2026-04-11 佛法开示 - 定嚴法師 - 欣然分享功德 - 佛說佛母寶德藏般若波羅蜜經

很开心可以回来这里跟大家一起共聚，再用法语给开始。 我们今天将继续这个佛说佛母宝的藏玻尔波罗密经，英文是Store of Precious Virtue Discourse,Practice of the Highest Understanding。 第九段，他在讲菩萨，他深入地观察他的五蕴，就是色受想行识，并清楚地看到五蕴的本质，就是空性的。 当菩萨真正理解到五蕴是空性的时候，那时候他的修习就不会再有拘离形象。 我们读完这部经文之后，我们会进入三法印经，然后也会重复讲到五象，五蕴是空性的。 当一个菩萨不被相而拘束的时候，他的修习就叫做相。 当他又需要修习的话，那就不是最高耸的理解智能。 其实并没有任何修习，或者任何事象可以被称为定五象和涅槃。 所以这一段第一句，讲到五蕴是空性的。 当一个菩萨看到五蕴是空性的时候，他的修习就已经可以叫做五象了，他是不被任何种象拘束，局限。 所以我们就可以在这里看到这个教义，就好像42章经句里面也有讲到一句非常出名的一句话，我法修无修修。 我法是修无修修，就是无所修的修行，不需要再修了。 所以佛陀的弟子，他告诉他的弟子们说我的修习，佛陀告诉他的弟子说我的修习是我法修无修修，就是不用再修的修习。 所以这里所谓的无修修的意思就是，他的这个修习不再是有一个形象而叫做修习，比如必须要行禅，必须要做禅才叫修行，他不用再有一个象给你看。 如果还有一个象要给你看，叫做修行的话，比如说必须要去行禅才叫修行的话，那并不是最高重的理解跟修行。 所以比如你说，你在街上行禅，但其他人都不知道你在修行，那就是最高的修行了，因为没有人知道你在修着。 可是如果你还认为你是在修行，你并非常地抓紧这个修行的象，那你并不是最高重的修行了。 所以在这下一段，因为他不被象所拘束，所以他的修行叫做无象之修，这就是需要有定力在那里，这定力就在定在这个无象之修，他没有一个象给人看，但他内在就有这个定力所在。 当你这样修的话，如果我们在修我们告诉他人说我在修行，那你还没有真正挣到最高的这份理解智能，这还不叫做无象之修，如果你还告诉他人你需要修行。 所以真正的修行，最高重的修行，是没有拘束，没有被任何的象所拘束，这就是无我。 当开始修的时候，我们还是要有这个我，有一个象，佛陀教我们是无我之修，就是修行放下这个所谓个人的一个我，并真正理解这个最深的意义，这个无我的意义，教义。 当你可以修到无我的时候，可是如果你只去无我的时候，你还是从一端被拘束，被束缚，另一端又被另束缚，被无我和我所束缚，你还是被两端束缚。 所以当你只是从一个极端到了另一个极端，所以要放下这所谓的我和无我，是非常不容易的。 你可能在行禅，可是你在想其他事情，然后在这个生团里面，没有人把你带回到这个修行道上。 有时候我们需要人家来提醒我们，叫做Mindfulness Observer, 就是有

一个正念的提醒者，正念提醒我们，提醒我们怎样修行正念的人，警察员，救察员，正念救察员。 这个正念救察员，他是负责整个生团的修行正念的力量，的水准，品质。 这个救察员可以去提醒每个人，小心，如果你在做这件事要正念，这样子的提醒大家，你可能会认为，我在修啊，我已经在修了，我在修无所，无修，魔法修无修修，我在修着无相之修呀，其实要这样的修法，更困难，困难比起说，你有执取这个有相之修的人，你这样子无相之修，其实是更困难的，更高难度的，你可能可以把这个痛苦，来做一个标准来看，衡量自己的修行程度，你来看看说，现在我是执取这个无相之修这个文本吗？还是我真的在修？我是在执取这个相吗？还是在执取这个无相？如果我们看到，我们在修行，真的是带来整个生团喜悦，和乐，和平，和谐的话，可是如果我的修行，其实是带给整个生团更多困难，痛苦，挑战的话，那你的修行就不正确了，所以你可以用这个痛苦来做这个标准，还有这个相继来做考量，考察，考核自己的修行程度，是不是真的在修，还是被执取？我现在在讲这个故事，讲我的兄弟和我的母亲，我讲这个故事，是来用以爱来讲，而不是来贬低我的兄弟，有一天，我们的师父一行禅师，在共用午餐的时候，他不在当场，我们的佛台常常会有一瓶花，然后有一盘的水果，在泰国的，我们通常都会把这些水果，花都摆放得很好看，装饰得很好，布置得很好，然后我们有这个法师，吃完午餐过后，他直接走到佛台，把一个水果拿起来就吃了，对于我们修行者来说，我们认为说，这样子的摆放的供品，是供养佛陀的，我们是非常恭敬佛陀，才把这些供品，水果，花，摆放在供养佛陀，可是他很大方，好像毫无顾忌地，就走到佛台，把水果拿着就吃了，所以好像对佛陀一点公敬都没有，可是这个法师，他这么做，其实他是想要证明说，他是不执着于任何像，我在修无修修呢，可是很不幸的，当他这么做了以后，一个小男孩，也学他，模仿他，去拿佛台的水果来吃，摆放在佛台上的水果，那个法师，很自然的就跟这个小男孩说，不，你不可以这么做，然后全场的僧团都笑了，你就可以看到说，有时候我们要修行这个无相，要告诉人家说，我不执着于任何像，但是这只是我们头脑上，意识上的这种理解而已，而不是真正的修，从内心发出来修的，只是从头脑意识上，我再修这个想法而已，我们以为我们已经完全理解佛陀所教的，真正要看，真正修正，修对的人，他是把所有痛苦都修，化解了，他不再执取，可是如果一旦还有痛苦的话，这所谓无相之修，只是叫做一种执取，对文本上的执取，对这个语言，这个名相，名词上的执取，观念的执取而已，并不是真正的修，所以我们又会想，我们以为我们已经非常理解这个佛法的教义了，可是真正起修的人，实修的人，把这个教义实修的人，在日常生活中，他不再是一个观念，概念，他是我们的生命，我们在日常生活中，就可以看到他的结果，那就是真正有修跟无修的不同了。 我记得，老师还在这里的时候，我们有一个想法，这个人修习的不好，这个人修习的不够，我们就会看到，我们

看到我们修习，那个人不修习，那个人修习的不够，修习的方式不对，我们想找到一个方法，我记得，有一种评判，我修习，别人没有修习，修习的不够，那我记得，老师不赞同，讨论，或者争论，或者这种想法，特别是，特别是我们觉得别人修习的不够好的时候，他不能够接受传灯，他不能够成为出家人，我记得那个时候，我还没有看到老师，非常深刻的，我的一个意图，如果有一种概念，有一种排斥的想法，或者是否要接纳的想法，才是会立刻看到，他会说，我的孩子们在做什么，你在想什么，你们在想的是包容还是排斥，同样的想法，但是同样的一个建议，你后面的动机不一样，就会有一种能量，这种能量是包容的还是排斥的，哪怕我们说我们很爱这个人，但是我们加了一些想法，关于这个人的，这些话并没有揭露出真相，他没有能量，这就是为什么，一旦我们有自己在练习，别人练习的不好的想法，那么我们就会陷入一种形式，我们有一种执着，经过很多年的练习，老师非常的敏感，老师非常敏感，这就是为什么在梅村，老师优先级放在简化，关于定，关于正念的概念，有的时候我们需要有一定的形式，来保存这个能量，正念的能量，定的能量，来维持形式，保持平衡是不容易的，这就是为什么，我们再来看一段，好的主人好，好的朋友是非常重要的，我们等一下会看到这里，在第一段，我们讨论了珠宝经，提到什么传灯，也提到这个经典，这部经和刚才提到的那部经，都提醒我们注意相继，什么老师不是一个老师，所以他是一个真正的老师，如果我看到了自己是老师，你不是老师，那么立刻就会有一个概念比较，接下来的经文说到，他如果可以练习沉默的觉醒，那么过去所有的佛陀都将给他力量，他知道真实的起因和条件，那么就没有苦难和幸福可以接触他，若行于法不可得行法，提到了涅槃的概念是超越形式的，有这样的一个沉寂的寂静的觉醒的人，完全的理解，一旦我们明白，知道因果，我们就不会再生苦乐，我们就会在心经中有同样的教导，在心经中有短的句子，在梅村我们唱颂，在越南和中文的经典中，我们不会去唱观，去深入的观察，观自在，观察这个人完全的自在，因为他们深入观察，完全理解的能力，在心经中的观世音菩萨，可以深入观察实相，超越五蕴，可以超越所有的痛苦，深入观察，并且明白，身口色受想形式是空的，是由许多因缘合而成的，是由所有元素组成的，是由非这些元素来组成的，由整个宇宙构成了这个身体，当你意识到这一点，他就不会被喜悦和痛苦所接触的，在那个叫什么珠宝经，看到事情的所有的起源的，看到了香气，看到了因缘，看到了无我无相，这个人就可以理解佛陀，他就不会被痛苦和喜悦所干扰，在这里我们说的痛苦和喜悦，是指日常生活的痛苦和喜悦，他们是相反的一对概念，痛苦和喜悦，就像爱和恨，我不知道你们有没有注意到，在日常生活中，我们会从一个极端到另一个极端，我们有时候很爱一个人，全心全意的爱一个人，我们爱他们，我们爱他们多过爱自己，但是有些事情发生了，我们就恨他们，恨同一个人，我们有多爱他们，我们就有多恨他们，这

样的爱和恨，是日常生活的爱恨，我们称之为，在佛经中叫做Mande, 就是上上下下的，祈福的，但我们说到的真爱，是没有这样的祈福的，当有人真的爱你，真爱你，你会觉得非常的安全，因为不管你做什么，这个人不会由爱生恨，这个人不会恨你，因为这个爱是真正的爱，喜悦也是如此，当这个喜悦来自于，有一种形式，是身体的，那它就是空的，那这样的喜悦也会，起起伏伏走开，这样的喜悦也会变成，烦恼痛苦和，但是当我们休息，比如说禅修，它会提供给我们喜悦，当我们有练习，我们感觉到，有一些是从休息当中来的，这样的感受，是更加深刻的喜悦，这样一种感受的觉察，我们可以通过练习来创造，这是基于或者基于练习的，哪怕这样的喜悦没有了，我们也可以通过练习来恢复，多多少少休息的越多，要长时间的休息，人们可以创造，更容易创造，我们不是那个悠悠球上上下下，我们没有感受过，我们因为外界其他人，不是这种升官菩萨，菩萨不再受到这种上上下下起伏的痛苦，喜悦，干扰，但是当然因为他已经完全的自在解脱，他必须有清安，有这样穿越了二月的二元对立的观点。 那么下一段，可能我们需要加紧一点时间来讨论以下的几个集诵。 菩萨在修行的时候是没有对劲的，从《心经》里边也讲到了这一点，就是我们在修行的时候，要有修行的形式，这才是最高的修行，这就是我刚才已经讲过的，没有对劲的修行，这样就不会有抓取，我们在上边曾经讲到，有这么一个趋势，就是我们的智力会去追寻这种所谓的不修行形式的想法。 当我们在修习这种没有修行方式的修行，那实际上我们又陷入了一个二元对立的状态。 当我们在翻译这一段时候，我们采用了一个词，就是菩萨如是所行行，了知方便无所求。 我们没有办法用有和无来解释所有的实相，因此，无论是有还是无都无法来解释实相。 那么，我们仍然需要有这么一个有和无的概念，因为这个有和无不是一成不变的。 你记得吗？我们在幼儿园的时候，我们都经历过，我们可能在某一天，在幼儿园里边跟某一个人是好朋友，另外一天又跟另外一个人又是好朋友。 那么，第二天，我们又可能不喜欢这个人了，其实成年人也一样，因此这个所谓爱和恨，它们都是非常的无常，所以它并不是实相。 因此，能够理解这一点，菩萨是从这个形式或者是明相里边已经解脱出来了。 菩萨已经是了知五蕴皆空，因此要选择就是这种能够对佛法有最高了解的修行方式。 在过去，在古印度，你会在一个广场里看到一些魔术师，他们会变魔法。 如果是魔法表演，肯定是不真实的。 如果看到魔术师把某一个人的头给砍断了，实际上那不是真的砍断了。 大家有没有听过这么一个故事？去年我曾经跟大家讲过一个故事。 我有好多侄儿和侄女他们来梅村的时候，有一天我听到有一个人说，哦，在孟买有一个关于德行的博物馆，你一定要去看一下。 当然他当时没有用这个词，用德行的博物馆，就是你到了博物馆以后，然后你又带了这么一个镜子，这个镜子能够看到一个虚拟现实。 那么有四个不同的进程，你可以戴上镜子，然后选择去世界不同的地方，我选择去埃及，所以我就把这个眼镜戴

上，然后我能够，好像去了埃及，我看到了金字塔，我看到了很多的寺院，我知道这不是真实的，我知道这是个幻象，但是我听到有一些声音，那么我还能看到很多的幻象，然后我当时觉得我好像要弯下腰来，才能够进入到一个隧道，我感到，那么我突然间就把这个眼镜就把它拿掉，我才发现我实际上在一个房间里，那个房间里空无，啥都没有，但是有很多人戴着眼镜到处走来走去，我们在那个房间里面一来一去，那么我就把这个眼镜又放回去，当我放回去的时候，我又感受到我进入到一个寺院，那么在结束的时候，大概40分钟之后，我们离开了那个房间，但是呢，这40分钟里面呢，我觉得很累，因为在这些经历里面，我看到了我的所有的感官，我的眼睛，耳朵，都有各种各样的感受，这些感受非常的强烈，我知道，我从内心里面知道，这不是真实的，但是我还是没有办法抗拒，还是没有办法抗拒这种感受，真实的感受，那么我突然间明白，就是即使当我们知道这不是真实的，但是我们身体里面的这些感官，会受到这么深刻的刺激，那么我唯一能够摆脱这种感受，就是把这眼镜给摘了，改变一个环境，我才能够摆脱出来，因为我的内心没有办法强大到 能够抗拒这种感受，当我现在回想起那个经历的时候，当我们回顾到我们小时候，年轻的时候，那个时候所发生的事情，我不是在谈，不是在讲那个有痛苦的经历，而只是讲一个小时候，一个很普通的经历，当我们回顾小时候的那些时刻，时光，我们似乎好像小时候的那些时光，回来的就像电影一样，我们常常在家里，我跟我的兄弟姐妹在一起的时候，我们在回顾我们在越南的时光，我们会说，哦，所有过去的这些时光就像电影一样，我们回想这些的时候，在一块笑，笑得很厉害，当我们回想小时候这些事情，那个时候我们受了很多苦，所以我曾经讲过一个故事，就是有很多小孩在玩的时候，你记得吗？我曾经跟你讲过，就是这些孩子在玩耍的时候，这些孩子也很有组织，很有纪律，我有点忘了他们当时在做什么，而有一个小孩站在屋顶上，看着一群另外一群小孩在大地上玩，那么他们在玩耍的时候就必须有一个规则，这个规则就是说你的衣服上要有扣子，那么其中一个小孩子衣服上没有扣子，这个小女孩没有扣子，所以她当时没法参加其他小孩一块玩，所以她就哭得很厉害，所以你能够看出来这些小孩正在玩，玩得很开心，但是另外小孩因为无法加入，所以她很痛苦，其实我们就跟这些孩子是一样，在我们日常生活中我们也一样，我们有可能会就像这个小女孩一样，会遭受很多的痛苦，就是因为她的衣服上没有扣子，她没法参加。 当我去博物馆那个展览房里，戴着那个眼罩的房间，看这个四维度的空间，去参观这个埃及这个地方的时候，我不断地提醒自己说，这不是真的，可是那个当下就好像观世音菩萨，观自在菩萨深入观照五蕴，我们的色受想形式都是空性的，都是虚幻的，就好像把那个眼罩取出来一样，看到真实的实相，看到说埃及是假的，是虚幻的，看到五蕴是假的。 所以我们是讲到第几段呢？先是讲到那一段说菩萨若知诸幻化，色受想形式亦然，她知道所有的五蕴

就好像魔术一样，幻化的，虚幻的，当她不再执取任何相的时候，这就是最上的般若心，她不再执取任何相的修习，这就是所谓最上的般若心，也就是说她完全不被任何的文本，被任何的相所执取，所束缚。 如果她有善知识，老师指引着，她听到这部经文的时候，她不会有任何的恐惧，可是如果她身边都是没有善友，没有老师的话，她就像一个坏了有洞的圣水之气，并不坚固。 我们是被环境所塑造，如果我们能够听到那些恶有恶知识，把我们引到错误的知道，修行之道，错误的修行之道，就好像一个没有被烧好的器皿。 有时候我们有一些观念，但这个观念可能并不符合，只是一个概念。 当这些想法并不是正思维的时候，我们通常有那个倾向，我本身就会倾向于直接接近那个人，那个人跟我很接近，我们理解，彼此理解，他的想法跟我很亲近，那时候我通常都会，我们两个聊起来的时候就很能够有共鸣，可是当另一个法师，如果他的想法跟我不是很接近的话，我就不会跟这个人亲近，跟他分享我所有的想法等等，我可能会去找另一个人，跟我的想法比较亲近，接近的，他只要说我赞同你，那其实并不是一个善知识，他可能只是在支持我的错误的思维，我的邪见而已，一个真正的善友，一个真正的善知识，他会直接指出我的错误，告诉我说，不对，你应该这样子想，因为你的想法，并不是往向理解这个慈悲，相济，缘起的这个方向，所以真正的善知识，善友，他普遍上，大多数时候，在面对面的时候，我们都不想去亲近他们，因为他们未必给你肯定，他未必赞同你的想法，所以我们的师父已经禅师说，我们所有的修行，如果我们只是希望得到肯定，得到赞同，希望人家可以赞同我们的想法，我们的概念，可是这些想法概念可能就是错知见，错误的想法，错思维，所以有时候，我们有一些想法，最好就是直接修正念的呼吸，正念的行禅，然后回归正念的这些修习，而不断的往外去寻找，去分享我们的想法等等，我们可能会认为，跟人家分享这些想法，可以让我们从苦痛中解脱，可是有时候却会找到不善友，而去肯定我们这些错误的想法，可是也有时候，大多数时候，我们有一些好朋友，可能并不赞同我们，有时候我们可以认为，我们其实也挺幸运的，有不赞同我们的人，不肯定我们的，不给我们肯定的人，我们应该很高兴身边有这些人，所以当有善友支持的人，他们听到这部经，不会有任何的恐惧，因为这里在告诉我们，我们的倾向，我们的习气，都希望相信，有被相信，或者是我们这些想法，信仰被挑战的时候，我们可能会生起恐惧，可是如果跟这些恶姿势，恶友走在错误之道的时候，我们就像一个没有被燃烧过的池泥，池气，但一个气泥没有被燃烧，没有被，我们把水装在这个圣气里面的时候，这些水会自然的流出来，它从洞口中流出来，然后没有，因为它充满了洞，没有真正被燃烧过，不稳固的一个气泥，可是如果有被燃烧很好的气泥，它就可以装水圣水，而不会漏出来，当我们真正去修，根据这部经文去修的话，我们就会像一个被燃烧过的气泥，被很好燃烧过的话，我们所修的一切将会装得很好，不会漏出来，可是一

个没有被燃烧好的气泥，它就没有办法装好这一切，所修的一切，正念力，你所修的一切都没有办法装好，真正的保持，维持着，所以真净静，耐心，真正的般若心，理解，没有深入的这份理解，不管你修些什么，你想要修正念，耐心，理解，都不会保持着，没有办法维持着，因为我们只是只取这些文本，只取这些像，修行的像，而真正修行的结果是空，没有任何的结果，没有任何的收益，比如，我把一份礼物送给一个法师，我记得我做了这件事，我认为他应该也对我很好，然后我要求他帮我的话，我希望他一定赞同说，可是如果他忙碌，他不能说，不能帮忙的话，那我给他的礼物，就好像没有利益，没有任何的回馈，可是相反的，我把一份礼物送给他，我不会一直告诉我自己说，他收了我的礼物，如果我不只取，我已经送出了这份礼物给他，这个概念，如果我没有看到有一个我，来送这个礼物的话，那我内在的自由是非常巨大的，我不会有任何的愤怒，不会有任何的期待，这样我内心的幸福将会非常的强大，我就不会再制造有任何的期待，失望，直取，等等一切，所以说，真正静静的修行的时候，修行这个正念，修习的时候，我们内在自然的就有这份慷慨，这份理解，这份耐心，而且有很好的修行结果，所以真正要很好的修行结果，就是不只取，在这里，在这部经里面，所以没有只取的话，你就像一个灵气，被很好燃烧的一个灵气，我们为谁把我们叫做菩萨，他不再被感官的欲望控制，他已经完全的觉醒，你知道在原始佛教中，也有菩萨这个词，指的是佛陀成佛之前，佛陀花了很多生残修冥想自己在地狱中的时候，他曾经是动物，海龟，后来他成了菩萨，也有他释迦摩尼菩萨在他之间，他们都有很大的心悦，然后每个人都是菩萨，在这里，这里的两段经文，菩萨已经提到了八次菩萨，摩科萨，摩科萨是指他没有执着，不执着于形式，如果我们接受了五项正念修习，这些修习中提到，当我们接受五项修习，我们已经走在了菩萨的道路上，这里在解释摩科萨的经文中，我们想要这种觉醒，我们可以问自己，我是一个菩萨吗？这里的菩萨是指什么？是指他原来的意思，我很抱歉，这个翻译并不是总是这么的准确，我想说，不再陷入感官的欲望，不再执着动作欲望，是这样的一个意思，他是由没有欲望而是有完全的觉醒，师父说，离种种像法文的翻译有少许出入，对，他完全的觉醒并不执着于觉醒，当然我们修习的时候，我们希望自己更少的欲望，更深入的觉察，观察欲望，我们不再执着于行动，另一方面，我们也不执着于形式想法，对于觉醒的想法，成为一个菩萨，哦，还有六分钟，所以有人有任何问题吗？我们还有六分钟，有一些非常急切要回答的问题，如果没有问题的话，那意味着每个人现在都很清楚了，你要记得，当我读，读到，当他明白了所有这些东西，集合，我立刻想到了阿难尊者，佛陀教他的因缘，佛陀问阿难尊者，你明白吗？佛陀说，我明白啊，阿难尊者说，我明白，佛陀说，你不要这样讲，这样的教导是非常深刻的，不要觉得自己都明白了，因为这样的教导非常非常的深刻，非常的需要很多年的休息，才可

以真正的明白，佛陀说，我明白第一，我们一开始是用智力和头脑去理解，因为在这个故事之前，我以为我明白了，但是一旦我们以为自己明白了，这是非常危险的，我们以为自己知道了，明白了，我们就失去了好奇心，去学习，去了解，在我们的道路上进一步前进，我已经满足了，对于我所听到的，就这样吧，我满足了，我就去看一些别的东西去学，于是我就从一个教导去另一个教导，我只是喜欢知识层面上的佛教，我不要去休息，但是当我去看老师，看我们的僧团，他很清楚地看到我们有多少的痛苦，我们有多少的幸福喜悦，他也看到还有一些冲突和痛苦烦恼，他就意识到我们没有真正的去练习这些教导，只是在智力层面上理解，我们可能，这就是为什么他重复重复重复，他会告诉我们要练习正念呼吸，正念步行，回到自己，这个东尼斯班娜有一个问题，我们还有一分钟，所以这个问题是，那个好像是说团体中的一员，我们跟别人有什么区别，这个这是一个很好的问题，所以佛陀提醒比丘比丘尼，我们是出家人，当我们记得这一点的时候，我们就是相继共修团体，我们练习的目的，并不是提醒我们，我们是，练习的目的并不是为了提醒我们自己是僧人，这些戒律是我要去练习的，并不是让我区别自己跟别人，我是一个出家人，我是一个相继共修团的成员，还是回到自己，回到练习，然后剃头的形式，或者我们的僧传僧服，表明我们是出家人，由僧传僧提醒我们记得自己的誓言，把自己承诺到回到呼吸，呼吸的诺言，提醒自己回到自己，并不是用来提醒说我们不一样，是用来区别我们不同，这样的提醒是，提醒它可以是一种区别，但是它也是一种提醒，它自己，我们就很安全。