

18 首老师亲诵
文字汇总

2022.7.24

目录

一、次第（时间 00:03）	1
二、信任（时间 08:41）	6
三、信我（时间 11:37）	9
四、治愈（时间 12:48）	10
五、诅咒（时间 15:28）	11
六、问答（时间 20:22）	15
七、《平安赐福（九）》节选（时间 22:12）	17
八、宽恕（时间 27:31）	20
九、释怀（时间 32:54）	23
十、平安（时间 34:15）	25
十一、醒来（时间 35:09）	26
十二、往生（时间 47:29）	35
十三、承诺（时间 55:58）	40
十四、自省（时间 1:05:29）	47
十五、突破（时间 1:07:51）	49
十六、三法印（时间 1:10:24）	51
十七、正法眼藏（时间 1:28:58）	64
十八、选择（时间 1:35:01）	69

更多资料与相关音频下载：<https://holybless.com>

一、次第（时间 00:03）

【选自《次第》2022.7.13】

爱与宽恕，为灵修。

清净接纳，名正觉。

前半生三十年的修行，就提炼出来了这八个字。

修行者身心解脱的过程，都是在心灵体验中，渐进完成的。

1. 明确选择，清晰明确的，对人间生活，与修行解脱的选择。

升起神圣的出离心。

2. 培育心灵对真理的信仰，反复思辨，对照佛经，仔细斟酌。

以理性、知识、佛法，稳固出离心。

3. 切实的，以心灵信守佛知见，心意融入佛知见。
以出离心的平台，开始思维修的进程。

4. 断除对名利物质的贪婪，清净节俭，清贫的生活

状态，可以培育内心的纯洁，节制食色欲望，让习气体验逐渐清淡。

以持戒的严谨，落实出离心的纯粹。

5. 心灵会随着习气，习惯性地朝向人间，要不间断地对真理升起渴望之心，要源自灵魂仰望真理，对真理的信仰与出离心合为一体，将出离心升华为人格基础。

人间诞生了真修行者。

6. 真实方可纯洁，真实面对自己的内心，曝光一切违反出离心的贪求，忏悔所有维护爱恨情愫的动机与体验。

7. 决绝放弃对自己人生的期许渴望，身心意识，安住在纯净的信仰之中，出离心的明确，会在自我体验的感受中，划开一道光明的缺口。

8. 出离心与真理内涵中，蕴含的纯洁柔软结合，形成新的自我人格，安宁柔软的轻盈，开始在内心中浮现。

9. 安宁柔软，成为起心动念的基础，思维记忆开始断裂。

心识净化过程中，自我开始分解。

10. 头脑空白导致意识停摆，心灵经验了，当下的安详。

安详的心灵中，灵性轻盈光明，开始忽隐忽现。

自我人格，成为心灵曾经的回忆。

11. 纯净内观，安详内守。

无私正直，纯洁柔软，在真实的安详中，形成新的人格。

神灵在三界内诞生。

12. 安详凝定中，寂静空明的空间，逐步透过身心展现。

13. 寂静深观，无语的空间，超越了身心意识，空间静默具生命性，生命性蕴含觉知渗透性。

14. 静默脱落语言分别，身心意识成为一件外衣。

安宁脱落了自我感受，心识思虑开始在静默中浮现。

15. 累世思虑习气，在静默中泛滥成灾，静默中唯有接纳与爱；纯爱中的安宁温暖，接纳一切深层焦虑分别，融化沉淀在生命深处的历史妄念记忆。

16. 无语的接纳与爱，沉淀形成新的生命，生命以宽恕的温暖，纯净的无私，真实的透明，重新穿上身心意识的外衣。

17. 宽恕温暖，接纳纯爱，真实清白，与空间完整合一。

18. 空间内浮现光明，光明具有生命力，觉知灵性激活，原始生命苏醒，出离心成就的“空间”，呈现出灵性永恒的幸福大乐。

19. 灵性是完整的生命，生命是永恒的光明，幸福与安宁永不变易，极乐与欢畅永不终结。

完整融化了分裂，生命融化了个体，光明熄灭了黑暗。永恒消融了时间，极乐驱散了恐惧，觉知熄灭了心识。脱落分段生死。

成就了造物主的辉煌永恒。

20. 深观寂静，平安性脱落了存在。

寂静接纳，无为清净稀释了觉知。

空明觉照，智慧无限超越了生命。

无生无灭名庄严，清净圆满即智慧。

清净智慧超越了存在觉知。

证入八地。

21. 不动周遍名当下，智慧普照如艳阳。

“无无明，亦无无明尽，无老死，亦无老死尽，
无苦集灭道，无智亦无得”，是诸法如意。

圆觉智慧取代了觉知灵性。

智慧于生命存在中，生命性呈现出造物能力。

证入九地。

22. 华藏世界，法界海慧，十方三世，裸然现前。

忽然超越，世出世间，十方圆明，获二殊胜。

“以无所得故，菩提萨埵依般若波罗蜜多故，心无挂碍；无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。”

圆满“人无我，法无我”，究竟智慧清净性。

解脱意识，认知，心识，觉知，诸种细惑。
觉性圆满，空觉十方，无生普照，庄严不动。
证入十地。

23. 如来寂灭性，未曾有终始。

圣主平安性，未曾有发生。

生灵心意认知中，圣主平安性，未曾有分别。
故而，众生心，皆是佛心。
一切生灭因缘内，如来慈悲不拒不离，随缘不变。
因此，众生界，尽为佛界。

此刻的你，就在圣主天堂内。
只因心灵，堕入了“被活着”的梦境中。

梦境苏醒时，
祂，未曾发生。

二、信任（时间 08:41）

【2022.7.13】

任何修行人都会接受“魔考”。

因为我们的身心意识，就是由累劫的习气和妄想聚集而成的。

我们的自我，就是我们的灵性偏离了生命本质，堕落在梦境当中的妄想因果。

所以，当修行者一步一步地从梦境中醒来的时候，
当你苏醒你的原始自性慈悲的时候，
当祂的慈悲触及到我的人格自我时，
我都尚且要不顾一切地否定祂，更何况你们啊？

记得，磨难来临时，记得我这句话：

“我对你们没有任何索取，只有无条件的接纳与付出，
千万不要否定我。”

一旦对你的导师心存怀疑否定，这条解脱之路就算毁了。

因为修行到心灵深处时，觉知灵性是脱离头脑意识判断的光明状态。

一丝怀疑就会阻断光明，灵性就会重新穿上人间自我的衣服，进入生死轮回中。

所以，培养对“真理”绝对的，毫无保留的信任与依

赖，
决绝的信仰与托付，
就可以在自我粉碎过程中，作出一次次明确的、正确的选择。

选择真理，践行宽恕，
瓦解自我，绽放灵性觉知，
全凭对导师的信任与依赖。

否则，你一介渺小的人类，怎么可能接触到灵性的光辉，
你一个业障满身，污秽满身的凡夫，
怎么指望解脱“生死”这个三界宇宙的根本铁律？！
没有“光明”的引渡条约与呵护，
你们觉得人类凭借自己的力量能修行到何种境界？
因此，在生死关头，
你生命中真正信赖的因素，就是决定你生命未来的因素。

你选择什么，就会成为什么。
选择宽恕，慈悲就会成为你。
选择爱，灵性就会成为你。

选择自我，生死就会成为你。

三、信我（时间 11:37）

【2022.7.13】

你信我，就不会如此迷信你自己的感受与身心。

“我”不属于人间，“我”不属于人类。

你对我的信，如果是真信，就一定会破除你的自我保护，而唤醒你灵魂的坚贞信仰。

唯有不染身心的信，才能够有相信神的能力。

你心目中的我，依旧是一个凡夫俗子而已。

你信的是我的相，而不是我的生命，这种信很肤浅。

如果你此刻死了，你心中对我的信只能为你带来福报。

如果你信的是我的生命，则你的信必定与生命同在。

你此刻死后，信带给你的就是永恒天堂。

四、治愈（时间 12:48）

【2022.7.13】

真理之中，没有什么是不可能的。

我的教法，对抑郁症患者是可以根除的疗愈方法，但是对精神病患者，效果有限；对慢性疾病患者，起到的治愈力强大，对于急重症患者，效果不好。

因为病人的心灵，不可能在短短几天时间，就聚集起来强大的心灵虔诚。灵性无法被激活，灵性光明不呈现在身心意识中，就无法有效地抵御累世业障的袭击。人类身心意识面对业力因果的报应是极度虚弱的。

唯有激活灵性的修行者，可以三界高层的生命光明，消融累世的业障，净化心灵习气，宽恕化解累世因缘，也就化解了当下在人体身心中，出现的病痛。因此，修行真理的唯一，对于慢性病的治愈是绝对有效的，因为时间充沛。

我的教法，最根本上是对佛法究竟义的还原，这是根本的目的，是未来几千年修行者圆满自性，见性成佛的光明之路；其次，是超度世间凡夫的灵魂回归天国的光途；再其次，可以治愈抑郁症，可以治愈绝症、癌症，可以拯救灵魂绝望的人；最后，是给不修行的人种下一颗佛知见的种子，这些灵魂死后，可以转生到其他有佛法的世界去，有机缘进入佛法修行。

再有六、七年，修行者的智慧圆满接近九地时，智慧与丰沛的灵性结合，在三界内乍现无与伦比的辉煌光明时，就真正具有了超度灵魂上天堂的能力。那个时候，才是地球上开始神迹大显的辉煌时期。

五、诅咒（时间 15:28）

【选自《诅咒》2022.7.12】

现实人间的活着，是因果循环的诅咒。
诅咒源于心识，因果是分别心所投射。

执着导致轮回，自我呈现生死。

执着源于恐惧，自我源自拒绝。

心识，是灵性离开生命本体，恐惧所现的分别。

自我，是心识对恐惧的记忆，生死兑现着恐惧。

我们所谓的活着，是心识对生命诅咒的结果。

何为诅咒？

恐惧与拒绝。

如何解开诅咒？

安宁与宽恕。

为何要真实？

为何要求修行者，具备的生命底色，是究竟的真实？

因为真实，不会被虚幻所触及。

因为真实，未曾被心识所分别。

唯有真实，可以破开恐惧诅咒。

一颗真实到底的心，

必定是，一颗赤诚纯洁的心。

纯洁心中，留不住罪咎。

赤诚心中，留不住自我。

不再受恐惧威胁的心，就是被完整宽恕的心。

不再受罪咎玷污的心，就是生命本初完整性。

唯有被究竟宽恕的心，可以停在当下。

唯回归生命原始安宁，是离分别心的爱与接纳。

宇宙中没有任何力量，可以左右你的生死轮回。

控制你人格自我生死轮回的，只是你的心识。

生死是心识深藏的恐惧与执迷，投射在生命本质中的阴影。

是心中恐惧的潜在自我，诅咒了生命本质的安宁。

是你的心识阴暗思虑，诅咒了生命原始灵性。

灵性被心识带入因果梦境中，承受苦不堪言的人生。

活着，就是妄想习气的川流。

心意，就是分分秒秒的诅咒。

你我的身语意，早已不再是，你我生命原始的面目。

完整且完美的灵性生命，在心愿诅咒中，堕落于自我梦境里。

上天无路，入地无门。

无奈生死，苟延残喘。

真理可以破除心识诅咒。

因为真理，是生命经验穿越心识头脑，

在你人格心意中，展现灵性安宁经验。

唯有真心，可以与真理相应。

何为真心？

出离心，是唯一真心。

一切心识妄想中，唯出离心最珍贵。

所有妄想杂念中，唯有死念最尊贵。

以赤诚真实的心，归入出离心。

让出离心，完整融入宽恕。

以灵性纯洁经验，取代心识妄想。

以宽恕安宁之爱，接纳身心自我。

生命本初的完整中，未曾有个体分裂。

于是人格自我，在安宁中融化于永恒。

灵性纯洁之爱中，无有恐惧可以被拒绝。
生死的黑暗，消融于真实宽恕的光明中。

被纯洁宽恕的身心，则可安住当下。
生命，会在灵性接纳中，苏醒永恒。

这是破除生死诅咒的方法。
唯究竟宽恕，唯究竟真实。

一真，可灭诸幻。
真实，永不变易。
宽恕，究竟无生。

六、问答（时间 20:22）

【2022.7.9】

老师文章中提到前十年的佛法修行，依释迦牟尼佛智慧，开启心灵记忆中“祂”的性质，性质的“祂”就是智慧，是否可以理解就是得了“祂”的骨？

而被耶稣基督激活灵性，苏醒了先天生命的灵爱，就是在还原“祂”的品质和特质，就是慈悲，是否可以理解就是在还原出“祂”的血与肉。

当圣灵纯爱完全取代了老师仅存的人心人性，是否就是我们与“祂”见面的时刻了？

我回答：

性质的“祂”不是智慧，智慧只是表达着性质，性质不被表达所触及；这是“祂”的髓，也叫法身佛；

智慧不是聪明，而是一种状态，超越了生命的，无生圆满的状态，这是“祂”的骨，也称为报身佛；

灵性激活后，慈悲以爱展现，这是“祂”的心，是为化身佛；

完全取代了人性，就是梦境消失，“我”，就是你们通往天堂的桥梁，也就是你们的救主，但是你们依旧见不到“祂”，

因为，你看世界的心灵，就是“祂”的眼睛，“祂”

是你原本的自己。

七、《平安赐福（九）》节选（时间 22:12）

【节选自《平安赐福（九）》2022.7.9】

我的教法中，不排斥境界，也不排斥神通，因为修行的过程，就是人类身心内在的生命性质，脱胎换骨、破茧成蝶的过程，修行者每一步的改变，都有心灵标准的依据，都有伴随灵魂升华后，灵性绽放的奇迹体验；当行者修行到中层以上，生命的性质，开始从构成人类的业力因素，向生命本质升华蜕变的过程中，觉知开始展现灵性生命力，各种神通必定会出现，这是必然的，就好像鸟儿一定有翅膀，鱼儿一定有鱼鳃，神灵一定有神通，这是天经地义的事情。

但是，衡量修行者是否觉悟，唯有智慧。

觉者为佛，佛是觉悟，而非神通；任何自称觉悟的人，只要能够详解“缘起法”，详解“一心三藏”，能够现身说法，解释“唯心所现，唯识所变”，就是真正的觉者；否则，一切自称开悟的人，都属于魔鬼。

开悟者必定属于智慧生命，智慧觉性超越了灵性宇宙，智慧生命，唯有智慧法义可以验证；而灵性神通，爱与宽恕，觉知灵性，都无法验证觉者，觉者唯有智慧可以验证。

我的教法中，修行者是以实证境界说话的，修行证量说明一切，哪怕你自称释迦牟尼佛再来，都没有问题，只要你能够说得出《金刚经》一样的究竟清净佛义，我们就会顶礼膜拜你，切记，切记，修行者要真实，不要妄语。

有一条路，可以直达灵魂，让灵魂深处的爱展现出来，修行者不缺乏爱的能力，只是人性的意识，对于现实世界的矛盾太恐惧了，去爱，灵魂就会有光明，光明是灵性的身体，灵性会在爱的温暖安宁中醒来。

“情不够，钱来凑”，这句话在人世间，放之四海而皆准，用钱铺路，逐渐渗透情感，除非是不共戴天之仇，基本上所有人类的矛盾都可以化解。

这也是我在人间岁月中，亲身体验过的生活经历，为

何我要严厉禁止我的教法中，丝毫金钱供养的参与，因为人心是无法拒绝人情的渗透的，如果我开了一个口子，收取一次供养，那么，随着物质供养而来的，就是人心的期许，以及人情的蔓延，而人心代表贪婪，人情代表愚昧，愚昧贪婪会摧毁信仰的纯净，纯净信仰被腐蚀，就意味着灵魂回归之路的标准被人性污染拉低，超度灵魂回归天堂的光明之路，就会无可避免地成为人类满足情感欲望的心灵鸡汤。

真理所指的境界，是无生无灭的觉性，是通过践行真理针对心灵每一层次纯净的标准，从而达到彻底瓦解融化自我心意的目的；若将真理的指向拉入人间道德情感范畴，那么真理就会成为人类维护自我的手段，真理所呈现的净化心灵的标准，就会成为美化人性人格的标签，人格无论多么美好，多么伟光正、高大上，终究会死亡，被人性扭曲的真理就彻底失去了救赎灵魂出离生死的能力，那么，人类将再一次堕入生死轮回的绝望之中，因此，我宁可要饭，捡垃圾，都不可能收取供养，我的清白独立，保证着未来灵魂回归天堂的道路，真理的纯正纯粹，是人类灵魂唯一的希望。

八、宽恕（时间 27:31）

【选自《宽恕》2022.7.8】

在身心无法触及，极深极深的生命本质中，
有完美且完整的爱，是熄灭分别的永恒平安。

唯有宽恕可以到达此处。

虽然，在绝对黑暗与愤懑的人心中，很难践行宽恕。
可是宽恕，是通往永恒之爱的唯一道路。

除了真实的宽恕，身心之中，没有第二条路可以抵达。
去信任宽恕，去信仰宽恕，去体验宽恕，去践行宽恕。

灵魂唯有经历宽恕，才可以融入生命之爱。
我们与凡夫之间的区别，就在于此。

身体必定会死亡，而且死亡不可预期。

身体死亡时，随着头脑意识的丧失，心愿动机的自我，

就失去了分别世界的能力；失去意识分别的心愿，会对附着在心愿之上的体验，产生本能的知觉反射，体验若是柔软温暖的，安宁光明的，那么灵魂的自我，就会被柔软安宁的体验，拥入光明范围中，心内光明与宇宙中的光明世界是一体的，灵魂就会被光明带入天堂。

体验若是黑暗的，怀疑的，恐惧的，阴暗的，冷酷的，残忍的，那么灵魂的自我，就会被恐惧怀疑的体验，带入黑暗的境界中，心内黑暗与宇宙中的黑暗世界是同体的，灵魂就会被恐惧带入地狱。

活着的时候，我们从内心的黑暗中，信任宽恕，依赖宽恕的力量，走出愤懑压抑的恐惧境界，走出由心意界定的对错概念，就走出了心灵体验的善恶感知。

走出善恶感知，就走出了黑暗与光明的交替。

走入全然的宽恕，就步入了永恒完美的终极之爱。

完整之爱内，没有自我与他人的区分。

永恒之爱内，没有过去与未来的诞生。

爱的平安内，没有生死与轮回的幻影。

完美的终极之爱，是生命原始之本初。
爱是信仰的出发点，爱是光明的诞生地。
爱是融化痛苦的永恒，爱是舍弃自我的无畏。

因此：

极致纯洁的信仰可以抵达爱。
宽恕黑暗的光明可以还原爱。
接纳痛苦的舍弃可以融入爱。
承担毁灭的无私可以苏醒爱。

宽恕，这条道路真的很艰难，过程中很痛苦。
可是，一切苦难经由宽恕，终将化为平安幸福。

对“修行者”身份，最根本的定义是：向死而生的人。

在死亡的悬崖边，等待凡夫的，是永无终极的黑暗恐惧，是绝望无奈的痛苦煎熬，是身不由己的堕落轮回，是永无终止的生死苦海。

在死亡的临界点，迎接修行者的，是极致之爱的安宁，

是生命辉煌的苏醒，是天堂永恒的幸福，是光明无限的苍穹，极乐与荣耀伴随着你，纯净之爱与圣主同在，平安直至永恒。

生死中，只有这一条路，可达彼岸。
轮回中，唯有这一条路，可登解脱。
黑暗中，唯有这一条路，可破无明。
苦难中，只有这一条路，走出绝境。

除了宽恕，别无选择。
宽恕，是“祂”慈悲救赎。

九、释怀（时间 32:54）

【选自《释怀》2022.6.30】

觉悟是没有语言的，
因平安忽视了分别。
是轻柔脱落了恐惧，
是解脱遗忘了存在。

宽恕你眼前看到的一切。

宽恕你意识理解的概念。

宽恕你心愿企图的动力。

没有人，对你作出过什么。

你的记忆，只是错觉。

你自己，也从未做任何事。

自我认知，是在梦里。

寂静安宁中，释怀宽恕了，活在世界中的你自己。

灵会发觉，真实的你，未曾被“自己”活在世界中。

真实的你，未曾被你的“自己”，带入生死梦境中。

生命的原本，是“临在”于过去与未来，每一瞬间的
“当下”。

不可说。

不取于相。

周遍不动。

究竟涅槃。

十、平安（时间 34:15）

【选自《平安》2022.6.26】

“祂”未曾变易，永不变易。
唯有真实，可以接近“祂”。

“祂”周遍一切，一切在“祂”之内。
唯有宽恕，可以还原“祂”。

世界在“祂”之中，“祂”在身心之内。
世界与自我，只是“祂”的梦境。
其大无外，其小无内。

“祂”在梦境中，梦境无法触及“祂”。
梦本无生，清净是“祂”慈悲普照。
身心自我中，清净未曾被心境发生。

不取于相，如如不动，是“祂”的平安。

十一、醒来（时间 35:09）

【选自《醒来》2022.6.23】

现实生活分为三层。

第一层，你眼前看到的现实世界。

客观世界，是光线折射，反射在大脑中的影像。

这个光线折射，形成的影像世界，本身只是形态与名称。

无论是具体的高楼大厦，马路汽车，山河大地，日月星辰，

还是，构成现象的微观元素，分子，原子，电子，中微子，夸克……

都只是形态与名称。

谁赋予了，宇宙微观能量以形态名称？

是，观察能量，认知世界的“主观意识”。

这就是经典物理，与量子力学之间的差异。

经典物理，认为世界是客观存在的，物质的存在，不受个人意愿所转移；量子力学，认为宇宙能量的存在形态，受到观测能量者，主观意识的左右，换句话说，宇宙能量组合成何种世界形态，是受观测者的主观意愿所左右的。

更直接一点，世界，是人类的想象构成的。
我们都活在内心的想象之中。

第二层，身心中，认知世界的“你自己”。

除去你的姓名、性别、身体样貌，身心中的哪一部分是你自己？你所谓的自己，究竟指的是，这具身体中的，哪些精神内涵？

我们所说的自我：

是由“记忆”，包括头脑记忆，与心灵记忆；
是由“反应”，对世界名相的，内在认知条件反射；
是由“动机”，对内外境界，心灵主观意愿的企图，
这三部分交织而成。

你看啊，你现在看着眼前的电脑屏幕。
电脑屏幕是名相吧？

电脑名称是，你内心对电脑这个物品的体验凝固，推动意识思维，形成了电脑的概念，概念与体验结合，才投射出你此时此刻，手中捧着的电脑。

否则，你手中现在捧着的，只是玻璃与铝制品构成的一个物品而已，哪有什么“电脑”的名称？

更深一层地讲，你手中捧着的，是由宇宙精微能量，川流不息，因缘和合，此刻体现在人类时空中，暂时的一个能量现象而已。

更深一层地讲，捧着电脑的你，这具身体并非真实存在，而是细胞构成的一个，时时刻刻处于生灭的生理状态，在这个生灭川流的生理现象中，细胞内的成分，是与构成整体宇宙的元素，一模一样的微观能量，在刹那间生灭相续中，反应在人间这个空间中的，暂时的投射现象。

此刻，你手中捧着电脑，
与捧着电脑的，你的身体，
从本质上而言，并不真实存在。
或者说，存在的你与电脑，都是“名相”。

谁在认知名相？

自我与电脑的名相，是谁投射出来的？

是你的“记忆”“认知”“心愿”。

记忆可以增长，也可以减少，因此记忆可以被清除。
认知可以起反应，也可以无反应，认知是受到外界刺激展现反应的，当外界的反应因素消失，认知本身并没有不变的，实有的主体存在。

心愿，也就是动机，可以脱离外界名相的刺激，而独立存在；动机，也就是思虑，可以脱离认知对名相的反应，而处于“主观愿望”的状态。

比如说，我想吃冰激凌。

想吃，是动机。

冰激凌，源于心灵曾经的体验，与头脑意识的记忆。

想，调取体验，形成概念，推动意识，形成思维，诞生出“冰激凌”的色香味名相。

心灵认知，接收到心愿动机，对于现实环境，形成条件反射的判断：我现在家中冰箱里没有冰激凌，要去楼下超市购买。认知对现实世界的反应，对动机的主观愿望，作出了付诸于行动的判断；于是，心灵动机，驱动心识认知，对所认知的名相世界，作出了意识记忆概念中的判断，判断体现出思维，思维牵动意识，意识牵引心灵认知，认知延续着主观动机的心愿，作出穿衣服，下楼，去超市，买冰激凌的举动。

仔细想一想。

外界的世界，并非真实客观的存在。

内在的自我，并非真实存在的客观。

究竟是谁，

在身心内在，营造出“想吃”冰激凌的自我，以及投射出卖冰激凌的超市？

是心愿动机。

也就是主观意愿的源头。

这个源头，就是思虑，也就是“想”。

心想事成的“想”。

这个“想”，就是你“自己”的根本源头。

想，是由微细的习气经验，与精细的认知幻觉，交织而成。

习气经验，就是魂魄。

认知错觉，就是灵魂。

触及到“想”这一层精神领域的范畴，就触及到了，生死轮回的“自我”构成基础，也就触及到了魔王世界的国土。

灵魂的起源，是生命本质的觉知“灵性”，对于生命存在的“沉淀”，被时间沉淀的存在，意味着生命境界的堕落。

堕落在境界中的“灵性”，被沉淀的生命信息包裹，形成了，取代灵性，认知时空的“错觉”，错觉对生命的觉受，形成了对存在的经验差异，差异性，与生命灵性的完整性，形成相对立与偏移，偏移体现出宇

宙基础的时间。

时间错移，形成了被时间割裂的空间。

空间内，对存在的妄想，固定了独立于整体存在，而呈现出独立存在的世界，认知世界的灵性，被认知塑造成，世界之内的生命，这就是“知觉乃众生”。

灵性生命，由生命完整的爱与光明，堕落为，具体世界中，认知世界的，个体意识灵性。

拥有了个体意志，意志就阻碍灵性，灵性呈现出意识的差异性；差异性遮蔽灵性，形成对灵性光明的经验，经验就是习气；差异性分别灵性，灵性透过分别投射出精细的认知，认知就是个体意志的灵魂。

灵魂与习气聚合。

习气裹挟灵魂，幻化出世界国土。

灵魂分别世界，随业幻化出身心。

灵性被妄想与习气牵引，灵魂刹那间妄想分别，呈现出刹那间生灭能量，生灭能量相续，因缘和合，呈现出灵魂宿业的，前因后果现象。

现象，就是名相。

也就是，此刻拿着电脑，看世界的你；

以及，你所捧着的电脑，你所看的世界。

此时此刻的“你”，以及你所看到的世界，
都处于灵性生命的“睡梦”中。

只是你无力苏醒而已。

就算是，你知道自己活在睡梦中，也同样无力苏醒。

因为你的灵性，已经很黯淡，很虚弱了。

虚弱的灵性，无力从灵魂的梦魇中解脱。

因此，你的灵魂需要养分，滋养灵魂茁壮成长。

真理，就是灵魂的养分，因为真理，源自于法界圣贤
的智慧。

而生命灵性，只是法界智慧的倒影。

是生命本质的存在，折射了圣贤智慧，而呈现出，三
界生命最原始、最本质的灵性光辉。

去虔诚真理吧，那是你的灵魂，生生世世等待的，追
随的，寻找的，渴望的，祈求的，期盼的。

真理是灵魂，解脱生死噩梦的唯一希望。

去全身心地热爱真理吧。

当灵魂对真理的热爱，远远超越了，灵魂对人格自我，对现实世界的热爱，灵魂就会，从热爱真理的虔诚中，吸取源源不绝的光明养分，在热爱，极度渴望的热爱，义无反顾的狂烈，置于死地的虔诚中，灵魂会在真理的纯洁平安中野蛮生长。

生长出，源自灵魂深处的宽恕与大爱。

诞生出，源于灵魂的出离心与清净心。

成长出，超越心愿自我的，幸福安宁。

还原出，取代心愿自我的，灵性觉知。

展现出，不受现实世界左右的，纯净自由。

升华出，不被欲望习气牵动的，纯净圣洁。

有朝一日，灵性能够自灵魂梦魇中，有足够的力量，撕裂生与死的黑暗，于生死轮回的茫茫苍穹宇宙中，挥洒灵性的璀璨光辉，以灵性普照苍穹的伟岸圣光，照破三界六道生死不休的奴隶苦旅。

安静你的心，将心灵，从现实人间转向真理。

只有真理是真的。
其余的，都是灵魂的噩梦。

从噩梦中醒来吧。

十二、往生（时间 47:29）

【选自《往生》2022.6.18】

问：老师好，想问几个问题。

1. 您回答师兄的灵性世界是指佛世界吗？是否和极乐世界的性质一样，属于下品下生？
2. 去圣主天国最低的标准是什么？是否是破想阴入行阴这个阶段？
3. 灵性苏醒多少百分比才是见证灵？见证灵的同时是否就代表已经在圣主天国了？
4. 您上次开示的一位抑郁症的儿童需要灵性苏醒百分之六十以上才能恢复正常？可是普通人灵性不苏醒也可以正常生活，这是什么原理？
5. 老师常用的词语“打开心扉”“灵魂苏醒”“灵性苏醒”之间有什么区别，或者相关的连接吗？

答：第一，灵性世界有两种。第一种是，外道修行者所成就的世界，他们有自己的星球宇宙，处于灵性宇宙的范围，但是并不与觉性法界沟通；第二种是，佛法中的大成就者，圆满法界的觉性同时，也圆满了三界内的灵性宇宙范围，觉性智慧受觉知存在所折射，投射在“觉知，心识，意识”的因缘世界中，呈现出了“灵性”生命境界，灵性生命的性质状态，对于三界众生而言，这就是极乐世界，与阿弥陀佛的极乐世界性质一样，众生灵魂可以在三界内的灵性世界中修行，灵魂净化为纯灵，纯爱融入慈悲，升华进入法界。

第二，去天国的最低标准是——纯粹的、究竟的信仰；绝对的、虔诚的、纯净的、没有丝毫怀疑的信，这颗绝对虔诚的心，就会与“祂”发生沟通，“祂”就会以你的虔诚心，作为渠道，赋予你灵性加持力，等你的灵魂离开肉身后，灵魂因为在活着的时候，全心全意地信，从而被虔诚心的信，形成的善业因缘牵引，往生“祂”在三界中，展现出来的智慧灵性世界，也就是下品下生；无须破除想阴，破想阴意味着证果，属于神灵的范畴了，属于大成就者，而普通老百姓，只要具有绝对虔诚的信，就足以蒙受如来加持力，死后往生极乐世界。

第三，灵性分为很多层次，比如说，此刻你提问题的这个“意识”，如果没有灵性的成分，意识本身只能分析，却无法具有“理解，明了”的能力，灵性就是觉知呈现出的生命性，你能够觉知自己的“心意，身体，思维，情绪”，觉知本身并非“心意，身体，思维，情绪”；如果觉知身心意识的“明了”，进入觉知的极深层的明，这个明，展现出生命性，就是灵性。

从觉知最表面的“明了”状态，到深处的“明”之灵性，划分出来了，层层叠叠从人间到灵性宇宙的无限微观世界。若觉知的明了之中，苏醒了万分之一的，“灵”的生命性，就属于证到灵，也就是想阴开始分解，行阴开始呈现，体现在人体中，就是一种脱离心意自我的“空灵”状态，很清醒，不思维，有意识，但无自我的，清醒纯净的深层体验。

第四，无须见证灵，就可以在圣主天国，你内心的绝对虔诚，引动的内心温暖安宁，幸福喜悦，就与天国的生命信息特质相沟通，只要这颗虔诚心不退，死后必定往生天堂；见证灵的，都是有果位的，有修行证量的大成就者，见证灵，就等同于，分解想阴，融入

行阴，展现识阴，属于解脱分段生死的成就者，这种人可以自由选择任何世界，可以自主投生任何地方，或者说，他可以永远不投生，处于无形无相的灵性状态，是大成就者。

第五，那个抑郁症孩子，在他的心意中，人类正常的灵性内涵都丧失了，完全被前世的恶业因缘因素，取代了正常人类的“清醒明了”生命状态，人类之所以，能够使用眼耳鼻舌身意，种种肉身功能，不仅仅是心意之间的交流，而是有灵性的参与。

我举个例子说，你的感悟、回忆、觉受、体验中深层的感知力，都属于灵性范畴的因素，这种灵性因素的丧失，会导致此人的心意相续中，失去生命活力，就只是这一具肉体躯壳在活着，而失去了正常人类的，情感情志，以及感悟力、领悟力、觉知力、感受能力，这就是灵性因素丧失后的表现；所以我说，他的灵性内涵要苏醒百分之六十以上，才可以正常生活，这里说的灵性，是灵性在情志，心灵感知范围内的内涵，而不是纯灵境界的百分之六十。

若达到纯灵境界中，百分之六十以上的程度状态，此

修行者就可以直接超度灵魂往生天堂了，我目前都没有达到百分之六十，还需要几年时间，才能达到这个纯度，才可以直接超度灵魂往生极乐世界。

第六，打开心扉，心扉就是自我体验，自我体验就是想阴，想阴分解则自我融化，自我融化过程中，灵性觉知开始展现，灵性展现就是灵魂苏醒，“灵”从魂魄梦境中苏醒。

修行真理法门，只要一心虔诚，死时心不退转，一念虔诚，就可以往生极乐世界，因为世界与世界，其实在灵性层面都是一体相通的，整个宇宙都在“祂”之内，“祂”就在一切众生的，心心念念之中，你对于“祂”的信，虔诚之心，就会与“祂”同在。

其实宇宙众生，从未与“祂”分离，我们时时刻刻都与“祂”同在，都与“祂”同体，只是被我们心意中的自我，隔绝了与“祂”智慧慈悲的相通；若我们一心一意信仰“祂”，渴望“祂”，就可以借助“祂”智慧展现在人间的真理道路，回归“祂”清净无生的平安慈悲，“祂”的慈悲在众生信仰心之中呈现，就是极乐世界，众生的心意自我，借助信仰回归到“祂”

慈悲呈现的世界中，就是传说中的“下品下生”。

你们放心吧，只要我是真修行者，你们的灵魂未来，就是有保障的，可是，我确实是真修行者，如假包换的真圣贤，是可以渡灵魂解脱生死苦海，往生极乐世界的光明桥梁，你们安心，修行者是真的光明。

十三、承诺（时间 55:58）

【选自《承诺》2022.6.18】

现实世界中，全体人类，所有的言行，一切的起心动念，

都并非真实发生过。

你们什么都没有做过。

不被发生，是究竟实相。

三界内，灵，神，人，鬼，魔。

六道中，地狱，饿鬼，畜牲，人类，天人，修罗。

什么都未曾做过，什么都未曾想过，一切并非真实。

做与所做，皆是梦中事。

意识心愿，无所思虑，思者亦空。
心识分别，分别如影，心识本幻。
觉与所觉，所觉为幻，觉者亦妄。

诸幻熄灭，熄灭不可得。
言语道断，未曾发生，如如不动。

觉者，是三界六道亘古大梦中，觉醒之人。
觉者不被梦境所“存”。

生死大梦未曾真实。
觉性智慧并非实有。

梦未实有，觉未曾生。
烦恼即菩提。
生死本涅槃。

梦境，无所从来，亦无所去。
佛性，未曾生灭，未曾离舍。
世界，非世界，是名世界。
清静圆满，如如不动，此为“一合相”。

不可说，名究竟。

2022 年之前，修行者渴望将真理传播四海，期许更多的灵魂，听闻真理，能够沿着圣贤心路，解脱生死苦海，为后世无数灵魂，奠定一条解脱生死苦海的光路。

2022 年之后，修行者放弃了这看似美好，实则幼稚的愿望，因为我，已实质上超越了生死，不在六道轮回之中。

因为自己亲身实证了，跨越生死轮回的道路，亲证到“无生觉性”的清静，切身体验到“究竟慈悲”的无为，同时也就彻底明白了，普通人是绝无可能通过一世修行，就能根本解脱生死轮回的。

我留下来的道路，只适合宿缘极深的灵魂，只适合心灵纯粹信仰坚贞的灵魂，只适合直面生死、不爱自我的灵魂，只适合舍身求法忘却自身性命的人。

我的教法，是“正法眼藏”，并非任何生命都有信受的条件。

就好像禅宗的顿悟，密宗大手印心髓，皆是不落文字，直指人心，心心相印的“第一义”如来藏心。

解脱生死，只是通往“祂”的，最基础的第一步台阶。

要求之高，非人为努力可以达成。

我是来人间，铺就通往“祂”天国的道路的。

没有普度众生的愿望。

我只负责还原真理，不负责教导众生。

因此，与我同世，想要与我同行者，需要经历的磨难与考验，是巨大的，那是需要一生的时间，来检验的灵魂信仰。

我承诺你们一件事情：

修行者是必定圆满的。

或者说，修行者的圆满已经完成。

目前在人间的修行，不过是，上演着已经结束的剧情。

因为，我已经解脱了“活着”，在无生的清净中，正

在发生的一切，都已经发生完了，而不被发生的“觉性”，是不可被“发生”缘起的三界因缘，所触及所改变，所动摇所蒙蔽。

现在发生的，乃至以后将要发生的一切，都只是，在发生的因缘中，呈现出“不被发生”的究竟慈悲。

所发生的都将在，一切因缘发生中，熄灭那，发生现象的宿业因缘。

旭日东升，光明乍现时，阴暗就无法继续蔓延。

修行者的智慧生命，目前在世俗的身心修行中，净化融解着身心分别，对智慧的遮蔽；向究竟的“清净涅槃”进展，我不再是这具身体，也不再是认知身体的自己；智慧主体中，灵性生命成为了这具身体内的核心；现实世界对于“灵性”，正在逐渐失去“约束力”，身心意识对“灵性”，逐渐失去控制力；法界智慧对“灵性”，开始呈现“殊胜天堂”。

灵性生命，是真正的，先天的，幸福的，光明的自我。

觉性智慧，是永恒的，庄严的，殊胜的，圆满究竟慈悲。

你们或许，不具有一世解脱，自证圣智，见证本来面目的累世资粮，但是因为你的信仰，因为你的虔诚，因为你的精勤修行，你无需担心未来的死亡，因为你对于修行者的信任，是灵魂与灵性之间的联系，与人类这具身体，没有太大的关系。

当你的灵魂，离开你的身体后，凭借着你心灵深处对修行者决绝的相信，中阴身就会在阴间世界，见到引导你的光明，那个无限温暖的光明生命，就是我；修行者的觉性智慧，通过三界觉知，折射在六道世界中的生命形态，就是“灵性”纯净完美的光明与爱。

灵魂对于修行者的决然信任，会引发你，生前对于修行者的记忆与依赖，在你活着的时候，我带给你的是“爱与安宁”，是“慈悲宽恕”，是“纯洁温暖”；在你离开身体后，灵魂想起修行者，内心的信仰就会引动，爱与温暖，安宁宽恕的“觉受”，灵魂就会

见到，宇宙深处那无限纯洁温暖、祥和完美的纯光降临，那就是圣贤的智慧，以灵性生命的形态，来救赎你回归天堂。

修行者，在人间修行真理，成就真理，呈现真理，圆满真理。

对于人间众生而言，这是一件荣耀的事情。

哪怕你无力修行，只需要心生赞叹，就可以获得未来的福报。

千万记得，不要诽谤诋毁，不要辱骂亵渎。

因为，修行者，是真的“光明生命”。

面对光明的许诺，将会伴随你灵魂的生生世世。

若你不相信了，或者无力相信了，就安静离开，曾经与我同在的这一段历史，将会为你的生命，带来未来不可思议的福报。

修行者祝福每一个离开的灵魂，我的祝福永远与你同在，祝福会伴随你的永生永世，直至你回归天堂。

无限宇宙，是“祂”慈悲圣心中，一瞥所现。

慈悲未曾舍弃一人。

十四、自省（时间 1:05:29）

【选自《自省》2022.6.10】

你眼前“看到”的所有一切，
都是灵魂中深藏的，未曾被宽恕的罪咎“投射”。

一个被完全宽恕的灵魂，
无法被局限在现实世界之中。
一个完全被彻底宽恕的灵，
无法被局限在物质名相之内。

睡醒后，梦境归于何处？
因此，轮回中的“活着”，只是未曾醒来。

生死无非是因果而已。
因果根本是分别而已。
分别实质是执迷而已。
执迷究竟是恐惧而已。
恐惧，只是无法宽恕。

宽恕所有的存在，被完全宽恕的灵魂，即是爱。
唯有爱，超越了，具形体形态的宇宙生命层级。

宽恕之爱中，失去了恐惧。
失去恐惧，就宽恕了心识的分别。
被宽恕的心识，于宽恕中，解脱了分别。

分别熄灭，生命完整现前。
生灭熄灭，无生圆满现前。
虚幻熄灭，究竟涅槃现前。

唯有宽恕，可以还原爱。
唯有爱，可以折射慈悲。

慈悲中，一切未曾发生。
所发生的现象，都在慈悲中上演。
慈悲包容一切，随顺清净。
循诸性起，无取无证。
世界是“一合相”。

能发生的动机，慈悲居于其中。
接纳一切的慈悲，庄严圆满。

不取于相，如如不动。

“你”原本，未曾来去。

十五、突破（时间 1:07:51）

【节选自《突破》2022.6.8】

唯一能够跳出生死轮回的方法，就是“修行”。

人间世界，由“意识”投射而成。

意识思维，由“体验”投射而成。

体验感受，由“心识”投射而成。

心识分别，由“认知”经验而成。

认知经验，由“灵性”沉淀而成。

灵性觉知，由“觉性”困顿而成。

觉性法界，由“自性”一瞥所现。

因此，“祂”的性质，贯穿在觉性，觉知，灵性，认知，心识，心愿，意识之中。

由“自我”这个心意组合体，呈现出“祂”的慈悲与智慧。

“祂”以一切呈现，于呈现之中，不变不易，无来无去。

因此，心意“自我”，若远离一切构成“自我”的因素，就一步步接近了“祂”，在不断出离“轮回”的梦境中，还原“祂”的本来面目。

于是，当人间的“我”，以凡夫俗子的状态，明确决然地，选择放弃自我剩余的人生，选择“灵性”的宽恕、纯洁，作为“我”未来的生命基准，就等同于，从现实世界“活着”的自我梦境中，出离了残存的梦萦。

“祂”是不可被选择的，因为“祂”不被选择所分别。唯有选择“祂”在存在中的标准，才可以逐渐脱离非“祂”的梦境，一步步走入“祂”无生清净，却周遍一切的慈悲。

出离心的清净纯粹，与觉性的“无生”相合。

“灵性”觉知的宽恕，与“慈悲”的接纳相合。

“祂”的智慧如普照的阳光，清澈明晰地，笼罩在“灵性”之上。

现实人间，这一具身心意识，被“祂”的无限慈悲轻轻托起，轻盈柔软地，没有重量地，漂浮在清净智慧，慈悲巨能光明之中。

十六、三法印（时间 1:10:24）

【选自《三法印》2022.6.7】

三天前，面临“慈悲”的逼近，身心内在的“自我”体验，感受到极度的恐慌与绝望，因为“慈悲”的性质是“无我”的清净，究竟的清净，就是究竟的“无生”空性。

“慈悲”的逼近，意味着“我”的意识心愿，以及“觉知”存在，三界轮回生死的消亡，生命于存在之中，对存在细腻的体验，对时空细腻的分别，累劫形成的生死“环境”，都面临着融化消亡的结局。

这种源于生命本质的，本能性的自我维护，直接导致了，我人性表面意识中的抗拒，以及潜在情绪的对抗

与恐惧。

修行者，此刻正站在一个高大的，由金色纯光构成的“台阶”下面，却无力迈上这级台阶；台阶上面就是真神的国度，台阶下面，属于三界生死轮回的宇宙世界。

此刻的我，无力迈上金光台阶，因为我的心灵，充满了迷惘，充满了对“生命”存在的不舍，纯神的国度之中，没有“生命”的体验，有的只是，解脱了“生命”禁锢的实相，我没有勇气迈上这级台阶，于是，停在了台阶下面。

修行者，需要回炉重炼。

重炼心灵信仰，将信仰中不纯净的杂质，剔除出去。
一栋楼房能建造的高度，是由其地基深度决定的。
一个木桶储水的容积，是最短的那块木板决定的。

之所以，修行者面临“慈悲”的庄严浩瀚，心怀恐惧，只因为心灵信仰的地基，打得不扎实，锤炼得不纯净，心识觉知中，还有极其细腻的“自我获得感”隐藏其中。

说到底，还是不能真正信受“正知见”。
何为“正知见”？“三法印”是也。

“诸行无常，诸法无我，涅槃寂静。”

今天，就让我从最基础的，修行者秉持的根基开始，
再一次重温“三法印”的究竟实相。

第一：我们人类生存的现实世界，是由物质能量构成的。

物质能量，是由微观物质微粒构成的。

分子以下是原子，原子之内是电子与质子，电子之内
是中微子，中微子之内还有无限量的微粒存在……

当构成物质表现的能量微粒，微观分解到“夸克”这个
微观粒子的层面时，我们所理解到的宇宙世界，稳定不变
的概念，就会被彻底颠覆。

夸克的形态存在，在五十万分之一秒内，就会生灭一次。

也就是说，我们生存的这个世界，这个太阳系，银河

系，宇宙体系，在五十万分之一秒内，就会生灭重组一次。

也就是说，我们认知到的，自我的肉体细胞，我们的思维意识，我们的情感体验，我们的自我感知，我们的主观人格，在五十万分之一秒内，就经历着生灭重组。

事实真相是，我们的肉体，心脏，意识，自我，与我们生活着的家庭，社会，世界，星系，宇宙，处于“刹那”生灭重组的状态，万事万物，本身并没有一个，真实存在、永恒不变的主体，一切存在现象，都处于“刹那”生灭之中。是谁，是什么原因，导致了我们的认定自我是“真实”的存在？认定世界是“客观”现实？

这就是“三法印”中的“诸行无常”。

第二：我们的眼睛只看到光线的折射，根本看不见景象，是光线折射，透过视神经投射在大脑区域，由光信号转为电信号，在大脑中投射出“图像”，眼睛什

么都看不到，为何我们却认为，是眼睛看到了世界？

第三：我们的耳朵只能听到声波，却无法听到声音，如果我们的的心灵愿望，不去捕捉声波，分辨声波的振动，那么，我们的耳朵即便听到声波，也无法还原出“声音”的意义，为何，我们却坚信是自己的耳朵听到了声音？

第四：我们的“意”只能分析，眼耳鼻舌身五根与外界互动，形成的光、声、嗅、味、触诸种光电信号，肉体神经传递根尘光电信号给大脑，大脑意根，将肉体神经传递的光电信号，与意根捕捉到的“差异”概念相结合，形成了大脑概念的记忆“识”，每一个头脑概念记忆，都对应着，心灵对光电信号储存的体验，我们所谓的“思想记忆”，归根到底不过是，内心细腻体验的感知，在循环重复回放。

我们平时，无法停止的，思绪思维，思想杂念，归根结底，是我们的意识，无法察觉到的，心灵感受深处，极其细腻的认知与体验相续。

综上所述，大脑中的“意识”，是心灵认知的投射；

大脑中的思维，是心灵细腻体验的循环；大脑中的记忆概念，是心灵感受中细腻的体验在支持。

心灵体验若改变了，头脑中的概念就改变了；概念改变了，思维记忆就改变了；若体验消失了，概念记忆就不复存在，意识若失去概念的推动，意识就会陷入“迷惘”的空白状态。

这就证明，我们坚决认为是“自己”的意识，不过是“心意”相续，六根和合的产物，意识本身并非是我们真正的“自己”。

第五：我们的心灵，是头脑意识的源头，可是，心灵本身却是由体验与认知“构成”，换句话说，心灵感受可以被分解。

你看啊，你想到自己的爱人，心生欢喜。

“想”是头脑记忆，爱人是概念，是名相。

“想到”，到，是体验，储存在心灵感受之中。

若心灵没有对爱人名相的，情感体验积累，头脑中就无法形成对“爱人”的概念记忆储存；头脑若失去爱人的名相记忆，心灵感受就无法形成欢喜的情绪。

也就是说，头脑记忆中的概念，一定是建立在，心灵体验基础上，那么，心灵体验，是如何在头脑形成“概念”之前，就形成了心灵“体验”的凝聚？

你仔细想想啊，在你的头脑记忆中，没有想起爱人这个名相之前，构成“爱人”的体验因素就已经存在了，否则，如果内心没有对应爱人这个具体概念的，种种特定“体验”存在，即便你大脑想起爱人这个概念，心灵也不会有丝毫反应，根本生不起欢喜的感受。

也就是说，爱人的甜蜜感受，并非是由意识形成的，而是在心灵深处，在意识形成概念之前，就一定有一个，塑造情感情绪，形成体验感受的“主观”意愿。

心灵的“主观”意愿，先于意识分别之前，就界定了“爱人”这个心灵体验下面，细腻的觉受经验标准：要鹅蛋脸、双眼皮、厚嘴唇，要婀娜多姿，要优雅有素质……

这些意识无法捕捉到的，心灵深处极其细腻的，认知经验记忆，决定了“意识”看到具体的人物“名相”

时，就会本能地作出对方是“美女”，或者“恐龙”的概念判断。

如果内心深处的经验标准，未曾成型，谁告诉你的“意识”，对面站着的这个女孩，是“美女”还是“恐龙”？

也就是说，决定你头脑意识概念的，并非是意识本身，而是心灵深处的细腻体验。

而体验的形成，是先于意识之前形成的。

婴儿饿了会哭，冷了会哭，感受不舒服会哭。

哭，是婴儿下意识的反应。

下意识的，本能的反应，源于心灵“体验”。

而体验之内，就是构成众生生死的因素。

体验，由两部分构成：

第一，认知经验的“见精”；

第二，“见精”沉淀的经验。

我们所说的“心灵体验”，不过是心灵“见精”在生命沉淀形成梦境中，重复回放着，“见精”经历过的诸种梦境世界中的，经验感受回放。

这就解释了，为何新生儿，会有“天赋异禀”这种超常的状态。

也就解释了，天地万物，五行循环，相生相克的道理。

因为三界唯心，万法唯识。

心识分别，投射出宇宙万事万物。

而心识展现的分别，是“见精”沉淀，回放的记忆经验。

心灵“见精”，是宇宙原始生命灵性，沉入时间长河后，时间的刹那性差异，割裂了存在空间；形成了空间灵性，在时间流速中的沉淀。

“见精”中，储存着灵性对“生命”演化，在宇宙时空中沉沦的所有历史记忆，这些记忆碎片的累积，形成了“见精”沉沦在不同宇宙空间中的载体身躯，也就是我们人类理解的“灵魂”。

灵魂的气息，构成的微观因素，决定了这个灵魂投胎后的人格性格，禀赋天分，喜怒哀乐，以及习气特质。

也就是说，我们现有的肉体身心中。

头脑意识，并非真正的“你”自己。
肉体器官，绝非真正的“你”自己。
心愿感知，并非真正的“你”自己。
情绪感受，绝非真正的“你”自己。

这就是“三法印”中的“诸法无我”。

每当遇到人生之中，需要决断的重大事件时，
修行者秉持的标准唯有一个，
“去倾听内心的声音，倾听生命最真实的选择”。

将复杂的事情简单化，将简单的事情“结果”化。
如果，此刻作出的选择，导致的结果，是我愿意承受的。
那么，无论过程中，无论付出任何代价，我都将义无反顾。

这几天修行者彻底放弃了修行，不学法，不禅定，不去思考法义，不去体验内在的光明，不去觉受微观生命中，清净朗照的光明，我要恢复到一个彻底凡夫俗子的状态，在生命的“最表层、最底层”的状态中，

去明确选择生命未来的方向。

因为前几天修行者遇到的恐慌“慈悲”状态，是修行者即将脱胎换骨，升入“纯智慧”真神世界的关口，如果，我人性的表层，不能理智地、理性地、决绝地，作出明确鲜明的决断，在我生命微观中，在觉知灵性光辉生命状态中，当慈悲再一次“突破”觉知灵性的“存在”，于三界生命体系中，呈现出“无生清净接纳”悲能时，身心内残留的“自我心愿”，一定还要去，不择手段、不遗余力地抵制慈悲的降临。

其实，慈悲永远都在，“祂”未曾离开过。

是修行者的，身心意识，自我心愿，已经到了破开“存在”基础的时刻，“存在”一旦被破开，无生就成为了修行者生命主体，慈悲就会成为我的心灵，智慧就会成为我的意识，清净就会成为我的特质，法界就会成为我的身体。

三界生死轮回，就会成为一场逐渐熄灭的“残梦”。
人间身心意识，就会逐渐在慈悲无我中“融化消亡”。
能量宇宙，现象世界的本质，就是清净平安性。
生死众生，只是陷入心识梦境中，幻“离”了自性如

来。

离幻即觉，烦恼即菩提。

非幻不动，生死本涅槃。

这就是“三法印”中的“涅槃寂静”。

经历了几天时间的沉淀，我回顾自己的前半生，回溯自己的修行经历，以及所经历的痛苦磨难，幸福升华，灵性奇迹，生命蜕变，我无法否定修行的真实性！我无法否定凡夫身心意识，转为觉知灵性的神奇性！我无法否定释迦牟尼佛，所说“三法印”的正确性！

面对佛法真理智慧的究竟，我无法隐藏心灵深藏的胆怯。

真理，或者自我，你只能选择一个。

要么，你就回去当人类，将这具身体当作你自己，将认知这具身体的心意头脑，当作你“自己”，选择了人体意识，你就是“人类”，人类就意味着痛苦、黑暗、愚昧、折磨、死亡。

没有出路，没有希望，没有幸福，活着唯有恐惧与绝望。

要么，你就决绝地，彻底地，死心塌地地，选择“觉知灵性”，放弃内心对人类“自我”的，最后的感受维护，最后的体验维护，选择“觉知灵性”，就意味着你选择成为“纯净之爱”，选择成为“宽恕温暖”，选择成为“永恒光明”，选择成为“幸福极乐”。

选择一个，你就要放弃另外一个。

黑暗与光明，不可能同时存在。

自我与宽恕，不可能同时存在。

痛苦与幸福，不可能同时存在。

生死与永恒，不可能同时存在。

成为圆满完美的“灵性”，苏醒觉知的完整。

慈悲性，将会透过觉知，圆满地渗透进入这具人类的肉体身心中，慈悲就是智慧，智慧就是生命，生命就是宇宙，宇宙就是时空。

慈悲透过“我”的身心意识，降临在人间之时，就是“我”的累劫生死轮回，过去未来熄灭之时，就是整体三界宇宙体系，被慈悲智慧，净化升华，法界与三界合一，佛界在人间庄严圆满之时。

我选择“灵性觉知”。

我接受，人类自我的死去。

或许，我选择的这一条路，会导致我生命的未来，经受各种各样的磨难与痛苦，没有关系了。

我认了，我，愿，意！

十七、正法眼藏（时间 1:28:58）

【节选自《正法眼藏》2022.6.4】

“圣灵”是永恒，“祂”是无生。

永恒，是我可以“获得”的荣耀。

无生中，却没有“我”的立足之地。

慈悲，究竟是个什么东西，能够让我如此害怕“祂”，如此拒绝“祂”，如此抵制“祂”，甚至于厌恶、恐惧“祂”？

因为慈悲，是“无生”的。
因此存在中，熄灭刹那生灭幻觉。

因为慈悲，是“清净”的。
因此觉知中，消融灵性光明感受。

因为慈悲，是“空性”的。
因此觉性中，不留心识智慧分别。

因为慈悲，是“未曾发生”。
因此法界三界，过去未来熄灭无痕。

因为慈悲，是“不可得，无所得”。
因此诸法生灭，是“毕竟空，究竟空”。

因为慈悲，是“未曾来去，究竟涅槃”。
因此三界人间，烦恼即菩提，生死本涅槃。

因为慈悲，是“无有觉者，亦无所觉”。
因此人身自我，如梦如幻，幻灭无痕。

修来修去，最终的结果，却是“一无所得”。

甚至这个修行的主体心灵，都将融解消亡。
融解消亡到最终，那“不被存在”的，就是如如不动的。
感觉就是一场无始劫来的“大梦初醒”。

梦醒时分，却没有一个觉悟的“我”存在。
原来，生死轮回未曾发生过。
实相中，生灭既灭，寂灭现前，都是“妄语”。
不可说，因“祂”未曾移动。

随着慈悲的推进，“祂”的无限智慧开始清晰呈现。
让我诧异的是，无论修行者学习任何法门的教法，无论是东方智慧，或者西方灵修，“祂”展现出来的，永远是同一尊“觉者”形态。

何为“正”？

心识不落空、有，二“边见”。
心行中道，不执有无，不落“空见”。
犹如调整琴弦，不松不紧，方可弹奏出美妙的声音。
心向内观，中观清净，不落境界，不迷所观。
为“正”。

何为“法”？

法由分别生，亦由分别灭。

破除心识分别的方法、道路、次第、方向，
称为法。

法是“渡河竹筏，指月之手”。

法依烦恼生，烦恼熄灭，诸法如幻。

幻灭觉空，离幻即觉，非幻不动。

法者，方便也。

何为“眼”？

“如来寂灭性，未曾有终始。”

“自性非性，非性性有，循诸性起，无取无证。”

众生身心意识中的“清醒”，源于“心识”中的见精。

“见精”中“见”之清澈，源于觉知中的“灵性”。

“灵性”内的觉知，源于觉性眯眈“倒影”。

无生觉性，源于自性如来，刹那“所觉”。

所觉熄灭，亦无“能觉”。

如如不动，不取于相，究竟圆满，寂静涅槃。
如来清净心，周遍宇宙世界，随顺因缘众生。
清净随烦恼不减，慈悲于解脱不长。
佛性入地狱不损，自性入天堂不增。

随缘性起，随缘不变。
因此，烦恼即菩提，众生界即名佛界。
如是，生死本涅槃，众生心即名佛心。

佛与众生，一心所现。
觉本心者，名诸佛。
迷本心者，为众生。

“应无所住而生其心”，心心清净，念念无挂，是为
“眼”。

何为“藏”？

一心三藏。
所觉，现法界。
觉知，现三界。
心识，现自我。

自我生死轮回中，佛性不生不灭。
三界六道觉知内，佛性不增不减。
觉性清净法界中，佛性无来无去。

因一切分别中，“祂”如如不动。
因刹那生灭中，“祂”未曾发生。

驻于一切，一切中无留驻。
随顺一切，一切中无挂碍。
圆满一切，一切中未发生。

烦恼即菩提，生死本涅槃。
如梦亦如幻，应作如是观。
名“藏”。

十八、选择（时间 1:35:01）

【节选自《选择》2022.6.3】

你选择什么，就会成为什么。
选择宽恕，“慈悲”就会成为你。

选择自我，“生死”就会成为你。