

原文：白话佛法广播讲座

第 53 集【初意识影响主意识】

[点击视频](#)

第1段

五蕴皆空。色、受、想、行、识，照见五蕴皆空，菩萨让我们五蕴都要空，就是不要去看到外面的有色世界多好。受，就是感受；想，越想越害怕，越想越开心，都是想出来的；行，脑子里“我去做吧”；识，“我害怕，我要去做”，就是意识中的。《心经》叫我们照见五蕴皆空，就是不要去想。没有的事情，为什么去想出来？害怕是想出来的吧？你感觉这个人会变坏，人家还没变坏呢，不是你想出来的吗？照见五蕴皆空，不要看见这个社会花花世界就开心了。一个女孩子，只要到了酒吧、到那种场所，心中魔性就出来。那种音乐刺激你，那些酒的味道刺激你，然后看边上那些男男女女穿得很少，马上就把心魔弄出来，这时你就会跟他们一样。所以环境非常重要，不能去的地方就是不能去。今天养个女儿，你跟她下个死命令：“孩子，你不能去这个地方的。”很多女孩子就是到了里面学会了吸毒，就这么来的。色、受、想、行、识，那些环境都是空的、虚的，菩萨叫我们照见五蕴皆空。开个party（派对）开心吗？小时候有很多birthday（生日）都过得很开心吧？现在呢？结束了，没了。就这么简单，五蕴皆空。

第2段

神识也是幻化，既然要照见五蕴皆空，神识（脑子里的意识）都是幻化的，都是想出来的。很多人都很会想象的，很多人去买六合彩之前都在想象“我今天中到了怎么办”，你说他有毛病，他不认为自己有毛病，他认为每一次都是在奋进。中不到的，刺激一下自己，觉得自己很快要成百万富翁了，早两天买，两天中就感觉像百万富翁了。落空之后，心魔又会生出，会恨的。看到人家中六合彩，说“都是我的钱，我这么多钱都扔进去了，我买了多少年了”，不恨啊？

第3段

不要太相信自己想出来的事情。《白话佛法》讲，想出来的如果如理如法，还有利于众生，才能相信它；如果想出来的事情根本是不好的念头，要马上斩除。所以，有些事情不要自己想象。稍微长得好看一点，“再动个手术，再化化妆，说不定能怎么样”——不要去想，空想、幻想，要照见五蕴皆空。一看有不好的念头，“我怎么会嫁给他的？”马上斩除，用自己清醒的主意识（主要意识）来控制自己的初意识。初意识是刚刚想出来一件事情，人家说“你其实长得蛮好看，你去选美吧。”“倒是可以选美的”，初意识出来了吧？马上主意识“好看的人多呢，再说这种选美有什么意思”——主意识把初意识挡掉。

第4段

把不好的想法要看成是冤亲债主。人家说“你去买六合彩”，你就想“这不是浪费我钱吗？连六合彩都来问我讨债”，这么想就对了。一有不好的想法，就是冤亲债主在掌控你，就不能逃过五十阴魔之一的意识魔。有五十个阴的魔在我们身边，其中有一个叫“**意识魔**”——**意识中的魔性**，经常想出来那些乱七八糟的东西，不该想的东西、根本做不到的事情，都是阴魔。在你的修行中，它会给你很多的障碍。**我们要遵照佛的教导，不去想魔，自然离开魔性。**魔都是想出来的，越想越害怕，越想越难过。很多人神经病就是想象啊，着魔了。很多人觉得买股票可以赚多少钱，你能赚，你也能输。很多人忙了半天，精力忙掉多少，最后不赚，又输掉了。

第5段

人经常会在一瞬间着魔，有时候一个思维出来，着魔了。突然之间，一秒钟当中，一瞬间当中，“不能再想下去了，再想下去我要出事了，这么想下去我就想不出来了”，自己要知道这个一秒钟对你多重要，一瞬间对你多重要，不能想的。单位里被老板讲一句，“好好，老板，我改”就好了，不要再想了。很多人被老板讲一句之后，“他会开除我吗？别人会怎么想？他明天会对我怎么样？”回到家饭也吃不下，觉也睡不好——进入阴魔。不能想的，想得头发都掉光了。一瞬间当中，要告诉自己不要再想下去，并念诵心经来代替

自己不清净的念头。有智慧的人，碰到想不通、难受的事情，马上念心经，嘴巴赶快动起来，控制自己。还在想，马上念心经，“般若波罗蜜多心经……”实在念不下去的时候，你看老和尚，他碰到烦恼的事情就眼睛一闭，“南无观世音菩萨……”用自己的声音来替代思维，用自己的声音来罩住自己的想法，这就是佛法界讲的妄念要止，叫“止妄”，要止住你的妄念。在这个世界上，很多事情都是想出来的，实际上这就是神识的变化。精神上有一点神识的变化并不代表一定是对的。很多人修心修到后来，感觉是对的，其实不一定是对的，要经常看看师父的《白话佛法》。

第6段

不要粗略地理解为“菩萨在指导我”。很多人动不动就说“我有个感觉”，感觉不对再去跟人家解释，人家说你神经病。“我有感觉我老婆不开心了”，跑过去，“老婆，你不要不开心。”“我什么时候不开心了？”感觉不一定正确的，感觉过头的人就是毛病很多。你整天在单位里跟老板感觉，感觉到最后，老板就叫你回家感觉去吧。所以一定要记住，不要粗略地理解为“菩萨在指导我”，就犹如你制造出一个产品是件衣服，你要修掉很多边角料一样。你想出来一个事情，要把它修得正一点，要用佛菩萨的智慧去修正自己意识的误差，就像一件衣服，要把边角料剪掉一样。每一个意念出来都不一定正的，要经过加工、提炼，才能成为一个正品。有时候我

们不一定搞得清楚，意识当中有个意念出来，不知道它是对的、错的，意识的整体概念我们不知道。这个意识出来是好的、不好的？对人家好不好？不知道，自己都搞不清楚了。但要记住，不要太相信自己想出来的意识，如果太相信自己想出来的意识，那叫执著。不能执著，因为对自己的意识，你不能理解它的整体概念，所以不要太相信自己的意识。比方说，“我就要改这个脾气、我这个毛病、我这个习惯，我要把它改掉”，不要太相信自己，有的时候好的毛病改掉了，“以后再也不要去帮助别人了，越帮越忙，你看我帮助别人……”是帮助的方法不对，并不是这件事情的主体意识不对，你没把人家帮好，你的主体意识是对的，只是你不会用方法。很多人去救人，把人家救得跳起来了。你们有时候去帮人家，为什么把人家讲得哭起来了？我为什么能够救人把人家救得笑起来？人家听我弘法都是开心得不得了。

1-3段拓展延伸

【1.1 段原文】

五蕴皆空。色、受、想、行、识，照见五蕴皆空，菩萨让我们五蕴都要空，就是不要去看到外面的有色世界多好。受，就是感受；想，越想越害怕，越想越开心，都是想出来的；行，脑子里“我去做吧”；识，“我害怕，我要去做”，就是意识中的。

【1.1 段延伸】什么是五蕴

摘自《白话佛法十一》第 38 篇 五蕴皆空（一）

[点击阅读](#)

“五蕴”就是色蕴、受蕴、想蕴、行蕴和识蕴，就是色、受、想、行、识。“五蕴皆空”，就是菩萨《心经》里面教导我们，要把色、受、想、行、识这五蕴都要空掉。那么，“蕴”是什么呢？蕴实际上就是一种现象的集合点。比方说色蕴，因为你看到了太多的东西，那么把这种现象集中在一起，它就成为一个蕴，叫色蕴。色蕴就是你眼睛在人间看得到的颜色、房子或者利益……利益是看得见的，是属于色蕴里面的，而名不属于色蕴里面。那么，在五蕴中，除了色蕴是带有物质性的事物现象，其余的四个蕴归根结底都是一个思想性的东西，是内心的东西，而不是外面的，都是属于看不见的精神现象。

首先说色蕴。色蕴是什么呢？就是有色的世界。你们现在看到的这个世界都是有色的世界，**是能够感受到的。有色的色蕴实际上是属于“地水火风”，“地”也会没有，“水”也会流失，“火”也会慢慢地灭度，“风”也会吹走。时间长了都没了。**

第二个是受蕴。受蕴是什么呢？**就是你在精神上对一件事情的感受。**你们活在这个世界上，精神上的感受是最重要的。如果你们在接受了人间很多的苦和乐之后，精神上的感受到底是苦还是乐，这就是受蕴。

接下去跟大家讲想蕴。想蕴是什么呢？**想象力。**一个人对某一件事情的想，可以想得非常的开心，一个人站在那里想啊想，想得自己笑出来了。在智慧上、**心灵上的想蕴是无边无际的。想蕴实际上就是你想出来的，由心理行为这个动作所想出来的。**你去想这个事情，是不是一个动作啊？因为你心里动了，所以叫心动，心动了之后才会有这个蕴出来。实际上，**爱憎善恶的念头都是想象出来的。你觉得很恨这个人，你也是想象出来的。**所以，你很恨某个人的时候，人家突然之间跟你说：“你知道吗？他在偷偷地为你献血呢。”一下子你的心变了：“哎呀，他是多么的善良！”实际上，你很恨这个人或者很爱这个人，都是你自己想象出来的，**所以想蕴是非常复杂的。而且这个想蕴也非常容易让你进入善业和恶业。**

第四个是识蕴。大家都知道意识很重要，**意识实际上对人间的缘分、因果，它种下了意识的种子。**什么叫下流，我们小时候是不知道的。如果你告诉他什么叫下流，他就知道不会去做这些事情。你要从小在意识当中告诉他：“这有什么下流的？偷东西是无所谓的，偷东西的人多着呢。”他从小种下了这个意识，他一辈子偷东西都会觉得没有什么下流。

还有一个是行蕴。行蕴是什么呢？**就是由行动和你的动作形成的善恶业。**你今天做了这个行为了，你就形成了一个意识行为，这就是一个行为、一个行动。你今天做了一个善事就是善行，今天做了一个恶事就是恶行，这个行是什么呢？**行蕴就是说，你今天已经去动了这个念头，不管是脑子里动的，还是行为上动的，它都会形成一种善恶业，实际上行蕴已经是被意识和想蕴所控制。**

【1.2 段原文】

《心经》叫我们照见五蕴皆空，就是不要去想。没有的事情，为什么去想出来？害怕是想出来的吧？你感觉照见五蕴皆空，不要看见这个社会花花世界就开心了。

【1.2 段延伸】要超脱自身的幻相

摘自《白话佛法八》第 46 篇【超脱虚幻视像 寻找意识真性】

[点击阅读](#)

要超脱自身的幻相。自身的幻相是什么？就是你们自己想出来的没有的事情。自身想出来做不到的事情，也叫自身幻相。有人做梦看到四个数字，他自身的幻相开始了：我学心灵法门，菩萨慈悲我，给了我六合彩的四个数字。你去买啊，四个数字能中六合彩吗？如果菩萨真的要你中奖，就给你六个数字了，为什么给你四个啊？。现在人的毛病到了骨髓里，很多没有的事情，都会自己想出来。眼睛看一看，马上在边上嫉妒了，你看她又给他在抛媚眼了，你看他又怎么样了？他跟她好一点，他又在想什么？你累不累啊，关你什么事。师父这句“关你什么事”，看起来是白话，实际上在人生要你解脱非常有用。想一想，跟你都没有关系的，你去管它干嘛？人家跟人家在讲话，又没有讲你，如果他不好，他自作自受，跟你有什么关系啊？没有关系。我们要超脱自己的幻相，不要去想，想出来了难过，想出来了不开心，牢笼是自己给自己造的，幻相也是你自己想出来的。你们不相信的人，你们越想越会怀疑他，不要去怀疑他，你就不会怀疑。

【1.3 段原文】

一个女孩子，只要到了酒吧、到那种场所，心中魔性就出来。那种音乐刺激你，那些酒的味道刺激你，然后看边上那些男男女女穿得很少，马上就把心魔弄出来，这时你就会跟他们一样。所以环境非常重要，不能去的地方就是不能去。今天养个女儿，你跟她下个死命令：“孩子，你不能去这个地方的。”很多女孩子就是到了里面学会了吸毒，就这么来的。

【1.3 段延伸】意识受控于缘分和因果

摘自《白话佛法十一》第 38 篇 五蕴皆空（一）

[点击阅读](#)

因为意识受控于缘分和因果，所以这个意识非常重要。为什么说意识跟缘分有关系呢？如果你出生在一个爸爸妈妈都非常老实的家庭，父母不贪、不求，就是不会去伤害别人来满足自己的欲望，你可能就是一个很好的孩子，你具足这个缘分，你长大后不会做错事情，你的意识当中很干净、很善良，那你可能一辈子都是很善良的人，**所以意识跟缘分有关系。**如果你从小就生活在一个很穷苦的人家，爸爸妈妈天天去偷一点、抢一点，或者去占人家一点便宜来养家糊口，你肯定从小就觉得爸爸妈妈都是这么做的，所以我做这个事情也是很正常，**你的意识实际上是跟着别人这个缘分而走的。**

【1.3 段原文】

色、受、想、行、识，那些环境都是空的、虚的，菩萨叫我们照见五蕴皆空。开个 party (派对) 开心吗？小时候有很多 birthday (生日) 都过得很开心吧？现在呢？结束了，没了。就这么简单，五蕴皆空。

【2.1 段原文】

神识也是幻化，既然要照见五蕴皆空，神识（脑子里的意识）都是幻化的，都是想出来的。很多人都很会想象的，很多人去买六合彩之前都在想象“我今天中到了怎么办”，你说他有毛病，他不认为自己有毛病，他认为每一次都是在奋进。中不到的，刺激一下自己，觉得自己很快要成百万富翁了，早两天买，两天中就感觉像百万富翁了。落空之后，心魔又会生出，会恨的。看到人家中六合彩，说“都是我的钱，我这么多钱都扔进去了，我买了多少年了”，不恨啊？

【1、2 段延伸】感觉是一种虚幻和不实在的东西

摘自 白话佛法视频开示 第 20 集【在无常中寻找本性】

[点击视频](#)

念头上要想到观世音菩萨，**要懂得潜意识是一种感觉，潜意识是一种感受到人生无奈、人生悲伤、人生的幸福，之所以存在着这些感觉，它都是幻化的。**就像我们今天到饭店里吃顿饭，感觉这个饭店烧的味道非常好，有的人说“今天旅游到什么地方去，我感觉到很

舒服、很开心”，那是一种感觉。感觉在瞬间就可以存在，在瞬间就可以磨灭。所以真正有智慧的是控制好自己的潜意识，不要让这种感觉进入到自己的内心深处，因为任何感觉都可以给你造成心灵的伤害。一种好的感觉可能会让你心里暂时得到安慰，但是不好的感觉可以在你的心中留存一辈子。我们很多年轻人，爸爸妈妈在家里打架、扔东西的时候，我们小孩子的时候很害怕，那种感觉你可能会记一辈子的。如果你小时候爸爸妈妈把你带出去吃个好东西，你很快就会忘记。在心理学上来讲，那是一种感觉，那种 feeling。感觉是一种虚幻的东西，感觉是不实在的东西，这就是佛陀告诉我们，我们心中不断地有感觉，又会不断地去磨灭它。我们拥有不断生出的问题，自己内心又在不断地回答它。我们不断地在产生那种好的和不好的感觉，又是在自己的否定和肯定中消失，所以一个人不要去相信人间幻化的东西，一切都会变化。

【1，2段延伸】光修心悟到“五蕴皆空”时业障是否也空了

shuohua20140103 04:40

女听众：您说学佛学到后来就是一个“悟”字。其实修心修行、念经消除业障都不是分割孤立的，是在一起的。比如说我们看《白话佛法》，它注重的是修心；平常做一些好事是在修行；我们念经是在消业。假设如果念经念得少，就是好好地读《白话佛法》，好好地悟、去修心，那么最后心体会到“五蕴皆空”的时候，业障也空了吗？

“卢台长”答：“五蕴皆空”是慢慢地开悟的，这个问题主要讲到一个人的悟性。修行修心也好，修的思维也好，“信、愿、行”也好，所有修的一切到了最后就是归于一个“悟”字。等你有悟性了，就见到本性了，见到本性就是明心见性了。所以，不管你做多少好事，到最后没有悟性，那这些好事只会变成善业。像我对你这个人好得不得了，天天请你吃饭，最后嘴巴里讲“这种人怎么对他好，像什么都不懂的，是不是人啊”好了，没有开悟，你所有前面做的善事全部变成善缘了。你要开悟“我今天对他好，是救度众生，是学观世音菩萨，我并不是为自己的”，这样的话你就在开悟之中了，开悟之中的人不会有怨恨、不会有贪念，“我不会为了某种利益去帮助他，我是无私地奉献，没有任何回报地奉献”，这样你不就有悟性了吗？（我有个朋友是修其他法门的，他以前念经念得也很多，觉得业障很深要消业，后来慢慢地他就变得比较注重于读一些经典，要修心，消业这一块就放了。他觉得因为业障也是消不完的，通过修心最后什么都是空的，到最后把这些都看淡的时候，所有的这些业障也都是空掉了）你说这个概念对不对？我们把业障视为罪业，一个人如果犯过罪的话，你说会空吗？这个罪在他的心中会不会彻底结束？没有！这肯定的。而且他的理论是“这辈子修不完”，这辈子修不完的话更要修，因为这辈子修不完下辈子还要再来受苦的，所以这辈子尽量要修完，不能说不管自己的业。比方说一个人有坏习惯，喜欢在家里骂人打人，那首先要将骂人打人改掉。如果说“我这里在做好人，那里在骂人打人”，你说这个人修得好心吗？

我举这个例子你明白了吗？（明白）“我拼命地去做好人，但是旧业我不消，因为我觉得慢慢地会没有的”，你说这种理论能不能够成立？（他的意思也不是说这个业没了，这些报他还是要受的，但是他把它看通了）实际上不叫看通，而叫看淡。“看淡”并不是没有，学佛里面的理论，它的哲学、文字非常讲究，“看淡”还是存在的。当一个灾难来的时候，我看得淡一点。“我知道这个我必定要受的”，叫看破。很多人看不破：“为什么是我啊？”那就叫看不破。明白了吗？（明白了）**他以为拼命地修心就能把他过去的业全部修掉，那是不可能的。你一定要有自己的功德，然后要彻底地忏悔自己过去的业障，才能慢慢地消掉你的业。如果你根本没有重视自己过去犯过的罪，只重视“我将来应该怎么做”，你过去的罪业还是残留在你的身上（明白了）**

【1，2段延伸】“无受想行识”

摘自《白话佛法十一》第40篇 五蕴皆空（三）

[点击阅读](#)

懂生灭就是懂智慧。既然“色即是空”，你就懂得“无受想行识”了。“色”全部都是空的，你还有什么想象啊？还有什么感受啊？还有什么思想行为啊？还有什么意识啊？所以“无受想行识”。师父很喜欢讲《心经》的，师父经常跟你们说，你想不通的时候多念《心经》，如果你们好好地理解意思之后再念《心经》，可能更想得通。很多人嘴巴里一边念《心经》，一边一肚子气，越念越生气，因为他放不下啊。

如果你懂得了“无受想行识”就是一切皆无，什么都是空的，没有了，然后证明人间无常、苦、空、无我。你在哪里啊？你没生出来的时候，你在哪里？你灭度了之后，你在哪里？人间什么事情都是不长久的，既然不长久的事情，你为什么还要去跟人家斗？所以这一切都是无常，今天有，明天没有。命也是这样，今天有，可能明天就没有，明天没有了，可能后天又有了。所以，要懂得人生的真谛。人就是苦啊，想想你们自己痛苦的时候全忘记了，世界就是苦空无常，这就叫真谛。所以佛陀教导我们，要观察五蕴的生灭。

【1，2 段延伸】菩萨对五蕴的开示

摘自：卢台长解答来信疑惑三百八十八

[点击阅读](#)

问： 31-05-2020，心灵净土世界：

大势至菩萨：“童儿们，心经里的照见五蕴皆空，里面的深意你们明白吗？”

大势至菩萨：“人的一生苦难皆由五蕴而起。五蕴就是色、受、想、行、识。娑婆世界的众生由此五蕴而产生颠倒梦想的意识。”

观世音菩萨：“五浊恶世里的五浊就是劫浊、见浊、烦恼浊、众生浊、命浊。五浊就是五蕴受到六识（眼、耳、鼻、舌、身、意）的影响而生出的六尘意识污染，再由意识上的污染衍生出行为上的恶行。”

阿弥陀佛：“童子们，每个宇宙星系众生会在六道轮转皆因五蕴不空。如果你们想超脱轮回之苦，就要看见这个世界是虚空幻影，是

诸法空相。一切无所得，以无所得故。人的一生从哇哇大哭到死亡那一刻，所拥有的一切都带不走。有些人到肉身灭度，还要执著于娑婆世界里形形色色的幻相，所以一直在六道轮回至今也无法超脱。”

释迦牟尼佛：“心灵法门的弟子们，你们好好修。”

弟子 马来西亚 31-05-2020

答：你们看阿弥陀佛讲的，“宇宙星系”，宇宙空间有很多的星系；在“六道轮转”，你们过去看过科幻片，地球本身也是在宇宙中轮转；都是因为“**五蕴不空**”，也就是说，还有一些现实的物质的东西存在，才会有这种轮回之苦；菩萨让我们要看到这个世界是“虚空幻影”“诸法空相”，就是说，一切的一切，运转过了就没了，任何事情到一定时候过了就没了，到了最后就成为“一切无所得，以无所得故”，没有的东西就是没有的。菩萨告诉我们，因为我们还觉得有银河系、有宇宙空间的星系，所有我们还有没超脱六道的五蕴在。这五蕴已经是思维中的东西了，非常细小，但是只要你有这些思维的东西，你就是没有看破这个世界的虚空幻影，没有看到**诸法空相**。从出生到死亡那一刻，所拥有的一切都带不走，我们人肉身的灭度，就是死了，有些人还要执著于娑婆世界形形色色的幻相。举个简单例子，一个富豪过世了，走之前还要罣碍家庭、眷属、财产给谁……实际上这些对他来讲都是幻相，已经是没有的东西了，

还要去想，因为你离开这个人道了。如果你还罣碍在里面，不就永远无法超脱吗？

菩萨到天上给我们讲法，你到什么程度，就用什么解释来让你听懂。如果你懂得很深，佛菩萨只要讲一点点，你就明白了；如果你懂得不是太深，只能慢慢自己体会和理解。**并不是超脱六道就一定是大菩萨，什么都懂了**。就像一个小孩子到人间，小学就是小学程度，中学就是中学程度，大学就是大学程度，而不是说你做了人就对人的事情都懂了。你们活在人间一辈子，人应该懂得的礼貌都懂吗？你如果真的到了天界，天上的事情也是不懂的，怎么可能懂得天上所有的事情？所以人很可怜。

【3.1 段原文】

不要太相信自己想出来的事情。《白话佛法》讲，想出来的如果如理如法，还有利于众生，才能相信它；如果想出来的事情根本是不好的念头，要马上斩除。

【3.1 段延伸】不要太相信自己想出来的事情

摘自：20190608_澳洲布里斯班世界佛友见面会

[点击阅读/收听](#)

每个人的思维中都夹杂着潜意识和过去的意识，所以才会做出很多对现实和事物不同的错误判断。

【3.2 段原文】

有些事情不要自己想象。稍微长得好看一点，“再动个手术，再化化妆，说不定能怎么样”——不要去想，空想、幻想，要照见五蕴皆空。一看有不好的念头，“我怎么会嫁给他的？”马上斩除，用自己清醒的主意识（主要意识）来控制自己的初意识。初意识是刚刚想出来一件事情，人家说“你其实长得蛮好看，你去选美吧。”“倒是可以选美的”，初意识出来了吧？马上主意识“好看的人多呢，再说这种选美有什么意思”——主意识把初意识挡掉。把不好的想法要看成是冤亲债主。人家说“你去买六合彩”，你就想“这不是浪费我钱吗？连六合彩都来问我讨债”，这么想就对了。一有不好的想法，就是冤亲债主在掌控你。

【3.2 段延伸】不要让不好的意识形成“意识流”

摘自《白话佛法十一》第 38 篇 五蕴皆空（一）

[点击阅读](#)

在意识当中有一个“流”，流出来的流。这是什么意思呢？就是说，意识会变成像流水一样流出来，比如说，你今天偷一点，明天偷两点，后天偷三点；你很下流，你脑子里已经有一个下流的念头出来了，你马上制止自己，你就不会形成意识流。所以意识只要你往下流的地方想，你一直想下去，你就会变得越来越肮脏，这就叫意识流。如果你的思路开阔，往善的地方去想，你可能越想越善良，那叫善意识的上流社会。上流社会、下流社会，实际上讲的就是这些东西，所以，我们不能让自己的意识种下不好的意识种子。

【3.2 段延伸】让烦恼在意念前和意念后停止

摘自《白话佛法四》第38篇【脱离红尘，走入净尘】

[点击阅读](#)

让你的烦恼能在你的意念前和意念后停止，就是定住。就是要在自己意念来的当中和之后把它停止。也就是你刚刚想事情的时候，妄念不是来了吗？那个时候你马上要把妄念停住。因为如果不停止，接下来就会马上想下去。比方说，这个事情我能不能跟他好？一想，**这个念头来了，要止妄。明明不能做到的事情，要马上止妄，把它停掉。**停掉之后，虽然这句话是说在你妄念刚刚开始的时候马上就停止，实际上这个停止就是让你以后不要再想下去。讲法是在这个妄念和后来想的当中停止。你们能听得懂吗？实际上当中一停，叫拦腰砍断，后面就没有了。**菩萨是说，在你妄念之前和你妄念之后，把这个妄念斩断。**比方说你把这个妄念想成一长段，当你的妄念刚刚要出来的时候马上斩断，那后面的这个妄念就没了。比如这个人想要自杀：我活得多没意思，我吃了这么多的苦，我不想活了……“啪”，一想到孩子，想到了我还有前途，我这个人要坚强下去，实际上他后面那个不好的妄念就没了。**菩萨就是让我们在当中斩掉，而不是让我们等到最后斩断。**最后斩断，对不起，时间来不及，因果已形成，接下去就只有等报应了。**我们就是要学这些佛理，就是止妄念，把妄念停止掉。要懂得做人、做事情，内外都要观。吃得苦中苦，方为人上人。**

4-6 段拓展延伸

【4.1 段原文】

有五十个阴的魔在我们身边，其中有一个叫“意识魔”——意识中的魔性，经常想出来那些乱七八糟的东西，不该想的东西、根本做不到的事情，都是阴魔。在你的修行中，它会给你很多的障碍。我们要遵照佛的教导，不去想魔，自然离开魔性。魔都是想出来的，越想越害怕，越想越难过。很多人神经病就是想象啊，着魔了。很多人觉得买股票可以赚多少钱，你能赚，你也能输。很多人忙了半天，精力忙掉多少，最后不赚，又输掉了。

【4.1 段延伸】意识当中魔性

Shuohua20170818 06:19

台长答：五蕴——色、受、想、行、识。**你的意识一定不能乱想。**我讲的最多的，“万恶淫为首”，现在很多年轻人就是犯淫戒，他们要下地狱的，很危险的（嗯）非常肮脏的思维，意识当中如果有这种东西，人就完了，菩萨的意识还会在你身上残存半点吗？没了！“色”，看见这个有色世界的物，你去贪。“受”，享受，做坏事享受吧？喝酒、吸毒都觉得很享受，玩女人，都算。“想”，做不到的事情拼命去想，看着电视，看着那些东西，去想象着某一件事情，这种想是不是杂念？行为，很多人说：“我控制不住。”那么

去行了，行了之后你意识当中就很肮脏了。色、受、想、行、识要照见，你照得见吗？因为阻碍了，你想了这么多，杂念这么多，享受这么多，你的物欲这么多，色、受、想、行、识都是这么阻碍着你，所以你怎么能“照见五蕴皆空”？你空不了，你空不了的话，怎么成佛啊？（是）就等于你的房间里堆满了杂物，人怎么住？（那怎样“照空”呢，师父？）就是不接触，不能去接触。你不接触色，你就离开色；你不接触这种“色、受、想、行、识”，人间的一切欲望，那你就不会犯这个欲望的罪了（根本问题其实就是在乎要守戒，是这样理解吗？）对了。

【5.1 段原文】

人经常会在一瞬间着魔，有时候一个思维出来，着魔了。突然之间，一秒钟当中，一瞬间当中，“不能再想下去了，再想下去我要出事了，这么想下去我就想不出来了”，自己要知道这个一秒钟对你多重要，一瞬间对你多重要，不能想的。单位里被老板讲一句，“好好，老板，我改”就好了，不要再想了。很多人被老板讲一句之后，“他会开除我吗？别人会怎么想？他明天会对我怎么样？”回到家饭也吃不下，觉也睡不好——进入阴魔。不能想的，想得头发都掉光了。一瞬间当中，要告诉自己不要再想下去，并念诵心经来代替自己不清净的念头。

【5.1 段延伸】狠斗私心一闪念

摘自《白话佛法一》第 10 篇【阻止业障产生的方法】

[点击阅读](#)

戒是戒定慧中的基础，只有改了戒了，才能减少业障的产生，才能定住，才能不受诱惑，才能不痴，有智慧。大毛病戒了，下一步就是高层次的”狠斗私心一闪念”。这其实是佛家的一句话，就是说在恶念或不好的意识还在下意识的时候，马上意识到它是不对的，将其掐灭在没形成的状态中，这样一来就不会变成业障。如果顺着它想下去，恶念就形成了，变成业障了。这一步明显比戒肉食要难的多。

【5.1 段延伸】控制住着魔的一瞬间

摘自《白话佛法十一》第 14 篇【普贤行愿大智慧】

[点击阅读](#)

很多人在网上一看见不好的东西，就停在那里想进去看。请你们记住师父的一句话，如果你们已经点了，等到流量不足还在转啊转，转不出来的时候，赶紧停掉，不要看了，这个是最好的方法，这样的话，你就不会造新业。如果你看了，你的眼睛就进去了。你听人家讲话，人家一开始讲：“我告诉你啊，用这个方法可以赚钱。”你马上说：“你不要跟我讲，我经不起你的诱惑的，你少跟我讲，我不要那么多钱。”

【5.1 段延伸】主意识把初意识挡掉

摘自本篇原文第 3 段

一看有不好的念头，“我怎么会嫁给他的？”马上斩除，用自己清醒的主意识（主要意识）来控制自己的初意识。初意识是刚刚想出来一件事情，人家说“你其实长得蛮好看，你去选美吧。”“倒是可以选美的”，初意识出来了吧？马上主意识“好看的人多呢，再说这种选美有什么意思”——主意识把初意识挡掉。

【5.2 段原文】

有智慧的人，碰到想不通、难受的事情，马上念心经，嘴巴赶快动起来，控制自己。还在想，马上念心经，“般若波罗蜜多心经……”实在念不下去的时候，你看老和尚，他碰到烦恼的事情就眼睛一闭，“南无观世音菩萨……”用自己的声音来替代思维，用自己的声音来罩住自己的想法，这就是佛法界讲的妄念要止，叫“止妄”，要止住你的妄念。

【5.2 段延伸】什么是妄念？

摘自《白话佛法五》第 7 篇【妄境妄心，不做凡夫为得失被境所转】

[点击阅读](#)

什么叫妄念？妄念就是本来应该没有的事情，被你硬想出来的。因为你的得失心重，今天失去了，你就开始乱想了；因为你得到了，你也开始乱想了。所以得失都不要太当回事，你就不会有妄念产生了。要记住，这是很重要的。

【5.2 段延伸】妄念要制止

摘自《白话佛法四》第 38 篇【脱离红尘，走入净尘】

[点击阅读](#)

止妄念”，就是制止你的妄念。**如果心和行为都不一样的话，一定要制止住自己的妄念，制止妄念就是不能乱想。**人家讲你不好的时候，你不要乱想；人家骂你的时候，你不要乱想；人家劝你的时候，你不要乱想，你就把你自己的妄念去掉了。人家给你说事情的时候，你也不要乱想。很多人就会想。

【5、6 段原文】

在这个世界上，很多事情都是想出来的，实际上这就是神识的变化。精神上有一点神识的变化并不代表一定是对的。很多人修心修到后来，感觉是对的，其实不一定是对的，要经常看看师父的《白话佛法》。很多人动不动就说“我有个感觉”，感觉不对再去跟人家解释，人家说你神经病。感觉不一定正确的，感觉过头的人就是毛病很多。“我有感觉我老婆不开心了”，跑过去，“老婆，你不要不开心。”“我什么时候不开心了？”感觉不一定正确的，感觉过头的人就是毛病很多。你整天在单位里跟老板感觉，感觉到最后，老板就叫你回家感觉去吧。

【5、6 段延伸】为什么不要执著感应

摘自《白话佛法十一》第 53 篇【实知实见 远离魔心】

[点击阅读](#)

修行人如果贪图这种圣境，就会着魔，就会进入阿修罗道。如果你修行修得很好，但是你一旦贪图圣境，你就进入阿修罗道，上不了天。所以，要想成为菩萨，就算你看到一些显化，梦中看见菩萨，你也不能相信它，你要相信你自已修的果实，你要相信你自已要成为菩萨的果位，而且不要逢人就说“我已经修得很好，我已经修到菩萨的境界”，这就是大妄语。

学佛人要实知实见。我们学佛人如果不能实实在在地看见、实实在在地知道，就会走偏，走偏就是着魔。怎么样不要让自己着魔啊？就是实知实见。我今天知道了佛法对我们如此地好，那我就好好地修，我就不会走偏。听别人一讲，心里想着“这佛法行不行啊？我怎么求得不灵啊？”好了，有偏见了。**学佛人要以自己看见的为准，你自己有悟性，你自己最清楚，你不要去听别人说，明白了吗？**

要渐成空见。先是实知实见，以后再慢慢地变成空见，就好像是空的一样，你见到的都是假的。但是有些成为魔的人，他的实知实见没有学好，然后空见是想不通。这个“空”实际上是一段历程当中的空，就是没有想通，这种空见就是认为一切皆空，什么都没有。好了，**他不是开悟见空，而是偏执见空。**“开悟见空”是什么意思呢？就是说，我明白了，人生真是一场梦，所以，我要在这短短的

人生当中好好地学佛，好好地去努力，这叫“悟空”。“偏执”是什么？要看穿人生啊，人的一生就这么一点时间，再有能力的人也会死掉的，修什么？赶紧吃喝玩乐吧！——空了吧？所以，空魔就会来。持有宿命论的人就是空魔来临。当空魔来临的时候，会令你不尊重师父，不尊重佛法，什么都无所谓了，最后变得骄狂、轻视戒律。

【6.1 段原文】

一定要记住，不要粗略地理解为“菩萨在指导我”，就犹如你制造出一个产品是件衣服，你要修掉很多边角料一样。你想出来一个事情，要把它修得正一点，要用佛菩萨的智慧去修正自己意识的误差，就像一件衣服，要把边角料剪掉一样。每一个意念出来都不一定正的，要经过加工、提炼，才能成为一个正品。

【现实案例】有些感应其实都加入了个人的理解

卢台长开示解答来信疑惑（一百七十六） 2017-08-16

[点击阅读](#)

问：“一心一静念，一念一菩提。广种菩提心，洒遍天下间。无我而利他，功德自然来。自利而利己，功德漏光光。”请问这是菩萨的开示吗？

答：前面几句像菩萨的话，后面漏光光是他自己想出来的。

【现实案例】误把自己八识田中的意识当做菩萨开示

佛子天地游记 卢台长开示解答来信疑惑（三百七十六）

[点击阅读](#)

斗战胜佛：“传你至天界是有一些法务。对于网络现在一直转发分享的《千年红尘录，六道轮回史》，可知绝大部分是不如理不如法。其中红尘录8，里面是讲述有关一位佛子轮回为皇子、将军、妃子乃至三国朝代的事情。这些都是错误的分享。这里面绝大部分记忆都是佛子自身在娑婆国土所看过的影视、小说及其它乱七八糟的影像。每当这位佛子在佛前忏悔自身业障时，护法天神及佛菩萨会调动佛子阿赖耶识查看，然后托梦告知佛子自身的业障偏重于五戒哪一方面。显然这位佛子看太多有关邪淫的言情小说及影视了。

台长答：看了太多的邪淫的言情小说之后，看进去了，就会进入八识田中。你看，这个事情菩萨已经替我们回答了。他们再这样的话，就造下地狱的业了。**末法时期管得很严，自己脑子里想象出来的东西，以为是菩萨和他讲的。一会儿说自己是谁，一会儿说自己是谁，这些都是不如理不如法的事情。**

【6.2 段原文】

有时候我们不一定搞得清楚，意识当中有个意念出来，不知道它是对的、错的，意识的整体概念我们不知道。但要记住，不要太相信自己想出来的意识，如果太相信自己想出来的意识，那叫执著。不能执著，因为对自己的意识，你不能理解它的整体概念，所以不要

太相信自己的意识。比方说，“我就要改这个脾气、我这个毛病、我这个习惯，我要把它改掉”，不要太相信自己，有的时候好的毛病改掉了，“以后再也不要帮助别人了，越帮越忙，你看我帮助别人……”是帮助的方法不对，并不是这件事情的主体意识不对，你没把人家帮好，你的主体意识是对的，只是你不会用方法。很多人去救人，把人家救得跳起来了。你们有时候去帮人家，为什么把人家讲得哭起来了？我为什么能够救人把人家救得笑起来？人家听我弘法都是开心得不得了。

【6.2 段延伸】盲人摸象的道理

摘自【真正了解佛法，成为人间菩萨】卢台长讲述于观音堂 20101231

[点击阅读](#)

要记住我们学佛学法，要把自己融入佛海里，想想看，这个大海不就归你了吗？否则你只是蜻蜓点水，点到为止，还以为自己吃的饱饱的呢。佛法太深奥了，你只学到的是一点点皮毛而已。有一句话叫瞎子摸象，瞎子从来没有看到过象，一个瞎子跑过去摸这个象，摸到象的鼻子，然后说，像是一条长的。另一个摸到象的肚子，然后说：不对，象是圆的软软的，像皮球一样。你们想想看他们所想象的只不过是接触佛法的一点点，而不能宏观的去看问题，用现在话讲叫做宏观，就是全面的来看这个事物，学佛学法要全面的来看事物，而不是片面的。

摘自：2016 年 4 月 23 日新加坡开示

[点击阅读/收听](#)

释迦牟尼佛观察宇宙就像一个视力正常的人观察大象一样，而科学的方法则是一群盲人在摸象，他们的研究成果绝不是能够显现和描绘出大象的全部和真实性。**佛陀教我们要“但求本，不愁末”**。佛陀方便说法四十九年，长说短说、巧说妙说，并非是想告诉我们大象的鼻子有多长、尾巴有多长这类技术的问题，**而是想让我们这群盲人睁开眼睛来看看这个世界而已。**

【6.2 段延伸】心不一样 看问题的结果就不一样

卢台长开示解答来信疑惑（二百零四）

[点击阅读](#)

问：“眼前所见，耳所听闻，真亦非真，假亦非假，色心二法，唯心所造”，这是之前弟子在念经时听到的，感觉是护法菩萨的开示。请问“色心二法，唯心所造”什么意思，可以详细的举例说明吗？

答：色和心要分开的，色是有色世界，心就是内心世界。色就是看到人间一切有为法无为法，色就是有色世界，色界；心就是心法，内心的修心；唯心所造，一件事情就算是这样，但是你心中没有承认，就不一定是你所认为的那样。比方说，我前面有一朵花，你们说好看，我认为不好看，我的心中就没有认为它好看，唯心所造。大家都说不好看，我说很好看，我的心就认为花好看。心法，心已经造作了，通过感觉已经承认它了。这朵花是色界的一个物品而已，这个物品得到你的心承认，在你心中才是一朵花，你心中认为是垃

圾，它就是垃圾。世界上的事情，你做的再好，人家可以骂你垃圾；你做的再不好，人家可以说你是英雄。每个人的心不一样，看问题的结果不一样，这就是唯心所造，就是心法。

【6.2 段延伸】

摘自：解答来信疑惑：一百九十八

[点击阅读](#)

问：师父开示过，如果你不想轮回，就要把自己身上很难解脱的眼耳鼻舌身意，让它慢慢解脱你的意识，把它去掉。以下是弟子的理解，请开示是否正确：怎样把很难解脱的眼耳鼻舌身意脱离我们的意识？这里是一个转化，将我们眼睛看到、耳朵听到、六根接触的外尘，用本性意识、空性意识去转化，看到的不一定是真的，因为世间一切物象都是因缘所生所灭的，都是空性的、幻灭的、无常的，用这样一个意识来转化，就会慢慢的脱离。

答：他讲的转换非常好，不是真的把眼耳鼻舌身意都弄没了，而且因为虚幻的东西只要进入眼帘进入耳朵，就可以转换为虚空虚无的东西，就不会执著于这些东西。

【6.2 段开示】第八意识也是有生灭的，只有本性如如不动

解答来信疑惑：一百九十二

[点击阅读](#)

问：师父开示意识也是假的，佛陀教我们观察识蕴的生灭，我想问六识、七识、八识都是意识，这个八识是否也是生灭无常的？

答：八识田中的意识也是有生有灭的，只有本性是如如不动不生不灭的，第八意识是第六、第七意识的再现，可以在第八意识存在很长时间，但是不会永远存在。比方说，上辈子被人淹死，这辈子看到水会很害怕，而且很恨那个害你的人。你自己有两种方法，一种是修心把这种意识慢慢修掉了，还有一种是报仇报掉了（你让他受报，让他也死了），然后你一直做善事，不再造新的恶因，时间长了，恶的意识在第八意识就去掉了，怎么会一直存在呢？

【拓展开示】不要把学佛度人变得太复杂

澳大利亚 ~ 墨尔本 世界佛友见面会 06-12-2019

答：其实学佛很简单，诚心诚意地拜佛，广结善缘，然后礼佛忏悔。实际上人不要觉得学佛是一个什么什么，就是一种低调，就是一种忏悔，就是一种反思。就像禅坐、禅定一样，他有智慧，他让自己变得越来越沉静，变得越来越有智慧，这个人就是在修行。“哎呀，菩萨啊，我想起了过去，我多不好啊，我要怎么样啊”，没用的。很冷静，很低调，很安静地活着，平安就是福，好好地忏悔过去，拥有更好的智慧，让自己一世修成，学会更低调。不要“我怎么样，我怎么样”，到处去讲，到处去弄。我告诉你，其实度人都有方法。有个人就是到处去讲，度嘛没度到几个人；有的人一个个都在度，很多佛友都在默默地度人，他不知道度了多少，他从来不讲的，这就叫智慧。

【结束语】师父出关感悟

Wenda20200607 51:09

问：师父，这次您出关之后有什么样的感悟吗？

答：要放下红尘更多的事情，慢慢地要远离红尘。除了弘扬佛法，其他的事情要少管，而且要慢慢地沉淀自己。你要带着大家一起弘法的话，要给大家树个榜样，要学会沉淀，不要为人间的名闻利养，什么都要放下。这个是更好能够成全自己佛道的一个最基本点，明白了吗？（明白了，谢谢师父的慈悲开示）