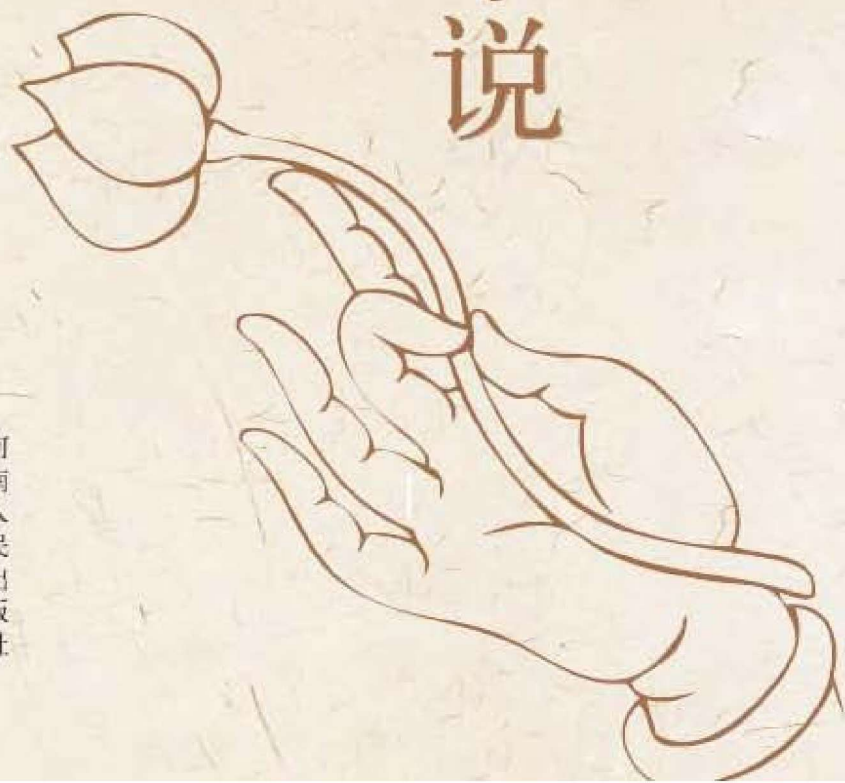


世界，命运竟然是被你看出来的

高月明 著

佛法人生量子说

珍藏版



河南人民出版社



高月明，生于吉林省。曾因三种重疾多次直面死亡绝境，以永不绝望的刚毅努力，通过研修心理学、脑科学、物理学等，融通了佛学禅定，最终用生命实践出了科学获得禅定力量。科学激发生命机能以获得身心健康的科学禅定方法。在四年半时间里，彻底治愈了所有严重疾病，创造了真实的生命奇迹！

2500年前，佛祖释迦牟尼创建佛法的目的，是让世人脱离苦海，离苦得乐！一灯能除千年暗，一智能灭万年愚；一句话就可能挽救一个人的生命，一个点悟就足以让人脱离苦海，走向光明。

今天的量子物理学带给我们的结果是：不能问我是谁；我是由什么组成的；世界上没有一切人；没有一切历史事件的发生！为什么是这样的？本书将带给你一个不敢相信，但又必须接受的答案。

“量子说”是高月明先生在生命极度困厄的绝境中，以前所未有的量子物理学方式顿悟佛法第一实相奥义和科学修入禅定的精髓所在。

本书是破除我执、法执的利器；是直取实相的“虫洞”，是实践入定的线路图。

作者著有《科学禅定》《量子佛学》《金刚经量子说》等书。

责任编辑 赵向毅

责任校对 周 利

封面设计 王 娜

内文设计 王 娜

插图绘制 王晓燕



可到当当网、卓越网结缘

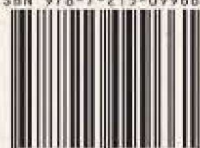


扫描以上量子佛学二维码即可收到量子佛学微信公共帐号时常发布的信息。量子佛学微信号：liangzifoxue

扫描以上二维码即可进入高月明新浪博客。网址<http://blog.sina.com.cn/gaoyueming123>



ISBN 978-7-215-09966-1



9 787215 099661 >

定价：198.00元

佛法人生量子说

高月明 著



图书在版编目 (C I P) 数据

佛法人生量子说 / 高月明著. — 郑州: 河南人民出版社, 2016.3

ISBN 978-7-215-09966-1

I. ①佛… II. ①高… III. ①佛教-人生哲学-研究
IV. ①B948

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第067865号

河南人民出版社出版发行

(地址: 郑州市经五路66号 邮政编码: 450002 电话: 65788036)

新华书店经销 郑州瑞光印务有限公司

开本 787毫米×1092毫米 1/16 印张 21

印数1-10 000册

2016年3月第1版

2016年3月第1次印刷

定价: 198.00元

序 言

法不孤起，仗境方生；道不虚行，遇缘即应。以下咨询记录，为随机而说，是无中生有，假说方便，不可执着。佛经中说“是法平等，无有高下，修一切善法，即得阿耨多罗三藐三菩提”，因此在本书中，如其中有一条对你有所启发，就如同是砂砾之中觅得珍珠。

本书为高月明先生以佛法第一实相奥义及实相量子说的方式，对人们提出的有关禅定、佛法与人生等核心问题做出的有力回答。

今天的量子物理学带给世人的结果是：不能问我是谁；不能问我是由什么组成的；世界上没有一切人；没有一切历史事件的发生！为什么是这样的？本书将带给你一个不敢相信，但又必须接受的真相。

本书对如何以量子物理学方式顿悟佛法第一实相奥义做了清晰、透彻的论述；本书通过以科学实践禅定为基础的全新方式，回答了禅修者在禅定实践中遇到的各种境界问题和修习禅定的各种经验问题。本书清晰划定出了实践禅定的线路图、秘诀和具体步骤。

目 录

009 第一章 深圳禅修精语记录 (2014年9月)

什么是言语道断，心行处灭
入定是入什么境界
如何体验创造者本身
无生法忍是什么意思
什么是无人相
禅定的具体操作步骤是什么
修定秘诀的解释
如何保持在定境中
什么是止息
住看清楚的方法是什么
十方三世一切皆空是什么意思

039 第二章 北京禅修咨询记录 (2014年10月)

悟到什么等于悟道
在肉体之上，是什么让大脑变成了实有
禅定证悟实相的过程是如何发生的
最高义空的因果是什么
在人类出现之前，有没有佛学
真空妙有，应该怎么理解
当我死了以后，世界会继续存在吗
什么叫作悟道
既然现在的这个心是个妄心，又怎么能发菩提心呢
我想清楚佛祖到底讲了什么
如何明心见性
什么是真悟
以什么方式修习禅定是最快速有效的
如何修道
心力与禅定的关系是什么
证悟实相者是不是啥都知道
本心在哪里

如何看待五眼六通

什么是成佛

如何理解“阳沟踏在脚里头”

一个人喝醉了，睡着了，知觉丧失了，那个“我”还存在不存在
您在禅定中看到了什么

097 第三章 北京禅修咨询记录（2015年3月）

通过什么方法悟道

佛祖所说的禅定是什么

悟后起修是修什么

如何理解法实无外

“世界因果了你”是什么意思

六识、八识与意识的区别是什么

如何入涅槃

为什么众生是颠倒的

什么是第一义的因果

如何理解大自在

如何运用本心

非一非异是指本心还是指妄心

如何更快速顿悟实相

真心是个什么状态

“非心不问佛”是什么意思

人断气时该如何做

139 第四章 修定的最高心法是什么

143 第五章 如何实践禅定第一秘诀：知幻即离

如何实践不断察觉

如何转换方法体验空境

如何体证佛性

如何证悟究竟彻底实相

157 第六章 以不断察觉为直接入定方法的实践经验

什么是惯性空境

如何获取真空境的体验

在实践禅定中如何把握住禅定的最高秘诀

171 第七章 以先意数后不断察觉为入定方法的实践经验

什么是惯性空境

什么是真空境

如何实践掌握真清楚、真境界

什么是主动获取空境体验

如何正确理解加速度的清清楚楚

修习禅定的指南针是什么

189 第八章 如何进入到更深的空境中

199 第九章 如何解决禅定中遇到的常见问题

如何锚定注意

禅定中，如果身体紧张了该怎么办

如何除妄念

如何保持意识清楚而放松注意力

213 第十章 什么是万法无自性

221 第十一章 如何离一切诸相，即名诸佛

- 237 第十二章 如何理解波的特性与世界的幻象性之间的关系
- 243 第十三章 如何理解“生灭灭已，寂灭为乐”
- 251 第十四章 为什么不住相布施会得到无量福德
- 257 第十五章 如何穿越命运之墙
- 261 第十六章 灵魂是什么
- 289 第十七章 如何放下执着妄想悟道成佛
- 297 第十八章 禅定不是去除妄念，而是制心一处
- 301 第十九章 如何离苦得乐
- 307 第二十章 量子佛学对世界的四点诠释
- 325 第二十一章 我们是如何创造出这个世界的

第一章

深圳禅修精语记录

（2014年9月）

什么是言语道断，心行处灭

入定是入什么境界

如何体验创造者本身

无生法忍是什么意思

什么是无人相

禅定的具体操作步骤是什么

修定秘诀的解释

如何保持在定境中

什么是止息

住看清楚的方法是什么

十方三世一切皆空是什么意思

1. 佛不是修出来的，而是认识（理悟、证悟）出来的（即佛与众生的区别）。

2. 相信因果就会解脱烦恼苦和离苦得乐，证悟实相则解脱生死苦。

3. 世界上的一切事物都在变化之中。说一切都是变化的，是说一切都是无常的。无常的意思是一切都不常有。不常有的意思是一切都是幻有的。因此“变化=无常=幻有”。说幻有的不是说“彻底的没有”，而是说一切皆是空生。所谓的空生只是一个比喻说明



（如捏目成华的比喻）。空生要表达的意思一切都是“心生”。变化、无常、心生的一切包括世间万物以及生死涅槃。

4. 放下就是去除贪欲，用善的方式为人处事。彻底的放下就是不再执虚幻为实有，证悟实相无相。

5. 彼岸不是有一个岸可到，离苦得乐就是彼岸。

7. 佛法第一义是实相。认识到实相即悟道成佛。

8. 修行在当下，不在过去与未来！为什么呢？因为当下你既创造着过去，也在同时创造着未来。

9. 为什么要入定？佛法的核心是“以戒为定基，因定而生慧”。慧即是认识到实相。

10. 楞严大定是真境界。真境界就是“没境界”。为什么是没境界呢？因为一切境界相都是心生幻有。所以认识到一切唯心所现即入楞严大定中。证悟后一切大光明。为什么呢？因为心解脱则一切大光明！光明无外，心光明则世界光明，心净则国土净。

11. 所有的“定相”都是一种境界，凡是境界就都是一种相。凡所有相，皆是虚妄。凡是相都是生灭的，故一切境界都是入手处，莫停留。唯心所现是真境界。明心见性是认识到本心自性是什么，而不是进入到一种所谓的神秘莫测的明心状态。

12. 学佛要有灵通之智。例如雪窦禅师曾斥执迷法相者说，“一兔横身挡古路，苍鹰一见便生擒。可怜猎犬无灵性，只向枯桩境里寻”。百年钻故纸，何日出头时。要跳出法相学实相。

13. 禅定是证悟实相的方法。

14. 解释“见见之时，见非是见；见犹离见，见不能及”：

因为一切见到的世界万象都由“见性”（指本心）所生，所以，如果在所知所见中见到了一个“见性”，这个所谓的“见性”就一定不是“真见性”。为什么呢？因为就像眼睛是无法见到自己的一样，真见是离一切所见的，即真见是无法通过它所生出的六根见到它自己的。如果能够认识到这点，你就“见”到了“真见”。

15. 佛祖用一夜悟道，却用了四十九年演说佛法。原因就在于佛法是度人之法。

从方便度人角度说，对门门人来说，门门皆是第一义门。某一法门能度你，无论你认为这个法门有多么好，但是如果不能应机度化他人，对他人来说就不是“他的好门”。因此不要执着在“门相”上，要去彻悟实相。彻悟实相是究竟第一义门。彻悟实相即一通百通，一融百融，就可以应机开演出一切种智慧法门度化一切种人。因此彻悟实相者具有一切种度人智慧，具有法相中的“五眼六通”。

16. 证悟者与未证悟者都有一模一样的情感。证悟者没有困惑。

17. 所有的了义经都在讲实相。彻悟实相即是得阿耨多罗三藐三菩提——译成中文是无上正等正觉，即超越一切世间人们认为的知识和理论的认识。什么是实相？实相是“无相”。无相的意思是