虚空来做比喻。比喻什么呢？我们都知道虚空的特点就是无际、没有边畔、无限、广大、圆融，超过了数量，超过了我们的想象。“须菩提，菩萨无住相布施，福德亦复如是不可思量。”佛陀以虚空的不可思量、不可思议、无边无际、广大圆融的这些特点，来形容菩萨无住相布施所得的福报和功德。

在《涅槃经》里边，迦叶菩萨也问过佛陀，既然果报、因缘都是虚妄的，那如来常乐我净，为什么还有未来的果报？果报都是虚妄的，为什么还有如来的果报？还有无尽的功德？这就是很多执着断灭空、执着意识里的空，执着空见、空相的人所不明白的。他不知道佛性是常住的，是非断非常，非空非有。所以如来色无尽，如来智慧亦无尽，如来的功德亦无尽，如来的果报亦无尽。不仅如来如此，一切众生都是如此。如果你不修行，你不觉悟实相，不按照佛陀所教的这些方法去觉悟、去出离生死，那你的果报也是无尽的，这个果报是六道三界的果报，是贪嗔痴的果报，是无明的果报。如果如理如法地去修行，所得的果报也是无尽的，那是什么样无尽的功德和果报呢？慈悲喜舍，无量的善法，八正道，三十七道品，菩提心，三十二相，十波罗蜜，无尽的功德藏，无尽的法财，无尽的智慧，无尽的大愿，无始劫乃至尽未来际的愿力，般若的种子。这些都是无尽的，像虚空一样无尽。而得到这个果报的前提就是无住相布施，就是无住生心，布施六根，舍一切有。

“须菩提，菩萨无住相布施，福德亦复如是，不可思量。”那什么样的福德、福报是可思量的呢？有为的，有我的，住相布施，存我、人、众生、寿者而行善法，这个福报就是有限的，是无常的，不是常的。世间人，还有我们没学佛的时候，也会做一些善事，但总是求回报，求着求着烦恼就出来了。你付出到一定程度，对方没有回馈给你，你就开始抱怨，开始患得患失。所以这个果报就是不定的，就是无常的，是无明的、烦恼的。而不住相布施默契了诸法实相，默契了真性无我这个特点，所以它的果报、它的福德、它的功德、它的智慧像虚空一样，不可思量，无量无边，无止无尽。这也是为什么说我们修行一定要发无上菩提心，要发大愿，要发普贤菩萨、地藏菩萨、观音菩萨这样的大愿，众生无边誓愿度。因为佛的果报，一切善法的显现也是无尽的。

《法华经》里讲“是法住法位，世间相常住”，又讲诸佛常做好梦。诸佛来这个世间和无明的众生带着业力来这个世间，同样是在大圆镜智里边，在梦幻影像里边，但是所感受到的境界完全不一样，他的生活、他的身心状态完全不一样。同样是做梦，凡夫做的是颠倒的、恐惧的、纠结的、紧张的、自己吓自己的噩梦。而诸佛菩萨觉悟的人做的都是好梦、吉祥如意的梦，能够如理如法，受用身心及与世界，而不染污。从这个角度讲福报、功德是无量无边的，是常的。所以说，一切万法是常的。六祖大师在坛经里边答学人的问题，佛性是无常的，而一切万法，菩提心、福报、功德是常的。为什么？他看到了实相。不像声闻乘或者凡夫，入断灭见，只看到了苦、空、无常、无我，以意识心知解佛法实相，跑到了两边，没有了悟不二之性，错解了佛所说的无常真义。

“须菩提，菩萨但应如所教住。”佛是怎么教的，菩萨就怎么学，怎么安住。佛教我们无住相布施，不住色布施，不住声、香、味、触、法布施，不染色、声、香、味、触、法。布施掉对六尘世界的贪着，能够如是布施、如是学习、如是修行，就叫“菩萨但应如所教住”。能够这样去布施，自然心就安了，自然就度尽了自性中无量的众生，自然就不会再去造恶。也就是说诸恶不造，自然得道。

（第五品）“须菩提，于意云何？可以身相见如来不？不也，世尊！不可以身相得见如来。何以故？如来所说身相，即非身相。”这是佛问须菩提，能不能以相、以色身、以有形的身相来见如来。言外之意就是，怎么去见法身如来？怎么去见自己的自性真佛？须菩提回答道：“不也，世尊！不可以身相得见如来。”众生着相，众生之所以轮回生死，就是因为着相。着相导致一个什么结果？看不到自性。若以身相见如来，就看不到法身如来。我们色身是有相、有形，有眼耳鼻舌身意，能讲话、能动、能跑、能睡、能吃喝拉撒，这些相我们都看得到。但是我们的真如佛性，法身，法身如来，它无相，无形，非有为，非无为，离于言说，离于意识，不生不灭。色身有一个期限，有来有去，有一个始有一个终，有一期果报。我们这也是方便讲，众生执着这个嘛，执着一个相的身，执着一个色身、肉身。不仅执着自己的色身、肉身，学佛了，求佛也执着佛的报身，以为佛的报身是真佛，导致不能够见到真性如来。以三十二相为如来，以两千五百年前的释迦牟尼佛为真佛如来，那就永远成不了佛。但是众生他就是迷性而着相，着相而迷性。以妄想心、以生灭心来修行，无始劫都是这样，所以说不见性，着相修行，百千万劫，都不能成就。

须菩提继续讲，为什么不可以身相得见如来？其实如来所说的身相，真正的法身，你是见不到的，是没有任何名相、概念所能形容的，所以“即非身相”。但是凡夫众生一听到佛讲佛，就认为是有相的佛；一听到佛身，就认为是有相身；一听到如来，就认为报化身即是如来。而不知道佛所说的佛、佛所说的法身、佛所说的佛身、佛所说的如来，都是非佛、非法身、非佛身、非如来，是名为佛，是名法身，是名佛身，是名如来。

今天还有一个人微信里私下问我：“师父，金刚经一直轮流地用几个词语来提问，有时用世尊，有时用如来，有时用佛，请您开示世尊、如来和佛三者的区别。”学法之人特别容易着文字和语言相。不仅着色身相，还着名字相，他不知道这三个词只是名字而已。佛用这三个词形容什么，不同的时候有不同的作用。依于世谛讲，示现了这么一个报身佛，佛会讲，如来世尊；如果依于第一义谛，依于第一义谛的就是法身，就是佛性，就是本性如来。当佛在有些经典里面讲“佛”的时候，其实有时候是指佛性，有时候是指方便示现的这个报身，但是不管他指报身还是指法身，全都是假名，都没有实义。法身也不是这一个名字所能够表现出来的。所以你要知道佛用语言文字的寓意是什么，他所指向的是什么。而众生一听佛讲什么就着什么，听佛讲佛身就着佛身，听佛讲法身就着法身，不知道法身者，即非法身，是名法身。

“佛告须菩提：凡所有相，皆是虚妄。”这里的凡所有相，是一切相，包括世间的法相，出世间的法相，一切的法相。《涅槃经》里有一句话叫“断一切相，一无所有”。有时候我们会认为，法身是无相的，这个“无相”，你要知道是带引号的，当你讲出了一个无相的法身，其实已经不是无相的了。你永远讲不到真正的无相法身，当你形容它时，它已经变成了一种意识，变成了一个知解，那你讲的这个无相的法身还是有相的。那你就得明白佛引用“无相”这俩字的真实用意。也就是说真正的无相，连无相的概念也要离，也要断，也要不取。也就是这里所说的，凡所有相，皆是虚妄。连无相的相，也是虚妄的，连离也要离。

“若见诸相非相，则见如来。”这里不是对治法，而是从究竟的意义上讲。你不要认为有相的不是，那无相的就是真实的，连这一念都要扫除得干干净净。最后又回到，非相非非相，非有非无，而又不生这一念，不生“非非”这一念。扫一切相，破一切有，离一切诸相，则名诸佛。就是这里的“若见诸相非相，则见如来”。后边要及时加上一句：所言如来者，即非如来，是名如来。

（第六品）“须菩提白佛言：世尊！颇有众生，得闻如是言说章句，生实信不”？须菩提作为表法的一个法会参与者、提问者，而且是这部金刚经的一个主角，他的很多问题都是代众生而问。他自己觉得这部经非常的殊胜、稀有难得，就产生了一个疑惑，问了一个问题，就说会有很多人能够听到这部经、能够信解受持、能够明白佛陀的本意么？因为当时，佛陀在世的时候，很多弟子都随佛陀出家，他们每天都在佛跟前跟着修学，长年累月，寸步不离。每天听佛陀讲法，时间长了，很多义理他们能够听明白。那没有亲近佛陀，没有跟着佛一起出世的末世、末法众生，能不能对这部经生信？而且如理如法的修行呢？这是须菩提，也是末世众生的疑问。

“佛告须菩提：莫作是说！”你不要疑惑，不用担心。“如来灭后，后五百岁，有持戒修福者，于此章句能生信心，以此为实。”这一句又是这部经中一个非常重要的点。我们仔细读金刚经，你就会发现，整部金刚经会经常提出一些关键的论点，会开示出一些很重要的论述。这一句话，它是一个纲领，是一个大纲。像这样的开示，金刚经里边有几个地方，虽然讲得次数不多，但是非常重要。

我们要知道，末世众生，也即如来灭后后五百世，什么样的人能够对金刚经所开示的最上乘法、第一义谛、实相之理信解受持？能够对其生净信？佛在这里非常明确地讲了关于持戒修福这件事情，而且只讲了这一次。整部金刚经就这么一个地方讲到持戒修福。讲一次，虽然少，但显得非常突出，非常明显。我们就知道，实修的基础，六度万行，包括持戒、忍辱、布施，有多么重要。金刚经虽然是讲诸法空相，讲般若，讲实无少法可得，但是你要知道，怎么才能够默契于这个实相？万事万物不能独存，诸法也是因缘生，修行不是在空中建立楼阁，一定是有基础的。历代有很多学金刚经、受持金刚经的人在这个方面都不注重，都是偏向于口说般若，知解般若，知解佛法，而这个基础没有。不发菩提心，不持戒，不修福，不去做布施，所以导致金刚经也只是口诵，心不行。心高气傲，烦恼现前，然后自欺欺人说烦恼性空。烦恼是性空，但是在你那儿，活生生地受着烦恼。

我们就知道在这个时代、如来灭后后五百世，能够受持、读诵此经的人，一定是持戒修福的人。就是他有善根、有福报、有因缘，对自己有约束，能够依照佛陀的教导，不放逸、不造作，知道约束自己的身心，能够持五戒、行十善业道，供养三宝，护持正法，持菩萨戒，定慧等持。出家的比丘持具足戒。他能够发无上菩提心，能够行菩萨道，能够不退转。种种的因缘、福德具足了，才能够受持这部经。须菩提以为这样的人没有，尤其在未来世，佛陀不在这个世间了。而佛说，莫作是念。是说，这样的人有很多，并不是没有。我们就知道其实一切众生的佛性是不断灭的，它会一直示现。会有无量无边的众生能够在未来世中遇到此经，如果持戒修福，因缘具足，还能够信解受持。

这部金刚经里边有很多地方讲到一个词，就是“信心”。这个“信”字在金刚经里边出现了很多次。“信”来自于持戒和修福。“于此章句能生信心，以此为实”，“信”与“实”是一个意思，就是对这部经有信心，一听就相信。如果不是宿世累积的善根，宿世都熏修这部金刚经，你不可能这一世遇到这部经，一下子就信了。有些人就生不起信心来，有些人虽然遇到金刚经，也读过，但是读着读着就放下了。一问：“读过金刚经么？”“读过。”“什么时候读的？”“十年前。”“现在还读么？”“不读了。”一让去背金刚经，“我背过，我都背下来了！”“什么时候？”“忘了”。这个信心啊，不好生。“以此为实”，也很难，为什么？不能够连续做功夫。也就是说这个实修没有相续，断断续续的。导致同样在一个时期，大家遇到金刚经，每个人的信心不一样。那不是说你现在遇到金刚经没有信心了就永远没有信心，你可以补，可以花更多的时间来熏修，来读诵，来思维其义。这样的话，你这个信心就会越来越强大。

“当知是人，不于一佛、二佛、三四五佛而种善根，已于无量千万佛所种诸善根。”这句话，大家一定要背下来！一个字儿别背错了，一共就这么十几个字，不难背，一定要背下来。为什么啊？因为这是我们自己生信，包括劝别人读金刚经的时候让别人生信的一个重要依据，你必须要说的一句话。你说你让对方受持金刚经，你不告诉他有福报有善根，他会受持么？这个不是骗人，这是提醒他，他忘了他是不于一佛二佛三四五佛种过善根，你这一提醒他，他心里边一欢喜，就想起来了，确实是这样。这句话大家一定要铭记在心，这是为了度众生用的，为了利益他人，要背下来。别稀里糊涂的啊！“不于六佛七佛”，没讲到六和七。你也别急，“不于一佛二佛，而于千万佛所”。别落下三四五佛。你一定要把“一佛、二佛、三四五佛”背清楚。不是“一佛、二佛、三佛、四佛、五佛”，这又错了啊！是一佛，二佛，然后三四五佛。于无量千万佛所，而不是百千佛所。

以前读金刚经的时候也想讲这句话，但是这句话总是说不全，为啥？没好好读嘛。就糊里糊涂的，“于无量很多佛前都那个……”你骗骗初学可以。现在有些人再这样跟你讲，你就该笑他了。在真正地受持金刚经、背得很熟的人面前，你这样讲话就露怯了，就说明你没有用心读。就跟人问你父母的名字，你回答道，“哎，李，李什么来着？”错了，连姓都错了，不是姓李。这有点夸张，就是比喻。你为什么忘不了你父母的名字？忘不了你自己的名字？因为它重要嘛！“不于一佛二佛三四五佛而种善根，已于无量千万佛所种诸善根”，跟这句话相应的还有一句，“于八百四千万亿那由他诸佛前，悉皆供养承事。”这两句话，我们要记住了！至少你要记下来一句。

“闻是章句，乃至一念生净信者”，这个一念，也很重要。你能够一念生净信，就不会疑惑了。你这一念生不出来，就会有后面的很多疑惑。“须菩提，如来悉知悉见”，你对这部经生信心，你自己知道么？你一定知道。你对于一个人有什么看法，你是不是喜欢他，你对他是什么态度，你一定清楚。所以有没有信心，问自己。如果你知道，如来就知道。为什么？你心即是如来心，你就是如来，怎么会不知道呢？所以“如来悉知悉见，是诸众生得如是无量福德。”得什么福德啊？东方虚空，南西北方四维上下虚空，不可尽，不可说，无量无边的功德。为什么？法身的功德，佛性的宝藏，都拥有了，可以随意使用。因为这部金刚经是打开我们佛性宝藏的一把钥匙，非常精确的、非常精准的、非常明白的一把钥匙。你只要拿住这把钥匙，一定能打开自己的宝藏，一定具有像虚空一样无量无边的功德。

如果你没有这个信心，只是说明你受持、读诵、熏修得远远不够。那我们就从今天开始，从当下开始，我们仔细地来听这部经，来学习这部经，来读诵这部经，甚至为他人讲说。

所有的事情其实都是熟能生精，熟能生巧，巧能生精。你听多了，即使再笨，你听得多了，也会了解它讲的是什么。“师父天天在我跟前讲这几句话，其实我开始是很反感的，但是有一天我发现自己不知不觉给别人也这样讲了。”这就是熏修的力量。一四句偈，你再笨，你也能记住。金刚经里的一四句偈大家现在都会讲。“凡所有相，皆是虚妄”，“若见诸相非相，即见如来”，像这样的四句偈很多。四句偈不一定是四句，只要简单明了，好记好背，说得直接，义理又非常清晰，这样的句子都可以叫四句偈。有一句你明白它的意思了，能够在你的修行中指导自己，你都会受益。打坐的时候出现境界，赶紧提起这句话来。一执着世间这事儿那事儿，赶紧提醒自己：“一切有为法，如梦幻泡影”，你立刻就能够从幻境里出来。

于后末世有持戒修福的人，能于此经生信心，而且即使是生一念净信，如来悉知悉见，都会得无量的福德。因为这一念心就是你觉悟的开始。这一念心会引出后面的读诵、受持、思维、解义，为人宣说，所以非常非常重要。

“何以故？是诸众生无复我相、人相、众生相、寿者相”。哪样的众生无我相、无人相、无众生相、无寿者相？能够对金刚经生信心的人；愿意布施六尘、布施六根、布施色声香味触法，用心去花大量时间受持读诵的人；能够在生活中随时安住当下的人；能够心不外驰，不颠倒，收摄住自己身心的人。这样的人一定是无我相、无人相、无众生相、无寿者相，而且无法相，亦无非法相。所谓的法相，就是意识、分别出来的概念，对这些妄念产生的细微的执着。“非法相”，与法相相对的一个法相，二法之一。就是你不执着法相，连非法相也不要执着。这样的人才能够于金刚经生信，才能够信解，才能够受持金刚经。为什么？“何以故？是诸众生，若心取相”，如果他还有一个能，有一个所，认为实有一个我，“则为着我人众生寿者”。如果说他还有我相、人相、众生相、寿者相，他就没办法真正地去把金刚经的义理实践出来，他无法在生活中表现出来佛法。他一定会有烦恼，一定会突出人我，一定会有执着。“何以故？若取非法相，即着我人众生寿者。”我们知道，法与非法是对立的，互相依存的，善与恶是对立的，也是互相依存的。大与小是对立的，高与低是对立的。高单独存在么？不单独存在。善单独存在么？不单独存在。那我们一说善，等于说什么？等于说恶。我们说不取法相，就等于说不取非法相。如果你取了法相，等于什么？你一定会取非法相。这就是这里讲的，若取法相，就是取非法相。你取法相，即着我人众生寿者，那你一定也会取非法相，因为法相与非法相是一。都是着我人众生寿者，都是因为有我，也就是能没有断，所即不断。

“是故不应取法，不应取非法。”法和非法都不应取。“以是义故，如来常说：汝等比丘，知我说法，如筏喻者，法尚应舍。何况非法？”这是得度之后，要舍法，虽然说过河需要船，船很重要，但对于一个真正渡了河的人，他是很清楚的，筏也要舍掉。

为什么我们学金刚经，它明明是讲第一义谛的，我们这么着重地强调要修福、要持戒、要读诵、要出离？给自己创造这么一个环境，大家聚在一起，每天都是念啊念啊念啊。它是一个筏，这个筏它就是法的象征，它没有对错，它没有绝对的要或不要。当你未得度的时候，法这个筏本来是世谛的，这个时候它是什么？它是第一义谛，它是法身，所以这个筏是法身。当你已经得度，已经觉悟了，第一义谛变成了世谛，如果你再执着法和筏，那就愚痴了。所以这里很明确地开示道：没有任何一个法是定法，是究竟的，是圆满的。没有一个真正的法、实有的法，叫第一义谛，叫世谛。对于我们来讲，世谛就是第一义谛。如果你完全觉悟，你烦恼断尽，那第一义谛就变成世谛了，法就没有用了，要舍。

你别整天地“如何是佛？吃三两”，光弄这个，就没用了。我们对佛法的领悟一定要深入再深入，千万不能跑一边，变成一个定法，得把它用活了。这个东西我们需要它的时候，不能够舍，不需要的时候，一定要舍。如果你真明白了，连无为、连第一义谛、连实相都不能执着，你也不能认为有为、世间法全都是没有意义的，不能把有为与无为割裂开来，不能把方便法与究竟法割裂开来，不能把实修与空理割裂开来，它们都是紧密地联系在一起，只是因人、因时节、因因缘而有不同的作用而已。

但我们学佛很容易就跑偏，刚开始学佛，执着第一义谛，执着远离，执着佛法。学着学着，自己习气现前、烦恼现前，退转了，又执着世间法。不是执着这边，就是执着那边，不能把佛法与世法圆融起来。关于这个法如筏喻者，就是你到彼岸了，得度了，也不是一定要舍法。对于你自己来讲，你要舍法，对于利益众生来讲，你还要承担，还要拿起这些方便法，还要广学多闻。

你看佛法这里边有这么多的变化，如果说你执着一端，你的心量就非常地狭隘，你不熏修不多学，就很容易走到一个歧路、一个死胡同里去。如果说我们这部经只在理上讲无我相、无人相、无众生相、无寿者相，不取法，不取非法，而我们不去实修，我们没有善巧方便，我们没有法的工具作为船筏，我们没有道场，没有大家在一起共修，没有持戒，没有遵守道场的规矩，我相信大家的修行也很难有实质的改变。这也是为什么很多在家人学法时间长，没有太大的效果。因为他没有善用读诵这个工具。他的方便、有为累积得不够，也就是善法累积得不够。他不会善修，虽然也知道有佛性，但就是没有善巧方便去开采，烦恼太重，而善法的力量又太小，导致金刚经学习多年，也读诵，也听很多人讲金刚经，关键的时候无法改习气，不知道转身，不知道去做布施。认为学到金刚经了就不用去搞那些布施了，连有为的布施都做不到，更何况布施六根六尘，更何况不住相布施，就更难做到了。所以导致虽然学金刚经，也解脱不了，也没有意义。

而我们今天有这个因缘，大家在一起学金刚经，不是今天学完就完了。今天我们作为一个起点，我们对金刚经生信，生实解，是为了从今以后，尽未来际，要真正如理如法地去受持这部经，读诵这部经，为人讲说这部经，在生活中把这部经行出来。我们是为了这个长久的意义来学这部经。不是学一堆名相，学一堆知识。不管是谁，佛也好，六祖也好，傅大士也好，再怎么讲这个金刚经的名相、义理，它就这么多东西。但它里面所包含的修行和智慧是无尽的。我们是为了把它学透彻，然后生信，为将来的实修打基础，为此刻和将来的实修建立信心。我们大家每天都是自发地牺牲午休睡眠的时间，诵几部金刚经，这个现象非常好，希望大家都能坚持。一天做一件事情不难，一个月也不难，能够常年地坚持就很难了。而这个作用恰恰是在常年坚持中才能发挥出来的。

金刚经讲记第五讲

我们看第七无得无说分。“须菩提，于意云何？如来得阿耨多罗三藐三菩提耶？如来有所说法耶？须菩提言：如我解佛所说义，无有定法，名阿耨多罗三藐三菩提；亦无有定法，如来可说。”我们看这一段对话，非常有意思。佛问了一个问题：如来得阿耨多罗三藐三菩提耶？什么意思呢？如来成佛了么？如来有佛法可得么？如来有智慧可得么？有佛果可得么？“如来有所说法耶？”如来讲过法么？我们想一想这个问题，如果从世谛、从凡夫众生的角度来看，佛当然是成佛了。既然释迦牟尼佛被称为佛，当然是成佛了。释迦牟尼佛当然说法了，而且几乎天天都在说，说了四十九年。这是凡夫众生从着相的这个角度看，佛是真实的，佛成佛也是真实的，佛讲法也是真实的。但恰恰是这样看事物，是颠倒的，被意识骗了，被相所骗了。我们不能觉悟，不能成道，就是因为着在了有为的、生灭的、无常的幻化相上，而看不到真相：没有一个人发心，没有一个人修道，也没有一个人成佛，也没有法可说。佛说法，度众生，成佛，这一切都是随顺世间而讲的：佛成佛了，佛讲法了。我们看须菩提回答得也非常默契于实相。“须菩提言：如我解佛所说义，无有定法，名阿耨多罗三藐三菩提”。按照我的领会、我的理解，没有一个究竟的、实有的法，没有一个真实的法叫佛法，叫佛果，叫无上佛道。所以也就间接地回答了佛陀的问题，佛没有得阿耨多罗三藐三菩提，因为没有定法，没有实法，也没有定法如来可说。佛也没有讲任何一个真实的法，只是讲了一堆文字而已，幻佛讲幻法。

我们看古人经常会引用金刚经里面的话，但有时候我们可能会忽略一点，忽略什么啊？其实古人也好，祖师也好，他们引用金刚经里的话，都是引用须菩提讲的，可是我们经常会错以为是佛讲的。这说明什么呢？当佛陀问这个问题的时候，须菩提一下子就回答到最关键的地方，没有答错。这就说明佛陀并不是第一次讲金刚经里的这些义理，金刚经可能是第一次讲，但是很多关于实相的义理，不单单金刚经里有。也就是说，佛陀和他的弟子每天都在谈论这些事情，导致须菩提能够用他的智慧和理解来把这个问题回答出来。只不过在这么一个时节因缘会遇的情况下，佛专门讲了这样一部般若经。

须菩提说：“无有定法，名阿耨多罗三藐三菩提；亦无有定法，如来可说。何以故？如来所说法，皆不可取、不可说，非法、非非法。”我们看须菩提的回答，完全默契了佛的问题，也就是说他的回答很像是佛说的，就像佛陀一个人自问自答一样。我们就知道至少在这一段里面，须菩提和佛是心心相印的。

如果说佛讲的法都不是真实的，不是定法，是不固定的，是虚妄的、是不真实的，那你能取着么？你能把佛讲的当成绝对的真理么？不能！但是你能不把佛讲的话当真理么？也不能！如果我们执着不相信佛说的话，有人会问：“师父，金刚经里还有一句话：如来是真语者、实语者，这又如何说呢？”是的，如来是真语者，既不能信，也不能不信。佛陀的“真语”，体现在不取着上面，体现在领会，而不是执着佛讲的文字。你不能用对立的心去看佛讲的法，不能用二法的心去理解佛语。你只是不能取着而已，并不是不能相信佛讲的法。不能尽信，不能偏信，不能偏执，不能执着。

这里须菩提讲的“如来所说法，皆不可取”，这个“不可取”，是不可取着，不可一向生心。这个“一向”，是奔一边跑，不入祖师室，茫然趣两头。如来所说法，也“不可说”，为什么？因为没有实法可说。“非法、非非法。”所谓的“法”，其实就是概念、法相、名相，而实相里没有法，也没有非法。法是因人而说的，因人而建立一切名相、法相的概念。对实相来说，没有法或非法。“所以者何？一切贤圣，皆以无为法而有差别。”也就是说，佛陀，包括所有觉悟的圣人，他们所讲的法是随顺世间、众生而巧妙施设、巧妙安立、巧妙建立的一个法，是对不同的人有不同的引导。

对于目前、当下，在座的这些人，还有与金刚经有缘的人，对于金刚经生信的人，金刚经就是一个无上的利器，一个绝妙的法门。可是有些人他遇不到金刚经，对金刚经没有信心，在同样的一个时节因缘、一个交汇处，他对《楞严经》有信心，而有的人对《维摩诘经》一下就默契，有的人对大悲咒有信心，诵着诵着就开悟了，有的人对《涅槃经》，对《法华经》，甚至包括在持戒的过程中都能开悟。有的人因为看佛经看不懂，不能开悟，不能契悟，但是看马鸣菩萨的《大乘起信论》忽然之间就懂了，所有的佛法都懂了。看实叉难陀译的《大乘起信论》看不明白，看真谛译的一下子就明白了。这就是佛法的微妙之处。所以归元无二路，方便有多门。众生得度的因缘不一样，一切圣贤皆以无为法而有差别。理是同一个理，实相是一个，但所用的方便法门、入道之门，有很多。有人因为持咒而清净，有人因为诵经而清净，有人因为修布施而开悟，有人因为坐禅忽然间就觉悟了。所以这些方法都不是定论。

有些人可能需要修止，修奢摩他，修毗婆舍那，修三摩钵提才能入道。有些人同时修，有些人只单修。有些人先修三摩钵提，后修禅那。有些人先修禅那，后修奢摩他。有时候教伊那么，有时候教伊不那么；有时扬眉瞬目是，有时扬眉瞬目不是。有时让大家多做功课，有时又让大家放松玩。前几年天天讲第一义谛、讲实相讲道理，现在每天都讲实修，时节因缘不一样，所用的方便不一样。大家需要进行实修了，需要更深入、更精妙地去悟佛理，需要发菩提心，这个时候你就要讲发菩提心的重要性。“师父您不是说发菩提心是妄想么？”要看对谁来说。对已经成就的人，就不需要讲发菩提心。而对凡夫来说，就需要发菩提心。你执着了一个不发菩提心，又跑另一边上去了。你执着发菩提心是无常的，其实不是。发菩提心也是一种常法。六祖大师说，如果一切法是无常的，穷劫没有人发菩提心了。对不对？你自己拿石头砸自己脚。你不发菩提心，怎么学佛？你还不是因为想成佛才学的佛？你才学到这个地方，只是没学到家。你刚刚学到中途，错误地理解了佛法，就不学了，就不发菩提心了。但是有些人从一开始就发菩提心，一直也没发明白，为啥？他光想着度别人了，自己都迷进佛法里，没有觉悟，这时就要对他讲，不能执着发菩提心。今天到这个寺院做义工，赶明儿到那个寺院做义工，后来这些寺院的方丈一聚会的时候，一问起一个人来，大家全认识他，因为他哪儿都去，你这样就着在菩提心上了。你自己也没实修，也没有把实相的道理领悟了，光想帮别人了，最后把自己弄得疲惫而死。这就是一切贤圣皆以无为法而有差别。不同的时节，不同的因缘，不同的人，有不同的方便引导，不能一概而论。

今天可能跟你这样讲，过一段时间又那样讲了，为什么？因为你的问题出来了。你以前没这个问题，不给你讲，你问题出来了，烦恼出来了，当善知识的，就会用一些方便引导你离开执着。以前我们一直讲禅宗祖师的灯录啊、公案啊，讲一切都是幻化的，什么都不用学，唯学无求无着，只要会歇着就可以了。但是你没有真正老老实实地歇着，没有一个方便，你歇不住，最后还得让你继续进行实修。这个大家一定要听明白了，不能执着有为，不能执着无为，看看你自己的具体情况，你需要什么，就利用什么，都是为了成就自己。只要能对我们有帮助的，我们都要去做。

（第八品）“须菩提，于意云何？若人满三千大千世界七宝，以用布施，是人所得福德，宁为多不？”这里又开始强调福德了。从四维上下虚空，又改成了三千大千世界了。满三千大千世界七宝，那得多少七宝啊！把这么多的财宝都用来布施，这个人所得的福德多不多？“须菩提言：甚多，世尊！”非常多。“何以故？”因为这个福德已经没有数了。“是福德，即非福德性，是故如来说福德多。”用满三千大千世界的七宝，来形容无限的、无量的福报，已经超过数量了，所以才说它多。“若复有人，于此经中，受持乃至四句偈等，为他人说，其福胜彼。”如果同时有人，能够读诵、受持这部《金刚般若波罗蜜经》乃至四句偈，其福超过前面所说的福德。如受持一句“离一切诸相，则名诸佛”，受持一句“无有定法，名阿耨多罗三藐三菩提”，受持一句“彼非众生，非不众生”，这都是四句偈。不要执着一定是四句押韵的，像诗一样的偈语。要明白它的义理，要能够按照这个意思去做，就叫受持。还能够为他人解说，首先这个经文要熟悉，意思要懂，而且要非常熟悉、非常透彻，才能够用自己的语言为他人讲说。为他人解说，并不是一字不差地重复经文，因为有时候大家不懂经文，你要用自己的语言，用现代语言，用这个时代特点的语言，用对方能听明白的语言讲，把这个意思讲出来。能这样受持金刚经，其福胜彼，胜过于有人用三千大千世界的财宝布施所得的功德。那个福德功德已经无量无边了，而如果有人能够把金刚经的义理给别人开示出来，他所得的福德比那个还要大。

“何以故？须菩提，一切诸佛，及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。”为什么有这么大的福德？如果你真正用心去读诵这部《金刚般若波罗蜜经》，受持，解义，把它搞明白了、弄通了，你能够经经通达。一切诸佛所得的无上佛法，旷大久远劫来所积累的阿耨多罗三藐三菩提法，全都包含在这一部经里了。所以才有这么大的福德。有的人跟我讲：“师父，我想再多看看别的经，这部金刚经太简单了，我觉得没意思。”这部金刚经是诸佛无量劫来所获得的一个智慧的结晶，在八百四千万亿那由他诸佛前承事供养，没有空过，才积累出这样的智慧。才能在遇到燃灯佛时突然间明白如是甚深之法，然后把这个总结出来：没有定法可得，没有法可得名阿耨多罗三藐三菩提。其实整部金刚经就这么一个义理，可是你没有无量劫的积累，没有无量的福报，你是不会明白这一点的。你不做无量劫的布施，头目髓脑、妻子国王，一切的布施，你是悟不到这一点的。这就是为什么说佛性一定是一无所有，一定是一切俱舍，才能够得一切智。

我们学习金刚经，要一门深入，把精力、时间都用在学这部经上，因为这部经通了，所有的经都通了。已经对这部经产生信心的，愿意花很多时间去受持这部经的，我们就继续巩固这样的修持。而还没有对这部经生信的，还想再去多学的，我们先把精力、时间收回来，用在这部经上，一门深入，把这部经学通了。然后其他经论自然会通。学几年金刚经，再去看祖师的东西，再去看《涅槃经》、《法华经》、《华严经》、《圆觉经》、《维摩诘经》，就非常容易了。那个时候你就会自己懂得佛理，不会依文解义了。最主要的是我们在学这部经的同时，它要求你做很多事情与受持它相辅相成，而且这个“做”写得非常明白，又很精炼，很集中，你能够记得住，就那么几件事情：布施，读诵，要舍，无住。就这么几件事情，你把这几件事情做好，一定会有效果的。

所有的经、所有的智慧、所有的佛法，都是从这部经流露出来的，当然这部经也在每个人的自性里边，都是本有的。可是如果没有释迦牟尼佛先觉，于无量劫中修道，拿到这把钥匙，把这把钥匙交给后人，我们虽然有佛性，但不通过修行，也开采不出来。因为你不会使这把钥匙，因为你很多东西做不到。你光讲：“一切诸佛，及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。”你只是知道此经是自性，此经是自心，一切众生本有，这有什么意义啊？这句话可以印成无量的文字，无量的卡，发到无量人的手里，一秒钟就背下来了。可是智慧的结晶，修行的结果，需要你做无量的铺垫才能达到。

道理都好讲，也好理解，但是真正去行、去做，非常难。这也是为什么释迦牟尼佛在遇到燃灯佛前，修了这么多劫。前边所有的佛都供养承事，都去修行，去做六度万行，布施身体堆起来都超越了须弥山，流的眼泪都超过了四大海，也没有开悟，没有得佛授记，是因为功夫没做到，时节因缘没到，也没有抓住修行的根本。修行的方向错了，做再多的功夫也是白做。每一个人学佛都是这样，都是不停地积累，生生世世地积累，绕远，终于有一天绕累了，不想再绕了，妄心一歇，歇即菩提。“不于一佛、二佛、三四五佛而种善根，而于无量千万佛所种诸善根。”这句话大家天天要读、读、读，这一句话就是总持门。你别老是抓住那些看上去讲第一义谛的，实际上只是口说般若的话，不懂得积累，那就把你害了。你就抓住这些话，如果你用心用对了，狗牙就是佛舍利。你用心用对了，金刚经里边随便一句话，根本就没有这个意思的话，都能让你开悟。因为你对这部经生信了，你愿意去读诵了，它是一体的，每一句经文都会有意义、有作用，只是等着你用心去发现。

《禅关策进》这本书主要就是讲怎么悟后用功，里面都是古人注重实修的语法开示。《黄檗禅师传心法要》、《宛陵录》里边记载，很多人都是流于口说般若，真正到了无常、病苦现前的时候，以前学的那些道理、知解、知见、聪明，全都没有用。哭爹喊娘，受殃有日在。而那些真正悟得实相之理的人，悟得透彻的人，一定是肯做功夫的人。最后一句，黄檗禅师讲，事在有心人。

你有没有心？你真正用没用心？你对你做的这件事情付出了多少？你不用心，我跟你讲，你连土豆都种不出来，你连山芋和地瓜都种不出来。不用心，连饭都吃不上，走路都会摔倒。

“一切诸佛，及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。”这个此经、这个智慧，是需要你用心、用精力才能感受到的。要付出，要牺牲，要奉献，要发菩提心，要遵佛的教导如实地去行，才能够悟到，才能让这部经从你心中流露出来。不然的话，佛讲的永远是佛的，你听也听不懂，跟你没关系。你真听懂那一天，听明白那一天，这部金刚经才属于你。一切的佛经、佛法，一切的诸佛，才从你这里流出来。

“须菩提，所谓佛法者，即非佛法。”这里补充一句，不要执着在有一切佛法，有阿耨多罗三藐三菩提可得上。所谓的“一切诸佛，及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出”的意思就是，没有那么个佛，没有那么个佛法，也没有这部经，都是假说而已。

（第九品）“须菩提，于意云何？须陀洹能作是念，我得须陀洹果不？须菩提言：不也，世尊！何以故？须陀洹名为入流，而无所入，不入色声香味触法，是名须陀洹。”这里的“入流”，它字面的意思叫入圣者流，入道流，入解脱流，能够初步地出离贪嗔痴三毒，能够断结使，出生死，入圣人流，就叫入流。实际上，这个只是方便说，不究竟。为什么？因为实相本来无凡无圣。圣亦是妄。那什么是究竟呢？它的真实的意思是什么？真实的意思是“而无所入”。说入圣者流，是方便说，是对于初学来讲，对于声闻乘来讲，而实相是没有圣可入，没有生死可出，没有解脱可得。光这样讲还没有讲细。“无所入”，不入什么呢？不入生死，不入涅槃，不入凡圣，不入色声香味触法，是名须陀洹。你光知道一个理，不入生死，不入涅槃，你做不到。怎么才能做到呢？不入色声香味触法，不染六尘，把对六尘的贪着都布施了，才能得真正的须陀洹，也就是无所入。这样才能默契实相。才是究竟意义上的须陀洹。这里又讲到了实修，讲到了我们要布施，要无住布施，要不染六尘境界。

你光执着一个万法是无常的，我要离万法，我要离生死，我要证涅槃，跑到一边上去了。你没有悟到诸法的实相：生死即涅槃，没有生死和解脱可得，就会有法执，就会求于声闻解脱，求有余涅槃。但那不是实相，不究竟。究竟的解脱是既没有入，也没有不入。入，也是妄想；出，也是妄想。通达这一点，不入色声香味触法，又不出色声香味触法，不即不离，不出不入，是名须陀洹。那对于我们来说，你还在修行的过程中，先做到不染，不染六尘，先转所依，转对六尘境界的贪着。能够做到这一点，能够不染六尘，是名须陀洹。我们就知道证须陀洹果和我们以前认识的完全不一样。等有一天你的功夫做到家了，你能不染六尘境界了，色声香味触法对你没有吸引力了，你就自然证得了须陀洹果。所言须陀洹果者，即非须陀洹，是名须陀洹。你别住在你得须陀洹果上就行。

我们每一个人，其实静下心来都能观察，你跟自己以前比，现在对六尘还有没有贪着。我们现实生活中都会有境界现前，一对比，一对照，一反观，你就能观察到自己的真实状况。当然这个不染六尘有很多的层次，比如说我们吃饭，还有一些习气在，贪一些口味；穿衣，有时候想穿得漂亮一点儿；居住、生活条件等，都想好一点，还会有一些习气在。但是跟你以前比，你已经不那么执着了，这也是一种进步，也是一种成果。而且随着你修行做功课时间的增加，随着你实修力度的增强，这种贪染越来越薄，越来越弱。吃什么，用什么，住什么，对这些东西的兴趣越来越小，那你的成就、你解脱的力量就越来越大。

“须菩提，于意云何？斯陀含能作是念，我得斯陀含果不？须菩提言：不也，世尊！何以故？斯陀含名一往来，而实无往来，是名斯陀含。”这个“斯陀含”的本义就是，一个修行人，他通过修行，通过苦集灭道四圣谛的修持，通过持戒，通过坐禅，他达到一个结果：死后有一次人天往返。就是他这一期的生命结束之后，他会升天，会到色界禅或者是无色界禅，会感召到天人的这样一个寿命，然后再投胎一次做人，下一世他就成就，证阿罗汉果，不受后有。这是从声闻乘的果报来讲，叫一往还、一往来，还要投胎一次，才能证涅槃。这是从不了义的角度讲。如果从大乘了义的角度讲，就是不能证无生法忍，还要再来一世，才能证无生法忍。这叫“一往来”。而这个“一往来”并不是实相之理，并不究竟。为什么呢？往来，是一种幻化相，“而实无往来”才是佛所讲的真正的斯陀含的意思，而这个斯陀含仍是一个假名。“无往来”也是假的。就是你通达实相了，连“无往来”这个概念也没有了，因为“无往来”是针对于往来的，如果这一切都泯除了，也就没什么所谓的“无往来”了。

“须菩提，于意云何？阿那含能作是念，我得阿那含果不？须菩提言：不也，世尊！何以故？阿那含名为不来，而实无不来，是故名阿那含。”这里的“阿那含”，是这一生通过修行，到临终前，包括临终的时候，他肯定能够不受后有，证得阿罗汉的境界。但是因为他现在还没有临终，还没有生证阿罗汉，但正处在趣向阿罗汉的境界，所以叫做“不来。”对于他这个境界来讲，他这一期的生命一定能证得“不来果”，能不受后有，把这个修行的状态和暂时的一个结果叫作阿那含，已经跟阿罗汉很接近了。阿那含还有一个名字叫向阿罗汉，斯陀含还有一个名字叫向阿那含，须陀洹还有一个名字叫向斯陀含。“向”就是接近，还没有到。所谓的“阿那含”，它的本义就是这一生一定证得阿罗汉果，下一世不再投胎。他认为不再投胎，从实相的角度讲，这是一种邪知邪见，是一种错误的理论、错误的知见，并不是实相。实相并不是不来。不是不来，那就是来么？也不是。用祖师的话说：离开来与不来，参！所以这个地方，才是佛法最难领悟的地方，是头脑无法达到的，是意识够不到的地方。不仅凡夫不能测度，连十方佛到此都无能为力，都无法形容。我们既不能着在一个不来上，也不能住在一个来上。住在不来上，是声闻；住在来上，是凡夫。离此二边，是菩萨行。菩萨行者，即非菩萨行，是名菩萨行。

实相者，不生不灭，没有来与去，也没有不来，也没有不去。而阿那含果，会认为自己这一世修完了，下一世就不来了。我们很多人学法也是抱着这个目的，因为太苦了，娑婆世界太苦了，我好好修，下一世再也不来了，然后院子里就多了一只鸡。一念绝即别处受生，三途受生死去了，因为你那一念无明照破，还有俱生我执在。你还有一个我相，还有一个不来。佛所说的不来，真正的阿那含，“而实无不来”，没有来或不来。也没有来，也没有不来，不可思议，法身施为、法身显现。真正领悟阿那含实义的人，一定不会作是念：我得阿那含果。为什么？因为阿那含没有来与不来，所以真证得阿那含的人，不会着在一个不来上，是故名阿那含。

“须菩提，于意云何？阿罗汉能作是念：我得阿罗汉道不？须菩提言：不也，世尊！何以故？实无有法，名阿罗汉。”我们从刚才佛开示的须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉这四个名相来看，其实就是在形容一个人心态的四种差别。没有一个明显的实有的法，叫斯陀含，叫阿那含，就是一念之间，心境的不同显现。包括佛啊、菩萨、众生啊，都是这一念心境的不同显现。声闻果，是指当下能够断除贪嗔痴，能够不受后有，世间所有的烦恼断除，很多粗的习气断尽，获得了一种暂时的清净。他很清楚，世间的一切都诱惑不了他，他非常清楚自己当下已证得阿罗汉果。所作已办，不受后有，诸漏已尽，把这种能力、这种心态、这种智慧、这种功夫，叫作阿罗汉。而这个又是无相的，不可得的，没有能证所证。

而且我们看下边，“世尊！若阿罗汉作是念，我得阿罗汉道，即为着我人众生寿者。”一旦阿罗汉生了一个心，动了一个念，他认为他不受后有，他认为自己已经诸漏已尽，认为他得了阿罗汉道。我们想想，这个是不是真正的阿罗汉？不是了。因为他还有我相，还有能修能证，还有所修所证，还有我人众生寿者相。

“世尊！佛说我得无诤三昧，人中最为第一，是第一离欲阿罗汉。世尊！我不作是念，我是离欲阿罗汉。”这部金刚经中“无诤”在这里是第一次讲，也是唯一的一次。六祖大师在《六祖坛经》里面也讲到，只要我们和别人诤论、执着，其实都是起了我执我相。六祖大师说：诸法无诤，诤即失道义。你一诤，我相就出来了，这个也是众生的习气，最难除的习气。我们学得再好，如果时间不够、功夫不够的话，都经常会彼此争论。有时候微信上两个人互相评论，只要一个人评论一句，另外一个就会回复。不回复，他心里就不舒服，被人说了一句，不怼回去，他的我执就难过。不知不觉，二十多条、五十多条评论都出来了，而且还不是在自己的页面里争吵，跑人家发的一条信息里俩人争起来了。他说一句，你就不能停止，你非要给他回一句。俩人争来争去，非要说服对方。其实全都是我执我相的表现。

佛说须菩提得无诤三昧，就是因为须菩提已经没有我相人相众生相寿者相了，而且是人中最为第一，是第一离欲阿罗汉。这个“欲”，不是粗的贪嗔痴，而是法上争胜的一种心，是表法执。连法执都没有了，那才是真正的无诤。所以说，做到无诤的，才是真的阿罗汉，是第一离欲阿罗汉。如果说我作是念，我得阿罗汉道，世尊则不说须菩提是乐阿兰那行者。因为我不作是念，我得阿罗汉，也就是说，我并没有认为有个我得阿罗汉，所以世尊才说我是阿罗汉。我没有于三界现我是什么的心行，就是没有用心去运转，去执着什么，没有对法再去生解、生见。所以才是阿罗汉。就像曹山禅师所说：莫行心处路，不挂本来衣。这才是出尘阿罗汉。

“以须菩提实无所行”就是没有心行，没有执着，没有固有的知见，没有我认为一定要怎么样，所以才把须菩提叫作行阿兰那行。行阿兰那行，乐阿兰那行，是指真正的离欲行，真正的如法行，真正的般若行，觉悟之行。

所以我们就知道，须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉，都是假名，我们都不能执着。你不要一讲到阿罗汉，就觉得那是讲小乘，或者以为那不究竟，金刚经里讲的须陀洹和阿罗汉，都是究竟的，都是从实相第一义谛上讲的。如果你对这些名相生了法相，生了心，那就不能解脱，就着我相人相众生相寿者相。如果你认为你得阿罗汉果，那不是真正的阿罗汉，不是真正的乐阿兰那行者。

在金刚经里边，佛把声闻乘的四果讲得非常究竟透彻。在金刚经里边，佛从了义的、究竟的、实相的角度把这四个果报的真实义讲了出来，也就是大乘的果报。但有名字，皆无实义。

金刚经讲记第六讲

（第十品）“佛告须菩提：于意云何？如来昔在燃灯佛所，于法有所得不？不也，世尊！如来在燃灯佛所，于法实无所得。”整部金刚经其实就是开示了这么一个实相和道理：万法唯识。只是金刚经的开示风格和其他经典不一样，它非常直接。不像楞伽经的开示，虽然很详细，但是又很难懂。因为识的特点就是迷惑人，就是会让心识沉迷、迷失，这就是佛法难讲的地方。你越是想透彻了解八识，反而越会迷在八识中。那佛陀就用另一种方式，就是金刚经里的这个方式，非常巧妙地开示了万法唯识。虽然没有法可得，但又不是断灭。没有法可得，是没有真实的法可得。万法皆空，性不空。所以万法虽然不实有，但不是断灭，性非有无，这就和凡夫、二乘、还有外道的见解完全不一样。整部金刚经一直在讲无法可得，无法可得不是断灭的没有法，是没有实法，没有定法，没有一个真实的体性，一切法都没有一个真实的体性，而不是没有法性，就是这里，是意识难以达到的地方，很难懂。我们只能去亲证，只能屏息外缘、息虑忘缘、安禅静虑，深入地去观察，行深般若波罗蜜，去观察并默契于诸法实相：一切法但从心识而生，没有实性，是其真性。这一真性也只能默契而已，是超越语言思维和意识分别，只能与之默契，连默契的念都没有。你生一个默契的念，又与它相背，与它相隔了。

须菩提明白这个意思，所以他说“不也，世尊！如来在燃灯佛所，于法实无所得。”“须菩提，于义云何？菩萨庄严佛土不？不也，世尊！何以故？庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。”我们看佛陀问的这个问题和须菩提的回答，到底在讲什么。读经时一定要认真，不然这一句话的意思就错过了。我们看佛问完这个问题之后，须菩提的回答是肯定还是否定呢？你看不出它是肯定还是否定。如果从字面的意思来看是否定，但其实并不是否定，为什么？我们看他回答：“不也，世尊！”按照字面来讲，就是菩萨不庄严佛土。可是须菩提回答的是：“不也，世尊！何以故？庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。”这里就包含着修行的所有核心。修行要不要做事？要做事！做事而不生做事想，做事而不执着，不执着有我做事，有我所做事。修行要不要改变外境？不是不改外境！但是怎么改？有单独存在的外境吗？没有。所以说要改外境，先要改心！要不要庄严佛土？要庄严。怎么庄严，没有庄严，不执着庄严佛土。虽做庄严之事，但清楚了达没有庄严之人和庄严的佛土。所以说即非庄严佛土，是名庄严佛土。

我们看到了，否定肯定不重要，否定肯定有时是一个意思，只是你分别了，你执着了一个否定或一个肯定，就会跑到二法里，就会错解佛意。

这部经里佛经常会问一些问题，须菩提的回答有时是：“如是如是！”有时是：“不也，世尊！”但是后边所给的答案是完全一样的，都是做而不作做想，或者是世界并不是实有，假名世界。说如是也好，说不也也好就不重要了，这个庄严佛土和不庄严佛土也不重要了，重要的是你是否看到了真实，你的用心是在相上还是在心地上。如果你的用心在心地上，你庄严佛土也不会去执着，也不作庄严想，这样的话就不会落入断灭，也不会内守悠闲。声闻乘就落在了不庄严佛土，凡夫就会落在庄严佛土，而通达之人，庄严佛土，即非庄严，是名庄严，修一切善法而无有善法可得，得成阿耨多罗三藐菩提。

修行要不要修善法？要修善法。要不要修善法？不要修善法。为什么？没有实有的善法可修。为什么《阿弥陀经》、《无量寿经》里面讲阿弥陀佛建立西方极乐世界？这是一种比喻，其实他是在改变自己的心境，建立自己内心的佛国。如果你看不明白，以为阿弥陀佛的四十八愿、他用十劫建立的极乐世界是一种外在的世界，其实并不是。不是割裂出来的外在的世界，也不是意识里的世界。它是一种通达了实相的内在心行，折射出一个外界的佛土。

所以说庄严佛土不是断灭，又不是实有，这是佛法比较难以理解的地方，就是我们总是跑两边，要么就不去做，要么就执着做什么。这里佛的问题和须菩提的回答很清楚，可是你得看得懂。如果你不认真去看，一定是跑两边。你会疑惑：到底是庄严佛土还是不庄严佛土？我们平时看待事物，看待问题，我们了解一个人，也总是这样，我们会习惯性地下一个结论，不是他对了，就是他错了，就会着相，落在两边。

“是故须菩提，诸菩萨摩诃萨，应如是生清净心”，生什么样的心呢？生不二的心，生观察实相的心，不住两边的心，不住是非、善恶、对错、定法的心，不住色声香味触法的心。所以“不应住色生心，不应住声香味触法生心”，不住在庄严佛土或者不庄严佛土上，“应无所住而生其心。”

我们每天穿衣吃饭、待人接物，在世间的一切所作所为，每一个行为、每一个思想它都是自性的流动。那怎么就有烦恼了？怎么就有苦了？执着了、住着了，自己跟自己较上劲了。为什么会执着、会较劲呢？着相了！意识生了一个住着，因为相是从意识生，意识有住着就念念愚痴、念念住着。而我们学法就是要了解万法虚妄，相从识有，识性本空。心生则种种法生，心若不生，万法无咎。这个“心若不生”就是不生住着心，应无所住而生其心。光知道这个理而不去训练、不去练习、不去修行，说食不饱，没有意义。你光知道一个“无住”的理，没有任何的意义。为什么？因为你还会不知不觉地去染着，你会习惯性地去贪着、去思维、计较、纠结、评判，你会折磨自己。那在什么时候我们就熏修了无住心呢？依佛所教去做去行，先远离世事，再如实观察，通过修习止观来练习对实相的深刻了达。不要害怕劳累，别害怕苦，这个苦是除你那个苦。药苦么？苦！为了治病。我们精进修行，我们做功课，我们暂时放下世间的人我是非、家亲眷属，包括工作事业，就是为了用一段时间找一个这样的环境来刻苦训练，来认真学法和修行。实修必然要放弃很多世间的乐趣。不像有些人放不下世间的乐趣，功课做得也不多，然后生烦恼的时候找你来了。为什么会生烦恼？你不去做！佛教的这些方法你不去练，那怎么能成就呢？我们看过去佛陀的弟子，佛讲完法，他们立刻就去践行，所以很快，一天、两天、三天、五天，长的一个月就能够证果。佛讲的四禅八定，须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉、辟支佛，很多的神通三昧，很多陀罗尼门，包括经咒的持诵，很快就背下来，是因为他能够立刻就去练。你可能都无法想像，像提婆达多、善星比丘这样的人，他们都非常勤奋、非常用功刻苦地去训练、去坐禅、去修习禅定、去背诵三藏十二部经。

所以你想从这个世间烦恼泥中解脱出来，你一定要付出比别人更多的时间，牺牲更多的精力。不管你在哪个领域里，你都要付出比常人多很多倍的精力、时间才能够小有成就。如果你想有大成就，那就需要付出更多更多的时间和精力。而在修行这条路上，你需要付出的还要更多。否则的话，凭什么千万人之中你就解脱了，你就通达了，你就大彻大悟了，你能够独步三界，人天敬仰，能够成佛。要知道佛，是六道十法界中最尊贵的。我们学禅宗——见性成佛，就是要做世尊，我们不是做相上的世尊，我们要做真实的世尊，做天真佛！真佛需要放下一切呀！这个心地上容不得半点缠和盖、纠结、患得患失。你不通过刻苦的修行，怎么能够见性成佛呢？你的智慧和世尊和诸佛都是平等的、一模一样，凭什么呀？做成一件事情需要的因缘条件如果都一样的话，十方诸佛所做的你也要去做，他所牺牲的你一定要牺牲，他放下的你也一定要放下。不然的话你怎么能期待佛果。

“须菩提，譬如有人，身如须弥山王，于意云何？是身为大不？须菩提言：甚大，世尊！何以故？佛说非身，是名大身。”佛又问了一个问题，这个问题和上面的问题几乎是一样的。上边的问题是“庄严佛土不？”是从做事来讲。下面这个问题直接问你身相的大小。我们看这一次须菩提的回答是肯定的，就像我刚才讲的一样，重点不在他回答的是肯定还是否定，关键在不落二边，去悟那个性。所以如果你悟道了，你不用破相，相即是性，无常即是常，万法即是法身。你不悟道，方便说没有自性，是空；悟道了，须弥山就是法身。所以身如须弥山王，是身为大不？甚大！为什么？法身甚大。因为这个须弥山所指的不是相上的虚弥山，是无相的，是无边的，是无形的，是我们的佛性宝山。那对于初学者或二乘人，先要破这个须弥山的相，所以须菩提就答：“佛说非身，是名大身。”这个地方我们可以有两种理解：一个是破相上的须弥山；还有一个破了这个相上的须弥山，要看到无相的涅槃山。而且这个相和破相是不二，不是把这个须弥山除掉，别有一个无相的法身。所以这里的须弥山喻不二之性，不一不异，超越了我们的思维和意识。直接肉眼见须弥山而不作须弥山想，见大身不生大身想，当下这个肉眼即是佛眼，山色即是法身。

（第十一品）“须菩提，如恒河中所有沙数，如是沙等恒河，于意云何？是诸恒河沙，宁为多不？须菩提言：甚多，世尊！但诸恒河，尚多无数，何况其沙。”这里所讲的跟前面所讲的“东方虚空可思量不”是一样的。先用世谛沙的数量，无量多的沙这个意象来比喻功德。我们看佛非常有智慧，他的比喻非常妙，怎么来形容这个数量多呢？先说“恒河中所有沙数”。恒河是印度最有名的一条大河，像中国的长江黄河一样，里边的沙子是无数的。“如是沙等恒河”，这个数字就成了几何级的增长。恒河里有很多很多沙，从里面拿出两个沙的恒河沙就已经很多了，那五个沙这么多的恒河，其中的沙就更多了，这么多恒河沙的恒河沙，你想一想，有多少啊？多得无法想象。其实就是无限的、无量的。

“须菩提，我今实言告汝：若有善男子、善女人，以七宝满尔所恒河沙数三千大千世界，以用布施”，光一个三千大千世界就已经很大了，用恒河沙数的三千大千世界七宝，用来布施，得福多不多？“须菩提言：甚多，世尊！”

“佛告须菩提：若善男子、善女人，于此经中，乃至受持四句偈等，为他人说，而此福德胜前福德”。我们先看这句话的前面“于此经中，乃至受持四句偈等”，这个“乃至”就是至少，哪怕受持一个四句偈，比如说“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。”重点是后边“为他人说”。“为他人说”的作用是什么？作用有两个。第一点，是你自己得到了巩固和熏修，你为他人说时会有深刻的领悟，会增加记忆，在你讲解的时候，对你所讲的理领悟得会更深。比如说咱们在一起学习金刚经，我在前面讲，我每句话都要去思维，要领悟它的道理，领悟佛讲的这句话到底是一个什么用意，才能为大家讲解。如果我们不去为他人说，这个作用就没有。你只是看过去了，但深入就很难，因为你的正思维和你用语言文字给别人讲解是同步的，所以你给别人讲的时候，其实就是一遍一遍地思维，一遍一遍地温习，那这个效果就非常明显了。另外，“为他人说”的一个很重要的作用就是能令别人去理解，去读诵，去受持，让别人去获得解脱的能力。给别人创造修行的机会，这也是自利利他的表现。

佛法不是自了，不是自觉，还有一个觉他的作用，而你在觉他的过程中，这种交流、互动又巩固了自己的修行，又扩大了自己的心量，提高了自己处事的能力、定力、智慧，方方面面其实又回馈到自己这里，这就是自利利他。两个是不能分开的，自利能够利他，利他又能够自利。

如果有人能够于此经中受持四句偈，这个“受持”就是首先要背下这四句话，其次要完全懂这四句话到底是什么意思，而且能够按照这四句话去做。比如：若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。它的义理你要完全明白，然后在生活中你确实不着相。晚上我们去户外打坐，去坟地，看到黑乎乎的一个东西，旁边再来一个小电匣子唱阿弥陀佛，那个调儿阴森森的。你不被这个色相所骗，也不被这个声音所骗。如果说你把这个当真了，是人行邪道，不能见如来。你不着这个相，不着这个音声，你不就见如来了嘛。你一念拉回来，知道那个是假相，色、声都是六尘境界，不实有，自己不投射、不生分别、不生心的时候是清静的，这不就见法、见性、见如来了嘛，这叫受持一四句偈。再把这个道理给别人讲，晚上带他去坟地打坐，亲证这个道理。他不去，拉着他去。先把他带到那儿，跟他说：“我陪着你坐。”陪他几次，再让他一个人练习，告诉他在坟地里静坐时看到听到什么，怎么用那个偈子来对治。等他回来之后，他会非常兴奋地跟你分享：“哎呀，这个偈子我终于明白了，你要不带我去，我就没有这个机会。”这是“为他人说，而此福德胜前福德。”

（第十二品）“复次，须菩提，随说是经，乃至四句偈等，当知此处，一切世间天人阿修罗，皆应供养，如佛塔庙；何况有人尽能受持读诵？”这部经是人天眼目，是一切众生觉悟的桥梁，是万法的明灯，是所有人修行路上的指南。没有这部经，我们也不知道见自性佛；没有这个筏，我们也渡不了烦恼的大河；没有诸佛无量劫来勤苦修行积累的、亲证的阿耨多罗三藐三菩提法、无所得法，众生没有机会解脱。众生都在六道这个大梦里面不停地转啊转，时节因缘会遇，佛出现于世，把这条光明实相之路指引给众生看。这些经验、方法、理论都汇聚在这一部经里面。学习这部经，对于初学，对于还在路程上、还在修学位置上的人，就像亲见佛一样。如佛塔庙，一切世间天人阿修罗皆应供养。要顶礼围绕，要做礼，要散花，要恭敬。如果说只是形式上的一种恭敬，顶礼呀膜拜呀感激呀，而你不去行，解脱跟你有关系吗？没关系，解脱无份。所以重点还是在后边“何况有人尽能受持读诵”。你受持得越多越好。那佛为什么经常会讲乃至受持一四句偈？因为众生的根基因缘、能力、记忆力不一样，有些人确实记不住，只能记住一四句偈，但是他会用，会用这一四句偈，他就能得解脱。虽然帮助别人的力量小一点，但是至少对他自己来讲，他能够出离烦恼，他能受持这一四句偈，能用出来，甚至还能为别人说。如果尽能受持，就会帮助更多的人，因为不见得每一个人都是在这一个偈子上有所领悟。你如果能够受持背诵整部金刚经，能够理解其义，能够为别人讲，不同的人听不同的地方会有不同的领悟，这样的话你的力量就大，作用就大，就能广度众生。

金刚经里面还有四个字，不知道大家注意没注意，“广为人说”。有“为他人说”，有“广为人说”。这个“广为人说”就需要你尽能受持读诵，完全理解它的意思，把这部经所讲的关键义理和修行方法烂熟于心。它的理、它的用、怎么去修、什么是方便、什么是究竟、怎么融合，你全都要特别了解，才能广为人说，才能荷担如来阿耨多罗三藐三菩提。如果你能做到尽能受持这部经典，随便就能讲出一句，而且契合实相，还能够变通，还能够举一反三，还能够联系其它的经典，也可以用自己的话通俗易懂地把实相之理表达出来，并且和经典安全相应。这样的人，“须菩提，当知是人，成就最上第一希有之法。”他掌握了实相之理，又掌握了善巧方便，又有菩提心，又能广为人说，这样的人成就最上第一希有之法。

我们看这句话，佛用这句话其实就是为了表达这样的人非常希有难得。“最上”、“第一”、“希有”，连着用三个形容词都是“最”的意思。“若是经典所在之处，即为有佛，若尊重弟子。”这个“经典所在之处”最简单的意思，就是比如说这是一张金刚经背诵卡，不要小瞧这张纸，一切纸都从这一张出。只是简简单单的一张纸，很普通的一张纸，但是里面承载了这么多的文字符号，这个文字符号又承载了甚深的第一义谛。第一义谛能和世谛分开吗？有人总说：有字经不是真经。我也不能说你说的错，因为它确实只是一张纸，印了再多的文字，它也是四大假合的一个虚妄物。但它又承载了诸佛的智慧和修行经验，我们通过它，能领悟诸法实相，它就不是简单的一张纸了。文字像指月的手指，虽不是月，却因指见月。那如果你领悟得再深一点，有字的经怎么就不是真经呢？一切法皆是佛法，法法皆真，只是你不能执着而已。当你执着文字，佛告诉你，它就是一个符号，一个空名。

祖师画了一个圆圈当作书信给你送来了，要求你回复一封信。你明白的话，直接在圆相里点个点儿，给他送回去。他寄来的信就很怪，不写文字，就画一个圈儿，回信更怪，在里面点一个点儿。所以文字言说皆解脱相，只是看你执不执着，你执着的时候，它就变成了障碍，你执着了，那这个是假经；你不执着，它承载着真经。就像指月的手指一样，指虽然不是月，但是因指而见月。文字虽然是相，但是因为文字这个相能看到实相，而且看到实相之后就没有文字相和实相的分别了，全都是真相，一真一切真。

这是“若是经典所在之处，即为有佛，若尊重弟子。”

我发现好多人对经书、经典不是特别在意，平时生活中就能看出来。拿着一本书去诵经，到桌子那儿，看见有人喝茶，随便把书就放在桌子上了，茶水就在旁边，而且这个桌子上还有水，虽然没有把书直接放水上，但是那个水会流，不一会儿就浸到书上。对书不爱惜，对经典不爱惜，说明对法不爱惜，对道不爱惜。看完了就随便一仍，饭桌上一扔，沾上了油……这都是不爱惜经典。

我早期听很多人讲，经典打开看完之后一定要合上，不合上的话护法神看到会生嗔恨心的。这个也不用太紧张，你忘了合上就放在那，至少别把它弄脏了就可以。如果说你大彻大悟了，你把这本经书撕了扔垃圾桶里也没有关系。但是我相信一个大彻大悟的人，他会更加爱惜经典，他一般情况下，会非常尊重经典。他不为众生破相的情况下，是不会跟经书作对的。他一定非常爱惜经书，因为经书是一个工具，是承载着法的最重要的一个工具。

这里我分享几个小故事给大家。

一居士看过佛经，随便扔在一边。师父看到后，说，恁么不爱惜经典，护法神嗔怒，必将惩汝。

居士反驳说：师父平时不是告诫我们，没有什么护法神吗？

师父大声呵斥道：愚人，你不知我就是护法神吗？遂拿起香板，将居士一顿乱打，赶出寺院。

又一骑驴路人，见一队僧人行脚，便问：师父，您们这是去哪里？僧人说：去道场。骑驴人说：经上不是说，无处不道场。不如就地歇息更好。

僧人们遂将骑驴人拽下马来，骂道：既然无处不道场，你到我道场来，为何不下驴来礼拜？复将路人，痛打一顿。路人辞穷，狼狈跑掉。

一男子到佛殿参观，临出佛殿时，吐一口痰在大殿内。看管大殿的师父看到后，说，三宝殿内，不得随便拉屎放污。

男子回应道：将不是佛地处指与某，某在吐。僧随即吐一口唾沫到男子身上，说：既然一切处皆是佛处，吐你身上，想必你也很开心。男子气愤离开！

口说般若者，错解佛法者，如上三人，学人莫学。

没有文字，不讲出来，没有人可以直接通过佛陀的沉默或拈花悟道，都需要前期文字教法的引导。语言文字是很关键很重要的！我们不执着文字，那是另外一件事情。你从来没学习过经典，还是要学习。我们看古代有很多大成就的禅师，虽然他成就了，但他一生仍在看《涅槃经》，诵《金刚经》，诵《法华经》。像永明延寿大师，每天做很多功课，他要诵很多部经，每天一部《法华经》，我不知道他的速度有多快，他每天不是只诵《法华经》，还要诵这个忏，那个忏，还要拜佛，还要念佛号。像岩头禅师、药山禅师，一生都在看《涅槃经》。他们不让别人看，他自己看，这个经典文字不障碍人，看你自己会不会看。

“若是经典所在之处，即为有佛，若尊重弟子。”末法时代，佛陀与祖师不在这个世间，但是有他们的法语开示流通于世间。他们留下的文字就是我们的善知识，我们首先要对这些法宝生起尊重恭敬之心，因为它代表了法，它宣讲了实相。没有这个手指，没有这个法，我们是没办法悟道的。没有天生的释迦，没有天生的弥勒，谁也不可能在空中建楼阁。我们先对经典生起恭敬之心，对经典生起兴趣，然后再深入学习。你越深入学习，越发现佛陀的智慧、祖师们的智慧，你越想学，这是一个良性循环。

你发现实相智慧的时候，你不得不去恭敬经典，你不得不去尊重经典，你不得不像对待佛一样对待经典，这是自然而然的。你不重视经典，是因为你还没有看到它里面的智慧、它承载的实相。你把文字和实相割裂开来了，把世谛和第一义谛割裂开来了，把方便法和究竟法割裂开来了，就看不到经典的重要性，所以你不尊重经典。

佛在这里强调“若是经典所在之处，即为有佛，若尊重弟子。”别轻视这句话，别认为这是世谛，这是方便法。我们学佛，做所有的事情都要认真，练的是这个专注认真的心。你别总说：“哎呀，我这大根基的，啥尊重经典？啥不是经典？”你讲的比谁都高，你最根本、最起码的都做不到，你说什么尊重？咱们还是把自己放的低低的。古人讲：子问太高生。你这个话说的太高了，咱还是低一点，低一点安全。

金刚经讲记第七讲

我们听法、学法一定要珍惜每一个当下，而不是拘泥于形式。讲经说法、听经闻法只是一个基础、一个形式，但是你得会听，你得会学。比如说我在前面讲法，自己得能时时地回到当下，不能迷在经文里面，不能迷在一个所谓的义理上面，都得照顾到了。你坐那听法也是，你要照顾到你的当下，包括所讲的内容，这个就需要你全神贯注，需要你心无旁骛。如果你不专注的话，你人虽然坐在这里听法，脑子却在开小差儿，想东想西，讲的什么全都没听进去。

会学法会修行，所有的地方都可以修行：诵经时是修行，听经时是修行，为他人讲说是修行，行住坐卧、穿衣吃饭都会修行。不会修行，就念念错失当下，那就不是念念度尽一切众生，而是念念造众生。修行需要一个良性循环，需要不停地熏陶熏染，最后养成一种习惯，养成一种惯性，养成一种能力。我们每天读诵金刚经，包括讲经说法，听经闻法，就是为了起到这个作用。

我们继续看经文：（第十三品）“尔时，须菩提白佛言，世尊！当何名此经？我等云何奉持？佛告须菩提：是经名为金刚般若波罗蜜，以是名字，汝当奉持。”其实所谓的经典，就是佛陀和弟子们之间的对话，讲到一个主题、一个重要的地方，要演绎、要为大众分别演说，这个时候，一部经就已经形成了。往往在经典里面，在某一个时候佛就会自己讲，这部经叫什么名字。或者有人问这部经的名字是什么，就是您今天所讲的法要，给它命一个名字，佛就会把这部经重要开示的东西总结出一个名字来。这样大家可以按照这部经的主旨去学习、去受持。这时候须菩提问：世尊！今天您讲的这部经，是什么名字？我们将来怎么受持法要？“佛告须菩提：是经名为金刚般若波罗蜜。”“般若波罗蜜”是梵文，智慧的意思。对于实相如实知、如实见，也即佛的知见，佛的智慧，通达实相的智慧，把这样的智慧叫作般若波罗蜜。依此智慧能够度尽一切烦恼，叫般若波罗蜜。“金刚”形容坚固、常住、不坏。一旦我们领悟到般若波罗蜜这个智慧，一切烦恼都能够灭尽、不复存在，所以叫金刚般若波罗蜜。

“以是名字，汝当奉持。”如果你将来跟别人讲起这部经，它的名字叫金刚般若波罗蜜。在中国，这部经简称为金刚经，因为中国人有这个习惯，它会简化一些名相。一提起这部经的名字，大家都知道，不管学什么法门的，即便不是学禅宗法门的，对金刚经也非常了解。金刚经在中国家喻户晓，就像观世音菩萨在中国家喻户晓一样。

“所以者何？须菩提，佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜。”其实这个名字还有更深的含义，更究竟的含义。下边佛所讲的就是这部经最究竟的含义，而这个究竟的含义你不是一下子就明白的。也就是说，为什么佛不停地劝我们修福持戒，读诵此经？佛讲此经的目的，知道末世众生，必须要通过一个方便法，通过各种各样的修行，通过深入观察，才能够悟到诸法实相，也即这部经经名的真正含义：金刚经者即非金刚经，是名金刚经。连实相的法，连佛所得的法，都是不真实的。佛一法不得。从真实性的角度讲，没有纤尘可立，如此经所说“没有少法可得”，金刚经也只是一个空名，实相之中并没有此经，真正的此经即非此经，是名此经。金刚经这个名字它只是指向于实相，代称于实相，但并不等同于实相。你悟到了，那它就是实相；你悟不到，你会着在这一个相上。你悟到了，你知道金刚经即非金刚经，是名金刚经。你悟到的实相是：没有这部经。如来四十九年一字未说，金刚经是如来未说法最好的一个体现。因为佛在这儿已经直接指出了：无法可说是名说法，无法可得是名阿耨多罗三藐三菩提。没有金刚经，金刚经是假名，我闻并信受，总是假名陈。

如果你看到这一点，也就是说你无量劫来、多生多世的修行就有了一个成果，燃灯佛则与你受记。燃灯佛不是你心外之佛，他是你的心性，是你修行的一个结果，这一点，你自己就能证知。一旦悟到这儿，有一天你自己亲自领悟到，无少法可得，你就是世尊，你就是燃灯佛，你自己就会给自己受记，你不会住在这个受记上。

“须菩提，于意云何？如来有所说法不？须菩提白佛言：世尊，如来无所说。”佛讲完经名之后，担心大家听不懂，或者误解，所以补充道：佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜。下边这一句又继续重复讲这个义理，般若波罗蜜本来是智慧，怎么智慧又非智慧是名智慧？佛怕众生听不懂，因为智慧也是法，也是法相，也是概念，也不是真的。真正的智慧，没有智慧可得。明白这一点，真正的智慧没有智慧可得，假名为智慧。究竟来讲，智慧亦是幻，从妄想出，所以还是没有这个智慧。佛为了巩固上面所讲的“佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜”，又一次重复：“须菩提，于意云何？如来有所说法不？”如来讲法了么？如来说一个字了么？什么是如来？“须菩提白佛言：世尊，如来无所说。”如果须菩提再多讲一句：“实无如来说法。”我们就更清楚了佛的意思了。你看“如来无所说”和“实无如来说法”其实是一个意思。但是把两个词换一个位置，可能你的领悟就不一样，连说法的主体都没有，实无如来说法，实无如来，亦无如来说法，这样讲我们就理解得比较全面了，对于“无法可说”你就领悟了：如来尚没有，众生更不可得，当然也不会有如来说法。为什么说佛四十九年一字未说？金刚经已经把这一点表现得非常明显了：金刚经，即非金刚经，是名金刚经；如来所说法，即非佛法，是名佛法。所有的法，所有的文字，都是方便，都是桥梁、是过渡、是指月的手指。

“须菩提，于意云何？三千大千世界，所有微尘，是为多不？须菩提言：甚多，世尊！须菩提，诸微尘，如来说非微尘，是名微尘；如来说世界，非世界，是名世界。”不但第一义谛是假名，实相是假名，佛性、诸佛、阿耨多罗三藐三菩提全是假名，包括世间所有的万法，一切的一切，你能见到的、听到的，都是名字，都是概念。佛继续问须菩提，三千大千世界，所有的微尘多不多？这个是什么概念呢？比如说我们地球上的土，土上面有一粒一粒的微尘，这一个大地上的土有很多很多这样的微尘，那三千大千世界所有国土里面的这个微尘的数量就不可称计了。“甚多，世尊！”这个是从相上讲，确实很多。

“须菩提，诸微尘，如来说非微尘，是名微尘。”须菩提说甚多，世尊。佛就讲，须菩提，这些微尘并不实有。微尘从哪里出来？从意识、从妄念、从名相而有。有名有相，才有微尘的概念，意识一动，一起心一动念，微尘就出来了。不起心不动念，即是非微尘。明白这一点，是名微尘。不落在一个是微尘，又不落在一个非微尘，最后落在一个名微尘上。微尘不可得，微尘相即是佛性，见法即见心。这一段也是唯心所现的义理的表现，所以我们从一个微尘上就能见如来，从一个微尘上就能够见性。

你看见大海，不是说一定要见到大海的全貌，你离好几里地闻到大海的气息扑面而来，就见到大海了。你见一微尘，就见如来了。但是怎么见这一微尘呢？你见到这一微尘是从你虚妄心起，从意识生，唯心所现。心动风摇树，心起世界起，云生性起尘，非从外有，都是此理。所以云、山、雾、尘都非外来，都是自心的境界。你见到自心的境界就见到真佛，这个时候外在的尘就是一种常住的相，见山是山，见水是水，你不去分别它，这时候尘也好，非尘也好，是名尘也好，都平等。世界也是这样：“如来说世界，非世界，是名世界。”那世界是不是常住的？世界又变成常住的了。那十法界是不是一真法界？是一真法界，世间相常住。

“须菩提，于意云何？可以三十二相见如来不？”上一段刚讲可以从微尘见实相，但一定是先破微尘相，不着微尘相，才能够见实相。佛继续问须菩提：能不能以三十二相见如来？“不也，世尊，不可以三十二相得见如来。”须菩提回答：不能以相来见佛。这个是从众生初学的角度讲，是不能着相的。如果你把三十二相报身佛当成真佛，那就错了，你会错失真性。如果你把三十二相的佛当成真佛，你就会认为众生不是佛，就有了凡圣的区别。所以古人讲过一句：“若欲作业求佛，佛是生死大兆”。想成一个相上的佛，一个圆满的佛，想修出一个佛来，这一念心，这个知见，恰恰是生死轮回的心，是无明之心。古人又说过：“若也爱圣憎凡，生死海里沉浮”。你着在了一个有相的报身佛，放光的、有大智慧、有神通、有大能的佛上，而轻视众生，有这一念心，正是你生死轮回的根本，所以还会在生死海里沉浮。这是对众生来讲。

当然觉悟之人不会着在相上的佛、体上的佛、性上的佛，根本不会再有这个分别，也不会有任何的法执。而凡夫他会迷在一个相上的佛上，所以这部金刚经主要是破相，破一切相，离一切相，真正的离相了，就能见性了。离相和见性是一不是二，不是离开一个相，别有一个性可见，破相即见性，见性即破相。意识里有性可见，离相即是见性。见性一定离相，离相必得见性。二者同步，这个离相，也不是我们意识里面所说的，把这个相给灭掉，而是不染不着这个相，于一切法不生心，即是离相。

“何以故？如来说三十二相即是非相，是名三十二相。”这是这部经里第一次讲到不要以相见如来？第一次为众生开示出破如来相的智慧：不能以三十二相见如来。为什么呢？虽然佛在经典里也讲过，佛以三十二相成佛，但是佛用三十二相这个概念的时候不生三十二相的念，是方便说，非三十二相，假名三十二相，是一种圆融的智慧。甚至你还可以有自己的领悟，这三十二相是清净解脱，是不取一切相，是能于一切法圆融无碍。须菩提回答完之后，说：“何以故？如来说三十二相即是非相，是名三十二相。”那三十二相即是非相，非相即是无相，无相即是法身。说法身，也不能着法身。法身者，即非法身，是名法身。

佛继续讲：“须菩提，若有善男子、善女人，以恒河沙等生命布施，若复有人，于此经中，乃至受持四句偈，为他人说，其福甚多。”我们读到这儿，你会有越来越多地领悟。这个时候你就非常清楚佛所说的四句偈到底是什么了。“诸微尘，如来说非微尘，是名微尘”，这就是四句偈，佛不停地在讲这个。“三十二相，即是非相，是名三十二相”。经常有人问我：师父，金刚经里好像就只有两个偈子，但是佛一直在讲受持四句偈，到底还有哪些地方是四句偈？我们一定要把“一切法，即非一切法，是名一切法”，读懂了。把一切法从心想生，心生则种种法生，万法唯识，万法唯心这个义理弄懂了，然后以这个智慧去生活，去观察，去待人接物，这叫受持四句偈。有的人问，这不是三句嘛！你别较真儿。四句偈不一定是工工整整的四句话才叫四句偈，能很清楚地表达了一个义理的很精炼的一段话，都可以把它理解为一四句偈。其实这里的一切法，即非一切法，是名一切法，是金刚经的主题：破一切相，破一切有。六祖大师所悟到的本来无一物，不是无本来，而是本来无一物。“物”是有实质的法，有实性的法，而这些“物”实际上并没有。所有的“物”都是来自概念、名相、无明。一切法本无，如果有，一定是从妄想生、从分别有、从意识生。

如果有善男子、善女人，以恒河沙等身命布施，如果有人于此经中受持四句偈，也即对“佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜”有一个透彻的理解，并如法而行。如果你能这样受持并为他人说，其福甚多，比你用恒河沙等身命布施所得的福德更多。

（第十四品）“尔时，须菩提闻说是经，深解义趣，涕泪悲泣，而白佛言：希有世尊！佛说如是甚深经典，我从昔来所得慧眼，未曾得闻如是之经。”前面讲了将近一半的篇幅，佛一次一次地倡导受持此经的功德，包括持戒修福的作用。这时候大众、包括须菩提，越听越明白佛的用意。佛非常有智慧，一次次地讲这一件事情，这时候须菩提终于完全听明白了。完全听明白佛的本怀，才能深解义趣。如果佛不是这么不厌其烦地、一次一次地讲这一件事情，这一句话，这一个义理，众生是听不懂的。须菩提闻说是经，深解义趣，涕泪悲泣，激动得老泪纵横。须菩提以前也流过很多泪，但是没有这次流得多，因为这次真明白了。而白佛言：希有世尊！世尊您太希有了！太难得了！太好了！您讲了这么一部甚深经典，我过去从来都没有听说过，而且还给自己加了一个“所得慧眼”。就算我有慧眼，也从没听过如是甚深经典。须菩提这么大的智慧，也是一个圣者，听佛讲了这么多的经典，都没有听到这么充满智慧的经典。

“世尊，若复有人，得闻是经，信心清净，则生实相。”这个信心清净讲了两点，一个要生信，金刚经里边一再提的就是信心、生信，信心有了就能够生智慧，智慧有了就能够见实相。一念疑心就障碍你的本性，所以百分之百地相信，没有丝毫疑惑，才叫信心。信本身就是善根的一种表现，是智慧的一种表现，他没有理由就信，不用等全部理解它的意思就会信。这个信本身是过去生的一种修习，是一种习惯，它会增加你对实相的理解。所以信和慧是相辅相成的。它是你多劫多生熏修智慧和善法导致的，即便你刚遇到这部经，你还没有理解，你就会毫无缘由地喜欢这部经，就相信这部经里面讲的，就愿意受持读诵，为人解说。

世间讲金刚经的人太多了！你看庞蕴就碰到了一个讲金刚经的法师，讲了半天，自己嘴里讲的“无我无人”，庞蕴一问：既然“无我无人”，那是谁在讲啊？法师说不出来了。回答他：“讲亦无我无人”不就完了吗？你要懂了，这一句不就跟上了嘛。所以说，不见得你为他人讲金刚经，就一定能明白。但是呢，你不为人说，你是永远也不明白。你不说法，连错的机会都没有。失败是成功之母，一次次讲错了，最后就会遇到明眼人为你指出错误来。

“若复有人，得闻是经，信心清净，则生实相。”这个“信心清净”还讲了一点，是没有挂碍，没有烦恼，世间的一切都放下了。因缘会遇，善根萌发，宿世的般若的力量显现出来，自然就生信，生信就能见到实相。信这部经，通过受持读诵，对它的义理理解得越来越深，越来越清净，身心清净，世间以前的爱好一点点脱落，对生灭有为的事情再也没有兴趣了。一旦有了信心，会一直持诵，因为心会清净。我们就能理解为什么古时得道之人，仍旧读诵金刚经不辍，一直在诵、默诵，就像念佛一样。为什么得道解脱了还诵金刚经？没事儿干。做什么都是做，会背了，会默诵，经文自己就出来。干着活都能诵金刚经。因为你没有烦恼了，得大自在了，游刃有余了，你可以六根互用，非常自在。

修行人心上没有任何挂碍，没有任何的执着，就会对此经生起信心，生起信心，即见实相。“当知是人，成就第一希有功德。”这个功德和果报是最大的，得无量寿，能够见实相、见法身、见自性。“世尊，是实相者，则是非相，是故如来说名实相。”信心清净，能生实相，你不要着在实相上。

好多人不明白这一点，他总觉得见性得需要有一个境界可得，得有个东西能证明我见性。他不知道有一个东西，就见不了性，有一点点境界现前，那都不是见性，乃至有一点点的概念，认为那是实相，那都不是实相。所以“实相者，则是非相，是故如来说名实相”。又一次讲到了这部经的精髓，就是没有少法可得，连法的概念都没有。到祖师那儿就会体现在他的行持上面，他能做到这一点，他不是用嘴说出来的没有少法可得。

自古以来祖师其实很少有讲经的，除非在特殊的情况下，会拿出一段来给学人开示，整部经依文解义的非常少。为什么叫祖师禅呢？一般都是做出来、行出来，用活的智慧演出来的，照本宣科依文解义的非常少，少之又少。

“世尊！我今得闻如是经典，信解受持，不足为难。若当来世，后五百岁，其有众生，得闻是经，信解受持，是人则为第一希有！何以故？此人无我相、无人相、无众生相、无寿者相。”我不知道大家发现没发现？不管你怎么解，怎么思维，其实佛已经在这部经里把实相之理用最明白、最简单、最直接、最精确的语言说完了。你多说一字，都不如自己细细地、耐心地去读，自己去体会，去品味。佛说得多清楚，翻译得又那么好，鸠摩罗什大师翻译的，通俗易懂，整部经没有一个地方拗口拗理，没有让你想不通的地方。只是因为我们不清净，我们有挂碍，心性上面有浮尘，所以这么明白的一部经就是看不懂。

须菩提跟世尊说：现在我们在您身边，跟您一起出世，我们能够看得到您，您每天反反复复地给我们开示，我们能够信解受持这部经，不足为难。于后末世，后五百岁，您灭度之后，佛不在这个世间了，众生能够遇到这部经，能够信解受持，那是非常非常稀有难得的，这样的人一定是有大善根，大福报，是无量劫来久修佛道。什么样的人能够于此经信解受持呢？此人无我相、无人相、无众生相、无寿者相，一定是没有我执的人，一定是于无量佛所植众德本，去除了我执我相，才能够和这部经的经义相应，才能够对这部经所讲的义理清清楚楚、明明白白，才能够真正地受持这部经。为什么说此人无我相、无人相、无众生相、无寿者相呢？因为一切相即是非相。“我相即是非相，人相、众生相、寿者相，即是非相。”你想有这个相，你想住在这个相上，是不可能的。你住就烦恼，枉受烦恼，在梦里烦恼，在颠倒无明里边痛苦，而烦恼究竟不实，只是妄想而已。

所以我相也不是真的。你越通达这个道理，你的我相会越轻。因为你知道，除了一时的无明和执着，没有一个实法叫我相，没有一个实法叫妄想。“何以故？离一切诸相，则名诸佛。”就是连无我相、无人相、无众生相、无寿者相的这个相也要离。如果说你认为你已经无我相、无人相，那还是我相。我们有时候经常会坐在一起：你看我们这些人福报多大，我们能受持金刚经。这就是一个笑话，一个方便说，你别当真，为什么？这还是我相。如果你觉得你比别人有福报，你比别人有善根，你能遇到这部经，这一念还是我相、人相、众生相、寿者相。连这个相也要离，离一切诸相，离尽所有的相，才名诸佛。

“佛告须菩提：如是！如是！若复有人，得闻是经，不惊不怖不畏。当知是人甚为希有。”这段话到底是什么意思呢？为什么说金刚经是禅宗最上乘人所学的法，是上上根基的人所学的法？小根之人听闻这部经，根本就不能理解，也不能信受。这部经到底讲了什么，让历代的祖师都把它当成是禅宗最上乘法的一个根本经典？其实这部经讲的就是言下见性。一听这部经的经名就见性。这部经经名的全称，大家可能还并没有了解，全称并不是“金刚般若波罗蜜”，全称是“佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜”，这才是这部经的经名。一听这经名就开悟了，所以这部经是言下见性、见性成佛的经典。二乘、声闻乘人，十地的菩萨听了都会惊畏，都会害怕，不相信，觉得那怎么可能呢？我们看《维摩诘经》里，天女说当下就能成佛，舍利弗不相信，舍利弗说诸佛都是久远劫来，勤修佛道，才能成佛。你怎么说当下就能成佛呢？久远劫来勤修佛道，那都是对迷人方便说。从究竟的角度讲，没有一个修法、修道的人，没有一个修道的心，也没有可修的法。明白这一点，就抓住了根本，言下顿悟，言下见性，见性成佛，不历阶级。超一切的方便，超一切的有为，超一切的言说。

这样的观点和佛在其它很多经典里面讲的就不一样了，所以说你没有一定的根基，听这部经真的是完全听不懂。也知道这部经挺好的，功德大，福报大，恒河沙等身命布施都没有受持这部经的福报大，你会很努力地读诵，但为什么读，怎么读，读的作用体现在哪里，不清楚。读了好几年，怎么还穷呢？福报还不现前呢？不知道所谓的福报是什么，以为有钱就是福报。所以根本就没明白这部经在讲什么。

“我都受持了十年的金刚经了，腿还是瘸呀！”改的不是你的腿！听明白了吗？改腿不是重点。或者说，你改错腿了，不是改左腿，是改右腿。师父，你这样讲，我更不明白了。是的，我也不明白。

这部经是言下见性、顿悟成佛的经典，只是看你有没有这个根基。你听了这部经听明白了吗？你还有没有得法的心？还有没有求开悟见性的心？如果有这一念，即与道相乖，你这部经就没听明白。黄檗禅师讲：一念有，即与道隔。如果有人能够听闻是经，能够真正地明白它的义理，当下就去行，当下即得见性，不惊不怖不畏。“惊”是惊吓害怕的意思，“怖”、“畏”都是害怕的意思。他能够承担，相信自己言下就能做佛，他不会狐疑不信。他不会觉得：这对吗？这怎么可能？这个见性成佛是不是方便说啊？是不是见性了，还要修无量劫才真正成佛呀？他不会有这些妄念。

观音普贤难道都没见性吗？是，没见性。文殊没见性吗？在有的经典里见性，在有的经典里没见性。你非要弄一个见性没见性，说明你没见性。大家想一想，在有些经典里边，同样是一个菩萨，他见性成佛了。而在有的经典，他又示现成菩萨的果位，还没有成佛。我们看须菩提，他在这部经里面，一会儿可以三十二相得见如来，一会儿又说不可以三十二相得见如来，其实他是在为众生示现。我们学法千万不能着文字，不能较真儿，法是活的，人也是活的，在不同的情境下，都会有不同的示现。

如果有人明白这个意思，不惊不怖不畏，没有任何的疑惑，能够当下承担自性如来，当知是人，甚为希有。“何以故？须菩提，如来说第一波罗蜜，即非第一波罗蜜，是名第一波罗蜜。”“甚为希有”是因为什么？是因为他一切俱舍，与实相相应，言下就能够顿悟，能够见性。但是这个见性、一切俱舍，也是假名。见性者，即非见性，是名见性。“第一波罗蜜”也有两个意思，第一是指六波罗蜜里的第一布施波罗蜜，第二是指第一义谛，波罗蜜是智慧的意思。第一波罗蜜就是第一智慧、最上智慧、最深智慧、最妙智慧。受持这部经，就可以得到这个智慧，这个智慧又恰恰是无所得。得无所得，就是最上乘。拥有了这个智慧，就能够不惊不怖不畏，但又不住在这一念上。

金刚经讲记第八讲

同修们下午好，咱们继续来学习金刚般若波罗蜜经。

（第十四品）“须菩提，忍辱波罗蜜，如来说非忍辱波罗蜜，是名忍辱波罗蜜。何以故？须菩提，如我昔为歌利王割截身体，我于尔时，无我相、无人相、无众生相、无寿者相。何以故？我于往昔节节支解时，若有我相、人相、众生相、寿者相，应生嗔恨。”这一段是讲忍辱波罗蜜。作为一个学法求道的人，首先要具有大的忍辱能力。所谓忍辱，不只是单纯地忍受，有些境界如果不用智慧，我们是忍不了的。波罗蜜者，智慧，以智慧来面对一切境界，以无我、无人、无众生、无寿者这样的智慧，来面对辱骂、批评、喝斥，甚至身体上的伤害，这才是忍辱波罗蜜。

真正悟道，真正见到实相，连忍辱波罗蜜的概念也没有。所以说忍辱波罗蜜，即非忍辱波罗蜜，是名忍辱波罗蜜。这是成就之后，从究竟第一义谛上讲。可是如果我们学法修道，你连一般的忍辱都做不到，又怎么能做到忍辱波罗蜜。又怎么能理解忍辱波蜜，即非忍辱波罗蜜，是名忍辱波罗蜜？

佛说，他过去做忍辱仙人，被歌利王割截身体，当时无我相、人相、众生相、寿者相。我们想想，如果有人打我们，拿刀伤害我们，我们肯定很难忍受，会生嗔恨。完全的没有嗔恨和怨恨，几乎是不可能的。

佛陀之所以能够不生嗔恨，是因为他多生多劫的善根导致没有我相、人相、众生相、寿者相。他知道并没有一个实有的我被伤害，他知道身体并不是真实的自己。所以，无论多么痛苦，他都不会生嗔恨心。

他也知道没有一个外在的歌利王、外在的一个刀、一个剑来伤害自己，这一切都是一种假相而已。

身体痛苦吗？一定会痛苦。他的身体已经遭受痛苦了，他不想让自己再增加嗔恨的痛苦。

佛陀是世界上最精明、最智慧的人，也可以说是最爱惜自己的人。他的爱惜并非表现在如何地保护自己身体不受伤害。因为身体本来就是无常的，会遇到各种变化，那不是他能主宰的。但是他可以调整并控制自己的心，可以改变心境。当他改变心境，他不再伤害自己，不再用烦恼、对立、厌恶、嗔恨伤害自己。

所以忍辱波罗蜜并不是忍别人，也不是对别人的一种态度，而是保护自己，爱护自己的一种智慧。

佛陀的身体虽然被哥利王支解，但是他的内心里并没有无明，也不会有执着，他并不会认为有个我被伤害，所以他不会去嗔恨歌利王，也不会向外去生起一念对立之心、对抗之心，这是忍辱波罗蜜。

我们在修行过程中，每一个人都会现一些业障，一些病苦。我们未必会碰到有人拿刀去割自己，但每一个人都会有病苦现前，在生活中会与人发生矛盾，有时身体也会受伤。你身体疼痛的时候，就想一想金刚经里释迦牟尼佛往昔被歌利王节节支解，一块儿一块儿的肉被割下来。佛没有嗔恨心。我们回忆佛陀的功德，回忆佛陀如何应对的，心中就会升起智慧和正念。我们身体哪儿痛了，你就做被歌利王割截身体想，这个时候正好观照：到底有没有一个我？这个疼到底是真的吗？你能不能不生烦恼？不生嗔恨心？你能不能不退菩提？你能不能不被这个疼所骗？能不能不因为这个身体的病苦而懈怠、放逸，而起无量的烦恼？最要命的遇到一点痛苦就立刻去对治。对治带来更多的问题。如果你心如虚空，把身体布施掉，生起无我的智慧，你就不会去对治，你会去觉知，你会去观照，你会去照见五蕴皆空，度一切苦厄。你会忍受这种疼痛，而没有任何的嗔恨心，也不会抱怨。

我们在修道的过程中有逆境现前，有烦恼现前，不管是身体的还是精神上的，都要用实相来观照，观照到底有没有我，这个时候正好是你悟道的契机，烦恼即菩提。这个时候不悟道，你等到什么时候去悟道呢？顺境、快乐、得意忘形的时候很难去观照无我，那个时候你已经被顺境冲昏了头脑，而痛苦、烦恼、病苦现前的时候，正好提醒你收摄身心来观照五蕴皆空。

“须菩提，又念过去，于五百世作忍辱仙人，于尔所世无我相、无人相、无众生相、无寿者相。是故须菩提，菩萨应离一切相，发阿耨多罗三藐三菩提心。”佛又讲一次，自己过去做忍辱仙人，做了五百世的忍辱仙人。我们想一想，这个忍辱仙人，他叫这个名字一定是有相关的经历。比如说禅宗有很多禅师，他们的名字都跟自己的经历有关。比如念法华禅师，他的名字叫念法华，他平时是持《法华经》的。归宗赤眼禅师，他眼睛红色的。忍辱仙人，他一定是这五百世，以修忍辱为特点，才叫忍辱仙人。修忍辱要有智慧，无我、无人、无众生、无寿者，打不还口，骂不还手。弥勒菩萨说：有人骂老拙，老拙只说好；有人打老拙，老拙自睡倒。 涕唾在面上，随它自干了。我也省气力，他也无烦恼。 这样波罗密，便是妙中宝。若知这消息，何愁道不了？

寒山问拾得：世间有人谤我，欺我，辱我，笑我，轻我，贱我，骗我，我该怎么办呢？拾得回答：你只要忍他，让他，由他，避他，耐他，敬他，不理他，再过几年你且看他。《法华经》里面有个常不轻菩萨，他看到每一个人都恭敬礼拜，还会对他说：“你将来一定能成佛。”他看到谁都是这样，说别人一定能成佛。然后有些人就嘲笑他，有些人就攻击他，有些人就拿石头打他，他不生嗔恨。其实现实生活中，我们也会遇到很多具有忍辱波罗蜜的人，就是他无我、无人、无众生、无寿者相，你怎么欺负他都没事儿，咱们道场就有很多，这也是多生多劫所修出来的善根。佛为什么在这里强调忍辱波罗蜜？是因为它能验证一个修行人是否能做到无我相，无人相，无众生相，无寿者相。《四十二章经》里面佛讲，能有忍辱波罗蜜，是真正的大力之人。

我们修道过程中会遇到的很多的逆境，很多的对境，如果没有忍辱波罗蜜，只剩下生嗔心了。我执重的人，就爱生气，容易起嗔心。有了逆境，对我们修行才是一种考验。修行就是为了去我执！觉悟最大的障碍就是我执、我相，而忍辱，能最好地消除身见、我见、我相、我执。所以一定要感恩那些给我们病苦，给我们烦恼，让我们精进，能让我们有逆增上缘的对境和人。释迦牟尼佛，他修道成就，第一个感恩的是提婆达多。因为提婆达多总是给他逆境，让他修忍辱。所以佛陀忍辱波罗蜜圆满了，也就成就了。把他所有的我相、我执全都去掉了，自然就成佛了。如果没有提婆达多这个对境、这个逆境、这样一块大石头总是追随着释迦牟尼佛，去磨练他、砥砺他，他很难成就得这么快。

孟子讲过：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”。其实这些都是讲要磨练，去除我们的我执，去除你的身见，让我们的身心像水一样柔软，要包容，而不是去对立。

我们平时讲觉知，讲与疼痛和感受在一起，其实就是在修忍辱波罗蜜，以无我的智慧面对一切境界，尤其是身体上的觉受。要知道歌利王也好，提婆达多也好，一切外在的逆境，其实都是来自我们内心的无明，是自己无始劫以来投射的，又回到了自己身上，是自己感应到的。你自己要把它消化掉，要把它照破。如果你去跟它对抗，你只是增加了这个虚妄和无明。如果你没有忍辱波罗蜜，那你就会越走越远，越对治越分裂。如果你不觉悟到这些痛苦、这些逆境、这些伤害，都是来自自己的妄念，那你永远也不能解脱。所以忍辱波罗蜜，即非忍辱波罗蜜，是名忍辱波罗蜜。身心俱无，才是究竟的解脱之道。可是没有这些历练、没有这些打击，没有这些亲证的、自己经历的、实证的智慧，你就认识不到这一点。这也就是为什么金刚经不仅一直在讲第一波罗蜜，即非第一波罗蜜，是名第一波罗蜜，然后还不停地讲修一切善法，持戒修福，读诵受持，为人解说。这两点一直在紧紧地环环相扣，从来都没有分离过。发菩提心，欲成就无上佛道，先要修六度万行。

“不应住色生心，不应住声香味触法生心，应生无所住心。”其实佛陀被节节支解时，能做到无我相、无人相、无众生相、无寿者相，都是做到了无住生心。就是念头没有住着在一个我和一个我所上，并不会生起一个能伤害和一个被伤害的执念，没有住在这个幻境里，而是欣然接受，没有起对立之心。

“若心有住，则为非住。”你嗔恨心生起来了，你起对立之心了，你烦恼了，一定是因为心有所住。心有所住，即种种妄想烦恼生，故名非住。这个“非住”是指相对于实相来讲，相对于解脱性来讲，不是如法住，不是如理住，不是清净住，是“非住”，是烦恼住，是苦住。“是故佛说菩萨心，不应住色布施。”后面省略了，不应住声香味触法布施，应无所住而行布施，也就是布施掉一切的住着心。

“须菩提，菩萨为利益一切众生，应如是布施。如来说一切诸相，即是非相；又说一切众生，即非众生。须菩提，如来是真语者、实语者、如语者、不诳语者、不异语者。”许多人学这部金刚经，他会忽视一个很重要的问题，就是发无上菩提心。以为这部金刚经只是讲空、讲无相、讲般若波罗蜜，而没有关注到释迦牟尼佛成佛的一个最根本的原因——他是为了一切众生来修道！那我们也一样，我们想成就、想成佛一定是为一切众生来修道。如果你只是为自己，暂时的是可以，如果你一直停留在为自己成就这个出发点上，那你永远也成不了佛。这里讲到，菩萨为利益一切众生，如是修行，如是布施，才能够成就阿耨多罗三藐三菩提。如果你发的不是为利益一切众生这样的心，你怎么去我相、人相、众生相、寿者相？你为自己成就，你没有发利益一切众生的心，那一定是我相在作祟，无始的无明在作祟，你又不觉。那怎么才能够与利益一切众生成佛相应呢？布施色声香味触法，应无所住而生其心。虽然发利益一切众生之心，又很清楚没有一切众生，是名一切众生。一切众生是我们悟道修道的工具，是一个船筏，不借助这个船筏，你就没有办法达到无我。

“如来说一切诸相，即是非相；又说一切众生，即非众生。”虽然讲发菩提心，讲应如是布施，讲这一切法，但是一直在提醒我们，也不能着菩提心，不能住在我发菩提心上。菩提心的概念不要住着。所以说一切诸相都是非相，菩提心是非相，成佛是非相，布施波罗蜜是非相，忍辱波罗蜜是非相，第一波罗蜜是非相。恒河沙世界、三千大千世界、东方虚空、人身长大……这一切一切的法相都是非相，都是名相，都是概念，妄计所执。众生也是这样，一切众生也都是妄想，十方诸佛都是众生的妄想。

“如来是真语者”。“真语者”是通达实相，了了见性，不离真性，他的行住坐卧，身语意三业都不离实相。这个“真语”不只是说文字和语言，而是整个身心状态都是合道的。不与自己较真儿，不与万法为敌，把自己融入到整个法性中，身语意都能够表法，都能够表真实之法，直用直行，直成佛道。

“实语者”，不管是从第一义谛还是世谛，与世间、与一切众生都不相违背，有一说一，有二说二。这个实语，你不要老觉得讲第一义谛才是实语。孔子也说过“知之为知之，不知为不知，是知也”。男的就是男的，女的就是女的，你该上男厕所上男厕所，不要进错了厕所。包子就叫包子，你不能把包子叫成饼，这就是实语。有些人就爱说谎，明明是这样，他说那样，歪曲事实，心有谄曲，才会说谎。修行之人，第一不要妄语，是什么就是什么，不能骗人。直心入道，直心是道场。能够随顺世间，随顺世谛，但是又不被世谛所骗，引导众生入于实相，又不会执着在这个世谛世语上，这是实语者。

“如语者”，这个“如”，是如实相所教导，如解脱所施设。能够引导众生修道，有好的方法，有种种的方便之法，有种种的方便门，通达八万四千法门，能够引领众生默契于实相，如理如法地引领众生修行。这条路能够使众生真实得到解脱，这叫“如语”。你比如说禅宗祖师，有各种各样的手段：嬉笑怒骂、举拂子、竖手指、伸脚、棒喝……禅师是以平等心为最上。所以即使你是老师，你也得小心，不要碰到像邓隐峰那样的人，不然的话你的脚就被他一下子压过去了。这些种种的手段，都是向佛道，近佛道，都是与佛道相默契，这是“如语者”。

“不诳语者”，什么是“不诳语者”？不诳就是诳。就是诳你、骗你。骗你干嘛呀？骗你解脱，骗你清净。究竟来讲没有骗你，叫不诳语者，而实际上从世谛讲又骗你了。你看大家来道场，能在这儿呆那么久，不都是被骗的么？今儿这样讲，明天那样讲，用法勾着你，不让你轻易离开。没有真正想骗你！都是一种引导。

“不异语者”，“异”是二的意思，没有二语。我们观察这个佛经，佛是最二的，讲二语的地方太多太多了。可是你得知道佛的本怀，那些二语从来不是对某一个人讲的，那是针对不同学人不同的问题不同的烦恼所做的一时之说。所以究竟来讲，并不是二语。佛从来都是大慈大悲，用一切的方法、一切的手段来引领众生。本来是一乘，因为众生不能信受，所以方便说三乘，可是你不能说这是异语，这不是异语。如果你较真儿，那就错解了佛意。像林间录里记载，白居易读过六部佛经，他认为其中三部经典和另外三部经典的义理完全矛盾，无法理解。写林间录的作者觉范慧洪禅师代被问的禅师，超越时空，给白居易写了一封回信，告诉他这六部经并没有任何矛盾，是白舍人自己没有看明白，把所有的佛法都指向了一时一地一人，认为那是对一个人讲的，所以才不明白。

同样一件事儿，放在两个地方，放在两个人身上，意思就完全不同，所以你不能执着佛经这里讲的和那里讲的矛盾。比如金刚经讲庄严国土者，即非庄严，是名庄严。阿弥陀经中讲有极乐世界。这两者是对不同根基众生讲的，你不能都套到你身上。如果你学禅宗，就读金刚经；学净土，就求往生。当然，这两部经并不是完全矛盾，要看读者的悟性。净土表面讲有，实际上是用智慧描写空。金刚经表面说空，实际上在说诸佛常乐我净，空有不二法门。这是“不异语者”，就是它的义理没有区别，佛的用心、本怀是一致的，而你不能执着文字。

“须菩提，如来所得法，此法无实无虚。须菩提，若菩萨心住于法而行布施，如人入暗，则无所见；若菩萨心不住法而行布施，如人有目，日光明照，见种种色。”金刚经里面所讲的“无有法得阿耨多罗三藐三菩提”这个论点和观念，佛用种种的方式不停地重复。具体怎么讲的呢？“是法平等，无有高下”，“此法无实无虚”，“无法可说，是名说法”，“无有定法，名阿耨多罗三藐三菩提”，“彼非众生，非不众生”，“不住色布施、不住声香味触法布施”。我们看这些开示，全都是一个意思，全都是自心、自性上无少法可得。本来圆满，不假外求，不需要起心动念，一切现成，不假施功，圆满菩提，归无所得。求，求不得，失，也失不去，这是无实无虚的意思。无分别，无智亦无得。这些义理是金刚经反复强调的，不论我们怎么做功课，怎么去受持读诵，我们最后都是为了悟明这个道理。如果你不悟明这个道理，做再多的功课也没有意义。而如果你把这个根本抓住了，不管你用什么方法，只要抓住这个根本，你都是在受持读诵金刚经。

“须菩提，若菩萨心住于法而行布施”，这是讲法布施。说法之人在行法施的时候，不能心住于法。“我在讲法，我在度众生，我在给众生开示”，这是心有所住。心有所住，即背道而驰。如果心有所住，一定是有我相。有我相，证到再高的境界，都是无明。你讲再多的法，度再多的人来寺院、来道场，有再多的人听法，如果你心里有我，有一念：我在做法布施，这不是真正的法布施。

修行的目的，就是要明白能与所俱空，没有我和我所。而你心住于法去做这一切事情，方向就错了，就像瞎子一样，或人到了黑暗之中，什么也看不到。若心不住于法而行布施，如人有目，日光明照，见种种色。虽然也在讲法，也在做法布施，但是不着我人众生寿者，非法非非法，没有人我执，没有法我执，说而无说，听亦无听。这样才能引导众生不做说想，不做听想，不做学想，这才是真正意义上的法布施。无住相布施，就像白天看东西看得很清楚，心住于法而行布施，就像到了黑暗之中，什么也看不到。有所住，就被自己的一念无明障碍住了。

“须菩提，当来之世，若有善男子、善女人，能于此经受持读诵，则为如来以佛智慧，悉知是人，悉见是人，皆得成就无量无边功德。”这首乐曲的主旋律又浮现出来了，又开始继续讲受持读诵此经。我们对经义的了解和领悟，就是通过一遍一遍地去读、去诵、去思维才越来越清晰明了。我们就是借助读诵这个工具来让心安住。只不过当来之世，也就是我们这个时代，因为各种各样的原因，众生的业力也好，业障也好，善根不具足，放逸懒散，贪图这个世间的乐趣，导致虽然有时间，但就是不愿意去读诵这部经。你天天讲读诵这部经有多大的功德，能够转我们的习气，甚至说能够改变我们的命运，不管你怎么讲，他就是不去读诵。所以在末世能够真正受持这部经的人，一定是无量劫来，于无量无数无边佛前植众德本，悉皆供养承事。有大的福报，大的功德，有很深的善根，才能够于后末世受持读诵此经。

这样的人，如来一切智智、正遍知，以佛的智慧一定知道此人，能够看到此人，此人所得的福德功德无量无边，这里再一次鼓励末世的众生来读诵受持这部金刚经。

咱们道场的常住对于读诵和受持金刚经终于恍然大悟，原来这样大量地读诵，而且是不打妄想地读诵，才是受持啊。越来越明白了：哦，原来是这样！每天中午，你拿小棍儿赶着他们不让他们读都做不到。到点吃完饭，就像去买彩票一样去读诵了，少去一会儿就像损失了很大的利益一样。这说明你真信了，说明这粒药起作用了。金刚经这粒药丸儿威力无比，它的作用赶都赶不走。大家想一想是不是这个理？就是我们能找一件事情做，既信向佛道又能够助道，我们又特别喜欢干，没有任何的烦恼，没有任何的妄想，也不那么累，很轻松地把这个事情做了，积的全都是功德，而且无量无边，没有止尽。如果是这样的事，我们会不会非常愿意去做？是的，非常愿意，谁也阻止不了我们去这么做。

最主要的是你坐在那儿安心地诵，不打妄想，你立刻清净，言下就证无生法忍，对这一点越来越确信无疑，因为你妄念少了，牧牛功夫增强了，疑惑不能困住你了。看到大家如此用功精进，真是随喜赞叹。但咱们道场的人几乎全部参加共修金刚经，累了的可以休息一会儿。因为我们来到道场时间长了，实在也没有什么事干，也没有什么烦恼，自己给自己找点事儿干，加深对经论、对实相义理的领悟和理解，那么读诵金刚经是最好的一种方式。这个季节也挺好，每天鸟语花香，桂花都开了。这几天天气越来越好，清爽宜人。这两天阳光明媚、秋高气爽特别好。大家坐在院子里边读金刚经，天人在那儿看着我们都赞叹，为我们撒花。

（第十五品）“须菩提，若有善男子、善女人，初日分以恒河沙等身布施，中日分复以恒河沙等身布施，后日分亦以恒河沙等身布施，如是无量百千万亿劫，以身布施。若复有人闻此经典，信心不逆，其福胜彼，何况书写受持读诵，为人解说。”这一段又是对于精进的一种描述。这里讲的初日分、中日分、后日分以恒河沙等身布施有两个重点：一是做布施，要牺牲你的生命里最宝贵的财物和享受，牺牲你的时间；二是用这种牺牲来办道。你要知道只有在佛法里面讲到精进波罗蜜和布施波罗蜜，也只有佛陀讲到了六度的作用是用来辅助于办道的。

前两天我发了一篇《禅关策进》的节选，里面讲到自古以来很多大成就者是怎么精进用功的，包括佛经里面的一些例子。释迦牟尼佛和弥勒菩萨两个人，弥勒比释迦牟尼先好几十劫发菩提心修行，是弥勒先开始学佛的，但是因为他不精进，而释迦牟尼佛勇猛精进，反倒超了弥勒十几劫成佛。只是因为释迦牟尼佛精进，所以他早成佛道，少受了很多的烦恼诸苦。同样这些时间有些人就用来懒散、放逸、徘徊、纠结，深陷无明，不能自拔。宁愿忍受烦恼，也不愿意精进办道。而有些人就把自己一生中大部分时间用来精进办道，让自己没有时间打妄想，没有时间烦恼，没有时间去担心这个担心那个。这一段是对于精进最好的描述，就是在用功的时候，根本不休息，初日分、中日分、后日分一直在做布施，以恒河沙等身布施，这是一种形容。其实它是比喻我们念念都不执着自己的身体，念念都不执着六尘世界，把世间的快乐享受放得干干净净，全都用来办道。

即便这样用功修行、布施、精进，都不如有人闻此经典，信心不逆。为什么？因为前面一切都是有为，都是助道，而最后这个是入门，这是一把钥匙，是关键。你走了八万四千里路，到了这个门前，发现钥匙没带，还是无法入门。所以无为这把钥匙非常重要。你走了再久，如果没有这把钥匙，你做得一切等于零。只是有了这把钥匙，你之前所做的这些功夫，才会起作用。你所作的恒河沙身命布施，八百四千万亿诸佛前悉皆供养承事才有意义。这里有一个字叫“逆”，就是你受持这部经，你读诵它，没有反感，不会懈怠。你不会有自己的想法，不会疑惑。“逆”也有疑的意思。“信心不逆”就是没有丝毫的疑惑和怀疑，没有自己的想法，完全相信佛所说的，相信读诵这部经的功德果报一定像佛讲的那样。“谁不让我读这部经，我跟谁打架！”有这种精神。因为这部经太殊胜了！读这部经的作用、果报太不可思议了！

你看大家最近这几天读经读的，一个个都红光满面、能吃能睡、精神焕发，都是读这部经起的作用。回光返照，快了，我们快走了，这部经读得越多，你走得越快。会减少在这个世间受苦的时间。哈哈。师父，真的吗？太吓人了。你看，有的人还是怕死。一切有为法，如梦幻泡影。活着就是一个梦，早醒来，就不怕了。只是一念相信就有这么大的作用，更何况书写、受持、读诵，为人解说。如果你有机会，再抄写这部经。读有读的作用，写有写的作用。抄写会加深对经文的记忆和理解。抄一遍，等于读十遍，这是书写。

受持，背诵，是指背诵这部经。一次背下整部经对大部分人来说太难。那我们每天背几段，背一品，这个一点不难。读诵，而且要温习，要不停地读，有时间就读，读熟了就背。为人解说，有机会就给人讲解读诵学习金刚经的功德。我们先做前边的，先书写受持读诵，把这部经的义理和修行方法全都掌握了，再为人解说。

当你为别人讲解金刚经的时候，是更深层次地熏修和温习。你能用自己的话把这部金刚经的意思复述出来，说明你的心已经完全融入这部经了。希望大家都勇敢一点，道场碰见谁，你把他叫住，“您等会儿，能帮我做一下听众吗？我想给您讲一下金刚经。”别怕讲得不好。大家想一想，我们是不是通过共修金刚经，打金刚经禅七，做所有这些事情，越来越法喜，越来越安住，对经文的理解越来越清楚。这是我们亲自实践和证明的。这就是以法自娱。你就明白“法如筏喻”的真正意思了。这个比喻特别好，我感觉对这个“法如筏喻”的领悟越来越深。因为金刚经里面一直会提醒我们，你最后还是要舍法的，所以你不要担心这个工具会障碍你，它不会障碍你的。

因为你在受持读诵的时候，你会看到佛不停地在提醒你最重要的部分，无为的部分，无我人众生寿者的部分。金刚经是一个工具，你就借助这个工具达到彼岸，最后你自然就会把它放下。可是你没有达到彼岸的时候，这个法是不能放、不能舍的。

金刚经讲记第九讲

同修们下午好，咱们继续来学习金刚经。

（第十五品）“须菩提，以要言之，是经有不可思议、不可称量、无边功德。如来为发大乘者说，为发最上乘者说。”佛陀的智慧是圆满的，所有的事物、所有的事情他都看得一清二楚。这部最上乘的、究竟了义的根本实相经典，是为发大乘心，为发最上乘心的人讲的。所谓大乘、最上乘，就是要有佛心，要能心如虚空，量周沙界，心包太虚，有这样的心量，有这样的志愿、志气，能够心系众生，心系正法，能够传承于后来，有这样的愿力，这样的菩提心，才能听受此经。这部经是为这样的人讲的。

“若有人能受持读诵，广为人说。如来悉知是人，悉见是人，皆得成就不可量、不可称、无有边、不可思议功德。”佛陀形容受持读诵学习这部经典所得的功德，用了前后两次不可思议、不可称量、无边功德。佛是最能够驾驭语言的一个人。他的语言能力，他的表达能力，他的比喻，他的种种方便，各种能够激发众生学法兴趣的语言，都被世尊表现出来了。他用最上、第一、希有、不可思议、无边、不可称、不可量这样的词来形容受持此经的功德。如果是我们说话，就一个词儿就完了，“老多了！”你这个摄受力就很小。我不知道你们是什么样的感觉，反正我看到经典里，一看到这样的“不可称、不可量”，我就心花怒放。你看佛变着花样地，用各种文字来讲这个事情，吸引我们读诵学习这部经典。

“如是人等，则为荷担如来阿耨多罗三藐三菩提。何以故？须菩提，若乐小法者，着我见、人见、众生见、寿者见，则于此经，不能听受读诵，为人解说。”你的心量小，你没有菩提心，你没有为利益一切众生而修道的心，是很难受持读诵、深入地学习这部经典的，也很难为人解说。这部经其实就是成佛的经，成佛不发菩提心，怎么可能呢？声闻乘人，包括世间凡夫，他的心量达不到这个层次，他发不出这个心来。虽然发不出这个心，但是佛法可以给他做这个因缘，他将来善根因缘成熟，就会发出这样的心。现在发不出菩提心，不代表未来发不了这个心。不想发也不意味着就可以永远不发，一切众生必证佛果，发菩提心是每个修行者的必经之路，谁都无法绕开这个环节而成佛。

等他发出这个心，就会遇到这部金刚经，也能够受持读诵这部经。也有可能在读诵这部经的过程中，他读明白了，也会发菩提心。这两者是不分先后的。众生的时节因缘，他的善根、福德因缘具足之后一定会受持读诵此经，因为他植众德本，在无量佛所前种诸善根。其实我们学佛，最主的是学习佛的菩提心，学习他的大心，不为自己，但为众生得离苦，不为自己而成佛，为众生修菩提道。有这个心才能跟佛道、跟实相相应。

我们受持读诵、学习这部经，不是说只是嘴上讲讲，你是真得拿出时间来用功，来读诵。包括我们这次讲法、听法，这一天好几节课，讲的人还没累，听的人已经都累了，但是还在那儿坚持，这也是一种菩提心啊，这也是受持读诵。没有这个前期的学习，你不知道学习和读诵金刚经的重要性。学金刚经怎么学？就是这样一字一句地读诵，每一个章节都深入，都去思维其义。靠这部经、这个筏来度自己无量的习气妄想烦恼。你看我们在听经的时候，大家都非常认真，所有的是非，所有的妄想，不知不觉都没了，而且对经文对经义领悟得越来越深。自己没事的时候，私底下也愿意看了，也愿意琢磨经文的意思。“这句话是这个意思么？”如果你懂了它的意思再背就更好背了，这是“受持读诵”。

“广为人说”。你自己不通达，不了解这句话是什么意思，你怎么广为人说啊？“广为人说”有二义，一是为很多人讲；二是细讲，深入讲，能把一字、一句、一章节讲很长时间。这叫“广为人说”。

历代注金刚经的人特别多，六祖大师讲至少有八百种注疏，这只是一个大概的数量，形容是非常多的。每个人读金刚经有每个人的理解，但至少都是认真受持读诵的人，才能给这部经注疏。你想一想，他一定需要深入地研究，还要对比，还要借鉴，至少自己对这部经非常熟悉才能做到广为人说，甚至能成为一家之论。只不过这部金刚经是为大乘者说，为发最上乘者说，是最上上根基的人才能够相应的。知道这部经的人很多，但是能够深解义趣，能够默契这部经，心行这部经的人就不多了。因为实修难，不住色声香味触法难，布施六根难，做大布施难，于法无所得难，所以跟它相应就很难很难。这部经天天在书案上搁着，要真正打开它，用两个小时、三个小时、四个小时去研习的可能微乎其微。

有那么两三次，打开了金刚经，看了十分钟就合上了，连整个经文都没看完，更何况三个小时，四个小时一直在那研读这部经，去一遍一遍地读诵，一天之内读二十部，读三十部。

我们会找那么几天，夜深人静的时候，我们来一个通宵读诵，读它个二十五部或三十部。有些人又开始害怕了，好多事情并不是像我们想像的那样，你先做，做的结果跟你想的未必一样，结果往往总是出乎意料。所以这个事啊，一定先去做，先不要下结论，别被自己的妄想和担心欺骗了。

有不少人其实特别想到咱们道场来参学，但是就是因为轻信了一些谣言，据说这个学山禅师非常厉害，爱打骂人。“我打你们了吗？”“我厉害吗？”厉害哈，比传说的还要厉害，一站我跟前就哆嗦。但是这个厉害的结果呢？它是一个好结果呀！把你的精神病吓好了。要知道毒病得拿毒药治，你病得太重，就得有个厉害的师父。我不吓唬你，谁能吓唬你？你先来两天感受一下。传说有些人真害怕呀！有人说我厉害，有人说我一点不厉害。但是最近我看到个别人在我面前确是有点紧张，咱们俩是量子纠缠呐！都放松，你放松，我也放松。

“须菩提，若乐小法者，着我见、人见、众生见、寿者见，则于此经，不能听受读诵，为人解说。”就是你发不出菩提心，没有利益一切众生的心，没有荷担如来家业的这个心，这部经你很难深入。因为你有自己的想法，有自己的知见，有自己的执着和挂碍，有自己的贪爱和无明，很难与这部无上甚深的根本实相经典相应。言外之意，佛就是劝众生要发菩提心，要发大乘者心，要发最上乘的心。

“须菩提，在在处处，若有此经，一切世间，天、人、阿修罗所应供养。当知此处，则为是塔，皆应恭敬，作礼围绕，以诸华香而散其处。”为了弘扬这部经，弘扬这个法门，我们先要对这部经生起恭敬尊重之心，像对待佛一样，像对待佛的舍利和塔庙一样，要尊重恭敬。用种种的花香供养这部经，供养诸佛无上的智慧。一切诸佛都是从智慧出，皆从此经出。所以我们恭敬经典，就等同于恭敬诸佛。经是成佛的道路，是成佛的方法，法如筏喻，经就是一艘法船。

有这部经的地方，有讲这部经的地方，有学习这部经的地方，都应该立塔，一切众生、一切天、人、阿修罗都应该恭敬这样的地方和受持金刚经的人。为什么？因为遇到这部经难，受持诵读这部经难，讲说、理解、广为人说这部经更难，能够按照这部经的经义如实地修行，获得觉悟，能够自利利他，难上加难。所以有这部经的地方，应该起塔，一切大众，天人阿修罗皆应恭敬，作礼围绕。咱们讲完这一会，就在院子里绕，绕这张卡。

讲到“作礼围绕，以诸花香而散其处”，也巧了，最近这两天，咱们院子里的桂花一直在那飘啊飘啊飘。有人说了：“这不就是以诸花香而散其处”么？确实如此。我们也是在树下读的经典，一边读着，一边桂花就落了下来，特别巧。只是有的花落在了某些人身上，掉不下来了。按照维摩诘经所说，说明你是声闻种性的人，而在菩萨的身上，都花不着身。这两天正是桂花开的时候，院子里一直是桂花纷习，花香扑鼻，空气又好。我们聚在桂树下读诵金刚经，感召到桂花如雨般落下，供养经典及读经人。

（第十六品）“复次，须菩提，若善男子、善女人，受持读诵此经”，关键的地方来了！“若为人轻贱，是人先世罪业，应堕恶道。以今世人轻贱故，先世罪业，则为消灭，当得阿耨多罗三藐三菩提。”我今儿中午搬椅子的时候又碰了一下，这个先世罪业又消了一大块儿。以前读经读到这里的时候，总是认为必须得被人污辱，被人讥讽，被人轻贱，被人瞧不起，才是消业，才是受持这部经的一个结果。后来我发现，怎么总也不被人轻贱呢？都改成了崴脚、磕着碰着、头疼、背疼。这也是轻贱的一种方式，也是消业的一种方式。说明你精进了，说明你重报轻受了。有时候我们发现，自己越精进的时候越是病苦现前，越容易有一些习气、逆境、无明现前。特别烦躁，特别痛苦，仔细观察，这两天打坐打得挺多，经典诵得多，特别精进，精进就能够把自己过去的一些业障、业果激发出来，让你提前去经历。你提前去受它，你有这个能力受，到老了、临终的时候受，甚至到下一世受，那你这个果报越重。

《涅槃经》里讲，有智慧的人、精进的人，如实修行的人，他过去的重业，会在这一世现前，叫现世报。其实这个词儿是好词儿。现世报一定是轻受，如果临终受，就是属于重的，如果下一世受，就更重了，如果是未来受，那一定是三途。你记住了，你造了很小的业，如果到未来际受，一定是三恶道。而你有多大的恶业，如果你精进，用功修行，会在这一世受。再重的业，这一世受，都是轻受。你别觉得了十年的癌症，都是病苦，命怎么这么苦？其实这未必是坏事。如果你一直正精进，这种病苦一定是重报轻受。你都不知道你过去造了多么重的业，又不知道你积累了多大的福报才导致现世受这个业，这是好事，真的是好事。

有些人你甭看他这一世身体挺好，如果他没有好好用功办道，你今世受的苦就是他下一世的榜样，等着吧！这世不苦，不代表他未来世就不受苦了。如果想彻底不受，就尽此一报身，求佛菩提，究竟成就，方能永无后患。把这大事儿办了！勇猛精进，把全部的业都消掉，成就法身，就永远安乐了。

金刚经首先是持戒修福的人修，其次是消业消得最快的一部经典。讲净土的人说念一句阿弥陀佛能消多少业，跟读诵金刚经没法比。等哪天我改行去教净土法门，我又跟他们说：“读金刚经没法跟念佛比，金刚经怪啰嗦的，阿弥陀佛才四个字。佛说，念一句阿弥陀佛，能消七百六十八点五亿阿僧祗劫的重业，金刚经才消多少劫？五百世。”我们学这个法门，当然要赞叹这个法门，而且这种赞叹又是真实的，又不是夸张。“先世罪业，应堕恶道；以今世人轻贱故，先世罪业则为消灭，当得阿耨多罗三藐三菩提。”这是在你修行的过程中，尤其在你受持金刚经、发心成佛、出家、有出离心的前提下，你被人轻贱，这是消业。如果没有这个前提，你被人轻贱，你的业越来越重，那一定是因为你犯傻，一定是可怜之人必有可恨之处。可是如果你是因为读金刚经了，那就不一样了。为什么？因为你读金刚经了，你有般若波罗蜜的智慧，别人讽刺你、污辱你，你能无我相无人相，你能欢喜领受，你这个福报功德一下子就把过去的重业给消掉了。你要知道怎么消的这个业？它并不是毫无缘由的迷信，不是你一读金刚经，业就消了。是因为你能够无我无人无众生无寿者，所以先世罪业即得消灭。因为你不再造新业，所以旧业得以消灭。如果你一边受持金刚经，一边执着我和我所，那也消不掉这个业。你执着“就我能耐，就我厉害”，这就跟实相相违背了。受持这部经必须要解义，要如实地去修行，才能够真正地消业。你在读诵的时候，很专注，很用心，不打妄想，随时能牧牛，能回到当下来，这时候念念都能够消无量劫的重业。

末法时代，受持此经一定会被人轻贱。这么好的一个时代，物质生活这么丰富的一个时代，你不好好享受生活，一大帮人聚在这么一个偏远的山区，天天读这一部经，有什么乐趣呀？一帮疯子！一帮神经病！我们有病吗？当然没有。我们傻吗？当然不傻。读诵受持金刚经的人地是世间最聪明的人。通达实相，活在当下，才是世间最快乐的人。你看咱们道场，有几个年轻的，人家活得多洒脱，从来不想明天，修得好！真消业啊！读诵这部经，解其义趣，真的消业。通达实相是最快的忏悔、消业的方法。“了即业障本来空，未了应须还夙债”，就看你是不是了达无我无人无众生无寿者。一念通达实相，比你心外求法，做有为的功课所消的业要快得多的多。

但是这一段话，也有方便之意，是为初学建立信心，鼓励初学读诵受持这部经。佛用这样的一种方式来鼓励大众受持此经，也确实能达到这种作用，所以就把这一点清晰地讲出来了。有人不太懂，不相信，那佛讲出来的你要相信，你相信就会去做，做了就能够消业。

“须菩提，我念过去无量阿僧祗劫，于燃灯佛前，得值八百四千万亿那由他诸佛，悉皆供养承事，无空过者。”于燃灯佛前，是释迦牟尼佛在遇到燃灯佛之前，跟了八百四千万亿那由他诸佛学法学道，在这些佛面前都是尽心尽力地去侍奉、去学法、去供养、去承事，没在一佛前是空过的。“若复有人，于后末世，能受持读诵此经，所得功德，于我所供养诸佛功德，百分不及一、千万亿分，乃至算数譬喻所不能及。”这里“我所供养诸佛功德”就是于八百四千万亿那由他诸佛前所做的供养、所修的功德。这句话是说我供养诸佛的功德，跟受持这部经的功德相比，百分不及一、千万亿分，乃至算数譬喻所不能及。我们想一想，在所有供养中，供养佛的功德是最大的。但是你供养了这多么佛的功德，都不如于后末世受持读诵此经所得的功德，连百分之一，千万亿分之一都不能及，就是没法比！为什么呀？因为你供养诸佛的功德是有为的，是无常的，是在无明里，在幻梦里，不是真实的，而读诵这部经能够了达实相，能够通达真实，这个功德、这个智慧是常的，所以这俩是没有办法相比的，不在一个等级上。

“须菩提，若善男子、善女人，于后末世，有受持读诵此经，所得功德，我若具说者”。佛如果具说的话，就没完啦，说多少劫也说不完，因为我们能够见实相，就彻底恢复了本来面目，就如真金一样，再也不会变化了。一个人他能够觉悟实相，是他生命里最光辉的一页。最值得骄傲、最值得称赞的就是觉悟实相。因为你一旦真正觉悟了，就永不会改变了，永不会退转了，不复做众生。就像金子从矿里提炼出来了，再也不会变成矿。这一件事，是我们每一个学法之人生命中最最重要的事情。如果佛讲这件事情的重要性，一直讲，不停地讲，讲无量劫也讲不完。如果说能够完全讲出来的话，有的人不会信，他会狐疑，甚至说他会狂乱。“或有人闻，心则狂乱，狐疑不信。”所谓的“狂乱”，就是他觉得这讲的肯定不是真的，胡说八道，这个世间怎么还会有这么大的好事呢？他不相信，甚至会诽谤。

“须菩提，当知是经义不可思议，果报亦不可思议。”“经义不可思议”，是因为这部经讲出了诸法实相，开示得明明白白。“果报亦不可思议”，是指觉悟之人能够得常乐我净，得无量寿，不生不灭，永断烦恼，永断无明，永超诸有，再也不会受轮回之苦，这是他真正的果报。而不是世间的那些生灭的福报，有钱有福啊，长命百岁啊，这个不是他真正的果报。生生世世来这个世间示现，都是以佛的心智，以佛的智慧来示现，你不用担心佛再来的时候会迷失，他一定不会迷失的，他无量劫来已经都修成了，这种力量是任何世间的烦恼都没有办法掩盖的。我们就尽这一生，尽这一报身精进勇猛，把这个事情彻底搞清楚，你就再也没有遗憾了，你也不会有恐惧，有忧虑，因为这件事情太重要了！而这部经把修行的方向、方法和它的功德果报都讲得明明白白的，所以“是经义不可思议，果报亦不可思议”。

我们看，到目前为止，佛从来没有间断，一直在讲受持这部经所得的功德、所得的利益，对于众生修道的这个作用。一直在反复地讲这个事情，就是为了让我们生信，就是为了让我们诵读，就是让我们布施世间的享乐，靠读诵这部经来改习气、来降伏其心，然后深解义趣。读着读着你就明白它的意思了，你就会像须菩提一样，我从昔来所得慧眼，未曾得闻如是之经。学了那么多部经，从来也没听闻这么深、这么有智慧的经典。读着读着，你就会发现自己以前读得太浅、太粗，没有深入。

（第十七品）“尔时，须菩提白佛言：世尊！善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，云何应住？云何降伏其心？”读到这里，有心人，能够深入思维这部经的人，就会发现，这部经从这里开始又重讲了一遍。这是经文开头须菩提问佛的问题。我们看这部经有没有意思？非常有意思！这是所有经典里非常少见的一个现象，就是它又开始重新提出这个问题来了。其实前边已经很多次都是在讲这一个问题，现在又很明确地提出来了：“云何应住？云何降伏其心？”从这一点我们看到须菩提也是非常有智慧的。禅宗祖师谱里应该加上须菩提这个名字。

“佛告须菩提：善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心者，当生如是心。”这个要仔细看，生什么心？“我应灭度一切众生，灭度一切众生已，而无有一众生实灭度者。”灭度什么呀？灭度自己的妄想，灭度自己的烦恼，摆平你遇到、见到的一切的不如意。不如意不是从外来，是你内心的抗拒和不接受。不是让你把众生给灭了啊！所以说语言文字这东西，你如果没看明白就很容易犯错。你也不能理解为只是灭度自己的烦恼，你身边遇到的人你都要和谐共处，这是灭度一切众生。要发这个心：我要和众生打成一片。没有心内心外的众生，你执着一个心内的，还是迷。你执着度自己的妄念，只是关注自己，完全不把任何人放眼里，这又理解错了。一个人走到你身边，“你离我远点，别妨碍我，我正度我的妄念呢！”你不知道那个人就是你的妄念，你先把那个人安抚好了，你这就没妄念了。

有时候我们烦恼，正是因为伤害了别人才会烦恼。如果你不伤害别人，不跟众生对立，你怎么会有烦恼呢？大家反观一下，我们最烦恼的时候，都是因为你伤害了别人，或者你觉得你被别人伤害了，都是跟外境有关，因为外境不是外境，外境一定是你内心的折射。要发这个心，要发和一切众生和光同尘，和睦相处的心。你跟所有的人都和睦相处，怎么会有无明、烦恼、我执、是非、我慢呢，不可能！“当生如是心，我应灭度一切众生，灭度一切众生已，而无有一众生实灭度者。”和所有人相处好了，你也不会生一个“我度了谁”，不会生“我灭度众生”想。“何以故？须菩提，若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，则非菩萨。”和一切众生和谐相处，灭度了一切众生的一个结果，你还会生起一个“我怎么着我怎么着”的心吗？不会了。你不再起一个“能”心和所心，你的我执和我相随着与一切和谐而息灭。并不是说我和所有的人在一起都非常融洽，能够慈悲喜舍，最后你这个我还露出来，那不叫慈悲喜舍。如果你真的能做到慈悲喜舍，我相一定要消失。它一定是同步的，就是心内众生心外众生的灭度是同步的。

“所以者何？须菩提，实无有法，发阿耨多罗三藐三菩提心者。”一开始我们不知道这一点。通过修行，通过做事，通过利益大众，大众生中磨练，我们最后观察到一切法其实都是自己的妄念、投射，都是自心的投射，是自心的无明，是名相和概念。这一点越清楚，越接近实相，越与实相相默契。最后你会发现，原来没有一个真实的发菩提心的主体，连佛都没有实性。所有的佛法，也并不真实。而这种领悟，正是发心而导致的结果，不是不发心。

“须菩提，于意云何？如来于燃灯佛所，有法得阿耨多罗三藐三菩提不？不也，世尊！如我解佛所说义，佛于燃灯佛所，无有法得阿耨多罗三藐三菩提。”这一段也是重复。我们看前边第十品，“佛告须菩提：于意云何？如来昔在燃灯佛所，于法有所得不？不也，世尊！如来在燃灯佛所，于法实无所得。”这两段描写的几乎一样，只是换了一个词，不停地在讲同一个道理。于燃灯佛所，有法得阿耨多罗三藐三菩提不？不也，世尊！如我解佛所说义，佛于燃灯佛所，无有法得阿耨多罗三藐三菩提。

“佛言：如是！如是！须菩提，实无有法，如来得阿耨多罗三藐三菩提。”黄檗禅师的《传心法要》里也一直在讲“无少法可得，名为阿耨菩提”。古人、祖师开示的时候，义理引用最多的就是金刚经，可能引用的时候会省略一个词，改一个字，但是它的意思完全是金刚经里表达过的。就像《维摩诘经》里讲：“夫说法者，无说无示；其听法者，无闻无得。”与金刚经里的这句话意思相同。包括释迦牟尼佛悟道的偈子“法本法无法”，都是和金刚经里的这个义理是完全一致的。

“须菩提，若有法如来得阿耨多罗三藐三菩提者，燃灯佛则不与我授记。”佛在遇到燃灯佛之前，之所以没有被诸佛授记，是他还有一念得法的心。就是他的得法之心没有息灭，有佛可成的知见没有泯除，只是因为这一念妄念，不能于诸佛前被授记。到了燃灯佛这儿，忽然领悟到没有少法可得，时节因缘到了，燃灯佛则与他授记：汝于来世，当得作佛，号释迦牟尼。我们看佛法并不是断灭的，没有法得阿耨多罗三藐三菩提，并不是说于未来世释迦牟尼佛就不示现成佛了。世谛上佛还要无数次地再来示现，这是无尽相，是世间相常住。生生灭灭即是不生不灭，你不能离开生灭而找一个不生不灭。

“以实无有法得阿耨多罗三藐三菩提，是故燃灯佛于我授记，作是言：汝于来世，当得作佛，号释迦牟尼。”这几句我们读着的时候，可能觉得有点重复和啰嗦，其实并不啰嗦。佛以这种语法、这种语式来强调一个很重要的问题，是为了重复一个重要的观点：没有法得阿耨多罗三藐三菩提，也没有得的人。

我们在背经的时候，这个地方不要大意，更不要错过。咱们一个字一个字地看，一个字一个字地背。练的就是耐心和细心，你在吐字清楚的刹那有可能一下就根尘脱落、大彻大悟了。

我们把这一段再读一遍，你多读就行。“佛言：如是！如是！须菩提，实无有法，如来得阿耨多罗三藐三菩提。须菩提，若有法如来得阿耨多罗三藐三菩提者”，这里有一个“者”字，别把这个字给落了！“燃灯佛则不与我授记：汝于来世当得作佛，号释迦牟尼。以实无有法，得阿耨多罗三藐三菩提。是故燃灯佛与我授记”。这部经里边提到了另一尊佛，叫燃灯佛。你得知道谁是燃灯佛，你旁边坐的那位同修就是燃灯佛，他照亮了你的前途，他跟你并肩而行，他不是燃灯佛是谁呀？“自性是燃灯佛！”大家都会讲这个！“自己是燃灯佛！”你被自己害了太久了，还自己是燃灯佛。大家天天都在讲，自己就是佛，自心是佛，自性是佛。也没看见你作佛，只作众生。没见你示现一点自在和清净，只示现烦恼了。自性是燃灯，这话咱就甭讲了。谁是自性？谁不是自性？“作是言：汝于来世，当得作佛，号释迦牟尼。”

我们看这一段，很清楚地表达了一个理论和概念。怎么成的佛呀？十方诸佛成佛都是回到原点，回到空无一物，回到一无所有，回到断一切相，离一切有，悟到无少法可得，也就是你保持原来的样子就行。不需要任何的努力，不需要任何的改变，不需要任何的施功。但这一句话你要做到，是很难的！为什么？佛法上努力这方面你全都做到放下了，但是贪嗔痴这块你还是很努力地在培养，没见你放下多少。你不修佛法，但一下在修贪嗔痴，那和这里的“无有少法可得”就不相应了。你还有贪、还有嗔、还有痴，还有各种让自己烦恼的东西，这就不是无少法可得了。

有烦恼，就没法见性。烦恼要方便断除。说是断除，最后你发现也并没有实有的贪嗔痴可断除，只是一念住着而已。只是自己没有力量，就被贪嗔痴所苦恼。保持原来，保持不动，保持不修，这话听着非常容易。但实际操作起来，就没那么容易了。你没有修行的惯性和力量，你无法保持原有，你无法安住寂寞和简单的生活，你会去造业，去抓取。你无法保持婴儿的状态，保持天真佛的状态。所以从这个角度来讲，从保持不造作的角度，不染污的功夫，我们把它叫做修行，叫做改习气，叫做转识成智。

金刚经讲记第十讲

同修们上午好，咱们继续来学习金刚般若波罗蜜经。

早晨发了一篇文章叫《读诵金刚经》，是昨天晚上写的。可能有的人还没有看，正好我们现在一起来看这篇文章（二零二一年十月三十一日公众号文章《读诵金刚经》），我给大家读一下：

金刚经所言信者，有十一处。所言受持者，有十三处。所言读诵者，有九处。所言福德者，近十处。所言为他人说者，有六处。所言布施者，近二十处。所言无所住者，近十处。言无我相、人相、众生相、寿者相者，有十几处。言无有法可得名无上菩提者，近十处。言发阿耨多罗三藐三菩提心者，九处。言持戒修福者，一处。言消业者，一处。言非相与离相者，有十几处。

可见此经以福德为基础，以信得入，以读诵为通利，以受持为日用，以为人演说为深解义趣，以离相为万行，以无法可得为得佛菩提，以此诸主要环节为修行要领。

而如是等环节，以读诵为中心。如何以读诵为中心？以读诵为实修，以读诵为修福，以读诵为持戒，以读诵为布施，以读诵为无所住而生其心，以读诵为离四相，以读诵为消业，以读诵为庄严佛土，以读诵为供养承事诸佛，以读诵普行恭敬，以读诵为如法安住，以读诵为降伏其心，以读诵为思维其义，以读诵为发菩提心，以读诵为无法可得。

故末世众生，受持此经，以读诵此经而做修行方便，当以读诵为要，当以读诵为重。

世尊殷勤教导，反复劝说，其深意自现。所有经中，唯此部经，佛如是繁劳殷勤咐嘱，劝大众读诵此经。可见读诵此经必有不可思议的作用。其作用微少者，唯不信耳。若能一念生信，功不虚施。

以受持读诵此经，能布施三毒，能舍世乐，能以法自娱，能以读诵为筏，能转所依，能如法安住，能度自心妄想，能竭爱欲习气，能清口齿，能定心神，能一心不乱，能熏修般若，能思维经义，能如说修行。

以要言之，读诵此经，即是布施，即是持戒，即是忍辱，即是精进，即是禅定，即是智慧。读诵此经，即不染六尘，于法无住。读诵此经，即不念过去心，不念现在心，不念未来心。读诵此经，念念清净，念念行般若，念念度众生，而实无众生得度。读诵此经，即是须陀洹，即是斯陀含，即是阿那含，即是阿罗汉。所言四果者，即非四果，是名四果。读诵此经，即知一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，如实观于法。读诵此经，即是尊重诸佛，即是礼拜如佛塔庙，即是以诸花香而散其处。读诵此经，即行诸佛路，即是燃灯佛前受记。读诵此经，即于八百四千万亿那由他诸佛前供养承事，无空过者。即读诵八百四千万亿那由他诸佛所得阿耨多罗三藐三菩提佛法。所言佛法者，即非佛法，是名佛法。读诵此经，即是第一波罗蜜。第一波罗蜜者，即非第一波罗蜜，是名第一波罗蜜。

所以末世众生修道，以读诵此经为安心法门，为最上第一稀有微妙之法，为入道安心之要。

其有信者，谁不读诵？其有福者，谁不受持？其有苦者，谁不仰赖？其不安者，谁不依怙？唯读诵者，亲证其妙。唯读诵者，必获其利。其实践者，皆得法喜。其实修者，皆得成佛。乃至读诵一四句偈，如来说此人功德，无量无边，不可具说。

是故于今劝请同道、同修、善友、善知识，一切大众，每天坚持读诵此金刚般若波罗蜜经，常诵不辍，是为最胜菩提因。

这是今天早晨发的文章，主要是讲读诵的作用和意义，劝导大众读诵金刚经。

我们这次讲金刚经、学习金刚经，其实最大的一个意义就是为了劝大众读诵此经。如果空讲其义理，那自古以来，讲这部经的人太多了，各种各样的著书，包括六祖大师、傅大士，甚至一些禅师都以各自的风格和特点讲过这部经，如果只是学习佛的知见，那我们看那些著书不就完了么。但是我们这一个时代有我们这个时代修学的特点，古人的东西，我们可以借鉴，但是全部照搬对我们没有利益。那我们就得发现这个时代的修行特点，从自身的需要出发，来以新的角度和方法学习这部经。

佛陀在金刚经里反复地嘱咐大众，要受持读诵此经，经文中受持读诵的语句加在一起就有近二十处，反反复复地劝请大众读诵此经。佛陀一定是预见到未来世，就是末世众生的根基，当以读诵为船筏，方便入道。而像唐朝时候那样的禅师越来越少。即便像马祖、黄檗、临济这些大根基的人，我相信他们对于金刚经也都能够烂熟于心，出口成章，引经据典。为什么？一定是熟读此经。而这个时代，我们很多人学佛，功课也不做，牧牛也不会，也不坐禅，也不持戒，也不知道保护六根，一切修行的基础都不打，妄想直接学习最上乘法，真是异想天开。这部经读得也很肤浅，遍数也很少，读其他的佛经也是走马观花，今儿看一段，明儿看一段，没有好好地把一部经看熟读透，不能领悟其根本宗旨和修行渐次。首先实修的基础没打好，更别提领悟第一义谛了！就算有些领悟，也都是知解出来的，跟别人学的，不得自己受用。

我们看经文：（第十七品）“何以故？如来者，即诸法如义。若有人言：如来得阿耨多罗三藐三菩提。须菩提，实无有法，佛得阿耨多罗三藐三菩提。”这里佛重复了如来的真实之意，所谓如来者，即诸法如义。“诸法如义”这四个字，其实也道尽了一切的实相。一切现成，见山是山，见水是水，一切依旧，不需要我们用任何的心力，任何的修证，默契而已，直下便是。就像这部经开头的四个字一样“如果我闻”，你不要光是把这个“闻”作“听”讲。这个“闻”，包括六根对六尘的一切见闻觉知。眼耳鼻舌身意就像春风一样扑面而来，就像花香一样沁人心脾，就像悦耳的鸟声一样，直历耳根。这一切的一切，就像一位大德、一位很有智慧的人站到我们面前，我们马上如沐春风；又像一个很搞笑的人站在我们面前，我们立刻就心花怒放，很开心。这都是“如是我闻”。所以“闻”不仅仅指耳根，“见”也一样，不仅仅指眼根。我们天天总说见性、见法、见道、见如来，这个“见”也不局限于肉眼见，当然也包含肉眼，但它是广义的，它还有心眼、有法眼、有慧眼。同样“闻”也是，还有性闻、有心闻，六根能同时闻。所以“如是我闻”，这部经也就讲完了；“诸法如义”，这部经又讲完了。

我们看古人对金刚经是非常熟悉的，烂熟于心，即便是禅师也是这样。《大珠和尚顿悟入道要门论》里面，有一个讲金刚经的座主，大珠和尚就问他：“经云：若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。那什么是如来？”经里面这样讲啊：以色见我，以音声求我，是行邪道，不能见如来。那什么是如来？这个座主说：“某甲到此却迷。”意思是你问这个，我倒不懂了。然后大珠和尚就说：“从来未悟，说甚么却迷。”就是从来没有悟过，说什么迷啊！座主以为自己以前悟过，现在又迷了，叫“某甲到此却迷”。大珠却毫不留情地说：你从来未悟，说甚么却迷？这个座主就说：“请禅师为说。”大珠说：“大德讲经二十余座，却不识如来？不见经中说：如来者，即诸法如义。”你看一问就卡住，就说明这部经根本没有看明白。至少你连搬一句出来都不行，诵的遍数不够，讲经的次数也不够，再多讲几遍就能说出这一句了。

我们看法师和禅师之间的区别，法师是依文解义，禅师是活学活用。法师按理说是每天研究经典的，可是真正用起来，捉襟见肘。我们以为禅师都不通经论，其实禅师全都是通经论的，而且随手拈来，巧妙运用，用起来如鱼得水。如果你生搬硬套，自己学的都会忘了。说明我们学法修行不能学死法，一定要把自己本性的活法激发出来。

“如来者，即诸法如义，若有人言：如来得阿耨多罗三藐三菩提。须菩提，实无有法，佛得阿耨多罗三藐三菩提。”如来不是外得的，它是本有的，一切现成的。包括得者，亦是虚妄，是一个影像，没有实法，更何况所得的法，更是没有实法。

“须菩提，如来所得阿耨多罗三藐三菩提，于是中无实无虚。”说阿耨菩提，无上菩提，只是为了表达无法可得，所以实相之法、佛法、佛果也是假名。所谓“无实无虚”，虚实是对立二法，以虚立实，因实有虚。无实无虚是不二之法。“虚”是从众生位来讲，无明、虚妄。我们说没有实法，诸法如梦如幻，这也是从众生的角度来讲。立一个真如的假名，就有一个虚妄的无明，虚妄的众生、妄念。佛性也是一个妄念，是一个名字，只是佛的一个善巧方便，安置了一个“佛性”的假名。“佛性”真正指向的意义是超越了心意识和一切的形象。如果你思维它，你执着它，你分别它，那反而不是它。所以虚与实、真与假、性与用、体与用、体与相等等，这一切都是方便安立，都是假名，并无实法，不可执着，迷与悟、凡与圣都是方便说。

“是故如来说一切法，皆是佛法。”这一句跟“诸法如义”是遥相呼应的，是前后对应的。“如来者，即诸法如义。”诸法如义就是一切法如实相，一切法如义，一切法如如，法法如义，法法是佛，一切法皆是佛法。这一点一悟便了，不能落成一个知见。所以佛紧跟着又讲，“须菩提，所言一切法者，即非一切法，是故名一切法。”也正是因为“所言一切法者，即非一切法，是故名一切法”，才说“一切法皆是佛法。”因为一切法不是实有的，所以它才是佛法。如果是实有的，反而不是佛法。正是因为无法可得，才是无上菩提。无上菩提的意思是无法可得，是无上菩提亦不可得。这个是需要我们自己去深入、去领悟、不能只记一个名字，记一个概念，要深解义趣，时时不忘失。

“须菩提，譬如人身长大。须菩提言：世尊！如来说人身长大，则为非大身，是名大身。须菩提，菩萨亦如是，若作是言：我当灭度无量众生，则不名菩萨，何以故？须菩提，实无有法，名为菩萨。”这部经里面讲到非相、无相、离相的地方有很多，其实讲“人身长大”、“佛说是沙否”、“三千大千世界”、“虚空”，都是用来比喻法身，比喻无相的佛性。这里“人身长大”也是比喻法身，只不过众生着相，容易着在一个“大”、“长”、“深”、“须弥山”、“恒河沙”等等上面。在《楞伽经》里面，佛说恒河沙其实并不是在讲那个沙，而是喻诸佛法身。那我们看金刚经就明白了，佛说是沙，则是非沙。表面讲的是恒河沙，其实讲的是非沙，讲的是无相，讲的是无量。说福德有实，即不说福德多，以福德无故，才说福德多，福德无就是比喻佛性；恒河沙也是这样，如果恒河沙有数就不说恒河沙多，以恒河沙无故，说恒河沙多；人身长大也是这样，它是非大身，所以才说它大，如果是有身、有相，就不叫大身，就不是法身了。我们一定要明白这个意思，这里讲到无，都是讲法身，讲佛性，讲无量，讲虚空无相。其实是让我们见到那个无相的法身，见到离名、离相、离文字、离言说、离心意识，离量数的真实相。所以须菩提就说：“世尊！如来说人身长大，则为非大身，是名大身。”

“须菩提，菩萨亦如是，若作是言：我当灭度无量众生，则不名菩萨。”菩萨如果说我当灭度众生，认为实有众生得灭度，则不名菩萨。“何以故？须菩提，实无有法，名为菩萨。”连度众生主体都不真实，都是如梦如幻，怎么会有得度的众生呢？一切有为法，如梦幻泡影，菩萨众生，皆如幻化。菩萨在不在一切有为法的范围里？当然在。你讲出来一个，一定是有为法，所以语言文字只能作为一个导引，并没有实法。连菩萨尚不真实，更何况发菩提心度众生，更不真实了。我们也就知道，所谓的度众生也不过是把众生的概念、名相、妄想、执着度尽，见众生而不生众生想，众生众生者，即非众生，是名众生。所以你通达这个了，这叫降伏其心，这叫应生如是心：我当灭度一切众生，而实无众生得灭度者。

灭度是灭度概念，包括佛的概念、菩萨的概念、阿罗汉的概念、一切众生的概念，把所有的概念全都灭度，是名度尽众生。经里有三处，讲到无菩萨，无佛，无罗汉。一个是实无有法名阿罗汉，这里又讲到实无有法名为菩萨，还有实无有法名阿耨多罗三藐三菩提，这几句就概括了诸法的实相，一切法都不实，都没有一个真实性。没有真实性，才是真性。所以没有真实性和真性，是一不是二。这个就很难理解了，就需要你领悟，需要你深入。直接用，就是不二，一思维就二了。

“是故佛说一切法，无我、无人、无众生、无寿者。”这里所表达的和《楞伽经》里边讲的“二无我”是一样的，也就是说“一切法无我”，包括了人无我和法无我。能够通达一切法无我无人无众生无寿者，即名实相，即名真性，即名真我，即是空如来藏，又是不空如来藏，也是空不空如来藏。你把它命名成什么名字都可以。佛性、真如，都是无我，也是有我。所以我们不要执着无我无人无众生无寿者这个名字。无我的同时是真我，无人的同时是真如来，无众生的同时是大心众生、是善法众生，无寿者是无量寿。如果你执着一边，就跑到断灭去了，所以这里的每一个词语都是在表不二之性、表中道。

“须菩提，若菩萨作是言：我当庄严佛土，是不名菩萨。何以故？如来说庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。”这个前边也讲过一次，（第十品）“须菩提，于意云何？菩萨庄严佛土不？不也，世尊！何以故？庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。”这里又强调了一遍。“若菩萨作是言：我当庄严佛土”，这里的“庄严佛土”，是心外求法的意思。简单来讲，就是改变外境，逃境以安心。比如我总想居住在一个清静的、漂亮的、寂静的、没有人打搅的地方，周围的环境也都干干净净的，不能有一点脏乱。外境稍微有一点变化，你就不舒服，就紧张，就害怕。你的心不清净，你的心不静下来，你不通达实相，给你再好的地方，你也待不住，你也不会自在，你也不会解脱。所以说庄严外在的佛土没有用，改外境是没有用的，心外求法永劫不得道。

那佛陀所说的庄严佛土是什么意思？菩萨庄严佛土，怎么个庄严法？心净则佛土净，从内心下手，改变自己的用心，清净其意。改变自己看事物的心态和角度，用善意和美好来看这个世界，则世界处处善意和美好。用恶意和残缺的心态来看世界，世界则处处黑暗混乱。所以诸恶莫做，众善奉行，自净其意，是诸佛教。你心变了，境就变了。如果你执着我要改变这个世界，我要做善事，修功德，我要度人，我要让这个世界变得更美好，那就错用心了。这个就跟你站在镜子面前：“这个人真丑，我得擦，我要把他擦得漂亮一点儿。我得拿刀雕刻他，重新雕刻。”你怎么摆弄那个镜子，镜子里的相也是丑陋的，因为镜子外边的人站在那儿呢。你好好修，就能转相，转相再站在镜子前，就不用擦了。

“我当庄严佛土，是不名菩萨。”心外求法，不名菩萨。“何以故？如来说庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。”如来所说的庄严佛土，没有一个土可庄严，没有一个境可除，也没有一个境可离，也没有一个境可得。心尚不可得，更何况境呢？通达这个才是真正的庄严佛土。

“须菩提，若菩萨通达无我法者，如来说名真是菩萨。”如果通达没有一个能庄严的，更没有一个所庄严的，能庄严与所庄严只是一个幻用而已。通达这一点，才是真正的菩萨。并没有一个实法叫菩萨，没有一个实法是佛，更没有一个实法是法，通达这个叫佛法、叫实相。所言佛法，所言实相者，即非佛法，即非实相，是名佛法，是名实相。

大家在私底下，我们也可以这样给同修去复述、去讲金刚经，别嫌麻烦，听的人也要有耐心。我们做每件事其实都能开悟，最关键的地方，就是你别想目的，别老想结果，你别想我做这件事能得到什么利益。你就做，利益都在做里边了，在做的当下，而不是在它的结果上。这个就考验我们的耐心和智慧了。最近我发现在修行中有一个词特别妙，叫“耐心”。耐是忍耐的“耐”，久是长久的久。耐心就是长久随顺的心。你做什么事情一定别急躁，因为每件事情中都有实相，每件事情、每一个当下都有无上的妙理，只是你老错过、错过……比如我们每天背诵金刚经，大家找我来“交作业”，找我来复述，有些人复述完急急就走了。有些人有点心眼儿，就留下来在那儿听。为什么？他听别人复述等于他又复述一遍，而且会一直坐在那儿听。就算你坐在那里没有熏修别人复述的内容，你就是坐在那里，那也不一样。你坐在那里，可以听听师父怎么讲同修们的问题，看看你有没有这些问题，都是你参究、深入、领悟的时机，总比你晃晃悠悠不知道干点什么、心不在焉要好。我们读禅宗灯录，有很多禅师都是在祖师给其他的学人开示时，自己在旁边留心听到了，忽然有悟，忽然有省。日常生活中有很多悟道的时机，但你要懂得慢下来，有耐心，别急，安住下来。我们要懂得把握住离你最近的时机，要有耐心，别急，不需要到远处，到未来去求。就在你眼前、当下，就有悟道的时机，但你一定要静下来，不要急躁。

我们做这一切，其实就是为了让自己的心静下来，然后能够领悟这个妙理。这个妙理是需要无量的缘，需要很多的条件才能够达到。你静不下来，就无法悟道。如果心不静，读再多遍金刚经也没有用，因为你三心二意，经文读不懂，牧牛的功夫也没养成，读只是嘴上读，心没静下来，意思就摆在那儿了，你就是看不见！但是如果你心清净了，再读金刚经，一字一句都心心相印。

我们学法一定要有耐心，要懂得能够静下来，别急，别躁！读诵也有这个作用，其实就是让我们把心沉下来，不要急躁，将来我们有机会可能会再组织一些精进期，然后就是反复不停地这样熏陶，不停地读诵。培养耐心，训练专注力和长久做事的能力。

佛讲读诵此经的用意，就是让我们把心安住下来。还有一点，末世众生，修行上主要的一个特点，就是心散、杂用心。我们学习佛法，一开始都是今儿学这部经，明天学那部经，今天学这个方法，明天学那个方法，心用的太散，没有好好地一门深入。希望我们以后这个心用得更专注一点，把精力和时间都用在受持读诵金刚经上边。很多意思多读几遍就懂了，世尊的本怀和深意你就知道了。可是这个东西如果让别人给你讲，作用不大，因为别人讲是他领悟的，你要懂得自己去领悟。自己怎么领悟呢？就多读、多背、多思维。

咱们在修行这条路上有两个环节做的特别少：一个是读诵，还有一个就是思维。这个“思维”，有些人是因为误解了，觉得禅宗修行不能思维，大错特错！禅宗是思维力度最强最大的。今天早上我看《禅关策进》，莲池大师所著的。在他那个时代，宋末明初有很长一段时间，大慧宗杲提倡参话头，就是所谓的参禅，参“狗子无佛性”，“万法归一，一归何处”，“念佛的是谁”……参很多的公案。他这一天到晚都要咬着这个话头，都要参。这个参可不是像念佛一样把这句话念出来，是真的去想，去思维，只是你心力不够，是没法可想的，也不知参什么，你想不进去。我们现在就更搞笑了，搞笑到什么程度？连背一句经文都背不进去，你就想一想，你的心是多么散！你的定力和智慧是多么的弱，你的心力是多么弱！你根本集中不了心力来把一句话背下来，你怎么去思维其义呢？这也是为什么我们读了这么多经，一句也记不住，一个义理也记不住。义理记不住，你就不会修行！你就整天地到处跑，去见法师，去听法，去问别人该怎么修行。佛经里写得明明白白，你不读，也读不懂，就跑去问这个人，问那个人。你问的人有的比你还笨，更不懂，给你讲一大堆邪知邪见，你当成宝贝，抱了好几年，完全没用，最后扔掉，继续去向别人那里找佛法，不懂得自己去深入经藏。

还有，虽然你也在读佛经，不懂得思维其义，人家一问你个问题，你完全不知怎么回答。生活中一遇到一点事情，你就手忙脚乱，你就烦恼，因为你忘了这个实相之理，就是因为我们平时根本不用这个脑子。我虽然经常讲“大家要多休息，别用脑子”，那是别让你在世间法上用那么多心思和心计，少思虑，没让你不思维佛法。还有一种情况是，有些人看经看得太入迷了，一直知解，跳不出思想和心意识，被语言文字障碍住了。对那些人来说，要懂得休息头脑，不能一直思维。无上甘露，如果错服了，就成毒药了。希望大家再重新服服药，思维其义这个环节必须补上。

这个脑子是要用的，因为我们不是植物人，我们也不是木头疙瘩，也不是草木瓦石，是活生生的，能思维的，有情，是有心的。你要不用的话，在领悟法的这个环节上就丧失了它的意义。诸佛一定是觉悟的，是活的，而不是死的，所以咱们这个脑子还是要调动起来。脑子就是用来思考的。但是我们要学会善思维，思维善法，而不是思维烦恼，思维我执。多读诵，多思维，你读诵得不够就思维不出来。你读诵得多了，心也静了，妄想烦恼尘劳少了，智慧也就出来了，也就能思维了，这都是环环相扣的。

（第十八品）“须菩提，于意云何？如来有肉眼不？如是，世尊！如来有肉眼。须菩提，于意云何？如来有天眼不？如是，世尊！如来有天眼。须菩提，于意云何？如来有慧眼不？如是，世尊！如来有慧眼。须菩提，于意云何？如来有法眼不？如是，世尊！如来有法眼。须菩提，于意云何？如来有佛眼不？如是，世尊！如来有佛眼。” 这五眼，不但如来有，一切众生都具有，是性有，如来法身有，非个人有。悟道之前有佛眼、有肉眼、有法眼、有慧眼、有天眼。悟道之后，眼是什么？不过一个名字而已。眼都不立了，更何况一眼二眼、三眼四眼五眼。我们也就知道：所言肉眼乃至佛眼者，即非肉眼乃至佛眼，是名肉眼乃至佛眼。虽有五眼，随缘会用即可，不可执着五眼。若能不着，肉眼即是佛眼，肉眼即是法眼，法眼即是慧眼，慧眼即是佛眼，五眼就变成了互通。《涅槃经》云：肉眼见佛性。二乘人以天眼、以法眼来见三千大千世界，而悟道之人以肉眼就能见三千大千世界，就能见一切法。为什么呢？因为法本无法，无法才是真法。并不是说我拿肉眼就能看见三千大千世界以外的世界，看到的也是假的、也是幻的，所以得看到三千大千世界的实质。三千大千世界的实质是什么？即非三千大千世界，是名三千大千世界。三千世界只是一个概念，一个妄念而已。这叫如来的肉眼乃至于佛眼。

“须菩提，于意云何？如恒河中所有沙，佛说是沙不？如是，世尊！如来说是沙。须菩提，于意云何？如一恒河中所有沙，有如是沙等恒河，是诸恒河所有沙数佛世界，如是宁为多不？甚多，世尊！”我们一开始背这一段的时候，我记得大家都被这个恒河和恒河沙绕的不行了，这几句话背半天也背不下来，时间长了发现这几句话也不难背，只是因为我们没有用心，只是因为陌生它就很难背。

“如恒河中所有沙，佛说是沙不？”依世谛讲，恒河沙，佛也说是沙，所以须菩提言：“如是，世尊！如来说是沙。”佛也离不开世谛，也离不开世间的语言文字，虽然佛说是沙，但是佛知道没有沙，是名为沙。

佛又问：“须菩提，于意云何？如一恒河中所有沙”，一恒河中假设有一万亿粒沙，只是假设，可能还更多。“有如是沙等恒河，是诸恒河所有沙数佛世界”，就是说每一粒沙是一个恒河，有一万亿个恒河，然后这么多恒河沙的世界，多不多？你看佛虽然没有用传统的数字来形容，但是他这一比喻，我估计数学家想这个问题都很难想清楚，用数学公式都很难表达。佛用这个比喻，其实是在讲数量非常多。“如是宁为多不？”须菩提说：“甚多，世尊！”

“佛告须菩提：尔所国土中，所有众生，若干种心，如来悉知。”这么多佛土里所有众生的心，如来悉知。过去有人认为，佛的神通、佛的智慧就是能知道所有众生的心念，知道一棵树上所有的树叶有多少，知道三千大千世界的微尘数有多少。我们看佛怎么讲：“何以故？如来说诸心，皆为非心，是名为心。”如果众生有实，他知道所有众生的心，这是难以想象的。但是众生是妄想！是概念！是念头！众生是幻化的，他的念更是幻化的，根本就没有一个实有的众生，我们又去哪里知道众生心呢？如果说你知道有众生，然后知道他的心，这又是什么呢？这是实相吗？这是妄想！这是自己打妄想！这里所说的如来知道一切众生之心，怎么知道的？知道诸心皆为非心，是名为心。实无有心可知，知道这一点，叫做所有众生，若干种心，如来悉知。“所有众生，若干种心”是什么心呀？没有这个心，没有心可知。众生也非众生，如来只是知道这一点，这才是实相。至于佛知不知道一棵树上有多少树叶，恒河里有多少沙子，所有佛土世界里到底有多少众生，那都是毫无意义的。知道也毫无意义，不知道也毫无意义。那不是一个修行者所要关心的问题。因为知道那个数字，并不能了解实相，也不能解脱烦恼。而是恰恰是陷入轮回和幻相。而了知众生无心，亦无有众生可得，才是实相。知道这个，才能真实解脱。真实解脱，才是学佛和修行的意义。我们不要把这个最重要的目的忘了，而陷入佛知不知道有多少众生心这个虚妄的问题里。

有很多人学佛，会执着于佛的神通和能力，忘了佛亦是幻。佛所有的能力，也都是有为，是生灭，于实相中，究竟是空。那不是我们要关心的问题。

金刚经讲记第十一讲

同修们上午好，咱们继续来学习金刚般若波罗蜜经。

（第十八品）“佛告须菩提：尔所国土中，所有众生，若干种心，如来悉知。何以故？如来说诸心皆为非心，是名为心。”不仅众生心不可得，你我之心不可得，如来心亦不可得。如来若有心，则为非如来。所以说一切众生，若干种心，如来悉知。悉知什么？悉知众生无心。知众生心，即非众生心，是名众生心。

“须菩提，所以者何？过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”过去心不可住，现在心不可住，未来心不可住。不可于现在生心、不可于过去生心，不可于未来生心。现在、过去、未来，皆不可得，不可住，皆是非心。你找不到一个实有的心可住。众生心念念不住，念念不可得。若心可得，心即有住，则为非得，则为非住。我们明白这一点，你真的悟到这一点，也就觉悟了，也就了达诸法实相。金刚经里处处都有这样的正法眼，而且每一处实际上都是围绕着这一点在讲。包括前面讲的恒河沙，佛说是沙否？是沙多否？其实这些都不是在讲沙，都是在讲如来性，在讲法身，在讲非沙，是名为沙。在讲一切法都是从妄念而有，从概念而有，而真实性、体性、法身离于这一切的名字、名相、概念和分别。在《楞伽经》里，佛说恒河沙是指法身如恒河沙，像恒河沙。为什么？一切牛羊马、恶人从沙上踏过，沙无有心，是以此来形容如来法身。你不能说沙即是法身，而是以沙来喻法身。你不能说猪狗就是佛，但猪狗亦不离佛性而有。因为畜生相对于人来说，没有分别、没有妄念，以此来形容法身、形容佛。虚空亦复如是，须弥山也是这样，恒河沙也是这样。为什么用这些大的、多的意象来表法身？就是取它的一个特点，因为佛性法身不可见，所以我们只能以譬喻得解。

这里所讲到的恒河沙的数量也是这样，讲到福德、讲到福德多也是这样。如果福德有实，即不名福德。如果福德有实，那不是法身的功德，那就变成了福报了，变成有为的、有偿的。

（第十九品）“须菩提，于意云何？若有人满三千大千世界七宝以用布施，是人以是因缘，得福多不？如是，世尊！此人以是因缘，得福甚多。”满三千大千世界的七宝，就是用所有的七宝把三千大千世界都填满了，用这么多的七宝来布施，此人以是因缘，得福甚多。

“须菩提，若福德有实，如来不说得福德多；以福德无故，如来说得福德多。”这里的“福德”，佛真正要表达的、让我们领悟的，还是法身的无尽功德藏，是不可思议的、是无量无边的、是无限制的、是用之不竭的。但是众生会贪着，所以佛陀又方便讲，受持此经，得无量的福德，功德不可思议。但我们读明白了，你要读到佛的真实用意，是让我们离开对福德福报功德的执着。菩萨于所得福德不能贪着，贪着即着我人众生寿者，即不名菩萨。

（第二十品）“须菩提，于意云何？佛可以具足色身见不？不也，世尊！如来不应以具足色身见。何以故？如来说具足色身，即非具足色身，是名具足色身。”如果以具足色身见如来，那如来就变成了有限量的，变成了可见的，变成了有相的。不可以具足色身见如来，这是破除众生对相的执着。所以这里须菩提很确定地讲到：“不也，世尊！如来不应以具足色身见”。为什么呢？如来说具足色身是假名，是方便说，而真正的具足色身，是法身，是非具足色身，是不可思议的，所以是名具足色身。

“须菩提，于意云何？如来可以具足诸相见否？不也，世尊！如来不应以具足诸相见。”为什么？如果具足诸相见，那就变成了一合相，变成了一个定法，变成了可思维、可理解、可把捉、可把握、可寻觅，就变成了一个妄念，所以如来不应以具足诸相见。“何以故？如来说诸相具足，即非具足，是名诸相具足。”佛所说的三十二相、八十种随行好，还有一切的相，其实是讲法身、讲无相、讲无相相、讲无尽相。这个无尽相包括一切世间相，一切法相，它没有尽头，它没有期限，不可思议。是法住法位，世间相常住。佛虽讲离相，即是在讲法身，讲无相。为什么《金刚经》里有这么多处离相，有很多处都在讲非身是名大身，都是在破相，破相即是法身，并不是别有一个法身。

（第二十一品）“须菩提，汝勿谓如来作是念：我当有所说法。莫作是念！何以故？若人言如来有所说法，即为谤佛，不能解我所说故。须菩提，说法者，无法可说，是名说法。”佛这时候又讲到，“须菩提，汝勿谓如来作是念：我当有所说法。”为什么？如果如来作是念，如来则有我相，则有法可说，则有法可得。为什么说一般的禅宗祖师，学人来参学，都会给他一句：我若有实法给你，即是骗你。六祖讲过，很多祖师讲过，你到我这儿来求法，我这里什么都没有，我只能给你一个无法。如果我有法给你，就是诳你、骗你。为什么祖师能这么确定无法可得？金刚经读多了！把佛讲的话变了一下嘛。不要作是念：如来会生心，会说有法可说。如来若作是念，则有我相，不名如来。

“莫作是念！何以故？若人言如来有所说法，即为谤佛。”如果说你认为我这有法与人，那就是骗人，那你就是在谤佛谤法。为什么长庆大安禅师说“吃沩山饭，拉沩山屎，不学沩山禅”。祖师又说：“若于佛祖边求，此人未具眼在。劳持生死法，唯向佛边求。目前迷正理，拨火觅浮沤。”念念你都错过了你的本性如来，你还在佛边求，你还在听佛讲法。听佛讲法，不如听风听鸟讲法。佛讲法不过就是用种种的善巧方便把我们领进实相中来，让我们能听得懂他什么也没讲，让我们悟到这一点。悟到这一点才是最究竟的，前期一切修行都是方便。如果你做了再多的功课，你诵了再多的经，你每天非常精进，二十四小时都在诵经，都不睡觉，可是你就是悟不到这一点，那你所做的功夫也是毫无意义的。我们做这一切的功课是为了明白最后、最根本的这一点：无所得。每个人都能于燃灯佛前授记：“汝于来世，当得作佛”。我们学一切法，不过是为了无所得，为了放下一切的执着，一切的妄想。

修行就是通过经典这一艘筏，读诵的筏，修道的筏，三十七助道品这些筏，来达到无所得。如果有人认为如来有所说法，即为谤佛。这个世间谤佛的太多了，把佛当真，把佛讲的法当真，执着佛的种种说法，并以此来要求别人，诽谤别人。他认为如来有所说法。像白居易一样，他就曾经问过一位禅师，长篇大论，举出六部经来，三部经和三部经所讲的完全对立。他就认为如来有所说法，而且他相信了。他又错误地理解了如来是真语者、实语者的意思。他把这个真语理解为世谛里边的那个真实，而没有明白如来所说的真语、实语是默契于实相的智慧语。而默契于实相的语言就远远不是世谛所能够表现、表达的。在佛法实相里，你可以呼牛为马，你可以举泥土为黄金，搅长河为酥酪。但如果在世人那里，你欠人家一万块钱，你拿点草叶过去了：“我还你一万块钱啊，一切都是法性显现。”人家直接就给你打出去了。你能用世法来衡量佛法吗？衡量不了。如来无法可说，如果你执着如来有法可说，你又执着佛是真语者，错误地理解这句话，你自己就打起来了，你想破脑子也想不明白佛的用意。佛在很多地方讲的法，表面上看，语言是有冲突的，那是因为你认为有法可得，你执着了文字，没有看懂佛是为什么那样讲，为谁那样讲。所以金刚经里面有一句话：“如来所说法，皆不可取、不可说、非法、非非法”。“不可取”是不能执着。不是让你都不信，也不是让你全信，是让你真实信，如理如法地信。你得知道佛陀的本意是什么，然后再信受。不能盲信，也不能依文解义。佛从来没有讲错，只是我们错误地理解了；佛讲的法从来都没有矛盾过，是不同时节，不同因缘，因不同的众生而做的一时方便说，我们都不能执着。

如果有人说如来有所说法，认为有佛，佛是一个实法，释迦牟尼佛是真实的，两千五百年前的这个佛是真佛，他所说的三藏十二部都是放之四海皆准的真理，这是谤佛！没有真正明白佛所讲的义理、实相，不能解我所说故。

“须菩提，说法者，无法可说，是名说法。”这个“无法可说”你也不能执着。有人问你，今天打板了么？打板了，你就直接回答“打了。”打了就说打了，别不说话。你这一不说话，你是无法可说了，我这中午饭找谁去？维摩诘默然，你也不能执着这个默然，得分场合和事情。该讲话得讲话，不能动不动就不说话。说而无心，说而无说，是名说法。你看佛讲了这么多年法，他还是能确凿地说：我四十九年来一字未说。明明说了三藏十二部，却信誓旦旦地说：我什么也没说。得这样，才是真无说。不能着一个“无说”的相。偶尔不说话可以，别总不说话，除非你是哑巴说不出来，那你真的就法身示现了。我们说法也不能执着，不说法也不能执着。草木瓦石，鸟儿溪水，山色春光，这些都是佛在讲法，你不能说它不说法。所以一切法都是佛法，一切说都是佛说，所有的众生语言都是佛说。为什么？它们无心，正好合道。

“尔时，慧命须菩提白佛言：世尊！颇有众生，于未来世，闻说是法，生信心不？”可能细心的人会看到前面已经问过这个问题了，（第六品）“颇有众生，得闻如是言说章句，生实信不？佛告须菩提：莫作是说！如来灭后，后五百岁，有持戒修福者，于此章句能生信心。”这里须菩提又问了一次：“世尊！颇有众生，于未来世，闻说是法，生信心不？”

“佛言：须菩提，彼非众生，非不众生。何以故？须菩提，众生众生者，如来说非众生，是名众生。”这次佛陀的回答，是从究竟、了义、第一义谛的角度直接给出的。你不要问有没有众生于未来世闻说是法，如果说有，那彼非众生，非不众生；如果说没有，彼非众生，非不众生。说有说没有，都要契合于实相。能够契合于实相，你怎么回答都没问题，不能够契合实相，你跑哪边儿都是错的。

你明白实相，“佛殿里的佛是不是佛？”是佛；“佛殿里的佛是不是佛？”不是佛；“佛殿里的佛是不是佛？”是佛又不是佛。你哪句也没错。“佛殿里的佛是不是佛？”吃了吗？没有！还不敢紧去吃饭！

你不明白的时候，你说它是佛，错了，着相；你说它不是佛，错了，你又沉空；你说它是不是佛，又在打妄想。你不明白嘛！

这里佛讲了“彼非众生，非不众生”。没有什么众生信不信这部经，不用考虑这个问题，无关信不信，论不到受持不受持这部经，读不读这部经！因为根本就没有信这部经的主体。彼非众生，非不众生，这才是实相。“何以故？须菩提，众生众生者，如来说非众生，是名众生。”“众生”是佛安立的一个假名。佛所说的“众生”，是没有众生。他用“众生”要表达的真实的意思其实是佛性，不是我们所理解的众生相。佛性是众生，众生是佛性，所以离众生觅佛，犹如离水觅食。心佛众生，三无差别。而我们一说众生就会着在一个众生的概念上、相上，佛说众生即非众生，是名众生。《金刚经》里所有讲到，某某，即非某某，是名某某。你都不能理解为断灭无，也不能理解为有。佛这样讲时，都是在讲佛性，讲实相。

（第二十二品）“须菩提白佛言：世尊！佛得阿耨多罗三藐三菩提，为无所得耶？”须菩提又问了佛一个问题：世尊！佛所说的这个成佛，他所得的佛果、无上菩提，所觉悟的实相和真理、无上的佛道，是不是无所得啊？“为无所得耶？”是无所得吧？“佛言：如是！如是！”佛很明确地讲：是的！是的！“须菩提，我于阿耨多罗三藐三菩提，乃至无有少法可得，是名阿耨多罗三藐三菩提。”无上的佛果，佛的真实之意，是没有法可得，没有法是实法。般若绝纤尘，一无所有，离一切相，超心意识，不可思议，常应诸根用，而不生用想。举措施为无不是它，又都不是它，说是又不是，说不是又是，那么也不得，不那么也不得。

这部《金刚般若波罗蜜经》讲的都是一个主题，佛在燃灯佛前授记也是因为这一点，就是释迦牟尼佛悟到了“实无少法可得，名阿耨多罗三藐三菩提”。这是整部大藏经的“正法眼”。我们讲出来的“正法眼”，也是带引号的，也不是真正的正法眼。当我们说“无法可得”这只是一种知解，是佛陀的自证境界，不是我们亲证的实相。所以，我们假名叫正法眼。这个无所得需要我们每个人去默契去亲证！讲再多我还是觉得鸟儿比人讲得好，一声鸟儿叫比所有的诸佛说法都更动听。

（第二十三品）“复次，须菩提，是法平等，无有高下，是名阿耨多罗三藐三菩提。”你光讲一个无所得，可能有的人他就不能理解、不能领会。那佛又换一种说法：是法平等，无有高下，是名阿耨多罗三藐三菩提。“以无我、无人、无众生、无寿者，修一切善法，则得阿耨多罗三藐三菩提。”你光理解，光知道“无法可得，名无上正等正觉”，又有什么意义呢？你不知道如何去默契、怎么修才能实证这一点、如何去得无所得，佛就给出了一条很清晰、很明确的路，就是以无我、无人、无众生、无寿者来修一切善法。以断一切恶，止息一切的造作、贪求，来默契诸法实相。怎么去止？怎么去修？以无我、无人、无众生、无寿者去修一切善法，这一切善法是佛陀的方便教导。对于你来说，怎么能够让自己安心就是善法。我们看过去学祖师这一门的，也有很多的方法：有牧牛，有参话头，有一物不为，有枯木禅……大慧宗杲禅师倡导那个时代的僧人参话头，大家都参一句“狗子无佛性”，以此一念，来替万念。我们现在受持金刚经，包括净土法门里的念佛，包括持楞严咒，行禅，打般舟七……这都是精进用功的表现，用功的方法不一样，但起的作用都一样，降伏其心，安住当下。因缘会遇，我们今天坐在这儿学习金刚经，释迦牟尼佛又一次一次地嘱咐我们：要读诵这部经！这就是我们这个时代学法的特点，我们就是靠读诵这部经来做功夫，借助于读这部经而不打妄想，远离五欲六尘，远离是是非非，远离颠倒妄想无明。这就是以无我无人无众生无寿者修一切善法，你要把心安住在这上面，则得阿耨多罗三藐三菩提。

“须菩提，所言善法者，如来说即非善法，是名善法。”这里的“善法”你也不能执着，既不能执着世间的善法，也不能执着佛法，它只是一个工具而已。我们借助这个工具来与实相相应，来改自己的习气，转变自己的所依。修的时候有一个所谓的修，悟后，悟亦不得，更何况修。

（第二十四品）“须菩提，若三千大千世界中，所有诸须弥山王”，这里讲到“诸须弥山王”，所有的山中最高的一个山王。“如是等七宝聚”，这么多的七宝聚在一起，“有人持用布施”。“若人以此般若波罗蜜经，乃至四句偈等，受持读诵，为他人说。于前福德，百分不及一，百千万亿分，乃至算数譬喻所不能及。”佛又一次讲受持读诵这部经，乃至四句偈等，为他人说，所得的福报福德是无尽的。这里还是在讲能够证得法身，亲证自己的本来面目，乃至于尽未来际都受用这个无尽藏。

（第二十五品）“须菩提，于意云何？汝等勿谓如来作是念：我当度众生。须菩提，莫作是念！何以故？实无有众生如来度者。若有众生如来度者，如来则有我人众生寿者。”前面已经讲了一遍了，（第二十一品）“汝勿谓如来作是念：我当有所说法。”这里又讲“汝等勿谓如来作是念：我当度众生。”“我当有所说法”和“我当度众生”都是有我相的，都是没有通达实相，都是有我。有我，即是非我，是名有我。而凡夫呢，会认为如来度众生，他自己修到一定程度他也要度众生，他认为众生实有。他也很努力，很勤苦，很精进，也做事，建道场，带众修行。但是如果你不悟到“实无有众生如来度者，实无有众生心灭度，实无有心去成佛，去发菩提心，实无有法名阿耨多罗三藐三菩提心”，如果你不悟到这一点，是名众生，是名无明。

没有发菩提心的人，也没有度众生的人，也没有讲法的人。佛没有这样的心，佛知道并没有一个真实的佛，所有觉悟的人都是在这个地方完全地清楚，没有丝毫的疑惑，念念都不会忘失这一点。遇到事，遇到境，这一实相立刻就出来，所以就不会有烦恼，不会有住着。

有人可能会说，如来不说法，如来不度众生，那怎么还讲了三藏十二部，讲了四十九年佛法？那怎么还说世缘已毕，众生度尽，有缘的众生都度尽了，为什么还讲这个呢？下面就是答案。“须菩提，如来说有我者，则非有我”。如来说有我者，说我度众生者，说我说法者，即非有我。“而凡夫之人，以为有我”，是凡夫自己理解错了，认为佛在度众生，认为佛在说法。过去我记得我刚从寺院出来的时候，我去讲法，一直都在讲无佛无众生，没有释迦牟尼佛。那时候就有居士问我：“您说无佛，那两千五百年前的释迦牟尼佛是谁呀？”我给他举了很多例子，讲了很多，他还是执着有佛。这就是“而凡夫之人，以为有我”。他认为佛说的“我度众生、我讲法、我说法”是真实的，而佛只是方便说。如来说有我者，则非有我，而凡夫之人以为有我。佛说世界，则非世界，而凡夫以为实有世界；佛说须弥山王，则非须弥山王，而众生以为实有须弥山王。有些人还专门去调查去研究这个“阎浮提”是什么，须弥山在哪里，“四大洲”是什么，一一用现实世界里的方所去对照。有人说珠穆朗玛峰就是须弥山，说北欧就是北俱卢洲。佛说须弥山，是非须弥山，是名须弥山。须弥山有时形容我慢，有时形容法身，有时形容稳固，有时形容禅定。你别去调查，你调查不出来，对不上号的。那我们也就知道佛说“四大洲”也别有深意，而不是单纯地讲某个“四大洲”，贪、嗔、痴、慢就是四大洲！执着、妄想、颠倒、贪恋，不就是你的四大洲吗？“洲”者，带着水字旁，你的鼻涕眼泪，你的贪欲，哪个不是四大洲？我们就知道如来说法有时候并不是我们想象的那样。

“而凡夫之人，以为有我。须菩提，凡夫者，如来说则非凡夫。”如果当佛说“凡夫之人，以为有我”，佛认为实有这个凡夫，那又不是如来。有时候我们讲着讲着，发现自己特别幸运：你看我多有福报啊，都遇到最上乘法了，有些人还业障深重，还不行，还这这......我们只是说说可以，你别当真，你若当真，你则有我相、人相、众生相、寿者相。佛也讲凡夫，但佛说凡夫，则非凡夫。我们看佛讲法简直太严谨了。因为佛也是针对一些执着文字的人，后面都得交待清楚。你非得诤论，如果不诤论的话，这一部金刚经可以少一半的篇幅。什么“即非”、“则非”、“是名”就不用讲了。但是有些人爱抬杠，所以这些地方，佛隔几段就提一次，让你抬不起这个杠来。

佛讲凡夫或者是讲世界的时候，不会认为真有凡夫，真有世界，而我们有时候一讲起话来，就不知不觉地把所讲的当真了，分别心就出来了，是法就不平等了，就心有高下了。这正是需要我们修行的地方，需要我们转变的地方。

（第二十六品）“须菩提，于意云何？可以三十二相观如来不？须菩提言：如是！如是！以三十二相观如来。”这句话非常有意思，上次慧磊同学问我：“师父，须菩提不是已经明白了吗？前边佛问了这个问题，须菩提已经回答得很明确了：否也，世尊！不可以三十二相得见如来。那为什么这个地方，须菩提又说：如是！如是！以三十二相观如来？”这一句是须菩提被佛陀搞懵了，因为佛一会儿讲否也否也，一会儿讲如是如是，一会儿又讲佛说是沙，一会儿又讲不是沙，一会儿是肯定的回答，一会儿是否定的回答。一会儿破有，一会儿建立，须菩提是被佛陀的语言模式给搞懵了，他忘了佛总会是出其不意的问一些问题，而他的回答还在有为的模式里，还在二法的框框里。这里他觉得我这回说“如是，如是。”应该对了吧，我这是一真一切真哪！可以三十二相观如来，我以佛眼观对不对？世间相常住啊！须菩提若这样想也对。他以为这次回答应该是对的，他忘了佛讲法是有针对性的，是要解决众生的问题，而不是在那里空讲实相，不是为了一个模式或对错而讲法。就像六祖大师非常了解佛陀讲法的用意。涅槃经里明明讲佛性是常，但是有人执着文字，不懂佛的意思，六祖就说，无常者是佛性。

“佛言：须菩提，若以三十二相观如来者，转轮圣王则是如来。”佛这样一讲，我们就知道佛讲不能以三十二相见如来的用意，是破众生着相的习气。其实这里须菩提的回答，也是为了引出佛的开示，也是在替众生问法，因为众生就会着三十二相的如来。如来举身相，为顺世间情。但是《金刚经》本身就是破相的，就是为众生讲，不为佛讲。所以如果以三十二相观如来，那转轮圣王即是如来。转轮圣王也有三十二相，那转轮圣王也是如来吗？

“须菩提白佛言：世尊！如我解佛所说义，不应以三十二相观如来。”我们看，前边须菩提回答：“以三十二相观如来”。难道须菩提真的没听懂佛的话？没解佛所说义吗？是随口说出来的吗？不是，演戏呢！

那这时候，须菩提回到实际中来了。他示现了如理如法地思维：是的，如我解佛所说义，确实不应以三十二相见如来。但有意思的事要出现了。很快，佛可能又要说了：“否也，不应该这样讲”。一会儿隔着一个偈子，下边就要这样讲了，菩萨说法不能断灭，不能认为不以三十二相见如来。如果这么理解，就没有人发菩提心，佛法就变成了断灭了。这不是完全要把众生搞懵吗？一会儿不应以三十二相见如来，一会儿又要以三十二相成就如来法身。

“不应以三十二相观如来”这个观点，是针对你的执着，是破你的相。有人把“悟道前看山是山，正悟道时候看山不是山，悟道后看山还是山”，把这三个环节割裂开来了。其实这三个环节是一个环节，并不是三个分裂的东西。那这里也是一样的！不以三十二相观，是从无一切法、无一切相的角度，从无常的角度，从空的角度，从空如来藏的角度来说佛性；而以三十二相观如来，以具足功德见法身，是从不空如来藏的角度，是从要积累一切善法功德的角度，从常的角度来讲佛性。

“尔时，世尊而说偈言：若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。”这是对于未悟的，对于众生来讲，不能以色、以音声求我。如果以色、以音声求我，是人行邪道，不能见如来。如果你明白了，完全通达了，这句话也可以这么讲：若以色见我，以音声求我，是人行正道，能得见如来。这就是下面要讲的。

（第二十七品）“须菩提，汝若作是念，如来不以具足相故。须菩提，汝若作是念，发阿耨多罗三藐三菩提心者，说诸法断灭。”如果你这么认为“不以色见我，不以音声求我”，“不以具足相得见如来”那又错了，那就没有人发菩提心，佛法就成了断灭法。你要知道不以色不以音声求我，是针对着相的人。如果已离相，已经明白了，就不能执着这种说法了。这么讲也没错，那么讲也没错。我有时那么说，有时这么说。有时教你扬眉瞬目，有时教你不要扬眉瞬目，到底扬不扬眉瞬不瞬目？你要向这里觅，就永远出不来了！

如果你在对错里解佛法，就掉到二法里了，就不能受用佛法。佛说，若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。你不能说佛的这个偈子不究竟。佛这个偈子是究竟的。关键在你如何理解。佛法是药，你理解错了，非但不能救人，还会害人。六祖大师说，本来无一物，没有任何问题，非常究竟，这是从破相的这个角度讲。有人可能因为这一句话，就开悟了，怎么能说这句话不究竟呢？有的人非说这句话不究竟，那是他着在了一个究竟不究竟里，着在了佛法的文字相上，忘了佛法是治病的。能治病，就是好药。能去众生苦，就是真实佛法。如果你执着一句话这样讲是究竟了义的，那样讲是不究竟了义的，你还不会佛法。那样的话，第一义谛反成世论，世论也可以成为第一义谛。如果执着文字，它会变成毒药。

你能够真实地悟到“不以色见我，不以音声求我”，那你一定知道也能悟到如来的常色，如来的常声，如来的常体。如果你真正理解了六祖的“本来无一物”，你也一定明白无一物中具一切法，成一切相，佛法不坏世间相。佛为了破斥一些堕断灭见的人、错误地领会这句话的人，又嘱咐道：须菩提，汝若作是念，如来不以具足相故，得阿耨多罗三藐三菩提，那就是又错了。因为前面虽然须菩提讲：“世尊，如我解佛所说义，不应以三十二相观如来”，佛没有立刻给他一个答复。佛没有说“如是，如是”，或者“否也”，佛只是就众生而讲出一个偈子：如果有人以色见我，以音声求我，以三十二相来观如来，是人行邪道，不能见如来。但是佛为了怕众生理解错，着在了一个断灭空里面，不发菩提心了，不继续修道了，落在了“百尺竿头不动地”这个地方，停在了清净无为里，住在了“空”里，不更进一步圆满法身功德，佛就嘱咐道：“须菩提，汝若作是念，如来不以具足相故，得阿耨多罗三藐三菩提。须菩提，莫作是念！须菩提，汝若作是念，发阿耨多罗三藐三菩提心者，说诸法断灭。”

你看，一开始问的可以三十二相观如来否？须菩提回答：“如是！如是！以三十二相观如来。”现在看来，没错呀！所以我们不能执着佛说的，也不能执着须菩提说的。你要明白他前后的意思，不要跑两头，不要落在逻辑的对错里。佛法就是破斥你对两边的执着，既不要执着应以三十二相见如来，又不要执着不以三十二相见如来。正所谓不入祖师室，茫然趣两头。

“莫作是念！何以故？发阿耨多罗三藐三菩提心者，于法不说断灭相。”这个“断灭”，是指着空。你执常也是断，你执断也是断。执空是断，执有也是断。只要你一分别，一住，就是断灭。

金刚经讲记第十二讲

这段时间我们一直都在读诵金刚经，关于读诵有两个内容：一个是读，一个是诵。读，是熟读，就是看着金刚经的经文去读。我们有一个金刚经卡片，道场有一个人自己读诵的，也有跟大家聚在一起读的。有人从一开始读得很生，到越来越熟，速度也越来越快，这是读这一部分。

还有一个就是诵。我们读熟了，有些经文就能记住了，光是自然的记忆还不行，还要主动地去背诵。诵，有背诵的意思。在背诵金刚经的时候，我们需要用更多的心力去记忆，需要更加专心地阅读。在背诵的时候，收摄身心的能力就更强。通过背诵来收摄六根，而且又不入于一潭死水，这样把我们的本性就活出来了。在背诵的过程中，训练的是你思维记忆的能力，锻炼的是记忆的能力，磨炼的是心智的运用。你别觉得背诵是一个枯燥的、死板的事情，它对我们整个的修行是非常有帮助的。

有些人不爱背诵，是因为他没有尝到背诵的这种作用，他不知道背诵对于我们学法、对于我们思维义理是起很关键的作用的。我们为什么不爱背诵？是因为我们平时的用心太散了，没有把“本是一精明”放在一件事情上面，而是分为六和合，用在了色声香味触法，用在了五欲六尘，用在了世间琐事上面。如果给他来一笔钱，让他数几百万，我估计他连着数八个小时也不觉得累，而且会非常用心，一张也不会数错。如果是数钱，他就很用心地去记了，为什么？因为他有兴趣。当你对一个东西有兴趣时，你就会很认真。

对于我们背金刚经，如果你深刻地认识到它能给我们带来真正的解脱；它能够开启我们的智慧；它是一艘法船，能渡我们到彼岸。如果你认识到了它的重要性，一定会用心地去背诵！就像你知道金钱能给你带来舒适的生活，所以你爱钱一样。你背诵一句金刚经，能消无量恒河沙的罪业；你背诵一句，这段时间就没有任何的妄想。你光读的时候还有妄想，背的时候一点妄想都没有。因为有妄想你根本就背不下来，你要特别特别地用心，才能把经文背下来。大家想一想，这训练的是一种什么能力？这才是真正的牧牛，这才是真正的应无所住而生其心。

虽然你一直在用头脑，在记忆，但是字字都不会住，虽然能记住，但不会着在字上面。背诵的时候，你的六根如行云流水地运用。背诵的时候，你会念念善用其心，念念不思善恶，不会考虑过去，不会考虑未来，也不会住在当下。所以我们正背诵的时候是最好的用功的时候，就和古人参“狗子还有佛性也无？”这一句话头的作用是一样的。其实古人没有一个因为这句话开悟的，都是因为他在参这句话的时候做的功夫，日积月累，天天这样去参。他的功夫用到了，忽然有一天他才明白：原来实相没有在这句话里。但是这一句话起了关键的作用，甚至起了最重要的作用。金刚经也是这样，它并不是彼岸，它是一艘代表法的筏。法如筏喻者，在读诵这部经时起了一个最好的体现。

大家对读诵金刚经一定要有信心，而且要身体力行，一定要背。这部经我从一开始讲，讲到最后，强调的最多的就是读和诵。读的部分是基础，读多了，就可以背了。世尊在说这部经的时候，也是这样，从一开始就劝大众读诵。读诵是这部经的主旋律。古人读金刚经都明白这一点，因为古人的根基好，一看金刚经就看明白这一点了，不用多讲，自己就去读，就去背了。但是现代人不明白这一点，所以要不停地劝大家读诵，了解读诵的意义。

咱们道场有一大半儿人，估计有百分之八十的人，已经把这个金刚经从头到尾背过一遍了。我的要求并不是一次把整部金刚经背下来，而是每天选择一段来背诵。我们第一次是把金刚经分成了十二部分，然后每天大家都背一部分。大部分人第一遍都已经背完了，有少部分人开始背第二遍了，也都快背完了。咱们一定要坚持！在背第二遍的时候，你也可以按照金刚经的分法，分成三十二品来背，一品一品的背也可以。或者有的人记忆力差一点，再小一点的段落也可以。但是一定要每天坚持背，你不用考虑我几天把这部经全背下来，不需要想那些。你就只是背，自己每天能背多少就背多少。要的是你每天做这个功课，练的是这个心力。你因为背诵金刚经而养成的这种专注的功夫，要的是这个，训练的也是这个，正是这个专注力，是你安心的力量，也是你出离烦恼的力量。希望大家一定明白这个理。你越明白这个道理，你就愿意做这个功课。不然的话，你总觉得我背下来金刚经又有什么用呢？背下来金刚经确实没用，但背时你的用心有用。如果你不会用金刚经的义理去生活，那确实没用。如果背金刚经时候的纯一用心你掌握了，经文的义理你也会用在生活中了，那背金刚经就太有用了。说再多，不背都没有。光说不练假把式，谁读谁背谁受益。

现在我们继续看金刚经的经文，（第二十八品）“须菩提，若菩萨以满恒河沙等世界七宝持用布施。若复有人，知一切法无我，得成于忍。此菩萨胜前菩萨所得功德。何以故？须菩提，以诸菩萨不受福德故。”这里先讲到以满恒河沙等世界七宝持用布施，所得的功德是无量无边的。但是如果有人能够通达一切法无我，这个“知”是通达的意思，是很清楚地觉了一切法无我，能够得成于忍。这里的“忍”是无生法忍，是智慧忍，是无忍可忍。通达一切法无我，得成于忍，也是这部金刚经所要传达的一个实相。实相只有一个，只是用不同的语言文字来表达。知一切法无我，得成于忍，就是无我相、无人相、无众生相、无寿者相，也即人无我与法无我。即是佛所得的阿耨多罗三藐三菩提。佛之所以得阿耨多罗三藐三菩提，正是通达了一切法无我，证悟到了无生法忍，才能够无所得。觉悟到了不生不灭、不增不减。觉悟到了本来无一物，无有定法可得。

如果有人以满恒河沙世界七宝以用布施，所得的功德，不如有人真正悟到这一实相。我们学金刚经、背金刚经，也就是为了悟到这个实相。就算你诵得再多，你持诵得再好，你金刚经背得滚瓜烂熟，倒背如流，随便抽出一品来，你都能背得很清楚，而且每一个词、每一句话你都能找出典故来，你把自古以来八百家注疏都研究透了，如果你没有悟到一切法无我，你没有实证无生法忍，那也没有意义。我们读诵金刚经，不是为了显摆自己精进的能力，不是为了抬高自己，不是为了说明自己有多么精进，多么聪明，多么有智慧。我们正是为了通达一切法无我，为了证无生法忍，所以才受持金刚经。金刚经的希有，佛不停地在赞叹此经，正是因为此经传达了这一点。我们多诵多读，我们深入地学习，也正是为了亲证这一点。一旦你证到这一点：一切法无我，在任何对境的时候，都能以无我智来观察，念念清净，念念不愚，念念正念现前，一切境界都骗不了你，那你所得的功德，比你用恒河沙世界七宝布施所得的福德，还要殊胜。

为什么你的功德这么殊胜呢？“何以故？须菩提，以诸菩萨不受福德故。”因为这个福德并不是实有的，因为他知道没有一个实有的福德可受，不会贪着这个福德。如果我们学法是为了贪福报和功德，我们错解了金刚经里所讲的福德，认为有福德可得，才去受持这部经，然后再去学习，那你这个福德永远是有限的。以菩萨知道福德性是无，福德不可得，所以才说得福德多。

“须菩提白佛言：世尊，云何菩萨不受福德？”为什么菩萨不受福德呢？不是说受持这部经有无量无边的福德吗？你要明白所谓的无量无边的福德即非福德，所谓无量无边的福德是指不染着，所谓无量无边的福德是指无我相、人相、众生相、寿者相而得福德。有福德吗？方便说有，但是不贪着，没有能受福德的人，也没有所受的真实的福德，这就是讲法身的功德了，讲我们自性本具的、无形无相的佛慧。用，则无尽；找，则一点也找不到。

“须菩提，菩萨所作福德，不应贪着，是故说不受福德。”以不贪着故，所以可以一直用，用之不竭。可以清净用，解脱用，诸佛用。如果贪着，就变成了众生用、烦恼用，变成了有限的，变成了狭隘的。

（第二十九品）“须菩提，若有人言：如来若来若去、若坐若卧。是人不解我所说义。何以故？如来者，无所从来，亦无所去，故名如来。”傅大士写了一个《梁朝傅大士颂金刚经》，这部颂也挺长的，它里边有很多偈子，对三十二品中的二十几品都做了解释、注疏，非常精彩。有一个偈子是这样的，“如来举身相，为顺世间情。恐人生断见，权且立虚名。假言三十二，八十也空声。有身非觉体，无相乃真形。”整部金刚经其实就是开示如来法身，如来的佛性，真实如来。什么是真实如来？我们每天都讲佛、世尊、如来，凡夫就会着一个如来的相、佛的相，认为那个高大的、相好庄严的、具足三十二相的色身是佛。这个佛是一种示现，是为了随顺世间而示现的一个报化身，它只是法身的一个工具，一个幻相。它真正的意义是给众生传达如来性。那真正的如来是什么？无所从来，亦无所去，无形无相，离一切相。如果有人说来去的、有形的、坐的、卧的那个是如来，是人不解我所说义，他没有听明白如来的真实义。如来的真实义是无所从来，亦无所去，是无相的法身，超越一切名相概念，不可思议。整部金刚经开示的正是这个法身。所谓的“阿耨多罗三藐三菩提”，“是法平等，无有高下”，“一切法无我，得成于忍”都是从不同的角度在讲如来，讲法身，讲佛性。三藏十二部也不过是为了传达佛性的真实义理，然后再给我们提供如实的、有效的方法去认识它，让我们通过种种助道法去修行，最后亲证这一点。

对于众生来讲，学法初期，大家都着相，所以金刚经里面很多地方都是在破相。“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来”，“凡所有相，皆是虚妄”，“若心有住，则为非住”等等，都是让我们离相、离想、离有所住，让我们心如虚空，又不做虚空想，随用随空。

可是如果整部金刚经一直只讲这些，要离相，要心如虚空，要应无所住而生其心，那有一部分人就会落入断灭空，就会落入对无相的知解，而不能真正解佛所说义。所以佛在恰当的时候还要补充，也不能认为佛可以不用三十二相来见，莫做是念。如果你执着了一个意识里的无相、意识里的不以具足相见，那发阿耨多罗三藐三菩提心者，说诸法断灭，就落入断灭空里面，他就不会真正地发菩提心，他就会堕入小乘，堕入声闻乘，走入一条歧路，就不能到达真正的宝所，就会沉迷在化城里面。这也是这部金刚经圆满了义究竟的地方！它不会光给你讲一个空，讲一个理上的无相和离相，他要告诉你怎么做到这一点。就是你要持戒修福，你要于无量佛所种诸善根，你发发菩提心，修一切善法。无量佛所，当然也包括你这一世。可能有的人才刚接触到金刚经，这也是你初发心修行的第一步，你信向佛道的开始。有的人可能是久修佛道，已经早就种诸善根了。这样的人一遇到金刚经，就能够生信心，就能够信解，就能够欢喜受持，就没有丝毫的疑惑。而有的人呢，还会有疑惑，还不能完全地受持，或者是只能受持少部分，那这也是一个金刚种子，会为你未来劫种下善根和福德。这也是为什么佛在这部经里不停地、反复地讲，受持这部经所得的功德福报，它是三根普被的。根基成熟的人，一听就明白，自己愿去受持，不用多讲。古代根基好的人，一看到金刚经，他就把这些重点全都看到了，直接就去读诵了。我们现在天天这么讲，有些人还是如聋如盲，有些人还是不信，有些人还是觉得我修禅宗的何必要读诵这些个呢？你那个“缠宗”是真正的“禅宗”吗？是绞丝旁的缠吧？自己被自己的妄想给缠住了。佛这么讲我们都看不到这一点，就说明末世众生的根基越来越差，佛也早就看到这一点了，所以不停地嘱咐我们。

有心的人一看到佛这样讲，就会按照佛所教的去做。按照佛所教的去做，你就消业，就增长了善法，你的烦恼就会越来越少，你就能够降伏其心，你就会念念安住。

（第三十品）“须菩提，若善男子、善女人，以三千大千世界碎为微尘。于意云何？是微尘众，宁为多不？须菩提言：甚多，世尊！何以故？若是微尘众实有者，佛则不说是微尘众。所以者何？佛说微尘众，则非微尘众，是名微尘众。”这里讲微尘众，其实又讲到了法身，讲到法身的无量、无相、无形、不可思议。这时候佛举了一个例子，说若有善男子善女人，把三千大千世界都磨碎了，磨成微尘，我们想一想，这么多的微尘，已经无量无边，不可称记了。因为太多了，所以叫微尘众，不是一个两个微尘，是无量无边的微尘，这么多的微尘众多不多？须菩提说：甚多，世尊！为什么呢？因为这些微尘众只是我们的妄念而已，这个妄念是没有实性的，是空的、不真实的。可是你不明白的时候，把这些妄念和世间的万物都当成真的。我们每天每时每刻经常会妄念纷飞。诵着六分钟的楞严咒，还有无量的念能够插进来；诵着十五分钟一部的金刚经，有的人念头还很多。有念头没关系，但是你不要被它骗，别随它跑，能够拉回来。微尘众也是这样，并没有实质。有再多的微尘，也都是空。之所以说微尘多，福德多，是因为没有实体。如果有实体，它就有限。如果有数量，它一定不是多。因为没有量，没有实体，所以才说它多。这个就是形容法身，形容我们的本性，本性是没有量，已过量，没量。

我们看古人开示里经常会讲到一个“没量大人”，这个“没量”就是没有限量。“惟有过量人，通达无取舍。”

“世尊！如来所说三千大千世界，则非世界，是名世界。”你在这个地方看到“世界”这个名相，不要生世界想。你要透过“世界”看到一心的佛国，看到真实的世界，看到清净的法界，看到如来的世界，看到觉悟者的世界。觉悟者的世界，世界只是个名字，没有真实的世界，世界只是一个幻梦，世界只是一个影像，甚至说连世界的概念都没有，连影像的概念都没有，连幻梦的概念都没有。虽见而不生见想，常应诸根用，而不生用想。一如而不生一如想，诸法如义而不生诸法如义想，完全地默契相应，这才是真正的世界。

“何以故？若世界实有者，则是一合相。”如果世界是实有的，就变成了有数量的、有限量的、可以思维的，就变成有限的，那就不是真实的、实相的世界。实相的世界是无相的，非是和合相的，不是一合相。如来也说一合相，是假名一合相，不是真有一合相。如来也说佛性，但是这个佛性不是一合相，它不是和合的，它不是我们一动念、一形容、一思维就能想象到的佛性，它只是假名，非一合相，是名一合相。有的人对这个一合相就会生心动念，总想弄明白一合相是什么意思；一说佛性，他就想把佛性搞明白；一说无生法忍，就要思维这个无生法忍；一说麻三斤，就玩儿命地去想麻三斤到底是什么意思。二斤都不行，就一定要三斤，他给你解释出来的麻三斤也非常的精确，非常的富有逻辑性，特别的精彩。你跟他讲，你说错了，是麻二斤，他还是能给你解释出来关于麻二斤的一篇论文。

所以思维、知解、住着，是众生的一种习气，他就是要分析和分别概念。关于小鹅是怎么从瓶子里出来这个问题，他都能给出你答案来，他假借高科技的手段就能把小鹅给弄出来。

我们学法修行其实就是为了去除这个思虑、意识知解的习气。不是说不能思虑，不是说不能思维，而是你不要到意识里不停地找一个东西。我们背经论，参话头，其实是以毒攻毒，以这个东西代替那个烦恼的东西。如火烧木，灰飞烟灭；如汤消冰，最后冰也没了，汤的热气也没了。法就是这样，以法度法，以法去法，最后回归实相。《圆觉经》云：对离幻垢，说名菩萨；垢尽对除，即无对垢及说名者。

“须菩提，一合相者，则是不可说”，为什么呢？只是一个假名，一个概念，一种形容。“但凡夫之人，贪着其事”，凡夫不达此理，见什么着什么，一看到“一合相”就着“一合相”。“一合相”就变成了一个紧箍咒，变成了一个枷锁，就把我们枷在那里，怎么枷呢？就是因为有住、有所得。

（第三十一品）“须菩提，若人言：佛说我见、人见、众生见、寿者见。须菩提，于意云何？是人解我所说义不？不也，世尊！是人不解如来所说义。何以故？世尊说我见、人见、众生见、寿者见，即非我见、人见、众生见、寿者见，是名我见、人见、众生见、寿者见。”这部金刚经里边有两处提到“四见”，也就是“我见、人见、众生见、寿者见”，它跟“我相、人相、众生相、寿者相”的区别是什么呢？其实没有区别，都是一念无明。只是表现的作用有所不同。“我相”是指根本我执，而“我见”是由我执所升起来的一个烦恼执，就是我们平时所说的观念和知见，就是我执的叠加和递增、住着，它又表现得更加强烈而已。

我们都知道，我们面对逆境或者一些危险的境界时都会恐惧，有时候我们看到动物、遇到恶劣的天气、忽然有人吓你一下……我们会被吓到、会恐惧。这个恐惧，包括我们被有些东西碰到会疼，这都是俱生我执，是根本无明，而它同时又是佛性的一个妙用，它本身不住，就是佛性。众生不达其理，执着有个我，于疼、恐惧、妄想一住，烦恼一起，就变成了无明。所以说，无明实性即佛性。一念疼、无明起的时候，这时还不是烦恼。在这个根本我执、俱生我执之上，又生了一念心，住着了，产生一个牢固的、根深蒂固的观念，这个才是我们苦和烦恼的原因。正所谓知上立知即无明本。当然根本是佛性在起作用，若无佛性，则无这一切觉受。是自心取自心，所以非幻成幻法。所谓我见、人见、众生见、寿者见，是在观念和想法中加固的，是在生起了知见上加固的，因为知见会让人的执着越来越厉害。这个能知能见，就变成了一种烦恼。如果说没有这个执、没有这个住，作为人来讲，作为一切法、一切法相来讲，它都有一个正常的法性的体现。你拿东西割树，树也会留汁液；这个动物你一追它，它就恐惧，它就会害怕；人也是这样，冷了，热了，谁说你一句了，或者一提你的名字，我们第一念、第一个反应，都会产生我的想法。这个是俱生我执。这个俱生我执，如果你没有觉悟它的实质的话，而是随妄念流转，就会生出各种的见解、各种的分别、妄想、妄计，导致于种种执着的行为产生。俱生我执是一种遍计所执，其实都是一念无明，只是你住着的时间越来越长，才产生的苦。为什么叫众生？众生是知见，知见乃众生。我们去烦恼、去执着，最难去的其实就是去知见。你一切的行为，一切的想法，你所做的一切事情，都是因为知见和见解导致的。

那有的人就说，佛他也会讲我怎么怎么着，佛也会讲你们要按照佛所教的去做，佛的知见等等。佛也会说我见人见众生见寿者见，佛也会讲众生有什么想法，你有什么想法，他有什么想法。但是佛这样讲的时候，佛是很清楚的，他并没有这些见解，他并没有认定众生是实有的。所以佛说我见人见众生见寿者见并不是真实的，是假名，是方便说。而不明白这一点的人，他会觉得你有你的见解，我有我的见解，大家都各有各的见解，而且这些见解都是真实的。他经常会说：认知不一样，没办法对话。其实大家的认知都一样，你有再高的认知，也都是假的。连佛的认知都是假的，更何况凡夫的认知。不要觉得你的观念比别人高多少。说不和别人吵，但是认为认知有高低，嘴上不说，心里还是会有诤论。

任何的认知和思想观念，如果生了执着，认定那是真的，都是众生的我见人见众生见寿者见，在我执的基础上又加深了见解的执着。它的根源其实都是一个，就是无明，就是不了达实相。正是因为这一点，所以佛才建立了一切万法的名相，才建立了所谓的佛的知见。对于众生来讲，要入佛知见，如果这个佛的知见你执着，还是我见人见众生见寿者见。到了祖师那里，“佛无知见，知见乃魔尔。”你如果跟我论佛的知见的话，佛没有知见，佛没有定法可得，他没有固定的见解。所以有一句话叫做：文殊菩萨才起佛见法见，便被贬至二铁围山。

“须菩提，发阿耨多罗三藐三菩提心者，于一切法，应如是知、如是见、如是信解，不生法相。”可以有知见吗？可以有知见，但不要在知见上更立知见。知上立知，即无明本，知见无见，斯即涅槃。你要像佛那样，虽然也说一些见解，但是没有牢牢地执着这个见解，没有把它当成一个定论、定法。要如是知，如是见，于一切见，一切法，不生法相，不生定解。随顺世间，该怎么做事情，就怎么做事。该怎么思考，就怎么去思考。该怎么安排，就怎么去安排。该用逻辑，就用逻辑，该分辨的时候分辨，该分别的时候分别，非常的清晰，做一切事情有条不紊，但就是不当真。不是说你学了佛法，有了智慧，人家说左，你非得说右，人家说这个是桌子，你非得说那是空的，这就搞错了，搞乱了。这就不是智慧，是愚痴了。

发阿耨多罗三藐三菩提心者，也就是说，求佛道者，想成佛的人，发心学法想解脱的人，于一切法，应如是知、如是见、如是信解。“如是知、如是见、如是信解。”怎么知、怎么见、怎么信解？于一切法不生法相。知道它是名字，随顺世缘，任运无碍，对于任何事情都没有执着，都没有认为这件事就应该是这样，没有这种坚固的执着，没有牢固的思想观念。所谓众生，不过是被他的观念牢牢地束缚着，他认为就是这样的，这就是我妈妈，这就是我的身体，这就是我的财产，这就是我的屋子、我的车、我的衣服、我的饭，你不能跟我抢！因为这些观念而又导致了无量的冲突、无量的诤论、无量的烦恼。你对啦，我不对啦，世间所有的烦恼都是因为观念的冲突导致的。小的冲突就是两个人之间的争论争吵，昨天还好好的，今天就翻脸了。朋友、亲人之间的争论，这是小的方面。大的就是疾病、战争等，都是因为每个人的思想观念和对事物的认知不一样，导致自己和自己，自己和他人的冲突。不管你的认知是什么，如果不觉悟实相，都是无明，都会给自己和他人带来烦恼。

修行就是为了于一切法如是知、如是见、如是信解、不生法相。虽然如是知，但别着在一个法相上。

“须菩提，所言法相者，如来说即非法相，是名法相。”所谓的“法相”，就是没有什么相，没有什么非相。没有什么法相，也没有什么非法相。只是个名字而已，你执着某个东西，某句话，某个意思，某件事，它就成了法相。你把它当成实有的了，你生了心，起了贪着，那就是法相。不执着，没生心，就离开了法相，也即离了一切相。你执着什么了？什么也没有。什么又叫执着呢？执着也没有。那法相有吗？法相也没有。别一说法相，你就又执着法相。明明告诉你不生法相、不生心、不生解、不生执着。用就随便用！用过就放下。随时都能放下，随时都能撒手。

（第三十二品）“须菩提，若有人以满无量阿僧祗世界七宝持用布施。若有善男子、善女人，发菩提心者，持于此经，乃至四句偈等，受持读诵，为人演说，其福胜彼。”这部经快结束了，佛又一次在讲，受持读诵这部经，甚至只有一四句偈、一句话，比如：“如来者，即诸法如义”，“若心有住，则为非住”，“是法平等，无有高下”……随便一句话，能够深解义趣，把它用在生活里，你所得的福德，超过有人以满无量阿僧祗世界七宝来用布施。

“受持读诵，为人演说”，还要懂得把这个实相之理传达给别人。“为人演说”又分不同的层次，最初级、最浅的演说就是按照文字的义理为大家讲。那什么是更难的演说呢？从究竟来讲，怎么才是演说？云何为人演说？“不取于相，如如不动”。这八个字看上去简单，实则很难做到。这八个字才是这部经要传达的主旨，你做到这个主旨，才是真正地受持金刚经，才是真正地为人演说。这叫以身演法，而不是用语言文字来讲法。

我们讲得再好，读得再多，如果不能够做到于一切法无我无人无众生无寿者，不能够通达一切法无我，不能够得成于忍，那讲再多也没有用。那你是自欺欺人，你不是真正的觉悟。能够不取于相，如如不动，面对一切境，不生烦恼，不会有无明。能够随时以实相的智慧面对一切境界，这才是真正的为人演说，才是真正的受持读诵此经。

“何以故？一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”为什么不取于相，如如不动呢？因为所有的相都是自心境界，没有一个能取和所取，一切法都是自心的幻影，是自己投射出来的，并不实有。整部经都在讲，世界即非世界，是名世界。忍辱波罗蜜，即非忍辱波罗蜜，是名忍辱波罗蜜。世间法出世间法，一切万法都是自心的幻影，如梦如露，如电如幻，不可得，如水中月，如镜中花。生心则有，息心即无。取是妄取，一无所有。所有的法，只要形成概念，你能讲出来的，你能表达出来的，一定都是有为法，都不可得，我们都不可执着。如来所说法都不可取，不可说，非法非非法。应这样去观察诸法实相，刹那不住，当处出生，当处灭尽。

整部金刚经讲到这里也就到了尾声。

“佛说是经已，长老须菩提，及诸比丘，比丘尼，优婆塞，优婆夷，一切世间天、人、阿修罗，闻佛所说，皆大欢喜，信受奉行。”

这部经到这里我们就学完了。因为本身金刚经就是很精炼的，我一开始想多讲一点，但是这部经佛说的已经非常简单、简洁、直接了当。一部篇幅并不长的经讲太多也没有意义，我们还是要去身体力行，直接去读诵，在生活中运用金刚经的智慧来解决一切烦恼。对一切法、一切现象、一切人、一切事情，以智慧去面对，别生取着，别自寻烦恼，然后再把这个智慧，通过自己的修行，用自己饱满的、充满正能量的状态把它演出来，利益周围一切人。就像灯一样，一灯照千灯、照万灯，我们也通过自己的修行把这个法传出去，这也是发大乘心，发菩提心。

好了，今天咱们就到这里，金刚经讲完了。说讲完，其实讲不完。昼夜演说，都说不尽。随喜大众，同证菩提。