

用心經的 智慧找回真我



心經解讀系列之三

治心

著

德福出版社 · 編輯整理

一切都是真，唯有自我意識是假！
你用假心，一切真都變假。
你用真心，一切假都變真。

用心經的智慧找回真我

心經解讀系列之三

治心 著

德福出版社 編輯整理



De Fu Publishing

網站: www.defupublishing.com

電郵: info@defupublishing.com

《用心經的智慧找回真我 —
心經解讀系列之三》

Finding Your True Self with the Wisdom of the Heart Sutra

The Heart Sutra Interpretation Series Part 3

作者:治心(Zhi Xin)

版權所有, 翻印必究

繁體版紙本書國際書號 (ISBN):

978-1-922680-28-0

簡體版紙本書國際書號 (ISBN):

978-1-922680-29-7

繁體版電子書 EPUB 格式國際書號 (ISBN):

978-1-922680-30-3

簡體版電子書 EPUB 格式國際書號 (ISBN):

978-1-922680-31-0

設計: Risa Liu

插畫: Keng Zhuang

編輯: 德福出版社

出版: 德福出版社

2023年第1版

本書是根據治心老師所解讀《心經》為主題的系列線上直播內容整理編輯而成的心經解讀系列之三，是在前面兩本已出版的心經解讀系列的基礎上，由治心老師繼續為我們進行的深度解讀。

生命存在的真正意義是什麼？每個人可能一生都在尋尋覓覓，求索答案，而偉大的佛陀留下來的《心經》正是這樣一部宏觀且具象的最高智慧寶典。從覺悟了的生命角度看，生命是本然具足一切的，因此生命存在的真正意義不是去擁有什麼，而是在豐盛的愛的遊戲互動當中來經歷自己、表達自己，在三千大千世界里去體驗、去創造。

乾坤歲月悠，問君憶起否？生命最開始是處於真如自性的平衡狀態，皆因一念迷一念覺，忽如一瞬，突然間出現不平衡之後，由此便開啓了宏微漫漫的生命之旅，經歷了無窮的妙用，並在業力法則的作用下，通過不斷地調整和修正，最終重新回歸到平衡的狀態。從空，到有，又到空……在這樣一個看似「無有所得」的過程當中，生命卻創造了無限的豐盛、無限的歡騰、無限的精彩，也擁有了無限的智慧！

治心老師通過鞭辟入裡、直擊心靈，卻又滾滾不絕、韻味無窮的講解，為我們剖析如何

透過《心經》證到五蘊皆空，如何安住在空性上起妙有，從此開始瞥見——我們生命本然大自在、大智慧的光芒。當我們通過智慧的觀照跳出七情六慾的束縛時，我們將不再做慾望的奴隸，而是成為慾望的主人。那時節，把身體變成幫助我們修行和覺悟的身心法器，我們便從「凡夫」成為了真正的「王者」，最終在乾坤宇宙當中其樂無窮、殊勝無比地「玩」。這又是一個鮮為人知的生命存在的真相！

地球和其他維次的空間都不一樣，因為有毗盧遮那佛最圓滿、最周全的智慧在當中起作用，使我們這個空間以一種苦樂參半的狀態存在。所以治心老師一再強調，這裡是非常好的一個修行悟道的場所，也是生命最終覺醒的訓練基地。人身難得，佛法難聞！我們一定要珍惜在這裡修行悟道的機會，同時也要避免進入修行的誤區。修行並非是要修出什麼特異功能，而是要感悟「色不異空，空不異色」這個無上甚深微妙的法，和不論在任何維次空間都能自在解脫的智慧！

我們也不能狹隘地認為，修行一定要打著什麼法門的頭銜，或者整天念經、持咒、打坐才叫修行。一切眾生只要在業裡面流動都是在修行。你每經歷一個角色，都忠實於自己的角色來悟道，由此就讀懂了一個相分的你，就學到了一份報身的智慧，而百千萬億的相分加起來就是圓滿報身智慧。

因此一切的業障關係，都是我們要學習的生命功課。

當人沒有智慧的時候，談到業力是如此的恐懼。但是如果你能深入領悟治心老師在這本書中對《心經》的解讀，轉換到人生導演的角度來看待一切，就會像佛菩薩一樣隨緣，沒有善惡、好壞、美醜之分，全然地接納和體驗當下發生的一切。你會透過與一切眾生的業力關係，來經歷自己、瞭解自己，修習生命無量甚深微妙的智慧。正是因為有了業的妙用，整個乾坤在業力平衡法則的作用下，永無止境地演繹，生命才像水一樣流淌，生生不息地創造愛的豐盛。這是多麼美妙啊！

我們本來跟佛一樣，是法身、報身、化身三身合一的狀態，擁有天上地下唯我獨尊的地位和尊嚴。但是我們今天迷了，已經淪落為慾望的奴才，在無明的狀態下被動地經歷，痛苦地輪回，何其卑微，何其可憐！讓我們跟隨治心老師的指引，靜下心來用心感悟，真正融入我們的每日平常，逐漸掌握如何透過一切相來看到背後那個不增不減、不垢不淨、不生不滅的本體，進而在明心見性後主動地融入因緣當中來度化眾生。到那時，雖然依舊身處紅塵當中，身體還是那個身體，因緣還是那個因緣，但是你內在的受用，卻發生了翻天覆地的變化，對你來講當下就是一真法界！這又是何等的殊勝，何等的美妙！

在這本書中，治心老師一滴一點、抽絲剝繭地

為我們揭開層層宇宙的奧秘和生命的真相，最終一語道破：其實整個宇宙只有一個修行者、悟道者、體驗者，那就是你！如果能夠站在一個觀照般若的角度，照見五蘊皆空的時候，你會發現山河大地的背後是同一個主人，花草樹木的背後是同一個主人，乃至於宇宙萬有之一切的背後都是同一個主人，而這個主人就是「你」。我們現在是以五蘊組裝起來的大腦意識為自己，而實質上真正的主人是你的真身，是你的本然面目，是你的真如自性。

既然都是同一個你，那還有什麼可分別的呢？有什麼可計較的呢？不是在和自己較勁兒嗎？那不就是迷了嘛！為什麼說「色不異空，空不異色」？因為色相和空相，它們本身就是一個主人所顯化的。而我們最終要找回的，就是我們跟萬物原本是一體的這個關係。在迷的狀態下來遇事煉心，透過所有的生命來參悟，然後認出一切本來就是我——是我變成山河大地，是我變成花草樹木，是我變成飛禽走獸，是我變成各種各樣的人……而我變這一切來幹什麼呢？無非就是創造一切的豐盛來遊戲、來體驗、來玩樂！這是多麼美妙不可思議的受用啊！

閱覽治心老師對《心經》的解讀，總能深切地感受到文字背後猶如滔滔江水般綿延不絕的內涵、意境、法喜，而每每讓人望洋興嘆、掩卷長思、

回味無窮！此文對本書的介紹實不足道出其廣博內涵的萬分之一，而本書也僅是治心老師三十六講線上直播內容的其中四講而已。德福出版社將持續努力，將治心老師後續更多的講課內容陸續整理編輯成書以饗讀者。我們專注於分享給人類帶來終極幸福和生命覺醒的智慧，歡迎持續關注！

德福出版社

代序

應該落地了，別再玩兒虛浮
將衣裝全都脫掉吧，現出你的曼妙身姿
將那雙透明絲襪也脫掉吧
就這樣赤腳深深踩進泥土
讓地氣穿透你的全身，與天陽交合
就猶如一株輕顫的柳絮
跟隨清風舞動水面

如果你感覺沒有歸宿
那就應該早點下地了
在此之前，我也曾和你一樣
雙腳離地，手也很久未摸過鋤頭
鐮刀也已生鏽
栽種的手藝全然遺忘
曾經的伊甸園已然不是
蔥蔥綠綠

那麼你耽擱的這些時間
都在乾些什麼呢？難道也和眾多
匱乏者一樣，沈迷在

「名利情權」的遊戲里，感嘆人生不易
進而努力修煉各種偽裝法術
在一座座金身前誇誇奇談
毫無半點兒羞愧

直至讀到這部《心經》，才猛然覺得
應該落地了，雖然心地已有些荒蕪
但也無礙。只要開始
除卻雜草，鬆開土壤
加固田埂，播下種籽
然後唱著愛的歌兒等待，等待
雲氣在天空聚集、生成甘露
然後沿著你的頭頂百會
降落

這事兒需要一些耐心，以等待
般若智慧的種子發芽
然後開花，結果
然後繼續等待果實飽滿成熟，然後歸倉
然後轉識成智，將阿賴耶識
迷思之海的所有夢想圓融
以生出一個美妙全新的
三千大千世界

治心

治心老師簡介

治心老師，字無遺，號治心。當代詩人、作家、思想家、藝術家、心相家。祖籍四川，自幼歷經諸多奇遇，致其三觀顛覆，進而開始探索生命真相與大道奧秘。後有道家師父不期而至，伴隨數載悉心點化。後又因緣所致修學佛法，迄今二十餘載，精進不止，種種殊勝，無以窮述。最終徹悟生命、宇宙之究竟圓滿實相。現以多重身份與角色演繹其生命之大自在。

隨著修行深入，他越是明理越是謙衝，越是懂得越是慈悲。於是明志以力行善道、慈濟大千、無有遺野！祈盼天下迷眾皆得自在解脫，繼而創辦九和九福教育，系統開發包括個人、家庭、社區、企業、學校、政府、民族、宗教、生命等九大板塊在內的全民九階進修課程體系，助力人類早日回歸正道、實現世界大同。

治心老師從客觀實相與生命本源出發，站在宇宙乾坤之道與生命圓滿之法的角度，提出徹底解決個人身心、家庭關係，以及各民族不同文化、各國不同執政理念、各宗教不同信仰之間五大矛盾的《九和新學思想》。

首創《三大心智語言》生命實相理論體系，研發《造夢藝術》《心相語言》《左右腦平衡教育》與《王者之旅》等系列課程，究極生命運作之奧秘，思想內涵無比深厚。其研發且親授的《九行運命》《九和之家》《九久鴻業》《九智領導》《九感明師》《九力學子》《九禪內觀》

《九療全愈》《九福人生》《生命真相》《眾妙之門》《行住坐臥》《圓覺中道》《心物一元》《大圓鏡智》等系列課程涉獵個人身心健康、家庭和諧幸福、事業騰達通泰、人生自在美滿、生命價值成就等方方面面掌控生命自由度的大智慧。

著有書籍《玩出大自在的幸福人生》《用心經的智慧找回真我》以及系列靈性詩集之《治心之舞》《我之一日平常》《塵中得自在》並已在全球各大平台出版發行。

治心老師的書法亦是獨具一格，其妙手所化現的彰顯皇家風範與貴族氣質的治心能量體，開內拙之先機，問生命之本有，玩藝術之童趣。

老師的每一幅作品都是在生命本源之威德自在大圓明狀態上書寫、表達、演繹而成，故每一幅作品也都蘊涵著至高的生命能量，盡顯老師所證天地自然、宇宙乾坤之究竟圓滿道法。

作品中的每一個字，猶如一個個鮮活的生命靈動而歡喜，蒼勁而有力，渾厚而通達，豐盛而圓滿，超脫而自在，神聖而莊嚴……富有極高的靈性、美感和神韻，耐人尋味，引人入勝，予人智慧，是提升個人心智與生命能量的絕佳之作，富含深刻的教育意義與文化內涵。

當其作品映入眼簾一瞬，心靈頓被攝受，

靈魂深受吸引，所見之人皆深感語言無力形容其作品之穿透與震撼程度，驚奇與嘆服的當下，已然知曉此瑰寶與心靈相通，甚是神奇與高貴，此等靈氣之作，實乃與生命為伴之無價臻品，極具收藏價值。

此為老師透過墨寶在修學者日常生活與工作環境中潤物細無聲地為其柔軟心性、啓迪智慧、淨化靈魂的慈悲心願，亦是老師之所以在百忙中，一直會抽出專門時間為學員量身書寫墨寶的初心所在。

老師將其實證之道高超而精妙地應機示現和隨緣傳授給眾多探尋生命奧秘的求道者，其大智妙用淋漓盡致地體現在講學與生活之中，其天地般寬廣的愛深深地感動著身邊的每一個人。老師慈悲喜捨、深入簡出、隨緣任運，是一位此生若有緣受教，生命便可了無遺憾的大圓滿智慧佈道者。

用心經的智

慧我回真我

目 錄

編者前言.....	001
代序.....	007
治心老師簡介.....	009

第一講

如何認出自己的本來面目.....	001
------------------	-----

第一節

如何從「凡夫」成為真正的「王者」.....	003
-----------------------	-----

第二節

如何讓般若智慧透過五蘊照見三輪體空...	008
----------------------	-----

第三節

如何借助於身心法器修行開悟.....	012
--------------------	-----

第四節

如何修復乾坤寶袋以開啓生命的自在妙用...	016
-----------------------	-----

第五節

為何說地球是最好修行悟道的場所.....	020
----------------------	-----

第六節

世間萬物背後真正的主人是誰.....024

第七節

如何證得圓滿周全的智慧而具足自他受用...027

第八節

誰才是那個能變的本體.....031

第九節

如何用好我們身體的守護神.....034

第二講

如何透過宇宙業力法則來修行悟道.....037

第一節

如何從生命的演員變成導演.....039

第二節

何謂業的妙用.....042

第三節

宇宙業力法則的運作規律是什麼.....045

第四節

為何要感恩業力的存在.....048

第五節

什麼才是真正的修行.....051

第六節

如何擁有第三面的智慧.....056

第七節

人為什麼會陷入輪回當中不得解脫.....060

第八節

為何說業沒有好壞之分都是修行的契機.....063

第九節

如何從業的束縛當中解脫.....067

第三講

如何從此岸到彼岸.....071

第一節

生命的真正意義是什麼.....073

第二節

為何說歸空不是最終極的目的.....076

第三節

如何真正品嚐到生命的盛宴.....079

第四節	
怎樣才能做到隨緣不變.....	083
第五節	
哪個才是真正的你.....	087
第六節	
如何把人生「痛苦的輪回」變成「循道的演繹」...	093
第七節	
誰才是讓我們痛苦的「真凶」.....	097
第八節	
誰才是我們真正的母親.....	102
第九節	
如何才能真正體驗到法喜充滿.....	107

第四講

當下解脫的秘密是什麼.....	113
-----------------	-----

第一節

到底是什麼樣的無形力量在背後驅動我們...	115
-----------------------	-----

第二節

如何欣賞一切生命獨一無二的美.....118

第三節

如何透過幻相證到我們的本來面目.....123

第四節

為何說一切眾生都是佛.....127

第五節

生命最終回歸空性是無有所得嗎.....133

第六節

為何說宇宙中只有一個我.....138

第七節

如何才能度一切苦厄.....143

第八節

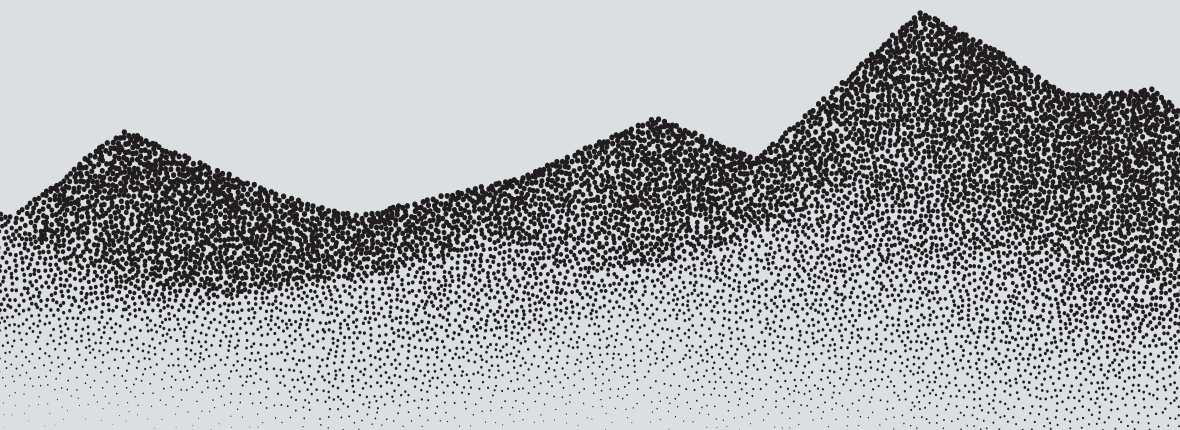
為何修行一開始會有那麼多考驗.....149

第九節

修行真的有次第嗎.....152

如何認出自己的本來面目

第
壹
講





第壹節

如何從「凡夫」成為真正的「王者」

【導讀】生命存在的真正意義不是去擁有什麼，而是在歡快、豐盛的愛的遊戲互動當中來經歷自己。當我們通過智慧的觀照跳出七情六慾的束縛時，我們將不再做慾望的奴隸，而是成為慾望的主人。最終證到五蘊皆空，安住在空性上起妙用，這才是真正的大智慧、大自在。那時我們便從「凡夫」成為了真正的「王者」，在乾坤宇宙當中其樂無窮、殊勝無比地「玩」，這便是生命真正的意義和真相。



《心經》裡面講：色不異空，空不異色，色即是空，空即是色。要想理解這句話真正的內涵，就需要我們有一定的修學基礎，破除五蘊和各種知見的障礙，真正啓用觀照般若來體會色空不二的智慧。娑婆世界的眾生非常執著於後天的知見，這就導致我們在驅動生命力進行人生表達的時候，五蘊已經不再是妙用，反而變成一種障礙。佛法當中有八萬四千法門，適合於根基不同的各類眾生，而「六波羅蜜」是實修實證的標準，其中第一個就是「佈施波羅蜜」，也就說明不管我們修學哪個法門都要修捨離。捨掉名、利、情、權，乃至世間的一切，是修學的必經之路。

相傳布袋和尚開悟以後，四處雲遊，廣度有緣。他的背上扛了一個口袋，吃的、穿的、玩的、用的……全都放在裡面。不管走到哪裡，別人供養什麼都往口袋裡面裝，別人需要什麼就從口袋裡面拿。有的時候看見小朋友，也會從口袋里拿玩具出來給他玩。實際上布袋和尚是在表法，他把整個乾坤宇宙比喻成一個口袋。在這個宇宙裡面，眾生真正存在的意義不是去擁有什麼，而是在一個非常歡樂的愛的遊戲互動當中來經歷自己。

那麼如何來玩這個生命的遊戲呢？我們可以從「玩」字當中找到答案。中國漢字絕大多數都是象形字，文字本身就有其深刻的寓意和內涵。這個「玩」字就很神奇，左邊一個「王」字旁，右邊一個「元」字。《說文解字》中有注釋，「元」字可以代表乾坤宇宙。那麼什麼才叫王者呢？能夠當家做主的、歸於自性的、具足圓滿報身智慧的，這樣的生命就稱為「王」。所以佛稱為「法王」，各大單元世界裡面的主持者也稱為「王」。所謂的「玩」就是王者在乾坤宇宙裡面遊戲。你會發現，生命不可思議的美好性、豐富性，在這個「玩」字當中就淋漓盡致地體現出來了。

我們要悟到五蘊皆空，安住於空性上起妙用，這才是真正的大智慧，這樣玩起來才是其樂無窮、殊勝無比的。但是因為我們迷了，我們不再是「王者」，反而是被七情六慾所困的「凡夫」。因此我們需要借助修行來幫助我們跳出七情六

慾，不再做慾望的奴隸，而是成為慾望的主人。

有這樣一個故事，可以幫我們更好地理解什麼叫「王者」。從前有一個叫阿訶的修行人，每天都在山上打坐。有一天，國王帶著一群將軍和隨從上山打獵。大家看到一隻小鹿就開始圍追射殺，小鹿嚇得倉皇而逃。逃至阿訶面前時，修行人慈悲為懷，他看見這樣一隻驚慌失措的小鹿，就把它保護了起來。沒過一會兒，有個將軍就追上來問：「剛剛你有沒有看見一隻鹿從這裡過去？」阿訶沒有理他，那個將軍接著很暴躁地說：「你再不理我，我就把你殺了。」這時候阿訶說話了：「你知道我是誰嗎？」那個將軍問：「你是誰啊？」阿訶說：「你們的國王也只是我奴才的奴才。」

阿訶話音剛落，將軍馬上就情緒失控了：「你開什麼玩笑？我們的國王擁有至高的榮耀和尊嚴，怎能被你這樣的人羞辱！」說完他毫不猶豫地拿起寶劍就往他身上刺，準備把他殺死。緊要關頭，國王剛好趕到，就阻止了將軍。國王詢問是怎麼回事兒，將軍就把整件事情的經過跟國王說了。國王很有修養和見識，他就對阿訶說：「你且跟我說清楚，如果言之有理，我就免你一死。如果沒有道理，你就是犯了大逆不道的罪，我肯定要處死你。」

這時候阿訶不緊不慢地說：「我過去也是一個有夢想、有雄心、有抱負的人，我有非常偉大的人生規劃，我相信可以通過自己的聰明才智，

施展我的才華，創造我的價值。但是有一天，我突然發現了一個所有人都沒有意識到的非常可怕的現象：我做不了自己的主人，我無時無刻不被身體裡面的情緒和慾望所左右。」

「當我發現這個現象以後，就把自己關在屋子裡面，靜靜地觀察我的內心。這時候我才發現我的內心極其不安寧，裡面充滿了各種慾望，而且所有的慾望，我根本駕馭不了它們。當我順從這些慾望的時候，能夠帶來短暫的平和。但是一旦違背這些慾望的時候，我的身心就極為煩躁不安。」

「於是，突然之間我就醒悟了，我發現我並沒有尊嚴。我所規劃的大好藍圖，只不過是我不能駕馭的一個個慾望；我所擁有的聰明才智，只不過是我不能操控的一個個念頭。自從我發現這樣一個真相之後，我就離家出走，踏上了修行之路。我要去尋找一種方法，讓自己不再被慾望降服，不要做慾望的奴才，而是要成為慾望的主人。」

「從前的我即便是活著，乾再多的事情，也是一個不能做主的可憐人。我要戰勝自己、破迷開悟，走一條終極覺醒之路。現在我成功了，我透過智慧的觀照，把身上的七情六慾通通降服了。這些能量還在，沒有減少也沒有增加。但是很奇怪的是，我的內心非常平和，並且處在一個寧靜的、充滿活力的，又豐富多彩的生命形態裡面。現在，慾望真正成為了我的奴才，我要使用

它們的時候，它們就作為能量為我創造一切。我不使用它們的時候，它們就靜靜地安住在我的身旁。」

接著，阿訶話鋒一轉：「你雖然貴為國王，但是你有觀照嗎？你能觀照到自己所做的一切，都是被慾望所推動的嗎？就好比今天，人類被稱為萬物之靈，而你作為一國之王，帶著這些威武的將軍們，居然對這麼一隻小小的鹿都不放過。而且因為我這樣一個方外之士的修行之為，你的將軍還試圖要我的性命。那麼我想問你：你真的有觀照嗎？你所做的一切，不是被慾望所驅使的嗎？」

阿訶講到這裡，國王感到極為震撼。他一瞬間借助於阿訶能量的加持，覺照到自己當下的生命狀態。自己雖然是一個國王，但是每天仍舊是被慾望推動著在做事情。震撼之余，他感到非常慚愧，立刻跪下來拜阿訶為師。

第貳節

如何讓般若智慧透過五蘊照見三輪體空

【導讀】我們本來跟佛一樣是法身、報身、化身三身合一的狀態，擁有天上地下唯我獨尊的地位和尊嚴。但是我們今天迷了，已經淪落為慾望的奴才，因此需要通過皈依到佛、法、空上來觀照，證到三輪體空。修行是有一定梯次的，對於剛剛入門的人來說，要先從戒定慧開始，透過一切相看到背後那個不增不減、不垢不淨、不生不滅的本體。在體上，是「空」，在事上，是「有」。放下是「空」，拿起是「有」。這便是「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色」的智慧妙用。



人之所以不能像一個王者一樣，在宇宙乾坤裡面自在化樂，不能像一個佛一樣，在三千大千世界裡面遊戲神通，原因就在於我們迷了。當我們迷失了以後，受後天自我意識的影響、無明業力的制約、內心慾望的推動，我們整天和人爭鬥吵鬧、斤斤計較，卻仍舊感到煩躁不安、惶恐焦慮，一輩子奔波忙碌卻不知道問題出在哪裡。

即使一個人當上了一國之王，但是基於這樣一個被慾望駕馭的狀態，他實質上也是沒有尊嚴的。所以阿訶說：「你雖然是國王，但是你也只不過是慾望的奴才而

已。而慾望是我的奴才，這樣一來你不就是我的奴才的奴才嗎？」人世間的哪一個人不是這樣的呢？我們本來跟佛一樣是法身、報身、化身三身合一的狀態，擁有天上地下唯我獨尊的地位和尊嚴。但是我們今天已經淪落為慾望的奴才，身份墮落、卑微到如此地步。所以大慈大悲的佛才來給我們傳法，使我們能從這樣一個無明的狀態裡面走出來。這也就是為什麼當有人向布袋和尚請教如何修行時，布袋和尚非常乾脆地把他扛在肩膀上的這個乾坤寶袋，砰的一聲放在地上。他其實這樣做是在表法，告訴大家你得把身上的包袱全都放下，先從空掉慾望開始，最終達到五蘊皆空。

這個提問的人也很有悟性，他一下子就領會了布袋和尚的用意，然後接著問：「那放下之後怎麼辦呢？」布袋和尚彎下腰把袋子重新拿起來，扛在肩膀上瀟瀟灑灑地走了。我們如果不是在真如自性上來看，那麼色就是色，空就是空，它們兩者是分開的。如果我們能夠運用《心經》裡面講的般若智慧，回到法身上去看待這一切。那個時候你會發現，放下就是「空」，扛起來就是「有」。五蘊一切的構成無非是因緣和合，從本質上來講都是空的。

當我們皈依在佛上，皈依在法上，皈依在空上來觀照，我們就能夠證到三輪體空。我們是主體，外界的一切都是客體。而我們這個肉身的本質是四大和合而成的，這裡面並沒有真正的主宰

者，是後天形成的各種知見意識，綜合我們生生世世造作的業，共同在起作用。就像我們組裝電腦一樣，CPU中央處理器負責運行所有的程序；主板提供一系列接合點以供各種設備接合；硬盤是主要的存儲媒介……由此可見，電腦本身並沒有一個真正的實體，當你把硬件和軟件全部拆分開以後，它是空的。

我們人也是一樣的，其實是一個假的因緣和合之身，也稱為「假我」。如果將構成我們的五蘊一樣一樣地解開以後，並沒有一個實體存在。從這個角度來講，如果主體是空的，外在的客體必然也是空的。主體、客體都是空的，那麼我們在主客體之間產生的各種各樣的事物，自然也都是空的，這就叫「三輪體空」。當我們能夠證到三輪體空之後，才能真正像布袋和尚一樣，把這個乾坤寶袋放下。放下執著之後，還要重新把三千大千世界扛起來繼續走。這個道理很深，還在五蘊當中執著的人很難真正理解和感受。

對於一個凡夫來講，一個還會被自身的慾望所控制的人，首先要修捨離，名啊、利啊、情啊……一切統統都要捨掉。我們要實實在在地從佈施波羅蜜開始，不管是財佈施也好，法佈施也好，總之是要把自己徹徹底底地佈施出去。對什麼有依賴，就要捨掉什麼。你對財有依賴，就捨掉財。你對情有依賴，就捨掉情……捨得乾乾淨淨了，般若智慧就能夠透過我們的五蘊，照見「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色」。

那個時候，我們已經是大菩薩的境界了。

所以修行是有一定梯次的，不是說一上來就直接用《心經》裡面講的「照見五蘊皆空」「色即是空，空即是色」。這是《心經》給在修行上有一定基礎的大菩薩們講的。對於剛剛入門的人來說，要先實實在在地從戒定慧三學開始修。從佈施開始，然後透過一切相看到背後的那個不增不減、不垢不淨、不生不滅的本體。在體上，是「空」，在事上，是「有」。放下是「空」，拿起是「有」。這便是「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色」的智慧妙用。

第叁節

如何借助於身心法器修行開悟

【導讀】從生命本然的角度來講，要經歷自己、表達自己，要在三千大千世界里去遊戲、去體驗、去創造。《心經》就是這樣一本生命使用說明書，我們在它的指導下，安住在空性上起妙有，自然就不會執著於名利情權，反而把身體變成幫助我們修行和覺悟的身心法器，真正感知到眾生互動所帶來的豐盛，和生命本然存在的富足。



修行最主要的就是不著相，不著相自然就能夠做到不執著。當你對金錢不執著，對情感不執著，對名利不執著... ..對一切的世間事物都不執著的時候，就能夠跟我們的本體相應。我們修行的目的無非就是證這個如如之理，證這個妙明真心，證這個毗盧遮那佛。一旦我們迷在外緣上，對房子、車子這些產生依賴，你就會認為沒有這些東西不行，甚至不惜貸款都要擁有，這是自己身份、地位的象徵。一旦執著以後，就永遠沒辦法證到我們的本來面目，證到真如理體了。

我們在人世間，一切都要隨緣，我現在有什麼條件，就是什麼樣的受用。總不能我明明沒有這個條件，還要貸款來搞這些虛幻的東西。「色不異空，空不異色」就

是事不離理，理不離事；用不離體，體不離用。它們彼此之間並無妨礙。如果我們能懂得這個事實真相，把這個根身看明白，它是色、受、想、行、識這五大程序組裝起來的這麼一個妙用，那麼我們就只是在用這個身體，卻不再執著於這個身體是我。

很多人整天想著我要吃好的，我要穿好的，我要住洋房，我要開豪車……其實都是把這個身體當成自己，想一切辦法來照顧這個肉身。對於根身而言，如果我們整天都執著在名利情權上，就沒辦法運用這樣一個身心法器，來創造、表達更為豐富的生命價值。但是如果我們能看明白，肉身這個身心法器就會有非常多的用途。在入世層面，我們在和有緣眾生互動的過程當中，可以利用身心去利益他人、服務他人，可以提升自己的生命價值、品格和福報，去創造一個更加美好的未來。如果我們還能進入修行層面的話，我們不僅能夠正常地跟人一起工作、生活、交流互動，同時還可以在內乾坤提升各個輪盤的能量，達到一個不可思議的妙用。由此可見，我們可以借助這個身心法器來修行覺悟。

所以當有人問布袋和尚怎麼修行的時候，他讓我們先放下，徹底放下之後再重新拿起來。這個乾坤寶袋其實象徵著三千大千世界，它是一個生命表達自己、經歷自己的場所。但是在無始劫以來漫長的歲月裡面，眾生一個一個都迷了。大家都沒有在法上玩，而是在我知我見上玩，自

然玩著玩著就感覺到越來越不自在了。按照經典裡面講的，我們生活的地球實質上就像一個人一樣，已經「成住壞滅」過很多次了。當我們迷得越來越深，跟毗盧遮那佛的法性完全不相應時，最後整個乾坤都會解體。

佛傳法下來，實質上就是要讓我們護持這個乾坤寶袋，在豐富多彩的三千大千世界裡面擁有無窮的妙用。從生命本然的角度來講，需要經歷自己、表達自己，如果沒有這萬千的妙用，生命就像一潭死水一樣死氣沈沈的，那還有什麼意義呢？佛法從來不排斥我們在一切有形、有相的空間中去遊戲、去經歷、去創造。空，最終還是要變成妙有。

從前有一個老人，在大年初一拜訪親朋好友。離開之時，就在桌子上寫了一個吉利的「吉」字，上面一個「士」，下面一個「口」。心裡想著要感召這個能量，圖一個吉利嘛。但是沒想到，那一天連續走了好幾家，連杯茶都沒有喝上。他也覺得很奇怪，口乾舌燥，氣呼呼地回家了。結果回到家，站錯了地方，把桌子上寫的字看反了。吉利的「吉」，倒過來看，上面是個「口」，下面是個「乾」。他恍然大悟：「怪不得我一天都沒有水喝，原來我寫的是‘口乾’啊！」這個笑話正體現了中國漢字的妙用和趣味。

那麼，如何來產生這種妙用呢？我們買一部新手機都要看說明書，現在我們擁有一個三千大千世界的乾坤寶袋，自然也要瞭解它的使用說

明。《心經》就是這樣一本說明書，我們在它的指導下，安住在空性上起妙有，才能感知到生命和眾生互動當中帶來的豐盛，和生命本然存在的富足，這才是真正的妙啊！

第肆節

如何修復乾坤寶袋以開啓生命的自在妙用

【導讀】當我們把空性的智慧和盧捨那圓滿報身智慧丟掉了，就會執著在後天第六識的知見上，在玩的過程中產生痛苦和煩惱，卻沒有能力空掉。當大家越來越迷，越來越自私自利，整個乾坤宇宙注定將面臨毀滅。《心經》就是拯救、修復這個乾坤寶袋的法器。「色即是空，空即是色」，當生命找回真如自性，那麼安住在「空」裡面的時候，什麼苦都不受；一旦走到「有」上來的時候，又可以遊戲神通。無論順境、逆境都自在，生命的妙用也就真正開啓了。



有這樣一個笑話：看台上，兩個素不相識的球迷爭了起來。其中一個人說：「甲隊准贏，如果錯了，就把我的姓倒起寫！」旁邊的人立馬說：「甲隊准輸，否則，把我的姓橫起寫。」「你貴姓？」「姓田，你呢？」「姓王。」王倒起寫還是王，田橫起寫還是田。這就是妙啊！在這種妙用裡面，你會發現輸贏都一樣。我們人世間有些事情是正的，但是當它反過來時，又有反過來的趣味。

同樣的道理，煩惱即菩提。當你有了煩惱以後，如果你能把它轉過來，帶著這樣一種般若觀照智慧，那麼我們在順境當中能妙用，在逆境當中也能妙用。《心經》裡面講的「色即是空，空即是色」，就是一

種不管在什麼場景都自在的智慧，這是生命可以感受到的不可思議的受用。這方面在中國傳統文化當中體現得淋漓極致，所以我們要弘揚中國優秀傳統文化，重新找回老祖宗的智慧。

有一個美國人，他在訪問中國的時候，跟隨行的翻譯說自己有一個很深的體會：「你們中國人太奇妙了，尤其是你們造的這個文字啊，真的是不可思議！比如說『中國隊大勝美國隊』，意思是中國隊贏了。但換個詞說『中國隊大敗美國隊』，還是中國隊贏了的意思。好像大勝和大敗是一回事兒，反正永遠都是你們贏。」中國字的奧妙就在這裡，不管是用「大勝」還是「大敗」，其他地方都沒變，換了一個相反的詞，最終表達的意思竟然是相同的。這就叫「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色。」

我們如果能把《心經》的這個奧秘參悟明白，在任何場景裡面都是自在妙用。這就是為什麼佛菩薩在地獄也不覺得痛苦，就像一個人換擋一樣：遇到苦來了就換到「空擋」上，用般若觀照智慧，一點苦的感覺也沒有；遇到好事來了就換到「有擋」上，在豐富多彩充滿愛的幻相裡面，依然可以享受無窮的樂趣。

但是，如果我們沒有掌握到這個智慧，隨著宇宙的成住壞滅，很多眾生會遭遇到各種各樣的狀況，苦不堪言。為什麼會這樣？因為他沒有把我們這個乾坤寶袋裡面的構造搞明白。很多生命在一真法界，玩著玩著突然之間就迷了，這個時

候就會出現第二個法界；玩著玩著就迷得更深了，又產生了第三個法界……以此類推，十法界就是這樣產生出來的。

當我們把空性的智慧和盧捨那圓滿報身智慧丟掉了，就會執著在後天第六識的知見上。而第六識是沒有空性智慧的，因此就會在玩的過程中產生痛苦和煩惱，卻沒有能力空掉。玩到最後，人類如果沒有一個更高的智慧來指引，大家越來越自私自利，誰也容不下誰，人與人之間的關係越來越糟糕，最終注定會面臨毀滅。有些站在更高維次上的生命，看見這個乾坤寶袋開始腐化，四大要分離，就會很緊張、恐懼，並用自己的方法來補救。但是因為已經忘記了真如自性，忘記了毗盧遮那佛，忘記了圓滿報身智慧，所以都是按照自己的後天意識來理解和想象的，最終每一次拯救的結果都是失敗的。

《聖經》裡面有過類似的表達：上帝從此將不再行毀滅之事。它實際的意思是，這一茬文明要有一件驚天之事發生。自此之後，乾坤寶袋將擁有自動修復的能力，不會再出現整體毀滅的現象。而我們今天講的《心經》，就是拯救、修復這個乾坤寶袋的法器。如果能夠把這樣一個智慧推廣開來，讓每個生命都找回真如自性，那麼乾坤寶袋將會永遠安住。整個乾坤宇宙外在是「有」的，內在是「空」的。安住在「空」裡面的時候，什麼苦都不受。一旦走到「有」上來的時候，又可以遊戲神通，生命的自在妙用也就真正開啓了！

