

谨以此书献给寻觅真理、开启智慧、追求解脱的人！

有人说佛陀讲述了宇宙最高的智慧，
如何才能检验是迷信还是真理？
有人说人生如梦幻泡影，
那什么是真呢？
我是谁？

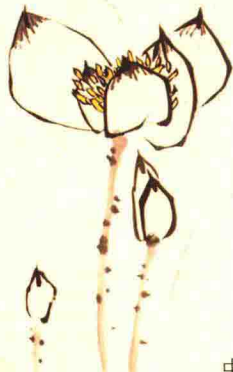


推开回家的门

——一位实修者的成长解脱之路

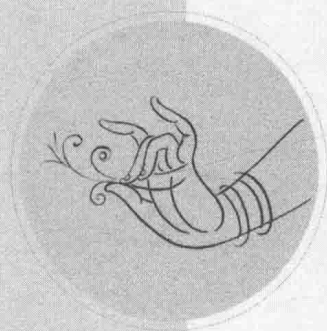
TUİKAI HUIJIA DE MEN

慧 勇 著



中原出版传媒集团
大地传媒

河南文艺出版社

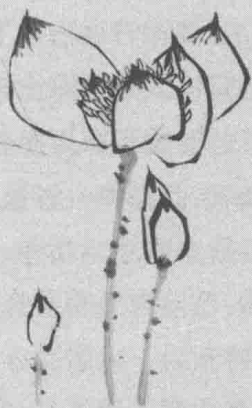


推开回家的门

——一位实修者的成长解脱之路

TUIKAI HUJIA DE MEN

慧 勇 著



河南文艺出版社

· 郑州 ·

图书在版编目(CIP)数据

推开回家的门/慧勇著. —郑州:河南文艺出版社,
2014.12

ISBN 978-7-5559-0172-3

I.①推… II.①慧… III.①随笔-作品集-中国-当代 IV.①I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 299767 号

出版发行 河南文艺出版社
本社地址 郑州市鑫苑路 18 号 11 栋
邮政编码 450011
本社网址 <http://www.hnwyCBS.cn>
电子信箱 master@hnwyCBS.cn
售书热线 0371-65379196
承印单位 河南省瑞光印务股份有限公司
经销单位 新华书店
纸张规格 700 毫米×1000 毫米 1/16
印 张 17.5
字 数 246 000
版 次 2014 年 12 月第 1 版
印 次 2014 年 12 月第 1 次印刷
定 价 25.00 元

版权所有 盗版必究
图书如有印装错误,请寄回印厂调换。

前言

也许是业力指引，也许是因缘促成，学佛，成了我生命中最重要的事。

真正的修行，是从观察自己的身体、情绪和念头开始的。佛陀当年的教授，主要是教大家如何深入观察身心，进一步观察到人是如何自我束缚的，最终得以解脱。

深入观察身心，是非常细致的事，细致到超越一般人的想象。并且，如果希望解脱，最好没有欲望的影响，在清静的环境、身心安定的情况下去观察与生活——所以，就有了专职的修行人，出家的师父们。出家师父们除了自己修行解脱，还肩负教导世间人们学习解脱离苦的重任。

后来出现了仪式与宗教，从某种意义上讲，是为了更好地教导大家。如果单纯地说理可能比较枯燥，较难传播，受益者有限。就像目前的励志游戏，通过一些活动，开启人们的智慧，让人们在游戏的趣味中学习，仪轨与一些活动原理也是如此。例如，拜观音菩萨，表示要学习诸佛的慈悲，观音菩萨代表慈悲；供灯，表示要点亮自己的智慧，灭除愚痴等；供水，表示心要像水一样清静、平等……我们既不要落入迷信执着于这些形式本身，又不要不懂方便，来攻击这些形式。

经过两千多年的传承与发展，佛教已发生了很大的变化，本书尽可能忠于佛陀最初的教法。尽管本书在极力地避免宗教倾向的影响，但佛教作为一个宗教，对佛法的传承依然功不可没。正是因为佛教的存在，



才让佛法传遍世界,传承至今。并不是每个人都愿意听或者听得懂直接解脱的法,一些仪轨、唱诵、法器或者经咒,更容易让大家参与和记忆。全面地看问题,我们就不会因为学习解脱法,就回头来攻击作为宗教的佛教。相反,我们需要理解并尊重一切劝善之法,劝善总比作恶好。

也许是因为从小种下的因缘,我一直想知道,佛是干什么的,我也想学他。他教的什么我不清楚,但很想知道。同时我又是一个喜欢较真的人,看不到、摸不着的,你要我相信,我基本不会完全相信。就是这个较真的性格,带着我一路曲折地向前,走到了今天,有缘觅到了佛法的源头。

在学习的过程中,我看到人们所教授的“佛法”,很多像和稀泥一般,怎么说都有道理,但就是解决不了问题,也难以考证。实在解释不了,就说这是业力或因缘。因缘是个筐,啥都往里装。难道智慧的佛教,真的是信则有,不信则无吗?我害怕上当、受骗,害怕自己迷失在意识形态里。好不容易定下心来学佛,如果最终学到的却是阿Q式的自我催眠,岂不浪费一生!

为了求真求证,我在网上网下到处寻找明师。先后了解和学习了多种宗法,也遇到很多耐心教导我的善知识。

通过深入学习,我了解到原来学佛也可以像学科学一样,有一条可以实证的、反复检验的安全之路。传说中的“悟道”和“证果”,本身很朴素,只是被人们渲染得很神秘。人心太浮躁,喜欢花哨浮华的东西,实修实证的方法已被覆盖在岁月尘埃深处。我相信,还有很多人正如我过去那样,还在苦苦寻找这条通向解脱的大道,故将自己的成长和修行经历,作一记录,供有缘人参考。

通过实修,我改变了自己的性格,家庭关系、人际关系越来越和谐,自己粗重的烦恼接近消失,对自己和人世间也看得更加清楚。我真实地感受到了修行带来的快乐。书中详细写了实修的步骤和观察方法,严格按方法精诚训练,我相信你一年之内一定会有明显变化!

这本书分两部分,前半部分为成长记录,后半部分为学佛心得。成长记录主要是应部分同修的要求写的,他们说太枯燥的修行文章人们不

愿意读,增加一些成长故事,既有趣味性,又有利于对实修部分的理解。

学佛实修的书与一般的书有很大的不同,与心理学和哲学的书也不一样。学佛实修的书需要一边学习,一边训练实践,一段时间再回来对照,如此反复,方才明白。如果你看了一遍,就以为全懂了,那只是你自以为懂了,因为实修本身是离开思维和道理的,就如一本地图书,你看一遍就以为懂了,实际上你头脑中的图与实际的样子可能不一样。

学佛是一个长期观察、修正的过程。就算上根器的人,很快见性,依然需要实修。古人言:理可顿悟,事须渐修。悟道并非证道,看到并非走到。六祖惠能说:“口莫终日说空,心中不修此行。恰似凡人自称国王,终不可得。”

你需要用“空杯心态”来阅读这本书,不要用自我的标准一边阅读一边评判。实修这件事,远超过一般人的认知与理解,用道理评判是无益的。实际修行一段时间后,回头检验就好了。

科学检验有两个要点:第一,此事可以呈现,可以检测;第二,此事可以重复地实验,它会得出同样的结果。这两条也完全适合学佛实修者,只是检测者是你自己。也许你曾看到有的人把迷信当成学佛,但佛陀本人致力于破除迷信和愚痴,开启智慧。

出于对出家师父们的尊敬与爱护,防止本书的任何不当对他们造成影响,本书正文原则上略去出家师父的名字。本书不代表任何宗派或师父的观点,仅为作者个人修行心得。

这本书早期于2012年成书,当时一些同修希望我讲一些修行的要点以及自己的故事,我就东写一篇,西写一篇,没想到后来写了很多,网上非常受欢迎。本书的初稿在百度的“2012吧”和天涯论坛的“莲蓬鬼话”版块连载,点击量数万,很受欢迎。最后应大家的要求,整理成了一个小册子打印结缘,前后打印了几百本,费用是同修们捐赠的,非常感谢献爱心的同修们。

这次因为特殊的机会公开出版,编辑老师希望我整理得更正式一些,于是我进行了全面的修改与增补,特别是增加了大量的实修内容,所以这个原本以讲故事为主的书,变成了一本可以兼做实修入门的参考手



册。感恩出版社把这个机会让给我,感恩编辑老师的支持与鼓励,没有你们的支持,就没有这本书的面世——因为我原本没打算再管它。

学习实修的书,一定要静心,一定要避免干扰,一定要看到实义。有的同修说,你表达的意思我基本懂了,但烦恼仍不见减少。烦恼是因为实修见法而减少的,不是因为懂道理减少的。

听到解脱法,就如你听到一个智慧又诚实的人告诉你,十公里外有好风光;明白解脱法,就如你爬到高处,望见了十公里外,的确有好风光;实证解脱法,就如你抬脚开始往那里走,能清楚地看到一路风景,并接近好风光!

修行过程中,如果看到自己的不足,不要焦虑,也不要责备自己。善待自己,不要自我折磨。看到问题本身就是进步。看到目标,迈开脚步,只管快乐前行!

佛法广大精微,慧深如海,本书难免有欠妥之处,加之成稿时间紧迫,若有建议,真诚地欢迎您提出来:1047455361@qq.com。

愿您早日踏上学佛实修之路,愿我们一起早日解脱自在,愿美好与祥和,遍满人间!

您的同修 慧勇

2014年8月24日

目 录

- 第一章 结缘 /001
- 第二章 少年岁月 /007
- 第三章 他乡求学 /012
- 第四章 学成归来 /020
- 第五章 东赴上海 /033
- 第六章 我要回家 /052
- 第七章 结识禅宗师父 /063
- 第八章 学佛进阶篇 /077
- 第九章 迈入解脱之门 /100
- 第十章 明心见性 /133
- 第十一章 关于念佛法门 /158
- 第十二章 实修从观察开始 /166
- 第十三章 实修学步 /186
- 第十四章 走向解脱 /231
- 附录一 《葛拉玛经》白话文 /256
- 附录二 如何净化我们的心灵 /258
- 附录三 梦醒时分 /262
- 后记 /268

第一章 结缘

引子

本书中我记录了一些在人们生活中比较不寻常的事情。因为这些事对我的成长和修行,有直接的影响。有的人会质疑,这是不是迷信。我想,判断是不是迷信,主要有一个标准:把看不见,不清楚的事情,说成是真事,并信以为真,这就是迷信。如果只是记录事实本身,而不去判断和下结论,它就只是记录。如果不喜欢读这部分的,可以直接从第六章开始阅读。

这个大千世界,非常复杂,远非我们目前的认知可以理解。前不久,一位摄影家朋友给我讲述了一件事。他说:“我不相信任何宗教,但我给你讲一个奇怪的事。几位基督教的朋友,老是拉我入教,我说我没有兴趣。有一次,我们外出,车在外抛锚了,自己也修不好,当地太荒野,也没有维修点。于是,那几位朋友说,你看好了,我们现在不修车,一起来祷告,也许一会儿车子就好了。”他就看着几位教徒虔诚地向上帝祷告,一会儿工夫,去发动车子,车子居然奇迹般地好了。据说类似“上帝显灵”的事情,他们时有发生。这位朋友问我,这是什么原理,真有上帝吗?

我说,在佛教里,至诚念佛,念观音菩萨,念一些咒语,类似的“显灵”的记录也很多,从古至今,已经汇编成很多本《灵感录》。当然也不是每次都灵,据说是至诚感通。像这种我们无法观察到“后台”的事情,不要



随便去解释。因为你并不清楚真正的原因，而断然下结论并不合适，我们只需要客观地观察现象即可——当然，凭空否定曾经发生的事情的存在，也是一种固执无知的行为。作为宗教徒，他解释成对自己宗教有利的说法，可以理解，但实修者应该像科学工作者一样，有自己独立客观的判断能力。据说量子力学已经可以解释“心念能影响结果”的问题，这种问题还是让科学家们来解决吧。

第一节 拜“干娘”

20世纪70年代我出生在四川北部一个边远的大山里，那里多年被评定为国家级贫困县。从小家里很穷，常吃不饱。家里除了母亲陪嫁的箱柜及一点粮食，基本没有其他家产。

因为穷，父母也常受人欺负。母亲希望从我这一代，能摆脱贫困的现状，所以要求我一定要发奋读书，争一口气。奶奶不喜欢我们家。外祖母虽然喜欢母亲，但有七个孩子，也顾不上她。我们一家人，像一片孤苦伶仃的浮萍，飘摇在这个偏远的大山里。

因为穷，砍柴、割草的地方都没有，母亲几乎每两天都要回一次娘家，去那里砍柴或割草。去的路上，山崖下凹进去的石壁里，有一个观音菩萨像。母亲把她叫“观音娘娘”。她告诉我说，咱们家也没啥有本事的亲戚，你以后就给观音娘娘当干儿子了，她就是咱家的亲戚，你要时常记得她。后来我在那附近发现了已严重风化的嘉庆年间的集资修缮碑，说明此菩萨像至少已有几百年历史了。

自从我记事起，我就成了观音娘娘的“干儿子”。每次经过路口，我们都要去那里看一眼。实在太急，至少也会深情地望几眼。我曾经问母亲，观音娘娘不管别人只管我们吗？母亲说，她是救苦救难的，只要求她，都会管。你现在太小不懂事，长大以后就知道了。

那时的日子虽然很苦，我却过得很快乐。因为有这么一个神通广大的“干娘”，这个秘密一般人我不告诉他。

说来也奇怪,那时观音娘娘常出现在我的梦中。有时是女像,有时是一个男像,还有一次是一个拿着旱烟袋的老头子。不管她是什么相,只要一到梦中来,我就一眼能认出她,然后和她开心地聊天。有时给母亲讲,观音菩萨来看我啦,是个男的。母亲不作答,我想,她是不是认为我看错了呢。直到最近两年我才知道,观音菩萨是随缘化现的,会根据不同的场景,化现不同的人物与人沟通。

六岁左右,我开始读书。我读书成绩很好。小学期间,不是第一名就是第二名,感觉不太费力就把大部分同学甩在后面。那时我感到自己智力超群,不知道周围的同学为什么都那么“傻”。记得有一次,一位老师专门跑来给我父亲讲,这个孩子是个人才啊,要好好培养。而我把这个功劳归功于“干娘”,我想,没有她的保佑,我哪有这么顺利呢?

慢慢地,我发现有些不对劲。上世纪八十年代初,好像那时又开始反对封建迷信。信观音娘娘在被打击之列。说实在的,我有些害怕,害怕我和母亲被抓起来,关到公社里打。我在同学面前也不敢提拜观音的事,我怕他们笑话我搞封建迷信,因为那时正在讲“五讲四美三热爱”。

我慢慢开始独立思考,好像拜观音娘娘,也没啥科学道理啊。别人不拜,不也能考第一名或第二名吗?虽然我还是常去拜,但每次拜的时候,都要看看周围有没有人。我更怕看到有同学发现我在拜观音,那样我在班上可丢人了。

说来也很奇怪。我们村子里几十户人家,这三十几年来,要么有凶死之人,要么得大病或重伤,要么欠巨款等灾难麻烦。而我们一家直至今日,未有大灾大难。后来父母也皈依了佛门,成了“居士”。

观音娘娘像下面,有一眼山泉水,是微甜的。我们常去喝。大家把它称为神水,据说可以治病,有很远的乡亲提着壶来取水。能否治病难以考证,是上等山泉倒是事实。



第二节 不杀生

我们那里没有出家师父,不知道如何拜观音,就用农村拜亡灵的方法拜。即一拜一跪,做三次。然后上香,敬刀头(肉块),过纸钱(烧纸),放鞭炮,有时会放几粒糖。总之,我们觉得是好东西的,都拿来供。那时并不知道不可以给观音供肉、烧纸和放鞭炮的。

有一次,母亲想,观音菩萨对我们帮助这么大,我们一定要好好感谢她。于是,拎了一只大红公鸡去。因为我们那里敬神,杀红公鸡差不多是最高的礼遇了。当时也不知道菩萨不是神,以为菩萨是神的一种呢。母亲说,菩萨啊,感谢您长期以来对我们的照顾,我们特地来杀一只鸡孝敬您。说完,拿起菜刀,就在观音面前把鸡杀了。

当鸡血流尽的时候,母亲一抬头,吓了一跳。怎么啦?观音菩萨满脸都是水珠啊。母亲问我,这是怎么回事?我那时还小,说不知道。我也看到了菩萨满脸的水珠,这在以前可是没有的。干燥的悬崖峭壁的石头像上,怎么会有水珠呢?并且只出现在脸部呢?母亲说,观音菩萨是不是不吃鸡啊。是不是菩萨心肠软,不忍心看我们杀动物?我们母子讨论了一会儿,认为可能是这样。不能用杀动物的方式来供菩萨。从那以后,我们再也不在菩萨面前杀生了,也不再供肉了。但我们的确什么都不懂,也没有人教我们应该如何供。

第三节 石像被毁

有一天,我们路过观音娘娘像的时候,发现那个观音像的头不见了。因为像是从一个凹进去的石壁上雕出来的,比较难砸,所以,只砸掉了一个头。观音像的上下用白色石灰水写了“相信科学,破除迷信”之类的话,是很大的标语字。

我想,这一下完了,人家破封建迷信,直接都破到这里来了。我们一定要小心,我很怕被别人抓起来。看着那个没有头的观音像,我的心里有些失落。我怕干娘不再显灵了,不再帮助我了。

或许是出于感恩,我还是相信观音娘娘的存在。她的存在,曾给我带来那么多快乐,那么多自信。她是我们家的寄托啊,她不可以消失!因为被砸,观音像前的红布少了许多。我们那里有一个习俗,在菩萨面前许愿,如果灵验,一定要给菩萨系一个红绸布“搭绸”感谢。或许大家都像我一样,怕被抓到公社里关黑屋,甚至暴打一顿进行教育吧。

第四节 石像复原

过了很长一段时间,我们有一天看到观音菩萨的头像又恢复了。并且还给菩萨塑了金身,整个像用金粉装扮一新。旁边还贴了一张很大的认错书。上面写着:“我,某某某,愚昧无知,砸观音菩萨像,得到报应,特前来认错,请求菩萨原谅。”(为了保护当事人隐私,此处不写真实姓名。)

后来慢慢我们才打听到,原来观音像被砸以后,这个人就遭了殃,头痛欲裂,治疗一直不见效。经人指点,据说是毁菩萨像的报应。尽管当时的政策并没有完全放开让大家信菩萨,但他为了保命,也管不了那么多了,来公开自己的名字和事迹进行忏悔,求菩萨原谅。还给菩萨“穿衣”,搭了很多的红绸,以示灵验。

一听说从那以后,他的病自然好了。

虽然这事一波三折,但是我很开心,不管怎么说,我的观音娘娘又回来了。

我讲给朋友听,朋友说,菩萨不是大慈大悲,不与众生计较吗?怎么会让砸像的人遇麻烦呢?

这里的原因我也不清楚。我看过王凤仪先生的书,他曾经讲过一件事,事后总结说,恶人去欺负大善人,会受报应,这是自然法则。也有人



说,就如赤脚踢铁板,板不生气,脚会自伤。

究竟是什么原理我也不清楚,大家自己可以去观察。

第二章 少年岁月

四川农村,有很多有趣的事情。后来我才知道,在很多地方的农村,都有不少各种奇怪的事情。我在上海生活这十几年来,倒是很少遇到什么特别的事。也许是在大城市人气旺的原因吧。

和大家分享几则对我成长有影响的小故事。

第一节 当“小偷”

我们那里有一种地下的块状植物,叫“洋红苕”,长得有点像生姜的样子,学名叫什么至今也不清楚。这个东西,一般是像泡菜一样泡着吃,也可以生吃,或者晒蔫一点再吃。味道甘甜有点像雪莲果,但口感要糙一些。

我们家没有种洋红苕,如果想吃,只有向别人要。我们家住在沟湾里,左右都可以避开人们的视线。离我家房后三四米的地方,就有一块洋红苕地,我瞄准那里了。

我从来没有偷过东西,心想,如果今天我挖一个洋红苕,没有人看到,不算偷吧,说明这一个该我吃。如果被发现,说明我真不能拿别人的东西,哪怕一根洋红苕。为了安全,我走到旁边的小山岭左右看了一下,确定周围没有人,就准备到地里挖苕了。老实说,一分钟就可以搞一个



出来。当我一下手的时候,立即听到远处传来这块地的主人的声音。我吓了一跳,马上停下来,再爬上山岭去看,果然那家地的主人来了。我刚才明明没有看到人嘛,这一分钟之内,他从哪里突然跑出来的!

我意识到,拿不属于自己的东西,是一件很令人羞愧的事情,我不能干。我后来信守了自己的诺言,永远不故意拿别人的东西。所以,这一生中,我没有偷过东西。对财物的获取,很谨慎。

第二节 青蛙“木乃伊”

农村的小孩子,玩虫子和小动物是家常便饭,有很多种好玩的小动物,比如,秘密虫、蝴蝶、蜻蜓、小鱼、小虾、青蛙等。在插秧以后,最好捉的是青蛙。

童年时,好奇心很重。记得有时,我把青蛙的腿剪开,然后,用酒消毒,又缝上。觉得小动物嘛,玩玩没什么,我在做实验呢!有一天,我在一块大石坝上玩,顺随也捉了一只青蛙,回家的时候,我把它扔到石头上,那石头被太阳晒得很烫。我想测试一下,这么烫的石头,它会逃跑不。看了一会儿,它没有跑。吃完中饭以后,我很好奇那只青蛙还在不在,跑去一看,吓了我一跳,它已经被晒干了,我完全没有见过这种样子,像一个木乃伊一样,是硬的。我顿时觉得它好可怜,我好后悔,我可没想把它晒成这样。

从那以后,我不再捉青蛙玩,也不太捉虫子玩了,因为发现可能只是自己一点小小的好奇心,就会让它们丧命,并且可能很痛苦。

第三节 分煤油

初中,我是班上的小组长。

那时,我们那里电不够稳定,常常需要点煤油灯上晚自习。煤油是

非常珍贵的东西。往往一个月,我们一个小组才可以分到一瓶。油是凭票供应的,并不是你想打多少就给多少。

我拿油票去打回来以后,平均分给我们小组的同学。一斤油,要分成十几等份,我也不知道如何分,于是用“红岩”墨水瓶,每个人倒一小瓶,分到他们的油灯里。

说实在的,我开始不敢倒太多,怕后面的人没有了。到最后轮到我的时候,我发现自己留下的比别人多一点,心里多少有些不好意思。这时一个和我关系不错的同学眼尖看到了,说:“喂,你是组长呢,怎么有特权啊?怎么可以比别人多?”我说,我不是故意的啊,我怎么知道最后会多一点点?再说了,我这么辛苦地给大家分油,自己多这么一点点,也不算啥啊。我这么讲的时候,这个同学就笑着说,我是开玩笑呢,你别当真哈。

虽然是一个玩笑,却像给我敲了一个警钟。我觉得,在自己有点权的时候,利用这点权,占有的比别人多,这是不道德的。宁愿自己少一点,也不要亏了别人。

中专毕业以后,我在国企上班,有一次我去办事,别人给回扣我不要。别人说以前别的干部都要,你为啥不要啊。我说,人与人不一样哈。我在不同的地方当过干部,但从来没有贪过单位的钱财。我虽然一直很清贫,但也很坦荡,很快乐。说这些不是为了自我炫耀,而是说,有时小时候的一件小事,可能会影响我们的一生。

从修行的角度上讲,你需要从骨子里,把贪占不义之财的心,彻底地清理干净。不要怕晚,从现在开始也不晚。