

第三百五十五讲 《大圆满前行引导文》讲解之六十八

我们本节继续学习前行引导文。

我们的身心状态，是种种因缘和合之下而有的现象，一切的变化，是前一现象的灭，和后一现象的生。刹那的变化，

即是刹那生灭的现象在持续地生起，所以，在生死之间，我们的存在只是无数身心现象的生灭而已。

同类的现象不断持续地生起，造成同一现象前后延续的错觉，其实，前一刹那的我，和后一刹那的我，根本已经是完全不同的两个人了。

同样的道理，我们眼前的杯子、桌子、书、周围的一切，只要但凡是因缘和合的都是在生起的那一刹那，就已经灭掉。第二刹那出现的，是新的杯子、桌子、书和一切。如果前后两刹那产生的事物的因缘没有散失的话，两刹那各自生成的事物则是同类现象，前后之间，是相

似相续的关系，但是绝对不是相同。而我们面前的杯子，却被我们错认为是好端端摆在面前，没有任何的变化，对受过现代科学教育的人讲“没有绝对的静止”这个道理，是比较容易讲通的，但是，我们看着那些静止的物体，却很难在直觉中认定它们其实就是运动着的，就算是

在运动中，我们仍然会认为有一个本身不变的东西在运动中。比如一只鸟儿飞过，你不会认为三秒钟前飞来那只鸟儿，与三秒后已经飞远的那只鸟儿，是完全不同的鸟儿，实际上，没有一只小鸟飞过，只有一系列小鸟的“相”在我们面前生起、灭去。一个刹那的鸟儿的相灭去

的同时，在临近位置上另一个同类的鸟儿的相也出现了，当然，同时它也消失了，下一个刹那的鸟儿的相又开始出现。这就和我们放电影是一样的，如果我们的眼力足够精致，我们就能看到这个世界一帧一帧地出现和消失，而前一帧消灭，后一帧又没

有出现的当下，是什么呢？

这就是真正的禅定。

本节我们的分享就到这里，感恩大家！