

圓覺叢書系列 14

# 智說心語

修行心要錦囊

梁乃崇◎著

## 緣起

佛法的智慧，歷經兩三千年的實證，可以說是歷久彌新，尤其對治人性盲點、啓迪人生方向，以及提升心靈層次，更是絕佳的妙方；不僅適合佛門學子修習，亦適用於所有的人類。因此，佛法可謂是宇宙人類心靈的天然法則，具有廣大普遍的特質，甚至超越宗教的概念或形式，堪稱無上心法。

在變化無常而多元的現代社會，人們行走於個自的人生道路，其間充滿了許多困惑和抉擇。值此進入21世紀之際，「圓覺文教基金會」企望透過《圓覺現代系列叢書》，提供世人一些良好的資糧與啓示，期能有助於現代人的心靈提升。

茲將本會之《圓覺現代系列叢書》簡介如後，以供讀者參考。本叢書概分為四大類書系：

第一大類為『圓覺經典系列』：即以佛經現代直解系列書為主軸，並將《探究真心》為此系列之導引書（編號自第①號起 / 全25開精裝本）。目前已出版或將出書的有：

- |              |              |
|--------------|--------------|
| ① 《探究真心》     | ② 《心經現代直解》   |
| ③ 《金剛經現代直解》  | ④ 《圓覺經現代直解》  |
| ⑤ 《六祖壇經現代直解》 | ⑥ 《維摩詰經現代直解》 |
| ⑦ 《楞嚴經現代直解》  | ⑧ 《華嚴經現代直解》  |

上列各書，除照常發行單行本外，亦將前六本書（**1-6**）合集為「套書」方式，以「圓覺六書」流通，方便持用、典藏或饋贈。

第二大類為『圓覺叢書系列』是以圓覺叢書散文系列書為主，並輔以本會「社會公益講座」之各類文稿選輯（編號自第**11** / **81**號起，全25開平裝本）。目前已出書或將出版的有：

- |                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| <b>11</b> 《又是人間走一回》  | <b>12</b> 《享受修行》  |
| <b>13</b> 《現代化佛學精要》  | <b>14</b> 《智說心語》  |
| <b>15</b> 《明心解惑錄》    | <b>16</b> 《慈悲喜捨》… |
| <b>81</b> 《人生經營分享錄》… |                   |

第三大類為『圓覺文摘系列』主要是從圓覺文教基金會已出版之文稿中，摘錄結集成書，經濟、方便流通（全32開素裝本）。第四大類為『圓覺袖珍系列』：係以「口袋書」形態發行，便利攜閱（菊32開本），歡迎助印，贈送各界。

如今圓覺現代系列叢書能夠順利出版，除了感謝作者慈悲利益大眾之外，長期亦得力於許多位默默耕耘的「圓覺文教基金會」同修之協助與奉獻，特此謹致敬意。同時亦冀望秉承利人利己的服務精神，在志工團隊的彼此分工與合作下，持續助益世人的終身學習與社會的正向發展。

【目錄】

---

1 ~ 100	p5
101 ~ 200	p35
201 ~ 300	p73
301 ~ 400	p107
401 ~ 500	p137
重要名詞索引	p184

---

## 前言

---

這本「智說心語」，是智崇居士（梁乃崇）的「心語」——真心之語。因為通篇「智說心語」500則中，或長，或短，或深入，或淺出，或嚴謹，或閒談，莫不是居士的「真心之語」，既有著叮嚀再三，指出明心現性之道，像老婆心切般的悲憫，更多的是，有著直指人心，示現探究真心之鑰，如當頭棒喝般的剴切。

所以這本「智說心語」，可以說是一本智慧語錄，就像揮舞著智慧之劍，斬斷諸多葛藤，更是一本真心語錄——從智崇居士的「真心」，所流露而出的智慧之語。

「智說心語」500則，大凡皆從智崇居士講經、說法、開示的法語中擷錄整理而出，並以語錄體的形式呈現，而為了讓讀者有機會能深入探討原文面貌，除了在每則底下，列出原文出處外，底下所列出的，即為所援引書籍、出處的版別，俾讓讀者方

便查詢、深入法益：

探究真心（圓覺文教基金會 2003 年新修版）

心經現代直解（圓覺文教基金會 2004 年新修版）

金剛經現代直解（圓覺文教基金會 2003 年新修版）

圓覺經現代直解（圓覺文教基金會 2003 年版）

六祖壇經現代直解（圓覺文教基金會 2003 年新修版）

享受修行（圓覺文教基金會 2004 年版）

如何幫因（圓覺文教基金會 圓覺文摘 2004 年版）

禪機 禪趣 禪益（洪建全教育文化基金會 1995 年版）

#### 4 智說心語

- 1 修行之道無他，唯有革心而已，即將眾生之生滅心轉為不生不滅之大菩提心是也。〈心經現代直解 P.52〉
  
- 2 一般人都承認我們有心，因為我們都會記憶、思考、分析、比較、判斷，並且有情緒、願望和價值觀，這些都是心的作用與功能，所以說我們人都是有心的。但是這些心的作用與功能還不能算是真心，能夠產生這些作用和功能者，才是「真心」。所以探究真心是一件不容易的工作，須要經過不斷的努力才能達成。〈探究真心 P.21〉
  
- 3 你若追求到「真心」，也就是禪宗所說的悟到「本來面目」的時候，你整個人就不一樣了——很多以前擔心、煩惱的事情，現在都不在意了；也就是說你能脫離苦海，世間諸多煩惱痛苦，你都可以脫離。你一悟「本來面目」，就不會對生死的問題有所恐懼。同時還有更積極的一面，那就是人會變得有智慧。〈探究真心 P.25〉



- 4 我們可以用一句簡便的話：「被知的都不是」來提醒、鍛鍊自己。不是什麼？不是真正的自己。  
〈探究真心 P.24〉
- 5 既然有「被知的範疇」，就必然有知道它們的主體——「知覺者」。那個有能力知道一切被知的「知覺者」，才是真正的自己。〈探究真心 P.33〉
- 6 「明心」是回頭，「現性」是到彼岸。〈探究真心 P.38〉
- 7 真正的「知覺者」或「本來面目」，是沒有辦法被知道的。「它」沒有辦法被知，這是「它」的特性。〈探究真心 P.39〉
- 8 「回頭是岸」的「岸」，就是「知覺者」，就是「本來面目」，就是「佛性」。〈探究真心 P.41〉
- 9 想要去掉所知，《金剛經》提供了很好的方法——把「相」看假，只要一看假，毋須刻意拿開，這些被知的相自動就離開了。〈探究真心 P.42~43〉

- 10 「知覺者」或「本來面目」或「真心」的性質是不可以被知的，既然不被知，是不是和「空」、和「無」很接近？而且在這個被知的世界裡面，想要找到一個符號跟「知覺者」的性質最接近，也容易讓人了解的就是「空」、就是「無」，這也就是為什麼佛經一直在解釋什麼是「空」的原因了。因為這個「空」的性質，就是「佛性」的特質。〈探究真心 P.44〉
- 11 除了「空性」之外，「真心」還有一個「金剛不壞」的特質。為什麼呢？因為你根本碰不到它，誰也不能夠傷害到它，無論怎樣都動不到它，又怎麼會壞呢？〈探究真心 P.45〉
- 12 「真心」還有一個性質，就是沒有相，它是無相的。它連看都不能被看；聽都不能被聽；想也不能被想；說也不能被說；摸也摸不到，怎麼會有相？雖然無相，但它確實存在。〈探究真心 P.46〉

- 13 教人持咒真正的用意是要讓人「專心一致」，就是要鍛鍊心神的集中。〈探究真心 P.54〉
- 14 「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教」，「自淨其意」是佛法的特色，凡是「被知的範疇」都是「相」，所以「自淨其意」，是要不斷地把相抽離掉—這不斷「離相」的過程，就是「自淨其意」。〈探究真心 P.63〉
- 15 想要修「無相」的時候，有一個可用的原則：你要覺察，只要是被知，就都是相，所以千萬不能拿被知的境界當作成就。凡是被你知道、被你講得出來的，那就不是，就不清淨。這個原則由最淺一直到最後成道都用得到，可以說是修行人最重要的判斷工具。〈探究真心 P.64〉
- 16 淨土宗「念佛法門」裡面最重要的一句話：「都攝六根，淨念相繼，得三摩地，斯為第一」。〈探究真心 P.72〉

- 17 你若能體會到「佛性」的性質，就是「憶持佛性」。你可以從「空」的性質去揣摩「佛性」，因為它是沒有相的。〈探究真心 P.75〉
- 18 我們的心靈如果能夠空得很徹底，就會越來越圓滿、越來越自由自在。想要體會佛性，就要從日常事情和感覺入手，這是要自己體會的，因為不管我怎麼講，或是釋迦牟尼佛在佛經裡面怎麼說，這些都是比喻，一定要你自己有所體會，才能真正地把握。〈探究真心 P.76~77〉
- 19 「一心不亂」的意思是很深的，意思是我們的心要保持一個整體而不散亂。此外，「一心」還有「專一」的意思，也就是心是非常專一的。  
〈探究真心 P.78~79〉
- 20 法藏比丘所造的西方極樂世界，和其他修行者所造的淨土有點不同，就是其他的淨土只有三種層次—「方便有餘土」、「實報莊嚴土」和「常寂光土」，唯有法藏比丘造的這個西方極樂世

界多了一個層次，叫做「凡聖同居土」，這是他唯一特殊的地方。〈探究真心 P.80〉

- 21 境界最高的淨土就是「常寂光土」，是佛的住處，只有佛才能夠去那裡，所以不是往生的。「實報莊嚴土」要靠禪定安住才能到，所以到「實報莊嚴土」也不能講往生。因此可以往生的只有兩種淨土，一種「凡聖同居土」是帶業往生的；另一種是「方便有餘土」是淨業往生的。

〈探究真心 P.80~81〉

- 22 「都攝六根」是什麼境界呢？是「前念不生」的境界；「淨念相繼」則是「後念不滅」的境界。「後念不滅」就是證到了「金剛後心」也就是證到了佛性。〈探究真心 P.87〉

- 23 「念佛法門」最重要的口訣，就是先把生滅心止息，然後發起不生不滅心念佛—這是最重要的要點。〈探究真心 P.87〉

- 24 「人間淨土」—我們希望把眼前這個「五濁世界」〈眾生濁、見濁、煩惱濁、命濁、劫濁〉變成一個淨土，所以要生生世世努力，把它改造得越來越完美，這是我們做人應有的心願。〈探究真心 P.89〉
- 25 我們學佛，就要體會佛法廣大深遠的心量，這是非常重要的。〈探究真心 P.91〉
- 26 如果有一種境界，是沒有辦法表達的，那就是「密」，而「不可說」是因為佛法的「密」是說不出來的，也就是佛法最深的意思是說不出來的，所以是「不可說」的；但是釋迦牟尼佛住世時還是說了很多經典，他說了那麼多，有沒有把這個「密」說出來呢？還是沒有說出來，因為那是說不出的！既然說不出來，佛又說了這麼多是做什麼呢？他說這麼多法的目的是在比喻、在指示，希望有人能夠聽懂他的「言外之意」。〈探究真心 P.95〉

- 27 「能知的主體」因為不能被知，所以就是「密」，這個秘密如果說得出來就不是密了，它一定是沒有辦法說出來的；不過，我們可以「體會」、可以「體悟」，就是這麼一回事。〈探究真心 P.100~101〉
- 28 「密宗」是龍樹菩薩所創的。他悟道以後就入定，入龍宮，開鐵塔，把鐵塔裡面的《楞嚴經》和《華嚴經》取出來；也就是說這兩部經典是龍樹菩薩進入龍宮，裡面有座鐵塔，他進去鐵塔取出來的，這是講故事，用究竟了義的說法是：龍樹菩薩入自己的心裡把兩部經取出來。那個龍宮鐵塔事實上就是他的心，所以他非常了解這兩部經典的內涵。〈探究真心 P.102〉
- 29 我們應該學佛的「實教」，而不要去學他的「權教」。當然如果根基、根器不對，或是文化背景和觀念不對，還是需要「權法」的；也就是說如果沒有辦法直接接受佛的實法，那麼權法未嘗不是一個很好的方法，但是要注意學到後來一定要點破。〈探究真心 P.111〉

- 30 我們用持咒和觀想來習定。什麼叫「定」？就是這些「心念」如果能夠減少到沒有了，這個「定」就修成了。一般人不知道最後連咒都要丟掉，當你把咒丟掉，心一下就空了，心念完全靜下來，這個時候才是真正的咒。〈探究真心 P.112~114〉
- 31 對於修得比較純熟的人來講，所謂「心中無念」是他的「本心無念」，他的「識心」還是在動，但是他不管，也不受影響，他要做的是這個功夫。事實上當他恢復了「真心」，「真心」本身是沒有念，而且是思議所不及的，怎麼會有念呢？雖然他在紅塵裡生活，但他是清醒的，也曉得自己的識心在那裡，一下子要吃飯，一下子要開車，一下子又要做什麼，他知道這些心念都起來了，但是他的「本心」就是不受牽連。而一般人之所以為凡夫，是因為他的「本心」被「妄心」控制、被妄心帶著跑了；如果他能夠做到「本心」是清清楚楚的，不被妄心控制，才能夠又吃飯、又做事、又睡覺，而不妨礙修行。這個原則就是《維摩詰經》裡面，維摩詰居士所講的：「不斷淫、怒、癡，亦不與俱」的**真正涵義**。〈探究真心 P.115~116〉



- 32 「皈依」就是「歸元」〈匯歸毘盧性海〉，並且把妄念止息。如果皈依就是聽命於「佛」，那就錯了。尤其是皈依了一個師父，就要聽命於他，這就更錯了；這一錯，修行也跟著錯，當然不可能修成。我們如果想修成，一定要瞭解這個「皈依」真正的意義。〈探究真心 P.119〉
- 33 「皈依佛」的真諦不是向外馳求，不是向外尋找一位佛，然後去皈依他，去聽他的指揮；而是「回頭」找回自己的佛性、自己的覺性，也就是找回真正的自己一本來面目。〈探究真心 P.121〉
- 34 「皈依法」是恢復自性中的法—所謂「道生法」之意。一切法都是由我們的菩提心生出來的才是正法，不要心外求法，因為自性能生萬法。〈探究真心 P.121〉
- 35 「皈依僧」就是結合清淨的修行同伴。修行當中是需要道友相互鼓勵、相互切磋，來幫助修行，所以要「皈依僧」。〈探究真心 P.121〉

- 36 修行是大丈夫的作為，是一個頂天立地的事業。一個被綑綁的囚犯不可能「明心見性」，一個獨立自主的人，才有可能修成，所以千萬要記清楚這件事情。〈探究真心 P.123〉
- 37 華藏祖師說「真實的皈依」只有一句話，就是「皈依自性」即皈依「自己的佛性」。他甚至告訴我們：其實你們都不需要再修什麼法，只要專心修「皈依」，就可以成道。〈探究真心 P.124〉
- 38 上師有一個作用，就是做一位協助你找回自己的自性、佛性、覺性的嚮導。要能做這件事情，他必須是已經把自己的覺性、佛性找到了，才清楚怎麼走「回歸自性」的路，而不致於誤導人。所以要找回「本來面目」是要自己去努力的。  
〈探究真心 P.125〉
- 39 華藏祖師曾云：「綁人者非正修行人，被綁者亦非正修行人」。〈探究真心 P.127〉

40 「十二因緣」就是「心靈認知結構」的真實狀況。

〈探究真心 P.138〉

41 從「十二因緣」的角度來看，這個「有」的世界，是我們的六根透過「觸」、「受」、「愛」、「取」四個過程生出來的。如果全世界所有的人都沒有眼、耳、鼻、舌、身、意六根，那麼這個世界到底還有沒有？此時，我們沒有辦法說有或是沒有，不知道有，也不知道沒有，根本就沒有辦法講！。〈探究真心 P.146〉

42 依「十二因緣」生出的原則，身體是由心靈生出來的，而不是身體生出心靈。〈探究真心 P.147〉

43 依「十二因緣」來看，我們的「六入」〈眼、耳、鼻、舌、身、意〉是向下探測的，它只能向下，沒有辦法反過來向上。〈探究真心 P.147〉

44 科學是建立在六根的基礎上，超出六根可探測的範圍，就超出了科學的範圍。凡是六根能夠探測

的範圍才是科學所接受的，而六根探測不到的就不接受，不承認。因為六入無法測量心靈，所以科學是唯物的，不承認有心靈。〈探究真心 P.147〉

45 很多人修行有感應，有所謂的「神通」，可以看見人家看不見的光和神奇的事情，其實對「十二因緣」來說，一點都不稀奇。他看到的就是「名色」，只不過是他的「識」看「名色」的能力比一般人強而已。有的人以為這很了不起，就很崇拜。為什麼會崇拜呢？是因為不懂「十二因緣」的緣故。如果懂了「十二因緣」，就知道這和作夢所見的是一樣的。因此，如果了解「十二因緣」，有很多誤解就不會發生了。〈探究真心 P.149〉

46 從「無明」往下直到「老〈病〉死」，這個方向的力量是非常強大的，我們幾乎無力對抗，這就是「十二因緣」的輪轉推力。在我們一投胎做人以後，就不斷地往這個方向運作發展，永不停止，除非修行，才可能反轉！〈探究真心 P.155〉

- 47 佛法教的是催醒而不是催眠。它教人自六道輪迴的大夢中醒來，找到真正的自己。因此「開悟」是修行人致力的目標。〈探究真心 P.166〉
- 48 只要「攝心內證」的「方向」弄對了，努力做下去，遲早總有破「無明」的一天。〈探究真心 P.169〉
- 49 「死」是什麼狀況呢？「死」就是「六入」〈眼、耳、鼻、舌、身、意〉以下的部分壞掉了，可是「名色」以上的都還存在。所以當一個人去世了，也就是「六入」這一部分不能用了。大家也許曾在電視上看過一些人敘述曾經短暫死亡的經驗：醫生忙著為他的身體做電擊或是人工呼吸，而他卻沒感覺，因為他的靈魂飄在天花板上，看醫生在下面忙來忙去。這就是他「六入」以上的部分離開了他的身體，但他照樣有「認知」，照樣有他的世界，所以他不覺得自己有什麼不一樣。〈探究真心 P.171~172〉

- 50 「修心」就是要把「心」裡面的「執著」去掉。執著在哪裡？就在「十二因緣」這裡，有十二種層次的執著。〈探究真心 P.174〉
- 51 就我的看法，在這世間輪迴的眾生都在做什麼呢？我把他看成是來「修行」的，大家都是來鍛鍊成佛的。〈探究真心 P.176〉
- 52 如果拿「真心」來和「有形有相」的東西做對比，就會瞭解「真心」比「有形有相」的東西更真實。所以《金剛經》所謂的「真實」或「虛假」，是有一個特別的對比方式和標準。〈探究真心 P.181〉
- 53 《金剛經》的偈子：「凡所有相皆是虛妄，若見諸相非相，即見如來」。「若見諸相非相」，就是看出相的非相〈空無相〉，「即見如來」，就是顯現真心。所以《金剛經》就是要把「相」消除，而把「佛性」顯露出來。我現在另說一個偈子：「凡所有相皆是牢籠，若見牢籠即非牢籠，本性真心就會現前」，或許讓大家可以更懂一點。  
〈探究真心 P.183~184〉

- 54 只要是「相」，就會把人的「心」關起來，因此，一切「相」都有一個特質：就是可以把我們的「心」關在裡面。所以，我說「相」是「心」的牢籠！從這個角度來看，什麼是「相」？凡是會像監牢一樣，能把我們的「心」關起來的就是「相」，這是「相」的特質。〈探究真心 P.185〉
- 55 一旦「相」不再是心靈的牢籠，那它是什麼呢？應是我們入世度生的「工具」。因為「相」化空以後，並不表示就沒有了。而是不再被相的牢籠束縛，不再做關在裡面的奴才，反而能夠在相中任運自在，揮灑自如！〈探究真心 P.186~187〉
- 56 凡是以「我」為立場，也就是站在「我」的立場，所看見、想到和感覺到的各種形形色色的事物，都是「我相」。〈探究真心 P.189〉
- 57 佛法要我們去掉「我相」，到底有沒有讓我們吃虧和損失，或是讓我們獲得更多好處呢？事實上，如果把「我相」拿掉，做任何事情會更成功，錢會賺得更多，事業會做得更好！〈探究真心 P.189〉

- 58 凡是站在別人的立場去感受和想事情就是「人相」。〈探究真心 P.192〉
- 59 「眾生相」是什麼？就是國家、民族、社會、政府、某某公司或者某某團體，這些就是「眾生相」。〈探究真心 P.194〉
- 60 若要把握「眾生相」的真諦，就得從「整體眾生」合成的立場去看、去感受、去了解，那才是真正的「眾生相」。〈探究真心 P.196〉
- 61 修行是有階段性的。因為「我相」這個部分的問題都沒解掉，就想要做菩薩大乘，是不切實際的。〈探究真心 P.196〉
- 62 我發現我們佛教的修行裡面，只聽到有度「人相」的，還沒有聽到、看到有做度「眾生相」的。很多人以為能夠做到度「人相」，好像已經是很大的菩薩大乘了，我覺得這是不夠的，應再進一層到度「眾生相」。〈探究真心 P.197〉



- 63 「壽者相」可以是「時間相」，你覺得有「時間」就是有「壽者相」，「時間」是「壽者相」當中的一個；此外，它也是「生命相」-- 凡是站在一切生命的立場來想事情和感受事情，所感受以及所想的就是「壽者相」。目前我們人類的活動裡面，有那些活動與度「壽者相」有關？就是「生態保育」和「環保運動」。〈探究真心 P.198〉
- 64 如果還有「壽者相」，是成不了佛的。所以要成佛，連最後這個牢籠都要超越。超越以後就是「無相」，沒有相了！沒有相是什麼意思？就是沒有牢籠而自由了！〈探究真心 P.201〉
- 65 真的把「相」通過去掉了，我們的心就是「佛心」，沒有受到任何一點拘束，沒有被任何一個籠子關住，它所產生的威力和影響是無量無邊、不可計算的！到了這個境界，所有的「相」都是你入世度生的工具，可以任你運用了。這種狀況就是佛陀出菩提路，乘願再來，遊戲神通了—這一境界是不容易達到的，卻是我們修行最終的目標。〈探究真心 P.201~202〉

- 66 事實上，不一定要從「壽者相」進入「無相」，只要「離相」就可以進去了。至於我們要怎麼做呢？就是實踐《金剛經》所說的視一切相如夢如幻，慢慢地就可以進入「無相」了。還有一個辦法，也是《金剛經》裡面的，那就是經中最常用到的句型：「是什麼，即非什麼，是名什麼」。像佛說：「莊嚴佛土」就是等於「沒有莊嚴佛土」，如此就「無相」了。〈探究真心 P.204〉
- 67 只要「被你知道的」，全部都是「相」，把它丟了，那麼你就能從「相」中超越、脫離出來，達到「無相」。〈探究真心 P.206〉
- 68 「靈感」是沒有根據的，一下子就蹦出來，這就是「無所住」生的心。我們只要無相了，就可以做到「無所住而生其心」。你的心只要一無相，不被「相」這些手鐐腳銬禁錮起來，你的「心」是「解脫自在」的時候，靈感就會像泉水一樣地不斷湧出來。〈探究真心 P.211〉

- 69 「中觀」怎麼修呢？就是假觀和空觀同時修，也就是「亦空亦有」，既「有相」又是「無相」，「有相」與「無相」同時相等存在。什麼是「一心三觀」呢？就是把這三觀一個心念就完成了，所以叫「一心三觀」。〈探究真心 P.221〉
- 70 雖然你不知道什麼是「一心三觀」，但只要順著《金剛經》的句型這麼一念，就已經做完了。因為佛陀把它設計成這樣的句型〈X，即非X，是名X〉，讓人讀了，自動就會有「一心三觀」的功效，這真是一個非常精要而簡便的設計。〈探究真心 P.221~222〉
- 71 《金剛經》的句型〈X，即非X，是名X〉和黑格爾的「辯證法」裡的「正」、「反」、「合」，看起來很像，其實並不一樣。《金剛經》裡的「是名什麼」，並不落在意識和相中。因為中觀是要超越意識，是「離相」的，所以中觀並不落在「被知的範疇」裡。但是黑格爾辯證法的「正、反、合」，卻全落在意識範圍中。〈探究真心 P.222〉

- 72 既然有被知的東西存在，就表示一定有一個可以知道這些東西的主體存在，這個主體就叫做「知覺者」。〈探究真心 P.225〉
- 73 一般人都會講：佛教是「無我」的，可是這顯然和佛法提到的「自性」相矛盾，因為既然「無我」了，為什麼又有「自性」呢？所以我就特別去請教我師父華藏上師。華藏上師告訴我：「佛法的『我』是橫遍十方，窮豎三際的！」也就是說，佛法是有「我」的，但是那個「我」的性質是空空蕩蕩的，空空蕩蕩到什麼程度呢？空空蕩蕩到橫遍十方，窮豎三際！你看，一個「我」可以橫遍十方，窮豎三際，原來定義的「我」就破掉了，這個才是「無我」的真諦。佛法裡面的「我，即無我，是名我」，那個「是名我」就是「真我」，這個「真我」是有形和無形一體貫通的狀況。〈探究真心 P.229〉
- 74 時間是什麼呢？時間就是變動，一有變動就有時間。如果這個世界真的不變動，通通靜止了，

我們會感到沒有時間，這種情況其實就是永恆，也就是「沒有時間」就是永恆。所以在「時間，即非時間，是名時間」這個句子中，第一個「時間」，就是因變動而生的時間；「非時間」，就是靜止不動的沒有時間；第一個和第二個連起來，「時間，即非時間」，意即「時間」全等於「沒有時間」，這在什麼狀況下可以成立呢？答案是完全靜止、沒有時間所呈現的永恆狀況。「時間」要等於「沒有時間」，必須是永恆的情況下才能成立。而「是名時間」是什麼？就是「永恆」。〈探究真心 P.230~231〉

75 華藏上師教給我最重要的一件事情，就是：人人皆有自性！這個自性就是「佛性」、「真心」，也就是「本來面目」，修行就是要把它修出來。  
〈探究真心 P.270〉

76 「有相」的部分並不是佛法的重點，我們要學的是「最純的心性」這部份！〈探究真心 P.272〉

77 真正的佛法是會斷掉的。爲什麼呢？因爲它無形無相，難以言詮，一說就不是，所以做師父的人很難傳出來。什麼時候它才能傳出來？惟有在他的徒弟中有人修到了那個程度，他才傳得出去！徒弟沒有人修到這個程度，他怎麼講都不對，都沒有用。所以如果有某一代的師父是懂的，但是徒弟中沒有一個人程度跟上來，當他圓寂時，那純正的佛法就會斷掉！文字、語言保不住它，佛法傳遞的困難在這裡！

〈探究真心 P.274~275〉

78 一定要「實修」，修到了，才會懂，也才算懂，這是佛法的特質。〈探究真心 P.276〉

79 在華藏上師差不多圓寂八年之後，我才決定出來弘法度生。當時的情況讓我覺得：佛法中最深、最純正的部分我已經懂了，出來弘法度生是無法推卸的責任！〈探究真心 P.277〉

- 80 自覺自開悟，自修自成就，自性自顯現，是名真皈依。〈皈依偈〉
- 81 罪從因起將因懺，因地轉善果亦善，果報來時不推卸，心甘情願自承擔，業報化盡罪自消，無罪無業方自在，痛改前非不造惡，如是方名真懺悔。〈懺悔偈〉
- 82 「禪」是「活的菩提心」，只要「菩提心」離了「相」，它就是「活的」。〈禪是活的 P.108〉《禪機禪趣禪益》
- 83 「無所住」就是沒有假設，佛法是「無所住而生其心」；而科學則是「有所住而生其心」，所住的就是假設，而推導出來的定律就是由它所生出來的心。也就是說科學沒有假設就無法建立；但是佛法是在沒有假設的情況下所生出來的，這就是《金剛經》中最精髓的部分。〈金剛經現代直解 P.8〉
- 84 當我了解佛法不需要假設時，也就是它沒有迷信，比科學更不迷信，這真是出乎我的意料之

外！明白了這一點，心中非常喜悅，覺得找到世間最難得的珍寶。〈金剛經現代直解 P.8〉

- 86 我認為全體人類，不管是哪一個國家、哪一個種族、什麼階級，我都覺得跟他們是一體的！我所體悟的佛法，並不只是屬於我一個人的，而是屬於全人類！所以我有責任把我的體悟經驗傳播給有需要的人，不可以把這個體悟經驗誤以為是我一個人私有的。當我體悟到的時候，也是全體人類的體悟，我有責任讓其他人知道。〈金剛經現代直解 P.11〉

- 86 平淡樸實非常重要，因為修行成道並不需要有什麼稀奇古怪的本事，就是要這麼平平淡淡才會成道，才会有金剛般若智慧。〈金剛經現代直解 P.22〉

- 87 「阿耨多羅三藐三菩提心」簡單來說就是「菩提心」，就是我們的真心，用禪宗的話來說，那就是我們的「本來面目」。那麼「菩提心」是什麼呢？就是「不生不滅心」。當然，能夠平伏「生



滅心」，再把「不生不滅心」啓發出來，這就是《金剛般若波羅密經》整本經文的主旨。

〈金剛經現代直解 P.23~P.25〉

- 88 當大家讀到《金剛經》的：「度了很多眾生等於一個都沒有度」時，你心裡會產生什麼反應？是不是「不了解」！「不懂」！當你感覺「不懂」就對了，「不懂」代表你的「生滅心」停止了，也就是「不生不滅心」出來了！當你覺得懂的時候，事實上代表你的生滅心仍在活動。所以讀到：「如是滅度無量無數無邊眾生，實無眾生得滅度者」的時候，好好去體會那個「不懂」的心靈狀態！它就是「菩提心」，就是「不生不滅心」。很多人常常一到「不懂」的時候，就讀不下去了，這時候他就把最寶貴的東西丟掉了！〈金剛經現代直解 P.30〉

- 89 無心不是沒有心，巧妙就在這裡。是有那個心，但卻是無心。「有」即是「無」。因為你說無心，又是一個清楚的相，那不是佛想要表達的無相的

狀況。我現在舉天空爲例子，天空是空的，你說到底是有還是沒有？當然是有的。並不會因爲天空是空的，就說沒有天空，因爲事實並非如此。

〈金剛經現代直解 P.40〉

- 90 地球安住在什麼地基上？是不是懸在虛空中。所以虛空是地球的基礎，房子的最終基礎是虛空，虛空就是無住！任何基礎追究到最後都是無住，無住是真正最後的基礎。〈金剛經現代直解 P.44〉

- 91 相就是可以把心靈關住的牢籠。學佛是要把這些牢籠通通打開，心靈就廣大無邊了。我們心靈的力量也就顯現出來了。我們常常會認爲自己沒有力量，其實心靈的力量是非常大的，大得不得了。它之所以顯現不出來，是因爲你把它關住了。要如何解開？就是把相拿掉。

〈金剛經現代直解 P.46~47〉

- 92 淨信是對道理完全明白了而相信，所謂相信到不需要相信。〈金剛經現代直解 P.53〉

- 93 眾生只要一取相，就著了相，也就關在相的牢籠裡。這個「著」就是關在牢籠裡。〈金剛經現代直解 P.55〉
- 94 常有人用禪定中的境界來比高低；須知禪定的境界還是相。以「相」做標準來判斷，都是錯誤的。〈金剛經現代直解 P.57〉
- 95 如果我們確定了福德大小的範圍，不管範圍有多大，都是有限的，故不言多。只有在沒有了大小的範圍，進入無限的時候，才可以說多。  
〈金剛經現代直解 P.58〉
- 96 「佛法」你清楚，「非佛法」也清楚，至於「佛法就不是佛法」是什麼？你的心裡會一片空白，是不是這樣？這個就是《金剛經》的奧妙！這樣就是心空了。〈金剛經現代直解 P.62〉
- 97 如果你已經離相解脫了，就可以在相中遊戲神通。相的籠子還在，但關不住你，你可以在籠子裡穿來穿去，自由自在。沒有達到這個程度，要在相中打滾是很難的。〈金剛經現代直解 P.63~64〉

- 98 如來就是入相自由；善逝就是離相自由。所以如來、善逝就是來也自由、去也自由，也就是在相中來去自由！〈金剛經現代直解 P.63~65〉
- 99 經云：「以有所得心，修諸善法，魔所攝持。」以有所得心去修行，不是佛所要、所希望、所鼓勵的。我們常常聽到所謂的「傳承」和「成就」等等說詞，要注意，這些都必須要「無相」才行！如果是可以佔有，可以給來給去，都不是真的，都不合佛法，更不合《金剛經》的宗旨。〈金剛經現代直解 P.73~74〉
- 100 自性是空的、無的，從自性直接生出來的就是「無住生心」，它可以生出萬法，萬法就是從這自性生出來的心，這時候佛法就活了。〈金剛經現代直解 P.76~77〉