

惊天秘密：你们真以为飞翔是用观心断念戒色成功的？错了！

（2023 升级终修版）

序 言

首先声明：本文没有任何哗众取宠言论，也没有诋毁飞翔本人，而是秉持尊重事实的严肃态度，完全站在客观、中立的立场，讲事实、摆道理，以深刻洞察力深入剖析了飞翔用观心断念戒色成功的真实原因，廓清了观心断念法的本来面目。

本文为使用观心断念戒色而屡屡失败的戒友指出了失败的真正原因，为当代“后弘期”的戒色者们走出戒色困境、顺利走向戒色成功指明了正确的方向！本文是国内戒色界讲解观心断念与正确戒色最深刻的一篇文章，罕有其他文章可以超越本文，是一篇真正的救世良心之作。

希望有幸读到本文的各位戒友，无论此刻的你是否是飞翔以及《戒为良药》的粉丝，都请你放下自己的戒色成见，以冷静、理智态度阅读完本文之后，再下结论。

阅读本文之后，凡是认可本文观点的人，必将受益匪浅！此为诚实之语，绝非妄言！事实一定会验证这个观点。

正 文

很多戒友都知道飞翔在《戒为良药》中提出了断念口诀，大力推荐戒友用“观心断念”这个方法戒色。飞翔在书中说他自己也是用观心断念戒色成功的。

各位戒友，飞翔果真像他自己说的那样，是用观心断念戒色成功的？

古人讲得好“尽信书，不如无书！”别人说什么，你就信什么，是绝对不行的。如果你们真以为飞翔是用观心断念戒色成功的，那你们就把事情想的太简单了！根据戒色论坛众多戒色前辈、戒友们多年来的戒色实践经验，论坛可以斩钉截铁的告诉大家：事实并非像飞翔自己说的那样简单！

飞翔戒色成功的真正原因

先说第一个惊人结论，告诉你们不知道的事实真相：

飞翔在《戒为良药》中大力推荐戒友使用“观心断念”戒色，然而飞翔自己根本不是单纯用“观心断念”戒色的，而是用了“持诵+观心断念”这个组合方法戒色成功的！

总结如下：

飞翔用的方法＝持诵+观心断念

戒友用的方法＝观心断念

戒友用的戒色方法是残缺不全的！飞翔自己骑的是双轮车，给戒友推荐的却是独轮车。飞翔和戒友使用的根本不是同一套戒色方法！

持诵是什么？就是念佛持咒。持诵是“前弘期”戒色时代（2002～2006年）曾经广为流行的高效戒色法，在当前“后弘期”戒色时代（2011年～至今）几乎失传了、不流行了，因此很多戒友已经不知道了。凡是认真实践过持诵的戒友都知道：持诵是一个非常殊胜的戒色法，每天坚持一定量的持诵（念佛持咒）之后，淫心会明显大幅度变淡，可以轻松降服淫念，最后轻松戒色成功。

这就解释了为什么只有飞翔一人用观心断念可以轻松断念、斗心魔、戒色成功，而学习《戒为良药》的戒友无论怎样苦念断念口诀、苦练观心断念，却无法轻松断念、斗心魔、戒色成功这个怪现象了！因为“飞翔和戒友使用的根本就不是同一套戒色方法”！

再说第二个惊人结论，飞翔成功的真正原因：

飞翔戒色成功、成为断念高手的真正原因是使用了持诵（念佛持咒），根本不是观心断念。

读到这里，有些人可能不相信以上两个惊人结论。不信没关系，现在就给大家举出事实的证据，具体如下：

首先，飞翔是学佛的，而且学佛9年以上了，算是老资格学佛者了，不是初学佛，他能不念佛持咒吗？

其次，飞翔在《戒为良药》一而再、再而三的给戒友推荐佛法、佛法书籍与佛家大德，他能不念佛持咒吗？

第三，飞翔在《戒为良药》中多次提到自己念佛以及念佛淡化淫心的相关文字描述，只是很多人心粗眼翳没有发现而已。

飞翔在《戒为良药》中提到自己念佛持咒以及念佛淡化淫心的文字，具体摘录如下：

《戒为良药》第 67 季：

我现在修习的是净土法门，每天都有定课，念佛修行已经成为我生命中最重要的事情，所谓“正定业”。

【点评】：飞翔每天都在持诵，都有定课！

《戒为良药》第 81 季：

我本人修的就是净土宗念佛法门，每天都有在念佛修行，以前我念过楞严咒和大悲咒，现在就专修念佛……

【点评】：飞翔每天都在持诵，不但念佛，也持过咒！此处敲黑板！

《戒为良药》第 109 季：

我每天也念佛，因为我在修净土宗，念佛一段时间就会感觉能量场和谐了，能量级别也上来了。

【点评】：注意“能量场和谐了，能量级别也上来了”的描述。

《戒为良药》第 117 季：

信佛的戒友也可以通过念佛持咒来断念，这也是很殊胜的，因为有佛力的加持，我每天都有念佛的定课，我虽然走专业戒色的路线，但也认可信仰戒色，秉持的是一种宽容接纳的态度。

【点评】：按飞翔的说法，专业戒色＝观心断念，信仰戒色＝念佛持咒。飞翔每天都有念佛定课，不单纯是练习观心断念啊，戒友们！飞翔承认自己使用的戒色法是：持诵（念佛）+观心断念，而不是单纯练习观心断念。此处严重敲黑板！！！！

《戒为良药》第 122 季：

我现在的日课就是每天学习大德开示，还有念佛、念《阿弥陀经》，因为我修的是净土宗，每天都在坚持，应该坚持了有七年多了，我每天也会静坐片刻，保持恭敬，早起，这和曾国藩一样。

【点评】：飞翔持诵（念佛）坚持七年多了！此处敲黑板！

《戒为良药》第 124 季：

有的戒色文章会提倡持咒念佛，而我的戒色文章主要提倡断念口诀，这个口诀其实来自于大德开示，我只是把它们组合在一起。持咒念佛很殊胜，有佛菩萨加持，而断念口诀也很殊胜，两者都很好。

【点评】：这段文字说明飞翔也知道持咒念佛是可以戒色的，而且很殊胜，但他主要推荐给戒友使用的方法却是断念口诀。显然他和戒友用的不是同一套方法……此处敲黑板！

《戒为良药》第 130 季：

那时差不多跪念了一年半的《楞严咒》，的确是有加持，感觉自己的悟性渐渐上来了，《楞严咒》很长，能够全部学会，整个读下来，都需要一定的时间，现在我主要念阿弥陀佛和往生咒。用现代科学来解释，原理就是念佛持咒可以提升你的振动频率，净化你的心灵，提升你的能量场。有的戒友在念准提咒，有的念大悲咒，都是可以的，可以根据自己的因缘和喜好来选择。

【点评】：飞翔承认持诵（念佛持咒）有加持，可以净化内心。他念过《楞严咒》、《往生咒》。

《戒为良药》第 130 季：

关于持咒念佛我想补充说一下，我每天也持咒念佛的，也坚持了大概七年多了，刚开始持咒念佛心里妄念会很多，你会惊讶自己怎么那么多妄念，就像一束光照进来会发现很多灰尘，坚持念下去，会发现自己的内心渐渐清净了，邪淫的念头的确变淡了，变少了……

【点评】：飞翔持诵（念佛持咒）后感觉淫念变淡、变少了。此处严重敲黑板！！

《戒为良药》第 132 季：

我以前念佛，有一年左右的时间，内心真的很清净，甚至想主动起念头，都感觉吃力，清净到那种程度。

【点评】：这是飞翔自己说的，他持诵（念佛）后内心清净到想起淫念都困难的境界了……此处严重敲黑板！！

《戒为良药》第 132 季：

我修净土宗，念到现在几千万遍的佛号了。

【点评】：飞翔持诵（念佛）几千万遍！此处严重敲黑板！根据戒色论坛会员的持诵实践经验，只要认真落实别行版《戒色七部曲》日课，坚持每天持诵 1000～3000 遍观音圣号或准提咒 300～1000 遍，坚持一个月之后，就会明显感觉自己的淫心变淡了，坚持下去，就会轻松戒掉色。

飞翔几千万遍的巨大持诵量远远超过这个标准，不成戒色大神成什么？难道成屡屡失败的戒色老油条？可能吗？根据推算，飞翔每天念佛的持诵日课量是 6500～10000 遍之间。因为低于 6500 遍，达不到 9 年念满 2 千万遍的量，称不上几千万，一千多万遍肯定不能算几千万遍。飞翔每天坚持如此大的持诵日课量，一定是淫心变得很淡很淡了。

《戒为良药》第 137 季：

我戒到现在九年了，一次未破，我说句大实话，虽然我一直在坚持念佛持咒，也在行善积德，但是邪念图像还是会上来的，就在前几天晚上半夜醒来，突然意淫的念头就攻上来了，我立刻警觉，觉察消灭，几记觉察就摆平了。

【点评】：此处严重敲黑板！！！飞翔戒色 9 年也念佛 9 年，念佛后用观心断念一觉察就轻松灭了淫念！这个是重点！当然，谁都不可能因为持诵（念佛持咒）就没有一个淫念了，但是淫念会因为持诵而大幅度明显变少，心念会变得很清净，即使淫念来了也会很容易就轻松化解了！因为持诵已经提前帮助你化解了淫欲习气、淡化了淫心，断念就容易多了。凡是有持诵经验的戒友都知道这个戒色秘密。

根据飞翔在《戒为良药》书中的持诵记录，可以得出一个结论：

飞翔成为断念高手，并不是他自己说的大量看文章洗脑提升觉悟、苦念断念口诀、苦练观心断念得来的，而是通过大量持诵化解了淫欲习气、淡化了淫心之后得来的。

读到这里，可能有人还是不相信上面的结论，认为只是一面之词。不信没有关系，我们还有进一步的事实证据，请大家接着往下读。

持诵成为断念高手的铁证

我们来看其他戒友实践持诵后的体会与感悟，和飞翔实践持诵后的感悟做一个对比，用事实来说话。

【案例】戒友上善若水

通过大量持诵（观音圣号）单爆再到定课，现在的我真的很难起淫念。即使在这么酷热的夏天，看到街上那些穿着暴露的女性也没啥感觉，觉得就是个普通女性而已，换做以前定会有不少意淫。

【点评】：持诵后达到很难起淫念、见女色不动心的境界……，这个戒色境界很高了。此戒友成功戒色 700 天以上。

【案例】戒友格心

我是落实《戒色七部曲》戒色成功的，持诵是念准提咒，每天 1000 遍。前辈说戒色要远邪，实际上当时我远邪做得不是很好，经常上网，有很多擦边信息，但是大量持诵后我对那些色情内容不感兴趣了。

还有一点，大量持诵后发现自己做到了飞翔说的断念境界：断念速度太快了，自动断念！淫念一出现就觉察消灭了，毫不费力！以前我单纯练习断念口诀，却很难做到。

【点评】：之前单纯练习观心断念很困难，持诵之后淫念一出现就能快速觉察消灭了，毫不费力……难道这不是飞翔成为断念高手的秘密？此处严重敲黑板！！

这位戒友之前学习《戒为良药》用飞翔的方法戒色屡屡失败，平均一周一次，最高戒色记录是 26 天。后来他彻底放弃飞翔的戒色理论方法，通过每天认真落实别行版《戒色七部曲》，目前轻轻松松成功戒色 3 年以上了。

【案例】戒友柯南

我以前很努力地练习断念，很难达到飞翔文章说的断念效果。后来我通过落实《戒色七部曲》日课，在大量持诵之后，发现我所领悟的断念境界和飞翔描述的一模一样：斩杀心魔变得毫不费力、自动断念，做到了《戒为良药》说的“与心魔斗，其乐无穷”。

然而，我在持诵之前断念却是“与心魔斗，其苦无穷”，屡屡失败，被淫念任意恣虐！大量持诵之后，我现在很难起一个淫念，心清如水，变化太惊人了！（日课持诵准提咒 2000 遍）

【点评】：飞翔是怎样成为断念高手的？看了这个案例，凡是神智正常的人都知道成为断念高手的真正秘密了！

【案例】戒友真假猴王

七部曲真的有用。之前我就在默默地落实七部曲日课，现在戒色 28 天了，第一次坚持那么久，而且我发现我开始能觉察自己的念头了，圣号真灵。

【点评】：他说的能觉察自己的念头，是指能够一觉察就消灭淫念。

【案例】戒友若水

我坚持《戒色七部曲》持诵观音圣号的这个月，我没有再去看色情片，看到网上的擦边信息也能回避，尤其是看到街上的美女感觉淡然了很多，不会如之前那般心猿意马！

我发现自己这次竟然可以观心断念了！事实上淫念很少起，在欲念起来的时候一觉察就消失了，没有以往反复与心魔抗争、痛苦万分最终失败的情形！（日课持诵观音圣号 3000~5000 遍）

【点评】：持诵后不但淫心变淡，而且学会了观心断念，可以轻松秒杀淫念，做到了飞翔说的断念高手境界。

【案例】戒友 hope

这次我落实《戒色七部曲》念诵“南无阿弥陀佛”到了 5000 声，真的感觉很不同！心感觉静了好多，思维也有序了，对自己感觉有控制力了，真的是那种

源自内心的快乐。手机放在旁边，也不想玩了。我终于体会到为什么论坛前辈叫我们在戒色前 70 天时以持诵为突破口了。

我念了 5000 声之后，蹦出来的淫念很容易就被我断掉了，欲望减轻了很多。真的是做到大量持诵就能够受益。以前也想断念，但是根本断不掉，断了之后又冒出来……现在感觉欲望轻了很多，淫念出来也更容易断掉了，尝到持诵的甜头了。

【点评】：持诵之前断念很困难，持诵之后断念很容易。说的还不清楚吗？

【案例】戒友湖尘

我是经历过观心断念危害和《戒色七部曲》好处的过来人。当初光断念时，怎么断都断不了，抽刀断水水更流，越断念越破戒，自己骂自己无能。最近大量持诵观音菩萨圣号，完不成不睡觉，成果显著，没有淫念了，偶有一个念头，用不着断念就断掉了，不断而断。

【点评】：持诵后根本不用练习观心断念，自然就能断念了。这就是飞翔成为断念高手的原因。

以上戒友都是之前用过《戒为良药》的观心断念法而屡屡失败，持诵之后轻松断念。

大家再看几个从来没有用过观心断念法，仅仅是单纯持诵的戒友案例：

【案例】汉军前辈（戒色论坛原管理员，是飞翔的前辈）

通过落实别行版《戒色七部曲》的持诵，每天至少 1000 遍准提咒，我不敢说我绝对彻底扫平了意淫，但基本可以说：困扰我多年的意淫时不时炽盛的情况彻底没有了。最近一个月，我的淫念平均每天不超过 5 个，99% 以上的时间心念非常清净！

【点评】：很少起淫念、心念很清净……汉军前辈 2007 年 9 月就戒掉淫习了，目前已经戒色 14 年了。

【案例】大川断念体验

我自己根本就不存在什么断念不断念的，淫念起来不到一秒内，还没有发生实质生理反应，淫念就消失了。这就是我每天大量持诵准提咒坚持一年多的效果。

（每天持诵准提咒不低于 1000 遍）

【点评】：持诵后一秒内秒杀断念，这就是断念高手的境界啊！和飞翔有区别吗？

【案例】风雨春天

我现实生活中认识一些学佛人士，根本不知道什么戒色组织，单靠放生念佛诵经等戒掉了（淫习）。

【点评】：不用任何其他方法辅助，单纯持诵就可以戒掉淫习！

还有很多戒友落实别行版《戒色七部曲》的持诵后化解淫心、戒色成功的案例，由于例子太多了，就不一一举例了。

【案例】戒友浩睿

回想读《戒为良药》的感受，我从来没有觉得飞翔是用断念的方法戒的，我更相信他是因为学佛戒的。

【点评】：后辈戒友都看出来飞翔不是用观心断念戒色成功的。

通过飞翔持诵的事实与以上戒友持诵的事实对比，可以发现：

1、以上案例中的戒友以及很多其他戒友，之前学习《戒为良药》的观心断念方法屡屡失败，后来他们不再关注念头、不再每天专门去练习观心断念，而是每天认真落实（《戒色七部曲》的）持诵，观心断念反而不练自会，轻松断念，成为断念高手了！

2、每天坚持一定量的持诵后，淫心会越来越淡，淫念越来越少，内心很清净，观心断念会变得非常容易，不练自会！

3、那种认为天天练习观心断念就能提高断念能力、成为断念高手的观点（这恰恰就是飞翔的观点），完全是错误的。

以上戒友的持诵体会事实，就是飞翔通过持诵成为断念高手的有力事实证据！

惊人的结论推导

根据上文内容归纳如下：

飞翔用的方法=持诵+观心断念

戒友用的方法=观心断念

两套方法的结果对比：

A、戒友单纯练习观心断念——>屡屡失败（深入练习者会出现不良的断念后遗症副作用，浅尝辄止者无症状）

B、戒友每天单纯坚持持诵——>观心断念很轻松，秒杀淫念——>断念高手（单纯是指没有练习观心断念）

C、飞翔每天持诵+观心断念——>观心断念很轻松，秒杀淫念——>断念高手

一级惊人结论：只要持诵了，无论练不练习观心断念都可以成为断念高手，而且断念境界完全一致。

二级惊人结论：练习观心断念在成为断念高手过程中所起的作用基本为零，完全可以忽略不计。

三级惊人结论：观心断念这个方法在戒色上完全可以不用，甚至是多余的。

四级惊人结论：以为单纯练习观心断念就能成为断念高手、戒色成功，完全是错误的观点。

综上所述，我们可以明白一些真相：

（1）飞翔本人极度提倡的观心断念，在飞翔成功戒色 9 年的过程中并没有起到如他自己所说的决定性作用！

（2）飞翔为什么能做到淫念一起，一觉察就没有了？为什么能做到 1 秒之内迅速断淫念？他不是神，他也是通过每天持诵淡化了淫心之后才做到的！

（3）这就解释了为什么戒友们苦学《戒为良药》、苦写戒色笔记、苦念断念口诀（有人念的口干舌燥）、苦练观心断念，却成不了断念高手，却被心魔屡屡恣虐的真实原因！原来戒友失败并不是飞翔说的“觉悟不够高、断念不够快”这个原因，而是根本没有持诵的加持！

假传万卷书（200 多万字戒色巨著《戒为良药》），真传一句话：**飞翔是通过大量持诵成为断念高手的！是通过大量持诵戒色成功的！**

“江湖一点诀，戳破不值钱”，简单一句话概括：

飞翔戒色成功、成为断念高手的真正秘诀是：持诵（念佛持咒）！这就是今天我们要告诉大家的戒色界惊天大秘密！

断念高手、戒色大神、戒色成功人士是怎么炼成的？是通过每天坚持一定量的持诵（念佛持咒）炼成的！断念高手压根不是飞翔说的那样通过每天大量看戒色文章洗脑提升觉悟、每天念诵断念口诀、每天苦练观心断念炼成的！断念失败了也不是“觉悟不够高、断念不够快”这个原因！持诵，才是成为断念高手的核心推动力与唯一捷径！

进一步的惊人结论：

（1）那些花费了大量时间精力学习《戒为良药》、每天念诵断念口诀、苦练观心断念的戒友，完全走错了戒色路，所有的付出都是徒劳的无用功！

（2）飞翔之所以练习观心断念没有出现“断念后遗症”（断念强迫症、焦虑症、人格分裂、幻觉等），是因为他每天坚持持诵淡化了淫欲习气，淫念变得很弱了，可以轻松降服淫念。戒友之所以练习观心断念会出现“断念后遗症”（断念强迫症、焦虑症、人格分裂、幻觉等），是因为他们没有每天坚持持诵，淫欲习气没有丝毫淡化，淫念很强大，单纯用观心断念去斗强大的淫欲习气，一定会患上“断念后遗症”。

知道了持诵可以成为断念高手，200多万字的《戒色良药》从此可以彻底不看了，再也不用辛苦做笔记、苦念断念口诀、苦练观心断念了，戒色从此会变得很轻松。

飞翔是依靠持诵成为断念高手、戒色大神的。如果人人大量持诵，人人都可以成为断念高手、戒色大神。戒色大神现象以及对戒色大神的疯狂崇拜现象，从此可以休矣！

由此可见，对于某些戒色前辈说的某些观点，大家不能一味迷信。前辈的某些戒色观点对不对，不是这位前辈自己说了算，而是认真实践了这个观点的广大戒友说了算！

实践，才是检验真理的唯一标准！

深刻的教训

有戒友看到这里会说：啊？原来飞翔是依靠持诵上位成为戒色大神的？！我们都被飞翔骗了！怪不得他可以成为高高在上、万人敬仰的戒色大神，而我们老老实实按他说的方法戒，无论怎么努力都做不到他说的断念境界！原来飞翔留了一手绝招啊？我被误导了好几年了，我都想打他了！

如果你是这种想法，我们必须站出来替飞翔说句公道话，劝大家不要记恨飞翔，原因如下：

一、飞翔并非故意存心害大家，而是好心办了错事，是无意中误导和伤害了大家。

飞翔是本着帮助大家戒色的良好发心写书的，只是由于他自身戒色认识不高的局限性，他可能没有认识到自己成为断念高手的真正原因是什么，也不知道观心断念用不好会出现心理问题。

飞翔因为有持诵加持了自己，使断念变得很轻松很容易，没有出现断念后遗症，也就无法发现单纯练习观心断念会导致“断念后遗症”的副作用问题。毕竟每个人都有局限性，每个人都有犯错误、说错话的时候，飞翔也不例外，他不是圣人。

二、从因果律的角度看，飞翔将来的日子并不好过，所以不必记恨他。

被《戒为良药》错误方法误导的不仅仅是你一个人，而是很多人。戒色吧的关注度高达 600 万人，之前喜马拉雅听书《戒为良药》的点击收听量是几千万，受影响的人数多到无法计算。尽管飞翔是无心误导他人，但是误导事实已成。按照因果法则，飞翔耽误了那么多戒友，让那么多戒友痛苦、浪费了青春，这笔巨大的因果帐将来一定会反噬到飞翔身上。飞翔可以逃过戒友的惩罚，一定逃不过这笔巨大因果债的反作用，飞翔将来的日子一定会很不顺利、很不好过，一定会非常苦！

《了凡四训》讲：“名，亦福也。名者，造物所忌；世之享盛名而实不副者，多有奇祸。”飞翔依靠持诵上位成为戒色大神，而他提供给戒友的却是有问题的戒色法，让千万戒友戒色戒得很痛苦，他反而得到了千万戒友的追捧赞誉而享受大名。这个大名是名不副实的，飞翔将来必定有奇祸。

综上所述，你是被飞翔误导而受苦了，而飞翔将来承受的痛苦比你严重无数倍！根本不用你来惩罚他。

三、飞翔付出了很多，却没得到好处，反而给自己挖了一个大坑，他实际上最亏了。

飞翔用了9年时间里写了7、8本戒色书，仅仅《戒为良药》就写了200多万字。在帮助戒友方面，飞翔耗费了太多的精力与时间，付出了巨大代价。飞翔付出那么多时间精力，本想帮大家戒色，没想到却在戒色方法上不小心误导了大家，不但没有给自己积上德，反而给自己挖了一个大坑。不帮人还好，好心帮人的结果反而是自己倒霉。有这个时间精力，干什么不好呢？如果把写戒色书的时间精力都投入到生活工作上，飞翔不敢说逆袭成高富帅，起码日子过的会很滋润！飞翔又何苦呢？难道不亏吗？他也亏大了！可以讲，飞翔是整个戒色界里最悲哀、最值得同情的一个人。

综合以上三点，飞翔其实是一个很不幸的人，大家应该深深同情他，你又何必怨恨他呢？

四、大家自我反省，自己是不是犯了对飞翔盲目崇拜、迷信和依赖的错误呢？自己是不是太缺乏独立思考和自立自强能力了呢？

首先，别人（飞翔）说什么，你就信什么啊？你觉得自己这样对不对？你们也太缺乏人生经验与社会阅历了，也太缺乏独立思考的能力了，心智显然不成熟。

“实践是检验真理的唯一标准”，对于某些前辈说的话，不管他名气有多大，都应该通过自己的实践来验证，而不能盲目迷信。

其次，大家再想想，假如你自己不邪淫，就不会进入戒色圈，又怎么会被飞翔误导呢？一味抱怨，没有意义。你是被误导了，但是至少你现在看到本文了，你从现在开始就可以走出困境了，说明你是很幸运的！假如没有本文出现，你岂不是一辈子活在错误戒色法的阴影里了呢？至少你比那些没有看到本文的戒友幸运多了。

第三，戒色界的前辈不是只有飞翔一位，方法也不是只有飞翔一家，为什么别人选对了没有被飞翔误导，你却选错了被飞翔误导了呢？有很多戒友一开始就

走对了戒色路，并没有跟随飞翔走，而是跟着其他前辈，用了其他正确戒色法戒色，很快就成功了。你没有遇到有正见的前辈，没有遇到好的戒色法，却碰到飞翔的问题戒色法被误导，只能说明你自己运气不好、福报不够。真正有大福报的戒友是不会碰到飞翔的问题戒色法，也不会被误导的。你能读到本文，说明你还是有福报的，你至少有救了，还抱怨什么呢？

综合以上三点，如果你一味抱怨被飞翔误导了，只埋怨别人而不检讨自己，是没有意义的。

“有些成功者，连他们自己都不知道自己成功的真正原因是什么。他们分享的成功经验其实是有缺陷的、不完整的，甚至是有误导倾向的。”——这句话，送给所有有缘看到本文的戒友们。

“吃一堑、长一智”，大家如果能够吸取经验教训，你今天在戒色上遇到的挫折不幸，反而是一笔宝贵的人生财富！对你未来的人生发展会有积极的正面作用！如果你不吸取盲目迷信别人、依赖别人的经验教训，依然缺乏独立思考、自立自强精神，那你在以后的人生道路上还会继续摔跟头。

大家在明白真相之后，更应该深刻检讨自己的不足，总结经验教训，不要自怨自艾，不要一味抱怨与怨恨，应该积极面对未来！**只有彻底放下过去，放下抱怨与怨恨，才能走向新生命！**只有这样，对自己将来的发展才有好处。否则这个“堑”，算是白吃了。

洞察的原因

为什么戒色论坛能够洞察飞翔成为断念高手的真正原因？为什么戒色论坛能洞察持诵与断念高手之间的内在联系？

“持诵可以明显淡化淫心，可以让你不必练习“观心断念”却能自动成为断念高手，轻松秒杀淫念”——这一点在戒色吧是无人知晓的戒色秘笈，而在戒色论坛早就是公开的常识了，根本就不是什么秘密了。因此，论坛能够轻松勘破飞翔成为断念高手的真正原因。

为什么一般的普通戒友不可能知道飞翔成为断念高手的真正原因是什么？虽然很多戒友读了《戒为良药》，也知道飞翔念佛持咒（持诵），但是他们不知

道持诵也是高效戒色法，不知道持诵可以大幅度淡化淫心的秘密，不知道持诵有助于轻松观心断念，误以为持诵（念佛持咒）是学佛修行、观心断念是戒色，以为是两码事，孤立的看待持诵和观心断念这两件事，没有把持诵和观心断念联系起来看，没有看到二者之间的内在联系。因此，一般的普通戒友不可能知道飞翔成为断念高手的真正原因。

为什么飞翔本人也不知道自己成为断念高手的真正原因是什么？飞翔是持诵和观心断念同时进行的，他无法分清哪个方法在起作用，他没有看到两者之间的内在联系，对于持诵淡化淫心缺乏深刻认识，不清楚持诵会让观心断念变得很容易，不清楚单纯练习观心断念会出问题，这就是飞翔戒色认识的局限性。由于飞翔的戒色认识存在误区和局限性，他错误以为自己是依靠单纯练习观心断念成为断念高手的，所以就给大家推荐了观心断念。所谓当局者迷，旁观者清，飞翔不知道自己成为断念高手的真正原因。

飞翔的戒色认识有误区，戒友的戒色认识有局限性。以盲引盲，结果就酿出了戒色界这场戒色大悲剧！

论坛对于飞翔在破斥手淫无害论、推广宣传戒色方面的贡献是十分肯定的，至于指出飞翔在戒色法方面误导戒友的问题，完全是就事论事、实事求是，尊重事实、不讲假话。

飞翔是上上根基吗？

《为什么〈戒为良药〉的“观心断念”导致戒友出现心理问题？如何走出困境？》一文中讲到：“我们要知道，观心断念是来自禅宗的修行方法，这个方法不是谁都可以用的，只有上上根基的人才可以用，不是上上根基的人用了会出严重问题。”

那问题来了，飞翔是不是上上根基呢？不是！原因如下：

一、真正上上根基的人是不可能犯淫习的，是不会来到戒色界的。

二、退一步讲，即使上上根基的人犯了淫习，由于这类人在悟性、洞察力、远见方面是超越常人的，怎么会总结出一套有问题的戒色法让戒友戒不掉色，导

致了无数戒友悲剧的发生？上上根基的人会犯如此低级错误吗？上上根基的人悟性、洞察力、远见（先见之明）会如此之差？

飞翔的方法（洗脑、觉悟、心魔、断念）是戒色界所有方法中最差的一个。因为其他戒色法就算不能帮助戒友戒掉恶习，起码也不至于导致戒友出现一系列严重副作用。飞翔的方法不但让戒友戒不掉色，还让戒友患上了断念心理问题，受到一系列的各种伤害，这哪里是帮戒友？简直是伤害戒友。飞翔提出了一套损害戒友的方法，怎么会是上上根基的人？飞翔能出大名，受到很多戒色新人的追捧，仅仅是他走了好运，有这个出大名的命数罢了。

飞翔于 2018 年 5 月之后对自己的方法进行了改进，提出了《戒色十规》，那是因为论坛在 2018 年 2 月公开批判了飞翔的错误戒色法，他才意识到自己的戒色法有问题，才吸取了论坛的系统戒色理念，模仿《戒色七部曲》提出了《戒色十规》。从 2011 年～2018 年长达 8 年时间里，飞翔竟然都没有发现自己戒色法的问题，直到别人公开批判了才知道自己的错误，才开始改进。上上根基的人悟性、洞察力、远见（先见之明）会有如此之低？因此可以肯定飞翔根本不是上上根基。

综合上文所有的论述，可以肯定的讲：

飞翔不是上等根基，也是依靠持诵的加持，才成为断念高手轻松观心断念的，才戒色成功的，才没有出现“断念后遗症”等一系列问题！

也就是说：

飞翔如果不持诵，单纯练习观心断念戒色，他不可能戒色成功，不可能成功戒色连续 9 年不破戒！也不可能成为万人敬仰的戒色大神！

飞翔如果不持诵，和其他戒友一样，他也会出现“断念后遗症”等一系列问题！

单纯练习观心断念就想戒色成功，谁都很困难，而且谁都会很大几率出现断念后遗症等一系列心理问题！

不是上上根基的人，绝对不能使用观心断念？也不是，在具备一定条件下也可以用。

不是上上根基的人,只有在每天坚持一定量的持诵（念佛持咒）基础上才能使用、驾驭观心断念，才能做到秒杀淫念，才不会出现“断念后遗症”。

飞翔为什么不推广持诵？

飞翔不知道持诵（念佛持咒）可以戒色，是不可能的。飞翔看过一些比他资格老的戒色前辈文集，那些前辈明确说自己是依靠持诵戒色成功的。况且，飞翔把持诵戒色叫做信仰戒色，在《戒为良药》中多次谈到了。

飞翔知道持诵可以戒色。既然知道，为什么飞翔不大力推广持诵？而是大力推广观心断念？

一、飞翔知道持诵（念佛持咒）戒色法只有信佛的戒友才会接受，而信佛戒友在全体戒友中只占很少一部分，持诵法不容易普及。观心断念（飞翔认为是专业戒色）所有戒友都能接受，容易普及。

二、飞翔对于“持诵淡化淫心”缺乏深刻认识，不清楚持诵会让观心断念变得很容易，不知道自己是通过持诵成为断念高手的。

三、飞翔不知道单纯练习观心断念会出问题。

以上是飞翔戒色认识的误区和局限性。这说明飞翔的戒色认识和戒色水平并不高明，然而他提出的有问题戒色学说却被广大戒友大力热捧，这真是很可悲的戒色现象。

关于“观心断念”的忠告

关于“观心断念”的忠告，如下：

一、观心断念这个戒色法难度太大，门槛太高，不具备普遍适用性，只有极少数上上根基的戒友才能驾驭，对于一般戒友根本就不适合。

二、单纯练习观心断念戒色非常困难，戒友驾驭不了，反受其害！不是上上根基的戒友妄用观心断念戒色，只会越断淫念越多，越戒心越色。

三、在不持诵的情况下，完全按照《戒为良药》的戒色理论方法练习观心断念，不但戒不掉色，而且会出现“断念后遗症”等一系列严重心理问题。

断念后遗症的表现：断念强迫症、断念焦虑症、断念自闭症、断念抑郁症、断念社恐症……还有人出现各种幻觉、精神分裂症等等，据统计一共有 20 多种严重副作用。

综合结论二、三，进一步得出一个结论：在不持诵的情况下单纯练习观心断念，完全是一条死路！

四、根性一般的普通戒友只有通过持诵，观心断念才会变得很容易，才能驾驭观心断念这个方法，才不会出现“断念后遗症”副作用。

在彻底放弃《戒为良药》戒色理论方法的前提下，通过每天认真落实（别行版《戒色七部曲》）持诵，化解了淫欲习气之后，观心断念（念起即觉、觉之即无）就变得很轻松、很容易，不学自会，不练自会，可以做到轻松秒杀淫念，没有副作用。

敬告与提示：

如果你还是抱着《戒为良药》的理论方法不放手、不抛弃，不转变错误戒色认识，在持诵的同时依然按照《戒为良药》的戒色理论练习观心断念，是否有副作用，就很难说了。

五、断念高手是通过持诵（念佛持咒）炼成的，不是通过练习观心断念炼成的。

六、不用观心断念照样可以戒掉色。

认为只有观心断念才能戒色，那是飞翔由于自身局限而给大家灌输的错误戒色观念。在飞翔之前的“前弘期”、“中弘期”时代的戒色前辈们从来不用观心断念，戒色照样成功了！戒色界除了飞翔提倡洗脑论、觉悟论、心魔说、观心断念法之外，还有谁提出这些观点了？不是飞翔的个人经验，是什么呢？飞翔的方法根本不具备普遍适用性。

最终结论与严肃忠告：

观心断念这个方法在戒色上完全可以不用，用不好反而有害！

飞翔发心利益戒友、名气大、粉丝多，并不等于他说的话都是对的。飞翔是“后弘期”戒色时代的人，他在手淫危害的论述方面确实独步戒色界，超越了很

多前辈，这是他的优点。但是，飞翔在戒色法方面犯的错误，可以说是错的很离谱，连治标都谈不上（淫念越断越多，心越戒越色），远远不如“前弘期”、“中弘期”时代的戒色前辈们。

“飞翔的方法是在戒色，但是戒色不等于飞翔的方法。”这个正确观念大家一定要树立起来！把飞翔的方法当做唯一正宗戒色方法，认为“飞翔方法=戒色”，是非常无知的错误观点。

飞翔作为目前戒色界名气最大的戒色大神，提供的戒色方法居然让广大戒友无法戒掉色，而且会带来严重副作用，这个方法竟然成为戒色界最流行的戒色方法，简直不可思议！

不观心，怎么戒

有戒友会问：在不持诵的情况下单纯练习观心断念是一条死路，那我不信佛、不持诵，观心断念也用不了，那我该怎么戒色？

《戒色七部曲》有两个版本。一个是别行版，适合学佛或接受持诵的戒友，成功率很高；一个是通行版，没有一丝一毫佛家色彩，全部是儒家修身之道，适合不信佛、不接受持诵的戒友，普适性很广。

不信佛、不接受持诵的戒友可以落实通行版《戒色七部曲》戒色，持诵这一条是念诵《生命重生誓言》。大家千万不要再自作聪明加念断念口诀、练习观心断念了，如果你这样做，是自己作死。

以前的“中弘期”戒色前辈们根本不用飞翔的方法戒色。那用什么方法戒色呢？是用通行版《戒色七部曲》戒色的。有无数戒色前辈就是或多或少用了通行版七部曲中的几条方法戒色成功了。实践证明通行版《戒色七部曲》也是非常高效的方法。

目前“后弘期”戒色时代，对于大多数屡屡失败的戒友，走《戒色七部曲》（别行版、通行版）这条路，才是戒色光明大道！

断念的最高境界

有很多戒友之前苦学《戒为良药》4、5年甚至6、7年，戒色笔记做了5、6本甚至7、8本，苦练飞翔说的观心断念绝技，结果淫念越断越多，心越戒越色。

后来他们彻底放弃《戒为良药》的戒色理论方法，彻底放弃观心断念，改为使用别行版《戒色七部曲》戒色后，通过每天大量持诵后淫念明显变淡，可以降伏淫念了，最后戒色轻松成功了。

断念的最高境界是什么？**是无淫念可断，而不是秒杀淫念。**

当你每天认真落实《戒色七部曲》持诵之后，淫念不起或很少起了，心越来越清净了，见女色不动心了，即使偶尔出现个别淫念，用“降念八法”就轻松化解了，根本不用去关注念头、不用天天苦练“观心断念大法”很辛苦地去断淫念了。

真正好的戒色法，应该是在淫念产生之前就提前化解了，而不是等到淫念出现之后再去断念。《戒色七部曲》（别行版、通行版）就是这个戒色策略，而且完全可以做到。

这不是断念的最高境界，是什么？

戒色的明路

正确戒色的道路是什么？

彻底放弃《戒为良药》那一套错误戒色理论方法，不要再洗脑、心魔、觉悟、观心断念了（如果不放弃只会淫念越断越多，心越戒越色），每天认真落实别行版或通行版《戒色七部曲》日课，融入生活为前途而奋斗，根本不需要练习观心断念，你自动就成为断念高手，同时也戒色成功了。

各位戒友，你想戒色成功吗？彻底抛弃“后弘期”飞翔那一套错误戒色理论方法，按照“中弘期”戒色前辈们指引的正确戒色道路前行，从每天落实《戒色七部曲》（别行版或通行版）入手，走儒家修身正道（戒色七部曲的实质是儒家修身之道）！

这，才是一条安全、高效、无副作用的戒色光明大道！