



成佛的快捷方式-
觀自在菩薩的心聲

目 錄

序 一.....	3
序 二.....	8
序 三-佛法與禪.....	10
不同的翻譯.....	13
開啟智慧的旅程 摩訶般若波羅蜜多心經.....	16
第一章 觀自在的菩薩.....	18
第二章 空相即能，法即水去.....	42
第三章 生命的迴圈.....	46
第四章 《心經》的能量.....	54
第五章 幸福的源泉.....	62
第六章 辟支佛講因緣.....	75
第七章 過去不追悔，未來不期待.....	93
第八章 心靈高速.....	108
第九章 靈魂的外包裝.....	119
第十章 回家的咒.....	135

序 一

說到佛法，原本是無法可說的，因為它不過講的是你自己份內的事情，如同穿衣吃飯一般平常。自古來多少英雄豪傑，拋家棄子，斷愛舍欲、盡性命，所追尋者，其實就在尋常日用中。之所以如此費力的原因，這樁事情沒有你用力的地方，就好像一位大力士抓著頭髮想把自己提起來，這幾幾乎不可能的事情。

想當初第一次開啟，幾欲一頭撞死，烹殺自己。多少年追尋開悟，讀了多少佛經，聽了多少講法，花了多少金錢，用了多少時間，到頭來只是一個自己，你說冤枉不冤枉！如此簡單的一件事情，卻活埋了無數聰明智慧的人。

宗教有點像毒藥，一旦沾上就有不能自拔、粉身碎骨的危險。因為它裡面有偉大的真理、宇宙人生的奧秘，足以讓人放下一切去追尋。多少仁人志士，三五十年乃至窮其一生沉浸其中，就是為了得到答案。可是大多數人都被宗教華麗的外衣迷惑了，無法深入核心，找到那個永恆不變的真相。又有幾個人能個放下所有的執著，拋棄所有的外相，直探生命的奧秘呢？渴望著對真理的探求，卻迷失在真理殿堂的門口，這是多麼令人歎息的事情啊！

想追求幸福得不到幸福，想追求自由得不到自由，想追求解脫得不到解脫…。你想得到的好像都差那麼一點點，彷彿命運在跟你開著

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

玩笑…。生命是一個無奈的迴圈，我們不斷的錯過著每一件重要的東西。我們總是在後悔先前所做的決定，總是在期盼未來的某一天可以時來運轉，於是就可以彌補生命的遺憾，生活的空虛，心靈的空白…。但是這一天可能一直都不會到來，它只存在於頭腦的幻想裡，而我們會隨著這個幻想一天一天的老去。

其實這些美麗的詞語，並不在別處，就在當下的時刻！問題是我們能不能平靜下來，去感受本來具足的圓滿？生命的真理只可能在當下的時刻向你展示，所有的生命的奧秘只能夠從這裡為你顯現，生命從來都沒有別的地方可以安住。你認為某個人可以給你幸福，某個地方可以給你自由，某個師父可以給你解脫…。那你將受盡一切的苦難。你要的已經給予你了，從出生之時，從還沒有初生之時！生命中的一切美好，早就在這裡等你去發現，等你去擁有。但要記住，只可能在這裡，在這個時候，千萬別找錯地方。

開悟是什麼？開悟的過程是發現上帝的過程，當你真正開悟了，你將發現上帝離你不遠，祂在事事物物的內涵裡面，你屬於祂，祂也屬於你。每一件事物都是上帝的傑作，包括你及你的一切，而你與上帝在你的身體裡交融。

我們不講的是佛經嗎？怎麼扯到上帝去了？…抱歉，在我的認知裡，上帝與佛只是同一個事物的不同表達。對於上帝，我如同對佛一

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

樣的尊重。佛看一切眾生是佛，而你用上帝的眼光看待一切的時候，一切都如同自己一般的快樂，因為一切都是自己的創造。

有一天，上帝與佛在天堂裡相遇。

上帝說：“佛，你怎麼來到了我的地盤，不是說好的嗎？你去東方，我在西方。”

佛無奈的說：“我在東方介紹西方極樂世界，現在大家都往西方移民，我只好來找你喝茶聊天囉。”

上帝聳聳肩說：“別難過，明天早上，太陽會從東方升起來！”

佛法有很多經典，三藏十二部，如果要讀完，也許要耗盡一、二十年的光陰。若要把佛經全都讀懂，那是幾乎不可能的事，更不用說開悟圓解大徹大悟了。

幸運的是，有一部《心經》，只有二百六十個字，卻把整個佛經的內涵都包括進去了。把這一部《心經》搞明白，整個佛法你也通達了，可以斷惑，可以證真，一切佛菩薩能達到的境界，都包含其中。

《心經》就是三藏十二部經的總綱、總持。如果想研究佛法，開悟證果，從《心經》下手無疑是一個快捷方式。自古以來，很多大德批註《心經》，有深入的，有淺出的，不可謂不高明，不可謂不通達。時代不同了，世道人心不同了，現在講解《心經》，要有所突破，才能讓世人瞭解佛法生活化的解脫效果，否則門前草深三尺。

比如“佛經”這二個字的解釋，古來都解釋成“佛講的都叫經”，或者“經為門徑”，而本書解釋為“佛的經驗，一位成佛者的經驗”。二千五百年前的印度的喬達摩通過無數次的失敗，最終得成佛道，他給弟子們講解成道的經驗是：“怎麼樣少走彎路，怎麼樣修行比較直接，怎麼樣生活幸福美滿……”因為，當我們聽從佛的經驗談，就會快速的從生命的泥沼中脫穎而出，證得生命的永恆。

又如空性的解釋，一般佛教解釋“如虛空一樣的體性”，或者“大乘的妙有真空”。本書的說法稍有不同，空為一個穴一個工，就是洞穴裡做工的人。洞穴就是我們的肉體，有很多孔道，裡面有一個靈性是會做工的。我們修行就是修這個靈性，把靈性表面的灰塵、污染去掉，讓身體裡面靈性光芒自在，無障無礙，就完成了修行的能事。所以空不是無所有的空，它講的是內在的那個靈性。我們必須悟到一切宗教都是修這顆“靈明的心”，肉體只是一個載體，不是修行的目標。

條條大路通羅馬，古來大德有他們的方法、他們的悟處，《心經》有他們對修行的理解。而這本《心經》，是我多少年修行生活的經驗，不敢自比大德，但多少可以給現在的修行的一些幫助，如果能這樣，心願就達到了。當然書中有思慮不周，修行不力，參悟不透的地方，還請各位大德指正。

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

二〇一六年一月十七日臘八節



序 二

記得多少年前與師坐敘，恩師忽然對我說：“沒有佛！”聽到此話，當時差點就跌落座椅。那時信佛之深、念佛之篤可謂極致，忽聞此言真的好像晴天霹靂，頭腦一片空白！十多年後修持有了一定悟境，方才明白恩師良苦用心，可惜當年根器不歹，婆心獨具也未得打破漆桶。試想想，一位早年悟道，修持七、八十年的大和尚，天天也教人念佛誦經，忽然對你來一句：“沒有佛！”，也就是說求佛、拜佛、持齋、念佛有可能是竹籃打水一場空！你有什麼感受？

嚴格說來，佛教並非拜拜佛、燒燒香、念念佛、誦誦經就了事，裡面有很多內涵、很多秘密，甚至包含整個宇宙的大真理！佛不要人去崇拜他，它也並非世界的主宰，它只是達成了真理，洞悉了人生的奧秘、宇宙的真相，然後分享生命的喜悅。生命應該是一份祝福、一份歡慶、一份禮物，然而大多數人的生命卻活得那麼煩惱、晦澀、無奈。

生命的意義是什麼？存在的價值何在？生活的真諦難道只是恩愛纏綿、吃喝拉撒？工作是為了生存還是有更崇高的內涵？…生命是一個奧秘，永遠等待人們去探索，而佛法是解決生命奧秘的答案。去探索佛法，深深地去探索，裡面有每一個生命現象的答案，裡面有宇宙誕生的秘密，裡面有生活的真諦…

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

當一個人洞悉了整個人生所有的幻象，就會見到永恆真實的面向。在那裡可以用世間一切美好的詞彙來形容，圓滿、完美、極樂、幸福、平安、祝福…更重要的是在那個面向有一個真相：永恆！你不再懼怕死亡，肉體的生命會結束，但“你”不會，你會與上帝永存於宇宙之間！

這本書是一個引子，如果你認真閱讀，也許會發現字裡行間有真理的影子，它會昇華你的能量，帶你飛向那個永恆……如果你有這種感受，那將是你的榮幸，也將是我的榮幸！

布殊 二〇一六年浴佛節

序 三-佛法與禪

恩師曾開示我們：“佛法者成佛的方法也，方法對了成佛就不難。”

成佛的方法在哪裡？佛法在世間，不離世間覺。五眼六通成不了佛，神通不敵業力，已被反復驗證；頑空守寂成不了佛，肉體難解脫更不能自殺，否則更沉淪。宗教予人心靈救助，科技予人生活幸福，使眾生幸福輕鬆，是佛出世的本懷。

縱覽古今，橫觀當下，此生體驗近七十載，深深覺知“法本源自無法萬法皆在一心”。一心不變、不散亂、不退轉、誠敬信佛陀是成佛的首要，宇宙全息，能吃透一部、一冊，甚至一段佛典當法，船足可到彼岸；出家與否不重要，能遇到一位明師（非比比皆是誤人慧命的“名師”），相扶、相攜，涉灘度險及排難，福莫大矣！心靜佛國淨、心安天下定，擁有一顆八風不動、百毒難入、百邪不侵的清靜心，何愁不成金剛之軀？憑自己的智慧和雙手勤勞節儉、良善為本經營人生，享受科技帶來種種便利的同時不隨波逐流，盡己所能回報社會，祥和眾生，這樣的生命旅程離成佛還遠嗎？

至於宗教，政府和教職人員若掌控得當不但可以續佛慧命，還可以穩定社會，利樂有情，僧、俗兩眾法益、利益雙贏，若一涉功利便似鴉片興奮又麻醉還上癮，走向極端，就是邪教和恐怖勢力。佛法問世二千餘年來，經越解越多、頭越叩越響、供養佈施越上越豐，大成

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

就者卻越來越少。剃光頭的說是除孽根，留長髮的說是保慧根，難道佛祖和老子在打架？

科技在不斷驗證佛法，卻被“雞體屁”怪獸綁架，人們包括一些精英都成了身不由己的肉“機器”，這一切二千多年前都在佈局。魔王率子孫要在末法時期入室上殿，禍亂朝綱和人間，隨你來占位子，因果管著呢！

佛菩薩們入世當首腦、做官、當科學家、企業家、思想家、藝術家，到廣大平民中和大家一起行禪。文明的進化，就像蠶一樣作繭自縛，同時也一直在等待機緣成熟時的破殼。禪即蟬、蠶、纏也，行禪者自能解束縛，脫胎換骨，一超直入，徹見自性，一飛沖天向宇宙宣佈“知了，知了，我來了”！個體有別沿途風景不同，成佛不需要百千萬劫，不以他人為標準，自心最清楚可互印證。

能做到外在如常、內在空空朗朗，活得清清亮亮、明明白白；面對一切人、事、物心中有數，甚至死亡不期而來也坦坦然然、灑灑脫脫、無絲毫遺憾，這不就是生死一如大事了畢嗎？

宗教要革命！科技要革命！地球村中，尤其是東方，萬佛要出世，百萬菩薩要成就！我對多年前這個預報負法界責任。《成佛的快捷方式》一書就擔當了這無比艱巨而又空前光榮的神聖使命，願每位有幸讀到此書的法緣禪友，在金剛界的強力加持下，都能成為萬分之一至少要

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

成為那百萬分之一，以不負金剛界厚望。

醒塵禪師 丙申春日於夢都汴京



不同的翻譯

《心經》總共有 260 個字，我給大家講一下它的來由。什麼叫做“般若波羅蜜多心經”呢？是怎麼來的呢？相傳是玄奘大師（唐玄奘）到西天（即現在的印度）取經，從長安出發，經歷過九九八十一難才到達爛陀寺。這九九八十一難，代表他是非常艱辛的走過來，中途碰到一個梵僧，這個梵僧看到他真心實意去取經，就對他說：“此去西行非常艱難，我傳給你一個《般若波羅蜜多心經》，只要有苦難的時候你就念它，便會逢凶化吉、遇難呈祥。”有了這個《心經》，玄奘大師每到急難恐怖時候就誦持，當然那是梵語的，也確確實實如梵僧講的遇難呈祥、逢凶化吉，每一次災難有驚無險的度過來了。十八年後，回到中土大唐，回到了首都長安，就把這部《心經》翻譯出來，也就是現在的《般若心經》。

其實你去看原本的梵音，《心經》的前面還有“如是我聞…”，後面還有“諸大菩薩、諸天梵眾，皆當信受奉行，歡喜而去（或作禮而去）…”等內容，是有的！但玄奘大師覺得沒有必要，就把它刪除掉，只把核心的內容留下來，且翻譯得非常好。

中國歷史上翻譯佛經的大師最重要的有二位，一位是外國人姚秦的三藏法師 鳩摩羅什大師，還有一位就是玄奘大師。這二個人翻譯的經典無疑都是正確的，但二個人的風格完全不同，所以翻譯經典著

重的方向也不同。

鳩摩羅什大師

他是七佛的譯經師，也就是說過去的七尊佛都是指定由他當譯經師，所以專業水準比較高，他把部分佛經的內容刪啦！比如《阿彌陀經》原本有“十方諸佛”，哎呀！太繁雜，他改成“六方佛”；《金剛經》也是，改啦！但是改的很通順，朗朗上口，他有這個本事，是因為他本來就是佛再來，所以他去改佛經沒有問題，大家都認可，毫無異議。

玄奘大師

他比較謙虛，也許是境界的問題，也是謙虛的問題，非常忠實於原著。他認為佛講的就是佛講的，不可以隨便竄改。

比如《心經》第一段，菩薩的名字，鳩摩羅什大師翻譯叫“觀世音菩薩”，玄奘大師就不這樣認為，因忠於原著而直譯為“觀自在菩薩”，事實上“觀世音菩薩”與“觀自在菩薩”是同一個人，只是翻譯的不同。

來自於佛經有很多的術語，翻譯也不同，比如“南無”，有些人不翻“南無”，而翻“那摩”，翻譯中這樣的現象很普遍。而唐三藏法師玄奘奉詔譯，就是指奉唐太宗的詔來翻譯。



開啟智慧的旅程 摩訶般若波羅蜜多心經

“摩訶”如心

“摩訶”是什麼意思呢？“摩訶”是大，有多大呢？如同宇宙那麼大，宇宙有多大“摩訶”就有多大，“摩訶”有多大宇宙就有多大，你的“摩訶”有多大你的世界就有多大，你的心量有多大你的成就有多大。各位明白嗎？這就是“摩訶”的意思，“摩訶”是真心的量度，也是你的心的量度，可以如法界那麼大，也可以如微塵那麼小，由你來決定，由你自己來決定。

“般若”佛母

“般若”是什麼呢？“般若”是智慧，什麼樣的智慧呢？佛陀的偉大智慧，上帝的創世紀智慧，整個宇宙的本元智慧，生命的源頭智慧…，一切一切的智慧都以這“般若”智慧為根本、為基礎。這個“般若”智慧是一切智慧的母親，所以也叫“般若”佛母，所以《心經》後面有一個咒就叫“般若佛母咒”。

吃顆“波羅蜜”

什麼叫“波羅蜜”呢？就是到達彼岸，大智慧到達彼岸。彼岸是怎麼樣的風景呢？佛曰：“不可說不可說。”是指非語言文字可以表達，唯可以智知，不可以識識。有一千張嘴，一千雙手，都無法表達「波羅蜜」的萬分之一，你說它是什麼境界？唯有你自己親自達到，

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

親自上了彼岸，親自嘗到了「波羅蜜」的味道，你才能知道，古人所謂“唯證方知”。你想想，古來多少仁人智士、英雄豪傑為了這個「波羅蜜」遠走他鄉，舍家棄欲，窮其一生追尋，尚不得其門而入，你就知道這個「波羅蜜」至真、至貴、至難了。

成佛的經驗

《心經》是什麼意思呢？“經”，一般人解釋是說佛講的就是經。是對的！不過還有其他的解釋，一種是“經”者“徑”也，指的是門徑、路徑，也就是《心經》講的是到達心靈核心的路徑；還有一種解釋是“經”者“經驗”也，什麼樣的經驗呢？佛菩薩成佛的經驗，佛只會說自己的經驗，自己的達成，非關知識，非關常識，沒有權威。一尊佛不會模仿任何人，成佛只是一種達成，達成自己，只是成為自己，再度成為自己，完整的自己，徹底的自己。這裡面沒有別人，怎麼可能有別人呢？所以“經”也可以說是一種經驗，成佛的經驗。《心經》是觀世音菩薩成道的經驗，也是一切成佛的菩薩們的通途法門，非常殊勝，非常快速，不可思議。

第一章 觀自在的菩薩

觀自在菩薩，行深波若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。

這一句是《心經》的總綱，是佛法三藏的總綱，是一切佛法的總綱，也是所有修行人修行成功的總綱。“觀自在菩薩”有二種翻譯，一種是“觀世音菩薩”，另一種是“觀察自在的菩薩”，不斷的觀察自己在不在，而我們常常都在觀察他人在不在。

到底在不在（自在他在）

一個欲望升起來時，我們觀察著欲望，看著欲望。覺察到“我生氣了，我很生氣，非常生氣，我無比的生氣。”這是觀它在。貪欲升起來了，心想著“我一定要得到…”這也是觀它在。你被任何一個欲望、貪欲、瞋心、愚癡念頭奪走了心，你的心被佔領了，都是觀它在。又像打坐時，坐著坐著突然想到，昨天張三欠了我五塊錢沒有還、今天還沒打醬油、兒子還沒回家…等等念頭，都是觀它在，你迷失在其中了，忘記了自己的存在。如果這些念頭都沒有，只有一顆空空朗朗的心時，就是自在，只有自己的存在，就是自觀自在。清清楚楚、明明白白，自己就在當下，這才叫做觀自在。

但最常有的狀況是我們連做夢時都在觀它在，被夢中的境界牽引到不知哪裡去了，都是觀它在。觀自在是只有自己沒有別人的，也就

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

是隨時隨地要知道自己在不在。自在是指“我很自在”，因為你常常都在當下，很自由，沒有被浮光掠影、雜念、欲望、煩惱所牽引走的時候，就是當下只有自己在的時候，這就是觀世音菩薩修行的方法，也是一切菩薩修行的方法，是直了成佛的方法，也是總綱，通途法門。

打坐的時候是最明顯的，念頭跑掉就拉回來，只有自己在那裡。如果可以只自己在那裡，沒有被任何東西牽引走，這個境界可以達到哪怕十秒鐘，法喜、輕安、光明就升起來了，就可以安住下來，所以越自在，就愈輕安、愈光明，就會全身通泰，身體好像要飄起來一樣，而且非常清爽，也不會腰酸背痛。相反地，你打完坐若腰酸背痛，表示還沒有得輕安。

有為自在

但這個“觀法”，它是有為法，因為它還有“觀”這個動作在。因為“觀自在”是“觀自己在”，“自己在觀自己”，它是一個迴圈，是有始有終的。不斷的觀察自在的時候，慢慢的箭頭沒有了，就形成無縫連接，觀就沒有了，觀自在只剩“自在”。



我很自在，愈來愈自在，就進一步的進入了圓融，慢慢地就會向圓滿邁進了。這也就是我曾說過的從“圓融”到“圓通(指通達)”，

再從“圓通”到達“圓滿（指無始無終）”，人就愈來愈自在，當你自在圓滿的時候，你還說什麼法喜呢？還說什麼輕安呢？還說什麼光明呢？一切都在內心深處統一了，合二為一，入了唯一真實的法界。

自在不在

自在就是開悟。可是你悟的痕跡還沒有去掉，你還有一個我在開悟，所以修行到接近圓滿時，連“自”都要去掉。因為當你到達“圓融”時，你還有一個“融”的痕跡，當你到達“圓通”時，還有“通”的痕跡，當你到達“圓滿”時，就沒有痕跡了，因為它已經填滿了，把我忘掉了，因為無所不在，哪還有我不我的問題呢？整個宇宙都是你的了，還有什麼在不在呢？

幸福的所在

我要求財、我要美滿、我要幸福，但整個宇宙都是你的，你還去那裡找幸福或不幸福呢？說幸福、不幸福這些都是兩邊話，整個法界都是你的，你貪什麼財呢？因為唯有你在，所以你無所不在，因為“自己”沒有了，這個“在”就是全體。毗盧遮那佛叫“遍一切處”，就是指無所不在。因為“無所”就是指沒有我，“無所不在”也就是沒有地方不是你，你融化到了法界的每一個地方，在花裡面，在杯子裡面，在每一寸的土地裡面，在每一個人的心裡面，所以有人才會說“你想我，我就在你心裡”。因為你求祂，祂就感應你，你想祂的時候，

祂就來到了。所以有首詩說“當你求我的時候，我就來到你身邊，當你還沒來求我時，我已經在幫你了。”這是多麼美好的境界。這也就是觀世音菩薩的意境——觀自在菩薩，祂是無所不在的，所以這樣的修法，也就是一個字、一個字的去，一層、一層的修，一個障、一個障的破，最後，徹底的進入無為，究竟的“無為”，就可以大自在、大自由、大解脫了，到達這個境界，你若要說個解脫，都是多餘的。因為你已經出三界了，三界都是你的，要出哪裡呢？無所謂出不出。

菩薩的慈悲

什麼是菩薩呢？菩薩是“覺有情”，祂有兩個特性，一個是“覺”，就是觀自在；“有情”，就是除了自在，祂還有情感，當祂觀察自在的時候，知道一切都是祂自己的時候，對一切眾生油然而生無緣大慈，同體大悲，因為一切都是祂自己，就像是右手幫左手，是不需要條件的。一切的小情，都可以轉換成大情，就是慈悲。

“慈”就是“茲心”，就是當下的心，就是自在，“悲”就是非心，指的是你那顆空空朗朗一塵不染的空心。因為把“我”去掉了，所以無所不在。只有觀察自在的菩薩，祂的“有情”才能充滿整個法界，所以祂叫無緣大慈，同體大悲。

菩薩與佛

其實菩薩就是佛，和佛沒有多少差別，差別只是在達到圓滿的程

度，就是他圓滿得究不究竟，是究竟圓滿，還是沒有完全圓滿，在圓融、圓通、圓滿方面是不是還有障礙？還有沒有什麼心結沒有放下？還有沒有牽掛沒有丟掉？還有沒有一些小小的貪念在其中？所以就會差那麼一點點。

《金剛經》講“一切賢聖，皆因無為法而有差別”，差就差在你無為得徹不徹底？你是不是願意放下？你是不是捨得放下？你是不是甘願放下？還是心中仍有那麼一點牽掛？只要你活在這個世界上，保證你多少還有一些牽掛。那怕是佛！因為還有個肉身，但是這個不妨礙。因為不妨礙道體，不妨礙圓滿，所以才叫“有餘涅槃”，還有那麼一丁點的煩惱在那裡，因為肉身就是煩惱。為什麼？如果你三天不吃飯，你還能講法嗎？尿急的時候你還能輕鬆的坐而論道嗎？老子講：“我有大患，唯吾有身”。就是這個意思。無論你悟道多深，這個臭皮囊多少都會給你帶來一些干擾，讓你不得自在。

行深般若

“行深般若波羅蜜多時”講的行門，是說不但要行，要行的很深，要多深呢？你看“觀自在”三個字的修法，可以提示“觀自在”、“自在”、“在”，至少有這三個層次，最少要到“自在”的程度，就比較深了；有“自”還不行，把“自”去掉，就更深了。也就是要不斷的用這三個步驟修行，這也就是行深了。當你這麼做時，也就在修“般

若”。

什麼是“般若”呢？“般若”就是大智慧。為什麼翻譯成大智慧呢？因為怕原意會和聰明才智混淆，所以尊重原文的發音，不做翻譯。

“般若”是多大的智慧呢？大到沒有邊。什麼是“大到沒有邊”呢？就是和宇宙同體。“和宇宙同體”是什麼呢？就是自在。所以只要你觀察自在，只要你自在，只要你在，慢慢地，你的“般若”就會顯發。也就是愈往深處修，你的“般若”愈顯現，徹底的無所不在時，你的大智慧就現前了，就是自性的光芒，自性的妙用。所以“般若波羅蜜”就是到彼岸。用“大智慧”、“大般若”就可以直達生命的彼岸。“生命的彼岸”在那裡？就在當下。

彼岸世界

沒有什麼叫做彼岸的地方，如果你認為還有一個解脫彼岸，那對不起！表示你還在生命的“此岸”。真正的解脫，是沒有什麼叫解脫。真正的放下，是沒有什麼叫放下。如果你說“我”放下，那“你”還沒有放下。連“放下”都沒有了，還有什麼放下、不放下的呢？都放下了，無東西可放，這才叫真放下。

有個禪師說：“師父啊！我滿身都是病啊，我滿身都是煩惱，請師父幫我放下。”

師父說：“你把煩惱拿出來，我幫忙你放。”

禪師說：“煩惱是無形、無相的東西，只是一種感覺，我怎麼拿給你呢？”

師父說：“這不就放下了嘛！既然是無形、無相的東西，你為什麼要抓住不放呢？”這就是般若。

一個人活得俯仰無愧，無一事掛懷，就能輕鬆解脫，每天活在本心裡，活在自在裡，活在解脫裡。

此時非彼時

行深般若波羅蜜多“時”，這個“時”，是指你已經到達“自觀自在”的這個時候，到達“行深般若波羅蜜多”的時候，就會“照見五蘊皆空”。何謂“照見五蘊皆空”？簡單講，就是把一切都看穿了，把生命中的一切現象都看透了。用“照見”，為什麼不用“觀照”呢？因為程度很深了。“觀”，就是看的意思。而“照”是很深的看，目不轉睛的看，很深邃的洞視，穿透力很強的一種看。“照見”了什麼呢？因為祂智慧很深邃，這種看不是用眼睛看，是用“心”看，看見了“五蘊皆空”，“五蘊”也就是我們的肉體，所有心和身的總結。

分類方法

淺說“五蘊”，就是指“色、受、想、行、識”。佛把人體分為幾種層面，你的身體、感受、思想、行為、潛意識。思與想是不同的，想比較淺，思在比較細膩，而識是更深層的部分。五蘊也可分為“眼、

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

耳、鼻、舌、身、意”六根，再細分為十八界，如眼界、耳界…等，這些是從肉體方面分，後面會詳細說明。

若從生命歷程方面分，就是“生、老、病、死”；從輪回的過程來分，就是十二因緣，上面這些都是佛經裡面的分類法，別把它當真，你可也可以用其他的分類法。

“色”是身的一部分，“受、想、行、識”則是心的部分，所以五蘊裡有一個是身體的，四個是心裡的，請問，這表示身體比較重要，還是心理比較重要？當然你可以說都很重要。當你活著時，你可以吃的很爛，食不果腹、衣不蔽寒，可是你會快樂；你也以天天錦衣玉食、山珍海味，但活的心裡很空乏，也就是一般人說的“窮的只剩下錢”。為了錢，妻離子散。前一陣子的中國某巨富，家裡有四個人，三個人都得了癌症，那你說說看，他到底做了什麼樣子的事情？是不是果報？

空中的自己

“空”就是指洞“穴”裡做“工”的人，這個人當然指的就是你的心，也就是說真正作用的是“心”而不是“身”時，就達到“空”了。

我們要清清楚楚、明明白白的了知，身體只是個工具，一個很可愛、很容易迷失、又很容易墮落的工具。嚴格說起來，這個工具有很多問題，生下來時就有遺傳的問題，因為遺傳就會有天生的缺陷。譬

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

如，我們的眼睛沒有老鷹厲害，耳朵沒有大象厲害，味覺及嗅覺沒有小狗厲害。這代表我們的身體有很多缺陷，不是一個非常好的工具，但是它也有一些靈敏的器官。你既然已經擁有這個身體，就應該把這些工具用好，它可以用來創造，也可以用來毀滅，可以成佛，也可以墮地獄。這個做“工”的人，才是重中之重。

有病無苦

所以修行就是修你這顆“心”，修得好，祂就會清清楚楚的告訴你，原來“五蘊皆空”，身體只是一個工具，真正重要的是心靈。你要把“受、想、行、識”修好，就會知道肉體是假的，把心修好，才是真的。你的痛苦和厄運就會逐漸去掉了。但這個去掉不是從肉體上去掉，而是從心裡上去掉。所以說：“身無病苦。”這句話的重點在苦上，不在病上，並不是不生病，而是不為所苦。

人吃五穀雜糧怎麼會不生病呢！釋迦牟尼佛在涅槃前，也被胃病所苦了好多年，我們的師父他也生病了，虛雲老和尚晚年也是病痛纏身，所以怎麼會不生病呢！但他們不以此為苦，再難過，內心深處也能了脫。因為一般人的“受”有很大的煩惱在裡面，他會被這個煩惱攪得頭昏腦脹，盡幹一些糊塗事。只要有染著在“業果”裡面，這個“受”就是“邪受”，不是“正受”，而“正受”就是要從這裡開始，不為所苦，不為所動。

三思而行

“想”，是指要有正思維，可是大部分人都是“邪思維”。想錯啦！只要執著在肉體上，被肉體的感受拉著跑，患得患失，死抓住不放，所有的起心動念都圍繞著肉體，私心雜念由此而生。

“行”，是指要有正行，八正道不是有“正行”嘛！很多人都是“邪行”，淨做些莫名其妙、明知故犯、庸人自擾或是做作繭自縛的事，原因連自己都想不通，就是因為沒有正確的思想來指導行為，所以盡做一些傻事，事後又來感覺到後悔莫及。

改造意識

“識”，是潛意識。你要改變你的潛意識，就要把你的業都清空，那麼這個做“工”的人就很完美了，那你就是佛，就是菩薩了。

“照見五蘊皆空，度一切苦厄。”就是這麼個度法，而方法，就是“觀自在”。程度要達到“行深般若”，作用是“照見五蘊皆空”，結果是“度一切苦厄”。

舍利子，色不異空，空不異色，色即是空，空即是色；受想行識，亦復如是。

“舍利子”就是舍利弗，是釋迦牟尼佛智慧第一的大弟子。為什麼要跟他講呢？因為他智慧第一。“般若”是以“智慧”解脫的法門，所以當機者是以智慧第一的“阿羅漢”。

色不異空身常住

什麼是“色不異空”呢？你這個工具，其實就是在裡面做工的那個人，也就是那個靈性、覺性，因為沒有它，你的色是個空殼，只是個機器，動不了，而工具和這個空“穴”是相同的。也就是說，你修行，就是修心，就是修身，兩者之間是沒有差別的，你不能說這個身體我不要，專門去修心，這要怎麼修呢？你必須藉這個假的（肉體），去修這個真的（心）。所以你的肉體和你的心是一樣、一起的，不要單獨修身，單獨修身是外道。像是有一些修行人“燃燈供佛”、“燃指供佛”，搞到最後把身體搞壞了，裡面做工的那個人也就留不住了，那是行不通，所以要把二者合起來，是統一的。

空不異色心不空

“空不異色”也是一樣的意思，你那個靈性、靈魂，也不能離開這個肉體獨自存在，因為你修靈性，就必須修肉體，也就是修心就是修身，修身就是修心，除非有一天，這個肉體壞了，你要走掉，你一旦走掉，也就無法修行了，因為沒有肉體了，還怎麼修心呢？所以它不是兩樣東西，也不是不同的兩個。有一種說法是“身體是靈魂的顯像”、“身體是物質化的靈魂”，也可反過來說“靈魂是精神化的身體”、“肉體是靈魂的延展”，而“靈魂是身體的內涵”，它是一體的，所以不異。

你要“空”，要去瞭解這個做工的人，見到自己的本心、真我，必須要注意這個肉體，因為它不異，你要證到空性（做工的人），就不能擺脫這個肉體，否則你沒辦法修，因為需要它來起妙用的，你有什麼樣的靈魂，就有什麼樣的肉體，所以古語說“相由心生”，指的就靈魂和肉體雖然不同，但因為互相依賴，不能分開。

靈魂的烏雲

我的解釋和別人不一樣，對你有幫助就好，重點在於讓你開悟、成道。修行就是修靈性，當你把你的靈魂的“魂”去掉了，就只剩下“靈性”，你就成道了，那個“魂”就是烏雲，就是障住你的業習，它障住你的菩提和靈性，這也就是真正修行的法門。因為你所有的行為都會在靈魂裡面堆積，所有靈魂所想的，也都會在行為方面展現出來，所以它是不異的。身體不斷的造作，就會形成業，它會堆積在靈魂裡面，然後又展現在身體的行為上，就形成了業報。

生氣的是誰

所以修身就是修心，修心必須修身。真正的得道高僧，他的相絕對和一般人不同。你們看老和尚的相和一般出家師父就是不同。隔壁的老比丘尼也修得很好，但因為事情太多，導致她駝背。

你的感“受”，也是要裡面那個人，由祂來感受，所以不異。“空”也是一樣，裡面的那個靈性和感受，也是可以連結的，你不能把它拿

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

開。所以修行修好了，就能得“正受”，而“正受”是修行的起點，也是修行的終點。當你開始丟掉生命中的各種執著，正受就會升起，生命就會有一種迥然不同的覺受，這就是正受。而且直到成佛，也只是這種覺受，不過深度更深、濃度更濃而已。所以凡夫、菩薩、佛的不同，不在外表的差異，而是在於內在的覺受。你有什麼樣的心態，就會有什麼樣的境界，就會有什麼樣的人生。

譬如“我，生氣”，“我”就是“生氣”嗎？不是同一個東西，而是“我”生起了“氣”。但是你一直在“生氣”中，就迷失了“我”，就犯了“酒戒”，本性迷失在情緒裡就是破酒戒。修行就是告訴你，做工的人所做的工，你要覺察它，覺知它的存在，就是“觀自在”、“自觀自在”，如果你被“工”拉走了，就是忘了“自在”，如果你還可以“觀自在”，那你的氣很快就可以消掉了，因為做的“工”是過客，“做工的靈性”才是主人。凡是來來去去都不變的，那才是你自己，會變的都是“客”。所以“色不異空，空不異色”，指的是表現的一種形式，但你不要當真，只有裡面做工的人，祂一直都在那裡。開悟的人不生氣嗎？他可以生氣，因為受與空不異，只是他能不為所轉。

五蘊解脫

“色”，簡單的說就是我們的肉體，而“受、想、行、識”呢？

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

是我們的心靈。嚴格說起來，五蘊覆蓋了本心，也就是空性的障礙，比如說心的最外面一層是“色”，裡面一層的是“受”，再裡面的一層是“想”，更裡一層是“行”，最裡面一層是“識”，以此類推。把色在內的五層剝掉了，才能見到心的本體。修行就是一層一層的剝，先把“色”修空掉，然後修“受”、“想”、“行”、“識”。

但《心經》裡就不是這麼說法，《心經》講的是“色即是空”。不是我在它上面，我就是它，沒有什麼不同，完全一樣的。“色、受、想、行、識”跟空性、佛性就是一回事，古大德說：“幻化空身即法身”，就是講的這個意思。修行到一定程度，肉身已經不再會限制佛性的顯發，有沒有這個肉體都是一樣的了。

一般的佛法講“色、受、想、行、識”，是層層深入的。楞嚴經講五蘊解脫法（色蘊區域、受蘊區域、想蘊區域、行蘊區域、識蘊區域），當識蘊區域破掉了就做佛了，楞嚴經講的是一層層的破。那你會說空，為什麼還要一層層的破呢？告訴你，這裡面不是沒有，它有的！它有境界的，每一蘊都有它的各種境界，每破一蘊也有它不同的殊勝之處，只有你達到那個境界才會明白，沒有達到就沒有辦法體會，說出來也沒有用處，說不定又讓你升起了執著心，所以大禪師們一般忌談自己的境界。

通途的解脫--五蘊解脫

首先要修色蘊，比如：打坐修行，念頭很少幾乎沒念頭，可是人像枯木坐在這裡不動，這就是色蘊區域。再進一步，如果破除了色蘊區域，也就是破除了部分肉體的束縛，廣闊的天眼即打開了，此時，眼睛明朗，十方洞開，無複黑暗，（請參考楞嚴經第九卷），天堂地獄都看得到，因為此人已經擺脫部分物質的束縛，進入了靈性世界，對修行來說，這是很關鍵的一步。

受蘊區域有很多感受，有無量的感受，本區域要破的時候，它會出現一個轉化，此時“其心離身，反觀其面，去住自由，所向無礙”，這個時候你的感受平掉了，沒有錯誤的感受了，所有的感受都舍掉了，你就會出現另外一個神通—神足通，你的靈魂、你的心可以離開肉體了，這個時候只是剛擺脫肉體束縛，到達這個地方有如飛鳥出籠，門打開了，你的靈性可以從肉體裡拔出來，可以看到所有菩薩的位置、功德、果報、因緣，可以上菩薩五十三個階級，都看的到！這個時候在佛門裡就開悟了，大徹大悟！

此時，如果他想要解脫，也就是一般說的不想活了，可以一盤腿就走，這個時候已經可以生死自在，得了一個少分的自在，想去哪都可以，但並不代表他已經解脫了，很多人都卡在這裡，其實後面還有三個階段沒過去，現在先簡單地說一下，以後楞嚴經講到那一段時再重點講，因為跟一般通俗的講法又不太相同。這裡就是進入了想蘊區

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

域。進入受蘊區域後，“想”就變得很危險，因為念念牽引，就一直想、一直想，很多邪魔外道就在這裡等著你。很可怕的！因為你分辨不出來。你看我們現在很多邪魔外道，那些法師不是沒有境界，有些人的天眼很厲害，可以到處遊歷世界，但他就被邪念欲望拉走了，就成了邪魔外道。

所以哪怕是你達到了可以坐脫立亡的程度，都並不代表你解脫了，因為還要經過想蘊區域、行蘊區域、識蘊區域三個階段，一個區域要比下一個區更難，阿羅漢、菩薩、佛的差別就在這裡開始分歧，前面四十陰魔是分成色蘊十個魔、受蘊十個魔、想蘊十個魔及行蘊十個魔，這四十個是魔，這十個（識蘊）是外道，是羅漢的境界，羅漢跟菩薩就在這裡開始劃分，阿羅漢就到這裡，他把前面滅掉了，可是這個“識”，是很深層的潛意識，他滅不掉，所以有習氣。他有很深的誤解，是因為轉世輪回還有很大的習氣在，意根沒除掉，而佛，已經把意根除掉了，這就是前面所說一層層的解脫法。

特別解脫法

但《心經》不這樣認為，《心經》說你這樣的說法雖然也對，可是我有更徹底的修法，就是“色不異空、空不異色，色即是空、空即是色”。就是用對照的方法，先講色。“不異”就是沒有差別，也就是色與空沒有差別。我們心裡想但它還是有那麼一些差別吧！所以它再

加重強調，也就是“色即是空、空即是色”，直指它們完全相同。

對一個羅漢來講是不異的，他說這沒甚麼差別的，你不要太執著它；但對菩薩來說，心就是佛，心為什麼是佛呢？你的心是妄心啊！念念遷流、貪嗔癡慢、煩惱萬千，怎麼可能就是佛呢？凡夫就是這樣，每天一大堆妄想，他跟佛差距很大呀，但佛就說：“真心是佛，即心是佛。”他沒說：“妄心是眾生”，你的心就是佛，怎麼理解？就是“色即是空、空即是色”這個意思。

事實上是有差別的，那佛卻說沒差別！問題在哪裡？因為每天都活在色、受、想、行、識五蘊中，但總有那麼幾個時刻，你的念頭會有幾個大的空隙，例如上床睡覺，要睡著沒睡著或者要醒來還沒醒來那一剎那，就是色受想行識還沒產生覆蓋的時間，或者至稍有些裂縫，這個覆蓋就像是烏雲過去把太陽遮起來，但總有那麼一下，太陽的曙光是可以射下來的時間，也就本性光明釋放出來的時候，這個時候直了見性，就見到性了。

開悟的步驟

所有禪宗的功夫就是創造這個機會。如打坐，打到一念不生的時候，只是無想而已，無想後面還有“行”，根本意識還沒不破的，還有“識”，識則是更深層的意識種子庫，很難達到。可是他靜下來打坐，就那麼一兩個縫隙和時刻會到來，突然頓空，這時加上師父給你

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

的一巴掌，或者是打你一棒，便有可能突破色、受、想、行、識五蘊，嘩啦一下子進去了，讓你頓見本性，看到最核心的部分，這便是第一步，初悟了，禪宗裡叫破本參，先見一見本心。

第二步怎麼修呢？當你領略“本地風光”，見到佛門所說“實際理地”無限美好的境界時，就如同回到故鄉，見到當地的風景，品嚐到家鄉的味道，像回到家了一樣，也就表示你回到了心的空性，你的真心本性裡面去了，也就是那個做“工”的人，做而不做，不做而做，也當你領略到本地風光所有法味，於是乎不管五蘊烏雲怎麼覆蓋，你知道太陽在那裡，而且你會很努力再去創造這種縫隙，安住在這種無住的覺受中。其後，你雖然在做事，但一樣可以住在本地風光裡面，一次又一次的進入，慢慢地這些色、受、想、行、識就空掉了。

什麼叫空掉呢？就是它不再障礙你，不是它沒有，而是這個作“工”的人，它在作工、起各種作用，但這個工具不再障礙或變成你的威脅，或者可以說，造成的干擾也許有一些，若有若無，但是干擾不大，這個時候就是“不異”。這就是《心經》裡為何說“色不異空、空不異色”，因為干擾不大嘛！最後你開啟到一定深度，這點小干擾根本就無所謂。“受、想、行、識”皆是如此，這就是《心經》的方法。

《心經》的第一句“觀自在菩薩…”，為什麼觀自在？只有到這裡才自在，因為他看到了本地風光，在自己的家鄉里最自在，到別人

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

的家要當自己的家還是不自在，只有回到自己的家是最自在的，就算把腳放在天花板上也沒人管。所以觀自在，即是觀家鄉的風景、觀本地風光，到哪裡都是對的，自由自在。當你觀自在就有那麼一個空隙、時間，頓悟、頓見真如本性。為什麼叫“頓”呢？就“砰”那麼一下，“喔！我知道了。”，這麼一回事而已。意境上有那麼一回事，一種豁然開朗的感覺，並不是真的有什麼形式。

開悟的不同

為什麼你修行、開悟了之後，會跟凡夫不同呢？因為你清楚地知道，“色、受、想、行、識”不再是障礙了。雖然有時候還是不斷地蓋覆你，可是，它越來越不是障礙、越來越不是干擾、越來越跟本性相同，達到“色不異空”，但對羅漢來說，因為僅破除了“色、受、想、行”，但還差那麼一點，為什麼呢？到達了“色即是空”，就到了開悟的起點。很多人一開悟就到這裡來，也叫頓悟，但只悟到一半，屬偏空涅槃，所以在“不異”方面，還差個“識”，差一點點，為何講“即是”？意思就是連“識”也破掉了，連那一點點的法執都破掉了，就到了。

這就《心經》的修法，就是說什麼都沒有，都是空的，都是作“工”的人！那為什麼會被覆蓋？是因為心的作用不同，都是心生出來的，惡用就是迷，就成了眾生，善用就是悟，便成了佛。它有一個頓悟的

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

動作。而通途的修法是一層層的修，因為這種修是認為有一物，色是一物，受是一物，想是一物，行是一物，識是一物，而《心經》這種道理是“色不異空，空不異色，色即是空、空即是色”，不用一層一層的修，可以一步到位。這種講法比較深，也比較徹底，是頓教最上乘的修法。

講所有的經，就是要你達到頓悟，那要如何達到頓悟呢？大家靜下來打坐、參禪、行經就入了真實，入了本地風光，家鄉的味道嘗一嘗。我有一個朋友到國外去，拿張白紙裝一把土包在裡面，我問他你為什麼拿一包土，他說聞一聞有家鄉的味道，很多人都這樣做。我想了半天，我說：“你這個人就是家鄉的人，你聞身體就是家鄉的味道了，為什麼拿包土呢？”

“色即是空、空即是色”，就是指這個意思。不用去找一個家鄉，你不就是家鄉人嗎？有一天不再尋找，那麼恭喜你，你達到了，回家了。只要你還在尋找，這個法門好，還是那個法門好？這個法門修幾天，那個法門修幾天，那也恭喜你，你還要再多找一段時間，因為問題不是出在哪個法門上，問題的關鍵出在找尋的那個人身上。

心裡有個太陽

你看過無雲的天空吧！沒有雲彩，臺灣最容易看到萬里無雲的天空，那個代表大徹大悟的心境。我們的心是什麼樣的情境呢？是烏雲

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

密佈的藍天，可是你看不看得到太陽呢？除非是晚上，太陽落山了，否則太陽一直都在。看不見是因為太陽在烏雲的上面，所以看不到，不然哪怕烏雲再厚，你還是可以做事，只是看不透、看不清楚，所以，請問陽光在不在？它在啊！

所以，色即是空、空即是色。本地風光的光芒還是射下來了！還是照射著你的，只是強度沒這麼強，那不就是本性的光明嗎？所以凡夫用的還是本性的光明，只是比較黯淡，黯淡到幾乎好像不在，但其實它無所不在。

觀自在就是指這個意思，雖然蠟燭的光很小，可還是有光嘛！電燈的亮度有大、有小，但不代表有光或是沒有光，所以當你沁入本心看到時候，就發現原來我這個凡夫時時刻刻用的“本性”，跟佛用的是同一個。你做壞事時，用的是佛用，吃飯、穿衣、打架、殺人、放火用的還是那個東西；你成佛作祖、建立淨土，還是用那個東西。

你修到不疑之地後，每時每刻就是怎麼樣把天上的烏雲掃掉，讓它越來越光明，讓自性光明越來越多，一直到有一天把天上的烏雲全部掃掉，完全掃掉你就是佛，這一點非常重要！也就是說，我們現在凡夫用的是什麼，就是佛用！凡夫用的是佛用喔！

因為通通都是心的作用，只是它中間有一層一層的隔層，等到作用滲透到我們肉體外面作用的時候，它的光已經很淡，黯淡到我們覺

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

得甚麼都看不到，所以叫“無明”，就是不光明，別人說的話也聽不進去，因為被色受想行識蒙蔽了，被你自己的肉體、感受、思想、行為、潛意識蒙蔽了。

以前有個笑話，兩個道士在鬥法，一個拿把劍，另外一個拿手指指他，對方就說“我失敗了！”別人問他：“你為什麼失敗？”因為他認為對方告訴他：“我是一切的法王”。他認為對方太厲害了！就認為敗了，其實對方只是想說：“等我一下。”失敗的道士被他的思想、害怕的感受所影響，一開始就不想打了，找個藉口下臺，因為覺得對方比較厲害，因為他說他是一切的法王。其實都是自己跟自己在對話，外邊的對手不過是內心的投射。我們也從來沒有真正聆聽過別人，一開始就加上了自己的批註。

當沒有這些先入為主的成見或內心的障礙，才能看到一切法的真實，而不被你自己的感受影響。如果你很討厭一個人，可能是因為他上次得罪過你，所以你怎麼看都覺得這個人不對、不順眼，感受都不對了。如果你天天看武俠小說，有個路人懷裡揣了一個報紙，你會懷疑他是不是拿了一把西瓜刀。諸如此類的觀念，都會讓你受到這些干擾，而當你見性之後，它雖然還在，可是你不會再受它干擾。

佛的痛苦

佛菩薩也有感受，他也會痛苦，師父有時也會痛啊！他撞到東西

時也痛啊。有一回我看到師父撞到了，我說：“你不痛啊？”他說：“我傻瓜啊！我不痛？”他有感受的，只是他不為上所苦，他可以把它抽離開。當他說：“算了！不痛了。”真的就不痛了。師父可以但你不行，為什麼？因為你抽不開，一旦你把它當回事，就真的有這麼一回事。

菩薩隨時都可以把干擾放旁邊去，烏雲嘛！掃開就好了。他有本事掃開，你沒有本事，因為一個開悟的人和沒開悟的人的差別就在這裡，並不是他沒有感受、沒有想法、沒有欲望，他通通都有，可是他為所動、不被干擾、不被迷惑，而凡夫沒有辦法，一定迷下去，因為覆蓋的很深，你掃不掉。

嘴巴說：“空、空、空”，真的考驗來了，怎麼也空不掉，你會說：“我也知道要放下，可就是放不下呀！”因為你沒有這個悟境，你沒有這個工夫，你就是轉不過來，透不過境界，所以少講些口頭禪，遇事不得力，悟要真悟，行要真行，方才有自由的可能。

所以眾生用的能量，也是佛的能量，佛有的佛性，也是我們有的佛性，兩個都是平等平等，只是佛用的很妙，祂懂得色、受、想、行、識，只是雲彩，後面有陽光，也就佛性的光明。我只看佛性的光明，至於這個五蘊，有也好、沒也好，無所謂。

有一天，老和尚跟我說了一句話：“你知道嗎？我現在的狀態像

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

什麼呢？就像秋天的天氣一樣，永遠都是灰濛濛的。”也就是他年紀大了，色、受、想、行、識對他產生嚴重的干擾，但他還是可以撥掉，如果他沒有什麼事情的時候，無所謂干擾，就干擾吧！如果有事情要處理，隨時把它撥掉，就不構成干擾。

如果你開了悟，至於掃不掃色、受、想、行、識這些干擾都無所謂，因為你知道那是佛用。不掃，就跟凡夫一樣。可是你要記住，如果需要，隨時可以掃掉，沒有問題。我們隨時隨地都掃不掉，努力掃也掃不掉，越掃越多，這就是悟跟不悟的差別。



Chinese King Kong Prajna Zen Society

第二章 空相即能，法即水去

舍利子，是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。

這段是說明空相的涵義，這一點很重要。禪宗的各種修法，都有自己的特色。像《心經》的修法就很棒，獨特之處是整部經典的前面顯說，後面是密說。“是諸法空相”，就是說所有的法都是空的，也就是指所有的法，無非是突顯那個空寂。它從“空”裡來，也回到“空”裡去。換個說法，也就是這個“空”就是在“洞穴”裡作工的“人”，也可以說是在洞穴裡面作工的“能”或“力”。這個“能”或“力”創造了萬物，創造了萬法。

而“法”是什麼呢？是“水去！”，永遠都留不住，既然留不住，只剩下力的展現。所有的萬法都是“能”的展現，例如：白板、白板筆，都是“能”的展現，它只是一個“勢”，外在的形象不但會變，也會終結，也許存個一百年、二百年或一萬年，它總會消失，而它的“能”，它的“勢”，又會以其他的“相”出現在時空的某個地方。不知道多少年前，有一位修行人，剛開始修學佛法時，名利心還很強，有一天和師父對話。徒弟說：“師父！我要成為亞洲最有名的人！”師父笑著說：“很好、很好。”過了一陣子，徒弟又對師父說：“師父，我要成為世界上最有名的人！”

師父依然微笑著說：“很好、好、好…”。

有一天，師父突然對著徒弟說：“你知道嗎？地球有一天是會毀滅的喔！”

徒弟一時回答不出來，一會兒緩緩道：“師父，我明白了！”

是的！連地球有一天都會毀滅，就算全世界最有名又有什麼用？地球都沒有了，人類都滅亡了，誰來仰慕你的盛名呢？不都是竹籃打水，一場空嗎！名也好，利也好都是虛幻不實的東西，不要貪著太多，否則生命也會隨著這些虛幻的事物一同幻滅。

連“法”都是會消失的“水去”，如同流水嘩嘩不住、覆水難收。孔子說：“逝者如斯夫”，就是指萬事、萬物都像流水一樣，會走過去、會消失，那怕是大廈、黃金，放個十萬年、千萬年也都沒有了，如果時間夠久，地球也會毀滅。

同樣的，“法”也是無住的，是留不住的，既然留不住就是過程，所有的萬法和人生都只是一個過程，既不久長也不永恆，一切的一切都只是過程，所以有個重點要跟大家說—不要急著成佛，因為成佛後旅程就結束了，這個遊戲就結束了，可以慢一點，留一點煩惱陪大家玩一下也不錯，也就是佛經裡講的“留惑潤生”。

留惑潤生

當你修到了悟“法”的真諦時，就等同於無漏，也就是你的所作

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

所為和無漏差不多，雖然你不是佛，但你等同於佛。你會有煩惱、痛苦，但種種的色、受、想、行、識對你不再構成重大干擾，那就在這個世界就玩一玩吧！當你全部煩惱都掃乾淨了、看透了，你也就不想玩了，就想拍拍屁股走人，所以留一點點無明、障礙，偶爾干擾你一下，你留在人世間才會有樂趣。

釋迦牟尼佛三十五歲悟道成佛時，本來可以和各位說再見，盤腿就走，是大梵天王把他留住，說道：“你不要進入最後的般涅槃，留點無明來渡眾生吧！”釋迦牟尼佛想了想，說道：“好吧，再來陪你們玩玩幾十年吧！”，於是就留在了娑婆世界，一玩就玩了四十五年後才走。

所以諸法只是一個無住的過程，它只是一種能量、一種勢的顯現，並不是真實的。就像一枝筆，如果它是永恆的，它一萬年還應該是只筆啊！但你放心一萬年後這只筆早已經爛掉了，雖然現有幾萬年前恐龍的化石，再給它多少萬年，也化成灰了。像人埋在土裡，幾年就只剩骨頭，再幾十年就連骨頭也給那些細菌啃掉、腐蝕掉了。

所以天地萬物都只是一個過程，它會轉換成另外一個能量形式，那是法的本意。那是不是空相呢？就空嘛！為什麼空呢？因為無住。無住就是空，所以你說這個相（肉體）會不會空呢？你放心，百年之後沒這個相，一定沒有了，對不對，那就空了！是真的空嗎？不是，

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

它變成其他形式了。



第三章 生命的迴圈

不生不滅、不垢不淨、不增不減

這三句話非常重要，這三句話你明白了，你就知道法的真諦。《心經》裡用了三句話、十二個字來形容“諸法空相”，第一句是“不生不滅”。如前面所說，法只是一個過程，所展現的只是一種不斷變化的能量，比方說，建造一幢房子，用了多少年以後，就會壞，壞掉了就會重蓋，一再地再重蓋，自古以來，不知在同一個地方，蓋了多少次房子，換了多少回主人，所以要搞清楚什麼才是永恆不變的，是那股能量，它永恆不變。

也就是之前說的，全世界是一個整體，你吃東西然後拉出來，變成化肥，化肥拿去種菜，菜又被別人吃進去了，別人吃了菜又排出來，變成化肥又當作肥料種菜，而菜又被你吃下去…這樣一直不斷迴圈下去，可以推論，大家都是一個共同體，你身體的一部分就是他身體的一部分，他或它的一部分也會成為你的一部分，那個能、勢、過程永恆不滅，所以它不生不滅。

既然不生不滅，你就不要執著，後面那個靈性，也就是真心本性，它的能量是會轉化，永遠不會消失的，有時它會稀散到別的地方，然後又收回來，而產生能的本體，它永遠如如不動，你要找到它。

有一位大德，他的生命快要結束時，他的徒弟一直請求他住世，

他說道：“各位徒弟啊！你們很愛我，我會竭盡全力留在這肉體裡面，可是有一天我不得不離開，因為物理世界的法則是有生必有滅，這個肉體有一天會壞、會留不住，但我會用另外一個形式存在，到時雖然你看不到我，但我看得到你們，我會用不同的形式與你同在。現在我必須接受這個肉體的束縛，一旦到那個時候，我脫掉這個肉體就遍滿法界了，到了法界就不生不滅、永恆了，這個世界的事事物物生生滅滅，跟我再也沒有一點關係。”從這個層面來說，也是不生不滅。

革囊盛糞

什麼是“不垢不淨”？吃的時候很乾淨，但吃到肚子里拉出來就變成了人工肥，種了青菜、水果，然後青菜、水果又被蟲子吃了，蟲子被鳥吃，鳥又被很多動物吃了，吃到最後又被人吃了，剛開始時你覺得拉出來的大便很髒，經過迴圈後還是被你自己吃了，但你覺得它是乾淨！所以並沒有什麼是乾淨的，也沒有什麼是髒的。

古人說：“革囊盛糞”，說的就是我們的肉體只是個皮革而已。舉個例子說，一個非常好的牛皮（或鱷魚皮），裡麵包了一大坨大便給你，你還會拿在手裡嗎？知道裡面有大便，你絕對不會抱著玩或摸來摸去，你可以反問，那為什麼夫妻兩人要抱來抱去呢？肚子裡全都是大便有什麼好抱？又像嘔吐物，你嘔吐到地上後，你連擦都不會想，甚至想趕快跑開，但這坨大便放在肚子裡面，請問你為什麼要抱著她

（他）呢？人就是一張皮囊而已，裡面都是髒的，把這張皮去掉，臭不可聞，腥臭無比。我們吃牛排覺得好腥，但人更腥！因為牛是吃草的，但人是雜食動物，所以更臭，就這張幾公分不到的一層皮，你為什麼要這麼執著呢！

南老講，他到蘇州閉關打坐，遇到了一個修到二禪的和尚，是專修白骨觀的，也就是專門把美女觀成一具骷髏的修法，修成後走到路上看到每一個人都是骷髏，他可以修到這個程度。起觀之後，再漂亮的美女看起來都是骷髏，連血脈都看得到。南老就問他：“你修到這個程度了，感覺怎麼樣？”這個和尚卻回答：“就算是白骨精也是好的，做鬼也風流！”所以哪怕已修到這種程度了，如果欲望還是放不掉，根深蒂固，就算是有白骨觀的修為，但沒能夠從內心深處去解脫，沒有用的。

有些人每天要洗好幾次澡，但從來沒有把腸子或內臟拿出來洗一洗，裡面更髒嘛！表面上好像洗的很乾淨，但實際上髒得很。狗和貓就特別知道這個情形。尤其是貓，比如說你得了癌症，家裡養的貓，牠會離你遠遠的，因為牠聞得到，但現在家貓就沒那麼厲害，前一陣子不是有幾篇外國相關新聞的報導，健康的人抱它都沒問題，有個人得了絕症，它就不給他抱，喵的一聲就跑掉了，而且叫聲很怪，結果那個人去檢查發現得了癌症，外國人還嘖嘖稱奇，據說這種情況的準

確率可達百分之九十。

垢淨唯心

什麼叫乾淨？什麼叫污垢？不是你用肉眼能分辨得出來的。乾淨與不乾淨只是一個過程，今天是乾淨的，明天是髒的，是不是？有人說：“我每天洗三次澡，絕對乾乾淨淨的。一條手帕很白，你很喜歡，突然掉到糞坑裡，就算洗上幾百遍，你一定不會再拿來用了。那你的手挖了大便不知道幾百幾千次了，為什麼你的手還在臉上摸來摸去的，但看到別人的手摸了大便，你會說別碰我。所以什麼是乾淨？什麼是骯髒？都是自己認定的！

乾淨與污垢是你的一個觀念，你認為它髒，它就是髒的，你認為它是乾淨的它就是乾淨的，完全只在於你。當你的一切執著都去除了，會發現沒有什麼絕對的乾淨，也沒有什麼絕對的污垢，都是一個行式的轉化，只是一個過程，不要太過執著。

什麼是“不增不減”呢？一個太陽系在宇宙中間殞滅了，整個宇宙也沒有縮小一點，誕生了一個太陽系，宇宙也沒有增加或變大一點。你上了天堂，你的佛性也沒有增加一點，你下了地獄你的佛性也沒有減損一點，因為它是空的嘛！是屬於空性的東西。

舉個例子來說，你掉下糞坑，跟你在牛奶裡洗個澡，請問還是不是你呢？還是嘛！就是不增不減；你長胖了像神豬一樣胖，你瘦了跟

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

紙片一樣瘦，別人叫你的名字，你還是會答應：“有！”，請問那還是不是你？還是嘛！不會因為長胖長瘦就不回答。佛性不因外在形象改變而改變，這就是所謂的不增不減，所謂的諸法空相，就是指所有的法都是過程，只有型態的變化，它的能、力、勢並沒有改變，也是所謂的不生不滅的意思；不管是它展現出污穢的一面或清淨的一面，能量的本體，並沒有變成污穢跟乾淨的分別！無論它怎麼變化，變得像宇宙那麼大，還是像針尖一樣小，那個法還是原來那個法，不受型態和外相的改變而改變，這就是佛門裡頭講的“不增不減”。

呂祖悟道

有一天呂純陽禦劍飛行，在天空中看到紫氣雲繞，往下一看，看到黃龍禪師在那裡講經說法。

因為二個人都有神通，禪師看到禦劍飛行的呂道長就說：“這個地方有盜法的人”。

呂純陽就站出來了說：“我不是盜法的，我要跟你比一比。”並且問黃龍禪師說：“什麼叫半瓢瓜裡煮山川？什麼叫芥子納須彌？”

禪師就說：“你不要跟我說這些，你這個守屍鬼（因為修金丹大道成就的人可以把這個肉身修得很堅固，常視久生）。”禪師這句話的意思是說守著你的肉體永久有什麼用，只是守屍鬼而已，你並沒有了脫生死，永出輪回。呂純陽就拿飛劍去射他，禪師一合掌，那劍飛到

面前就變成蓮花。



呂純陽說：“好吧，我輸了！我拜你為師。”。

禪師問呂純陽：“那我問你，什麼叫芥子納須彌？”當禪師為他解說後，呂純陽當下就開悟了！

一個芥菜子可以容納須彌山，怎麼納？你看那電影的放映機，也可以把全世界的影像收在裡頭，那不就芥子納須彌了嘛！因為它是虛幻的，並不真實，所以哪怕是一點點的小東西，裡面都可以容納萬象，而且並不因為納了須彌山而變大，須彌山也沒有減少一點點，你把這個道理搞明白，你就開悟了。

這就是“法”真實的境界，你悟了就算開悟。你看我們的心有多小，心是無形無相的，可是你想到美國就到美國，想到上海就到上海了，那就是芥子納須彌，想到什麼就有什麼，馬上就容納下來，千萬不要把外界的事物當作是實在的東西，但它有作用，比如你撞到牆你會痛，那是作用，當然那不是真實層，它就是法，它總會過去的！只

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

是在這段時間內，你撞了會痛，這就是這段時間所產生的作用，而真正的佛菩薩可以把這件事觀空，雖然他不一定要去撞這個牆，但在某種情況下牆壁對他來說是空的！有人打坐，坐著坐著，咦！怎麼到隔壁房間去了，但是回不來了，是因為這是偶發現象。他能量稀散了，心一空就過去了，這個道理在楞嚴經也講到。

我們這個心，它分內外兩個投射層面。第一層投射出來變成我們的肉體，第二層投射變成我們身體外界的世界，所以每個人看到的世界都不同，因為每個人都是透過肉體的五官、六根來感受外面的世界，所以這個肉體也就是六根，用六根來感知外界的六塵，但這裡面有共業跟別業，《楞嚴經》說“同分妄見”跟“別業妄見”，意思就是指“業”可分為“共業”及“別業”。“共業”就是大家看到感受到一樣的事物，“別業”就是大家看到不一樣的部分。俗話說的“情人眼裡出西施”，你看到你的西施，和我看到我的西施是不同的，因為那些都是六根、六塵是投射出來虛幻的外界。

修行的方法有很多種，其中一種修法就是從外界往回走，把外界觀空，當外界空掉的時候，肉體就慢慢空掉了，因為它沒有依存的物件，只剩下一顆心，這個空不是真的空，是感覺上的空，當你感覺空的時候，《楞嚴經》裡面所記載二十五位菩薩的修行方法中，就有講到這個修法。

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

你想想“芥子納須彌”，一顆芥菜子怎麼能把法界脊樑的須彌山納進去，或是把大千世界給納進去呢？因為芥菜子是虛妄的，它只是個投射的影子，須彌山也是虛妄的，所以它們可以重迭在一起，現在不是有一種放映書，透過聲光電，這裡變的很大，那裡變的很小，是不是？就是這個道理。既然是虛妄的那就無大無小、無真無假，芥子沒有增大一點，須彌山也沒有縮小一點，可以融進去，要去慢慢體會就悟會到了，也就開悟了。



Chinese King Kong Prajna Zen Society

第四章 《心經》的能量

是故空中無色，無受想行識，無眼耳鼻舌身意，無色身香味觸法，無眼界乃至無意識界，無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡。

“心經”最簡單的解釋就是“到達本心的路徑”，也是觀世音菩薩“到達本心的經驗”。這種經驗是非常獨特的，她到達生命的彼岸、生命的故鄉，回過頭來敘述，向大家介紹她到達生命彼岸過程中全部的經驗、門徑、路線、方法，就是所謂的《心經》。

這種經驗極其的寶貴，是觀世音菩薩乃至於所有的修觀音法門的共同修法。因為她到達彼岸，回過頭來看，是一個總結總持，把彎路、干擾去掉，只留下一個純正的大道，直通生命的彼岸。而“心”就是本體，這種經驗的能量可以大到什麼程度呢？大到你只要持誦它，就可以感受到法的能量從生命的彼岸流溢過來，充實你的生命，可以逢凶化吉，遇難呈祥。因為生命彼岸的力量是宇宙最潔淨能量，可以把很多此岸污穢的濁氣、障難都掃除掉，這也是為什麼那麼多人持《心經》會有感應，就是這個原因。

般若佛母咒

《心經》後面還有一個咒語，其實就是“般若佛母咒”。

我們宗派的念法是“揭(ㄍㄟ)諦(ㄉㄛˊ)，揭(ㄍㄟ)諦(ㄉㄛˊ)，

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

波(ㄅㄛ)羅(ㄌㄛ)揭(ㄍㄟ)諦(ㄊㄧ)，波(ㄅㄛ)羅(ㄌㄛ)僧(ㄇㄨㄥ)
揭(ㄍㄟ)諦(ㄊㄧ)，菩(ㄅㄨ)提(ㄊㄧ)薩(ㄌㄞ)婆(ㄆㄛ)訶(ㄏㄛ)。

這一段是《心經》的密說，前半部《心經》是顯說，主要是要把觀世音菩薩到達本心的路線、門徑、跟經驗講清楚說明白，只要我們跟著她的路線走，總有一天會到達生命的彼岸。

而密說是針對密宗根器的人，特別是末法時期開悟的人少，儘管只持般若佛母咒，久而久之，你也到家。因為“般若佛母咒”有很多“心的訊息”含藏在裡面，所以只要你持般若佛母咒，觀世音菩薩就會在那生命的彼岸護持著你。不斷的用這摩爾斯密碼打過去，菩薩就會不斷的護念你，直到你成功。

所有的咒，都不用解釋。那可不可以解釋呢？是可以的，但你沒有必要去解釋，就當個愚人吧！天天持誦它，總有一天，心的訊息就會慢慢地拉你到生命的彼岸去，這就叫做暗合道妙！雖然你不知道路線、經驗是什麼，可是你一直持誦，莫名其妙的就到達生命的彼岸了。所以不斷的持誦般若佛母咒，你就會感受到心的訊息—正受。你的感受越來越正確、覺受越來越清晰、身心越來越空朗，無疑你學的方法是對的，神采飛揚，心情越來越愉悅，人越來越年輕，智慧越來越高，那時你的心收到訊息就是對的。

《心經》的重點

整部《心經》，雖然只有兩百六十個字，但道盡了成佛的要妙，道盡了觀世音菩薩成佛的秘密，所以它叫“般若佛母咒”，一切佛的母親，你持誦它就成了佛，這就是《心經》的概念，但你要怎麼樣在《心經》裡面成功呢？第一句話已經說的很清楚了，就是“觀自在”，後面兩百多個字，無非就是不斷地闡釋觀自在。而這觀自在，最重要的東西就是“舍利子，色即是空，空即是色，色不異空，空不異色。”因為要告訴你，外界的形象如同浮光掠影，都是空性，它是虛妄、不真實的，所以你要自在，不要被拉著跑了。

重點在哪裡？就是“觀自在”。不要被外界的“色”拉著跑，惟有你空了，就自在了，就像在空中，無論橫著還是豎著走，都自由自在。色是空性的，它無所有、不可得，你所有的感受也是如此，比如，哎呀…我被污辱、羞辱、折磨啦…等，這些感受都是虛妄的，那些其實都是因為你自己在分別或執著。

我並不是說你不能有感受，不可以感受負面情緒，而是說你不可以過度執著，你要懂得轉念，你要知道色受想行識與空性的同質性，它們是抓不住摸不著的，這樣就可以很快放下，讓心恢復內在的平靜。

從前有一個和尚去旅行，趕路到半夜，好不容易找到一片樹林休息，躺下要睡時，又累又渴，隱約看到旁邊有一畦水，他就舀起來喝，

哎呀，感覺甘甜無比，喝了不少，睡了。到了第二天早上，心想，哎呀，還有些渴，那再喝一點吧，轉頭去找昨天的水盂，才發現那是從墳墓裡流出來的屍水，頓時覺得噁心無比，馬上幹嘔起來，這個時候他突然開悟了。原來，一切唯心照。

當你沒看到它是屍水時，它是甘甜的，知道它是屍水時，就覺得噁心了，那是因為你在分別，想著：“哎呀，這個不行，這個不好喝，這個一定很髒。” 不知道是屍水時甘甜無比，知道是屍水時，噁心無比，那請問你，同一件事物為什麼感受差距這麼大？是不是你的心在分別，才產生了截然不同的兩種感受？

概念化人生

所有美、醜、善、惡的觀念，還有你的感受，都是心決定的，是心在定義或者概念化事物。譬如說，一個非洲難民，你送他一支最新的ipad，他根本不知道那是什麼東西，也沒有概念，所以他不會有高興的感受。所有的感受都是虛妄的，問題不在事事物物上面，問題在於你，你才是問題的關鍵。

周文王，是個聖人，他被商紂王抓起後，紂王為了考驗他忠不忠心，就把周文王的兒子伯邑考殺了，還烹煮給他吃，結果他吃了沒感覺，文王還表示想留下當做下一餐的食物，商紂王因為這樣便認為他是假聖人，聖人怎麼可能不知道這個肉是他兒子的呢？因此把他給放

了，文王回去就鬧革命了，其實他知道吃的是他的兒子。

所有的感受都是人在定義與概念化，本質是空的，“想”也是如此。你的思想只是心上的一個相，只是六塵緣影。這就像是，我看到個風景，這風景也沒到我眼前，而我也沒到風景去，而是眼睛的視神經感受到了，在頭腦裡形成了個虛妄的影像。進去之後，開始想，根據虛妄的素材而開始組合、推演，形成了一個不真實的概念。眼睛進去的不真實，想也不真實，所以絕對是虛幻的。由於業力不同，每個人看到的都不一樣，喜愛也不同。

你所有的行為都會落空，因為整個世界本身就是一個虛妄，無論做什麼都會落空。例如，蓋了一座房子，過了一百年，它會倒的；你是一個偉人，過了萬年，沒有人會認識你；亞特蘭提斯也許再過了多少年，就不會有人記得了；電視裡不播報任何新聞，你什麼也不會知道，所有這些多東西都如過眼雲煙，來來去去，一個有留不住。

人活了一輩子，到了晚年，在那裡想，我付出了這麼多，到底有沒有價值？這些通通都是空性，就像地球是圓的，無論往哪兒走，最終都會回到原點一樣。所以你的行為是空的，你的識，包括潛意識，是伴隨著你的思想、感受產生的一種印象，而且這種印象更是虛妄，因為受你的感受、思想而波動。每個人感受都不同啊！就像吃冰，有的人會說，哎呀，好涼爽！有的說，哎呀，太冷了！有些說，哎呀，

還不夠！

過去，北京開過亞運會，各個國家的人感受的天氣溫度都不盡相同，有的人覺得好熱，但住赤道國家的人卻會認為北京好冷。潛意識的不同，將你的感受釋放出來。這就是所謂的種子庫，因為不真實所以也是空。當色受想行識都空了，你就發現你自在了。當人心充滿著五蘊，也就是五陰，五種陰性的元素，障礙把你陰住、擋住了！五蘊就是五種雲彩，會把你自性的光明給擋住了。

觀是觀想、觀照、觀察（平時不斷觀察肉身是虛假的、感受是虛妄的），不斷觀察生命中所有的現象，從中體驗五蘊的幻化。即使是用同一枝筆，每個人的感受也都不同。事事因人而異，而真理只有一個。又像是對一個人的定義，或是評判他優、劣，不同角度結論就會不同。你有什麼樣的感受、心境，你的肉體就會把它忠實的投射出來，形成你的身心狀態，古人講“相由心生”，指的就是這個意思。

當你把這關破了，你就從五陰裡面脫穎而出，你就自在了。自在後，所謂的愛才是大愛，這時的愛才真實，無論如何你都會愛他，那才是慈悲。真正的愛如何說呢？你看到一個人，它會是絕對的平等，你會看到他最深處的佛性，人人都平等，所以它表面上的迷失會因此而變得不重要。

耶穌的愛

耶穌基督死的時候，祂對上帝說，神啊！你不要懲罰他們，因為他們不明白、不知道。不知道什麼呢？因為迷失在五蘊當中，迷失在五陰當中，而無法做出最正確的判斷，他看不到人性的真實，宇宙的真實，因而所做的判斷都是錯誤的。他們也看不到一個真正的耶穌，他只認為耶穌所講的話是妖言惑眾。

當你自在了，你真正的愛就會釋放出來，無論是對夫妻、父母、情人，唯有真正自在了，你的愛才會是真正的愛，無條件的，而不是說，我愛你一分，需要換回二分愛的那一種。真正的愛是一種合一的狀態，也就是我和你是一體的，那叫愛，又像左手幫右手，是不用任何條件的吧！合一就是不二。所以你進入了不二法門，你才真正懂得愛的真諦，這種愛，會淨化人心，凡你走過到過之處，都會被你淨化、合一！

一個真正愛人的人，他一定是接近開悟或是真正開悟的人，或者也可以反過來說，一個願意去愛別人的人，容易開悟。而完全合一狀態就是，跟萬事萬物都能合一，但是不可以搞錯之處是只有你覺得合一，而對方並沒有合一，這就像我愛他和他愛我是兩回事。合一真正的意思是“我融合你”，而非“你靠過來合我”。前提是要能“自在”，自己的心裡要能自由自在，也對方也自在，而不是用你的意識去強迫

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

他任何事情。

完全自在的人，他才會擁有這個東西，他這個愛才是真實的，否則只是一種強迫症。自由是愛的要素，愛其中的一種展現方式就是自由。所以一個開悟的人他的愛是真實的，雖然給人感覺是淡淡的，不像一般人那麼濃烈，因為當他拉的太緊，就會變成一種執著。也就是說真正一個自在的人，就不會去強迫任何人，那怕是最親密的人，最好是用商量的口吻說明，因為這樣才能互相有所尊重。所有的愛與慈悲首要條件是尊重對方，而不是強迫對方，給予不可以有負擔，否則“愛”就變成“礙”了。

第五章 幸福的源泉

無苦集滅道

這是小乘聲聞修法中的四聖諦，“苦由集生，道由滅成”。苦由集生是指“苦”是累積很多的外塵而來，所以這個“集”是指積累、累集、集聚。“苦”是一點一點累積起來的，若沒有把心中內在的陰影一點一點的排掉，就會積業成障，因而成苦。苦，上面是一個草，底下一個古，古就是久的意思，就像一層一層的覆蓋，積久了就苦。

就像小時候，每個人都很開心，但不知道怎麼釋放負面能量，積久了，十年、二十年、三十年。為什麼很多老人家年紀越大時就越苦？就是不知道怎麼去釋放，釋放他內在的負面能量和心垢，於是一層一層的覆蓋在心上，蓋久了，心光就都被遮蔽了。心光是人生幸福的源泉，快樂的人，一定是心光大放之人，如果有一天你能夠心光一現，你就會快樂無比。

那麼“道”呢？就是指“成道”。“滅”呢？也就指是“滅苦”。要怎麼滅呢？就像剝洋蔥似的，一層一層的剝去心垢。就如同色受、想、行、識，色是空的，受是假的，想是幻的，行是妄的，識是虛的。要慢慢地、一層一層地從生活中去體會。潛意識是最難的部分，阿羅漢最難破的也是“識”蘊，這個部分等我們論述《金剛經》時再談。

聖諦非聖諦

小乘道的四聖諦，苦由集生，道由滅成。道就是慢慢撥開，撥開覆蓋在本心上面的業障。苦集滅道只是個方法、方便，是一種歸納法，一種修行的總結。你只要用這個歸納法，知道一切的苦都是積累起來的，積業就成障，障蓋住了本心，讓你的智慧光明透不出來，於是苦就生出來了。既然苦是一層層蓋覆上去的，那麼修行的方法就是把形成苦的原因，一層層的剝掉，都剝掉了就成了道。

《心經》裡講無苦集滅道，觀世音菩薩根據她的修行經驗，告訴我們四聖諦是空性的，也是沒有的，別去執著。佛說一切法為的是一切眾生，因才施教，應病與藥，並沒有什麼一定的方法，都是一期的方便說。你若太當真，就上了當；你若不當真，又解脫不了。怎麼辦呢？《金剛經》講：法尚應舍，何況非法。就是說的這個意思，到後來佛法也要丟掉。其實也沒有什麼叫作佛法的東西，一切法都是佛法，只要能讓你的生命覺醒的方法，就是佛法，不一定是佛講的菩薩講的。說不定路邊一則廣告，身邊的同事的一句話，電視裡的一個畫面，都能夠使你的生命蛻變。

無智亦無得。

剛剛講小乘的修法，那菩薩怎麼修？菩薩修得是智慧，偉大的智慧，超越世出世間的智慧。菩薩要修得這個阿耨多羅三藐三菩提，這個無上正等正覺，需要修大智慧。

小乘大乘

有一個和尚在廟裡修行，一位老太婆供養他，叫一個二八少女送飯。供養了三年，一天，老太婆把小姑娘喊來：“今天送飯，你抱住和尚親一口，回來告訴我他的反應”。少女如其所言，送完飯抱住和尚親了一下，和尚毫無反應，淡淡的說了一句：“枯木依寒岩，三冬無暖氣”。枯木已經壞死了，沒有生機了，寒岩也是冷冰冰，沒有生機的枯木靠在冷冰冰的石頭上，就好像最冷的冬天一點暖氣都沒有。這個和尚想說什麼？他想告訴少女，我對人世間這些男女之事，情欲等事，一點感覺都沒有了，沒興趣了。你這一套沒用，你不用再搞這一套。哇！一般人會認為真是高喔，修行修到沒有情欲了，斷欲了，不得了！故事還沒完，等看完我們再評論。

小姑娘回去了，帶著和尚的回答回去了，告訴了老太婆，老太婆一聽，非但沒有高興，反而說：“來人，拿一把火來，把那個庵給我燒了，把那個和尚給我轟出去，供養了這麼多年，原來供養了一個俗漢。”就這樣這個和尚被轟出去了。

和尚當然很是不服氣，心裡充滿了疑問：“我到底哪裡修錯了？”他又到處尋師訪道，努力的參禪悟道。三年很快過去了，和尚又回到老太婆的那裡，和尚對老太婆說：“你能不能再供養我？”老太婆當下就回答：“可以啊！”。

老太婆又找了一個二八少女每天送飯，過了一陣子，老太婆又叫這個少女送飯的時候抱著和尚親一下，這回和尚說了：“這件事情，你知我知，不要讓老太婆知！”然後像往常一樣，仍然努力修行。這時老太婆一聽，撫掌大笑：“對了，這回對了！”

為什麼第一回這麼高的境界不認可，反而第二回有點像演戲卻認可了？各位想一想？這就是小乘羅漢道與大乘菩薩道的差別。

第一回和尚說的話：“枯木依寒岩，三冬無暖氣。”修行修到沒有欲望了，這是一般人修行一生都沒有辦法達到的境界，可是偏向枯寂了，很容易走向灰心滅智的頑空之中。

第二回和尚說：“你知我知，不要讓老太婆知！”他修行知冷暖了，懂得了修行就是修這顆心，修得此心玲瓏剔透，內外圓融，隨方應化，無不自在。才是大乘菩薩道修行的要妙。

這些都是菩薩智慧之行，所有的智慧從哪裡來？從你的自性來，你的自性重新啟用而已，是自性本有的。

無得，也就是無所得。無得，就沒有法！法是水去，它只是個作用、過程、現象，用過就空了。再舉個例子：

從前有對師徒，二人過河，剛好遇到漲潮了，這時有一個姑娘恰好也要過河，師父就問：“請問姑娘也是急著過河嗎？”姑娘說是，師父說：“好，我幫你過去吧。”於是師父就一把抱起姑娘，淌水而

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

過。過了岸後，姑娘道謝後，師徒二人又繼續趕路。可是徒弟一直悶悶不樂，有一天終於忍不住了就問道：“師父，男女授受不親，你那天背那位姑娘已經破戒了！”師父聽完話後，哈哈一笑，說：“我已放下很久了，你怎麼還抱著呢！”

這個故事很有趣，也很有意思，各位可以反復參詳。前面一則故事，講的就是法的真諦——用過即空！這樣子心才會永遠是空的。無得也就是什麼都可以用，但甚麼都要丟！所有的智慧用完就放下，這樣你的心才是空的！無得，永遠不要有所得，用完就放下，包括你的悟處！有人問：“老師，開了悟要怎麼保任？”其實保任的方法，也就是丟掉你的悟處！證嚴上人有一本書叫做《心靈十境》，說的是初地到十地的境界。原來，十地菩薩也不過就是心靈的境界而已，心靈的十種境界！

所以你別當真，初地有什麼境界，二地有什麼境界，乃至十地有什麼境界，都是非常美好莊嚴的境界，很多受用很多妙用，很多菩薩一執著就卡在那個境界裡，多少多少年甚至多少多少生出不來。必須連這些境界都不執著，才可以從初地到二地，二地到三的，上上增進而成佛。

它不是心靈的本體，但它是屬於心靈的！這個概念與你是我的兒子，兒子屬於父親，父親卻不屬於兒子，是相似的。佛不是十地菩薩！

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

十地菩薩後還有等覺、妙覺、圓覺，這說明所有的境界都不是心靈，只是心靈的境界！所以你得到任何的悟境都要丟掉，因為祂不是心靈本體。有一次我問老和尚說：“師父阿！請問你是幾地菩薩？”師父說：“我沒地！—這是標準的境界。沒地，代表一切境界都不執著，都是空性。

孔子的悟道

無智亦無得，初地是得、二地是得…每一地都是很殊勝的境界，初地是歡喜地，當你到達初地時，覺得世間沒甚麼比它重要，快樂無比啊！四地焰慧地，當你到達這兒時，你的智慧如火炬般，大的不得了！你就會覺得你有所得，有智慧，但是不對呀，不對！無智亦無得，這個很重要的！你要達到菩薩的果位，你要把所有的智慧都打掉。孔子請教老子，老子只跟孔子說一句話：“你有很大的智慧，以後你的智慧會照亮整個東方。可是，把你的智慧拿掉！”

孔子疑惑了很久，一直到了晚年，他才懂這是什麼意思。孔子七十歲時說了一句話：“隨心所欲而不逾矩。”這句話是說無論怎麼起心動念，都不會逾越該有的分際。而我們現在的心跟外面是對立的，深怕外面會傷害自己，或是自己會做錯事情。那是因為我們把外界看的太實在，如果有一天，你能達到心境一如的境界，你和外界並不是兩個，慢慢慢慢就會融通了，也就是你把所有的欲望都去掉的時候，

就可以達到合一的境界，你就自自然然運用外界一切的資源，可是又不會傷害它，它也不會反過來傷害你。

也就是說，孔子到了這時候才瞭解老子所說的合道是指遵循事物的規律。這個時候的自在，就不是自己了，是自然。我沒有了，只有自然的存在。這存在就是生命，自然的生活著，自然就是道。大智若愚，真正的智慧為什麼是愚呢？因為它合道，根本不需要智慧。就像一個圓一樣，無論怎麼修行，最終仍在原點，從來沒有離開過！

要在平凡中展現不平凡，但凡夫總不甘平凡，因而把自己搞砸了！就像在家進行腳踏車運動，騎了幾十公里，仍就是在原地踏步。所以無須管他人認不認同，只需內在滿足。悟了道就是這麼奇妙的，很有趣！只要你無住，就可以慢慢的往上走，走向解脫的彼岸。

因果不空

雖然萬法皆空，可是你熬夜還是會傷腎，生氣還是會傷肝，什麼意思呢？就是告訴你“萬法皆空，因果不空。”萬有的一切法，包含所有的人、事、物，所有宇宙萬有的人事物，包括食物、動物、生物都算，事就是我們做的所有事，這所有的一切都在萬法裡面，萬法皆空，都是空性，最終會進入空性，什麼都沒有，一物也可無。可是後來補了一句“因果不空”，是因它會牽扯過往，所以叫因緣果。

結一個果子要緣，就是一粒種子他要長成一顆果實，必須要有陽

光、空氣、水和土壤，這就是緣，如果只有因是結不成果的。比如說，過去生造了一個大業，這一生這個果要報，是不是一定要緣，如果你只結善緣不結惡緣，他不會報，所以就不受惡報，如果你做壞事就把緣牽熟了，果熟了就報了，有個故事是這樣的：

一個大禪師他跟一個大官關係非常好，大官要赴四川任職，想請禪師去遊歷一番，禪師應允說好，但禪師堅持要走陸路不走水路。陸路不好走，所以大官想要走水路，就騙禪師說：“好，走陸路。”到了船邊就把禪師硬拉上船，禪師也沒辦法。兩人一路有說有笑、嘻嘻哈哈，很是風趣。到達一個地點時，禪師突然流眼淚痛哭失聲，大官問：“我得罪你了嗎？講話冒犯你了嗎？”禪師說：“沒有。”，對大官說：“你看見江邊那個洗衣婦人沒有？”，大官說：“看見了！”禪師告訴大官：“那個婦人就是我媽媽，她已經懷胎三年了還沒生，我之所以不想走水路，就是不想去投胎，現在碰到了就是緣熟了，現在必須去投胎。”

禪師有這個能力躲開，但怎麼躲，人算也不如天算，還是被朋友拉著去了，他告訴大官：“明天我就要去投胎了，如果我在船上坐化，您介不介意？”大官說：“我不介意，你就坐化吧，沒關係！”禪師說：“那我就借您的船用用，三天以後你到這個村的隔壁村莊的某地方，有個大戶人家，進去後向他們道賀，我見了你以後，會對您莞爾

一笑。”三天后大官就到了這戶人家敲門，開門就問對方是不是生了一個兒子？”，對方說：“你怎麼知道，才剛剛生兩三天我們都還沒說出去，你怎麼知道的？”大官說：“我可以看看嗎？”看的時候小嬰兒果然對他一笑，了結一段因緣。

因要結成果他有一個緣，如果緣它不夠熟，它不會結成果，這就是躲開因果報應的快捷方式，只有一個方法沒有別的辦法，不要躲不要等緣熟了，關鍵在這裡，業因果報怎麼熟，怎麼成熟，不去結這個緣它不會報，這就是菩薩懂得因，祂知道躲，結善緣不結惡緣，所有惡緣不會報，這是躲開因果報應的快捷方式。

萬法皆空，因果不空，先前做的這個因還是要受得這個果，雖然知道萬法皆空，但生氣會傷肝熬夜會傷腎，萬萬假不了的，那麼因它會由緣而結成果，這個果就會結成下一個因果的因，然後又結成下一個果，果果因因，因因果果這樣接下去，永無止盡的下去，這個因會結成這個果，這個果又變成下一個因，又結成下一個果，像不斷迴圈的车輪，永無停止，永無間斷，這就是輪回的由來。

再舉個例子。有一天你跟小夥伴火了，打起來了，打贏了，這個人懷恨在心念念不忘，因為你把他打得太重，下一世他就加倍的打，並卸了你的一個膀子，你也懷恨在心，然後再來世你就加倍卸了他的兩個膀子，再下一輩子他又火大了，把你的二隻手、腳都砍了，不是

更大了嗎？然後再下一世你把全家殺了，說我殺你全家，好了你把人家全家都殺死了，然後呢？

再下一生，你把人家全家殺了，接下來人家全家轉世了，把你全村都滅了，因因果果最後變成世界戰爭，因因果果是這樣來的，小惡不斷變中惡，中惡不斷變大惡，大惡不斷整個世界就因為這個惡毀滅了，因因果果，果果因因，你沒辦法終止它輪回下去。要終止的唯一方法是你一定要從某個地方給它切斷，從哪裡切斷呢？

要從緣切斷，從此不造惡因、不結惡緣就斷了。菩薩遇到這種事怎麼辦呢？別人欺侮我，我不反抗就斷了，別人折磨我，我不報復就斷了，是這麼斷的。當然這中間有很多的道理，是不是別人一直欺侮我我就一直忍耐，也不是這麼講的，萬法皆空因果不空。

實踐中的佛

你的自性就是佛，也就是說你的本性就是佛，但是你遇到事情時，卻沒辦法像佛一樣的瀟灑自在，為什麼呢？因為你只是理解，你只是觀念上的明白，概念上的明白。就像要上課時老師問：“懂了嗎”？“懂了”，但考試時沒有一次得過滿分，有時候還不及格，那就不是真的懂了，真正做考題時就不行了。也就是說你沒有經過親身實踐，所得到的並不真實。什麼叫做實踐？就是你能夠在日常生活中的點點滴滴去落實它、踐行它，然後化為你身心的一部分，成為你自己的人

格內涵。

性即佛，本性就是佛，但做到比說到來得重要，這一點你不要去理解它，而是要悟到它，悟了之後還得做到它，口說萬句不如行得一句，要把它給做到了才算。

比如說你要像佛一樣心量廣大，那你不能親自做到心量廣大呢？譬如別人怎麼對你污辱，怎麼對你折磨，你都能夠平心靜氣。無論處理多麼紛擾複雜的事情，心就是不亂、心如虛空，這些要求能不能做到呢？如果樣樣做不到，表示你還只是理解，你還是在生死岸邊，生命是作不得主的。

我曾親自問過很多八、九十歲的老修行，問他說：“你為什麼不念佛？”他們回答：“佛有什麼用？出家幾十年了，都不知道佛有什麼用！”我說至少可以拿來打醬油嘛，佛性不是可以拿來打醬油嗎！到了八、九十歲，還不知道念佛有什麼意義，為什麼？因為他沒做到，他在健康的時候就沒有行道，根本談不上悟道了。因為做不到，即使悟了那麼一點點，你在生死岸邊就作不得主，你就會懷疑。越老越懷疑，幾十年都不得效用，信心都喪失了，他當然退道了。

自然是道

老和尚早上四點鐘起來念佛，他會先把門關起來，我說：“師父你把門開起來，我不怕你超我走，超走了就解脫了不是更好。”但他

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

還是把門關起來，因為他住我隔壁，我喜歡他在我睡覺時聽他念經，我挺高興的，我說你念吧！因為和尚都有早晚課，四點鐘起來開始念，他念著念著就睡著了，一會兒又再念，老人家要做到這一點可不簡單，他身體雖然睡了，但靈魂沒睡，起來又繼續把它念完，很堅持。

所以念佛要怎麼念？不要干擾別人！特別是跟我學佛的人，不要做出跟任何正常人不一樣的動作，去佛寺你可以拜佛，那個沒有人管你，但千萬不要去教堂裡拜佛，你被打了別怪是老師教的。要隨俗，尤其在車上時，不是只有你有宗教信仰而已，還有一些是不信任何宗教的人，要尊重每一個人的宗教自由，不要特立獨行，不要標新立異，沒必要。越自然越好，越輕鬆越好，越平凡越好，裡面有真道，有無邊的法味。

所以我們這個法門，一定要注意是越自然越好，越正常越好，要做個正常人，我從來沒叫你們吃素，我也吃一些肉，但我要求你不要去殺生，不要去點殺，在魚市或雞、鴨的攤販前在那裡選這個、選那個，那這筆帳就會算在你頭上。比如說山上的土雞城你就別去吃了，雖然吃一兩隻雞干擾不到你，但是積業就成障，積累多了它就會干擾你，就會找你麻煩。

總之，不要特立獨行，佛法是心法，本性是佛，內在乾乾淨淨一塵不染。可是佛性它有個特性就是隨俗，你一定要隨俗，你可以結婚

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

生子，你可以吃、喝、拉、撒，你可以工作賺錢，甚至你也可以賺很多錢，一點都不妨事，但不要犯眾怒。第二個，不要搞得別人七葷八素的，你根本不需要和他講佛法，做出來給他看，做得很正常，做得瀟灑自在、安樂，他就會問你：“你怎麼修養這麼好，有宗教信仰嗎？”這時才告訴他“我是學佛的，是禪宗來的，跟著我的老師學的，這樣才瀟灑自在。”這時才有說服力。



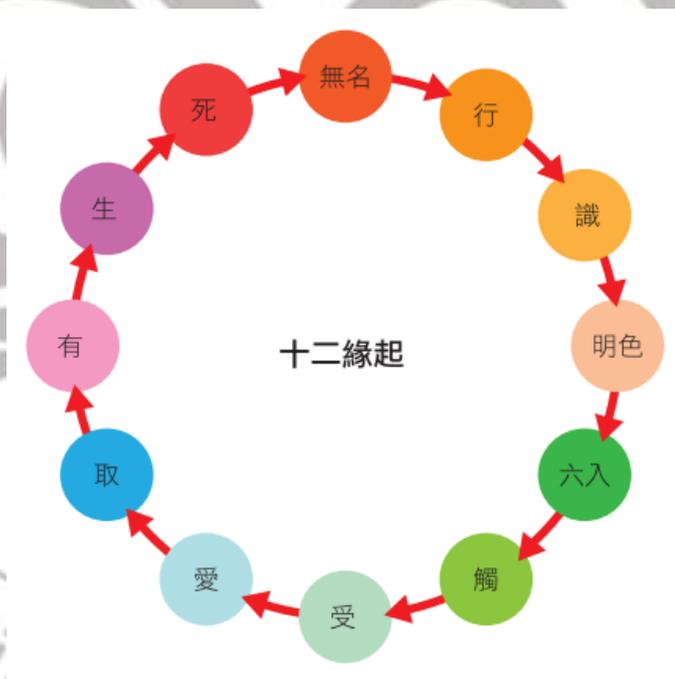
Chinese King Kong Prajna Zen Society

第六章 辟支佛講因緣

無無明，亦無無明盡，無老死，亦無老死盡。

這段講的是十二因緣，也就是聲聞乘上面的“緣覺乘”。緣覺乘又稱“獨覺乘”，在無佛的世界，他看見花開花謝，就可以自己開悟，佛門裡叫他辟支佛。

而“聲聞乘”就不行了，一定要跟著師父，要用耳朵聽，才能悟道。而緣覺乘，是指自己一個人就可以開悟的人，他是從十二因緣悟道的。十二種因緣為：無明緣行、行緣識、識緣名色、名色緣六入、六入緣觸、觸緣受、受緣愛、愛緣取、取緣有、有緣生、生緣老死。



因為我們不是修這個法的，在這裡只做簡單的解釋。比如，你有許多無明，無明就是你不明白，糊裡糊塗的根據業力行事(無明緣行)，看見有緣的父母在性生活，心生貪著，嘩的就進去了(行緣識)，入了

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

胞胎，產生了一點種子--胚胎，一個生命開始蘊育（識緣名色），慢慢開始有六入（名色緣六入）眼、耳、鼻、舌、身、意。十月懷胎，生出來了，所以初生的嬰兒具備六個感官 眼、耳、鼻、舌、身、意。

新生命一旦開始，就會在六塵當中去抓取，抓取什麼呢？藉由六入去接觸這個世界的各種訊息（六入緣觸），開始感知這個世界。開始用六根感受這個世界，不斷的積累他的知（觸緣受）。因為有感受，慢慢就會有了分別，我喜歡、我不喜歡、我高興、我不高興，於是就產生了愛恨。這個地方說愛就是指愛與恨，情緒開始出來了（受緣愛），因為有了愛恨，他就開始產生了取跟舍（愛緣取）。

因為有了取捨，所以他就要佔有，學會了佔有，喜歡的我就要占為己有（取緣有），因為你有了佔有，有了貪著，於是現實的人生就開始了，整個庸俗、無奈的人生開始了（有緣生）。凡是生出來的都會老都會死，於是老死在生的當下就開始了。生老病死苦就這樣產生了（緣老死生），所以這就是整個輪回的一個構造、迴圈，佛就把整個生命用十二個名詞把它解釋了。

這十二因緣，任何一個因緣，你能跳出來，就解脫了，並不需要十二個一起解決，一了就百了。如果硬要算的話，它是一個圓，我們把它解釋一下，我們擦掉重來一次，給大家重新寫一寫，大家瞭解這個過程，它是一個圈，無明緣行，因為你有了一個無明，就糊裡糊塗

不清楚不明白，生也不知道從哪裡來，死也不知道往何處去，所以就產生了行為，莫名其妙的行為。

因為有了行為就產生了那個意識，因為有了那個意識，剛剛講的因為你無明，所以產生妄想，最大的妄想就是看到你有緣的父母在做愛，你就產生了貪欲，你就被吸引了胎了，有了個名有了個色，就是那麼一點點，有了名色呢就有了六入。就是一開始什麼都沒有，慢慢地有了一點點，就入了胎，經過了三個月後，就具備了五官，到了七、八個月以後他都能感知了，甚至有一種說法，說胎兒三個月就能感知。

有了六入，他生出來就有了六根，除非是因業報而有殘障，否則都會有完整的六根，出生後就已經具備完整的軀體，他就開始接觸這個世界。因為接觸了這個世界他就開始產生了感受，莫名其妙的感受，很多感受，因為有了感受他就產生了貪愛，因為有了貪愛，會發生什麼呢？他就會取，就貪取、貪著，一貪著就形成了業“有”，開始了業的形成，所以生老病死就是一個業力的過程。

業力又不斷加深無明，形成了這種迴圈無端的過，再次有了無明，無明產生了行為，產生了貪欲，對不對，於是他又入了胞胎，產生了貪念，有了名色就慢慢慢慢的形成了六入、六根，然後生出來就感知這個世界。所以生命一再的開始，生命週期不斷的重新展開。

緣覺的開悟

緣覺乘是怎麼開悟呢？有個人在觀察體驗生活中突然發現：“唉呀！我做任何事情都糊裡糊塗的，我所有的行為都是貪念，我所有的行為都是由一個沒有覺悟的心態發動的！”，“蹦”的一聲，這裡就出去了，解脫了。這是一個輪回，這樣一個圈差不多就這個樣子，這裡就出去了，任何一個地方都可以出去。

行緣識，當你產生貪欲，就會有一個意識在裡面，“唉呀！我這個行為、想法、看法，到這邊都不對！”越看越不對，他就出去了，解脫了。

名色，當你產生了意識，貪念，淫欲心，就會掉入胞胎，這裡面有中陰身喔。前面是前世，從這兒開始是今生，這後面是後世，然後又前世，一直輪、一直輪。其實，在這個時候，你隨時都可以中斷它！譬如，貪念升起了，你可以產生欲望，也可以不產生欲望，選擇不產生，則當下立斷！

當剛出生還在成長的時候，名色緣六入不好斷；六入到觸，當他開悟了後他就會發現，當有了六根就會接觸這個世界，而這個六根只是一個工具，只是本心的妙用，從這個地方也可以開悟。再來，觸到受，接觸他就產生了感受，你所有的六根所面對的東西都是虛妄的，所以你的觸覺也是個妄覺，感受也是假的，從這個地方他也可以出去。

因為你有了感受所以產生了愛恨，那麼佛告訴你，你所有的受所有的感都是假的，色、受、想、行、識皆空，是假的！所以當人不產生愛恨，在愛、恨當中得到不二、得到平等，他就在這個地方出去。貪愛產生了取捨，當你知一切眾生、生死輪回都以愛為根本，你把小愛變成大愛，不取不捨，這個地方也出來了。當你取捨產生業力的時候，你發覺有業都是苦，於是你就不取不捨，有也斷了，對不對？

當你產生業力又開始一段人生旅程的時候，產生出生老病死的時候，我把業消了，所有的業都是空，都是虛妄的，我不是跟你們講嗎？業盡情空。業盡情空，生就沒有了，你從來都沒有出生過，實事上，你本來就沒有生出來過！生沒有了老死就沒有了，沒有生哪來的死了？釋迦牟尼佛就在生老病死這個地方就開悟了，路過四個城門，見到生老病死四個現象，就頓悟了，在這個地方頓悟了。

出離的所在

十二因緣裡的每一個地方都可以開悟，當然有幾個地方比較不容易開悟啦！老死到無明這個過程，有幾個地方又在胞胎裡面，一個在中陰身裡面，不容易開悟，簡單講就是這個樣子，無明緣行，糊裡糊塗的貪欲，升起了淫欲心，看了有緣的父母，他就入了胞胎，起了貪欲嘛！這個意識入了胞胎，入了胞胎就產生了身體，有了身體就會接觸這個世界，接觸了這個世界就產生了感受，產生了感受就開始有了

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

貪愛，有了貪愛就會取捨，有了取捨就產生了業力，有嘛，一切萬有是不是！因為取捨都是有，產生了實質性的改變，那麼有業力又產生了生老病死，生老病死又產生了下一輪的無明，一重一重的因一重一重的果，就產生了我們的生死輪回。

這每一個過程，大部分的地方，都可以出離。辟支佛看到花開花謝，今年花開了，過幾天就謝了，明年還會花開還會花謝，喔！原來諸行無常，諸法無我，開悟了！有一個和尚走在路上，一個男生走過去，一個女生走過去，看到女生他產生貪念，看到男生產生討厭，多了幾次他就頓悟到，唉呀，其實人的善惡不重要，是心在分別，是你的意識在波動，產生了貪欲跟愛憎，喜好跟偏執，於是他這個地方就解脫了，他對任何人不產生偏執，不產生執著，意識就解脫了。再來你的六入六根所有的感受，像那天講的都是虛幻的，也可以開悟了。一輪一輪，從六根很容易開悟，以後我們楞嚴經講到後面你們就瞭解了，六入十八界怎麼開悟。其實我們耳根是最容易開悟的，所以我們是講經不是看經，講經最容易開悟，因為耳根圓通，耳根圓通了你自己就開了。

針對這個部分，我們不要講得太深，因為拉開講會講得太多，且偏離講的主題，總而言之，緣覺乘就是這個地方悟入證道。如果講得太深也不合適，因為我們修的是大乘法，那五蘊解脫，色受想行識，

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

其實都是這樣一圈一圈形成的，它是一樣的東西，這就是今世的一切眾生六道輪回，怎麼輪回？就這樣輪回，不斷的輪回，沒有止盡。

無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡

無無明，是說沒有無明，為什麼沒有無明？因為無明是空的，為什麼空的？因為它是虛幻的。很多人犯過這個錯誤，我也犯過，是什麼呢？心中不斷想著“我要斷除無明，我要斷除無明，把無明消滅掉。”其實後來自己悟到了一定程度才知道，無明本來就沒有。什麼叫無明？就是不明白，只是心智被蒙蔽了，並不是真的有個無明！我們把無明當作一個殼，無明殼，所以我們要去消他，如果你開悟知道無明只是一個虛妄，它沒有。

二祖去見達摩祖師，他在雪地裡面站了三天三夜，這個故事大家都看過對不對。

達摩祖師說：“你站了三天三夜，雪都把你淹沒了，你所為何來呀？你要求什麼啊？”

二祖說：“弟子心不安，請師父安心！”他說弟子的心很不安寧，總是安頓不下來，就像我們每一個人的心一樣心猿意馬、三心二意。心是猿猴意是馬，跑來跑去停不下來，希望師父來安我的心。

達摩祖師說：“把你的心拿給我，我幫你安。”

二祖傻了，因為他本來是個比喻，弟子心不安，是指自己的妄念很多。

達摩祖師說：“好吧，那把你的妄念拿給我，你有多少，拿十斤妄念給我，我幫你安，二十斤也可以，一百斤也行。”

二祖想了半天：“嗯…覓心了不可得！”他看這個心看了很久，抓啊抓，抓不到，為什麼抓不到？因為那是空的，它只是個虛幻，它只是個能量的波動，根本就抓不住摸不著。

達摩祖師說：“好，我幫你把心安好了。”二祖當下就頓悟了！

就在這裡，你所有的無明妄念都只是一個空，無明的心只是一個空，所以無無明亦無無明盡，那本來就不是個東西，這好像罵人的話，它本來就不是個東西，它什麼都不是，只是你的心智被蒙蔽了，被什麼蒙蔽了？被外面的物質，被外面的浮光掠影迷惑了。你只要把能量收回來，你只要把貪求的心放下來，知道外面的是夢幻空花。在空性當中無無明亦無無明盡。所以圓覺經講“空花”，空中生出來的花，你說他是有個地方滅掉嗎？還是哪個地方生出來的？你說哪個地方生出來的都不對，因為是空中的花，什麼空中的花，也就是“影子”，你揉揉眼睛，產生了星星點點，然後你就說，這上面的空中花是哪個地方生出來的，它沒有地方生，是你的幻覺。既然是幻覺，既無生處也無滅處。大家注意喔，既無生處也無滅處，所以它全同虛幻，它什麼都沒有，無明就是這個意思。

無明是啥子

《心經》講“無無明亦無無明盡”，是告訴你緣覺乘不是這樣修的喔，他是看花開花落，開悟了，他說原來我的心還是這樣的，他認為要破無明，他不叫無無明，而《心經》是無無明—無明本來就沒有，根本就沒有無明這回事，所以既沒有生出來無明也沒有滅掉無明，它當即是空，究竟是空，畢竟是空，是這樣講的，所以兩個概念完全不同。

無老死亦無老死盡，緣覺乘看到生老病死，頓悟了，他覺得一切無常，諸行無常，是生滅法，生老病死是無常。既然是無常，我就放下，不要生老病死。大乘佛法說，無老死亦無老死盡，什麼意思？也是一樣，只是一個空，為什麼是空？因為你的本心裡面沒有生老病死，這個講過很多遍了，在你的本心深處，沒有生老病死。

舉個例子來說，你十歲的時候你上陽明山，跟你五十歲以後上陽明山，是不是一樣的陽明山，也許它陽明山的風景不同，但它是不是陽明山？是，好！那個認知陽明山的那個知，幾十年從來沒動搖過，十歲看它是陽明山，五十歲看它還是陽明山，請問你那個覺知有沒有老？沒有老嘛，沒有病嘛。雖然你可能十歲的時候很健康，五十歲的時候不要說老態龍鍾步履蹣跚，至少有點累了嘛，身體差一點了，你去看看你那個覺知，那個覺知的性，並沒有隨著生命的老化而退化，還是那座陽明山，跟十歲的時候一樣清楚，那就說明沒有生老病死，

它從體上講的，沒有生老病死，沒有這個東西。

但是你要注意喔！我說的是從體上講，沒說事相上沒有！事相生命的流注迴圈是有的，生老病死這種物理界的規律誰都逃避不了。當修到某個程度，在生命的現象裡會有一個永恆的面象向你展開，你會發現某種絕對的真理就隱藏在萬千生命現象中。

老病的真相

大乘菩薩告訴你：“本體沒有生老病死，但是肉體有生老病死。”，所以生老病死這個過程，它不會中斷一定會有，但是可以沒有生老病死苦，不為所苦，你只有樂。你看看老和尚就這樣子啊！他很樂，生老病死不受干擾，他只是告訴你，這個工具用了幾十年好像不大好用了，他說要換個身體了，他這樣講，他把它當作是個工具。生老病死這個過程，是沒辦法消滅的。如果你把它消滅了就是取斷滅，《金剛經》說：“發阿耨多羅三藐三菩提心者，於法不說斷滅相。”，不說斷滅是指生老病死這些都會有，我們都會老會病會死，可是你不為所苦。

但有一點你要注意！當你說：“師父啊、老師啊，我學了佛為什麼身體還是這麼差？為什麼還是會生病，還是會倒楣啊？”，因為業還有在這裡。你過去生造的業，業因啊！造了這個業因，它一定會有業果的，它會結果的。只要緣熟，管你是佛還是菩薩還是凡夫，一點關係都沒有，佛也不能躲避因果，躲不掉的。萬法皆空因果不空，佛

也逃不過因果，釋迦牟尼佛也有三個月的馬麥之報，孔子也有陳蔡絕糧之困，這代表了業因果報在佛、在聖賢也在所難免。

可是他跟我們的感受不同，我們的感受苦，他的感受是樂，我們的苦是什麼呢？又受報了好倒楣，菩薩說：“唉呀！好高興又消掉一個業了，又少了一筆帳，還債嘛。”心態完全不同，所以我們受盡苦難心力憔悴，佛菩薩受盡苦難心中極樂。

我一個老師生活非常困苦，我問他：“師父你現在的覺受是什麼？”，他說：“我現在生活就像在天堂一樣。”，就是這個意思。因為他很清楚業因果報，還一筆少一筆，而眾生他不知道，凡夫他不知道，他著了那個相，認同了那個苦，而菩薩不認為那是苦，他認為那是空，完全不同的概念，這就是《心經》對十二因緣的述說。

針對緣覺乘對十二因緣，《心經》直接把它觀空，本來是空，畢竟是空，究竟是空，所以無所有，沒有。無無明亦無無明盡，既沒有無明的升起也沒有無明的消滅。只是，只是什麼？你晃晃頭有點暈而已，等一下頭暈好了，你還是在清清楚楚明明朗朗當中，就這個意思。這十二因緣大家聽得懂就聽，聽不懂就放過去。

以無所得故，菩提薩埵，依般若波羅蜜多故

《心經》講“無苦集滅道”，聲聞乘的空掉了；“無無明亦無無明盡，無老死亦無老死盡”，緣覺乘的空掉了；“無智亦無得”，菩

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

薩乘的也空掉了。以無所得故菩提薩埵，以無所得，我不斷反復地講這一段，目的是告訴你“大乘菩薩道講無得，無所得。無論你悟到了什麼正解，你都把它放掉，無論有什麼好的見地，你都把它放下，因為在自性的妙用裡是無見為正見。”

無見是正見

無見為正見，什麼是以無見為正見？無見就是無所見，沒有概念，沒有成見，沒有個人的想法，沒有評斷沒有批判，沒有期待沒有計劃，沒有邏輯，什麼都沒有！那有的是什麼？是如實見，什麼叫如實見？就如同本來的樣子讓它存在。如來者如其本來，什麼叫如其本來？就是如同它原本那個樣子。既然你如實見到了如其本來的樣子，就是如來，沒有什麼叫如來，不是特定的釋迦牟尼佛叫如來，藥師佛叫如來，阿彌陀佛叫如來，你也是如來，只要你是這樣子如實見，如同事物本來的樣子來見它。是女人還她女人，男人還他男人，你不要加任何一點評斷，和任何一點概念。我們看一個人的時候，先看這個人我喜歡我不喜歡，這個時候就已經把個人的意識形態放在裡面了，所以往往在我們評斷任何事物的時候，都加了很多愛憎、美醜、善惡、是非，全都加在裡面。

我們用什麼在看，我們是用肉眼在看，不是用心眼在看，肉眼在看就很多的觀念、想法、成見、固執、知識、常識，你看到的事物都

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

是扭曲的。就像我們戴了眼鏡一樣，你看到的事物絕對不真實，無論說你這個眼鏡有多好，你看到的事物都不真實，不可能真實。而如來者如其本來，什麼叫如來，你要成為如來，就是永遠以它本來的樣子看它，以它本來的樣子來對待它，什麼意思？一切都是完美的，不用改造，最完美的就是現在這個樣子，不是其他的樣子，很多人說要去整個容，至少以我目前觀察到的，整容從來沒有整好的，一定是越整越差，或著把你變成妖怪。我並非反對整容，而是你要就你的條件來調整，而不是想變成另外一個人。

就如他本來的樣子，我們人最喜歡把自己的意志強加在別人身上，“我認為你應該這麼做！”，其實說話很謙虛，已經把你的觀念加上了，“我覺得不錯，但是如果…那麼…”，這時候已經加了一堆上去了。

無有不得

什麼叫無所得？就是你不要這樣做，你只是以事物本來的樣子，來看待一切就可以了。好也罷壞也罷，好壞都是你定義的，你認為好的別人不見得認為好，像中國的小孩，“你要乖喔坐好好的喔！”，坐在這裡不要動，你能夠坐二個小時的話，乖孩子，我們都會覺得好乖啊！小孩子二個小時不動，這小孩子有問題啊。國外的小孩不是這個樣子，到處跑到處玩，他們會說“唉呀！好可愛！”，如果他到我

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

們中國來你會氣死，什麼東西都給你翻出來，但是他們覺得很好。我們中國人覺得，要少年老成。哪一種教育比較好？不好說，各有各的優點。

無所得就是無所見，沒有什麼東西可以一成不變，不要有成見，所以我不是常講嗎：“成為一個觀照者，而不是一個作為者。”，成為一個觀照者，你只是觀照，而不是一個作為者，你只需要觀照一切看著一切就好，是朵花你就還它花的樣子，你看了它之後，一般人說這朵花好美，你已經加上去了美醜，每個人喜歡的花不一樣，有些人喜歡牡丹花，有些人喜歡玫瑰花，有的人喜歡芍藥花，每個人的喜好都不同。它就是花，沒有什麼美醜，如其所是的存在。

就像西瓜它不會認為南瓜好，南瓜不會認為蘋果棒，如它所是的存在，它是有價值的，天生我材必有用，是不是，而人的喜好破壞了它的美感，人的喜好就把它的美感破壞了，也破壞了大自然的和諧，人認為這個好那個不好，人類認為這個好那個不好，以致於整個地球就遭殃了，是不是！所以成為觀照者，你只是看著它靜靜的，靜靜的看著，你看著花開花落，一年四季春生夏長秋收冬藏，一切的一切會自自然然的運轉，而你成為一個自然者，自然就是道，你就證了道。

有情緒的菩薩

那麼你以後的作為就是順道、就是合道，你只是合道，沒成為作

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

為者，沒成為造作者。孔子是這裡面的佼佼者，他說：“我刪六經只是述而不作。”什麼叫述而不作？作就是作為、造作，我只是敘述它，但是我不作，我不加任何個人的觀點在裡面，如其所是的存在，所以它成為了經典。

我們人也一樣，不要去造作，只是觀察只是順道而行，就是無漏，人生沒有漏洞了。沒有什麼叫無漏的，無漏不是什麼都不做的，是什麼都做，日理萬機，但是每一件事情都合道，合道就是無漏。什麼叫修無漏？修無漏不是坐在那裡天天打坐，還是嘻嘻哈哈吃喝拉撒、油鹽醬醋茶，可是你是無漏的，這點很重要。

要怎麼樣可以證無漏呢？就在吃喝拉撒睡及喜怒哀樂中，就可以證無漏。沒有什麼事情你不能做，當你很難過、很難過，你忍不住你就哭吧，你硬忍，那不叫忍辱波羅蜜，那叫造作。忍辱波羅蜜是忍無所忍，沒有什麼好忍的，如果你還在忍，那就是作為，是有為法不是無為法，忍辱波羅蜜是無為法不是有為法，不要搞錯了，各位注意喔！忍辱波羅蜜就是沒有什麼好忍的，哭就哭吧，忍、忍、忍，你稍微克制一下是可以的，忍不住你就換個地方哭嘛，在公共場合處你說不好意思，你躲到廁所裡去哭嘛，是不是，對啊可以的！當你很開心就是想笑，何必呢？就放聲大笑一下好了，只是不要去干擾別人，半夜三更十二點在大笑，別人會說你是瘋子，是不是！

並不是說你七情六欲不能動，是可以的！你難過的時候你不哭一場，開心的時候不哈哈大笑，代表你連作人的稟賦都有問題！所以什麼叫無所得？這叫無所得，沒有什麼可以得到，也沒有什麼可以失去的，因為自心本性就是本有的，既然是本有的，你還得什麼呢！而本有的智慧，般若就是你本有的智慧自心的妙用，不需要去獲得，得也得不到，丟也丟不了，所以就是無所得。

那你日常生活上怎麼做呢？盡可能的不要用你的觀念去評價任何事物，盡可能的不要去評價。當你不作任何評價，所有的事物都是中性的，它既不是善，也不是惡，就沒有什麼叫善，什麼叫惡的，因為善惡也是人定義的。就像我們講的，殺生一定是惡嗎？從前有個部落，看到獅子去吃羚羊，覺得太殘忍，於是派人去把所有的獅子殺掉。結果二年後，暴增的羚羊，把整個草原的草木全部都吃光，搞到羚羊也快滅絕了。結果怎麼辦呢？就不知道從哪個動物園裡找了幾隻獅子來，過了一年，羚羊數量迅速減少，獅子迅速繁衍，再過了二、三年平衡了，草原又恢復了生機。

這是個生態，你非要去破壞它，用你的觀念去定義這是殘忍的或不殘忍的，你的作為只會造成大自然的失衡，你的智慧怎麼能夠去跟上帝的智慧、宇宙的智慧比較呢？你比不了的，沒辦法比較，你只能無條件去合道，你只能去合它，因為你不能創造。為什麼說你不能創

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

造呢？比方說，現在醫學發明或科學發明，你說我發明那個、那個東西，其實都不是發明的，那是自然界本來就有的，本來就在那兒，所以你頂多只是發現而已，你不能創造。

菩提薩埵

就是 Buda，就是佛，就是指覺悟的人。漢譯叫菩薩，有兩層含意，一個是覺，菩薩當然是生命已經覺醒的人；一個是有情，觀察自在的菩薩，他的慈悲心髮露了，他對一切的眾生產生一種無與倫比的悲憫，一旦覺醒，餘下的生命，會用盡一切方法幫助眾生離苦得樂，無怨無悔。當然，除此之外，他也無事可做了，因為凡夫所追求的那些東西，對他來講，已經索然無味，提不起絲毫興趣了。

依般若波羅蜜多故

就是說要依靠這個大智慧，這個大到能夠到達彼岸的智慧。

心無罣礙

不想事情是不是就叫心無罣礙，或著什麼事情都把它放下，就叫心無罣礙呢？首先，你要知道這個心是什麼心？這個心講的是真心，你的自心你的本性，你的自心本無罣礙，沒有什麼可以罣礙的，因為祂是空，心的一個特性就是空無。因為自心的三個作用就是空、明、無念，或說空、明、樂也可以，這是它的三個特性。空，就是什麼都

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

沒有；明，是光光明明；樂，是祂有大樂，你從這三個法門三個角度，任何一個角度契入進去都可以見性。



第七章 過去不追悔，未來不期待

心無罣礙是因為祂是空的。為什麼祂是空的？為什麼祂可以沒有罣礙？因為一切萬法都是空的，那只是心的投射。為什麼心會投射呢？因為我們總是追悔過去期待未來。你是不是心裡常自問“如果我過去那一天…、我如果沒有嫁給這個老公，嫁給另外一個人結果會…”然後在幻想著“如果那時…可能我現在已經有幾千萬了住豪宅了，變富婆了…。”，然後呢？在現實生活中，老公外遇、兒女坑爹、坑娘…等等，是不是！不一定啊！誰知道呢？

因為你追悔過去，所以一定會投射到未來，期待未來的發生，期待未來的某個時間時來運轉，因為你時來運轉就可以把過去的痛苦給撫平。其實永遠都撫不平，未來的生活就算再快樂，苦還在那裡，因為你執著，你就無法懂得萬法的內涵。法就是水去，三點水，水去，永遠都過去了，水就流走了，覆水難收啊，回不來，也回不了頭的，那你還去抓它幹什麼呢！這個就像是猴子抓水中的月亮一樣，永遠都抓不到。為什麼抓不到？因為它是假的，只是個影子，怎麼可能抓得到呢！

中國古時有個“刻舟求劍”的故事，概要是說有一個人坐船，忽然配劍掉了他就船邊畫了一個痕跡，別人問他：“你幹什麼呢？”他說：“等我到了岸邊，我就從這裡下去撈。”。這怎麼可能呢？劍早

就掉在當初掉下去的地方，你卻要到了岸邊再去尋找。你認為可以留住它嗎？無異是緣木求魚。過去的就過去了，你卻以為可以改變一切！

你的心會有罣礙，就是因為你覺得你可以留住它，永遠它都會在那裡，可是實際上你永遠都留不住，過去的就永遠都會過去的。你心裡面的遺憾，只是你心裡有個結，你以為你可以再重來，但生命不可能重來，它只是一個過程，永遠只是一個過程，所以你要學會放它走，你也不得不放它走，當你把這個道理慢慢去想，慢慢的運用在你的生活中，你就學會了放下、放下、放下…。

心靈三皈

為何要皈依佛法僧？當你用皈依佛法僧的方法去生活，你的心就沒有罣礙。第一，皈依佛就是皈依覺，什麼叫皈依覺？就是皈依自心的平靜，皈依自心的安樂，皈依自心的喜悅，當你擁有了這樣的心態再去做事，如果心態不好時，就先不要做事或作決定，你放下等一下，調息一下，放鬆一下，去看看電視，去看看佛經，讓心裡又恢復平和清明，再去做事情。

第二皈依法，皈依法就是要合情合理，做任何事情一定要合情、合理。只講情不合理也不行，只講理不合情也不可以，要合情合理，要懂得方便，要懂得善巧，就是皈依法。當你皈依法的時候，做事就會合情合理，也不會做錯，至少大方向不會錯。

第三皈依僧，僧是清淨，清淨是結果，沒有任何的副作用，我好、你好、大家好，你是個清靜行，你做的每件事情都不會後悔，你不會去追悔，你不會去遺憾，你不會去想：“唉呀，當初應該怎麼樣就好了！”，你就不會有罣礙。

所以，為什麼要皈依佛、法、僧三寶？就是不讓你心有罣礙，不讓你有遺憾，不讓你去追悔。既然每一個行為都是乾乾淨淨、一塵不染的，就形同無漏，像前面所說明的，跟無漏果位是一樣的。沒有漏洞，沒有弊漏，你就不會遺憾，你就沒有罣礙。一個是心體本來是空，另外一個你做的行為要如同空性。本宗派的皈依佛、法、僧三寶跟別人大不一樣，我們皈依的定義比較貼近生活，只要你所做的每一個行為都清淨，每一個想法都正面，每一個方法都合情合理，就是皈依佛法僧三寶，很簡單，很容易上手。你每一個動作都有依據了，但是最一開始你做不到，為什麼做不到？因為五戒沒修好，為什麼呢？因為要“三皈依五戒”嘛！

心靈五戒

“不殺生”是什麼？不殺生就是不要用你的觀點，去謀殺別人的思想，就是無所見。真正的謀殺，是用你的意見強迫別人：“你這不對喔！不對喔！應該這樣做才對！…”其實那未嘗不對。當你是老闆、上司、老師、父母，謀殺了他的觀念，就是殺生。現代要謀殺人不容

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

易，現在有幾個人去謀殺人的？幾乎沒有，至少學佛人中很少。所以不要用你的主觀成見，去強迫別人，那就是殺。現在我們這個社會不殺生的重心，不要用你的觀念，去把別人的觀念給謀殺了，對小孩對夫妻對學生都是如此。你的朋友他的觀念不見得不正確，為什麼一定要用你的呢？你一定要用你的觀念，那就是殺。

最大的殺，是斷人的法身慧命，把他的智慧給泯滅。我們常聽到“你聽我的就是對的，其他的不准多想。”這就是殺啊。又像小孩子說我要用左手吃飯，父母或老師說不行，一定要用右手。殺生會得什麼樣的果報？不自由，同等的，你的生活也會被壓迫。你壓迫別人的力量大，放心！會有另外更大的力量來壓迫你，讓你不得自在，殺就是不得自在。所以，不要去強迫人家的思想和行為，要尊重對方，不要用你的主觀成見去影響對方，否則這就是殺業，所以不殺生也就是清靜行。

盜，是指不要欺世盜名，不要去剽竊人家的思想，不予不取，別人沒同意不要去引用別人的文章，除非你說引自某某人，指明出處。用別人的版權，你要給人講一聲。剽竊人家的著作，剽竊人家的思想，那就是盜。如果說殺是用暴力的話，盜就是用巧力。

淫，淫就是去擾亂人家的行為，或擾亂人家的心智，把人搞得七葷八素，迷惑人家。女人去勾引男人，男人去勾引女人，這個當然算

淫，但你擾亂人家的身心也是淫，讓人家不知所措，進退失據就是淫，這個不是用巧力剽竊人家思想，這是用巧言令色，用各種行為去干擾人家的思想和行為。

妄，妄是什麼呢？妄比淫更嚴重，淫還有根據，妄沒有根據，鋪天蓋地、亂講瞎掰來干擾人家，如果盜他多少還有正見，知道好才去盜嘛！淫知道正確，他才去擾亂人家嘛！妄，它不管好壞，反正鋪天蓋地亂搞你，把你的觀念整個扭曲掉，讓你誤以為真。

酒，什麼叫酒？凡是惑亂心智的都是酒，喝酒是酒，把你的心智迷惑了，吸毒也是把你的心智給迷惑了，麻將、賭博、玩女人，一切的只要能夠讓你的心智被蒙蔽的，都是酒。讓你的心智迷惑了，讓你的心智迷失了，都是酒。如果喝酒小酌一下，頭腦沒昏迷，思想沒錯亂，不算犯戒。哪怕是你喝了一口酒醉了，對不起！犯戒了！古人說：玩物喪志，就是犯酒戒。

所以三皈一定要配合五戒，如果沒有把五戒搞清楚，你所有的行為都會是錯的。再加上五戒的定義，你就有了規範，可以很好約束自己。做每件事情前都可以仔細的想一想，“我說的話、我的觀念裡有沒有殺的觀念，有沒有逼迫人家？我有沒有剽竊人家，別人寫得好，我也拿過來抄一抄，如果有，一定要告知人家。第三我有沒有擾亂人家的心智，明明對的說不對，明明錯的說沒錯？有沒有妄語，有沒有

亂講，有沒有讓人家迷失心智？”如果沒有，你的心是乾淨的，你的所為也是合情合理的，你的內心一定會保持安樂、平靜與喜悅。

三皈五戒是一起的，不可能分開，你的行為為什麼清淨？因為你守了五戒，你的方法為什麼合情合理？因為守了五戒，你的心為什麼能保持平和？因為守了五戒。

所以我把五戒昇華了，跟傳統的五戒不同，但在本質上還是一回事，只是程度的深淺。因為現在時代不同了，應該調整一下三皈五戒的內涵，本質上一點都沒有變，只是讓它能更符合這個時代，更容易讓人們能夠把握，更容易上手修行。

殺，是用暴力，因為你夠強，你必須聽我的；盜呢，我力量不夠，所以我剽竊你的；淫呢，我剽竊都不用了，我直接干擾你，我剽竊不了你，我偷不了你，我就干擾你，我擾亂你；妄呢，擾亂都不行，我就鋪天蓋地給你亂蓋；酒，還不行我就用特殊手段，讓你吸個毒啊，讓你泡個酒吧啊，讓你去打個麻將啊，來迷惑你的心智，這是同一個行為，只是程度不同而已。那你就要想：“我有沒有？每一個行為有沒有？重的殺輕的酒有沒有？所以酒戒，你喝酒喝得不醉不算，你沒有擾亂，你自己喝醉了蒙頭大睡，也沒有迷失心智，也沒有干擾別人，那個算輕微，只要你不要常常喝醉。

三皈跟五戒合起來，你自然而然就達到心無罣礙，你就不會有罣

礙，因為你每個行為都是乾淨的，沒有副作用，既然沒有副作用你就不會後悔，不會後悔你就不會期待某一天改正你的錯誤。

無罣礙故，無有恐怖，遠離顛倒夢想究竟涅槃。

這句話是《心經》裡我最喜歡的一句話。當你心沒有罣礙，萬法沒有罣礙時，你所做的一切都是清淨的。心本是空，所以也沒有罣礙，沒有罣礙的地方，是虛空。所以一個老和尚講：“你把那朵雲給我釘在牆壁上。”怎麼釘？釘不了！因為它是空的，虛妄的，所以心自然就無罣礙。罣礙嘛！是有一物，這邊有個鉤子，你給它掛上了，沒有鉤子你怎麼掛？心空自然沒有罣礙。這裡有兩層意思，從空的意義上你掛不住，都是空沒地方給你掛；從有的方面，我每個行為都是清淨的，沒有遺憾沒有追悔，心自然沒有罣礙。

帶著恐懼生活

為什麼人會有恐怖？你是否常聽別人說：“我很恐懼！我很害怕！…”我們每個人99%的行為，如工作、生活…甚至結婚生子等一切的一切，都是基於恐懼。為什麼要結婚？因為怕沒有伴，會被人笑話，年紀大了不嫁人好像不好意思。你都25歲了，為什麼不談個男朋友？不談很丟臉ㄟ。為什麼很丟臉？別人都談了你沒談！“對喔！有點丟臉。”

為什麼要生小孩呢？養兒防老！我們不是看過一個廣告嗎？每

天給她兒子洗澡的時候問：“兒子，你會不會養我，長大你會不會養我？”，“會啦、會啦、會啦！”，然後長大後還是把媽媽送到養老院，媽媽說：“兒子，你當初不是說要養我的嗎？”兒子就感動了，說：“好吧，再養吧！”，其實媽媽一開始生那個小孩，就是帶著恐懼，因為我總會老，我要找個人來照顧我，我從小就開始培養，天天跟兒子講，洗澡跟他講，吃飯跟他講，天天跟他講：“養我、養我、養我！”，洗腦洗到這麼徹底！

工作也是，為什麼很多人到六、七十歲還不願意停止工作？怕沒錢是不是？都是恐懼。為什麼很多人不離婚？怕離了婚找不到更好的，是不是這樣子！他並不是不想離婚，“算了，雖然不好，勉強可以過，算了！”，就這樣子，我告訴你，你別笑，就是這麼回事，你把世事看透了，就這麼回事。很少夫妻是真正以愛為結合的，就算最開始是，最後也會變酸，一定會的。

《心經》告訴你，當你心無罣礙的時候，你沒有恐怖，你的愛是純潔的，就像百分之百的酒精一樣。真愛，真愛就無疆，沒有界線，沒有界線就不會去限制對方，不會說你這樣做才對，那樣做就不對。夫妻很多都是這樣子的，你不能這樣做不能那樣做，你這樣做我就那樣做，是不是？真正的愛不會這個樣子的，給對方是自由。自由的一個妙用就是愛，反過來講，愛的一個表現就是自由，不但給自己自由，

也給別人自由。放開，這種愛才是純潔的。

當你沒有恐怖的時候，你活得很自在、很安樂、很喜悅。為什麼人死的時候都很痛苦，因為他怕死。為什麼他怕死呢？我問過很多人，他說：“我不知道眼睛一閉我去了哪裡？我害怕去地獄！”，為什麼會進地獄呢？他說：“我覺得我做過很多不光彩的事！”，我說：“你做了多少壞事？”，“有一天我吃飯，我故意罵了媽媽兩句。”，我說：“那個不算壞事。”，他恐懼，其實並不知道做了多少壞事但是他擔心，“萬一我做的不好，我肯定下地獄！”，我說：“啊！請問地獄門牌幾號？”“啊~還有這回事？”，我說：“對啊，避開就好啦！比如說地獄門牌是 35 號，我就到 36 號就好了。

因為天堂就在地獄旁邊！記得走 36 號別走 35 號！本來一念天堂、一念地獄，天堂和地獄本來就只是兩隔壁啊！“什麼意思？怕死是因為他不知道，眼睛一閉兩腿一蹬，不知道往哪裡去，所以他恐懼。人從生到死，都是在恐懼當中，小孩子離開媽媽就哭，這也是恐懼，每個人都恐懼，所以每個人都要學佛。

只有學佛才能夠從恐懼變成真正的愛，變成無懼，所以觀世音菩薩是施無畏者。什麼叫無畏者？就是你不再恐懼，所以我們講《心經》，要學觀世音菩薩施無畏者。既然施無畏者她自己就是無畏的，要成為無畏者，成為生命中的解脫者就無畏。有一天你到達了不疑之地，你

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

對生命不再懷疑，對生死的現象不再有任何疑惑的時候，你就無畏了。一個無畏的人活在這個地球上，活在這個世界上，是俯仰無愧的，他做任何事情都乾乾淨淨一塵不染，哪怕是他做錯了，他也勇於承擔，他不會去逃避，他不會的。

大佛小佛

每個人的能力有大小，有人就問：“為什麼阿彌陀佛、釋迦牟尼佛、東方藥師佛這麼多佛，有些願力大，有些願力小，佛也有大小嗎？”

釋迦牟尼佛說：“我要在娑婆世界做佛，度盡娑婆世界的眾生，救整個地球。”

阿彌陀佛說：“我要建立一個淨土，條件非常優渥，十方世界眾生到我國土好好修行。”

東方藥師佛說：“你求我我就幫你，當你念我的名號，現世就給你利益。第二，你也可以生到我的佛國度來，十方世界的眾生都可以來參學。”

前面的例子是說明每個佛的願力都有所不同。有個禪師是這麼講的：“你看到沒有，金子有小的金塊、有大的金塊，對不對？請問黃金是不是一樣的？”，是嘛！佛都是一樣的，但諸佛在因地修行發的願力不同，有的發的願力大一些，有的發的願力小一些，而成佛都是一樣的。那跟他因地發的願不同，但都是佛，都是金子，沒有任何差

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

別，祂都解脫了，脫離生死輪回之苦。而且祂的眼裡看來，度眾生跟不度眾生都是一回事，為什麼這樣？因為萬法都一體的，我跟眾生是一回事。所以不要去分別哪個佛好，哪個佛差，都一樣的，並不是阿彌陀佛好，也不是東方藥師佛好，或者釋迦牟尼佛就差，平等平等的，從佛的成分上是足金，完美的。

海水一味

同樣一個道理，根據這一生的習氣，能力有大小，但只要你盡其所能付出，都是功德圓滿。好比說車子，不是說，是方向盤，能力就強，當輪子的就很吃味，很忌妒，很自卑，NO！沒有輪子車子也開不起來，各盡其職，各施其職，物盡其用，平等平等！

我們道場開起來，大家盡其所能，不要因為你付出的少，你就覺得不好意思，沒有什麼不好意思，盡其所能就好。功德沒有大小，功德是無量，什麼叫無量？你付出一分錢也是無量，你付出一萬元也是無量。就像一滴水滴到大海裡面去，它是無量的，你在任何一個地方取一滴水出來，都是這滴水，全都相同。你倒一盆水進去，還是全都相同，你倒一噸水進去，還是全都相同，是一回事，所以盡其所能就好。

“遠離顛倒夢想，究竟涅槃”是指當你內心沒有任何恐懼，沒有任何罣礙的時候的境界。但一般的眾生是顛倒，黑的認為是白的，白

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

的認為是黑的。最典型的一個例子是梁武帝時的寶志公和尚的公案，有一天他的信徒請他參加家裡的婚禮，吃完飯之後，大家請他開示，他說道：“可笑眾生苦，孫兒娶祖母，雞羊炕上坐，六親鍋裡煮。”。

這就是典型的顛倒，孫兒娶的是祖母，為什麼呢？祖母放不下這個孫子，一直牽掛，所以她死了後又來投胎，變成媳婦來照顧孫子，那些被殺的雞啊、羊啊，轉世變成親戚了，而親戚呢？在鍋裡了，殺了被人吃，就是顛倒啊！

因為你沒有宿命通，所以不知道這種顛倒很常見，因為你沒有大智慧，你往往把仇人當愛人，你越恨他恨死他，來生就做夫妻，為什麼？在家裡天天打，天天報仇多好。他看不到，只感覺到這個人很來電，這個來電是因為前世有仇，可是他感覺有致命吸引力，很多人和人之間的關係都是這樣子來的，但一般人是看不出來的。

顛倒的人生

我有一個朋友是女的，很漂亮，她要去相親，去的時候是她未來的婆婆帶著她未來的老公來的，婆婆一看到她，就說：“好！就是她。”，她心裡“咯噔”一聲“完了！”。兩個人很快就結婚，苦死了，但是非常非常苦，老公不工作，沒為了養家盡一分力，她一個月賺二十萬養家，卻還被念得半死，生了三個小孩，非常乖，也都是她一手帶大的，過得非常辛苦卻還是被罵。後來她學佛，我叫她念《金

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

剛經》，不知道用功念了多少遍，有一天她突然夢到，她前世是這世老公的情人，她的婆婆是她老公的老婆，也就是說當時的她是小三。有一天她老公就拉著她的手在橋上走，被這個老婆碰到了，二個人就扭打起來，她理虧嘛，就不好打，她被一推，掉到水裡面淹死了。淹死的時候靈魂浮起來，看見她老公就怪他老婆：“你看！人被你弄死了。”當時的老婆就說：“誰叫她搶我的老公。”

結果這一生要還債，老婆變成她的婆婆，一天到晚都想折磨死她，因為前世那個恨還沒消。那你看看是不是顛倒，都是一場夢，都是一種妄想，那怎麼辦呢？隨緣消舊業，莫更造新殃。定業是你跑不掉的，怎麼辦呢？隨緣，隨你的緣去消舊業。但是，要儘量的包容，儘量的忍耐，儘量的克制，把業報消了，以後就變好朋友了，就沒有這一回事了。只要你心無罣礙，不要罣礙，很清楚很明瞭，安心忍耐，這段緣和業就了了。

達磨的偈

那你說如果沒有神通，我怎麼知道呢？達摩祖師講了四句話：“欲知前世因，今生受者是，欲知未來事，今生做者是。”，你要知道你前世做了什麼，前世的因緣果報，今生承受的就是前世的果報。你做的每一件事承受的每一件事情，都是前世的因緣果報，逃不掉的，所以你也不用逃，就這麼回事。欲知我來世是什麼果報？你今生做了什

麼，來世就是什麼，不用神通，這就是神通。

你所承受的就是前生，安心忍受，好運也罷壞運也罷，都是前世定的，好運要惜福壞運要甘願，慢慢它就過去了。未來世你要好要壞呢？現在可以決定，你現在做好就好，做得不好就不好。這樣你的心自然就沒有罣礙，你就遠離了顛倒夢想。有一天你會達到涅槃究竟的彼岸，什麼叫究竟？就是一切皆空，一切的業報都還完了，一切的債務都了了，一切的現象在你心中都沒有罣礙了、空掉了。

什麼叫做究竟涅槃呢？涅槃分為有餘涅槃和無餘涅槃二種，阿羅漢是證有餘涅槃，有餘，表示還有餘習；佛證無餘涅槃。當然還有更貼近生活的解釋，請耐心等待我們下次出版《金剛經》時再講。因為這一次出書的目的是告訴你觀世音菩薩怎麼修法，如何修到無罣礙，如何無智亦無得，儘量把它生活化的說明，儘量讓你在生活的當下就可以做得到，不用你專門去找個時間參禪打坐吃齋念佛。

因為我們這個法門的主張就是“生活即佛法 佛法即修行。”也就是說在現實生活的全程，就可以貫穿修行，一定要貫徹這個宗旨，因為真正的修行永遠都必須和你的生活完成結合，生活就是我們的道場，也是唯一的試煉場。

修行的過程中，這個人要越正常、越自然才是好的。要活得像個正常人，因為道在生活中，不是在嘴巴上念而已，只要你內心是覺悟

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

的，你每一個行為都是清淨的，你每個方法都是合情合理的，你就是皈依三寶。持好你的五戒，不要去逼迫別人，不要去剽竊人家，不要去擾亂別人，不要去惑亂人家，做任何事情都走中庸之道，你就是在修行，每一念都是在修行。那你一生定證妙果定成佛道。

若你生活的全程都在修行，你不是佛是誰呢？如果你生活的點點滴滴都皈依了佛、法、僧，都遵守心靈五戒，你就是活佛。什麼叫活佛？活著的佛，生活中的覺悟者就是佛，就叫活佛，並不是要轉世的才叫活佛，每個人都在轉世，我們轉了無量的世，我們也曾經修的很好，曾幾何時也許一萬年也許二萬年，誰知道呢？肯定曾修得不錯過，否則我們不會聽聞到佛法，不會聽到禪宗，我們不會聚在一起，來討論佛法。這麼高深的佛法，肯定過去生中，都開過悟證過果，只是不知道哪一劫、哪一世、哪一年迷掉了。

第八章 心靈高速

《心經》的“經”，意思是門徑、經驗。什麼叫門徑？通往心的門戶，我們需要從表層意識打開一個管道，讓本體意識的能量能夠流注出來，提升表層意識的質與量，從而昇華我們的人生。《心經》就是打開管道的途徑，我很開心、很開心，要把心打開了才叫做開心，所以一定要有個門戶。《心經》就是觀世音菩薩的修法，她怎麼開啟心靈之門的？你把這個方法修成功了，你就是觀自在菩薩。

菩薩和佛的差別不大，《金剛經》裡說：“一切賢聖，皆以無為法而有差別。”這句話說明佛跟菩薩的差別就在無為法上，就是你丟得幹不乾淨，你的煩惱丟不丟得乾淨，你丟掉一點還是丟掉二點，還是百分之百的丟掉了，也就是你無為的徹不徹底。用心理學的講法就是“制約”，也就是外在或內在限制性的概念，也就是說你被限制或制約綁得死死的，這一切都會讓你不得自在。

徹底的“無為”，就是究竟涅槃，也就是你回歸到了生命的故鄉，就像我們說的回家，回家的感覺真好，回到家一定很舒服很隨意，不像在外面有時要裝腔作勢一下，回家後好好放鬆，那麼開悟就是回到家了，進入了剛剛回到家的階段。

開悟之後

怎麼樣開悟呢？我在學員的課程中已講過很多種方式。開悟之後

是不是沒事做呢？剛好相反，開了悟後事情更多，因為即便開悟了，百分之九十九的人也只是頓悟了一下。頓悟有二個解釋，一種是“啪啦”一下就開悟了，瞬間就開悟了，然後一了百了，那叫頓悟，但這種人極少；頓悟大部分的情況是你只有那麼一下。開悟了一下，然後你又回去了，回到什麼地方去了？怎麼解釋呢？就是開悟的一瞬間，回到了生命的故鄉，就那麼幾分鐘，一小時、幾天，厲害的幾個月，就又掉回來，又掉回生活的現實中。所以有時候你在我們道場這邊，心空了，好舒服的感覺，但回去不多久，煩惱又來了。那一剎那的開悟，讓你上了天堂，讓你到了生命的故鄉，可是之後呢？你很快又回到這個世界，面對這個很無聊、很無奈的一個世界，所以需要修。

怎麼修呢？要藉由你頓悟的那個境界，也可以說是那種正受、那種感悟，來指導我們的人生。可是問題在哪裡呢？業和悟境會不斷的拉扯。有很多人說他自己開悟了，但很奇怪，他還有很多業，還有很多煩惱啊！你要原諒他，因為頓悟那一剎那，他知道了空性的感覺，知道佛是什麼樣子，可是他還有無始的業力，無始的習氣存在，所以說硬把他拉回來，做了一秒鐘的佛又回來了。他要窮其一生，乃至多生多世不斷的跟這個業習做鬥爭，在世間和出世之間做拉扯。

所以你悟了之後，能不能把這些習氣轉過來，就變成你的一種考驗。為什麼我們這個法門不強調打坐，不強調入山修行，即便我們選

道場，也要選在離交流道近的，除了考慮交通方面便捷，只要稍微遠離城市的喧囂一點就好外，就是要大家不要離開現實生活太遠。為什麼？因為在生活中你的習氣才會爆發，當你入到深山裡面去，發現不了自身的習氣，找不到！或是沒有習氣可以展現的地方。

可是在日常生活中隨時隨地都會爆發出來，你就可以用你悟到的這個境界，不斷的和習氣做抗爭，每天你都在佛魔交戰、人天交戰。什麼時候你打了個徹底的勝仗，你就是佛，如果贏得百分之七、八十的勝利時，你就是菩薩，就是羅漢了，所以一個頓悟的人，他的習氣不見得已經除掉了。

根本習氣

習氣有二種，一種是根本習氣。根本習氣不除不行，不除就直接干擾你，舉個例子說：如果你不除掉生氣，你頓悟的境界就會立即被覆蓋，隨時都是，你一生氣就沒了，馬上沒了，一秒鐘的生氣，你所悟到境界立刻就退轉了，而且很快。還有“貪心”，也就是貪嗔癡。你一生起貪心，你的正受就沒有了；“癡”是指癡心妄想，只要你一癡心妄想，你所得到的佛境就退轉了，立刻退到眾生位中，這叫根本習氣，一定要改，你必須堅定打勝仗的決心，每失敗一次，就要準備好再一次的和它對抗，因為沒有別的選擇，必須不斷戰勝它，不戰勝它，它永遠都是一顆不定時炸彈，隨時有可能讓你一不小心就退下來

了。

我在這方面有很深刻的體驗，我保證若根本煩惱不斷，永遠都會退回來。過去我曾試過很多次，平常都可以在某種穩定的境界中，但只要“貪、嗔、癡”一升起來，你打坐也好，持咒也好，它揮都揮不去，要好久好久才拉得回來，所以那習氣會嚴重的干擾你。一旦你越來越容易從貪嗔癡拉回來的時候，你就會發覺，你頓悟到的那個境界越來越容易保持，直到有一天這幾個根本的煩惱、根本的習氣，沒有辦法直接干擾你時，你就永住在悟境，永住在三昧的境界當中，進入到不退轉的境地了。

微細煩惱

人除了根本的煩惱外，還有一些小的煩惱或著說微細煩惱，這個煩惱呢，不是說它不產生干擾，而是不容易干擾，或著說不大會干擾你本性的髮露。舉個例子來說，抽煙會不會干擾你，不會；看電影會不會，不會。偶而有點小愛好，喜歡種種花種種草，喜歡養養魚，姑且不論那個好不好，偶而喜歡去看場電影，有時也喜歡跟你開開玩笑，喜歡多吃兩塊肥肉，或著喜歡遊山玩水，買點衣服，去逛逛街，這個會不會干擾，不會直接影響到你的本性髮露。

又如我的某一個老師，他喜歡收集古董，可是他會覺得有也好，沒有也好。收集什麼？他喜歡收集酒瓶，裡面的酒有喝掉的或沒喝掉

的都無所謂，因為這種習氣是前世帶來的，不會直接干擾到，或基本上不會干擾本心的髮露，因為那個可有可無。

所以人活著，不可能一點愛好都沒有，那會很無趣的。可是這個愛好要正面，要比較良善的，不會影響到別人的，乃至於佛，像釋迦牟尼佛一定喜歡吃咖哩，因為他是印度人嘛！他如果到中國來，一定不適應，因為他就有那麼一點點習氣，這種習氣這種煩惱，它基本上不干擾你的本心，所以可除可不除。

但有一些煩惱是比較難，舉個例子來說，臺灣跟大陸有點不同，大陸有一些人喜歡隨地吐痰，老和尚他痰很多，他口一張，我想趕緊接都來不及，算了，但這個會干擾本心嗎？不會，它會干擾我們的本心，哈哈！不會干擾他的本心，因為我們有習氣，認為這個不好，後來我也跟老師父講，他就會稍微改一下，但有時候他來不及，他習慣了。這種習氣會不會干擾，不會，比如說不喜歡洗澡，要三請、四請、五請，才要去洗個澡。

我說：“師父洗不洗澡？”

他說：“等一下嘛！”

等到晚上，他說“唉呀！明天吧！”

等到明天問洗不洗：“唉呀！今天太熱了不洗！”

明天問說：“太冷了也不洗！”

我說：“你再也不洗就臭了！”

他說：“好吧，那就洗一下！”。

因為年紀大了不方便，你跟他脫光了，洗了後再穿他會喘。不喜歡洗澡這種習氣，還有你吃東西喜歡吃這樣喜歡吃那樣，只要你不過分執著，比如說高雄有個好吃的，開了五、六個小時，吃了再回來，那個就不好，因為執著了。這種微細煩惱不會干擾到，但一般人看到師父有這個習性，就覺得師父不是悟道的人，認為他有這種執著。但這種煩惱不會影響到悟境，是可以包容的。所以修行主要是看他的根本煩惱還有沒有，如果根本煩惱沒有了，無疑是個開悟的人，他也會發脾氣，可是他很快就過去了，因為他不執著，不會久久掛在心上。

什麼叫根本煩惱？沒有它就不行，一天到晚在發脾氣，每天早上起來都氣鼓鼓的，到了晚上就快氣死了，那睡一覺起來還是生氣，這叫根本煩惱，如果生氣一下就過了，就像那個浮雲來了又去了，這種煩惱不礙事。所以你要看一個人有沒有開悟，你可以從這些地方去觀察，而且要從細微處去觀察。為什麼有些人會退回凡夫地呢？開了悟怎麼還會退轉呢？

答案是“會的”，如果他開悟的時候，根本的煩惱根本的習氣沒有動，他肯定會退轉。那怕開悟開得很深，就算已經悟到了佛境，這根本習氣沒有除掉，照樣墮落。所以不要認為開悟，就一定會怎麼樣

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

怎麼樣，必須要斷除習氣。尤其是開悟開的比較粗糙的，他一定會退轉，因為他根本習氣還沒除掉，如果他悟得比較細膩了，根本煩惱除掉了，就比較不容易退轉了。這種大的煩惱很明顯，很容易覺察出來的，稍一留心就可以看到。

可是微細煩惱你看不出來唷！它悄悄也在你心裡面在打鼓，只是表面看不出來，表面會不動聲色的。所以要注意，一個開悟的人不等於他已經證果了，裡面很多境界，很多內涵，還有很多功課要做，並不是一悟便了。

果位菩薩

什麼叫證果？就是你的根本煩惱“貪、嗔、癡、慢、疑”，已經除掉相當的程度了，基本上不會再退轉到凡夫地時，就叫證果。也可說是成形了，修行有了一個結果，就叫“證果”，具體來說，就是“法相宗”，你們自己去看一看，或著哪天你們想聽，我給你們講一講。三界的見思煩惱、貪、嗔、癡、慢、疑要斷到什麼程度。就像你們跟我學佛，有沒有發覺今年比去年好，去年比前年好，一定是一年比一年好，習氣煩惱都減少了，一點點、一點點的變淡，這就表明你們是學對了。如果越學感到束縛越多，煩惱越來越重，內心越來越執著，那就要檢討了。

那什麼叫開悟呢？也就是“貪、嗔、癡、慢、疑”淡到一定程度

就頓悟了。頓悟根本的作用就是，你有一個覺，後面加一個“照”字，覺照，你覺照的能力增強了，愈強，你愈容易發現你的煩惱，很容易就可以覺察你的根本煩惱有沒升起來。隨著悟的越深，就越能發現更微細的煩惱或習氣，一點點修，修到最後，就能把所有的根本煩惱都除掉，就連微細煩惱的渣子、叫塵沙煩惱，也就很小很小的渣都除掉了，那就是佛，這就是《心經》要告訴你的。

三世諸佛

三世諸佛是哪三世？過去世、現在世、未來世？其實，不是指這三個。三世，是指過去的諸佛，現在的諸佛，和未來的諸佛。什麼意思呢？是說過去成的佛叫過去諸佛，現在成佛的叫現在的佛，未來將要成佛的叫未來佛，我們大家都是未來佛，所以要努力啊，早成佛道，早度眾生。嚴格說起來，釋迦牟尼佛還沒退位時，雖然祂的肉體消殞了，可是祂的精神還在，他還要護持這個娑婆世界八千年，他的法運一萬一千五百年。

這個大家知道怎麼分嗎？以前講過，一萬一千五百年：正法五百年，像法一千年，末法一萬年，我們現在是佛曆二千五百多年，有些佛曆說二千六百多年，我們正法已經過了，像法過了，末法也過了一千多年了，我們在末法初期，還有八千多年，所以釋迦牟尼佛真的要退位，要把位置讓給彌勒佛，還要八千多年，是這樣子算的，所以三

世諸佛，過去世現在世未來世的所有佛。

依波若波羅蜜多故，得阿藐多羅三藐三菩提。

“般若”就是大智慧，依本性的大智慧，到達彼岸的這種智慧。

“阿耨多羅三藐三菩提”就是無上正等正覺。正覺是羅漢，正等正覺是菩薩，無上正等正覺就是佛。我們不要分那麼清楚，你看佛叫覺或正覺，而我們現在的覺，就是感覺。

為什麼佛要說無上正等正覺，而不說無上正等正受呢？不是有一個正受嗎？因為，只有覺才能成佛，而正受只是覺的一個副產品，當你覺悟了，自然你就有感受，無上正等正覺就表示你有了正確的感受，最正確的一種感受，“無”是對宇宙或對人生最正確的一個感受。

舉個例子來說，我今天看書的時候，得出一個結論，我們人是什麼狀態呢？是無苦中受苦。無苦中受苦是什麼意思？其實我們每個人，本來也是無量覺。以前，也許更遠更遠劫以前，本來就是沒有苦的，非常快樂，我們本來就在涅槃當中，本來是沒有苦的。你看小孩子生出來，他沒有苦，那怕是他媽媽在監獄裡邊生他，他也很快樂，他把那裡當家，他也覺得快樂，他媽媽無論去哪裡，他也很快樂，他無苦，無苦就是樂。

但為什麼你會受苦？因為受苦跟正受是同一個受，可是內涵不同，感受的內容不同。我們倒過來說，受苦就是苦受，這個叫正受，正受

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

就是樂受，你為什麼受苦？因為你感受錯了，感受的是苦的感受，所以會受苦，那為什麼你會受苦？因為你感受錯了，你感受是苦的感受，所以你會受苦，為什麼你會有苦的感受？因為你的感受出了偏差，為什麼偏差？因為你產生了幻覺，人世間所有的一切都是幻覺，你被很多制約很多限制的概念，把你框住了。比如說，你 25 歲沒有嫁人，別人說你老女人，所以大家都講趕緊趕緊找個人嫁了，實在不行，將就將就算了。要不然就是一個男的拚了命追求你，一直花言巧語花言巧語：“唉呀！你美得不得了啊！”，你一不小心就嫁了。或者說生個小孩，養兒防老就一定好嗎？唉呀，其實搞不好你一輩子都防不了老，會有操不完的心。工作，有工作一定好嗎？沒有一定的。

如果你仔細一推，會發現你所有的觀念都是別人給你的，所有的概念，所有的思想，都是別人給你的，都不是你的，沒有一個東西是你的。你說：“這是我的觀念、我的想法！”，那只是你認為，其實沒有一個是你的。你上課聽聽，把它記下來，回去你打坐的時候，你在人生體驗的時候，你會很清楚，你會清晰的體會到，所有的東西都不是你的。比如說，你不曉得你每天說了幾句話後，特別是你跟小孩子說話時，就會出現一句“你就是這樣做就對了！”

你把這個話想一想這個話是誰告訴你的，一定有人告訴你，或者是電視上告訴你的，或者你媽媽告訴你的，或者你的朋友告訴你的，

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

或者你老公告訴你的，總是有人告訴你，就算他不是最直接的是間接的，這幾個人告訴你，你合起來用，就變成你的觀念，是不是。那是別人的，你所有的思想，所有的概念，所有的想法意見都是借來的。兩個雙胞胎，一個到了美國，一個到了中國，20年後兩個相見，絕對格格不入，他們就算感情很好，他們的飲食結構，思維方式，行事作風，通通都不會相同。



第九章 靈魂的外包裝

外在的那個人只是個包裝而已，和裡面那個人是相同的，都很接近，差異只有在外面包裝不同。你的思想，你的概念，你的想法，你的人格，你的事業，都只不過是你靈魂外面的包裝盒而已，有些包裝精美一些，有些比較簡陋一點，反正都是包起來的。但你所有的東西都是借來的，而且有一天你生命要結束的時候，這些借來的都得要還回去，乃至於你的肉體四大和合或，四大分離的時候，你也不在，你的思想也是，因為你所有的思想都是別人給你的，也許是古人給你的，讀聖賢書，老子說了什麼，孔子說了什麼，都是他們告訴你。用向他們借來的知識和常識來指導你的人生。佛告訴你這些東西不是不能用，你過活人生這套工具一定要用，但你要很清晰地知道，它不是你。

很多人說我的自尊受到傷害，你哪有自尊？你人都不在了，還有什麼自尊，你的靈魂體只是虛幻的東西，無形無相，哪有什麼自尊？你連自我都沒有，哪來的自尊！但是如果這麼說，我們就不要臉囉！也不是，你要清清楚楚的知道，這個東西不真實，不要過份的執著。你所有的概念是借來的，有一天你要還回去。

直接還回去的時候，會發生什麼情形呢？比如說：你走在路上，砰一下失憶了，都還回去了，連你老爸、老媽都不認識了，有沒有這種可能，有啊！有很多老人家失智了，為什麼他會失智，借來的嘛！

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

期限到了，要還回去，已經借了三、五十年，一個大腦它是有使用年限的。我們去吃東西，要看看使用期限，大腦也有使用期限的，用了五、六十年就差不多了，尤其是後面二、三十年就慢慢退化了，如果用過度了，天天操這個心操那個心，就會發生提早報銷的情形，也就是失智了。但你還在啊，可是這些東西沒有了。

所以佛法告訴你，你會受苦，是因為你要外在的這些東西。譬如：“我一定要有一個房子、我一定要一台車、我一定要有個小孩、我一定要有個家庭、一定要怎麼做別人才看得起我，我一定要事業成功我才能出人頭地、我一定要怎樣…我才能怎麼樣…”於是你就受苦了，因為你的感受是錯的，如果你知道這些東西是借來的，不是說你不要這個，而是你不執著，不再執著它，你可以用它但不要執著它，等同工具用完了就放回去，沒有人會想要愚蠢到一天到晚拿著工具不放。可小孩子會，小孩的玩具睡覺時他也要拿著，不然他就哭，一個是玩具一個是奶嘴，他每天吃媽媽的奶，吃了之後再換個奶嘴，他就睡了，你要把他戒斷很辛苦的，他就是執著。他不知道，那只是一個方便，過了就算了，我們大人看小孩子傻傻的很好笑，其實我們自己也一樣。我看到很多限制性的東西，例如：面對某些場合或人物你不能說某句話，一說就跳起來，一定有的。

一旦當你不執著的時候，你人生的感受就會是正確的，你就會逐

漸地往正覺的方向邁進，並不是說你一定要念佛，也並不是說你一定要打坐，甚至你也不用學佛法。甚至可以說沒有什麼叫佛法，《金剛經》裡不是說了“所謂佛法者，既非佛法，是名佛法！”但是因為佛法告訴我們這一套，佛出世告訴我們這個方法，使我們能夠解脫，我們為了慎終追遠，我們尊敬他，把這個法流傳下去，也是為了尊重佛，說我們也是佛教徒。因為佛講的法是人類的共產，不是他一個人的，他悟道了、成了佛，我們也可以悟道，也可以成佛。並不是說他悟道了成佛，我們必須要跟著他才能成佛，不是的！我們悟我們的道，成我們的佛，他們悟他的道，成他們的佛，你們悟你的道，成你們的佛，就是那麼一回事而已。

佛教非佛教

只是因為他先悟道了，留下了這些偉大的教誨，我們得到了利益，我們把他的法和教誨傳承下去，所以自稱佛教徒。“諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教。”簡單講就是一切好事多做，一切壞事不做，在意識深處淨化心靈，這就是諸佛的教導。只是一種人生境界的教導，是一種穿透生命的洞見，佛陀悟到了，分享給我們，也使我們能過上正確的人生。這裡面的教導是一種本性的流露，自然的情懷，好像說的是我們的心聲，說出了我們的心裡話。只要遵循，就會到達生命的彼岸，到達解脫的自由。

什麼都不要執著，連佛法也不要執著，才是真正的佛法。佛法不過是人生徹了後一種解脫的境界，任誰開悟了都一樣，沒有特權，沒有專利。你有了正受你才會有正覺，反過來，你有了正覺你才會有正受，這是二種修法，先從正受入手，就要從行入，理入就是從正覺入手。達摩祖師四行觀裡就有講要怎麼修，《心經》裡告訴你就這麼修，不要執著，所以的工具一定都可以用的，假設你是木匠，所有木匠的工具你都有，拿來用了就放回去，你總不會愚蠢到拿回家，睡覺也抱著睡吧？

你是打電腦的、玩資訊的，即使天天打電腦，一直打、一直打，晚上總還是要關掉電腦睡覺的嘛，不至於說連睡眠的時候還在打電腦，因為它是你的，但是它不是你。又像是：她是你的女兒，可是她不是你，什麼意思？不要去干擾她，這是我女兒，是我生她，但是她不再是我，我也不再是她，她是她，你是你，你可以愛她，你不要干涉她，你可以關心她，但你不要去干擾她，有時候愛之適足以害之。

你很清楚這些東西之後，什麼都不要執著，都好、都可以，慢慢你就得了自在，不再受苦，因為你有正受，正確的感受，對宇宙對人生有正確的感受，這就是“依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。”就是這麼個得法，並不是叫你什麼都不用做。嚴格說起來，《心經》的道理很深，一般的佛法不斷地叫你要修行，但我現在告訴你，

你所有的修行都會落空，為什麼？因為你執著了修行，本來佛法修行讓你擺脫執著，可是你又對佛法產生了執著，“今天沒念經，糟糕了！”，你就好緊張，明天沒有念佛好緊張，我這樣說你，你又說那明天就不念了，也不是。我叫你不執著，不代表說你不做，你實在忙今天就休息，實在忙不過來，明天再念，時間多就多念一點，一切都不執著，佛法也不執著。

但如果說一定要執著，寧可執著個佛法，因為佛法是善法，其他世間法很容易讓你墮落，而佛法就算你成不了佛，至少成個菩薩，至少升個人天道，來生接著再來。

所有的東西，包括阿彌陀佛也是借來的。我說借來的，並不是經驗法則不存在，但是你要記住你和經驗是不同的。經驗不是不能用，經驗很寶貴，借來的你說它不寶貴嗎？很寶貴啊！

你活在這個世界上，若你沒有本事，你沒有知識，你怎麼生活？就像有個人說：“我微波一下，把一瓶酒放在微波爐裡。”，會有什麼結果？按一下，就爆炸了。還有啊，二、三十年前，下大雨啊，高壓電線砸下來了，那老阿嬤就跟孫子講，趕快去撿，那是銅可以賣很多錢，孫子上去了就被電死了，她又沖去拉孫子，自己也被電死了，人群圍在現場附近，大家都站在旁邊不敢過去，面面相覷互相說：“你怎麼不去救！”，或是“我去救我也得死啊！”，因為那個時候你拿

木頭都不行，高壓電幾萬伏特的，你拿木頭走進那個範圍就被彈開了，有個人想去救，他還沒有靠近呢，那個輻射就把他彈飛出去了。

真正的謙虛

所以你對生活的一切沒有概念，或沒有知識常識的活著，是很危險的。世間的這些東西不是說不能用，就像你的經驗，經驗很寶貴，知識也很寶貴，思想是人類幾千年的結晶，怎麼會不寶貴！可是你要很清楚，它只是借來的，它不是你，這樣的話，你永遠都是乾乾淨淨、一塵不染，這就是所謂的：“不垢不淨，不增不減，不生不滅”。

我要你明白，工具並不是不能用。假設你手上拿了一隻筆，但這只筆並不是你，只要把它拿，你依然在這裡，但你以會牢牢握住這支筆，並認為這只筆就是你，你也就是筆，若能把筆拿開，就會很清楚這個筆不是你，再拿到你的手上時，可以畫山水、畫個佛陀、畫個地痞流氓，可是你會很清楚這只個筆不是你。

“我拿了這只筆，我就是它，你傷害它的時候就是傷害我。” 如果我說：“師姐，你這個觀念是錯的。” “怎麼可能！我的觀念錯了，就是我錯了。” 請你要明白，你的觀念錯了你沒錯，你永遠不會錯，因為你不生不滅、不垢不淨、不增不減，你怎麼會錯呢？所以你就不會說我受傷了，我很受傷，因為你在罵我，我錯了嗎？其實師姐你錯了，你的做法錯了、你的說法錯了，你的想法錯了，你的想法不是你，

你的做法也不是你，改過來就好了，說不定是你的資訊有錯誤，你的想法、你的作法過時了嘛！改過就好了嘛。因為那不是我嘛！我沒有感覺，我不會覺得很受傷，我說謝謝你的提醒，我改過來，你沒有覺得任何不舒服，你懂嗎？你也不會覺得很害羞。錯了就錯了，這叫謙虛。你才會真正學會謙虛，你如果沒有悟到這個道理，謙虛是假的，現在說“是、是、是！”，回去說：“這個人說我半天，我好生氣，他居然辱罵我。” 其實別人只是告訴你，你這個作法有問題，你有聽懂這個意思嗎？這就叫無我，這個叫無我，這個無我就是不把它當真。

有借有還

你一定要很仔細分清楚喔，否則你還是會犯錯。我說你錯了，你會很受傷，一般人都會很受傷。比如說“你這個業績怎麼那麼差，你很糟糕ㄟ！” 如果你不知道這個觀念是借來的，你的行為是借來的，你會很受傷、很痛苦。如果你知道這個是借來的，就會覺得“我的作法錯了，我的想法錯了，我的方法錯了。” 進而覺得“既然是借來的，那我再借正確的來用用嘛！我可以去翻資料，請教別人，找業績高手來教一下。”，經過一段時間後，就變成“我會了。” 唉呀！那就你成功了。不過別太沾沾自喜，做對了，也不是你成功，只是你的方法用對了，那也不是你的，所以你不悲不喜、沒有榮辱，因為你可以把這些都置之度外。

“你”置之度外，錯了，表示“你”還有這個動作，本來就沒有榮辱，本性、本體上沒有這些東西，因為那些都是借來的，當然你也可以高興一下，因為你知道高興也是借來的，並不是你不會高興，你懂我意思嗎？我這樣講，你就會很清楚這個觀念了，有一天你真的會借助這個方法時，就悟道了。

前面說的那些都是借來的，但有個東西不是借來的，那個就是你自己，你把祂找到就叫悟，就叫本體意識。若沒找到，你所有的修行也是借來的，也都會落空，借來的有一天都會還回去，哪有借而不還的道理呢？

錢不姓錢

你必須瞭解你的榮譽是借來的，面子是別人給的。若有有一天迷失在別人的口水裡面，是因為你不知道或忘記了這些東西都是借來的，連賺到的錢也是借來的，為什麼？因為錢它不姓張，也沒有姓李，不姓羅，也不姓王。你就算億萬家財，只是暫時放在你那裡，知道嗎？如果你在錢上寫你的名字，你就會被抓起來，一定會說你毀壞公物，因為是貨幣不是你的！很多人不知道，錢也是借來的，國家借給你用的，上面印的是蔣中正，大陸印的是毛澤東，只是紀念他，但也不是他的，就算是他本人也不能在上面寫東西，借來的借給你用，你有這個福報，放在你家裡二、三十年，就算一百年好了，你掛掉了就沒了，又流通

到其它地方去了。

而且就算留在你那個地方，總要存在銀行吧！銀行也會拿出來投資，也不是你的。假名，假名是某某某的，都不是你的，沒有一個東西是你的，有一天塵歸塵，土歸土，沒有一分錢屬於你的！如果不明白這個道理，認為這個是我的，就變成了有所得，心裡想著或對人講“你看我收入多少！…”就變得高傲，鼻孔朝天了，是不是！人如果懂得所有東西是借來的，就不會驕傲，永遠不會驕傲，這是真正謙虛的意思。真正的謙虛是這樣謙虛，沒有什麼東西值得驕傲，就算你有能力賺了很多錢，說穿了只是這個錢暫時放在你家裡。淨空法師很有智慧，他就悟得這個道理。

有一天他到一個信徒家裡去，信徒說：“法師，我給你看我的寶貝！”於是到臺灣銀行保險櫃取來，接著說：“你看這個價值五十萬的珠寶，這個一百萬…這個一千多萬，黑珍珠藍寶石紅寶石，這個是血鑽。”

淨空法師說：“哇！好厲害！可是你沒有我富有！”信徒很詫異問：“師父，你是出家師父，比我還富有？”師父說：“我真的比你富有！我帶你去珠寶店看，你想看什麼奇珍異寶都拿給你看！”信徒說：“那不是你的啊？”師父說：“怎麼不是我的？你在這裡放在銀行裡面，一年半載才拿出來看一下，我天天可以去看，而且他服務態度非常好，

還不用我去拿，打個電話就可以預約去看了，通通都是我的，而且我一點都不擔心，你卻天天都提心吊膽的，有什麼好的！”

借來的，沒有東西是你的，你把這個概念明白了，生命中的一切，包括你的小孩都是借來的，前世有緣，這一生通過你的肚子生出來，有一天他會離開，你知道他只是過客，你就放他走，你也不會執著，於是你就自在了，從業力裡面得自在，因為你知道借來的總是要還的。

有一個朋友他有一個情人，婚外情的情人，有一天她就跟我講：“老公是借來的，總是要還回去的！”，我說：“唉呀！你早點還，早點還少點利息啊！業報啊！”

這個觀念非常重要，你把借來的通通還回去，要保持這樣的心態，事實上不用還，事實上用了幾十年了，只是借來的，你看這借字是怎麼寫的，一個人一個昔，過去的總會過去，可是人總是抱著過去的東西不放，執著得不得了，這就叫借。

知識是不是過去呢？肯定會過去的嘛！常識、經驗、教訓都會過去的，如果不是過去的，怎麼教你呢！現在乃至於未來的東西沒有辦法教你，一定是過去的東西才能教你，所以是借來的。

只有當下才是你自己的，借來的都是過去的東西，沒有絲毫真實的成分，所以過去的就讓他隨風而逝，不要有任何的執著。

你要懂得，你的肉體你的精神都是一個組合體，每一樣東西都是

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

借來的，但是有很多的組合模式你看不見的。乃至於你看不見的東西，無一不是借來的，都是過去的產物，業也是過去種的。你深深的知道這個道理，深深的認同了這個法，生命便會慢慢不同。

無所得

“法”是水去，和借是同一個意思。什麼叫得法，無法可得是名得法，法怎麼得？沒有辦法可得，水過去了你留得住嗎？留不住，你一點都留不住，當你明白了就叫無所得，沒有任何東西你可得到。六百卷的般若經就講三個字 無所得，《心經》是六百卷般若經最短的，法怎麼得？無法可得，是名得法，無道可成是名成道，無佛可成方得成佛。所以《金剛經》講“如來得阿耨多羅三藐三菩提者，無法可得…是以燃燈佛與我授記，汝于來世當得作佛，號釋迦牟尼。”

法是借的，那真實是什麼呢？當你把借來的都還回去了，留下來的就是真實的。你還還看，慢慢還，你把借來的都還給別人，留下了唯一真實的“那個”永遠不會離開你，“那個”就是永恆不變的真我和本心，你得到了那個東西後，借來的還是可以用，但是你要記住要還。為什麼有守財奴，他活著守財，認為那是他自己的，一毛不拔，一點點錢都不行。

很多有錢的人都很吝嗇，而且越有錢的人越摳門，因為他錢多反而執著了。我遇到一個非常有錢的人，跟我談價格，我說：“你覺得

多少好啊？” ，我說二百塊，他說一百五行不行，我說行，他立刻說那一百可不可以？可以，免費我都可以，我送給你都沒問題，只要你敢講我就給你，反正我也是借來的。

所有的萬事萬物，包括佛法都是借來的所以才叫佛法，這概念很重要，如果你想通了，你會在菩提大道上大大的進一步，沒有人能誑騙得了你，這個法好，借來的！用那個法修了會成佛，借來的！所有的法都是借來的，都不真實，只有一個東西真實，就是無所得，什麼都丟完，什麼都還回去，那個東西才真實，那個叫無法之法。

所以不要被別人的語言誑騙，我們找個密宗上師，他給你灌灌頂就成佛了。他加持你也只是一時的，只有你自己才是真實，還不掉的那東西，才是真實，所以《心經》裡說“三世諸佛依般若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提”，講的就是這個得法。《金剛經》裡面講的也是個道理。因為無一法可得，所以佛得阿耨多羅三藐三菩提，燃燈佛才能與他授記，當于來世成就佛果。

無所得，你沒有什麼東西，老公也不是你的，他只是過去和你有緣，過去生中，百年修得同船度，千年修得共枕眠，肯定有很深很深的緣，所以這一生會碰到做夫妻，夫妻的概念也是借來的，人世間有這概念，所以住在一起。過去不是這樣子，未來的社會裡面，夫妻的概念會越來越淡薄，到最後也許就沒有夫妻的概念了。

過去不是這樣，未來不是這樣，當下這樣也是暫時的，它不是真實也不久常，它只是一種概念思想，一種約定俗成的行為模式，構成的規範。當然你還是可以用，畢竟你活在現在，這就是法，你把這些都搞明白了，有一天你會發現，所有的概念進來的時候，所有的成見，所有的正確跟錯誤的想法都是借來的，別人強加給你的，要趕快丟回去。

有一天你就會發覺，一個空空朗朗一塵不染，永遠不被打擾的一個本心凸顯，那就是你真實的自己，你一旦獲得“那個”，你就從無比煩惱的塵世脫穎而出，你就解脫了。到了那時候，你活著就是菩薩，死了就進入了永恆的法界，進入了不生不滅永恆的極樂世界當中。你說《心經》好不好啊？太好了，一句話可以講那麼多。

這個觀念很重要，是我從很多佛法不斷的體悟得來的，最接近大家的一個法門，成就很快。永遠記得，包括你的肉體都是借來的，從哪裡借？從爸爸媽媽那裡借的，你最後生命結束要還給人家。你的思想也是借來的，當你生命結束的時候，這個不用到你生命結束的時候，你就還給人家了！

很多老師發考試卷時，常常會講：“才考五、六十分，老師上課講的，你都還給我了！”幾乎所有的老師都會這麼講，聽不懂就是還給老師了！大學學了四年，不管你是讀五專還是正規大學，最後你工

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

作如果不是那個行業，那個專業的，不多久，所學就通通都還給老師了，不用等到年紀大，對不對？既然是這樣子的話，我不如主動還嘛！主動還，可以少欠一些帳，欠的帳就是業，就是你的業力。

你用借來的東西，做出很莫名其妙的事情時，那就叫無明，或者說你用借來的東西，去造作了很多不善之事，就是業力。那我說成佛的早與晚，差在什麼地方？差別在努力與不努力，努力就快一點，不努力就慢一點，也就是你捨不捨得還。

不斷地向內心去找，這是借來的，還給人家，這是借來的，還給人家，這個“反省哪些是借來的過程”，就是佛門修行法門中的其中一種——懺悔。拜懺的懺，或者就叫反省，所以古大德講，光靠反省就可以開悟了，就是這個原因，靠這個點，去找哪些是借來的，哪些不是你的，把所有不是你的丟掉，剩下的，就是天上天下唯我獨尊那個“我”，那個我不是借來的，所以叫獨尊，因為你只有獨尊他，你才可以做佛。

而我們現在是把所有借來的當作獨尊，所以就迷失在幻象當中，被別人的口水、別人的概念或別人所灌輸錯誤觀念給淹沒了，所以你過著錯誤的人生，走在偏離的軌道上，那你的人生除了苦以外還有什麼？佛告訴你，不要在去吃人家的口水，你不要被所有的思想家、大文豪、哲學家、政治家、教育家的口水淹沒。只要找回自己就好，那

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

本當屬於你的，是你自己那個生命體，於是正受就會顯發出來。什麼叫正受？人生正確的感受，那麼你就活在極樂世界裡面，不用改變你的生活，不用改變你的人生，可是你的人生會完全不同，產生了“質”的變化，那個人就是佛，就是菩薩。

所以佛是人做的，並不是神做的，這個人啊，在太陽下面，我們本來是動物，站立了身子就是就變成是個“1”，然後穿上了衣服就是神，明白嗎？並不是有另外一個東西叫做“神”。

故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒，是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。

所以我們知道“般若波羅蜜多”，是指用大智慧到達彼岸的這個法門，而《心經》所說的這個法門，是觀自在菩薩用這個法門修行的經驗。而“是大神咒”，說明它是真正的咒語，神奇不可測的大咒語；“是大明咒”，是說明它是非常非常光明的咒語；“是無上咒”，是說明沒有比它更好的咒了；而“是無等等咒”，是說沒有跟它相等的咒了。這個“咒”把它換成“法門”來解釋就對了。

也就是說《心經》裡所教的這個修行法門，是非常神奇不可測的法門，是一個非常光明的法門，是無上的一個法門，再也沒有比它更高的了，它能夠把一切的苦都除掉，而且它是真實的，為什麼？因為借來的都還光了，剩下的只有真實，沒有不真實的東西，所以真實不

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

虛。它把本心凸顯出來，把原本屬於你，永遠不丟失的那個“我”發掘出來，所以真實不虛。



第十章 回家的咒

故說波若波羅蜜多咒。即說咒曰。揭諦揭諦。波羅揭諦。波羅僧揭諦。菩提薩婆訶。

“故說般若波羅蜜多咒”這一段之前都是顯說，顯說就是什麼呢？顯現出來，把佛的法門、理論、基礎告訴大家，怎麼樣還掉，怎麼樣色不異空，空不異色，怎麼樣修行。從這一段開始講的是密說，秘密的說，不告訴你道理，你只要持這個咒語，念這個真言，就可以達到所有的這些境界，藉由大智慧到達彼岸的一個咒語。“即說咒曰”，也就是說，我要開始說咒了。若是逐句翻譯，概要的意思就是“到彼岸去啊，到彼岸去啊，趕快到彼岸去，趕快趕快趕快去啊，到達生命的彼岸。”所有的佛經的譯典都是這麼解釋的，或者你不解釋也行，你就這麼念，“揭諦揭諦，波羅揭地，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶…揭諦揭諦，波羅揭地，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶”，那麼密宗的念法呢？是“嘎得嘎得 巴拉嘎得 巴拉三嘎得 布大 說哈”，你念漢語，念藏語，念梵語都行。

你只要這麼念真言就可以了，觀自在菩薩也是因為這個《心經》而成道，所以祂最後留了一個真言，就是你只要持這個咒你就跟祂連線，就像打摩爾斯密碼給祂一樣。只要你持這個咒，不管持漢音、藏音、梵音都跟祂可以連上線，這叫“暗合道妙”。

這個咒，在佛門裡叫“般若佛母咒”。“般若佛母”是一切般若的媽媽，一切佛的母親，所以這個咒力量很大，有事沒事你就念幾遍《心經》，時間短，開車時你就念“揭諦揭諦，波羅揭地，波羅僧揭諦，菩提薩婆訶”，慢慢地你就會把我前面所講的悟到了，因為這個咒會直接幫你開個管道進入本心，進入本體意識，當你進入本體意識，你再轉過來看的時候，一切表層意識的幻相，一眼就看穿了，你再也不會隨波逐流，再也不會被外面的浮光掠影所迷惑，你安住在本心，安住在本體意識裡面，安住在本地風光裡面過活人生。

雖然說你走在人生的旅途上，可是你的感覺像回家的感覺一樣，你每時每刻都在家裡面，家裡面好輕鬆的，因為你會自由自在，所以叫觀自在菩薩，你得到了自在，得到了自由，得到了解脫，這就是生命的彼岸，就是“阿耨多羅三藐三菩提”，當然這裡面有深淺，究竟涅槃是佛達到的自由，這就是一部《心經》。

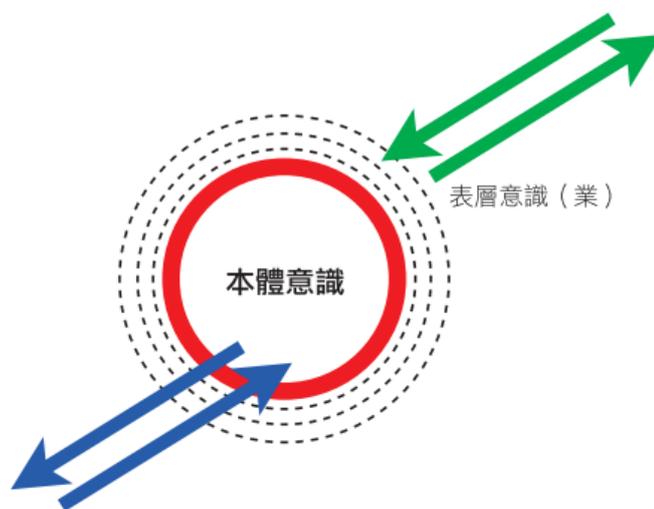
《心經》，可以用五分鐘講完，也可以用五十分鐘講完，也可以幾百分鐘才講完，更可以用幾天幾夜也講得完，因為它可以無限的延展，可以展開尤如整個佛法一般；若要縮小剩下幾個字，只要“觀自在”三個字就可以解決問題。因為這般若《心經》，傳遞的就是心的訊息，所以它很直接，裡面既有理，也有事，更有能量，觀世音菩薩、觀自在菩薩的能量，你持誦它，就會受到菩薩的保護。所有的菩薩都有自

己的能量，你念他的咒就會受到他的庇佑。

這部《心經》估計以後再還會再講，到時又會是另一種味道，因為當然你們提高了，我也提高了，所以講法就不同，你讓佛來講這個，祂每次講法也會不同，是隨著眾生的根器而有所不同。

表層生活，本體存在

給大家講一個小東西 本體意識。一般人的本體意識外面的表層意識，都有很多很多圈，若你沒有突破所有的業障，所有的刺激到達表層意識的時候，就會引起你的反應了，所以你是用你的業力在過人生。表層意識就是業力，你都用業力在生活，所以註定在宿命，無論是八字易經、星象學，都可以把你鎖住，你逃脫不了，因為你活在宿命當中，活在因果的法則裡，被重重的業障所包覆，像蜘蛛網一樣一層一層的把你纏繞住，讓你過的很不自在。



綠色箭頭為一般人的反應
藍色箭頭為修行到某種程度時的反應

今天罵了人，過幾天就換別人罵你，今天你偷了別人一百元，明天就換別人偷你一百元。因為你在表層意識，表層意識就是業力，就是業，所以這裡又回去了。那麼佛告訴你，還有另外一種生活方式，在這種業力的生活方式裡面，99.999...%的人都活在因果輪回裡面。

俗語說的好“種瓜得瓜，種豆得豆”。有沒有可以突破業力得自在，不在業力因果範疇內的一種生活呢？唯一的方式就是解脫。是什麼樣的生活方式呢？直接進入本體意識、進入本心，然後從這個本心再反射出去，這是用心來生活，用你的本心來生活，這是突破業障之後的一種生活方式。業力對你的牽引越來越小，乃至於無，當然它會經過表層意識，它還是會經過表層意識，但終究會進入本心之，然後它還是會反射出來，反射出來時也會稍微受到表層意識的干擾，進去的時候，只要表層意識沒徹底的淨化，無論你的表層意識清理得多乾淨，即使你已經給它打了個管道，進來和出去時都還是會干擾一下。但已經不會很嚴重了，所以他受業力的牽引會越來越小，不再以業力來生活，而是以願力來生活了。

這個道理就像一般的步槍進行遠距離射擊一樣。一顆子彈打出去，空氣、濕度和風向都會嚴重干擾它的射距和方向。若換成專業的狙擊槍，有許多輔助的器具，這些外在干擾可影響準確度的程度就會大幅

降低了。

可是你要記住，我們活著總是因為有某一股力量，一個動力，否則你會活不下去，完全沒有動力的人，他生不如死的。很多女孩子說：“唉呀！我不知道活著為什麼？”她沒有力了，她無力了，不是動力。是不是真的，很難說。要嘛是業力，業力就是欲望，帶著強大的欲望，帶著強大的企圖心，帶著巨大的貪、嗔、癡生活著，所以你覺得他很汲汲于名利，非常積極，每天早上六點就爬起來，晚上二點才睡，吃肉喝酒，你覺得他很積極，所以你看別人多積極的在生活，對不對，買車、買房…。欲望也是個動力，一個欲望足夠強大的人，他的人生也是積極的，不過那個積極不是正確的積極，有很大的副作用。

有些人對學佛的人會詫異的問：“你怎麼越學佛越沒有戰鬥力…”因為越學佛就越會空掉。當你看別人成家立業賺了多少錢，覺得他很有力，但往往那是業力，而業力也是力，他有動力，他的人生有方向有動力，雖然方向不正確，可是他在努力。

如果你用本心生活，到還沒開心、已經快開心而還不是很開心的那個階段，他就沒有動力了，因為這時剛好內在的動力和外在的動力產生一個平衡點，他好像突然頓空，一切都看空了，妻也空子也空，黃泉路上不相逢，名也空利也空，到頭來一場空，確實他說的沒有錯，可是這個平衡點兩股力量的拉扯，形成了拉鋸，那就是羅漢的境界，

在往下走他又有動力了。譬如說：“隨便啦，有老婆都好都好，沒有老婆也挺好，有錢挺好沒有錢也挺好” 很多人就卡在這裡。

他不是沒努力的修行，他一直努力修行，變成一個拉鋸戰，剛好有一個針鋒點！可是他再往前走一步，他又得到另外一種力，也就是願力的生活。也可以說是內在的驅動力，但是他內在的驅動力已經不是欲望，是願力，一種清淨的生活方式，佛門叫“梵行”。

內在驅動力

這個願力不用你發，因為生命之流本身他就有力了，你不用擔心學著、學著學傻了，學著學著出家去了，學著學著老婆、小孩也不要了，那在這裡他不是對，也不是錯，他是修行的過程，他就卡在這裡了，卡在這裡可以卡八萬大劫。這時只差再往前一步了，如果沒有師父踹你一腳的話，你怎麼都進不去，要大善根大福德才有辦法。

現在告訴大家的就是進去的方法，打坐、持咒、參禪、念佛都是進去的方式。但是真的到這裡的時候，佛力還是很重要的，這也是個力，我們現在講力學，靈性物理學，這個地方很多人就卡著了，要有一個佛，而且是力量很大的佛，一踹就進去了，所以佛門有句話“懸崖撒手自肯承擔”，“百尺竿頭重進步，十方世界現全身”，講的就是這件事。

有個樹幹，爬呀爬、爬呀爬，終於爬到頂上了，可是下面是個懸

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

崖，這時很尷尬，這時爬上也不是下也不是，下來也會摔死，往前走也會摔死，他就卡在這裡了。那麼有一種人，他願意懸崖撒手，百尺竿頭重進，百尺竿頭再進一步他就摔下去了。。。這個時候你把眼睛閉起來，二手抱膝跳下去就好了，這時你會發覺你進入了一個更大的生命，不是懸崖，是更大的生命。

因為我們大多數人用表層意識，只用十分之一的生命在活著，所以不論過的怎麼用心，你都不快樂，內心深處始終在想我應該還有更多的快樂，所以你不斷的追尋，因而產生強大的欲望。但你的欲望是向外面去追尋，並不是往裡面走，所以只好一直不斷的追尋，不斷地想著“這不是我想要的…、賺了一百萬，我要更多的…、二百萬、四百萬、一千萬…”。

其實，你找錯方向了，所以你永遠找不到。要往內尋，當你找到生命之流，你就會用十分之一加十分之九，也就是用全體的生命在活著，你會覺得活著本身就是一個滿足。生命沒有方向，你回歸到生命之流後，隨祂走就好，那個時候你就有偉大的動力了。你無論有多大的欲望，你只是十分之一的生命，你永遠不會滿足，因為你內在知道你內在還有很大的動力，即便你當個帝王，把全世界都統一，還想把外星球都統一了，因為你覺得自己還有潛力，還有無盡的潛力，那只是十分之一而已，你的生命還沒有完整。

你必須往內走，把這個潛能挖掘出來，你就滿足了，當你得到了生命全體，你得到了生命的全相，你活著的本身就是滿足，所以佛門告訴你“本自圓滿，本自俱足，本不生滅，本來清淨”，這句話，無非是告訴你，你要用心的全體在活，活著的當下就是圓滿，因為你本來是佛。佛不過就是用全心在生活的人，心即佛，你的心就是佛，就是這個意義上講的，你用生命全部活著，當下就是一切，一即一切，就是從這個角度講的。

外面的尋找，永遠都不會到家，因為你只是永遠都用十分之一在活著，你丟掉了十分之九，你怎麼會快樂呢？連一半都達不到，你怎麼會快樂，一個人明明他有 100 萬，可是只能拿出 10 萬，他覺得很窘迫，因為他內心深處，深層意識裡面知道，我還有十分之九，是很富有的。但別人看你怎麼這麼窮，你會覺得很抓狂，就會產生欲望，可是欲望你又找錯方向，你往外找往外求。

佛告訴你，往裡面走，你就會找到。更應該說，其實也不用找，因為本來你就有，只要往內走，就可以找到，找到之後，你不再會有欲望。人若充滿欲望，只是方向錯了，你若轉個彎，就是願望，力量就進去了。簡體字的願是寫成“願”，指的就是原來的心，本心裡面就有偉大的力量，整個宇宙都靠本心迴圈著，你說祂有多大的力？是可以扭轉乾坤的力量，所以你當然不會滿足。既然你有那麼大的力量，

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

平常卻只運用到那麼一點點，你一定不會滿足，所以你就產生了欲望，如果你用全心在生活，整體全部的心在生活著，全心即佛，你就是佛，再把全拿掉，心即佛，你的心就是佛，這便是禪宗的真諦。

所以佛教裡說“本自圓滿”，指的就是“你是圓滿的”，本自具足、乾乾淨淨、一塵不染，你活著就是最大的快樂，不會有方向，不是說我一定要賺一百萬才能夠滿足，你當下就滿足了，你從一個獨立的個體回歸到生命的全體。那種滿足你無法想像，整個宇宙都是你的，怎麼會不滿足？不要說賺了一百萬，賺了一百億也沒用，因為這些欲望和整個宇宙你比得了嗎？比不了的，所以這種滿足你無法想像。

因為這滿足的程度，世間難以找到，足以讓他把世間所有一切都丟掉，他也不覺得損失，因為沒地方可以丟，要往哪裡丟呢？整個宇宙都是你的，你往哪裡丟，垃圾桶裡面也是你，金山、銀山也是你。《金剛經》裡講的就算拿三千大千世界七寶來佈施，也不及真實的你的萬分之一億分之一。

生命的力學

我們現在是用業力在生活，有一天你要用願力來生活，都是力，生命本來就是個力學，你看人不是個力嗎？立在一起，這個力就是這個立，你要站立起來是不是要用這個力，否則你就躺著了嘛！所以人具有力量，活著也要有驅動力，要嘛是外在的，要嘛是內在的。不知

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

道大家有沒有過一種經驗，一個禮拜放假，都躺在床上，很爽的睡覺，甚至把鬧鐘關掉，睡到自然醒，起來之後做任何事都很開心，那怕是做最不願意的事你都很開心。一會兒你累了，就變成什麼都不想做，因為內在的驅動力又被業障覆蓋了，或者是因為東想西想給耗散掉了。

當你把力量打到內心裡面去的時候，本心的力量釋放出來，把表層意識同化掉，大部分的表層意識不會干擾到你，於是你整天都活在本體意識裡，那個力是現在的九倍。請問你會不會覺得很快樂，用不完的力，生命之力。你看看老和尚，肉體不大能動了，因為這個肉體沒有辦法的，必須符合物質界規律，可是你看他的精神，好得不得了，他倒下就睡，起來就很開心。不得不開心，沒辦法不開心，你要讓他不开心都很難，因為他用全心在生活，當下就是滿足。

所以生命沒有方向。怎麼說生命沒有方向呢？哪個方向是西方？整個宇宙無時無刻都在旋轉耶，沒有一個方向是固定的西方。沒有方向當下就是圓滿，沒有地方可以去，沒有去的地方。要用內在的驅動力，也就是願力生活著，突破了這個過程就是修，從表層意識往內走，向內求，打到本心裡面去。若你說我想到這裡去，但誰能幫助我？是佛力！你說我又不認識佛！沒關係，有人會幫你，等你到那一步時，你不用擔心，在我們這個法門裡面，很多人準備踹你一腳，到時你一

下就過去了。要到達那裡也不是一、二天的事，我在這個地方待了多少年？三年！福德因緣要具足，否則就會卡在那裡。好多好多人都卡在這裡，也有很多大禪師都卡在這裡了。

有個禪師，出家以前是個大將軍，亦是大宰相，開悟之後就躲到深山老林結廬而居。有一天他的幾個朋友（以前的幾個部下），好不容易在樹林裡面把他找到了，大家都很开心。

禪師說：“你們怎找到我的？”

朋友說：“聽遠處的牧童講的！”

禪師心想說：“好吧，找到就找到吧，那就喝喝酒聊聊天。”

到了不得不分離時，朋友們說：“那我們以後再來找你。”

禪師答：“好，沒問題！”

但朋友一走禪師趕緊搬家，搬到更深山裡去了。

哇！你覺得他品德多麼高尚啊。對不起！他卡在這裡了！他不是沒有道，他也得了道，得了一半，他只把表層意識清理掉一部份，羅漢境界。他還沒有真進去，進去了他就留在那裡隨緣度眾了。用願力來生活，那是一個力，那個時候那個力量大到什麼程度，釋迦牟尼佛在這個地球上成佛多少次了？八千次了，靠什麼？絕對不是靠業力！靠的就是願力。

願力的力量比業力大 9 倍，所以佛菩薩熱情識燃，炯超無我。他

是無我的，他非常熱情。你不要以為人開了悟，就好像什麼都涼涼的，不是的，他很熱情。熱情到什麼程度？熱情到你只要進入了他的生命磁場，你就會感受到他的熱能，你會被他感染，更會被他的淨化。

我教你們所有的方式，像前文說“什麼都是借來的，都是借來的”，就是要把你表層意識給你撕破，把你表層意識結的那個網，那個殼，那個無明殼給斷開、撕裂開，我講的所有的的方法，無非就是這個目的。撕開後就來到了這裡，這一步要靠佛力，單靠你自己的力量很難，除非你前世是開悟的，前、前世也是開悟了，前、前、前世也開悟了，才有可能。因為那個地方就像開了刀一樣，有裂痕，有刀疤在那裡，才容易裂開。

如果你本來沒有刀疤，那就要用佛菩薩開個外科手術，幫你打開，他要幫你一把，當然有時你說我沒有佛菩薩也開悟了！其實，很多時候是祂們已經幫了，所以你沒發現，只是佛菩薩們沒有名利心，他覺得你到了，指不定是那一尊佛菩薩就踹了你一腳，只因為你沒有天眼，沒有神通，所以你不知道是哪一位佛菩薩幫了你，讓你以為是自己開的。其實到這一步通通都是佛力，但無所謂，佛菩薩祂也不爭名奪利，不會說踹了你一腳，你就要感謝祂，要請祂吃飯、喝茶、聊天。

我們再用簡體字的“還”來說明這個道理。這個字中間是一個不，旁邊再加一個走，什麼意思呢？就是要你清清楚楚知道“我不再走下

去了、我不再生氣了、我不再貪心了…” ，就還回去了。但是你要覺察啊！就在生氣與不生氣、貪心與不貪心一念之間，這個就是還，不是我真的要拿個東西還給你，你不執著它就是還，就這麼簡單，因為沒有東西可以還，本來就是空的，可是在你還沒有徹底清空之前，你還是要還，不要生氣，老師講什麼事都不要生氣，不能生氣，慢慢就還回去了。

我告訴你的方法，包括以後我們道場開起來，會再教大家“動態觀心法”、“打太極拳的方法”，都是告訴你還的方法，這些活動中間，我會精心設計一套很獨特的修法，讓你把不該有的都還回去，讓你深深知道，一切都思想、行為的來處與去處。

大部分人都有一句口頭禪：“我認為…”。這個“認”字怎麼寫的？告訴你要忍，語言要忍，不要認為，沒有什麼叫認為，忍住就是還，這就是方法。“我的觀念、我的建議、我的想法、我的看法…” ，少說一點，少說多做就是還，做事當中學，因為做事當中，你會發覺有很多東西和“你的…”不一樣，。我講的整個教法，包括以後形成了一個體系，無非就是這一步，但後面這一步不用教，因為你進去的這個地方就是生命之流，就是太極。

道家講的裡面太極也就是“易”。易經講的是生命之流循行的方式，你不明白，你看不懂，開了悟之後你才看得懂，後人把他當算命

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

之學。為什麼算得准？因為他可以在生命的每個節點上，一卦、二卦、三卦、四卦、…一共六十四卦，六十四個面向，所以他在運算的時候，他有辦法掌握生命的道，他可以預測到你的運勢、財富…。可是你如果進入了本心裡面去，命運就約束不了你，為什麼？因為你進入了生命之流後，就算不到了，也無法再測度。

生命之流無量、無邊、無盡，怎麼算得到算的呢？也就是這個道理，所以我的教學就只講到這裡，進去後就不是我的工作，但是最開始進去裡面的時候，有些方便法門可以告訴你，譬如第一步該怎麼走，雖然說每個人不同，但在總體概念方面還是有個輪廓。

我再告訴你，裡面水也很深的，不要以為進去就一了百了，NO！裡面還有很多功課要做，但是我們先不講這一塊，因為內心的運作模式跟外在的運作模式完全不同。為什麼六祖壇經裡很多祖師開悟後，還跟著六祖生活多少年！這裡面的生活和內在的驅動力，有時沒拿捏好會瘋掉，那叫禪病。濟公和尚他就是進去之後，因為那個生命之流太大了，沒有收放自如，進去之後出來能量太大了，把腦袋表層意識沖壞了，於是他得了一點禪病。表層意是被打破了，一時之間組合不起來，所以他就瘋瘋癲癲，可是你說他瘋癲嗎？他用本心在活著，那你说他不瘋癲嘛，他又瘋言瘋語的，有些是裝的，有些是真的，那就是所謂的禪病，他不是沒開悟喔。

【本書全文之著作權屬巫凱先生所有，于本站僅供閱讀，禁止轉載、抄襲、模仿、擅改，否則依法追究】

開悟之後表層意識還要起妙用，所以進去之後的這個過程要緩慢，不要影響整個表層意識的結構，我可以突破它，但不要破壞它，因為它是工具。我釘釘子，當…，哇！釘子歪了，榔頭壞了，雖然我知道它是工具，但我不能用了，也很糟糕。最好的模式是，我知道它是工具，我可以拿起來，也可以放下，可是它是好的，用起來就得心應手。

同樣的，表層意識是工具，一旦突破本心進入內在的時候，內在驅動力放射流溢出來的時候，因為你表層意識是完整的，所以可起種種妙用，可以度多少眾生，成就多少功德。乃至於成佛，都不能離開表層意識，它是我們過活這一趟人生旅程的重要工具。

般若波羅蜜多心經

觀自在菩薩，行深波若波羅蜜多時，照見五蘊皆空，度一切苦厄。舍利子，色不異空，空不異色，色即是空，空即是色；受想行識，亦復如是。舍利子，是諸法空相，不生不滅，不垢不淨，不增不減。是故空中無色，無受想行識，無眼耳鼻舌身意，無色身香味觸法。無眼界，乃至無意識界；無無明，亦無無明盡，乃至無老死，亦無老死盡，無苦集滅道，無智亦無得。以無所得得故，菩提薩埵，依般若波羅蜜多故，心無罣礙，無罣礙故。無有恐怖，遠離顛倒夢想，究竟涅槃。三世諸佛，依波若波羅蜜多故，得阿耨多羅三藐三菩提。故知般若波羅蜜多，是大神咒，是大明咒，是無上咒。是無等等咒，能除一切苦，真實不虛。故說波若波羅蜜多咒，即說咒曰：“給搭給搭，巴拉給搭，巴拉三給搭，布大，司瓦哈。”

金剛般若禪院守則

- 一、道場以無爭為興盛
- 二、居士以和諧為相處
- 三、事情以合宜為妥當
- 四、人生以平凡為宗旨
- 五、參禪以福德為前導
- 六、悟道以忠孝為標準
- 七、證果以習染為參考
- 八、修行以行入為捷徑
- 九、飲食以清淡為正常
- 十、疾病以少欲為療愈
- 十一、作息以規律為正道
- 十二、身體以運動為健康
- 十三、言語以簡練為最好
- 十四、思維以誠信為目標
- 十五、一切以真心為首要

歡迎來電洽詢助印及免費流通事宜

中華金剛般若禪學會聯絡處

臺灣新竹縣寶山鄉油石村油石路8巷8號

電話：03-5769388

0905-075585

金剛信願堅

般若智慧明

禪院清淨地

佛種自然成

Chinese King Kong Prajna Zen Society