佛说稻秆经视频15（下）

开始讲具体的修法，我们之前讲过的身体毗卢七法、排除污气、祈祷佛菩萨，打坐的这些前期部分都是一样，把这些都做好。做好了以后就开始修缘起法。

静下来，静一两分钟，然后开始思考。开始思考的时候，这里有几个方法。

第一个，我们先去数十二缘起，有十二个，第一是什么？第二是什么？第三是什么？第四是什么……比如说无明、行、识、名色等等，这样一个一个地去数。

然后再去思考无明是什么？什么样叫无明？行是什么样子？比如说有善行、罪行、不动行三个，然后这样去思考。无明是什么？行是什么？识是什么？然后名色是什么？这样去思考它的本质、它的本体。

首先要去数，像我们数呼吸一样地去数。第一、第二、第三、第四……十二个，去数。第二是去思考什么是无明？什么是行？什么是识？就这些，这是第二。

第三，就是这些之间的关系。无明跟行有什么关系？行和识有什么关系？识和名色有什么关系？前后的关系前面已经讲得很清楚了，去思考。然后全神贯注地去思考，去数十二缘起，全神贯注、非常专心地去思考无明是什么？识是什么？行是什么？

这样全神贯注地去思考。有些时候也可以不发出声音，但是自己可以说无明、行、识、名色，自己可以念，念的时候，有声音没有声音都可以。然后全神贯注地去数它的数字，然后就是顺序，先是无明，然后是行、识、名色，前后的关系一个一个去思考。

这时候会出现四个阶段，第一个阶段是我们非常专心地去数数字，或者去思考它的顺序，但是很多时候会数错这个数字，没关系的，这个时候要坚持，坚持的话就没问题，有这样一个过程，要努力，这个时候不要放弃。

第二个阶段比前面稍微再好一点，虽然不太注意的时候会数错，但是很专心的时候就不像第一个阶段。专心的时候第一不会数错；第二次第顺序不会错乱。但是不专心的时候还是会数错、顺序颠倒，稍微专心注意就不会数错，比前面有一点进步，这是第二个阶段。

第三个阶段，稍微注意的时候数字不会数错，顺序也不会乱。还有在这个上面，十二缘起当中有一些是物质的东西，比如说我们讲的五蕴里面的色蕴，在色蕴的范围内很多东西是物质。因为物质的东西眼睛可以看得见，比如说衰老、死亡等等，十二缘起当中跟物质有关系的这些，那个时候就记得特别清楚，因为平时都看得见，但是精神方面——平时我们的眼睛看不到，相对比较隐蔽的，记得不是很清楚。

第四个阶段的时候，第一个，不会数错；第二个，顺序不会乱；第三个，不仅仅是物质，跟物质有关的十二缘起法当中的一部分记得非常清楚。跟物质没有关系的，就是精神方面的，比如说名、色里面的名不是狭义的物质，不是外在的物质，是精神方面的，这些也记得特别特别的清楚。

这个时候我们的意识去思考十二缘起其中的某一个缘起法并停留在上面，想停多久就可以停多久。这个时候因为心也相对平静了，打坐的时候，我们平时讲的禅悦——对禅定的喜悦也已经有了。心已经平静，最后可以达到这样的状态。

思考的时候，非常非常专心地思考。思考的过程当中我们需要用一些其他的内容，比如说九住心当中前面的三个，再加上正知和正念这两个。初学者禅定的时候就讲这五个。然后后面还有一个修法，除了数十二个数字，然后去思考它们的本体，思考它们前后的关系，除了这三个以外，第四个就去思考前世、现世、来世三个方面。无明和行是前世；中间的八个都是现世；生和老死这两个是来世。从三世的角度深入地去思考。

这个思考让我们了解一个人的过去、现在和未来，这样以后，这个思考让我们坚定不移地相信人的前世是怎么来的，也就是说前世存在。然后就是来世的存在，这些从过去、现在、未来的角度去思考，这样以后就非常清楚了。人的前世是什么样的情况，来世又是什么样的情况，这个从世俗的角度讲也很清楚了。反复地去思考。

因为人有前世，有无明，有了无明以后就开始对外面的东西产生欲望，有了这个欲望就会开始造业，有了造业就会有后面的这一切，

这个思考有一个作用，让我们的心平静下来，没有更多的杂念。第二个，让我们相信人的前世后世，把十二缘起分布于过去、未来、现在这样去思考的时候，这个当中我们就得到一个对未来和过去坚定不移的信心。

另外一个，前面我们讲没有把十二缘起分布于三世，只是去思考它们前后的因果。这样以后，我们就知道万事万物都有因和缘，因为都有它自己的因和缘诞生。相信一切都是有因有缘，都是因果循环，没有造物主，这是一个结论，一个结果。从世俗谛的角度讲是这样。

第二个修法是从胜义谛的角度讲，缘起和性空，缘起的思维方法就是刚才讲的这样。第二就是性空。空性，本质是空性。因和缘表面上看起来产生了这个果，但是这个果它不是自作，不是他作，不是自他作。

如果不是自生、不是他生的话，确实没有第三第四生，那对无生、不生不灭又获得信心，深深地体会到这样观察的时候没办法诞生，因和缘永远都没有办法让它们的果诞生。

根本就不存在因果的关系，我们所谓的这个因果，我们感官看到的，是因为这样的东西在世俗的层面讲，具备了这些条件的时候，然后另外一个物质就诞生了，这个中间没有任何的关联。但是因为具备了这些条件的时候，具备了所谓的因和缘的条件的时候，然后就有一个叫果的东西出现了。除了这个以外，这两个中间的因果关系是不存在的。这样的话，这个就叫作如幻如梦。

实际上万事万物都是，再稍微深一点去观察的时候都是这样，我们看到的这个所谓的因和缘，其实没有办法给它起到作用。但是因为有了这些东西的时候，另外一个所谓的果就产生了，这个中间没有什么，所以完全可以断定这也是虚拟的。所以实际上非常深层次的层面去讲的话是不生不灭。

微观世界、超微观世界当中，根本没办法建立因果的关系，再深入的话，连因和果它自己都不成立。所以不是自作又不是他作，自作、他作都不是的话，那更不可能是自他同时作，更不可能除了自他以外的东西作的。

我们进入微观世界的时候，所有的这些因果都不存在，从微观世界当中出来回到宏观世界的时候，一切立即就恢复了，所有都恢复了，有因有果，怎么样界定什么以上是微观世界？什么以下是宏观世界？这个比较简单，我们眼睛看到的叫宏观世界；眼睛看不到的，像原子之类叫作微观世界。还有更微观的世界叫作超微观世界。

刚才我们讲了两个修法，两个修法的最终结论是什么呢？就是四个字：缘起性空。缘起就是性空；性空不是一无所有，是缘起。缘起不是像我们看到的这样真实不虚，实际上空性是我们看到的这个，我们看到的就是空性，最后就得到这个，这叫作现空无别、现空双运、胜义和世俗二谛无别。

通过这两个修法，我们得到的结论是：这两个不矛盾——有生和无生不矛盾，有灭和无灭也不矛盾，存在和不存在也不矛盾。最后我们就是一个大融合、大包容，是一个超大的包容。所有这些矛盾的东西最后都不矛盾了。

最后我们真实地找到了这四个字，我们平时经常听到“缘起性空”，最后我们就明白了、精通了、体会到了，这叫作证悟空性。

缘起性空修行的方法，简单地说就这样。现在我们很多人也在修加行，也不一定有太多的时间去修这个，但是没关系，我们修行可以一步一步来，先把加行修好，然后再去修。我们修四加行五加行的同时，修缘起性空也不矛盾，只要自己有时间，这个不矛盾。

《佛说稻秆经》的理论还有它的修法到此就讲完了。希望大家再一次地去复习、学习，然后修行。闻思修后面我们再加一个字，就是“行”，行动，要落实。闻思修，修了以后，然后我们把所修到的、所学到的要落实到生活当中、工作当中，这个是更加的重要。“闻思修行”四个字非常重要，希望大家根据自己的时间，根据自己的能力，尽量地去做。