

国学中的教育智慧

金刚经中的教育智慧

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

金刚经中的教育智慧 / 唐曾磊主编. — 北京：清华大学出版社，2018
(国学中的教育智慧)

ISBN 978-7-302-51032-1

I. ①金… II. ①唐… III. ①佛经②《金刚经》—研究 IV. ①B942.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 191977 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：王荣静

责任印制：杨 艳

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

质 量 反 馈：010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印 装 者：三河市春园印刷有限公司

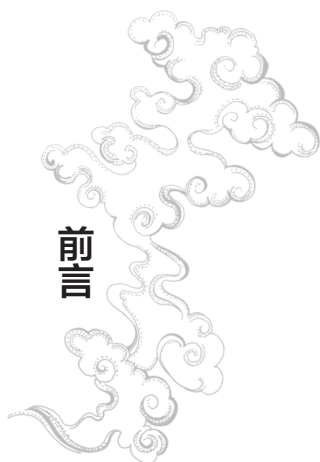
经 销：全国新华书店

开 本：170mm×240mm 印 张：18.5 字 数：319 千字

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

定 价：59.00 元

产品编号：070533-01



从我开始研究教育到现在已有二十多年，我的平等思维、平等教育理念影响了很多。曾有家长问我：“唐老师，您解决问题非常直接有效，我们很受益。您这个平等思维、平等教育的智慧到底来自哪里呢？”

我所悟到的教育智慧，根本都是从《金刚经》中来。我读《金刚经》，悟《金刚经》，从中受到启迪而创造出平等思维、平等教育。

有家长奇怪：“唐老师，《金刚经》居然能有这么大的作用？”

我回答：“《金刚经》的作用远不止于此。我只是从《金刚经》当中悟到了一句两句，我悟到的智慧不过是它本有智慧的九牛之一毛。”但是，它对我的改变已经是天翻地覆，我用它来解决我们世间法中的工作、人际关系、教育、心理等问题，都非常轻松。

借用《西游记》的内容来打比喻，我只不过是如来佛祖座下的一只小老鼠，偷听了一句半句法语，就来人世间兴风作浪。不是说我要为非作歹，而是说佛法伟大，《金刚经》伟大，只要能悟到其中的一两句，在这个世间，你一定可以轻松地处理身边许多的事情。

当年，我在清华大学经管学院读投资专业的研究生，我接触到的都是顶级的教授以及与国际接轨的课程，学来的知识是有用的，能很好地解决世间的一些问题。那时我觉得自己很聪明，但是，当我真正遇到世间的一些问题时，才发现自己非常愚昧。比如，自己常常会感到很痛苦，常会因为身边的人办事不周而去训斥他们、而去让自己难过。我发现有很多问题自己根本解决不了，尤其是当遇到家人生老病死的事情时，我也只能愁得死去活来，一筹莫展。

那时，我很希望能找到一条路径、一个方法，成为自己命运的主宰。

在遇到家人生老病死的问题无能为力时，我曾求助于方方面面的力量，比如，我读《周易》，研究六爻、四柱等算命方法。我甚至拿出几年时间来专门做这些研究，表面上看也是卓有成效，像人的八字什么的都可以算得很准。但是我发现，我对自己的命运仍然无法把握，我仍然常常处于痛苦之中。

为什么我们会遇到那么多的事情自己没办法解决？

为什么我们的命运、我们的事情我们无法把握？

这是当时非常困扰我的问题，我经常为此感到难过，直到有一天我读到了《金刚经》。

最开始读《金刚经》时，我觉得佛讲法讲得非常绝对，事情怎么可以用这么绝对的方式来说呢？后来当我能悟到其中的一句半句时，觉得讲得太好了！

随后，我把《金刚经》用到了研究教育、研究思维方法、研究人的心态以及做企业中，这时我发现《金刚经》几乎是无所不能。

我们平等教育的各种学习方法，在我研究《金刚经》的过程中不断地被创造出来。“学会”的三个标准、语数外的十步法、学习的各个环节的各种三步法，对人性的分析（小人理论），对浮躁和认真、智慧和愚蠢的定义，和谐沟通三步骤（接纳、理解、建议）等，这些都是基于《金刚经》的思想而提出来的。

为了帮助大家更好地了解平等思维，2014年我在清华大学出版社出版了三本书：《平等思维——智慧和幸福的奥秘》《把话说到孩子心里》《培养孩子认真学习的能力》。这三本书分别对应着家长们如何提升自己的智慧，如何跟孩子沟通，如何培养孩子认真学习的能力三个方面来写。

研究《金刚经》以后，我发现自己解决问题的能力越来越强。最早的时候还会有很多事情困扰我，慢慢地，几乎所有的问题到我这儿都可以一下子解决，我心里不存事儿了，没有什么事情需要过夜解决的。我变得非常从容，心里的烦恼也在逐渐地减少，慢慢地自己也没有什么不开心的事情了。

很多家长、老师都在问我：“您为什么可以进入这样的状态？我们怎么样

才能进入这样的状态？”

这时我才回过头来看，为什么自己心里可以没有烦恼的事。想明白了自己是一个什么样的状态，把这样的状态总结出来就是个人幸福之道——不带期望，每天做正因。在《平等思维——智慧和幸福的奥秘》一书中，个人幸福之道是其中的一部分内容。

在做事业的过程中，我发现我从事教育工作本身就是幸福的。现实中，很多人的工作并不幸福，他们认为，工作就是工作，工作就是需要付出辛苦、愿不愿意干都要去干、为了赚钱吃饭才去做的事情。

为什么我的工作幸福的？

我把我的状态总结出来，就得出了工作幸福之道——擅长、享受、价值。

在解决家长们夫妻关系问题的时候，我发现了大家的问题到底在哪里，为什么大家会不够幸福。结合自身的体验，我又总结出了夫妻幸福之道——女人崇拜、仰视男人，男人宠爱、呵护女人，夫妻关系走向父女关系、母子关系，以父女关系为主。

在和孩子们沟通的时候，我发现我可以很顺畅地和他们交流，可以轻松地带到他们，而家长们则很难做到。我把我的沟通方法总结出来，就是和谐沟通之道——接纳、理解、建议。

很多人在遇到问题时常常会互相埋怨，因此只要出现了矛盾，就非常难解决。有一个方法可以彻底化解这些矛盾，它就是矛盾解决之道——结果不好、怨我、我做什么改善，这又可称为家庭矛盾万能解决三步法。凡是遇到矛盾，用这三个步骤就可以彻底解决。在上家长课的时候，大家提出来的所有矛盾问题，用这三个步骤，我都可以带着大家现场解决。

所有这些学习方法、各种幸福之道都已经在实践中被证明是行之有效的，它们都是我从《金刚经》中悟到的。而我，不过是悟到了《金刚经》中的一丁点儿智慧而已。

大家可能会说：“唐老师您在吹牛，您在吹捧《金刚经》。”

实际上应该这么说：如果我能吹捧到《金刚经》的话，那算我本事大。我是怕自己智慧有限，根本不足以把《金刚经》的智慧描述出来。《金刚经》的智慧到底有多高，我是谈不出来的。

有一首《云何梵》，传说是武则天所写，实际上出自北本《大般涅槃经》。云何得长寿？金刚不坏身。

“长寿”“金刚不坏身”指的是我们的心，是让我们的心得到永恒的清净。

复以何因缘，得大坚固力？

那么，依什么样的因缘、方法，能够得到一个坚固、强大的力量，让我们的心永保清静，让我们变得智慧无边？

云何于此经，究竟到彼岸？

怎么能够通过《金刚经》这样的大乘经典，到达无烦恼的清静智慧的彼岸？

愿佛开微密，广为众生说。

希望佛（佛就是觉悟的人）能够广为开示微妙秘密的大法，让我们众生都得到利益。

诵读《金刚经》有无量无边的利益，最根本的利益是使我们混沌的心变得澄净，破除执着，断掉一切烦恼，开启本有的清静无边的智慧，见到我们不减、不垢不净的金刚自性。

平等思维、平等教育的一切智慧，都来自《金刚经》。打个比喻，如果我有一百张口，每一张嘴里有一百条舌头，我都不能把持诵《金刚经》的利益说出一分一毫。与其说我在吹捧《金刚经》，倒不如说我智慧太浅，想吹捧《金刚经》都吹捧不了，我只是拿出自己从《金刚经》中悟到的一些智慧来帮助那些处在烦恼痛苦、无能为力状态下的家长和朋友。

希望本书能够帮助到大家，让大家能像我一样逐渐变得清静开心，能够学会应用《金刚经》来解决我们工作、生活、家庭沟通、教育孩子等方方面面的问题，让这些问题都在金刚般的智慧下一刀斩除，让我们变得更加幸福。

唐曾磊

2018年8月



目录

- 第一讲 法会因由分 / 1
- 第二讲 善现启请分 / 15
- 第三讲 大乘正宗分 / 27
- 第四讲 妙行无住分 / 37
- 第五讲 如理实见分 / 47
- 第六讲 正信希有分 / 55
- 第七讲 无得无说分 / 71
- 第八讲 依法出生分 / 79
- 第九讲 一相无相分 / 83
- 第十讲 庄严净土分 / 91
- 第十一讲 无为福胜分 / 103
- 第十二讲 尊重正教分 / 107

第十三讲	如法受持分	/ 115
第十四讲	离相寂灭分	/ 129
第十五讲	持经功德分	/ 163
第十六讲	能净业障分	/ 171
第十七讲	究竟无我分	/ 179
第十八讲	一体同观分	/ 197
第十九讲	法界通化分	/ 207
第二十讲	离色离相分	/ 211
第二十一讲	非说所说分	/ 215
第二十二讲	无法可得分	/ 223
第二十三讲	净心行善分	/ 229
第二十四讲	福智无比分	/ 235

第二十五讲 化无所化分 / 239

第二十六讲 法身非相分 / 243

第二十七讲 无断无灭分 / 249

第二十八讲 不受不贪分 / 255

第二十九讲 威仪寂净分 / 259

第三十讲 一合理相分 / 265

第三十一讲 知见不生分 / 269

第三十二讲 应化非真分 / 275

金刚般若波罗蜜经^[1]
姚秦三藏法师^[2]鸠摩罗什^[3]译

A decorative rectangular frame with ornate dragon pillars on the left and right sides. The pillars are carved with intricate patterns and dragon motifs. The central area of the frame is a light gray rectangle with a subtle floral or cloud pattern.

第一讲 法会因由分

经文

如是我闻^[4]。一时，佛^[5]在舍卫国^[6]祇树给孤独园。

注释

[1] 金刚般若波罗蜜经：略称《金刚般若经》《金刚经》。收于大正藏第八册，内容阐释一切法无我之理。自古讲说此经者特多，尤以禅宗六祖惠能以来更受重视。异译本有五种：（1）北魏菩提流支译（同题）。（2）陈·真谛译（同题）。（3）隋代达磨笈多译之《金刚能断般若波罗蜜经》（略称《金刚能断经》）。（4）唐代玄奘译之《能断金刚般若波罗蜜多经》。（5）唐代义净译之《能断金刚般若波罗蜜多经》（略称《能断金刚经》）。本经普遍流传于中国。现有蒙文、满文、英文、法文、德文及日文等数种译本。

[2] 三藏法师：指精通经、律、论三藏之法师。又可称为三藏圣师、三藏比丘。略称“三藏”。印度早已采用此名称，如《摩诃摩耶经》曰：“俱睽弥国有三藏比丘，善说法要，徒众五百。”我国则专指通晓三藏，并从事翻译经、律、论之高僧。

[3] 鸠摩罗什：略称“罗什”，意译“童寿”。东晋后秦僧人，出生于龟兹国（今新疆疏勒）。我国四大译经家之一。其家世代都是国家的辅弼大臣。其父鸠摩炎在将要继承宰相官位时出家为僧，龟兹国王请他做本国的国师。国王有个妹妹见识悟性极为高明，诸国竞相聘娶，概不同意。她见到鸠摩炎后，就逼迫鸠摩炎娶她为妻，不久怀了罗什。罗什在娘胎时，其母的理解力变得神明高超而倍于常日。有一位罗汉达摩瞿沙说：“她怀的一定是一位智慧之子。”并为人们讲说舍利弗在胎中的证明。罗什之母后来出家，证到初果。罗什自幼聪敏，七岁跟随母出家，跟从师父受学佛经，每日讽诵一千首偈诗，有三万二千字。十二岁时，母亲带他到达月氏国的北山，有一位罗汉见到罗什后很惊异，对其母说：“平常应当好好守护这位沙弥，如果他到了三十五岁时不违犯戒律，该当由他大兴佛法，超度无数众生，与优波鞠多无异。如果戒律不能保全，那就无所作为，充其量不过是一位才智通明俊秀超群的人而已。”此后，罗什游学天竺，遍参名宿，

博闻强记，誉满天竺。归故国后，王奉为师。罗什年至二十时，在王官受戒，并跟从卑摩罗叉学习《十诵律》。不久其母辞别龟兹欲往天竺，临走时对罗什说：“大乘教义，应该广泛阐述到中国，但要使其传播到中国，只有依靠你的努力。不过这件事情对自身无利可图，如何是好？”罗什说：“菩萨之道，就是利彼忘己。如果必须要使佛教道化流传，并能洗除愚暗，开示蒙昧，即使自身投入炉火上的大锅里去，虽痛苦而无恨。”于是罗什停留在龟兹，住于新寺。罗什在龟兹停留居住了两年，其间广泛诵读大乘经论，透彻地体悟了其中的奥秘。龟兹国王为他制作了一个金狮子座位，用大秦国的锦褥铺垫其上，命罗什登座而说法。西域一带的诸多国王，都佩服罗什的杰出天资，他讲说佛法时，诸多国王都长时间地跪在罗什的座位旁，请罗什踏着他们的身体而登座。罗什由此道化流布于西域，名声传播于中国。前秦苻坚闻其德，遣将吕光率兵迎之。吕光西征既利，遂迎罗什。吕光强迫他娶龟兹国王的女儿为妻，罗什拒不接受，言辞十分哀苦恳切。吕光道：“你这位有道之士的操守并未超过你死去的父亲，如何可以拒绝？”于是吕光又让罗什喝下美酒，把罗什与国王的女儿一起关在密室里，罗什被逼违背自己的节操。吕光有时还命罗什骑牛或骑顽劣不驯的马，想要使他从马上坠落。罗什怀平常心忍受耻辱，面无异色，吕光于是惭愧，停止这些做法。在归途中吕光闻苻坚败没，遂于河西自立为王，罗什乃羁留凉州十六七年。直至后秦姚兴攻破吕氏，罗什始得东至长安，时为东晋隆安五年（401）。姚兴礼为国师，居于逍遥园，与僧肇、僧严等从事译经工作。自后秦弘始五年（403）四月，罗什先后译出《中论》《百论》《十二门论》（以上合称三论）《般若波罗蜜多心经》《法华经》《大智度论》《阿弥陀经》《维摩诘经》《十诵律》等经论，系统地介绍龙树中观学派之学说。其译经之总数说法不一，《出三藏记集》称三十五部、二九四卷；《开元释教录》则谓七十四部、三八四卷。

自佛教传入，汉译佛经日多，但所译多滞文格义，不与原本相应。罗什通达多种外国语言，所译经论内容卓拔，文体简洁晓畅，至后世颇受重视。其时，四方贤俊风从，罗什悉心作育，皆得玄悟。罗什一生致力于弘通之法，当为般若系之大乘经典，与龙树、提婆系之中观部论书之翻译。所译之经典，对我国佛教发展有很大影响；《中论》《百论》《十二门论》，道生传于南方，经僧朗、僧诠、法朗，至隋之吉藏而集三论宗之大成；再加上《大智度论》，而成四论学派。此外，所译之《法华经》，肇启天台宗之端绪；《成实论》为成实学派之根本要典；《阿弥陀经》及《十住毗婆沙论》为净土宗所依之经论；《弥勒成佛经》促成了弥勒信仰之发达；《坐禅三昧经》之译出，促成了“菩萨禅”之流行；《梵网经》一出，中土得传大乘戒；《十诵律》则提供了研究律学之重要资料。罗什门下有僧肇、道生、道融、僧睿、昙影、僧导等，名僧辈出，蔚成三论与成实两学派。

故罗什亦被尊为三论宗之祖。居十二年而入寂，时为晋义熙九年，世寿七十。或谓义熙五年示寂。

又据《梁高僧传》记载，姚兴以罗什为聪明超凡之辈，不欲其无嗣，遂以十女逼令受之。元魏孝文帝曾至洛阳，遣使觅罗什之后嗣，委任以官爵。迨至隋世，关中鸠摩氏犹有显者，或即罗什之后人。

[4] 如是我闻：又作我闻如是、闻如是，为经典之开头语。释尊于入灭之际，曾对“多闻第一”的阿难言其一生所说之经藏，须于卷首加上“如是我闻”一语，以与外道经典区别。如是，系指经中所叙述释尊之言行举止；我闻，则指经藏編集者阿难自言听闻于释尊之言行。又“如是”意为信顺自己所闻之法；“我闻”则为坚持其信之人。此即信成就、闻成就，又作证信序。

[5] 佛：梵语佛陀的简称，汉译为觉者，也就是正觉和遍知的大觉大悟者。遍知是说对于宇宙事理无所不知觉，正觉是说所知正确真实而无外道那样邪见妄执的错误，所以佛的另一尊号叫作正遍知或正等觉。觉有三义，即自觉、觉他、觉行圆满。自觉是自己遍知正觉以超越三界凡夫；觉他是先觉觉后觉，以修菩萨行而超越二乘，使众生皆得如自己一样的大觉大悟；觉行圆满是自他两觉两利功德圆满，以超越菩萨而完成究竟的佛果。佛往往专称应现于娑婆世界的教主释迦牟尼。

[6] 舍卫国：为中印度古王国名。《大智度论》卷三载，舍卫城为佛出生地，为报生地之恩，故多住此。诸经典中，常见其名，且阿含部之诸经、《贤劫经》《弥勒下生经》《弥勒上生经》《大宝积经·郁伽长者会》等诸会，《阿弥陀经》《文殊般若经》《金刚般若经》等皆于此处说。

讲解

《金刚经》（全称《金刚般若波罗蜜经》）是一部非常重要的佛教经典，是佛经当中最著名的一部。

释迦牟尼佛在成佛后讲了四十九年法，其中般若经讲了二十二年。般若是大智慧的意思，《金刚经》是般若经中的一部。

在两千五百多年前，印度有一个迦毗罗卫国，国王净饭王生了一个王子，取名乔达摩·悉达多。王子出生以后，国王请阿私陀仙人来给他相面。阿私陀仙人是一位大修行人，据说已经一百二十岁了，他给王子相过面后就哭了。国王问他：“你为什么哭？难道这个孩子将来命运不好吗？”阿私陀仙人说：“不是王子的命运不好，而是他将来必定会成为一位圣人，他说的法将会对整个世

界起到重大的觉悟作用。我岁数大了，活不到他长大的时候，听不到他讲的法，所以我才这么难过。”

这位王子长大以后，发现世间无论什么样的人，都有生老病死之苦。

生，大家不一定觉得是苦，因此这里我们以“老、病、死”为例来说。每一个人都会老，每一个人都会生病，每一个人都必定死亡，无论你的地位有多么高，无论你长得有多么漂亮，无论你多么有钱，无论你多么热爱生活。老、病、死是人生必然的苦，因为命运不是把握在自己手中。苦的含义是逼迫，你不得不如此。

乔达摩·悉达多王子认识到这一点后，他就下决心离开皇宫，去学习怎么超越这种种苦。

他跟随当时印度最著名的两位老师学习，但他太有智慧了，很快就超越了他的老师，超越以后他发现这两位老师不能解决真正的苦的问题，比如生死。于是他就去修苦行。

这种方法在当年的天竺很流行，很多人相信吃苦会获得未来永恒的快乐。王子在林中修了6年苦行，每天只吃一粒草种子，衣服几年不换，不离开林子。最后他发现苦行不能真正修成正果，于是放弃。

从林子里出来，王子到尼连禅河边洗澡，接受牧女的乳糜供养，然后在菩提树下坐了七七四十九天（一说二十一天），睹启明星悟道成佛。

佛悟道后讲了四圣谛，说苦集灭道，世间皆苦，苦的原因，断灭苦的原因，最后修道成就永恒的清净快乐。八正道，就是八种正道修法。再往后就是六度万行。般若是六度当中的一种，般若波罗蜜。《金刚般若波罗蜜经》就是告诉我们如何用出世间的大智慧来走向快乐、幸福的彼岸，跳出六道。

我们世间的凡夫，每个人的命运都会受其他人的安排。比如我们生下来，父母就在安排我们。结婚了，如果对配偶不够满意，我们就会很难过。但是，我们很满意对方，对方不满意我们，我们更难过。再往后我们有孩子，孩子不让我们满意，我们依然难过。我们很满意孩子，孩子不满意我们，我们依然难过。孩子不幸福，我们就不会幸福……我们会发现有无量的苦等着我们。

那么，如何以出世间的大智慧来获得对自己命运的把控，来达到幸福的彼岸？《金刚经》会给我们一个最好的回答。

《金刚经》中的“金刚”指的是我们的自性。何为自性？自性不依理由、不依因缘而存在。你所见到、所能想象到的都没有自性。

比如，一个杯子，它有自性吗？大家知道杯子怎么成为杯子的？土烧的。

你往上追溯,就没有“杯子”这么一个存在一直存在着,它是土做成了这个形状,烧好了叫杯子。“啪”掉地上它就成了碎片,不能再叫杯子了。所以根本就没有这个杯子存在。

一张桌子有自性吗?它本身是木头。而木头是什么?木头这一刻是木头,一把火一烧,木头还存在吗?

大家都知道,我们每一个人最终都会死去。死了一烧就是一把灰,这一把灰是你吗?人烧成的这一把灰和桌子烧成的那一把灰,区别在哪里?

所以,这个肉身显然不是我们,它不存在一个一直不变的东西,因为这个肉身就在变嘛!

举个例子:有一天我出了车祸,胳膊轧断了,接不上了,这个胳膊就扔掉了。那我还是我吗?胳膊是我,还是我是我?如果说少了胳膊的这个身体是我,那我再切掉一块,哪一块是我?

你会发现在这个身体上找,哪一块都不是我。

我们的医学越来越发达,现在已经可以换心脏了,哪一天也许也可以换脑子,那你说身上哪一块是你,哪一块代表你?

没有哪一块能代表你。这些都不是不动的东西。有一个东西每一个人都有,它又一直不动,无论你身体这些情况怎么变它都不会变。这个东西就是我们的金刚自性。

金刚自性是佛在修行过程中悟到的。打个比方,金刚自性就相当于我们的家,这个家一直在,只是我们自己迷失了,找不到家了。

让我们迷失的这个是什么?就是我们现在觉得自己很聪明、在判断着唐老师说什么的这个头脑,这个头脑导致我们迷失、让我们自以为是。我们需要用这个迷失的头脑找回我们本有的家,我们的金刚自性。

金刚自性是大智慧的,它就是如来,就是佛。

很多人都学过哲学,哲学认为佛教是客观唯心主义,认为外面有一个佛菩萨,我们要拜佛菩萨,其实这是大错特错的。

佛法是让你成为佛,是告诉你你本来是佛,你就是有智慧的人,你就是那个如来,没有外面的一个如来让你拜。

有人会问:“那寺庙里的佛像是用来干吗的呢?”

其实那就是一个象征。

“那为什么要拜呢?”

拜佛是放下我们这个意识的自以为是。

我们经常觉得自己很厉害：“我为什么给你磕头？男儿膝下有黄金，我就不给你磕头。”但是你磕个头会怎么样呢？磕头就磕头了，什么也没有。你觉得你好像失去了什么，其实你什么都没失去，你失去的就是那个毫无意义的自以为是。你觉得你了不起，你哪了不起？就像赵本山小品说的那句话：“什么名人？你就是一人名。”

当我们放下自我，能够五体投地地去拜佛的时候，记着，你拜佛，佛得不到什么，是你把自己的自以为是放下了。

那么，我们自以为是的时候会怎么样？

一个自以为是的人特别容易被打击。你觉得你很厉害，但有人不尊重你，你就很难受。如果你不认为你厉害，那别人爱尊重不尊重，你就不被打击。如果你觉得自己很厉害，发现有一个比你更厉害，你就被打击。如果你觉得自己没什么，那别人比你更厉害，你有什么受打击的呢？

所以，佛看着是至高无上的，其实他是在告诉你，你自己有一个金刚自性是至高无上的，这就是《金刚般若波罗蜜经》中的“金刚”。

“般若”是金刚自性之起用。“波罗蜜”是到彼岸，到快乐幸福的彼岸，到智慧的彼岸。“经”就是路径，也称为道。

让我们的金刚自性做主，以此金刚自性发出的般若智慧带我们到达幸福智慧的彼岸这么一条路径，称为《金刚般若波罗蜜经》，简称《金刚经》。

“姚秦三藏法师鸠摩罗什译”，译就是翻译。

“姚秦三藏法师”，我们可以做一个类比，唐三藏法师。姚秦是一个国名，三藏指经、律、论。

经是佛讲的法。

律是戒律。戒律是什么意思？就是告诉你什么是恶因，什么是正因，恶因不做，正因要做。

论是就佛所讲的内容给一些阐述或者注释。大家可以读到很多的论，像《瑜伽师地论》《中论》《大乘五蕴论》《成唯识论》等，菩萨所讲只能叫论，不能叫经。唯一的特例是《六祖坛经》。

三藏法师就是精通经、律、论三藏的法师。

鸠摩罗什是一位西方来的法师，修行极高，所以他在翻译经书的时候翻译得非常流畅。其实玄奘法师也翻译过《金刚经》，他翻译的名字是《能断金刚般若波罗蜜经》，但流传得比较少，大家见到的流传最广的就是鸠摩罗什的译本。鸠摩罗什翻译的还有很多经典，像《维摩诘经》《妙法莲华经》等。

“法会因由”，“法会”指讲法大会。这个法会指的是讲《金刚经》法会。“因由”是缘由、缘起。为什么要讲这部经？它有一个原因。其实“因由”有很重要的含义。一切法都是因缘所生，有因有缘而出来这个法，如果没有因缘就不会有这个法。

有一首偈子说：

因缘所生法，即是无自性。

若无自性者，云何有是法？

因缘所生的一切事物，都没有它本来的自性。自性就是不因一切缘由而有、不会因为什么而有的东西。

我们举例子说，计算机是由很多的部件组成的，如果没有这些部件，谈不上有计算机。我们把计算机拆开来找，其中有没有一个叫计算机的东西？当然没有。这就是“因缘所生法，即是无自性”。

所谓的计算机不过是一堆零件而已，没有真实的计算机这个东西存在。

大家都知道，计算机，我可以加一个硬盘，可以加一个音箱等。如果有一个不重要的什么零件坏了，它凑合着还能用。就是这样的。它没有一个不变的自性。

《般若波罗蜜多心经》里说：“舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减。”这个“不生不灭，不垢不净，不增不减”，指的就是自性。我们说到世间法，所有你能看到的东西，都无自性。

世上的每个人都会死去，从无例外。不论你的身份高低，不论你的长相美丑，不论你的学问高低，等等，你总有一天会死的。我们这个身体是会生灭的，它本身无自性。

自性是什么，这需要去证到。在我们证到之前，有证到的人讲给我们听：不生不灭、不垢不净、不增不减的这个自性是真实存在的。自性又叫佛性、真如、法性等，它有很多名字。

每一个生灵都有自性，并且没有任何差别。不会有一个小孩子的自性很幼稚，而一个成人的自性很成熟。没有。如果有，它就有增有减了。

同样，这些圣人们，包括佛陀、诸大菩萨、大阿罗汉，他们的自性和堕地狱的众生，和饿鬼、畜生，和任何的六道众生，没有任何区别。

自性是本来平等的。

从这个角度来看，任何一个人都是可以教育的，任何一个人通过一定的学习、修行，都可以见到自己的自性，这就是见性。当一个人能够回归到见到自己的自性、由自己的自性做主的时候，他就不再迷了，这就叫作“开悟”“见

性”或者“悟道”，转凡成圣。从小乘来说，就是四果圣人，须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉。从大乘来说，是成为菩萨。菩萨有十地。

其实佛就是悟到了自性，他要教给大家如何见自性，成就本来那个不生不灭、不垢不净、不增不减的我，成为一个真实的我，而不是一个迷的我。佛要帮我们识自本心、见自本性。

《金刚经》的第一句是“如是我闻”。

在佛灭度前阿难问佛，说您给我们讲了那么多法，我将来如果把这些法记下来，怎么证明这是您讲的？佛说，前面要加上“如是我闻”。

“如是我闻”直接的意思是“我是这么听佛讲的法”。如果说详细的含义，“如是我闻”这几个字就可以无量无边地讲下去。佛法中“一字即有无量义”，比如，一个“如”字就有无量义。大家如果愿意钻研，可以在佛教辞典上查这个“如”字到底是什么意思，如果一个月能够把这个“如”字真的说明白，这样的人有非常高的智慧。

“一时”的直译可以是有一天，其实这个时间是每一个当下。每一个当下佛都以清净心而在，都以觉悟、觉知的状态而在，自性都在觉醒之中。这叫“一时佛在”。

“舍卫国”是当时天竺境内的一个小国家。当时的天竺由很多小国家组成，舍卫国是其中一个。

“祇树给孤独园”，给孤独是一个商人，他赚了钱以后会对孤寡老人布施，给他们钱，给他们吃的东西，帮助他们，所以大家给他取名叫“给孤独”，就是把钱物给予孤独者。这和我们说的“活雷锋”是类似的意思。

给孤独在另一个国家听到佛讲法，听完以后非常受益，于是他就想请佛到舍卫国来讲法，他想找一个大的园子供佛和弟子们居住。他找来找去，找到了一个满意的园子，风景特别好，规模也很大，这个园子是舍卫国的国王送给祇陀太子的。他就去找祇陀太子说：“我要买你的园子。”祇陀太子说：“我不卖，因为这是父王送给我的生日礼物，很珍贵，我不能卖的。”给孤独说：“世上所有的物都应该有价。你可以把价要得高一点，我买不起就算了，但是你不开价是不对的。”于是祇陀太子就开价说：“你把园子的地上铺满黄金，我就卖给你。”没想到给孤独特别有钱，他用金币铺满了园子的地。祇陀太子就问给孤独：“你花这么多的钱，完全可以买很多这样的园子。为什么你非要买我这个园子？”给孤独说：“我要用它来供养佛，请佛来讲法。”祇陀太子听了很感动，他说：“这样，我把园子里的树都供养给佛（树是金币无法铺到的），

表达我对佛的敬意。”于是这个园子，树是祇陀太子供养的，园子是给孤独供养的，就称为“祇树给孤独园”。

经文

与大比丘^[1]众千二百五十人^[2]俱。尔时世尊^[3]食时，著衣持钵，入舍卫大城乞食。于其中次第乞已，还至本处。饭食讫，收衣钵，洗足已，敷座而坐。

注释

[1] 大比丘：比丘之德高年长者，又对于沙弥而总称比丘为大。

[2] 千二百五十人：指耶舍长者子朋党五十人、优楼频螺迦叶师徒五百人、那提迦叶师徒二百五十人、伽耶迦叶师徒二百五十人、舍利弗师徒一百人、大目犍连师徒一百人，共一千二百五十人。此千二百五十人先事外道，勤苦累劫而无所证，后承佛化导，即得证果，于是感佛之恩，遂于一一法会常随不舍，称为常随众，故诸经之首列众皆称千二百五十人。

[3] 世尊：佛之尊号。以佛具万德世所尊重故也。《佛说十号经》曰：“天人凡圣世出世间咸皆尊重，故曰世尊。”

讲解

“与大比丘众千二百五十人俱。”这个“大比丘”指的是阿罗汉。阿罗汉有个名字叫杀贼。杀什么贼？杀偷走我们清净智慧的心贼，也就是六根。

六根是眼耳鼻舌身意。为什么它们叫贼？举例子来说，比如眼睛，我们的心本来是很平静的，如果眼睛看到了一个很恶心的东西——眼睛只有看到东西，哪有恶心？恶心就是你的心在受到眼睛看到的東西的影响，然后感觉到恶心，心不再清净。

《聊斋志异》中，有个书生出去，见到一个美女，回来以后得相思病了。他本来没事，生活得好好的，见到一个美女，赏心悦目，自己的清净心就被偷

走了。几天见不到她，得了相思病，原因就在于眼睛看到了什么。所以我们常说，眼不见心不烦。

眼睛是“六贼”中的一个，耳朵也是。比如孔子听到韶乐，好听到了什么程度？三月不知肉味，听得痴迷了。

又如，生活中我们本来是好好的，听到有人骂我们，就不开心了。这又是偷走我们清净心的贼。

我们的眼耳鼻舌身意都是贼，叫“六贼”。而阿罗汉是杀贼，他没有这“六贼”。不是说他没有眼耳鼻舌身意，而是他的眼睛能看，但是看到的一切都不会带给他烦恼，而我们的心会被我们看到的東西引转。

“与大比丘众千二百五十人聚”，意思就是与这样的阿罗汉一千二百五十人在一起。

“尔时世尊食时”，“世尊”就是世之尊师，世人、天人的尊师。这也是佛的名号之一。

佛有十大名号，如来、应供、正遍知、明行足、善逝、世间解、无上士、调御丈夫、天人师、佛、世尊。

如来，就是乘真理而来，由真如而现身。

应供，就是应受供养，他应该受到六道众生的供养。

正遍知，就是他能够遍知一切法，具一切智，于一切法无不了知。

明行足，指的是佛愿力所要做的事情，都能够善修满足。佛具有三明，就是天眼明、宿命明、漏尽明。

善逝，其中“逝”是逝去的意思，说他很容易逝去，对世间人来说，太不容易遇到佛。

世间解，指的是佛能了知众生、非众生两种世间之一切，既了知世间之因、世间之灭，亦了知出世间之道。

无上士，就是在一切众生之中，佛是最上的士。他是第一、无上，他的智慧最高，福报最大，福智二足，二足尊。

调御丈夫，指佛能调御一切可度的丈夫，使他们发心修道。

天人师，就是天上的人和世间的人共同的导师。

佛，就是觉悟者，即佛陀。

世尊，就是世间之尊师。

“尔时世尊食时”，佛带领这些阿罗汉们修行，他们规定，“日中一食，树下一宿”，一天只吃一顿饭。

“著衣持钵”，“著衣”就是穿衣服，“持”就是托着或者拿着。“钵”就是钵盂。唐僧西天取经，有一个紫金钵盂，形状像罐子，用来化缘。“著衣持钵”，就是穿上衣服，托着钵。“入舍卫大城乞食”“舍卫大城”相当于首都，“乞食”就是化缘。“于其城中”，就是在那个城中。“次第乞已”，就是挨家挨户，一家一家地要，一般是要七家。挨家挨户的意义是不管对方家里是穷还是富都去要。

有人可能会说：“人家穷人本来就穷，你还去要他们的东西，这就不慈悲了。”其实有修行的人，像佛和大阿罗汉，他们都是世间的福田。

田地可以种粮食。你种下一粒米，会长出千颗子。这就是田的好处。种福田就是，如果你种下这个福报，将来会得到成千上万倍的回报。大修行人就是世间的福田。如果世间人向这些人布施，布施粮食、饭菜、水、金钱，都可以得到千倍万倍的回报。

和尚们穿的袈裟，上面一格一格的，叫粪扫衣，也叫福田衣。他们乞讨，就是给世人种福田。在《维摩诘经》上，维摩诘说“为不食故，应行乞食”，菩萨因为不吃东西而去乞食，什么意思呢？就是菩萨不是为了自己吃东西满足自己，而是为了度化众生，为众生广种福田才去乞食。所以修行人乞讨到门上，对这一家人来说是非常大的福报。

佛的弟子迦叶是禅宗初祖。迦叶曾经向一个很穷的老太太乞讨，那个老太太家里只有一点类似于刷锅水一样的汤，都变味儿了。当迦叶向她乞讨的时候，她惭愧得要死，说：“我没有什么东西好供养你。”迦叶说：“你可以把你煮的汤供养给我。”老太太就把这点汤供养给迦叶，因此得到非常大的福报。

有人可能会说：“到穷人家要饭，能有什么好吃的呢？要是到富人家去，可能有肉汤，菜里油也多，米饭也干的多。而要是到穷人家，菜里肯定油少，没有肉，都是米汤，吃不饱啊。”

“次第乞食”的作用之一就是对治修行者的贪欲，所以它是非常重要的修行。

对于修行者来说，举手投足无不是修行，衣食住行无不是修行。

“还至本处”，“还”是还归，“本处”就是起止处。“饭食讫”，就是吃完了饭，然后“收衣钵，洗足矣”，因为他们是光着脚的，就洗一下，“敷座而坐”，盘腿一坐。

从写文章的角度来看，这一段经文就是一个流水账：早上起来该吃饭了，穿上衣服，托着钵，然后走到城里，一家一家地要。要来以后，回到原处吃饭。

吃完饭把钵收起，外衣收起来，洗洗脚，盘腿一坐。写这一段有何意义呢？

这里面是有密义的。

佛这么做非常难得。我们先来说一说常人是怎么样的。

“著衣”，他就想：着什么衣？我现在这件袈裟有点脏了，要不要换一件？要不要头上戴一个冠，手里拿一个杖？哪件衣服好看？红色的袈裟好看，还是黄色的袈裟好看？总共有多少件袈裟，是不是不够穿了？该做几件新的了吧？

如果是凡夫，我们会琢磨来琢磨去地选：哪一件好看呢？红色的显得皮肤好看一点，黄色的看着威风一点，灰色的没什么特色……这就是凡夫的执着心。也正是因为这个执着心，导致我们“六为贼媒，自劫家宝”——清净的自心自性被劫持。佛是“次第乞”，没有说“这一家很有钱，你看人家大门多高，还是红漆的，门口两个大狮子，哎呀真是威风！我到他们家肯定能要到很多好吃的东西，比如说今天会不会有几块排骨？有没有什么好的菜？到另一家太穷了，菜都变味了，他还给我，这明显是一块剩的馒头嘛，叫我怎么吃。”

佛不会有这样的分别，吃饭的时候没有说“哎呀今天的饭特别香”，或者说“今天的饭特别不香”，就是吃完饭，然后“收衣钵，洗足已，敷座而坐”。整个过程佛一直保持着清净，这就是《金刚经》的密义，这就是佛以他自身在演示无上的大法。

我们凡夫时时刻刻都在烦恼，我们做一点什么事，就会去挑三拣四、挑肥拣瘦，不执着于这个就执着于那个，所以总是处于烦恼之中。

凡夫就是烦恼之夫，就是自寻烦恼之夫。而佛无论怎么样都是清净的。一个真正智慧的人，是“我的心我做主”。

我们凡夫不是这样，比如，正在听着课，突然听到“哗啦”一声，玻璃碎了，我们就赶紧扭头看：哎，这玻璃被谁打碎的？这就是凡夫。我们的心不由我们来做主，不由我们来主宰，会由外界的环境、各种境遇来主宰，这叫心随境转。

凡夫是心随境转，而佛是得大自在，他的心是自主的，能够做自己的主人。



第二讲 善现启请分

经文

时長老須菩提^[1]在大众中，即从座起，偏袒右肩，右膝着地，合掌恭敬而白佛言：希有^[2]，世尊。

注释

[1] 须菩提：佛陀十大弟子之一。原为古代天竺拘萨罗国舍卫城婆罗门之子，智慧过人，然性恶劣，嗔恨炽盛，为亲友厌患，遂舍家入山林。山神导之诣佛所，佛陀为说嗔恚之过患，遂自悔责忏罪。后得须陀洹果，复证阿罗汉果。系佛陀弟子中最善解空理者，被誉为“解空第一”。于佛陀之说法会中，常任佛陀之当机众，屡见于般若经典中。

[2] 希有：谓事之甚少、难逢者。尤指如来之示现及其一代教法，故有“希有大法王”“希法”之称。《金刚经纂要刊定记》谓佛陀有四种希有：（1）时希有，谓佛陀之出世，非旷世所常有。（2）处希有，三千世界中，佛陀不出现于他处，唯降生于迦毗罗城。（3）德希有，佛陀乃具无量之福德智慧者，以其最尊，无人能比，故谓德希有。（4）事希有，佛陀一代所作，系以佛法普利众生，故为希有殊胜之事。

讲解

“善现”是长老须菩提的另一个名字，长老须菩提有很多名字。佛有十大弟子，须菩提被称为“解空第一”。《金刚经》是由对空性理解得最透彻的须菩提来向佛提问。

从教育的角度来看大家也发现，一个孩子的学习水平越高，他学到的内容越多，就越能够问出问题来。而一个学习不够好的孩子，他对那些知识了解得不透，反倒问不出问题。

家长们期待着孩子学习不好赶紧去问老师，其实大家不知道，孩子学习不好，他这个地方掌握得不透，问问题他都不会问。偶尔问出来再被学校的老师

打击两次，他就不敢问了。而越问不出问题，他的进步就越小。

佛经当中，提问的人往往是水平非常高的。

比如，《金刚经》是由“解空第一”的须菩提提问。《圆觉经》，应该全是十地菩萨，也就是最高水平的菩萨提问。《楞严经》，一开始是阿难问，阿难是“多闻第一”。后来由“说法第一”的富楼那来问。再往后是文殊菩萨代问，因为问着问着阿难就问不出问题来了，于是由文殊菩萨代问，然后再让阿难来问。佛的这些弟子其实是代我们众生问问题，因为我们都没有机会见到佛。

“善现启请”，就是启请世尊来回答我们的问题。

“时”，就是当时、一时。

“长老须菩提”，“长老”指的是德高望众的弟子。“须菩提”有好多的名字，如善现、空生等。

“在大众中，即从座起”，他在佛的千二百五十弟子中，从座站起。

“偏袒右肩”，大家应该见过僧人们，穿袈裟时覆盖左肩，袒露着右肩。

“右膝着地”，就是单腿着地，也叫胡跪，像胡人那样单腿跪着。

“偏袒右肩”是一个表象，一个外在的形象。“右膝着地”，这是须菩提做的一个动作。

“合掌恭敬”，“合掌”又是一个动作，“恭敬”指的是心。

佛法讲，修行人要修行三业，叫作身口意。“即从座起，偏袒右肩，右膝着地，合掌”，这都是修身业，就是身要恭敬。“恭敬”是由心而发的对别人的敬意，这个敬意让自己的心变得清净，不会觉得自己了不起。这是心，我们的意业。

还有一个口。我们要说善言。须菩提“合掌恭敬而白佛言：希有，世尊”。“希有”是对佛的一种赞叹。那么，佛怎么希有？

佛在很多方面都是希有的，比如他的相貌希有。佛有三十二相、八十种好，像足安平相、千辐轮相、手指纤长相、手足柔软相、手足缦网相等，这些都是佛在不断的修行中成就的。佛是福德和智慧两足尊，经历无量劫修行才具备这样的德相，这是非常希有的。

另外就是我们要见到佛非常希有。释迦牟尼佛在 2500 年以前来到我们这个娑婆世界，三千大千世界是一个佛国，只有一个佛。我们这个一日一月的世界叫一小世界，三千大千世界中，像我们这样的小世界极多，而这里面只有一位佛。释迦牟尼佛成佛在 2500 年以前，他的肉身灭度以后大约 57 亿年，弥勒下世成佛。在释迦牟尼佛和下一世弥勒佛之间，不会再有佛出世。

经文

如来^[1] 善护念^[2] 诸菩萨^[3]，善付嘱诸菩萨。

注释

[1] 如来：佛十号之一。佛陀即乘真理而来，由真如而现身，故尊称佛陀为如来。《长阿含经》曰：“佛于初夜成最正觉及末后夜，于其中间有所言说尽皆如实，故名如来。复次，如来所说如事，事如所说，故名如来。”

[2] 护念：保护忆念也。《嘉祥法华义疏》曰：“令外恶不侵为护，内善得生为念。”

[3] 菩萨：菩提萨埵之略称。意即求道求大觉之人、求道之大心人。菩提，觉、智、道之意；萨埵，众生、有情之意。与声闻、缘觉合称“三乘”，又为十界之一。即指以智上求无上菩提，以悲下化众生，修诸波罗蜜行，于未来成就佛果之修行者。亦即自利、利他二行圆满、勇猛求菩提者。

讲解

“如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨”，大家如果读佛经，会经常看到这个“善”字。一般情况下“善”有两种意义：一种是与恶相对的为善，比如，偷盗为恶，不偷盗为善；还有一种是清净之善，不善不恶，就是不执着于恶，又去依善法而做，行一切善法，又不执着于一切善法。佛法当中说的“善”多是指后者。

每一次遇到这个“善”的时候，我们要去看清楚，弄明白到底什么是善。比如，善分别与妄想分别，这两个是有区别的。一般的凡夫都是妄想分别，而修行的菩萨是善分别。

什么是善分别？

有人问我什么叫平等思维，我说平等思维就是能够看到事物的不同，但不执着于事物的好坏。知道不同，又不执着于好坏，这样的分别叫善分别。

什么叫妄想分别？

就是世间事物是不同的，有好的有坏的，有我想要的有我不想要的，这个就叫妄想分别。

举个例子：“鱼我所欲也，熊掌亦我所欲也。”这些所谓的“所欲”都是妄想分别。而善分别是，鱼和熊掌就是鱼和熊掌，没有别的，没有一个鱼比什么好，熊掌比什么好。

那么，这个“善”是什么？善分别的这个“善”，为什么人可以见到不同？因为世上的一切事物都是因缘而有，那么，所谓的好坏也都是因缘而有。

比如，我剃了光头，有的人就说：“哎呀，唐老师，你剃了光头以后看着真凉快！”有的人说：“特别亮。”有的人说：“你这个光头不应该剃的，特别像一个黑社会的老大。”还有人说：“你剃了光头看着贼眉鼠眼，不像一个搞教育的人。作为一个教育专家，你怎么可以这样干？”我的光头是一个，但是大家以不同的心在去看待这个光头，对这个光头就有了好坏不同的想法。

善分别就是，你看到事物不同，仅是不同，没有什么好坏。

我们要从妄想分别走向善分别，这是一个“善”字。

“如来善护念诸菩萨”，什么叫“护”？就是护外界的恶，使之不侵入我们的心。令心不受外染，不受外界的环境、一切信息所染污，这叫护。心生善为“念”。生善不是一个执着的选择，而是生清净，心清净。令心清净为“护念”之“念”。

“如来善护念诸菩萨”，就是如来去帮助菩萨们令心不受外界所染，令心生起清净之善，又不执着于去做这些事情。

“善付嘱诸菩萨”，“付”是托付，佛把一些还没有修行好的众生托付给大菩萨们，让大菩萨们来度化这些众生。“嘱”是叮嘱，叮嘱那些大菩萨们在末世，要照顾这些还没有修行好的菩萨和众生。

在《地藏经》里，佛付嘱地藏菩萨说：“地藏，是南阎浮提众生，志性无定，习恶者多。纵发善心，须臾即退。若遇恶缘，念念增长。以是之故，吾分是形，百千亿化度，随其根性而度脱之。地藏，吾今殷勤，以天人众，付嘱于汝。”地藏菩萨对佛说：“未来世中若有善男子善女人，于佛法中，一念恭敬，我亦百千方便，度脱是人，于生死中，速得解脱。何况闻诸善事，念念修行，自然于无上道永不退转。”这是地藏菩萨受付嘱。

在《地藏经》里，佛还对观世音菩萨付嘱说：“汝于娑婆世界有大因缘。若天若龙，若男若女，若神若鬼，乃至六道罪苦众生，闻汝名者，见汝形者，恋慕汝者，赞叹汝者，是诸众生于无上道，必不退转。常生人天，具受妙乐。因果将熟，遇佛授记。”

另外，在《楞严经》上，佛让二十五位大阿罗汉和大菩萨来说他们修行的法门，一共是二十五种法门。二十五种法门也就是三科七大：三科是眼耳鼻舌

身意六根，色声香味触法六尘，根尘相对，形成眼识、耳识、鼻识、舌识、身识、意识六识，这叫三科。三六一十八。然后加上地大、水大、火大、风大、空大、见大、识大七大，就是二十五种。所有的修行方法不出这二十五种。二十五位大阿罗汉和大菩萨分别讲说自己的修行法门后，佛让文殊菩萨选择，看哪种修行方法最好。文殊菩萨是“智慧第一”，他说观音菩萨耳根圆通法门是最好的。

文殊菩萨说：

此是微尘佛，一路涅槃门。

过去诸如来，斯门已成就。

现在诸菩萨，今各入圆明。

未来修学人，当依如是法。

我亦从中证，非唯观世音。

这个耳根圆通法门，三世诸佛都修习，不只是观世音菩萨，文殊菩萨也修习耳根法门。

在中国，像憨山大师就是修耳根圆通法门悟道，开悟成为圣人的。憨山大师的年谱里记载了他修耳根圆通时的情形：“未几，妙峰往游夜台，予独住此。单提一念，人来不语，目之而已。久之视人如杌，直至一字不识之地。初以大风时作，万窍怒号；冰消涧水，冲激奔腾如雷。静中闻有声，如千军万马出兵之状，甚以为喧扰，因问妙师。师曰：境自心生，非从外来。闻古人云：三十年闻水声，不转意根，当证观音圆通。溪上有独木桥，予日日坐立其上。初则水声宛然，久之动念即闻，不动即不闻。一日坐桥上，忽然忘身，则音声寂然。自此众响皆寂，不复为扰矣。”

除了地藏菩萨、观音菩萨，佛另外还付嘱了弥勒菩萨。这个世间的众生如果去读《弥勒三经》，一心皈依弥勒菩萨，念弥勒菩萨名号，未来可以得弥勒菩萨救度而成就。

经文

世尊，善男子、善女人^[1]，发阿耨多罗三藐三菩提心^[2]，云何应住？云何降伏其心^[3]？

注释

- [1] 善男子、善女人：佛称在家出家之男女曰善男子善女人。善者，美其信佛闻法也。
- [2] 阿耨多罗三藐三菩提心：简称菩提心，又作无上正真道意、无上菩提心、无上道心、无上道意、无上心、道心、道意、道念、觉意，即求无上菩提之心。菩提心为一切诸佛之种子，净法长养之良田，若发起此心勤行精进，当得速成无上菩提。故知菩提心乃一切正愿之始、菩提之根本、大悲及菩萨学之所依；大乘菩萨最初必须发起大心，称为发菩提心、发心、发意；而最初之发心，称初发心、新发意。求往生净土者，亦须发菩提心。《无量寿经》谓，三辈往生之人皆应发无上菩提心。菩提心之体性，《大日经》谓，如实知自心，即为菩提。即以本有之自性清净心为菩提心。
- [3] 心：此指执取具有思量（缘虑）作用之法，此有不同的定义。一为心王及心所法之总称，系相对于色法而言，相当于五蕴中之受、想、行、识四蕴。二是指心王，属五位之一，相当于五蕴中之识蕴，指统一心之主体八识而言。三是对于心、意、识三者，小乘有部等主张，三者同体而异名。但在大乘唯识宗，心则指第八阿赖耶识，含有积聚之义，乃诸法产生的根本体，故亦称为集起心，即阿赖耶识蓄积种子而能生起现行之意。

讲解

“世尊，善男子、善女人”，“善男子、善女人”指的是心里期待走向智慧、走向对生活烦恼的解脱的人。

“发阿耨多罗三藐三菩提心”，“阿”的意思是无，“耨多罗”的意思是上，“三”的意思是正，“藐”的意思是等，“菩提”的意思是觉。“阿耨多罗三藐三菩提”的意思是无上正等正觉。

“发阿耨多罗三藐三菩提心”，就是发无上正等正觉之心，就是要成就自己的智慧和福报，并以自己成就的智慧和福报影响别人，让我们身边的众生，也能成为智慧的和福报的。

发菩提心意义非常重大。在大乘佛法中，每一个修行者都是要发菩提心的，要成就自己的智慧，以自己的智慧平等度化一切众生。只有发菩提心，才能够修行大乘佛法，否则是无法修行成的。

其实发菩提心有两种，一种叫作世俗菩提心，另一种叫作胜义菩提心。我们凡夫还不开悟，在这种情况下都是依意识而发，只能是世俗菩提心，以我们的分别心来发。真正的胜义菩提心是由清净心而发。

“善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，云何应住？云何降伏其心？”“云何应住”，“住”就是安住，就是我的心要放到哪儿去？“云何降伏其心”，降伏什么心？降伏我们这颗不断地随着事物的干扰烦恼的心。

最常见的情况是，一个人坐在这儿，一坐就会起烦恼，不断地想起一些什么事没解决、什么事很烦，比如孩子学习不好，单位领导又批评自己了，哪个同事又跟自己吵了，朋友又怎么着了……全是这些烦恼的事情。然后想：哎呀，我不烦恼了，我修行吧，让自己的心静一静。我怎么静呢？一静，好像什么烦恼都想起来了。那我的心应该安住到什么地方去？

各位家长，大家是不是也是这样，有这么多的烦恼？须菩提问这个问题，是不是也是替我们问的？

当年读到《金刚经》时，我一看就觉得这两个问题正好是我要问的，但是我一直不知道应该这么问。就是我想清净，但是我的心不知道放到哪儿就能清净，不知道怎么做。我脑子里一想就是烦恼的事情，不断地有烦恼的事情过来，一个一个的烦恼过来，那我这颗烦恼的心如何降伏？

接下来，佛就回答须菩提的这两个问题，怎样才能安心，怎样才能降伏这颗烦恼的心。

经文

佛言：善哉^[1]善哉。须菩提，如汝所说，如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。汝今谛听^[2]，当为汝说。善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，应如是住，如是降伏其心。

唯然，世尊。愿乐欲闻^[3]。

注释

[1] 善哉：为契合我意之称叹语。

[2] 谛听：受持经典之十种法行之一，即从心中明白地听闻佛法。

[3] 闻：耳听。与思、修合称“三慧”。对于根据经典而来之教说，听闻而信解之，称为闻法、

闻信。佛陀之弟子常听闻声教，称为声闻；后世之行人唯依经卷而知佛法，或遇善知识而得闻法。北本《大般涅槃经》载，仅信仰佛之教说一半者、不能为他人解说者，及为议论或为得名誉利益而身持教说者，凡此皆为闻不具足。

讲解

佛听到弟子问问题的时候，第一句话就说：“善哉善哉。”这是赞同、称赞的话，意思是“嗯，很好很好”。

“须菩提，如汝所说”，就像你所说的。佛有一个很好的习惯，他回答问题前都要把对方的问题重复一遍，让大家明确问题是什么。“如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。汝今谛听”，“谛听”就是很仔细、很专心地听，一心地听，心清净地听。

“谛听”是一个很重要的词。谛听是诚心地、恭敬地听，是放下自己的偏见、放下自己的执着去一心地听。如果有跟自己不一致的地方，要假定对方是对的，去看对方对这个问题有什么解释。学生听老师、弟子听师父讲课的时候，要做到谛听。谛听实际上是一个听课、听讲或者说沟通（尤其是和比自己智慧高的人沟通）最有效的方法。

“汝今谛听，当为汝说。”佛都是应机说法，他不会凭空自己起来一个念头要给大家讲法。“法会因由分”，讲这个法会开始有什么样的情况。须菩提从大众中起身发问，佛因问作答。

佛讲一切法皆是因缘而生，佛所有的行为、言语，皆是因度化众生而起，所以在《法华经》上，佛说：“云何名诸佛世尊唯以一大事因缘故出现于世？诸佛世尊，欲令众生开佛知见使得清净故出现于世，欲示众生佛之知见故出现于世，欲令众生悟佛知见故出现于世，欲令众生入佛知见故出现于世。”一切诸佛都是为一个因缘出现于世，就是令众生开示悟入佛之知见。

从这个角度来说，家长带孩子都是同一个原因，就是帮助孩子成长，所以家长对孩子的心就应该像佛对待弟子、对待众生那样。很多家长认为自己比佛对众生还要更加亲近、更加上心，但是，由于家长智慧不足，对孩子比佛对众生差远了。

佛的心态是平和的，“慈予众生乐，悲拔众生苦”，佛能够给众生快乐，能够帮助众生拔除苦恼。而家长不是这样的。

家长在孩子把事情做好的时候会很开心，是孩子在哄着家长。如果孩子学

习不好需要帮助的时候，家长会去责备孩子，甚至批评孩子，所以家长的做法是颠倒的，就是你爱孩子你也做不到像佛对众生那样慈悲，亲生的孩子你也做不到。

越是亲生的孩子，越是亲近的人，我们常说，“就是因为我在乎他，反而容易生气，越在乎越容易生气”，而越生气越帮不到对方。大家想这样愚蠢不愚蠢？

我相信每个人到了当父母的时候，都是有一些绝招的，有一些切身的体验和切肤之痛的。但是，你悟到的那些就是不能教给自己的孩子。有时候，你眼看着他去吃亏也帮不到他。

为什么？就因为你是他的父母所以你帮不到他。

有些人还愚蠢到说，“反正哪个孩子都是大人讲什么都不听的，所以我讲了孩子也不听”，觉得这是理所当然。一个人连自己的孩子也帮不了，只是愚蠢。

有一位家长曾问我：“唐老师，你看，我的孩子问题很大了，我说了他不听，打了也不听，你说这孩子怎么办？”我说：“不是孩子怎么办，是你要找孩子愿意听的方法，是你怎么办。孩子不懂事是正常的，你这么大了，你也不懂事吗？”

各位家长，孩子不懂事、不好好学习、知道做错了也不改，那是孩子，他们还没有长大。我们活到这么大了，用这种方法教了孩子，孩子不听，我们还非要这么教，就是不去改变，大家说是不是很愚蠢？

《金刚经》五千多字，佛就回答两个问题，翻来覆去地从不同的角度、不同的深度讲这两个问题，如果须菩提弄不明白，他就再讲。他不断地举例子，讲到哪儿还要破那个执着。比如佛说“一切法皆是佛法”，说完这句，后面马上又说“所言一切法者，即非一切法，是故名一切法”。佛把这些讲给你听，你不要执着于真的有这么些，执着于佛就是这么讲的，不会错。佛是讲这个法又破这个法，既要让你悟到，又不让你执着，所以佛是大慈大悲。他对众生，比我们对自己的孩子还要慈悲。

我们常常把慈悲当作一个意思，就是对人很好很善。其实慈悲有两个含义：一是对人好，二是有智慧、有能力对人好。

家长们肯定都是想对孩子好的，但是有智慧、有能力对孩子好吗？

没有。

一些家长非但没有能力、没有智慧对孩子好，而且还在孩子需要帮助的时候，会狠狠地骂孩子甚至打孩子，让孩子更难受。很多家长向我寻求帮助，越

是孩子问题严重的家长，越是需要学习。但越是这样的家长，越会自以为是地认为自己没有问题。也有的家长会说：“哎呀我有问题。”但一说到学习，他们是拒绝的。

不学就是自己没有问题。所以，现在遇到孩子的问题，我第一个建议就是家长要学习。

孩子的问题需要改善，但他不可能从一个状况一下子就提升到非常好的状态，他一定是一步一步改善的。如果是一个负向的家长，他会总是看到孩子的缺点，会不断地打击孩子。本来孩子有改善家长也看不到，还是继续打击孩子，孩子就不可能继续进步。所以，家长不学习，是无法帮助到孩子的。

“善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，应如是住，如是降伏其心。”“如是”直接的意思是像这样，像这样的去住，住于这样的状况，这叫“应如是住”“如是降伏其心”，应该这样去降伏自己乱的、烦恼的心，那颗无法控制、不能做主的心。

我们每一个人平时看似是自己的主人，但是我们经常对自己的心说了不算。别人说一句难听的话，我们就会不开心。别人会轻易地让我们的心起烦恼。

凡是正常的人都不希望自己烦恼的，但是当别人说一句什么话，或者有一些什么事的时候，我们就控制不住地起了烦恼。这就是愚蠢，就是做不得主。

一次，北大一个教育基金会组织了一批学生，请我去讲课。我给他们讲，要成为自己的主人，心不要輕易地被引转，不要輕易地生气。有同学问：“唐老师，你说不要生气，但是我们前几天听一位著名的心理专家说，一个人生气是正常的，一个人有七情六欲、喜怒哀乐、忧悲苦恼都是正常的。为什么你说不要生气，不要悲伤烦恼？为什么你跟他讲的不一样？你是不是讲错了？”

我就提示同学们，同时也提醒大家：心理学要解决的问题之一是帮助心理有问题的人变得正常。而我的课不是这个层面。我的课都是正常人来听的。在正常人当中，有智慧的人、愚蠢的人。愚蠢的人把握不住自己，不能做自己心的主人，会被别人牵引走。而智慧的人可以做自己心的主人，自己的心、自己的情绪自己说了算。

如果大家觉得自己心理有问题，可以去找心理专家解决。如果大家想变得更智慧，多学习平等思维。学习平等思维可以让大家做自己心和情绪的主人，让自己的生活变得更幸福。

“唯然世尊”，“唯然”就是很好，世尊，“愿乐欲闻”，我很愿意听您讲，听您回答这两个问题。

A decorative rectangular frame with ornate dragon pillars at the corners. The pillars are carved with intricate details, including scales and whiskers. The central area of the frame is a light gray rectangle with a subtle, repeating pattern.

第三讲 大乘正宗分

经文

佛告须菩提：诸菩萨摩訶萨，应如是降伏其心。所有一切众生^[1]之类，若卵生、若胎生、若湿生、若化生、若有色^[2]、若无色^[3]、若有想^[4]、若无想^[5]、若非有想非无想^[6]，我^[7]皆令入无余涅槃^[8]而灭度^[9]之。如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者。

注释

[1] 众生：普通指迷界之有情。《杂阿含经》曰：“佛告罗陀，于色染着缠绵，名曰众生；于受、想、行、识染着缠绵，名曰众生。”

[2] 有色：欲界与色界之有情有色身者。

[3] 无色：指无质碍无色相可见的天界，是最高层的天界。

[4] 有想：指具有感觉、认识、意志、思考等意识作用，或指具有此等作用之有情众生。

[5] 无想：指全无想念之状态，或指入灭尽定，证得无想果者。

[6] 非有想非无想：无色界之第四处，即三界之最顶也。生于此处者无如下地粗想之烦恼，故曰“非有想”，又曰“非想”。非无细想之烦恼，故曰“非无想”，又曰“非非想”。以非有想之故，外道以此处为真之涅槃处，以非无想之故，佛者知尚为生死之境也。

[7] 我：主宰的意思。佛说我们通常所执着的我是假我，因为这个我是由五蕴假和合而成，离开了五蕴，根本就没有我存在。

[8] 无余涅槃：依断尽一切色心烦恼而得二乘最高之悟的境地。“有余涅槃”的相对词。断尽心的烦恼，得入涅槃，此称“有余涅槃”。烦恼所依的肉体、苦果全部消失无余的状态，此称“无余涅槃”，亦称灰身灭智。《大智度论》云：“复有二种观无常相。一者有余，二者无余。如佛说，一切人物灭尽，唯有名在，是名有余。若人物灭尽，名亦灭，是名无余。”

[9] 灭度：涅槃。灭是灭见思、尘沙、无明三种惑，度是度分段、变易两种生死。

讲解

汉传佛法被称为大乘佛法。大乘佛法就是一方面要自我觉悟，自我度化；另一方面要发一个广大的心，要度化一切众生，让一切众生都能够离苦得乐。南传佛法被称为小乘佛法。佛对小乘有一个说法叫作自了汉，像阿罗汉就是自了汉。自了汉的意思主要是自己修行，度化自己，自己再也不苦了。人不能发大乘心，就很难在自己不痛苦了以后，去度化其他的众生。

假设这世间的人都是一群小朋友，长大的人就是菩萨。菩萨要度化这些小朋友，他就要跟小朋友一起去玩。小朋友拿起沙土来，堆了一堆，说这是一座山，里面掏一个洞，说这是一个皇宫，然后放两个小石块，说这个是王子，那个是公主。如果是小乘的修行者，他就会说：“烦死了，什么王子公主啊，你玩你的吧，我走了。”就没有耐心去度化。

而大乘菩萨对世间的事情都明白了，看到这些小朋友不明白，他就要去度化这些小朋友。小朋友还把这些玩意儿当作很重要的事，大乘菩萨就要跟他们一起去玩这些东西，玩到开心的时候，才去度化这些小朋友，说：“我们看看，做什么会对自己更好呢？”如果小朋友听了，好，大乘菩萨就度他们走向幸福。而如果小朋友不听，又说玩什么别的东西，大乘菩萨还要陪他们继续玩那些。

如果你不陪着他们玩，他们就不听你的。

大乘菩萨是非常不得了的。

我们要去学做这种大乘菩萨，做这种既自己觉悟，又去觉悟其他众生、帮助那些不能做主、不够懂事、不幸福、没有能力幸福的小朋友变得幸福。

再举一个例子，河这边是苦的，修行人做了一艘船划到对岸，发现对岸特别好，是一片乐土。小乘阿罗汉是做了一艘独木舟划过去，一看很好，他就下船自己快活去了。而大乘菩萨不光是自己修行，到了对岸一看是一块很美的乐土，于是他就划船回来，再造一艘大船，带着这边苦的人一块上船过去。

“佛告须菩提”，佛告诉须菩提，“诸菩萨摩訶萨”，这个“摩訶萨”是指大菩萨。菩萨是简称，叫菩提萨埵，一个意思是觉悟了的有情，另一个意思是要去觉悟有情。觉悟的有情叫自觉，去使有情众生觉悟叫觉他。既要自我觉悟，又要觉悟他人，自觉觉他，这就叫菩萨。

“诸菩萨摩訶萨”，就是有智慧的菩萨们，“应如是降伏其心”，应该这样去降伏我们不能做主的、烦恼的心。

“所有一切众生之类”，所有的一切众生指的是六道有情众生。六道分别

是天、人、阿修罗、地狱、饿鬼、畜生。

天就是天上的人，人就是我们人类。天人的福报很大，不需要劳作就可以获得很多的好处。我们人类福报一般，必须是通过劳作获得，并且获得的东西很容易失去。阿修罗很辛苦，但是他辛苦劳作的结果会被天人获得，所以阿修罗经常是嗔恨心很重。世上的人常常把容易生气的人称作阿修罗。天、人、阿修罗，这叫三善道。

还有三恶道，是地狱、饿鬼、畜生。大家都知道阿鼻地狱、无间地狱。地狱都是人做了恶事自己招来的果报，这就像一个人偷东西，别人抓住他就会打他一顿。没有人非要打他一顿，是他自己偷东西招来的果报。饿鬼常在饥饿中，肚大如斗，咽细如针，遇到吃的东西吃不下，一是因为喉咙细，另一个是凡吃东西，那些东西都会化成铁汁、铜汁，烧得喉咙疼，所以他们经常处于饥饿当中。因此世上，那种吃饭特别多、永远吃不饱的人，人们称之为饿鬼投胎。畜生大家都见过，最常见的如猪、狗、牛、羊等。大家在海洋馆，能看到海豚做各种惊险优美的动作，它们每一次做完动作，驯兽员会喂些小鱼给它们，它们就开心地重复做那些动作。这就是恶道众生。

在人当中也有六道众生。比如，有的人生下来经济条件就非常好，衣食无忧，福报很大，这样的人可以称为天人。

大部分人是靠辛勤的工作而得到回报，这样的可以称为人。

还有一种人工作投入特别多，贡献好像也特别大，但是收获不大，回报也不多，所以他们常常会抱怨社会，报怨身边的人。这样的人嗔恨心比较重，可以称之为阿修罗。

还有一些人麻木不仁，就属于人类中的畜生道。我们说这个畜生不是骂人，而是说他们的生命状态与畜生相类似。

还有一种人就像饿鬼，永远吃不饱。其实这个饿鬼大家可以进一步地想，不只是吃不饱，而是他会永远处于匮乏的状态。

我的博客里讨论过一种人，就是穷人。这个“穷”跟有没有钱没有关系。有的人很有钱，但是他始终处于经济匮乏状态，始终是缺钱的，他在绝对数量上有很多钱，比很多人都有钱，但是他始终处于一个很饥渴地想赚更多钱的状态。我称这样的人为穷人。

还有一种人对于情感的需要特别强烈，始终处于饥渴状态，这种人我也称之为穷人。

还有另外一种人，对于别人的赞美、肯定、夸奖，甚至阿谀奉承强烈地渴

求，这也叫穷人。

这样的人都可以称为饿鬼。

再一种人就是地狱道的，生活非常差，每天很苦很难过。曾经有一位家长对我说：“唐老师，我将来死了肯定去地狱的。”我说：“你还用死吗？你现在就在地狱了。”她就笑，说：“是啊，我现在就在地狱呢。”

她刚刚四十来岁，看起来像五十好几的样子，满脸的苦大仇深，夫妻关系也不好，孩子也教育不好，一家人就不可能好好地坐下来吃顿饭。虽然她家里很有钱，但是天天活在地狱里。

这就是我们人世间的六道。

恶道我们都不想去，那么，怎么走向天道？

有的人天生的就在天道，还有的人通过自己的努力可以达到天道。天道是想衣衣来、想食食至，不思而得，就是自己不去求什么，但是好的东西会源源不断地来到自己身边。

如果大家能好好学习平等思维，好好悟《金刚经》，就有可能达到天道的状态，不思而得。

“若卵生、若胎生、若湿生、若化生”，卵胎湿化，这是从出生的状态来讲，有四种类型，卵生的比较常见，鸡、鸭、鹅都是卵生。

胎生，像哺乳类动物，比如人类是胎生，还有马、牛、羊、猪都是胎生，由母体生下来。

湿生，像鱼虾这一类的，在水多的地方依湿气而生。

化生，是无所依托，借业力而出现者。像在地狱出生是化生，极乐世界的人也是化生。佛经里讲，我们每一个人生下来，在极乐世界的八功德池里就会长出一个莲花苞，如果这个人修行得好，可以在临命终的时候去往极乐世界，从这朵莲花里化生。

我们每一个人无论多么漂亮或多么平凡，都一定会擤鼻涕、拉屎、撒尿，身上出了汗会臭烘烘的，所谓香汗出多了也会臭烘烘的。佛经上讲，九孔常流不净之物，我们的耳朵里有耳屎，鼻子里有鼻涕，眼睛里有眼屎，口里有口水。

而到了西方极乐世界，就都是紫磨金身，身体是透明的。因为是从莲花中化生，又是清香的。有人信佛，有人不信佛，信佛的就会自己心里想：我要欢欢喜喜地念佛，将来往生西方极乐世界。不信佛的人，就了解一下佛法，知道西方极乐世界是什么样子，仅此而已。

“若有色、若无色”，是根据有色无色来划分。“若有想、若无想，若非

有想非无想”，这是根据有没有想、有没有识来划分的。这些大家不用过多地了解，就是这么多的众生，怎么着？“我皆令入无余涅槃而灭度之。”

涅槃分有余涅槃和无余涅槃。有余涅槃指的是小乘，像阿罗汉，他们证得的叫作有余涅槃，了生死。阿罗汉从此以后跳出六道，不再轮回。但是，他了断了轮回的生死，还没有了断心的生灭这样细微的生死。这样细微的生死是只有佛才能彻底了断的。

“如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者。”灭度了无量众生，又无有众生得灭度，为什么？

因为一切诸法、一切众生是无生无灭，本来寂静，自性涅槃的。

佛修证到最后，发现这个世界，就是我们所有能够见到的一切都是自性涅槃的。那为什么我们看到这么多的生灭？

因为我们错了。我们的心错了，我们的眼睛错了。

就像大家戴了一副墨镜，出去以后发现这个世界太阳变暗了，所有的一切都灰蒙蒙的。怎么整天灰蒙蒙的？

不是世界错了，而是我们的心、我们的眼有问题了。

你一旦回归到自性，摘下了墨镜，你就发现：噢，原来太阳依然是亮的，世间的一切都是亮的。

《金刚经》就是要帮大家回归到般若自性，看清楚这个世界。

经文

何以故？须菩提，若菩萨有我相^[1]、人相^[2]、众生相^[3]、寿者相^[4]，即非菩萨。

注释

[1] 我相：在五蕴法中执着有一个实在的我，有我之所有。

[2] 人相：因为执着有实在的我，站在我的立场，就称他人为人。

[3] 众生相：与我对待的众生不止一个，所有人及非人的差别相，是为众生相。

[4] 寿者相：在一期的生命中，执着寿命的长短。

讲解

“若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。”我相就是有一个能够度化众生的我。人相就是有所度化的人。众生相就是有所灭度的无量无边众生。寿者相就是有我与一切众生一起修行，从凡夫修到涅槃的过程。

有这四相，就不是菩萨。

也就是说，如果还有执着就不是菩萨。

执着什么？

执着有好的有坏的，有好的我就想拿好的，有坏的我就想把坏的扔出去给别人，这就叫执着。比如有家长问我：“唐老师，孩子作业不做，在学校里跟老师顶撞。怎么办？”

我说：“你说了他听吗？”

他说：“不听啊。”

我说：“那我现在告诉你怎么办有用吗？”

他说：“没有用。”

我说：“你先不管孩子，行不行？”

他说：“那不行，我一定要管的！因为孩子的状况让我很难受，我就一定要管这事。”

我说：“你管了有用吗？”

他说：“没有用。”

我说：“那你还要不要管？”

他说：“不管不行啊！”

大家看，这就叫执着。我说：“你这样做，找到孩子的优点去鼓励他，行不行？”

他说：“我一想孩子全是缺点。”

我说：“如果你一想孩子全是缺点，你一张嘴就冒臭气的（说话会否定孩子），这就是我们的家长课上讲的口臭。口臭不在嘴，在心，在肚子里。你的臭在肚子里，你的嘴无论怎么掩饰，怎么刷牙，从你嘴里冒出来的气依然是臭的。”

我提醒他：“你只要看到孩子不好，一张嘴一定是说不好听的话，孩子一定会很讨厌你讲话。要改变这种状态，接下来你就只做一件事情——找到孩子的优点鼓励他，逐渐地孩子的学习就会进步了。再一个，你说的话孩子喜欢听了，再去帮助孩子就容易了。”

为什么这位家长会老是说孩子不好？因为孩子不作业、不听课，还顶撞老师，这些情况反映到他这里，他的心里一下子起了烦恼，他想赶紧摆脱这个烦恼。于是就产生了一个非常强烈的执着，接下来，他对孩子说话就变得很讨厌。

有人会问：“唐老师，如果不这么着怎么办？难道孩子这样了，我们不该着急地去解决问题吗？”

问题当然需要解决。但是如果你执着于这个烦恼，你特别特别在乎这个烦恼，急于摆脱它，你是摆脱不了的。因为你重视烦恼的时候，你的心就会产生负面情绪，而依这个负面情绪跟孩子说话，孩子就讨厌你。所以凡是看到孩子好多缺点的家长，都帮不到孩子。

面对这种情况应该怎么办？

孩子有缺点也一定有优点。另外，孩子有缺点，说明他现在的状况是很难过的。

试想，一个孩子如果能轻松地做作业，他会不去做吗？他一定是做着作业发现作业很难才不做的。还有，他上课不听讲是因为他听不懂了。他跟老师顶撞，或许是因为老师老批评他。在这样的状况下，孩子整个的生活是很难过的。

孩子痛苦、难过的时候，我们家长应该批评孩子，还是给孩子帮助，给孩子温暖，给孩子鼓励？

大家都说要鼓励孩子，但是我们常人因为有执着，一开口就会批评孩子。因为孩子有很多缺点，所以我们就想拿刀把孩子身上的毛病一刀一刀地切掉。比如说孩子摔伤了，身上留了一个疤，我们赶紧拿刀想把那个疤削掉。

各位，拿刀能把孩子身上的疤削掉吗？

第一，你削他，他会很疼；第二，你真的削也削不掉的，你只会削得那个疤越来越大。所以，凡是去批评孩子，希望孩子改变的，往往孩子的状态会越来越差，问题会越来越大。

那么，什么样的人可以批评？是那种已经懂事，并能够说到做到，能够不断反省自己的人。

大家想一想，甭说孩子，我们自己能不能受得了批评？当有人批评我们的时候，我们是什么表现？所以通过批评来帮助别人解决问题，就像拿刀去削掉别人身上的疤一样。

假如有个人脑门上长了个瘤子，我拿刀把这个瘤子切掉，于是瘤子就没了，他的病好了。大家认为这可行吗？

这绝对是不可行的。

所以，“若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨”。

我们要教大家变成菩萨，变成菩萨的意思是变成有智慧的人。大家慢慢地会理解，智慧和慈悲是一个。很多家长由于缺乏智慧，明明是要对孩子好，但好着好着，由于自己的脾气起来了，就会狠狠地批评孩子。大家想一想，自己有没有因为生气忍不住批评孩子，甚至打孩子？在孩子特别需要拥抱，需要温暖和帮助的时候，作为家长的你给了他什么？

A decorative rectangular frame with ornate dragon pillars at the corners. The pillars are carved with intricate patterns and dragon motifs. The central area of the frame is a light gray rectangle with a subtle floral or cloud pattern.

第四讲 妙行无住分

经文

复次，须菩提，菩萨于法，应无所住行于布施^[1]。所谓不住色^[2]布施，不住声^[3]香^[4]味^[5]触^[6]法^[7]布施。

须菩提，菩萨应如是布施，不住于相^[8]。何以故？若菩萨不住相^[9]布施，其福德^[10]不可思量。

注释

[1] 布施：以自己的财物，分施给别人。布施有三种：（1）财施，即以财物去救济疾病贫苦的人；（2）法施，即以正法去劝人修善断恶；（3）无畏施，即不顾虑自己的安危去解除别人的怖畏。

[2] 色：眼根所取之境。对于声、香等而言，色乃专指眼根所识别之对象，如青、黄等质碍之境。

[3] 声：指具有呼召作用之音响。为耳根所闻、耳识所了别（认识）之对象，眼不能见及，具有障碍之性质，即“未见有对”之色法。

[4] 香：乃鼻根所嗅之物，鼻识所分别之对象之一。

[5] 味：由舌根所尝之味，亦即舌根所受用之境。

[6] 触：被触之对象，故亦译为“所触”。指身根感觉之对象，即所触之对境，称为触境。

[7] 法：第六识（意识）所缘之对境，特称为法，或法处、法界。

[8] 相：形相或状态之意；乃相对于性质、本体等而言者，即指诸法之形象状态。《大乘入楞伽经》曰：“此中相者，谓所见色等形状各别，是名为相。”又以性为物之本体，相则为可识可见之相状。

[9] 不住相：是不住一切相，也就是不着空有两边的相。诸相虽多，不外我、法，只要明了凡所有的我、法诸相，都是虚而非实、妄而非真，就不住相了。

[10] 福德：指过去世及现在世所行之一切善行，及由于一切善行所得之福利。

讲解

“妙行无住分”这个“妙”字，指的是无住而行之妙。世俗的人做事情往往是不妙的，因为我们常常在自寻烦恼。有一句话说“世上本无事，庸人自扰之”。庸人们难过、担心的那些事情都毫无意义，根本不需要难过的。

有人说：“唐老师，难道我不应该绞尽脑汁地去赚钱吗？难道我不应该绞尽脑汁操心前途吗？”

提示大家，未来好的结果、好的前途都是因为你做了正确的因，它跟它为它难过不难过没有任何关系，甚至跟你现在想得到那些都没有关系。我们要去做正因得正果，而不是去瞎操心，去耗自己的心神，让自己烦恼。这些都是不智慧的人的做法。

“复次，须菩提”，“复次”就是进一步、还有，是一个递进的词。佛对须菩提说：“菩萨于法，应无所住行于布施。”就是菩萨在做一切事的时候，应该不去执着于任何的事情而行布施。“布”是分布、分散，“施”是给予、舍弃。“布施”是要把我们自己拥有的财物、东西散播出去给别人。

布施一般分为三种。

第一种叫财布施，就是把我们的财富布施出去，如钱、物。大家知道，社会一旦遇到大的灾难，就会有人组织募捐，捐钱捐衣服等。我们往往捐的是零钱或者自己不要的衣服。这样做很好，比不布施好。但是，布施的根本是舍贪，舍弃自己的贪心。如果我们在布施的时候还有贪着，那么根本的布施达不成。

第二种是法布施。就是当别人在某些方面不明白的时候，你以正法去指点帮助，令他修善断恶。

第三种是无畏布施。无畏是无所畏惧。很多人在遇到一些事情的时候会恐惧，会害怕失去、害怕得到、害怕遇到，等等。这时候如果你能解除他的怖畏，使他不再恐惧，就叫无畏布施。观世音菩萨能为众生之依怙而使众生不畏怖，被称为“施无畏者”。

“诸布施中，法布施最。”法布施是最有力量、最有价值的。大家给一个人钱财，和一个人聊一聊让他不再害怕，都不如让这个人变得更智慧。法布施的功德是最大的。

佛法中有六度波罗蜜，就是六种修行方法。

布施波罗蜜，就是放下自己的贪心，把一些好的东西给大家。能对治悭贪，消除贫穷。

持戒波罗蜜，就是受持戒律不触犯。能对治恶业，使身心清凉。

忍辱波罗蜜，就是忍受这个世上大家不能忍的那种耻辱、侮辱。能对治嗔恚，使心安住。

精进波罗蜜，就是一个人在修行正法的时候，能够不间断地、深入地去做。

禅定波罗蜜，就是修习禅定，对治乱境，使心安定。能对治懈怠，生长善法。

般若波罗蜜，能对治愚痴，开真实之智慧，把握生命真谛。

般若波罗蜜，就是金刚般若波罗蜜，《金刚经》实际上就是在讲般若波罗蜜。波罗蜜直接的意思是到彼岸，我们要乘六艘船渡过苦海，到达智慧和幸福的彼岸。这六艘船就是布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若这六度波罗蜜。

“应无所住行于布施”，“无所住”就是不执着，“住”是执着的意思。有贪着、挂碍，为此烦恼，东想西想，不能专注于做事，这叫执着。怎么“应无所住”呢？“所谓不住色布施，不住声香味触法布施。”这里面的关键词是色声香味触法，色声香味触法如果用四个字来表示就是见闻觉知，是你能够见闻觉知的一切，也就是这世间的一切。

色是什么？眼所见的一切为色。这个色不是指的美女，《心经》里面说“色即是空，空即是色”，那个色也不是美女的意思。

耳所听到的一切为声。

鼻所嗅的一切为香。

舌所能尝到的一切为味。

身体所能感知的一切为触。

意识所能想到的一切为法。

色声香味触法，这些就是一个人所能够感知、觉察、分别的一切。如果没有这一切，那么对于一个人来说，什么都没有。

不住这一切布施是什么意思？

就是大家不去执着于这些去布施、去做事情。那么，人们常常是执着的吗？是的。

比如在做事情的时候，我坐在这儿本来是很清净的，突然进来两个人，他们一边说着话一边偷偷地笑，还贼溜溜地看着我，我就会产生疑心：他们是不是在说我？他们一定是在讲我不好的一面。于是我开始生气，心里不踏实，该好好做的事情做不下去了，烦恼也就产生了。

孩子的学习也是这样。比如放学回来，孩子心情不好，写不进作业，家长问：“怎么了？”孩子说：“今天有同学骂我，在背后讲我坏话，还向老师告

我的状了。”这都是有执着了。

还有，比如大家去布施、捐款，也往往都是有执着的。记得以前希望工程曾经用的一张图片，是一个眼睛特别大的小姑娘，那个小姑娘很可爱，用她的照片可以募集到很多钱，很多人看到她的样子就愿意捐款。如果用一个长得不够好看、不能让人心里产生怜悯的孩子照片，大家看，我刚才说话的时候已经带着对执着的解释了，就是有的人你一看就会产生怜悯的感觉，有的人你看了是不会产生怜悯感觉的。所以做希望工程或者说去募捐的人，他们要造出一个那样的形象来。

当人们看到那个小姑娘的照片时，很多人都会油然而生一种感觉：我要帮助她。于是大家积极为希望工程捐款。如果换一张别的孩子的照片，也许大家不会产生这种感觉。所以很多人布施的时候，都是带着这种分别、执着的。

另外，人们还执着于什么？

执着于我做事情，要使自己产生价值。比如去帮助别人时，不考虑对方需不需要接受帮助，自己就去帮助。如九九重阳节，大家都要去慰问老人。有些爱心人士到敬老院去给老人洗脚，据说有的老人一天被洗四次脚甚至八次脚。为什么要这样？因为，大家要去做好事。

这样去做好事的时候，被做好事的人就成了我们做好事的道具，这就叫“有所住行于布施”，这样做是不智慧的。

“妙行无住”，就是行一切法，而不住一切相。这就是《金刚经》的本质，这也是佛法的一个根本。

大家要去做的事情是放下，放下一切执着。我们在家长课上会讲到，有的家长为孩子、为家庭做了很多的事情，所以当孩子表现不好的时候，就特别容易生气。为什么？就是因为功臣心理，觉得自己对家庭有很大的贡献。当自己有贡献的时候，就觉得自己特别有理由去抱怨别人、埋怨别人，说别人不好。这种功臣心理就是有所执着。

还有人会说：“我什么都不在乎，唯一受不了的是……”那个唯一受不了的，就是他当下在乎的。他说什么都不在乎，其实往往是什么都在乎，尤其是当下受不了的这一点。

有一个学生在高三的时候来找我聊，说自己对朋友很好，我说：“那非常好啊。”他说：“但是朋友对我不好，没有像我想象的那样对我好。”我说：“这很正常，你不要在乎嘛！”他说：“我不在乎，就是受不了。”大家看这句：“我不在乎，就是受不了。”都受不了了，你还不在乎吗？

佛法里面讲，离一切言说。大家嘴里说什么是没有用的，你的水平要到那儿。水平不到，嘴上说得再好听也毫无意义。

有网友提问说：“我老公就是这样的，怎么对待呢？”如果这位网友学过我们的“小人理论”，你就知道你这个问题在说什么了。

大家记着，我们学习佛法去悟到智慧，不是说别人有什么毛病，是看自己有什么毛病。一个常常看到别人身上毛病的人，自己的毛病一定特别多。

提这个问题的网友，你去问问你老公，看看他有没有觉得你身上有毛病，是不是毛病特别多，你一问就知道了。

凡夫会执着于自己的贪嗔痴去看世界，于是就看到别人身上有太多的毛病。

大家想，我们的父母身上是不是有好多的缺点？

我们的配偶是不是有很多的缺点？

我们的孩子是不是有很多的缺点？

我们的同事是不是都有缺点？你想想，哪一个同事没缺点？

我们的领导哪个没缺点？

我们的下属哪一个好好干？

大家想一圈，身边有好人吗？

当我们执着于自己是对的、好的时候，你再去看这个世界，凡是与你不同的就都是错的，都是不好的。

大家好好地参悟这一点。

记着，反思应该往自己身上反思。我在家长课上讲过这么一句话：反思到自己身上你就是在找方法，反思到别人身上你就是在找麻烦。

因为你反思到别人身上，觉得问题在别人身上，这个事怨别人，那么，没有人会同意你这个观点的。因为就对方的反思来说，他会觉得问题都在你身上，他没有问题的。

世界就是这样的。

所以，凡人在一起就像一只一只的刺猬，凑在一起就互相扎。我浑身是刺，会扎到别人。别人也浑身是刺，会扎到我。

怎么办？突破口在哪里？

就是“应无所住行于布施”。我不执于一切而行布施，而去做事情。我不执着于自己对，再去跟别人讨论问题，这个时候问题就会容易解决了。

“须菩提，菩萨应如如是布施，不住于相。”就是不住在我、人、众生、寿者这四相上，不住于色声香味触法上，不住于世间的一切上。“何以故？若菩

萨不住相布施，其福德不可思量。”为什么？因为如果菩萨不住相布施，福德不可思量。

不住相布施，这就是修行。无漏的修行会得到无量的功德。

经文

须菩提，于意云何？东方虚空^[1]可思量不？

不也，世尊。

须菩提，南西北方、四维^[2]上下虚空，可思量不？

不也，世尊。

须菩提，菩萨无住相布施，福德亦复如是不可思量。

须菩提，菩萨但应如所教住。

注释

[1] 虚空：虚与空。虚与空都是无的别名。虚无形质，空无障碍，故名虚空。

[2] 四维：指东南、西南、西北、东北四隅，为东西南北四方之隅角。一般系以四维加四方，称为八方；若再加上、下二方，则合称十方。

讲解

“无住相布施”是我们常人比较难理解的。我们做事情总是带着理由，带着执着，带着一些我们放不下的东西。

记得有一位同学来跟我聊天，他说：“我们同学之间的交往总是交换式的，比如今天我请你吃点什么，那明天你必须要请我吃点什么，还回来。我认为这种交换式的友谊是非常不值得珍惜的，不是真正的友谊。真正的友谊不应该这样。”我说：“你能这么想非常好，也就是说你不会在乎，尤其是你不会拿自己的友谊去和别人交换。如果这么做很简单，你只要对同学好就是了，不管他们对你好不好。”这位同学马上问：“唐老师，那我这样不就吃亏了吗？”

我们看，他内心深处不认同这种交换式的友谊，但是他付出以后人家不跟他交换他又难受，这就是执着，这就是我们自己看不到自己的那些住相的地方。看到别人那样做的时候，瞧不起他们。真正自己做的时候却发现，其实自己也是那样的，自己也不是什么圣人。

大家都在以执着、以有所住而做事。有所住而做事情，就做得不自在。大家记着，不论住什么、执着什么，你都会不自在。执着于不执着，也不自在。

比如说你会想：哎呀，我怎么还有执着呢？烦死我了！你看我已经读《金刚经》这么长时间了，我怎么还会执着这么大，还会动不动心烦？

这就是执着于不执着。

我们的幸福之道中级班里讲到《百年虚云》，中间有这么一段：四个和尚跟随虚云拜山，三步一拜，拜得腿都痛极了。有两个和尚被落在后面，其中一个对另一个说：“歇歇吧。”另一个说：“我也想歇一歇，但是他们都走远了。”这个说：“那我们走过去。”另一个说：“说好了要三步一拜的。”这个就说了：“何必那么执着呢？”他如果解释的话就是：“你不要住相，要无所住嘛。”

住与不住，执着与不执着，我们要有一个标准。什么叫执着？什么叫不执着？凡是你做的事情说的话，顺着你的贪嗔痴叫执着，逆着你的贪嗔痴就叫不执着。

每个人在选择说一句话、做一件事情的时候，他都认为自己说的、做的是对的。如果觉得自己都是对的，那怎么看到自己的问题？

看不到的，自己根本看不到。

所以当一个人去说话、做事的时候，他往往觉不知道自己的执着。

怎么能够觉知到呢？

其实上课是最重要的。如果说你身边有一个觉知能力远超过你的人，那么这个人就会帮到你，在任何时候你不觉知了，你的执着起来了，这个人就可以一下子给你指出来。但是，因为你觉得自己是对的，当对方指出你的问题时，你会很不开心，会觉得对方老找事：明明我是没事的，怎么你给我讲讲我好像有事了？你就会很难过。

有一种人受得了这个难过，他会想：为什么对方可以指出我的问题来？想明白了，发现对方指出的问题是对的，然后下一次对方指出的问题又是对的，连续几次都是对的。那他就明白：“他是个高人，是我的老师，我要相信他。以后只要他说我就听他的。”这样的人进步就很快。相信对方比自己的觉知能力强，对方能够指出自己的不觉知、自己的执着，这叫信。一个能够信的人，

一个能够对正法、对觉知能力更高的人产生信的人，就是信根强的人，他的进步肯定很快。

有时候，因为我们执着，老师不一定以让你难过的方式出现。老师知道你有贪嗔痴，又怕一下子戳痛了你你就不学了，于是，老师就先像哄孩子一样地哄着你，让你开开心心地学习。我们知道小孩子，最开始拿起勺子来吃一口饭，可能吃得满脸都是，连脖子上都是，但是家长会说：“哎呀宝宝真棒，会自己吃饭了！”其实他吃得一点也不好，但是，他是宝宝。宝宝是什么意思？就是智慧低下，他不懂事，幼稚，所以你就不能像要求成人一样高标准地要求他，而是要哄着他。

凡是一个学习精进的人，不要让自己成为这种被哄的孩子一样的人。要平和地接受别人的打击。其实对方打击你，是把你当成高智慧的人，否则他不敢打击你。因为如果你智慧不高，他打击你你会烦的。那他干吗要让你烦呢？让你开开心心的多好呢？你烦了对他有什么好处？他为什么要得罪你？

明白了这些，我们怎么办？

对别人要随顺，对自己要严格。我给家长们上课的时候提到一个原理，叫“后娘养的原理”。凡是来听课的家长们，要深刻地领悟“后娘养的原理”，就是其他的人可以发怒、可以生气，我不能。对方自以为是是正常的，如果我自以为是，我要赶紧觉知，下决心改正。批评、指责的话，对方说出来可以理解的。如果我说了得罪人的话，我是不对的。当对方有很多毛病的时候，对方挑我的毛病，我要虚心改正。当我有很多毛病的时候，挑对方的毛病，我就错了。我要先改正。这就叫“后娘养的原理”。

如果一个人彻底地懂得“后娘养的原理”，严格地按这个做，他就越来越能做到无住。其实“后娘养的原理”根本上就是依无住而出来的。为什么？因为对自己严格要求，恰恰就是逆着自己的贪嗔痴，而随顺别人也恰恰是逆着自己的贪嗔痴。

我们太容易去看别人的毛病，而不是看别人的优点。我们太容易想自己的优点，而不是想自己的问题。这都是贪嗔痴，都是住相，都是住。

功德是非有为法，它不是大家在世间能够享受到的那种好处，而福德是我们在世间容易享受到的。比如大家能够享受到的好吃的、好喝的、好的朋友、亲情，包括其他人的羡慕，这些都是福德。无住相布施会得到功德。功德的意义要远大于福德。

所以佛接下来以虚空做比喻，说明福德有多大，说明功德怎么样影响一个人。

“须菩提，于意云何？东方虚空可思量不？”“不也，世尊。”须菩提，往东方看，那个虚空有多大你能想象吗？你能去丈量一下它有多大吗？须菩提说：不可能。“须菩提，南西北方、四维上下虚空，可思量不？”“不也，世尊。”都不可以思量。“须菩提，菩萨无住相布施，福德亦复如是不可思量。”

如果一个菩萨，一个要上求智慧下助众生的人，就是咱们这些希望自己变得更智慧更幸福，并且希望以自己的智慧和幸福来影响他人的人，如果去做无住相布施，福德就会像虚空一样无量无边。

“须菩提，菩萨但应如所教住。”菩萨应该怎么住？就是住不住住。

家长们带孩子也是一样，大家要不住任何相去帮助孩子，这个时候孩子们会感觉到，家长是真心地帮助自己的。我们在家长课上说过，这才是亲爹亲妈。而很多家长不是这样，他们在帮助孩子时是有条件的。如果孩子好好学习，成绩好，就觉得是好孩子；如果孩子不好好学习，成绩不好，就不是好孩子。很多家长说起来都觉得自己不是这样的，其实你已经在不自觉中让孩子感受到了你是这样的。

有一个孩子，小的时候妈妈很喜欢她，每天放学回来以后，她就扑到妈妈怀里，让妈妈抱一抱。但到初二初三的时候，这个孩子已经根本不愿意让妈妈碰一下了。后来我和她妈妈聊的时候才了解到情况，这个孩子上初中后不适应，成绩一直不好。每一次放学回来，她还是延续了小学的习惯，要抱抱妈妈。但是妈妈觉得孩子成绩不好，不由自主地就推开了孩子。这么推了一年，等妈妈明白过来，再想抱抱孩子的时候，孩子已经怕了，她再也不想让妈妈抱一下了。

亲娘是不是爱孩子？不一定的。她的爱是有条件的。

你心里也许觉得自己想爱孩子，但是你不会、不懂、不能。所以我们的家长课上我说过一句话：“爱是一种能力。”

你能爱自己的孩子吗？

孩子是你亲生的，没事的时候说起来你是爱他的，但有事的时候，他表现不如你意的时候，你还会爱他吗？你还能爱他吗？

当孩子不听你话的时候，你愿意亲亲他，还是想掐他一下？

所以我以前讲课时说过：“天下妈妈一般黑。”

A decorative rectangular frame with a light gray background and a subtle floral pattern. The frame is supported by two ornate pillars on the left and right sides, each featuring a dragon-like sculpture. The text "第五讲 如理实见分" is centered within the frame.

第五讲 如理实见分

经文

须菩提，于意云何？可以身相^[1]见如来不？

不也，世尊。不可以身相得见如来。何以故？如来所说身相，即非身相。

佛告须菩提：凡所有相，皆是虚妄^[2]。若见诸相非相，即见如来。

注释

[1] 身相：身之相貌也。《圆觉经》曰：“妄认四大为自身相。”

[2] 虚妄：无实云虚，反真云妄。《圆觉经》曰：“虚妄浮心多诸巧见，不能成就圆觉方便。”
《大般涅槃经》曰：“一切恶事，虚妄为本。”

讲解

“须菩提，于意云何”，你怎么认为？“可以身相见如来不”，我们能不能以一个很好的相来证得如来？

佛有三十二相、八十种好。一个人是不是拥有三十二相，他就是如来了？我们要不要让自己通过成为具有三十二相的人来成为如来？我们会看到一些法门的领袖，水平明明是不够的，但是长的样子很好，就可以受到很多人信任与敬仰。

因为大家觉得这个相是水平的代表。还有很多人不只是看长相，还要看外在打扮，他们认为那个打扮是水平的代表，比如衣服是不是特别值钱，是不是特别著名的品牌等。

佛为了防止众生去看表相而不去看实质，所以问须菩提：“可以身相见如来不？”

须菩提是大智慧的人，“解空第一”，所以他说：“不也，世尊。不可以身相得见如来。”我们不能因为一个人的身相看起来比较好，于是就把他当成

如来，当成一个智慧高手。

“何以故？”为什么？

“如来说身相，即非身相。”如来说的身相不是我们所说的身体这个相貌、相状，而是指法身。法身就是法性身，也叫自性身。

佛讲法要帮助大家做什么？就是帮助大家回归自性，认识自性，叫识自本心、见自本性。

什么时候能见自性？就是在我们的见闻觉知，我们的眼耳鼻舌身意所能感知、观察的这一切的变化相全都没有的时候。

我们眼睛能看到明暗，耳朵能听动静，鼻子能嗅香臭，舌头能尝甜淡，身体能感触到粗细、接触和非接触，意识能感受到生灭。这些我们都能感受，但是我们所感受、观察的这一切都是变化的。这一切变化的都不是本质，因为所有变化的东西到最后都会灭亡。

一切能够变化的、由因缘而生的东西，都是不可能有自性的。那么，一切因缘变化的那些落尽，剩下的那个不变化的，那个不以因缘而存在的就叫自性，或者叫法性。

大家知道，我们的身体肯定会灭亡的，没有人能够长生不老，不存在真正的金刚不坏的肉身。

各位读这本书的朋友，再过一百年我们可能都不存在了，这是正常的。其实如果大家继续存在下去，一千年或者一万年，老不死，反倒不正常。生灭是正常的。

有一个问题是，如果我们的肉身生灭，那么肉身灭度以后，什么留下来？我们的意识吗？

如果意识能够留下来，是什么？

其实我们的意识，大家会发现，也是生灭的。凡是生灭的，到最后都会失去。

那么，什么是不生灭的？

这一点，佛在《楞严经》上给大家讲过，比如眼睛能见的这个能见之性。

我们能见到火，然后把火熄灭，在一个黑屋子里能见什么？能见暗。这个能见之性，不论是暗还是明，它都存在，并且不随我们所见的这一切色法改变而改变。

比如天上有花你能看到，有气球你能看到，有飞机你能看到，有云彩你能看到。

天上没有气球你能不能看到？

能，你能看到虚空。

如果天黑了能不能看到黑？

当然也能看到。

无论外境怎么变化，你的能见之性都能见。这是从空间上说。

从时间上说，我们小时候就能见，到现在依然能见，而且这个能见之性不变。

我们所见之所，就是所见的一切，有可能会变化。但是这些无论怎么变，我们的能见之性不变。

我们的能闻之性也不变。闻性，是用耳根。有声音时，我们听到那个声音。没有声音时，我们听到的是静的声音。有声音听到动，无声音听到静。所听的声音会变，而我们的闻性是不变的。观世音菩萨耳根圆通法就是以耳根修闻性。

《楞严经》实际上在教大家舍识用根，因为我们的意识是不断变化的，而根是不变的。依这个不变的根来修行，就可以最终见到不变的自性。如果我们依变化的、因缘所生的、攀援的意识来修，是不能见到究竟不变的自性的。

“佛告须菩提：凡所有相，皆是虚妄。”所与能相对，能是什么？是我们的能观的这个见，比如眼能见色，见性为能，所见的一切色为所。“凡所有相”，就是所谓客观的被见到的这一切相，皆是虚而不实、妄而不真的。

“若见诸相非相，即见如来。”如果我们能够见到这一切生灭之相的不生灭性，非相就是它不生灭的那些，这个是什么？这个就是反闻闻自性，就是以不变的闻性修行，以不变的见性修行，以不变去修行，才能见我们不生不灭的自性。如果以攀援心来修行，想求如来之果，无有是处。

攀援心是什么？就是我们的意识。

我们的意识，就是大家脑子琢磨我想什么、我认识到什么、我看到什么，这都不是我们的自性，都是攀援心。

什么叫攀援？攀就是用手抓住，援就是外缘。有人说我不好，我一把抓住了，难受了。有人说我好，我一把抓住了，开心了。这都叫攀援。如果我们的心还在受着外界的影响，这都是攀援心。凡是攀援心，我们都是不能做自己的主。所以说要放下这个攀援心，攀援心不是我们的真心。

大家听经时有一些内容听不懂是正常的，因为这些内容用头脑思考是不容易思考出来的，这些内容与我们的头脑不一致。我们用头脑思考不清楚这些问题，不是佛讲的理不对，而是我们的头脑无法理解。

有人说：“人类一思考，上帝就发笑。”上帝是觉者，他为什么笑？就是因为人类的思考是带执着的，一思考就错，眼珠一转就是执着，就是着相。

“若见诸相非相，即见如来”，如果我们能够看到一切相的虚妄，那么我们的如来智慧就会自然显现。这是不容易理解的，我们举例子来说。

很多家长来问我：“唐老师，孩子不好好学习，我说他他也不听，怎么办？”这个问题就落在了外界一个事物上，它已经是定型的不能改变的一个情况，就是“说他他不听”，那能怎么办呢？

其实孩子不好好学习、不听话这样的情况，都是你看到的。你觉得不能解决，是因为你这个人有问题。

同样有人问我：“老公在外遇，要跟我离婚怎么办”“领导安排工作不公平，怎么办”“同事们不理我怎么办”“有朋友骗我怎么办”，等等，这一切都是。

看到这一切外在的事情，当你觉得不能解决的时候，不是这个事情不能解决，是你自己错了不能解决，是你自己有问题，你把这个事情看成了一个不能解决的事情。当你自己是一个不明是非、不辨真假的人的时候，你看事情就会看错，你会因为自己的智慧不足，使本来很简单的事情变成很麻烦的、不能解决的事情。

事情本身是简单的，但观察事情的人是有问题的。

由于我们的心、我们的眼睛出了问题，我们看到的事情就不是真的。

一个眼睛近视又散光的人画月亮，他会看到一坨月亮，像葡萄一样有很多圆圈，他根本不知道这些圈当中哪个是真实的月亮。如果你的眼睛没有问题，不近视、不散光，你抬头一看，月亮就是一个圈，一笔就画出来了，就这么简单。

各位，当我们看到身边的事情非常复杂，自己根本处理不了，或者那个事情就是无法解决，怎么解决都解决不到一个满意的结果时，我们不要去怀疑事情本身有什么问题，而是要回过头审视自己的问题。

往自己身上找问题去修正自己是很难的，这和理解是两回事。

很多家长只是看我的博客，看博客他又不一定很认真地看，所以他就记住了一两个结论，然后在生活当中用。用不好的时候他就来对我说：“唐老师，我用了你的方法，不好。”我说：“我的方法不是这么简单，想把我的方法用好，应该是你这个人改变。也就是你用了我的方法，应该是首先改变自己，而不是你自己还是原来的样子，就拿着我给你的方法去改变别人。”

也有家长这样提问：“唐老师，孩子有很多的问题，不好好学习，在学校里不好好听讲，老师批评，同学瞧不起，作业不想做。现在他又不想上学了，怎么办？”

对这样的问题我一般都不会直接给建议，为什么？因为你是一个眼睛近视

又散光的人，然后你想去把天上的月亮看清楚，你看不清的，你根本就找不到那个真实的月亮。

我以前还做过一个比喻，孩子出现了一些问题，就相当于一个孩子的大脑里长了个瘤子，于是家长就给我打电话说：“唐老师，我的孩子脑子里长了个瘤子，我听说你做过很多脑瘤手术，你给很多孩子用手术刀解决了问题。现在我手里有刀子，孩子就在我旁边，你告诉我应该怎么做，才能把他脑子里那个瘤子切掉。”请问，我告诉他怎么切有用吗？

有的家长会问：“唐老师，为什么你让我赶紧来上家长课？”因为你要经过培训才能够去解决问题。你想给孩子的大脑做手术，于是找一个脑科专家，让他告诉你做手术的步骤，然后你就拿着手术刀去给孩子做手术了。你认为你能成功吗？

你曾经切过多少东西，和达到能切开孩子的大脑去做手术的水平，那是根本的两回事。

所以，在这种情况下，我一般的建议是你要学习，上家长课。不是我的方法不能给你，不是那些步骤不能给你，是我给了你你也做不下去。

大家想一想，如果有一人告诉我们阑尾炎切除手术的操作步骤，我们自己就可以给家人切阑尾了吗？显然是不行的。

有一些问题在严重到一定程度的时候，其实很多家长自己是认识不到的。如果我不负责任，我就会直接告诉你怎么做，反正做不好你担责任，我还要说你：你看你，我是那么说的，你不是那么做的。

我是负责任才会对家长说“你需要学习”，但是我这么说，很多家长会反感，觉得“你又在推你的课了”。

不是我要推我的课，是你不经过这个训练，你根本做不了。

有的家长说：“我能做得了。唐老师，你怎么知道我做不了？”

这正是我要说的：“你把孩子养成这样，你能做好吗？如果你能跟孩子沟通好，事情就到不了这个样儿。”

你已经把孩子养成这样了，还觉得自己做什么都行。

有智慧是什么？就是做事情一定会有好结果。如果结果不好，那这个人一定没有智慧。

有智慧的人会把事情做好，并且他会很开心。

自己常常烦恼，身边的人也帮不了，这样的人一定不智慧。如果这样的人非要说自己智慧，那么，我们只需要反问：“如果你智慧，为什么你的结果会

是这样？”

如果智慧会使自己问题那么多，生活得焦头烂额，那智慧是干吗用的？我们还不如变愚蠢呢！

我们不要去侮辱“智慧”这个词，智慧一定会带来好结果的。如果我们常常不能得到好结果，我们就要反思自己的愚蠢。

大家记着，问题没有不可解决的，只有我们自己不适合解决，我们自己还不够智慧，不能解决。

从孩子学习的角度来说，孩子看到一个题目不会做，往往不是题目难，而是他没有看清楚问题。我们要解决难题，根本是什么？是要提高孩子的认真能力。比如孩子看了题目不会做，那我们要做的是做什么？是用我们的审题三步法，把孩子变成一个能够审题审得更仔细、把每一个条件看得更清楚的孩子，这就是“若见诸相非相，即见如来”，难题看破了就不是难题了。

同样，家长们上课是干吗？我们学沟通，是因为在和别人对话的时候，对方的话是什么意思，很多时候我们是不清楚的。因为我们带着自己的偏见，我们戴着墨镜，看到的不是事物本身的颜色，但是我们又不知道自己戴着墨镜，我们会认为自己看到的就是事物本身。我们以这个错误的判断下结论，得出的结论肯定是错的。

所以，当我们不能解决问题的时候，不是要改变外面的事情，而是我们要反思自己的问题。

以“凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，即见如来”这句话为根本原理，我们开发了语数外十步法、各种三步法，比如审题三步法、答案分析三步法、检查作业三步法、举一反三三步法，等等。其目的都是帮助孩子变成能够把事情看清楚的孩子，而不是去改变事情本身。

同样，我们也对家长提出了很多办法，比如和谐沟通三步法、矛盾解决三步法、个人幸福之道、工作幸福之道，等等。大家依这些去做，就可以改变原先的思维模式，让自己变成一个对的人。当自己变成了对的人时，再去看问题就简单了。所以，“若见诸相非相，即见如来”，就是现出我们本有的如来智慧。如果现出这个智慧，那么解决问题就非常简单了。

A decorative horizontal banner with a light blue background and a subtle floral pattern. It is flanked by two ornate, silver-colored pillars featuring dragon carvings. The text is centered on the banner.

第六讲 正信^[1] 希有分

经文

须菩提白佛言：世尊，颇有众生，得闻如是言说章句，生实信^[2]不？

佛告须菩提：莫作是说。如来灭后，后五百岁，有持戒^[3]修福者。

注释

[1] 正信：正者对邪而言。正信者信正法之心也。《维摩诘经》曰：“受诸异道不毁正信。”《大乘起信论》曰：“起大乘正信。”

[2] 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。《俱舍论颂疏》曰：“信者澄净也，如水精珠能澄浊水，心有信珠令心澄净。”晋《华严经》曰：“信为道元功德母，增长一切诸善法，除灭一切诸疑惑，示现开发无上道。”《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。”

[3] 持戒：六度之一。受持戒律而不犯触也。《法华经》曰：“持戒清洁，如净明珠。”《维摩诘经》曰：“持戒是菩萨净土。”《大智度论》谓有大力毒龙，以眼视人，弱者即死。以气嘘人，强者亦死。时龙受一日戒出家，入林树间，疲惫而睡。猎者见之喜曰：以此皮献国王，以为船饰可乎？便以杖案其头，刀剥其皮。龙自念：我今持戒。故不计此身，一心受剥，不生悔意。时日大热，欲趋大水。见诸小虫来食其身，为持戒故，不敢动。畜生尚能坚持禁戒，至死不犯，况复于人！

讲解

“信”这个词大家都很熟悉，信有多方面，有哪些方面呢？比如迷信，大家都知道，它是糊里糊涂的信，是在迷糊的情况下的信，是糊涂人、迷人的信。

“正信”与迷信相反，它基于人的智慧。

一个人，往往难以简单地说我或者你是迷信还是正信，我们以自己的感觉来判断是不够准确的。

为什么？

因为一个糊涂的人判断是正信还是迷信，这个判断是做不得准的。

一个没有智慧的人谈不上判断好不好，但是往往每个人对自己的智慧水平并不清晰，就是我们往往不知道自己到底水平怎么样。甚至这世上恰恰有相反的情况：越是没有智慧的人，可能越觉得自己有智慧。这样的人判断自己信还是不信，是没有意义的。

比如，两个人交朋友或者是一男一女谈恋爱，如果对方说我好，我很开心，我觉得对方是个好人。如果对方说我不好，我就不开心，我觉得对方不是个好人。我们再把这句话弄清楚一点，就是如果对方说我是个好人，我就觉得对方在说实话，我就喜欢对方，觉得对方是个好人。如果对方说我不是好人，我就觉得对方在撒谎，对方不是好人。

这就是我们常人判断好坏的逻辑。依这样一个逻辑来判断，你怎么可能判断出真实的情况来？所以说世上难有正信。

正信不具备的原因不在别的，在于我们自己没有智慧去信。自己这个判断主体，这个头脑，会不断地变化，它判断的根基就不扎实，所以我们依它去判断什么可信什么不可信往往不靠谱，这也是为什么说“正信希有”。

因为如果我不能判断，那么谁能判断？那个人如果能判断，我凭什么要信他？所以，人们的生活是非常不踏实的。

为什么不踏实？

因为你就像漂在水上的浮萍，自己没有根，你想拉住身边人的手，但是你一拉的时候就发现身边的人全都没有根。偶尔碰上有个有根的，你还不一定信他，你还不要拉他的手。所以在这个世间，大家是“身似浮尘雨打萍”，心里总是不踏实。

我有一位朋友，是一个同学带我去见的他，他请我们吃火锅，我们就聊起来。他问什么人是值得信的，我就提了一些儒释道的圣人。他对我说：“我谁都不信，我只信自己。”

我问他：“你的水平比老子如何？”

他说：“那比不了。”

我说：“如果你信老子，好好向老子学习，你可以达到老子的水平。你不如他，还不向他学习，只管满怀信心地信自己，那么你将来的高度就可能远

不如信老子可以达到的高度。你信老子，可以跟老子学到更多向上的东西。而你信自己，就学不到这些。”

他当时就跟我说：“唐老师，我来北京好几年了，有好几个朋友跟我聊的时候，我发现他们指导不了我，因为当我说我信自己的时候，他们就没话说了。但是我自己的生活怎么样我是知道的，我发现这里面有问题，但是我一直找不到自己的问题。”

他的问题是什么呢？就是只信自己，而自己又不够优秀，这就是故步自封，把自己限制在自己现有的水平上。

一个人要信自己，他需要确信自己是智慧的，又要确信自己是开放的、不断提升的，否则信自己就在作茧自缚、画地为牢。

所以，信一个人不是简单的一个信字，而是我们要向信的这个圣人、高人去学习，破掉自己身上的自以为是，自己内心不通达的地方，让自己变得更加智慧通达，这样的信才有意义。

我们要不要信一个人，要不要找一个高明的老师去学习？看看自己过得怎么样就知道了。

比如，自己事业做得怎么样？自己的生活是不是幸福的、完满的？自己是不是和孩子沟通得顺畅和谐，又能够很好地教育孩子？

如果这些都是完满的，也许你就是一个圣人。

但是呢，这些都能做到非常难，人们常常是做不到的，所以应该这么讲，就是每一个人都要向比自己水平更高的人去学习，学习的目的就在于提升自己，让自己走向自在解脱，走向智慧。

有人说：“唐老师，我就不想这样，我就不想向别人学习。我现在难受，难受也这样生活！”一个人让自己生活得很难过、很痛苦，这样的权利不叫权利。如果你有本事，让自己活得好一些，别说你有权利生活得不好。

生活得不好不是你的权利，是你不得不如此。

我们的学习是要让大家走向更加得解放，走向更加得幸福，让我们变得更加智慧自在，幸福值一定是提高的。

在一个很低的幸福值下去忍着痛难受，这是不智慧的，这是需要去解放，去提升自己的智慧，让自己去解脱的。

正信，其实就是要找到一个有智慧的圣人向他学习，从他身上学会发现自己的不足、提升智慧的途径。

讲《金刚经》的释迦牟尼佛就是一位大智慧的圣人。

我们要建立的是正信，不是迷信。我讲《金刚经》是绝对反对迷信的。一开始我就提醒大家，我是无神论者，我相信释迦牟尼佛是一个有智慧的觉悟者，我相信他悟到了我们常人悟不到的东西，我相信他悟到的智慧将来我也能悟到。他是我的一一个指路者，从他身上，我可以看到自己身上不智慧的问题，我要去修正自己，不断地提升自己，所以我信他。这个信叫作正信，不是迷信。

曾有一个人对我说：“信佛不是迷信吗？”

我说：“《金刚经》你看过吗？”

他说：“我看不懂，那种迷信的东西我不要看的。”

我说：“看明白了，你才有资格去评价《金刚经》讲什么。如果自己看不懂，又扣上一个迷信的帽子，这叫不智慧。你连看都看不懂，你没有资格去评价《金刚经》是什么。”

当你看不懂的时候，你应该这么说：《金刚经》我看不懂，我的知识水平或者说我的智慧水平是有限的。如果我要评价《金刚经》，我应该去听一听法师们讲的、老师们讲的，或者是看一看哪些书上那些作者怎么说的。我自己是看不懂的，那我能不能向他们学习呢？这样的心态是开放的，是好的。如果自己根本就搞不清楚，又说这是迷信不去学习，这样的人，用六祖惠能的话说，“此一辈人，不可与语”。

所以，希望大家建立正信。如果我们的生活当中没有一个圣人，没有一种理论可以成为自己终身的依靠，就是我们在思考问题的时候建立不起一个体系来，没有一个体系可以提供思考的依据。这样，我们自己的力量往往是不足的，在判断问题的时候往往可能是糊涂的，至少不能深入地去思考问题。

一个深入思考问题的人，他走到一定程度，自然会发现我们的头脑是有局限的，我们要去学习，让一些圣人成为我们头脑的指导者，从而找到我们可以依赖的一个圣人、一种理论，去对他（它）建立正信。从此以后，再遇到问题的时候我们就有一个依止，依靠他（它）来思考问题。

须菩提听佛讲“凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，即见如来”，他就有一个疑问：佛讲的这些内容是实相，是真理，但是甚深难懂，要悟透这些太难了。后世的众生能信吗？

于是，“须菩提白佛言：世尊，颇有众生，得闻如是言说章句，生实信不？”

须菩提问佛：“世尊，真的会有很多的众生听到你讲的这些，能够生实信吗？”真的有这样的众生吗？后世众生真的能做到这些吗？会不会你就只是讲给我们这些人听，其他的人根本听不了？会不会这样？

“佛告须菩提”，佛告诉须菩提说，“莫作是说”，不要说后世众生听不懂。

“如来灭后”，这个如来不是指法身，是指化身。在两千五百年前的天竺，有的人会看到佛陀托钵化缘，他就是曾经的乔达摩·悉达多王子，后来出家成佛。“灭”指的是他的肉身灭度。“后五百岁”，往后数五百年，“有持戒修福者”，有持戒修福的人。大家看，要持戒修福的人，并非是不持戒不修福的人。

戒是指戒律，出家人有出家人的戒律，在家修行的人有居士五戒，是杀、盗淫、妄、酒，即不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不饮酒。

不杀生，我们一般可不杀生吃肉入手去做。要戒荤腥。腥是指牛羊肉、鸡鸭鱼肉等所有动物的肉。荤指的是像葱、蒜、韭菜、洋葱、香菜这些浓味的东西。不吃肉和这些浓味的东西，这是居士要做的，不是居士不需要这样做。不信佛的人，可以把这作为一个知识来了解。

不偷盗，不予而取为盗，就是人家没说给你，你就拿了，这叫盗。你不要说我拿的时候没人看到，没人看到也是盗。

不邪淫，居士不与非自己配偶的女人或男人发生关系。

不妄语，即不撒谎、不恶口、不两舌、不绮语。恶口就是说狠话，说得别人特别难受。两舌，是跟这个人说这个样，跟那个人说那个样，挑拨是非。绮语是无意义的话，这世上大家说的撒娇、开玩笑、甜言蜜语等，都叫绮语。

不饮酒，酒会使人变得不智慧。

杀盗淫妄酒，这些都会让你欠下这个世间的业债，欠下业债你就要还。这个你是不自觉的，你不能自主，当然不能自觉。假设你偷了人家的钱又还不上，怎么办？佛教当中讲轮回，我们这里讲一点佛教知识。他们认为，如果你欠了这个业债，偷了人家的钱还不上，下一辈子你会生到这个人家做牛做马，去为这个人家干活赚钱，偷一分可能要还千分万分，所以说欠下业债后果会非常严重。

经文

于此章句，能生信心^[1]，以此为实。当知是人，不于一佛二佛三四五佛而种善根^[2]，已于无量千万佛所种诸善根。闻是章句，乃至一念生净信者，须菩提，如来悉知悉见。是诸众生，得如是无量福德。

注释

[1] 信心：信受所闻所解之法而无疑心，亦即远离怀疑之清净心。《杂阿舍经》曰：“何等为信力？于如来所起信心，深入坚固。”信心乃为入道之初步，故置于“信、进、念、定、慧”等五根之首。

[2] 善根：身口意三业之善，固不可拔，谓之根。又善能生妙果，生余善，故谓之根。《维摩诘经》曰：“不惜躯命，种诸善根。”

讲解

我们不断提醒大家正信难，为什么难？难在是没有智慧的人做判断，也就是说，做判断的人自己根本就没有能力做判断。

各位家长带孩子，孩子之所以叫孩子，就是他们还不够成熟，还不能完全为自己的选择和行为负责，在这个时候，如果我们把选择权都交给他们，让他们自己为未来负责，这个做法是有问题的。也就是说，家长不可以跟孩子说：“反正你现在做的将来你自己受。”这种说法是不负责任的。

孩子思想不成熟，他们还没有长大，我们把做选择的责任交给他们，他们承担不了。这是做家长的必须要承担的责任。但是，孩子没有能力选择，他又不能去理性地对家长，比如家长跟他说的话是合理的还是不合理的，是对的还是错的，是对他好的还是对他不好的，他往往判断不了。

当他判断不了的时候，他依什么来判断？

他依谁对他好来判断。这个好是他感觉好，就是谁能够赞同他，谁能够让他觉得很舒服，谁能够经常肯定他、鼓励他，那么他依这些来判断要不要信这个给他出主意的人，包括自己的父母。

孩子并非因为你是父亲、母亲就信你，而是他要看你说话好听吗？你能常常鼓励他给他力量吗？你能让他觉得在你身边很舒服吗？如果能，他就听你的。如果不能，他就不听你的。

从孩子的角度来说，不听父母的，对他一般结果是不好的。但是对父母来说，孩子不听你的会非常麻烦，因为你需要帮孩子，但是你的智慧不足，不能跟孩子沟通好，所以你就无法帮到孩子。

从智慧的角度来说，我们成人也像孩子一样。一个没有智慧的人，去判断我要信什么真的很难。所以，信根是难得的善根。五根信为首，大家如果真正

有了信根，成长就会很快，但是这个又很难。所以，一个人往往是在不断提升智慧的过程中，不断地增强自己的信根。

“于此章句”，“章”就是一段内容，“句”就是一句话的尾。在读诵听闻《金刚经》这样的经典时，“能生信心”，能够生出信以为实的心。

有人问“五根”是什么，五根信为首这个五根指的不是眼耳鼻舌身，是信、进、念、定、慧。信是信根，进是精进根，念是正念根，定是定根，慧是慧根。

根是什么意思？

根是能生之义，它又比较坚固。像树有根，就不容易被吹倒，不容易动摇。另外，有根可以生发枝叶。

人造作各种业，包括正业、恶业。有三个方面，一是身，二是口，三是意。身就是身体，像我们说的杀盗淫，都是身体在造业。

妄语、恶口、两舌、绮语，这都是口业。

念嗔痴是意业。

身三口四意三，这三项加起来就是十种恶业。与这十种恶业相反，就是十善业。佛讲过一部经，叫《十善业道经》，就是指不造这十恶，名为十善。

“以此为实。”把这些言说章句讲的当成真正的实相。“当知是人，不于一佛二佛三四五佛而种善根，已于无量千万佛所种诸善根。”你要知道，这样的人，就是能够相信《金刚经》，相信佛所讲的这些内容是实相、是真理的人，他肯定不是在一佛二佛三四五佛前种过善根，他已经在无量千万佛前种过善根。以身口意做善业，此善业犹如树之有根，能够坚固不可摧伏，不可拔除。这个根又能够生出善妙之果报。如果不是在这么多佛前种过善根，听到《金刚经》，他就不会生信。

“闻是章句”，听到《金刚经》里的一句话、一个段落或者整个的内容，“乃至一念生净信者”，哪怕他一念生出清净的信心，信以为真，“须菩提，如来悉知悉见”，如来都能够知道、都能够见到。“是诸众生，得如是无量福德”，这样的众生能够得到不可思议的无量功德，如虚空那样无边无际。

经文

何以故？是诸众生无复我相、人相、众生相、寿者相，无法相^[1]，亦无非法相。

注释

[1] 法相：诸法一性殊相，殊别之相，由外可见，谓之法相。《维摩诘经》曰：“善解法相，知众生根。”《大乘义章》曰：“一切世谛有为无为，通名法相。”

讲解

“何以故？”为什么呢？“是诸众生”，就是这些众生，“无复我相”，什么是“我”？“我”是主宰，能够去观察，能够做什么，所以说，能为“我”，就是“我”能怎么样。

比如我能拿起一个东西来，我能讲课，我能吃东西，我能打人，我能骂人。如果有人问：“谁是老唐？”我听到了就会指着自已说：“我就是。”我们会认为现在的这个身体是“我”，并且我们会认为我们的意识就在身体之内，比如“我”有一颗心，这颗心在“我”的身体之内。

我们一旦执着于这个“我”，就会限制我们认识到更多的东西。

轮回之中的六道众生，每一个都具有如来的智慧德相，那为什么大家痛苦很多，没有智慧，不能像佛那样神通广大、法力无边？就是因为妄想执着。这个妄想执着首先就是执着身体为我，这个身体佛家叫四大假合之身。

世间一切皆由四种元素或者四种性质来组成，即地、火、水、风。地指坚性，火指暖性，水指湿性，风指动性。我们的身体，肌肉骨骼，这些都是地。只要人活着，他的身体就是暖的，这就是火。我们身体里的血液、淋巴液、尿液，这些都属于水。我们的关节、肩膀、头、手，都能动，这就是风。地、火、水、风，四大假合之身一旦分离，人就会死去。人死了以后，就是尸体。大家都知道，人死了以后身体会变凉，火没了。会僵硬，风没了。水在里面慢慢地腐烂，我们的肌肉细胞都会坏掉。这就是四大假合之身的分离。

这四大假合的身体，我们认为是“我”。佛说我们认为的这个“我”，实际上是我们的一个执着。

我在用世间的语言帮助大家去理解佛讲的道理，实际上佛所讲的这些是他

修行证得的，并非是告诉你“没有我”。大家都知道佛法讲无我，那怎么叫无我？

“我”是指什么？“无我”是指什么？脑子里说“无我”就“无我”了吗？

比如有人会说：“唐老师，你说无我，那我给你一巴掌你痛不痛？如果痛，是不是你在痛？无我你为什么会痛？”

“无我”根本不是大家理解的这个意思。

当我们去观察的时候，我们会发现能观察的这个“我”是不存在的，当你能够细细地观察时，你才能够证得这些。

什么叫观察？

我们有六根，眼耳鼻舌身意，它们所能观察到的相对应的六尘就是色声香味触法。以眼观色为例，比如我眼睛在看一颗米粒儿，当我去看米粒儿的时候，真的细下去看，到最后会发现米粒儿是没有的，我也是没有的。

有人说：“哎呀唐老师，有一次我就在那儿发着呆，突然间发现自己看不见了。”那是发晕了，而不是证到。

我说的观察是禅定状态的观察，就是你能够只看，而意识不参与。

比如说看一颗米粒儿，它是米白色的，很小，并且不圆，什么地方缺了角。这些都是头脑的分析，不是观察。

你真的能观察吗？只是去观，不用意识，又能专注地观。

不用意识，会发晕吗？不会。你既是清醒的，又不由意识去参与思考，是这样的观察。

禅修就是要帮助大家能够以这样的观察方式去观察，那个时候我们会发现，“无我”就是没有一个能观察的我，“无人”就是没有所观察到的对象。没有能度化人的我，也没有可度化的人，同样没有那么多众生。

从能所说的话，就是没有能观的我，没有所观的人，没有诸种分别的众生，也没有持续不断的分别。持续不断的分别就是寿者相。无这一切相。

这一切相的根本其实是我相。我相又分两大类：人我相，法我相。

人我就是有我这么一个人，我们执着于我这个人是真的，执着于我所观察的一切都是真的。

进一步修行，当你发现无人我之后，又发现有证得的境界，有法。我是不存在的，那么法存在吗？同样，法亦不有。

大家没有证到那个程度，不好理解。现在我是帮大家方便地理解一下。

什么叫“无法相，亦无非法相”？

所谓的我相，就是人我、法我，这两个其实都是不存在的，都是因为迷而

执为有。当迷执为有的时候，我们就因为这个分了世间的一切差别。当人我、法我没有的时候，连这个没有也不存在了。

什么意思？

举个例子，佛在经典里面经常说，如“龟毛兔角”。大家想，乌龟有没有毛？没有。但是人们不会说，乌龟是没毛的，因为乌龟跟毛不相干，没有“有”和“没有”。同样，兔子头上有角吗？就像牛、羊头上的那种犄角，兔子头上有还是没有？你说没有。没有“没有”。

假设一头牛头上有犄角，我们把这个犄角锯掉了，问这头牛有没有犄角，我们说没有。没有一定是相对于有才说的。而乌龟没有什么毛不毛，所以不说乌龟有毛，也不说乌龟没毛。同样，不说兔子有角，也不说兔子无角。

这就像说一个杯子，这个杯子是男的吗？大家说不是。那就是女的喽？嗨，也不是。因为对于一个杯子来说，没有男也没有女。如果你执着于杯子是个人，它就会分男和女。

假设一个人眼花了，把一个杯子看作一个人，那么，他就会去分别：杯子是男的还是女的呀？如果他知道这本来就是一个杯子，哪来的男和女？

大家记着，我们所分别的那些，实际上是因为我们糊涂了、迷了，才有一个分别说是这个、不是那个。当你悟到那些是假的时，就没有这个分别存在。

就像乌龟，没有什么毛，也没有什么没有毛。大家不会去讨论乌龟的毛是长还是短，有还是没有，因为乌龟没这个事。

同样，说母兔子有角吗？公兔子有角吗？我们也不会讨论的，因为兔子和角不相干，就像杯子和男女不相干。

这个内容说起来是不容易理解的。所以佛有些时候说话，大家可能会觉得怎么不是这个又不是那个，到底是什么？

佛法说无我，无我是什么，大家要慢慢地去体悟。

什么时候大家知道这个我是什么了，再说无我是什么。然后，如果这些都无，没有我相也没有法相，无人我、法我，那么，最后成佛的那个是什么？跟我有什么关系？

如果没有关系，我修，我在修什么？

为什么要去禅修？

为什么要去学习佛法？

佛说每个人都有佛性，那个佛性是什么？

是你身体的哪一部分？

为什么你修行会成佛？

.....

大家哪一天对这些问题都很清晰的时候，修行这条路就基本可以顺利地走下去了。

给大家一个提示：成佛的是自性、佛性。

经文

何以故？是诸众生，若心取相^[1]，则为著我、人、众生、寿者。若取法相，即著我、人、众生、寿者。何以故？若取非法相，即著我、人、众生、寿者。是故不应取法，不应取非法。以是义故，如来常说：汝等比丘^[2]，知我说法^[3]如筏喻者。法尚应舍，何况非法。

注释

[1] 取相：取执事理之相之妄惑也。《天台四教仪集注》曰：“取相惑，三惑皆名取相。《观音玄义》云：见思取生死相，尘沙取涅槃相，无明取二边相。”《大智度论》曰：“着心取相，菩萨修福德，如草生火，易可得灭。”

[2] 比丘：指出家得度，受具足戒之男子。

[3] 说法：宣说佛法，以化导利益众生。佛之说法乃应众生之能力、根机等，各施以适当之教法，以达完全效果。又于一座说法中，佛以一音演说教法，听者各依其根机而理解之深浅互异。

讲解

着相是着两种相，即我相、法相。

我们每一个人都有一个“我”在，我们在看事情的时候，与人们交流的时候，都会自然地认识到：我是我自己，我是我，而不是他人。这个“我”有很多的特性，有了这些特性，“我”就存在了。我与别人不一样，我要为我自己的利益而做事情，

谁损害我的利益我就会反感他、对抗他，谁对我的利益有帮助我就会喜欢他、跟他合作。这些特征是我们能够理解到的。相信每一个人都能够感受到这一点。

但是，有一个情况可能大家很难感受到：我是虚妄的。佛法说要无我相，那什么叫无我相？这一点大家可能不容易理解。

有一个人曾对我说：“唐老师，你能不能摘下帽子来？我很执着。”我不知道他的执着是什么。如果我不摘帽子，他会怎么样？

我摘不摘帽子，剃不剃光头，留不留长头发，或者梳不梳个辫子，他会怎么样呢？

会使那个执着于什么的“我”产生舒服或者不舒服的感觉。

比如有人说：“唐老师，我觉得你戴上帽子挺神秘的，这一遮，把眼睛什么的都遮住了。”而有的人说：“唐老师，你这样不行，我看不清楚你。看不清楚你我就难过了。”

大家看，他们都在说这个“我”。

其实你存了这个“我”，就会有好多的执着。比如因为你有了这个“我”，你就会有很多你能够意识到的习惯，也有你意识不到的一些习气。如果你的那些习气被冒犯了，你就会难受。难受了怎么办？你就会试图改变别人。比如前面那个人说：“唐老师，你能不能摘下帽子来？”我现在就告诉大家：我就不摘，非要让你难受不可！

有人说了：“唐老师，你看你这个自我就很强，人家让你摘帽子你就摘下来嘛。”

我是可以摘下来的，但有一个问题是，如果摘下来后又有人说“唐老师你戴上帽子吧，我执着”，那怎么办？

各位，有人执着于我戴帽子，有人执着于我不戴帽子，我应该怎么办？要不要弄半截帽子戴上？那又会有人执着于“唐老师，你不能戴半截帽子”，我又该怎么办？

所以说，“有我即是罪，亡功福无比”。如果你执着于自己有这么一个“我”在，那么你自己本身就会亡失很多的功德，自己就会难受。你试着去改变别人，这本身就是很愚蠢的。当你意识到自己的执着时，你要放下自己的执着，而不是要求别人去改。

大家可能会奇怪：这个“我”怎么是虚妄的？

我们一般说“我”，指的是“我”这个身体。大家看，我戴着帽子，这是我的肩膀，这是我的手……这就是我了。

我们确定这个“我”是在身体之内吗？还是“我”是无边无际的，这整个的世界、无边的存在都是“我”？

到底是那样的，还是就是这个身体是“我”？

这就是我们的迷。

佛在修行的时候证得，其实我们每个人的这个存在都是无边无际的，不只从空间上无边无际，从时间上也是永恒的。

如果是那样，我们的存在就是无限的，而我们的感受都是我们在这个身体之内。

《楞严经》上佛说：“譬如澄清百千大海，弃之唯认一浮沤体。”意思是我们本来是一个无边无际的大海，但是我们放弃了那个大海，而看到海上的一個水泡，就认为那个水泡是自己。

有人说：“唐老师，佛这么说，但我们没证得。难道佛说了我们就信吗？你能不能稍微证明一点？”其实大家知道，这是要证得。它不是我们的头脑可以理解的，但是在这里可以举例子让大家看到，我们是怎么颠倒的。

我们的心在感知着这一切世界，眼睛是我们的心去感受这个世界的色彩的一个触角，对世间的一切色彩，我们的眼睛都能看到。

我在一个房间里，如果我的心是无边无际的，那这个房间里外的一切我应该都能见到。为什么墙会挡住，让我看不到墙外？

墙会挡住，只是因为我们的眼睛看光的功能有限。

怎么办？

很简单，如果接摄像头照着外面，我们就能看到了。

“那外面是摄像头看到的，不是我们的眼睛看到的。”

摄像头不过是使我们的眼睛看到了更多。如果摄像头可以无边无际地放，我们的眼睛就可以无边无际地看到。所以，看到那些事物的不是摄像头，而是我们的眼睛。大家同意吗？

是我们的眼睛在看，而不是摄像头在看，摄像头只是我们眼睛使用的工具。就像我戴着眼镜看到了大家，我近视眼，我也可能患各种眼病，如果不戴眼镜就看不到大家，戴上眼镜就看到了。

但是，看到大家的依然是我的眼睛而不是眼镜，大家能理解吧？尽管我是用眼镜来看到大家的，但是看到大家的是我的眼睛而不是眼镜。

同样，感知大家的不是我的眼睛，是我的心。

我的心实际上是能够感知一切的，只是我现在执着于这个眼睛是我，才使

我的感知能力下降了。我的眼睛束缚了我。

我在试着让大家理解一下，我们的存在实际上是远远超过我们的想象的，我们能感知的远远超过我们的眼睛、鼻子、耳朵、舌头所感知的这些。

眼睛怎么能看到？我们认为有日月灯光就能看到。

其实没有日月灯光呢？我们的眼睛一样可以看到，只是看到的是黑暗。同样，那些没有眼睛的、盲的人，他们也能看到黑暗。

有日月灯光，眼睛可以看到各种色彩。

我在通过举例子，帮助大家理解人的存在。实际上我们的心是无限的，而我们一旦有了“我”，就变成了一个局限。就像一个无量无边的大海，一旦把自己拘束到一个泡泡时，它就发现：我是一个泡泡，我身边还有别的泡泡，其中有一个美丽的泡泡，我就喜欢那个美丽的泡泡，我要跟它结婚生孩子……这些互相之间的事情就产生了。

这就是执着于我相。如果大家想多了解这方面的内容，建议大家去读《楞严经》，也可以进到楞严经学习 QQ 群里，听我讲《楞严经》（群号：476942432，群文件里有《楞严经》往期讲解录音）。

我相之上是法相。我们说“我”是虚妄的，继续往上，再去悟，没有这个“我”，那就有一个心存在。这个心，它会证到不同的境界，去执着于这些境界，执着于这些证到的法是“我”，这叫法我。人我相和法我相都要破除。

有一部论叫《成唯识论》，它整个就是讲破除我法二执的。《成唯识论》是玄奘法师根据一些资料整理的。对佛法感兴趣的人，完全可以把《成唯识论》作为一部词典来看，它对佛法中一些词语和内容的讲解非常精到、非常究竟。大家如果将来去搜一些词语或句子的理解，《成唯识论》对它们的讲解是最好的。

我们看，“何以故？是诸众生，若心取相，则为著我、人、众生、寿者。若取法相，即著我、人、众生、寿者。何以故？若取非法相，即著我、人、众生、寿者”，这些都是着相。“以是义故，如来常说：汝等比丘，知我说法如筏喻者。法尚应舍，何况非法。”法、非法，这些执着都要放下。“知我说法如筏喻者”，佛说我讲的法就像筏，筏就是木筏、船。轮回中的六道众生身处苦海，苦海无边，回头是岸。也比喻为此岸和彼岸，苦的这一边是此岸，另一边是彼岸。

彼岸是什么？就是解脱的境界。“佛法大海，信为能入，智为能度。”智为渡海之舟，所以说佛法是大法船，我们是在苦海的这一边，我们到另一边，就需要有一条船。这条船就是解脱吗？不是。

佛讲的法是要度我们过苦海的船，船不是彼岸，佛法本身不是彼岸。

佛法并非是我们的自性本身，它是帮我们回归自性，到达智慧幸福彼岸的船。到了那边怎么着？过了河，就一脚把这个船蹬开。

如果一个人过了河，觉得“哎呀坐船真好”，然后把这个船扛在肩上，或者拴了绳子拖着走，这个人也是愚蠢的。

佛说，“知我说法如筏喻者”，那个筏其实不是我们真正要的东西。佛讲种种法，都是为度众生。

众生在迷罪、苦难的此岸，所以佛法是船，度众生到彼岸。这是一种比喻。

还有一种比喻是，众生如病，佛法是药，为众生疗病。

我们是迷的，看不到我们最终的目标。佛法将我们最终要见到的自性比喻为月亮，那么佛法就是标月之指。佛以种种方便、种种法门、种种例子帮助大家悟到真理。你要的是达到彼岸，而并非执着于佛讲的法。

佛讲的法是帮助大家解脱的，佛法本身不是我们要到达的一个终点。

如果众生不病，佛不会给你药。如果众生不苦，佛不讲八万四千法。如果众生不瞎不迷，佛不去给手指。如果众生不在苦海此岸，佛不造这佛法之大船。

所以佛说：“汝等比丘，知我说法如筏喻者。法尚应舍，何况非法。”就是佛讲的法，未来大家悟到以后也要去舍弃，更何况这世间大家去讲的那些不究竟、不能够真正帮助大家悟到的法门？

悟到的要放下，没悟到的更要放下。

A decorative rectangular frame with a light gray background and a subtle floral pattern. The frame is supported by two ornate pillars on the left and right sides, each featuring a carved dragon head at the top and a dragon body with scales and a tail. The text is centered within the frame.

第七讲 无得无说分

经文

须菩提，于意云何？如来得阿耨多罗三藐三菩提^[1]耶？如来有所说法耶？

须菩提言：如我解佛所说义，无有定法名阿耨多罗三藐三菩提，亦无有定法如来可说。

注释

[1] 阿耨多罗三藐三菩提：“阿耨多罗”意译为“无上”，“三藐三菩提”意译为“正遍知”。乃佛陀所觉悟之智慧，含有平等、圆满之意。以其所悟之道为至高，故称无上；以其道周遍而无所不包，故称正遍知。大乘菩萨行之全部内容，即在成就此种觉悟。菩萨发阿耨多罗三藐三菩提心，则译为“无上正真道意”。

讲解

佛问须菩提：“于意云何？如来得阿耨多罗三藐三菩提耶？如来有所说法耶？”如来有没有得到一个阿耨多罗三藐三菩提？有没有得到无上正等正觉？在佛法当中会有这样的说法：佛得阿耨多罗三藐三菩提，佛得无上正等正觉。证得佛果。这些都在说得。那么，到底如来有没有得阿耨多罗三藐三菩提？如来有没有说法？

“须菩提言：如我解佛所说义”，如果我悟解到佛所说的真实含义，“无有定法名阿耨多罗三藐三菩提”。“定法”就是一成不变的法，就是没有这么一个确定不变的法叫阿耨多罗三藐三菩提，“亦无有定法如来可说”，也没有一个确定的法如来非要说不可。

第一，如来不执着于说一个什么内容，不执着于说法度众生。第二，如来没有对众生说一个确定的法。曾经有人问：“佛为什么不去讲一个法？讲一个法大家都按这个学就行了。为什么要讲那么多，让我们众生学也学不过来？”

佛为什么要讲那么多法？

因为不同的人有不同的接受水平。同样，一个人在不同的时间、不同的阶段，理解能力、悟性、智慧水平是不同的。这就像对于上小学的孩子、上中学的孩子和上大学的孩子，给他们讲同样一个内容时，讲的内容是不同的。

我们知道，佛针对众生的不同根器讲了三乘法，小乘、中乘、大乘。在《法华经》上佛说：“唯有一乘法，无二亦无三。”根本上就是一种法，佛为什么要讲成三个？因为他一开始讲一乘法，人们听受不了。

佛一悟道就讲《华严经》，而我们这些凡夫根本就听不了《华严经》。正像老师为了让小学生知道圆的周长和直径之间有一个确定的关系，于是依小学生能理解的水平来讲了 π 等于3，佛就依当时凡夫能接受的水平讲了四圣谛，苦集灭道，讲人生是苦的，苦的原因是什么，怎么灭除苦，走向解脱之道。

佛讲这么多法，有上千部佛经，就是为了度化不同的众生。如果没有众生，佛终是无法可讲。所以，“无有定法如来可说”，佛没有一个法要讲，如果他自已有一个法要讲，这是执着。佛不会有自己的执着，他是得大自在，他会因众生的烦恼而讲各种法。佛讲八万四千法，为度众生八万四千尘劳烦恼。同样，佛又被喻为大医王，他是因众生之病而予药，所以这世上从来没有药，而是因为众生有病才有了药。

我们常说的好药比如人参，它对需要人参的人来说是药。而对于不需要的人，它不是药。人参是药吗？有没有一种药就是药，病了你就吃它？

没有的。恰恰没有才是对的。也就是说，一个真正高明的老师是没有任何固定的讲课内容要讲的。

有家长说：“我的孩子已经玩游戏上瘾，天天玩，停不下来。怎么办？”我给他出的主意是，首先帮孩子玩，然后要找一些办法帮助孩子开心地玩。找什么办法？就是让孩子把该学的内容学好，该做的事情做好，健康快乐地玩好。有人说了：“唐老师，难道我们家长都要帮助孩子玩游戏吗？”不是的。我是针对这个孩子说的，是因为他已经玩游戏上瘾了，所以我给家长出这个主意。如果不是这个前提，比如说一个孩子从来不玩游戏，那我们家长是不是先培养他玩游戏的习惯呢？当然不是。所以，各位家长，我们要回答问题，一定是针对这个问题的前提。没有前提，任何答案都是片面的、错误的。

又有人问我：“唐老师，你讲了矛盾解决三步法、和谐沟通三步法，这不是在说定法吗？”

矛盾解决三步法，第一步是看到结果不好，第二步是怨我（第三步是我要

做什么改善)。“唐老师,你说这个,不就是固定模式了吗?”不是固定模式。

为什么?因为对于一般人来讲,对于智慧不足的人来讲,他会去怨别人,所以我们提出了怨我。而对于修行人来讲,对于有大智慧的人来讲,我们不需要提这个矛盾解决三步法,他一定是向内反思的。矛盾解决三步法是针对那些一发现问题就会怨别人的人提出的。

经文

何以故?如来所说法,皆不可取、不可说^[1],非法、非非法。所以者何?一切贤圣皆以无为法^[2]而有差别。

注释

[1] 不可说:又作不可言说、不说。谓真理乃可证知而非言语所能诠释者。

[2] 无为法:离因缘造作之法也,有三无为六无为等。三无为中之择灭无为,六无为中之真如无为,即涅槃也。涅槃为无为法中之最胜者。《四十二章经》曰:“解无为法,名曰沙门。”

讲解

佛在证得佛果以后,他第一个发现就是一切众生皆具如来智慧德相,一切众生跟如来一样,可以有同样的智慧、同样的福德和功德,没有任何缺少。那为什么凡夫会不断地轮回,又说凡夫是苦的、颠倒的?既然凡夫什么都不少,颠倒什么?

这个颠倒叫作妄转轮回。

举例子说,我们晚上做梦,在梦中遇到了一条蛇、一个鬼或者一个什么可怕的东西,那个东西要来害我们。这个时候,我们就很恐惧,赶紧跑,在梦里跑还跑不动,这时候就很烦恼、很苦。那个烦恼和苦是我们很清楚地感觉到的。

但是当我们醒来,这一切都没有了,只要醒来就没有了。而只要在梦中,

你就觉得那一切都是真真切切的。

其实我们知道，梦里有很多非常不合逻辑的事情，你醒了以后会觉得这根本不合逻辑，但是为什么我们在梦中会很害怕？

比如梦中我们遇见了一件事情，那你想想原因是什么呢？

如果想原因，你就发现没有原因出来这个结果。那我们为什么还会害怕呢？

这就是众生的颠倒。

众生是颠倒的，佛是觉知的。

颠倒的众生就像在梦中的我们，觉知的佛就像醒来的我们。

“何以故？如来所说法”，就是如来所讲的法，讲这么多的法是干吗？它们是什么性质？

如来说法是为度化众生，“皆不可取”，“不可取”就是它没有一个物、没有一个相，不能去捉拿、去把持，你拿不住它，“不可说”，又不能说。

有人会问：“如来所说法不可说，不可说你说什么？”

佛所讲的法是让众生悟到真理，是让众生醒来。因为众生迷在梦中，所以佛讲法是讲给梦中的我们，他要让我们醒来，让我们悟到真理。并非有可以通过语言完全说对、完全说出来的法。一旦以语言表达，说出来的那个已经不是了。

在《楞严经》里，佛说：“汝等尚以缘心听法，此法亦缘。”我们这些颠倒众生是用攀援心来听佛讲的法。什么叫攀援？就是执着于标月之指了。所以佛又说：“非得法性。”就是你用攀援心听法，所以我所讲的法，你听到了后都成了攀援，而不是我所讲的法的本性。“如人以手指月示人，彼人因指当应看月。若复观指以为月体，此人岂唯亡失月轮，亦亡其指。何以故？以所标指为明月故。”

一个人用手把月亮指给别人看，那个人应该顺着手指去看月亮，如果把手指当成了月亮的本体，这个人不只是没有看到月亮，连手指都丢了。为什么呢？因为他把手指当成了明月，手指就没了。

“岂唯亡指，亦复不识明之与暗。”这个人不只是丢了手指，还失去了明、暗这两种识别。“何以故？”为什么？“即以指体为月明性，明、暗二性无所了故。”因为他把这个手指头当成了月亮发亮的明性，所以对明和暗这两种性质又不可了。“汝亦如是。若以分别我说法音为汝心者，此心自应离分别音有分别性。”

下面是一句非常非常有启发意义的话。如果悟到这句话，那是不得了的事情。

“若离前尘有分别性，即真汝心。”如果离开所见到的、所变化的这一切，

你的那个能够辨别的觉性依然在，那个才是你真正的心。

而我们凡夫现在所用的心都是攀援心。比如我们的眼睛看到亮的看到暗的。如果没有亮没有暗，你的那个能了知的在哪儿？

同样，我们的耳朵在听动静，耳朵听动相又听静相，就是有声音的没有声音的。如果既不是有声音又不是没声音，或者说动相不在静相也不在了，你的闻性，觉知心在哪儿？

说到这儿，你的脑子还能跟得上吗？能理解吗？

同样，脑子里想事和不想事，两个都没有，你的脑子，那个觉知的心在哪里？

“若离前尘有分别性，即真汝心。”那个真心是修行出来的。

同样，说“非法、非非法”，它既非有一种法存在，又非无这种法存在。它不是法，不是有法，又不是无有法。

为什么？因为你一旦有这个，对应的那个就存在了。

其实佛讲法，他是离于这两边的，叫中道了义法。佛法是“无上甚深微妙法”，我们凡夫的头脑要理解这一点确实是非常非常不容易的。

我们所能理解的、我们脑子里想的这一切，只要眼睛看、脑子想，你觉知的、你去理解的这一切，全是有为法。有为法皆是梦幻泡影。

“所以者何？一切贤圣皆以无为法而有差别。”

“贤圣”，有三贤，十住、十行、十回向，其实有三十个阶位的修行。十圣，指的是十地菩萨。第一是欢喜地，第二是离垢地，第三是发光地，第四是焰慧地，第五是难胜地，第六是现前地，第七是远行地，第八是不动地，第九是善慧地，第十是法云地。凡夫修证进入菩萨位，有这十个阶位的菩萨。这十个阶位的菩萨和十住、十行、十回向三贤，他们的区别都在无为法上。而我们世俗间的人差别都在有为法上。

有为法是因缘和合而生的一切理法，有生必有灭。无为法是离于因缘的，就我们身边能够想象到的，大家可以借虚空来理解。大家想虚空怎么生怎么灭，你怎么能把它破坏掉？它有任何的变化吗？所谓的太阳、月亮之类的东西，都无法去对虚空造成任何一点点干扰和影响。

佛所讲的法，“非法、非非法”，无法可讲，无法可得。同样，我们平等思维讲了家长的幸福之道课程，又给孩子们创立了语数外的十步法，学习各个环节的各种三步法。这些法同样是“非法、非非法”。

为什么？因为这世间没有一种人非要这种法不可，只是因为有人在这些地方有问题而说有这个法。比如有的同学不会审题，我们对此提出了审题三步法；

有的同学不会检查作业，我们对此提出了检查作业三步法。

如果他们做得好，就没有这些法可以讲。那你说这些法是有还是没有呢？

说没有，审题三步法在；说有，人家审题好的同学根本没有什么法可以教他。

这就叫“非法、非非法”。



第八讲 依法出生分

经文

须菩提，于意云何？若人满三千大千世界^[1]七宝^[2]，以用布施，是人所得福德，宁为多不？

须菩提言：甚多，世尊。何以故？是福德即非福德性，是故如来说福德多。

若复有人，于此经中受持乃至四句偈等，为他人说，其福胜彼。何以故？须菩提，一切诸佛及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。须菩提，所谓佛法^[3]者，即非佛法。

注释

[1] 三千大千世界：谓以须弥山为中心，以铁围山为外廓，周围环绕四大洲及九山八海，称为一小世界，乃自色界之初禅天至大地底下之风轮，其间包括日、月、须弥山、四天王、三十三天、夜摩天、兜率天、乐变化天、他化自在天、梵世天等。此一小世界以一千为集，而形成一个小千世界，一千个小千世界集成中千世界，一千个中千世界集成大千世界，此大千世界因由小、中、大三种千世界所集成，故称三千大千世界。然据推定，所谓三千世界实则为十亿个小世界，而三千大千世界实为千百亿个世界，与一般泛称无限世界、宇宙全体之模糊概念实有差距。又于佛典之宇宙观中，三千世界乃一佛所教化之领域，故又称一佛国。

[2] 七宝：诸经所说的略有不同，《般若经》所说的七宝是金、银、琉璃、珊瑚、琥珀、砗渠、玛瑙。《法华经》所说的七宝是金、银、琉璃、砗渠、玛瑙、真珠、玫瑰。《阿弥陀经》所说的七宝是金、银、琉璃、玻璃、砗渠、赤珠、玛瑙。

[3] 佛法：佛所说之教法，包括各种教义及教义所表达之佛教真理。此外，佛所得之法，即缘起之道理及法界之真理等；又佛所知之法，即一切法；以及佛所具足之种种功德（十八不共法），均称佛法。故知，广义而言，“佛法”一词包含极广，上记之外，举凡诸法本性、一切世间之微妙善语，乃致于其他真实与正确之事理等，皆属佛法。然狭义而言，则一般所说佛法多指佛所说之教法。

讲解

第八品是“依法出生分”。“依法出生”就是一切的正法都出于此经。

“须菩提，于意云何？”你是怎么认为的？“若人满三千大千世界七宝，以用布施，是人所得福德，宁为多不？”大家想，大千世界多么大！这么大的地方堆满七宝，金、银、琉璃、砗磲、玛瑙、真珠、玫瑰，这七种最值钱的宝物。如果有人用这么多宝物来布施，他所得到的福德多不多呢？

“须菩提言：甚多，世尊。何以故？是福德即非福德性，是故如来说得福德多。”我们一般说的福德指的是福报，比如有人修的福报好，生下来就衣食具足，地位很高。有些人生到天上，想衣衣来，想食食至，宫殿随身，福报是非常大的。

我们常人做布施，有贪着之心去修，可以得到世间的回报。用三千大千世界的七宝做布施，得到的福德会非常多，比如钱财、地位、衣食这些方面的福报会非常大，这叫世之宝。

福德性指的是般若，我们叫金刚般若波罗蜜，是大智慧，它是心中之宝。去布施世间的七宝，与得到心中的般若之宝之间没有任何关系。

当年，梁武帝问达摩，说我做了那么多的好事，得到多少功德？达摩说，没有半分功德。这个功德就是指福德性，指般若，指心。你没有得到心中之至宝，得到的只是一些善因缘，一些人天福报，一些享乐。这些与我们的自性没有任何的益处。依般若波罗蜜修行，令自性清净，不堕诸有，这才叫福德性。

我们的心如果有能有所，有所执着，就非福德性。如果能所这样的心灭除，是名福德性。依佛所教，修就是“修无修修”，“应无所住而生其心”“应无所住而行于布施”，这才叫修行得福德性。

“若复有人，于此经中受持乃至四句偈等”，“受持”，“受”是领纳，从心里接受它。“持”是行持、执持，一直在依此操作。“受持”的根本意思是承受佛法、执持佛法、行持佛法，令自己的身口意清净。“受持乃至四句偈”，这个“四句偈”是什么？

在古代，有很多人对“四句偈”有各种说法。相传天亲菩萨曾往兜率天问弥勒菩萨：《金刚经》中的“四句偈”到底指什么？弥勒菩萨说：无我相，无人相，无众生相，无寿者相。六祖认为，般若波罗蜜多的根本义即“四句偈”。也就是说，如果大家悟到般若波罗蜜是什么意思，就知道“四句偈”的真实含义了。如果于此经受持乃至四句偈，“为他人说”，即以灯传灯，点亮自己的心灯，

然后为他人说法，以自己的心灯点亮千万盏心灯。

如果能够这样，那么“其福胜彼”，他能得到的福德要胜于“以满三千大千世界七宝，以用布施”所得到的福德。“何以故？”为什么？“须菩提，一切诸佛及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。”《心经》说：“三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。”这部经的名字是《金刚般若波罗蜜经》，佛就是以般若波罗蜜而得阿耨多罗三藐三菩提，得到无上正等正觉。般若波罗蜜即金刚，即自性，也就是说，以自性而得阿耨多罗三藐三菩提。这个阿耨多罗三藐三菩提就是识自本心、见自本性，就是回归自心自性。

“一切诸佛及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。”从这一句话我们也能看到，《金刚经》的意义非常重大，大家如果能持诵《金刚经》，功德无量。

“须菩提，所谓佛法者，即非佛法。”其实世间本没有佛、法，没有佛，没有法，那为什么又要讲有佛有法？佛是什么？

佛是为度众生而讲有成就者，叫佛。法呢？是佛为度众生，令众生开悟而来讲授自己所悟，叫法。这样的佛本来就是，法本来就有。每个人都有自己的金刚自性，你的金刚自性自然就可以流出金刚般若波罗蜜，所以一切诸佛皆能够讲授金刚般若波罗蜜，都是由自性流出。

凡夫和佛的自性无二无别，每一个人都可以依此金刚自性流出般若智慧。众生迷的时候才是众生，一旦觉悟即可回归自性，自性本来是佛，不假修行。这就是《金刚般若波罗蜜经》的含义。所以“所谓佛法者，即非佛法。”

另外，这句话还有一个意思即立即扫，就是我要给大家讲法，不得已以语言而讲，要讲有佛，要讲有法。我立了佛、立了法，安立这两个词，但是立完后我要告诉大家：不要执着于有佛有法，不要执着于求佛修法。我要去扫除大家对佛法的执着。

A decorative rectangular frame with ornate dragon pillars at the corners. The pillars are carved with intricate patterns and dragon motifs. The central area of the frame is a light gray rectangle with a subtle, repeating pattern.

第九讲 一相无相分

经文

须菩提，于意云何？须陀洹^[1]能作是念，我得须陀洹果^[2]不？

须菩提言：不也，世尊。何以故？须陀洹名为入流^[3]，而无所入，不入色声香味触法，是名须陀洹。

须菩提，于意云何？斯陀含^[4]能作是念，我得斯陀含果不？

须菩提言：不也，世尊。何以故？斯陀含名一往来，而实无往来，是名斯陀含。

须菩提，于意云何？阿那含^[5]能作是念，我得阿那含果不？

须菩提言：不也，世尊。何以故？阿那含名为不来，而实无不来，是故名阿那含。

须菩提，于意云何？阿罗汉^[6]能作是念，我得阿罗汉道不？

须菩提言：不也，世尊。何以故？实无有法名阿罗汉。世尊，若阿罗汉作是念，我得阿罗汉道，即著我、人、众生、寿者。

注释

[1] 须陀洹：谓去凡夫初入圣道之法流也，逆流者，谓入圣位逆生死之暴流也。申言之，即三界见惑断尽之位也。

[2] 果：原指草木之果实，转指由“因”所生出之结果。盖一切有为法，乃前后相续，故相对于前因，则后生之法称为果。

[3] 入流：小乘四果的第一果，谓初入圣人之流。

[4] 斯陀含：断欲界九地思惑（新曰修惑）中前六品，尚余后三品者也。为其后三品之思惑，尚当于欲界之人间与天界（六欲天），受生一度，故曰一来，一来者一度往来之义也。

[5] 阿那含：断尽欲惑后三品之残余，不再还来欲界之位也。尔后受生则必为色界、无色界。

[6] 阿罗汉：上至非想处一切思惑断尽之声闻乘极果也。以其断尽一切见思二惑，故谓之杀贼。既得极果应受人天之供养，故曰应供。一世之果报尽，故永入涅槃，不再来生三界，故谓之不生。

讲解

“一相无相分”，“一相”是没有差别、一切平等之相。“无相”是无执着之相。

“须菩提，于意云何？须陀洹能作是念，我得须陀洹果不？”须菩提已经是阿罗汉了，“须菩提言：不也，世尊”，不是，须陀洹不会有这样的念头，说我得了须陀洹果。

“何以故？”为什么呢？“须陀洹名为入流，而无所入，不入色声香味触法，是名须陀洹。”“入流”，一种说法叫入圣人流，就是从此以后他成为圣人了，最多于人界、天界各往返七度，必证阿罗汉，了脱生死，不再轮回。

前面我们讲过六道轮回，轮回的根本是一个人的命运不由自己把握，这是苦的根本。

为什么这么说呢？

一个人生在某一个家庭不是你能选择的，生在某一个地方不是你能选择的，生为男、生为女也不是你能选择的。也就是说，你生下来就被丢到某一种命运当中，就像从天下把你扔下来，落到哪儿是哪儿，不由你说了算。并且扔下来的时候，你是脸先着地还是脚先着地，也不由你说了算。

有的人天生五官有残疾，有的人天生四肢有残疾，有的人生下来内脏有问题，这些都不是自己说了算的，就是你决定不了。

当你生下来，当你懂事的时候，你已经是那样了。无论喜欢不喜欢，你都要就着这个情况活下来。

这个出生的过程，也就是被生下来的过程，本身就是苦的，苦在自己不做主。

有人说：“也不都是苦的，也有好的，比如生在帝王家。”

以电视剧《甄嬛传》为例，大家看雍正皇帝，他生在帝王家，他的那些兄弟基本上被监禁的监禁、被杀掉的杀掉。这就是生在帝王家的命运。生在帝王家就会幸福吗？

我们很多时候都是在不做主的情况下长大，长大以后，我们不知道自己什么时候能真的做自己的主。为什么？因为我们大多数人的成长并没有使我们具备做主的智慧。

一个不智慧的人谈不上做主。

就像每一个人，你随便选择，你去选择你的生命、你的生活，选择来选择去，到最后生活还是不幸福。我们都是这样的。大家想，我们现在是幸福的吗？

长大了以后，不是我们自己在选择自己的生命吗？不是自己在选择怎么样生活吗？为什么选择了半天生活成这样？

因为你不智慧。一个不智慧的人不得自在，不得幸福。

而要成为智慧的人有多么难！这世上有多少人在为自己的未来奔波，而奔波来奔波去，每一个刹那都不是真正幸福的。

我们生下来就做不得主，就不自由。而须陀洹，因为修行能够到入流的水平，入圣人流，他在人间再出生七次，就可以从此之后不再六道中轮回。

入流，还有一种说法叫逆流。有逆就有顺，顺流是什么？顺流就是我们的眼耳鼻舌身意顺着外界的色声香味触法，六根顺六尘而向外执取，形成六识，这时我们就做不得主。六根就是六贼，因六尘而被引转，偷走我们的清净心。

而入流意味着眼耳鼻舌身意六根不再向外追逐色声香味触法六尘，开始入流向内，这个时候心就不会轻易被引转。

那么所谓的入流是往哪儿入？比如我不去听外面的声音了，听里面的声音。听里面的声音是听什么声音？听心跳的声音，还是听耳朵里的声音？

你只要听声音时去执着于听声音，都叫向外，不叫入流。那么，这个“入”是什么？

是不执着。同样，我们说佛法要修行，那么怎么修啊？不向外求。

不向外求，向哪儿求呢？向内求。

所谓的向内不是向我们肚子内，不是向肉团心这个内，而是放下对外的执着，是见一切事物但又不执着于一切事物，这就是入流。

不执着于向内，放下对向外的执着，即向内入流。这是须陀洹。

“须菩提，于意云何？斯陀含能作是念，我得斯陀含果不？须菩提言：不也，世尊。何以故？斯陀含名一往来，而实无往来，是名斯陀含。”佛又问须菩提，你认为怎么样？斯陀含能作这样的念头，说“我得到斯陀含果了”吗？须菩提说，不会的。为什么呢？因为斯陀含名一往来（他不会堕恶道了，而是生天、到人间再离开，这样叫一往来），而他心里没有一个执着说我来了去了，这叫斯陀含。斯陀含在三界当中，轮回的业已经尽了，心中一有生灭起，第二念就没有生灭，就可以放下。起念，又止念，就是能够不随着妄念走，他的修行已经达到相当高的水平了。斯陀含在人间和天上一往来，但是他证到了无往无来的状态，所以他不会说“我得斯陀含果”。

“须菩提，于意云何？阿那含能作是念，我得阿那含果不？须菩提言：不也，世尊。阿那含名为不来，而实无不来，是故名阿那含。”阿那含的意

思是不还，不来，不再回来，也叫出离欲，就是没有一个可贪欲的外境，也没有一个愿意贪欲的心，所以他就不会再来轮回。离开即断掉欲习，他就可以成就阿罗汉。

“须菩提，于意云何？阿罗汉能作是念，我得阿罗汉道不？须菩提言：不也，世尊。何以故？实无法名阿罗汉。”佛又问须菩提，阿罗汉是不是认为他得到了阿罗汉道呢？须菩提说，不是，没有一种法叫阿罗汉。“世尊，若阿罗汉作是念”，如果阿罗汉有一个念头，“我得阿罗汉道，即为着我、人、众生、寿者”。他其实就在着我相、人相、众生相、寿者相。一旦有我相、人相、众生相、寿者相，他的烦恼就不断。而阿罗汉叫杀贼，杀烦恼贼，杀能够偷走清净心的六根贼。阿罗汉不着我、人、众生、寿者四相。

四果圣人都已经没有我相，不会说我得什么。须陀洹、斯陀含、阿那含、阿罗汉，都不会有我得相，都是以无所得而得。“一切贤圣皆以无为法而有差别”，有所得、有所取这样的法都是有为法。

经文

世尊，佛说我得无诤三昧^[1]，人中最为第一，是第一离欲阿罗汉。我不作是念，我是离欲阿罗汉。

世尊，我若作是念，我得阿罗汉道，世尊则不说须菩提是乐阿兰那行^[2]者。以须菩提实无所行，而名须菩提是乐阿兰那行。

注释

[1] 无诤三昧：谓住于空理而与他无诤之三昧。明元贤的《金刚经略疏》释之谓，无诤三昧者，以其解空，则彼我俱忘，能不恼众生，亦能令众生不起烦恼。

[2] 阿兰那行：阿兰那又称阿兰若，译为山林、荒野。指适合于出家人修行与居住之僻静场所。阿兰那又译为远离处、寂静处、最闲处、无诤处，即距离聚落一俱卢舍而适于修行之空闲处。比丘为修行而常居于阿兰那，称阿兰那行，属于十二头陀行之一。

讲解



“世尊，佛说我得无诤三昧”，这个“诤”是什么意思？一种解释是引起争吵、引起对抗的称为诤。另一种解释是，由贪嗔痴而引起了像干嘴仗、拿刀杖打起来这样的事，也叫诤。

“无诤三昧”中“无诤”可以从两方面说：一方面是不恼恨众生，我不会因为其他众生而烦恼；另一方面是不令众生起烦恼。“三昧”是一个专有名词，又叫三摩地、三摩提，或者正定。它还有一种翻译叫作等持。等就是正，正确的正，心正的正。等持就是不邪、不乱，心不散乱，不去胡思乱想。“三昧”可以理解为心住于清净，离散乱邪思，离不信因果的胡思乱想，也可以叫住缘一境。我们一开始修行要止于一处，就是止观的止，要定到一个所缘境上，比如大家会定到去观、去听、去持。有的是持佛名号，有的是听一个声音，有的是观一个物，等等。这些，由住到这个所缘境而不去散乱，不去被其他的境所引转，比如不会突然出来一个声音你就赶紧扭脸去看去听，而忘了自己住于所缘境的那个规定。

对于止观，其实还有一种解释是，我们给一个规定动作，当做这个规定动作时，我们的心是由我们说了算的。为什么？因为我们的心去做规定动作，就是我们的心在受我们的管理，我们在做着主。任何时候离开规定动作，离开这个所缘境，都叫散乱。

我相信，参加过禅修的朋友，都会对此有切身的体悟。

“佛说我得无诤三昧，人中最为第一。”佛说我得了无诤三昧，在人道中是第一，“是第一离欲阿罗汉”。“离欲”就是离贪欲、离淫欲，离这些欲望。

“欲”是什么？对六尘相，色声香味触法，我们会有欲望。我们会贪着美色，贪着美音，贪着美好的触觉、香味，等等，这些我们都会贪。从世间事物上说，就是财、色、名、食、睡，我们会贪这五欲。

须菩提是第一离欲阿罗汉，他会离于这些欲望，就是对财色名食睡的贪欲，对于色声香味触法的贪欲。五欲六尘，他都离开，佛说他是做得最好的一个。但是，这是佛说，“我不作是念”，就是我不会心里这么想。其实这个“是念”并不是他想不想，而是他修到这儿自然会证得，本来没有阿罗汉可得，所以他说“我不作是念，我是离欲阿罗汉”。

“世尊，我若作是念，我得阿罗汉道，世尊则不说须菩提是乐阿兰那行者。”“阿兰那”，意思是要到远处，或者叫闲静处。阿兰那一般情况下是什

么样的？我们有时候称它为苦行。他要住的地方离开村庄很远，远到连村子里牛的叫声都听不到。这是一个。再一个是去坟冢当中，就是坟地那儿，离开人之间的烦恼、互相之间的事情。比如人要在一起，就总会有各种各样的交道要打，而打交道我们会不知不觉地就进入其中。甚至在禅修的时候，大家止语了，见了面还要点个头。有时候不点头，大家要避开眼神。无论你打招呼还是不打招呼，其实这些动作都表示我们的心在发生散乱。这也是会影响我们正心一处修行的地方。

处于阿兰那行，就会把这些问题去掉。修阿兰那行往往是一个人，最多两三个人，哪怕有几个人，也要各在一处，根本就没有人与人之间的交往这一说，就是自己树下打坐、行禅，就做这个事情。这样做的时候，修行的进步会很快。

“以须菩提实无所行，而名须菩提是乐阿兰那行。”“无所行”是不执着于自己得阿罗汉，不执着于自己去行苦行，不执着于自己必须要远离人群，必须要去怎么做这样的做法。这才叫阿兰那行。

我们在从事教育工作时要做无诤行，就是不要对他人的做法起烦恼，去觉知自己是不是在恼恨其他人。

我们先从自家人开始，先试着帮助自己的孩子。自己在面对孩子的时候能做到无诤吗？

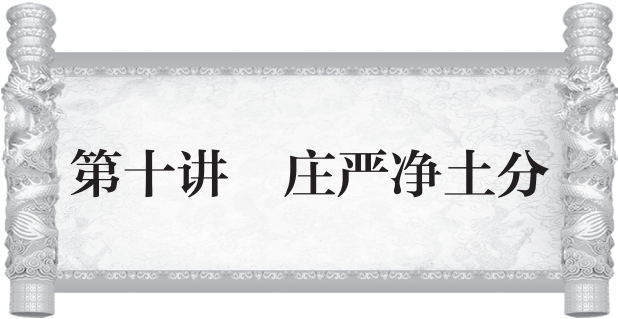
有很多人说：“我就是对家人做不到，但是我对外面的人很好的。”

提醒大家，外面的人觉得你不好的时候，人家是不会跟你讲的。

为什么？因为你是个外人，你好不好跟人家有什么关系？所以说你对人家客气地点个头，人家也客气地对你点个头，人家说你很有礼貌。实际上你有好多的毛病，但是跟人家有什么关系呢？

所以说我们要去从自己的家人做起，要做到无诤，不去对他们有恼恨，也不让他们起烦恼。

做到这一点，幸福生活就会慢慢来了。

A decorative rectangular frame with ornate dragon pillars at the corners. The pillars are carved with intricate patterns and dragon motifs. The central area of the frame is a light gray rectangle with a subtle floral or cloud pattern.

第十讲 庄严净土分

经文

佛告须菩提：于意云何？如来昔在然灯佛^[1]所，于法有所得^[2]不？
不也，世尊。如来在然灯佛所，于法实无所得。

注释

[1] 然灯佛：又作普光佛、锭光佛。为于过去世为释迦菩萨授成道记前别之佛。《修行本起经》载，提和卫国有圣王，名灯盛，王临命终时将国付托太子锭光。太子知世之无常，复授国于其弟，而出家为沙门，后成佛果。时有梵志儒童，值遇锭光佛之游化，买花供佛，佛为儒童授来世成道之记，此儒童即后来之释迦牟尼佛。

[2] 有所得：“无所得”之对称，即无法体悟绝对平等、无二无别之真理，而有所执取；亦即分别有无、一异、是非等之二相，而有取舍之念，称为有所得。若离开有无等相对之观念，而体悟空之真理，则称为无所得。

讲解

“净土”，也叫佛土，就是指佛成道以后所证得的那个国土，一般叫净土。有一个法门叫净土法门，净土中大家最常见、最容易了解的就是极乐净土，念阿弥陀佛可以往生极乐净土。

极乐净土有很多我们这个世间无法比拟的好处。它的环境是净的，黄金铺路，七宝行树，人都是莲花化生，极其清净。生在那儿的人无有痛苦，无三恶道，脱离轮回，是向上修行、解脱痛苦的。

而我们这个世间不是这样。在我们这个世间不一定能解脱痛苦，是在六道中轮回的。这一生做人，如果造恶业，下一生就有可能堕地狱、饿鬼、畜生。所以说，净土是非常吸引人的，很多人修行佛法就是要念佛往生极乐世界。

“庄严净土”指的是造寺、造佛塔庙、抄经、布施、供养等，行六度波罗

蜜，这些是常人修行时要做的。比如现在大家网上经常可以看到有人放生，有人印经供养大家，这是从相上庄严净土。

真正的庄严净土是离相的，心常清净，不向外求，于相离相，又能够不着于自心，任运随缘。这样的人、这样的做法，才是真正的庄严净土。

“佛告须菩提：于意云何？如来昔在然灯佛所”，佛问须菩提，你怎么看？我过去在然灯佛所，“然灯佛”是一位古佛的名字。三世诸佛有过去佛、现在佛、未来佛，过去佛的代表是然灯佛，现在佛的代表是释迦牟尼佛，未来佛的代表是弥勒佛。

据佛经记载，在九十一劫以前，有一个修行人叫儒童，他非常精进。有一次出外行脚的时候，他听说然灯佛要来讲法，就想供养佛。因为莲花出淤泥而不染，配得上佛，他就去买莲花。但是，因为然灯佛要来讲法，当时的国王下命令，把民间所有的莲花全部购买来供养佛。

儒童找来找去也找不到莲花。后来然灯佛快到的时候，他看到一个女孩子拿着七朵莲花要供养佛。他就问：我能不能用五百金买你的五朵莲花？我要供养佛。这个女孩子看到他特别真心，她就问：这些花值不了五百金，你想求什么呢，这么不在乎金钱？儒童说：我想成佛，度脱十方众生。女孩子很佩服儒童，就说：愿你早日成佛。我愿今后生生世世做你的妻子，你带着我修行。儒童不愿意答应这个女孩子。女孩子说：我虽然是女身，但会顺从你，好好跟着你修行。你要不答应我，我就不给你花，把钱还给你。儒童这时观察两人的宿世因缘，发现这个女孩子曾经五百世和他是夫妻。于是，就答应了她。然后，他拿到五朵莲花，连那个女孩子自己供佛的两朵莲花，准备一起献给然灯佛。

当时人很多，他是挤不过去的，然灯佛知道他的心意，化地为泥，于是人们向两边分开，他上前向佛献花，五朵花化为花盖，两朵花像扎了根一样住在然灯佛肩上。他非常欢喜，把头发铺在地上，请然灯佛踩着过去。然灯佛说：这怎么能踩呢？他说：唯佛能踩。于是然灯佛就踩他的头发过去，赞叹他说：汝于来世，当得作佛，号释迦牟尼。这就是然灯佛为释迦牟尼佛授记。

有一个问题出来了：“如来昔在然灯佛所，于法有所得不？”须菩提，我在然灯佛所，然灯佛为我授记，那么我有没有得到什么法？“不也，世尊”，须菩提回答，“如来在然灯佛所，于法实无所得”。如来当年在然灯佛前，没有得到任何法。

“所”与“能”相对，有能得、有所得，所得指的是有一种法在外面，我可以从外面得到一个东西，于是我就得了这个法。实际上佛是没有所得的，这

叫离所取。

须菩提说，世尊在然灯佛所，看似得到了然灯佛的开示，他告诉你未来成佛。但其实，他的开示不过是告诉你，你的自性本来清静，本无尘劳，本来就不生不灭、不垢不净。你觉悟成佛，并非是当年的然灯佛给你什么、教你什么，你是因无所得而成佛。一有所得，你就有能所，反倒离于觉悟、离于觉知。

“于法实无所得”，就是一个人的智慧和觉悟是离开所得，不是从外得到什么。我们每一个人从不智慧走向智慧，其实都是走这条路：我们本来就是这样，但是我们偏离了本来的样子，于是我们去修正我们的偏差，回归到本来的直、本来的正。

从不智慧走向智慧是回归到本来。

经文

须菩提，于意云何？菩萨庄严佛土^[1]不？

不也，世尊。何以故？庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。

注释

[1] 庄严佛土：庄严者，庄盛严饰也。菩萨于因地修行六度万行功德，并以之回向，庄严成佛时之依报国土，叫作“庄严佛土”。

讲解

“须菩提，于意云何？菩萨庄严佛土不？”菩萨“庄严佛土”吗？说是不是“庄严佛土”，我们需要先去了解什么是“庄严佛土”。

佛土的根本意思是什么？是我们每个人的佛性。

佛性是本来不生不灭、不垢不净、不增不减的。它本来就是净土，怎么“庄严净土”？

所以这里问“菩萨庄严佛土不”，“不也，世尊。何以故？庄严佛土者，

即非庄严，是名庄严。”

对于“庄严佛土”，我们有两种说法或者两种思路去理解：一种是我们在修这一切善法，比如修戒、修定，修菩萨的六度万行、六度波罗蜜，修三十七道品，修那些法门。修那些法门一般情况下我们会称为庄严，但是这个庄严不是外界有一个佛土可以庄严，而是修我们自心，回归我们自心。这叫作庄严。而自心本来清净，无所谓庄严不庄严，所以“庄严佛土者，即非庄严，是名庄严”。这是一种解释。

另一种解释是，佛讲法都是修行义，讲出来，他是要告诉大家一条路，大家依这条路会走向清净。它是法门，我们可以依止修行，到达智慧清净的彼岸。

“庄严佛土”是我们每个人的真修行。

真修行是怎么修行？

我们的每一次修行是放下，是去除执着，去除贪、嗔、痴。大家知道居士“五戒”是不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不饮酒，这叫修。我们要修行的是无贪着的修行，是无嗔恨的修行，是放下执着的修行。

举个例子，我们所讲的和谐沟通三步法，其中第一步叫接纳。有一位家长学了，“我要去接纳”。接纳怎么操作呢？有一句话叫“凡事说好”。孩子说了：“今天晚上不想上课，不想做作业。”这位家长心里明明是不同意的，但是想起唐老师的话，要“凡事说好”，于是咬牙切齿地说好。说完了以后，心里很郁闷，便到群里跟别的家长聊，说：“你看，孩子不愿意做作业，我说好。”这位家长在群里说的目的是什么？第一，“我很郁闷，我要发泄”。第二，“我既要发泄，还要贪着群里的家长们说我做接纳做得好。”这就是所谓的“庄严佛土”，执着于做这件事情。

提醒家长们，我说接纳是心的接纳，不是嘴说什么。什么是心的接纳？

为什么我要不断地问什么是，目的是让大家找到一种操作，依这种操作可以得到我说的那个结果，而不是我告诉大家“那个结果很好”，但是，大家根本得不到。那我讲那个又有什么意义呢？

同样，佛讲《金刚经》并非是说阿罗汉、菩萨怎么好，而你们凡夫俗子就该痛苦，你们成菩萨就好了，不成菩萨就不好。那凡夫俗子一定要问：“怎么成菩萨？”

佛讲的一定是操作。大家依之修行，每个人都可以成为大智慧的、幸福的菩萨，这跟你信不信宗教没有任何关系，是依之修行就可以得到。

就像你手里拿着一个杯子，一松手杯子就会掉到地上。你说：“我不相信，

不相信地球的引力。”你信不信，地球的引力都在。一松手，杯子就会掉到地上。就是这样的铁定。

佛讲的《金刚经》也是如此。

你信不信佛无所谓，你以这个放下的法门，以这个无修的法门修行，就可以做到。

同样，平等思维的接纳也是如此，你照着教的做，就可以做到。

接纳就是，我心里觉得孩子好。

很多家长都会说：“唐老师，我当然爱自己的孩子，我当然觉得我的孩子是好的。”

我要说的是，在孩子表现不好、不听话、不学习的时候，你愿意抱抱他吗？你愿意亲他一下吗？

如果愿意，这就是接纳，这就是爱他。

如果不愿意，说明你心里反感他，你不接纳他。

“庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。”庄严是修行，而这个修行，“即非庄严”，是放下庄严这样的庄严。由放下这个庄严，你才真的是庄严佛土。这是一个修行义。

同样，我也可以这么说：接纳者，即非接纳，是名接纳。

接纳，并非是你嘴上说“我接纳了”，接纳完了自己心里憋屈得难受，还要到群里跟大家宣扬宣扬“你看我怎么接纳孩子的，那么委屈我也接纳了”，然后希望大家夸一夸我，“你看我多么伟大，你看唐老师说的接纳我做得多么好”。凡是这样的，都不是真的接纳。

你放下了“我在做接纳，我接纳得多么好”这样的心，“是名接纳”，然后才能做到真正地接纳。

其实我们平等思维讲的方法都是这样，我所讲的所有的一切都在心法操作上。接纳是心的接纳。

我们的矛盾解决三步法，第一步，看到结果不好。第二步，反观自心，怨我。怨我又是心法，怨我不是说“我怎么这么差，这个事情不好都怪我”，而是“因为我有一些原因没做好，导致出现了这个不好的结果，那么接下来我做什么能得到好结果”。所以怨我绝不是回到情绪的自我埋怨、自我懊悔上，而是导向正确的因果规律。第三步，我做什么改善？

在智慧成长的路上，没有情绪。

有人问：“唐老师，你不是讲过‘菩萨畏因，众生畏果’吗？这个畏惧难

道不是情绪吗？”

当然不是。

“菩萨畏因”，意思是菩萨、有智慧的人，看到因果的规律，他不会去造有漏的因，他不造，而不是心里害怕。

“众生畏果”，却是恐惧，却是害怕，却是痛苦。

“众生畏果”就是四圣谛当中的众生皆苦。为什么？因为众生愚痴，因愚痴而恐惧、痛苦。

经文

是故，须菩提，诸菩萨摩訶萨^[1]应如是生清净心^[2]：不应住色生心，不应住声香味触法生心，应无所住而生其心^[3]。

注释

[1] 菩萨摩訶萨：具名菩提萨埵摩訶萨埵，菩提萨埵作道众生，新译曰觉有情。摩訶萨埵作大众生，新译曰大有情。求道果之众生，故云道众生，求道果者通于声闻缘觉，故为简别于彼，更曰大众生也。又菩萨有中高下之诸位，但为示地上之菩萨，更曰摩訶萨。《佛地论》曰：“菩萨摩訶萨者，谓诸萨埵求菩提故。此通三乘。为简取大故，须复说摩訶萨言。（中略）此通诸位。今取地上诸大菩萨。是故复说摩訶萨言。”

[2] 清净心：无执着之心。

[3] 应无所住而生其心：为《金刚经》中之名句，又称无住心、非心。与般若《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。

讲解

“是故，须菩提，诸菩萨摩訶萨应如是生清净心。”这个“清净心”，是

每一个人所追求的。我们的幸福之道家长课，对幸福的定义就是清净，而不是得到什么满足之后的快乐，它是一种非得非失的状态。

佛性是每个人本有的，那么清净心也是每个人本该具有的，为什么这儿又说“应如是生清净心”？

这个“生”可以有两种说法：一种是对未清净者，对于有烦恼的凡夫，他需要有找到或者回归清净心的途径，所以叫“应如是生清净心”；另一种是清净心本自具有，那么，如何让它显现？怎么做呢？

“不应住色生心，不应住声香味触法生心”，色声香味触法六尘，我们不去住六尘而生心。

“住”可以理解为执着。执着就是你的心会有得失、增减、垢净等的分别。

“不应住色生心”，就是不去执着于眼所见的一切而生心。“不应住声香味触法生心”，就是不去执着于耳所听的一切、鼻所嗅的一切、舌所尝的一切、身体所感受的一切、意识所想的一切而生心。也就是说，我们的六根不被六尘所沾染、引转。

“应无所住而生其心”，“应”就是应当，“住”就是执着，“应无所住”，所是相对于能的，能是主体，所是客体。主客相对，就是能所。“无所住”，就是不住于所。那么，不住于所什么？所见、所听、所尝、所嗅、所触、所思所想。“应无所住而生其心”，就是生清净心。

六祖惠能大师就是因为听五祖听法讲到这一句开悟的。六祖悟道以后感叹说：“何期自性本自清净。”没想到我们的自性本来就是清净的。“何期自性本自具足”，它是本来就有，不需要什么条件就可以有的。“何期自性本无动摇，何期自性能生万法”，就是不动不摇，不垢不净，不增不减，由自性又能生万法。识自本心，见自本性，这叫见性。明心见性，这是转凡成圣所达到的一个状态。

“应无所住而生其心”，为什么惠能听了这一句就能悟道？因为这一句是一个核心，是《金刚经》的宗，是根本。

真正的修行，提升智慧，悟道成佛，就是生的这颗清净心。有了清净心，就可以成为大智慧者。

经文

须菩提，譬如有人，身^[1]如须弥山^[2]王，于意云何？是身为大不？

须菩提言：甚大，世尊。何以故？佛说非身，是名大身^[3]。

注释

[1] 身：《瑜伽师地论》云：身谓四大种所造，身识所依净色，无见有对。此出其体。又云：诸根所随，周遍积聚，故名为身。

[2] 须弥山：原为天竺神话中之山名，佛教之宇宙观沿用之，谓其为耸立于一小世界中央之高山。以此山为中心，周围有八山、八海环绕，而形成一世界（须弥世界）。据《长阿含经》记载，须弥山高出水面八万四千由旬，水面之下亦深达八万四千由旬。其山直上，无所曲折，山中香木繁茂，山四面四垂突出，有四大天王之宫殿，山基有纯金沙。此山有上、中、下三级“七宝阶道”，夹道两旁有七重宝墙、七重栏楯、七重罗网、七重行树，其间之门、墙、窗、栏、树等，皆为金、银、水晶、琉璃等所成。花果繁盛，香风四起，无数之奇鸟，相和而鸣，诸鬼神住于其中。须弥山顶有三十三天宫，为帝释天所居住之处。

[3] 大身：指佛周遍虚空的真身。

讲解

“须菩提，譬如有人，身如须弥山王。”“须弥山”在佛教当中是很出名的一座山。它远不是我们地面上山的概念，是比天还要高的概念，它当然是非常大的。

佛说：如果有一人，他的身体像须弥山王，王就是最大。“于意云何？是身为大不？”须菩提，你怎么看，他的身体算不算高大呢？“须菩提言：甚大，世尊。何以故？佛说非身，是名大身。”须菩提说：非常高大，世尊。为什么呢？因为佛所说的大身是非身。

世俗间的大是有形有相的，无论怎么大都是有限的。如来说的非身是根本的大身，它是无限的。大家如果了解无限就知道，任何有限的东西在无限面前都微不足道。比如一个明确的、有限的数字，去比一个无限大的数字，永远为零。

须弥山据说有三百三十六万里那么高，其实不大可能想象一个人有如此高

大的身。也就是说，只有佛的法身，才能与之比较。

佛的真性是清净无相的，不以我们世俗间的大小来评价。这么一个身，才有可能像我们想象到的大如须弥山王。所以，佛以此比喻，让大家来体悟这个清净心所形成的身会是多大。

“佛说非身，是名大身。”非身既是法身，也是我们的真心、佛性、自性。

当我们能够无住生心的时候，能够清净的时候，就可以去体悟这样一个无限的、不生不灭、不垢不净、不增不减的法身。

当我们能够无住生心的时候，我们的心就成为一个无限的存在，它的力量、智慧是无量无边的。

学习平等思维，很多家长在慢慢地对此有一点体悟。

很多家长最早的时候到我们这儿来学习是解决孩子的学习问题，解决家长与孩子的沟通问题的，学一学后发现是有门路解决问题的。

我们幸福之道的各种三步法，大家都可以照着做，但做起来蛮难的，因为我们发现所有的问题都在自己身上，而改变自己又特别慢。当自己改变的时候，就有一点点拉锯的那种感觉，要接纳，要怨我，觉得自己很委屈。学了一段时间有进步，但是又觉得很委屈，拉着锯，有时候又想放纵自己一下。

逐渐地，当自己能够适应平等思维的思想的时候，觉得“平等思维的思想真的很对，这好像不是唐老师的思想，似乎我本来就是这样”。当有这种感受时，就会发现人生一下子变好了，生活变得很清净、很自在，不只是能解决亲子关系问题，不只是能够帮到孩子的学习，夫妻关系也在改变，自己的工作也在改变，生活的方方面面都在改变，平等思维居然能够起到如此大的作用。

所以很多家长都会认可，平等思维是一条不归路。一旦走到这个方向，很难再回头，因为回头太难受。如果不按这种方式做，不按这种最早觉得挺别扭的方式做事，自己已经不适应了。

为什么？因为你看到不按这个方式走的人太痛苦。

就像一群小孩子在玩玩具，你开始觉得跟他们玩得蛮开心的。什么叫玩得蛮开心？就是有一个玩具，你觉得好，你就想抢过来。那个小孩子觉得好，又想抢过去。于是不断地这么争抢着。当你跳开来以后你就发现，原来这些东西这么不值得计较，就像我们看小孩子为了一块糖，为了一个在我们看来根本就算不了什么的小玩具，他们在那儿打、闹，甚至哭，我们会觉得真不值得。

当你跳开的时候就会发现，其实人们执着计较的那些全都如此。到了这个时候，再让你去计较那些，你会发现不可能再计较。比如一个小孩子拿着一个