

在当下觉醒

吴九箴 / 著

我们学着观照自己和万物，看清事物的本来面目，不要让这种错觉变成你人生痛苦的毒药……

吴九箴 著

在当下觉醒



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

在当下觉醒/吴九箴著. —北京: 华夏出版社, 2015. 7
ISBN 978-7-5080-8403-9

I. ①在… II. ①吴… III. ①人生哲学-通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 054735 号

本书经作者吴九箴与台湾松果体智慧整合行销有限公司授权, 同意在北京麦士达版权代理有限公司代理下, 由华夏出版社出版发行中文简体字版本。非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

版权所有, 翻印必究。

北京市版权局著作权合同登记号: 图字 01-2011-0755

在当下觉醒

作 者 吴九箴

责任编辑 梅 子

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 三河市少明印务有限公司

装 订 三河市少明印务有限公司

版 次 2015 年 7 月北京第 1 版
2015 年 7 月北京第 1 次印刷

开 本 880×1230 1/32 开

印 张 7

字 数 86 千字

定 价 30.00 元

华夏出版社 地址: 北京市东直门外香河园北里 4 号 邮编: 100028

网址: www.hxph.com.cn 电话: (010) 64663331 (转)

若发现本版图书有印装质量问题, 请与我社营销中心联系调换。

自序

电影散场时，

请带着微笑离开

我

们从出生开始，就一直用自己的独特见解来理解、认识这个世界。我们内心的世界，和这个现实的物理世界，其实是天差地别的，就好像有人一直活在自己的世界里，醒不过来，明明有一辆卡车朝他冲来，他却把卡车当成一只可爱的狗，还想向前去拥抱它……或者，有人总以为自己很受欢迎，永远不管别人对他的批评和排挤，人家讥笑他，他却觉得人家是在赞美他。人可以活在幻觉梦境中，但人到四十，应该开始觉醒，看清许多假象、妄觉，不要一直活在自己创造的

幻觉世界里。

其实，这个看得见、摸得到的世间，真的是个梦幻红尘，只因为我们一直在做梦，才会觉得这红尘有太多魅力和感伤。例如，台北 101 只是一栋高楼，忠孝东路也只是一条路，但很多人都认为这些地方有特殊意义，就像在很多人的心目中，阳明山和淡水是浪漫的约会胜地。事实上，如果没有“人”这个主体在做梦，那里也只是一座山和一个小渔港而已。

很多人都觉得，佛陀说的法或佛经很深奥，其实，佛一直想告诉我们的不外乎是：我们的所有期待和想法都是梦。

当一个人真正觉醒，他会真正微笑，因为他觉悟到，人世间一切的好坏、苦乐，都只是梦。

人生活了一辈子，至少在死之前，应该从这个大梦中醒过来，这是必要且伟大的，所有醒来的人都会微笑

◎ 在当下觉醒 ◎

地接受自己的这一生，不论这一生是苦、是乐，或苦乐交集。从梦中醒来，就好像我们看完电影，电影院的灯打开，不管刚刚我们看的是喜剧或恐怖片，灯一亮起，全都是梦，都是电影，都是假的。大家带着笑意离开，没有人会留下来或跑到银幕前找剧中人，或者大哭大闹。

相反的，那些太执著梦境、以假为真的人，终究要被自己的梦境逼死。

某大师曾举了一个以梦为真的故事：

有一位男士很讨厌喝咖啡，可他太太却很喜欢喝，但他并没有告诉太太他讨厌咖啡，于是太太每天早上都很高兴地为丈夫准备一瓶热咖啡，放在便当的袋子里，让他带去上班。

然而，丈夫虽然不喝，却也没浪费，他每天都把没喝的咖啡带回家，偷偷倒回家中的咖啡壶里，让太太把

咖啡喝掉。

有一天晚上，太太梦到他有外遇，由于连续三天做了同样的梦，她不由得打从心底相信这些梦，并断定丈夫一定在外面对她不忠，于是，她开始动手报复。每天早上，她在丈夫的咖啡瓶里放入一点点砒霜，她不知道，这些咖啡都会回到她的咖啡壶里，就这样，她每天喝进少量砒霜而不自知，直到最后她毒死了自己。

很多人都会遇到极悲惨的不幸，家人猝死，或身败名裂，或破产负债，或身染重病，或一夜之间一无所有，被家人抛弃，被社会唾弃……

事实上，这些我们所定义的厄运，反而可以让我们看清楚，原来至亲的家人也可能反目成仇，你最爱的另一半也可能背叛你，事业、名利、车子、豪宅和股票，以及朋友之间的交情，都是万般因缘组合而成的现象，只要有一点阴差阳错，一点风吹草动，就全部化为

泡影。

佛陀是慈悲的，对所有人都一视同仁，他会在适当的时间，去敲每个人的门，告诉你时间不多了，应该要醒来了，否则死亡专车一到，要躲也来不及，车子可能会直接冲入你家里，让你粉身碎骨，万劫不复。

四十岁，是最适合佛陀来敲门的时间点。

四十岁，该玩的，该执著的，该迷恋的，该痛苦的，都应该经历过了。

人到四十，开始看山不是山，看人不是人。或许，并非每个人都有像我这样的感触，但经历过四十年的风雨遭遇，我想，每个人多多少少都会开始看清很多事物的本质，包括你迷恋的、你喜欢以及你讨厌的东西。

因此，原来很让你迷恋的山，不再是山，很让你着迷的人，也不再是人，而是一大串因缘条件聚合而成的现象，隐隐约约，有点触到空性，但心中仍充满不舍和

恐惧，似乎在半梦半醒间，想醒来又想继续沉睡，这种矛盾和不安，让人活得很痛苦，有人在这阵阵痛楚中，愈来愈清醒，有人却不想让自己看清事实的真相，活在自己欺欺人的世界里。

其实，有心贪睡或不敢醒来的人，永远都有一堆借口来让自己好过。如果你肯勇敢地去看不人生的本质，你就会发现，人生不管是在顺境或逆境，都是苦；不管你得到或失去，也都是苦。穷人有穷人的苦，有钱人也有有钱人的苦，并非有钱就可以买到任何东西，如果一个人不能彻底觉醒，那么注定要在苦海里浮沉一生，靠不了岸。

人到四十，以前觉得好玩的，突然都觉得提不起劲，以前会让你热衷沉迷的，突然间也似乎没那么有趣了，甚至觉得怪怪的，这都是佛陀正在你耳边敲门的现象，想让你觉醒，觉醒之后，你才能像佛法中所说的，

可以用心去观照，观照生命中的每个片刻，每一个呼吸，每一次痛苦和快乐，每一次的爱恨臆痴，每一秒、每一分钟身心的感受。

面对人生的苦海，我们唯有学会不停地观照自己和万物，才能真正活出自己，就如某大师说的：“只要你能让那个观照的味道，散布到你的整个存在，你就会完全平衡在两极之间，好像走在绳索上，既不往右靠，也不往左倾，在痛苦和快乐之间，白天和晚上之间，出生和死亡之间，继续平衡，那个平衡将会让你洞悉你真实的存在。”

这种平衡、安详自在，是超越物质和精神的，不再醉心于有形的名牌包包、名车或豪宅，受其奴役，也不再迷失于情感、感觉、思想和观念中，失去自我，这种境界，应该是每个年过四十的人，都要有的礼物才对。

佛陀是慈悲的，人到四十岁应该就能感应、并领悟

佛法想说的简单道理：觉醒地活着，但并不执著万象。如果你能领悟这个道理，就能除一切苦，接着，你就不是你了，再往下走，你会发现，连佛也不是佛，佛法也不是佛法，没有西方极乐世界，没有涅槃，更没有地狱，以及一切一切……

人到四十，应作如是观。



◎ 在当下觉醒 ◎

目 录

自 序

电影散场时,请带着微笑离开 / 1

第一篇 每个人,都是会随风而逝的沙人

其实,你不是你,我也不是我…… / 3

人生没有保证幸福条款 / 10

永恒是一种致命的错觉 / 19

别把房子盖在流沙上 / 28

自我,是不完美的意识程序 / 33

痛苦,是觉醒的闹钟 / 40

狗追影子的成功,永远是空 / 47

感情是填洞游戏,不要当真 / 55

月亮再美,也有阴暗的一面 / 63

青春永驻是违反自然规律的 / 70

第二篇 你没拥有什么东西,也没失去什么东西

其实,根本没有人背叛你 / 83

人生是不可逆转的 / 90

你的“爱”,往往让对方变残废? / 97

拥有愈多,欲望愈难以满足 / 104

学了佛,也要把佛忘掉 / 111

再美的东西,也只是幻灯片 / 119

别歧视或忽略黑暗的力量 / 126

别妄想全世界的人都喜欢你 / 139

太迷恋某样东西,没有对错 / 146

第三篇 真正的觉醒,并非让自己一无所有

快乐、痛苦都要放下 / 155

每分每秒,每个人都在变身 / 163

人与人的关系,和天气一样不稳定 / 170

你无法真正占有一个人 / 177

世上没有安定这个东西 / 184

很多东西,钞票买不到 / 191

名气是水,能载舟也能淹死你 / 198

后 记

人,为什么要觉醒? / 205

第一篇

每个人，
都是会随风而逝的沙人

其实，你不是你，
我也不是我……

从《金刚经》中可知：当我们走路时，这个走路的人是不真实的，也不存在的，只有人走路这个现象是暂时存在的。

“我”是由什么组成的？从心理和物理的世界来看，根本是天壤之别。心理的我和现实物理世界的我，是有极大差距的，但我们都以我们自己认为的“我”，活在这个无常世界中。这个道理小孩子和青少年不懂，四十岁的人才会慢慢觉醒，看清真实的我是什么。

或许白天压力太大，有一天晚上当我睡觉时，竟然