

宗鏡錄略講

(卷三)

南懷瑾 著述



南懷瑾

後學
南懷瑾
著述
上海
佛學
出版社

宗鏡錄略講

(卷三)

南怀瑾 著述



图书在版编目(CIP)数据

宗镜录略讲(卷三)/南怀瑾著述. —上海: 复旦大学出版社, 2017. 10(2018. 11 重印)
(太湖大学堂丛书)

ISBN 978-7-309-13171-0

I. 宗… II. 南… III. 禅宗-佛经-研究 IV. B946.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 187002 号

宗镜录略讲(卷三)

南怀瑾 著述

责任编辑/杜怡顺

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编: 200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售: 86-21-65642857 团体订购: 86-21-65118853

外埠邮购: 86-21-65109143 出版部电话: 86-21-65642845

崇明裕安印刷厂

开本 787×960 1/16 印张 15.25 字数 180 千

2018 年 11 月第 1 版第 3 次印刷

印数 8 201—13 300

ISBN 978-7-309-13171-0/B·630

定价: 32.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司出版部调换。

版权所有 侵权必究

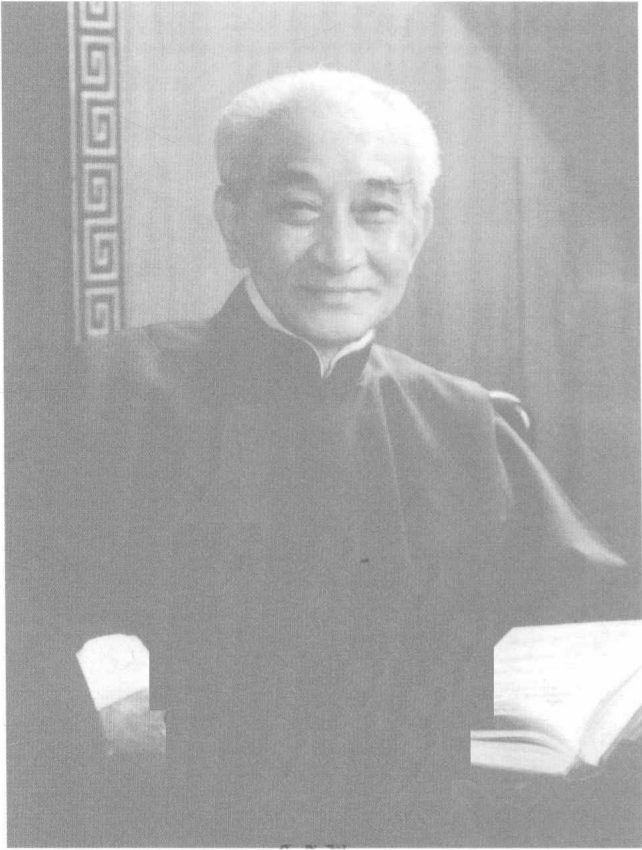
書不盡言
言不盡意
自覺聖智
完成人格

辛卯冬二二

九四頌童

南懷瑾





出版说明

《宗镜录》一百卷，唐末五代永明延寿禅师著，是中国佛教传世的经典名著。延寿禅师为禅宗法眼宗第三代法嗣，他有感于当时禅宗信徒因未明佛法而产生的种种流弊及争论，乃邀集天台、华严、唯识三宗知法比丘，互相问难，并以禅宗心要加以折中，著成此书。书中引用佛经及中印圣贤论著达三百本之多，可谓“和会千圣之微言，洞达百家之秘说”，这在佛学的相关论著中，可谓前无古人，后无来者。

《宗镜录》撰成千载以来，以其规模宏大，辞美旨深，在广受好评的同时，也被大众读者视为畏途。南怀瑾先生有鉴于此，乃就此书精要部分，深入浅出，详加剖析。本卷内容包括全书中有关禅宗修行和止观学说的精华内容。先生在章析句解的同时，融会各种佛门要义，并结合中西方文化精髓，使当代学人得以借此进入这部博大精深的佛学著作。

兹经版权方台湾老古文化事业公司授权，将老古公司二〇一四年三月初版校订出版，以供研究。

复旦大学出版社
二〇一七年七月十四日

目 录

出版说明 1

第四十一讲 明暗还天地 1

- 明暗之辨 2
- 变与不变 3
- 性无量 相有限 6
- 建十方宝刹 7
- 现六趣牢笼 8
- 死亡? 还是永生? 9

第四十二讲 明明童颜暗里老 13

- 老与少 14
- 明明童颜暗里老 15
- 生命的流速 16
- 似水年华 18
- 老者不老 19
- 灭无所灭 20
- 观花眼 流水心 21
- 何处觅精明 22

第四十三讲 万象无言体最亲 25

睡时死时 见性何在 26

身心作用的分类 27

器官移植与心物观 28

唯识学的“三量”说 29

什么是眼睛的现量 31

无言说处 32

去计较心 32

生灭灭已 33

唯识学的修证路线 34

第四十四讲 大化不曾留一人 37

天下本无事 38

忘我不等于无我 39

身心变化的关键 39

因位与果地 40

主客的关系 42

生命能 43

人如猴 44

生灭的错觉 44

宗教哲学的两种争执 46

第四十五讲 龟迹能卜空有谜 47

有还是没有 48

- 什么是色 49
“空”难 50
“破”的法门 51
执中成边 52
缘非缘 物非物 53
龟迹能卜空有谜 55

第四十六讲 身是泡沫心同海 57

- 莫乱“性” 58
空与有的奥秘 59
妇产科对殡仪馆 60
不生不灭之果 60
业随心现 61
声从哪里来 63
身心与世界的构成 63
妙心 真心 精明心 65
舍本逐末悟中迷 66
身是泡沫心同海 69

第四十七讲 梦醒梦还真 71

- 小笑大 72
万比一 72
生非了 73
相迷性 74

境是我	75
香光误	76
密即显	78
情乱意	79
真抱假	79
看谁看	80
利欺钝	81

第四十八讲 天地一耳听无尽 85

佛性是什么	86
倾听十方鼓	87
肉耳圆通	88
万法如谷响	90

第四十九讲 帝都繁华犹谷响 93

修行的工具	94
全才好修行	94
学佛要懂音响	95
帝都繁华犹谷响	96
佛法在哪里	98

第五十讲 心海潮屏音回吼 101

人生如梦 人人爱作梦	102
本觉与始觉	103

- 心声之辨 104
释迦佛的观音法门 106
主客之间 108

第五十一讲 万籁还天观音耳 111

- 声相与闻性之别 112
还原去! 114
混元与圆通 115
法眼清净时 117

第五十二讲 夜来千诗由病禅 121

- 观音成佛之道 122
一夜写一千首诗的禅病 124
无智成大智 125
离妄法眼净 126
眼前三千界 犹如一夜梦 127
禅师的裤头 128
由教悟宗 129

第五十三讲 寻物多害丧心病 133

- 在争吵中自欺、欺人、被人欺的世间 134
自心不明是己大敌 134
法师弘法的歧路 136
禅家修行的陷阱 139

- 第五十四讲 大千眼开好识尘 141
- 修行人不是演员 142
- 入定不易 莫陷定难 143
- 律以心戒为宗 144
- 同是天涯沦落人 相批不如共识苦 146
- 等持三学心在道 147
- 大千眼开好识尘 148
- 观心免过 148
- 没有资格站在地球上的人 150
- 学问之道 151
- 一个儒生的佛缘 153
- 莫等闲 白了少年头 154
- 第五十五讲 谁堪与佛共指弹 157
- 道场如加工厂 158
- 有宗有教名“宗教” 159
- 面粉与面条、饼干、馒头 160
- 鸡蛋说法 161
- 文字即解脱 162
- 四种宗教徒 163
- 方法和目的之间 164
- 当迷信遇到迷不信 166
- 诗僧的心 病人的心 你的心 我的心 167
- 禅宗的信心 169

第五十六讲 面目悔向镜底讨 171

- 悟空叫见道 172
见道是菩萨行的序曲 173
几种钝器与利器 175
全心是三藏 177
可怜的鼻子和丹田 179
这是倒霉大团圆的地方? 180
两类善男信女 181
面目悔向镜底讨 182
一苇能渡百亿佛 184

第五十七讲 无花休怨春 187

- 到此为“止” 188
止不了就空不了 189
“止”可了生死 190
符咒的奥秘 191
如何开发记忆力与智慧 191
无花休怨春 192

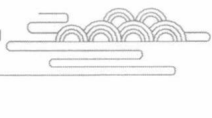
第五十八讲 一瞬光衣送夜穿 195

- 散心之祸 196
得定之利 197
一瞬光衣送夜穿 199
牛马狗猴的人生 200
止观有如停听看 202

第五十九讲 远峰不近看	205
世界不会为你停止	206
心的力学原理	207
这刹那不就是止吗？	208
鼻子有眼爱看心	209
滚球大观	209
远峰不近看	210
擀面棍的修法	211
止观与开悟	212
思想的分界	213
另一种苦行	214
止观两帖药 知时并知量	214
第六十讲 诸仙犹羨凡里闲	217
祖父竟然像孙子	218
等观与禅悟	219
加法和减法	219
“一”条佛法的道路	221
应无所“得”而生其心	222
去邪灭罪在一心	222
息事宁人佛欢喜 诸仙犹羨凡里闲	223
一止具足十波罗	225
力道不够不奈何	228
了生死的手下处	228

第四十一讲

明暗还天地



明暗之辨

变与不变

性无量 相有限

建十方宝刹

现六趣牢笼

死亡？还是永生？

明暗之辨

上次讲到见性这个问题，引用了《楞严经》的经文。有很多同学提出来讨论，例如，我们眼睛可看得见，瞎子看不看得见？就有一位同学根据《楞严经》的说法，认为瞎子是看不见前面的东西，可是瞎子看见前面黑洞洞的，所以还是看见。另一个同学说，你讲错了，瞎子是看不见前面东西，但是能看见前面黑洞洞，那不叫做看见！那只能说能见的功能，“能见”的“能”看见。这是两位同学很认真也很有趣的辩论。

我们上次谈过，开眼见明，闭眼见暗。明暗是两个现象，就是开眼睛看到一切东西，闭着眼睛看不到一切东西，实际上闭着眼睛还是看见了，看见什么？如果在灯光底下，就看见一片濛濛的，不过看不见东西而已，如困在黑暗底下，就是看见前面黑暗的，并没有看到东西而已。实际上，那个黑暗和濛濛也是你所看见的。拿现代的观念来说，你的眼神经的反应功能还存在。可是假使眼睛瞎掉了，是不是还是这个样子呢？还是这个样子，只是程度加深了，那就是说看到前面暗暗的，不过这个话也还要注意。

现代不像佛那个时代，而是个科学的时代，人类文化经过几千年经验的交流与融合，说法、理解又不同了。我们说，瞎子两个眼睛，假使拿掉，看到什么？“什么都看不见了。”“那你有什么感觉呢？”“什么都黑洞洞的。”好，根据这个理论，这个瞎子是因为他过去没有瞎以前，曾有“看见”那个经验。假定他一生下来就瞎了，什么也看不见，你问他：“你看见什么？”他会说：“什么叫做看见啊！”对不对？“我只晓得前面……”你说：“是不是暗暗的样子啊？”他如果跟着你说：“是，暗暗的。”那么，这个瞎子说了谎话。为什么？他天生下来没有

看见过什么光明、什么黑暗，也怎么晓得这叫黑暗呢？对不对？只能够说：“我也不懂，我只晓得前面……”他讲不出来的，因为他没有这个经验嘛！对不对？这是第一个道理。

第二个道理，我们做梦的时候，往往以为看到很多东西，如果某人问你：“你在梦中看见什么？”你一定会说：“噢！我看到很多奇怪的景象。”这个话拿科学、哲学的逻辑来讲，是不对的。你是根据人清醒以后的习惯，讲自己在梦中看见什么，实际上你作梦的时候并不是看见啊！眼神经并没有张开看见东西，是你那个意识的境界，平常看的那个经验与习惯，所呈现出来的非量境界。用弗洛伊德的话来讲，是潜意识所呈现的境界，严格讲起来，不能说是看见，你只能够说，我梦见。假使你说，我梦中我这个眼睛张开看见了，嘿，老兄你注意，那不是梦，你醒了，发神经了，对不对？所以，这与见性不能混为一谈。这些问题，大家肯讨论，我觉得很好，对于学识研究会有进步，就怕不知道有问题存在。

我们现在倒回来看，前面已经讲过的，释迦牟尼佛他当时的一段话，这里头是有个大问题，所以重复再说一遍。

变与不变

所以《楞严经》云：佛告阿难：“若汝见时，是汝非我。见性周遍，非汝而谁？”

这是个大原则，这四句话佛同阿难讲，当你眼睛看东西的时候，“是汝非我”，是你看见，不是我看见。

后面两句话，讲大原则，假使人以眼睛看东西的时候，“见性周遍，非汝而谁”。你那个见性与明心见性，不能侷侷混为一谈。千万注