

国学中的教育智慧

# 坛经中的教育智慧

唐曾磊 主编

清华大学出版社  
北 京

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签，无标签者不得销售。

版权所有，侵权必究。侵权举报电话：010-62782989 13701121933

图书在版编目 (CIP) 数据

坛经中的教育智慧 / 唐曾磊主编. — 北京：清华大学出版社，2018

(国学中的教育智慧)

ISBN 978-7-302-50918-9

I. ①坛… II. ①唐… III. ①《六祖坛经》—研究 IV. ①B946.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 185269 号

责任编辑：左玉冰

封面设计：汉风唐韵

版式设计：方加青

责任校对：宋玉莲

责任印制：沈 路

出版发行：清华大学出版社

网 址：<http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址：北京清华大学学研大厦 A 座 邮 编：100084

社 总 机：010-62770175 邮 购：010-62786544

投稿与读者服务：010-62776969, [c-service@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:c-service@tup.tsinghua.edu.cn)

质 量 反 馈：010-62772015, [zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn](mailto:zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn)

印 装 者：三河市春园印刷有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：170mm×240mm 印 张：17 字 数：302 千字

版 次：2018 年 10 月第 1 版 印 次：2018 年 10 月第 1 次印刷

定 价：56.00 元

---

产品编号：070534-01



## 前言

《六祖法宝坛经》是禅宗第六代祖师、唐朝的惠能大师的说教，由弟子法海汇编成书，为后世禅宗的“宗经”。本书讲解《六祖法宝坛经》，目的是帮助大家提升智慧，让自己学会怎么教育孩子，从而能更轻松地解决问题，生活得更快乐、更幸福，所以主要是从教育的角度来进行解读。

在很早以前，中国人就开始关注佛法。据史书记载，东汉明帝永平七年，也就是公元64年，有一天明帝梦到一个金人，相光如日，飞入皇宫。明帝就问太史傅毅这有何寓意。傅毅是一位占卜家，他占卜以后说，西域有一个人得道了，这个人就是佛。

据《周书异记》记载，周昭王二十六年（公元前1027年），一天夜间，突然有五色祥光直贯太微星。当时的太史苏由上书周昭王，说西方有一个大圣人（佛）出世，一千年后他的教法将流传到我们这片土地上。

佛悟到了智慧，依此智慧可以获得无上的幸福。佛把自己悟到的智慧和幸福之道讲出来，传给了无数的弟子，并由这些弟子一代一代地传下来。

大家都知道“拈花微笑”的故事。在灵山会上，大梵天王向佛供了一朵金婆罗花。佛拿着花一捻，当时有很多弟子在场，

但是大家都看不出什么意思来，只有迦叶展颜微笑。佛就说：我有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付诸摩诃迦叶。禅宗据此尊迦叶为天竺初祖。

禅宗传了好多代，西域第二十八代祖师是达摩。达摩来到中土度化众生，成为中国的禅宗初祖。禅宗二祖是慧可，三祖是僧璨，四祖是道信，五祖是弘忍。五祖弘忍传法，传给了六祖惠能。

六祖惠能接法以后，用了15年的时间逃避追杀并修行，后到南方传法，度化众生。

在中国，禅宗非常兴盛。禅宗的兴盛，最主要的原因就是六祖惠能出世传法。他门下弟子众多，青原行思之后分为曹洞、云门、法眼三宗，南岳怀让以后形成临济、沩仰二宗。临济宗在宋代分为黄龙、杨岐二派，被合称为“五家七宗”。惠能对禅宗的发扬光大起到了重要作用。

惠能是怎么悟道的？他对禅宗到底有多大的贡献？他是怎么教化弟子的？

这些内容在《六祖法宝坛经》里都讲得非常清楚。我们来看，六祖惠能是什么根器的人，他是怎么成长的，怎么成为禅宗的一代宗师的，他的智慧水平怎么样。

惠能不识字，也就是我们一般人所称的文盲。一个文盲怎么可能成为禅宗一代祖师，并且对禅宗的兴盛起到不可或缺的作用？这要从《六祖法宝坛经》中寻求答案。

《六祖法宝坛经》讲的是禅法，禅法是佛法的一种。本书主要是从智慧的角度来讲佛法，尽量地少讲六道轮回等我们不能证实的一些佛教观念。从佛法中吸取智慧的营养，来帮助我们做好教育，让自己更智慧，生活得更幸福。这是本书主要的目的。

我先简单地给大家介绍一下佛法智慧的标准——三法印和四依四不依。

## 一、三法印

第一个法印是“诸行无常”。

“诸行无常”是什么意思？它是指一切的有为法，都会有一个生住异灭的过程。一切法都有从生到长大、到住在世间、到灭亡这么一个过程，一切皆如此。我们所能看到、想到的一切都是这样的，不管是世间的还是我们意识中的。

大家知道，地球是有寿命的，太阳是有寿命的，甚至宇宙也是有寿命的。

我们每个人都有寿命，我们穿的衣服、用的家具都是有寿命的，它们都会有一个生（形成）老（破旧）病（损坏）死（消亡）的过程，跟人是相似的。看到这一点后我们会相信，这世间没有一个永恒的东西，你不能指望有什么东西会永恒。

第二个法印是“诸法无我”。

“诸法无我”的意思是，一切事物都没有一个本有的“我”，没有一个不依因缘而有的“我”。比如一张桌子，它是由什么做的？树。树是由什么产生的？是由种子，因为有水、土地这样的因缘而成。再往下说，种子是怎么来的？是树结出来的。

如果一直这样说下去，我们会发现，没有一个东西是天然就有的，一切法没有一个本来的它。

拿手机来说，其实没有一个东西真正叫手机的。如果说有一个东西叫手机，是在一段特定时间，由壳、芯片等零件凑在一起才叫手机。在形成这个之前，它不过是一些金属、塑料物品，没有一个手机在。而如果过一段时间这些零件坏了、碎了，那慢慢地它就又不是手机了。

继续往下分析，所有的一切都没有一个所谓的“我”，没有一个什么东西是真实存在的。比如电脑，电脑也不是本有一个电脑，而是这么多零件组合在一起、在一定的时间里能有特定的功能，我们就把它叫作电脑了。大家想不是这样？

第三个法印是“涅槃寂静”。

“涅槃寂静”的意思是，一切法实际上本来都是永恒的。我们能看到的一切，是我们的意识在妄想分别。什么意思呢？举个例子，比如天上有月亮和云彩，当云飘动的时候，我们看到的是月亮在云中穿行。到底是月亮行，还是云在行？当我们看到月亮在云中穿行时，实际上是云在动而不是月亮在动。同样，如果我们坐在火车上，会觉得两边的树在往后走，而不是我们在往前走。

我们往往是迷的，对世界是迷迷糊糊的一种感觉，而这种感觉往往都是错觉。如果我们把这些错觉都放下，世界本来寂静。

## 二、四依四不依

第一是“依法不依人”。

我们是依照法讲的道理而不依人说。我相信这个人，他说的就对；我觉得

他好，他说的就对。这都叫依人。我们不依人说，而是依正法、依智慧、依因果关系。

作为家长，我们会告诉孩子：“你不要出去偷东西。你出去偷东西，别人抓住了会打你的。”这个道理不是因为我们说就是有道理的，而是谁说都是这样。假设一个孩子很讨厌妈妈这么说，他出去偷东西被打了，他因此恨妈妈：“妈妈告诉我偷东西就会被打，现在我偷东西果然被打了。都怪妈妈这么说，妈妈真讨厌！”他的这个想法显然是愚蠢的。他偷东西挨打并不是因为妈妈这么说了而导致的，而是只要偷东西被人发现就会挨打，这就是“法”。

“依法不依人”，就是不依某个人觉得对与不对来判断，而是依正法来说。

第二是“依义不依语”。

什么意思？就是依一个道理时，依它的意思而不依表达意思的那些字。

如果执着于某些字，我们就可能失之偏颇，会误解一些词语。这一点本书后面会讲到，《六祖法宝坛经》里有这方面很详细的案例。

第三是“依了义不依不了义”。

佛讲法讲两类经典：一类是了义经典，就是讲究真理的经典；一类是不了义经典。什么叫不了义经典呢？我给大家举个例子，比如“ $\pi$ ”，数学当中的“ $\pi$ ”是一个无限不循环小数，它小数点后的数字没完没了，可以永远计算下去。

如果一个二年级的小朋友来问我：“一个圆的周长和直径之间有一个比例，这个比例叫  $\pi$ ，那这个比例是几？”我就会说：“这个比例，依你来说就是3。”因为他没有学过小数，我只能说是3。如果我说3.1415926，他根本听不明白。

如果是一个四五年级的孩子，他学到小数点后两位数字了，他问我  $\pi$  是几的时候，我会说：“ $\pi$  等于3.14。”

如果是一个高中的学生来问我  $\pi$  是几，我会说：“ $\pi$  等于3.1415926。”

如果是一个大学生来问我  $\pi$  是几，因为他学过无限不循环小数了，我会说：“ $\pi$  是一个无限不循环小数，你用哪个数字都不精确，还是直接用  $\pi$  好。”

到了大学甚至在高中的高年级段时，大家做题时用到  $\pi$  就不会写具体的数值，而是最后解出来是多少  $\pi$ ，比如  $20\pi$ 。直接写多少  $\pi$ ，而不用具体的数值来替代  $\pi$ ，这才是最精确的。

有一个问题是，我对小学一二年级的学生讲  $\pi$  是3对不对？对的。

为什么？因为对他来说  $\pi$  约等于3，这样就帮他理解了圆的周长和直径之间的比例。但这个是不究竟的，因为  $\pi$  不是3， $\pi$  是3.1415926……往下无

限不循环小数。任何的有限数字都不能等于这个无限数字。

那为什么我要说  $\pi$  是 3？因为我说无限不循环小数，一个小学二年级的学生是听不明白的，所以我只好这么讲。

这就是了义和不了义。了义是  $\pi$ ，不了义是什么？3、3.14、3.1415926... 这些都叫不了义。大家依这个例子来理解。

第四是“依智不依识”。

何为“依智不依识”？识是意识，就是我们动脑子想问题的这个脑子。我们这个脑子的特点是，会执着于很多的事情，去想这个对那个错、这样好那样不好，等等。

比如，我出去碰到一位女士，她问我：“唐老师，有人觉得我长得很丑，你觉得我丑吗？”这样一句话，大家想一想，应该怎么回答？如果你真的觉得她很丑，你会说：“你确实很丑。”那她继续问：“有人觉得我长得很恶心，看到就想吐，你看到我会想吐吗？”如果你真的觉得看到她就想吐，你又会怎么说？

在很多时候，我们回答问题时会挂碍很多，不能直接说。而任何刹那的不直接说，都会让人变得造作，导致我们的智慧水平下降。有一些话是假的，但是我们觉不出来，我们就认为是真的。所以说，这个世界有些人听不到一句实话。

我们想一个问题：如果一个心不分别好坏、说话不拐弯的人，碰上刚才那个问题的话，他会怎么回答？

比如那个女士问我：“唐老师，你觉得我难看吗？别人都觉得我长得很恶心，你觉得我恶心吗？”当她这么问的时候，一个直心的人应该怎么回答？

我想提醒大家的是，直心的人，他心里就没有一个恶心不恶心的标准，他根本不会看到一个人是恶心的。所以，他只会说：“我不觉得你长得恶心。”

当你心里有一个分别，谁是恶心的谁是不恶心的，谁一定好谁一定不好的时候，才会不能直接回答这样的问题。仅此而已。

如果这个女人五官是非常难看的，她跟周慧敏比，她说：“你看周慧敏被称为‘玉女’，而我呢，我的鼻子是歪的。唐老师，你觉得我长得恶心吗？”我会说：“不恶心，你只是长得不端庄而已。”

恶心和不端庄的区别在哪里？恶心说的是一种感觉，是你的一个偏见。而不端庄是相对于一个端庄的标准来说，比如鼻子在脸的中间叫作端庄，如果鼻子长得偏向两边了，我们就称之为“歪瓜裂枣”，不端庄。这就像如果你鼻孔朝下叫正常，如果鼻孔朝上叫不正常，如此而已。

对于我来说，没有恶心不恶心。事情只有不同，而没有所谓的好坏、高低、贵贱。

我提倡平等思维，很多家长听过我的课，知道平等思维就是看到事物不同，但不分别好坏。

我的平等思维思想，有很多来源于六祖惠能。惠能是平等思维的大师，后面他会有一段话专门讲平等思维，讲怎么去看事物，包括他有一些非常经典的语言，像“其法皆对，语出尽双”等。我常讲的平等思维的语言，都是从惠能这里学到的。

我初次阅读《六祖法宝坛经》的时候欣喜若狂，觉得太好了！世上居然有这么好的经典！它能把一个思想讲得这么明白，能够让人明显地提升智慧。从《六祖法宝坛经》里我汲取了很多的营养，然后慢慢地悟出平等思维。

我们讲解《六祖法宝坛经》，也是为了让大家逐渐地从《六祖法宝坛经》当中去汲取更多的智慧营养，来学习平等思维，把这些智慧用到我们日常的生活、学习、教育当中，让自己变得更智慧，让自己的生活变得更幸福。同时，以我们的智慧和幸福去影响别人，让别人也能够因我们的帮助而变得更加智慧和幸福。

佛法犹如明灯，能照破世界之冥暗，故将传法称为传灯。禅宗的祖师，相当于一盏被点亮的灯，他再以他被点亮的这盏灯的光，去点亮别的灯，然后一代一代地传灯下去。传灯不尽，智慧永流传。

“一灯能除千年暗，一智能灭万年愚。”灯喻智慧，暗喻愚蠢。智慧一旦被点亮，你的愚蠢就会一扫而空，你的生活就会发生大变化。

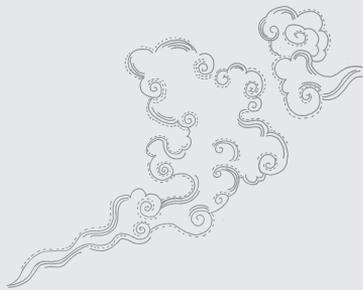
希望《六祖法宝坛经》能帮助大家点亮智慧的心灯！

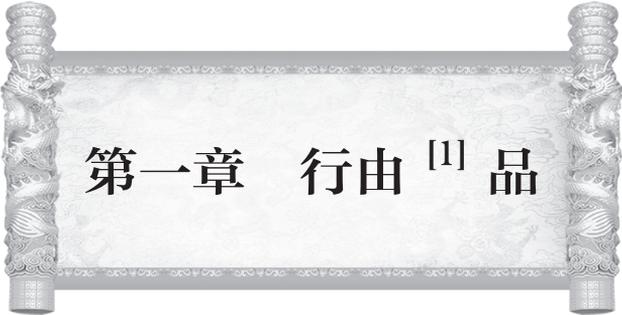
唐曾磊  
2018年4月



## 目录

- 第一章 行由品 / 1
- 第二章 般若品 / 51
- 第三章 决疑品 / 95
- 第四章 定慧品 / 111
- 第五章 坐禅品 / 123
- 第六章 忏悔品 / 129
- 第七章 机缘品 / 147
- 第八章 顿渐品 / 195
- 第九章 宣诏品 / 217
- 第十章 付嘱品 / 227





第一章 行由<sup>[1]</sup> 品

## 经文

时，大师至宝林，韶州韦刺史与官僚入山，请师出。于城中大梵寺讲堂，为众开缘说法。师升座次，刺史官僚三十余人、儒宗学士三十余人、僧尼道俗一千余人，同时作礼，愿闻法要<sup>[2]</sup>。

大师告众曰：“善知识，菩提<sup>[3]</sup>自性<sup>[4]</sup>，本来清净<sup>[5]</sup>，但用此心，直了成佛。善知识，且听惠能行由，得法事意。”

## 注释

[1] 行由：修行之因缘由来。

[2] 法要：佛法的要义，亦即简约而枢要的法义。

[3] 菩提：意译觉、智、知、道。广义而言，乃断绝世间烦恼而成就涅槃之智慧。即佛、缘觉、声闻各于其果所得之觉智。此三种菩提中，以佛之菩提为无上究竟，故称阿耨多罗三藐三菩提，译作无上正等正觉、无上正遍智、无上正真道、无上菩提。

[4] 自性：指自体之本性。法相家（唯识家）多称为自相。即诸法各自具有真实不变、清纯无杂之个性，称为自性。

[5] 清净：离恶行的过失，断烦恼的垢染，叫作清净，这是障尽解脱的离垢清净。超诸善恶无对待的清净，是性净解脱的自性清净。

## 讲解

“行由品”，是六祖惠能大师讲他得法的经过。“品”指品目，相当于我们现在的章节，可以理解为节或者章。

“时”，就是在某一个时间。从佛法来说，大家知道，佛经上很多时候都是说“一时，佛在什么地方讲法”。“一时”就是不确切的一个时间，这么写有什么意义呢？一者时间从佛法的角度来讲本来就是一种幻觉，不是一种真实

存在的东西。二者说一时不说具体时间，可以破除大家对时间的执着，不会执着于哪一天，这件事的发生是不是跟那天的天气有关系？是不是有什么客观条件导致了这件事发生？把这种执着去掉。

“六祖从广州法性寺来到曹溪宝林寺”。在广东韶州往东有曹溪山，韶州就是现在广东的韶关，宝林寺现在叫南华寺或南华禅寺。

经文第一段译为：韶州刺史韦琬与当地的官僚一块，到曹溪山去请六祖出山，到韶州城大梵寺讲堂，为有缘众生结法缘，讲授佛法。六祖坐到上座，刺史官僚有三十余人，儒宗学士有三十多人，和尚、尼姑、修道的、在家修行的有一千余人。他们同时向六祖行礼，希望能听到佛法的密意和精要之处。

六祖说话非常干净利落。佛法中有一个说法叫作“一字即有无量义”，禅宗更好地继承了这一点。“菩提自性，本来就是清净的。只要用此清净的菩提心，即可直了成佛。”这四句话能弄明白，佛法就都弄明白了，再看佛经，哪一部经都可以看懂了。

经文第二段译为：六祖告诉听法的人说：“善知识，那个不因事物而产生反应但又时时在观照着事物的心，也就是见到一切但是又不去执着于一切的心，它原本就是清净的。如果能够用这颗心去观照一切，就可以直了成佛，一悟即入佛地。善知识，且听我求法、得法的经过。”

六祖称众人为善知识。何为善知识？指能够帮助人建立正确知见的人。有一些事情大家不知道应该依什么来判断对和错，善知识可以帮助我们建立什么是对、什么是错，找到这个标准。我们依这个标准去判断，就很容易判断出什么是对、什么是错，使我们面临的很多问题迎刃而解。

善知识有不同的层次。有时候我们对善知识要求是比较高的，不能随便一个人就叫善知识。有时候是只要能帮到我们，对我们建立正知见、提高智慧水平有帮助的都叫善知识。六祖称众人为善知识，其实是对他们的一种鼓励、一种认可、一种表扬。

在成都文殊院里有一副对子：“无是无非无烦恼，有因有果有菩提。”什么意思？

“无是无非无烦恼”，如果你心里没有那么多的是非（执着、计较），你就不会有烦恼的。“有因有果有菩提”，你做什么因就会得什么果。“有菩提”是指的有智慧，有智慧你就可以去做善因而得善果。不会做善因、不知道什么是善因的人，也就是愚蠢的人。愚蠢的人不知道什么是正确的原因，做出来就得不到正确的结果。

没有智慧的人其实也在做因和得果，这也叫有因有果。但是，他们是做恶因、得恶果，所以，他们背离菩提，是烦恼之人。

“菩提”指的是无上的智慧，不是指我们世间人的小聪明。比如我们家长对孩子，还有孩子对家长，包括一般的老师对学生等，总是想用一些小聪明去解决问题，但是往往会发现这样做不能达成目的，还可能适得其反。

“菩提自性，本来清净”，自性指的是人本有的天性，它非因缘而生。比如，我们在家里的時候，有一个人做了一件事让你不开心。什么叫他做了一件事让你不开心呢？就是他做了那件事，你执着在那件事不好上了，于是你就难受了。因对方做了一件事情，因我们执着的心对这件事情产生了一个反应，导致我们产生烦恼，这不是自性。

菩提自性本来是清净的，也就是智慧的本性本来是清净的。如果你智慧，你就会看到一切事情不过是因果，没有什么烦恼可言。它是本来清净，不生烦恼的。比如，很多家长来问我：“孩子学习不好怎么办？烦死了。”这个“烦死了”，是因为你非要解决这个问题而又不能解决而引发的情绪。要知道“有因有果有菩提”，你有菩提，就可以找到正因而解决它。

孩子学习不好怎么办？帮孩子学习好。

怎么帮？用我们“学会”的三个标准，用语数外的十步法、各种三步法，就可以帮助孩子提高成绩。

如果说了孩子不听怎么办？先学沟通，先跟孩子沟通好，让自己说话孩子爱听。

如果着急怎么办？找老师帮助孩子，或者找我们基地（平等思维教育基地）帮助孩子。

大家看，所有的问题没有一个是烦恼的问题，只是需要去解决的问题。我们找到解决问题的正因去做就行了，不需要为此烦恼的。

大家好好想这个问题，“菩提自性，本来清净”，这个自性是无论什么都动不了的你那个本来清净的本心。

当年禅宗二祖慧可曾跪下来向初祖达摩求法。达摩问：“慧可，你想要什么？”慧可说：“我想请师父帮我安心。”我们也可以同时来想一个说法：请师父帮我去除烦恼。当时达摩说：“把你的心拿来，我来帮你安心。”或者说，把你的烦恼拿来，我帮你去除。慧可想了想说：“觅之了不可得。”意思是，我找了半天也没找到我那颗不安的心在哪里。这时候达摩说：“我已经帮你安心了。”或者说，我已经帮你去除烦恼了。

当你去找你的烦恼的时候，你会发现你心里根本没有烦恼，你是清净的。这就是你的自性，“菩提自性，本来清净”。

只要你是清醒的，你的心就不会被外物所染。只有你不清醒的时候，你才会因着外界的一些声音、一些看到的事件等而产生烦恼，这就叫心随境转。

随着外境而转念的心，不是指的我们的自性，而是我们烦恼的心，不智慧的心，虚妄的、执着的心。

自性是指不因事物而产生反应的心，但是它又时时在观照着事物，见到一切但是又不去执着于一切，这就是《金刚经》上所说的“应无所住而生其心”的心。这叫“菩提自性”。

“菩提自性，本来清净”，它原本就清净，不需要去除烦恼，无烦恼可除。“但用此心，直了成佛”，“此心”指的是我们本来清净的那个心，无住而生心的那个心。如果你能够用这颗心去观照一切，那么，你就可以直了成佛，可以一悟即入佛地。

“此心”指的是当下一心，指的是每时每刻刹那这一心，不在过去，不在未来。在《金刚经》上，佛说：“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”三心不可得，此心是三际托空之心，就是没有时间概念的心。它是在每一刹那，心神注意集中在这一刹那，这个时候它不因一切的外缘而产生反应、产生烦恼。“但用此心，直了成佛。”

“菩提自性，本来清净，但用此心，直了成佛。”这一句你明白了，那么整部的《六祖法宝坛经》或者《金刚经》，你就都能明白了。

“直了成佛”是什么？我们说佛是指觉悟的人，是有智慧的人，是能够以自己的般若智慧，用自己证得的菩提自性，给自己带来无上智慧和无上幸福的人。如果我们能用这样的心，就可以直了成佛，成为究竟智慧和究竟幸福的人。

## 经文

惠能严父，本贯范阳。左降流于岭南，作新州百姓。此身不幸，父又早亡，老母孤遗，移来南海，艰辛贫乏，于市卖柴。时，有一客买柴，使令送至客店。客收去，惠能得钱，却出门外，见一客诵经<sup>[1]</sup>。惠能一闻经语，心即开悟<sup>[2]</sup>。

遂问：“客诵何经？”客曰：“《金刚经》<sup>[3]</sup>。”复问，“从何所来，持此经典？”客云：“我从蕲州黄梅县东禅寺来。其寺是五祖忍大师在彼主化，门人一千有余，我到彼中礼拜，听受此经。大师常劝僧俗，但持《金刚经》，即自见性<sup>[4]</sup>，直了成佛。”惠能闻说，宿昔有缘，乃蒙一客取银十两与惠能，令充老母衣粮，教便往黄梅参礼五祖。

惠能安置母毕，即便辞违。不经三十余日，便至黄梅，礼拜五祖。

祖问曰：“汝何方人，欲求何物？”

惠能对曰：“弟子是岭南新州百姓。远来礼师，惟求作佛，不求余物。”

祖言：“汝是岭南人，又是獠獠，若为堪作佛？”

惠能曰：“人虽有南北，佛性<sup>[5]</sup>本无南北。獠獠身与和尚不同，佛性有何差别？”

五祖更欲与语，且见徒众总在左右，乃令随众作务。

惠能曰：“惠能启和尚，弟子自心，常生智慧<sup>[6]</sup>，不离自性，即是福田<sup>[7]</sup>。未审和尚教作何务？”

祖云：“这獠獠根性大利。汝更勿言，着槽厂去。”

惠能退至后院，有一行者，差惠能破柴踏碓，经八月余。

祖一日忽见惠能曰：“吾思汝之见可用，恐有恶人害汝，遂不与汝言，汝知之否？”惠能曰：“弟子亦知师意。不敢行至堂前，令人不觉。”

## 注释

[1] 经：梵语修多罗，汉译为契经，即上契十方诸佛所说之理，下契一切听经众生的根机，又是线义，即贯串佛所说的法和道理，以免散失，为三藏之一。

[2] 开悟：开智悟理也。《法华经》曰：“照明佛法，开悟众生。”

[3] 《金刚经》：全称《金刚般若波罗蜜经》，姚秦鸠摩罗什译。此经以空慧为体，说一切法无我之理。它不像《大般若经》浩瀚，又不像《心经》太简，说般若之空慧，无有余蕴。故古来传持，弘通甚盛。《金刚经》共有六种译本，此处所说为鸠摩罗什译本。另有元魏菩提流支、陈真谛、隋达摩笈多、唐玄奘、唐义净译本。

[4] 见性：指彻见自心之佛性。黄檗断际禅师《宛陵录》：“即心是佛。上至诸佛，下至蠢动含灵皆有佛性，同一心体。所以达摩从西天来，唯传一法。直指一切众生本来是佛，不假修行。但如今识取自心，见自本性，更莫别求。”

[5] 佛性：佛者觉悟也，一切众生皆有觉悟之性，名为佛性。性者不改之义也，通因果

而不改自体是云性，如麦之因，麦之果，麦之性不改。《华严经》曰：“佛性甚深真法性，寂灭无相同虚空。”《涅槃经》曰：“一切众生悉有佛性，如来常住无有变易。”

[6] 智慧：决断曰智，简择曰慧。又知俗谛曰智，照真谛曰慧。通为一也。《大乘义章》曰：“照见名智，解了称慧，此二各别。知世谛者，名之为智，照第一义者，说以为慧，通则义齐。”《法华经义疏》曰：“经论之中，多说慧门鉴空，智门照有。”又明白一切事相叫作智，了解一切事理叫作慧。

[7] 福田：田以生长为义，人若行善修慧，犹如农夫于田下种，能得福慧之报，故名福田。

## 讲解

“我的父亲，本来籍贯是范阳，后来被贬职流放到岭南，在新州做百姓。”

惠能的父亲姓卢。在惠能出生的时候，有两位僧人来对他的父亲说：“听说你有了一个孩子，我们来给他送一个名字，叫惠能。”他的父亲就问：“为什么叫惠能？”僧人回答说：“‘惠’是以高深的佛法或智慧来给大众实惠，惠施众生。‘能’是指能做佛事，能做法事，能做智慧的事情。”说完以后这两位僧人就走了，于是父亲给他取名叫惠能。

“我一生不幸，父亲早早地去世了，母亲守寡把我养大，后来带着我迁到了南海（广东省广州市）。 ”

接下来惠能说了他听到佛法的一个机缘。

“我的生活艰辛贫乏，在集市上卖柴火。当时有一位客人要买柴，让我把柴火送到客店里。客人收了柴，我拿到钱，走出门外，见到一位客人在读诵佛经。我一听佛经里的话就心开悟解，受到了一些启迪，悟到了一些智慧。”

“心即开悟”，这个“开悟”指的是一种类似豁然开朗的感觉，不是修行佛法当中那种究竟的开悟。

“我就问那位客人：你读诵的什么经？客人说：我在读《金刚经》。”

“我又问客人：你是从哪儿得到这部经典，来受持读诵的呢？客人说：我从蕲州黄梅东禅寺来，禅宗五祖弘忍大师在那里住持教化众生，有一千多门人。我到那里礼拜五祖，听受、得到了这部《金刚经》。弘忍大师经常劝僧人和我们俗家弟子，只要能够读诵受持《金刚经》，就可以见到自性，直了成佛。”

成佛是成为一个有智慧的人，成为一个能够以自己的智慧觉悟自己，能够自己幸福，并且能够带给别人幸福的人。成佛不是成了神，而是成为究竟觉悟的人。

“我听到这位客人说了这些后，因为往世有缘，蒙一位客人资助我十两银子，作为老母亲的衣粮（养老）费用。我就往黄梅去参礼五祖，拜师学佛。我把母亲安置好，便跟她辞别出发。三十来天，便到了黄梅，礼拜五祖弘忍。”

大家应该都读过《西游记》，《西游记》里孙悟空的学艺过程，有很多地方都是从《六祖法宝坛经》里借鉴过来的。

两人见面后，“五祖弘忍问：你是哪里人？想求什么东西？我说：我是岭南新州的一个普通百姓，大老远地来礼拜师父，只求作佛，只求觉悟，不求其他。”

“五祖说：你是岭南人，又是一个獠。”“獠”是一种兽的名字，据说形状像狼、叫起来像猪，能够吃人的。“獠”有的地方念“聊”，就是捕猎的意思。“你怎么能担得起成佛之事呢？怎么能够成为这样的觉悟者呢？”“獠”这个词指的是野蛮人。孙悟空的师父说孙悟空时用了个“猢猻”，说你像个猢猻，就姓孙吧，这么给他取的姓。“猢猻”实际上是借用了“獠”一词。

五祖这么说是是在质问惠能。

“我说：人虽然分南和北不同的地方，但是佛性是本无南北的。一个人的觉悟、智慧是不分南北的。我这个野蛮人，身体跟大师你不一样，但是我们的佛性、觉悟之性有区别吗？”

大家慢慢地就会发现，惠能的对答都有一种特点，就是干脆利落。不管说什么，他都可以不假思索、一针见血，叫“言必由衷、发必中节”。

惠能说佛性本无南北，在我们平等思维的教育中，我们对学生、对每一个人的看法是这样的：所有的孩子都平等地具有能够觉悟、能够学习好、能够成为幸福的人这样的基础，每一个人都有这样的基础。我从来不相信哪个人说，他的孩子不能被教育，他的孩子特别笨，怎么学都学不会。

在教育实践中，我们也从来没有发现过真有哪个孩子是笨到学也学不会的。只是说，有的人没有机会接触到好的学习方法，或者说他接触到了也不好好学习。比如说他了解了一下我们的学习方法，他就不学，这样的孩子我们没有办法。但是，只要依照着我们的方法学习，没有孩子成绩上不去的。

我们总结的学习方法是一个一定解决学习问题的方法，只要依这个做就一定能解决问题。

为什么说一定解决？

前提就是我们相信每一个孩子都平等地具有学习好方法、开发智慧、获得幸福这样的基础，这样的天性、禀性。就是相信这一点我们才敢于这么说。

这也就是“佛性本无南北”。佛性指的是觉悟之性、觉悟之道。

“五祖还想多和我说一些，但是旁边徒弟太多，都在左右看着呢，于是五祖说你干脆到厨房帮工去吧。”惠能到这时还没剃头发呢，就到伙房去做“火头和尚”了。

大家知道，金庸很多小说里面就写到这样的“火头和尚”，功夫很好，其实这些原本都是取自于《六祖法宝坛经》。金庸受佛法影响非常大，他的武侠小说里用到的“护法、灵鹫山、天龙八部”等词语，都是来自佛法。

“我对五祖说：启禀大师，我的自心常常有智慧生起，不离我本来如如不动的本性，即是福田。不知道和尚希望我做一些什么事？五祖弘忍说：这个人根性是真的好。”大家知道，孙悟空的师父也是这么去试探孙悟空的。“你不要再说话了，赶紧去槽厂（槽厂就是舂米的地方）干活。”

“于是我就退到后院去干活。有一个和尚让我每天劈柴、舂米，这么干了八个月。”

“有一天，五祖忽然来见我，说：在我心中，你的见解是不错的，是有智慧的。但是我恐怕有一些恶人会加害于你，所以我不跟你继续说那些事情，你知道吗？我说：我也知道师父的意思，所以我不敢主动跑到你眼前去，不敢经常去找你，希望不让别人知道。”

为什么五祖会担心有恶人？这个恶人指的是修行人当中那些不是真修行的人，他们不相信轮回，到寺院之后争权夺利。当他们看到有人比自己强的时候，他们就会嫉妒，就会去害别人。害人会堕因果，可能堕地狱。一个真正的修行人不会做这种事情。但是，他们不相信因果，这叫恶人。这里的恶人不是指出去杀人放火、对众生做恶的人，而是身在佛门却仍在争权夺利的圈子里打转的人。

## 经文

祖一日唤诸门人总来：“吾向汝说，世人生死事大<sup>[1]</sup>。汝等终日只求福田，不求出离生死苦海。自性若迷，福何可救？汝等各去自看智慧，取自本心般若<sup>[2]</sup>之性，各作一偈，来呈吾看。若悟大意，付汝衣法<sup>[3]</sup>，为第六代祖。火急速去，不得迟滞。思量即不中用，见性之人，言下须见。若如此者，抡刀上阵，亦得见之。”

众得处分，退而递相谓曰：“我等众人，不须澄心用意作偈，将呈和尚，有何所益？神秀上座，现为教授师，必是他得。我辈谩作偈颂，枉用心力。”诸人闻语，总皆息心，咸言我等已后，依止<sup>[4]</sup>秀师，何烦作偈。

神秀思惟：诸人不呈偈者，为我与他为教授师，我须作偈，将呈和尚。若不呈偈，和尚如何知我心中见解深浅。我呈偈意，求法即善，觅祖即恶，却同凡心，夺其圣位奚别？若不呈偈，终不得法，大难大难！

五祖堂前，有步廊三间，拟请供奉卢珍，画《楞伽经》变相及五祖血脉图，流传供养。

神秀作偈成已，数度欲呈，行至堂前，心中恍惚，遍身汗流，拟呈不得，前后经四日，一十三度呈偈不得。

秀乃思惟：不如向廊下书著，从他和尚看见，忽若道好，即出礼拜，云是秀作；若道不堪，枉向山中数年，受人礼拜，更修何道。是夜三更，不使人知，自执灯，书偈于南廊壁间，呈心所见。

## 注释



[1] 生死事大：指生死问题极为重大，即劝人尽快求得解脱。

[2] 般若：梵语，意译为慧、智慧、明、黠慧。即修习八正道、诸波罗蜜等而显现之真实智慧。明见一切事物及道理之高深智慧，即称般若。菩萨为达彼岸，必修六种行，亦即修六波罗蜜。其中之般若波罗蜜（智慧波罗蜜），即称为“诸佛之母”，成为其他五波罗蜜之根据，而居于最重要之地位。

[3] 衣法：衣指出家人的袈裟，法指正法，内传法以印证宗门的佛心宗旨，外传衣以表示师承的信实无虚。

[4] 依止：依赖止住有力有德之处，而不离也。

## 讲解



“五祖有一天唤所有的门人都过来：我对你们说，世间众生，浮沉在生死苦海之中。这是世人所应解决的一件大事。你们终日只求知修福，不知自求脱离生死苦海之道。”

听到这儿，我们会联想到孙悟空学艺的故事。师父说教孙悟空什么术什么术，他总要问：这个能够长生不老吗？师父说：如果学这个求长生不老，如缘

木求鱼，如镜中花，如水中月。几次都说不能。求道之人有一个相对终极的目标，就是“了生死”。在佛法当中，“了生死”指的是六道轮回。孙悟空追求长生不老，长生不老叫有生，而佛法里说的了生死是无生无灭，这叫涅槃，或者叫跳出六道轮回。

什么叫“福田”？田就是田地，田地是用来种植的。你种下种子，将来会得到结果。那么，你往这田里面种什么？如果你只是种一些福报，比如布施，或者说做一些未来可以得到好果的事情，将来会得到福德，可能会很有钱、很有权力，甚至获得生天的福报。从物上或者从人的享受意义上来说，这是件好事，但是它离了脱生死、了脱六道轮回差距很远。

“大家如果本性被迷住了，只是种一些福报，怎么可以救得了你的本性？”你只是迷迷糊糊地去享受一些所谓的镜花水月而已。给大家举个例子。这就像在梦中，如果看到一座金山，你就想“我一定多带些金子回来”。但梦里无论你怎么劳累、怎么想尽办法，无论你做了什么，你把多少金子搬回来，都是徒劳，因为你在梦里所搬的东西都是假的。

接下来，五祖指示大家：“你们自己去观照自己的般若智慧，来做一个偈子。”五祖说：“你们把偈子呈给我看。若能悟到佛法的究竟的清静大义，我就会把衣钵传给你，你就是第六代祖了。大家赶紧去，不要耽误时间。”

“思量即不中用”是什么意思呢？就是如果你不是修到一个清静的境界，你是靠头脑的思考，就像世上一一般的那种诗人去堆砌文字，靠你琢磨来琢磨去，那你琢磨出的这种文字肯定是没有用的。也就是说，你的见地不会高。见到真如本性的人，他会从如来的言教中豁然开悟，顿见诸法的真如本性。

“真正见到本性的人，无论何时何地，甚至在抡刀上阵的情况下，他也能见。”为什么呢？因为悟到的时候一切法皆是真如，一切法皆是一法。《金刚经》里有一首偈子：

“一切有为法，如梦幻泡影。

如露亦如电，应作如是观。”

就是这一切都像梦幻泡影，一个醒来的人，没有梦可以迷他的。所以说，“若如此者，抡刀上阵，亦得见之”。这个在佛法中还有一个词叫“证不退”，就是你证得了一个境界时是不退的。

“这些门人听到五祖这样说，就互相商量：我们这些人也不用费心去做偈颂，我们这块料，写出来呈给和尚又有什么用？他看了以后，像我们这种水平他会用我们吗？我们的教授师是神秀上座，肯定是他得到衣法，我们徒劳地去

做这些都没有用的。其他人听了这些话后，全都息止了作偈之心，大家都说：我们以后就依止神秀上座，何必还费什么心做偈子？劳心劳力也没有用的。”

大家都不写偈子，神秀就遇到问题了。

我们每个人一生当中有无数的烦恼，很多家长带孩子也是烦恼无数。我们的烦恼到底是什么？看神秀的表现我们就知道烦恼在哪里。神秀作为教授师，他的水平应该是很高的，按说应该没有烦恼的，我们看他怎么表现。

“神秀开始琢磨：这些人都不写偈子呈给和尚，因为我是他们的教授师。我要写一首偈子呈给和尚。如果我不写偈子呈给他，那他也不知道我心里的见解到底是深是浅。我把这个偈子写出来呈给师父，如果师父认为我求法，那就很好。如果师父认为我觊觎六祖的位置，这就很讨厌了。这跟凡夫想要夺他的祖位有什么区别？如果我要不把偈子呈上去，那我终不能得到这个法。”

这里，实际上神秀说的法不是指悟到佛法，而是指不能得到师父的印证认可。“大难大难！”

大家看他难在哪里？

我不写吧，师父不知道我的水平；写了呢，师父要是觉得我是想得到六祖这个名号，想抢他的宝座，那我怎么办？

这就是烦恼。

烦恼从哪儿来？

烦恼是从自心生妄想分别，去执着于这些妄想分别而得。

神秀自心在生这种妄想分别，他在想“我做了这个会怎么样，做了那个会怎么样”，游移不定。凡游移不定，都是智慧不高的体现。

在世俗法中，恩格斯曾说过一句话：犹豫不决是以无知为基础的。

大家教孩子，有时孩子在做一件事情，你会发现你左也不是、右也不是，你自己无法判断如何应对，这肯定是智慧不足导致我们烦恼，陷入两难境地。

而孩子们在学习、考试的时候，刹那刹那都在经历这种选择。

如果大家参加一次超过你水平的考试，你就会发现，做一个题目左右为难，比如选择填空，到底是选A呢，还是选B呢？非常难受，到最后还会选错。心里特别累。

如果你都不会，无所谓，随便选一下。你真的都会，也很容易，一看答案就出来。最难受的就是这种“半吊子”，半会不会。比如一道选择题给出了4个英语单词，似乎都见过，意思都差不多，我到底应该选哪个？这个时候就琢磨来琢磨去，琢磨不出正确的答案。如果都一样，为什么给出了4个单词？它

们互相之间的区别在哪里？这就是半瓶子醋，他不是真正地理解每一个单词的意思，他学得含含糊糊的，而老师考的就是你这个含含糊糊，就是你这个不清晰。所以说，世俗法中知识的无知会导致人之烦恼。

但是，你有知识就不烦恼了吗？

我们看，神秀的师弟子一想自己作偈根本不行，干脆不费神了，反倒不烦恼。而神秀开始思惟，这个思惟就是瞎琢磨，就是妄想分别，就是执着，就是他自心在起是非、起烦恼，所以他琢磨来琢磨去不知道怎么办，“大难大难”。

在唐朝有很多画家都是由皇帝来供奉的，供奉是一个官名。“五祖堂前有三间步廊，五祖想请一个有名的画家卢珍来画《楞伽经》变相及五祖血脉图，以备后人流传、供养。”

“《楞伽经》变相”就是把《楞伽经》当中的人物和一些神奇的事情、义理用画的形式表现出来，给大家一些启示。《楞伽经》是一部大经，据称它是最难懂的一部经。大家如果愿意试试自己的智慧，还有谁觉得自己语文学得不错的，都可以读这部经，看自己能不能读下来。“五祖血脉图”指的是从初祖达摩到五祖弘忍，一辈一辈衣法相传的故事都以画的形式记录、呈现出来。

“神秀写完偈子以后，好几次想拿给五祖看，但是又不敢。”

我记得我们上学的时候，作业写完了、题目答完了，要不要给老师，也会很犹豫烦恼。考试时自己做完题目了，检查也实在检查不下去了，就是这种状态，抓耳挠腮。

“神秀每当走到堂前，便晕头转向，琢磨来琢磨去不知道怎么办。他浑身流汗，想呈也呈不上。前后四天，有十三次都到了五祖的门口想敲门了，却又不敢。”为什么呀？因为犹豫，心里难受。“心中恍惚，遍身汗流”，我们看这个犹豫让人多么痛苦！

“神秀想：不如我把偈子写到走廊上，随和尚看到。如果他说好，我就出来礼拜说是我写的。如果他说不好，我也就枉在这山中数年修行，师弟子还拜我为教授师，我还修什么道啊？我的水平也就不堪一提了！夜晚三更，神秀不让别人知道，自己提了个灯笼，悄悄地把偈子写在南廊壁间，把自己心中的见地呈现出来。”

神秀是教授师，按说他要比别的师弟子强一点，但师弟子知道自己不行，放下向五祖呈偈的执着，他们反倒快乐。而神秀拿起了这个执着，在这儿分别、痛苦。

有一个问题是，神秀和师弟子，谁有智慧？

要比谁有智慧，就要先把“智慧”这个词搞明白。讲清楚“智慧”这个词

有一定的难度，我们可以简单地拿一个事来说一下。

网友“有诗之笔”问：“师弟们完成师父的任务了吗？”

提示大家，五祖要求大家写见地，如果你实在没有见地可写，可以不写的。这不是问题。也就是说，这不是老师布置的作业你非做不可，你可以不做的。

一个人做事，轻松地做会开心，轻松地不做也会开心，就怕中间这个所谓的执着。

吃饭，大家每天都可以吃到，就会开心的。长生不老，大家都得不到，每个人都要死，大家也不会觉得死是一个要命的事情。但就是在生死之间，我们想去得到更好的东西，比如更多的钱、更大的房子、更好的车、更好的资源，这个时候你就会产生痛苦。

有人问：“师弟们和神秀之间是什么区别？是智慧的区别吗？”不是。

他们之间是什么关系呢？就是世俗法中常说的傻人有傻福，他的师弟们实际上没有追求。在世俗法中，没有追求的人的确会比有追求的人相对要轻松，但是当人的追求能达成智慧的圆融时，没有追求的人所能享受到的轻松和幸福，就远远不如有智慧的人。

惠能在真正悟道以后，他的表现非常地从容，能够于境决断，在一件事情来临时马上出来一个应对，干脆利落，绝不在这个地方犹豫。

神秀和师弟们的见地都不够，在一个相近的水平上，所以说，他们之间谁不去追求一些东西，相对来说这一刻会开心一点。如此而已。但是师弟们并不会一直开心的，因为他们并没有放下心中的贪求。当惠能得了五祖弘忍传的衣钵时，他们就着急了，觉得“你一个砍柴的，一个烧火和尚，居然可以得到衣钵”，嫉妒心、贪婪心就起来，于是他们去追杀惠能。那个时候，他们的痛苦就起来了。

## 经文

偈曰：

身<sup>〔1〕</sup>是菩提树，心如明镜台。

时时勤拂拭，勿使惹尘埃。

秀书偈了，便却归房，人总不知。秀复思惟：五祖明日见偈欢喜，即我与

法有缘；若言不堪，自是我迷，宿业障重，不合得法，圣意难测。房中思想，坐卧不安，直至五更。

祖已知神秀入门未得，不见自性。天明，祖唤卢供奉来，向南廊壁间绘画图相，忽见其偈。报言，“供奉却不用画，劳尔远来。经云：‘凡所有相，皆是虚妄。’但留此偈，与人诵持。依此偈修，免堕恶道<sup>[2]</sup>。依此偈修，有大利益。”

令门人炷香礼敬，尽诵此偈，即得见性。门人诵偈，皆叹善哉。

祖三更唤秀入堂，问曰：“偈是汝作否？”

秀言：“实是秀作，不敢妄求祖位。望和尚慈悲<sup>[3]</sup>，看弟子有少智慧否？”

祖曰：“汝作此偈，未见本性<sup>[4]</sup>，只到门外，未入门内。如此见解，觅无上菩提，了不可得。”

## 注释



[1] 身：属六根之第五，即身根，指触觉器官之皮肤及其机能。《瑜伽师地论·一卷》云：身谓四大种所造，身识所依净色。未见有对。此出其体。又三卷云：诸根所随，周遍积聚，故名为身。此释其名。

[2] 恶道：道，为通之义。即指生前造作恶业，而于死后趣往之苦恶处所。系对所趣之依身及器世界之总称，主要指地狱。在六道之中，一般以地狱、饿鬼、畜生三者称为三恶道，阿修罗、人间、天上则称为三善道。

[3] 慈悲：慈爱众生并给与快乐（与乐），称为慈；同感其苦，怜悯众生，并拔除其苦（拔苦），称为悲；二者合称为慈悲。佛陀之悲乃是以众生苦为己苦之同心同感状态，故称同体大悲。又其悲心广大无尽，故称无盖大悲（无有更广、更大、更上于此悲者）。

[4] 本性：指固有之性德，即常住不变之绝对真实性。《圆觉经》：“若此觉心本性清净，因何染污？”

## 讲解



神秀写的偈子：

身是菩提树，心如明镜台。

时时勤拂拭，勿使惹尘埃。

“神秀把偈子写好后就回到房里，大家也都不知道发生了什么事情。”

我们看神秀，他有修行不到位的地方，执着太多，脑子琢磨来琢磨去。人

的烦恼来自于自己的妄想执着，用我们的土话说就是瞎琢磨。瞎琢磨只会给你带来痛苦，对解决问题没有任何帮助，但是人又放不下瞎琢磨，所以有句话叫：“世上本无事，庸人自扰之。”

“神秀接着想：如果明天五祖看到我这个偈子说我写得很好，说明我与佛法有缘。如果五祖说我这个偈子写得不行，那肯定是我还在迷中，没有修行到正果，说明我的业障是比较重的，不该在这个时候悟到佛法。师父到底怎么想的呢？自己不知道。他在房中琢磨来琢磨去，坐卧不安，直到五更。”

大家知道，衣钵相传对于一个宗派来说，是非常重要的事情。神秀当然非常重视这件事情，重视了就会在乎。而对于一个没有真正悟道的人，他的在乎会让他坐卧不宁。

“五祖没有看神秀的偈子，就已经知道他没有悟见自性。”《六祖法宝坛经》中，六祖讲的第一句话就是“菩提自性，本来清净，但用此心，直了成佛”。本来清净的菩提自性，神秀并未见到，并未显现，所以他还在迷中。

“天明以后，五祖唤了卢供奉来，向南廊壁间绘画图相，忽然看到神秀写的偈子，就说：供奉你不用画了，麻烦你这么远道而来。经上说：所有的相，都是虚妄的。留下这个偈子，让大家读诵、受持。”

大家看五祖的评价：“依这个偈子修行，可以不堕恶道。”恶道指什么？佛法当中，有六道轮回，六道分别是三恶道和三善道。三恶道是地狱、饿鬼、畜生。三善道是人、天人、阿修罗。做什么会得三恶道？就是贪嗔痴。而人往往是贪嗔痴具足的。我们如果这方面的业造得多，就难免会堕三恶道。

贪是什么？贪是不该得的去得，想去得到。我们在这个地方是方便讲一下，叫作你不该得的非想得不可，没有能力得的非要得不可，这个贪就是人痛苦的根源。三恶道指的是痛苦。说堕地狱，我们不要说世上有没有地狱，是如果你痛苦，你贪一个根本得不到的东西，你当下就在地狱。

嗔是嗔恨。嗔恨指什么？就是你急切想要的东西，有人悖逆着你的心念来做事情，因此你的心就被打击，导致恨、怒这一类的情绪起来。嗔恨时，大家的痛苦就更重了。

大家都应该知道，爱发脾气的人，如果说年龄已经不小了、脾气一直很大，那么，你可以考虑他的心脏、肝可能会有毛病。这样的人开心是有限的。

如果你是一个爱发脾气的人，不是生活很顺了你不发脾气了，而是无论如何你都会发脾气的，因为发脾气在你，不在外界。发脾气在你这个人，而不在外界的条件。什么样的条件都可能会让一个人发脾气的，只要他是个爱发脾气

气的人，只要他是一个愚蠢的人。

痴是指愚痴，它与智慧相背，在佛家叫无明。痴就是不明因果关系，想要得到一个结果又不知道做什么可以得到。你不知道的话应该先去弄明白，但是又不去弄明白，糊里糊涂地就去做，得不到好结果又抱怨天，怨天尤人，觉得没有天理。

我们想一个问题：如果你糊里糊涂地做事情，怎么能出来好的结果？

不是说做事情没有得到好的结果这没有天理，而是一个糊涂人糊里糊涂做事情想得到好的结果，如果他能得到就没有天理了。

大家要好好去考虑这个问题，这里边是因果规律的问题，而不是我怎么说你愚蠢。

“依这个偈子修行，可以减少你的痛苦，慢慢地提升你的智慧。五祖令门人点上香，礼拜恭敬，都去读诵这个偈子，慢慢可以见性。”不是说读了这首偈子就马上得道了，而是慢慢地朝着这个方向走。“门人读诵这个偈子，都赞叹说真好。五祖三更天把神秀唤到堂里，问：那个偈子是你作的吗？神秀说：确实是我作的，我不敢妄求祖位。希望和尚慈悲，看弟子是否有少许智慧？”

平等思维是做什么？就是看人的心。

那么，如何看人的心？大家在跟别人对话时，如何看到对方的心？不是你去琢磨这个人在想什么，而是他的心会宛然地表现。

我们看，五祖问神秀说：“这个偈子是你作的吗？”神秀回答说：“确实是我作的。”按说回答到这儿就完了，但是他还要继续说什么“不敢妄求祖位”。这就是他的妄心。因为他特别怕五祖说他为了求祖师之位而去写偈子，所以十三次要去叩门而不敢叩，半夜睡不着，最后把偈子写在走廊上。这些都是他依妄心在做事。

大家看，他主动地往下说。

“法不孤起，必有所为。”人家没有问你这个，你为什么要说？就是因为你有一个心念，由此心念而起一个说法。

我以前说过，《六祖法宝坛经》非常好，它很简单，说它很简单是相对于《金刚经》来说，它可以说是《金刚经》的一部注释。

六祖是一位非常好的老师，他好在哪里？

他开悟见性，这是第一大好。第二大好是他不识字，也就是说他不是个所谓的有知识的人。

什么意思？

六祖所说的全是大白话，即使记在书上也是非常简略的话，这些话对我们来说理解起来比较容易。由于他已见性，用的讲解方法又非常简单直白，所以度化的众生就特别多。六祖门下有好多的人悟道，成为大成就者，像永嘉、法海、法达等。

从六祖这里，我们也许能学到更多教育孩子、提升自己智慧、让自己幸福、让身边的人幸福的道理。

“神秀说：希望和尚慈悲，看弟子是否有少许智慧？五祖说：你作这首偈子，一看就没有见性。你还是在门外，没真正入门。这样的见解，想要达成世出世间二种法的圆融，跳出六道轮回，真正见到本性，是不可能的。”

依这样的见解不可能见性。五祖对徒弟是干净利落，不带任何的含糊。

有人可能会奇怪，既然如此，那为什么前面五祖说“依此偈修，免堕恶道。依此偈修，有大利益”呢？他的意思是，如果作为凡夫，作为一般的人，依这首偈子修，会逐渐地变幸福，智慧慢慢地提升，能够解决一些问题。如此而已。

五祖弘忍对神秀写的偈子很明确地有一个看法，这里面非常干净利落，没有什么好含含糊糊的。

为什么我要不断地提这个“含含糊糊”和“干净利落”？

因为凡是真正的修行人，有大智慧的人，做事情从不含糊。一个犹犹豫豫的人不会有智慧。

五祖弘忍说神秀的偈子“未见本性”，他不谈“哎呀，你说得差不多了，还不错”，类似这样含糊的话根本没有，是不行就是不行。但是，对于普通的修行者，对于根器比较钝、比较慢（人是分根器的，确实有快有慢）的那种人来说，依此偈修可以不堕恶道，可以减少痛苦。但这个作用是在世间的作用，跟本性无关，未见本性。并且呢，就是学佛法只到门外未入门内，“依这样的见解，欲觅求无上菩提，了不可得”。

我们从神秀的一些做法，他的犹豫、他的妄想执着这些情况也看得出来，他的智慧的确有限。这个有限指什么？指跟惠能这样的高手、这样的祖师大德比。其实神秀后来成为国师，武则天都要跪拜他，称他为师的，所以说他是一个非常厉害的人，不是一般的法师可比。但是呢，他当时未见性就是未见性。

五祖说的经指的是《金刚经》。“凡所有相，皆是虚妄”，下面一句是：“若见诸相非相，即见如来。”

我曾经给同学们和家长们讲过，我们平等思维的学习十步法、学会的三个标准、各种三步法等这一切的内容，都是来自《金刚经》中的这一句话：“凡

所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，即见如来。”我们家长课上讲的沟通方法，核心也在于此。

“凡所有相，皆是虚妄”，对于学生的学习来说有什么启发？

学生所有学习的题目和知识点都是虚妄的。什么意思？就是说那些题目和知识点不是我们真正要教给孩子的东西，我们要通过教会孩子这些题目和知识点，来帮孩子悟到其中的道理。

我们帮孩子做题目，是要帮孩子通过会做这些题目来悟到题目所隐含、所彰显的那些规律、规则、道理、定律、定理，是要达到这个目的。做题目不是根本，所以很多人做了很多题目成绩仍上不去。

我们在教孩子做题目的时候，其实不是在教孩子做一个题目，我们在通过做题目这个工具，来帮助孩子悟到做题目背后的道理。我们在利用题目（“凡所有相”的“相”）这个手指，来指向规律、规则、定理、定律等这个月亮。

“修多罗教，如标月指。若复见月，了知所标，毕竟非月。”“修多罗教”指佛所讲的这些究竟的经典，这些经典就像指向月亮的手指，就相当于有一个人在用手指指月亮，帮助你看到月亮。如果看到月亮，你就知道这个手指不是月亮。不要把手指当成月亮。如果我拿了一根树枝或者是一根木棍在指向月亮，这根树枝、木棍不是月亮。如果我拿一本书指向月亮，这本书不是月亮。任何所标指的东西都不是月亮，究竟的道理才是月亮。

大家去悟这一点。

## 经文

“无上菩提<sup>[1]</sup>，须得言下识<sup>[2]</sup>自本心，见自本性。不生不灭，于一切时中，念念自见，万法无滞<sup>[3]</sup>。”一真一切真，万境自如如。如如<sup>[4]</sup>之心，即是真实。若如是见，即是无上菩提之自性也。

## 注释

[1] 无上菩提：佛、缘觉、声闻各于其果所得之觉智，称为菩提；佛之菩提为无上究竟，

故称无上菩提。三菩提之一。又作诸佛菩提、阿耨多罗三藐三菩提、无上正等菩提、大菩提。《大宝积经》曰：“常化诸众生，心不生疲倦；于无上菩提，坚固不退转。”

[2] 识：心之异名，了别之义也。心对于境而了别，名为识。《成唯识论》曰：“识谓了别。”同五曰：“识以了境为自性。”

[3] 万法无滞：一切诸法都以空无自性为性，空性是一如不变的，由此不变的缘故，所以万法即真如而毕竟无滞。

[4] 如如：法性之理体，不二平等，故云如。彼此之诸法皆如，故云如如，是正智所契之理体也。《大智度论》曰：“人等世界故有，第一义故无。如如法性实际世界故无，第一义故有。”

## 讲解



五祖对神秀说：“无上菩提，必须在言下立即认识自己的本心，见到自己不生不灭的本性。”“无上菩提”指的是究竟圆满的大智慧。

《金刚经》云：“是法平等，无有高下，是名阿耨多罗三藐菩提。”阿耨多罗三藐三菩提，即是无上正等正觉，即是无上菩提。

“是法平等，无有高下”，什么意思？就是你不要用高下之心去看一切法。平等思维，我们用一句话来说就是，看到事物有不同，但不以自己的判断标准来分别好坏。简单地说，就是看到事物不同，但不分别好坏。这个分别叫什么？叫作“能善分别诸法相，于第一义而不动”。“第一义”就是依本来清净之自性看一切，那么你的心就不会乱了，就不会受情绪影响。一句话怎么可以让人心乱？

有一天我在跟一个老师聊的时候，她说：“人家说了一句话，你如果是不乱，不去生气、不去反应，是不是表示你不在乎对方？”我反问：“我很乱，就是在乎对方吗？再一个，我在乎你，我就需要生气让你烦吗？”

需要提醒大家，当你在乎对方时，对方说一句话你应该去对他生气，还是不去生气去解决问题？哪一种叫智慧？什么是菩提？

情绪化都不是菩提，都不是智慧。所以我在给家长们讲课的时候，不断地提醒大家一句话：情绪化即是愚蠢。

为什么？因为人在情绪化的时候解决问题就解决不好。情绪化往往使我们要解决的问题变得更加不好，更使问题恶化。严重的情绪化会使人家破人亡、妻离子散。

无上菩提，或者说我们的本性、自性是清净的，我们迷在其中才会烦恼。

大家想：什么话会让你特别烦恼？

我现在就把这句话说给你听，你现在会烦吗？你会发现没有什么好烦的。

为什么你那个时候会烦？为什么现在不烦？

现在不烦是因为你现在相对清净，你能看到自己的心怎么样。

那个烦的时候，是你已经忘了观照自己的心，随着这句话进到这个场景中烦恼去了。你忘了观照自己的这颗心，这颗清净的心，忘了自己的本心。这就不叫“言下识自本心，见自本性”，你是言下迷糊，言下执着，言下妄想，言下烦恼。

当你一旦清净，看到自己在观照这个问题、观照自己的本性的时候，当下菩提自现，这就是转烦恼为菩提，烦恼即菩提。

看清楚烦恼就没有烦恼，就是菩提。

迷到烦恼当中，即是凡夫，即是愚痴，即是迷乱。

在面对一个外境，一个你以前迷的时候可能会烦恼的外境的时候，去观照自己的心，去看“我在怎么样”。你会发现，你越是在看，越不会烦恼。你如果不去观照自己的心，一旦进入这个场景，你就可能难受了。

就像看电影的时候，一个场景出来，你觉得很伤心、很难过。其实那不过是光，那不过是一些光在显示一些幻象而已。这个事情可能并不存在，只是拍电影的人编的一个情况。但是你只要进去了就会伤心、难过。如果有人提示你：“这不过是电影。”你就发现这没有什么了。

如果你看电影是为了感受其中的情感的话，那你的伤心、难过我们先不说了，因为你是要这个。但在生活中你一定不想烦恼的，却常常迷于其中。你是不自觉地迷于其中，被这个烦恼、被这个环境、被这句话控制，让你欲罢不能。这个时候就叫愚蠢。

我们要时时提示自己，清醒地看问题，去观照问题，不要迷失我们不生不灭的清净自性。

反过来说，我们一般的人什么样？我们是不见本性的。为什么说不见本性？我提示大家：大家常常会有烦恼，烦恼是从哪儿来的？

很多家长来听课的时候，我带着大家一块学习平等思维，讲了很多案例，大家听了很多内容。在讲课时，我有很多的话说得非常过分，大家都不会生气。为什么？提示大家，那个时候，你是相对清净的，你是在觉知自己的。当你觉知的时候，没有什么话可以伤到你。只有你迷的时候，你迷到这个话里面去，

认为这个话是真的伤你的，认为这个话是真的，它才会伤到你。

比如一个人对你说你或者你的孩子是笨蛋，你听了会很不开心。那我现在就来说这句话，我说：“在座的各位都是笨蛋，”这一句话说完后，大家知道这是我在举一个例子，大家都不会生气的。

我现在告诉大家：我真心地觉得大家是笨蛋。大家会生气吗？

其实你会发现你也不生气的。

为什么？

就是因为你现在在觉知中，你知道这不过是唐老师的一句话，不过是另外一个人的一句话。这一句话说完了，难道你就真的成为笨蛋了吗？

各位，如果我们真的是笨蛋，别人说与不说我们都是。如果我们不是笨蛋，别人说与不说我们都不是。这个时候你就是清净的、清醒的，别人的一句话不会让你烦恼。

那什么时候别人一句话会让你烦恼？

你把这句话当真了，你就会烦恼。

这个时候你就迷在其中了，你就是不见本心、不见本性，你在迷，在随波逐流，在心随境转，你就没有做到“言下识自本心，见自本性”。

家长在跟孩子对话的时候，孩子说一句话为什么你会那么烦？因为你把那句话当真了。只要你有一句话、一个方面能当真，孩子就会拿着这个你能当真的话来引诱你，让你去生气，这个时候你就可能被孩子或者任何其他人所控制。

只要你会因为一件事情、一句话控制不了自己的情绪，你就是被别人控制的，这当然是愚蠢的，这与无上菩提了不相关，以这样的心去获得无上菩提叫“了不可得”。

“内心里不间断地、时时在观照自己的本心，在任何一法上无有执着，无有障碍。”我提醒大家想一想《金刚经》当中的一句话，叫作“应无所住而生其心”，就是你不住在那儿。

“万法无滞”，滞是干吗？你在这儿停滞。为什么要停滞？因为你在乎这个。

就像孩子跟家长说：“今天我很头疼，不想写作业了。”很少有家长会当机立断，很轻松地说一句：“好，你头疼了那就休息会儿。”几乎没有家长可以做到这一点。很多家长是这时候心里“咯噔”一停，这就叫滞，滞留、障碍。家长会想：这个孩子又想偷懒了。我要直接说出来他会烦，如果不直接说我怎么说呢？怎么能让他不偷懒而去好好学习呢？你这一滞，心里就会开始搅了，想来想去，不得究竟，不得解脱，不得解决方案。

而有智慧，无上菩提是通达无碍的。在任何时候，你都会看到事情的实质是什么。

当一个问题出现的时候，如果这个结果的出现是一个原因导致的，那么去坦然接受它。如果你要去选择，那么去选择做一个正确的原因，因这个正确的原因而得到未来的好结果。

当你是依这样的思路时，就会念念无滞，没有滞碍，什么事情一看就能轻松地做出决断。

“依你的真心自性来见这一切的时候，一切都可以真，一切法都可以显现你的真如自性。当你以清净自性、清净本性在观照这一切的时候，你会发现一切都是清净的，都是鲜明、清晰的，不受所谓凡夫或一般愚蠢的人的偏见、情绪等的影响，你会见到真实。”

在《大智度论》中有这样的话：“乱心中不能得见实事。”这个乱心是什么？就是所谓的不是念念自见本性，是万法有滞。这叫乱心。“如水波荡，不能得面。如风中灯，不能得点。”就是你的心是乱的，你会迷。有什么事情会让你执着于其中，让你迷于其中，不能彻见本性，不能保持自己相对清净的这颗心。这个时候，你的痛苦、烦恼就来了，你在处理这些法上就有滞碍。

当你是一心，就是真心地观照一切时，“一真一切真，万境自如如”。一切万境你都可以清醒地看到，那么，你就能够真心见到实事，一切问题都非常容易处理。

“以你不受外界干扰、相对真实、相对清净的心，就可以看透世间万物当中非常直白的一些问题。”

那相对不如如的心会怎么样？

不如如的心，你所见到的一切皆是带着偏见。

比如我们听孩子说话，有些时候他说的话你可能听不到真实的。为什么？因为你听他说话的时候，你会认为他说的是什么意思。那你再看他，你就看不到真实的。

因为你看到的，你会觉得这是假的。也许这是真的，但是你心里认为它是假的。那么，你就会忽略这个事情本来的样子，而以自己心里的有色眼镜去看它。如果你的有色眼镜是黄色的，那这世界上的一切事物就都在它原有的底色上加上了黄色，这时你所看到的都不是真的。

“如果能够这样观照、觉照一切万法，这样去见，这就是无上菩提的自性。”

## 经文

“汝且去一两日思惟，更作一偈，将来吾看。汝偈若入得门，付汝衣法。”神秀作礼而出。又经数日，作偈不成，心中恍惚，神思不安，犹如梦中，行坐不乐。

复两日，有一童子于碓坊过，唱诵其偈。惠能一闻，便知此偈未见本性，虽未蒙教授，早识大意。遂问童子曰：“诵者何偈？”

童子曰：“尔这獠獠不知。大师言，世人生死事大，欲得传付衣法，令门人作偈来看。若悟大意，即付衣法，为第六祖。神秀上座，于南廊壁上，书无相<sup>[1]</sup>偈。大师令人皆诵，依此偈修，免堕恶道。依此偈修，有大利益。”

惠能曰：“我亦要诵此，结来生缘。上人，我此踏碓八个余月，未曾行到堂前。望上人引至偈前礼拜。”

童子引至偈前礼拜。惠能曰：“惠能不识字，请上人为读。”

时有江州别驾，姓张，名日用，便高声读。惠能闻已，遂言：“亦有一偈，望别驾为书。”

别驾言：“汝亦作偈，其事希有！”

惠能向别驾言：“欲学无<sup>[2]</sup>上菩提，不得轻于初学。下下人有上上智，上上人有没意智。若轻人，即有无量无边罪。”

别驾言：“汝但诵偈，吾为汝书。汝若得法，先须度吾，勿忘此言。”

惠能偈曰：

菩提本无树，明镜亦非台。

本来无一物，何处惹尘埃？

## 注释

[1] 无相：无形相之意。《大宝积经》曰：“一切诸法本性皆空，一切诸法自性无性。若空无性，彼则一相，所谓无相。以无相故，彼得清净。若空无性，彼即不可以相表示。”此即谓一切诸法无自性，本性为空，无形相可得，故称为无相。

[2] 无：意谓非存在。佛教认为所谓有或无之二边（即“偏有”或“偏无”之一方）皆为谬误；唯有超越有与无之相对性，始属绝对之真如。

## 讲解

五祖告诉神秀：“你这个见地不够，你再去思惟。”

这个“思惟”跟我们现在的“思维”字是不同的。“惟”是从心而思，这个心是指本心本性，而不是我们一般所谓大脑的计较分别。所以说思惟又是指智慧的、放下偏见、放下执着，所谓无欲无求、见自本性的那种思惟。

“再作偈子，拿来我看。如果从你的偈子看你的水平已经到了，我就把衣钵传付给你。”其实五祖此话背后的意思是如果你水平不到也就算了。“神秀作礼拜别五祖出来。”

大家如果体会神秀的心的话，就会感受到他非常难过。我们看神秀，“又过了数日，作偈不成，心中恍恍惚惚，精神思虑不安，好像在梦中，行住坐卧都不快乐”。

有人会说：“师父让他作偈，他又作不出来，那他不难过怎么办？”

我们知道，现在师父让他作偈子是表明他的心地，是他的见地、水平。水平不到，勉强不得，做这种无助的努力不过是徒增伤感。

各位家长，如果我们的孩子已经落下了很多的功课，而下周就要期中考试，我们这一周之内能不能把孩子落下的功课全补上来，让他成绩一下子提高？不能！他目前的水平需要一定的时间才能把功课补上来，我们要认识到这一点。

如果你找到一个好的方法，比如我们的学习方法，我们的方法使很多学生创造奇迹，但是它一定要有一段时间，让这个孩子把没有学会的东西学会的。这个过程是什么？就是因，是一个好的原因。如果这个好的原因没有，好的结果不会来。如果没有做这个好的原因，你就算日思夜想，天天盼着好结果，为此痛苦、为此焦虑，对事情也没有任何好处，叫作于事无补。大家想是不是？

就像神秀现在一样，如果你的状态是焦虑，是急于作偈、急于表现，那你肯定是逼着自己，让自己处于一个非常被动、非常焦急烦躁、坐卧不宁的状态，所以就会导致自己“心中恍惚，神思不安，犹如梦中，行坐不乐”。

其实很简单，写不出来就不写嘛！

“又过了两天，有一个童子从碓坊路过，念着神秀写的偈子。我一听，就知道这个偈子不见本性。我虽然没有得到五祖弘忍的亲自教授，但是早已识得佛法大意。我就问这个童子：你念的是什么偈子？童子说：你这个野蛮人不知道五祖曾经说过，我们世间的人，生死事大。五祖希望能够把他的衣钵和正法相传，就令门人作偈来看。如果五祖认为谁悟到佛法大意就付他衣法，称他为

第六代祖。神秀上座在南廊壁上写了这个无相偈，大师就让所有的弟子们都来诵持。他说，依这个偈子修，可以不堕恶道。依这个偈子修，可以减少痛苦，提升智慧。我说：我也要诵这个偈子，能够结一个来生法缘。”

“上人”，在这个地方是对一个修行人、一个有德有智的人的尊称。“我在这里踏碓八个多月了，不曾走到堂前，希望上人引我到偈前礼拜。童子就把我领到了神秀写的偈子前礼拜。我说：我不识字，请上人为我读。当时有一位江州别驾，姓张名叫日用，便高声读偈子。我听后说：我这里也有一首偈子，希望别驾你代我书写。别驾说：你也作偈子，这个事可真是稀奇。”这个“稀奇”是什么意思？就是说你字都不识，还想写偈子？真是世上什么人都有！这就像我们一般人说的“真是林子大了什么鸟都有”，实际上别驾这里面带着一种讽刺，意思是惠能字都不识，怎么可能懂佛法！

这句话的前提是什么？是别驾认为修行的水平是知识。

“我对别驾说：想修行无上菩提，就不能轻慢、轻视这些初学的人。你看似下下的人，也许他有上上的智慧。你看着上上的人，好像是学识渊博、知识丰富、社会地位很高，但是他也许没有真正的智慧。我们不能从世俗的知识、官职、地位来判断一个人的智慧。如果轻视人，就会造下无量无边的罪业。别驾说：好，你说偈子，我帮你写。但是有一个条件，你要是得法、开悟了，要是得道有智慧了，可得先度我。不要忘了我的话。”

这位江州别驾，他也是一个修行人，希望得度。

“我说：

菩提本无树，明镜亦非台。

本来无一物，何处惹尘埃？”

神秀写的是“身是菩提树，心如明镜台”。显然他修行的见地、境界，还执着在某些地方上，比如他执着自己的身体为树。而惠能的这首偈子，我们用一个通俗的说法叫比较革命，说“菩提本无树，明镜亦非台”。“本无树”是无树之自性，就是没有一个东西是本来就是树的，树也是因缘和合而成。

《中论》上说：

“未曾有一法，不从因缘生。

是故一切法，无不是空者。”

什么意思？就是说这世上所有的东西，都是因缘和合而生。如果没有这些因缘就没有这个法。

《十二门论》中有一首偈子，说“众缘所生法”，就是众缘和合而生的这

个法，法指的是一切事物。“是即无自性”，因为你是有缘而起，那么无缘就不成。无缘还有你吗？还有这个自性吗？没有。“若无自性者，云何有是法？”如果没有自性，哪来这个法？

我曾问过很多家长和朋友：“你最讨厌什么？”

有一位家长对我说：“我最讨厌别人瞧不起我。”

我问：“最让你感觉对方瞧不起你的是哪句话？”

他说：“是这句，‘你什么都不懂’。”

我说：“我现在就对你说，你什么都不懂。你觉得我瞧不起你吗？你听了生气吗？”

他就发现他不生气。

也就是说，人的脾气只是在某一个场景下，因当时的因缘而生。你想在你清醒的时候拿出这个脾气来，你拿不出来的，它不是你本有的。

“众缘所生法，是即无自性。

若无自性者，云何有是法？”

包括我们心里想的、我们的烦恼、我们在乎的那些东西，是不是都是众缘所生？我们的生气、我们的烦恼，是不是都是这个？如果它没有自性，那么哪来的这个？

现在大家跟着我来一块做一个工作，你最讨厌的是什么话，你把那句话想出来，现在我就把那句话念给你，或者你自己念给自己，你看看你还讨厌这句话吗？

你能不能不讨厌这句话？

当然可以。

在大家刹那清醒的时候，在看着这本书、在一块讨论佛法、在从禅宗中悟到智慧时，你会发现，你本来的烦恼没有了，你找不到一个烦恼的自心。

很多人说：“就是他让我生气的！”

对方怎么能让你生气？怎么能？

你不生气的话谁能让你生气？

所以说，咱们世间有一句俗语，叫“世上本无事，庸人自扰之”。

我对大家有一个称呼叫“凡夫”，即“烦恼之夫”，并且是“自寻烦恼之夫”。

烦恼一定是自寻。大家记着，如果你不想烦恼，没有人可以让你烦恼。

再举一个例子，如果牙痛了怎么办？

牙痛了，是因为要掉牙，或者是吃甜东西多了长蛀牙，牙一定会痛。

你知道这个道理的时候，就像我们知道人一定会死一样。各位朋友，所有

的人我都提醒你，我们一定会死的。大家有没有难过？有没有今天晚上睡不着了？没有的。正常人都不会这样，觉得这有什么呢？这是本该如此的事情。

那么，我告诉你：如果你的牙坏了，它痛一下，本该如此。痛就痛吧，痛可以不烦恼的。

这个时候应该怎么办？去治好它。

如果这个牙痛了，知道它是发炎了，去想办法消炎。

如果这个牙坏了，它将来会不断地痛，那么拔掉，或者说去想办法治疗。

痛，就让它痛好了，因为它只能痛。

当你是这样的时侯，你会发现，疼痛和烦恼也可以分开来。

当我们坦然地面对一切时，烦恼从哪里来？所以我提醒大家，凡夫是烦恼之夫，又是自寻烦恼之夫。

一个有智慧的人，不会有人可以给他烦恼的。不会的。

有智慧的人是什么？是明确了因果律的人，就是知道做什么可以得到好结果，知道我现在受到的东西不过是我以前做的一些事情导致的结果，如此而已。这个时候哪来的抱怨？

很多人抱怨说：“你看我这孩子他就不听话。”孩子不听话，一定是你以前做的事情导致的结果，孩子一直在你身边，是你教育的。

有家长说：“孩子老朝我发火。”甚至有家长问：“孩子打我怎么办？”

各位家长，如果是这样，第一我要给你说的是“该”。

该是什么意思？是你应得的。

在我们的教育过程当中，当孩子对父母有任何的不敬时，第一次就该痛打一顿，让他知道永远不要再做这样的事情。但是你在纵容他，你一次次地纵容他，到现在你再去哭有什么用？这个烦恼叫作自寻。

孩子现在的情况，是我们把他教育成这样的，埋怨没有用。

## 经文

书此偈已，徒众总惊，无不嗟讶，各相谓言：“奇哉！不得以貌取人。何得多时使他肉身菩萨。”

祖见众人惊怪，恐人损害，遂将鞋擦了偈。曰：“亦未见性。”众以为然。次日，祖潜至碓坊，见能腰石舂米，语曰：“求道之人，为法忘躯，当如是乎？”乃问曰：“米熟也未？”

惠能曰：“米熟久矣，犹欠筛在。”

祖以杖击碓三下而去。惠能即会祖意，三鼓入室。

祖以袈裟遮围，不令人见。为说《金刚经》，至“应无所住而生其心”<sup>[1]</sup>，惠能言下大悟<sup>[2]</sup>，一切万法，不离自性。遂启祖言：“何期自性，本自清净；何期自性，本不生灭<sup>[3]</sup>；何期自性，本自具足；何期自性，本无动摇；何期自性，能生万法。”

## 注释

[1] 应无所住而生其心：为《金刚般若波罗蜜经》中之名句，又称无住心、非心。与《般若波罗蜜多心经》中“空即是色”义同。意即不论处于何境，此心皆能无所执着，而自然生起。心若有所执着，犹如生根不动，则无法有效掌握一切。故不论于何处，心都不可存有丝毫执着，才能随时任运自在，而如实体悟真理。

[2] 大悟：破无始之迷妄，开真实之知见者。《观无量寿经》曰：“廓然大悟，得无生忍。”

[3] 生灭：指生起与灭尽，有生必有灭之义。又作起灭，与“生死”同义。生死乃就有情而言，而生灭则广通一切之有情与非情。由因缘和合（即一切条件满足时）而成立之一切法（即有为法），因有变移之性质（无常），故必有生灭；若离因缘而永久不变（常住）之一切存在（即无为法），则为无生无灭（不生不灭）。以大乘中道之正见而言，有为法之生灭为假生假灭，而非实生实灭。以佛教之人生观而言，一切万法皆连续而往复生灭于刹那刹那者。

## 讲解

“这首偈子写出来后，五祖的那些徒弟们全都惊呆了，大家没有不赞叹的，都感到吃惊，说：真是奇怪！确实不能以貌取人的，什么时候他居然成了一个肉身菩萨，写的偈子竟然这么地通透，具有灵性！五祖弘忍看到大家都很惊奇怪异，就害怕有人会损害惠能，于是拿鞋擦了这偈子，说：也没有见到清净之自性。众人都觉得确实是，惠能应该也没有见性。”

为什么会这样？这里面当然含有很多普通人比较阴暗的一些思想，比如我

没有本事，我当然也不希望随便出来一个人就本事很大，不希望这样。

所以说我要提醒大家，“众以为然”，“然”是对的意思。并不是大家真的在这么判断，而是大家心里不想觉得“这么一个刚来的人就比我强”。有这种心，他们才会在别人说惠能不好的时候积极地、很愿意地去赞同。这里面是有心思的。

“次日，五祖悄悄地去了碓坊，看到我腰上绑了一块石头在舂米。我的身体比较瘦弱，压不起来，于是就在身上绑了一块石头来做这件事。五祖说：求道的人，为了求法而不惜牺牲生命，就应该这样的呀。”这是一种赞叹。

接下来，五祖问惠能：“米舂好了吗？”这句话有双关之意，暗含的一个意思就是你现在修炼得怎么样了？你准备好了？你的思想成熟了吗？是不是在准备接受我的指导，能够继承我的法了？

“我说：米早就舂好了，只差用筛子来筛了。”这也是双关意，意思是，从佛法的角度来说，我已经修炼得可以了，只是需要法师来给我印证。

人在修行过程中往往会变化比较大，有些人会感觉到自己修行得很好了。如果大家要是去一些灵修网站，比如修行佛法的网站，有时候会看到有些人说“我开悟了”“我已经是什么样的水平了”。像这样的人，当然有可能是真的开悟，但是呢，很多人是自以为开悟，就是自己以为自己了了不起的，只是“自以为是”而已。像这样的人如果碰上真正开悟的人、真正的高手，一探就知道他的水平。但是呢，如果不探、不试，他总觉得自己很不错，好像自己什么都知道了，甚至他都感觉不到痛苦。

曾经有一个家长课学员对我说：“唐老师，我已经没有痛苦了。”要知道，当他这么说的时侯，当下给他一个痛苦是很难的，我们又是在网上交流，我连给他一棒子也不能。

我说：“好。”

过一会儿他问我一个问题，他说这不是他要问的，这里面其实也含着一个意思，就是说“我这儿已经没有问题了，我是替一个朋友问问题”。

我提醒他说：“如果我不回答你，你会痛苦吗？”

他说：“不会痛苦的。”

我说：“那好，我就不回答你。”

于是我就不回答他的问题，继续回答别人的问题。课快结束时，他又来问我这个问题。

我说：“我不回答你，反正你无所谓嘛！我回答那些有所谓的人的问题。”

他说：“我有所谓。”

我说：“你有所谓是什么意思？我不回答你，你会怎么样？”

他说：“如果你不回答我，我会比较难受，因为我没法向那个朋友交代。我是替朋友来问的。”

实际上很多时候，我们对自己不一定很清楚地了解，所以高手需要真正开悟的人、见道的人来印证。

“五祖拿手杖在碓上面‘梆梆梆’敲了三下。”这个地方大家一看就能想起孙悟空来，孙悟空就是师父在他头上“梆梆梆”敲了三下，于是三更入室。孙悟空这个故事其实就是从《坛经》里借用的。

“我当即领会了五祖的法意，三更进入五祖的丈室。五祖用袈裟把窗户遮起来，不让别人见到，给我讲《金刚经》。讲到‘应无所住而生其心’时，我即在此句言下大悟，悟到一切万法不离自己的清净自性。”

在《金刚经》中，佛告诉大家，发阿耨多罗三藐三菩提心的人，就是一个发心要成就自己的智慧并以自己的智慧去成就他人的人，他的心应该住在哪里，想什么，结论就是“应无所住而生其心”。

“无所住”是什么意思？

就是心不执着于任何的外界事情，不执着于牵挂、挂碍任何事而生其心。那么“无所住”要生什么心？提示大家，就是生清净心。有“清净心”你就可以没有痛苦，有“清净心”你就可以彰显自己的智慧，而智慧可以解决你所面临的一切问题。

所谓的问题，不是说能够无住而生心的人的问题，而是以度化众生、为他人解决问题为问题，自己没有什么问题。

当你没有挂碍的时候，当你不执着于一定要什么和一定不要什么的时候，问题在哪儿？哪来的问题？

这就是“应无所住而生其心”。

五祖讲到“应无所住而生其心”的时候，惠能大悟。“我向五祖启陈自己所悟：没有想到，原来自性本来就是清净的，原来自性本来就是无生无灭的，原来自性本来就具足万法，原来自性本来无动无摇，原来自性能生万法。”

“能生万法”是什么意思？就是它本来清净，而依因缘讲，可以去阐释一切的万法。禅宗有一句话叫“弥为六合，归为一元”，就是弥散开，你可以依自性去讲这世间所有的一切；收的时候，你回归自性的时候，这一切又可以是自性一如的。

世间的法，一切皆是因缘所生，非有非无。有，是大家能够看到它有这个相在。非有是什么意思？就是它又是因缘所生，没有因缘始终没有这个法。

## 经文

祖知悟本性，谓惠能曰：“不识本心，学法无益。若识自本心，见自本性，即名丈夫、天人师、佛。”

三更受法，人尽不知，便传顿教及衣钵<sup>[1]</sup>。云：“汝为第六代祖。善自护念。广度有情，流布将来，无令断绝。听吾偈曰：

“有情来下种，因地果还生。

无情亦无种，无性亦无生<sup>[2]</sup>。”

祖复曰：“昔达摩大师<sup>[3]</sup>，初来此土，人未之信<sup>[4]</sup>。故传此衣，以为信体，代代相承。法则以心传心，皆令自悟自解。自古佛佛惟传本体，师师密付本心。衣为争端，止汝勿传。若传此衣，命如悬丝。汝须速去，恐人害汝。”

## 注释

[1] 衣钵：衣指袈裟，钵是出家人用来盛施主供养食物的应器，二者都是出家人重要的法物，并可作师承的信证。衣钵的授受即代表着心法的接受。

[2] 无生：谓诸法之实相无生灭，与“无生无灭”同义。所有存在之诸法无实体，是空，故无生灭变化可言。然凡夫迷此无生之理，起生灭之烦恼，故流转生死；若依诸经论观无生之理，可破除生灭之烦恼。

[3] 达摩大师：菩提达摩的简称，印度人，梁武帝时泛海到达中国的广州，武帝迎至建业，因与武帝话不投机，遂渡江入魏，在嵩山少林寺面壁九年，为中国禅宗之始祖，圆寂于东魏天平以前，葬熊耳山。

[4] 信：心所法之名。于诸法之实体，与三宝之净德，世出世之善根，深为信乐。使心澄净是为信。《颂疏》曰：“信者澄净也，如水精珠能澄浊水，心有信珠令心澄净。”《大智度论》曰：“佛法大海，信为能入，智为能度。（中略）复以经中说信为手，如人有手入宝山中自在能取，若无手不能有所取。有信人亦如是，入佛法无漏根力觉

道禅定宝山中自在所取。”

## 讲解

“五祖知道我已悟见本性，对我说：不认识自己的本心，即使学法多闻也没有益处。若认识自己的本心，见到自己的本性，即可称为调御丈夫、天人师、佛。三更受法，寺中众人都不知道，五祖弘忍传授我顿教法门及衣钵。”

衣钵是当年佛祖传给大迦叶，一代一代传下来的。

顿教的“顿”字和“渐”字相对应，“渐”是相对慢的，是一步一步地、渐渐地悟。而“顿”是快的，一下子就悟到。

“五祖嘱咐我说：你接下来就是第六代祖。自己已经悟到的智慧要去保住，不能往下滑，还要尽量再去提升自己的智慧，广度其他有情众生。”“有情”指的是有情众生，天、人、阿修罗、地狱、饿鬼、畜生等六道众生都是有情，他们有感情、有心思。无情指无情众生，比如植物、家具等。众生的意思是众缘和合而生。“你不要使我们这个顿教法门——禅宗、禅法断绝了。听我给你说一首偈子：

“有情来下种，因地果还生。

无情亦无种，无性亦无生。

“五祖又说：当年达摩大师刚来此土的时候，一般人不相信达摩的禅法，所以当时达摩就想了一个办法，用这件袈裟和这个钵作为信物，就像传印一样一代一代传下来。”

大家知道，凡是有此衣钵的法师就是真的、能代表正法的法师。这叫代代相传。刚才传的是一个祖师的位置，可以有一个印信。“法则是以心传心”，“法”指的是修行佛道的法、提升智慧的方法。法是以心传心，令每一个接受法的人自己去领悟、去悟解，而不是说我能有什么东西给你，没有什么东西可以给你的。

“自古以来，佛与佛之间能够传的都是自性本体，师父对弟子只是密付自性本心。”

“衣钵是争夺的祸端”，这个“衣钵”是什么？它就是一个代表你的祖师身份的东西，它跟法、智慧是没有关系的。传给一个人了，另外的人会去夺，所以说“到你这儿别再传了”。

大家如果看武侠小说就知道了，人们都为了争夺上一代比如住持、掌门传下来的信物而互相打打杀杀。不只武侠小说，国家政权也是如此。一代皇帝要往下传皇位，就会有人要夺这个皇位。皇位就是争端，权力就是争端。

其实大家会发现，只要你在乎的东西都会成为争端，何止是衣钵！何止是王位！

在我们家里，话语权就是争端。比如家长说话想让孩子听，孩子当然也愿意自己说话让家长听。这就是争端，所以说争端是时时处处都存在的。

衣钵代表了什么？代表了权力。五祖弘忍住持寺庙，他传衣钵时，除了衣钵，除了“六祖”这样一个名号，还牵涉到很多的事。比如寺庙往往会有地产，六祖的地位又可以满足人的权力欲，可以号召天下修行者。这显然有很大的利益。

一些不正经修行的人，心不正，他就会看到衣钵后面的利益。为了获得这些利益，他就会起恶心，就可能会杀人夺权夺利，所以五祖说“倘若再往下传衣钵，必将有危及生命的祸事”。

按说大家都是入佛门的修行人，怎么还会这样？

其实，入佛门的人中，有一小部分可能就不是真正来修行的。大家知道，像《水浒传》中鲁智深是杀了人要逃命才出家的。类似于这样的情况现实中肯定是有的。这样的人，争权夺利的心当然还在。他们为了争权夺利，可能就要杀人，就要靠武力来争夺他们想要的名利。

但是，大家看到这个情况的时候，不要因此而看轻了佛法智慧。没有佛法智慧的人才会去这么争权夺利，让自己陷入这种生杀关系当中。

因此，五祖告诉惠能：“你赶紧离开这里，要不底下那些师兄们，那些不好好修行的人，他们为了跟你争夺衣钵就会害你的。”

## 经文

惠能启曰：“向甚处去？”

祖云：“逢怀则止，遇会则藏。”

惠能三更领得衣钵。云：“能本是南中人。素不知此山路，如何出得江口？”

五祖言：“汝不须忧，吾自送汝。”

祖相送直至九江驿。祖令上船，五祖把橹自摇。惠能言：“请和尚坐，弟子合摇橹。”祖云：“合是吾渡汝。”惠能曰：“迷时师度，悟了自度；度名虽一，用处不同。惠能生在边方，语音不正。蒙师付法<sup>[1]</sup>，今已得悟，只合自性自度。”

祖云：“如是如是<sup>[2]</sup>。以后佛法，由汝大行，汝去三年，吾方逝世。汝今好去，努力向南，不宜速说，佛法难起。”

## 注释

[1] 付法：指付嘱传法。即择人授法，令教法维持传承，付嘱护持之。次第传法授人，称为付法相承。佛教不允许个人之独断，故颇重视释尊以来之正法无误地相传，各宗亦均有其付法相承之说，尤以禅宗及密宗特别重视，付法之时为作表记，常授与衣钵，故又有“付法传衣”之称。

[2] 如是如是：为对他人印可证明之语，亦即对他人之所说所解，加以肯定、赞成之意。

## 讲解

“我问五祖：我应该往哪边去？往什么地方走？五祖说：到怀集就停下来，到四会就隐居下来。”怀集县和四会位于广东省的肇庆境内，四会于1993年撤县设市。

“三更天，我领了五祖传的衣钵后说：我是南方人，对这里的山路本来就不大清楚，我怎么能出得了江口？”山下有一条江，“江口”指的是九江驿。“五祖说：你不用太担忧，我会亲自把你送出去。五祖送我直到九江驿，让我上了船，五祖自己拿起橹自来摇船。我就站起来对五祖说：请师父坐下来，作为弟子我应该摇橹。五祖说：应该是我来渡你。”这个“渡”字语带双关，既是渡船的渡，又是度化的度。

“我说：当我迷茫的时候，看不清方向，师父给我指清方向，是师父来度化我。当我悟的时候，我自己就知道方向，知道自己往里去，我要自度。度的名字虽然一样，但它的用处是不一样的。我生在边方蛮夷之地，说话语音不是很纯正。承蒙老师传授正法，我今天已得开悟，只应该自性自度。”

其实家长对孩子也是这样。相对来说，我们比孩子懂的要更多，相当于孩子的老师。孩子迷，家长要对孩子“迷时师度”，要去度他。慢慢地让孩子启蒙、成长，逐渐地“悟了自度”。当然这里我用的“悟”是比较浅的意思，是对知识的掌握。其实佛法里的“开悟”是非常大的一个词，它指的是一种修行境界，要放下很多的执着，要见道，见惑断掉。这里我们不过多地讲这个。

自性自度，指的是自己度化自己。

怎么能够自己度化自己？就是我自己能睁开眼睛，我能看到什么是正路、大路，什么是深渊，什么是荆棘满地。这个时候我走的路就是朝着正的方向，就不会有危险。

家长经常做什么样的工作？就做五祖弘忍说的“把橹自摇”这样的工作，就是有什么事我们恨不能赶紧替孩子做了。

有了孩子以后，你心里会自然地产生对孩子无限的怜爱，你恨不能替他把一切的事情都解决，恨不能替他把所有的障碍都除掉，不要让他遇到任何麻烦，让他平平稳稳地度过一生。

但是，世界永远不会平平稳稳的，一个人总会遇到这样或那样的麻烦。每一次遇到麻烦时，我们不是教会孩子自性自度，而是自己去把孩子度过去。但是你要知道，人生是由无数条河流组成的。你帮他渡过了这条河流，他以后还会面对更多的河流。父母能不能一直去帮助孩子渡河？

所以说，我们应该教他们什么？就是惠能说的这句话：“只合自性自度。”教孩子自性自度，教他变得智慧，遇到问题自己解决。

同样，大家听唐老师讲经，也不是唐老师要去帮助大家解决你们所面临的教育问题，而是启发大家的智慧，让大家自性自度。

那么，你们怎么去带孩子？怎么去教孩子？

同样是教会孩子自性自度。

孩子来基地学我们的学习方法，我们带着他们在做什么？也是教会孩子在学习上自性自度，在生活上，在跟同学、老师的交往当中自性自度，而不是我们给他们一个拐杖，不是我们要带着他们把这个做好了，没有我们他们就不行了。我们一定朝着他们自己能够自性自度这个方向来教孩子。

从这一点来说，我们基地和家长是有同样的目的，就是要教会孩子自性自度。

五祖弘忍对惠能大加赞叹：“如是如是。”

凡是来听过我们家长课的，都会记得我教过大家一个词，叫“凡事说好”。这个“好”字和“如是如是”是同样的寓意。

五祖说：“以后佛法，由你的传播将会大范围流行起来。你走了三年以后，我就会圆寂，离开这个世间。”这是第二次显示五祖弘忍的神通。一开始惠能问他自己往哪儿去，五祖说“逢怀则止，遇会则藏”。他怎么会知道？其实就是神通的显现。

“你现在赶紧好好去往南方走，但是呢，不要着急着很快出来说法，在这个时候你讲佛法是不适合的，会有很多的障碍让你不能好好地讲法，也可能会

有危险。”

## 经文

惠能辞违祖已，发足南行。两月中间，至大庾岭。（五祖归，数日不上堂，众疑，诣问曰：“和尚少病<sup>[1]</sup>少恼否？”曰：“病即无，衣法已南矣。”问：“谁人传授？”曰：“能者得之。”众乃知焉。）逐后数百人来，欲夺衣钵。

一僧俗姓陈，名惠明。先是四品将军，性行粗糙，极意参寻，为众人先，趁及惠能。惠能掷下衣钵于石上，曰：“此衣表信，可力争耶。”

能隐草莽中。惠明至，提掇不动，乃唤云：“行者！行者！我为法来，不为衣来。”

惠能遂出，盘坐<sup>[2]</sup>石上。惠明作礼云：“望行者为我说法。”惠能云：“汝既为法而来，可屏息诸缘，勿生一念，吾为汝说。”明良久，惠能云：“不思善，不思恶，正与么时，那个是明上座本来面目<sup>[3]</sup>。”惠明言下大悟。

## 注释

[1] 病：于佛法上是谓病于四大（构成色法的要素，即地、水、火、风）失去调和时而引起。《涅槃经》有云：“病谓四大毒蛇互不调适。亦有二种。一者身病，二者心病。”《大智度论》云：“病有二种。先世行业报故，得种种病；今世冷热风发故，亦得种种病。”

[2] 盘坐：即结跏趺坐，是坐禅入定的姿式。其法：盘膝交叠双腿（结跏），用足背（趺）放在股腿上。单以一趺置一股的，称半跏趺坐；交叠双趺于两股的，称全跏趺坐。这样坐式，形体稳固、端庄，能心安气缓，便于入定。

[3] 本来面目：禅林用语。乃人人本具、不迷不悟之面目。又作本地风光、本分田地、自己本分、本分事，即身心自然脱落而现前之人人本具之心性。

## 讲解

“我在九江驿辞别了五祖以后，独自一个人，放开脚步南行。经过两个多

月时间，来到了大庾岭。”

有的版本有这样的内容，说“五祖回来以后，好几天不上堂来。他的徒弟们心里都起了疑惑，就去问师父：您身体没有问题吧？五祖就说：我没有病，衣钵和正法已经南行了。徒弟们就问：谁人得到传授？五祖说：能者得之。”这个“能者”，可以是有能力、有智慧的人，也可以是惠能。“徒弟们就知道了”，原来师父已经把法传给惠能，惠能带着衣钵往南去了。“随后就有几百人，都往南去追我，希望得到衣钵。”

我们看这些人，他们是为了衣钵，而不是为了正法。衣钵代表什么？代表权势、利益。这些人因为想得到权势、利益，而去想得到代表正法的衣钵，他们会怎么样？他们当然会烦恼，然后去做很多不好的事情。

“有一个僧人俗姓陈，法号惠明，在家时曾任四品将军。”他出家以后，也是希望能够成就正法，但由于他“性格品行都比较粗”，修法不得正法。“他非常用心思、非常认真地追我，在众人当中第一个追上我。我就把衣钵放到一块石头上，说：这个衣钵是表征正法的信物，难道可以通过强力来掠夺吗？”这句话的意思是，有正法者得而居之，无正法者得不到，得到它也不代表正法。

在沟通中，如果你说话是不占理的，假设给你职权，比如给你一个做父母的权力，你应该是说了话让别人听的。但是如果你说得不行，那早晚你的职权会被别人漠视。

为什么会这样？

因为你说得没有道理。

那个职权，它是代言正义、真理、公平、公正的。

如果我们自己说的话不够好，虽然我们是家长，孩子也不听我们的。

很多家长来跟我们聊时说：“孩子不听话。”同时，常常有孩子抱怨这样的家长，抱怨他们说话不算话，说了以后不能执行。

有时候家长许诺孩子做到什么，就给孩子一些好东西。但是孩子做到之后，家长又反悔了。这样孩子当然会急，经过三番五次的斗争，最后家长不得不让步，把该给孩子的东西给了孩子。这个时候，孩子尽管得到了该得到的东西，但是他依然会觉得家长说话不算数、不认账。

这样的家长，担着父母的名，行使着父母的职权，但是由于做事情不得正法，你觉得好像有这个“衣钵”——有了孩子我就是父母了，我说话孩子就该听。在孩子不懂事的时候可以，慢慢地孩子懂事了，如果你还总是不能信守承诺，自己的修行、人品上有问题，那么孩子就会瞧不起你。

我知道有的家长由于没有教育好孩子，孩子会动手打家长的。有这样的情况。

大家记着，我们做父母，不表示我们在这个位置上说了话孩子就一定听。家长制如果没有正义、正理、正法在维持，就执行不下去，做家长就会很难。

“我隐藏于草莽之中。等到惠明追近了，看到衣钵在这儿他就来拿，结果捉掇不动，于是他就大声地喊：行者行者，我是为法而来，不是为了衣钵而来。”

这话显然是不够真诚的。我们也可以这么想：他看到一件僧衣、一个钵放在那儿，他作为一个武官都不能拿起来，他就知道，这里面有神异的事情，惠明可能确实有超人的智慧。于是他回心转意，对惠能说：“我是为法而来，不是为了衣钵而来。”

“于是我就从草莽当中出来，盘坐在石头上。”其实六祖是等候惠明来问话。

“惠明向我作礼说：希望行者为我说法。”

这是六祖惠能开始讲法的第一步。这部经中惠能有很多次讲法，每一次讲法都是对我们智慧的开示。他讲法非常简洁直白，非常有效，很容易让人开悟。

“我说：你既然是为法而来的，要去把狂乱分别的杂染心，就是你心里想好想坏、想东想西、想这个想那个，这些杂乱的心要摒弃掉，让它歇息下来。不要去生好啊、坏啊类似这样的念头，不去分别好与坏。你这样做，我现在就来给你说法。”

“惠明默息了很长时间”，他就像惠能所说的，“屏息诸缘，勿生一念”，他把心调整好了，然后，惠能与他说法。

“我说：在一切法上你不要去分别，心中不要起善和恶的想法，就是你看到事物不同，但不分别好坏，不以自己的喜好来判断好坏。”

在《维摩诘经》上，有这么一句话，叫作：“能善分别诸法相，于第一义而不动。”其实也是类似的意思，就是你去看到事物有不同的相状，但是呢，由你的如如不动之心去看，不以你的喜好去分别好坏，也就是“不思善，不思恶”。善恶如幻，都是凡夫的妄想执着而已。

比如，我们会看到孩子的学习、成长，是不是撒谎等等这些事情。当你看到这么多事情的时候，你会去判断好与坏。而当你判断一个事情是不好的时候，你会怎么样？你会摒弃孩子做的这个事情。当你摒弃的时候，你去因自己反感这个事情而生气地说话的时候，反倒会因此让孩子对你生起反感，你反倒不能帮到孩子。这就是我们心生善恶而导致不能帮孩子的一个情况。所以说“不思善，

不思恶”，不要以自己的好恶去分别好坏。

那么，当下之时，“哪个是明上座的本来面目呢？”这个“不思善，不思恶”，不去妄想分别而又觉知着的当下，就是我们清净的本来面目。其实这个究竟做到就是见自性了。

大家跟着我来一起做功课，现在脑子里什么都不要去想，也不去判断什么好什么坏。这一刻大家的觉知依然在，大家能够觉知而又不去判断事物的好和坏，不去随着这样那样的事情想来想去，这一颗的这颗心，就是我们的本来面目。

惠明听了惠能的这一句话，一下子就悟到了很多。

惠能刚才说的这一句，大家要记清楚。如果大家在生活中有烦恼，如果大家要解决问题的时候情绪化起来了，提醒大家去做这个功课：“屏息诸缘，勿生一念。不思善，不思恶。”那一刹那，那个就是我们的本来面目。

那个时候，我们就会清净。

常做这样的功课，我们的心就会如如不动，就可以使自心更加清净，就可以生无量智慧，那么，我们自然也就清净快乐。

大家知道，佛法是要“诸恶莫作，众善奉行”。惠能说“不思善、不思恶”，他的意思是什么？就是善恶是因缘所定，我们是依因缘而判断什么好、什么不好。

我们凡夫俗子会认为于我有利的为好，于我不利的为不好。如果有一个人可以帮我赚到钱我觉得他好，有一个人让我损失钱我觉得他不好。其实这些所谓的善和恶都是我们的妄想分别。

当你“不思善，不思恶”，不去分别这一切时，这一刹那就是“明上座本来面目”，也是我们的本来面目，是我们的本性显现的时候。

我们以家长教育孩子为例来说。比如一个上了初中的孩子，他不听家长的话，家长就对他有一个善恶的判断，说这个孩子逆反。

我想提醒大家，说孩子逆反当然是我们的一个见解，但这是不是一个偏见呢？

当我们认为孩子逆反的时候，我们会很反感孩子逆反，“他不听话，不听我们的话”，这个时候我们就对孩子不满，想改变他。当孩子感受到我们对他的这种不满时，他就会更不愿意接受我们的建议或者是命令，于是我们更觉得孩子逆反。

如果我们让孩子做一件事情时孩子不去做，我们应该“不思善，不思恶”。

孩子不做自然有他不做的道理，他不做是为什么呢？去向孩子请教这个问题，我们就开始沟通了。

我们看“逆反”这个词，“逆”是叛逆，“反”是反面、反叛，都是类似这样的意思。说别人逆反自然就以自我为顺和正为判决，基于自己是顺的、正的、好的，所以跟我们不同的就是反的、逆的。如果我们认为孩子逆反，这个偏见一起，孩子就不愿意和我们沟通了。

家长跟孩子的沟通往往是这样的情况。

如果我们“不思善，不思恶”，那么孩子说不愿意做什么只是他的一个想法而已。他的想法一定有他的道理，我们去帮助孩子分析清楚他的道理，弄明白他为什么会做这样一个判断。然后，我们再去帮助孩子分析，做什么会对他好，这时我们再让他去做那件对他好的事，他就会听我们的话了。

孩子听话是听什么？不是听我们的话，是听对他有利的、有正向帮助的话。我们的话是不是一定对孩子有利、有正向帮助呢？不一定。

做父母的难免有时候会带着自己的偏见看孩子，尤其是在孩子逆反的时候。所以说各位家长，“不思善，不思恶”，那一刹那就是我们见到本性的时候，就是我们智慧显现的时候。

和谐沟通三大步骤第一步就是接纳，接纳是什么？是“不思善，不思恶”，是以对方现有的情况接受对方，而不是我们这里有一个对的标准，要求对方按我们的标准来做事。

## 经文

复问云：“上来密语密意外，还更有密意否？”

惠能云：“与汝说者，即非密也。汝若返照，密在汝边。”明曰：“惠明虽在黄梅，实未省自己面目。今蒙指示，如人饮水，冷暖自知<sup>[1]</sup>。今行者即惠明师也。”惠能曰：“汝若如是，吾与汝同师黄梅。善自护持。”明又问：“惠明今后向甚处去？”惠能曰：“逢袁则止，遇蒙则居。”明礼辞。（明回至岭下，谓趁众曰：“向陟崔嵬，竟无踪迹，当别道寻之。”趁众咸以为然。惠明后改道明，避师上字。）

惠能后至曹溪，又被恶人寻逐。乃于四会，避难猎人队中，凡经一十五载，时与猎人随宜说法。猎人常令守网。每见生命，尽放之。每至饭时，以菜寄煮肉锅。或问，则对曰：“但吃肉边菜。”

一日思惟，时当弘法，不可终遁。遂出至广州法性寺。值印宗法师讲《涅槃经》<sup>[2]</sup>。时有风吹幡动。一僧曰风动，一僧曰幡动，议论不已。惠能进曰：“不是风动，不是幡动，仁者心动。”一众骇然。

## 注释

[1] 冷暖自知：水之冷与暖，唯有饮者自知，而无法说明。以此而比喻悟之境界亦唯有悟者自身领受而无法告知他人。

[2] 《涅槃经》：即《大般涅槃经》。据称是释尊于跋提河边的沙罗双树下，即将入灭时，以一天一夜所说的教义。有大乘与小乘两种，于小乘经有法显（东晋时代）所译《大般涅槃经》三卷，大乘经则有昙无讖（北凉时代）所译四十卷（北本），慧严、慧观、谢灵运等人改译北本而改编成的三十六卷（南本），内容是举佛身常住、涅槃常乐我净、一切众生悉有佛性等，被视为《法华经》的流通分。

## 讲解

“惠明接着问我：除了你刚才讲的这些密意，还有更多的密意吗？是不是有所谓的秘诀没有给我讲呢？我说：我给你讲的就不是什么秘密了，而如果你回头自己照见自己的禀性、本性，那个秘诀、密意就在你的本性里边。”

惠能说“汝若返照，密在汝边”，这个“密”是什么？就是我们在佛法当中悟到的真实的智慧，而不是能够用言语讲到的。所以在禅宗当中有这样的话：“言语道断，心行处灭。”下面还有一句话叫作“如人饮水，冷暖自知”。因为有一些东西是无法用语言讲清楚的。它不是见闻觉知，但又不离见闻觉知，它不是你能看到、能听到、能感觉到、能用意识想到的，但是它又不离开这些。这就是所谓的“密”、密意。

“惠明说：我虽然在黄梅听五祖弘忍讲法，但却一直没有真正明白自己的真实面目，没有明自性、见自性。现在蒙你指导，我悟到原来真实的道理就像人在饮水一样，水是热还是凉，你无法给别人说清楚。不论你怎么说，别人听到的都不一定是你讲的那个意思。而自己悟到的自己知道，自己尝一口水就知

道那个水到底是冷还是热。现在你就是我惠明的师父。我说：如果你能像我刚才讲的那么去做，我与你都是五祖的徒弟，我们要善自护念。惠明又问：你觉得我以后去哪里好？我回答：到袁州就停下来，到蒙山就住下来。惠明就礼拜辞别。

“惠明回到了岭下，对赶上来的那些众人说：我从山底下一直追到山上边，也没有看到惠能的踪迹。我看还是应该到别的路上去寻找他。那些人都认为确实是这样，于是就四散走了。惠明后来改名道明，避讳我的法号。

“我后来到了曹溪，又被恶人寻逐，就在四会避难于一群猎人之中，这样经过了十五年。我经常有机会时就给猎人讲讲法。猎人常常让我守捕猎物的网，我凡是见到活的生命就会放掉。每到吃饭的时候，我就挖一些野菜寄煮在肉锅里。有人问我，我就说：只吃肉边菜。”

“有一天，我突然想到：这么长时间了，应该出来弘法了，不能一直这么躲避着。于是，我就来到了广州的法性寺。这个时候，正赶上印宗法师在讲《涅槃经》。”《涅槃经》是佛教很重要的一部经典。印宗法师也曾在五祖弘忍门下学过法。“在他讲法的时候，有风吹幡动，一位僧人说：这是风动。一位僧人说：这是幡动。争论不休。我上前说：这不是风动，也不是幡动，是你们的心动。在场的人一听都觉得‘哎呀！了不起，他居然能够说出这么高深、这么如法的话来！’”

“风动”“幡动”是《六祖法宝坛经》中比较出名的一段。哲学上讲到主观唯心主义时，就举过这个案例。

“风动”“幡动”其实都是在向外求，都是在向外找原因。“不是风动，不是幡动，仁者心动”，就是说不是风在动，也不是旗幡在动，是你的心在动。

我们看，这句话的教育意义在哪里？

家长们最常见的问题是孩子不听话。

孩子不听话，是“孩子不听话”，还是孩子表达了一个意见，而我们心里在起一个反应？

我们认为孩子应该听我们的话。当他不听我们的话时，我们就定义为孩子不听话，孩子逆反。大家想是不是这样？

很多家长说：“我生气了，是孩子又惹我生气了。”

我们会认为是别人惹我们生气，我们生气的原因在别人而不在自己，于是我们就怪罪别人、责难别人，总是说别人这不好那不好。

比如一个家长打孩子了，他会说：“我为什么打孩子？是因为孩子做了什

么什么事，所以我打他就是对的。”

一个家长骂孩子了，他会说：“我为什么骂孩子呢？因为孩子该骂，他做了什么什么，难道我不该骂他吗？”

一个家长生气了，他会说：“为什么我要生气呢？是因为孩子怎么样怎么样了，是他惹我生气了。”

总之没有自己的问题，全是别人的问题。

如果我们是这样的思路，我们就在向外求法。

大家想一想：这样的家长，孩子是不是非常讨厌？

很多家长说：“孩子也是这样的，有什么问题老怪别人而不知道反思自己。”

提示各位家长：我们自己是不是这样的？我们是不是有问题老在怪别人？我们在有问题时，有没有往自己心里找原因？

比如孩子不听话，他不听话，一定是他觉得我们说的话对他来说是不利的。

我们说往西，他往东走了，他一定是觉得往东走才能达到他的目标。如果我们确信往西走他才能真正达到目标，那么，我们只需要帮助他认识到往东走是背道而驰的，往西走才能达到目标，只要帮孩子认识到这一点就行了。

生气干什么？哪来的气？哪来的烦恼？孩子怎么就逆反了？

提示大家，“不是风动，不是幡动，仁者心动”。

各位家长，惠能讲的法是非常直白、非常直接、非常有效的，大家真的悟到这些，解决问题就会非常简单。

大家有机会听到、读到惠能讲的法，我相信这是大家的福报。

我曾经说过，当我第一次读到《六祖法宝坛经》时，感觉自己真是幸运，居然有这么好的经典，让自己感觉学了以后真是特别有用，很多事情豁然开朗。并且他的话言简意赅，非常直白质朴，能够帮助我们一下子把心中的各种烦恼斩断。

各位家长，如果我们好好学习《六祖法宝坛经》中的智慧，我们就可以解决身边的许多问题。而如果只是来问一个问题，我们就会发现，问完一个问题，还有无数的问题需要问。

从惠能这里，我们可以学到很多。这句“不是风动，不是幡动，仁者心动”就在提示我们，所有的问题由我们的心而出，不在外边。

孩子不听话，没有一个“孩子该听话”这一说，孩子对事物要有他自己的判断，为什么要听话？

他可以听我们的话，就可以听外边老师的话，可以听外边任何一个叔叔阿姨的话。

如果外面有不怀好意的叔叔阿姨骗他们，他们要不要听话？

我们是应该教孩子听话，还是应该教孩子判断正确与错误？

一个不问正确与错误就听话的孩子，大家想是不是一个傻孩子？

在这样的社会，不问青红皂白就听别人的话，这样的孩子能活下去吗？我们希望教出这样的孩子吗？如果我们的孩子是这样，我们是不是会闭不上眼睛？

所以提示大家，“孩子不听话”，类似这样的问题，实际上是孩子在去自己判断事物了，他们在变得有智慧了，我们应该开心才对。

我们能做到这样，就是，“不是风动，不是幡动，仁者心动”。

悟到这一点，我们就知道：没有一个外界的事情在让我们烦恼，是我们的心在自寻烦恼。

能放下这个烦恼，马上我们的智慧就不一样了。

当我们不去怪外边的人和环境，而是从自心找问题的时候，问题就容易解决了。

## 经文

印宗延至上席，征诘奥义。见惠能言简理当，不由文字。宗云：“行者定非常人。久闻黄梅衣法南来，莫是行者否？”惠能曰：“不敢。”宗于是作礼，告请传来衣钵，出示大众。

宗复问曰：“黄梅付嘱，如何指授？”惠能曰：“指授即无，惟论见性，不论禅定解脱。”宗曰：“何不论禅定解脱？”能曰：“为是二法，不是佛法。佛法是不二之法。”宗又问：“如何是佛法不二之法？”惠能曰：“法师讲《涅槃经》，明佛性是佛法不二之法。如高贵德王菩萨白佛言：犯四重禁<sup>[1]</sup>，作五逆罪<sup>[2]</sup>，及一阐提<sup>[3]</sup>等，当断善根佛性否？

“佛言：善根有二，一者常<sup>[4]</sup>，二者无常<sup>[5]</sup>，佛性非常非无常，是故不断，名为不二。一者善，二者不善，佛性非善非不善，是名不二。蕴<sup>[6]</sup>之与界<sup>[7]</sup>，

凡夫见二，智者了达，其性无二。无二之性，即是佛性。”

印宗闻说，欢喜合掌：“言某甲讲经，犹如瓦砾；仁者论义，犹如真金。”于是为惠能剃发，愿事为师。惠能遂于菩提树下，开东山法门。

惠能于东山得法，辛苦受尽，命似悬丝。今日得与使君、官僚、僧尼、道俗同此一会，莫非累劫之缘，亦是过去生中，供养诸佛，同种善根，方始得闻如上顿教，得法之因。教是先圣所传，不是惠能自智。愿闻先圣教者，各令净心。闻了，各自除疑，如先代圣人无别。一众闻法，欢喜作礼而退。

## 注释

[1] 四重禁：指比丘极严重之四种禁制。即杀生、偷盗、邪淫（指与人或畜生行淫事之不清净行）、妄语（即伪言体证上人法）。上述为戒律所禁之四种根本重罪。

[2] 五逆罪：五种极逆于理的罪恶，即杀父、杀母、杀阿罗汉、出佛身之血、破和合之僧。因此五种是极端罪恶的行为，任犯一种，即堕无间地狱，故又名无间业。

[3] 一阐提：为无成佛之性者。旧译言不信，是不信佛法之义。《涅槃经》曰：“无信之人，名一阐提。一阐提者，名不可治。”

[4] 常：亦称常住。连亘过去、现在、未来三世，常住而不生灭。

[5] 无常：即谓一切有为法生灭迁流而不常住。一切有为法皆由因缘而生，依生、住、异、灭四相，于刹那间生灭，而为本无今有、今有后无，故总称无常。

[6] 蕴：积集之义。有色蕴（物质）与心蕴（精神）的分别。

[7] 界：界为各种分类范畴之称呼，如眼、耳、鼻、舌、身、意等六根，对色、声、香、味、触、法等六境，而产生眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识等六识，合称为十八界。又如地、水、火、风、空、识称为六界。此外，欲界、色界、无色界称为三界，此“界”有接近于“境界”之意。唯识宗即将一切法之种子称为“界”，有要素、因之意。

## 讲解

“印宗和尚把我请到上席坐下，向我征询、诘问佛法的奥妙含义。看到我说话言语简练、说理精当，不执着于文字，印宗就说：这位师父你肯定不是一般人。我很久就听说黄梅衣法到南边来了，是不是你呢？我说：不敢。”“不敢”既是承认，又是一种谦逊。

“印宗于是就行礼，请我把衣钵拿出来给大家看。”

“印宗又问：五祖传你衣钵的时候，是如何指点、传授你的？”

“我说：没有什么指点和传授，只是谈论如何认识、见到本性，不去谈论禅定解脱的方法。”

“印宗法师问：为什么不论禅定解脱？”因为一般的人修行佛法，都是要去修禅定，去求得对人生烦恼的解脱，都要讲这个。那为什么你这儿说不论禅定解脱呢？”

“我说：禅定和解脱是二法，不是佛法，因为佛法是不二之法。”

“印宗又问：佛法怎么是不二之法呢？”

“我说：法师你刚才讲《涅槃经》，《涅槃经》里就明确说，佛性是佛法不二之法。如高贵德王菩萨白佛言”，这位高贵德王菩萨是一位菩萨。世间有无数的佛和菩萨。菩萨的意思是觉有情，就是自己觉悟了自己，然后以自己觉悟的智慧去觉悟更多的有情众生，让众生得到究竟的快乐。”

中国人最熟悉的是观世音菩萨，观世音的意思就是观世间众生的疾苦之音。观世音菩萨有千手千眼，千手指他的手善巧方便，能够帮助大众，千眼指他能看到世间众生的疾苦。大家都知道大慈大悲的观世音菩萨，有什么苦向他求，就可以得到他的关注和帮助。千眼关注，千手帮助。还有地藏菩萨、文殊菩萨、普贤菩萨，都是我们比较熟悉的菩萨。菩萨有很多，这儿讲的是高贵德王菩萨。这位菩萨对佛说：“犯杀生、偷盗、淫欲、妄语这四大根本罪，还有杀父、杀母、杀阿罗汉、出佛身血、破和合僧这五种大逆不道的罪，不信因果，这样的人，会断善根佛性吗？”

佛说犯五逆罪，会堕无间地狱。无间地狱是处罚最厉害的地狱。无间地狱一是趣果无间，命终之后，直接堕此地狱中，无有间隔；二是受苦无间，一堕此狱，直至罪毕出狱，其间所受之苦无有间断；三是时无间，一劫之间，相续而无间断；四是命无间，一劫之间，寿命无间断；五是身形无间，地狱纵横八万四千由旬，身形遍满其中而无间隙。

地狱里有很多的处罚，一个人进去以后同时受着地狱的所有处罚，他那么苦，想停一刻而不能。

有人问：“佛为什么造出地狱来？什么十八层地狱、无间地狱……为什么造出这些地狱来害人？”

地狱不是佛造的。

佛讲地狱，是因为他看到了这个因果关系，造恶因就会得恶果。造五逆罪，就会堕无间地狱。堕无间地狱不是佛要你堕，而是你做了恶因而必得这个果报。

这就像什么呢？

像小孩子，他似乎也懂事，但是你会发现他学习不够自觉。这时我们会告诉他：“少壮不努力，老大徒伤悲。你现在不好好学习，将来就会没得吃没得喝。”

我们这么说，孩子可能信我们的话，也可能生气地说：“你们是不是我的亲生父母？你们为什么要咒我？你们为什么将来要造出一个没吃没喝的地方来害我？”

是我们家长造出来了一个所谓的害孩子的地方，还是因为孩子自己不好好学习，将来会得到一个不好的结果？这一点跟佛所讲的造五逆罪会堕无间地狱是相同的道理。

就像一个孩子，如果他去偷东西将来会挨揍的。

这句话是我们在说一个因果关系，它是理所当然的。

如果一个孩子真的出去偷东西了，那么大家抓住他揍一顿是轻的，可能还有更严重的惩罚在等着他。

如果孩子信了我们说的这句话，他不去做这个恶因，将来所谓的挨揍、惩罚等这些恶果就不会有。

如果他因此而恨着家长，说：“我不过是偷了一点东西，你就拿这些话来咒我，你就找一些人、造出这么一个环境来惩罚我、打我。我很痛恨你！”这样的人显然很愚蠢。

看到更多真相、懂得更多道理的人，会把这些内容讲给我们听，这就是佛所教给我们的一些智慧。

做恶因会得恶果，不是佛要这么讲，而是这是世间的自然法则。每一个人都处在这个自然法则当中。你去做恶因，就自然有一个恶果在等着你，你是自作自受，而并非别人要害你。这一点，大家要想清楚。

“佛说：善根有两种，一种是永恒不变的，一种是转瞬即逝的。佛性既不是永恒不变的，也不是转瞬即逝的，所以不断，这就是佛法的不二之法。五戒十善是善，五逆十恶是不善。佛性既不是善，也不是不善，这就是佛法的不二之法。”

佛法是不二之法。不二之法是什么？就是不去以自心来分别一切这种法。

自心分别一切源于什么？源于自心的执着。

一看事物就分好与坏、美与丑等。一分好与坏、美与丑，自然执着于得到好的，而去排斥不好的；执着于得到美的，而去排斥丑的。

这种分别，实际上是我们自己一种迷惘的执着。

像我们在看一切事物的时候，它们到底是好还是不好？其实这个世间从来就没有好与不好的东西。

有人说：“怎么没有好与不好的东西？钱就是好东西！”

钱真的是好东西吗？

佛陀在世时，有很多大德、学生跟着他学习，其中有很多人家里非常富有。有一次，有一群很有钱的人要跟着佛修行，于是他们就把身上佩戴的那些金银珠宝都卸下来装到一个袋子里，送给了一个路边的穷人，说：“你把衣服换给我们，让我们穿上。”

这个穷人就拿到了这些金银珠宝，他知道他这辈子再也不缺钱了。可是，他马上心里就开始恐惧了。他以前每天要饭、很穷的时候没有什么可恐惧的，一旦拿到这些钱，他就知道“我必须好好把它们藏起来，否则就有可能因此而有人要我的命”。他拿了几天，就发现有钱是一件非常危险的事。

这个穷人蛮有悟性，他就想一个问题：为什么这么好的东西那些人不要，他们全给我了？他们撂下了这么好的东西，而穿上我那些破烂衣服，他们想去干吗？他们去找的那个东西一定比我现在得到的这些钱要更加珍贵。

于是，他就干脆把钱袋子挂在路边一棵树的树枝上，去追赶那些人，去跟着佛修行智慧、悟道，以获得永恒的快乐。

佛法是不二之法，是自心无妄想分别之法。你看到的所有问题，只是以各种因缘在呈现出来，没有所谓的好与不好。

世上没有绝对好与不好的东西。大家慢慢地去悟这一点，悟到时你就不会执着于非要怎么样了。比如孩子不好好学习，你会发现他不好好学习，一定有他不好好学习的一个前提条件，在那种条件下他自然不能好好学习。他可能是落下了太多的功课无法好好学习，因为他学也学不会。这个时候你要非逼着他好好学习，他就一定跟你对抗。如果你老是批评他、老觉得他不好，那你自然跟他的关系就不好。关系不好了，当然你就帮不到他。

而这样的孩子到底好不好呢？

他只是因为某些条件而出现这样的情况，没有好与不好之分。

只有你内心平和的时候，再去跟孩子说话，才有可能真的帮到他。

只要我们心里判断孩子不好，孩子就会受到我们认为他不好的这种打击，他就会觉得你看他的眼光是带着批评的，说话口气也是带着批评的，他就不愿意看到你，不愿意听你说话。那么，我们再想帮孩子就不可能了。

大家记着，佛法是不二之法指的是觉悟之法是不二之法。我们要从佛法当

中悟到觉悟之道，让我们一是自心不去受苦，二是用觉悟之道来帮助我们身边的人，让大家都能够清净、快乐、有智慧。

佛性是觉悟之性，它不以凡夫所说善与恶、常与无常来判断。你一分别所谓的善与恶、常与无常，分成两边这就不是佛性，不是佛法。佛法是中道之法。

“蕴之与界”，蕴是五蕴，色受想行识。界是十八界，六根（眼耳鼻舌身意）、六尘（色声香味触法）、六识（眼识耳识鼻识舌识身识意识）。

“五蕴与十八界，凡夫见到的是差别，智者了解通达它的本性是无差别的，这个无差别的本性就是佛性。印宗和尚听到我讲的这些，非常欢喜，合掌恭敬，说：我所讲的经就像瓦块碎石一样，实在是不值钱。而你讲的就像真金一样，太好了！”

印宗其实是在考问惠能，看他是不是得到真传、悟到自性。这一番对答验证无误。

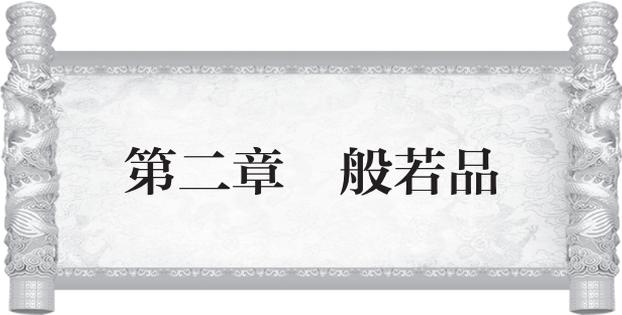
“于是印宗就为我剃发，愿意把我当老师来侍奉。”

梁天监元年（公元502年），智药三藏从印度航海归来，将一株从印度带来的菩提树种在法性寺法坛旁，并预言说：“一百七十年后，有肉身菩萨在此坛演说佛法普救众生。”六祖惠能在此受戒正合预言所说。

“我于是就在这棵菩提树下，开始讲授东山法门。

“我于东山得授真法，受尽了辛苦，命如悬丝。今天能够与韦使君、各位官员、诸位僧尼道俗同此法会，莫不是累劫结下的缘分成就？也是过去生中，供养诸佛，一同种下善根，才有了今天大家听闻佛门无上的顿教法门和我获得这些教法的因由。

“此教法是佛与历代祖师传下来的，不是我自悟得到，不是说由我悟到以后来传我的教法。如果各位愿意听闻先圣所传的正法，各自先让自己的心清净。闻听以后，各自除去自己的疑惑，就如同历代先圣没有差别，每一个人都可以悟到这些智慧。众人听了教法，内心欢喜，礼拜之后退去。”

A decorative horizontal frame with two ornate dragon pillars on either side. The pillars are intricately carved with scales and dragon features. The central area of the frame is a light gray rectangle with a subtle, repeating pattern of small characters.

## 第二章 般若品

## 经文

次日，韦使君请益。师升座<sup>[1]</sup>，告大众曰：“总净心念摩诃般若波罗蜜多<sup>[2]</sup>。”复云：“善知识，菩提般若之智，世人本自有之，只缘心迷，不能自悟，须假大善知识，示导见性。当知愚人智人，佛性本无差别。只缘迷悟不同，所以有愚有智。吾今为说摩诃般若波罗蜜法，使汝等各得智慧。志心谛听，吾为汝说。”

## 注释

[1] 升座：禅林用语，即升高座之意，系指师家登高座说法。据古制，升座与上堂同义，至后世乃有所别。

[2] 摩诃般若波罗蜜多：华译为大智慧度，意谓乘此大智慧则能由生死苦海渡到涅槃彼岸。

## 讲解

“第二天，韦使君请六祖继续讲法。六祖登高座坐下，告诉来听法的人说：总净心念摩诃般若波罗蜜多。”他的意思是要摄心一处，远离杂念，以出世间的智慧，观照诸法实相。

“六祖又说：善知识，出世间的大智慧，世间的人本来就有。只是因为大家的心被迷住了，迷失了方向、迷失了自己以后，就不能悟到自心的智慧。这时候，大家需要凭借大善知识，就是能够指导你去修行提升智慧、解脱烦恼的人，来开示、引导，让你见到自己的本性。”

每一个人都本来具备菩提般若之智。佛在悟道以后，第一句话就是：“一切众生皆具如来智慧德相，唯以妄想执着不能证得。”佛看到世间的一切众生，包括天、人、阿修罗、地狱、饿鬼、畜生这六道众生，都有如来一般的智慧和德相，就是因为妄想执着不能证得。所以佛说众生平等是从究竟意义上说的，大家本来具备的菩提般若之智是平等的。另外还有一个意思是，依佛的角度、依平等

心看一切众生皆是平等。

当我们的心迷失时，不能自己悟到自性。迷时需要师度，悟了才自度。“悟了”是指当你真正见道、有了正见以后，才能够自己度自己。

在《佛说四十二章经》上有这样的话：

“慎莫信汝意，汝意不可信。

证阿罗汉已，方可信汝意。”

指的是当你证到阿罗汉这样的水平，你才能够有一个正见在，这个时候你才能相信你自己的判断。我们的判断往往都是我们的一个执着而已，我们自以为自己是正确的。

“慎莫信汝意”，我们往往会信自己的意识判断。其实听过我讲小人理论的人都知道，这就是典型的小人的特征，叫自以为是。“我以为我明白，我以为我是对的。”当你以为你是对的，只要跟你不同的就都是错的。这样的人沟通的时候就沟通不好，因为你看到别人有不同的意见就先判断对方错了，基于这个判断来跟对方说话，你就会不断地挑对方的错。你的意识会不断地告诉自己，对方哪儿错了，他怎么执迷不悟了，我看看他都是错在哪儿了。

即使你找不出对方的错，你也只是认为自己找不出对方错在哪里，而不是怨自己，不是觉得自己可能错了。这就是我们凡夫的迷。

信自己的意识判断而不信他人，这本身就是一种迷。

我去西北做讲座，回来的路上碰到一个人，我们聊了几句。

他说：“唐老师，您的思想特别开通，特别有智慧。我也要好好学习。”

我说：“你怎么好好学习？”

他说：“等我再学习一段，跟您之间的距离近了，我就来向您学习。”

我说：“你怎么知道往下走，你跟我的距离是越来越近还是越来越远呢？”

他说：“肯定是越来越近。”

我说：“为什么呢？”

他说：“假设最终的智慧有一个高度的话，我距离那个高度特别远，所以我轻轻一上就进步很多。而您呢？可能离那个高度很近了，所以您往上走得就比较慢。”

我说：“你说的似乎是有道理的。那我们再反过来想，如果说有一个进步在的话，那个进步的原因是什么？是因为你离一个最终的目标远，你就能进步快？还是因为你懂得怎么提高自己，你才能进步快？距离大就能进步快吗？如果是这样，假设智慧有高低的话，那智慧最低的人就进步最快，是这样吗？是

因为你智慧低你就进步快，还是因为你懂得怎么学习提高自己，才能进步快？”

他想了想，说：“看来应该是懂得怎么学习提高自己才能进步快，而不是距离大、距离远就能进步快。”

我们看，如果一个人他水平比较差，他只是有可能进步比较快，如果他不好好学习，就不可能进步快。而一个有智慧的人和一个没有智慧的人相比，哪个人会学习能力比较强？

是不是有智慧的人学习能力更强？那谁的进步会更快？

大家去想这个问题。

两个人之间的距离有可能会越来越远。为什么？

因为当你的智慧越提高的时候，你的学习会越快。

如果你的智慧已经快达到顶点了，那么这个快慢也许会有一个不同的说法。但是真的有这么一个智慧的顶点吗？我们离这个智慧顶点到底有多远？

不一定就像我们想象的，轻易就可以达到智慧顶点的。也许我们的智慧离着一个究竟的彼岸还有非常非常远的距离，所以我们每个人都可以非常快速地进步。这个时候，我们所谓的智慧高低，不过是相对的，在究竟的智慧面前我们都是非常没有智慧的。

而这个时候，相对有智慧的人会进步更快。为什么？

因为他走的弯路会更少，他更能看到一个正确的方向。

“愚蠢的人和智慧的人，大家表面上看有愚蠢和智慧的差别，实际上大家都具有本来清净的菩提般若之智，这一点是平等的、一样的。愚蠢的人和智慧的人，佛性本无差别。只是因为大家的迷悟不同，有的人迷得更多一点，有的人悟得更多一点，所以有智慧的人和愚蠢的人之分，但大家本具的智慧是没有差别的。”

六祖惠能说：“当知愚人智人，佛性本无差别。”从学习的角度来说就是，每一个人都是可以受到教育的。

如果我们用好的教育方法帮助一个人开发出他的智慧，那么，他就可以成为一个大智慧的人。每个人都可以这样。

我总结了《教育孩子的八大结论》，其中有这么一点：“所有的孩子都一定可以学习好。没有孩子笨到有好的方法教他也学不好的程度，也没有孩子聪明到不用好的方法、不去学习就能学好的程度，所以我们说孩子都是平等的。”

如果有一个所谓的老师、专家，他跟你说你的孩子很笨、学不好，他一定是胡说八道，不要相信这一点。他说的一定不对。

没有人不可以改变。只要有一个好的方法进行学习就一定可以开发出他本有的智慧，因为智慧是他本有的，不是需要别人给他的。

那么，老师起的作用是什么？

就是“大善知识，示导见性”，就是“迷时师度”，就是“以灯传灯”，以我的智慧之光去点亮别人。

我不能使你亮起来，但是我可以点亮你，让你真正亮起来，因为你本来就够亮的。

从这个角度来说，我们每一个人都不要小看我们的智慧。

有的家长说“我的知识水平很差”，比如盼盼妈妈就是这样，她都不识字。写总结时她写不出来，我们的老师就帮助她，她说着我们的老师帮她写，但她就蛮有智慧的。

她是我们基地的家长课学员，做过一次手术，在课后做总结时她写到那次做手术的情况，说：“我在觉知着医生给我治疗，我在感受着刀在我身体上的作用，心里一点都不慌，一点都不怕。”她在养伤时还用自己的这种感受来帮助别人，医院里所有的人都很喜欢她，受到她的启发非常大。她像惠能大师一样不识字，但她的悟性很好。所以大家记着，不要轻视初学者，也不要轻视不识字的人。

各位家长，您识字不一定是坏处，不识字也不一定是坏处。每一个人都不要轻易地给自己下结论说：“我不行，我没有智慧，我学也不行。”

提醒大家：“菩提般若之智，世人本自有之。”智慧面前，人人平等。大家能悟到这一点时，就再也不会低看我们的孩子。

每一个孩子都具有平等的、无上的智慧，他现在表现出来的一些愚蠢行为，只是他有一些所谓的迷，不能让他显示出自己究竟的智慧来，如此而已。

“我现在就为大家一块来说摩诃般若波罗蜜法，就是开发大智慧，依此大智慧到达智慧和幸福彼岸的法。”

我们为什么讲《六祖法宝坛经》？就是因为惠能的讲法直接针对我们凡夫的心，去除我们的迷，开发我们的无上智慧。这是禅宗的方法，非常直接有效。

“我现在讲摩诃般若波罗蜜法，让你们每一个人各自依自己现在的根性和条件，都受到启发，得到智慧的提升。你们要仔细地、充满信任地听，接下来我会为大家详细解说什么是摩诃般若波罗蜜法。”

## 原文

“善知识，世人终日口念般若，不识自性般若，犹如说食不饱。口但说空<sup>[1]</sup>，万劫不得见性，终无有益。

“善知识，摩诃般若波罗蜜是梵语，此言大智慧到彼岸。此须心行<sup>[2]</sup>，不在口念。口念心不行，如幻如化，如露如电。口念心行，则心口相应。本性是佛，离性无别佛。

“何名摩诃？摩诃是大。心量广大，犹如虚空<sup>[3]</sup>，无有边畔，亦无方圆大小，亦非青黄赤白，亦无上下长短，亦无嗔无喜，无是无非，无善无恶，无有头尾。诸佛刹土，尽同虚空。世人妙性本空，无有一法可得<sup>[4]</sup>。自性真空<sup>[5]</sup>，亦复如是。

“善知识，莫闻吾说空便即著空。第一莫著空，若空心静坐，即著无记空。

“善知识，世界虚空，能含万物色像。日月星宿、山河大地、泉源溪涧、草木丛林、恶人善人、恶法善法、天堂地狱、一切大海、须弥诸山，总在空中。世人性空<sup>[6]</sup>，亦复如是。”

## 注释

[1] 空：因缘所生之法，究竟而无实体曰空。又谓理体之空寂。《维摩诘经》曰：“诸法究竟无所有，是空义。”

[2] 心行：心为念念迁流者，故曰心行。又善恶之所念，谓之心行。《止观》曰：“广施法网之目，捕心行之鸟。”又心中念念不忘为心行。禅宗明心见性，不使心有昏昧也。

[3] 虚空：虚与空者，无之别称也。虚无形质，空无障碍，故名虚空。此虚空有体有相，体者平等周遍，相者随于他之物质而彼此别异也。

[4] 得：谓有情所得之法，系于有情之身者。因而譬以绳，谓之得绳。如善恶之诸业及圣道，此得绳系于吾身故，全归我有也。谓以所得法上之“得绳”生而得其法也。

[5] 真空：真如之理体远离一切迷情所见之相，杜绝“有、空”之相对，故称真空。又大乘以非有之有，称为妙有；非空之空，称为真空。此乃大乘至极之真空。

[6] 性空：谓众缘合成的一切事物，其性本空，没有真实的自体可得。

## 讲解

“善知识”，这是对听法众的尊称。“有些人只是嘴里在念叨般若，说我

要修大智慧，但实际上不能去开发自性的般若智慧。当你不识自性的般若智慧时，就犹如你饿了，去讨论、去说什么东西是好吃的，无论你怎么说，到最后你都不会饱的。为什么？因为你嘴里说的是进不到你肚子里的，你的肚子始终是空的。”

“如果嘴里老是说空，说放下执着，说般若智慧，但只是嘴说，经历万劫，也不得明心见性，没有益处，不能帮你去除烦恼，不能帮你通达。”

“劫”是一个非常长的时间概念。有一个比喻说，有一个老人，在一座大山的山顶上，每过一百年用毛巾在山顶上擦一下，直到把这个大山擦没了，这一劫还没过完。我们想想这一劫的时间有多长！

如果你只是嘴里说般若，没有益处，真正去修行才是关键。在禅宗或者佛法里，修行者中有这样的现象：有的人把很多的经、论背得非常熟练，但是，一碰上事他还是会难过，还是会烦恼，这就是没有智慧。“嘴里书”，那个书不是他的，这就叫“说食不饱”。

“善知识，摩诃般若波罗蜜是梵语，用我们的话说是大智慧到彼岸。这需要你心里真的去行般若，而不是只在嘴里念般若。嘴念是没有用的。如果你只是嘴里念，而心里不去真的悟到，会怎么样？如幻如化，如露如电。”

“如果你口念，心也是这样，这就是直心。直心是道场，以直心来修行，弹指即可到达智慧彼岸。当你直心修行时，你就悟到本性是佛，离本性没有另外的佛。”这一点大家要去弄明白。

“什么叫摩诃呢？摩诃是大的意思，心量广大，就是你能包容一切，不会有什么东西让你难过、放不下，你的心量就像虚空一样无边无畔，其中也没有方圆大小。”

“方圆大小”是什么意思？就是如果你是方的，那么圆的东西搁不下；如果你是圆的，那么方的东西搁不下。“亦无方圆大小”，意思是你没有自己的执着，你可以随方就圆，就像虚空，你搁什么都不会觉得虚空碍你的事。

我们的心要像虚空一样，能够遍含万法，一切放到虚空里都可以轻松地放进去，我们无论放多大的东西都永远不会说把虚空戳破了，虚空会受限制了。永远不会。

亦无“青黄赤白、上下长短、嗔怒喜爱、是非善恶、头尾等等对待性的分别”，如果你是有颜色的，有某一种颜色，那么另外的颜色就不是你能容得下的，你就有一分执着在。有上下长短也是如此。你没有一个喜欢什么恨什么，没有一个喜好。我们的心不去依自己的执着判断是非、善恶、头尾。“诸佛的一切刹土都是清净无染的，犹如虚空一样广大。”其实诸佛刹土是指我们的心田，

它就像虚空一样广大。

“世上每一个人的清净妙性，本来绝妙的自性，就像虚空一样，没有一个方面可以执着，没有一个我和法可得。世人妙性本空，也是这样。”

“我”是什么？凡夫滥计五蕴为我，强立主宰以引生烦恼，造种种之业，称为我执。“法”是什么？二乘之人，未达法空之理，计五蕴之法实，而不免一切之所知障，称为法执。

“善知识，不要听我说空就执着空，第一不要执着空。”

诸佛如来见一切众生有我执、法执，为了破除众生的执着而说空，说没有这些。这叫相对法，就是因这个而说什么。这就像我们说白，白是因黑而说白，无黑则无白。不能说有了白你就觉得好像有一个黑在，没有一个黑在，是因白而说黑的。这是佛教治大家的一个方法。

大家都在执着于“有”，于是佛讲“空”来对治“有”。如果“有”没有了，那么，也没有一个“空”好留。就像你生病了，我们才有一个药要去治病。如果没有病，谁还会拿一个药来吃？所以，不要执空。

佛在《大宝积经》中说：“一切诸见依空得脱。若起空见，则不可脱。”如果你有一个“有”，那么以“空”可以来除。如果有一个“空”，反倒不容易除。提醒大家，不要去着空。

空有善、恶、无记三种。无记就是非善非恶的这种。于一切法，我们去如实观照，不增不减，不取不舍，不住两边，亦不住中间，这就是善取空。相对于善取空，有一个无记空。

“如果百物不思，一念不起，空心静坐，就像枯木岩石，待在那儿没有任何的意义，就执着在无记空上。”这就像人被打晕后当然没有痛苦，但是那个时候就失去了活着的意义。

还有人认为一切皆空，没有因果，一切断灭。这叫恶取空。

比如大家说孩子不容易教的，那我就尽量教吧。教着教着发现：“我就是教不了了，反正我尽力了，算了，我也不管他了，爱怎么着怎么着吧。”不去想办法解决问题，认为没有一个因可以改变结果，就叫恶取空。

“善知识，世界本来是虚空的，所以能包含万物色像。日月星宿、山河大地、泉源溪涧、草木丛林、恶人善人、恶法善法、天堂地狱、一切大海、须弥诸山。”

这些东西大不大？大，但是“它们都在虚空当中”。

现在科学发达了，大家都知道太阳比地球大 130 万倍，但是太阳不过是虚空其中的一个点。太阳就是一颗恒星，像这样的恒星有多少？无量无边，不知

道有多少颗。这些恒星都在虚空当中。它们在虚空中不过是一粒粒尘埃。

须弥山也叫妙高山，在佛教的说法中须弥山是最高的山，能顶天的。说到须弥山，大家可以想象是像喜马拉雅山那样的一座山，就是世界上最高的山。

世间的虚空能遍含万法色相，“我们每一个人自性的空亦如虚空一样，能够含摄一切诸法，无所不包”。这是把咱们凡夫的心，把每一个人的心比喻成虚空，心指的也就是我们的性。它的空就像虚空一样，能够包含一切万法，一切万法在里面都可以从容自在。

我们每一个人的心本来就像虚空一样，是可以容得下一切的。一切事情我们都可轻松应对，不需要难过。只是我们凡夫执迷，心里有自己的善恶、青黄赤白、大小高低。

当我们心里有了这些执着的时候，再看到与此相背的东西，我们的心就容不下了，就会烦恼了。

如果能包容这些，你就真的能够见自本性了，你就会发现自性就像虚空一样，你可以以这个心包容一切，万法都可以在你心中，而你永远是从容自在的。这个时候，你就成为一个大智慧的人，没有人可以惹你生气，没有什么事情会让你去烦恼、痛苦。

## 经文

“善知识，自性能含万法是大。万法在诸人性中，若见一切人恶之与善，尽皆不取不舍，亦不染著，心如虚空，名之为大。故曰摩诃。

“善知识，迷人口说，智者心行。又有迷人，空心静坐，百无所思，自称为大。此一辈人，不可与语，为邪见故。

“善知识，心量广大，遍周法界<sup>[1]</sup>。用即了了分明，应用便知一切。一切即一，一即一切<sup>[2]</sup>，去来自由<sup>[3]</sup>，心体无滞，即是般若。”

## 注释

[1] 遍周法界：法，指一切有形、无形，包含事、理、色、心之通称。法之有限，称为法界。

弥漫于法界而无所不至，称为遍周法界；通常用来形容法身之功德。

[2] 一即一切：一是最少，一切是最多，一即一切是多少一样，没有分别的意思。法住法位，法性即在诸法差别位上见，在诸法差别现象上亦即显出法性本体来，所以说一即一切、一切即一，这是佛教法法相即、法法相入的理论。

[3] 自由：谓随自己之意志行动而不受拘束。于禅林中，即指从烦恼束缚中获得解脱，达到自在无碍之状态。

## 讲解

我们的自性就像虚空一样广大，无所不包。这个“无所不包”并非是我们的自性像一个足够大的包袱一样，能够把这一切都包下，而是它本身无形无态。它是这种一切事物的不存在为存在的。

“善知识，自性能含万法叫作大”，这个“含”不是我们物理上所谓的包含，不是用嘴含着一个东西的含，不是用一个足够大的空间去包容另一个空间，虚空是无边的。“万法”指一切法、一切的事物。

“人性当中会存在万法。”什么叫万法？就是一切的善与恶，善与恶均是万法之一。“我们看到人的善与恶，不去执着，不去执着于说这个事情是善是恶，不去执着于要去对付这个善与恶，全都不取不舍，也不染着。”

怎么叫“不取不舍”？远离一切的妄想分别，放下一切的执着，就叫“不取”。

我们的表现常常与此相反。怎么相反呢？比如有一个人不好，他因他的不好伤到了我们，我们就很讨厌这个人。这就是在染着，在取他人之恶。见人之恶而取之，为之染着。这就叫“取”。

我们自心当中有一个对善恶的判断标准，别人与我们的善恶标准相悖，我们就称为恶；与我们的善恶标准相应，我们就称之为善。我们在这么去判断的当下就在“取”了。一旦“取”了以后，我们就在染着了，我们在做一些事情时自然地就会执着于非要怎么样、非要去做什么。

当我们不能包容万法的时候，我们会去思量，去判断，去取舍，去染着，去执着于他人的善恶而沉溺于其中，这时我们的心量就不够广大。

我们看惠能，在他的成长过程中，他最先听到《金刚经》，然后辞别老母去山上求法，后来师父传法后他受到一些人的追杀，躲在猎人队中，等到法缘成熟的时候出来讲法。这一切的善与恶他都在经历着，而对这一切的善与恶“不取不舍，亦不染著”。我们每一个人从这里边能学到什么呢？

就是看到这一切所谓的善与恶，为什么叫所谓的善与恶？是“依是法”，人称之为善、称之为恶。“不取不舍”，是我心中不在这个善恶上执着，不去执着于这一切，不会因人对我有一个善而去欢呼雀跃，也不会因人对我有一个恶内心难以超越而去痛苦。因人之善恶而取舍、而染着，这都叫不智慧。

“自性如虚空无所不包。”我们知道天上的星星，其实都是像太阳、月亮、地球这么大的东西，都远大于我们在地球上见到的海、山。有一个词叫“星尘”，这些星星即使远大于海、山，在虚空中也不过像尘一样微不足道。

夜晚，向窗外望去，我们就会发现，其实虚空是无量无边的，只是在其中点缀着一些像尘埃一样微小的星星，如此而已。即使地球这么大，即使太阳体积是地球的多少万倍，它们也不过是虚空中的星尘。

“虚空有多大，自性就如虚空一样大，这叫作‘大’，这是摩诃。”这种大非我们的意识所能想象。

自性如虚空广大，会怎么样？

会一切善恶诸法在心中都非常自然。你会看到这些善和恶的法，但是，心不因这个善和恶的法而去执着，而去痛苦，而去所谓的沉溺于其中、染着于其中，这个时候，你的自性就成为“大”了，你的智慧也就显现了。

“善知识，有一些人是迷人，也就是愚蠢的人。愚蠢的人只会嘴上说。”有一句话叫作“说食不饱”，一种食物，你怎么说它你也不会因此而饱。说食不饱，口说无益。

“有智慧的人听到这个般若法，会以心行之，用以去处理世间万法。”这个时候他们就会一切通达，“犹如莲花不着水，亦如日月不住空”。心就像莲花一样纯净，水在上面不会沾染它；心就像天空，日月经过了天空，天空依然湛蓝，不会因日月经过而被染污。

“心行”实际上指的是我们去参悟，去悟到，而不是以头脑来理解。所谓头脑来理解都是“口说”一类。“心行”，心悟到，就会以这种悟到的智慧来指导我们的生活，得到真实的利益。

“自性能含万法”，这就是“大”，每一个人都本有这样的智慧。

很多家长在跟孩子沟通的时候，就会发现孩子有很多的毛病，很多不好的地方，常常会惹家长生气。为什么会惹家长生气？因为家长这个时候是迷的，他的心实际上在取、在舍、在被染着。当孩子做一件事情的时候，家长会以自己的善恶标准来评判孩子的善恶，因此或取或舍，导致自己情绪起来，染着于其中。

举个例子，比如孩子回来告诉妈妈自己的测验成绩不好。一听成绩不好，

妈妈就着急了。这个着急实际上是情绪起来了，心被这件事情所迷惑，导致沉溺于这件事情当中。

那么，一个有智慧的人会怎么样？

有智慧的人会很简单、很直接地看待这件事情。孩子学习不好了，怎么做帮助孩子把学习成绩提上去？就这么简单。

“遇到问题不要痛苦，不要烦恼，去解决就行。”这样的话，有的人也会说。但是，每一次当他遇到问题的时候，依然会烦恼不堪。这就叫“迷人口说”。

如果一个人口能这样说，心能这样行，这就是智者。

“智者心行”，不排斥口说。

禅宗的修行人，凡是悟道的那种大智慧的人，口才都是第一流的，叫作辩才无碍，法、义、词、辩四无碍解，就是讲一切法都能滔滔不绝，每一个东西都可以讲到道的层面，能够讲透，讲得头头是道、句句在理。这就是所谓的智者。智者能口说，也能心行。

只能口说而不能心行，这是一种迷人。

“又有一种迷人会去修静坐，就是所谓禅定。他可以修得像块石头一样，一坐坐几天，但是呢他不过像块石头，空心静坐，他没有觉知。百无所思，就像木头、石头一样在那儿待着，又以为自己了不起。这样的人实际上是没有智慧的，不值得跟他们多交谈，因为他们这都是邪见，不是真正修到了智慧。”

修到了智慧是什么？尽皆不取不舍。

远离一切分别执着，称为“不取”。什么是不舍？就是不认为这世间没有所谓的善与恶，有，又不着，做到在善恶上不染着。就是你看到一切不同，但不以自己认为的善恶来去取舍这一切事物，去产生情绪和执着。

“善知识，心量广大，能够包容一切，就像这个法界一样。心量周圆法界、遍满法界。当智慧起用的时候，所有的法都能够清晰可见，内外明彻，了了分明。应用的时候便能够知道、明了这一切，很清晰地见到。”就像《琵琶行》中说的“大珠小珠落玉盘”，声声清脆。我们看到的事物也是如此，你会发现当它们在眼前显现的时候，你看得清清楚楚、了了分明，没有所谓的乱在。没有说那么多的事情非常纷乱，而是很简单的一件一件事情，并且这些事情的来龙去脉本来就很简单明了地摆在那儿。

为什么有人觉得这些事情很乱？是因为他的心在乱，他的心量不广大，心胸狭窄。这时候他看到一切法就会觉得乱了。

“一切法即是一法，一法即是一切法”，“一切”指的是一切诸法，“一”

指的是诸法的真如本性，一切法都含有法的本性。

其实这一句话我们可以先以这样的方式来理解：在哲学原理当中有特殊性和普遍性的原理，特殊性就是世界上有各个不同的事物，不同的事物又有普遍的规律，普遍的规律含在一切事物当中。

《心经》上说：“舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。”“去来自由”的意思是，不取不舍，不增不减，远离两边，亦不住中间。其实住在哪儿都是执着，这就是六祖惠能听到《金刚经》“应无所住而生其心”的那句话的含义，即无所住。

在《维摩诘经》当中也有这样的话：“以无住本立一切法。”维摩诘和文殊菩萨辩论，文殊菩萨不断地去提问，维摩诘不断地回答，那段对话非常地精彩，我们看到菩萨的智慧真是无量无边。你会发现他们的对话里面含有禅宗的那种辩扬语化，激烈地辩论，对智慧打破砂锅问到底，去穷极智慧之根源。看到那样的对话，大家就会发现，一个问题可以一直去问、问、问，问到究竟处，问到最根本处。

“心体无滞”，是指内心寸丝不挂，一尘不染，以无住本，超然自在。心常觉不住，一直在觉醒当中，又不住于任何一点。

我们常常在一刹那是觉醒的，但是一旦一件事情来了，你就会着在那件事情上了。比如我们现在保持着一个清醒状态，一会儿有一句话过来，孩子说要点钱明天去买什么东西。你如果不愿意给他，你就会发现他说这句话弄得你很烦。这个时候你就是着在里面了。这就是“心体有滞”，滞碍在那儿了。

在“去来自由，心体无滞”的状态下，“你的般若智慧就会显现”。

大家如果“心体无滞”会怎么样？就是一切事情来了以后，只是去处理这些事情。

有一位妈妈曾经对我说：“唐老师，你看孩子这周已经要了好几次钱了，要钱干吗呢？买奶喝，买零食吃。你说我是给她钱呢，还是不给她？如果给钱，她这周已经要过好几次了！如果不给，她又在这儿磨，让我烦恼。你说我到底是该给还是不该给？”

大家看，类似这样的事情，就是因为这位妈妈执着于、滞碍于当下的这件事中。沉溺于其中的时候，她就无法自拔，她就住在这里边了。住在这里边的时候，她的觉知、觉醒就没有了，而是迷于其中、染着于其中。“取”这个法，这就是她不智慧的一个表现。

怎么办呢？类似这样的事情，如果你是“去来自由，心体无滞”的，那么

当看到孩子这样的時候，我們要幫助孩子什麼？

我們在每一個當下不是判斷孩子該不該喝點奶、該不該吃點零食，其實她這一次吃零食、喝奶沒什麼，不吃零食、不喝奶也沒什麼，這都不重要，我們要做的事情其實是幫助孩子去養成一種習慣，或者說幫助孩子去學會理財。那我們應該怎麼辦呢？

很简单，就告诉孩子：一周给你多少钱，你自己去安排。如果用完了，这周不会再给你。如果你要是把握得好，你就可以一直用得比较宽松的。

有的家长马上会说：“孩子有时候会一天用光，用光了第二天又向家长要，如果不给他，他就跟家长急。”

其实，我们很多时候都可以很轻松、很自在对待这样的事情。刚才说的这种情况又可以让家长很烦，那可不可以不烦？当然可以。

记着，“去来自由，心体无滞”，“不取不舍”。

怎么办？

很简单，跟孩子说：“给你的钱你已经花光了，接下来再给你一点。”比如本来是一周给孩子十块钱，现在再给他三块钱。“这三块钱给你了，你这几天用，下一周要从你的十块钱当中扣出三块来。”

也就是说，我们是帮助孩子去学习做到一些事情。

如果孩子一周十块钱零花钱，他能剩下三块钱，那么好，可以存到妈妈这儿。“这三块钱存在妈妈这儿，妈妈再给你加两块钱，凑成五块钱存着。将来要是存的钱多了，你要买什么东西时妈妈可以把这些钱拿出来。”这就是我们去帮助孩子学习做到的事情。

要想做到这个，我们的心一定是自由的，是无滞碍的，是“无所住而生其心”的。如果我们一看到那个事情就先进入去烦恼、先去染着于其中了，那我们再想帮孩子是不可能的，根本做不到帮助。

## 经文

“善知识，一切般若智，皆从自性而生，不从外入，莫错用意，名为真性自用。一真一切真。心量大事，不行小道。口莫终日说空，心中不修此行。恰

似凡人自称国王，终不可得，非吾弟子。

“善知识，何名般若？般若者，唐言智慧也。一切处所，一切时中，念念不愚，常行智慧，即是般若行<sup>[1]</sup>。一念愚即般若绝；一念智即般若生。世人愚迷，不见般若。口说般若，心中常愚，常自言我修般若，念念说空，不识真空。般若无形相，智慧心即是。若作如是解，即名般若智。

“何名波罗蜜<sup>[2]</sup>？此是西国语，唐言到彼岸<sup>[3]</sup>。解义离生灭。著境生灭起，如水有波浪，即名于此岸。离境无生灭，如水常通流，即名为彼岸，故号波罗蜜。”

## 注释



[1] 般若行：于各种情况之下，在昼夜二六时中，心心念念了达诸法体空，而不妄想分别执着，常行智慧，这样就叫作“般若行”。

[2] 波罗蜜：即自生死迷界之此岸而至涅槃解脱之彼岸。又作波罗蜜多、波啰弭多。意译为到彼岸、度无极、度、事究竟。通常指菩萨之修行而言，菩萨之大行能究竟一切自行化他之事，故称事究竟；乘此大行能由生死之此岸到达涅槃之彼岸，故称到彼岸；此大行能度诸法之广远，故称度无极。依诸经论而有六波罗蜜、十波罗蜜、四波罗蜜等分别。

[3] 彼岸：迷界为此方之岸，称此岸；悟界为彼方之岸，称彼岸。即以业与烦恼为中流，生死之境界为此岸，涅槃为彼岸。

## 讲解



“善知识，一切般若智，都是从自性中出生。”般若智与一般的智慧有什么区别？般若智，我们称之为圆融的大智慧，它是非意识的，不以简单的逻辑为基础来判断事物。从禅宗的角度来说，自性就是我们一切人本有的不生不灭的佛性。

《六祖法宝坛经》有一个好处，几乎句句不离自性。六祖不识字，他怎么能够讲经？怎么能够那么通达？怎么可以在解决问题上那么干净利落？别人读了好多遍经读不懂，他为什么能给别人指导？原因都在于智慧是由自性而生。

六祖说：“诸佛妙理，非关文字。”“诸佛妙理”，实际上是诸佛所讲的微妙道理，它能催生凡夫的自性之智。这个“妙理”不是文字，它跟文字没有

关系。文字可以记载一些东西，但是不通过文字一样可以传达妙理。“诸佛妙理”，皆是自性而生的。有智慧的人通过一些方法，可以帮助凡夫，帮助我们这些没有智慧的人，悟到自性之智。这个自性之智“不是从外面学到的”，而是自性本有。

神秀写的偈子说：

身是菩提树，心如明镜台。

时时勤拂拭，勿使惹尘埃。

自性如明镜，上面如果沾染了灰尘，那么明镜能照人的这种功用就会被覆盖。其实我们凡夫都是本有这种像明镜一样的智慧，它可以照见世间一切。但是，由于外面沾染了尘土，我们迷在俗尘当中，就见不到自性，我们的般若之智无法显现。因此我们会做很多愚蠢的事情，导致自己烦恼。

“切莫错用心意”，可以有两种解释：一种是不要错了用意，不要错理解这个意思，说我们的智慧是从外边学到的，不是这样的。我们的智慧不是从佛、不是从什么人那儿学到的，是由自性而生，他们是帮我们开启智慧。还有一种是，般若智慧皆从自性而出，不要错用我们的意识。

“这就叫作真性自用”，真性就是我们真实的自性，它能够以自为体，自体起用，“当你见到真如自性的时候，一切你都能看到，你所看到的都是真实的情况”。如果你是用意识，你会看不到真实的情况。

很多人在微博上跟我聊，其中有一位妈妈说：“我家女儿学习不认真，上课还不注意听讲。现在她对我已经有仇视态度，我该怎么办？”

我的回答是这样：“要帮助孩子做到认真听讲，而不是在她做不到的时候去惩罚她。”

有一个孩子看到我们的对答，他就说：“上课不注意听讲，也可能是因为对课题不感兴趣，或者老师教的方式比较索然无味（也可能是听不懂）。我就奇怪，提问的这位妈妈没有过当学生的体验吗？她不了解学生的心理吗？如果家长试图让孩子顺从，不如和孩子去做朋友。”

我又在后面说了一句：“当家长成了家长后，他就站在了和孩子不同的角度。他心里往往是为孩子着急的，一着急他就看不到真实的状况。”

各位，我们每个人一着急的时候都看不到真实的状况的，你看到的都是些假的。当你心无挂碍的时候，你所看到的才会是真实的。

如果有挂碍，有执着，有所谓的情绪，有偏见，你就会心乱。因为你在以你那个乱心看事情，你看到的就一定是假的。这就像智子疑邻，当你怀疑对方是小偷的时候，你就发现对方偷偷摸摸的；当你发现对方不是小偷的时候，就

没有那种感觉了。这就是我们的偏见带给我们的不真实。“一真一切真”，同理，如果我们用错误的意识去看，那么，一假一切假。

“从自心、自性当中去开悟智慧这样的大事，不去依所谓意识、从外而求得什么这些小道而得。不要嘴里老是说‘我要放下，我要空’而心不是真的做到。”很多人知道要放下，放下执着就会不难过，心里就不痛苦了。但是他只是嘴上说，到了时候就不去做，就去逃避。

比如你意识到自己有一个执着，要生气了，当你意识到后，应该赶紧去做事情避免这个错误或者说这种迷的继续，但你不是的。因为你愚蠢的禀性又起来了：“不行，我先生气，生完气再说。”结果生完气你也后悔：“我怎么这么愚蠢？明知道这样做不好，我怎么又这样做了？”

这就叫“口莫终日说空，心中不修此行”。这个地方的“空”不是单纯的空性，它指的是不执着，是空有不二的空。

“这就像你是一个平民老百姓，你说‘我就是国王，我说了什么都算’，但是无论你怎么说，到最后你也不是国王，不过是你的嘴自己说而已。这样口说心不行的人，不是我的弟子。”

“善知识，什么是般若呢？般若在唐朝或者说在我们汉语中称之为智慧。”依般若行怎么做？六祖开始说操作是怎样的。“不论在什么地方，不论在什么时间，你刹那起的念头都是正念，而没有那种愚的。念念觉悟，常觉不住，常常以智慧而行，这叫作般若行。”

愚是什么？愚就是执着。“一念执着，一念迷进去，迷在那儿，你的智慧就绝了。”智是什么？是放下，是通达，是无挂碍。一念通达无碍，你的般若智慧就开始生了。世间的人常常愚痴、迷妄，不能显现自己的般若之智。嘴里经常说要修智慧要怎么样，但是呢，心里却往往是执着而不能够显现智慧、见自性的。“经常是自己说‘你看我在修智慧’，动不动背上几句‘色不异空，空不异色’，背完以后自己也不知道什么意思，念念口中说空，却不识真空之理。”

“般若之智它是什么样的？它无形无象，当你的心能行智慧时即是。”智慧是什么？在这个地方，世间法通达为智，就是世间不会再有什么事情去让这个人挂碍，让他产生烦恼、痛苦。出世间法通达为慧。出世间法，简单地说是了脱生死，最后究竟涅槃，也就是直达佛性。

这个智慧心从修行的角度，或者从每一个人解决问题、提高自己的角度来说，就是放下妄想执着。你的心刹那放下妄想执着，“应无所住而生其心”。无住而生心的时候，这个心就是智慧心，就是般若。

“若如是悟解，就是从悟上达成结果，去悟到这个，这就叫般若智。什么叫波罗蜜？”我们知道《金刚经》全称《金刚般若波罗蜜经》，其实六祖这是在讲《金刚经》的名字。我们看，“波罗蜜是梵语，我们汉语当中称它为到彼岸。若用头脑理解其义名为离生灭，见到境、遇到境的时候你又要起生、起灭了。”实际上大家可以用这句话理解，叫作“心随境转”。一旦有外境出来，有个事情干扰你了，你心里开始生起烦恼，后来又有烦恼灭掉，就有生灭起了。“如同水，风一吹，波浪起来了，这就叫此岸。”

水，风一吹就有波浪，这个风指什么？指的是八风。“八风吹不动，端坐紫金台。”八风指的是称、讥、毁、誉、利、衰、苦、乐。世间的人都在受着称、讥、毁、誉、利、衰、苦、乐这样的事物的干扰，八风一吹，你的心就开始动，你的烦恼就产生。如果“八风吹不动”，就可以“端坐紫金台”，就可以悟道成佛。

“心不受外境干扰，无烦恼的生灭，就像水的通达无碍，这就叫彼岸，这就叫波罗蜜。”

在讲经的时候，其实我们是方便地说有自性在，以自性去解这一切。大家会发现，我讲到哪一段好像都是相似的，但是呢，你自己往往不一定能看明白。

家长们过来学习也是，大家问的所有问题我一解答完了，你会发现都是同一个问题。但是呢，你遇到新的问题时就是解决不了。这就是不明，即不见自性，也可以说是你没有一个正见，到了那个时候你就不知道该怎么做了。而每一次我的正见都是一样的，我都是以这个正见去解决问题。所以很多时候我上完课家长们就说：“怎么好像问题到了这儿就没了，不需要再问了。”是因为在听我讲课的过程中，大家能体悟到这种自性中的正见，依此正见审视自己的问题，就知道自己该怎么做了。

其实问题从来都不是别人能帮你解决的，只要自己不去悟到、改变，那么别人能帮你解决的问题都是有限的，我能解决的问题也一定是有限的，所以我对一个问题的回答一定基于各位家长自己的水平来说。

同样是我对问题的回答，有的家长能做下去，有的家长就做不下去。为什么？如果你每次都跟孩子争吵，那么我说的方法，你就用不了。有的家长来提问，从提问中我一看他跟孩子的关系就非常差，他又问我怎么帮孩子，那我告诉他怎么帮有什么用？他怎么可能帮到孩子？所以很多时候我会提醒家长朋友，多来听我的免费公益课，多读几遍我的博客，可能的话上收费的网络家长课，最好是多上现场家长课，目的就是先让自己的心变得平和，自己能改善跟孩子的沟通。没有良好的沟通，就不可能帮到孩子。

某年寒期年后的一期认真能力训练营，有一位妈妈带孩子来参加复训，年前的上一期训练营地的孩子就在我们这儿学习，中间过年回去了几天。这位妈妈对我说：“唐老师，你看这个孩子不好好学习。”我问：“怎么了？”她说：“他回去刚做了两天就不能坚持了。”

一个家长发现孩子回去以后用好的学习方法刚做了两天就不能坚持了，大家觉得家长着急对不对？她批评孩子对不对？

我说：“孩子回去后用了两天，这两天你鼓励了吗？以前他从来没有做过的，这次回去马上就拿两整天按照学的方法来把两篇文章做了，你鼓励了吗？”这位妈妈说的是：“鼓励了。”刚说了一句，接着就是“但是……”我说：“打住，先别‘但是’。”

提醒大家，这是过年期间，孩子放假也要休息的，他能拿两天操作方法已经非常难得了。我们家长是巴不得孩子都不过年，好好地用唐老师教的学习方法赶紧脱胎换骨。

但是要记得一点：我们面对的都是孩子。

孩子是非常贪玩的，他回去以后能拿出两天来操作方法已经是非常不得了的事情了，为什么得到的不是家长的鼓励，而是不满意的批评呢？

讲这个案例不是我要说哪个家长不好，而是提醒大家：当你用你的意识判断的时候，你总是站在你的角度看问题。孩子只要不是拼命地学，你永远会觉得孩子学得够的。你总看到孩子的负面，而只要你眼睛看到的是负面，你张嘴说出来的话就是批评。

接着，那位妈妈又说：“回去以后，他还跟我犟嘴，有时候还不理我。”

孩子努力地学了两天，家长却一句鼓励的话都没有，动不动还说他不好。他能对家长有好气吗？

这一点大家一定要去体悟，这就是“错用意”，就是你在用意识去判断一些事物，所以就会钻进死胡同。

当孩子主动用了两天我们的学习方法，这就是一粒开始用好方法的种子。如果这粒种子发芽、茁壮成长，那么他慢慢地就学习好了。而嫩芽的茁壮成长需要什么？需要鼓励的滋养，需要我们心里那种欣赏、爱的滋养。但是家长没有给这些，“你学是应该的，不学要打”，这就是我们的意识。

犹太人有这么一句谚语：“人类一思考，上帝就发笑。”人类的思考就是意识在动了，你这个意识一动，你的执着就产生。而上帝指什么？指的是有智慧的人，不执着的人。他就会看到你的执着，就会觉得“这人真是太傻”。

## 经文

“善知识，迷人口念，当念之时，有妄有非。念念若行，是名真性。悟此法者，是般若法；修此行者，是般若行；不修即凡。一念修行<sup>[1]</sup>，自身等佛。

“善知识，凡夫即佛。烦恼即菩提<sup>[2]</sup>。前念迷，即凡夫；后念悟，即佛。前念著境，即烦恼；后念离境，即菩提。

“善知识，摩诃般若波罗蜜，最尊最上最第一，无住<sup>[3]</sup>无往亦无来，三世诸佛从中出。当用大智慧，打破五蕴<sup>[4]</sup>烦恼尘劳<sup>[5]</sup>。如此修行，定成佛道。变三毒为戒定慧<sup>[6]</sup>。

“善知识，我此法门，从一般若生八万四千智慧。何以故？为世人有八万四千尘劳。若无尘劳，智慧常现，不离自性。悟此法者，即是无念。无忆无著，不起逛妄，用自真如<sup>[7]</sup>性，以智慧观照，于一切法，不取不舍，即是见性成佛道。

“善知识，若欲入甚深法界及般若三昧者，须修般若行，持诵《金刚般若经》，即得见性。

“当知此经功德，无量无边。经中分明赞叹，莫能具说。此法门是最上乘。为大智人说，为上根人说。小根小智人闻，心生不信。

“何以故？譬如天龙下雨于阎浮提，城邑聚落，悉皆漂流，如漂枣叶。若雨大海，不增不减。若大乘人，若最上乘人，闻说《金刚经》，心开悟解，故知本性自有般若之智，自用智慧常观照，故不假文字。譬如雨水，不从天有，元是龙能兴致，令一切众生，一切草木，有情无情，悉皆蒙润，百川众流，却入大海，合为一体。众生本性般若之智，亦复如是。”

## 注释

[1] 修行：含有实习、修养、实践之意。宗教生活中，欲实现生活上之统制、节、规定等，则须藉修行以完成之。宗教本即有信仰与修行双重之要求，以佛教而言，行者自身欲实现佛陀体验之境界，而专心精研修养，故特别重视修行方面，亦因而发展成各种详细之戒律条文、生活规范与精神之修养方法。如戒、定、慧等三学，正见、正思惟、

正语、正业、正命、正精进、正念、正定等八正道，苦、集、灭、道等四谛。

[2] 烦恼即菩提：烦恼与菩提相即不二之意。妨碍觉悟之一切精神作用皆称为烦恼；反之，断绝世间烦恼而成就涅槃之智慧，称为菩提。然贪、嗔、痴等烦恼，其当体为菩提；离此菩提法性之外，则别无诸法可言，故于烦恼之性立菩提之名；此即两者相即不离之意。法藏之《入楞伽心玄义》载，烦恼为分别性，故其体非有；即见惑性空时，不必断除烦恼惑，而得入真如，故说烦恼即菩提。又“烦恼即菩提”常与“生死即涅槃”并用，二者皆用以表示大乘佛教之究极。

[3] 无住：法无自性，无自性，故无所住着，随缘而起，故云无住。故无住者万有之本也。《维摩诘经》曰：“从无住本立一切法。”

[4] 五蕴：色受想行识之五法，皆积集为性者，故云五蕴。

[5] 尘劳：为烦恼之异称。因烦恼能染污心，犹如尘垢之使身心劳惫。

[6] 戒定慧：此三者称为“三学”。戒者防身之恶，定者静心之散乱，慧者去惑证理也。《五灯会元》曰：“法要有三：曰戒定慧。唐宣宗问弘辨禅师曰：云何名戒？对曰：防非止恶谓之戒。帝曰：云何为定？对曰：六根涉境，心不随缘名定。帝曰：云何为慧？对曰：心境俱空，照览无惑名慧。”学此三法而到涅槃，故云“三学”。若人防止三业之邪非则心水自澄明，是由戒而生定者。心水澄明，则自照万象是由定而生慧者。此三者次第相生，入道之关键也。

[7] 真如：真者真实之义，如者如常之义，诸法之体性离虚妄而真实，故云真，常住而不变不改，故云如。《成唯识论》曰：“真谓真实，显非虚妄。如谓如常，表无变易。谓此真实于一切法，常如其性，故曰真如。”或云自性清净心、佛性、法身、如来藏、实相、法界、法性、圆成实性，皆同体异名也。

## 讲解

“善知识，迷失的人或者说没有智慧的人，在看到经典、看到真正智慧的描述时，他们会怎么样呢？会嘴里去念。”就像大家说：“每一次生完气我一下子想起来了，不是说再不生气了吗？但是生气的当下想不起来。有时候生气时也想起来了，但还是忍不住要发火、要生气。”这就叫口念。

“念的时候，头脑里有妄想，心里面有是非的分别。”当你是这样的時候，念就没有用。

“能够真正把般若智慧修行到、体悟到，以此来调解我们的心，让我们的心以般若行为行，也就是我们的心放下一切执着，能够不住于一切相而去思考

问题，这就叫般若行。”

“如果不修行就是凡夫。”这个“凡”我们也可以理解成“烦恼”的“烦”，如果你不去真的修行，那么你就是一个烦恼的人，你就是一个凡人。“以清静之念修行的时候，这一刹那你就像佛一样拥有大智慧。”如果我们念念修行，那我们就会常有智慧。但是凡夫很难这样，凡夫往往是口念而心不行，口修而心不修。

“善知识，凡夫本来就是佛”，“凡夫即佛”这个“即”，不是说由他为了，不是判断，而是他本然就是。每一个人自身都有那种无限光明、无限智慧的觉悟的品性，我们称这种觉悟的品性为佛，叫“凡夫即佛”。

“一切的事情本身没有烦恼不烦恼，当你以智慧穿破这些事情的时候，就没有烦恼可言。”所以说所有的事情出来，是烦恼出来了吗？不是。如果有烦恼，那么我们是先去除烦恼然后得智慧吗？不是。“去除烦恼，当下即是智慧。”

“如果一念迷进去，执着在某一点上不能出来，这就叫凡夫。而后念一悟即是佛，就是觉悟者。如果一念执着于境界，迷于境界，脱不了境界，自己的心就被锁住，不能自由。而后念不受境的约束，当一个事情来时，心不就此而产生执着的想法，就是菩提。”

“善知识，摩诃般若波罗蜜是大智慧到彼岸，是最尊最上的佛法。无住无往也无来，不执着一切，三世诸佛都是从般若波罗蜜中出来。”《金刚经》上说：“一切诸佛及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。”“无住无往亦无来”，“住”就是执着，就是执着于一切，“无住”就是不执着于一切，不执着于现在也不执着于过去和未来，叫三际脱空。

“当用般若智慧，打破五蕴烦恼尘劳。”“五蕴”是色受想行识。色指的是物质的这个层面，受是感受，想是取相，行是心念，识是意识、了别。人有两个层面的存在，一是心，精神活动的层面；二是身体，色身层面。这两个层面存在就会形成烦恼尘劳。

如果我们的身体出现病痛，那我们会烦恼。如果心里产生了不好的感受，有了执着、放不下的点，有了一些不好的想法，就会使我们产生烦恼。用般若智慧，打破五蕴烦恼。“如果是这样修行，必定成就佛道，变贪嗔痴三毒为戒定慧三无漏学。”

贪是贪欲。嗔是嗔恨。痴是愚痴无明，不智慧。贪嗔痴是烦恼的根本，依这三个根本，人会产生无限的烦恼。“熄灭贪嗔痴，勤修戒定慧”，就是变三毒为戒定慧。

摄心为戒。怎么摄心为戒？就是防非，防止一些不正的事情出现，然后止

住一些恶的事情。戒往往能够降伏贪欲之心。

息虑静缘叫作定，就是熄灭自己心中那些纷杂的想法。

因戒生定，定能够降伏我们的嗔恨心。摧邪显正为慧。摧灭我们心中的邪念、不正的念头，显现自己本具的清静智慧，这叫慧。戒定慧，“摄心为戒，因戒生定，因定发慧”。

“善知识，我这个法门，从一个根本的般若智慧能生八万四千智慧。为什么呢？因为世人有八万四千烦恼。”

“八万四千智慧”，指的是很多这样的智慧，这些智慧从哪里来？都是从你的般若智慧来。有了这个般若智慧，再应对任何的烦恼、事情，你都可以相应于问题自然产生解决问题的办法。这就是般若的好处。

凡夫有八万四千烦恼，所以佛讲八万四千法门，从一般若生八万四千智慧，来对治这八万四千烦恼。

“如果没有所谓的尘劳烦恼，我们的智慧就清静自现，不离菩提自性。能够悟到这个法门，就叫无念。不去忆念一些以前的杂乱的事情，不去起荒诞妄想之心。用自己本来就有的佛性，用智慧来观照一切法，对一切法既能够照见又能不取不舍，如果这样做的话，就是见性成佛之道。”

“善知识，如果想要进入甚深的一真法界及般若正定，必须修般若行，持诵《金刚般若经》，就可以见性。”

读佛经，前面都有一个开经偈：

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。

这个法甚深难懂。怎么甚深难懂？你读读《金刚经》，自己悟一悟就知道了。字你都认识，但是你可能读不懂，那种感觉是很明显的。大家去读《心经》也是一样，字都认识，但是你要想去悟透它很难。

难的一个原因在于，我们的头脑往往是直线型、逻辑型的，而佛家的经典记载是悟道人的思想，它是超越逻辑的，或者说叫辩证逻辑。它无是无非，没有任何的执着。这种思想讲出的话，是句句有逻辑，但是他的头脑又不是逻辑状态，也就是“逻辑在我之中，我不在逻辑之中”。有一位禅师（洞山良价）曾经说过：“渠今正是我，我今不是渠。”就是这个道理。

《金刚般若波罗蜜经》就是《金刚经》。六祖惠能是因为《金刚经》见性悟道的。“要知道，读诵《金刚经》的功德是无量无边的。经文中已经很分明地赞叹，不能一一尽说。”读诵《金刚经》的功德非常大，佛在经中做过比喻：

“若有善男子、善女人，初日分以恒河沙等身布施，中日分复以恒河沙等身布施，后日分亦以恒河沙等身布施，如是无量百千万亿劫以身布施。若复有人，闻此经典，信心不逆，其福胜彼。何况书写受持读诵，为人解说。须菩提，以要言之，是经有不可思议、不可称量、无边功德。”

“这个法门是最上乘的教法，是为那些有大智慧、有大智慧潜力的人讲的，为那些根器非常上等的人来讲的。根器很小、智慧基础比较差的人，听到这样的经他都不相信，他不相信这部经典能够有这样的作用，真的能帮人解决这么多问题。为什么呢？”六祖举了一个例子。

“譬如天龙降雨于阎浮提”，“阎浮提”就是指我们这个世界。这个世界叫南瞻部洲。《西游记》一开始讲东胜神洲有一个山叫花果山。我们这个世界分四大洲，南瞻部洲、北俱芦洲、西牛贺洲、东胜神洲。南瞻部洲有一种树叫阎浮树，就取名为阎浮提。世俗的人认为是天龙下雨。在《西游记》里，龙王打个喷嚏就会下雨。

“城镇、村庄都会在水里漂流起来，就像树叶、草叶漂着一样。雨这么大，但是如果下到大海里，海水是看不到增减的。”大海是够大的，它比喻什么呢？比喻“若是根器能达到大乘或者最上乘的人，听到《金刚经》他就能心打开，能够解悟，因此知道本性自有般若智慧，就是说每个人本性当中，本来就有这种大般若之智慧。如果能够悟到这个智慧，你会发现这个智慧本来就有，不需要什么文字来说”。所以说六祖惠能不识字，他也能够在一闻之下悟道、开悟、悟明自性，因而显现大智慧。

“譬如雨水不是从天上掉下来，而是龙能够使它下起来。能使一切的六道众生，还有一切草木，有情无情这些众生”，有情众生是动物类的众生，无情众生是草木、石头等，“都蒙受雨水的润泽。百川众流汇入大海，与大海合为一体。众生本来具有的禀性当中的般若智慧，也是这样的。”

## 经文

“善知识，小根之人，闻此顿教，犹如草木。根性小者，若被大雨，悉皆自倒，不能增长。小根之人，亦复如是。元有般若之智，与大智人更无差别，因何闻

法，不自开悟？缘邪见障重，烦恼根深。犹如大云覆盖于日，不得风吹，日光不现。般若之智亦无大小。为一切众生，自心迷悟不同。迷心外见，修行觅佛，未悟自性，即是小根。若开悟顿教，不执外修，但于自心常起正见，烦恼尘劳，常不能染，即是见性。

“善知识，内外不住，去来自由，能除执心，通达无碍，能修此行，与《般若经》本无差别。

“善知识，一切修多罗<sup>[1]</sup>及诸文字、大小二乘<sup>[2]</sup>、十二部经，皆因人置。因智慧性，方能建立。若无世人，一切万法，本自不有。故知万法本自人兴。一切经书，因人说有。缘其中人，有愚有智。愚为小人，智为大人。愚者问于智人，智者为人说法。愚人忽然悟解心开，即与智人无别。”

## 注释



[1] 修多罗：所指有二：一为一切佛法之总称；二特指九分教或十二分教中之第一类，此时又意译为契经、正经、贯经。本意指由线与纽串连花簇，引申为能贯串前后法语、法意使不散失者。亦即契于理、合于机，贯穿法相摄持所化之义。就文体与内容而言，佛陀所说之教法，凡属直说之长者，皆属于修多罗。

[2] 大小二乘：大乘和小乘。大乘是菩萨的法门，以救世利他为宗旨；小乘是声闻缘觉的法门，以修身自利为宗旨。若从经藏里的经本分之，四阿含等罗汉系经典为小乘，般若、法华、华严等菩萨系经典为大乘。

## 讲解



“善知识，小根之人听闻此顿教法门，犹如草木一样，原本根性小，如果被大雨一冲，就全部自己倒下去了，不能再继续生长。小根之人听闻大法也是这样。小根之人本来是有般若智慧的，与大智慧的人没有区别。”跟六祖这样成佛作祖的人没有区别，“为什么他们也听法，却不能自行开悟呢？”

像六祖惠能听《金刚经》，听到“应无所住而生其心”就开悟了。而一般的人，为什么开悟不了？我们读《金刚经》，可能有的人读了好多遍，根本就读不懂。原因在哪里？为什么我们听了这么多经，还不能开悟？

“原因在于他们的邪见障碍很严重”，这里的“邪见”一般指什么？不相信因果。就是有什么事时，你觉得这是天意，自己说了不算的，认为命不是掌

握在自己手里的，这样的见解叫作“邪见”。“障”是障碍，指的是贪嗔痴之类障碍我们智慧的烦恼。“障重”，就是这样的情况比较严重。“烦恼之根很深，深扎于小根之人的心中。”这个时候他会怎么样？

“就像太阳的光芒虽然非常明亮，但是当云彩覆盖住太阳的时候，太阳也不能够显现出来。”这个太阳就比喻我们的般若之智。每一个人都具有无所不能的般若之智，这个般若之智为什么显不出来？为什么我们不能够闻法开悟？就是因为邪见烦恼之云覆盖着般若之日。

“般若之智每个人都有，并且无大无小。”众生都是一样的，没有说谁原有的智慧更大一些、更小一些，所以叫众生平等。

“因为一切众生自心的迷和悟的程度不一样”，如此而已，没有别的。就是说大家原有的般若之智是一样的，迷得重的，那么你显示出的智慧就小；迷得轻的，显示的智慧就比较大。

“如果一个人心迷了，他想去靠修行来找到佛，找到佛法，而不是去悟到自己本然的清净之自性，这样的人就叫小根器的人。”这种人很难获得智慧，很努力但是不能得到很大的智慧。这个世间大家常会看到这样的人，就是“迷心外见，修行觅佛”。

“如果开示众生，让众生悟顿教之法，不要执着于向外修行。由自心常起正见”，什么是正？无是无非，是名为正。小根人有般若之智，为什么不能开悟？也就是“邪见障重，烦恼根深”，他不信因果，不信做了一件事情会相应得到后面的一个结果。

因果关系是什么意思？曾经有人来问我：“为什么要因果？”这句话我给大家翻译一下，其实就是为什么种下瓜的种子就会长出瓜来，而不是长出豆来？为什么种瓜得瓜，种豆得豆？大家说怎么回答？

你要是从生物学上也可以做一些解释，但那个解释已经是不必要的了。种下瓜，本来就该长瓜；种下豆，本来就该结豆。这就是一个最基本的逻辑，我们不再继续往下解释。

正见是清净之见。《金刚经》上说：“应如是生清净心。不应住色生心，不应住声香味触法生心，应无所住而生其心。”无所住之心即是起正见。“当你见到清净心以后，就不会再被这些烦恼尘劳染污了，这就叫见性。”也叫开悟或者见道，有很多的说法。

开悟见道是一个凡夫断除烦恼的里程碑式的修行结果。开悟见道以后，世间的一般烦恼不会再能伤到这个人，他不会轻易去烦恼了。开悟有程度的不同，

佛在《金刚经》上说的有须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉这四果圣人。开悟后能证得这四果。须陀洹是什么呢？叫入流。斯陀含是一往来。阿那含叫不来。阿罗汉叫无生，就是证得涅槃。四果圣人都可以叫见性。

这四果圣人称为小乘四果。那么大乘会怎么样呢？

大乘是菩萨道，大乘菩萨道一开悟就成为初地菩萨，叫欢喜地。欢喜的意思是，初地菩萨证得初地以后，自知自己必定成佛，欢喜无量，烦恼从此与自己无关，不再有任何的烦恼对自己形成威胁，从此以后必定不再烦恼了。这个时候他就会非常地欢喜，欢喜无量，叫欢喜地。

菩萨有十地，到十地以后才能见佛，才能够真正地成佛。到了初地以后，就可以断烦恼了，断一般的我们说的烦恼。

“善知识，内不住空，外不着相。”很多人对于外界他会着在相上，对于自心就会着在空上。“去来皆得自由，除掉执着之心，通达无我，无有障碍。能够这样修行，就与《金刚经》无有差别，实质是一样的。”

“善知识，一切修多罗及所有的文字”，“修多罗教”指的是契经，就是契众生之基而讲的经。佛讲的经称为修多罗。在《大正藏》（全称《大正新修大藏经》）里我们看到，佛讲了上千部经。“大小二乘”，大乘指的是菩萨乘，小乘就是声闻、缘觉乘。“十二部经”，经分了十二部。为什么佛教不像基督教一本《圣经》就行了？为什么佛不是讲一部经，而是讲了这么多经典？“都是因人而设置，因为大家的智慧不同、水平不同，佛才来讲不同的经度化不同的众生。”

各位家长，我们在跟孩子讲课和跟大人讲课时，也不一样的。法都是基于对方的智慧水平而讲。

“若没有世间这各种各样的人，你去讲万法本身就是执着。所以说如果没有这些人，佛终不讲一字。”《金刚经》上佛说：“若有人言如来有所说法，即为谤佛。”大家悟到时就会发现，实际上《金刚经》《六祖法宝坛经》，句句都在讲万法不离自性。

“所以说一切万法原是从世人兴起，一切经书，是因为世人而说。”说有经，是因为世人有执着而有。如果世人没有执着，就没有所谓的经。

“因为人当中有愚蠢的人，有智慧的人。愚蠢的人称为小人，智慧的人称为大人。”世间的人，有的先开悟了，这就叫智人、大人，比如像六祖惠能这样的，我们称为祖，见到要五体投地去拜的。为什么？因为他们已经先悟到了。“愚蠢的人向智慧的人请教，智慧的人就会为愚蠢的人说法。愚蠢的人如果由

于智慧的人的开示而能够悟解心开、见自性，那么这个时候，愚蠢的人就与智慧的人没有差别。”

有一首偈子说：

佛在灵山莫远求，灵山就在汝心头。

人人有座灵山塔，好向灵山塔下修。

灵山寺在自己心头，无须外求。每一个人自心就有一个灵山，自心就有一个佛在。你不需要向外去求哪一个佛，没有一个外在的佛飞过来让你成佛的。我们现在说的佛既是指智慧，又是指大家所认为的世上有的佛。

佛和菩萨是觉悟了的众生，他们会帮助你觉悟。但是记着，他们不能给你觉悟。没有人可以给你觉悟。如果世上有一个万能的佛，他可以给谁觉悟的话，那么他一定会早就给我们觉悟了。

众生要自性自度，每一个人要自己觉悟自己，自己度化自己。如果自己不去觉悟，没有一个佛和菩萨可以度化你。

当你想自己觉悟的时候，你才会去找佛和菩萨，请求他们的指导，你也就自然能够悟道了。

## 经文

“善知识，不悟即佛是众生<sup>[1]</sup>。一念悟时，众生是佛。故知万法尽在自心。何不从自心中，顿见真如本性？《菩萨戒经》云：我本元自性清净。若识自心见性，皆成佛道。《净名经》云：即时豁然，还得本心。

“善知识，我于忍和尚处，一闻言下便悟，顿见真如本性。是以将此教法流行，令学道者，顿悟菩提，各自观心<sup>[2]</sup>，自见本性。

“若自不悟，须觅大善知识，解最上乘法者，直示正路。是善知识，有大因缘<sup>[3]</sup>。所谓化导，令得见性。一切善法，因善知识，能发起故。三世诸佛，十二部经，在人性中，本自具有。不能自悟，须求善知识，指示方见。

“若自悟者，不假外求。若一向执谓须他善知识，望得解脱者，无有是处。何以故？自心内有知识自悟。若起邪迷，妄念颠倒<sup>[4]</sup>，外善知识虽有教授，救不可得。若起真正般若观照，一刹那间，妄念<sup>[5]</sup>俱灭。若识自性，一悟即

至佛地。”

## 注释

[1] 众生：又名有情，即一切有情识的动物。集众缘所生，名为众生。又历众多生死，名为众生。十法界中，除佛之外，九界有情，皆名众生。

[2] 观心：谓观照己心以明心之本性。

[3] 因缘：凡一事一物之生，本身的因素叫作因，旁助的因缘叫作缘。例如，稻谷，种子为因，泥土、雨露、空气、阳光、肥料、农作等为缘，由此种种因缘的和合而生长谷子。

[4] 颠倒：如以无常为常，以苦为乐，反于本真事理之妄见也。是为无明之所使然，倒见事理也。《圆觉经》曰：“一切众生从无始来种种颠倒，犹如迷人四方易处。”《宗镜录》曰：“颠倒是烦恼根本。”

[5] 妄念：指虚妄之心念，亦即无明或迷妄之执念。此系因凡夫之迷心不知一切法之真实义，而遍计构画颠倒之境，产生错误之思考。据《大乘起信论》载，此妄念能搅动平等之真如海，而现出万象差别之波浪，若能远离，则得入觉悟之境界。

## 讲解

“善知识，不悟之时佛是众生。一念悟时，众生是佛。”六祖讲佛与众生的区别：佛是觉悟者，就是觉悟了的人；众生是迷的佛。从这个角度我们就能够理解，其实佛与众生之间的差别在于悟。

这个“悟”字到底是什么意思？我们来解一下。

“悟”左边是竖心，这是一个心，右边是吾，也就是我的心。悟是悟自己的心，而不是悟别的。明自心、见自性叫悟，不是悟到外面什么道理，而是悟明自心。明自心、见自性，这就叫悟了。能够这样的时候，他就是觉悟者，就是大智慧的人。

六祖惠能讲到悟时众生即是佛，这个“佛”是一个通称，凡是觉悟的人，他这里通称为佛，实际上也就是说众生即佛和菩萨，不悟即佛和菩萨是众生，一念悟时众生是佛和菩萨。

“所以知道万法都在自心中，为什么不赶紧从自心中顿见真如本性？”《菩萨戒经》上说：“本来自性是清净没有染污的。若能识得自心见到自性，便能够成就佛道。《净名经》上说：忽然间豁达开悟，识自本心，便识得本来面目了。”其实这是用两部经来证明万法尽在自心，尽在自性，悟则众生是佛，不悟则佛

是众生。

从这个角度说，一切众生都是平等的。我们家长在教育孩子的时候，要去体悟这一点。

曾经有家长来我们这儿学习，他就问我：“唐老师，你说我的孩子是不是缺心眼？是不是比较笨？”

“缺心眼”这个词不是我杜撰的，而是真有父母会认为孩子是这样的。我给他证明孩子不这样，他还不信，还非要证明他的孩子“缺心眼”，不正常。

我们说，所有的孩子都可以通过悟来提升自己的智慧，不单单是获得小的智慧，而是他可以成就大智慧，能够超越一般的人，能够超越烦恼、痛苦，达成究竟的觉悟，这都是可能的。

所以，当我们看到孩子有时候表现得学习不好了，在某方面表现有些不灵敏了，跟我们沟通不好了，我们都要明白，孩子是有他自己的悟性的，他的潜力是非常大的，我们不要轻易地贬低孩子，导致孩子失去自信，从而害了孩子的一生。

“善知识，我于五祖弘忍和尚那里，一闻讲《金刚经》，闻法即悟，一下子就见到真如本性，所以现在我就将这样快速悟道的顿教教法（禅法）流行。”

我们的网络公益课讲过《金刚经》，现在讲《六祖法宝坛经》，这都是禅宗的法。禅法实际上都是讲给根器非常利的人听的。根器利的人会非常快地从佛法当中悟到智慧，而不需要去累劫修行。

有很多人的修行方法比较慢。一是方法不够好，二是他的根基不够好，很长时间了，比如说已修行一二十年了，他可能依然还是有烦恼，很多事情没有智慧去解决。

六祖于五祖弘忍那儿闻法即悟，“顿见真如本性”，他所悟到的就是顿法，就是快速悟道之法。我们现在就是要去学习六祖能够快速悟见自性、解脱尘劳烦恼的方法，这是我们要讲给大家的。

“让学习究竟大道的人能够顿悟菩提智慧，每一个人自去观自己的心，自见本性。”这个“见”也可以念“现”，“见”的话就是自己来照见自己的真如本性，自现就是从自己的妄心而现，就是显现自己的真如本性。其实是一个意思的。大家能够落尽这一切尘劳烦恼，剩下来的即是清净之自性。用神秀大师的话说叫“时时勤拂拭，勿使惹尘埃”。其实这句话，我们用另一个词更好，叫作“垢尽明现”。

在古代，人们用的是铜镜，它如果生锈了或者有尘土蒙上了，你就看不清

楚。把这些锈和尘土擦拭掉，它自然就会显现原有的能见之本性。镜子一下子就照见一切，它不需要有过程，什么由近到远、由远到近，这些都没有，而是一下子照见。这就是自现本性，“垢尽明现”就是这样的。

“如果自己不能悟到菩提自性”，那怎么办？“就需要去找大善知识”，像六祖惠能这样开悟的大善知识，“能够解悟最上乘法的人”。这个“解”其实可以有两个意思：一个是他悟到了最上乘的法，另一个是他能够讲解最上乘的法。“他直接展示给我们正确的修行之路，指示正确的、提升自己智慧、悟到自性的路”，像这样的老师，他帮助人非常快，让别人能“一闻言下便悟”。后面我们会看到，在六祖惠能的指导下，有四十多位修行者都开悟了。很多人读了多年的经都读不懂，让他一点悟就通了。这就是大善知识。

“像这样的善知识，他们都是有大因缘的。通过所谓的教化导引，令听法的众生能够见自本性。一切善法都是因为善知识能发起的缘故。”“一切善法”是正法，可以帮助人上求正道、下化众生。在《达摩血脉论》中达摩曾经说过：“若不见性，即不名善知识。”真正的善知识是能够见性的。已经悟道的人才能叫善知识，因为他们能够发起一切善法。

佛讲的法按说都是善法，为什么说一切善法因善知识能发起？

佛讲的当然是纯净的法，但是由于我们凡夫自我执着，你在去看佛讲的法的时候，难免会因自己的执着而错讲此法，这个时候就不能发起善法。

法应该怎么讲才是善法、正法？

佛在很多经典当中都提到“四依四不依”，就是以此来判断这个法讲的是不是佛法，是不是正法、善法。

对“四依四不依”的理解，前言已提到过。

第一，依法不依人。要依佛讲的法，要与之相符，而不听从哪个人所讲的。比如现在我给大家讲解《六祖法宝坛经》，如果我讲的法与佛讲的经典是相悖的，那我讲的一定是错的。这叫依法不依人。

第二，依义不依语。它要依这个法的意思，而不是依表面上看到的语言。因为佛法是悖论圆融的，有些话常人的逻辑是根本无法理解的。

比如“何期自性，本不生灭；何期自性，能生万法”。大家看这句话，有一个非常出名的研究佛法的人跟我说过，他说：“你看这句话就是矛盾的。‘何期自性，本不生灭；何期自性，能生万法’，自性不生不灭了，又怎么能生万法？”像这样的话，你要是依逻辑头脑永远无法理解。你要是依语，好了，你就发现，这个法是不通的。

还有人说，大乘佛法都是编造的，因为里面像“不生不灭、不垢不净、不增不减”，说“不是这个，又是这个”，像《金刚经》上“佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜”类似这样的话太多。

如果按这种思路理解这些话，根本理解不了。所以我们说，依义不依语，就是你要去依它真正的义理，而不依表面的语言，因为语言实际上是有它的局限性的。有一句话“一落言诠，便乖真道”，就是你一旦进入语言，它就离开了真正的道理。

《道德经》中“道可道，非常道”其实也是这个意思。就是道如果能用语言讲出来的时候，这个讲出来的道已经不是真正悟到的那个道了。大家慢慢地去领悟这些。

当那些用逻辑头脑看着自相矛盾的东西，你觉得非常通达、根本就没有矛盾，你觉得就应该是这样、这样讲才是对的时候，你再读佛经就有感觉了，再读《道德经》也会有感觉了。那个时候你听闻佛法，就会发现处处通达，再往后你遇到的所有问题都不会成为困难，没有一个问题能一下子难住你。

“三世诸佛，十二部经”，就是佛讲的所有经典，如果你不是研究佛法，你不需要知道这十二部经是什么，因为佛讲的所有的经典，“在人的自性当中都是本来就具有的。当你不能自悟的时候，你要去向善知识求法，向这种悟自性、有智慧的人去求法，让他们给你指示，指导你见性，见到这一切自性经典。如果你能够从自性中悟到，就不需要向外去求法。若一向执着地说需要其他的善知识，就是有智慧的人，希望从他那儿得到解脱，没有这个道理。”

如果自己不去改变，却执着于向外求，说另一个人可以帮你解决问题，“无有是处”。

“为什么呢？因为你自心当中就有一个善知识，帮助你自己悟道。如果你自己的心是邪的、迷的，妄念颠倒，外面虽然有善知识给你讲了很多方法，但是你也得不到救助”，因为救助从来就不是外人可以给你的。“如果你能够起来真正地般若观照”，大家如果读过《心经》就知道：“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空。”其实就是这个“行深般若波罗蜜”，能够观照，“照见五蕴皆空”。“一刹那间，妄念即全部熄灭。”“妄念俱灭”是五蕴皆空的另一个说法。五蕴有名有色，也就是说有色有心，心法即是妄念之法。

“如果能够见自心、识自本性，一悟就可以见道了。”见道以后，叫作见与佛齐，所以说“一悟即至佛地”，并非是我们说的一般的开悟。像六祖惠能，他开悟并不是一下子就成佛了，而是他的见识、见解相对圆满，是这个意思。

六祖说：“若自悟者，不假外求。若一向执谓须他善知识，望得解脱者，无有是处。”

这句话对我们来说有什么意义？

在生活中，我们会看到很多人自己是有问题的，但是他又不想改变自己，他会去问别人怎么办。

曾有人问过我这样的问题：“孩子不好好学习，我现在很难受，怎么办？”

我说：“你帮他。”

他说：“帮不了。”

我说：“那不行你找人帮他。”

他说：“找不到。”

我说：“那你就自己学习怎么帮孩子。”

他说：“我没有工夫学。”

好，这些办法你都不去做，然后呢，就没有人可以帮到你。你难过又能怎么样？自己不去做，自己不去找办法，然后你找到一个人，想让那个人说一句话就让你不难受了，怎么可能？

想从外面找一个人来帮你，想让他说一句话就解决你的问题了，天底下有那么简单的事吗？除非是你想去解决，别人才能告诉你怎么做。

就像有的人对我说：“唐老师，我平时特别生气，你说我该怎么办？”

我对他说：“要生气时赶紧觉醒，不再生气。比如说发现自己生气了，马上去厕所里待一个小时。”

他说：“不行，我感觉到了我也忍不住，我就非要发出来不可，你说我怎么办？”

我说：“你接着难受。”

你明知道自己有错不去改，你问怎么能不犯错误，有用吗？

有错你不去改，你就肯定继续犯错误，那你就接着犯吧。所以说我会说一句很狠的话：“你还没难受够。难受够了，你就下决心改了。”

一旦你下决心改，好，善知识的指导就有用了，其他的老师就可以指导你了。如果你不改，没有人可以帮你。

各位家长，记着，如果我们自己不改，没有人可以帮我们。同样，我们的孩子，如果他们不想改变，我们想帮他们也很难，因为很难有别人可以改变他们的。

那么，怎么避免这一点？就是家长们要跟孩子搞好关系，不要让孩子对家长封闭了自己的心。有的家长跟孩子说话孩子都不搭理，孩子不愿意从家长这

儿获得帮助。如果是这样，家长向孩子介绍学习方法，孩子就很难受益。

这种情况下怎么办？

如果家长非要解决问题，非常好，家长先提高自己。像我们基地曾经有这样的案例。

有一位家长带着孩子过来学习，来了以后孩子跟家长提要求，说你必须给我买什么东西我才听课。家长发现这是一个两难问题，因为一旦买了又会纵容这个孩子。最后，孩子因为东西没买，于是就不上课，回去了。孩子回去以后，这位家长当然很着急，着急怎么办？我就提示她：“你先上家长课，自己好好学习沟通。”慢慢地，家长学着学着，孩子可能就愿意来基地学习了。在这方面，我们是有成功的案例的。像有一年寒假，就有两位家长告诉我，说是孩子主动要求家长带他们来基地学习的，孩子说自己需要基地老师的帮助。

如果家长们再主动一些，而不是等着孩子主动要求，那么，可能会有更多的孩子愿意接受我们的帮助，因为很多孩子可能不一定愿意直接跟家长这么说。

这就是当你自愿去改变时，事情就好办了。如果家长一时不能改变孩子，那就自己先去提高。慢慢地你改变了，孩子就改变了。

## 经文

“善知识，智慧观照，内外明彻，识自本心。若识本心，即本解脱。若得解脱，即是般若三昧。般若三昧，即是无念。何名无念？若见一切法，心不染著，是为无念。用即遍一切处，亦不著一切处。但净本心，使六识<sup>[1]</sup>，出六门<sup>[2]</sup>，于六尘<sup>[3]</sup>中，无染无杂，来去自由，通用无滞，即是般若三昧，自在<sup>[4]</sup>解脱。名无念行。若百物不思，当令念绝，即是法缚，即名边见。

“善知识，悟无念法者，万法尽通。悟无念法者，见诸佛境界。悟无念法者，至佛地位。”

## 注释

[1] 六识：即眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识也。言六根如其次第，对于色声香

味触法之六境，而生见闻嗅味觉知之了别作用者。为大小乘通说之法門，位于大乘所说八识中第一至第六，故常称为前六识。

[2] 六门：眼、耳、鼻、舌、身、意六根也叫六门。

[3] 六尘：指色尘、声尘、香尘、味尘、触尘、法尘等六境。又作外尘、六贼。众生以六识缘六境而遍污六根，能昏昧真性，故称为尘。此六尘在心之外，故称外尘。此六尘犹如盗贼，能劫夺一切之善法，故称六贼。

[4] 自在：进退无碍，谓之自在。又心离烦恼之系缚，通达无碍，谓之自在。《法华经序品》曰：“尽诸有结，心得自在。”《唯识演秘》曰：“施为无拥，名为自在。”

## 讲解



“善知识，如果时时都以一切法即是内心变幻、一切法如幻无体这样的认识、正念住在心中，名为智慧观照。以本有的智慧去观照一切，外不住这一切的相，内不住心的执着，不取不舍，从这一切的表象来看到自己清淨的本心。”一般我们说心在想什么，实际上是指我们的念头。这些念头就是我们的意识，意识是虚妄的，不是我们的本心。“当我们能把这些虚妄的念头、纷乱的意识沉静下来，看到不变不动、能够觉知觉照的那个自心的时候，这就是一个本来的解脱。若能获得原本的解脱，这就是般若三昧。离开邪念妄想，即是无念。”

“什么是无念？”六祖进一步解释。“若见到一切事情，但是心不执着于其中”，其实也可以说是不当真，就是于相离相、于念离念，能够无住而观照，“这就叫作无念”。

见百物而不起一念，我们也可以叫作不起一念执着，名为无念。实际上是这个意思。

“当你的般若三昧智慧起用的时候，你可以遍一切处，什么地方你都可以去用到，但是又不会执着到任何一点上”，任何一点都不会成为你的执着而导致你烦恼。

六祖说“用即遍一切处”，智慧能起无方不思議用。就是说，当智慧一旦起用的时候，它是什么地方都可以用上的。但是，我们任何地方去起用，都是相应而用，相应去处理问题，不执着于任何一点。

执着是什么？是一种挂碍。当你停留在上面的时候，当你挂碍在上面的时候，它会给你带来痛苦。这是关键。

“只是去使自己的本心清淨，以这种般若智慧驾驭自己的六识。”六识是

什么？就是眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识。“出眼、耳、鼻、舌、身、意这六门，在遇到色、声、香、味、触、法这六尘时”，在遇到外界的一切的时候，“不执着于这些”。六根（眼、耳、鼻、舌、身、意）即六门，就是六个所谓的感觉器官、认识器官，它们会遇到六尘而形成六识。眼见为色，耳听为声，鼻闻为香，舌尝为味，身体的接触为触，意识所想为法。六识、六根、六尘，合起来称为“十八界”。

在“十八界”中，能够“出入来去，自由自在，通用自如，无滞无碍，这就是般若三昧”。这个实际上是什么？就是《金刚经》上所说的“不应住色生心，不应住声香味触法生心”。色声香味触法就是六尘。不住六尘、不住一切而生清净心，即无住而生心。

“如果我们的头脑什么都不想，令心念就像枯木一样断绝，这反倒是法缚，因法而缚住自己活泼能见之本性，反倒把自己的智慧束缚住了，这叫边见。”实际上也就是我们常说的着空。

既要去见，“不离见闻觉知”，又不着见闻觉知，“不是见闻觉知”。修行的状态或者说一个有智慧的人的状态，是见闻觉知都在很好地起着作用，但是他又不执着于见闻觉知所见闻觉知的一切。比如看到一件事情，他不会去停留在这件事情上。

“善知识，悟透无念法的人，对一切法都能够通达无碍、自如解脱。悟到无念法的人，就能够见到诸佛境界。”诸佛境界是什么意思？就是指究竟修行者的境界。“悟无念法的人，能够达到佛所悟到的究竟结果。”

我们看，六祖惠能所有的讲法都是不离自性，无论他讲到哪里，他都是说要明自心、见自性，明自清净之心，见自本然无染无着之性。依这个清净自心观照一切，就能够通达一切，能够处理一切问题。在处理一切问题的时候，又可以不染不着，不去因这一切的问题而去执着、痛苦，见一切事而于一切事上不起是非之分别。“无是无非无烦恼，有因有果有菩提。”既不执着于一切的是非，不去染着这一切，不会受这一切的苦，又了了分明一切事物的因果变化，处处做正因，做清净之因，这个时候菩提智慧就自然在日日增长。

我们每个人的心本来就是自由的、不生不灭的、不会受外界烦恼尘劳干扰的，这是本来的一种解脱状态，并不是说我们要去使自己解脱。

你会发现，让你烦恼的那个你本来就不在，大家去看、去参这个事情。烦恼的那个是谁？你会发现，真的弄明白了，他不是你。

比如有一个学生因学习成绩好而被老师喜欢，后来因为他成绩下降了，老

师就开始喜欢别的同学。这个学生就反思这件事：老师到底喜欢我什么？他是喜欢我，还是喜欢我学习好？如果喜欢我，那么我学习好与不好，他都应该喜欢我。如果他喜欢的是学习好的我，那么当我学习不好的时候他自然不喜欢我。那老师在喜欢我吗？他在喜欢我学习好，而不是喜欢我。

但是，当老师不喜欢自己的时候，自己会难受的。自己难受以后，就会发现一个问题：我为什么要难受？原先为什么不难受？原先因为老师喜欢我，我不难受，现在老师不喜欢我了。那么，原先喜欢我，是喜欢什么？他不过是喜欢我的学习好，并非喜欢我，这里面没有一个他喜欢我这个人。那么，我原先的快乐该快乐吗？如果原先的快乐也不该快乐，现在的痛苦从哪里来？

如果你真的去识自本心的话，你会发现你本来就是解脱的，就没有这些烦恼。我们常常是因为意识的干扰，让我们糊里糊涂地就烦恼了。

## 经文

“善知识，后代得吾法者，将此顿教法门，于同见同行，发愿受持，如事佛故，终身而不退者，定入圣位。然须传授，从上以来，默传分付，不得匿其正法。若不同见同行，在别法中，不得传付。损彼前人，究竟无益。恐愚人不解，谤此法门，百劫千生，断佛种性<sup>[1]</sup>。”

“善知识，吾有一无相颂，各须诵取。在家出家，但依此修。若不自修，惟记吾言，亦无有益。听吾颂曰：

“说通及心通<sup>[2]</sup>，如日处虚空。

唯传见性法，出世破邪宗<sup>[3]</sup>。

法即无顿渐，迷悟有迟疾。

只此见性门，愚人不可悉。

说即虽万般，合理还归一。

烦恼暗宅中，常须生慧日。

邪来烦恼至，正来烦恼除。

邪正俱不用，清净至无余<sup>[4]</sup>。

菩提本自性，起心即是妄。

净心在妄中，但正无三障<sup>[5]</sup>。  
世人若修道，一切尽不妨。  
常自见己过，与道即相当。  
色类自有道，各不相妨恼。  
离道别觅道，终身不见道。  
波波度一生，到头还自懊。  
欲得见真道，行正即是道。  
若真修道人，不见世间<sup>[6]</sup>过。  
若见他人非，自非却是左。  
他非我不非，我非自有过。  
但自却非心，打除烦恼破。  
憎爱不关心，长伸两脚卧。  
欲拟化他人，自须有方便。  
勿令彼有疑，即是自性现。  
佛法在世间，不离世间觉<sup>[7]</sup>。  
离世觅菩提，恰如求兔角。  
正见名出世，邪见名世间。  
邪正尽打却，菩提性宛然。  
此颂是顿教，亦名大法船。  
迷闻经累劫，悟则刹那间。”

师复曰：“今于大梵寺，说此顿教，普愿法界众生，言下见性成佛<sup>[8]</sup>。”  
时韦使君与官僚道俗，闻师所说，无不省悟。一时作礼，皆叹：“善哉！何期岭南有佛出世。”

## 注释

[1] 佛种性：能生佛果的种子体性。

[2] 心通：即宗通，远离一切言说文字妄想，悟证自己本性叫作心通。

[3] 邪宗：凡不以见性为正法的宗派，叫作邪宗。

[4] 无余：达到完全穷尽，一无残余之谓。乃无余依之略称。依，即依止之意，又作依身，意谓肉身。烦恼与肉身完全灭尽之状态，称作无余依涅槃，或称涅槃。又佛对诸弟子当来成佛之国土劫数及称号等了了而记，称为无余记。

[5] 三障：烦恼障、业障、报障。烦恼障，如贪欲嗔恚愚痴等之惑是；业障，如五逆十恶等之业是；报障，如地狱饿鬼畜生等之苦报是。众生因有此三障，所以不能开悟佛道。

[6] 世间：世为迁流之义，破坏之义，覆真之义。间为中义。堕于世中之事物，谓之世间。又间隔之义，世之事物，个个间隔而为界畔，谓之世间，即与所谓世界相同。大要有二种：一有情世间，谓有生者。二器世间，国土也。

[7] 觉：梵语菩提，旧译曰道，新翻曰觉。觉有觉察、觉悟之两义。觉察者，察知恶事也；觉悟者，开悟真理也。《大乘义章》曰：“有两义：一觉察名觉，如人觉贼。二觉悟名觉，如人睡寤。觉察觉对烦恼障，烦恼侵害，事等如贼，唯圣觉知。不为其害，故名为觉。觉悟觉，对其智障无明昏寝，事等如睡，圣慧一起，翻然大悟。如睡得寤，故名为觉。”

[8] 见性成佛：禅宗基本思想之一。提倡成佛作祖或求生净土，应不执外修、不假外求，而以般若智慧，觉知自心真性即可达到目的之一种修行教义。即当下冲破烦恼生死之疑团迷云，独露一己本来面目，悟得觉体圆明之本源。盖本来之自性，无形、无相、无根、无本、无住处，悟得此理，即是真知见，是时，已无异于佛，故称见性成佛。禅宗将佛性与智慧均视为人心所固有，因而不以读经、坐禅、礼佛、戒律等修习形式为重，而提倡修心为成佛之行。

## 讲解

“善知识，后代的众生能够接受、领悟我这个顿教法的，能够把这个顿教法门去与身边的人分享，并且能够发愿受持，以此法门来指导自己的生活和学习，对待这个法门就像对待佛一样，终身不退转，一直以这个法门为指导的，这样的人一定会成为圣人。”

“这个法门需要上一代的悟道者向下一代传授，不能隐匿这个法门的正法，不能用邪法来传法。如果对方不能够跟这个法门相应的话，就不要传付。损害前人的声名并且破坏正法，对他们是没有好处的。恐怕有一些愚痴不智慧的人不能够理解这个法门，会诽谤这个法门。如果是这样的话，可能会百劫千生断佛种性，不能再修佛法。”因为什么呀？因为谤大乘经典，罪孽深重。

在《地藏经》里，佛对地藏菩萨说：“未来世中，若天若人，随业报应，落在恶趣。临堕趣中，或至门首，是诸众生，若能念得一佛名、一菩萨名，一句一偈大乘经典，是诸众生，汝以神力，方便救拔。于是人所，现无边身，为碎地狱，遣令生天，受胜妙乐。”我们临命终若能念一佛名、一菩萨名，一句一偈大乘经典，都会得到地藏菩萨的救度。而佛又说：“毁谤大乘者，如是诸

业众生，必堕恶趣。”诽谤大乘经典，可能多少劫都要在地狱中受苦，至少你没有机会再去像往生一样继续修行。

“善知识，我有一首无相偈颂，请大家根据自己的情况来读诵取用。在家出家的修行人，就按这个方法来修。如果不去修行，只是记住我的话，是没有好处的。听我的偈颂。

“说通及心通，如日处虚空。”

嘴上说的通达和心里的通达，是不一样的。说通只是说脑子明白，而心通是真正的悟到。嘴上说通了是没有用的，关键是心要通达。“日”是光明，它处于虚空中。虚空有含万法的禀性。

“唯传见性法，出世破邪宗。”

我们只传明心见性之法，这种法出世即可破除邪见之宗。

“法即无顿渐，迷悟有迟疾。”

佛法没有顿渐，凡夫的迷悟不同，悟道有快有慢。对于悟道慢的人、迷的人要讲渐法，让他们慢慢地能修行。对于悟道快的人要讲顿法，让他们刹那悟到。

“只此见性门，愚人不可悉。”

这样明心见性的法门，愚人是不能够通达的。像《金刚经》《六祖法宝坛经》，很多人是无法去体悟的，看看就会头晕，没法悟到其中的道理。

“说即虽万般，合理还归一。”

说起法来般若之智处处通达，可以应用万方，说到理还是归于一个。

“烦恼暗宅中，常须生慧日。”

烦恼的黑暗家宅之中，常常需要智慧的太阳来照亮。我以前在博客上曾经说过一句话，叫“一灯能除千年暗”，就是这个意思。

“邪来烦恼至，正来烦恼除。”

邪法、邪念来时烦恼就到了，正法、正念来时烦恼就除灭了。

“邪正俱不用，清净至无余。”

不去妄分别邪正而执着于两边，就会达到真正的清净，不受烦恼的制约。

“菩提本自性，起心即是妄。”

菩提之智本是自性拥有，起心动念都是妄念。在起心动念的时候，清净菩提之自性就被染污了。

“净心在妄中，但正无三障。”

净心在妄念中是如如不动的，只需观照般若之智，就可除掉贪嗔痴三障。

“世人若修道，一切尽不妨。”