



观|复|斋|系|列|丛|书

灵性的奥秘

修道的基本理论与方法

戈国龙◎著



全国百佳出版社
中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

灵性的奥秘

修道的基本理论与方法

戈国龙◎著



全国百佳出版社
中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

灵性的奥秘:修道的基本理论与方法/戈国龙著.

—北京:中央编译出版社,2011.6

(观复斋系列丛书)

ISBN 978-7-5117-0898-4

I. ①灵…

II. ①戈…

III. ①道—研究

IV. ①B2

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第109920号

灵性的奥秘:修道的基本理论与方法

出版人 和 龔

责任编辑 董 巍

责任印制 尹 珺

出版发行 中央编译出版社

地 址 北京西单西斜街36号(100032)

电 话 (010)66509360(总编室) (010)66509366(编辑室)
(010)66161011(团购部) (010)66130345(网络销售)
(010)66509364(发行部) (010)66509618(读者服务部)

网 址 www.cctpbook.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京瑞哲印刷厂

开 本 787×960毫米 1/16

字 数 155千字

印 张 16

版 次 2011年6月第1版第1次印刷

定 价 38.00元

本社常年法律顾问:北京大成律师事务所首席顾问律师 鲁哈达

凡有印装质量问题,本社负责调换。电话:(010)66509618

目 录

开场白	1
第一讲 终极的奥秘	6
“道学”与“学道”：探索宇宙奥秘的两种路径	7
道的无限性及其演化的模型	14
性通于道：天人全息合一	20
第二讲 朝着人的可能性的成长与进化	23
人的发展的可能性	24
外在工作与内在工作：人格的成长与本质的成长 ...	38
幸福生活的条件	45
第三讲 人为什么受苦	57
一心开二门：染净两重因果	61
万法唯心：你创造属于自己的世界	65

业力法则：种子生现行，现行熏种子	68
第四讲 迈向解脱的道路	79
从信、愿、行到见、修、证	89
静心的类型	95
静心的方法	102
第五讲 活出真我的风采	117
我是谁	119
自我、真我与无我	124
活出真我的艺术	134
第六讲 成为身心的主人	141
生命的基本结构	143
觉悟真性	154
净化业相	160
第七讲 没有终点的旅程	166
家园在道路上，解脱在当下里	169
登山之旅：不同的高度，不同的风景	173
觉悟有起点，但没有终点	178
第八讲 生活是最终的道场	184
除了此时此地，没有别的地方可去	185

日常生活中的修炼窍门	189
大圆满：缺憾即是圆满，尘世即是净土	196
结束语	200
附录：回答听众的提问	205

开场白

各位老师、各位同学、各位朋友、各位道友：大家早上好！

今天我们在这里作一场讲座，应该说不是一场讲座，是四场讲座。一开始以为是一场讲座，后来赵卫东先生跟我说是作三场讲座，我说三场可能不多又不少，既然是系列讲座，我就可以讲一个比较有体系的专题，那么三场有点不够，我说干脆作四场。所以现在变成了两天共四场系列专题讲座，给大家增加了听课的负担了。

为什么要作四场讲座呢？因为我想把《修道的基本理论与方法》这个主题做一个稍微系统一些的整体讲解。如果是单场的讲座，我们就可以讲一个单一的主题就够了；但既然是一系列的讲座，我们就可以围绕着一个中心点来做一个比较详细的展现。所以我说，我就通过这四场讲座来相当于写一本书。那在写这一本书之前，我要先做一个序言，也就

是我们先来对这次讲座作一个总体的介绍。

这次系列讲座一共是四场，这四场应该是八堂课，每一场讲座是分成上、下两堂课。这样的话，我们每一堂课可以讲一个问题，这样就可以一共做八讲，这“八讲”就建构了一个我所要讲的《修道的基本理论与方法》的一个理论架构。也就是说，我们分成八节课，每节课一讲，可以简称为“修道八讲”，这是我们这次讲课的安排。

这次讲座，有它的特色，我们可以与《丹道十讲》来比较一下。

可能有的人知道，我去年一月份在香港道教学院做了五个晚上的讲座，每晚两讲，其讲座录音记录稿《丹道十讲》已经出版。那个时候面对的是道教学院的听众，他们基本上有一个道教的背景，所以整个讲座是围绕道教内丹学的一部经典《乐育堂语录》来讲的。那个时候我就说，那次讲座是“超越学术”的，就是说我不仅仅是作为一个学术研究者的立场来讲的，我们是站在对道教的内在体验和了解的基础上来讲的，是比较内在的讲道式的讲座。

这次讲座，又有一个新的特点。一方面我们仍要继续走这个超越学术的路子，我知道我们下面的这些听众不是作为一个学生来学点什么知识的，他们是对文化、对宗教、对修道有一种关怀，有一种内在的兴趣；但同时我们这次的听众，他又没有明显的宗教背景，也不是说一定是佛教徒，也不是说一定是道教徒，所以我说这次讲座，要做第二个超越，就是“超越宗教”。虽然我研究的是佛教和道教，但是

我不一定用佛教和道教的语言来讲，讲的东西可能是基于各种宗教的核心的原理，但是它不仅仅局限在宗教的语言内部，我们要从现代的立场，现代的角度，用现代的语言，面对现代人作一个新的整理与阐释。

所以这次的讲座，可以说它的整个框架体系是全新的，你们是第一次听到这个课，包括我，我也是第一次听到这个课，我也是第一次来讲这个课，这个课我以前从来没有讲过。因为你们既不是学校的一般的学生，也不是宗教徒，所以我这次讲的东西也不是完全走学术的路子，也不是走宗教的路子，是把我多年以来学习、修道的一些体验、一些方法，用我自己的方式来给大家作一个整理，一个介绍。也可以说，这次讲座是一次心灵的探险之旅，我们一起来探索生命的奥秘、宇宙的奥秘。

与这次讲座的风格相应，也请大家要以一种开放的心灵来听这个讲座，把以前所知道的、所学习到的、所了解到的各种东西暂时放下，跟我一起来走上这样一个探寻之旅。如果你们脑海里已经有一大堆的成见、一大堆的观念，用这种东西来听的话，你就阻扰了我们之间一个真正的交流。我们现在是在做一场交流，你要跟我所讲的东西能发生一种共振，一种同频的共振，你才会得到最大的收获。

如果你是用一个知识化的头脑来判断这个老师讲得对不对、好不好，这个时候，在你们判断的时候，很多微妙的信息就被你们忽略了、错过了。因为我所讲的东西，不管你们能够听懂也好，听不懂也好，它都会带来一种新的冲击，对

你的思想也好，对你的心灵也好，产生一个“开启”。我们要开启一种新的思想的维度、一种新的对人生探寻的方式、一种生命的新境界。

我们的日常生活很有可能会陷入某种平庸、单调、无聊的状态中，心灵实际上是渴望着某种新的东西，心灵一直在寻找生活的意义、生命的意义，所以这次讲课是一次机会。我希望在这八次讲课当中，把我对人生、对修道的了解和体悟传达给你们，给你们带来某种新的洞见。

可能有些听众会怀有这样一种期望，就是这次研究丹道的老师会不会给我们讲出什么秘诀，给我们传授一些很好的方法，让我们能够得到什么绝招。那我要很坦诚地告诉你，我不是来传授绝招的，也不是来传授秘诀的，但是我这次传授的可能是比那个绝招、那个秘诀还要重要的东西。

实际上大家可能会有有一种误解，就是这个修道也好，练功也好，有某一个诀窍、一个秘诀，你传授给我们之后就万事大吉了，实际上不是这样的。可以说秘诀到处都是，是现成的，而之所以我们不能够理解它，这些秘诀不能够对我们起作用，是因为我们缺少一个真正的了解，一个真正的洞见。

那个秘诀可以说相当于一块金子，我给你一块金子，你暂时花一下有用，但很快花没了；更重要的是这个炼金术，我要传达的是你能够自己创造金子的方法。有了这套方法，很多秘诀都不在话下。

一旦我们对修道的原理，修道的核心的奥秘，有了自己

的了解以后，秘诀可以由你来定，方法可以由你来创造，功法可以由你自己来编。其实要编一套功法很容易，怎么怎么做，这样一套具体的方法是很容易的，但是我们有了这套方法就能解决问题吗？它不能解决问题。因为人生的问题是一个整体的问题，它是一个综合的问题，它不能由仅仅某一个技术性的方法得到全盘的解决。

这次讲课我们既不是传授一种现成的知识，也不是来传授一套成熟的或者一套成形的、固定的修道方法，我是来开启一种洞见，一种见地的了解。在其中也会穿插着一些方法的问题，修道的方法也蕴含在其中。

以上就是我这本书的序言，也是这次讲座的开场白。

第一讲 终极的奥秘

今天上午，我们要讲两讲。这两讲是：第一讲叫做“终极的奥秘”，第二讲叫做“朝着人的可能性的成长与进化”。如果用传统的佛教的语言来说，一个修道的理论体系，可以说包含着三个方面，就是境、行、果。“境”可以说是讲一个理论基础，对宇宙人生的一个了解，一个基本的认识；“行”是具体的实践方法；“果”是我们修炼的成果是什么。这次演讲我虽然不是用传统的语言来讲，但是其实包含了这三个方面的内容。

第一讲所谓的“终极的奥秘”，实际上也就是在讲这个“道”，“道”就是终极的奥秘。第二讲是讲“人”，讲人成长的可能性，我们是朝着人的潜能的开发、人的可能性的方向成长和进化，这是修道的过程。现在我们就正式开始第一讲。

什么叫终极的奥秘？有一种奥秘是不可以解开的奥秘，

这就是终极的奥秘。一般来说，我们总是要把很多奥秘解开，这就是科学家要做的事情。科学的整个路径就是解开自然规律的奥秘，解开宇宙的物质世界的很多奥秘，利用这些奥秘来开发出很多技术的手段，来改造自然，发展社会生产力。但是有一种奥秘是不可以解开的，所谓不可以解开，就是说它不能用知识论的径路去把它解开，不能把它作为一种对象化的方式去了解。

这个终极的奥秘不是在我们之外的一个对象，不是我作为一个独立的主体人格去研究一个奥秘，那个奥秘是在我们之外的。因为那个终极的奥秘就是我们自身，就是我们最终的那个自己，如果我们要去解开这个奥秘，就意味着我们中的一个人去解开这个奥秘，这个奥秘就已经不是终极的奥秘了。

“道学”与“学道”：探索宇宙奥秘的两种路径

道也是如此，道不是独立于我们生命之外的一个东西，道甚至不能用主体或者客体这样的语言去描述它。所以我们说探索宇宙的奥秘有两条路径：一条是知识论的径路，一条是存在性的径路。知识论的径路，它是不断的增进知识性的了解；而存在性的径路，不是一种“知识”，而是一种“知道”，是一种存在性的体验。

终极的奥秘不能被对象化的方式所了解，不能作为一种

知识去解开，但是它可以作为一种存在的奥秘被我们所体验，这就是所谓的体道、悟道。相应地我们可以说，对“道”的探索有两条路子，一条是“道学”的路子，一条是“学道”的路子。我们要讲一讲道学与学道的关系，讲一讲探索宇宙奥秘的两条路径。

像我们一般研究道家、道教学问的人，他们可以说是在研究道学，甚至可以说他们是道学家，但是道学家是不是知道“道”呢？根据我们前面所讲的，我们知道这两者不是一回事。一个道学的权威，即使他对道学非常有研究，非常有了解，他不一定知道“道”的奥秘。因为道学研究还是把“道”作为一种对象来研究的，研究历史上的道家、道教的历史，它们有哪些文献，有哪些道学的思想家，这些思想家思想的脉络是什么，他们有什么样的理论体系，他们研究的是道学。

学道是一个完全不同的层面，学道不是要了解关于道的知识，而是要探寻怎样进入道，怎样跟道融为一体，怎样成为道本身。学道者对道的了解，不是存在于我们头脑中的一种知识，而是在某种实践的体验当中，你真切的成为那个道，体验了道的境界，这个时候你也就了解了道。

有一个难题是，那些体验了道的人，却无法把这个道用知识的语言传授给你。当然他可以说道，他可以讲道，但是无论他怎么讲，他都觉得非常费力，他没有办法把它讲出来。因为无论他怎么讲，它不会变成你的体验。所以我们看到《道德经》的开篇讲：“道可道，非常道。”对这六个字

可以有各种各样的诠释，但其中一种的理解，就是我讲的无论我们怎么说，不是那个体验的道。

在基督教的传统里面，有一个神学的传统。有很多神学家，他们研究了关于上帝的学问，就叫神学。但正如道学不等于学道一样，神学的体系不等于一种神秘的体验。有了对上帝的所有的知识和了解，不见得你就体验了那个上帝。一个神学家他可以说是一个教父，但他不一定是一个神秘体验者；而具有神秘体验的人，在宗教的传统中也不一定得到重视。

在这里我们可以看到，宗教里面也分成不同的层面。一种是体现出来的形式化的宗教层面，有它的一套组织，有它的教职人员，有它的经典，有它传承的知识体系，比如说神学体系、道学体系等等。这只是在外层，在表面的这一层。而真正的宗教性的层面，是对道的体验，对上帝的体验，这是各大宗教都有的一个神秘主义的传统。在这两者之间，一直有一个张力：在宗教界的教职人员里面，即使是高层的教父、宗教领袖，或者道教界的最高的道学权威，也不一定是道的体验的权威，不一定有真正的宗教体验，这是两码事情。

但是我们又不能把道学和学道两者之间做一个隔裂的理解，他们之间又是有某种关联的。这种关联就是：道学虽然不是那个道的体验，但道学的源头应该是那些体验了道的人，为了传达他对道的体验而作的一种诠释和表达。诠释和表达不等于道的体验本身，但是它是指向月亮的手指，它是

某种让你去进入道的体验的一种方式。

一个体道者他很清楚“道”无法被说出来，但是他还是要说。这个说，它起到的一个作用，就是让你去通过他的说，领悟他所不能表达的体验本身。当我说道不可用语言来表达的时候，这其实仍然是一种表达。这种矛盾的表达，恰恰是让你得到某种启迪，某种思维的突破。

如果你真正理解了道不可以用语言表达的时候，你可能就能进入某种超越语言的状态。所以道学是学道里面的一个过程，在学道的过程当中，了解道学是一个基础，但是永远不要把道学等同于那个学道。而是应该透过对道学的了解，进入实践的层面，进入学道、悟道的层面。

由此我们可以看到科学和宗教的一个分野。

科学实际上也有它的实践的层面，比如说科学家，他在研究的时候，他要做实验，从这个实验里面得到很多知识，这个知识反过来又指导人们开发出更多的技术系统，创造出很多产品。但是科学家的实验，他是对于外在于他自身的、外在于他主体的一个客体的实验，他在对客体做实验，有一个做实验的人和一个被实验的对象，所以他得到的是一种对象性的知识，一种对象性的了解。

这种实验得到的成果，是可以普遍化的，是可以作为一种产品来供每个人使用的。比如说科学家已经发明了电灯，了解了电的原理，他做出一整套的灯光照明的产品，每个人按一下开关，我们就可以用这个电灯。我们不需要去了解它的理论，甚至也不需要去了解它的技术，每一个人都可

以用。

我们可能就会联想有没有这样一种可能性：就是宗教家修到最高境界的人，就相当于在修道领域的那些科学家，能不能把他修道的成果，也做出一个产品，供每个人都使用？我们就不用去打坐，也不用去站桩了，也不用去修炼了，也不用念佛了，什么也不要了，你把这个产品给我们，我们每个人都成仙成佛了，有没有这种可能性呢？

依据我的了解，这是不可能的。这就是说宗教有它的特殊性，因为宗教的觉悟，不是对某种事物的觉悟，不是对某种外在的对象的觉悟，觉悟的是他自身，觉悟的是他最深的自己，觉悟的是他自己的本性，觉悟的是那个道。而道和本性是合一的，这个我们后面还要讲。

修道的成果是生命意识的一个觉醒，一个觉悟，是从迷当中走出来，达到一种悟的层次，这种悟是他自己的意识的一种觉醒。而任何一种公共的产品，它不是跟意识有关的，是一种外在的。这种意识的觉醒，它所做出来的产品对你来说是一种无意识的产品，所以它从根本上就不能变成这样一种产品。宗教的成果是一种智慧，一种觉悟，一种自觉、自悟。没有人能够把他的东西给你，作为一种现成的产品传达给你。

这就是宗教里面的骗子和一个真正的宗教大师的不同：如果是一个宗教里面的骗子，他就会宣传我有某种秘诀，我有某种绝妙的方法，任何人只要得到我这个方法，三天之内或者一个小时之内就能得到顿悟，得到解脱。当然后面还有