

明心見性



超越二元悟入原本的真实

李新华 / 著

的精神是「实事求是」，其古语通说「求是」。事物之真实相——绝对真理，亦实现心灵苦痛的解脱。我们通常的二元的思维模式结构是二元对立的，只依相对相的理，没有绝对的事，所以无法除去「求求是」绝对真相的命题。法不授人，类例心中实文究竟解脱的任务。



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

明 心見性

超越二元悟入原本的真实

李新华 / 著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

明心见性 / 李新华著. —北京: 中央编译出版社, 2015.8

ISBN 978-7-5117-2663-6

I. ①明… II. ①李… III. ①佛教哲学—研究 IV. ①B948

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第101213号

明心见性——超越二元悟入原本的真实

出版人: 刘明清

出版统筹: 董巍

责任编辑: 曲建文

责任印制: 尹珺

出版发行: 中央编译出版社

地址: 北京西城区车公庄大街乙5号鸿儒大厦B座(100044)

电话: (010) 52612345 (总编室) (010) 52612370 (编辑室)

(010) 52612316 (发行部) (010) 52612317 (网络销售)

(010) 52612346 (馆配部) (010) 66509618 (读者服务部)

传真: (010) 66515838

经销: 全国新华书店

印刷: 北京金瀑印刷有限责任公司

开本: 787毫米×1092毫米 1/16

字数: 330千字

印张: 18.75

版次: 2015年8月第1版第1次印刷

定价: 58.00元

网址: www.cctphome.com 邮箱: cctp@cctphome.com

新浪微博: @中央编译出版社 微信: 中央编译出版社 (ID: cctphome)

淘宝店铺: 中央编译出版社直销店 (<http://shop108367160.taobao.com>) (010)52612349

凡有印装质量问题, 本社负责调换, 电话: 010-55626985

悟



入

不二智慧

乙未年



泰王国御封华宗大尊长 仁得



泰王国御封华宗大尊长 仁得大师为本书题词：悟入不二智慧

序

这是一部从思维模式的角度来探讨佛法真谛的书，其核心思想是超越二元。

超越二元即是禅，这叫“一元即圆明，圆明即一元”。反之，“无明即二元，二元即无明”。作者认为：迷者二元对立，即心即执即妄，实为边见；觉者超越二元，即心即离即真，入不二法门。也就是说，超越二元不是中庸或折中，而是中道，是统领。既然是统领，则毕竟空！不但宗通、教通、大小乘通，更是“是诸佛教”通。如是，妙理，妙理也。

人人皆知“不二法门”，但谁人能参透？所以啊，理虽妙，然若无亲身体验却又难解其中味。不去“汗滴禾下土”，怎知“粒粒皆辛苦”？不去修正自身观念，只做知识上的演绎与更新，最终只能是嘴上说“空”说“有”，“妙嘴生花”、一身佛气、一事无成。或如鲁迅先生笔下的《吃教》一般，掏空了佛法正见的内瓢，充上吃的内涵，一路地吃下去，“吃掉一切信仰”，到头来只剩下“满纸荒唐言，一把心酸泪”。

学习佛法不同于学习佛学。佛学是纯理性的知识、思想，是形而上的形式逻辑，如同学一门哲学；佛法是实践理性的体验与感受，是形而上与形而下兼而有之的情感逻辑、直觉逻辑（如果算是逻辑的话），如同学一门艺术。这好比学钢琴，教本、教材只是指导，基本功、练习曲却是必不可少的，因为一切重在实践和体会，所以教本要一本本地练，无捷径，一切要依靠明师的指导与自己精进加悟性。

禅既是一种思维方式，又是一种生活态度和生活方式；既是一种精神境界，又是生活常识和般若智慧；既是“念念无滞，常见本性”的出世的见地，又是有恩有义、大爱大悲、大愿大情的世间修、世间行。禅的风骨就在日用中，禅的实相就是“规规矩矩唱戏，老老实实做人”。

超越二元归于本然，本然如是，即原本的真实。亦如行云流水，自然朴直，平常平实，平凡平淡。

今人学佛，缺少的并不是资料、名师与聪明，而是缺少像本书作者李新华先生这样的诚信、实信、愿力、勤奋与默默耕耘……这令我这个老参也不得不佩服。

新华先生求佛修行近三十载，也曾习禅参话头，也曾雪山西域学密宗，也曾饱受南国的溽暑与酷热，也曾饱尝北国的冰雪与寒风……老天不负有心人，终体悟出超越二元的理数与旨趣，并将心血与体验化为此书，十分难得。而每当我翻开此书，但见严密的逻辑与实修的苦乐在交响，出世的见地与入世的体验在倾述……一切似乎在说：

喝粥去，吃茶去，品味人生。明自心，观自在，觉悟有情。

见君 2015.2

前 言

在我们中华民族优秀的传统文化中，是以“悟道”为人类的最高思想境界，道文化是整个传统思想的核心。我们的先贤圣哲们甚至认为，只有悟道才能树德，而若未悟道其所谓的“德”是不究竟的。

道德，先有道才有德。所以，在传统的教育中，学道理的权重要大于学知识，懂得了道理才有“格物致知”、“兼济天下”之德。

那么什么是道呢？

道就是指宇宙生命的究竟本质。佛家称之为真实实相，道家称之为道。

用现在的话说，道就是原本的真实，就是绝对的、永恒的、终极的真理，就是原本是什么样儿就是什么样儿的如如本然。

那么“悟道”或“得道”有什么意义吗？

悟道得道才能树德。得道多助失道寡助，悟道才有厚德载物。

在道之万德中，最重要的“德”就是心灵的解脱。

人何以为人？这话问的也许有点儿突然。或者说，何为人之人格所在？

作为宇宙中的高级生命，其高级所在、其高贵所在、其荣耀与尊严所在，就是在于人拥有得天独厚的心灵。心灵是人类高于其他动物的标志，有了心灵，才有了人格。

然，自从人们拥有了这颗骄傲的心灵，亦好像在心灵中埋下了如影随形般的种种的烦恼苦痛。

心灵的苦痛在人的一生中不是一次性的，而是以轮回的形式反复出现的。它不仅是我们祖先已受、我们自己正受，而且是我们的后代还要将受的千古人生的心苦。

佛家说，心灵苦痛的原因是无明，即不明了真相。一个人若能明了真相，他的内心就不会有痛苦。

“不明真相”和“心灵苦痛”，这两个关键词之间有什么联系吗？

现代心理学认为，人类心灵痛苦的表现形式是内心的冲突，即二元的对立冲突。也就是说，只要人们的内心存在着二元的对立和冲突，心灵的痛苦就无法去除。看来，心灵痛苦来自于我们通常的二元对立的思维模式，二元模式也肯定不能承担心灵痛苦究竟解脱的任务。

以二元模式为方法论的哲学告诉我们，二元模式只能表达事物的相对性、相对论、相对的理，而无法表达绝对的真理和真实。也就是说，二元模式不支持对绝对真理的体验、把握和觉悟。

“不明真相”和“心灵苦痛”，全都将其原因指向了我们通常的二元对立的思维模式。因此，我们有必要对二元对立的思维模式自身进行反省，看看二元模式自身存在着哪些结构性的不足，进而以超越二元的思维模式去把握原本的真实，悟道而实现心灵的解脱。

人类发展至今，经常可以看到冠以社会“文明”进步之评价。而“文明”之称谓是相对于野蛮之“丛林法则”而生的。

那么人类的文明进步在哪里？人类内心的“丛林法则”改变了吗？

我们看到的现今社会，物质文明使人们脱离了丛林的穴居走入了水泥公寓，从草堆走上了席梦思软床，手中的工具也从冷兵器变成了核武器，但人们内心之“丛林法则”并无明显之进步，反而是核武器的存在使人类社会进入了种族灭绝的危机时代。

这是为什么呢？其原因之一，就是二元对立的思维模式始终是人类发展中的主旋律。内心中的二元冲突，必然会反映出二元对立的世界观与价值观，必然会造就二元的行为准则——“非此即彼”之“丛林法则”。

在联合国教科文组织总部大楼前的石碑上，用多种文字镌刻着一句话：“战争起源于人之思想，故务需于人之思想中筑起保卫和平之屏障。”

消除对立冲突在于超越二元。虽然在东方古老文明的思想中，早就存有超越二元的智慧，但只是以“道”、“禅”的形式得以保留和传承，缺少普世性的教育。

好在我们人类“心之贵”在于“人贵有自知之明”。正如佛陀所说的“众生皆具如来智慧德相”，我们人人都不缺少圣人那样的智德。我们人人本自具足的，与圣人无二无别的智德宝藏就是我们的“自知之明”。

“自知之明”在于反省，虽然我们不一定做到了象孔圣人要求的“每日三省吾身”，但是人就一定会常常自省。

只是我们平日里的自省，都是在二元模式的结构内作文章，都是二元的知识上的更新和观念上的更换，却很少有人会真正地反省一下我们的思维模式自身会有什么问题。

佛法之所以伟大，就在于它引导我们将“自知之明”用在重新审视我们的自心，从二元对立的思维模式的自身上反省，以明了二元模式自身所造成的误判和错觉，以求获得超越二元的正见，进而超越二元，直接把握自心本然，觉悟生命真相。

从佛法宣说的解脱之道中，我们可以看到“一切平等不二”的般若智慧，可以看到“不取两边”的中观正见，可以看到“诸法无我”的超越，可以看到“二元分别寂灭”的涅槃。

这些宣说都是在引领我们超越二元，引领我们通过超越二元来把握宇宙生命真相，实现心灵的究竟解脱。

世界和谐，从心开始。

本书循着佛法的思想脉络，通过对二元对立的思维模式自身的反省，从超越二的角度探讨了佛法的认识论、方法论及心灵解脱的实践，为佛法学习者提供一个新的视角。

序	1
前言	3
第一篇 生命中的苦与痛	001
第二篇 心理学与哲学的解决方案	015
第三篇 二元对立的思维模式	022
第四篇 二元心智	045
第五篇 解脱之道	063
第六篇 直接思维与觉悟	070
第七篇 二元的超越	074
第八篇 佛教简介	088
第九篇 佛法认识论	100
第十篇 生命缘起现象	120
第十一篇 佛法般若	138

第十二篇	佛法中观	145
第十三篇	般若顿超	156
第十四篇	佛法心性论	164
第十五篇	明心见性	190
第十六篇	大手印——直指本元本然真相	204
第十七篇	大圆满——直指本觉自然解脱	212
第十八篇	禅宗——直指涅槃妙心	231
第十九篇	《金刚经》品读	248
第二十篇	达摩祖师《血脉论》	280
结束语	——打开心灵伏藏	286

第一篇 生命中的苦与痛

一、生命意志

宇宙就像一部永动机，以无穷无尽的动力，驱动万物生焉，推动有机生命的繁衍进化。

永动就是宇宙的意志。万物之运动，万事之变化无常，是宇宙永动意志的规定。

万事万物也以不停的运动变化来体现宇宙的本能意志。最突出的现象就是生与死之轮回交替，生与命之同存并往。

生，就是出生，繁衍，衍化；命，就是生存的历程，是生由量变到质变的历程。

宇宙万物皆有生死，也皆有生命。一切变化着的物都具备了生命的特征，生命通过变化着的物来体现，变化着的物通过生命来进行描述。

每一次的质变都意味着一期生命的结束和死亡，同时是新一期生命的诞生和延续。这就是宇宙意志的规定，又称为生命意志，是它驱动着生生不息，生死轮回。

二、生存意志与心灵意志

1、生存意志

人的一生，从孕育、出生、成长、繁衍、衰老至死亡，都在不断地重复演绎着万事万物由生至死的生命规律，传唱着刹那生灭、分段生死、生灭永恒的宇宙永动意志。

生存，是人作为物质的有机体的真实存在。而这个存在，必然的有好生恶死的本能，必然有占有其他物质的本能。

好生恶死的本能，保障了人存在的安全性，使人下意识地躲避危险和危机。占有其他物质的本能，是人必须有要吃、要睡、要性的必然。这生存的本能称为生存意志。

生存意志驱动人类为安全和占有去奋斗和竞争，体现着人类无止境的贪欲、私欲，不断地吐故纳新，不断地占有。

人类种族的生存意志驱动人类为完成人类生命的永续而去性爱和繁殖，以生生不息来体现永恒，与时间一比长短。

人们在歌颂生命的时候，为了脸面，总是小心翼翼地避开“贪欲”和“性爱”的标签，代之以“奋斗”和“爱情”。

奋斗是向着“有所得”的方向发展的，永无止尽，永不满足，永不停留。这叫征服自然的美，是向上的美，“天天向上”的美，是永不停留的美……美到梦里想的都是再多占有些。正因为这向上的意志，才使得人类从穴居走进了公寓，从生食走进了酒家，从草堆走上了席梦思软床。

“爱情”是生存意志在种族延续层面的体现，是人类原始的性崇拜的演化和异化。歌颂情爱，都是歌颂生生不息、代代相传的永恒的存在、永恒的美。

生存为动机，意志为动力，驱动了人类物质文明的发展。

还是咱们的老祖宗明白，“食色性也”。这就是人性，是人类不可摧毁的意志力。

2、心灵意志

自然界的长期演化，由无机物具有的反应的特性发展到了低级生物的刺激感应性和记忆性；由低级生物的刺激感应性发展到了高级动物的感觉和意识，最终发展到了人的意识和思维。

人类的进化，不仅使人拥有物质性的躯体，更使人比起无机物和低等生命体多了高级的意识、思想和情感，我们俗称为心或心灵。

心灵成了人类高于其他动物的标志。作为宇宙中的高级生命，其高级所在、其高贵所在、其荣耀与尊严所在，就是在于这个“心灵”。心灵成了人类的主宰，有了心灵，才有了人格。

宇宙的生命意志不仅赋予了人类食色欲求的生存意志，同时也赋予了人类心灵的本能意志，即心灵意志。

心灵意志表现在人类不只是为了生存，更需要生活。

没有心灵，只为生存，是低级生命体；有了心灵，还需要生活，才是高级动物，才是人。

生存意志的根本诉求是食色，那么心灵意志的根本诉求是什么呢？也就是说我们人类对生活的根本追求是什么呢？

所有的人都会说生活是为追求幸福，甚至会说对食色的追求，其最终也是为了满足对幸福的追求，幸福是第一位的。

如此看来，心灵的根本诉求就是幸福，心灵意志就是幸福意志。

生存意志体现为“食色性也”，心灵意志则体现为“幸福性也”。

心灵的根本诉求是幸福。那么幸福是什么呢？

西方学者喜欢用幸福指数来衡量人们的幸福状态，而每个人对幸福又有不同的解读，这说明幸福是不可以用语言来清晰定义的，幸福应是来自人们内心中的一种感觉。

幸福就是心中的幸福感，是一种内心幸福的心灵境界，或称精神境界。虽然无法得出幸福的统一概念，但至少我们还能找到几个主要的要素，如安全感、满足感、自由感等。

三、心灵的苦痛

如果说幸福是要追求的，这就说明了我们的内心并不幸福，内心有着烦恼与苦痛。为什么会有心灵的苦痛？

心灵意志——内心的幸福意志，表现在它要求轻松的生活、自由自在的生活、无有压力的生活。它不要没完没了的奋斗和斗争，它不要没节制的、过度的性爱，它要和谐、平和、平等、知足、自在、自由、安乐、喜悦等。

生存意志要求不断地占有、奋斗、竞争，它造成了人们内心的危机心态。心灵意志要求自由、平和、稳定，它要求的是知足心态。

生活是身与心的共同存在、发展和流动。如同古人讲的一张一弛、一阴一阳之道，生活既含有生存意志的“一张”，同时必须含有心灵幸福、欢乐、自由、解脱的“一弛”，二者缺一不可。

然而，心灵意志与生存意志的要求是相反的，是矛盾的，是有冲突的。

心灵意志不能忍受生存意志对它的长期压制，但又不能不忍受。

心灵意志呼唤人们在贪欲的路上适可而止，知足停步；它试图冲开人们建立在生存意志上的理智，让情感、情绪无理性地喷发出来；它每每用梦、用潜意识提醒我们，不要用生存意志把自己束缚得太紧。

长期被压抑的心灵，呈现的是扭曲畸形的状态。一旦生存意志暂时的消失，心灵立即显出对没有压力的不适应和手足无措。我们都有过这个经验，一旦某种欲望

得到满足，如紧张和竞争之后的兴奋与激动，绝对没有期望的那么高，同时感到的是失落与乏味，接踵而来的是无聊与茫然。

对人类而言，既然对食色的追求最终是为了满足对幸福的追求，也就是说生存是为心灵服务的，心灵意志是高于生存意志的，那么，应该是心灵统合生存，甚至是心灵意志的一统天下。即，心灵意志时时刻刻、在在处处地驱动着人们要去满足心灵的需求。不管你意识到，或没意识到；不管你是正在忙于“食色性也”的追求，还是食欲、色欲获得了满足后的暂时停歇，只要心灵的饥渴未被满足，心灵就始终惹着祸，让人片刻无法安生。

人类真的是心苦，才下眉梢，却上心头。

人肉体上的苦痛也许可以通过食色的满足而得以解决，而人心灵上的烦恼苦痛又如何解决呢？

就是说心灵的苦痛才是人类真正的痛苦。所有的苦都是心苦，所有的烦都是心烦，所有的痛都是心痛。

心灵意志就是幸福意志，它必然驱动人们的生活根本诉求就是摆脱心灵的烦恼苦痛，必然要求心灵苦痛的解脱。

宇宙生命意志不仅要求人类在生存意志方面要“食色性也”，更是要求在心灵意志方面要获得解脱。心灵的解脱是人类最最重要的本能意志。

四、心灵的构建

心灵，是建立在形而下的身体之上的，是纯粹的形而上，是人类意识、思维、思想、精神、情感、觉受的统称。

心灵之苦痛一定是表现在思想精神上的苦痛。那么这些苦痛是与生俱来的还是后天逐渐形成的？我们有必要去探访一下思维意识及其模式的构建过程。

1、心

心是人类作为高级生命的标志。那么其高级或高贵之处在哪里？

人类的高贵之处在于人类本自拥有自觉的本能和能力，即人贵有的自知之明。换句话说，能自觉的才是高级生命，不能自觉的是低级生命。

能自觉，有自觉的觉知，才能形成意识活动。人因为能自觉，才能产生思维意识活动和情感现象。人类因拥有自觉的能力才能发展出各类文明。

也就是说，人类所有的思维意识活动都是建立在人能自觉的基础之上的。

这个自觉的本能，即是自觉的觉性，是人类本自拥有的，是宇宙生命意志所赋予的，故又称为本觉觉性或本觉。因其浑然天成，与生俱来，又被称为本元。

那么所谓的心就是指人类因本觉而生的思维意识和精神情感等活动。

本觉觉性是思维意识的基础，思维意识是本觉觉性的表现形式。

2、本然的心

每个婴儿儿从孕育到初生，到成长，都在演绎着一部人类从海洋到陆地，从爬行到直立的巨大漫长的进化史。

孩子从孕育到出生时，她是没有独立的自我意识的，她和世界是浑然一体的。作为高级生命，她拥有一颗本然的心。

这颗本然的心无任何造作，完美，光明，清澈。这颗本然的心本自带着有着宇宙生命的本能，即本自元成的，本然的“觉”的能力，即本觉觉性。

此时的心就是觉，一个本能的、本然的、开放的觉。若非要从“体”的角度去说，这是一颗本然的心；若非要从“本能”的角度去说，她就是“觉”，本觉。

正因为此本然的觉性，孩子在未来的成长过程中才能建立各种各样的觉受体验和觉知经验，才能学习各种知识，产生各种的思维活动与精神境界。

这颗本然的心，又被称为本觉心、本元心。

用现代的话语来形容，如果将人的思维模式或心智模型比喻为电脑的操作系统，将人的各种思维精神活动比喻为电脑的各类应用软件（如逻辑分析软件、形象思维软件等），那么这颗本然的心就好像是一个尚未被安装操作系统和应用软件的裸机电脑，具备了记忆存储和信息处理的能力（本觉觉性），然无造作（未装软件），处于开放状态。

3、成长过程

孩子的成长过程，是一个自我意识的建构过程。从本能的贪恋母亲的乳房开始，渐渐有哭有笑有表情，会觉知和识别他周围的人物；会扭头躲避他不喜欢或不想吃的食物；会用手打掉他不喜欢的，用手指向他喜欢的物品。孩子从本能的觉知意识开始，渐渐有了自我意识和分别意识。

孩子开始咿呀学语，而后进入幼儿园和学校，从此“好好学习，天天向上”。

孩子们从识字开始，就对他们所识别的对象贴上了标签，逐渐使之符号化和概

念化。孩子们学习符号、概念与事物之间的各种关系与联系，并进一步学习运用符号和概念去认识社会，并逐步完成了逻辑理性的思维模式的建立。

孩子的学习成长过程也浓缩了人类从潜意识或本能觉知意识到感性认识、理性认识的精神文明的发展史。

4、根本分别意识与我本位

生存意志使人不断地对外占有。在占有的过程中，人的感官和神经系统就会受到外界的刺激而形成反应。按生理学上说，外界的刺激会引发神经系统兴奋与抑制两种反应，通俗地说就是舒服或不舒服的反应。而刺激反应又会形成记忆，存储在脑神经内。当外界同样的刺激再次来临时，大脑就会根据记忆中的生理评价作出主动反应，或占有、或放弃、或躲避、或停留等取舍反应。这种原始的依生理记忆作出的主动反应，上升到意识层面就出现了分别功能，又称为根本分别。

根本分别是生存意志的表现，是生存意志上升到意识层面的必然。

生存意志→对外占有→受外界刺激→舒服或不舒服（兴奋与抑制）等反应进入记忆→再次受到外界刺激会引发记忆→主动取舍反应→上升到意识就是根本分别。

人的意识反过来又服务于生存意志，意识的根本分别功能又促进和强化了对事物进行分别时的体验和经历。取与舍、好与坏、苦与乐、此与彼等等的分别经验被深深地，不断地刻入记忆之中。

这种基于根本分别的经验被反反复复地刻入记忆，刻入脑海意识。反复地在记忆中刻盘，反复地熏染，终有一天，童年中的孩子从懵懵懂懂的“自我”意识的量变，发展到了强烈的、具有决定性的“自我”意识的质变。

从这一日孩子拥有决定性的“自我”意识开始，“我本位”成了人生命的中心。我要的，我不要的，我喜欢的，我厌恶的，我的家、我的老婆、我的房子和钱，我的生命，我意识到危险，我思故我在，我在故我思……“我本位”渐而演化成了心理上的自我执着，又被称为“俱生我执”。从此，围绕着“我本位”，一荣俱荣，一损俱损。

至此，那颗本然的心被安装上了系统操作软件，即以“我本位”为特征的，基于根本分别的二元对立的思维模式。