

501 问：@无名先生 师兄你说人的一生是由无数个一秒组成，每个一秒钟念头都不一样，心如果在焉，食而也知其味，是不是把握住多少秒，心在状态则状态常在，即有多少妙的快乐，师兄说的法喜，是不是像孔子所说七十从心所欲而不逾矩，即对人对事对社会不触碰他们法律与底线，剩下就都是和谐的也是能做的。社会和人都有他们自身设定规矩规律，性道体本身是有固定寿命，耗尽就没了，天地看我们就像人看蚂蚁，无足轻重，所以适应环境人事物就能活。请师兄指导开示

答：“法喜”也好，“自在”也好，是破了“时间”相后 心本来的样子。非“把握”了多少时间。“时间”是生灭相，是念起念落的表法，“念起处”（即心）没有时间概念，这个明心之后自知。“万事万物”本是相，“万事万物”的变化规律，实则是“念起念落”造业感召的“果相”随缘聚聚散散的状态。不住相的随缘起了个名字叫规律叫合于道，着相时起了个名叫入轮回

问：@无名先生 师兄说的是四维思想无时间性限制吗，师兄像我这样的是有悟还是没悟，你说开水要到 99 度，而我这个层面师兄能算几度。我总是在忿思难，疑思或之间，感觉自己不先执着进去，很难出执着。

答：出执着即出轮回，当一心想如何“出”时，即陷入越缚越紧的轮回。“出”只在一念之间，即：无需“出”。（琢磨琢磨吧，不可言表）

问：@无名先生 无名先生说出轮回就在一念之间。这句话我尝试一解，这一念是心的显化，是自然的生发，非思非想所得，似一见衷情，仅一眼既生出莫名的喜欢，这喜欢非思非想，就是自然生发的念，而从喜欢到不喜欢也是转念之间，喜欢却找不到理由，正如道不可说这个念起处即心，证到此心，既出轮回，这样解不知是不是能摸到先生的几分真意？

答：[合十]

502 问：@无名先生 老师，觉知处是不是心的作用？

答：“觉知”即是心。如同浪花即是水。

503 问：老师，我接触佛法快一年啦，刚开始几个月心里满满的爱，快乐，后面这几个月，道理都懂了，因为我看体佛老师视频两个月了，就是心里爱不起来，没爱，没恨，特别渴望和小孩在一起，知道着相，但是就有这种心里，做不到无我，请老师开示一下，谢谢

答：反观一下，是否被学来的“道理”障住了“自在”，一切“道理”即一切“法”，一切法皆是助缘，若得自在，法尚应舍。

504 问：师兄刚才看楞严经观测到事物不能自己产生接触的感觉。心与性产生知觉，舌与味产生味觉，万事万物皆是姻缘和合产生，也就是因果结合，也就是道和，师兄分析一下

答：师兄真相你“研究”不明白的，因为住在了“我相”上去研究万物，无有是处。颠倒一下，“研究者”本身即是真相。

505 问：@无名先生 无名师兄，怎么理解人的潜意识，请师兄开示

答：“潜意识”是现代词汇的表法，我接触不多，应该类似佛家讲的习气(即众生)但又包含了心的本知本觉(即良知)，在日常生活中像潜伏起来的一只手，不自觉的就左右了你的行为。 总之，不论如何不离因果，在邪恶的力量也抵不过一念的慈悲，在疯狂的攻击也抵不过当即放下。

506 问：老师，请教个问题。很清楚自己在做什么的这个清楚是否是个迷妄呢？如果这个亦也是迷妄，貌似修行根本无从下手啊。请老师开示一下。

答：你“很清楚”你在做坏事，这个清楚即是良知。再恶的人都“知道”他在作恶。知善知恶是心本有的良知。而“作恶”的真相不过是“住相”的表法，破相之后方知无有善恶。

问：知善知恶是良知心之本有，这我理上明白，但这破相之路，如何下脚？观“清楚”吗？那所谓之“观”，不也是迷吗？

当你在“找”破相之路时，这个找即是贪即是住相（住了修行的相），则“找”的力量又把你拉入了轮回中。清楚本清楚，观不观亦清楚。真正的观，观的是习气，吹散的是乌云，而太阳（心）始终如如不动。

那既是迷之一“觉”，为之“修”，一路往前，随走便是，这样说可否

答：如是吧，修行之方便法归根俩字：随缘

507 问：相由心生，念头又是心念。那么相和念是什么关系呢？，二者一样吗？或者有什么不一样。我对这两个字不明白，请先生指点一下

答：念是相的发端，相是念的呈现。念与相本是一，表法不同。

508 问：老子讲道为什么是讲给懂的人？姜太公为什么直钩钓鱼？为什么告诉人清静？（这些问题似乎都不是问题，但似乎又蕴含着问题。猪比狗没有分别心，狗比人欲望少。这分别和欲望多的显然更智慧啊！为什么讲清心寡欲呢？

欢迎众师兄一针见血

答：你能吃猪，不见得猪笨，蛆比猪低级照样吃你，世间无一物多余，只要“存在的”，智慧即不逊于你的。

人类啊，扔掉所谓的自作聪明吧，不然你纠结的样子，猪狗都要嘲笑你了。

509 问：无名先生 师兄今天老板发福利。螃蟹。样我蒸一下看好不好。蒸第一回时是 4 个螃蟹。我观察我得（念）没有波动。因为我知道是心里的相而已。真正的螃蟹没有死。这个因果以后我一定承担了。心平静了。可是第二次蒸 10 个螃蟹的时候。久久不能平静。现在 10 分钟过去了。还没有平静。我是不是换个工作呀。可是换个工作心里还是不静。到底问题出在哪了呢？

答：师兄，老板让你蒸一下看看好不好时，你对老板“诚其意”了吗？

问：第一回时蒸的时候。在想样我蒸就蒸呗。一切随缘。

第二回蒸的时候想这些螃蟹很可怜。没想过老板。@无名先生

答：那就把“诚其意”挪到第二次呗。

510 问：請教先生，我這兩天內心出了點問題，是這樣的。之前聽您講過，外在的一切都是心的映射，不沾染。可是腦子裡突然跳出來這樣的想法，時常生活中，我看到的，聽到的，觸摸到的都是真實存在的，包括疼痛，我被釘子扎到，疼痛實實在在會感受到的，摸到的物體也是客觀存在的。

請教先生，我去看您的哪個視頻，有點迷惑了@无名先生

答：小和尚若说一切皆是虚妄，老和尚当头一棒，问疼否？

小和尚若说一切真实，老和尚又问小和尚：刚才的疼找来我看看。

言语道断啊，非虚妄非真实，非相非非相，若说虚妄即住空相，不得见性啊。

511 问：因为姐姐突然查出重病，所以最近一直难以接受，各种情绪波动，心情一直无法平静，难过悲伤，失眠。感觉在疾病面前显得无能为力，也试着去接受这个事情，接纳以后才有力量拿出最好的办法去帮助姐姐，但是情绪还是不稳定，心里隐隐作疼，无法释怀。请教无名老师如何面对亲人突然查出重大疾病？感恩[合十]@无名先生

答：悲伤了就让它悲伤吧，若对治悲伤又增加了一个悲伤。

亲人重病了，悲伤并不是着相，而是“发而皆中”的和，是“诚其意”的显化表现，是“良知”的闪现，所以正常的让悲伤发散出来就是爱，压制悲伤反成了痛苦（压念即杀生）。

512 问：感觉人际交往中离不开酒，不喝的时候还有个人样，一喝就没刹车，喝醉就毁所有。是认知不够改是心力不够强大？老师可有妙招？

答：若是“为了”应酬而喝酒，这个“有为”即是贪了，会损你的福德，恰走向了“应酬”的反面。靠“关系”维系的生意早晚崩塌，君子之交淡如水，生意之本在于诚信，换位思考一下，你是老板，你喜欢和什么经销商合作？若有“酒瘾”，那和烟瘾毒瘾淫欲无差别，皆是着相太深，贪欲太重，不得已而依托“酒”“烟”“色”为欲的出口作为宣泄了。此时，“持戒”就很有必要了。

513 问：无名先生 先生如何看待 918，南京浩劫，民族仇恨？

答：敏感话题，不看待了吧，一家仁一国兴仁，做好自己，诚意正心即可宜其家人，国运才会好[爱心]

514 问：@无名先生 我个人认为，先生可先录一个系统的课件，比如《心经》之类的。分三至五个小视频。

答：师兄，解经，古往今来无数的法师做了无数遍了，都大差不差，就没在弄

515 问：今日小观发现我在孩子背书这件事上执着的很深，一陪他背书，我就不由自主的想推着他走，念头一起，就会烦躁。所以这几天一直在克己。 观到我自己比较好学，就想孩子一样好学，“我”执的严重。有为的克己不是办法，念头转不过来，麻烦先生开示一下@无名先生

答：你都知道问题所在了，我再回复也是这个意思，能不能改变，还得看自己啊。

516 问：老师心念如星雨一般，就像电视机上的雪花一般密集。我感觉到无法呼吸。

答：把心放到“我身上”则念头纷飞，把心放到“缘身上”则“我相”消失，心亦是平静的。

问：@无名先生 把心放在缘身上怎么理解

答：即心目中有“他人”

517 问：“你就是我，我就是你”这句话，在相的世界去理解是不通的；从法界去理解是可以的。因为宇宙中一切众生，皆有共同一法身，自性，佛性，真心。请问一下无名师父，我这样理解是否正确。请师父开示

答：“一切”非理解而通，一切皆因“理解”而存在。

不是你理解了什么，而是一切源于你的“理解”。

518 问：今日小观

我感冒了在家休息，儿子打电话让我下午过去带孙子，他要去加班，我本来可以坚持一下去的，但我说有点严重怕给孩子传染了，最后他说带着孩子去加一会！我的本意是让他知道我带孩子的辛苦！

内观

做事有贪心，想要孩子们感谢我，如果没有我就会难过，最近老是为这种事困惑，和孩子生了几次气，他觉得我带孩子有些方法不对，我觉得他带的不对！互相内耗！请@无名先生 师父给予指点

答：师兄，坦诚即是对，率性即是对，随缘即是对，无所执的面对万事万物即是对。这个“对”来自心本有的“良知”，良知在圣不增在凡不减，只有没有“私欲”蒙蔽，则良知时时闪现。

师兄，你已经写出了自己的“执”在哪里了，去掉它时，则时时致良知，时时都“对”。自然也就没有了内耗、困惑、烦恼了。

问：师兄，我的执就是想让他们知道我带孩子不容易吗？
我以后只是好好带，不考虑他们知道不知道对吗

答：也把“以后好好带”的执也放下。

519 问：今日小观现在想起从小到大我身上还有一个人
替我说话说出的话都不是我本意当时是无意识的感觉是在
害我我身上有魔在吗如何去除改正请师兄赐教阿弥陀佛

答：师兄，互动的时候可以@对方，容易看到。

你说的“本意”即心本有的良知，是心本来的样子。

你说的“身上还有一个人或叫魔”即自己的习气，习气即是
执着的化身，也叫业力，当被习气牵引时，良知即被覆盖
而不能自己，修行即是修习气，习气需要事上磨，无分别
心的面对一切“遇见”即是磨习气。

问：@无名先生 老师我都从小磨到大了还是这样啊好吧我
慢慢自观吧谢谢您的解答提示这个群真好

答：边磨边执着，啥时候磨不完

520 问：无明老师好！各位老师好！我诚信诚意的想学习佛法！消业离苦！上个月我的 20 岁的小女儿离开了让我痛不欲生！我想重生！

我很多年以来也是崇尚佛教！谨小慎微！怕造业！平时做事也是一心向善

我是真心学习的学生！

答：一切“学习”只为找到真正的“自己”，书也好，视频也罢，里面没有你要的答案，勿求。

521 问：今日小观：早上撑不住又睡了个回笼觉，做了一个梦，梦到我又在线下买课程，快到签名付费的时候突然有个声音说，你不是进了无名老师的学习群了吗？还要继续到处去学吗？不知道这个梦有什么意义，但反观自己这些年来因为有债，为了求财各种学，各种持，诵，放，善行，最近有点悟到自己所做的一切都有交易的心，希望通过做些什么事来得到我想要的东西，每天早上睁开眼就是焦虑，这样一路走来好辛苦，请教老师@无名先生 未来我该怎么做好，望老师能给予我指点，感恩，感谢

答：未来的路，业力已经帮你铺好了，天衣无缝。业力感召的果即是见性之路的脚印，无分别心的面对这个果（一切遇见）即是走在见性的路上了。

522 问：今日小观：最近工作太忙 天天公益加班 本人工作修车 来这里干 还要洗车 洗车不说 干活老板还不信任自己半年的时间了 还是不信任自己 加上最近忙 导致自己不想干了就心生这些念头 可能是自己的抱怨心 嗔恨心 贪心在作祟 也有可能是自己在这里干对未来看不到希望的原因本来想换地方 想到自己的性情不稳重 就没换 就想让自己稳重起来 就念圣号对持这些念头 很痛苦 希望这些负能量能早日下去

答：信不足焉，有不信焉。

他不信你，前提是你失信了。

何为信？人言为信，即心底的声音，即良知。当你 100%诚其意时，即是良知闪现时，即是信了。

问：当时生出的嗔恨心 现在回过神来 要忏悔吗师兄

答：“知道”嗔恨时，即是忏悔了，无需在为。

523 问：@无名先生 老师，我觉察到内心还是希望您能给我指点指点做些什么才能来改变这个果

老师，是的，有的时候我也会很感激因为负债而走入成长见性之路，因为这是无形的巨大的财富，但很多时候常常会被相带走

老师您说的未来的路业力已经帮我铺好了，这句话我能理解是当下心即是未来果，未来的果是由我当下心的心所创造的吗？

答：改变“果”即是执着，随缘即是改变果。

524 问：今日小观

反复听了几遍先生的直播回放。

一直以来，我对于自己学习这件事内心有羞耻之心，因为觉得自己哪儿都不完美，而学习是一个万能的解药，什么不好学什么。

然而并没有因为学到了什么而光明坦荡，只是不敢与人提及，好像一个病人吃药，羞于与他人说我有病我天天吃药一样。

我所谓的好学就是我的药，贪着学习这个工具的好处，一是谁都不会说爱学习的人会有什么不好，贪着他人的认同。二是确实能学到东西，丰富自己，同时可以展示自己，找存在感。

越贪学习，心越蒙蔽，本自光明的心展现不出来。

其实不用做什么就存在，不用去找认同，万事万物有认同就有不认同。

追的存在，认同，仅仅是个名词而已。

出现于身边的缘都是匹配自己出现的果，自食其果即可。

排斥果（有病不正常的自己）所以找了个名为学习的工具来补救果，反而多余。

其实什么都不缺，一切皆是匹配，匹配的当下即是完美。

随缘纳果了业，才能心安。忽略着当下的缘，不去随，只是埋头学习，那学习当幌子，心不安，蒙蔽越多。

关注当下的缘，把身边的人放到心里来，随缘了业，则心安。

用学习的东西利益他人才是真的好学。

所以对于孩子，我不在求他一定要好学去获得什么成绩，达到什么目标。

关注孩子当下需要什么提供力所能及的帮助就好了。引导孩子行不言之教即可。

请先生看看我的文字描述，给些指点，感谢[合十]@无名先生

答：写得好，很好的一面镜子，不自观自渡就可惜了。

525 问：今日小观

我儿子今年十一岁，总是不想上学去，平时考试也在前几名，就是老请假

请无名师兄指正

答：看来家里面比学校舒坦呢，是不是在家吃喝玩乐他是老大啊？若是，那就搞反了。家里面长辈是老大，次着父母，最后孩子。你是怎么安排的师兄？

526 问：@无名先生 老师，我时常观察到世界在我里面。有时候我会吓一跳。请问，这是如实的吗

答：在走走看，心明心自知

527 问：今日小观

别人承诺的事一直拖着不办，犹犹豫豫。他之前对我说了些谎话欺瞒我！我很生气，他怎么是这样的人！

内观

都说外在遇到的一切人事物都是内在的投射，我在反思我为什么遇到这样的人，是因为我内在有贪，嗔，疑！我应该好好清理我的五毒，不动邪思妄念！请@无明先生指正

答：挺好的啊

问：@无名先生 师兄，我是需要全然的接纳这个人还是隔绝，我因为这些事常常痛苦，自己的心一下转不过来，又不知道怎么办！

答：把痛苦背后的执着去除，让心恢复本知本觉的光明状态，自然知道该怎么应对这个“世界”

问：@无名先生 老师，我是不是可以想成随缘了旧业！随他去吧，怎么样都行！

答：把“随他去吧”说给自己的“执念”，而不是说给自己的“缘”。
随缘非不作为，随缘是做到“最合适”的为，儒家称为：致中和。只有“心”不被喜怒忧思悲恐惊“霸占”时，自然恢复了“致中和”的能力。

528 问：@无名先生 老师人怎么会不执着呢？我又不是木头人，看见美好的东西自然就想会喜欢，不好的东西就很讨厌

答：“喜欢花”是良知，因喜欢而“掐花”是执着。

掐花看似拥有了它，实则花谢了，悲伤也来了。

扔掉掐花的执着，则花无处不在，处处皆为你开。

529 问：无名老师，我前几天在路上遇到两件事，让我内心很矛盾，请老师指点迷津。

第一：在路上遇到一辆车载着一头羊，那羊双目与我对视，发出哀鸣的声音，我看到了众生的疾苦，我知道它将被宰杀，我有能力去解救它，但是我又纠结我花非常大的代价解救它一时，在这繁华的城市里它的宿命还是被宰杀。所以我没有救它，我视而不见。

第二：我骑电动车在一个大马路的十字路口，远远看到一只小动物被碾压的奄奄一息，十字路口车水马龙，我心里很想去救它，但是担心车子太多，怕出事故，我又一次选择了漠视。

这两件事在我心中一直不安，这种情况，我到底是救，还是不救？不救枉为修行人，救了可能伤害到自己。

答：师兄，慈悲，在心。

若有“不安”即有“贪求”了，救与不救，当时的“心”已经有答案了，如同有人落水，会游泳且条件充足，救是慈悲，条件不充足，没救成，亦是慈悲。

因没救成而“不安”即是后悔了，后悔即是执着。

530 问：@无名先生 老师，我吃东西，感觉自己已经吃饱了。但是还特别想继续吃。如何克服这种饮食贪欲

答：只需要认认真真的吃饭，尊重每一口的粮食，吃饭时不玩手机不看电视，制心一处品尝饭菜的味道，当“心”在吃饭上时，自然有个“知足”让你不在吃了。

531 问：@无名先生 狗丢了的心情还是缓不过来，邻居看到偷狗后的残留迷药却还能开心的拍了下来给我看，怎样应对这些人的冷血

答：斗牛场的牛怎么看待看热闹的观众呢？

屠宰场的猪怎么看待吃红烧肉的你呢？

“老天爷”怎么看待生生灭灭的万物呢？

532 问：@无名先生 怎样看待婚姻呢？

答：“婚姻”是你病了之后，业力送你的一副药，很对症，“吃了”就好。

问：@无名先生 我怎么感觉婚姻是一场病，消耗你，挑战你

答：你恢复单身了，又会如何呢？

533 问：@无名先生 请问老师，做些什么能缓解内心的焦虑担忧。

答：此刻给群里的众师兄做一个分享吧，分享什么都行：你的照片，你拍的照片，你的感悟，你的优点，你的成就……

问：@无名先生 老师，您的意思是，去做点什么事，去分享，去给予，就跳出了焦虑担忧这个圈了是这意思吗？

答：试试看吧。

问：@无名先生 老师，我每天都在批判自己，批判到不行

答：那就多批判自己的“烦恼”，批判烦恼背后的“执着”吧。

534 问：小观：以前喜欢聚会，一段时间不聚心里不踏实。

现在喜欢独处，好多烦恼，皆因不同频的人多聚众引起。

独处，没有孤独感，内心丰盈，法喜

爱人不理解，试图相互改变，却图生烦恼。

她自己身体还经常不舒服，不是这里痛就是哪里痛。

告诉她需要修心！

她反而认为我魔怔了

认为挣钱才是正道！

请问，@无名先生 您怎么协调家庭关系的？

答：让她做她，让自己做自己，各自欢喜。

535 问：@无名先生 您好我生病 5 年了，病的名字叫安卡相关性血管炎，大夫说有好多查出来半年就没了，我也时常会恐惧，俩孩子一个 16，一个 13，怕要是我走了他们没有妈妈了。我知到恐惧是对未来的担忧，就是没活在当下！可有时控制不住，会在没人时偷偷哭，这个怎么解？

答：师兄你没病，当下的“你”是 100%正常的你，是 100%与当下心天衣无缝的匹配。

如果你的心如荒漠，那身体就要配合荒漠，而从枝繁叶茂土松根浅变为少叶少枝土硬根深。

如果你的心如肥沃土地，则身体自然活力四射的配合心。
慈悲如水，滋养万物同时滋养自己。

536 问：无名先生[合十] 早！我眼里的别人是我的投影，有的别人出来我自己都不能接受，那是证明我的内心深处有吗，怎么修才能让其变化呢？

答：排斥什么恰恰被什么黏着，你讨厌噪音则噪音一直霸占着你的心，当停止排斥的那一刻，无数的美好出现了

537 问：今日小观

现在信息量太大了，有时候觉得这个人说的有道理，非常认可，可过后又看到另外的说法，完全是颠倒的，又觉得说的有道理，搞的我很迷茫，纠结，我怎么是这种状态，请@无名先生 老师指教

答：不住“相”，这个“相”包含无数的“知识”。知识是万事万物变化的规律用文字表达出来而叫知识，万物是无常的，所以知识是无常，执着一个“对”，即法执了。

538 问：@无名先生 老师，曾经迷恋的事情，现在看到感觉厌恶。这是否是掉入了另一个极端？

答：师兄，过往的种种先放放，看看当下，是否有“迷恋”的东西呢？

539 问：@无名先生 老师早上好，每当我忆起这个世界是我自己造作的世界，而且这个世界从我里面而来。有时候会很畏惧，这几天我都会痛哭流涕，没有任何原因的流泪。

答：师兄，语音回复两句啊，师兄，看你的描述呢，明显住在了我相上了。

佛经上说啊，万事万物为心所现，这个世界不离这个心，很多师兄呢，容易误解。怎么误解呢？就是他看到的，听到的万事万物皆是来源于他的觉知，那这个理解的话，本身他是住在了我相上，才有了这个觉知，他这样，他这样理解。那就着了我相了，当他着了我相的时候呢，嗯，他会住在空相上。

就是他不知不觉就会理解这个万事万物是不是空的啊，皆不离我心，当他住了空相的时候，他就感觉这个没有意义了。那个没有意义了，失去了欢喜心，失去了发喜心，真相非理解所知，因为这个理解本身就是真相。你理解不了这个理解，因为心本知本觉，它本自光明，只是上面呢，被浮沉所覆盖了。那个浮沉呢，就是我们的执着，我们的挂碍。当你真正把这个挂碍磨掉的时候呢，那个心真正浮现出来的时候呢？

那个真相就是真相不可言表，不是当下住在我相上的这个理解的真相。因为言语道断嘛，这个真的不可言表，所以修行呢，修的就是我们的习气，我们的执着，我们的挂碍，就看你现在还有没有烦恼，那烦恼的背后肯定有住作。你感觉这现在活着没意思，就感觉是世界哈唯心所现，好像假的一样，没有意义了，那就住在了空相上了啊，有住作就有烦恼。

怎么办呢？脱离我相的唯一办法就是颠倒一下你的发心，
当你的发心呢？是慈悲为怀的，是无所求的，给予众生的。
是让众生真正的进入到你的心目中，因为那个众生啊，非
众生，世界非世界，那个只是你曾经起的各种妄念感召的
果而已。你只需要拥抱他回家就是了业的时候就是出习气
的时候，这个就是出挂碍的时候。

当发心，调整过来了。那个我相立马它就消除了，就那么
简单，就是颠倒一下而已。

540 问：@无名先生 老师您好

我一直有一事不明白

不是说修行人要放下看得开看淡一切不执着吗？

请问，比如某个家庭里他的孩子不上进也不努力工作（甚至选择躺平了）这种情况，父母如果还只顾自己修行，不闻不问，看淡一切，无欲无求，不管孩子怎样，只要饿不死就行，还自顾自的开心快乐的修行，那不是违背了自然发展规律吗（社会也就不发展了呀）

你说，孩子都哪样了，他还能当没那回事样开心得起来吗

答：凡是把修行修躺平的皆是着了空相了，真正的修行是除习气，是磨掉附着在光明圆明体上的浮尘，让心恢复本知本觉的灵动活泼，时时无住又时时法喜。

541 问：@无名先生 先生，怎么确认自己热爱的事业是什么

答：你热爱的是自己的欲望吧

问：先生，我热爱的确实是自己的欲望，能觉到。现在合一的时候做任何事都很踏实。还是想找到专属

答：有“找”即是还在为“我相”打工呢

问：@无名先生 老师，我现在也是卡在工作上，一直想找一份自己喜欢的事做，这也是在为我“相打工吗？”

答：师兄，如意的工作不是“找”出来的，而是慈悲心升起的那一刻，事事都是好工作。如奔着“找”去了，天天让你旅游喝茶听音乐，你也会陷入无趣的烦恼中。

542 问：@无名先生老师

不是说要看的开放得下吗

那遇到这种情况又怎么看得开放得下，怎么静下心来修行呢

习气可以除（这个能做到）

答：除了习气，心正意诚了即是答案

543 问：@无名先生 老师，念头和直觉怎么分辨

答：去分辨即是执念，随缘而无住着时即是直觉，直觉是心本有的知

544 问：先生，我带着小朋友读书，家长说我付出，而我不觉得，反而觉得惭愧，惭愧是因为我并没有觉得自己把小朋友放心里，而是自己在做一件自己热爱的事情。是不是缺少慈悲之心？您说把众生放心里，我会觉得好累。而觉得自己做的更好，提升自己反而轻松。请先生开示一下，何为慈悲之心呢？@无名先生 两个问题

答：当住在我相上时，方有了个方便法即：让众生入你的心则离我相。当不住相时，即无我相亦无众生相，自然而然，此时即无慈悲相亦在慈悲中了。

问：@无名先生 先生，一直不明白“我相”，是不是“我”想成为一个什么样的“我”？实则没有一个“我”想，也没有那个想要成为的我，随缘就可以。

答：一切着相即是我相，因为我相所以有了人众生寿者。

545 问：@无名先生 无我相无人相无寿者相，是不是就是无我无常？但是我却不这么认为，所以要观肉体不是我，呼吸心跳不能做主，思维不是我也不能控制，五蕴不是我都是因缘聚合，好像这个觉知也是无常，来了又去，有个看不见摸不着的体验者是个啥？是本我？不是说无我吗？
感恩老师[合十][玫瑰]

答：无我有我皆是我，无常恒常皆是常。

546 问：@无名先生 晚上好！ 我对这一句话，理解的不深，请您指点：别人眼中的你，不是你，你眼中的别人才是你

答：没有别人，只有你。

547 问：@无名先生 老师好、最近我一人独守道场，看到了其他众生，时候生起恐怖心，心里明白这是因缘也是必须的考验，倒是夜晚还是有点害怕，希望老师能开始破除我的恐怖心

答：师兄，若突然把我置身一个黑乎乎的山旮旯里，我也害怕，我会试着离开。所以这个害怕不是坏事，也无需驱赶，“害怕”如同“痛感”一样，是一种自我保护的提醒，如同知香吃知臭不吃的“知”，是妙用。

548 问：@无名先生 为什么有些话听完知道了，感觉说的很对，但自己却在生活中无法运用呢！

答：犹如暴饮暴食的你知道了这么干会导致脾胃虚弱，于是恢复了细嚼慢咽，但曾经已经受损的脾胃不能立马恢复一样。道理明白但做不到的原因是曾经造的业牵引着你而不自知。

549 问：@无名先生 谢谢老师，在我接触这些儒释道之后，我发现跟身边人说出我的一些困惑或者问题的时候（属于精神世界的问题），他们没有办法理解我所说的。能沟通的人越来越少，这是正常的吗

答：正常，走一走你会发现，你慢慢不需要别人理解了。

550 问：杀手机器人，人工智能，这个世界有点恐怖@无名先生，请问老师，我们该怎么看待这个问题[合十][合十][合十]

答：战争换了换花样而已，本质还是在“争”，如同你的烦恼也只是换了换花样，本质还是在“执”。以往逐物，此刻逐生死。

问：嗯嗯，我知道这是老天的事，烦恼也是多余，对吗老师@无名先生

答：本没有事，一着相就有了事。

551 问：@无名先生 师兄，每个众生回家的路不一样，如何清晰的知道自己回家的路呢？[合十]

答：师兄，你能知道明天会清晰的发生什么吗？

问：不知

答：那就扔掉那个“清晰”，随缘吧。 随缘即不执过往不念未来，时时在当下，这时，路很清晰。

552 问：或许忘记坚持，忘记执着，只听从本心，就是不执着！本心驱使我那样做，在别人看来是执着，在我看来没有执著的概念，就是不执着，或许我说的不对，请无名先生开示！@无名先生

答：如果除你之外其他所有的人都永久的缩小了 100 倍，比蚂蚁都小，从此你会怎么看待他们呢？

问：@无名先生 那岂不是不在一个纬度了，任其自然发展呗！明白了，我的层次还是停留在那个最小的维度！@无名先生 我的心里始终有个我存在是吗？

答：你心里不论有什么，皆是在你心里。你若认为无名是无名赵亮是赵亮，那这个“认为”的“无名先生”也没逃离你的心。那你与老婆吵架时，你在和谁吵架？你与众生交流时，你在和谁交流？你在交流时升起的开心或烦恼是源于什么？

问：当时就是看了您这个“皈依”，“皈”的是“自心”视频，豁然开朗的。接地气的修行人，就是一股沁人心脾的清流。福慧双全，润泽众生。之前的视频习气蛮重，内容偏颇

553 问：@无名先生 师兄可以说说偏颇之处吗？[抱拳]

答：凡是言“是”的，已经“不是”了，非是非不是，如是。凡是“说人”的，已是“说己”了，非人非己，如来。师兄们就拿一切“法”当做自己的“奴仆丫鬟”即是，应心就拿来使唤一下，不应心就让它滚蛋，勿认仆为主了，因为“观”法者才是“真主人”。

554 问：@无名先生 接受别人负的信号，怎么理解？我有负的信号，我接受了别人负的信号，怎么理解负负得正？是不是可以理解成假如别人欺凌我，我去承受接受，请指教

答：欲望与“那个东西”成相反的方向运动，假名为道为因果，这是站在“相”上表法的，站在“本体”上看，欲望与本体是一非二。如股市的走向、商机、德财物等等与众生的欲望成相反的方向运动，这是因果规律。所谓“负的信号”是自己的起心动念因缘而感召回来的果报，不排斥亦是“接纳”果报了，有个“接纳”的念即是排斥果报了，接纳是无相的，不排斥即了业时。

555 问：@无名先生 师兄我是看了视频很受触动，感觉很好，就转发群里想和大家分享一下。这算是法布施吗？

答：我误食了毒蘑菇，随手抓了一把狗屎吃，吐出来毒蘑菇，是狗屎救了我。今天我遇到了你，开心的请你吃狗屎，我认为是在救你，你吃吗？

556 问：@无名先生 老师，咱们什么时候有线下呀？[合十][合十][合十]

答：有缘路过济南就来喝茶就好，小书房在历城区东都国际，随缘就好

557 问：@无名先生 师兄以为觉性会不会随着肉身的陨落而灭，如果不灭那肯定是抽离了，那这份觉性来的目的为何，是否为了圆满？如果抽离即圆满，那是不是天人合一不合一，悟道不悟道对于结果的圆满没有任何作用。对于觉性作用于肉身的这一世中的业力之说和因果律我深证得其然，但是对于生死的两端的觉性无从可证。

答：觉为用，假名心，体为何？不可说。此刻有觉，证与不证皆在觉中；死后如何，知与不知皆在知中。

问：觉为用，假名心，体为何？不可说。这句烦请师兄详解一下[呲牙][呲牙][呲牙]@无名先生

答：师兄，如同你网名吧，去“格物”时恰不能“致知”，在“法相”中找“真相”恰覆盖了真相。那何为“格物”呢？

558 问：其实内心已经指引我了，简单说一下我的感悟，不顿悟，不大彻大悟，一样可以不断接近大自在，我认为有两个功夫要练，一是了现在以前的业，找到它，认清它，接受他，二是练习捕捉，起心动念的业能随时了却。我认为这两个功夫能做到极限就是大彻大悟，大自在。不知道我这是不是歪理邪说，我没看过任何经书。@无名先生

答：是歪理邪说

559 问：@无名先生 对的，老师，现在问题总是迟迟不能解决，已经拖了快两年了，如果上法院起诉离婚，我又担心财产损失太多，本来就是他遗弃我在先，如果到公安告他遗弃罪，又不成立，奈何奈何

答：师兄，夫妻一场，让她三尺又何妨？痛苦源于“索取”，幸福来自“给予”，一切“给出去”的都不曾真正丢失，而是换了个样子从四面八方回来。

560 问：@无名先生 请教老师两个问题。1，佛与慈悲是什么关系？2，所有意识活动包括梦都有个“我”在。“我”脱落时是不是意识和心分离的过程？

答：佛即觉性，假名为心，心的本来假名慈悲。比如佛似阳光，心即太阳，太阳的本来假名温暖、明亮。“意识”“梦”“我”...无二，皆是觉性皆是心。

561 问：先生，我总觉我的最大的习气是傲慢，所以平时总是提醒与他人相处，自己要谦卑有礼。现在是我们有个读书会，有时候跟大家分享学习到的东西。就有一种心理是，一分享东西，就担心自己傲慢。担心自己的言行是否会让别人觉得自己傲慢。分享的内容肯定是正向的，好的，对他人有益的，但是内心没有那个真正的自信，觉得一自信就是傲慢了。请先生开示一下。@无名先生

答：当你认为“分享”的内容肯定是正向的时候，即着我相了，即是傲慢。如同，你家在沧州，你出门游玩时迷路了，不知不觉溜达到了济南，与是借用手机从济南导航到了沧州回到了家，与是你把这条回家的路线视为“正确”，与是撒给天南地北迷路的众生，身在张家口的众生能按照这个“正确”回家吗？真正的“分享”是不住一切法，不住一切相的，不住我相人相众生相寿者相（亦不住傲慢相），实无有分享者，是名分享。此时的分享是真语者非傲慢了。

问：@无名先生 我明白了，我还是自以为是了，且没有察觉。那先生，这样的话，我就不再继续讲话了，怎么办。

答：谁“拦着”你讲话了？把它揪出来，杀掉。

562 问：感恩家人们的小观与分享，看你们的同时也在关照自己，剖析自己，更清晰的看到自己这 2 年的路走的是雾里云里的，实修不到位的地方太多了这几天出现了翻种子了，出现困惑，就是爱人的举动又让我不满，昨晚上躺在床上，给他发了一条信息，感知到心没有大起大落，但眼泪却不由自主的流下来了我也是带缘份修行的，是身后的缘份带着我一点一点走向了修行佛法的路，但对于缘份这块弄得还希里糊涂的，没搞没白，之前家里的生活条件还挺好的，这 2 年因乱投资弄的有外债了，而爱人到晚上就聚人在车库里打牌是玩不来钱的，我就特反感，才 40 多岁整晚干这个，还弄的楼道里的烟味特别大，老师师兄们，你们看后能给我解解惑吗？[合十][合十][合十]

答：如果今天是你生命中的最后一天了，你会怎么过呢？

问：接纳和充许出现在生命里的任何事与物，随缘了业，随缘渡化，老师可以吗[合十][合十][笑脸]

答：都剩最后一天了，还管什么接纳？还“允许”个铲铲？还随个啥缘？还了什么业？有一丝丝的“法”存在都是多余啊，有一丝丝的“道德”存在都是累赘啊...当心中“无法”“无道德”“无善恶对错”时，剩下的只有一个“东西”了...

问：@无名先生 还剩下的那个东西，我知道，但此刻成为不了他，该咋办老师，我的法执太重了

答：连惦记剩下的那个“东西”都不要了吧！

563 问：@无名先生 老师，我一直不明白为什么谤佛谤法的人会下地狱呢？都说每个人都有冤亲债主在身上，可是他们不是都去轮回了吗？难道他们会分身？那么我们怎么不能分身呢？

答：何为谤佛谤法？执法即谤法，不明言明即谤法。何为地狱？执着带来的烦恼假名地狱，一念执即地狱，一念悟即天堂。冤亲债主非心外之物，皆是自己造的业换了个名字罢了。

564 问：@无名先生 老师您好，关于十二因缘：无明、行、识、名色、六入、触、受、爱、取、有、生、老死。有两种说法，一种所谓大成，无名烦恼，行业，识父母精血，明色是合成身心，六入直至老病死，说是指人的投胎出生至死亡轮回。但我听过其他老师讲是指五蕴烦恼连锁反应发生时有觉性，明。无觉既是无明五蕴身心贪嗔痴烦恼的轮回。就这个问题您怎么看？希望您有时间能不能讲下十二因缘？

答：十二因缘为小乘“表法”，是住在了“我相”上的有漏法，没啥可参的。

565 问：先生，今天带着很多小朋友们读了一次书，心里说不出的喜悦，觉得这个兴奋喜悦有点高涨，但是目前还在掌控范围之内，我总怕一会儿就得意忘形了，一直在提醒自己，要压一下。有点不知道该怎么做好。好似有一次我觉得事多快要稳不住但还在掌控范围内，是停下来心安，还是怎么办。您告诉我“主动”后，困难就不见了。确实是的。那这次我该怎么做呢，请先生开示@无名先生

答：欢喜有欢喜的“形”，安静有安静的“形”，自然而然。那你欢喜时还在有为的保持什么“形”呢？下德不失德，是以无德呢。

566 问：今日大脑有通透的感觉，嘴巴上颚有甘露的感觉（吞的口水都感觉微甜），满心欢喜。从本性与万事万物，本来就一镜到底，本来就一路无障碍无沾染通达，本来就是这个样子自在。这种状态很舒服，是精神足了？还是体悟到本性了？@无名先生

答：不管是啥，不管未来它会不会消失，走走看吧。

567 问：@无名先生 您的随缘答录我收到了，非常好，在第十三条你说顺道方能积德，厚德方能载物，那强盗文化强盗组织从人类进化以来都是有的，强盗技艺不高超的话也偷抢不到，往往偷盗经验很多的人更能掌握偷盗规律，掌握经验能偷盗更多，老师你说德是落实到人的别称，那一个强盗去探索强盗之道的规律用之难道就是顺道就是积德嘛！一个技艺高超的强盗比一个新手强盗获得更多东西难道就是他顺从强盗之道积累的德，厚德让他抢偷更多吗？

答：心即道，无执无住无为即顺道而为，德是顺道而为的福报，厚德载物的物即福报的外在显化即“当下”，比如有福德的人吃碗面条会津津有味即载物，无福德的人啃着鸡腿也会心浮气躁喜怒无常食而无味即难载物。载物非笼络了多少物质，你非法得来的一个别墅，不见得有茅草屋睡的香，当你什么都不要了（不执不住了），世界都是你的，其福德不可思量啊。

568 问：@无名先生 [合十]阿弥陀佛！麻烦问一下“境不自境，因心故境”啥意思？[合十][合十][合十]

答：这句话好像从哪儿看过，强为之表法：万境（相、物）不离心，心生万境，心外无境（相、物），境相物三者皆一，只是用词不同。这个需要参悟，非理解所知

问：@无名先生 是不是所说的若见诸相非相，既见如来？
着实需要好好的悟一下！

答：如是吧

569 问：@无名先生，我老公是个货车司机，喜欢喝酒吃肉，抽烟，只要没有活了，就想着找人喝酒，他说不喝酒睡不着觉，最近老说头疼，胸闷，我让他看看正能量的，他不听，他不听我说，也不听他父母的，我没有办法，老师我该怎么做，他血压一直高，总爱发急

答：若劝没效果，那就反过来试试，帮他“放纵”看看有效果吗？

570 问：今日小观：上善若水，我听到了另一种解释，上善若水利万物而不争，那发洪水呢？？？@无名先生

答：“洪水”是相对“人”而言的假名洪水，是着了“人相”的分别心。对于鱼虾而言呢？对于众生而言呢？实则，真正的善是无相的，是无善无恶的，是水（真善）不仁以万物为刍狗的，水只是做了水自己，并无有为的“滋养”万物。“上善”即心的本来，假名上善、至善、良知、明德、心、道、佛、上帝、主人翁、自性……

571 问：@无名先生 是不是就像太阳，他本身就有的光芒普照大地，不会因为某个人或某个树而温度升高或者降低 一切都是自然而然的发生着， 我理解的对吗，先生

答：如是吧，天地不仁不义无爱无恨，以万物为刍狗，自然而然。

572 问：修行在世间，那是一种超然的心境，犹如站在十楼看一楼的清楚一样的，不知道对不对@无名先生

答：欲穷千里目，更上一层楼吧

573 问：那颗心明白了一切事物不住着在表象上，就是明心见性？是这样理解吗？师兄！@无名先生

答：“理解”时亦是着相

574 问：今日小观 帮自己取名舒默，是时刻告诉自己要无为的付出，要给予，，少说话，可是这两天总是管不住嘴，一开口就漏了，说了就后悔，请教老师@无名先生，我要如何修自己的嘴，（尽管说的不是伤害别人的是闲话或者自己的事）[合十][合十][合十]

答：该吃吃，该睡睡，该说说。 饿了就吃，困了就睡，缘来则应。 心无时无刻不在给你提供“正确答案”，恰恰操心了，恰恰跑偏时。

575 问：@无名先生 老师吉祥！今天一直在循环您 14 号的作品，感恩法布施。请问老师怎样才能“无为而治，打心底里面允许身体里面众生的存在，承认它们是自己的果报，不排斥”我发现自己能允许还是基于求好，好像还在头脑，不知道怎么无为而治，请老师指点，感恩感谢

答：真正的“允许”是无为法，是心中连“允许”都是消失的，非有一个“允许”的念去允许种种……。好，那如何“允许”呢？

问：老师，抱歉！我看了很久悟了很久还是不能理解您说的是什么意思

答：看了很久”的背后是你在贪求一个明白，贪求的念恰恰覆盖了这个“明白”

576 问：无名先生，您好，如果遇到一个你特别讨厌的人，就是心里生出来的，是不是心的妙用，是否应该远离这种人[偷笑]

答：你坦然面对他的时候，即是远离了。你有意远离他的时候，就如现在的你，迟迟放不下了。

577 问：@无名先生 老师，看到您的一句话，今天没事干，就是积德了，不理解。如果换成：“今天无事就是积德了”还能理解，因为就说明不把事情当事儿[害羞]，没事干就是闲着啥也不干？[捂脸]您能给展开说说吗[合十][合十][合十]

答：师兄，咋地能理解就咋理解吧。

578 问：今日小观@无名先生 早晨和我爱人去餐厅的路上遇到一位我们单位楼的消防人员（男），因经常碰见互相认识，所以礼貌性的打了招呼。可是爱人看到后很是生气，说看着那个师傅不像好人，要求我以后再碰见必须要装做看不见、不认识、不理睬。可是这种做法不符合我的信念呀！活了半辈子了，头脑里一直都充满着文明呀、礼貌呀、好人形象、不能让别人认为自己看不起相上身份低的人、不能让别人认为自己性格太个别了等等，一大堆的信条死死地捆绑着我。若是像我爱人要求的那么做感觉很难受，不那样做我爱人肯定会跟我闹个没完，因为以前也碰到过类似的情况，真的害怕了那种没完没了的生气。我应该怎么办呀？求师兄出主意

答：明明是你和自己闹个没完，怎么赖上了众生了？

问：晚上回去了，爱人肯定还会跟我闹

答：晚上是晚上的事，此刻，谁在和你闹？

579 问：今日小观：@无名先生 明明很困但是感觉怎么躺都不舒服，有一点不舒服就让我感觉越来越难受导致大脑很活跃，失眠！我该怎么办呀？有没有师兄遇到过这样的情况，帮忙解答一下吧[合十][合十][合十]

答：明明很困，说明“身”没问题，“心”有住着，着了“睡觉”的相，把睡觉当“事”了。这时候咋办？有个方便法试试：心关注“我”，则不能我，心在“众生”上，则无我无事了。比如睡觉的时候不去想睡觉，而是“贪”一些爱好，听听故事、读者、相声等等，不知不觉就睡去了。

580 问：@无名先生 老师，我是刷抖音上瘾，一放下手机就跟毒瘾发作似的赶紧再拿起来，白天也是一刷好几个小时过去了，什么也做不了，就是不想做事情。我都有没有手机戒瘾所[捂脸]

答：抖音本身没有对错，不停刷抖音只是你“贪欲”的外显。这时候戒抖音亦是为“己”亦是贪，不如制定个每日任务，为“众生”的任务。具体做什么，“看”向身边的众生的那一刻自然知道做什么了。

581 问：@无名先生 老师，心是什么？我感觉她就是一道意识，无形无相无影无踪却真实存在。我这样理解对吗？

答：这个“理解”亦是心，亦是“那个东西”在起妙用。恰恰用心时，恰恰不知心，恰恰放心时，恰恰生其心。

582 问：@无名先生，今日小观一本无事应好好用心学法或念佛，但心里有烦恼，静不了心，又不知道是什么烦恼，这可怎办？

答：都本无事了，还心心念念的去学法，这个心心念念不就是“事”了吗？

583 问：@无名先生 请问先生，有时候，莫名其妙的很胆小，怕鬼之类[捂脸]，这是怎么回事？明知道什么也没有，就是控制不住害怕。这该如何应对？

答：你怕鬼？那蚂蚁怕鬼吗？回忆一下自己何时怕鬼，为什么？何时又不怕鬼，又为什么？

问：但自记忆起，胆子就偏小[捂脸]

答：恰恰你健健康康的活到了现在呢，是不是有“胆小”的功劳呢？那胆小是好事还是坏事？

问：理性上知道这是妄念、假象，但感觉上不由自主

答：放到中医上讲：肾气足的人胆大，不足的往往胆小。

着相太深时，睡眠不足时容易胆小。放到佛家来说：存在即合理，发生的皆是符合因因果，当下的胆小非胆小，对于当下的你来讲，不好不坏刚刚好。

584 问：@无名先生 喝醉后的我，是真实的我吗？老师

答：喝不喝酒都是真实的你。不喝酒时，本心往往被自己执着的“仁义道德相”绑架，从而做不到诚其意。喝酒之后，“酒力”会把你心上覆盖的仁义道德相“扒开”一条缝，让你的“良知”与执着的“善恶对错”混杂着喷涌而出，等酒醒之后，“缝隙”就合上了，习气一点没除。当你真正的做到 100%诚其意了，做到不“有为的”掩盖或伪装自己了，不执着仁义道德相了，做到凭良知而为了，那喝不喝酒你都是率性的、潇洒的、自在的。

问：@无名先生 昨天喝完酒我知道我还不知道我是谁，我要怎么理解我是谁。

答：你不知道你是谁也丝毫不影响你是谁，那何必在执着知道你是谁呢？当你扔掉一切“想”知道时，恰恰能够恢复从没丢失过的知道（明明德）。

问：无名先生 谢谢老师，我还没有缓过劲来（喝多了），我觉得酒后的我，和没喝酒的我最大的不同就是一个话多一个话少。一个想的多一个想的少。但我好像更喜欢想的少的那个我

答：你欢喜的是你卸下伪装的时候，法喜与不执不住也是同步的，本是一。

585 问：@无名先生 您好，我有一个困惑。最近网上有一句话很火：放下个人素质，享受缺德人生。我不知道这话对还是错，但我自己无论从哪一方面来看是放不下了。就算没有因果，缺德就可以成佛，那我宁愿不成佛，我也不会那样做。可我的困扰是，我不知道该怎么教我的孩子了。当别人的孩子都在抢玩具，而家长不管时。当与楼上邻居沟通无果并且更加纵容孩子在楼上乱蹦乱跳时，我的孩子对我说：妈妈，他们太吵了，为什么你们不让我在家里乱跑，可他们的爸爸妈妈不管他们？我对她说：大家都在做也不代表是对的。可我不知道这样说对不对。我不能替他决定，他以后要做一个什么样的人。当别人都去享受缺德人生。我又该怎么教育我的孩子。告诉他跟着自己的心走吗？

答：孔子、老子、释迦摩尼佛以及众生口中的一切“对”都不是对，“对”在语言上、行为上都没有标准，唯一的“对”在当下的“诚意中”，在去人欲的“良知中”，在无分别的“平等中”，在无所住的“随缘中”。那个指引你的“对”声音从来没有离开你片刻啊。

问：@无名先生 老师，能再直白些吗？还不太懂。[合十]

答：咱凭良心做事，没跑。

586 问：老师，以我现在的认知，就是认为楼上在：放下个人素质，享受缺德人生。我也问过自己：如果这个声音是打雷，而不是他们传来的，我还会在意吗？我的答案是：不会的，甚至可能会喜欢这个声音。可是这一年了，我的这个分辨心就是破不了？老师能开示一下，怎么破这个分辨心吗？[合十]

答：小恶不除大恶生，你“遇到”了即是你的因果，诚意的面对即可。而想法“转移”恰恰是排斥果报。若无法诚意，破不了“善恶对错相”，那就复归于婴儿，想想小孩咋办你咋办，复归于狮子老虎狼，它咋办你咋办。办归办，果如何，随缘，不纠结亦不烦恼。

587 问：饿了的是肉体，觉知到这个相的是心的妙用。这个理解也是老师在视频中表述过的，对吗老师@无名先生

答：万法如筏喻者，应心即用，不应心即舍吧。

588 问：我现在有个毛病，非常非常痛苦，就是我看到那种拿到结果的人，他跟我能力差不多，我的意识挺佩服人家的，但我的潜意识不服人家，但他是进场早，又有一系列资源和一些优势，任何产业都是有周期的，我现在进场门槛更高了，我潜意识就会莫名的认为在合适的时机自己迫于某种原因不能进场，我在合适的时机和有那些资源和优势自己就能做跟他一样，甚至比他更好，而且我要做的就是他那个行业 他拿到结果，做调研是最基础的，人家先进场又拿到结果，我需要向他学习，但是我每次看到他我潜意识就不受控制的认为不公平，自己某种原因不能合适的时机入场，不公平，还有他有那么多机遇和天生的资源，我就不受控制的生出各种情绪，我的潜意识让我看到他就烦，但是我的意识告诉我应该学习人家，所以我逼迫我自己学习人家，但这是意识和潜意识对抗，我自己就会莫名生出好多情绪，我特别痛苦我的痛苦是不是来源于我的业力和习性，我痛苦的因是不是我得抑郁症的时候种在我潜意识那些特别多的负面情绪和种在潜意识的短见，我每天

都会陷入潜意识和意识对抗的情况，这是无法形容的痛苦
难受 难受，我还不知道该怎么解脱

答：师兄，你可以采访当下无数的创业者，他们多是羡慕
曾经的市场，羡慕曾经“入场”早的人。同样，过上 10 年 20
后，一批新的众生一样会羡慕现在的你及市场。而这些羡
慕者往往会沦为创业失败者。市场没有好与坏、早与迟，
众生的“烦恼处”即是市场的“起伏处”即是商机。众生的烦恼
处入了谁的心，谁就抓住了商机，即是顺道积德，欢喜又
心安。若把心安住在了竞争对手或自己的口袋上，则心不
得正，损福德的同时，伴随着烦恼和不安，注定被众生淘
汰。

589 问：请教@无名先生 师兄，贪嗔痴慢疑，如何破“痴”

答：贪嗔痴慢疑，皆是一：贪或叫着相。“痴”是因“着相”，着了善恶对错相而覆盖了本自光明的佛性，从而无明，不明阴阳，不知因果，如“病了的知”，假名为痴。如何破痴？无需破，只需把执着的“善恶对错”相扔了即可。如何扔？因缘扔。

590 问：[合十]今日小观@无名先生 无名先生，晚上好，我很久没有很生气的感觉了，今天被一个员工搞的很生气，但是我又没有表现出来也没有发火，不想影响其他人，这个员工经常负能量满满抱怨满满到处说，今天下班她的卫生区没有弄，我让她搞卫生她就不理人，不说话，要下班了，我说那你今天没弄明天早上早点来弄好也可以的，她还是不理我，我也懒得跟她计较，但是不管她随她就怕影响其他员工，管着又说我是盯着她，一堆话惹人，真不知道该怎么做了。不好意思这么晚打扰您了。

答：若是按规则办事，则堂堂正正铿锵有力一身正气，正气在心不在行，落到战场即疯且狂，落到团队可怒可赞，若对方明显跑偏了，发火即是善，容忍即是贪。

591 问：今日小观：如果说外相是自己习气的显化，那反过来说，显化的外相也是对应相应的习气。我们公司在工地的工人和管理人员（包括我），三个月没开工资了，而公司的二老板却拿走了几十万去捞他的情妇，他情妇因为干小额贷款进去了。根据外相是自己习气的显化理论，那是我的什么习气显化了这样的外相呢？各位师兄可以分析一下，也请无名先生指教@无名先生[合十][合十][合十]

答：你的“习气”对应的是“三个月没开工资”，而不是他为何“拿钱捞小三”。

592 问：@无名先生 老师你打坐吗？能入静吗？我听说能静下来的病都好了！

答：偶尔打坐，可以“辅助”静，但心静与“身动”互不冲突。无形无相的禅定的外在显化即是身体是完全放松的，包括骨骼肌与五脏，身动时，没有一丝多余的肌肉在收缩，则气血自会找平衡，补不足，即是“上医”。若有一丝执着即一丝紧张，则“有为的”搅动了气血，时间长了自有“不足处”生发“痛”来吸引气血，俗称“生病”。

问：@无名先生 老师怎么知道内脏是否已放松了？

答：师兄，先试着放松骨骼肌吧，养成习惯。放松五脏，只可意会，“意”即心，可以试着用手捂住腹部，去觉知脏腑在蠕动，觉知处若有隐隐作痛生发，即是“饥饿的孩子”在哭泣了，“告诉”孩子：有我在，不怕……。意会意会吧，勿执着

593 问：@无名先生 自从经常看先生的视频后，就经常回观自己，念不外流，身心都非常自在，喜悦的心情不以言表。其实修行就在日常生活中，只要时时把握住自己本来应有的那一念不被一切相所迷，就在回家的路上。非常感恩先生能在快手里遇到你[合十][合十][合十]

答：相遇即是缘师兄，一切遇见皆是照见自己的“法”[合十]

594 问：有些账号里，几乎所有的视频都是先生的语录这如果不是先生的小号，算不算侵权[害羞]并且没有@先生

答：师兄，也无需执着，皆是一堆糟粕相而已，没啥侵权的。文字只是传法的“工具”，只是助缘，“通灵宝玉”也不在法中，本无“价值”，随缘传播无所谓。

595 问：时常会矛盾，从“心”出发“无善无恶”从“现实”出发，“去恶从善”，“意”和“心”会“碰撞”，请师兄点拨[合十]

答：师兄，这个从“现实”出发的“弃恶从善”的“善、恶”是否是自己定义出来的呢？善之“为”善，斯恶已。

596 问：@无名先生 请教大德师傅，精进修行是，业障袭来如何应对。[合十][合十][合十]

答：业障来了，应该敲锣打鼓的开心。 因为烦恼即菩提，当业障来了，方能有机会（缘来了）“观到”背后隐藏的习气即执着了什么，即观即了即自在。

597 问：想说又不知从何说起，物质只要竞争很难不入相，入相皆苦，但心知香知臭，知好知坏，吃皆想吃香无人吃臭，没有物质连最起码的温饱都解决不了，饿死了还谈什么修行，高谈阔论解决不了任何实际问题，所谓修行也要先活着，@无名先生 无名老师，即竞争还要不入相如何才能做到？[大哭]

答：你唯一的“竞争”即是和因果竞争啊。 秋天有果子吃皆是春天播种夏天除草了。能赚到钱皆是你给予了“众生”需求的。 所以，“竞争”能否胜利，取决于心在因上还是在果上。

598 问：先生，麻烦你再说一下慈悲吧，日常生活中怎么体现慈悲，上次您说的不太理解呢

答：多想想他人，少想想自己，即是慈悲了

599 问：@无名先生 想问下先生，既然您说的这辈子开悟之路业力已经帮你铺好了，那我是不是也不需要去治病了，万一我这辈子就是因为这个病死的，那我再去治也没有意义了，请先生开示

答：你这不是随缘，是躺平呢。有病看病但不为病而烦恼即可，烦恼即是排斥这个果报（病）。“随缘”是心法，是“不排斥”“不分别”果报作为前提，没了排斥、分别，心即可恢复本知本觉（良知），方能无为无不为。

600 问：请教@无名先生 老师，如果说诵经持咒是外求，那么为什么很多大德都开示持诵哪个经咒可以满足什么愿？望开示指导，感恩感谢[合十][合十][合十]

答：若你“有为的”“有求的”持咒即是外求，若你是借助“咒语”阻断牵引你的习气从而拉回到当下时，则咒语是助缘。万法皆是助缘，非法中有“真相”，而是以“法”为镜，观心观自在。

问：@无名先生 师兄想到金刚经里说若受持读诵此经，若为人轻贱，是人先世罪业，应堕恶道，已今世人轻贱故，先世罪业即为消灭，灭后菩提生，只有业力灭后道才会生，也就经一事长一智，至少在这条道上不在迷惘，也就出轮回，知道这条道路怎么走，就可以向道学习规律，也就是人能弘道，非道宏人，大道泛兮，其可左右，道那么大我们左右不了，就好比人岂可左右天地，心也是道，想法妄念那么多，我们也没可能把握得住，索性全不住着，随道流转，随波逐流，地球一转万物跟着转，国家一转人民跟着转，师兄这个时候有个人能看到这些事物在转，是不是即可以不受这些事物干扰，即是明心见性，站在高处不受寒，不受轮回之苦，从而能知行合一。请师兄指点

答：师兄，是不是行不行的，你试试看呗，若能见性当下便知，若不见性，就到必经之路了。

601 问：@无名先生 老师，有时好像自己已看透名利都是过往云烟，可为什么心里还是静不下来，怎样才能放下心里所有的挂碍，明心见性，求老师开悟[合十][合十][合十][合十][合十][合十]

答：师兄真的看透了么？若此刻，你银行卡里所有的钱消失了，你会有着急吗？你所有的亲朋好友此刻瞬间消失了，你会伤心吗？如果医生告诉你，你的生命只有今晚上了，你会不舍吗？

602 问：@无名先生 我现在的心态 一面充满焦虑，一面顺其自然，心里很纠结，矛盾，求老师开悟[合十][合十][合十]指点

答：师兄，你这一段话满满的在“伺候”这个“我”啊，你总想着“救”自己时，这个“救”的业力恰恰牵引了你。 你不需要对自己“操心”，操心时即住“我相” 你只需对自己“放心”，放心时即离我相。

603 问：@无名先生 师兄我疑惑，如果知者不惑的部分人事物，就是不受因果摆布出轮回，可以选择做与不做，那不知的部份，就像孔子入太庙每事问，入乡随俗，随道随业流转。做到哪是哪就是随缘了业部分，也就是尽人事听天命，师兄这样感觉人就是学海无涯苦作舟。永远有未知邻域等待开发，我时常疑惑为什么叫千里眼，从道的理解就是他学的法力就到这里，猪八戒 36 变，孙悟空确有 72 变，我也理解为罗汉，菩萨，但我一直觉得最高层次的佛是无所不知的，感觉也说不通，没学过英文的人，怎么可能理解外国人说什么。师兄我是不是执着在最高层次，本来无一物，何处惹尘埃。惹了有个法，请师兄指点。

答：师兄，你的问题字太多，我选择不看了。 一眼望去，皆是在“研究”法，不是法不明，而是“研究”不明。不是法有问题，而是你“研究”法而生出了问题，岂不自找不痛快。

604 问：想到自己几天没写小观了，觉察到自己是不是真有懒惰习气，想到一切都是“当下如是”不强求，就如孩子当下他不想做事你逼他只会适得其反，认为这个“当下”就是允许一切，只有允许方能化解万事，所以哪有“懒惰习气”呢？不过还请@无名先生 师兄指教[抱拳]

答：写“小观”如同打坐持咒一样，皆是助缘而已师兄。 心平何须打坐，慈悲为怀何须每日三省，“小观”只是在烦恼的时候自己捋一捋执着在了何处，即观即了。

605 问：今日小观：最近手头着实紧。老伴想让我去一个不守道义的朋友家登门要债，我无意去，心想无非两种结果，一，他有，不想给。二，他没有，给不了。两种结果都可能导致心生烦恼。与其自寻烦恼，不如坦然接受每一种结果，给了是了业，不给也是了业，听其自然吧，@无名先生 我这是不是躺平？[合十]

答：这是贪，是助纣为虐。欠债还钱，天经地义，去要债怎么还起了“纠结”了。

606 问：@无名先生，各位师兄。下午好！遇到了一件事情，今天让公司的人去找以前干过业务的单位要账，业务已经完成一年多了，因各种原因还没要到钱。以前该业务是我家人对接，现在我家人不在了，我又去对接。那单位以前负责该业务的领导，说，要让我们降价百分之十五再谈付款，且现在无钱付款。我听到这个事以后，内心不平，生出了各种想法来解决这个问题。大概几个小时后，我观到了自己的情绪，观到了内心的不平。师兄说骗子是充当了天之道的一把刀。而眼下这位领导不是骗子，感觉有点不想认账，怕担责任，他是公职人员，别人劝我应该像唐僧那样舍去紫金钵盂。我从前性格宁在直中取，不愿曲中求，现在虽有所变，也希望自己知世故而不世故。但事情又不好解决。昨天师兄答疑说，欠账不要了，是贪心，我本就不太理解。今天我不要账不行，要又很不好要，觉得自己为难。无措。请各位师兄，明见。

答：师兄，欠债还钱天经地义，要回是应该，要回是“帮他”，一针不补，十针难缝，只要发心正，方法随使用，如同打仗，以奇用兵。比如借助互联网曝光，比如拉条幅堵门，比如拿着刀披麻戴孝去……欠钱的怕不要命的，如果要债的“路上”还有情绪还在保护小我（面子、道德等等），那就是自己在作恶了。真正的“高手”上阵杀敌皆是心平如水一脸淡定。

607 问：@无名先生 老师您好，我媳妇因为孩子学习事，着急，上火！我劝她，她还不听我的，我现在明白孩子学习的事是我们业力感召来的，接受就了了，我老婆还是执着，我知道着急上火时间长了她就会得病，不忍心不管她，还不知道怎么劝她！

答：师兄，这段文字里透漏了你和你老婆一样在“执着”呢，你“着急了”她的着急，你“烦恼了”她的烦恼。怎么办？先让自己的“着急”停下来，自然“良知”告诉你怎么办。

问：@无名先生 这也我的业力感召来的，接受，这也是我老婆的人生剧本，我想起什么来就劝劝她，不知道说什么就止语，老师这样对吗？

答：师兄，如果一个女孩爱上了你，她的“爱”是如何显现出来的呢？你又如何感知到的呢？ 是她说出的语言文字吗？是她给你买了什么好吃的吗？

608 问：今日小观：我是个男人，天性喜欢美女，即使不沾不着，也应该属于着相。止于欣赏。不执不迷。就象喜欢花草一样，这仅仅是不痴。如果说喜欢美女的内在美，是累世习气牵引所致。如果视之不见不动不摇，似乎是断了根尘，但见到美女肯定比看到一堆大粪舒适，这舒适不是根尘又是什么在起作用呢？@无名先生[合十]

答：根尘处起作用的主人公你“看”到了吗？知女美是良知，期盼得到是执着，知大粪臭知鸡腿香良知，排斥大粪惦记鸡腿是执着。

问：@无名先生 惭愧[害羞]这个主人公不即不离又捕捉不到[合十]

答：放弃捕捉试试看

609 问：@无名先生 我是一名老师，在教学的过程中发现有的学生特别不能控制自己的情绪，别人说他句不好的话就歇斯底里的大喊大叫跟发疯一样。看到这样的孩子内心挺觉得他可怜的，活在自己的情绪里。同时在自己的家里面对自己的孩子，也会发现小孩子自我意识强，总觉得自己对，别人不对。面对这样的情况，怎么引导他们向内求？

答：慈悲心可以驱除一切恶魔。 慈悲心何时升起呢？“不仁”的时候，视万物为刍狗的时候，不住着“善恶对错”的时候……，此时的“心”即可恢复本知本觉无所不照的本初状态，你将无不为、无不胜，面对孩子时，亦是最好“教育”。

610 问：@无名先生 老师何谓心死？如何做才能心死？

答：你对高圆圆说：我一定要得到你。她说：就你？死了这条心吧。把高圆圆换成万事万物在意会一下。

611 问：老师好，默默观照着“自己翻腾如云”的心意，让它自己平息，如此，即是。若还是不平就用二元的思维去斗争，从而追平，是否可行◆◆◆◆

答：师兄，习气翻涌时，不如去做事，当眼睛看向众生时，当耳朵闻向众生时，则我相消失。

612 问：@无名先生 老师，既然一切都是相，为什么还要做好事？还要渡众生？

答：师兄，若认为自己在做好事，即是做恶时。若认为自己在渡众生，即是造业时。事非好与坏，如太阳照万物非好非坏，太阳只是做了自己（无为），则万物生（无不为）。师兄的第一句：一切都是相。反观自己是否着了“空”相了？

613 问：如果只做自己，为何要除习气？

答：不论你除不除习气，都是在做自己。若心中有“除习气”的念，习气即是自己，若心无所住了，众生（世间万物）即是自己了。还有，相即是心，心因缘和合换了个名字叫相，本是一。

问：@无名先生 老师说的的意思还是只有一个心产生了相阿！什么是着空相？

答：师兄，要不先不理解了吧，当你没有摘掉墨镜的时候，我在给你描述花的鲜艳都是徒劳的

614 问：@无名先生 老师，心死，是不是就是不执着，就是放下，就是不思善不思恶，就是心无所住。所以念头都是生住异灭，来了又去，执着了，迷相里，是觉性不够，一念觉，自然反应链条断了，烦恼无。老师我说的对吗？

答：如是吧，是与不是应心即可。法无定法，如同中药千万种，见效即可。

615 问：如何降低身体的性欲？或者说让身体没有这种欲望？请教无名师兄！请教各位师兄！[合十][合十][合十]

答：快点的办法：做手术 慢点的办法：人慢慢老去 高明的办法：允许它存在，如同允许味觉、嗅觉存在一样的“理所当然”，如同允许除人之外的其他不穿衣服的物种一样合情合理的裸奔一生。

616 问：@无名先生 老师，为什么有些事正是因为无明才能得到结果？

答：住在了因果生灭相上了方才“有事”了，有住即无明，无明即有事，心若无执无住，何来有事呢。不论有明无明，果皆是因（起心动念）外显的相。站在“自性”上表：无明即是明，烦恼即菩提，浪花亦是海，学不学佛皆是佛。

问：@无名先生 老师什么是站在自性上表？

答：站在“人”的角度看狗屎无用，站在屎壳郎的角度看狗屎即是美食。 同样，站在“世界”的角度看，万事万物独立存在，站在“法界”角度看，万物一体，互相转化。 再深一点，万物非万物，万物因缘组合了你，生发了“觉知”，觉知的生发处假名为“心”，心性一体，表法不同，性是心体，心是性用，自性即“万物之宗”，不生不灭，不明不昧，无始无终，无所不是又无所是。总之，不可言表，强为之表。

617 问：@无名先生 小孩子什么东西都拿来吃，成年人却“能吃的吃”，哪个是“本知本觉”[疑问]

答：无差别师兄，小孩子和小老鼠一样，视觉的“知”不足，但吃到嘴里味觉自然“知”能否吃。不论什么“知”，皆是心本知的外显。 而成人的“能吃即吃”多数掺杂了分别了，比如渴了喝水，水有点荤就“判断”成了不能喝了。

问：哦！“知”是本知，“能”是“分别心”，原本如此吗？

答：能亦是知之成

618 问：@无名先生 老师你知道集体冥想改变世界是什么原理吗？

答：不知

619 问：@无名先生 请问先生，如何面对校园霸凌？

答：毛爷爷说：战争的唯一目的是消灭战争。 同样适用校园欺凌：真正的慈悲是面对“恶人”时，就该以“奇”制胜，或报官或曝光或报告老师或正当防卫……，具体用什么“术”，当下心会依照当下缘告诉你答案的。

620 问：@无名先生 先生您好，死亡可以选择去死，但是因为生理欲望衰老病痛引起的烦恼怎样解脱？

答：“允许”随时死去，这个是心法，是剥离住着的方便法。“允许”的那一刻即是“心”死，则“道”生。如果想通过身死而种种，即是贪死亦是贪求了。

621 问：最近的一件事：媳妇过生日，给她买了她喜欢的衣服，鞋子等礼物准备周末给她好好过个生日！周末她又想到外面烧烤，忙了一上午准备，中午太累了休息了半小时，起来时她嫌我睡觉了生气不去了！只好和父母兄弟们去了。晚上回来买好蛋糕，她喜欢吃的菜一大堆。孩子祝她生日快乐，骂了孩子！几天不和我说话，我哄也没用！ 1.我知道不能改变她，但这样生活很别扭！ 2.还是贪求了她对我的爱，放下太难了！！！如何放下呢？ 这一年来我努力做个好丈夫，好儿子，好父亲，努力工作！虽然没有任何意义，努力扮演好自己角色！如何能真真放下？

答：最吸引女人的不是你行为上为她做了什么，比如一个漂亮女孩，一大堆男人请她吃饭她并无兴趣，没兴趣的根本是你“有为”了，而恰恰“做了自己”的男人很吸引那个女孩。师兄，想想什么才是“做了自己”？

622 问：今日小观：今晚回想 30 多年，感觉自己人生如同一步步完成任务一般，就像游戏中打怪升级完成任务，从小学，初中，高中，大学，研究生，到现在结婚，马上为人父，心中没有很多喜悦，很多时候如同完成任务，只是在众人眼中完成得不错而已。这乃慈悲心不足，请问老师，怎样更好修炼自己慈悲心@无名先生

答：师兄，慈悲心不需要修炼，慈悲是心的本来，圣凡皆不增减。师兄如果认为人生是“定格”的游戏，首先把这个“认为”的分别心给修去吧，有了“认为”恰恰“定格”了，损去了分别不住两边，即慈悲时。

623 问：@无名先生 怎样看待雾天出行？

答：不论有没有雾，皆制心一处的开车或走路吧。

有雾是提醒，没雾不放纵，雾来雾去心皆如如不动。

624 问：@无名先生 老师，如果一时的一念不生了了分明只是习气暂时的消失，那什么样的境界才算见性开悟呢？

答：师兄的这段话无形之中就“惦记”那个果（见性）了。实相是没有“见性开悟”，性不曾一刻远离，悟不曾一丝增减，见不见开不开皆如如。所以，从“心上”抹除掉见性开悟的糟粕邪说，不惦记，不思考，不住着，走着走着，你会知道一切。

问：@无名先生 老师，我怕走偏了方向啊[捂脸]

答：“怕”走偏的怕也是住在了我相上，在精心伺候这个“小我”的外显。“怕”本身即是“习气”的化身，怕的背后藏着什么执着？即观即了即是除习气。

625 问：@无名先生 老师，你说的想猫山里的修行人会不会是身体的原因告诉他要远离红尘养身心了，而不是修行意识的问题？

答：问题的根不在于猫山里还是处红尘的“肉人”去向，一切法皆是“心法”，“想”猫山里得清净即入“红尘”，身在红尘不然不住即是在“山里”。最好的“修养身心”是“无为”，“心”上的无为。

626 问：@无名先生 我决定念头，念头决定业力，业力决定命运，那么谁决定了我，也就是我决定念头的决定是什么决定的？我出生在这个时代，为什么不是其它时代？我出生在这个地方，为什么不是其它地方？我出生在这个家庭，为什么不是其它环境？……………生下来就是一个确定肤色血型文化姓氏……一个确定的果……也就是我来之前谁给我做了这些决定？而现在的我又可以觉察念头甚至刻意起心动念去造业从而创造未来的一些人生体验……好像是注定又好像不是……

答：师兄，当用“念头”思考那个“决定者”时，“决定者”随即消失，因为念头起的那一刻，念头即是决定者。关于你出生的时代、地方、家庭、性别等等一大堆看似由不得你做主，貌似是有额外的一个“决定者”决定着“你”。那既然“决定者”随机生了万事万物，如同一棵大树随季节生了无数的“种子”，但“种子”不论长什么样，何时长出来，能否有条件发芽等等，“种子”皆携带了“大树”的一切“信息”。同样，“你”也携带了“决定者”的一切“信息”。你开不开悟，“信息”不增不减，“决定者”不离不弃。那还“惦记”什么“开悟”，还“琢磨”什么“决定者”呢？应无所住而生其心。

627 问：@无名先生 请教无名老师：“我”是一个四大假合的我，并无自性。那佛法为什么又讲“回归本心自性”呢？

答：当你读：肉身是四大假合无自性时，即是自性了。不论你回不回归皆不离自性，所以无需“回归”。

628 问：今日小观 在经营生意的时候，朋友有疑问向我询问的时候，我把我的想法所学，认知告诉给他。但他给我展现的是怀疑、抬杠与执着。我又一次被情绪带走，气的不行。持续了一个小时。当时想的是让他自己做自己，我不参与。他有他需要体验的东西，但当时情绪还是持续很久。庆幸的是这种感觉要是放在以前可能会持续半天。这次时间缩短了。我想知道的是，不去想，不去复盘算不算逃避，还是跟着念走，还是回归当下，想请教一下@无名先生

答：有烦恼的时候恰恰是观习气了旧业的时候。你的所学与认知皆是“你的”，渡众生的“渡”非“给他什么”，而是“无所给”的心在“自然而然”，这才是真的给了、渡了。

问：具体操作是，查觉被情绪牵引了，然后是抽离回到当下，还是？ 能不能一次了解◆◆

答：“察觉”牵引的那一刻已经回到了当下，“观”到了“住着”处已经了了旧业。无需多一个回到当下、了旧业。

629 问：@无名先生 请教无名老师，有肉身时心通过眼耳鼻舌身意感知世界。肉身消亡时，心靠什么感知世界？心还有感知世界的其他途径吗？

答：“心”生发了信号，在你手机（身体）上显现了画面，手机坏了，画面消失了，心去哪儿了呢？是师兄误解了“心”，把它“当成”了你的“意识”，把“世界”当成了心外之物，是住了“我相”上的一种外显。心为何物？“理解”即是多余呢！

问：@无名先生 如果手机没电。手机的灵感也就失去了。它散落在风尘中随风飘荡，很久很久，是福还是祸？

答：到时候再说吧，会知道的。

问：@无名先生 我不知道，我知道也只有你能懂我。

答：没到时候，“知道”还是“阴”，不期待“知道”了，就到时候了。

630 问：@无名先生 师兄好我们刚才在讨论师兄发的观音者视频 请师兄解惑一下

答：哦，师兄，此刻你对着天空喊一声：我是个小傻瓜。看能不能听到，若能，“听”者即是“观音”者。

631 问：@无名先生 无名先生 我想问的是，找到心以后我还是控制不了那个我 是不是？

答：见性之后，“我”即是“心”，知行本一，无需控制，自由自在

632 问：@无名先生 你回答了了那么多问题，我认为你是开悟了的，不过像你这样的人在现实生活中随着不断的接触事物和学习你的道心的觉悟还会提高嘛，还会有变动嘛，就比如对 道 佛 明心见性 圣人 等一切的觉知还会像我们大多数人一样今天有今天的看法 一个星期后有一个星期的看法会这样子嘛？

答：众生即是佛，是一非二。妄心即真心，是一非二。烦恼即菩提，是一非二。“真相”若是一个玻璃杯，不论众生说好看、难看，说是二氧化硅、是透明、是大、是小、是好用、是难用、是种种....皆是指玻璃杯自身，皆是真相本身，是一不是二。法尚应舍，舍的是真妄分别对错分别。那好了，我昨天啃鸡腿那叫个香，导致今天消化不良认为粥好喝，昨天和今天的“看法”哪个对？所以，你知香知臭知美知丑的“知”的果相虽不同，但“知”的能力不曾变，因为“知”本身即是真相。你开不开悟，悟都在，你知不知道，知都在道都在。那还求个什么知？悟个什么锤子呢？

633 问：今日小观：我孩子之前是得的寻麻疹！我就告诉她思想出了问题让她改！这些天又得了紫癜！我要告诉她改改脾气和性格！我一直都是告诉她改！昨天就想我为什么总能看到孩子的毛病！是不是给我显现是让我改呢？是我的思想出了毛病！不是让孩子改而是我要找出自己的错误思想了？@无名先生

答：师兄有没有一种可能：改她和改自己都不是见性法，那第三种可能是什么？

问：@无名先生 放下想改的心里！自己知道就好了

答：如是呢放下“改”的念，方能恢复心的本知本觉而事事如意了。

634 问：遇事爱上火，然后就牙疼，嘴起泡，心理素质差，抗压力弱怎么破@无名先生

答：爱上火，“受”了这个火就“了”了火，“受”了这个疼就“了”了疼，受了一切果，就了了一切果。修行就是这么一个慢慢受慢慢了的过程，接纳了这个过程即是不在造“业”，不接纳（纠结、怀疑、对治）这个过程即是持续造业持续受果而陷入无限轮回中。

问：@无名先生 可是这个爱上火毫无改观啊，从小就这样，几十年了还这样，就这么一直受着吗？啥时候是个头呢

答：观一下当下心，是否此刻在对治这个上火，是否此刻在排斥这个果报，持续的对治排斥又埋下了新的“火”种子，即是循环上火了。

635 问：@无名先生 世界万物（包括你我）都是由“道”所生，或者说就是“道”，当我感知到他们时，因我的感知和知识我赋予了他们颜色、形状、大小、贵贱、好坏、类别等等一系列相，使万物出现了分别。这样理解对吗？烦请先生开示。

答：若认为“你”为“道”所生，则你与道为“二”了，你即道，道即你，是一非二，非谁生谁。这里的“你”非相上的你，而是假名为“道、觉性、佛、如来……”的那个“东西”。所以，非你感知了“道”，而是“感知”本身即是“道”，一切“善恶对错分别”的知见亦是“道”，“万物”即相即念亦是“道”。

问：@无名先生 那贪嗔痴慢疑也是道吗？我们做任何事都是道吗？

答：“道”如同电脑，不论你播放广告、爱情片、恐怖片等等皆是不离电脑不离道。“道”无内外无善恶无始终，道可道非常道。

问：@无名先生 这就困惑了[捂脸]那么说杀人放火是道，行善积德是道，本无差别，一切都是在道内，也就没有善恶之分了？请教先生

答：是的，杀人放火也是道，不在道外。计算机的底层算法不离 0 和 1，那道也有亘古不变底层算法，起名叫因果或阴阳。所以，杀人放火在因果中，积德行善在因果中，一切起心动念皆在因果中，造了什么因，种下什么种子（八识田），注定什么果，不在因果外。因果只是“相”上因缘聚散的表法，当不着一切相而随缘时，则是八识田的种子逐步减少时（着相即造，随缘即了），因缘一到，即是明心见性时。

636 问：@无名先生 请问先生：现实生活中，一件事情，会有多个想法，如何分辨哪个是良知，哪个是执念？

答：心落到了“众生”上是良知，落到了“我”上是执念。

637 问：@无名先生 先生视频中阐述了人肉身的轮回，死后的一把黄土，随缘组合成其他物质或生物，那请问人死后的灵魂会去哪里呢，请教先生

答：师兄，表法而已，勿着法相。思考两个问题：你睡着了且未做梦，灵魂去哪儿了？你前念落下一念未起时，灵魂去哪儿了？

638 问：@无名先生 老师，我有个问题，如果有些“众生”的需求本身就是贪嗔痴，怎么回应呢？比如有的人，不经常联系，偶尔会发微信来秀她自己的物质享乐什么的；还有的人，一联系就是抱怨她的亲朋好友[捂脸]她们的需求是夸她们

答：众生没有贪嗔痴，所谓“众生”的贪嗔痴皆是“我”的贪嗔痴，他们炫耀不是他们炫耀，而是你在意了而生出了炫耀的分别。

639 问：@无名先生 师兄一呼一吸之间，可否理解为即是知觉处，即是知行本一，阴阳相合，谈笑之间，万事万物都是当下这口气在起着妙用，师兄我以前总是想得太遥远，太美好，偏离实际，当下感觉有点返朴归真，想来想去就剩下这口气了。请师兄指点迷津。

答：“知觉处”“知行合一”等等皆是心法，非“相”上，非理解所知。念起念落，念从何起？落于何处？那个“来去”之地即是“性”，若来若去，不可言表。

640 问：@无名先生 请问老师人是有灵魂的吗？

答：叫法不同：灵魂，心，性，良知，主人翁等等皆是一

641 问：@无名先生 [合十]感恩师兄，师兄我理解的道忽有忽无，总是随着我的心情起伏不定，不能时时随处而安，好似心中有挂碍，师兄可有一法能将它实实安住。好比镇妖塔镇住邪念，悟空被如来镇压在五指山，使其按份，正如子贡问孔子，可有一言可以终身行之者乎，孔子回答子贡己所不欲勿施于人。

答：允许不安时恰恰安允许无常时恰恰常允许随时死去（不住）时恰恰常生（妙用）

642 问：@无名先生 无名老师，自尊是什么？

答：良知换个词即自尊，天性换个词即自尊，慎独换个词即自尊，自尊即尊的是良知、天性。自尊不是面子，呵护自尊或伤自尊是面子了，是着了相了。

643 问：@无名先生 师兄好！如何理解思想是身体燃烧后的产物？身体是思想的沉淀物呢？[抱拳]

答：万法皆空，一切法皆是方便说，皆是表法用的一个比喻。你发这句话换成道家的表法即“精气神”，就是人身体的工作原理如同蜡烛燃烧，有形有相的食物（蜡烛）吃了通过脾胃运化变成后天之炁（气化的蜡油即能量），炁化神（蜡油燃烧）即变成无形无相的思想，即回到了“先天”。先天之炁因缘落与中脉化生五脏六腑，进行新一轮循环，类似十二因缘。实则先天即后天，后天即先天，因缘不同，本为一。如冰是肉身，水是炁，蒸汽是神，冰、水、蒸汽皆是一。整套游戏的主宰者即是心（假名），心为何物？一切皆是。

644 问：@无名先生 一个问题请教一下。看到两个一岁多小孩，一个前面爬，后面跟一个，前面一个拉屎了，后面一个拿起来就吃。我在想，一岁多孩子可能处于本能吃屎，是不是就是我们说的“心”决定的？我们长大后不吃屎了，觉得💎💎臭，是我们观念决定的？

答：皆是“心”决定的，一切见闻觉知皆是心。小孩吃屎也知臭，只是当时的他的好奇心胜于了知臭而吃了屎。眼耳鼻舌身皆是心的承载或叫外缘，当大人视觉不好使，嗅觉不灵敏，味觉消失时，他也会错吃屎而不知，或者此人癫狂时也会因为心的癫狂而遮盖了屎臭吃了屎。癫狂亦是心，好奇亦是心，色声香味触法亦是心，一切知见、烦恼、纠结、妄想皆是心。操心时，心就变形了，假名妄心，放心而随缘时，心就恢复了本来面目而明明了了，假名真心。

645 问：生病了吃药算对治吗？@无名先生

答：有恶人拿石块砸我，我顺手拿木板挡了一下，这个挡算对治果报吗？对治与否全在于心，非行为上做了什么，执着即对治。

646 问：@无名先生 接触佛以来看开了很多事，血压正常了，腰间盘突出好了，快乐了很多！！！感恩@无名先生，自己感知能力好像强了很多，晚上经过有些地方时候能感觉不太对，无名的恐惧感，以前从来没有过，这是怎么回事？

答：允许一切发生。平日里保持正知正见，多行善事，随缘布施，恐惧也就自然远离了你。

647 问：@无名先生 请问先生，智商的高低也是由业力决定的吗，有没有提高智商的方法

答：吃喝拉撒睡平时够用就行呗，高了不见得是好事，没心没肺不见得是坏事。

648 问：@无名先生 师兄，当良知是执着该怎么办？

答：当你“看清”执着的那一刻即是良知了。

649 问：已经有一段时间了，对于传统文化群里天天发言分享论语见解的同学有点儿看不上，间隔一段时间听一下，感觉没什么收获就不再听了，知道自己是有傲慢心在作怪，也是分别心，但是，大德高僧们不也是一路追寻上师，而不是花时间去听凡人对人生的见解@无名先生 请老师指点

答：不见得是傲慢心哦。设想：佛陀刚吃饱午饭，一位施主带着全村人的寄托亲手做了一大碗饭累的满头大汗的给佛陀送过来了，你猜佛陀会怎么办？

650 问：无名先生（人）没有眼耳鼻舌身可以（活）那没有（意）眼耳鼻舌身还能用么？

答：勿被表法绕进去，眼耳鼻舌身意皆是“心”之用的体现而已。“能活”皆是有“心”，“不能活”也不离“心”，心不等于觉知，被打晕的你没了觉知难道心就没了么？心是“离我”“离觉知”而无量光无量寿的一个存在，不可言表，不可思议。

651 问：前几天去本地的寺院溜达。看到了很多佛像。旁边有卖好多佛像。但是很贵。我老婆说这个几个佛像好庄严呀。我说这不得几十万呀。把我卖了也买不起呀。我忽然说。老婆我们虽说买不起佛像。但是可以把佛像带回去呀。她说怎么带回去。这么大佛像。我说可以用（想）带回去呀。想带回去多少佛像就带回去多少佛像。我就闭着眼睛（想）佛像。正想着带几个佛像回家呢。旁边有个比丘老师敲旁边的那个大钟。我愣神这一下。我想那几个佛像在脑子里的画面破碎了。真的空了。原来平时（想）那么多事情都是（假）的呀。但是说是（假）的吧但是确实出现了。就像（佛像）确实在脑子里出现了。如果脑子里佛像是假的。不去搭理它。佛像是怎么显现出来的呢。是不是大家所说的（心）呀。如果这样的话。那想啥东西不重要。重要的是那个东西吧。意就是想。想就是念。念就是心。@无名先生 就这么简单么。请老师开示

答：回归生活吧，佛法就是世间法，除了世间再无法。不要想些神神叨叨的，吃喝拉撒睡就是一切法，还有比能吃能喝能看能听的当下更美妙的天堂吗？

652 问：@无名先生 请教先生，我现在知道了我所有见到的（包括我自己的身体）都是因我的感知而显现的相这一事实，现在还有一个疑问，哪个让我感知的客体是什么？比如我看到了一朵花，我知道我看到的花是我的经验知识等在我大脑中组合出来的一个相，但我感知的这朵花本体是什么？恳请先生赐教。

答：无需思考，无需辨别，无需搞明白，看见了花就是看见了，事实不需要解释。恰恰不分别恰恰无所住，恰恰在当下恰恰是明白。

653 问：@无名先生 先生好，我想请教一个问题，六组说的若不见性，学法无益的那个性，是不是我们现在说的那个觉？

答：师兄问时，“问”即是性；师兄看我回复的信息时，“看”即是性；师兄想这句话什么意思时，“想”即是性；你的眼耳鼻舌身意的一切妙用皆是“性”。只是言本体时假名性，言妙用假名心，言心之所发假名念，言念之落处假名相或物。性、心、念、相、物，五者唯一。

654 问：@无名先生 是不是人“贪财”和苍蝇“贪屎”都是老天安排好的天性，允许自己贪，最多提醒一下自己，贪多老天会收割的。有意识施舍财物给需要帮助的人没有任何意义，财和自己身体都不是自己的。为何“三体轮空”的布施才有功德？请先生开示

答：师兄，你还是停留在表象，一切法皆是心法。财，“想要”与“不想要”都是分别都是贪，都是着了两边而没有“中”。有没有“第三种”答案呢？

655 问：@无名先生 我想问问我们要除“贪、嗔、痴”三毒的方法。受先生教诲，说说我的理解是：以贪财为例，出现贪财念时提醒自己这是虚幻的，同时承认自己贪了，不去想它，或者制心一处做别的事，它自然消失。或者做一下帮助施舍他人的事情。有以下疑问，请先生指教：1. 明明知道并提醒自己贪了，为何控制不住自己做贪的事？强行控制自己又觉得执着了。2. 做施舍的事会很享受，会上瘾。算不算痴迷呢？

答：想想厕所里的臭粑粑，一群苍蝇各种争抢，是苍蝇贪吗？真正的施舍是无为无知无觉的自然而然，真正的施舍时心中没有“施舍”。若有“施舍”的念了，那“很享受”与“会上瘾”是一种“慢毒”在作怪。

656 问：@无名先生，老师，我明知道过去和未来的一切如梦幻泡影，为什么我还会因为过去伤心的事情，在被提起而还会感到伤心呢？

答：@你又爱又恨的张老师 梦幻泡影是好还是坏？回忆过去而不由的感伤是好还是坏？爱自己，允许自己愤怒，允许自己失态，不要强迫自己，绑架自己这颗心了。所谓的慈悲，是灵性开显后的产物，不是造作出来的。看见自己的内在，去接纳这些垃圾念头！做真实的自己！而不是活成别人想要的样子！不要求自己完美，不强求别人无缺，佛的面子都不想给的时候，想想这心是多么的苦呀，当那些金刚佛语都变成了虚设才知，这些执念才是必修。

问：今天发现了我的嗔恨，我在问，这嗔恨背后是什么呢，请@无名先生 老师指教

答：“允许”的真实意是：没有允许，“慈悲”的真实意是：没有慈悲，

“接纳”的真实意是：没有接纳，

“修行”的真实意是：没有修行。

一切法皆是心法，心法皆是无为法，无为法皆是自然而然无形无相的。

问：嗔恨背后是什么？

答：嗔恨没有背后，嗔恨本身即是一切法一切佛。

657 问：@无名先生 您好！有个问题请教一下您。看六祖坛经说"起心看净，却生净、妄。妄无处所，看着是妄。若看心看净，即障道也。"此句如何解？是不是说我们平时观心生妄念的"观"也是障碍？[合十][合十][合十]

答：“观”是无相、无为的，非起个“念”去观去看。妙明真心本自清净，何须多个“看”，“看”即心之妙用，“看”即心，“念”即心，若起念看心，无有是处啊。

问：@无名先生 也就是说：妙明真心很有"智慧"，不用刻意去思考反思对错、善恶、贪婪等，“它”自然能察觉出来妄念，顺着他的指引做人做事即可！

答：烦恼即菩提，烦恼处即是修行处，观烦恼背后隐藏的“住着”即观即了即明即智慧生。此“一观”如“拨云”则心的本知（菩提）的光芒自会闪现。

658 问：@无名先生 请问无名先生，吾日三省吾身，是有为还是无为，这样做对吗？

答：有为、无为无需分清，分清即是有为。若无所住，即时时无为中。若心平行直，有为也是无为。若有所住、心不安了，那“三省吾身”即是有为入无为的“法”了。

659 问：@无名先生，您好！在相的世界里，我把自己看成了个玩游戏的人，这时的自己还是小我吗？么还是放下了我相了？请老师给予指点，谢谢！

答：玩游戏也好与当真也罢，事实有改变吗？如同云朵像一匹马，你着相说是马与不着相说是云，事实改变了吗？“相”“世界”“玩游戏”“小我”皆是那个不曾改变的“一”。恰恰分别了为四，恰恰着于相上，产生了种种问题和烦恼。

660 问：@无名先生 先生请问下，我常常被欲望如财色名食睡等左右而烦恼，明明知道放下即自在，可是往往放不下，这是为什么呢？

答：财色名食睡，佛陀都放下了吗？佛陀饿了，也得托钵化缘，得伺候这个“小我”的肚子啊，不然真饿。佛陀困了，也得洗洗睡啊，得伺候这个“小我”休息休息，不然困呢。真正的“放下”不是把财色名食睡通通砍掉，不是把他们当“恶”对待，而是不定义、不分别财色名食睡，财色名食睡来则应，走不留，随缘来随缘去，来去皆是因果报应。困了因为心本“知”困即睡，饿了因为心本“知”饿即吃，见色因为心本“见”色即应，财与名皆是果报，有与没有皆坦然。

661 问：@无名先生 我以前玩网游，现在的我们是不是像网游里的各种角色，在“代码”的作用下升级奖励，积累财富，娶妻生子，组团打怪兽，装扮房间等。开悟了的人就像明白“代码”的角色。说给别的角色听别的角色也不相信，也无法表达。也无力改变“代码”。这个比喻恰当吗？

答：类似吧，不过不论怎么表法皆无力，生命的真相妙不可言。

662 问：请教无名先生。身边人和我探讨世界的尽头是数学。我有点困或请教先生怎么看。

答：世界本身就是相上的文章啊，就是有时时间和空间，佛家起了个名叫相嘛，数学呢，数理化，数理化皆是术嘛，就是道家讲的术。术又是道的一个妙用，一个显现而已，其实数就是道家术学，它只是在阐述这个所谓向上的，所谓万事万物的一个变化的一个规律而已。他解释在相上的一个文章。世界只是那个本体的一个显化啊，就是妙用呈现，世界法界如同性向，是一如的。起了两个名字，叫世界，还有法界，法界就是没有时间和空间，无量光，无量寿起了个名叫阿弥陀佛。那世界和法界本身是一个，一个体，一个用而已，那世界的尽头是啥呢？那世界的尽头可能就是那个所谓的体啊，就是法界，就是阿弥陀佛吧，这个只是表法的，这个只是表法的，具体那个法界，那个阿弥陀佛是什么样子，这个只可意会，不可言传。说不清。

663 问：@无名先生 多谢！了解真相我觉得我们最大的障碍是大脑，大脑很狡猾，我们一思考就输了。还必须借助它！这个想法对不对？

答：师兄，当你认为大脑很狡猾的时候呢？你无形当中已经和他对着干了，你干不过他的，不要下定义。大脑和眼耳鼻舌身是一样的，也是新的一种呈现的一种溯源吧。他应该是灵活可爱，怎么怎么是狡猾呢？

同时也不要给那个所谓的思考去下定义。一说思考啊，好像就是着相了，就是起念了，就被相所牵了啊，下定义嘛，如果释迦牟尼佛出现了，你问他一个问题。他举例子的時候，要不要思考呢？他和别人交流的时候要不要思考呢，妙用而已嘛。

664 问：请教@无名先生 一个问题，与人之间怕冲突，一旦冲突就气血往上升，怎么解决？

答：师兄，我记得有一个老话咋说的，软的怕硬的，硬的怕不要命的，你可以理解一下这个不要命的，就是心中没有了我，离了我相啊。如果离了我相之后呢，剩下的是什么呢，率性，良知，离了我之后呢？你不会生气，即使当时呈现出愤怒的样子，只是随缘了。扭头可能就忘了，或者是没有情绪。

问：师兄，好像有点领悟了，就在边上了，就是有个我，怕死的我，或者说怕造成其他的不利我的事情的我，才是我怕冲突的因，而率性的我只有按良知随缘了业，对吗？

@无名先生

答：如是吧

665 问：无名老师@无名先生，我近期对“明心破妄念”是有些体会，对各种杂念不执不住，但是没有发觉心中的智慧呢？智慧还得靠学习和经历获得吧？

答：师兄，若做到了“不执不住”，不被相牵引，则心是定的、安的、当下的，当下心的本知本觉自然而然的呈现即是“智慧”，当下心自然知冷知热、知美知丑、知善知恶、知阴阳明因果，当下心如镜子一样，无所不知无所不照，明明白白，如来如去。若不是，说明镜子尚不明，有你“看”不到的挂碍在牵引你，怎么办？随缘磨。如何磨？烦恼处即是挂碍处，情绪处即是挂碍处，烦恼起时，观烦恼背后的“住着、贪求”，即观即菩提，镜子慢慢也就亮了。当下，勿求“明”，“明”是果，果上努力等于造新业。

666 问：@无名先生 看了您关于“看见美女喜欢就认为好色”的视频，想到一件事不通透请教一下。前些年我们单位一个有家庭的男人，爱上了一个刚毕业没结婚的女孩。女孩也爱他，两人你情我愿在一起了。后来女孩想独自占有男人，给男人妻子打电话谩骂，造谣，逼迫他们离婚，三人闹得鸡飞狗跳，该男子妻子刚烈割腕自杀。我想问一下：该男子和女孩两情相悦而出轨是吃饭一样本能，那么妻子割腕自杀与该男人爱女孩有关系吗？

答：见美女“喜欢”，如登泰山看见日出“欢喜”一样。这个“喜欢”是良知的妙用，生出的欢喜、愉悦、自在。而生出了谩骂、造谣、逼迫的“喜欢”非喜欢了，而是“欲”作怪，是贪求，是占有欲，是没能随缘。爱是欢喜，欲是占有，一个予一个取，皆是心上的一念之间，非相上文章。

问：@无名先生 我想再问问，遇到自己爱的人，人家也爱我，有家庭的情况，我们怎么办？1.道德约束，忍住。2.不顾世俗，在一起，久了爱变成恨，引发更多反应纠缠不清。心到底会如何指引？佛家说的“戒”是“心戒”如何理解？

答：当你还在问“怎么办”时，那无论给你什么答案，皆是着了两边了。法无定法，怎么办？交给良知，交给当下心，扔掉“怎么办”的选择，即是致良知。扔掉“道德、世俗”的定义，即是致良知。戒即心戒，无心外之戒。

667 问：@无名先生 不贪，不执着，心自然有智慧指引你！这个开悟后才能正真理解。[合十][合十][合十]

答：勿惦记开悟，勿定义一个法叫“开悟后才知”，当下不执当下知，当下有执当下迷。

668 问：@无名先生 请教一下：超市买菜挑选好的，买东西挑质量好自己喜欢的牌子，吃饭选餐厅，这些是分别心吗？

答：分辨出何为新鲜蔬菜何为烂菜是心本有的“知”，选餐厅时，今天就想吃点酸的或咸的亦是心本有的“知”，若选择时被餐厅海报的大鸡腿吸引，有一种力量拉扯着你想吃它个畅快淋漓，这个即是分别心了。分别心是着相，是被“相”所牵，是“欲”。心的本知本觉是无为的无相的，自然而然的，是良知。

问：@无名先生 也就是说，离相（没有分别，算计，爱恨等），心本来就知善知恶，知美知丑，知冷知热？

答：如是吧，顺着良知走，健康长寿不长病。顺着欲望走，烦恼折寿一身病。

669 问：@无名先生 今天看你发的几颗花生，两个红枣，一小片馍馍是你的一顿饭吗？一个山东大汉能量能跟上吗？我一个人待着可以一两顿不吃感觉很舒服，和家人在一起吃很多，身体很难受

答：用心对待每一口饭，享受其中，心自然知道吃多吃少吃块吃慢。心时时在当下，即知一切，即一切吃喝拉撒皆合时宜。

670 问：无名老师，如何见性

答：谁要见性？

问：真正的自己[捂脸]

答：谁在找真正的自己啊？

671 问：@无名先生 师兄好，我有这样的一种体验。如果多看一会儿手机，身体就有点发凉。放下手机后身体就会慢慢热上来了。这种情况是怎么一回事呢？

答：觉知是你最好的医生，多臣服觉知，少和它对着干，就是最好的养生了。

672 问：@无名先生 我感觉什么都不想干，但是要上班赚钱。怎么办

答：想泡妞吗？想吃美食吗？想晒着太阳葛优躺吗？

问：@无名先生 想，但是感觉放下一切最轻松快乐[捂脸]

答：想这个，和不想工作，其实都是被相所牵，得与不得都是苦。比如，你逃离了工作，衣食无忧，车房美女应有尽有，痛苦就来了，如同吃了一肚子美食，等饱了，你会发现，香喷喷的鸡腿变的油腻难闻，追求的完美瞬间变的毫无意义。真正的快乐不在于当下的环境如何，若素其位而行则无不乐。

673 问：@无名先生，请问先生，有时会碰到一些很讨厌的人，也就是社会上的地痞之类的人，我见到他们就好像吞进嘴里的苍蝇般难受，但生意需要，他还和你近乎，我该如何调整心态，请师父帮我指点一下

答：两口子吵架甚至家暴，仍然在一起过日子，为何？

问：@无名先生，包容，原谅，理解，夫妻之间能做到，可对这类品行不端的人心里有说不出的讨厌，觉得这类人就是很渣，是我心中有分别心吗？望师父指点[合十][合十][合十]

答：能“吵架”说明有缘，能“讨厌”说明有缘。缘即遇见，遇见是果，讨厌是因，因为讨厌的心而感召了讨厌的物。

674 问：@无名先生 不思善。不思恶。那到底想不想呀。看到别人做事看不惯。是该说还是不说呢。说出来还怕别人受不了？请开示[合十][合十][合十]

答：心本知善本知恶，何须多一个思善思恶？顺着心的本知本觉去为，何来的烦恼和看不惯？看不惯的皆是有为的着了善恶了，没能如意则看不惯。若去掉了住着，知行合一，一切行为，无不合与道。

675 问：@无名先生，师兄，人真的有自由意志吗

答：你能否肆无忌惮的想一件美事？又能否自由自在的回忆童年？

676 问：@无名先生 自由意志这事我也有疑问。对于我自己的感觉来说，确实可以自由遐想。但对于一个高人或者神明来说，我什么时候想什么干什么是可以提前预知的。也就是对我而言所谓的自由，其实也是写好的剧本？就连谁谁什么时候成佛，弥勒什么时候降世都是有定数的？怎么理解这个事情？

答：释迦摩尼佛若知道众弟子何时开悟，他还费劲吧啦天天讲个什么劲？没有高人，你的觉性即是至高无上了。自由是无相的，若言自由即被自由相牵引而不得自由了。

677 问：@无名先生 我知道看不惯因为着了分别，但看不惯的心一直都在，私欲太强，无法顺着心的本知本觉而为，面对此事如何去掉住着？

答：寺庙的墙上刷着什么字：诸恶莫作，众善奉行。道观墙上刷着什么字：道法自然。办公大楼的墙上刷着什么字：为人民服务。那你也要给自己的心上刷一行字：多想想他人（众生），少想想自己……时时勤拂拭勿使惹尘埃……吾日三省吾身

678 问：前几年我做手术。做的全麻。手术之间眼耳鼻舌身意占时不起作用了。（意）不是主人。如果是主人我死掉才去。可是我睡着这段时间发生了什么事情不知道也没有知觉。可是那段时间确实纯在的。语言无法表达。也想不出来。那个就是（阿弥陀佛）吧。可是麻药过劲眼耳鼻舌身意就起作用了。做手术时候眼耳鼻舌身意跟（心）因为麻药把神经麻痹了。传达不过去。心无法显现。眼耳鼻舌身跟（意）是同时起作用的么。@无名先生

答：你死掉了，“主人”还在。所谓死掉，只是“本体”因缘沉寂下来，没死，是“本体”因缘的妙用，妙用的体现即见闻觉知，眼耳鼻舌是只是见闻觉知的缘。再说，眼耳鼻舌身意的作用，你试试，当你想你的初恋爱人的音容笑貌那一刻，你能同时“看见”眼前的画面吗？能同时“听见”窗外的狗叫吗？如果同时，则多个心了。实则，无法同时，因为只此一心。

679 问：@无名先生（想）无名先生。我想不出来你的样子。因为我没有见过无名先生。我只能（想）见过的人。或者听别人描述出来的样子。那（想）出来的东西我拿不出来。那想出来的任何东西我都拿出来。那必须有个前提。我需要见过或者听过。才能想出来画面。那当我想先生回答我问题。对也好。错也好。都是你吃荔枝把甜吸收完了。剩下的皮。想什么都是影子。想本身就是所说的（心）么[合十][合十][合十]

答：“想什么”皆是相，“能想”即是心，相为心之用，心为相之源，心相一如。

680 问：@无名先生 自由意志那个问题我还是没明白。

答：你想搞明白何为自由时，明显不自由啦

681 问：@无名先生 请教先生，如何理解：站在法界看世界

答：着相即世界，离相即法界，表法而已，实则念起念落。站在法界看世界，可以理解成：不着相的心映万物如来如去不然不住。

682 问：@无名先生 性相一如，为啥还有着相之说呢

答：角度不同，表法不同。站在自性的角度，无有着相离相，皆是心。站在心之妙用的角度，方才有了着相离相的表法。

683 问：相由心生，相又遮蔽了自性，这个自性为啥要生出相来遮蔽自己呢？难道是自性在玩游戏，即便给人世间带来无尽的痛苦，这个自性也玩游戏，太卑鄙了吧@无名先生

答：你知道你是怎么睡着的吗？如果你去研究，你就无法睡着了。不如放过自己，该干嘛干嘛

684 问：@无名先生 请教个问题：有句话“你心里面有个消业的念头，业就消不了。”此话如何理解？[合十][合十][合十]

答：随缘即是了业，随缘是无相的，了业亦是无相的，非有为的起念了业。如同睡觉，了业如同阳入阴的过程，自然而然的则睡着了。非起个什么念，用个什么法去睡觉，恰恰有为恰恰无法睡着。

问：先生@无名先生 随缘是不是“了业”的唯一渠道或者方法？

答：“随缘”亦是一切法了。

685 问：@无名先生 老师，打扰，把自己训练成“没有意识的机器人”，这个方向对吗？

答：恰恰相反吧，应该是“充满意识，活泼灵动，如孩童一样无智无畏的大活人吧”

686 问：老师，把大脑停了，那个“东西”会慢慢浮出来吧？

答：大脑作用时，这个“作用”本身就是那个东西了，只是以视听言动所显化的“世界”呈现它。大脑无所住时，那个东西还是那个东西，不曾改变分毫，只是你“知道了”所谓世界的显化不过是视听言动背后的它在妙用。

687 问：@无名先生 请教师兄一个问题，360行 但我唯独对商业领域感兴趣，我又不想去公司上班积累基础，想直接做点生意 但我又没资源没人脉，这种情况下想做生意只能认知高点了，那只能看书 看视频学习，平时学习金融 营销 商业案例 模式 市场规律什么的，但就是陷入一个问题，那些密密麻麻的东西让我枯燥乏味，更难受的是学习一些案例让我起了很多攀缘心，比如想着人家那样子操作方法我自己怎么想不到，那时候市场那么好做自己怎么没进场，或者那时候自己根本没接触那些东西和板块，那时候自己接触了也能做的那么好，感觉自己也能做得好老天爷没让我接触呀，心生贪求和嗔恨（见笑了各位师兄，自己告诉自己不能这样，意识根本控制不住 越控制越痛苦[破涕为笑]）我的这种为了某种意图去刻意学习是不是就是佛家讲的有为法，是不是自讨苦吃？那如果我的这种行为是一切有为法如梦幻泡影，是不应该刻意，需要随缘，那么佛家又讲因果果，果是因的结果，那么我不去做能让我能进去这个领域的事种这个因那我也不会进入呀，就没这个果了，

那我到底是学还是不学，所以我晕了呀[破涕为笑]

答：前人总结了种树的经验，你去学习，只是指引，只是助缘，只是观自在的资粮，具体今年的树你怎么种？雨量如何，温度如何，土壤深浅，海拔高低等等，需要因时因地方可制宜啊。做生意一样，前人成功的生意经只是那时、那地、那人顺道而为的归总，你学习的不是经验，而是成功背后他的发心，发心落到了众生某一烦恼上而反向匹配了一个产品去致中和的“积德”。反观自在，当下众生呈现什么相？你的心是看向了自己的所求还是众生？看向众生则积德，看向所求则损德，财是德的变现。发心正了，即合与道了，在道上，术无穷尽，不在道上，学再多的术也不过是蒙眼乱窜。

688 问：@无名先生 请教先生，较高境界的无分别心，是不是在都市雾霾天跟在山青水秀空气好的地方感觉是一样的

答：这个问题如同在茅厕和在花海是否一样？若没有分别心，那上厕所时，臭是应该，那自然不厌、不分别。在花海，香是应该，也自不惊、不分别。这个“一样”是随缘时心皆如如的状态，非香与臭一样。

689 问：当产生烦恼时观烦恼之后隐藏的执着，然而心里想的是通过观执着能够减轻我的烦恼，久而久之发现自己把观执着当成对治烦恼的方法了，反而又多一个执着，请问老师我是不是修偏了？@无名先生

答：烦恼即菩提，“观”烦恼背后的执着，这个观即觉，觉之既无。所以，只需观，没有“接下来”，只需观，无需多一个惦记是否还烦恼是否有“减轻”。那自观一下你的“观”，是否惦记了“观”后的“收货”了呢？

690 问：今日小观：如何做到不分别，自己一直在努力，但是面对顾客的不讲理行为，我会火冒三丈，给顾客讲不通，说不通，明明是顾客的原因，但是就得按顾客的无理要求，重新在一次自己付出让顾客满意，全程下来，觉知到我很生气，但是还是做不到平静对待，别扭着自己，心里不平，生活中类似的这种小事情很多，不知如何面对，觉知，做到不生气不分别，如何做到像是在剧情的安排，自己只是演员，不当真呢？@无名先生，请老师开示

答：如是吧。没有一法可以纠正你，佛陀也办不到。唯一纠正你的即你的“觉性”，它时时刻刻提醒你。烦恼即是提醒，提醒你着相了。欢喜即是提醒，提醒你随缘了。所以，烦恼和欢喜皆是好事。认清了这个，烦恼即菩提了。

691 问：@无名先生 老师，附体的怎么处理？

答：仙家说的附体，很容易让人误解为有个额外的力量控制了你了，呈现出神神颠颠胡话连篇的相，实则不过是着相太深，业力太大完全牵引了你，如乌云压顶，完全遮盖了佛性之光。怎么处理？心病还须心药医，用迷信对治迷信也算个办法吧，如以毒攻毒。除病根的唯一法只有一个：慈悲，仁，爱....

692 问：@无名先生 请问无名老师，什么是随缘呢

答：随缘是“果”，如同开悟是“果”。随缘是对一切“发生的”不执不住不分别，随缘是顺心而为、率性而为、无为。如何做到随缘？果上努力是徒劳。因在哪里？面对一切境遇时，有了分别有了贪求生出了烦恼，恰恰“因”出现了，烦恼处即挂碍处，即观即了即菩提，无挂碍的心自然而然做到了随缘。

问：@无名先生 无挂碍的心，似懂非懂

答：心上挂了个“无挂碍的心”当然就不懂何为无挂碍的心了吧。

693 问：@无名先生 比如做梦。别人用刀砍我。我却没有（疼）的绝受。比如跳楼也是一样。跳下去的时候心忽悠一下就醒了。没有一次真正的摔死。可是跟女人性生活却跟现实生活的感觉是一样的。无意中想到楞严经说一段话非因缘非自然。在现实生活里我没有被刀砍过。没有跳过楼。所以（心）没有砍过和跳楼的绝受。梦里就不会有被刀砍和跳楼的绝受。但是在现实生活里我有过性生活的绝受。在梦里就会有性生活的觉受。所以性生活的舒服不是因缘而来。是以前有过性生活的觉受。是假的。是心里本来就有这种绝受。而外界因缘结合。而如来藏显现出来的。那如果我在现实生活我被别人用刀过。梦里也会有被 砍的疼的绝受吧？

答：不论梦与醒，一切绝受无有真假。梦中化蝶，蝶就是你，梦中被砍，疼就是你，与醒来觉受的色声香味触法无差无别，见色时，色即是你（见色即见性），听声时，声即是你（声即性）...梦与醒时的一切觉受皆是自性之显现，如机器人或开机或待机或知道自己是机器人或不知道皆不影响机器人的一切“能”与“所能”。

问：@无名先生 您好。互为镜。观自在。色声香味触法。都作为镜。夫妻之间性生活也是接（触）产生的舒服的绝受。可是别人砍我一刀也是接（触）而产生的疼的绝受。不管是（舒服）还是（疼）都是因有个（觉性）但是舒服就想接受。而疼就想远离。以（舒服）为镜还是想。以（疼）为镜。就想远离。请教老师。疼怎么可以不挂碍呢。

答：舒服和疼皆是觉，皆是性之妙用。只是给舒服起了个名叫善报，给疼起了个名叫烦恼，实则一切疼都是“提醒”都是“善”的，一切烦恼处都藏着个智慧，所以舒服时，好事，安心即是，疼痛时，好事，亦安心即是。安心则无为，无为即烦恼化智慧。

694 问：@无名先生 那一切万物因（我）而生。一切万物为（我）而用。那地狱啥的也是因（我）而生了么？如果这样那那个（我）真的太牛了。

答：烦恼即地狱，习气即地狱，皆是表法。你真的牛，老天爷就是你，道就是你，佛就是你，当然，鬼也是你，魔也是你。具体是哪个，你说了算。

695 问：悟后起修，如何做才能达到先悟，有没有方法？
@无名先生

答：没有一个定法能让你先悟，既然没有，所以就不求一法了吧。

696 问：请教无名先生，情执怎么破？

答：不破吧，喜欢一个人不也是蛮好的事情吗？若为她而“执”了，更是好事，大大方方的执即是随缘时，即是拿起时，即是种子发芽开花结果了业时，自然做到了放下。若一直心心念念，又爱又压制自己，则种子持续躁动，如体内有火，闷而不发则病，若不压不随，火自会上沿散去则愈。

697 问：请教生生，您说过着相即是世界，离相即是法界。我父亲癌症，而且脑梗，经常头疼，还不能打通血管的药，因为会加速肿瘤生长，这个矛盾就无法化解，医生也没有办法，这些从佛家讲都是相，那我要怎么对待呢@无名先生

答：癌症，脑梗，肿瘤等等名词，如同一棵秋天的藤草，叶子慢慢变黄，枝干慢慢缩水变形，直至入冬了，它回归大地，化作一团春泥，来年又是一番生机勃勃。一切病，不是病，皆是道之用，佛家说相，非相，假名相。相为表法，缘聚缘散如来如去，但生生不息的“本”自如如。怎么对待，不着空，不着法，这时，自知对待法。

698 问：@无名先生 看着父亲受病痛之苦而无能为力，我不知所措，也很焦虑，您说的不着空，不着法，我不太理解是什么意思，还是不知道怎么做，怎么对待

答：良知本知本觉本如如，何须外求？

问：请教生生，父亲肺癌现在转移到脑袋，疼的受不了，最开始治疗的时候，想到化疗副作用太大，选择保守治疗，但是现在转移到大脑了，起初的想法太天真了，现在又不得不选择西医的放化疗，而放化疗的痛苦也是很大的，非常的迷茫，不知道怎么办了@无名先生

答：如果这个病发生在你身上，医生告诉你：你的生命就今天一天了，你会选择怎么过？是看着周围的亲朋慌里慌

张的求医问药选择中西医研究各种方案对治这个痛中度过？还是顺其自然医生让咋办就咋办，亲朋好友平和的陪伴，彼此有说有笑有回忆满满有默默无言，忘掉了时间没有了早晚也不想明天...？此刻，你的选择就是父亲的选择了。

699 问：@无名先生 请教老师，老师说的【相为表法】这里的“表法”是指：表述的方法。还是说：相是法的外显。请老师开示一下。

答：师兄，这个表法呢，是佛家的用词，就是比喻的意思啊，就是方便法的意思，因为那个针法是不可言表的。像道一样啊，无形无相，只能通过比喻、假借方便来说明那个无形无相的真相真法。就像老子用水呀，用大地来比喻佛陀呢，用用什么呀？万法啊，不论哪个法吧，所有的法皆是方便法，皆不是所谓的真法，因为说出来的法啊，都是方便法。都是指月手指啊，真正的月亮呢，不在这个手指头上。

700 问：道心不定，触缘极易退转。前段时间，有一陌生女子加我微信，聊了几次，感觉有点奇怪，我一无官，二无才，三不帅，女子对我万般宠爱，就像妲己钻到纣王心里了一样，感觉很受用，同时也在反观，总觉得不对劲，也许对方可能是来自缅北的猎人。隔三差五聊一下，过了几天，突然间聊天的画风就变了，女子有意无意勾引我裸聊，最终还是没能抵挡得了，投降了。事后，感觉不妙，上网搜了一下，才知道自己被套路了，及时踩刹车，删了。后边的故事大家应该想到了，接下来就是各种恐吓、威胁，勒索钱财。我都没理，哪怕告到天涯海角，甚至把我关进监狱，我得内心也是自由的，更何况，对方是团伙作案，

专门从事网络交友诈骗的，我又有什么可怕的呢？@无名先生 请先生抽空开示

答：既然果已成，面对就好吧。师兄能写出来且观到了前因后果观到了心之挂碍，那暴风雨已不是暴风雨，而是洗礼啦。