

# 开悟其实很简单——人人都可以轻轻松

## 松松开悟

### 心灵不孤独

开悟其实很简单——人人都可以轻轻松松开悟

有没有开悟？

如何开悟？

开悟之后是个怎样的状况？

我们为什么要追求开悟？

这是每一个修行人士都渴望了解的问题。

据说地球上开悟的人不到百万分之一，也就是说，一百万个人之中只有一个人开悟了，为何如此稀有？

答案就是：开悟不是因为太难，而是因为太简单，简单到让你无法想象。就好像鱼儿生活在水中，因为朝夕相处，从而忽略了水的存在；就像我们每天呼吸的空气，因为免费提供，从而常常忘记空气的存在一样。

人类可以发明原子弹，登上月球，探索火星，因为人类有地球上最聪明的大脑；

但是开悟与大脑无关，与知识无关，与经验无关。要说困难，这就是唯一最难理解的地方。因此最简单的办法就是放弃所有大脑的努力，一旦如此，属于你的悟境立刻显现。

开悟是存在的，这一点毫无疑问。

我以自己十多年的修行经验和最后的体验成果，并以自己生命的最高荣誉发誓：不要有任何怀疑，开悟是百分之一千存在的，就好像我们每天睡觉的床，走路穿的鞋子一样真真切切，实实在在。

至于如何开悟？

开悟之后究竟是个怎样的状况？

本人将在天涯发帖，与广大爱好修行的人，一起分享这其中的无限秘密。

开悟不是因为太难，而是因为太简单，简单到让你无法想象。就好像鱼儿生活在水中，因为朝夕相处，从而忽略了水的存在；就像我们每天呼吸的空气，因为免费提供，从而常常忘记空气的存在一样。

@十八子李 2016-03-24 17:56:49

开悟之后如何？

放下一切投入到开悟后的世界，妻子儿女怎么办？不要跟我唱好了歌，很多人都是在成家立业之后才想到这个世界不止我们看到的那么简单，想要去追寻，奈何已经有了负累。

要说开悟，我悟到的是：人来世上就是一场修行，妻子儿女和俗务，不是我们的修行障碍。

---

亲爱的，您的理解说明您刚刚发动汽车，但是您要去哪里，我不知道。

希望这样的回答没有冒犯到您。

开悟是一种存在状态，是除了我们的身体、精神（大脑）之外的另一种品质品质完全不同的存在状态。

这种状态究竟是什么样子，后面我会慢慢道来。

第一章 人生一世最大的成就是什么？

莫言在东南亚大学的演讲中曾经提到：人类社会闹闹哄哄，乱七八糟，灯红酒绿，声色犬马，看上去无比的复杂，但认真一想，也不过是贫困者追求富贵，

富贵者追求享乐和刺激，基本上就是这么一点事儿。

他还在演讲中提到，无论富人还是穷人一生中  
都面临四大诱惑：金钱、名利、权势、美色的诱惑。

莫言说的没有错，只是他说的还不够全面，他只  
说出了一半的真理。

还有一半的真理是什么呢？

说是真理，只是针对大脑层面的人来说的，其实  
根本谈不上真正的真理，那么另一半所谓的真理究竟  
是什么呢？

另一半的所谓真理就是：有非常稀有的人在满足  
物质、精神需求之后，苦苦追寻心灵的需求，他们渴  
望宁静、淡泊、安详、喜乐。

（说明：本帖所说的心灵世界就是佛家所说的人  
所具有的‘佛性’‘真我’，也就是开悟的状态）

他们在满足了物质层面、精神层面的需求之后，  
忽然觉得内心深处好像还有个小孩很饥饿，还有个小孩  
非常闹腾，因为他开始苏醒了，他也需要成长。

很多年前香港著名影星张国荣就是非常典型的案

例：据说张国荣在跳楼自杀时，他的个人账户里有大约 3 亿美金的存款，这样说张国荣根本就不存在物质上的困惑，另外张国荣无论的事业也是风生水起，演戏、唱歌、电视剧样样火红，论成就、论成功也算是首屈一指，在精神层面，也算成功，那么他为什么还要选择自杀？

因为张国荣在以上两方面都获得满足后，忽然内心的另外一个小孩苏醒了，那个小孩就是心灵小孩，他感到非常无助，他以前从来没有注意到在心灵深处还有个小孩，他一直以来都忽略了这个小孩的存在，要怎样才能让这个心灵小孩成长呢，要怎么样才能照顾好这个心灵小孩呢？要去哪里才能获得心灵小孩的奶粉呢？

他太迷惑了，他禁不住心灵小孩的折腾，于是他选择极端的方式结束了自己和心灵小孩的生命。

要获得心灵层面的丰富人生绝对要比物质层面、精神层面的人生的满足还要奢侈一万倍的事情，因为这是完全不同的另外一种游戏，当一个人已经习惯了，

已经熟悉了物质和精神层面的所有游戏，突然要去玩一种完全不同的游戏，结果只能是无所适从，结果只能是更加迷茫。

因为心灵层面的游戏不是靠计划、靠执行、靠努力、靠争取、靠奋斗能够获得的，相反，心灵层面的人生实现需要的是：不努力、不争取，需要的是放弃、放下。

心灵层面追求的是平凡，精神层面追求的是非凡，  
心灵层面追求的是淡定，精神层面追求的是激昂，  
心灵层面越努力越挫折，精神层面奋斗就可实现，  
心灵层面需要做减法， 精神层面需要则要做加法。

差别实在太大，追求心灵层面的生活。生活在完全开悟的状态下，绝对是非常奢侈的，地球上不会到百万分之一的人有这种福气。

在物质上成功，在精神上成功目前在中国都已经达到了 5%，也就是说 100 个人中，至少有 5 个人可以在自己的人生中通过努力奋斗实现财富和精神上的

极大满足，但是只有百万分之一的人才有可能深入到心灵层面。

但是，无论我们物质上多么富有，事业上多么成功（精神层面），挫折感一直都在那里，我们总会重复生活的悲剧，在物质和精神面从来没有圆满的人生，只有充满挫折和困惑的人生。

要如何才能进入圆满的心灵层面呢，我们如何能够一窥开悟状态的美景呢？

有三条途径：

第一， 通过静心，静心的方式有很多种，如瑜伽、打坐、禅修等，在这种静坐之中，慢慢让大脑里的各种思维安静下来，让自己的肉身彻底放松，然后就有机会打开心灵之门，大脑一直是个干扰，唯有大脑安静下来，心灵之门才可以打开，请问世人有几个可以让大脑安静下来的，据不完全统计，每秒钟我们的大脑就要处理几万个信息，如此多的信息冲击大脑，如此多的念头穿梭大脑，让大脑安静下来绝非易事。

第二， 通过专注，专注一直是一条通往心灵之

门的非常好的道路，专注是一种注意力非常集中的努力，但是这样的努力其实一直都没有用，唯有在我们专注到极致时，然后在放下专注的那一瞬间，在放弃专注的所有努力后的那一瞬间，我们就有机会踏入心灵之门，专注的过程一定穷尽一切努力，这极致的努力只为最后那一刻突然地放下，在极致努力和忽然放下的间隙中，有一个机会，那就是大脑彻底绝望的空隙，我们便可以步入心灵之门。

第三，通过爱，爱一直是直接进入心灵之门的最直接最短的距离。

但是遗憾的是我们在这个物质世界、在这个到处都鼓吹成功人生的励志世界，早已经失去了爱的能力。

我们一直都害怕爱，我们一直都逃避爱，我们一直都糟蹋爱。

如果你爱鲜花，鲜花中就有心灵世界一切的美丽，

如果你爱音乐，音乐中就有心灵世界一切的灵感，

爱就是心灵世界里最好的礼物，一个活在心灵世界的人一定是个慈悲的人，一定是个友爱善良的人。



因此，追求财富容易，追求成功也容易，追求宁静、淡泊绝对不容易，因为宁静也好、淡泊也好压根就不是靠努力追求得来的。

那是一种遇见，因为心灵一直都在你自己的家里，只是因为你一直努力在外面打拼，忽略家里的宝藏而已。

突然有一天，你已经做出了你这一生所能付出的所有努力，你极度疲惫的回到家里，打开门，心灵就在家里满脸堆笑地恭候着您的光临。

第二章 开悟最简单的第四种途径——当下顿悟

曾经有三到五年的时间，我非常困惑，我几乎读遍了所有的禅宗公案，希望在其中寻找一个答案：什么是开悟？

看着那些禅宗大师每时每刻停驻在开悟状态，十分羡慕，但是，我不知道，我也无法体验那样美妙无比的状态。

我甚至怀疑那样的状态是不是一种幻境，是不是

一种秘而不宣的欺骗，也就是说所谓的开悟根本不存在。

那些看起来无比荒唐的禅宗公案：什么师傅用木棒敲一下徒弟脑袋，什么师傅大喝一声弟子，什么师傅把徒弟手指砍掉，然后弟子一瞬间开悟了。

然后我就想，好神奇啊，这么简单，我特么希望找个师傅把我打一顿，然后奇迹就发生了。

但是遗憾的是，奇迹一直没有在我身上发生。

直到有一天，我遇到一个其貌不扬的年纪不较大老师，是个女的，个子不高，长着一张圆圆的脸，不爱与人多交流。

那一天，我今生今世永远都不能忘记，我看到她在看一本《金刚经》于是非常有兴趣上前请教：“某老师，您也喜欢《金刚经》呀，我也好喜欢，就是看不懂，《金刚经》里有句话说‘过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得’请问这句话究竟说的是什么？”

只见她头也不抬，也不吭声，突然之间，她迅速站起来，右手猛拍桌子，大吼一声“我凭什么告诉你！”

我猝不及防，被她这种完全出乎意料反应吓呆了，我想我的魂魄可能在那一瞬间也被吓出体外了，脑袋里好像被掏空一样，干干净净，一无所有，完全丧失了所有的思考和应急反应。

就在我的大脑失去思考能力的时候，我在那一刻遇见了一种自己从未经历过的现象，当时我并不知道那种状态究竟是什么。

那一刻，周围异常的安静，我没有思考，也没有任何念头，虽然没有思考，没有念头浮现在大脑，我也不知道我在那里，根本就没有了我的存在，但是对周围却有一种异常清晰的觉知，也就是“没有觉知者但觉知正在进行，没有观察者但观察在发生”，内心异常的清明透彻，整个人除了丧失了思考能力之外，浑身上下非常敏锐。

我没有任何焦虑，没有任何担心，也没有兴奋，只是感知到异常的宁静，时间观念没有了，我停留在那一瞬间，好像永恒。

我就像一条清澈透底的小溪流，缓缓流淌，小溪

映照在蓝天白云和两岸的美景，一切都是那样的和谐，我就是那样的透明清澈，一切都收纳与心中，不做任何评价，只是敏锐的保持一种全方位的觉知状态。

也好像一口波浪不惊的古井，安安静静地立在那里，所有来井边打水的人，我看得一清二楚，但是没有任何念头浮现，只是反射和观察。

我无比的震惊，我知道自己根本还没有准备好迎接这种生命的全新状况，我几乎用了将近一个月的时间才从那次震惊中适应过来。

我现在知道了，那就是完全脱离我们的身体和精神的另一种存在形式，我给这种生命的全新存在形态命名为心灵，也就是人处于开悟的状态。

这就是我经历开悟状态的一次奇遇。

也就是禅宗最喜欢的开悟方式：当下顿悟。

当下顿悟可以说是开悟最直接最快速也最简单的途径，但是在这之前，我们必须经历九九八十一难，经历所有能够经历的一切，思考所有能够思考的疑问，然后就在某个机缘巧合的时机，你就会遇见。

自从那次遭遇后，我忽然之间一下子明白了几乎所有禅宗公案，那就是一通百通，原来他们都是用他们彼此之间能够理解的方式在交流，局外人根本听不懂。

就好比我们修行的人都是中国人，而人家开悟的人都是说俄罗斯语言一样，完全是两个不同地方的人，彼此说彼此国家的语言，怎么能够相互理解。

唯一的办法就是你必须成为俄罗斯人，然后，所有的一切你都明白了。

因为所有开悟的人在交流时，他们的语言都是来自心灵，而不是大脑，一个生活在大脑世界的人怎么可能理解一个生活在心灵世界的人？

要想在某一天顿悟，现在你就需要做好充分的准备。

“没有觉知者但觉知正在进行，没有观察者但观察在发生”这就是开悟状态

@十八子李 2016-03-25 14:49:47

楼主你开悟了吗？或者你只是在开悟的路途里转

圈子？

我坚持认为人来世上生活就是一种修行，妄图在扎实修行方法之外寻找捷径的人才会一味的、刻意的去追求开悟。

这就像是基础不牢，你却想立刻寻求突破一样——你所谓的开悟就是一段禅宗公案：它确实可以让你看到修有所得的境界，但是只给你看一眼，看得非常恍惚，它只给你感受一刻，感受得那么不实在——但是，它没有给予你那个境界。

别转圈，不论圈里还是圈外.....

---

开悟不是修行的终点，只是修行路上的一个小客栈，

我去过那个小客栈，就这么一回事

我并没有停留在那个客栈，

因为我还要回家照顾妻儿子女

但是我了解那个客栈周围的风景

而且我随时都可以去那个地方

因为我熟悉路径  
而且我可以很轻易判断一个人是不是去过这个地方

这就是全部 亲

@十八子李 2016-03-25 14:49:47

楼主你开悟了吗？或者你只是在开悟的路途里转圈子？

我坚持认为人来世上生活就是一种修行，妄图在扎实修行方法之外寻找捷径的人才会一味的、刻意的去追求开悟。

这就像是基础不牢，你却想立刻寻求突破一样——你所谓的开悟就是一段禅宗公案：它确实可以让你看到修有所得的境界，但是只给你看一眼，看得非常恍惚，它只给你感受一刻，感受得那么不实在——但是，它没有给予你那个境界。

别转圈，不论圈里还是圈外.....

-----

我很希望你有东西给我抄

你有吗，亲爱的

我只是把自己曾经走过的路和大家分享而已

无他

世人喜欢旅游，看地球上名胜古迹

当世人却不喜欢在自己的内在世界旅游

如果我在人类的心灵世界发现了与众不同的风景

我想把他分享出来

带大家去看看那里的景色而已

但是非常感谢你提出的问题

也许下一次，因为你的问题

我再去那个下客栈时

会发现更多不同的美景

@星星之火照亮夜空 2016-03-25 15:06:37

我觉得我开悟了 我受到启示了 看看我的贴吧

---

等我看完再说，

看看你描绘的风景怎样

@十八子李 2016-03-24 17:56:49



开悟之后如何？

放下一切投入到开悟后的世界，妻子儿女怎么办？不要跟我唱好了歌，很多人都是在成家立业之后才想到这个世界不止我们看到的那么简单，想要去追寻，奈何已经有了负累。

要说开悟，我悟到的是：人来世上就是一场修行，妻子儿女和俗务，不是我们的修行障碍。

---

@心灵不孤独 2016-03-24 19:37:57

亲爱的，您的理解说明您刚刚发动汽车，但是您要去哪里，我不知道。

希望这样的回答没有冒犯到您。

开悟是一种存在状态，是除了我们的身体、精神（大脑）之外的另一种品质品质完全不同的存在状态。

这种状态究竟是什么样子，后面我会慢慢道来。

---

@不笑不行阿 2016-03-25 15:19:13

您用什么说呢？难道不是语言思维？

---

我完全用大脑思考，用语言表达，在天涯则用文字描述

但此刻我的思考，我的语言，我的文字是经过心灵检阅过的思维、语言和文字

因此这里面，有非常精微的差别

心灵就是一盏探照灯，一个质检员

心灵让我们的内在世界透亮

思维、语言和文字质检员的监督下

完全会有有一种不同的品质在内

让我“知道”我在说什么，做什么

@ren398540882 2016-03-25 16:22:11

开悟哪有那么容易的。除过后天的努力，还有未知的因素起作用，“本来如此”的说法，那是开悟之后的感觉，之前该干嘛干嘛。

---

有容易的途径，也有艰难途径

不要把开悟看的太神秘

开悟其实就是一个屁

@熊熊 chn 2016-03-25 16:05:01

少来借佛法传鸡汤。

开悟的楞严，成佛的法华。

想开悟的直接看《楞严经》

---

开悟与任何知识无关

因为开悟根本就不是大脑层面的游戏

开悟就是一个跳跃

从有知的大脑跳向未知的心灵之海

我生气了和我知道我生气了，两种生气的品质是不一样的，前一个人是生气的奴隶，后一个人是生气的主人，赋予两种生气不同品质的恰恰就是心灵的观照！

@很久\_\_\_以前 2016-03-25 21:47:11

建议楼主研究下上座部佛教

---

亲爱的，佛经有一大卡车，不仅有佛经，还有古

兰经, 圣经, 还有世界上大约 5000 多种宗教自己的经, 我们需要的刚好相反, 忘掉所有的经。

一个不读经的人比读经的人更容易开悟, 因为大脑的垃圾要少得多

@心灵不孤独 2016-03-24 20:02:32

第一章 人生一世最大的成就是什么?

莫言在东南亚大学的演讲中曾经提到: 人类社会闹闹哄哄, 乱七八糟, 灯红酒绿, 声色犬马, 看上去无比的复杂, 但认真一想, 也不过是贫困者追求富贵, 富贵者追求享乐和刺激, 基本上就是这么一点事儿。

他还在演讲中提到, 无论富人还是穷人一生中都会面临四大诱惑: 金钱、名利、权势、美色的诱惑。

莫言说的没有错, 只是他说的还不够全面, 他只说出了一半的真理。

还有一半的真.....

---

@不笑不行阿 2016-03-25 15:41:22

很想听您说

---

另一半真理就是找到自己丢失的第三个自己：心灵我

@心灵不孤独 2016-03-25 14:24:10

“没有觉知者但觉知正在进行，没有观察者但观察在发生”这就是开悟状态

---

@不笑不行阿 2016-03-25 15:56:00

无相

---

不同的表达方式而已，我必须坚持用自己的语言

@十八子李 2016-03-25 14:49:47

楼主你开悟了吗？或者你只是在开悟的路途里转圈子？

我坚持认为人来世上生活就是一种修行，妄图在扎实修行方法之外寻找捷径的人才会一味的、刻意的去追求开悟。

这就像是基础不牢，你却想立刻寻求突破一样---

你所谓的开悟就是一段禅宗公案：它确实可以让你看到修有所得的境界，但是只给你看一眼，看得非常恍惚，它只给你感受一刻，感受得那么不实在——但是，它没有给予你那个境界。

别转圈，不论圈里还是圈外.....

---

@不笑不行阿 2016-03-25 15:58:24

更像那抹回事，我迷茫了

---

语言是思维的衣服，衣服乱了，正是思维混乱的外在表现，思维混乱正好说明心灵没有苏醒

@archangel\_s 2016-03-25 22:14:15

所谓四禅八定，五眼六通。观止就是禅定。

向修炼人致敬！

多积德，勤修炼，永不再入轮回！

---

我不知道人有没有自己，但我知道人有第三个自己，我只说我体验到的，或许真有轮回，等我证到之

后我自然会分享，我还在路上，未到终点

@archangel\_s 2016-03-25 22:14:15

所谓四禅八定，五眼六通。观止就是禅定。

向修炼人致敬！

多积德，勤修炼，永不再入轮回！

-----

更正一下，正确的表达是我不知道人有没有轮回，  
笔误，见凉

“我思故我在”惊讶了几百年，其实黑格尔只是证到了第二个自己而已，实在不必大惊小怪，他一生也未能遇见第三个自己：心灵我？为何如此难，原因就是第三个自己是透明的，是隐形的。但他无时不在无处不在。

### 第三章 我见证了父亲的开悟时刻

我父亲患有老年糖尿病十多年，去年三月份因为糖尿病引起的多种并发症紧急住院，在医院住了大约三个月后，转入高危病房，然后一个星期后，所有的医生和人类现今发明的所有最先进的医药已经无能为力

力了，医生们终于承认无药可救了。

医生宣布，我父亲熬不过一周，赶快接回家。

由于父亲顽强的求生欲望，回家后用自己坚强的意志力坚持了15天，才离开这个他恋恋不舍的世界。

这15天里，我几乎是24小时寸步不离，我记得很清楚，回到家中的第四天晚上，昏迷中的父亲忽然神奇般地清醒过来，看看时间，是晚上2点半，而且父亲居然还能开口说话：“儿子，你怎么不把外面的人招呼进屋坐。”

我抬头看看窗外，没有人，于是问：“外面是谁呀，爸爸？”

“外面是我。”

我在此郑重声明：本人没有任何杜撰、没有任何故弄玄虚，只是真实客观记录当时与父亲最真实的对话，我不是唯物主义，也不是唯心主义，我坚持分享我自己亲眼所见、亲耳所听，亲身体验的东西。

其实在这次对话之前，我早已经确切了解到人类的确是除了身体和精神之外，还有第三样东西的存在，



有些人称之为灵魂，人的身体只是一个房子，父亲的身体早已经千苍百孔，他的灵魂离开自己这座危房也是情理之中的事情。

“这么晚了，你在外面干什么？”我没有一丁点的害怕，我迫切希望与父亲的灵魂来一次深层次的对话。

“我打算去旅游。”父亲的语言很清晰，很空灵，不像是从身体里发出来的，而且折磨父亲多日的剧烈疼痛好像已经停止了。

“你一个人去吗？”

“还有你奶奶。”奶奶已经与2014年8月1号去世。

传说中一个人要离开人间，阴间有亲人来接，也大概是真的了。这是另外一种讽刺：历史常常是人为杜撰的，而传说恰恰是真的。

“你要去哪里呢？”

“去很远很远的地方。”

“那你什么时候回来？”

“不回来了。”这是父亲的灵魂在与我告别。

“爸爸，你要不要准备点东西才出远门，衣服、零钱之类？”

“我不需要了。”对于一个即将离开的灵魂，世间的一切都是微不足道的。

“但是出远门，还是带点钱吧。”

“我不需要了，钱财如粪土，孩子。”

父亲一辈子把钱看得比生命还重要，此时此刻，父亲居然说“钱财如粪土”，这是一种纯粹的了解，这是一种彻头彻尾的解脱。

活着的人有几个看得透“钱财如粪土”，为钱财，兄弟反目成仇者有之，夫妻对簿公堂者有之，正在活着的人远没有即将离开的人活得明白。这又是另外的一种讽刺。

“你不回来了吗？”我继续问。

“不回来了。”

“留下妈妈，你放心吗？”我其实还想问：“爸爸，你还有儿女，孙子、外孙，你不留恋吗？”

“那已经不关我的事，那是你的事情。”

我是家中的长子，父亲早在衡阳附一 icu 病房里，在我去探望他的时候已经交代清楚：在他离开后，母亲的一切——生、养、死、葬，都由我一个人负责，另外我还要帮助姐姐和弟弟，让他们过上更好地生活。

对于父亲这样的安排，我觉得自豪，因为我非常清楚，只有在父亲内心深处觉得他的大儿子有能力承担这一切的时候，他才可能做这样的安排。

中国传统文化中有句话“长子当父”，我在父亲无能无力即将离开这个世界时，深刻领悟了这句话的内

涵。

本文由公众号[老庄日记]整理编辑发布，  
更多免费好文好书分享，请微信搜索关注

最终，我的所作所为，我想父亲会为我感到骄傲的：我承担了父亲三月份、四月份、五月份以及父亲在 icu 病房五天时间里，每天一两万的所有费用。

当然，在我内心深处，我为父亲所花费的任何费用，都是无怨无悔的，因为姐姐和弟弟经济条件相对来说会弱一些，我从来没有任何念头说希望姐姐和弟弟分担一些，我作为家中长子，我乐意去承担，这是

为人儿子义不容辞的责任。

听了父亲这些语言，我很清楚地知道，父亲此时与我的谈话，已经不是平常的父亲，父亲此时此刻已经开悟了，虽然短暂，但是在经历与死神搏斗的三个月时间后，居住在父亲身体里的那个心灵苏醒了。

父亲此时此刻的语言，都是在心灵苏醒之后，心灵清晰地关照自己，周围环境发出的语言。

父亲是如此平静，从容，一改往日狂躁的心情，父亲继续说：“你要把你妈妈照顾好，我这一辈子，最对不起的是你妈妈。”

这句话，依照父亲的性格，平时是不可能说出口的，因为父亲属于超级大男子主义，几十年以来，一直都在欺负妈妈，根本就没有妈妈发表任何意见的机会。

第一次，父亲表现出对妈妈的公正，我知道，这时的父亲正处于开悟状态。

这里需要多说几句，很多人有种误会，以为智慧、宁静、从容、慈悲等品质是开悟的

特征，其实不然，开悟本身没有任何特性，这些东西如慈悲、爱、宁静等还是属于大脑层面，只是人一旦开悟后，在开悟的关照下，我们的身体，我们的精神会表现得更好而已。

我仿佛强调：开悟就是当下的觉知和关照而已。

开悟就像一面镜子，当我们的身体来到镜子面前，看到脸上脏兮兮，我们自然会去洗脸，当我们的思维来到镜子面前，看到自己的思想狭隘，自然会嘲笑自己一样。

开悟就是那个质检员，时刻检阅我们的身体，我们的精神，从而会让我的身体和精神呈现出更好品质。

我和父亲的对话大约半个小时，之后父亲再次陷入昏迷，直到离开这个世界。

一个即将离开的人就是一个彻底解脱的人，因为他是真的知道，很多东西他再也抓不住了，在他意识到他什么东西都抓不住的时候，一定有某一个时刻来临，那个时刻就是他真正开悟的时刻。

我说过人的一生都会有机会开会，只是时间早晚

的问题，所谓大师，佛陀只是他们停留在开悟的状态时间比凡人要久一些，无他。

“我说过人的一生都会有机会开会”应该改为“我说过人的一生都会有机会开悟”

请仔细阅读这段话“这里需要多说几句，很多人有种误会，以为智慧、宁静、从容、慈悲等品质是开悟的特征，其实不然，开悟本身没有任何特性，这些东西如慈悲、爱、宁静等还是属于大脑层面，只是人一旦开悟后，在开悟的关照下，我们的身体，我们的精神会表现得更好而已。

我仿佛强调：开悟就是当下的觉知和关照而已。

开悟就像一面镜子，当我们的身体来到镜子面前，看到脸上脏兮兮，我们自然会去洗脸，当我们的思维来到镜子面前，看到自己的思想狭隘，自然会嘲笑自己一样。

开悟就是那个质检员，时刻检阅我们的身体，我们的精神，从而会让我的身体和精神呈现出更好品质。”

这段话是重中之重，也是所有的核心所在。能理解这段话，你离开悟不远了。

我必须得承认，

你这样说有部分正确的成分

每一个修行的人都走在不同的路上，

因此每一个人路上的风景会不一样

然而

开悟是每一个修行人的必经之路，

是一个每个修行人中途聚集的一个客栈

这个客栈是一样的

没有不同

至于开悟之后，

大家还能走到哪里

后面还有怎样的风景

我不知道

我只说我知道的

我只说我体验到的

@润丰 abc 2016-03-26 19:09:17

不在于外，尽在其心，开悟就是自己内心真正领悟，每个人都有不同的领悟，这个话题不太好说，只有自己理解才是自己的开悟

---

我必须得承认，

你这样说有部分正确的成分

每一个修行的人都走在不同的路上，

因此每一个人路上的风景会不一样

然而

开悟是每一个修行人的必经之路，

是一个每个修行人中途聚集的一个客栈

这个客栈是一样的

没有不同

至于开悟之后，

大家还能走到哪里

后面还有怎样的风景

我不知道

我只说我知道的



我只说我体验到的

我不是唯物主义，也不是唯心主义，我坚持分享我自己亲眼所见、亲耳所听，亲身体验的东西。

其实在这次对话之前，我早已经确切了解到人类的确是除了身体和精神之外，还有第三样东西的存在，有些人称之为灵魂，人的身体只是一个房子，父亲的身体早已经千苍百孔，他的灵魂离开自己这座危房也是情理之中的事情。

@润丰 abc 2016-03-26 19:35:37

看到 13 楼时，发现楼主与十八子李，多多少少有点火药味道。原谅我的冒昧，同时原谅我的错误：每个人都有自己的想法与做法，有时不一定非得要说出来，当把自己想法与做法表现出来时或许就是一个错误。

---

我觉得您的想法和做法很美

另外一种方式

与您的想法不一样的方式也很美

分享何尝不美呢？

@闲话吹灯 2016-03-26 19:50:33

开悟就像压死骆驼的最后一根稻草，愚蠢的人只看到最后一根稻草压倒了骆驼，他没有看到之前大量的功德的积累，修持的艰辛。

腹中空空，却虚谈什么开悟，梦耶？醒耶？

---

亲爱的您就在梦中，

那个客栈离您还非常遥远。

不是舍弃，而是忘记，干净彻底忘记

@心灵不孤独 2016-03-25 14:24:10

“没有觉知者但觉知正在进行，没有观察者但观察在发生”这就是开悟状态

---

@不笑不行阿 2016-03-25 15:56:00

无相

---

@心灵不孤独 2016-03-26 12:31:02

不同的表达方式而已，我必须坚持用自己的语言

---

@spa8907 2016-03-26 21:09:14

支持你“坚持用自己的语言”继续表述!!

---

亲爱的，这句话是借用的，天下万物皆可为我所用，

有些已经到过心灵客栈的人，也会写一些客栈见闻，如果我觉得写得好，我也会借用几句

对于开悟状态的心灵我，还有一种非常方面的理解方式：那就是心灵我其实就是一个隐形人，一个透明人，他每时每刻都在跟随身体我，精神我，只是身体我，精神我没有察觉而已。

当下觉察即可顿悟，便完成了跳跃。

@闲话吹灯 2016-03-27 11:30:34

像楼主这样的，开悟不见得，但是离着魔不远了。真正开悟了是不能说的，自己心里明白就行了，还要保任，就是这种境界不要丢失，要巩固加强。

另外，悟也分大悟、小悟、领悟、彻悟，不知道

楼主悟了个什么东西。但肯定不是大悟彻悟，也不会是理悟、事悟，顶多是对人事的领悟。或者是内心的和心里加上肉体的偶然喜乐。离大彻大悟远矣！

修行之前是助行，包括持戒、做善事功德，有人把这个看轻了，其实助行是最重要的。没有助行，就没有正行。有了助行才能发起正行，初步的第一步就是轻安，不但内心清净安乐，身体上走路轻飘飘的，舒服无比，身体好像鸿毛，轻灵无比。请问楼主，你轻安了吗？？？!!!

-----

我始终没有见到第三你在说话，你可以再抄十万字的佛经，那依然还不是第三个你，只是第二个头脑的你，与第三个自己相遇最大的障碍正是顽固的大脑，大脑不死，心灵不现。

所有的大师，所有的经书都仅仅是牵牛的绳子，而不是牛本身，然后 99.999% 的修行人，手里捧着一大堆绳子，以为那就是一头牛，而且还特别喜欢拿着自己手里的绳子去做标准，不符合他手里绳子标准的

一概否定。哈哈，可笑极了！

第四章：开悟就是找到第三个“我”在哪里？

开悟一直都被无数修行人当做最高的成就，并且将开悟赋予了无数多神奇的特性，仿佛一个人一旦开悟，便能眼观六路耳听八方，便能够上看一千年，下看一千年。

其实不然，开悟其实什么也没有，开悟最终的结果只为寻找那个一直跟随我们的透明人、隐形人而已。

人一直都是由三个“我”组成，身体我，大脑我和心灵我。

身体我很容易找，因为看得见摸得着，这个人长的帅不帅，身材好不好，身体是不是很健康，一看便知，因此绝大多数世人都把时间花在喂养身体我上面，吃喝拉撒成了他们一生最主要的追求。

大脑我也很容易感知，我们学习、我们讨论，我们思考、我们辩论、我们高兴、我们生气，都是很容易被感知的，那个念头在头脑中升起，我们很容易抓住。因此一部分人在满足物质需求后，开始追求精神

的升华。

唯独第三个我很难找到。

何也？

因为第三个我——心灵我是透明的，是隐形的。

佛曰：无我相，无人相，无众生相，无寿者相，即为是也。

佛又曰：一切有为法，如梦幻泡影，如雾亦如电，应作如是观。

此两句，不知难住了多少修行人，苦苦修行，苦苦参悟，最终不得要领。

绕来绕去，始终停留在大脑层次的理解，以为通过大脑的理解，便可以参透其中奥秘，其实这样越努力，越迷失。

因为心灵是没有大脑的状态，企图通过思考、通过比较、通过分析、通过讨论、通过记忆、通过背诵、通过熟读经典，就觉得自己可以找到心灵我，恰恰是努力的方向错了，大脑越努力，最后越纠结，因为大脑如何做到“无我相，无人相，无众生相，无寿者相”，

大脑只要一动，就是“有我相，有人相，有众生相，有寿者相”，这样不就是走进了死胡同吗，心灵要的是“无”，但是大脑一运作就是“有”，如何破解这个难题，根本无解。

放弃一切大脑的努力，立即杀死大脑，心灵马上就呈现出来。

问题是如何杀死大脑呢？

如何达到没有大脑的状态呢？

禅宗大师们最喜欢的两种游戏就是：第一，制造混乱，制造不合逻辑的情景。

因为大脑能够理解符合逻辑的事情，不符合逻辑的事情，大脑就会短路，大脑就会死机，在大脑短路和时机的那一瞬间，大脑就暂时休眠了，心灵就可能会出现。

禅宗大师喜欢玩的第二种游戏就是当头喝棒，在弟子们完全没有预兆的情况下，突然之间做出荒唐的举动，大脑来不及反应，猝不及防，此时大脑也会死机。与第一种游戏效果一样。

我们不妨看一则禅宗公案：

马祖禅师到怀让禅师那儿学道，每天都坐禅，而且很用功。有一次怀让禅师问马祖：“你坐禅是为了什么？”马祖说：“为了成佛呀！”

怀让就拿了一块砖磨了起来，马祖觉得很奇怪，问他磨砖做什么？怀让说：“把它磨成镜子。”马祖很是疑惑，说：“磨砖怎能磨成镜子呢？”

怀让答：“磨砖既不成镜，坐禅又怎么成得了佛呢？”

本文由公众号[老庄日记]整理编辑发布，  
更多免费好文好书分享，请微信搜索关注

你看，这就是师傅在制造一个荒唐的情景，让徒弟看到完全不合逻辑的地方，从而让徒弟有机会放弃大脑，那怕只有一秒钟。

成佛也好，开悟也好，不在于坐。在于能否放弃大脑，没有执着、没有挂碍，不在于坐的姿势好不好、坐得久不久、腿痛不痛，这是毫不相关的。

如果像马祖那样不断地打坐，马祖可能成不了马祖，也开不了悟。一旦他明白砖头磨不成镜子，打坐也成不了佛，对打坐的执着就放下了。



第三个我很难直接描绘，但不是不能描绘，打比方、象征、类比、讲故事等都是非常好的方法。

一旦找到第三个我，其实会让人很失望，如果之前怀有很高的期待，一定会失望。

第三个我是透明的，无色无味、无形无影，没有任何特异功能。

第三个我只是当下的“不观照的观照，不观察的观察”，因为第三个我的苏醒，就像一个严格的质检员，认真观照每一句说出口的话，每一个闪过头脑的念头，从而赋予了我们说出去的话和头脑中出现的思维不同的品质而已。

也就是第三个我的苏醒，在客观上能够让第一个我——物质我，第二个我——精神我表现得更好，而这里的难点在于：第三个我并不提出任何改正的建议，他只是一束光，三百六十度照亮思维的误区和思维的狭隘，从而让思维自己去做调整而已。

第三个我只是一面一尘不染的镜子而已，他很安静，只是当下反应和观照，无他。

@闲话吹灯 2016-03-28 09:44:28

楼主在这里故弄玄虚，山吹海哨。

开悟是必须有绳子做标准的，古代大德开悟都是要经过师傅严格认证的，正所谓扣三关，要反复的验证，在你眼里开悟没有什么标准、尺寸，随自己怎么说都行吗！

另外，参禅打坐就能开悟吗？开悟是需要修持的，按照佛教的方法，就是持戒、修持功德，做善事呀。古代大师怎么开悟，持戒做苦工，去看看六祖传以及这些大师的传记，那个不是持戒、吃苦磨练出来的。

另外，开悟之后是不允许.....

---

亲爱的，你好多规矩啊，好多条条框框啊

亲爱的，你好多师傅啊，好多过程啊

亲爱的，你好多情绪呀，好多脏话啊

亲爱的，你好辛苦啊

第三个我只是当下的“不观照的观照，不观察的观察”，因为第三个我的苏醒，就像一个严格的质检员，

认真观照每一句说出口的话，每一个闪过头脑的念头，从而赋予了我们说出去的话和头脑中出现的思维不同的品质而已。

心灵是没有大脑的状态，企图通过思考、通过比较、通过分析、通过讨论、通过记忆、通过背诵、通过熟读经典，就觉得自己可以找到心灵我，恰恰是努力的方向错了，大脑越努力，最后越纠结，因为大脑如何做到“无我相，无人相，无众生相，无寿者相”，大脑只要一动，就是“有我相，有人相，有众生相，有寿者相”，这样不就是走进了死胡同吗，心灵要的是“无”，但是大脑一运作就是“有”，如何破解这个难题，根本无解。

作者：润丰 abc 时间：2016-03-26 19:35:37

看到 13 楼时，发现楼主与十八子李，多多少少有点火药味道。原谅我的冒昧，同时原谅我的错误：每个人都有自己的想法与做法，有时不一定非得要说出来，当把自己想法与做法表现出来时或许就是一个错误。

---

@十八子李 2016-03-28 12:25:08

理越辩越明，辨明道路，才可以循道而往。道法三千，佛门八万四千法，修行路径不同，结果也不同。你要度世，我要度人，他要度己，结果都是看破某种因由，得到不同证果。

我之所以和楼主交流，乃是想看见大千。这是交流，不是一边倒的争论。

-----

赞同，在我这里，一直都没有争论，只有寻找，

我看找不同的观点在我眼前飞舞

看着他们是从哪里飞出来的

然后又消失在哪里

这个过程其实很有意义

我也特别欢迎，持有不同观点的人

世界需要不同

只要不像上面“@闲话吹灯”这位老兄，带有太多情绪，太多脏话

任何不同都值得尊重。

@archangel\_s 2016-03-25 22:14:15

所谓四禅八定，五眼六通。观止就是禅定。

向修炼人致敬！

多积德，勤修炼，永不再入轮回！

---

@心灵不孤独 2016-03-26 12:39:51

更正一下，正确的表达是我不知道人有没有轮回，  
笔误，见凉

---

@ren398540882 2016-03-28 13:14:23

楼主，你一方面宣布你已经开悟，一方面不知道人有没有轮回，这本身就是矛盾的吧。徒弟问百丈死后去哪里，百丈说，我知道我去哪里，你知道吗？这说明开悟之人在这点上是不糊涂的。

---

开悟之后，其实没有任何神通

只是多了一束光而已

只是多了一个“我”而已

百丈说，我知道我去哪里

其实去哪里还重要吗？

肉体会腐烂

精神也会消失

心灵自然会离开

因为身体只是个房子，房子倒塌啦

精神和心灵自然会离开

@闲话吹灯      2016-03-28 09:44:28

楼主在这里故弄玄虚，山吹海哨。

开悟是必须有绳子做标准的，古代大德开悟都是要经过师傅严格认证的，正所谓扣三关，要反复的验证，在你眼里开悟没有什么标准、尺寸，随自己怎么说都行吗！

另外，参禅打坐就能开悟吗？开悟是需要修持的，按照佛教的方法，就是持戒、修持功德，做善事呀。古代大师怎么开悟，持戒做苦工，去看看六祖传以及这些大师的传记，那个不是持戒、吃苦磨练出来的。

另外，开悟之后是不允许.....

---

@ren398540882 2016-03-28 13:28:13

虽然我不知道楼主有没有开悟，但是阁下的论点也不是无懈可击。就禅参打坐来讲，虽有磨镜一说，但是那是跟顿悟比较而言的，没有人断言禅参打坐就不能成就。佛祖开始说他自己就是从禅定入门最后成就大法的，具体参看楞伽经。

我觉得佛教的开悟是一种生命对宇宙的体验，这样的体验就必定包含在日常对诸法接待之中，吃饭喝水，无不包含开悟的境界，只是被根尘污染，凡夫感觉不到吧了。所以，从这个道理上讲，只要方法正.....

---

唯一的区别是：

开悟后，看人生一切犹如梦中，他是一个旁观者而已，处处自由

未开悟者，将人生一切当做真实，他是一个深深陷入其中的人，没有自由

@闲话吹灯 2016-03-28 09:44:28

楼主在这里故弄玄虚，山吹海哨。

开悟是必须有绳子做标准的，古代大德开悟都是要经过师傅严格认证的，正所谓扣三关，要反复的验证，在你眼里开悟没有什么标准、尺寸，随自己怎么说都行吗！

另外，参禅打坐就能开悟吗？开悟是需要修持的，按照佛教的方法，就是持戒、修持功德，做善事呀。古代大师怎么开悟，持戒做苦工，去看看六祖传以及这些大师的传记，那个不是持戒、吃苦磨练出来的。

另外，开悟之后是不允许.....

---

@ren398540882 2016-03-28 13:28:13

虽然我不知道楼主有没有开悟，但是阁下的论点也不是无懈可击。就禅参打坐来讲，虽有磨镜一说，但是那是跟顿悟比较而言的，没有人断言禅参打坐就不能成就。佛祖开始说他自己就是从禅定入门最后成就大法的，具体参看楞伽经。



我觉得佛教的开悟是一种生命对宇宙的体验，这样的体验就必定包含在日常对诸法接待之中，吃饭喝水，无不包含开悟的境界，只是被根尘污染，凡夫感觉不到吧了。所以，从这个道理上讲，只要方法正.....

---

@闲话吹灯 2016-03-28 13:56:32

楼上的，修行中有一句话，不知道你听到没有，修行是以戒为师，以苦为师。再说，六祖大师在寺庙做杂工就是苦行，木讷大师房子拆了盖、盖了拆也是苦行，都是从境中磨练出来的。为啥现代流行净土宗，古大德说现代人心粗境细，另外，净土宗修行简易、不出偏，稳定的很，而且是横超三世，最是对症现代人的。

现代人口头禅行，三吹六哨行，自以为是行。除了这个也行啥都不想干，包括这里的楼主，上来就褒贬祖师大德，你比祖师.....

---

条条道路通罗马，砍柴可以开悟，挑水可以开悟  
打坐可以开悟，睡觉也可以

问题的关键

是否在这个过程中与第三个自己相遇？

一切修行皆是让三个自己各安其所

物质我要富裕

精神我要丰富

心灵我要清澈

——脱离尘世只求心灵我必是剑走偏锋

@闲话吹灯 2016-03-28 09:44:28

楼主在这里故弄玄虚，山吹海哨。

开悟是必须有绳子做标准的，古代大德开悟都是要经过师傅严格认证的，正所谓扣三关，要反复的验证，在你眼里开悟没有什么标准、尺寸，随自己怎么说都行吗！

另外，参禅打坐就能开悟吗？开悟是需要修持的，按照佛教的方法，就是持戒、修持功德，做善事呀。古代大师怎么开悟，持戒做苦工，去看看六祖传以及

这些大师的传记，那个不是持戒、吃苦磨练出来的。

另外，开悟之后是不允许.....

---

@ren398540882 2016-03-28 13:28:13

虽然我不知道楼主有没有开悟，但是阁下的论点也不是无懈可击。就禅参打坐来讲，虽有磨镜一说，但是那是跟顿悟比较而言的，没有人断言禅参打坐就不能成就。佛祖开始说他自己就是从禅定入门最后成就大法的，具体参看楞伽经。

我觉得佛教的开悟是一种生命对宇宙的体验，这样的体验就必定包含在日常对诸法接待之中，吃饭喝水，无不包含开悟的境界，只是被根尘污染，凡夫感觉不到吧了。所以，从这个道理上讲，只要方法正.....

---

@闲话吹灯 2016-03-28 13:56:32

楼上的，修行中有一句话，不知道你听到没有，修行是以戒为师，以苦为师。再说，六祖大师在寺庙

做杂工就是苦行，木讷大师房子拆了盖、盖了拆也是苦行，都是从境中磨练出来的。为啥现代流行净土宗，古大德说现代人心粗境细，另外，净土宗修行简易、不出偏，稳定的很，而且是横超三世，最是对症现代人的。

现代人口头禅行，三吹六哨行，自以为是行。除了这个也行啥都不想干，包括这里的楼主，上来就褒贬祖师大德，你比祖师.....

---

佛法包容万象，咋就不能容忍我等说一两句不一样的话啦？

@ren398540882 2016-03-28 13:51:54

开悟是很简单，只要你的心不受有为境界的污染就行了。问题是你能做到吗？

佛教把思维称作浪识，认为人的意识就想海浪一样绵绵不绝，污染人的清净本性，影响人的佛性显现，人在浪识的控制下绝对不会了解法性。海浪你能断绝，就能开悟，这个叫心不受污染。禅参打坐就是做这件

事，尽管被某些大德嘲笑，但是绝不是无用功。

或者像六祖推崇的那样做到无相无住，浪识也无法影响你，因为你的心无住，不在外不在内，不在.....

---

请仔细领会“没有观察者但观察正在进行，没有观照者但观照正在发生”

这里面就是大家苦苦寻找“断掉海浪”悟境。

佛曰：无我相，无人相，无众生相，无寿者相，即为是也。

佛又曰：一切有为法，如梦幻泡影，如雾亦如电，应作如是观。

此两句，不知难住了多少修行人，苦苦修行，苦苦参悟，最终不得要领。

绕来绕去，始终停留在大脑层次的理解，以为通过大脑的理解，便可以参透其中奥秘，其实这样越努力，越迷失。

大自然最稳定的结构是三角形，人最平衡的发展

是三人行（身体我，大脑我，心灵我），三人手牵手一起往前走，纯粹追求心灵，追求开悟，放弃物质和精神，那也是不可取的

@心灵不孤独 2016-03-25 14:24:10

“没有觉知者但觉知正在进行，没有观察者但观察在发生”这就是开悟状态

---

@生死相伴盛衰循环 2016-03-28 20:58:01

了生死即开悟！哪那么多乱七八糟的，开悟，得道，悟道，开释，知天命，这些说的都是一个意思，就是人类在 哲学 层面对人生，对社会，对世界乃至宇宙的终极认识！你——还在开悟的路上！！！！但是已经有点走火入魔了！！！！

---

又一个被大脑烧坏的人，穷尽全世界所有的大脑也无法认识这个世界，因为大脑就是梦境，在梦中，你觉得一切都是真实的。

你需要一点距离，你首先要觉察到你是一个做梦

的人。

然后才有某种可能。

@一之门 2016-03-28 21:09:44

无中生有

---

亲爱的，不明白我不怪你，

但不要乱说话，因为你正在暴露你的苍白

第六章 大脑的死穴

大约在我 28 岁到 30 岁那几年，对于禅文化特别着迷，遗憾的是，自己根本看不懂，于是乎较上劲了，我根本不相信会有我看不懂得书籍，这一本看不懂就换一本，这位大师写的看不懂就换另一个大师写的，前前后后总共阅读了大约 300 本左右关于禅文化的书籍。

结果是越看越糊涂，越看越不明白。

随便举一个禅宗公案：

司马头陀在 大伪山 找到了一块风水宝地，他想找个有道行的人来开辟道场。于是来到百丈禅师处选

拔人才。待大众聚齐，司马头陀手举净瓶说：“这不是净瓶，谁能说出这是什么？”

在场大众茫然不知所答。

这时，从后面挤上来一个脏兮兮的杂务僧说：“我可以试试吗？”

“可以啊”！司马头陀说。

杂务僧接过净瓶，放地上，猛地飞起一脚，将净瓶踢出墙外。

司马头陀大笑说：“这才是大伪山真正的主人啊！”

请大家说说：司马头陀和杂务僧的奇怪动作，在向对方传递什么信息？其中又暗藏了

什么玄机呢？

如果你看到这个公案，看到上面的提问，于是在大脑里一直思索，寻找答案，那么你就上当了，在大脑层面，你将永远找不到答案。

正如我当年陷入困境一样，对于大师级别的对话或者大师之间发出的奇怪行为，总是企图在大脑层面寻找答案，无异于缘木求鱼，越努力越挫折，因为答



案不在脑袋里。

谜底就是：答案在心灵层面，如果无法跳跃到心灵层面，上面的公案，你一辈子都不可能明白。

对于大脑来说，可以学会逻辑分析、技巧方法等，这些都没有问题，但是对于不符合逻辑的语言和行为，大脑就会疯掉。

而心灵恰恰相反，心灵是没有逻辑的，心灵是一种跳跃，是一种领悟，一种非逻辑。

公案一开始，司马头陀就提出了一个不符合逻辑的问题：“这不是净瓶，这是什么？”

一个不符合逻辑的问题，大脑如何分析，如何能够给出答案，但是司马头陀是一个得道的大师，这一点没有疑问，他是从心灵层面、从本质出发而提出这个问题。

他是一个师傅，但是他需要借由这个非逻辑问题来甄别，面前几百号门徒，究竟哪一个已经完成了跳跃。

绝大多数保持沉默，说明绝大多数还停留在大脑

层面，那个飞跃、那个质变还没有发生。他们依然执着于寻找一个合理的答案，他们依然停留在大脑层面，他们依然没有深度，他们还没有锐变。

一个脏兮兮的杂务僧从后台走出来，在修行的道路上似乎总是这样，越平凡的人实现跳跃越容易。一个毫不起眼的杂务僧他的内在已经突破了，那个质变已经在他的内在发生了，他知道司马头陀的问题是荒谬的、甚至是愚蠢的，根本是没有答案的，既然没有答案，又何必浪费口舌。

于是，他一脚就踢飞了那个净瓶。直接粉碎了大脑的所有执着，当绝大多数门徒在那一霎那间，肯定有一个片刻，这个片刻大脑是不能思考的片刻，如果对于某些已经准备好的门徒来说，这个片刻是千金难买的，只要这个片刻，大脑短路的短暂片刻，那些已经准备好的门徒完全可以借由这个片刻对心灵世界，对自己的核心本质有一个电光火石般的瞥见。

对于司马头陀和杂务僧来说，完全没有问题，他们实现了心灵层面的交流，他们彼此都懂对方。

大师之间的交流都是这样，看似荒唐，实则彼此心心相映。

心灵层面发出的问题，必须由非逻辑方式解决。一个不遵循逻辑出牌的师傅他需要看到一个同样不按逻辑出牌的高徒。

那个问题就是一个阴谋，一个试探，如果你按逻辑出牌，那就证明你还没有锐变，你还在大脑层面思索答案，你就不是他要寻找的人。

心灵层面发出的问题，必须由非逻辑方式解决。一个不遵循逻辑出牌的师傅他需要看到一个同样不按逻辑出牌的高徒。（来自天涯社区微论客户端）

## 第五章 捐出 100 万还要说谢谢

下面是一个非常有趣的故事，但你不一定懂：

有一个得道的大师，因为远近闻名，前来听他布道的信徒络绎不绝，很快，大师的道场就显得非常拥挤，于是，大师计划建造一个大一点的道场。

大师根本没有钱，因为大师并没有把时间和精力放在赚钱上，他的布道是免费的，他生活在智慧里面。

有一个非常富有商人，知道这件事，于是决定捐赠 100 万来帮助大师建成新房子。

富商手里提着 100 万现金准备交给大师。

大师说：“好的，你放下。”

富商把钱给了大师，但是他非常不满意大师的态度，因为他是给了一笔很大数目的钱，整整 100 万，现在一个人全年的生活费都只需要一万元，而大师甚至都没有谢谢他。

“那个袋子里有 100 万。”富商提醒道。

“在此之前你已经告诉过我了。”大师说。

“就算我是一个富有的商人，100 万也算一笔不小的钱。”富商继续说。

“你是不是想要我为此谢谢你？”大师说。

“出于礼貌，你应该谢谢。”富商说。

“为什么我应该感谢你呢？”大师说，“相反，你应该谢谢我。”

富商很生气，觉得大师太怪异，简直不可理喻，同时他觉得自己是个冤大头，自己很傻很天真。

这是什么逻辑？

捐钱的要感谢接受捐赠的，这简直太荒谬了。

大多数人看不懂这个故事，这就对了，生活在大脑层面的人永远无法懂得这个故事深意，因为大脑是狡猾的、是精于算计的，大脑能理解符合逻辑的事情，但是如果某件事不符合逻辑，大脑立刻像白痴一样，立刻短路，因为从任何一个角度来说，都不可能让一个捐出 100 万的富商去感谢一个接受捐赠的人，这完全不符合逻辑。

当代社会是一个充满交易、算计、掠夺的糟糕时代。我们的大脑已经被训练得无比聪明，我们做任何一件事都会在大脑中进行精心算计，算算做某件事的性价比。

慈善活动变成了秀场和生意场；

爱心基金变成了偷税漏税的遮羞布；

美色权利变成了交易的廉价筹码；

还有哪件事不是一场交易呢？

在这个处处都充满交易的年代，几乎所有的关系

都变了味，什么干爹、什么干妈，

什么兄弟、什么同乡，统统围绕着利益在转动。

这一切都是大脑的诡计，故事中的富商一直在算计，100万的投入可以为自己赢得多少美誉，可以为自己树立一个多么崇高的形象，但是大师甚至连一声谢谢都没有，这太无理了，这对富商来说，对一个精明的大脑来说简直不可理喻。

但是大师是完全脱离大脑的，他生活在心灵世界中，他没有算计，他没有期待，在他的世界里没有交易，他所有的布道全是免费的，他只有一颗救世度人的慈悲心，他希望建一个更大的道场，他纯粹是希望有更多的人得到感召，得到救赎，他不需要任何回报，他时时刻刻都在感谢那些远道而来的客人，他感谢他们对自己的信任，他感谢他们对真理的追求和对真理的敬重。

大师生活在一个洋溢的世界中，他的心灵是如此清澈，因而他的智慧是如此丰富，他需要不停地分享和给与，他不得不去分享，他不得不去给与，分享得

越多，给与的越多，他的心灵就愈加清澈透明。

他就好像一座深不见底古井，如果没有人源源不断地把井水打走，全新的井水就无法涌进来，当有越来越多人到他这口古井打水，他的井水就会更加清凉，干净。他将焕发更加强大的活力，他将时时刻刻都生活在鲜活中，因此大师需要感谢那些前来不断取水的人。

大师在不断给予，但是无时无刻都心怀感激，感谢那些前来接受洗礼的人，感谢那些信任自己并一直陪伴他的人。因为他们的存在，他的生命才如此洋溢、他的生命才如此鲜活。

大师一直都在感谢那些前来接受布道的人。

因此大师说：“你应该谢谢我。”

显然，富商不明白大师的意思，一个大脑世界的人和一个人灵世界人站在一起，根本无法对话，因为大脑和心灵完全是一个不同的世界。

大脑是索取的，心灵则观照出奉献的一面

大脑是算计的，心灵则观照出分享的一面

大脑是精明的，心灵则观照出天真的一面

大脑是复杂的，心灵则观照出简单的一面

大脑是浑浊的，心灵是清澈的

。。。。。。

当大师说：“你应该谢谢我。”大师是站在自己的角度，是站在心灵层次的角度说这句话的，因此他不需要对富商说谢谢，相反富商需要对大师说一声谢谢。

没错，富商的确需要感谢大师。

因为大师的缘故，他的 100 万建成了一个更大的道场，将有更多的人收益，大师完成富商功德的传递，在这件事上，大师只是一个媒介，大师只是一个桥梁，富商通过大师完成了自己无上功德的奉献。

而且因为大师的接受，这样就完成了富商生命的真正流动，富商不再是一个守财奴，他的生命也开始流动了，而流动恰恰是生命的真正意义所在。

因此给予者应该感谢，感谢那些接受馈赠的人。

有一次，夫人在整理衣服时，发现很多旧衣服，无论质量、款式、做工等都不错，但是衣柜已经无法



装下那么多，男人们要清楚，女人的衣柜总是嫌小，夫人的衣服已经塞满了整个衣柜，需要清理，但是这么多还算不错的旧衣服如何处理呢？

夫人一直纠结这个事，送给别人吧，觉得很难为情，毕竟是自己穿过的衣服；但是扔掉吧，心里又觉得十分可惜，女人就是这样的动物，衣柜里永远都缺一件衣服，但是旧衣服又从来都舍不得扔掉。

送给别人，担心伤害别人，于是很纠结。

不久，老家来了两个亲戚，闲聊中间，夫人拿出她的收藏，她小心翼翼地试探，拿出几件衣服给她们试穿，结果她们很喜欢，夫人就顺势送给了她们，她们很高兴，夫人更是高兴，高兴她们能够喜欢，高兴她们能够接受，夫人心中充满了感激。

感激她们没有嫌弃，感激她们能够快乐接受，感谢她们完成了一次生命的传递和流动。

因此馈赠者应该感谢，接受者才是真正的天使。

但是一旦某项馈赠包含了某种期待、同时在给予时一直在期望回报时，这样的给予将一文不值。这样

的给予就是一种侮辱，是一种亵渎，是可不原谅的。

给予就必须是无私的，无所求的，必须是心怀感激的，否则就收起我们那一颗虚伪的面孔，做回一个拥有精明头脑的人。

大多数人看不懂这个故事，这就对了，生活在大脑层面的人永远无法懂得这个故事深意，因为大脑是狡猾的、是精于算计的，大脑能理解符合逻辑的事情，但是如果某件事不符合逻辑，大脑立刻像白痴一样，立刻短路，因为从任何一个角度来说，都不可能让一个捐出 100 万的富商去感谢一个接受捐赠的人，这完全不符合逻辑。

@心灵不孤独 2016-03-25 14:24:10

“没有觉知者但觉知正在进行，没有观察者但观察在发生”这就是开悟状态

---

@生死相伴盛衰循环 2016-03-28 20:58:01

了生死即开悟！哪那么多乱七八糟的，开悟，得道，悟道，开释，知天命，这些说的都是一个意思，

就是人类在 哲学 层面对人生，对社会，对世界乃至宇宙的终极认识！你----还在开悟的路上!!!! 但是已经有点走火入魔了!!!

---

@心灵不孤独 2016-03-29 09:31:37

又一个被大脑烧坏的人，穷尽全世界所有的大脑也无法认识这个世界，因为大脑就是梦境，在梦中，你觉得一切都是真实的。

你需要一点距离，你首先要觉察到你是一个做梦的人。

然后才有某种可能。

---

@生死相伴盛衰循环 2016-03-29 19:14:31

我送你一句直接跟开悟有关的话！----人不疯魔不成佛！你很有成佛的潜质啊！

---

亲爱的，你大脑温度有 45 度了

@生死相伴盛衰循环 2016-03-29 19:37:20

@心灵不孤独

你若是开悟了！有一个人类社会始终存在的问题  
请你回答：人类社会中贫穷与富有的现象你如何解  
释？你若是开悟了，回答这个问题都不会超过十个字！  
所以拜托你不要吧啦吧啦的说一大堆废话!!!

---

佛陀的回答也不会在您的标准答案里，亲，仅从  
头脑的角度您恐怕对财富的理解也非常浮浅。看把您  
急得，孩子！

@一之门 2016-03-29 22:59:04

去一些地方走走，去听一些人说说话，去看看河  
水奔腾，去徜徉市井喧嚣，静静的看，不说话，当夜  
晚来临的时候，我们就安静的睡觉。亲爱的，无论何  
时，记得我们的约定，不要说话

---

你有自由你就解脱，说与不说没有谁可以规定你  
不说的因为语言般若不够

@十八子李 2016-03-30 13:09:03

看天涯论坛帖子《开悟其实很简单》有感

轮回莽莽岂能休？

所谓无求是我求。

若待飞花三月好，

贫僧与尔上青楼。

人活一世，有责任有担当是为修行，有超脱有境界而不脱身于俗世，即是开悟——我奉行的还是先天一气，本来如此。

我本一老龙

偶然入山中

拾得一面镜

照得山河清

开悟本是一戏说

材米油盐真生活

遁入深山远红尘

不是超脱是着魔

第七章 如何观察一只杯子由你的深度决定

微信公众号 老庄日记整理发布

分享免费，请勿买卖



微信扫码关注

更多高价值好文分享

某天下午，与几位老友喝茶，面前放着一只青花器茶杯，所谓老友就是小区里上了年纪的几个老大哥，他们退休后闲暇时间最爱到我办公室喝上几杯，而且每次来都喜欢带上几本国学或者佛学方面的经典，与我一起探讨。

无论他们带多少本国学巨著抑或带上多么经典的佛学经书，也不管他们有多大年纪，在我看来，他们还基本上不入门。因为一个有悟性的人，一个受到国学、佛学浸染的人，一举一动、一言一行都会表现出与众不同的端倪，一个真正有深度的人是根本藏不住的。这与他们的年龄和手中的书毫无关系。

况且佛学经典根本不是用来读的，读佛经完全是扯蛋，所有的佛学经典是一种体验科学，需要体验、感悟和升华，是需要用“悟”去感受的。越是依赖大脑，离佛经越远，佛学不是来自大脑，而是来自心灵层面，用大脑去读心灵层面的智慧，这本身就是一个笑话。

歌后王菲经常换老公，世人各有评说，但是其中

有一个人，评价最为深刻，就是的陈道明，他说过一句话：“王菲过去所经历的每一个男人，最多停留在精神层面，没有一个达到心灵层面，但是王菲已经是一个处于心灵层面的人，于是内在的渴望迫使她去不停寻找那个可以和他匹配的男人。”

不用说陈道明绝对是一个有深度的男人，因为只有一个老子一样的人物才可以读懂老子。

两位老大哥开始向我推荐国学经典和佛学，并不停背诵其中经典的句子，我礼貌地点点头，我看到了某种可爱，同时也看到了某种虚荣，为了让他们安静下来，我开玩笑问：“两位老哥，仔细看看你们面前的茶杯，你们看到了什么？”

一个说：“茶杯不错，花纹很别致，做工精细，属于上等茶杯。”

另一个说：“这个茶杯颜色饱满，用材考究，用来泡茶，味道纯正。”

还有吗？我继续问，虽然两位大哥继续补充了一些，但基本上停留在上面层次。

一个茶杯，不同深度的人来观察，观察到的结果会相差非常遥远。

首先说花纹，上等茶杯的花纹必定是经过大师级的人经过精心描绘而成，大师出品必是精品，大师在描绘花纹的过程，不仅注意力高度集中，而且会充分投入了他的情感和灵魂，一个大师绝不会允许自己手下的作品粗制滥造，好比一个优秀的歌唱家，唱歌不仅不能跑调，最为关键的是歌声中必定饱含情感和人生的领悟，听者才会心有戚戚。

一个饱含了大师心血和情感的花纹，虽然静静地刻在杯子上，没有一颗敏锐的心是无论如何也感受不到的。

再说烧制杯子的经过，一只小小的茶杯，如果是纯手工制作，必是经过能工巧匠的精心打磨，反复烧制而成，大家都知道，茶杯的烧制过程不可能一次成型，需要反复烧制，在烧制的过程中，每时每刻都需要小心翼翼，犹如看护一个襁褓中婴儿，不得有丝毫的大意，从这个方面说，一个茶杯又融入了更多能人



的精魂。

最后说说制作这杯子的材料。

一个好的茶杯，选材非常考究，需从天地间去精挑细选，然后反复搅拌、揉搓，谁也不知道这块从天地间攫取的材料，已经存在了多少年，或许与地球同岁，这样，这块材料毫无疑问必定承载了日月星辰的灵气，人类历史的兴衰更替。

这就是真理，当真理说出口的那一刹那，几乎所有的人都会立即感觉到。

因此，我说面前的茶杯是一个有生命的精灵。

两位老大哥终于安静下来。

地球上的人是分层次的，从来没有往深处探索的人，不可能有深度，有的人活一辈子活的非常表浅，就像看一只杯子，怎么看都只能看到外在的表象。

活在物质层面的人最可怜，一生劳碌；

活在精神层面的人最折腾，一生困惑；

唯有升华到心灵层面的人，才可以找到生命的真谛：安详、宁静，淡定、满足、喜乐。

@闲话吹灯 2016-03-30 16:54:10

请问，学佛最基础的事情是什么？

答曰：是持戒。

当年佛陀灭度之前，阿难请问后世修行的依靠什么，佛陀开示，就是要以戒为师。观察一个人是不是佛弟子，是不是开悟，你要看看他是否严持戒律。

什么是学佛的人，学佛的人就是要持戒律，否则，在喜欢佛、在崇敬佛教，你也是只有一颗向善之心，你没有真正的踏入佛门。我们现在很多人夸夸其谈，一问连皈依都没做，更不要提持戒律了。

楼主，你皈依、持戒了吗？

---

佛学的确博大精深，这一点毫无疑问

佛学也是最开放、最具包容性的，这一点也毫无疑问

但是，你若要我带着头盔、穿着盔甲、涂上迷彩

套上链子、锁在笼子里

去参佛，门都没有！

@闲话吹灯 2016-03-30 17:08:50

就楼主这个样子的，南怀瑾大师在他的著作中早有预言，在怀瑾公时代还有狂禅、枯禅一流，为什么，狂禅枯禅都是修持出来，有功夫出来的，只不过是修行到了一定的层次走偏了路。像楼主这样的，连狂禅末流都不如。光在那里耍嘴皮子，一点用也没有。

来了事了，什么都垮了，这样说也不对，一点功夫没有垮个屁呀!!!

借助佛教名相，夸夸其谈，我劝楼主多看看书！认准了路数，好好修持，我们彼此共勉。

---

请问你走到哪里啦？

@闲话吹灯 2016-03-30 17:16:56

以参禅一路来说，比如参话头，为什么要这么做，就是要拴住心缘锁住驿马，

像楼主说的：“但是，你若要我带着头盔、穿着盔甲、涂上迷彩

套上链子、锁在笼子里，去参佛，门都没有！”

请问，你连前五识及第六意识都降伏不住，怎么伏诛第七识，怎么认识第八识阿赖耶识？

你以为开悟是玩呢？这是有严格程序的。听你的话头，完全是一个门外汉。

为什么要参禅修持，继而达到开悟呀，这和佛教关于人的意识层次.....

---

亲爱的，迷路没有？

要把事情弄复杂，我可以把一个杯子写出 10 万字

@闲话吹灯 2016-03-30 17:29:12

我路数认得很清楚，起码比你清楚。我 20 多年前最开始接触的就是禅宗，看的第一本佛学著作叫做《禅海蠡测》。

---

学佛一年，佛在眼前，学佛三年，佛在天边。请问，亲爱的，我们还看得见你吗

第八章 大脑如何装下整个宇宙

有一个大学教授去请教一位高僧：“什么是道？”

高僧没有直接作答，只是将教授带到屋后的百花园中，当教授再次问：“请问高僧，道是什么？”时，高僧立即打断教授的话：“别说话，请享受这里的百花香，你闻到花香了吗？”

教授深深呼吸一口气，然后说：“好香。”

高僧：“这就是道，关于道，我没有更多可说的了。”

那个教授呆在那里，比以前更加困惑了。

事情就是这样，一个教授带着满脑袋的知识去请教高僧，他企图获得某些概念上、知识上的认知，但是这与道完全就是风马牛不相及的事情，知识越多的人，离道越远，头脑越聪明的人，知识越渊博的人离道越远。

教授是一个完全活在大脑层面的人，而高僧则是生活在另一个世界中：心灵世界。

两个不同世界的人其实很难对话，“道”是没有头脑的一种状况，道是一种体验、一种实证，没有时间、没有空间概念的存在感。是一种一个片刻接着一个片刻的存在的状态。大脑如何去理解，大脑无法理解这

种状态，大脑需要一个概念，需要一个定义、需要一个记忆，离开概念，离开记忆，大脑就会发疯。

道和大脑生来就是势不两立的冤家。

道不可言说，只可以启发，只可以意味，但是究竟什么样的人可以被启发呢？什么样的人才能被点亮呢？

那些完全抛弃大脑的人才可以被启发，才可以被点亮。

问题的难点在于：我们从来没有尝试过，过一种完全没有思考活动的生活，头脑中没有任何念头，没有任何努力的状态。我们已经习惯于依赖大脑，没有大脑，我们甚至不知道下一步该干嘛？

我们不知道往哪里走，因为我们已经习惯做大脑的奴隶，我们采取的每一个行动，说的每一句话，都要经过大脑的处理。

否则，我们要去哪里，我们该怎样表达？

完全放弃大脑几乎不可想象。

然而，道也好，存在也好，真我也好，心灵也好

恰恰是没有大脑的状态，这样一件极简单的事情，因为大脑的干扰变得极为复杂和困难，好像没有谁可以完全脱离大脑而存在。

我们照样来看一个很美的故事：

有一天，亚里斯多德正在海边散步，他看到一个人拿着一支汤匙在舀海水，舀到他在海堤边挖好的一个洞。

亚里斯多德因为有自己的问题要操心，他一边思考，一边沿着海边散步，他一步一步走向那个怪人。

那个奇怪的人一直都非常聚精会神，这让亚里斯多德产生了很大的好奇心：“他在做什么啊？”

他无法克制住自己的好奇心，但是那个怪人依然那么聚精会神，完全没有注意到他的到来。

怪人又他走到海边去，舀满一汤匙的海水，再带着海水到堤防边，把它灌入洞中，然后再走到海边去……，如此不知疲倦地往返。

最后，亚里斯多德不得不说：“等一下！这位老先生，我并不想打扰你，但是您在做什么啊？您这样做

真的让我感到非常迷惑。”

那个怪人说：“你没看见吗，我正打算用整个大海中的水来填满那个海堤坝边上的洞。”

学富五车、才高八斗的亚里斯多德实在忍不住，终于笑了出来，他说：“你真是个笨蛋，这怎么可能呢？你没看见整个海洋有多么的广大，而你那个洞是多么渺小，你居然想得出来，你要用一支汤匙把整个海洋舀到这个洞？你简直疯了，你这样只是在浪费生命！你是个疯子，赶快回家休息去吧！”

令亚里士多德发狂的事情发生了，那个怪人，笑得比亚里斯多德还要大声，还说：“你说得没错，我要回家了，因为我的工作已经完成了。”

亚里斯多德说：“你这话是什么意思？，你已经完成了你的工作？”

怪人说：“尊敬的大哲学家，你可知道，你一直在做和我一样愚蠢的事情，甚至比我还愚蠢。你现在就看看你的头，看看你的大脑，他是不是它比我的那个洞还小很多呢。我愚蠢到要将整个大海都装到我的那



个小洞里，而你，聪明的大哲学家，你看看整个宇宙，整个存在，它是不是比海洋还要辽阔，而你，居然企图将他们装到你的大脑中。”

那个怪人放肆大笑，而且越笑越大声，而那个哲学家，那个亚里斯多德却早已经傻在那里，完全忘记了自己刚才大脑还在不停思索的问题。

在一个真人面前，博学的哲学家一直都是个笑话，大脑如何装得下整个宇宙？

因为这个问题在哲学家看来简直就是无稽之谈，荒谬透顶，根本就是浪费时间考虑这个问题。

哲学家一直都某个狭隘领域里的偏执狂，但是他们却又特别喜欢装得什么都懂，这样就很麻烦。

大脑如何装下整个宇宙，在哲学范围内，哲学家会被这个问题折磨到死，然而换一个角度，答案如此简单。

好比曾经有一个云游和尚，面对大家夸下海口，他说：“三天之内，我有能力让村前的那座大山走到我的面前来。”

三天之后，奇迹没有出现，而这个云游和尚直接走到大山面前，大声说“既然山不过来，那我就过去，这样大山还不是一样在我眼前吗？”

心灵是灵活的，大脑是僵硬的，心灵的选择是无限的，大脑的选择非常局限，大脑的选择永远超不出大脑的储存。

大脑如何装下整个宇宙，我们需要换一种模式，换一种看问题的角度。

就好像另一个问题：我们到达月球最快的方式是什么？

答案是：闭上眼睛，意念一动立刻到达，比光速还快。

闭上眼睛，大脑一瞬间就可以装下整个宇宙了。

问题的难点在于：我们从来没有尝试过，过一种完全没有思考活动的生活，头脑中没有任何念头，没有任何努力的状态。我们已经习惯于依赖大脑，没有大脑，我们甚至不知道下一步该干嘛？

我们不知道往哪里走，因为我们已经习惯做大脑

的奴隶，我们采取的每一个行动，说的每一句话，都要经过大脑的处理。

否则，我们要去哪里，我们该怎样表达？

完全放弃大脑几乎不可想象。

道也好，存在也好，真我也好，心灵也好恰恰是没有大脑的状态，这样一件极简单的事情，因为大脑的干扰变得极为复杂和困难，好像没有谁可以完全脱离大脑而存在。

@心灵不孤独 2016-03-30 17:28:04

要把事情弄复杂，我可以把一个杯子写出 10 万字

---

@生死相伴盛衰循环 2016-03-30 23:04:44

楼主！你先别忙着写 10 万字了！我求你给我写的 10 个字你还没回我呢！

---

人类社会中贫穷与富有的现象你如何解释？

还有我们从哪里来？

我们到哪里去？

宇宙有没有边界？

人生有没有轮回？

我们可不可以回到未来或者过去？

英雄能不能改变历史？

古老文明是否存在？

宇宙中是否有外星文明？

我的答案都是：由梦境材料组成的元素，一切皆有可能。

在另一个层面，哪来的贫穷，哪来的富贵？

如果你乘火车旅行，只要向四周看一看，你就可以判断谁没有买票，因为他不停地担心查票员——反效定律。他看起来很害怕，他看起来很担心。每当有人进入车厢，他就被惊动。你可以很简单地看出来谁没有买票。

@闲话吹灯 2016-03-31 20:21:36

楼主整的这个东西呀，说起来跟佛教根本就不沾边。佛教有佛教的方法，你所谓的开悟恐怕连你自己都无所谓。

一个不懂佛法为何物的人，玩弄佛教的名词，干着和佛法不着边、不着调的事。弄出的这些破烂东西，沉浸自己的胡编乱造的呓语之中，自己被自己神经病式的感动着，呵呵，纯傻比!!!

还有最大的问题是楼主的无知愚蠢不可怕，可怕的是，眼高手低，自以为是，以粪为旃檀，无知当有趣，愚蠢且自得!!!

.....

---

苏东坡与僧人佛印是好朋友，一天，苏东坡对佛印说：“以大师慧眼看来，吾乃何物？”佛印说：“贫僧眼中，施主乃我佛如来金身。”苏东坡听朋友说自己是佛，自然很高兴。可他见佛印胖胖堆堆，却想打趣他一下，笑曰：“然以吾观之，大师乃牛屎一堆。”佛印听苏东坡说自己是“牛屎一堆”，并未感到不快，只是说：“佛由心生，心中有佛，所见万物皆是佛；心中是牛屎，所见皆化为牛屎。”

@闲话吹灯 2016-03-31 20:25:11

跟一个蠢比辩论，是有一个古老的定律。那就是蠢比先把你拉到他的智商程度，所以，你试图说服一个傻比的时候，你是不会成功的！蠢比他是听不懂人话。

而且楼主还有抑郁症、精神病的潜质，建议定期服药。

---

你的表现在我看来很美，因为是如此真实。

谢谢你的如此地坚持不懈，

@闲话吹灯 2016-03-31 20:21:36

楼主整的这个东西呀，说起来跟佛教根本就不沾边。佛教有佛教的方法，你所谓的开悟恐怕连你自己都不知所谓。

一个不懂佛法为何物的人，玩弄佛教的名词，干着和佛法不着边、不着调的事。弄出的这些破烂东西，沉浸自己的胡编乱造的呓语之中，自己被自己神经病式的感动着，呵呵，纯傻比!!!

还有最大的问题是楼主的无知愚蠢不可怕，可怕

的是，眼高手低，自以为是，以粪为旃檀，无知当有趣，愚蠢且自得!!!

.....

-----  
佛一直都是我用过的牙签，手纸而已，亲爱的  
您的 20 多年佛学功底，我已经看得很清楚了

汉字中脏字不多

不过您都装在您那满脑佛学的大脑里了

在这点上，您无疑是很成功的

不过，您看起来非常可爱

我爱您，亲爱的

@闲话吹灯 2016-03-31 20:42:28

这种人爱钻牛角尖，自私自狂，自以为是，绝对不会听别人的劝告，而且现实中全是手高眼低、事业失败、人际关系糟糕的人，因为这种人执着固执，不能从善如流。

脑袋塞似花岗岩，

肚里空空夸夸谈。

胡言乱语恋为真，  
一事无成纯自淫。  
尘世万千迷且惑，  
落叶飘飘不摸根。  
狗吡衅吠全放屁，  
傻比呼呼不可闻。

---

还会写诗!!

呵呵，

除掉脏话

你应该是个好诗人

说不定还可以拿诺贝尔文学奖

继续，加油

拿个佛学牛角尖诺贝尔奖状也不错

本帖中所有的文章所要表达的是我们人类除了身体我，精神我之外，还有第三个我：心灵我的存在。

与其他任何哲学、宗教信仰等无关。

且本帖并不适合所有人看，



只适合少数人

有不少带着愤怒、仇恨阅读本帖的人

本人只是善意提醒

别自己把自己的内裤脱光了

也许你自己觉得你的裸体很美

但是

孔雀的腩，大多数人还是看不出美丽所在

@心灵不孤独 2016-03-26 08:35:52

一个不读经的人比读经的人更容易开悟，因为大  
脑的垃圾要少得多

---

@悬壶医心 2016-04-01 11:23:56

明白人

---

你懂，一切安好

人活到最好，就是做减法

减到极致最好

第九章 开悟常在绝境处

一万个人就有一万条通往开悟的道路，开悟好比一个圆的中心，从四面八方任何一个点开始，只要朝圆点开始前进，都可以到达这个圆点。

能够最终到达圆点的人无疑都是他所在领域里最顶尖的高手。

卖油翁可以成为开悟者，当他离地三尺，将油准确无误地滴入地面一个瓶口很少的瓶子里，而且一滴不漏，那一刻，他就是一个开悟者；

伯昏无人站在悬崖边，而且半只脚悬在半空，准确无误地射中百米开外的铜钱时，那一刻，他就是一个开悟者；

开悟对任何人都是开放的，他就在那里，只要你迈开腿向他出发，你就可以到达。从出发点到达圆点的每一步都是修行。

我们看一个故事：

曾经有一个医术非常高明的医生，常常手到病除，但是尽管如此，还是有不少病人因为病入膏肓，无力回天，因此这位医生每天在面对病人时，内心都有都

惧怕死亡的阴影。

有一次，这位医生又出去出诊，路上，他碰到一位云游僧，医生于是就请示道：“请教大师，什么叫开悟？”

云游僧回答道：“施主，实在抱歉，我目前的修行还不能告诉你什么是开悟，但有一点可以确信的是，一旦你开悟之后，你就不用担心什么了，如果你真心想得到答案，你就去

找一个师傅，他会给你答案。”

于是在云游僧的指示下，医生前往参访南隐禅师。

医师找到南隐禅师后，开门见山说明来意，并请求开示。

南隐禅师道：“开悟很简单，你既然身为一个医师，就应该好好对待你的病人，那就是

你的开悟！”医师似懂非懂。

他前后拜访了南隐禅师三次，南隐禅师总是对他说道：“一位医生不该把时间每天消磨在寺院里，快回家照顾你的病患去，治病救人就是你的最终开悟。”

医师非常不解，他很困惑，心想：这种开示，怎能祛除怕死的心呢？因此，当他第四次参访时，就抱怨道：“有位云游僧告诉过我，人一旦开悟之后就不会有任何担心。而每次这

里，你总是要我照顾我的病患者。难道这就是所谓的开悟？”

“你四年来，自己觉得有什么变化吗？”南隐禅师说。

“我还是很担心我眼前的病人，虽然每次我都会尽力去救治，但是那个担心总是没有办法消除。”医生说。

这时一条狗恰好从南隐禅师的禅房前走过。

禅师于是问：“你觉得一条狗会担心吗？”

医生顿住，觉得有些被侮辱，但是他还是很理性地回答：“没有，师傅。”

禅师继续逼问：“很好，以后你可以不再过来了，狗就是你最好的老师。”

医生很是困惑，但是禅师已经闭上眼睛，不再说

话。

这位医生继续行医，兢兢业业，但是从没忘记向狗学习如何不担心，直到临终，他终于悟透禅师的话机。

为何狗不担心呢？很简单，因为狗终其一生都活在无知无识中，自然不担心。

人又如何能够活在无知无识之中，从而没有任何担心呢？

又如何理解南隐禅师一方面告诉医生，去救助你的病人吧，你可以得安心。

一方面有告诫医生去向狗学习吧，你可以得安心。

救助病人是不可能无知无识的，这前后如此矛盾，难怪医生需要一生去参悟。

领悟这一点，需要一个跳跃，一个包容，而不是用一种非此即彼的思维，谁说矛盾不可以共存？谁说魔鬼天使不可以共处？

一个包容，让两者共同存在，让无知无识与有知有识同时存在，做到这一点，你就可以看到开悟其实

就在眼前。

我曾说过，任何领域里最顶尖的高手都是开悟者。

看云飞第一次在星光大道唱《父亲的草原母亲的河》，如此动情，如此感人，唱哭了台下多少评委，感动了电视机前多少观众。

那一刻，云飞就是一个开悟者，云飞不在了，空气中只有他的歌，云飞和这首歌合二为一；这就是无知无识；同时云飞不可能不在，他在那一刻，只不过是将他的人生、他的情感、他的思想、他的感受完全融入到歌声中而已，这就是有知有识。

毫不夸张地说，任何行业里最出色的作品都是在这种状态下创作出来。

我经常说一句话：一个真正美的女人是不知道自己很美的，一个真正很帅的男人也是不知道自己很帅的。

这非常有趣，需要很好地领悟。

本文中的这位高明的医生直到临终才领悟禅师的开市，因为只有他来到了那个点，也就是本文开头所

说的那个圆点，他才可以明白。

当他在全心全意地去善待他的病人时，全心全意意味着完全地付出、意味着废寝忘食；而同时自己又完全忘记自己的所作所为，他并没有那个自己善待病人的观念在，即从有心到无心，从有我到无我，从有生到无生，他便脱离了生死挂碍了，他也完成了自己一生的修行。

一个真正美的女人是不知道自己很美的，一个真正很帅的男人也是不知道自己很帅的。

这非常有趣，需要很好地领悟。

@乖宝贝丫 2016-04-01 15:24:46

不知楼主在对那两位老大哥滔滔不绝的时候，你的那个“你”观察到了怎样的一个“你”？对其他心灵不屑的一位观察者？呵呵

能“悟”是福分，基本“悟”了的，会对他人有更多慈悲，膨胀的比较少见，呵。

---

那个“你”无色无味，无形无影，无情无欲

我从来没有看不起任何人，亲爱的，您不觉得吗  
无论他骂还是不骂

我依然爱他

@乖宝贝丫 2016-04-01 15:24:46

不知楼主在对那两位老大哥滔滔不绝的时候，你的那个“你”观察到了怎样的一个“你”？对其他心灵不屑的一位观察者？呵呵

能“悟”是福分，基本“悟”了的，会对他人有更多慈悲，膨胀的比较少见，呵。

---

@心灵不孤独 2016-04-01 15:56:51

那个“你”无色无味，无形无影，无情无欲

我从来没有看不起任何人，亲爱的，您不觉得吗  
无论他骂还是不骂

我依然爱他

---

第三个我是存在的，这一点毫无疑问

但我并不知道



这第三个我是不是就是“佛性的我”“真我”“如来”等

当你停止一切思考的时候

当你头脑中没有任何念头闪过的时候

当你全然放松的时候

通往“第三个我”的大门就会打开

第三个我就在那里

其实什么也没有

一遍宁静，一束光，一面镜子

一条流淌的清澈透底的溪流

一口古井

一只飞舞的蝴蝶

就是这样

他是处于完全静止的流动

很矛盾但的却是这样

没有时间，没有空间

有的人第三个我就像盖了一层厚厚灰尘的镜子

所以先有

"身是菩提树，心如明镜台。

时时勤拂拭，莫使有尘埃"顿悟

后有

菩提本无树，明镜亦非台。

佛性常清净，何处有尘埃

顿悟

关于第三个我最贴切比喻是这样的

整个存在就好比一条清澈透亮的河流

第三个我就是一片飘在河流上的树叶

河流不是静止的，缓缓流淌

而且映照天上的蓝天白云

两岸的绿树青草

树叶也和河流一样

树叶与河流保持着同步

它相对于河流来说是静止的

但是相对于两岸青草绿树来说

又是运动的

第三个我就是与整个存在一体的

但是他无时无刻都将整个存在反射清清楚楚

他不说话

不发表任何意见

他只是观看，觉察

他只是映照

他照亮大脑狭隘的地方

他照亮大脑黑暗的部分

他观照周围一切

他是一束强烈的白光

周围一切在他面前

根本无法隐藏

无法伪装

当然这片树叶也是透明的

@西月了 2016-04-01 20:13:10

看 1z 经历好像是在被人顿喝的时候体会到了开悟的境界，但却没能继续保持和进步。如果能如禅宗所要求的，在此时长养圣胎，保持住这种状态，继续精进，还可有更高成就。但 1z 好像又慢慢退回到大众

生活中了。虽然在认知见解上契合禅宗，但毕竟还不是实证。若 1z 能精进用功，相信不用多久就可得到实证，世间也可多一位善知识。

另外，不知道当时棒喝 1z 的是谁，此人很可能是已开悟之人，能明了 1z 当时的状态，知道用什么方法可以帮助 1z 顿悟。不知道 1z 是否认识此人，有空很想去拜访一下。好久没上天涯，自己账号不知道怎么上不来了，借人账号回个贴。

---

您说得非常正确，我自己完全明白现在的状态就是大众生活的状态，与当时的状态完全不一样，我目前可以进入当时的状态，但不能停在那个状态，一眨眼就退回到现实。但我知道有这种状态的存在，也切身体验到那种状态的个中滋味，很难用人世间的语言描述，因此我只能用比喻，用像征，讲故事。那个人现在山西。

@心灵不孤独 2016-03-30 17:28:04

要把事情弄复杂，我可以把一个杯子写出 10 万字

---

@生死相伴盛衰循环 2016-03-30 23:04:44

楼主！你先别忙着写 10 万字了！我求你给我写的  
10 个字你还没回我呢！

---

@心灵不孤独 2016-03-31 14:52:15

人类社会中贫穷与富有的现象你如何解释？

还有我们从哪里来？

我们到哪里去？

宇宙有没有边界？

人生有没有轮回？

我们可不可以回到未来或者过去？

英雄能不能改变 历史 ？

古老文明是否存在？

宇宙中是否有外星文明？

我的答案都是：由梦境材料组成的元素，一切皆  
有可能。

在另一个层面，哪来的贫穷，哪来的富贵？

---

@生死相伴盛衰循环 2016-04-01 21:24:11

----人有富穷如同树有枯荣----

你什么时候悟透了这句话什么时候才能算是开悟！  
开悟是一个人的思想最为理性的状态！就是孔子说自己五十而知天命的状态！不是任谁都可以开悟，可以知天命的！要视乎个人命运所处的阶段，入世之人没可能开悟，出世之人才有可能，也只是有可能开悟！  
至于你上面提到的那些问题，恰恰说明了你还没到那个境界！

---

我说白云，你说米饭，我说河水，你说板凳，我说美女，你说尿布。

本贴本是一面照妖镜，高低自现，好坏自明。

若是执着一念，永不得翻身

@一之门 2016-04-03 16:46:01

契心平等，所作俱息。狐疑尽净，正信调直。

一切不留，无可记忆。虚明自照，不劳心力。

非思量处，识情难测。真如法界，无他无自。  
要急相应，唯言不二。不二皆同，无不包容。  
十方智者，皆入此宗。宗非促延，一念万年。  
无在不在，十方目前。极小同大，忘绝境界。  
极大同小，不见边表。  
有即是无，无即是有。若不如是，必不须守。  
一即一切，一切即一。但能如是，何虑不毕。  
信心不.....

---

用最简单表达就是这两句话“没有观察者但观察正在进行，没有觉知者但觉知正在发生”

很多觉得一旦达到开悟状态，就是一切皆无的状态，其实不然

开悟状态的“无，空”其实并不是一切都没有，而是有某种“无”的存在，观照一切，反应一切。

这很难理解，但就是这种状态。

开悟状态时，我们非常敏锐，大脑没有任何念头飘过，但是周围一切都能即刻反应，就是那句话“物

来则应，事过不留”描述的状态。

@xq6518 2016-04-05 06:16:19

楼主把儒释道高深的理论通俗化了。所谓深入浅出，举重若轻，四两拨千斤。佩服，不知楼主高寿？

---

我一直希望通过本帖，让更多人更容易找到“第三个自己”而已。

@397600048 2016-04-04 08:40:54

若开悟，一切都是佛法。

若未开，一切当机法皆是佛法。

成佛须有无数劫的善根修行成就为基础

若不以经，我佛讲那么多干甚？

若以经，佛又何言，无法可说？

悟后的人也是吃喝拉 r>

---

《金刚经》里面到处都是一边肯定，一边否定的话，为何如此，因为佛陀其实一直都是担心后来者执着一念，所以必须否定一切。让大脑没有一个可以留



恋的地方。

但是开悟又不是一切都没有，明明有个“存在”在哪里观照，在那里反应。

困难的地方就是这个“存在”是透明的，是无形的，是无色无味的

没有重量，没有大小

任何大脑能够感知的元素都不存在

所以否定的是大脑

肯定是心灵存在而已

《金刚经》说“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得”究竟什么意思？

——

过去现在未来是一个时间概念

在心灵状态下

没有了时间，空间概念

何来过去，现在、未来

当下就是永恒

@xq6518 2016-04-05 14:16:51

三个我：物质、精神、灵魂。佛家讲不思善不思恶时认本来面目。阳明心学讲良知。本来面目和良知都是我们灵魂的别名。楼主认为当否？修行方法是时时勤拂拭，莫使惹尘埃。不思善不思恶。

---

修行法门无数，最重要是反观，每时每刻观照所言所行所思，话一出口，立即观照，久而久之，形成习惯

@一之门 2016-04-05 22:05:55

万物负阴而抱阳，第三个自己的说法在对立性上不够彻底

---

所谓的第三个自己只是个方便的说法，实际上是某种“存在”，因为这个存在用语言很难表达清楚，为了便于理解，借用一个概念而已。

这第三个自己可以有很多名字如“那个”“这个”或者干脆就叫做“嘿嘿”“呵呵”

甚至是“屎尿屁”未尝不可。

@一之门 2016-04-05 22:23:22

任何事情，都需要从对立面寻求，站在一边谈都是不靠谱的，没有思考，就不存在所谓的不思考，只有不断的思考，才有第三个自己的出现，思考得越深邃，第三个自己才越稳定

---

在第三个自己的状态，没有所谓的对立，没有所谓的好坏，没有所谓的高低，一切分别都消失了，那是一种完全的包容，一种完全的无限。

分别心是完全的大脑状态

@一之门 2016-04-05 22:34:05

所以说第三个自己只不过是个幻觉，真的不思考了，又哪来第三个自己

---

如果继续在大脑层面思考、理解、寻找

永远不得见“第三个自己”

第三个自己与思考毫不相关，思考的越多，大脑越是发达，而大脑恰恰是心灵之门的障碍，当大脑非

常发达时，这座坚固的壁垒将会将自己与心灵永世隔绝。

@一之门 2016-04-05 22:05:55

万物负阴而抱阳，第三个自己的说法在对立性上不够彻底

-----

第三个自己不是阴，也不是阳，而是完全的包容二者，根本没有对立状态，他不是某种可感知的存在。

这是最困难的地方，请仔细领会：

当你有任何观念发生时，第三个自己立即消失了

当你放下所有的思考，所有的甄别，所有的努力的时候，第三个自己出现了

心灵好比是被海水隐藏的岛屿，大脑就是海水

唯有海水退去，小岛才会出现，

当海水出现，

心灵便被掩盖

大脑和心灵永远不可能同时出现

而世人总是努力在大脑层面去理解，去发现，寻

## 找心灵

犹如海水总是遮盖小岛一样

怎么看的见

当看不见时

请不要粗暴地否定第三个自己的存在

小岛就在海水下面

那不是幻觉

而是存在

### 第十章 大脑不死 心灵不现（上）

精神病，一个多么可怕的名词，然而这却是几个世纪以来人类最无知的定义，这个世界其实没有精神病，被我们定义为所谓的精神病患者只不过是他们的思维和情绪被困在某一个狭窄的空间里暂时走不出来而已，他们只是一时的执念，他们只是一群暂时被困在大脑世界里某个狭窄角落里的人。

具有讽刺意味的是目前绝大多数心理医生也是生活在大脑层面的人，他们自己也是一个不折不扣的精神病患者，只不过他们生活的大脑空间稍微宽敞一些。

从这个意义上讲，我们每一个生活在大脑层面的人，都是某种程度的精神病，区别只在那个空间的大小。

打个比方就是：被我们称为精神病患者的，他们居住的可能是地下室只有3个平米大小的笼房，精神病医生可能居住的是三房一厅，普通大众居住的大约就是2房一厅。所有的区别就是那个空间的大小，但是层次却是一样，大家都在精神层面，大脑层面，当我们嘲笑那些所谓的精神病患者时，殊不知，我们只是五十步笑一百步而已。

本文就探讨什么是大脑世界，什么是心灵世界，我将亲自带你去心灵世界走一遭，因为我去过那个地方。

大脑世界是一种知道、一种累积，一种记忆；大脑世界里一切东西都是陈旧的、过去的，大脑是一个知识仓库，是一个人生经验的百货超市。

而心灵世界是一种信任，一种流动、一种洞察，心灵世界没有过去、没有未来，只有当下，当下一切

都是鲜活的、活泼的、灵动的。

心灵世界与大脑世界是两个完全不同的世界。

大脑最擅长的就是分析、总结、归纳，然后企图去理解，大脑最擅长逻辑和思考；

而心灵是一种当下的反应、一个观照、是一束光，大脑世界的一切活动都在心灵之光的照耀下遍体通透。

心灵不遵循任何逻辑，也没有逻辑，心灵与大脑是完全相反的两个世界。

大脑世界是混乱的，纠结的，是相互矛盾的，大脑不可能不纠结，因为这个世界上从来没有两颗相同的大脑，不同的大脑有不同的知识，不同的经验、不同的文化、不同的传统、不同习俗。地球上遍地都是不同的大脑、到处都是固执的大脑。

所以大脑之间的斗争从来就没有停止过。

而心灵世界是清澈的、单纯的、流动的，心灵从不记忆，因为心灵不需要记忆，心灵是当下的反应，是一面一尘不染的镜子，是清澈透明的湖水，心灵从来不累积任何东西，心灵是一种即刻反应，是一种物

来则应，事过不留的当下观照，心灵只是反应，即刻反应，心灵世界就是一个片刻接一个片刻，完全活在当下，他不属于过去，也不属于未来，它只属于当下。所以心灵世界是轻松的，因为没有任何负担，没有任何垃圾。

这对于那些从来没有这种体验的人来说，从来没有跨进心灵大门的人来说，这种状态实在是太陌生了，几乎很难理解，甚至无法理解。

但心灵的确就在那里，不管你了解还是不了解，他就在那里，它只属于那些跳进他怀抱的人。

心灵世界属于人类进化过程中相对高级的世界，对于绝大多数人来，他们根本就不知道还有心灵世界的存在，这样对绝大多数众生来说，就有很大的困难，如果你压根就不知道有心灵世界的存在，那你如何探索你的心灵，你又如何成长你的心灵？

因为不了解某样东西，甚至压根就不知道某样东西的存在，你如何去开发他？又如何去发展他，这很困难。



企图用大脑去分析心灵，去理解心灵那是徒劳的，根本不可能，大脑不可能理解心灵，两个不同世界人如何沟通，而且这里的关键恰恰是：大脑必须停止一切思考、停止一切分析，停止一切企图理解的努力，大脑必须彻底安静，彻底死掉后，心灵世界才会出现。

这一点，大脑很难接受，绝大多数人终其一生也看不见心灵世界的出现，根本原因就在这里：大脑太努力了，以为通过大脑的思考和分析就可以进入心灵世界，就可以了解心灵世界，这是缘木求鱼，方向错了，越努力，离目标越远。

进入心灵世界恰恰需要的是不努力，不折腾，进入心灵世界必须抛弃大脑所有的努力，大脑必须彻底休息，彻底安静，不能有一丝念头，因为心灵就是没有大脑的世界。

这是一件让人几乎绝望的事情。但是对于那些去过心灵世界的人来说，却易如反掌，就在当下立即马上可以进入心灵世界。

我见过太多两眼空洞，内心绝望的道士、和尚和

那些自称很有修为的修士，他们其实什么也没达成，他们停留在大脑的世界里，没有任何进步，他们困在大脑里，那个突破，没有发生，那个锐变没有发生。他们被困住了，找不到方向，他们继续努力，结果越来越远。

## 第十章 大脑不死 心灵不现（中）

我父亲死后，家里长辈要求请和尚为父亲念经超度，和尚来了，见到我就跑了，因为我一瞬间就看透他们了，他们是假和尚，他们身上的那个跳跃根本就没有发生。

于是我自己为父亲念经，我为父亲念落地经，何谓落地经，就是处理好父亲生前担心任何事情，而且做得比父亲要求的更好。

心灵与大脑天生就是一对冤家，他们势不两立，心灵就像大海中的隐藏在海水中的岛屿，唯有海水退去，岛屿才会显现，海水就是大脑，岛屿就是心灵。

看得见海水，岛屿就是被淹没状态，岛屿露出来，海水必须退出。

一个消失，另一个才会出现，他们不可能同时出现，大脑至始至终都是一个干扰，大脑越努力，好比海水涨得越高，心灵就越藏得更深。

我走过这一条路，所以我很熟悉这一片海，我知道在某一片海水之下的确存在一个神秘的岛屿。

我们看一则故事，帮助领会：

有一个小沙弥跟随一个师傅修行了好几年，他一直有个怀疑，怀疑心灵世界的存在，因为几乎所有的修行都是针对心灵世界而修炼的，于是，某一天，他终于鼓起勇气问师傅：“师傅，我一直有个怀疑，我不相信有心灵世界的存在，这就是我这几年没有长进的原因，因为我怀疑是否有那么一个叫心灵世界的存在？”

小沙弥有问题很正常，怀疑心灵世界的存在也很正常，毕竟这个所谓的心灵世界看不见，摸不着，所以小沙弥一直很困惑，也因此他一直没有任何突破。

修行绝对是一场信仰的革命，没有信仰、没有绝对的信任是不可能突破、有锐变的。

就像一颗橡树种子，如果不相信自己可以长成一棵参天大树，他将永远只能是颗种子，只有彻底地信任，然后奋不顾身地投入大地的怀抱，只有这样锐变才会发生，奇迹才会发生，这颗橡树种子终究是可以长成一棵大树的，原来的种子必须死去，新的生命才会开始，这就是两难所在，种子永远看不见自己成为橡树的那一刻，因为在这之前，种子必须死去。

如果在锐变之前自己根本就看不到自己锐变后的那一种状态，又如何勇敢地去行动，所以除了信任没有第二个办法。

上升到心灵层次也是同样的道理，上升到心灵层次，大脑必须死掉，彻底地死掉，否则永远也见不到、体验不到心灵世界的无限美景。

小沙弥一直停留在大脑层面，他的大脑一刻不停都在运转，他在怀疑，怀疑就是大脑的标志。

师傅没有说话，把小沙弥带到一间非常黑暗的房间，告诉小沙弥，房角有一块石头，小沙弥不相信，他说：“师傅，屋子这么黑，我看不见，我不相信角落

里有石头。”

师傅点燃一只蜡烛，屋子里立刻光明起来，东边屋角放着一块大大的石头。

很多东西并不是你不相信，他就不存在。相信是大脑的诡计，需要很多的证据，很多的多见证人，大脑才愿意相信，而心灵是信任，信任是绝对的接纳，信任是一种跨越，一个跳跃，中间不需要证据和见证人的过渡，是直接融入。

这就是我们上升到心灵世界面临的巨大的困难：我们一直习惯了由大脑主宰我们，我们被大脑统治了很久很久，我们已经变成了大脑的奴隶，我们太依赖我们的大脑了，如果大脑不发出指令，我们根本就不会采取任何行动。

## 第十章 大脑不死 心灵不现（下）

我们如何翻身变成大脑的主人呢？这太困难了，奴隶翻身做主人，这是一个伟大的颠覆，这不是每一个人都可以实现的颠覆。

我们要清晰地认识到：大脑本身就是一个干扰，

一个障碍，只有绕开大脑，才能进入心灵世界。

干掉大脑，让大脑死掉、让大脑休克，让大脑停止一切，心灵立刻就显现了，就这么简单。

去过心灵世界的所有师傅都有一个非常简便的办法帮助后来者干掉大脑：那就是人为地制造混乱、制造荒谬，创造一个完全不合逻辑的契机，让后来者的大脑在某一瞬间短路。

大脑一旦遇到无法思考的事情、一旦遇到不符合逻辑的事情，大脑就会短路，大脑就会休克，在大脑短路和休克的瞬间，心灵会出现，这样我们就可以对心灵世界有一个短暂的瞥见，就像师傅点亮一盏蜡烛一样，当蜡烛点燃的那一瞬间，墙角的石头立刻显现，当大脑短路的那一瞬间，心灵就会立刻显现，虽然很短暂，但是有一个瞥见，这样至少我们有那么一个瞬间真正且感知到：心灵是确实存在的。

我们再看一个故事：

有一个徒弟跟随师父很多年，徒弟很用功，但是没有用，一直没有本质上变化，有一天，天上没有月

亮也没有星星，他带着很多问题再一次去师傅的禅房，因为他一直在大脑层面用工，所以有很多问题，心灵层面从来不会有问题，这是一个很显著的标志，心灵层面一切都很清澈透明，一切都非常祥和宁静，心灵不会产生任何问题，只有大脑才会有问题，而且很多。

这个小和尚带着很多问题去找师傅，师傅正在静坐，那么的安详，那么的宁静，徒弟过来了，师傅开口说话了：“外面那么黑，进来吧。”

外面那么黑是一个隐喻，是一个双关语，天上没有月亮也没有星星，当然很黑，同时他是在暗示徒弟，你生活在黑暗中，徒弟一直在黑暗中，一直在无明中挣扎，师傅非常清楚，一个生活在心灵层面的人，师傅一眼就能看出来。

徒弟走进去，他不敢打扰师傅，静静坐在旁边，很久很久，徒弟坐不住了，夜已经很深了，他不想打扰师傅，他起身要离开，师傅再一次说：“外面很黑，我给你点一盏灯吧。”

于是师傅把灯点亮。徒弟刚接过灯，师傅突然把

灯吹灭了。

师傅吹灭灯火来得那么突然，来得那么不和情理，这太荒唐了，那一瞬间，徒弟的大脑一定会短路，这不符合逻辑，这简直太不可思议，徒弟无法思考，既然天这么黑，师傅给自己点一盏灯是符合逻辑的，但是点亮灯火后又立即吹灭，这不符合逻辑，脑袋无法承受这荒唐的行为，大脑无法思考这完全不符合逻辑的行为，于是大脑短路了。

就在徒弟的大脑一片空白的瞬间，他见到了另一个世界，这个世界是他一直都在梦寐以求的——心灵世界，只要一个瞥见就足够了，因为他一直在寻找，现在他寻找的就在眼前，他内心所有的怀疑消失了，他顿悟了老师的一片苦心，在那一瞬间，徒弟升华了，那个锐变，那个跳跃发生了，他顿时泪流满面，感激不尽。

制造混乱、制造荒唐一直都是师傅常用的手段。如果你懂，就能立刻领悟无数个看似荒唐不经的禅宗公案，师傅们几乎都用相似的手法。



无论是棒打、吆喝、吐口水，这只是形式上的不同，目的都是一个，让你那该死的大脑短路，哪怕只有一瞬间。

我也曾辛辛苦苦地一路走过来，我也遭遇过师傅的当头棒喝，附注：这个对我当头大喝一个传奇人物，后面有机会我还会提到她。因为我已经辛辛苦苦准备了三五年，那一声大吼来得正是时候。正是师傅的那一声大吼，直接将心灵世界在我面前展开，我直接跳进了心灵世界，我激动得三天没有睡觉，我像个疯子一样浑身发抖，泪流满面，我以自己最直接的体验，可以负责地说：请不要怀疑心灵世界的存在，如果有任何怀疑，那就是大脑进入了干扰状态，大脑一旦介入，一切便前功尽弃，心灵世界永不得见。

因为走过这条路，所以我很清楚，从我们的身体出发，我们会来到我们的精神世界，这个没有问题，大多数人在一生中都可以走到这个世界，而且目前这个精神世界已经非常拥挤，大多数人还在这个精神世界里结婚生子了，他们在精神世界生活的非常惬意，

他们以为人生的终点就是那里，遗憾的是，他们错过了人生中更重要的下一站，那就是从精神世界出发，我们终究会到达下一个更加美丽的世界——心灵世界。

心灵世界就是精神世界的一面镜子，精神世界在心灵世界这面清澈的镜子面前，一目了然，心灵世界就是一束光，精神世界在这一束光的照耀下，通体透明，无处可藏。

从心灵世界看人生百态，一切了悟于心，精神世界里所有的苦恼、所有的困惑、所有的纠结只不过是人类自己作茧自缚而已。

这就是我一直强调的重点：治疗精神病必须从心灵层面入手的根本原因所在。

从我们的身体出发，我们会来到我们的精神世界，这个没有问题，大多数人在一生中都可以走到这个世界，而且目前这个精神世界已经非常拥挤，大多数人还在这个精神世界里结婚生子了，他们在精神世界生活的非常惬意，他们以为人生的终点就是那里，遗憾的是，他们错过了人生中更重要的下一站，那就是从

精神世界出发，我们终究会到达下一个更加美丽的世界——心灵世界。