

佛眼看世界

——《佛说稻秆经》详解

慈诚罗珠堪布 著

佛眼看世界

——《佛说稻秆经》详解

慈诚罗珠堪布 著



序言

PREFACE

《佛说稻秆经》宣说了佛教中非常重要的两个思想：第一，佛教的世界观——外在的因和缘；第二，佛教的人生观——内在的十二缘起。

全世界绝大多数的宗教认为，有一个万能神或造物主在主宰这个世界。唯有佛教独树一帜，认为从来就没有什么造物主或万能神，这个世界不是由鬼神的力量在掌控，无论外在的宇宙世界还是内在的有情众生，都有各自的因缘。因为有了因和缘，就有了内外一切的萌芽、衍生、兴旺和衰落。

因缘的趋向有一定的规律，这叫做自然规律。所有众生的命运，都与鬼神没有任何瓜葛，而是受控于这个自然规律。有什么样的因缘，就会有什么样的果。

绝大多数因缘规律是看得见、摸得着的，但也有一部分例外。不仅是自然规律，很多事物都是如此。比如，人类肉眼可见的物质加起来，还不到全部物质的5%，剩下超过95%的物质，都是不可见的暗物质、暗能量。因此，感官能否感知不能说明任何问题。看不见不等于不存在，看见的也不一定实际存在。

世人都很相信感官，但当深入细致观察时却会发现，感官的可信度很低。早在2500多年前，佛经里就已经很清楚地说明了。可是，那时除了佛经以外，并没有太多参考资料，也没有实际的证据，所以人们很难相信。但现在，这些道理已经被科学所证明，所以相对于古人而言，现代人更容易接受佛经所讲的道理。

佛经中对外在物质世界的描述着墨较少，这是因为大自然的形成等问题对我们来说并不是最重要的。佛经中的许多内容与人生及生命有关，都是值得所有人关注的问题，包括生命的起源、命运苦乐兴衰的规律、生老病死的真相等。

而在这些经典当中，《佛说稻秆经》对这些问题阐释得尤为清楚。学了外缘起，可以建立比较客观、符合事实的世界观；学了内缘起，可以树立正确的人生观，知道自己从何而来、将来去往何处，也能明白所谓的“我”到底是什么。

本书如同一幅波澜壮阔的画卷，为我们细致地展示了宏观世界和微观世界乃至超微观世界的奥秘。当我们拥有佛法的智慧，再去看看这个世界和自己人生，一定会发现一个崭新的、广阔的天地！

目录

CONTENTS

第一章 概述	03
一、开篇	04
二、事物发展的共同规律——缘起	07
三、止息轮回的根本原理——缘灭	11
四、因缘法则是自然规律	12
第二章 佛教的世界观	23
一、外因缘法之因相应与缘相应	24
二、破斥几种常见错误见解	30
三、外因缘法的五种规律	41
四、外因缘法的修法	50

第三章 佛教的人生观 **61**

- 一、内因缘法之因相应与缘相应 62
- 二、无我的真相 74
- 三、细说十二缘起 79
- 四、生命的“缘起性空” 116
- 五、内因缘法的五种规律 143
- 六、通达十二缘起的结果 148
- 七、十二缘起的修法 158

第四章 学习《佛说稻秆经》的收获 **171**

- 一、认识到物质不灭、生命永恒 171
- 二、明白所谓的“我”并不存在 174
- 三、缘起学说对现实生活的影响 175



TUNTO



FINO



第一章

概述

《佛说稻秆经》是一部重要的佛教经典，虽然篇幅不长，但所有大、小乘乃至密乘在内的佛教宗派，都十分重视此经。它的内涵丰富又简明扼要，其核心要义即“缘起性空”。缘起，是从世俗的角度讲，万事万物的诞生都有其各自的因缘，任何事物都不会无因无缘地出现；性空，则是指在胜义谛角度，即深入观察的情况下，那些看似非常符合自然法则且极有规律的事物，本质上并不存在，所有因缘都是我们感官的错觉。

在释迦牟尼佛生活的那个年代，世界上已存在着各种各样宗教，但除了佛教以外，其他宗教无一能够如此完整、透彻地阐释缘起学说。可以说，“缘起性空”是佛教独有的思想。宗喀巴大师撰著的《缘起赞》，就是通过赞扬缘起，从而赞叹佛陀的智慧与功德。

学习这部经典，可以让我们了解佛教的世界观、人生观，以一个更为宏大、开阔的视角看待这个世界和自己的人生，是非常有意义的。

一、开篇

如是我闻

即“我是这样听到的”。

释迦牟尼佛在世时，印度的文字并不像现在那么普及，当时的佛经基本上还没有形成文字。佛陀圆寂以后，他的弟子们才根据各自的记忆，将佛陀的教法原封不动地记录下来。

当时佛陀开许，将来佛经形成文字后，前面要加上“如是我闻”。佛经中间，通常会记录一些问答者的描述，如舍利子怎么问，观音菩萨怎么答等等。在佛经的结尾，一般会记载人、天、阿修罗等听众对佛的思想、教法表示赞叹的内容。

一时

即说法的时间。佛经中不会说某年某月某日，一般都用“一时”，意思是“有一次”。

薄伽梵

内容是谁讲的呢？就是“薄伽梵”。

佛教和外道都用“薄伽梵”这个词，一些瑜伽馆起名“薄伽梵音”，多数属于印度教。薄伽梵的梵文是“bhagavat”，在我们平时的念诵仪轨中，也称为“出有坏”，如“出有坏如来正等觉”等等。“出”，是超越了轮回和涅槃二边的意思；“有”，是具有功德的意思；“坏”，是灭除烦恼的意思。

佛教翻译中，“薄伽梵”就是“出有坏”，也即佛的别名。而外道则用该词来表示他们的主或者神。“薄伽梵”原本只有“有”和“坏”之意，藏传佛经的翻译家增加了一个“出”字，以此区别于印度教的神。

住王舍城耆闍崛山

佛在哪里宣讲这部经典呢？“住王舍城耆闍崛山”。王舍城是当时印度六大城市之一，耆闍崛山是附近的一座山。佛住在王舍城的耆闍崛山，也即灵鹫山。释迦牟尼佛第二转法轮的大部分经典，就是在灵鹫山宣讲的。此山的山顶像秃鹫的头，故名灵鹫山。

与大比丘众千二百五十人，及诸菩萨摩訶萨俱。

听众有多少人？“与大比丘众千二百五十人，及诸菩萨摩訶萨俱”。听众有 1250 人。即，迦叶三兄弟的长兄优楼频螺及其眷属 500 人，伽耶迦叶及其眷属 250 人，那提迦叶及其眷属 250 人；舍利子和目犍连等僧众 250 人。

佛经里会将讲法者、讲法地点、讲法时间、听众数量都加以记录。这次的闻法者既有大乘佛教的听众，也有小乘佛教的听众。

尔时具寿舍利子

“具寿”是尊称。这部经是由舍利子发问，弥勒菩萨宣讲的。同样的情形还有《心经》，《心经》也是由舍利子发问，观世音菩萨宣讲的。

佛经里有一部分，是佛陀亲口宣讲的，如《佛说佛母宝德藏般若波罗蜜经》等。而《心经》《佛说稻秆经》等经典，则是由佛陀的弟子讲的，这些经典也被纳入佛经。

为什么弥勒菩萨和观世音菩萨宣讲的经典也被称为佛经呢？因为这是“加持佛经”——观世音菩萨、弥勒菩萨受到佛陀的加持后，藉由加持的力

量而宣说的内容，它们与佛经无别，因而也被纳入佛经当中。

往弥勒菩萨摩诃萨经行之处，到已，共相慰问，俱坐盘陀石上。

这时，舍利子向弥勒菩萨所在之处走去，见面后，两人相互寒暄问候，然后一起坐在磐陀石上开始聊天。

是时具寿舍利子向弥勒菩萨摩诃萨作如是言：“弥勒！今日世尊观见稻芋，告诸比丘作如是说：‘诸比丘！若见因缘，彼即见法；若见于法，即能见佛。’作是语已，默然无言。弥勒！善逝何故作如是说？其事云何？何者因缘？何者是法？何者是佛？云何见因缘即能见法？云何见法即能见佛？”

这时，舍利子问弥勒菩萨：“弥勒啊，今天释迦牟尼佛看见稻秆，就对身边的比丘们说：‘诸比丘，见到因缘，就见到了法；见到法，就见到了佛。’在说了以上两句话以后，佛陀便不再说话了。弥勒啊，为什么释迦牟尼佛这样说？这是什么意思呢？这里讲的因缘是什么？法是什么？佛又指什么？为何世尊说见到因缘就可以见到法，见到法就能够见到佛呢？”

“善逝”与前面讲到的“薄伽梵”意思相同，是佛陀的另一个称谓。

作是语已，弥勒菩萨摩诃萨答具寿舍利子言：“今佛、法王、正遍知告诸比丘‘若见因缘，即能见法；若见于法，即能见佛’者。”

舍利子问毕，弥勒菩萨即答：“释迦牟尼佛今天告诉所有比丘：‘如果见到因缘，就可以见到法；见到法，就能见到佛。’”

“法王”“正遍知”，都是释迦牟尼佛的别称。“正遍知”，表示了达一切、无所不知，具有大神通、大智慧。

接下来，弥勒菩萨开始解答什么是因缘。

二、事物发展的共同规律

——缘起

“此中何者是因缘？言因缘者，此有故彼有，此生故彼生。”

其中的因缘是什么呢？所谓因缘，就是“此有故彼有，此生故彼生”。

除了《佛说稻秆经》以外，后两句话也在诸多大小乘经典中频繁出现，龙树菩萨等诸多圣者在他们的论典里也常常引用。这是佛教中非常重要的两句话，也就是“因缘”或“缘起”的定义。

世界之所以是现在的样子，是因为“此生故彼生”，世界有自己的因缘。同样，穷人之所以贫穷，富人之所以富裕，也是因为“此生故彼生”。包括健康、衰弱等在内，大到宇宙，小到个人生活的所有一切，都是有因有缘的。

所以，当我们遇到困难、障碍时，不要抱怨，因为这一切都是因缘所致。这些因缘中有些与他人有关，有些与自己有关，如果没有因缘，这些问题是不会出现的。

如何理解“此生故彼生”呢？首先要了解佛教对“物质”的定义。与现代词汇中的“物质”含义不同，佛教所指的“物质”范围很广，万事万物都包含在这两个字当中。如果给它一个定义，那就是，凡是能对其他事物起作用的，无论是精神的还是物质的，统统都叫做“物质”。

生活中一切非抽象的、具体的“物质”，都是“此生故彼生”。它的意思是，因为这个“物质”诞生，所以另一个“物质”就诞生了。包括我们的情绪，身体的健康状态，大自然的变化……所有的一切，都是因为有此物，所以产生了他物。

什么叫“此有故彼有”呢？这是针对抽象的事物而言的。比如有左才有右，

有高才有低，有长才有短……左右、高低、长短等等，都是抽象的、相对的，是我们的意识造作出来的概念。而这些概念本身是不存在的，它们也是因缘法。比如，一只手可以叫右手，也可以叫左手，这些称谓是由人们的习惯和语言决定的。如果我们的习惯改变，反过来称呼也未尝不可。

稻种、稻芽之类与主观意识无关的客观事物的诞生，则遵循“此生故彼生”的法则。因为有了种子，所以会生出果。这些客观物质的变化，既不依赖于造物主，也不依赖于鬼神。当然，其变化也并非无因无缘，只是这种因缘与造物主或万能神无关，它只受制于事物本有的自然规律。

自然科学不会否认“种瓜得瓜，种豆得豆”的自然规律，因此，对人类肉眼可见的这部分事物而言，佛教的世界观与自然科学是一致的。从这个角度来讲，佛教就是无神论。佛教不承认有造物主，它认为世界的一切变化、发展，都是由其自身的因缘所决定的。例如，春、夏、秋、冬四季更迭，是由于地球沿轨道运转所致；水的液态、固态、气态的转化，是由于外在温度等条件变化所致。一般而言，只要温度降至0℃以下，水就会变成固体；而当温度升至100℃，水就会变成气体。其他固态物质，也会在各自的熔点上变成液态……这些都是由温度等因缘决定的，并不需要造物主。

不过，对于人类肉眼不可见的、隐蔽的事物，除了以推理方式论证，或用科学实验加以印证以外，佛教研究得更为深入，提到了“缘起”。我们经常念的缘起咒，实际上就包含了这两层意思，即“此有故彼有，此生故彼生”。此处弥勒菩萨对舍利子说：“言因缘者，此有故彼有，此生故彼生。”这就是在讲缘起。

“所谓无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六入，六入缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死、愁叹、苦、忧、恼而得生起；如是唯生纯极大苦之聚。”

十二缘起，是佛教人生观的一部分。佛教讲六道轮回，包括前世今生是

怎样产生的，人类以及一切有情众生是怎样诞生的，等等。相对于达尔文的生物进化论，佛教对此有独到的见解。假设达尔文的生物进化论能够成立，充其量也只能解释生命肉体的部分，而无法解释意识从何而来，向何而去。

佛教的独到见解是十二缘起。十二缘起关系到一个生命流转的整个过程，它包括十二个环节，或者十二个阶段。一种解释是，这十二个阶段涵盖了过去、现在、未来三世；也有一种解释是，这十二个阶段覆盖了前世和今生，而没有包括来世。它解释了我们今生为何为人，我们的意识、世界为何呈现出现在的样子，以及上述问题在前世的“因”是什么。

十二缘起的第一支，是无明。“所谓无明缘行”，行是第二支，因为有了无明，故在无明当中产生了行。“行缘识”，以行作为因缘，进而产生识。“识缘名色”，以识作为因缘，又产生名和色。“名色缘六入”，从名色中产生六入。“六入缘触”，六入中产生触。“触缘受”，由触产生受。“受缘爱”，由受产生爱。“爱缘取”，由爱产生取。“取缘有”，由取产生有。“有缘生”，由有产生生。

然后由“生”产生什么呢？“生缘老死、愁叹、苦、忧、恼”——老、死、愁、叹、苦、忧、恼都是痛苦的不同形式。“而得生起”，意思是前前为因，后后为果，有了前面的因和缘，必然产生后面的果。

再如，花由一粒种子逐渐变成一朵花，一直到它最后凋零，这一过程中也有十二缘起。又比如，地球从诞生到最后爆炸毁灭，其间也会经历十二缘起。当然，这与生命的十二缘起有些差异，但万事万物都有一个演变的过程，这个过程就叫缘起，它是事物内在的变化规律。

“如是唯生纯极大苦之聚”。“纯”，即纯粹。这句话的意思是，轮回中的诸多感受，都纯属于痛苦，包括生老病死在内的各种极大痛苦聚在一起。

那么，痛苦的来源是什么呢？虽然其中有许多因缘，但它的源头就是无明。我们的生命，其实就是在这样一个以无明作为开头，以极大的痛苦作为结局的轮回当中循环。在这个循环中，除了一些来去自如的证悟者，其他众生，无论是人、动物还是天人，无不是从无明中诞生，而后在痛苦中死亡。

诞生的因缘是什么呢？第一是无明，第二是欲望。欲望与前世有关，由于眷恋某个对境，再加上其他诸多因缘，就会投生到此处。这个过程中间有许多环节，也就构成了十二缘起。十二缘起按次第循环，就称为轮回。从无明开始，在痛苦中结束，如此周而复始、辗转不息，轮回就是这样无始无终。

以上简要介绍了缘起。



三、止息轮回的根本原理

——缘灭

“此中无明灭故行灭，行灭故识灭，识灭故名色灭，名色灭故六入灭，六入灭故触灭，触灭故受灭，受灭故爱灭，爱灭故取灭，取灭故有灭，有灭故生灭，生灭故老死、愁叹、苦、忧、恼得灭；如是唯灭纯极大苦之聚。此是世尊所说因缘之法。”

如何才能停止十二因缘的流转，毁灭轮回的循环呢？首先，必须找到它辗转不息的原动力，这个原动力就是无明。因为有了无明，就有了后面的所有支。也就是说，要让轮回停下来，就必须摧毁无明，让轮回失去动力。

用什么来摧毁无明呢？能直接对无明起作用的，就是智慧。除此之外，烧香、拜佛、诵经等外相的行为，都不能直接摧毁无明，最多起到间接的帮助。所以，证悟空性是我们每个人的当务之急，只有证悟空性，轮回才可能停下来。否则，积累再多的功德、福报，至多不过是在轮回中享受一些人天福报。对我们每个人来说，重点就是要证悟，而且一定要争取在这一生中证悟。由于证悟的智慧与无明二者是直接对立的，因此一旦证悟，就会对无明造成重创，令它无法带动后面的因缘产生，这样轮回就会慢慢停下来，乃至最终解脱。

接着，弥勒菩萨告诉舍利子：无明毁灭了，行（即善恶业）就会灭，后面的缘起支也将逐一灭尽。“有灭故生灭”里面的“有”，是指构成三界轮回的业。轮回灭尽以后，就不会继续在轮回中转世投生；于是“生灭故老死、愁叹、苦、忧、恼得灭”，不再投生，也就不再有衰老、死亡、愁、叹、苦、忧、恼；所有一切都灭尽后，就可以从轮回中解脱。“如是唯灭纯极大苦之聚”，这样，纯粹极大的痛苦也会消失殆尽。“此是世尊所说因缘之法”，弥勒菩萨说，这以上就是释迦牟尼佛所讲的因缘法。

四、因缘法则是自然规律

“何者是法？所谓八圣道支：正见、正思惟、正语、正业、正命、正精进、正念、正定。此是八圣道，果及涅槃。世尊所说，名之为法。”

之前讲到，如果能够见到因缘，佛陀说这个人就见到了法。那“何者是法”呢？所谓法，就是八圣道支，也叫八正道。

八圣道，即小乘和大乘的修行人，证悟了小乘的见道和大乘的第一地之后所修的法，具体内容如下：

第一，正见。正确的见解，亦即之前在见道的时候证悟四谛真理的见解。

第二，正思维。又称正志，即以正见作为因，根据四谛的真理进行思维、分别。

第三，正语。按照自己所通达的正见与正分别为众生说法，不说妄语、绮语、恶口、两舌等。

第四，正业。正确的行为，一切行为都符合佛陀的教导，不作杀生、偷盗、邪淫等恶行。

第五，正命。过符合佛陀教导的正当生活。

第六，正方便。又称正精进，依靠正见、正分别、正业、正命四者，毫不懈怠地修行佛法，以达到涅槃的境地。

第七，正念。不忘失所通达的四谛真理。

第八，正定。专心致志地修习禅定，于内心静观四谛真理，以进入清净无漏的境界。

“何者是佛？所谓知一切法者，名之为佛，以彼慧眼及法身能见作菩提、学无学法故。”

什么是佛呢？觉悟了万事万物的本质的人就是佛，佛具备慧眼和法身，通达有学道和无学道的所有法。

“云何见因缘？如佛所说，若能见因缘之法，常、无寿、离寿、如实性、无错谬性、无生、无起、无作、无为、无障碍、无境界、寂静、无畏、无侵夺、不寂静相者是也。”

什么是见因缘呢？佛陀所说的因缘法具有以下这些“相”：

“常”，即永恒。胜义谛中一切事物都是不生不灭的，因此称之为常。

“无寿”“离寿”是驳斥裸形派的观点。有一个外道宗派叫做裸形外道，它比佛教出现得还早，至今在印度仍能看到此外道的修行人。他们提倡不著衣物，修行境界较高的人甚至完全赤裸身体。因为他们认为，身体是轮回的主要因素，必须通过苦行折磨自己的身体，当身体毁掉之后，便可以不再轮回。正是出于这样的原因，外道里面有各种各样的苦行，甚至会用苦行的方式结束自己的生命。

佛教认为，身体不是最主要的轮回之因，如果没有解决根本问题，即便把它毁掉，也会随时诞生新的身体。所以，如果要斩断轮回，就必须找到它真正的原动力。

十二缘起告诉我们，身体是无明和业的产物。有了无明，就有后面的行、识、名色，名色即身体。所以，即使毁掉了身体，前面也还有无明、行、识，如果不把它们解决掉，轮回是停不下来的。因此，佛教不认为苦行能解决问题。若是过一种简单的生活，把大部分时间用来修行，那当然非常好；但若把苦行当成一种修行，刻意而为之，则毫无意义。

裸形外道的另一个观点是**“寿”**。他们认为，包括植物、大自然在内的万事万物都是有情感、有觉受的生命。

对于生命的定义，佛教与生物学的观点有所不同。生物学认为，除了人和动物以外，植物也有生命。佛教也认可这种说法，但佛教所说的生命特指有情感、有苦乐感受，或者说，按照十二缘起的过程流转下来的有情众生才叫做生命。所以除了六道众生以外，植物等其他一切事物都不是真正意义上的生命。

裸形外道对生命的定义与佛教相同，但他们认为植物也是有情感和觉受的。理由是，若砍断植物，它就会枯萎、死亡。这种认为植物等万事万物都有生命的观点叫做“寿”。

其实，具备了相应的条件，植物就会生长，但这不能说明它具有人和动物一样的生命。为什么？因为万事万物都有自己的因缘，具足因缘就会产生，但产生并不等于拥有寿命和情感、觉受。

另外，这个“寿”也可以指我、自我。如果我们学好了缘起法，就知道并没有什么自我，一切都是因缘所致。

总之，“无寿、离寿”有两层含义：从世俗谛的角度来讲，植物不会有人和动物这样的生命；就胜义谛的角度而言，人、动物或其他众生都是无我的。

“如实性”。从世俗的角度说，万事万物都有自己的因和缘，除此之外不需要其他的因缘。无论是外因缘还是内因缘，都遵循着因果法则，这是客观的自然规律，所以叫做如实性。

另外，当深入观察时，因和果之间没有任何关系，我们看到的因果，实际上都是空性、虚幻、虚拟的。这样的观点真实、正确，因而叫做如实性。

“无错谬性”。在世俗中，有果就一定有它的因和缘，而且果与因缘一定是相似的。比如，稻芽的因一定是稻种，不可能是其他种子，因果关系永远不会错乱，种瓜不会得豆，种豆不会得瓜。果并非随机产生，而是必须有相似的因缘才可以。就像我们现在感受到的幸福快乐，一定是往昔行善的果报；同样，我们现在感受到的疾病、痛苦、不顺利，一定是从前作恶的果报。这就叫做“无错谬性。”

“无生”的意思是，虽然从感官的层面来讲，这些法则都无有错谬，但

在深入观察时，这一切都是我们的错觉，没有任何因缘对果发挥过作用，所以是无生。在世俗谛中，有生、有住、有灭；而在真实的胜义谛中，则无生、无住、无灭。

“无起”，就是“不常不断”之意。万事万物都不是永恒的，也没有断灭，所以叫做无起。也可以说，“无起”就是指万事万物从来没有诞生过。

“无作”，是指万事万物都有自己的因和缘，并不是造物主之类的神在精心策划后创造了这个世界。

“无为”，即不仅造物主不能造作，连事物自己的因缘也无法发挥作用。从空性的角度而言，这些都是无为法。

“无障碍”。障碍是指阻碍我们证悟、成佛的烦恼障和所知障等。从世俗的角度讲，这些障碍都存在，但当深入观察时，所谓的障碍就像旋火轮一样，都是我们的错觉。也可以说，空性无障碍地遍及于万事万物。

“无境界”，即因缘的自体空性是没有境界的，因为，胜义谛中没有任何所见和能见。

“寂静”。从表面上看，贪嗔痴等烦恼都是存在的，但在本质上，它们都不存在，是空性的。因为没有业和烦恼，所以叫做寂静。

“无畏”，即不畏惧。在生死轮回中，我们非常畏惧罪业以及它所感召的痛苦，但在胜义谛的层面，业和烦恼根本无法发挥作用，所以是无畏。

“无侵夺”。侵夺的意思是，烦恼会剥夺我们的自由，令心不得自在。比如，虽然我们不想生气，但控制不住自己；虽然不想执著某个东西，却又放不下它。该放下时放不下，该提起时提不起。为什么会这样呢？因为我们被烦恼剥夺了自由。然而，这只是一个表面现象，深入观察时，所有因果都不存在，业和烦恼根本无法侵夺我们的自由。也可以说，证悟了因缘的自体之后，这个证悟的智慧是无法被欺骗或夺走的。

“不寂静”。此处所讲的寂静与前面所讲的寂静不同，这是指小乘阿罗

汉的最后灭定。小乘佛教认为，阿罗汉断除了十二缘起，已经成就了，所以永远不会再回来。但大乘佛教认为，阿罗汉确实是成就了，但并未将五蕴全都断掉，还有非常细微的阿赖耶识，他会在这个当中入定，停留很长时间。因为细微的阿赖耶识还存在，所以他仍要回来，然后发菩提心，继续修行，直至成佛。阿罗汉、缘觉、菩萨都要成佛，到最后不会再有大乘和小乘，这就叫做究竟一乘。

因为阿罗汉的这种寂静不是最终的成就，只是暂时的成就，从胜义的角度讲，最终的成就是空性，所以叫做不寂静相。也可以说，烦恼的本体是寂静，它本来就清净，而非断除了烦恼之后才获得的清净。

以上讲完了因缘法的种种“相”，也即它的特性。

“若能如是，于法亦见常、无寿、离寿、如实性、无错谬性、无生、无起、无作、无为、无障碍、无境界、寂静、无畏、无侵夺、不寂静相者，得正智故，能悟胜法，以无上法身而见于佛。”

如果能悟到上述所说的因缘法，那么，就获得了无上的智慧，见到了真正的佛。

问曰：“何故名因缘？”

答曰：“有因有缘名为因缘，非无因无缘故，是故名为因缘之法。”

接下来，舍利子问弥勒菩萨：“为什么把这十二支叫做因缘呢？”弥勒菩萨回答：“有因有缘名为因缘。”

万事万物都是有因有缘的，生活中的幸福快乐、痛苦不幸，莫不如此。有些因缘是我们自己创造的，而有些因缘与他人有关。如此深入分析之后，生活中我们就更容易控制住自己的情绪。具体方法，在《入行论》安忍品中讲得很清楚。

“非无因无缘故，是故名为因缘之法”，万事万物都离不开因和缘，因此万法都是因缘法。

“世尊略说因缘之相，彼缘生果。如来出现若不出现，法性常住。”

“世尊略说因缘之相，彼缘生果。”释迦牟尼佛将因缘的本质简要地阐述为由因缘而生果。

“如来出现若不出现，法性常住。”这句话在大小乘的很多经典中都出现过，它非常重要，以龙树菩萨为主的许多祖师大德及成就者也都无数次地引用过这句话。

除了佛教以外，其他宗教都承许有一个万能的神在主宰着人类的幸福和痛苦。唯独佛教认为，无论释迦牟尼佛是否出现，法性都是常住的。法性指自然规律，它永远存在，与佛陀是否出世没有任何关系。释迦牟尼佛大约在近三千年前出世，那在此之前，比如距今五千年、一万年，这个自然规律是否存在呢？当然存在。所以，佛陀是自然规律（也即因果律）的发现者，而非创造者、制定者。杀生受短命、痛苦、地狱报，放生获长寿、健康报，这是自然规律。这个规律本身与佛陀无关，佛陀只是建立了因果学说的体系。

当然，除了释迦牟尼佛以外，外道也相信因果，但真正深入、全面地阐释因果规律，则是佛陀出世以后的事。故此因果学说体系与佛陀有关，但这个体系建立与否，并不影响因果规律的存在。释迦牟尼佛是全知的，但不是全能的。如果他是全能的，那他就可以改变因果，也可以改变所有人的命运，这样世上就不会有痛苦存在。而正因为佛陀不是万能的，所以是众生自己创造的因缘决定了他们感受的果。从广义的角度讲，因果泛指自然规律；而从狭义的角度来讲，因果仅指善恶规律，它是自然规律的一部分。

除《佛说稻秆经》以外，其它佛经里也常常出现“如来出现若不出现，法性常住”这句话。不同的佛经中，对此有不同的解释。比如有些经典中，法性并非指自然规律，而是指空性。意思就是，无论佛陀是否出世，万法空

性的本质都是常住的。此外，法性还可以解释为如来藏、佛性，众生心的本性就是如来藏、佛性，它永恒不变，不因佛陀的出世与否而有所改变。但在《佛说稻秆经》中，法性就是指自然规律，它并不包含空性、如来藏的意思。

“乃至法性、法住性、法定性、与因缘相应性、真如性、无错谬性、无变异性、真实性、实际性、不虚妄性、不颠倒性等，作如是说。”

“法性”，即因和缘的本性。

“法住性”，即因和缘的能力永远存在，而不会虚耗，一直到产生果为止。

“法定性”，即因缘的次第是确定的，不会错乱。

“与因缘相应性”，即，如果没有因，缘就不会发挥作用；如果没有缘，因也不会发挥作用，因缘和合才能产生果。

“真如性”即真实、非虚妄。

“无错谬性”，即没有错误，远离四颠倒。所谓“四颠倒”，就是以无常为常、以苦为乐、以不净为净、以无我为我。

“无变异性”，即因缘的规则不会不正常地变化。

“真实性”，即无有欺骗。

“实际性”，即符合四圣谛。

“不虚妄性”，即非颠倒。

“不颠倒性”，即符合事实。

以上这些词都在表述同一个自然规律，这个规律真实不虚、永不错乱。

这是佛教世界观当中非常重要的一个内容，世界之所以呈现出现在的样子，既有远因，又有近缘。人乃至有情众生为什么会有生命？它们外在的身体、内在的精神为何不同？这一切的一切，都在因果的网络中循环。

这些网络，有些我们看得见，有些看不见。一个人违法犯罪，就会受到法律的制裁，这是看得见的因果；一个人饮食不卫生，就会生病，这也是看得见的因果。可是还有很多因果是看不见的，虽然看不见，但它们却实实在在地存在。比如，人类的肉眼无法看见电磁波，但它却处处影响着我们的生活，如果没有科学仪器，我们根本不知道这些影响从何而来，它们的因和缘又是什么。

再如打电话，电话机是我们看得见、摸得着的，但通信讯号却是我们看不见摸不着的。当这二者组合在一起时，我们和通话对方就能听见彼此的声音。

同样，假如过去我们造了一种业，而恰好现在又遇到了某种相应的情况，二者相结合，就可能产生一个果。当我们谈及自己的健康和幸福时，想法往往非常幼稚、简单，同时还相当自以为是。我们以为，造成一切的所有因缘都看得见，而看不见的就是不存在的；除了看得见摸得着的东西以外，其他都是迷信。这就是根本不了解世界因缘真相的具体表现。

不过，随着科学的发展，这样的观点也逐渐站不住脚了，因为如今的量子力学、相对论以及各种高科技成果的出现，都是超越我们的感官觉受的。所以我们也逐渐发现，过去的想法是多么的幼稚，这个世界根本就没有那么简单。世界的构造、运行规律，以及各种看得见、看不见的因缘都是存在的，甚至还有超越常人理解的、更为深奥的维度。这样，人们才开始慢慢接受那些过去根本不相信的理论。高科技在很大程度上帮助我们提高了认识，至少我们不会轻易去定义迷信了，这就是一种进步。当我们对世界的了解越深入，就越不敢妄自尊大地说这样的话。

《佛说稻秆经》中说，痛苦、快乐、轮回、解脱等万事万物，都可以用因缘来解释，包括修行、证悟、成佛，也都离不开因缘。所以，菩萨畏因，凡夫畏果。凡夫对事物不会作深入分析，对因果缺乏了解，所以敢行杀盗淫妄之事，只有当杀盗淫妄的恶果现前时，才会胆战心惊。而有修行、有证悟境界的人却与此相反，他们深知因果，相信无因不成果，所以他们唯一害怕的是种下恶因。

我们要学会将以上理论运用到现实生活和工作中，同时也要用到我们的修行中。一切都是因缘，只要我们种下善因，未来就一定要有善果；反之，如果我们种下恶因，将来也必定感受恶果。这就是自然规律，任何人都无法改变。有因必有果，不想感受恶果，就必须消灭相应的恶因。没有因缘，也就不需要去担心果报。这一点对我们每个人来说，都非常重要。

佛教不认为有什么鬼神在操纵我们的命运，一切都在于自己。只要自己断恶行善，则一切都会如意吉祥。而假如我们不下决心断除恶行，那无论是鬼神还是佛陀，都帮不了自己。

不过，一说到一切都要靠自己，很多人就会觉得，如果没有一个万能神，自己的力量又那么单薄，那肯定没有希望了。其实不然，我们如果按照佛陀的教育和引导去努力，尽可能去创造好的因缘，那么，想要的果自然就会出现。



OWAT



第二章

佛教的世界观

《佛说稻秆经》的核心就是宣讲缘起，缘起法可以分为内、外两种。其中，“外因缘法”是指外在世界的因果法则。

如前所述，佛教认为并不存在造物主或万能神，世界上的一切事物，都是由因缘和合而产生的。而支配因缘的力量，就是众生的业力。从这个角度来讲，佛教就是无神论。

“外因缘法”中的大部分观点都与自然科学的结论完全一致。不同的是，佛法更深入地探讨了肉眼看不见的那部分因果，即“善有善报，恶有恶报”，也就是众生的业因果。

“此因缘法以其二种而得生起。云何为二？所谓因相应、缘相应。彼复有二，谓外及内。”

因缘法有两种。是哪两种呢？即因相应和缘相应。与因相关为因相应，与缘相关则是缘相应。

因相应和缘相应又可分别分为内、外两种。即外在的因相应和缘相应，内在的因相应和缘相应，一共四种。

一、外因缘法之因相应与缘相应

（一）外因缘法之因相应

——没有万能的造物主

“此中何者是外因缘法因相应？”

什么是外因缘法因相应呢？首先，“外”，指有情众生之外的外在世界一切事物，如山河大地、日月星辰等，佛教称为外器世界。其次，我们需要了解何为因缘？对产生“果”的自体起直接作用的叫做“因”，对“果”的差异性发挥作用的称为“缘”。比如，对产生豆芽自体起到直接作用的是豆种，所以种子是“因”；而对豆芽的大小、好坏等差异起作用的土壤、温度、湿度等外在条件，则是“缘”。

万事万物都有其各自的因和缘。没有任何事物是只有因或只有缘就能产生的，即使看似非常简单的事物，稍加分析就不难发现，其中聚集着诸多因缘。

“所谓从种生芽，从芽生叶，从叶生茎，从茎生节，从节生穗，从穗生花，从花生实。”

此处，以稻种的生长为例，其实任何一种植物的生长都是如此：从种子萌生幼芽，小芽逐渐发育出叶片，随着叶片渐次生长，进而生出茎；茎逐渐发育成秸秆（节即“秆”，《佛说稻秆经》的名称即由此而来），接着长出稻穗，稻穗开花，最终孕育出果实。从种子到果实，这一系列生长发育的过程，前是后后的因，所以叫做“因相应法”。

“若无有种，芽即不生；乃至若无有花，实亦不生。有种，芽生；如有花，实亦得生。”

倘若没有种子，幼芽就不会产生；以此类推，如果没有花，最终也无法结出果实。因为有了种子，才会产生芽；同样，因为有了花，才能结出果实。

“乃至”即省略中间的过程之意，是佛经中常见的表达方式，只详细分析其中某一部分内容，其余雷同之处便不再赘述。

上述种子的生长发育的过程，是众所周知的常识。外在世界的一切事物，日月星辰、山河大地、动植物等，其生灭、变化莫不如此，都有其各自的因和缘。我们看到、听到以及感知到的一切，都是在这样简单的因果规律中诞生的。佛教认为，除了事物自身的因和缘以外，没有所谓的造物主、万能神在主宰和操控着这个世界。因缘具足时，果自然就会产生，不需要谁的参与或帮助；反之，即便造物主存在，他也不可能让没有种子的土地长出苗芽，如此一来，“造物主”的存在岂不多余吗？从这个角度而言，佛教与自然科学的观点是一致的。

“彼种亦不作是念：‘我能生芽。’芽亦不作是念：‘我从种生。’乃至花亦不作是念：‘我能生实。’实亦不作是念：‘我从花生。’”

种子发芽，只是种子的作用而已，种子从不会想：我能产生芽。芽也不会认为：我是从种子产生的。以此类推，花和果实也都不会有这些想法。

种子和苗芽之间只是客观物质的因缘和合，因从未有过要生果的念头，果也不会认为自己是因而生。也就是说，万事万物乃至整个世界，都是因缘和合的产物，并非某个人或神刻意为之，没有创世主、主宰者在背后设计或操控——“我要创造一个世界”“我要让人类受苦”或“我要惩罚某个人”等等。

因此，生活中我们遇到的一切幸福与痛苦，都不是我们能自由掌控的。我们经常会认为，生活中那些不顺利、不愉快的事情，是与某个人或某件事有关，是有人故意害自己。但实际并非如此，一切都是由因缘决定的。一旦因缘和合、条件具备的时候，无论我们是否愿意，都不得不面对，这是任何人都无法改变的自然规律。

可是，在面对生活中的苦难时，我们往往会抵触、抗拒，甚至选择逃避。其实，逃避是解决不了问题的，反而会引生更多的烦恼和痛苦。我们之前分享过，“菩萨畏因，众生畏果”。如果从来不在因缘上做任何取舍，结果出现的时候又不愿面对、不肯接受，这是十分愚昧的做法。为什么愚昧呢？因为不懂缘起。如果已经聚集了所有因缘，该发生的事情却不想让它发生，这是违背自然规律的想法。

有没有办法阻止痛苦产生呢？答案是肯定的。只要能把因和缘消灭掉，果自然就不会产生，这才是合理的做法。当我们面对烦恼和痛苦的时候，如果不想要这个结果，首先就要思考，它们为什么会产生？外在的因缘、内在的因缘分别是哪些？哪些与自己有关，哪些取决于他人？如果能够解决这些因和缘，痛苦自然会随之消失。

同样，想要获得幸福快乐，就要知道能让自己幸福快乐的内外因缘都是什么，找到并创造它们，势必会收获幸福。包括想要解脱、成佛，也要努力创造其内外因缘，最终才能得偿所愿。

由种生芽，是众所周知的常识。缘起的道理看似简单，但其中蕴含的深意，与我们的生活息息相关，如果没有正确运用缘起法则，我们就永远无法过得幸福快乐，乃至获得解脱。

**“虽然，有种故，而芽得生；如是有花故，实即而能成就。
应如是观外因缘法因相应义。”**

佛经中的“虽然”往往有“但是”之意，这句话意为：但是，因为有了种子，

芽就能够产生；因为有了花，便能孕育果实。我们应该这样去看待外在世界的因相应：大自然及宇宙万物的变化，都有其各自的因缘。

以上讲述了“外因缘法因相应”，接下来讲“外因缘法缘相应”。

（二）外因缘法之缘相应： 地、水、火、风、空间、时间

“应云何观外因缘法缘相应义？谓六界和合故。以何六界和合？所谓地、水、火、风、空、时界等和合，外因缘法而得生起。应如是观外因缘法缘相应义。”

应当如何看待外在世界因缘法当中的“缘相应”呢？产生果实的因是种子，但如果只有种子，没有土壤、温度、湿度等等，种子能够发芽吗？显然不能。有了作为“因”的种子，还需要具备其他条件，这些条件就叫做“缘”。

缘是什么呢？——“谓六界和合故”。佛经中经常出现“界”，在不同的情况下，这个字有不同的含义。此处的“界”，意为：具备某种能力，可以发挥某种作用或具备某种能力的事物。

界有六种，即地、水、火、风、空间、时间，称为“六界”。当此六界和合时，外因缘法就会产生，应当这样看待外因缘法中的缘相应。

“地界者，能持于种。水界者，润渍于种。火界者，能暖于种。风界者，动摇于种。空界者，不障于种。时则能变种子。”

种子发芽的第一个外缘，是土地，即“地界”。“持”有承载之意，土地能够承载种子，为其生长提供居所。水起什么作用呢？能够提供湿度，潮湿、润泽，这也是种子发芽所需要的。“火界”指温度，如阳光照射。“风”

有动摇之意，种子需要不断运动，才能发芽。此外，种子生长不能有阻碍，需要足够的空间，即“空界”。“时界”就是时间，种子经过一定的时间，才能慢慢产生变化。

古代许多哲学体系中，都十分重视地水火风，古希腊哲学也认为，世界是由地水火风等元素创造的。相较而言，佛教对地水火风的定义更为宽泛。佛教认为，“地”并非单指大地，而是指木头、砖头、金属等所有固态物质；“火”也并非单指火焰，而是泛指温度；“水”代表的是潮湿、润泽；“风”则包含了所有能够动摇的力量，是一种能量或大自然的能力；这些都不是我们生活中的物质概念。

“若无此众缘，种则不能而生于芽。若外地界无不具足，如是乃至水、火、风、空、时等无不具足，一切和合，种子灭时而芽得生。”

如果没有以上六种外缘——没有适合的土壤、温度和湿度等，种子就永远不能发芽；相反，有了种子，再加上以上六种外缘，因缘同时具足时，种子灭的时候，芽就诞生了。其他的一切万事万物都可以以此类推，世俗谛中的因果关系就是如此。

“此中地界不作是念：‘我能任持种子。’如水界亦不作是念：‘我能润渍于种。’火界亦不作是念：‘我能暖于种子。’风界亦不作是念：‘我能动摇于种。’空界亦不作是念：‘我能不障于种。’时亦不作是念：‘我能变于种子。’种子亦不作是念：‘我能生芽。’芽亦不作是念：‘我今从此众缘而生。’”

同理，大地从不会想：我要承载种子，不能让它掉下去。水也不会想：我要去润泽种子，给它湿度。火不会去想：我要给它温暖。风也不会这样想：我能动摇种子。虚空不会想：我要为种子提供生长空间。时间也不会想：我

能让种子变化。种子不会想：我能产生芽。芽也不会想：我现在要从这些因缘中诞生。

“虽然有此众缘，而种灭时芽即得生，如有花之时，实即得生。”

但是，当这些因缘具足，种子灭的时候，芽即得生；就像花开之后，果实就会产生。这就叫做自然规律，也即“缘起”。

从人类的感官层面而言，“种生芽、花生实”的过程，是理所当然的自然规律，没人会提出质疑，如果不突破这一层面，一切都能正常运转。然而，如果深入思维，就会发现一个非常奇妙的现象，那就是接下来要分析的——“彼芽亦非自作，亦非他作，非自他俱作，非自在作，亦非时变，非自性生，亦非无因而生”。这绝不是一种文字游戏，如果细致观察分析就会发现，稻种从未令稻芽产生过，这个结论将完全颠覆我们的常识！其实，当我们的境界提高时，以往的常识一定会被否定、推翻，原地踏步谈何提高呢？当我们更进一步地了解大自然，了解这个世界，我们就会发现，自己以往对世界的认知其实十分肤浅。

二、破斥几种常见错误见解

“彼芽亦非自作，亦非他作，非自他俱作，非自在作，亦非时变，非自性生，亦非无因而生。虽然，地、水、火、风、空、时界等和合，种灭之时而芽得生。是故应如是观外因缘法缘相应义。”

这几句经文十分重要，对初学者来说，也许有些晦涩难懂，因为其中涉及了中观的内容。往昔的龙树菩萨、月称菩萨、寂天菩萨等尊者既是佛教的学者，又是佛教的大成就者，他们将自己的理论和实践两方面的研究成果，都写入了这些中观的著作之中，如果想更深入地掌握与探讨，大家可以去学习中观和因明的相关课程。

首先，我们需要分析：稻芽从无到有，是谁创造的？这样观察是必要且合理的，比如生活中的任何一个商品，我们都能追溯到它的生产商或来源，同样，当一粒稻种被播种下去时，一段时间后稻芽就破土而出了，那么芽究竟是谁创造的呢？是它自己创造的？还是其他什么事物创造的？思维之后我们就会发现其中的奥秘。中观对此有十分深入的论述，分析得非常透彻，此处只简略地进行讲解。

（一）破自作

“彼芽亦非自作”。“作”意为创造、创作。所谓“自作”，就是不需要依赖其他任何因缘就能产生，自己创造自己。虽然古印度的某些宗教认为万法是“自作”的，但这只是一种宗教哲学思想而已，现实生活中没有人会承认“自作”的理论。如果一个事物自己就能创造自己，那人们就不需要辛勤耕耘了，稻芽不需要播种，也不需要依赖阳光、土壤、湿度、温度等就能

长出来，这显然是违背常理的。

如果进一步地分析什么叫“自作”就会发现，“自作”这个概念根本无法成立。因为，如果一个事物已经存在了，就根本没必要再去“作”了，已经存在了还有什么“作”的必要呢？相反，如果一个事物原本并不存在，那又如何自己创造自己呢？由此，我们很容易便能得出稻芽“非自作”的结论。

“非自作”比较好理解，大家应该也没有异议。

（二）破他作

排除了“自作”以后，我们接下来继续分析：稻种是不是“他作”呢？其实，自作、他作与中观“四生”中的自生、他生含义相同。任何一个物质诞生时，是自生还是他生，中观对此有十分细致深入的剖析。

此处经云“亦非他作”，这就令人有些困惑了：稻芽明明是从稻种产生的，二者并非一体，对稻芽而言，稻种、土壤、温度、湿度等都不是“自”而是“他”，我们理所当然地认为，稻芽是这些事物创造出来的，所以应该是“他作”。

但进一步观察时就会发现，他作也是不成立的。为什么呢？如果是他作，作者（因）和所作（果）要么同时存在，要么先后出现，除此之外没有第三种答案。

1. 假设他作之因果同时存在

第一种情况，如果因果同时存在，那么谁都不能创造谁，同时存在的事物是无法相互创造的；此外，果已经存在，也没有“作”的必要了。

因和果是相对的，有因才有果，有果才有因。种子之所以被称为“因”，是因为它能创造“果”。如果一粒谷子永远发不了芽，就不能叫做“种子”，就像一个男人如果没有子女，就不能被称为“父亲”。在生活中，父母是因，儿女是果，“儿女”一词，就隐含着父母所生的因果关系。

那么，如果因和果同时存在，“因”的作用是什么呢？“因”存在的时候，“果”已经存在了，还需要它去“创造”什么呢？举一个不太恰当的例子，所谓“父子”，必须是先有父亲，再有儿子。如果成为父亲的那一刻，儿子也同时存在着，他们的父子关系如何成立呢？同样，当儿子还未出生时，也就不存在父亲这个角色，谁也没有创造谁，二者完全没有任何关系。

也许有人会提出质疑：在现实生活中，明明父母和子女能够同时生活在一个家庭里啊！此外，工人建造楼房时，工人和砖头、钢筋、混凝土等建筑材料难道不也是同时存在的吗？正因为二者同时存在，楼房才得以建成。的确，在宏观世界中，能作、所作等因与果当然可以同时存在、相互作用，从我们的感官层面而言，这些现象无可厚非。但这只是在未经观察的情况下，我们愚钝的感官所得出的粗大结论。

如果仅仅依靠我们的眼睛就能看到真相，那科学家们就没有必要煞费苦心研制电子显微镜、粒子碰撞机这类仪器了。倘若我们的眼耳鼻舌等就能够认识世界的真相，那佛陀的智慧岂非显得多余且无用了吗？正因我们的感官无法认识世界的真相，科学家才需要依靠电子显微镜等仪器进行探索，佛陀的智慧才显得不可或缺、弥足珍贵。

因为我们肉眼所见和显微镜下看到的世界截然不同，所以科学家们将世界分为了宏观世界和微观世界。同样，佛教为了方便我们了解真相，也将世界分成了两种：一种是感官现象范围内的世俗谛；另外一种是通过深入观察分析后所得到的，超越人类感知的境界，即胜义谛。

当然，佛陀也告诉我们，实际上并不存在两个世界，真相中没有二谛，对此无数大乘佛经都进行了阐述。虽然真相中并不存在二谛，但我们目前还无法达到涅槃的境界，这时如果把感官结论全盘否定，没有了因果规律，我们就无法继续生活了。因此，佛教也承认世俗谛，即感官世界中的一切现象。

那么，宏观世界和微观世界，到底孰真孰假呢？科学家告诉我们，如果说宏观世界和微观世界之中有一个更接近于世界的真相，那一定是微观世界，

宏观世界只是微观世界的一种粗大的体现形式。同样，佛教认为，真正的真理是胜义谛，而不是世俗谛。

2. 假设他作之因果先后存在

下面继续分析第二种情况：因果先后存在。先因后果，这是人们的常识。但若深入分析，这种说法也不能成立，为什么呢？所谓因果“先后存在”，即“因”存在的时候，“果”还没有产生。种子存在的时候，芽不存在，芽诞生后，种子已经毁灭了，二者永远不可能共存于同一时空中。俗话说，“一个巴掌拍不响”，倘若因果之中一者存在的时候另一者不存在，那么“因”是如何对一个根本不存在的事物发挥作用的呢？它们彼此之间如何传递能量呢？一个根本不存在的事物就如虚空一般，无法接受他物的作用，因果关系也就无从谈起了。

此外，在宏观世界中，人们通常认为的“先后存在”，是某个事物先产生，过段时间后，另一个事物也诞生了，此后二者就在同一时空中并存。从感官层面而言，万事万物，不论是因还是果，持续存在的时间的确有长有短。比如，一张木质的桌子相对比较结实，它的寿命可能会长一些，一张纸的寿命会短一些。

但这只是表面的现象，真相并非如此。举个例子，比如我们昨天过了一条河，今天又到河边时，我们会认为昨天和今天过的是同一条河，在现实生活中这个观点没有错。可实际上，我们今天过的这条河根本就不是昨天的，昨天的河连一滴水都不存在了，我们只能说，河流的相续是存在的。

在微观世界中，不论任何性质的物质——分子、原子、电子等等，如果它们真实存在，那么存在的时间都只能是“一刹那”。佛法中对“一刹那”的概念有许多不同的定义，但通常是指最小的时间单位。所谓“最小”，就是时间已经被分解到了极限，如果再分，时间就消失无踪了。

我们曾经多次分享过，虽然在哲学和数学中都有“无限小”的概念，即进行无限分解，越来越小、没有尽头，但这只是人类分别念假设出来的一个

抽象概念：一万年乃至一百万年，永远都分不完。事实上，世界上并不存在无限小的事物，任何一个客观存在的物质，其体积都是有限的，把一个有限的物质不断分解，必然会越分越小，分到最后，这个物质最终必定会消失。

那么，我们假设时间的最小单位——“一刹那”的概念存在，任何一个物质的寿命都是一样的，都只能是“一刹那”，没有什么长短之分。在宏观世界中，所谓物质存在的寿命，不过是无数个“一刹那”积累出来的相续假象。从微观的角度来讲，因和果、种和芽，二者存在的时间都只能是一刹那。

在一刹那中，它们同时诞生，同时毁灭，这么短的时间当中根本来不及创造什么，谁也“作”不了谁。学过化学的人都知道，不同的化学物质之间会产生各种各样的化学反应，这在宏观世界中是存在的。但如果深入到微观世界中进行观察时就不难发现，一切化学反应都是不可能实现的，物质彼此之间无法产生任何作用。

未经观察时，现实生活中我们会习惯性地认为“他作”成立，包括因果在内一切事物都是存在的，也在我们的生活中发挥着作用。我们也可以认为，一小时前和一小时之后诞生的事物，二者可以同时存在，但这都是建立在“相续存在”的基础之上的。如果有一天，我们发现“相续”根本就不存在，则许多固有的认知、常识，包括因果、作者、所作等概念全都会土崩瓦解。

3. “旋火轮”的启示

尽管微观世界中物质的生灭只有一刹那，并没有所谓的连续性，但在现实生活中，我们却能够清清楚楚地看见稻芽的生长，那么“相续”到底是如何产生的呢？这个问题如果不解决，我们就永远无法正确理解缘起。

其实，关于这个问题，科学家们也早已有所发现，尤其在量子力学当中，量子理论的创始人之一玻尔曾说：“假如一个人不为量子论感到困惑，那他就没有明白量子论。”同理，我们也可以说，假如一个人不为缘起感到困惑，那他就没有明白缘起的奥义。为什么这样讲呢？因为在宏观世界当中，稻芽从稻种产生是没有争议的常识，一切天衣无缝、毫无破绽；但从微观世

界的角度观察，答案却超乎我们的想象——“相续”只是感官的错觉！

我们曾多次分享过“旋火轮”的例子：在黑暗的环境中，当我们手里拿着一根点燃的香时，香头只是一个小亮点，但当手臂快速旋转，亮点就会变成一个环形的光圈。实际上，这个光圈并非真实存在，它只不过是亮点的快速移动让我们的视觉产生了错觉，从始至终都只有一个亮点而已，这个光圈就叫做“相续”，它只是一种假象。

再比如，高原的夜空繁星满天，但其实许多星星早在几千万年、几亿年前就不存在了。我们眼前看到的星光，是因为光从遥远的宇宙深处传送过来需要漫长的时间，等传送到地球时，作为光源的那颗星星早已毁灭，我们却误认为它还存在。同样，我面前的这张桌子看似一动不动地放在这里，我们也认为上一秒的桌子还是这一秒的桌子，但其实我们刚刚进来时所看见的那张桌子已经完全不存在了，在世界上任何一个角落都无法找到它。它的寿命只是时间的最小单位“一刹那”，我们现在看到的只是桌子的相续，就像旋火轮一样，都是我们的错觉。

这个错觉的源头，就是我们的视觉。我们对于这个世界的认知，百分之八十都来自于视觉，而不是听觉、嗅觉等。深入观察时就会发现，我们眼睛看到的東西都是错觉、假象。由此可见，我们的感官没有任何可信度。

4. 万法无生无灭

综上所述，“自作”和“他作”都不成立，一切万法到底是如何产生的呢？佛法中为我们揭晓的答案是“无生无灭”“不生不灭”——万法从未诞生过，既然没有诞生，也就不存在毁灭。

当然，依靠我们的感官，是无法体验“不生不灭”的。比如刚才讲的“旋火轮”，我们的视觉中的确产生了环形的光圈，之后不论它持续存在了一分钟、五分钟或一小时，这在佛法中称为“住”，最后它消失了，它有一个生、住、灭的过程。但实际上，如果没有我们视觉的参与，这个世界上根本就没有真实的光圈存在过，这是一个非常重要的结论。

正因为我们的视觉参与了对物质世界的观测，才产生了光圈真实存在的错觉，它仅仅存在于我们的视觉中，物质世界里是没有这个光圈的，有的只是一个亮点而已。我们现在也许已经能够接受“光圈是错觉，亮点才是真实存在”的观点，但再进一步分析的话，就连亮点也不存在！亮点的存在只是相对的，并非绝对的真相。

5. 相由心生

对此，量子力学也有所发现。20世纪20年代，距今100年左右，物理学家海森堡提出了著名的“测不准原理”，科学界第一次认识到人的意识在物质世界扮演了重要的角色。实验证明，观测者意识的参与影响了物质（基本粒子，如电子等）的存在状态。对此，佛陀早在2500多年前就已经为我们揭示了非常准确的世界观，至今仍无人能够推翻。

如果没有我们视觉的参与，物质世界就根本不是我们所看到的样子。比如大家看到这里有一本书，书中的这张纸是由无数分子、原子构成的，如果我们所有人都离开了这个房间，这张纸就完全不是我们现在所看到的样子。为什么呢？假设我们现在点燃一支香并快速旋转，房间里所有的人都看到了环形的光圈，但如果大家全都离开了这个房间，“光圈存在”的错觉还会有吗？——当然不会，因为有了观测者。同样，“这张纸存在”的错觉也是因为我们视觉的参与才产生的，当我们所有人都离开后，即没有任何人的视觉参与时，结论当然也完全不同了。佛教将这个现象总结为四个字：相由心生。“相”即一切颜色、形状以及万事万物，“由心生”就是从我们的内心当中产生。

这一点虽然不太好理解，但科学和佛法已经逐渐汇合在一起了，对于真理我们也不得不接受。接下来，我们就必须面对一道深刻的思考题：这个世界到底存不存在？我们究竟生活在一个怎样的世界中？

综上所述，稻芽和稻种要么同时存在，要么先后存在，除此之外没有第三种情况。首先，如果同时存在，就没必要“作”了。其次，关于先后存在的概念，我们也已经详细分析了，宏观世界中我们认为事物先后存在的观念，

都是建立在相续存在的基础上，然而相续只是我们感官的错觉。此外，如果种子和芽先后存在，种子存在的时候，芽不存在，二者无法出现在同一时空中，那么无论种子的能量多么强大，也无法传递给一个根本不存在的事物。最终，我们便能够得出“亦非他作”的结论——果从来都没有从因诞生过，因缘也根本无法产生果。

上述推理倘若广讲，可以拓展出许多中观理论。但所有中观的理论和逻辑，都只是从不同的角度宣讲同一个道理，如果我们通过其中的某一个理论明白了这个道理，那就不需要全面掌握其他的诸多理论了。

以上内容，希望大家能够静下心来，通过自己独立地思考去寻找答案，最好是通过打坐的方式，因为打坐思维的力量是比较强大的。如果认为还有其他可能性，就应当努力寻找。如果没有，又要怎样建立因果关系呢？倘若因果关系在我们的生活中彻底消失、瓦解了，那我们该如何生存？又该怎样学佛、成佛？这些问题都是值得我们深思的。或许在思维过程当中，就能发现缘起性空的奥秘，也就是这个世界的真相。

佛法绝非教条，佛陀永远都不会说，这是我规定的，不许有其他思维方式。相反，佛教鼓励质疑、思辨。我们研究任何事物时，都不应该心怀成见，不要因为佛陀所说就盲目接受，也不要对“眼见为实”固执己见，应当用客观公正的态度去分析、研究，这样才是明智之举。

一般而言，显宗就是通过这种逻辑思辨逐步打破我们的错误观念和执著，之后再让我们不断消化、实修。这些结论最初虽然只在理论层面，但如果能够通过实修长期串习，理论就会变成我们自己的体会、体悟，佛法中也称为“证悟”。

显宗和密宗都会提到“五道”（即资粮道、加行道、见道、修道、无学道），这是我们从初入佛门直至成佛的整个过程中需要经历的五个阶段。其中，第一个阶段是资粮道，这一阶段的修行者只是通过逻辑思维掌握理论知识，并未将理论转化为体悟，对于因果、空性等虽然有所了解，但却几乎没有真实的体会，这就叫做资粮道。当我们通过深入地思考，从理论上打破了自己的执著，再加上不断实修，理论知识就会逐渐转化为我们内心的体会，

这时就进入了佛道的第二个阶段，即加行道。这时我们对缘起和空性的理解，将不再只停留在理论知识的层面，而是有了真正的体会。

那么，了解和体会二者有何区别呢？比如，一个人从来没有吃过糖，只是理论上了解了糖的味道是甜的，蜂蜜的味道是甜的，字面上会说，但却没有真正品尝过，所以他并不知道“甜”具体是一种什么样的感受。学佛初期正是如此，虽然正确地掌握了理论，但是此时理论的力量还很薄弱，当我们面对现实生活中比较强烈的烦恼时，它就起不到太大的作用。可以说，这时我们对抗烦恼的能力，跟没有学佛、没有入门的人相差无几。但如果有一天，当我们真正品尝到了糖和蜂蜜的味道，“甜”对我们来说就不再只是文字理论，而是变成了自己的体会。空性也是如此，如果我们打坐的时候真切地体会到了空性，它就不再只是书本上的知识。

（三）破其他可能性

接下来，经云“非自他俱作”。我们已经排除了自作和他作，那是不是自他一起合作的呢？答案显然是否定的。因为既然自作不成立，他作也不成立，那么自、他合作也无济于事。

若更进一步分析，实际上没有任何一个事物能够既是“自”又是“他”，而除了自和他以外，也没有第三种状态。

“非自在作”。此处的“自在”是指印度教中一个名为“自在派”的教派，他们认为大自在天是万能之神，创造、主宰着这个世界。佛教从不认为有主宰世界的神存在。

“亦非时变”。“时变”即时间会让事物产生变化。这在宏观世界中的确成立，如果没有时间，事物就无法产生变化。但若是在微观世界中观察，时间根本发挥不了作用。为什么呢？因为时间本身就不存在。

在哲学领域，“时间是否存在”一直是备受争议的话题。佛教认为，时间也是无法独立存在的，因为时间只是人们依据物质的变化而建立的一个抽

象概念，除了物质的变化以外，并没有真实存在的“时间”。比如，我们根据地球上四季的变迁，建立了春夏秋冬的时间概念。实际上什么是春夏秋冬呢？除了地球上物质的变化以外，没有独立的“春夏秋冬”存在，因此时间也无法让任何事物产生。

“非自性生”。“自性生”也是外道的观点，这里我们就不展开讲了，自性生也并不成立。

“亦非无因而生”。无论是“自作”“他作”“自他俱作”，以及其他诸如外道所说的“自在作”“时变”等都无法成立。那么，没有因缘能否让一个事物产生呢？显然也不成立。

“虽然，地、水、火、风、空、时界等和合，种灭之时而芽得生。是故缘如是观外因缘法缘相应义。”但是，如果地、水、火、风、空、时界等因缘和合，种子灭的时候，芽便会产生。我们应当如此观察思维外在世界缘起法中“缘相应”的意义，这就是佛教的世界观。

我们之前分析过，果从来都没有从因诞生过，而此处却说“种灭之时而芽得生”，该如何理解呢？佛陀告诉我们，应该从两个层面认识缘起：在不观察的情况下，宏观世界（即世俗谛）中有因有果，“善有善报，恶有恶报”是永恒不变的自然规律，只要在土壤、湿度、温度等因缘聚合的地方播种，种子灭时芽就会诞生，一切都是合理的。但若深入观察时就会发现，在胜义谛中，因无法产生果，果从未由因生，因果关系无从建立，“善有善报，恶有恶报”也不成立。

因此，中观在讨论缘起及现象时，会在它前面加上一个“唯”字，“唯缘起”“唯现象”。意为，仅仅是缘起、仅仅是现象而已。在微观世界中，根本无法找到因果之间的联系，因是如何发挥作用的？怎么把能量传递结果？果又怎样从因中产生？这些都不成立。在宏观世界中，因果规律虽然成立，但也只是我们感官的结论，就像旋火轮并不真实存在，它只是我们感官的错觉，一个相续的假象而已。

如果深入探寻现象背后的本质，会发现它们就像芭蕉树一样。佛经中常用芭蕉树比喻万事万物的显现：从远处看，它与棕榈等树木十分相似，可一旦将其从外到里层层剥开之后，最终却找不到任何实质的部分。

或许有人会问：旋火轮和桌子等实实在在的物体怎么能相提并论呢？旋火轮是眼睛的错觉，但桌子却是真实存在的。

其实，产生这种疑惑的根源，不在于物质之间的差异，而在于我们感官的灵敏度。试想，假如我们的眼睛就像电子显微镜那样灵敏，那我们看到的世界，将会是怎样的景象？若我们能够清楚地看见组成桌子的分子、原子、电子等粒子高速旋转，这时，“桌子”的总相就会消失，取而代之的是无数个高速运转的“旋火轮”！我们周遭的一切物质都是如此。

当无数个旋火轮般的错觉堆积在一起，就组成了一张桌子，它们的运动速度极快，在我们迟钝的感官面前，就变成了看得见摸得着、真实存在的物体。同样，如果我们视觉的灵敏度更低一些的话，旋火轮在我们的面前，也会变成实实在在的物质。

所以，在现实生活中，虽然一切都显得真实无比，佛陀也永远不会否认这些现象，但若进一步了解便不难发现，眼见未必为实。这个世界只是我们感官创造出来的一个错觉，仅仅是现象而已，现象并不代表本质。这不仅是佛教告诉我们的，科学也已经证实了这一点。

到底有没有一个真实存在的物质世界呢？这是大乘唯识宗与小乘辩论的焦点，在此便不广述了。无论如何，在宏观世界中，一切都是真实的，因此我们要谨慎取舍因果。但同时也要明白，它的另一面是空性。实际上，“缘起”和“空性”是一枚硬币的两面——缘起就是空性，空性就是缘起，二者形影不离。

因此释迦牟尼佛说：“若见因缘，彼即见法；若见于法，即能见佛。”其实，此处的“法”就是证悟空性，所谓“八正道支”，即证悟后的功德。这句话可以理解为：谁能够通达缘起，谁就能够证悟空性；谁证悟了空性，谁就能见到佛。

关于这个道理，后续还会详细地解释。

三、外因缘法的五种规律

“应以五种观彼外因缘法，何等为五？不常，不断，不移，从于小因而生大果，与彼相似。”

接下来，佛陀宣讲了一个十分重要的内容：外缘起法的五种规律。哪五种呢？前三个分别是“不常”“不断”和“不移”，第四个是“从于小因而生大果”，第五个是“与彼相似”，即指因和果是相似的。

（一）不常——没有什么恒常不变

“云何不常？为芽与种各别异故。彼芽非种，非种坏时而芽得生；亦非不灭而得生起。”

“云何不常”，什么是“不常”呢？“为芽与种各别异故”，因为芽和种是两个完全不同的事物。“彼芽非种”，芽并不是种，二者的形状、颜色及性质等都截然不同。比如，一颗豌豆生出豆芽，从种到芽的过程中产生了许多变化，因此称为“不常”。相反，“常”即不能出现任何变化，这显然与实际情况不符。

“非种坏时而芽得生；亦非不灭而得生起”。“坏”即毁灭，并不是种子毁灭后才产生了芽，也不是种子存在的时候产生的芽。

古代汉语并没有现在的这些标点符号，我们现在看到经文中的这些句号都是后来加上去的。现在人们常用的标点符号，仅有 100 多年的历史。《佛说稻秆经》的原文没有现代汉语统一的标点符号，因此也增加了理解上的难度。

“种坏之时而芽得生，是故不常。”

为什么前面刚说“非种坏时而芽得生”，后面又说“种坏之时而芽得生”呢？此处仍需区分理解，否则就会显得矛盾。

前面两句，“非种坏时而芽得生；亦非不灭而得生起”，是从微观世界而言，芽既不是种子毁灭以后产生的，也不是种子存在的时候产生的。后面这句“种坏之时而芽得生”，是从宏观世界的角度宣讲的，在宏观世界中，确实有种子毁灭后芽诞生的现象。从种子的消失，到芽的诞生，过程中发生了很大的变化，有了变化，就不能称之为“常”，所以是“不常”。

（二）不断——世界是完美的错觉

“云何不断？非过去种坏而生于芽；亦非不灭而得生起；种子亦坏，当尔之时如秤高下而芽得生，是故不断。”

什么是不断呢？芽既不是种子毁灭之后诞生的，也不是种子还存在的时候产生的，二者皆不成立。

我们前面分享过，再简单回顾一下：二者为何不成立？因和果要么同时存在，要么先后存在，没有其他可能性。首先，如果因还没有灭的时候，果就产生了，也就是因果同时存在，同时存在的事物之间，是无法建立因果关系的。其次，如果因果先后存在，即因毁灭后，果才诞生。也就是说，因存在的时候，果还不存在。任何一个存在的事物，是无法对根本不存在的事物发挥作用的。种子有再多能量，也无法传递给一个不存在的事物。

但在宏观世界即世俗谛中，种子坏灭的同时，芽就产生了，就像天平的两端，一边高时，则另一边低。因灭果生，这个果又成为了因，当它坏灭时，又会诞生下一个果，如此循环往复，所以叫做不断。

这就是宏观世界的相续，而相续并不是实有的物质。如前所述，万事万

物都是由无数微小的“旋火轮”堆砌而成。我们所看见的一切物质及其变化，只不过是视觉的错觉而已。

宏观世界中一切物质的变化，比如食物变质、衣服褪色、动植物生长等，也都是由无数细微的相续变化组成的。这些细微的相续变化，在一秒钟的千万分之一内发生，是我们的肉眼无法捕捉到的。

实际上，我们就生活在这样一个由错觉组成的世界中，是我们的感官创造了这个天衣无缝的世界。如果没有佛陀的智慧与教导，我们到死也发现不了它的漏洞——不仅到死，乃至生生世世都突破不了这些自己创造出来的错觉。

因为我们把它当作一个真实的世界，于是就产生了无数的烦恼、恐惧与痛苦。对此，有一个比喻：在一个山区的茅草屋里，有一条绳子，由于山区经常有蛇出没，当时光线又比较昏暗，一个人进入了这间屋子后，就把绳子误认为是一条蛇，于是产生了极大的恐惧。虽然屋里并没有蛇，但他对假蛇的恐惧，与对真蛇的恐惧一模一样。

还有一个更好的例子，就是梦。众所周知，梦中的一切都不是真实的，但梦里的任何一个感受，却与现实生活同样真实。因为我们做梦时，把梦中的一切当真了，所以它给我们带来的感觉也与真实世界别无二致。

外在的世界并不真实存在，但我们却误认为它们是真实的，因此才会产生无数执著与烦恼，这是佛陀的智慧告诉我们的。明白这些道理并不难，只要了解一些科学理论就可以了。但想要突破和摆脱这个虚拟的世界，就没那么容易了——必须要证悟。当然，证悟之后仍然需要继续修。因为初步的证悟还不稳固，对空性的体会也并不深刻，所以还要继续修。随着证悟境界的稳固，对空性的体会也会越来越清晰，最终就能通达这个世界的如梦如幻。那时，我们就能轻而易举地消灭内心所有的恐惧、焦虑和烦恼了。

如前所述，在世俗谛层面，从种到芽的过程，不停发生着变化，这是“不常”；种子灭后，芽便诞生，芽灭叶生，继而茎、花、果等一系列因果都会随之而来，循环往复，则是“不断”；即佛法中所说的“不常不断”。

佛教认为，常见与断见是两种最大的错误观点。常见即认为事物会永恒不变；断见即断灭见，认为人死如灯灭，事物消失后就什么都没有了。然而事实并非如此，如果我们把一张桌子毁掉，桌子的形状已经不存在了，但组成它的粒子和能量并未消失，它们会以其他形式继续存在，物理学中称之为物质不灭。同样，生命也是如此，并非“人死如灯灭”，表面上这个人死了，但他也还将继续以另一种生命形式而存在。善业和恶业也是一样，它不会无故消失，只要因缘成熟，就会产生善报或恶报。

我们许多固有的观念都建立在感官结论上，然而感官却没有任何可信度，因此我们的人生观、世界观都十分简单、幼稚，总爱自以为是地对许多事物下定义，甚至很多都是自己的猜测，对于真相根本一无所知。虽然现代科学已经揭露了真相世界的冰山一角，许多结论都与佛法相吻合，但佛陀深广的智慧，尤其是空性的智慧，仍是科学无法企及的。

以上是第二种规律——不断。

（三）不移——位移无法改变事物的本质

“云何不移？芽与种别。芽非种故，是故不移。”

什么叫做“不移”呢？“移”即移动之意。种子生芽，是不是位移的改变导致的呢？比如，种子原本在A点，移动到B点时就产生了芽。这显然是不成立的，我们把一个物体从左边移到右边，其本质上并没有发生任何变化。此处讲到，芽与种别，芽非种故，芽和种子有本质上的区别。因此，从种到芽的变化，不仅仅是位移的改变。

在宏观世界，它们是因果关系。但进一步观察时，因果关系根本不存在。就像彩虹一样，假如我们进入到彩虹之中，是什么都找不到的，只有远远望去，才能看到彩虹，万事万物皆是如此。我们看到的仅仅是一个现象而已，即“唯

现象”“唯缘起”，它是我们感官的错觉，经不起任何观察与推敲，永远也无法找到其本质。

令人遗憾的是，虽然佛陀和现代科学都告诉我们，这个世界是虚幻的、不存在的，但我们仍然深陷其中，把它当作是真实的，并随之产生苦乐等一切情绪和烦恼。其实，我们内心所感受的恐惧、忧虑或者幸福、快乐等等，并不是由外在的物质世界决定的，而是取决于我们内心对待它们的态度。

现代人改善生活质量、获取幸福的方法，就是创造更多的物质财富。然而佛陀教导我们的方法，是改变自己的内心世界，从内在的世界中获得满足感与幸福感，这是两个截然相反的选择。

显而易见，世俗的方法是一个死胡同，是行不通的。如今，人们的房子越来越大，车子越来越好，浑身上下都是名牌，琳琅满目的商品唾手可得……可是内心真的幸福吗？如果我们内心的态度不改变，改变外在的物质世界是没有用的。如果物质财富能够带来幸福，全世界就不会有那么多抑郁症患者，自杀率也不会居高不下。拥有的名声再大、地位再高、财富再多，并不一定能为我们带来幸福感。相反，没有这些也未必过得不幸福。

佛陀早就发现了这个问题，人类如果一直在外在的物质世界中寻找幸福，肆意破坏环境，不顾一切地造作各种各样失去道德底线的丑事……最终的结果，就是大自然中连一口纯净的水和空气都没有了，人们内心的伦理道德也丧失殆尽，内在与外在的世界全部被摧毁无余！人类付出沉重的代价换取到了物质财富，可拥有的再多，却始终得不到幸福，最后在怨恨中抱憾离世。

佛陀认为这是十分可怜、可悲的，是完全错误的选择。当然，佛并没有要求我们彻底摒弃物质，如果没有基本的物质保障，人们也无法生存。佛陀认为，人类应该努力改变自己内在的世界，只有这样，才能真正获得幸福感、满足感，乃至更高层次的智慧与慈悲，都会悉数获得。

佛陀还为我们提供了一系列的方法，打破、消灭我们以往错误的人生观、世界观和价值观；把这些错误的观念全部摧毁之后，再为我们重建全新的“三

观”。令人遗憾的是，很多人并不了解佛教，认为学佛就是烧香拜佛，并且还有许多教条上的约束，让人不自由，倍感压力。其实，这是对佛法极大的误解。恰恰相反，佛法能够让人从内心当中获得真正的自由自在。与之相比，物质世界所谓的“自由自在”根本不值一提。

以上道理知易行难，但只要肯下功夫，循序渐进地修行，就能离真正自由自在的境界越来越近。

（四）因小果大——因果中的蝴蝶效应

“云何小因而生大果？从小种子而生大果，是故从于小因而生大果。”

“从于小因而生大果”，即十分微小的因，便能产生很大的果。正因如此，农夫才愿意辛勤耕耘，如果播种与收获同样多的话，就没人去种地了。比如，许多树木的种子都十分微小，但却能生长成枝繁叶茂的参天大树。气象学界有个名词，叫做蝴蝶效应，即一只南美洲亚马逊河流域热带雨林中的蝴蝶偶尔扇动几下翅膀，可以在两周以后引起美国得克萨斯州的一场龙卷风。由于蝴蝶扇动翅膀产生的微弱气流，就能引发一系列连锁反应，最终导致气象系统的极大变化。这些“从于小因而生大果”的例子，在生活当中比比皆是。

由此可见，一个微小的善业，就能让我们在未来的五百世中，获得健康长寿等善果；而一个极小的恶业，也足以让我们在未来五百世，甚至更漫长的岁月中，感受短命、多病等恶果。所以，我们一定要严谨地取舍因果，“莫以善小而不为，莫以恶小而为之”。哪怕再微小的罪业，也不能忽视，如有违犯便立即忏悔；哪怕再小的善业，也要十分重视，有机会就要尽量行持。这一点非常重要。

以上是第四个因果规律，下面讲最后一个。

（五）与彼相似——种瓜得瓜，种豆得豆

“云何与彼相似？如所植种生彼果故，是故与彼相似。”

因和果是相似的。何为相似呢？是形状，还是颜色？其实都不是。种与芽的形态虽然不同，但种什么因就会得什么果，也即“种瓜得瓜，种豆得豆”“善有善报，恶有恶报”，因果之间不会颠倒，这也是因果规律之一。

我们任何一个善的念头、语言或者行为，其果报成熟时，都将是正面的幸福安乐；相反，任何一个恶的言论、念头和行为，其结果一定都是负面的痛苦与衰败。所以，大家要珍惜现在的机会，多多行持善法，避免造作恶业。

既然以上五种是大自然的规律，那么“善有善报，恶有恶报”就是理所应当、天经地义的事情。比如，杀生的行为缩短了其他众生的寿命，其结果就是自己的寿命会受到影响，这就是“与彼相似”。不仅如此，如果杀害了一条生命，其果报不止要偿还一次，而是三百次、五百次，这就是“从于小因而生大果”。

大自然中的一切都遵循着这些因果规律，但人们却只愿意相信自己眼睛看得见的那部分，比如“种瓜得瓜，种豆得豆”；对肉眼不可见的部分，如“善有善报，恶有恶报”，不肯相信、不以为然。

既然万事万物都要遵循因果规律，为什么善与恶就能够例外呢？凭什么杀盗淫妄就不在其中呢？在世間犯法，就会受到法律的惩罚，这也是一种因果。如果我们能够客观理智地进行思考，是没有任何理由否认善恶因果的。

如果要否定一个观点，就应该拿出足够的论据、充分的理由，信口开河是毫无说服力的。虽然信与不信是自己的选择，但必须要知道，盲目地否认是没有任何道理的。

“是以五种观外因缘之法。”

我们应当用这五种规律来观察外在的因缘法，这些都是大自然的规律。

以上我们分享了外因缘法的因相应与缘相应，总结而言：一方面，从宏观世界即我们感官的层面而言，万事万物有因有果，因果有五种规律。它们并非某个人或神创造、制定的，而是大自然的法则。另一方面，从微观世界而言，一切都是我们感官的错觉，万事万物的本质是空性的，因果关系也无从建立。事物的本质是空性的，但现象是存在的，这就是“缘起性空”，也是佛教的世界观。

这五种因果规律至关重要，且意味深远，仅仅看一遍不一定有什么作用，也许过几天就忘记了，很难获得属于自己的见解。因此，希望大家能进一步思考，当然，更重要的是要去修行。

佛法留给了我们无穷的探索空间，这些结论都是可以通过推理验证的。往往佛经中的只言片语，便能延伸出丰富的理论和推理，比如龙树菩萨的《中论》，月称菩萨的《入中论》等，全都是从佛经中的一两句话延伸而来的。仅仅依靠这些思维，也能让我们明白自己究竟生活在一个怎样的世界中。

所以，我们经常强调闻思修的重要性。当然，并不是说不需要烧香、拜佛、诵经、磕头等，这些善法的功德毋庸置疑，但其重要性不如闻思修。因为只有通过闻思修，才能够让我们看到世界的真相。如果我们不去学习、思考、实践，仅仅是念《金刚经》《心经》，也许念一辈子也无法领悟其中奥义。佛法的核心是智慧与慈悲，闻思修才是学佛的重点，烧香、拜佛等善法虽然也需要去做，但却是次要的，这一点希望大家务必重视。

当然，在实修之前，我们需要先掌握理论知识，这一点十分重要。通过学习《佛说稻秆经》，虽然不一定能让我们立即证悟，对空性有真实的体会，但佛陀宣讲的这些理论，一针见血、鞭辟入里，能帮助我们建立正确的世界观，对证悟大有裨益。

像六祖惠能大师以及藏传佛教中的许多高僧大德那样的利根者，的确不需要太多理论上的学习，因为他们过去世已经积累得足够了，根机已经成熟，仅凭简单的一两句话，甚至一个表示就能证悟。但我们这些普通人，就必须一点一滴地积累，通过对法义的深入思维，把以往积习难改的错误观念逐一击破，才能最终获得证悟。

这个过程就像伐木，我们那些错误的观念就像树干上的枝丫，需要逐一清除干净。如果以人工去砍光这些树枝，就需要一个一个慢慢去除；然而像六祖惠能大师等利根者，他们就像拥有伐木机，把整颗大树放进去，几分钟内，树枝就全部脱落了，这就是二者之间的差别。因此我们必须对以上道理反复思维，把修行的基础打牢，如果基础不稳固，最终将一无所得。



四、外因缘法的修法

原本按照经文的内容，在学习完“外因缘法”后，应该继续学习“内因缘法”。但在此之前，我们有必要先了解一下外因缘法的具体修法。

学习任何一种佛法理论，都应考虑如何实践它，怎样把这些理论知识运用到实际生活中，断除自己的烦恼。如果一味学习理论知识却没有进行实践，则纵然学富五车，都不能解决我们的实际问题，我们最终还是需要通过实修来消灭自己的烦恼。

外因缘法的修法属于中观修法的一部分，分为前行、正行和后行。

（一）前行

1. 身要

首先，身体做“毗卢七法”，这个姿势十分重要。

2. 语要

其次就是排垢气，也是很重要的修法。身要和语要的具体细节，在《慧灯之光》中有详细的介绍，也有示范视频，此处就不赘述了。

3. 心要

第三，发菩提心。我们为什么要修缘起法？因为要证悟。为什么要证悟呢？就是要饶益众生。要以“为度众生愿成佛”的菩提心来精进修持。

（二）正行

以上前行部分完成后，就可以进入正行的修持，正行分为九个方面的内容。

1. 观想

首先，要观想本师释迦牟尼佛。如何观想佛陀呢？简单来说，在自己面前的虚空中，观想本师释迦牟尼佛面朝我们，身体金黄色，左手托钵，右手触地，金刚跏趺坐于莲花宝座上，观想得越清晰越好。初学者观想时，需要准备释迦牟尼佛的佛像、唐卡或图片；当观想得比较娴熟时，佛陀庄严的身像能够随时浮现在脑海中，这时就不需要唐卡了。

许多佛经中都宣讲过，只要具足信心，无论是面前的佛像还是观想出来的佛陀，完全与真实的佛无二无别。有一句诗是“千江有水千江月”，意为有一千条江河，自然就会倒映出一千轮明月。虽然佛是全知的，并不是全能的，但因为佛陀具有无量的度化众生的力量，因此，只要我们以强烈的信心祈祷，佛陀就会出现在我们面前。

2. 祈祷

其次就是祈祷。这时可以念诵本师释迦牟尼佛的名号或心咒“南无本师释迦牟尼佛”或“达雅塔，嗡牟尼牟尼玛哈牟尼耶梭哈”，还可以念诵缘起咒“嗡耶达儿玛，嘿德抓巴瓦，嘿敦得堪达塔嘎多，哈雅巴达，得堪匝友呢若达，诶旺巴德玛哈，夏儿玛纳梭哈”。一边念诵一边以强烈的信心祈祷：佛陀啊，请您加持我在这一座当中证悟缘起法！

在许多修法仪轨中都有缘起咒，大家应该比较熟悉了。我们经常念诵的是它的梵文音译，翻译过来意思是：诸法从缘起，如来说是因，彼法因缘尽，是大沙门说。

“诸法从缘起”，即一切万法都是从因缘产生的。此前，我们已经详细分析过，“诸法”就是万事万物。在世俗谛中，万事万物无一例外，都是由

因缘产生的。

“如来说是因”，“如来”就是佛，佛陀准确无误地宣讲了万事万物产生的因缘。佛陀说：这个世界并不是由造物主、万能神创造的，也不是无因无缘产生的，而是由因缘而生的。因缘是什么呢？就是上述的“因相应”与“缘相应”。

“彼法因缘尽”，万事万物都有自己的因缘，当因缘灭尽之时，事物也会随之消逝。因此，万法的诞生、存在与毁灭，都取决于因缘，而与任何鬼神的力量无关。

“是大沙门说”，“沙门”泛指修行人，如比丘、比丘尼、沙弥等，不仅仅是佛教徒，一些外道的修行人也叫做“沙门”。但他们都不能称为是“大沙门”，“大沙门”特指佛陀。“是大沙门说”意为：这是佛陀说的。只有佛陀能够如此透彻地宣讲缘起性空的道理，这是世间任何宗教与学说都无法触及的。

以上是缘起咒的含义，祈祷时念诵梵文的音译或是汉文的偈颂都可以，念诵时间也没有特殊限定，长短大家可以自行决定。

3. 思维

念诵的时候要尽量思维它的含义。刚开始修行的时候，边念诵边思维或许有一些难度，这时就可以停止念诵，专心思维。概括而言，我们可以从外在物质世界和内在精神世界两个方面进行思考，这两个方面又可以分别从三个角度思维：一是在世俗谛中，因果不虚、缘起不灭；二是在胜义谛中，本体空性、不生不灭；三是缘起性空，如梦如幻。

（1）思维外在物质世界

① 世俗谛：因果不虚、缘起不灭

在世俗谛中，可以通过思维缘起法的五种规律，进而对因果不虚产生坚

定不移的信心。五种规律即“不常、不断、不移、从于小因而生大果、与彼相似”，尤其是后面两个规律：“从于小因而生大果”和“与彼相似”。

思维时，应当尽量例举自己在生活中的所见所闻和亲身经历，如衣食住行、亲朋好友、动植物、大自然中的一切等等，这些都可以作为思考的素材，它们是如何“由小因而生大果”的？逐一思维之后，就会坚定不移地相信，很小的因便可以产生极大的果，这就叫做自然规律。

此外，思维“与彼相似”也十分重要。因和果是相似的，什么样的因就会产生什么样的果，比如对于有情众生而言，鸡生鸡、狗生狗，花草等植物莫不如此。因果永远都不会错乱，这也是大自然的一种规律。在世俗谛中，从感官层面比较深入地进行观察之后，我们最终就会得出一个结论：善有善报，恶有恶报，善恶因果也是永远都不会错乱的。

我们在修四共同外前行的时候，其中也有因果不虚的内容，与此处不同的是，前行中直接告诉了我们因果之间的对应关系，即什么样的因会产生什么样的果。而此处的思维方式，需要我们自己拓展思路，从身边的一切人、事、物入手，寻找因果之间的关联。

因果和轮回，是佛教非常重要的两个基本思想，虽然其他宗教对此都会有所提及，但却与佛教的见解截然不同。有些学佛多年的佛教徒，内心深处始终半信半疑：人到底有没有来世？有没有善恶因果？这是由于大家从小接受的教育中，没有涉及到对因果轮回的探索；很多佛教徒平常也只是烧香拜佛而已，并没有真正系统地闻思修行，因此这些人对因果轮回没有坚定的信心，也是情有可原的。但是作为一个佛法的修行者，如果始终对因果轮回心存疑虑，那么修行就会裹足不前，所以我们必须先解决这两个问题。

通过思考以上五种因果规律，尤其是后面两个规律之后，我们就会产生十分深刻的感受，什么感受呢？就是对因果不虚、对“善有善报，恶有恶报”产生了坚定不移的信心。这个时候就停下来，尽量在这种深信不疑、坚定不移的信心中安住，保持这种信心和感受，就叫做“安住”。当它逐渐消失，

或是又生起了其他念头的时候，就重新开始思考。

以上是第一种思维方法，也是这几个修法中最简短的一个。

② 胜义谛：本体空性、不生不灭

第二种思维方法，是比较高级的空性修法。具体的推理方式，我们之前已经详细分析过了：因果规律只能在粗大的感官世界中成立；当深入思维时，无论因果先后存在、同时存在，还是自生、他生、自他共生等统统都不成立。

通过对以上道理的反复思考，我们最终就能产生一种强大的体会，即深刻感受到因是无法产生果的。稻种从来都没有产生过稻芽，这就是“不生”；既然没有产生，那么就谈不上毁灭，也即“不灭”。佛法中称之为“不生不灭”，或“无生无灭”“不来不去”，这些都是一个意思。

和上一个修法相同，当产生了这种深刻的体会时，就停下来，在这种“不生不灭”的体会中安住。当我们刚开始打坐思维时，可能感受比较模糊，也没有什么清晰深刻的体会，这都是正常的，我们就是需要反复观察、思维，并将这种训练坚持下去。

以上是第二种修法，请大家务必牢记。

③ 缘起性空、如梦如幻

虽然经过深入观察后，我们得出了方法“不生不灭”的结论，但从感官层面而言，的确是“有生有灭”的，这就是我们此前讲解过的唯现象、唯缘起，也即佛经中所说的“如梦如幻”。

城市中川流不息的人群，鳞次栉比的建筑物，都是我们感官的错觉，仅仅是一个现象而已。就像一些技艺高超的魔术师，能够凭空幻变出一座建筑物甚至一架飞机，但这些只不过是利用了我们视觉的错觉而已。再比如海市蜃楼，在海面或沙漠中，当自然条件具足时，空中就会出现城市、远山等景象，虽然能够清晰地看见，但它只是阳光折射出的虚幻影像，并非真实存在。此外，我们做梦的时候，梦中的一切与现实生活毫无二致。尤其是当我们不知道自

己在做梦的时候，梦里感受到的一切光影、声音，以至于味觉、触觉等都无比真实，我们甚至无法分辨孰真孰假。

同样，如果我们深入思维就会感受到：在所谓的现实生活中，自己见闻觉知的一切事物，都只是一个现象而已，它们没有任何真实的本质。如果万事万物存在实有的本质，那么无论在宏观或微观世界中，我们都应该能够找到稻种产生稻芽的证据，但事实恰恰相反，我们最终得出的答案是“不生不灭”，这就充分地说明了外在世界是我们感官的错觉、幻觉，也就是“唯现象”，或是如幻如梦的。

上述道理我们以往只是在理论上学习过，但从来都没有过任何切身的体会。现在只要我们对以上内容反复思维、修持，它们就不再只是理论知识，我们最终一定会对“如梦如幻”产生一种强大且深刻的体会。有了这样的体会时，思考的目的就已经达到了，这时就停下来，在这种状态当中安住。

概括而言，第一个修法，是在世俗谛当中思维因果不虚；第二个修法，则是在胜义谛中思维万法不生不灭；第三个修法，是通过思维前两项内容，得到了一个结论：万事万物只是一个现象而已，没有任何实有的本质，就像魔术师的幻变、海市蜃楼或梦中景象一般，也即缘起性空、如梦如幻。

以上三种修法至关重要，尤其是后面两个与空性相关的修法，能够让我们感受到“不生不灭”“如梦如幻”，这也是一般显宗证悟空性的基础修法。

接下来，就是从我们内在的精神、意识的层面进行思维和修持。

（2）思维内在精神世界

① 世俗谛：因果不虚、缘起不灭

很多人在遭受痛苦时，往往不愿意寻找自身的原因，而是立即指责、抱怨他人。每当这时，我们就要利用这个机会思维因果不虚：我为什么会感受这个痛苦呢？这其中一定有许多因缘，这些因缘有远有近，比如近因是家庭不和睦等客观因素，但还有无数我看不见的远因，比如过去世自己制造过邪

淫等导致家庭不和睦的因等等。既然这是我自己造的业所感得的果，我就不能抱怨、仇恨他人。这样思维就能逐渐学会接纳痛苦，内心也变得越来越坚强。

此外，当我们伤心不已、烦恼丛生的时候，还可以这样思维：我现在感受的痛苦既是以往业力的果，也是决定未来果的因，它会导致善恶两种结果。比如我现在心里难受，于是我就去抱怨、仇恨某一个人，那么在下一秒时，这个不开心的念头就立即产生了一个恶果。反之，如果我们能够正确利用烦恼和痛苦，比如修自他相换、修慈悲心，这样在第二刹那时，它就会立即产生一个善果。

以往我们总是一味关注自己的念头和情绪，不会关注下一个瞬间它将导致怎样的因果。但在学习了因缘法之后，就应当时刻关注自己的起心动念，看看它们是在往哪个方向发展：是在衍生罪业，还是在制造善业？每当自己的身心产生烦恼和痛苦的时候，就要及时提醒自己，现在的念头就是一粒种子，千万不要让它结出恶果，要尽量让它们成为善的因缘，这一点十分重要。

② 胜义谛：本体空性、不生不灭

接下来，就是胜义谛层面的空性修法，即思维“不生不灭”。当我们感到伤心难过、焦虑抑郁，甚至心中产生了任何一个恶念的时候，就静下心来思维：我现在心里很难受，它是一个果，那么它是如何产生的呢？如果认为它是因为家庭、婚姻、感情、工作等原因产生的，那么就用之前学习过的分析方法逐一思维，它是自生、他生，还是自他共生等等。

实际上，当进一步观察时我们就会发现，所谓的因果关系，只不过是我们的错觉，这些烦恼和痛苦，其实是“无生”的，既然如此，我为什么要难过呢？如此反复思维，当深深地体会到它是“不生不灭”“不来不去”的时候，就在这种感觉当中停留、安住，那些悲伤难过的念头和情绪很快便会消失无踪。

可见，虽然我们能够真切地感受到这些悲伤、痛苦、焦虑等念头，但它们的本质是不生不灭的。

③ 缘起性空、如梦如幻

一直以来，我们始终认为这些情绪和烦恼是自己内心的一部分，并且深陷其中不能自拔。现在我们可以把烦恼和“我”分开，站在另外一个角度去看待它们的变化和本质：到底什么是痛苦？它长什么样子？产生它的因是什么？如果思维到位的话，就能清楚地感受到：原来我所谓的烦恼，就只是一个现象而已，它是“如梦如幻”的。从无始以来到现在，我都认为它是实有存在的，因此感受了无量无边的痛苦，现在我终于看到了它的真相，从此以后它再也无法左右我的心了！如果我们内心能够产生这种坚定不移的信心，烦恼和情绪当下就会消散。

这些修法对解决我们内心的痛苦非常有帮助，感到痛苦的时候，大家不妨一试。全世界每年大约有 100 万人自杀，绝大多数都是因为对生活中的一些遭遇无法释怀，无力对治烦恼所致。如果这些人能够遇到并且愿意使用这些修法，或许不会选择用这样极端的方式结束自己的生命。

事实上，我们应该通过这些方法来结束痛苦，而不是结束自己的生命。我们以往总是习惯于去外在世界寻找原因，全力以赴地解决外面的问题，当面对内心的烦恼和情绪时，却往往不知所措。但实际上，幸福与否完全取决于内心，如果掌握了正确的方法，内心问题的解决可谓易如反掌。相反，外在的事物关系着无数错综复杂的因缘，解决起来并非易事。

这些修法还可以在我们身体感受痛苦的时候使用，一些轻微的病痛，完全可以通过这些方法得以消除。

肉体上的痛苦比内心的痛苦更具体、更真切。对于初学者而言，因为修行的力度还不够，暂时还不能战胜较为严重、强烈的疼痛，所以可以先从一些轻微的肉体痛苦开始训练。随着修行力量的不断增上，将来面对十分严重的病痛时，依然能够产生“不生不灭”的深刻体会，内心坦然自在，毫不畏惧。

以上虽然有六种思维方式，但核心的内容就是世俗谛中因果不虚，胜义谛中不生不灭，以及缘起性空、如梦如幻这三个角度。我们有时可以用这三

个方法来观察外在的世界，有时也要通过这些方法从内心深处寻找答案。

现代人普遍压力山大，开心快乐的时光屈指可数，郁闷忧伤的日子却漫长无边。每当自己烦躁不安、痛苦不已，甚至莫名其妙地焦虑、抑郁，对外境生起种种烦恼的时候，不要借酒消愁，或是去一些没有太大用处的地方麻痹自己，这时就要静下心来，好好利用这些修法，从源头上解决问题。

当然，要想解决源头上的问题，我们首先需要打好修行的基本功，对没有任何修行基础的人而言，想要战胜烦恼的确举步维艰。但修行的功夫是可以通过努力培养出来的，比如修五加行、禅修等。关于禅修打坐的方式，我们以前单独介绍过，例如九住心的修法等，大家可以自行查阅。

坐上修持时，我们可以在一座之中将以上九个次第逐一观修一遍，也可以选择其中的某一个修法反复思维。思考一段时间之后，可以转而着重观想释迦牟尼佛，以强烈的信心祈祷佛陀加持，然后念诵佛陀的名号或缘起咒，100遍或者其他数量都可以。之后再重新开始思维，如此轮番交替。一座的时间长短没有限定，半小时、一小时、两小时都可以，重要的是长期坚持。

以上是正行具体修法的内容。

（三）后行

之后观想释迦牟尼佛化光融入自心，在这种空性的境界中安住片刻。如果没有这方面的体悟，那就在没有分别念的状态中安坐片刻。最后进行回向，回向的部分大家都很清楚，此处就不再赘述了。

外因缘法的修法对我们来说至关重要，这些方法能够帮助我们战胜内心的烦恼，建立因果轮回的正见。希望大家在掌握了理论知识之后，能够付之于实践，认真思维，不仅要在坐上努力修持，还要在实际生活中经常训练，把它们当作日常功课。若能如此，在今后的人生道路中，无论遇到怎样的逆境与磨难，都始终能够保持坚强、平稳的心态，不再会杯弓蛇影、患得患失，甚至能够帮助我们证悟空性——如佛陀所言，谁能看见缘起，谁就能看到法。

THE
B
E
E



第三章

佛教的人生观

“如是，内因缘法亦以二种而得生起。云何为二？所谓因相应、缘相应。”

外因缘法告诉我们，外在大自然中的一切事物，并不是造物主或万能神的杰作，而是因缘和合的产物。“如是”意为“同样的”，内因缘法也是如此。

相对于外在的物质世界，“内”指有情众生，即有心识、有感情的一切生命，佛教称为内有情世界。“内因缘法”同样分为两个部分，即与“因”相关的“因相应”和与“缘”相关的“缘相应”。此处的“所谓”，特指与前相同。

一、内因缘法之因相应与缘相应

（一）内因缘法之因相应

——生命源于十二缘起

“何者是内因缘法因相应义？”

什么是内因缘法的因相应义呢？即佛教独有的学说——十二缘起。它主要阐述了生命从最初诞生到最终归宿的整个过程，解答了人类历史上最著名的“哲学三问”：我是谁？我从哪里来？要到哪里去？除佛教外，世界上其他宗教、哲学、科学等领域对此均未进行过如此深入的阐述。

现在有些佛教徒十分热衷于打坐、禅修，并且沉溺于打坐带来的一些身体上的感受，表面上在很用功地修行，但对因果轮回的道理始终心存疑虑。这种现象在西方国家尤为突出，西方人因为从小受近代科学和其他宗教文化的影响，对因果轮回等概念缺乏认知基础，故而难以接受。还有一些人，虽然对佛教中的慈悲心、缘起性空等理念十分认同，如获至宝，但对因果轮回等道理却一知半解、不以为然。

相比之下，东方国家的人们自古以来对因果轮回的概念就不陌生，只不过现代许多年轻人从小缺乏这方面的系统教育，再加上受到西方唯物主义的影响，内心不免疑虑重重：到底有没有因果？轮回真的存在吗？正因如此，深入地学习、探讨缘起法，对于现代人来说很有必要。

虽然有些宗教也承认因果轮回，但远没有佛教探讨得如此全面、深广。佛教独有的缘起学说究竟有何超胜之处？这是值得我们深入了解的问题。

尽管许多人并不相信轮回的存在，可是迄今为止，就连科学家们都未能找到任何可以否定轮回存在的证据。因为一旦要讨论轮回是否存在，就不得

不解决意识参与的问题，即量子力学中“观察者”的问题，这一直都是科学界难以攻克的难题。其中有少数极端唯物主义者，甚至希望世界上根本不存在什么意识，这样他们就可以轻松地用物质来解释一切了。但偏偏意识的客观存在是不容忽视的！由于无法对意识参与所带来的一系列问题给出圆满的解答，导致许多科学结论至今饱受质疑。此外，没有任何一个科学家、医学家能够证实意识是大脑的产物。

但是，仅仅因为科学家们没有找到轮回不存在的证据，就能说明轮回存在吗？佛教当然不会如此草率。那么，佛教是如何诠释意识的诞生、发展与消亡，如何揭开轮回的奥秘呢？这就不得不提到十二缘起。以《佛说稻秆经》《缘起经》为主的许多佛经，都着重宣讲了十二缘起的内容。此外，在《大乘阿毗达磨集论》《现观庄严论》和《阿毗达磨俱舍论》等诸多论典中，也对十二缘起进行了细致、深广的讲解。

接下来，我们看看《佛说稻秆经》是如何阐述十二缘起的。

“所谓始从无明缘行，乃至生缘老死。”

十二缘起的第一支是“无明”，随后产生“行”，即身、语、意的行动所造作的善恶业。二者是因果关系。

在十二缘起中，“无明”是第一支，“生”和“老死”是最后两支。“生”即诞生，众生有了出生，就会有老死。“生”是因，“老死”是果，二者也是因果关系。乃至从“无明”到“老死”，十二缘起中间的每个环节，都是“前前为因，后后为果”的关系，此处便不详述了。

为什么其他环节都是单独成立，却将“老”与“死”这两个生命过程合并在一起呢？其实，衰老和死亡并没有必然的联系，也没有特定的先后顺序，许多生命没有来得及衰老便已经死去了。佛陀将此二者合并宣说，就是为了提醒我们生命无常，具有特殊的意义。

“若无明不生，行亦不有；乃至若无有生，老死非有。”

如果从源头上没有“无明”，那么“行”也不会随之产生。没有“无明”就不会造业，“行”就是造业，包括善业和恶业。当然，由无明引发的善业也是有漏的。如果没有“生”，就不会有“老死”。乃至整个十二缘起支，前前后后都是彼此依存的关系。

“如是有无明故，行乃得生；乃至有生故，老死得有。”

正是因为有了“无明”，就产生了“行”，整个缘起的链条便就此展开了。“老死”因何而产生？有“生”故。任何一个生命，一旦有了最初的诞生，就必然要面对最终的衰老和死亡。

“无明亦不作是念：‘我能生行。’行亦不作是念：‘我从无明而生。’”

我们在学习“外因缘法”时曾分享过，稻种没有想过：我要产生稻芽。稻芽也不会去想：我是某粒稻种产生的。同样，虽然由“无明”产生了“行”，但“无明”从不会想：我能产生行。“行”也不会去想：我是由无明产生的。

世间万物有因就有果，常言道“种瓜得瓜，种豆得豆”，因果之间并非有人刻意安排，也没有一个万能神在幕后主宰——我要创造一个太阳系、一个地球，然后在地球上创造水、空气、动物和人等等。佛教认为，世间万物都随因缘而生灭，缘起是自然规律，这也是佛教与其他宗教最大的不同之处。

“乃至生亦不作是念：‘我能生于老死。’老死亦不作是念：‘我从生有。’”

“生”也不会认为：我能产生老死。“老死”也不会思维：我是从生而来的，如果没有生，就没有我的存在。

“虽然，有无明故行乃得生，如是有生故，老死得有。是故应如是观内因缘法因相应义。”

此处的“虽然”，还是“但是”的意思。但是，因为有了“无明”，“行”就能够产生；因为有了“生”，就必然会有“老死”。我们应该如此观察内有情世界缘起法中“因相应”的意义。

所谓缘起，就是“此有故彼有，此生故彼生”。以此类推，十二缘起的每一支，彼此都没有预先的计划与沟通，只要因缘和合，果自然就会产生。

以上对十二缘起进行了简要的介绍，后面还会进一步详细阐述。

（二）内因缘法之缘相应： 地、水、火、风、空间、心识

“应云何观内因缘法缘相应事？”

既然内有情世界的“因相应”是十二缘起，那么接下来，我们应当如何观察、思维其“缘相应”的内容呢？

“为六界和合故。”

内因缘法“缘相应”，就是“六界和合”。在内有情世界的因果规律中，主因是十二缘起，而助缘则是六界和合。

此前我们分析过，因和缘的区别是什么？以植物为例：种子决定了未来的果实是苹果还是梨，因此，凡是对果实的产生起决定性作用的因素，就叫做“因”，即种子为因。而阳光、土壤、水源、气候等能够促进植物生长，对果实的产生起辅助性作用的因素，则称为“缘”。据说，为了让结出的苹果更香甜，过去的果农们会用牛奶浇灌苹果树，这些都是苹果生长的助缘。

“以何六界和合？所谓地、水、火、风、空、识界等和合故。应如是观内因缘法缘相应事。”

什么是“六界和合”呢？此处的“六界”，指“地、水、火、风、空”五大，再加上“识”。其中，“地、水、火、风、空”属于物质范畴，组成了众生的身体；“识”则属于精神范畴，即我们的意识。

可以说，十二缘起是建立在有情众生的身体与意识上的，如果没有六界和合，无明等十二缘起则根本无从谈起，六界是十二缘起的助缘。因此，我们应当从六界和合的角度，观察内因缘法“缘相应”的道理。

具体什么是“六界”？它们又是如何发挥作用的呢？

1. 地界

“何者是内因缘法地界之相？为此身中作坚硬者，名为地界。”

此处的“地界”，并非我们通常所说的大地。“名为”意即“被称为”。“地界”里面有个“界”字，就不再是普通意义上的“地”了。在日常生活中，我们普遍认为，“地”就是脚下的土地，“水”是氢氧原子组合而成的一种物质，“风”则是气流的运动，等等。但佛法中的“地、水、火、风”并不仅限于此，“界”泛指某种能力、功用。

佛法将人体中坚硬的部分统称为“地界”，如骨骼、肌肉、皮肤、头发等。坚硬并不一定特指石头、钢铁等物质，就像手臂能够承托住衣服，使其不掉落，这种凡是有质碍，具有承载能力的，都称为“地界”。

2. 水界

“为令此身而聚集者，名为水界。”

众所周知，人体是由无数的分子、原子等构成的，我们走到哪里，这些分子、原子也就跟随到哪里，它们总能保持某种固定的形态。如果是一堆干燥的泥土或面粉，风一吹便会四处飘散，但倘若在其中加入一些水，便能够令其凝结，成为泥块或面团。同样，我们从不担心移动自己的身体，身上的分子就会解散，这种能够把它们聚积在一起的力量，就叫做“水界”。

其实，早在 2500 多年前，佛教就已经揭示了“万有引力”的道理。《毗达磨俱舍论》中讲，通过持诵特定咒语，可以让动物无法动弹，比如令蛇无法爬行、鸟儿无法飞翔。同样，有一种无形的力量，可以使物体的微尘紧紧地凝聚在一起，无法解散。佛经中虽然没有使用“引力”这个名词，但意思是相同的，这种力量就是此处所讲的“水界”。

因此，佛法中的“水”并非是指普通意义上具有液体形态的水。比如石头、金属等干燥的物体，其中似乎没有半点“水”的成分，却能够保持各自的形态，这种令其凝聚不散的能量，就称为“水界”。

3. 火界

“能消身所食饮嚼啖者，名为火界。”

人体如果没有体温，则无法消化食物。我们吃进去的食物到达胃里，需要进一步地发酵、吸收，过程中需要一定的温度，这种能够产生温度、消化食物的能量就叫做“火界”。

4. 风界

“为此身中作内外出入息者，名为风界。”

进出人体的空气，即我们的呼吸，叫做“风界”。

5. 空界

“为此身中作虚通者，名为空界。”

我们身体中有许多空间，如口腔、鼻腔、腹腔等，空气能够在各个腔隙中自由流动。空间有“无质碍”的特性，因此称为“虚通”。这些空间是人体新陈代谢不可或缺的，否则我们就无法呼吸，胃肠道无法蠕动，不能消化食物，血液也无法循环。

6. 心识

（1）心识由六个部分组成

“五识身相应及有漏意识，犹如束芦。”

内因缘法缘相应中，除了以上组成身体的各大元素外，最重要的就是众生的心识。

佛教将众生的心识分成了六个类别，即“六识”。其中前五识指，通过眼、耳、鼻、舌、身五种感官而产生的五种感知，即眼识、耳识、鼻识、舌识、身识，也就是人们通常所说的视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉。“身相应”，意思就是由感官所产生的知觉、感受。此外再加上第六识——有漏意识，以上因缘和合时，一个生命便就此诞生了。

“犹如束芦”。“芦”即芦苇，是生长在水边的一种植物；“束”就是“捆

在一起”，就像将一把芦苇的一头捆扎住，另一头便可矗立于地面一样。例如三脚架，三只脚相互支撑才能直立不倒。如果少了一只脚，另外两只就无法保持平衡，一定会倾倒。同样，一个生命的形成也需要“六界和合”，就像捆在一起才能竖立的芦苇丛，其中意识的参与至关重要。

对于一个生命体而言，肉体与意识缺一不可，二者是相互依存的关系。意识必须要依赖于身体这个载体，除非是处于中阴等特殊的生命阶段，一般来说，意识无法离开身体而单独存在。同样，即使其他因缘全部具足，但如果缺少了意识的加入，受精卵根本无法发育成一个真正的生命体。

（2）意识并非物质的产物

现在许多人都认为，意识是由肉体产生的——受精卵逐渐发育成熟，在此物质的基础上，就产生了意识。早期的一些西方科学家们认为，意识是由大脑产生的，大脑就像汽车的发动机，而意识就如同发动机所产生的热量一般。

时至今日，越来越多的科学家们已经发现，问题远没有这么简单。在量子力学、心理学、脑神经学等诸多领域，意识的参与令科学家们感到芒刺在背，那些曾经轻视它的人们，也不得不正视其独特性和重要性，并尝试着重新寻找答案。

虽然目前主流科学界仍然认为：先有物质，再有意识，意识是由大脑产生的。但如果继续探讨：意识是如何从大脑中产生的？是否有充分的证据证明这一点？截至目前，科学家们都未找到任何有效的数据。尽管如此，相较于之前西方主流科学界试图否认意识存在的思想，现代科学对意识的探索已经迈出了一大步。

随着科学技术的不断发展以及对各个领域的深入探索，许多科学家已经不再笃定地认为“意识是物质的产物”。相反，越来越多的科学结论表明，意识可以改变甚至决定物质。比如，现代科学已经通过实验证明，禅定完全可以改变人类大脑的结构。在严谨的实验数据面前，曾经的质疑者们也不得不承认，意识是科学探索世界真相的过程中最不容忽视的重要角色。

那么，如何理解意识与物质的关系呢？

人们通常认为，物质世界与精神世界是截然不同、泾渭分明的两个世界，所谓物质，就是看得见、摸得到，外在一切有形有色的东西。但佛教对物质的定义却更为深广，大致可以分为三类：一是物质层面，就是看得见、摸得着，或者能够被我们感知的事物，如固体、液体和气体等；二是细微的能量层面，即我们的感官无法感知，但却客观存在的事物，如电磁波等；第三则是更深层的精神层面，也就是我们的意识。总之，我们整个身心的内外世界中，无论是看得见、摸得着的事物，还是能量，乃至意识，凡是具有质碍或可以变化的、能互相产生作用的事物都属于物质的范畴。

佛教认为，物质、能量、精神三者，只是存在的形式不同而已，它们之间是能够相互转化、彼此影响的。关于物质与能量的相互转换，早已被科学家们认可，爱因斯坦的质能公式（ $E=mc^2$ ）也证明了这一点。

从我们内在身心来看，当我们怒不可遏时，血液循环会立刻加快，进而产生脸色大变、心跳加剧等身体反应。由此可见，意识完全能够对物质的身体产生影响。至于意识对外在世界的影响，也即“观察者”的问题，是目前量子力学正在奋力攻克的难关。虽然科学家们还无法解答意识是如何影响物质的，但相信在不久的将来，科学与佛法必定能够殊途同归。

（3）生命的诞生必须要有意识的参与

“能成就此身名色芽者，名为识界。”

“名”指精神层面的感受、观念等。“色”则指从投生到出生之间，包括受精卵逐渐演变成胚胎的过程中，物质身体的这一部分。“芽”即生命的萌芽，就像豌豆芽从豌豆中诞生，是种子、温度、湿度等因缘共同作用的结果。受精卵能够发育成一个生命，也与意识的参与密不可分，只有意识的参与才能令受精卵焕发勃勃生机。

佛教认为，生命的诞生与繁衍，必须要有意识的参与，否则就无法产生生命体。比如木头、石头等物体，之所以不能变成生命体，就是因为其中没有意识的参与。再比如，现在人工智能的技术水平，已经达到了前所未有的高度，但正因为没有意识的参与，再技术精湛、栩栩如生的机器人，都不能成为真正的人类。

不久前，一个名为“索菲娅”的机器人，被沙特阿拉伯授予公民身份，成为了历史上首位获得国籍和公民身份的机器人。“她”可以轻松模拟人类的面部表情，与人交谈时也能够对答如流。然而，无论多么像人类，它始终是一台机器，因为那些互动交流的背后，是人为设定的计算机程序，它并没有独立思维的能力。只要没有意识的参与，就永远都不可能成为真正的“有情生命”，它始终都是“死的”。除非有一天，意识能够加入机器人的体内，它才能成为一个“活的”生命。

此外，现代医学拥有十分先进的克隆及试管婴儿技术，但能够人为操作的，也只是胚胎的物质部分。胚胎最终能否成活，完全取决于是否有意识的参与。换言之，尽管意识需要依赖物质的承载，但如果没有意识加入，物质的胚胎也终将腐烂，无法发育成人。

“若无此众缘，身则不生。若内地界无不具足，如是乃至水、火、风、空、识界等无不具足，一切和合，身即得生。”

如果没有以上六种助缘，人和任何生物的身体就不会产生。比如说，若是内因缘法中的“地界”不具足，就不能形成身体。以此类推，缺少“六界”中任何一者，尤其是意识，则根本无法形成身体。只有这些因缘全部具足时，才能产生真正的生命体。

曾经在很长一段时期内，科学家们一直认为地球的自转、公转是由于“万有引力”的作用。但随着技术的进步，科学家们逐渐发现，其实宇宙中存在着大量的暗物质、暗能量，它们发挥着不容小觑的作用。同样，我们的感官

十分有限，虽然现代科学已经发展到了前所未有的高度，但科学既不是全知的，也不是全能的，许多领域都是它无法企及、未曾探索过的。

比如，早期还没有发明显微镜的时候，人类只能用肉眼看到粗大的物质，根本不知道世界上还有分子、原子的存在。但佛教早在 2500 多年前，就提出了“无分微尘”的概念，佛陀也曾对身边的弟子们说“佛观一钵水，八万四千虫”。人类发明显微镜以后，才开启了微观世界的大门，并且不断发现质子、中子、电子、夸克等更微小的粒子；而量子力学问世之后，基本粒子的概念也开始被颠覆……

尽管科学与佛法已经走得越来越近，但关于人类心灵层面的奥秘，包括意识如何参与生命的诞生，如何影响物质等关键问题，科学对此仍是一片空白。

其实，已有多位获得过诺贝尔奖的脑神经科学家均在其著作中表示：生命的形成必须要有意识的参与，意识并非物质的产物。例如，现代神经生理学之父谢灵顿 (Charles Scott Sherrington) 指出：“光是大脑活动绝无法解释全部的主观心理现象，包括自由意志。”加拿大神经外科专家潘菲尔德 (Wilder Penfield) 长期致力于解析心灵的物质基础，最后他认定，关于大脑的相关解释在本质上便不够周延。

虽然这些观点目前还没有被主流科学界认同，但几千年来，佛教始终认为，只有物质和精神相结合，才能产生真正的生命体。意识是生命诞生过程中最重要的环节，只有意识参与后，物质形成的胚胎才能具有生命。否则，所谓的生命体就和我们身边这些家具、电器、砖头、土石毫无差别了。

以上便是内因缘法“缘相应”的内容。

“彼地界亦不作是念：‘我能而作身中坚硬之事。’水界亦不作是念：‘我能为身而作聚集。’火界亦不作念：‘我能而消身所食饮嚼啖之事。’”

与前面相同，“地界”显然不会去想：我能够作为身体的承载。“水界”

不会认为：我要让身体聚集不散。“火界”不会想：我能够把身体里这些吃的、喝的东西全部消化。

“风界亦不作念：‘我能作内外出入息。’空界亦不作念：‘我能而作身中虚通之事。’识界亦不作念：‘我能成就此身名色之芽。’身亦不作是念：‘我从此众缘而生。’”

“风界”不会想：我能帮助身体呼吸。“空界”也不会想：我能够给身体创造一些空间。意识也没有主动参与其中，它不会想：我要把物质与精神结合，令生命萌芽。当然，身体也不会想：我是从以上众多因缘和合中诞生的。

“虽然，有此众缘之时，身即得生。”

尽管“六界”都未曾提前思考过，但是因缘和合时，生命便会应运而生，这就是自然规律。

二、无我的真相

众所周知，人是肉体和精神的组合体。地、水、火、风以及虚空，这五界构成了肉体；识界，即意识和我们感官的觉知等，则构成了精神。除了这六者以外，根本找不到脱离这六者而独立存在的所谓的“人”或“我”。

地球上有70多亿人口，所有人可分为两类：有宗教信仰的和没有信仰的。没有任何信仰的人，自出生之日起，就认为有一个自我的存在——这叫做我执。这种观点非常盲目，人们从未对此加以认真观察和分析。

有宗教信仰的群体又分成两类：信仰佛教的和信仰其他宗教的。佛教尚未诞生时，印度已经存在婆罗门教等非常古老的宗教以及一些新兴的宗教。除了佛教以外，这些宗教都认为有一个自我存在，并以各种各样的语言描述这个自我，用各种各样的逻辑证明它的存在。

信仰佛教的人也分两种：一种是信仰人天佛教的佛教徒，虽然他们相信佛，也相信因果轮回，但因为没有学过空性和无我的道理，所以跟普通人一样，始终认为有一个自我存在。“我”现在去行善断恶，下一世，“我”就可以享受人天福报。另一种，则是学习大乘佛教或者小乘佛教的佛教徒，这少部分人会否定自我的存在。

他们认为，虽然未经观察时，在我们的错觉当中确实存在着你、我、他，但若进一步观察，到底这个人是真实存在，还是一个虚拟、抽象的存在？若能秉持客观公正的心态，就会发现根本不存在所谓的“我”！

（一）佛教尊重真理

佛教绝对尊重真理。即使在佛经当中，如果有与客观事实不符的内容，佛教都不予承认。那为什么佛陀要讲不符合实际的话呢？

在佛教诞生的 2500 多年前，印度存在着各种各样的宗教、思想和文化，佛陀每次讲法时，为了引导不同背景的受众，就会善巧地说一些方便语。佛陀知道，只有暂时这样讲，才能帮助到对方。如果一开始就据实相告，他们可能拒绝接受，甚至可能因此断了善根。这类佛经被称为“不了义”，意思是所讲的内容并不完整、彻底，仍有所保留。反之，“了义”则是把实相直接告诉大家，一切和盘托出、毫无保留。

佛教历来如此，并不因为是佛陀所说，就断定必然如此，而是尊重事实、就事论事。连佛经都要笃思明辨，其他大德、成就者们的言论就更不用说了。所以，一旦发现不存在“我”，佛教必定会尊重“无我”这个事实，而不是用各种各样的理由、逻辑辩称自我存在，因为掩盖真相毫无意义。可见，佛教是绝对尊重真理的宗教，如同之前否认了造物主、万能神的存在一样，它大胆地否认了自我的存在，这正是佛教有别于其他宗教之处。

关于“无我”的观点，科学界可能暂时还不感兴趣，因为未曾研究过，也就谈不上有什么结论。假如深入观察、分析的话，他们也一定会发现“无我”的真相。

（二）所谓的“我”是什么

1. 通过观察逐一破除我执

什么是我执？简言之，就是执著有一个实有的“我”存在。在普通人的概念中，想当然地认为有一个“我”，这是未被其他宗教加工的、与生俱来的我执。另一种我执，是后天受到各种宗教的影响而形成的，它们通过各种条条框框的教义和似是而非的逻辑，将生来就有的我执扩展、升华，再以各自的宗教理念加以阐释。这两种都是我执，后者更加严重。

如前所述，人的身体和精神由六界所组成，若“我”是一个具体的东西，我们就要逐一观察这六界当中哪一个是“我”。如果找不到，那么所谓的“我”，

只不过是自己意识创造出来的一个抽象概念，并非真实存在。

“彼地界亦非是我，非是众生，非命者，非生者，非儒童，非作者，非男，非女，非黄门，非自在，非我所，亦非余等。如是乃至水界、火界、风界、空界、识界亦非是我，非是众生，非命者，非生者，非儒童，非作者，非男，非女，非黄门，非自在，非我所，亦非余等。”

“彼地界亦非是我”，地界也不是“我”。

地界为什么不是我？这个一观察就知道。我们身体里里外外坚硬的部分即“地界”，如骨头、肌肉、皮肤、细胞等，但人们从不认为“我”是一块坚硬的骨头、肌肉……如果只有地界是“我”的话，那身体其余的液体、气体等都不是“我”了，这毫无道理！所以地界不是“我”。

“非是众生”，“我”也不是众生。

“非命者”，“命者”就是有生命的，这个也不是“我”。

“非男，非女，非黄门”，“我”不是男性不是女性，也不是非男非女的黄门。

“非自在”。“自在”就是大自在天。有些宗教则把大自在天上升为一个万能的、主宰这个世界的造物主或万能神，认为这个世界是由他创造的。佛教否认了这一观点，这里的“非自在”就是说这个。

“非我所”。人们将自身执著为“我”，“我”所拥有的东西即“我所”。有些“我所”是身体本身具有的，比如自己的感官、四肢等；有些则是身外之物，比如自己的房子、车子等。如果“我”不存在，那么“我所”也就无法成立，所以“我所”也不是“我”。

对于这个自我，当时印度有很多种不同的说法。比如：生者，即诞生者；儒童，即小孩的统称，以此说明自我不会衰老、死亡，永远都处于年轻状态；作者，即万事万物的创造者；以及自在、男、女、黄门、我所、我、众生，等等。

这些不同的名词，实际上都在描述同一个“我”。正因如此，佛经里经常出现这些名词，然后一一予以否定：“我”不是地界，不是众生，不是命者，不是生者，不是儒童，不是作者……这些统统都不是“我”！

“亦非余等”，其余的也都不是“我”。

除了前面提到的这些名词，哪怕再用成千上万个词汇来描述这个自我也没有用，因为“我”根本不存在，所以“亦非余等”。

“如是乃至水界、火界、风界、空界、识界亦非是我”。以此类推，其余的水界、火界、风界、空界、识界一概如此，这些都不是“我”。

大家可以观察：将身体凝聚在一起的能量——水界，这个不是“我”；让胃里的食物得以发酵、消化的体温——火界，它也不是“我”；空界和风界也都不是。那么意识呢？很多人觉得身体不是“我”，但意识有可能是。然而，意识也不过是瞬间生灭的东西，它生了又灭，灭了又生，延续不断。它本身都不是一个实实在在的不变的东西，更谈何将它认定为“我”！若想深入了解这些内容，就要学习中观。

以上这段话主要讲“我”其实并不存在。人的意识有理解、判断的功能，但它的判断有时是正确的，有时则是错误的，就像我们把身体内外无数毫不相干的事物认为是“我”一样。

简言之，这样逐一观察就会发现，其实“我”是不存在的：六界的每一个都不是“我”，“我”也不是众生、命者、生者、儒童、作者，非男、非女、非黄门、非自在、非我所……这些一概都不成立。

2. 自我也分二谛

中观讲二谛，胜义谛和世俗谛，自我也有二谛之分。那么，什么是二谛？为什么要分二谛？到底有没有两个不同的“我”呢？

举例来说，比如一张桌子，在我们的视觉中就是一个静止的、长方形的物体，这个结论没有错。俗话说“眼见为实”，在世俗谛中，以我们感官的

结论为准。

然而，当我们用显微镜观察这张桌子时，则出现了另一种结论——非但看不到什么长方形物体，而且构成这张桌子的原子、分子等一直都在不停地高速运动！

这是两个截然不同的结论，但实相只有一个。那么，到底哪一个结论更真实、更具权威性？当然是通过显微镜科学观察得出的结论更为准确。尽管用肉眼观察得出的结论并非绝对真理，但在现实生活中仍有一定权威性。因为我们平时只有在“错误中”才能正常生活，所以可以暂且保留，不必全盘否定。

同理，中观虽然讲二谛，但唯有胜义谛才是真实的，世俗谛只是不得不暂时保留的观点。就像显微镜下根本没有桌子，但在现实生活中这个观点可以保留，因为我们的感官确实感受到了一张桌子。

假如人生只是追求享乐，那就不需要学习胜义谛无我、空性的道理，因为生活中只要有感官的结论就够了，不必知道真相是什么。就像这张桌子，只要现实生活中能用，不想知道它到底由什么构成，那么用眼睛看就可以了。但如果是对真理感兴趣的人，想要突破感官的层面一探究竟，那就必须用显微镜去观察，因为这时肉眼的结论肯定是错的。

所以，胜义谛和世俗谛要分开而论。比如一个科学家，在实验室里用显微镜观察，在生活中则是用眼睛看。同样，佛教讲“无我”，是指胜义谛的实相层面；佛教讲有“我”，是指世俗谛的感官层面。在世俗生活以及人天乘教法中，佛教并不否定自我的存在。

将二谛分开之后，我们会发现，现实生活中还是可以保留自我的。因为有“我”，所以“我”要发菩提心，“我”要成佛，“我”要利益众生……这些都没有问题，但自己要清楚，这些只是世俗谛中暂时的说法，并非绝对真理。所谓的“我”，其实是意识错误的判断下诞生的一个概念。

以上讲了当下的“我”是什么，接下来详细阐释十二缘起。

三、细说十二缘起

《佛说稻秆经》的核心思想即缘起，轮回是缘起的一部分。缘起可分为外缘起和内缘起。

内缘起即十二缘起，也可以把它扩展成百千万个缘起法，或者缩减至三五个，甚至是两个——因和果。为什么不多不少刚好十二个？其中究竟有何深意？原因就是，这十二个缘起涵盖了一个人的前世、现世和来世，即我们的过去、现在和未来。

我们的过去，源于十二缘起的前两个——无明和行。无明即无知、执著，有了无明就会造业，也就是行；造了业，就一定会投生。接下来，从“识”开始直到“有”，这八个缘起归于现世。最后的“生”和“老死”，指下一世再次投生，乃至死亡。之后又从无明开始造业，以死亡结束……如此循环反复、辗转不息，这就是轮回。

前世除了无明和造业之外，还有没有其他缘起呢？当然有，我们过去的的生活、工作中也存在各种因缘，但这些并非产生今生的主要因素。不管我们前世的身份、地位、环境等如何，让我们投生于今世的最主要原因，一个是无明，另一个就是造业，故而其他因缘都省略不讲。

同样，来世除了诞生、衰老和死亡以外，也有无明，也会造业，这一世有的缘起下一世都有，但是这些都没有讲。因为有生就有死，这一世结束之后，我们还将继续投生乃至死亡，所以就以生和老死来代表我们下一世的整个过程。

今世则包含了八个缘起。为什么这么多？因为这一世既是果，亦是因——今生是前世的果，又是产生来世的因，所以就用八个缘起法来解释这一世。

这十二个缘起可以充分说明三世因果，解释了整个轮回的过程，因此佛陀宣讲十二缘起法。

（一）无明

1. 无明就是我们对这个世界的错误认知

“何者是无明？于此六界，起于一想、一合想、常想、坚牢想、不坏想、安乐想，众生、命、生者、养育、士夫、人、孺童、作者、我、我所想等，及余种种无知，此是无明。”

十二缘起支的第一支是无明。

什么是无明？就是“于此六界，起于一想、一合想、常想、坚牢想、不坏想、安乐想”，以及“众生、命、生者……”这些词后面都要加上“想”字。简单地说，无明就是对六界，即我们的身体和精神，产生了某种错误的想法和执著。

首先是“一想”。六界原本是互不相干的不同物质，但由于无明，就盲目地将这些认为是一个“我”。因为“我”不会有多个身体，所以它就产生了“一想”。然而，只要仔细研究就会发现，组成“我”的物质至少有六种，即六界；再进一步分析的话，还可以分解为成百上千种。

“一合想”，认为这六界是可以组合的，组合了以后就是“我”。实际上，组合之后并没有什么新的东西出现，所有物质仍是原来的样子，各不相干，只是聚集、堆砌在一起而已。就像一辆汽车，它由成百上千个零部件组成，这些物质相互之间没有任何关系。把这辆车拆解了，就是一堆零部件；组合之后，在我们的概念中就变成了一辆“车”。其实零件仍是原来的零件，变化的只是我们的观念。所以，“一想”是错误的，“一合想”也是错误的。

“常想”，认为一个人从诞生到死亡，自始至终都是同一个人。比如张三或李四，即使他的身体、精神都在不断地变化，但我们始终认为是同一个人，因而会说“当他幼年时”“当他年轻时”“当他衰老时”等等，这就是“常想”。

古印度有一个外道，他从逻辑上找不到自我的存在，却又不愿承认这一

点，于是辩称这个自我是不可思议的。其实，只要静下心来分析、观察就会发现，除了变化无常的身体和精神之外，哪里还有一个始终不变的东西呢？但我们的主观意识却错认为，有一个永恒不变的“人”或“我”存在，这就是无明。

“坚牢想”，认为六界都是坚固的、不变的。譬如一栋楼，无论今天看、明天看或明年看都是如此，因此我们认为，现实生活中的一切都非常稳定、一成不变。

其实，这是看不到无常的真相所致。当年，生物学家布朗用显微镜观察水中的植物花粉时，发现所有的水分子都在做无规则的运动，花粉也随之而动，这个发现被称为布朗运动。后来人们发现一切物质的分子都在做热运动。

所以，这里根本不存在一张静止的、固定不变的桌子。我们的眼睛看不到它的变化和运动，于是产生了错觉，导致意识误认为这张桌子很坚固、稳定，即“坚牢想”。

“不坏想”，认为六界是不会坏灭的。比如某些外道认为，现在的这个“我”，将来会升天堂，之后也将继续存在，始终不坏。这种想法也是错误的——根本没有“我”，更谈何“我”不会坏？！

“安乐想”，认为六界是幸福的、快乐的。之所以会有这种错误的观念，是因为未能发现佛教讲的三种痛苦：苦苦、变苦和行苦。苦苦，大家都能感觉到的痛苦；变苦，尽管现在很幸福，一旦发生了变化，原来越幸福的就会越痛苦。常人无法察觉变苦，只看表面现象就认为是幸福，殊不知其中还隐藏着未来的痛苦。

众生想、命想、生者想、养育想（养育此身的自我）、士夫想、人想、儒童想、作者想、我想、我所想，这些都是自我的别名，属于各种外道教派的术语，都是错误的我执或无明。

“及余种种无知，此是无明”，除了上述这些以外，还有各种愚昧无知的想法，比如认为没有前后世，不存在善恶因果等，也都是无明。其中，我

们对物质和自我的执著是最严重的无明。

佛教讲的无明与世间人所说的聪明并不矛盾。聪明仅限于现实生活的层面，无明则是更深层次的范畴。比如有些人很聪明，但这个聪明是建立在无明的基础上，建立在执著之上的所有观念，归根结蒂都属于无明。

“有无明故，于诸境界起贪、嗔、痴。”

“有无明故，于诸境界起贪、嗔、痴。”这里的“境界”，不是我们平时所说的“思想境界”等较高的觉悟，而是指眼耳鼻舌身意所感知的外境——外界的种种事物。

有了这样的无明，就会把外境当成真实存在的。比如，我们看到了一朵花，眼睛和花都不会告诉我们，花是否真实存在，但是意识会立即把它当作真实的花。物理学家早已证实，色彩实际上并不存在，红黄蓝绿等颜色都是从我们的大脑中产生的，而非物质本身具有颜色。

我们把外在的世界当作真实不虚的世界，更为严重的是，还把自身以及其他生命也当成实有存在的独立个体。所有后续贪嗔痴等烦恼的产生，都是由这两个错误观念导致的。

2. 用智慧对治无明

无明是十二缘起的开端，就像火车头拉动车厢一样，后续的一系列缘起也随之而生。假如无明不存在，其余缘起就无从生起，所以无明是轮回的源头。反言之，如果想解脱，就必须找到杀伤力极强的东西摧毁无明，从而终止轮回。

这个极具杀伤力的东西是什么？就是智慧。当无明占上风时，与之对立的智慧很难出现；而通过闻思修行，内心开始产生无我的智慧，并且力量逐渐强大的时候，原有的一想、一合想、常想等，都可以减弱乃至消灭。

《入行论》智慧品里讲，六度中的前五度，布施、持戒等都是为了智慧而存在。为什么？因为唯有智慧才能断除无明，让我们获得解脱。所以我一

再强调，佛教徒需要找到的就是两个，一个是智慧，另一个是慈悲。除此之外，大乘佛教别无其他。

为了自己的健康快乐而去寺院烧香、拜佛，与佛菩萨做交易，这不叫学佛。因为没有智慧的话，我们所做的一切都与轮回没有任何冲突，只是在轮回中过得稍微好一点而已，所以永远无法解脱。唯有智慧，才能从源头上解决十二缘起，让我们彻底脱离轮回。

但智慧不会从天而降，《佛说稻秆经》一直都在讲缘起，智慧也不例外。产生智慧的因缘，一是闻思修，二是福德资粮，如布施、持戒、安忍等。这些因缘都具备以后，就会产生智慧，从而消灭烦恼、获得解脱。实际上，我们所做的一切努力，就是为了得到这个超凡的智慧，最终消灭无明。

世间的科学、哲学等学科虽然成果斐然，极大地推动了社会的发展，但这些聪明才智仍处于无明的状态，故而无法让人解脱；而证悟无我、空性的智慧则可以突破、超越无明，彻底解决我们所有的烦恼。

3. 醒来或继续做梦？

人有不同的根机，佛经中讲，就像一棵树结了许多不同的果子，人的根机也是千差万别。每个人都有不同的追求，有些人想解脱，而有些人只想在轮回中过得好一点。

假如只想在轮回中拥有健康、幸福的生活，除此之外别无他求，那就不需要断除所有无明，只需断除认为没有善恶因果这部分无明即可。

打个比方，我们在梦中遇见朋友，告诉对方：“现在我们在做梦，一切都是假相，是我们的意识创造出来的虚拟世界，只要稍加努力，我们就能从这个迷乱的世界中醒来……”有些朋友听后会说：“既然如此，那我必须摆脱梦里的一切，一定要从痛苦中获得解脱！”而有些朋友的反应则是：“只要我现在过得开心就好，至于它是虚幻的还是真实的，是客观存在的还是主观意识创造的，我统统都不在乎！”

假如是后者，就不需要唤醒他们，只需提醒他们遵循这个虚拟世界的规律——善有善报，恶有恶报，否则就会做噩梦。佛给这种根机的人提供了一种方法，叫做人天乘。人天乘不需要修出离心、菩提心，不需要修四加行、五加行，更不需要证悟空性，只要相信因果轮回，尽量地行善断恶就可以了。这是与无明和平共处的一个方法，但这样永远无法解脱，一旦福报穷尽，就会更加迷茫、痛苦，堕入深渊不可自拔。

而对于想要解脱的这种朋友，我们可以唤醒他们，方法就是小乘佛教和大乘佛教的显宗、密宗等。

轮回是一个无比漫长的过程，即使在千万年中拥有天人般的幸福生活，从轮回的角度看，也不过如白驹过隙般转瞬即逝。所以最好的方法是从梦里醒过来，这才是长久之计。

六道众生当中，能够有机会从轮回大梦中醒来的人极其稀少，所以佛教经常讲人身难得。这一次我们拥有这么好的条件，若只沉迷于眼前的一点点快乐，而不去追求解脱，非常可惜。虽然从世俗的角度讲，工作、生活等也很重要，但这些都是暂时的，相对而言，失去解脱的机会才是最大的遗憾！

4. 无明的源头是佛性

想要从梦中醒来就要断除无明，因为无明是轮回的源头。那无明的源头是什么？是佛性、如来藏。

举例而言，雨水的来源是乌云，乌云产生于天空中的水分子，而天空没有来源——因为它不存在！同样，十二缘起始于无明，无明源自佛性、光明、如来藏，而佛性没有来源——因为佛性是空性，它不属于我们的思维范畴。然而，就像虚空中瞬间可以产生乌云，然后变成倾盆大雨一般，我们的佛性中也可以产生无明。

无明产生之后，会有两种结果：一是立即认识到无明的本性，这样就可以直接解脱成佛；二是不知道无明的本质是错觉，而后一步错步步错，从此

开始了漫长的轮回之旅。

密法中讲，轮回中的第一尊佛是普贤王如来，他在无明产生的第一刹那，就明白了真相。就像做梦时，第一瞬间就发现自己在做梦，这样就不必继续做梦；即便选择继续做梦，对于梦中的一切，也不会再有恐惧和贪著。

我们已然错过了最初的解脱机会，时至今日，我们在这个梦里越陷越深，把梦里的一切都当成真实的世界，由此导致了各种各样的烦恼、痛苦、磨难……幸运的是，无论在梦里流转了多长时间，现在我们仍有机会从中解脱。

5. 缘起现象的不同解读

这个世界竟然如同梦境一般虚幻不实，这个结论确实让人觉得不可思议。若深入了解缘起，也是同样如此。

为什么说缘起也是虚幻不实的呢？若不仔细观察，一切皆有因有果。倘若继续往下观察，“因”是如何产生“果”的？“果”又是怎样从“因”中诞生的？我们就会发现，二者根本无法建立关系。

因而《佛说稻秆经》中，一会儿说有因有缘，一会儿又说“犹如虚空”——所有我们的感官能够看到、听到、接触到的一切事物都如幻如梦，犹如虚空一般；有时候说十二缘起“非常”，不是常、永恒，有时又说“非无常”；有时说十二缘起“非有为”（有为法即有因有缘的情况下产生的一切事物，比如我们看到、听到、接触到的事物），有时又说“非无为”（无为法即没有任何变化、远离因果范畴的事物，比如佛性、空性等）。

这些看起来似乎对立的说法，其实并不矛盾。佛陀讲法时，也会根据受众的根机，给予不同层次的教授。

第一个层次：在现实生活中，承认因果轮回的存在。

在我们感官的层面，因为有十二缘起，所以有因果轮回。比如“种瓜得瓜，种豆得豆”，只要具备种子、土壤、温度、湿度等，果实就会诞生。这些都是现实生活中人们亲眼所见，因此，种子和果实之间存在着因果关系。

第二个层次：实相中不存在因果轮回。

若对此进一步观察，就会遇到一个非常奇怪的现象——因和果之间没有任何联系！那么，万事万物是如何诞生的？我们永远无法在这个层面上找到答案。但不观察时，一切都很正常，有因就有果。

所以《佛说稻秆经》中说，不观察的时候，“如暴流水而无断绝”，万事万物就像奔腾的河流一样生生不息、源源不断；一旦深入观察，“犹如虚空”，如同虚空一般，不存在任何东西。

对于以上两个方面，我们都要有了解，否则永远无法理解佛陀所说的缘起法。大家现在能够运用这么超胜的推理方法观察万事万物的真相，这种机会非常难得。

此外，大家最好学习一点因明——佛教的逻辑学，其推理方式极其严密，形式逻辑完全无法与之相提并论。因明的内容很多，全部学完需要很长时间，我们可以先学简单的推理方式，掌握了思路以后，就可以广泛地运用于生活和工作中，这将有助于我们得出准确的结论。

6. 第一个烦恼是怎样产生的？

佛教认为，心的本性是非常纯净的。哪怕此刻充满各种负面情绪、躁动不安，它的最深处依然平静、纯净无比。这也是佛教有别于西方宗教之处。

打雷、下雨的时候，从地面上看，天空中乌云滚滚、暗无天日，但其实，乌云之上却是万里晴空！同样，现实生活中，我们观察到的都是心的表象——各种烦恼此起彼伏，尤其是没有修行的人，一整天下来，几乎没有什么正面的念头。我们一直认为自己的心本来如此，从未想过它是否还有更深层的、不同的状态。而佛陀则透过表象看到了本质，就像乘坐飞机突破云层后，亲眼看到那一望无垠、清澈澄明的蓝天！

虽然佛陀告诉人们，天空的本质永远纯净、湛蓝，乌云只是暂时的、表面的现象，但对于许多从未见过蓝天的人来说，还是令人难以置信。因为我

们从未突破心的最表层，所以烦恼总是层出不穷。

很多人经常问，第一个烦恼是怎样产生的？这个问题在《慧灯之光》的《佛教的物种起源说》里讲过。打个比方，就像古筝的琴弦，未拨动时，悄无声息；稍加拨动，琴弦就开始振动、发出声音。心的本性，就像琴弦未被拨动时一样，极其平静。

那么，是什么让心的本性中产生了无明？在显宗佛经中找不到答案，但密宗，尤其是大圆满的经典里则解释得非常清楚：第一念无明是怎么产生的，宇宙是如何诞生的，轮回是怎么形成的，等等。

简单地说，第一个念头是一个极其细微的意识，在此之前，佛性是非常平静、纯净的状态，但烦恼随时可能诞生——因为没有经过修行，未能断除产生烦恼的因缘和可能性，所以当因缘具足的时候，无明、轮回就产生了。就像天空原本晴空万里，忽尔产生少许微云，云越积越多，最终形成了滂沱大雨。

修行非常好的人，不需要追溯到轮回的源头，只要观照当下每一个生生灭灭的念头，就可以见到心的本性、佛性。他们非常清楚这整个过程：自己如何突破阿赖耶识的层面，感受到佛性，然后又再次回到现实生活中。就像大街上来回穿梭的巴士一样，他们可以穿梭于佛性与轮回之间，故而他们明白轮回是如何从佛性中诞生的。

普通人则感觉不到佛性，因为烦恼、情绪、杂念等，如同一堵厚厚的墙，将我们与之隔开。

密法里讲，最初佛性是明亮、光明的（并非我们现在看到的可见光），同时也产生了意识；意识看到这个光，误以为是一个真实的外界事物，并把某些光执著为自我；有了内外之别后，渐渐地就认为，“我”是一个生命，外面有一个世界，内外互不相干……无明不断地发展，最终导致我们固执地认为一切都真实存在。

除了佛教，世间任何一门科学或哲学都无法告诉我们这么深奥的道理，

遗憾的是，许多人对这样的真理根本不感兴趣。现在这个社会非常浮躁，大家只对浅显的、一目了然的东西感兴趣，比如手机上的短视频；对于需要稍微动脑筋思考的、复杂一点的逻辑推理，就认为很枯燥，避之不及。

7. 见到缘起即见到法

佛陀高度评价缘起法，称谁见到了缘起，谁就见到了法。此处的“法”指八圣道，八圣道的第一个是正见——正确的、真实的见解，也即证悟无我、空性的见解。这是一地菩萨或证悟无我的小乘修行者才具备的功德。

宗喀巴大师则以此盛赞释迦牟尼佛，因为有史以来，唯有佛陀才能说出这般深奥的道理，其他任何宗教、哲学都未提及缘起法。

若明白了缘起的道理，便知道一切如梦似幻，也就是佛教讲的空性。当然，这只是理论上的了解，离证悟尚有一段距离。

（二）行

“于诸境界起贪、嗔、痴者，此是无明缘行。”

因为无明，我们把外境当成真实的，然后对某些东西产生贪心，想要得到它；对某些东西产生嗔恨心，想要远离它；对某些东西虽无贪嗔，但有痴，比如一张桌子，我们看不到它的真相，认为是一张真实存在的桌子。假如没有无明，当下就会明白，一切都如海市蜃楼般虚幻不实，贪嗔痴等烦恼就不会产生。正是无明导致我们对万事万物产生烦恼，这三大根本烦恼产生以后，其他烦恼也由此衍生。

“此是无明缘行”，无明对行起到了缘的作用。这里，“行”就是造业。当贪嗔痴发展以后，我们就会偷盗、抢劫、打人、骂人等，从而造下无数的业。

前世因无明而造业，于是便有了今生。

（三）识

“而于诸事能了别者，名之为识。”

从识开始，就是讲今生了。

“而于诸事能了别者”。“了别”即了解、识别。这个了别者，“名之为识”，就是我们的意识。意识可以了解、识别外界种种事物，辨别善恶、好坏、大小等，这是意识独有的功能。

前世因无明而造业，受业力驱使，在父母精卵结合之际，意识参与其中，于是便投生了。这一世投生于什么样的环境，遇到什么样的父母，都由自己过去的业决定。而投生时第一瞬间的意识，就是我们今生的开始。

此时的身体还仅仅是个胚胎，还没有形成一个完整的躯体，所以这个阶段最重要的是意识。

（四）名色

“与识俱生四取蕴者，此是名色。”

“与识俱生四取蕴者”。“蕴”，指很多东西聚集在一起。比如身体，它由无数细胞聚合而成；精神则由无数情绪、念头所组成。五蕴中的其他四蕴，即色蕴、受蕴、想蕴、行蕴，都与识蕴互相依赖、共依共存，谓之“俱生”。意识进入父母精卵后，须与其他四蕴相互依赖，才能逐渐形成人或动物的身体。因为有了五蕴，等于接受了新一轮的轮回，所以叫做“取”。

“此是名色”。从意识进入父母精卵到发育成人，整个过程中会发生很多变化。父母精卵属于物质的部分，即“色”；“名”，指受蕴、想蕴、行蕴，此三者属于精神的感受，虽然看不见、摸不着，但它们是存在的，好比人的

名字一样。早期的胎儿虽然没有明显的思维，但是精神的细微功能全部具备，这些都叫做“名”。

显宗和大圆满中，对于胚胎发育过程中细胞如何分裂、组合，最后形成人的身体等，描述得十分详尽。曾有一名学中医的外国医学博士，对大圆满中的相关内容深感惊讶，他难以想象古老的佛教观点，竟然与现代医学高度相似。

若想进一步了解有关情况，可以学习《大乘阿毗达磨集论》《佛说入胎经》和大圆满的相关内容，此处只做简要介绍。

（五）六入

“依名色诸根，名为六入。”

父母精卵结合以后，逐渐发育成熟。数周之后，胎儿开始有心跳，渐渐长出手指、脚趾，大脑也慢慢形成；之后产生眼根、耳根等诸根，可以感受到外界的光影、冷热、声音等。这叫做**“依名色诸根”**，意为母亲怀胎期间，名色逐渐成熟，最后形成了眼耳鼻舌等感觉器官。

每个感官都有各自的功能，比如眼睛可以看，舌头可以尝，鼻子可以闻。使感官发挥功能的主要物质结构，就是“根”。比如，我们的视网膜、晶状体等，是眼根；耳膜、耳蜗等，是耳根；其余诸根可以此类推。

我们的意识也有根——意根，即前一刹那的意识。如果没有前一个意识，后一个意识是不会诞生的。意根其实也是意识，但这个意识有一个不同的功能，它可以进行分析、研究、判断，其余五根则不具备这样的功能。

眼根、耳根等诸根，**“名为六入”**。这六根称为六入或六处，就像房间的出入门一样，依靠这六个入口，我们的感官才能感受到外境。比如，视觉通过眼根产生，倘若眼根受到损坏，我们就看不见东西；触觉依靠身根（皮肤细胞等）产生，假如身根损坏了，我们就感受不到冷热、疼痛等。

视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉属于精神，但六根中除了意根以外，其余五根都属于物质，都是我们身体的一部分。

（六）触

“三法和合，名之为触。”

我们的感官能感受到这个世界，需要三个条件：

一是外境，即外面的世界。对眼睛来说外境就是光，耳朵的外境就是声音；如果没有光和声音，就没有什么可以看的、可以听的。

二是六根，即五种感官加上意识。眼睛需要眼根才能看到光，耳朵需要耳根才能听到声音。如果眼根、耳根受到损坏，就看不见、听不着。

三是六识，即视觉、听觉等六种精神觉受。物质无法感受物质，连接外境和六根的，是视觉、听觉等精神的部分。

“三法和合”，这三种条件聚合的时候，“名之为触”，我们就能接触、感受到形形色色的世界。

（七）受

“觉受触者，名之为受。”

因为有了“触”，随之便产生了感受，“名之为受”。

所有的感受可分为三种：痛苦的、快乐的、中性的。除了这三种以外，不会有第四种。比如，我们的手碰到某物产生了触觉，如果这个东西特别冰冷或者特别滚烫，产生的感受是痛苦的；若寒冷时碰到温暖的，或是炎热时

碰到了凉爽的，产生的感受是快乐的；假如触碰到的东西与我们自身的温度相适应，则是不苦不乐、中性的感受。

声音也是同样。听到特别喜欢的音乐，就产生了快乐的感受；听到刺耳的杂音，便十分抵触、抗拒——因为听觉感受到了痛苦。

只要有了“触”，就会产生“受”，眼耳鼻舌身都是如此。

“触”和“受”对今生最为重要，一个人从出生到死亡，一辈子所有的努力付出都是为了这两个字。大家反思一下，为什么自己要承受这么大的压力去工作、赚钱？答案很简单，就是为了“触”和“受”。

为了追求“受”，我们就得先去“触”。比如，为了品尝到美食的滋味，我们的舌头需要接触食物。怎样才能接触呢？就要去赚钱、消费，然后才可以接触。所有的感官享受，前提都是接触。为了拥有快乐、摆脱痛苦，世间人辛苦奋斗了一辈子。所以，关于现世的缘起，重点是“触”和“受”这两个。

下面开始讲下一世的因。

（八）爱

“于受贪著，名之为爱。”

“于受贪著”，对于快乐、幸福的感受，我们的意识会特别执著贪求，希望能恒常拥有，不愿离开；对于痛苦、不悦意的感受，则希望尽快结束、赶紧离开——这其实是另外一种贪。“名之为爱”，这个贪求就是爱，由此创造了下一世的因。

如果不想继续轮回，就要断掉缘起之链。上一世的果已经成熟，但若只有受、没有贪，不再创造来世的因，轮回就停止了，这便是有余阿罗汉。“有余”，指未入灭之前，他的有漏之身仍然存在，但因为对任何感受都不贪著——

只有果，没有下一世的因，所以有余阿罗汉不会再投生。

由于这一世的感受是上一世的果，因此今生的苦乐际遇我们无法自主。但如果意识对此不再贪求、执著，那么上一世的果报受尽之后，我们就不再继续轮回。然而，普通人往往在感受上一世果报的同时，又开始制造下一世的因。

（九）取

“增长爱者，名之为取。”

“爱”只是心里喜欢，还没有身体、语言方面的行动；爱不断增长之后，就不仅仅是精神上的反应，还会采取实际的行动，即为“取”。比如，某人听到优美的音乐，心里很喜欢，这就是“爱”；之后还想一而再、再而三地听，进而去购买、下载等，这就是“取”。

只有爱而没有实际行动，不会造太多善恶业；如果没有控制住爱，任由它不断增长，最后就会形成实际行动，导致继续造业受报。

（十）有

“从取而生能生业者，名之为有。”

“有”，在佛教中指轮回、下一世。现在我们的意识、身体、语言等，所有有漏的一切都存在，因而是“有”。“三有”即三界——欲界、色界、无色界，意为整个轮回。这些都没有了，轮回就结束了。

“从取而生”，因为有“取”，所以诞生了“有”。准确地说，就是造下杀盗淫妄等恶业。此外，在没有出离心、菩提心及空性见的情况下持戒、

布施、烧香拜佛、行善等，其果报是下一世投生人间或天界，所以这些也是“有”。

一般情况下，“有”指善恶业之果——轮回；但此处的“有”，指轮回之因——善恶之业。“能生业者”，因为这些行为会导致善恶业，“名之为有”，所以称之为“有”。

人之所以会有来世，就是因为我们自己造下了来世的因。如果没有“爱”“取”“有”，即使千万年前造的业，也不会成熟。好比种子缺少温度、湿度、水分、养分等，就无法发芽一样。

接下来的最后两支，属于下一世。

（十一）生

“而从彼因所生之蕴，名之为生。”

“从彼因所生之蕴”，所造的善恶之业成熟之后，就产生了下一世的五蕴，即人的身体和精神。“名之为生”，这就是下一世的诞生。

（十二）老死

“生已，蕴成熟者，名之为老；老已，蕴灭坏者，名之为死。”

“生已，蕴成熟者，名之为老”。出生后，五蕴逐渐成熟，从胎儿、婴儿，变成少年、青年、耄耋老人……这就是“老”。

“老已，蕴灭坏者，名之为死”。老了之后，蕴就会毁灭，这叫做“死”。

（十三）十二缘起的最终结局：

愁、叹、苦、忧、恼

“临终之时，内具贪著及热恼者，名之为愁；从愁而生诸言辞者，名之为叹；五识身受苦者，名之为苦；作意意识受诸苦者，名之为忧；具如是等及随烦恼者，名之为恼。”

“临终之时，内具贪著及热恼者”。 “热恼”就是烦恼、痛苦。临终之际，一般人都会有各种各样的烦恼，除了对死亡的恐惧和身体上的病痛之外，还有对家人和财产等的眷恋，对社会及亲朋好友的不满、怨恨等，“名之为愁”，这些称为“愁”。

阿罗汉或一地以上的菩萨，以及平时修行比较不错的人，他们临终时不会有这些贪著和烦恼，走得非常自在。

“从愁而生诸言辞者”，进而还会说各种抱怨、不满的话，尤其是罪业深重之人，临终时的言语更加可怕。“名之为叹”，这就是“叹”。死亡对所有人都很公平，无论这一生多么成功、辉煌，拥有再多财富、权力、名望，一般人最后的结局都是愁、叹。

“五识身受苦者，名之为苦”，身体的五个感官所感受到的痛苦，叫做“苦”。“作意意识受诸苦者，名之为忧”，意识所感受到的痛苦，叫做“忧”。临终的时候，不仅有身体上的剧烈痛苦，还有精神上的极大恐惧、不满、贪著、眷恋等。

“具如是等及随烦恼者，名之为恼”。“随烦恼”是佛教术语，贪嗔痴疑慢是根本烦恼，随其而生的烦恼就是随烦恼——就像下暴雨时，随之而至的刮风、打雷等现象，这些都叫做“恼”。

愁、叹、苦、忧、恼不属于十二缘起，而是十二缘起带来的最终结局。

以上是十二缘起的简要介绍。《阿毗达磨俱舍论》和《大乘阿毗达磨集论》

中对此有更为深入、细致的阐述。

接下来，是对十二缘起名称的解读。

（十四）十二缘起的名称由来

“大黑闇故，故名无明。”

为什么叫“无明”？因为我们对自身和这个世界的真相茫然不知，犹如身处黑暗一般无知、愚昧。

古往今来，人类不断地探索宇宙、人生，但真正符合事实的观点并不多。尤其是对自我的了解非常欠缺，只知道创造越来越多的物质，沉迷于感官刺激之中。科学家们虽然解释了部分真相，但是对此缺乏整体性、系统性的认知，犹如盲人摸象一般，所以也不够智慧。

人们努力地学习、工作，哪怕学历再高，所追求的也不过是“触”和“受”；紧随其后的，便是“爱”“取”“有”；得到的结果，是下一世的“生”和“老死”；最终的结局，就是“愁、叹、苦、忧、恼”。这就是轮回。

简言之，因为我们不了解真相，对自身和这个世界都非常迷茫，所以叫做“无明”。

“造作故，名诸行。”

“行”，即行动。因为造了各种各样的善恶之业，所以叫做“行”。

“了别故，名识。”

“了别”，了解、识别。因为我们的眼耳鼻舌身意六识可以了解、识别外面的世界，所以叫做“识”。

“相依故，名名色。”

之前讲过，父母精卵所形成的身体，物质的部分是“色”，除了识以外的精神感受——受蕴、想蕴、行蕴，即为“名”。名、色、识相互依赖，就像三脚架的三个脚一样，缺一不可，所以称之为“名色”。

虽然我们的眼睛看不见意识，但如果没有意识的参与，无论是父母精卵自然形成的身体，还是克隆人、试管婴儿，乃至湿生的昆虫等，都不能成为一个生命。

“为生门故，名六入。”

“生门”，即诞生之门。这是一个比喻，就像一个人从房门出来一样，从我们的眼根、耳根、鼻根等六根中，产生了视觉、听觉、嗅觉等。六根就像出入的房门一样，故称为“六入”。

“触故，名触；受故，名受；渴故，名爱；取故，名取；生后有故，名有；生蕴故，名生；蕴熟故，名老；蕴坏故，名死；愁故，名愁；叹故，名叹；恼身故，名苦；恼心故，名忧；烦恼故，名恼。”

“触故，名触”，外境、六根、六识接触了，称之为“触”。

“受故，名受”，三者接触以后，就会有感受，称之为“受”。

“渴故，名爱”，迫切地希望拥有某些东西，这种渴求称为“爱”，这里的爱指欲望。

“取故，名取”，有欲望以后，就会采取实际行动，故称之为“取”。

“生后有故，名有”，造下善恶业之后，就产生了下一个轮回，故称之为“有”。

“生蕴故，名生”，由此，下一世的身体五蕴诞生了，称之为“生”。

“蕴熟故，名老”，五蕴逐渐成熟，称之为“老”。

“蕴坏故，名死”，五蕴坏灭，称之为“死”。

“愁故，名愁”，因为愁，所以称之为“愁”。

“叹故，名叹”，因为叹，所以称之为“叹”。

“恼身故，名苦”，因身体产生苦痛，故称之为“苦”。

“恼心故，名忧”，因内心产生烦恼，故称之为“忧”。

“烦恼故，名恼”，各种烦恼交织在一起，称之为“恼”。

（十五）十二缘起之间的关系

佛经尤其是密法的写作和传讲方式有很多种。《佛说稻秆经》的宣讲方式犹如海浪层层推进、先略后详：先是十二缘起的概要介绍，然后再详细解释各个名词，接下来则广讲十二缘起之间的关系。

1. 由无明产生行

“复次不了真性，颠倒无知，名为无明。”

“复次”，前面讲完了一轮十二缘起，现在开启新一轮广讲。

首先是无明。如前所言，除了空性、胜义谛角度的无明以外，现实生活中所有的无知、愚昧都叫做无明。

（1）佛教追求的是智慧

有些人觉得佛教是迷信。其实不然，佛教要消灭的是无明，而无明的一部分正是迷信。佛教追求智信、崇尚智慧，我们学佛就等于学习智慧。十二缘起的源头是无明，烧香拜佛、诵经持咒等方法，对于断除无明仅能起到间

接的帮助，只有智慧能够起到决定性的作用。

可以这样理解，大乘佛教的所有修行都可归纳为六度，也即六波罗蜜多。包括禅定在内的前五度，其目的都是为了第六度——般若波罗蜜多，也就是智慧波罗蜜多。

佛教追求智慧，而不是聪明，因为智慧能够从源头上消灭无明。佛教尊重一切真理，包括其他宗教、科学、哲学等世俗学问揭示的真理。同时佛教拥有自己独树一帜的真理——无我、空性的智慧，这是一种超凡的智慧，它具有所有世间学问难以抵达的深度与高度。

佛教不接受任何一种迷信，不主张盲目相信。不过有一种情况例外，比如初学者由于闻思不足，对四圣谛的道理不够了解，但他虔诚地相信四圣谛。虽然他还未得到这个智慧，不算是智信，但由于四圣谛是颠扑不破的真理，因此他的信心没有错，同时也能从中获益良多。除了这种暂时不了解真理的信心以外，所有盲目的相信、崇拜都是佛教所反对的。《佛说稻秆经》里明确说到，凡是无明，都要予以推翻、断除。

《华严经》及很多经论反复强调，学佛的核心是闻思修，因为唯有通过闻思修才能获得智慧。首先要听闻佛法，譬如大家听完《佛说稻秆经》能够明白一些道理，这叫闻所得的智慧；而后深入思考，又会明白一些更深层次的真理，这叫思所得的智慧；最后打坐修行，将文字上的内容全部转化为自己的感受和体悟，这叫修所得的智慧。

烧香拜佛可以积累福报，是佛教徒应该做的，但不是学佛的重点。这些不能让我们增长智慧、断除愚昧，只能让我们在轮回中继续流转。要想解脱，需要的是智慧，而且是带有慈悲的智慧——这才是大乘佛教的智慧。欠缺慈悲的智慧，是小乘佛教的发心和追求。大乘佛教必须兼备智慧与慈悲，智慧又是其中的重点。有了智慧，自然会有慈悲；若是缺乏智慧，就不懂得要发慈悲心，也不知道为何要对所有众生发慈悲心。因此，真正的学佛是想方设法证悟，以此获得智慧，这是我们的终极目标。证悟心的本性之后，一切问

题都会迎刃而解。

（2）了解心的本性就了解一切

“不了真性”中的“真性”，即真实的本性，指每个人的心的本性。

佛教的各个教派由于层次不一，对本性、真相的理解也有所不同。无论小乘的一切有部还是经部，大乘的唯识还是中观，密宗的大手印还是大圆满，都有各自不同的理解。实际上，真实的本性只有一个，只因角度不同或处于不同阶段，便出现了很多相对的本性。

比如说，从世俗的角度讲，眼根在正常工作时产生的视觉，只是相对的真相，因为它远不如显微镜那样精确；而不同功能、倍率的显微镜所观察的结果也不尽相同。从它们自身层面而言，可以说都是本性或真相，但都不是绝对的真相，只是相对的真相。

其实，绝对的真相就是没有真相，没有真相就是绝对的真相。但凡语言能够表达、意识能够思考的所谓真相，都不是真相。绝对的真相只有一个，它无法用语言表达，也不能用意识思考，属于语言和思维范畴之外的一个未知领域。我们必须突破很多东西之后，才能抵达那个境界。在此之前，一切所谓的真相，只能说对其自身而言是真相，但不是绝对的真相。

那么，为什么不是去了解身体的本性，或是外面世界的本性呢？佛教尤其是大乘佛教认为，不需要追究外界事物是真是假，因为它们都是内心的投影，只要了悟内心的本质，也就明白了万法的本性。因此，大乘佛教强调的是证悟心的本性。

心的本性只有一个，三转法轮和二转法轮最核心的内容加起来就可以描述它，很简单，只有两个字——明和空。“明”指光明，“空”指空性，这就是“真性”。

“不了真性”，不了解心的本性，叫做无明。所有凡夫都是这样，无一例外。历史上再伟大的哲学家、科学家，尽管在各自的领域中成果斐然，但都不知

道心的本性是什么。佛教徒追求的是洞见心的本性，其实就是研究自己，把自己的五蕴当作试验品，最终就会发现自我的真相。

佛陀教导我们，了解自己是最重要的，至于外面的物质是什么并不重要。若能彻底明白心的本性，对于一切外物的本质就会豁然开朗。修行人经年累月地闭门谢客、与世隔绝，正是在探索自己——不是探索身体，而是探索内心，寻找内心的本性。

物理学家采用各种仪器研究物质，佛教徒不用仪器，而用心来探究心的本质。五个感官感知不到心的本性，即使用仪器把感官的漏洞补上也无济于事，心的本性只有心自己才能洞悉。彻底了解心的本性，就能从源头上斩断生老病死等一切烦恼和痛苦，所以智慧极其重要。

与智慧相反的是无知、愚昧，佛教称其为无明。《佛说稻秆经》说，无明即是“不了真性，颠倒无知”。非但不了解万事万物的真实本性，而且将没有的东西当作有，将不真实的东西当作真实，将无常当作永恒，将痛苦当作幸福快乐……这些颠倒的想法统统都是无明。

（3）闻思修行可断除无明

我们必须同无明斗争，力求断除无明。只要有无明，我们永远不可能脱离轮回。它就像风筝的牵引线，风筝飞得再高仍要回到地面，我们即使走到轮回的最高点——色界乃至无色界，也难逃无明之线的牵引。

众生的身体和精神是相应的。例如我们处在欲界，身体非常粗糙，随时会受到自然灾害、战争等外来因素的伤害；意识也非常脆弱，任何不中听的话都很容易影响它。众生的身心内外都是这样。

色界天人的身体虽然也属于物质，但比人类的身体清净，不会轻易受到外界的影响和伤害。他们的内心同样不易动摇，始终在禅定中如如不动。

无色界天人的身体则更加清净、透明。透明的意思不是说像玻璃那样，而是指极其细微，几乎不受任何事物的影响。他们的身体远比人类庞大，但

就像暗物质一样，不为肉眼所见。其内心也是如此，无需刻意修持禅定，他们自投生起就进入了无色界的禅定，直至死亡。

无色界是轮回中最高的地方，即使我们来到这里，死后仍会堕落，继续轮回，这就是因为没有断除无明。如果四禅八定没有菩提心和智慧的成分，则无法令人解脱，无非是解决一些失眠、抑郁、压力大等精神问题而已。只有通过闻思修，才能断除无明，获得解脱。

长久以来，无明一直在凡夫的意识中处于优势地位，一切都是它说了算，智慧几乎没有立足之地。然而，只要我们找到闻思修的方法，便有可能快速斩断无明。

毕竟无明不是心的本性。假如无明是心的本性，那么只要心存在，无明必然存在，二者无法分离。但事实并非如此，无明的产生，是因为我们没有见到心的本性，它不是先天就有，而是后天的产物。无明就像衣服上的污垢一样可以被清洗干净，前提是必须找到诸如大圆满、大手印、禅宗或是中观等超胜的方法，再加上自己的勤奋用功。

虽然无明已经延续了千万亿年，但只要我们见到心的本性，瞬间的智慧就足以断除无始以来的无明！学习《佛说稻秆经》之后，我们就能充分理解智慧的重要性。

“如是有无明故，能成三行，所谓福行、罪行、不动行。从于福行而生福行识者，此是无明缘行；从于罪行而生罪行识者，此则名为行缘识；从于不动行而生不动行识者，此则名为识缘名色。”

接下来的这一段，从“从于福行而生福行识者”到“此则名为识缘名色”，原文有些解释不通。这不是翻译的错误，可能是当初手抄或刊刻时出现的问题，包括藏文佛经有时也存在这种现象。现在修改肯定要谨慎行事，否则可能招致非议，但无论如何不能将错就错，还是要提出来：

第一，“所谓福行、罪行、不动行”的后面缺少了一些内容，应该是“此是无明缘行”；

第二，“从于福行而生福行识者，此是无明缘行”，显然这不是无明缘行，而是行缘识，这个错误比较明显；

第三，“从于罪行而生罪行识者，此则名为行缘识”，这句话是对的，但不止罪行，福行、不动行都是行缘识；

第四，“从于不动行而生不动行识者，此则名为识缘名色”，这句话是明显的错误，不是识缘名色，而应该是行缘识。

善行、罪行、不动行都是从无明造作的业，但是这里将它们分成了一个是无明缘行、一个是行缘识、一个是识缘名色，肯定是不对的。

任何书籍都难免出现错误，藏传佛教的《大藏经》也是如此，况且佛经流传了几千年，出现这样的情况很正常。

太虚大师也曾说过，这段文字不顺理。我查找了很多版本，最后与藏文版反复核对，发现除了需要调换语句顺序以外，还要增补一句话。我们不必改动原文，只是加上笺注，以备大家参考。

调整后的经文如下：

如是有无明故，能成三行，所谓福行、罪行、不动行，此是无明缘行；从于福行而生福行识者，从于罪行而生罪行识者，从于不动行而生不动行识者，此则名为行缘识；与识俱生非色四蕴及色，此则名为识缘名色。

接下来逐一解释各缘起支之间的关系。

“如是有无明故，能成三行，所谓福行、罪行、不动行，此是无明缘行”，有了无明以后，就会出现十二缘起的第二支——行。

“行”，指业，它可分为三种：福行、罪行和不动行。福行是布施、忍辱、

持戒等善业，罪行是杀盗淫妄等恶业，不动行就是四禅八定等不动业。这些都是从无知中产生的。

四禅八定分为因四禅八定和果四禅八定。在没有出离心、菩提心的情况下修持四禅八定，可能会导致不好的结果：有些人受环境等种种因素影响，可能会退失禅定的境界；有些修得好的人，直到去世都没有退失境界，那就一定会投生到色界或无色界（修色界四禅投生于色界，修无色界的四禅投生于无色界）。这个因果的力量非常强大，不会有任何变化，所以叫做不动业。

小乘修行人、外道及世间的普通人，若是修成了色界或无色界的四禅八定，就只有投生到这两个地方。但对大乘菩萨来说，修了四禅八定也不是不动业，他可以通过愿力来选择投生之处。由于色界尤其是无色界，那里的众生之间无法沟通，菩萨难以度化众生，因此，大乘菩萨一般不会投生于这两处，而会来到欲界这种苦乐参半又能相互沟通的地方。

大乘佛教和小乘佛教的静处不一样。小乘佛教的静处，是类似于世外桃源那样无人打扰的僻静场所；而大乘佛教的静处，则是城镇、闹市等人群聚集之地。因为大乘佛教的目的不是个人修行而是利益众生，有人、有众生的地方才能成办利他事业。

人多的地方能清净吗？大乘佛教认为，清净与不清净的区别在于有无自私心。有自私心的地方，再人迹罕至也不是静处。最严重的干扰并非来自他人，而是来自于自私自利的念头。当然，这是针对有一定修行层次的人而言，对于尚未证悟的初学者，还是要先选择小乘所说的静处打坐、修行。

以前我发过一条微博：“纽约时代广场——大乘菩萨的静处。”可能很多人不知道是什么意思。纽约时代广场可谓全世界最繁华、最喧闹的场所，对于小乘修行人来说，它永远不可能成为静处；但对拥有一定菩提心和智慧的大乘修行者来说，那里就是他的静处，静与动一点都不矛盾。由此也可以看出，大乘佛教和小乘佛教在很多方面是有所区别的。

2. 由行产生识

“从于福行而生福行识者，从于罪行而生罪行识者，从于不动行而生不动行识者，此则名为行缘识”。行善以后，会产生行善的意识，投生于人间或天界；造恶以后，会产生造恶的意识，投生于地狱、饿鬼等恶趣；造了不动业，会产生不动识——即色界或无色界的意识，投生到色界或无色界。这些都是由“行”产生“识”。

3. 由识产生名色

“与识俱生非色四蕴及色，此则名为识缘名色”。“非色四蕴”，是五蕴中除去色蕴（物质）以外的受想行识四蕴；“色”，指胎儿形成初期的身体。这句话的意思是，与意识一起产生的受想行识四蕴及色蕴，就是以“识”为缘而产生“名色”。

4. 由名色产生六入

“名色增长故，从六入门中能成事者，此是名色缘六入。”

母亲怀孕数周后，此时胎儿还没有心脏跳动，眼耳鼻舌身等器官也尚未形成。这段时期胎儿的身体，叫做“色”；有意识、有感受的部分，叫做“名”。

“名色增长”，指胎儿从第一周到第四周逐渐成熟。“六入门”，五个感官形成后加上意识，一共是六个。“能成事”，这六个形成以后能够成办一些事情：耳朵能听见，眼睛能看见，身体能感觉冷热……依靠感官可以感受外界。我们讲轮回痛苦时，不是讲了胎儿的很多痛苦吗？这时候他已经有了这些感受。

“此是名色缘六入”，这是依靠“名色”而产生“六入”。

5. 由六入产生触

“从于六入而生六聚触者，此是六入缘触。”

意识和五个感官有六个触，这是以“六入”为缘产生“触”。譬如眼根、外面的光，再加上视觉接触，三者结合后，我们就能看到外界。其余可以此类推。

6. 由触产生受

“从于所触而生彼受者，此则名为触缘受。”

因为接触而产生感受，即以“触”作为缘产生“受”。例如身体接触外境时，会产生冷热等感受。

7. 由受产生爱

“了别受已而生染爱耽著者，此则名为受缘爱。”

意识了解、识别了受，就会产生“染爱耽著”。以见到喜欢的东西为例，首先是视觉看到，同时就被染污，这叫“染”；接着意识开始喜欢这个东西，称为“爱”；最后上瘾、离不开，叫做“耽著”。这是以“受”为缘产生“爱”，此处的爱即欲望。

8. 由爱产生取

“知己而生染爱耽著故，不欲远离好色及于安乐而生愿乐者，此是爱缘取。”

当产生“染爱耽著”之后，就舍不得，放不下，不想离开美好的东西。“好色”，即好的物质，如美丽的风景、物品等。“安乐”，即内心的快乐。“不

欲远离好色及于安乐”，不想远离、舍不得远离所看到的美丽的东西和内心的安乐。“愿乐”，希望拥有快乐，不想离开快乐。

因为希望拥有快乐，便会为此采取实际行动。此时不仅仅是欲望，已经上升到语言和行为的程度。这叫做“爱缘取”，因为爱而产生了取。

9. 由取产生有

“生愿乐已，从身、口、意造后有业者，此是取缘有。”

“后有”，指下一世。有了希望快乐的心愿，便从身、口、意开始造作来世的业，这是以取为缘而产生有。

如前所言，“有”分两个方面：因的部分和果的部分。前者是今生造作的业，后者是来世的轮回。比如这一世杀了生，便出现了因和果两个“有”，因的部分是现在的杀业，果的部分是来世堕地狱。

“此是取缘有”的“有”，是指因的部分，即轮回的因。这个因会出现这样的果，所以也被称为“有”，就像以花的名称来命名花种一样。

10. 由有产生生

“从于彼业所生蕴者，此是有缘生。”

“蕴”，五蕴，即我们的身体和精神。造业以后，便产生了下一世的五蕴，亦即诞生了下一世的身体和意识，这是以“有”作为缘而产生了“生”——来世的投生，下一个轮回又启动了。

这个生与十二缘起的第三支——识，意思完全一样。来世是什么投生了？或者说投生者是谁？就是意识。之前称为识，此处则称为生。十二缘起就像车轮一样无头无尾，循环转动。

11. 由生而有老死

“生已，诸蕴成熟及灭坏者，此则名为生缘老死。”

投生以后，身体逐渐成熟，不断变化、衰老直至坏掉，这是以“生”为缘而产生“老死”。

以上讲完了从无明到老死的十二缘起支。

（十六）十二缘起本质上并不存在

“是故彼因缘十二支法，互相为因、互相为缘，非常，非无常，非有为，非无为，非无因，非无缘，非有受，非尽法，非坏法，非灭法。”

通过上述分析可知，十二缘起“互相为因、互相为缘”，相互之间既是因又是缘。从第一支无明，到最后一支老死，老死结束后，又是下一个无明，如此循环往复、连续不断。

从世俗的角度来看，十二缘起法会永远循环下去。其主要原因在于无明一直存在，它不会让我们停留在一处，只会让我们一世又一世地不断流转，无始无终。

但若全方位地观察，从另一个角度来看，十二缘起法则完全是另外一副模样，那就是“非常，非无常，非有为，非无为，非无因，非无缘，非有受，非尽法，非坏法，非灭法”。

首先是“非常，非无常”。按说在常和无常中间没有第三者，要么是常，要么是无常，这里却说“非常，非无常”，这是为什么呢？

1. 轮回是感官的错觉

从感官的角度讲，十二缘起在不停循环，是无常的。但这个结论不是真实的，背后还有其他真相。十二缘起的循环其实是一种错觉，与旋火轮毫无二致。大家应该知道旋火轮，当我们快速转动一支点燃的香，它就会变成一道环形的光。其实这个环形根本不是实实在在的物质，只是一个光点在转动，但这个点在我们眼里却变成了环形。

大家想一想，这个环形的光存在于什么地方？外面还是里面？肯定不在外面的物质世界里，照相机足以证明这一点。我们把相机的快门速度调快一点，拍出来的就不是环形，顶多是一段曲线；调得再快，则只能拍出一根短线。反之，快门速度越慢，拍出的线越长；速度非常慢时，就能拍出肉眼看到的环形；再慢的话，可能就是七八个环形。可见这与快门速度有关，实际上它们都是照相机产生的错误记录。所以，环形的光不是外面的物质，而是我们的错觉，它根本不存在，或者说仅仅存在于我们的视觉当中。

同样，十二缘起不在外面的物质世界里，而是存在于我们的错觉中。此处开始否定了缘起现象。为何前面又讲了那么多呢？之前是从世俗谛的角度解释，让我们明白，从感官层面讲十二缘起之间有因有缘。进一步分析则发现，十二缘起的循环并不存在，不是常，也不是无常。

“非有为，非无为”。不管内在精神还是外在物质，凡是有因有缘的都叫做“有为”，包括人为及大自然的因缘。不受人为和大自然任何物质影响的，叫做“无为”。佛经常说虚空是无为，但虚空没有任何东西，所以世界上不存在无为这种东西。

从世俗角度讲，有为和无为是矛盾对立的，中间不可能有第三者。如果是“非有为”，那一定是无为；如果是“非无为”，一定是有为。这里却说“非有为，非无为”，二者都不是。这等于从本质上否定了十二缘起的存在，说它原本就是错觉，整个轮回都是错觉。

“非无因，非无缘”。轮回或十二缘起，既不是无因无缘的，也不是有

因有缘的。前面说“非有为，非无为”就已经否定了，如果不是有为，就没有办法有因有缘；如果不是无为，就是有因有缘。十二缘起两者都不是，那它究竟是什么呢？什么都不是，根本不存在这种东西，所以没有必要谈论它。

比如，我们讨论旋火轮的环形火光是有为还是无为，佛一定会说：不需要讨论，因为它根本不存在。如果它存在，那么值得我们去研究一番；可它并不存在，自然没必要探讨它是有为还是无为。

从深层次来讲，十二缘起、整个轮回就像旋火轮一样无中生有，虚幻不实。我们的感官是被无明染污的产物，它看到的很多东西都是幻觉。

“非有受，非尽法，非坏法，非灭法”。“受”，即前面讲到的感受。“尽”，如人的身体那样逐渐衰老、毁灭、消失。“坏”，指死亡。“灭”，像身体及感官的功能消退一样，灭亡、灭掉。从世俗层面看，这些都是存在的；但从更高层面看，并不是这样。十二缘起既非有感受，亦非消失，不会死亡，也不会灭掉。

这里讲了很多，其中的核心内容是：轮回是人们的错觉，错觉也有它的法则，那就是十二缘起；但从更高的角度观察，没有什么法则可言，整个轮回都是错误的。

2. 轮回犹如瀑流永不间断

“从无始已来，如瀑流水而无断绝。”

前面全部否定之后，经中又说：“从无始已来，如瀑流水而无断绝。”无始以来，轮回如同奔流的河水一般绵延不断。这岂不和前文矛盾吗？其实不矛盾。

譬如，快速转动一支点燃的香，我们看到的是环形的火光——旋火轮，但实际上它并不存在，二者丝毫不矛盾。因为速度的缘故，旋火轮不存在于外界的物质中，只存在于人们的视觉里。

电影《超体》(Lucy)清晰地展现了这一道理。当一辆大卡车以正常速度驶过我们面前，我们看得一清二楚。随着车速加快到一定程度，我们看到的就不再是卡车，而是像流星似的一道光线。很显然，这道长长的光线并不存在，是因为车速太快才出现的，和旋火轮如出一辙。如果再快，则连一条线都没看到，而车已经飞驰而过，因为这个速度已经超越感官所能捕捉的范围，肉眼完全不可见。如果以没有看到为理由否定卡车的存在，肯定是非常幼稚的，根本站不住脚。

以前科技不发达，很多人认为看不到的东西就不存在。佛教则不以为然，感官看不见根本不算什么，人类无法感知而实际存在的事物数不胜数。后来科学家发现，肉眼可见的物质加起来，仅占全部物质的4%，其余96%都不可见。由此，我们越来越不相信自己的感官了。

大家必须明白，我们的感官只能用于现实生活，若作为探索真相的工具来用，则根本达不到标准，因为它不具备这种功能，它感知到的所有东西都是假的。这不仅是佛教的观点，也是科学界得出的结论。

尽管这个世界是虚拟的，我们还是要依靠错误的感官来生活，这样才能使内外连接在同一频道上。正确的感官反而与虚拟世界不相应，人也没办法生存。

上述十二缘起的所有变化都是无明的演变，也就是意识给我们表演的舞蹈或戏剧，佛教称之为游舞。它有时扮演天人，有时扮演鬼神，我们却把它当成了真实的天人或鬼神，就像有些人看影视剧会掉眼泪一样，把剧情当真了。

总而言之，《佛说稻秆经》的内容并不矛盾。在我们看来，轮回就像一条流淌不息的河流，从无始以来到现在从未停歇，未来也不会间断；然而，本质上它根本不存在。这两者的结合，也就是现象与空性的结合，二者犹如一个硬币的两面，其实是一体的。这叫做现空无别。明白了这个道理，我们在了解缘起的同时，也就了解了空性。

《佛说稻秆经》没有提到“现空无别”一词，但表达了这个意思。现空无别、明空无别、觉空无别、乐空无别，是佛教四个不同级别的无别。

（十七）十二缘起中最重要的四支：

无明、爱、业、识

1. 此四支缘起可含摄所有缘起法

“有其四支，能摄十二因缘之法。云何为四？所谓无明、爱、业、识。识者，以种子性为因。业者，以田性为因。无明及爱，以烦恼性为因。”

“有其四支，能摄十二因缘之法。云何为四？所谓无明、爱、业、识。”“能摄”，即能够摄受，意思是可以包含。十二缘起中的四支包含了所有的缘起法，哪四支呢？无明、爱（即欲望）、业、识。

下面描述这四支的句子里都有一个“因”字，十二缘起法中前前为因，后后为果，所以十二缘起都是因。那这四支有什么不同的特性呢？

“识者，以种子性为因。”意识以种子的形式作为因。前世所造的善业、恶业和不动业都储存在阿赖耶识当中，就像电脑数据保存在硬盘里，通过硬盘可以将数据转移到另一台电脑一样，阿赖耶识就是各种业的载体，当阿赖耶识从前世的身体转移到今世的身体时，就把前世的业带到了今世。

因此，十二缘起中的识可以分为两部分：一部分是因，属于上一世；一部分是果，属于下一世。就像一块硬盘中既有上一台电脑的数据，又有当前这台电脑的数据一样。

“业者，以田性为因。”“田”，即农田、土壤。上一世的意识以种子的形式来到下一世开始生根发芽，而它以何种身份、形式出现，取决于播种在什么田里——业就相当于这块田地。如果播在罪业的田里，意识便以地狱、饿鬼等恶趣众生的形式出现；如果播在善业的田里，便以人、天人等善趣众生的形式出现。

由此可知，意识在不断循环，下一世的意识主要源自上一世，但其呈现的形式则是由业来决定的。

“无明及爱，以烦恼性为因。”无明和欲望，是以烦恼的方式作为因。

无明和欲望是轮回的原动力，无明会造作新的业，欲望则会让已有的业生果。种子需要水的滋润，如果把它播撒在干旱的沙漠则无法发芽。欲望就像水一样，即使我们过去造下罪业，如果现在通过修行断除了欲望，种子虽在，果报也不会出现。

“此中业及烦恼能生种子之识，业则能作种子识田，爱则能润种子之识，无明能殖种子之识。若无此众缘，种子之识而不能成。”

“此中业及烦恼能生种子之识”，我们的意识永远存在，但它下一世以何种形式出现在世界上，取决于我们的业。就像河水结冰与否，取决于当地的气候条件。

“业则能作种子识田，爱则能润种子之识”，业能作种子（即意识）成长用的土壤，欲望则能为种子带来滋润的水分。我们内在的规律与外面大自然的规律，大部分是相通的。

“无明能殖种子之识”。到底是谁播下了种子？是无明，它是一切的源头。我们遭遇的种种苦难、折磨，无一不是无明设下的圈套和陷阱。

“若无此众缘，种子之识而不能成。”如果这些缘都不存在，作为种子的意识就不会投生。

一般来说，人死以后四十九天内会去投生，而有些人由于因缘不成熟，找不到投生之处，很多年一直在中阴徘徊。就像一粒种子，如果温度、湿度都不适合，放置几十年乃至几百年都不会发芽。

有了最重要的这四支缘起，十二缘起便会不停循环，众生就会不断投生。

“彼业亦不作念：‘我今能作种子识田。’爱亦不作念：‘我今能润于种子之识。’无明亦不作念：‘我今能殖种子之识。’彼种子识亦不作念：‘我今从此众缘而生。’”

业不会想：我如今能作种子（即意识）的田地。欲望也不会想：我如今能滋润种子。无明也不会想：我现在能播下种子。种子也不会想：我是从这么多的因缘中产生的。虽然事实是这样，但它们都没有这样的想法。

上述四支缘起只是自然规律，不会有任何思维。但只要因和缘具足，果自然就会现前，这就是缘起。

“虽然，种子之识依彼业田及爱所润，无明粪壤所生之处，入于母胎，能生名色之芽。”

“虽然，种子之识依彼业田及爱所润”，虽然业、欲望等都没有想法，但在因缘和合之时，意识就在欲望的滋润下开始在业力的田里发芽、生长。

“无明粪壤所生之处”。“无明粪壤”，无明像粪便，又像土壤；“所生之处”，是指投生时父母的精卵。意思是，好似土壤与粪便能够促进庄稼生长一样，无明可以帮助五蕴的成长。

“入于母胎，能生名色之芽”，意识投生到母胎之后，逐渐成熟，犹如稻种发芽一般产生名色。

以上讲完了十二缘起中最主要的四支缘起。

2. 此四支缘起可破宿命论

《佛说稻秆经》为何反复提到四个缘起法不会思维呢？这主要是针对外道的观点而言的。佛陀住世时期，印度的大部分宗教都认为存在一个造物主，造物主设计并创造了世界，就像现在建造房屋，先绘制图纸再进行施工一样。

佛教对此观点并不认同，佛教始终强调，世界不是谁精心策划、创造的，而是因缘和合的自然产物。这些因缘没有任何思想，不会思考：我要发挥什

么作用，产生何种结果。只要因缘聚合，结果便会自然出现，不需要鬼神等任何力量的参与，一切都是条件成熟之后自然发生的，属于自然法则。

《佛说稻秆经》翻来覆去地讲因和果都没有想法，目的就是在强调这些都是自然规律，没有造物主，一切都掌控在自己手中。比如，来世我想投生到某个地方，那么先要了解需具备哪些条件，然后自己去创造这些条件；待条件齐备之际，果自然就会现前。

自己的未来自己决定，自己的命运自己创造，根本无需依赖什么鬼神。正如佛陀反复强调的，“我为汝说解脱法，解脱依己当精进”。解脱的方法我已经告诉你们了，能否解脱要靠你们自己努力。如果你们自己不用功，我也无能为力，我不是造物主。假如佛是造物主，只要把众生造成佛菩萨不就万事大吉了嘛！

古印度有一种外道十分极端，认为一切都是宿命，一个人说什么话、做什么事都是命中注定，无法更改，就像编好的电脑程序一样。佛教则认为，生活中的一切尤其是重要之事，都与前世息息相关，同时也和今世的一些因素有关。

如前所述，我们过去造了业，等于已经播下了种子，但是种子要发芽、成熟，还需要欲望的滋润。只有前世与今世的因缘聚合，才会出现果报。就像种庄稼，把去年的粮食作为种子播下去，再加上当时的温度、湿度、土壤等条件具足，种子才能发芽。其中，过去的种子属于远因，温度、湿度等当下的生长条件属于近因，两者齐备，才能让种子成熟。虽然有合适的生长条件，但没有种子；或者虽然有种子，但条件不适合，都不可能发芽。

同样，我们在某个前世播下了种子——这是远因，再加上现世的一些因素——此为近因，远因与近因结合，就创造出了如今生活中的一切。无论外在的因果，还是内在的因果，一切自然法则莫不如此。

总之，一切境遇都与自己所造的因缘有关，善缘、恶缘都是自己一手制造的，所以我们要谨慎取舍。明白上述道理之后，大家还要去努力践行。想要成佛，必须创造成佛的因，命运就掌控在自己手里，一定要好好把握！

四、生命的“缘起性空”

总的来说，《佛说稻秆经》所阐述的内容，可以全部归纳在“缘起性空”四个字当中。“缘起”是从世俗的角度讲，万事万物的诞生都有其因缘，没有因缘，任何事物都不会出现。“性空”则是指在胜义谛角度，即深入观察的情况下，那些看似非常符合自然法则且极有规律的事物，本质上并不存在，所有的因缘都是我们的错觉。

（一）生命从何而来？

“彼名色芽，亦非自作，亦非他作。”

“名色”，是怀胎以后精神和肉体的成长过程。那么，精神和肉体是怎么诞生的呢？

几千年来，宗教和哲学都在不断地探索、研究这个问题。他们的研究方法，是用逻辑进行推理，而非像科学家那样用仪器进行实验。实际上，科学研究也会用到逻辑推理，比如理论物理学，就是先根据定律建立一个新的理论，然后再通过实验予以验证。

佛教也有自己的逻辑推理方法，叫做“因明”。它最初来源于三千多年前的古印度逻辑学——“正理”，后来经过佛教不断地改造和完善，最后发展成一种诠释佛教理论的形式和方法。

这些形形色色的逻辑，有的非常严密，有的却漏洞百出。用有漏洞的逻辑进行推理，必然会得出错谬的结论，就像用不精准的仪器进行科学实验，得出的数据一定会有偏差一样。因此，对于上述问题，不同的宗教、哲学推理出的结论也是各式各样、良莠不齐。

我们还是以稻种和稻芽来做分析：从表面上看，稻芽从稻种中产生是理所当然的事情，并且符合“种瓜得瓜，种豆得豆”的自然规律，但若深入观察此中因果之间的关系，就会发现很多问题——到底稻种对稻芽发挥了什么作用，稻芽接受了稻种的什么力量呢？

这时就出现了两种观点，一种是“自作”，一种是“他作”。“自”指的是果，即“稻芽”；“他”是除了稻芽以外的各种因和缘，如稻种、土壤、温度、湿度、空间、时间等等。“作”，是令其诞生。因和缘的工作是让它们的果诞生，在观察因果的时候，“作”就是这个含义。

1. “自作”不成立

“自作”的意思是，让稻芽产生的是它自己，不是其他任何东西。

持这种观点的只有一个外道宗派，即数论派。数论派历史悠久，是印度最古老的教派之一。他们认为，万事万物本来就存在，只不过我们没有看到。例如，日出时太阳从东方升起，这并不是诞生了一个新的太阳，而是它本来就存在，只是在日出之前我们看不到而已。稻芽也是如此，尚未出现之前就已经存在了，只不过我们没有看见罢了。稻芽不是由其他东西诞生的，而是自己诞生了自己。

除了数论派，其他宗教、哲学都不承认“自作”的观点。这个观点的确是匪夷所思，怎么证明稻芽本来就存在于稻种之上，或未来的花朵现在就存在于花的种子上呢？没有任何逻辑能够证明。假如稻芽在诞生之前就存在，那就根本没必要“作”了，土壤、温度、湿度等因缘，也就根本不需要了。所以稻芽不可能是自己创造自己，这是违背常理的。

从世俗感官的角度讲，这个观点也有问题。佛经中也用一个比喻形象地说明了“非自作”的道理——刀可以砍木柴、植物等其他东西，但不能自己砍自己。

无论从哪一个角度分析，“自作”的观点都无法成立。况且这仅仅是一个宗派的观点，因此我们无需过多地探讨。

2. “他作”亦不成立

我们主要分析的，是被广泛接受的观点——“他作”。“他作”的意思是，因和缘让果诞生，那么对果来说，因和缘就是他物，因此，果应该是“他作”。

几乎所有的宗教、哲学以及普通人都非常认同“他作”，所以“亦非他作”比较不好理解。不观察因果的人，一般不会去思考稻芽是“自作”还是“他作”。但如果思考的话，那一定会认为是“他作”。因为稍加分析就会知道：凡是有因有果的事物，一定都是“他作”。从因的角度讲，果是他物，不是自物；从果的角度讲，因是他物，不是自物。因和果是两个事物，并非一体，所以是“他生”。

“他生”即“他作”，“自生”也等于“自作”。从凡夫的视角看，万事万物要么是“自生”，要么是“他生”。因为二者完全矛盾，所以必取其一，绝不会存在第三种可能。

“亦非自作，亦非他作”是中观里面非常重要的两种观察方法，如果我们通过逻辑推理，非常确定方法既不是“自作”，也不是“他作”，也即否定了“自生”和“他生”，那我们至少从理论上就通达了“不生不灭”。

龙树菩萨的《中论》以及月称菩萨的《入中论》等中观论著，对此都进行了全面细致的剖析。此处我们只用一个简单的理论来观察，如果思维到位的话，仅凭一个理论就可以通晓此观点。既然如此，那为何中观还要阐述诸多的理论呢？这是因为众生的根机不同，所以要从各个方面进行分析。

在世俗生活中，我们不必观察是“自生”还是“他生”，只要有“生”就可以。就像农民种庄稼，只管春种秋收就可以了，不必像哲学家那样去观察庄稼到底是“自生”还是“他生”。

所以，如果要保留因果存在的合理性，那就完全不需要观察。在不观察的情况下，世界即是我们感官所见的样子，“善有善报，恶有恶报”“种瓜得瓜，种豆得豆”的自然规律，也永远不会错乱。而一旦进行深入观察，非但“自作”或“自生”不成立，“他作”或“他生”也同样不成立。

我们不要认为佛教是教条主义，只要是佛说的、佛经里讲的，就必须无条件接受。其实并非如此。先不管佛经如何讲，我们自己要通过逻辑进行推理。如果有不同的思路和结论，也完全可以提出来，进行辨析。

如何证明“他生”不成立呢？下面我们用一个简单的逻辑来分析。

在宏观世界中，有因果关系的事物都有前后的顺序，即因和缘在前、果在后。然而从我们错觉的角度看，似乎因和果是可以同时存在的。比如，父母是因，儿女是果，父母儿女生活在一起，不就是因和果同时存在吗？其实这是一个未经思考的想法。如果因和果没有前后顺序，存在于同一个时间点，那它们之间又如何建立因果关系呢？

所以，在宏观世界的层面，因和果必须有前后顺序。但是，如果再深入观察，这也有破绽，一前一后的事物之间，也根本无法建立因果关系。

两个事物，要么同时存在，要么先后存在，此外不会再有其他方式。而这两种方式，都无法建立因果关系。下面我们来具体剖析。

（1）同时存在的两个事物之间，无法建立因果关系

首先，为什么同时存在的两个事物之间，不能建立因果关系呢？我们先来看看因果关系的定义：因和缘让果从无到有，果从因和缘中产生，这样的关系叫做因果关系。

假设两个事物之间存在着因果关系，譬如佛塔是因，佛像是果，二者又是同时存在的。那么，既然佛像已经诞生了，佛塔给它起什么作用呢？无法起到任何作用，没有必要了。

因和缘的作用就是让果诞生，就像在土壤中播下一粒种子，然后给它浇水、施肥，一段时间以后，种子就会发芽。播种的时候，只有因和缘，没有果。如果播种的时候已经有芽，那给种子浇水、施肥都是徒劳，这些因和缘丝毫沒有用武之地。

再以父母儿女为例，虽然父母和儿女共同生活在一个家庭中，但此时他

们之间已经没有因果关系了。因果关系是发生在儿女出生以前，那时儿女和父母不在一起。如果那时他们就在一起，那儿女就不是父母所生的。

所以，因和果不能同时存在。同时存在的两个事物之间，根本无法建立因果关系，否则因和缘就失去了作用，变得毫无意义。应先有因和缘，后有果；因和缘在的时候，果不在。只有这样，因和缘才有存在的必要。

（2）先后存在的两个事物之间，亦无法建立因果关系

那么现在，我们认为因和缘在先、果在后是成立的。有了因和缘，才能产生果。因缘和果是两个事物，所以叫做“他生”或“他作”。从表面上看，这个观点似乎没有任何问题，我们亲眼所见的也都是如此。

但是，当我们深入观察时，就会发现问题。如果因果有前后，那么因和缘存在时，果不存在；果诞生时，它的因和缘就不复存在了，那么，这会有什么問題呢？

因和缘要发挥作用，就要把力量传递给果，让果诞生。但是，这个力量是无法传递的，因为果此时并不存在，那因和缘的力量传递给谁，又如何传递呢？假设果此时是存在的，那因和缘就可以把力量传递给它。但这个时候，宇宙中的任何角落都找不到果，它是未来才出现的。一个还没有诞生、根本不存在的物，怎么可能对它发挥作用、传递力量呢？

所以，只要有前后，那其中的一个一定不存在。由于它像虚空一般不存在，因此无法令其诞生。

这样观察以后，我们就会发现：无论是同时存在，还是先后存在，事物之间都无法建立因果关系。那因果究竟存不存在呢？如此观察时，因果是不存在的，佛教称之为“不生不灭”。任何一个因缘，都没有让任何一个东西诞生过；任何一个东西，也没有因为任何一个因缘而诞生。最后的结论就是如此。

“不生”，自然也就“不灭”，因为没有什么东西可灭。前“不生”，

后“不灭”，自然当下也是“不住”。生、住、灭都与生有关，有生就有住，有住就可以灭。如果从源头上就没有生，那后续就不会有住和灭。因此，生、住、灭都不存在。

如果用这个逻辑去观察外在事物，就是一般中观的方法；如果用这个逻辑来观察自己的心，就是大圆满、大手印中一个级别很高的加行。在我们平时讲的四加行、五加行以外，还有一个大圆满不共的、甚深的加行，就是这种观察的方法。在此之后，才是大圆满的正行。

观察的时候，万事万物都是“亦非自作，亦非他作”；不观察的时候，万事万物都有其运作的规律。这些规律实际上是我们的错觉，但错觉也有错觉的规律，就像梦也有规律那样。

我们平时所见的一切，都是先有因后有果。比如，几周前在土壤中播下的一颗种子，几周后就变成了另外一种东西，我们便认为这之间存在着因果关系。至于其中的细节，我们并没有看到，也想不出合理的解释。同时，我们看到因果之间还存在着固定的规律，即种什么种子就结什么果。因此我们便认定：万事万物不但有因果，而且有一定的规律和法则。

当然，在世俗世界中，这些都是不可否认的事实。但世界到底是怎么构成的，其规律又是什么，这些只有在微观世界才能看出端倪。

我们再以“旋火轮”为例。一根点燃的香在高速转动时，我们看到的不是一个亮点，而是一个光圈，这是宏观层面上的现象。如果要彻底了解这个光圈的真实面目，就要到微观中去看。在微观中，我们所看到的光圈其实只是一个亮点，它在高速运动时，会让我们的视觉产生错觉。如果没有看清微观中的亮点，那我们就无法判断宏观中的光圈到底是一种错觉，还是一个实际存在的东西。

实际上，我们在宏观中看到的事物，没有一个是真实的，全都是感官的错觉。当然，我们生活在这个世界上，还是需要五种感官的错觉。而我们的感官也与外在世界非常相应，为什么呢？因为外在世界本来就是由我们的感

官创造的。

如果我们没有看到世界的真相，仅凭表象下结论，那一定都是错的。这一点，很多现实事例都能证明。比如，日出时看到太阳从东方升起，所有人都以为自己看到是当下的太阳。但实际上，谁都不曾看到过当下的太阳。我们看到的太阳是八分钟之前的，而当下的太阳，八分钟以后才能看到。我们根本不知道，自己的眼睛看到的太阳，其实已经不存在了。

又如，在高原上看夜空，能看到满天的繁星。我们都以为自己看到的是当下的星星，但实际上很多星星根本就不存在了，有的甚至在几百万年、几千万年前就消失了。光从星星所在的位置传过来需要时间，有的需要几百万年、几千万年，所以我们看到的星星，其实只是很久以前的一道光。

因果也是如此。我们认为，现在的豆芽是自己几周前播下的豆子长出来的。但实际上，我们种的豆子与这个豆芽之间没有任何关系，因为宏观世界中的一切都是错的。宏观世界的结构及本质，要到微观世界中去看。在微观和超微观世界进一步观察时就会发现，万事万物根本不是我们所想象的那样简单。

正如投影仪投射出来的影像，它自己无法决定如何变化，一切都由投影仪决定。同样，外在的因果及其规律，都是由我们内在的意识来决定，是意识深层的阿赖耶识发挥的作用。

在宏观世界中，物质和意识似乎没有任何关系，因而在唯物或唯心的问题上，西方学界一直辩论不休。若仅从宏观的角度去分析、辩论世界的真相，都是在做无用功。真相必须到微观中寻找。而在微观及超微观世界中，根本不存在所谓的唯物和唯心。因果及其规律都是由意识的作用而产生的假象。当深入观察时，因果等一切事物都会被全部打破，消失得无影无踪。

然而，就像小猫小狗把镜子里的自己，或电视里的画面，当成是真实的一样，我们也不知道这个世界是意识的作用和感官的错觉，还以为一切都真实存在。

对于世界的认识，目前哲学界大多停留于宏观层面，尚未进入到更深的层次。而佛教早已进入了微观及超微观层面，甚至突破了超微观，超越了一切，直抵心的最原始面目——佛性如来藏。

佛教从两个角度把这个世界解释得清清楚楚。从宏观的层面讲，不但有因果法则，而且其“种瓜得瓜，种豆得豆”的规律永远不会错乱。然而，这并不是一个绝对的真理，当深入微观去观察时，这一切都不复存在。

为何在宏观中有这样的规律呢？《中论》等对此阐述得非常清楚——因为万法皆空，所以一切皆有可能。也就是说，万事万物本身是空性的，没有任何本质，因而可以无碍地显现，只要因缘和合，一切都有可能。

佛经里曾讲过四个“不可思议”，其中一个物质的力量不可思议。如果人类的技术能够达到很高的水平，就可以制造出各种各样的东西。

倘若只想得到因果关系的结论，那就不要观察是“自作”还是“他作”。在不观察的情况下，这个世界就是正常的，一切都按照自身的规律在运转。虽然这些都是错觉，但如果不观察，就可以永远生活在错觉中，只要做到遵从规律、断恶行善就可以了。

这个问题在佛教内部也同样存在。小乘佛教以及大乘佛教的一些门派，虽然否定“自作”或“自生”，但是承认“他作”或“他生”。然而，诸如龙树菩萨这样的，拥有佛一般超级智慧的大成就者们认为，若只想得到一个因果的结论，则根本无需观察。如果要观察的话，就不要故意只观察一部分，仅仅否定“自作”，肯定“他作”，而应该观察到底、分析透彻，这样必然会得到最终的结论——“自作”和“他作”都不成立。

总之，在不观察的时候，有因、有缘、有果，这叫做缘起；观察的时候，缘起即是性空，因、缘、果都是错觉，其本性为空。这就是所谓的“亦非自作，亦非他作”。

3. 破其他错误观点

“非自他俱作，非自在化，亦非时变，非自性生，非假作者，亦非无因而生。”

“自他俱作”，指既是“自作”又是“他作”。我们前面已经否定了“自作”和“他作”，既然“自作”和“他作”都不成立，那么“自他俱作”就更不成立了。持这种观点的人，以为这样就可以解决“自作”和“他作”的问题。殊不知，这把二者的问题都集于一身，矛盾更加严重了。

“非自在化”。自在是大自在天，是古婆罗门教的造物主，类似西方宗教中的上帝。现在的印度教，最早来源于 2000 多年前的婆罗门教，它在发展过程中，对婆罗门教的观点做了很多改变。佛教在印度消失的时候，很多佛教理论都被印度教等外道吸收，有些外道的教义因此受到极大影响。所以现在印度教的很多观点已经和最初有很大的不同。但是，有一个观点他们始终未变，即这个世界是由造物主大自在天创造的。

所谓的造物主有很多，佛教提及较多的，是大自在天和遍入天。虽然外道把他们上升到造物主的高度，认为一切都是由他们而创造，但佛教从诞生至今的 2000 多年，一直都否定这种观点。佛教认为，他们不过是势力、福报比较大的天人，就像人间的国王一样。实际上，这个世界并不存在什么造物主，一切都可以用缘起来解释。

“亦非时变”。这是什么意思呢？这并不是否定事物的成长、发展需要时间，而是否定当时一个外道的观点。此外道认为，时间就是造物主，一切都是时间创造的。而佛教认为，时间是因为事物的变化而产生的观点，只不过是一种抽象的概念而已。实际上，除了事物的变化以外，根本没有独立存在的时间，更遑论它是造物主了。

“非自性生”。“自性生”和“自作”都是同一个外道教派——数论派的观点。他们认为，这个世界有一个本性，任何事物都是从这个本性中诞生的。

数论派的这个观点，比其他外道的观点更加深入。他们所说的自性，实际上就是阿赖耶识。数论派的一些成就者，禅定修得比较好，他们可以进入阿赖耶识入定，然后再从中出定，经常这样进进出出。然而他们并未证悟空性，所以一直没有突破阿赖耶识的层面。他们认为阿赖耶识是永恒的、真实不虚的，它就是世界的本质。因此他们创建了一个名词，叫做“自性”。实际上，这就是佛教所讲的阿赖耶识。

佛教认为，阿赖耶识是无常的、空性的。因果的产生，是阿赖耶识上的善恶种子在发挥作用。数论派所谓的永恒、真实的自性，其实并不存在，所以是“非自性生”。

“非假作者”。“作者”是指造物主、创造者，“非假”，就是不需要依靠、不需要凭借。“非假作者”就是说，不需要凭借任何造物主的力量，万事万物凭自己的因和缘就可以产生果。譬如稻芽，除了稻种、土壤、温度、湿度、空间、时间以外，不需要依靠其他任何创造者的力量，仅凭借这些因缘就可以诞生。

“亦非无因而生”，也不是无因无缘而诞生。这是指在不观察的时候，从宏观世界的角度来讲，需要有因有缘。

佛教一会儿说有因有果，一会儿又说因果是空性的，这确实很容易让人迷惑。因此，以世俗谛和胜义谛来区分理解，是非常重要的。用佛教术语来说就是，胜义谛中无因无缘，世俗谛中因果不虚。用现代语言来描述就是，宏观世界的层面来讲，不要担心善恶因果不存在，学佛成佛不存在；微观世界和超微观世界的层面讲，才是无因无缘、不生不灭。

宏观世界只是微观世界创造出来的错觉，不值得去思考。比如旋火轮，我们没必要谈论火轮是什么，因为事实上根本不存在这个东西。如果要谈论，那就谈论是什么原因让这个火轮无中生有，这就要进入微观世界去观察。

从宏观角度讲，一切都是存在的。从错觉角度讲，旋火轮也是存在的，我们看得清清楚楚。在宏观世界中，有善恶果报，有前世今生，有幸福和痛苦，

通过学佛也能成佛，等等。对此，佛教也不否认。而从微观、超微观世界的层面来讲，这些统统都不存在，一切都是不生、不灭、不住。所谓的宏观世界，只不过是微观和超微观世界变化出来的一个虚拟世界而已。

我们可以用一个简单的比喻来帮助理解这个问题。微观世界就像投影仪，宏观世界就像投影仪投射出来的影像。以影像的角度而言，一切都是存在的，各种各样的人、建筑物等等，都会在影像中出现；从投影仪的角度来讲，这些影像及种种变化都是由投影仪投射出来的，事实上根本就不存在。影像的因缘都在投影仪之中，而不在外面的影像之上。所以，对于微观和超微观世界来说，宏观世界只不过是它们的一个幻化而已。

关于世俗谛和胜义谛的定义，在藏传佛教的各大学院，每当学习五部大论时都会对此进行复杂的辩论。在 each 问题点上都会延伸出很多理论，并引用诸多佛经进行说明，所以就变得非常复杂。而通过投影仪和影像的比喻，以及宏观和微观的类比，我们就能比较容易理解二谛的关系。有因有缘和无因无果是不矛盾的，就像一枚硬币的两面。

（二）因缘具足时，生命即可诞生

“虽然父母和合时，及余缘和合之时，无我之法无我、我所，犹如虚空。”

“余缘”，即其余的因缘。《佛说入胎经》及大圆满中讲，如果中阴身的福报很浅薄，而父母的福报非常大，则无法在父母和合时投生；反之，如果中阴身的福报非常大，而父母的福报很浅薄，那也无法投生。另外，其他很多客观因素也会导致无法投生，如父母身体的各种疾病等等。只有当所有的因缘全部具足之后，中阴身才能够投生为人。从这个角度来讲，投生为人是非常不容易的。成千上万的众生徘徊在中阴界，急切地寻找着投生之处，但成功的概率却微乎其微。可见，能获得一个人身，真是比盲龟值木还难。

“我所”，即我所拥有的东西，包括自己的身体以及身外之物。

这句话的意思是，在观察的情况下，我和我所都犹如虚空一般。也就是说，从微观和超微观，也即本质的角度来讲，它们都是空性的。

“彼诸幻法，因及众缘无不具足故，依彼生处，入于母胎。”

虽然从本质上讲，这些如幻如梦的事物，都如虚空一般不存在，但在错觉的层面，当所有的因缘都具足时，就可以依靠母胎而投生。

旋火轮的比喻永远都支持佛教的这个观点。从本质上讲，旋火轮根本就不存在，它永远都是一个亮点；但在我们的视觉中，快速旋转的亮点永远都是一个光圈。这两者一点都不矛盾。

“则能成就执受种子之识，名色之芽。”

“执受”是一个佛教术语，意为有感受、有知觉。像视觉、听觉、意识等有知觉的东西，才能“执受”。而桌子、墙壁等物质，因为没有知觉，所以不能“执受”。

这句话的意思是，投生之后，就能成就执受种子之识，萌生出名色的苗芽。此后，后续的缘起也会逐一诞生。

1. 精神的产生需具足因缘（以眼识为例）

“如眼识生时，若具五缘而则得生。云何为五？所谓依眼、色、明、空，依作意故，眼识得生。”

我们前面讲十二缘起的触缘起支时，提到了“三法”。“三法”是什么呢？比如我们用眼睛看东西时，第一个是所见之物，这叫做尘或境；第二个是我们眼睛本身的结构，如视网膜等，这叫做眼根；除了这两个以外还有一个，

就是我们平时所说的视觉，佛教称之为“眼识”。

不只意识，我们的眼耳鼻舌身等五种感官都有“识”。佛教所讲的“识”，就是世俗所说的知觉、感受，其属性为精神。在佛教中，世俗所言的精神和物质都归于物质范畴。

按照世俗的定义，物质仅仅是指楼房、家具等没有知觉的东西。佛教则有广义和狭义之分，广义的物质包括精神；狭义的物质，是指除了精神以外没有觉受的东西。因为没有觉受，所以这样的物质都不叫“觉”或“识”。凡是带有“觉”或“识”的，都属于精神范畴。

佛教把精神分为六识、八识。六识，就是指眼耳鼻舌身五识，再加上第六识——意识。意识无法直接感知外部世界，能直接感知外部世界的是眼耳鼻舌身五识，或者叫五种觉受。

（1）感知外界不仅需要“硬件”，更需要“软件”

对于人类如何感知外部世界，目前脑神经科学的研究成果是佛教所认可的，但佛教也认为，这仅仅解释了其中的一部分。

比如一个人哭泣时，外在的表现是流眼泪、有表情、有哭声，但他的内在感受我们却看不见、听不到。他为什么哭呢？是因为激动或痛苦等内心的感受发展到一定程度，就以哭泣的形式表现了出来。在这个过程中，起决定作用的是内在精神，但这最重要的一面，我们却不得而知。所以，只通过外在表现无法解释哭泣的原因。

同样，按照科学的解释，我们的眼睛之所以能看到物体，是因为物体发出或反射的光在视网膜上形成图像，然后又通过视觉神经传递给大脑。然而，这仅仅是解释了物质的部分，至于大脑是如何处理的，科学家们只能做一些猜测。

许多脑神经科学家认为，大脑的不同区域分别掌管着不同的功能，所以他们一直试图像绘制地图那样，把不同脑区负责的功能用图标识出来。例如，哪片区域负责痛苦、哪片负责快乐等等，但都没有成功。因为这些都是不确

定的。比如人在痛苦时，大脑某个部位的脑电波会发生变化，但不是每次都发生在同一个部位，究竟在什么位置，最终也无法确定。

对于科学已知的部分，密法和藏医（尤其是密法）早已讲过，感官要感知外部世界，需要依靠大脑中的神经。在密法和藏医中，神经被称为“脉”，也就是气脉明点中的脉。脉有很多种，不全是神经，其中有一部分具有这样的作用。所以，当人的意识发生变化时，大脑中的某个部位肯定会产生波动。

对于我们是如何真正感知外界的，科学只解释了一部分内容，对另外一部分，比如眼睛看到了东西，为什么意识不通过任何东西立即就能知道？主流科学对此尚无法解释，只能猜测是大脑进行了复杂的处理，但具体是如何处理的，却又无从得知。

所以佛教认为，虽然科学家的研究结果也有可取之处，但科学是逐步发展的，有些地方仍存在缺陷。科学的这些观点，全都没有超出“硬件”的范畴。实际上，感官不过是意识的工具，更关键的则是“软件”。就像一台电脑，处理数据的是它的软件，而不是硬件。

那么，佛教对此是如何解释的呢？

佛教将眼耳鼻舌身等感官称为“根”，可见其重要性。然而只有根还是不够的，如看到物体发出或反射的光，主要是眼根的功能，但它背后还需要大脑神经的支持。密法清晰地描述出人的大脑有多少神经，什么样的神经支持眼睛看东西，什么样的神经支持耳朵听声音，等等。所以，大脑和五根，是我们感知外界必备的硬件。

显宗对此没有明确解释。在《大乘阿毗达磨集论》和小乘的《阿毗达磨俱舍论》等经论中，都只讲五根、五识，很少提到大脑。对于人体结构，密法比显宗阐述得更加清晰。这其中的原因，是由于密法中有气脉明点的修法，需要将人体结构解释得非常清楚。而显宗不修气脉明点，只讲人体由多少个不净物构成就能满足需要了。

要感知到外部世界，除了大脑和五根以外，还需要一个更重要的条件，

即“识”。

例如，我们看东西时，通过眼根和大脑会产生一个觉受，这个觉受就是眼识，也即我们平时所说的视觉。视觉到底是什么呢？当眼睛看到外界物体时，我们会非常清楚地感受到它，这个感受的部分就叫做视觉。后面带有“觉”字的，就代表它属于觉受。觉受不是物质而是精神，因而佛教将视觉称为“眼识”。当眼根、眼识、物体三者都具备时，我们就能看到外面的物体。

那么，我们是如何知道自己看到物体了呢？虽然佛教根据不同的功能，把内在的精神分为六识、八识，但实际上它们都是一体的。当我们的眼睛看到了某个东西、耳朵听到了某种声音时，我们立即就能知道眼睛看到了什么、耳朵听到了什么，反应速度比光速还快。正是由于第六识意识和前五识是一体的，不需要通过推理、询问他人等任何方式，意识瞬间就能知道。这就好比一只手有五根手指，每根手指的冷、热、痛等感受，这只手的主人都会立刻知道。

又如，某个人在公园游玩，他可以看见盛开的鲜花，听到鸟儿的鸣叫，闻到芬芳的花香，感受到微风拂面……这五种觉受，他的意识都能当下一了了知。反之，若是没有意识的参与，比如人在深度睡眠或者晕倒的时候，即便眼根、耳根完好无损，外境也有声音、颜色等，但我们却看不见、听不到。

佛教将“知道”的这一部分，称为“自知”。顾名思义，自知就是自己知道。

如果我们的眼睛在看到东西的同时，耳朵也听到了声音，那么意识也会立即知道。因为此时的视觉、听觉、意识就如同一个三角形，它们之间有自知相连。但如果是不同的三个人，那么第一个人的视觉、第二个人的听觉、第三个人的意识之间就缺少连接，因为这三者分属不同的意识，并非一体。因此，第一个人看到什么、第二个人听到什么，第三个人就不会知道。

由此可见，佛教对于精神分析得非常透彻、研究得非常到位。如果没有佛教理论，这些问题都无法解释。科学家们对此也颇感头疼。以前科技不发达，这一问题还没有那么突出。而现在随着高科技的不断深入，在物理学、心理

学等领域中，经常会遇到一些有关意识的特殊活动的问题，现有的科学理论就显得捉襟见肘了。尽管目前主流科学尚未借鉴佛教理论来解读精神，但也可能为时不远了。

（2）眼识的产生需具备五种条件，缺一不可

此处讲，“**如眼识生时，若具五缘而则得生**”。当眼识诞生，即眼睛看到东西时，是如何看到的呢？倘若具备了五种因缘，或者说具备了五个条件，就能产生眼识，看到东西。

“云何为五？所谓依眼、色、明、空，依作意故，眼识得生。”要具备哪五个条件呢？

第一是“眼”。眼睛看到东西时，除了外在物体发出或折射的光以外，还需要依赖一种物质，即眼根。从医学角度讲，眼根就是视网膜、晶状体等眼睛结构中起到最关键作用的部分。如果没有眼根，即使外面有光也看不见。

第二是“色”，即外在的物体。比如我们看到一朵花，这朵花就叫做色。

第三是“明”，就是光。

第四是“空”，这是指眼睛和物体之间不能有障碍，要有空间。比如，我们要看墙上的一幅画，那除了像玻璃一样透明的物质以外，中间不能有阻隔，否则就看不见。

第五是“作意”，这个下面再做解释。

以上五个条件全都具备之后，眼识才能够诞生。

“此中眼则能作眼识所依；色则能作眼识之境；明则能为显现之事；空则能为不障之事；作意能为思想之事。”

“此中眼则能作眼识所依”，其中，眼识的诞生要依靠眼根。

“色则能作眼识之境”，外在的物体是眼识的对境。

“明则能为显现之事”，光能让物体显现。在黑暗中，眼睛是看不见的。

“空则能为不障之事”，空能让眼睛与物体之间没有障碍。

“作意能为思想之事”。此处的“思想”，不只是我们通常所理解的，如“想”看花、“想”看月亮、“想”看左边、“想”看右边的含义，有时候，没有这些想法也会看。那它的确切含义是什么呢？当意识停止工作，如昏迷或深度睡眠时，虽然眼根、物体、光都正常存在，但因为没有意识的支持，所以此时眼睛看不到。在意识没有受到外界影响、能正常工作的情况下，眼睛就可以看到东西，这其中意识支持视觉诞生的力量（作意），就叫做“思想”。另外，这两个正反的说明也验证了意识和视觉是一体的。

“若无此众缘，眼识不生。”

“众缘”，即上述五种因缘。若不具备这些因缘，哪怕缺少其中的一个，眼识也无法诞生。

“若内入眼无不具足，如是乃至色、明、空、作意无不具足，一切和合之时，眼识得生。”

“入”，即根，前面讲过，眼根是六入或六触之一。这句话的意思是，如果眼根是正常的，没有受到任何损坏，就叫做“无不具足”。同样，其余的色、明、空、作意也都一一具足。当这些因缘全部具备并且聚合在一起时，眼识就诞生了。

耳、鼻、舌、身也同样如此，当因缘和合时，它们就能诞生。

请大家把十二缘起的内容熟记于心。对十二缘起的顺序、每个缘起的含义、它们之间的关系，以及十二缘起在过去、现在、未来三世中如何分布，哪些属于前世、哪些属于后世，哪些属于因、哪些属于果等内容，都要反复了解，熟练掌握。有可能学习的时间较长，在学后半部分时，前半部分就已经忘光了，这是非常可惜的，所以要反反复复地学习。

通过十二缘起可以修很多法，如寂止、胜观（空性）等。佛经中有很多十二缘起法的修法，都来源于《佛说稻秆经》。因此，如果我们精通了《佛说稻秆经》，那就为以后的修法做好了理论储备。假如连十二缘起的顺序都不知道，那就根本没办法修了。只学不修，那就和大学里的宗教课一样，仅仅是研究而已，没有多大意义。

（3）因缘聚合时，眼识便会诞生

“彼眼亦不作是念：‘我今能为眼识所依。’色亦不念：‘我今能作眼识之境。’明亦不作念：‘我今能作眼识显现之事。’空亦不作念：‘我今能为眼识不障之事。’作意亦不作念：‘我今能为眼识所思。’”

眼根是物质，没有思维，它不会想：我能作为眼识的依处。色也不会想：我能作为眼识的对境。比如当我们看一朵花时，花不会想自己可以作为眼识的对境。光也不会有“我能让物体显现”的思维。空本来就是什么都没有，更不可能思考“我能让眼识没有障碍”。而作意本身是有思维的，那它会不会想“我能作为眼识的思想”呢？也不会，它只有“想看花、想看电影”这类想法，不会思维自己是眼识的所依。

“彼眼识亦不作念：‘我是从此众缘而有。’”

前面讲的是因，此处讲的是果。眼识有没有“我是从这些因缘中产生的”想法呢？也没有，这些因和缘都没有这样的思维。

“虽然，有此众缘，眼识得生。乃至诸余根等，随类知之。”

虽然没有这样的思维，但在这些因缘聚合时，眼识便会诞生。以此类推便可知，耳根、鼻根等其余诸根产生识的方式也同样如此。

2. 命运好坏取决于个人的善恶因果

由此可见，外在的世界、内在的精神、人体的变化都受控于自然规律，并不需要任何人或神事先谋划设计。所以，不必考虑自己行了善，会不会有造物主或万能神不让自己享受果报，或者造了罪也不让自己遭受痛苦，这都是妄想。没有任何人格化的鬼神或大自然的力量主宰这个世界，万事万物都是由因缘来决定。只要有了因和缘，则必定会有果。你行了善，任何人都不能让你堕地狱；你造了罪，也没有人可以帮你逃脱罪责。所有人的命运都是由自己掌控。

这是佛教的一个至关重要的观点，也是佛教与其他所有宗教的不同之处。佛教不会大包大揽地说：只要你相信我，我就能帮你解决所有的问题。而是说：我告诉你什么样的事情会导致什么样的后果，尤其是你不知道的一些细微因果；然后我教你怎么做，但做不做取决于你自己，你不做，谁也没有办法。这就是佛教的原则。

正如俗话说，“天上不会掉馅饼”，如果自己什么都不做，却指望好事从天而降，这不是白日做梦吗？人的所有境遇，无论是幸福的、顺意的，还是痛苦的、倒霉的，都不是无缘无故降临，而是自作自受。所以，要想得到解脱或幸福，就应当去创造相应的条件。

或许有人会问，不是佛教徒，不信佛，行善也会有果报吗？当然有。比如一个唯物论者，没有任何宗教信仰，但他心地善良，做了很多帮助别人的事情。虽然他不相信善恶因果，但他创造了一些善的因缘，所以将来一定会得到善报。这所有的一切，都是因果关系。

很多人经常说，要对自己好一点。这没有错，对自己都不好，就更不可能对别人好了。若要对自己好，那就不要给自己的未来创造痛苦的因缘、播种痛苦的种子，而要尽量创造幸福的因缘、播撒幸福的种子。用佛教的话来讲，就是要断恶行善、积累资粮。这样我们就能从轮回中获得解脱，即使暂时无法解脱，至少也能享受人天的福报。

如果任何善事都不做，却希望发生一些奇迹，祈求某位万能神给自己开个后门——也许世俗中可以这样，但在因果法则面前却绝无可能。世俗规则是站在人的立场，以人的利益为出发点而制定的；而因果法则不是站在人类的立场，也不是站在动物的立场，它是非常客观公正的。谁违背了因果，谁就要承受相应的果报，根本没有什么后门可走。除非是自己将功补过，用善法把前面的罪业抹掉，这叫做“忏悔”。

《佛说稻秆经》一直重申：因缘就是这样诞生的，虽然因缘从未想过自己怎么来，要去做什么，但当因缘和合时，无论我们是否欢迎，果都会产生。如此反复强调的用意，就是要让我们知晓因果道理，这足以看出因果观、缘起观的重要性。

3. 生命的轮回是一场错觉

“如是，无有少法而从此世移至他世。虽然，因及众缘无不具足故，业果亦现。譬如明镜之中，现其面像。虽彼面像不移镜中，因及众缘无不具足故，面像亦现。”

“如是，无有少法而从此世移至他世。”“法”，在梵文里叫做“dharma”。这是一个多义字，有时候，佛法叫做“法”，法律、戒律也叫做“法”；还有时候，桌子也叫做“法”，人的运动也叫做“法”；等等。此处，“法”是指事物。这句话的意思是，从宏观的角度看，比如某人在某个地方死亡之后，会投生到另外一个地方，就像从一个国家移民到另一个国家一样。但实际上并没有这样的移动。任何一个事物在诞生的同时就消失了，永远不会再出现，所以没有任何东西是可以移动的。

量子力学也发现了这个现象。过去的物理学认为，在微观世界中，电子是沿着一定轨道围绕原子核运转的，就像地球围绕太阳运转、月球围绕地球运转一样。虽然这个理论到现在也是成立的，但是，经过物理学家的进一步观察，发现电子并没有围绕原子核运转，为什么呢？因为电子在诞生的当下

就不存在了。

还有一个更奇怪的现象，就是人观察什么地方，电子就会出现在什么地方，根本没有所谓的轨道。在微观和超微观世界中，似乎人的意识也参与进去了，是人的意识改变了电子的运行轨道。这就是著名的“测不准原理”。目前，物理学也只研究到这种程度，未来还需要进一步地探索。

佛教在很早以前就揭示了这个问题——微尘（即现代人所说的粒子）不是在转绕，而是生灭。具体而言，在某个位置上诞生了一个微尘，诞生之后，它就在这个位置上消失了。它哪里都没去，就是消失、不存在了。随后，在另外一个位置上又诞生了一个微尘。之前消失的那个微尘，与刚刚诞生的这个微尘连接起来，就会让人以为它在移动。

此处所讲的就是这个道理，没有任何东西从这个地方移到其他地方，哪怕是一粒微尘，都不会做任何移动。这里的因消失了，那里的果又诞生了；当下看到的消失了，另一个东西又诞生了。

我们曾经讲过一个比喻，每到夜晚，我们都可以看到一些建筑物上光彩绚丽的霓虹灯。实际上，霓虹灯上的文字、图案、造型是由许多小灯泡组成的，这些灯泡按照排列的顺序，第一个亮起来、熄灭，第二个又亮起来、熄灭，第三个再亮起来、熄灭……然后我们就会看到，那些文字和图案从左到右、从上到下不停地移动。其实并没有光从左边移到右边、从上边移到下边，而是我们的眼睛产生了错觉。

如同这个比喻一样，我们以为那边诞生的就是这边消失的东西，是这个东西移到了那边，尽管位置发生了变化，却仍然是同一个东西。我们并不认为这个地方的东西消失了，那个地方又诞生了一个新的东西。但事实正是如此，因为因缘和合，一个新的东西在那边诞生了，任何东西都没有移动过。

不过，如果从宏观的角度来讲，当然是有移动的。我们从无始以来轮回到现在，或者人死后投生到另外一个地方，怎么可能没有移动呢？但同旋火轮的道理一样，这都是我们的错觉。

世界是由无数旋火轮构成的，这个不难理解。即使是物理学家，不深入到量子力学层面的话，也会说桌子是由原子构成，原子是电子围绕原子核在转动。按佛教的话来说，就是无数个旋火轮构成了这张桌子。但我们看不出它是一大堆旋火轮，只看到一张桌子，这是因为我们的眼睛太迟钝了。

大家要记住，当遇到困扰时，一定要把旋火轮“请”出来，让它“加持”一下，我们就能茅塞顿开了。

旋火轮的比喻我们引用过很多次，物理学也提供了有力的佐证，所以我们很容易理解现实世界只是一种错觉。那么，这是否意味着物理学家证悟空性了？当然不是。释迦牟尼佛发现了物质由微尘构成，然后用这个理论成功消灭了自己的烦恼，证悟成佛。科学家发现这个理论之后，并没有用它来修行，而是发明制造了很多科技产品，其中有很多是对人类有帮助的，也有很多是可以毁灭人类的。因为科学家没有将这个理论用于断除我执，所以并不是证悟了空性。

“虽然，因及众缘无不具足故，业果亦现。”虽然实质上没有任何东西移动，但从表面看，当所有的因缘都具足时，我们所造的业一定会感召相应的果。这是因为现在的因与未来的果是相连的，它们之间存在着因果关系。

“譬如明镜之中，现其面像。虽彼面像不移镜中，因及众缘无不具足故，面像亦现。”这句话是说，就像人照镜子时，镜中会显现人的面像。那么，是不是人的脸移到镜子当中了呢？当然不是。虽然没有移到镜中，但在所有条件都具备时，面像就可以在镜中显现出来。

“如是无有少许从于此灭生其余处。”

“如是无有少许从于此灭生其余处”，没有任何事物从这个地方消失，然后再去另外一个地方诞生。这里灭了，它就结束了，另一个地方诞生的，是一个全新的事物。但由于中间的变化非常快，我们分辨不出，所以会认为两者是同一个事物。

比如，一个人从我们所在的房间走出去之后就不见了，但他会出现在外面的走廊上。同样的道理，一个人死后从人间消失了，但他会出现在旁生道或天道中。在我们的概念里，他们只是从这里移到了另一个地方。但从微观和超微观的层面讲，没有任何东西可以从此处移至别处。

或许有人会说，我们从来也看不到微观和超微观世界，看到的就是这个宏观世界，这里有迁移、有因果就可以了，还有必要讲什么微观和超微观吗？如果不想再深入了解，只考虑善有善报、恶有恶报，追求人天享受，当然是可以的，这属于佛教中的“人天乘”。

但如果想了解清楚，那就必须要知道，宏观世界其实是微观世界变化出来的一个虚拟世界，是我们感官的一种错觉。我们的感官十分愚蠢，根本无法识别真相，反而以为自己非常正确。如果不想突破感官的局限，只想满足于现状，那就不要进一步思考，只在世俗范围内积极向上就可以了。但佛教认为，真正的积极向上，就是敢于突破虚拟的世界，去追求超越的智慧和真实完美的世界。如果只耽著于虚拟世界带来的少许快乐，没有更高的追求，那不管再如何努力，也都叫做消极。

（三）“缘起”与“性空”是一体两面

尽管我们把虚拟世界和真实世界分成了两个世界、两个层次，但实际上，它们始终都在一起。

1. 显空无别才是万法的真相

我们观察一下世俗世界的事物，如道教所讲的阴和阳，地球上的夏天和冬天、白天和夜晚，以及热和冷、黑和白等等，都是无法分离的；同样，佛教所讲的显和空，即世俗和胜义，也永远无法分离。

正是这样的事物构成了整个世界。也可以说，可见物质和暗物质构成了宇宙；阴和阳构成了万事万物，包括人类和动物。但若从更深的层面观察这

个世界，那就不是阴和阳，而是空与显。

虽然像道教等一些传统文化都阐述了阴阳之理，但它们都未能突破虚拟世界的层面。阴和阳是世俗世界最基础、最初级的见解，如果将其升级，就是佛教所讲的现空无别，然后是明空无别，最后可以升级到如来藏的觉空无别，也即大圆满的最高境界。

从我们的感官感知到的世界，到最后佛的智慧境界，这两者从未分离过，这就是所谓的二谛不分、阴阳不分。世界的规律就是如此，它本来就是由阴和阳、显和空、明和空、觉和空构成的。

所以，我们时刻要牢记有两个世界，一个是真实的，一个是虚拟的。在虚拟世界中，我们再怎样努力也所获无几，付出和收获根本不成正比。并且在离开人世时，还要把得到的东西都还给这个世界，自己什么都带不走，一切努力都是白费。正因为如此，佛陀建议我们要突破这个虚拟世界。突破了虚拟世界以后，阴和阳虽然还存在，但已不是原来的阴和阳，我们已达到很高的境界。

从虚拟世界到佛的境界，所有的过程、层次，全都用“因缘”这一个思路打通了。

2. 因缘聚合时，善恶因果如水月般显现

“因及众缘无不具足故，业果亦现。”

虽然没有任何事物迁移，但当所有的因缘都聚合时，善有善报、恶有恶报的因果就会显现。

“譬如月轮，从此四万二千由旬而行。”

按照佛教中的说法，月亮离地球有 42000 由旬。

“由旬”是音译，它是印度梵文中的一个计量单位。一由旬是多远呢？这有很多不同的解释，比较准确的是《时轮金刚》和《阿毗达磨俱舍论》中的说法。

“由旬”的计算和人的身高有关。佛教认为，不同的时代，比如相距几万年，人类的身高会有一些变化。但从2000多年前到现在，人类的身高变化不大。因此，我们可以参照现代人的身高，计算出佛经所讲的“由旬”的长度。

无论一个人的身高是多少，他的24个手指的宽度都是他的一肘；四肘等于一肱（手向身体两侧平伸，左右两个中指之间的宽度叫做一肱，个子比较高的人，大概有2米左右）；4000肱等于一由旬。

如果一肱是2米，4000肱是8公里，也就是说，一由旬等于8公里。8乘以42000等于336000。这样就计算出，地球与月球的距离是33万6千公里。

这个数字与科学家测量的结果有一点出入，但差别不大。因为月球围绕地球运行的轨道是椭圆形，所以有近地点和远地点。月球离地球最近的距离，约为36万3千公里。这与佛教所讲的33万6千公里，有2万多公里的出入。

或许有人说，绕地球一圈才4万多公里，2万多公里怎么出入不大呢？在天文数字里面，2万公里确实不是很大的差距。而且佛经对于外器世界的描述，会根据众生的不同根机而改变，在这里这样讲，在另外一个地方就有不同的说法。

“彼月轮形像现其有水小器中者，彼月轮亦不从彼移至于有水之器。虽然，因及众缘无不具足故，月轮亦现。”

尽管月亮离地球如此遥远，但它的形象会显现于地球上有水的小容器中。无论多小的容器，哪怕是一只碗，只要有水就都能显现出月影。是月亮从三十多万公里以外的地方移到这些小容器中了吗？当然不是。虽然月亮没有移动，但当所有因缘都具足时，地球上每个湖泊、每个小容器中，都会映现

出月亮的身影。

“如是，无有少许从于此灭而生余处，因及众缘无不具足故，业果亦现。譬如其火，因及众缘若不具足而不能燃；因及众缘具足之时乃可得燃。”

“如是，无有少许从于此灭而生余处”，同样，例如从人间死亡以后，又在动物中出现；或者从动物中死亡，又在人间诞生——当深入观察时，这样的事情并不存在，都是错觉。

“因及众缘无不具足故，业果亦现”，虽然实际上不存在因果关系，但在因缘具足时，必然会有善有善报、恶有恶报的因果规律。

因为不存在真实的因果，所以叫做“不生不灭”；但从感官的层面看，却是有生有灭。这其中就有阴和阳、空和显的存在。

“譬如其火，因及众缘若不具足而不能燃；因及众缘具足之时乃可得燃。”这是以另一种比喻来说明这个道理：在因缘不具足时，火无法燃烧；只有各种因缘都具足的情况下，火才能燃烧起来。

3. 胜义谛中，万法犹如虚空；世俗谛中，众生可依因缘而投生

“如是无我之法，无我、我所，犹如虚空。依彼幻法，因及众缘无不具足故，所生之处入于母胎，则能成就种子之识，业及烦恼所生名色之芽。是故应如是观内因缘法缘相应事。”

“如是无我之法，无我、我所，犹如虚空。依彼幻法，因及众缘无不具足故，所生之处入于母胎”。虽然从本质上讲，这些如梦如幻的事物，都犹如虚空一般不存在，但在错觉的层面，当所有的因缘都具足时，就可以依靠母胎而投生。

在观察时，诸如投胎以及善恶因果等都不存在，但在虚拟世界中，它们不仅存在，而且极有规律。

“则能成就种子之识，业及烦恼所生名色之芽”。“种子之识”我们前面也解释过。这句话的意思是，入胎以后，就能成就种子之识，在业和烦恼的帮助下，名色也就形成了。

“是故应如是观内因缘法缘相应事”，总之，我们应当这样来观察内因缘法缘相应的道理，这叫做“缘相应法”。

虽然“缘起性空”的内容在前面也提到过，但无论出现在何处，它都是缘起法的重点，也是《佛说稻秆经》的核心部分。对于这些内容，我们要静下心来深入思考，这样就会明白很多真理。当反观自己的现状时，我们就会非常清楚，自己生活在一个什么样的世界，自己深深执著的事物和追求，又有多大的价值。就像我们登上月球之后，再回望地球，70亿人类乃至整个星球都显得那么渺小，根本不是原来认为的那么了不起。因为我们已经发现，还有一个更广阔、更有意义的天地！这，就是从佛教中得到的智慧。

接下来讲内因缘法的五个法则，也即它的五种规律。

五、内因缘法的五种规律

“应以五种观内因缘之法。云何为五？不常、不断、不移、从于小因而生大果、与彼相似。”

在讲外因缘法时也讲过五种规律，它们的道理都是一样的。是哪五种规律呢？即不常、不断、不移、从于小因而生大果、与彼相似。

（一）不常

“云何不常？所谓彼后灭蕴，与彼生分各异，为后灭蕴非生分故，彼后灭蕴亦灭，生分亦得现故，是故不常。”

为什么是不常呢？

“所谓彼后灭蕴，与彼生分各异，为后灭蕴非生分故”。这里我们要注意，如何理解“后灭蕴”呢？人即将断气的时候，生命的最后一个瞬间，叫做“后”；这时就要死亡了，所以叫做“灭”；此时的五蕴，就叫做“后灭蕴”。投生时同样也有五蕴，这时的五蕴就叫做“生分”。

死亡时的五蕴和投生时的五蕴完全不同。例如，一个人死亡后投生到天界，那么他的后灭蕴是人的五蕴，诞生时则是天人的五蕴。由于投生时的五蕴已非临终时的后灭蕴，发生了变化，所以是不常。

“彼后灭蕴亦灭，生分亦得现故，是故不常”，临终时的五蕴灭了，之后生分（一般都是中阴身）诞生，因此是不常。

（二）不断

“云何不断？非依后灭蕴灭坏之时生分得有；亦非不灭，彼后灭蕴亦灭，当尔之时，生分之蕴如秤高下而得生故，是故不断。”

为什么是不断呢？

“非依后灭蕴灭坏之时生分得有；亦非不灭”，是否在后灭蕴坏灭时，从中诞生了中阴身呢？并非如此。我们通过观察就会发现，后灭蕴灭或不灭，都不能诞生中阴身。具体来说，如果后灭蕴坏灭了，那与中阴身就是一先一后的顺序，一个不存在和一个存在的事物之间无法建立关联，所以不能产生因果关系；如果后灭蕴不坏灭，那就是与中阴身同时存在，而同时存在的两个事物之间，更不可能有因果关系。

这个分析方法，我们在讲外因缘法和内因缘法中的“非自作”“非他作”时都着重阐述过，这是一个非常重要的思路。思路和逻辑不能有错，否则一定会得出错谬的结论。但是，我们也不能因为自己是佛教徒，就对释迦牟尼佛、龙树菩萨等圣者所讲的逻辑，不加思索地全盘接受。假如你或其他人有更合理、更具说服力的逻辑，都可以思考、交流、辩论。

如果佛教只给出一个固定的思路，不允许我们有独立的思维，那得到的结论一定是它设计好的。这样又有何意义呢？那干脆不必思考，直接接受它的结论就可以了。但佛教并非教条主义，它让我们以客观公正的态度，通过自己的思考去探索、追求真理。所以，佛教建立了“因明”和“中观”两大理论体系，都是通过思考获得合理的结论。在这个方面，佛教与其他宗教截然不同。

如果有其他的思路，不管是唯物论还是其他宗教理论，只要准确，我们都可以接受。那么，由谁来判定准确与否呢？

在世俗世界即宏观层面上，我们的感官似乎特别准确，颇具权威，所以

都是它说了算，这就是所谓的“眼见为实”。虽然在观察时，感官的结论漏洞百出，但这些漏洞并不影响我们的现实生活，因为我们本来就生活在这个层面上。

但是，超出了感官的能力范围后，在微观和超微观世界中，谁有权威，谁说了算呢？比如我们的眼睛与显微镜相比，自然是显微镜更有权威了。那超出了显微镜的范围以后呢？这个时候，高级的智慧才是权威。

在佛教的因明中，有一个词汇叫做“量”，意为衡量的标准，在现代汉语中也可以这样解释。量既可以是物质，如测量重量的秤、测量长度的尺子等，也可以是认识世界本质的智慧。

量有很多不同的层次，如人的感官、特异功能者的感官、天人的感官、佛菩萨的智慧等，每个层次都需要有不同的量。这些量决定了什么是标准，越往上提升，标准就越高，就像我们的肉眼与普通光学显微镜、电子显微镜的差别一样。

因此，若想凭借我们的眼睛去探索真理，那是根本不可能的事情。尤其到了空性的层面，我们的感官就更无用武之地了。如果眼睛能看到真相，人类就没有必要发明电子显微镜和天文望远镜这类仪器，佛的高级智慧也显得多余了。

“彼后灭蕴亦灭，当尔之时，生分之蕴如秤高下而得生故，是故不断”。虽然在实质上，后灭蕴灭或不灭，都不能诞生下一世的五蕴，但在现象上，当所有因缘都具足，后灭蕴破灭的同时，下一世的五蕴就诞生了。就像秤在一边高的同时另一边就低，一边低的同时另一边就高，不会有先后的顺序。所以从这个角度来看，就是不断。

（三）不移

“云何不移？为诸有情从非众同分处，能生众同分处故，是故不移。”

为什么不移呢？

“同分”是指同样的种类。比如地球上的 70 多亿人，因为都是人类，所以是同分；而动物和我们人类不同，所以是非同分，即不同的种类。

因为众生能从一个种类投生到另一个种类，因此是“不移”。例如，动物投生为人，过去的动物已经不存在了，现在变成了人，所以是不移。如果是移，那动物投生到人间还是动物，不会变成人，就像一头牛会直接以牛的形象投生到人类当中。同样，人投生为动物等其他情况也是如此，这就叫做不移。

（四）因小果大

“云何从于小因而生大果？作于小业，感大异熟，是故从于小因而生大果。”

一个微小的善业或罪业，就能感召极大的果报。当异熟果成熟时，善的果报就是感召人天福报，获得幸福快乐；恶的果报就是感召巨大的痛苦。

（五）与彼相似

“如所作因，感彼果故，与彼相似。”

“彼果”，即它的果。这句话是指因和果是相似的。若造了善业，那它

的果一定是幸福快乐而不是痛苦；若造了罪业，那它的果一定是痛苦而不会是幸福。这就是世人常说的“种瓜得瓜，种豆得豆”。

其实因果很容易理解。外在世界的任何事物都是果大于因，并且有一个规律，即种什么种子就结什么果，除非有转基因之类的人为干预，否则这个规律永远都不会错乱。外在世界的因果无一例外都是如此，如果将其复制到善恶因果上，也是同样的情况。

世界上的任何事物都有因果，其中有些是我们的感官能看得到的，有些是我们根本无法捕捉的。但不管怎样，因果都无法被推翻。如果不做任何研究，就断然否定善恶因果和轮回转世的存在，认为这些都是迷信，这种做法的确非常幼稚可笑。对于外在事物以及内在生命现象的研究，最起码在学术上应该有客观公正的态度，否则就是怀着偏见或个人目的而妄自评说。所以，无论最终得到什么结论，最关键就是要尊重事实，这才是实事求是地追求真理。佛教历来都是如此。

“是故应以五种观因缘之法。”

因此，应当按照五种规律观察因缘之法。

六、通达十二缘起的结果

接下来讲，若精通、证悟了《佛说稻秆经》所讲的十二缘起，会得到什么结果。

（一）了知生命的真相，断除各种偏见、邪见

“尊者舍利子！若复有人能以正智，常观如来所说因缘之法，无寿、离寿、如实性、无错谬性、无生、无起、无作、无为、无障碍、无境界、寂静、无畏、无侵夺、无尽、不寂静相、不有、虚、诳、无坚实、如病、如痛、如箭、过失、无常、苦、空、无我者。”

然后弥勒菩萨说：尊者舍利子，如果有人以证悟或闻思修的智慧，经常观察、正确理解如来所讲的因缘法（即十二缘起法），会有什么样的结果呢？

“无寿”至“无侵夺”等内容，在前文阐释因缘之法时已作讲解，此处不再赘述。

“无尽”，即缘起性空是永恒不变的真理。

“不有”，即除了五蕴以外，没有独立存在的自我。

“虚”，即所谓的“我”是虚拟的、不真实的。

“诳”，即欺骗。自我是虚拟的，但我们认为它是真实存在的。对于凡夫来说，自我具有欺骗性，所以叫诳。

“无坚实”，从表面看，自我是存在的，但在分析观察时，却找不到自我。如同芭蕉树，从表面上看与别的树一样，但若把它的皮一层层剥开，最后什么也没有。同样，我们把五蕴、十二处、十八界一层层拆解之后，根本找不

到“我”的存在，所以叫做无坚实。

以上是从胜义的角度讲，我们学习了十二缘起以后就会明白的道理。下面再从世俗的角度来讲。

“如病”即变苦，“如痛”即苦苦，“如箭”即行苦。对没有证悟的人来说，五蕴像病痛、肿瘤、利箭一样，给我们带来诸多痛苦：不想衰老也得衰老，不想生病也要生病，不愿死亡也得死亡。

小乘佛教的修行人认为五蕴是痛苦之源，所以非常厌烦自己的五蕴，希望尽快摆脱它。他们希望证得阿罗汉果位之后，永远不再回来。大乘佛教也认为，五蕴的确会给普通人带来很多痛苦。

“过失”，即罪过。因为有五蕴，所以就会有烦恼，烦恼驱使造业，如此就会产生罪过。

“无常、苦、空、无我者”，五蕴是无常的、痛苦的，当然也是空性的、无我的。

以上就是“能以正智，常观如来所说因缘之法”的结果。换言之，具有闻思修智慧的人，以智慧去观察世界和人生时，就会得到上述结论。反之，若是缺少智慧，以世俗人的人生观看世界、人生，那得到的结论都与此截然相反。

（二）解答千古难题

——我是谁？我从哪里来？要到哪里去？

学了十二缘起之后，对于困扰人类的三个千古难题——我是谁？我从哪里来？要到哪里去？也能给出非常完美的答案。

“我于过去而有生耶？而无生耶？而不分别过去之际。于未来世生于何处，亦不分别未来之际。此是何耶？此复云何？而作何物？此诸有情从何而来？从于此灭而生何处？亦不分别

现在之有。复能灭于世间沙门、婆罗门不同诸见，所谓我见、众生见、寿者见、人见、希有见、吉祥见、开合之见。善了知故。如多罗树，明了断除诸根栽已，于未来世证得无生无灭之法。”

“我于过去而有生耶？而无生耶？而不分别过去之际。”我过去是出生过还是没有出生过呢？我们学好了十二缘起之后，就不会对过去产生这两种分别念。

为什么它们是分别念呢？首先，从世俗的角度讲，我过去出生过是合理的，但这不是绝对正确的，只是相对于未证悟的人而言是这样。其次，我过去没有出生过也是相对的。如果认为，哪怕从世俗谛的角度讲，我也从来没有诞生过——这也是一个错误的极端。所以，有生、无生这两个极端的观念都不正确。

1. 建立正确的人生观

那正确的是什么呢？是中立的观点，亦即将二谛区分开。从世俗的角度说，“我”过去当然诞生过，有了无明，就有行、识，而后便产生了这一生的名色。从胜义的角度讲，“我”从未诞生过。为什么？因为“我”根本不存在，所以不可能诞生。这样分开而论，两个问题都解决了，这就是极其殊胜的中观见解。

分别念有很多种，有些不是很严重，有些则非常严重，完全不符合实际，佛教称之为邪见。

很多人都有一个疑问：到底有没有轮回转世？如果以客观公正的态度进行多方面分析，前世今生是存在的。

最简单、直接的证据，就是人类对于这一生命现象的记载。从人类发明最早的文字开始，距今已有悠久的历史。早期的文字要记录一些深奥、复杂的内容，有一定的难度。我们现在能够看到并且非常确定的，就是从佛陀住世到现在近三千年的记载。（虽然印度教也承认有前生后世，但不像佛教讲

得这么系统。)

从这些记载中可以看到，很多孩童从小就记得自己的前世，刚会说话时就能说出自己前世是谁，前世的父母叫什么名字，对以前的生活细节记忆犹新。尤其重要的是，虽然他的身体是这一世父母所生，但因为过去的记忆没有抹掉，而且与现世父母在一起的时间很短，所以他与现世父母无法建立亲情，对前世父母的感情却念念不忘。两三岁的孩子，没有任何人教，怎么会有这样的表现呢？这充分说明这是生命的自然现象，而不是人为的。

这种现象过去有，现在也有。有人认为，这些事情只发生在有佛教信仰的地方，或者比较偏僻的乡村。但事实并非如此，全世界都有这种现象，也屡屡出现在排斥轮回理论的家庭中。

对于这个现象，科学家们以严谨求实的态度进行了长期的研究。美国科学家研究了 50 多年，现在已经有 2500 多个案例。我本人也对此做过专门调查，并记录于《前世今生论》这本书中。

在 2015 年和 2016 年，我与美国科学家的研究团队进行过交流。我问他们：你们研究了半个多世纪，对这个研究结果是越来越相信还是越来越怀疑？他们是科学家，不会断言已证实轮回的存在，他们回答：研究的结果是，支持人死后还有一个东西继续存在，我们越来越相信这个结果。

那么，是什么东西存在呢？当然是人的意识。他们有 2500 多个案例，但凡有一个这样的个案成立，都会造成很大的问题。也就是说，地球上的 70 多亿人当中，只要有一个人是这样投胎过来的，那么，之前的结论都无法套用在这个人身上，原有的逻辑将彻底崩塌，而且会产生一系列新的问题：他是怎么投胎过来的？人死后大脑就毁掉了，如果能通过另外一种方式投生的话，那是否所有人都是如此？如果不存在轮回转世，这个人也不可能被发现，而这些案例足以证明人是有前世的。

可是，如果真有前世，那为什么不是所有人都知道呢？其中的原因是，胎儿在母亲腹中的 9 个月，尤其是前期很长一段时间，都处于昏迷状态。昏

迷这么久，前世的所有事情都会忘掉。我们很多人都有这样的经验：从深度睡眠中醒来时，不知自己身在何处，连东南西北都分辨不清。那么，昏迷数周或数月就更记不得了。

但也有些人由于自己的业力，或身体结构的细微差别，尽管昏迷了几周或几个月，也没有忘记前世。人的意识的功能并非千篇一律，这就好比学生背书一样，有的人背得快，有的人背得慢；有的人背完很快就忘了，有的人却一辈子铭记于心。对此民间也有很多解释，比如“孟婆汤”的说法，但它们不一定符合佛教和科学的理论。

科学家们通过数据分析发现，所有拥有前世记忆的孩童都有一个共同规律，即他们的前世记忆会随着年龄增长而逐渐消失，而且这个规律没有国家、民族、肤色之别，全人类都是如此。所以，这完全是生命的自然现象，绝非偶然事件。

除了上述证据以外，还有很多证据可以证明人的前世是绝对存在的。

物理学中有物质不灭、能量守恒的定律。不仅像桌子之类的物质是不灭的，生命也是一种能量，同样也守恒。物质不灭我们能看得到，而生命不灭我们无法亲眼见到。实际上，真正不灭的是我们的生命。

比如，很多人在远古时期可能是一只恐龙，后来逐渐投生为人。虽然身体的形式发生了变化，但内在有一个东西是永恒不变的，这就是生命。就像一张桌子的形状、颜色随时都可以变，但其中的原子不会有任何改变，同样，生命的形式随时都可以变，但生命的本质永远不变。生命不会消失，因为它同样遵循能量守恒的定律。

（1）正确理解生命的过去

所以，我们应当正确理解此处所讲的这两句话。“我于过去而有生耶”，如果说“我”过去是存在的，那也要看以什么样的形式，如幻如梦地存在是可以的。但如果说有一个真实不虚的“我”存在，那么，别说过去，现在都

没有一个这样的自我。“而无生耶”，因为没有一个真实的自我，所以“我”从未诞生过，这样讲是可以的。但如果从世俗的角度，说自我从来没有诞生过，那是不合理的。

世俗人对生死的观点有两个极端，要么说自我根本没有出现过，要么说自我过去、现在、未来一直都真实不虚地存在。这些都是错误的，我们不要有这样的分别心。我们要建立一个正确的生死观，用佛教的话讲就是不堕两边，这样才能解决对过去的错误认识。

（2）正确理解生命的未来

“于未来世生于何处，亦不分别未来之际。”我们又会产生这样的分别：会不会有来世？来世我将生于何处呢？

这时也会出现两个极端。一个极端是认为根本就没有来世，人死之后一切都结束了。美国科学家研究了半个世纪，得到的结论是死后还有东西存在。我们手里有这么多案例吗？我们分析研究过吗？都没有的话，凭什么下这种断言？根本没有资格！虽然相不相信是个人的选择，但不能因为不相信，就否定这个生命现象。要否定就必须拿出非常有说服力的证据，否则就仅是个人的主观臆断。佛教在任何问题上都非常尊重真理，我们从佛教经论对真理的探究方式中也会发现这一点。所以，生不生，不是由我们来决定，这是自然的规律，一定会投生；但生于何处，则是由我们的业力来决定。第二个极端就是认为有一个真实不虚的自我，从这一世投生到下一世。

前面所讲的内因缘法的五个原则，其中的不移就是指，实质上没有什么东西移动，但从世俗角度看，我们从一个地方移动到了另一个地方，如梦如幻的生命永远都会延续。

与如何看待过去一样，我们对未来也要建立一个中立的人生观：不否定生命未来还会延续，也不认为有一个真实不虚的“我”投生到来世。这就是佛教的生命观、生死观。

（3）正确理解生命的现在

接着是对现在的分析——“**此是何耶？此复云何？而作何物？**”有人会问，那我现在是什么？为什么是这样呢？我现在所做的是什么？其实这也是很多人都解不开的疑惑。我们同样可以通过上面的方法进行观察：从世俗的角度讲，“我”现在是六道轮回中的一个众生；“我”现在所做的，是无明之后的三种业，即善业、恶业、不动业，以及其他的日常生活。

所以，我们对现世也要建立一个正确的、不堕两边的人生观。这样就能解决我们对现世的疑问，消除对现世的分别念。

“此诸有情从何而来？从于此灭而生何处？亦不分别现在之有。”“现在之有”中的“有”，是指我们现在的这个轮回。这句话的意思是，现在的众生，地球上的70多亿人，是从哪里来的？这些人将来从地球上消失以后，会去什么地方呢？学习了《佛说稻秆经》后，对过去和未来都不会有这样的分别，对现在也不会有。

为什么没有这样的分别呢？从胜义的角度讲，70多亿人和其他更多的众生，都是没有自我的，只有当下的五蕴；从世俗的角度讲，自他所有众生都会投生到下一世。下一世去什么地方，以各自的善业、恶业、不动业来决定。

总之，对过去、未来、现在共有六个极端的人生观，通过学习《佛说稻秆经》，我们就否定了这些不正确的人生观，建立起三个中立的、正确的人生观。不仅如此，我们还能否定其他人的各种不合理观点。

2. 推翻不合理的观点

否定其他人的什么观点呢？

“复能灭于世间沙门、婆罗门不同诸见”。“灭”即否定。“沙门”，狭义上指出家修行人，广义上则涵盖了在家、出家的所有修行人。佛教、外道都有在家和出家的修行人，都叫做沙门。“世间沙门”就是没有证悟的凡夫修行人。“婆罗门”即印度教的前身。这句话的意思是，明白十二缘起的

道理后，就能否定世间沙门和婆罗门教的各种错误见解。

“所谓我见、众生见、寿者见、人见、希有见、吉祥见、开合之见”，此处列举了几个有代表性的见解。“我见”，即认为有自我存在的见解。“众生见”，认为众生都是真实不虚的。“寿者见”，认为有自我，并且万事万物都有寿命。“人见”，认为人是真实不虚的。“希有见”，即对世俗的哲学、艺术、技艺（如绘画）等的种种见解。“吉祥见”，即看风水、选吉祥日子等方面的见解。最后一个是“开合之见”。

什么是“开合之见”呢？当年外道向释迦牟尼佛提出了四个问题，每个问题又延伸出四个问题，一共是十六个问题。这些问题在佛教中被称为“十六无记”或“十四无记”。所谓无记，有时指不善不恶，此处的意思是保持沉默，不予回答的问题，也就是不明显宣讲的问题。

为什么佛陀不回答呢？因为这十六个问题都是建立在有自我的基础上。如，人、自我、世界有没有终极？延伸出四个问题：有、无、亦有亦无、非有非无。又如，佛圆寂后会不会再出现？也延伸出四个问题：有、无、亦有亦无、非有非无。对于这十六个问题，佛陀当然是可以回答的。之所以不回答，是因为这些外道的出发点错了，他们认为世界和自我都是真实不虚的。如果佛陀在此基础上回答，比如人、自我、世界有始有终，那不是等于承认自我存在了吗？如果按照实际回答，你提问题的方式不对，根本就不存在自我，没有自我哪来的始终？对方既不能理解，也无法接受。所以佛暂时什么都不说。

佛在回答一个人的问题，或给大家讲法的时候，并不是以自己的见解来讲，而是看待对方能否接受。如果对方不能接受，那就暂时不讲，等时机成熟后再讲，否则 would 让他产生更多的疑问，甚至产生邪见，继而诽谤、造罪。

因为佛没有作答，所以那些外道就认为佛不是遍知。但佛教认为，正因为佛是遍知，所以才不回答。为什么？因为佛知道对方的想法，也知道回答的后果，所以就保持了沉默。

这十六个疑问，或者说十六个见解，其中有两个是开见和合见。简单地说，开见比较开放，合见比较保守。开见是裸形外道的见解，他们认为自我和世

界既有边又无边（边即终），他们一个都不否定，两个都接受。这样的观点比较开放，所以叫做开见。合见则是犍子派的见解，虽然他们后来皈依了佛教，从皈依的角度讲他们属于佛教徒，但他们仍保留了外道的见解，是持外道见解进入佛门的一个宗派。他们认为自我是存在的，但既不是有边也不是无边，它是不可思议的。因为回避了有边和无边的问题，所以叫做合见。

开见和合见，实际上代表了十六个无记的问题，外道的很多问题也是从这里延伸出去的。我们学好了《佛说稻秆经》之后，就可以否定开见、合见等各种见解。

“善了知故。”如果我们把十二缘起学好了，正确了知了外在大自然的因果规律以及内在的生命规律，就可以铲除不正确的世界观和人生观。

“如多罗树，明了断除诸根栽已，于未来世证得无生无灭之法。”“多罗树”即棕榈树。棕榈树的叶子都生长在顶部，如果把顶部砍掉，棕榈树就不能再生长。如果我们清楚地了知十二缘起的规律，就像棕榈树的顶部被砍掉后再也无法生长一样，上述的各种观点就可以彻底从根源铲除。这样的话，未来就能证得无生无灭的法，即证悟空性。

（三）获得佛陀授记

“尊者舍利子！若复有人具足如是无生法忍，善能了别此因缘法者，如来、应供、正遍知、明行足、善逝、世间解、无上士、调御丈夫、天人师、佛、世尊即与授阿耨多罗三藐三菩提记。”

“尊者舍利子！若复有人具足如是无生法忍，善能了别此因缘法者”。“无生法忍”属于六度中的安忍，是三个安忍之一。很多根机不成熟的人听到无我、空性，根本就无法接受。如果我们听到了非常深奥的、无生无灭的空性法而能接受，这也是一种安忍，而且是非常殊胜的安忍。

这句话是说：尊者舍利子，如果有人具足这样的无生法忍，能够了解、识别十二缘起法，这样的人会怎样呢？“如来、应供、正遍知、明行足、善逝、世间解、无上士、调御丈夫、天人师、佛、世尊即与授阿耨多罗三藐三菩提记”。那么佛陀一定会予以授记，授记什么呢？“阿耨多罗三藐三菩提”，即无上正等觉佛。

从“如来”到“世尊”都是佛的名号。其中，“明行足”是指一个人有眼睛、有腿，才可以走路，而佛的见解、智慧像眼睛一样，行为、修行像腿一样，两者都圆满具足。“善逝”，就是成就了佛果的意思。“世间解”，是了解世间的一切。“调御丈夫”，“调”即调伏所有众生的烦恼；“御”是指佛就像舵手、司机一样，能够引领大众走上解脱道。这些名号都是佛的功德，也即佛的特点。阿弥陀佛、药师佛、释迦牟尼佛等一切诸佛都具足这些功德。

简言之，谁证悟了十二缘起，佛陀就会授记他很快成佛。

尔时弥勒菩萨摩诃萨说是语已，舍利子及一切世间天、人、阿修罗、犍闼婆等，闻弥勒菩萨摩诃萨所说之法，信受奉行。

“尔时弥勒菩萨摩诃萨说是语已”。“摩诃萨”就是大菩萨，一般八地以上的菩萨叫做摩诃萨。这句话是说，弥勒菩萨讲完了缘起法。

“舍利子及一切世间”，舍利子是当时在场的最主要听众，除了舍利子以外，还有其他的世间人。

“天、人、阿修罗、犍闼婆等”，犍闼婆是一种非人，有时犍闼婆也叫做乾闼婆，是欲界天人的乐师。在佛讲法时，他们经常来听法。

“闻弥勒菩萨摩诃萨所说之法，信受奉行”，大家听了弥勒菩萨讲的法后，都非常相信，也非常接受，然后虔敬奉行。

至此，《佛说稻秆经》的内容就全部讲完了。这是极其重要的一部佛经，它文字不多，内容却相当丰富。十二缘起对所有的佛教徒，尤其对初学者来说非常重要。所以，大家应当反复学习。

七、十二缘起的修法

修行是学佛过程中最重要的环节，虽然闻思也可以改变我们的观念，获得一些智慧，但它只能解决比较简单、浅层的问题，只有修行才能从根本上断除我们的烦恼。

一般情况下，修持任何大乘法门，如大圆满、大手印、禅宗等，都必须先具备出离心和菩提心，有了扎实的基础，才可以修缘起、空性等修法，这是正常的修行次第。不过缘起法有其特殊的效果，只要时间允许，修四加行和五加行的同时，也可以修缘起法。

修缘起法之前，要完整学习十二缘起的理论。闻思修不能脱节，先有适当的闻思，然后去修行，才是正确的做法。修缘起法的同时，还可以念缘起咒。缘起咒及翻译成中文的《缘起赞》，其含义即《佛说稻秆经》所说的内容。念缘起咒非常有功德，但重点还是要修缘起法。

（一）注意事项

具体修行时，无论打坐2小时还是半小时，都需要提前把该做的事情处理好，以免入坐后又中断去处理杂事。

打坐时间应该主要安排在白天，晚上也可以打坐，前提是保证足够的睡眠。有些人为了用功而减少睡眠，这是不行的，睡眠和饮食都是普通人所必需的。

对于没有打坐经验的初学者而言，可以每20分钟为一座，再慢慢增加时间。这种方法不仅适用于修缘起法，也适用于其他修法。当然，这不能一概而论，有些人可以直接打坐一两个小时，有些修法也不必限于20分钟一座。

另外，闭关打坐的时候要注意，平时非常忙碌的人突然每天打坐8个、10个小时，效果不会很好，身体也无法适应，应该逐步增加打坐时间。以闭

关一个月为例，可以把前五天、七天或十天作为适应期，第一天上午 20 分钟，下午 20 分钟，第二天、第三天慢慢增加。但是晚上要保证足够的睡眠，不能增加打坐时间。这样循序渐进，慢慢就可以达到打坐的时间要求。

上班族只能利用早晚打坐，也可以采用这个办法。一开始早晚各 20 分钟，乃至 10 分钟，第二天、第三天逐渐增加……最后，每天最好能达到 1 到 2 小时，早晚各 1 小时。假如晚上不方便，也可以早晨 1 小时到 1.5 小时。若能长期坚持，也是非常不错的。

增加时间的限度以自己的身体状况为准。正常的闭关是每天 8 到 10 个小时，再用功也可以增加。但是刚开始打坐的人，如果时间太长，身体会出现很多不适应，如头疼、发抖等，这时要减少打坐，严重的话可以停一两天。

此外，心特别散乱、昏沉，对打坐有排斥心理时，也不能强迫自己去打坐，否则效果更加不好。正确的做法是减少打坐时间，实在不行就休息几天，调整身体，等到不再排斥的时候再开始，也许需要一两天或两三天，视情况而定。

（二）具体修法

十二缘起的修法包含胜义谛和世俗谛的修法。胜义谛中，主要讲不生、不住、不灭，也就是空性的修法；世俗谛中，不仅有生、住、灭，而且生、住、灭都是有因有缘的，因缘聚合必定产生果，这是缘起的修法。

打坐的前期部分，毗卢七法、排污气、发心、祈祷佛菩萨等，与其他修法相同。接下来，先让心静一两分钟，什么都不想，然后开始思维。

1. 世俗谛“缘起”的修法

（1）四种思维方式

世俗谛有四种思维方式。

第一，数目或顺序。按顺序数十二个缘起，就像数呼吸一样：第一，无明；

第二，行；第三，识；等等。或者简单些，无明、行、识、名色……在心里默念，全神贯注地数。

第二，本体。思维十二个缘起的本体，比如什么是无明，什么是行，行有哪几种（福行、罪行、不动行），什么是识，等等。即“何者是无明？于此六界，起于一想、一合想、常想、坚牢想、不坏想”等内容。

第三，定义。思维十二缘起之间的定义，比如为什么叫无明，为什么叫行，等等，思维它们的命名缘由。即“大黑闇故，故名无明；造作故，名诸行；了别故，名识；相依故，名名色”等内容。

第四，分类。将十二缘起分为三组：一、烦恼支；二、业支；三、痛苦支。无明、爱属于烦恼；行、取、有属于业；其余的识至死亡七支属于痛苦。也可以分为前世、现世和来世三个阶段——无明和行是前世，生和老死是来世，其余八支是现世，从三世的角度去深入思维。简单地说，即由无明而产生欲望，由欲望而造业，由业引发后续的一切。亦可思维“有其四支，能摄十二因缘之法。云何为四？所谓无明、爱、业、识”等内容。

思维时务必全神贯注，这样会带来两个作用。第一，虽然这时候有念头，但念头很有规律；第二，心非常专注，所有注意力都集中在十二缘起上，不会随意地胡思乱想。

平时我们的念头极度散乱，从来没有被管理过，现在虽然有念头，但只让它规范地思考一件事情，这有助于心平静下来。因此十二缘起可以作为修寂止的方法，类似于数息法。

简单的数息法是数呼吸的数字，复杂一点的还要观察呼吸时气体的温度、颜色等。虽然有观察，但由于意识专注于一件事情，摒弃了其他杂念，因而属于寂止的修法。

通过思维十二缘起的关系，我们明白万事万物都有因有缘，处于因果循环之中，根本没有造物主；而且，通过把十二缘起划分为三世，我们了解到生命从哪里来、往哪里去，从而对前后世的存在生起坚定不移的信心。

（2）修行过程中的四个阶段

这样反复思维时，会经历四个不同的阶段。

第一阶段：虽然我们非常专心地数十二缘起，或思考它的顺序，但经常不是数错数字，就是搞乱顺序。这时候不要气馁，任何人刚开始修禅定时，杂念都特别多，这是阶段性的问题，只要坚持下去就会越来越好。

第二阶段：比之前有所进步，专心的时候不会再数错数字，也不会弄乱顺序，但是不专心时还会出错。

第三阶段：稍微注意时就不会出错，而且对十二缘起中与物质有关的部分记得非常清楚。如属于色蕴的衰老、死亡等，因为平时肉眼可见，所以观想得特别清楚。但对于肉眼不可见的、相对隐蔽的精神部分，如“名色”的“名”等，还不是很清晰。

第四阶段：达到对十二缘起非常娴熟的程度，无论物质的部分，还是精神的部分，心中都清清楚楚。意识在思考某一支缘起时，想停留多久就停留多久，哪怕半小时或一小时也不会生起任何杂念。进入这个阶段，修行就非常轻松了。由于心很平静的缘故，在思维某一个缘起时，只想安住在这上面，不想起念去修下一个，而且会感到十分愉悦，这就是所谓的禅悦。修持缘起法要到什么程度呢？就是要修到这种感觉。

思维的时候，需要用上禅定的五个方法——安住心、摄住心、解住心（九住心中的前三个），以及正知、正念。修任何禅定都需要这些方法，修缘起法也不例外。具体内容已多次介绍过，大家可以参考相关资料。

（3）修缘起法的结果

①体会到轮回痛苦

坚持这样修持，最后我们无论行住坐卧，任何时候都能深深体会到四法印所说的诸法无常和轮回痛苦。所有生命都在十二缘起中轮转不息，一切都是无常。同时，生命从无明走到老死，伴随着“愁、叹、苦、忧、恼”，全

部在讲轮回的痛苦。

其实轮回是否痛苦，完全由我们的心态决定。以凡夫的层次和身份在轮回中流转，肯定是痛苦的。因为生老病死和生活中的各种痛苦无法避免，我们的方法都是向外寻求，无法从根本上解决问题。

然而，如果我们的级别提升到一地菩萨的高度，那么轮回就不再是痛苦，而是幸福快乐的。一地菩萨每分每秒都能度化无数众生，他们虽有生老病死，但没有生老病死的痛苦。对菩萨而言，他们在轮回里投生的时候，就像从一个花园到另一个花园游玩般自在。亦即《大乘经庄严论》所说：“观法如知幻，观生如入苑，若成若不成，惑苦皆无怖。”

哪怕没有达到一地菩萨的境界，只要具备一定的证悟，也可以轻松地超越痛苦。证悟以后，虽然同样有生老病死，生病时也有肉体上的疼痛，但根本不会像普通人一样，身体上稍微有点磨难就导致内心无比痛苦、绝望。所以我们一定要修行，修行最终会让轮回变成一个芬芳美丽的花园。

②建立全新的人生观

另外，通过修持十二缘起，我们还能建立全新的人生观。人生不仅仅只有这么几十年，无始至今我们走过了漫长的道路，未来也有很长的路要走。明白了这些，我们的眼光会更长远，心胸会更开阔，遇事拿得起、放得下、想得开，生活也变得比较轻松、自在。

这时候我们终于品尝到解脱的妙味。解脱不是一个神秘而遥遥无期的东西，全面、彻底的解脱是成佛，但部分、临时的解脱，当下在生活中就可以感受到。

我们拥有的智慧、开阔的心胸和长远的人生观，都得益于佛陀的教育，这就是佛度化众生的方法。当然，佛也有无形的加持力，但我们不能只靠加持。很多人自己不太用功，总是想找人帮他们念经、打卦，我建议他们去看看电影《长江七号》。想靠一个神秘的力量来解决所有问题是不现实的，只有自己付出努力，才能感受到佛的加持和智慧的力量。

实际上，在身口意三门中，佛陀语言的事业是最广的。今天我们既看不见释迦牟尼佛的身体，也无法了解佛陀内在的智慧，能够看见、运用和消化的，就是其语言所表达的内容——这就是佛陀的教育事业，也是佛陀为我们指明的道路。只要我们在这条道路上学习并践行，随时随地都能感受到佛陀的加持。

因此我们必须努力，这样才能最终证悟。此时不再觉得轮回是痛苦的，同时，对尚未证悟的众生会油然而生起慈悲心。

2. 胜义谛“性空”的修法

(1) 思维自生、他生、自他俱生、无因生

虽然我们的感官感知到果是从因诞生的，佛经里也讲因果关系，但果究竟是怎么诞生的？是果让自己诞生，还是另一个事物让它诞生？这时候我们要静下来，全神贯注地思考这个问题。

前面讲过自生、他生、自他俱生、无因生四种思维角度。首先观察自生，如前所述，自生不符合常理，也存在逻辑上的问题。然后观察他生，多数人会觉得果是他生，但是无论从因果同时存在的角度观察，还是从因果前后存在的角度观察，都会发现果也不可能是他生。

自生和他生是最关键的思维角度。因为自他是对立的，矛盾对立的二者中间不可能有第三者。如果自生、他生都不成立，自他以外没有第三者、第四者，那更不可能是自他俱生，或者自他以外的东西让果诞生。

思维到位的话，我们就会对无生、不生不灭产生信心，深深地体会到因和缘永远没办法让果产生，根本不存在因果关系。感官看到的因果以及佛经讲的因果，都是在世俗谛的层面；在世俗生活中，当具备了因和缘的条件时，叫果的东西就会出现。除此之外，二者中间没有任何关联。这就是如幻如梦。

这就像魔术师的幻变。大家都会说，魔术师变出来的东西是假的。为什么？因为它没有来处，是突然出现的；也没有去处，魔术结束时就原地消失了。

当然，魔术也需要因和缘。比如魔术师变出一架飞机，这架飞机也是在

具备某些条件后才出现的。另外，它和真实的飞机一样，看得见摸得着，也可以飞行。

深入观察时，会发现万事万物都是如此——既没有来处，也没有去处，一些事物具备的时候，另一个事物就莫名其妙地诞生了。世俗人把二者连接起来，称之为“因果”。是谁连接的呢？是我们的意识。肉眼并没有看到因发挥作用的过程和细节，它看不到这么细微的东西，但意识就认为二者是因果关系。

只要稍微深入一点，完全可以断定这个世界和魔术一样虚假，我们肉眼看到的因和缘，无法对果产生任何作用。从更深层次来讲，这就是不生不灭。

（2）深入观察微观世界的真相

深层次的不生不灭，能否说明现实生活的宏观世界也是不生不灭？完全可以。因为宏观世界的本质是微观世界，微观世界中获得的结果才是真实的结果。宏观世界是微观世界变化的产物，是微观世界的运动在我们眼中产生的一种现象。

在微观世界中观察时，根本无法建立因果关系，再深入的话，甚至连因果自己都会消失。如此深入观察时，就强烈感觉到万法确实是不生不灭。一进入这个状态，我们就像来到外太空，失去东南西北的方向感。

在地球上，我们可以根据太阳、月亮的升落分辨方向，但在太空里无从判断。同样，宏观世界里一切都有因有果，非常真实，而进入微观世界时完全是另外一个概念，一切正常的东西都变得不正常，甚至是荡然无存！就像我们用肉眼和显微镜分别看一张桌子，定会看到迥然不同的两个世界。

所谓的自然规律、善恶因果等等，都仅仅存在于宏观世界。在微观世界中观察时，会发现果既不是自作，又不是他作，那这一切是谁作的呢？原来是没有人作！

微观世界也有很多层次，普通的微观世界之上，还有超微观世界，就像佛教有四个教派：小乘佛教的一切有部、经部，大乘佛教的唯识、中观。这

四个教派各有自己的世俗谛和胜义谛，共有四个世俗谛和四个胜义谛，这八个观点就像楼梯的台阶一样逐级上升，最顶端是中观的胜义谛。

中观的胜义谛实际上是没有胜义谛的胜义谛。达到这个境界之前，虽然有很多胜义谛和世俗谛，但都是相对的真理，只有打破人类想象中的所有真理以后，才能找到绝对的真理。正如禅宗和般若波罗蜜多所说的“不可思、不可言”，意思是，真理存在于人类的思维和语言范畴之外。

微观世界和超微观世界也是这样。大家都知道，肉眼看不见的世界，如原子、分子等，叫做微观世界。而界定微观世界和超微观世界则取决于显微镜的灵敏度。当所有粒子，包括能量全部消失的时候，才是最终极的微观世界。

在超微观世界，所有的因果关系根本不存在，这些只是宏观世界的想法和结论。那宏观世界和微观世界到底哪一个真实？当然是微观世界。如前所述，宏观世界是微观世界的产物，我们看不到微观世界的真相，只能看到微观世界变质、变味后的产物。

通过中观的逻辑推理去深入思考，一定会明白：任何从因缘中产生、在宏观世界中显得非常真实的东西，其实和魔术师的变幻一模一样。这个世界确实是不生不灭、如幻如梦！若思维到位的话，必然会得出这样的结论。

这时候，我们至少在理论上有了非常好的空性概念，如果再进一步变成自己的体会，就是一种证悟。但这种证悟就像《入行论》智慧品中所说的，力度不是很大，不能一下子解决所有烦恼。所以我们需要不断地打坐、训练，增强其力度，当达到一定程度时，任何烦恼都可以迎刃而解。

（三）修“缘起性空”的作用

1. 体悟到现空无别

通过世俗、胜义两种修法，我们最终得到的结论是四个字——缘起性空。缘起并非我们看到的那样真实不虚，缘起就是性空；性空也不是一无所有，

性空就是缘起。这就叫做现空无别或现空双运，胜义和世俗二谛无别。

有生和无生不矛盾，有灭和无灭不矛盾，存在和不存在也不矛盾……最后，我们的心达到无限的包容，所有的矛盾、对立都不复存在。就像一个人在五楼，另一个人在十楼，五楼的人不能接受十楼的人的观点，认为和自己的结论有矛盾；而十楼的人却不这么觉得，因为站在十楼的角度看，就会发现二者并不矛盾。

佛陀经常说“无二无别”，意思就是不矛盾。不生不灭、无因无缘和有生有灭、有因有缘不矛盾，这就是“缘起性空”的真实含义。真切体会到“缘起性空”这四个字的内容，就是证悟空性。虽然这个境界还有待提升，但从显宗的角度来说，已经是非常不错的证悟。

不过，像我们这样的功利主义者肯定会想，证悟了又怎么样，可以当饭吃吗？回答是肯定的。我们之所以有这么多不开心，甚至抑郁症、焦虑症、孤独症等，原因就在于心里有烦恼。如果所有烦恼都断掉了，岂不是比饭更好、更有价值？所以，修行和我们的生活息息相关。

2. 实现一个自在、有意义的人生

修行到位的时候，我们照样可以去生活、工作，不同的是，过去我们把现实生活中的一切，特别是名利，都看得太过真实；而现在明白这些都是不真实的、虚拟的，对个人的名利也就不那么看重了。

此时我们最在乎的，是让更多人明白这个道理。就像房间里有十个人都在做噩梦，其中有一个人醒了过来，发现原来那些恐怖的景象根本不存在，但其余同伴都还在梦里痛苦地挣扎。这时候他最想做的，就是唤醒这九个人。

尚未证悟时，我们在乎的根本不是利益众生，除了一些像特蕾莎修女这样非常有慈悲心的人，其他绝大多数人表面上做着慈善、利他，最终还是为了自己——不是为了这一世的利益，就是为了下一世的利益。我们最在乎的，始终是自己的名利，尤其是眼前的利益。只不过这种自私隐藏得很深，不太

容易发觉。

证悟以后，我们表面上并没有任何改变，照样生活、工作，但是内心发生了翻天覆地的变化，世界观、人生观、价值观都彻底地改变了，在乎的事情也与过去截然不同。从此以后，我们特别想让所有人明白这些道理，把所有人从噩梦中唤醒。用佛教的话说，就是普度众生。

所以大乘佛教认为，证悟空性的智慧和慈悲心是相辅相成的：有慈悲心，就容易证悟空性；证悟空性后，慈悲心又会更加增长。

当我们达到这个层次，人生就获得了自在和意义。虽然表面上和普通人一样有生老病死，但对自己而言，根本没有这一切所带来的痛苦。不仅如此，此时所有的违缘都会变成助缘，所有的逆境都会变成顺境。就像蜡烛微弱的火焰，轻轻一阵风就能吹熄，而森林里燃烧的熊熊大火，风愈刮只会让它烧得愈猛烈！

（四）修行的重要性

学佛的过程中，有两个最难度过的关键时期：一是对佛法理论一知半解之时，觉得学佛就是积德行善、烧香拜佛，内心半信半疑，经常打不起精神深入学习，偶尔在生活中遇到挫折时，才会去求一求、拜一拜佛，平时并没有真正把佛法当作自己的信仰。另一个时期，就是当理论知识已经学得差不多了，很多道理都能明白，但内心却没有获得真实的体会时，这时也会感到茫然、困惑。

一旦突破了这两个难关，我们就能越来越轻松地消灭内心的各种烦恼，获得真正的轻松、自由，幸福感也油然而生。那时，我们就会对修行越来越感兴趣。

我们还没有把修行当作生命中最重要的事情，是因为我们的价值观出现了问题。在人们固有的观念中，什么东西最有价值呢？相信大家会异口同声

地回答——钱！大概只有极少数人才会说其他答案。

这一点可以理解，没有钱，人们的生活也难以为继。但人生在世，钱不是唯一值得追求的目标。除了财富和名誉以外，还有更高级、更有意义的事情值得我们追求。世界上有多少人终日忙碌奔波，终其一生都从未想过要探寻生命的意义；而我们现在有福报值遇佛法，拥有了探索的机会，如果没有珍惜这次的福报机缘，实在令人扼腕。

所以，虽然日常工作和生活中有很多事情需要面对，但一定要给自己留一点修行的时间，想想这些佛法告诉我们的道理，这个世界的真相到底是什么？《佛说稻秆经》中说的是真的吗？如果是，那我以后该怎么办？希望大家能静下心来，认真思考这些问题。在思考过程中，如果有疑惑或其他观点，可以与道友们共同讨论。佛教是十分鼓励提出疑问、相互辩论的，通过这种方式，能够在我们的心田播下一颗智慧的种子，并终将收获智慧的果实。

希望大家根据自己的情况，每天安排一定时间打坐修行，一小时、两小时，甚至半小时、20分钟都可以。从现在开始努力，这样才能将理论转化为行为。

修行带来的改变，就像喝水可以解渴、吃东西可以填饱肚子一样真实。喝水，别人看得到，而解渴的感受只有自己知道。同样，当修行达到一定程度，自己的内心是非常清楚的，这个感受就跟现实生活中物质带来的感受一样真实。

很多不了解修行的人，觉得只有物质是真实的，精神上的修行很虚幻，这是因为自己没有这方面的经验。如果亲自修行，就会发现修行和物质带来的感受是同样的。

修行并不需要具备某种外在的条件，随时随地都可以学佛，每个人都可以有针对性的学佛方法。虽然很多大成就者，如米拉日巴大师等，都是在非常艰苦、恶劣的环境中修行的，但并非所有人都要这样，大家在安享富足生活的同时也一样可以修行。艰苦也好，富裕也罢，关键是要修行，这是最重要的！只要努力，每个人都能证悟“缘起性空”的境界！

FOUR



第四章

学习《佛说稻秆经》的收获

从《佛说稻秆经》的学习中，我们能得到什么收获呢？简单地讲，应该有以下两个方面。

一、认识到物质不灭、生命永恒

通过学习《佛说稻秆经》，我们知道自己并非这一世刚刚诞生，或者说，我们的生命不是跟随肉体一起出现的。这一世的身体尚未出生时，生命以其他形式存在，并且已经走过相当漫长的道路；这一世结束时，生命也不会随着肉体消失，而会以其他形式继续存在。

由此我们发现，人的生命是不会消亡的。所谓的死亡，无非是换了不同的存在形式而已。从开始轮回到最后成佛之间，生命始终存在，只不过每隔一段时间，便换成一个不同的形式出现。

人们不了解生命的本质，每当生命转换形式时，就误以为它结束了。因为人类的肉眼只能看到物质层面，所以我们觉得身体诞生时一个新生命诞生了，身体消亡时这个生命也随之消失。事实上，非但生命没有消失，身体也没有毁灭。

大家都知道物理学讲的物质不灭、能量守恒。物质是不会毁灭的。比如某些原子、分子现在以桌子的形式呈现，桌子毁灭以后，这些粒子依然存在，它们会以椅子等其他形式再次出现。可是肉眼看不见这个转变，于是我们以产生了新的物质。

我们的想法非常简单、幼稚，看见一个新东西出现时，便认为它刚刚诞生，看不见时就以为它消失了。就像日落时，并非太阳从此不存在了；日出时，也不是诞生了新的太阳。同样，物质以各种形式生了灭、灭了生，这仅仅是表面上的变化，而非本质上的改变。

再如，水在 100°C 以上会变成蒸汽，降到 0°C 以下又会结成冰块，一直在气体、液体和固体之间转换。这种现象是肉眼可见的，所以我们能够有所了解。桌子和椅子之间同样只是存在的形态改变了，并没有诞生新的东西。从微观的角度讲，桌子的分子、原子从未毁灭过，构成肉体的粒子也是如此。

物质世界的变化，感官可以直接感受得到，即便如此，我们也很难真正了解，更何况生命、意识等精神世界的奥秘？

人们通常认为，肉眼看得到的才存在，看不到的就不存在。当我们看到一个人的肉体消失，便妄下定论，说这个生命不在了。世俗人大多抱有这种错误的人生观。其实这种说法毫无道理可言，大家不要以为这是科学，科学从未证实过意识是跟随身体一起出生、死亡的。

人类历史上犯过不少类似的错误，典型的例子当属地心说。那时人们普遍认为地球是宇宙的中心，当有人提出日心说的时候，大家都觉得匪夷所思——明明看到的是太阳围绕着地球东升西落啊！丝毫不知那其实是自己的错觉。另一个典型的例子是，古时候人们认为地球是平的。一个身高一米七

左右的人，在海面或草原上的视野范围最远不过 4.6 公里，由于视线所及都是平面而非球形，那时的人也不可能从空中俯瞰地球，于是便得出了这个结论。

与之如出一辙的是，我们认为人的生命只有肉眼可见的几十年。譬如一个 30 多岁的人，往回看，是已经度过的 30 多年岁月；往前看，也许还能再活个五六十年。除此之外，他对自己一无所知，便以为生命只有这短短的几十年。

这些错误的观念，一部分已经被科学推翻，剩下的也迟早会被颠覆。随着科技日益发达，人们掌握的知识愈发多元化，总有一天大家会更多地了解到世界的真相。

佛教早已指出，“生命没有过去、未来，只有中间这一段”的想法是错误的。前面讲过，这不是意识形态的问题，而是学术上的问题，对此我们必须秉持客观公正的态度，不能抱有任何成见。

如今，西方科学一改以往的态度，对精神世界投以越来越多的关注。因为他们发现，以既有的简单方式难以阐释意识的运作，从而不得不对其重新审视、研究，只是目前尚未找到合理的解释。科学在这方面的进步虽然不及物质研究那样具有革命性，但也在逐渐推进的过程中。

30 多年前科学家都认为，人到了一定年龄，大脑结构已然定型，不会再有任何变化。后来，他们才逐步改变了这一认知。近年来，打坐禅修可以改变大脑结构这一事实，已经开始被脑神经科学家所接受。相信有朝一日科学家会承认，是人的意识创造了这个世界，它在身体尚未出现时已经存在，不会随着身体的消失而结束。

通过上述分析，我们了解到物质不会灭，生命更不会灭。世界上最有力量的就是生命，亦即意识，是意识创造了世界。通过学习《佛说稻秆经》，我们知道自己有无明，所以这一世投生之前肯定造过业。换言之，因为造过业，才来到了这一世。

二、明白所谓的“我”并不存在

表面看来，十二缘起是一个因果循环，但实际上并没有因果，一切犹如虚空，不存在所谓的自我。

可是，我们的意识却坚信有一个“我”存在，因为意识先天就相信感官，而感官看到的世界非常真实，几乎天衣无缝，普通人根本找不出任何破绽，更不会怀疑自我的存在——这就是无明给我们设下的陷阱。哪怕是世界上最高的院校，也不会有这方面的教育，所以意识始终不知实情。

我们的感官颠倒错乱，意识又愚钝无知，如此错上加错，使得我们一直被困在这个虚拟的世界中，毫不自知。

《佛说稻秆经》让我们明白，所谓的“我”并不存在。正在轮回的，只是我们的五蕴，而每一蕴由不同的东西组成，所以五蕴又可以细分为十二处，十二处可再分为十八界。藉由这样的分解可知，原来“我”是由众多不同的物质堆积而成，除了这些物质以外，不存在所谓的“我”。

“我”只是意识创造出来的一个抽象概念，就像佛珠，除了108颗珠子和一根线以外无它，是意识创造了“佛珠”这个抽象的概念。实际上，万事万物莫不如此。

三、缘起学说对现实生活的影响

以上两点认知与世俗的人生观非常冲突。一般的世间人没有信仰，更不知道佛教的无我空性，以为没有前世后世，因此格外执著今生。《佛说稻秆经》告诉我们，前世后世确实存在，但从深层次来讲，包括今世在内都不是实有的，从而让我们以长远、开阔的眼光看待生死轮回。

（一）能够正确地看待物质与人生

世俗的人生观认定生命只有这一世，所有的希望都集中在這幾十年间，一个人成功或失败、幸福或痛苦，仅以这短短的几十年来评判。在这种错误观念影响下，社会伦理道德逐年下滑，许多人做事不择手段，对因果毫无敬畏之感，乃至丧失人伦底线。就像一本名为《穷得只剩下钱》的书里讲的，最后除了一堆物质以外，我们什么都没有。

物质当然有物质的价值，可它不是万能的，我们更需要的是物质以外的东西。一味追求物质的结果，就是没有幸福感和安全感，甚至心情抑郁、焦虑不安。这是我们应该关注和反思的事情，只要我们在地球上生存，就不能对此视而不见，否则，总有一天这些问题会降临到自己头上。

人的价值观取决于人生观和世界观。假如三观颠倒，那么连保持健康的心态都很难，更何况得到幸福、快乐？《佛说稻秆经》告诉我们，人的一生命或许会遇到一些不顺乃至失败，这些并非无因无缘，虽然我们不知道自己前世做过什么，但不知道不代表不存在。所以不要动不动怨天尤人，因为造成这一切的，恰恰是我们自己！

有些人为了名利不惜一切，这并非真正的成功，且日后必将付出惨痛的代价。我们应该敬畏因果，眼光长远，这样才能维系良好的伦理道德，同时

人生也有更深远的目标。

人生中的成功与失败犹如一场大梦，很多挫折都与自己的心态有关，只要自己想得开，就不至于情绪不佳、心情抑郁。有些人失恋以后痛不欲生，这是自己对对方的执著导致的。执著越强烈，造成的伤害越严重。如果自己能放得下，又怎么会痛苦呢？无论是金钱、权力，还是名誉、地位，对任何事物都不应太过执著。

《佛说稻秆经》宣讲的是专业的佛教理论，同时也与现实生活息息相关。当我们拥有豁达的心态，便能淡定地面对生活中的很多事情。

人生观的一个重要部分，就是对生死有正确的认识，对人的本质有正确的理解，而这些都包含在“缘起”中。缘起学好了，就能精通佛教的世界观和人生观。

佛教历来非常尊重真理，因此我们也要以客观公正的态度学习《佛说稻秆经》，建立一个既符合佛教教义又符合科学的世界观和人生观。这不仅有利于我们今生的生活、工作、为人处世等，对我们的来世也大有帮助。

如果只是暂时有帮助，但不符合事实，那就仅仅是一个心理安慰而已；但《佛说稻秆经》所说的是符合事实的智慧，以此作为人生导向，既能够自利也能够利他，生生世世都过得非常有意义，这才是我们学佛的目的。

（二）可以断除烦恼、执著，获得解脱

何谓解脱？简单地说，从轮回、烦恼中摆脱出来，就是解脱。虽然我们目前尚未得到终极的解脱，但在学佛的过程中，大家对此都有所体会——当我们断除了一部分烦恼、执著，就能体会到一部分的解脱、自在。所以，只要继续在闻思修上用功，这个目标必定可以实现。

那缘起与解脱有什么关系呢？我们所有烦恼的根源就是贪嗔痴三毒。贪心，可以用小乘佛教的白骨观等修法断除；嗔心，可以通过慈悲心断除；而

缘起学说则可以断除无明、愚昧（痴）。因此通达缘起非常重要，否则每个人都都很迷茫，既不知道世界为何如此，也不知道它的本质和发展规律，连自己从何而来、去往何处都一无所知。学习《佛说稻秆经》《缘起经》等，明白了缘起的道理，我们就能逐步揭开这些奥秘。

究竟意义上的解脱，远在天边；生活中的很多解脱，却近在眼前。只要我们对某样东西不再执著，由此带来的烦恼便会立即消失，我们就从这种烦恼中解脱了，可以生活得比较轻松自在。

（三）要将理论运用于实际

我们还要把所修、所学落实到生活和工作当中，因为闻思修的后面还有一个字——行。

我们一直强调，一定要把所学的内容运用于实际生活，否则就仅是死板的理论。所以，大家在学习的同时也要考虑：学了以后，对自己的生活、见解有什么帮助？是否促进了我们对世界、对生命的认知？能否将缘起学说运用于实际生活？有实用价值的理论才有生命力，要将佛法活学活用，大家根据自己的时间、能力，尽量点点滴滴地去做，尤其在现在这个普遍不承认因果轮回的年代，以实践来检验真理就更加重要了。

将理论运用于实践很重要，但实践也需要理论的支持，希望大家好好学习，然后尽量将它运用于生活中。只要不断地坚持下去，每个人都有希望证悟“缘起性空”的道理！

慈诚罗珠

2022年4月

