

心即佛

佛即心兮心即佛，心佛从来皆要物。

若知无物又无心，便是真如法身佛。

法身佛，没模样，一颗圆光涵万象。

无体之体即真体，无相之相即实相。

非色非空非不空，不来不向不回向。

无异无同无有无，难舍难取难听望。

内外灵光到处同，一佛国在一沙中。

一粒沙含大千界，一个身心万法同。

知之须会无心诀，不染不滞为净业。

善恶千端无所为，便是南无释迦叶。

这又是西游记几十万字所描述故事的要义、主旨。我对此诗的认识如下。修行人如果立志修佛，要明白心即是佛的要义，但是怎么算是心即是佛呢？

这个心，乃是要从自己的心上去寻求。如何寻求？乃是要向内关注考察自己的每一个路过大脑的想法、静谧的、密切的、细细的感受那些路过自己身体的每一个愉悦的、或者不悦的、痛苦的感受。这种不是外求而是内求的方式，即是破除迷障、通往开悟的必由之路，也就是通往佛的路途。因为是必由之路，所以是要物，是关键。

如果修行人想知道、看到法身佛的真像，那必须他修行到超越五行界、无有世人心、远离三界之上的境界。法身佛，用三界内神人鬼的观念来看，都是没有形状、没

有形体的，他们只能感受到一种明明是圆融有形的、但是又遍布一切境界的光芒。

没有世间人以为的身体，那才是他的真体，没有世间人以为的相貌，那才是他的本相。为什么这话说的跟绕口令一样的？因为到得那个境界，才发现三界内的物质、思想，都是被束缚的物质和思想，三界内的这些东西的构成和形状，就好比是被捆绑着的一样。跟那个境界的物质和形状比起来，三界内的物质和形状简直是简陋而又粗糙，甚至是无法被上界的生灵认为那也是物质，那也是形状。

三界内、人世间跟上界是反的。上面其实并非没有物质、也不是空荡荡一无所有，但是也不是有三界内任何概念的物质。所以这叫非色非空非不空。三个看似矛盾的概

念其实等价的，这会让凡人的思想被逼入死角，可是修行之人，知道圣人说的绝对不是矛盾，这其中必有真意，真意是什么？乃是用三界内的物质概念、矛盾来铺路、要你出离这三界内的概念，往上寻求。

无相之相即实相。怎么说？因为上界广大无边，其一个神灵的相，并不是三界内一个生灵那种只有一个相。说实话，三界内也没有生灵是一个相，只是那层层叠叠的你的相不让你看见而已。但是三界外生灵的相，不但分层，而且可以分体，种种形像千变万化，却都是他一个。所以用语言来说，他也就“无相”，没法用人类语言和概念来表达的相。这即是天上生灵的真相。

不来不向不回向。那种境界中，无法用人世间的远近、前后、来度量其时空。因为他可以同时就存在于很多地

方、乃至是无所不在。不但无所不在，甚至是层层俱在。看着他在你面前，可能你在他之内。这句话，跟前面菩萨说过的一句话含义差不多。菩萨在向玄奘对比介绍大乘佛法时候说，大乘佛法“能作无来无去。”

无异无同无有无，难舍难取难听望。到得此等境界，就不存在差异、相同这样的概念了，也没有了有和无的区别。怎么这么说呢？因为到得此等境界，就是佛的境界，佛的这个境界，他之下一切宇宙、时空、万事万物，无不是佛一念所化。佛要世界出现、要万物更生，他一念起，宇宙成形、万物欣欣向荣；他一念灭，一切归于虚空。他念起念灭之间，不知道有多少亿万亿万的岁月之漫长，对于他所创生的一切来说，就是永恒。这么玄奥的道理，跟人世间的概念完全不一样，就算修行之人感受到了佛的这种能力，他也难于具体知道、也无法具体感受，完全超越了他的一切。

可是修行人哪，你内在的灵光、灵性、你真正的圣地灵山，你真正的你，也可以通过修行达到这一境界，越是往自己的心灵的深处探究，越是能沟通到那广大的境界。为什么？人的身体同时联系着三界，也同时联系着无边的宇宙。

内外灵光到处同，一佛国在一沙中。佛国的广大与细微，都不是人类的时空概念和尺度来衡量的。你说佛如此广大，佛国如此巨大，可是，他却能够容身于一粒细小的沙子中。一粒沙含大千界，一个身心万法同。对于修行人，那灵光虽然无处不在，却可以在自己细微的心念中去探寻，别看心念细微如沙粒，可是其中能寻求到佛国圣地的境界呢。不管是佛派别的八万四千法门，还是道派别的数千法门，乃至恒河沙数的法门，其实都是研究

内心的功夫，都是修心为先，从修心来导致身体也跟着一步一步的扩大的道路。

知之须会无心诀，不染不滞为净业。如果要了解这种道路，走这种修炼路途，那就得分清楚自己哪些是不该有的、应该抛弃去掉的心，哪些是应该坚持保留的道心。用以分辨应该去除哪些心的办法，被称作“无心诀”，慢慢的去，最好越来越少，这时候你竟然惊异的发现，以前认为不错的道心，其中原来也渐渐的看出来有些杂质掺杂在里面的，这就好比剥洋葱一样，每当剥掉一层，发现以前看起来洁白的层面里面也有杂质，或者好比发现洁白的布里面，也有细微的杂质、灰尘。去呀，去呀，最后把这些沾染的、淤滞的东西都去掉了，这时候回过头来，才看到这整个修行的过程，就是一层一层的清理打扫自己新开拓的时空，也就是一层一层的消去自己的罪业的过程。

那每一层次也都是去掉恶的、保留善的，善中再去杂质、再提纯，以达致更纯净的善。走到最后的最后，也忽然发现，剩下来最后的那个自己、那个摩尼珠，其境界却是比下界的善与恶中的善，还要高尚的心怀。不是善不在了，是用人类的这个概念无法描述了的。到得这一步，那就是修到了真正释迦牟尼佛所在的那个佛的境界。善恶干端无所为，便是南无释迦叶。

哎呀,这个诗真的好深奥呀...

(选自《西游记》《西游漫注》)