

心学六品

真心



/ 下 /

雪漠
著

张外借



中国大百科全书出版社

雪 漠 心 学 大 系

真心

心学六品 ———— 下

雪漠 著



中国大百科全书出版社

第五章

印心性品：让大善点亮自己

一、觉心即佛 / 2

1. 再谈明空 / 6
2. 世界是精神的影像 / 8
3. 幻化与妙明心 / 11
4. 抓住当下 / 14
5. 相应的力量 / 17
6. 达成相应的条件 / 20
7. 我是如何生起信心的？ / 22
8. 如何才能解脱？ / 25
9. 人生是漫长的梦境 / 28
10. 将诸相融入空性 / 31
11. 远离顽空和无记 / 36
12. 大手印远离执著 / 41
13. 坦然地享受生命 / 43
14. 无分别智的修炼 / 48
15. 智慧之路 / 52
16. 别叫念头牵了去 / 55
17. 闭关 / 58



18. 殊胜的见地 / 62

二、相应的力量 / 65

1. 体验和信心 / 66

2. 知识构成的障碍 / 69

3. 祈请、观想与相应 / 72

4. 佛学家和成就师 / 75

5. 祈师 / 79

6. 观想的力量 / 81

7. 大慈与大悲 / 84

8. 祈请的力量 / 89

9. 谈谈空行护法 / 92

10. 让自己成为智慧载体 / 95

11. 包容的智慧 / 101

12. 享受生活和工作 / 103

13. 享受生命的快乐 / 107

14. 明明朗朗觉醒于当下 / 112

15. 用放松警觉之心观照世界 / 114

16. 用智慧之烛照亮人生 / 117

17. 流水三昧 / 121

18. 安住心灵的明镜 / 124

19. 多一份警觉 / 126

三、诸种方便 / 129

1. 摆脱一切名相与概念 / 130

2. 观察心灵的明镜 / 135

3. 让身体听你的话 / 138

4. 智慧热能 / 141
5. 脉结与光明 / 144
6. 简谈幻身 / 146
7. 鲜活的乐空 / 148
8. 水晶般的明空 / 150
9. 警觉：第三只眼睛 / 153
10. 自然解脱 / 154
11. 明空中的活性 / 156
12. 跟大自然达到共振 / 159
13. 从自性中流出智慧 / 161
14. 利剑刺过的水面 / 163
15. 享受当下的一切 / 165
16. 困难源于心的执著 / 167
17. 随缘于当下 / 168
18. 远离借口 / 170
19. 万法本是一味 / 172

第六章

契心性品：顿悟顿证于当下

一、入本觉 / 176

1. 什么是真正的放下？ / 177
2. 本觉是发现而非发明 / 179
3. 再说大手印与光明 / 182
4. 最后的究竟 / 186
5. 安住在自性的大山中 / 190



6. 有为法与无为法 / 195
7. 目的是证得空性 / 197
8. 观空非本觉 / 199
9. 明朗本觉身 / 203
10. 本来面目 / 206
11. 成就的前提 / 210
12. 妄念也会自解于当下 / 215
13. 再谈所知障 / 220
14. 烦恼的息灭 / 224

二、会光明 / 227

1. 融入觉性光明 / 228
2. 本尊真的存在吗？ / 231
3. 无须再去对治 / 235
4. 再谈“诸法无自性” / 238
5. 解脱：滴水进入大海 / 241
6. 觉悟的真相 / 245
7. 本有的觉悟之心 / 248
8. 证悟在明白的当下 / 251

三、超轮涅 / 254

1. 永恒的幻相 / 255
2. 大解脱不假他物 / 261
3. 如土擦土迹 / 264
4. 巨大的幻觉 / 265
5. 明晰当下觉，圆光解自身 / 268
6. 行者恒处定 / 272

7. 证果并无所证 / 273

附录

大手印实修偈颂

明心性品第一 / 280

一、明本元 / 280

二、察真妄 / 281

三、知明空 / 281

四、观轮涅 / 282

悟心性品第二 / 283

一、悟体用 / 283

二、悟身空 / 284

三、悟心空 / 284

四、悟性空 / 285

五、悟法空 / 285

观心性品第三 / 286

一、谈十事 / 286

二、说次第 / 286

三、提正念 / 287

四、观因缘 / 288

五、破诸结 / 288

六、观心性 / 289

修心性品第四 / 291

一、红尘累：从大梦中醒来 / 291

二、集资粮：向往光明 / 292



三、修加行：寻找光明 / 293

四、见道：见到光明 / 296

五、修道：走向光明 / 298

六、智慧修炼：十地 / 299

七、无修道：融入光明 / 299

印心性品第五 / 301

一、觉心即佛 / 301

二、相应的力量 / 302

三、诸种方便 / 303

契心性品第六 / 304

一、入本觉 / 304

二、会光明 / 305

三、超轮涅 / 306

哲学视野中的雪漠先生 / 309

后记 / 339

第五章

印心性品：让大善点亮自己

一、觉心即佛

心空本一体，圆满俱三身。诸音陀罗尼，诸幻皆师尊。
自心即幻化，显现皆自心。了知法界性，印证妙明心。
行住皆安然，贪嗔苦乐融。刹那与恒常，认知本来身。
子母光明会，安住本体空。所起法身王，所现明体空。
显现与串习，随妄本净空。万法即真如，问佛非不心。
随缘无好丑，真心遍知明。三世如来意，随契佛子行。

坦然离妄心，无纵亦无擒。离散见本觉，离言趋明通。
无有分别计，入定与出定。下座并上座，恒住无别境。
妄念无计执，忧喜与贪嗔。旧境无续连，解脱之法身。

犹如水中画，起灭相续生。未得坚固力，舍闹居静行。

闭关务修持，恒常倍精进。不离法身见，殊胜复殊胜。

印心性品的“印”即大手印的“印”，也是心心相印的“印”。

心心相印的本意，便是上师用证得的究竟智慧去“印”弟子的心，达到真正的相应，后来才引申为彼此心意一致。

而那个心心相印的心，非凡夫之心，而是我们前面谈到的真心，就是由释迦牟尼佛一代一代印证下来的诸佛心印。一代代祖师的印心，印的就是这个心。佛教中所说的“心传”之心，也指的是这个心。有几位大德说，许多时候，心传弟子一代只有一个。上师把真心传给你，为你开示心性，让你明心见性。

上师用真心去印弟子的心。真正的大手印的印，就是指这个心印。

好多人修了一辈子，还在黑暗中摸索，不知道为什么修。当你认证到真心的那个刹那，你就见到了光明，你所有的业障都会消失。这种消业才是非常了义的消业。一见光明后，万劫暗夜消。认知到真心之后的刹那光明，就把所有的罪业都消除了。

《无死的金刚心》中，琼波浪觉一直在找奶格玛的过



程，其实就是修炼的过程，更是寻找真心的过程。当然，那也是我寻觅的过程。琼波浪觉的几乎所有故事，也发生在雪漠的灵性之旅中。

心心相印不借助于文字，而是以真心互相印证。那真心，既不著“空”，也不著“有”，它是超越文字的一种光明受用，是刹那之间得到的一种究竟证量加持。你见到它，并认知到它之后，你的人生就会被慢慢“磁化”。因为一见到真心，你只要断了疑根，不再有任何怀疑，只要信心不退，不破三昧耶誓约，你的整个人生就会磁化，人格也会得到升华。

许多大德的印心不一定借助文字，也不借助教义和仪轨。他就是利用你见到光明的那个刹那，以心印心，让你感受到证量觉受。这个方式，就有一点光明大手印的味道。

香巴噶举光明大手印的本质就是这种方式。它超越仪轨，超越灌顶，超越传法。行者所依托的就是那份信心。当你的信心达到某种程度，机缘成熟，上师以心传心，你便会明白。

在禅宗中，也有这种情况，上师或是当头一棒，或者过肩一摔，然后大喊一声：“记住了，就是它！”便能让弟子顿时明白真心。

印心性品是心性修炼中的顿入法。这与前面不同，前面各品带有一种渐修、渐悟的性质与色彩。香巴噶举的光

明大手印走顿悟之路，而实相大手印走渐修那条路，从专一瑜伽、离戏瑜伽、一味瑜伽到无修瑜伽。根器不同，修炼方法就不一样。

印心性品里面有好多内容，都渗透了禅宗诸大德的智慧。

首先，我们讲第一节：我佛不二。

我佛不二的意思是：我就是佛，佛就是我。在大手印修炼中，“我佛不二”是一种见地，是一种世界观和宗教观。这是大手印见。要是没有这种见地，是修不成大手印的。

我佛不二按密宗的习惯说法是“我与本尊无二无别”。密宗无上部瑜伽的即身成佛就建立在我与本尊无二无别的基础上。这是一种见地，也是一种证量。对于证悟了明空的行者来说，他与上师、本尊确实是无二无别的。

我的上师曾解释过它：“弟子证得的明空和上师证得的明空是一种明空，故说无二无别。”当然，这是一种方便解释。要是没有“我佛不二”观，人与佛要是一直处在二元对立状态，你便是修上万劫，也不可能即身成佛的。

《密宗功修持要法》一书中，20世纪最初到汉地传法的诺那上师曾言：“修金刚法者……我即本尊，本尊即我，如水入乳，无二无别……凡得行往坐卧、饮食起居，以及所见所闻等，无一不是本尊。如此修持，人佛合二为一，是大密宗，功德亦大，便能即身证佛。修小密宗者，



在作课时将本尊请来，课毕又将本尊送去，人为人，佛为佛，生佛分而为二，故功德小。”诺那上师还说：“密宗最简单最大的修持法，汝就是本尊，本尊就是汝。汝之身口意就是本尊之身口意；汝之居处或办公室，就是本尊之庄严佛殿；汝之父母妻子及一世所见众生，均是本尊之法语；汝之所想及一切众生之心念，均是本尊之心分；一切地水火风，无一不是本尊之功德；汝之所住世界便是佛土。常如此想，就是无上密宗成佛之大法。久而久之，自他打成一片，到一心不乱境界。最要紧的是汝自心信得过汝就是本尊，本尊就是汝。汝与本尊无二无别。”诺那上师还讲了许多“我佛不二”的道理，此处不赘述。

1.

再谈明空

我们所说的明空，有两个根本的东西：一是空，二是明。“空”是空性，“明”是觉察、警觉、观察、思维和体会等。

比如：喝茶时品到的味，便是明的妙用。明可以随缘生起不同的妙用。

例如，写作的时候就把警觉用于写作；听音乐的时候把警觉用于听音乐。但同时，却一直不要离开那种根本的

空性状态。

明空状态下种种化现出来的东西，就是明空的妙用。比如上面说的写作和听音乐，又如我和你之间的对话，也是一种明空的妙用。

在香巴噶举的传统中，有一种说法，认为明空俱足三身：空为法身，明为报身，明空的种种妙用为化身。

明空还俱足五智。《三藏法数》中说：“如来真智，本性清静，离诸尘染，洞彻内外，无幽不烛。如大圆镜，洞照万物，无不明瞭，是名大圆镜智。”“谓如来为欲利乐诸众生故，普于十方世界，示现种种神通变化，引诸众生，令入圣道，成本愿力所应作事，是名成所作智。”“谓如来观一切法，与诸众生皆悉平等，以大慈悲心，随其根机，示现开导，令其证入，是名平等性智。”“谓如来善能观察诸法，圆融次第；复知众生根性乐欲，以无碍辩才，说诸妙法，令其开悟，获大安乐，是名妙观察智。”

在明空状态下，心如明镜，朗照万物，镜子却如如不动；明空中明白一切都是幻化，世上万物并无自性；明空中了知诸多事物的规律，知晓其达成之法；明空中能洞悉众生的根性，生起妙观察之智；明空消除了二元对立，体会到任何事物都是一体的，是平等的，没有任何分别心，没有喜恶之分，进而达到一味境界。总之，明空会生起无



穷的妙用。

我们以在明空状态之下的骑自行车为例，来看看明空之用：你知道这个世界是幻化的，所以不会执著它，你不会盯着美女看而忘记自己在骑车；虽然你处于无分别状态，但你知道目的地在哪里，而且知道怎么到达；虽然你可能无杂念，但你会注意不要把人碰倒，也不要让别人把你碰倒；在那种状态下，你明白你和众生是平等的，没有什么你、我、他之分，因此你不在意别人是不是比你骑得快，也不在意谁的车更好看。你心如明镜，朗照整个世界，沿路的景物也都看得清清楚楚，但心却毫不挂牵，如如不动。

按传统的说法，在真正的大手印明空状态中，三身五智都是俱足的。

2.

世界是精神的影像

心空本一体，圆满俱三身。

诸音陀罗尼，诸幻皆师尊。

心，心性；空，空性。

心性也归于空性，我们在前面谈到过这一点。

“心空本一体”，是说心性和空性本为一体。既然

心性和空性本为一体，那么你本身就圆满俱足了佛陀的三身，即报身、法身、化身。关于“三身”，前面已经讲过，此处不作重复。

“陀罗尼”有总摄、总持、能摄、能持的意思，它可以忆持各种各样的善法，可以防止各种各样的恶法。无量的佛法都在陀罗尼中，有了它，你才能说法自在。陀罗尼也就是真心。

法界里各种各样的声音，世界上各种各样的声音，无不归于空性，皆是陀罗尼，它们是“诸音”显现的一种俱足智慧的宝库。

那么，何为法界？按天台宗的分法，法界有十，迷为世间，悟为出世间，依次为：地狱、饿鬼、畜生、阿修罗、人、天、声闻、缘觉、菩萨、佛。其中，前六界合称为“六凡”，属六道轮回的循环圈；后四界合称“四圣”，是觉悟层级的果位位格。

“诸幻皆师尊”，你所见到的世上万物，都是幻化的。因为它们没有自性，因为它们在不停地变化着。有些变化你看得见，比如闪电、露珠、花开花落等；有些变化你看不见，比如楼房的朽坏，因为楼房在不知不觉间，经过几十年，才会慢慢显露出腐朽。这种变化是缓慢的，是不易察觉的；有的变化你看得见，但很少去正视它，如人的生老病死。但是无论那变化看得见还是看不见，你愿不