

中观的基本观点

一、“九乘”佛法的概念

在宁玛巴的论典中，提到了“九乘”佛法；而在一般的佛教经典中，只提到大乘和小乘，我们称其为“二乘”佛法；还有，在一些论典和续部中，会讲到“五乘”佛法等等；当然，还有数不胜数的不同提法。之所以体现出这些“概念”上的差别，是因为众生有千差万别的根机，所以佛转法轮的“深度”也就会不一样。

下面，来简单介绍一下“九乘”的概念。

在“九乘”的概念中，从声闻到大圆满的境界，全部都属于出世间的、修解脱的法，其中不包括“人天乘”。

在《大幻化网》中讲到过“人天乘”。“人天乘”的观点和见解，是指在相信前世今生和因果的基础上，去行善断恶。然后，在来世会以此善根而得到人天的福报受用，即人天果位。故而，人天乘也称为世间乘。接下来，比“人天乘”再高一个档次，就是“出世间”的法。

而在“出世间”的法中，从显宗到密宗，可以分为九乘：

①声闻乘。②缘觉乘。③显宗的菩萨乘。其中声闻乘和缘觉乘属于小乘，唯识和中观以上的法就属于菩萨乘（大乘）。大乘又可以分为显、密二宗，其中密宗又可分为外密及内密。外密包括④事部、⑤行部、⑥瑜伽部三个层次；内密可分为⑦玛哈瑜伽（生起次第为主）、⑧阿努瑜伽（圆满次第为主）、⑨阿底瑜伽（大圆满）三种次第。

从人天乘到密乘，各乘的关系大致如下：

最低的层次是“人天乘”，再往上是“声闻乘”。声闻乘是在人天乘的基础上进一步地“继承”和“发展”。比如，生死轮回和因果的观点，声闻乘和人天乘都承认，但人天乘认为“有我”，声闻乘则推翻了这一观点。声闻和缘觉的见解基本上差不多；唯识在声闻和缘觉的基础上，又是有“继承”，有“扬弃”。比如，声闻乘宣讲的“人无我”，唯识宗也如此承认，但对于声闻乘认为外境“地、水、火、风”四大实有存在的观点，唯识宗则予以了否定。

此外，唯识宗说诸法唯心所造，中观也认为如此。但是，中观不承认“有一个实有的阿赖耶识”。中观的见解高于唯识宗的见解。（此指“四宗派”中的唯识宗，并不是指《楞伽经》等经典中所讲的部分唯识见解。）在龙树菩萨的中观和世亲菩萨、无著菩萨的唯识著作，比如《中论》、《唯识二十颂》、《唯识三十颂》中（这些法本在内地也流通），都很清楚地表明中观的见解的确在唯识之上。密宗的见解又超胜于中观。这样，各乘之间自下往上，层层递进，既有承接又有破立。

当然，只有那些专门研究宗派的人才会如此刨根问底，如果我们想肤浅地了解一下也可以，但这并不是最重要的。对我们而言，当务之急是必须具备学佛人应有的正知正见，即，应该对生死轮回、宇宙、

人生以及世间万事万物有一个正确的认知，至少也应该对事实真相有个了解。因为这是解脱的基础，即使谈不上有所证悟，但了解是必须的。

二、如何抉择无我

首先，我们要扪心自问，每天二十四小时，我们所接触的事物到底是什么？所有的人都有一种与生俱来的观点，它并不依赖于环境或他人的教导，而是和我们的肉体一起诞生的，在佛教中称为“俱生的我执”。所谓“俱生”，即不是受之于父母或老师，而是生来即有；所谓“我执”，即执著于时时刻刻都有一个“我”的存在。我们的生活就是围绕着这个“我”的存在展开的；假如没有这个“我”的存在，那我们现在生活中为了自己的大小事务都可以不做了。

那么，如何去推导这个“我”是不存在的呢？

譬如：我们想了解一辆汽车，从外观而言，就是有四个轮子、一个车架等等。如果想进一步了解这个汽车，就应该打开引擎盖，看看里面的构成。如果再进一步，就可以拆下配件来研究。如此一来，才能谈得上是比较了解这辆汽车。反之，如果仅仅由外表而视之，那就只能建立一个“四轮的交通工具”的概念。

又比如说，有一座房子，仅仅从外观而论，就是一个可以住人的建筑物。而如果想进一步了解的话，我们就还需要知道房子是用什么材料构建的。这就要求我们对建筑材料也作进一步的考察，然后，我们才会知道这座房屋究竟是木房子、石头房子还是钢筋水泥的房子。

可见，要了解某个事物，必须学会由表及里一层层地观察思维的方法。同理，如果我们想去了解自身和外境，那就必须去观察、思维：外面的世界如何构成？人本身的心又是由哪些因素合成的？只有通过

细致的观察，我们才会知道世界是什么样的，作为人的我又是怎样的。

至于观察方法，就如前面所讲的汽车和房子的例子。但要注意一点，我们在了解房子的构成是石头或钢筋水泥的基础上，还应再进一步去观察钢筋水泥又是什么等等。一般的人往往只需知道房子是什么建的就满足了，不会进一步观察和思维。对他们而言，这些问题显得烦琐又毫无意义；但对于我们而言，就必须作进一步的观察和思维。

那么，佛经上是如何教我们思维的呢？我们举个例子来加以明示。假如，我们有一块布，用肉眼观察这就是一块布，可以用来做衣服御寒。但如果我们把这块布拆开来看，就变成了一堆线。当我们面对这一堆线的时候，刚才那块布去哪里了呢？这时，我们就应该思维，刚才我们肉眼看见的是否根本就未曾存在过呢？或者拆之前有布、拆之后布就消失了呢？如果说从未有过布，那么，我们平日里买来做衣服的材料，不是布是什么？如果说拆之前有布、拆之后就没有，那么请问，布去了哪儿？请大家注意，这些问题是需要我们认真思维的，并不是某一个教派的主张或说法，而是关系到一个非常重要的命题。

下面，我们继续一拆到底，来探究一下布的本性到底是什么。

布拆了以后，通过观察，我们得出结论，布是由线组成的；再把其中的一根线拆开，又得出一个结论，线又由更细微的线、丝或羊毛组成。

又请问：这根被拆的线去了哪里？它存在过吗？如果不存在，那拆之前我们看见的是什么？构成布的又是什么？如果拆之前存在，拆之后就消失了吗？消失到哪儿去了呢？……这样先有后无，难道不是像彩虹一般如梦如幻吗？

我们再接下来看拆剩的这一堆羊毛。对于我们的肉眼而言，一根细羊毛已经是观察的极限了，但还可以把这根羊毛切成很多犹如微尘

般大小的段落。这其中的一份，已经不能称之为羊毛了。把微尘般的段落再往下分，直到尽头不能再分（即变成空性）为止，剩下的是什么呢？请注意，最后的结果是最关键的。将这极小的微尘一分再分，可以无边无际地分下去吗？或者分到一定时候，就分不下去了呢？有人说，一直分到最小的微尘就不能再分了；又有人说，可以无边无际地分下去。我们认为此两种观点都是错误的，请问，这个“最小微尘”为什么“不能再分”了呢？

我们知道六方的概念是东、南、西、北、上、下。那么，比发尖还细上千万倍的微尘，有东、南、西、北、上、下吗？答案是肯定的。既然如此，那就表示还存在着更细微的六方，东方的东、南、西、北、上、下，东方的东方也可以有东、南、西、北、上、下……以此类推，六方的状况都一样，都可以分下去，到这个微尘不存在为止。

同样，如果一秒的时间也可以被无穷无际地一分再分，这一秒就会无始无终，永远走不完；那一分钟就更长了，还有小时……对于我们而言，就不会存在白天和夜晚的分别了。对于物质世界的人而言，一秒钟是一个绝对的概念；而在其他时空中就不尽然了。比如说，一毛钱可以分成十分钱，我们从第一分钱开始，用到第十分就完了，这是数得清的。而从时间上来说，一小时由六十分钟组成，一分钟有六十秒，而每一秒中所含括的数字是无法用数量来形容的，它们就像苍穹中的星星，不计其数。如此说来，过了一夜、两夜……百夜、千夜，仍然没走出这一秒。这一秒是用不完的，因为它无始无终、没有穷尽。所以，这一秒钟对于我们而言，是永远的一秒钟。我们此时在这儿相聚，在这一秒钟里；过一会儿，你们到别的地方去了，仍然在一秒钟里，这是肯定的。如果你们离开时，一秒钟就过去了，那还叫什么无穷无际呢？所以，明天仍然是昨天的一秒钟，这样就失去了所有的时

间概念。

这是从时间上来分析的，我们再从物质上来分析。请问：我手里这块手表是由多少个微尘组成的呢？如果说是无限的，那这一栋房子呢？也由无数的微尘组成。同样由无数微尘组成，为什么手表和房子在体积和重量上会呈现出如此大的差别呢？请注意，我们这里说的微尘是一个单位，无论是手表或房子，所提及的微尘都是同一个单位。就好比我们平时用的计量单位“克”，不论东西的体积大小，重量都是用这一个单位来衡量，这样，才能使不同的东西在重量上有一个共同的标准。

同样，无论是房子里的微尘或手表里的微尘，大小也应该是一样的。我们知道十粒大米的体积比五粒大米的体积大，是因为大米的数量不同；那为什么同样含有无数的微尘，房子比手表大那么多呢？不同的大小是从哪儿来的呢？我们吃饭的时候，饭也应该有无数微尘，那么这一碗饭就应该永远也吃不完。有人会说，胃口也是无限的。如果胃口无限的话，我们就会永远也吃不饱，而事实并不是这样的。可见，如果用无边际的微尘来衡量事物的话，一根毫毛和一栋房子一样，都含有无数的微尘。那么，显现中毫毛和房子在体积和重量上的差距就不成立了。

转过头来，我们用有边际的概念来试试。有边际中所指的“边际”在哪儿呢？正如我们前面所述，东里还有东南西北，北里还有东南西北，这样分下去，恐怕不能分的那个边际，只有靠我们的意识人为地加以规定。而事实上，一个物质，由于它的总量是一定的，所以它是越分越小，直至达到微尘这样的极限。而所谓“分不完”的概念，是由于我们人的意识是无限的，只要我们任意识去无休止地思维，就永远可分。但是，手表体积是有限的，它越分越小，直到到达一个不能

再分，再分就消失、失踪的地步。就像佛经上说的：“微尘是没有形状和颜色的，至少无法用我们现在看到的形状和颜色来说明。”现在科学家发现的波粒二相性的“波”，其实也不过是个很粗的概念。我们所谓最小“不可分”的概念，是指如果再分就消失了的状态。

每一粒微尘都会如此消失，消失之后的状况是一片虚空，这叫做单空，是最浅的空性。它们明明是如此的空洞无物，但我们的眼里却确实存在着一切，这叫缘起性空。总之，在一个有限的范围内，物质就会有分尽的时候，不可能永远分不完，只是时间的关系。所谓的分完就是空性。

一般的人，如果你想使用一张桌子，就不要去做什么观察思维，只需使用就行了。如果你要去观察——桌子由木板构成，木板又再往下分，一直分到最后，你就将得不到桌子——桌子被分完了，就像前面的车和房子一样，被我们一分再分，就“失踪了”。

由此理推及世界、宇宙，如果我们想清楚地了解其真相，就用以上的方法去思维，观察到最后，会发现一切都像天空一样，什么都没有。这就是月称菩萨的观点。他曾经说过，如果你要获得事物，便不要去观察它，观察之后，你将一无所得，就会“失望”的。

通过上面的分析，我们应该了达，在每天的二十四小时内，我们生活在自己的意识数据所显示的虚幻世界之中。我们以前认为接触到的那些实有的事物是根本不存在的。再向内观察这个所谓的我——皮肤、肌肉、骨骼、内脏……也是由微尘组成的，这个“我”与外境一样，都不是实有的，都是不存在的。眼识至意识的六识或八识也都是空性。

三、证悟空性是通往解脱的必经之路

作为凡夫，如果想继续拥有桌子，就用不着去观察，只需在轮回和因果的取舍上下工夫就足够了，不用再触及其他。这也是“人天乘”的观点。但如果要进一步修习中观或唯识的见解，仅仅拥有“人天乘”或“声闻乘”的见解和修证就显得过于简单了。

世界就是这样，无论是外境还是内心，只要我們不去观察，它们就会存在；一旦用心去观察，就会一无所获。这是物质世界原本具有的自然规律，是它的本质，不是佛祖冥思苦想杜撰出来让我们去观想的。如果这仅仅是规定，那我们没有任何理由去接受它。如果接受，就是生搬硬套，就是教条。而真理是有根有据、经得起考验、不以人的意志为转移的。

同样，如果你希望有“我”，就切忌去思考关于“是否有‘我’”的问题。因为，如果你去找，就一定得不到“我”。无始以来，在错误观点的指引下，我们以为找到了“我”，从而种下了生死轮回的根。只有空性的观点，即向外不存在一个实有的世界，向内不存在一个实有的“我”，才能真正地帮助我们走向解脱。

于此，我们要奉劝那些希望拥有外境的人，千万不要去观察和思维，就好比，如果你想继续“黄粱美梦”，就不要醒来。一旦你学会观察和思维，就会如同大梦初醒，“失去”梦里的一切！所以，要想圆满世间物质享受的人，就不用去作观察和思维。当然，这样走下去，永远都无法脱离痛苦。

虽然从表面上看，中观或唯识的修行，到最后证悟时，是什么都没得到。其实，我们所要的就是这个“什么也没得到”，这就是证悟空

性。如果在现实生活中，我们丢了一个东西，结果却什么也没找到，就会极其失望。而证悟空性找的就是“什么也没有”。有了这种见解，在修行的过程中，就算没有彻底证悟，至少也能做到对空性有所了解。

四、缘起性空与量子物理

可能有人会自以为是地认为证悟空性的见解和修行是一种教条，是绝对错误的。但是，对于我们前面所讨论的内容，如果是一名公正的学者或科学家，就应该去探究问题的答案。仅仅用宗教或迷信来概括佛教的观点，是欠考虑的。科学家们探索的内涵，具体体现在外在地对物质状态进行研究，比如说，原子、原子核、基本的粒子——电子、中子、质子、光子等。现在他们也想当然地认为分到夸克或亚夸克，就无法再划分了。其实这种结论还是不可靠的。现在，利用先进的粒子加速器，科学家们发现了目前已知的粒子和波。如果以后有了更先进的仪器，他们就会发现新的物质状态。但即使借助于仪器，他们也永远无法证悟心的奥秘。

作为现代人奉其为主臬的科学，的确对人们意识领域或内心世界的奥秘束手无策。从经典力学飞跃发展到今天对量子力学的研究，对于物质存在状况的每一次研究成果所建立的代名词，在佛的经典中虽然有着不同的称呼，却有着极其相近的定义。但是，量子物理总是将目光停留在基本粒子之上。佛教却认为，没有什么可称得上是基本的粒子，所有粒子都可以分尽变空。因此，佛教已经远远超越了量子力学。然而，同样建立在探究物质世界的基础上，释迦佛祖因抉择了“无我”，而将众生引往解脱；令人遗憾的是，科学却选择了制造核武器等等自取灭亡的道路。若深闭固拒、执迷不悟，而不及早翻然醒悟，

必将咎由自取，将发明科学的人类本身引向毁灭。这是佛教与科学的一个很重要的区别。

五、自证空性，自得解脱

知道了空性，仅仅是种下了善根。但证悟空性不是一句空话，一定要身体力行才有用。证悟空性的修行过程，就是削弱我执的过程。习惯成自然，“我执”渐渐地就会越来越少，而“无我”的智慧就会慢慢增长。这就是走向解脱。仅仅烧烧香、磕磕头，就自以为在修解脱道，那是自欺欺人。要想解脱，就应该像人走路一样，眼睛要看路，两条腿要动。光看不动，遥遥无期；没有眼睛，寸步难行。所谓看，就是要建立空性的见解；所谓动，就是要如理如法地修持空性。修行不是平日里闲来无事时翻翻中观的书，了解一下空性的道理，嘴上空谈着“诸法无我”……知道得再多，只是纸上谈兵，不去亲力亲证，就不能解脱。

佛教是讲缘起的。无论是心还是外境都是因缘和合而成的。我们生生世世身陷轮回，也有身陷轮回的因缘。如果不需要因缘，那岂不成了连佛也会流转轮回？可见，无因不果，无缘不生，凡事产生的背后皆有因缘二字。轮回的因缘中以无明和贪著二者为首。无明，不是什么都不懂，如果是这样，那墙和石头也有无明了。无明是指因不懂真理而执著于某些错误的观点——我执。在此基础上，产生对世间的依恋，即贪著。这样一来，因缘皆俱，必定沉溺轮回。

要脱离生死轮回，就必须精通“无我”。这好比有了一双慧眼，可以看清解脱的通衢大道。接下来，就应该迈步前行，也就是修行。其实，修行“无我”并不难，大家只要去做，个个都可以解脱。只可惜，

知道的人多如牛毛，实践的人却少之又少。我们都自以为是，以文明的现代人自居。何为文明？孰重孰轻？根本辨别不清。在短短的一生中，把最重要的东西视若草芥，弃之不顾，抱着最没有价值的东西辗转于生死轮回。这就是无明，就是颠倒。要知道，对于我们凡夫而言，最重要的就是追求解脱。但是，放生或持咒的解脱行却被我们当成了茶余饭后的一种消遣和摆设。有的人在山上修行才几天，因为洗不了澡，就回家了。请问，解脱和洗澡相比，哪个重要？可见，不是什么外在的因素，正是我们自己不让自己解脱！如果只是这样徒托空言，永远也休想解脱。

有的人常常念叨“加持”二字。佛当然是有加持力的，加持也不是没用的。但释迦佛也曾说过：“自己就是自己的怙主！”说这句话的目的，就是为了告诫我们，自己才是自己的救星！

如果我们不自救，指望别人来拯救，是不可能解脱的。有人说，佛很慈悲，他怜悯众生心切，会救我们出离轮回的。这简直是痴心妄想！

《贤愚经》中有这样一个公案：以前，在僧团中有一位负责僧众后勤工作的僧人。一次，一位施主交给他一个珠宝用以供养僧团，他却私自将珠宝占为己有。后来，僧众知道了此事，就规劝他：要么卖了珠宝，给僧团买粮食；要么将珠宝还给僧团。这位僧人仍然坚持己见，不修正自己的行为。如是因必得如是果。这位僧人因此承受了巨大的苦果——他先后长时沉沦于地狱和旁生道。在释迦佛住世时，他转生为一种有四条腿的鱼类，生活在一个池沼里。一天，释迦佛带领弟子们来到池边，将其投生的前因后果一一宣讲，并告诉弟子们：在我之前的三尊佛，也曾带他们的弟子来到池边，讲这条鱼的身世。而且，在我之后的各尊佛，也将带他们的弟子来到这里，给弟子宣讲同样的内容。但是，贤劫千佛都度不了他。这一切，皆因他自己的业力所致。

只有依靠渴求解脱的心和如理如法地修行，才能救护自己，其他的人是爱莫能助的。譬如，表面上好像是阿弥陀佛在度我们，可是，我们自己必须要真正地发心，真正地断恶修善，痛改前非，竭尽全力地观想、念佛——如是努力地真修实干，才是阿弥陀佛能度我们的因。如果我们什么都不做，那么，阿弥陀佛也不可能度我们。并不是佛无慈悲心或他的慈悲心不平等，而是他没有办法，度不到那些心行都与解脱背道而驰的人。佛只能告诉我们修行的方法，做或不做，全在于自己。如果你不做，佛也无能为力。当我们确实觉得学佛好，想发心好好学佛的时候，无始劫以来的习气，又总让我们抓不住重点，老去追求那些没有价值的东西。如果永远这样，何时才有出期呢？

有的人自命不凡地认为：我听过《上师心滴》或者其他大圆满的法，灌了很多顶，见过那么多的活佛，肯定不修行也很快就会成佛吧。然后就开始守株待兔，以为解脱会自己从天而降，这简直是白日做梦！

能得到大圆满法的灌顶和传承，确实非常殊胜，是我们无数劫以来积累了无量福报才能获得的。若不犯密乘戒律，七世之内会得解脱。但是，请冷静地自我观察：听了大圆满的法以后，我们的习气还存在吗？我们的戒律清净吗？内心有变化吗？其实，有没有变化，一眼就看出来了。就从肉眼可及之处而言，原来感兴趣的，听了法以后，仍然趋之若鹜、乐此不疲；原来不想做的，仍然不闻不问、漠然视之。听了大圆满，听了《上师心滴》以后，仍然不想修行。如此再观照一下，用眼睛看不见的内心，可能还是没什么变化吧！

所以，即使遇到了千载难逢的机会，听到了大圆满的法，如果就因此而得意洋洋，停滞不前，不护持清净的密乘戒律，这种人，就是我们在以前的开示中所讲的，从光明走向黑暗的那种人。我们千万不要掉以轻心！

因为我们是凡夫，所以从无始以来，一切所作所为都是颠倒的。平时不知道行善，即使意识到要行善，等落实到行动上时，已如蜻蜓点水一般。或者只是为了获得一些名闻利养而做一些表面的行善，让行善成为世间法、小乘的法。有的人烧香拜佛，求的就是工作一帆风顺，升官发财；孩子考上大学，光宗耀祖。但这些跟解脱没有关系。要想解脱，就千万不要为了这些而费尽心机、绞尽脑汁，浪费大好的暇满人身。

六、空性的具体修法

如果你想成为名副其实的修行人，就应从现在起，每天至少抽出一个小时，为解脱而修习。具体方法如下：身体呈毗卢七法，首先皈依、发心，然后就进行观察。一般人无我的修法不执著于外境。首先观察身体，并像前面所讲的那样将肉体抉择为空性，这种方法比较简单。然后观察心，心也同样可以抉择为一刹那，这是比较简单的说法。按照中观或密宗的说法就是以心看心，一旦心静下来以后，有时就能看到心其实是不存在的，其本体是空性。

不管是以观察的方法，还是以心看心，就是要深深地体会到，内外是不存在的，本性是空性的。犹如做梦一样，凡夫在梦中，会感觉梦境中的一切都是实有，都是存在的，一旦苏醒，才发现一切都是幻觉。现实的内外器情世间也是同样，如果不观察，它们都是千真万确地实有存在的。如果以上述的方法或其他方法加以观察，就会发现自己一直执著的现实世界，原来就像虚幻的梦境、缥缈的彩虹般根本不存在。揭示了世间万事万物的真相，颠扑不破、亘古不变的真理就是这样的。

如此观察并对无我或空性有了深深的体会以后，保持这种状态，专注于这种状态。本来专注的时间越长越好，但在初期，只能从半分钟、一分钟开始，生起杂念后，又从头开始观察。如此不断循环反复，最后回向菩提。这就是比较简单的空性修法。

如果一开始，就自不量力地高谈阔论关于生圆次第等高层的修法，是没有丝毫实际价值的。只有这种修法才是最踏实、最合适的。只要坚持不懈、持之以恒，通过我们的努力，一段时间以后，我执就会逐渐削弱，贪、嗔、痴、慢等烦恼也会烟消云散。只有这样，才能算得上是一名当之无愧的修行人。