

《实证空明本性-溪儿篇》

标签：第一空性法

2014.12.01

作者：依果

林溪儿(329139981) 18:56:16

像一棵树一样清晰的，我有了。

依果(605002560) 0:21:17

像一棵树一样清晰的，我有了。

描述一下吧。

赞 慧莉(664154343) 1:12:16

恭喜林溪儿，好东西跟大家一起分享吧！

依果(605002560) 12:55:51

亲，我们要觉醒，做个具有自主选择剧本能力的人。

这是本性觉醒的体用，涅槃之无为而为。

----大涅槃经

依果(605002560) 12:58:29

做到这个并不容易，前提是，安住空明本性。
请依次第修行。

空性幻化小和尚(1207106203) 12:56:56



住在边境的精灵(848912498) 12:57:01



林溪儿(329139981) 13:32:55

我是谁？只有当知道自己是谁，是什么了，才能够开始真正的修行，才开始觉醒，才开始真正导演自己的生命剧本。

林溪儿(329139981) 13:35:13

只有在本性上修，才是真修。其他都在围墙之外。

林溪儿(329139981) 13:36:58

@依果 我刚刚知道自己的空明本性，还不知道如何安住和怎样按次第修，请师指教！

依果(605002560) 13:52:11

恩，溪儿先说说你看到的那颗树

林溪儿(329139981) 13:55:15

当我打坐时，感觉啥也没有了，一片虚空，但突然想，是谁在看到或感觉到这个虚空呢？有个“知觉”存在。

林溪儿(329139981) 13:57:22

我是八月份有这体会的，一直没管它，但这个觉竟然越来越清晰了。它如如不动，只是看着我，看着我吃喝拉撒睡。

依果(605002560) 13:57:42

恩，这觉知就是虚空明境本身。
没有另外的什么了，这就是相认合一，成为本性空明本身。

依果(605002560) 13:58:56

吃喝拉撒睡的那个我，只是本性空明的不二化现境。

小梅花(2841115042) 13:59:10



依果(605002560) 13:59:21

本性的体用。


林溪儿(329139981) 13:59:53

昨天看阿迪亚香提的《真正的修行》，他说那就是我们的本性！我突然之间就明白了！然后大哭一场，追逐了这么久，却原本这么简单！

林溪儿(329139981) 14:01:05
竟然就像捅一层窗户纸那么简单。

小梅花(2841115042) 14:01:12
赞美@林溪儿

依果(605002560) 14:01:27
安住不退转。即可。
这需要点功夫上的正见习性。


源头之恋(754319244) 14:01:42


林溪儿(329139981) 14:01:48
怎么安住，果师？

依果(605002560) 14:02:05
这简单即是顿悟。

住在边境的精灵(848912498) 14:03:17
我也有这个体会。如如不动看着幻化的这个叫精灵的人。

依果(605002560) 14:03:21
下功夫，让这境界持续，直到持久，不退转。
即：有禅定功夫上的正见习性。

空性熊猫(2879911215) 14:03:29


小梅花(2841115042) 14:03:39



林溪儿(329139981) 14:03:52

我是感觉到芸芸众生都在那个虚假的窗户纸里演戏，
可就是不去捅破看看真相，真的那一刻感觉到大悲！

住在边境的精灵(848912498) 14:04:27

嗯，持久至不退转。

小梅花(2841115042) 14:04:55

太好了

依果(605002560) 14:04:56

恩，先永不退转的成为。

随后的神性品质，自然都会一一显现出来了。

此为生命唯一真相。

林溪儿(329139981) 14:05:31

我感觉是不可能退转了呀！因为你就是知道了，难道
还会变回不知道吗？

依果(605002560) 14:05:35

201 的 0 部分。

住在边境的精灵(848912498) 14:05:37

感觉禅定有助于稳定境界，禅定只要 10 多分钟，就
很有效。

依果(605002560) 14:06:39

魔地习气难去，会令你明明知道，却做不到不退转的安住。

源头之恋(754319244) 14:06:40

赞👍

林溪儿(329139981) 14:07:23

嗯，以后修就是去习气了吗？

依果(605002560) 14:07:33

这就需要，可以的修持禅定而安住，这就是禅定的功夫了。

林溪儿(329139981) 14:07:43

可我觉得习气也本无好坏呀

依果(605002560) 14:08:09

习气一定是魔性的。

依果(605002560) 14:08:42

201,2 和 1 是完全不同的生命频率

林溪儿(329139981) 14:09:21

嗯，修持禅定，谢果师！

住在边境的精灵(848912498) 14:09:34

我在生活中与人交流时，会觉知到各自真我出演的幻我，但还不能够完整觉知到自己的每一个意识。

依果(605002560) 14:09:55

在涅槃境 1 中，就没有习气可言，那只是实相空明。

依果(605002560) 14:11:12

习气是对 2 境的特指。

1 中的显化叫妙有，频率及觉受完全不同。

依果(605002560) 14:11:36

解脱，而自在。

净行而妙有。

小梅花(2841115042) 14:12:06



林溪儿(329139981) 14:12:30

嗯嗯，随心所欲不逾矩

依果(605002560) 14:12:43

即彼岸神地，极乐、净土相。

依果(605002560) 14:13:50

即：依次第修为，不可混乱两元一元界律。

林溪儿(329139981) 14:13:55

@依果 果师，以后是不是让自己把念力与本性合一？

依果(605002560) 14:15:04

是的，先于虚空混沌相现空明境，后见不退转功夫。

请参看空修行境次第。

林溪儿(329139981) 14:15:45

请果师讲讲，虚空混沌相现空明境

依果(605002560) 14:16:18

在那个飞越空间里有。

林溪儿(329139981) 14:16:23

就是感觉到万事万物的空性？

住在边境的精灵(848912498) 14:16:46

看一切，皆空性幻化，时时刻刻。

依果(605002560) 14:16:49

第一空性大约 5 个次第过程。

依果(605002560) 14:17:35

不实际修行到这个程度，是看不明白的。

现阶段，对行者来说，更多的就是有学法藏的正见学习。

林溪儿(329139981) 14:18:44

有点这觉受，这几个月有点感觉外境的空，就像我之外全是电影屏幕。

依果(605002560) 14:18:59

是的。

林溪儿(329139981) 14:19:34
对世俗生活没兴趣了

依果(605002560) 14:19:39
包括你的小我也是屏幕的显化部分。

林溪儿(329139981) 14:19:48
是的

林溪儿(329139981) 14:20:04
包括我想开悟的那个心

依果(605002560) 14:20:05
是的，彻底的出离幻象。

住在边境的精灵(848912498) 14:20:15
嗯

林溪儿(329139981) 14:20:22
都是镜像

依果(605002560) 14:21:21
是的，一切念，一切思，一切见，一切听，一切觉。
赞美一切皆本性幻化。
赞美本性，回归本性。

林溪儿(329139981) 14:21:21
只有那个原本的我，如如不动，不悲不喜
静静地看着这个大千世界

依果(605002560) 14:22:07
本性空明。

依果(605002560) 14:23:00
空明得一切见，一切听，一切念，一切觉。

住在边境的精灵(848912498) 14:23:11
当你安静了，你的整个世界就消停了。

林溪儿(329139981) 14:23:53
空明得一切见，一切听，一切念，一切觉。。这个还没感受

依果(605002560) 14:24:17
只空不明，不行。

请看那 5 个本性次第。

住在边境的精灵(848912498) 14:25:24
在源头，我们从来没变过，不动，我们的自性。

林溪儿(329139981) 14:25:37
嗯嗯，感恩果师！

住在边境的精灵(848912498) 14:25:46
还在空无无光境界中
待自性之光突破所有封印，空明本性之光将照亮苍穹。

住在边境的精灵(848912498) 14:26:06



林溪儿(329139981) 14:26:07

没事，我可以看到，她好友

依果(605002560) 14:26:24

恩。

林溪儿(329139981) 14:27:15

空了如何明？

住在边境的精灵(848912498) 14:27:23

实证空性大致分为五个阶段：

- 1、理论上实得空性。
- 2、现实中度灭一切世间有为。
- 3、进入空无无光境界。
- 4、顿显空明光亮境界。
- 5、看清生命本源实相。

住在边境的精灵(848912498) 14:28:31

5、看清生命本源实相，人人如此，产生永不退转大爱之情，看清肉身是空明一体在封印空间的同步化现，蹬地入神地，成为初地阳身菩萨。

以上 5 种境地，相差甚远，统称为初证阴身空明。

林溪儿(329139981) 14:28:09

不知道我在第几

3？

依果(605002560) 14:28:41

3.虚空混沌境。

依果(605002560) 14:28:57

你在。

林溪儿(329139981) 14:29:12

嗯，我感觉也是

依果(605002560) 14:29:52

赞美溪儿！

住在边境的精灵(848912498) 14:30:08

赞美溪儿！

林溪儿(329139981) 14:30:11

赞美果师！😁

依果(605002560) 14:30:35

小和尚，请成个文：《实证空明本性-溪儿篇》
第一空性法

林溪儿(329139981) 14:30:44

赞美精灵！😎

林溪儿(329139981) 14:30:44

赞美精灵！

依果(605002560) 14:31:43
精灵整理也好，这很重要。

依果(605002560) 14:31:48


住在边境的精灵(848912498) 14:31:53
嗯，好的。

空來之瘋<difengxu@qq.com> 14:31:59
赞溪儿👍😁

林溪儿(329139981) 14:32:25
修到5也才是第一空性呐？后面还有第二第三？

依果(605002560) 14:32:57
恩，永不退转，阿罗汉果位。

林溪儿(329139981) 14:33:26
可这不是我本意，嘿嘿
要继续向上

住在边境的精灵(848912498) 14:33:47



依果(605002560) 14:34:07
人人都会经过这个过程的，时间问题。

依果(605002560) 14:34:45
此时，你是众人的先驱

依果(605002560) 14:34:51
👍

小梅花(2841115042) 14:35:36
👍 赞美

水天(656127819) 14:35:58
赞叹

依果(605002560) 14:36:54

赞美实证。

小梅花(2841115042) 14:37:18

赞美实证。

林溪儿(329139981) 14:37:21

赞美实证！

知道你是谁了，那真的很美妙！

所有不是的那些都会自动远离。

水天(656127819) 14:40:06

请问果师，溪儿进步与她修禅定有关，是不是每个人都要增加坐禅功课。

依果(605002560) 14:40:20

和本性相认，成为空明本身，合一。

不是，禅定是一种修行手段，合适相应的阶段来用。

住在边境的精灵(848912498) 14:41:14

果师，完全成为空明本身，光明境才会顿显吗？

依果(605002560) 14:41:36

没到阶段，用了也是浪费。

林溪儿(329139981) 14:41:37

大家可以去当当买一本书，阿迪亚香提的《真正的修行》看了就彻底明白了。@水天

住在边境的精灵(848912498) 14:42:20

@水天 我之前一直没有禅定，当意识逐渐安稳下来，我才开始禅定。

修禅定

林溪儿(329139981) 14:42:45

我还是挺精进呀！每天 108 大拜+瑜伽+打坐

住在边境的精灵(848912498) 14:42:50

我一直进行意识修行

林溪儿(329139981) 14:43:08

是的，以前我根本坐不下去

依果(605002560) 14:43:08

成为空明境，同时得见空明境界，不二一元。

住在边境的精灵(848912498) 14:43:17

果师，还是光明境顿现，才完全成为空明本身
呵呵

不二一元

依果(605002560) 14:43:39

是的。

林溪儿(329139981) 14:44:19

你俩说的我不懂，可以通俗点么
空明镜和光明境是啥

住在边境的精灵(848912498) 14:45:32
是空明境

林溪儿(329139981) 14:45:34
空明镜就是那个我吗

依果(605002560) 14:46:35
去掉所有幻境，自然就是那空境了，明见一切，自然得空明境界了。
说得都是那个空性真我。

林溪儿(329139981) 14:46:51
以前我不爱打坐，现在我坐下进入虚空里不想出来
这叫执空吗果师？

依果(605002560) 14:47:31
进入 4、5 阶段，自然就会出来了。

林溪儿(329139981) 14:48:06
我打坐也才几个月

住在边境的精灵(848912498) 14:48:12
打坐有效果，就打坐。打坐没有效果时，何必枯坐。
时而合一，时而分离。

林溪儿(329139981) 14:48:20
就是

依果(605002560) 14:48:58

你现在这个阶段，可以尽量的精进（执着）那境界，这是过程，非常重要，否则，如何会永不移转呢。

依果(605002560) 14:50:21

到了第5阶段，明见一切，自然就会出来，即蹬地菩萨了。

具备所有神性品质了。

林溪儿(329139981) 14:50:28

好的！谢果师。我怕执空还不敢坐久了呢，看来可以使劲坐了！

林溪儿(329139981) 14:50:56



依果(605002560) 14:51:33

赞美溪儿。

林溪儿(329139981) 14:52:01

现在打坐腿不麻了

住在边境的精灵(848912498) 14:52:44

精进 🌸

林溪儿(329139981) 14:53:12

果师，打坐在虚空里面的时候，只要无为就行了吗？需要加些什么吗

只与自己本性在一起就可以了？

住在边境的精灵(848912498) 14:55:57

安住空明本性，直至时时刻刻 🌹

依果(605002560) 14:56:30

是的。

本性空明次第阶段：

1.有学成就

2.度灭幻境

3.无明虚空

4.顿现空明

5.明现万有

林溪儿(329139981) 14:56:32

精灵你真棒！

住在边境的精灵(848912498) 14:57:03



赞美所有觉者，赞美所有行者 🌹

依果(605002560) 14:58:49


我们一般所说的本性，即第4阶段。

林溪儿(329139981) 14:59:34

顿现空明

住在边境的精灵(848912498) 14:59:37
感觉这个次第说明更清晰

依果(605002560) 14:59:48
永不退转本性。

住在边境的精灵(848912498) 15:00:54


林溪儿(329139981) 15:00:55
果师，我感觉只有现空明了，才会幻境灭
不知道本性，都是假灭

住在边境的精灵(848912498) 15:01:32
我感觉，现空明了，会看清幻境，似乎还灭不了。

林溪儿(329139981) 15:01:49
嗯，灭需要过程

依果(605002560) 15:02:20
实得空明境，幻境自然灭。

林溪儿(329139981) 15:02:28
是的
也可以一霎那灭

住在边境的精灵(848912498) 15:03:02

不退转才行 🌹

林溪儿(329139981) 15:03:22

因为一下子知道了那些假
会退转的都是假的
真知道了不会退的

住在边境的精灵(848912498) 15:04:47

心性确实达到了，才不会退转。
光知道了不够。
必须真知道

林溪儿(329139981) 15:05:24

怎样才叫心性达到

住在边境的精灵(848912498) 15:05:50

成为空性本身
我们学果法，正见法藏，成就是早晚的事情。大家都
能成就。 🌹

林溪儿(329139981) 15:06:22

嗯

住在边境的精灵(848912498) 15:07:01

赞美每个人都能获得解脱

林溪儿(329139981) 15:07:23


赞美每个人都能获得解脱

住在边境的精灵(848912498) 15:08:11
赞美一生补处

无聊(2738604423) 15:09:13
赞美大家

依果(605002560) 15:09:58
所谓心性或者明心见性，是些不太确定的说法，基本停留在实证空性的第2、3阶段。

实际就是成为空明本身，成为本性之光源。

林溪儿(329139981) 15:10:31


住在边境的精灵(848912498) 15:10:59
赞美成为空明本性本身

林溪儿(329139981) 15:10:58
是的，见性只是入门

依果(605002560) 15:11:18
不仅仅是要见性，最纵是要成为本性的存在。

林溪儿(329139981) 15:11:26
赞美成为本性之光源！

住在边境的精灵(848912498) 15:16:10
生命 201 工程👍

依果(605002560) 15:16:29
那时，在世人眼里，你就是本性明光。

住在边境的精灵(848912498) 15:18:10
谢果师👍

林溪儿(329139981) 15:18:27
漫漫长路开始了

水天(656127819) 15:24:17
感谢果师，感谢实证的菩萨给我们作榜样