

生命真相之探討

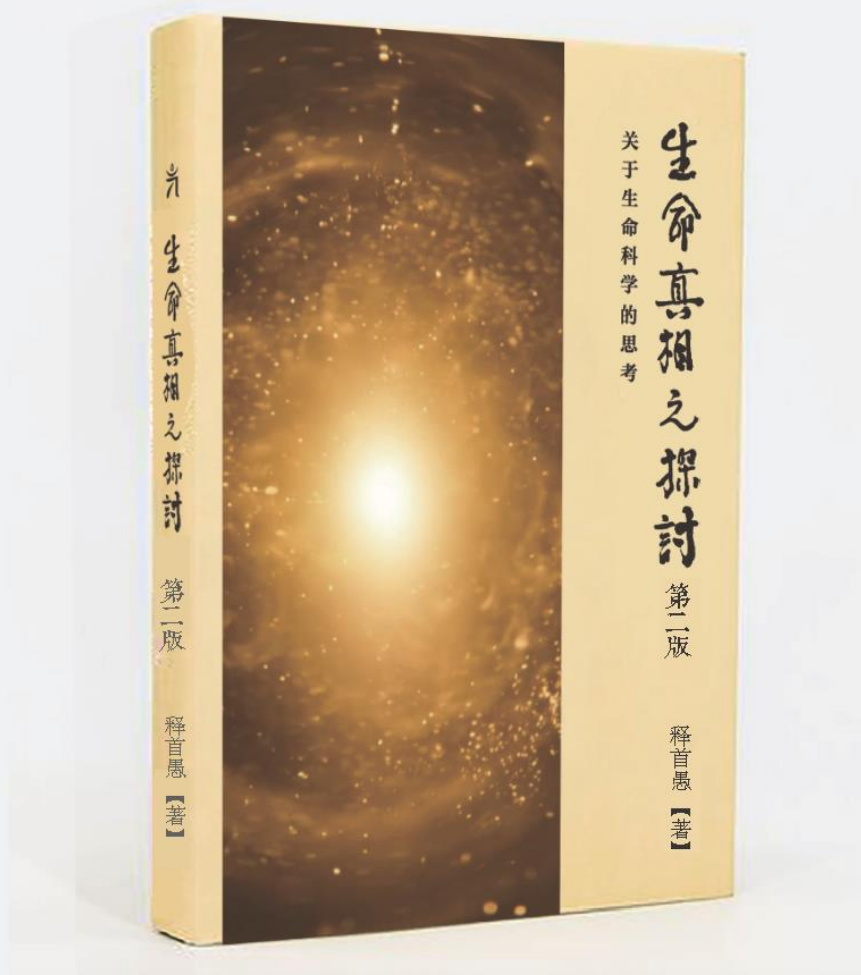
第二版

释首愚

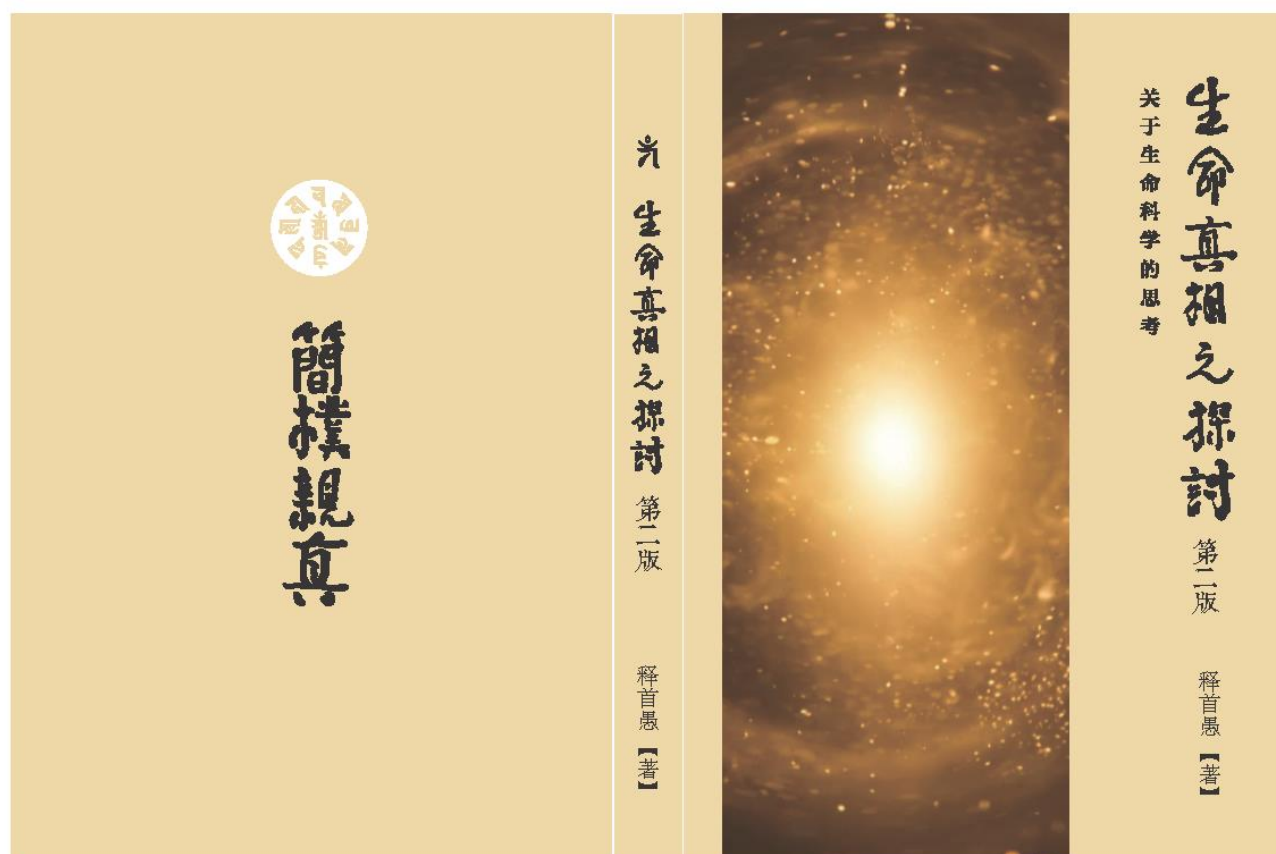
【著】

关于生命科学的思考





封面：宽172x高244mm





首愚长老简介

台湾十方禅林开山方丈首愚长老本着「实行正道，庄严世界」的理想，致力于弘扬正法于寰宇世界，法履及于美国的东岸、西岸，以及加拿大、澳大利亚、马来西亚、新加坡、新西兰、台湾、香港、大陆各地等地，宣扬中国佛教文化，特别是失传已久的融合显密、大小乘的唐密「七俱胝佛母所说准提陀罗尼法门」。

首愚长老，一九四七年生，台湾省台中县人，俗家姓柳。一九六九年（二十三岁）服兵役期间，因阅《六祖坛经》忽尔有省，乃知行住坐卧处处显示回光返照之道，顿萌菩提宿愿，欲重振禅门宗风。

于一九七一年出家，依止仁俊、广善两位长老为剃度师父，法名「宏善」，法号「从智」，日后得南怀瑾老师嘉勉，特以「首愚」为自谦之号。一九七二年至七九年入学东方佛教学院高级部一年及佛光山丛林大学，就读唯识学系四年，尔后任男众部纠察，承蒙星云大师之爱护，其间闭关专修般舟三昧四次，并得南怀瑾老师之指导。

一九七九年元月十日，南怀瑾老师成立大乘学舍，首愚长老担任监院参与共修，受南师「显密圆通准提法门」灌顶，日后更得南师认可为传授准提法门阿阇黎。

一九九〇年经南怀瑾老师安排，至厦门南普陀寺闭第十次关，为期五个月，主修准提法门，配合般舟三昧之行禅，得殊胜之感应。一九九二年至一九九四年间，在北京灵光寺佛牙塔闭关3次，随后又于台湾闭关专修9次，首愚长老自出家迄今（二〇一八年），于台湾

大陆两地先后闭关35次，在见地、修证、行愿上奠定了深厚的基础。在南普陀闭关后，首愚长老开始带领禅林住众与社会大众专修准提法门，皆亲自主七，与会大众多蒙法益。

一九九一年十二月下旬首愚长老依南怀瑾先生之缘介，向中国佛教会请购『房山石经』一百套，并迎回十方禅林，应命权充促进两岸佛教文化交流的先锋，准备尽心为两岸和平、佛教界、文化及学术界作些实质的贡献。一九九五年，十方禅林又向海南三亚南山寺作了头期款捐赠，为大陆佛教的复兴尽些绵薄之力，随后由南师安排首愚长老在海南三亚与成都各办一个准提七。

一九九五年九月中旬，首愚长老应美佛会邀请，至纽约庄严寺及新泽西州领众共修准提法，令大众获益良多，也揭开美、加弘法的序幕。后于一九九九年五月底受聘接任美国佛教会副会长、美国纽约庄严寺及大觉寺住持二年。

二〇〇九年首愚长老结合闭天地关及弘法行愿，在台湾、大陆各地、马来西亚展开密集准提传法专修。二〇一〇年起每年闭关内修再外弘，以积福慧资粮。在修持上，融会返观观自性的般若正观法门、耳根返闻闻自性的耳门圆照三昧法门及般舟三昧法门于「七俱胝大佛母准提王菩萨」的显密圆通法门中。切望所有学法大众与他不断深究观音法门，尤其着重耳根命门研究，并开发金刚念诵、深入字和心月轮观等，藉此转化为人我习气驱使的业报身，期达修证佛法普利有情的法、报、化三身成就。

首愚长老期己能以出世的精神做入世的事业，创建慈云普护、

泽及苍生的千手千眼观世音菩萨道场——十方禅林，复办十方丛林书院，接续南师弘扬儒释道诸子百家、中国文化断层之志。以南师早年提出之「见地、修证、行愿」六字心法，奉为教育纲领，并期以教育、弘化、慈济三者共举，贡献社会，造福人群，进而利乐有情，同登大化，是为本怀。

二〇一五年八月首愚长老被推选为「中华人间佛教联合总会」的监事长，任职两届六年后，二〇二二年被推选为主席，参与两岸佛教交流访问、中华汉传佛教访日交流等世界各国佛教交流活动，藉此共同弘扬佛教理念、文化艺术，为世人带来新的美好希望，迈向幸福美满、清净自在的人生。

刊印说明

这本书的“四七真言四般若”和“生命真相五则”部分是首愚长老2021年8月台湾盂兰盆法会以及2022年2月台湾金刚般若法会的开示内容，根据法会首愚长老开示录音整理而成的文字，分为上下两卷；“星月日轮准提网”部分是首愚长老2022年9月在十方禅林“南公上师怀瑾先生圆寂辞世十周年纪念法会”的开示内容，根据法会首愚长老开示录音整理而成的文字；“真见修行识根尘”部分是首愚长老2022年11月在十方禅林准提三禅修的开示内容，根据法会首愚长老开示录音整理而成的文字。

人生苦海无边，首愚长老自23岁时，一睹《坛经》，广发菩提，寻求解脱，淡泊名利，参究真理，为往圣继慧学，为人间建净土。

一路从看《坛经》，通过实验、闭般舟关，到专修准提法，内修外弘，经过38次的闭关内修，出关外弘，整整参学53年，出家51年，截止此书出版正在进入第39次闭关。

此书首愚长老所讲内容，主要是与有志于生命真相方面探讨的人士，共研诸多值得思考与实践，实证与实修的问题。

例如书中提出的命门学说、现代科学与《佛说入胎经》的结合提出的“入胎三缘成三纲”、生命的“心之体、心之相、心之用”。此书的内容涵盖了世间法、出世间法，更涉及到了佛家、道家、儒家的道理，甚为难得稀有宝贵的是，不仅有理论见地的透彻，更有实证实修、亲证实践。内容极为丰富。

对于生命真相之探讨，可能是对人类真正重要及有意义的贡献。
更进一步，如能与道家、儒家文化研究配合，必将对华夏中华文化之
盛事贡献一份力量。

本书在整理编辑刊印过程中，众多道友、社会贤达帮助很多，
特此致谢！

善震医合十

2022 年初秋

序

细品《生命真相》四则之后，掩卷深思，受益匪浅。

学佛的目的，最根本之一就在于追求生命真相。

生命如何而来？为何而来？如何而去？为何而去？这恐怕是我们生生世世要追寻和求证的答案，而不仅仅是理论。明白这些道理，才不至于陷入宗教情绪，也不至于盲修瞎练；才会在世间出世间，为人演说也好，为己求证也罢，“不取于相，如如不动”。

而这些问题的答案，尽在《生命真相》之中。

“三缘和合融命门”。有关报道说：2016年5月，美国科学家发现人类的精子和卵细胞结合，诞生受精卵的同时会释放大量锌原子，同时会出现发光现象。这是通过科学试验证明，生命是由父精母血，加上发光的神识三缘和合而成，在“和合”的一刹那，也开启了“生命之门”——命门！故道家认为：命门乃先天一炁。

为何会有“三缘聚会”？这就牵涉到佛法的基础——三世因果、六道轮回。为何会有与父亲、与母亲的亲因缘？皆是前生做者是，是还债还是讨债，一切皆是因果。至于自己的神识，更是“阿陀那识甚深细，一切种子如瀑流”，“受熏持种根身器，去后来先做主翁”。身体是高是胖，是全是残，是白是黑，是聪是笨…根据《佛说入胎经》所讲皆是自己往昔种子业力所现。以至于入胎、出生后，遇到的诸增上缘，进一步“种子生现行，现行生种子”，由所缘缘到等无间缘，导致生生世世轮回不已。

所以，我们为了要“好好生”，或者说能“好好死”，必须好好参究《生命真相》，其核心在“三纲十要证三身”，其要义则是“三身和合融命门”。

法身者，则要体会“无念念命门”；报身者，则要体会“六根融命门”；化身者，则要体会“行愿化命门”。

法身者，则要多读《金刚经》《心经》《坛经》等，细细参究“般若慧观三缘融”“六根和合慧日明”，须知“佛说一切法，即非一切法，是故名一切法”。报身者，唯有“脱胎换骨真修证”，一分耕耘一分收获，应勤加体会“五行脏腑六根合”“耳门圆照摄六根”。然“未了先须还业障，了即业障本来空”，有时宿债未还完，亦无福报修证耳。化身者，唯须发起普贤菩萨之勇猛力，广结善缘，广度有情，在行愿中破除内心五毒，培养大慈大悲之心，切实“清静一切善业力，摧毁一切烦恼力，降伏一切诸魔力，圆满普贤诸行力”。如此才能“慧观八识成四智”，把八识田中的种子全部转化成清静无漏，于三界六道中任意往来，如来如来，如去如去，无来亦无去。然而要做到“一切无漏”，必须在心行上一丝一毫未有余漏，否则有朝一日“三缘和合”即是恶缘和合、堕入轮回。

在《一个学佛者的基本信念》一书中，记录了南太老师赞叹师父上人行愿坚固的话语：“这个禅堂也是一个刹土，不离因缘和合之理，其中一个大因缘便是从智法师一心要为佛教做点事的愿力，几年来一直坚持不变，他这一念心就是普贤行”。书中，南太老师亦恳切教导：“所谓修行，其实就是彻底地修正自己的心性行为，由里至外，巨细靡遗，完全加以确确实实的检点与改善，此即是作为一个修行人

至死不渝的生命主题，必须永远追求达成的生命事业”；“智慧要修成，非得功德的圆满与之配合不可，不但须彻底地诸恶莫作，更应丝毫不漏地众善奉行，发大心，行大愿，百千万劫锲而不舍，虽做种种利生事业，内心清净毫无所著。”每每读到此句，心中惭愧万分，痛悔不已，默默祈祷：祈佛加庇我，坚固此一念；修行恒无倦，余习尽无余；勤修清净行，一切皆成就。

是为序。

善至成合十

2022年8月8日夜



《中密三纲 真言十要》

—— (详见《中密修证禅观记》一书)

【中密三纲】：

禅宗三纲心之体——佛家心理空慧观

生命科学心之相——道家生理养生观

普贤行愿心之用——儒家伦理入世观

【真言十要】：

1、一四真言摄一切：简朴亲真。

2、二三真言戒定因：念清楚、听清楚。

3、二四真言定慧果：念念分明、念念本空。

4、二九真言行二入：

观想慧日命门入大道——理入悟大道

持咒心平气和化百病——行入证大道

5、四三真言四法要：

实修证——报身智德解脱门

行悲愿——化身恩德善巧门

正知见——法身断德般若门

道圆成——正等正觉无上门

6、四四真言圆三学：



心月孤悬——慧学之因

气吞万象——戒学之行

光音交融——定学之境

慧日无量——慧学之果

7、四五真言正法眼：

眼融意身根——心眼融

六根通命门——六门通

命门无所住——空无住

正法金刚眼——正法眼

8、四七真言四般若：

道人刚毅无畏施——世间般若

铁汉真心菩提情——出世般若

耳根命门金刚眼——行深般若

耳门圆照慧日明——甚深般若

9、五五真言证三身（六祖印证祖师禅）：

无念念命门——法身无念纳万德

无相相命门——报身无相现庄严

无住住命门——化身无住普贤行

本来无一物——实际理地不着一尘

何处惹尘埃——万行门中不舍一法

10、七七真言满六度（中密修证如来禅）：



慧日孤悬融命门——正知见

眼意身根点命门——正因缘

舌鼻耳根通命门——正缘果

气吞万象涌命门——化业习

五五圆通会命门——行悲愿

光音交融吞命门——实修证

慧日菩提三身圆——道圆成



《准提修证三纲领》

一、生命真相（五则）

（一）般若慧观三缘融

三缘和合融命门

入胎三缘会三纲

脱胎换骨真修证

三纲十要证三身

（二）五行脏腑六根合

火土金水沐六根

性火相火养土金

金生肾水润肝木

五行相生脏腑合

（三）耳门圆照摄六根

寻声救苦耳门照

舌鼻安般融耳门

耳门圆照入命门

六根融合慧日明

（四）慧观八识成四智

修证功夫应前五——实修证

菩萨行愿转末那——行悲愿

般若见地化意识——正知见



大圆镜智成佛果——道圆成

（五）法脉使命无量愿

为古圣贤继慧学
为此人间建净土
虚空有尽愿无穷
无量光寿随处现

二、星月日轮准提网（四则）

（一）繁星点点十八界

六识心念若繁星
六根五脏烦恼宅
六尘复杂众生相
收摄十八入明星

（二）心月明暗属业感

月初月末日不同
净界护身初一月
心月字轮渐转化
上下弦月未得圆

（三）日轮转化四般若

明点月轮属生起
方便行愿乃世间
出世行深大菩提



慧日无量得甚深

(四) 星月日轮入大道

星月日轮融命门

渐中有顿顿中渐

明点星月现慧日

大日如来大圆满

三、真见修行识根尘(五则)

(一) 真见六识大圆觉

眼意双识见无量

身舌交炽苦集聚

鼻耳融合灭道化

明心见性大圆觉

(二) 真修六根大圆通

眼根双眼具只眼

耳根双耳具只耳

鼻根双鼻具只鼻

六根互用大圆通

(三) 真行六尘大圆满

眼意明尘法眼净

身舌离尘罪业消

鼻耳融通观自在



六尘升华大圆满

(四) 慧日菩提三身圆

六识真见净法身

六根无碍圆报身

六尘无染入化身

慧日无量三身圆

(五) 三戒三身证佛果

摄善法戒清净身

摄律仪戒圆报身

饶益有情亿化身

圆满菩提极乐国



目 录

一、四七真言四般若

道人无畏济时艰	1
《坛经》启法眼，参学五十二载，硕果累累（一）	3
《坛经》启法眼，参学五十二载，硕果累累（二）	6
《坛经》启法眼，参学五十二载，硕果累累（三）	9
大乘菩萨道的精神就是要为大众服务	12
四七真言四般若（一）	13
四七真言四般若（二）	17
唯有自己亲自经历过，才感受到命门的重要性	19
对“人身先生命门，而后生心”的开示	21
对《黄帝外经》的开示（一）	23
对《黄帝外经》的开示（二）	30
四七真言四般若正是转八识成四智（一）	32
四七真言四般若正是转八识成四智（二）	35
四七真言四般若正是转八识成四智（三）	37
慧日明代表大日如来清净法身佛的境界	39
要打开正法眼，你才不会跟正法擦身而过（一）	40
要打开正法眼，你才不会跟正法擦身而过（二）	42



三观般若是成就菩提的蓝图（一）	45
三观般若是成就菩提的蓝图（二）	48
金刚眼就是般若慧观	50
我总是透过般若慧观来看生命的问题	51
定慧等持性空寂就是金刚眼.....	52
准提萨婆若，统摄四般若（一）	56
准提萨婆若，统摄四般若（二）	59
恭敬心遍一切处	62

二、生命真相五则

入胎三缘成三纲，三纲十要证三身	67
入胎三缘成三纲，三纲十要证三身（一）	70
入胎三缘成三纲，三纲十要证三身（二）	73
入胎三缘成三纲，三纲十要证三身（三）	77
参加计数报数，做一个实实在在的修行人	79
一个行菩萨道的也就不在乎自己的臭皮囊了	81
老实念咒正是长养圣胎、脱胎换骨	84
准提法把金刚部、胎藏部、行愿部融在一起了	86
成佛真正要完成的是净化我们的习气业气	89
“老实持咒，日行一善”改变命运	92
对事情认真到几乎疯狂的地步才会成功	96



化情执需要普贤行愿，除身见需要修证功夫.....	98
入胎三缘成三纲成为我们生命的三大纲领（一）	101
入胎三缘成三纲成为我们生命的三大纲领（二）	104
入胎三缘成三纲成为我们生命的三大纲领（三）	106
佛陀的智慧贯通了十法界	108
念动、气动、心脏跳动是一体的.....	111
中密三纲的般若智慧是来转化我们的命运	114
尽心尽力，随缘随力，中道而行.....	118
见地通透了，带业和消业都不是问题	119
亲近南老师，行普贤行，苦尽甘来.....	123
三缘和合融命门，脱胎换骨真修证	125
三缘和合融命门正是阿赖耶识的现量境界	128
正知正见正念是析肉还母的开始.....	131
有了般若正见才不会自欺、欺人、被人欺	133
脱胎换骨真修证	135
三缘和合融命门正是修气、修脉、修明点	137
“入胎三缘成三纲”撒开来是天罗地网.....	140
真言十要开启生命的华藏世界	142
说得一尺，不如行得一寸	145
只为菩提,不为其他.....	146



金刚念诵展现六祖印证祖师禅的气象	149
吃亏原来是完成	151
一切从法界流出，一切又归于法界	154
三缘和合融命门是阿赖耶识的现量境界	155
南老师传的准提法契合这个时代需要	159
法本增加了第四个纲领《生命真相》	161
计数能摄心、收心、安心、松放身心	162
用智慧观照看透我们生命的真相	164
《生命真相》第一则：般若慧观三缘融	168
《生命真相》第二则：五行脏腑六根合（一）	172
《生命真相》第二则：五行脏腑六根合（二）	176
三缘和合是我们生命的三大纲领	178
《生命真相》第三则：耳门圆照摄六根（一）	179
《生命真相》第三则：耳门圆照摄六根（二）	183
《生命真相》第四则：慧观八识成四智	184
参要真参，修要实修，行要实行	187
光音交融，光音不二	190
耳门圆照慧日明是同时转八识成四智	194
自他不二，自心自显，一切唯心造	197
《生命真相》第五则：法脉使命无量愿	201



宇宙的真理，生命的真相	205
皈依三宝其实是回归生命的真善美	207
明心见性才是我们生命的根本	210

三、星月日轮准提网

正法昌明久住利有情	217
“星月日轮准提网”四法则	221
繁星点点十八界	226
把人生历练当作修行 生命就有方向目标了	229
心月明暗属业感	231
缘起性空，性空缘起	235
日轮转化四般若	237
首愚长老：星月日轮入大道	240
首愚长老：佛法的软体比硬体更重要	244
众星拱月映中秋 融入慧日天长久	247

四、真见修行识根尘

善分别一切法相，于第一义而不动	251
《真见修行识根尘》五则	253
虚空有尽愿无穷，无怨无悔菩萨行	256
山高岂碍白云飞 竹密不妨流水过	259
森林道场百果园 香积世界纳十方	261



真见六识大圆觉（一）	263
真见六识大圆觉（二）	267
真修六根大圆通	270
真行六尘大圆满	274
因地方 果地圆	276
六七因上转 五八果中圆	277
慧日菩提三身圆（一）	280
慧日无量三身圆（二）	282
慧日无量三身圆（三）	284
慧日无量三身圆（四）	286
三戒三身证佛果	289
从闻思修入三摩地	302
善用自然资源，化腐朽为神奇	305
准提修证三纲领（一）	307
准提修证三纲领（二）	311
准提修证三纲领（三）	314
准提法的华严法界观	317
为法忘躯菩提情	319
石少席会长：对《真见修行识根尘》的认识（一）	321
石少席会长：对《真见修行识根尘》的认识（二）	323



五、命门附录

关于首愚长老和历代修行人对命门之实修经验的探讨.....	329
一、龙树菩萨在《大智度论》提到腰有三孔.....	331
二、明代医学家赵献可的《命门太极图》	332
三、密勒日巴尊者.....	334
四、南宗丹道五祖白玉蟾真人	337
五、《准提净业》的唵字观.....	338
六、《性命圭旨》的洗心退藏图.....	340
七、南公怀瑾上师与大愚阿闍梨.....	345
八、南公怀瑾上师在《寒假习禅散记》、《庄子謄譚》、《大圆满禅定休息简说》对“命门”的论述	347
九、《禅密要法经》的第二十观.....	350
十、首愚长老对命门开发之理论贡献	355
十一：石少庠：《准提经》和《坛经》阐述的般若思想无二无别	359

四七真言四般若



道人无畏济时艰

受到全世界疫情的影响，去年觉得还好，去年这时候禅堂坐得满满的。今年不行了，从五月份开始，台湾疫情严重。不过呢，到了七月二十七号，疫情降为三级之后，（要求）室内人数不能超过五十人，比原来好多了。我们禅堂正好排满了五十个位置，符合政府部门的要求。

这个可以说是全世界的一个大灾难。过去总是地方性的瘟疫，现在因为交通的便利，交叉感染，疫情变得非常复杂，经过一年多不但没有化解掉，还变本加厉，这是人类的一种共业，真的是共业！我们这次盂兰盆法会，即刻起香回向全世界疫情早日消除，不然大家的工作生活都受影响。大家从新闻看到疫情的演进，造成生活的不便、精神上的压力等等，我们好好修法回向。

今天重点要跟大家说原本开发出来的真言九要。我4月27日离开台湾到上海隔离。从上海回到武夷山。两个多月后，我再回到台湾，7月14号住进了台北城的大酒店。两周的隔离，让我把在大陆两个多月内修外弘（的内容）整理出来，又多了一个“四七真言四般若”。

另外“世界静坐日”的论坛，要我介绍有关北传佛教静坐禅定的方法，我简单的把准提法门介绍了一下，写了一个纲要，我依《大般若经》讲的四种般若，又发现了三观般若。所以除了《大般若经》的四种般若之外，还有三观般若。

三观般若的般若广观也等于普贤行；功夫方面属于般若深观，要精思入微，整个脉络要很清晰，你的功夫才会扎实。也可以说，广观



是福德资粮，深观是智慧资粮，到了般若直观，那就是我们的现量境界，那是福德智慧成熟了。我们一般人进入不了直观，直观等同实相般若，实相无相。实相无相是一念不生全体现，不观而观，不观自观，那是般若直观，那也是甚深般若。



《坛经》启法眼，参学五十二载，硕果累累（一）

现在回想自己亲近佛法、参学佛法前后已经五十二年了，也可以说是一个偶然，但也不纯粹是偶然，偶然中有必然，必然中又有偶然，这是我个人参学佛法的一个经验谈。

民国五十八年，52年前，也是我当兵的第三年，应该是1969年的七八月份吧，偶然的机会看到《中央日报》的副刊有关于钱穆教授和留学日本的留学生杨鸿飞在辩论《坛经》。我一看，哎呀，禅宗有这么好啊！当（两人）在笔墨论战的时候，这些书商也开始做起广告了，我看到重庆南路一段有个四维出版社出版的丁福保《六祖坛经笺注》，丁福保是民国时候大陆的一位学者。我让在台北工作的四弟帮我买了一部《坛经》的笺注，看到六祖的偈颂，“本来无一物，何处惹尘埃。”一看，跟自己内心的世界完全契合了！这可以说是何其幸运啊！能够把《坛经》看懂，一下就进去了。所以在部队中，站卫兵也在参，走路也在参，随时都在想这个问题，“本来无一物，何处惹尘埃。”当时总觉得怎么多吃一碗饭肚子就很撑，少吃一碗就觉得饿；夏天穿厚的衣服就穿不了，冬天少穿一件衣服就感冒。诶呀，大有问题在啊！

小时候在乡下工作，很多的劳动超过负荷，留下很多的后遗症。所以道理是懂了，但是看到自己身心的状况，很多的病痛病苦啊，那时候也不过二十三岁而已，才发现要转化我们的业报身很不简单、很不容易。

也因为《坛经》，让我有择法眼，让我晓得哪些人，出家在家，哪些人我可以亲近。所以《坛经》给了我一个择法眼、正法眼。用禅宗



来讲，看《坛经》的那一刹那，其实就懂进去了，没有大悟道，也有小悟道，看到自己生命的本来，“本来无一物”，一看，佛法就那么简单嘛！

理上懂得了，但是身心的种种障碍呀，习气业气呀，真的是南上师所讲的，“想得到，做不来；看得破，忍不过。”道理懂，所以几十年的讲经说法，我已经找到一个生命的至高点。也因为看《坛经》，我晓得我该亲近什么人。所以参加南上师在佛光山打禅七，诶，这就是我要找的人哪！如果没有这个择法眼，我就认不得善知识了。有了《坛经》这个经验，所以一听某人讲，这个人可亲近、可不亲近，我就已经很清楚了！

从看《坛经》，退伍，找工作，又把工作辞掉了准备出家，一路上就是《坛经》的“本来无一物”给了我一个很高的择法眼。所以也懂得哪些是我要寻找的，一看《楞严经》，（就跟）《楞严经》相应；一看《大乘起信论》，（就跟）《大乘起信论》相应。《楞严经》我独钟二十五圆通，二十五圆通里又独钟观世音菩萨耳根圆通。看普贤行愿品、净行品，这些都是我需要的。做人的准则，菩萨行的准则，就在行愿品、净行品、梵行品，我自己对佛教的戒律，有很清晰的（认识）。当沙弥的时候，经常看《华严经》普贤行愿品、净行品、梵行品，（这些）陪伴了我几十年，这是我修行的一面镜子。

其实普贤行愿就是广观般若，从最初到最后，一路上都需要普贤行愿。功夫方面，我直接用的是耳根圆通，尤其大势至菩萨念佛圆通和观世音菩萨耳根圆通。在见地方面，我直接以《坛经》《金刚经》《心经》（为准则），我已经找到一个最核心、最精简的作为自己修行的准则。

出了家以后的第二年，1972年到佛光山读佛学院，1976年开始



闭第一次般舟关，在同净兰若。我晓得自己的短板，因在乡下农作、挑重担，两条腿像钢筋一样，盘不了腿，行般舟恰是我的一个（方便法门）。在同净兰若听日常法师和惟觉法师谈行般舟，一听我就感兴趣，就开始练般舟了。所以般舟给我带来（很大的转化），前后闭了十次般舟关，也因为闭般舟关的因缘亲近南老师了。

在1976年的暑假闭第一次，1976年的年底、1977年的年初闭了第二次般舟关。那一次般舟关让我报身的很多问题转化了一半，还遗留一些问题。在1977年1月底，佛学院放寒假，我闭了第二次般舟关，在佛光山。这次般舟关不同，发现到命门了，发现气脉的问题了。这是我以前没有的经验，也是我这一生最难忘的。

所以命门的开发是行般舟来的，行般舟让我知道念头与气脉的关系，也是后来看一些中医的典籍，有些开窍了。尤其2018年在湖南南岳衡山，这次闭关让我确认了耳通命门的重要！等于从所谓的见道、修道到行道，现在证道还谈不上，色身的障碍还在突破中。



《坛经》启法眼，参学五十二载，硕果累累（二）

南上师2012年圆寂，我2014年把准提法本二编整理出来了。到了2019年，三编出现了，也就是五年后第三编出现了。我这次又增加了“四七真言四般若”。每一次都是经过了深思熟虑后，观察自己的身心状况、用功状况。所以，中密三纲、真言九要是累积我50年参学的经验，在2019年水到渠成完成的。

今年从上海隔离之后，我经过山东泰山灵岩古寺、江西曹山宝积寺，加上武夷山四个梯次的专修，回到台湾的隔离酒店，完成了“四七真言四般若”。

大陆的出家法师、在家道友大部分都听过了，我们台湾的道友还没有听。四七真言第一句，“道人刚毅无畏施”，这是普贤行愿修到最高的，普贤行就是要培养出菩萨行的难行能行、难忍能忍、忍人所不能忍，这唯有无畏布施才能达到的。

第一句是世间般若，能够把普贤行做到这样，那我们在人事方面所做的一切，不管顺境逆境，都能够做到无怨无悔。不是为别人做的，为别人做也是为自己而做，利他也是自利，自利也是利他，自利利他就是不二法门。唯有到了刚毅无畏施，这是一个修行人的气质，不会因一点情绪啊、一点气候的冷暖啊、舒服不舒服啊，不干了，哎呀，太辛苦了！

一旦一个修行人培养到刚毅无畏施，那不得了了，那等于佛陀《遗教经》讲的，“制心一处，无事不办”。能够制心一处，那没有无畏布施的精神是做不到的。我们怕的事情太多了，凡夫嘛，怕这个，



怕那个，喜欢这个，不喜欢那个，太多的喜好，太多的厌恶。喜好是贪，厌恶是嗔，要把贪嗔化得干干净净，你大无畏的精神才能够展现出来。这也算是普贤行愿心之用，我归纳为儒家伦理入世观，在人事上怎么修炼到“远离颠倒梦想，无有恐怖”。有恐怖就是有所害怕。一个人修到了无畏施的时候，真正修到不考虑身体舒服不舒服、天气冷暖、人情冷暖了，唯有这样，菩萨行才能够做到位。

什么力量来支撑你呢？要有菩提心。有了菩提心的人，就像一个铁汉一样，“铁汉真心菩提情”，这是一种出世的情怀，这是一种大悲心。如何能够起大悲心呢？菩提心有三心，广心是跟菩萨道相应，深心是跟功夫相应。我以前搞错了，把深心当做般若，真正的般若是直心。这是这次得来的灵感，哦，原来“直心是道场”，没有那么简单！那是甚深般若，你见到甚深般若才能够直心。我们凡夫的内心见解是扭曲的、是歪曲的、是谄媚的，种种的习气业气让你起太多的想法，内心的世界是九弯十八拐，非常扭曲的。所以直心是真正的摩诃般若波罗蜜多。

以前把“四三真言四法要”里头的正知见，这是法身断德。以前把法身做为智德，后来才晓得法身是断德，化得干干净净，法身才能够呈现出来。原来报身才是智德解脱门，你有一分的经验、有一分的见地，才彰显出一分的工夫。原来断德是直心，智德才是深心，彻底颠覆我以前对佛学理念的想法。

各位，我这么讲，你要懂进去。直心是能断般若、能断金刚。报身智德，我以前把报身当做断德，其实不是，报身是智德解脱门。所以报身转化要深观，要很深入，要行深般若波罗蜜多，报身才能够转化。



要成就佛道，那要般若直观，那要福德智慧圆满才能够成就得了的。我们一般人考虑这个、考虑那个，太多的牵挂，心直不了的。

各位，一个断德、一个智德，一个直观、一个深观，我到今年才懂进去，可见不容易啊！



《坛经》启法眼，参学五十二载，硕果累累（三）

我们四七真言的第二句，“铁汉真心菩提情”，唯有菩提情才能够不断开发我们的广心、深心、直心啊！菩提大道真的不简单啊！不是我们想象的那么容易的！

第三句呢？第一句、第二句统统属于普贤行愿、般若广观的范围，也是菩提心的范围。第三句“心月命门金刚眼”，这是行深般若。原来我们对佛学要观察入微、精思入微，报身才能够转化。尤其“心月命门金刚眼”，什么是金刚眼？看得很通透了，所以命门的明点是金刚眼哦，各位不要小看了！命门的明点是色空不二哦！这是行深般若。

要想得到甚深般若，那是要开发耳根圆通的耳门圆照三昧，所以“耳门圆照慧日明”。这是第四句，是甚深般若，也是直观般若。第三句“心月命门金刚眼”，这是行深般若。

我把四种般若和三观般若完全融在一起了，见地理念清楚了，正好用功。几十年的修法，还有很多不到位的地方，我自己也不断在转化中，希望今生此生，祈求南上师、祈求佛菩萨加持，能够让我修证到、验证到根本佛法——甚深般若。甚深般若那是三身成就了，没有三身成就进入不了甚深般若。正好“行也禅，坐也禅，语默动静体安然”，我现在是“行也命门，坐也命门，语默动静皆命门。”随时有个中心，这个中心就是“心月命门金刚眼”，非常之妙。这也是我参学五十二年，出家五十年，闭关到今年是第三十八次（的经验总结）。三十八次的关，我自己都觉得还不够成熟，不断的去实验，拿自己的身心当做实验室。



下午开始讲《黄帝外经》（《外经微言》）的《命门经主篇》，这是清朝名医陈士铎对《黄帝外经》部分内容的整理，其中的《命门经主篇》关于命门部分的论述很精微，妙哉！希望大家对命门有更深一层的认知。

其实不管是《大般若经》里的四种般若，还是三观般若，都不能够一刀切，这是世间般若，这是出世间般若；这是行深般若，这是甚深般若；这是广观般若，这是深观般若，这是直观般若。其实佛法见地、修证、行愿是辗转增上的。也等同龙树菩萨在《大智度论》里提到的六度相摄的道理，布施度里含摄了忍辱、持戒、精进、禅定、般若，持戒度里有布施、有忍辱、有精进、有禅定、有般若，这叫六度相摄。任何一度里都含摄了其它的五度。这样的说法就更加的圆满，不是一刀切的。



所以广观般若里也有深观般若，也有直观般若；深观般若里头也需要广观般若，也需要直观般若，都有的，基本上是辗转增上的。比如说小学六年级，初中三年级，高中三年级，大学本科四年级，研究所的两年到三年，研究所又有硕士班、又有博士班。用“辗转增上”这四个字，大家就晓得，原来龙树菩萨的六度相摄（原理），也适用于三观般若，每一观里头都含有其它两观。一样的，四种般若里头，每一种般若都含有其它三种般若，只是成分多、成分少而已。

有些人只是在世间的世智聪辩，称之为世间般若，谈不上出世间般若，也谈不上行深般若，更谈不上甚深般若。要好好认真的思维它，要正思维，才能够对佛法有很精准的（认知），每个名相本身有它的范围，有它的彼此交涉。交涉就是交叉，等于我们讲因缘故，因中有缘有果，缘中有因有果，果中有因有缘，也是同样的道理。



大乘菩萨道的精神就是要为大众服务

今天上午画龙点睛的把四种般若跟三观般若融在一起讲，叫“法不孤起，仗缘而生”。我在山东用的主题叫“耳门圆照慧日明”，在江西用的标题叫“心月命门金刚眼”，回到武夷山，又增加了“道人刚毅无畏施，铁汉真心菩提情”，正好把它们跟《大般若经》的四种般若融在一起。我们准提法门可以说是一个圆顿大法，圆是圆教，顿是顿教，也就告诉我们大乘佛教的精神，有层次的不同。一个行菩萨道的人，不怕辛苦艰难，要把宇宙人生的种种现象弄通。菩萨是要学问的，不是自己找个清静的地方避世。

学佛是学菩萨的精神，是要生生世世尽未来际。所以，一个真正行菩萨道的人，没有退休年龄的问题。“我做几年就不干了……”如果你有这种观念就该打屁股了。大乘菩萨道，只要我有一口气在，就要为大众服务。“道人刚毅无畏施”这个精神培养起来，世出世法才能圆满，也是“铁汉真心菩提情”。大家有没有把这样的精神培养起来？（培养起来了），生命才不会无聊无趣。觉得无聊，生命已经亮红灯了，是菩提心没有完全培养起来。

所以“道人刚毅无畏施”这个精神大家要培养起来，也是菩萨道六度里头的第一个布施度的精神。菩萨道里头特有的精神是布施，布施就是普贤十大愿里头的广修供养。你一旦把这个精神提振起来，你的生活就多彩多姿了，你所结的法缘就多元化了。



四七真言四般若（一）

四七真言的第二句“铁汉真心菩提情”。我们作为修行人，千万不要自欺、欺人、被人欺。唯有真诚，所以叫“精诚所至，金石为开”。没有真诚，没有精诚，连自己都感动不了，你怎么去感动别人呢？

历代社会各个阶层这些能够出人头地的，当然都是要能够感动人。我经常说，你想要感动别人，先感动你自己。你自己都打不起精神来，连自己都讨厌自己的时候，就麻烦了。我们做人处事，很真诚、很真实的面对自己，面对所有人。所以知之为知之，不知为不知，不要强以为知。强以为知就会变成自欺、欺人、被人欺了。

当年南上师鼓励我写《我与南老师》，我总觉得面对自己的身心，心里头还是不够踏实，见地跟工夫还没有融在一起，叫我怎么写？光只是写理论性的，我觉得那不行。道家对有成就的道人称之为“真人”。我觉得“真人”这两个字用得非常好，真人就是真心，没有一点虚情假意。所以“铁汉真心菩提情”太重要了！

一旦发了菩提心，再怎么苦难都能忍受的，这是一种真正菩萨道的情怀，以出世的精神做入世的事业，不计名，不计利，那才能够正大光明啊！才能够大公无私啊！最起码我跟南上师的互动，我觉得我做到了。我对南上师总是一种敬畏的心，对老人家那种恭敬心、敬畏心。所以南上师在《一个学佛者的基本信念》里头送我一顶高帽子，他说某某人也是发了普贤行愿的。这个一点都不假。

打从看《坛经》那一刹那起，我对自己的人生看得很清楚，走什么路看得很清楚。父母亲不同意，那也由不得父母亲的不同意。我觉得自己的生命是靠自己完成的，跟父母亲是一段缘，跟兄弟姐妹也是



一段缘，跟有缘的人也是一段缘，要能够把它全程走完，那要靠自己。

所以我当时说，连释迦佛都闹得带着侍者车匿半夜逃跑，没有办法啊。释迦佛答应他父亲净饭王，该答应的都答应了，最后他父亲还是不认账。不认账只好偷跑了。我们认准了一个真理，要父母亲同意很难，我觉得是为真理、为生命，短时期是会让父母亲难过的，到头来他们会了解的，这是我几十年走过来的（经验）。

尤其我父亲，对我出家非常放不下。每次我回到乡下看老人家，老人家也不理我。哎呀，那也没有办法，我尽我的心嘛，我该回来看还是要看的，你不跟我讲话我也（没有办法）……但是后来还是融化掉了、融解掉了。所以还是要靠一个人的真心。兄弟的亲情，大哥啊，心想，兄弟也是一段缘，我不能够因为父母亲不同意，兄弟不同意，我就不去做我自己生命中最重要。这个也只有自己做得了主，我个人一路走来都是这样的。

我虽然没有留在家乡孝敬父母，我有更远大的理想要去开发。从菩萨道来讲，我孝敬的不只是自己的父母亲，我要孝敬天下的有情人、天下有缘的人。所以《梵网经菩萨戒本》讲的，“一切男子皆是我父，一切女子皆是我母”，把父母亲的观念打得更开了，心胸更宽广了。这是一种出世的情怀、出世的精神。大家这种精神要培养起来，才能够做到大公无私、正大光明的境界。

第一句、第二句叫“广观般若”，要有很宽广的眼光，虽然是世间般若、出世间般若，这个眼光种下了将来我们要成佛道的基础。第一句、第二句是广观，广大的观察，广大的用心，这是广观般若。

再来智慧资粮是“深观般若”，很深，精思入微的。当年看《坛经》，



看到“本来无一物，何处惹尘埃”，找到的是生命形而上的根本。但是形而上跟形而下结合在一起，那是闭般舟产生的身心变化，从而发现了命门。但是我当时认识不清楚，直到三年前才确认了命门。1977年的时候命门都已经呈现出来了，但我没仔细的去做这种深观。所以深观般若很重要！包括我们起个念头，包括身体的酸胀麻痛痒，那都不是偶然的，这些都是我们自己生命的问题。现在不懂没有关系，总有一天我会懂，我会观察到，这是深观般若。我们的智慧没有到，对医学也不了解，对生命的现象也是一知半解，因为我们没有做到深观般若。

对我来讲，我只是理论上的确认，“心月命门金刚眼”，我已经重视它了。2018年以前，我根本不把命门当一回事。到了2018年湖南南岳衡山的关期以后，认准了，看准了，现在是在亡羊补牢。亡羊补牢，犹未迟也，虽然现在年纪大了，过去不重视，从2018年开始重视也不错，我慢慢往这个方面靠拢，所以我能够做到“行也命门，坐也命门，语默动静皆命门”。随时都在命门的金刚眼中，金刚眼就是我们生命的正法眼，不但是止观双运，同时也是定慧等持要开发的。工夫没有到没有关系，理论上先要认清楚。我今年已经75岁了，虽然是迟来的确认，但也还好，总没有糊里糊涂的一口气不来了，还搞不清楚。

以前修“耳根圆通”的基础还在，只是偏差了。以前的确集中在头部，2018年以后我就移到命门了，整个中心点移到命门了。这是我个人很真实的一个境界，告诉大家。我现在不管舒服不舒服，随时都在参究、在深观般若，也是在做行深般若波罗蜜多。等于《心经》所讲的，“观自在菩萨行深般若波罗蜜多时”，我在做这种见地、修证、行愿的（开发），（是）对自己负责任。认清楚了，这是深观般若。我



讲的，别人听不听得进去那是别人的事情，但我自己要做到啊！我想办法要把它开发完成的呀！所以很欢喜，心月命门金刚眼！

第四句，“耳门圆照慧日明”，这是佛的果位了。自己不到那是很正常，但是你的见地理念一定要先到，这点倒是毋庸置疑的。希望大众好好的体会！



四七真言四般若（二）

我现在把“深观”跟“直观”对调了。几年前开宝师提醒我，她把我的文稿拿给黄国清老师看，南华大学宗教研究所的前任所长，黄所长看了后，要开宝师提醒我。刚开始我不太接受，后来静坐中仔细观察，哎呀，黄所长讲的没有错，所以把四三真言的第一句跟第三句对调了。第一句以前是“报身断德解脱门”，现在把第一句改成“报身智德解脱门”，你了解一分就可以开发一分，懂得十分你可以开发到十分，这是智德。“法身断德般若门”，以前是“法身智德般若门”，这已经完全虚心的接受了，打从内心接受了。很清楚的，原来“法身断德般若门”，能断金刚，错不了的。

以前对菩提心的深心、广心跟直心，现在也等同四三真言，也对调了。福德资粮是广观般若，是菩萨道的广度；深度变成智慧资粮；到了成熟是直观般若。我们一般人直不了的，一般人习气业气一大堆，障碍你，让你直下承担做不到的。直观般若，唯有佛菩萨的福德资粮、智慧资粮成熟了，才能够做到直观般若。

我以前把直观般若当做工夫，把深观般若当做佛菩萨最后的圆满，后来发现错了。这次也还是开宝师提醒我，我一想有道理的，这是三观般若。三观般若的次第，应该是从广观般若到深观般若到直观般若。直观般若，那是佛菩萨的圆满境界。在这里提供给大家，早上有的没有来，我在这里再补充一下。

明天来讲讲《黄帝外经》（《外经微言》）。以前疑惑《黄帝内经》为什么只有内经啊？有内就有外啊？《黄帝外经》（《外经微言》）等于文献资料失落掉了，后来在天津的一个博物馆找到了，是清朝的



陈士铎开发得非常好。黄帝的老师叫岐伯，黄帝的大臣叫雷公，是他们关于中医理论方面的对答，明天来跟大家讲。

金刚念诵一定要深入“心月命门金刚眼”，你找到金刚眼，金刚念诵的味道就慢慢会出现了。我们四七真言的第三句，“心月命门金刚眼”，这个心月其实也代表了耳根圆通。在《楞严经》二十五圆通里，为什么文殊菩萨独尊耳根圆通？文殊菩萨的本意不只是说独尊耳根圆通，其实经文没有很明确的讲出来，更精准的说，耳根圆通是二十五圆通的首席领航者。耳根一定要耳根通命门，所以“心月命门金刚眼”，第三句很重要！没有“心月命门金刚眼”，也就没有第四句“耳门圆照慧日明”。耳门圆照什么啊？圆照了六根、六尘、六识、七大，耳门圆照世间法、出世间法，耳门圆照世间般若、出世间般若、行深般若、甚深般若，有这么重要噢！

耳根在西医来讲，耳鼻喉同科。耳，耳根，它的根本就在肾脏。耳鼻喉，什么是喉？耳朵用耳根代表；鼻子呢？代表呼吸系统；喉咙呢？喉咙部位相当于舌根。《黄帝内经》讲脾脏开窍于口，心脏开窍于舌，从心脏又延伸了心经、心包经。所以舌根统摄了意根跟身根。

喔，时间到了，下一支香是晚课。《黄帝外经》明天上午开始讲。想不到发现命门有这么重要，对我们修行又开了好几扇门。自从2018年以来，我对佛学、佛法的修证有了更深的体会，虽然工夫还不到，但是见地先来报到了，让我体会得很深，也非常广。这是确认耳通命门之后，对生命有更深的体会、更深的开发。



唯有自己亲自经历过，才感受到命门的重要性

记得1992年，也就是民国的八十一年，第一次到北京西山八大处的灵光寺佛牙塔闭关。入关那一天已经是小雪，北京慢慢冷起来了。我的关房当时没有暖气，只有一个小小的油汀，不管用。冷得难过，经行也冷，拜佛也冷，打坐也冷，唯一不冷的就是躲在被窝里头不冷了。但是闭关嘛，总不能够整天躲在被窝里头啊，怎么办呢？还是金刚念诵持诵准提神咒，这一念身体热起来了。我说好了，我这个关期有救了，不用受那么多的苦了。

在北京闭关是92、93、94年，第一次是4个多月，第二次6个多月，第三次好像是8个多月。所以我前后在北京待了将近两年。

北京那次闭关写了不少东西，有关于观世音菩萨耳根圆通修证方面的，还有二十四圆通，就是那本《菩萨罗汉证圆通》，就是在北京完成的。还有《佛说入胎经》的初说、略说、总说，都收藏在《准提修证禅观记》里头。

我打从2014年开始探索中医之后，对中医产生了一些兴趣，尤其是2018年确认了耳通命门，我对中医的理解又更上了一层楼，非常喜欢研究探索《黄帝内经》。今天少庠会长有事，下午开始和大家探讨《黄帝外经》（《外经微言》），有几篇很重要的资料，都是有关命门学说的研究。

如果对中医从来没有接触过，你就很难想象命门的重要性，我自己亲自经历过的，都还不是那么上心。真正上心是2018年在湖南南岳衡山确认命门之后，我对命门的观察越来越仔细，看到自己身心的转



化，看到自己身心种种的病痛，对耳通命门、六根融命门，有了很深、很坚固的信念。

昨天讲的四七真言四般若，那是很重要的。哪个人体会到了，把握到了，这一生的修法就会打下很深厚的基础。



对“人身先生命门，而后生心”的开示

杭州有个学道医的中医师，大概是2019年在武汉的时候，我说你中医接触这么广泛，能不能帮我收集一些命门方面的资料？这次的两篇关于命门的资料就是他提供的。

现代科学通过对妊娠过程的检测，发现精子与卵子相遇，形成受精卵，在子宫内膜上着床，母亲妊娠开始。

小胚芽开始发育，第2周发现心脏，第3周心脏开始跳动。以此可以佐证，上面文章所言“人身先生命门，而后生心”。

“妊娠”，在佛学来讲是三缘和合，佛经（讲得）最完整的是《佛说入胎经》。我答应等武夷山十方学堂落成的时候，我要把《佛说入胎经》好好来探讨探讨。

我们的生命，在玄奘大师的《八识规矩颂》，关于阿赖耶识，有两句话很重要。“去后来先做主翁”，什么叫“去后”？一个人一口气不来了，前五识起不了作用了，眼睛对外境看不到了，耳朵也听不到声音了，鼻子呼吸也停止了，身体的觉受也慢慢有四大的变化。“去后”就是人一口气不来的时候，最后走的是第八阿赖耶识。人过世了，往生了，最后走的就是阿赖耶识。“来先”，来这个娑婆世界最先报到的也是阿赖耶识。所以叫做“去后来先做主翁”。

在佛学上叫三缘和合，当父母亲在做爱的时候，产生了男精女血，还加上来投胎的阿赖耶识，才能够怀上孕。

【现代科学通过对妊娠过程的检测，发现精子与卵子相遇，形成受精卵，在子宫内膜上着床，母亲妊娠开始。】就是开始怀孕了，开



始有生命了。

【小胚芽开始发育，】在《佛说入胎经》讲得很形象，父精母血产生的受精卵就像一个小米粥一样，就是说开始怀上孕了。小胚芽开始发育，就是父精母血融合在一起了，开始有新生命了。

下面我们来看《黄帝外经》（《外经微言·命门经主篇》）原文。



对《黄帝外经》的开示（一）

陈士铎《外经微言·命门经主篇》：【雷公问于岐伯曰：十二经各有一主，主在何经？岐伯曰：肾中之命门为十二经之主也。雷公曰：十二经最神者，心也。宜心为主，不宜以肾中之命门为主也。岐伯曰：以心为主，此主之所以不明也。主在肾之中，不在心之内。然而离心非主，离肾亦非主也。命门殆通心肾以为主乎。岂惟通心肾哉。五脏七腑无不共相贯通也。雷公曰：其共相贯通者，何也？岐伯曰：人非火不生，命门属火，先天之火也。十二经得命门之火始能生化，虽十二经来通于命门，亦命门之火原能通之也。雷公曰：命门属火，宜与火相亲，何偏居于肾以亲水气耶？岐伯曰：肾火，无形之火也；肾水，无形之水也。有形之火，水能克之，无形之火，水能生之。火克于水者，有形之水也。火生于水者，无形之水也。然而无形之火偏能生无形之水，故火不藏于火，转藏于水。所谓一阳陷于二阴之间也。人身先生命门而后生心。心生肺，肺生脾，脾生肝，肝生肾，相合而相生，亦相克而相生也。十二经非命门不生，正不可以生克而拘视之也。故心得命门，而神明应物也；肝得命门，而谋虑也；胆得命门，而决断也；胃得命门，而受纳也；脾得命门，而转输也；肺得命门，而治节也；大肠得命门，而传导也；小肠得命门，而布化也；肾得命门，而作强也；三焦得命门，而决渎也；膀胱得命门，而畜泄也。是十二经为主之官，而命门为十二官之主。有此主则十二官治。无此主则十二官亡矣。命门为主，供十二官之取资。其火易衰，其火亦易旺，然衰乃真衰，旺乃假旺。先天之火非先天之水不生，水中补火，则真衰者不衰矣。火中补水，则假旺者不旺矣。见其衰，补火而不济之以水则



火益微；见其旺，泻火而不济之以水则火益炽。雷公曰：何遭之渺乎，非天师又孰能知之。陈士铎曰：命门在心肾之中，又何说之有无。如世人隶知也。此篇讲得畅快，非无主之文。】

这是命门学说与中医的第一篇。

【雷公问于岐伯曰：十二经各有一主，主在何经？】《黄帝外经》（《外经微言》）是有特别提到的，十二官别有一主，讲的就是命门。岐伯相当于黄帝的老师。

【岐伯曰：肾中之命门，为十二经之主也。】这已经讲得很详细。十二官是指十二经络。十二经络之主不是心经，也不是心包经，而是命门。肾脏中心的命门是十二经之主。

【雷公曰：十二经最神者心也，宜心为主，不宜以肾中之命门为主也。】雷公在请教岐伯，十二经最神的是心，心应该才是主人啊，怎么会是肾脏中心的命门啊？这是雷公的怀疑了。

【岐伯曰：以心为主，此主之所以不明也。主在肾之中，不在心之内。然而离心非主，离肾亦非主也。命门殆通心肾以为主乎？岂惟通心肾哉？五脏七腑无不共相贯通也。】何止是心脏、肾脏啊，五脏七腑无不共相贯通于（命门）。

【雷公曰：其共相贯通者何也？岐伯曰：人非火不生，命门属火，先天之火也，】各位，什么是先天之火啊？其实在《楞严经》有段经文很精要的提到了：“性色真空，性空真色，清净本然，周遍法界；性水真空，性空真水，清净本然，周遍法界。”我们讲的形而上的地水火风，其实那是性空。性风真空，性空真风。地水火风最根本的形而上的是性空。《楞严经》的经文讲得很含蓄，告诉我们，原来地水



火风都是我们的心念所产生的。经文的意思是这样的。所以叫“性火真空，性空真火，清净本然，周遍法界。”

【十二经得命门之火始能生化。虽十二经来通于命门，亦命门之火原能通之也。】命门之火在佛学来讲叫“性火”。心脏的火属于相火。我们身体火水未济的时候产生了相火。命门之火那是最根本的、我们生命最原始的，所以叫性火。现在的新名词叫能量、能源。

【十二经来通于命门，】我经常跟各位讲，十二经络其实就是佛学上的六根。好比说，心脏延伸了心经和心包经，心经其实就是意根；心包经其实就是身根。肝脏开窍于目，就是眼根；肺脏开窍于鼻，就是鼻根；肾脏开窍于耳，就是耳根。所以我经常提醒大家，“六根融命门，命门融六根”很重要，很重要！

【亦命门之火原能通之也。】其实就是性火，我们生命的根本能量、能源。

【雷公曰：命门属火，宜与火相亲，何偏居于肾以亲水气耶？】从性火到相火，我们的生命太神奇了！后面有交代了，水跟火是同源的，水火来自我们的意根，来自于我们的阿赖耶识！

【岐伯曰：肾火，无形之火也；】妙啊！无形之火所以叫性火。性火是根，相火是表火。

【肾水，无形之水也。】大家不要把它变成认为，水龙头的水也叫肾水，不是的。肾水，无形之水，什么是无形之水？还是性水啊！一个是性火，一个是性水呀！性水真空，性空真水，这是《楞严经》的名言，大家要好好体会啊！



【有形之火，水能克之；无形之火，水能生之。火克于水者，有形之水也；火生于水者，无形之水也。】为什么火生于水啊？其实地水火风的根本来源来自于我们的性空，来自于我们生命的本然。所以来讲，最高的就是我们的意念，才是地水火风的根本所在，这一点大家好好体会。

【火生于水者，无形之水也。】什么是无形之水？还是我们的意念。

【然而无形之火偏能生无形之水，故火不藏于火，转藏于水，所谓一阳陷于二阴之间也。人身先生命门，而后生心，】人身先生命门，其实跟阿赖耶识直接对接了。我记得两年前，应该是2019年，我在我们峨眉道场就提出了胎息，只是初步的。到了杭州镇海寺，我提出了命门跟阿赖耶识相关联。我认知命门，不是来自于医学上面的，是自己用功发现到的。把胎息移到命门，这完全是自己从生命的至高点来观察。所以斩钉截铁的告诉各位，命门就是阿赖耶识的现量境界。以现在的佛学来讲，阿赖耶识也是无所不在啊，牵一发动全身的，但是它的根源还是在两肾之间。我们的肾有左肾，有右肾，命门穴就在两肾的中间，前面是肚脐眼，很清晰的。

【火生于水者，无形之水也。】无形之水就是性水呀，性水真空，性空真水呀！

【然而无形之火偏能生无形之水，】来自于我们生命的根本，来自于我们的起心动念中，乃至地水火风来自于我们的起心动念。善念心平气和，气是柔和的，火是温的，身体是松放的，它是必然的，一切唯心造。唯识学上讲，三界唯心，万法唯识，讲的就是生命的根本。



我们娑婆世界很多的病是业障病，所谓业障病就是我们内心纠结产生了种种的病变。包括现在的新冠肺炎本身也是我们世界的共业所形成的。

【然而无形之火偏能生无形之水，故火不藏于火，转藏于水，所谓一阳陷于二阴之间也。人身先生命门，而后生心，心生肺，肺生脾，脾生肝，肝生肾，相合而相生，亦相克而相生也。十二经非命门不生，正不可以生克而拘视之也。】中医的古典讲得多深刻啊！这是阴阳之间的相生相克。我们的心念代表阳，肉身代表阴，这都有它多重的含义，大家慢慢去体会。十二经非命门不生，正不可以生克而拘视之也，你不要被自己狭隘的观念绑住了。

【故心得命门而神明应物也，】这告诉我们十二经络的主人翁在命门呐！

【肝得命门而谋虑也，】可以思考。

【胆得命门而决断也，】就是有果断。

【胃得命门而受纳也，】吃下去的东西很容易消化，受纳就是消化，化得干干净净。如果我们情绪不好，气是堵的，那影响到胃的吸收，就不能受纳了。

【脾得命门而转输也，】就是输送营养。

【肺得命门而治节也，】治节就是心平气和，呼吸很均匀，有条理的。我们情绪不好，呼吸一下长、一下短。尤其一发脾气，气嘟嘟的，气得发抖，这是我们的业力所在。肺得命门而治节就是呼吸非常均匀了，心平气和了，全身很舒畅。



【大肠得命门而传导也，】就是大肠的排泄系统会舒畅。

【小肠得命门而布化也，】有一种说法，小肠生血，从吃进来的食物里头而转为营养。

【肾得命门而作强也，】作强就是身体强壮起来了。

【三焦得命门而决渎也，】决渎就是说我们气血的输送就是靠三焦。

【膀胱得命门而畜泄也。】如果膀胱得不到命门的照应，可恐怖了，很容易拉尿，或者尿床了。膀胱没有力量，很容易跑厕所。

【是十二经为主之官，而命门为十二官之主，有此主则十二官治，】命门照顾得好，十二经络就通畅，【无此主则十二官亡矣。】种种病就来了，找你麻烦了。

【命门为主，共十二官治取资，其火易衰，其火亦易旺。】衰就是精神萎靡了，其火亦易旺就是火水未济了。

【然衰乃真衰，旺乃假旺。】衰就枯衰了，没有气力了。旺乃假旺，看着满面通红，其实那是虚火上升。

【先天之火非先天之水不生，】所以水火之间妙得很，这是古代中医很高明的地方。

【水中补火，则真衰者不衰矣，火中补水，则假旺者不旺矣。】火中补水，换句话说，得到调和了。

【见其衰补火而不济之以水，则火益微；】我们生命的能量就更加的衰败、衰微了。



【见其旺泻火而不济之以水，则火益炽。】虚火更旺，那就糟糕了。

【雷公曰：何道之渺乎？非天师又孰能知之。】雷公非常的赞叹岐伯，把生命看得很通透了。

各位，《命门与中医学说》这篇很重要哦！

我们石少庠会长也去参加了一个很重要的论坛，明天找个机会，少庠会长给我们透露一下，那也是很神奇的，也跟命门有关系，稍微透露一点。不止是西医吧，中西医都有吧？（石少庠会长：对，是中西医在研究干细胞。）



对《黄帝外经》的开示（二）

陈士铎《外经微言·小心真主篇》：【为当问于岐伯曰：物之生也，生于阳。物之成也，成于阴。阳，火也；阴，水也。二者在身藏于何物乎？岐伯曰：大哉，问也。阴阳有先后天之殊也，后天之阴阳藏于各脏腑。先天之阴阳藏于命门。为当曰：命门何物也？岐伯曰：命门者，水火之源。水者，阴中之水也；火者，阴中之火也。为当曰：水火均属阴，是命门藏阴不藏阳也。其藏阳又何所乎？岐伯曰：命门，藏阴即藏阳也。为当曰：其藏阴即藏阳之义何居？岐伯曰：阴中之水者，真水也；阴中之火者，真火也。真火者，真水之所生；真水者，真火之所生也。水生于火者，火中有阳也。火生于水者，水中有阳也。故命门之火，谓之原气。命门之水，谓之原精。精旺则体强，气旺则形壮。命门水火实藏阴阳，所以为十二经之主也。主者，即十二官之化源也。命门之精气尽，则水火两亡，阴阳间隔，真息不调，人病辄死矣。为当曰：阴阳有偏胜，何也？岐伯曰：阴胜者，非阴盛也，命门火微也。阳胜者，非阳盛也，命门水竭也。为当曰：阴胜在下阳胜在上者，何也？岐伯曰：阴胜于下者，水竭其源则阴不归阳矣。阳胜于上者，火衰其本则阳不归阴矣。阳不归阴，则火炎于上而不降。阴不归阳，则水沉于下而不升。可见命门为水火之府也，阴阳之宅也，精气之根也，死生之窦也。为当曰：命门为十二官之主寄于何脏？岐伯曰：七节之旁中有小心，小心即命门也。为当曰：鬲育之上，中有父母，非小心之谓欤。岐伯曰：鬲育之上，中有父母者，言三焦包络也，非言小心也。小心在心之下，肾之中。

陈士铎曰：小心在心肾之中，乃阴阳之中也。阴无阳气则火不生，



阳无阴气则水不长。世人错认小心在鬲育之上，此命门。

真主不明也，谁知小心即命门哉。】

昨天发给你们的讲义有带来吗？第一、二章讲的是《黄帝外经》（《外经微言》）的介绍，歧伯、黄帝、为当。昨天最重要讲到第一篇，有关《黄帝外经》命门学说的主张。现在讲第二篇《命门学说与中医理论》。等下我再拿《楞严经》对照，就更清楚了。

阴阳和合，在佛学来讲，真妄和合。

命门相当于我们佛学上的阿赖耶识。佛学上说禅定中的火是三昧真火。

“真火者，真水之所生；真水者，真火之所生也。”这告诉我们水火同源。

为什么要观想命门？要把命门的阳火、生命之火点燃起来，放在两肾中间的命门，因为肾属水，把命门之火放在两肾中间，是“水火既济”，这一点很重要。

两肾之间，肚脐对过来脊柱骨的地方才是真正命门所在。

第一、二篇，大家要参的自己去看，松腿下座。下堂我引用《楞严经》和命门的对接，这是很关键的地方。



四七真言四般若正是转八识成四智（一）

我现在来跟大家谈一谈《楞严经》的节录。节录的（经文）正好配合我们法本仪轨上面的内容。

我们在持满一百零八遍的六字大明咒之后，“观想身心浑入虚空中，虚空就是我，我就是虚空，亦无虚空之量可得，空中十方起大风轮”，这是金刚念诵根本关键的地方。

1977年，也就是我在佛光山闭第二次般舟关。第一次在台北新店同净兰若，闭了大概十天左右吧。我当时湖南籍的广善师父，原本答应我修般舟的，他去大师伯广元法师那边回来之后，看到我把同净兰若大殿的门关起来行般舟，老人家也不懂得闭什么般舟关，回来一看，就说：“算了吧，你们佛学院开学了，你还是回佛学院吧。”不让我闭了，那也没有办法啊，只好结束了，返回佛学院继续上课。

过了暑假，第一个学期的寒假结束了，我心有所不甘，想闭般舟关还闭不成。这个有典故的，一九七七年，应该三四月份的时候，我们院长在课堂上说，“男众优先报名，我要去美国，你们男众哪几位想去来报名。”我第一个报名，其他几个同学本来不想去，被我一怂恿游说，好几个同学都报名了。

然后写信给我师父，他在纽约大觉寺还是庄严寺，我忘了，我说我想跟我们院长到美国走一趟。我师父给我回信了，说不用了，你毕业以后就来美国，我安排你去美国佛教会，何必花这个钱嘛。哎呀，一看到心都凉掉了，第一个报名的是我，第一个退出的也是我，心情不是很好。我的同学好几个都跟着我们院长星云大师到美国去了，我



第一个报名偏偏去不了。所以跑到宜兰市的市仔崙，我佛学院的同学心道法师在那边的骨灰塔闭关用功。

既然美国去不了，暑假我就跑到了他那边闭关。四周都是公墓，楼下就是骨灰瓮，晚上要上洗手间都要经过楼下的骨灰瓮，厕所都在乱葬冈里头，哎呀，毛毛的。虽然出了家，还是怕鬼呀。怎么都不是味道，待了两三周待不下去了，也没有意思。骨灰塔又阴阴暗暗的，所以就回台北闭般舟关。想不到我般舟关闭了还不到十天吧，我师父就不让我闭了。

哎呀，美国去不成，关也闭不成，心情是很郁闷！所以鼓起勇气写信给我的院长星云大师。我们院长看到我请求闭关的信，他看了以后当场就同意了：“可以啊，好事呀，你去把你的闭关作息时间表写来给我。”我很快就写好了，他一看：“可以了，明天你就搬进去吧。”搬到佛光精舍，其实就是佛光山的养老院，那就是我闭七七四十九天般舟关的地方。

那次闭得可好了，闭到命门气脉都发动了。当时不了解为什么会这样，大概般舟关闭得好的，一定会开发命门。其实这也是很正常的，我们两条腿核心的地方就在命门，左右足的中心正好是在命门，你只要般舟关行到某个时候，命门会松开来的，气脉开始发动了。

从1977年到2018年在南岳衡山，经过四十一年才确认耳通命门，命门穴的重要。我开始搜集各方面的资料，才发现命门不得了。大家手上的四张讲义就是关于命门的。现在有关命门的中医资料太多了，已经非常丰富了。

2019年我在峨眉开始讲命门胎息，已经发现，原来命门跟阿赖耶



识有关系，我自己在参究中发现的。

《黄帝外经》（《外经微言》）讲的，命门是阴阳的重镇所在、是精气神的重镇所在，既藏的是先天也是后天，这是道家的说法。所谓先天就是我们生命的根本，后天阴阳藏于五脏六腑，先天的阴阳藏于命门，命门不就是等同于阿赖耶识吗？道家讲先天，在佛学上讲的是阿赖耶识。



四七真言四般若正是转八识成四智（二）

《楞严经》节录，“如来藏中，性风真空，性空真风，清净本然，周遍法界，随众生心，应所知量，循业发现。”随着你的智慧，逐步逐步的发现到。什么是性风真空啊？这是鼻根通命门，道家讲的先天一炁就在命门，我们真正的内呼吸、胎息就在命门。所以我们法本上面提到的“空中十方起大风轮”就是性空真风。我们舌尖弹动，鼻根一口气一口气的，一呼一吸的，到功夫很深的时候才发现，这是“性风真空，性空真风”。很重要啊各位，这是安般法门的根本哪！安般法门的根本，有的说是在鼻孔，有的说是在鼻端，其实真正的是在命门。你到工夫很深的时候才发现，胎息也就是腹部呼吸，本身就是命门。

“风融于火”，整个身体热起来了。“如来藏中，性火真空，性空真火，清净本然，周遍法界，随众生心，应所知量，循业发现。”你慢慢慢慢觉察到了。佛陀教祂儿子罗睺罗（罗云比丘）的随息法，呼吸长晓得呼吸长，呼吸短晓得呼吸短，入息短晓得入息短，晓得呼吸的长短、粗细、冷暖。有时候呼吸是热的，有时候呼吸是冷的，念得软绵绵的，那就开始暖相了。

“性火真空，性空真火，清净本然，周遍法界，随众生心，应所知量，循业发现。”原来发现还是在命门，念到一个时候全身满身大汗、全身松放，啊！很舒畅。哎呀，怎么到现在才发现到啊，流出的是一种感恩的眼泪、忏悔的眼泪。

“如来藏中，性水真空，性空真水，清净本然，周遍法界，随众生心，应所知量，循业发现。”你的甘露灌顶来了，你的工夫找上门了。所以“十方空中起大风轮”，发现真正的风轮还是从命门涌出来的，



暖相也是从命门涌出来的，把身上的寒凉、寒湿之气逼出来了，满身大汗，它的核心也是在命门。原本气血不到的地方，命门一松开来，把气血输送到末梢神经，化到哪里松到哪里，这是甘露灌顶。甘露灌顶以后，你大哭一场以后，全身松开来了，感觉整个身心柔和多了。唯有自己有这样经验的人才会发现，哦，原来忏悔业障是这么一回事。

你一旦发现自己不对了，把刚强的习气慢慢转为柔软心了。心一柔软，全身就松放了，这是甘露灌顶。

“水融于金刚地”，“如来藏中，性色真空，性空真色，清净本然，周遍法界，随众生心，应所知量，循业发现。”这讲的是地水火风，但是工夫的形成是从空到风、到火、到水，最后“水融于金刚地”。这个地方不用“地”，用“色”，代表物质，也代表质碍，全身的酸胀麻痛，那是地大不调、经络堵塞，全身很不舒服。

到了“风融于火，火融于水”，整个暖相出现的时候，身心开始转化了，从寒凉变成温和了，全身软绵绵的，把湿气逼出来了，最后习气也转了、业气也转了，所以整个人身心舒畅。这时候发现“水融于金刚地”，整个身体一下子空掉了，这是“性色真空，性空真色”。“地上涌出八叶巨莲”，所谓的“地上”不是硬梆梆的金刚地，真正的金刚地是空、无相、无我的空相现前，那才是真正的金刚地啊！空相一现前，才发现，妄想没有了，到了无念的境界了，身体也空掉了。妄想没有了是无量寿；身体的障碍没有了，整个身心空掉了，无量光；到了极乐净土现前了，到了西方三圣宛然现前了，西方三圣来接引你了。



四七真言四般若正是转八识成四智（三）

“如来藏中，性觉真空，性空真觉，清净本然，周遍法界，随众生心，应所知量，循业发现。”性觉真空，重点是在我们的觉性，对生命的一种观察，所以要透过“广观般若”，广观般若含摄了世间般若和出世间般若。所以我这次特别提出了“道人刚毅无畏施”，这是世间般若到了顶端。“铁汉真心菩提情”，这是出世般若的一个关键地方。到了“心月命门金刚眼”，这是行深般若的关键地方。到了福德智慧成熟了，“耳门圆照慧日明”，这是甚深般若。

觉性是般若对生命的自我返观、返照，所以“如来藏中，性觉真空，性空真觉，清净本然，周遍法界，随众生心，应所知量，循业发现。”越来越接近大道了。

我这样讲了以后，希望大家对命门有更进一步的认识，认识它的重要性。其实不管你有没有感觉，你先不要问你有没有发现到，聪明一点的，依教奉行。命门位置很清楚，肚脐眼对过来背脊骨的地方，那是两肾中心点的地方，那是命门穴的所在。你注意那个地方，你观想那个地方是光明点，这是“心月命门金刚眼”。你能够这样的去观照，你会慢慢有感觉的。不是等你工夫到了才感觉到的，不是的。你只要肯相信，《黄帝内经》《黄帝外经》（《外经微言》）有这么深的（医理）跟佛学这样融在一起，只是说法不一样。希望大家能够有所体会。

“心月命门金刚眼”，所谓金刚眼是般若慧观所在啊！眼根融命门，耳根融命门，鼻根融命门，舌根融命门，身根融命门，意根本来就在命门，这是“命门融六根，六根融入命门中”。整个气，一口气一口气也是从命门涌出来的，观想的光明也是从命门涌出来的，所以“光音



交融”。哪个人做到了，哪个人修证就完成了，到头来这个要靠自己精进才有用的。这是我参学五十二年的精髓所在，毫无保留的供养大家。我这么样的讲，也就是说我就是这么样做的、这么样用心的。

刚才引用《楞严经》的经文“如来藏（zang）中”，也可以说“如来”藏（cang）在哪里啊？如来藏（cang）在阿赖耶识中。所以如来藏（zang）也可以说是阿赖耶识的一个代号。少庠，他们是这么讲的吗？

石少庠会长：《密严经》有这样说。

师父上人：那好啊，找到一个根据了。

石少庠会长：“密严”就是如来境界的一种庄严。

师父上人：明天你讲，不能落跑。我已经讲了三天了，明天你来补充。

“心月命门金刚眼”应该是转八识成大圆镜智。把握“心月命门金刚眼”这个中心、这个根本，你已经开始在转前五识为成所作智，转第六意识为妙观察智，转第七末那识为平等性智，转第八阿赖耶识为大圆镜智。大家好好体会，可以让大家少走很多冤枉路。

当我清醒的时候，随时都在“慧日孤悬融命门，眼意身根点命门，舌鼻耳根通命门，气吞万象涌命门，五五圆通会命门，光音交融吞命门，”这是“慧日菩提三身圆”啊！

今年我又把真言九要变成真言十要，加了“四七真言四般若”，很重要。这是《大般若经》的四种般若，我又加上了般若三观，广观般若、深观般若、直观般若。这个是要靠大家不断的去参究。



慧日明代表大日如来清净法身佛的境界

昨天讲到了四种般若，四七真言四般若的第三句，“心月命门金刚眼”，这个“金刚眼”，拿我自己来讲，它就是“大圆镜智”啊！大圆镜智可以转前五识为“成所作智”，转第六意识为“妙观察智”，转第七末那识为“平等性智”，转第八阿赖耶识为“大圆镜智”。所以第三句很重要哦，“心月命门金刚眼”。有了这个金刚眼，才能够开发耳门圆照。观世音菩萨最后成道得到的是耳门圆照三昧。所以“耳门圆照慧日明”，慧日明代表的是大日如来清净法身佛的境界。

四七真言的第三句是“行深般若”，耳门圆照慧日明是“甚深般若”。大家理论上先体会到，先理入，行入慢慢来，你的福德资粮、智慧资粮够了才能够达到。想归想，事实归事实。

四七真言很重要哦，四七真言四般若，大家好好体会。第一句“道人刚毅无畏施”，世间般若到最高的，叫“道人刚毅无畏施”。第二句“铁汉真心菩提情”，出世般若。出世般若没有菩提心，菩提大道不现前的。

第一句、第二句也叫“广观般若”，第三句叫“深观般若”，第四句“耳门圆照慧日明”是直观般若，很重要的。先把道理弄清楚了，工夫跟智慧都有关系的，慢慢修吧。把道理想通了，想明白了，自己该怎么用功就清楚了。



要打开正法眼，你才不会跟正法擦肩而过（一）

我们修学佛法，重点在如何让自己在佛法的修习上不退转，当然是要做到行愿坚固。在老古出版社南上师那一本《一个学佛者的基本信念》里头，南老师送给我一顶高帽子，“某某人也是发了普贤行愿，而且是行愿坚固。”

如何能够行愿坚固呢？当然要靠见地啰，你有真知灼见的见地，会让你行愿坚固，让你在修学佛法上面、在菩提大道上面不会退转。

所以昨天、前天我就跟各位提到，我个人一路走来始终如一，靠的是什么？靠的是52年前，西元1969年的七、八月份，因看《坛经》，看到“本来无一物，何处惹尘埃？”让我打开了正法眼，一信就信到底了，再也不怀疑了。也是六祖给我的正法眼，让我能够认识什么是真理，什么是真正的善知识。看《坛经》的当下同时发了三个大愿，这三个大愿可以说逐步逐步的兑现，让我找到真正的明眼大善知识，通宗又通教的大善知识，这是我这一生最幸运的。要打开正法眼，你才不会跟正法擦肩而过。所以几十年一路走来始终如一，不会因为善缘恶缘、顺境逆境，让自己灰心，让自己退转。二十三岁看《坛经》，二十四岁退伍，二十五岁出家，也不管有没有前途。没有想那么多，前途在哪里？因为看出自己生命的根本，这是生命中最重要、最根本的，其它的就变成不重要了。

南上师好亲近吗？不容易亲近的。你没有相当的定力，那亲近不了的。南上师的棒喝，毒棒辣棒，有赏棒，有罚棒，棒喝钳锤，可以说被打得体无完肤，一般人哪能受得了啊！其实南上师有玛尔巴上师的手法。



我们当年同时亲近的，有的就被骂跑了，一肚子的怨气、恨气，对南老师很不满，我都看在眼里。同时这个人也邀我出去喝咖啡，因为当年南上师就跟他讲了，“哎呀，你这样的见地，你这样的执著，那你只好离开了，从今往后你也回不来了。不过有个人你可以找。”意思说他还可以找我，所以每次邀我出去喝咖啡、喝茶，就跟我洗脑。我说我们也算是好朋友了，我跟你讲坦白话，我对佛法、对亲近善知识，我有我的观点。我说我对南老师有绝对的恭敬心，他不管怎么说我，我内心是心存感激感念的，你对南老师是全盘否认。我说我给你一个建议，你不妨仔细的思考思考，如果你的智慧还没有到很透彻的程度，你认识不了善知识，你对善知识都是诽谤的，如果你错了，你会错得一塌糊涂；我对南老师的恭敬，万一南老师是错的，但是我没有错，我对善知识的恭敬我有什么错啊？顶多是说我的眼光不够，智慧不够，但是我对人的尊重恭敬，这不会错。我说我如果有错，错得不会离谱；那你这样的态度，我替你捏一把冷汗。

这个人好多年在《海潮音》（发表文章），写了不少诗，箭头都是指向了南上师，批评批判。这个人现在无影无踪了，已经没有消息了，到底有没有出家我也搞不清楚了，对我是不错的。说是要跟我出家，我想想，我教化不了他。我说好了，我打个电话给我台湾的广善师父，我说有这么一个人想出家，十分迷茫，我能不能帮你代刀啊？到现在大概有二十多年没有联络了，何去何从我都不晓得了。



要打开正法眼，你才不会跟正法擦肩而过（二）

所以各位要有智慧认识善知识啊！不要因为善知识给你打棒子、棒喝，你就怀恨在心，那就完蛋了！玛尔巴上师那样的折磨密勒日巴，密勒日巴没有一句怨言呐！嘿呀，这样的弟子到哪里去找啊？所以密勒日巴后来成就有那么高，心性调柔了，内心对善知识、对上师永远是感恩的！

这是我亲身经历过的，我们南上师也经常当着很多人的面前把我骂得很难听。我不是跟各位讲过吗，我有一次到香港，一见面，南老师开口又打我的棒子，打得很猛。哎呀，南老师那种骂人啊，他眉毛又粗，又竖起来，一骂你，那眼睛瞪得好大的，真的太吓人了！我赶紧把眼睛闭起来，他当场下命令，“不准闭眼睛！眼睛看我！”我还要看你？我心里想，闭着眼睛可以观空，我瞪着眼睛还不可以观空吗？骂归你骂，我瞪着眼睛还是可以观空的。有这样的本事才能够亲近得了大善知识，能够经得起这样的棒喝！太多次了！

有一次我记得在太湖大学堂，有个印度的瑜珈大师来教瑜珈，南老师话筒是扩音的，当着几十人的面前，把我骂得……，那种经验……

但是我跟南老师的因缘，南老师说了，“哎呀，我们两个是多生累劫的因缘哪！你的状况我很清楚啊！”我说，“老师你不用说了。”那次是在美国华盛顿D.C.，距离华盛顿有1个多小时的车程，有个地方叫麦克林。有一位南老师的大护法，那个大圆桌可以坐十几个人，吃饱饭聊天，那个人开始数落我，南老师并没有帮我解围。我在准提法本的后面有提到。我说，“老师你不用说了，我不是今天才这样的呀，



在台北经常是这样的境界啊！”我当时也不过是刚从佛光山佛学院毕业的小和尚而已啊！南门底下个个都是，叫做“阎王好见，小鬼难缠”。这方面的经验我太丰富，没有一点的定力真是亲近不了的，这是我实际亲近高人、一代大善知识面临的种种（考验）。

因为小时候喜欢看武侠小说，我经常自我安慰，武侠小说的什么千年灵芝啰、什么宝物啰，都有毒龙在守护啊！你能够降服得了毒龙，你才能得到这个宝物。古人的名言，“良冶门下多钝铁”呀！你跟南老师身边的人周旋不了，你怎么亲近得了大善知识啊？！就是这个道理。

在我们台北道场亲近南老师六年半，南老师去了美国将近两年多，从美国回到了香港，从香港到了上海长宁区番禺路的长发花园，从长发花园到太湖大学堂，南老师到哪里我就追到哪里，南老师就骂到哪里。所以说我的经验太丰富了。各位你看过《准提修证禅观记》的序文就晓得，我跟南老师的因缘太不可思议了。在南老师的那本书，《习禅录影》的第一篇，就是记录南老师在佛光山打禅七的开示，从达摩大师讲到六祖就没有下文了，留下两首诗，这是我跟南上师的因缘，前天讲过了。“寻僧偶尔入山行，青磬红鱼未了情。绿竹还随人意思，吟风来伴读经声。”

在法本的第三编中，我把法本分成六篇，第一篇是种种的规约、上师相应法、有名的《宝王三昧论》《丛林二十要则》，其实那也是我们参学、待人处事、普贤行愿最重要的，也变成我们法脉、准提学会必须遵守的规约。

历代这些大禅师在人事上的历练，所以才有《宝王三昧论》、《丛林二十要则》。“丛林以无事为兴盛”，这里头有太多的大道理。一个法脉能不能代代相传，这是不以规矩不成方圆，所以在第三编特别把



这些共修规约、整个菩萨戒的精神都收拢在我们法本的第一篇。也是我参学52年的经验，我看到古代禅宗大师他们的开示非常深入，而且非常实在。当年南上师创办了东西精华协会，把《宝王三昧论》跟《丛林二十要则》当作会员守则。

妙叶禅师的《宝王三昧论》跟百丈禅师的《丛林二十要则》都非常宝贵。南上师把它作为东西精华协会的会员守则，我把它引用过来作为我们这个法脉的一种传承精神。修行没有离开普贤行愿，日常生活的待人处事都是普贤行愿的范围。



三观般若是成就菩提的蓝图（一）

我们修学佛法，每一个人要认知到，学佛其实就是来完成自己。所以，我经常引用禅宗的话，学禅宗为的是明心见性。在座各位，禅宗这四个字你有完成了吗？就是明心见性。明心，简单地说，看清自己了。各位，你有看清自己吗？

所以，回想起当年看《坛经》的那一幕，其实应该是说，初步看清了自己生命的轮廓。按照道殷大师对准提法，不只是准提法，其实我们修行佛法的宗旨，就在道殷大师那两句名言，“先悟毗卢法界，后修普贤行愿海”。等于我们写的十字的“十”，上下为经，左右为纬，经纬。经度是要“先悟毗卢法界”，其实就是明心；左右这一横代表道殷大师的第二句话，“后修普贤行愿海”。先悟毗卢法界是明心，后修普贤行愿海是见性、了性。也是我经常说的两句话，我们修习佛法，要懂得“善观缘起”，悟毗卢法界最起码要做到“善观缘起”；后修普贤行愿海是为见性、了性，是“善了缘起”，弥补我们生命的不足！各位，我们有看清楚自己生命的不足在什么地方吗？你看清楚了吗？

菩提心简单地说是广心、深心、直心，也等同般若三观，广观般若、深观般若、直观般若。广观，看自己的心量、心胸够不够宽广啊！你修行只是为你自己吗？那你的广观般若有问题。如果你只是为你自己，我们的生命有别业也有共业，共业本身就是生命的共同体啊！

我们每个人面对自己生命的现量境界，生命有什么样的现量境界啊？六根对六尘，中间起六识。自己不管周遭的，只管自己，做得到吗？那是不太可能的。既然是生命的共同体，我们三餐都是社会供给的，这三餐来得容易吗？不容易啊！社会稳定，每天眼睛张开来面



对的是六尘；面对身体舒不舒服的是六根；起了种种念头是六识。

所以，从修行的长远角度来讲，没有悟毗卢法界之前，菩提心是发不起来的。悟到毗卢法界才晓得不能不发菩提心啊！菩提心是来完成我们生命的。所以六尘境界是要菩萨行来完成，这是广观般若，看到的是生命的共同体，人苦己苦，人溺己溺。所以一份慈悲心就是你的菩提心的萌芽。啊！菩提心最主要的，不为自己求安乐，但愿众生悉离苦，不忍众生苦。自己躲在一个角落独乐乐，菩提心求的是众乐乐，独乐乐不如众乐乐。所以心量越来越大，越能跟大众融合在一起，这是广观般若发挥它的效应了，能够跟大众融在一起了，非常的和合，和乐在一起了。

当然娑婆世界，人生不如意事常十有八九，我们修行往往也是苦中作乐。苦海无边，从这个体会到人世间种种的痛苦烦恼，这当然是忍辱波罗蜜啊！要忍，不忍怎么办呢？我们面对自己的生命有太多的无奈，只有忍，只要按照自己发的愿去兑现、去开发。所以面对六尘，就要靠行愿的广观般若来完成。

看到自己身体的种种毛病、痛苦、烦恼，这是要深观般若，看到整个生命的业感缘起。善观缘起，善了缘起，这报身不是那么容易了的，报身跟化身息息相关。六尘跟六根是绑在一起的，跟我们的起心动念也绑在一起，起心动念是六识，几乎是分不开的。观心无常，我们的心太无常了。

福德资粮够，智慧资粮够，才能够进入到直观般若。直观般若那是佛菩萨的境界呀！我们凡夫所看非真实，都是带着有色眼镜看周遭的一切，因为我们的见地不够通透。所以，见地、修证、行愿也只有辗转增上。



……（修法中）

菩萨行做对了一分，你的经验、你的智慧成长了一分，你也多了一分直心。直心是道场哪有那么简单的啊！我们的凡夫心都是歪七八扭的，做几分就算几分。直心是道场，哪有那么简单！唯有摩诃般若波罗蜜多才能够真正做到直心。



三观般若是成就菩提的蓝图（二）

我学佛的第一个阶段，看到自己身心的困顿，所以先用般舟关来对付自己很严重的习气、业气。第二个阶段，从佛光山到了台北，那是亲近善知识的阶段，也是在历练自己心性的一个过程。敢于向自己的生命挑战，行般舟，对自己的习气业气转化了一大部分，但是问题还很多。到了亲近南师，接受准提法。所以，我们一个修行人要勇于面对自己，自我挑战。

接受准提法灌顶，带大家用功，当年就是一个法本，能够接受南上师灌顶的人太少了。法本的封面，那是法门的禁令啊，“未经灌顶者不得翻阅”，翻都不能翻，看都不能看。那我想，这个法怎么传开来啊？当年十方丛林书院已经招生了，我招来的学员，还要带修准提法，怎么带啊？总要讲啊，又不能用法本讲，怎么办呢？所以把法本变成简轨呈给南上师，这是我对准提法的一个开创性，把法本转为简轨。简轨没有问题，只要有人传有人讲，可以听，可以看简轨，大开方便门呐！

从1980年开始，到2014年，总共用了34年的简轨。到了2014年，我又从简轨恢复到法本，算是第二次改编。第一次是从法本到简轨。总是希望这个法门有更多的人有这样的机缘能够接触。

严格讲，准提法的“心月命门金刚眼”，这是直观，给大家一条修行的终南捷径，看大家有没有这个福报，自己能够体会到、受用到、领会到，可以少走很多冤枉路。

我经常说，用“心月孤悬”，这是善观缘起，观察我们生命的业感缘起。心月融入到命门，这要“善观缘起”观得很深入的时候，你才晓



得个中（滋味）。唯有心月命门融在一起了，我们的正法金刚眼才能够呈现，这当然是“深观般若”。深观般若的基础打得深厚，才能够谈得上直观般若。

广观般若、深观般若、直观般若，那也是辗转增上的。没有深观般若的基础，做不到直观般若。“耳门圆照”本身就是深观般若，“慧日明”那当然是直观般若。广观般若、深观般若、直观般若，那是一而三，三而一。到了“慧日明”，那才是真正的直观般若。

1980年我把法本改成简轨，前后沿用了34年；到了2014年，二编完成；经过5年，2019年是三编。三编到现在也有三年了，还是有些微细地调整、增加，不外乎是让它更加的具有完整性、通透性，希望把这个法开发得更深入、更完整。



金刚眼就是般若慧观

按理说，六祖不识字，但是《坛经》里谈到很多唯识学的东西。其实六祖的弟子很多，学教理的也不少，有的问《法华经》，有的问《华严经》，当然问唯识学的应该也不少。所以在《坛经》里头，六祖讲到“六七因上转，五八果中圆。”“六七”就是第六意识和第七末那识，因为凡夫的分别心都很强，所以要转第六意识为妙观察智；对佛学、对人生、对生命观察入微了，所以能够像左宗棠所讲的，“世事洞明即学问，人情练达皆文章。”这也是从妙观察智里头观察整个宇宙人生的真理。

在《西游记》，第六意识是用孙悟空作代表，用得非常好。第七末那识，我贪我嗔我慢我疑，用猪八戒作代表，代表我执很强烈，又好吃，又懒做，又好色，这是以自我为中心的我执。所以转第七末那识为平等性智。

转前五识为成所作智，什么是“成所作智”啊？种种的神通妙用，好比说转眼根成天眼通，转耳根成就的是天耳通，转身根成就的是神足通，转第六意识就可以成就他心通、宿命通。所谓“成所作智”就是种种的神通妙用都来了。阿赖耶识是真妄和合，所以第八阿赖耶识一转过来成就的是大圆镜智，就是实相般若。摩诃般若波罗蜜的整个中心点用大圆镜智来比喻。为什么“心月命门金刚眼”？“金刚眼”就是般若慧观。前五识代表我们色身的种种障碍。



我总是透过般若慧观来看生命的问题

三十八次的关期，为我们准提法脉又多了一个真言，“四七真言四般若”，现在是真言十要了。泰国全世界静坐日论坛，要我讲北传佛教静坐的禅修方法，指定要我讲准提法，我又很浓缩的花了几个钟头写了一些大纲。为了写这个大纲，我又多了个“三观般若”，更清晰，把菩提心的三心一转就变成了“三观般若”，理念上更清晰了。

我们的法会明天还有一天，后天纯粹是显教的了。我们准提法会诵《金刚经》到明天。时间过得很快，今天已经第五天了。

从《黄帝内经》到《黄帝外经》（《外经微言》），对我也很有启发，让命门学说更加完整，让我来看到生命的根本。如来藏、阿赖耶识、阿陀那识在佛学上是不同的名词，讲的是同一个精神内涵。我对佛法、世间法，总是透过般若慧观来看生命的问题。



定慧等持性空寂就是金刚眼

刚才少席会长讲到四七真言的第三句“心月命门金刚眼”是一而三，三而一，但是又有它个别的作用。

这要从唯识学对阿赖耶识的一些说法来（了解），阿赖耶识有能藏、所藏、执藏。能藏的部分，在阿赖耶识来说，第六意识是阿赖耶识的见分，它能够思辨、能够思考，那是一种觉知。前五识类似所谓的“所藏”。第七末那识以自我为中心，我贪、我慢、我嗔、我疑、我痴，也可以说是一种“执藏”。前七识通通集中到阿赖耶识，展开来有前五识、第六意识、第七末那识。第八阿赖耶识又称为“根本识”，统摄八识。

我们生命的起源是三缘和合，也就是入胎、住胎、出胎的因缘。入胎，在色身来讲，就是父精母血变成色身基因，但是让身体有生命力的就是我们的第八阿赖耶识。在娘胎中，胎儿七天一个变化，七天一个变化，所以要好好研究《佛说入胎经》，这是我们生命的起源。

生命的生老病死，生，入胎了，生命的开始；几十年下来，慢慢老了，病了，最后死了，又“去后来先做主翁”。所以我们研究入胎的因缘，在密教中有让身体健康的“长寿法”，还有往生好走、不走入恶道的“颇瓦法”。其实“长寿法”跟“颇瓦法”有连带关系。

入胎的因缘，父精母血第一周像一小簇的小米粥一样的，什么力量把它兜拢起来？阿赖耶识把它兜拢起来，第一周是整个生命的总源头。我大胆的假设，命门就是阿赖耶识，阿赖耶识就是命门。为什么第一周生命门呢？那是一个新生命的开始。



既然阿赖耶识有能藏、所藏、执藏，那也是我们生命形成的基因。前五识代表我们的色身，前五识也就是前五根，眼耳鼻舌身，最后第六个是意根，意根等于是“能藏”，前五识等于是“所藏”，第七末那识等于执藏，我们生命以自我为中心的那种执着力量很强。

所以“心月轮”是第六识作意出来的，那就是我们的见分啊。从意识中产生出来的，这轮明月也变成“所藏”了，这轮明月是我们身心阿赖耶识的现量境界，所以叫“菩萨清凉月，常游毕竟空”。你要有般若智慧，这轮明月小一点就变成一个光明点，如同星星；大一点比星星更亮的就是月亮；能量最强的那就是太阳，所以日月星辰哪！

佛陀经过五年多参学，六年多的苦行，前后加起来十二年，最后在金刚菩提树下夜睹明星大彻大悟。佛陀看到的是那颗星星，那颗星星只不过是祂悟道的媒介，最后展开来的是大日如来的境界，看到的是清净法身，看到了生命的根本，生命的究竟清净。

所以会观的，我们一般人都是把它当成有能有所，能观的心跟所观的心月，能观所观性空寂。能观的是我们的第六意识，所观的是这一轮明月，所以“菩萨清凉月，常游毕竟空”，有智慧的人一下子就进入到生命的根本了！

心月代表我们能观的心，所观的是这一轮明月，明月是相分，能观的心是见分，也可以说是能藏、所藏、执藏。命门也可以是所藏，不止是所藏，既然是阿赖耶识的现量境界，已经含摄了能藏、所藏、执藏。

金刚眼是身心的交集点。好比父母在行房事的时候，加上新生命的阿赖耶识一下子融进去了，这是受孕的开始，这是新生命的开始。



《黄帝内经》《黄帝外经》（《外经微言》）讲得很透彻，十二官就是十二经络，“十二官别有一主”，当然不是心经、心包经，也不是肾经。

所以“心月命门金刚眼”是摩诃般若波罗蜜多所在，你有了这个正法金刚眼，你的身心不断在转化。刚开始模模糊糊的，只好依教奉行。没有行深般若波罗蜜多，照不见五蕴皆空的啊！《心经》讲得多实在啊！

《心经》一开始，“观自在菩萨”，要做到“观自在”那是何等的智慧啊！观自在，一看就懂了，身心就松放了，自在无碍了，那是大修行人。菩萨行菩萨道多生累劫累积来的福德资粮和智慧资粮，才能够观自在啊，才是一个大修行人再来！大修行人再来，在任何境界中都能够“行深般若波罗蜜多时”，可以“照见五蕴皆空，度一切苦厄。”

“舍利子，色不异空，”还在磨合过程，色跟空还没有完全融合，是“色不异空，空不异色”。磨合到某个时候了，清晰了，这磨合的过程中要有“广观般若，深观般若”，最后才能够进入到“直观般若”。什么是直观般若？“色即是空，空即是色”，那是直观般若，色空不二，智慧很成熟了！

所以大家要认识命门，新生命入娘胎的那一刹就是阿赖耶识跟命门展现的时候。（妊娠）第二周发现有心脏，（妊娠）第三周发现心脏开始跳动。哎呀，生命不可思议呀！我们凡夫的业力也不可思议呀！

所有会跑的动物，大部分都是胎生的多；空中飞的是卵生；还有湿生，只要有湿气就会有生命，很多细菌就是这么来的；还有化生，



生命太微妙了！

所以这一轮明月代表我们觉性的总部，命门是色身的核心，身心融在一起，那是金刚眼。命门可以让我们修止，心月可以让我们修观，止中有观，观中有止，止观双运，才能够得到定慧等持的“金刚眼”。金刚眼代表定慧等持。最高的般若智慧用心月代表，我们内心世界觉性最高的用心月，南上师讲的“心月孤悬”。命门也象征着“气吞万象”，命门是精气神的总部啊！

昨天前天讲的《黄帝外经》（《外经微言》）的第一篇、第二篇，那宝贝得不得了，这是古圣先贤的智慧。

心月命门金刚眼，金刚眼是定慧等持的境界，身心融合在一起了，能观所观融在一起了，能观所观性空寂，能念所念性空寂，性空寂就是金刚眼啊！

大家好好去体会哟，所有的观想，最核心的在命门，念咒，整个六根融命门，命门融六根，这是一大智慧宝藏所在，这是无尽宝藏。所以“心月命门金刚眼”这是我们生命无尽宝藏的所在啊！又称之为“无尽藏”。要开发我们生命的无尽宝藏，要把握“心月命门金刚眼”，这是行深般若波罗蜜多啊！

最后有了这个基础，才能够做到“耳门圆照”，耳门圆照才能够进入到“慧日明”。所以“耳门圆照慧日明”，这是佛菩萨的果位，证得了阿耨多罗三藐三菩提的果位。大家慢慢去体会，这是行深般若、甚深般若，当然不是一下子能够体验到、把握到的！



准提萨婆若，统摄四般若（一）

感谢少席会长刚才分享准提法与《坛经》的相关性。

其实在《准提陀罗尼经》提到，包括道殿大师在《显密圆通成佛心要集》也提到，准提法像大海一样，能够海纳百川，各式各样的法门都汇入到准提的萨婆若海，而百川不能纳大海。

我在美东美西弘法前后十年，记录整理成《禅密圆修大准提》一书，很多老参都看过。我经常说我传的准提法是禅宗式的准提法。准提法本身已经统摄了禅、净、密。

准提法是道道地地的法上的西方三圣。念清楚是大势至的念佛圆通来接引，听清楚是观世音菩萨的耳根圆通来接引，念念分明、念念本空就是阿弥陀来接引。这是准提法跟净土的关系。

准提法本身也是密法。准提法的架构，意密观想，身密结手印，口密念咒。

在中密三纲里头，我用的是心之体、心之相、心之用。禅宗三纲心之体，这是佛家心理空慧观。禅宗三纲其实也统摄一切法。不管显教、密教，小乘、大乘、金刚乘，都没离开这个架构。下手处一定是从有念念到无念，无念才是正念，这是念佛三昧；念而无念，念到无念现前，无念才是正念哪！不管念佛还是念咒，一定是从有念到无念。

净土的《十六观经》，密法的种种意密观想，初步一定是从有相到无相，所以六祖讲“禅宗以无念为宗”，无念就是清净法身的境界；“禅宗以无相为体”，这是圆满报身；“禅宗以无住为本”，这恰恰是千百亿化身。所以说禅宗统摄一切法。



准提法也是统摄一切法。准提法是密圆，密教中的圆顿教，统摄贤首五教仪的小、始、终、顿、圆五教。

禅净律密，律呢？律就是戒律，念清楚就没有恶念邪念了，当然是戒了。从摄律仪戒、摄善法戒到饶益有情戒，这是菩萨三聚净戒。戒律最高的那就是菩提心戒。我们准提法当然跟菩提心戒紧密联系在一起、融合在一起。当你咒语念到相应的时候，身心的威仪自在其中，统摄了慈悲喜舍，诚于中形于外，这是摄律仪戒。每个咒语都是摄善法戒，每个咒语念到大悲心涌现出来，都是在饶益有情。所以准提神咒的每一个字念念都跟普贤十大愿相应，这是必然的道理。准提法统摄了《大般若经》的四种般若，普贤行愿也是统摄了《大般若经》的四种般若，无二无别。

我这次第三十八次的关期开发了四七真言四般若，“道人刚毅无畏施”，这是普贤行，虽然是世间法，但是直接透入到出世间法，直接也是跟行深般若、甚深般若相应，这是准提法统摄了世间般若。“道人刚毅无畏施”，布施为能入，能入菩萨道、菩萨行。般若为能度，五度如盲，般若为导，导入到生命的究竟处。这方面大家要去好好的体会。

一个修行人能够像《佛遗教经》讲的，“制心一处，无事不办”。一个真正的大修行人有钢铁一般的意志力，所以“道人刚毅无畏施”，不怕艰难，不怕苦。我们修行如果没把普贤行愿培养到这样的大无畏，那距离大道还很遥远。一个人真正修到“道人刚毅无畏施”，大道一定现前！世间上再也没有什么让他恐惧的、畏惧的，虽然是世间般若，但是它直接透入到出世间般若、行深般若、甚深般若。

这类似龙树菩萨在《大智度论》里提到的“六度相摄”，布施度里



头含摄了其它五度，六般若蜜的任何一度都含摄了其它五度，这叫六度相摄。我们准提法含摄了《大般若经》的四种般若，这四种般若又互相相摄，不管是世间般若、出世间般若、行深般若、甚深般若，这叫做四般若相摄。

一个修行人上路了，开发了心地了，等于达摩大师讲的，“学道须是铁汉，着手心头便判；直趣无上菩提，一切是非莫管。”这是菩提心勇猛，所以“铁汉真心菩提情”，这是出世间的情怀，以出世的精神做入世的事业，才变成一个铁汉，无所畏惧的铁汉，所做一切都是真性情，真心菩提情，没有一丝一毫的虚情假意。

前面的第一句是世间般若，第二句是出世间般若。真正跟般若相应的莫过于第三句，“心月命门金刚眼”。今天的第二堂已经讲得很透彻了，大家再好好的仔细回想回想。



准提萨婆若，统摄四般若（二）

“心月命门金刚眼”，今天上午第二堂讲命门，特别讲到哪吒太子，析骨还父，析肉还母，把肉身、基因统统还给了父母，超越了阿赖耶识的那就是第九无垢识，清净识，所以莲花化身。没有金刚般若就没有莲花，那是我们的本来面目，它是一定的道理。

你有体会到、把握到“心月命门金刚眼”，从行深般若直接透入到甚深般若，有了这个“金刚眼”才能够“耳门圆照”；耳门圆照的果就是“慧日明”；慧日明就是实相无相的般若境界，只是用慧日来比喻而已。真正的实相般若是摩诃般若波罗蜜多，统摄了一切法。

如果我们以般若的眼光去看《黄帝内经》《黄帝外经》（《外经微言》），那又不同。凡夫嘛，不管是胎生、卵生、湿生、化生，尤其胎生跟卵生，不管你是修行上路的还是修行没有上路的道地凡夫，不管它是牛胎还是狗胎，它都是阿赖耶识展现出的生命，三缘和合的入胎因缘，都一样。

我们凡夫嘛，莫名其妙的来到娑婆世界报到，现在有佛法的正知正见，可不能又糊里糊涂地走了，要走得清清楚楚，了了分明。所以“心月命门金刚眼”是长养圣胎啊，是要我们能够脱胎换骨啊！从准提法最基本的修为，修道的根本，老实持咒，念清楚、听清楚，念念分明、念念本空就到了。

真言从九要变成十要，十要相摄，每一要里头都含摄其它九要，同样的道理。我们禅宗三纲已经统摄了中密三纲，禅宗以无念为宗是心之体，禅宗以无相为体是心之相，禅宗以无住为本是心之用，禅宗三纲已经囊括统摄了心之体、心之相、心之用。



为了让整个中华文化纳进来，所以生命科学心之相，我用的是道家生理养生观，其实道家何止是养生而已，中医、谋略、各式各样的拨乱反正、种种政治哲学都有的啊！道家牵涉很广。倒是中国文化中的儒家，从佛家的眼光来讲还不够，只好用普贤行愿来统摄儒家，普贤行愿才是心之用。儒家只看到今生今世，“未知生焉知死，敬鬼神而远之”。儒家讲的是今生今世，佛家讲的是三世因果六道轮回，那种宽度、广度、深度都不一样啊！但是儒家文化我们也不要小看啊，那真的是治国平天下的了不起的学问，几千年来影响中国的政治，影响中国的社会，影响太大了！

准提法当然是统摄了心之体，从般若下手。“南无七俱胝”，无量无数无边的古佛，皆修这个法成就，修什么法？修摩诃般若波罗蜜多。摩诃般若波罗蜜多产生十方三世一切佛，所以称之为佛母。般若为三世诸佛之母，所以十方三世一切佛都是从般若产生的。准提法是大般若的修行法门，当然是统摄一切法。

刚才少庠讲的，准提法与《坛经》的关系，那当然是融在一起的。

今天上午特别提醒大家，我们入胎的因缘，每一个人在娘胎中都是经过三缘和合，肉体的基因来自于父精母血，生命的根本在阿赖耶识。所以（妊娠）第一周，父精母血跟阿赖耶识形成的最核心的部分就是命门，（妊娠）第二周才生出心脏，（妊娠）第三周发现心脏开始跳动。生命太奥妙了！《黄帝内经》《黄帝外经》（《外经微言》）告诉我们，十二经之外别有一主，讲的就是命门。所以刚入胎的第一周发生的交集点就在命门，命门命门，生命之门啊！把阿赖耶识跟父精母血融在一起。如果只有脐带把母亲的营养输送给胎儿，如果没有阿赖耶识就变成死胎了，胎儿就成不了胎了，关键的地方在命门，在



阿赖耶识，阿赖耶识跟父精母血总融合的一个交集点就是在命门。这一点大家要好好仔细用心的去体会。《黄帝内经》《黄帝外经》（《外经微言》）这么重视命门，歧伯跟黄帝、雷公、为当四个人的对话，相当精彩，是对生命核心的探讨。

这次金刚法会准提法的部分就结束了，接下来就要移到峨眉的准提三了。



恭敬心遍一切处

今天晚课也是我们这次金刚般若法会准提专修的圆满香。

茶供、水供、法供的意义很深，要懂得它的境界，过去都讲过了。

茶供、水供、法供也是上师相应法，所以“一杯茶供敬上师，甘露施，口舌润。”上师对我们的法布施像甘露一样的，茶水像甘露一样的滋润了我们。

“二杯茶供敬圣众，舌鼻舒，胃肠暖。”我们的茶供用的是安般法门，茶水太烫，二呼一吸法；茶水不烫，一呼一吸法。佛陀时代两个甘露法门，安般法门是其中的一个。我们是用安般法门的一呼一吸、二呼一吸。所谓“呼”，茶水很烫的，我们用吹的，“呼”（师父上人示范），我们把茶水吹一吹，不那么烫，然后吸进去；“哈”（师父上人示范），（吐出来），很有意思，这是哈茶。很多尊者罗汉们都是修安般法门成就的。

“三杯茶供敬势至，”这是大势至菩萨的念佛圆通，所以“鼻肾连，精神旺。”

“四杯茶供敬观音，”这是观世音菩萨的耳门圆照三昧，“耳门通，经络畅。”

“五杯茶供敬文殊，”文殊菩萨又称为大智文殊师利菩萨，有了般若智慧，所以“身心调，物我忘。”这是法尔如是的道理啊！

“六杯茶供敬普贤，”普贤十大愿让我们“心念平，定慧生。”

“七杯茶供敬如来，”如来又称为空王，所以“空相显，无量光。”



.....

所以茶供、水供、法供是法尔如是的道理。大家要跟法相应，不要有其它的世俗想法。其实心佛众生三无差别，我们供养佛菩萨就是供养自己啊，何尝不是这样的呢？你有恭敬心，恭敬心遍一切处，供养心也是遍一切处的。

生命真相五则



入胎三缘成三纲，三纲十要证三身

我们台北，一周的法会，今天早上八点钟正式起香了。我们一天大概上午3支香，下午3支香，再加上一个顶楼回向，等同7支香了。上午的第一堂、第二堂都修法，第三堂就诵《金刚经》。然后休息一下，做午供，到顶楼回向，用午斋。下午三堂都是修准提法，三堂里头最后一堂算是晚课。等于七堂里头，有五堂是修持准提法。

这一周的金刚般若法会，准提法门的共修，我有个标题，这个标题很重要。希望大家能够把这一周所讲的东西，能够吸收消化，对你往后在见地啊、功夫、行愿方面，都能够有所成长进步啊。

我们这个七的主题叫做“入胎三缘成三纲，三纲十要证三身”，等于把菩提道次第整个勾勒出来了。不管在佛学上的开发，还是我们准提法门的修证，又更上一层楼了；对于准提法的理趣上面，对我们准提法门的见地、修证、行愿又更上一层楼了。大家好好体会啊，我讲的千万要记得啊！

入胎三缘，三缘是三缘和合呀。每一个人的入胎因缘都是一样的！父精、母血、加上我们的阿赖耶识，这叫三缘和合。“入胎三缘成三纲”，三纲也可以说是中密三纲，其实是我们生命的心之体、心之相、心之用，所以“三纲十要证三身”，这个理论上要参透。参透了，你的信仰才更坚定。因为你见地对了，你的佛教信仰才会更坚定，而且会更真实。远离了宗教情绪，进入到宗教情操。宗教情操是要有真见地、真功夫、真行愿的。宗教情操的整个内容是戒学、定学、慧学，那是宗教情操，会有很高昂的向道之心，你才有菩萨行的大无畏施精神。



这个也是我一路从看《坛经》，通过实验，闭般舟关，到专修准提法，内修外弘，经过38次的闭关内修，出关外弘，整整参学53年了，出家51年，闭关已经38次，今年又要进入到第39次。

我一旦参究到了，马上公开，毫无保留。道者天下之公道，可以说是大公无私，我们对佛法的供养要正大光明。

这一次的主题，大家要有耐烦，听法要耐心，要耐烦，要参究得很清楚，没有一丝一毫的牵强附会，那你见地就通透了，你用功起来（就容易）。真言十要，处处是显露出准提法修证的玄机，你要谦卑，谦受益，满招损。

那么，法不孤起，仗缘而生。这也是我们峨眉道场两个七，我们高雄善照生在试管中心上班，她所提供的一些信息。其实我很早就有这样的一个想象，结果证实我的想法是对的。这也是佛教的弘扬，佛学理论的开发，佛法修证功夫的实践。让这个时代人们的佛教信仰更加的坚定，佛学的开发更加的真实，佛法修证功夫更加的踏实，（这是）一步一脚印的。

好，我们每一天八点钟这一堂，等同是做早课。

（修法持诵净法界咒）

这一场有没有新参呢？第一次参加的，有没有啊？第一次参加的，请举手啊。

（修法持诵护身咒）

金刚拳印提起来，五次印吽，第一个，头额，“吽”；左肩，“吽”；右肩，“吽”；心窝，“吽”；喉咙，“吽”。金刚拳印散于头顶上。



进入到准提法的第三个加行法，身密双手结莲花手印。新参不会（结）的，开宝师看一下，首先是（教会）我们的新参。

那么，意密观想四臂观音在自己头顶上放白色光。当四臂观音一放光的时候，拉到命门的光明点。命门的光明点就是四臂观音放光，四臂观音放光就是命门的光明点放光，无二无别。口密持诵六字真言“唵嘛呢叭吽”一百零八遍。

（修法持诵六字大明咒）

莲花手印散于头顶上。

好，进入到准提法门的本尊法。我们这次不算传法，所以不会讲仪轨。新参最好找老参，手印怎么结啊，咒语怎么念啊，把它念熟背熟。

好，把准提手印结起来，老参会懂得观想，新参嘛，把握在（命门），这是给你们走一个终南捷径。我们前面的肚脐眼对过去，在背脊骨的那个地方，跟肚脐眼前后相对，从肚脐眼对过来的背脊骨这个地方叫做命门穴。你观想在命门穴这地方放光，你整个咒语，咒语的音声都从命门这里涌出来。咒语的音声就是光，光就是咒语的音声，不二，光音交融，无二无别。

你们来了应该是朋友介绍的，朋友介绍的应该负责把咒语都要教会。



入胎三缘成三纲，三纲十要证三身（一）

我们先念一段准提神咒，我再来开始正式讲“入胎三缘成三纲，三纲十要证三身”。我们（是对）整个一个菩提道次第，（对）整个生命科学的一个探讨，了解以后，你才会认真用功，把整个生命的缘起看清楚了。

我们修行就是为自己生命负起责任来，不断地改变自己的命运，增加自己的福报啊、智慧啊，让自己的前途越来越光明啊，事业道业、世间法出世间法更加的圆满哪！

新参咒语不会的，前面都有这个准提神咒（的字幕），你可以一个字一个字跟着念。刚开始，我们现在这样的音量，也不可能唱快啊，所以也只能够慢板、中板了。真正要快板，那个分贝要很高的，才能够进入到这个快板。我们现在的音量达不到的。

我们这一次的金刚法会，前面三天，可能讲解的会多一点。到后面，后半段就是金刚念诵、老实持咒的时间会多一些。因为懂道理以后，正好用功嘛。应该说是新开发的，所以大家要仔细地听。

我们这次台北2022年的金刚般若法会的主题，两句话。这两句话涵盖了世间法、出世间法，佛学、道家、儒家的道理也统统在里头。

第一句是“入胎三缘成三纲”。三纲，这是中密三纲的心之体、心之相、心之用。（第二句是）“三纲十要证三身”。三纲十要证三身，我们要亲证到佛法最核心最高的境界，在见地上面达到了清净法身；在报身方面，从凡夫的有漏之身，如何进入到圆满报身，佛菩萨的圆满报身；在心之用上面，就是把待人处事开发到最圆满的境界，叫做



千百亿化身，这是佛的三身。

佛的三身，从凡夫来讲，从我们的入胎来源，正是入胎的三缘，转成我们修行的三纲。入胎的三缘，父精、母血加上我们的神识。神识我们一般俗世来讲，叫灵魂，在佛学上叫做阿赖耶识，这是佛教唯识学的专有名词。阿赖耶识翻译成中国话，就是根本识，就是我们生命的根本，叫根本识。我们整个生命的中心里头、最深最细的，莫过于阿赖耶识，叫根本识，也可以翻成如来藏识。如来藏（cang）在阿赖耶识中，所以就叫如来藏（zang）识，有很多的名词了。

那么，在道家来讲，这三缘其实就是精气神了。我们很多人一见面就说，“哎呀，某人，你最近看着精神不错哟。”精跟神。“哎呀，你最近气色不错哟。”气，气色。所以父精的精已经出现了。那么母血呢？通常也称为气，气血，血气。我们的脸上的光华叫气色，气血气，也就是我们的四大调和，人事上祥和，才能够精神旺盛，气色非常好。气色，气色跟血气分不开。那么精神精神，一个父精出现了，神识也出现了。气色气色，血气也出现了。其实我们入胎的这个三缘，在道家讲的，正是精气神所在。母血就是血气，也可以叫做气血，都可以。

所以，我引用《封神榜》的名言，《封神榜》是明朝的一部古代神话小说，讲的是周朝时候的一些历史，哪吒太子，析肉还母，析骨还父，莲花化生。

那么骨代表精，父精形成了全身的骨骼，母血形成了全身的肌肉，所以入胎三缘成三纲，入胎的阿赖耶识在道家来讲叫神。也把道家跟佛家的合起来叫做神识，普通我们世俗讲的叫灵魂，阿赖耶识变成佛



教佛学特有的名词。灵魂是一般的民间宗教或者道家的说法，称之为灵魂。所以道家跟佛学的融合叫做神识，这“神”就是我们的认识，我们的心念，所以称之为神识。



入胎三缘成三纲，三纲十要证三身（二）

三缘整个融合在一起，所以入胎的时候，由父精跟母血的会合，加上中阴身，在佛学上的名词叫阿赖耶识。

到了人往生以后，整个全身都动不了了，都冷掉了。最后，哦，首先感觉到眼睛看不到了，眼根坏掉了；耳朵听不到声音，耳根坏掉了；鼻子没有办法呼吸了，鼻根也坏了；舌头讲不出话来了，舌根也坏了；身体动不了了，身根也坏了。那么念头，整个第六意识已经模模糊糊了，进入到昏迷的一个状态，起不了知觉作用。所以整个前五识、第六意识、第七末那识，统统回归到第八阿赖耶识。前七识都起不了作用，最后走的是阿赖耶识。所以玄奘大师的《八识规矩颂》提到第八识是“去后来先作主公”。

我们一口气不来，最后走的就是阿赖耶识；来到娑婆世界报到的，最先来的是阿赖耶识，跟父精母血，三缘和合，形成了胚胎的开始，这是三缘和合的核心，中医称之为命门。

胎儿的形成，（妊娠）第一周出现的是命门，（妊娠）第二周发现了心脏，（妊娠）第三周心脏开始跳动。在胚胎学里头，现在的仪器都看得清清楚楚的。所以，要配合《佛说入胎经》，那讲的完全是生命科学的一种说法，我们生命的一个开始。

我们修行，按照哪吒太子讲的析肉还母，如何还母啊？各位，如何还母啊？气血气血，一口气一口气的，影响到我们的气血。在佛学上，西方三圣也代表着精气神。大势至菩萨念佛圆通，代表念清楚。这念清楚里头有意根，也有眼根。舌头弹动，这是舌根。然后舌头一



弹动，一口气一口气的，鼻根。感觉上越念身体越来越松放，身根达到松放的效果。那么念头，哦，念念分明，最后进入到念念本空。

所以，我们念清楚的功夫叫做析肉还母。听清楚的效果，听清楚转入是修脉，更深了。听清楚，其实也就是析骨还父。到念念本空，念念本空这是什么境界呀？念念分明念念本空是什么境界呀？莲花化生！我们真实的生命呈现出来了，是一个什么生命啊？是般若慧观的境界，叫摩诃般若波罗蜜多。摩诃般若波罗蜜多正是莲花化生！

你以为有一朵莲花呀，莲花只是比喻而已，到了空无相无我的那个解脱境界。莲花是什么精神啊？莲花象征着出污泥而不染。污泥代表烦恼，代表五浊恶世。莲花代表菩提。你想要得到菩提吗？你要在烦恼海里头去认识我们的业感缘起。

我们中密三纲，正好讲的是心之体、心之相、心之用，所以中密三纲，真言十要，完全融合在一起。

在神识方面，我们凡夫啦，神识暧昧不清。善念恶念，种种的习气一大堆。所以一碰到人事，我们的习气，贪嗔痴慢疑就来了。这是我们的知见不正，所以引发出了我们宿世的种种贪嗔痴慢疑的习气，心理的行为，各式各样的想法。从习气转为业气，业气就是身体上的酸胀麻痛。所以从念头，念动气动。什么动，什么念头啊？那你好的念头，是心平气和；不好的念头，心不平气不和。心平气和，中医的道理，心一平，气一和，这是五行相生。心不平，气不和，五行相克。相逆就相克，全身紧张啊，遇到发脾气，你呼吸急促，全身的神经都绷紧，这是一大烦恼。那么起了善念，全身松放，心平气和，五行相生，一天到晚，起的好念头，笑咪咪的；心情好，念头对；心情好，



全身松放。念头影响到我们的气，气影响到我们的身体。

反过头来，念头对了，我们的神识知见清晰，影响到我们的呼吸往来，影响到我们的氛围，人事上的氛围，这是向上提升。起了不好的念头，是向下沉沦，贪嗔痴慢疑，哦，心不平气不和。

我们老实持咒，准提神咒是菩萨的语言，菩萨的心，内心的一个清净境界。咒语是佛菩萨的心声，我们借佛菩萨的心声，这咒语，来整合我们的身口意，提升我们的精气神，最后转化成就的是法、报、化（三身）。

各位，这道理很深喔，道理很深喔！

按照他们那个（观察），我们前面两个礼拜，高雄的试管中心的善照尘道友，她经常在看这个（试管），最慢，第四天第五天，试管婴儿中心，要取男的精子，取女的卵子，精子和卵子一融在一起，很多的中阴身的众生就来相应，来投胎了。在试管中心看到整个一个胎儿，从胚胎开始，用那个显微镜镜头一看，还有一个亮点，亮点代表的是佛学上的阿赖耶识。是阿赖耶识有这个神识、有光芒，所以看到一个亮点。那么父精母血，三缘和合，已经融在一起了，已经展开新生命了。

三缘和合转成精气神，转成心之体是我们的因地、是我们的心地、是我们投胎最初的这个第八阿赖耶识。所以，第一周胚胎雏形的整个三缘精气神，父精、母血加上阿赖耶识，形成的最核心的部分，中医称之为命门，生命之门，是整个生命的开始。

开始慢慢地形成一个小脐带了，母亲的养分通过这个脐带输送进来，加上阿赖耶识这个神识，现在有的称之为基因。当然基因是偏



向于物质面的，我们佛法的基因就是我们的阿赖耶识。不同于植物的，植物叫做有生无命。我们含灵众生，不管胎生、湿生、卵生、化生，是有生有命的。所以是一个来认识生命的过程，用科技，这叫生命科学。通过仪器啊，通过这个研究，哦，对生命的研究越来越深，越来越透。

我这样讲，大家有没有个概念呢？所以，这个入胎的父精形成精，母血形成气，阿赖耶识形成神，精气神。



入胎三缘成三纲，三纲十要证三身（三）

神识就是我们的心，呼吸往来是从念头来的，跟心有关系，跟身体有关系，所以叫三缘和合。最基本的用道家的说法，就是精气神。父亲的精，母亲的血、血气血气，精气神，我们的阿赖耶识是神识，整个融在一起。

所以，我们修行，要从我们的因地见地去开发，认知我们的生命怎么来、怎么去，整个生命的来龙去脉，要研究得清清楚楚。

因地，我们的念头一动，念动气动，是顺气呀还是逆气？好的念头产生顺气，叫做五行相生；不好的念头产生逆气，叫做五行相克。感受到身体的种种舒服不舒服，好的念头让你全身松放，当然舒服了；不好的念头，让你全身绷紧，觉得难过，觉得不舒服。所以这是我们生命的三个要素。念头是因，好的念头（感召的）是善缘，不好的念头（感召的）是恶缘。善因感召的善缘，得到善果；正因感召的正缘，得到的是正果，一体不可分的。

你如果能够体会到，哦，入胎三缘成三纲。最高的境界，我们最高的境界，在念头方面从有念到无念，无念就进入到清净法身；在我们的身体上来讲，有身体就有感觉，就是种种相，善的、好的、不好的种种相，千差万别的相。相，现象就是果。善缘恶缘也就是氛围。善念让你呼吸很平和，很缓和，你的脸上有笑容，你的内心很平和，所以气场很平和，给人感觉上一团和气。一团和气，你结的是善缘。一团恶气，你结的是恶缘，恶缘会让你身心很不舒服。

所以，入胎三缘成为我们生命的成长（缘起），也称之为不断地



从阿赖耶识（种子生现行）。所谓阿赖耶识，就是我们每一个婴儿他多生累劫的善业、恶业、无记业的种子都储藏在阿赖耶识里。如果是这个人善事做多了，身体会比较健康，因为他起的念头都是好的。从胎儿里头，他也会不断冒出莫名其妙的念头。当然非常的（模糊），在胎儿的境界，除非是圣胎。圣胎，在佛学来讲最高的境界叫做入胎不迷，他怎么入胎他清清楚楚，在娘胎里头也清清楚楚，出胎的时候也清清楚楚，这是得道高人再来呀，这是圣贤的境界（入胎不迷，住胎不迷，出胎不迷）。我们一般人，一入胎就迷糊了，叫入胎迷了，在娘胎里也是糊里糊涂的，出胎也是糊里糊涂的。所以圣胎跟凡夫胎差别很大。

有名的舍利弗，祂母亲叫舍利，舍利的儿子，所以舍利子这是人名啊。舍利子其实就是舍利弗了，祂的母亲在怀了这个孩子以后辩才无碍，怀了圣胎。有名的鸠摩罗什也一样啊。鸠摩罗什的舅舅是国王，他的母亲呢，等于是国王的妹妹。以前这个妹妹的口才呀，智慧啊，总不及这个国王，总不及他哥哥，自从怀了鸠摩罗什之后，这个国王再辩论都讲不过他妹妹。

怀了圣胎跟凡胎差别蛮大的。怀了圣胎之后，怀胎状态一样很喜欢呀，因为受这个圣胎的影响。凡胎，哎呦，会有种种的不舒服，种种难过啊，也是受胎儿的影响。所以这时候需要胎教，哦，赶快诵经啊，赶快多做善事啊，对胎儿是很重要的，胎教很重要的。怀胎的时候不要随便发脾气，一发脾气，胎儿不舒服。这是你的胎教不好，老是爱发脾气。将来这个孩子生出来，也会顶你的嘴呀，会跟你吵啊，不听话，那就是你的胎教有问题。

好了，这一堂就先到这里了，各位这很重要喔！



参加计数报数，做一个实实在在的修行人

我们南上师要离开台湾了，1984年农历的过年前带领我们专修十一周，过年后，从初一晚上开始有两周，前后总加起来十三周，我把它编辑出来就是《准提圆通》这一本书，十三周，正好是三个月啊。

这是南上师要去美国之前，把准提法，这个无上甚深妙密法留在宝岛。尤其在1985年的农历三月十五、十六两天，我们南上师就在我这个地方，两天的传法灌顶。这是我们南上师一生唯一一次公开灌顶，就那一次。两天的准提法灌顶，大概有将近400人参加，把11楼禅堂挤得满满的，挤得水泄不通。我们当年没有隔间，整个11楼是南北通透的，现在已经隔了一排男众寮房。

两天之后，我们台北准提共修会正式成立了，紧跟着台中的沙鹿道场、丰原道场也成立了。高雄的道场，高雄的准提共修会也成立了；最后成立的是我们的峨眉道场。峨眉道场也是在1985年，南老师要离开台湾的那一年买到的，当时买到了8公顷，后来陆陆续续地扩大。现在峨眉道场已经总共有18公顷了，相当于（多少亩）？18乘以15，1公顷15亩嘛，相当于大陆的应该是280亩吧。

我的关期，从1990年厦门南普陀之后，从闭般舟关改为专修准提法门。我闭关有计数，我的经验，如果闭关的时间每天有拿念珠或拿计数器，那个七效果就不一样，身心转化也不一样。没有计数，就是散心持，效果硬是不好。所以我才晓得这种计数报数很重要。这是给自己的功课，我一天要念多少遍，没有达到，我要把这功课补完。

那么你有计数，你有报数，就会精进、就会认真。我们凡夫的习



性就是好逸恶劳，得过且过。马马虎虎，得过且过了（闽南语）。但是我们一旦有了计数，有了报数，各位，你们身心不同，整个身心对法的体会也不同，这样的话你们才会精进，才会认真。所以，台湾地方也不算大，主要集中在我们台北道场。台北准提共修会，现在有没有什么人在负责啊？跟谁报数啊？有没有啊？我们的彤慧副会长，有在吗？刚才我看到她呀。在12楼啊？

哦，我等一下要问她到底谁在负责？每天可以通过报数，我们会有一个统计。你参加计数报数，那就是自我加持，真正对自己的修行用功是一种自我鞭策。一个月下来多少，一年下来多少，慢慢积累。其实我们在大陆的道友他们这个推行已经有一段时间了，我看他们那么认真，看到他们的成果。

所以特别要提醒大家，一定要做。这个要做，会把自己变成一个老实的修行人、本分的修行人，不是光耍嘴皮子，真正在脚踏实地，做一个非常实实在在的修行人，对大家的身心有相当相当的好处，这是要提醒大家的。



一个行菩萨道的也就不在乎自己的臭皮囊了

今天上午的八点钟开始起香，我特别提出了这一周金刚般若法会的主题，两句话，“入胎三缘成三纲，三纲十要证三身”，大家要仔细地、好好地听进去，对你往后的修行用功，想要解脱生死烦恼，好好地、牢牢地听到自己这个八识田中，永远记住这样的口诀。

在印度留学十九年的玄奘大师，记得当年在印度，多少个国家我忘记了（注：18个国家），集中起来的一个佛学的辩论大会。那个时候，玄奘大师在印度经过十九年的参学，尤其在那烂陀寺的那烂陀大学主攻唯识学，所以玄奘大师也是唯识学的大通家，也就是法相唯识宗的一个传人。法相唯识宗也叫做慈恩宗。

在《大唐西域记》里头，当时那烂陀有名的叫做戒贤论师，其实他患了很重的病，好几次都想要自己了断自己的生命，因为实在是太痛苦了。那个护法神就现身跟他说，你现在还不能走，连死都没有自由，你要等震旦——当时称东方的国家叫震旦，就是指中国，震旦来了一个留学生叫玄奘，你把你所学的全部传授给他，你传授好了，你想走了，到时候你可以走了。所以玄奘大师的唯识学很深厚，他的弟子是窥基大师，有名的“三车和尚”。

古印度，当年的这种辩论，那是深通因明学，从因明的三支论法，叫宗因喻。你辩论的中心思想在哪里，宗，宗教的宗；因呢，理由是什么呢？喻，用很多的事理、事情来比喻它，有名的因明的三支论法。在古印度，输赢是要立下生死状的，结果玄奘大师大显神威，他佛学唯识学的见地通透，印度所有的论师都辩不过他。



当时好像龙树菩萨有个再传弟子，是专攻医方明的，医学很通透，很通达。他说：“你来跟我学，你不要回震旦了，留下来吧！这对你的修行有帮助的。”玄奘大师说：“不行，我发了愿，来到印度取经，我准备把取回的经典都亲自要翻译。”一个行菩萨道的，也就不在乎自己的臭皮囊了。

所以古印度活到七八百岁的人，好多好多。我们开元三大士里头的善无畏祖师，他的亲教师是那烂陀大学德高望重的达摩掬多。达摩掬多八百多岁，看起来就像一个中年人。另外一个金刚智的亲教师龙智大师，当时有七百多岁。达摩掬多就跟善无畏祖师说：“你的法缘在震旦，你应该去震旦传法。”当时的善无畏祖师已经修得神通自在了，他走的陆路。

你要把灯光再弄亮一点才行，要让我放光啊，哈哈！我们自己没有光，要借着外光，借光借光嘛。哈哈！灯光师跑去哪里了啊？那个灯光有用啊，谁把它关掉了，这样的话，打开来就会好一点，这四盏灯。

（道友说：会不会照到眼睛？）

不会啦！哎呀，管它照不照到，也不管它了。这个叫做公事的需要哦，管它刺眼不刺眼了！

你们没有看到那个电影明星在拍电影，那个灯光多热哦，那些电影明星，你看他拍电影过程很辛苦的，那水银灯好强。那个叫做“十年寒窗无人知啊，一旦成名天下闻”哪！十年寒窗啊，那种苦读啊！谁晓得呢？经过那么样漫长的苦读。我们修行也一样哦，那修行不只是十年寒窗哦！我经过参学53年的寒暑，那也是历经千辛万苦的，没



有这么简单的！

我们继续刚才讲的，善无畏祖师的亲教师是达摩掬多，达摩掬多传给善无畏祖师的是胎藏部。

为什么会有金刚部啊、胎藏部啊？简单地说，所谓金刚部是开智慧方面的嘛！胎藏部等于在修报身嘛！所以道家称他们自己叫做“性命双修”，“性”是开智慧的，“命”是转化报身的。那么金刚部跟胎藏部合起来就是完整的。如果从佛法的三个纲领来说，金刚部、胎藏部还不够的，还要有个行愿部——菩萨行。

所以善无畏祖师走陆路，一路走，一路在弘法，一路在广结法缘，经过三年才到了当时唐朝的首都，就是长安。

金刚智祖师走的是海路，经过了狮子国，又经过了有名的叫“爪哇岛”，那个《高僧传》里面有写的。在爪哇岛，遇到了他的弟子，不空阿闍梨。不空阿闍梨十岁就已经被他的舅舅带到了长安，（后来）又回印度。在爪哇岛上遇到了金刚智祖师。当时的不空祖师年纪大概十八九岁吧，正年轻的时候，遇到了，不空阿闍梨来拜金刚智为师，所以不空算是金刚智的弟子。大家在佛教史上，大概了解一下就行了。他们走的是水路，从广州登岸。

应该是在开元（年间），善无畏祖师早一年到了长安，金刚智跟不空大概慢了一年。他们三个人，开元三大士见面在长安。两个人在印度都不认识的，最后到了长安才认识。两个人互相灌顶，善无畏祖师帮金刚智菩萨做胎藏部的灌顶，金刚智帮善无畏祖师做的是金刚部的灌顶，两个互相灌顶，所以他们两个携着手变成完整的。



老实念咒正是长养圣胎、脱胎换骨

我们新生命的开始也是三缘和合，父精、母血、加上阿赖耶识。我们生命的最初开始是三缘和合，修行也没有离开这三缘。所以《封神榜》才提出了哪吒太子“析肉还母、析骨还父、莲花化生”。各位，这是三股力量的一个整合。

好比说，六祖在猎人队中避难十五载，这十五载正是六祖惠能大师的长养圣胎啊，也就是不断地在脱胎换骨。

脱什么胎，换什么骨啊？脱胎就是析肉还母嘛；换骨就是析骨还父嘛！

所以各位，老实念咒很重要啊，老实念咒也是长养圣胎啊！那么念清楚听清楚，正是脱胎换骨啊！

功夫不是一天能够完成的，没有个五年、十年、二十年、三十年，行吗？我们多生累劫的那种习气业气有多深哪！我们本省的话，那个叫做癞蛤蟆妄想吃天鹅肉，吃不到三把空心菜，就要往生极乐净土，有这么便宜的？所以，老实地计数报数是长养圣胎啊，各位，是脱胎换骨啊！到了有一天，水到渠成，进入到念念分明、念念本空，那是莲花化生啊！你以为哪吒太子那个是空洞话啊？那是真功夫啊！

念清楚，其实就是转化我们的习气呀！我们凡夫小气小量，贪嗔痴慢疑一大堆。我们念准提神咒就是佛菩萨的语言、佛菩萨的心声，慢慢转慢慢化，把我们的心量打开来。听清楚是转化我们的业气呀！所以修气修脉，慢慢转慢慢化，那当然是脱胎换骨了，你要不然怎么脱胎换骨呀？讲大话没有用的。未来的佛法要脚踏实地，真修实证，



真参实学，要真刀真枪，不是那个空炮弹演习！

你们可能没有当过兵，不晓得什么叫（空炮弹演习）。新兵嘛，经验不足！用空炮弹，听起来“蹦蹦蹦蹦……”，其实是空包弹。实战演习那是玩真的啦！

我们念清楚听清楚，这是玩真的了！对身心不断地潜移默化，日积月累，日久功深，千锤百炼。色身哪有那么容易转化的？！念清楚配合菩萨行，转化我们很多人事上的颠颠倒倒、苦苦恼恼，很重要喔！

我们借咒语来转化我们很多莫名其妙的念头，起的念头都不是好念头，乱起乱灭，胡思乱想，那就是我们的习气所在啊。那你用咒语来代替你的妄想，会让你人事上更祥和，心量嘛，慢慢地扩大。听清楚不断地转化你的报身啊，这是真功夫啊！各位，你不要小看啊！

念念分明，那就是不但功夫成熟了，你的知见见地也开发得很清楚了，三缘和合。见地也就是我们的因地、我们的心地，智慧资粮嘛！那么念清楚听清楚，这是后修普贤行愿海，打开我们的心量，转化我们的习气，转化我们的报身，那是后修普贤行愿海，很重要啊！



准提法把金刚部、胎藏部、行愿部融在一起了

先悟毗卢法界等于是金刚部啊；后修普贤行愿海，这是胎藏部啊，也是“性命双修”啊！

所以他们道家笑禅宗，禅宗只修性不修命，只开发智慧，没有真正在报身转化。其实中国历代禅宗祖师成就的人也不少。

我们准提法融合了祖师禅、如来禅；如来禅是渐修的，祖师禅是顿悟的；顿中有渐，渐中有顿。准提法，有先悟毗卢法界，也有后修普贤行愿海。念清楚听清楚，这是后修普贤行愿海啊，这是脱胎换骨的妙法。

你不要想说，看到《指月录》里头，很多一听，言下顿悟。哎呦，你不是那个材料，你省一省吧。讲大话容易的。

我们准提法真的是金刚部、胎藏部、行愿部融在一起了，见地、修证、行愿都有了。那么菩萨道，无怨无悔地奉献，像这样的人也越来越少了。各位，我几十年看在眼里，肯这样奉献的人，太少了。

我从1979年1月3号离开佛光山到台北，哦，那都是在劳心劳力呀，所以那时候瘦巴巴的。（闽南语），那两个腮呀，摸摸啊，像瘦皮猴一样，哎呀，一看，那时候好可怜啊！又黑又瘦，六年半，被南老师磨得亮晶晶的。嘿嘿嘿，那六年半没有一点定力是待不住的呀！亲近南上师不是那么好亲近啊！做对的，应当啊；做不对，自己要承当。

有一次，南老师在十楼大发雷霆。女众内部不和啊，哎呦，骂来骂去。南老师一发脾气，拍桌子：“女众全部解散，全都滚！一个不留！男众留下来。”



哎呦，我一听，赶快跪下来，我说：“老师啊，您就姑且原谅她们一次吧！她们初犯嘛，您就原谅她们一次吧！”

南老师找个阶梯下台了：“好，就看从智师的面子上，姑且原谅你们一次吧！”哇，替她们消灾了。那怎么办呢？要不然南老师说到做到的啊，说解散就解散呐。

赶快跪下来了，哎呦，苦苦哀求，“哎呀，老师您不要再发脾气，我代她们忏悔！”赶快跪下来。

后修普贤行愿海那么好行的啊？所以当年我在佛光山闭般舟关，南老师在日记上批的：“你不要以为你闭般舟关是苦行哦，将来你发愿为大众服务的时候，那种难行能行，难忍能忍，忍人所不能忍，那才是真正的苦行啊！”哎呀，所以那六年半，我日子不好过哟！

南老师是很精明的婆婆，我是很笨的媳妇，一天到晚被他这“婆婆”管得！南老师他够精明的了，南老师他怎么说的呀？“我是当小偷出身的来当警察，你们才动个念头，我就晓得你们干什么坏事了！”哦，那超级精明啊！那不是南老师讲大话哦。“你在我前面晃三两步，你的命根在哪里，我都看得清清楚楚的。”他不是讲大话，那个佛学名词叫“明眼善知识”啊！

所以我们念清楚，修气；听清楚，修脉；念念分明，命门中现光明点，修明点；修气、修脉、修明点，这也是红教的三大要领啊。果位上，修气可以得乐，修脉也可以得到大光明，修明点可以进入到无念境界。

其实我们的“慧日孤悬融命门”，慧日孤悬是悟毗卢法界，融命门呢？慧日孤悬等于金刚部，融命门这是胎藏部啊。念清楚听清楚，多



扎实；修气修脉修明点，很清楚。你想要长养圣胎吗？你要学老母鸡在孵蛋呐，不吃不喝不拉，那是老母鸡孵蛋的精神啊！各位，你做得吗？你要有这个老母鸡孵蛋的精神，那是长养圣胎呀！

哦，这一堂还剩下十来分钟，我们赶快念清楚听清楚，好好长养你们每个人自己的圣胎吧！

老母鸡在孵蛋的精神，要把握到！



成佛真正要完成的是净化我们的习气业气

我们修学佛法，一定要有正知正见。没有正知正见，修行是很辛苦的。有了正知正见，对佛菩萨的依赖性就会减少，整个佛法的开发叫做“自心自显”，从自己的心地去开发，去显现出来，这叫做自心自显。

我们普通一般人修学佛法，都是一种宗教情绪，都把这责任赖给了佛菩萨，这就是佛学知见的不清楚，不清不楚。真正的，佛陀所开示我们的，开导我们的，尤其禅宗祖师讲的最直接，什么是佛呀？“即心即佛，是心作佛，离心无别佛。”你离开了你的心，你到哪里找佛呀？！这一点，大家要把佛学的见地理念要很清楚。

所以，唯识学讲得更透彻，在佛教的宇宙人生观，把这个宇宙分成三个层次：第一个层次叫欲界，所以在欲界的众生多情、多爱、多痛苦，这叫欲界。那么欲界不只是人哪，天还有欲界天，欲界再往上一层就是色界。欲界天的天人都要跟十善业相应，我们人道再来，要五戒；跟天道要相应，要十善业。色界天更高明了，层次更高了，福报更高了，善业更高了。另外有很多的，在这三界里头最高的境界就是无色界，只有内心层面，已经没有这色身的包袱了。

当然，在佛经里头提到的，这成佛都在色界天，这有很深的道理了。往往成佛也不只是为自己而成佛，是从菩提心上去开发，成了佛更有力量来度化众生。不是成了佛就跟这世界说拜拜了，那你这成佛跟所有众生有什么相干呢？尤其真正发菩提心的，不忍众生苦。所以我们看清楚了，原来心就是佛，离心无别佛。

那么这佛，虽然说心、佛、众生三无差别，在天台宗还有六即佛。



我们凡夫啊，道理上是有佛性的，但你不等于佛。理论上你可以成佛，这是理即佛；但事实上你跟成佛的这种目标、境界，还差得远呢！成佛是要福德圆满、智慧圆满，才成就得了佛果。我们凡夫啦，都在苦因、苦缘、苦果中过日子，苦哈哈的，身心苦不堪言。苦哈哈的，怎么可以成佛呀？！他的业力本身，又需要不断地去净化。那么凡夫之所以是凡夫，见地不通不透，福德资粮太缺乏，连自己都照顾不好，你还想成佛？

了解了佛学的道理，你读了一大堆佛学理论，那只是理论的开始、学佛的开始。真正要完成的，是要去净化我们的习气业气，习气业气没有净化之前，哪能成佛？等于你欠了一屁股债，你说我可以高枕无忧，那你是厚脸皮呀！欠人家债都不还，你还说高枕无忧？要高枕无忧，你要债务还清啊！无债一身轻，你有债也就是有挂碍。所以整个佛法的中心，我们南老师讲的，整个佛法的中心在“三世因果、六道轮回”。

我们凡夫之所以苦恼，恶业多，善业少。一定要转恶业为善业，你才会担子越来越轻了。因为你恶业少了，善业多了，你才笑得出来；如果恶业多，笑都笑不出来；起的念头，都是不好的念头，哪能解脱、哪能自在呀！你起善念、起恶念，那都不是偶然的喔！根器使然。一个人福德深厚了，起来的念头都是善念；一个人恶业深厚，起来的念头都没有好念头。

你去把把自己的脉，看看自己的念头是善念多还是恶念多啊？如果你恶念多，你想解脱，门都没有！你的念头本身就是让你痛苦啊。那么善念要多，那要行菩萨道，要去还债。不但所有债都还完，还有力量去庇荫众生，给福德予众生。把自己的慈悲心给众生，把自己的



福德给众生，那你跟菩萨道就越来越相应，那就是你的善业多、恶业少了，当然烦恼就少啦，福报就大了！这很现实的。

坐在那边打妄想就想成佛呀？那是癞蛤蟆妄想吃天鹅肉！佛法既然讲因缘果，什么样的因，就会得到什么样的缘，就会得到什么样的果，它是法尔如是的道理呀。



“老实持咒，日行一善”改变命运

这次的主题很重要，我也是最近才参透的。“入胎三缘成三纲，三纲十要证三身”，这理论要好好地去深入、去参究、去体会。这等于是画龙点睛的，给大家找出一条修证佛法的终南捷径。

反正有一个星期，我慢慢地、慢慢地讲。对于很多人来讲，（适用）在“天台五停心观”里头提到的“多障众生念佛观”。身心的种种病苦痛苦一大堆，那你还哪有时间去想那佛学理论啊？等于说已经好几天没有吃饭了，重点是先把肚子填饱再说，哪怕只是一碗稀饭。几天没有吃饭，也不能一下吃得太好，也不能吃太饱，叫做虚不受补。所以，对一个苦哈哈的人，哎呀，先求温饱吧。

云谷禅师对袁了凡所开的药，只有两味药，一个是老实持咒，持准提神咒；一个是日行一善。当时云谷禅师开给袁了凡就是这两味药，这两味药绰绰有余了。

袁了凡被铁板神算孔先生算得那么准，所以他就被绑在上面了。他走过来一二十年，哎呀，这跟孔先生所讲的一模一样，把他弄得灰心了，这一切努力也都白努力呀，再努力有什么用啊？命运已经被注定了。这是错误的观念！

所以各位，不要太相信算命先生哦，算命只是给你做个参考啊。袁了凡如果没有遇到云谷禅师，他这一生就完蛋啦！所以袁了凡在栖霞寺一坐三天三夜，没有动过念头，把云谷禅师弄得一愣一愣的，哎呦，这个人到底是个什么来路啊？！怎么这么有本事，一坐三天三夜也不动一个念头。各位，可见袁了凡没有见云谷禅师之前，禅定就不错了。虽然知见不是很正，也代表这个人，内心很正。所以既然没什



么妄想好打的，但是他很够正定，一坐三天，一般人哪能够做得到啊！

等他下座之后，（云谷）禅师就问，你用什么方法？哎呦，我什么方法也没有用，我就是被人家孔先生算得那么准，我只是灰心啊，所以没有妄想好打。哦，原来是凡夫啊！

佛法不是这样的呀。命由我造！所以云谷禅师教他老实持咒，可以安心，可以转化，尤其准提神咒不可思议。按照袁了凡自己的报告，他准提神咒念到“持而不持，不持而持”，那是已经进入到念佛三昧的境界了。他基础已经够好了，他是个正人君子，基本上他的为人操守不在话下了。一般人哪做得到啊？一般人，既然我的命运定了，算了，我就吃喝玩乐去了。人生海海呀，对酒当歌呀，及时行乐呀，很多凡夫都这么来的，错误的观念导致他错误的行为。

哎呀，人生几何呀，对酒当歌呀，这是曹操的感慨呀！哈哈！

“持而不持，（不持而持）”，等于念佛三昧“念而不念、不念而念”的境界，他的准提神咒已经持到那样的纯熟了，那样的松放空灵了。够不够啊？还不够，配合行愿的日行一善，所以普贤行很重要喔。你们这好事都没有做过一桩，这命运怎么改呀？

日行一善就是菩萨道、菩萨行。云谷禅师教给袁了凡这两味药，天翻地覆的改变！原来是短命，后来变长寿了；原来是没有后代，《袁了凡四训》是写给他儿子，有后代了；那整个命运不就是翻盘了？！原来官位不大，后来被调到河北去了。

原来他发了愿，眼看距离自己所发的愿，还非常遥远。他所管辖的那个地方，闹饥荒，闹天灾，这是他行菩萨道的机缘来了。几次跟中央方面，当时的明朝，极力争取免税，最后中央批审下来了。哎呀，



当地老百姓啊，免于要卖妻卖女啊、颠沛流离啊，这救了多少人啊！光这个功德，他所有的愿都满了。所以做功德也要机缘哪！

各位，有没有把握机缘啊？行愿很重要！我后来发现，普贤行愿贯通了《大般若经》的四种般若，贯通了世间般若、出世间般若、行深般若、甚深般若，都在普贤行愿中，普贤行愿有多重要啊！

我们为大众服务，你不要担心！哎呦，多做就多错，少做就少错，不做就不错。那你这种观念永远成就不了大道，因为你的知见思想有问题了，跟菩提心、跟菩提大道不相应啊，哪能成就！

袁了凡变成我们修持准提法的一个好榜样。你说，哎呀，我念了老半天怎么也没有什么感应啊？你算一算你念了多少遍啊？有没有一千万啊，两千万啊，三千万啊，有吗？念咒也不老实念。为这社会，你这一生做了几件好事啊？！好事做不了几桩，你想要改命，哎呀，那真是痴心妄想！佛法的因果，哪里是这么讲的呀！要想改造命运，云谷禅师开这两味药有用啊！

各位，你老实持咒了吗？你日行一善了吗？一个人善事做多了，一天到晚都笑咪咪的，那是一定的。所谓布施者，我们的结斋偈怎么说的呀，“所谓布施者，必获其利益，若为乐故施”，你欢欢喜喜地做每一件利他的事情，“若为乐故施，后必得安乐”，一天到晚都笑咪咪的。

我们现在的很多修行人都修得一脸苦瓜脸，一脸菜色，一脸的疑神疑鬼，一脸的那个表情，是不屑的表情。哎呦，贪嗔痴慢疑都写在你脸上，怎么会改变命运呢？

我们这两味药，老实持咒，日行一善。一个发了菩提心的人，对



人世间有种责任感，有种使命感，他的菩萨行就起来了，无怨无悔的，兢兢业业的。

古人形容兢兢业业，这四个字太好了！兢兢业业，换成我们台语怎么讲啊？会不会讲啊？我们台语有一句很接地气的，也很土的，越土越有味道，会讲吗？我讲给你们，给大家做个参考。“暝暝挤挤……”，听不懂？不理解？想太多了，跟法不相应，你怎么会感应呢？我们闽南话真的是土得非常非常有味道啊！打人家棒子打得很重啊，暝暝挤挤，爱拼才会赢，暝暝挤挤才会赢，你都不暝暝挤挤，那怎么会赢啊？



对事情认真到几乎疯狂的地步才会成功

暝暝挤挤，我可以来个说文解字，这个“暝”，我们说晚上是“暗暝”呀，睡到晚上半夜叫“半暝”。这“暝”字怎么写呀？一个日子旁，加上幽冥界的“冥”。背着太阳的部分叫做日暝，看不到光明。所以面对太阳的部分是白天；背对太阳的部分，我们地球背对太阳的时候就是晚上，等于太阳睡觉了啊，暝，看不到了。所以一个瞎子是这样“凄暝”了，看不到了。

暝暝挤挤就是说，暝暝就是夜夜，日以继夜，不舍昼夜，就是一个人很认真，日夜钻研，非常地用心到日思夜想。用普通话讲就是日思夜想，也就是暝暝挤挤的意思。“挤”就是硬要挤进去的意思。这个可能各位（没有体验过）。

我们小时候看到，因为我家在大甲溪有个我跟父亲开垦的大概有六七分土地，都种花生，花生采出来以后要送到榨油厂。这个程序，我真是看到了“挤油”，这油是怎么挤出来的？把花生米先炒熟了，连壳一起炒，然后把它碾得碎碎的，连壳连里面的花生米一起碾；碾起来以后要靠人工做成豆饼；每一块直径大概有这么大，旁边先用稻草弄起来，有时候用脚踩哟。踩好了，一块一块的豆饼，放在大概有这么大的一个大木桶的肚子里头去，一个一个地积起来；然后有一块圆形的推着这个豆饼，后面的木头是靠两个人这样的“咚、咚、咚”，硬是把豆饼里的花生挤出来，挤台语里面叫“挤油”，油用这样硬是挤出来，早期工业不发达，用比较传统的工艺。

暝暝挤挤，硬是要把它挤出来，日夜钻研，那么我们台语“莫眯莫啣”，没日没夜的，没有白天没有晚上的，日以继夜认真地钻研，



这是台语“暝暝挤挤”的解释，给大家做个参考。就是一个人很精进，我们佛教名词叫做“精进”，“精进”用台语就是“暝暝挤挤”，很认真的，日以继夜，不舍昼夜，对一个事情认真到几乎是疯狂的地步。一个人呐，研究个什么东西，如果不到疯狂的地步，是不可能成功的。

我们修法也要修到暝暝挤挤，才会有成果。三天打鱼七天晒网，永远是勉强度日，这是太懒散。三天打鱼七天晒网，七天都在玩耍中，在游手好闲中，这代表一个人太懒散。连自己的事业都不太在乎，不太认真，这种人事业怎么能成功呢？我们做事业也要暝暝挤挤，修行也是要暝暝挤挤，日以继夜。所以台语这四个字，用得非常好。

好了，这一堂我们就到此了，提前几分钟下座，等一下打板了，准备念诵《金刚经》。

挤挤，我们说攒点钱攒点钱，有这个味道，硬是挤出来的。



化情执需要普贤行愿，除身见需要修证功夫

好，我们还是回到本周的主题，“入胎三缘成三纲”，这是每一个人来到娑婆世界报到，都没有离开这个法则。

那么，来到娑婆世界报到的最核心的还是自己的情识，自己多生累劫的，在佛学里名词叫“无始无明”。那我们大家想想，不知道经过（多久），佛学名词叫“无始劫来”的这种生命的轮回，我们到今天还没有解脱，还在轮回。

从佛学的角度，过去已经成就的叫古佛，叫过去佛。已经有无量的古佛，因为修行得力，得到三身圆满，证得佛果。在这个贤劫里头，我们所遇到的佛法是释迦牟尼佛的教法，所以释迦牟尼佛就变成现在佛，我们直接受到释迦牟尼佛三藏十二部经的教化教法，我们统统受释迦牟尼佛的庇荫。

在释迦牟尼佛影响的所教化的时空中，所熏习的没有成就的，要等到当来下生弥勒佛“龙华三会”，这是释迦佛的授记，我们在龙华三会中必当成就。啊！也给了我们很多的信心，释迦佛给我们透露了很多信息了。当然我们还是要加把劲地用功啊！

如果是得度的因缘，就像西方极乐世界也有九品莲花，你精进认真了，修行相当不错，意味着你在上品下生、中生、上生里头。品位还是不同的，成就还是有高低的了，我们也不能够完全依赖佛菩萨。这是龙华三会弥勒菩萨，弥勒佛，（在）祂的教化里头，在释迦牟尼佛的教化底下没有证得果位的、没有得到好处的，在龙华三会必定可以受用。这受用，不可能是一刀切，哦，通通成佛！佛法的因果果也



不是这么讲的。

我们就九品莲来讲，哦，好比大学本部，大学还有硕士班、有博士班；中学又有高中、又有初中，小学还有六年；基础班还有幼稚园，哈哈，这是打比方了。这九品其实也就是你的智慧福德的深浅。

所以我们阿赖耶识，真的是无始劫以来呀！这是我们的根本识，这是我们每一个人生命的根本。多生累劫每一个人的记忆不同，每个人造的业力也不同。但是来到娑婆世界报到的那种模式法则，没有什么两样，一定是三缘和合。根本是属于自己的，跟父母亲的缘——父精、母血，父精代表精子，母血代表卵子。我们就要去分析，佛学就是要去分析，那母血形成什么呀？父精形成了，哦，筋骨是从父精来的，母血形成的是肌肉呀。那么母血是什么样的？哦，来自于浓浓的情执。在女性来讲，浓厚的情执产生的是阴柔。父精代表强烈的身见，形成了筋骨。所以男性表现的是阳刚之美，女性所表现的是阴柔之美。

就是出了家，为什么释迦牟尼佛当时不让女性出家，什么道理呀？后来是阿难尊者一再地请法，佛陀勉强答应了，所以制定了八净法。男众出家，戒律有250条。女性的戒条有多少条啊？讲得出来吗？你们已经受过戒的。哈喽！两边的不要打瞌睡！哈哈，问到你们了，你们比丘尼有多少戒呀？（有答460条）460？哦！多男众多了210条啊！那为什么这样？难道佛陀不平等啊？！男女不平等啊？怎么对女性这么苛刻啊？！这个有它的缘起，如果各位有去看过《大爱道比丘尼经》，讲得很清楚了。女性啊，非常的缠绵，所以女众出了家，应该要看《大爱道比丘尼经》，为什么当年佛陀不让女性出家。

可见，母血带来的浓厚的情执，呈现出阴柔之美。男性强烈的身见，产生了精。所以《封神榜》是一个很内行的人写的。在历史上说，



写《封神榜》的是佛教界的人写的，写《西游记》的是道家道教的人写的。里头的确有很多的（道理）。

所以我特别引用的是哪吒太子“析肉还母”，就是要脱胎了；“析骨还父”，强烈的身见，（这是要换骨了）。析肉还母，啊，需要种种的菩萨行，用普贤行愿来转化，来让我们来脱胎；让很扎实的修证功夫来换骨，筋骨也不容易。脱胎固然不容易，换骨何其简单呐？也不是那么简单的！唯有脱胎换骨才能够莲花化生啊！报身没转化，法身呈现不了的。莲花化生代表的，在我们“四三真言”怎么说的呀？报身需要智德，报身需要实修证，要实修证我们的报身（才能转化），“报身智德解脱门”。我们种种的情执方面，需要行悲愿，行悲愿就是“化身恩德善巧门”，转化我们种种贪嗔痴慢疑的情执。

我是参到哪里，讲到哪里。我讲的东西，没有去看经典的！我自己，啊！在禅观中，哦，在生命的（观照中），透过般若慧观，观照我们身心，去参究，参究到哪里，我讲到哪里！

为什么会从真言八要变九要，九要现在变成十要。十要又增加了，又发现了，不过呢，已经把它定位在“中密三纲、真言十要”，已经历史定稿了。



入胎三缘成三纲成为我们生命的三大纲领（一）

入胎的因缘，当然，不单是浓厚的情执，加上强烈的身见，加上每一个人的多生累劫以来的，可以说是俱生我执，三股强烈的力量汇在一起，形成我们新生命果报体的出现。

所以入胎的第一周，在三缘和合最核心的部分，第一周胚胎就是三缘和合的，从现在的科学仪器观察是这样的，有个亮点，这个亮点其实是胎儿的阿赖耶识，没有这个阿赖耶识成不了胎的，三缘和合所形成的。

《黄帝外经》（《外经微言》）特别提到的，在十二经络之外别有一主，既不是心经，也不是心包经。心经、心包经是最根本的了，心经其实就是我们的第六意识所形成的，心包经其实就是我们身体的身根所在。心经换句话说就是意根，心包经其实就是身根，身心的一个融合。

我们的心经跟心包经，是从心脏延伸出来的。在十二经络没有形成之前，先是五藏六腑，五阴对六阳，哎？照说嘛，一一对应，互为表里嘛。怎么会只有五阴六阳呢？后来，才发现从心脏里头延伸了心经跟心包经，心脏含摄了心经跟心包经。

《黄帝内经》（《外经微言》）很高明的，十二经络别有一主，不是心经也不是心包经，讲的就是命门，这命门是十二经络的真君真主。所以（妊娠）第一周出现了命门，（妊娠）第二周出现了心脏，（妊娠）第三周心脏开始跳动。

现在的仪器检测胚胎，已经观察到入微了，两千多年前释迦牟尼



佛不是靠科学仪器，靠祂的禅定功夫啊！靠祂的般若智慧已经观察到整个入胎38周，七周一变化，七周一变化，哎呀，多精准啊！现在那种胚胎学，现在那种超音波，证实释迦牟尼佛所讲的，真实不虚呀！所以三缘和合，也就是我们生命的三大主流。

我在2014年，因为上海的黄文涛医师要来峨眉帮我调理身体，他是经络的专家。我先看了一些（朱壁修老师）介绍中医的基本理念，也是黄文涛医生的好朋友，应该住在竹东，他也是外省籍的。那么他对中医有些研究，写了一本中医什么理论？讲的是《黄帝内经》，很精华的。我一看，我按照（这理念），黄医师在帮我推拿，我说，“黄医师，你现在是在帮我推膀胱经吗？”哦，现在是肾经；哦，现在推的是心经，推的心包经，我在慢慢揣摩，看那个图。他来帮我推了大概是十二天还是十三天。他走了以后，我就写出来《中医诊疗与佛法修证之论述》，有图表。哎呀，我好像一下子对中医是开窍了！也是发现了生命的三大主流，引用道家的精气神，“神资生”，这是我们生命的根本。

所以中医的中脉是从心经引领的小肠经、膀胱经、肾经；左脉是心包经引领的三焦经、胆经、肝经；右脉是肺经引领的大肠经、胃经、脾经；然后形成24小时十二经络图，很精准。中国古人的学武功，都要学这个经络点穴，很精准的。中国这一套中医呀，武功内功之说呀，它们是相通的。所以武林的泰斗推到了达摩大师。一切功夫，来自于心地，来自于我们的因地，来自我们的见地，这是一切武功的根本。

所以中脉，我用的是“神资生”；左脉，我用的是“精滋养”，滋养了我们的五脏六腑。



那么右脉（我用的是“气化物”），呼吸系统，引领着我们的消化系统，脾胃就是消化系统，大肠经是排泄系统。

中间是心经，引领的小肠经，什么是造血系统啊？小肠经是造血的。然后呢，膀胱经、肾经，所以中脉叫做先天。先天就是我们的起心动念。所以一个人情执太重了，男女的事情做得太多了，会败肾，会下消，那就是会什么啊？阳痿呀、早泄呀、很多的，这个生殖系统出问题了，来自于你的情执。

左脉用的是心包经引领的三焦经，所以我们的身根是你掐哪里，哪里痛啊，是触觉神经。我们身根对的是触尘，触就是触觉神经啊，按到哪里，掐哪里，哪里痛，所以有上焦、中焦、下焦。引领的胆经、肝经，是我们生命的化学系统，能够排毒，吃下去的东西不好的，胆经肝经等于说是一个化学工厂一样的。

中医非常了不起呀！中医在未来时代还会再发扬光大。

我们的左右脉又回归到中脉，从中脉又展示了…，你看我那篇《中医诊疗与佛法修证之论述》，这次方耀珠，她在南华大学硕士论文也引用到我这一段，哎呀，不可思议呀！

所以“入胎三缘成三纲”，成为我们生命的三大纲领，也是中密三纲。中密三纲最核心的就是禅宗三纲心之体，也是佛家的心理空慧观，整个生命的心中心，核心中的核心。



入胎三缘成三纲成为我们生命的三大纲领（二）

我们的身体乃是小宇宙啊。所以在唯识学里讲，我们的身体前五识是阿赖耶识的相分，称之为内四大；山河大地也是阿赖耶识的相分，这叫外四大，我们吃外四大的营养来滋润我们的身体。

那么第三个系统“气化物”，我们透过修心养性，透过我们的菩萨行，慢慢转化我们的情执。所以念清楚，老实持咒很重要哦！跟普贤行相应，也可以说是析肉还母，来转化我们贪嗔痴慢疑的种种情执。所以在藏密的红教宁玛巴叫做修气，我们慢慢一口气一口气的念，念清楚，是大势至菩萨念佛圆通，属于修气。

听清楚属于修脉，对应转化我们的筋骨，转化我们的（身体）。这是二三真言到二四真言，你念清楚听清楚了，你的心量也大了，身体也调了，才能够念念分明。念念分明没有那么简单的！你情执太重了，哎呦，老是插播哦，种种的（念头），好好坏坏，它随时插播，心理因素是习气来干扰；哎呦，好痛啊，哦怎么还没下坐啊？业气作怪啊，身体作怪啊！

唯有“心月命门金刚眼”，把三股力量融在命门，也是我们入胎因缘、三缘和合的中心。

所以各位，“心月命门金刚眼”，“心月”代表我们的阿赖耶识系统，不过有了般若智慧就变成“菩萨清凉月，常游毕竟空”，是一种般若慧观；“命门”是我们身心的一个交集点；“金刚眼”就是入胎的那个亮点，等同金刚眼啊，这是凡夫的阿赖耶识，但是也是生命的能量啊！生命能量我们称为自性光明，含裹着父精母血，三缘和合。所以，胚胎的开始也是命门的一个形成。



各位，入胎三缘成三纲，生命科学心之相，我们不管是内四大、外四大，那是心之相，这是道家的生理养生观。

我们儒家讲的是今生今世，跟佛学来讲，今生今世怎么够呀？谈今生今世，十法界里头也不过是人道，十分之一而已啊，怎么够？唯有普贤行愿涵盖十法界，所以只能够用“普贤行愿心之用”，我们的心之用唯有用普贤行愿。

儒家的学说，“未知生焉知死”，“敬鬼神而远之”，他接受不了，他没有这个经验啊！他没有这个哲学，所以来讲，儒家的学说只是世间般若。世间般若那还是正能量的，孔老夫子讲的礼义廉耻、忠孝仁爱、信义和平、四维八德，那是天地的正气呀，那是世间般若！他所说的这些没有错啊，人道本当如此，本该如此！

唯有《华严经》的普贤行愿，才能够统摄十法界呀，所以用了“普贤行愿心之用”，把儒家纳进来了，十分之一的人道纳进来了。我们的儒家思想代表人道而已啊，天道都谈不上的。

那么道家有的，谈得上天道，道家有入世思想，也有出世思想，只是没有那么通透而已，没有那么深入而已。

所以普贤行愿心之用，儒家伦理入世观。伦理入世观，南老师把这个儒家思想当做饮食店，等同佛教的戒学，佛教的律宗一样的，它中规中矩啊。南老师说的儒家等同饮食店，道家相当于药店，生病你要去找，古代用的都是草药啊，要找中医师来看病。我们中国文化里头《黄帝内经》呀，很多中医的典籍都是道家人物开发出来的，道家了不起，非常了不起呀！

所以“入胎三缘成三纲”是我们的心之体、心之相、心之用。



入胎三缘成三纲成为我们生命的三大纲领（三）

我们老实持咒是修气；听清楚，观音菩萨耳根圆通是修脉；修气是析肉还母，修脉是析骨还父；最后念念分明到念念本空，莲花化生；清清楚楚，对应得很清楚。

各位，参究佛法要这样的参究。你才晓得，哦！原来老实持咒有那么多重要啊！念到一个时候，你心量会打开的，你更有包容心，更有慈悲心哪！所以我提倡要计数、要报数，很重要啊！各位，可以改变我们的命运，改变我们的健康，会改变我们的福报跟智慧，福报和智慧不断地成长啊！老实持咒很重要！进一步你就懂得观音菩萨耳根圆通，啊，那更深了！

二九真言，“观想慧日命门入大道”，这是理入悟大道；“持咒心平气和化百病”，这是行入证大道，这两股力量拧在一起，可以转化我们的三纲，所以莲花化生。“心月命门金刚眼”，这是我们生命的金刚眼；所以“六根融命门，命门融六根”哪，不可思议呀！

我当年行般舟，如果当时发现了这个道理，可能我今天的报身就不一样了，要等到四十多年以后，我才参透。从1977年的年初，等于我们佛学院放寒假，我闭第二次般舟关，49天的般舟关，到第二周命门就开发了，但是不懂得道理。这气脉畅通，那是行般舟来的。要到2018年，从1977到2018年，经过41年才确认。啊！耳通命门的重要啊！那是用生命去实验出来的！

所以2018年，我深深地叹一口气，“哎呀，老朋友，久违了！怎么到现在才认识你呀！我们好早就认识了，以前怎么对你不珍惜呀？！



没有爱惜呀！”你不懂爱惜它，所以，功夫又退掉了。不过呢，这个印象深刻，我的金刚念诵是这样受影响的。

南老师以“观想膻中穴”，膻中穴代表阿部音，属于平音，我们南上师念的准提神咒是平音。那个命门它会形成海潮音，这是必然的趋势，我不是故意的。那么念久了，有意无意就到命门去了。我后来发现，我最早录的快板的，那个声音已经很低沉、很空灵了，还是受命门的影响。一听，那是从命门发出来的音声啊。

所以行般舟，对我这一生的色身转化起了很大的作用，但是自己智慧不够，那时真的不晓得命门这么重要。是从2018年以后，我们黄文涛医生提供了一些古中医对命门的看法，啊，（让我）眼睛一亮！我们大连的永光居士也是中医师，又提供了道家的一些对命门的看法。哎呀，资料越来越多，我现在手边的命门学说资料一大堆。道家古代的这些中医的典籍、《黄帝内经》，都宝贵得不得了啊！

好，不能够再说了，剩下十五分钟了，我们进入到准提法的实验室。

“心月命门金刚眼，耳门圆照慧日明”，很重要啊！这是我最近用功的一个（下手处），毫无保留地告诉大家。耳门圆照不简单啊，观世音菩萨的耳门圆照三昧，是文殊菩萨口中的金刚王三昧呀！



佛陀的智慧贯通了十法界

我们今天还是围绕着两句主题，“入胎三缘成三纲，（三纲十要证三身）”，尤其还在第一句，第一句在不断地探讨。

入胎三缘成三纲。在佛学上所提到的，缘起性空，性空缘起；缘起有多深，性空就有多深；性空有多深，缘起就有多深；缘起性空、性空缘起，其实它是不二的。

我们三缘和合中，表面看起来好像阿赖耶识最深，其实三者同样深，没有哪个深哪个浅的问题。好比说，父精、母血也是从阿赖耶识里涌出来的啊。不管是男女老幼，每一个人的命运，都是自己多生累劫的业力的现量境界。从无始劫以来，有时候你是男的，有哪几世是女的。男男女女，进进出出，怎么说呢？父精、母血也是从阿赖耶识涌出来的呀。所以说，三缘和合，一就是三，三就是一。

一切都是因缘所生法。你今生转世为男的，有转世为男的缘起；你转世为女的，有女的缘起。那种缘起也就是所谓的因缘所生法。你想出生为男、出生为女，也不是你自己做得了主的，也是众缘和合。

所以宇宙人生的真理，其实是究竟平等的。佛陀说法，那么佛陀所讲的真理也会有打压女性吗？不可能的！佛陀只是如实说。《大爱道比丘尼经》，那是把女性这种习气，像X光一样的透视。这种缘起甚深，甚深缘起，太深了。

佛陀只讲女性，男性方面祂讲得比较少。佛陀之所以讲女性啊，其实是针对女性的烦恼。佛陀是一个真理的开发者、表达者。世俗人也许会有世俗人的偏颇，佛陀不会的。佛陀讲的真理是正大光明、大



公无私的。

其实我们凡夫的命运都非常复杂，多生累劫以来嘛。过去南上师也讲，很多男人女性化，那是刚从女人转世过来的，生得娘娘腔啊。哦，有的女性，大咧咧的，就像个男人，她刚从男人转为女人。

这种真理就是摊在阳光底下的，这个真理是亘古不变的真理，不会因为什么人，对某些人有特权，没有这回事的。佛陀说法再公正不过了。

所以，要探讨阿赖耶识，要转八识成四智。六祖讲的禅宗三纲，啊，讲得太如理如法了。从生命上，心之体、心之相、心之用，人人本具，个个不无啊。所以六祖讲的三纲也是从真理上来演绎的。凡夫总是从有念到无念，到了无念的境界就是清净法身的境界。所以禅宗三纲本身就具备了中密三纲的内涵。禅宗以无相为宗，无相总是从有相到无相。生命科学心之相，这相也是讲宇宙人生的真相。所以道家所开发出的中医，那真是了不起啊！我们凡夫哪个不着相啊！相有什么可怕的！你看清真相，真理就呈现出来了，要还给它，它是什么就还给它什么。

所以入胎的这三缘，没有哪个好哪个不好，这是我们业力的问题。换句话说，我们每一个人生命里头本来就有女性的成分，也有男性的成分。毕竟是父母所生的呀，男女各半，基因各半，那不是很平等吗！

既然谈真理，真理就有它的真相。真理的一个根本的叫体，心之相，心之用。真体、真相、真用，其实它回归在一起。体相用，回到了禅宗三纲心之体，佛家的心理空慧观。所以禅宗三纲本身就可以融入到中密三纲，都可以融进去啊，只是深浅问题而已。



要解决我们阿赖耶识的问题，彻底解决那非要禅宗的三纲（不可），很清晰。探讨这个相，讲这个相，讲得最好的是道家的中医。中医理论分析得很到位，所以生命科学心之相，这是道家的生理养生观。那么也不是说，道家只是代表生理养生，那道家的政治哲学很高啊，拨乱反正啊！我们只是拿它来做一个起点而已啊。道家哲学，当然拼不过佛教的禅宗的般若思想。所以孙中山先生讲的，“佛学为哲学之母”，一点都没有错啊。其实道家人物有现在这种科技研究的精神。所以心之相，比较偏向生理啦，比较偏向六根啦，对我们生理现象的分析，这也是对的。

普贤行愿心之用，昨天讲过了。以儒家的学说，只是今生今世，讲的人道，人道在佛教所讲十法界里头，只是十分之一而已啊，也不过十法界其中的一个人道。

那么心之用，要谈心之用，佛陀的智慧贯穿十法界，也只有佛陀能够贯通十法界。一般菩萨道，因为菩萨本身都还没有到达佛果啊，从理论上是这样的说。要谈心之用，一定是谈的十法界，光谈人道不够的。那么佛菩萨的妙用啊，儒家的那点哲学，还只是停留在现实的生活上面、人际关系上面，还没有看到、没有通到我们生命最根本的，那只有佛，才是究竟的。

所以“入胎三缘成三纲”，那还是有深浅问题的。所以来跟我们的二三真言、二四真言配合得非常好。



念动、气动、心脏跳动是一体的

心之用针对的是六尘，六尘也是来自于我们身心，一部分从我们自己的阿赖耶识涌现出来；六根也是阿赖耶识涌出来的。六根就是阿赖耶识的相，六尘也是阿赖耶识的相，六识是阿赖耶识的体，体相用。心之体、心之相、心之用。相用，所以道殷大师讲得非常好，先悟毗卢法界，就看通了我们整个生命的中心思想。那么见到空性以后，后修普贤行愿海，我们的六根六尘就慢慢转了。六尘是心之用，普贤行愿心之用；六根就是生命科学心之相。

所以我们老实持咒念清楚这是修气，修气当然也是配合我们的普贤行愿，转化六尘境界，让心量打开来，我们的六尘哪里来的？也是从六识来的。

所以你起个善念，心平气和；起个恶念，心不平气不和。心平气和，人事就祥和；心不平气不和，人事就不祥和；那么你身体也还非常的（难过），那这个气不和之相，你身体还会好受啊！所以，尘影响到根，识影响到尘、也影响到根，因缘故，互为（因缘故），因中有缘有果，缘中有因有果，果中有因有缘，它们三而一，一而三嘛！穿插的。

所以“入胎三缘成三纲”，各位，那是给大家修行的画龙点睛喔，你要有智慧去接受。你没有智慧接受，背后如果还在评论、还在议论啊，那是你的事情。我已经帮各位理出来个头绪，听不听在你。听，也要谛听谛听，要有般若智慧才听得进去的。没有智慧的人，听了一知半解，一知半解很容易谤佛、谤法、谤僧。因为你开始评论了，有的评论得很尖酸刻薄。那谤佛谤法谤可更深了，将来果报不可思议。



我们身为一个佛法的实践者，应该讲真话、讲真理，哪能讲似是而非啊？跟谁过不去呀？跟自己过不去呀？首先受果报最大的是自己，你讲错话了！你体会错了！你看错了！你不承受果报谁承受果报啊？！

念清楚有多重要啊，转化命运！为什么准提法是富贵法？因为它是般若大法，它是摩诃般若波罗蜜。

我们智慧没那么高，那就依教奉行，哦，持佛菩萨的心语，咒语就是佛菩萨的心语，佛菩萨修行的一个结晶，最核心的，来统摄我们身口意的，叫做总持，“妙湛总持不动尊”，所以是真语者、实语者、不诳语者。你只要老实念咒，你念得很清楚了，你没有恶念，也没有邪念了，那久了，形成一股力量，你命运不就转了吗！

所以老实念咒修气，是析肉还母，不断地在还欠母亲的债。你的身体来自于（父母），什么受之父母啊？儒家那句话（道友答：身体发肤），“身体发肤，受之父母，不敢毁伤”。那是欠父母的，该还的。还掉，你就无债一身轻了！你要用正念来还。哦，父子、母子、父女、母女都是连体的。你一念，你的父母亲就得到好处了。你在起正念，跟他起这种共振，你也在报父母恩哪！很重要！各位，报父母恩哪。你在外面乱搞，你父母亲心疼啊，心里头纠结痛苦啊，那不是伤了父母亲吗？你每次都是符合八正道，都是在度你父母亲呢！随时都在析肉还母、析骨还父。

所以念清楚修气，析肉还母；听清楚修脉，析骨还父；念念分明念念本空，莲花化生。多清楚啊！

各位，要这样的感同身受。听进去，啊！真实不虚，再也不会怀



疑。

入胎三缘成三纲，这是法尔如是的真理呀！大家要仔细地去体会。体会到了，你就不敢放逸懈怠了，就肯认真了，觉得这样做有意义了，能够让自己认真地计数报数，鞭策你啊，逼着你进步啊，多重要啊！

好好听进去，念清楚修气，析肉还母；听清楚修脉，析骨还父；念念分明，念念本空，莲花化生，这脉络了了分明。

现在的科学仪器，能测量到心电图，可以看出这是心电图跳动。这是跟我们念头的起伏有关系，一个有禅定功夫的，他的心电图就很平稳了。心脏跳动，的确跟我们起心动念有关系，也跟我们的身体（有关系），所以念动、气动、心脏跳动，它是一体的。念动等于启动了阿赖耶识，阿赖耶识用六识做代表，气动用六尘做代表，心脏跳动用六根做代表，不是念动、气动、心脏跳动吗？一体的！



中密三纲的般若智慧是来转化我们的命运

我们这个星期的金刚般若法会，用了两句话作为这个七的主题。到上午为止，大概已经画龙点睛地把“入胎三缘成三纲”的理跟事稍微重点的描述过了。

下午开始针对第二句“三纲十要证三身”。要转化阿赖耶识，那是要正知见，要开发我们生命的根本，最圆满的境界，法身断德般若门。开发了法身断德般若门，我们才能够彻底转化，叫做命由我造，总算把自己的整个命运掌控在自己手里了。

没有透彻的正知见，你的人生是渺渺茫茫的。可以说芸芸众生，都是为眼前的芝麻绿豆大的芝麻小利，庸庸碌碌、忙忙碌碌过一生，为了只是满足他现实的生活，追求的是人生的名闻利养。很多人容易满足于现实的名闻利养，没有大志向。那只是一般人道的想法，把生活安顿好了，过好日子就不错了，很多人都是这样的想法。为什么呀？从佛学角度来说，那是善根不够呀，只是停留在人道上面，这种庸庸碌碌、平凡过一生的人太多了，为了三餐，哎呀，打拼了一辈子。

有的人福报好，当然日子还过得过去。有的人福报不好，三餐呢，小康之家，勉以维持，勉强可以维持生活。有的人，有善根学佛了，哎呦，还是想要的只是自己，只懂得自己用功，自己专修，走上了小乘的路线去了。

所以在1969年，我看了《坛经》之后，啊，心心念念只求菩提，不想其他。当兵回来没有多久，找了一份算是很不错的工作，待遇等种种都还可以，但已经没有办法满足我了。尤其下班之后，吃过晚餐，



洗过澡，在宿舍里面躺下休息，才刚一思维《坛经》，一想到《坛经》，哎呀，整个身心都空掉了！宿舍也没有了。哎呀，糟糕！我去哪里了？才这样的疑心起来，哦，又回来了。我晓得，我时间到了，我不应该再做世间的工作了，该辞掉了。

看了《坛经》，已经给了我一个对人生的择法眼，选择自己该走上什么路了。不但懂得选择该走什么路了，同时《坛经》的金刚眼，让我懂得选择善知识了。哪些人我该亲近；哪些人，眼睛一看，耳朵一听，不是我要的。所以让我想到那句话，“凤凰非梧桐不栖”。我寻找善知识，不是阿猫阿狗都去亲近的，已经有自己的标准了，已经有自己的眼光在那里了。看《坛经》发了三个大愿：（第一个）要找个禅师出家，各位这是什么标准啊？第二个要建禅宗丛林道场，第三个要弘扬禅宗文化。我的目标志向都有了，你说我还能够满足世间的这些工作吗？满足不了啦。

哦，你们有的人菩提心发不出来，就是你们的见地还不够透，所以模棱两可。哎呦，在那犹豫呀，想太多。我们当年要想出家也没有考虑到将来有没有前途了，出了家有没有前途了？那不管那么多。能够安心立命，明心见性，哦，这才是立命的根本！还管它什么有前途没前途，那不是我考虑的。

所以23岁看到《坛经》，24岁年初退伍，25岁出家。看到人生，等于《法华经》所讲的，“此中唯有一真实，无二亦无三”，我没有第二条路了。在我的眼光中，人生没有第二条路可以选。步上菩提大道，这是我这一生唯一的选择，其他都不是我要的！所以才有三十八次的闭关，啊，四十多年的内修外弘。



要析肉还母、析骨还父，那就是你要去用功啊，你要去转化自己的命运哪！中密三纲，般若在禅宗三纲，整个确立生命的大方向、大目标，来转化我们的命运。

这三纲里头，第一个就是改造自己的命运，转化我们的生命，确定我们的生命中心在哪里。在道殿大师所说的准提法，这是先悟毗卢法界，找到生命的根本，这是要正知见，这是法身断德般若门。

那么我们根深蒂固的习性啊、个性啊，这不转化，命运改不了啊。所以要行愿，唯有菩萨道、菩萨行，才能够转化我们的个性、我们的习性，这是行悲愿——化身恩德善巧门。这是（转化）入胎的母血，析肉还母，转化我们的习气习性，这一点很重要。这是菩萨戒行，来转化我们的习性、习气，打开我们的心量。

对我们的报身哪，那析骨还父，这是要真功夫，我们的报身才能转化，这要实修证，报身智德解脱门。智慧开发一分，你的报身就能够转化一分。

所以，认识了入胎三缘，你就看清了怎么来转化自己了。入胎三缘成三纲，看得清楚，所以往往是最初也是最后。

各位，不要小看呢，这个入胎三缘，也正是代表了见地、修证、行愿。见地转化阿赖耶识，行愿转化所谓的母血，功夫来转化（父精）。所以析肉还母，析骨还父，因为“实修证——报身智德解脱门”。我们的报身太复杂了，这是生命科学心之相，生命的现象。整个缘起要看得很通透，我们才能够真修实证，针对自己的习气呀、业气呀。

所谓的母血，其实就是情执方面的，种种贪嗔痴慢疑的习气习性，这不好转呐！江山易改，本性难移呀！没有菩萨行转化不了！所以借



境炼心很重要！

我们的色身千差万别呀，需要千锤百炼的功夫，百炼成钢，才能够转化我们的业报身。

现在，我们把心月也好，慧日也好，以般若慧观来转化我们的阿赖耶识。阿赖耶识其中的一部分，身心的交集点就是命门，也是入胎最早形成的，三缘和合的一个交集点——命门，很重要。

所以心月命门金刚眼，你看到了吗？你体会到入胎三缘成三纲吗？哪三纲啊？心月、命门、金刚眼，这不是三纲吗？你体会到了吗？很重要！

各位，这个可能你去到处求，求什么藏密的密法，这些上师不会告诉你这些口诀的。所以，这是无上甚深妙密法呀！毫无保留地供养给大家，问题你有没有智慧听进去呀？！随文入观哪！你体会到也把握到了。

如果1977年，第二次般舟关，我如果有这样的见地，我今天的色身应该不止是这样的。我不想自己吃了那么多苦头……如果你听进去了，把握了，珍惜它，真正认真用功了，你已经得到了很大的便宜。

各位，刚才这堂很重要啊！问题你有没有这个智慧听进去呀？！



尽心尽力，随缘随力，中道而行

以我个人来说，此时最需要的是金刚念诵的真修实证。现在（讲）这个法，是为让很多的还没有懂过来的，希望能够帮助有缘的人。

在我来说，最好二十四小时金刚念诵不间断，对我的色身转化，是一个最好的选择。

一个主法（的）吧，你也不能够只是为个人。所以这道理，还是要画龙点睛，点到为止。那么佛陀也只能够度有缘人，没有缘的人，我们本师释迦牟尼佛也度不了。

大家在一起，这是缘分。所以我的弘法利生，历来有八个字，“尽心尽力”，尽我最大的这份供养心。那么大家能不能得利，那也是每一个人的因缘；所以我也只能够“随缘随力”，做多少算多少。随缘随力有点随过头了，就会松放松散，所以随缘随力还是要尽心尽力来衬托它；尽心尽力尽过头了，有点压力了，给自己解压，就随缘随力。随过头了，太松散了，还是要尽心尽力。“尽心尽力”加上“随缘随力”，这是中道而行，大家好好地体会。



见地通透了，带业和消业都不是问题

我们修学佛法，就是佛学理念参透一分，开发一分，就有一分的法喜。所以，一定从理到事，这个理想通了，我们才会很认真地去用功，所以达摩大师提到理入还要行入。行入叫事法界，我们的功夫加上我们的菩萨行，都是属于行入。不但是要想得到，还要做得来。理入是想得到，行入是做得来。

当我们道理也想通了，事修功夫也慢慢、慢慢、慢跟进了，你的那种欢喜，啊！这才是我们生命的不断地开展。

《金刚经》最后一句话告诉我们，“一切有为法，（如梦幻泡影）。”世间的名闻利养啊，地位再高啦，几十年都是一场梦，都是幻化的。但是佛学，哦，想通了，这是宇宙人生的真理啊！加上我们事修功夫的跟进，感觉上跟大道越来越接近的时候，等于修行有个盼头了。知道自己所修的法门，没有偏差，是个正确的，值得信赖的，这样地修下去，那么成果总是会一步一步地展现开来。

那么理上的开发，各位，已经不容易啦，你把这个道理都（参透了），整个次第都想通了，看清楚看明白了，你的信心大增。那么紧跟着，从理入到行入，感觉上自己所做的非常有价值。

如果是拿香跟着后面拜拜，你会感觉上不是很踏实。那么，道理想通了，打从内心里愿意这么做！好比说你每天懂得念咒、懂得计数、懂得报数。啊，你会报数报得很法喜，很欢喜，哎呀，我今天没有空过啊，我又给自己一份靓丽的成绩单！啊，我总算很认真地在法上用功。那么也看到自己的心量不断打开来，看到对佛学理念越来越清晰，



念咒、功夫越来越扎实。

那么，一个人到了生命的终点站的时候，临命终的时候，佛学上告诉我们，“万般带不走，唯有业随身。”啊，业，我们当然是希望带的是善业，带的是清净的业。那么善业、清净业能够跟着我们，往后多生累劫陪伴着我们，在菩提道上面不断地成长，一想到这个，多欣慰啊！

当年旅居在旧金山的陈健民上师，哦，抛出了一个烟幕弹，什么烟幕弹啊？他提出了到底是带业往生啊、（还是）消业往生啊？这个问题，弄得佛教界沸沸扬扬的。

如果完全是消业往生，那一般凡夫怎么做得到啊？佛菩萨修行的境界还分成五十二位了。我们这个娑婆世界也叫做凡圣同居（土），有圣人有凡夫。如果谈到极乐世界，既然有九品往生，有的已经到了上品，有的才到中品，更糟糕的有的才下品而已啊。等于呀，有的人还在幼稚园小学阶段，有的人已经跑到中学的阶段，有的人进入到大学的阶段。你说到底是消业往生啊、（还是）带业往生？

你见地通透了，带业也不是问题，消业也不是问题。消了几分业就得到几分解脱嘛！换句话说，消中有带，带中有消嘛！你完全带业，你带的什么业啊？有下品下生、下品中生、下品上生，下品也分成三品嘛，中品也是三品，上品也是分三品！

那么为什么分成九品啊？下品的，我们就事论事了，我们现在不谈这个净土法门。从佛学理论上面来讲，程度本来就有高低呀，福德好，智慧好，当然他就是更加欢喜呀！那么有的学佛，哎呀，学得苦苦恼恼的，但是虽然是苦苦恼恼，他有信仰啊！你不能说，哎呀，他



怎么学得苦苦恼恼的？但是他能够学佛，也是善根啊，也是带着善根来的呀。虽然他有善根，但是恶业多善业少，所以修得很苦恼，那不是带业吗？

那你说初地菩萨，好比说已经到了初地菩萨的人，他能够满足自己的现状吗？满足现状，他就进步不了了。那你说初地菩萨有没有带业呀？怎么没有带业啊，如果他没有带业，他应该是到了佛果呀，简单地说吧。他怎么不是二地？怎么不是三地呀？可见成长的空间还很大呀！

应该这么说，多消一分业就少带一分业，不是这样吗？！消跟带之间是和合的，融在一起的。你的智慧成长一分，自然你受苦的机率就减轻一分嘛！但是叫“比上不足，比下有余”呀！

那么我们修行是要比上，不是要比下呀！哎呀，我是初地而已啊，那我希望能够上升到二地；二地的人，唉，不能够得少为足啊，也希望再往上提升，不断地向上提升，这是一定的道理；“君子以自强不息”，“苟日新，日日新，又日新”，这才是修行的道理啊！

啊，见地通透了，是消业也是带业，是带业也是消业，不是这样吗？！消了一分业就少带一分业吧！多消一分就少带一分嘛！消中有带，带中有消吧！不是这个道理吗？

当年也是南上师就在这里讲，消业往生还是带业往生？有一篇文稿啦，南上师这篇文稿一起来，啊，主张消业的也消停了，主张带业的也消停了，所以佛法是个智慧之学。带业，如果带着善业有什么不好啊？带的是净业有什么不好啊？看你怎么想啊！

那好了，我们继续修法。老实念咒是不断在消业，这不是吗？念



到多消一分业就多带一分清淨业。所以，不是消也不是带的问题，而是观念的问题。



亲近南老师，行普贤行，苦尽甘来

从1979年1月3号，离开佛光山的佛学院，到台北亲近南老师，成立大乘学舍，成立十方禅林筹建处。第二年，1980年创办十方丛林书院。到了1985年，南老师即将离开台湾，当时从办《知见》杂志到《十方》杂志，所以《十方》杂志到今年已经41年了。离开台湾之前，南老师还帮我们成立了财团法人“十方禅林文教基金会”。到了1985年的7月5号，总共亲近（从1979年的1月3号到1985年的7月5号）正好是六年六个月零二天。

南老师大概七月份离开，我们峨眉的土地，大概十月份买到了。过了一两年，又买到了台北十楼、十一楼、十二楼，向农民银行贷款，哦，大概还了将近二十年才还清啊！又要还台北道场的债务，峨眉十方禅林又在不断建设，又要内修外弘，一个磬一个磬敲出来的，把台北道场的债务还清了，峨眉道场也慢慢慢慢地一栋一栋地建起来了，现在又有十方学堂也在建，啊，这个没有一点（坚韧的精神）……那么我何尝不是在天天修苦行啊？内修外弘，这么大的一个担子在挑。各位，你们没有经历过，你们是不了解，你们亲自来挑挑。从1985年，整个担子我挑起来了，挑起了这弘法利生的重担！挑起了建设禅林、建设十方学堂的责任，还要内修外弘。

南老师在台湾嘛，还有一个人（靠），靠着南老师。啊，南老师离开台湾到美国去了，我靠谁啊？这没得靠了，靠自己。南门那么多人，真正关心我的，就是我们谢福枝谢老总。他对我可以说是非常无比地关心，他的关心也只能够从电话中来安慰啊！哈哈，（除此）他也关心不了，他被南老师调到太湖大学堂去了。我们也只能够在电话



中互通有无啊！这个就是普贤行愿。

从1971年出家到1979年，都是过着独来独往的佛学院学生生活，在佛光山六年半。从1971年出家，大概在同净兰若有一年多，我师父也到美国去了。到1979年的1月3号，完全走行愿的路线，脱离了佛学院那个逍遥自在、独来独往的一个岁月。

当家不好当啊，各位！我大乘学舍当家一年，转过来办十方丛林书院也是当家，换个名字，叫十方丛林书院的训导副主任兼总务主任，总务主任其实就是当家。整个事务啊、法务啊、管理学生啊等等，都落到我的头上来。其他的孙公挂训导主任，他也不管事的，年纪大也不管事，所以整个事务、法务都落到我的肩膀上面了。

那六年六个月零二天，那是从早上起来眼睛睁开来，一直到晚上睡觉，忙得团团转。忙到晚上，南老师上课，我负责敲磬，磬敲完了，我就开始打瞌睡了，太累了！睡得差不多了，南老师的课两个钟头也讲完了，哈哈！半睡半听，一边听一边在打瞌睡，其实也听进去了。所以亲近南老师六年半，是我一生中最辛苦的一段岁月，但是也是成长最快的。到了1985年，重担一肩挑啊！不过呢，修习佛法，总是苦尽甘来。看到了成果，看到了……也是多少有点欣慰啊！你发的愿，自己就是要了愿，就是要去兑现。

整个参学过程，在1990年南老师就要我写《我与南老师》，1990年，那是32年前的往事了，我到现在还没有动笔。啊，想想，也该动笔了！把整个亲近南上师的过程，整个一个身心的煎熬、成长，现在想起来，好比是在倒吃甘蔗一样的，越吃越甜，也是苦尽甘来啊！

好，这堂时间到了，松腿下座，休息二十分钟，准备诵《金刚经》。



三缘和合融命门，脱胎换骨真修证

到今天中午，算是整个七的一半，今天是第三天的中午。我们的这个七已经开始要走下坡了，三天半，我们现在整整七天，到第七天的晚上放大蒙山。所以我们这个七到中午为止，踏上了最高峰。下午啊，就慢慢、慢慢、慢慢地散步，哇，悠哉悠哉的，哈哈。散步回家睡大觉，哈哈哈哈（师父幽默的话）。

前面的一半，我用了两句，“入胎三缘成三纲”，从三缘看到了我们中密三纲的心之体、心之相、心之用；“三纲十要证三身”。

后面我再加上两句，两句是加强语气。好比说我们在照相，传统那种照相机要聚焦，那个焦点要调好，照出来的相才好看，后面这两句叫聚焦显真。第一句，三缘和合，三缘和合干嘛呀？“三缘和合现命门”，三缘和合的整个焦距就在命门，命门呈现了三缘和合，三缘和合融入到命门中。各位，这一点是我们生命的心中心哦。

三缘和合，啊，不要用“现”，用“融”，“三缘和合融命门”就对了。三缘和合融命门，这个“现”跟“融”，“融”就是三缘和合融在一起。三缘和合融命门，这是我们生命的心中心，也是我们阿赖耶识的现量境界。父精，也是阿赖耶识所呈现的；母血，也是阿赖耶识所呈现的；三缘和合融命门，正是阿赖耶识的现量境界。大家好好体会参究。

母血代表情执，多生累劫的情执；父精代表多生累劫的强烈的身见。凡夫哪个没有情执啊？哪个没有身见啊？今生你现男身、现女身，你已经被局限了。因为你呈现的是一个女性的生理；哦，转生为男的，呈现的是男性的生理，已经不同了！那么不管是男性、女性，都是阿



赖耶识，阿赖耶识是我们生命的一大秘密宝藏。

那么凡夫嘛，就混混沌沌的，没有开窍，没有般若智慧，没有开窍。这些圣者，已经修证完成了，阿赖耶识转八识成四智，大放光明。一个是已开发，一个未开发。我们凡夫的阿赖耶识是未开发，圣人的阿赖耶识已经转八识成四智了，那妙用无穷。

我们凡夫啦，颠颠倒倒、苦苦恼恼；在圣人的境界，三明六通，神通自在，祂的阿赖耶识发挥它的妙用；所以转八识成四智，天壤之别呦。虽然众生都有佛性，已开发跟没有开发，差别很多啊。所以已开发的圣者，无忧也无喜，逍遥自在，无牵无挂的，那是因为祂已经开发宇宙不二门，完成人生真善美。我们还没有完成，我们一般凡夫颠颠倒倒、苦苦恼恼的。

所以“三缘和合融命门”，这句话很重要哦！这是聚焦，三股力量融在一起，融命门，整个生命的心中心融命门。正好，你体会到了，正好什么呀？“脱胎换骨真修证”，你可以真修实证了，可以脱胎换骨了。脱胎换骨在“三纲十要证三身”啊！

要上座之前，忽然间眼睛一亮，哦，那三缘和合融命门，这是关键中的关键呐！正是脱胎换骨真修证啊！你体会到了正好用功，正好开始做脱胎，脱胎——析肉还母，换骨——析骨还父，莲花化生——莲花化生真修证。

哦，还有10分钟，我话讲了了，不想说了，呵，赶快再念咒吧！

哦，这一座的主题，从两句变成四句，那是精华中的精华，浓缩再浓缩。你体会进去，往后修行用功，事半功倍。那就看你有没有这个智慧，有没有这个福报，尝到这样的一个妙果。《法华经》叫《妙



法莲华经》，这真正是“妙法莲华经”。

入胎三缘成三纲，三纲十要证三身，三缘和合融命门，脱胎换骨真修证啊！啊，这是真修实证的。



三缘和合融命门正是阿赖耶识的现量境界

我们修行其实是一种修补、弥补、修复。尤其方法用对了，等于有种浪子回头金不换的味道。

这机器用了几十年，老化了。身体变成老爷车，再怎么修也是老爷车。慧日孤悬融命门，等于回复到入胎那一刹那，以新生命重新开始，虽然没办法像婴儿那样，不过还是堪用，懂得修补总比不懂好。有时候，佛法不可思议啊。到七十岁才明白，惭愧得不得了，不敢躺下睡觉。你见地对了，智慧对了，一样可以证道，说不定对身心有很强烈的修补，问题是你插头要插对。

这是我1977年第二次般舟关，佛学院寒假我闭了四十九天所发现的。南师的好朋友（大愚）法师也是闭般舟成就的，（他让南老师注意）背脊骨从下往上的第七节，你要晓得这里啊！

（般舟关）闭得很深的时候，命门一定会出现。整个气机、气脉的发动就在命门，不可思议！只是到了2018年，经过四十一年，我才确认。哎呀，认识得太晚了！

所以这几年加强开发，从自己用功上面。不过懂得修还来得及，让我老人家多负担（一些）。一个人真正彻悟之后，一旦是正确的、精准的，对你身心一定会起相当修补，没有大脱胎也有小脱胎，“脱胎换骨真修证”啊！

修证的口诀在“真言十要”，其实很重要。我自己在用，毫不保留地供养给大家。

三缘和合融命门，这是阿赖耶识的现量境界，阿赖耶识的总部，



很重要。整个一个般若慧观，慧日孤悬融命门就是般若慧观融命门！身心的一个交集点！开始启动我们生命的最根本、最核心的、一个三缘和合的总部所在、一个融合的一个地方。加上二三真言、二四真言，整个真言十要都融进来了。

我通常自己开发到哪里就讲到哪里。没有开发出来的，自己没有受用的东西不敢给大家。有些公布了一半又收回来，不是吝啬，要试验成功了，再来公诸于世。道者天下之公道，希望有利于未来的修行人，少走一些冤枉路，这是我个人内心真实的一个想法。

所以“念清楚、听清楚”，这是很重要喔。念清楚，这是大势至菩萨念佛圆通；听清楚，观世音菩萨耳根圆通。早期从沙弥时代，从在家等待剃度的那一段时间，我已经看到《楞严经》的二十五圆通了，一看，触动很强。随时把注意力都摆在两个耳朵，在返听返闻，也有一些受用，但也有些后遗症。

后来正式亲近南老师之后，南老师要我不要把注意力放在头部，放在膻中穴。所以膻中穴，我花了几十年。后来，有时候经常发现膻中穴这个地方会绞痛啊，一放到命门就好了，一放到命门就松开来。最后才确认，啊，命门才是正确啊！这样的，从1977到2018，经过41年才确认哪，吃了不少苦头啊，各位！

耳通命门之后，以后的牙龈再不会出血了，很多的后遗症慢慢慢慢都化掉了。方法对跟不对，那是不同的结果。所以对耳根，对耳门圆照，我有更深的（体会），正在开发。

其实，也没有什么秘密啦，但是你们自己要（能）用得上。我用的正是四七真言四般若里头的第四句，耳门圆照慧日明。那只是看你



有没有这个（智慧）啊？我的一个做法，一向都是要开发自己，自己受用了，才公诸于世。

其实“耳门圆照慧日明”，去年就提出来了。问题是告诉你，你不相信，你也不会用；你智慧不够也用不上，就是这个道理。



正知正见正念是析肉还母的开始

在《封神榜》上面，所谓的哪吒太子，析肉还母，不是把你身上的肉割得干干净净的就是还给母亲。各位，不要误会，不是这个意思。其实析肉还母，意思是修到脱胎换骨，你要了解它的本意。

凡夫嘛，都是血肉之躯。析肉，这肉也代表凡夫很强烈的情执，这情执慢慢淡化了。所以，一定是要从我们的正念下手，有了这个千真万确的正知正见，这是析肉还母的开始。

我们的一个下手处，念清楚是修气，念清楚其实也是身心双调。念是意根，念咒不但是意念清晰，还要每一个字念得很清楚，一口气一口气地念。也就是说，我们的舌根弹动很清楚，加上整个气从命门涌出来，它是一连串的。修气修到最深的，最深的气还是从我们生命的本能（涌出来的），所以意根意根，其实就是性火，从我们的自性光明中展现出来了，从我们的般若理念展现出来了的那种念诵，对气的转化就不一样了。

修气，这气从哪里来的呀？不但是性火，也是从相火，相火是我们吸收外四大形成的，这是相火。所以这火，有心理层面的，有生理层面的，两股力量。

根根还是性火，性火更加的清纯。相火也称之为拙火，这拙火从生理来的，就是比较粗糙，所以用笨拙的“拙”，愚拙的“拙”，这个名词用得非常好。

意根是我们的性火，性火人人本具，个个不无。我们的正知正见的能量最强！所以性火引发了相火。一口气一口气，这也是风大互相



撞击，互相摩擦，产生的身体的热量，热能热量那是所谓的相火。那么从性火引发的相火，其实都是必要的。

借着正知正见的（念头），念就是气，气就是念，来转化我们的脾胃，所以火生土，脾胃让我们的吸收更加好，吃下外四大的营养品，转化成力量，什么力量啊？又转成我们生命的能量，所以叫土生金，金就是气血旺盛，体力充沛，精神充沛，正好用功，正好转化。那么一口气一口气的，也是从我们的肺脏，所以一口气一口气，它的根源就在肺经，就在土生金，肺活量很强大，这是析肉还母很重要的一环。

析肉还母跟析骨还父，有它的连带关系，本来就是融合在一起的，当然有连带关系了。



有了般若正见才不会自欺、欺人、被人欺

入胎三缘成三纲

三纲十要证三身

三缘和合融命门

脱胎换骨真修证

我们凡夫多生累劫有种种的边见、邪见。好比说，有的人认为生命是永恒的，这叫常见；有的人认为，人死如灯灭，死了什么都没有了，那就叫断见，经常容易引起断常二见，这些在佛学上叫做邪见。

凡夫有强烈的身见，对身体的执着叫身见；那也有禁戒取见，对戒律的执着，对戒律没有一种正确的认识，反而形成自己绑自己。所以整个佛法的中心在正知正见，在般若慧见。

在《坛经》六祖提到的“慧日破诸暗”，破除我们种种的邪知邪见。知见本身偏差了，就会自己绑自己，甚至故作洒脱。达摩大师来到中国，想要找一个不自欺、不欺人、不被人欺的人。也就是南上师经常讲的，我们凡夫经常做三件傻事，很容易犯上，自欺——自己欺骗自己；不是自欺就是欺人，把自己的知见强压在别人身上，要别人接受，那是欺人。所以我们经常骂人，你这个人欺人太甚了！我们会自欺、欺人，那也一定会被人欺，别人一定会投你所好，拍你马屁，那就是被人欺了。

唯有般若正见，才不上当；不敢自欺，更不会欺人；唯有正知正见，不敢呐。看清楚了，也不会上别人的当。别人拍你马屁，那是别有所求。马屁拍过头了，感觉是肉麻兮兮的。但是很多人啊，乐意被



人家拍马屁，那也是叫贱骨头。一个正人君子哪里会要人家拍马屁？拍马屁那也是自欺、欺人、被人欺的现象。

所以有般若正见，才懂得洁身自好。哪些该做，哪些不该做，清清楚楚了。智慧通透了，你像南上师，他正面也是教育，反面也是教育，故意给你难堪，那也是教育。慈眉善目是慈悲，金刚怒目也是慈悲。金刚怒目，就是要让你印象深刻，汲取这个教训。

所以禅宗祖师很擅长，所谓的临济喝。“喝”！棒喝棒喝，棒有赏棒，有罚棒。这“喝”，什么叫喝啊？让你难堪，讲出真话的人有时候会让你难堪，让你难堪就是棒喝。我们很多人哪，都喜欢听假话，奉承阿谀的这些假话，很多人喜欢听。棒喝棒喝，讲真话，反而说，哎呦，你是不是跟我过不去啊？

在菩萨道的一个教育法，能够让你纠正过来的，能够让你清醒的，这种种的，不管是软棒、硬棒，总是要让你清醒过来，这是禅宗有名的临济喝，德山棒，赵州茶，云门饼，其实都是教育法。

过去我们南上师经常说，你们认为我在骂人，我才冤枉啊，我都在供养。讲真话也叫骂人。所以南上师说，哎呀，你们冤枉我，我是真心供养。过去南门一些资历很深的、地位很高的，有的一见面就跟南老师约法三章：南老师你可不能骂我啊，你骂我，我就不来了！南老师笑笑，你还有资格让我骂？

总而言之，我们整个修行在“照见五蕴皆空，度一切苦厄”。我们与生俱来的种种俱生我执、种种的邪知邪见，那是我们生命的致命伤，这些都要转化。



脱胎换骨真修证

所谓的析肉还母，不是把肉割下来还给母亲，不是这样的，就是要脱胎。析肉还母就是脱胎，析骨还父就是换骨。

哎呀，我们有的人年纪大了，骨质疏松了，我看到很多。这次回到乡下，去看我的大哥大姐二哥，哎呀，他们的骨头都不行了，走路都很困难了，走路拿着手拐杖，一步一步的。哎呀，看得我是非常的心疼啊！老一辈的，年纪都大了，我大哥大我十岁，今年86岁了，我大姐也81岁了，我二哥也78岁了，叫做垂垂老矣。哎呀，生老病死哪个人能够免除啊？

我们修行能够修到脱胎换骨，嚯！到了老年，还健步如飞，那也是换骨。一餐可以吃好几碗，那也是修行得力。修行不得力啊，饭都吃不下去了，路都走不动了。

所以古印度那些大成就者都活到七八百岁，好神通自在啊！那是我们应该要向往、要去修证的地方。我们开元三大士，善无畏祖师的师父达摩掬多八百多岁，看起来永远像个中年人一样的。金刚智的师父是龙树菩萨的再传弟子——龙智菩萨，也是七百多岁了。哦，古印度这些人哪，修道到一个时候都长寿。所以修行要修到了生脱死，来去自如，这是大福报、大智慧。莲花生大士，永远像个十八岁的美少年，那是报身成就了。

所以很多（是证法身），过去南上师说，依他自己对禅宗的了解，在禅宗《指月录》里头，真正三身成就的没有几个，很多都是见到法身，在法身上面。很多是解悟的多，证悟的少。见地通透了，理念清



楚了，这叫解悟；证悟证悟，不但对般若性空的理念很清楚，连这个色身都进到空相的境界中，那才是真正的证悟。

有的证得法身一边，报身并没有成就。所以禅宗《指月录》里头很多大部分是解悟的多，真正证悟的少，可见修行真是不容易呀。真正大彻大悟了，那是三身成就才是大彻大悟了。我们一般人见地理念认得已经难了、已经不错了，不要说证悟，解悟都不容易啊。能够把自己的理念，从自己的起心动念，到自己的行为，都规范得很好了，这很难。

所以脱胎换骨真修证啊，这是真修实证。脱胎换骨，那是报身的转化，才能够脱胎换骨。很多人只是在佛学见地理念，嘴巴说空，说在空中，行在有中。我们很多人、大部分人的修行都是这样的，讲讲佛学理论而已呀。所以古人的名言，听他讲道理，好像这个人开悟了，“闻理似悟，遇事则迷”，境界现前，他就垮掉了，该发脾气的照样发脾气，该贪的还是照样贪。哈哈，这是凡夫的习性啊！所以叫闻理似悟，遇事则迷呀。



三缘和合融命门正是修气、修脉、修明点

中密三纲。在佛教最高的，成了佛，就是法报化三身，这是佛教的三纲。

如果从道家的立场来说，道家的三纲是“精气神”。精气神是道家的三纲。

在儒家的三纲叫“智仁勇”三达德，也就是所谓的立功，立德，立言。

在佛法的基本上，“因因果”也是三纲。

我们修行的三纲要“见地、修证、行愿”也是三纲。

那么，心之体、心之相、心之用，也是三纲。

人生的“真善美”也是三纲。

它们都是相关联的，都可以融合在一起的。这方面我讲得很多了。

在佛学的三身，其实也就是三宝。

圆满报身就是佛宝，千百亿化身就是僧宝，清净法身也就是所谓的法宝，都是三纲。

三纲就是一个纲领、纲要。真正的用功下手处在真言十要。真言十要是我们用功的下手处，也就是所谓的修气、修脉、修明点。

整个世间法、出世间法，我用禅宗的，就是“一四真言，简朴亲真摄一切”。我们用禅宗的道风“简朴亲真”，统摄了世间法、出世间法，把中密三纲跟真言十要，完全融合在一起了。

南上师在准提法四个开示里头提到了，“准提法是秘中之秘，简



中之简，十地菩萨犹未及尽知之”。十地菩萨都还没有完全能够了解，何况其他的？可见准提法的秘中之秘、简中之简，是打开我们生命的秘密宝藏的钥匙。

秘中之秘，其实就是摩诃般若波罗蜜多，般若为三世一切诸佛之母。所以南无七俱胝大佛母准提王菩萨，“七俱胝”就是无量无数无边的古佛，去修这个法成就的，什么法呀？摩诃般若波罗蜜多。摩诃般若波罗蜜多，出生了十方三世一切佛，所以准提法是一个大般若的修行法。

这个秘中之秘，最秘密的往往是最简单的，最简单的往往是最复杂的。这是有研究过佛学的人才会晓得。那么，什么是摩诃般若波罗蜜多啊？性空。性空就是秘中之秘，真正了解了，反而是最简单的。“一念不生全体现”，讲的就是性空，讲的是摩诃般若波罗蜜多。摩诃般若波罗蜜多，往往是见地通透了，智慧最成熟了，达到的是最精简的，所以说用“一念不生全体现”。这个境界在《仁王护国经》里面提到的，叫做“言语道断，心行处灭”，这是秘中之秘。

简中之简，从最简单的，老实持咒是简中之简。简中之简要念到秘中之秘，那可不简单！那么秘中之秘的下手处，恰恰是简中之简。从二三真言“念清楚，听清楚”（下手）。念清楚是一四真言里头的化繁复为简约，所以“简”。

听清楚就是简朴亲真里头的朴拙、朴实，是一种坚持忍持的修行力量，是一种贯彻始终的力量，这是“朴”。

有了朴拙的精神，可以让我们很熟悉的习气从熟处转生；让我们对佛学的名相，对很模糊的佛学概念，从生处会转熟。整个佛法，整



个名相，佛学的内容，你越来越熟悉了，熟悉就是“亲”。智慧越来越成熟了，原来大道就在当下，就在眼前。你以为呢？不隔一毫端，原来跟我们整个生命融在一起了，“亲”就是打成一片了。所以二四真言的“念念分明”，念念分明是最亲切，融合在一起了，打成一片了，那是功夫成熟了。念清楚，听清楚，念到成熟的时候，念念分明了，念念分明就是“亲”。“念念本空”最真实不过了，念念本空正是莲花化生。

念清楚是修气，析肉还母。听清楚是修脉，析骨还父。到了念念分明、念念本空，莲花化生，整个生命最真实的呈现出来了，原来“无边刹境，自他不隔于毫端”，就在你的当下，就在你的念头，就跟自己的念头完全融在一起了，念念分明了，进入到最实在的、最真实的，啊，念念本空，那是真实不虚的。

各位，你体会得到吗？体会得到，你的佛学就越来越清晰了。下手处就在念清楚听清楚，如何念到念念分明、念念本空？成熟了。

二九真言，“观想慧日命门入大道——理入悟大道，持咒心平气和化百病，这是行入证大道”，才能够真正的脱胎换骨真修证！

三缘和合融命门，正是修气、修脉、修明点。念清楚，听清楚，念念分明，念念本空，这是个真实的手处。下手一定要跟三缘和合融在一起，三缘和合融命门，整个中心在命门。

析肉还母、析骨还父、莲花化生，这是慧日孤悬融命门。

念清楚，听清楚，念念分明，念念本空，统统融入命门中。这是要去体会的，这是“脱胎换骨真修证”的一个下手处，很真实的地方。



“入胎三缘成三纲”撒开来是天罗地网

在我个人来说，几十年研究佛学，喜欢化繁为简，所以最早提出禅宗的宗风“简朴亲真”，这也是我当年看《坛经》的一个心得。我从六祖的“本来无一物，何处惹尘埃”，可以演绎出很多的佛学，统摄很多的佛学理论，尤其看到六祖的禅宗三纲。

所以，这一次本周的（主题），可以说延续峨眉两周（准提七）的整合，整合成四句话。第一天、第二天整合的是“入胎三缘成三纲，三纲十要证三身”。第三天，应该是前天吧，又提出了两句，“三缘和合融命门，脱胎换骨真修证”。

其实，“入胎三缘成三纲”，这里头有很多的过程，我都把它省略掉了，直奔主题，直接融入主题中。斩钉截铁地提出了“入胎三缘成三纲”。

这三纲，刚才上一堂讲了，三纲有很多内容，不止是中密三纲。所以，“三纲十要证三身”还是回到入胎的三缘。

入胎三缘，透过析肉还母、析骨还父、莲花化生，也是称为三纲。

证果的三纲就是法身、报身、化身。阿赖耶识是我们的根本识，转化成清净法身；六根转成圆满报身；六尘转化成千百亿化身。清清楚楚，了了分明的。

也是我们的二三真言、二四真言，“念清楚”修气，析肉还母；“听清楚”修脉，这是析骨还父；“念念分明，念念本空”，莲花化生，很清楚的。

至于你能不能真正把握到“三缘和合融命门”，那看你的智慧了，



这是转化报身很重要的！

我们在座有个人他做到了，可以把我这纲要演绎成佛学的理论，就是我们少庠会长。那么撒开来以后，天罗地网，把非常复杂的佛学，“入胎三缘成三纲”可以写成一篇洋洋洒洒的博士论文。最近我看南华大学我们的老参叫方耀珠，她最后是以南老师跟我的，以十方禅林的准提法，她那一篇论文写得非常好。



真言十要开启生命的华藏世界

三纲十要，上午已经讲到了“二九真言行二入”，紧跟着就是“四三真言”。

四三真言，这是1989年，南老师要我不要把眼光老是停留在台湾，将来有机缘为大陆佛教尽一点心。所以我写了八个字，“实行正道，庄严世界”。写了一篇文稿，立“四大宗旨，三大目标，九大实践中心”。整个禅林的理想，就在这四大宗旨，三大目标，九大实践中心。可以说纲举目张，清清楚楚的。

实行正道，第一个“实修证”，讲的是我们的报身，六根的烦恼，六根的烦恼需要实修证，懂得用功，这是“报身智德解脱门”，这也是“析骨还父”的一个环节。那么六尘上的、人事上的烦恼，需要有菩萨行，行悲愿，这是“化身恩德善巧门”，这个也是针对的“析肉还母”的环节。至于“莲花化生”啊，这是大般若，这是正知见。你的知见要很正，这是“法身断德般若门”，清清楚楚。最后一个是“道圆成”，融合了法报化三身，“正等正觉无上门”，大道才能完成。其实也跟入胎三缘，三纲十要，完全融在一起了。

紧跟着是“四四真言”，来自于南上师的开示。1988年，我去朝拜韶关南华寺六祖惠能大师金刚不坏身的肉身像，回到了香港，南上师给了我两句话，“心月孤悬，气吞万象”；这是四四真言，我后面加了两句，“光音交融”，这是真功夫，功夫到了，一定是光音交融；当时写的是“心光无量”，我现在把它改成“慧日无量”。心光无量啊，这个四四真言就是变成有两个“心”、两个“光”，中国文学上不喜欢重叠，用慧日无量更真实。



慧日无量，是圆满次第。心月孤悬，是拿来做观察业感缘起，也是准提法的生起次第。气吞万象，气，什么气啊？习气跟业气，要把它化得干干净净，才能够光音交融，才能够慧日无量。我这都是画龙点睛的纲要式、纲领式的一个（总结），对佛法的见地、修证、行愿提出这个（口诀），非常浓缩。

紧跟着是观想的要领，观想的要领核心在眼根跟意根。我们所有的观想，没有离开眼根。眼根，是你眼睛有看过的境界，你才观想得出来。所以（第一句是）“眼融意身根”，身心融合在一起。第二句是“六根通命门”，（六根）融通在一起了。第三句是“命门无所住”，第四句是“正法金刚眼”。这是禅宗讲的正法眼藏所在，把这个修行的，整个把它点开了，“四五真言正法眼”。

紧跟着的是“四七真言四般若”。我们修行一定要具备四种般若。世间法一定要融通，世间法融通了，这是修道的基础，这是世间般若。所以（第一句）“道人刚毅无畏施”，这是世间般若。

第二句“铁汉真心菩提情”，这是出世般若。出世般若，没有发菩提心成不了大道，铁汉代表意志力非常的刚强，所以“修道须是铁汉，着手心头便判，直趣无上菩提，一切是非莫管”。这是修道，出世间般若一定要具备这样的精神。

（第三句）“心月命门金刚眼”，各位，你真正体会到了心月融命门，命门的光明点正是金刚眼所在。心月代表整个生起次第，你研究得很通透，把握我们生命的业感缘起把握得很精准，具备生起次第的福德资粮跟智慧资粮的条件。

“心月命门金刚眼”正是行深般若。所以你体会到命门，融入到命



门，你的修行可以少走太多冤枉路了，你已经接近菩萨的那种智慧了。问题是你有没有体会到、有没有把握到？

第四句“耳门圆照慧日明”，这是甚深般若。也只能够点到为止，我正在开发，没有开发完成之前，先保留，免得叫做“老王卖瓜，自卖自夸”。往自己脸上贴金，大可不必。真正回到自己身心，那才是我们真实不虚的。修行佛法，不是靠打广告的了，靠真参实学、真修实证！

这些都是画龙点睛的。所以，真言十要，哦，那是精华中的精华！我们生命的心中心！一大秘密宝藏，看你有没有智慧去开发。

讲不讲在我，听不听在于你们。我讲了，你们听不进去，那也是你们的事情。



说得一尺，不如行得一寸

古代的禅宗禅师，有两句名言叫做“说得一尺，不如行得一寸”。也就是说，谈佛学理论，你讲得滔滔不绝。你的佛学理念很通透，这佛学的理念能不能转为你自己（的受用），来改变你的习气跟业气？习气业气就是我们种种贪嗔痴慢疑跟身体上酸胀麻痛的种种病苦。如果你所了解的理念，都还不至于来改善你自己的习气跟业气，与其这样，你还不如讲究实用和妙用，所以叫做“说得一尺不如行得一寸”。这“行”也代表改善，改善自己身心的种种烦恼呀，习气呀，业气呀。

过去，我们南上师曾经讲过，这一段典故我没有看过，是南老师在课堂上讲的。有名的唯识学大家，唯识学很精通的，有名的欧阳竟无，连太虚大师都（推崇的），太虚大师应该是亲近杨仁山，欧阳竟无应该也是杨仁山的弟子。欧阳竟无有几位相当出色的弟子，像熊十力。熊十力的弟子好像是唐君毅啊，牟宗三啊，新儒学派的。牟宗三、唐君毅，我们院长星云大师都曾请到佛光山做演讲。欧阳竟无临命终时，身体很痛苦啊，他非常感慨，自己学了那么多的佛学理念知识，是有名的唯识学的大通家，到临命终的时候，自己的痛苦都没办法改善。这一段典故我没有看过，是南上师他亲口讲的。（欧阳竟无）劝弟子，大家还是好好念佛呀！怎么样让自己得到实用、受用、妙用，这很重要。

佛学是释迦牟尼佛的圣教量，是智慧之学，我们当然不能够忽视。见地通了，最起码内心对人世间很多会看得更开、看得更淡，这有的，这个可以肯定。当然，一个人临命终时，对自己的痛苦改善不了，说一些感慨的话，其实也很正常。



只为菩提,不为其他

我们金刚般若法会，那就到明天中午了。明天中午修法诵《金刚经》，到延寿堂回向，然后午斋，明天下午就放香。明天晚上，大约六点到九点多吧，大蒙山施食。

从农历正月初一晚上到元宵节，峨眉两个准提七，我们台北每天大概有三分之二在修法，等于三个七的总和，成就那四句话。我觉得应该是把准提法的见地理趣，开发得更上一层楼。

入胎三缘成三纲，
三纲十要证三身。
三缘和合融命门，
脱胎换骨真修证。

这是真修实证。这四句话，当然也作为我自己个人修证佛法的一个座右铭。我个人当然不会满足在这种见地理念的开发，重点还是脱胎换骨真修证啊！我们要想受用，一定要真修实证才有用的呀！

按照我的惯性，今年（入关）大概要到农历正月三十，正好是阳历的三月二号。现在闭关已经不是以前了，以前说放下就放下。一者，我现在停留在台湾的时间也不算多，山上的需求也只有我最清楚。在去年我亲自带队，把后山给开发出来，路线开发出来。以前对山门，老是找不到一个好的地方。经过去年后山一开发，我发现山门已经有了，而且格局很大。面对的是中央山脉的一个龙脉，延伸到新竹，那个就是鹅公髻山。

鹅公髻山左边是狮头山，右边是五指山，形成一个金三角。鹅公



髻山海拔大概将近1800米，狮头山就比较低了，五指山应该比狮头山稍微高一点。这个狮子跟佛教有关系，五指山跟《西游记》（有关系），孙悟空被压到五指山，象征着这个，也蛮有意思的。狮头山算是我们台湾佛教的一个重镇，大大小小寺院很多，五指山也有两三个寺院。所以整个大门面对的鹅公髻山，气象万千，而且我们山门也非常独立。

这个定案，也只能够我来定案，别人不敢定啊。所以要完全在关里头，是不太可能，只能够闭方便关。包括我们休闲农场要完工，很多的景观也都需要我来敲定。所以到了这时候，叫做“人在江湖，身不由己”。没有像早年说关就关，外边的事情都不管了。以前做得到，现在做不到了。

想到南老师给我的功课，我到现在都还没有做。大概整个脉络清晰了，在见地理趣上面，轮廓已经很清楚了。等于五祖问六祖，“米熟了没有啊？”六祖答复五祖的话，“米呀，老早熟了”，熟是熟了，“还欠筛在。”这“筛”代表印证，代表五祖，代表师父的印证。

现在只能够把轮廓先描绘出来，重要的部分留给自己。看看今生今世能不能修证完成，我自己到现在还没有百分之百的把握。理念是清楚了，但是修证功夫要靠智慧、靠福德。

如果佛菩萨要我来为这个时代做个证明，那是我的福报！不知道我有没有这福报，也不晓得，反正尽自己最大的努力去完成。这是我今生今世唯一的最大的心愿，只为菩提，不为其他。只为菩提的修证完成；其他的，至于弘法，能够弘法到多广，那是因缘所生法；寺庙盖大盖小，那个，哎呀，也是生灭法。

一个人到这个年纪了，看得更淡更开了。只是责任在身，也不能



不去做，该做还要做。那就是看后人的福报了，我多尽点心，后面的人就可以少操点心，那是一定的道理。那么事情总是有轻重缓急，重中之重就是修证佛法才是根本。



金刚念诵展现六祖印证祖师禅的气象

这一支香，大家念得过瘾不过瘾啊？（众答：过瘾！）过瘾啊，这是啥版？（有人答：火箭炮！）哎，对，你讲对了。

这是标准的火箭炮，我这是珍藏版的！现在不太轻易拿出来。看这两天你们很认真，所以好不容易现一现。

这个火箭炮，其实要跟“五五真言证三身”（融合），这是六祖印证祖师禅的一个气象，超越一切现象，所以“无念念命门”。

我们一般凡夫在情识中，都被这命运所左右。顺着我们的业感缘起，六道中载浮载沉，在佛学上名词叫业识茫茫。所谓业识茫茫就是苦海无边，业识茫茫。凡夫嘛，总是随境漂流。我们要“依地而倒，依地而起”，这“地”来讲，这是我们的因地，我们的心地，我们的见地。我们见地偏差了，我们的心地暧昧不明了，就会随着我们的业识漂流。

唯有看准了“三缘和合融命门”，看准了，整个业感缘起看清楚了，所以慧日孤悬融命门，自然火箭炮的威力就会呈现出来了。在有念无念之间，从有念到无念，也就是念佛三昧的所谓“念而无念，无念而念”，无念才是正念哪。“无念念命门”，所以底下的字句叫做“法身无念纳万德”。你要福德智慧相当具备，才能够体会到无念念命门。无念念命门，正是“脱胎换骨真修证”啊，很重要！

“三缘和合融命门”，父精，母血，加上我们的业识茫茫，阿赖耶识的业识茫茫，苦海无边，不晓得怎么办。现在因地而倒、因地而起，就在三缘和合的中心，用般若智慧的金刚念诵，呈现出念清楚、听清楚，修气修脉融入明点中，修气、修脉、修明点。这是很重要的，核



心中的核心！

（无相相命门）。我们的生命现象，当然是有相啊，我们的观想都是有相的，从有相到无相。命门还是有个定点定位的，你想要找，其实找不到。因为它在相与无相之间，那么命门才能够真正的定位。所以无相才能够相命门，你对命门的定位才很精准，“报身无相现庄严”。一旦在相与无相之间，正是正法金刚眼所在！也是转化我们的（报身）啊，可以说是析骨还父。

“无住住命门”。我们一切菩萨行，初步总是从有所安住到应无所住。到应无所住，你的普贤行威力就完全显现出来了，才能够大无畏施，“道人刚毅无畏施”那个精神气概，才能够体现出来。这也是修气，析肉还母，这是脱胎；析骨，析骨还父，换骨；脱胎换骨，这是核心中的核心！

你要体会到、把握到，并不太容易的啊！不管容易不容易，我体会到了，看到了，总是要讲一讲，有缘人才会能够全盘接受。

没有这福报、没有智慧的，接受不了，体会不到啊。有的不但体会不到，还会加以批判，那是你的事情！你要造口业，那是你的事情，我不管。我讲我该讲的，你们不懂不听，有的反过来还在背后在批判、在诽谤，那是你的事情，叫做佛度有缘人哪！



吃亏原来是完成

哪吒太子的析肉还母、析骨还父，昨天前天我提到的。所谓的母血，所谓的父骨，一个是心理层面的浓厚的情执，形成的贪嗔痴慢疑的习气；（一个是生理层面的）强烈的身见，衍生了这个色身，有强烈的业气。

习气嘛，妄想纷飞，能够把这个念头化掉，念清楚是修气，把念头给融化掉的结果，到了无念境界，正是无量寿。所以叫做“化母血为无量寿，化父骨为无量光”。强烈的身见，形成了业气，身见就是我们的空间；身体忘不了，身体也代表空间；整个业气都消融掉了，这身体自然都空掉了；身体空掉了，在净土的代号叫做无量光。所以，析肉还母，析骨还父，莲花化生。

化生成什么？化生成无量寿无量光。无量寿无量光就是这一朵清净的莲花。你还要到哪里找莲花呀？莲花的本质就是无念的、无相的、无住的，那是莲花的中心。

用六祖的话，“本来无一物”，就把无念、无相、无住融合在一起了。什么是“本来无一物”啊？“实际理地不着一尘”，扫得干干净净，进入到毕竟空的境界，正是莲花化生。所以莲花你怎么找啊？莲花是般若慧观的代号啊，进入到“本来无一物”，正是莲花化生。它是无念的，它是无相的，它是无住的。它是“实际理地不着一尘”，扫得干干净净，毕竟空，究竟空，真空。

五五真言最后一句，“何处惹尘埃”。谁招你呀，谁惹你呀？没有啊，一切唯心造啊。啊，原来都是自己的问题。既然没有什么人招你



惹你，那不是自己的问题吗？！

既然是一切唯心造，就好办了，啊！“万行门中不舍一法”。因为本空的呀，所以不因为空好像消极了，真空生妙有，更积极，虚空无尽，我愿无穷。所以普贤行愿贯通了世间般若、出世间般若、行深般若、甚深般若的道理。

金刚念诵的威力很大啊！金刚念诵，你把握到慧日孤悬融命门，你的念诵就变成是金刚念诵。金刚念诵是修气、修脉、修明点，正好是可以脱胎换骨，正好可以析肉还母、析骨还父、莲花化生。啊，找到了我们的自性光明，找到了“本来无一物，何处惹尘埃”，这是中国禅宗祖师禅。

因地而倒，因地而起。这次壬寅年新春贺岁偈的第二句“烦恼菩提生法将”，第二句很重要喔。

第一句的新春贺岁偈，“虎步生风新气象”。虎步，代表一个人的福德智慧，福德庄严，智慧庄严，那是虎步生风。一个人智慧圆满、福德圆满，正是大威德所在。所以“虎步生风新气象”，给自己生命带来了新气象。

修行从哪边修啊？不要怕困难，不要怕烦恼，“烦恼菩提生法将”。啊，原来烦恼就是菩提呀。你离开烦恼，你到哪里找菩提呀？你认识了烦恼，哦，转烦恼为菩提。你这就是对佛法、对佛学深刻地认知，养成了大威德，所以“虎步生风新气象”。你可以成为一代法将，“烦恼菩提生法将”。

“能耐折磨菩萨道”，各位，你做到能耐折磨了吗？哎呦，稍受到委屈了，满腹牢骚。哦，那个酸臭味酸死人了。嘿，凡夫的心态，不



耐折磨。所以菩萨道要“能耐折磨菩萨道”，能耐折磨，也是烦恼即菩提呀。

最后一句，“朵朵莲花无量光”啊！你的生命都在放光了。一步一脚印，每一步都是莲花，步步为营，步步清净。清净就是光明，那种光明，那是自性光。无量光就是自性光。

所以吃亏原来是完成啊！你想完成大道，一点亏都不肯吃，你跟大道无缘呐。大道是在苦难中完成的，“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香”啊！

所以“道人刚毅无畏施”，要有承担力量，你的承担力量就决定你的成功一事。你说有什么诀窍呀？诀窍“烦恼菩提生法将，能耐折磨菩萨道”，就那么简单，也不简单！



一切从法界流出，一切又归于法界

哦，我们很快，2022年新春的金刚般若法会，修法还剩下一堂。我们修法当然比诵经还更加地松放。尤其念到音声入了命门，一切从法界流出，一切又回入法界。把命门当做一真法界，整个生命的精气神、智仁勇、法报化都融入到命门中，从命门中又涌出来，所以叫做一切从法界流出，一切又归于法界。

一旦把握诀窍了，其实佛法也没有那样的复杂，剩下来就是你认真不认真，精进不精进。认真了，精进了，你心就安了。

最近有人传简讯给我，他说，哎呀，人怎么活得这么孤单，这么无聊啊？其实，你为什么会孤单，为什么无聊啊？你心中没有法。

所以，我告诉他，我最近一再地强调计数报数的重要。你一旦忙于达到你的目标，一天几千遍，或者几万遍，你就没有时间去打妄想了，你就不会觉得无聊了。无聊，因为妄想太多，心就安不了。把那个打妄想的心，拿来老实持咒多好，你就不会觉得无聊了。哎呀哎呀，感觉上时间不够用啊！哎呀，糟糕，今天达不到目标了！你还会觉得无聊吗？还会觉得孤独吗？没有时间打妄想了。所以，佛陀在《遗教经》一再叮咛我们，“制心一处，无事不办”哪！其实许多佛法玄之又玄、妙之又妙的大道理统统在这里头了。等到你修相应了，你讲出来的法，那就是正法了。因为可以让我们收心、摄心、安心嘛。你的话就变成真理了。所以从经验中讲出来的道理，那是千真万确的。



三缘和合融命门是阿赖耶识的现量境界

在《坛经》上，六祖见了五祖。从广东的南部，千里迢迢，经过了湖南、江西，过了九江，渡过长江，就接近了黄梅道场，黄梅的东山道场。一见面，五祖就问六祖，你找我到底有什么事情啊？六祖说，“惟求作佛，不求余物。”这是六祖的一生，祂做到了，做到了“惟求作佛，不求余物”。

我看了《坛经》，我对自己也说了，“惟求菩提，不求余物”。所以经过53年的参学，51年的出家，38次的闭关，这是做了内修外弘。内修，上求佛道；外弘，下化众生。

今年新春以来，峨眉的两个七，再加台北道场的新春金刚般若法会，总结这三个七，我浓缩成四句话，这是三个七的一个成果。

第一句，“入胎三缘成三纲”。入胎三缘一父精、母血、阿赖耶识，这是入胎三缘成三纲。不但是中密三纲，其实也是菩提心的三纲。菩提心有深心、有广心、有直心。

“深心”针对的是我们的报身，要转化报身的话，需要“实修证”，这是“报身智德解脱门”。我们见地理趣开发一分，你的功夫就会成长一分，这叫做“报身智德解脱门”。在深心方面呢，针对的是我们的六根；在广心方面呢，针对的是我们的六尘；直心方面呢，针对的是我们的六识，这也是三纲。

我们入胎的三缘，父精母血，父精是强烈的身见形成身根、六根；浓厚的情执，形成了贪嗔痴慢疑种种的（习气）。不管是浓厚的情执，或者是强烈的身见，其实也都是阿赖耶识的现量境界。整个三缘的总



根根，还是在阿赖耶识。所以叫做“三界唯心，万法唯识”。母血形成了血肉之躯。

《封神榜》上面所讲的哪吒太子析肉还母，析骨还父，莲花化生，这是很重要的。如何析肉还母啊？情执嘛，都是妄念中来的，针对我们的妄念，那就是五停心观里头的“多障众生念佛观”，念佛念咒，佛菩萨的语言。念清楚是修气，听清楚是修脉，念念分明就是修明点，修气、修脉、修明点。念清楚修气，正是析肉还母；听清楚修脉，从命门延伸到千经万脉，这是析骨还父；念念分明，念念本空，莲花化生，很清楚。

入胎三缘成三纲，当然还是以菩提心为三纲，中密三纲也没有离开菩提心，中密三纲其实就是菩提心三纲。

“广心”就是要“行悲愿”，这是“化身恩德善巧门”，种种普贤行，借境炼心，来把自己心量打开来，把自己贪嗔痴慢疑（转化掉），叫做“勤修戒定慧，熄灭贪嗔痴”。所以这是“化身恩德善巧门”，种种菩萨行是善巧门。

针对我们的情识，六识方面，需要“正知见”，要端正我们的知见，这是“法身断德般若门”。直心是道场没有那么简单！要福德深厚，福德圆满、智慧圆满才能够直心。凡夫的心呢，就像北宜公路，九弯十八拐的，弯弯翘翘。唯有大菩萨才能够做到直心是道场，那是大般若。所以，“正知见，法身断德般若门”，这是一定的。

最后“道圆成，正等正觉无上门”，正是莲花化生，极乐净土。情执转化掉了，无量寿；身见转化掉了，无量光，这是莲花化生。没有般若，哪来的莲花？！



第二句是“三纲十要证三身”，三纲是纲领，十要是下手处，证得法、报、化三身。

第三句，“三缘和合融命门”。我们入胎的因缘，父精、母血加上阿赖耶识。第一周，把这三缘和合融入到命门中，整个命门贯通了、整合了，三缘和合融命门。

所以《黄帝外经》（《外经微言》）讲的，十二经络别有一主，不是心经，也不是心包经，讲的就是命门。命门是十二经络的真君真主、总领导、大领导，统摄了五脏六腑，统摄了十二经络。命门命门，生命之门。

那么命门也可以代表的是阿赖耶识的现量境界，三缘和合融命门。把握这个了，念清楚听清楚，念念分明念念本空，脱胎换骨。

第四句，“脱胎换骨真修证”。真修实证哪！如何脱胎啊？念清楚修气，让你的五脏六腑、十二经络通畅，这是脱胎。听清楚，更深更细。听清楚，《二十五圆通》文殊菩萨独尊耳根圆通，听清楚修脉，更深更细，换骨。

我们的业报身转化不了，一个人要成就佛道之前，一定是脱胎换骨。脱胎，五脏六腑、十二经络通畅了；筋骨转化了，叫做换骨。你坐起来筋骨啊，又酸又胀又痛。哦，到了一定年龄，走路都一瘸一瘸的，老了嘛，出问题了。

所以“三缘和合融命门”！正好修复！赶快加紧用功，念清楚，听清楚，念念分明，念念本空，哦，莲花化生！可以抗老化，可以修复我们的五脏六腑，转化我们的筋骨，让筋骨不至于（那么僵硬）。不能脱胎，老皮就（有皱纹），不能脱骨，老骨就硬扣扣，老骨头，连行



动都不方便了。啊，阎罗王已经送帖子给你了，差不多了，快来报到吧。阎罗王在跟我们招手，归来吧，归来哟。阎罗王在跟我们招手。

所以我们能够修到三缘和合融命门，脱胎换骨真修证，可以多活几年。

人老了，行动不方便，两眼视茫茫，老花眼；六根就衰败啦，六识也不灵光了；人事上也管不了啦，三缘都退化了。垂垂老矣，难怪阎罗王要跟你招手了。



南老师传的准提法契合这个时代的需要

南上师所传的这个法，是无上甚深妙密法呀！南上师的智慧，这么深，这么广。他对藏密系统，黄教讲过《菩提道次第广论》，《菩提道次第略论》也讲了；红教的《大圆满》讲了两次；白教的《六成就》《恒河大手印》也讲了；萨迦派的花教的《道果》，就是《大手印道论》，也讲了；讲而不传！几十年唯独传中密准提法，这是南上师的智慧。所以，准提佛母的统称“南无七俱胝”，七俱胝——皈依无量无数无边的古佛，“大佛母”就是大般若，“准提王菩萨”，这是统摄一切法。

南上师在《准提陀罗尼经讲记》里面提到，准提法门好比是大海洋，海洋能纳百川，百川纳不了海洋。禅宗讲“教外别传，不立文字，直指人心，见性成佛”。我们中密准提法是二十五部独部别传，统摄二十五部（密法），其他二十五部统摄不了准提法。这是南上师他要传的这样的一个无上甚深妙密法，所以大家要珍惜哟！要认真！

佛法是可以修证的，可以印证的，可修可证，可印可证的。所以禅宗祖师才说了几句名言，“说得一尺，不如行得一寸”，说食不饱，画饼不能充饥呀，这些祖师大德棒子打得很重啊！

理论回不到我们的身心来，改善不了我们的身心，那个空的，没有用的。所以古人的名言，“闻理似悟”，听他讲道理，好像这个人开悟了；“遇事则迷”，境界一来就垮掉了。我们不但要想得到，还要做得来；还要看得破；不但要看得破，还要忍得过。我们很多人想得到，做不来。道理上说要看破，哎呦，忍不过呀，遇事则迷啊！遇到事情来，莲花瓣一瓣一瓣地垮掉了。



所以《坛经》的名言，“说通及心通”，宗通教通，不但教通，宗也要通。“如日处虚空”，“慧日破诸暗”，把我们的习气业气扫得干干净净。习气就是母血，业气就是父骨。析肉还母，析骨还父，莲花化生，好好把握念清楚，听清楚，修气、修脉、修明点，可以得到乐、明、无念。修气可以得大乐，修脉可以得大光明，修明点可以进入到无念，这是红教大圆满的旨要。

所以在圆满次第里头，南上师引用了红教，最后总结，“当知上述诸法之出没隐现，皆同水月空花，如梦如幻，涅槃本性，法尔常住，了不可得，不可得亦不可得，于乐明无念定中愈久住愈好。吉祥圆满！”乐、明、无念就是引用红教的《大圆满》。

南上师是宗通教通，藏密无所不通，讲而不传，唯独传了个中密准提法。这是南上师为我们这个时代，筛选了这么样的最接地气的、可行性最高的（法门），统摄了禅净律密、小乘大乘金刚乘、显教密教。

我从1978年得到南上师的灌顶到现在，正好44年。我真的是拿身心当实验室，我可以（证明）南上师的法是真实不虚啊！我第一年受灌顶，第二年就带共修了，第三年，1980年我就把准提法法本改成简轨了，得到南上师的认可。所以那个简轨用了34年。南上师圆寂两年以后，2014年，我把简轨又翻成了法本，第二编。2018年在南岳衡山发现命门，确认命门，2019年进行第三编。



法本增加了第四个纲领《生命真相》

今天晚上是我们准提二的起香，我们原本（每月）都是在第四周，因为配合准提菩萨圣诞，所以我们四月份就提前到四月十六号准提佛母圣诞，就是农历的三月十六号，也是礼拜六礼拜天。

好，今天晚上起香，是我们每个月第四周周末的准提二专修。这次来了好多位新参，如果还没有接受过传法的，我们台北道场是4月9号10号两天传法，专门为新参把准提法的法脉、仪轨呀，详细的、有次第、有步骤的、非常系统地来讲解。

这次从大陆回来，应该是农历正月初一晚上起香到元宵节，两个七。从《佛说入胎经》跟现在西方的胚胎学，跟中医方面的，有些新的发现；连同这次七七四十九天的关期中，把法本又增加了一个纲领，叫做《生命真相》，有五个纲领二十句，明天八点钟开始（讲），这次是新出炉的。希望对大家能够有所帮助，有所启发，对生命的认知能够更深入一层。

第二个纲领是中密三纲，第三个纲领是真言十要，现在（第四个纲领）把中密三纲跟真言十要整个融合起来，应该是画龙点睛地讲给大家。不管在佛学啊，在中医啊，在《佛说入胎经》啊，甚至配合西方的胚胎学，从佛学的眼光角度，从修证佛法的角度，把它来整合，那也是经过深思熟虑出来的。

大家慢慢松腿，先把盖脚巾折好，然后下坐。



计数能摄心、收心、安心、松放身心

不管是老参或者是新参，要想得到准提法的受用，一定是从老实持咒下手。

我们一般的人，平常散心杂话的多，只要你养成了老实持咒，最好是用计数器，你念几声，它会呈现出你念多少句。所以我最近总是鼓励大家要计数、报数，把老老实实持诵准提神咒，来供养上师及诸佛菩萨。所谓的上供十方佛，中奉诸圣贤，下及六道品，都可以普皆回向啊！我们十方禅林从三月十四号开始，已经有十方禅林的网站上面的一个计数、报数。

我们一般修行人其实也很容易随境转，与其打妄想，不如拿老实实在地持诵准提神咒。初步规定自己要念多少遍，越念越纯熟，念的遍数就越来越多。那么跟整个生活融在一起、打成一片的时候，就会发现这计数，对自己的摄心、收心、安心、松放自己的身心，有很大的帮助。

我们只要把咒语念得很清楚，每一个字都咬得很清楚的时候，就会得到受用，当你打妄想的时候，字是咬不清楚的，念得也是模模糊糊的。当你越念越纯熟的时候，几乎都在咒语的境界中，整个身心非常宁静、非常安详。

在《准提陀罗尼经》其实都有鼓励大家计数啊。好比《显密圆通》提到的，你要求菩提，最起码要念到满四百万遍。如果念到四百万遍，你会想要继续再念四百万遍，不断地由四百万遍的持续下去。那么越念妄想越少，身体就越来越健康，那是一定的道理。



因为我们一切业力的源头在我们的起心动念，起心动念如果是妄想纷飞，不但念头是散乱的，气也是散乱的。你念到咒语念得很清楚的时候，心是收回来的，能够念到心平气和。所以，“二九真言”里面提到的，持咒心平气和化百病，这是一点都不假。所以，准提神咒不可思议。

以南上师那么高的智慧，独尊准提法门，这是我们南公他老人家的智慧，为我们的这时代筛选了一个很接地气的、行住坐卧都可以用功的，把握念清楚听清楚，念念分明，念念本空，跟大道就相应了。



用智慧观照看透我们生命的真相

我们佛教的信仰，佛学的研究，佛法的实验，其实就是探讨宇宙的真理、生命的真相。我们整个对佛教的信仰，信仰什么呀？信仰佛陀所讲的宇宙真理，所探讨的是生命的真相。

从禅宗的角度来说，你只要明白“三心”不可得，过去心已经过去了，未来心还没有来，现在心也是不可得。那么彻底地明白自己的心，哦，不住在过去心、不住在未来心、也不住在现在心，所以这心是很灵活、很活泼、很自在。

我们凡夫呢，很容易回忆过去，都是活在回忆中；要不然呢，想象未来，把未来不是想得很美好，就是想得很消极；攀缘现在，对当下的总是希望把它牢牢地系住，这是我们凡夫的颠倒。

那么，一个对佛教信仰有了正信、对佛学的研究有了通透的理解、对佛法的修证功夫有了一定的基础的，这时候说明你心安了。真正有智慧的人，不太会追忆过去了，过去已经过去了，所以这叫过去心不可得。未来还没有来，你也不需要太想象未来，一定会怎么样啊，不需要预设立场，你不预设立场，你的心就会很自在了。想得太美好，一旦失落了，希望越大，失落失望（越大），所以说爬得高、跌得重。你想象太美好，当你达不到的时候，你那种灰心、失望，有时候是承受不了的。

所以，一个真正明白宇宙人生真理的，把握当下，做好每一个当下，就很自在、很欢喜。

对过去是种检讨反省，晓得自己有哪些偏差、有哪些不如法啊？



对过去是一种反省，不是追忆而是反省；对未来总是希望做更多的善事、好事；最重要的把握当下现在心，把握当下心、现在心也是不可得，虽然是不可得，但是你做好了，心生欢喜；做不好了，你会心生懊恼；你到底要欢喜还是要懊恼呢？我们要心生欢喜，欢喜心虽然也是无常，欢喜总比苦恼好啊！过得很自在、很欢喜，那才是我们的真实受用。所以晓得世间一切都是无常，都是靠不住的。我们行菩萨道，就是要活在当下，让自己心生欢喜，多广结善缘。

我对《法本》又增加了一个纲领，第四个《生命真相》，已经到了第十八则，我的标题就是“般若慧观三缘融”，我们用智慧的观照，看到我们生命的真相。

生命的什么真相啊？玄奘大师所造的唯识学的一个很精简、很浓缩的《八识规矩颂》，用非常精简的偈颂，表达了宇宙人生的真理。提到了第八阿赖耶识，玄奘大师有一句话很重要“去后来先做主公”。

当我们一口气不来了，啊，鼻根的呼吸中断了；眼根也看不到东西了；鼻子也闻不到香的臭的了，同时呼吸也中断了；舌头没有办法讲话了，也没有办法吃东西了，因为舌头僵硬了；耳朵听不到外面的声音了，耳根也坏掉了；身体也动不了了；我们第六意识，也起不了分别心了，进入到那种渺渺茫茫，一种混沌的境界中。

前五识、第六意识、第七末那识都起不了作用了。你这身体还热热的，哦，代表第八阿赖耶识还没有走。内行的人一触摸，尽量不触摸了。但是有经验的修行者，过去跟他开示，告诉他、提醒他，拉着他头顶的三根头发、几根头发，动一动，提醒他，“你最好从这边走”，要他从顶门走，顶门走是上升，可以往生净土佛国。



全身都冷掉了，最后头顶冷掉，啊，恭喜！这人可以往生净土了。

全身都冷掉了，这个脸部最后热的，哦，往生天道了。

全身都冷了，心脏还热热的，哦人道中再来，往生人道了。

全身都冷了，肚子最后冷，哎呦，不好，那堕落到饿鬼道中去了。

全身都冷了，剩下小腿呀、膝盖这个地方、小腿肚子、腿部最后冷，那也是糟糕，堕落到畜生道中去了。

全身都冷掉，最后脚板、脚底最后冷掉，哎呦，那更糟糕，堕落到地狱道中去了。

那么，大概善业很够，善根、慧根很够的，直接往生净土。直接往生净土不是那么样的拖泥带水，拖泥带水是不好不坏的，还在随着他的阿赖耶识的现量境界，什么境界现前，他就往生哪道去了。

所以我们平常要多做善事，善事做多了，你符合五戒，人道中再来；符合十善业的，天道中再来；符合四圣谛的，哦，声闻中再来；符合十二因缘的，哦，那是缘觉中，上升到独觉佛的境界了；平常菩萨道做得很够，那十方净土任意寄居。

真正大菩萨，大菩萨祂生前已经证得果位了，到临命终时，祂更清楚，等于入定一样。所以有很多的修行者，报身成就的，踊身虚空现十八变，这是佛经所讲的，那就是神通自在了！

我们的生命，人死了最后走的就是第八阿赖耶识，来到娑婆世界最先来报到的也是阿赖耶识。正好跟有缘的父母亲在行房事的时候，父亲的精子、母亲的卵子，在《佛说入胎经》讲的，就像一小簇的小米粥一样，那可算是很形象了，加上阿赖耶识，三缘和合。



我们修行就要“般若慧观三缘融”，把这三缘——阿赖耶识、父精、母血，这是我们生命最根本的因素。因是阿赖耶识，缘是父精母血，形成三缘和合，我们的新生命的开始了。

这一点，大家要很清晰的，这三缘其实变成我们修行的三大纲领。



《生命真相》第一则：般若慧观三缘融

三缘和合融命门

入胎三缘会三纲

脱胎换骨真修证

三纲十要证三身

第一句“三缘和合融命门”。按照《黄帝外经》里提到的，第一周先出现的是命门，三缘和合，父精、母血——精子、卵子跟阿赖耶识结合起来，那个最核心的部分就是命门。从命门这地方生出脐带，婴儿的养分是靠脐带输进来，这脐带跟命门是前后（对应）。一个是影响我们的念头，一个是持续我们的生命，就是输送母亲的养分，吃的五谷杂粮，吃的外面的四大，来滋润胎儿的内四大。

我过去大概十几岁，就已经看过《封神榜》了。明朝很多有名的小说，包括《水浒传》、《封神榜》啊。因为明朝的政治不是很清明，动不动东厂、西厂，文字狱，哎呦，很厉害！这些文人，只好借写小说，小说的名字是假的，故事是真的，他怕掉脑袋啊！借写这个来讽刺当时的政治，当时不敢直接写评论，借小说来评论时事，这是文人高明的地方。

《封神榜》有名的哪吒太子，写《封神榜》的其实也是个修行人，很内行的写的。提到哪吒太子，析肉还母，析骨还父，莲花化生，这是三缘和合。

我们从母血生出来的五脏六腑肌肉系统，从父精形成的筋骨，所以析骨还父，析肉还母，莲花化生。莲花化生这是佛教名词啊，可见



写这本《封神榜》的人，也是一位佛教徒，佛学造诣很深、很高的。

一个是父精、一个是母血、一个是阿赖耶识。阿赖耶识转化，要靠般若慧观，般若慧观才能够莲花化生，莲花只是比喻。在唯识学来讲，转化阿赖耶识那要靠大圆镜智，转第八阿赖耶识为大圆镜智。

所以第一句“三缘和合融命门”，这是整个生命的真实相。

我们高雄的善照尘到了没有？（道友答：没有，下午到。）她最近写了好多心得，把《佛说入胎经》、与她看的好几本中医书、加上胚胎学。胚胎刚形成的时候，胚胎（里）发现有个明点，那个明点其实就是我们的阿赖耶识，唯有神识才会有光明。那个亮点，不但是阿赖耶识，同时也是命门所在，所以命门命门，生命之门哪，身跟心的交集点所在。

所以第二句呢？“入胎三缘会三纲”，入胎的三缘，父精、母血加上阿赖耶识，这是入胎的三缘；会三纲，中密三纲。

阿赖耶识需要禅宗三纲来转化它。禅宗，六祖讲了，禅宗以无念为宗、无相为体、无住为本，是整个般若智慧所在，这是佛家的心理空慧观。唯有心理空慧观，才能够把阿赖耶识转为大圆镜智，所以（这是）第一个纲领。

第二个纲领“生命科学心之相”，这是道家生理养生观。在佛学上是六根，阿赖耶识用六识来作（代表），所以小乘的论典中提到第六意识。第八阿赖耶识是大乘的《唯识学》才提到的，在小乘论典中只提到了第六意识，第六意识就代表了所有的六识。

在阿赖耶识中，《唯识学》里提到的，前五识是所藏，第六意识是能藏，第七末那识是执藏。



前五识形成了我们的六根；第六意识是能藏，这是生命的根本，形成六识；第七末那识是执藏，我们所执着的，会体现在一切人事上，我执啦、法执啦。跟人际关系有交流的，福德够、智慧够的人，很圆融、很圆满、圆通无碍了。如果是凡夫了，我执、法执很强烈，人事上都很不协调、很不祥和。所以这个执藏代表的是六尘。

我们要转化第七末那识，需要菩萨行愿、普贤行愿。第七末那识我执、法执太强烈了，所以我们借行菩萨道、借境炼心，来转化我们的心量。所以入胎三缘会三纲，完全融合在一起，你才晓得它的重要性。

第三句“脱胎换骨真修证”，脱胎，脱胎是析肉还母，换骨是析骨还父，真修证是莲花化生，清清楚楚，了了分明的。

第四句“三纲十要证三身”整个大圆镜智含裹了前面的转前五识为成所作智，种种神通妙用，在眼根叫天眼通，在耳根叫天耳通，在身根叫神足通，在意根来讲叫他心通、宿命通，这是转前五识为成所作智，神通自在，神通无碍。转第六意识为妙观察智，所有的宇宙人生的道理，看得清清楚楚，这是大般若智慧。转第七末那识为平等性智，从菩萨行，慢慢心量宽广了，啊，慢慢心量越来越大了，福报就越大，智慧就越高。所以三纲，也代表法、报、化三身。

从母血形成的，母亲的情执比较重；那么父亲，男性方面的，身见比较重，身见重了成六根；情执重了形成六尘；阿赖耶识就是六识（编者注：早期佛教亦说阿赖耶识，指六识）；这也是三纲，也是中密三纲。要透过真言十要，来印证法、报、化三身。各位，这个般若慧观三缘融，把三缘融合在一起了，同时转化。所以，这第一个纲领



很重要喔！

我们下一堂，再来讲第二个纲领。第二个纲领比较偏向道家的说法，中医的说法，也非常重要。

好，我们这一堂，先到这里了。剩下十几分钟，我们来老实持咒，念清楚听清楚，念念分明、念念本空就到了。哪个人修到能念念分明、念念本空就成功了，大道就现前了。这是真言十要，很精简了。



《生命真相》第二则：五行脏腑六根合（一）

好，我们继续上一堂的，讲“五行脏腑六根合”：

火土金水沐六根，
性火相火养土金，
金生肾水润肝木，
五行相生脏腑合。

我们中国古代的中医，其实大部分是道家人物所开发出来的。一般称五脏是“心肝脾肺肾”，有的是说“肝心脾肺肾”。五行，其实在中医来讲，就是五脏。

那么五臟六腑，等于五个阴、六个阳。五臟，这个“臟”字是一个肉字旁，旁边一个“藏”，用藏起来，其实就是密闭式的。六腑，这个“腑”字是肉字旁加上一个政府的“府”，代表中空的。中空为阳，密闭为阴。五臟对六腑，有点对不上。在中医来说从心脏延伸了心经跟心包经，心经跟心包经都属于阴，变成六阴六阳，这就是十二经络。那么十二经络等于有六对，十二经络就是六阴六阳合起来的称谓。

我后来的研究，其实心经就是我们佛学的意根，脏腑互为表里，好比“里就是阴，表就是阳”。

首先是心经，对应的是小肠经，小肠经为阳，心经为阴，意根出现了。

中脉，是由心经引领的小肠经、膀胱经、肾经，肾经为阴，膀胱经为阳，膀胱是中空的；这个肾经为阴，膀胱经为阳，也是互为表里。那么膀胱经对应的是什么呀？对应的是我们的耳根，肾脏开窍于耳，



这是耳根。

再来，左脉的，是属于心包经，心包经跟的是三焦经，心包经为阴，三焦经为阳，三焦经也是中空的。所以心包经相当于我们的身根，那么有上焦、中焦、下焦，全身的。我们的身体，你掐哪里哪里痛，这是触觉神经，相当于我们的身根。

心包经引领的是三焦经、胆经、肝经，肝胆为目，肝经，肝脏开窍于目，目就是我们眼根，佛学的眼根。

右脉的应该是肺经引领的大肠经，肺跟大肠互为表里，肺经是阴，大肠经是阳。大肠是中空的嘛，所以是阳。肺脏开窍于鼻，这是我们的鼻根。

肺经引领了大肠经、胃经、脾经，胃经是中空的、是阳，脾经是阴的。我们的胃经开窍于口——口腔，相当于我们的舌根，口腔含着舌头，就是我们的舌根。

十二经络对应的是佛学的六根，所以五行脏腑六根合，这是中医跟佛学的融合，这点大家要很清晰的啊！

第一个纲领“火土金水沐六根”。这个火，大家直接看到第二第三句的就清楚了。我们的意根是性火，身根是相火，我们生命的根本在性火。在小乘讲到第六意识，就是意根。意根也代表了阿赖耶识，所以是我们整个生命的总能源。我们生命的总能源在我们的意根，在我们的第六意识，第六意识是我们生命的总能源，所以属于性火。

那么，我们的知见正，心平气和，身体就舒服。我们知见不正，心不平气不和，身体就难受。哦，因缘故，那了了分明。我们心平气和，这知见正，我们的身体就很松放，气和就松放，所以“性火相火



养土金”。土代表的是脾胃，金呢？代表的是肺脏呼吸，它是连带关系的。

在《易经》来讲，金生丽水，在五行里头，金生肾水，我们呼吸通畅了，哦，风生水起。我们念咒，一口气一口气地念，相当于风生水起，滋润了。所以念清楚听清楚，念清楚是金生，听清楚是肾水，滋润了我们的肝胆，肝木，肝属木，正是（金生肾水润肝木）。

第四个“五行相生脏腑合”。五行相生了，我们的十二经络就通畅了，六根就融合了。

总之，身心是一体的，不可分的。总源头在我们的性火，在我们的知见，在我们的起心动念。起心动念是业力的总源头，我们心平气才能和，心平身就和，心平身和，气和身和。

火生土，我们一个人心情好，心平气和的时候火生土，脾胃就好，所吃下去的东西完全吸收消化。吸收消化之后，土生金，整个体力充沛，肺活量很强。土生金，哦，呼吸非常的顺畅，金生水，肾功能充分发挥，肾水充沛。肾水充沛，水生木，所以我用的是木头的“木”加上三点水，这是六根通畅，所以“火土金水沐六根”。

总根源在念头，所以我们要把念头照顾好。

那我们智慧不够怎么照顾好？只好借着佛菩萨的咒语，咒语就是佛菩萨的心声心语，佛菩萨最精华的语言就是咒语。咒语翻译成中国话叫总持，总持我们的身口意，总持了我们的六根六尘六识。它的总本源、总根本在我们的意根，在我们的性火。只要我们把握水源头，把这念头导正了，念咒就是导正我们的念头，这一念，哦，身体热起来了，从性火到相火。



那么，火生土，我们的性火到相火都很平和，啊，心情很愉悦，吃下去的东西都充分吸收消化了，这叫火生土。一个人五行相生，吃下去充分吸收，体力充沛、肺活量很足。火生土，我们用功来讲，土代表舌根，我们舌头一弹动，舌头，心脏开窍于舌，所以我们舌根不止舌根，也涵摄着意根跟身根。舌头一动，哦，一口气一口气的，鼻根，鼻根一口气一口气的融命门，肾脏的中心在命门，所以叫做肾间气动之间。

这个性火代表的是六识，相火代表的是六根，后面代表的是六尘，啊，整个现象应该很良性地循环，所以叫做五行相生。火土金水沐六根，性火相火养土金，金生肾水润肝木，啊，五脏六腑，身体很松放、很通畅，所以五行相生脏腑合，脏腑合就是六根合。这一段，大家好好体会哟。

原来老实持咒有那么重要喔！老实持咒把握的是我们生命的根本，从性火到相火，养土金，金生肾水润肝木，这是五行相生。五行相生六根合，不但是脏腑，也代表十二经络。十二经络刚才讲了，是代表了我们的六根，刚才已经分析过了，所以“五行脏腑六根合”很重要哦！

我们已经把佛学跟中医融在一起了，也融合了道家的文化，六根合也等同中密三纲合。



《生命真相》第二则：五行脏腑六根合（二）

五脏六腑跟六根的关系，本来就是息息相关。所以，第一句“火土金水沐六根”，说出了我们的总源头在性火。

身为修行人如何保持心平气和？心平气和是五行相生；心不平气和是五行相克。五行相生是向上提升；心不平气和就是五行相克，向下堕落，在痛苦中，在沉沦中。

我们的用功在性火，性火为生命之根本。我们生命的总能量在性火、在意根，相火是身根，跟着我们的念头转，念头好身体就好，念头不对身体就不对，这是一定的。

五行相生要从总源头入手，要随时把握心平气和。我们智慧没有那么够，没有那么大，所以要借助佛菩萨的心声心语，尤其准提神咒统摄了一切咒语。只要老实持咒，不但意根心平，色身气和、松放。

这“土”也代表舌根，金也代表了鼻根，这是舌根跟鼻根哪，前面的意根身根，性火相火，性火是意根，相火是身根；性火相火都在（相生），心脏开窍于舌，这舌头涵摄着意根、身根、还有舌根。我们念咒，舌头一弹动，在道家来讲统摄了精气神。

鼻根一启动，呼吸往来，金生肾水，让我们的肾水充沛，滋润了全身，滋润了五脏六腑。所以五行相生脏腑合，也就是六根合，有那么重要！

修行，随时要把握心平气和，最简单的，老实持咒，念清楚听清楚。我经常说念清楚相当于脱胎，听清楚相当于换骨，念到念念分明、念念本空就是莲花化生。



所以我们二三真言、二四真言，等同哪吒太子的析肉还母、析骨还父、莲花化生，到了念念本空那是莲花化生，念念分明象征莲花长得很茂盛，念念本空，哦，整个生命升华了。

所以“五行脏腑六根合”很重要，很重要。其实这《生命真相》的五个纲领，前后互相对应。

我们下午要谈的“耳门圆照摄六根”，又是不同的领域，但是中间是相通的。我们一堂讲一个纲领。



三缘和合是我们生命的三大纲领

我们这一次虽然没有讲法本仪轨，但是讲了生命的真相，其实也是准提法核心中的核心，当然也是传法，传的是心地法。

身心本来是一体的，所以三缘和合，就是我们生命的三大纲领。

转阿赖耶识需要般若见地，应该下午的第二堂会谈到的。转我们的前五识需要修证功夫，转第七末那识需要普贤行愿。

我们老实持咒偏向功夫。老实持咒，色身一转化，从整个肌肉到筋骨，五脏六腑的系统从老实持咒里相当于脱胎，听清楚本身相当于换骨，念念分明念念本空就是莲花化生，清清楚楚的。这也是转八识成四智，在下午的第二堂会提到的。

这次来了不少新参，我今天为这个准提二（所传的），其实是准提法核心中的核心。我们不管是念净法界咒、护身咒、六字大明咒，乃至准提神咒，整个咒语都融入到命门，命门也是三缘和合的一个中心。这个道理，新参慢慢去体会。

念净法界咒跟护身咒时的意密观想，观想头顶上的la字放光，当一放光，就拉到跟命门的光明点融在一起。整个咒语的音声都是从命门中涌出来，音声就是光，光就是音声，光音不二，光音交融，我们把复杂的法变得非常精简。



《生命真相》第三则：耳门圆照摄六根（一）

我们这一堂继续谈谈《生命真相》的第三则。

寻声救苦耳门照

舌鼻安般融耳门

耳门圆照入命门

六根融合慧日明

我们看到在《楞严经》观世音菩萨的耳根圆通，经典往往是非常简单的，一笔带过，观世音菩萨报告祂修行的经验，祂在无量劫以前亲近了观音如来。

【蒙彼如来】就是得到了观音如来的教授，【从闻思修，入三摩地】。

后面的经文更简单了，【初于闻中，入流亡所】。哎呀，大家看到“初于闻中”，以为说，一开始、一听就进去了，这是我们很多人的一个误解。

或者说，祂学习耳门圆照三昧，“初于闻中”其实就是说祂的下手处，最初的下手处，这“最初”也不知道经过了多久啊？！不是一般的大菩萨，你说能一下子一听、一修就相应，没有这回事。

五十一年前，民国六十年，我剃度了，出家当沙弥的阶段，最喜欢看的是《楞严经》，尤其观世音菩萨的耳根圆通。

因为我是看《坛经》时，看到六祖偈颂里的“本来无一物，何处惹尘埃”，就是这两句话让我进入到禅门。这两句话，一直到现在，我还在参究，还在用功中。哦，“本来无一物”这内涵有多深啊！也是



六祖的一句话，轻轻的一句话，往往要用功几十年，甚至几生几世的因缘，不断地去历练。

我最初用耳根圆通、耳门圆照三昧，也是很容易集中在头部啊，两个耳朵“听听听”，很容易集中在头部。所以练习耳根圆通的过程中，得到很多好处，但也吃了不少苦头。用功到某个时候，牙龈就会出血；到后来接近断食的边缘，那鼻水滴滴答答，我也不晓得为什么？有时候进入到很松放、很空灵的境界里面，那也有的，但是总是感觉上还不够到位。到了2018年，开发了耳通命门之后，哦，这就对了！

《黄帝内经》讲的“肾脏开窍于耳”，耳根不能够停留在头部，耳根嘛一定要回到它的（源头），龙归大海，耳根真正的根源还是在命门，在肾脏的中心，肾脏的核心中的核心是命门。

我从2018年之后，牙龈再也不出血了，当然紧跟着这色身的一些转化，等于对我们业报身的修复不是短时期一年两年就能够完全修复回来的。

所以耳根圆通，我已经练习了，当沙弥出家的那一年就开始，已经五十一年了。

我们看到经文，观世音菩萨寻声救苦，如何寻声救苦啊？不管是我们心理的烦恼，习气的烦恼，业气的烦恼，它都是苦。

寻声救苦，第一句“寻声救苦耳门照”，尤其你身体不舒服的时候，观到“寻声救苦耳门照”，用耳根来返听返闻；耳根返听返闻还不够，还要直接跟命门对接，才不会有后遗症，一层又一层地深入。

我们修行过程中，有时候呼吸也不是那么顺畅，哦，观想第二句，舌鼻安般，舌根跟鼻根合作起来（就是）安般，“舌鼻安般融耳门”。



我们从上午讲的《生命真相》第二则第一句里头“火土金水沐六根”，性火意根是我们生命的根本，从意根的性火到身根的相火，这融合以后，我们的脾胃才能够好，脾胃才能够进入到正常。脾胃这是我们的吸收消化系统，那么脾胃一好，脾胃又称之为中宫，很重要的。

在中国五行的观念中，五行跟十种天干，东方甲乙木，哦，它又牵涉到更深一层了，南方丙丁火，南方属火。东方甲乙木，跟肝有关系，木跟肝胆有关系；南方丙丁火跟心脏有关系；西方庚辛金，跟肺脏的呼吸系统有关系。

顺序应该是，东方甲乙木，南方丙丁火，中央戊己土，这中央戊己土跑到中央来了，西方庚辛金，（北方壬癸水）。在中医来讲，以前上海的黄文涛医生画了个简图，简图很重要。所以顺序不是说，讲完东西南北，最后再入到中央戊己土，不是的。东方甲乙木、南方丙丁火，丙丁之后，当然是戊己了，中央戊己土代表脾胃，西方庚辛金代表肺脏，北方壬癸水代表肾脏。

所以我们的舌根、鼻根都跟安般法门有关系。那么耳根呢？跟舌根、鼻根是同一个系列，所以在西医来讲，耳鼻喉是一科，它们有相关联的关系。

舌代表脾胃，鼻子代表肺脏；脾胃代表土，鼻子代表金；土生金，金的下面就是肾水，舌根的上面就是意根、身根。火生土，土生金，金生水，水生木。

那么“耳门圆照入命门”，龙归大海，回到了生命的最核心、最根本，所以是耳门圆照入命门。

不入命门，其实会有很多后遗症，唯有你亲自去用功了（才晓



得）。我过去的后遗症就是牙龈出血，到最后，鼻水滴滴嗒嗒的，那就是火水未济，在用功方面还没有完全相应。相应了……整个核心还是在般若智慧，所以总源头在性火、在我们的意根。在小乘，到意根、意识就够了，大乘的《唯识学》才讲到第七末那识、第八阿赖耶识，甚至讲到第九识清净识。所以“耳门圆照入命门”很重要！唯有耳门圆照入命门，这时候六根才融合，六根一融合，慧日明，大圆镜智出现了。

各位，这是真见地、真功夫，大家要好好去体会。哎呀，佛法不可思议，观音菩萨耳根圆通、耳门圆照不可思议！

所以四种般若里头，耳门圆照慧日明是甚深般若，可见它的重要性，它的甚深不可思议，所以称之为甚深般若，一般人哪里能够到达得了啊！那是佛菩萨的果位才能够到达耳门圆照慧日明啊！那么一定是六根融合融化掉、融通了，这时候慧日明表征的是大圆镜智，大圆镜智就是慧日明。

那好，我们这一堂先讲到这里，好好的（体会）。我们七七真言里头的慧日孤悬融命门，这是一个大般若智慧，眼意身根点命门这是悟毗卢法界，舌鼻耳根通命门这是后修普贤行愿海。



《生命真相》第三则：耳门圆照摄六根（二）

修观世音菩萨耳根圆通法门，你要体会“耳门圆照入命门”，唯有入到命门中，才是立体的、通透的，甚至说入了音声之流，入了法界之流。修耳根，如果只是在两个耳朵头部上面，你会念得很单调，而且这音声是平面的，你就是在念、在返听，也一样入不了音声之流，入不了法界之流，叫做隔靴搔痒抓不到痒处，也会变成了小和尚念经有口无心，总觉得进入不了，总觉得隔了一层。

耳门圆照一旦入到了命门，你就会念得欲罢不能，根本不想把它停下来。那么，唯有你自己去实验，你才会发现这个。

很多人修安般法门，为什么修得不相应啊？这数呼吸数数，等于在做会计出纳，在数目上面，只是看到呼吸一进一出、一进一出，还是在生灭门中。你修安般法门，一定也是一样入到命门中，那这样的安般法门就有力量了，可以进入到腹部呼吸，甚至进入到更深的胎息，这是一个关键的地方。

《生命真相》第三则“耳门圆照摄六根”，（第一句）寻声救苦耳门照，第二句舌鼻安般融耳门，变成来帮助你。那么耳根跟鼻根一融合，力量更强，加上舌根，当然它的根本还是在般若慧观。所以如果你要想耳根圆通修到深入，那么耳门圆照一定要入命门，整个六根通通融入耳门，同时也融入到命门。六根不能融合，慧日明出现不了。

这是我把自己的一个心得报告，毫无保留地供养给大家。用得上用不上在你们，讲不讲在我，听不听在你们，相信不相信也在你们。



《生命真相》第四则：慧观八识成四智

好，我们这一堂要讲《生命真相》另外一个纲领：慧观八识成四智。

修证功夫应前五
菩萨行愿转末那
般若见地化意识
大圆镜智成佛果

慧观一定是要有般若智慧，没有般若智慧转不了，般若智慧的深观才能够转八识成四智。

第一个，修证功夫应前五，这是四三真言的实修证。我们老实持咒，那也是在打自己的修行根基，把根基扎得很深厚，你每天念个三千遍、五千遍、一万遍，其实都不算多。重点还是要念清楚听清楚，打下一个很深厚的功夫基础，我们的色身，六根色身才能转化，在唯识学叫做转前五识为成所作智。眼根开发到最高的叫天眼通，耳根开发到最高的叫天耳通。眼耳鼻，鼻根开发到成熟，啊，身心通畅无阻，随时进入到空三昧的境界中，鼻根没那么重要了。那么舌根呢？舌根开发到你可以说法无碍，辩才无碍；从另外一个角度来讲，也许你也可以做好一位中医师。神农尝百草，可以成为一个有名的药草大师，可以解除很多人的痛苦烦恼，那也是功德无量啊！那么身根开发到了，那就是神足通，神通无碍。意根开发到了，那就是他心通、宿命通，当然意根最根本的叫漏尽通，所以成就三明六通。

第二个，菩萨行愿转末那，转化末那识。我执最深的是情执，情



执是我执最大的、最根本的一个代表，所以转第七末那识为平等性智。心胸宽广了，心量非常的广通无碍了，看到任何人都是圣贤，普贤普贤，把所有的人都看成圣贤一样的，那是内心清净了，才能够做到礼敬诸佛，做到称赞如来，做到广修供养。啊，念头稍微有一点闪失，哦，惭愧，我又错了，忏悔业障，随时懂得反省自己，观照自己。唯有菩萨道，菩萨行，难行能行，难忍能忍，忍人所不能忍，才能够彻底地转化第七末那识，第七末那识根深蒂固。所以我给的小标题就是行悲愿，把四三真言的实行正道落实在这个地方了。

第三“般若见地化意识”。我们各式各样的想法，哎呦，邪知邪见，恶知恶见，种种乱七八糟的意识，没有般若见地转化不了的。所以转第六意识为妙观察智，得到的是正知正见，正知见。这是能断般若门，这是法身断德般若门。第一个实修证，这是报身智德解脱门。第二个菩萨行愿转末那——行悲愿，这是化身恩德善巧门。那么菩萨道、菩萨行够了，种种的善巧圆融、圆满、圆通无碍了，这些都是我们自己的功课，要去做。

大圆镜智成佛果，转第八阿赖耶识成大圆镜智，这是佛的果位，这是道业圆满成就了，证得阿耨多罗三藐三菩提了。所以阿赖耶识是总领导，总领导的底下，还有三个小领导。

般若见地来转化我们的第六意识，转成妙观察智。我们第七末那识需要菩萨行、菩萨道才能转化得了。我们色身种种的过患，没有修证功夫，转化不了。

好，这一堂讲到这里，给大家做个参考。

金刚念诵是最好的耳门圆照三昧。金刚念诵融合了见地修证行



愿于耳门圆照三昧。

所以能够“耳门圆照入命门”，进入到生命中的心中心，进入到生命之门，身心的一个总关键的地方。《黄帝外经》（《外经微言》）讲的，十二官就是十二经络，十二经络的真君真主，那就是命门，命门有那么重要啊！



参要真参，修要实修，行要实行

终日烟雨蒙蒙，雨是越下越大，所以禅堂慢慢有些返潮的现象。金刚念诵能对治转化湿气，色身上的湿气、寒凉之气；又像打雷那样的，我们的金刚念诵又像雷声，雷声滚滚，震开了我们色身上的三脉七轮，化解了身上的湿气、寒凉之气。

我们一定是要耳门圆照入命门，才有这样的（效果），光靠明点还不够的，要慧日孤悬融命门，像太阳的光芒，光芒四射，从命门（涌出）。有名的龙树菩萨讲到的，般若如大火炬，就像一团熊熊的大火，燃烧了、引发了生命的根本能源叫性火，从性火引出了身根的相火。在四大里头，这叫火光三昧。大家不妨尝试尝试。

自古以来，我们佛教界分成三大类，佛学研究得很好的，能够讲经说法，让人家能够受用的，这是叫做义学沙门，让很多人能够对佛教起了信心，那当然是好事，功德一桩。

近代的高僧虚云老和尚，他一生苦行，可以说是苦行沙门兼兴福沙门，他恢复了好多的丛林，所以在近代高僧当中，有他的一席之地。

台湾的高僧广钦老和尚，早年在泉州修苦行，有他的感召力，有他的一些神奇的典故。所以来到台湾之后，建了一个承天寺，因为广钦老和尚是在泉州的承天寺出家的，等于他在台湾也建立一个承天寺。圆寂之前，又到了南部的宝来建了一个妙通寺，后来圆寂在妙通寺。哎呦，好多仰慕他的有这些出家众啊，在家的学佛的，也影响了一批人。所以近代既能够把佛教的信仰，把佛学的研究研究得也不错，又能够兼兴福沙门，这是最理想了。



所以，可以讲几部经，可以变成经师，讲经的经师。苦行者，苦行沙门，不一定有成（就），很多的一生默默苦行的，到头来也没有什么多大成果，这也有的。那么只是研究佛学，很多在家研究佛学的，可以当到教授，乃至变成学者，也能够讲经说法，也有些功底。

像元音老人，传心中心法，他佛学讲得不错，心中心法修得相当有基础，所以元音老人也是影响了（一大批人），在大陆有他的影响力。

我们南上师，那就更不用说了，他的见地功夫行愿，这是当代不可多得的。弘扬儒释道，弘扬禅宗，弘扬各宗各派的佛学佛法，还创办了老古出版社，东西精华协会，晚年为大陆建造了金温铁路，这些都是他的行愿功德，所以能够成为一代的大师。

只讲佛学理论，那到头来只是一个知名的佛教学者而已，你没有些功夫那不行的，还要有些行愿，南上师就是一个最好的例子。

你将来想要成为一个什么样的修行人呢？不管出家在家。那么通了佛学，又用功用得上的，这可是难上加难，难能可贵，未来的佛教界有你一席之地。讲佛学讲得好的一些教授学者是不少，在北京有些学者讲得非常好。但是能够吸引各行各业的，包括在家出家的大德就少见了，我们南上师算是一位知名度很高，口碑非常好的，这是很不容易的。

所以说，能够把佛学变成佛法的力量，修证功夫的力量，那真是太难能可贵了！

未来的佛教，一定是要真修实证，真参实学，参要真参，修要实修，行要来实行。如果连我们自己报身都转化不了，那你研究的佛学，



还是只能够打对折了，这个非常现实的，佛法很现实。

“现实”这两个字不是不好，有名的太虚大师的四句话，“仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真现实。”现实是现量真实，多么重要啊！

只是我们后来把“现实”两个字用坏掉了，哎呀，这人就很现实，是说你这人很势利眼。那么佛法的现实是现量真实，那是真修实证的。



光音交融，光音不二

我稍微简单地为大家新参引导一下：

首先是意密观想头顶大概两寸高的地方，百会穴的上方，观想有一个梵文字，大约直径一寸。观想字放白色光，光明一起就拉到命门的光明点，命门的光明点就是字放光，字放光就是命门的光明点放光，无二无别。

身密右手结金刚拳印。口密持诵净法界真言““唵(ong) 嚩(la)”三七二十一遍。（每七遍后加一“娑诃(suoha)”，共三遍。）

修法持诵净法界真言。

以上是三七二十一遍的净法界真言。

紧跟着进入到准提法门的第二个加行法，身密右手还是结金刚拳印。金刚拳印要会结，右手的大拇指放在无名指第一节握拳头，直接放在右腿的膝盖上。身密右手结金刚拳印，意密还是观想头顶上百会穴的上端，大概两寸高的地方，一个梵文字放白色光，当字一放光，直接拉回到命门的光明点，整个融合在一起，口密持诵护身真言“唵啍(ongchen)”。

念诵法用的是金刚念诵，所谓金刚念诵要跟般若相应。般若，简单地说是跟空、无相、无我这样的很松放很空灵的境界相应，这是金刚念诵的体，所以金刚念诵的体要跟空、无相、无我相应。金刚念诵的相，嘴唇不动，牙齿不动，只是舌尖弹动。它的作用，金刚念诵的作用是松开我们的五脏六腑的堵塞，用金刚念诵的方式把经络震开来，达到身心的松放空灵，这是金刚念诵的效果妙用哦。



护身真言“唵啍𑖀、唵啍𑖀……”，每七遍后面加一个“娑诃”，三轮三七二十一遍。

修法持诵护身真言。

金刚拳印提起来，五次印吽，第一个，头颅，吽！左肩，吽！右肩，吽！心窝，吽！喉咙，吽！金刚拳印散于头顶上。观想此身即转成金刚密身，达到念念分明念念本空。念念本空就是金刚密身，不是另外还有个金刚密身。

第三个加行法，双手结莲花手印。我们合掌的地方，把小指相抵、大拇指相抵，中间的食指中指无名指拱起来，就像一朵含苞待放的莲花一样，所以简称为莲花手印。那么意密观想，观想四臂观音在我们头顶上放白色光。当四臂观音一放光，一样是把四臂观音放光的境界拉到命门的光明点，与命门的光明点融在一起，无二无别。口密持诵六字真言“唵嘛呢叭咪吽”108遍。

我们观想没有离开光明，念咒没有离开音声，其实音声是光之相，光是音声之体。那么整个咒语的音声从命门涌出来，所以音声就是光明，光明就是音声，光音不二，光音交融，这点大家要把握好。

莲花手印散于头顶上。哦，中间还有好几个层次的观想，我们在这个地方就不说了，可以直接看我那本《准提修证禅观记》，里头讲的很详细，你们自己去看。要不然4月9号10号在台北两天传法，想要了解更透彻的，一定是要参加传法。

好，我们进入到准提法第四个法则本尊法。准提菩萨就是我们修持准提法门的本尊。

那么新参哪，由浅入深，先从简单的下手，简单的就是老实持咒，



念清楚听清楚，念念分明念念本空，把握这里就够了。观想是有点复杂，等到你程度够了，慢慢慢慢由浅而深。我只是约略地提一下就可以。

首先观想在我们打坐的正前方，有一圆形的镜坛，观想镜坛中显现准提佛母。看到准提佛母，两条腿结双跏趺坐，左右十八只手。

从手观想到头部，头戴五佛冠，象征着转贪嗔痴慢疑，转五毒为五方佛，这个道理太深了，今天不讲了，以后你们慢慢懂。

再来观到准提佛母的脸部，面如满月桃花，菩萨的像具备三十二相八十种好，是个圆满相。所谓“微带笑容，面如满月桃花”，面如桃花就是粉红色的，气色非常好。微带笑容这是充满了慈悲喜舍的四无量心。

紧跟着观想准提佛母左右十八只手，每一只手拿着不同法器。这个新参就先不要，大概十八只手，法器呢，逐步逐步地把它记下来，那也是表法。准提佛母观想清楚了，然后准提佛母从我们两眉之间，两眉之间在佛学叫做眉间轮这个地方，观想“准提佛母从眉间光明中浑入我身”，刹那顷，把准提佛母观想成自己，自己就是准提佛母，准提佛母就是我，我就是准提佛母，无二无别。

再观想自己身如透明琉璃体，内空心中，琉璃体就是整个身体五脏六腑都观空掉了，剩下这个表皮，这个表皮是透明的，所以叫做身如透明琉璃体；内空心中，生起八瓣莲花，红色无根，莲花上现一满月轮，当观想到臆中穴的满月轮之后，这满月轮一样是拉到命门，跟命门的光明点融在一起，命门的光明点就是心月轮，心月轮就是命门的光明点，大小相融。心月轮中展现出字轮。



我左手边，大家看到这个上面，你们可以看，这是心月轮中现字轮，念到哪个字哪个字放光。好比说，念到南、无、飒、哆、喃，三、藐、三、菩、陀，俱、胝、喃，怛、侄、他，唵、折、隶、主、隶，准、提、娑、诃，唵部楞（len）。念到哪个字，哪个字放光。那么左边字轮上九个字，代表心月轮中的九个字的心轮。

先把咒语念熟，念熟背熟了，重点把每个字念得清楚。念清楚，等同念到哪个字，哪个字放光。清楚就是放光，你还要怎么放光啊？念清楚，每个字都念得很清楚。所以整个心月轮跟命门的光明点融在一起，所有的光从命门涌出来，所有的音声从命门涌出来。所以咒语的音声就是心月轮的光芒，咒语的音声是光，光就是咒语的音声，无二无别。



耳门圆照慧日明是同时转八识成四智

今天早课我还是为新参带一下，希望新参很快地能够进入到修法，了解整个修法的程序。

我们修法，佛法虽然是浩如烟海，但是也要懂得把握精简的，浓缩的，自己从容易下手的先下手，不要被这观想啊，被你认为困难的，吓跑了。观想，我现在把这观想完全都是统一化、标准化、规格化，这是让新参很快速地理解准提法门的核心中的核心。

最简单的，从简单的三密相应（开始）。身密右手结金刚拳印，大家把金刚拳印结起来。意密观想头顶上百会穴的正上方，大概两寸高的地方有个梵文字，大约直径一寸，不需要观想太大，小一点反而容易产生焦距。所以过去南上师讲的，小心小心，先不要一下放得太大；注意注意，所以直径一寸就是要让我们小心注意。

观想字放光，字一放白色光，就直接拉到命门的光明点，整个都是一放光就拉到命门的光明点，跟命门的光明点融在一起。这是我已经把准提法简单化，单纯化了，统一化了，规格化了，这样大家不要再拉上拉下的。那么，真正老参直接拉到命门就好了。

我们整个修法，跟三缘和合，跟三纲十要都有关系。

意密观想，这观想是般若慧观，针对我们的意识。我们入胎的因缘就是阿赖耶识，转我们的第八阿赖耶识，转八识成四智，整个都融到命门中去。前五识啊，第六意识啊，第七末那识啊，第八阿赖耶识啊，同时转，要转是同时转，所以更快速。

不是，哎呦，现在是针对前五识喔，我现在是针对第六意识喔，



我现在是针对第七末那识喔，没有的。那么，般若慧观是同时转，同时转八识。

阿赖耶识是我们生命最根本的，也称为如来藏识，根本识；阿赖耶识中所藏的是前五识，能藏的是第六意识，执藏的是第七末那识。也就是第六意识是用见地来转，所以转第六意识为妙观察智；转前五识为成所作智，色身的障碍越来越少，越来越轻；转第七末那识，这是六尘境界的种种执着，种种我执法执，直接转第七末那识为平等性智，这是行愿所在。第六意识的见地，前五识的修证功夫，第七末那识的行愿，第八阿赖耶识，那是成佛作祖的根本，同时转。见地通透了，其实直接进入到佛果的甚深般若。

我们金刚念诵，不但是行深般若，也是甚深般若。当然，前面的世间般若，做好一个修行人应有的无畏布施，世间般若就是无畏布施；出世间般若就是菩提心；到了行深般若，那要化繁为简，所以心月命门金刚眼，这是行深般若；到了甚深般若，耳门圆照慧日明，这是甚深般若，不可思议，同时转，八识同时转。各位要这样，修行要这样，哦，金刚念诵那么可贵呀！金刚念诵就是大日如来的威力，这也是我们以佛的果位来导我们的因地。大日如来其实就是大圆镜智，你体会到了，那威力不可思议呀。

好，口密持诵净法界真言“唵嚩（ongla）”，所有的音声都是从命门涌出，音声也就是光明，光明也就是音声，你要体会到光音不二，光音交融，那你金刚念诵的威力就更强了。

（持诵净法界真言）

以上是准提法门的第一个加行法，把非常复杂的佛学理论转为



最精简的金刚念诵。

净法界真言，护身真言，我已经好几个层次的变化了，有一段时间最早是念快板；中间有段时间念慢板；最近又把它恢复到快板。发现念快板气反而顺，同时念起来更有威力，更有精神。慢板念着念着都快睡着了，尤其人少，哎呦，我念得很辛苦。用快板我就轻松嘛，换气也随时可以换气，那么多人，你换气别人也不晓得。大家换气的点，也不会是一样的，所以轻松自在。

第二个加行法，身密还是右手结金刚拳印，意密还是观想字放光，放白色光，然后拉回跟命门融在一起，口密持诵护身真言“唵啍嚩（ongchen）”三七二十一遍。

我们修行用功，一定跟我们的生活，跟起心动念，完全融在一起，提振了我们的精气神，越念越欢喜，越念越有精神，这就对了。



自他不二，自心自显，一切唯心造

直接进入第三个加行法。身密双手结莲花手印，意密观想四臂观音在我们头顶上放光加持，当四臂观音一放光，我们直接进入自他不二。

感觉上四臂观音是他力，其实他力也是你观想出来的呀，所以叫自他不二。他力就是自力，自力也是他力，一切唯心造。你观想四臂观音他就是四臂观音，因为你的虔诚，你想到了四臂观音，四臂观音觉得你诚心，人有诚心，菩萨感应，感应到佛菩萨亲身现身加持，有没有可能呢？可能不可能都在你，心诚则灵，你说他是他就是。把身心交给了佛菩萨，把护法交给了龙天护法，天龙八部。

把身心性命交给了佛菩萨，哎呀，菩萨啊，就像那个密勒日巴一样的，牵了一头跛脚的老母羊，去亲近拜见玛尔巴上师。上师啊，我把我仅有的财产这一头老母羊，还有我的身口意都供养给你啦。啊，这是真供养！各位，你说菩萨你不要嫌弃啊，我把我所有的全部都给您啦。你跟菩萨交心，菩萨不会嫌弃我们的，所以叫做人有诚心菩萨感应，感应道交难思议啊！所以，把四臂观音请到了命门的地方，这是自力他力的交点。

没有自力哪来的他力呀？所以佛法最高的境界就是自他不二，那就对了。不要被这相绑去了。哎呦，我们怎么能高攀呢？那都是你想象的，把自己跟佛菩萨之间就障碍住了。心、佛、众生三无差别，你的心跟佛心没有两样，跟众生心也没有两样，这叫做心、佛、众生三无差别。



各位，要从智慧，般若智慧去体会呀，你千万不要用戒律的精神，哎呦，我不敢哦，你自己吓自己哦。真正的金刚乘是这样的，我就是佛，佛就是我，要不然什么叫一切唯心造啊？佛心不就是你的心吗？你跟佛心有两样吗？只要你不颠倒，不颠倒就是佛心。

口密持诵六字真言“唵嘛呢叭咪吽”一百零八遍。你融入到命门，跟十方诸佛，跟十方三世一切佛，一切菩萨摩诃萨，同一鼻孔出气。哪个鼻孔啊？不是两个鼻孔吗？怎么变成一个鼻孔了？“”字光明就是鼻孔，你要到哪里找鼻孔啊？跟十方诸佛同一鼻孔出气，就是从命门出气，命门的光，命门的音，这是生命的中心心，这是真正的心中心法。

进入到第四个本尊法。观想前面有一座镜坛，先把准提佛母观想得很清楚，哪怕是个影像也可以呀。在法本上面，直接进入观想准提菩萨的结双跏趺坐，左右十八只手。然后观想准提佛母的头顶，头戴五佛冠，面如满月桃花，微带笑容，非男女相。左右十八只手，能够观想几只手就算几只手，或者有一点轮廓也可以。等到你心有余力，再去一一对照。比较辛苦的就是半生不熟，又想观又观不起来，哎哟，在那里挣扎。真正想通了，一弹指之间，“啪”一下整个观想出来了，整个程序一念之间都到了。那是真正从般若慧观下手，自心自显。

剩下的往往是最简单的，最复杂的变成最简单的，最简单里头，哦，千经万论的道理通通在里头。那么准提菩萨从两眉之间的光明中，我们观想自己眉间放光，准提佛母从眉间光明中浑入我身，刹那顷，观想把准提佛母跟自己融在一起，准提佛母就我，我就是准提佛母，准提佛母跟自己无二无别，内空心中生起八瓣莲花，红色无根，莲花上现一满月轮。这个月轮一呈现出来就从膻中穴直接拉到命门，跟命



门的光明点融在一起。

古中医《黄帝外经》（《外经微言》），哎呀，多高明啊！它没有佛学的那个（甚深般若），但是它提到了十二官，十二经络，点出了命门是十二经络的真君真主，也不是心经，也不是心包经，而是命门。《黄帝外经》（《外经微言》）开宗明义的点出命门的重要。

中医当然跟佛学最融合，古中医有很多的神医都有神通的呀，有禅定功夫的。有的是从禅定中观察到，道家的名词叫内照形躯，看到自己的五脏六腑。他对中医，那已经不需要把脉了，因为他在天眼通里头直接看到了五脏六腑，哪个地方有问题，那是现量境界，真正的神医是有这个本事的。有的是靠依通的，听你的声音就晓得你身体上哪个地方有问题。有的是用鼻根闻到你身上散发出的味道，也能感受到你身体哪个地方出了问题。所以叫“望”，这望，有深有浅，深的直接看到你的五脏六腑，浅的是看到你全身，看到你色身的这些相，也能够了解你五脏六腑的问题。“闻”，用鼻根来闻你的味道。一个是鼻根的闻，一个是耳根的闻，鼻根的闻是嗅觉神经，闻到你身上的味道，耳朵听到你讲话的声音。

好，等心月轮一起来，膻中穴的心月轮一起来，就融入到命门的光明点，命门的光明点就是心月轮，心月轮就是命门的光明点，无二无别，大小由心，然后开始念咒啊，大家把准提手印结起来。

金刚念诵，用一句话来形容，叫火力全开！这是慧日孤悬融命门。金刚念诵的念清楚来震开了我们的五脏六腑，这就是脱胎；听清楚，换骨；念念分明、念念本空就是莲花化生。

这是最简单的，我们准提法是法上的西方三圣来接引。念清楚，



大势至菩萨来接引；听清楚，观世音菩萨来接引；念念分明，念念本空，阿弥陀佛来接引；这是真正法上的西方三圣。所以，大势至菩萨的念清楚，让我们脱胎。观世音菩萨的听清楚，让我们换骨。念念分明，念念本空，阿弥陀佛来接引，接引我们进入到莲花化生的境界，把禅净律密都融在一起了。

把握净土三要信、愿、行，融会了净土三要；把握密教的三密相应，也融会了密教；把握禅宗三纲，也把中国禅宗祖师禅也纳进来了；整个为我们保驾护航的是菩萨三聚净戒，普贤行愿；普贤行愿就是菩萨三聚净戒，摄律仪戒，摄善法戒，饶益有情戒，统统无碍。要这样的体会准提法，统摄了一切法。



《生命真相》第五则：法脉使命无量愿

《生命真相》的第五个纲领，也就是法脉使命无量愿：

为古圣贤继慧学
为此人间建净土
虚空有尽愿无穷
无量光寿随处现

南上师传给我们这么好的一个法，是已经发了菩提心的，已经发了普贤行的，就有种法脉的使命感，法脉的使命感就是要把它发扬光大。

所以，我们中华准提学会，任命了两位副秘书长，南部的是我们善如哲，北部的是善怀敬也就是彤慧，你们两个好好地把南部北部像火车头一样的，慢慢把它带动起来。我为我们的法脉，已经从1978年接受南上师的灌顶，1979年1月3号就离开了高雄，到台北去亲近南上师，成立大乘学舍。

1979年我就开始带领大乘学舍的学员修持准提法，1978年到今年多少年了？正好44年。78+44正好2022呀，负起这法脉的弘扬传播，一直到现在，44年了，密集的时候一年有打三十几个七。其实这太久了，台湾我们早期是在前面的铁皮屋那个大殿哪，有春、秋、冬三个（七七专修），七是七个礼拜，三个七二十一（周），加上夏安居有十三周，三个月，从农历四月十五到七月十五，十三周。21加上13正好是34，一年总共才52周，我有将近三分之二都在禅堂。所以有三分之二时间在禅堂里面，每天八支香，越修越欢喜，越修对准提法开发



得越来越深、越来越细。

所以中密三纲，也不是偶然形成的，其实是酝酿很久了，真言十要也是慢慢地积累，积累内修外弘的经验，观察身心变化，跟法在自己身心产生的那种效应。

所以，大家要负起使命，法脉使命无量愿。你发挥得越多，其实受用最大的是你，为正法正教付出的越多，真正受用的是我们每个人自己。你发挥十分有十分的受用，发挥二十分有二十分的受用，这因缘果哦，如影随形。大家怎样把这法修到自己身心受用起变化，这也是我们每个人自己的功课，责无旁贷。

第一句，为古圣贤继慧学。这是2017年，我第一次上湖南南岳衡山，在南岳衡山的省政府招待所住了一个晚上，参拜了南岳怀让禅师接引马祖道一禅师的道场，有石头希迁禅师的道场，有那个叫做丹霞天然禅师还是天然丹霞禅师的道场？（编者注：是天然丹霞禅师）有名的丹霞烧佛，烧木佛了，烧佛像了。还有那个有名的在家的叫什么？全家共说无生法的，庞蕴居士，全家共说无生法，去参拜了庞蕴居士他居住的地方。我们中国禅宗大成就者很多都在南岳。

从南岳衡山下来，我就提出了“为往圣继慧学，为世间建净土”，把张载的那几句话改了（为往圣继绝学，为万世开太平）。我这段用“为古圣贤继慧学”，不是“绝学”那么悲哀啦。

般若慧灯随时都在我们每一个人的心地上面，只是有的人点亮了，有的人还没有点亮而已。我们点亮了，我们就可以为古圣贤继慧学。

（第二句），“为此人间建净土”啊。净土有小净土、有中净土、



有大净土。小净土嘛，《维摩诘经》所讲的“随其心净国土净”。我们一个人得到了心法了，你内心慢慢慢慢清净了，这叫随其心净国土净，心净就是国土净。所以为此人间建净土，难不难？也不难也不易，不是难，也不是容易。随着你普贤行愿展开，正是净土的展开。

第三句引用的是《普贤行愿品》，虚空有尽，我愿无穷啊！“虚空有尽愿无穷”，这是诸佛菩萨共同的愿力呀，我们要追寻佛陀的脚步，佛陀怎么发愿我们也跟着发愿，所以虚空有尽愿无穷啊！

你要有这样的愿力，啊，第四句“无量光寿随处现”呐！这是随其心净国土净的一个展现开来，这是真净土。真正的极乐世界就在我们心地上面，你还到哪里去找极乐世界呀？无量光寿随处现呐！多积极呀！多实在呀！多现实呀！

等于太虚大师所讲的“仰止唯佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真现实”。净土随处可见可现哪！“一念不生全体现”就是净土了，你还到哪里找净土啊？佛法很实在，只有这个最可靠！其它的，《金刚经》最后一句话，“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”

所以我们佛法其实就是我们生命的根本哪！一旦找到了，哦，叫做“生死涅槃等空花”。这时候对生死不会有那样的惊慌了，不会有那样的怕了，对涅槃也不是梦寐难求了。

涅槃境界就是常乐我净，找到生命的永恒。生灭灭已，寂灭现前，寂灭最乐，寂灭就是永恒，你到哪里找永恒哪？生灭灭已，寂灭现前，寂灭最乐，那是真净土。找到生命的永恒，也找到了生命的究竟快乐，那快乐是没有间断的，所以称为极乐世界，极乐世界是没有间断。常



乐，找到真正的我了，得到彻底的清净啊！所以涅槃境界，也是不假外求啊，随其心净国土净，这是涅槃境界现前。涅槃这两个字不是那么可怕呀，涅槃是究竟快乐、常乐我净啊！人人本具，个个不无，那是我们生命的真实相。

各位，你要不要去完成啊？你想完成，先发出“法脉使命无量愿”呐，好好奉行普贤十大愿。

所以这四个内容是真实不虚啊，各位！这是真净土，真正的佛国。我把宝贝统统供养给大家了，毫无保留的。

这次回来，台湾、大陆两边都要隔离呀，所以这个跑江湖不好跑啊！你以为大陆弘法好弘吗？也不好弘的呀！没有一点耐烦，其实真的是，弘法利生真不简单！尤其我是跑江湖式的，往往今天早课在这个道场结束，今天晚上在另外一个道场就起香了。每一年到年底，我都是累扁扁的，各位，弘法不简单啊！

所以“法脉使命无量愿”，有这个愿力支撑它，虽苦犹乐。（也是）慈济人的两句话，“欢喜做，甘愿受！”

欢喜做，甘愿受，这两句倒很好的呀，不错喔！好啦，拼了去！爱拼才会赢啊！



宇宙的真理，生命的真相

这次准提二的专修，我提出了“宇宙真理，生命的真相”，这是（准提法本的）第四个大纲，有五个小纲领来分析。

第一纲领是“般若慧观三缘融”，我们唯有般若的正知正见，看清了我们生命的整个入胎三缘，第一个“三缘和合融命门”，第二个“入胎三缘会三纲”，原来入胎的三缘变成我们见地、修证、行愿的三纲，也是真言十要提到的二三真言、二四真言。

二三真言，金刚念诵，念清楚影响到五脏六腑，这是脱胎；听清楚，这是耳根圆通，能够促进我们筋骨的强壮，所以“脱胎换骨真修证”。脱胎就是析肉还母，换骨就是析骨还父，真修证是莲花化生所在，也是“三纲十要证三身”。

第二纲领是“五行脏腑六根合”，从我们意根的性火，所以第一个“火土金水沐六根”，这是五脏六腑跟六根的相关联，这些大家都要去深入体会。

第二个“性火相火养土金”，怎么样能够让我们的五行相生？重点在正知正见。正知正见是性火，转化我们的相火——色身，那么火生土、土生金，五行相生的道理。

第三个“金生肾水润肝木”，这是实际修证对色身的转化。

第四句“五行相生脏腑合”，十二经络都通畅了，这是很重要的。

第三纲领“耳门圆照摄六根”，怎样让我们从听清楚里头（摄六根）？啊，原来念清楚听清楚这是“寻声救苦耳门照”，耳门圆照。



那么舌根鼻根呢？这安般来配合耳根圆通，所以融耳门（舌鼻安般融耳门）。

第三“耳门圆照入命门”，这是核心，关键的地方。

第四“六根融合慧日明”，唯有六根都融通在一起、融合在一起了，这时候正是大日如来现前。

第四纲领“慧观八识成四智”，从见地、修证、行愿展开来。

第一“修证功夫应前五”，转前五识为成所作智，这是“实修证”。

第二个，“菩萨行愿转末那”，才能够转我们的习气，根深蒂固的习气，这是“行悲愿”。

第三，“般若见地化意识”，这是转第六意识成妙观察智，这是正知见。

第四，“大圆镜智成佛果”，这道理都很深的，慢慢去体会、去参究，这是“道圆成”。

第五纲领是“法脉使命无量愿”，上一堂讲的是“法脉使命无量愿”，为古圣贤继慧学，为此人间建净土，虚空有尽愿无穷，无量光寿随处现。



皈依三宝其实是回归生命的真善美

皈依三宝，大家皈依谁一定要清楚。皈依，皈就是一种回家，简单的讲，回家依靠三宝，回什么家？回到我们的如来本家，回到我们生命的本来面目，找回到自己。所以我们皈依，就是看清自己，明白自己，不断提升自己，最后得到一种解脱，自由自在的一种生活生命。所以我们皈依三宝，其实是探讨我们生命的真相，看清宇宙人生的真理。所以，皈依就是回到我们生命的本来。

那么我们生命中有三个纲领，其实跟我们的修法有关系。入胎有三缘，到了成佛是证得三身，三缘跟三身，它有前后的连带关系。我们智慧开发成熟了，证到清净法身，从阿赖耶识转成清净法身，那么清净法身以第六意识为主，第六意识也代表了阿赖耶识。转我们的情执，那就是菩萨行，证得千百亿化身。我们前五识表征的是我们六根，我们色身圆满，就是圆满报身。

皈依皈依，其实就是把自己的生命给庄严起来。因地上，第六意识需要般若见地、般若慧观，般若慧观可以得到清净法身。第七末那识，我们的情执，种种人事上的烦恼，需要菩萨行愿。所以大家要多做善事，多说好话，做好人，做好事，说好话，可以成就我们的千百亿化身，人事一切圆融、圆满、圆通无碍。自然我们的报身，我们凡夫是业报身，到了佛菩萨是圆满报身。因为，福德圆满，智慧圆满，成就的是三十二应化身，三十二相八十种好，那是圆满报身，成佛的一个果位。这是我们皈依了三宝，也就是我们生命的三纲要，很清楚的。

我们皈依现象三宝，大殿的佛像，佛宝；藏经阁里头的三藏十二



部经，佛陀讲经说法四十九年，所以这是现象法宝；佛陀时代的弟子，代代相传，传到现在所有的出家众，不管是比丘、比丘尼、沙弥、沙弥尼，这些都是现象僧宝。现象三宝是一座桥梁，接引我们进入到自性三宝，自性三宝人人本具，个个不无。

所以自性三宝，什么是自性三宝？佛者觉也。我们能够自觉，自己看清生命的真相，认识世界，然后把自己参学的佛学佛法来帮助有缘的人，这是菩萨的觉他；到了佛果，叫做觉行圆满。皈依的重点，皈念佛，佛者觉也，自觉觉他，觉行圆满，这是整个自性佛宝的内容。

什么是自性法宝？法者正也。我们有了正知正见，当下可以见十方三世一切佛，不离当念，原来心就是佛。就会发现，不是心外求法，心外求法那是外道。什么是佛？即心即佛，是心作佛，心就是佛，你还到哪里找佛？心清净就是佛，所以叫见法即见佛。哦，你明白了法，就见到佛，就那么直接。所以，你去找佛？原来离心无别佛，离开我们的心地，到哪里找佛啊？所以随其心净则国土净的道理就是这个道理。明白了法，所以就晓得，原来心不但是法，它还是佛，见法见佛，身心清净了。

什么是自性僧宝？僧者净也，身心清净和合了。明心见性以后，真正明心见性的人其实才是真正的僧宝。不管你出家在家，你明心见性了，你就是僧。当然在佛教的名相中，这僧是给了出家众，所以男的叫僧，女众叫尼，僧尼僧尼，比丘为僧，比丘尼为尼。这狭义的说是出家的师父们，这是僧。广义的说，只要你明心见性了，你就是僧，大家明白这个意思就行了。

所以法宝是清净法身，佛宝是圆满报身，僧宝是千百亿化身，所



以三宝又代表了法报化三身。明白法宝，看到了生命的真实相，所以法宝代表真，僧宝代表善，佛宝代表美。你具备三十二相，八十种好，当然是最庄严，也代表生命的真善美；法宝是体，佛宝是相，僧宝是用，是我们生命的体相用；法宝是因，僧宝是缘，要广结善缘，佛宝是果，所以三宝也代表因果，体相用，法报化，真善美。

哦，原来三宝非常广泛，跟我们入胎三缘又有直接关系，所以佛法不可思议，佛法无量义。

我们皈依三宝，等于向佛菩萨宣示，我生生世世不离三宝，我生生世世不离三宝，这是我们生命的中心。所以，在六识是心之体，我们生命的中心在心，我们的身体是相，我们的一切外境六尘是用，体相用。所以三宝的功德展开来，涵盖一切，涵盖世间法、出世间法。

时间上的关系，我把皈依三宝的（内涵），很精简地说，原来皈依三宝是这样的重要，是我们生命中入佛门的第一课。



明心见性才是我们生命的根本

皈依之前要先懂忏悔。忏悔文其实就是佛陀的四圣谛法，我们现在不管是身体上的病苦，人事上的烦恼，或者说见地上的种种无明，这是我们的果报。身体不好是果报，人事不协调是果报，找不到生命的归宿那也是你的智慧不够，所以才有种种各式各样的苦果。

有苦果就有“苦因”，苦因叫“集谛”，集谛是什么？是苦因，从苦果找苦因，从苦因找到对治的方法，叫“道谛”。修道修的有成果了，我们的烦恼灭除了，叫“灭谛”。“灭谛”是清净圆满的意思。看清了苦集灭道，就晓得修行用功了，所以叫知苦明集，晓得痛苦的果报是从我们的（集谛来的），集谛是什么呀，不是外来的，我们的苦因都是自作自受，贪嗔痴慢疑这五毒就是我们的苦因，一切罪障业障我今皆忏悔。

现在我们进行忏悔仪式。大家就地长跪，跪下来。如果膝盖不好的，那只好坐着，膝盖好的跪下来，合掌，我说弟子，你们自称自己的法名，万一法名记不起来，报上自己的姓名也可以。一边念忏悔文，一边观想观世音菩萨现身在我们禅堂的半虚空中，来给我们加持，一手拿着甘露水，帮我们灌顶开智慧；观音菩萨一手拿着杨柳枝，净除我们多生累劫的种种罪业过忤。人有诚心，菩萨感应，观世音菩萨大慈大悲，救苦救难广大灵感观世音菩萨，来证明我们的皈依，来加持我们的皈依。好，请合掌。

“弟子XXX，往昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴，从身语意之所生，一切罪障皆忏悔。”



观想观世音菩萨甘露水灌顶开智慧，观音菩萨的杨柳枝净除我们多生累劫种种罪业过忤。

“弟子XXX，往昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴，从身语意之所生，一切业障皆忏悔。”

好好体会观世音菩萨的加持，让自己的皈依得到三皈依体。

所谓三皈依体就是清净光明，得到清净了就欢喜，看到了光明，人生的大方向明白了。

“弟子XXX，往昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴，从身语意之所生，一切我今皆忏悔。”

忏悔业障，这是唯有大菩萨才能够真正做到彻底地忏悔，所以菩萨畏因，凡夫畏果。菩萨动一下这个念头不对，马上转念头，念头一转就不受果报了。大修行人可以做到先知先觉，我们凡夫能够做到后知后觉，也算不错了，哎呀，我错了，赶快在佛前向佛菩萨忏悔，这叫亡羊补牢，犹未迟矣。就怕不知不觉，错在哪里也搞不清楚，那就比较麻烦。

我们研究佛学就是看出了这个因果果，看出了我们对，对在哪里；不对，不对在哪里；要明白因果。忏悔清净了，三宝就现前了，正式可以进入到皈依三宝的程序了。

我先把皈依的内容跟大家简单做个解释。

皈依佛，两足尊。两足尊，福足、慧足，福足是福德圆满，慧足是智慧圆满。唯有佛菩萨福德智慧圆满，所以不受种种果报，只生欢喜不生忧。我们凡夫嘛，因为福德不够智慧不够，所以颠颠倒倒、苦



苦恼恼的。所以佛菩萨是我们修行的好榜样，是我们修行的导师，这叫皈依佛两足尊的道理。

皈依法，离欲尊。三藏十二部经，看清我们种种的因果果报，了解坑坑洞洞，前面哪里有坑有洞的地方，尽量闪开来，不受七情六欲的束缚，不做五欲的奴隶。所以，法宝是让我们净化，让我们离开种种不当的欲望，所以说要修到“人到无求品自高”，无欲则刚的道理，这是离欲尊。

皈依僧，众中尊。世间上一般的师长教我们知识，求生的技能。佛门的师长教我们明心见性，明心见性才是我们生命的根本，这是生生世世尽未来际的千秋大业。明心见性，这是我们每一个人要去开发的，要去自我庄严的，才会得到解脱自在。

皈依佛，不堕地狱。皈依法，不堕恶鬼。皈依僧，不堕畜生。远离三恶道，人天有份，证道有期。看清整个修行的脉络路线，明白了。

“皈依佛竟，皈依法竟，皈依僧竟”就是皈依三宝圆满的意思。

等一下大家一边念皈依文，一边观想自己身心得到十方三世一切佛，一切菩萨摩诃萨的加持，自己全身放光，光明就是我们三皈依的戒体。从菩萨的智慧光明，引发我们内在的自性光明，光光相照，得到究竟清净，这才是真正的皈依。

“弟子XXX皈依佛，皈依法，皈依僧。皈依佛，两足尊。皈依法，离欲尊。皈依僧，众中尊。皈依佛，不堕地狱。皈依法，不堕饿鬼。皈依僧，不堕畜生。皈依佛竟，皈依法竟，皈依僧竟。”

好好领受十方三世一切佛，一切菩萨摩诃萨的加持，自己身心在一片清净光明的境界中，是名真皈依也！



乃至进入到言语道断，心行处灭，是真皈依也！乃至入不可说不
可说不可思议的境界中，整个身心空相现前，是真皈依也！

皈依前要懂得忏悔，皈依之后要懂得发愿。愿力是我们修行的一
股原动力量，愿力越大，你成就就越高。怕很多新入佛门的不晓得怎
么发愿，就以禅宗六祖惠能大师的四弘誓愿作为大家发愿的蓝本，跟
我一起念：

众生无边誓愿度，
烦恼无尽誓愿断，
法门无量誓愿学，
佛道无上誓愿成。
自性众生誓愿度，
自性烦恼誓愿断，
自性法门誓愿学，
自性佛道誓愿成。

好，我们皈依回向，跟着我一起念：

自皈依佛，当愿众生，体解大道，发无上心。

自皈依法，当愿众生，深入经藏，智慧如海。自皈依僧，当愿众
生，统理大众，一切无碍，和南圣众。

好，恭喜各位成为佛门的正信三宝弟子。身为佛门的正信三宝
弟子，要随时随地懂得念佛拜佛。懂得念佛拜佛，可以业障消除，
可以得到三宝的加持。皈依三宝之后，要懂得听经闻法，要好好研
究经律论，可以得到法力的加持。皈依三宝之后，要懂得参访善知
识，亲近善知识。修了法之后，要懂得常常修法，要懂得记数报



数，让自己可以得到法力的加持。皈依三宝之后，亲近善知识，可以得到善知识的呵护体恤。大家要好好用功，我们的皈依三宝简单到此。

星月日轮准提网

正法昌明久住利有情

啊，印象很深刻的！

就在二〇一二年的今天，也就是十年前的农历八月十四，十年前阳历跟今年比差了将近二十天吧。那一年应该是阳历九月中旬，我从山东烟台南山寺打完准提七后，从烟台就飞到了上海。那天就接到了太湖大学堂我的好朋友谢老总（的电话），他说，李传洪董事长在催促我，南上师的老弟子都回到太湖大学堂了，怎么首愚法师没有到啊？我就跟谢老总说，我在上海有个三天的准三。上海那次是在春日路，安利的一位台胞，从美国回到上海，来这边做企业，开了一家家具厂，我们待在那边，不过那都是一年前定下来的时间；我要去（太湖大学堂），要等三天后，这边三天的准三圆满了，我才能够过去。传说南上师在入定。那么，我说我们这三天会修法回向给南上师早日出定。三天圆满之后，就赶到了太湖大学堂。由开示师开的我们学堂的八人座的车去。那次，开宝师你也去了啊？

到那边见不到南老师了，我在谢老总那边喝茶，一个老参就问我，你这次到太湖大学堂见不到南老师，你有什么感想啊？

我说我有什么感想？我说我感觉上，南老师随时跟我在一起。我一想到南老师，他各式各样的生活动态啊，有时候学老太婆走路了，学得可像了。我们南老师很风趣。我说我随时跟南上师精神相往来。我说见与不见，我随时都在见，这叫上师相应法。

第一次见面，就是一九七四年。南老师的公子南一鹏，按照南一



鹏先生在上海的一次演讲，他说我的父亲，在一九七四年的一天早上，在做梦中哭着醒过来了。怎么了？南老师说，他梦中梦到了他跟袁太老师在诉苦水，他说我的接班人怎么到现在还没出现？袁太老师就说：你看，你的接班人不就来了吗？看到一个妇道人家，带了一个三四岁的小孩子，从海边过来，才三四岁。那时候，我一九七一年出家，到一九七四年，刚刚正好三年左右。我出生在台中大甲大安乡的海边。一个妇道人家表征的是准提佛母，带着一个三四岁的孩子。他一看，接班人才三四岁，伤心的哭醒了。

一九七四年十月下旬，南老师就应我们院长星云大师之邀，到佛光山做了题为《禅宗丛林制度与中国社会》的演讲，我惊叹南老师的博学与风趣。

隔了三个多月，一九七五年的一月，南上师又出现在佛光山，这一次来佛光山是打七。禅七到第二天、第三天，我就想到，当年看《坛经》，我要找一位禅师出家，找不到。这一下子，我感觉上，我要找的这位禅师终于出现了！虽然不是出家的禅师，但是通宗又通教，通达中国传统文化儒释道的一位大善知识，跟我想要找的出家禅师，那内容更深更广。所以我经常开玩笑说，哎呀，你看佛菩萨对我多好啊，我要五毛，结果给我一块，你说奇怪不奇怪呀？哈哈！这个是“感应道交难思议”啊！

这个七打完过后，我就带了几个同学，上台北去见南老师。到信义路三段二十一号，三楼是老古出版社的办公室，南老师的关房就在二楼。（接待人员）说，南老师打完七身体不适，你们稍微等一下，他马上就赶过来。其实是从二楼到三楼而已。我们几个同学都一一请



教。南老师对其中一个同学说，你不像出家人，后来这个同学果然还俗了。轮到我，南上师就对我说，等到你有禅定功夫的时候再来找我。

记录人员把这次（南老师）在佛光山打七的录音整理了一半，应该说是重点式整理，从达摩大师讲到了六祖惠能大师，就没有下文了，整个打七就结束了，留下两首诗。第一首诗：

寻僧偶尔入山行，青磬红鱼未了情。

绿竹还随人意思，吟风来伴读经声。

这些啊，都一一兑现了，大家有看过《般舟禅关记》有收录，我们《准提修证禅观记》也有，大家自己去看。

所以二〇一四年，我把准提法（二编）。第一编的时候是一九八〇年，南上师的法本讲得很清楚，“未经灌顶者不得翻阅”。翻都不能翻，看都不能看。那一年，一九八〇年我们办了十方丛林书院，早晚课是修准提法，法本也不能看，那怎么办呢？所以我从法本中把它摘录条目化，整理成为准提法修持简轨。从一九八〇年到二〇一四年，前后总共享了三十四年的简轨。想到南上师已经圆寂两年了，我要把简轨恢复成法本，所以第二编把它恢复成法本，分段落，加横批，了了分明。

二〇一八年在南岳衡山确定了“耳通命门”之后，二〇一九年我在广东华首寺的闭关中又把准提法本重新做了一次整理，增加了很重要的内容，“中密三纲，真言八要”，从“八要”增加到“九要”，从“九要”增加到“十要”。

所以二〇一二年的农历八月十四，就是中秋节的前一天，就像今



天一样，不过阴历阳历对不起来，那一年的八月十四号正是阳历的九月二十九日，八月中秋正好是九月三十日。我从上海搭飞机到了武汉，从飞机场我们的会长派人来接我们到酒店，在半路上就接到谢老总的电话，他说你赶快、赶快过来，有重要事情，但是他又不敢透露是什么消息。我说不行啊，我这个一年前定下来的，武汉的这个七我更改不了的。车子到了酒店，就接到了太湖大学堂七人决策小组之一的李慈雄打电话过来，他讲清楚了，他说：“南老师已经走了，明天中秋要火化，你赶快赶过来。”哦，我一听，那赶快买机票，买到了晚上一点多的，武汉到上海。到了上海都已经三四点钟了，稍微眯一下，大概八九点钟就赶到了太湖大学堂。开宝师你们是从台湾过去的？还有沈建筑师？官大治也去了？

到了九月三十号，农历的八月十五晚上，荼毗火化。武汉起香了，起香只好放录音带了。所以整整十年了。我们明天修法回向给南上师，早日乘愿再来，正法能够昌明久住。

啊，这印象很深刻！



“星月日轮准提网”四法则

南上师在太湖大学堂荼毗火化，到今年正好是圆寂十周年。感念南上师的栽培，禅林能有今天，也是南上师特别的加持啊，感念南上师这一份为正法正教的奉献。所以，我们中秋的一日修，也是为了感念、感怀上师的（栽培），准提法有今天，也是南上师传承下来的。所以我们回向南上师早日乘愿再来，为正法能够昌盛，广为弘扬流传。

我们纪念上师、缅怀上师、感念上师，最重要的是所谓的“上师相应”。我们如何才能够跟上师相应呢？我经常说，跟般若相应就是跟上师相应。在心之体，六识的起心动念无不是般若；我们色身的五脏六腑、六根门头无不处处显示般若风光、本地风光；我们眼睛所看的，耳朵所听的，鼻子所闻的，舌头所接触的种种味道，身体上所感受到的冷暖、舒服不舒服，其实六识、六根、六尘都是交错交感，处处显示我们生命的本地风光。

我们感念上师，最好的就是把他的法脉不断地发扬光大。把这个法脉发扬光大，那就是对上师、对佛菩萨最好的感恩报恩。

所以，应这个壬寅年的中秋，我特别把宇宙人生的现象，前面有开发了“中密三纲、真言十要、生命真相”，紧跟着整个要融入到准提法脉中，我特别写了“星月日轮准提网”。“星”是天上的星星，“月”是我们晚上所看到的月亮，“日”是白天所看到的太阳。所以，星星、月亮、太阳，都收入到我们的准提法脉中。

“星月日轮准提网”四法则，我先把它导读一遍，八点钟正式讲。



星月日轮准提网四法则，第一个“繁星点点十八界”。“星”，天上的星星，也正是代表了天时，地上的种种地利，回到了我们色身上的，就是要我们展示在六尘境界上面的种种的人和，天时、地利、人和。天时在哪里啊？起心动念这是天时。在唯识学讲叫见分，起心动念是见分。天上的星星，整个宇宙的现象，都是属于阿赖耶识的相分，（包括）我们的色身的种种感受。所以我第一个讲的是星星，**繁星点点十八界**：

- 1、六识心念若繁星
- 2、六根五脏烦恼宅
- 3、六尘复杂众生相
- 4、收摄十八入明星

哎呦，人跟人之间很难相处，难相处其实就是我们的智慧不够，理法界体会得不透，事法界智慧不到位，才有那么多烦恼。所以，普贤行统摄了四法界，世出世间。我们“收摄十八”，就是十八界，十八界是根尘识，六根、六尘、六识。“入明星”，佛陀夜睹明星大彻大悟。我们准提法中观想的 LA 字，其实就等同观想这一颗明星。

第二、心月明暗属业感

- 1、月初月末日不同
- 2、净界护身初一月
- 3、心月字轮渐转化
- 4、上下弦月未得圆

每一天的月亮境界都不一样，圆缺不一样，明暗不一样。



既然有上弦月有下弦月，所谓的十五十六的月亮最圆。当然是承接了上弦月，由缺到圆，由圆又回到了缺，所以十五十六的月亮不算圆。只有我们的普贤行愿做到圆满了，那真的是圆了，已经融入到，何时、何日、何月不圆满呐？

第三、日轮转化四般若

1、明点月轮属生起，我们净法界咒、护身咒观想 LA 字，等同观想明点；到了六字大明咒、本尊法，乃至准提神咒，用的是月轮，是生起次第。

2、方便行愿乃世间

3、出世行深大菩提，出世般若、行深般若就是大菩提。

4、慧日无量得甚深，得到甚深般若啊。

第四、星月日轮入大道

如何入大道啊？把天时、地利、人和完全融在一起了，如何融啊？

1、星月日轮融命门，这最接地气了。

2、渐中有顿顿中渐，把整个准提法生起次第、圆满次第的法脉展现出来。

3、明点星月现慧日。

4、大日如来大圆满，唯有到了大日如来的出现，我们的生命才能够得到大圆满。大圆满就是三身成就得大圆满。

把这个纲领先给大家秀一下。



我们等于把“中密三纲、真言十要、生命真相”整个起承转合，要融入到了我们的准提法网、准提法本、准提法的脉络中，这是一个圆满的准提法本。

备注：伍、星月日轮准提网（四则）

廿三、繁星点点十八界

1. 六识心念若繁星
2. 六根五脏烦恼宅
3. 六尘复杂众生相
4. 收摄十八入明星

廿四、心月明暗属业感

1. 月初月末日不同
2. 净界护身初一月
3. 心月字轮渐转化
4. 上下弦月未得圆

廿五、日轮转化四般若

1. 明点月轮属生起
2. 方便行愿乃世间
3. 出世行深大菩提
4. 慧日无量得甚深

廿六、星月日轮入大道

1. 星月日轮融命门



2. 渐中有顿顿中渐
3. 明点星月现慧日
4. 大日如来大圆满



繁星点点十八界

伍、星月日轮准提网（四则）

廿三、繁星点点十八界

1. 六识心念若繁星
2. 六根五脏烦恼宅
3. 六尘复杂众生相
4. 收摄十八入明星

“星月日轮准提网”，把前面的“中密三纲、真言十要、生命真相”，整个起承转合，转入到我们的准提法脉中。天上的星星、月亮、太阳，这是我们修法观想的一个妙观，真的是个妙观。

天上的星星，在第一个“繁星点点十八界”，统摄了六识、六根、六尘。这一幕的境界，我回想到小时候的农村生活，那一幕天然景象，跟我们的修法观想，正好用得上。

我们早期台湾乡下，一到了初夏，田里头的秧苗大概长得这么高了。经过几次除草，秧苗慢慢长高，哦呦，一片绿油油的。啊，我非常喜欢走在那个田埂之间，看整个秧苗一片翠绿的田野风光。田里头的小水沟，会有很多大肚娘仔鱼。大肚娘仔鱼，国语怎么讲的，我不晓得。我们会到小河里头去抓虾，去抓螃蟹，把蚯蚓放到一根草上面，塞到石头缝里，哎，螃蟹被引出来了，右手这么一引，左手这么一抓，就抓到了，哈哈。那是我们小时候的一个景象。看到水稻田的蝌蚪，蝌蚪是青蛙的小时候。小时候，那个水稻田里头有很多的泥鳅、鳝鱼，还有很多的小鱼，最多的是那种大肚娘仔鱼。我小时候经常跟我母亲



用那个装菜卡箕，用竹子编的，我们都去捞那个大肚娘仔鱼，哦，一捞一大把，每一次都是满一水桶回来，家里就可以加菜了。啊，这是小时候的一个（情景）。

田里头的蜻蜓可多了，白天有满天的白鹭鸶，偶尔看到老鹰，它专会抓小鸡的。到了晚上，天上的星星，哇，太多了。现在已经看不到那种星星了，星星之多，满天星斗，那个数也数不尽，无量无边的星斗。稻田中的萤火虫，我们内庭中庭，哦，萤火虫闪烁，一闪一闪一闪的，那景象非常优美。听到了蛙鸣虫叫，那虫叽叽喳喳的，哦，那田野风光，真的是一种类似贝多芬的田野交响乐曲，那是自然的交响乐曲。

后来，农药用多了，化肥用多了，田里的青蛙也少了，农药喷死了很多的萤火虫，哎呀，水里头鱼慢慢越来越少了。这是科技对自然界带来的伤害，现在回到乡下已经看不到这个景象了。你看人的贪婪欲望，其实伤害了整个自然界。

看到天上的星星，地上的萤火虫，蛙鸣虫叫，哦，真的非常喜悦。乡下那种松放空灵，过着这样的一个无拘无束（的生活）。所以小时候在乡下，物质条件虽然差一点，但是精神上很丰富。小时候那一幕，正好可以引到我们准提法。

第一个，“繁星点点十八界”，看到起心动念，“六识心念若繁星”，哎呦，我们的念头比天上的星星还复杂，天上的星星有多少，我们的念头就有多少。

“六根五脏烦恼宅”。五脏六腑，其实正好配着六根，这以前我已经讲过了，你仔细看以前的文稿。《十方圆明心地涌》，我们青岛的



会长都已经把它整理出来了，编成十本书，电子版的，他编得非常好。

老子讲的，吾有大患在于吾有身，所以“六根五脏烦恼宅”。其实，我们身上的细胞啊，毛细孔，也都像天上的星星一样的。我们的全身都会说话，身体舒服不舒服，它都会说话。从六根六尘，引发了六识，所以“六识心念若繁星”。不但念头像繁星，我们的全身细胞呀，毛细孔，都像星星一样的。在凡夫来讲，哎呀，起心动念，无非是业，都是烦恼业。

第三，“六尘复杂众生相”。六尘复杂，人事上的复杂，我们眼睛看到的，山河大地倒还好，相分；人与人之间的人际关系，那才复杂。我们随时都在六尘的这种烦恼境界中，所以“六尘复杂众生相”，众生百态啊。佛陀讲的，“心生种种法生，心灭种种法灭”。我有一切心，才需要一切法，若无一切心，何须一切法。所以叫“三界唯心，万法唯识”，真的是像天上星星那样的。哦，你看到星星，有人认为好看；进一步呢，心中有烦恼了，一看，怎么这么多星星啊？这星星是为什么呀？你会有种种怀疑，种种的触景生心。这个心情好的时候，看到满天星斗，都心生欢喜。这个心情不好，看到天上星星啊，好像都在嘲笑自己。哈哈，一切唯心造，祸福无门，惟人自召。所以天上的星星有多复杂，我们的内心就有多复杂，我们的身心境就有多复杂。那么多复杂的妄想境界、念头，怎么办呢？禅宗祖师讲的，万法归一。

万法归一，所以第四个，“收摄十八入明星”。“十八”就是十八界，六根六识六尘；“入明星”就是万法归一，系心一缘。所以整个佛法修定慧，首先要把握到系心一缘，其它的都是沿途风光。



把人生历练当作修行 生命就有方向目标了

我看这个世界要恢复到小时候那种农村的景象，已经不可能了，因为都受科技的（影响）破坏自然了。为了减少虫害就喷农药；为了使田里的农作物生长，所以施化学肥。这个化学肥对植物是好，对很多的动物并不好。施了那么多的化学肥，这些小动物不小心吃下去，就要中毒了。农药一喷洒，哎呀，死了多少的昆虫啊，鱼类啊。

中国几千年的农业社会，我赶上了，看到台湾的工业起来了，乡下从每户人家开始做手工艺，串雨伞骨啦，做种种工厂配件啦，变成家庭工场了，从农业慢慢转入到工业社会了，商业越来越发达。士农工商，我都经验过的。

我不但是农夫，也是个工人，建过三合院、四合院，现代洋房，我都做过。爬鹰架，弄水泥，小时候这活都干过。干到出家为止，就放下了。出家以后，在佛光山读佛学院，佛光山西方极乐世界洞窟那些水泥都是我们去搅拌的。也当过小商人，在台北的民生西路，我还记得很清楚，做过米商，骑个脚踏车，挨户挨户地去送米，也送给工厂。反正有人需要米，我都要（把）米送到了客户那边；回来没事，开始拣米，一个漏斗，把米底下那些石头（捡出来），还有米里边的（杂东西），把米拣干净。拣好了米，再分发到各个客户。出了家，讲经说法，也算是士啊。所以说士农工商，我都干过。

把人生历练当作一种修行，你的工作就觉得不会无聊了，生命有个方向目标了。

刚才提到，我不只是建筑工人，建过三合院、四合院，建过最传



统的那种乡下人用的土墙，土角厝，制作泥砖。从土墙，从草屋，所谓草屋就是用稻草当做屋顶的也叫做稻草屋，进一步到茅草屋；从茅草屋进入到最早的那种红瓦（屋），一小片一小片叠起来的；再进入到比较近代的那种瓦，应该是水泥瓦；墙壁也改成这个砖墙，水泥瓦，这些我都盖过。也做过那种洋房的钢筋水泥，这活样样干过。我会抛砖，会抛瓦，从地面抛给砌砖人，爬过鹰架，盖现代洋房，这些都做过。

中学读的是纺织科，所以在织布厂修理织布机。当兵回来，到了中兴纺织厂，就是三枪牌、宜而爽，我做过筒子机，也当过机械的技术人员。

所以，从传统到比较现代的机械工，机械的技术人员，我都干过。一直到当兵的时候，看了《坛经》，啊，这才是生命的归宿，这是生命的根本。我再也按捺不住了，不想再为世间的名闻利养去追求了，追求的是生命的大道。所以寻师访道，遇到了南上师。



心月明暗属业感

廿四、心月明暗属业感

1. 月初月末日不同
2. 净界护身初一月
3. 心月字轮渐转化
4. 上下弦月未得圆

我们前面的“繁星点点十八界”，这个说明了阿赖耶识的相分现象。“心月明暗属业感”就是我们的业感缘起。

1、月初月末日不同

从初一到廿九、三十，每一天月亮的圆与缺、明跟暗，有明月，有黑月，都不一样，也就是说我们阿赖耶识的业感缘起。针对我们心念的起伏不定，好坏不定，是非善恶不定，所以用第二个：

2、净界护身初一月

初一月亮一点点，就像一颗闪亮明星一样的。初一月亮一点点，啊，若有若无的，那不是很清晰的。修行总是从点点滴滴开始，从初一的月亮，经历到十五的月亮十六圆。这圆也不是真圆，如果是真圆，它应该是永恒的是一轮明月。唉呀，从上弦月到十五，十六又转入到（下弦月），十五我们也可以说是上弦月的圆满月，农历的十六就是下弦月的圆满月，它又走下坡了，转入到下弦月去了。所以说，我们的修行过程，起起伏伏、上上下下的，就像月亮的明跟暗、圆缺的一



个现象，表明的就是我们自己的见地不通透，功夫不扎实，行愿不到位，所以才会起起伏伏、上上下下。

3、心月字轮渐转化

在本尊法里头，这个“心月字轮渐转化”，字轮代表老实持咒，这一轮满月代表的是毗卢法界，从顿中有渐，老实念咒就是渐修法。你体会到了心月孤悬，那是先悟毗卢法界见空性，由空性来指导我们的念咒，我们的念咒就变成金刚念诵，慢慢振开了我们的五脏六腑、十二经络的堵塞，慢慢振开，慢慢振开来，所以“心月字轮渐转化”。

各位，你不要小看哦，这种基本功你少不得的，你偷懒不得的。在准提法的修行中，如果你不肯老实持咒，你跟准提法擦身而过，叫作入宝山空手而归。因为你没有那么大智慧，那个大智慧是已经根器成熟的。我们等于一个穷小子，你还是要小富由勤，大富由命。哎呀，那穷小子最后是勤劳的，你只要肯勤劳的老实持咒，你准提法基础就慢慢慢慢越打就越深厚了。你没有这基础，你少讲大话，慧日菩提那不是你的境界，哈哈！那么我们只能够渐修，“心月字轮渐转化”，所以你想要快，你也快不来。

过去南上师讲的，那些乡下老太太个个都是哲学家：哎呀，苦啊，生活很苦啊，哎呀，这是我的命啊！她认命啊，认命就是哲学家呀。她认命了心就安了，安于现实了，少打妄想了。我的命既然这样，我就认命吧，认命心就安了。好比颜回，孔子赞叹颜回一样的：回也，居陋巷，人不堪其苦，回也不改其乐。那么颜回住在陋巷里头，那种等于贫民窟里头，哎呀，那些人都苦不堪言，颜回呢，安贫乐道。哎，



修养，内心世界不同了。安贫乐道，这四个字太重要了。安贫乐道就叫认命了，所以虽然苦，但是生命力很旺。这个就是认命，认命很重要。

点点滴滴，从点点滴滴开始的，所以“心月字轮渐转化”，你想快，快得来呀？我们闽南话翻成普通话来说：“吃不到三把空心菜，就想要往生极乐世界。”所以，我们修行人要认命，认命就看清了整个命运的业感缘起了，你看清了业感缘起，你才会认命的。

4、上下弦月未得圆

既然有上弦月，有下弦月，可见十五十六的月亮是短暂的圆满。缺的时候还是多呀，圆的时候太短暂了，也不过两天。那么，一个月有三十天，农历的话有廿九三十天，圆的时候也不过两天，十五跟十六，其它都是缺的，不圆满的。“心月字轮”这是我们修行渐修的过程，不要小看这个渐修过程哦，你不要小看那个观想明点哦，有作用的。

“星月日轮准提网”，这一点是非常非常的重要啊！大家看清楚，就能够像老太婆一样的，就能够认命了，就能够安分守己了，就能够脚踏实地，按部就班的，持之以恒，长远心就出来了。这个勇猛心没有用的，与其勇猛心还不如做长远心，长远心才珍贵。勇猛心哪，哎呦，程咬金的三斧头，三斧头之后就没了，那是勇猛心。哦，长远心是耐烦，很耐烦，很认命的，甘于受苦，这才是一个修行的好榜样。如果认命了，自然在普贤十大愿中。所以普贤行愿从世间般若、出世间般若、行深般若到甚深般若，都需要普贤行愿。普贤行愿可以贯通了、贯穿了四般若。



功夫是从点点滴滴开始的，这是“心月字轮渐转化”。这种长远心的功夫持之以恒，必当受用，必当慢慢地心想事成，才能够真正的达到心想事成。你没有这个长远心，那你打妄想，痴心妄想，没有用的。

我们这个峨眉赏月一日修也好，怀念南师一日修也好，纪念南师一日修啊！那么我把上午的第一堂，上午总共三堂，加上下午的第一堂，把这四法则，每一堂讲一法则，讲得轻轻松松的，我们解行并重啊。



缘起性空，性空缘起

从初一到十五的月亮，如果十五的月亮代表性空，那么初一到十四也可以说是缘起法，缘起性空。所以，月亮不是（只）看十五跟十六，是要看整体的。从初一到廿九、三十，那是要看整体的，整个生命的整体性。

我们生命就像月亮一样，有圆有缺，有黑有白，这就是一种业感缘起。

从初一到十五，缘起性空，所以我们要善观缘起，善观缘起才能够进入到性空的解脱境界中。那么缘起有理法界，有事法界，有理事无碍法界，理跟事不断地交融中，最后才能够进入到事事无碍的大圆满解脱境界中。

十五十六的月亮代表性空，十六的月亮代表空的理解到了极致，从性空再看世间种种千差万别的现象，那是性空缘起，性空缘起也就是善了缘起。

所以，整个月亮，从黑月到初一的小白月，慢慢慢慢的扩大，代表我们的觉性慢慢地充实。农历廿九三十（天）里头，十五十六的月亮圆，也不过十五分之一，其它的都在缺月的阶段中。直到月底，完全到了黑月的境界中，黑月也代表了大无明。

所以，这个月亮就变成所谓的第一月，第一月指的是我们的生命最原始的，这月亮也代表光明。第一月也代表是性月，第二月也代表



是相月，性跟相，相是千差万别的，性是本空的，是种整体的，统摄一切。所以，性为根本，相是千差万别的。

我们这星星月亮，代表苦谛跟集谛。要明苦知集，你才能够晓得怎么样来转化它。转化它是要靠般若慧观，十五十六的月亮代表着般若慧观，般若慧观是性空本空的。这个要看得很清晰，看得很通透，你才不会被这个圆缺啊，黑白啊，好坏啊，是非啊，被这假相骗去了。你如果不跳出这个相，你永远进入不了我们的性空。

所以，从月亮到太阳，太阳是代表了真正的般若慧观，太阳代表的是般若智慧，大般若智慧啊！

这是提供给大家做个参考。



日轮转化四般若

我们进入到了第三个法则：

廿五、日轮转化四般若

1. 明点月轮属生起
2. 方便行愿乃世间
3. 出世行深大菩提
4. 慧日无量得甚深

“明点月轮属生起”就是生起次第了，“方便行愿乃世间”是世间般若，“出世行深大菩提”。

“明点月轮属生起”。从净法界咒、护身咒观想头顶上的 LA 字，这 LA 字就等同一个光明点。心月轮一观起来，一样是要融入到命门的光明点中。所以命门的光明点，在我们凡夫来讲，有的人感觉得到，有的人没有感觉到，有时候用得上，有时候用不上。就好比上弦月，从初一到十五，从渐修中，渐中有顿，顿中有渐，慢慢地体会。体会到前面十四天的基础，才能够到达十五的月亮圆满明亮。这些都是我们在生起次第的体会过程中，也是在般若慧观里的种种历练。

“方便行愿乃世间”，世间般若，人情世故。也就是小乘行者讨厌世间没有用，逃避并不能够解决问题。所以大乘佛教（是）面对的，该面对的面对，该挑起来的挑起来。这正是儒家跟道家（的不同）。当然我们佛教的戒行里也是有的，普贤行愿也是入世的，也是从人道开始。从世间的把人（做好），等于太虚大师的名言，“仰止唯佛陀，



完成在人格，人成即佛成，是名真现实。”把人做好，大道才会现前，你越过人道又想成就大道，门都没有。

你唯有很耐烦的，“方便行愿乃世间”，世间般若，你要很耐烦，这是普贤行愿的基础。在菩萨戒律里头，你喜欢的恰恰要放下。你的贪婪，名闻利养，这是你所喜欢的，要懂得放下。不喜欢的偏偏要挑起，唉呀，人那么多，那么烦，挑起了种种，行人所不能行，忍普通人所不能忍，这才是菩萨行。

我最近看了一部电视剧叫做《老子传奇》，太好了，这片拍得非常好。这是春秋战国时候，老子大概比孔子大二十多岁。孔子十五六岁就见到老子了，正好是在一个城市，我忘记了（地名）。他专门从事礼仪方面的，婚丧喜事啊。

第一次见面他们还没多少交集，只是孔子对老子印象非常好，谈话谈得很契机。当时正好有个由孔子主持举行的丧事场合，孔子请老子来列席，碰到日食，哦，在儒家道理，不管天气好、天气不好，都要照常走。这时老子劝他不能走，这时大家先放下，等到太阳出来的时候我们再走。哦，老子这方面讲了一篇道理，讲得非常好。

第二次见老子的时候，老子在周朝洛阳的地方，在当等于现代的图书馆馆长，除了当图书馆长之外，等于周天子在早朝的时候跟大臣的对话，他要做记录。孔子第二次去见老子的时候，这时候老子大概五六十岁了。孔子总觉得他这个礼仪方面有所不足。周朝是（有）个大图书馆，收藏三千年来从古代到周朝的所有典籍。（孔子）在这边一边看，一边请教老子，受用很大，得到老子很大的（教益），所以



叫孔子问道于老子。

第三次在邙山，第三次再见面时间不是很长，老子已经要离开了。老子九十九岁的时候，在函谷关内他有一个学生尹喜，老子要西出函谷关。尹喜说，师父啊，您要离开了，从关内要到关外，函谷关外，要去秦国。函谷关是周朝跟秦国的一个交界的地方。您总要留点东西下来嘛！他很快，没花多少时间写的叫做老子《道德经》五千言，留下这五千言就西出函谷关不知所踪了。

那么，也就在老子要西出函谷关之前，孔子专程去请教老子。在函谷关要西出的时候，他的学生叫子贡，子贡特别又来代表儒家的这个学团，来请教老子，送老子西出函谷关。

老子学说里面有很多，他讲天地人，讲的很多都是出世思想。所以，“出世行深大菩提”，出世就是出世间般若，行深就是行深般若，这是一个大菩提心。

孔子都是以天下为念。孔老夫子执着，他要到一个国里帮他请一个官职做，可以传播他的学说。老子说不需要，只要做好自己就好了。老子在陈国当过官，到周朝当了很长（时间）的官，什么官？（开宝师：在守藏室当柱下史），守藏室其实就是我们今天的大图书馆，收藏中国古代到周朝三千年的（典籍），周朝到现在大概是两千年了，所以中国历史有五千年。从古代到西周到东周，等于有三千年的古代的一些典籍，都收藏在守藏室里头。

“慧日无量得甚深”，才能够真正进入到甚深般若。



首愚长老：星月日轮入大道

我们把第四则，把它讲了啊。

廿六、星月日轮入大道

1. 星月日轮融命门
2. 渐中有顿顿中渐
3. 明点星月现慧日
4. 大日如来大圆满

1、星月日轮融命门

参学佛法几十年，尤其闭了般舟关之后，经过四十一年才确认的，所以“星月日轮融命门”，这整个是我们修证佛法的心中心，核心中的核心。

那么，这个星月日轮，不管是我们观想 LA 字，或是观想四臂观音，或是观想这个心月轮，整个可以说是我们观想明点、观想心月完全融入到日轮中，日轮又融入到命门中。观想日轮，就是先悟毗卢法界；观想星月，就是后修普贤行愿海。星跟月，就是后修普贤行愿海，是渐修；观想日轮，就是顿悟；所以渐中有顿、顿中有渐。

2、渐中有顿顿中渐

这个命门可以说是我们生命的一个总关键处，总的一个交集点，是身心很重要的一个交集点。所以“星月日轮融命门”，这是一幅渐中有顿、顿中有渐（图景）。



不管是 LA 字观也好，首先是一个梵文的 LA 字；第二个层次是 LA 字放光，放白色光；第三个层次白色光明把整个 LA 字完全消融掉，进入到实相无相的境界中。一个总关键处就是在命门，命门承袭了渐中有顿、顿中有渐。大家要好好体会，要好好把握。

此生能不能完成南上师给予我的功课？哪一天修证完成了，哪一天就动笔。这是一个庄严神圣（的功课），这是摩诃般若波罗蜜多的关键所在。所以，当年南上师的鼓励，我口头上说好好好好。这要看自己的身心转化状况，身心转化不到位，我总觉得对自己是不负责任的，对佛菩萨是不负责任的，那当然更是对自己不负责任！这个不能掉以轻心，不能够马马虎虎就草草了事，这是不可以的，虽然南上师已经圆寂十年了。

所以，我写这本《我与南老师》，虽然南上师圆寂了，在我个人内心的想法中，也不一定是写给南上师看了。等于《金刚经》所讲的：所谓写给南师看，即非写给南师看，是名写给南师看。我更要写给十方三世一切诸佛、一切菩萨摩诃萨看，更是写给自己看。我们对正法正教要有这样的责任感、使命感。

五十三年前，我看《坛经》，对六祖讲的“本来无一物，何处惹尘埃”，当时已经认得了，已经了解了，明白了大道所在了。但是，看到自己的色身（转化）好像还不够。报身没转化之前，再高深的理论，抵不过自己的业力所在，习气跟业气所在。习气业气转化不了，哎呀，那也还是说食不饱啊！

大家想想看，一九九〇年，南上师特别叮咛我：哎呀，你这次南



普陀闭关的成果相当好啊，你可以写了，你可以写《我与南老师》了。当面的时候，我说好好好，回到台湾一段时间之后，自己告诉自己，还是不能写。一直到现在，我还是下不了笔。

这是我们对生命的一种负责任，对正法负责任。有就有，没有就没有。不可以未证言证，未了言了，那骗谁呀？！所以，这是真理所在，正法正教的根本真理所在，哪能够欺骗谁呀！哪里能够自欺、欺人、被人欺的呀，那不可以的，绝对不可以的！

3、明点星月现慧日

第三个“明点星月现慧日”，最后要回归到摩诃般若波罗蜜多。摩诃般若波罗蜜多的境界是什么境界呀？就是大日如来的境界。大日，这日就是大太阳，太阳就好比是个大菩萨一样，点燃自己照亮万物，宇宙万物。不管好人恶人它都要照；不仅善良要照，哎呀，那个弱肉强食的动物界它还是要照；不但照陆地上面的，海洋里头它也要照。所以海洋的深浅，浅海那种海藻类的（长得）特别旺盛；越深，那种鱼又是不同。太阳是无所不照，平等惠施，就像摩诃般若波罗蜜一样的，摩诃般若波罗蜜是大慈大悲，大智慧。慧日所在就像太阳一样的无所不照，这是佛菩萨的心胸境界。所以，大日如来用太阳比作修证完成的如来佛，如来佛就是慧日，慧日就是如来佛，所以“大日如来大圆满”。

4、大日如来大圆满

太阳也充满了神秘啊，它能量到底从什么地方来的呀？它二十四小时都在绽放它的能量。这个就像佛菩萨的智慧慈悲，不舍昼夜，



都是在系念众生，愍念众生。我们修习佛法，就要有像大日如来、像太阳这样的慈悲喜舍，不舍昼夜。所以，“星月日轮入大道”，一点都没有错。

我们这次在中秋节应南上师圆寂十周年的纪念，我也是把准提法的起承转合，做一个更圆满的，从“中密三纲、真言十要、生命真相”到“星月日轮准提网”，一幅完整的准提法网，法网恢恢，疏而不漏，统摄一切法。所以准提法称之为“无上甚深妙密法”，一点都不为过。



首愚长老：佛法的软体比硬体更重要

我看《坛经》以来，到今年整整五十三年了，出家五十一年了，闭关到今年，今年第三十九次了。今年的关期也特别长，从农历二月初一到现在，虽然是方便关，一直要到阳历的十一月二十三号离开台湾，我的关期算是告一段落了。所以今年第三十九次的关期，特别的宽厚。

尤其这次疫情以来，让我一切放下，所以完成了。昨天晚饭之前，我就把这个草稿拟好了，在禅堂交给文仪，我说你负责帮我打字，我明天早课要用的。今天早课先把这纲领读完，从八点钟讲到这支香，正好总共四支香，我们把它讲了。这样对我们的准提法脉更加完整了。剩下下来的就是如何修证它，如何完成它，这才是重要的啊！

佛法的软体其实比硬体更重要。我们的硬体已经不容易了，从一九八五年到今年，多少年了？三十七年了，也是个漫长的岁月呀，这叫作笨鸟慢飞。我这个人很笨拙，所以南上师给我起了这个“首愚”的字号。法名宏善，法号从智，字号首愚，蛮好的，我觉得蛮好的，呵呵，跟我的很笨拙（符合）。口才是笨的，行动没那么敏捷，思维没那么敏捷，但是，一看《坛经》就看进去了，啊，这是佛菩萨可以说加持我的！那么，这么笨拙的心性，竟然一看《坛经》就看进去了，这是我多生累劫以来的福报，苦修所累积来的。虽然是笨鸟慢飞，那一步一脚印。

台湾的十方禅林都已经不容易了，还弄个武夷山的十方学堂，那也是艰难重重的，很不容易的。现在得到上海团队，一个专业团队来



帮忙完成，也是经过多少的磨难折磨来的呀，很不容易的呀！所以，软体不容易，硬体也不是那么的简单。

我们禅林建设得非常非常的缓慢，但是在我的想象中，这基石打得更深厚，叫作慢工出细活。将来我们的禅堂，三层楼盖好了，不但是峨眉乡的一个亮点，也是新竹县的一个亮点，这是我们黄副总的功劳。完全是唐式建筑，有唐宋古风，又有现代禅林的（气象），所用的材料都是现代材料，表现出来还是唐宋古风。我们将来楼上二楼是三十三观音殿，三楼是怀师纪念馆所在。将来的十方丛林书院又是一个不同，黄副总又是花了很大的心血。

我们的制茶作业室、十方休闲农场，也可以说清水模，以不同的三合院来表现出来。这个农场制茶作业室已经建了三年多了吧，我记得是二〇一九年动土典礼的，一直到现在，多少年了？四年了。这个瓦已经完成了十分之九，还有一点。昨天我跟那个工人（谈），他说还有一些，下个礼拜就可以到，就可以完成了。你们下午有空了，除了布置禅堂的之外，其他人有空可以到后山走一走。

后山，尤其把那个竹林砍掉，变成了一个百果园，将来是一个亮点。现在虽然还是杂草丛生，过两三年，那些二三十种的水果长高了，两三年后就不一样了，完全符合农场的一个现量境界。

这次是为配合佛光山的中华佛教联合总会，因为我从七月一号到十二月三十一号，是轮到我做当值主席，佛光山的中华佛教联合总会有一个会员大会，一个研讨会，我必须要亲自主持，所以也只能够延后到大陆。



在大陆，其实十方学堂已经在紧锣密鼓在做装修了，预定到年底或是可以完成。第一期的工程，包括整个内装修要完成了。也没有办法，要配合佛光山的中华佛教联合总会。也正因为是这样，所以我特别安排了今天南上师整整圆寂十周年的纪念，作为“缅怀上师一日修”。



众星拱月映中秋 融入慧日天长久

我记得十年前中秋夜，也就是南上师圆寂的茶毗，整整十周年了。南上师圆寂后，或者是乘愿再来，也都是跟我们的法脉有关系。在我的预感中，南上师应该已经转世了，反正大家可以翘首以盼，拭目以待啊！

嗯，如果你修证有些成果，那么二十年后，你有没有修证成果已经可以见真章了。一切唯心造，我们都是要依法不依人。总是期望自己的修证佛法有成就，不管小成就、中成就、大成就，总是成就。

这一次开宝师要我为壬寅年的中秋写个偈诵，我的偈诵正好符合这一次的“星月日轮准提网”，完全吻合了。我的上联啊，你说是诗吧也许是诗，都有压韵的。上联是“众星拱月映中秋”，放映电影的映，衬托出整个中秋的一个气象。下联是“融入慧日天长久”，天长地久，那呈现的是一幕无量寿无量光的极乐净土。“融入慧日”，慧日是什么呀？慧日一展开来，把我们的妄想给融化掉了，到了无念的境界，正是无量寿。把时间给融化掉，同时也把空间给融化掉，那是无量光。无量光就是无相光，无相光就是常寂光，常寂光净土，这是真正佛法的根本所在。我们这首偈诵意义深长，也是点出了我们的法脉，从生起次第到圆满次第。

第一句是生起次第，“众星拱月映中秋”，映中秋了，千江有水千江月。

第二句“融入慧日天长久”。“天长久”是什么样的一个境界呀？万里无云万里天，万里天正是天长久，这是一幕实相无相的无量光



的极乐净土的境界。

大家好好体会，也作为我们今天这个晚会的一个主题：“众星拱月映中秋，融入慧日天长久”。“千江有水千江月”跟“众星拱月映中秋”同样的道理。万里无云万里天，正是极乐世界的景象，诸佛菩萨的净土，常寂光净土。所以，后面就是圆满次第，你体会到了，你就悟入毗卢法界了。

好了，松腿下座，去点点心了，过去心不可得，未来心不可得，现在心不可得，看你要点哪个心了？吃什么点心了？你体会到了，容易消化；体会不到，恐怕消化不了。哈哈，吓吓大家，哈哈！哎呀，我们凡夫啊，叫瞎子不怕刀，管它呢！吃了再说，管它消化不消化。吃得肥肥，壮得槌槌。（闽南俚语）

真见修行识根尘



善分别一切法相，于第一义而不动

我经常引用龙树菩萨在《大智度论》所讲的名言，这两句话很重要，大家一定要牢牢地、深深地记到八识田中。

“善分别一切法相”，就是世间上种种林林的一切事法界理法界，整个千差万别的事跟理，你都要一一观察很清晰。真正的佛法，事中显理，理中显事，事法界是从理法界来衬托的，理法界也是需要事法界来明示的。然后第三个法界叫做理事无碍法界，不断地交融，越来越清晰。那么，人情世故稍微有疏忽，稍微有缺失，很多的问题就来了。所以我们修行不能修糊涂，要善分别一切法相，清清楚楚，了了分明的。

“于第一义而不动”，你内心中才能够空灵啊！所以菩萨道到了成佛的境界叫做能智又能悲。能悲就是普贤行，大大小小的事情都能够做得妥善圆满无碍，这是一种慈悲心，一种悲愿的力量，一种行愿的力量，来支撑着自己要把事情做好，做得完善，让大家皆大欢喜。

有了善分别一切法相，你才能够在空相中，衬显出真空，清净无为了，因为你没有漏洞了。一有漏洞，就有争执，就有是非，就有烦恼，那是一定的道理。

我们已经打了那么多七了，这回向，从来没出差错，怎么偏偏今天晚课会出差错呢？很简单的。你把今天晚课要回向的就放在这边，其它的是开宝师负责，你就收回到你那边去，不要统统放到这里。你也不让取，我哪里晓得？这么多次都是当场就放到这边，不是当场的就不要放上来。所以我叫你不用多解释，是你疏忽了。既然禅林你总



负责的，当然由你安排呀。这一堂要给哪位道友请法，唉，就拿上来就好，其它的就暂时保管在你那一边，就没有错了。这个没有什么好争执的。

我们很多就是做不到“善分别一切法相”，心不够细，才会导致这样的。好了，点化你，希望你能够作出选择，能够开窍。



《真见修行识根尘》五则

我明天开始讲《准提修证三纲领》的第三个纲领。

我后来想了想，我们的法本尽量不去更动它，因为法本的第二篇里，整个是生起次第、圆满次第，还有南上师的开示四则。

序文是南上师的警策序，还有南上师开示的四法则，再来就是中密三纲、真言十要，然后是生起次第，一直到圆满次第。圆满次第是第二篇的第五个纲领，第六个就是南上师的三个问答。我这次把它列为第七个，还是在第二篇整个准提法的脉络中。我把它归到第七个，单独成立第七个“准提修证三纲领”。

第一纲领跟第二个纲领我们讲过了，第一纲领是《生命真相》五则，再来第二个纲领是《星月日轮准提网》四则，这个讲过了。

第三个纲领就是明天要讲的《真见修行识根尘》，有五则。第二次（准提三）的时候，我才有四则，后来又因为回到佛光山去讲菩萨戒，我又加了一则，总共五则。这个纲领大家可以先看一下，我稍微念一下好了。

第一则，【真见六识大圆觉】，我是从六识六根六尘来分析的。

“真见六识”，六识代表知见，你的知见清晰了，你就可以达到佛的圆觉果位了。所以，这个“眼意双识见无量”，我们的六识里头，眼识跟意识是分不开的。观想没有离开眼根眼识的，所以眼识意识双识见无量。

不是今天要说明，我现在把纲文念过去就好了。



第二个，“身舌交炽苦集聚”。第三个，“鼻耳融合灭道化”，灭谛道谛，化得干干净净。第二个是苦谛集谛，第三个是灭谛道谛。第四个，“明心见性大圆觉”。

第二则，【真修六根大圆通】。

“眼根双眼具只眼”，明天会把这个中的关键跟大家分享。第二个，“耳根双耳具只耳”，你不（是）说，我现在用右耳，我现在用左耳，（是）两个耳朵一起用，合起来叫只耳。第三，“鼻根双鼻具只鼻”。第四，“六根互用大圆通”。

第三则，【真行六尘大圆满】。

第一，“眼意明尘法眼净”。第二，“身舌离尘罪业消”。第三，“鼻耳融通观自在”，这是耳门圆照三昧的修法境界。第四，“六尘升华大圆满”。

第四则，【慧日菩提三身圆】。

“六识真见净法身，六根无碍圆报身；六尘无染入化身，慧日无量三身圆。”这个都是很纲要的。

第五则，【三戒三身证佛果】。

“三戒”就是菩萨三聚净戒。“三身”是法报化三身证佛果。第一，“摄善法界清净身”；第二，“摄律仪戒圆报身”；第三，“饶益有情亿化身”；第四，“圆满菩提极乐国”，端坐西方在目前。这是这三天要跟大家讲的内容，都是纲领性、纲要性的。

我经常说，我自己身心开发到哪里，就讲到哪里。我还没有，连这个见地都没有意识到的，更无法下笔。哦，感受到了，体会到了，



这个可以跟大家来分享。

在准提法本里头总共有六篇，我们准提法的整个脉络就在第二篇。第二篇现在加了第七。有必要嘛，再加个第八都可以。只要对大家用功，真是有帮助的，当然不是画蛇添足的。

我总是把如来禅加上祖师禅融合的一个精华，来说自己所体会到的，毫无保留地来供养大家。



虚空有尽愿无穷，无怨无悔菩萨行

我整个要写《南老师与我》，这架构差不多已经勾勒出来了，明年真正想把南老师给我的功课完成。我不但供养上师，还供养这时代有缘的修行人，也是为我们准提法脉能够传承。

我从1969年看《坛经》到今年整整53年了。看《坛经》两年后出家，出家到今年已经51年了，内修外弘的一些经验，可以说历尽千辛万苦，这个真正是“步步辛酸血泪行，化身莲花满四海”。希望能够为这时代的正法正教（做点贡献）。

当年南上师的吩咐：“你不要老是把眼光停留在台湾，将来有机缘为大陆佛教尽一点心。”这算是我依教奉行，尽一点心嘛。

在我个人为法的一个奉献，如果说多多少少做的一点点像样的，也算是尽力为法忘躯，有时候人累得真不行了，我还是坚持要上座，几十年如一日，叫做“不求有功，但求少过”。少过，完全没有过错，那不容易的呀！这就是说不求有功，但求无过，那也不好说；但求少过，过错、错误少一点，这个我想那还是距离实际比较接近的。但求无过，给自己压力太大，我没那么大的智慧，也没有那么大的福德威德，只能要求减少一些过错。不求有功，但求少过，这两句话作为今天晚课的一个结语。

我经常对修行的理法界、事法界，有八字真言，我们行菩萨道要“尽心尽力”，但是有时候不是你要想尽心尽力就可以的，很多这种客观主观的条件不容许你呀，那怎么办呢？只能够“随缘随力”。随缘随力太松散了，反过来还是要求尽心尽力。所以尽心尽力跟随缘随力，



两者一融通，衬托起来正好中道而行。正如《华严经·普贤菩萨行愿品》里提到的“犹如莲花不着水，亦如日月不住空”。这是这样的自我要求吧，尽心在我，尽自己最大的努力，完成多少就算多少，做多少算多少。这个菩萨行，毕竟是生生世世尽未来际的。

我们对佛法的因果果要清楚，清楚了，无怨无悔。做自己该做的，做自己份内的事情，尽量不要违背因果，尽量能够符合因果，能够做的让自己心安理得。

参学看《坛经》到今年 53 年了，出家剃度也有 51 年了，我还是战战兢兢的。也为武夷山的十方学堂在尽心、在开发，希望能够有一个好的场所，帮助大家更好的对儒释道文化的弘扬开发。

在台湾，从 1985 年拿到这一块地，到今年也有 37 年了，已经 37 年的惨淡岁月，筚路蓝缕，但是自己内心无怨无悔，这是我发的愿啊！当年如果我不是发这么样的一个普贤行愿，那以南老师的智慧那么高，他怎么会看上我这个乡巴佬啊！南老师经常当着他比较核心的弟子说：哎呀！我几十年来，从来不跟台湾的佛教界打交道，就是上了从智法师这个乡巴佬的当。那么我内心也不服啊，哎呀，我尽管嘴巴不敢讲，心里在喊：老师啊，你别忘记了，我也是上了你的当哦。我在佛光山闭关闭得好好的，你去把我弄出来，弄得上不上下不下。当然这个是开玩笑，内心只有感恩，感谢南老师的无我的奉献，无我的大公无私的栽培，让我能够为佛教、为这个法脉尽一点心。

哎呀！南上师对我的恩惠，生生世世都永远报答不完的。我们对三宝的恩，三宝给我们的恩惠，那是生生世世报答不完的。我们能够将此身心奉尘刹，是则名为报佛恩。



唉！一个人睡觉啦，也不过个榻榻米大吧，我干嘛把自己搞那么累呀？菩贤行就是这样的！虚空有尽，我愿无穷啊！就是这个道理。

现在我们叶柏梁老师开始在帮我编辑另外一本书，《准提修证三纲领》，题目可能会是这样。哦！叶老师的文字般若，我打从内心的赞叹佩服！他把我很多的文稿编辑成书，这是对我们这个法脉的贡献，也是对我的帮助，打从内心里感恩感谢！阿弥陀佛！



山高岂碍白云飞 竹密不妨流水过

人生不如意事常八九，修行遭遇种种魔障违缘（正好修行），正如佛陀讲的四圣谛里头的“苦能入道”。

我们要悟道人生，一定是先从苦入手，苦因苦果啊。四圣谛里从苦下手，第一，看到我们种种不如意事，苦果一定有苦因，种种的贪嗔痴慢疑，三毒五毒。如何把这个苦果苦因转化掉？消灭掉？第三灭谛，化得干干净净，才能得到自在解脱。想要消灭它，要有方法的，就是道谛。

分析世界上种种苦谛、道谛，是如来禅；祖师禅说“烦恼即菩提”。你要想解脱，要从烦恼海里头找到它的原因脉络，有一定的轨道迹象。找到了，就可从苦谛、集谛的生灭门，感应到灭谛、道谛的还灭门。

祖师禅，尤其永嘉大师《证道歌》，“寻枝摘叶我不能”。佛学理论论述方面的，祖师禅不来这一套，烦恼本身就是菩提，烦恼海中可得解脱大道。

“山高岂碍白云飞。”这“山高”两个字代表有种种障碍，山很高，如果你有智慧了，智慧看白云，白云是白云，是飘逸的，是非常灵动的，非常空灵的。如果你以这个飘逸的、灵动的、智慧的（来看），山再高，山高岂碍白云飞，白云到了高山飘过去了。山高代表烦恼，岂碍白云飞代表般若智慧。那么山高，种种的苦谛跟集谛，等你有了智慧，懂得悟道以后，智慧如白云一样，轻轻一飘就飘过去了，化得干干净净，所以叫做“山高岂碍白云飞”啊！

我们现在身体上经络的堵塞，打起坐来的酸胀麻痛，只要不被障



碍迷住你的慧眼，啊，本空的，四大本空，五蕴又非我。四大本空代表山高，本空岂碍白云飞，飘过去，化得干干净净。不要老是被这个身见所困住了，哎呀，怎么头这么痛啊？头有点疼啊，头好昏好胀啊，好难过啊。不要老被这难过的心情困住，晓得念念本空，念念本空好比“山高岂碍白云飞”，就化得干干净净。

我们色身上的种种障碍，酸胀麻痛，就好比这个竹子在水里头，妄想纷飞，还困顿重重，“竹密不妨流水过”呀，流水表智慧，上善若水，水川流不息。

刚开始念咒，念得很拗口。当你跟般若慧观相应的时候，整个命门的大光明点展现出光芒，光芒四射。光是心光，是般若慧观。音声呢？好比是光芒，霞光万丈。我经常讲，光是音的体，音是光的一个现象。我们念咒产生咒音、音声，这个音声本身就是气。念头是心，呼吸往来是气，音声也是气，心息相依，光音交融。这心跟呼吸相融合在一起的，所以叫心息相依。光音交融，光跟音它本身融在一起的，光就是音，音就是光。你还要怎么观想这个光啊？念头就是心，念头就是光，你还到哪里找光？这一念，念清楚听清楚，白云就飘过去，流水就穿过去。

准提法是真修实证的，不只是拿来安安心的，是修证解脱之道。



森林道场百果园 香积世界纳十方

等一下到斋堂用过早餐后，有睡回笼觉的早点休息。预定七点半在斋堂的大门口，由开宝法师（带队），步行大概十分钟到后山，我们第二口深水井已经打了 192 公尺，已经出水了。我们去祈请准提法的护法神欢喜龙王，让后山水源丰富。现在的茶园，水果园，各式各样的水果，灌溉水能够丰富。未来要建的一些重要设施，饮用水也丰富。让我们十方禅林峨眉道场，这个千手千眼的观世音道场，三五年内，能够容纳万人，甚至更多。这是个弘扬正法的菩提道场，观世音菩萨千手千眼道场。

我们禅林的开山，也是筚路蓝缕，千锤百炼，千辛万苦。从三十七年前买到这块地，就是南上师要离开台湾那一年，1985 年。1988 年，我们这边铁皮屋的三合院图是我自己画的，有三座三合院，当时是有点和式的榻榻米。榻榻米现在那边还保存着一套日式榻榻米，是我亲自设计的。好像榻榻米后来都给黄副总改掉了。以前的榻榻米很宽阔，改造后寮房都大，大通铺。一边规划，一边收拾。

我们前山的東西向，南北向，東西向好像有三条朝山步道，南北向好像有五六条，这是我当年自己所规划的朝山步道。一对松树，一对樟脑树，中间的鹅卵石步道，现在剩下不多了，但痕迹还看得到，所以树木在后山，林木苍翠。明年农历三月十六号，要落成三合院，清水模，那个造价很高，由我们禅林十方筹建会黄副总设计的，他设计的很好啊！

后山的大部分，我大概开发有一半以上。再过一两年，整个水果树大了，茶树长高了，有各式各样的，有蓝莓，文旦柚，油柑，芭乐，



芭乐有五种，有柠檬，有释迦果，有杨梅，总共有二十多种水果，将来是个百果园，是个森林道场，花园道场，是一个香积如来的香积世界，我们要打造成是一个很温馨、很接地气的道场。

万丈高楼从地基起，这地基打了三十多年，点点滴滴，我自己心知肚明。历经千辛万苦，千锤百炼，开发到今天，也不容易。后山种茶、种水果是可以的。总是战战兢兢的，被我们开发的差不多了。还好，菩萨加持，扫除种种障碍，并没有太大违缘。

好了，我们的早课到此了，松腿下座。



真见六识大圆觉（一）

我们法本新增加的，在南上师的三个问答之后，三个问答正好是第二篇的第六个纲领。我们第七个纲领是把以前所讲的，《生命真相》的五则跟《星月日轮准提网》的四则，我把它列为了准提修证的三纲领。第一个纲领“生命真相五则”，第二个纲领“星月日轮准提网四则”，这个讲过了。

我们现在要讲的是准提修证的第三个纲领“真见修行识根尘”。真是真实不虚，真知灼见，见地方面通透了，叫真；修证相当圆满了，那就是报身圆满的境界；行愿圆满了，那就是千百亿化身的境界。所以上下是对应的，见地、修证、行愿，它的对应项就是识、根、尘，转八识成四智。我们的根来讲，在佛学上又分成浮尘根、胜义根，这在唯识学上面有提到的。

所以在“真见修行识根尘”的五则里头，第一则就是“真见六识大圆觉”，真正的看到我们的起心动念。

（一）、真见六识大圆觉

- 1、眼意双识见无量
- 2、身舌交炽苦集聚
- 3、鼻耳融合灭道化
- 4、明心见性大圆觉

在我们的认识方面，眼睛看到外面的境界，是透过眼球，眼球称之为浮尘根。在一般的眼科来讲，我们看到影像往往是倒影，在浮尘根是倒影。到了眼觉神经，这个神经系统慢慢地跟我们第六意识结合



产生了眼识。哦，一看，意识透过视觉神经，透过最外层的眼球，好比各位眼前看到的，我中间是准提佛母，准提佛母前面有尊小的，我后面有尊大的，你们看得清清楚楚的；然后看到左右两边的视频；这个是眼识的作用。我们的眼根产生的认知认识就叫眼识。

在我们的耳朵，耳朵透过耳膜传递进来声音，耳膜也是听觉的一个器官，我们只能说浮尘根叫听觉器官。那么，听觉神经就是胜义根，然后直接跟我们的意识产生连线，哦，大家听到我的声音了，这是耳朵的认知，哦，听到师父正在讲“真见六识大圆觉”，一一地分析，从眼根、眼识分析到耳根、耳识，眼耳鼻舌身意嘛。

浮尘根、胜义根称之为六根，在认知跟认识上面叫眼识、耳识、鼻识、舌识、身识，还有意识，第六意识，整个一个完整的。那么我们所认知的都是正知正见的，那你不颠倒，所看到的都是生命的真相，不会偏了。好比说那个人你一看就讨厌，唉，你跟他没有结善缘；越看越讨厌，你的眼识到第六意识产生问题了；诶，这个人过去跟你没有结过好缘，所以你越看越讨厌。如果这个人长得很庄严，嘴巴又甜，态度又好，诶，你跟他很谈得来。

但是，从佛学的立场来讲，你喜欢也不对，你不喜欢更不对，那就是颠倒了。在我们修行的心胸气度来讲，跟你没有缘的，唉呀惭愧，我跟他没有结善缘，我想尽办法要跟他越来越接近，越来越亲近，让他变成好朋友，诶，你心胸就宽广了。那么看到一个你喜欢的，不管是男的对女的，女的对男的，唉呦，越看越喜欢，从喜欢到爱慕，到进一步产生了非分之想，那是恶觉，你的觉受已经产生不好的，不管喜欢不喜欢，都已经偏差了。



所以六祖接引第一个弟子惠明禅师，告诉惠明禅师，“不思善不思恶”，好的你不要贪着，不好的你也不要讨厌。“不思善不思恶，正于么时”，就是这样的，无忧也无喜，不贪也不嗔，当下，“那不就是你明上座的本来面目嘛！”哦，他已经懂了，而且已经马上得到正知正见了。在禅宗来讲，这时候惠明禅师开悟了，看到了本性，看到生命的真相了。在禅宗来讲叫开悟了，啊，见到自己生命的本来了。

我们的眼根是这样的，耳根也一样，在唯识学上叫做“可意声，不可意声”。听到你喜欢的，你开始打拍子了，开始摇摇晃晃的，也开始屁股扭起来了，开始准备跳舞了；嘴巴痒啦，要唱歌了，你喜欢啦。

不要说我们各位了，按照佛经讲的迦叶尊者，他是头陀第一啊，但是他前世的因缘喜欢音乐，他听到了音乐，脚底会打拍子，不由自主地会打拍子啊，那就是习气。罗汉还有隔阴之迷，还有这些习气在，所以他会打拍子。

那么我们的修行，修到可意声不可意声，喜欢听的不喜欢听的，了了分明，不憎不恨，也没有什么喜欢，也没有什么不喜欢，超然。那么念清楚听清楚，念念分明，晓得念念本空，你一旦了解念念本空，那也是你觉悟的开始。入流亡所，浑然忘我，诶，你耳根圆通修得有些相应了。

所以我们的耳根透过听觉的器官，传递到了我们的听觉神经，传递跟第六意识产生连线。如果我们认知不清楚，我们会跟着习气跑，跟着你的喜欢不喜欢跑，那你就是个颠倒人，你修行没有上路。修行上路了，哦，入流亡所，什么叫入流亡所？听听听听，浑然忘我，念



念分明，念念本空就到了，你的耳根返源了，回到你清静本然的听觉自性了，你耳根不受染污了。

哦，以孔子的修养，还要到六十岁耳才耳顺啊！那么修行人有的过去世有修的，二十几岁也就懂了，他也就耳顺了，这是个人的根器不同。

所以耳识是关键，“真见六识大圆觉”，你大彻大悟了，大圆觉。你不再颠倒，所看到的真实不虚，看到的是生命的真相，看到生命的本来，那就是大圆觉，大彻大悟。那么圆觉什么呀？阿耨多罗三藐三菩提，无上正等正觉，那是大圆觉。



真见六识大圆觉（二）

第一个，“眼意双识见无量”。眼根跟意根产生了眼识、意识，眼意双识见无量，见到生命的真实不虚就是无量寿无量光。妄想融化掉了一无量寿，空间融化掉了一无量光，那是无量寿无量光的解脱境界呀！

第二，“身舌交炽苦集聚”。我们的色身，老子怎么讲啊？“吾有大患，在吾有身”啊！这身体就是我们的过患。嘴巴喜欢吃好吃的，眼睛喜欢好看的，耳朵喜欢听好听的，所以软耳朵。身体喜欢接触，这是男女感情方面的。意识方面呢？顺从你的就喜欢，不顺从你的就不喜欢，叫颠倒众生，所看到的就这么一点。真正有正知正见的修行者，所看到的是生命的无量寿无量光。眼识意识所看到的是无量寿无量光，所以叫做“眼意双识见无量”。

那么身根，我们昨天也讲过了，头疼啊，脑热呀，全身不舒服啊，你的身识颠倒了，你的认知有问题，你被这感觉拉跑了。那么“身舌交炽苦集聚”，一大苦集，我们很多的这种苦谛跟集谛来自于身识跟舌识。身识就是舒服不舒服，我们很多内心的世界都被这个舒服不舒服占了一大部分。加上不舒服，舌头一弹动讲出来的都是恶口恶语，广结恶缘，你苦不堪言，苦海无边啊，自作自受啊，所以“身舌交炽苦集聚”啊！

虽然很精简，但是我把这些佛学完全凝聚，融合在一起了。这个身体是一大苦聚；舌头嘛，很多人际关系的不祥和，都是我们的口业来的。舌头一弹动，讲出来的话人家不喜欢听，讲出来的话都是在伤人，在骂人伤人，恶口、两舌、绮语、妄语，那糟糕透了！一个人口



业不清净，那是广结恶缘的。所以这个身体跟舌头一交，一粘合在一起，那不得了了，那业造得可大啊！所以“身舌交炽苦集聚”呀！

第三，“鼻耳融合灭道化”。在鼻根来讲是安般法门；在耳根来讲是观音法门；这两个器官一结合，把所有的痛苦都化得干干净净，灭谛道谛现前，得大解脱。

各位，你晚上睡觉的时候，你睡得安稳不安稳？各位，你的呼吸不要放在两个鼻端上面，你的呼吸要放在命门，放在命门就是水火既济，你身心松放。这是鼻根跟耳根的交融在一起，所以“鼻耳融合灭道化”。

耳根的娘家就在命门，就在肾脏，《黄帝内经》讲的，肾脏开窍于耳。那么耳根等于是孩子，肾脏命门等于是母亲，龙归大海啊。鼻根跟耳根的融合，你会整个身心松放空灵的，各位不妨试试看。

如果加上你的舌根，耳鼻喉是同一科，最简单的念两个字，净法界咒“唵 嚩”，默念。舌根默念也好，或者舌尖微微弹动也好，念的是净法界咒。舌尖弹动感觉上不是舌头在弹动，是命门在弹动，命门在呼吸，命门在听，听我们的心声，这个功德无量啊！产生什么功德？灭谛道谛现前，灭谛道谛把我们的苦谛跟集谛化得干干净净，很重要哦！这是鼻识跟耳识的融合，灭道化，灭谛道谛现前，化除了苦谛跟集谛，化得干干净净。

第四，“明心见性大圆觉”。尤其耳根，耳门圆照三昧，“初于闻中，入流亡所，所入既寂，动静二相，了然不生，如是渐增；闻所闻尽，尽闻不住，觉所觉空，空觉极圆，空所空灭，生灭既灭，寂灭现前，忽然超越世出世间，十方圆明，获二殊胜：一者，上合十方诸佛



本妙觉心，与佛如来同一慈力；二者下合一切六道众生，与诸众生同一悲仰。”这是《楞严经》的原文。这时候跟十方诸佛同一鼻孔出气了。明心，看到自己的心，明白自己的本心，本心是常住真心；见性，见到了不生不灭的真如自性；大圆觉，进入到无上正等正觉大圆觉的大彻大悟的解脱境界。

各位好好用六根六识，六尘是境界，六识是因，六根是果，因缘果。



真修六根大圆通

早上，准提修证三纲领讲到了第三纲领的第一则，我们现在讲第二则“真修六根大圆通”。

（二）、真修六根大圆通

- 1、眼根双眼具只眼
- 2、耳根双耳具只耳
- 3、鼻根双鼻具只鼻
- 4、六根互用大圆通

这个六识偏向见地上面，真正的对六识通透了，可以进入到大圆觉，证得阿耨多罗三藐三菩提。我们的业报身，在凡夫来讲叫业报身，也可以说叫果报体，到了佛菩萨证得了圆满报身，具备三十二相八十种好，可以说是六根圆通无碍的一个解脱境界。所以，第二则讲的是“真修六根大圆通”。

第一个，“眼根双眼具只眼”。大家对整个佛法、佛学上面的理论，要做一个很冷静的（参究）。我们的眼根，当然是左右两个眼睛，当你在看东西的时候，你说我现在是用左眼看呢，还是用右眼看呢？两个眼睛同时看。那么真正修证圆通了，是我们禅宗祖师讲的“别具只眼”，别具只眼就是般若法眼。

在凡夫的思想世界里头，基本上都是二分法，不是是就是非；不是善就是恶；不是长就是短，完全是对立矛盾的。这是我们凡夫的一个习惯性的思维叫二分法。二分法是一种烦恼法，是矛盾对立的。唯有不二法门，才是真正的进入到修证圆满的解脱境界。



所以，《维摩诘经》有“不二品”。维摩诘居士是在家佛，身心微恙欠安，佛陀对他的这些阿罗汉弟子说，唉，你代表我去看维摩诘居士，没有人敢应允，包括那些菩萨们，也都经常挨维摩诘居士的棒子。维摩诘居士的智慧太高了，你还没开口，他就晓得你要说什么，把你给封杀掉了。唉呀，这些菩萨罗汉们，个个对这个维摩诘居士敬畏有加，敬而远之，没有人敢单独去拜访。佛陀就直接点名了，在大菩萨中智慧第一的文殊菩萨，文殊师利呀，那就由你来吧，你带着这些菩萨罗汉去向维摩诘居士请安。这是维摩示疾，这些菩萨罗汉们问疾问安。这是维摩诘居士的一个善巧方便。

一见面，维摩居士果然就出了题目来考大家，你们在场的都是大阿罗汉、大菩萨，你们在座的都说看看，你们对不二法门的理解如何呀？

这些罗汉都讲过了，菩萨们也个个讲过了，最后一个讲的就是文殊师利菩萨。维摩诘居士很高明，不说你对，也不说你不对，这是最高明的。这时候应该轮到文殊师利菩萨来请法了，我们这些菩萨罗汉们都已经个个说不二，我倒反过来请教维摩诘居士，**如何是您维摩诘居士的不二法门呢？**维摩诘居士一句话也没有说，双腿一盘，眼睛一闭，宴坐当下。（原文：于是文殊师利问维摩诘：‘我等各自说已，仁者当说何等是菩萨入不二法门？’时维摩诘默然无言。文殊师利叹曰：‘善哉！善哉！乃至无有文字语言，是真入不二法门。’）这是无音说法。哦，大智文殊师利菩萨就开口赞美了，“善哉！善哉！此乃维摩诘居士真不二法门也！”

现在第二则，我用的是双眼、双耳、双鼻，从二分法进入到不二，具只眼是不二，具只耳是不二，具只鼻是不二。这怎么说啊？这要经



我解释，大家才能真正地体会了解。

在中医来讲，睛明穴也就是命门，所以两只眼睛融入到命门的光明点，这就是眼根从双眼变只眼，进入到般若法眼，般若法眼才是正眼。所以各位，命门的明点，那是宝贵的不得了，你们要体会到哦！体会到，往后你们的身心，对佛学的见地，对修行的用功，你已经找到诀窍了，进入到不二法门了。这是眼根的不二法门，从双眼变成只眼，别具只眼就是别具般若慧眼、般若法眼。

第二个，“耳根双耳具只耳”。我们的耳根左右各一个耳朵，真正修这个耳根，耳门圆照三昧成就了，那就是别具只耳。那么，这个耳朵也还是命门的光明点，命门的光明点就是耳门圆照三昧的一个下手处。你能听所听，“初于闻中，入流亡所，所入既寂”，能所双亡，能所双亡正是别具只耳，正是耳门圆照的下手处。

尤其这个耳根回到命门，也是回娘家，等于新娘背着娃娃回娘家，“背起那小娃娃，回呀回娘家，娘家又养鸡呀又养鸭，还把那姑娘养大。”再下去我都不会唱了，哈哈。

命门就是耳根的娘家，龙归大海，不用两个耳朵了，回到命门就是别具只耳，正是能所双亡所在。初步嘛，能听的也在命门，所听的也在命门，能所双融，能所双亡，就到家了，耳门圆照就到了。

我们的眼根也一样啊，别具只眼就是般若慧眼、般若法眼呈现出来了。这个大家要好好去体会呦！

第三，“鼻根双鼻具只鼻”。明明两个鼻孔怎么变只鼻呀？那一只鼻子就是命门，就是胎息了，腹部呼吸，呼吸更深入了，进入到心息相依。命门的光明点就是心息相依的关键处。



各位，我讲得很直白了，你们能不能听得进去那是你们的事情了，可以说把所有的秘密诀窍都公开了。

他们早期有时候训练儿童，从儿童开始训练，用这手可以当眼睛，用这手可以当耳朵。

第四个，“六根互用大圆通”。我们眼根开发成功了，具备天眼通。《法华经》讲的，父母所生眼能观三千界，这是天眼。那么耳根呢？耳门圆照三昧成就了，可以得到天耳通。当然真正成就了，三明六通都具备了。眼耳鼻舌，鼻根呢？鼻根圆通，光鼻子闻一闻就晓得地里头有什么宝藏，这鼻根有到那么灵敏，比这狗的鼻子还灵啊。那么舌根呢？舌根圆通是什么呢？说法无碍，辩才无碍，那是舌根圆通。什么是身根圆通呢？神足通，密勒日巴这个报身成就以后就在空中飞啊，那就是神足通。神足通的关键地方还是在命门。那么意根就多了，意根的成熟，开发的是他心通、宿命通、漏尽通。**所以真修六根大圆通，一点都没错啊！六根互用大圆通，这个大家要好好去体会。**



真行六尘大圆满

好，我们把第三个纲领“真见修行识根尘”的第一则、第二则都讲了。现在我们进行第三则，真正的行愿“真行六尘大圆满”。

（三）真行六尘大圆满

- 1、色法明尘法眼净
- 2、触味离尘罪业消
- 3、香声融通观自在
- 4、六尘升华大圆满

真正的行愿就是菩萨行，六根门头面对六尘境界的人事物。其实我们的很多烦恼来自于人事上面，有时候来自于气候方面，气候的冷热都让你不舒服，湿热也不舒服，所以“真行六尘大圆满”。大圆满就是菩萨戒行圆满，待人处事都非常的详尽。

一个人的做人处事圆满了，这是儒家的特色。儒家完全讲的是人伦关系，君臣一伦，父子一伦，兄弟一伦，还有什么？总共五伦嘛。我们在座的都对儒家还是陌生的呀！朋友是一伦，对。君臣、夫妇、父子、兄弟、朋友，五伦正好。讲的其实就是人际的关系，就是六尘境界。佛教的六尘比儒家的五伦更宽广了。

眼根跟意根，明尘，对这个尘尘刹刹观察入微，可以得法眼净。第一个，“色法明尘法眼净”。那么身根对应的是触尘，舌根对应的是味尘，所以“触味离尘罪业消”。我们的这个鼻根对的是香尘，其实鼻根最重要的还是呼吸。呼吸跟音声，所以“香声融通观自在，六尘升华大圆满”。色声香味触法这六尘，六尘圆满就是戒行圆满，菩萨戒



行圆满。

我们这个“真行六尘大圆满”就先讲到这里。

眼根对色尘，意根对法尘，没有错的，完全吻合的。应该意根是对心法，但是没有人用心尘嘛，就是用法尘，佛学上很清楚的用法尘。色声香味触法，很清晰的。身根对触尘，舌根对的是味尘，鼻根对的是香尘，耳根对的是声尘，这个要很如实，佛学名词我们不能改。

所以“六尘升华大圆满”就是千百亿化身。这六尘境界，还是没有离开华严四法界，理无碍，事无碍，理中有事，事中显理，理事无碍法界，最后才能够到事事无碍法界，那就是千百亿化身的解脱境界。也是人唯有到了成佛的境界，啊，千差万别的事理看得很通透！唯有六根圆满了，才能够圆满报身，具备三十二相八十种好，必当如此，必定如此。



因地方 果地圆

物我合一，能所双亡，呈现是大光明的境界，呈现是整个地脉的水涌现出来，来滋润了我们整个大地。

一个人修行能不能成就，就看你的心地、你的因地、你的见地如何？那么因地方，果地圆。

随时跟世间般若、出世间般若、行深般若、甚深般若对应，你的现量境界就不同。

准提法融合如来禅、祖师禅，跟世间文化脉络要融在一起，不能脱离现实。你不关心世间，这世间也不会关心你。行菩萨道，家事国事天下事，事事关心，这是行菩萨道的道理。慢慢理解世间种种学问，化异求同，就能跟整个文化脉络融和，这个法就能影响这时代。孤芳自赏没有用的，一定要与时俱进。



六七因上转 五八果中圆

好，我们继续昨天准提修证三纲领的第三个纲领“真见修行识根尘”。

识根尘，其实这个真见，真知灼见，正是转八识成四智的总关键，转我们的根本识，第八阿赖耶识就是我们的根本识。当然，六祖惠能大师在《坛经》讲得很透彻，非常的详尽，叫做“六七因上转”，第六意识跟第七末那识，要在因地上面，在见地上面要下功夫。

第六意识，转第六意识为妙观察智，对事法界观察得很到位，这是因地的根本。第七末那识是我们种种人事物的外缘，处处以我执、以自我为中心，我贪我嗔我慢我疑，这正是习气的根本所在。要转第七末那识，一定要广修六度万行，广修普贤行愿，因为我们多生累劫以来的习性根深蒂固，太深了。所以要想转化第七末那识，就要广结善缘，广修六度，不怕艰难，不怕辛苦。你想修道，你要下（苦功夫），不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香啊！哪有那么便宜的呀！稍微受点苦就受不了，那你还修什么道呀！转第七末那识要难行能行，难忍能忍，忍人所不能忍，你才有修道的（气魄）。

世间般若怎么说的呀？“道人刚毅无畏施”，要有这种难行能行，难忍能忍，才能够成就世间般若。所以要养成一种不怕苦、不怕艰难的修道根器、气质。

第二句是什么？“铁汉真心菩提情”啊，要广发菩提心呀！这是出世间般若，针对我们的第七末那识，转第七末那识很难呐。

第六意识代表见地，也代表因地。第七末那识代表的是缘，善缘、恶缘，善业、恶业、无记业，这个业力的总和，总累积在第七末那识。



报在我们的前五识，这身体舒服不舒服啊？

哎呀，眼睛调理不好了，慢慢慢慢有近视眼、有老花眼，果报更重的变成瞎子，报在我们的色身上面，所以我们的报身叫做果报体。

耳朵聋了，听不到声音了，啊啊，你讲什么啊？我没有听到了，你讲大声一点好不好？耳朵聋了，耳朵不灵光了，听觉不灵光了。

眼耳鼻，鼻根也不灵光了，闻味道，好像香臭都闻不出来了，那不是鼻根完蛋了吗！鼻根严重点的叫鼻息肉听过没有？鼻息肉那很严重的呀！那是鼻根出问题了，亮红灯了。

舌根呢？舌头打结了，硬邦邦的，讲话讲不清楚了，那是舌根问题。

身体，哎呦，哩哩啦啦，四大不调，百病丛生，那是身根。

报在我们的前五识啊，报在眼根、耳根、鼻根、舌根、身根。

所以六祖怎么讲的呀？“六七因上转”。第六意识跟第七末那识，要在因地上面转，因地要把你的知见、把你佛学的基础打得很深厚，明辨是非，这是见地。那么有了好的正知正见以后，你的行为不偏不倚了，你都是广结善缘了，你的口业清净了，起心动念都是好的念头了，那你的命运开始转了，你的身体也开始慢慢好起来了。回到我们的果报体，身体越来越灵光了；眼睛越来越清晰了；耳朵原来听不到的，现在也听到了；哦，嗅觉神经也很好了；身根，身体越来越好了，越来越健康了，报在我们的前五根，前五根是眼耳鼻舌身；意根，脑袋瓜清楚了。

所以大家要清楚，第六意识就代表见地；前五根、五识合起来变成功夫，修证功夫；第七末那识是我们的菩萨行愿。因因果很清楚的。



那么“五八果中圆”啊！你的报身要转化，你的福德智慧没有到很完整的时候，你报身转化不了的呀！你想得道，门都没有呀！转第八阿赖耶识为大圆镜智，大圆镜智代表佛果呀！所以前五识要圆满，第八阿赖耶识要圆满，那要在果中圆呐。你的福德圆满、智慧圆满了，你已经进入到佛果，到了行深般若、甚深般若。

各位，你再回忆一下六祖这两句话，哇！“六七因上转，五八果中圆”。转前五识为成所作智，转第六意识为妙观察智，转第七末那识为平等性智，看到人起平等心，好坏都是包容的，心量宽广，那菩萨行做得很到位了，人事上很圆满了。平等性智不容易的呀，是在因地上转。最后得到菩提道果，慧日菩提三身圆，所以转第八阿赖耶识为大圆镜智。

昨天晚上小参，少庠讲得更到位了，他完全是五方佛的概念。中央毗卢遮那佛叫法界体性智，最高了，所以法界因缘果的总和在法界体性智。



慧日菩提三身圆（一）

（四）、慧日菩提三身圆

- 1、六识真见净法身
- 2、六根无碍圆报身
- 3、六尘无染入化身
- 4、慧日无量三身圆

我们第四则叫“慧日菩提三身圆”。你想要进入到圆满佛果、三身能够成就，我来分析一下。

六识真见，你在见地方面，六识通透了，“六识真见净法身”；我们的六根没有挂碍，“六根无碍圆报身”，圆满报身呐；“六尘无染入化身”，千百亿化身呐。这些都是修行的纲要纲领。

第一个是“六识真见净法身”，见地到了中央毗卢遮那佛的法界体性智，那这个见地要经过事法界的千锤百炼。

一个因，一个果，“六根无碍圆报身”，具备了三十二相八十种好，那要多生累劫广修六度万行呀！第一个是因，第二个是果，第三个是中间的缘，这缘就是菩萨行。菩萨行代表福德门，福德不够，得不到六根无碍圆报身。

那么“六尘无染”，千差万别的理跟事，看得很通透，实践得很到位，才能够进入到千百亿化身，六尘无染入化身。

这些都是纲领式的，让我们自己要去把握的。

其实准提佛母也代表了大日如来呀！按照我们的仪轨，观想到了本尊



法的时候，观想前面一座镜坛，你打坐的正前方一座圆形的镜坛，镜坛中显现准提佛母，她坐的当然是莲花宝座了，莲花宝座上面看到准提佛母结跏趺坐双盘，左右十八只手。然后从十八只手观想到她的头部，头戴五佛冠，象征着转贪嗔痴慢疑为五方佛，每一佛里头又具备五方。昨天少庵讲的代表二十五部，五五二十五部。金刚部，胎藏部，五五二十五部。

那么准提法是独部别传，因为它是摩诃般若波罗蜜多的一个修行大法，独部别传。我们禅宗叫做教外别传，不立文字，直指人心，见性成佛。所以这两股力量拧在一起不得了！一个是禅宗的，（一个是密宗的）。

其实，密法相当于如来禅，它分析得很到位，点点滴滴都很通透。如来禅讲究的是缘起性空，你观察种种缘起，深入业感缘起，看得很到位，最后，性空现前。祖师禅，直接从性空看到缘起，嚯！那根器更利！一定要把这两股力量拧在一起。

所以非常感谢看《坛经》给我的性空缘起。在南老师生前，跟南老师有三十八年的亲近参学因缘，他圆寂十年了，我跟南上师整整四十八年了。从一九七四年，到今年二〇二二年，正好四十八年。我亲近南老师，实际生前三十八年所熏习的大部分都是如来禅，让我对儒释道，对佛教的各宗各派，有个概念式的理解，这是亲近南老师得到的是如来禅的开导开示，让我对教理方面的认识不会太过离谱，这要感谢南上师。六祖给我的是祖师禅。



慧日无量三身圆（二）

“慧日无量三身圆”。我刚才提到的本尊法，把准提菩萨都观想清楚之后，把准提菩萨慢慢接近自己，跟自己完全融合在一起了，从两眉之间的眉间光明中浑入我身。刹那顷，准提佛母即转成我身，我身即是准提佛母，准提菩萨跟自己无二无别，直接一下子转到身如透明琉璃体。我们虽然有五脏六腑，但是透明的，透明代表什么呢？代表没有障碍，代表报身的圆满。

当然了，修行过程中，有时候进进退退的，这个是没有办法的。但是，它首先告诉我们的是身如透明琉璃体，这是我们修圆满报身的一个指标标杆。等于我们穿鞋子，什么是最好的鞋子呢？穿在脚里头没有感觉有鞋子，那是最大的舒服。太窄会痛，太松了，穿起来踢踢踏踏，踢踢踏踏，也不舒服。正好不紧不松，嘿呀，穿在脚里头，根本不觉得有鞋子存在，那是最好的鞋子。

那么我们报身修到什么？修到没有这身体的感觉了，没有身体感觉那叫身如透明琉璃体。也代表说我们的修证功夫，把酸胀麻痛都扫得干干净净，呈现出来的！这个等于道家所讲的，“神仙无别法，只生欢喜不生忧”，这个人的报身已经修得不错了。

所以准提佛母第一个标杆，身如透明琉璃体，这是身业方面的。

“内空心中，生起八瓣莲花，红色无根”。红色无根，其实讲的就是我们的膻中穴，心脉轮。那么为什么红色的？红色代表的是血肉之躯呀，报身还不够圆满，红色也代表苦谛跟集谛所在。如何转这个血肉之躯呀？那一定要把酸胀麻痛完全彻底解决了。



那么，八瓣莲花红色无根，代表了苦谛跟集谛，苦能入道啊。这个八瓣（莲花）红色无根也代表烦恼，烦恼即菩提。怎么菩提呀？“内空心中，莲花上现一满月轮”，这一满月轮代表的是灭谛，清净圆满，解脱自在。

如何能够进入到清净圆满的解脱境界呢？要有方法，旁边的字轮代表方法。按照我们的准提镜来讲，旁边八个字，中间一个“唵”字，念到哪个字，哪个字放光，代表念念分明，也代表念清楚。那么每一遍都转入到了整个中心的“唵”字。“唵”字其实是耳根，字轮旋转代表的是大势至菩萨的念佛圆通，念清楚；声声入耳，耳根圆通，“唵”的声音就是我们把两个耳朵捂起来，你听到的声音就是“唵”的声音，头部音，声声入耳。从念清楚听清楚，念清楚大势至菩萨念佛圆通，听清楚观世音菩萨耳根圆通。念念分明，功夫慢慢成熟了，成熟到，念念分明代表定，念念本空代表慧。

各位，准提法很妙啊！



慧日无量三身圆（三）

我们膻中穴的心脉轮，其实还是代表业感缘起。不能够老是放在心脉轮的，你不得法，这个心脏会绞痛啊。各位，你没经历过，我经历太多了。

二〇一八年，我在湖南南岳衡山，那一次到最紧要的时候，唉呦，心脏痛，绞痛得不得了，我一拉到命门就化掉，一拉到命门就化掉。

按照《黄帝内经》来讲，我们从心脏里头延伸了心经、心包经，心经代表意根，心包经代表着身根，我们掐哪里哪里痛，你打嘴巴嘴巴痛，你敲头头痛，你扎腿腿痛，代表身根，这是属于心包经、三焦经系统的。心包经引领的三焦经，上焦中焦下焦，到全身的末梢神经，代表身根。

《黄帝内经》讲的，十二官就是十二经络，别有一主，这个主人翁，不是心经，也不是心包经，就是命门。

所以当我们心脉轮的莲花上现一满月轮的时候，光明一起来，就拉到命门的光明点，错不了！光明在命门，命门放光，咒语就旋转，光音交融，光就是音，音就是光，光音不二，心息相依。

昨天讲的，眼根双眼具只眼，耳根双耳具只耳，鼻根双鼻具只鼻，完全融入到命门。那是口诀呀，很重要的一个关键呐！你把握到了，你往后的修行就容易了，不用再寻寻觅觅。所以我提供的这个准提修证三纲领，很重要哦，前后都有它们的连带关系。

到了准提佛母，代表的是慧日无量。这慧日藏在命门中，命门就是慧日，统摄了六识六根六尘，一大秘密宝藏啊！准提佛母象征的是



摩诃般若波罗蜜多，准提佛母也象征的是大日如来，所以说南无七俱胝大佛母准提王菩萨，大佛母就是大般若啊！慧日无量三身圆！你的法报化三身不断的转化，转前五识为成所作智，转第六意识为妙观察智，转第七末那识为平等性智，转第八阿赖耶识为大圆镜智，这是“慧日无量三身圆”。

这次我到佛光山的戒场去讲戒律，回来我又加了第五个“三戒三身证佛果”。哎呀，这个太棒了！这个留着下午第一堂讲。

开宝师，你把佛光山讲戒的三校（文稿）传给文仪，让她明天在第一堂念给大家听。让大家了解菩萨戒三聚净戒——摄律仪戒、摄善法戒、饶益有情戒统摄一切小乘、大乘、金刚乘。

好，这一堂我们还有半个钟头，正好修法。我们不偏解，也不偏行，解行并重。



慧日无量三身圆（四）

其实，我们的本尊法之后，从生起次第到圆满次第，圆满次第就是“慧日无量三身圆”，三身成就。整个准提法在圆满次第很清晰的把这个法脉的纲要重点都点出来了。

念多少遍？我们为什么要老实持咒啊？老实持咒是我们修习准提法的基本功，如果你不肯老实持咒，准提法门你很难进入。最具体最简单的你都不肯念，那个观想啊，更深的功夫啊，那不会是从天上掉下来的。

我准提神咒有计数的，大概一两千万遍都有，没有计数的更多。我带大家，你看从一九七八年得到南上师灌顶，我带了多少共修啊？打七大概一千个七以上总跑不掉的。从一九九〇年第十次的般舟关，这是我的转型期，从般舟关转成专修准提法门，到今年整整闭了，嗯？开宝师，是三十八次，还是三十九次了？好像三十九次了。（开宝师：三十九。）三十九了。每次入关出关出来，都有些心得。哎呀，报身转化真不容易呀！

所以圆满次第直接点出来了，你这个准提神咒，“念越多越好，遍数自定”。

然后怎么进入圆满次第啊？旁边的字轮，收摄于中间的“唵”字，旁边的字轮代表什么？念清楚；收摄于中间的“唵”字，代表听清楚。然后呢？明点融入心月轮中，明点为什么融入？中间“唵”字这个明点融入到心月轮，这代表什么？代表入流亡所啊，浑然忘我，其实就够了，这就已经到了。

但是我们一般人做不到，还是要继续导引，怎么导引呢？这个心



月轮慢慢缩小，慢慢缩小，剩下黄豆那么大的一个光明点，又回到明点。明点从中脉融入虚空中，虚空就是我，我就是虚空，亦无虚空之量可得。嘿，圆满次第！南老师这个太精彩了！真的是无上甚深妙密法呀，各位！

我从《坛经》六祖那边得到的祖师禅的精华，加上南上师的如来禅的精华，两股力量合在一起，所以才有开发成“中密三纲、真言十要”，已经快完成的“准提修证三纲领”，那都是我几十年的三十九次闭关来的心得的总融合、总精华，提纲挈领，把它们融在一起。

佛母已经打电报给我了，某某人呀，你可以写了。南老师虽然谦虚，南老师把我这个（名字）摆在上面，那我们当弟子的哪能够啊？他是要我写《我与南老师》。我现在把它 change（互换）一下，上下对调，《南老师与我》。即将要动笔了，已经得到佛母的一个讯息了，要我动笔写了，要写这本书的灵感也来了，架构也出来了，就容易了。

有的大善知识是从道家的精气神，来谈跟佛教三身的融合。其实六祖引用唯识学，讲得够清楚了。刚才讲了转第六意识为妙观察智，这是见地。转第七末那识为平等性智，其实这是行愿。那么见地通透了，可以直接透入到清净法身的境界。转第七末那识为平等性智，这是转六尘为普贤行愿、为千百亿化身，来圆满我们的心量不足，来圆满我们的种种福德威德不足的地方。

“五八果中圆”，转前五识为成所作智代表了圆满报身，转第八阿赖耶识为大圆镜智代表的是正等正觉无上门，代表佛的果位，很清楚了。六祖这几句话，就点出了法报化三身的一个重点所在，纲领所在。

重点，理法界只是初步而已呀，理法界还是佛学的研究啊。事法界又分成行愿跟功夫，功夫是转报身的，行愿是转我们的心念的，要



广结善缘，少做恶，少做不好的恶事恶行。今天下午要讲的第五则里面，正好是讲的菩萨戒行，完全吻合，融合得天衣无缝。



三戒三身证佛果

(五)、三戒三身证佛果

- 1、摄善法戒清净身
- 2、摄律仪戒圆报身
- 3、饶益有情亿化身
- 4、圆满菩提极乐国

2022 年 10 月 19 日佛光山开示：

南无本师释迦牟尼佛

南无本师释迦牟尼佛

南无本师释迦牟尼佛

无上甚深微妙法

百千万劫难遭遇

我今见闻得受持

愿解如来真实义

首愚长老：各位戒子，大家下午阿弥陀佛！

众戒子们：阿弥陀佛！

首愚长老：我是民国 61 年也就是 1972 年，50 年前就来到佛光山，就读佛光山的东方佛教学院高级部的男众部。（师父上人：我是 1973 年就考上了佛光山丛林大学院，读了四年的佛光山丛林大学。）

民国 66 年，也就是 1977 年，那时候大雄宝殿已经建好了，佛光山传授第一次三坛大戒，我很荣幸参与了这次三坛大戒，好像是担



任第一班的引礼师吧！

好，我们言归正传。应该在 51 年前，我剃度的那一年，我看了「华严经」三品，就是华严经「梵行品」、「净行品」和「行愿品」，称之为「华严三品」，一看心生欢喜，当时看的应该是弘一大师所写的华严三品，对这菩萨戒留下很深刻的印象。后来出了家以后，我们受三坛大戒的第三坛菩萨坛本身采用「梵网经菩萨戒」本来传授菩萨戒。

在当沙弥的时候，看过太虚大师全书，太虚大师他的这一生有两个心愿。在他个人来讲，为大众「志在整理僧伽制度」，僧伽制度也就是戒律这方面的。他自己个人的操守，他所宗奉的宗旨中心是「行在瑜伽菩萨戒本」。这是太虚大师研究那么多的戒学中，他非常独钟「瑜伽菩萨戒本」。将来大家受戒以后有空可以看，在大藏经里面有的，「瑜伽菩萨戒本」好像很少有单行本。「瑜伽菩萨戒本」中提到开、遮、持、犯很详细，所以我对「瑜伽菩萨戒本」留下一个很深刻的印象。

总而言之，我应该说是和这个菩萨戒的缘分很深，所以我今天来跟大家讲的就是菩萨三聚净戒。其实这个戒学本身就在我们的起心动念中，在我们的生活中，在我们的待人处事中。

所以不管小乘戒、大乘戒，在藏密还有金刚乘戒。大家研究戒律要从戒体、戒相、戒用来下手、来研究。什么是戒体？戒体跟般若智慧相应，一旦有了般若慧观，我们在座应该对「金刚经」都很熟悉，整部「金刚经」其实只有一句话，整个「金刚经」的中心思想只有几个字，「金刚经」最重要的一句话是「应无所住而生其心」。



「应无所住而生其心」是戒体，也是戒相，也是戒用，所以有关于戒体、戒相、戒用，大家要去瞭解。刚才我跟各位讲过，**戒体其实就是般若理体，我们生命的根本是戒体，戒体从佛学来讲其实就是六识，六识就是我们的因地，我们的心地就是我们的因地。**那么戒相会影响到我们的心情舒服不舒服，人情绪上很烦躁啊，这是影响到我们的色身，以我们的色身来讲，在佛学上就是六根，六根就是果报体。有因有果，中间有个缘，六尘就是缘。

在见地上，当持不持你犯戒。这在「瑜伽菩萨戒本」里的开遮持犯，「开」就是说你可以方便通融；「遮」是一就是一，二就是二，没有什么善巧可讲的。所以当开不开、当遮不遮就是犯戒。当开晓得开，当遮的时候你晓得遮，那就是持戒，你把握戒律的精神了，这是「瑜伽菩萨戒本」把开遮持犯讲得很详细。

简单讲，戒体就是我们的心之体，戒相就是我们的心之相。心之相嘛，哎呀看他一脸愁眉苦脸的样子，心情不好；看他满面春风，他内心是欢喜的，这是我们的心之相。

那么心之相来自于什么？来自于心之用。以心之用来讲，就是所谓的戒条，这个可以，这个不可以。如理如法你就心生欢喜，不如理不如法你就心生烦恼，那是心之用，也是戒之用，所以我们有戒体、有戒相、有戒用。

好，我来帮各位稍微做分析一下，其实大乘的菩萨戒非常完整。今天的主题就是菩萨三聚净戒，第一个摄律仪戒，我们的比丘戒里头，大概比较偏向摄律仪戒。那么什么是摄善法戒呢？摄善法戒者，所行之行，能行一切善法也。谓身口意所作善法，及闻思修三慧，布施等六



度之法，无不聚摄，故名摄善法戒。内心是纯善至善的，清静无为的，相当于佛学上的清静法身的境界，所以它是戒之体，摄律仪戒是戒之相。第三个饶益有情戒是戒之用，小乘对这个戒之用，讲的还是没有像菩萨那样的饶益有情，饶益有情好比说普贤十大愿里头，三者广修供养，能够利益众生的要尽量去做，就是饶益有情戒，饶益有情戒就是妙用。

那么摄善法戒是妙体、戒体，那摄律仪戒呢？这个律仪不是装出来的，好比说你内心明明很烦恼、很烦躁，这律仪装都装不出来的，要你有了这个福德，有了这个功德以后，这个摄律仪戒就能表现出来。佛菩萨最高的摄律仪戒是什么境界啊！大家有没有人讲得出来？佛菩萨最高的摄律仪戒叫三十二相、八十种好。佛菩萨的威仪是清静庄严的，三十二相、八十种好就是佛菩萨的摄律仪戒。那么佛菩萨的内心里头是大般若智慧，所以摄善法戒，能够到达至善纯善，到达应无所住而生其心，那就是戒之体。

饶益有情戒要广修供养，基本上能够做到广修供养的，那是个大菩萨，只有多生累劫广修六度万行。所以在龙树菩萨的「大智度论」里所提到，叫「布施为能入」，布施波罗蜜能够入菩萨行。「般若为能度」，唯有你把握到了般若慧观、般若理体，你才能够究竟解脱，大道生命就圆满了。

我们看「华严经」的每一位菩萨基本上都多生累劫广修六度万行，所以功德巍巍。你有没有入菩萨行就看你的行为，是很积极的吗？还是很消极？消极那是小乘的精神。能提起精神来，真正的发了菩提心，会越做越欢喜，所以饶益有情戒就是普贤行。严格讲起来也只有菩萨戒最为圆满，统摄了戒之体、戒之相、戒之用。



我们生命的最核心的部分，就是我们的起心动念，是我们的六识，所以六识是因，因地是我们的心地。我们的色身叫六根，我们凡夫叫「业报体」，在佛菩萨叫「圆满报身」，当饶益有情戒做得透彻的时候，「千百亿化身」，千差万别「理」跟「事」都能够观察得到，都能够做得到，那是饶益有情戒。那唯有多生累劫广修六度万行的大菩萨、佛菩萨才能够做到彻底的，这是我们要学习的。

戒律真正的一个下手处，我研究过「华严三品」、「梵网经菩萨戒本」，还有「瑜伽菩萨戒本」，我觉得我们要想入佛道，要想跟戒律整个身心融合在一起，还是「华严经」的「普贤行愿品」。以普贤行愿品来讲，在「大般若经」里头有四种般若：第一种般若叫「世间般若」，第二种般若叫「出世间般若」，发了菩提心的出世间般若，到了相当程度的那就是一般菩萨可以做得到的叫「行深般若」，真正到了大菩萨成佛作祖的可以进入到「甚深般若」。那么各位我们要做大菩萨，我们的戒行要怎么样？唯有普贤行。普贤行贯穿了世间般若、出世间般若、行深般若、甚深般若。所以普贤行愿不可思议！各位你的心量想要宽广，每天最好诵一部「普贤行愿」。

我们看到了很多古代的历史里，民国以来的很多的律师的传记里头，如果只是研究别解脱戒的，我们比丘、比丘尼戒叫别解脱戒。如果奉行别解脱戒来讲，那个脾气特别大。好比很多儒家的儒学者的操守到某个时候，矫枉过正了，正过头了，所以一般儒学者很容易叫做什么？嫉恶如仇。嫉恶如仇代表这个人很方正，但方正过头了。如果各位有研究过宋朝的历史，宋朝的历史就是重文轻武啊！有王安石这个学派起来了，有苏东坡跟他弟弟，还有他父亲叫「三苏」，还有好多的儒家学派，哪一家得势他就把其他的学派都打倒，这就是没有包容，将



儒家的很多观念执着过头了。所以嫉恶如仇在儒家的观念中，认为这个人非常方正，这个人操守非常好，但是嫉恶如仇在我们佛教的信仰修养中是不及格的。为什么嫉恶如仇没有过关？嫉恶如仇就是瞋恨心。你说我们修行人能够有那么大的脾气吗？那么大的脾气就是「火烧功德林」，你再大的功德，瞋恨心一起来，哎呀不管三七二十一，把自己的功德毁得干干净净。所以大家想要好好做一个大乘的修行者，大乘戒律的一个实践者，就好比太虚大师行在「瑜伽菩萨戒本」，他宗奉的是「瑜伽菩萨戒本」。他喜欢人家称他为菩萨，他是菩萨行者。

我们一念到普贤行愿品，一者「礼敬诸佛」，不但对过去佛恭敬礼敬，好比说过去的阿弥陀佛、药师佛、释迦佛这些过去的佛，因为他们是大成就者，福德智慧都很圆满，我们要恭敬。对于当今的这些大善知识，我们可以把他看成现代佛，对现在佛的一种礼敬。那么什么叫未来佛呀？唉唷！这些苦恼众生，哪怕是天上飞的、水里头游的、地上爬的这些飞禽走兽，牠们都有佛性，牠们都是未来佛呀！你看这个好人你很尊重，如果你看恶人非常讨厌，那你的这个心量，你的「礼敬诸佛」礼敬不透彻呀！「礼敬诸佛」不但礼敬过去佛、现在佛，还有礼敬未来佛。各位能不能做到啊？

众戒子答：可以！

首愚长老：对了！所以我们的佛法里讲究慈悲心，（师父上人：嘴巴讲是对了，但是要做得可不容易呀！哈哈哈哈哈！）慈者予乐，给众生安乐，而给众生安乐，你要广修六度万行啊！就像我们佛光山星云大师这样的给人间带来多少福德、幸福、欢喜啊！这就是大菩萨的一个悲愿啊！所以真正的一个修行到位了，把所有的人都看成普贤菩萨一



样。普贤行愿就把所有人都看成菩萨一样，我们如果以佛菩萨眼光来看众生，给予众生安乐。

悲者拔苦，拔苦那么简单呀？拔苦要有智慧，你光有慈心而没有悲心，那是不够的，要悲智双运。智慧可以化解一切，慈心可以包容一切，所以叫「能智又能悲」，这个原则相应，我们才能够礼敬诸佛。我对好人我恭敬，对坏人我讨厌，你这个心量有问题的，所以我们佛门有句话：如果你是用慈眼视众生，那么你就是菩萨，如果你是用牛羊眼的眼光，哎呀！你这个人猪狗不如啊！哎呀！你是畜生啊！说人家畜生，我们就是畜生，说人家猪狗不如，我们就是猪狗不如。所以真正的一个修行人，海纳百川，好人要包容，坏人也要包容。好人要度，坏人更要度。如果你这样的心态做到了，那你真正懂得礼敬诸佛了！你对所有人都是尊重的都是恭敬的，你的人品就不断的往上提升了。这是我们戒律上真正去奉行菩萨行。

二者「称赞如来」，他有功德值得我称赞，但他颠颠倒倒我怎么称赞啊？各位怎么办啊？那这样称赞如来不是过不了关了吗？对好的，我们是要称赞，对不好的，用一种包容心，甚至要以鼓励代替责备，这就是菩萨心肠。你用慈悲心、用同理心、用包容心对所有颠倒众生，那些做得乱七八糟的，我们如果以同理心、以包容心，用鼓励来代替责备，如果我们用鼓励代替责备，我们也是「称赞如来」。

三者「广修供养」，你说我是个苦恼人，我怎么做得到广修供养啊？大菩萨有大菩萨的广修供养，我们小菩萨也有小菩萨的广修供养。人家大菩萨做大功德，我们小菩萨做个小功德，总可以吧！真正的广修供养其实信手捻来都可以的。如果你是一个普贤行愿的行者，你眼里看到是要做的事情，你看的都是事情，而一个人游手好闲，好像这些



事情都跟他了不相干。所以我们一个在家的菩萨行者，家事、国事、天下事，事事关心，那就是菩萨心。漠不关心的人非常冷漠，那当然你也不会有多大功德。广修供养哪怕是给人家方便也是供养，赞美别人、鼓励别人也是供养，其实六根门头信手捻来都是供养，不一定是钱财。你说我对佛法也是一知半解，做不了法布施，但你可以随喜功德呀！赞叹、赞美，那你也有功德。所以广修供养，刚才讲的龙树菩萨的名言，布施为能入，你越能够有奉献的精神，你将来福报就像滚雪球，愈滚愈大。你如果这个看不上，那个看不上，高不成低不就，那这个心就越来越冷，对人就越来越冷漠。我们本省有一句话，说什么叫菩萨道？菩萨道就是很鸡婆，很鸡婆就是很热心！非常的热心，一个热心肠，那是我们菩萨道的开始，很肯帮助别人，别人有困难，我随时随缘帮助，所以这个广修供养其实并不难。

我们的业力从身、口、意三业来，各位什么叫身、口、意三业啊？身业，甚么是身业？身业就是态度，一个人态度非常的礼敬，非常的谦恭，文质彬彬的，对人的态度好，这也是供养。对人的口业清静，少责备多鼓励，如果每句话都是在说人家的人我是非，那你口业不清净，你在毁谤人家。古人的名言：「哪个人后不被人说？哪个人前不说人啊？」我们凡夫的口业很严重啊！所以这个广修供养其实信手拈来都可以的。真正有智慧的，其实一举手一投足都可以供养的。一个广修供养的人福报大，人缘好，因为你热心，肯为大众服务啊！这个人人缘一定好，因为福报大。同时这个事务性历练多了，也会开智慧的。为什么开智慧呢？因为「福至心灵」。一个人福德做多了，经验多了，他脑筋就灵光了，越来越开窍，所以广修供养多重要啊！

我们如果做不到「礼敬诸佛」，做不到「称赞如来」，做不到「广修供



养」，怎么样呢？惭愧心。哎呀惭愧！别人做这么好，我怎么都那么样的冷漠啊？对人都漠不关心啊！所以一个有智慧的人都是看到自己的问题，没有智慧的人都是看别人的问题。所以『坛经』六祖怎么讲的？「人非我不非；我非自有过。」你才有一点是非心，你错了。我们自己错了。「常自见己过，与道即相当」。所以一个真正的修行上路的人只看自己的问题，不看别人的问题，能够「严以律己，宽以待人」。而没有智慧的人，却责备别人很严格，对自己反而很宽松，很容易原谅自己。对修行上路的人来讲，对自己很严格，对别人很宽厚、很宽松，这才是一个真正的修行者的心胸气度。一个人经常有这样的惭愧心、忏悔心，这个人自然的就很谦卑了，也很好相处了，他嘴巴里不会说人家的人我是非。

我看到很多高明的善知识，他骂人之前先骂自己，把自己骂得一文不值的时候，诶！他可以骂人了，因为他把自己降得很低。我们棒喝叫做怒目金刚，菩萨低眉是一种布施，菩萨低眉是一种谦和，菩萨低眉是慈悲，怒目金刚那是阿罗汉，那是拔苦，怒目金刚也是慈悲。各位不要以为烂好人是慈悲，慈悲生祸害。所以大家要把佛法要活用，所以处处反求诸己，反求诸己就是惭愧。

五者「随喜功德」，看到别人的好处比自己做的还高兴。如果我们没有随喜功德的心是怎么样？嫉妒，嫉妒心！见不得好，酸葡萄心理，吃不到葡萄说葡萄酸，这个人心性有问题，气度有问题。那么看到别人的成就比自己成就还高兴，心就宽广了，包容心啊！所以嫉妒心是堕落的，随喜心是向上成长的。

各位我们要随喜，随喜赞叹、赞美，千万不要恶意的去批评别人、去毁谤别人。所以我们礼敬诸佛不但是对治我们的慢心，也是对治我们



无惭无愧心。如果各位有研究「百法明门论」，「百法明门论」中十一个善法里头，有惭有愧，占两席，十一席里头就占两席。有惭愧心多么重要！有惭愧心是打开天堂之门，没有惭愧心是打开地狱之门，所以「百法明门论」的中随烦恼是两兄弟无惭、无愧，他们两兄弟统包，无惭无愧那是一个堕落的人大言不惭，那是堕落的。一个人有惭愧心那是向上提升的，向上升华。有随喜心的人才能够请转法轮！

六者「请转法轮」，什么叫请转法轮？虚心求教，三人行必有我师。别人的长处就是我们的善知识，我们要虚心求教。所以说半桶水响叮当，水满了它很谦卑的。各位你们有没有在乡下种过田啊？如果有种过田的，就知道成熟稻子的每个稻谷里头淀粉很充实，稻穗就会往下垂，如果被虫咬了，营养提供不上了，我们乡下台语叫「白穗」，直拢拢，空心的，空心大老爷，那充实的人他很谦虚。

所以我们要懂得亲近善知识，你才会得到善知识的呵护提携。如果你觉得你很行，你比别人都好，那别人的好处你接受不了的，不是一个参学者。我们参学，有位大德他说：参学要「别具只眼」，我们参学的道理，先把自己嘴巴关起来，先关后开。你不要一听到就要跟人家辩论，你学不到好东西的。一个会听话的人才会懂得讲话，一个不会听话的人就不会说话，因为他没耐心去听别人表达。你会听话就会把对方的每一句话都听得很清楚，你就可以领受，如对哪句有疑问，再作请教，这样你才能得益。如果你觉得我的见地比对方高，那你就是贡高我慢，不会进步的。

七者「请佛住世」，我们凡夫都是请魔住世，请烦恼住世，颠颠倒倒，妄想纷飞。若要请佛住世，所做的都跟佛菩萨的心态一样，这在「菩萨三聚净戒」里头叫做摄善法戒，内心是纯善的、是至善的，那是清



净无为的一个清净法身的境界。所以我们要懂得「诸恶莫作，众善奉行」，这样就是请佛住世。让你的善心不断的涌出来，不断的开发出来。你的清净心愈来愈多，那就是请佛住世。烦恼愈多，人我是非愈多，你是请魔住世，这点我们要了解喔。

八者「常随佛学」，「常随佛学」就是要自觉，自觉觉他，觉行圆满。不是说要每天经常抱着三藏十二部经，「常随佛学」就是说我们要跟觉性相应。

九者「恒顺众生」，我们凡夫傲慢，不肯向人家低头，你不懂得恒顺众生，你不懂得结善缘。「恒顺众生」叫什么啊？山不转水转，懂得善巧方便。所以这个「恒顺众生」来讲，其实就是菩萨四摄法。我们处处要以对方的需要为需要，以对方立场为立场。我们菩萨道就是以利他为主，不是以我的需要为主，是以对方的需要为主，对对方有帮助的叫做利行。那么「爱语」，要说一些对方需要的，鼓励对方，你讲话他听进去了。要不然哪，公说公有理，婆说婆有理，你就是没有利行，没有布施的精神。所以「利行、布施、爱语、同事」，「同事」就是以对方的需要为需要，以对方的立场为立场，你就会做人了。你处处想到别人的立场在哪里，问题在哪里。唉呀！怎么我跟他两个谈不拢啊？谈不拢的问题，不是对方，而是我们自己的问题，一切唯心造。

十者「普皆回向」，三轮体空，扫得干干净净的。回向菩提，回向众生，回小向大，普皆回向。

留个几分钟，各位有没有什么问题？所以希望大家有空多诵「华严经净行品、行愿品、梵行品」，有空来研究「瑜伽菩萨戒本」，那可以



让你对菩萨戒更加的融通，更加懂得它的妙用。所以只要一发菩提心，所以菩萨戒又称之为菩提心戒，菩提心一发，你的力量就来了。

我看时间也差不多了，留几分钟，各位有没有问题啊？

（有戒子举手）这个戒子你讲看看，有甚么问题啊？

戒子：我是第二堂第二班的戒子，叫释能度，有个问题要请示阿闍黎。

首愚长老：好，你讲。

戒子：「九者恒顺众生」，要怎么去衡量，是恒顺他的习气还是恒顺他的菩提心？以上要怎么做？

首愚长老：这个恒顺众生，自己要有些基础，当然你能够开导他，什么叫恒顺啊？他喜欢打牌我就跟他打牌，那不是这样的。恒顺众生，刚才讲的，首先你要与对方「同事」，他的立场是什么，他的困难点你才晓得在什么地方。要恒顺他，你要先懂得他的问题。第二个你的出发点是要帮助他，要利益他，「利行」，「利行」然后「爱语」，你要跟他沟通得好，一定是爱语，是一种慈悲的语言，是一种包容的语言，是一种鼓励的语言，那就是爱语。这个爱语也不是拍马屁喔，不一样喔！爱语跟拍马屁可不一样的喔。做到我们内心出发点都是为帮助对方，不是要跟对方闹对立、闹矛盾。所以「恒顺众生」一定是善的，一定是好的。你说他喜欢打牌，为了度他，我跟他打牌，你在打牌里头，你还会有佛学的开示，还会点化他，那你一定要比他高啊，所以「恒顺众生」，自己要有方便，大概这样啊。

刚才已经敲钟了，时间就到了，我们今天的「菩萨三聚净戒」讲到这里。大家好好把「菩萨三聚净戒」研究，因为时间上的关系，



要不然可以再分析，那么今天就到此。

总而言之，希望在这次的戒期，受了戒以后，能够真正地开智慧，「戒体」就是开智慧，「戒体」你把握个原则，做人处事的原则，自己的身口意愈来愈如法，也就是我们的戒学愈来愈清晰，也懂得做人处事该怎么做的诀窍。

大家都是佛光山佛学院的是吗？大部份是啦，那我可是你们的老学长喔！老得不能再老了，五十年前的，我已经叫做垂垂老矣。所以在这个地方卖老，随喜大家，祝福大家，阿弥陀佛！



从闻思修入三摩地

我们修习佛法，根器成熟了，就能够随文入观，讲到哪里，身心就进入到那个境界中。《楞严经》中提到的，“从闻思修，入三摩地”。从听闻来的正法，进入到思惟修，所以叫从闻思修入三摩地。

第一个阶段是“闻所成慧”，听闻来的一定要变成自己的，听进去，懂进去，经过你的正思惟，哦，原来如此！大道本当如此！过去所体会的，唉，偏差掉了，赶快再拉回来。

修所成慧，在修持过程中，体会得更深刻了，跟自己身心完全对接了！从经验中来的，那非常宝贵啊！这个闻所成慧，就是听闻佛菩萨、听闻善知识的开导，哦！闻所未闻，啊！心生欢喜，整个文字，整个意境一下子展开来了，有一种相见恨晚。

从闻所修慧，进入到思所修慧，再经过你正思惟，这一思惟不得了了，果然如此！啊，更加地入木三分了，这法错不了了，进行修正自己的身口意。因为过去体会偏差了，重新再校正过，再继续实验它。从听闻来的信心，再思考得来的佛学的理论，信、解，加上自己进入到实验室，把这道理、把偏差的再修整一下，哦，是这样，是这样，印证到了，修证到了。这样的佛法，是活生生的佛法，佛法活用。所以，佛法是真正的生命科学，要透过禅修实践，我们才能够如实如理如法的把佛法回到自己身心。

佛法是佛菩萨们的智慧之谈，善知识的经验之谈。最重要的完全要吸收消化，变成自己的养分，变成自己的受用，这一点是很重要的。我们修学佛法一定要有这样的精神。



持诵净法界咒、护身咒。

刚才提到了《楞严经》的“从闻思修，入三摩地”，这是个很精准的。经典中提到的四句话很重要，“**近善知识**”，亲近参访善知识，为了什么呢？古人的名言，“欲知山下路，须问过来人”。亲近善知识是为了“**听闻正法**”，正确的，正知正见的，经过善知识们实验确认过的，这个可以安心地用功。听闻正法是闻所修慧，称之为闻慧，进入到思所修慧，如理思惟，重点在这四个字，“**如理思惟**”。修证怎么修证啊？“**法随法行**”，就好好地经过正思惟，把身心进入到佛法的实验室，法随法行，深深地印烙在自己的八识田中，成为一个不退失的、不可磨灭的经验谈。啊，你一旦体会进去了，信手拈来都是佛法，将来你对法的体会更加深刻了。

所以，我们修学佛法要有一个（熏习过程）。当然，既然要熏习，要熏习正确的，那是正法正教所在，那是我们生命的根本所在。不能够把自己的生命误入歧途，所以是谨慎为妙。透过“闻所修慧，思所修慧，修所成慧”，成就了我们的智慧，这是真实不虚的。

持诵六字大明咒。

我们一般人讲，眼见为实。一般人所谓的眼见为实，也只是表面的，你没有般若智慧，看到的都是幻相。《金刚经》的最后一句话才提醒我们，“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观”。所以，你眼见的不一定是事实啊，那个是现象界的假象啊。

这次讲的准提修证三纲领的第三纲领“真见修行识根尘”，很重要！大家要好好去体会啊！这个一环扣一环，“真见六识大圆觉”讲出了一个轮廓，我想我们第一堂的时候再来加强好了。



眼见为实要跟般若慧观相应，那才是眼见为实。所以“眼根双眼具只眼”，你一定要融入到命门中，不断地转化你的眼根的浮尘根，眼根的视觉神经那是胜义根，不断转化，才能够慢慢地接近禅定的功夫，才有开发天眼通的可能。当然，各位你不要心心念念我要开发天眼通，那会变成你的执着。那个开发不开发，你见地对了，功夫对了，自然会形成的。先不要贪，贪就是障碍我们修行的。

耳根，耳根双耳，两个耳朵跟命门融在一起具只耳。整个能听所听，已经不是从两个耳朵了，而是进入到了命门的光明点中。能听所听，初于闻中，入流亡所，能所双亡，你的耳根慢慢地进入到法的一个次第了。

两个鼻孔是我们呼吸的出气孔，它不只是出气孔，还是吸气孔，真正的关键还是在命门。那么“鼻根双鼻具只鼻”，进入到心息相依的一个总本部了。这样你才会有好消息，真正的念动气动，气动念动，你用功才能够上路了。那是胎息，那是腹部呼吸，那是内呼吸。



善用自然资源，化腐朽为神奇

昨天集中的那一堆肖楠木，那是宝贝呦，肖楠木是块木，是做香料的，做精油的，非常宝贝的。

女众中，我们在场有几位插花的高手，她们来指点怎么弄、怎么剪、怎么剥皮？将来都是我们禅林最好的一种花材。

说不定我们十方丛林书院的三栋大楼盖好了，房间多了，每个房间都可以摆这种插花的。唉呀！肖楠木很漂亮，尤其把那个皮剥出来以后，等于有种枯山水的味道，非常雅。

男众还是由少库会长开车，北门还有一些枯树跟肖楠木，还有龙柏，我们把它们分开来。开宝师留着用，她要慢慢地去做什么？化腐朽为神奇，要把它变成宝贝，就看开宝师的本事了。

等一下用过早斋之后，你们有睡回笼觉的就回去休息，没有睡回笼觉习惯的，开宝师你带领大家，还有插花老师的指导，可以整理移到斋堂的肖楠木，将来用它布置场地，包括插花的花材，那是非常好的。

正好我们这个肖楠木枝条太旺了，砍下来，那个树干可以用，树皮也可以用，树叶也可以用，树叶用个塑料袋把它装到一起。过去我们禅林的资源浪费太多了。这个龙柏呀，针柏呀，真正会用，连这个松树都可以用啊，松树的树干、树枝啊，松叶就是松针啊，这个可以做什么？哦，对对，做酵素，那对筋骨非常有效果。

所以你会用大自然，可以化腐朽为神奇。不会用啊，我们本省的一句名言，叫做“蟋蟀损五谷”，就是说会利用大自然的资源，现在的



名词叫资源回收利用。尤其这些纯天然的东西，你一把火烧掉，烧掉就烧掉了。过去呀，我们地方大，根本也没有想到，人手也不是很多。现在懂得了，开始收集了。嗯，有的甚至把那些松针集中起来，一点，可以熏蚊虫。包括樟脑树的树叶，它们也可以熏蚊子的。看你会不会用，那是天然的蚊香啊。



准提修证三纲领（一）

我们不但是修法回向，说法本身也是回向，心开意解，那也是消业障啊！真正懂得法的一个脉络，你开窍了，那也是消业障啊！

今年上半年，在我们峨眉道场的准提二吧，开发了“准提修证三纲领”的第一个纲领；孟兰盆法会、三个月的准提三，开发了第二纲领跟这次讲的第三个纲领。这些，其实都很重要啊！

我大略地把它再导读一遍就好了，讲是没有时间讲了。

第七、准提修证三纲领

一、生命真相（五则）

（一）、般若慧观三缘融

- 1、三缘和合融命门
- 2、入胎三缘会三纲
- 3、脱胎换骨真修证
- 4、三纲十要证三身

三缘和合，所谓三缘，就是六识、六根、六尘，六识是因，六尘是缘，六根是果。“三缘和合融命门”跟“入胎三缘会三纲”，其实是相通的。入胎来讲，从生理上来讲，父精母血这是（生理层面），但也是我们父母亲内心的一个想法，也都是从阿赖耶识迸出来的，加上入胎的投胎者的阿赖耶识，三股阿赖耶识融在一起的，形成一个共业了。

母血比较偏向了任脉的气血，我们的五脏六腑啊，比较偏向肌肉方面的，所以叫（母血）。那么父骨来讲，比较偏向筋骨方面的，督



脉方面的。所以父精母血加上阿赖耶识，这是“入胎三缘会三纲”。会哪三纲啊？中密三纲，哇！这讲得很深哪！

我们阿赖耶识的根根在心之体，这个是禅宗三纲，禅宗以无念为宗，无相为体，无住为本。这个我就不能细说了，没有时间细说了。

我们修证佛法，“脱胎换骨真修证”。脱胎，我们念清楚，比较偏向任脉的，一口气一口气地念，舌尖弹动。哦，这个鼻根呢？一口气一口气的。耳朵，耳根听得清清楚楚的。念清楚听清楚，念清楚是脱胎，听清楚是换骨，念念分明念念本空是莲花化生，所以“三纲十要证三身”！这道理太广了，太深了！我以前都讲过了，你们自己去看。

（二）、五行脏腑六根合

- 1、火土金水沐六根
- 2、性火相火养土金
- 3、金生肾水润肝木
- 4、五行相生脏腑合

“火土金水沐六根”，这火，由性火到相火，性火是心经，相火是心包经，啊，火生土。“性火相火养土金”，火生土嘛，土生金。金生丽水，金就是我们一口气一口气的念，肺活量，那么肺脏属金嘛，就是一口气一口气的，“金生肾水润肝目”，都有它连带关系。“五行相生脏腑合”，我们心平气和，就是五行相生；心不平气不和，五行相逆相克，这是一定的道理。

（三）、耳门圆照摄六根

- 1、寻声救苦耳门照
- 2、舌鼻安般融耳门



3、耳门圆照入命门

4、六根融合慧日明

“寻声救苦耳门照”，你用你的耳根来听，哪个地方不舒服，用耳根听，这也就是寻声救苦啊！那么“舌鼻安般融耳门”，金刚念诵，舌尖一弹动，唇齿不动，舌根带动了鼻根，鼻根带动了耳根，融入到耳门里头。“耳门圆照入命门，六根融合慧日明”，哈！一环扣一环。各位，这个是真修实证必须的，你见地功夫行愿是一体的。

(四)、慧观八识成四智

- 1、修证功夫应前五——实修证
- 2、菩萨行愿转末那——行悲愿
- 3、般若见地化意识——正知见
- 4、大圆镜智成佛果——道圆成

“修证功夫应前五”，转前五识为成所作智啊，昨天都讲了，我也不再细说了。“菩萨行愿转末那”，一个人心要平和，很不容易呀。唯有普贤行愿，经过很多挫折，苦能入道，心量就越来越宽了，正是“菩萨行愿转末那——行悲愿”。“般若见地化意识——正知见”，“大圆镜智成佛果——道圆成”，清清楚楚，了了分明的。这是要靠大家自己好好地
去参、去用功。

(五)、法脉使命无量愿

- 1、为古圣贤继慧学
- 2、为此人间建净土
- 3、虚空有尽愿无穷
- 4、无量光寿随处现



“法脉使命无量愿”，大家要有菩提心，要发广大菩提心。“为古圣贤继慧学，为此人间建净土，虚空有尽愿无穷，无量光寿随处现”。这都是我们准提法的无上甚深妙密法。这是在今年上半段，二三月份开发的。



准提修证三纲领（二）

再来，孟兰盆法会、三个准提三开发了两个纲领。

第二个纲领就是华严法界观。华严法界观，星月，星是天上的星星，我们观想命门的光明点，用的是星星（来比喻）。从这个明点转为心月轮，从心月轮转为慧日观、日轮观，用星月日轮准提网四则。

二、星月日轮准提网（四则）

（一）、繁星点点十八界

- 1、六识心念若繁星
- 2、六根五脏烦恼宅
- 3、六尘复杂众生相
- 4、收摄十八入明星

六识六根六尘，都是繁星点点哪。“六识心念若繁星，六根五脏烦恼宅，六尘复杂众生相”，众生百态，各式各样的想法，我们初步“收摄十八入明星”，入这个命门中的明点，就是收摄十八入明星。

（二）、心月明暗属业感

- 1、月初月末日不同
- 2、净界护身初一月
- 3、心月字轮渐转化
- 4、上下弦月未得圆

“月初月末日不同”，从初一的月初，到月末的二十九、三十，日不同，每一天月亮的明暗都不同，这是业感缘起啊。那么，净法界咒、



护身咒观想那个 LA 字、那个星星，LA 字放光融入到命门，“净界护身初一月”。“心月字轮渐转化”，到了莲花上现一满月轮。“上下弦月未得圆”，有上弦月，有下弦月，都是过眼云烟的。十四的月亮十五圆，这属于上弦月最高的；十五的月亮十六圆，到十六也要转到下弦月去了。有上弦月，有下弦月，就是我们只能够作为观察缘起性空、性空缘起，种种生命的现象都跟我们的起心动念有关系，息息相关。

（三）、日轮转化四般若

- 1、明点月轮属生起
- 2、方便行愿乃世间
- 3、出世行深大菩提
- 4、慧日无量得甚深

“明点月轮属生起”，是准提法的生起次第。方便行愿乃世间般若。出世行深，那就是已经从小菩萨进入到大菩萨，才做得到出世行深，出世间般若是已经慢慢地有这行深般若的气象了。到慧日无量，慧日无量得甚深，这是大菩萨跟佛所证悟的境界，甚深般若啊！

（四）、星月日轮入大道

- 1、星月日轮融命门
- 2、渐中有顿顿中渐
- 3、明点星月现慧日
- 4、大日如来大圆满

“星月日轮融命门”，不管是明点也好，心月轮也好，日轮也好，通通融入命门，那就是你的智慧深浅了，福德深浅的问题了。第二，“渐中有顿顿中渐”，渐修属于如来禅，顿悟属于祖师禅，但是真正的



佛法是渐中有顿顿中渐。第三，“明点星月现慧日”，等于菩提道次第的深浅，由最基本的明点开始，转为心月轮，最后圆满是在大日如来，慧日孤悬，“大日如来大圆满。”



准提修证三纲领（三）

三、真见修行识根尘（五则）

（一）、真见六识大圆觉

- 1、眼意双识见无量
- 2、身舌交炽苦集聚
- 3、鼻耳融合灭道化
- 4、明心见性大圆觉

眼识跟意识，双识见无量，智慧通透了，一叶知秋，看到整个法脉的脉络。第二个，身识跟舌识交炽苦集聚，我们身体的感受觉受，是一大苦聚，这身识也代表从身根产生出来的种种念头。那么舌根呢？我们的口业，叫做嚼舌头，这是凡夫的习气，烦恼是非一大堆。身舌，身识跟舌识的交炽苦集聚，正是四圣谛中的苦果跟集谛，这是生灭法。看清了身识跟舌识这种苦谛集谛的种种，哦，找到了一个修行方法，安般法门，鼻识鼻根，从鼻根展现出鼻识；观察呼吸往来，音声的往来，所以鼻识耳识融合灭道化，灭谛道谛完全融合化在一起了。“明心见性大圆觉”，六识圆满的结果就是大圆觉。

（二）、真修六根大圆通

- 1、眼根双眼具只眼
- 2、耳根双耳具只耳
- 3、鼻根双鼻具只鼻
- 4、六根互用大圆通

第一个，“眼根双眼具只眼”，早课我讲过，就不讲了。“耳根双耳



具只耳，鼻根双鼻具只鼻”，各位，你有没有这样去体会啊？有没有这样的去观想啊？去用功啊？第四，“六根互用大圆通”，这是《楞严经》有名的“一根既返源”，我们六根里头任何一根回到了我们生命的本源，“一根既返源，六根成解脱”，这是六根互用的道理，大圆通啊！

（三）、真行六尘大圆满

- 1、色法明尘法眼净
- 2、触味离尘罪业消
- 3、香声融通观自在
- 4、六尘升华大圆满

六尘呢？眼睛对色尘，意根对法尘，所以“色法明尘法眼净”。第二个，身根对触尘，舌根对味尘，“触味离尘罪业消”。鼻根对香尘，耳根对声尘，所以“香声融通观自在”。第四个，“六尘升华大圆满”。

（四）、慧日菩提三身圆

- 1、六识真见净法身
- 2、六根无碍圆报身
- 3、六尘无染亿化身
- 4、慧日无量三身圆

（五）、三戒三身证佛果

- 1、摄善法戒清净身
- 2、摄律仪戒圆报身
- 3、饶益有情亿化身
- 4、圆满菩提极乐国



快速再导读一下，让大家再好好思惟思惟。

啊，初步是这样的，真正你用功了，这里头又重重无尽。经过一段时间，你再来看，你所体会的、所深入的境界又不同了。这个只能作为大家（对）准提法的一个观修，你是新参有新参的感觉，老参有老参的感觉。每隔一段时间，你用功，你再来看这个又不一样，所以叫佛法不可思议。

我对中密三纲、真言十要，每隔一段时间，有时候会有个校正的过渡期，一定要弄得很精准的才行。



准提法的华严法界观

我们准提法脉，大家要有宏观的眼光来深入准提法，来开发准提法。大乘佛教最圆满的莫过于华严法界观，一花一世界，一叶一如来。真正的华严法界观是要把古今中外、东方文化的精华、西方文化的精华融合在一起，把我们中国古代儒释道的古文化，跟现代的西方科技融在一起。

我们南上师蛮有眼光的，他成立了一个东西精华协会，就是要融合东方文化跟西方文化，一个总融合。我记得他的英文名字叫 East-West Essence Society，Essence 是精华的意思。这是南老师博大精深的眼光、心胸、气度。

我们准提法门有这样的内涵。现实的种种文明啊，种种政治啊，种种的经济呀，哎呀，这社会搞得太复杂了。儒家的修身、齐家、治国、平天下，哦，这一套也很深，也很广啊！道家所开发出来的《黄帝内经》《黄帝外经》《难经》，哎呀，宝贝得不得了啊！佛陀更是，可以说整个宇宙都在佛陀的手掌心哪！

我们准提法脉有太多的东西要开发，重点要化繁为简。我从小喜欢简单，不喜欢太复杂，所以我提出了禅宗宗风“简朴亲真”。哎呀，我生也有涯，我们几十年的生命，要研究那无量无边的学问，那怎么够，只能够重点式、点穴式！

这也是我的因缘，从看《坛经》接触到中国祖师禅。祖师禅，这是一颗闪亮的明星，把所有太复杂的，经过祖师禅的眼光一点，变成很简单了。



我第二个接触的是南老师，嗨呀，南上师博大精深哪！你掉入他的那个（大门），你等于说（不想出来了）。过去南上师经常说，你一旦进入了《易经》的这个大门，就爬不出来了，也不想出来了。你已经掉入到佛法的大海，嘿！佛学浩如烟海，你也爬不出来了，也不想出来了。太妙了！太神奇了！生命真正的（科学实践）！所以南上师在厦门南普陀那个七，用的《生命科学与禅修实践》，用得好极了！妙极了！

我们这一支香时间到了，还有一支圆满香，下一堂圆满香。第三堂就是整理环境，把禅堂整理好，收拾好。行有余力，再把我们的肖楠木，那是将来庄严禅林的，哎呀！那都是地球上的精华，肖楠木，龙柏，真柏，我们将来还要扩大。后山的松树一大堆，以前都糟蹋了，我们慢慢把它捡回来。这个世界要懂得化腐朽为神奇。



为法忘躯菩提情

明天要到佛光山的彰化道场，中华人间佛教联合总会会有一个会员大会，加上一个养生讲座，我是轮值主席，轮到我当主席。为了这两天的会，延后回大陆，大概延后一两个月吧。会议后天 11 月 22 号圆满，又赶去看牙医，又赶回台北。23 号的班机，长荣的班机回到厦门。11 月 23 号起程，1 月 25 号返回台北。阳历的 1 月 21 号，正好是今年农历的除夕。

1 月 25 号正好是农历初四，我一回到峨眉，晚上就起香了。1 月 25 号是农历正月初四，初五、初六、初七、初八，准提四。中间休息几天，正好碰到礼拜五、礼拜六、礼拜天，又是一个准提三；四加三，整整一个准提七，不折不扣的。加上新春的金刚般若法会，也是有二个七。之后呢，反正我在峨眉，总会有准三、准二的。一定是包君满意呀！但你们有没有包我满意就不晓得了，我包你满意呀，包君满意。各位，有没有包我满意不晓得了，我只是做自己该做的本份事。

农历过年后，十方休闲农场制茶作业室要落成，我们要好好的举办，有准七，正好也是准提佛母圣诞。所以今年过年就在武夷山过年了。

我们武夷山的常住法师们说，“哎呀！师父你来大陆那么久了，从来没有在大陆过过年哪。”他们心里头有不平的。呵呵，我的星座叫什么？天秤座，我天秤座专门搞平衡的，不是吗？专门搞平衡的。呵呵，开玩笑，我从来不相信这些的。我只相信佛法的缘起性空，性空缘起。佛法是正知正见，般若慧观，这才是我们要追求的。西方讲



的星座，我也从来没去研究。他们说我天秤座喜欢搞平衡，搞平衡就搞平衡嘛，有什么错啊？呵，这个人心不平就怨恨出啊。

要不然，过年那一两天，飞机票很贵呀！我慢个几天，飞机票价可以减少一大半哪，哎呦！经济上算账，划得来，划得来，又搞平衡又省钱，多好呢，何乐而不为！

希望过年回来，我们的屋瓦大概盖得差不多了，这禅堂气象就万千了。我也准备定制三十三观音，已经在着手进行了。我预定南门北门有个大回廊，南门二百五十尊罗汉，北门有二百五十尊罗汉，五百罗汉，为五百罗汉绕毗卢、绕三十三观音、绕怀师纪念堂。

各位，你们现在看这个禅堂，那种钢骨结构完全是唐宋古风。我们进口的那个日本瓦，很庄重，这是对法的一种恭敬，一种礼敬。

那么，将来十方丛林书院的三栋大楼，那瓦又不同，我们黄副总 有他的 idea，不同的风格，不同的风貌。

这一堂就提早几分钟下座吧。大家可没得闲哦，我们斋堂车库那个肖楠木，也带大家去加工加工。

加工是给大家好看的呀，你们下一次来，嚯！禅林到处都是简朴亲真，又高雅又清雅，给大家带来了喜乐，多好嘞！

开宝师，你把我的这个法器拿到小禅堂去。明天早晨还有早课，因为我们大连永光会长的母亲明天是三七。很难得的，永光会长，昨天我接到她那一篇纪念她母亲的文章，唉呀，写得非常感人！这次没时间，下一次介绍给大家，写得非常好。这文稿收到我的关房。



石少庠会长：对《真见修行识根尘》的认识（一）

石少庠会长：刚刚前面七位都讲得非常感人，我很感动。我等于像在上课。

师父上人：对哟，现在补充还来得及。

石少庠会长：第三纲领。其实刚刚开宝师已经提到十八界，就是六根六尘六识。师父之前都讲了五蕴的部分，十八界里面，根跟尘的关系，六根六尘就叫做十二处，处就是住所，十八界的是六根六尘六识。师父等于把五蕴的部分都讲过了，而且主要都讲实修。

接下来讲的十二处，还有十八界，这等于把法相唯识的一切法相都涵盖进去了。师父等于把目前修证实修全部都讲了，之后提出实修的方法，而且师父最重要的特点是从六祖大师的禅宗方式下手，禅宗是摩诃般若波罗蜜多，也就是大般若的法门，大般若法门就包含了世间般若、出世间般若、行深般若跟甚深般若。禅宗六祖大师的这个修持法门确实厉害，甚深般若。所以说行深般若到了一定程度是甚深般若，才能够“行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空”。

有时候大家就这样念过去了，为什么要特别提出这个，因为到甚深般若的时候，就会出现一个很特别的事情，就是声闻缘觉、菩萨、陀罗尼，乃至一切如来法，是一切色空全部要收摄在一起。我为什么要讲这个？有关于十八界里面的内容，统摄起来是四句偈最后的第四个，叫大圆觉、大圆通、大圆满，要能够体会到这个，甚深般若的部分有实修，修到实证以后，师父都把它说出来，又很直接。五蕴、十八界、十二处，我们众生一直都碰到的，师父正在教我们的，直接



跟大家讲，行深般若跟甚深般若都合起来，就这么修。就看你要不要学，这是代表什么意思呢？因为甚深般若可以通达所有这一切法，这样的通达可以代表理无碍、事无碍、理事无碍，到了就是事事无碍的法界。

师父今天讲眼根对到色尘，耳根对到什么？声尘，这个眼根对一切法，眼根对到外面色尘无碍，是事事无碍法界的方式，你一讲好像觉得很深，但是又很容易懂。如果你看华严宗的四法界，大方广华严经的《华严疏抄》，很厚啊！但师父把实修实证直接讲出来，听了师父今天的开示之后，我实在是太欢喜，太赞叹师父了。

师父上人：你这赞叹，我没听到，听到了也等于没有听到。

石少庠会长：事事无碍，师父就是这样事事无碍。

我们如果知道实修到蕴界处这些法相，这些法相实际上并不是障碍我们的，是拿来修的，它是一个很重要的对境。我们因为要用唯识，就是心意识，要知道当面对什么样的法相，你可以用什么样的心意识修什么样的法。师父一直强调《六祖坛经》，为什么要一直强调？因为这是大般若法门。



石少庠会长：对《真见修行识根尘》的认识（二）

石少庠会长：大般若法门，准提法本身为什么是大般若法门？

准提手印本身统摄了金刚界二十五部，金刚界就是佛的境界。有五方佛，五方佛大家比较熟一点，东南西北中这五个佛，这五个佛自己周围就有东南西北，五五二十五，所以叫统摄二十五部。所以准提法本来一开始就统摄了金刚界二十五部，东方阿閼毗佛，代表是大圆镜智；南方宝生佛，代表平等性智；北方不空成就佛代表成所作智，西方阿弥陀佛代表妙观察智；中央毗卢遮那佛代表法界体性智。法界体性智，这就是代表了佛的清净法身佛，就是清净法界。

我刚不是讲了有四个智吗？对不对？《佛地经》，《佛地经》里面妙生菩萨问佛陀，大觉地五法，成就佛果位，告诉里面的内容，然后佛陀就讲，第一清净法界。刚刚有听到了，中央毗卢遮那佛，清净法身佛，再来还有四个智，大圆镜智、平等性智、妙观察智、成所作智，都统包在我们准提法里面了。

可是，我讲了这么多，请问怎么修？怎么修出来这些智呢？

师父上人：你们有没有听到啊？想一想。

石少庠会长：师父跟我们讲的就是这个，南老师讲，他所传下来的准提法是八识一起转，四智加上清净的这一部分它是一起成就的。所以师父这样教我们，跟我们讲，真的，准提法就是可以八识一起转，然后成就四智，这是最根本的。所以禅宗直接就是要顿超而入，有这个一超顿入到清净法界，就叫做佛智。

很多名词，你都可以自动产生四个智，大圆镜智、平等性智、妙



观察智、成所作智。师父今天跟我们讲的，包括之前，师父的书，《准提修证禅观记》里面的内容，以及加上最近说的，都是在讲这个部分，如何一超顿入。有时候你有次第啊，一步一步一步，也许哪一天，你那个福慧资粮够的时候，突然之间就顿超过去了。这个是我听师父今天讲的，加上之前看师父的《准提修证禅观记》，我就把它全部合起来了，都有实修的部分。

所以说跟着师父，直接教我们如何修持，不是只有教理而已，对吧！我是花了蛮长的一段时间在教理上面，然后一直希望能够遇到大善知识，然后教我实修，我看教理没有多久，我只看了三十年。

师父上人：没有多久啊，不算太长了，只三十年而已啊，哈哈！

石少庠会长：三十年而已。然后皈依到师父，然后修了准提法门，师父又直接讲实修，这样就可以合起来。师父直接就（教），就是这样修，就是这样修。

但是你看，我刚才讲了多少名词，师父很少用的。用的名相不多，但是就是跟你讲怎么修。所以这个就叫做窍诀，师父讲的很多就是修行的窍诀，在密法上就叫做修窍诀。师父的话，花了五十年的心血。

师父上人：哦，应该看《坛经》到今年五十三年了，参学五十三年了，出家是五十一年了，读佛学院读了四年。

石少庠会长：所以我们是幸运的，我们此生会遇到真修实修的大善知识，像师父这样的大善知识，非常感动。但是呢，我是个男人，所有的感动都放在内心，不会讲。

师父上人：三十年的佛学研究那不是偶然的。所以少庠讲的，应该是整个统统涵盖在里头了，他能够把各宗各派不同的层层领域融



通，三十年的研究，不错了。所以来讲，三十年很容易走入到如来禅。所以永嘉大师在《证道歌》里面提到的，“寻枝摘叶我不能”啊！我不愿意走这个教理的这分析、逻辑，他不愿意走，他要走的是祖师禅。

石少庠会长：我是小的时候看六祖慧能大师的电影，看到意犹未尽，很喜欢，那时候就很喜欢六祖，但是就是不知道他厉害到什么程度，师父证明六祖大师所传的法，厉害到这种程度。

师父上人：他从小孩子，六七岁就开始接触佛学了，是天才儿童。

石少庠会长：是接触啊，但是并不是很用功，我不是一个天才儿童，我不是，我要看好几次才会记得。执行长是大家公认的家中学霸。我就是慢慢看、慢慢看，所以要花很长时间。

师父上人：你们两个就各有千秋，不同的风格。你这个是很脚踏实地的，你姐姐是领悟型的、智能型的，你是苦行型的。

石少庠会长：可是我的苦行，身材不太像啊！

师父上人：代表你福报好啊，那是你生命的现量境界。时间到了，ok，明天有空再请你讲啊。

其实我出了家以后，看的经书也并不多，所以当年，所谓当年就是四十多年的往事，我第一次见南老师的时候，“哎呀，幸亏你还认识几个字啊！”言下之意就是我的选择还不是很不堪。先说句“你还认识几个字啊”，然后呢，第二顶高帽子来了，他说，“不要看你平常沉默寡言，其实你蛮有思想的。”这是南老师送给我的高帽子。我的内心听了好像没有听，做我自己该做的本份事情，几十年都是如此。

所以我最近突然间（发现），南老师是要让我写《我与南老师》，



但是我不能应付南老师，应该要写《南老师与我》，掉过来，《南老师与我》，忽然间开窍了，该怎么样下笔了。也许这一次到了武夷山，如果没有太多事情，也许就开始着手写，南老师给我的功课，我还没有完成，应该要给南上师一个交代，给佛菩萨一个交代，更重要的是给自己一个交代，阿弥陀佛！

下座、下座！

命
门
附
录



关于首愚长老和历代修行人对命门之实修经验的探讨

文/ 十方观音

在探讨之前，需要说明的是，中医之命门与三脉七轮之脐轮所在位置都在带脉这一圈，所引发的生命功能可互相参究。

中医命门学说认为，命门是人体生命之门，先天之气蕴藏所在，人体生化的来源，生命的根本。命门有生命之门的含义，它是人体生命的根本和维持生命的要素。命门的作用，概括而言：命门为元气的根本，是人体产生热能的发源地；能帮助三焦的气化；命门之火有煖脾胃，帮助饮食消化的作用；命门之火（属相火）不足或偏亢，均可产生病态；命门有纳气作用，与呼吸系统的功能密切相关。

中医命门学说认为，命门属火，肾脏属水，命门之火加热肾水蒸熟人体摄取到胃里之水谷，化为营养，为人体吸收，符合人体生命水火既济的原理。

命门在两肾之间，具有炁动之功能，命门穴是其启动点。命门又是带脉与任脉、督脉、冲脉的交汇点。首愚长老提到行般舟的经验，腰间命门穴是两手两脚一前一后走动的交叉点，故行般舟到一定程度，命门一定会开。

首愚长老在实修中发现，命门是形而上和形而下之交汇点，是色空不二、身心不二，命门胎息是阿赖耶识种子生现行的现量境界。这一发现可以解释命门炁动、心息相依、念动气动的根源在阿赖耶识。

人在死亡时，阿赖耶识最后离开身体；在未投胎时，是以中阴身存在，五通具足，山河大地不能为碍，唯受业力所牵去与有缘的父母



投胎。中阴身入胎与父精（精子）母血（卵子）三缘和合，形成受精卵。在母亲子宫中，此时没有六根，后来慢慢长出脐带、脊柱、眼睛等六根。故六根都是从这个生命的原点生长出来的，与这个原点是相通的。

这个生命的原点到底在哪里？首愚长老提出的“六根融命门，命门融六根”这一修证原理，给笔者无限启发，命门或许是这个生命的原点。中医提到命门主火，与佛法讲的阿赖耶识投胎的暖、寿、识的“暖”正好可以互相参究；跟“脐轮是拙火发动的根源”亦可互相参究；跟道家讲的“命门内含一点先天真阳之炁”亦可互相参究；亦可与修行之四加行“暖、顶、忍、世第一之暖相发起”互相参究。



一、龙树菩萨在《大智度论》提到腰有三孔

【“食厌想”者，观是食从不净因缘生。如肉从精血水道生。是为脓虫住处；如酥奶酪，血变所成，与烂脓无异；厨人污垢，种种不净。若着口中，脑有烂涎，二道流下，与唾和合，然后成味，其状如吐，从腹门入；地持、水烂，风动、火煮，如釜熟糜，滓浊下沉，清者在上；譬如酿酒，滓浊为屎，清者为尿。腰有三孔，风吹腻汁，散入百脉，与鲜血和合，凝变为肉。从新肉生脂、骨、髓，从是中生身根；从新旧肉合生五情根，从五根生五识；五识次第生意识，分别取相，筹量好丑；然后生我、我所心等诸烦恼，及诸罪业。观食如是本末因缘，种种不净。知内四大与外四大无异，但以我见故，强为我有。】

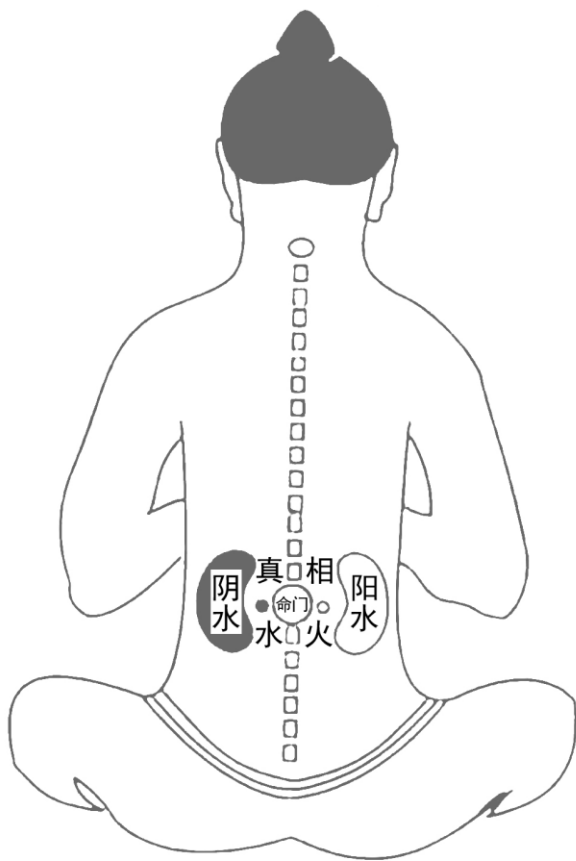
龙树菩萨在“食厌想”里提到，“腰有三孔，风吹腻汁，散入百脉，与鲜血和合，凝变为肉。”此处描述的是一般人命门炁动的生理功能。

首愚长老的实证经验是“炁涌命门通百脉”。首愚长老在这里描述的是行般舟命门松开后的炁化功能。

对比可知，龙树菩萨和首愚长老各自描述了命门炁动的不同作用。



二、明代医学家赵献可的《命门太极图》



两肾俱属水。左为阴水。右为阳水、以右为命门非也。命门在两肾中，命门左边小黑圈是真水之穴，命门右边小白圈是相火之穴。此一水一火俱五行，日夜潜行不息，两肾在人身中合成一太极。自上数下十四节，自下数上七节。

赵献可《命门图》

明代著名医学家赵献可在其著作《医贯》中提到：【内经曰，七节之旁，有小心是也，名曰命门，是为真君真主，乃一身之太极，无形可见，两肾之中，是其安宅也。其右旁有一小窍，即三焦。三焦者，



是其臣使之官，禀命而行，周流于五脏六腑之间而不息，名曰相火。相火者，言如天君无为而治，宰相代天行化，此先天无形之火，与后天有形之心火不同。其左旁有一小窍，乃真阴，真水气也，亦无形，上行夹脊，至脑中为髓海，泌其津液，注之于脉，以荣四支，内注五脏六腑，以应刻数，亦随相火而潜行于周身，与两肾所主后天有形之水不同。但命门无形之火，在两肾有形之中，为黄庭，故曰五脏之真，惟肾为根。褚齐贤云：人之初生受胎，始于任之兆，惟命门先具。

可见命门为十二经之主，肾无此，则无以作强，而技巧不出矣；膀胱无此，则三焦之气不化，而水道不行矣；脾胃无此，则不能蒸腐水谷，而五味不出矣；肝胆无此则将军无决断，而谋虑不出矣；大小肠无此，则变化不行，而二便闭矣；心无此，则神明昏，而万事不能应矣。正所谓主不明则十二官危也。】

赵献可认为命门在两肾之中，其右旁有一小窍，即三焦；其左旁有一小窍，乃真阴。龙树菩萨提到，腰有三孔，风吹膩汁，散入百脉，与鲜血和合，凝变为肉。参究龙树菩萨和赵献可的论述，就知道命门对维系人体生命的重要作用。



三、密勒日巴尊者

密勒日巴尊者在《密勒日巴尊者传》里写道：

【我因为吃了好的食物以后，身上苦乐刺痛和意念的烦扰等越来越大，后来简直无法修下去了。于是我就把上师的信符拆开来看。上面写着有除障增益、转过患为功德的种种口诀，特别叮嘱我，现在应该吃好的食物。由于我过去不断努力修行的力量，使身体的要素（原文为‘界’或‘大’，即指地、水、火、风四大。即是所谓物质之要素）都集于脉内。这些，都因为食物太坏的原故，所以没有力量可以化解。

我就将琵达带来的一点点酒和结赛带来的食物吃了，照着信符上的指示，依心要、气要和观要，努力修行，打开了身上小脉的脉结，中脉脐间的脉结也打开了，生出前所未有的乐、明、无念的觉受。其境界非语言所能形容。这种不共的觉受证解功德，坚固、广大，转过失而成为功德。我通达了妄念即是法身，了知轮回、涅槃一切法皆是缘起；自心一切种识本离一切方所，行为错误则招致轮回，善行解脱则获得涅槃。而此生死、涅槃二者之体性皆为不二空性光明（‘不二空性’就是《维摩诘经》里所说的不二法门。《维摩诘经》所示是遮诠；密乘于不二空性后加‘光明’字样，是表诠，明说也）。生出此种不共功德的因地，即是苦修净行的累积；生出此不共功德的缘助，乃食物及甚深口诀，以因缘和合而得成功。因此对真言方便道，会物欲而菩提的殊胜善巧，起了决定信心。深知琵达、结赛供食的恩德亦不可思议。为报她们之恩，特为发愿，回向菩提。回向已毕，我就唱了一只缘起心要歌……我继续努力修行，慢慢地觉得在白昼中身体可以任意变化，腾入空中及示现种种神通。夜晚梦中，可以



游行世界之顶，可以粉碎山川。能化成百千化身，往诸佛刹土听闻法要，为无量众生说法。身能出入水火，得不可思议的种种神变。我心里生大欢喜，一面受用，一面继续修持。不久，我真正地能飞行自在了。我就飞到惹门去自山顶去修观，生出前所未有的拙火暖乐。】

“我就将毘达带来的一点点酒和结赛带来的食物吃了，照着信符上的指示，依心要、气要和观要，努力修行。”密勒日巴尊者在此提到依心要、气要和观要口诀努力修行，打开了身上小脉的脉结。首愚长老在开示中提到，念清楚是大势至菩萨的念佛圆通，是修气；听清楚是观世音菩萨的耳根圆通，是修脉；慧日孤悬融命门是修明点。成熟了，修气可以得乐，修脉可以得到大光明，修明点可以到达无念。念清楚、听清楚、慧日孤悬融命门、无念念命门——法身无念纳万德、无相相命门——报身无相现庄严、无住住命门——化身无住普贤行与密勒日巴尊者提到的气要、观要、心要的修行原理是相通的。真修实证之学人自能体会其中理趣。

在传记中，密勒日巴尊者提到，中脉脐间的脉结也打开以后，生出前所未有的乐、明、无念的觉受。由此可见，中脉脐间脉结的打开，是佛法修证的一大关键。

首愚长老在1977年闭第二次般舟三昧关时，命门出现又紧又胀又痛的现象，好像虫子在咬，三天后彻底松开来，上行气、下行气、左行气、右行气、中行气涌现，由每支香走五、六个小时，突破到可以一支香走22个小时，拉绳子休息2个小时，再走22个小时。

首愚长老此间所谈命门松开的经验，与密勒日巴尊者所说的中脉脐间脉结打开的经验，可供修行者仔细参究，自可少走弯路。



耿噶美郎在其文章《大手印的修法中——那若六法》中谈及：
【关于“那若六法”的主次及关系在《知识总汇》中说：“脐火是道的核心，幻身是道的功效，幻梦是道的控制，光明是道的精要，中有是道的决计，往生是道的护送。”……“大手印法”和“那若六法”是藏传佛教噶举派所独具的重要教法，其主要特点可以借玛尔巴尊者的一段论述概括：“修定而成佛者脐火与幻身，不修定成佛者往生和业印，入梦而成佛者幻梦和光明，了知自性而成佛者中有和 大手印。”噶举派认为，大手印法门是解脱道，那若六法是方便道。】

文中提及“脐火是道的核心、修定而成佛者脐火与幻身”，与首愚长老提到的“慧日孤悬融命门”，都说明了观修命门对修行的重要作用。



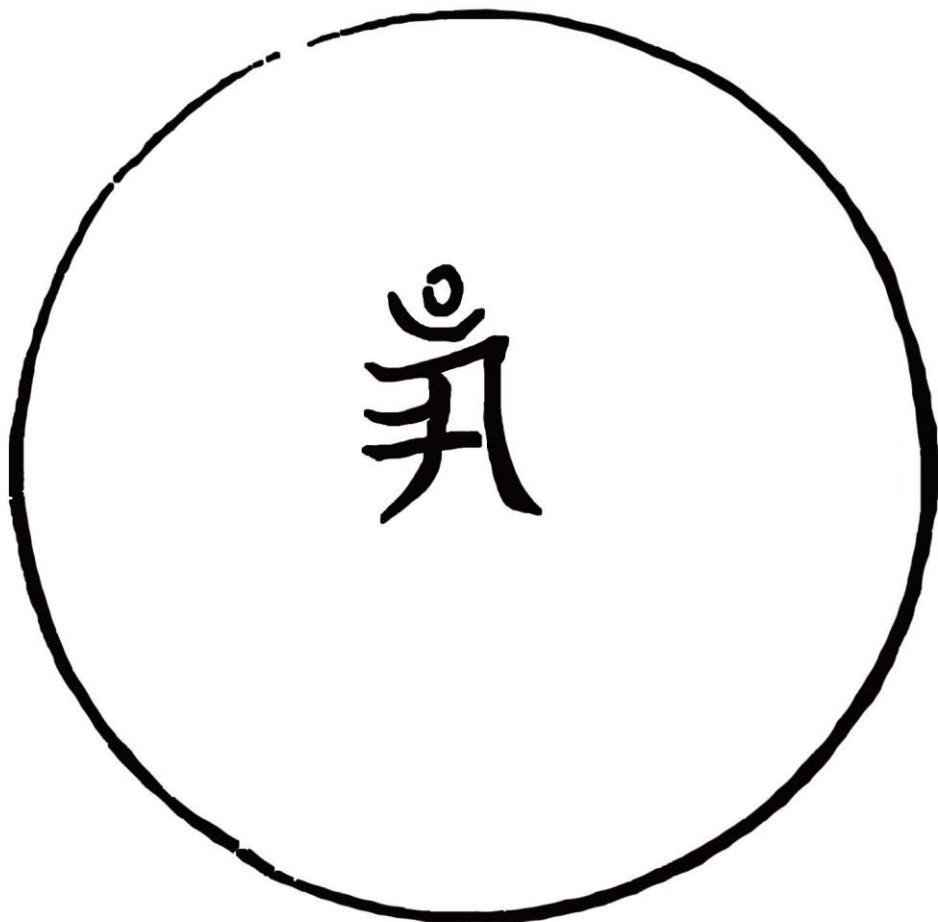
四、南宗丹道五祖白玉蟾真人

白玉蟾真人在坐炼工夫提到的口诀曰：【“两眼对两肾，认取此中间。忽然一声响， 霹雳透泥丸。复运丹田养，如蜜甜又凉。有人达此者，即可返仙乡。”白玉蟾详解说：“凝神定息。舌柱上腭，心目内注，俯视丹田片时， 存祖气氤氲，绵绵不绝，即观两肾中间一点明，又名曰破地召雷法。当一阳初动，存祖气自下丹田，透过尾闾，微微凸胸偃脊，为开下关。觉自夹脊而上，运动辘轳，微微伸中， 为开中关。却缩肩昂头，觉过玉京，入泥丸， 为开上关。师云：夹脊双关透顶门，修行只此是为根。此名开天门也。当觉津液满口， 闭息合齿，微微吞咽。如石坠下丹田。师云： 华池玉液频吞咽。即中理五气，混合百神， 十转回灵，万气齐仙，刀圭橐龠阖辟工夫， 皆在此矣。】

首愚长老提出“慧日孤悬融命门”的般若慧观，与白玉蟾真人提到的“即观两肾中间一点明”的修行原理，都以命门明点的观想作为下手处。



五、《准提净业》的唵字观



【此字具含无量法门，释迦如来及过去如来，皆因观想此字而得成佛。如观九圣字，先观此字分明，余皆现前。凡持诵及四威仪中，但观此字，即得总持法门。按华严字母四十二字，以阿字为首。疏云：阿者是无生义，以无生之理，统该万法。故宗门教人，提无字公案，与此相似。要之心观法门，不落分别，谛理幽邃，显密圆融。今但常观此a 阿字，作个本参，话头得失、是非一时放却可也。又天台止观教人，昏沉时观鼻端，掉举时观脐轮。禅门口诀，但令人观脐中白，即入禅定。今谓脐中观一月轮，于月轮中，有一梵书a 阿字，或om



唵字，以意观写，默念此咒，即得三密相应。亦与出入息，持相符较，所称玄关一窍，不啻浮沕之与大海也。彼之所守，止于色身。此之所观。等于法界也。】

文中说，观脐中白，乃入禅定之关键。观月轮唵字在脐间，即得三密相应。实已将观想之位置明白说出。与首愚长老提出的“慧日孤悬融命门”的般若慧观，是同一修行原理。



六、《性命圭旨》的洗心退藏图

圖 藏 退 心 洗



2021 年5 月在山东灵岩禅茶会，与善至成道友交流时告知我命门在丹道修行的重要性，并提到了洗心退藏图。后来在《性命圭



旨》中查阅到相关的资料。

【“易之洗心退藏于密”这句话头，唐宋神仙谓之沐浴，近代诸人标为艮背，总只是这个道理，这个窍妙。原夫心属乎火，而藏之以背之水者，洗之之义也，心居乎前，而藏之以背之后者，退之义也。

故初机之士，降伏其心，束之太紧，未免有烦躁火炎之患，是以暂将心火之南而藏背水之北，水火自然交养，自然念虑不生。即白玉蟾所谓洗心涤虑为沐浴是也。

然沐浴虽为洗心之法，艮背虽有止念之功，二理是则是矣，皆未到实际之地。此向上一着，千圣秘而不传后世。学徒所以罕闻、罕遇。人若明得此窍，真可以夺神功，改天命。

古仙有言曰：夹脊双关透顶门，修行径路此为尊。以其上通天谷，下达尾闾，中通心肾，召摄灵阳，救护命宝。此非修行径路而何？吾人未有此身，先有此息，此身未灭，此息先灭，此又非修行正路而何？

原人受生之初，在胞胎内随母呼吸，受气而成此缕，与母联属，渐吹渐开，中空如管，通气在来，前通于脐，后通于肾，上通夹脊泥丸，至山根而生双窍，由双窍下至准头，而成鼻之两孔，是以名曰鼻祖。

斯时，我之气通母之气，母之气通天地之气，天地之气通太虚之气，窍窍相通，无有隔阂。几乎气数满足，裂胞而出，剪断脐带，因（huò）地一声，一点元阳落于立命之处。自此后天用事，虽有呼吸往来，不得与元始祖气相通。人生自幼至老，未有一息驻于其中。凡夫尘生尘灭，万死万生，只为寻不着来时旧路耳。



太上教人修炼而长生者，由其能夺天地之正气。人之所以能夺天地之正气者，由其有两孔之呼吸也。所呼者自己之元气从中而出，所吸者天地之正气从外而入。人若根源牢固，呼吸之间，亦可以夺天地之正气而寿绵长久。若根源不固，精竭气弱，所吸天地之正气随呼而出，身中元气不为己之所有，反为天地所夺。何也？盖为呼吸不得其门而入耳。

一切常人，时吸皆随咽喉而下，至中脘而回，不能与祖气相连，如鱼饮水而口进腮出，即庄子所谓，众人之息以喉是也。

若是至人，呼吸直贯明堂，而上至夹脊，而流入命门，得与祖气相连，如磁吸铁，而同类相亲。即庄子所谓，真人之息以踵是也。踵者，其息深深之义。既得深深，则我命在我，而不为大冶陶铸矣。

今之人，有调息、数息、抑息、闭息，皆是隔靴止痒，不得至于玄窍。

此窍初凝，就生两肾，次生其心。其肾如藕，其心如莲，其梗中通外直，拄地撑天。心肾相去八寸四分，中余一寸二分，谓之腔子里是也，乃心肾往来之路，水火既济之乡。

欲通此窍，先要存想山根，则呼吸之气渐次通夹脊，透混元，而直达于命府，方才子母会合，破镜重圆，渐渐扩充，则根本完固，救住命宝，始可言其修炼。按了真子曰：欲点常明灯，当用添油法。尹师曰：涵养本原为先，救护命宝为急。又曰：一息尚存，皆可复命。人若知添油之法，续尽灯而复光明，即如得返魂之香，点枯菱而重茂盛。所以云：油干灯灭，气绝身亡。然非此窍则不能添油，非添油则不能接命，命不接则留性不住，性不住忽一旦无常到来，则懵懵



然而去矣。故吕公曰：啬精宜及早，接命莫教迟。果然是接之则长生，不接则夭死。

盖人禀天地气数有限，不知保养，自暴自弃，如刘海蟾云：朝伤暮损迷不知，丧乱精神无所据；细细消磨渐渐衰，耗竭元和神乃去。阖辟之机一停，呼吸之气立断。呜呼！生死机关，其速如此，世人何事而不肯回心向道耶？

况此着工夫最是简易，不拘行住坐卧，常损此心，退藏夹脊之窍，则天地之正气可扯而进，与己混元真精凝结丹田，以为起生之本。盖以天地无涯之元炁，而续我有限之形躯，不亦易乎？

学者只要认定此窍，守而不离，久久纯熟，则里面皎皎明明，如月在水，相似自然，散其邪火，销其杂虑，降其动心，止其妄念。妄念既止，真息自现，真念无念，真息无息。息无则命根永固，念无则性体恒存。性存命固、悬念俱销，此性命双修之第一步也。

嗟乎！人生如无根之树，全凭气息以为根株，一息不来，命非己有。故欲修长生者，必固其气。气固则身中之元气不随呼而出，天地之真气恒随吸而入。久之，胎息定，鄞鄂成，而长生有路矣。】

“若是至人，呼吸直贯明堂，而上至夹脊，而流入命门，得与祖气相连，如磁吸铁，而同类相亲。”此之“祖气”，可与“肾间气动”互参，亦可与首愚长老所说的“命门胎息是阿赖耶识种子生现行的现量境界”互参，学人自可明了此中理趣。

“此窍初凝，就生两肾，次生其心。其肾如藕，其心如莲，其梗中通外直，拄地撑天。心肾相去八寸四分，中余一寸二分，谓之腔子里是也，乃心肾往来之路，水火既济之乡。”此说的“腔子里”与赵献



可的命门太极图互参，就可以明白人体生命水火既济的准确位置。

“欲通此窍，先要存想山根，则呼吸之气渐次通夹脊，透混元，而直达于命府，方才子母会合，破镜重圆，渐渐扩充，则根本完固，救住命宝，始可言其修炼。”此中所说的修行现象，与首愚长老在《十方普贤法供、水供、茶供》仪轨提到的“一心法供敬势至，鼻肾连精神旺”，有异曲同工之妙。

“学者只要认定此窍，守而不离，久久纯熟，则里面皎皎明明，如月在水，相似自然，散其邪火，销其杂虑，降其动心，止其妄念。妄念既止，真息自现，真念无念，真息无息。息无则命根永固，念无则性体恒存。性存命固、悬念俱销，此性命双修之第一步也。”此中所说，与首愚长老开示的“无念念命门，法身无念纳万德；无相相命门，报身无相现庄严；无住住命门，化身无住普贤行；慧日孤悬融命门”，都说明观想命门对证悟生命的本来面目具有关键作用；与密勒日巴尊者由于中脉脐间脉轮打开，而证悟乐、明、无念是相通的。



七、南公怀瑾上师与大愚阿闍梨

南公怀瑾上师于1994 年在闽南佛学院主持禅七时，讲了40 年代在成都，大愚阿闍梨告诉他要注意命门的一段因缘。

【后来，我问他，“法师啊，你大彻大悟的人现在如何用功啊。”

“我告诉你，很奇妙的，你怎么问我？你比我高明。”

我说：“不要胡扯了。”因为我这个人不老不少的，随便跟哪个都开玩笑，我很恭敬他， 但是很开玩笑的。

他说：“我告诉你，我现在什么都不用功。我只告诉你一句话，你记到啊，屁股上面第七节那个骨头特别注意。”

我说：“什么？你说我将来会得腰病啊。”

他说：“不是啦，你将来会知道。”

后来等到我后来正式提出白骨观的时候， 有一天，把佛所说的每一个白骨观法门我自己试验了以后，觉得很重要。就是洪医师发现的那个，这位大愚法师就会。你说他没有神通啊？他就断定我三、四十年以后就需要这一点，他就先讲……】

1978 年，也就是上文提到的“三、四十年以后”，南公怀瑾上师在关中给首愚长老、日常法师等人讲《禅秘要法经》，就是后来老古出版的《禅观正脉研究》，书的封面有一幅白骨图，图中的明点正是命门所在的位置。至今未看到南公怀瑾上师对此图之讲解， 但南公怀瑾上师已经把观想的位置毫无保留地标出来放在那里了，犹如上天垂象。



直到2018 年， 首愚长老在南岳衡山闭关提出耳通命门之后，指出心月轮的观想就在白骨人明点的位置，我们那时才知道观想的准确位置。此一宝贵经验，从1977 年到2018 年，首愚长老历经41年漫长岁月的内修外弘， 历经三十五次闭关，辛苦得来，如今毫无保留的供养这个时代的修行人。作为后来者亦应倍加珍惜，莫将容易得，视作等闲看。

大愚阿阇梨是心中心法的初祖，是闭般舟关成就的，他后来告诉南老师注意背脊骨第七节，即命门。首愚长老也是行般舟发现了命门。后来首愚长老谈到他的经验，行般舟到一定程度，命门会松开来。



八、南公怀瑾上师在《寒假习禅散记》、《庄子謦譚》、《大圆满禅定休息简说》对“命门”的论述

2021 年在山东灵岩禅茶会上，善融同道友提供了南公怀瑾上师对命门论述的相关资料：【大家坐在那里不要挺腰，自自然然平稳而坐，此心平静，从尾闾骨，就是肛门第一块骨头上来第九、第十节之间，中医称做命门的，只要稍稍一带，不要太作意。自然心气归元。这是个秘密，也是白骨观“禅秘要法”里的一个秘诀。功夫上，注意此想腰骨，乃至胸骨、眉间三处的道理，洪医师在这里，有机会请他试验一下，大家都懂了，于此关键把握得好，可助阳气还元，返老还童。

然而，不要听了便以为这个是道。这只是方法而已。道是心。你们打坐久了，往往腰就挺起来，那是因为气向上浮，气浮起来，心就不能凝定了。所以依此法，轻轻一带，气自然下沉，心情自然平静。然而不可过分用力执著，否则，那是在练身体，又偏离修道之路了。

七天一阳来复，所以静修以七天为期是有道理的。阳气回笼那一刻，把握住了，便是长生不老之药。平常人年纪大了弯腰驼背，都是背上，腰脊间软骨突出来了，因为它气虚了，一节一节脱开，你看机器的钢钉、螺丝、环扣等零件用久了，就松了，一节一节脱开，我们的身体状况，亦同此理。】

南公怀瑾上师在《庄子謦譚》提到：【背脊骨两边腰部，在中医是命门火所在，是生命的根本，也是针灸的重要穴道。所以老年人腰



酸背痛，要捶腰捶背！如果实在是很痛，只好找人按摩推拿，叫人家捶打才痛快。所以腰酸就是督脉的尾闾关不通，督脉最难打通的就是尾闾关。尤其年轻人，打坐练气功，讲修养做工夫，往往到达这一关，一百人有五十双通通垮掉了。男女都一样存在的问题，刚刚打坐有一点精神，这一关还没有走通，身体出毛病了，乃至于发生遗精啊！各种各样的毛病，据我所知是非常普遍。很可惜！我们这个民族，因为传统礼教的文化关系，个个有这个病，人人不敢说，身体都没有调整好。

许多修道也好，练工夫也好，第一关尾闾，包括腰部以上，通通没有打通，所以影响肠胃、肾脏、膀胱等，百病丛生。如果这一关通过，就健康多了，那么人体内脏胃以下半部，应该没有病了，而且不管男女，生理上保持年轻，像儿童的身体一样。】

南公怀瑾上师在《大圆满禅定休息简说》中提到：【降白色的甘露，像白骨观的方法。这个《禅密要法》非常伟大，包括了显教、密宗、小乘、大乘，都修这个法。白骨观最后叫做日轮观，由脐发动，作莲花观，那就叫作禅密，在禅法里头的真正无上密意。意境上的事，叫你肚脐的暖相上来，头顶上的甘露下降，换句话说，暖不能到头顶上。】

南公怀瑾上师在《寒假习禅散记》中说，观命门有助于心气归元，归元之“元”即心物一元、色空不二。此与首愚长老讲的“无念念命门——法身无念纳万德、无相相命门——报身无相现庄严、无住住命门——化身无住普贤行、慧日孤悬融命门是色空不二”，二者可以互相参究。

南公怀瑾上师在《庄子讲疏》提到，“背脊骨两边腰部，在中医



是命门火所在，是生命的根本，也是针灸的重要穴道。”与首愚长老对命门的认知，“命门是形而上和形而下的交汇点，是色空不二、身心不二”，都说明了命门对生命的重要性。

南公怀瑾上师在《大圆满禅定休息简说》中说，“白骨观最后叫做日轮观，由脐发动，作莲花观，那就叫作禅密，在禅法里头的真正无上密意。意境上的事，叫你肚脐的暖相上来，头顶上的甘露下降，换句话说，暖不能到头顶上。”与首愚长老提出的“慧日孤悬融命门、慧日孤悬照命门、慧日命门常寂光”，正好可以互相辉映，其实已经把准提法性相融通、即身（生）成就之内密毫无保留的和盘托出，真识得者自得受用。



九、《禅密要法经》的第二十观

2021 年6 月在江西曹山宝积寺禅茶会期间，湖北的善慧风道友告知，本师释迦牟尼佛在《禅密要法经》也提到了与观想命门相通的修持经验，并提供了《禅密要法经》第二十观的详细资料：【佛告阿难。贪淫多者。虽得如此观佛三昧。于事无益。不能获得贤圣道果。次当更教自观己身。令如前法。还作骨人。使皎然大白。犹如雪山。复当系念住意在脐中。或在腰中。随息出入。一数二随。或二数三随。或三数四随。或四数五随。或五数六随。或六数七随。或七数八随。或八数九随。或九数十随。终而复始。随息往反至十复舍数而止。尔时心意。恬静无为。自见身皮。犹如练囊。见此事已。不见身骨。不知心处。尔时复当更教起想。还使身内心意。身体支节。如白玉人。既见此已。复当系念在腰中脊骨大节上。令心不散。尔时复当自然见身上。有一明相。大如钱许。渐渐广大。如摩伽大鱼耳。周遍云集。复似白云。于白云内。有白光明。如颇梨镜。光明渐盛。举体明显。复有白光。团圆正等。犹如车轮。内外俱明。明过于日。见此事时。复更如前。一数二随。或二数三随。或三数四随。或四数五随。或五数六随。或六数七随。或七数八随。或八数九随。或九数十随。或单或复。修短随意。如是系念。在于密处。使心不散。复当系念。如前更观腰中大节。观大节时。定心不动。复自见身。更益明盛。胜前数倍。如大钱许。倍复精进。遂更见身。明倍增长。如澡罐口。世间明物。无以为譬。见此明已。倍勤精进。心不懈退。复见此明。当于胸前。如明镜许。见此明时。当勤精进如救头然。殷勤不止。遂见此明。益更增盛。诸天宝珠。无以为譬。其明清净。无诸瑕秽。有七种色。光光七宝色。从胸而出。入于明中。此相现时。遂大欢喜。自然悦乐。



心极安隐。无物可譬。复更精进。心不懈息。见光如云。绕身七匝。其一一光。化成光轮。于光轮中。自然当见十二因缘根本相貌。若不精进。懈怠懒惰。犯于轻戒乃至突吉罗罪。见光即黑。犹如墙壁。或见此光。犹如灰炭。复见此光。似败故衲。由意纵逸轻小罪故。障蔽贤圣无漏光明。佛告阿难。此不净观灌顶法门。诸贤圣种。敕诸比丘比丘尼。优婆塞优婆夷。若有欲修诸贤圣法。谛观诸法苦空无常无我因缘。如学数息。使心不乱。当勤持戒一心摄持。于小罪中。应生殷重惭愧忏悔。乃至小罪。慎勿覆藏。若覆藏罪。见诸光明。如朽败木。见此事时。即知犯戒。复更惭愧。忏悔自责。扫兜婆涂地。作诸苦役。复当供养恭敬师长父母。于师父母。视如佛想。极生恭敬。复从师父母。求弘誓愿。而作是言。我今供养师长父母。以此功德。愿我世世。恒得解脱。如是惭愧。修功德已。如前数息。还见此光明显可爱。如前无异。复当更系念。谛观腰中大节。念心安定。无分散意。设有乱心。复当自责惭愧忏悔。既忏悔已。复见脐光。七色具足。犹如七宝。当令此光。合为一光。鲜白可爱。见此事已。如前还教系念思惟。观白骨人。白如珂雪。既见白骨人已。复当更教。系念住意。在骨人顶。见骨人顶。自然放光。其光大盛。似如火色。长短粗细。正共槃等。从其顶上。颠倒下垂。入顶骨中。从顶骨出。入颈骨中。从颈骨出。入胸骨中。从胸骨出。还入脐中。从脐中出。即入脊骨大节中。入大节中已。光明即灭。光明灭已。应时即有一自然大光明云。众宝庄严。宝华清静。色中上者。中有一佛。名释迦牟尼。光相具足。三十二相。八十种随形好。一一相好。放千光明。此光大盛。如亿千万日。明赫炎炎。彼佛亦说四真谛法。光相炳然。住行者前。以手摩头。化佛复教言。汝前身时。贪欲嗔恚。愚痴因缘。随逐诸恶。无明覆故。令汝



世世受生死身。汝今应当观汝身内诸萎悴事。身外诸火。一切变灭。作是语已。如前还教不净观法。观身诸虫。一切萎落。见此事已。复当起火烧诸虫杀。虫既不死。复自见身。如白颇梨。自然鲜白。见白骨已。从头出光。其光大小粗细如槩。令长丈五。复当作念。使头却向。复当作意使头却向。令身皆倒。以头拄脊骨。对脐大节。见此事已。复当谛观。使白骨人。与光同色。既同色已。见其光端。有种种色果。见是果已。复见众光。从果头出。有白色光。其光大盛。如白宝云。是诸骨人。其色鲜白。与光无异。复见诸骨。摧折堕落。或有头落地者。或有骨节各各分散。或有全身白骨。犹如猛风吹于雨雪。聚散不定。譬如掣电。随现随灭。此诸骨人。堕地成聚。犹如堆阜。似腐木屑。集聚一处。行者自观见于阜上。有自然气出。至于虚空。犹如烟云。其色鲜白。弥满虚空。右旋宛转。复还云集。并在一处。见此事时。复当教作一骨人想。见此骨人。身有九色。九画分明。一一画中。有九色骨人。其色鲜明。不可具说。一一骨人。复当皆使身体具足。映显前骨人中。使不妨碍。作是观已。复当自观。一一色中。犹如琉璃。无诸障蔽。于其色中。九十九色。一一色复有九色众多骨人。是诸骨人。有种种相。其性不同。不相妨碍。见此事已。应勤精进灭一切恶。见此事已。前聚光明云。犹如坏器。来入其身。从脐中入。既入脐已。入脊骨中。入脊骨已。自见己身。与本无异。平复如故。出定入定。以数息故。恒见上事。见此事时。复当还教。系心住意。在本脐光中。不令心散。尔时心意。极大安隐。既安隐已。复当自学审谛分别诸圣解脱。尔时复当见过去七佛。为其说法。说法者。说四真谛。说五受阴空无我所。是时诸佛。与诸贤圣。恒至行者前。教种种法。亦教观空无我无作无愿三昧。告言法子。汝今应当谛观。



色声香味触。皆悉无常。不得久立。恍忽如电。即时变灭。亦复如幻。犹如野马。如热时焰。如干闼婆城。如梦所见。觉不知处。如凿石见光。须臾变灭。如鸟飞空。迹不可寻。如呼声响。无有应者。汝今亦当作如是观。三界如幻。亦如变化。于此即见一切身内。及与身外。空无所有。如鸟飞空无所依止。心超三界。观诸世间。须弥巨海。皆不久停。亦如幻化。自观己身。不见身相。便作是念。世界无常。三界不安。一切都空。何处有身。及眼所对。此诸色欲。及诸女人。从颠倒起。横见可爱。实是速朽败坏之法。夫女色者。犹如枷锁。劳人识神。愚夫恋着。不知厌足。不能自拔。不免桎梏。不绝枷锁。行者既识法相。知法空寂。此诸色欲。犹如怨贼。何可恋惜。复似牢狱。坚密难舍。我今观空。厌离三界。观见世间。如水上泡。斯须磨灭。心无众想。得知世法是重患累。凡夫迷惑。至死不觉。不知众苦。恋着难免。纵情狂惑。无所不至。我今观此狂惑女色。如呼声响。亦似镜像。求觅叵得。观此女色。为在何处。妄见衰害。欺诸凡夫。为害滋多。今观此色。犹如狂华。随风零落。出无所从。去亦无所至。幻惑无实。愚夫乐着。今观此色。一切无常。如癩病人。良医治差。我今观苦空无常。见此色相。皆无坚实。念诸凡夫。甚可愍伤。爱着此色。敬重无厌。耽愚惑着。甘乐无穷。为诸恩爱。而作奴仆。欲槊刺己。痛彻心髓。恩爱枷锁。拴系其身。如是念已。复观一切。都皆空寂。此诸淫欲。诸色情态。皆从五阴四大而生。五阴无主。四大无我。性相俱空。何由而有。作是观时。智慧明显。见身大明。如摩尼珠。无有妨碍。似金刚精。青白明显。如鹿突围得免猎师危害之苦。观于五阴。性相皆净。观六大如鸟高翔。身无所寄。以吞色钩。俯仰得度。离诸女色。更不起情。自然超出诸淫欲海。一切结使。犹如众鱼。竞



走随逐堕黑闇坑。无明老死。为智慧火之所焚烧。观色杂秽。陋恶不净犹如幻惑。无有暂停。永离色染。不为色缚。

佛告阿难。若有比丘比丘尼。优婆塞优婆夷。贪淫多者。先教观佛。令离诸罪。然后方当更教系念。令心不散。心不散者。所谓数息。此数息法。是贪淫药。无上法王之所行处。汝好受持。慎勿忘失。此想成者。名第二十数息观竟。】

《禅密要法经》提到，“复当系念住意在脐中。或在腰中。随息出入。”首愚长老提出“命门胎息是阿赖耶识的现量境界”，与本师释迦牟尼佛在此提到数息观的要点是“系意腰中、随息出入”，都说明命门是安那般那的核心位置所在。

《禅密要法经》提到，“复当系念在腰中脊骨大节上。令心不散。尔时复当自然见身上。有一明相。大如钱许。……复当系念。如前更观腰中大节。观大节时。定心不动。复自见身。更益明盛。胜前数倍。如大钱许。……复当还教。系心住意。在本脐光中。不令心散。尔时心意。极大安稳。”首愚长老提出的“慧日孤悬融命门”，与本师释迦牟尼佛在经中提到的“腰中脊骨大节现一明相”之观想，正好吻合，其修行原理是相通的。

首愚长老提出的“慧日孤悬融命门”、“命门胎息是阿赖耶识之现量境界”、“慧日命门常寂光正是转八识成四智”，契合佛经，识得其中理趣的真修实证者自能获大利益。



十、首愚长老对命门开发之理论贡献

1977 年，首愚长老在佛光山闭第二次般舟关时，命门松开来了，五行气涌现，由一支香走五六个小时增加到22 个小时，拉绳子休息2 个小时再走22 个小时。首次开发启动了命门之炁，身心转化，得大受用。

2018 年在南岳衡山闭关，参照中医“肾脏开窍于耳”，耳根与肾脏相通，提出了耳通命门之修持理论，将观世音菩萨的耳根圆通修持理论与命门明点融合在一起，将观心月轮在膻中穴改为在命门。

2019 年提出了“中密三纲，真言九要”，其中四四真言、二九真言、四五真言、五五真言、七七真言，将命门与色空不二的般若慧观融合在一起。

2020 年提出命门胎息是阿赖耶识种子生现行的现量境界。此一修证理论之提出，解释了《佛说入胎经》让胎儿在母胎中七天一个变化的业风正是阿赖耶识的种子生现行，也很好的解释了念动气动、心息相依、命门炁动的根源在于阿赖耶识的“种子生现行，现行生种子”之生命功能的发动。这一发现，极大的丰富和深化了中医命门学说，为这个时代的广大中医实践者提供了更加坚实的指导理论；对于已经发菩提心的广大修行者解开见思二惑，修证气住脉停、打开中脉，解开身心的结使，验证佛法“一切唯心造”的宇宙生命观具有更积极的指导意义。

2021 年6 月首愚长老在曹山宝积寺禅茶会上提出“慧日孤悬融命门、慧日孤悬照命门、慧日命门常寂光”正是转八识成四智，也正是佛陀在《遗教经》里讲的“制心一处，无事不办”之修行原理的体现，



认得者自会得大受用！

由此可见，首愚长老提出的“中密三纲、真言九要”之修持理论，已经将儒释道，将佛法的般若、安般、日轮观、《楞严经》二十五圆通、转八识成四智等修持理论，化繁为简，完全融入实相无相之般若慧观，展现了大道至简的修持风格，为当代修行人提供一条修行的终南捷径；也是当代佛法中国化在中华民族伟大复兴之际的努力实践；为佛法在新时代的弘扬，广利有情，带来了一番全新的气象。

综上所述，命门在历代修人的经验中早已出现。作为现代的佛法修证者，认识到“慧日孤悬融命门”的般若慧观对修行的重要，依止与自己相应的具德的真修实证的大善知识，好好从见地、修证、行愿下手，可以少走很多弯路。文中或有不当之处，还请十方善知识斧正。

备注：

1、见惑：身见、边见、见取见、邪见、戒禁取见。

2、思惑：贪、瞋、痴、慢、疑。

3、二九真言行二入

（1）观想慧日命门入大道——理入悟大道。

（2）持咒心平气和化百病——行入证大道。

4、四三真言四法要

（1）实修证——报身智德解脱门。

（2）行悲愿——化身恩德善巧门。

（3）正知见——法身断德般若门。



(4) 道圆成——正等正觉无上门。

5、四四真言圆三学

(1) 心月孤悬——慧学之因。

(2) 气吞万象——戒学之行。

(3) 光音交融——定学之境。

(4) 慧日无量——慧学之果。

6、四五真言正法眼

(1) 心住于眼目——心眼融。

(2) 眼住于命门——眼门通。

(3) 命门无所住——空无住。

(4) 正法金刚眼——正法眼。

7、五五真言证三身——六祖印证祖师禅

(1) 无念念命门——法身无念纳万德。

(2) 无相相命门——报身无相现庄严。

(3) 无住住命门——化身无住普贤行。

(4) 本来无一物——实际理地不着一尘。

(5) 何处惹尘埃——万行门中不舍一法。

8、七七真言满六度——中密修证如来禅

(1) 慧日孤悬融命门——正知见。

(2) 眼意身根点命门——正因缘。



- （3）舌鼻耳根通命门——正缘果。
- （4）气吞万象涌命门——化业习。
- （5）五五圆通会命门——行悲愿。
- （6）光音交融吞命门——实修证。
- （7）慧日菩提三身圆——道圆成。



十一：石少庠：《准提经》和《坛经》阐述的般若思想无二无别

少庠会长：今天来跟大家分享准提法跟《坛经》的关系。前天是从五教内容小、始、终、顿、圆去了解。今天直接从《七俱胝佛母所说准提陀罗尼经》的内容和《坛经》做比对。比对并不是看文字是不是一模一样，而是照佛陀说的“依义不依语”。我们看到这些不同文字，在了解它们所代表的实际意义后，就会发现它们在意义上是一样的。

我先念一段《七俱胝佛母所说准提陀罗尼经》的经文，这段是忏悔的部分，有的经书说是消业障，其实忏悔和消业障是同一件事情。消业障等于是结果，忏悔就是你要有正确的心态和观念。真诚忏悔之后，你会得到一个结果。

“若有修真言之行出家、在家菩萨，诵持此陀罗尼满九十万遍，无量劫造十恶、四重、五无间罪悉皆消灭，”能够消灭就是要进行忏悔，这里讲的是忏悔的结果，就是你的罪业消掉了。

“所生之处常遇诸佛菩萨，丰饶财宝，常得出家。”从这里我们就知道，忏悔可以消业障。

我们看《坛经》，六祖大师有教无相忏悔，灭三世罪，令得三业清净，“弟子等从前念、今念及后念，念念不被愚迷染；从前所有恶业愚迷等罪，悉皆忏悔，愿一时消灭，永不复起。弟子等从前念、今念及后念，念念不被憍诳染；从前所有恶业憍诳等罪，悉皆忏悔，愿一时消灭，永不复起。弟子等从前念、今念及后念，念念不被嫉妒染；从前所有恶业嫉妒等罪，悉皆忏悔，愿一时消灭，永不复起。善



知识！已上是为无相忏悔。”

对照忏悔的部分，虽然文字不同，但是意义都一样，都是要灭罪。

从忏悔继续修下去，像《准提经》所说的，这些罪业都会消灭。

《准提经》说，持诵准提咒若达到一万遍，这时梦中见到佛菩萨，或口吐黑物；如果业重，继续念到二万遍，梦中见出家人等等，即知罪已灭。如果还没有出现验相，那就更应该念满七十万遍以上。

《准提经》讲，常念准提咒，“所生之处常遇诸佛菩萨，丰饶财宝，常得出家。”现世生活安稳，这属于人天福报。在《坛经》中的无相颂也有讲到，关于人天福报的部分。“心平何劳持戒，行直何用修禅。恩则孝养父母，义则上下相怜。让则尊卑和睦，忍则众恶无喧。”这就是在讲人天福报。两本经书都有讲到人天福报，只是文字不一样，意思是一样。

如果我们直接从准提咒的九字咒心来看，经言：“于圆明中想唵字，余八字右旋，于圆明上布列。于定中须见真言字分明，既不散动得定，即与般若波罗蜜相应，即画圆明月轮。次应思维字母种子义。”这里要划重点，“即与般若波罗蜜相应”，这就是师父为什么一直跟我们讲般若波罗蜜太重要。从《坛经·般若第二》内容可知，六祖大师所传的这个顿教法门，就是摩诃般若波罗蜜。由此可见，两者都是在讲一样的内容，意义都是一样。

既然是与般若波罗蜜相应，当我们思维准提咒心九个字的意义的时候，很自然就知道通通跟般若波罗蜜有关系。



我手边用的是不空大师的译本。“唵字者，是三身义，亦是一切法本不生义。”三身就是法报化三身。“左字者，一切法不生不灭义。礼字者，一切法相无所得义。祖字者，一切法无生灭义。”这可以跟六祖大师的偈颂对照。当六祖惠能大师听五祖弘忍大师跟他讲《金刚经》到“应无所住而生其心”的时候，六祖惠能大师言下大悟，知道一切万法不离自性，就说“何其自性本自清静；何其自性本不生灭；何其自性本自具足；何其自性本无动摇；何其自性能生万法。”

六祖大师讲的“何其自性本不生灭”，跟准提咒唵字的“本不生义”、左字的“不生不灭义”、礼字“无所得义”、祖字的“无生灭义”在意义上有相通的地方。

“礼字者，一切法无垢义。”跟六祖大师的“何其自性，本自清静”对应，无垢跟清静的意思一样。

“准字者，一切法无等觉义。泥字者，一切法无取舍义。”无取舍，不需要取，也不需要舍，因为它本自具足，就可以对应六祖的“何其自性，本自具足。”

“本无动摇”，对应准提咒的“娑嚩（二合）字”，“一切法平等无言说义。”动摇就是指来去之相。这又跟龙树菩萨《中论》所说八不“不生亦不灭，不常亦不断，不一亦不异，不来亦不去”，当中的“不来亦不去”意义相同。

“一切法平等无言说义”，也正是《维摩诘经》入不二品所讲的内容。“无言说”就是不在言语、思考、逻辑上面打转，而是能够平等对待一切，对所有一切都不会执著，连言语观念都不会执著，那就是



离言真如。离言真如就是在说不二法门的内涵。

“诃字者，一切法无因义。”有些经书讲“无因无果是不对的事情”，但是这里为什么会讲“诃字者，一切法无因义”呢？这不是讲凡夫的境界，这是讲佛的境界。《准提经》的经文有说明“由平等无言说故，即得无因无果、般若相应、无所得以为方便，入胜义实，则证法界真如。”这里的无因无果是指什么呢？这里说的其实就是无住涅槃的内涵。无住涅槃的境界大家本自具足，它不是从因、也不是从果得到的。在佛的境界，佛就知道，原来一切本自具足，而且从这里能够生出一切万法。“般若相应”才能达到佛的境界。

为什么要以“无所得以为方便”？因为讲因跟果的时候，众生认为会得到一个果，而这个果是从外面拿来的，而不是自己本具的。所以佛经上讲，以无所得为方便，才能够入佛的境界。你不要认为从外面可以得到，因为它本自具足。

“由平等无言说故，即得无因无果、般若相应、无所得以为方便，入胜义实，则证法界真如。”这讲的就是佛的境界。从准提咒心这九个字来看，从“本不生”一路讲到成佛，把修持过程中最主要的般若波罗蜜多都提纲挈领的宣说出来。

“不生”的意涵包含我空、法空，所以“不生”亦涵盖了声闻乘、缘觉乘。准提咒心把行菩萨道至成佛的般若智慧以最精要的方式说出来。准提九字咒心的意义跟《华严经》的十信、十住、十行、十回向、十地、等觉、妙觉都对得上，只是《华严经》将修行的每一个阶段，该怎么修都说得很详细。而《大般若经》对于“无住、无得”说得很清



楚，之所以“无住为方便”，是因为“所住、能住不可得”，知道这点，你就能安住在般若波罗蜜多。

六祖大师的偈颂“何其自性能生万法”，这是佛的境界才会知道的，亦对应准提咒的“哈”字，两者都是在讲证到如来的境界。所以“依义不依语”就会发现，原来《坛经》和《准提经》所用的语言表达不同，但意义都一样。



簡樸親真