**佛说稻秆经视频5**

首先请大家发菩提心。我们为了利益天下所有的众生，下定决心要成佛。为了成佛，学《佛说稻杆经》、缘起法。菩提心，我们每天都要提醒大家发菩提心。就是因为这个菩提心是非常的重要，所以我们经常讲，经常要提醒大家发菩提心，鼓励大家发菩提心。这个确实是非常非常重要。希望大家高度重视菩提心。接下来我们讲今天的课。

我们前面讲了《佛说稻秆经》的一部分内容, 就是缘起法。我们理论上学了怎么样去了解缘起，怎么样去理解缘起它的本意。理论上我们已经讲过了。那么今天我们就讲缘起法的修法，缘起法的修行的方法。因为最终我们的烦恼就是要通过修行来消除，如果没有修行只有理论的话，不能解决我们的实际的问题。所以我们今天讲缘起法的修法。本来我们这个外缘起讲完了以后应该是讲内因缘法。但是今天我们暂时先不讲内因缘法。这个我们下一次讲。我们现在讲前部分的理论的实际的修法，一个实修的方法。我想这个实修的方法可能可以帮助到很多人，可以解决很多自己的问题，自己的烦恼，应该是很有用的。所以我们就讲一下缘起法，缘起法的修行方法。我们必须要记住，学任何一个理论，在这个之后，我们要去考虑这个理论怎么样用到我们的现实生活当中，怎们样用这个理论来改变自己，用这个理论来断除自己的烦恼。就要考虑这个问题，这个就是重点。如果没有这个实修的方法，那我们学了很多理论，那么这个理论就像我们在大学里面学哲学，学心理学一样，我们学了很多理论，但是最后呢？没有去考虑这个理论怎么样去用，没有去考虑怎么样用这个理论去断除自己的烦恼。这样子是不对的。那必须要有实际的修法。所以我们今天就将这个实际的修法。

这个实际的修法，它有九个方面。

首先身体做毗卢七法。这个我们曾经讲过了，今天不需要给大家讲。身体的姿势是非常的重要。我们打坐的时候必须要做，这个身体的姿势特别重要。身体要做毗卢七法。

然后第二个，排出污气。这个也是很重要。这个方法我们今天就不需要重复。这个曾经已经讲过很多。《慧灯之光》的书，还有视频，这些里面都有的，所以就不需要讲。

第三，就是要发菩提心。我们为什么要修缘起法？就是因为要证悟。为什么要证悟？就是想利益众生，所以要修缘起法，这样发菩提心。这些都不在这九个内容当中。这个是前行，这个一二三四，都不在这九个内容当中。这些是修法的前行部分。这个都要做，做好了以后，然后就是实修。

真正的缘起法的修法的内容：

首先要观想释迦牟尼佛。这个观想的方法我们曾经讲过很多次。简单地说，就使我们首先，刚刚开始观想的人，那就需要看释迦牟尼佛的佛像，看唐卡。然后释迦牟尼佛的相貌，这个非常庄严的相貌熟悉了以后，这个唐卡不需要的。就是我们的心里，或者是在我们的脑海里面去想。要显现出一个释迦牟尼佛，身金黄色，坐在莲花座上面，在自己面前的空中，面朝自己。这样子观想一个释迦牟尼佛。

佛经里面讲到过，只要我们有足够的信心，我们如果把释迦牟尼佛观想在我自己的面前的空中，那么实际上佛就在我们的前面。这个就是因为佛有无量的神通。佛神通广大，佛有度众生的力量。虽然佛是全知，不是全能，但是佛有度化众生的能力。所以只要我们有足够的信心，那佛就在我们的前面。比如说，有一句话就叫做“千江有水千江月”，就是说一千条河里有水，那么每一条河里面都有月影。所以我们每一个人有信心的话，每一个人的前面都可以有佛陀。所以我们把释迦牟尼佛观想在自己面前的空中，这样子祈祷的话，跟在真实的佛的前面祈祷是一样的。只要自己有信心，有足够的信心的话，那就是完全一样。观想要清楚，越清楚越好，这是第一。

然后观想释迦牟尼佛完了以后，第二就是祈祷。祈祷的时候我们念佛的名号“**南无本师释迦牟尼佛**”或者心咒“**达雅塔 嗡 牟尼牟尼玛哈牟那耶娑哈**”。这些都可以作为一个祈祷释迦牟尼佛的祈祷文来念。这样子用强大的信心祈祷释迦牟尼佛，让我在这一座当中能够证悟缘起法。念诵的时间的长短自己来决定，稍微长一点或短一点，都没问题。

第三，我们念缘起咒，“**嗡耶达儿玛嘿德扎巴哇 嘿登得堪达塔嘎多哈雅巴达 得堪匝友呢若达 诶旺巴德 玛哈夏儿玛纳娑哈**”。

这个缘起咒翻译出来，第一句话就是“诸法从缘起”，所有的法都是从因缘中产生的。诸法，所有的法；法是什么？法就是万事万物。万事万物都是从因缘生起，没有一个不需要因缘的，所以“诸法从缘起。”

第二句就是“如来说是因”，如来就是佛，佛说了万事万物的因。万事万物生起的时候，它的因是什么？它的缘是什么？佛说不是造物主、不是万能神、不是无因无缘，而是有因有缘。因相应和缘相应，就是万事万物的因缘。

第三句，“彼法因缘尽”，因和缘最终灭的时候，然后这个法也会灭。所以万事万物的诞生、存在、毁灭，都跟因缘有关系，跟鬼、神等等根本就没有关系。它毁灭的时候也是因为它的因缘不存在，所以它就毁灭了。

最后一句，“是大沙门说”，沙门就是修行人。外道的修行人也叫沙门，佛教的修行人，比如像比丘、沙弥，这些也叫做沙门。但是他们都不是大沙门，大沙门就是佛。大沙门说，就是佛说的。这样子的缘起性空的道理，世界上所有的宗教里面，只有佛才讲这样的因缘法，其他的宗教都不这样讲。缘起咒的意思就是这四句话。

我们首先观想佛，然后祈祷佛，然后就念缘起咒或者是这四句话，念多少，多长时间，也是自己决定。念的时候，尽量地去想它的内容——万事万物都是从因缘产生的，因缘灭的时候万事万物都会灭的，就这样子尽量地去想，边想边念。然后就开始观察，观察的时候就不需要念。尤其是我们开始刚刚修的时候，边念边观察，可能有点不适应，所以这个时候念诵停下来，就认真地去思考。

首先是通过因缘的五个规律，前面的不常、不断、不移这三个去思考，但是更重要的是后面两个。观察的时候，通过不常、不断、不移去思考。尤其是思考“从小因生大果”，我们可以举很多很多的例子，自己所看到的、所听到的、所知道的，这些当中，一个很小的因，最后就会产生了一个很大的果，就把这些一个一个去思维，思维了以后，最后我们坚定不移地相信：很小的因，可以产生非常大的果。然后对因果产生信心，深信不疑。

然后，更重要的就是这个“与彼相似”。“相似”，因和果是相似的，什么样的因，就会有什么样的果。比如说有情众生，鸡生鸡、狗生狗等等。然后植物，那么就是花、草等等，它们也是自己的因，才会产生它自己的果，这些因和果永远都不会错乱。

所以，通过这个方法思考，最后相信，什么样的因，就会有什么样的果。善恶因果，它永远都是不错乱的，而且，很小的善或者是很小的恶，可以有很大的果报。

我们修“四前行”的时候，就是需要修“因果”。但是四前行里面，只是告诉我们，有什么样的因，就有什么样的果，直接告诉我们这个因果。但是因和果之间的关系，这个因，为什么有这样子的果？等等这些理论，讲的比较少。所以，在这个地方学，这是非常重要的。

因果和轮回，这两个是佛教的基本的思想。除了佛教以外，其他的宗教也有因果，也有轮回。但是，不像佛教这样子，佛教的因果和轮回，是一个特别的见解，非常重要。

烧香拜佛的，这种学佛学了很多年的人，有些时候会怀疑，到底人有没有来世？到底这个善，有没有善报？恶有没有恶报？对他们来说，有这样子的疑问，很正常，为什么正常呢？因为因果和轮回，这个不是我们的常识，这个必须要去学，要学很多的理论，才能够理解。如果是我们对这个因果和轮回有疑问，这样子的话，我们在修行上面，有很多问题是没有办法解决的。所以，首先我们必须要解决这两个问题。

我们去思考这个五种规律，尤其是思考后面的两个规律。最后就是坚定不移的相信“小因生大果”。对这样子 “善有善报、恶有恶报”的因果，有特别相信的感觉，这个时候就停下来不思考，就在这个深信不疑的信心当中安住。安住了一两分钟以后呢，当这个信心逐渐的消失的时候呢，然后又去思考，反复地这样去思考。这是“缘起法”修法里面的最简单的一个。

接下来，就是稍微比较高端的修法，就是“缘起性空”，空性的修法。这个理论的推理的方式，前面已经讲过了。这个因，在不观察的情况下，可以产生果，这个没有任何的疑问；但是深入了解的时候，到底因是怎么样产生果？因和果是同时或者是前后，都没办法产生果。通过这个方式反复去思考，就有一个很强大的感受和体会——实际上这个因，是没有办法产生果；果，再怎么观察，再怎么样去想，都是没有办法从因直接产生，这个就叫作“无生”。不生不灭、无来无去、无生，这些都是一个意思。深入去观察了以后，就深深体会到，实际上，稻芽没有从稻种产生，稻种从来都没有产生这个稻芽。这个体会特别深刻的时候，就在这个“无生”、“无来”当中停留下来。万事万物，这样子观察的时候都是不生。既然是不生，那肯定不灭了，没有什么可以灭的。不生不灭，首先要弄明白这个不生，知道了不生以后呢，自然就知道不灭。

就是通过这种思维方式反复地推理，反复地思考。有些时候，我们的思考是比较模糊的，没有一个很明显的、比较清楚的结论。但是还是要坚持。这些一些打坐的方法，我们单独讲过了，以前讲过。在这里也是一样。然后通过九住心来修行的方法，曾经也已经讲过了。那这个时候我们就是要反复地去观察。观察的时候，就得到了这样子的结论。然后印象特别深刻的时候，就不要再去观察。就在这个体会当中停留，就是安住，就保持这个体会。这个就叫作安住。打坐的时候不一定一座当中就修这么多的法。一座当中，就这些修法当中只修一个，也是可以的。比如说对因果深信不疑，这个修法也是可以。或者是我们刚才讲的这些都可以。其中一个修法，反复地去思考都是可以的。这个就是空性的修法了。这是第二个修法。

第三个思维的方式。实际上它的基础的思考的方法，根本性的思考的方法就是我们刚才讲的。思维因怎么产生果，先后还是同时，观察了以后，就得到实际上从来没有产生果的这种结论。但是从感官的角度来讲的话，那就是有生有灭。我们去观察的时候，这个有生有灭，实际上就是不生不灭。怎么样诞生，怎么样毁灭都找不到，最终就是这样子。所以我们看到的这个有生有灭，是唯现象，唯缘起，也就是佛经里讲的，如幻如梦。

我们看到的这些建筑物，大街上的这么多的人，这些所有的东西，都是如幻如梦，它没有一个实质性的东西，这是我自己感官的层面上，出现了一个这样子的现象。就是像魔术师，他变出来的各种各样的东西一样。就像海市蜃楼，沙漠还有海面，有些时候就会出现建筑物、人、城市这样子的东西。但是，有没有城市？有没有建筑物？当然是不可能的。但是我们人的视觉里面，明明是有建筑物，但这个城市只能看得见，摸不着，是不存在，这也是一个现象而已，这叫作如幻。

如梦，就像我们做梦的时候，梦中的一切，都是跟我们的现实生活一模一样，没有办法辨别它们的真与假。只是我们醒过来了以后，才能够知道，哪个是真的，哪个是假的。做梦人的这个感官前面，光、声音这些东西，显得特别特别真实。现实生活也是这样子，没有什么更加真实的东西了。就是这样子。但是我们大家都知道，这个不是真实的，这是一个现象而已，这叫作如梦。

如幻、如梦。我们的深入思考很到位的时候，自然就感觉到，这个我现在看到的，现在听到的一切，都是一个现象而已。除了这个现象以外，实质性的东西都是不存在。如果有实质性的东西，去思考的时候，因怎么产生果，果怎么从因产生，应该得到一个合理的答案。但是在这个微观世界里面，去寻找的时候，最终什么答案都没有得到，反而得到了一个“无生”这样子的答案。这就是充分说明感官看到的都是幻觉, 只是一个现象而已。这么多的人、这么多的建筑物，都像梦中的东西一样，就在这个很深刻地体会当中停下来，感受一下这个世界如幻、如梦。如果我们的思考方法不正确或者不到位，不一定有很深刻地体会。只要思维推理的方法正确，一定会给我们带来这样的感觉，这个完全是没有问题。深深的体会到所看到、听到的一切都是一个没有实质性的现象，仅仅是一个现象。就会得到一个非常非常强大的这样子的体会。有了这样体会以后，不要再继续思考，思考的目的已经达到了。然后就在这个当中安住。这是第三个思考的方法。

前面讲的第一个是世俗谛当中深信因果。第二就是我们深深地体会到不生不灭。第三就是通过不生不灭最后又得到了另外一个结论：我们看到的听到的，实际上是不生不灭，但我们看到有生有灭，那这只能说它是一个现象，它是一个没有实质性东西的现象。就像海市蜃楼，就像魔术师变出来的东西，就像梦中的东西。之前我们是在这个理论上学过了，但是没有体会到。那现在通过这个理论反复去思考的时候，深入去思考的时候，这个时候它不仅仅是个知识，这个时候它就变成了一种体会、感觉，深深地体会到一切都是如幻如梦。这就是我们今天讲的第三个缘起的修法。

这三个修法是我们今天讲的核心的部分，尤其是后面两个跟空性有关系，非常重要。修行的时候，可以一座里面连续修这三个修法，或者是一座里面只修其中的一个，反复地去修。这三个思维的方法就让我们感觉到不生不灭，让我们感觉到如幻如梦，这是显宗证悟空性的方法。

然后我们内在的精神，比如说我们的内心当中产生了一个恶念，或者是焦虑、忧郁，或者是很难过，就是因为家庭、婚姻、感情、还有工作等等等等的原因，产生了特别不开心。这个时候找个地方静下来，首先要去了解，我现在心里很难受，它是一种结果，那么这个结果它肯定是有因、有缘，它是因缘产生的。那么它的因是什么？比如说是我的家庭的原因。这个时候我们去观察，家庭的不和睦导致了我现在的伤感，这两者之间的关系，在现实生活当中是正常的。但是再进一步去观察，家庭不和睦这个因怎么样导致这个果，这样子去观察的时候，最后我们会发现这两个之间没有关系。所谓的关系是我们自己认为这里面有这样的因果关系。但是进一步地去了解，了解的方法前面已经讲过了，通过这个方法去观察的时候。我们就发现我现在的这种难受、伤感，其实它是没有这个因产生。这个时候我们就知道了它是无生，深深地体会到它是无生的时候，它是不来不去，无生无灭，这样子的时候就停留在这个感觉当中。这样子这个伤感、难过这些东西很快就会消失，这是一个。

另外一个我们刚才讲的：我们深深地体会到它是没有因没有缘，但是我们确实有这样子的感受，这时候这个感受是什么？它就是一个如幻如梦的感受。但是理论上我们平时这么讲还不行，要深入地去思考，必需要体会到。体会到了以后，我们可以站在另外一个角度，来看我的伤感到底是什么？它到底是一个什么样的情况？它到底长什么样子？那之前的话，我们从来都不会站在另外一个角度去看这个伤感，我们把我们内心当中的伤感当作我的内心的一部分，然后就觉得很难受，很痛苦。但是现在我可以把这个伤感和我分开来，我就站在另外一个角度去看它，这个时候我们会发现它是一个现象。实际上在现实生活当中，我们刚才讲了这些东西都会导致我们不幸福不快乐，但是深入地去了解的时候，这两个是没有关系，这样子的时候很清楚地发现这就是一个现象。这个是非常有帮助的，这个时候伤感立即就会消失。

这个就是我们解决内心痛苦一个最最最好的办法。每一年全世界有一百万人去自杀，绝大多数的人就是因为很多事情想不通自杀的。如果这些人愿意用这样子的方法，那很多人是不需要这样子去结束自己的生命。这是不对的，要让伤感结束，不要让自己的生命结束。但是我们没有这样子的方法的时候，就不这道怎么样解决内心的问题。内心的问题是最不好解决的。如果有方法，内心的问题是最容易解决的。外面的很多东西反而不太容易解决，因为它有很多很多的原因。内心的东西，自己可以解决。但是没有方法的话，外面的东西是比较容易解决，为什么？因为外面的东西怎么样解决，我们比较了解。内在的这些问题怎么样解决，不了解。所以很多时候不容易的。

所以这样子去观察因和果，我的这个担忧，我的这个焦虑是怎么产生的？比如说感情、婚姻、工作导致，那么这两个有什么样的关系？有什么样的因果关系？这样子观察了以后，然后就发现不生。那么不生的话，我为什么要难受呢？为什么有这样子的感受呢？如果它没有从因产生的话，为什么还有这样子的感受？当我们这样子观察的话，确实是有帮助的，大家可以试一试。难受的时候、痛苦的时候可以试一试，非常重要。

另外一个，当我们的身体生病的时候，也可以用。但是身体的这个病，我们只能用到一些不太严重的病。因为肉体上的这种痛苦的感受来的比我们内心还要真实一些，所以痛苦比较强大的时候，我们通过这个方法去解决是比较难。尤其是初学者，没有修行的人就更难。但是我们可以在一些很小的肉体的痛苦上面训练，通过这个方法逐渐逐渐训练好了以后呢，到时候我们的身体有比较严重的疾病的时候，这痛苦的感受，也通过这种方法，来感受到不生不灭。很细微的疼痛的感受，通过这个方法可以消灭。但是比较严重的比较大的疼痛的感受，先暂时因为我们的修行的力度不够，所以就不会战胜，不能战胜的。

内心的这些问题是比较容易解决的，这样子去观察，一个方面我的内心的痛苦是有因有缘，它是怎么样来的？它的因是什么？缘是什么？就这样观察，最后导致是无因无缘，或者是如幻如梦，或者是空性，跟前面讲的一样。

另外一个也是我们前面讲过的，因为是五个规律就产生了这些因果。比如说现在我很难受，心中很痛苦。这样子的时候，现在它就是一个因，或者一个缘，那么它的第二个瞬间的时候立即就会导致某一种果，那这个果就有两种可能：一个是善，另外一个就有可能是恶。恶是什么样子？罪过。比如说我现在心里难受，然后我就仇恨某一个人，这样子以后，第二刹那的时候，我这个不开心的伤感，立即就发生了一个罪恶的结果；另外一个，如果我现在这个悲伤，如果是用在好的方面，比如说我们去修自他相换、修慈悲心，这样子的话，第二瞬间的时候，它就会立即就产生一个善的结果，所以我们要关注这些情绪、这些感受，它是往哪个方向发展？它是在往罪业的方向还是往善的方面发展？

还有一个是当我们感受到痛苦这个时候，很多人一般不去寻找自己的原因，立即就去抱怨别人。但是在这个时候，我们相信因果，就要接受这个痛苦。我为什么这么痛苦呢？这个有很多的因缘，有远的因缘、也有近的因缘。近因比如说家庭不和睦。家庭为什么不和睦呢？也有些客观的原因，但是其中也有些我们看不见的更远的因缘，这个因缘有可能是我自己过去制造了让我家庭不和睦的因缘，比如邪淫等等，这是我自己造的业，现在是它的果，不能抱怨其他人，更不能仇恨别人，这样子以后，自己去承受结果，这是另外一种修法。

那这三个，我刚才讲的六个不同的思维的方式，实际上，真正的这个思维的模式，就只有三个。那为什么变成六个呢？前三个就是去思考外面的东西，后三个，就是思考自己的内在的感受。就有外面和内在的三个不同的思维方式。

实际上，这三个不同的思维方式可以分胜义谛和世俗谛。从胜义谛方面，有空性，不生不灭。然后，从世俗谛方面，有两个，一个是世俗谛当中的因果，有因有果，因果不虚，另外一个是如幻如梦。

这六个思维的方式，反复地去思考，对我们的见解确实是非常有帮助。还有一个更加重要的是，当我们自己生起烦恼的时候，千万不要让它变成后续的仇恨。身体或者是精神上的痛苦发生了以后，尽量地让它成为一个善的因缘。

平时的话，我们会关注我自己的感受，不会关注下一个瞬间，它变成一个什么样的因缘。但是学了因缘的法以后呢，还是要多关注我现在的这个难受，怎么样让它变成善因和善缘，怎么样不要把它变成恶因、恶缘，这个很重要。世俗谛方面，这个非常重要。

世俗谛的另外一个方面，虽然去寻找它的本质的话，永远都得不到一个答案，没有一个真实的因果。虽然没有真实的因果，但是我的感受当中，明明就有这样子的情绪、疼痛、悲伤等等这些感受，所以它是如幻如梦。这个感受特别强大的时候，然后可以自己站在另外一个角度去看它的变化、看它的本质，这个时候，我们可以很清楚地看到原来它就是一个现象而已。现在我看到了它的真相，从此以后，我再也不会害怕它了，它再也不会左右我的心，就会得到一个这样子的自信，这个特别特别重要。好，这个是观察的方法，具体就记住这么三个方法就可以了，用这三个方法来观察外在的东西。

有些时候自己不高兴的时候啊，难受的时候啊，就不要去喝酒，就是要静下心来，用这个方法从内心深处找到了答案，从源头上解决。但是这个要从源头上解决的话，我们首先得有一点点的功夫才可以的，没有任何的修行的功夫的话是有点难。但是这个功夫，自己可以培养，打坐训练，总有一天就会有功夫的。

通过这个方法解决自己内心当中的所有问题。从此以后在人生的道路上，不怕任何的困难，任何时候都可以自己解决，任何时候都可以保持一个很平稳的一个心态，不会一会儿又很高兴，一会儿又很不高兴，所以，这个修法，我觉得对我们大家来说非常重要。

这六个不同的，实际上就三个不同的修法，非常重要。思考一段时间以后，然后又对释迦牟尼佛产生强大的信心，念佛的圣号，祈祷，又念这个缘起咒，念100遍，或者是念多少遍，都可以。念完了以后，然后又去思考，思考了一段时间以后，然后又去观想释迦牟尼佛，观想是在整个过程当中都观想，但是专注的点不一样，有些时候上师和释迦牟尼佛融为一体，然后祈祷；然后有些时候就念佛号，有些时候就念缘起咒。然后，又停下来去观察，这样子轮流交替。时间两个小时、半个小时、一个小时都可以的。凡夫就这么做，这个非常重要。

平时我们的现实生活当中，要特别地关注的就是我们的这些念头、这些情绪，它的下一个变化是善还是恶，尽量地让它往善的方面去发展。比如说，我们的这个内心当中的一个伤感、悲伤、痛苦，它的本质就是一样的，但是它的下一个结果是有很大的不一样，有可能是善，也有可能是恶，都可以的。

然后难受的时候，特别烦躁的时候，莫名其妙地不开心的时候，焦虑、犹豫这样子的时候，或者是听到什么、看到什么，让自己特别地生气、烦恼等等，这样子的特殊情况下，然后就是静下来去思考这个因缘法，这个很重要。

这也是我们平时的一个功课，平时训练，这样子也可以证悟空性。所以佛陀说，谁看见缘起，谁就能够看到法，也是这个意思。

最后的时候，我们观想释迦牟尼佛变成光，然后融入自己的心，这个都跟其他的修法是一样的。然后安住在空性，如果不懂得什么叫空性的话，那就什么也不想这样子。

最后一个，就是回向。我们不需要讲了，大家都很清楚的。好，这些一共是有九个不同的次第，然后，这个九个次第不一定一坐当中全部要修。这是缘起的修法，非常非常重要，希望大家修一修，对我们自己都有很大的帮助。

好，我们今天这个缘起法的修法就讲到这里。

**问答**

顶礼上师：我们在共修《慧灯之光十》“四圣谛”的时候，大家对于报身是有为法还是无为法的问题达不成共识 ，把《慧灯之光》一到十里面，上师关于报身的开示都翻遍了，都各自找到了支持自己观点的依据，持报身是无为法的观点师兄，以《六祖坛经》所云“自性具三身”为依据；持报身是有为法观点的师兄，以《密宗概要》中，“自境报身”和“他境报身”为依据，认为菩萨能见到的报身，也需要因缘和合，请问上师，报身是有为法还是无为法呢？极乐世界的菩萨的知见是有漏的还是无漏的？

上师答：报身，有两种报身。自性报身，就是如来藏，我们的心的本性。如来藏，也有法身、化身、报身这样子的说法。那这个报身是无为法，永恒不变的，这叫作无为法。像一地菩萨，他们所看到的报身实际上是有为法，也是有变化的。所以，报身就有这两个。

有漏和无漏，这个有很多不同的说法。因为像大乘佛教的有漏、无漏，小乘佛教的有漏、无漏，还有密法的有漏，都是不一样的。所以像极乐世界的这些世界，还有这些人的身体，从一个方面，可以讲它是无漏的，它不会让人产生烦恼；然后从另外一个说法，也是有漏的。因为证悟空性方面的叫作无漏，其他的叫作有漏，从这个角度讲的话，也可以说是有漏。

顶礼上师：好，谢谢上师，这是一个网络的问题。请问上师，如果大家都从那个道场离开了，道场关门，我们留下一台摄像机，我们再看摄像机的画面，会有不一样吗？

上师答：我们以为我们走了以后，摄像机录这张桌子，然后我们看这个摄像机录下来的东西的时候，还是这张桌子。所以，我们认为，我们走了以后也是这样子。但是，摄像机它记录的东西，跟我们的眼睛看东西是一样的，摄像机在录，等于还是有一个人在看。因为如果摄像机的这个镜头，跟我们的眼睛不符合的话，那它拍下来的东西我们看了没有用，我们看不到的。它记录的信号跟我们的眼睛差不多的。

录音机也是一样，比如说，我们会说没有人的地方不会有声音，那有一个录音机放在那里，我们回来播放，它不就是有吗？那这个也是一样，它记录下来的这些信号，只有进入我们的耳朵的时候，它就变成了声音。然后摄影机拍下来的这个东西，最终还是要用我们的眼睛去看，最后还是变成这样子的桌子，所以，这些都不能说明任何问题。

顶礼上师：这是一个网络的问题，请问上师，以前没有修过四前行，或什么都没有修过，可以直接修缘起法吗？今天在网上听传承，可以得到传承吗？

上师答：可以修缘起法。还没有修四加行、五加行，有些时候修一修缘起法，是没问题的，可以的。网络应该是有传承吧，我想应该是有吧，这个确实是说不清楚的。应该是有吧。反正最好的，最保险的，就是暂时可以当这个有一个传承，听了一个传承，然后到时候有机会的时候呢，还是重新面对面地授一个传承，这样子的话，是比较安全。

顶礼上师：这是一个网络问题。顶礼上师，弟子在听课以后，觉得这个世界只是我一个人的世界，觉得非常孤独，这样的感受对吗？

上师答：噢，这个在西方哲学里面，叫作唯我论，只有我，其他人都不存在。首先要了解一下，他为什么这么觉得呢？

（他这里也没怎么说）

他是不是这个意思？因为这个我们的理论当中……

（可能他是觉得这个世界都是他自己的感受，可能是这个意思，然后觉得这个世界只是我一个人的世界）

孤独什么？有这么多的感受，这不就够了吗，很丰富的。

顶礼上师：还有一个师兄问，请问上师，外界是我们的错觉，那身边的有情众生也是我们的错觉吗？

上师答：对，就像梦里面，我们看到很多很多人一样。

顶礼上师：从深入观察的角度看，无因生有什么问题呢？

上师答：无因生，从深入观察的话，有因也不会生，那无因就更不会生了。

顶礼上师：无垢光尊者指出：在我之后，只有闻思究竟的人才能够证悟无上大圆满，我们该如何理解这句话？闻思究竟是否理解为是对修道的原理已经明了透彻？

上师答：这个比如说，像以前的六祖惠能大师，这样子根机非常成熟的人，他们虽然没有去学很多东西，但是可以证悟。那么后来的人根机就比较差，这样子的话，就需要有很多很多的理论的支持。我们首先通过很多的理论，来把我们的这些错觉一个一个地打破，最后再去证悟。需要有这个理论的支持。所以就是无垢光尊者说，他以后的这些人，还是需要多学习，就不要想什么都不学直接就去证悟大圆满，这个是不太可能的。就是这样子理解。

顶礼上师：请问种子应该如何从阿赖耶识里摧毁？

上师答：种子如何从阿赖耶识当中摧毁，是吧？证悟空性了以后呢，阿赖耶识它本身就变成了佛的智慧，这样子以后呢，阿赖耶识当中的种子也就不存在了。唯一就是需要证悟，证悟空性了以后呢，才能够把阿赖耶识上面的种子都可以摧毁。最后一个问题。

顶礼上师：请问上师，根据心理学研究，小部分人还没有来得及真正面对和穿越自己的痛苦和阴影，却会因无我或空性等灵性修持的暂时解脱，成了逃避人生的最佳手段，或者因菩提之心，强迫自己用大爱与慈悲去忏悔、原谅过往的爱恨情仇，该如何解决与避免这种矛盾与冲突呢？

上师答：这个就是有些不太了解，比如说，佛教当中的有些深奥的道理，可能会产生一些这样子的想法。比如说，佛教讲的一些理论是逃避，然后逃避人生、逃避生活，那这个是因为他们的标准可能不一样吧，层次不一样。我们人的层次不一样的话，就看到的世界的、看到问题的结论就不一样。他们认为，比如说，心理学家也好，谁也好，他觉得这个是人生的逃避，但是，就站在另外一个角度来讲，这个不是逃避，这个本来就是这样子，这个叫作深入地了解了另外一个世界的真相。可能是这样子，层次不一样的话，就会导致不一样的看法吧。