

---

FIND A BODHISATTVA AS A FRIEND

找 个 菩 萨 做 朋 友

内部版：V0.2.0

---

宗翎 著

必经之路出品



不畏蜀道難  
勿忘雲水歡  
但持一心去  
天涯咫尺間



# 前言

---

在 2024 年 2 月 14 日凌晨 01:01，接到蓝狮子布置的一个作业，把宗翎老师的文章整理一本书，当时也没注意看时间，编辑文字的时候看了下聊天记录，这个缘起真好。不仅仅缘起特别好，这本书名也特别好。

“书名可以是《找个菩萨做朋友》”，当蓝狮子对我说的时侯，我激动得眼泪都要出来，没有比这个书名更能表达我的心声了，在整理宗翎老师文章的时候，就仿佛在台下听宗翎老师口吐莲花，娓娓道来。每一篇文章都深入人心，每一句话都讲得那么究竟，这不就是菩萨吗？阅读完所有文章真如交了一位菩萨朋友。

宗翎老师是一位和蓝狮子一样的传奇人物，浙江大学本科毕业，留学美国获博士学位。经历非常丰富，曾是科研专家，也担任过扶贫副县长，曾是浙大兼职教授，也创业开过公司，又于数年前，落发出家。宗翎老师学佛三十多年，风趣幽默，知识渊博，且有多年实修经验。

整理这本书的时候每一章我都认真阅读，进行了分类，在前面章节中大家通过阅读会对宗翎老师越来越了解，也可以一同感受他的不凡经历。后面章节是宗翎老师收集大量案例，来给大家讲明白轮回是否存在，我本人是非常推荐大家阅读的，因为通过这些文章，也打破了自己不少认知，更是坚信修行这条路。如果你有机会读到此书，建议你认真读完，宗翎老师的文笔诙谐幽默，又逻辑性强，既饱含哲理，又通俗易懂，但更值得慢慢品，反复读。

芬芬

2024.3.22

## 将进酒·致宗翎老师

---

君不见，少小聪慧睿智显，求知留洋壮志坚。  
君不见，从政教学再创业，惊涛骇浪只等闲。  
千山万水从容过，扶摇直上至云巅。  
繁华历尽再回首，虔诚落发名师前。  
此后再无世间欲，只为众生忙余年。  
蓝狮子，黄胖儿，  
又聚首，心未变。  
与君歌一曲，请君为我侧耳听。  
灵山一别两千年，盛世相逢岂偶然。  
共历娑婆世间苦，同发无上地藏愿。  
曾去五台见文殊，又上峨眉会普贤。  
必经之路慈悲起，觉察剑出智慧见。  
八正道，四宏愿，  
回首红尘历练处，  
白莲朵朵笑开颜。

蓝狮子  
2024.2.5

## 评价与推荐

---

在 2024 年新春佳节之际，必经之路小七为表达对宗翎老师无私奉献和辛勤付出的一份深深敬意，编撰了《我眼中的宗翎老师》电子书，以感谢宗翎老师过去一年中不辞辛劳的教授。本书摘取部分同学的评价，放在前面几篇以及后面《我眼中的宗翎老师》，希望读者更了解宗翎老师，对老师升起信心，对书中很多修行方法可以练习。

### ————— 以下是学员评价 —————

他，风趣又风雅、有趣又有料

他，憨厚又幽默、悲悯又洒脱

他，不落世俗、天真无邪

他，古风禅意、跳脱另类

他，是年轻的“老衲”、可爱的“黄胖儿”

他，是兴之所至的诗人、天马行空的丹青手

他，是精通释道儒汉藏的译者，是随时切换多种语言的医者

他，曾是科技人才，学术精英

他，曾经四海游历，寻梦来处

他，博闻强记、视野广阔

他，观点清奇、直击要点

他，是用量子纠缠开示佛法的理工男  
他，是用玄学易理调侃俗事的修行人  
他，历经繁华，不惹红尘  
他，抛却喧嚣，终归佛法  
他，入世磨砺，心怀众生  
他，万千名词，终归无可描述

— 瑞丽

风指引着回家的方向  
彩色的经幡呼唤着我  
圣泉的水等待着远方的孩子  
为她接风洗尘  
八功德的泉眼  
依旧哗啦啦流淌  
我思念着远方的家园  
日日夜夜

最喜欢的雕像  
最向往的宫殿  
依然萦绕心头  
奔流不息  
亲爱的老师

我踌躇着徘徊  
不愿离去  
世间万物  
皆如浮云过客  
匆匆而逝

唯有您的笑容  
如多科河水  
清澈明朗  
温暖如春  
给我到达彼岸力量

— 如意

通过文字、诗、神山和普贤行愿品，这样的只言片语认识你  
我们敬爱的宗翎老师  
人类种类繁多的痛苦和纠葛  
如流光一般，在声嘶力竭之后  
无需再申辩。期待在跋涉之中追随你  
自我弱小卑微，而你是我们心中的优昙花  
因着你的智慧与慈悲，我们劈开了心念里料峭的险峰  
  
山长水远，神山和你始终静默守护

众生沉浮，娑婆忽明忽暗  
你是面目如飞蓬的苦行僧  
在相对短暂，而又无限循环的红尘路口

一片赤诚，指引彼岸  
远山不远，而人世太远  
当冬天奔向雪山，佛陀拈花一笑的刹那  
我们必定会在极乐的途中相遇

宗翎老师，我们爱你  
就像，你爱我们那样  
就像你和岁月长谈之后的洒脱与不羁

不经意间，在某些时刻  
照亮那些焦渴的灵魂  
让我们在黑暗里了悟生命的实相  
从此遇见光，遇见你，遇见佛陀  
我们从此成为光，成为你，成为佛陀

— 雪莲

# 目录

前言	i
将进酒·致宗翎老师	ii
评价与推荐	iv
第一章 守护我们的“真”	1
第二章 晾鞋记	9
第三章 葬鸟记	13
第四章 月圆缺	20
第五章 找个菩萨做朋友	25
第六章 做个上等人	36
第七章 山高人为谷	45
第八章 在吃屎中修行	55
第九章 猪坚强	66

---

第十章 我就是药神	78
第十一章 这种“病毒”比新冠还可怕……	88
第十二章 教你真正的成功学	98
第十三章 施主，你可能信了一个假佛	109
第十四章 轮回是否存在？我的轮回探索之旅	116
第十五章 并不觉得轮回很苦，怎么破？	130
第十六章 宗翎法师妙语如珠答轮回	136
第十七章 宗教集市的淘“宝”指南：什么值得信？	153
第十八章 耶稣大战如来佛？我为什么没有 pick 基督教	165
第十九章 世界上所有的问题，都是思想问题	194
第二十章 佛说：俺只是个模范教师	212
第二十一章 人生最重要的事，只有这一件！	225
第二十二章 为什么优秀的人对佛教十分信仰	236
第二十三章 心中明月一略谈中西方文化之善恶观	248
第二十四章 为什么要抄《心经》	272
第二十五章 智慧答疑	299
我们眼中的宗翎老师	359

## 第一章 守护我们的“真”

---

纵马雪山外，一笑泯古今；  
俗世多浊恶，愿护此真心。

—— 宗翎

这几天新闻上总是会提到一个叫“丁真”的藏族小伙，老衲幽居世外，也未能免俗，好奇之下，也点了进去。说来实在太惭愧，七哥在闭关，我却在刷手机，甚至看着看着会傻笑起来。可能是因为久居藏地而倍感亲切，从来对任何网红明星都不屑一顾的老衲，竟然也一口气看了好多个关于丁真的报道和视频。

“丁真”或“丹增”是一个藏族常见的名字，其藏文原意并不是像网上说的“珍珠”，而是“守持佛教者”的意思。自从第一位“援藏干部”文成公主进藏开启大规模汉藏交流以来，在这 1380 年的悠悠岁月中，从没有任何一位藏族人在汉地民间如此受人追捧，红透天际。我们不禁要问，为什么一个不太识字，黝黑干瘦的藏族少年竟然能够如此倾倒众生？

关于丁真到底算不算很帅，各种观点都有，只能说是见仁见智。然而老衲认为，**丁真的核心竞争力，也不全在于“帅”，而是他的“真”**—深入骨髓的那种**纯真、质朴、善良和快乐**。道家提倡自然美，反对人为雕琢，认为归于质朴纯真，就会暗合天道，这才是真正的大美，即庄子说的“**朴素而天下莫能与之争美**”。这就是丁真身上的美之所在，远非那些涂脂抹粉的小鲜肉们可比。

于是，借助丁真，借助互联网，借助国家助推，汉藏民族从审美观到价值观第一次达成了普遍性的文化共识。以丁真为代表的“藏式真善美”万马奔腾般地闯入了汉族人被拜金和虚伪掌控已久的世界，而他背后的那种“超然世外”的壮美风光和生活方式，也让每日在雾霾中疲于奔命的上班族们耳目一新，如获至宝。人们纷纷感叹：“原来人还可以这么简单而快乐地活着！”

是的，人可以活得简单而快乐，但前提是要有一颗“真心”。

在《楞严经》中，佛说众生之所以沉沦生死，就是因为背离了本有的“妙明真心”，而迷失在种种妄想烦恼之中。佛教所有的修行，一言以蔽之——就是“回归真心”而已。然而对于大多数人来说，不要说终极版的“妙明真心”，就连初级版的“孩童真心”基本上成年之后都会消磨殆尽。人们追名逐利，声色犬马，虚伪矫饰，勾心斗角。一次次地出卖自己的“真心”只为换取财富、权位和虚荣，终于活成了自己讨厌的样子，还美其名曰：“人在江湖，身不由己”。从某种意义上说，很多人追捧丁真，其实是在追捧自己梦想的生活和早已失去的纯真。

在这次“丁真事件”里，很多人攻击丁真没文化，还酸酸地说：“我十年寒窗还不如一张脸”。在此老衲想说句公道话，丁真的走红并不仅仅是因为“一张脸”，还有“一颗心”——一颗纯真善良的“真心”。而这颗真心，恰恰是“学问之道”最核心的东西。

南师说过：“学问不是文学，文章好是这个人的文学好；知识渊博，是这个人的知识渊博；至于学问，哪怕不认识一个字，也可能有学问——做人好，做事对，绝对的好，绝对的对，这就是学问。”

从这个角度说，丁真的“学问”可能超过世间大多数人。而那些“黑”丁真的人，其实多是被嫉妒和傲慢蒙蔽了自己的“真心”。他

们徒具一些知识，却没有真正的学问。

**真正的学问，不在于学历，而在于用“真心”去做人，去奉献。**

在纪录片里丁真说：“我想留在理塘，为家乡做一些事情。”这句话深深地感动了我。记得当年我做出了人生的重大决定：从美国的世界 500 强公司辞职，回国去贵州地方政府工作。要知道当时政府给的月薪和丁真差不多，只有三千多元，连我在美国收入的一个零头都不到。在欢送我的 party 上，我的美国同事们很好奇，纷纷问我为什么离开，我回答说：“中国的西部还很贫穷落后，我想为祖国做一些事情。”所以在听到丁真那句话的时候，我仿佛被什么东西击中了心灵，无数尘封的回忆刹那间喷涌了出来……

曾经的我是一个纯真如水的小伙子，上大学的时候，每天沉浸在学业、体育和佛教里，不谙世事，不解风情。我的佛教师父认为外面的世界是个大染缸，希望我能早日出家。我却想出国留学，去看看外面的世界，“出染缸而不染”全身而退，再来向我佛报到，一心修行。那时的我很自信，我有学问护身，信仰护心，试问谁又能拿走我的“真”？

临近大学毕业的一个夜晚，我最要好的哥们儿邀我最后一次畅游西湖，对着洒满月色的朦胧湖山，他突然深沉地对我说，“我最欣赏你的地方，就是你很真。”一个大男人对我说这样的话，实在有些肉麻，换了平时我肯定会调侃几句。然而临近离别，每个人都变得感性，那一刻却只觉得感动。

最后的几天中，很多同学都一反常态，变得放浪形骸，而又极度真实，以前碍于面子不敢做的事也做了，不敢说的话也说了，因为他们知道，留给他们“真”的时间已经不多了。大家又一次喝醉了酒，狂闹一夜，每个人都敞开心扉，大谈这几年的酸甜苦辣。

一位女同学甚至借着酒劲钻进了一直暗恋的帅哥的被窝，没干什么，就只是这么傻笑着躺在一起……就这样到了天亮，喧闹声才渐渐褪去。一位同学站在楼道满地的酒瓶和垃圾中，怅然地说，踏入社会以后，我可能不会再像今天这么真实了。

送同学们离校的那天，在火车站，我们一起唱起了《送别》：“长亭外，古道边，芳草碧连天……”只唱了几句，就哽咽了，每个人都泪流满面。火车开动了，那个好哥们儿探出头来朝我挥手，我忍不住追上去跟着火车一直跑，一边哭一边挥手，直到火车消失在天际……

那时的我们是那么傻，那时的友谊是那么真……

很多年后，同学们再次相聚，有的成了某总，有的成了某主任，有的成了某教授。大家的脸上多了岁月的痕迹，各自带着疲惫而世故的眼神，不间断地讨论着票子、位子、房子和孩子。几乎没有人会谈及心灵和信仰，以及年少时的那些情怀。

而我在回国后，先后历经了政界和商界的双重洗礼，渐渐也开始向往那些所谓的“成功”。有时我会为自己的想法开脱，有了名利地位可以帮助更多的人嘛。就在这样的自我安慰中，我内心的纯真和光明渐渐黯淡，不仅深陷于世俗杂事之中，甚至有时会为了利益而妄语。到了最后两年，我的内心不时会涌动着烦恼和焦虑，常常在贪欲和信仰的人天交战中“精神分裂”。我的生活像一匹脱缰的野马疯狂地向前奔驰着，我无暇思考，晕头转向，身心俱疲……

直到有一天，在火车站送别的时候，师父微笑着对我说：“你出家吧。”我愣住了。师父走后，我在火车站里失魂落魄地踟蹰而行，仿佛猛然从梦中惊醒，忆起了一幕幕的如烟往事……二十年前，有个纯真少年曾经在佛前发愿：“我想去看看外面的世界，不

久即回，此后必定精进修行，荷担如来家业……”没想到一晃二十年过去了，这个少年在世俗的泥沼里越陷越深，早已忘记了当初的誓言……我悲从中来，无法自禁，对周围的一切完全失去感知，就这么茫然地向前走着，沉浸在彻骨的伤感中……

没有经过太久的考虑，我就做出了决定：我要出家，我要跳出这个令人窒息的大染缸。

刚来寺院的时候，我经常莫名其妙地流泪，有时是因为听到一首老歌，有时是因为小孩子的一个微笑，有时是因为远处传来的念经声……偶尔被朋友撞见，他们都惊诧莫名，以为我出了什么事，而我自己也说不清原因。

高原的夜晚能清晰地看到银河横贯天际，那种壮美无垠完全超越了语言文字。我常常沉浸在满天星斗的绚烂中，看流星刹那间划过——正如我们短暂的一生。在璀璨的星空下，**我不断反思自己的过去，究竟得到了什么，又失去了什么。在某个瞬间，我深深地领悟到，这些年我失去的恰恰是我最宝贵的东西——一颗纯真的心。**当我远离俗世，来到这片人间净土，少年时的纯真又再次萌动，那是一种久违了的美好，正是它伴随这超然世外的宁静感动着我，使我流泪。

我给自己的蜗居命名为“观雪山房”，因为每天推开窗户，就能看见远处的雪山，就像丁真的家一样。连绵的雪山下，是清澈澄碧的小河，每到夏天，漫山遍野都会开满各色的野花。这里的晴空透亮而深邃，白云精致而悠闲。在宽阔的草地上，总有成群的牦牛和骏马漫不经心地游荡着。就像丁真说的那样，这里的时光真的很慢很慢，我经常或是转绕着白塔，或是读着一本书，或是坐在草地上念着经，就过了一整天。

相比汉地的城市，这里的本地人大多淳朴而善良，过着简单

而快乐的生活。小伙子会不顾弄脏衣服奋力帮我把车推出冰雪路面；老大爷虽然经济窘迫仍会邀请我去家里喝酸奶；老阿妈会跑到窗前看望我然后才开始一整天的转经；小和尚会仅仅因为袋子上画了一头肥猪而抱着我笑个不停……

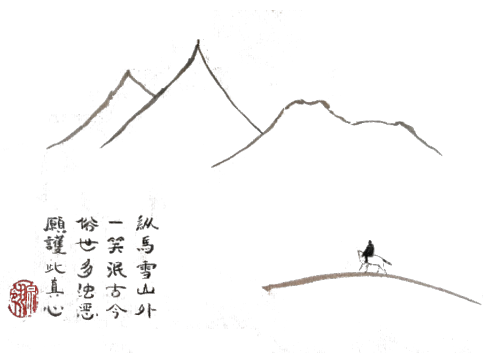
我认识一个藏族小伙，从小没有父亲，家境贫寒，但是很爱读书。他一个人打了三份工，还借了一些债，读完了研究生。今年毕业后，他回到家乡成为了一名教师。拿到人生第一笔工资后，他兴奋地给我发来了银行余额的截屏（这个傻孩子）。因为是几个月的工资一起发，所以对他们当地来说已经不是小数目了。我问他打算怎么花这笔钱，原以为他会攒起来买车买房，没想到他说，打算还清债务之后，再给村里的老人每人发 100 元现金，外加一箱牛奶，把这些钱都用来孝敬老人。在那一刻，我的心被触动了——我已经很久没有听到这样的答案了。

还有一个康巴帅小伙，由于我帮过他不少忙，他一直心存感激。一次在我解了他的燃眉之急之后，他带着一种坚定果决而又略带羞怯的神情叫了我一声“大哥”。我想这也没什么，本来我就比他大嘛，再说在汉地随便一个街边小贩见了我也会喊：“大哥，来个羊肉串吧。”于是我就漫不经心地地点了点头，嗯了一声。他看我没懂，就用不流利的汉语很认真地解释说：“我们藏族人不会随便认别人做大哥，但我真的把你当大哥。有什么事情你告诉我，虽然我没有钱，但我可以为了你去死！”他那饱含感激的清澈眼神在灯光下闪耀着，深深地刺痛了我的心田，我百感交集地怔在那里，半天说不出话来。我曾很多次被人搂着肩膀叫“大哥”、“兄弟”，然而只是逢场做戏而已；我曾很多次尽我所能地帮过别人，但也很少有人真心感恩。然而在这远离世外的清澈河谷中，竟然有一个这么清澈的少年用这么清澈的眼神对我说出这么清澈的感言。见多了尔虞我诈，负义薄情，我的心里总有一扇小门被警惕地上了

锁。然而在那一刻，那扇小门突然打开了，巨大的感动包围着我，我突然觉得帮助别人就是这个世界最幸福的事。

在这样的一个世外桃源，那种久违的纯真和快乐又渐渐回来了，有时我甚至觉得自己和十八岁时的心境别无二致。每当在温暖的阳光下眺望着雪山草地，想起我最敬爱的恩师和轮回中的父母众生，我常常会从心底涌出一种感恩和慈悲，令那颗真心如花般绽放。我深深地感觉到，世间所有的财富、权力和虚名，在这份“真心”面前，完全不值一提。

清晨，白云缭绕，彩霞满天，千古的时光都仿佛凝固在窗外这座高洁的雪山，我想起了丁真，也想起了自己的过去，一时感慨万千，于是画了一幅小画，并赋诗一首：



这首诗是写给丁真的，也是写给我自己和所有人的。其实我们每个人的内心都曾有一个丁真，只是因为沒有好好守护，而在俗世的浊恶中失去了他。

如果生命可以重来，我绝不会再为了金钱而妄语欺骗，为了升迁而阿谀逢迎，为了自我而伤害别人，我会抛下一切，只为做个永远的纯真少年。

一个月明之夜，在寺院的白塔下，我真诚地发下誓愿：

这一生，

也许我会贫困潦倒，

也许会受尽嘲笑，

也许会孤独终老。

但我宁可付出生命，

也会守护这颗真心，

绝不让它再次丢掉。

## 第二章 晾鞋记

---

晾鞋禅房外，晴晒雨还收。  
晴雨无定时，不如去归休。

—— 宗翎

今早起床，我看到天气晴朗，于是把洗好的鞋子晾在屋外窗台上。

寺院的生活平平淡淡，山上的天气却变幻无常。刚才还晴空万里，不一会儿淅淅沥沥下起雨来，我只好把鞋子收进屋中。谁料到一会儿天又放晴了，于是我赶紧把鞋晾了出去，不曾想一会儿又下雨了，我只好又把鞋收进来……

如是折腾几轮之后，忽然醒悟，何不就此放下呢？把鞋子一丢，我回屋作诗一首，并配小画一幅：

晾鞋  
晴雨  
還收  
不  
如  
去  
歸  
休



放下纸笔，我看看窗外。

雨停了，天空很蓝，太阳又出来了。远处的山顶，依然有积雪，反衬着阳光，显得特别亮。但谁知道片刻之后会不会下雨呢？

看看天，又看看自己。我笑了。

外境永远时晴时雨，时好时坏，人的心若总随境而转，永远不得安歇。

股民们都有一双鞋，行情来了生怕错过晾鞋，熊市暴跌又想及时收鞋；

官员们都有一双鞋，大权在握生怕错过晾鞋，风声一紧又想及时收鞋；

明星们都有一双鞋，万人倾慕生怕错过晾鞋，丑闻曝光又想及时收鞋；

老板们都有一双鞋，市场火了生怕错过晾鞋，经济紧缩又想及时收鞋；

情人们都有一双鞋，你侬我侬生怕错过晾鞋，感情破裂又想

及时收鞋；

……

于是，人们就在这晴时雨中，晾了收，收了晾，徒增烦恼，辛苦备尝，泥足深陷，蹉跎一生。

我的人生也曾是一个极度折腾的人生。

在国外的時候，学业事业顺利，总觉得晴空万里，意气风发；回国后，有段时间遇到挫折，又觉得阴雨连绵，愁肠难解。

在政府“做官”时，刚回国不知“江湖规矩”，每每指点江山，晴空万里；后来见多人性之恶，又觉得阴雨连绵，难以释怀。

谈恋爱的时候，有时作一首诗，唱一首歌，只为博美人一笑。她一高兴我就晴空万里，她一难过我又阴雨连绵。

在企业上班时，得到老板的认同与关爱，便觉得晴空万里，如沐春风；被人误解或否定，便觉得阴雨连绵，如坐针毡。

后来创业的时候，整日患得患失。A轮融资以高估值完成后，一时觉得晴空万里，心潮澎湃，感觉上市也近在咫尺；后来公司遇到困境，又觉得阴雨连绵，愁肠难解。

……

直到有一天，师父突然跟我说“赶快出家吧”。

那一刻，我的心情就像是：眼看要下雨了，晾了一地的鞋子还没来得及收，却有人催我赶快走……我纠结了半天，跟师父说：“容我把一些事情处理一下”。于是在晴时雨中，我开始了长达一年的“收鞋”期：处理资产，处理亲情，处理各种事务……直到后来也没完全处理完，有时还冒出了新的事情。

一天，我忽然醒悟。天要下雨，鞋要淋湿，由他去吧。想到

此处，我定了个日子，收拾好东西，就上了山。

出家后，也不是心静如水。面对种种外境，心绪亦时有起伏，就像山上的天气，时而天晴时而又雨。

一天夜里，辗转难寐，于思维念修之间，我突然顿悟一个至简又至深的道理：

**人这一生，无需执着外境之好坏及他人之褒贬，但持纯善真  
诚之本心，凡事合于道而行之，其他则一切放下随缘则可。**

我想，此正是释道儒三教之下手功夫，亦方能真正进入离苦得乐之道。

那一刻，不知为何，我突然悲从中来，又喜不自胜，既哭且笑，状如疯魔。向来所执所苦之爱恨情仇，刹那间冰消瓦解，如云散太清……

人世间亦是如此，爱恨无常，晴雨不定，若不放下，总受其苦，若不行道，总为所乱。

云山归去，一声佛号，旧鞋抛却，也无风雨也无晴。

### 【七哥闲谈】

这篇文章适合静下来慢慢品，边读边对照自己，看看自己窗外晾了多少双鞋子。

宗翎法师学佛二十多年，修行很好，佛理研究透彻，文笔诙谐幽默。

### 第三章 葬鸟记

---

生时着霓裳，死后化白骨。  
谁肯脱樊笼，念佛离死苦。

—— 宗翎

小白死了。

小白是居士们在寺院养的一只小鸟。她羽毛光洁，遍体纯白，小嘴鲜红，鸣声婉嘤。

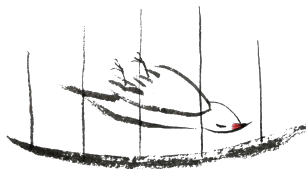
小白一直生活在精美的鸟笼里，每天有人给她喂水喂食。她习惯了这种生活，有时鸟笼打开，她也不飞走。她时而蹦来跳去，时而抓杆而立，叫声清亮，见者无不欢喜。

前几天，可能是天气突变，也可能是其它原因，小白毫无预兆地死了。

我给小白念了很多经，把她葬在后山的草地上。

回来后，我心头涌起一阵悲哀，写下一首诗：

生時着霓裳  
歿後化白骨  
誰肯脫樊籠  
念佛離死苦



小白活得好好的，忽然就死了。她活着时霓裳着身，死后黄土为伴。

人不也是如此么？人活着时光鲜亮丽，死后无非一具白骨。

我认识的一位女居士，人长得白净漂亮，衣着入时，气质优雅。和小白一样，她的嘴唇也常涂得鲜红，加之美目流盼，杏眼含情，正如古典小说里形容美女的桥段：“启朱唇，一点樱桃，吐的是美孜孜一团和气；转秋波，双湾活水，送的是娇滴滴万种风情”。她自己创业，收入不错。她喜爱音乐，长于摄影，又写得一笔好字，只能用“太优秀”来形容。她也信佛，只是工作繁忙，爱好太多，她常说：“我再做几年，赚够了钱，就可以专心修行了。”

我们几年没怎么联系，突然有一天，听说她病危了。我和我师父去探望她。让我震惊的是，此时她满面发乌，形销骨立，完

全看不出之前的倾城容姿。她挣扎着求师父救她，说道：“如果这次能治好病，我一定好好修行！我出家，我立即出家修行，再也不浪费时间了。”师父安慰她，给她念了很多经。出了病房，师父叹道：“唉，太晚了！”

没过多久，她就走了，享年四十二岁。遗体告别仪式上，她凤眼紧闭，脸庞枯瘦，只有嘴唇依然鲜红。

她终究蹉跎了这一生，正如小白一样。

十几年前，父亲忽遇车祸。当时我还在美国，接到电话立即飞回来。然而，我再见到父亲时，已是太平间里一具僵硬的尸体，我跪下磕了三个头，痛哭失声，无法自己。

死亡来临之时，如同高原上的冰雹雪暴，怎会提前通知？又怎会顾及你的感受？

父亲是个知识分子，也是坚定的无神论者。多年来，我一直劝父亲学佛，然而他总以各种理由拒绝。

我跟他说，学佛很重要。他说重要的事很多，我现在得去打酱油了……

我跟他说，死亡随时来临，必须做好准备。他说我身体很好，至少活到八九十，你别咒我……

他会看电视、买东西、散步闲聊、研究美食和足球，但就是绝不学佛。像大多数人一样，父亲认为“把握当下，好好生活”才最重要。但死亡突然袭来，他甚至没来得及留下一句遗言。

他终究蹉跎了这一生，正如小白一样。

小白从没出过笼子。她虽有飞翔的潜质，却从未飞翔。她大概从未想过要飞翔。小白每天都在想些什么？她或许每天纠结投

喂的食物是否好吃，羽毛是否漂亮，声音是否好听；她没有看过山川的壮美，大海的辽阔；她没有体验过乘风入云霄，俯看苍茫大地的快乐；她也没有经历过风雨袭击的痛苦和雨后彩虹的喜悦……

那精美的樊笼就是小白的全部天地，每天吃好睡好就是她的全部使命。她从未想过会死吧？或许想过，但没料到死亡会来得如此迅速。

我们不都是沦落在这三界樊笼中的小白么？

我们吃喝玩乐，醉生梦死，贪得无厌，勾心斗角，浑然不觉死之将至。每天琢磨如何吃得更好，穿得更美，房子更大，车子更豪华，忽然有一天，死亡降临。临终之时，曾经的一切，都如梦幻泡影，只有死亡真实地存在。

小白糊里糊涂地出生，又糊里糊涂地死去，一生尚未体现多少价值，就已与草木同腐，化作黄土一抔。这不也是我们的一生么？

小白可能也想飞吧，只是害怕外面的世界，还是在樊笼中最为舒适。

我们也是如此。每个人都觉得缺少安全感，都在拼命为“抵御未来不可知的风险”做准备。

在大街上随便找个人问：“你为什么要拼命赚钱？”他会说：“孩子将来上学要用钱怎么办？我将来老了生病要用钱怎么办？我要失业了一家老小怎么办……”

每个人都深谋远虑，精于算计，高瞻远瞩，目光如炬，不可谓不精明。

小白可能也是如此吧！她虽见识有限，但一定也在为自己的一生认真筹划过。她可能期待过明天的喂食会更好吃点，她可能精心打理过自己的羽毛，她可能也想过去笼子外面看看，但经过

权衡，还是选择留下。毕竟这里最熟悉，这里最安全，这里最舒适。

小白没料到自己忽然就死了。就像我们很多人都忘了，死亡从来都是不期而至：

有些人在准备养老金，然而还没等到退休，钱还在，人没了……

有些人在准备买房子，然而还没等到入住，房还在，人没了……

有些人在准备当大官，然而还没等到提拔，人倒是还在，只是进去了……

有些人在准备娶媳妇，然而还没等到结婚，男人还在，女人跑了……

所有我们计划的事，都不一定会发生，除了死亡。

然而偏偏这唯一一件必然发生的事，几乎没有人去认真做准备。

如果真有人提到“死亡”，大多数人的准备仅仅是：“一死了之。”

人死后真的一了百了吗？死了就能解脱一切痛苦，解脱一切债务，解脱一切责任？如果真是这样，世上应该就没有任何可怕之事了。就算有，大不了“一死了之”！

小白有没有想过死？如果死真的能一了百了，她应该是开心的；那个白净的女居士，应该也是开心的；我父亲应该也是开心的。

然而，往往事与愿违！真相并非如此。

我当年花了大量时间研究轮回是否存在，以及各种宗教和学说，主要就是为了搞清死亡究竟是怎么回事，我们是否需要为死亡做准备。我最终的结论是：我们最好相信轮回的存在，并为

此做好准备！否则面对人生中最大的这场豪赌，我们输掉的几率很大，并且后果很严重。

小白一直在寺院里呆着，每天都能听见晨钟暮鼓、经声梵呗。她有想过要修行么？她可能想，等过了这春天再开始吧，或者等年纪大一点再开始吧，毕竟自己还很漂亮，毕竟现在的日子很舒服。

想到此处，我心头涌起一阵悲哀。

我的好多朋友同小白一样，就像那位白净的女居士。他们也知道修行的重要，还遇到了好老师，但仍然沉溺在世俗欲望中脱不开身。正如《红楼梦》中跛足道人唱的《好了歌》：

世人都晓神仙好，惟有功名忘不了！

古今将相在何方？荒冢一堆草没了。

世人都晓神仙好，只有金银忘不了！

终朝只恨聚无多，及到多时眼闭了。

世人都晓神仙好，只有姣妻忘不了！

君生日日说恩情，君死又随人去了。

三界如樊笼，世俗的欲望就是织成樊笼的那些竹篾和木棍吧。

有的鸟愿意在樊笼里安然度一生。

我想，樊笼可能是幸福的吧！否则小白怎么会每天鸣声清亮呢？否则那个白净的女居士怎么会每天乐此不彼呢？否则我父亲怎么从来不听我的劝告呢？否则世人怎么会认为我这样的出家人很傻呢？

可总有一些鸟想出去试试，哪怕要经常忍饥挨饿，哪怕要面对暴风骤雨，但那里毕竟有自由！

小白终究是死了，我把她埋了。

小白的魂魄此时还在吧。她会不会忽然意识到：终其一生，自己都没有来得及飞翔？看到其它笼子里的小鸟，她会不会像我一样，心头涌起一阵悲哀？

## 第四章 月圆缺

---

那年花正丽，今宵会无期；  
明月圆缺里，曾照人相依。

—— 宗翎

多年前的一个夜晚，月冷星稀，我和她沉默无言，只是相对而泣。车里还放着那首《月亮河》，悲伤而低沉，仿佛要把这时间停滞。

**很多确定发生的事，未发生前，总觉得无所谓，但等到真发生之时，才知道自己根本没做好准备。比如死亡，比如出家。**

我年轻时，就知道自己以后定会走上出家修行之路。只是，日子还是照样过，上大学、出国、工作、谈恋爱。

**准备出家还谈恋爱？很多事情，不是你想它发生就会发生，也不是你不想发生就不发生。爱情就是如此。**

那年，我和她相遇。

她像山谷中绽放的花朵，美丽而热情、聪颖而大方。

她开心时会玩弄卷在手指上的那缕头发，她沮丧时会摩挲裙摆上的那粒扣子。

她喜欢在周末的中午，做一桌好菜，然后微笑着看我大快朵颐。

她喜欢在晴朗的夜晚，和我驱车到郊外，一起共享月下时光。生活中，她感性且率真，遇到事情，又会变得理性且成熟。我们感情很好，从没有吵过架，也总有说不完的话。然而，世上的美好总是转瞬即逝。

那段时间，我一直纠结于，是“走向婚姻”还是“走向出家”。后来，我终于做了决定。

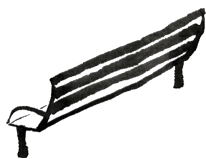
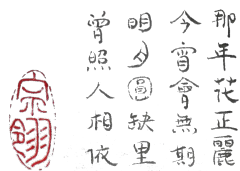
那个晚上，月冷星稀，我和她沉默无言，只是相对而泣。

恋爱了，为什么还要决定出家？**很多事情，不是你想它发生就会发生，也不是你不想它发生就不发生。出家也是如此。**

隐居山里的这几年，我觉得最有诗意的时节，莫过于冬天落雪后，一轮明月初升的夜晚。此时，我会独自绕塔念经，踏雪赏月。整个山谷清辉遍满，万籁俱寂，令人仿佛置身于幻境之中，分不清过去还是现在，时而超然世外，时而又回到从前。

往事都渐渐淡忘了，无论过去多么浓烈的爱和恨，在这月光下的山谷中，都只剩下淡淡的一抹薄雾。心中每每升起的，是对世事无常的感叹，和对苦难众生的悲悯。

月还在，人已远。在一个月明之夜，我写了一首诗：



人的一生，曾有过多少夜晚，与心爱的人流连月下，说尽痴语傻话；又曾有多少夜晚，独望残月，追忆逝去的韶光年华。这一轮明月，在千古的时光中，曾照见多少山盟海誓，悲欢离合……

《佛说解忧经》云：“又彼有情，生死别离，爱恋泣泪，亦如海水。”

这月光下的河流，亿万年来奔涌流淌，不知汇聚了多少情人相聚的笑语、离别的眼泪。又有多少众生，在这月色圆缺里，哭了笑，笑了哭，聚了散，散了聚。痴爱缠绵，沉沦生死，尝尽悲苦，深陷轮回。

诸行无常，诸漏皆苦。但众生都沉溺于世俗的贪爱之中，总得有人去承担那份责任吧！如果不是我，那又是谁？

我要追逐心中的明月，我要奔向佛法的无上清凉。

出家后，师父常常激励我要升起真正的菩提心，即为了一切众生解脱痛苦而成佛的决心。

我也渐渐明白了古人的那句话：“不俗即仙骨，多情乃佛心。”菩萨是这个世界上最多情的人，他们放下了自我，用最深沉的慈爱去担起天下的苍生。

我的一位师兄，出家前家有娇妻，儿女双全。出家后他有时也会下山探望父母和孩子。一次，有人当着他的前妻，大声问他：“你还爱不爱她？！”他笑了笑，坚定地回答：“爱！”当场的人都被震撼到了。可能并非每个人都懂得，“此爱”并非“彼爱”，曾经萦绕巫山的情人雨，早已化为遍满沧海的大悲水。

世上很多修行人何尝不是如此！他们何尝没有亲人要牵挂，他们何尝没有知心的爱人？但为了芸芸众生，他们选择放下个人的欲望，辞亲别爱背井离乡，走上专业修行之路。人们指责他们“自私”、“懦弱”、“无情”，然而他们心中那份大爱与担当，又有几人能懂？

就像曾缄写的诗中说：

花开结果自然成，

佛说无情种不生。

只说出家堪悟道，

谁知成佛更多情？

今夕，明月又照天涯。

在这月光下，我想起那遥远的城市，父母、朋友、同事，所有我认识或不认识的人们，所有与我有缘或无缘的众生，但愿我

能引导他们一起修行，脱离苦海。

在这月光下，我也想起了她，希望她能明白，那个看上去有些自私有些懦弱有些无情的男子，并没有抛弃她，他只是想担起所有众生！

## 第五章 找个菩萨做朋友

---

善友香高洁，如优钵罗花。  
何幸于浊世，众里又逢他。

—— 宗翎

### 1

“唉！这个人太不靠谱了。”一个小伙子垂头丧气地来找我，说是生意遇到了严重问题，十分迷茫。

他的问题纷繁复杂，但是总结下来也很简单，无非就是遇人不淑，被合作伙伴给骗了，以至于不但投资款打了水漂，还欠了一屁股债。他为人敦厚包容，被害成这样也没有恶言相向，评论合作伙伴时最多的用词是“不靠谱”，换了别人早就破口大骂“那个死骗子”了。

我问他：“你和合作伙伴早就认识了，创业之前难道没有看出他有问题吗？”

他说：“之前我们一直关系很好，我也很信任他。当时听他说得那么好，而且做出种种承诺，感觉生意前景非常好，一时头脑发热，就投了钱进去。”

我脑海中一下子就浮现出了那个人的形象，其实我见过他几次的。

印象中，他总是不正面回答问题，给人一种“语无伦次，莫名其妙”的感觉，而且满脸堆笑，永远有说不完的奉承话。且不说按照某些相面术，这就是典型的骗子之相，就算按照孔夫子“巧言令色者，鲜矣仁”的教诲，也是一眼就能看出来，这不是个正人君子。然而这个傻憨憨的年轻人就和这样一个家伙整天厮混在一起，直到彻底破产才如梦初醒。

唉，这世上不知有多少人都是因为交友不慎被害惨了！

他的经历让我想起了自己的一段往事。

我曾经花了很多金钱和时间帮助一个朋友，他最困难的时候连生活费都是靠我支持，后来创业也是靠我出钱出力帮他，简直可以说对他有“再造之恩”。当时他似乎也把我当成好朋友，但后来仅仅是因为我无法继续帮他了，他就到处说我的坏话，直到现在他还欠我一些钱没还。我当时很不理解，他为什么这么没有良心呢？

直到有一天我突然想起，他曾多次和我提起他的父母，但往往都没有敬意，而是各种抱怨和指责。我恍然大悟，他连自己的父母都不感恩，我帮的那些忙他又怎么会感谢呢？所以后来我要和一个人深度合作或交往之前，一定要考察他对父母的态度，“不孝之子必少仁义”，可以说是千古不易之定律。

## 2

人在世间，父母、兄弟和孩子是选择不了的。近圈人际关系中有选择余地的，只剩下朋友和配偶等不多的选项。配偶往往是人生后期才出现的，甚至有些人从未有过配偶（比如本人），而朋友则是贯穿人的一生，几乎是无时不在，无处不在。所以人要

过好这一生，一定要学会如何交友。

那么中国传统文化中是怎么看待交友问题的呢？

在《论语》中，孔子明确提出**有三种人可以交，三种人不能交。**

“友直，友谅，友多闻”：要结交正直的人，结交诚信的人，结交见闻广博的人；

“不友便辟，不友善柔，不友便佞”：不交装腔作势内无信义的人，不交谄媚逢迎弯弯肠子的人，不交夸夸其谈诡辩无知的人。

有人问孟子怎样交友？孟子说：“**不挟长，不挟贵，不挟兄弟而友。友也者，友其德也，不可以友其挟也。**”就是说交朋友，就只是看他的品德，不要掺杂任何别的想法，比如他身家百亿，他哥哥是组织部部长，我是不是能借机捞点好处之类的。

儒家经典讲的道理都很正确，就是有点死板，读的时候总觉得有个老先生在板着脸训人。我个人最喜欢的还是道家交友哲学，仙气十足，那叫一个洒脱。

《庄子》里有个很动人的故事：有三个人，分别叫子桑户、子琴张、孟子反，名字虽然有些雷人，但思想真的很有境界。有一天他们在一起坐而论道说，“**谁能够呆在一起而又没在一起？谁能够互相交往而又没有交往？谁能够驾雾登天，探索无极，相忘以生，无所穷终？**”于是三人相视而笑，莫逆于心，成了好朋友。

我也希望和朋友是这样的互动：平时君子之交淡如水，但又彼此温暖关怀，有什么事情，无需多说，相视一笑，彼此都懂了。哎呀，实在太太好了！

## 3

佛家对交友的论述也是洋洋大观。比如《佛说字经》中，佛陀就教导人们，朋友有四种，眼睛要擦亮：

第一种朋友**“如花”**。不是周星驰电影里的那个丑女**“如花”**啊，是说他把你当成花一样对待。你盛开的时候他把你戴在头上，你枯萎了他就把你扔在地上。这种人会以自我为中心去利用别人，甚至欺负别人。

第二种朋友**“如称”**。他总是像天平一样不停**“称”**你的分量，并据此动态调整对你的态度。当你富贵的时候，他就特别看重你。一旦你穷困失意，他就轻视你。这就是势利眼嘛。

这两种朋友都不可交。那么应该交往什么样的人呢？

第三种朋友**“如山”**。佛陀解释说：“譬如金山，鸟兽集之，毛羽蒙光，贵能荣人，富乐同欢”。这样的人有福报，有德行，人缘好，喜欢分享和布施，能与朋友共富贵。

第四种朋友**“如地”**。佛陀描述说：“百谷财宝，一切仰之，施给养护，恩厚不薄。”大地能生长万物，能储藏万物，能承载万物。这种朋友谦虚敦厚，平等待人，他帮助我们，包容我们，付出不求回报，更不会嫌弃我们。

传统文化经典中关于交友的标准论述极多，限于篇幅，也只能聊举数例而已。如果今天我们被朋友坑了，或者被老公/老婆抛弃了，生气郁闷寻死觅活也不起作用。我们可以好好想一想，是不是自己没有把握好交友准则？否则将来还会继续被坑。

在佛家看来，交友不但对这一世的幸福至关重要，对未来的生生世世影响也很大。

《正法念处经》中说，要想死后生于三十三天，就要“常行善业，捨于不善，其心质直，远离恶友，乃至不与同路而行，不共言论，不与同住。”连走路都别和恶友一起，真够绝决的了！

连升天都要远离恶友，想成佛当然就更不用说啦。

《佛说护国尊者所问大乘经》中，佛说：“皆因善友证菩提，出生七觉能修断，增长八正作佛事，远离恶友如怖火。”这简直说得再清楚不过了，要成就菩提，不但全靠善友帮忙，而且要“防火防盗防恶友”。

同时，佛家也深刻地认识到，交什么样的朋友既是一种因，也是一种果。要多积善行德，增长福报，才能从根本上确保远离恶友，得遇善友，否则你的恶业就会感生出一票恶友缠住你，让你生不如死还无法脱身。

佛家甚至从改善业力的角度提供了具有实操性的解决方案，比如《佛为首迦长者说业报差别经》中说，如果众生奉施器皿，就会得到十种功德，其中之一就是远离恶友。学佛之人必须知行合一，所以这次上山，我准备供养七哥一个胖胖的卡通大茶杯。

#### 4

可能是因为上辈子业障太重，而且没布施过茶杯，老衲这一生很容易轻信别人，在交友方面吃过很多亏。但是吃N堑，长N智，最终我也总结出一系列的交友标准，简单地说，就是“仁义礼智信”：

1) 不仁之人不可深交，因为他不会为别人考虑，自私不感恩，只会利用你；

2) **不义之人不可深交**，因为他随时会出卖你，关键时刻不会为你说一句话；

3) **无礼之人不可深交**，因为他内心不尊重别人，很容易产生矛盾；

4) **无智之人不可深交**，因为他愚痴而顽固，会浪费你的时间，甚至还会坏事。

5) **无信之人不可深交**，因为他说话不算数，做事不靠谱，无法信任。

按这五个标准得分都很高的人，就是儒家说的“君子”了，无论财富、地位、学历如何，都是可交之人。这在世间已是上品，有幸遇到一定要珍惜。朋友在精不在多，审慎交友会带来顺缘与平安，而盲目社交不但浪费时间，甚至可能引火烧身。

更重要的是，我们**自己也要努力成为君子**，否则就会成为善友们嫌弃的对象，只有“如花”才来光顾。物以类聚，人以群分，我们交往的对象其实就是我们自己业力和心念的投影。只要不断改善业力和心念，我们的朋友圈就会越来越“高大上”。

## 5

人的一生能深交几个真正的君子，也算是不枉此生了。如果运气好，**能找个菩萨做朋友**，那就更幸运了！

前些日子经人引荐，我认识了一位年轻法师。他曾七步一拜，从四川雅安一路磕大头到拉萨，整整花了一年多的时间。出发时他身上几乎没带钱，一路历经风霜雨雪，饱受饥渴劳累，甚至冒着死亡的风险，他都丝毫都没有退却。这样的一个人“金刚勇士”，待

人却真诚温暖，令人如沐春风；分析问题时，又常常鞭辟入里，独具慧眼。讲起过往那段“惊天地泣鬼神”的朝圣经历，他非常谦虚淡然，然而眼神中却透出一种超越天地的坚毅和洒脱。

老衲一向又懒又忒，一怕苦，二怕死，与革命先烈完全相反。我曾经嘲笑七哥曾经要饭行脚是“自己找罪受”，象这种一路乞讨拜到拉萨的事情更是打死我也不会干的。但是那天，我被深深地触动了，感到很惭愧。**我觉得真正的修行人就应该像这位法师那样，勇猛无畏，生死无惧，精进修行。**有好几天的时间，我觉得自己念经观想的专注度都提高了很多，这就是善友的力量！

《大般涅槃经》云：“菩萨摩訶萨具足十法，不与世诤，不为世法之所沾污。何等为十？一者信心；二者有戒；三者亲近善友；四者内善思惟；五者具足精进；六者具足正念；七者具足智慧；八者具足正语；九者乐于正法；十者怜愍众生。善男子，菩萨具足如是十法，不与世诤，不为世法之所沾污，如优钵罗花。”

我遇到过不少这样的善友，他们清净、慈悲、智慧、精进，行于浊世却出污泥而不染，犹如世间罕有的优钵罗花，那种功德芬芳沁人心脾，令人一见就终生难忘。

## 6

前些日子的一个清晨，我突然感到特别难受，头晕目眩，胸闷气短，上吐下泻，有时感觉眼前的景物在不停地转动，甚至无法维持平衡，随时会一头栽倒。当时母亲正在住院治疗，我想到这样下去不但照顾不了母亲，可能自己都会废掉，一慌之下，瞬间进入怂包模式，我挣扎着发了个微信给七哥，麻烦他帮我念经加持一下。

七哥只回了一句话，但充满力量：“让我来承受这一切吧!!!”

过了一会儿，也不知道什么原因，虽然什么药都没吃，但我真的觉得好多了，于是我赶快告诉了七哥。

七哥回消息说：“我今天开始连续三天念药师佛心咒，为你和你妈妈还有天下所有正承受病痛折磨的人念诵，愿都能早日康复！祈请师父加持，愿我有能力替众生承受一切病痛！”

过了几分钟，七哥又发来信息：“刚发完信息，忽然号啕大哭起来。想起自己学佛晚，以前造业多，什么也不懂，持戒还很差，其实有个健康的身体太浪费，要是能供养给师父供养给师兄就好了。”

七哥这段话把我也弄哭了。后来又收到七哥的消息：“刚才接着瞎哭了一阵，眼睛居然肿了。”

我脑补着帅酷的七哥哭成金鱼眼的样子，一时又想笑又感动。

过了一会儿，一个不信佛的好友听说我病了，很担心，我就告诉他：“我们寺院有个和尚特别厉害，而且特别慈悲，他听说我病了，就发愿说把我的病转移到他身上，结果我很快就好多了，什么治疗都没做。”

他很好奇地问：“那这个和尚现在怎么样了啊？”

我想逗他一下，就说：“眼睛肿了。”但我没告诉他，七哥的眼睛其实是哭肿的。

发完这条信息，我差点笑出声来。我以为他会说：“这太神奇了！”或者“这只是巧合。”

结果，他回复说：“这个愿怎么发？也转移到我这里吧。”

我震惊了。凭我多年来对他的了解，我知道他不是开玩笑。

于是我说：“别转移了，我宁可这个病还是在我自己身上，也不愿意害别人。”

他很认真地说：“我年轻力壮。”

我说：“你上有老下有小，中间还有个美女老婆，多少人都指望着你。我是孤家寡人一个，即使我妈也还有我姐照顾。一个穷和尚，死了拿个破草席一卷，随便扔到哪里一埋就完事儿了。”

结果他竟然说：“那不是的，谁的皮囊都一样，你的意念和修行才是最宝贵和最伟大的。”

一个无神论的傻小子竟然说出这样的话，我又惊讶又感动，眼泪不知不觉流了下来。

## 7

这让我想起了必经之路认识的一些朋友，他们有的是佛教徒，有的根本就没有信仰，但每个人都很纯粹，纯粹地做着纯粹利他的事。我忽然觉得，这些朋友，不就跟菩萨一样么？谁说菩萨一定高坐莲台之上？谁说菩萨一定是佛教徒呢？

就在我生病期间，他们中有很多人都关心地问候我，给我寄来药物和补品，甚至还有好几个人像七哥一样发愿替我承受病苦。

我忽然有一种幸福感，是啊，我找了一群菩萨做朋友！

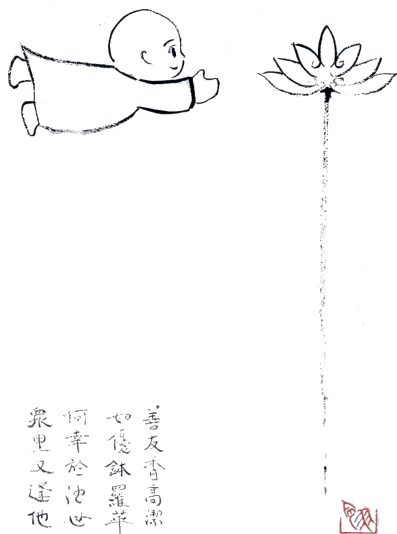
那几天，这些菩萨善友汇成了巨大的精神力量，深深地触动了一向自私和放逸的我。我也发了一个很真诚的愿：

只要我还有一口气在，我一定要把后半生用在修行佛法和利益众生上。我要用生平所学去帮助千千万万的众生，一直奋斗到死的那一刻。直到化为灰烬，直到轮回的尽头，永不退转！

在那一瞬间，我突然觉得，生病也好，死亡也好，都无所谓了。  
原来生病并不一定是坏事，原来这些善友都是来度我的。

8

带着深深的幸福和感动，我画了一幅小画，献给七哥和所有亲爱的善友们，并配小诗一首。



善友香高洁，如优钵罗花。

何幸于浊世，众里又逢他。

虽然在很多人眼里，我只是一个无家无业的孤僧，然而我却有幸遇到了如佛般的师父和菩萨般的善友。

这一生，我值了。

## 第六章 做个上等人

---

余生，我要做个上等人。

—— 宗翎

### 1

前些日子，一位中年女性向我诉说她的焦虑：儿子学习成绩不好，自己花了很多钱让孩子参加补习、培训班，但见效甚微。她和老公出身农村，学历很低，在城里打工，本来就收入不高，非常希望孩子能够争口气，然而现在的情况，让她觉得非常沮丧难过。

她和我交谈，是想了解佛教是否有什么办法可以快速提高孩子的学习成绩，比如到哪个庙去拜佛比较灵等等。我们交流了不短的时间，但我精心熬制的佛学鸡汤始终无法让她满意，最后也只能聊表安慰而已。

在交流中，让我印象最深的一句话，是她用低沉的嗓音说出了心底真实的担忧：“现在这个社会竞争这么激烈，如果他考不上个像样的大学，这辈子就只能像我们一样，混在社会最底层了。”

已经不止一个人向我表达过类似的担忧了，所谓“望子成龙”，也实属人之常情。还有些人则是希望自己成龙成凤，以提升自己和家人的社会地位，那份执着，同样令人震撼。

当年我所在公司的一个供应商的销售经理，以工作拼命而著称，他那种为达成销售不择手段百折不挠的“疯狂”气质，实在令人印象深刻。一次酒后他对我们动情地说，“我为什么工作这么拼命？因为我和你们不一样，我出生在一个下等家庭。我爸是一个捡垃圾的，有一次他生病了，实在支撑不住，我拦了一辆出租车想带他去医院，可是出租车司机嫌他衣服破烂，身上臭烘烘的，不让他上车。我当时就发誓，将来我一定要给我爸买一辆最豪华的汽车，做个上等人……”话没说完，他就哽咽了，扑倒在桌上，哭得像个孩子。

是啊，大多数人的一生，所谓奋斗和追求，说穿了不就是希望进入更上等的阶层吗？我们从小就被教育“人往高处走，水往低处流”“吃得苦中苦，方为人上人”。从进幼儿园到考大学，从男人们择业到女孩子嫁人，从程序员加班到煤老板行贿，从官场站队到明星走位，人们饱尝辛苦，费尽心机，甚至摧眉折腰，强颜欢笑，孜孜以求的无非就是更多的财富、更大的名气、更高的地位而已。

如今，围绕“如何成为上等人”，人们发展出一整套的理论体系，即所谓“成功学”，一时蔚然成风，成为了社会的主流价值观。

## 2

与我熟识的一位北大女博士，最近向我推荐了一篇文章，主题是“如何实现阶层跨越”。文章的核心观点是普通人应通过不断突破道德、情感、欲望、观念和思维的禁锢来获得事业的成功，从而进入上等阶层。其中有几段内容貌似是她很欣赏的，因为那些文字下面划了红线：

“我们从小接受的儒家教育就是孔融让梨，让我们在利益面前，不要去争取才是好孩子，结果我们最后都变成了有道德的穷人。”

“谦卑的人，永远会失去本来属于自己的机会。有野性的人，永远会抢到本来不属于自己的机会。”

“真正成大事者，一切都以结果为导向，目的性极其明确。”

“古代是农业社会，农民这辈子只有一个命运，就是种地，在那样的环境下，他学到道德、礼仪、仁义这些做人知识，已经属于高级学问了。但这个时代不同，今天是商业时代，人人都有逆袭的机会，如果你还只是学这些基础知识，拿来指导这个时代的自己，是远远不够的。”

女博士坦率地对我说：“我并不是一个唯利是图的人，但是我不得不承认，这个作者很敢说真话，看问题很通透。去年的同学会上遇到了我以前的一个同学，现在已经是身家几十亿了，他带我们几个参观了他的豪宅，说实在话，我真的是有些羡慕嫉妒恨。他以前学习比我差多了……（插入一堆当年的破事）……唉，要是我没跟当时的男朋友，而是跟了他，那就已经……”

“已经被甩了！说不定哦。”我恶毒地插了话。——我们俩太熟了，经常一起畅聊人生及哲学，并不时开启互怼模式，以之为乐。

女博士白了我一眼，说道：“我们可是在红尘中啊，如果有机会，谁不想成为上等人呢？”

我笑了起来，带着游戏人间的表情说：“其实我也想啊！”

她有些吃惊地说：“你都出家了，怎么还在乎这些？”

我说：“我还没说完……我也想成为上等人，只不过我们对上等人的定义不同。”

她略带一丝鄙夷地说：“我知道你怎么定义的，就是那些活佛什么的呗！”

我叹了一口气，解释说：“其实并不是，这个定义来自于我的一次旅行……”

不知怎的，说这句话的时候，眼前突然浮现出了一个热带雨林中的金黄庙宇……我想起来了，这个潜意识中的场景发生在巴西……

### 3

那年我去巴西旅游，参观完举世闻名的伊瓜苏大瀑布，听说附近有个华人佛教寺院，十分好奇，就顺路参拜了一下。寺院大门上用大大的中文写着“巴西承天寺”——在异国他乡看到中国字真是倍感亲切。寺院里种植了很多漂亮的热带植物，一些中国传统风格的建筑分布其间，还有几个华人僧侣缓缓地走着，静谧安详。我到大殿拜了佛，然后四处闲逛，在一个小房子前面我停了下来，看到墙壁上用中葡双语写了一段话：

**“上等人安心于道，中等人安心于事，下等人安心于欲。”**

这句话令我震撼，也给了我极大的启发。往后的人生中，我时常会回忆起这座热带雨林中的金黄庙宇，想起那座安静的小房子，反复品味咀嚼这句话，并时不时用这个标准去审视自己和别人。

该怎么理解“上等人安心于道”呢？其实中国传统文化的经典几乎都是围绕这一点展开的。

《大学》云：“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。”大学之道，即“上等人之道”，在于明白“明德”的道理，在于亲民博

爱，止于至善。

《老子》云：“不可得而贵，不可得而贱，故为天下贵。”这是因为圣人的心安住于道中，早已超越物质和表象，不在贵贱之间，所以是天下最高贵最上等人。

而佛家更是直接尊称某些大德比丘为“上人”，原因是，这些比丘“内涵德智，外有胜行，在人之上。”如果修行突破到某种境界，那就更是上等人了。比如《金刚经》中，佛陀赞叹须菩提尊者“得无诤三昧，人中最为第一”。

如果您觉得这些还难以理解的话，可以参考爱因斯坦说过的一句话：“我评定一个人的真正价值只有一个标准，即看他在多大程度上摆脱了‘自我’。”也就是说，上等与否，是看一个人的“我执”有多小，而不是财富有多大。

#### 4

当年在浙江，由于工作关系，深度接触了一个企业家。他出身农村，努力读书，考上了浙大，赴美留学取得博士后，又回国创业，仅用了几年时间，就将公司做到上市，一时风光无两，终于成为了“上等人”。然而所有熟悉他的人，包括他以前的同学，却完全是另一番评价。因为在他们眼中，那个当年谦逊随和的年轻人已经变得傲慢无礼，目中无人，动不动就破口大骂，盛气凌人，令人难以忍受。在过去的二十年中，他的财富、地位暴增，然而心灵上却断崖式下跌，跌到连朋友们都认不出他来了。

由于一些音乐方面的合作，我曾经拜访过一位著名歌手，他曾荣获某届《中国好声音》的冠军。我观看过他刚出道以及参加大赛时的很多表演，深深为其音乐才华和个人魅力所倾倒。然而

见到他本人时，我不禁有些失望，当年他那清澈真诚的眼神早已被岁月蹂躏得没有一丝光彩。整个宴席过程中，他的言谈举止间透露的全是欲望、愤懑、焦虑和纠结。混熟之后，他甚至向我承认，他过得很不快乐。另外，对这位歌手音乐道路最为恩重如山的一位落魄音乐人，同时也是他的“好基友”，在歌手成名之后，两人几乎再无来往。这位音乐人为此极度伤心郁闷，甚至数次落泪。而他谈起自己曾经的恩师时，也全是抱怨和贬低，没有一丝敬意和感恩。是的，他已是“上等人”，和那些“下等人”来往只会自贬身价和耗费资源，何必呢？

甚至还有些人跑到佛教界追名逐利，试图换个梯子往上爬，开启“事业第二春”。我以前去某个寺院，刚好遇到他们寺院的某个负责人在“开示”。他不但肆意贬低自己看不上的僧人，还骄傲地宣称“你们好好努力，争取将来也能混到我这个位置”。我当时被被如此露骨的“上等人宣言”雷得目瞪口呆。后来问他们寺院的出家人才知道，这个居士在俗世间混得一事无成，寺院主持慈悲让他做些寺院的管理工作，本该好好为大家服务，可能是因为从未尝过“管理一堆人”当领导的滋味，才会如此，大家都习惯了。我听后一声叹息。

他们一心想做上等人，却终于活成了下等人。

## 5

那么什么是真正的上等人呢？

我们先来看一段王阳明先生青年时期的经历。阳明先生乡试中了举人之后，就进入了一段“屡败屡战”的悲催人生。第二年参加会试，不幸落榜，三年后参加第二次会试，再次落榜。很多亲友

害怕王阳明受打击太大，不时地安慰他。更有些人冷嘲热讽，幸灾乐祸。好友问他，你不觉得难过吗？二十五岁的王阳明说了一句很大气的话：“世以不第为耻，吾以不第动心为耻”。就是说，世上的人都觉得考不上是一种耻辱，我却觉得因为考不上而悲伤郁闷才是耻辱。

阳明先生不愧是一代宗师，世人皆追求结果本身，而他则追求不为结果而动心，这就是“心安于道”的上等人。入世修心并不妨碍他继续考学，又过了三年，他终于中了进士，后来还得到朝廷重用，成为“立德、立功、立言”的不朽传奇。

当然，上等人的简历也不都是像阳明先生那样高大上，有些上等人看起来则卑微穷困得多。

新加坡有一位叫许哲的女士，当年我刚到新加坡读书的时候，她已经是百岁寿星了，还在每天做义工的工作，服务社会，后来听说她活了 113 岁。

二战期间，许哲从香港避难到重庆，由于是为外国人工作，当时她拿着高薪，生活优渥。有一天，她和朋友到一家高级餐厅吃饭，吃完饭走出餐厅，突然有一个乞丐拦住她的去路，伸出又黑又瘦的手向她哀求乞讨，说自己已经好几天没吃过一点东西了。这件事震撼了她，使她意识到这世间的苦难，而刚刚那一餐饭，可以让一个穷人吃很久了。望着那个乞丐，许哲告诉自己：“从今以后，我不再多花一分钱在自己的吃喝穿着，如果我再多花一分钱在自己身上，我就是掠夺穷人的钱。”

此后，她辞去高薪工作，学习护理，开始了自己长达七十多年的公益生涯。她没有再去赚过一分钱，而是把自己的一生完全奉献给了各种各样的病人、老人与穷人。

她也从不花钱买衣服，都是穿别人不要的衣服，有时从垃圾

堆里捡来，洗干净再穿。有人给她钱和物品，她都说自己不需要，非要给的话，她也基本是用到别人身上。直到自己一百多岁了，她还在照顾二十几个很穷的老人，用别人捐给她的钱替这些老人支付各种费用。许哲说：“我对待每一个穷人，就像对待总统一样的恭敬。”

后来，她的事迹慢慢传开了，受到了社会的广泛赞扬与关注。一次，新加坡总统黄金辉邀请她前去。她赴约时，依然穿着平时那一身寒酸的衣服。连义工们都看不下去了，提醒她这是很重要的场合，许多媒体会来拍照，应该穿得好一些。她回答：“礼不礼貌在我们的内心，不在外表，不在穿着。我去见老人穿这样，去见总统也是穿这样。总统和老人一样，没有谁比较特别。他要见的是一个真实的我，不是经过包装的我。”

许哲女士是我的偶像之一，我很喜欢她说的一句话：“我所做的只是很平凡的事，就好像当有人渴了，我就自然地倒一杯水给他喝。这是一种本能，我从不把它看成是一种成就！”

可能有些人会说，我很佩服这样的人，但是我真的做不到，我离他们太远了。其实任何一个人只要能尽力去“致良知”，都可以让自己接近上等人。而当“致良知”像给人倒水喝那样成为本能的时候，那就真的成为了上等人。

当一个商人立志“绝不商业利益而欺骗”时，他离上等人近了一步；

当一个官员坚持“做个为老百姓办事的清官”时，他离上等人近了一步；

当一个孩子想着“我要好好报答父母”时，他离上等人近了一步；

当一个教师希望“学生们都能超过我”时，他离上等人近了一步；

……

## 6

年轻的时候，我曾有一段时间，也拥有过接近上等人的心境。

读大学的时候，我的生活并不富裕，在食堂点个贵点的肉菜都会舍不得，但看到在寒风中缝制鞋垫以维持生计的老太太，我会涌起慈悲，买下几双自己根本不会用的鞋垫。

读书之余，我常去寺院做义工，热情地帮助每一个我遇见的人，虽然寺院生活清苦，我却甘之如饴，经常在打坐修行中体会到身心清凉的美好境界。

在图书馆看完一本中国传统文化的好书，我会对着窗外的青青翠竹发下誓愿：“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”

……

然而后来出国、回国，官场、商场、情场都经历了一遍，由于环境的影响和自己的放逸，各种欲望渐渐开始充斥我的内心，我的生活方式和心灵状态在斗转星移之间已悄然改变。直到十几年后的有一天才猛然发觉，我已经离“道”很远，日益沉沦……我必须改变！

剃度的那天，我在雪山下的金黄寺院中第一次披上了僧衣。在某个瞬间，那个热带雨林中的金黄庙宇又浮现在眼前。生命是一场轮回，原来所有的经历都在帮我参透人生的意义。

站在高山上瞭望这大美的辽阔天地，我热泪盈眶。

余生，我要做个上等人。

## 第七章 山高人为谷

---

往后余生，我不祈求爬得更高，  
只希望成为肯为众生牺牲的人；  
往后余生，我不祈求拥有更多，  
只希望成为乐于分享布施的人；  
往后余生，我不祈求获得成功，  
只希望报答那些于我有恩的人；  
往后余生，我不祈求成为明星，  
只希望在黑暗中为人点亮光明。

—— 宗翎

往后余生，愿我成为山谷中的泉水，把清凉和安乐带给这世上所有痛苦的人。当年我在美国工作的时候，有个好友是原清华大学登山队队员，曾登上过北美第一高峰——麦金利峰等众多山峰。他给我讲过一个据说是登山界广为流传的故事：

一个西方登山家领队去攀登一座喜马拉雅地区著名的神山。神山巍峨险峻，海拔很高，顶部终年积雪，而且经常云雾缭绕，显得神秘莫测——据说山神就住在那里。每当云开雾散，神山展现全貌的时候，都能看到虔诚的当地人口中念念有词，对着神山顶礼膜拜。对一般人来说，不要说登顶，能看一眼峰顶都是莫大的福分。然而那个登山家可不是一般人，他可是征服了全世界数十

座高山的国际知名登山家。对他来说，“征服”就是他人生最大的意义。

这座神山的海拔并不是他攀登过的山峰中最高的，地形也不是最复杂的，因此他信心满满，夸下海口，要在几天内征服这座山。自信归自信，登山家做起事来还是非常专业的。他详细调研了这座山的地理资料，选择了最优的登山路径，准备了充分的物资，聘请了最优秀的当地向导和协助人员，并根据气象学家的天气预报精心选择了最佳的登山时间。

一切准备停当后，他们启程了。在山脚下，当地向导向他强烈建议按照当地习俗祭拜一下山神再登山，这样登山才会顺利。受过高等教育的西方人哪里会信这些？登山家傲慢地怼了回去：“你们这都是迷信。我征服过几十座海拔六千米以上的高山，从来也没搞过你们这一套。”当地向导急切地解释道：“但这是神山，这是祖辈的传统，我们还是……”话没说完，就被登山家粗暴地打断了，最终沟通无果，向导红着脸默默地上了山。

第一天天气晴朗，登山队非常顺利地到达了目的营地，登山家龙颜大悦，带着轻蔑的口吻对向导说：“你不是说不祭拜山神就有障碍吗？你看这不是很顺利吗？”向导没有说话，只是静静地坐在一个角落里合掌念起了经文。

第二天也算顺利完成预定目标，到达了山腰的一处平缓地带，安营扎寨。登山家酒足饭饱之后，望着满天繁星，还哼起了小曲。向导在另一边也哼了起来，不过是些听不懂的经文。

第三天形势突变，在登山队到达雪线之上的一个关键地点后，原本晴朗的天空突然布满了狰狞的黑云，一时间风雪大作，什么也看不见了，队伍无法前行，只好原地扎营休息，等待风雪过去再继续攀登。

然而第二天还是大风雪，第三天还是，第四天，第五天……

几乎每一天，登山家都会向团队发表慷慨激昂的演讲，告诉大家这些风雪只是暂时的，只要坚持就一定会胜利登顶。“永不放弃！我们一定会征服这座山峰！”是他每次讲话的固定结束语。在他坚毅目光的扫视中大家纷纷鼓起了掌，只有向导似乎什么都没听到，只在角落里默默地念着经。

没想到，这一等就是十多天，风雪丝毫没有停下来的迹象，雪越积越厚，大家完全被困住了，上不去也下不来。最糟糕的是，干粮快吃完了，甚至有队员开始生病，恐惧和绝望在队伍中蔓延。登山家已经无心发表“人定胜天”的演讲，他显得异常烦躁，但还是坚持绝不后退，一定要征服这座山峰。他朝着山顶方向疯狂地大喊：“我一定要征服你！”

就在那时，一直默默念经的向导突然像雄狮一般从地上蹦起来向登山家怒吼道：“你为什么老想征服别人？！我们世代代生活在这里，祖辈一直告诫我们，能登上神山是山神的恩赐，能有食物、空气和水是天地的恩赐，能有幸福和快乐是他人的恩赐。不懂得敬畏和感恩的人，最终一定会受到惩罚！”最后还补上一句：“像你这样的人，别人都会离开你，你永远不会幸福的！”说完就转身离去。

向导的话深深地刺进了登山家的心灵，他一反常态，突然沉默了。在这漫山冰雪中，他回忆起了自己的前半生。他是那样的逞强好胜，目中无人，曾经因为刚愎自用而失去了最好的朋友，曾经因为强硬孤傲而失去了妻子和孩子。虽然征服了很多山峰，却从未征服自己；虽然获得了很多荣誉，却从未获得幸福。那一刻，他流下了眼泪……

他颤抖着走出帐篷，跪倒在漫天风雪中，向着神山合掌忏

悔：“请您宽恕我的傲慢与无知，请您宽恕我的不懂感恩，请您……”他喃喃自语，泣不成声。队员们看到这一幕都呆立当场，不知所措……突然间风雪竟然停了下来，没多久云雾就快速散去，高耸的神山豁然展现在眼前，一束阳光照在峰顶，雪山顿时闪耀出金色的光芒，那种遗世独立的绝美令所有的人震撼不已，大家都激动得泪流满面，跟着向导一起朝神山跪拜起来……

故事就这么结束了。我听得完全入神了，刚缓过来一些，就愣愣地问朋友：“那他们最后登顶成功了吗？”朋友意味深长地看了我一眼，说：“你觉得这重要吗？”我不禁哑然失笑。

回国以后，每每在电视上看到某香烟企业的广告：“山高人为峰”，只能摇头苦笑。出家后的一个清晨，望着窗外的雪山，突然想起了朋友当年讲的这个故事，一时感慨良多，于是信手画了这幅小画，故意反其道而行之，取名为“山高人为谷”。

山高人为谷



有人问我“伟人”和“圣人”有何区别？

我说：伟人总想征服世界，圣人只想征服自己。

这就是《老子》说的：“上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。”

然而大至国家，小至个人，却总想要征服和索取，而不知感恩和谦卑。

据说明末狠人张献忠立了一个“七杀碑”，上面写着“天生万物与人，人无一物与天，杀杀杀杀杀杀！”这观点显然太过暴虐，令人无法苟同。然而单就现象而言，人类的很多行为还真是毫无敬畏，有愧上天。

比如最近日本悍然决定将核废水排入太平洋，“人权灯塔”的美国竟然还表态支持，而著名的瑞典环保少女连句“*How dare you?*”都没敢说出来。日本发动侵华战争的时候没有感恩过自己文化上的老师，倾倒核废水的时候也没有感恩过养育自己的海洋，它的那些“征服”自私而可耻，如果有一天这个国家大祸临头，丝毫都不会令人感到奇怪。

十七世纪的英国殖民者乘着“五月花号”到达美洲大陆后陷入了饥寒交迫的窘境，如果没有善良好客的印第安人给白人送来食物和生活必需品，还教会他们各种生活技能，那些白人殖民者都会死掉。然而在接下来的三百多年里，印第安人却饱受白人殖民者的压迫、掠夺、屠杀和文化清洗，几乎被种族灭绝。每年的“感恩节”，本来是为了纪念“五月花号”移民得救这段历史而设立的，但今天的美国人过感恩节基本都是在“感恩上帝”，而极少会归功于印第安人。

国家如此，有些个人又何尝懂得感恩？

一个脾气不好的女人，一次为了点小事和老公生气，几天都不理睬他。老公是个高大强壮的专业运动员，却是远近闻名的“气管炎”，只是可怜巴巴地讨好她，各种道歉，她也不理。后来老公鼓起勇气把她按在墙上跟她解释，她奋力挣扎却怎么也挣不脱，正要破口大骂时，看到了老公那委屈哀求的眼神，她心中一软，突然意识到，老公是如此强壮有力，然而自己这么多年经常无理取闹，换了别的男人早就动手打人了，老公却从来都是逆来顺受，不是因为怕她，而是因为爱她。她能“征服”这个男人，不是因为自身的强大，而是因为对方的包容。在那一刻，她突然悟了，从此再也没有闹过矛盾。

这世上每个人的成功和幸福，大至丰功伟业，小至温饱存活，

都是“众缘和合”而成，缺少不了他人的帮助与支持。然而人们每每忽视他人的付出与恩赐，不但鲜少感恩，甚至还有人恩将仇报。

没有大自然赐予衣食，人类何以生存繁衍？

没有国家施行善政，我们哪有富足美好的生活？

没有战士流血牺牲，我们哪有和平安定的日子？

没有父母的养育之恩，我们哪能健康快乐地成长？

没有妻子默默地付出，男人们哪能在外放手打拼？

没有员工不辞辛苦地熬夜加班，老板们哪能获得企业的成功？

没有小哥风雨无阻地送来快递外卖，我们的生活哪能如此方便舒适？

乃至我们能起一刹那的善心，都应该感恩无始以来善知识的教化。正如《入行论》所云：“犹于乌云夜，刹那耀闪电；如是因佛力，世萌修福意。”很多人以为自己“天生就是个好”，然而从佛教来看，一个人能有较多的善念，是宿生修行带来的等流习气，绝非一世之功。没有佛菩萨、圣贤、师长多生多世的劝化引导，绝无可能。

一个女网友说，有一次她怒气冲天，要跟老公来个鱼死网破，突然想起了七哥常说的“向内求”，于是返观内省，原谅了老公，后来经过良性沟通，问题得以解决。于是，七哥年复一年的“灵魂碎碎念”就这样不经意间挽救了一个家庭。

就拿我自己来说，几十年的人生不知蒙受了多少他人的恩德。

小学四年级，我罹患脑膜炎，病情严重，差点死掉。妈妈有近一个月的时间没有躺上床好好睡过一觉，实在太累就把头靠在我床边稍微休息一会儿。医生护士不分昼夜地围着我忙碌，手术

都做了两次，硬是把我从死神手中夺了回来。等我终于脱离危险稳定下来，妈妈却虚脱了，倒在床上一睡就是好几天。

上大学以后，我陆续地遇到了几位佛教恩师，他们所展现的那种慈悲智慧，以及对我的谆谆教诲，深深地影响了我往后的人生。没有他们，我不要说修行解脱，甚至可能会成为一个三观尽毁的贪财好色之徒。

在美国读博士的时候，我的导师——一位慈祥的荷兰裔著名学者，总是孜孜不倦地带着我讨论课难点，并逐字逐句地修改我的论文和 PPT，哪怕是一个标点符号。我们情同父子，一起攻克了很多科研难题。临近毕业，他把我推荐给好几个国际著名高科技企业，还为我写了申请特殊人才美国绿卡的推荐信。

在澳大利亚，我曾因汽车故障而困在渺无人烟的沙漠中，在烈日下暴晒行走数小时差点脱水晕厥，最后非常幸运地被一个白人大叔搭救。他在简陋的小屋中递给我的冰镇果汁是我这辈子喝过的最甘美的饮料。

在秘鲁，我因高原反应加感冒受寒，一病不起，虚弱无力。随行的朋友带我四处问诊，终于找到了一位会说英语的良医，并不顾劳累，精心照料，我才得以痊愈。不但领略了安第斯山脉的壮美风光，也领略了这世间最珍贵的友情。

在印度，我彻底迷路了。当时天色已晚，我精疲力尽，沮丧绝望。此时一位骑摩托的黝黑帅哥问明情况，一路送我到目的地。我要给他钱，他坚决不要，最后朝我顽皮地一笑，露出一口白牙，喊了一句“Welcome to India!”就风驰电掣地跑了。出家后，有段时间遇到吃饭的困难，总会有师兄送来食物；遇到电器损坏或缺少用具，也总有师兄伸出援手；遇到郁闷纠结也有七哥这样的挚友为我开解；是他们的帮助令我闯过了一个又一个难关。

这样的例子还有很多很多……

想起了这些往事，我感动地发现，自己的一生几乎全是仰赖他人的恩赐。没有他们，不要说那点可怜的“成功”，甚至都无法活到现在。

佛教徒每日念诵的功课里有一句话叫“上报四重恩”。所谓“四重恩”就是“三宝恩”、“国土恩”、“父母恩”、“众生恩”。从某种意义上说，大乘佛法修行的根本驱动力，就是为了报恩。因为无始以来所有的众生都曾做过我们的父母，而菩提心和菩萨行就是报恩的具体表现。在报恩的过程中，修行人自身的福德智慧也会增长，直到有一天明心见性证得真正意义上的菩萨果位，此时心中已不再有对立与我慢，只剩下无尽的空智与慈悲，愿意为众生的解脱而赴汤蹈火，无惧生死。

菩萨们是世间最伟大最成功的人，也是世间最谦卑最感恩的人。

这个世间有很多菩萨，他们“处众人之所恶”，为了众生的安乐而负重前行。

抗日时期的飞行员陈怀民，本可以过着“富二代”的小资生活富贵终老，然而却选择加入中国空军保家卫国。后来在机身受创的情况下，没有跳伞逃生，而是驾机撞向敌机，与敌人同归于尽，英勇牺牲。

武汉市江夏区第一人民医院医生彭银华，正准备和未婚妻完婚，然而新冠疫情突然爆发，他义无反顾地上了一线。他拒绝了同事让他回家休息的提议，两天接诊 300 多位门诊病人，过度劳累导致抵抗力下降，因而感染了新冠肺炎，经抢救无效而牺牲，年仅 29 岁。当时彭银华的妻子正怀有身孕，他办公桌的抽屉里还放着没来得及分发的婚礼请柬……

每当想起这些“平凡的人”为国家人民做出的牺牲和奉献，我都会从心底涌出对他们的无尽感恩，流着眼泪为他们祈祷回向。  
**在我的心中，他们就是真正的菩萨。**

记得曾看过一个电影，讲一个奥地利登山家在西藏遇到一个美丽的藏族姑娘，为了追求她，登山家不停地炫耀自己曾经征服过多少高山，拿过多少大奖。结果那个藏族姑娘淡然地说：“你们国家很崇拜那些爬得高的人吗？在我们西藏，只有肯为众生牺牲的人才会得到最大的尊敬。”这句话深深地震撼了我，以至于二十多年过去了，依然如在目前。

**往后余生，我不祈求爬得更高，只希望成为肯为众生牺牲的人；**

**往后余生，我不祈求拥有更多，只希望成为乐于分享布施的人；**

**往后余生，我不祈求获得成功，只希望报答那些于我有恩的人；**

**往后余生，我不祈求成为明星，只希望在黑暗中为人点亮光明；**

**往后余生，愿我成为山谷中的泉水，把清凉和安乐带给这世上所有痛苦的人。**

## 第八章 在吃屎中修行

---

生活处处是修行，  
而真正的修行，  
要消除分别心。

—— 宗翎

### 1

七哥写了一篇《在吃饭中修行》，我看后很佩服，调侃道：“我准备写一篇《在吃屎中修行》，定会成为千古名篇。”本来是玩笑，结果七哥当真了，今天问我写好了么？我说开玩笑的。他说出家人不打诳语。

老衲只好打开电脑，开始炮制这个千古名篇。

**生活处处是修行，而真正的修行，要消除分别心。**

慈悲可以修行，嗔恨也可以修行；吃饭可以修行，吃屎当然也可以修行。愚者把佛经当狗屎，智者却从屎尿中悟道。

东郭子问于庄子曰：“所谓道，恶乎在？”

庄子曰：“无所不在。”

东郭子曰：“期而后可。”

庄子曰：“在蝼蚁。”

曰：“何其下邪？”

曰：“在稊稗。”

曰：“何其愈下邪？”

曰：“在瓦甓。”

曰：“何其愈甚邪？”

曰：“在屎溺。”

东郭子不应。

——《庄子·知北游》

大意是：东郭子问庄子道究竟在哪里？庄子说无所不在。东郭子说你必须说具体的地方。最后庄子说在屎尿中。

有人问：“为何不写点高雅的东西，那才符合您‘高僧’的身份啊？”

对不起，我只想“做自己”，不想“做高僧”。更关键的是：**生活端到你面前的，往往很少是牛肉，而更多是牛屎。要过好这一生，除了多吃肉，还得少吃屎。**

什么是屎？**嗔恨是屎，辱骂是屎，负面情绪也是屎。**人的一  
生，常在粪坑走，哪能不吃屎。

如果你能学会在吃屎中修行，还有什么不能修行？所以，今天的  
内容，很重要！

## 2

我以前不明白这个道理，在生活中经常吃屎，难受之极。

我在美国读书时，一位女同学毕业前最后一天，为了发泄积怨，借题发挥，当众对我进行毫无道理的指责辱骂，我委曲求全，希望她的男友——我的好兄弟，说句公道话。然而他一言不发，把脸转了过去。说好的“兄弟如手足，女友如衣服”呢？那一刻，我像吃屎一样难受。

在美国，我担任一个国际学术会议的后勤组长，汇报工作进展时我说那些书和 CD 都已全部 Copy（拷贝）好了。结果一个美国人阴阳怪气地说：“中国人就是擅长 Copy（抄袭/剽窃）。”在另一次会议上，一位白人同学甚至直接怀疑我是中国间谍。那一刻，我像吃屎一样难受。

回国后在地方政府，某天大领导把我叫到办公室，狂吼着痛骂了我的种种“罪行”，主要是老往农村跑，喜欢替农民出头。最后他大声咆哮道：“你想干什么？想造反啊！”敢情我大老远从美国潜伏回来是为了组织农民起义？那一刻，我像吃屎一样难受。

在公司工作时，一次，老板莫名其妙骂了我两个小时，最后甚至联系到我的性格，认为我“性格孤僻，没有朋友”。苍天啊！大地啊！佛祖啊！老衲一向活泼可爱，朋友众多的好吗。这一生还头一次被人这样评价，而且还不能“顶嘴”。那一刻，我像吃屎一样难受。

在山上，一位师兄可能听到某些传言加上误解，对我当众辱骂，连我以前帮助大家的种种善举都被曲解为害人不浅，再说下去连村里最近死了几头牛都要算到我头上。那一刻，我像吃屎一样难受。

还有时什么都没做，结果却被人冤枉，所谓“人在家中坐，屎从天上来”。凡此种种，不胜枚举。

不吃屎，不会像吃屎一样难受。虽然吃屎很难听，但我相信

很多人与我一样，有无数次类似吃屎的经历。

还不止如此啊！吃屎日久，每生怨恨，忆及当初，犹如把屎重新反刍咀嚼一遍，其臭更甚。

只要你活在世上，总会遇到各种是非各种埋怨各种委屈各种误解，每每如此，人都和吃屎一样难受。

生活只能如此么？我以前也是如此认命，直到有一天……

### 3

一日，我看到一个视频，是某印度人讲的佛教故事，其中一个故事是这样的：

佛陀在世时，有次去托钵乞食，却被一个人当街辱骂，骂得实在难听。

佛陀平静地问他：“如果你送给邻居一件礼物，他拒绝接收，那这个礼物最后是在谁手上？”

那人疑惑地说：“当然还在我手上。”

佛陀说：“同样的，你对我的辱骂，我也不接受，最终还会归还于你。辱骂是恶行，得不到回应，恶语只能像回音一样回荡在你心中。就像人不能脱离自己的影子，同样恶行也不会离开做它的人，它们还会回来加重你的痛苦。醒悟吧，认识你自己，邪念恶行都会慢慢消失！”

那人突然醒悟，向佛陀跪下说：“您是个真正的圣人，您以祝福的话回应恶语，您太了不起了！”

佛陀说：你我并无不同，区别是我已觉悟，而你尚未，但你终有觉悟的一天！

这个故事就像一道闪电在我脑海中划过，我仿佛明白了什么，仿佛找到了答案，仿佛开启了一点点智慧……

**我忽然明白，别人在辱骂我时，犹如端上一盆新鲜出厕的大便，盼我趁热吃下。我若一时不忍……后果实在不堪设想，阿弥陀佛！但，以前，我不都是没忍住么？！**

最好的办法，当然是面带微笑婉拒对方，令其重新带回家中，供其自己食用，估计可够半月口粮。你不觉得真是如此么？有人很愤怒地骂你，如果你丝毫不介意，对方定然更愤怒更难受，这就相当于你拒绝接受那盆屎，而对方只能自己吃了。

寒山问拾得：“世间有人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我，该如何处之乎？”

拾得答曰：“只需忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他。再待几年，你且看他。”

少年时读到这段对话，我觉得这俩“活菩萨”硬生生玩成了“忍者神龟”，甚是鄙夷不解。如今经历一些事情，我才明白，那才是智慧。很多世间的破事，该解释的都已解释，能懂你的人也无需解释，剩下的也就是“谢绝吃屎”。

如何才能做到“谢绝吃屎”？

#### 4

既然无法要求别人只端上牛肉不端上牛屎，那最好的方式就是“谢绝吃屎”。而谢绝吃屎最好的办法是成为“贤者”。

这不是我说的，是佛陀说的。

金庸有一部小说《鹿鼎记》，小说里韦小宝苦寻多年的《佛说四十二章经》，确实是一本很好的经书。里面有这么一段：

“恶人害贤者，犹仰天而唾，唾不至天，还从己堕。逆风扬尘，尘不至彼，还坩己身。贤不可毁，祸必灭己。”

大概意思是：如果你成为真正的“贤者”，恶人想害你，最终都会“祸必灭己”。

同理，如果你成了贤者，旁人想要让你吃屎，他最终也只能自己吃了。

那如何成为“贤者”？

人的一生，若执善坚固，秉道而行，日久则福德充盈，智慧明朗，烦恼微弱，心如止水，距圣贤不远矣。说得更简单一点：**诸恶莫作，众善奉行，自净其意。**

如果这么做多久才能成为一个贤者啊？

不，当下就是。**你想成为贤者的过程，就是贤者本身。**

如果你没看懂，如果你觉得自己做不了贤者，还有个办法谢绝吃屎。

## 5

不要找屎。

在美国读书时，我一哥们，狂追一美女，人家又不喜欢他，天天被美女怒骂，如吃屎般痛苦万分，但又忍不住天天去找她。他每每向我含泪讨教的重点，基本集中在“如何改进吃屎方式”。然

而连吃半年后，终因消化不良，粪满自溢而放弃。

有一个朋友，喜欢弄虚作假，以屎充金。刚开始无人知晓，还奉其为大师，时日一久，自然败露。于是遭到无数人唾骂，攻击者有之，讨债者有之。从此终日惶惶，避屎不及。事实上，他已无需躲避，因为他本人早已成了臭狗屎。

有一个同事，总喜欢挑人毛病，吹毛求疵，说话刻薄，而且得理不饶人。时日一久，周围人对他避而远之，他也成了一坨屎。

这些都是找屎。

**要想过好这一生，既不要被动“吃屎”，更不能主动“找屎”，否则“必屎无疑”。**

真正的窍诀，是八个字：“觉知放下，依道而行”。

如何是“觉知放下，依道而行”？

## 6

到了要具体操作部分了。

当有人骂你批评你指责你时，你可以有如下步骤：

### **第一步：分析**

先听听他怎么说，也可以适当交流，搞懂他的意思。如果他说得很有道理，那就不是屎，而是药了。良药苦口利于病，不肯吃药的人，将来可能被迫吃下万倍的屎。

### **第二步：觉知**

如果他说的毫无道理，完全是无理取闹，发泄情绪，就是要刺伤你，扰乱你，让你出丑，让你生气。此时你必须立即觉知到：

一盆热气腾腾的鲜屎已然送到你嘴边了！如果你不顾一切地吃下，你就中了他的圈套，准确地说，是中了自己烦恼的圈套。必须下定决心：绝不吃屎！

### 第三步：拒收

拒收是一个放下的过程。一般人受到无理侮辱时的第一反应是争辩甚至对骂，越争越生气，脸红脖子粗。对不起，此时你已在将对方送来的鲜屎大口大口地吃下，狼吞虎咽，完全停不下来。

正确的做法是：不要搅合，直接拒收。屎就是屎，再怎么搅合，也不会搅成皮蛋瘦肉粥。

通常拒收有几类方式：

#### 智慧式拒收。

佛陀对待那个恶人的方式就是一个最好的例子。用一句智慧的话打破他的节奏，击中他的软肋，有时能收到奇效。但这种方法需要相当的定力和极高的智慧，一般人往往难以掌握。

#### 糊弄式拒收。

七哥问二师兄：“您快乐的秘诀是什么？”

二师兄说：“不要和傻 X 争辩。”

七哥说：“这我不敢苟同，不争辩怎么能厘清是非呢？”

二师兄微笑着说：“是的，你是对的。”

#### 沉默式拒收。

不跟随他的节奏应答，默然无争，用静定空寂的心态神情强力弹回扔来的屎蛋蛋。必要的时候，可以找个理由转身离去（但不是愤怒地摔门而去，否则还是吃到了屎）。

一般人能做到以上三步，已经非常好了！

但如果你想走上真正的修行之路，你想真正开启智慧，这还不够！

## 7

真正的修行人，要修心！

拒收是当场行为，修心则需持续一生。心若不能合于道，就算当场拒收，事后回忆起来又会气愤不已，终究还是吃到了屎，搞不好会吃上一辈子。

请注意，心合于道不是“忍”，而是用道去“化”。当人在强忍的时候，其实已经起了瞋心，多少吃下了一些屎。若不能化解，总有一天会忍无可忍，大吼一声：“我忍你很久了！”然后积粪喷涌而出，一泄如注，前功尽弃，贻害无穷。

当心合于道，“屎”根本就不存在。

老子说：合于道的人，复归于婴儿。现在想想，真是如此，当过父母的人都知道，婴儿眼里是没有屎的。

在佛陀眼里，整个大千世界都是清净的。正所谓，心净则国土净。

所以，最好的方式是要心合于道，此时，你会明白，心本来无比清净。

如何才能做到心合于道？

方法很多，不同境界不同宗派不同，大体可以总结如下：

**人天乘**：一口吃到屎，百千障门开，我今信因果，屎盆退回来。

小乘：我虽知是屎，不起憎与嫌，勤修戒定慧，切断十二缘。

大乘和密乘有如下方法：

依悲门：对方是父母，喷屎太可悲，愿我快成佛，度他出轮回。

依声门：身外屎起屎落，心中持咒念佛。

依像门：大屎小屎落玉盘，诸佛上师观眼前。

依空门：屎即是空，空即是屎。

依心门：何人知是屎，念从何处来？

合道之法门虽多，但必须建立在随时保持觉知的基础上，所谓“不怕念起，只怕觉迟”。觉知之后，必须第一时间坚决拿起自己最熟悉的法门去“化”。

平时标榜“君子之道”的，此时宽容在哪里？

平时满口“发菩提心”的，此时慈悲在哪里？

平时见人“阿弥陀佛”的，此时佛号在哪里？

平时抄经“色即是空”的，此时智慧在哪里？

王阳明说：“人须在事上磨，方能立得住。”屎盆子来时，正是修行用功处。必须知行合一，不能不战而逃。于平时多下手，临事方能起用。用得多了，心力自然增强，境界自然提高，无屎一身轻，何其快哉！

## 8

古人云：“天下本无屎，庸人自扰之”，信哉斯言！

心合于道，以心转境，心净则国土净，这才是美妙人生。

讲了这么多，如果你还不明白如何在吃屎中修行，最后再教你一个最简单的：

**每天睡觉前，你反省一下：“今天我吃屎了吗？”**嗯，有则改之无则加勉，你定然会心一笑安然入睡。

刚才出门，想着今天写的文章，正兴奋不已。一位师兄迎面便问：“你吃了吗？”

老衲看了看路边的牛屎，竟一时无语……

## 第九章 猪坚强

---

十年坐道场，任他风雨狂，  
愧我清修士，不如猪坚强。

—— 宗翎

### 1

她自杀了，鲜血从手腕汨汨流出，没有叫喊，没有挣扎，因为她的心早就死了……

她是一个美丽的东北姑娘，虽然已经离婚，但前夫依然没有放过她，非法盗取她的手机，将她的微信隐私内容恶意群发。一时间她在朋友圈里名声扫地，没脸见人，于是选择了“李玟式自杀”。比李玟幸运抑或不幸的是，她被及时抢救了回来，不得不继续面对这个冰冷的世界。绝望之下，她找到了我……

不知为什么，最近身边得抑郁症的人特别多，甚至呈现惊人的低龄化态势。

一个十几岁的女学生，成绩一直不好，但是家长望女成凤心切，花了不少钱将她塞进重点高中。在好的学校竞争压力更大，她的排名也更加靠后，而且无力翻身。老师们每天都不停地大敲警钟——“如果成绩不好，就考不上好大学，将来就没有前途，人生一片黑暗……”于是，她抑郁了。每天上课都心烦意乱，整夜整夜

失眠，学习成绩更差，到最后只能退学。然而退了学更加看不到前景，她依然严重抑郁，依然睡不着觉，家长病急乱投医，也通过亲友找到了我……

我在她那个年纪的时候，根本不知道什么叫忧愁，也从未关注过这类人群。我第一次真正见识什么是“抑郁”，还是出国以后的事。

多年前在新加坡读书的时候，我有一次打了辆德士（出租车），司机看起来郁郁寡欢，但仍然流露出一种高雅的气质，明显受过很好的教育，英文和华语都说得很好。闲谈中他问起我的情况，我说在 NTU 读硕士，已经拿到美国大学的博士 offer，准备赴美深造。他长叹一声说道：“你们这些年轻人真是前途无量啊，比我强太多了！”从他那充满失落的语气里，我能感觉到他有很多悲伤的往事，于是小心翼翼地说：“您不是也很好吗？新加坡很漂亮，收入也很高啊。”这是事实，那是上世纪九十年代，在新加坡开德士的收入，比国内的大学教授还高。他说：“收入高？你知道我以前收入有多高吗？”他的话匣子慢慢打开了，低声诉说起自己的往事……

他以前在新加坡注册了公司，在南斯拉夫经商，赚得盆满钵满，事业巅峰之时身家高达数亿人民币。要知道，那个年代中国首富的家产也不过就 10 亿人民币左右。正在他意气风发，大展宏图之时，南斯拉夫突然解体了，他的财富瞬间化为乌有，但在新加坡的负债却一分钱不少，只能宣告破产，妻子也和他离婚了，还带走了孩子。由于受不了这样的打击，他先后自杀过五次，但都被抢救回来，最后连自杀的勇气都没了，只能去开德士，还被严格限制高消费。他住在出租房里，每天只能和底层老百姓一样吃碗肉骨茶，以前那种挥金如土、灯红酒绿的日子一去不复返了。他从此再也没有了笑容，没有了快乐，像一具行尸走肉，回到家

里倒头就睡，每天都盼着自己早点死……他说这些的时候，只是直勾勾地看着前方，灰暗的眼睛里没有一丝神采，甚至连泪水都已流不出来，车里的气氛压抑得令人窒息，我第一次体会到什么是“哀莫大于心死”……

这类痛苦失意甚至严重抑郁的人群，在我的人生中可谓屡见不鲜了。他们都问过我同一个灵魂问题，大意是：“人生这么苦，我该怎么活下去？”

可能是资质愚钝，也可能是历练不够，总之在红尘里这么多年，我也没思考出一个像样的答案，直到去了寺院……

## 2

寺院里有一头胖胖的大猪，还有一个胖胖的和尚……没错，那个胖和尚就是我。

大猪每天都胃口很好，什么食物都呼噜噜地吃下去，我也是；

大猪吃饱了就容易犯困，经常大白天也要睡一会儿，我也是；

大猪闲来会四处遛弯，东游西逛，我也是；

大猪不讲卫生，窝里又脏又乱，我也是；

大猪很少洗澡，一身的老泥，我也是；

大猪不时从嘴里发出一些呜噜噜的声音，我也是（念经中）。

大猪来寺院比我早，算是我师兄了。我们住得不远，经常不期而遇。有时给他喂点吃的，它还会“嗯、嗯”地哼两声，仿佛在表示感谢。

大猪潇洒自在，无欲无求，从不争名夺利，也不挑拨是非，更

不会背后算计别人，比大多数的人类好相处。虽然没有学历，身无分文，无房无车，吃糠咽菜，还要被人们嘲笑侮辱，他却是心宽体胖，笑对猪生，从没见他抑郁过。

有一天，风雨大作，我看到大猪在泥泞的路上踟蹰而行。虽然笨拙缓慢，踉踉跄跄，但仍然沉稳而顽强地向前走去，我不由得心中一动。

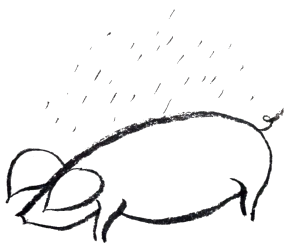
猪看起来温柔软弱，却是一种很坚韧的动物。汶川地震中，有一头猪被埋在地下 36 天，体重暴降 200 斤，竟然还奇迹般地存活下来，由此博得美名——“猪坚强”。

那段时间，我正被一些人事所困扰，不时烦恼泛起，偶尔甚至会产生离开寺院的想法。想想这头大猪已然在山上安稳地住了十年，这十年间很多人在道场待不下去而离开，而他依然还在。作为一个修行人，如果连修行路上的这点困难都克服不了，那我岂不是“猪狗不如”？

望着大猪的背影，我一时感慨万千。回到屋子里，我画了一幅小画，配了一首打油诗：



十年竺道場  
正他風雨狂  
不愧我情修士  
不如猪坚强



那些天我拿着这幅小画，看了又看，想明白了一个很简单又很深刻的道理……

### 3

人之所以痛苦，是因为执着。

那个自杀的东北姑娘，执着的是面子；

那个抑郁的退学少女，执着的是前途；

那个破产的德士司机，执着的是金钱。

执着于得失，就会痛苦。

得不到想要的，痛苦；

得到了又失去，更加痛苦；

得到了没失去，但是害怕失去，依然痛苦。

执着不但会产生痛苦，而且持续的执着妄念会放大和延续痛苦。如果不及时觉察并放下，就会让情绪如滚雪球般越滚越大，越跑越远，从几句内心独白戏发展成三百集电视连续剧，轻则抑郁焦虑，重则闹出人命。

要想减少痛苦，必须减少执着，除非你能确保想啥来啥，并且永不失去。

有一句佛系名言：“只要我没欲望，世界就拿我束手无策。”这话听起来过于颓废，然而也并非全无道理。

也许有人会问，我不追求金钱，不追求前途，不追求面子，那还活得像个人样吗？

其实很多人抑郁的根源，恰恰就在于太想做“人”，经常还想做“人上人”，还要和其他“人”去攀比。

当你放下这些执着，不再把自己当“人”，而是决心成为“猪坚强”的时候，就会豁然开朗。

鲁迅先生有一首广为人知的自嘲诗，文采意趣极佳：

运交华盖欲何求，未敢翻身已碰头。

破帽遮颜过闹市，漏船载酒泛中流。

横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛。

躲进小楼成一统，管他冬夏与春秋。

把这首诗里的“孺子牛”换成“猪坚强”，大概就是我想对那些“未敢翻身已碰头”的人们说的话。

这首诗里，我最喜欢的是“破帽遮颜过闹市”这句。一个人放下了金钱，放下了地位，放下了脸面，就这么戴顶破帽子，把脸一遮，混迹尘世。至于人们的指责讥笑，他懒得解释，也不在乎，低下头来做头卑微的猪，然后躲进小楼里，一心念佛，管他春夏秋冬，爱谁谁……哈哈，实在是洒脱之极！

#### 4

真正的成功，不是在青云得意时灿烂辉煌，而是在失意落魄时依然坚强。

苏轼经历了“乌台诗案”的沉重打击后，对仕途心灰意冷，在当时看来政治生命已经结束。他被贬黄州后，面临着无数的困难，不但心理上落差巨大，由于没有了收入，连生活也变得极为困窘。然而苏轼并未一蹶不振，而是以豁达的心胸坦然面对，苦中作乐，选择成为“猪坚强”。

没有粮食，我就自己种！

苏轼放下了文人士大夫的架子，虚心向农民伯伯学习种植技术，率领全家老小在黄州郊外开垦荒地种大麦，还将此地命名为“东坡”，自称“东坡居士”。种地久了，白面书生晒成了非洲民工，于是他开启自黑模式，写诗自嘲道：“日炙风吹面如墨”，估计和我上高原后的大黑脸有一拼。好不容易种出了大麦，可是大麦饭口感很差，他就掺上小豆，取名“二红饭”。副食缺乏，他就去挖竹笋，钓江鱼，利用现有的食材变出各种花样，不断提升烹饪水平，开发出东坡肉、笋焖鱼等千古名菜，一跃成为“宋代吃货”之首。

没有房子，我就自己盖！

苏轼在山坡上建起了三间房舍，自名“东坡雪堂”。园中有一

棵他亲手移栽过来的百年老茶树，还有枣树、栗树，坡上有菜园、桑园，周围还种了各种树木，更有鱼塘点缀其间，搞成了一个很小资的园林式农家乐。既没有还贷压力，也没有公摊面积和物业费，实在令人羡慕。

没有娱乐，我就自己找乐子！

在清贫的岁月里，苏轼闲时仍会呼朋唤友，载酒泛舟，悠游于泉林之下，徜徉于山水之间，吟诗作赋，笑谈古今。黄州的青山秀水，给予他无尽的灵感，无数佳作应运而生。一次出游，遇到大雨被淋成落汤鸡，同行的人都狼狈不堪，苏大学士却淡定地写下了脍炙人口的佛系名篇：“谁怕？一蓑烟雨任平生。”“归去，也无风雨也无晴。”

是的，坚强不一定是拼死抵抗，也可以是从容化解，也无风雨也无晴。

## 5

文革期间，廖沫沙先生在狱中整整被关了8年，后又被送到江西林场劳动改造3年，但是他却显得乐观豁达，与众不同。

一次，廖老和吴晗因被揪斗而关进一间房子。吴晗不时长吁短叹，廖老则开起了玩笑：“我们两个成了名角，假如我们不来，这场戏就唱不成了。”吴晗苦笑着问：“那我们唱的是什么戏呀？”廖老说：“这出戏就叫《五斗米折腰》啊！”然后笑了起来。批斗会结束后，廖老提出要吃了饭才回去，还风趣地说：“不让我们吃饱饭，你们就没有‘活靶子’了。”

还有一次，吴晗和廖沫沙被揪去批斗。在回来的火车上廖老做了首打油诗，题为《嘲吴晗并自嘲》：

书生自喜投文网，高士于今爱折腰。  
扭臂裁头喷气舞，满场争看斗风骚。

天啊，都被斗成了猪，他还有心情开玩笑？

那段时间，被批斗已经成了家常便饭，廖老经常被押上舞台向大家弯腰谢罪，他竟然就此写了一首自嘲诗：

云淡风轻近午天，弯腰曲背舞台前。  
时人不识余心乐，将谓偷闲学拜年。

洒脱至此，实在是极高的人生境界了。

文革中，邓拓、吴晗、廖沫沙三人被诬为“三家村反革命集团”，一起被斗倒斗臭，最终邓拓自杀离世，吴晗吐血身亡，只有廖沫沙挺了过来，一直活到八十多岁。

以前我总觉得，这三人不同的结局主要是他们的性格和运气不同所致。直到上山后的某一天，我读到廖沫沙一位好友的回忆录，才知道了一个秘密：每次被批斗，于低头弯腰之时，廖老都会一心念佛，根本不理会外界发生的事……

我恍然大悟，原来说到底邓拓、吴晗还是书生，而廖沫沙则是修行人。

我也明白了，我之所以总觉得意难平，是因为我骨子里还是书生，而不是合格的修行人。

## 6

出家以后，我也面临过一些问题，最主要的，是有些人的诋毁令我烦恼。

喜欢阅读佛学书籍，被说成是“只搞理论，不肯实修”——批评我的人确实从不读书，因为他们忙着打游戏；

辛辛苦苦为大家做了一些服务工作，又出钱又出力，却被说成是“把寺院搞得乌烟瘴气”；

偶尔起身时不小心碰了某个女居士，或者和某个女性接触多一点，就被说成了“淫僧”……

刚开始听到这些指责，真是气不打一处来，可能是因为高原空气稀薄，连呼吸都感觉憋闷不畅。就这么郁闷了一段时间，有时还要找七哥“求安慰”。

也许是七哥的“向内求”点醒了我，也许是廖老的故事触动了我，也许是因为念经祈祷的感应，总之后来我突然想明白了——我之所以烦恼，就是因为执着名声。

在我的内心里，希望别人尊重我，正确评价我，甚至赞美我。我还活在过去的幻影里——留美博士、科技精英、政府干部、企业高管、某某称号获得者、见闻广博的文化大咖、有天赋的译师、资深佛教修行者……这无数的亮丽标签曾带给我许多“人”的虚荣，然而在这个荒山野岭的地方，竟然被人贬成了“猪”。于是对这些标签的执着有多大，烦恼就蹦起来有多高。

想起来很搞笑，大学的时候，同学们都叫我“臭猪”，可能是因为我不讲卫生吧。记得大学最后一年，我总共只洗了三次衣服，毕业的时候收拾行李，发现有些衣服太久没洗已经发霉了，干脆

直接扔掉，倒也痛快。

在美国读书的时候，租了个公寓，一次物管人员上门维修，一开门就崩溃了，面对满地垃圾，他们甚至都找不到下脚的地方，于是发函强令我退租，最后我凭借三寸不烂之舌，好说歹说，并发誓立即整改，他们才勉强同意我“留屋察看”。

那时候的我在别人眼中，就是个邋遢的穷学生，在美国有时还被人叫成 Chink（对中国人的歧视性称呼），但我也没觉得什么。可能是因为那时还没有这么多光环，所以反倒心态平和。

我现在遇到这么点事，比起苏东坡、廖沫沙那样的大起大落，又算个什么呢？想明白了这些，我决定把那些标签忘掉，不把自己当人看，做个混迹泥水的“猪坚强”。

我也不再东想西想，每天除了念经和翻译，就是好好吃饭、睡觉和排泄，心情也渐渐好了起来。

有人问我有什么特长，我会告诉他：“就是搞点理论，其他都不会。”

有人问我过去几年在寺院都做了些什么，我说：“想尽办法把寺院搞得乌烟瘴气。”

有人一见面就叫我“高僧”，我会开启自黑模式：“什么高僧？我就是个淫僧。”然后大家哈哈大笑……

我突然发现，原来使我不快乐的，并不是别人的诋毁，而是自己的执着。

心光照破的那一刹那，我才理解什么是真正的坚强。

## 7

在一个风雪交加的夜晚，大猪死了。

僧众为他念了经，我没有悲伤。

他的后半生都在寺院度过，没有被名缰所缚，没有被利刃所杀，没有做伤天害理的事，也没有在意别人的眼光。他坚持了自己的信念，死在了本该归去的地方。这很好，真的没有什么值得悲伤。

大猪已经离开好几年了，但依然会不时出现在我的脑海中。

当我好名的时候，他会警告我说：“人怕出名猪怕胖哦。”

当我烦恼的时候，他会嘲笑我说：“天下本无事，庸猪自扰之。”

当我焦虑的时候，他会安慰我说：“死猪不怕开水烫，最坏又能怎样？”

当我退缩的时候，他会鼓励我说：“千里之行，始于猪下，要坚持到底哦。”

……

日子就这样一天天过去，不管经历多少的曲折起伏，认定的路，始终要继续前行。坦然面对满地的泥泞，不再指望人类的理解。

风也好，雨也好，我就这么坚强地走下去。

## 第十章 我就是药神

---

泪水悄然间滑落，  
内心却变得勇敢。  
那一刻，我就是药神。

—— 宗翎

### 1

“我中招了，发烧，浑身疼，好难受……”

一个朋友有气无力地嘟囔着，视频中的他，没有了往日的神采，憔悴而无助。我赶紧询问了他的情况，看了他的舌象，思考片刻后，我建议他服用葛根汤或者麻黄汤。他挣扎着起床出门买药，然而坏消息再次传来，周围的药店有关新冠的所有中西药已经全部售罄。

他绝望地问我：“怎么办呢？”

我想起了《伤寒论》提到过葱白可以发汗，建议他到菜市场看看。天无绝人之路，他成功买到了菜市场硕果仅存的两根大葱，加上生姜、大枣，煮了一锅汤，喝下去。终于发出汗来，身体疼痛顿时缓解，体温也逐渐降了下来。

进入二零二二年十二月中旬后，新冠疫情快速蔓延，我经常接到类似的求助。朋友们一个个倒下，医院人满为患，布洛芬

之类的西药早已脱销。有些人想尝试中医治疗，向我咨询。我不忍袖手旁观，鼓起勇气，用自己那点可怜的中医知识，开始了“非法行医”之旅。

虽然以前跟老师学过一段时间针灸，但我之前几乎没有临床经验，也没有老师指导用药，我只好抱定一本《伤寒论》，把里面的相关条辨反复研读，参考名家注解，然后仔细地询问病人的各种症状，还要病人家属配合我做些简单的脉诊和舌诊，经常要折腾很长时间，才敢开出个处方。因为怕耽误病人，我经常夜不能寐，满脑子都是药方，甚至梦中都在研究用药。如果病人买不到药，我还得想办法做替代方案，那就更费脑筋，有时让他们打开视频把整个厨房都翻了一遍，从桔子皮到酸辣粉都拿来用过，我已经搞不清楚自己是在介绍药物还是在推销小吃。

朋友们对我寄以厚望，我却是底气不足，如履薄冰。幸运的是，大多数人疗效还算可以，毕竟敢找我这种赤脚医生的也都是些身体底子不错的中青年。最快的几个小时就退烧成功，最慢的折腾了一周也算基本痊愈了。也有一两例新冠后遗症的患者，服药后效果不显著，但至今未出过人命，这对我就够了。

这期间还有一些趣事和囧事：

一个朋友得了新冠，除了肩颈酸痛之外，还有个好玩的症状，说自己特别想笑，有点“含笑半步颠”的感觉，让我瞬间想起了周星驰的电影片段。这都什么情况？书上也没讲过呀。

一个美女更有意思，她按照我的指南服用了麻黄汤发汗，结果汗没出来，眼泪却出来了，突然间悲从中来，电话里呜呜地哭个不停，还要我解释这是什么原因。弄得我手足无措，满头冒汗，比喝麻黄汤都管用。

另一位大姐则向我咨询新冠之后月经失调的解决办法，我哭

笑不得：老衲下山一趟，怎么混成妇科大夫了……

很多问题我回答不了，不得不郑重提醒他们：“我不是药神啊！”

## 2

由于忙于编写指南，还经常熬夜出诊，我这段时间感觉身体比较虚弱。终于有一天下午，我感到浑身乏力，有一种难以名状的不适感，一测体温，已经超过了 38.5 度，正朝着 39 度冲过去。我终于中招了！

我没有打过疫苗，也没有囤积任何西药，但我没有丝毫慌张，甚至有些许的开心：“小样儿，我等你很久了！”我摩拳擦掌，准备尽展生平所学，将新冠小贼杀于马下。

我给自己做了细致的辨证，认为是《伤寒论》所说的三阳合病，果断开出柴胡桂枝汤加石膏，分两次喝下。第一次喝下后，不过两个小时，体温就退到了 38 度。喉咙还有些闷闷的不舒服，头部也有些隐隐作痛，为防止出现网上说的“刀片割喉咙”、“无麻药开颅”之类的症状，我直接给自己扎了针灸。下针后溪、列缺、合谷、中渚、内关，酸酸麻麻的气感从手上传来，不知是不是心理作用，似乎感觉稍好了一些。临睡前又喝了第二次汤药，夜里感觉浑身由内而外透发温热，阳气明显恢复，寒凉之感尽除。早晨测体温，已降至 37 度多点，浑身上下几乎没有任何不适感。

我进入第二阶段治疗，一边用麻杏石甘汤合银翘汤收尾，一边用五苓散作底方排出病毒，顺便补气健脾强肾，防止后遗症的出现。前后两天多的时间，我已基本恢复到中招前的状态，而且元气满满，谈笑风生。

那两天我最担心的，不是自己，而是家人被传染，特别是已经年近八十的母亲。但是母亲很坚强，无论如何不许我搬出去隔离，说要同甘共苦。我只好让她们喝预防新冠的中药，同时拼命念经，希望佛菩萨保佑家人没事，都病在我一个人身上。结果非常幸运，家里人除了有点咳嗽，其他症状几乎没有，喝了我开的止咳汤之后，也很快就不咳了。

网络上关于中医的讨论，陷入两个极端。一端极端反对，一端极端推崇。我很少理会这些，我信仰佛教，也相信科学。科学有个基本的解决争端的方法：做实验。那些生物学家拿小白鼠做实验，我不忍心伤害小白鼠，只拿自己和朋友做实验，嗯，还有我妈。

这次疫情，我最大的收获，就是在临床中实际体验了中医药的威力，一旦辨证清楚，往往效如桴鼓，且没有明显副作用。从武汉疫情以来的无数临床实践证明，以《伤寒论》经方为代表的古老中医药，就是治疗新冠的特效药，而且价格低廉，极少有后遗症。

不过，很多人故意忽视甚至诋毁中医的贡献，动不动就扣上“不科学”的帽子，中国传统文化衰微至此，实在令人感叹！

一个中医爱好者告诉我，前几天儿子揶揄她说：别提你们那些老封建的药王孙思邈、药圣李时珍了，都什么时代了。知道那个新冠特效药吗？P 什么来着……美国辉瑞那才是药神。

呵呵，先不说疗效是否胜过中药了，听说一盒药卖到快三千元！这到底是药神，还是财神？

## 3

中国人没有自己的药神吗？

在过去的两千年中，中国发生过三百多起大规模瘟疫，传统医学就是在这样的多灾多难中一步步磨砺出来，涌现了无数妙手仁心的中医名家。

东汉末年，中原瘟疫流行，到建安二十年，全国人口从 6000 多万减至 1500 万。张仲景是河南南阳人，原本二百多人的大家族，不到十年的时间死掉了三分之二，其中大多是死于伤寒。张仲景悲恸不已，于是发奋研究医术，写出了光耀千秋的《伤寒杂病论》，成为了中医最重要的经典之一，后世治疗瘟疫，常常参考这本书中的方剂，每有奇效。直到今天，日本药店里出售的汉方药，很多都还用汉字标注着《伤寒论》的经方原名。如果要收取医药专利费，张仲景早就是超级富豪了。

唐初，江南地区爆发瘟疫。孙思邈在常州一带行医，不分昼夜地抢救病人，经过半个月的努力，瘟疫暂时平息下去，但不久又二次爆发。他经过潜心研究，在古籍中发现了一种“屠苏药酒”的配方。人们喝了这种药酒之后，瘟疫再也没有复发。之后孙思邈公布了屠苏酒的处方和泡制方法，让人们广泛传抄运用，惠及了千秋万世的百姓。

北宋年间，苏轼被贬到黄州，恰好赶上了严重的疫情，于是苏轼向一位眉山名医苦苦哀求，终于讨到了一个治疗瘟疫的秘方“圣散子”，但名医要他发下毒誓，配方绝不外传。苏轼是个一诺千金的人，但是这一次，他食言了，为了让更多人受益，他把药方传了出去，救活了无数百姓。

后来苏轼又调任杭州知府，当时杭州瘟疫流行，患者发烧腹

泻，肢节肿痛，死者不计其数，一些无良庸医与药贩也趁机大发国难财。苏轼开展了教科书级别的抗疫行动，他一方面减免赋税，平抑物价，一方面用多余的办公经费凑了些钱，又自掏腰包拿出五十两黄金，开办了史上第一家公立医院“安乐坊”，由僧人掌管，并请名医坐诊，疗效好且价格低。他还派人在城内各街巷救治病患，免费发放食品、药品。于是第二年疫情就开始趋于平缓。由于口碑炸裂，后来朝廷也开始照搬杭州模式，在各地设置类似的病坊救治百姓，到后来宋徽宗干脆下令把“安乐坊”的郎中转正为国家公务员，为后来的持续抗疫打下了坚实基础。

明朝嘉靖年间，长江水灾过后，引发了大瘟疫。三十一岁的李时珍看到尸横遍野的惨状，决定出外巡游行医。他每到一地，就熬制汤药，救助患上瘟疫的百姓。离开前他会毫无保留地把药方留给当地医生，然后马不停蹄地继续赶往下一个地方，救治更多的百姓。在李时珍等人的救治下，这次大瘟疫的传播势头终于被遏制，渐渐平息下来。

清朝中叶，江南地区暴发瘟疫，一代名医叶天士临危受命。他冒着感染的风险遍访疫区，忧心如焚，夜不能寐，头发都白了一半。最后，在药材紧缺的情况下，他就地取材，将灶心土与陈年芥菜卤熬水用以治病，化腐朽为神奇，终使疫情得到了控制。

在那些疾疫流行的黑暗年代里，有无数慈悲、智慧而又勇敢的名医善士，不惜身命，迎难而上，才使我们中华民族延续至今。

他们没有利用资本大肆宣传，没有收过一分钱专利费，没有将特效药方私藏起来，更没有卖高价药发国难财。

他们，才是我心中的药神。

## 4

**药神，不只要有精湛的治病能力，更要有大慈悲、大愿力。**

佛经里记载，在遥远的东方净琉璃世界，有一尊天青琉璃色的大佛，叫作“药师琉璃光如来”。藏族人常常亲切地称呼他为“曼拉”，藏语的原意很直白——“药神”。之所以这么称呼，是因为他老人家在往昔行菩萨道时，曾经发下十二大愿，其中一个是这样的：

“愿我来世得菩提时，若诸有情，众病逼切，无救无归，无医无药，无亲无家，贫穷多苦；我之名号，一经其耳，众病悉除，身心安乐，家属资具，悉皆丰足，乃至证得无上菩提。”

这是何等的慈悲和愿力！

于是千百年来，无论汉地藏地，许多人在自己或是他人生病时都会虔诚祈祷这位“药神”，而很多修行人更是专修药师法门，希望获得救疗众生疾苦的能力。

我第一次虔诚祈祷这位“药神”，是因为一段往事深深感动了我：

很多年前，这个寺院里住了一位大修行人，当地人都传说他神通广大，能够预知未来，虽然他自己从未承认过。他性格开朗，乐善好施，对穷人们每年都有两次例行施舍，也常常“裸捐”财产用于佛法和公益事业。他不但弘扬佛法，还精通医理，创立了一个高水平的佛学院，以及这一带仅有的慈善医院，帮助了无数的民众。有一天，他突然发出警示，说有一场灾难即将来临，并劝大家尽快离开。他的预言应验了，灾难果然如期而至，他却始终拒绝离开，留下来帮助那些没走的人，最终他未能幸免于难，生命定格在三十四岁的青春年华。

据说，他就是我师父的前世。

刚出家的時候，我经常沉浸在这个悲伤的故事里无法自拔，一想起来就会流泪。七哥注意到我的悲伤情绪，喊我去他房间里坐坐，想安慰我一下，结果我说着说着又泪流满面，七哥也是束手无策了。

后来我想，怎么才能报答师父的恩德呢？我要为他念诵十万遍药师佛心咒，希望药神加持他健康长寿，再也不要像前世那样英年早逝。我愿意把我全部的健康和寿命都供养给他，哪怕今晚就死去。

直到今天，师父还是像前世那个大修行人一样，建设佛学院，建设慈善医院。他不是专业医生，却有一种高超的智慧，常常能针对病情给出精准的建议，并且在事后得到过完美的验证。寺院的僧人如果生病了没钱医治，最后也都是师父想办法兜底。

师父对我的健康很关心，有一次我身体不好，他不但为我做加持，还幽默地对我说：“师兄，你要长久住世啊！”“长久住世”这种话，一般是凡夫对成就者对大德们祈请时说的。当时我真是又想笑又感动。后来师父的身体也出现了一些问题，然而他对自己的健康好像很不在意，还是每日操劳，有时吃点药片顶着。他说：“身体就像个车子，车坏了修补一下，能凑合着往前开就行了。”

一个可爱的藏族小和尚告诉我，他生病的时候从不祈祷“曼拉”（药神），只祈祷师父。我问为什么，他说：“师父就是曼拉”。

有一个瞬间，我突然醒悟，真正的药神，不一定是健康长寿的人，但一定是肯为众生牺牲的人。

## 5

我生性是个有些胆小又怕麻烦的人，但有时又忍不住要管闲事。

疫情爆发之后，我争分夺秒地写了一个《新冠中药辨证指南》，发给我的朋友，希望能够及时帮助到他们。那个时候官方都还没有发布过一份像样的中医药指南，我姐怼我说，“你一分钱工资没有，还操着国家卫健委的心。”我想想也是，爱管闲事的老毛病又犯了。

有人说七哥，不好好念经打坐，整天写些什么文章，还想当作家呐！也有些师兄弟悄悄地议论，一个和尚不在寺院里好好念经，整天折腾些世间法，还想当药神呐！

更大的纠结来自于后面。本来我想着写个指南，帮助大家了解该购买些什么中药就可以了。结果一些人看了指南，就找到我，希望我帮忙诊治。家人非常担心，不时地提醒我，你只是个初学者，没有行医资格，治好了人家也未必感谢你，万一治坏了还有法律风险，搞不好还会罚款、坐牢。

说实在的，我也很担心。但是每每这时，我就想起了孙思邈真人的《大医精诚》，这是历代中国医生的道德誓言：

“先发大慈恻隐之心，誓愿普救含灵之苦。若有疾厄来求救者，不得问其贵贱贫富，长幼妍媸，怨亲善友，华夷愚智，普同一等，皆如至亲之想，亦不得瞻前顾后，自虑吉凶，护惜身命。见彼苦恼，若己有之，深心凄怆，勿避险巇、昼夜、寒暑、饥渴、疲劳，一心赴救，无作功夫形迹之心。如此可为苍生大医，反此则是含灵巨贼。”

我不是大医，但我十分敬佩这种精神，如果能朝这个方向迈

一小步，那就是一种修行。如果真出了什么问题，惹来麻烦，那也是我的业力，怨不得别人。但是眼睁睁地看着他们无人医治，痛苦挣扎，我实在做不到。

在一个静静的夜里，我再一次诵起了心咒，观想自己化为药师如来，天青色的光芒舒卷弥漫，照耀着无边世界的每个角落，抚摩着沉溺轮回的每个灵魂……这世间充满疾苦，我不担当，又要推给谁呢？

泪水悄然间滑落，内心却变得勇敢。那一刻，我就是药神。

## 第十一章 这种“病毒”比新冠还可怕……

---

心怀烦恼，所向皆毒；  
人离贪嗔，即是净土。

—— 宗翎

这半年来，新冠病毒到处传播，搞得天下大乱，人心惶惶。

在疫情之初，有个朋友惊慌失措地给我打电话说：“天啊，太可怕了，从来没见过这么厉害的病毒！法师，你说我们该怎么办？”

老衲很淡定地告诉他，“**最厉害的病毒**根本不是新冠，而是人类的“**三毒**”烦恼——**贪、嗔、痴**。如果你平时连最可怕的“三毒”都不在乎，那么新冠病毒也没什么好怕的。

为什么这么说呢？因为所谓病毒“很厉害”，无非就是三个方面：

- 1、毒性大。给人造成较大的痛苦，而且死亡率高。
- 2、传播快。能在人群中快速大面积传播。
- 3、治愈难。一旦染病，用现有手段治愈率很低。

那么我们按照这三个标准来比较一下，究竟是新冠病毒可怕，还是“三毒”烦恼可怕？

## 1 哪个毒性大？

新冠疫情截至目前，全世界确诊人数约 650 万，其中死亡人数约 76 万。有人估计死亡人数最终有可能在 100 万左右。这个数字乍一看挺吓人，但是比起贪、嗔、痴造成的危害可就小巫见大巫了。

比如，抗日战争期间，中国一共伤亡 3500 万人以上，其中约有 1300 万以上的军民死于战火，另有 800 万平民死于战争造成的饥荒，瘟疫等其他因素，约 9500 万人成为难民。而这一切的根本原因是：日本天皇政府的“贪欲”之毒——占领更多的土地，获得更大的权力。

再比如，英国人（含后来的美国白人）在海外殖民期间，在北美屠杀了 3000 万左右的印地安人，在亚洲至少屠杀了几千万人，在澳洲造成塔斯马尼亚人的种族彻底灭绝，在全世界范围造成一亿人左右的死亡。而这一切的根本原因是英美白人掠夺财富的“贪欲”之毒和种族清洗的“嗔恨”之毒。

再比如，穆斯林入侵印度以后，数千万的印度教徒和佛教徒被屠杀，大批印度妇女被强奸，几千座印度教／佛教的古代寺庙和图书馆遭到破坏。而这一切的根本原因是部分穆斯林“杀异教徒可以帮助升天”的“愚痴”之毒。

这样的例子实在不胜枚举，人类的很多大灾难追根溯源都是贪、嗔、痴在作怪。

所以，要论毒性大，“三毒”烦恼简直完爆新冠病毒。

## 2 哪个传播快？

新冠病毒给人带来最大的恐慌，就是传播性太强。但是只要注意几个防护措施，比如在公共场合戴上口罩，身体不接触患者等，就可以基本保证不被传染。

然而贪、嗔、痴的传播速度之快，力道之猛，就远不是新冠病毒可比了。

疫情期间我回了趟家探望母亲，在路上看到两个戴口罩的女孩。

女孩甲对女孩乙愤愤地说：“这老板就是个混蛋！平时我工作那么辛苦，那么认真，疫情一来，就把我开掉了，真是%¥@\*X……”

女孩乙也突然脸色大变，隔着口罩都能看出脸部的抽动，她几乎是咆哮着说：“就是！上次他为了 XXX 事把我骂了一顿，我%¥#@\*……”

**你看，口罩能挡住新冠病毒，却挡不住“嗔恨之毒”的传播。**

一个谣言的“愚痴之毒”可以三天就传遍全世界，一段黄色视频的“贪欲之毒”可以瞬间传染无数人，连接触都不需要。

所以，要论传播快，“三毒”烦恼也是完爆新冠病毒。

## 3 哪个治愈难？

据统计，截至 2020 年 5 月 31 日，中国境内新冠肺炎确诊病例累计治愈率为 94.3%。也就是说，一旦发现患病，及时治疗，大多数人是可以治愈的。

相比起来，人类的贪嗔痴“三毒”则是根深蒂固，无可救药。

从佛法的角度，要治愈“三毒”烦恼，起码要证得小乘初果阿罗汉或是大乘初地菩萨。而这样“已治愈”的圣者，在当今末法时代，一亿个人里也不一定有一个。就算我们把七哥这种善根深厚、道心坚固的人全算进去，勉强也许有万分之一的“治愈率”，还是非常之低。

所以，要论治愈难，“三毒”烦恼更是完爆新冠病毒。

**面对小小的新冠病毒，人类如临大敌，严防死守。然而对更致命的三毒烦恼，我们却视而不见，甚至甘之如饴。**

佛把众生的贪、嗔、痴形容为“三毒”，这个“毒”字用得好！这些烦恼就像病毒一样，不但会让我们生病、死亡，而且还会快速传播，贻害无穷。“三毒”极为强大，一旦入心，极难排出，多少会在心肺产生些许阴影，甚至把人变成“狼心狗肺”。

**其实我们大部分人每天都在“中毒”和“传毒”而不自知。**

如果你是政府工作人员，看到别人贪污，自己也跃跃欲试；  
或者你看到别人找了小三，心中艳羡不已，也打算墙外开花；  
这时你已被“贪欲之毒”传染了。

如果你看网上说美国人新冠疫情严重是罪有应得，自己也幸灾乐祸；

或者你被社会上偏激的观点所影响，也跟着仇富仇官；  
这时你已被“嗔恨之毒”传染了。

如果你听说“好人不长命，祸害遗千年”，自己也放弃行善；  
或者你听某科学家说“中医没有科学依据”，也跟着排斥中医；

这时你已被“愚痴之毒”传染了。

“三毒”烦恼是人类的通病，国外的情况也好不到哪里去。

截至成文之日，美国感染确诊人数已超 560 万人，死亡人数超过 17 万，高居世界第一。对这个结果，我毫不意外。事实上，我还在美国读书的时候，就深深感到，大多数美国人都中毒不浅，整个美国都病得不轻。

特朗普为了连任总统，不惜隐瞒疫情的严重性，甩锅中国等，是因为他中了“贪权”之毒，为了自己的皇位，人民的生命已不重要，就像有些毒发犯病之人，见人就乱抓乱踹，哪怕自己的父母也顾不上了。

提升到国家层面来说，特朗普的出现也只是一个症状，而并不是疾病本身。美国整个国家其实中毒已久，疾病缠身。

记得在小布什发动伊拉克战争前夕，我正在美国读博士，我们的实验室管理员——一个曾被老婆状告虐待家人而当啷入狱的白人大叔，和我发生了一场辩论。他坚持相信，伊拉克就是有大规模杀伤性武器，就是该为了民主与和平替天行道去打他，而我则认为美国动机不纯，证据也不充分。辩论最后没有任何结果，但我深刻体会到了美国政客及媒体对人民的病毒式洗脑之成功，种种错误的思想借由“美国最伟大”的傲慢和“民主拯救世界”的愚痴，像新冠病毒一样快速蔓延开来，铺天盖地，深入肺腑。

有一次我去玻利维亚旅游，那基本是南美洲最穷的国家了。我记得在那里的七天时间里，整个国家只有两天在正常工作，其他五天不是集体休息，就是集体罢工。一打开电视，蹦出来的新闻就是愤怒群众暴力冲击政府大院，打砸抢烧，大部分内容都适合我这样的外国游客观看，因为全是“武打片”，根本不需要懂西班牙语。景点还没参观完，司机就慌慌张张地跑来，拉着我焦急

地说：“赶快走吧，游行队伍来了，现在车不开走几个小时之内都走不了了。”开始我们还觉得挺好玩的，等要出境离开的时候，我们傻眼了，全国交通系统大罢工，我们连机场都去不了了。当时大家就说，这样的国家不穷才怪，谁敢来这里投资？这个国家的人民中了“惰逸享受”的贪欲之毒、“打砸政府”的嗔恨之毒和“自由民主”的愚痴之毒，我觉得不爽就要闹，就要罢工，就要暴力打倒，每个人的“我执”都被无限放大，没有人老实工作，没有人反求诸己，没有人顾全大局，整个国家在“三毒”的肆虐中不断沉沦。

放眼整个世界，“三毒”简直无处不在，横行天下。

呜呼！真是：举世皆病我独……其实我也病了，而且中毒不浅。

没出家前，每次见到师父，我问的最多的问题就是：

“师父，你看这个生意是不是很挣钱？”

“师父，我念什么经才能当上更大的官？”

“师父，我和这个女孩谈个恋爱怎么样？”

……

直到有一天，在火车站送别师父，师父突然对我说：“你出家吧。”我愣住了。师父走后，我突然泪如雨下，感动莫名。是的，我已不是当初那个纯净的少年，混迹世俗的这二十年，我久蒙尘垢，中毒日深，真的急需住院治疗。

于是我办了入院手续……不过不是医院，是寺院。

寺院里规矩很多，师父的要求也很严，不太主张我们与外界过多地接触。唯一开许我对外折腾的事，就是在七哥的公众号上写点文章。可能知道老衲早已无心投毒，只会煲点佛系鸡汤，以飨读者，虽然未必滋阴壮阳，但绝对人畜无害。

师父总是希望我们多呆在寺院修行，少出去乱跑。老衲因为贪玩，还被师父批评过。我想我领导也退了，公司也关了，女友也休了，现在连下山瞎玩一会儿都不行，老衲心中悲伤地响起了一首老歌：“就这样被你征服，截断了所有退路……”

这样严格的“隔离”措施，偶尔甚至激发了我少年时代的逆反心理——“不让我玩，我偏要出去玩”，还有时是美式“民愤”（民主愤青）思想——“凭什么限制我的人身自由”……

前些日子闭门静修，突然间从一个新的视角明白了师父的苦心。外面就是一个病毒流行的世界，除非你修行足够好，否则出去多半会染上这花花世界的贪嗔痴病毒，轻则短期头脑发热，重则直接暴毙身亡。中了毒也未必立即发作，有时潜伏期很长，自己都不知道已经中招了。

所以在自己还没产生强大的抗体之前，最好还是“出家隔离”。

《俱舍论》说，贪嗔痴“三毒”烦恼之所以生起，有三个原因：

A、自己没有断除烦恼。相当于身体里没有病毒的抗体。

B、烦恼的对境现前。相当于不肯隔离，不戴口罩满大街瞎转，接触了重症患者。

C、于对境非理作意。相当于接触后没及时做消毒杀菌处理。

由这三个原因能升起烦恼。这很好理解，一个没有任何防护的普通人，在雷神山重症病号房间“裸奔”一个月，怎么可能不感染病毒呢？

那么，怎样才能少生“三毒”烦恼呢？对于没有自然抗体的凡夫来说，从 A 下手是不现实的，只有从 B 和 C 下手：要么做好“隔离”，少接触带毒的人和事物；要么接触的时候做好防护，及时消毒，时时提起正念对治烦恼。

然而用正念对治烦恼是个技术活，需要强大的心力和丰富的经验，实操起来并不容易。在烦恼对境面前，大多数凡夫都不堪一击，所以千万不要高估自己，作为初学者，还是老老实实远离对境吧。

比如，无论古人今人，无论东哥希哥，“英雄难过美人关”乃千古不易之定律。不能远离执着，那就最好远离美女。一个青年男居士，认为自己已破除了对女性的执着，于是看了一部 A 片测试自己的定力，最后……（此处省略一万字）

**很多朋友跟我说：“出家在家都一样”。这怎么可能一样呢？如果一样，以佛陀的高根器，他又何必出家修行呢？如果一样，以佛陀的大智慧，他又何必设立出家制度呢？**

出家最大的好处之一，就是借助戒律和规矩的防护，尽量远离三毒产生的外缘，从而减少烦恼，摄心于道，以尽快成就。

很多佛教经论都提倡修行要“依止寂静处”。

比如，《佛说蚁喻经》中，佛说：

“当于旷野空舍山间树下岩穴庵室诸寂静处。谛心思惟观察是义。无令放逸生退转心。亦复转为他人开示教导。普令修习得大利乐。”

《佛子行三十七颂》云：

“离恶境故惑渐轻，无散乱故善自增，净心于法生定解，居于静处佛子行。”

在一些讲解直指心性修法的佛教著作里，特别提出：“**然于未获稳固间，远离喧嚣修为重。**”

很多老修行人都承认，下山在城市里时间一长，烦恼执着就

开始增长，功德就开始减退。

甚至很多出家人都很怕和修行不够好的居士接触，因为容易产生是非。

**你沉默寡言，他说你“玩深沉”；你辩才无碍，他说你“话太多”。**

**你循规蹈矩，他说你“不善巧”；你活泼幽默，他说你“不稳重”。**

**你远离女众，他说你“分别心”；你接近女众，他说你“戒律差”。**

要是你一不留神碰了哪个女居士一下，天啊，他都能把你描绘成“淫僧”，跑去四处告状，让你恶名远扬，身败名裂。

总之，只要接触久了，你怎么做都不对，都有人评头品足，吹毛求疵。就连我师父这样真正的大德也被一些居士们挑剔得体无完肤，师父私下跟我们说，他有时只好努力满足居士们的“要求”，不敢越雷池一步，因为怕他们失去信心，因诽谤而造业。基本上，有些居士参照的标准是“一尊会说话的佛像”，浑身放光，口吐莲花，一动不动，最好连吃饭拉屎都没有。

的确，过多的接触，不但不能利益众生，还可能让人造业，徒生烦恼。所以很多法师最后退避三舍，选择了“相见不如怀念”。没办法啊，很多人中了“观僧过失”的毒，所以出家人也只好“自我隔离”，以免交叉感染。其实也不是为了隔离而隔离，而是为了减少障碍，快速成就，早日有能力利益众生。

佛教里终极的隔离形式就是“闭关”，一个人独居静室，隔绝万缘，一心修持。所谓“面壁十年图破壁”，**隔离修行是为了早日产生抗体，并获得回春妙手，然后可以到处治病救人。看似消极，其实是勇敢的聪明人。**

还有很多人豪气冲天地发愿：“我要入世度众生！”结果面对汹涌而来的烦恼对境，屡战屡败，伤痕累累。这有时固然是因为不够

努力或方法不对，但很多时候则是因为在做一件自己 HOLD 不住的事。

事实上，整天面对俗世的各种巨大考验不起烦恼还能转为道用，就好像面对一堆狗屎要观想成美食淡定吃下并甘之如饴，对大多数人来说实在太难。所以要解决很多世间以及修行的问题，除了七哥常说的“向内求”以外，还有一个非常有效的方法：“向外躲”。既然战胜不了病毒，那就远离病毒嘛，等修出免疫力再回去不迟。

**打得过就打，打不过就躲。对病毒是如此，对烦恼也一样。**

经过那么多年，那么多事，终于渐渐放下了一些执念。于此世外桃源，也倍感逍遥自在。独望窗外青山悠远，白云飘飞，我提笔写下一行字：**心怀烦恼，所向皆毒；人离贪嗔，即是净土。**

## 第十二章 教你真正的成功学

---

春种一粒粟，秋收万颗粮；  
若未播善种，何必耕作忙。

—— 宗翎

一个月黑风高之夜，某小伙夜不能寐，辗转反侧，满腹疑惑无处发泄，突然想起了名震江湖的“精神垃圾桶”——宗翎大师，于是发来微信问道：“法师，如何才能成功？如何才能像马云马化腾一样有钱？说实话我真的眼红了，您说他咋就那么有钱呢？我要怎么做才能发财呢？”当时老衲也眼红了——是困得眼红了，正准备洗洗睡了，但见到消息，也只好思考该如何回复。

又记起前几天七哥突然来电话惨兮兮地说：“我连写几天文章，实在精疲力竭。师兄能否出手相助？”嗯呐，江湖救急一向是高僧的分内之事，老衲决定仗义出手。

这么一闹，老衲睡意全消，脑海里不断地浮现各种思考，一时文思泉涌，于是就有了今天这篇文章。

### 1

“成功学”是当今世界最受关注的话题之一，原因很简单——人人都想发财，哦，人人都想事业成功嘛。世人不停研究获得成

功的各种因素，希望从中发现规律，以便复制其成功经验。他们的结论似乎有些道理，然而仔细推敲，又都有不少漏洞。

有人说，成功的关键是才干，可是很多人才学出众，能力超强，最后却一败涂地。

有人说，成功的关键是诚信，可是很多人诚实到把产品成本都告诉客户了，也没成功。

有人说，成功的关键是坚持，可是很多人坚持得越久，亏得越多，直到再也无法坚持。

有人说，成功的关键是勤奋，可是很多人数年废寝忘食，但企业一直在破产边缘。

……

学成功学，基本不可能成功。你不信？你随便去问问现在所有叫得上名字的企业家，哪个是因为学了成功学而成功的？！你看所有的成功人士采访，有哪个人说：“我之所以这么成功，是因为曾经学过某某成功学！”

当然，也有例外的。若你学了成功学也想成功，最好的方式是去教人成功学。我所知道的，**唯一靠成功学成功的，是那些教成功学的大师**。和股市行业一样，炒股的人大多都亏得厉害，教人炒股的却都致富了。

成功学讲的头头是道，然而一旦按其指南进入实操阶段，就会发现很多问题，这里一个坑，那里一个坑，都是书上没讲的。很多创业者都是“一顿操作猛如虎，最后发现都是赌”。

“成功学”也不能说毫无道理，但如果认为那些就是事业成功的根本因素，就太幼稚了。**那如何才能真的成功？什么才是真正的成功学？！**

老衲今天就为你揭开谜底!

## 2

从佛教的角度看，一个人或者企业到底是怎么成功的呢？说到底就是八个字：“具足福报，众缘和合。”

**没有福报，再勤奋也难成功；因缘没到，再着急也没有用。**

老衲出家前曾供职于一家高科技创业公司，公司做得不错，仅用了五年就成功上市，给公司上上下下的人都带来了财富。回顾其成功历史，会发现除了领导团队的聪明，员工的勤奋之外，也有诸多幸运之处。

比如公司在组建初期，恰逢美国金融危机爆发，资金链紧张。然而我们公司刚完成 A 轮融资，团队精干，成本小，资金充裕。另外，初期做产品开发，无需销售推广，完全不受市场下滑的影响，就这样安然度过了这场世界性的危机。而且，此期间我司还趁机网罗了一批“人美价廉”的高级人才。金融危机过后，全世界需求回暖，而我们的产品恰好完成了研发开始销售，赶上了一波又一波的市场机会，销售额也节节攀升。可以说，公司的每一步都赶在了点上，踩准了节奏，然而这一切又很难预先设计。我曾想，若公司的创建早一年或者晚一年，都很难获得后来的成功。

纵观所有成功的创业人士，几乎都是类似情况，在各种条件的共同作用下“众缘和合”而成，其中诸多因素人力无法控制。若将所有成功都归功于个人的某种特质，看上去很励志，很有道理，但实际却大错特错。这也就是为何市场上的成功学不能真让人成功的原因。

**这些人之所以成功，只是因为他们过去的福报在因缘成熟之**

时变现出来而已。

有的人会说，马云马化腾就是特别聪明啊，很有做生意的头脑。没错，但这个生意头脑也是从他们的福报中来的。

佛教认为，所谓智慧，也来源于福报。有了某方面的福报，其显现形式之一就是对应地具有那方面的智慧。比如，有了发财的福报，才会有商业智慧；有了做官的福报，才会有政治智慧；有了解脱的福报，才会有佛法智慧。

另外，福报不一定显现为“智慧”，也可能显现为“运气”。比如，有些发财的人，就只摸了个彩票，或者直接“生而思聪”。

当然，大部分的企业家，往往是智慧和运气兼而有之，这也是他们的福报所感，学习那些表面的招数根本没用，因为他们的福报引发的那种独一无二的“众缘和合”是一般人无论怎样努力也不可能拥有的。

**成功靠福报？！**没错。我知道这么说，估计有人不信。没事，你接着看。

### 3

我虽少年就信佛，但并非迷信之人，好歹也算美国名校工科博士，喜欢理性思考，做事说话讲逻辑。有段时间，我人生一帆风顺，所求皆遂，于是产生一种错觉，觉得事在人为，人定胜天。直到遇到了几个“高人”又经历了很多事之后，才恍然大悟，原来很多事真是早有定数，具体到某个人这一生的财运，个人能努力的空间其实是非常有限的。

下面我要举几个例子，老衲可以人格担保都是事实，绝非

虚构。

**故事一：**A 找工作有诸多选择，非常迷茫，于是询问高人，在高人的指点下最后确定了一家企业，说是很好的机会，而且最适合他。然而这份工作工资低又辛苦，老板脾气很大，公司当时连年亏损，内忧外患，无论从哪个角度看也不好。但是在勉强呆了半年后，情况就开始好转，最后的结局是 A 在这个公司遇到种种“天上掉馅饼”的机会赚到了人生最大的一笔钱。

**故事二：**B 遇到一个很好的创业项目，第一次问高人时，高人支吾其词，但明显态度消极。B 由于已做过深入的市场调研，认为项目前景极好，确定性极大，机不可失，于是还是果断投资入股并担任重要职位。在项目进行得红红火火如日中天时，一次偶然的机会 B 又遇到高人，非常诚恳地询问之下，高人告诉他该公司只能再存续半年左右，后来果然如高人所料，半年后公司各种问题突然集中爆发，很短的时间内就轰然倒下。

**故事三：**C 和 D 都虔信佛教，且是多年好友，情投意合，惺惺相惜，他们相约合办一个公司。来询问高人时，高人当面只是应付了一下，待他们走后，对身边的人肯定地说：“他们两个很快就会分手。”这和另一位高人的说法完全一致。果然，他们只合作了两三个月就因一些矛盾一拍两散，后来公司也办不下去了。

**故事四：**E 是债权人，去向两个人讨债，这两笔债务都已拖欠了好几年，索要极其困难，E 已几乎不抱希望。高人告诉他，向第一个讨债最终可以要回，但目前有障碍，应该念某个经去消除障碍，最后可完全解决。向第二个讨债可要回大部分，但不可能全部要回。从当时的客观情况看来，这个预言应验的可能性极小，几乎是不可能完成的任务。然而半年后，这些预言竟然应验了，问题出现了奇迹般的转机，得到了较为圆满的解决。

亲眼目睹了很多这样的神奇事件后，我越来越相信古人的一句话：“到老始知非力取，三分人事七分天。”信哉斯言！其实对大多数不懂得“改命之法”的普通人来说，人事所占的比例，甚至可能连一分都没有，几乎完全是随业流转，不能自主。换句话说，对大多数人而言，这一生命运的主干部分，基本就是注定的。

**书到今生读已迟，钱到今生赚已迟。**一个人今生能赚到的，基本上是前世存在“因果银行”里的余额，只是当时无法变现，今生才从 ATM 里提出来而已。

赌王何鸿燊生前曾面对媒体自信地说：“我是个生意人，我真的不是很相信失败。在生意方面，穷则变，变则通，没什么理由很容易失败的。”是啊，那是因为他财富方面的福报大，所以怎么变都通。我隔壁的王老二，很穷，也经常变，做各种苦力工作，现在还是很穷。

首富们的成功，根本上是源自他们过去（包括宿生）所积累的世间福报，只不过在这些年恰好因缘成熟变现了而已。如果没有他们那样的福报，无论怎样努力学习他们也没用。若都是过去的福报，如今我们等着这些福报变现就好了么？！

#### 4

不！我们该学的，其实是上辈子的何鸿燊，上辈子的马云，上辈子的马化腾。

那些首富们告诉我们的都是真相，但那只是这辈子的真相。他们上辈子是怎样大发慈悲，倾尽家财，救济贫困，供养三宝，种下了一堆福报种子，他们永远都不会告诉我们——因为他们自己也忘了。

佛说：“欲知前世因，今生受者是”。从他们这一世的财富来看，他们往昔生中一定曾经发了大心，**广行供养布施——这才是那些首富们真正的成功秘诀。**

如果任何一个人肯这样去积福，他/她一定也有机会成为首富……只不过不一定是这辈子。

看到这里，可能很多人会立即喊出来：“这辈子看不到，那还有什么意义啊？”

## 5

不，我说不一定是这辈子，但没说一定不是这辈子。

先讲个故事。亚马逊的创始人贝佐斯问巴菲特：“既然赚钱真像你说的那么简单，长期价值投资永远排在第一位，请问为什么那么多人赚不到钱？”巴菲特说：“**因为人们不愿意慢慢赚钱。**”

**积福也是一样，急功近利是最大的敌人。**连巴菲特 99% 的资产都是在他努力实践价值投资直到 50 岁之后才赚到的，而有些佛教徒却幻想今天布施 100 元，下个月就能赚到 100 万。从播下善种到收获善果，往往会经历多生多世，然而如果这辈子急于发财而不肯积福，可能下辈子还是穷困潦倒，还是感叹“我没钱布施啊”，然后生生世世越穷越不积福，越不积福越穷，恶性循环，永无出头之日。

为了财富增长，为了抵御风险，人们煞费苦心搞出各种投资方法，但其实**积累福报才是这个世上最好的投资。**因为即使全世界的银行都破产甚至地球都爆炸了，法界的“因果银行”还是照常运转。福报这个资产是世间唯一的能够穿越亿万年的时光，到达宇宙每个角落，死了也能打包带走，离婚也不会被分走一半，永

不清零永不贬值的“最佳抗风险资产”。

## 6

**而积福报最好的方法，就是布施供养。**

为了让福报最大化，布施供养做到什么程度是最合理的呢？答案是：尽量多而又不会后悔的程度。具体答案因人而异，有的人身家 100 亿，拿出 100 万赈灾也会觉得肉痛；有的人月工资 1000 元，却肯拿出 800 元供养三宝。那么就按照自己的“舒适额度”来，否则如果将来后悔了，功德就会大打折扣。

《佛说业报差别经》云：“若有众生，为人所劝，欢喜行施，施心不坚，后还追悔。以是因缘，生在人间，先虽富乐，后还贫苦，是名先乐后苦。”

在这部佛经中，佛说有这么一类人，他高高兴兴地布施之后又后悔了，那么他来世可能会创业成功当个大老板，几年后又公司破产想跳楼。这种“从首富到乞丐”的高空坠落实在苦不堪言，还不如一直做乞丐，说不定还能在要饭行脚中找到乐趣，像七哥那样写出本畅销书来。

如果不想来世吃这样的苦，那就切记切记：**布施一定要量力而行，以免将来后悔。**

还有人会说，布施也得有钱啊，我们穷人拿什么布施呢？

首先，**决定福报大小的主要因素，最重要的是布施的心态和对境。**比如根据佛经的记载，一个小孩路遇佛陀，见佛陀身相庄严，生起了无比的信心和欢喜心，当时很想供养佛陀，但没有东西可供，就抓了一把泥沙投入佛陀钵盂中进行供养。佛陀告诉阿

难，以此功德，在他涅槃一百年后，这个小孩将转生为统治印度的一代圣君——阿育王。

我想这个时代再穷的人，也不至于连把沙子都没有吧，如果能具备清净的发心，供养殊胜的对境，物质本身也不是问题。

其次，**还有很多不需要花钱的积福方式**，比如随喜别人的功德，出力帮忙做善事等，只要发心正确，哪怕是一个微笑，一句鼓励的话，一样能积累广大福德。

## 7

还有的人担心，自己本来这辈子有发财的命，但因为专注积福修行而不去挣钱，错过了发财怎么办？

要知道，福报是绝对不会凭空消失的，如果你有发财的福报但是坚持走出世修行的路，最后的结果可能有三种：

1) **福报照旧现前**。比如虽然不去挣钱，但有各种莫名其妙的因缘出现最后还是发了财。

2) **福报换形现前**。比如，从钱财的形式转变为名声、地位、长寿、快乐、智慧等其他形式。

3) **福报推迟变现**。发财的时间推迟了，比如下一世，但可能会来的更大更猛。就好像涓涓细流不与其流走而是用堤坝蓄积起来，最终开闸的时候那就是一泻千里，气势惊人了。

藏地有一个著名的大德，很早就舍弃一切出家修行，他曾经艰苦到每天只能弄到一点点可怜的食物勉强维持不死，就这样仍然广积福德，精进修持，到最后更是直接住进了山洞里长期闭关。出关的时候当地人组织了盛大的供养仪式，光是钞票就堆成了一

座小山，而他甚至没有正眼看过那些钱财。

但是说到底，每个人的因缘毕竟不同，具体到每个人，是走出世修行的路，还是入世挣钱的路，还是先入世再出世，其实并没有标准答案，**最终极的解决方法，还是要尽力依止一位成就的善知识，只有这样的“高人”才能给出为你量身定做的最佳方案。**

师父有一次语重心长地对我们说：“很多弟子想发财来找我求加持，但是每个弟子的因缘、愿力都不同，**只有那些宿生的因缘和愿力就是来赚钱为佛教和众生服务的人**，我才会加持，他也会成功，其他人求发财除了浪费时间以外，什么也得不到，还不如多花点时间好好修行。”

是的，大多数众生都迷失在滚滚红尘之中，为了金钱而终日忙碌，自以为“很上进”，却不知不觉错过了人生最重要的事，实在可悲可叹。而最终除了极少数人能依靠宿世福报获得丰厚财富，大多数也只是白忙活一场，这又是何必！

看到这里，明白真正的成功学是什么了吗？对，**以正确的心态广行布施！**

### 尾声

就在那个黑风高睡不着觉的夜晚，老衲诗兴大发，没走完七步就成了诗：

**春种一粒粟，秋收万颗粮；**

**若未播善种，何必耕作忙。**

出家人常被讥笑为不事生产的懒汉。殊不知老衲趁你忙于耕作名利之时，已悄悄为下辈子播种了福报的种子。你笑我懒，我

还笑你笨呢，嘿嘿！

## 第十三章 施主，你可能信了一个假佛

---

三观的基石，一定是世界观。

—— 宗翎

经常有对学佛有兴趣的朋友问我，“该怎么学佛呢？”这个问题看似简单，其实是个很大很复杂的问题。

每到这时，我常常会反问：“你为什么要学佛？”

不只对想学佛的人是这样，对坚决不信佛的人，我也会追问，“你为什么不信佛？”

甚至对向我传福音的基督徒，我也会问：“你为什么信基督？”

我之所以这样问，是因为只有搞清楚这个问题，才能知道一个人信什么或是不信什么的动机，以及背后的逻辑。

**而学佛，其实是一件很有逻辑的事。**

关于为什么要学佛的问题，回答五花八门，千奇百怪。

有的说自己身体不好，听说佛能治病（她的意思是起死回生，因为她得了绝症）；

有的说听说佛很厉害，而自己正处于人生关键时刻（意思是保佑他升官发财）；

有的说刚去了一个寺院喝茶，感受到久违的平安喜乐（因为该寺院在仙气十足的风景区）；

有的说看了一句佛语觉得很有感悟（其实是网友编的心灵鸡汤）；

有的满面愁容地说“我想静静”（可能是跟一个叫静静的女孩分手了）

类似这样的回答在我经历的事例中占了大半。

简单地归类，排名最靠前的学佛动机有两大类：**1、满足实际需求（如治病，升官发财等）；**

**2、获得心灵按摩（如缓解压力、享受禅意等）；**

但当他们短期内没有满足需求，或是遇到其他心灵替代品，他们可能就会果断离开。

那位想治病的女孩，听说放生可以健康长寿，于是风雨无阻地坐着轮椅来参加放生，但坚持一段时间后病情没有好转，就再也不来了。

那位想发财的大叔，听说供养可以获得福报，于是不时地供养一些财物，但之后生意越来越差，就再没出现了。

那位平安喜乐的大妈，云游了各地名寺古刹，到处吃斋、品茶、谈禅、打坐后，发现寺院看多了早已审美疲劳，个别僧人张口要钱吃相难看，对佛教美好想象碎了一地，于是不再学佛。

那位感悟鸡汤的大学生，看了几本佛经后，发现算命看相带给他更多感悟，于是不再念佛，见到美女就紧攥玉手为其看手相，并反复抚摸，细致指点。

那位想静静的男生，到庙里“静”了几天，每日独对佛像泪流满面，似已顿悟佛家苦空无常之理。回家后偶遇一美女，月余，忽成夫妻。从此闭口不提佛法。

他们都在“学佛”，但他们都没搞清楚佛教到底要解决众生的什么问题，换句话说，他们都不具备学佛的正确动机。

如果没有正确的动机，无论开始学佛有多热闹，最终都会离开或跑偏。

而正确的动机，是建立在正确的逻辑和世界观的基础上。

我们常说“三观尽毁”之类的话，也知道“三观”是指世界观，价值观和人生观。

那么，这三观之间的关系是什么呢？

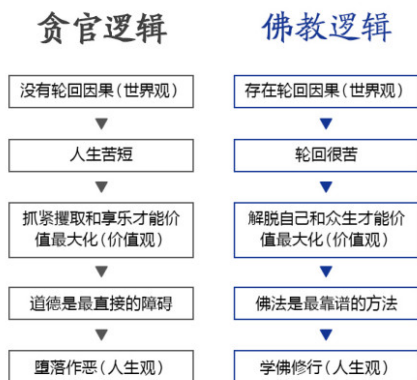
三观的基石，一定是世界观。

一个人一定是先有了世界观，认为世界是这么运行的，然后才建立相应的价值观，即如何评判对错和好坏。

最后基于价值判断，建立一套人生观，即人生该怎样度过。

这三观之间有着一定的因果递进的逻辑关系。

让我们用典型的世俗代表——贪官的大逻辑，和佛教逻辑做一个对比。



从以上的分析中，你会惊奇地发现，世俗和佛教虽然看起来截然不同，但追根究底深入它们的根本逻辑，同样都非常理性，甚至逻辑过程都很相似，本质上都是想“离苦得乐”。

唯一的不同是它们所基于的世界观不同——佛教认为有轮回，而世俗认为没有。

从这里，你可以清楚地看出世界观是如何的重要，一个人是怎样从他/她的世界观出发，经由一套逻辑，演进出了最终的行为选择。

我们不要笑话“贪官”们，其实他们的逻辑很清晰，观念也很实用。

从某种意义上，我们每个人都是“贪官”。因为凡夫都会不同程度地拥有类似的欲望。

一个经常痛斥贪官可恶的普通人，如果自己有一天也坐上同样的高位，面对同样的诱惑，大概率事件是他也会成为贪官——原因很简单，因为他和贪官拥有同样的大逻辑和世界观。

我曾在政府工作过几年，从不敢收取贿赂，主要不是害怕被双规，而是怕因果，怕地狱，这是心里话。

很有意思的是，当我和政府里的同事们讨论起贪腐一类的话题，他们基本都是归结于“体制”。

说得直白一点，贪官们（不知是否包括那些同事）是没有责任的，都是外在的制度问题。

呵呵，我不由得想起了七哥常说的“向内求”，难道他们内在就没有一点问题吗？

**向内求，贪腐的根源不在于体制，而在于世界观。**

最近遇到一个不肯信佛的帅哥，我问“你为什么不信佛？”

他说：“我想要自由一些。”

他的潜台词是，信佛后自由将受到限制。比如有很多清规戒律，他希望任性地生活而不被约束。

再往深处探究，他的陈述背后还有一个隐含的世界观：**佛教的因果并不存在，即使我任性而为，也不会有“恶报”；而即使持戒行善，也不会有“善报”。**

这其实很理性，如果轮回和因果不存在，一个聪明人为什么要牺牲自由去遵守那些劳什子的清规戒律？

**向内求，不信佛的根源不在于自由，而在于世界观。**

每个人都想要最大限度的自由，但如果不了解世界运行的真正规律，就不可能获得真正的自由。

好比一个人不懂得法律法规，公司规定，人情世故等等，他在世间随心所欲“自由”地驰骋，一定会碰得头破血流，搞不好进监狱了。

一个人只有顺应天道，才能真正自由。

而要顺应天道，必先了解天道运行的法则，即所谓建立正确的世界观。那么什么是世界观的主要内容呢？

我姐姐在大学里教哲学，她常感叹哲学家的智慧与深邃。

我笑说其实哲学家没什么了不起，每个人被打昏失忆后都是哲学家，因为他们一醒来就会接连问出人生三大哲学命题：“我是谁？”“这是什么地方？”“我为什么会在这里？”而这三大命题恰恰是所谓世界观的重要方面。

如果一个科学家回答这些问题，对话可能是这样的：

“我是谁？”

“受精卵。”

“这是什么地方？”

“地球。”

“我为什么会在这里？”

“避孕失败。”

而换作一个高僧，对话可能是这样的：

“我是谁？”

“凡夫。”

“这是什么地方？”

“轮回。”

“我为什么会在这里？”

“业力。”

我们是由于业力堕落在轮回中的凡夫，这是佛教世界观所描述的真相。而令自他脱离轮回之苦，才是我们学佛的正确动机。

如果不相信轮回的存在并决心出离，抄经也不是学佛，只是练字而已；

如果不相信轮回的存在并决心出离，打坐也不是学佛，只是静静而已；

如果不相信轮回的存在并决心出离，吃素也不是学佛，只是减肥而已。

“轮回存在与否”是佛教大逻辑成立与否的关键，也是选择学佛与否的决定性因素。

如果轮回不存在，何必非要学佛？

有人说，学佛可以使心情宁静，也对，但做瑜伽、听古琴也可以，不是必须学佛。

反正如果轮回因果不存在，老衲绝对率先退出佛教，坚决选择“做混蛋，爱生活”！

反之，如果轮回真的存在，又怎能不学佛？

不懂得宇宙的法则，此生的快意纵横就变成一场豪赌，赌输了就堕入恶道，受尽折磨，其苦“佛不忍言”……

兹事体大，岂可不慎乎？！那么，到底有没有轮回呢？如何证实轮回是否存在呢？……

客官别急，今日天色已晚，且听老衲下回分解吧。

## 第十四章 轮回是否存在？我的轮回探索之旅

---

真理诚可贵，生命价更高。  
若要知轮回，推理更可靠。

—— 宗翎

上次我的文章《施主，你可能信了一个假佛》发出后，收到了很多网友的留言，想知道我怎么能证明轮回存在。

其中一位读者甚至回复说：“如果作者能证明轮回的存在，那必定是惊天动地的大事，怎么形容都不为过！期待！”

看到这样殷切的期待，老衲顿觉背后一阵发凉。

很惭愧，作为一个凡夫，我完全回忆不起上辈子，也没有修出神通，我能做的只是引导大家基于事实和逻辑，进行更严谨的思维而已。

今天我想分享的，是我这些年来如何研究“轮回是否存在”这一命题。

我的结论不一定重要，但我的研究方法论也许能为大家带来一些启发。

## 1 推理，探究真相的方法

其实，要想完全证明一个事物的存在，最究竟的方法是亲自实验。

比如，要想知道美国是否存在，只要亲自去过了美国，立刻就确定它的存在。

**如果无法亲自实践，那就只有用推理的方法，基于事实和逻辑进行判断。**

比如，无法亲自去美国，那就只有通过现有的事实（如照片，去过美国的人的证词等）进行推理。

严格来说，只要没亲自通过实践证实，都不能 100% 确定，但是如果掌握的事实足够准确，事例足够多，分析的逻辑足够严密，还是能够大大降低错误的概率。

要想通过实践完全证实轮回的存在，佛教认为只有三种途径：

1、死后（废话，但我现在就想知道啊！）

2、特殊因缘下（如个别人偶然忆起前世。这不就是撞大运吗？）

3、获得神通后（明知我就是一凡夫，这不是为难老衲吗？）

看来这三条实践之路都不能短期见效，除非自杀。

终于明白什么叫“**朝闻道，夕死可以**”，原来意思是：**早上听说有轮回，晚上跳楼即可验证。**

向来贪生怕死的老衲，望着高楼下的车水马龙，头晕眼花两腿发抖，哆嗦的双唇吟出一首绝命诗：“真理诚可贵，生命价更高。若要知轮回，推理更可靠。”

于是我被迫走上了另一条路——推理。

而推理首先就要基于事实，于是我留心搜集了大量关于轮回的案例。

## 2 关于轮回的案例

这一搜，不得了！

原来还真有很多轮回的案例，还真有很多人在研究轮回，关键还不用跳楼。

我这项工作是从大学时期起步，特别是在国外的 10 年间，到现在已有 20 多年了。我的案例主要有两大来源：

**1、我身边的人讲述的亲身经历；**

**2、查阅古今中外各种文献资料。**

这类的案例实在太多，简直不胜枚举，单我个人搜集研究过的至少都有上千之多。这些案例大致可分为以下几大类：

一般状态下的前世记忆 (Memories of past lives)

催眠状态下的前世记忆 (Reincarnation revealed through regression therapy)

前世记忆 + 对应胎记/缺陷等 (Past memories + Corresponding birthmarks / birth defects)

前世记忆 + 特殊语言能力 (Past memories + Xenoglossy)

濒死体验 (Near Death Experience)

灵魂接触 (Spirit-contact cases)

转世预言 (Reincarnation prophecies)

限于篇幅，仅举我印象最深的一个例子。

如果想看更多案例，可以在微信“鬼脚七”公众号后台回复关键词“轮回”。

这是著名心理治疗专家 Rick Brown 的实际催眠治愈案例。

接受催眠的人叫 Bruce Kelly，1953 年出生。

他是做销售的，所以经常坐飞机出差，但他一上飞机就感到非常恐惧，尤其在飞机舱门关闭之后。

他的另一个问题是极度恐水，甚至对浴缸里的水也会感到十分恐惧，一旦水面超过膝盖，他就会呼吸急促、痉挛等强烈反应。另外他还经常出现突发性胸痛，但医院检查找不到任何原因。为此他找到了 Rick Brown 医生。

1987 年他接受了催眠治疗，在催眠状态中精确回忆起自己的前世叫 James Edward Johnston，是二战期间美国潜艇“鲨鱼号” (Shark) 上的艇员，潜水艇的编号是 Shark SS-174，隶属于亚洲舰队。这艘潜水艇的长圆柱形的压力舱的形状与飞机非常相似。

而且他准确说出了前世的遇难日期是 1942 年 2 月 11 日，这天他们遭到了日本军舰的攻击，潜水艇受损严重并逐渐沉没，船舱内很快灌满了水，找不到可以逃生的出口，最后艇员全部丧生。

在催眠状态中他看到自己的灵魂从他前世的身体中分离出来。他甚至回忆起当时和他一起遇难的一个战友叫 **Walter Pilgram**。

至此他的长期心理疾病的谜底已经揭开了。

通过催眠治疗，Kelly 的症状很快得到了治愈，但他们并没

有就此停止，而是开始验证这些前世信息的真实性。

Brown 医生找到设在华盛顿特区的美国海军基地的美国海军历史中心及运作档案馆 (U.S. Navy Historical Center and Operational Archives), 在那里查阅了大量的资料, 发现确实有 James Edward Johnston 这个人, 而且描述的死亡时间和经过与 Kelly 所说完全吻合, 包括战友 Walter Pilgram 的信息也得到验证。

Brown 医生还去了阿拉巴马州 Johnston 的出生地, 在那里走访了 Johnston 童年时的亲戚朋友等人。

通过调查发现, Kelly 在催眠状态下提供的各种信息基本上都得到了验证, 他前世的姓名、出生证、高中学习记录等都在有关的档案中得到了证实。

这样的案例, 如果事实没有造假的话, 用巧合来解释恐怕就非常牵强了。

### 3 “20 世纪的伽利略”

我搜集的此类案例还有不少, 这些西方学者的科学精神在实验中得到了体现。

他们不是简单地搜集一些证词记录下来, 而是将当事者讲述的事实逐个进行追溯和验证, 这正是我想看到的研究方法论。

还有很重要的一点是, 这些西方学者大多都不是来自佛教或印度教家庭, 之前并没有轮回转世的概念, 因此先入为主的可能性是很小的。

这类轮回转世的研究以 Ian Stevenson 教授 (1918-2007) 及其团队最为有名。

Stevenson 教授退休前担任美国弗吉尼亚大学 (University of Virginia) 医学院 (School of Medicine) 知觉研究部 (Division of Perceptual Studies) 主任。

当然，对他特别关注也有部分感性原因——老衲留学时和他在同一个州。

自上世纪 60 年代开始，Stevenson 教授便奔波于世界各地，收集、整理和验证那些来自不同国家的轮回案例。教授的团队几十年来，搜集和研究了 3000 多个有关生死轮回的案例。

他的研究对象大多是儿童，这些儿童能够回忆起自己的前世，其中很多人能说出外人不可能知道的、惊人准确的细节。

他自 60 年代以来的研究成果在国际科学界引起了巨大反响，直到现在还大量被相关学者引用，部分论文被誉为是现代西方轮回研究的开山之作。

他对每个案例的调查研究都是非常专业和细致的，获得了国际学术界的高度赞扬。连质疑他的人都不得不承认他研究工作的严谨，“几乎无需关注作假的问题” (The question of fraud need hardly detain our attention)。

Harold Lief 博士在美国医学杂志《Journal of Nervous and Mental Disease》上对 Stevenson 教授这样评价：

“Either he is making a colossal mistake. Or he will be known as the Galileo of the 20th century.” (他要么正在犯一个巨大的错误，要么将被誉为 20 世纪的伽利略)

那么，他到底是伽利略，还是“假理劣”呢？

带着这个问题，我仔细研究了他调查研究的过程和方法论，并阅读了不少其他科学大咖对他的评价。

与很多佛教徒不同的是，我不是先入为主地确定他的研究都对，我也看那些挑战和怀疑他的文章，希望从中得到更加全面的认知。

我发现，反对和怀疑 Dr. Stevenson 的声音也很多，然而，这些攻击者都没有给出令我满意的事实和逻辑。

比如：有个学者提出，在这么多的人口中，只有这么少的案例，缺少代表性。大部分人没有前世记忆，所以轮回很可能不存在。

这个逻辑显然有问题，具体请见我后面的分析。

关于这方面的研究报告，微信后台回复“轮回”，可以看到详细的参考论文及书目，但这也只是国外轮回研究的很小一部分文献。

在国内，由于种种原因，由正规科研机构实施的这类研究极少，至少我没太看到，所以无法提供。

至于佛教徒给出的轮回转世研究我也看了一些，但不太作为主要的参考，因为：

- 1、我怀疑他们的动机，为了证明自己的宗教正确而有先入为主的导向性。

- 2、很多佛教徒给出的事例，要么调查过程草率，方法论不够严谨；要么就是大量引用 Stevenson 教授等西方学者的研究成果，没有自己的第一手资料。

由于我看的大部分是国外的英文原版，所以参考书目也都是英文的，还请见谅。听说有一部分已翻译成了中文，但由于笔者不太熟悉，所以大家若有兴趣还请自行寻找吧。

## 4 挑战你的逻辑

事实摆完了，接下来摆摆逻辑。

对我来说，选择信仰如同做科研，都是一个追求真理的过程。

而一个凡夫要追求真理，必须有基本的逻辑。

我比较重视逻辑，和在美国读博士的经历有关。

当时我学理工科，其中一个导师是个逻辑狂人，他在周会上主要做的事就是“挑战你的逻辑”（challenge your logic）。

每当我们露出逻辑破绽，被他怼得哑口无言，面如死灰之时，他的脸上就会浮现出招牌式的邪恶笑容。

作为知名学者，他从不骂你是蠢货，他只证明你是蠢货。但这更加诛心，不是吗？

那个导师好像到现在也没信任何宗教，他的逻辑都用来怼学生了。而我，很想挑战一下世俗的人们：

**请问你们不信轮回的逻辑到底是什么？**

我问过很多人这个问题，大多的回答是“如果有轮回，那为什么我记不起前世”，“我没见过有轮回的证据啊”，或是“我周围的人都没见过”。

我用逻辑语言来解读一下他们的推理过程，他们说的其实是：

**“我考察了 1000 个样本，包括我自己以及周围认识的人，这些样本具有一个共同的特征——都没有前世记忆。因此，我得出结论：人没有前世。”**

下面我们来分析他们的逻辑：

他们用的是逻辑中的“**不完全归纳推理**”，即由有限样本总结

出普遍性规律的一种推理方法。

这种方法最大的漏洞在于，当考察的样本数量太少不具有代表性时，会有较大的可能得出错误的结论。

我们来看看这一推理的样本数量是否足够多？

目前地球上的人口是 74 亿左右，如果算上人类社会有史以来的人口，根据有关研究粗略算做 1000 亿。那么这 1000 个样本占人类有史以来总人口的多少呢？

**没错，一亿分之一，少的可怜！**

我们知道，广东省的人口大概有 1 亿。这相当于在整个广东省，只调查了一个人，就匆忙得出了结论，请问这个结论能保证正确吗？

更何况，即使这 1000 个样本，恐怕他们也未必仔细考察过。

比如，我在西部地方政府工作期间，单位里都是一群看起来很“无神”的党员，我想他们肯定都不信轮回鬼神之类的东西吧。

后来不知怎么提起这个话题，结果大大出乎我的意料，不少同事都激动地爆料，要么是自己小时候亲眼见过鬼神之类的神异事件，要么是听说家人朋友有，而且都说得活灵活现。

如果不是偶然讲起，我根本不会想到他们也有这些超自然的经历。

如果再深究，这里还有一个隐含的假设也有漏洞，即“**只有能回忆起来才存在**”。

从小到大，有多少事我们都已经遗忘了？即使昨天晚上刚做过的梦，也常常大部分都记不起来了。那它们就没存在过吗？

那么，我们现在要证明他们的命题为假（或很可能为假），重

点是针对其“样本太少”“不能穷举”的核心漏洞。只需要找到至少一个反例，然后运用反证法即可推翻他们的结论。

反证法是演绎推理的一种，是较严密的逻辑。

举个反证法的例子：

比如，有人提出逻辑论述“我和周围的人都是黄皮肤的，因此：所有的人都是黄皮肤的”，那么我们只要跑到非洲去找到一个黑人作为反例，就可以用反证法推翻以上命题，而这个逻辑是严谨的。

同理，针对“我和周围的人都没有前世记忆，因此，前世不存在”的推理，我们只要找到一个绝对真实的轮回案例，然后运用反证法，即可将这一推理打翻在地。

多么激动人心的时刻啊！

## 5 用数学证明轮回

然而问题来了，你怎么能保证这些轮回的案例是 100% 真实可信的呢？

有人说，Stevenson 教授那些科学家那么严谨，又不信佛，当然可信了。我说，这也不绝对。

比如，他于 60 年代发表的《Twenty Cases Suggestive of Reincarnation》（暗示轮回存在的 20 个案例），从书名上都能看出他的严谨，他用了“Suggestive”一词，中文大致可以译为“暗示性的”，“很可能的”，而非绝对地肯定轮回的存在。

作为逻辑严谨的科学家，Stevenson 教授自己也说了，也需要考虑其他的可能因素，如 fraud（作假），cryptomnesia（隐性遗忘症，一种记忆障碍），paramnesia（记忆错误），genetic

“memory”（基因记忆或记忆遗传），retrocognition（回知过去，类似佛教宿命通）等等。

教授本人都不是 100% 确定，我不是亲历者，又怎能完全确定？

关键时刻，老衲扎实的数学功底起了作用。

我发现，其实这是一个概率问题。

我可以基于一些假设，大致算出前世是否存在的概率，即使不能定量，也基本可以定性。我的推导如下：

根据前文的分析，只要找到一个“存在前世”的真实例子，就可以用反证法推翻“没有前世”的命题。

而要证明“没有前世”，则必须要证明所有的这些例子都是假的。

排除掉那些证据不太充分的案例，我仔细筛选出 100 个比较靠谱的案例，我假定它们每个为真实的概率是 50%，即一半真一半假。

那么，这 100 个例子同时为假（即不能证明有前世）的概率为：  
 **$(50\%)^{100}=7.89 \times 10^{-31}$** ，基本约等于 0。

而至少有一个例子为真实，进而可用反证法推翻“没有前世”结论的概率为：

**$1-7.89 \times 10^{-31}$** ，基本约等于 100%。

这个概率算完把我自己都吓了一跳，“存在前世”命题简直完胜啊！

即使我把每个案例为真实的概率进一步调低 10 倍，低到丧心

病狂不可理喻的 5%，这 100 个例子同时为假的概率也只有 0.6% 左右，“存在前世”的概率还是远大于“没有前世”的概率。

而且，世界上从古到今的轮回案例远远不止这 100 个啊，而且比较靠谱的研究案例还在不断增加，而这成千上万的案例中只要有一个是真的，“没有前世”的命题就被反证法推翻了，可以说必败无疑，几乎没有任何翻身的机会。

凡夫的一生都在选择，选择就意味着赌博，选择信仰也不例外。但既然赌了，就要做个精明的赌徒，最大限度提高自己的胜率。

## 6 真正的科学精神

老实说，到现在我也没有 100% 的把握证明轮回是否存在，但如果让我在“有轮回”和“无轮回”两者中押注，我一定押前者，因为胜率高太多太多倍了！

**换句话说，相信“有轮回”几乎就是必胜。**

可能有人会问，有更多的人记不起前世啊，那我能不能用类似的反证法逻辑证明佛教的轮回说是错的呢。

**告诉你，不可能！**

因为根据佛教经典，佛教的命题是“凡夫有隔阴之迷，在正常情况下无法了知前生后世，只有在具神通，死后及特殊因缘下方可了知。”

这与事实完全相符啊。事实就是大多数人忆不起前世，只有少部分人可以嘛。

逻辑上也找不到可攻击的明显漏洞。请问你怎么推翻这个命

题？看到佛教这么狡猾，老衲就放心了。

我们每个人都把科学挂在嘴边，但什么才是科学最宝贵的东西？

**不是科学的结论，而是科学的精神。**

因为科学研究得出的结论随着社会进步可能会不断完善甚至被推翻，然而科学的精神——“客观求是”则万古常青！

当我们先入为主，不顾逻辑，忽略事实，想当然地认为“轮回不存在”时，无论我们如何以科学捍卫者自居，我们的科学精神已经荡然无存！

**经过二十多年的探索，其实我并没有完全证明轮回是否存在，但我从没停止对终极真理的追求，并最大程度地践行了科学的精神。**

这是我唯一引以为豪的。

感恩我的“邪恶”导师，没有他的怂人不倦，我的逻辑会远不如今天严谨。

感恩我的“曲折”人生，没有这些摸爬滚打，我的案例会远不如今天丰富。

**就像七哥常说的那样：人生所有的路，都是必经之路。**

在这条路上，我还没有完全掌握真理，但是作为追求真理的精明赌徒，我果断选择了“相信轮回”。

**轮回是否存在，是一个关键的分水岭，直接决定了在世界两大阵营——世俗和宗教中，一个人究竟应该选择哪一边。**

但是，问题又来了——

假定轮回真的存在，世界上大部分的宗教都或多或少地承认轮回的存在，在众多的宗教中，我们又应该如何选择呢？

客官别急，近日老衲被七哥催稿已是拼到肾亏，必须休息片刻。

且听老衲下回分解吧。

## 第十五章 并不觉得轮回很苦，怎么破？

---

写在前面的话：

上一篇《施主，你可能信了一个假佛》发出的文章，收到了不少留言，我们将留言进行了整理和归纳，选取了一些有代表性的，请宗翎老师进行了回答。

### 第一类：请问法师如何证明轮回？

Q1：我学佛的目的是拿得起，放的下，出入自由，至于轮回什么的，看了一些大师的书感觉，大概百分之七八十真存在的，但是没有确切的证据能证明，所以很难说服自己去信，不知道您怎么看？

A：请看今日头条文章《轮回是否存在？我的轮回探索之旅》。独家发布于微信公号鬼脚七（taobaoguijiaoqi）

### 第二类：不觉得轮回很苦，为什么一定要出轮回？

Q2：最近我在看西藏生死录，我信佛的起因是因为胆小以及很想知道已故不久的母亲是否安好。

我不明白的是，轮回很苦，但有苦有甜，能享受美食，享受亲情，享受友情、还能享受奋头后的快乐。而成佛成仙一天到晚吃斋念佛，像您这样的高智商也只能为了摆脱轮回做这些吗？

**A：**轮回不是完全没有乐，但是对大多数众生来说，轮回是苦多乐少，苦深乐浅，苦长乐短。

认识轮回的苦，必须放在一个很长远时空里来看（如三大劫），不能只看一时；必须扩大到所有的轮回众生（如恶道众生），不能只看一个。

就好像一支垃圾股，虽然偶有反弹，但大多数时候在下跌，虽然有个别人挣钱，但大多数人损失惨重，因此我们会定义它为垃圾股。

轮回也是一样。

### **第三类：不敢相信道理这么简单，进而怀疑逻辑有误。**

Q3：不敢苟同，这么说修佛之人的一切一言一行都只是因为对“佛界体制”的深信不疑？积善行德也只是对轮回的恐惧，一切动机都是为了迎合这套“价值观”？那也不需要修心养性嘛。只要控制言行就行了？没有佛家智慧了嘛，积善惩恶就行了？！这么就把佛学归结的太简单了。

Q4：如果只因轮回因果而学佛，难道是真正的学佛？难道不应该是发心单纯的学佛？

**A：**了知轮回因果是“真正的学佛”第一步。但并不是全部。

在此之后，学佛者的发心和行动又会分为很多层次，而所谓“好”或“坏”也是相对而言。

简单地说，有三大层次。

第一层次：人天乘，即害怕恶道之苦而努力行善，争取下辈子去天道享福或人间“做马云”。

与菩萨相比发心的确比较自私，但与那些不懂因果拼命作恶之辈相比也不失为小有斩获的聪明人。

第二层次：小乘，即明白了轮回皆苦，人天道也不安全，于是深入修持戒定等功德，争取入小乘涅槃，从此与轮回说 Bye Bye，但救度众生不是主要考虑。

与菩萨相比发心也 LOW 了一些，但也有一定慈悲心，也会随机说法帮助他人。

第三层次：大乘，即了知轮回皆苦而众生皆父母，为了救他们，自己必须尽快成就，甚至必要时可以代众生受苦，一切以“度众生”为核心。

这才是“真正的学佛”应该发的心。

至于所谓“发心单纯的学佛”，容老衲追问一句：“到底多单纯？到底是什么心？”

其实，如果追根究底地问下去，你会发现，其实大部分还是落在我执的层面，比如享受那种安静祥和，虽然不一定是追求物质名利，但比起真正的“一心救人”的菩萨发心还是差了很多。

换个角度来说，沉醉在安静祥和之中的我们即使本性再无私、再伟大，如果不知道“轮回中的父母都很苦”这一真相，又怎么可能升起菩萨那样的大悲心并付诸行动呢？

所以，了知轮回真的是必然的第一步。

#### 第四类：怎么逃离轮回？以及逃离之后怎样？

Q5：请问逃脱了轮回之苦后具体会处于哪种状态？

A：这个一言难尽，且听下 N 回分解

Q6：假如轮回存在，之后会有何种变化呢？如果追求比这世更幸福是不是一种贪业？

A：追求比这世更幸福本质上说也是一种贪业或执着。

但执着也有高下之别，比如执着“送你花花”总比执着“杀你全家”要好吧。

对大多数修行人来说，破除执着本身也有次第，比如上面回复里提到的发心的三个层次。

凡事总要一步步来，我们上学的时候都知道要先小学，再中学，再大学，那么修行也是一样，先从破除粗恶的大执着开始，再一步步深入，之后也会一层层地剥落，一层层地蜕变升华。

Q7：我们存在于轮回的意义是什么？如何逃脱这轮回？

A：我们大多数众生，存在于轮回中是一个被动和痛苦的过程，问题的关键不在于意义，而在于认清真相赶快出离。

就好像一个人落入粪坑，被熏晕了以后就会忘乎所以地享受粪坑，并研究吃粪的意义，而一旦明白了这是粪坑很快就会死得很难看（或很难闻），就赶快想办法带上老爸老妈逃出来吧，这就是最大的意义！

至于怎么逃出粪坑，且听下下下回分解吧。

## 第五类：价值判断不明确，及其他。

Q8：信轮回，而不作恶。那怎样才算不作恶呢？有人做销售，知道这个产品的成本就 3000，但要卖别人 5000，这算作恶吗？有人做贷款，知道别人有可能还不上，还是贷款给他，因为不贷给他就去找别人贷了，这算作恶吗？看了七哥的很多文章，但还是很多地方不明白，请教一下，万分感谢。

回答：关于一般世人的善恶好坏，其实都是相对而言，没有绝对的定义。

比如老衲自认比起很多人来还算是个好人，但比起佛来就是十恶不赦的大坏蛋。

具体的因果方面，有机会可另辟专文讨论。

Q9：佛教为什么规定很多戒律，修佛不都是修心吗？有轮回在，也只说明你学佛、行善积德，是怕若不如此，来世遭报应，或者现世就遭恶果。其实，即使没有报应，也要学佛，那才是真学佛，否则你还是有功利心。

A：这不矛盾啊，戒律的本质就是修心。

首先，佛教修行次第是由外而内，由浅而深的，开始约束行为，渐渐就会过渡到内心。

比如，一个贪污受贿、二奶成群、假话连篇、烂醉如泥的大叔，内心想平静恐怕很难吧？但如果遵守基本的戒律，每日抄经打坐，多半内心会平静很多。

另外，如果你了解更高的菩萨戒和密乘戒，就会发现，有很多戒律直接就是“心戒”。

比如，如果想“众生太多太难度了，我还是不管他们了，自己

求解脱吧”，什么坏事也不用做，只要坚固地升起这一念，马上就破了最根本的菩萨戒和密乘戒。

这还不算“修心”吗？

Q10：我觉得人应该汲取人类一切文明中的优秀精华，而不是盲目崇拜，如果基督徒告诉你基督教会带给你百倍于佛教的回报，你是否改信基督，呵呵。为人类做贡献，为社会添正能量，就是我学习一切的动力和源泉，不会单独迷信任何宗教和学说，用扬弃的态度对待一切文明成果。

A：你说的发心是佛教三个层次中最低的一种，具体参看前面的回复。

“其实即使没有报应，也要学佛，那才是真学佛”。

如果可以确定证实没有轮回，没有因果，那说明佛教的理论根基都是错的。一个基本世界观都彻底错误的宗教，请问我为什么要去“盲目崇拜”并当成指导人生的最高指南？

我也许还会学佛，但最多只会作为品尝心灵鸡汤而已，如同很多目前所谓“信佛”的人。

至于“基督徒告诉你基督教会带给你百倍于佛教的回报”，在国外的十年里，这件事在老衲身上已发生了 N 次了，但我没有改变信仰，至于为什么，其实也是基于事实和逻辑，而不是“盲目崇拜”佛教。

具体且听下下回分解吧。

## 第十六章 宗翎法师妙语如珠答轮回

---

### Q1



七兄不是这样。你这只是证明了所谓‘轮回’，也顶多是科学的方法证明了一个概率事件。佛教乃至所有宗教都是主观意识极其强烈，且带有深刻人类烙印的幻想，为什么满天神佛都是冷兵器时代的人形而不是其它动物或非地球生物？因此所谓轮回可能是人类现在暂时无法理解的自然事件，和所谓佛教并没有什么关系，你即使证明了存在所谓轮回，也无法验证佛教的正确性。宗教之所以是宗教，是因为它是以人类最期望的答案来解释世界，在数据分析上叫“满意法”，是分析师极力避免的判断方法，因为它并不科学。因此用科学来解释宗教就会将很多事情给捅穿了，会越证明越出错。。。

A：你问“为什么满天神佛都是冷兵器时代的人形而不是其它动物或非地球生物？”

这说明你看过的佛像唐卡不够多。

藏传佛教的中阴文武百尊（即人死亡后在中阴阶段会看到的“满天神佛”）里面就有很多动物形象的。

另外，冷兵器怎么了？敢问你到底想怎样？非要看到一个手持机关枪的观音菩萨你才肯相信佛教吗？

你提到“所谓轮回可能是人类现在暂时无法理解的自然事件，和所谓佛教并没有什么关系，你即使证明了存在所谓轮回，也无法验证佛教的正确性。”

这句话正确，因为很多其他宗教和学说也承认轮回。我这篇文章篇幅有限，其主题就只是谈轮回，主要不是证明佛教。而且我文章最后也说了——

“轮回是否存在，是一个关键的分水岭，直接决定了在世界两大阵营——世俗和宗教中，一个人究竟应该选择哪一边。”

还有，你认为“因此用科学来解释宗教就会将很多事情给捅穿了，会越证明越出错……”

我不知道你这里的“科学”如何定义？是指目前科学的结论吗？

请看我的文章里

“什么才是科学最宝贵的东西？

不是科学的结论，而是科学的精神。

因为科学研究得出的结论随着社会进步可能会不断完善甚至被推翻，然而科学的精神——‘客观求是’则万古常青！”

如果非要用现有的“科学的结论”去解释宗教，那肯定有问题。

但我们可不可以有一点“科学的精神”呢？再说，出错又怎么了？这是一个追求真理的论证过程，对错都很正常，不是吗？

## Q2



这个证明太没有逻辑，首先请作者说明，凭什么你假设这些所谓的可信的轮回案例的每个例子的真实性为50%？概率的本质是什么？概率不能针对每个单独事件，而是针对群体事件！假设有问题结论就根本没有任何意义！还有一个非常重要的问题就是，上篇你提到因为你害怕轮回而不得不信教，不得不为善，可是本篇你自己也说绝大多数人是不记得轮回的，既然不记得轮回，你修行有何用？你何以认为你这世的福报是因为上一世的修行？或者问你这一世你修行了，可是你死了，再轮回的下一世，你已经不记得上一世，那你何以证明你是上一世的你？你为谁修行？你修行有何用？

A: 先回答前半部分:

我对每个案例真实性的估计是建立在“对事实进行研究”的基础上。

我为什么花了很多年搜集那些轮回的案例进行研究，然后才开始分析呢？

**因为连基本的事实样本都没有，谈何逻辑？谈何概率？**

有人会说，我也学你啊，假设一个概率去推算呗。

**嘿嘿，请问你如果没有对事实的研究，怎么大致确定每个样本案例的真实率？没有对单个案例真实率的估计怎么筛选有效样本？没有一定数量的有效样本还算个什么整体概率啊？**

举个例子，你听人说某某男明星出轨了，请问这一消息真实率是多少？

如果没有进一步的调查研究，无论你估算多少概率都根本不靠谱，那叫瞎猜。

但如果做过不少调研就另当别论，如何大致确定事件真实率呢？

1、看消息的来源是否可靠，比如已在中央台播出了，可能就比在某论坛上瞬间闪过要可信度更高。

2、如果新闻中公布了大量有说服力的证据，如照片，视频等，那真实率又会大大增加。

3、看看反方提出的证据是否有力，逻辑是否严谨等。如果反方只是气急败坏地骂娘，拿不出任何证据反击，那么真实率又会增加。

4、也许“卓伟”系狗仔还有其他调查高招，那么真实率又增加。

虽然就算这样也未必是 100%，但错误的概率在逐步减少，真实率逐步增加，是否达到“压倒性多数”，就看证据的丰富和严谨程度，以及自身的判断能力了。

到最后，如果一位美女做了深入调研而又比较聪明理性的话，她的心中会形成一个大致的概率判断，然后瞪老公一眼说，“我看这事八成是真的……你可不能学他哦。”



这个“八成”我们姑且命名为“经验真实率”，是人们在日常生活中经常使用的。

经验真实率是在研究实证中逐步感知和确认的。虽然很难定量，但还是有一定方向性的价值。但前提是，你要认真研究过事实，并且客观，理性和真诚。

我对案例的真实率判断，主要是基于对事实研究后的“经验真实率”。

还有，50% 并不是我确定的最终概率数值，我只是先基于“经验真实率”大致假设一个基础数字作为计算的开始（这种方法在科研里经常采用）。

## 敏感性分析 编辑

  收藏 |  515 |  29

敏感性分析是投资项目的经济评估中常用的分析不确定性的方法之一。从多个不确定性因素中逐一找出对投资项目经济效益指标有重要影响的敏感性因素，并分析、测算其对项目经济效益指标的影响程度和敏感性程度，进而判断项目承受风险的能力。若某参数的小幅度变化能导致经济效益指标的较大变化，则称此参数为敏感性因素，反之则称其为非敏感性因素。这种分析方法的缺点是每次只允许一个因素发生变化而假定其他因素不变，这与实际情况可能不符。

您可能忽略了，我后面做了一个简单的 sensitivity study（敏感性分析），就是即使每个案例真实的平均概率降低到 5%，依然不影响我的结论。

事实上，这个计算里的临界值（Break Even Point）是出现

在单个案例平均真实率大约为 0.69% 时，此时 100 个案例全部为假的概率为 50%。

这时老衲已不知道哪边胜率大了，一不留神真成了赌博。

也就是说，现在问题变成了，**基于这 100 个精心筛选的轮回案例，你是否认为它们每个为真实的平均概率竟然会低于 0.69%?**

我当然不这么认为，因为我在筛选案例时已做了大量工作提高案例的有效性。

**我是如何最大限度提高案例的有效性呢?**

1、在推理之前，我研究了大量轮回案例，并在其中抽取了我认为较可信且已被事实验证的轮回案例 100 个。要知道，**为抽取这 100 个靠谱案例，我接触过的原始案例至少是这 10 倍以上。**（微信后台回复“轮回”给你看案例）

2、请注意，如果你仔细阅读过我文章中的那个代表例子就知道，**我选择的这些案例都不是简单的“前世记忆”而已，而是“被事实验证的前世记忆”。**如果只是一个人能回忆起前世的情景但无法验证，那有什么用啊？我怎么证实你不是幻想或胡说？这类“仅仅回忆”的案例都被老衲扔在了一边。

3、我几乎**不选择佛教徒或印度教徒的研究**，因为我担心他们有先入为主的轮回观念。我只选择类似 Stevenson 教授这样来自正规科研机构的，不信佛教、印度教的西方科学家的研究成果，因为他们会最大程度保证研究的客观性。

4、有一些样本来自老衲本人参与的实验，或我亲自接触过的人，对我本人来说，真实性会更高。（当然对你来说，也可以怀疑老衲是个骗子）

所以，在我研究和筛选案例的过程中，其实，已经最大限度地提高了样本本身真实率。

在这样的前提下，我给出的“经验真实率”绝对会远大于 0.69%。至于你会给出多少的“经验真实率”，还是等先把这 100 个案例看完了再下结论吧。（微信后台回复“轮回”可查看案例）

再回答后半部分：“既然不记得轮回，你修行有何用？”

照你这个逻辑，既然你已不记得婴儿时期的事了，那你当时吃奶有何用？学说话有何用？试问你当时不吃奶能长到现在吗？当时不学说话现在能和老衲辩论吗？

我现在修行是为了将来能更好，和你以前吃奶学说话的目的——不管以后能不能记起来。

至于其他几个问题，由于一言难尽，以后的文章里可能会涉及，所以不在此专门回复了。（关注鬼脚七微信号 taobaoguijiaoqi，期待后续文章）

### Q3



一个理工博士竟然把毕生所学用到如此荒诞的话题，我无语凝噎。你怎么如此武断地让那100个案例真实性每个50%？其实每个案例只有两个可能，0或100%，既然没有十足把握证明其真实，其实就是0，不要再忽悠了，醒醒吧😏

A：看了您老人家精彩的逻辑推演，老衲不禁呼天抢地，老泪纵横。

每个案例的终极真相当然只有两个可能，0 或 100%，问题是我和你现在都并不掌握终极真相，没有十足把握证明它是 0 还是 100

那么根据你认为真实的可能性，就会出现 50% 或 30% 或 2%，不是吗？要么您老再想想？

至于那 50% 的概率假设，并不是老衲“武断”确定的最终概率数值，我只是先基于“经验真实率”大致假设一个基础数字作为计算的开始（这种方法在科研里经常采用）。

后面做了当概率大幅变动时的 sensitivity study，但好像你根本没看。具体详见我在上面 Q2 中的说明。

您说，“既然没有十足把握证明其真实，其实就是 0”。

这个论述类似于法律里的“有罪推定”，即“如果不能证明你是无罪的，那你就是有罪的”。

但问题是，法律是可以人为制定的，逻辑前提你要这么玩就不厚道了。

那老衲也可以设定一个无耻的前提，对我的每一个案例，“如果你没有十足把握证明其错误，那就是真实”，这样一来把举证责任彻底丢给您，您以为如何？

## Q4



逻辑有bug, 因为从古至今上百亿人里面出现上万个造假的人的概率是很大的。  
也就是说你选的这一百个全部为假的概率更大

A: 感觉您这个推理 bug 更大。请问您怎么证明呢？愿闻其详。老衲要求不高，大致定性的逻辑就可以。

“从古至今上百亿人里面出现上万个造假的人的概率是很大的。”这个没错，而且多半不止上万个。

我们按您的假设，假定古往今来人口共 100 亿，骗子也别上万了，算 100 万个，占人口万分之一。

但问题是你接下来怎么证明“这一百个全部为假的概率更大”？你的意思是，这一百个案例都恰好出自占人口万分之一的骗子之手？

请原谅，看到这个论述后，老衲实在忍不住，不厚道地笑了。

## Q5



按你的逻辑，所有稀奇古怪的事都是真的，比如外星人，成仙，隔空取物，穿墙不破。这些案例比轮回多太多了

**A：我发现您的注意力过多集中在了逻辑上，忽略了一个关键问题——对事实的研究论证。**

科学研究，首先必须建立在事实研究的基础上，才谈得上逻辑和概率。

**关键是事实！事实！事实！重要的事情说三遍。**

我在文章开头就讲了，老衲怕死，所以无法用亲身验证的方式证明轮回存在，所以只能推理。

那推理就推理呗，为什么要花那么多时间研究轮回案例呢。

**原因很简单：所有不基于事实的推理都是耍流氓！**

因此，您说的那些“稀奇古怪的事”是否都是真的，我不知道，因为我没有对这些事实研究过，因此任何的逻辑推理都毫无意义。

## Q6



再来补充一条，你说轮回的案例更是少之又少，世界那么多人，轮回的案例用你的百分比算来可以约等于零，就好比很多人说见到过宇宙飞船外星人，用你的逻辑来类比，必然宇宙飞船和外星人造访地球。虽然很有可能是事实，但你得证明太没有逻辑，费了好大劲却没有任何意义。

A：您提到“世界那么多人，轮回的案例用你的百分比算来可以约等于零”。

这个正确，但问题是只要有一个案例是真实的，“前世根本不存在”的观点就被证伪了啊？不是吗？

你可能没有看懂我到底在证明什么。**我没有在证明“轮回是否绝对存在”，因为这一命题以凡夫推理的方法，根本无法完全证真或完全证伪。**

我是在两个典型命题中，根据对事实的研究，决定我应该选择哪一个胜率更大。

这两个命题是：

A. 世俗命题：我和周围人都记不起前世，所以根本没有前世。

B. 佛教命题：有前世，但大多数人正常状态下无法记起，现生只有具神通和特殊因缘下方可了知。

**基于对事实的研究，我认为 A 命题被推翻的可能远高于 B 命题，所以我会押注在 B 命题一边。**

如果能证明世俗命题很可能站不住脚，而佛教命题正确的可能性越来越大，**这绝对会有助于我们每一个人在“人生赌局”中提高胜率，请问为什么没有任何意义呢？**

## Q7



因果我相信有，种豆是因得豆是果。但是即便有轮回感觉也感觉也没多大意义啊？即便下一世能比这一世更幸福，没有神通又感觉不到，感觉不到就没什么意义了啊？就像这一世感觉不到上一世是什么样子，意义何在？这一辈好好活着才是最重要的吧？

A：上一世早过去了，当然感受不到了，但当时你的痛苦还是很真切的。下一世的幸福和痛苦现在当然也感受不到，但时间到了就一定能感受到了。

**如果“感受不到将来就不管将来”，这个思想是很危险的。**

就好比一个小孩感受不到长大后是什么感觉，那就“好好活着”别读书了，拼命玩吧，等长大了找不到工作没饭吃的时候他就会感到苦了。

从佛法最低级的发心来说，我们这一世做善事是为了下一世过得更好，就像小时候读书是为了长大能过得好一样，**这其实是个有远见的选择。**

另外，我不知道你“这一辈好好活着”的定义是什么？多做点善事不是也可以活得很好吗？

## Q8



轮回是否存在一直在质疑，因为自己的无知，只能将信将疑。那问题在于，选择相信“存在轮回”与“不存在轮回”对自身意味着什么呢？选择相信轮回能让我们更加珍惜今生就足矣了😊

A：非常好的问题！

要知道，不管你信或不信轮回，从你出生的那一刻起，一场大赌局就开始了。

之所以称之为赌局，是因为每件事你都必须基于世界观和价值观作出选择，而选择就意味着赌博。

比如，如果佛教说的轮回和因果根本不存在，那么贪污公款又怎样？杀人放火又怎样？只要我不让人知道，或者即使知道了，但“我爸是李刚”能搞定，不就 OK 了吗？

但如果佛教说的轮回和因果真的存在，那我即使这一世没事，但下辈子就会变成猪被人宰了吃，哎呀妈呀，吓死宝宝了，那这事还是算了吧。

那么，“相信轮回”至少帮助我避开了“下辈子变成猪”的大坑，这就是意义。（关于这方面的讨论，详见我的文章《施主，你可能信了一个假佛》）

当然，相信轮回和因果对这辈子的意义也很大。

姑且不论因果轮回是否真的存在，但是一般来说：

相信轮回和因果容易使一个人变得更善良，因为他相信“善恶终有报”，所以会少作恶，多行善；

相信轮回和因果容易使一个人变得更快乐，因为他相信一切皆有因果，所以会减少执着，放下一些不必要的困扰纠结；

相信轮回和因果容易使一个人变得更感恩，因为他相信轮回中“人身难得”，所以会更珍惜今生的美好生活。

## Q9



哪里有什么业力轮回。万物生于一归于一，天道运转不过是创造再摧毁，再创造再摧毁，往复循环。一个人只有一辈子，死了就重归于虚无，那些说前世来生的，都是满嘴跑火车的胡说八道。所以，想做的事情一定要趁早做，因为死了之后没有下辈子，也没有彼岸世界。多学习，读圣贤书，明辨是非，少犯错。因为犯了错并不是放下屠刀就可以立地成佛的，要知道有些事情可以原谅，有些不能原谅。我们中国人所讲的包容，不是垃圾桶，什么砖头瓦块都可以往里扔。相反的，我们要把各种各样的糟粕往外扔才对。《易经》《内经》《道德经》《素书》《鬼谷子》这些书里面，早把善恶吉凶说的清清楚楚明明白白，哪还需要什么业力轮回这种满嘴跑火车的歪理邪说呢。

A: 首先我想说“我爱你”。因为您的观点明确，态度坦率，最重要的是：我以前也是这么想的。

您和当年的老衲有很多共同之处，不同的是我后来决定一步步地用科学的精神去研究和实证轮回和佛法，而非先入为主认定轮回不存在。

关于您提到的那些书，我不知道您有没有真的读过，我也不知道您是如何从这些书中推出“业力轮回是歪理邪说”的结论的。

我没有全部读过，但《易经》《道德经》《素书》这三本是略有涉猎的。如果您学过易经，一定应该读过解释易经的《系辞》，其中说：

**“原始反终，故知死生之说。精气为物，游魂为变，是故知鬼神之情状。”**

不知您怎么理解这句话？（当然也确实有多种理解）

但至少在中国传统文化（除佛教外）的主要经典中，我没有看到明确表态不承认轮回的，主要以闭口不谈的居多。如果有，欢迎您指出。

之所以为什么不谈，我个人认为有两个可能的原因：

1) 因为轮回不是那些书的主题，那些书主要是偏于“入世”之学的。就好像一本《计算机教程》里面没必要非得加一章“论C++与轮回的关系”吧？

2) 由于轮回的终极证明，还是得靠修证出来的神通境界，而这些都是凡夫所具备的，所以他们无法证实轮回的存在与否，那你让他们怎么讲？

另外，如果对传统文化感兴趣，可以多看看南怀瑾先生的著作。

## Q10



如果有轮回，那么请问上古时代全球有多少人口？现在的地球上有多少人口，这么多出来的人是哪来的？除了轮回的灵魂？还有呢？猪狗？动物？？虫子投胎？？

A1: 佛教认为，参与轮回的，不止是人类，还有六道里的其他众生。如：动物，鬼神，天人等，具体数量无法统计，但绝对远远大于地球的人口。

另外，轮回可以去的地方也远远不止地球一处，整个宇宙里的范围都有。所以人口变动很正常。

## Q11



如果真的有轮回，那些古代圣贤都轮回到哪去了呢？历史在演变，那些残忍的战争，大地震，死伤无数，如果真有轮回，是造了什么业要他们大规模的去消业？世界太奇妙了，科学给不了答案的时候我很想相信轮回，可翻开历史，人类简史，就会对轮回产生怀疑。

A：你问，“如果真的有轮回，那些古代圣贤都轮回到哪去了呢？”

你真的难倒老衲了，我又不是“轮回户籍管理员”。

别说古人，连前女友现在何方老衲都搞不清楚（也不想搞清楚，怕犯戒）。

至于战争，地震等大灾难，根据佛教的说法，很多情况下是由于前世的杀业所致。

这个前世，不一定恰好是上一世，也有可能是好多生以前。

这类“杀业”，往往是“共业”，即很多人一起杀生造的业，所以这一世因缘成熟的时候，就会一起遇到大灾难。

## Q12



这辈子做坏事为什么不这辈子报呢？这辈子得到报应，恶人才能长记性，不敢再作恶呀！不明白为什么有的人在下次轮回才受报应。

A：根据佛教的说法，这辈子做坏事有些会这辈子报，有些会下辈子，有些甚至会 N 辈子之后，视恶业的性质，强度等等因缘而定。

老衲也很希望当世就报，警钟长鸣，多给力啊！

但可惜，佛教认为因果业力是自然法则，并没有一个“上帝”能够完全任性地操纵，因此，该什么时候来就什么时候来，很难提前或推后。

正如种下一个苹果种子，什么时候能长出苹果有其自然规律，不会因为你“希望如何”或认为“是否合理”而改变。

从某种意义上说，这种存在本身就是合理的。

### Q13



这篇文章没价值，用佛教讲，是妄想妄念。为什么？六道轮回，是佛说，凡夫基本无法验证。所以对众生来讲，只有两种可能：一要么信佛说，这里强调的“信”字，信为功德母，这某人一谈与佛有缘；二，要么不信（半信半疑者也视为此类），这些人一谈与佛无缘。作者费力不讨好，也证明不了什么的写此文章，打妄言毫无意义。

A：这篇文章有没有价值，最终要看读者们自己是否有收获，还有您看问题的角度。

佛说的很多超世间的道理由于凡夫无法完全验证，所以只能选择信或不信，这一点您是对的。

但“信”或“不信”的判断依据又是什么呢？

至少有一部分人还是会依据掌握的事实和一定的逻辑来辅助自己的判断。

而这篇文章就是分享一些我对事实的研究和对逻辑的思考，来帮助大家厘清思路。

如果哪怕至少有一个人因为这篇文章而得到些许启发，能够更加客观理性地思考轮回问题，我觉得这篇文章就有它的价值。

而事实上，从目前后台的留言来看，还是有不少读者感到有收获。

### Q14



我不关心是否能回忆起前世！我想知道轮回为何而存在，是一种怎样的机制而存在？而你这篇只是围绕回不回忆的起前世！无法信服

A：每篇文章都有自己的主题，不可能包罗读者想看的一切内容。

这篇文章的重点是从前世记忆的突破口，探究轮回存在与否的概率。至于您的问题，除非另辟专文才能说清。

这里简单总结一下佛教的观点：

轮回是被众生的业力（Karma）所推动。

简单地讲，就是行善者去善道（如天道，人道等），但福报享尽又可能堕落；造恶者去恶道（如地狱，鬼，畜牲），苦报受完又可能上升。

## Q15



佛陀在世的时候并没有讲什么轮回，而是强调三法印。三法印期中之一无我。是想连我都没有，是谁在轮回呢？轮回只是自我的伎俩，自我就是时间，就是过去和未来，就是死前和死后。而佛陀告诉我们的是自我是虚妄的。建议楼主注意佛教和佛法的区别。

A：看来师兄研究过一些佛法。不过有一点请注意，佛陀在世的时候确实是讲过轮回的，大量的经典里都有。

举个最简单的例子，佛陀本生故事的那些经典不就是讲轮回吗？只不过是佛陀本人的轮回经历。

不过您说的很对，“诸法无我”才是了义的观点。但是佛法应机而设，在目前的网络人群中，大多数对佛法还属初级或完全陌生，还是得一步步来。

## Q16



每个生命都有轮回吗？会有没有过轮回全新的生命产生吗？

A：我不知道您对“生命”的定义是什么？比如植物算生命吗？石头算生命吗？

我只能说，根据一般佛教的理论，所有的没有修到一定层次的有情众生都有轮回。请注意，植物，石头等不属于有情众生，虽然植物也有生命。

至于“没有过轮回全新的生命”，个人认为有可能可以产生，比如某些佛菩萨的化身。

## 第十七章 宗教集市的淘“宝”指南：什么值得信？

---

写在前面的话：

世上宗教千千万，你说信佛就信佛，凭什么？今天这篇文章，宗翎老师再度出山，用风趣幽默的方式告诉你，避开七大误区，你就向正确的选择又迈进了一步。

我的第一篇文章《施主，你可能信了一个假佛》发出后，一位网友回复：

“我觉得人应该汲取人类一切文明中的优秀精华，而不是盲目崇拜，如果基督徒告诉你基督教会带给你百倍于佛教的回报，你是否改信基督，呵呵。”

看来老衲一不留神已经成了“盲目崇拜”的坏典型了。

事实上，在过去的二十多年中，我曾接触了世界各地形形色色的宗教、民间信仰甚至巫术。

至于“基督徒告诉你基督教会带给你百倍于佛教的回报”，这件事在老衲身上已发生了 N 次了，但我没有改变信仰。

今天我想和大家聊一聊，在琳琅满目的“宗教集市”里，**如何用客观理性的态度，来鉴别和选择自己的信仰。**

我从高中开始接触气功、道教、佛教和中国传统文化，大学期间皈依了佛教。

虽然学佛前我也偶尔会去基督教堂，也曾在唱圣歌时激动得泪流满面，但基本上没有太多了解，也没有兴趣多了解。

直到出国读书后，由于信仰环境的开放，一时间各路神仙扑面而来，于是或主动或被动地和各种宗教发生了一些亲密接触。

我发现，国外的一些教徒有个习惯，喜欢上街堵人。哦，说错了，是度人。可能是由于面善人傻兼具神棍气质，老衲经常成为被度（堵）的对象。

在新加坡，我被一位基督徒帅哥当街拦住，我当时有事没时间，但他不肯放我走，坚持让我听完他的布道。

为了展现我泱泱中华的公民素质，老衲面带微笑耐心听完了帅哥的传教，并向他友好地提出了一些疑问，但我发现他基本上都是单方面的自我表达，而不是针对我的问题进行的双向沟通。

到最后实在无法回答我的质疑，帅哥就来了一句“**Everything good comes from God.**”（所有美善都来自上帝）。

我实在不知道这句话和我们辩论的主题有何关系。那好吧，就聊这句话也行。

我问是否上帝创造了一切，他说，当然是的。

我问，那是否意味着“**Everything evil comes from God too.**”（所有罪恶也来自上帝）

此时帅哥脸色突变，对我说，我很忙，必须走了。我说还没讨论完呢，刚才你死活不让我走，现在怎么变成你着急走了？

在日本，一天夜里我被几个教徒当街拦住，向我宣传“日莲圣人”及其教义。

老衲日语属于“程咬金”级，“三板斧”过后已然没词儿，所以他

们被迫改用生硬的日式英语勉强交流。

他们告诉我，世界大战即将开始，末日即将来临……所以要赶快皈依“日莲圣人”。我反问，“就算世界末日快来了，我皈依别人不行吗？比如释迦牟尼佛。”

他们说，释迦牟尼早死了，现在日莲圣人才是最厉害的。圣人就住在附近居民楼，今晚去立即就可皈依。

我说，见见也可以，但皈依与否得先了解再说。但我发现他们很猴急，并没有兴趣讨论真理（也可能是英语太差），他们只有一个目的——“赶快拉你入伙”。

面对即将被“皇军”包抄的危险局势，老衲充分发挥“打不过就跑”的革命主义精神，瞅准时机溜之大吉。

在美国，我曾被摩门教徒多次堵住传教，他们就像从一台机器里复制出来的，全部统一着装，衣冠楚楚，相貌英俊，风度翩翩，谈吐优雅，训练有素。

如果你是一位女士，也许你会当场爱上他，并很快成为他的其中一个老婆（摩门教是允许一夫多妻的）。

他们告诉我，摩门教的创始人才是耶稣去世后真正的 Prophet（先知），对圣经的理解才是正确的。

我提出了一些著名基督教神学家的观点，他们严肃地说，“那些神学家都是骗子！”这让老衲完全无语，并顿觉自己很多余，人家耶稣子孙内部的事，我一个佛教徒去掺和什么啊？

在国外期间，与各种宗教信仰徒的交流中发生过无数或深刻、或有趣、或狗血的事情。被各路神仙“度”过 N 遍之后，加上惯性存在的科学精神，老衲被迫开始反思，“成仙”技术到底哪家强？

当时我已经学佛了，但是我还是带着极大的好奇心开始研究其它宗教。

我内心的真实声音告诉我，如果我发现任何宗教学说（包括科学）确实比佛教更高明，更符合事实，我还是会理性地选择“换个组织”。

**佛菩萨，请原谅，我要追求的是真理，而不是佛教本身。**

在“货比三家”的过程中，我发现，很多人对宗教的认知都非常片面，他们的比较常常执着于一些表面现象，而忽略了更本质的东西。

要想进行客观理性的比较，必须绕开“七大误区”：

### **误区 1：只看“教徒素质”**

我在国外留学一段时间后，有一天突然发现，好多中国同学都信了基督。

肯定不是因为对基督教的研究有多深入，因为很多人对圣经的了解还不如我。一问，不少人是因为被身边的基督徒朋友感动了，他们乐于助人，富有爱心，彬彬有礼，和蔼可亲。

留学生刚来没地方住？爱心基督徒给你搞定啊（顺便劝你信教）。

语言不通？教堂有免费英语补习班啊（当然主要教材是圣经）。

没饭吃？教堂有免费午餐啊（顺便听布道）。

爱占便宜的老衲哪能经得起如此致命诱惑，硬是前赴后继地混进教堂蹭了几顿饭。后来不再蹭饭，与信仰无关，主要是嫌教

堂的炸鸡腿太难吃。

吃饭的时候，基友（信基督的朋友）还不忘教育我，你看基督徒素质多高，多有爱心，就冲这点我也愿意信基督。再看看你们佛教徒，特别是中国那些和尚，一个个就知道骗钱，搞迷信，占小便宜，背后偷偷吃肉（我满面通红地看了看手中的炸鸡腿）。

在基友的狂轰乱炸下，老衲还是顽强地啃完了鸡腿。士可辱，不可饿。吃饱了才有力气追求真理嘛。

后来饭蹭多了，各种教徒也见多了。我发现，判断一个宗教，绝对不能只凭对教徒的印象，因为：

### 1) 教徒良莠不齐。

教徒都是人，永远是有好有坏，他们的修为大多达不到教主的水平，也无法代表教义的正确与否。

就好像后世腐朽教条虚伪的秀才们既不能代表孔夫子不好，也不能说明儒家文化不好。

**基督徒在历史上有无数血腥的罪行，也不一定能代表耶稣的本意。**

### 2) 你的样本有限。

比如，全世界几个亿的佛教徒，你见到了几个？

其实好的修行人也不少，只不过多数比较低调而已。再说，哪怕只有一个佛教徒通过修行证得了真理，也足以说明佛法的深邃。

就像七哥说的，天上的太阳有一个就够了，不需要那么多。

### 3) 你的了解不深。

很多教徒刚开始热情友好，时间久了也会发现各种问题，比

如虚伪，是非多，甚至背后乱搞男女关系等等。

也有些教徒看起来又脏又粗鲁，接触久了却发现人很善良。这种现象每个宗教里都有，最多只是程度不同。

#### 4) 一切都是无常。

一个人来到今天的佛教寺院，看到道风不振，可能失望而去，甚至呵佛谤僧。

但若穿越到一千多年前的长安，见到玄奘法师，可能又心生敬仰，磕头不止。

其实佛法从来没有变，变动的是人们徒观其表的肤浅智慧和随境而转的浮躁内心。

看到几个虚伪的基督徒就能说明耶稣是骗子吗？看到几个破戒的和尚就能说明佛法是迷信吗？想想自己的逻辑吧。

## 误区 2：只看“颜值”

在我见过的传教士中，摩门教的颜值和衣着绝对是排第一位的，很多人颇具明星气质。

我还去过摩门教在盐湖城的总部，那个教堂非常漂亮。我还记得那个室内穹顶宛如天空，繁星点点，设计装潢之美观气派，简直了……

然而那又怎样？喜欢漂亮房子吗？那你皈依建筑大师吧。

喜欢帅哥美女吗？那你皈依电影明星吧。

一次我去一个很大的教堂听布道，一个牧师在台上拼命抨击另一个宗教，说看到一尊神像是一个有很多乳房的女人，太恶

心了。

我大开眼界，原来想“做真神”首先要通过教徒们的乳房检查。

上次一个网友问我：“为什么满天神佛都是冷兵器时代的人形而不是其它动物或非地球生物？”OK，现在终于有个“多乳房的非地球生物”了，但还是有很多人不满意。

**你说，人类咋就那么矫情呢？**

信神就是看哪个神长得漂亮吗？就像网友常说的：“你长得那么漂亮，说什么都对了。”

只看“颜值”，无非是另一种执着而已。

### **误区 3：只看“宗教仪式”**

基督徒告诉我，佛教徒太迷信了，对着个泥巴捏的佛像三叩九拜，我们可不搞偶像崇拜，连圣母玛丽亚我们都不拜。

我差点不厚道地笑出来，你们不也在崇拜木头雕的耶稣十字架吗？就算人没跪下去，**在你低头祈祷的一瞬间，你的心不也跪下去了吗？**

无论信不信教，每个凡人心中都有偶像。

真的要砸掉所有偶像？那你去当红卫兵吧。问题是红卫兵也有偶像，主席老人家嘛。

当然也有人高傲地告诉我，他真的不崇拜任何偶像，各种宗教学说党派都有问题。我说，好吧，那你的偶像就是你自己。

其实到高层次的佛教修行，所谓“色即是空”，还真是不崇拜任何偶像的。

比如，宋代的丹霞禅师，冬天把木头佛像劈了当柴烧，以破除弟子对佛像的执着。我不确定神父们是否也会把十字架烧掉。

仅从表面形式上，其实很难深入一个宗教的旨趣。

#### 误区 4：只看“神迹”

有的基督徒为了说服我信基督，告诉我一个他认为很重磅的证据“**See the Jews**”，即看看《圣经》中对犹太人的预言，并对照两千年来犹太人的历史与预言是如何的吻合。

这样的“神迹”大概能体现超自然能力的存在，但任何人对此的过度惊诧也只能说明他的孤陋寡闻。

其实，类似这样的“神迹”在佛教、道教、印度教里面比比皆是。

佛陀和历代大德有很多对未来的预言都实现了，还有如中国古人留下的《推背图》等都很神奇，但它们既不能证明任何宗教高于其他宗教，也不能证明世界是上帝创造的。

我遇到和听说过一些基督徒的见证，都是祈祷上帝后病好了，于是感叹“神的大能”。

我很想反问，病好了就能说明是上帝的作用吗？会不会是其他原因？那些祈祷了没好的例子又有多少？再说，能治病就能说明世界是上帝创造的吗？祈祷佛菩萨病好的例子比比皆是，能说明世界是佛创造的吗？

有一次我因为打球膝盖严重受伤，医院说很难治。基友拿出圣经找了一段话，证明我是因为迷信佛教不信上帝所以被惩罚。

好吧，于是老衲开始积极治疗，并加大了“迷信活动”的力度，结果过了一段时间恢复得不错，又可以打球了。看来上帝没他说

得那么小心眼嘛。

还有一类“神迹”是在祈祷或打坐时看到各种异相（如光明，或神来了之类），听到各种异声（如说话），身体有各种不同寻常的感受（如轻飘飘）等等。

这类现象哪个宗教都有，其中有很多是幻觉，必须理性对待。这方面的经验当属佛教阐述的最全面和透彻。

总之，诸法唯心造，不要执著为好。

### 误区 5：只看“人气”

很多基督徒说：“我们是世界第一大教，二十亿人信的东西，难道会没有道理吗？”

每到这时，我就想起了打群架的场景，一方大喝道：“老子手握二十亿信徒，有本事你放马过来！”

我很想说一句政治课本里常说的：“真理往往掌握在少数人手中”。

世事无常，潮起潮落。“文革”期间，满大街都是红卫兵，就能说明红卫兵掌握了真理吗？

我怼过一个基督徒：“按照你这个选择方法，如果你有幸出生在耶稣的时代，你反而不会信耶稣了，因为那时耶稣是少数派嘛。”

紧跟大众，那未必是追求真理，也许只是赶时髦而已。

## 误区 6：只看“GDP”

十几年前，一个基督徒对我说，你看现在世界的发达国家，基本都是基督教为主，那些佛教为主的国家和地区，都是贫穷落后，这显示了上帝的恩典和选择。

**我发现，他根本不懂历史，甚至没有掌握基本的辩证法。**

其实，目前的西方国家基本都是政教分离的国家，并不是严格意义上的基督教国家。

真正的“基督教国家”（先不论基督教的定义）是中世纪时期的许多欧洲国家，而他们实行的政教合一体制引发的灾难与祸端简直罄竹难书。

**它造成了各教会或教派之间的连年不断的战争，更不要说对科学家和异教徒的残酷迫害。**

而美国是从 18 世纪中叶的“大觉醒”运动之后，意识到了限制教会干涉政治的重要性，一步步发展到了今天的政教分离制度。

其后，基督教的负面作用被极大地限制，而宗教的慈善等正面作用被发挥出来。所以说，**现代西方国家实现政通人和主要是靠法制和民主，而不是靠教会。**

再说，在人类很长一段的历史中，中国都是世界在经济、科技、文化等方面综合最发达的国家，但中国从来都不是一个基督教国家，那这又说明什么？

按照目前趋势，如果 30 年后中国超过美国成为世界最强大的国家但仍然不是基督教国家，你又会怎么看？

**所以说，不是风动，不是幡动，是教徒们的心在乱动。**

## 误区 7：只看细节不见全体

有些人深扒各宗教经典和历史，从中找出细节漏洞，这种精神挺好，但是过了头又会走向反面。

比如，一些人发现《圣经》的 [2 Kings 24:8] 章节中说 Jehoiachin（公元前 6 世纪的 Judah 国王）执政时是 18 岁，而 [2 Chronicles 36:9] 中则说是 8 岁（类似的不一致在《圣经》中有不少）。

反神派们如获至宝，说完美的神留下的经典怎么会有这么多漏洞？

当然，这确实给“神的完美”留下一些质疑，但是本来就是几千年前的事，现代圣经又是最终成书于耶稣“升天”的几百年后，被历代教徒各种编辑和改动，有点小问题在所难免嘛。

**那也不能说明基督教的主体教义不对或是耶稣不存在嘛。**

记得上大学的时候我们和一个研究佛教史的教授聊天，他本人并不信佛。

他向我们展示了他的最新研究成果，《虚云老和尚年谱》中有一处日期，他查了万年历发现根本没有那个日子，他的潜台词是：虚云老和尚的事迹是假造的。

我记得当时一位老居士立即纠正他佛教里习惯的历算方式和民间有些不同，这个差异可以解释。

这个我不懂，但我觉得完全不重要，就算老和尚的弟子当时记错了日期，也可以理解嘛，这一点证据就能证明佛教是错的，高僧们都是骗子吗？

**既然是瞎子，就别老揪着大象的一根杂毛不放，还是先把大**

象全身摸一遍吧。

说了这么多误区，这也不行，那也不行。

那么，到底应该基于什么来判断一个宗教呢？

客官别急，容老衲先喝口茶，且听下回分解吧。

## 第十八章 耶稣大战如来佛？我为什么没有 pick 基督教

---

写在前面的话：

宗教信仰林林总总，到底该如何客观理性地评判一个宗教？这一回宗翎法师以基督教为例，以事实和逻辑“两个根本”的科学方法深入浅出地阐述评判宗教的是是非非。文章很长但绝对有料，建议一边喝茶一边阅读。

上次讲到要判断一个宗教，必须避开七大误区，详见拙文《宗教集市的“淘宝”指南：什么值得信？》。

**可见，真正要了解一个宗教，不能只看表面，必须回归到关键教义和关键人物。**

然而，宗教这个东西，还真是相当复杂。

有基督徒说，有人神游地狱，看到释迦牟尼由于创立佛教不信上帝，正在一口大油锅里被煮，这就是不跟着上帝混的下场！

有佛教徒说，耶稣生平历史缺失了十几年，这期间干嘛去了？去喜马拉雅山找释迦牟尼学佛去了。我佛才是基督教祖师爷。

有印度教徒说，释迦牟尼是毗湿奴神（Vishnu）的十个化身之一，毗湿奴才是背后真正老大，至此佛教被印度教悄然收编。

有道教徒说，老子骑着青牛西出函谷关，爸爸到底去哪了？没错，就是去了印度，变成释迦牟尼佛，普度南亚大陆蛮夷之辈。

贵圈真乱，俺已懵——终于明白啥叫“懵圈”了。只剩下可怜的老衲，独自在风中凌乱。

**你信谁？不信谁？凭什么？证据呢？**

好吧，面对这一锅糍糊加一地鸡毛，老衲默默掏出了《科学方法论》。实在没辙了，只有用最后一招“**科学的精神**”来审判各路大神了，千万别放雷劈我啊。

这一回到科学方法论，头脑一下清醒了。

**所有科学研究，都是基于“两个根本”——事实和逻辑。判断宗教，也不例外。**

初步判断宗教的方法论，简单地说就是：

**根本 #1：是否与事实不相违？**

**根本 #2：理论能否自圆其说？**

那么，运用“两个根本”，我们应该主要研究宗教的哪些方面呢？

上次说了，只看教徒，只看形式等，都不靠谱。

老衲认为，**重点应放在“教义”和“教主”上。**

如果一个宗教的教义“童话里都是骗人的”，而教主“哥只是个传说”。那么很可能你本来想学神仙，结果学成了神仙的兄弟——神经。

有的人可能会问，“爱”难道不重要吗？

呵呵，在老衲接触过的宗教甚至邪教中，没有一个不说是“大爱”、“慈悲”的，也没有一个认为自己是残忍冷酷的恶棍。

而且每个宗教“爱的定义”不同，比如，有的教认为“干掉异教徒”也是爱，有的教认为“不信神就送你下地狱”也是爱，大家都振

振有词，弄得老衲已经“不会爱”了。

世界上的宗教很多，无法一一举例分析，这里只能举个典型的例子：**基督教**。

下面，我们尝试用“两个根本”来辨析目前的主流基督教。

### 1. 对基督教进行探讨的一些说明

其实基督教（Christianity）是个很难定义的概念，因为教派众多，说法不一，而且彼此互不承认，都认为自己是唯一真理。

而且很多宗派都指别的宗派的信徒不能得救，只有他们自己的信徒才能得救，有些甚至发展到彼此敌对的状态。

美国有个笑话：有一次，汤姆先生看到一个男子在桥上就要跳海了。

汤姆喊道：“不要跳！”

男子说，“没有人爱我。”

汤姆说，“上帝爱你，你相信上帝吗？”

男子说，“我相信。”

汤姆说：“你是基督徒还是犹太人？”

男子说，“基督徒”。

汤姆说，“我也是！你信新教还是天主教？”

男子说，“新教”。

汤姆说：“我也是！你什么派系？”

男子说，“浸信会”。

汤姆说，“我也是！北浸信会还是南浸信会？”

男子说，“北浸信会”。

汤姆说，“我也是！北保守浸信会还是北自由浸信会？”

男子说，“北保守浸信会。”

汤姆说，“我也是！北保守浸信大湖地区，还是北保守浸信东部地区？”

男子说，“北保守浸信大湖地区。”

汤姆脸色突变，大喊，“去死吧，你这异端！”一把将男子推入海中。

很多新教徒认为天主教等不是基督教，但学术界很多人还是认为凡是敬拜耶稣基督的教派都是基督教。

本文中的“基督教”主要指的是马丁·路德改革后的新教(Protestantism) 和历史更长的天主教(Catholicism)。

当然本文中的“基督教”一词有时可能指目前主流的新教，有时可能指古时候的天主教，有时可能指一些小的支派，用词不一定很严格，这也不全怪老衲，**因为什么是基督教正宗连基督徒自己也说不清楚。**

在做研究之前，我们必须有一个基本的共识，**即宗教研究必须基于普适的“人逻辑”，而非先入为主的“神逻辑”。**

什么叫“神逻辑”呢？

比如说，张三一上来就假定圣经或佛经是正确的，“用圣经辩护圣经”或“用佛经批判圣经”，这就叫“神逻辑”。因为张三已经先入为主，失去客观思考的能力了。

我看过一场公开辩论的视频，是美国神学家 William Lane Craig 对阵无神论学者 Richard Carrier。辩论的主题很有趣：“耶稣真的死而复生过吗？”（**Did Jesus Rise from the Dead?**）

辩论一开始，我觉得基督教一方就已经输了。因为 Craig 的开场白中说：“I pre-suppose that God exists.（我假定上帝是存在的）”

上帝啊！拯救他吧！我简直不敢相信自己的耳朵，你和一个无神论者辩论竟然上来就假定上帝是存在的。那无神论一方上来就假定上帝不存在，然后大家就靠猜拳判定胜负算了。

这就是典型的“神逻辑”。幸亏 Craig 没在我导师那里读研究生，否则肯定毕不了业。

过去，我只要对基督徒的观点提出质疑，马上就被扣上一顶帽子“在神面前不够谦卑”。问题是当我面对 N 个宗教去选择的时候，不用普适逻辑和事实去质疑能行吗？如果碰上邪教了，不许你思考，只让你谦卑，你怎么办？

建立在智慧之上的谦卑才有意义，否则很可能是盲目崇拜，从“谦卑”变“可悲”了。

## 2. 用“两个根本”分析基督教主要教义

下面，我们以目前主流基督徒认可的几个支柱理论为例，用事实和逻辑来分析一下其可信度。

### 1. 神创论

大家都知道，基督教认为神创造了世界。这一点从逻辑上来说，很难证真或证伪。但创世的过程以及基督徒由此推导出

来的各种结论是可以研究一下的。

《圣经》上说，上帝用六天造万物，其中第六天造陆地上的  
一切活物及人。也就是说，人类的历史和地球的历史只差几  
天，并且人和恐龙是在同一天被造出来的。

很多保守派基督徒相信，地球是在大约六千年前（也有说上  
万年的，反正都很短）被上帝创造出来。

这是 17 世纪一位爱尔兰主教 Ussher 从圣经的系谱中，根  
据 A 是 B 的爸爸，B 是 C 的爸爸，一代代查户口非常“严  
谨地”推算出来的，后来成为了主流基督教的观点，有些后  
人重新计算得出的结果也差不太远。

如果你看到一些老版英文圣经上赫然印着“**世界创造于公元  
前 4004 年**”，千万不要觉得奇怪。

现代科学通过考古和测量认为：**地球的历史大约四十六亿  
年，人类的历史大约几百万年，而恐龙几千万年前就灭绝  
了。**

对于这一矛盾，基督徒们的常见回应有：

- (a) 科学测量可能是错的，比如碳-14 测年法不一定精确。  
(6000 年 vs 46 亿年，这可是差 76 万倍啊！这实验误  
差得是有多大啊！来人啊，把科学家都拖出去斩了)
- (b) “六日创世”可能是“六阶段创世”，不一定是六天。  
(对不起，六天真的是圣经上白纸黑字写的，一天是按  
昼夜来算的。而且，由于造物加班很辛苦，第七天神休  
息了，所以才有了不许工作的“安息日”)
- (c) 旧约原文里的“父亲”可能是跳过了许多代，不一定就  
是某个人的“爸爸”。

(看来神就是神，对“父亲”的定义都和人类不一样)

- (d) “二次创世”，即“神”创造世界搞了两次，恐龙是第一次创世的产物，第二次创世（即六千年前那一次）前恐龙已经死光光。

(看来神第一次创世和人第一次创业一样，都不容易成功)

- (e) “神”造的东西可以一出生就是有年龄的。

(神在六千年前造了地球，然后再将恐龙化石“做旧”为两亿年前的样子，弄个假古董逗你玩)

- (f) 恐龙骨是撒旦埋下的假证据，意图愚弄人们，引诱人类远离上帝。

(不得不说，撒旦同志对我的愚弄成功了)

任何人都可以创立一个宗教，或是解释一本经典，并提出自己的理论，但是否符合事实和逻辑，嘿嘿，请读者们自行判断吧。

否则“基友们”又会愤怒地质问我：“Were you there?”(上帝造人的时候你在现场吗?)

老衲当然不在，但你们也都不在，连圣经的作者都没有在，不是吗?

## 2. 原罪论和赎罪论

根据目前主流基督教的说法，人类的祖先亚当和夏娃在伊甸园被一条会说话的蛇引诱（很多人认为蛇就是魔鬼撒旦或其一伙的），违反了上帝的嘱咐，偷吃了“能知善恶”树上的果子，被主逐出伊甸园，并祸及子孙，株连九族。

所有人类都有祖先“遗传”而来的“原罪”，从一出生你就是个罪人，你全家都是罪人，预备“满门抄斩”。

两千年前，上帝大发慈悲，化为耶稣下凡，让耶稣（上帝）被钉死在十字架上替人类赎罪。

基督教认为人类自己再忏悔也没办法赎自己的罪，必须通过一个完全无罪的神，用他的“宝血”才能清洗。

人类只有信基督，接受耶稣的救赎，才可以上天堂，否则无论你怎么行善“学雷锋”，死了都得永远下地狱。当然，上帝同时还给了人类“自由意志”，怎么选择自己看。

关于以上的“原罪论”和“救赎论”，争议实在太多。

有的人认为：如果一个工厂制造的产品都是次品，那负责设计制造的总工程师肯定有问题。如果万能的神造出来的人类都是罪人，请问上帝是不是有犯罪倾向？

有的人认为：吃下“分别善恶”树上的果子之前，亚当夏娃是没有分别善恶能力的，就像傻傻的小孩子。上帝默许蛇来引诱他们吃果子，然后粗暴地将他们逐出伊甸园，请问上帝是不是有虐待倾向？

有的人认为：万能的上帝有 N 种高大上的方法解救众生，也可以改变游戏规则让人类自行赎罪，偏偏选了自己上十字架被钉死，那上帝是不是有自杀倾向？

当然，在“一神专政”体制下，上帝爱怎么玩就怎么玩。但关键问题是，基督徒描述上帝的两大特征——“大能”和“大爱”，就产生了逻辑上不可调和的冲突。

不管上帝造了人又强加原罪是什么动机，也不管上帝“死去活来”地救赎有多大意义，咱就看结果——直至今日大部分地球人还是不信基督。

根据基督教义，这些人都得下地狱。也就是说，上帝设了个局和人类玩了一场游戏，结局是大部分人下了地狱。

那么问题来了：

万能的上帝造人之前难道不知道亚当会犯罪，有一天会吃下那个禁果？

为什么要创造和纵容那条蛇来引诱亚当，难道上帝不知道后果吗？

他难道不知道他的子民们将会永远活在罪里，不知多少亿人得下油锅？

他难道不知道他的“自杀式救赎”效果不佳，大部分人还是不信基督而要下地狱？

**如果他不知道，上帝就不是大能的；如果他知道但不做为，上帝就不是大爱的。**

试问，如果你明知道养条毒蛇在家里，你自己的孩子会被咬死，你还会养蛇吗？你会任蛇咬孩子不管吗？你会给孩子“自由意志”随便玩蛇吗？反正我不会，因为我爱孩子。我这样一个普通人都能做到的事，大爱的上帝怎么会做不到呢？

这种矛盾，在圣经很多地方都有反映，比如旧约《创世纪 6:5-7》：

耶和华见人在地上罪恶很大，终日所思想的尽都是恶。耶和华就后悔造人在地上，心中忧伤。

耶和华说，我要将所造的人和走兽，并昆虫，以及空中的飞鸟，都从地上除灭，因为我造他们后悔了。

什么？上帝老人家竟然后悔了？全知的神竟然不知道造出的人将来会做恶吗？大能的上帝，要人类改恶向善，不就是弹个指头的事吗？就算懒得弹指头，也可以派耶稣下凡拯救全人类，没必要用洪水消灭一切生物嘛。

有个哥们看完《旧约》以后说，感觉上帝很像他女朋友，爱发脾气还容易后悔。我只好安慰他：“上帝爱你”。

我曾引用古希腊哲学家 Epicurus 的“四段论”问基督徒的看法：

上帝愿意阻止恶行，但无能为力吗？那他就不是万能的。

他有能力阻止，但不愿意作为吗？那他就不是良善的。

他既有能力，又有善愿吗？那世上怎会有邪恶？

他既非万能又无善愿吗？那何以名为上帝？

这个四段论的精髓就是：**从逻辑的角度来看，上帝的“大爱”与“大能”是不可能同时存在的。**

很有意思的是，这么一个看似简单的问题，至今老衲没有遇到任何相信“人格化上帝”的基督徒能从逻辑上完美地回答，包括那些知名神学家。

不是没有答案，但都经不起推敲。

只要一提出“四段论”，“基友”就指责我：“你就是否定神的存在！”

我告诉他，我不是否定神的存在，我只是否定你说的那样一个神存在（既大爱又大能），因为自相矛盾嘛。

基友于是祭出终极辩护词：“我不会听你的。我坚信圣经的每一句话，信者得救，不信者下地狱”。于是谈话戛然而止。

有时候，坚持真理与顽固不化，只有一线之隔。

### 3. “撒旦捣乱论”

对于世界上的其他宗教、各类学说、奇灾怪事等，基督徒们有一个万能的解释：**魔鬼捣乱**。

佛教、印度教、伊斯兰教怎么来的？魔鬼捣乱！

某人精神失常举止怪异？魔鬼捣乱！

新的考古发现和科研成果与基督教义不吻合？魔鬼捣乱！

动画片竟然宣传猪猪侠拯救世界而不是上帝？魔鬼捣乱！

……

比如，主流基督教是不承认有前世和轮回的，而我曾搜集过大量以 Stevenson 教授为代表的西方科学家严谨的轮回研究案例，用基督教理论很难解释。

我向一些资深基督徒请教过“前世记忆”的问题，我拿出了很多案例，有些还是发生在虔诚基督徒的身上，请问他们对此的看法。

基本上没几个人会把这些案例看完，就告诉我“前世记忆”都是魔鬼撒旦搞的把戏，目的是为了诱惑人类远离上帝。

那么问题又来了，上帝为什么要创造魔鬼来忽悠世人不信上帝呢？

有的人答曰：为了**考验和磨炼世人，帮助世人找到真理**。等一下，有点乱，这脑筋急转弯完全达到撒旦级水准啊。

什么？魔鬼竟然是上帝一伙的？可是貌似世界上大部分人都没信基督教，魔鬼对人类的“潜伏”训练相当失败啊，结果弄巧成拙，大部分人都永远下了地狱，请问全知的上帝事先知道这个结果吗？

也有的人答曰：**魔鬼是堕落天使，他的乱搞违背了上帝意志**。

什么？天堂的天使还会堕落？那全知的上帝知道这些会发生吗？如果知道为什么不阻止呢？世界上很大一部分人可都被

魔鬼引诱了哦。上帝不是大爱的吗？我们不要求发财升天，请别放出魔鬼折磨我们了行吗？

**凡是好事都是上帝的大爱，凡是坏事都是魔鬼的捣乱。问题是魔鬼也是上帝创造的啊。**这种“双手互搏”的招数老衲实在看不懂。

当我指出“创造魔鬼”的逻辑漏洞时，“基友们”往往顾左右而言他，绕着绕着就把话题引向别处。

**你可以叫醒睡着的人，但叫不醒装睡的人。**

一口气读了这么多，一定累了吧？喘口气，歇一歇，明天这个时候，我们再来深入地聊一聊历史上耶稣是如何一步步被抬上神坛的。以及《圣经》和关于《圣经》的解读究竟靠不靠谱。

还有最重要的，我究竟为什么没有选择基督教。

很多人可能会误认为老衲是个偏执的反基分子。

请注意，我在前文中基本都是说“目前主流基督徒”如何如何、“现代主流基督教”如何如何，我从来没说过耶稣本人不是圣人，也没说过纯正的原始基督教一定是错的，更没说过所有的基督徒都不好。

事实上，在研究基督教的过程中，有一段时间我非常困惑，觉得问题和矛盾太多，但长期研究各种宗教的经验告诉我，基督教绝对没有这么简单。

带着种种疑问，受到南怀瑾先生“经史合参”的启发，我开始追根溯源地研究基督教、天主教和犹太教的历史，以及不同教派对《圣经》的解读。这一研究，还是发现了不少关键性问题。

### 3. 关于教主的研究：耶稣说怎么被抬上神坛的

现在基督徒的主流看法认为，耶稣并不只是一个普通的先知，或仅仅是个智慧博爱的人类，耶稣本人就是上帝，或者说，和神完全是一体的。

这也是“三位一体”理论的重要组成部分，即圣父（耶和华）、圣子（耶稣）、圣灵完全是一体的。这是目前主流基督教的根本支柱，所有的救赎之类都基于这一点。

那么请问，耶稣在世的时候，有没有说过自己就是上帝呢？

**答案是，争议很大。**

基督徒认为明确说过，但那些论据反对派则认为不充分，因为《圣经》中有很多完全相反的证据，还有些话可以做另外的理解，还有些来源存疑。

简单地说，就是基督徒普遍认为耶稣说过自己是神，而学术界普遍倾向于没说过或证据不足。

那么耶稣在世时有谁承认他是上帝吗？基本没有。

周围的街坊们觉得他就是个木匠家庭出身的普通人。

他的家人认为他是个“神叨叨”的疯子，不想让他见人。

犹太教领袖认为他被魔鬼附身了。

在生命的大多时间里，连他的大弟子们都不知道他是谁。

那时候的耶稣，别说“做真神，爱世人”了，连“做自己，爱生活”都是一种奢求。最后惨被弟子犹大出卖，活活钉死在十字架上。

很多淘宝店主老在抱怨工作辛苦，赚不到钱什么的。对此，老

衲只想说：

**苦不苦，看看基督救世主；累不累，想想耶稣受的罪。**

那么，从什么时候大家开始普遍认为耶稣是神了呢？

是在耶稣升天后，产生“规模效应”大体是几十年之后。

为什么大家活着的时候不信耶稣，升天多年后反倒开始信了呢？

主要原因是，有人传说耶稣死后竟然“复活”了！这岂是人类能做到的？肯定是神仙啊。

那证据呢？主要是一个空的坟墓和《新约》中几个人的陈述。

最早的书面“见证”是耶稣升天二十多年后，使徒保罗写了封信给教会，说自己当年见到耶稣显圣了，而且耶稣复活显示给了很多人看（但那些保罗并不在现场，也只是听说）。

耶稣死后的几十年里大家口口相传，越传越神。最后有人把这些江湖上的传说记录下来，就是《圣经·新约》的一部分内容。

而古罗马人有自己独特的“神仙观”，“死而复活”成了大家给耶稣“封神”的主要依据。

**在圣徒保罗等人的推动下，到了公元二世纪以后，这种“耶稣是神”的思维就渐渐成为很多人信仰的基督教义了。**

好吧，耶稣是神也没关系，那上帝总是最大的吧，耶稣总不能和上帝平起平坐。没错，早期“封神”的时候很多人都是这么认为的。

比如，君士坦丁大帝时期埃及出了一个著名的基督教长老“亚流哥”（Arius）。他的主要神学观点是承认耶稣具有相当的神性，但认为仍然低于上帝，即耶稣不是上帝，而是上帝造出来的得力

助手。他还反对教会上层成为特权集团并占有太多土地和财富。

当时亚流哥的学说一度相当流行，并得到了很多劳动者的拥护。当然，也有很多人不认同，因此产生很多纷争。

这引起了罗马大皇帝的关注，主要不是关注神学，而是关注“维稳”，要先统一思想才有安定团结的政治局面嘛。于是罗马皇帝决定：别吵了，开会讨论！

公元 325 年，第一次尼西亚大公会议(First Council of Nicaea)胜利召开，这是一次团结的大会，胜利的大会，与会代表紧密团结在以皇帝君士坦丁一世为核心的中央周围，审议通过了“三个代表”……哦，不，是“三位一体”重要思想。

在大会上，人数众多的一派认为耶稣就是上帝，圣父和圣子一体。亚流哥则引用大量《圣经》原文驳斥他们，证明耶稣是低于上帝的，比如 [John 14:28]: "The Father is greater than I"（圣父比我伟大）。

辩论无比火爆，场面一度失控，尼古拉斯主教气急败坏，使出如来神掌，给了亚流哥一个大耳光。

皇帝一看，这说好的“罗马论道”怎么变成“华山论剑”了，赶快喊停。别打了，大家投票决定！真理掌握在多数人手中嘛！

最后，尼西亚会议以人民代表大会投票的形式，用革命群众的力量，否定了“耶稣次于天父”的观点。

会议在皇帝君士坦丁一世施加压力下通过了《尼西亚信经》，其中的关键句子是“圣子与圣父同质”（也就是耶稣完全等同于上帝了）。“三位一体”被定为正统的教义标准，否定者都被打为异端，亚流哥也惨被放逐。

这就是基督教历史上有名的“亚流之争”(Arian Controversy)，

它标志着皇权开始介入了教会。

从此，“耶稣到底是人还是神”这类问题不是耶稣自己说了算，也不是知名神学家说了算，而是广大神父们和皇帝说了算。“说你是，你就是，不是也是”。

有趣的是，君士坦丁大帝本人虽然保护基督教却没立即皈依，而是先勒死了他的夫人、处死了他的弟弟与亲人，临终时才正式受洗成为基督徒。

当然，按基督教教义，大帝还是会升天堂得永生，而被他害死的亲人们由于没机会皈依基督教，则必须永世在地狱受煎熬。

尼西亚会议的影响极为深远，直到几十年后，整个社会还在“全民大辩论”，在会议十年后出生的主教 Gregory 描述了当时的场景：

争论充斥在城市每个角落：胡同、路口、论坛、广场、衣店、钱庄、食摊，无处不在。

就去换个钱，人家还给你上堂课“耶稣是不是被造的”；

就问个面包多少钱，回答竟然是“圣父是老大，圣子是手下”；

就问下洗澡水烧好没有，还给你来个演讲“圣子本没有，圣父造了他”。

敢情那时候的老百姓都是激情澎湃的哲学辩手啊，这位主教大叔一出门就被抬杠，估计都快疯了。

一千多年后出了个激情澎湃的老衲，和“基友”一提“耶稣不一定是上帝哦”，他们就和我抬杠，我也快疯了。

而尼西亚会议上的基督徒们不止抬了杠，还把耶稣正式抬上了神坛。

回顾历史，耶稣的“封神”是在几百年中不断升级的。

起初，“耶稣复活”的消息流传开以后，很多人只是猜想：耶稣本来是个人，但在受难后，被上帝提拔成了神，但还是低于上帝。

可是随着后来的福音书一本本出现，各种“权威解读”一个个出现，耶稣“被封神”的时间一再被提前：从早期的“受难时封神”到后来的“受洗时成神”，后来变成“出生时就是神”，再后来干脆变成从创世纪以来一直就是神，而且世界就是他造的。

而教会也顺势成了神的捍卫者，谁敢对神不敬，老子就叫你好看。

十六世纪的塞尔维特医生因写了一篇文章“论三位一体的谬误”，认为耶稣是人不是神，结果被教会用烹饪手法“文火烤全人”二小时后死去。

希腊女数学家海帕西娅，意大利科学家阿斯科里，以及大家熟悉的哥白尼和布鲁诺等都因为否定基督教世界观，被教会施以各种“人肉烧烤”，而且极不专业——竟然连孜然和葱花都不放。

伟大的耶稣在世时是个寂寞而艰辛的传道者，遭人白眼被扔石头不说，还被钉死在十字架上。死后才“被上帝”，正式推上神坛，享受着世人的崇拜，但同时也成了史上最大的“背锅侠”，各种以耶稣名义发表的学说，甚至发动的迫害和战争，统统算在了他老人家头上。

如果有人不理解《道德经》说的：“圣人出，有大伪”，那就看看基督教的历史吧。

#### 4. 对基督教的深度思考

基督教的大多数问题，都来自《圣经》本身以及对《圣经》的解读。

##### 1. 《圣经》到底有多靠谱？

我在美国看过一场总统候选人的辩论会，一个观众站起来问：“Do you believe every word of the Bible?”(你相信《圣经》的每一句话吗?) 那个候选人支支吾吾，东绕西绕，也没回答 Yes 或 No。

很明显，他内心的真实答案是 No，但又不想得罪基督徒失去大量选票，所以只能顾左右而言他。他当然不敢否认《圣经》，因为在基督徒的心目中，《圣经》是绝对“伟大光荣正确”的，不容半点质疑。但事实真的如此吗？

有些基督徒认为《圣经·新约》里的福音书写着耶稣弟子的名字，如《约翰福音》，就是耶稣的圣徒们写的，而且内容严谨真实。

还有很多人以为，耶稣是犹太人，所以最早的《圣经》肯定是用希伯来语写的。

错！

其实最早的福音书是耶稣升天几十年后才出现的，而且是用“文绉绉”的希腊语写成。

而耶稣在世传教基本是有口授而无文字，耶稣的追随者主要是渔夫等社会底层人士，没什么文化，且大多说 Aramaic 语，完全不懂希腊语。

所以那些福音书根本不可能是门徒们亲自写的，也不可能是

当时亲历者写的，是后人把民间口口相传几十年的“传说”记录下来而已。

而在各种福音书的各种版本中，明显抄错，或明显人为修改过，前后不一，自相矛盾的地方能挑出不少，其中有一些还是重要信息，让人很难相信“神的启示”（Divine Inspiration）会如此不严谨。

而按照“人的经典”的历史视角来审视，就比较好理解了。

举个例子，《马可福音》笔下的耶稣，在临刑前显得非常痛苦悲哀，在赴刑场的路上一言不发，直至最后才绝望的喊出，“**我的上帝，我的上帝，你为何离弃了我？**”然后咽了气。

而根据《路加福音》，耶稣临刑前显得坚强潇洒，视死如归。去刑场一路上话很多，又是劝导妇女，又是鼓励死刑犯，最后说“**父啊，我将我的灵魂交在你手里。**”然后咽了气。

这么关键的情节，《圣经》里的两个福音书之间竟然有如此大的差别！

再举个例子，学者认为，《马可福音》是四福音中公认成书最早的，也是最有历史价值的。

这本书目前发现的最早抄本是公元 4 世纪的《西乃抄本》(Codex Sinaiticus)，但里面的《马可福音》第 16 章总共才 8 节，根本没有耶稣复活的记载。而今天的《马可福音》第 16 章后面凭空多了 12 节经文，大谈耶稣复活。那么有没有伪造嫌疑呢？

这就是为什么历史学家认为《圣经》可以参考，但不能作为完全可靠的历史凭据，因为问题太多。

另外，什么书能收录进《圣经》也是一个关键。

直到公元四世纪之前，古罗马还流行着很多宗派，还有 N 种原始基督教经典和 N 种对经典的解读，可以说是“百花齐放，百家争鸣”。

但后来大量经书被打为“次经”或“伪经”，甚至销毁，这个过程也有很大争议。

尼西亚会议上，还主要是亚流哥一派的观点被打压。但到了公元 382 年，在皇帝 Theodosius 主导的罗马会议（Council of Rome）上所有其他福音书都被打成异端，至少几十本当时流行的其他福音书（包括著名的托马斯福音）都被禁并销毁，一些教派的领袖和教徒也遭受了迫害和压制。

这有点类似基督教版的“焚书坑儒”。

1945 年，埃及出土了大量古代的福音书，其中就包括著名的《托马斯福音》（Gospel of Thomas）。

公元二世纪就有学者们提及这本书，但是大概从君士坦丁大帝时代之后就再也没人见过原书了。两千年来，大多基督徒就只知道现代《圣经》上的四本福音书。

《托马斯福音》据说是耶稣给亲近弟子小范围传的教。其中的名句是：

**“当你们认识了自己，才会被认识，才会明白你们是父的孩子。”(When you know yourselves, then you will be known and you will know that you are the sons of the living father.)**

换句话说，如果耶稣是神的儿子，那每个人也都是，耶稣并没有什么我们不具备的东西。当然，教会肯定是反感这种观点的。

如果每个人都能通过内在的修行靠近神，那还要教会和神父

们干啥？有学者认为，这是这本书“被和谐”的主要原因。

从公元四世纪开始，皇权和政治不断地介入基督教，并极大地影响了基督教的观点、组织和行为。这种介入对宗教意味着什么，可能很多人并不敏感，老衲打个比方：

如果当年梁武帝召开“你死呀”会议，组织人数众多的净土宗僧人围攻刚来到中国的禅宗鼻祖——达摩祖师，并从此宣布禅宗等宗派为非法组织，之后下令把大部分佛经都烧毁，只留下他认可的净土五经，那么你可以想象今天中国的佛教会是什么局面。

可能大家就只会念“阿弥陀佛”，连参禅打坐跟着七哥抄《心经》都成异端外道了。

## 2. 对《圣经》的解读到底有多靠谱？

现在基督教的主流观点，其实很多不是耶稣本人说的，甚至不是《圣经》上明确的，到底是谁最先提出这些的呢？

**这个关键人物就是前文提到过的圣徒保罗。**

很多人把保罗也归于使徒（Apostle），但其实他根本不是耶稣十二大弟子中的一位，耶稣在世时也没有跟着学过一天。

他本不信基督，而是一个刽子手，专门处决不听话的基督徒。

耶稣死后，保罗在一次逮捕行动中看到“复活的耶稣”在一片大光中出现（从这里其实也看不出耶稣是肉体的复活），他跌落马下，眼睛三天看不见东西，视力恢复后保罗就开始四处宣传耶稣就是弥赛亚，是神的儿子。

早期耶稣十二大弟子都不太理他，甚至和他有很多分歧争执。在《圣经》里可找到多处保罗的教义与耶稣或耶稣门徒的教义相冲突的例子。

但是他能量很大，到处传教，建立教堂，成了早期基督教的销售冠军，当然事实上主要是推销“保罗神学”。

我们知道，大多数佛经是记载释迦牟尼本人的讲话和事迹。而《圣经·旧约》里大部分是上古传说，《新约》则大部分是耶稣弟子们的理解和经历（虽然也涉及耶稣）。**耶稣作为教主，直接记录他本人在世言行的福音书竟然只占《新约》27部书中的4部。而就这4部书还有很多争议。**

而《新约》27部书中，却有一半左右是保罗的作品，数量上远超其他人。有意思的是，保罗的著作里很少引用耶稣在世时的“一手”教义和事迹，主要是大谈“死而复活”，自己得到了耶稣真传，然后最多的就是自己对《圣经》的理解。

目前主流基督教的主体教义，如“耶稣是神”、“原罪说”、“信耶稣才能得救”这些观点，大部分是保罗对耶稣的解读，即所谓“保罗神学”。

有趣的是，在《圣经》里耶稣本人并没有明确说过“原罪”的概念，也没说过能为信他的人赎罪。在这个问题上，即使其他“信上帝”的宗教，如伊斯兰教，也不认同原罪，因为这不符合上帝的公正。

直到今天，犹太人还特别讨厌保罗。因为保罗告诉大家：虽然之前上帝定下盟约说好犹太人是上帝的“特别选民”，结果由于耶稣的到来和牺牲，上帝像特朗普一样说毁约就毁约了。

现在只要信耶稣，或者说信“保罗福音”，人人就都是“特别选民”，上帝与全世界人重新签约了。无论是犹太人或异邦人，都不用再遵守犹太律法。而这些，耶稣在世时都没说过，是保罗的“硬解读”。

所以，很多历史学家认为，耶稣在世时只能说是留下了一些教法，有点像个宗教改革者。真正的基督教是在耶稣升天后才出现的，实际创始人是保罗，而非耶稣，这种观点有一定道理。

原始基督教依据的经典其实很多元化，对《圣经》的理解更是非常多元化。

有人认为，天上不止一个神；有人认为，旧约和新约中的上帝根本不是同一个；还有人认为，人有前世和轮回，包括耶稣；还有些神学家认为，上帝根本不是一个人格化的神，而是宇宙本有的“道”或者说自然规律。

其实，当各种“异端邪说”看多了以后，你会发现，其实原始基督教还有更原始的犹太教，他们的见解并不浅薄，也并不单一，从“事实和逻辑”的角度也不见得比今天主流的解读更不合理。

然而，大量各教派的释经书和神学著作由于各种原因沉寂在千年的历史尘烟之中。

比如，古老的犹太教。

耶稣是犹太人，原始基督教从某种意义上是从犹太教中分离，另立山头成立的。

作为老祖宗的犹太教认可旧约，但不认可后人编撰的新约，也不承认耶稣是所谓的弥赛亚。

早期犹太教的一些主要哲学支派——Pharisees, Essenes 都在某种程度上相信轮回转世之说。直至今日，部分犹太教徒特别是 Kabbalist 还是相信轮回的存在，对《圣经》的解读有些方面类似《托马斯福音》。

再比如，耶稣升天一百多年后，相当于中国东汉末年到三国年间，埃及出了个著名神学家叫“欧利哥”（Origen）。

只要你够客观，一定会认同欧利哥对于《圣经》的很多解读，比今天那些矛盾重重的“硬解读”要合理得多，并且有一定逻辑性。

比如，他认为伊甸园的故事是一个有很深涵义的寓言，不一定是地理上的存在；耶稣的复活不一定是肉体的复活等等。他也基于对《圣经》的深入研究，认为有轮回和前世的存在，并以此化解了很多《圣经》中显而易见的矛盾。

我也看过反对派对他学说的反对意见，老实说，至少逻辑上并未胜出。欧利哥的学说在正统教会流行了三百年左右，但是由于他的解释“弱化了基督的救赎”，后来被六世纪的拜占庭帝国皇帝查士丁尼一世“和谐”了。而中世纪的教廷对“轮回说”也几乎是赶尽杀绝。

**你想啊，如果人们的罪行可以通过轮回而不是末日审判来获得救赎，教廷还怎么垄断通往天堂的高速公路呢？**

还有更好玩的事情。

一些基督教的“实修派”和“超能派”在实际修行过程中，在类似“禅定”或“神通”的境界中感知到一些现象的存在，但由于同一一般信徒的理解不一致，也遭到排斥或边缘化。

比如，美国 20 世纪前叶著名的“高人”Edgar Cayce，从小就是一个极虔诚的基督徒。

他最有名的是可以进入一种状态，对疑难病人进行 reading（有点类似于神通观察），能发现连最好的医生和医疗设备都束手无策的疾病原因，并给出相应的治疗方案，往往药到病除。

他小时候甚至能趴在一本书上睡觉，醒来后就知道了书中的内容。他还能和“神”交流。

但在一次 reading 中，他意外发现人是有前世的。他痛苦极

了，因为他是极度虔诚的基督徒，不信人有前世，但同时他多年的经验告诉他，reading 经常是没错的。难道自己多年来虔诚的信仰都错了吗？

他带着这个问题，又进行了一次 reading，这次他得到神的启示说，你带着有前世的心去重读《圣经》，就会发现并不矛盾。于是他重读《圣经》，发现《圣经》从没说过人没有前世啊！而且还处处透露出轮回转世的意味。

当然，很多基督徒会将 Edgar Cayce 也定义为魔鬼附身。幸运的是，美国当时已进入了政教分离的时代，教会也没法再“和谐”他了。

老实说，很多历史上的基督教“异端”包括“高人”们对《圣经》的解释，都与现在的主流看法大相径庭，但看起来更能“自圆其说”。

确实，一个“人格化”的上帝在解释《圣经》的时候，不但矛盾重重，而且显得上帝是个很残暴的偏执狂。今天的主流基督徒对《圣经》的理解真的是“唯一正解”吗？

反而用某些基督教的“异端”理论去解释，就合理得多。

**有些“异端”认为，上帝不是一个人，而是“道”的规律。**

那些“残暴”的事就可以理解了，如《道德经》所说：“天地不仁，以万物为刍狗”。人类的原罪也可以理解了，亚当夏娃偷吃果子是一个比喻嘛。众生背离了“无善无恶”的“道”，迷失本心，就走向贪嗔痴，就会造罪，就会受惩罚……

**有些“异端”认为，存在轮回和因果。**

那人类“一生长下来就残疾”之类的苦难也不用怨上帝了，自己前生造的罪嘛。

耶稣的降临也好解释了，他前世在天上，今世轮回到人间传播教法，然后又轮回到天上……

《圣经》里很多无法自圆其说或难以理解的地方似乎突然通了。这些说法真的一点道理都没有吗？

是耶？非耶？很难下断语。但有一点是肯定的，即原始基督教的观点是非常多元的，但大部分都被教会扫进了历史的垃圾堆。

## 5. 我为什么没有成为基督徒

我曾经非常理性地思考过是否信基督，甚至以“神逻辑”认真地换位思考过。

我发现基督救赎成立的关键是“耶稣是神”。

何以证明呢？

因为有“耶稣肉身复活”的“事实”。

而这一点，争论太多，目前还没有充分的证据能够证实。而万一哪天“耶稣复活”被彻底证伪，整个主流基督教理论就土崩瓦解。

一个宗教竟然建立在这样一块晃悠悠的基石上，老衲真是捏了一把汗。

当然还有一些辅助的“事实”证据，如耶稣的母亲怀他的时候还是个处女，但是也无法证实。

好吧，我们先假定“耶稣复活”是真的。即使这样，从逻辑链条上说，还是存在很多“逻辑跳跃”和“不充分推理”。

比如，耶稣复活了就能证明他是唯一真神？

与耶稣同时代的 Apollonius of Tyana 也有死而复活的事迹，

他的弟子们认为耶稣是个大忽悠……

比如，耶稣复活了就能证明宇宙是他创造的？

真有那么大能力，何必这么费劲，还把自己整得“死去活来”，拯救众生不就是弹个指头的事吗？就算复活也有更给力的模式嘛。比如，在十字架上当场复活，或者“向苍天再借五百年”活给你看……

总之，无论怎么分析，事实还是不充分，逻辑还是不完整。

我最终没有选择成为基督徒。

原因如下：

1) 我认为目前主流基督徒对《圣经》的理解，与客观事实有严重偏差，逻辑上也无法自圆其说，无法经受“两个根本”的检验。我不敢断言其教义一定是错的，但作为一个精明的赌徒，我不会选择押宝在基督教，因为感觉胜率太低。

2) 从历史上看，耶稣本人确实有相当的神通和智慧，慈悲博爱并具有伟大的人格。但今天的主流基督教基本是“耶稣的瓶子，保罗的酒，还被皇帝动过手”，我很难相信它反映了耶稣的本意。

这就是一些西方史学家和哲学家常说的：“**基督教并不是耶稣的宗教，它只是一个有关耶稣的宗教。(Christianity is not a religion of Jesus, but a religion about Jesus.)**”

3) 现代《圣经》从历史和考古的观点来看，存在很多问题，更关键的是，历史上基督教的各种流派对《圣经》的解读也是五花八门。

对比某些其他流派，今天的主流解读是相对不靠谱的，但相对靠谱的传承已经没落不堪，找不到传承人和完整的修行方法了。

老衲从不歧视基督徒。

从我的优雅智慧的美国白人导师，到我身边可爱热心的“基友们”，很多优秀的基督徒都是我尊敬和喜欢的。

还有我特别崇拜的一个人就是德蕾莎修女，她的大爱和慈悲让我感动落泪，我常常希望自己也能像她那样无私利益别人。

我也知道基督教里有一些非常圆融和智慧的人，如著名的 Francis of Assisi、Anthony de Mello 等天主教灵修师，他们的修行方式已经与东方宗教几乎融合无二了。

其实，越是迷惑和教条的人，越会执著于“我的宗教是唯一真理”、“我的神最大”、“你有罪，必须加入我们才能得救”。

而修行越高的人，越是感觉到“无人相、无我相”，所谓“天地与我同根，万物与我同体”，越是圆融、慈悲和包容。

每个众生自心深处的那个本来面目，你叫他“佛性”也行，“上帝”也行，何必非要执著名字呢？

我并非想要摧毁基督徒的信仰来凸现自己，我只是想描述多年来追求真理道路上的一些思考，不一定正确，但绝对真诚。

本文的重点其实不是“基督教好不好”的结论，而是如何判断宗教的科学方法论，即基于“事实”和“逻辑”去理性分析一个宗教，而我同样是运用这“两个根本”去分析其他宗教，包括佛教。

那么，佛教的世界观又是怎样的？

佛教又是怎么解释和看待其它宗教的呢？

我为什么最终选择了佛教呢？

客官别急，为防大神放雷劈我，老衲先进洞躲避几日，且听下回分解吧。

### 【宗翎法师写给读者的话】

本文的一些内容是我综合了 Bart Ehrman 等几个世界级的《圣经》研究专家的观点，也基本上是美国学院派《圣经》研究学者的主流观点，并非独创。如有兴趣，我可以提供参考书目，不过除了《圣经》之外，好象都没有中文版。

另外，老衲大部分的神学学习都是用英文进行的，本文中的一些中文术语的翻译不敢保证完全准确，特此说明。

此文一出，估计有些基督徒会把我定性为撒旦的同路人。但老衲确实只是在理性讨论问题而已，水平所限，疏漏难免，那也最多是个傻蛋，绝非撒旦。

如果非要讨论也可以，但请基于大家共同承认的“人逻辑”，而不是单方面的“神逻辑”。否则老衲也只好祭出“佛逻辑”，最后变成耶稣大战如来佛，让各位群众笑话，影响大家好好吃瓜，就不够“大爱”了。

阿弥陀佛！

## 第十九章 世界上所有的问题，都是思想问题

---

写在前面的话：

两篇辨析基督教的文章一经发出，后台就变成了一片战场。有质疑声，有谩骂声，也有支持声。越是未知，越容易让人感到恐惧。在信仰这个大问题上，由不得含糊，我们整理了 19 个有代表性的问题，请宗翎法师作答，希望能够拨开你眼前的迷雾，看到更透彻的真相。

### 问题 1

为什么美国总统上任的时候要把手放在圣经上向上帝发誓？

这是美国的习俗，在“上帝”的见证下发誓就比较庄重，就像中国人有时发誓会说“苍天为证”或者“我向上天发誓”一样。

### 问题 2

不要因为信了 A 就去批评 B，否则自己一定受伤害。如果我是基督徒，我就会对写这篇文章的人反问一句，阿弥陀佛的极乐世界和基督教的天堂有什么根本区别？都是信即可得救吧？

信自己的就好，不要批评，评价，对比别人的信仰。

其实这个话你更应该跟基督徒说。

因为从我个人经历来看，批评佛教的基督徒要远多于批评基督教的佛教徒，而且批得特别狠，都是魔鬼什么的。

部分原因是佛教本身就比较包容和开放，认为存在的宗教都有一定道理，也都能劝人向善，而目前主流基督教的体系则比较封闭和排他一些。

再说，我主要是在讲自己个人选择信仰的经历，并非专门为了批评基督教，如果不幸造成基友们躺枪，实在万分抱歉哈。

阿弥陀佛的极乐世界和基督教说的天堂还真不一样，完全不是信则得救。

要去极乐世界需要“信”、“愿”、“行”三方面都做得很好才行，光“信”是远远不够的，还需要大量的修持和善行才可以。

### 问题 3

求问，如何避免长辈逐渐被这宗教洗脑，老家的长辈信这个的简直不要太多啊。诚求指导。

避免被洗脑的关键还是“两个根本”——事实和逻辑。

但是众生各有因缘，再说信仰自由，也不必太过强求。

从佛教角度看，信任何宗教和学说（包括无神论）本身都不会直接造成下地狱之类的后果，只有真的做了很多恶业才会有严重后果。

所以无论信什么，都要存好心，做好事，做个善良的人即可。

## 问题 4

1. 一个能自圆其说的理论就一定可信、可靠吗？不能自圆其说的理论就一定不可信、不可靠吗？还是说能否自圆其说只是给人们一个选择倾向？

2. 佛教的胜义谛是否超越了常人的逻辑？若是，那么常人就无法通过像文章中那样的逻辑推理方法来确定是否靠谱吗？

这两个问题问得特别好！是有思考、有智慧的问题。

“自圆其说”只能说是一个最起码的要求，而且要看用在什么层面上。

在初步筛选信仰的阶段，必须也只能通过“两个根本”这个有限的方法做“能否进入”的基本依据。

我文章的重点是一个人在正式进入一个宗教以前应怎样选择和判断。

当然，很多宗教再往深处修学，往往会有许多“超越逻辑”、“离言绝思”的东西，这些东西属于“形而上”的范畴，逻辑就不完全管用了，即使要用，也得用正确的方法，在有限的范围里用。

佛教的胜义谛的确超越了常人的逻辑，但逻辑还是可以部分使用。

比如，中观学派，在研习佛教了义的“中观见”时，还是采用了一定的逻辑思辨，一步步推理诘问，将众生对“实有”的执着打破。

但要做终极验证，就只能靠实修，而在实修时，必须放下分别思维，采用“信”的态度，用“明眼人”的实修窍诀引导去亲证。

简单地说，一个智慧的修行者，在皈依前要“疑”，否则容易

受骗；在皈依后要“信”，否则无法修行。

因为“信”本身就是这场宗教实验的一部分，没有这个要素实验就无法进行，也就无法验证最终结果了。

## 问题 5

宗教不过是成人的安徒生童话，当然都经不起推敲。但宗教是社会的安定剂啊，它让世间民众可以坦然地面对生老病死。是旧时代的产物，但可能永远也不会湮灭。毕竟，我们都会死，会死就会怕，会怕就会找寄托，当有人告诉我们死了并不是 GAMEOVER，而是进了天堂继续浪。卧槽，那这个结局我就太特么喜欢了。

宗教是不是都经不起推敲，学修经历多了就会有答案。

宗教是不是社会的安定剂，也要看具体情况。

事实上，历史上包括现实中的很多战争、动乱，都是宗教引起的，长期生活在中国可能感觉不明显，如果生活在国外可能体会深一些。

南怀瑾先生说的好：“世界上所有的问题，都是思想问题”。

当然，从历史的大数据来看，佛教徒发动的战争应该是世界主要宗教中最少的，这和佛教的教义有很大关系。

至于找寄托的问题，老衲也怕死，所以也在找。但是要找就要找个靠谱的寄托，希望下辈子和你在极乐世界一起浪哈。

## 问题 6

1. 如果你信的神信的佛是你自己选的结果，那你就是你神的神。因为是你选择了他。而不是他选择了你？

照你这么讲，你选了去阿里巴巴公司工作，你就是马云的老板了？

2. 神是绝对存在。人是几十年的相对存在。相对的存在去选择决定绝对存在。不是笑话么？

首先，你这是“神逻辑”，你怎么证明神存在？可是你上来已经假定存在了。

第二，我文中说了，“神是否存在”这个绝对命题本身无法证真或证伪，我只是证明一个同时具备“大爱”和“大能”的神是不可能存在的。

3. 如果神是相对的，你也是相对的。那他就不是神。

那你觉得耶稣在世的时候是不是几十年的相对存在？那他是神吗？

4. 科学主义和经验主义本身就是建立在理性主义和人文经验之上，建立在人之上的本身就不靠谱。而人本身就是有限的，相对存在。

说得好，我这篇文章的一个重点就是讨论基督徒、教会和皇帝们是有限的相对存在，并不一定能领会耶稣的精神。

5. 你可以不承认有罪，但是不能不承认人是有限的。人是有生有死的。生老病死。都显明人的有限我没有不承认“有罪”，只是不认可教会对“原罪”的解释。

我没有不承认“有限”，只是不承认基督徒的“无限”。

6. 连思想逻辑都是会死的人亚里士多德发明的。写这么多，只是想说明，宗教没那么简单。单从教义和创始人况且耶稣还不是创始人。

宗教当然不简单，单从教义和创始人肯定还不完全充分，但绝对是很重要的方面。

如果基督教义已经有明显问题了，推出耶稣当教主而又像你所说“耶稣还不是创始人”，那 100 分里已经至少扣掉了 60 分，即使剩下 40 分也是不及格。

7. 其实这篇文章是把宗教，神。放在人的批判之下，选择之下，逻辑和经验之下。自己的地位比神还高。站错位置了。

你这还是“神逻辑”，你已经假定神存在并且是按照你想象的方式存在。

照你这个逻辑，你也不能批评法 X 功，因为大 F 弟子会说“你自己的地位比李大师还高，站错位置了。”

## 问题 7

借用佛家一句话，施主着相了。宗教只是修行方式的不同，最终追求的不就是个人的彻悟么？

每个众生在没有开悟之前都会着相，只是程度不同，表现形式不同。

但是大多数基督徒们着相恐怕也很严重。

在某种程度上，我同意你的看法，各种宗教只是修行方式的

不同，但原教旨主义的基督徒们同意吗？

他们认为自己是“唯一道路，唯一真理”，其它宗教都是魔鬼在捣乱。这样的心态能追求到彻悟吗？

把自己“彻底捂住”倒是可能的。

### 问题 8

我们人类，现在可以用技术手段，孵化一批低等动物，人类会给它们生存的各种条件，让它们在这些条件下自由生长。

那么，小生物会否把人当作神？（参见二战期间，太平洋一岛上的原始部落，把美军飞机认作神的故事）。

小生物为了食物等等打架，会否埋怨“神”不去主持公道？小生物个体出现问题，会否埋怨“神”“不创造天堂般的环境？”等等

其实，我是想说，基督教徒说的上帝，也许是比较比人类高一个等级的智慧生命，出于对其敬重，称之为上帝了。法师认为如何？

有这种可能。事实上，有些佛经里还真讲过这些。具体请看我的下期文章。

### 问题 9

信仰不是选择题，信就要虔诚，假如出现一个比佛更合理的宗教您是否要背叛佛教呢？

如果真有，我一定“背叛”，因为我要追求的是真理，而不是宗教本身。

奥姆真理教的信徒就是因为“虔诚”才去自杀，极端伊斯兰教徒因为“虔诚”才发动战争，中世纪宗教裁判所因为“虔诚”才烧死科学家，“文革”中的红卫兵因为“虔诚”才批斗自己的老师甚至父母。

我要的不是“虔诚”，而是真正的智慧和慈悲。

## 问题 10

对于佛一出生就能走路，我不信！对于耶稣死后能复活！我更加不信！这两种科学是无法解释的！我还是信科学吧！

我也不敢轻易相信，但我采用了科学方法论来对待这些事。

科学方法论就是：

1) 这些事本身在证据不足的情况下，应该首先以“无法证真也无法证伪”来客观对待，进而想办法求证。而一上来就选择“信”或“不信”已经违反了科学精神。

2) 对于有“伪造”可能的事件，还要看它在整个教法体系中的重要性。

比如，“佛一出生就走路”即使是后人伪造的，也并不影响整个的佛教体系，因为佛本来就没说自己是万能的“上帝”，而认为自己是一个“觉悟的人”，那么即使这是以讹传讹，佛出生时就只是个正常的健康婴儿，也丝毫不影响佛教存在的意义。

但如果“耶稣复活”是后人伪造或传错了，影响可就大了，因为基督教的命脉——“救赎”就是建立在“耶稣复活”这一基石上的。

换句话说，对于严重存疑的事实，如果只是一根杂毛，你可以先“拔毛”，然后接着“摸象”，但如果一拔就卸掉一条腿，那这个宗教你就要小心了。

3) 请问你“信科学”到底是信目前科学界的结论呢，还是要信科学的精神？

如果是信科学的结论，事实上，很多宗教领域的事比如“人死后是否还有感觉”、“天堂是否存在”科学界并没有结论，也不可能有什么结论，因为无法做实验。

如果是信科学的精神，那么所有的信仰都要面对事实和逻辑的检验。

比如，美国弗吉尼亚大学做的那么多“前世记忆”的案例研究，如果真的是事实，而佛教对这些事实有完美的解释，那么你又应该怎样全面看待佛教？

因为有一个难以证实的传说就否定佛教的全体吗？

不信佛教也可以，那么在你的信仰体系里怎样解释这些事实？

如果无法解释，说明你现在的信仰也不完善，必须继续寻找。

## 问题 11

世间哪一法不是佛法？一切贤圣皆因无为法而有不同！佛承认一切宗教教义的合理性。即使邪教成魔，在一定层面也是有道理的！

既然一切法都是佛法，那请问你会去学法 X 功、奥姆真理教吗？

既然一切法都是佛法，那老衲讲的这些为什么就不是佛法了呢？

你仔细读读我的文章，我有说过基督教没有任何合理性吗？

但目前的主流基督教真的什么都合理吗？

佛承认一切宗教教义的合理性，但基督徒可不承认佛教的合理性哦。

你引用的这些佛经的话，基督徒可认为都是魔鬼说的哦。

## 问题 12

用人道探索天道，是一件愚蠢的事情。维度不同，不可这么研究。道可道，非常道。

那么请问该怎么研究？比如，发愣功的李大师来你家里传授“天道”，你准备怎样“非常道”？

## 问题 13

做为信仰，我觉得每个人都有自我的选择，不管哪个教派都会有表面派和真实派，有时候有些基督徒会去抵制别的教，这只能说明他还不是是一名真正的基督徒。

不要看人去相信，这样会使你跌倒，因为人都是不完美的，都会带有个人的主观意识，有些基督徒表面相信内心却不是，就像圣经里说的，很多人嘴上叫着主啊主啊，但是真正的……

所以，请大家不要因着某一个人去相信基督，而且真的相信。我觉得信仰不好去评判，因为古今中外，谁明白了？谁透彻了？科学家吗？医生？还是政府？

我在前面文章里就说过，选择信仰首先要避免七大误区，其中一个就是“只看教徒”的误区。

因为教徒是一个不停变动的因素，永远形形色色，永远良莠不齐，根本不能作为主要依据，所以我主要是研究主体教义和教主。

我的这两篇文章的重点都没有放在教徒身上啊。

你说“信仰不好去评判”，那为什么基督徒总是评判其他宗教是魔鬼说的？

你说“信仰不好去评判”，那你口头或内心是否评判过法 X 功？

你说“信仰不好去评判”，那基督徒在大街上堵住我说“不信基督就下地狱”的时候，我是不是必须得做出评判？

我评判的，不是“神是否存在”这样的终极真理，我说了，这是无法证真也无法证伪的。

我只是在评判较低层面可研究的事物，比如“地球是否只有六千年”、“圣经是否一本完美的书”、“历史上耶稣是怎样一步步被定义为神的”，这些东西为什么不能评判和探讨？

我也没说过我都整明白了，但真理就不能拿出来讨论了吗？

如果我说的不对，大家都可以拿事实和逻辑来反驳嘛，老衲非常乐意接受基于事实和逻辑的质疑。

## 问题 14

您好，法师，我是做翻译的，不可避免地遇到国外信仰基督的客人有神通，可以读取对方念头，或者知道对方的故事，现状等。

请问他们是通过什么法门，哪种修持原理修行成这样，我不期待神通，只是无法和他们辩解他们的能力，谢谢法师。

这有可能是一种“通”，各种宗教的修行都有可能发起这些特殊的能力。这样的人老衲见得太多了，特别是在佛道两教里。

佛教认为，“通”有五大类：

1) 道通。这是最高的一种，必须是证得空性之后发起甚深智慧才能达到。

2) 神通。一般指通过正禅定修得的正神通，如天眼通可见他方世界，他心通可知他人所想等。

3) 报通。即业报感得的神通，比如有些人类天生就有特异功能（如 Edgar Cayce），或者如天人一生下来都有神通等。

4) 依通。需要凭借一些媒介才能施展能力，比如西方有些人必须通过水晶球才能观察事物，中国有些人须通过镜子等。

5) 鬼通。即自己没有能力，是靠鬼神附体或与鬼神交流而获得能力，如一些巫婆扶鸾之类。

一般来说，除了最高的“道通”只有佛教和个别其他教的顶尖高手能够证得之外，其他四种在各个宗教都很常见（除去那些做假的）。

原因是：

- 1) 各个宗教都有禅定或类似禅定的修行方法；
- 2) 各个宗教都有一些由于宿生业力天生就有通力的人；
- 3) 各个宗教都会与一些超自然的生命体打交道。

## 问题 15

这篇比较专业，确实基督教的基石在复活这个点上。大师很专业。但是这里还有个信的“农妇逻辑”，万一信错了没损失，信对了就上天堂了。这个咋说呢？

基督教“因信称义”最大的坏处是，让部分教徒因而只重视信仰，而忽略了自我身心的提升（虽然基督徒不会承认这一点）。

记得在美国时，有个朋友问一个基督徒黑妞，“你信基督怎么还老是乱搞男女关系？这不好吧。”

黑妞振振有词地说，怎么了？神父说了，每个人都有原罪，生下来就是罪人，靠自己的力量不可能脱离罪，所以我乱搞是正常的嘛。再说了，神父说了，只要信基督就可以得救赎，我很信啊，所以再乱搞我也能上天堂。

信错了真的没损失吗？

按照佛教的因果法则，人最终去天堂还是地狱，是由善恶因果决定的。如果佛教说的是对的，那这个黑妞能保证不去恶道吗？

更何况，按照佛教的说法，诽谤正法（不仅限于佛法）本身就是很大的罪恶。

如果信了基督也跟着教徒一起诽谤佛教道教是魔鬼，最后因此而受恶报，还不是损失惨重吗？

还是那句话：人之所以痛苦，是因为选择了错误的道路。

## 问题 16

1. 无论你选基督还是佛，你都把自己抬太高，把自己置于他们是他们的神的位置，他们只配被你选而已。你说你最终选了佛，所以你觉得你的佛稀罕被你这种骄傲的人选吗？

你已经深陷“神逻辑”无可救药。请问你都没法证明神是否存在，谈何说我抬得比神高呢？

请问你这么信基督就不是做选择吗？

事实上你不就是选择了基督而没有选择佛吗？照你这个说法，那么你凭什么没有选择佛？佛教认为基督教并不究竟，那你为什么不信？你把自己置于高于佛的位置了吧！

请你用客观事实和“人逻辑”直接针对我提出的观点，不要逃避。

2. 这世界所有名人都多少有一定资源。钱、地位、人脉等，不管多有名的人最后总渐渐被遗忘，唯有耶稣不是，他只是个活了 33 年的木匠，没有任何背景，但他却是这个世界上最有名的人，两千年来一直被纪念，并不因时间追随者就减少，这是为什么？我猜你要说教会为了好处必须得包装个偶像。

你真的认真读过我的文章吗？我从没有说过耶稣本人不好哦。

但问题是保罗、教会和皇帝都是凡人，你确定他们对圣经以及耶稣的解读是“唯一正解”吗？

耶稣说过“原罪”吗？

耶稣说过没有轮回吗？

耶稣说过要人放弃犹太律法吗？

耶稣说过保罗是他真正的继承人吗？

耶稣说过别的宗教都是魔鬼吗？

你确定你真的是在学耶稣吗？

3. 教会真正兴起是主后四百年左右，而初代使徒在耶稣死后除一人外所有使徒都为主殉道，请问这种又辛苦又没好处还随时送命的工作是怎样的力量在支撑他们去做？

照你这么说，殉难人数多就说明是真理咯？

那请问中世纪哥白尼那些科学家坚持科学观点被烧死，“这种又辛苦又没好处还随时送命的工作是怎样的力量在支撑他们去做”？

“太阳圣殿教”教徒相信末日即将到来集体自杀又是怎样的力量在支撑他们？革命时期千千万万共产党员不惜流血牺牲又是怎样的力量在支撑他们？

人只要真的信仰，就会愿意为之牺牲，无论对错。

更何况，我并没有否定大部分使徒们，但使徒 John、James、Thomas 的宗教观点真的是像今天的教会宣传的那样吗？

你还是好好研究下再下结论吧。

4. 教会史你并没学透，但重点不在这，重点在于你并没有真正的认识神，你文章里的所有问题，如果你有兴趣都可以在网上找到答案，甚至可以在知乎一类的反基督论坛发文，自有人会回答你。但你选择在公众号发文，读者要反驳极不方便，我只能假设你在带节奏。

那你学透了教会史吗？你看过圣经史学家 Bart Ehrman 的著作吗？那你直接告诉我我讲的教会史哪里不对？你要具体点嘛。

你真正的认识神吗？那你研究过 Origen 这些重量级神学家的观点吗？你看过托马斯福音吗？你有将四本福音并排放在一起逐字逐句地比较研究过吗？

网上的所谓答案我看过不少，无论是正方还是反方。基督徒的回答完全不能说服我。而且你学基督教主要靠网友的吗？

我主要是学习美国几个最顶尖的基督徒神学家以及学院派研究学者，正反方都有。他们之间的辩论我也看过不少，老实说，辩论中基督教一方至今没有真正胜利过。

5. 平时素来是佩服你文笔，但这篇文章勃眼球的痕迹太重了，不象个真正的佛教徒能做出来的事。施主你着相了。

文笔根本不重要，关键是内容。

你没有拿出任何有力的事实和逻辑证明我是错的，只会拼命人身攻击，而且攻击还不专业——“勃眼球”一词还有错别字。不但没有体现基督徒的智慧，更没有体现基督徒的素质。

施主，你的信仰很可能只是一场无理性的“赌勃”。

## 问题 17

在课题研究上，这篇文章可谓引经据典，逻辑严密。可惜在信仰这个问题上，本就不能用科学的方法来证明，科学也解决不了所有的问题。

大师既然是信仰佛教的，为什么还会有这种方法呢？信仰重在自己的经历，然后用自己的经历为他人做见证。

基督徒可能确实回答不了那些问题，辩论也辩不赢，但是真理并不在于这上边。

科学当然解决不了所有的问题，但地球历史是不是只有六千年的问题还是可以解决的。

逻辑当然解决不了所有的问题，但一个嘴上说“大爱”但却把自己的孩子送入地狱的人是否真的大爱，这样的问题还是可以厘清的。

你说“信仰重在自己的经历，然后用自己的经历为他人做见证。”我的同班同学很多年前信了法 X 功，有很多经历，并用自己的经历为他人做见证，现在已经完全崩溃。

没有一定的智慧，经历了又怎样？做见证不是害人吗？人的经历形形色色，但真理只有一个。

基督徒回答不了，也辩不赢，就能说明掌握真理了吗？

“真理并不在于这上边”，那在哪上边呢？

听你这语气，施主是已经掌握真理咯？那么可以拿出来分享一下嘛。

这种话人人可以说，但对追求真理真的毫无帮助。

## 问题 18

写这种文章感觉像是哗众取宠，我觉得宗教不是用来比较辩论的，是用来证悟体验的，觉醒之路各有不同，有的人通过佛，有的人通过基督，有的人通过其他，合适自己就好。

就好比有的人喜欢摇滚乐，有的人喜欢流行音乐一样，各有各的爱好，没有上下高低之分。

如果宗教不能用来比较辩论，那你又是怎么得出“没有上下高

低之分”的结论呢？这不也是你个人比较后的结果吗？

如果你连基本的比较思辨都没有，上来就“体验”，万一碰上邪教了呢？

喜欢什么音乐当然没有关系，因为就算喜欢错了也不会有什么后果。但是基督徒告诉你不信基督就得下地狱，你不比较不研究能行吗？

如果老衲的“哗众取宠”能够帮助大家厘清思想，少走弯路，那我将沿着真理的道路继续“哗”下去。

## 问题 19

您好，看了您的文章，我不禁想问一下佛教教主释迦牟尼的出处，我并不怀疑他老人家的教理，我深信因果，轮回，正因为相信这些教理我才皈依受戒成为一名佛教徒。

然而对于修行的方法，各个宗派唯我独好的说教却让我一度迷惘，今天您的文章让我有了别样的角度来思考。

悉达多太子应该也是一个普通人，只是出生要比耶稣好很多，那么经过 2600 年，是否是后人将他神话了呢？

他所有的经典都以如是我闻开头，三藏十二部看似浩瀚，不如说是迷雾重重，他究竟说了什么样的教法呢？

如今的佛教看似信徒众多异常热闹，但究竟多少是释迦牟尼真正如实的教法呢？希望能得到您的回复。

这个我下篇文章会详述。之后可能也会有文章涉及这一主题。

## 第二十章 佛说：俺只是个模范教师

---

写在前面的话：

之前说过，研究一个宗教，“经史合参”是一个重要的方法，因为宗教都是在一定历史背景下创立和发展的，要吃透一个宗教就要多少了解其教主和传承的历史。

今日，老衲便从多个方面，给大家深入讲解一番。

### 1 佛陀其人

佛教的创始人是佛陀——释迦牟尼。关于佛陀的生平，大概每个人都多少知道一些。他生于 2500 多年前，是古印度一个小国的王子。后来看到世间生老病死的痛苦，立志找到解决痛苦的答案，所以在 29 岁的时候离开了皇宫，苦行六年，终于在菩提树下顿悟成佛，然后创立佛教并说法四十多年。

篇幅所限，不可能展开，如果有兴趣多了解，网上有不少佛陀的传记。个人比较喜欢的是一本英文佛陀传记——越南 Thich Nhat Hanh 法师著的《Old Path White Clouds》。

我们先来看一个核心问题，和其他宗教的教主如耶稣比起来，佛陀有什么特别之处呢？

首先，**佛陀认为自己不是“万能的神”**，宇宙中也不存在能够“创造一切，无所不能”的神。佛能“通一切智，彻万法源”，但佛还是有些事做不到，比如不能转定业，不能度无缘之人。

其次，**佛陀认为自己不是“唯一真神”**。不但在释迦牟尼之前有佛曾经出现过，之后也还会不断有佛出现。理论上人人都可以成佛。

再次，**佛陀认为自己是个“高级教师”**。他彻悟了宇宙人生的终极真理，并教给大家，让大家都能离苦得乐。**教师的目的是为了让学生们永远做自己的奴仆，而是为了让学生尽快成为教师。**

很多基督徒因此攻击佛陀：“看，佛陀都承认自己只是个人，不是神，很多事做不到。比起万能的上帝，佛陀实在弱爆了。”

老衲在前文也分析过了，**基督徒信奉的兼具“大爱”和“大能”的“人格化上帝”，从逻辑角度是不可能存在的**。拿一个不能证明存在的“上帝”来 PK 佛陀，感觉像是把佛陀请上擂台比武，对手竟然是一张印着“GOD”的海报，然后基督徒裁判宣布比赛结束，GOD 获胜。阿弥陀佛，施主你高兴就好。

这世上有太多“高端大气上档次”的忽悠，反倒是佛陀这种“低调奢华有内涵”的自我定位让擅长打假的老衲有些难以下嘴。**因为很难从逻辑角度来直接推翻。**

世间如此苦难，你怎么解释？

佛陀说，为这事俺天天哭，但俺不是万能的呀。

你那么厉害，怎么不让坏人们立地成佛？

佛陀说，俺只是个模范教师，学生不听话俺也没辙呀。

得，怎么问都抓不住把柄。或许是佛陀“太狡猾”，但或许这

就是真相。

比起有些宗教宣称“包治百病”但其实医疗事故一大堆，佛陀说“我只能治好一些病得不太重的人”反而显得真诚可信，也更符合事实。

这也是为什么很多西方学者和基督徒，经常把佛教归为“无神论”，因为佛教不认为有造物主，而佛也不能算是“神”。

有的人会问，你说佛陀不是神，那么为什么很多佛像都是“头放光芒，脚踩莲花”的“大神”形象呢？这就牵涉到佛教的一个经典理论“法、报、化三身”，也就是说佛有三个层次的形象：

第一个层次是佛的“化身”，也就是当时一般人眼中的样子，一个穿僧袍的帅哥，光着脚，托着钵，每天带着弟子去乞食，和七哥行脚化缘的场景没差太多。

第二个层次是佛的“报身”，也就是我们在庙里常见的“大神”形像。普通人肉眼一般是看不见的，据说那是在天人、罗汉或有神通的人眼中的形象。

第三个层次是佛的“法身”，也就是我们前面说的“性空”、“涅槃寂静”的那个本体状态，已经没有任何的形态可言了，但是又遍一切时空，遍一切众生。

这三个层次的佛“身”同时存在，只不过在不同的众生眼中，在不同的时空条件下，其显现不同罢了，而这也是“缘起性空”的一种体现。就像“薛定谔的猫”，在有些人眼中是死的，而在另一些人眼中则是活的，而且他们都没错。

有人认为这很类似基督教的“三位一体”理论，即报身类似圣父耶和华、化身类似圣子耶稣、法身类似圣灵。但其实深究进去，还是有根本的不同。首先“三位一体”只是针对耶稣的，其他人都永远是凡人，永远和“三位”没什么关系。而佛教的“三身”任何人成佛后都能具备，甚至了义的观点认为每个众生现在就已经“本具三身”，只是自己被无明遮蔽认识不到。

打个比方，我们现在用微信。“化身”好比是手机，每个人用的手机都不同；“报身”好比是每个人的微信账户，每个人也不一样。“法身”则是微信的云平台，所有人是共享的，根本就是一体。

“化身”会死亡，就像手机硬件终会报废一样；但不影响“报身”，换个手机你的微信账户还是不变；更不影响“法身”，云平台永远存在，而且连到所有手机上。

所谓“众生本来就是佛”、“众生与我一体”其实是从法身层面来说的，就像微信云平台，无论你知不知道，其实都连在上面，一直都在用。

所谓“佛光普照”、“相好庄严”、“往生净土”其实是从报身层面来说的，就像“鬼脚七”大 V 帐号远胜无名小卒不是？

所谓“佛入涅槃”、“高僧圆寂”其实是从“化身”层面来说，佛舍利不就是高级手机的碎片嘛。

所谓佛的“开悟”，不过就是找到密码，进入了腾讯的云平台而已，发现每个手机看似不同，原来都是一体。微信上发的黄山图片看似美丽，其实“看山不是山”，就是一串代码而已。

所谓佛的“神通”，不过就是进入云平台后，发现所有用户的大数据都在上面，想知道谁的信息都能查到，所以不出户而能知天下。

总之，要全面地理解“佛”，必须要从这三个层面辩证统一地理解，就好像要理解微信工作原理必须要深入到云平台架构的层面。否则，一读《金刚经》：“若见诸相非相，即见如来”马上就懵了。

说好的叫释迦牟尼的那个帅哥呢？刚才还托钵乞食，还洗脚，还讲经，怎么就突然不许做“人脸识别”了呢？竟然说“当看到我的脸不是我的脸，才是见到真正的佛”。嘿嘿，当了解了“缘起性空”和“法报化三身”的道理，其实这些也不那么难理解了。

## 2 佛教的传承

那么，佛教又是怎样从佛陀时代流传下来的呢？这个传承过程靠谱吗？

佛陀在涅槃前三个月，公开宣布自己将于三个月后圆寂（这也侧面反映出佛陀的神通），并做了几项重要的收尾工作：

1) 召集僧众讲述了《涅槃经》。经中回顾了自己一生的若干经历，并全面归纳总结了佛法教义。

2) 向大众宣布迦叶尊者是“第二代掌门人”：“我今所有无上正法，悉以付嘱摩诃迦叶，当为汝等作大依止”。

3) 选定侍者阿难负责背诵出佛讲过的开示，以便整理成佛经。佛说阿难具备八个条件：“信根坚固、其心质直、身无病苦、常勤精进、具足念心、心无憍慢、成就定慧、从闻生智”。加之阿难给佛当了二十多年的侍者，佛陀讲经基本他都在场，阿难博闻强记，被称为“多闻藏”。佛陀只选一人，也是为了避免人多嘴杂，歪嘴和尚诵错了经。

佛陀圆寂的一个月后（也有说一周后的），迦叶尊者决定于七叶窟前召开“第一届佛教代表大会”，有五百名长期跟随佛陀且修行成就的阿罗汉参加，历时半年左右，由阿难负责诵出“经藏”（佛讲的教法），优波离负责诵出“律藏”（佛定的戒律），五百罗汉则负责认证和审核，看诵出的内容是否与他们听到的吻合。阿阇世王则成为本次大会唯一指定赞助商。这就是佛教史上著名的“第一次经典结集”。

相比起基督教，佛教的流传有几个特点：

1) 组织：佛教的主体教法、核心团队、僧团组织都是佛陀在世时一手建立起来的，当时僧团据说至少已达数万人规模，佛教得到了皇室和民众的认可和支 持。而耶稣受难后，并没有形成有效的宗教团体组织，总共只有耶稣的十一大弟子（犹大已自杀）加另外几个女性跟随者，总共就算二十个人吧（也不可能太多，因为那时耶稣属于被当局追杀的异议分子）。学者认为，耶稣在世时没有真正创立基督教，基督教的主要教法（如救赎）、教堂组织等都是耶稣升天多年后才逐步成型的。

2) 传承人：佛教接班人迦叶尊者是佛陀的得意弟子，德高望重，由佛陀在世时亲自选定并公布大众。而基督教实际接班人保罗并不是耶稣在世时的弟子，更不是指定接班人。

3) 经典：佛经结集发生在佛入灭一个月后，是由佛陀的几大弟子们主导，并由五百个长老进行当场审核印证。圣经福音书出现在耶稣升天几十年后，作者不详，但肯定不是耶稣的大弟子们，也不是事件亲历者，甚至不是当地人（因为是用希腊语写的）。另外，佛教显宗的“经”大部分是记录佛陀的讲话和事迹，其他人的著作只能称为“论”（大概唯一的例外是《六祖坛经》）。而圣经《旧约》和耶稣没啥关系，《新约》里直接记载耶稣本人言行的只

占一小部分，篇幅最多的是保罗的书信，而严格说来保罗根本不是耶稣的弟子。

所以，从教法的源头来说，佛教的组织、传承人和经典这“三要素”都是相对靠谱的。

好吧，源头还算 OK。但是，佛教在传播过程中会不会有跑偏的可能呢？

世界上的主要宗教，几乎每个都有千年以上的历史，创立时没有照相机，没有录音机，更没有电脑互联网，甚至连纸张都没有。有的早期就是靠口口相传，难免发生以讹传讹，加上翻译过程中用词是否准确等等。传播过程中又不断掺入凡夫的理解，团体的私利甚至是国家的政治导向。千年以降，“跑偏”已经不是存在与否的问题，而是多大程度的问题。这一点，无论哪个宗教都或多或少存在。

一个宗教传播过程中如有跑偏，基本上就是两种原因：一个是“内因”——自己传歪了；一个是“外因”——有外力介入。

先来看“内因”，佛教内部会不会传着传着跑偏了呢？

我想先讲两个故事。

第一个故事发生在两千多年前，释迦佛圆寂后没多久，弟子阿难尊者还在世，有一天听到一群和尚在竹林里念经：“若人生百岁，不见水老鹤，不如生一日，而得睹见之。”

阿难听到后整个人都不好了，心想这佛才涅槃不久，佛法就跑偏成这样了。阿难赶紧告诉他们，佛说的是：“若人生百岁，不解生灭法，不如生一日，而得解了之。”可能是“生灭法”在梵语里的发音有些类似“水老鹤”，所以才有这样的错误。阿难纠正后，这些和尚回去就报告了师父。结果师父说：“别听阿难的，他老糊涂

了。”

### 第二个故事，是我最近亲身经历的。

师父有一次跟我们说，真正的成就者远离一切对外相的执著，既可以像彩虹一样死去，也可以像野狗一样死去。结果前几天，一位师兄严肃地告诉我：师父说过，成就者要像疯狗一样地死去。怎么着？死前还要先咬死几个人吗？老衲实在憋不住，笑出了狗叫。

每个人都是 **Story Maker**（编故事的人），一句话传上三天可能就变味了。为什么会变味呢？除了记性不好之外，一个重要原因就是，传话的人没有真的理解其中的含义，比如他只注意了“狗元素”，而忽略了“无我”、“不着相”的关键元素。这就是为什么佛陀当年只让阿难来诵出佛经，因为他“成就定慧、从闻生智”，也就是说，他不但自己修行成就，实证了佛法，并完全理解了佛陀的真实本意。

但毕竟大部分的佛教徒都达不到阿难的水平，凡夫就是凡夫，何况佛教早期很长一段时间都是以口传背诵为主，你说佛教的传播过程中没有一点点变形？反正老衲是绝不相信。就算经典没有大问题，经典的解释上也可以“加点料”嘛（这一点基督教特别明显）。

那么佛教是怎么解决这个问题呢？简单地说，**主要是通过三个手段：**

- 1) 依靠传承来保真。
- 2) 依靠思辨来纠偏。
- 3) 依靠实践来验证。

学过控制理论的人都知道，要保证系统的稳定必须要形成闭环反馈，否则一旦出现各种扰动，开环系统的输出结果就可能严

重跑偏。打个比方，尽一切可能“复制”和“印证”传承的经典，教义，掌门人，修行方法等，是在开环系统上下功夫。而**思辨和实证则是在形成闭环系统**，因为即使有错误和干扰，通过有逻辑地思辨，进而通过实践检验，就可以最大限度地纠偏和调整。

没有这三方面的制度保证，只要碰上“偏执狂的皇帝”、“私心重的教会”、“半罐水的神父”和“啥都信的教徒”，那就是一场灾难。轻则篡改教义打击异己，重则发动战争死伤无数。

抛开教义本身的局限不谈，我发现了当代主流基督教的一个弱点，即过度地强调“信”（其实经常是后世神父们对圣经的解释），而忽略了这关键的三个手段。而佛教，虽然有很多必须靠“信”的部分，但绝非只是“听佛的话就欧了”：

**1、佛教非常重视“传承印证机制”。**比如禅宗，释迦牟尼佛在世时亲传给了弟子迦叶尊者，然后一代代传下来，每一代祖师都是经过上一代祖师的印证，证明他确实已经开悟，得到了佛的真实“西来意”，以此来保证教法的纯正。毕竟经典是死的，而人是活的。我管不了广大群众，就管几个掌门人嘛，确保这几个人达到接近佛菩萨的水准，佛教就不会歪到哪里去。事实上，目前佛教中“出产”成就者较多的几个宗派，往往也特别重视传承，重视对师父的依止和对传承人的印证。

**2、佛教非常重视逻辑思辨。**特别是在藏传佛教，至今还有浓厚的“辩经”传统，关键是，佛教的“辩”是基于因明学（即逻辑学），不是瞎搅合，这确实有助于厘清很多问题。而逻辑思辨这个东东，简直是今日基督教的大忌，甚至可以说到了“无思辨，不逻辑”的程度了。

**3、佛教非常重视实践验证。**佛说的各种境界乃至宇宙的最终真理，一个优秀的修行人在禅定等修行过程中都可以亲身体验

到，而不必非得等到死后见上帝。比如禅宗历代都产出过一些达到或接近佛菩萨境界的祖师。当然这辈子的“实证”对基督徒来说是个伪命题，因为人永远不可能测度神，也不可能成为神，那咋实证呢？还是乖乖地“信”就对了。

佛教的这些特点最大程度保证了教法传播过程中的“科学性”，即使在末法时代还是基本维持了有效的闭环。而后世的主流基督教，有点类似一个纯开环系统，先天传承被破坏后，只信皇帝和教廷“硬点”的那些理论，靠逻辑和实证来反馈纠偏的机制也已基本失灵。

### 再来看“外因”的影响。

上次我们说过，从公元4世纪以后，皇权就深度介入了基督教，极大地影响了圣经的内容、解读，以及传承人的合法性。那么，皇权有没有介入过佛教呢，答案是 Yes，但是形式不同，程度也不同。

在罗马皇帝完成对基督教深度介入的差不多同时代，公元398年，北魏迁都平城（今山西大同），皇帝拓跋珪召见佛教高僧法果时，**法果和尚竟然一反当时的通行规则（出家人不拜皇帝），扑通一声跪了下去**，拓跋珪问法果：“佛门弟子不跪如来，为何跪我？”

法果和尚答道：“皇上您既信佛，又有大智慧，就是当今的如来啊，和尚也应该向您顶礼。”

拓跋珪被捧得心花怒放，法果的皇宫讲经也大获成功。皇帝对法果和尚各种封号，各种赏赐，但大多被坚决推辞，这令皇帝更加佩服他的德行，数次亲临法果的居所探讨佛法。

**法果后来解释说：“只有靠皇帝才能广弘佛法，我这不是拜天**

子，我是拜佛啊。”这段话说得很有水平，既回应了“僧人不拜帝王”的老问题，又不得罪帝王，还使得佛法得以在世间弘传。

这一年，拓跋珪终于下诏：“佛法之兴，其来尚矣”。佛教也开始得到世俗政权的全面支持，佛教终于在中土深深扎下根来并得到广大传播。

但到了后世，由于每个皇帝的“三观”差异很大，动不动就会冒出一些反佛甚至灭佛的举动，严重伤害了广大僧众的纯洁感情。比如历史上北魏太武帝、北周武帝、唐武宗、后周世宗这几个哥们的“文革式”灭佛行动，弄得佛教元气大伤，很多宗派的典籍也因此失传，后来甚至不得不从日本韩国回流。

还有一种情况是利用佛法达到皇帝个人目的，也为数不少。比如武则天时期，就有僧人为了拍女皇帝的马屁，激情创作了《大云经疏》，竟然引用从河里打捞的两块伪造的石头上的话注解《大云经》，其核心内容就是证明武则天就是佛经里说的某菩萨转世。而女皇帝本人也乐观其成，多多少少地在利用这本书提升自己的形象并巩固自己的统治。也难怪，所谓“做人难，做女人难，做名女人更难”，封建社会是很忌讳女人当政的，但如果是个“女菩萨”（脑补一下观音娘娘下凡当总统的场景）……好吧，似乎就容易接受多了。

虽然皇权力量对佛教的传播与发展产生了相当的影响，但相比基督教等宗教，总体来说，除了灭佛这类“整体打压”之外，皇权对佛教的组织体系、传承人和经典这三大要素的核心成分并没有过多的干预和扭曲。

**再来看看目前的现状。**

两千多年过去了，在这“末法时代”，佛法的衰落已是不争的事实，佛教的人才也极度凋零。但是，现存的佛法是否大体保存

了佛教的核心价值而没有严重跑偏呢？

**这就要提到一个关键问题，即什么是真正佛法独有的精髓？**

是业力轮回吗？当然不是，因为其他宗教如印度教也相信轮回。

是禅定打坐吗？也不是，因为其他宗教如印度教也有。

是神通异能吗？也不是，因为每个宗教都有，甚至有些人天生都有。

是慈悲大爱吗？也不是，因为每个宗教都宣扬“爱”，都提倡行善。

佛陀早就知道他涅槃之后佛教的理论会变的越来越面目全非，甚至有外道思想混入，所以他立了一个标准，凡是符合这个标准的，就是他的思想，即使不是他亲口所说。**这个标准就是三法印——“诸行无常，诸法无我，涅槃寂静”**。所以，不论是哪一部佛经，哪一个教派，只要经得住这三个法印的检验，就是真佛法。

那么佛教流传了两千多年，并分裂和衍生出很多宗派，当今的佛教是否还符合这“三法印”呢？根据老衲粗浅的研究，目前佛教主流教派的教义基本都符合“三法印”。有些宗派如净土宗乍一看似乎不符合，但深入下去发现还是符合的。当然研究这么多的教派思想着实花了老衲不少时间，比在美国读博士还费劲。

在佛教界和学术界里，有一拨人是专门从考古和历史角度研究佛教的，**得出了一个令人震惊的结论**：大乘佛教是神话传说，密宗是婆罗门教残余，都不是真正的佛教，只有南传佛教才是正宗佛法。我曾经研究过这一派的著作与观点，**最后发现他们在研究方法论上的一个致命缺陷**：只研究外表，而不深入灵魂。

世界上的主要宗教都已经过几千年岁月冲刷，风流早被雨打

风吹去，而今烟花易冷，人事全非，想仅仅通过考古还原一个宗教的完整原貌无异于痴人说梦。其实，宗教的核心教义是“水”，而宗教的形式只是“盛水的容器”，如果只研究容器而不研究水本身，是永远抓不住一个宗教的灵魂的。

老衲曾经周游列国，对汉传、藏传和南传的三大佛教分支都有一定的涉猎与接触，如果只看“容器”，他们的仪式、经文、服装、庙宇都有极大的不同。但如果揭开这一个个的中式青瓷杯、藏式雕花桶、泰式镏金碗，深入其核心义理与修行本质，**你会发现里面其实装的都是差不多的“水”——“断我执，证空性”。**

总而言之，佛教在传承发展中虽然出现了很多问题，佛陀也多少“被造神”或“被误读”，但总体来说，在组织、传承人和经典这“三要素”上还是大体延续和体现了原始佛教的“核心价值”。

而佛陀那时的“恒河水”，流过高山峡谷，注入江河大海，蒸腾云雾水气，终于穿越千载，化作檐前细雨，流淌到了你我的眼前……

那么，在了解了这么多佛教的理论和历史之后，我又是基于什么样的思维方式而最终选择了佛教呢？

## 第二十一章 人生最重要的事，只有这一件！

---

写在前面的话：

距离上次发文有一段时间了，今天我继续来讲讲，为什么我最终选择了佛教，为什么其他许多优秀的人，最终都会选择佛教。

嗯，这是一个很有趣的话题，看完文章你就会发现，其实这是一件很好玩的事情。

### 01 选择信仰的思维误区

很多人觉得不同信仰的人思想上存在巨大的鸿沟，完全是不同世界的人。而在老衲看来，不管信不信教，信什么教，凡夫的思维模式本质上几乎都一样，都是在基于自己掌握的事实和逻辑，进行推断。差别仅仅是每个人接触到的事实样本不同，逻辑推理过程不同，最后产生了完全不同的结论。

从方法论的角度来说，大多数人对待信仰的毛病都是一样的，无论是信基督教、佛教还是“科学教”：

**毛病 A——事实样本太少**

**毛病 B——逻辑推理错误**

这种要命的“不完全归纳”加“神逻辑”遍地都是。

比如：

某基督徒说，我从信主后病好了，也找到了平安和喜乐，所以神真的存在。

首先恭喜你生活幸福，但你怎知道佛教徒或无神论者就治不好病，就没有平安喜乐？（样本太少）。

再说你病好了，喜乐了就能说明基督教是唯一真理，世界是神创造的吗？（逻辑错误）。

很多基督徒都大量运用这种“循环论证”，即：预设上帝存在，所以信主后会平安喜乐；因为平安喜乐，所以上帝就是存在。

这和冯小刚《十问崔永元》里的一个逻辑错误很类似：预设崔永元碰瓷，所以崔没有起诉法律；因为崔没有起诉法律，所以崔就是碰瓷。

再比如：某佛教徒说，我从来不信科学的那些东西，科学都是凡夫的分别意识所成，完全不靠谱。

你上来就贬低科学家，你看过人家的研究报告吗？（不研究样本）。

“分别意识”的思维结果就一定不靠谱吗？佛教什么时候说过“有为法”层面不能用分别意识推理分析？（逻辑错误）

再比如：某无神论者说，人根本没有前世，否则我为什么记不起来？

你记不起来前世不代表没人能记起来，其实“前世记忆”案例有不少（样本太少）。

你的假设前提是“记不起来的就是没有”，那你不记得婴儿期的事就代表你没吃过妈妈的奶了？（逻辑错误）。

所以，无论信不信，或信什么，人类的愚蠢本质上都一样，都

是用“极其有限的样本”加上“漏洞百出的逻辑”得出了错误的结论，并自以为是，死不悔改！

每个人都觉得自己最科学，最正确，但真正肯下手广泛积累事实样本，并用逻辑把问题分析清楚地的人，很少。反倒是见过几个佛教大德，乍一看又念经又拜佛的，完全是“封建迷信代言人”，结果几番深谈下来，发现逻辑严谨，思路清晰，见识广博，心灵开放，实在令人叹服。老衲一直觉得，他们只是没去搞科研，真去做科研都是一流的人才，因为他们对“方法论”都很重视。

## 02 怎样对待宗教里的“神话传说”？

对很多人来说，面对宗教时的一大“心理障碍”就是各种宗教里“神话传说满天飞”，XXX 一出生就说话走路啦，XXX 在天上飞啦，XXX 死而复活尸解飞升啦，XXX 能知过去未来之事啦，全都超越世俗经验认知，甚至有“跳大神”之感，令人望而却步。很多人的第一反应就是“都是骗人的吧”，因此“放弃治疗”，悲叹一声，决定“信科学”（请注意这个“信”字）。

那么，到底该怎么对待这些“神话”呢？对老衲来说，其实很简单，还是要基于科学方法论来对待这些事。科学方法论就是：

这些事本身在证据不足的情况下，应该首先以“无法证真也无法证伪”来客观对待，进而想办法求证。而一上来就选择“信”或“不信”已经违反了科学精神。

对于有“伪造”可能的事件，还要看它在整个教法体系中的重要性。比如，“佛一出生就走路”即使是后人伪造的，也并不影响整个的佛教体系，因为佛本来就没说自己是万能的“上帝”，而认为自己是一个“觉悟的人”，那么即使这是以讹传讹，佛出生时就只是个正常的健康婴儿，也丝毫不影响佛教的主体教义和价值。但

如果“耶稣复活”是后人伪造或传错了，影响可就大了，因为基督教的命脉——“救赎”就是建立在“耶稣复活”这一基石上的。

研究宗教，老衲自创了一个“拔毛原则”。换句话说，对于严重存疑的事实，如果只是一根杂毛，你可以先“拔毛”，然后接着“摸象”，但如果一拔就卸掉一条腿，那这个宗教你就要小心了。拔了假肢的大象很可能立即就轰然倒地。

要意识到，所谓“科学”也是对真理进行探索和解读的一个“宗教”，而“信科学”本质上也是一种信仰。请问你“信科学”到底是信目前科学界的结论呢，还是要信科学的精神？如果是信科学的结论，事实上，很多宗教领域的事比如“人死后是否还有感觉”、“天堂是否存在”科学界并没有结论，也不可能有什么结论，因为无法做实验。如果是信科学的精神，那么所有的信仰都要面对事实和逻辑的检验。

比如美国弗吉尼亚大学做的那么多“前世记忆”的案例研究，如果真的是事实，而佛教对这些事实有完美的解释，那么你又应该怎样全面看待佛教？因为有一个难以证实的传说就否定佛教的全体吗？不信佛教也可以，那么在你的信仰体系里怎样解释这些事实？如果无法解释，说明你现在的信仰也不完善，必须继续寻找。一个人可以不信宗教，但必须以“科学精神”追求真理。

### 03 信仰 PK 到底哪家强

世界上有无数的宗教、信仰、学说等等，令人眼花缭乱，但其实按照本质来归类，主流的也就是三大阵营：

**东方宗教：**以佛教为代表，包括道教等，不认为宇宙是上帝创造的，相信有轮回，解脱主要“靠修行”。（印度教的情况较复

杂，暂且归为东方宗教)

**西方宗教：**以基督教为代表，包括伊斯兰教、犹太教等亚伯拉罕信仰，认为有创造宇宙的唯一真神，认为没有轮回，解脱主要“靠救赎”。

**无神论：**认为没有任何超自然的神灵，也没有前生后世，信仰和修行都是“然并卵”，解脱根本“靠不上”。

那么这三大阵营到底哪个更站得住脚呢？

我们说，最高的真理必然有一个特点，**即可以圆满解释所有的客观事实。**

我把多年研究的事实样本分为四大类：**宏观世界（如地球历史），微观世界（如量子力学），轮回案例（如前世记忆），神通异相（如预测未来）。**

我发现，在目前世界上的主要宗教学说中（包括唯物主义和无神论），只有东方宗教特别是佛教能够圆满解释所有这些事实样本，而其自身也没有无法自圆其说的致命逻辑问题。换句话说，**佛教最能够经受“两个根本”——事实和逻辑的检验。**

而所有其他宗教，包括无神论等学说，要么解释不了轮回前世等案例，要么达不到揭示物质“本空”的深度，要么与现代科学实验结果严重矛盾，要么逻辑硬伤太多，要么只是一种学说根本无从验证……

唯物主义无神论者看似不迷信，其实也在“信”。他们并没有一套终极理论，基本是用“不完全归纳法”不断总结一些并不完善的规律，一会儿信这个理论，一会儿又变为信另一套理论。用“两个根本”来检验，你会发现这些理论无法解释很多如前世记忆之类的事实样本，而且其辩护逻辑都很弱智，比如：“为什么我没看

到过？”

好吧，在过去二十年中，你业余时间都在打麻将、玩游戏、谈恋爱，你凭什么就会“看到”？难道能记起前世的人会主动上门来麻将房向你诉说前世情缘？或是高僧会主动下山来游戏厅向你展示禅定成果？或是在你和情人热吻之际，老衲突然出现喝道：“停！我们先讨论一下缘起性空的问题。”

你何不干脆把问题换成：“为什么我从不上课从不学习结果考了零分？”

很多人认为科学发展到今天，人类的认识水平比“迷信的古人”高明多了。其实太阳底下没有新鲜事，今天人类的很多流行观点，如唯物主义、无神论、享乐主义等等，几千年前就不乏信奉者。

比如古印度的“顺世外道”（Charvaka）就秉持非常类似唯物主义的观点，而这些观点在古印度的思想大辩论中并不占上风，甚至可以说被很多智者驳得体无完肤。但两千多年过去，吃瓜群众从历史的垃圾堆中再次捡起干瘪发霉的西瓜皮，竟然如获至宝，啃得津津有味，并奉为人生真谛。对此，老衲只想说：“您慢慢啃，小心别拉肚子。”

如果一个理论逻辑上本身有明显漏洞，而又无法解释客观事实，那么是否掌握了真理就值得疑问了。当然很多无神论者会反驳说，你那些案例都是假的。理论上当然存在这种可能，但你真的研究过这些案例吗？那么草率地得出结论，你的科学精神在哪里？要想提高“归纳法”的准确率，最关键的就是尽量扩大有效样本数量。当你知道世界上存在着一些和普通认知不同的关键样本时，作为一个有科学精神的人，一定不会去忽略它们的存在，而是必须搞清楚，因为很可能一个关键样本，就会推翻你之前几十

年所有的结论。

一个世纪前，“美国心理学之父”William James 说过一句名言：“理解正常现象的最好方法就是研究异常现象”（To study the abnormal is the best way of understanding the normal）

要选择信仰，真正的“武功密笈”在于心法——“开放的心灵，理性的思维”。要扩大有效样本数量，具有开放的心态是很关键的。否则自己会对特殊样本视而不见，而且特殊样本也会绕着你走。

在国外一个大学附属医院（University Hospital）召开过一次关于濒死经验的学术会议，有超过 300 人参加。会议接近尾声的时候，一个人站起来大声说：“我是一个心脏病医生，从医 25 年了，我从来就没听说过什么濒死体验。人都死了还能有什么感觉？太他妈荒唐了，我一个字也不信。”

结果当场就有另一个人站起来说：“我就是你治疗过的病人之一，我在被抢救的过程中有过濒死经验，但是我告诉谁都不会告诉你。”这个病人很了解这个医生的性格，说出来医生不但不会信，还会批评和嘲笑他，谁愿意自取其辱呢？

在所有的事实样本中，个人认为轮回方面的研究是最为关键的，因为这是三大阵营的关键分歧所在。无神论和现代西方宗教都不相信轮回转世的存在，那么一旦有哪怕一起“前世记忆”的案例能够验证，无神论和西方宗教的世界观的基石就被推翻了，而东方宗教的理论则部分被证实，这就是为什么我曾花了大量时间搜集和研究古今中外的轮回案例。所以，如果一个人没有时间做全方位的事实样本搜集，至少也应该研究一下是否存在轮回，因为这个问题实在是太重要重要了！

有些网友会说，万恶的老板每天逼我熬夜加班，我连研究轮回的时间也没有，好吧，那你就多看看宗翊法师的文章吧。

## 04 我为什么选择佛教

关于世界上为什么有那么多宗教、邪教、旁门左道、信仰学说，有两部佛经比较多地涉及到这些问题，一部是《梵网六十二见经》，另一部是《楞严经》。内容很多，这里就不展开了。

基督教对其他宗教学说的评价比较简单，只要别人不信基督教就被“一票否决”，打入魔鬼之列。佛教对其他宗教的判断则显得比较“科学”，主要是看见解、发心和修行方式。

一个美国媒体人问一位海外的佛教大师，怎样看待基督教？大师说：在佛教看来，肯为别人牺牲的人，都是菩萨。在基督教里，一样有菩萨。

当时我非常感动，几乎落泪。这就是佛教的智慧、平等与包容。

佛教既会理性分析每一种宗教的见解，又会承认每一种宗教的价值。

### 不同宗教的信徒之间真有那么大的鸿沟吗？

其实特雷莎修女的行为可能比大多佛教徒都更接近真实的菩萨，而某些高僧的见解可能比大多基督徒都更接近真实的耶稣。

佛教认为人的结果固然和信仰有关，但主要还是善恶决定的。前些天一个网友说很荣幸能认识我，我说我觉得很惭愧，因为表面上看有些人没我懂得多，但其实比我修得好，包括一些基督徒。也许某些基督徒一生行善临终去了天堂，而老衲却恶贯满盈“像疯狗一样死去”。

我并不是要“忽悠”每个人都来皈依佛教，其实人各有因缘，岂能强求？《金刚经》云：“一切贤圣皆以无为法而有差别”。世界上的主要宗教，包括“科学教”，其实都有一定道理，运用得当也都

可以成为善法。很多时候，并非是“教”的问题，而是“人”的问题。正如禅宗祖师所说“邪人行正法，正法亦成邪”。古今中外，举目滔滔，天下皆是。

如果你是一个无神论者，你不必非要信教，但**必须秉承真正的科学精神，不断扩大有效样本，用开放的心灵去审视世界。**

如果你是一个基督徒，你不必非要退教，但**必须理性对待“因信称义”，仍须多行善事，不要轻易诋毁别的宗教。**

如果你是一个佛教徒，你不必沾沾自喜，仍须深入研习佛法，并**真正实践菩萨的精神——慈悲和智慧。**

与基督教的“信则得救”相比，佛教修行更像是一场科学实验。而事实上，无论信什么，每个人的一生也都在做实验。对每个宗教或学说的终极结论，只有按照其方法深入实践很多年，甚至直到死后，待“实验结束”才能完全了知。然而一生太短，最多只够一次完整的实验。对大多数人来说，做了这个实验就做不了那个。所以在正式开始实验之前，按老衲提出的“七个不能”和“两个根本”进行初步筛选和排除至关重要。否则轻易信了某个教，后来发现不对又要退教，结果被各路大神追杀，就不好玩了。

在经历了各种宗教学说的灵魂大混战之后，我对佛教的信仰产生了从所未有的坚定。我发现在我接触过的宗教哲学中（包括无神论），**佛教的理论是最能解释客观现实的，相对也最为合理和圆融。**虽然我还无法证明佛教一定是最高真理，也不能证实其所有的内容，但佛教的确是我目前能够找到的最好的理论和实修体系。所以我只能先选择接受，进而通过实践去验证。

有很多网友问老衲为何出家。我想了半天，表面原因是遵师命而出家，但深层原因是我想用整个的后半生做最后一次也是最大一次科学实验——用自己的身心亲自验证佛法。因为要完全获

得真理，除实践之外，别无他途。

也有人问，你算哪根葱，写这些文章干什么，有无数的高僧大德在讲佛法，不缺你一个。你是不是当和尚耐不住寂寞了，想炒作自己。

呵呵，老衲隐居山中，对世事早已“生无可恋”，虽然水平有限，然而绝无搏名之想。至于写这些文章的动机，我想讲一个故事：

爱因斯坦对卓别林说：我最佩服你的是，虽然你不说一句话，但全世界都知道你想表达什么。

卓别林回答爱因斯坦：你才厉害呢，虽然没人知道你在说什么，但全世界还是那么佩服你。

在很多人眼中，佛法的难度堪比现代物理，高深莫测，令人望而生畏。老衲其实只是想用卓别林的方式来讲述爱因斯坦的相对论而已，哪怕能有一个人因此而受益，我也可以欣慰了。

**人的一生，最重要的事莫过于追求真理。**因为所有的痛苦，根本上都来自于选择了错误的道路，而唯有真理才能带领众生抵达真正的快乐彼岸。

那一年，我独游欧洲。夜船在爱琴海上静静地航行，我伫立船头，望着深邃大海之上的满天繁星，感动莫名，心想：**总有一天，我会将真理的星光洒满人间。**

转眼间十年过去了，我终于在追求真理的道路上勇敢迈出了重要的一步。谨以本系列的文章献给所有探寻真理的人们，也献给我逝去的青春岁月。人世无常，大道难求，令人徒生感慨，因成诗一首，以为结语：

**四十年来寻一物，天涯踏破觅微魂。**

沧海阅遍须放手，巫山看尽再无云。  
佛魔从来非游戏，笑骂由他难入心。  
唯将慧灯供世眼，他日天外盼逢君。

惭愧僧宗翎

戊戌年冬月于观雪山房

## 第二十二章 为什么优秀的人对佛教十分信仰

---

三种层次的成就

终极层次：空性成就

中等层次：净土成就

低级层次：人天成就

—— 宗翊

佛教是我接触过的宗教中最复杂的。经论浩如烟海不说，而且理论高深莫测。

如果说基督教给我的第一印象是“说不通”，那么佛教给我的第一印象则是“说不清”。

乍一接触佛教，有种铺天盖地、无处下手的感觉。就像南怀瑾先生说的那样，佛教就是个大型百货商店，而在这么大的一个店里淘宝固然很有趣，可是也很累人哦。有时候我可以理解为什么有些年轻人会去信基督教，或者信佛的会首选净土念佛，光佛教的这么大一堆经论都读不完，读完了也搞不明白，搞明白了也不知道怎么实修，实修了没人指导还是不知道对错，总之是太不容易了，谁不想省点心呢。

如果说研究基督教是个“摸象”的过程，那研究佛教简直就是“摸山”了，摸三年都不一定摸得完。老衲也不算太笨，但还是

着实花了很多年才把佛教的主干一点点理出来，到现在都出家了还是不确定是否已经把佛教搞明白了。

更心累的是，**佛教理论的哲学性非常强，基本上每个观点都会自行提供两种以上的视角，告诉你认知的相对性。**反正基本上你怎么评论佛教都不全对，因为你定义佛教为 A，你会发现佛教还有说法 B，甚至还有说法 C，最关键的是佛教认为 A、B、C 还并不矛盾。刚开始的时候，老衲感觉佛教就是个世界杯，自己就是个足球，整天很懵圈地被 A、B、C 踢来踢去，心情十分郁闷。

被踢久了，渐渐发现其实也不难理解。比如做了一个吃苹果的梦，在梦中就觉得苹果是真的，醒来又觉得苹果根本不存在，所以你说那个苹果是“有”也行，是“空”也行，是“非有非空”也行，就看从哪个角度了。

总之佛法的很多东西，都必须这么辩证地去理解。佛教的“脑筋急转弯”就像 C 罗的带球过人，虽然跑的不是直线，但确实能很有效地越过一些障碍。本文中讲到部分佛法观点的时候不可避免地会“多点传球”，如有网友晃晕在地，老衲实在万分抱歉哈。

我们先来看看，佛教的核心理论到底说了些什么？是否有事实和逻辑上的硬伤。

## 1

### 众生处境：“业力因果”+“六道轮回”

什么是推动世界运行的根本力量？佛教认为是一个叫“业力”(Karma)的东东。而业力在运行的时候遵从因果的法则，简单地说，**就是善有善报，恶有恶报。**

世界万物怎么来的？业力因果。

快乐和痛苦怎么来的？业力因果。

为什么马云那么有钱？业力因果。

为什么范冰冰被罚款了？业力因果。

…….

**业力是佛教徒解释世界万物的万能大杀器。**无论碰到啥稀奇古怪的现象，一句“业力使然”咣当就把你嘴堵上了。我经常调侃佛教徒“业力是个筐，什么东西都往里装”。到了基督徒那里，这口筐换了个名字，叫“上帝”，反正什么事情都是上帝老人家安排的。

然而深究下去，一个人格化的上帝在面对很多问题时，还是有着难以自圆其说的内生性矛盾。（详见拙文《世界上所有的问题，都是思想问题 | 宗翊法师答疑》）而与基督教认为上帝“无所不能”相比，佛教的观点则更类似“力学原理”：**佛力虽大，但众生业力亦大，众生的命运最终是各种力量综合博弈的结果。**

比如，佛教也认为通过祈祷佛菩萨，能够获得一定“加持力”，但为什么有的病人即使拼命祈祷也不奏效呢，**因为自身的“业力”过重，佛菩萨的“加持力”小于自身“业力”。**只有当“加持力”大于“业力”时，祈祷才能在短期内产生明显效果。

业力说并没有清楚地解释“世界最初是怎么来的”，这是当年外道提出的十四个终极问题之一，佛陀没有直接回答。但这一点上，其他宗教学说包括无神论也并未胜出。比如基督教虽然明说了世界是上帝创造的，但仍然无法解释上帝是怎么来的。

老衲研究了半天，发现这种“业力”的说法从逻辑角度很难抓住小辫子。关键点是两个：

业力是一种自然规律，不像基督教的人格化上帝，存在“大爱”和“大能”之间不可调和的矛盾。

佛不是造物主，也不认为自己是“万能”的，所以世间苦难赖不到佛的头上。

老衲一度觉得，提出佛教理论的人要么就是“伟光正”，要么就是“太狡猾”。因为从逻辑角度怎么都能被它“圆”回去。

好吧，逻辑上下不了嘴，老衲只好换个打法——用事实验证。

佛教的世界观异常广大，同时也比较复杂。基本的说法是：宇宙中虽有无数的世界，但凡夫的世界大体可以划分为六大类——即人类、天堂、修罗、动物、鬼、地狱这“六道”。一般众生即使死了，也会根据业力投生到其中的某一道，只要还没修行到一定程度得到解脱，都在“六道”之中来回转悠，即所谓“轮回”。

佛教说的轮回到底是否存在事实证据呢？如果有，为什么我记不起前世呢？

老衲仔细研究了佛教的说法，发现佛教认为大多数普通人由于“隔阴之迷”是无法记起前世的，但还是有个别人由于特殊的业力能够记起前世。就好像大多数人无法记起 1 岁的事情，但还是有个别人能够记起。我就以此为突破口进行研究，研究了大量世界各地的“前世记忆”案例，其中还有一些发生在我身边的人身上。研究的结果是，我认为轮回存在的几率远大于不存在。详见拙文《轮回是否存在，我的轮回探索之旅》。

也就是说，佛教“轮回说”中的一部分内容有较大的几率可以被证真，而另外的部分并不能被证伪。

## 2

## 世界本质：“缘起性空”+“三界唯心”

佛教最核心理论之一就是“缘起性空”，也是佛教与其他宗教学说最根本的区别。“缘起性空”简单说就是：世间上没有能够不依附于其他条件独立存在的东西，也没有常住不变的东西，一切都是因缘和合所生，因此，一切事物的本性是空的。从物质到精神，从空间到时间，都是如此。

缘起性空的理论比较深奥，且不太符合一般人的直觉经验。但老衲研究多年的结论是，从逻辑角度并没有什么明显的漏洞，而从事实角度则比较符合现代物理学的研究成果，特别是相对论，量子力学和弦论。

凡夫有两大流行观点：

- 1、物质真实存在，时空都是实有的
- 2、物质独立存在，与人的认知无关

而佛教与这两大世俗观点的立场完全不同。那么，佛教和世俗的观念究竟哪一个更经得起事实和逻辑的检验呢。

先来看第一个分歧点，物质和时空的本质是否是“空”。

什么？一辆奔驰明明停在那里，佛竟然说那是“空”的！然而继续分析下去，发现汽车是由发动机、控制系统、轮子、座位、金属壳子等等部件通过设计师设计，工人加工而构成的，只有当这些“因缘”全部聚合在一起时，才在组装完成的瞬间出现了一个名为“汽车”的东西，所以说是“缘起”所成。

通常人们会执着认为在一辆汽车的生命周期内，确定存在着“这辆车”。而从缘起性空的角度来说，真实的场景是：

汽车生产前：那还只是零件 1+ 零件 2+ 零件 3+……+ 零件 N，不存在“这辆车”；

汽车造好后：在第一个刹那，由于各种缘起聚合形成了“汽车 1”；第二个刹那，部分缘起变化产生了“汽车 2”；第三个刹那，变为“汽车 3”；……第 N 个刹那，变为“汽车 N”，其实也不存在“这辆车”；

汽车报废后：被回收厂分解为零件 1+ 零件 2+ 零件 3+……+ 零件 N，也不存在“这辆车”；

如果继续拆分到基本粒子层面，你会发现车早就不见了，只剩下一个个生灭无常的粒子（小乘佛教称为“极微”），从虚空中刹那出生，又刹那陨灭。而即使这些粒子，也不是很多人所理解的“固有的小颗粒”，而是变动无实的“场”，如爱因斯坦所说：“物质是由极其密集的场所构成的（We may therefore regard matter as being constituted by the regions of space in which the field is extremely intense）”。

当代物理学最前沿的弦论（String Theory）认为：组成物质的基本粒子就像跳动的琴弦，而万物只不过是琴弦弹奏出的音乐。弦以不同频率震动，就让我们产生一种错觉——存在各种基本粒子，而这些并非实有的基本粒子就像是水中的泡沫，它们以极快的速度在不断地产生，又不断地湮灭，在我们眼前呈现了五彩斑斓的世界，而这一切仅仅只是幻化的游戏。

弦论可以很好地满足统一场论的要求，这样的理论是爱因斯坦生前孜孜以求的。弦论不仅认为空间和物质是“虚幻不实”的，时间也是一样，宇宙中并不存在所谓“客观的时间”，时间只是一种

错觉。用佛教的话说，时间是妄想所成，本无自性。

**关于时间的相对性，其实也有很多事实可以佐证。**

比如，我的一个朋友曾经梦到过彩票头等奖的号码，开奖后发现一位数字都不差。

再比如，我在海外留学时的一个同学，他还未出国时（那时还未认识我）就已梦到过我在留学期间发生的事情，而后来我果然成为他的同学，这件事情果然也发生了。

这些事情可以从各种“神叨叨”的角度加以解释，但对我来说，**最大的启示是：时间的本质并非像很多人认为的那样是线性和实有的，否则一个人根本不可能精确预见未来的事情。**

从另一个角度说，时间和空间的虚妄本质也为解释宗教中的“神通”等异常现象提供了可能。比如，既然时间本来就不是必须按照“过去—现在—未来”的固定顺序呈线性发展，那么有些人拥有能知过去未来的神通也就不是绝无可能。

弦论平息了相对论和量子力学的冲突，虽然还正在发展，尚需进一步证实。**但不可否认，其目前的观点已经与佛教宇宙观渐渐殊途同归。**《金刚经》云：“**凡有所相，皆是虚妄**”，若要见诸相非相，嘿嘿，那就得研究弦论。

**再来看第二个分歧点：**

关于心和物的关系，很多人有个普遍的观点：无论我们是否观察，谁去观察，外部都真实存在着独立的“客观世界”，不以任何人的意志而转变。这也是唯物主义的核心观点之一，即不管你看那杯水，那杯水都以确定的形态客观存在。但是佛教认为，诸法因缘生，观察者的业力也是其中一个条件（缘起），因此产生了“三界唯心”的现象，即每个众生眼中的世界可以是不同的，并

不存在所谓“客观世界”。比如：

色盲看到的红绿灯可能是“灰灰灯”，所以被吊销驾照；

精神病人眼中，朋友的脑袋就是个西瓜，所以挥刀砍去酿成血案；

肥猪吃到狗屎，觉得比蛋糕还香，动物的世界你永远不懂。

我们从未看到过所谓“真实的世界”。我们“看”到的，只是集成了外界场波动、眼睛、神经、业力、妄念等诸种“缘起”，最终在心中形成的一个影像而已。

佛经中说，我们一般人类认为是“水”的东西，可能在鬼的眼中是脓血，而在天人的眼中是琉璃。唯物主义者可能很难理解这样的境界，但其实这与现代量子力学的理论是基本吻合的。量子力学告诉我们：**除非进行观测，否则一切都不是确定的**。也就是说，在一个众生观察之前，跟本不存在确定的“水”这种东西，只有当这个观察者及其观察方式确定之后，他眼中的景象才会确定，也许是水，也许是血，也许是别的什么。

量子力学有个著名思想试验叫“薛定谔的猫”，细节内容限于篇幅就不讲了。按照普通人的定势思维，箱子里的猫要么是死了，要么是活着，与是否有人观测毫无关系。但按照量子力学的解释，箱子里的猫可以处于“死－活叠加态”——既死了又活着！要等到打开箱子那一刻看猫一眼才决定其生死（请注意，不是发现而是决定）。而且可能一个人看的时候是只活猫，而另一个人看时则是只死猫，而且两个人看的结果都对！

这只“老薛家的妖猫”既活又死实在有违常人的逻辑，连爱因斯坦当时都拒绝接受老薛的“歪理邪说”。**而量子力学的这一理论，其实是建立在严密扎实的实验基础上的，并非精神病人的呓语，**

而且在之后的几十年间得到了众多科学家的反复验证。

具有讽刺意味的是，很多人把科学和唯物主义划了等号，认为是一对情投意合的模范夫妻。但事实上，现代科学已经对唯物主义发起了致命袭击，这两口子眼看就要离婚了。

简单总结，佛教的核心理论“缘起性空”和“三界唯心”，看似玄乎，但其实从事实层面可以部分被现代科学所验证，而从逻辑层面也并无明显破绽，很难证伪。

### 3

#### 如何解脱：三种层次的成就

佛教认为，众生在轮回之中不可避免会遭受各种痛苦，尤其是恶道的众生，其痛苦之深重是难以想象的。那么佛教又是怎样通过修行获得解脱的呢？一般认为，**佛教的解脱有三个层次：**

##### 1、终极层次：空性成就

有的人会说，你前面提到的“缘起性空”不就是一种哲学思想吗？就算有道理又怎样？能当饭吃吗？能消除我的痛苦吗？事实上，佛教的终极解脱方法论与“缘起性空”是息息相关，一脉相承的。

前面讲解缘起性空举了一个汽车的例子，事实上，不只外境如此，即使每个人非常执着的“我”也是自性本空。人身上的细胞刹那都在改变，意识也刹那都在生灭，请问哪一个刹那是“真正的我”。当这场电影的胶片一张张快速播放时，屏幕上就投影出一个“我”。当胶片停止播放时，就发现那个一直鲜活存在的“我”突然消失了。人的所有痛苦和问题都来源于“我”，当“我”消失时，“苦”也就彻底消失了。

佛说“诸行无常，诸法无我”。为什么通过修行能够解脱呢？简单地讲，因为那些痛苦和问题并不是真的存在，而是在一些条件（缘起）满足下显现出来的一场梦，其本质是“性空”的，连所谓的“我”也并非实有。那么只要通过深度禅定等手段把显现梦境的缘起切断，“苦”也就彻底消失了，从而得到解脱。也就是说，佛教的解脱并不是解决了任何问题，而是最终发现原来根本没有问题，如同从梦中醒来，发现原来梦里的老虎根本不存在，梦里的我也不存在。所谓“开悟”，如是而已。

无论大乘小乘，最高的空性成就都是通过“戒、定、慧”的修持，证得“无我”、“涅槃”的境界。与很多宗教必须等到死后才能“升天”验证不同，理论上佛教的最高境界现生就可以通过实践亲身证得。

## 2、中等层次：净土成就

佛教修行者都希望现生就获得究竟的空性成就，但毕竟每个人的根器不同，大多数人终其一生也未能实现，那么只好退而求其次——求生净土。所谓净土是指在六道轮回之外，有一些更高级的生命居住的更高级的世界。通过发愿、祈祷、念诵、禅修等修持方法，与这些高级世界、高级生命的频道相感应，就可能在临终的时候去往这些净土，暂时离开“轮回大粪坑”，在这些环境好、寿命长的高级世界里进一步修行，朝着终极解脱的目标稳步迈进。等修到一定程度，再重回粪坑救人。

宇宙中有很多净土，但最为出名的就是西方极乐世界，据说是阿弥陀佛和观世音菩萨主持的“快乐大本营”。很多净土宗的修行者天天念叨“阿弥陀佛”，主要就是为了自己肉身的这座房子一旦产权到期被迫拆迁时，立即就能移民极乐世界。

## 3、低级层次：人天成就

如果连净土都不想去或去不了，那佛教就只有最后一招：积善行德，在轮回里过点好日子吧。这就是所谓的人天善果，其实谈不上是真正的成就。梦是没有醒来（开悟），但做个好梦总比噩梦强不是？

在轮回里继续吃好喝好还要谈恋爱玩手机虽然 Low 了一点，但大部分众生也就这个水平了，指望三岁小孩理解量子力学并立志成为爱因斯坦显然并不现实。所以佛陀苦口婆心地讲业力因果、善恶报应，就是为了告诉大家：**孩子们，在轮回里瞎混也要混得专业，别一不留神掉沟了。**

那么，这些修行上的成就能否验证呢？这也是老衲最关心的问题之一，虽然佛教理论本身不像某些宗教那么漏洞百出，可以说是比较圆融的，但理论终究只是理论，最终修行者如果和普通人没有任何区别，那虽然不能将佛教证伪，但也很难证真。

于是我研究了佛教各层次成就后的特征，答案是：**很难全面验证。**原因很简单，因为佛教主要是修心为主，开悟的高僧“看山不是山”的空性境界基本无法直接验证，而往生净土或是天道的人死后也不会回来站在中央电视台向大家报告自己在那边的美好生活。那怎么办呢？我发现，基本上只有修行的一些“副产品”可以直接验证，比如修行人显示的神通、瑞相等。

在我接触佛教和其他宗教的二十多年中，我研究和接触了大量这类超自然的案例，其中有部分是我亲身经历的，而且极难用巧合或作假来解释。

比如，一位据说已经开悟的修行人多次向我展现他的神通，包括准确预测未来、远距离观察到我的行为和想法等等。

比如，一位念佛人临终前几个月准确预言自己的“往生”时间，精准到哪一天的几点钟，并在那一刻，无疾而终，念佛安然而逝。

……

“子不语怪力乱神”，其实我个人对这些超自然现象没什么特别的执着。我很喜欢禅宗祖师的话：“担水砍柴皆是神通”。见得多了，发现其中部分现象不但佛教有，其他宗教也有，都是深入修行过程中必然出现的“实验现象”，没什么可大惊小怪的。但是对我来说，至少是从事实层面部分验证了佛教说的修行成就可能是存在的，在我的“事实样本”中增加了很重要的一些案例。

佛教的理论和修行体系非常广大和复杂，而且不同教派之间观点也有一些差异，佛教内容当然远不止这些，以上只是简单地总结一些佛教独有，且比较核心的观点。而以“两个根本”来检验，个人认为部分观点可以被事实验证，而其他观点则很难被证伪，其理论本身也没有明显的逻辑漏洞，甚至提供了很多观察事物的独特视角。

那么，佛教的教主又是怎样的一个人？佛教传承到今天到底有多大程度的失真呢？

欲知后事如何，且听下回分解。

## 第二十三章 心中明月—略谈中西方文化之善恶观

---

大家好！我今天跟大家分享一个我长久以来特别想讲的一个主题，关于中西方文化善恶观的问题。这个主题本来今年春节的时候想讲一点，结果后来就断线了，直播间关闭了，就没讲下去，一直觉得很遗憾，今天想把它讲完。

为什么说善恶观的问题我非常想讲，因为它太重要了。人类社会小到一个吵架口角，大到一场战争，它可能本质上都是源于人们对善恶的认识。比如说我觉得这是个好东西，这是善的；你觉得这是坏事，这是恶的，就矛盾冲突了，然后就开始打架，产生各种问题。所以这是一个认知上根本的问题，非常之重要，这就是我今天为什么要讲这个主题的原因。

关于这个，还有个好玩的事情。我之前在美国读博士的时候，当时我有个同学，他是北大毕业的，北大的高材生，跟我在一个实验室。他是个才子，饱读诗书，那是博览群书啊，各种宗教、哲学，西哲、儒家、道家，都懂，看了很多书，最后结果呢？我就问了他一个问题，我说你看了这么多书，了解了这么多思想，你究竟觉得谁说得比较有道理，你能不能告诉我？他说我觉得都有点道理，但是我现在自己也搞糊涂了，我搞不清谁说得对，谁说得错了。

这个问题也困扰了我很长时间，因为我很长时间觉得他说得

也对。因为我也是看了很多书，我觉得这个人说得有点道理，那个人说得有点道理，都有点道理。直到后来慢慢地经过了差不多有 20 年吧，我觉得我一点儿一点儿地把这个问题梳理清楚了，也不敢说完全清楚了，但是我有一些心得，想今天分享给大家。

好，那么我们先从西方的善恶观开始讲起。

西方人他在评定善恶的时候，究竟是按照什么标准来进行的？

通过这些年的研究，我发现他们大体上是有三种善恶观：我先把这个标题大概说一下，第一种是“基于信仰的善恶观”；第二种是“基于结果的善恶观”；第三种是“基于准则的善恶观”。大体这三种。

### 基于信仰的善恶观

我们先从第一种讲起，就是“基于信仰的善恶观”。西方人从很久以前，两千多年前他们就开始流行基督教，或者说是“一神教”——就是犹太教、基督教、伊斯兰教这些一神教的信仰。由于这样一个主流思想史上的地位，所以他们很多善恶的评定是根据一神教的信仰来判断，那就产生一种“基于信仰的善恶观”。简单地说就是：你信上帝就是善，不信就是恶；你违背了圣经上讲的那些话就是恶，你遵守了就是善。这就是他们大体的一个善恶观。

那么我们说，可能今天的西方人不太会按照这个善恶观去评价事情吧？不是这样的。我可以给你举一个例子，你们就知道了。比如说我们都知道美国人特别偏向犹太人，特别偏向以色列。以色列是他的小弟，甚至以色列在中东胡作非为……我们都知道，他在巴勒斯坦，把巴勒斯坦人打得死伤无数，流离失所，非常地惨重。结果呢，好像美国还是支持以色列在耶路撒冷建都，在耶

路撒冷乱搞，把巴勒斯坦整得很惨。美国这个国家一向讲这个自由民主人权的，他怎么会明摆着这么恶劣的事情还支持以色列做呢？难道就仅仅是因为他人坏吗？没有善恶观吗？基本的这些良心都被狗吃了吗？其实没有这么简单。他这个事情呢，你觉得他是恶，你说你怎么一点良心都没有，他不这么认为，他觉得我是很有道理的，为什么呢？这个道理就是：他是一个基于信仰的善恶观。

原因就是，美国的基督徒有很大一个比例是福音派的基督徒。福音派的基督徒呢，他们都相信一件事情，就是圣经上的预言一定会发生，并且他们在努力地促成圣经上的预言发生。圣经上有什么预言呢？其中一个就是关于犹太人的末世预言。说到了末世的时候，基督会降临这个世间，开启千年的基督的一个统治，统治这个世界。那在基督降临之前，怎么才能降临呢？有什么前提条件呢？有几个条件，第一是犹太人要建国，第二是犹太人要返回耶路撒冷，重返耶路撒冷，然后建立第三圣殿。这个我就不详细解释了，时间有限。建立第三圣殿以后，开启七年的苦难，七年战争之后，耶稣降临世间，开始他的统治。所以它是这么一个逻辑。为了要促成这个预言成真，变成现实，所以我们美国要努力地帮助犹太人建国，把巴勒斯坦这些人都赶出去，然后占领耶路撒冷。他们不是为了犹太人，是为了耶稣能够降临，为了圣经的这个预言能够成真，这样的一种想法。

所以他们觉得，凡是美国围绕这件事情去做努力，就都是善，它符合上帝的旨意。所以你明白他为什么会这么做了。美国的这些政客们，他们不能不在乎选票吧？就算你说他不在乎上帝，他也不能不在乎选票吧？美国福音派的基督徒占到整个选民的很大一个比例啊，具体我忘了。可能当时的共和党里面，共和党的很多支持者都是福音派的基督徒，那么才造成了今天的这么一种局

面。所以你觉得他是不道德的，他觉得我是很善良，很道德的，因为“我在用我的基于信仰的善恶观在看待问题”。好，这个问题我们不再展开了。

### 基于结果的善恶观

我们再讲第二种，叫做“基于结果的善恶观”。

这种善恶观的一个很有名的代表人物是谁呢？就是 Jeremy Bentham。他是个英国人，他提出的理论说，什么叫善和恶呢？“善”说白了就是让快乐和幸福指数最大化。那么就比如说，如果牺牲了一个人，能维持一万个人的快乐和幸福，那么这个牺牲就是善。我们加起来的幸福指数更高，而牺牲和痛苦更小，那么总体上，这就是善，更大的善，对吧？诸如此类，你可以这么去延伸。或者说我做这件事情，总之结果就是导致我很快乐，我很幸福，那这个就是善。这个就是所谓“基于结果的善恶观”。

听起来很有道理啊！听起来很有道理吧？但是这里面有一个问题，问题是什么呢？好，那我就说，我们现在全世界的人民 70 亿人，我们都指定今天把主持人杀了，干嘛呢？做药，做成药材，然后可能可以治疗一种什么疾病。这对整个的人类都有很大的帮助，我们人类实现了更大的一个快乐和幸福，那你愿不愿意呢？那主持人可能说：“哇噻！就算你们全世界人都同意，但我不同意呀！那你们都快乐幸福了，但不能是你们来决定我的命运，我的命运是操控在我手里呀，它不能是属于你们来决定的呀，对不对？”好，所以就产生了很多后世的争论，就是基于人的基本权利和自由的保护。这个是我们后面要讲的第三种——“基于准则的善恶观”，这里我们先不展开啊。

基于结果的善恶观，到后来呢，又产生了很多分支的流派，包括享乐主义的出现。享乐主义出现，最有名的一个代表人物就是古希腊的 Epicurus。他号称是“花园哲学家”，他喜欢在花园里享乐。为什么呢？他说人生什么叫善？善就是让我的快乐最大化呀！所以我纵情地享乐，这个才是最大的善，对不对？你说任何东西，你说破了嘴，你说得再好，结果这件事儿让我很痛苦，让我不快乐，你能说它是善吗？或者说让大多数人都痛苦，都不快乐，它怎么能是善呢？很有逻辑，很有道理啊！表面上看上去是这样哈，我们先不往深谈，我们先讲他们怎么说的。

那么这个事情呢，这种基于结果的善恶观，后来又引起了更严重的影响。到后世呢，就产生了严重的功利主义，拜金主义，甚至到后面就是“性解放”。比如说性解放的时候，人家说我们没有强奸谁，我们只是男欢女爱，那这个为什么是恶呢？在这个过程中，我们都是自愿的，我们都很快乐，我们没有带给世界任何痛苦，我们自己也很快乐，别人也没有受苦。总体的快乐最大化了，更大了，它为什么会是恶呢？它当然不是恶了，这是善呐！所以说后来产生了性解放等等一系列的思潮，他们觉得这个没有什么问题啊。因为这个时候呢，启蒙运动开始了，然后启蒙运动后期，以前的这种基于信仰的道德观瓦解了。以前呢，你说基督教——原始天主教，他讲：哎哟，这个性是 sex，是恶。但是到后来，他说，这怎么是恶呢？我基于结果来看，它不是恶呀，我很快乐。这又产生了人类的进一步的思考，这个我们再讲，这里就不展开。

### 基于准则的善恶观

第三种善恶观是什么呢？就是我们所谓的“基于准则的善恶观”。

那么这个准则一直都在变，因为人的思想就会变。佛教说，人的妄念特别多。这个时代产生了这么一个准则，到下一个时代又产生了另外一个准则，所以它一直都在变。主要的总结起来，有这么几个大的流派。

影响力最大的几个流派，第一个就是康德的哲学思想。康德说，什么叫善和恶？他说所谓的善要有三个标准，就是道德的三原则。然后，他首先说什么呢？这个是我们中国人比较认可的。他说首先呢，你的动机得是纯粹的。比如说，商人去帮助客户，你不能是为了赚钱，你得是纯粹的动机，这个才能叫做善，否则那就不是真正的善，你得是出一个纯粹的道德动机才行，这一点中国人都比较认可。但是他另外的还有两个关于道德的说法，可能很多中国人不知道，也不一定理解啊。我们先把它说出来，先不评价对错。

他另外的两条道德的原则是什么呢？第一个他说要具有普遍性。什么叫道德普遍性呢？就是说它就像法律一样的，你不能说一会儿灵，一会儿不灵，一会儿执行，一会儿不执行，那不就没有普遍性吗？举个例子，不能说假话，对康德来说就是一个普遍性的道德原则，也就是说任何情况下你都不能说假话，必须永远说真话。他立了这么一个准则。举个例子，他说如果有个坏人，是个杀人狂，他在追赶一个无辜的人，要去杀他。比如说这个小孩儿躲到你家里去了，这时候杀人狂他问你，你应不应该说假话？康德的答案是：不应该说假话。他说你应该告诉他，就是这样的，他就在这儿。但是你也可以告诉他，你如果去杀他，他可能会奋起反抗，你这样做的话，对你也未必是好的。所以说人家康德是把这个“直心是道场”，他发挥到极致了——我这是打引号的“直心是道场”啊。好，我们这里先不讨论他这个是对是错，我们先说他是怎么说的。

第三个原则是什么呢？他说道德要在理性的原则上，什么叫理性的原则呢？他说你不能是感性的东西，因为人的感情随时在变，这个就不能成为道德真正的准则。比如说一个小孩儿掉到沟里去了，那现在你出于同情心，你说，“哎呀好可怜啊，我去救她吧。”康德说，对不起，这不是真正的最纯粹的那种道德。为什么呢？因为他说，那如果换了一个人，他不是出于同情心，比如说他看到自己的仇人的孩子掉到井里面去了，掉沟里去了。他说，哎呀，我跟这个仇人有仇，那我就没有这个同情心了，那我不去救他。他说：所以你看基于感情的东西都不靠谱，所以说要基于理性。也就是说，你必须认为救人就是善的，你也不要管他是出于什么心，就不能是出于任何心，就是说我认为是善的，这样去救人，这才是真正的道德。他提出了这么一个标准，我们也暂且先不讨论他这个对不对啊，我们先说他怎么说的，这就是他所谓的理性，就是康德提出的三原则。

在西方呢，其实也有很多人认可或者部分认可康德的道德原则，也有些人在拿这个去要求自己，也得承认这一点，因为人性中都有善良的地方。但是康德的问题呢，就是他把这个道德当成了一种准则，就是一种固定的、固化的、僵化的准则在执行。这个我们到后面讨论中国的善恶观的时候，我们会拿这个继续来讨论，这里我们也不展开了。

好，那我们再来说，西方还有什么基于准则的善恶观。还有一种非常流行的……我们都说欧洲的哲学史里面有两个特别大的流派：一个是康德、黑格尔为代表的保守派，还有就是尼采为代表的激进派。

那么尼采是什么样的善恶观呢？他是这样子，他说呀，因为一切的人都是在一个社会中生存，生存是有竞争的，这是一个弱肉强食的适者生存的社会。所以尼采说，什么是善呢？就是能让

你在竞争中更加有利于自己的生存，然后呢，你更加能激发出自己生命的那种潜能，那种生命的光辉，那种创造力，那种生命的意志，他说这个就是善。他说那种懒惰的、慵懶的、和和气气的，就是消沉的那些东西都不是善，而是恶。这就是尼采的善恶观。

尼采的善恶观，事实上在 19 世纪的西方世界影响了很多，其中一个被他影响的人就是希特勒。希特勒特别地崇拜尼采的学说，如果你们看过希特勒的很多演讲，我的天呐，他经常引用尼采的学说。他说我们德国现在经历了第一次世界大战，割地赔款，这么屈辱，我们这个民族怎么生存？于是他提出了纳粹主义。这个纳粹主义是啥呢？就是我们的人种是高贵的，日耳曼民族是最高贵的民族啊，犹太人非常下贱啊，当然还有很多民族也是下贱的。那么我们要奋起，奋发起来，激发出我们的那种意志，然后去战斗，去把那些低贱的、弱小的民族都打败。然后我们要去奋斗，拼命地去搞。

他的演讲极具煽动力啊，那是不可想象的。有一些学过德语的朋友都说，他这个演讲太有煽动力了！为啥？他在拿尼采的学说鞭策自己，甚至他的演讲经常会出现尼采的话，具体的一个……我记不得了，它有点类似于什么呢？他说这个强者的格言是什么？强者的格言就是不要理会那些弱者的唏嘘呻吟，就让我们去夺取，去战斗，就是这样子。他经常就是拿这样的话在说，充满激情啊，激情澎湃。所以后来你看看德国人在二战的时候干的那些事儿，咱每个人都知道，就是从这种善恶观来的——基于准则的这种社会达尔文主义，这种纳粹主义的善恶观。

还有什么样的准则呢？还有在西方影响力非常大的这个善恶观的准则是什么呢？就是后来的一系列的这个……不知道该怎么叫了，可以叫做是“新自由主义”吧，就是自由主义的这个善恶观。

这个准则里面最有名的一个人物，就是 John Locke。John Locke 他当时提出了什么呢？就是提出“天赋人权”，就是人本来生来就有财产权、自由权、自己的这些各种平等的权利，那么政府不能轻易去剥夺它。政府要剥夺他这个权利，你要得到他个人的同意啊，你不能随便剥夺。这个思想在我们今天看来没什么，在那个启蒙运动的时候，从文艺复兴后期到启蒙运动，这个思想是非常先进的。因为那个时候其实西方人的人权是得不到保证的，所以他提出这个，变成一种准则。

那么他从某种意义上也是为了解决“基于结果的善恶观”所带来的一些弊端。就像我们说的，我们大多数人都希望主持人去死，为了我们去死，那这样行不行呢？那 Locke 就说了，不行啊，主持人有他的人权呐，任何人不能剥夺他的权利啊。所以你看，他这个提出的是有他的进步性啊，有他的出发点，是有道理的。

但是到后面呢，就变成了各种各样的准则，以至于到后面还出现了什么呢？就是这个“新自由主义”的思想。比如说哈耶克著名的新自由主义学派的思想，又进一步地发展，说经济上必须是自由主义的啊，必须是自由经济，什么什么的。到后面又变成了民主——一人一票选举的思想。到 1960 年代的时候，基本上美国、英国就开始实现一人一票的普选。那个时候它就变成另外一种准则——说民主必须是一人一票选举，否则你就不民主，你就是恶的，只有一人一票权，你才是善的。它变成了一种准则。

整个演化的过程中，你看从 John Locke……John Locke 被称为是什么呢？可以说是一个影响了美国宪法和自由宣言的很重要的人，影响了美国后来的整个政治走向，甚至影响了法国大革命和美国的革命，非常厉害啊！然后呢，我们今天所谓的这个好多的思潮，你们就用这个自由主义的准则，你去看，你就知道是怎么回事儿了。

自由主义的准则，简单的说就是：经济上必须是自由经济，不能是政府管控，政治上必然是一人一票的民主选举才行，主要是要保证老百姓的各种各样的个人权利，不能侵犯。你拿这个准则——“基于准则的善恶观”，你来看美国今天的、西方的很多行为，你就知道怎么回事儿了。我们来解读一下。

比如说西方有好多在讨论的是关于堕胎。堕胎，为什么整天他们在讨论这个话题呢？还斗得死去活来呢？因为一派的人，基于基督教信仰的这帮人，说不能堕胎，为啥呢？圣经说了不能堕胎。他们是“基于信仰的善恶观”，对吧？那么另外一派，支持堕胎的，是基于什么呢？他是“基于准则的善恶观”。什么准则？就是“新自由主义”的这些准则。他说，人有决定自己生不生孩子，堕不堕胎的权利，这是我的孩子，我想怎么弄就怎么弄，我想堕胎，这是我的自由权利，你必须保障。所以他们两派的争吵，到底在争吵什么？就是“基于信仰的善恶观”和“基于准则的善恶观”之间的斗争，是吧？

我们再看我们今天经常看到的一个例子，是关于持枪的这个事儿。我很少看新闻了，但是我听我姐姐说，就是美国又发生好多枪击案，好像最近校园又打死多少人啊什么的，然后美国全社会又在争论。哇！为什么不禁枪啊？还有人跑到国会游行示威什么的，希望国会能禁枪，老实说没啥用的。为什么呢？因为这个事儿我在美国的时候就搞清楚了，美国为什么不禁枪，很多人都没讲到关键点。

其实美国这个国家从一开始建国的时候，还没建国，就说这帮欧洲人刚到美洲大陆的时候，他们就拿着枪什么的，和野兽斗，和印第安人斗，到后来又干啥呢？拿着枪起来起义，推翻英国人的统治，所谓美国独立建国。说独立战争，其实就是一群美国的民兵们，或者说个人们组织起来，拿着枪，拿着什么，去跟英国

佬干仗的一个过程。所以到最后美国建国的时候，他们宪法的第二修正案里就写进了一条，说什么呢？它说啊，要保证民兵的用枪的自由，有这个民兵就可以保证自由州的安全，它写进了宪法的第二修正案。华盛顿当初讲过什么？华盛顿说，我们就要保证老百姓拿着枪起来推翻不好的政府的权力。

这个思想从哪儿来的？从 John Locke 那来的，从 John Locke 那个时代其实就是这种思想。他说当政府做得不好的时候，老百姓推翻政府不但是是一种权利，还是一种义务啊。这就是 John Locke 的自由主义思想，就是这样的。所以这个才是美国人一直拥枪、持有枪支合法的一个根本的东西。也就是说，他们认为人持有枪支是一种保护自己的合法的权利。我有了这个枪支以后，我可以保护自己，还可以推翻政府，反正我得拥有这个权利，你别管它结果怎么样。

至于反对的人是什么呢？他是站在“基于结果的善恶观”。他说，你看这个事情已经造成死了这么多人了，造成大家枪支泛滥，最后不停地出现校园枪击案，人民的生命安全受到了影响，基于结果，他说我觉得不好。但是支持拥枪的人，他实际上是基于什么呢？基于准则的。什么准则呢，就是我有拥有枪支保护自己的权利，他是从这个角度说的。当然到后面，又结合了美国的军火商、军工集团的那些利益，和政客利益绑在一块，那都是后面的话了，那就暂且不论了。好，这个也不能展开了。

我们再来讲一个例子。我们说西方国家普遍地非常仇视中国，为什么？为什么那么仇视中国？很多人就在想，他们难道看不到我们的那些好处吗？他们仅仅属于嫉妒，他们良心坏死了，他们这些人太坏了！其实不是简单的坏和好的问题，你觉得他坏，他觉得他很善良的，为什么？根本上是善恶观的不同。

西方人给予的是什么样的善恶观呢？当他在评判中国的时候，大部分的西方人，从政府到民间，主要基于的是两个善恶观：一个是“基于信仰的善恶观”。也就是说中国人，包括中国政府主要都是无神论嘛，或者是信仰东方的那些宗教，总之都不是我们基督教，所以他说：“他们是魔鬼，他们的信仰是错误的。”说魔鬼难听点，说好听点就是“迷途的羔羊”，是不是？总之你是一个错误的善恶观，你是一个错误的信仰，你是恶的。我们已经说了，基督徒评价别人的标准叫“因信称义”，你信就是善，你不信就是恶，就是这么简单。所以他说中国政府是无神论的政府，中国人民大部分也不信基督教，所以这个国家是罪恶的，他们有问题。这是他们根子上的想法，只是嘴上他不会说出来。但是我可以 guarantee（保证）你，好多的美国人都是这么想的，好多的西方人他们的真实想法就是这个，这是一方面。

另外还有一部分人，他可能不完全是基督徒，他可能不是很虔诚的基督徒，那么他评价中国，他为什么也讨厌中国呢？因为他是“基于准则的善恶观”。他说什么呢？他说你中国不民主。我们已经说了，新自由主义的这套准则是什么？你政治上必须是一人一票的选举，你才是民主的，你经济上必须完全是自由的市场经济，你才是符合新自由主义的。这些准则你不完全吻合，所以我就觉得你是不民主的、不自由的，甚至你剥夺老百姓的权利，中国人民生活在水深火热之中，所以你们就是恶的。

这就是西方人认识中国的两个根本的角度，也就是“基于信仰的善恶观”和“基于准则的善恶观”。所以他们非常地仇视中国和中国政府，他们都觉得中国太差了，这就是原因。所以你看西方的媒体，你要是看 CNN，我在美国整天看那些报道，西方的媒体上很少会说中国的好话，90% 以上涉及到中国的全是坏话，全是负面评价，为什么？他没有觉得他是坏人，他觉得我是站在真理这

边，我站在善良和正义这一边，因为我基于信仰，基于自由主义的准则去评判你，你们才是恶的，我是善良的，这就是原因。

那么我们中国人为什么觉得自己政府还不错，因为我们是“基于结果的善恶观”。我们觉得我们结果还不错，你看我们现在生活很好，我们现在经济发展得这么好，我们的生活还不错，所以说我们更多的是从结果的角度去思考善恶。所以说我们不觉得中国政府有那么坏，我们也不觉得中国有那么差，是不是？这就是根本的原因之所在，你把它看透了，都是因为善恶观而发生的问题。好，这个部分我不展开了。

### 基于心性的善恶观

我们现在讲第二个部分，那么西方就是这三种善恶观——基于信仰的、基于准则的、基于结果的。那么中国传统文化的善恶观是什么呢？**中国传统化的善恶观，一言以蔽之，叫“基于心性的”，它是“基于心性的善恶观”。**也就是说，我们认识善和恶，就看它是否符合“心性”，从“心性”的角度来认知。

#### “心性”到底是什么？

“心性”的根源就要说到一个东西，叫做“道”，只能用这个词，因为它很难表达。“道”是什么？就是宇宙的真正本体。中国的善恶观就是说，**你越符合这个“道”，你就越善，离道越近就越善，离道越远就越恶。**简单地说，一言以蔽之，就是这样。那么这个“道”是什么呢？在心性的最底层的那个东西，就是“道”，它同时也是世界的最底层的東西。因为从中国传统文化来说，心物一元，这个世界实际上是内心的一个投影，这个我不能展开了，这涉及到佛教的唯识等等。

《楞严经》里有一句话，说：“不知色身，外洎山河虚空大地，咸是妙明真心中物。”所以中国人讲的“道”、“心性”之类的其实是什么东西？就是佛教讲的“妙明真心”。妙明真心是修道的终极境界，佛教开悟以后就是完全证明了这个东西，完全见到了这东西，我们说“明心见性”，见了个什么性？见到的就是妙明真心，就是最底层的这个东西。在道家叫做“道”，在理学家叫“天理”，反正你叫他什么名字都行。在佛教叫“佛性”，叫“如来藏”，叫“一真法界”，叫“诸法实相”，叫“妙明真心”……你甚至叫它“上帝”也行，你叫它“真主”也行，反正它就是这么一个东西，它就是宇宙的终极的真理，终极的体性之所在，就是那么个东西。离这个东西越近就越善，离得越远就越恶。所以我们要把这个事讲清楚，把善恶讲清楚，先要把心体——这个“道”这回事讲清楚。

“道”是什么？我们刚才说的，就是心性之体，心性之体有什么特点呢？它的特点主要有三个，它有很多特点，但是我们把它总结一下，大体是三个特点。

### 特点一：清净

第一个特点叫做“清净”。也就是说，这个体它本来是湛然清净，空寂的，无我也无执，就是没有“我”也没有“执着”，它是非常空寂、清净的一个本体，这个是心的本体相状。这是第一个特征，简单地说，它是清净的。

### 特点二：智慧

第二个特征是什么？你说它是清净的、无我的，好，它难道就是个大石头一样，什么都不知道吗？不是。它什么呢？叫“灵明觉照，遍知一切”，它是了了常知的。心的体性它有一个非常强的、极致的觉知的功能，它知道一切法，它都知道，非常清楚，甚至比人在妄念的状态下知道的还要清楚。因为心体就是宇宙，就是

王阳明说的“吾心即宇宙”。所以说，在安住在心体上之后，就知道宇宙的一切法，遍知一切，本身心体就有照见了知的功能。所以第二点，我们把它总结为两个字，叫做“智慧”，它不但清净，它还有智慧，它觉知一切。

### 特点三：慈悲

好，第三个特点叫什么？叫做“自他不二、物我一如”。就是在心体的“道”的状态下，自己和别人不是两个人，自己和别人是一体的。这就是古人说的“天地与我同根，万物与我同体”，它本来就是一体的。在整个西方没有一个人认识到这一点，几乎没有，如果有，请告诉我。在东方的这些圣人们，佛陀们，他告诉我们：天地与我同根，万物与我同体，万物皆备于我。所以自己和别人不是两个，在底层的心体上，在底层的那个“道”的层面，所有的人都连在了一起，就好像无数只手机连在了一个云平台上一样，就像那个东西，那个道体就像云平台。所有的众生都连在同一个妙明真心上，自他不二！

这就是为什么说“伤害别人就是伤害自己，利益别人就是利益自己”。因为自己和别人之间其实是有一个最底层的连接在那儿，只不过我们一般人在没有证悟之前，没有办法达到这个境界，没有办法了知这一切。好，那么在这个状态下，我们就可以明白为什么佛教讲慈悲了，为什么儒家讲仁德。为什么要讲这个呢？为什么要慈悲？因为我和别人不是两个，别人就是我，我就是众生，所以利益众生就是利益自己。要用慈悲心去利益别人就符合道的规律，这就是根本的原因所在。

所以我们再总结一下道体是什么？就是三个方面：第一个是“清净”，它是空寂清净的；第二个是“智慧”，他是了了常知的，遍知一切的；第三个是什么？“慈悲”，它是自他不二的，所以它慈悲。

好，那么心体的境界我们是怎么知道的呢？简单地说，它不是一个理论上靠思考，妄念思考出来的境界，妄念无法达到。这是中国古代的，应该是东方古代的圣人们，在禅定的状态下，通过修持进入深层禅定，发现的这个心体。原来在一切的众生的心的底层，原来在世界的底层有这么一个妙明真心的存在。

我们读《心经》……你看我们必经之路，天天抄《心经》，我们《心经》说什么？说“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时”，最后怎么？“照见五蕴皆空”。“五蕴皆空”的状态就是心的本体那个境界。从那个本体看出来，他才知道这个世界的真相是什么，他也才明得，才能真正的明了什么叫善和恶。因为一切都是以这个作为参考点，这个才是一切善恶的基点，一切善恶的原点就在这儿，就是我们说的妙明真心。离妙明真心越近就越善，离得越远就越恶。

好，那么我们说，实际上什么是真正最大的善？至善的境界就是成佛的境界。只有成了佛，完全地“悲空双运”，他的慈悲、智慧、空性全部到达极致，完全彰显出来，永远地安住在那个状态里，这就是善的极致，就是这个状态。

小乘的极致就到了阿罗汉，小乘它还差一点，没有菩提心，它的见解上也没有到达究竟，他还有“法我执”。所以说小乘也没有到达至善的境界，但是已经比一般人要善得多了，为什么？因为他在破除“人我执”，那比一般人就善得多了。我们一般人的状态，凡夫都是善恶夹杂，而且有善的时候也往往都是小善，恶的时候往往是大恶，这就是为什么凡夫经常堕落。

所以整个的修行过程其实就是一个“止于至善”的过程，就是向着至善——终极的善，不断地去靠近，不断地去靠拢，达到至善的时候就成佛了，这就是修行的路，整个就是这样。

中国的儒释道三教的圣人都在朝着一个大体相同的方向去指，也都在朝着大体同样的方向在去引导众生，也在用大体吻合的一个善恶观在引导众生的方向，只不过他们的侧重点和角度、程度各有不同。

好，比如说，孟子讲的经常被总结为叫“性善论”，西方人不能理解，西方人都是“性恶论”的。西方人说人性就是恶，人性恶，所以我们需要上帝的救赎，人性的恶是从亚当、夏娃那来的，我们就不展开讲了。所以他需要上帝的救赎，人不可能靠自己拯救自己，这就是西方人的观点。我们中国说“性善论”，就是孟子说的“性善论”，很多西方人不认同，不理解。他觉得你逻辑上就说不通，人性里就是有很多恶，你必须承认。那孟子怎么说的？孟子说，你看人都有恻隐之心，“恻隐之心，人皆有之”，对不对？“羞恶之心，人皆有之”，是不是？所有的什么什么，人皆有之，这就是孟子的论证观点。

这个观点如果不从我们今天讲的心体来看，你永远都猜不透，就是理解不透。理解透了，它其实是怎么回事？就是说心体——妙明真心，就好像是天上的太阳，那么我们众生的烦恼执着就好像是乌云。云彩笼罩在天空，即使再厚的乌云，乌云滚滚的天气下，它也不是完全一片漆黑，它多多少少会有一些点的光亮，它不是一片漆黑的，对吧？那点光亮从哪来的？就是从天上的太阳里头，透过云层渗透下来的一点光明，这就是人性的光辉，这就是我们的佛性，我们的妙明真心，它本来一直都在起作用。

所以我们中国传统文化的高明之处就在哪里？它发现了在人的心底深处有一个太阳，有一个妙明真心的本体在。我们要做的是不是？是要彰显太阳，把乌云驱散，让太阳完全地显现出来，那就是成佛的至善境界。

那么西方人他就集中在云层上了，集中在乌云上，他说人有乌云，人就是乌云组成的。为什么呢？因为人一直生活在乌云下面，一直在阴雨的天气下，他从来没见过太阳，所以他都不知道人原来还有个太阳在那里，所以他提不出这个说法。为啥？因为西方人不修行，他没有佛道两家的这种修行方法，这种禅定的方式。他无法从最深的地方、角度去体认到人心的底层——妙明真心的存在，他体认不到。他没有从来没见过过一丝的太阳，所以说他没有办法认知原来还有个太阳在云层后面，所以它就集中在“性恶论”上。这就是叫做“一叶障目，不见森林，不见泰山”，是吧？它就是这么个道理，所以你把它看透了就知道了。

那么王阳明说，他说实际上，心体我们每个人都具足的，我们真正要起用的话，一切善恶的根基，你在心上面、心性上、心底深处去求就行了。但是有一个前提，王阳明说的什么？他用磨镜子的比喻，擦镜子的比喻。他说人要想认清善恶，人要想格物致知，前提是什么？先要把心修到一定程度，要去把心的这面镜子给它擦干净，磨清爽，然后这个镜子就可以照天照地。你就知道什么是善恶，你自然就知道，不用别人告诉你，这个心就会告诉你。但是前提是你要修行，把心擦干净，它才能告诉你。

这就是为什么中国古人那么强调修行，佛教是“闻思修”，是不是？儒家讲的做学问也是要修，你看这个“心学”更不要说了。后来很多儒家的后代的人都半日读书，半日静坐，为啥？他要修禅定，修定，修心，把心修澄净了，他才能认识，清晰地映现万物，是不是？就这个道理。你才能知道善恶是怎么回事，善恶的一切答案都在心上，但是前提是要修行，这就是中国传统文化和西方的善恶观的差别就在这儿。

所以中国人不讲什么准则，也不讲什么信仰，什么上帝的旨意，也不讲什么结果，它就是看心，是吧？好，那么我们刚才讲

了心体，那么具体到善恶在日常生活中的应用，要讲用的呀！我们中国文化就讲“体”和“用”，我们讲了善恶的“体”，还要讲善恶的“用”，那怎么用呢？“用”就是阳明先生说的，他说啥？你只要把这个“心”清净了，你把这个“心”找到了，这个“心”往任何事物上一投射，它就是正确的投射，它就成了善，如果你被蒙蔽了，它就成了恶。

儒家不是过去讲要孝什么的，忠、孝、悌这一套东西，一套准则，一套善恶的东西，是吧？那么王阳明怎么说？他说其实你不用管这个，他说当你有这么一念，一念“妙明真心”的那个东西在那“用”的时候，当你碰到父母这个境界的时候，你自然就会升起孝敬父母的心，这个孝心自然就出来了。你看到父母天冷了，你就会想着，我要给他添件棉衣，让他不要冷，对吧？看到天热了，你就想着，我要给他买个冰激凌，让他能凉快一下，是不是？这是从心体里面自然就会出来的一个东西，然后这就是“孝”。

什么叫“悌”呢？当他见到兄弟姐妹的时候，他很友爱，他会知道我要对我的兄长要尊重，我要对他们好，这自然就是“悌”。

什么叫“忠”呢？你见到你的领导，见到上级，你自然就想着，这个本来的心念——“真心”就会告诉你，我得忠于我的事业，我得忠于我的领导，我得帮他做事，他是我领导，我不能去忤逆他，对不对？我得按照一定的上下级的原则来，我得尊重他，这就变成了“忠”，对吧？他一系列的都是这样。

包括说，比如见到别人的老婆，不是我自己老婆，那我去出轨，这个是什么？“礼”！这是“礼”对吧？自然“心”就会告诉他答案。这就是说，在“用”的时候就用什么？用这个“心”就行了，所有的一切都在这上面。

好，那么我们现在就来讨论很多的案例。我举个例子说，我

们回到刚才康德的哲学里面讲的这两个例子。康德讲，道德要具有普遍性，所以说人在任何时候都要讲真话，不能撒谎。我们东方的传统哲学怎么说？我们基于心性的善恶观就说了，不一定。比如说，这个杀人狂要来杀一个小孩，他跑到我屋子里来躲起来了，我这个时候不是基于什么硬性的准则，什么说假话就是恶，没有这个准则。中国人的善恶观是什么？良心就是善恶，是吧？这个小孩要被杀人狂杀死了，我不去救他吗？我这个时候还说什么真话，我当然要说假话了，我没看到他，他朝那边跑过去了，你赶快到那边去追，把他支走就完了，这才是真正的善恶，对吧？

所以你看，这里面提到一个话题，你看佛教的戒律里面有一个很有意思的现象。什么叫戒律？西方人说佛教的戒律……这个是哈佛大学的一个教授说的，他说你看佛教那戒律是什么？他说佛教的戒律是一种基于准则的道德观，他说其实都是准则，就是一套准则，不能杀生，不能妄语，不能喝酒，不能偷东西，他说你们就是另外一套准则。我说你完全错了，我对西方人太失望了，还哈佛大学的教授，就这点水平。

你看看佛教的戒律是怎么说的？盗戒，比如说你犯盗戒，有几种因缘。首先的第一个因缘，就是要“具盗心”。什么叫“具盗心”？就是我有偷盗的心，这才叫犯盗戒。如果我拿了这个东西，但是我并没有想占别人便宜的心，不犯盗戒。你看佛教这个戒律有意思，是不是这样子？它不是死板地说拿了别人的东西就是偷盗，它不是用这种准则来定义善恶的，它是看心的。我没有盗心，就不是偷盗，是吧？

然后我们再来看康德的另外一个观点，理性，他说绝对的道德就是要有理性的准则。什么叫理性准则？比如说你看小孩掉井里面去了，你出于同情心去救他，不对！因为是感情，不是理性，这样子不符合道德原则。我见到一个小孩掉到井里面了，我出于

同情心，怜悯心……我可以这么说，如果我有办法的话，我会尽我一切的能力去救他的。我这个时候还管什么理性不理性的准则，我出于同情心，我去救他，有什么不对？这就是中国传统的道德观，当然应该去救他了，怎么能不去救他呢？你摸着自己的良心，良心就是答案，对不对？什么叫善恶？良心就是善恶！

那么康德的那个问题怎么回答？康德说了，如果是你仇人的孩子，你可能就对他有仇，你出于感情，你就会不去救他。他抹杀了一个根本的、最重要的一个点，为什么仇人的孩子你就会生起一个仇恨的心，不去救他，是因为你被嗔恨蒙蔽了真心。你的那个真心被蒙蔽了，是被你的嗔恨心蒙蔽了，是不是？那个真心会告诉你答案，那个真心就是：我得去救他。为什么？我们刚才讲了，妙明真心有一个原则，它有一个境界，这个境界是什么？“自他不二，物我一如”。这个孩子，他就是我。所以我们在“自他不二”这种根本的心性的指导下，你就知道，我们就应该出于慈悲心去救他。这个时候如果说是仇人的孩子我就不去救，这是不符合妙明真心的，是天上的乌云障蔽了真正的太阳，真正的太阳就是我应该有“自他不二”的慈悲心，这才是善。

所以你看，我们这个话题可以扯到很多的范畴。比如说我举个例子，所谓“民主”是不是比所谓的“独裁”就要好？西方人经常跟我讲，他说，你看我们比你们国家好，因为我们是民主制度，你们是独裁的。我跟他讲：“Sorry, we have different definition”，对不起，我们有不同的定义。我们对“民主”的定义不一样，我们对善和恶的定义也不一样。什么叫定义呢？我们定义的好坏、善恶是什么？我们刚才说了，看心呐。看什么？看发心和智慧，看这个东西。

比如说，你说民主特别好，我说你是在从制度层面定了一个准则，你是基于准则的善恶观，我们中国是看你的心的，基于心

性的。我说你们西方的那些政客，你看看哪个人选举总统的时候是为了老百姓啊，都是为了自己的选票在那儿表演，在那儿欺骗，在那儿说各种妄语。答应了一堆事情，上台了也不给老百姓办，你这是善吗？还有，反过来说，老百姓也不一定就是善。你看老百姓在选举的时候，好多老百姓是基于什么？有的基于自己狭隘的利益，有的是基于自己的各种贪嗔痴，是不是？他就在那选举，这一定就是善吗？有了这么一个形式，你就是善了吗？不一定啊！

反过来说，一个表面上独裁的……比如说中国历史上有好多皇帝，唐太宗什么这些，好多的明君，什么雍正、康熙、乾隆这些皇帝，你能简单地用独裁、专制评价他吗？他的内心可能真的是为老百姓好的，对吧？你看，什么是民主？“仁政”就是民主。儒家讲的“仁政”就是民主。我心里面含着仁义道德，我想为老百姓好。我如果有仁慈之心，我作为一个皇帝就会去听取老百姓的意见，我就会在乎老百姓的疾苦，我就会让老百姓过得更好、更幸福，对吧？这个它本身就含有善，其实在“仁政”之中本身就含有民主的那种元素在里面。所以你能简单地用一个制度，一个制度的准则去评价善恶吗？没那么简单！是不是这样子？所以这些东西，关于民主我们也不能展开了。如果有兴趣，我们下期可以专门做一个话题，时间有限不展开了。

我们再做几个很重要的讨论。比如说西方人的观点……其实不止西方人，我们现在很多中国人，小年轻都是这种思想。真的有人这么跟我说过，他说，宗翊法师，我有个困惑……那个时候还不是法师，对不起，那时候我还没出家，但那时候我信佛。他就说，我有个困惑，他说你们佛教为什么会认为这个性行为是恶呢？因为我知道他是有很多这方面的行为，他女朋友特别多，今天一个明天一个的。然后还有一些，是我的一些企业家朋友，他们出轨的，他们会跟我讲，他当然不会跟他老婆讲了。反正他们都说，

他们觉得很困惑，说我真不觉得这是一个恶，为啥？他说，如果说我去强奸别人，这当然是恶了，这个我可以理解，我给他造成了痛苦。或者我杀人放火，这是恶，我也可以理解，我给别人造成痛苦。他说，我们两情相悦的，我们都很高兴，我们没有给任何人造成任何痛苦，反而我们还有很多快乐，这怎么会是恶？所以你看，我们今天学习了中国传统文化的善恶观，我们就知道，为什么它是恶呢？因为它违反了我們心性中的第一个原则——叫做“清淨”，是吧？心体的第一个特点，它违反了那个本来清淨的心体，它离清淨的心体很远，所以它就是恶。不是以你表面的快乐来作为依据的，不是基于结果的善恶观的，它是基于心性的。因为它远离了清淨的心性，它使你的心境变得浑浊，沉浸在极度的那种火焰……欲火炽盛的那种状态里，远离了原本的清淨的、无我的妙明真心，所以它就是恶。

然后我们再来讨论一个观点：愚痴。你看这个佛教里讲，心上面的三个大的恶，“贪嗔痴”，对吧？贪嗔是恶，大家都可以理解，我贪婪，我嗔恨，当然是恶了。愚痴为什么会是恶？我不就是笨点儿，我不就傻点儿，我这怎么会是恶？好，那么你通过今天的学习，你就会知道它为什么是恶。因为我们的心体——妙明真心，本来是什么样？是“灵明觉照、遍知一切”的一个非常智慧的心体。当人愚痴的时候，他升起了种种错误的见解、错误的想法的时候，实际上它是背离了本有的那个智慧之心，所以它就是恶。这就是原因，所以它称为恶，而且它这是一个很根本的恶、非常大的恶。在佛教里说，“愚痴之恶，甚于贪嗔”，比贪、嗔还要大。为什么？因为愚痴，就使你的观点见解全部错误了，然后你看待事物的角度全都错误了，它会造成极大的破坏。

你看看十字军东征的时候，当年杀了那么多的人，为什么？因为他们的见解错误。他的发心在他自己看来是很善良的。他说，我

为了上帝，我为了弘扬基督教，我为了把上帝的福音和真理照亮世界的每一个角落，我有什么错？我把人都杀光，他们都是异教徒，对吧？所以说，它是“基于信仰的善恶观”。但是我们中国传统文化告诉你，你实际上是中了愚痴的毒，这是愚痴！你是个错误的观点，就是愚痴，愚痴就是最大的恶！所以说，你这是恶，不是善。你的心性错了，心性跑偏了，所以它是恶，是吧？

好，再比如说……我们讨论最后一个，这个时间关系，我们就进入问答。再比如说，说好听的话是不一定是善的？从佛教来说，也不一定。为什么？看你的动机，看你的发心，是吧？如果说这个人太可怜了，他受尽委屈，受尽屈辱，受尽了痛苦、折磨，这个时候你想安慰一下，你出于慈悲心，想安慰他一下，你说一些好听的话，这个叫爱语，这是一种布施——爱语施。这个时候说好听的话是善，但也有的时候你说好听的话就是恶。比如说你想出于为自己的利益去讨好别人，比如说对生意伙伴，对客户，我说一些违心的、好听的话，让他很开心，他就会买我的东西，我能赚到钱。或者说，我为了升官，我去巴结我的领导，说好多好听的话。这个时候他是为了自己获得权力，为了自己升迁，为了自己，出于自己的贪欲，他去说好听的话，这就是恶，它不是善。

这就是中国的传统文化，就是心性——“基于心性的善恶观”所指导我们的。所以我们掌握这个原则之后，我们就能看清这个世界什么是善，什么是恶。我们也知道西方人怎么想的，东方人怎么想的，世界上发生的每一件事情，你都知道它背后其实是怎么回事，因为大家都是基于不同的善恶观嘛，是不是？我们要通过这个来指导自己的行为，指导自己的生活，这就是我们修行的必经之路。

## 第二十四章 为什么要抄《心经》

---

大家好！我今天给大家分享一个主题，这个主题和我们“必经之路”的目标很有关系，这个主题就叫作“为什么要抄《心经》”。好，我来分享自己这么多年的一些体会。

首先，我们先从一个文化的角度来说，抄经这个事儿，它是一个几乎可以说中国人独有，最少也是中国文化圈独有的一个文化现象。它是一个中国古人混合了宗教信仰和文人雅士情趣的这么一种活动，这个事情是很有意思的，我这么说大家可能没有直观的体会，我们做一个横向对比就知道了。

因为我在国外呆了 10 年，我前前后后去过差不多 50 个国家，在我出家之前，我的人生经历也很丰富啊，我是经常和各路神仙打交道，和各个国家的人进行交流。

我发现一个很有意思的现象，你比如说抄经这个事儿，在西方国家有没有呢？西方国家也有经啊，比如说《圣经》，是不是？那他们抄不抄呢？

我后来发现一个事情是这样的，西方国家近现代开始有了一点类似于抄圣经这样的活动。

有，但是不是特别成气候。他们抄得也特别难看，因为他们不和书法相结合，不像我们抄经都是有历代的书法家作品什么。他们就是自己拿个纸，一个小本，啪啪啪，就这么抄两个。

而且他们抄经的事情出现得特别晚，比中国起码晚了 1000 年以上，为什么？这个原因很简单，因为他们没有纸。因为我们中国人抄经有个前提，你得有纸，对吧？你得往纸上抄。那么西方人呢，他们的纸产生得特别晚，我们中国人大概是蔡伦发明造纸法之后，大概东汉年间，公元可能一零几年，我记不清了，反正公元 100 多年的时候我们就已经有纸了。有大规模的很好的纸张可以使用，你才能抄，是不是？

在中世纪末期前，就基本上在 13 世纪以前，西方是个什么局面？那个时候大规模的造纸法没有传到他们那里，他们用的主要是有两种类似于纸的东西，一种是叫做莎草纸，就是一种用草，一种叫莎草的那种草类，它编制出来的纸。那种东西与其说是纸，你不如说是一张小的草席子，你可以这么理解。然后成本特别高，而且莎草纸是不能折叠的，它是硬的，跟咱们的竹席子似的，它是个硬的，折叠不了，而且还特别贵，还要费很多手工。

另外他们还有一种所谓的纸，就是羊皮纸，所谓羊皮纸就是羊皮了，他是把羊皮去掉，毛去掉什么，等糅制以后，这样弄的纸也是成本特别高，然后数量非常少。

所以那个时候呢，在中世纪的时候，是他们基督教最发达兴旺的时候，但是他们没有纸，所以他们的经典非常的贵重，他们的《圣经》贵重到什么程度？

就是说他们要制作抄写一部《圣经》，起码要两年的制作工期。成本有多高呢？比如说他们想要抄一部《圣经》的这种莎草纸，咱都不说羊皮纸，那更贵了，就莎草纸他要给备齐了，普通人家差不多要工作十几、二十年的收入，才能把一部圣经用的莎草纸给备齐了，这么高的成本！

这还不算人工抄写的费用，那人工费用更贵，而且当时欧洲

的识字率很低，1% 都不到，所以说大部分人还不识字，还没法抄。这就造成了什么？你别说抄经了，他们读经都读不了，因为没条件。他们那个时候一个大的修道院或者一个什么地方，有一部完整的《圣经》已经很厉害了。

所以就造成欧洲中世纪特别黑暗，因为整天都是那些传教士、教会在忽悠老百姓，然后讲上帝是怎么说的，但是大家都没读过《圣经》。为啥？看不到书，没有书，没纸啊！然后老百姓都被忽悠。基督教内容全是那些传教士，那些神职人员才能忽悠他们，最后就忽悠出很多特别诡异的东西，什么赎罪券，你们得交钱什么的，才能上天堂，才能赦免你的罪等等。

所以说到后面，它一直到 13 世纪以后，差不多有了大规模的一些造纸技术传到欧洲以后，他们才发生了一个变化，所以那时候你别说抄经了，读经都没有。

所以这就是为什么抄经这个活动，我们说是从西方人的角度来看，从他们古时候来看，It's a luxury, Chinese luxury. 它是一个中国式的的一个奢侈的活动，非常奢侈，要用太多纸了。

后来这个纸是什么时候（传出去的）？大概是在唐朝的时候，有一次怛罗斯之战，大唐帝国和阿拉伯帝国在怛罗斯这个城市，大概是在所谓的葱岭以北，就是今天的帕米尔高原以北，可能就是中亚那几个国家的那一带，不知道是吉尔吉斯斯坦还是什么？在那边打了一仗，怛罗斯之战，那一仗是唐朝的大将高仙芝被打败了。率队的将军本来是个战神，结果仗打败了。打败以后，中国的很多工匠被俘虏了。其中就有几个是造纸的，纸匠被阿拉伯人给俘虏到阿拉伯国家去了，从此之后造纸法传进了阿拉伯国家。

从阿拉伯后来又经过几百年陆陆续续又传到了欧洲，欧洲人才有了纸可以用，然后《圣经》的成本才降低了，就是那样。这

个有点扯远了，但是我们想说什么呢？抄经你看着普通，实际真不是，它是一个非常中国式的，非常具有中国人情怀的这么一个活动，西方人还真没有，不太有，不能说完全没有。

## 为什么要抄《心经》

然后，接下来我们再来讲，抄经，它到底是怎么一回事儿？我们刚才讲了，抄经一方面你可以认为是中国式的一种文化活动。因为在中国历史上，你也知道，很多文人、士大夫阶层都非常信佛，大家就喜欢抄经，同时结合书法，结合练字，还能体现我的品位，是吧？

那时候的读书人不谈禅，都不好意思跟人家说话，所以说抄经就变成一个文人、士大夫阶层的一个浪漫情怀的这么一个事儿。当然僧人也抄经，居士也抄经，全国都抄经，最后就形成一种风潮，这是中国独有的一个文化现象，差不多。当然后来又波及到日本、韩国不说，都算中华文化圈。

但另外一方面，它还不仅仅是个文化现象，抄经最本质的，对我们来说它是什么？它是一种修行方法！这个非常重要。怎么说它是一种修行方法，因为本质上来说抄经和诵经它是一样的，都是什么？

### 抄经和诵经，它的本质都是叫作“随文入观”

最核心的修法，我要跟着文字走，跟着文字去观想、去思维、去修心，这就是抄经和念经相通的地方，它的核心就在这儿。那么这么说起来，抄经，你可以说它有三个层次的修行上的作用。

#### 第一个层次：结缘熏种

第一个，最肤浅的层次，就是我们现在大多数能达到这个层次，可能也包括我在内，就叫什么呢？它只能说是“结缘熏种”。

什么叫“结缘熏种”？我结一个缘分，和这个法结个缘，熏修八识心田里的一个种子。种一个善种下去，那么将来总有一天这个善种要发芽、开花、结果，那可能是未来多少劫以后了，但它总有一天要发，是吧？多少种了个种子，是吧？这个不容易。

七哥是“必经之路”最早发起人，那么七哥出家了之后，他就跟我们师父汇报。他说，这个事还要不要干？我都出家了，是不是就别闹腾这些事了，就是老老实实修行？

结果我们师父说，不，你这个事要接着做下去。为什么？因为你已经发愿了。我们师父说，末法时代，能让一个众生和佛法结上一点点因缘，这都是很了不起的，很难得的。所以他说这个事要接着做下去。

七哥就吃了定心丸了，他就接着往下做。当然我也给拉下水了（笑），但这是个缘分。所以，哪怕这么一点功德也是非常值得赞叹。因为在末法时代，恶的力量太强，善的种子很少，所以，哪怕能结一点点缘分，都是很殊胜很不容易的，是不是？那么这是最低的一个层次。

### 第二个层次：静心思维

再往上第二个层次，中等的层次是什么呢？中等的层次是：你不但能写俩字儿，和这个法结个缘，你还能够了解《心经》的一些意义，那么就可以进行思维，就叫做“静心思维”。

它能够起到一个把你的心静下来的作用，然后你能够思维《心经》的法义，进而提升一下认知，从长远的角度提升自己的修行，所以它可以静心、思维。那么这个层次就是一个中等的层

次，那就更好了。

但这一点要建立在什么基础上？要了解一些《心经》的含义。它不能光是说我就像练字一样把这抄完了，应付一下，这个任务敷衍完了，那达不到效果，得了解这个含义。所以将来有机会的时候，我们还是得讲《心经》到底是怎么回事？这里头的每个法相它到底在讲什么？得把这个事给说明白了，否则还是不能够深入，是吧？我们不能永远停留在第一个层次，是不是？

### 第三个层次：定慧观修

那么再往上第三个层次，我们就可以做“定慧观修”这是更高的一个层次了。就是说，不但知道法义，而且对于法义的熏修，他有很多实修的经验，他就可以融合在里面。就是结合自己的修定、修慧、禅观，甚至一些密法的经验，把它融入到抄经里面去。

那他在抄的时候，这时候就不仅仅是思维了，他是什么？他是“入观”，他真的是“随文入观”了。他结合自己的禅定功夫，观修《心经》所表达的境界，所指引的方向，他往那儿去用心，把心合于道的本体，这个就是它更高层次的一个修法。当然这个就更需要实修的功夫了，不是嘴上说说了，这个就是比较高的一个抄经以及诵经的层次了。

## 抄《心经》有什么好处

好，我们说到这里，我们就要详细地再来讲一讲：抄经究竟有什么好处？

我这里面说的抄经是泛指一切的佛经，而不是光指《心经》。我们说抄经，你用《金刚经》也可以，其他好的大乘般若经都可以抄经。那么说抄经到底有什么好处？总体来说，这是我个人总

结的，不一定全面，仅供参考。

因为也有不同法师，不同大德，可能都有自己的角度的说法。这八个层次是我自己总结的，我认为的，我的思维能够达到的一些抄经的好处，我总结了八点。

### 抄经的第一个好处：净除业障

这个是抄经一个非常重要的目的，因为我们刚才讲了，抄经实际上是一种修法，凡是这种佛法的修法，它一定会有一些净除业障的效果。我们将来有机会，会讲一堂课——关于忏悔。

怎么忏悔？忏悔有四种力，今天就不能展开了。四种力里面，其中有一种就叫“现行对治力”，那么要以现行对治力才能够把罪业给清除掉。现行对治力里面有六种，这里也不能展开了。

那么这其中一种就叫做读诵大乘甚深经典力。就是说大乘的甚深经典，当然像《金刚经》、《心经》都属于这类的，大乘甚深经典，读诵它、抄写它等等，这些本身就可以灭罪，净除业障，净除罪业，这就是抄经、诵经的一个作用。

而且实际上我们经常说，抄经它有时候比诵经来得还要好，当然我们也不能有分别心，不是说诵经不好，不是这意思，诵经也都非常好。但是对有的人来说，我们只能说对有的人来说，抄经的效果甚至比诵经还好，有的人说是十倍的，这有点就说不准了。为什么这么说呢？因为你诵经的时候，有时候你念头可以跑，你一边嘴巴在念，然后心里头就不知跑哪去了，你可以一目十行，反正“夸夸夸”就过去了，阅读一下或者浏览一下。

但是抄经的时候你省不了，你一个字都省不了，你必须得一个字一个字抄完，对吧？每一个字、每一个字弄下去，你偷不了懒，耍不了滑，你就得一个字一个字过，是不是？所以它逼着你，你就

得硬生生地把这经从头到尾很硬核地这么过一遍，是不是？所以它对人的作用就是，心上面会留一个很强的种子，那么它也会达到很好的净罪业的一个效果。好，关于净罪业的我们不展开，改期有机会的话，我们专门讲四力忏悔，我们再来广说。

### 抄经的第二个好处：积累福德

抄经的第二个好处叫做“增加福德”或者叫“积累福德”，那么这一点，好多的佛经里面已经讲得很清楚了。你看《金刚经》里面有一段，因为《金刚经》我也背不下来，我就记得其中有一段就说《金刚经》有什么好处。

它说如果有一人，他以恒河沙数的身体去做布施，上午也布施，下午也布施，就这么不停地布施，而布施了好多劫，他获得了很多福报——肯定了，一天到晚地布施，肯定福报大。

但是如果有一人他以坚定的信心，非常地相信《金刚经》，然后能够坚定地去受持它，去忆念他，他说福报会超过做身布施的人，何况你书写受持读诵为人讲说？福报就非常的大！所以这个是佛说的，他不会忽悠我们。福报非常大！

尤其是福报有一点非常重要，它有很强的出世间福报，还不仅仅是世间福报。对世间福报也会有所增加，肯定会，但是它其中有很大的作用是出世间福报。

**什么叫出世间福报？**就是说能够使你解脱成佛，出轮回，去净土这一类的福报。它不是在世间瞎混，不是说下辈子当个大财主，那么简单的、小的一个福报。而能使大家，能使我们真的出离轮回，能获得解脱的这么一种出世间的福报。

我们都知道，其实要成就，最关键的一点——积累福报。积累福报不够，修什么法都没用。比如说有的人他福德不够，他直

接去打坐，参禅，进不去！为啥？福报不够。甚至有的人修着修着发狂了，发疯了，受不了了，出障碍了，这样的人我们见过的，是吧？为什么？福报不够！是不是？如果一开始他能够从一些加行的法修起，先增加自己的福报，这样就比较稳当，后面修行不容易出问题，修什么有什么。

说难听点，福报哪怕回向一下，咱就是说发心太低劣，我就回向到人天福报上，它也不落空。他下辈子当个财主，也好过你贫穷受苦是不是？反正总之，有福报总是好，总之修福报永远不会落空，这个很重要。当然，我刚才说当财主那是开玩笑。发心必须要往解脱轮回、往生净土、成佛度众生这个方向走了，我们修大乘佛法，必须要这么去做。

那么这个里面的福报，我们“必经之路”，它培养福报还不光是说抄经本身有福报，那个都不用说的。必经之路的同仁们，这些义工们，他们经常组织一些活动，组织大家抄经，然后组织大家怎么样，这本身又是一种更大的法布施，是不是？

这个时候，他们的福报：服务大众，弘扬佛法，利益众生，这个福报就更大，那加倍的大，是不是？他不光是自己抄经得福报，他还弘扬这个东西，又得多少倍的福报，所以这是多方面的，福报就会增长。福报增长以后，将来怎么修怎么有，这一点非常非常重要。好，这是第二点，我们也不能太多地展开了。

这里面关于前两点，其实你们要看的话，抄经的感应的例子很多。你们身边，时间长了，你会发现有这样的，通过抄经，业障消除了，福报增长，绝对有。不信你去找，一定有，百分之百有。

我自己也知道一些例子的，有的人是他多年患一些怪病，有的是皮肤上有病，有的是得一个什么，就是那种……反正都是不好整的一些病，慢性的病，多少年了，就是很困扰。

抄经抄了十年，按说十年后你这身体应该更衰败，你更老了对不对？结果抄好了。找什么西医，多少大医院都治不好，抄经有的抄好了。所以他业障消除，他福德增长，他怎么会没有感应，一定有！是不是？

还有一些人是通过抄经，比如说工作顺利了。有的人吃不上饭了，没那么严重，但是生活很困难，需要找工作的，后来通过诵持这些《心经》、《金刚经》什么的，然后抄经等等，做功德。

最后你看，他工作上的一些问题也解决了。还有的人是家庭里的一些问题，也解决了，是吧？为啥？他业障消除，福报增长，他问题就跟着解决，对不对？这个道理很简单。好，具体的例子太多，我们也是不能展开了，我们只能大概说一下。

### 抄经的第三个好处：摄心安神

抄经本身有个很强的作用，就是它能摄心，能够让你的精神安定下来，内心清净下来。这一点在我们现代都市生活中不是很容易的，真的。我以前有好多同事，我在各种领域都工作过。

现在一个最大问题是啥？焦虑，还有的抑郁的，有的亚健康状态，有的整天就很烦、很乱，因为压力太大了，工作忙，现代人精神问题太多。所以抄经，首先就是个很好的办法，因为我们说抄经它是强迫你静下来，是不是？

它强迫你，你得一个字一个字的写，你省不了。它还不像你念经，比如说你念的时候，或者你就读一本书，你可以走神，对吧？你可以想别的，你嘴上念一念，或者你就把书看一眼。抄经，它有动作，它强迫你，你得给我抄，所以它这个就是啥？

就迫使你要和这个经尽量去相应，迫使你进入经的内容和境界，迫使你硬生生把自己收到经里面来，是不是？所以他慢慢就

会有改善，心态更好。更何况如果他懂一点道理，他思维一下经上的内容，可能就有这么一两句话，不管他是真懂了还是半懂不懂，它可能有点帮助。

你看我们在海南的时候，今年冬天在海南组织了一次抄经，在海口。海南的一个小姑娘，她就说她是什么情况。前几年的时候男朋友跟她吹了，加上老爸又去世了，双重打击啊！

她说当时一下子就不得了，崩溃了，得了严重的抑郁症，整天就想死，就不行了，整个人完全崩溃了。后来她就看了七哥的那本书，七哥的文章，就是说抄经对人有帮助，她就开始抄《心经》。她抄《心经》，为什么？

她说她就看到了里面一句话，对她就是一个精神的巨大支柱。哪句话？你们可以想象的——“能除一切苦，真实不虚”。是不是有这么一句话？她说，“能除一切苦，真实不虚”我信了，我就相信了，我抄经，我一定就能除一切苦，我就这么抄下去，我一定能除苦。

她就凭着这么一个信念，就把所有的心念集中在抄经上，经过了一段时间走出来了。因为这个事，她后来就一直坚持抄经，她心理改善得太多了，现在就很阳光了，完全没有原来的那种抑郁了。

非常重要！人，他得有个精神支柱。到最后你得有一个东西能够安心，是不是？你心安不下来，怎么弄？更何况人还有面临更大挑战的时候。

你看我认识一个人，在河南嵩山，少林寺的那个嵩山。我今年经过嵩山的时候，在嵩山碰到一个和尚，是少林寺的一个武僧。他修行也很好，他参禅打坐，然后也练武。他就跟我讲一件事，说他有一年的时候，就被一个人给打了。那人拿那么粗的一

个大钢管敲在他天灵盖上，一棒子下去血流如注。

他说当时血就像泉水一样往外喷，喷得到处都是血，生命垂危，特别吓人。他说根本没法走路的，当时人已经不行了。然后他两个徒弟就这么拖着他往医院走，他当时就觉得自己已经马上就要死了，因为已经血快流光了，然后到医院还很远。他说他当时心里面就只提了一个东西，就是《心经》。

他就这么念：“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄……”他当时没有发出声音，就心里面默念，那时候快死了，他说他就是凭着最后那一点心力，让《心经》在心脏里面就这么念着，一个字一个字清清楚楚，历历分明。

他说就在他头上受伤，血都快流干的时候，他《心经》一个字没有断过，就这么历历分明，一直念到底。结果呢？他说当时也没有恐怖了，很奇怪，人都要死了，他说没有恐怖了，特别的安定，特别的安定……“心无挂碍，无有恐怖”。

结果到最后，到医院一抢救，还治过来了，还没事。最后人真得还挺好，没死。然后现在又恢复了几年，他现在活蹦乱跳。他在嵩山上还给我打了一套拳，在嵩山的万山之巔，站在一块石头上，底下就是万丈悬崖，给我打了一套拳，看得我都紧张，为啥？我真怕他掉下去。他的功夫好，然后你可见他身体恢复得非常好，是吧？

这就是《心经》的力量，它能够安神，它能摄心安神。我们先不说那些神奇的东西，是不是佛菩萨加持？咱也不知道。但是最起码他在生死关头，他心安住了，他远离了那种恐怖。

#### 抄经的第四个好处：得大智慧

《心经》，它很大的一个作用就是能让我们得智慧，是吧？毋

庸置疑。就是当我们读《心经》的时候，一个字一个字抄写的时候，我们就可以顺便思维法义，法义思维得多了，抄得多了，它就融入血液，它就会生出智慧来。这种智慧，小到生活上的一个智慧，大到一个开悟解脱的智慧，都可能产生。

我们讲一个真实例子啊，这个是真事儿，是以前我上师跟我讲的。当年有一个居士，他抄《心经》，诵《心经》，他一直参禅，修行好多年了，没开悟，但是（抄诵）《心经》一直不断。有一天他就看到这句话——“无眼耳鼻舌身意”。

他说怎么叫“无眼耳鼻舌身意”？他突然起了个疑情，我们都知道参禅起疑情是最难的，就是他一旦发了疑情，他在疑情上参，往回参，那个时候就得力。

就是一个参禅得力的前提，是要发大疑情。他一下子就疑情起来了，他说明明我这鼻子就在这儿啊，怎么说“无眼耳鼻舌身意”，这是什么情况？

他疑情就一下子“啪”地提起来了，然后就参。然后他参的时候，就把这个手摸了鼻子一下，他想这不就是鼻子吗？“无眼耳鼻……”，鼻子这不是有吗？就这么一摸鼻子，一瞬间开悟了。虚空粉碎，大地平沉，法性现前，开悟了。

所以你说这个厉不厉害？我们说抄经是什么？随文入观。跟着文字了解了它的意思，就可以去做观修，高手就这么修。当然一般人能结个缘就挺好，也很好，这是最低了。但是我们达不到这儿，这个太高了，是吧？

好，我们怎么办？最起码《心经》我们在生活中也能用，是不是？你看看七师父写了那么多文章，就是关于《心经》在生活里怎么用的。遇到什么，你随便捡起一句话，能用多少是多少，多少都有点好处的，是不是？

你看我们说“色即是空”，是不是？比如说有的人特别贪财物的，他如果在这句话上好好思维一下，什么叫“色即是空”。色法，我们知道一切眼睛能见到的这些东西它都是色法，那个房子它是不是空？你那些金钱、世俗的财富，是不是空？甚至还有一些人喜欢美女的，执着放不下的，美色是不是空？其实这是人的一种迷惑，他觉得那个东西很好，实际上《心经》就告诉你：“色即是空”，是吧？

你就这一句话，你真正思维透了，你时时提醒自己，多少都能得到一点点利益的，是不是？当然今天这个我们不能展开了。总之，多持诵《心经》，多抄写《心经》，随文入观，深入思维，就什么呢？得智慧！厉害一点就得大智慧，甚至开悟都有可能。反正我是没开悟，我是没做到，但是我也在努力。

#### 抄经的第五个好处：得大加持

就是可以得到很大的加持。我们《心经》这个东西你不要小看它，要是现代的唯物主义看，那不就是一本经书，一点文字，它有啥？不是！我们说了，古往今来的多少高僧大德都在诵持这部经，这部经是佛、观世音菩萨、舍利弗尊者、那么多的大比丘、阿罗汉什么的，在现场这么炮制出来的一部经。

不是普通的东西，它非人间的普通的东西，绝非凡品！所以说历代的高僧大德，多少的人，几乎所有的大乘的佛教徒，都念这个东西，念了多少遍。

它在天地间有这么一种加持力，这是一种能量场，你可以这么理解。那么他诵持，就会感应，就会得到加持，加持的力量之强，有的时候是我们不能想象的。

我就举一个例子，时间关系我们不能扯太远。当年在日本，大概唐朝的时候，我们都知道有一个日本的著名高僧叫空海上人，

是吧？

弘法大师。他学的当然是密法，他是在当时学的唐密，在长安学了几年，后来回到日本去。他得了成就了，这个是个成就者，真的是大成就者。

他回到日本去，然后呢，那个时候基本上就是个国师级别了，那时日本皇室都很崇拜他的。后来日本有一年，那是唐朝年间，日本就起了瘟疫，传染病盛行。

当时空海上人他就向皇室说，我们可以通过抄写《心经》来免除瘟疫。那时候日本皇室很相信他，他就开始抄。他怎么抄？他不是像我们的抄法，我们抄经是随便抄两下，跟练字差不多。他抄经是这样的，他是叫做“一字三拜”，就是说抄一个字拜三拜，这么抄。

而且他有功夫，他是成就者，他在定中，抄一个字三拜，这样抄，抄的就是《心经》。抄完这部《心经》，疫情就控制住了，然后日本的老百姓就被救了，否则不知道死多少人。

所以你说，《心经》它的加持力有多大？它可以把一个国家的疫情都平息，你可以想象，所以直到今天，日本的抄经的传统怎么来的？就这么来的。

到后来，日本皇室都抄经。嵯峨天皇什么的，都抄经。嵯峨天皇有一部经是供在哪呢？你们以后去日本可以去一下一个寺院，在京都，它外围有一片风景很好的地方，有片山叫“岚山”，“岚”是上面一个山，下面一个风，这个叫岚山。

风景特别好，有好多竹子，我当年去京都，专门去岚山，参拜好多寺院，风景太美了，非常有唐朝气息。其中有一个寺院叫大觉寺，你们以后可以去，风景非常幽静，特别的大。那个寺院

旁边还有一个小湖，风景非常好，大觉寺。

寺里面就有一个叫做……我忘了是“心经堂”还是“心经殿”还是什么，反正专门是供《心经》的地方，好像是他们以前天皇——日本的皇帝抄的，古时候的皇帝抄的。

《心经》就供在那里头，大觉寺，好像是大觉寺，如果我没记错。反正总之在京都，没错，在岚山那一带，非常清幽的寺院。日本到后来，到现在社会，可能还在搞抄经活动，经常都有抄《心经》。

所以你看这个经惠及多少人呢？它不是只帮了咱们中国人，它恩德特别大。为啥？它加持力大！所以今天抄《心经》，如果用心去抄的话，用心地，非常用心地，带着定力，带着这种虔诚恭敬，专诚专注，这样去抄，真的能得加持的。这不是我们危言耸听，不是乱说，多少的事情证明了这一点，它是能得大加持的。好，这个也不能展开了。

### 抄经的第六个好处：善神拥护

这个说起来有点宗教色彩了，什么叫善神拥护？抄经的人，我们自己看不见，有神通的人就能看见。抄经，当然特指的是那种抄得比较虔诚比较专注，不能是随便的。他们瞎混的，只能结个缘。很专注地抄经也好，诵经也好，修一些法，他身上会放出一种光明。

那么这个善神看到，他知道这是个修法的人，他会去拥护。而且佛教里面有很多的护法，有很多护法的鬼神，当年他是发过愿的。他发什么愿？他说我专门护持某一些法，比如说有的人，他专门就护持净土法门，有的是专门护持密宗的某一些法的，还有一些他就说我专门护持《金刚经》的，什么修法的，什么《心经》，这都有。

它有一类专门的，你修什么法的人，我会去护持的。所以说就会有护法善神拥护这个人。当然最好再配合持戒、发心这些，这些东西再配合那就更好。如果说你持戒不行，可能也不行，因为你这戒律太差，对吧？护法善神他也不高兴，他觉得你这个人还是扶不起的阿斗，算了！那也不行。这种例子，比比皆是了，这里真的也不能展开了，你们要去翻这种感应的事迹，多得很，藏地汉地都很多。

### 抄经的第七个好处：怨鬼远离

“怨鬼”不是“冤鬼”的意思，是冤敌和恶鬼。这些对你很不利的一些人和事儿，都会远离你，他不敢害你，当然他不敢害的其中一个原因就是有善神拥护，我们刚才讲了，是不是？而且我们说“得大加持”，你想，你加持力来了，你浑身放着光，善神还在旁边保护着你，你说他敢害你吗？是不是？

另外一方面，还不光是这个，不光是我自己能力、能量场提升了，它不光这么简单。还有一个什么呢？抄经你还可以回向给你的冤亲债主，回向给宿世、生生世世以来，我们曾经伤害过的那些人、那些众生——不光是人，是那些众生。

其实这世有些人的不顺利，就是这些冤亲债主造成的。有一些鬼神，你上辈子杀了他或者害了他。还有的人——尤其女性同胞特别要注意一下，堕胎。

堕胎这个问题非常严重，现代社会堕胎非常严重。很多人堕胎以后，婴儿，特别是发育到一定阶段，这婴儿已经有神识了，他已经是一个人了。你杀人，而且杀死的是自己的小孩，是不是？这个小孩被杀死，他不恨你吗？他恨死你！他很痛苦，他要把这个痛苦发泄到你身上，他来找你。

我跟你讲，堕胎的这些人，不信你去看，除非是福报特别大

的，好多人在堕胎之后慢慢地都会产生各种问题，有的是身体出什么问题的，有的是运气变得特别差的，有的是出了什么灾祸的。还有一类什么的，得各种病，什么妇科的，什么子宫肌瘤，各种，好多。

但是他通过比如说抄经诵经，把这些念经的功德、抄经的功德回向给冤家债主，它就可以化解怨结，至少能有所帮助，咱不说一定行。所以回向非常重要，每次诵完经、抄完经一定要做回向，回向的时候，要非常认真。不能马马虎虎走过场，那不行，真的要真诚地回向。

因为我们不是特别厉害的那种大修行人，那么我们能做的修行很有限，我们抄经，可能就是为数不多的能够得着的修行之一。很真诚地把抄经的功德——我们说了抄经只要你诚心诚意做，一定有加持力的——那么把加持力、把这些福德回向给谁？

不是说光给自己，那是个很自私的人。要回向给一切众生，特别要回向你的父母、师长、一些对你有恩的人。还有啥？一些冤亲债主——上辈子、这辈子你害过的那些众生、杀过的这些动物、堕过的胎、得罪过的人、坑过的客户什么的，都要去回向。

把怨结化解了，将来他不会恨你，这个因缘到这儿可能慢慢地就了断了，以后你也不至于背负很多业债，承受很多的灾祸，是吧？有好处。好，这个是我们讲的第七点，怨鬼远离。

### 抄经的第八个好处：来世增上

什么叫“来世增上”？就是说我们刚刚讲的都是这辈子的事儿，诵持《心经》不仅是对这辈子好，还对下辈子也有很大的帮助，甚至下下辈子再下下辈子，它都很有帮助。它的帮助就体现在，一方面对修持，即使哪怕是修持比较差的人，他也多少能够帮助你获得一些人天善果。

比如说来世我们不至于堕恶道，对吧？我们起码还能到善道，哪怕当个人。那么当了这个人之后，我们还可以继续修行佛法，哪怕日子苦点，反正还能在这儿修，起码没变成个动物没法修行了，是吧？甚至好一点，我们还可以生活还不错，有一定的资粮，我们还能得遇善知识，我们的生活工作各方面还比较顺利，能专心修行，说不定下辈子解脱了，是吧？

那么这个还是差点的，如果再好一点，也许把这个功德回向西方净土，回向极乐世界，说不定这一生就可以往生极乐，就可以脱离轮回了，就得到解脱的功德，是不是？更厉害了！这也是来世的一种增上，是吧？我们说“增上生，决定胜”，生生增上，最后必定获得佛果，必定证得菩提，是不是？

所以回向，再次强调，回向很重要。抄完经一定要做一个非常好的、深刻的回向。每天都要回向，不能中断，回向不能中断。每天的念经也好，念佛也好，抄经也好，放生也好，哪怕是供养了一个僧人也好，做了一件善事，什么都可以回向。

### 回向到其中的一个目标是什么？

回向到往生西方极乐世界，这个就是将来往生净土的资粮。所以要把这个功德都回向过去，再配合念佛、发愿、各种其他的一些净业，然后那就可以往生净土，所以来世那就可以增上。这也是抄经的一个巨大的好处，对来世有帮助，是吧？关于这个我们也不能再展开了，我就主要讲这八点，为什么说抄经，就是这八点。好，那么现在我讲最后一个问题，就是说，好，我们刚刚讲的，抄经有这八个好处，但不一定非得抄《心经》嘛。

## 为什么非得抄《心经》

我们现在要讲，为什么要抄《心经》，《心经》有什么独特之处，是不是？好，这个问题也很重要。我们抄经不一定非得要抄《心经》，这经多了，是吧？有人说《心经》短、小、好抄，可是短的经也很多，你要读的多了，就知道短的经也很多。而且《心经》是从《大般若经》里抽出来的一个小品，其他经里面你抽一个短的，那也多的很，是吧？很短的经，都可以抄。

**为什么非得是《心经》？**这个问题很关键！我们说了，整个的中国文化高于西方文化，高在哪儿？心性之学！这个是我们中国文化独有的，西方人没有。独有的、最高的东西，最妙的东西，最上乘的东西，远远超越西方文化的东西，就在这，心性之学！

儒释道三家里，谁讲得最透？佛教讲得最透！道家儒家都有讲，但是还不够透，佛教讲得最透。佛教里哪本经讲得最透？当然我也不能说别的经不透，但是至少很多大德的观点都是，《大般若经》六百卷讲得最透。

《大般若经》六百卷，号称“大品般若”。其中的一部分叫《金刚经》，叫“中品般若”，把这个事儿又给它浓缩了。好，《金刚经》还是有点长，所以我们用的“小品般若”，叫《心经》。

就这 260 多个字，是吧？这小品般若已经是把整个中国文化或者说东方文化里最精华的心性之学浓缩在这短短的两三百个字里面，全部讲完了。最精华的东西！最精华！

这里面有一个特别有意思的事儿。有好多人没有了解《心经》的“心”是什么意思？好多人以为他是讲“心”，所以叫《心经》，对不对？讲心体、心性，所以叫“心”。“心”不是这个意思，

那么“心”是什么意思？这个“心”是心要、精华的意思。

好，这个词，你如果看藏语，你就特别清楚。藏语版的《心经》它那个题目叫做“炯丹迪玛喜饶杰帕若德欣必娘波”，其中“心”就是这里面说的“娘波”。“娘波”是什么意思？就是心要、精华的意思。所以它不是心性、心理活动，不是，它是心要、精华。

### 什么叫心要、精华呢？

它前面的“炯丹迪玛”在藏语什么意思？叫“薄伽梵母”，也就是“一切佛陀之母”，就是一切的佛，都是从她所出生的。母亲就能生育，她能生出孩子来，是不是？一切的诸佛都是从这个里头所出生的，没有这个就没有诸佛，诸佛就是从般若波罗蜜出生的，一切诸佛之母。就是说“到达智慧彼岸”，也就是“般若波罗蜜多”，这是“一切诸佛之母”，而这部经则是般若波罗蜜多的心要精华。它这个题目是这么个意思，藏语有时候比汉语反而还好理解一点，因为他同义词没那么多。

好，它为什么这么说？就是因为这一部经，它是整个佛法的精华，可以说讲了一个真正的秘密，它把这个世界的真相是怎么回事，讲透了。它把诸佛菩萨的自受用境界，就是诸佛菩萨是一种境界，给你拎出来了，它告诉你了。不太好理解，但是它告诉你了，至于能不能理解，那得学习，是吧？这个很不容易。有很多经，是不了义的，它只是讲一点表面的东西，佛教也有这种经。你要交朋友，要交善友，不要交恶友，要孝顺父母，也有这种经。要做善事，要持戒，不要杀生，好多这种，它讲的不了义的东西，也有很多的。但是你看这部经就非常了义，它讲透了这个事儿。

所以这部经是一部显密共尊的大乘甚深般若经典，它的重要性怎么说都不为过。你看我在藏地出家，我和七哥就比较清楚。你看在汉地的寺院里面天天念这个《般若波罗蜜心经》是吧？这可

以理解。到藏地，我们发现他们也是经常念。你看我们在藏地结夏安居的时候，每天早上，是每一天，没有一天例外，每天早上都要干啥？一集合，就开始念《般若波罗蜜多心经》的藏文版。你看到没有？藏传佛教也这样。所以它是显密共尊的，并不是只有汉地这样。这是佛法真正的精髓，非常值得花时间去研究，去学习，最起码先结缘，抄写一下也好，是吧？

好，现在我们还要再往下说，《般若波罗蜜多心经》有好多个版本的，我们今天抄的这个版本是玄奘法师翻译的版本。《般若波罗蜜多心经》在历史上，就说汉地，起码有十几个版本，其中流传到今天的还有七个版本，这七个版本我没有都看过，我看过六个版本。六个版本是在什么时候看的？是在学藏语的时候看的。因为那个时候我为了学藏语搞翻译，我就看藏文版的《心经》，然后和六种汉语版的《心经》对照，逐字逐句对照过来的，所以我六个版本全看了，包括一个藏语版，加起来算七个版本。很有意思的一个事情，就是这六个版本里面，玄奘法师的版本，怎么讲，很有它的特点，但别的几个版本翻得也是很好。像鸠摩罗什法师翻译的版本，它叫《摩诃般若波罗蜜大明咒经》，他的经名、题目都不一样，翻得也非常好，很优美。

其中给我印象最深的是什么呢？是宋代的有一个施护大师，他翻了一个版本，这个版本我为什么很喜欢，是因为它和藏传佛教的藏语版的《心经》很接近，它的好多字句都能逐字逐句地对上，就比玄奘法师这个版本和藏文版对得还好，也很有特点。实际上藏文版的《心经》里面内容比玄奘法师的版本更全，它前面有头，后面有尾。从开始的一时佛在灵鹫山什么开始的，后面还有什么人天皆大欢喜，信受奉行，很全。

好，我为什么讲这个？但你发现虽然说几个版本都各有特色，都很好，不能说哪一家不好，我认为都很好，都很有功德，我们

都赞叹随喜这些大译师们啊！但是什么呢？你看这么多版本里面，就是玄奘法师的版本流行得最广，最广为人知，大家抄都抄这个，读也读这个，都是用这个，这个事就有意思了。如果说别人翻得都不好，你说不流传下来就算了，可是别人翻得也不错，为什么就玄奘法师的流传下来？我跟你讲，其中有一个原因，我带有猜测成分，我得承认，但是我觉得有一点道理。

我觉得这个版本它和我们汉地的众生特别有缘分，它甚至背后好像有一种加持力，甚至搞不好都有一些龙天护法在帮着它去传播流行。这个版本不是一个一般的版本，你看要讲到这个事，我们得从这个版本的源头开始讲。

《般若波罗密多心经》其实之前，就我们说的鸠摩罗什法师那时候就到中国了。鸠摩罗什法师是什么时候的人，公元四百零几年，公元五世纪初期就已经来中国了，就把这个东西都给翻出来了，对吧？东晋后期到南北朝那个时期，都已经翻了。但你看都有这版本了，还有好几个版本，唐朝也有好几个版本，（但还是玄奘法师的流传最广）。

玄奘法师去西天取经之前，在四川，当时他在一个寺院里面看到了一个生病的老僧，老僧也特别奇怪，反正他示现生病，然后玄奘法师就去照顾他，对他很好。老僧就是显得很感谢他，对他也很重视。玄奘法师也跟他说了好多心里话，什么要去西天取经什么。老僧跟他说，你此去西天取经，障碍重重，千难万险，真不容易的，他说我教给你一个诸佛心要法门。

你看，又是诸佛心要，所以记住了，这个“心”，它不是心思、心性的“心”，它是心要精华的意思。他说诸佛心要法，我教给你一个，他传了他什么？就是这部《心经》。当时他传的时候，据说是用梵文传的，所以你说这老僧神不神奇，他在中国，他竟然会说

梵文，他用梵文给他读诵，给他弄出来，写没写不知道，好像也写了，就是说给他传了这部梵文的《心经》。那个时候他还没出国就传给他了，他说你这一路上碰到什么，你就念这部《心经》，它就会有大大加持力，会帮助你净除西天取经的各种障碍魔难。

玄奘法师于是就把这个念熟了，遇到什么问题就开始用，好多次都化险为夷，时间关系就不展开。其中就有一次，我们就提一个，他已经到了印度，在恒河边当时碰到一群外道，那群外道要杀人祭天的，就是要杀一些青壮年男子，然后杀掉以后祭祀他们的那些神。结果看到玄奘法师来了，还是个外国人，长得还挺好，“咔嚓”绑起来，准备就给他杀了，就这儿祭神了。

玄奘法师那时候也没慌，他说我是一个佛教徒，你们杀可以，能不能先让我把经念完，我念个经，咱们再杀行不行？他们说，好，你就念，反正你也快死了，满足你最后一个愿望。他就开始咔咔咔，念！念的什么？就是《心经》，念的是梵语版。这一念，念了几遍，不得了！

当时飞沙走石，狂风大作，乌云滚滚，一下子天地为之变色，不得了了。然后那群外道吓得不行，他说这是不是神生气了，因为他们也比较信，他们说不会就是神生气了，出什么问题了？算了！这个人别杀了，把他给放了。就这样子，他捡了一条命，然后继续再去取经回来的。

所以你说这部经，那是普通的经吗？然后最神奇的是，敦煌后来出土的，发掘出来的一部唐朝的关于《心经》的注解里面，讲了一个什么事？玄奘法师后来到了印度，到了那烂陀寺以后，他竟然又见到了这个僧人，又见到了，画重点——又见到了这个僧人！你想想看，玄奘法师是那么困难的，差点命都丢了，翻山越岭过沙漠，好不容易去了。

那个僧人开始在四川见到的，他怎么就跑到印度去了，他怎么去的？后来僧人自己都承认了，他跟玄奘法师说，我就是观世音菩萨，他自己都承认了。因为这种事是不能广说的……换句话说说他得遇本尊了。

如果用一个密宗藏传佛教常用的一句话，就是他得遇本尊了，是直接见面了……后来玄奘法师把这个事告诉谁了？告诉了他的大弟子窥基法师。后来玄奘法师圆寂以后，窥基法师把这个事记录在他的这部《心经》注释的序里头了。窥基法师那是一代大师，玄奘法师的心子，不是一般人的，所以说他们都不会妄语的，那都是真正的大比丘，不可能乱说的，所以这个事儿还是很有可能的。我也不敢说百分之百，说百分之百我也是瞎忽悠，我觉得还是很有可能的。

所以你想，这部经，换句话说，本来在说的时候，我们就知道，这部经上来一句话：“观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时”。它就是观自在菩萨对舍利弗尊者说的很多话，是不是？所以这部经的主人现身了，把这部经传给了玄奘法师啊。开玩笑呀？那不是一般的！然后玄奘法师自己译了一个版本，这个版本，其实不是最全的……我看了这么多版本，它少了好多字……但是你看，它是最流行的！这说明什么？这部经不一般，它和我们特别有缘，而且特别有加持力。

它就是观世音菩萨本尊开示的，它一定是这样的，这么流传下来了。我都把这事给说破了，我觉得就这么回事，也许我是错的，那忏悔，反正我就这么认为的。因为种种迹象表明不一般，是吧？所以诵这部经，你不能当成一部普通的一个文字的书，普通的书就讲点道理，这个不是，它有大加持力。你信则灵，你信它，你至诚恳切念诵，就得加持，功不唐捐，它一定就是这样。

这是一个大因缘。所以我们说什么呢？今天时间关系，这也不能太久了，我这也超时了，是不是？我很快结束。所以我说，你看这么一部神奇的经，我们说了抄经的功德。西方人没抄经，纸他们都出现得很晚，他们不太有这个东西，文化上我们就比西方人高明。然后抄经有这么大的利益，然后我们抄的经还不是一般的经，是一切诸佛之母——般若波罗蜜多的甚深心要，这么一个东西，这么一部。

把所有的佛法浓缩在这么一部 260 个字的短短的经书里面，核心中的核心！精华中的精华！浓缩中的浓缩！我们抄了这么一部经典，而且这部经典，我们说了十几个译本，最后上天或者说法界的力量，甚至直说就是本尊、护法，就让我们流行这部玄奘法师翻译的这个版本，以这个为主，流行世间。大事因缘，绝非偶然，不能不珍惜，必须珍惜！

我每次想到玄奘法师去取经，我都特别感动。我们抄经这个事儿，我经常有的时候觉得，你静下心来，你品它那里面的文字，跨越千年，神交古人啊！它又好像，就好像玄奘法师站在你面前娓娓道来，把佛法的精华，用短短的 260 个字一点一点地讲给我们。你看他翻译的那种风格，那种洒脱，那种儒雅，那种智慧，那种情怀，那种超越，那种空性，神交古人，是不是？

玄奘法师！我这一生没有多少个偶像，如果说有一个偶像的话，玄奘法师真的是我最崇拜的偶像之一。你看，他是那么儒雅，但又那么勇敢；他是那么智慧，但又那么包容；他是那么平凡，但又那么高贵。真的，他是我们每个人这一生的榜样，生生世世的榜样！

所以今天我们有“必经之路”这么一个组织，我们有机会在七哥的倡导下，我们一起来抄《心经》，这是一个末法时代的大事

因缘，我们要珍惜。

好，我就说这些，谢谢大家。

## 第二十五章 智慧答疑

---

写在前面的话：

本章节是整理了宗翎老师对必经之路城市智慧栈社群内开设智慧答疑栏目的问题，总共十二个问题，宗翎老师做了全面的答疑，希望可以帮助到更多同学。

### 慈悲心生不起来怎么办？

问题一：本人心地善良、单纯，喜欢帮助别人。不精于算计，不善于表达，胆子小，要面子，不愿意麻烦别人，也不敢得罪人。不会阿谀奉承，见了领导紧张。所以感觉活的很卑微，特别是在工作中，职业倦怠严重，对工作没有热情，很希望早点退休而又不得，经常心烦，慈悲心总是生不出来。很想在工作中修行，善待同事和服务对象，却做不到。请问宗翎老师如何破解？

宗翎法师作答：

这个问题问得很好，这个问题其实真的不好回答，我只能谈一谈自己的一些观点，不能说是一个标准答案，仅供参考。

#### 1. 怎么发起智慧

首先，在讲如何发起慈悲之前，我们先要想着怎么发起智慧。

这个是我一直以来的一个观点。因为真正的慈悲，它都是建立在智慧的基础上的。如果我们想要真正慈悲，先要把智慧升起来，否则所谓的慈悲很容易流于肤浅、短暂甚至是虚伪，这样的例子我们见得太多了。

所以我一上来不是先讲慈悲本身。怎么发起慈悲心，那个是另一个话题。首先先要把这个事情给理解透彻，这个才是更好的基础，稳固的基础。

我们讲智慧的时候，我们主要讲的是什么？比如说每个人有自己的情况，那么他发起慈悲心的时候，他要根据自己的情况来，去具体地去做，而没有什么一定之规的。

我就举个例子，就像这位朋友问的问题，他说他在这个工作单位已经产生了职业倦怠了，他已经心很烦。然后在里面他发不起来慈悲心，自卑，然后他做事情也很消极，同时对客户可能也不够热心。那么这个问题我们就得具体问题具体分析了。这里的信息不够充分，所以我也不能说就是给出一个一定的答案。

我自己这么多年的观察，首先有一点是比较确定的，就是一个人所在的环境，他确实跟这个人能不能发起慈悲心，或者更广义的说，对他的修行绝对有直接的关系。

我们都是凡夫，还没有到释迦牟尼佛那种勇猛无畏，非常大的智慧，非常大的福报那种程度，我们一般人是做不到的。一般的凡夫他要想发起菩提心，或者往低一点说，就是说有相当的慈悲心，想要有一个比较好的修行的那种心态，他需要有一个适合他的环境才行，这一点是不能回避的问题，它非常重要。

我以前在各种各样不同的环境都呆过，面对各种不同的人群，我不敢说别人，至少是我自己，在不同的环境下，面对不同的群体，不同的情况，绝对对修行是不一样的，产生绝对相差非常大

的影响。

这个时候就有一个课题了，就是我们要**真诚地面对自己的内心**。

如果工作环境它确实就不利于修行，或者有什么样根本的问题，首先的一个前提就是可能要考虑换环境。如果说你真的是把修行当成放在第一位的位置上，你当然就要考虑这个。因为 hold 不住，是不是？实在 hold 不住，它对修行影响太大了。我并不只是针对这个朋友的问题在说，这是一个普遍性的话题。

可能有很多人都面对这个问题，说我整个工作环境、生活环境我没有办法 hold 住，我的内心烦恼起得太厉害了，这个时候你可以回避一下。你可以换一个环境，可能你修行慢慢的就可以上去，这点很重要。这个问题其实有很多话题要谈，但是今天时间有限我不展开了。

## 2. 什么叫慈悲

第二个问题是说慈悲的尺度问题，就是什么叫慈悲？慈悲它是有一个合适的尺度的。在修行的不同的阶段，面对不同的群体，在不同的情况下，可能慈悲的尺度并不是完全一样的。有的时候不能简单地理解所谓的慈悲，（否则）它很容易就变成一种滥情，或者说是一种非常肤浅的思维，非常低级的，甚至是假慈悲。

我们举一个最简单的例子。比如说，你说你现在要慈悲了，我要对我的同事、朋友、我身边的人都要好一些。好，他来管你借钱了，你借不借？他说最近我很困难，能不能借我 20 万，你怎么办？按说你慈悲，你该借给人家。人有困难了，你借不借？这就是一个问题了。

你如果说不借，你不就不慈悲吗？你如果借了，人家不还怎

么办？我见过无数的这种情况，就是这两个人本来是好朋友，结果借了钱之后，不但钱要不回来，朋友也没了，是吧？这种情况太多了，我自己都发生无数次。你在这个里面，你就会发现这个问题没那么简单的。有很多问题我们需要去把它分辨清楚。

比如说我现在再有人管我借钱，我一定是在什么前提下我才会给他钱？这个前提是，如果他将来不还我这个钱了，我不会产生任何的烦恼，我觉得不会有任何问题，我自己心上面完全能够过得去，这个前提下我才会借给他。所谓的借给他，也就是说我准备随时是“送给他”，而不是“借给他”。

如果我发现他过了一段时间，过了他答应的时间他也没有还，这个时候我会怎么办？我会去跟他联系，一般来说，如果我催他要的话，最多要三次，最多提醒三次，我不会再提醒了。说过了三次以后，我就知道他是真的有困难的。如果他有困难，我就会怎么说，我就会告诉他说没有关系，这个钱我送给你了。为什么？因为你有困难，我这个钱送给你，不要还了，如果还的话你可能更困难。

我为什么要这么做？因为我不想让他犯盗戒。虽然说有些人没有受戒，谈不上盗戒，但是他这算是一个偷盗的罪过，因为他本来答应我要还给我的，他现在没有还，他岂不是不守信用吗？

本身欺骗别人不守信用当然是一个罪过。我与其让他去犯一个盗戒，让他借完钱以后还背上一个罪过，从我的慈悲心来说，如果我真是一个慈悲心的人，我要用一个智慧去真正地帮助他，我要告诉他，我说你还不了就不要还了，这个钱我送给你，所以不存在你违约不讲信用。他这么一个过失就没有了，对吧？

我这样子对他是不是就比较好？对我也还可以，我做了一个善事。我从一开始就没打算把钱要回来，我就是想真诚地去帮你

的。钱，我可以不要，随时可以不要。

这种情况下我也不会起烦恼，那么我相信他也会很开心。大多数情况下，他也不会背上一个过失，我的慈悲心也算圆满了。我真的去帮了一个人，我也没有产生什么进一步的烦恼，所以你对这个事情的处理分析，怎么对待，那就很重要，是不是？反过来说，如果你没有足够的智慧，你不知道慈悲的尺度，将来可能就会很受伤。

有一个我很喜欢的日本导演，动画片的导演叫宫崎骏，很有名，大家都知道的。他说过一句话，我觉得说到我心坎里去了，至少当年我是觉得说到我心坎里了。

他说什么？他说往往越是好人越容易想不开。

好像真是这样，我后来想真是这样，好像真是想不开，为什么？因为好人他无论如何都想不通，为什么坏人可以这么坏。他就想不通，怎么可能这么坏，这个人怎么这么不讲道理，这么没有信用，这么不守诺言，怎么就这么卑鄙无耻，这么欺骗狡诈，他想不通。他说换了我我不可能这么做，所以好人他永远想不通。

因为好人有慈悲，但是没有智慧。缺少智慧，所以他就想不通，想不通以后再去纠结。纠结以后就抑郁，他就产生很多烦恼，他会整天生闷气，他会整天不高兴。

所以说慈悲之前是不是得先有智慧？得先把很多问题想明白，这些都是我的血的教训换来的。

我跟七哥上山以后跟七哥学了很多，因为我以前有点属于那种很滥情的、很肤浅的慈悲，我就经常玩这个的，弄完以后经常自己很受伤。我后来想了半天。我这么善良的一个人，我这么慈悲，我怎么整天搞得很受伤，而且很多烦恼？后来发现也不能怪

别人，是怪自己没有智慧。

就是慈悲没有和智慧相结合，最后就造成 Hold 不住这个局面，究竟也没到，就会有很多这样的问题产生。

再比如说，我们以前做公益的时候，我们跑到贵州的山区去。搞一些扶贫的那种公益项目，那时候正好我又在贵州当副县级干部，有地利之便，就做了很多这个事情。扶贫的时候我越做越发现不对，为啥呢？

如果你变成光是送钱，到最后，你会发现这个事情经常是走向反面的。有的人他为了得到你的资助，他就欺骗。他就想很多花招，然后他虚报一些，隐瞒很多事实，或者想办法怎么骗你、怎么样弄，他就把这个钱弄到。比如说他家里不是很穷，但是他为了能弄点钱出来，那多一点钱总是好，他就撒谎什么的骗你。弄太多了这种事情。

所以说穷人不一定是好人，这话有点扎心，但真的是事实。到后来这种事情干多了以后，我发现一件什么事，我发现大多数人缺的不是钱，缺的是德。他的最大的问题，不是说钱不够，他是德行不够。

你真要帮他，你应该帮他增长德行。他的德行上来了，他的福报才能上来。他的福报上来，他将来才会长久。这辈子好下辈子也会好，生生世世都会好，你这才真是帮他。你不是想帮他吗？你这才真是帮他。

所以如果说你没有足够智慧，你就只是说他需要钱了，你看他管我要钱了，我就给他，可能最后适得其反。

你说你帮了他吗？比如说他通过撒谎，他不管是骗了你一笔钱，还是骗了国家一笔钱，还是骗了什么慈善基金会的一笔钱，你

真的觉得这是对他有好处吗？他搞不好，因为这个下恶道了，当然这个是从我们佛教的说法。我们从人间一般的说法说，最起码这是一个道德的堕落。

而且他不但是这样子做了，他一旦这样做得手一次，他之后就会产生一种什么心理，他是连贯的，他想这些善良的人真是好骗，你看他这么好说话，然后我稍微骗一下，骗他一下，他就把钱送过来了，要么借给我了，反正我也不还，要么是国家钱他给我了，我也白拿了，这些人真好骗，于是他会再接再厉，他会接着骗，接着造业。

你觉得他这么弄下去，是对他自己好，还是对国家社会好？他还具有示范效应，因为周围的人发现他骗成功了。

本来那些遵守道德的人，有信用的人，可能有些人也开始骗了，为啥？他发现老实人太吃亏，只有骗子才能得到好处，他也开始骗。你说你真的是帮助了他吗？你帮助了这个社会吗？这真的是在利益众生吗？这个问题值得我们深思。

### 3. 怎么才是真正的帮助别人

接下来就说，怎么才是真正的帮助别人？这个问题是从我跟上师的一次对话中，我的老师，我的师父帮我解开的。我当时在贵州的时候，搞这些扶贫，搞这些慈善，搞得热火朝天的时候，当然也发现了很多问题的时候，我就有点想不通。我们经常说的好人经常都想不通，就想不开，然后我就去找我师父去了。

我说，师父，你看我想去帮他们，结果你看碰到这些破事，这样那样的……我就开始倒苦水。

倒了一堆以后，我师父就跟我说，其实你这么做，你是发了一个很真诚的善心帮助别人，这个对你是有好处的。因为你真心

地在做好事，你的福报会提升，对你有好处。但是对他们来说没什么好处的。因为他们根本的问题是在业上，他的业力不转变，他的心念不转变，他的命运是不会转变的，你不是在帮他们，你也帮不了他们。

我说，怎么才能帮他们？上师说，还是要靠佛法。如果这个人真的有了信仰，他的世界观、价值观、人生观都转变了，那个时候你可能真的是对他有很大的帮助，那是根本性的帮助。

这就提到说我们佛教为什么要发菩提心，你看发菩提心的内容很有意思，简单地说发菩提心，一句话就可以说完，叫做“**为利众生愿成佛**”。

这里面就是两个点：

**第一点，真的是为了究竟地利益众生；**

**第二点，我要因此而去走成佛的道路。**

为什么？你仔细分析一下，它这个里面并不只是滥情的、肤浅的假慈悲，他这个里面是有深刻的智慧的。他的智慧体现在哪里？他的智慧就体现在他采用了修行成佛的这种方式去利益众生。为什么他选择了这个道路？因为第一他认识到自己目前力量不够，福报不够，智慧不够，什么神通更不要说了，这种能力都没有。

我们不但不知道怎么利益众生，我们甚至经常搞不好还害了众生，我们也没那个能力，还经常受骗，所以大家说我们要真的利益众生，我们首先要提升自己，才有智慧有力量去帮助众生。这就好像说你看到你妈妈病了，你看到很多人生病了，你想去帮助他们，你要干什么？你直接上去给他治病吗？你又没学过医学，你怎么给他治病，你搞不好都治死人了，他死得更快，是不是？

所以第一步是你要好好去学医，你学好了医术，你的本领成

了，你成了一个高明的医生，你当然就可以帮助他了。你那时候才有能力，你下的每一服药都是对症下药，你真的是能帮助到他的，对吧？这就叫智慧。

这是从自己的能力提升来说。

另外一方面，从他的角度来说，他需要的是什么？他需要的是你给他钱吗？他需要的是他想要当官，你就让他当官吗？他需要的是他想要个漂亮老婆，你就送给他吗？他究竟需要的是什么？什么东西才能真正地帮到他？你先要搞清楚。

我们说你要想真正帮众生，他根本缺的是什么？他缺的是佛法，缺的是正确的心念，正确的世界观，正确的这些东西。他要改变他的业力，这些东西才是真正帮到他，缺的是这个东西。

所以你看，我为什么到后面把工作都辞了，公司关了，官也不当了，什么都不弄了，我为什么跑来出家，来做这些事情？我觉得通过佛法的方式，可能才能真实地利益到众生。

我以前给别人送钱的时候，我真的觉得可能帮不到他，而且事实也证明真没帮到，可能还把他害了，很多人真的被我害了。我现在想起来有点惭愧，我说我怎么这么没智慧。

我现在为什么每一次必经之路的智慧栈，说你来答疑吧，你来讲个什么，我一定说可以。只要我还活着，只要我还能抽出点时间，只要我还有一点能力，我就会尽力的，我一定要来。我为什么要来？因为这个才能真正帮助别人。我尽我的力，虽然我的能力有限，我说的也不一定对，但是我尽我的一切可能，我拿这个东西去帮助别人，这不是更好吗？

#### 4. 怎么来发起慈悲的心

接下来在这个基础上，我们再来讲“怎么来发起慈悲的心”。

我们经常讲发起慈悲的心要内外兼修。什么叫内外兼修？我们先说修内的部分。

**修内的部分，这是一个基础，也是最根本的，也是最重要的，要通过不断的思维观修去提升自己的心念的水准。**

内功上去了，他才会真实地、很自然地发起那种慈悲的念头，然后这时候配合上行为，他才是真正的慈悲。当然还要配合上智慧，那个是我们前面已经说了，就不重复了。

比如说这个朋友。他说你看我在单位里我很卑微，然后现在工作也很倦怠，很烦，我要怎么样才能很慈悲地去对待这些同事，对待这些客户什么的。

你首先不要硬生生的，只是从行为上去扭转，这样做很造作，你也坚持不了多久的。人要先学会怎么去改善提升自己的心，心上去之后，行为就自然会有改变，而且很稳固。也不虚伪，不造作，你还能够坚持。心到什么程度，行为就到什么程度，这是最好的，健康的，也最自然，也不虚伪。

我们说思维修怎么修呢？佛教的方法很多，讲的很多特别详细的东西，我就不讲的那么啰嗦了。

我就讲一个最核心的东西，简单地说。你每天要抽出一点时间来，你要去静下来，一个人。最好找个没人的地方把窗户门关上，别人别看见，因为这个过程人经常会哭出来，有时候会有点不好意思。然后干什么？

你要去想——时间不用很长，但是要想得很清楚。如果你觉得想这种慈悲的内容，凭自己力量还不够的话，你可以加点辅助手段，比如说你可以听一个很悲伤的音乐，看一个什么很让人伤感的视频都可以，没关系，可以是一个催化剂。然后这个时候你

就要观想一些众生受到苦难的场景，这样的场景，你的认知水平有多高，你就可以往什么水平上去观想。

有的人说我能观想出地狱众生的苦，那恭喜你，太好了。但是大多数是，我可能没见过地狱，我也不知道地狱啥样，我想象不出来。你可以想你身边的、你能够见过的、想象得到的痛苦，比如说动物被杀的那种场景，你看看那些人他生了很重的病，在病床上那种痛苦，浑身插满了管子，嚎叫不停那种场景。这个人你甚至可以想象他就是你过去的父母，这世的父母。那么他那么痛苦，遭受那么大的罪的时候，你要想想那种场景，那个时候只要是一个正常人，他就会于心不忍，那种恻隐之心、慈悲之心就会升起来。

之后，你就可以顺势地发愿。你就说我一定要帮助他们，我生生世世都要帮助他们，我要发起真正的菩提心去帮他们，我要提升我自己，我要赶快成佛，我要好好修行，我要尽我的一切努力，我要弘扬佛法，我要利益众生，你就这么想。你也可以把它提升到、落实到一个现实的具体的目标上，同时也可以把它扩展到生生世世的一个远景的、宏大的、无限的目标上，可以无穷无尽地这样弄下去。

比如说举个例子，有的人他说我看到那些众生生病的时候太痛苦了，然后他们又得不到好的医治，有好多人被一些庸医误诊，不能及时得到好的治疗。看到这个场景我太难过了，我就发一个愿，将来我一定要建一座很好的医馆，哪怕只请到一个两个好的、真正为人民服务的医生，医馆能够治疗多少人，能够帮助多少人，我就尽力地去做。然后我可以自己筹资去做，发动朋友，我这一生一定要做，哪怕做一个很小的医馆，我也要通过医馆去利益众生，我的收费要非常的便宜合理，不谋一分钱的利，所有的利润全部回馈社会。全部回馈到这医馆，给他们降低医疗的费用，不

赚一分钱，这样子去做。你看这个方案就很好，这个不一定是很遥远的，也许真的可以做到。

当然还有很多人可能有别的愿，他可能说现在佛法这么衰落，中华传统文化这么衰落，我学过很多中国传统文化的东西，我很懂儒家的学说，四书五经我很熟悉，我理解的也比较深刻。你可以说我没有钱，但我可以弘扬一些正能量的中国传统文化。

比如说在抖音上，我建立一个号，每天去讲国学。我去讲人应该孝顺父母，人应该做一个有诚信的人。我可以把这个课做得很生动，很贴合现代人的心态，贴合他们的根器，我去弘扬这个东西，这个也很好。每个人都可以在自己力所能及的范围内做自己擅长的、有因缘的善事去利益众生。这不是很好吗？这个是近期的目标。当然远期的你也可以发愿，比如远期的，我要生生世世好好地修行，我要尽快地成佛，我要利益众生。

有一些是修净土宗的朋友，他可以发愿这一生我一定要往生极乐世界，我一定要往生西方。我往生西方是为了什么？我是为了到西方去进修，我不是去那里享受的，吃喝玩乐。我在地球上吃喝玩乐还不够，我要去极乐世界吃喝玩乐？不是，我是去那进修的，因为这个世界寿命太短暂了，退堕的因缘太多，也遇不到善知识。我去极乐世界跟着阿弥陀佛、观世音菩萨去修，寿命无量，也不会退转。

我在那里稳步地、快速地成佛，我要干嘛呢？我就为了赶快学成，我就可以回到浊土来，救度这些众生。再来的时候我就有能力了，我不是现在这么一个凡夫的状态了，我再来可能就是一个大德了，那个时候我就有足够的能力和智慧去帮助他们了，这么发愿就是真正的慈悲。

当慈悲心扩展的时候，你的心真正发起来了，就可以去顺带

地用在日常生活中,对身边的人也可以做各种各样的慈悲的事情。这是自然会流露的。

比如说你发起慈悲心了,你看到父母生病你会不管吗?不可能。一定会有所行动的。你看到身边的人受苦了,产生了很大的问题,你会不去帮助他吗?你自然就会帮。

但是帮的时候要有智慧,要做适合你这个程度的,在这个情况下,在这个阶段适合的那样的一些慈悲的行为去帮助他们。这个时候你就会很快乐,你又会觉得人生很有意义,你也会做得心安理得,你也会觉得很有奔头。你整个人的心态也会非常好,你的福报也增长,智慧也增加,别人也能得到真正的利益。这不是很好吗?

关于这个问题,除了观想的内容之外,我再补充两点,很重要。

这样观想去把你的心发起来,可能有的人会发现很有困难。他可能会说我试图去发心,但是怎么努力都不行,我观想能力很差,心也静不下来,这种情况我怎么办?

一般来说,这是有一些障碍的表现。怎么才能突破这种障碍,尽快地把慈悲心发起来?这个时候要从缘起上去修。

### 5. 什么叫从缘起上去修?

这就是我们“内外兼修”的“外”的法门了,外的法门,从外部找一些缘起去让它帮助你。首先你可以修持以观世音菩萨为本尊的法门,就包括了汉地和藏地的,显宗和密宗的各种和观世音菩萨有关的法都包括在其中。如果你不知道怎么修,如果你是汉传佛教你可以念观世音菩萨名号,如果你是藏传佛教,你可以念六字大明咒什么都可以,大悲咒什么都可以。

念诵的时候,你要向观世音菩萨祈请,祈请什么?不是祈请

自己升官发财，是祈请他加持你尽快升起慈悲心来。因为观世音菩萨是号称大悲本尊的，所以你祈请他，获得他加持的时候，加持力一旦来的时候，你突然就会发现内心的障碍一下子就被消除了，一下子力量就升起来，一下子就好。怎么说？电流一下就通上来了，那么这个就会帮助你生起慈悲心，当然这个是限于有佛教信仰的人，可以这样试着去修。

还有一个方面是从缘起的角度。就是其他的一些缘起物的角度，也可以有所帮助，比如说可以多供水，供水本身就有利于生起清净心、慈悲心。然后还可以供养一些大德、修行很好的人，你可以供养他们一些有关慈悲的缘起物。比如说一个观世音菩萨的佛像，你可以供养给一个修行很好的一个大德，你把这个东西供养给他。你可以跟他发个愿，你说我供养给您观世音菩萨像，我希望您加持我，希望我得到慈悲心的增长，那么它就会成为一个缘起，它就会给你种这么一个种子下去。

现在可能觉得观想发起慈悲心很困难，但是它一旦，比如说在缘起上这样去做了之后，慢慢地做得多了，就会发现好像慢慢地慈悲心就开始容易升起来了。

关于方便法门我就不展开了，这个问题就先说到这里，谢谢大家。

### 如何成为别人喜欢的人？

问题二：我容易没有耐心，情绪也不太会控制，如何做到八面玲珑，成为别人喜欢的人？

宗翎老师作答：

**1. 修慈悲心**这个问题我们先这么说，如果他没有耐心，情绪控制不好，首先可以参考我们刚才讲的那些修慈悲心的法门，从观想到外缘起的修法，到观世音菩萨的求加持的修法，这些都可以去修，这个部分我就不重复了，有助于发起慈悲心，当然耐心就上来了，情绪也容易控制的。这是第一部分。

**2. 在业力上改**，第二部分，如果一个人经常会失去耐心，脾气很不好，从佛法的角度，可能从侧面说明了他有一定的业障，而且福报不太够。这是从根子上来讲，换句话说这是他的业力造成的。这种业力你要想消除，就要通过修行去消除，在业力消除之前，你想根本改变不太可能，这是一盆冷水，但这个真的是事实。

有很多人就是我们经常说的一句话叫“江山易改，本性难移”。因为业力和习气是最难改的，他这个问题，看起来不就没有耐心吗？你让他耐心一点（试试看）？他容易发脾气，容易急躁，特别难改。

这个比让他有时候去布施 10 万块钱可能还难，为什么？它太坚固了，这是人的习气，生生世世形成的，这个背后一定有很强大的业力和习气的推动才会这样，所以反而它不容易改，就特别难，特别难的。但是难也得做，怎么做？就得从根上去做。

根在哪？业力上。既然是在业力上，那就要从业力上改。在业力上，要净除业障，积累福德。这个里面具体讲起来就非常多了，我们就不讲具体的修法了，有很多的方法都可以去修，怎么样忏悔业障，怎么样积累各种福报，供养布施什么的，当然包括抄心经也有帮助，都是有好处的。慢慢的业力改善了以后，这种习气才容易降服，否则在此之前就非常的困难。

**3. 修怀爱法门**另外一方面来说，要成为一个让别人都喜欢的人。这种修法在藏传佛教如果来划分的话，它属于息增怀诛四种

法门中的怀爱法门。

怎么叫做怀爱法门？藏传佛教讲得比较清楚，它说一个修行人，要有四个方面功德的提升，会对整个的自身的修行以及对外的弘法利生的事业都会有好处。

它分了这四个，叫做“息增怀诛”。其中前两个，息和增，是针对自己的。“息”就是平息、息灾，同时平息那些恶业障碍等等，所以这是息，做减法。还有“增”，是做加法，就是增加福德，增加各种功德，这是增的法门。息和增，这是针对自身的提升，针对自己的。

对外它有两种法门，叫“怀”和“诛”。“怀”是什么？成为一个……不一定是人人，但至少是很多人、尽量多的人都会喜欢和尊重的人，这是怀爱法。为什么要这么做？不是为了自己当明星赚大钱，有人气有流量，可以在抖音上有更多的打赏，不是为了这个。

是为了弘扬佛法，因为如果人人都讨厌你，那谁会来听你说法？谁会相信你说的话？谁会跟着你修行？即使你修得很好，你的法门想去影响别人也做不到，因为人家不喜欢你，也不尊重你。藏传佛教有的人会去修怀爱的法门，就是为了我将来弘扬佛法利益众生的时候，会有很多人买我的账，他会愿意成为我的弟子，愿意来听我说法。

当然还有诛法，“诛”是针对仇敌，就是说还有一些是障碍佛教、甚至障碍世间众生的福祉的，把他们引向邪道，迫害他们等等这样的一些坏人、甚至是坏的鬼神，那么它还有诛法。那个部分就不说了。

但总之是针对好人，针对坏人，它都有。前两个——“息”、“增”针对自身，后两个“怀”、“诛”针对外界。怀爱法门，在藏传佛教是有很多修法的，它有专门的一些密法可以修，当然具体的法我就

不能讲了。但往往都是以作明佛母为本尊，或者是观音九本尊，或者是像《大自在祈祷文》为核心的一系列的修法，有很多，具体就不能讲了。

这些修法最核心的是什么？它的核心并不是修法本身，而是**菩提心**。

这个里面有一个例子，就是宗喀巴大师。以前他曾经因为事业做得很大，名声四海远扬。有很多人就问他，请问您是修了什么怀爱的法门，让您这么受人尊重，而且这么有名望，万众归心，您是修的什么秘密法门做到的？最后他说，我修什么秘密法门？我没有，我就是修了一个菩提心，我就是发愿利益众生，为了众生，我可以肝脑涂地，所有众生的痛苦我来受，我的一切好处可以给众生。他就是修这样的菩提心，修完之后，菩提心就可以摄受众生，它就是最好的怀爱法门，它也是一切法门的基础。

所以说，你要想成为一个人人都喜欢的人，就要修慈悲心，修菩提心。按照我们刚才说的那些修法去修，核心问题解决了，你身上就会洋溢出一种很慈悲、很温暖的那种气质，人家自然会喜欢你。谁会喜欢一个脾气很大，对人动不动又打又骂，动不动就发脾气，谁会喜欢这么一个人？肯定不会。

但是你强逼着自己改，那是不行的，你得从根上去改变。改变自己的业力，改变自己的发心，通过修行把自己的综合实力提升，那就会有更多的人喜欢你。

**4. 慈悲而正直**，这一点讲到这里也就算讲完了，但是我想补充一个什么呢？我看到你最后那句话，你说“我怎么才能成为一个八面玲珑的人”？这句话，老实说我有看法，我个人的一点看法是什么？你干嘛一定要成为一个八面玲珑的人，你可以成为一个慈悲的人，但是不一定要成为一个八面玲珑的人，这是两个概念。

慈悲的人不一定是一个八面玲珑的人。八面玲珑意味着什么？你要去讨好别人。孔老夫子说了，“巧言令色者，鲜矣仁”呐。就是说一个人巧言令色，非常喜欢处处说好话，动不动就是那种巴结别人的这种话，然后当面一套，背后一套。这样的人巧言令色，实际上说明啥？他内心没有仁义之心，这不是个正人君子，所以八面玲珑不见得是好事。

其实我们俗话说“直心是道场”，一个人他不但要慈悲，他还要正直，不一定要做个八面玲珑的人。我给你讲一个故事，我很敬佩的一个人。是谁？历史上的一个大德——八思巴尊者，是元朝的国师。他当年当上政教合一的大活佛的时候，他几乎是算藏地，那时候也不能说是国王……怎么讲，是因为藏地是政教合一的政策，这里有好多细节，我就不跟你讲这个历史了，总之是藏地政教合一的大活佛之一，地位很高。

那时候他才 19 岁，当时他在凉州，也就是今天的甘肃武威那一带，他见到了忽必烈，给忽必烈和他的王室家族讲过佛法。当时王室家族，包括忽必烈本人都特别敬仰他，觉得这个人佛法讲得真好，学问非常渊博，非常聪明，辩才无碍，这个人水平太高了，非常钦佩。但是随即忽必烈钦佩完了，就给他提了个要求，提了什么要求呢？当时忽必烈打算要去打云南大理国，大理国不能从四川走，因为那时候四川还是南宋的残余势力在守着，它过不去，他要从藏区那边绕过去，南下就从茶马古道那边南下去打大理国，他当时有这么一个进军的计划，进军计划他从藏地走。他就想一方面是通过八思巴尊者打探一些藏地的消息，另外一方面他就提出要求，想得到他的协助，因为他是政教合一的一个大活佛。他说你能不能帮我筹备很多军用的物资，以及这些征夫，也就是人力还有物力，提了这么一个要求，不是让他去打仗，就是让他筹备物资和人力。

结果八思巴尊者说，我们藏地地广人稀，而且很穷，您让我们筹备这么多的人力和物力，我们真的做不到，所以就拒绝了忽必烈。忽必烈当时一下就火了，他说你怎么能这样，你知不知道我们大元的军队所向披靡，我想杀谁就杀谁，你们就这么点小忙竟然都不答应，你还不帮忙？你还拒绝我？你想死啊？！当时已经剑拔弩张，非常恐怖，气氛急转直下，但是八思巴尊者还是坚持这点。他说恕我实在做不到，我不能帮您这个忙，请让我回家乡去。忽必烈当时也气坏了，说你赶紧滚。然后八思巴尊者回去收拾东西准备走，后来是王妃劝下了忽必烈。等他气消一点，王妃说即使这个点上不能合作，别的事情上——佛法或其他方面还是可以合作，是不是？忽必烈气才消了。后来慢慢又跟他沟通，还是留了下来，到最后还拜了他做上师。

你看他面对这么威武的一个人，对这种不合理的要求，八思巴尊者他是真正有慈悲心的一个人，而且很有智慧的一个人。他就说我坚持我的原则，我如果去筹备这些物资，给这些老百姓带来多大的负担，有多少人会受苦，而且我们就算勉强地这么去做，也不一定能达到别人的要求，搞得民不聊生。所以他就不答应，坚持原则。他宁可说你把我杀了，我也不会答应这样的无理要求。你看，这才是真正的人！

但是到后面忽必烈落难的时候……后来他的大哥——蒙哥，因为很多人对忽必烈不满。因为他汉化很严重，蒙哥就去整他，后来就搞了一堆人，专门去清查他手下的违法犯罪情况。设立了一个机构——有点相当于今天的审计局加纪检委，去整他，把底下的人全部清洗掉了，杀的杀，关的关，这样弄。最后把忽必烈的军权也给夺了，整个他就被架空了，整个不行了，失势了。失势以后，当时他众叛亲离，所有的人都离开他了，因为一看他不行了，政治上已经彻底失败了，要下台了，而且搞不好命都保不

住了。那时候他周围的官员全都被整下去了，所有亲信全都离开他了，都不理他了，知道他不行了。

但是你看，八思巴尊者还是跟着他。在他最消沉、最低谷的那段时期，八思巴尊者每天还给他讲佛法，安慰他，开导他，鼓励他。最后他才好不容易走出那段低谷期，他也想清楚了，要面对这个事情，他就跑到他大哥那儿去，跟蒙哥去认罪去了，这样关系就缓和下来。后来过了几年，攻打钓鱼城的时候，蒙哥被打死了，死在战场上，死在钓鱼城了。他一死，忽必烈就夺权成功，后来就成了元朝真正的皇帝了。成了皇帝之后，他就开始回报八思巴，八思巴就成了藏地真正政教合一的唯一最大的领袖了。所有藏地的事情，他说全部都听八思巴的，就这样给他这么大的权力。

所以从这件事情你看到什么？你看像他这样的圣者，真正的这种大德，他是怎么做事情的。他是在你很威风的时候，我该坚持原则，我还是坚持原则，我不会去讨好你。但是在你落难的时候，我也不会离开你，抛弃你，我还是帮助你，跟着你，忠心耿耿地辅佐你，这才是配当一个人的，这才是真正的大德。

为什么要做八面玲珑的人？你看八思巴为了支持忽必烈，他开始是得罪了忽必烈，后来又得罪很多其他人（忽必烈的对手）。但是你看，他没有八面玲珑，他也不追求完美荣光，你看就是这样。因为他内心中有他的道，有他的准则在，所以他就不去讨好人家，我觉得这才是最值得敬佩的人。

我这一辈子也希望能做成这样的人，但我还没做到，有的时候我经常也会去讨好别人，但是我自己觉得这两个是要平衡的，就是慈悲和正直这两个是要有平衡的。不能是把慈悲变成一种滥情，变得讨好，好像那很慈悲，好像人人都喜欢，其实它不合于

道，从根本上来说。

仅供你们参考，我就这个问题先讲到这里。

### 公益团体内部协作很辛苦怎么办？

问题三：在必经之路的工作中，双方都有道理会有矛盾发生，例如时效、出来的效果都不符合甲方要求，或对对方的做事方式不认同，沟通成本高，甲乙双方都是志愿者，不能以公司形式去调岗换人，觉得协调起来很辛苦，不知道怎么办。

宗翎老师作答：

我专门选了这个问题，一定要回答。因为这个问题一定会碰到的。我在那么多的企业、政府、慈善组织以及各种社会团体里都呆过，知道任何一个团体里只要人一多起来，就会产生这些问题。我就讲讲我的看法。『我们为什么而来？』首先我们得有一个认知，就是我们必经之路到底是干什么的，它想实现一个什么目的？必经之路想实现的目的无非就是两个：一个是**必经之路的这些成员们能够通过这个平台积累福报，修行增上**；另外又可以**通过这个平台利益很多其他的众生**，就是这么两个目的。简单地说就是我们内部的人福报增长，外面的人也福报增长，这就是我们的目的。

这个目的认识清楚了之后，好，我们就可以分几个层面来看这个问题。

1. 一点点慈悲第一个方面是，碰到这种问题的时候，我们得有一点点慈悲。什么叫一点点慈悲？你想想看，我们是来这干嘛的？他又是来这干嘛的？我们来这积福的，来这修行的，对不对？我们是来干这个事的，所以积福才是目的。只要他能通过这个平

台，我们能通过这个平台，积累了福报，功德增长，那就行了。细节有的时候可以包容一些，用慈悲的角度去思考这个问题。

我是这么想这个问题的：必经之路这些小伙伴他们都是有职业的，也是喜欢在世俗玩一玩，也有很多兴趣爱好。但是你看，他没有去打麻将，他没有去玩游戏，他也没去搞婚外恋，他也没去违法犯罪，他也没去干那些无聊的事情，他把时间用来做必经之路的事情，就这一点我就非常赞叹。你想想看，在末法时代，这是个什么时代？这是个非常糟糕的时代！在这么一个时代里，竟然还能有人不去打游戏，不去打麻将，不去上街买化妆品，他竟然还在这儿，还肯来听我一个也不懂多少的这么一个胖和尚在这儿讲两句话。他竟然还肯来抄抄经，他竟然还肯发心做义工，帮着必经之路干点事儿。我的天呐！太伟大了！太了不起了！太难得了！稀有！赞叹！真的，这种情况不多。我们见到很多人，他是宁可干很多无聊的事情，去造恶业，他也不肯去干一丝一毫的这些公益的事，不会的，他不会干这些的。

在这个大前提下，你一想，你突然发现人家不容易，很多人已经很稀有了，你不能要求别人太高，是吧？这个时候我就在想，我一定要想办法保全他的这点信心，他的这种发心——想为必经之路做事的这么一种愿力，我一定要想办法成全他。为什么？对他有好处。如果我没有处理好，或者我就抱怨“你看你这怎么弄的？”可能是她不对，但可能因此她的发心就退失。她想你们这群人真难整，你看我在单位里面，我老板对我还没这样，我爸妈在家里对我还挺好的，而且我老公对我也不错，结果来了必经之路，我整天被人家骂，又被批评，我这太痛苦了，我这干啥了？我本来出于一个好的发心，结果现在还弄成这样，很不愉快，会产生很多烦恼。

我不能干这事，我不能动摇了人家这么好的发心，是吧？把

人家的善根断了，不行，我宁可自己适应性地调整一下。多大点事？又不是国务院的什么经济工作，影响 GDP 五个百分点，你怕什么？能死人吗？能吃不上饭吗？能有多大事？这么一想，你尽量地去成全他的发心善业，让他能通过这个平台积累到福报，对他有好处。你想想看，我们发心对我们当然也有好处的，因为你成全他的福报，你肯定就也有福报，这不是很好吗？

在这个大前提下，我们要调整自己。这七哥也讲了好多次，对境修心，在生活中修行。你说你连一个必经之路的义工，一个志愿者都无法容忍的话，我就不相信你能容忍你老公、你老板、大街上的一个什么人，你更不能容忍了。你想，来必经之路这些人还是比较不错的，有点价值观的人才会来。这是第一点，你得有一个慈悲的发心，有一点点慈悲在里头，这个问题就好办了。你从他的角度去为他考虑。

**2. 一点点智慧**，第二个角度是什么？我们得有一点点智慧。处理事情上，我这个方面是真的没资格讲。这个方面我上山以后跟七哥学到了很多处理问题的智慧。从我自己的角度，我是这么看待这个问题。就是说你第一要坚持原则，但同时也要进行沟通。

这个话怎么讲？就是说有些原则的确是不能变的，你说我们必经之路一些宗旨不能变，他要是说我们要去搞名搞利了，这怎么行？我们不能搞名利，我们要按照纯正的发心去做事，有一些事是不可以妥协的。但有一些事它不是原则性的问题，这个时候可以通过沟通去做一些调整，人和人之间都是这样。你首先要去听他说什么，你要了解他到底在想什么，有时候人家的想法不一定没有价值，也不一定没有道理。而且有一些事情它也不是绝对的对和错，它只能说具有倾向性。就是说我倾向于这个方案 A 还是倾向于方案 B。可能方案 A 和方案 B 都没有原则性的问题，只是说你倾向于哪一个的问题，这时候可以适应性地做一些调整，

也无所谓的。

我在寺院里出家以后，也会面临这个问题。举个例子说，像我们寺院里有一个人特别好，也很耿直，也特别坦率，修行也特别精进，我修行连他的 1/10 都不到。就从精进程度上来说，真的是不如，远远不如他，他特别能吃苦，各方面都很好。但是他这个人有一点，他特别直，对细节要求完美，完美主义者，这点有的时候就会给我带来一点困扰。今年我没上山，有一次他在山上托我买一些东西给他发到山上去。我给他买完之后送过去了，结果他就批评我，说你这东西买的不对，不符合他的要求，有这个问题有那个问题什么的。

我也很委屈，我当时想，我花了时间，一片好心，结果最后还被你 K 一顿。但是后来我又想通了，我想通什么？他并不是针对我的人，也不是针对我的发心，他只是针对他买的東西的具体细节。比如这个东西应该买一个什么样的东西才是合适的，要符合他的要求。我觉得是我的沟通不够细腻所致，我下回把事情做细，跟他沟通清楚，把他的要求理解透彻我再弄。

没过多久他又来找我买东西了，这回买的東西更多了。我这回就特别注意，我首先就仔细地问清楚你到底要什么，比如说他说我要买油，食用油，我说你要买什么油，有很多种油，是吧？你要豆油还是别的，你要转基因的还是非转基因的，你要国内产的还是国外产的，你要多大的桶装，我最后精确到你哪种品牌的哪种油，价格要多少钱，要用什么样的一个桶装过去，等等，很多的细节。全部经过他确认后，我买了一大堆的东西给他运上去。运之前我怕细节上出问题又被他 K 了，我把每一件东西上都写上标号，然后写上东西名称，写上联系电话。我怕运的过程中，运过去的人他不知道，我又不在现场，他不知道送哪里，怎么办。于是我把联系人的电话、住在什么地方，每件都标上。

比如说总共是 27 件东西，我就在每个上面从 1 到 27 标号，确保装车的时候不出问题。一件一件的，总共多少件东西，每件东西是什么，列了个详细的报告清单给他。就这样子，这回总算满意了，我真不容易。这是一种极端，还有一种极端是什么？就是这个人特别不拘小节。我毕竟在国外呆这么多年，也受过一些高等教育，就是说我们对很多事务性的细节还是有一定的严谨……没有那么执着，但是有时候也有一点要求。

我们寺院里有很多藏族人。藏族人对事情的理解就完全不一样。有时候是文化的原因，有时候他觉得事儿弄就可以了，没有必要这么细。或者这个东西擦一擦，也不用那么干净，差不多打扫一下，看着没啥灰就可以了，诸如此类。藏族人是普遍不太守时的，这是藏族人的一个问题。他跟你约个时间，比如说你跟他说明天，那就是下午；你说 9 点，那就是 10 点；说今天，就是明天；说今年，就是明年。。。。。。所以他经常是不准时。我有一次跟一个藏人一块儿出去，真是被坑惨了。跟他一块儿去找一个修车的人。我问他有多远，他说，“不远，很快就到了。”我们翻过一座山又一座山，过了一个弯又一个弯，我问，“还有多远？”他说，“不远，马上就到。”我们又翻过一座山，过了一个弯。我又问他，“还有多远？”他说，“不远，马上就到了。”于是我们又翻过一座山又一座山，过了一个弯又一个弯……我的天呐！被整了无数次。

最后我发现，他怎么定义不远？他认为只要是骑马一天时间能到的地方都算不远，骑马啊，不是走路。他就是这么粗线条，这个东西怎么办？我也得适应他对不对？很简单，我知道他们是粗线条的人，我就放宽自己的标准。你不守时间，我就也不守时间，反正我知道你说 9 点，意思就是 9:00~10:00 之间，其实他是这么个意思，我也不太在乎。我知道你其实是这个意思，我理解清

楚你的真实意图了嘛，我大概反正也就 9:15 过去他们就行了，你粗我也粗，无所谓。我也不生气，我也不会较真，为啥？这就是他们的文化习惯，你也不能说它好还是不好，我就适应你。有的人这么较真儿，有的人又这么粗线条，怎么办？我就把我自己的范围扩大，上到极其细致，下到极其粗糙，我都能 hold 住，不就完事了。我就按照你的来就行了，只要不是原则性问题。

原则性问题就不行，比如让我去骂佛陀，我不干，这是原则性问题。就扫个地，无所谓，你觉得这样就算干净了，可以，没事，就干净了，反正你开心就行。这就是我们说的“恒顺众生”，就是这样子，见人下菜。你要求高，我就一样高；你要求低，我就要求也松一点。没事，只要你开心，只要你能把福报给积了，只要你能解脱，怎么都行。

另外来说，智慧里还有一层是什么？有的时候你也不要太执着自己对这个事情的预测。因为这个事情到底最后结果是好是坏，其实也说不清的，很难讲的。你看比如说像《大话西游》，当年周星驰拍的《大话西游》，当初拍的时候请了一个作曲家叫赵继平，赵继平就不想去做。有一次他去了周星驰他们的摄影棚，一看里头拍摄的大话西游……你记得它里头不是有一段，好像是在牛魔王的肚子里面打架什么的……里头又是人的什么肠子，弄的特别诡异的布景，一个特别诡异不知所云的这么一部戏。

赵继平对它的印象就很差。他说你们这搞什么东西，如果不是碍于西影厂情面，我根本就不会给他作曲的。啥玩意儿，他说我丢不起那个人。最后他做完曲之后，周星驰要给他钱，他说我不要钱，一分钱不要。我唯一一个要求就是你们播出电影的时候，千万别把我名字放在上头，别放我名字。他非常不看好这部电影，结果这部电影成了周星驰的代表作，成了几乎是他电影中的一个高峰了。那些清华的学生都喜欢看这个电影。我到美国去，我清

华的同学天天给我放这个电影，给我看录像带，看到后来，我好多台词都背下来了，因为他特别喜欢。电影是不是成功，是不是好，很多事情你说不清的，咱们都是凡夫，也没神通，也预计不出来。它也可能这样，也可能那样，也可能你是对的，也说不定他是对的，谁知道？不要太执着自己的预测。你说我的方案一定就更好，不一定。说不定弄出去以后歪打正着，就他那个更好，也未可知。我们要有点智慧。

**3. 一点点勇气**另外来说，做人得有一点面对问题的勇气。我出家以后，七哥就给我们讲过一次课。我们一块去爬我们寺院的后山，爬上海拔 4200 米的高山山顶，然后我们坐在那儿，七哥给我们分享了一通他的人生经验。他主要讲的就叫……佛教里很有名的……叫“十不求”。我印象最深的就是什么？“处世不求无难”，“谋事不求易成”，“于人不求顺适”，这很重要。

就是做一件事你不要想着它一定会很容易就成功，要放弃妄想，准备战斗。很多事情，往往越是有意义的、有价值的、对众生有益的事情，它就越是难做，越是困难重重，越是障碍很多。这时候你就不要怕，你不指望它一定容易成，做好各种困难的准备。于人也不求顺适。你也不要求着别人一定要顺着你，一定要说好听的话，一定要事情都跟你意见一致，都是捧着你，一定不求这个。很多时候要去沟通，要去磨，要去退让，要懂得取舍。人就没办法，就是这样的，这才是人生的常态。你不要指望人都能顺着你。

我出家以后，也是发现没人顺着我了。以前在公司当高管当老总的时候还行，当干部的时候也还行，出了家以后发现人家不把你当回事了，就什么都不顺着。我后来想，我一个普通和尚，干嘛老要别人顺着你？还想着当官的时候人家前呼后拥的，不可能。谁给你面子，你算老几？就不能把自己太当回事。不指望别人要

顺着你，自己要调整心态，有一个慈悲心，用一点智慧去面对这个事儿就行了。人到最后，就这点勇气你坚持下去，慢慢问题自然就解决了，最后你发现其实也没什么问题。不管什么问题，最后你面对它，坚持，它就不是问题。

有时候我碰到什么困难的时候，我就在想，当年玄奘法师那么艰难，命都差点没了，人家也坚持下来了。今天我们做必经之路，就是末法时代的一个大事因缘。如果将来这个平台能够利益很多人，只要我们还能做下去，国家还允许我们做，我们还有这么一群人，我们就持续做下去。反正我是打算，只要七哥不退转，我就打算跟着七哥干，我就给他搭把手，就这样，就是死活不退，谁爱退谁退，反正我不退！要是七哥退了，我估计我也挺不住了，只要七哥不退，我反正就不退。遇到什么问题，解决什么问题，对不对？

反过来说，如果谁真干不下去了，要走，那也没办法，这是各有因缘，那也没办法。但是我坚持，反正我认为这事有意义，我就做下去。人没有点勇气，没点坚持还行了，能干成啥事？

我们这三个层面，正好就是儒家过去说的，儒家做人，要“大仁、大智、大勇”，是不是？我们也不要大仁大智大勇了，我们有一点慈悲，有一点智慧，有一点勇气，这个事就解决了。：好，我这个问题就说这么多，谢谢大家。

### 在家人如何在生活中修

问题四：在家人如何在生活中修行？

宗翎法师作答：

这个问题是七哥问的，所以这个问题必须回答。其实七哥都

知道答案，但是他可能是想借我的嘴说一些我的想法——我就谈一点我自己的看法。关于“在家人怎么在家修行”这个问题，七哥已经讲了很多了。他整天在讲的那些部分我就不过多地重复了，主要从我的角度的一些体会。就讲一些我这么多年来修行的一个体会，因为我也做了很多年居士，我从十几岁就信佛，一直到现在。

### 1. 依止善知识

在家人学佛，第一点就是一定要依止一个善知识。这个特别重要，为什么？我们很多人修行都有一个很容易有的倾向，比如说，特别是知识分子，他就说：我文化水平很高，你看我博览群书，看什么书我都看得懂，我这么聪明的一个人，是不是？我自己看点佛经，我自己钻研一下，对佛法我也就很懂了，对吧？我不一定非要听你们在那 bb。他会经常有这种想法，真的有这样的。

那么经过很多年的实践，我发现还真不是这样，基本上我可以这样讲，能够自己完全通过自己的力量修学，找到正确的路子的人，我可以这样说：“万中无一”。可能都说多了，几乎都没有，约等于 0，在这个时代约等于 0。那么，善知识为什么重要呢？

比如说你看了很多佛经，那佛经又有很多的注解，各家不同的说法，千经万论。看完以后，你的第一个容易有的问题，就是搞不清谁说的对谁说的错，或者说，就算都是对的，但是你也知道现在对自己来说该从哪个地方下手，搞不清楚，是不是？什么是适合自己的呢？就等于说有一万种药在那个地方，那些都是药方，但是我该吃哪个药？这不清楚。所以这个问题就很多。如果你不碰到一个明眼人，最起码说也是个很有智慧、把这个东西搞透了的，而且有传承的这么一个人。你没有这么一个人指引的话，那个是盲修瞎练，真的。我还遇到过一些这样的人，他自己其实不见得修得有多高，他可能有一些修行的觉受之类，他觉得我

已经开悟了，或者还有一些人觉得我已经没有烦恼了，这样的人我都碰到过，哈哈……我当年读书的时候，在浙大读书。我就碰到浙大有一个居士，那时候也是读书的。他就说我已经没有烦恼了，他说我已经……我当时差点就一句话怼过去……那时候我好像是怼了，我说：“那就恭喜你，你已经证得阿罗汉果了！”

阿罗汉果，你知道的，那才没有烦恼障嘛。他怎么可能没有烦恼？只不过说烦恼没有起现行，没有外境，（外境）不够强大，还没有激发他的烦恼，其实是这个问题，对吧？不是说真没有烦恼了。这个问题很多的了，包括说看了一些经论以后，他就开始有很多理解，我有好多朋友都这样的。出家以后我以前的同学还来找过我，他说：我最近又看了《金刚经》，我有一个什么样的理解。老实说我真的不好意思说，（笑）他那理解都是错的，根本就不对。他就是一个心灵鸡汤的理解，根本就不是《金刚经》的原意。但是呢，他很执着，他觉得我这么聪明的人……你想那都是国企老总什么的，社会上有地位，读的书也很多……他就觉得我讲的都是对的，那你就不好说什么了，是吧？

所以修行第一步就是得放下自己的那种执念，自己的那种见解，得去依止一个真正比你高明得多的人，这个才是修行的第一步。没有这个，真的，后面啥都没了，我觉得基本上大概率是这一生很难有大的突破。好，这个是第一个问题。

## 2. 注重修心

那么第二个问题是，这个修行中很重要的是要注重修心。这句话有点笼统，你说修心，什么叫修心？我们不是都在修心吗？这个“修心”虽然笼统了，但是最根本的来说，首先是讲一个发心——就是你做这件事情的动机。发心，要不断地去观察、觉知、调整，非常重要，是吧？你看我们为什么把发心提到这么高的一

个地位？我从一开始学佛，我的善知识就叫我读《菩提道次第广论》。《菩提道次第广论》浓缩下来，就是三个要点，叫做“圣道三要”：出离心、菩提心、清净见。

就是你修行佛法，你首先得要想出离三界。自己出离还不够，你还要想着一切众生都在受苦，我要把他们从轮回里救出来，这就变成了菩提心。同时还要有一个空性的见解，你知道那个佛法相较于其他宗教、其他学说，高在什么地方，佛法究竟的义趣是什么。这就是圣道三要。讲见解，讲发心。那这个见解的部分我们说了，你一旦依止一个善知识之后，他就能帮你理清佛教的见解到底是什么样子的，能帮你把这个问题大概地理清楚了。接下来发心，自己就得去发，就是得真的去升起正确的心念。这个心念最低限度是什么呢？就是我们说的，你得是一个真诚善良的心，是吧？这是最低最低最低的一个发心的要求了。

我做这件事情，首先我是真实的，我是真诚的，我不是玩虚假的，对吧？我是善良的，我不是恶毒的，是吧？我没有夹杂着这种贪嗔痴在里头，是吧？我想去帮你，我是真的想帮你，我不是为了自己获得名声，我不是为了自己去挣钱，我也不是为了装模作样，是吧？这才是真正的善。如果说你这个心念不对，这发心不对，那后面做什么都没用了。因为都是假的，都是错的，其实也夹杂了很多的恶，都不是真正的纯善，对不对？在这个基础上，那就是出离心。还要有我想出三界的心，这个要求就更高一些。

因为有的人做善事，他是希望我现在积点福报，下辈子我能比较有钱，过个好的生活，当然这个就低了一些了，就比较低了。有的是希望……还不是下辈子，我这辈子就要发财，我孩子要考上 985 大学什么的，全是这种想法，这个就更低了，是吧？修行最终来说，你还是要想出离三界，想脱离轮回的苦。你现在这

些都是小问题，其实真正轮回生死的问题才是大问题嘛。得把目标搞对了，然后进一步就是菩提心，发起利益一切众生的心，这个才谈得上是真正的一个修行人，才谈得上是在家修行的。

否则的话，只能说是在家干了一点似是而非的善法，甚至掺杂着不良的目的，这个可能就走向反面了。可能甚至我们最后就沦为一个大型的鸡汤组织，每天就搞点鸡汤，其实对解脱什么都没啥帮助，对别人也没什么真正的益处。那就是说要注重修心。修心最重要就是检查自己的心念，就是这一念究竟是什么念头，就像七哥说的——觉察。你觉得我这一念，到底是真心的我想帮他，还是有点虚伪？我到底是为了一个名利去的，还是真的是为了一个慈悲去的？要检视自己，这是最开始的。我是为了解脱去的，我还是为了现实获得一点人天福报去的？我是为了救度一切众生的菩提心去的，我还是带着点别的什么目的？

### 3. 止恶修善

有了发心，有了见解，那么等到具体修行的时候，我觉得很重要的落脚点，就是要“止恶修善”。简单地说就是这四个字。那有的人说，你这不是老生常谈吗？那是老生常谈，但是它还真就是佛法修行的非常重要的基础，甚至可以说是核心。你看有人就问这个鸟巢禅师，如何是佛法大意？鸟巢禅师就说：“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教”。所以它就是三个要点：它是“诸恶莫作”——别做坏事儿。“众善奉行”——多做好的事情，多积累福报。“自净其意”也很重要，要把自己的心念、动机、发心都要澄清，把它调整、觉察。最后是“是诸佛教”，这是诸佛的教法，它还不是一个佛这么说的，三世诸佛，所有的佛都是这个教法。它就是在哪儿体现的这个教法。

在家的修行，我觉得首先第一点，我们就说“止恶”，这一点

太重要了，也很难做到。为什么我特别提这个呢？我以前少年的时候，就读了一本经叫作《佛说优婆塞戒经》。《优婆塞戒经》是讲在家菩萨戒的一本书。它上面经常讲一句话，它说出家人如果发菩提心，受菩萨戒，不难，但如果是个人在家人就非常难。为什么？它就加了一句话，它说“在家之人多恶因缘所缠绕故”，老是讲这句话，反复出现。那时候我还小，才十几岁……我当时就说，嘿，在家人怎么就“恶因缘”就“缠绕”了？在家人低人一等还怎么的？当时因为我也是在家人，我当然觉得这个有点不服气。

后来活到这个年龄，真看明白了，还真是。不是说在家人都不好，但是在家这个环境确实有很多的恶因缘，它缠着你，你甩也甩不掉，弄也弄不开，然后你还被迫就得在里面打滚，做恶什么的，非常的讨厌，是吧？所以佛说的这话真的是有道理的。但这个时候，正因为这个环境不好，那么你就更得加大止恶修善的力度才行。你得特别警惕，特别去下意识地做好防守工作，是不是？跟出家人情况不一样。像七哥在藏地的寺院里面，这个环境老实说就不容易做恶，它与世隔绝，你想做恶也不方便，他就很难做什么大的恶业，是吧？行为上什么都很难。但是如果在汉地，我们今天这种世俗中的人，做个恶业机会太多了。要不做恶业，你是得拼命地挺住才能不做；你要做恶业简直到处都是机会，而且到处都是引诱。你不要说别的，就说现在邪淫这个问题多严重，是吧？大家只不过就不提不说，碍于面子不讲，实际上这个问题是非常严重的，是吧？

在家人修行，首先这就是一个大的考验，是吧？因为对在家人，它是没有要求你一定怎么，这时候你自己就得把握住了，对吧？你看其实佛经里面讲邪淫的恶报、果报很可怕的。重一点的下地狱，轻一点的是饿鬼，再轻一点的去畜生道。就算再轻一点，他来了人道，什么家庭不幸福不和睦，出现各种问题，妻子

又背叛他什么的，各种不好的果报。但是问题是，谁把佛的这些话放在心上？现在这个社会你看邪淫的习气非常严重的嘛，关键他要面对很多这种引诱和考验，是吧？还有生意上的，金钱方面的，名利上的……以前我当副县级干部的时候，在贵州。我的天，那很多考验的，给我送红包的……那时候我管科技的，我手上有很多科技项目的资金。有一次我记得很清楚，有一个项目评审，我是把一个项目最后给了一个企业了。

后来我去贵阳的时候，那个企业老总就到酒店来找我。我以为他有啥事，我也不知道，那来吧。然后他在我房间说着话，一看没人，突然之间就塞给我一个大信封，很大的一个信封，里头全是钞票，就这样的。我正想把信封退还给他的时候，我那个司机进来了。哎呦，我一紧张，我说这就说不清楚了，这下子……我咋擦，就赶快塞到这个腋窝底下去了，夹住了。然后我的司机偏偏还特别啰嗦，不停地跟我说话。我想你赶快走吧，赶快走吧，然后他好不容易走了，我就这么一直夹在咯吱窝底下，就这么一直……好辛苦的，后来好不容易走了。然后我就跟那个老板说，首先如果我是为了钱的话，我根本就不会回贵州，你说是不是？我在美国年薪也上百万……我不需要，对不对？我就在美国呆着不就完了吗？我还何必跑到中国贵州省那么一个偏僻的（地方），我弄完以后收你这点贿赂，我没必要，是不是？我不是冲这个来的，我就想为国家做点事，你不用这个样子。

我说你不用给我这钱，这项目你是最合适的，我就会给你；如果你不合适，你给我钱我也不会给你，就这么简单，对吧？那么这个东西给了你，你也不需要感谢我，因为我就是在做一份国家给我安排的工作，所以你不需要给我钱，是不是？这种事情多了，但是这个不是重点，重点你知道是什么吗？重点是，最后我辞职离开贵州的时候，这个老板专门请我吃了一顿饭，那次我去

了。我想我都要走了，也无所谓，你也谈不上贿赂我了，变成朋友了，吃个饭无所谓。就去吃了。他可能六十多了，做生意好几十年了。吃饭的时候他跟我说，你知不知道，这么多年来在官场，我只见过你一个不收钱的领导，只有你一个，没有第二个。

当时这个我很震惊，很震惊。我之前想的是，可能是很少，可能很多人会……但是你说只我有一个，我还是很震惊。他说真的只有你一个，没有其他的，没有过。所以你看，比如说在政府里工作，他就受到引诱，就有人不停地给他送钱，还有送美女的呢，还有送别的，更多了。你说他怎么办？他这么大的诱惑，他每天都面临这个局面，是不是？怎么办？这就是为什么说“在家之人多恶因缘所缠绕故”，这种现象特别严重的。所以怎么办？你只有提升自己这种修心的、修行的力度，要把它抗拒住，对不对？止恶，你得有个决心。就是人这辈子，我的原则就是不会去破的，我要持守基本的戒律。我不是说要持很高的，但基本的“杀盗淫妄酒”的戒律，我要把它持住，不管受了五戒还是没受五戒，我要以这个作为自己的一个行为准则，尽量去做到，是吧？修善也很重要。不是光止恶，你这人生也得过得有点意义，就是你得去干一点积累福报的事情，是吧？人这一生本来生命就很短暂，你得把它用来做一些有意义的事情。你说有的人整天在那玩手机打游戏，然后跟老公孩子吵架，然后什么到商场买衣服，到什么……就干这些事，然后就跟一些人瞎聊天，也不知道在说些什么。

你把这个时间用来做一点善法不是很好吗？比如说你隔三差五就放生，是吧？你抄抄经，是吧？你到什么老人院做点义工，帮助一些人，是吧？这不是很多事情可以做？必经之路的工作也很多啊，是吧？你花点时间在这上头，积累福报，多好！这一生你就能做很多事情。可以供养三宝，是吧？帮寺院做一什么事情……这多得多了，是吧？这样你这一生多少积点福报，这个修行

不会落空。我在佛教界已经打滚了 30 年了，摸爬滚打，见的人也多了。实际上我特别认同南老先生说的一句话，他说他这么多年看起来，那些喜欢积福的人，他到最后总之是很好的——他修行也上去了，他可能人生过得也还不错。那种不肯积一点福的人，即使他一天到晚地在那儿念经，他的修行也上不去，为啥？福报不够，对吧？所以宁可把功夫用在一个很实在的地方上，积善行德，然后自己止恶修善，福报慢慢上去了，智慧可能慢慢就开了，是吧？自己人生的顺缘也会比较多，因为你福报大。把功德回向到修行上，回向到解脱上，修行也容易成功，对吧？这个它是不会落空的，叫“功不唐捐”。这个很重要。止恶修善这个话题就不能展开了，说起来细节太多。

#### 4. 重视座上修

接下来还有一点很重要的，就是要重视座上修。什么叫座上修呢？那七哥讲了好多在生活中修行的，怎么觉察，怎么起念。七哥告诉大家的方法里面，有一部分是座上的，也有一部分是座下的。座上的是说每天你静坐的时候怎么这样子一套方法，还有一些是说我们碰到了问题以后怎么处理的。我自己的体会——座上修特别的重要。为什么特别重要？可能也是我的根器不太够，我就觉得，往往是座下的时候面对各种境界来了我能够 hold 得住，能够处理的比较好的时候，都是我在座上修比较给力的时候，我才能把它这个力量延伸到座下去。这个就好像说，你在打坐，一个人静静地在佛堂里坐着，在那好好地念经、念佛、观想，或者是像七哥的那套修心的方法。在实修的时候，在那么安静没有人干扰的状态下，你都弄不好，都 hold 不住，都昏昏欲睡或者是很散乱，你想想看，你碰到真实境界来的时候，那么强大的一个对境来的时候，你怎么可能 hold 得住嘛？

这就好像我们平时练功，练武术，是为了关键时刻能打架、能

打仗、能打赢。平时你练功就没练好，难道一个敌人真来的时候，你上去打就能打好了？那不可能！那个敌人更不好对付。你平时起码得说，在拳击房里先训练好了，碰到这对手来的时候，我打我能打赢。平时不训练怎么可能打赢？所以座上修特别重要。座上修的力量、时间，就是质和量，它都得增加，不断提升才行。以前我很佩服的一个黄念祖老居士，他讲了一个事，我很认同，也很实在。他说其实一个人一天能抽出两个小时，哪怕是在家人，抽出两个小时，认认真真地把功课做了，不管是念诵的、禅定的、各种观想的，把这些好好地修一下。一天抽两个小时把心静下来好好修一下，慢慢时间长了，假以时日，你整个的外境它都会转化。

可能原来一些不顺的事也顺了，原来一些想不通的也想通了，原来一些很大的问题也解决了，然后你原来修行一直心控制不住，慢慢地也能控制住了。然后各种一些觉受境界慢慢出来，人也变得越来越……心态也越来越好，然后外境可能也开始出现顺缘。这就是啥呢？业障消除，福德增长了。智慧增长，内心也清明，定慧的力量都增加，这个时候那就不一样了。修行座上修很重要，这是个很实在的话。我不想讲一些很 fancy 的东西，这些是很实在，很有用的。

好的，今天就这个问题，我就只讲这四点，其他的方面七哥都讲的非常全面了，我就不赘述了。好的，谢谢大家。

### 如何应对家人的逼婚？

问题五：现在的未婚青年们如何应对家人的逼婚？

宗翎老师作答：

我只能说尽我的力回答，因为我觉得，凡是涉及到婚姻恋爱

家庭问题，我觉得七哥才是专家，我不太行，我只能说是讲一点自己的看法。

### 1. 逼婚的原因

我们首先说逼婚的原因是什么？任何问题你要想解决它，首先要分析它的根源在哪里。以我来看，我只能说是侧面来看，父母经常逼婚，根本上是来源于两个东西：他们对子女的一个是**控制欲**，一个是**焦虑感**。这就是最根本的东西。

先说什么叫控制欲。很多的父母他都会把孩子当成是自己的一个私有财产，他要控制他们。所以他经常就要让孩子保持和父母高度一致，紧密围绕在以父母为核心的家中央周围。所以他是这样子的，他不太尊重孩子的个性，他也不知道说保持一个适当的尺度和距离，然后有一个正确的定位。这个是一个很大的问题。

那么第二点就来自于焦虑感。焦虑感有对自己的，也有对别人的，但他是有一种焦虑。什么焦虑？你看很常见的，比如说有的老人就说，你看我女儿都三十出头了，还没有结婚，她再这样下去，她都变成黄脸婆了，没人要了。她在以前二十多岁就没找，现在都三十了还不找，完了。他说以后越弄下去越没人要了。

广东人还有个专门的一个词，我广东话说的不太好，这句话翻译成普通话叫做“箩底橙”，就是一个箩筐，底下剩了几个橙子，其他好橙子都已经被人家吃完了，就箩筐底剩的几个没人要的。然后他说完了，他很焦虑。还有人焦虑什么？他焦虑他（孩子）以后。他说他（孩子）现在不结婚，以后老了怎么办？也没有子女照顾他，老了以后没人养老，没人陪伴，很孤独，生个病都没人照顾，怎么办？他是从一个抗风险的角度，在思考这个问题。然后还有很多，有的时候他还焦虑，他抱不上孙子怎么办？比如说你看人家都抱孙子了，我没有抱孙子，他还有个攀比心理。

抱孙子的焦虑从哪来的呢？我一开始没有完全想通，因为当时我觉得，怎么整天这么执着抱孙子。后来有一天我和他们交流一下，我有一点想明白这个问题了，我也不知道说的对不对，我只能说自己的观察。

就是什么？他说他看到他很老了，垂垂老矣，他每天其实就感觉自己在走向死亡，特别退休以后，他年龄越来越大，身体越来越差，他就觉得自己……他对死亡是很恐惧和焦虑，他又没有办法，他也不学佛。那么这个时候看到一个很鲜嫩的小生命在他面前呀呀学语，充满了活力，他觉得特别开心，他感到生命得到了延续，他甚至感觉到好像对死亡的那种担忧都化解了。为什么？他就觉得我感觉生命在这个小生命身上继续延续了，我们通过家族血脉的延续，好像我的生命也延续了。我死了，反正他还活着嘛，他一个新的生命诞生了。反正不知道怎么，他那种心理就有点变成这样子了，就是说他自己的焦虑感就会得到缓解。

当然这里面还有一些好面子的原因。比如，他会说你看看人家周围的邻居，我们亲戚朋友家里孩子都结婚了，你看看我有时候过年的时候，跟亲戚说起来，人家问起来说您儿子怎么还没有结婚，都这么大了，怎么回事？我都不好意思，我跟人家都没法交代，你看看这个家里面我抬不起头来，他是这样子的。所以到最后你又发现，他就是这种焦虑感。这些焦虑背后你再分析就很有意思了。这里面它还有一些什么？你会发现父母他经常会把自己的生命，他的幸福落到他的孩子身上，而不是自己身上，就是他的生命是没有主心骨的，他是一个没有灵魂的生命。他的生命，他的幸福，是建立在他的孩子身上，而不是他自己身上。

很好玩，这个很常见的一个，看来是有代表性。我见到有的老年人说那个话，在我一个出家人来听，我都觉得很震惊，但是他们好像觉得很自然。比如说，有一个母亲就跟我说，当着她女

儿面这样说，她说，你看看我每次一想起你这么大年龄了，你还没对象，我真的整晚上都睡不着觉，我愁得整晚上都睡不着觉。基本上原话就是这个意思，反正是你看看我整晚都睡不着觉，你看她还没有结婚。我在想，人家不结婚你就睡不着觉。如果说你女儿得了癌症，你睡不着觉，我还可以理解。这还没结婚咋你就睡不着觉了，你也太容易睡不着，你这身体不会就……好不了，是不是？这一看，一身病，高血压，又是什么各种心脏病。她能不生病？你说她操的心。

我说你不能有点爱好？你有点什么，你打太极拳，你学个跳舞什么的。她说我整天就在操心孩子，我哪有时间想自己。我说你出去旅游，她说不行，我要给孩子攒点钱，你看我们家经济条件不是特别好。我都觉得特别奇怪，他们的逻辑，老实说，从我来讲都不是很成立。是吧？你看她操的心。所以你会发现父母的逼婚，很多是从他们的妄念里面来的，他对世界的认知有问题，他的人生没有主心骨，他就把他的人生都寄托在孩子身上。我的天，他们好累的，是吧？

## 2. 孝敬而不要孝顺

说完这个之后，我们就说怎么应对呢？要提到我上师的一句话。我以前谈话，跟上师。那时候还没出家，上师说你以后要出家，我就跟他说我妈妈肯定不答应，而且她年龄这么大了，她肯定希望我照顾她，怎么怎么样，我就讲起这个问题。我上师就说了一句话，我（把）这话一直记在心里。上师说，一个学佛的人对父母要“孝敬”，但不要“孝顺”。你看这个词说得很有意思。

他说为什么说孝敬而不要孝顺？她是你父母，当然你要孝敬她，就没有任何问题。你要尊重她，孝养她，要各种对她好，这个没有问题。打内心要尊重她，对她特别好，要慈悲，这是完全

应该的，做不到这点都不配做人。但是你不能处处都顺着她，什么都听她的，不行。为什么？她不一定有智慧，对吧？她不是你依止的、皈依的对象，对不对？我们依止的是佛菩萨，依止的是上师，依止的是这些大德、成就者，他们才是我们依止的对象。为什么？他们有足够的智慧，有足够的力量。父母对你再好，她毕竟是个凡夫，所以在智慧层面你不能依着她，所以你不能处处顺着她，对吧？这就是原因所在。

所以我们说慈悲要智慧，孝顺父母也要智慧的，是不是？你不能言听计从，他叫你干什么就干什么，很多人把孝顺也玩成了一个滥情的孝顺了，就傻了。“要听父母的”，父母对他的影响太大了，以至于说父母可能想帮他，最后还害了他，是吧？有这种情况。父母为你好，但不一定最后能真的帮到你。这个很有意思，这个逻辑——对你好的人不一定是真正帮你的人，这个逻辑能听懂吧？就好像我们拼命给那些穷人钱，不一定就是帮他，这个逻辑是一样的。

### 3. 沟通的角度

接下来怎么办？当然还是要沟通。只能是沟通。沟通我觉得得要从几个角度去做。第一个角度，我觉得非常重要的一个角度，就是你一定要帮助你的父母，找到他人生的主心骨。就是说他的人生的幸福和快乐、价值不能仅仅是建立在孩子的身上，是不是？他得有自己的人生的追求。哪怕说我想去成为一个跳舞很好的人，或者我想去多旅游一下，我想去享受一下生活也行啊？当然我不是说这个不好，但是我更提倡的是，如果他了解一些佛法，能够开始修习佛法，那就更好了，那是最好的。一旦这个人他修习了佛法之后，他真正地懂得佛法，他也遇到了好的老师，他的心态可能就会慢慢转变，他会明白很多道理的，对不对？

他就会明白：第一，人各有各的业力，你不能强迫别人的。第二，我自己这一生的重点是什么。我认为父母这一生的重点应该是好好修行，自己要解脱。而不是说仅仅是整天就盯着孩子，他有没有结婚，他什么什么，对吧？第三，他如果再有点智慧，他还要认识到结婚也不一定是好事，有可能是个大坑。而且世事都是无常的，结婚真的一定对孩子好吗？都不一定。那个时候他可能会有一个更广阔的视野去看待这个世界，看待他的孩子，还有看待他自己，这个问题才能有根本的解决。

然后他生命的重轴、重心可能会慢慢就转移到别的方面，比如说修行佛法，或者是做一些善事去利益别人，因为他要提升自己的福报，他想提升自己修行，那个时候他可能就会有改变。我在藏地，我看到一些老年人，藏地的有一些老头老太太，他们的晚年是怎么过的呢？他根本没有时间去管什么孩子的那些闲事。他们很放手的，也很奇怪。他们一天到晚做的最多的就是修行，因为我是亲眼见到的。我们寺院周围的那些老头老太太，他们每天就是跑到有一种房子里，在藏地寺院里藏语叫“阔尔炕”，意思是“转经房”，它里面有很大的转经筒。他这一天，那几个老年人就在屋子里转转经筒，一边念经一边转，他们有时候也聊聊天，但是大部分时候都在转经、念经，这样子就过了一天，就这样子。中午回去吃点东西，下午接着再转，就是这样子。

你看他一生，他为什么这么做？他有信仰，他想我年龄这么大了，我得赶快念，好好念经，好好修行，我要求往生，我不能这么瞎混下去了。他有这个紧迫感，所以他觉得他人生最重要的事不是去管孩子的那些破事儿，而是自己赶快修行解脱。他有了自己的主心骨，他就不会整天把心操在别人的事上面。凡夫的特点是什么？凡夫有一个坏毛病，如果他不把心操在自己身上，他就一定会把心操在别人身上。他不是就关注自己的那点事，他如

果没有自己的事，他就一定会去关注别人的事，就是这样。

你看那种背后喜欢东家长西家短，说三道四的，造谣的那些老大妈，都是没事干。她不关注自己，她就只能看别人，那家闺女怎么，这家是……她整天讲，为啥？她自己的生命没有主心骨，她自己没有追求，对不对？她就整天追求别人的事。她说看别人怎么就这样子，看完邻居家的小孩，她看自己的，看亲戚的，看自己的孩子有没有结婚，她整天就操心这些破事儿。因为她的生命是没有灵魂的嘛。

那么如果哪怕是佛法修行她做不到，最起码她可以培养一些好的业余爱好，这也好点。对她的身体健康有利的，运动运动打打太极拳，或者学一个什么东西。有的老人还去学中医养生，学太极拳、八段锦，去学跳拉丁舞什么的。就干各种事情，甚至还有有的老年人我看很好，她就跑去做义工，也很好。或者出去旅游，比她一生都闷在家里面强。这些都很好，为什么一定要这么去度过一生？而且真的这么度过一生，对老人又有什么好处？你说很多老年人吵着要抱孙子，真抱上孙子的时候，你真的觉得对老人的身心健康有多大好处吗？

也就是快乐那么一小点时间，就在玩弄小胖孩的时候，可能觉得还蛮开心的。除了玩，剩下的都是麻烦，真要换尿布，做饭，都没时间了。年轻的时候在带小孩，带得自己的孩子总算长大了，然后人老了。到老了以后又开始带孙子，我的天，她更忙了。那时候年龄大了，身体还不好，带都带不动，休息都休息不好，你说对老人真的有什么好处吗？这一辈子干嘛过得那么苦哈哈的？就算不为别人活，不为众生活，也不发菩提心，可不可以为自己活上几年？为自己活一下行不行呢？连这个都没有，最起码享受生活都做不到，生命整天围着孩子转。所以你得改变老人的这点，是关键的一点。

第二点，你得跟她沟通，就是让她试图去理解你的价值观和你的人生规划，这个也很重要。什么叫价值观、人生规划？比如说我的人生规划可能是——我多少岁前我要做事业，我后面才想怎么样。因为有的人晚婚，他可能是因为现在忙于事业或者忙于什么事情，他反正总有自己的一个规划。问题是你的规划藏在心里，你没跟父母说，她不知道你有这个规划，对不对？你现在是什么情况她不了解，你得告诉她。你说我现在是这么一个情况，我有这样的一个规划。现在结婚的事真的提不到日程上，我现在主要矛盾还没有解决，怎么样都可以。你跟她沟通。只要父母不是特别没有智慧、特别蛮横的人，她还是能听懂的，对不对？

另外，价值观你也要进行沟通。什么叫价值观？就是说我认为什么是有意义的，我认为我的快乐来自于哪里，你这个可以对她进行沟通。举个例子，我出家前，我就跟我妈妈做过一个很深度的沟通。我跟我妈说了，那时候我妈妈很伤心，而且她知道我要出家了，她也知道改变不了我，因为我很倔强，那就是改变不了。我有一次跟她沟通，我就说，妈妈，你这一生对我提这么多要求，包括你对我有这么多的希望，我可不可以总结成一句话，就是你希望我快乐，希望我幸福。她说当然是了，我当妈的肯定是这样。我说我现在要去做的事情是真正能让我快乐和幸福的事情，甚至还能让很多别人也快乐幸福，甚至给你长远来说也能带来快乐和幸福。你为什么要这么难过？我更快乐了，我更幸福了，这才是我真正想要的东西。你不就是希望我好吗？我现在真好了，你怎么不高兴了？

我妈妈听了一愣神，就好像说，这个角度她还真没想过。你得点醒她。所有的父母说到底她还就是一个核心思想，她希望你好。一定是这样的。你就要跟她讲我怎么才能好，我怎么才能幸福，我怎么才能快乐呢？我要这样才是我的幸福和快乐，我的幸

福快乐跟你的标准不一样，我对价值的判断跟你不一样。我可能要选择不同的人生道路，我要怎么样，你要支持我，你不就希望我好吗？你希不希望我好嘛？你可以做一个沟通，最起码这样沟通就算老人不同意，也可以起码能够从另外一个角度理解你一下。我觉得总是有帮助的，那么我也先不展开了。

我们再说第三点你还要跟她沟通一个事情，就是要破除父母的一些妄念和执着，这个很重要。很多父母为什么会不停地逼婚，因为她的妄念很大，执着很大。比如说有的人，我们刚才说了，她就是基于面子。她说，你看亲戚朋友我都不好说了，你怎么还不结婚？你看看人家讲你表哥表妹都结婚了，你怎么还没结婚？你就跟她讲，人的这一生不要活在别人的眼光里面了，你干嘛要被别人影响？你要跟她疏通妄念执着。她很在意别人的看法，你就要跟她讲，你不要在意别人的看法，我就不展开了，七哥这个方面讲的最多，你都可以活学活用的。

再比如说，她说，这以后你没有人养老怎么办？你以后老了谁来养你？谁来照顾你？孤苦伶仃一个人，你在病床上都没人给你端口热水什么？你也可以打破她的妄念。我首先就会举例子，我说我看到多少例子，她养了甚至还不止一个孩子，她真正生病到绝症的时候，没人伺候她，至少没人长期伺候她。因为她孩子不一定孝顺的。另外一方面来说，就算你有孝顺的孩子，你首先一定要明白，就是人生到最后，她所有的境遇是她的福报决定的，而不是别的方面决定的。

你看你这个人只要有福报，你自然就会受到很好的照顾，你也不会缺吃少穿，你就会好。我见到有一些出家人，什么老婆孩子家庭都没有，就一个人孤苦伶仃的，也不是孤苦伶仃的，就是孤单一个人，孑然一身。但是你看，他生病的时候一样有人照顾他，好多人照顾他，照顾得还非常好，他也不缺钱花，他也有人

给他出钱治病，也有人帮他治病，帮他照顾，他也没问题。可见它根本上还是一个福报的问题。

反过来，有的人有孩子的，最后也没人照顾，死得很凄惨，一个人孤苦伶仃死在家里面。你觉得这一定是有孩子没孩子的事？它可能是你的福报的问题，这才是最根本的东西。如果说你想要晚年不要孤苦伶仃，我的晚年要幸福一点，我晚年不要这么惨，那你从现在开始就积累福报。这才是根本解决之道。

怎么解决？怎么积累福报？首先你要孝敬父母。你好好地孝敬父母，将来一定会有人孝敬你的，他不一定是你的孩子，他也可能是别人，但是你这个德行在，你的福报在，将来就会有的。还有什么呢？如果你可以做一些义工，可以去帮助一些这种有困难的人。比如说在医院里面，养老院，现在有一些这种义工组织，你可以去帮助、去照顾这些病人、老人。在你很年轻、有能力的时候，你帮助他们，或者有时间你可以去帮他们做一些服务性工作，你没有时间的，也可以捐一些钱。

比如说去用在医疗什么，照顾病人这个方面，也可以。你要是不知道怎么花，我手边都有这种生病的僧人，没钱治病的什么，或者需要什么，我有这种……你给我，我帮你去供养都可以，你就种了这样的因，你的福报就上升了。你的福报上升了之后，将来你生病的时候就会有人照顾。如果你没有福报，你就算养一百个孩子，将来可能你还是死得很凄惨。我见过这样的老人，还有的就是跑到国外去以后，最后死在国外了，也没人来照顾他。还有的就是，他最后死的时候硬生生的孩子都来不了，反正就是各种原因，没有人在旁边，也不一定是不孝顺他的，也有时候客观原因什么的，反正就是他一个人孤苦伶仃死掉了，都不一定。

所以你要积累福报。你这个方面的福报积累的多了，将来你

就会有这个方面的好的果报，你就不会孤苦伶仃，你也不会没钱花，你也不会没有养老金，都会有的。要从各个角度去沟通。至于她说她说什么抱孙子之类的，抱孙子那么好抱？我们刚才讲了，你让父母真的去，七八十岁老人，你让父母去抱抱孙子，照顾几个月试试看，累死啦，对父母有什么好，可能这样子要少活三年。真的好吗？不一定。种种的执着，这些都要给父母破除，你要跟父母做这样一些沟通，之所以积极地去劝你结婚，逼婚，就是因为有这些执着点，你要给他们破除，破除之后可能就会好。

第四点我就不展开讲，你可能要适当地提醒她，要注意自己的定位。也就是说我不是你的附属品，你不能认为我是你的私有物品，好像拥有全部的控制权，你要完全控制我的人生，那就不可以。这个就是你要适当地提醒她，要注意分寸。在西方国家不太有这个问题，中国老年人是不注意分寸的，她不注意这个界限的尺度，但是你得提醒一下“边界感”，对，这个词用得对。

#### 4. 问问你自己

最后稍微补充一点，刚才从父母的角度说，另外反过来你要问一下自己，就从自己的角度，你要看一下你为什么不想结婚，这个问题也很重要。有的人不想结婚，你说是工作忙或者什么这也可以的。但是我可以告诉你，并不是每个人都是这种想法，有的人的想法也是有问题的。我遇到过这样的人，我以前的朋友里就有。他不愿意结婚是因为啥？他在男女关系方面比较放荡，比较随便，所以他不想有一个婚姻的束缚，他就是想那个什么的嘛。

所以他有这种不好的想法以后，他不要婚姻的限制，如果他是这样的发心，我觉得还不如早点，找个老婆好好成家，过一个比较正常的生活比较好。我们说佛教里判断人的善恶，首先就是看发心。你不结婚，你的发心是什么？这个很重要。比如说，你

说我现在是为了佛法事业，我非常忙，我实在……或者说我打算把自己的一生奉献给佛法了，我不结婚，这个是很好的发心。如果不是这样，你有些什么别的乱七八糟想法，这个不一定是好事。这个要审视自己发心的。

七哥就说要向内求，首先你要觉察自己的念头。你的念头是什么？这个得很真实的面对自己。你可以不跟别人讲的，但你自己心里得明白。那这个就要想办法去克服。还有一些人，是本来可以在适当的时候结婚，他也是打算结婚，他也想结婚的。有的时候你也可以随顺一下父母的想法，你也不要太固执。有的时候既然说你也打算结婚，你也想结婚的，你也是觉得这个挺好，有的时候你可以在这上花一点心思，你也不要太跟父母作对。完全可以再适当的考虑一下他们的感受。

这里面有一个终极问题是很重要的，就是人到底为什么要过这一生，人这一生的意义究竟在哪里？我觉得理清这个问题，可能对于人把这个问题彻底想通有一些好处。我见过很多人在结婚这个事情上纠结的，我觉得很多人其实他是没有想清楚人生的终极问题——这一生究竟怎么过才有意义？

我不得不说一个我自己的观点，当然老实说这也是佛教的观点。其实对于很多人来说，结婚本身也是一个大坑，是一个围城，它并不见得都是好的，它其实有很多问题，它甚至是一个巨大的陷阱。它把人一生的时间都搭进去了，最后可能就是在男女的痴情缠爱，家庭的琐事之中就这么蹉跎一生，这是很多人的现状。

如果说我们的一生能找到一个更大的意义，我们能够看清世界的真相，有的时候可能对于一些在边缘状态的人，他的选择可能会有一个更大的视角。我不是反对婚姻，不是这个意思。我的真实观点是，每个人各有各的因缘，各有各的业力，各有各的情

况，不能一概而论。有些人，从一个究竟的角度，他对佛法的因缘比较深，善根也比较大，他也希望能够走一个更高的路线，把人生过得更有意义。

我首先就要问的一个问题，如果说你觉得结婚对你并不是很必要，你对什么家庭，什么男女的情爱，家庭的所谓的温暖，什么有没有孩子……这些你也不是很执着的话，你就要想，我这一生怎么样过得更有意义？这是很重要的。因为人就这一辈子，不是说就这一辈子，（但这一生）很重要，人身很难得，怎么样才能过得有意义？

我可以给你讲一下我的情况。当时我跟父母、跟上师就聊过这样的话题，那么后来就是——我自己就下定决心要出家了。我心里的真实想法就是：我这一生不能只去爱一个女人、一个孩子，我要去爱全天下的人，这就是我的真实想法。

好的，今天就先讲到这里，谢谢大家。

### 我该怎么接纳母亲和转念？

问题六：父亲生病后，母亲对父亲的一些行为让我对善良有了疑惑，有段时间对母亲起了嗔恨，对她比较冷漠。后来也知道是自己我执太重有所改善，但是就忘不了她对父亲的种种不好。父亲病了一年多以后，去年 10 月份去世了，请问怎么接纳母亲和转念？

**宗翱老师作答：**

这个问题是这样的，你得把你父亲和母亲的关系、你和你母亲的关系切割开，这是两回事。因缘都是错综复杂的，多生多劫以来很复杂。你的母亲和父亲之间宿生有什么样的业力，你也搞

不清楚，搞不好上辈子你父亲做了很多对不起你母亲的事，这辈子她报回来也未可知。不知道，我们瞎说，但是存在这种可能性。

因缘它很复杂，我们不清楚是怎么回事，你要解决的是，你和母亲之间的关系就行了。你切割开嘛！它是一个不同的个体，不同的事件，不同的因缘。那么就是说，你母亲对你父亲，可能有些事情做得不够好，它并不能成为你对你母亲不好的一个理由，这两回事儿。不管怎么样，你要对你母亲好，起码要做得还算达到基本及格线以上。你至少就了了你和你母亲的这段因缘，不但结了一个善缘，也没有造恶业，你还积了一点福报，对你有好处就行了。他们之间是什么因缘，你搞不清楚，也没必要搞清楚，你也不要搅在其中，产生那么多的妄念。打个比方说，比如我去一个单位，我老板对我很好，有知遇之恩，这就够了。至于说他对别的员工好不好，那跟你没有关系。他跟他的客户好不好？他跟他的合作伙伴好不好？这跟你没有关系，那是另外一个问题。只要是众生、凡夫，他都不可能对所有的人都好。对所有人都好，那叫菩萨，那不叫凡夫，是吧？他总是会对有的人好，有的人不好，对有善缘的人好，有恶缘的人不好，这很正常。所以你不要拿这个去作为评判标准，成为你可以对母亲不好的一个理由，这两回事儿。修行是修自己，这个很正常。所以这个问题我们也是简单回答到这儿。

### 遇到欠钱不还该怎么办？

问题七：有人欠他们好几十万的装修工程款，对装修结果很满意，装修完好几年了就是不肯付钱。每次追着要的时候他态度很好，说过几天再给你，每次都这样话去忽悠他们，然后很多钱他都垫付出去了，收不回来他们就周转不灵，只好去贷款。他就

请问说该怎么办才好？

宗翎老师作答：

好多人问类似的这种问题：有人让他吃了亏了，然后他该怎么处理。作为佛弟子，我们先讲一个大原则，以后这类的问题，作为我的意见，基本上是标准答案。凡是碰到这类问题，有一个大框架的原则：**要么解决烦恼，要么解决问题**。要么就两个都解决，当然是最好的。我们佛教徒说，最好的是那种大乘菩萨的发心，把自己完全舍弃，一切利益众生，把自己所有的贪欲执着都放下，当然是最好。这种情况下，你就当帮了他了，就当施舍了，我不在乎，我所有都放下了，当然没问题了，肯定很好。这绝对是个菩萨的发心。

问题的关键就在于，如果你做不到这样的时候，你怎么办？你不能够很好地处理烦恼，还是有执着的时候，怎么办？这个时候我们要真诚地面对自己的内心，这点很重要。我们经常说“吃亏是福”，吃亏是福的前提是——你得真的觉得吃亏是净除业障，是个好事。你不觉得自己吃亏了，它才能成为一个福。否则的话最后你受到的打击是双倍的。为什么叫双倍？一方面你是物质上受到了影响，另一方面你精神上也受到打击。

你一直在纠结这个事情，很痛苦，很愤怒，很生气，到最后反而不好，你也没有什么功德。你说吃亏是福，你没有得到什么福报，为啥？因为你一直在纠结，你又产生了很多新的烦恼。所以你也谈不上消了多大的业，又积了什么福，恐怕也谈不上。来看孔老夫子怎么说的，有人问他说，我们是不是应该“以德报怨”呢？孔老夫子说，你以德报怨的话，那么你以何报德呢？

这意思就是说，你对一个坏人、对你不好的人你都以德去报怨，如果别人对你有恩德的话，你怎么对待他呢？你都拉不开这

个差距了。所以他说，你应该是“以直报怨”。也就是说，对真正的这种占你便宜的，这种有问题的人，你没有必要非要去以德报怨，或者非要去吃亏，没有必要。在不影响戒律的前提下，你可以“以直报怨”，就是公事公办。“直心”就是说，反正很耿直地去处理这个事情就行了，该打官司打官司，该怎么解决怎么解决，就可以了，没有关系的。

反过来说，你如果就任由他占你的便宜，也未必对他就有什么好处，我们先不说对你怎么样，对他真的好吗？他占了你这么多钱的便宜，这属于偷盗，他可能因此也要受报应，对他也没有好处。所以说，不管是你为了自己好，还是为了他好，为了整个的局面好，你要真诚地面对自己的内心。最好的解决办法就是你去把这个问题给它解决掉。具体解决的方法不用说了，大家经验肯定都应该有的。

总体来说，这一类的人是什么特点？他就是吃准你一点，就是你很老实，你很好欺负，你比较慈悲，比较软弱，你不会有太大的反弹来报复他的，他吃准了你这一点，他在欺负你。那么对付这类人的关键是什么？要让他意识到欺负你的成本是很大的，代价很大的，他要付出很多的代价。这个时候他就要盘算利益得失了。因为这种人都是利益至上的人，当他发现他的收益远远小于他的损失的时候，他就会考虑要把钱还给你，是不是这样子？这个问题怎么办？接下去不用说了，你自己想办法，你就会知道该怎么办。

慈悲并不是一味的这种滥情的慈悲，有时候还要有智慧。类似这个问题，我讲一个真实例子。我出家前，有一个朋友欠我大概 20 多万。这也不是说非常多，但是他说好一个月还我的。结果过了一个月我去问，他不还了。不还了，到后面他还开始骂人了。不但不还钱，还开始骂人了，然后我觉得我很受不了，那个时

候我还没出家嘛。我就问老师这怎么办呢？我以为老师会这么说——“这个问题算了吧”。如果这么说了，我想我也就算了。结果老师却说，“你就不要脸地去要！”当然我最后也没有不要脸，我还是要脸的。但我就托一些朋友去说，还有其他各种方法，最后还是把钱要回来了很多。也没有都要回来，要回来大部分，也还算可以。

做人要有智慧，不是光是滥情的慈悲。这个问题我们就简要回答到这里。谢谢大家。

### 为了工作夸大或包装算妄语吗？

问题八：对工作目标有利于实现的动机，会说一些夸张或者包装的事情来争取达成工作目标，是不是妄语？

**宗翎老师作答：**

你夸张了，包装了，肯定是妄语，至少有一部分妄语在里面。这个问题和之前一个问题有一点点相关性，人的成功最终是自己的福报决定的，而不是靠妄语能够实现的。我发现有一些特别顶尖的销售，这样的人确实不多，但是有。他征服客户的是自己的诚信，而不是他的妄语。妄语的这类人，就是巧舌如簧的这种，一般来说他可能短线业绩还可以，他暂时很能讲，会忽悠，显得很热情。但是你会发现往往真正做得好的那些，还是比较诚信、在客户的口碑比较好的人。因为你长期做，你骗一个人骗三天可以，你骗三年是很困难的，谁那么傻？生意场上就天天被你骗，一辈子被你忽悠，不可能！到最后是什么呢？还是要靠诚信去取得客户。而且商场上的人都很精明的，一个个都鬼精鬼精的，你那点小把戏人家都看得清楚的。人家就是一时看不清楚，过一段时间一定

都看明白了。你是个什么样的人，什么……都可以看出来，你不可能永远装下去。其实从某种意义上，你还不如坦坦荡荡地、非常真诚地去做一个生意，这样子又不造业，你该有的业绩还是会有，你不需要去说很多妄语。而且说很多妄语也未必就能挣很多钱，我们也见得多了，我看很多人整天都在说假话，最后也没发财。所以你就秉持这个原则，你说我这一生我一定要做一个坦坦荡荡的好人，我要做个真诚的人。我先不说我做什么菩萨之类，目标太大。我做一个很真诚的善良的人，我尽量地去帮助别人，我尽量地去用一个诚实的态度去对待别人，这就可以了。

### 不能够专注，没办法安静怎么办？

问题九：请问如何更好的保持专注念好功课？冥想时念头一直都有，没办法安静怎么办？

宗翎老师作答：

这两个问题其实相关性都差不多，都是做功课、念经、观想的时候注意力不集中怎么办？好，这个问题问得很好。首先我们来说，不能够专注，它既是一个因，也是一个果，这句话怎么说？也就是说，我们都知道，如果我不专注，我修行的效果肯定就不好，所以它是个修行的因，这个都可以理解。另外一方面是什么？就是说不能够专注，实际上也是一个修行的结果，是因为往昔一直到现在以来，修行的力量、程度不好，修得不好，简单地说。那么这个时候他的心就不容易专注。

为什么这么讲呢？因为要想在修行中很容易专注，需要有以下的一些条件：

第一，需要有往昔生中串习的力量。比如说有的人为什么特

别有定力，因为他往昔生中一直就修禅定，所以他就很专注，他的专注力很强。他这一生未必是个修行人，但是你看他专注的力量就很强。各行各业都有这样的人，你会发现他的专注力很强，他这一生显现上不是个佛教徒，但是他可能往昔生中是修过的。这是一个往昔生到今天串习的力量。

第二是什么呢？他的业障要比较清净，福德要比较具足，尤其是出世间的福报，要有一定的出世间福报。他有福德，他这个时候才能够专注的起来。有的时候，如果他福报不好，没有这个解脱方面的福报，然后业障又很重的人，首先体现的是他的心很乱，整天就是静不下来。因为这个恶业的种子有一种躁动的特性，如果你学《唯识》，就知道恶业的里面就有躁动性。要解决专注的问题，先要解决业障的问题，要解决福报的问题，才能从根上去解决问题。

第三，还有气脉也有关系，就是气脉越好的人他越容易专注，气脉差的人他就专注不起来。我举一个最极端的典型的例子。就是当你生病的时候，你平时就算修得再好，当你生病浑身疼的时候，马上你就专注不起来了，是不是？这也疼那也疼，为啥？你气脉出问题了，是吧？都堵住了。所以很多时候要解决专注的问题，就要把气脉调好。当然，气脉从根本上说也是从福报里面来的，这和业障也有关系，但是我们先不从这个角度说，我们就单说气脉。

为什么我们花很多时间去讲《普贤十大愿王实修要点》？一上来，“礼敬诸佛”、“称赞如来”。你看“礼敬诸佛”磕大头，为什么修？在藏地都要修满10万以上，为什么？因为首先气脉有好处，这个是谁修谁知道。他修完以后气脉起码一定是上一个层次，百分百上一个层次的，搞不好上两个层次三个层次有可能的，一定有很大改善的。他这时候气脉改善了之后，专注力就会提高，你

不信你试一下就知道。我们不要打嘴炮，我们要玩真的，你去试一下，你就知道我讲的是真是假。你测试一下，身体力行，是吧？咱们做个实验，你说你现在专注不下来，你多修磕大头，然后再结合去打坐，你试试看，有没有帮助？但前提是你动作要正确，这是我强调过的。动作要正确，要用心，一整套的就要结合进去修，要正规，它绝对会改善。

除了气脉要把它修好之外，还有就是要多求加持。当自己力量不够的时候，你向佛菩萨、向上师求加持。他加持的力量来的时候，心就会改变，专注的力量就会变强。这是外在给你的加持，这个力量也很大。所以有的时候你不行的时候，你多求加持。多诵诵佛号、心咒，这些就要观想，去求加持，然后努力地祈祷，这个时候它也有很大的作用，它可以快速地解决一些问题。

还有一点，发心也很重要。因为有的人他这些方面——气脉、福报都没问题，他是发心有问题。他没有一个出离心和菩提心做基础，他没有紧迫感，他不觉得我要专注，他就是混一混。当你有了出离心，最起码有个出离心之后，你感到生命很无常、很短暂，我得赶快修，我不能在这瞎混日子，这时候你一下就专注了，这个道理很简单，所以要发出离心和菩提心，这也很重要，这也是一个专注的重要的缘起。

## 孩子没有努力读书的动力怎么办？

问题十：孩子没有那种要努力读书的动力怎么办？把学习就当任务不用心，现在的学习制度真怕上不到高中。

宗翎老师作答：

我们首先说了，每个人各有各的命，他上不上高中、上不上大

学（都是命）。上大学，就是当博士的……你看我以前在的圈子里面都是一群博士，我说句难听话，博士也不一定都是好人。咱还不要说什么做不做出贡献，有的博士对社会的危害比谁都大，科学家也一样。所以这个问题你自己得先想明白，而不是你的孩子要想明白什么，你自己得先想明白一些事儿。就是你的人生观、价值观、世界观得先摆正了，你得站在一个高度上，你才能把有些事想明白，是吧？你不要都怨你的孩子。

要我来看的话，我们经常说“众生畏果，菩萨畏因”。所有的众生都是很喜欢在结果上去考虑——如果他吃不上饭怎么办？如果他发不了财怎么办？如果他上不了清华北大怎么办？如果他娶不上媳妇怎么办？他老是在这个结果上考虑。真正聪明厉害的人是啥？他考虑的不是结果，而是原因。你要考虑我怎么给他种一个好的因。结果这个东西，它不是你完全能掌控的。它有 99% 的东西都是在业力手里掌控的，你自己能掌握 1% 都不错了，你发愁什么呢？那么你要想的是，我现在开始要给他种好的因，我得让他不停地种好的因，这才是对他最大的帮助。

那要种好的因，就有一系列的工作要做。比如说，我要让他建立正确的世界观——知道这世界是怎么回事，有没有因果，有没有轮回，有没有这些东西。然后价值观——什么是善，什么是恶，什么是正确的？然后人生观——我的人生该怎么度过？我应该去帮助众生，我应该利益这个世界，回馈社会，造福人民，还是说我就是当一个自私自利的人？他考上大学又怎么样？他不能做个好人的话，他就是发了财，搞不好他堕落得更快，下辈子跑到恶道里去。我说的一点都不假，好多人就是这样，下辈子下地狱，真的。我看了好多有钱人，他面相里面真的有很多浊恶的东西，他很可能下辈子就堕落的。他就是这辈子那点福报享完，他下辈子就下恶道，有什么好的呢？

你真的想让你孩子这辈子短暂地享福，下辈子去下恶道？你看得长远一点，他到底人生要怎么走？再说了，他做个好人也不影响事业成功，对不对？他如果有福报，他的事业你不用说他也会成功的，真的。否则的话，他没福报，你就是整天用鞭子打他也没用。关于这个，我还举过一些例子。我曾经有个专题专门讲过，我还举了一个我身边的小男孩的例子，那个部分我就不重复了，大家可以去看往期的一些视频音频什么的，都讲过的。好，那么所以我说，简而言之，你要从因上去帮助他，去改善。然后可以给他介绍一些高人、一些善知识让他认识，成为他的人生精神导师。多去跟他们接触，可能对他会有好的影响，然后其他的事情随缘就行了。

## 在谈判过程中总是处于下风怎么办？

问题十一：因工作原因经常需要与人商谈项目，但总觉得自己智慧缺乏，在谈判过程中总是会处于下风，或者容易被对方带入他的领域，如何学习或者修行才能让自己谈判有益于自身发展。

**宗翎老师作答：**

这个问题讲的不太清楚。但一般来说，谈判的具体技巧，你需要掌握什么样的专业技能、专业知识，如何谈判，这些东西到处都是，这是术的层面。我们就说作为一个佛弟子应该怎么认知这个问题？第一点，如果说你真的想让自己的事业方面有所发展，谈判或者各方面能力增强，你要去增加自己的福德和智慧，这个才是根本之道。你多积福，多忏悔业障，多修智慧。智慧是可以修的，这有很多法门，比如说文殊菩萨的法门等等。通过这些方式去提升自己的福德智慧之后，这个人整体上就不一样了。

另外一个问题是，你说我自身要发展，你为什么非要发展？其实不一定非要发展，我觉得你得正确对待这个问题。人这辈子是什么？就是要坚持依道而行，什么合于道，什么不合于道，这个才是指导我们行为、语言和思想的最高原则，而不是一定要发展。如果说发展，它需要你说妄语，需要你昧着良心做一些事情，你也要追求这样的发展吗？不一定！你就是该干什么就干什么，要以戒律、因果、菩提心这些来指导我的人生，而不是拿世间所谓的“发展”去指导人。而且有很多世间的名利，也不是说你孜孜以求就一定能够得到的。如果没福报没因缘，你就是削尖了脑袋也得不到，没有用的。那么自己好好积福，好好修智慧，然后立定脚跟，要做一个有德行的人，这个是最关键的。

另外一方面，你也要考虑，还有一个角度是，你到底适不适合做。比如说，你刚才说一谈判你就落于下风，一说你就说不过人家，一什么就不行，说得直白点，有可能你不一定是这块料。有可能你不适合干这个，你要考虑一个新的方向之类的。具体的我不清楚，我就做不出判断了，所以人有的时候最难的是了解自己，是吧？可以换一个方向，不一定非要强逼着自己做一个自己不适合的事情。好，这个问题先到这里。

### 如何理解“应无所住而生其心”？

问题十二：请问师父如何理解《金刚经》中的“应无所住而生其心”？

宗翎老师作答：

说起来话长，我们只能是非常简单地概括一下。它这句话——“应无所住而生其心”，实际上是《金刚经》的“文眼”所在，整个这

部经最核心的就是这句话，它也是一种修行方法。这个要说清楚要很多话，但你首先要注意到，这句话之前其实还有两句话。它前面说“不应住色生心，不应住声、香、味、触、法生心，应无所住而生其心”。它这个其实讲的是一个佛教很核心的东西，就是说众生为什么不能解脱，为什么不能开悟，就是因为迷于六尘影像的外境。六尘就是色、声、香、味、触、法，眼睛能看见的是色，耳朵能听到的是声，能意识到的是法，诸如此类……六尘。凡夫被六尘的幻境——这是一个幻化出来的境界——所迷惑。那么心都投射在上面，跟着这个境界走。跟着这个境界走的时候，就不能见到真心，这就是妄心，妄念，一直在一个妄念构建的虚假境界中沉溺着。要开悟就要反其道而行之，要从色、声、香、味、触、法的幻相中抽离。抽离，才能见到真心，是吧？不住于妄心的时候，妙明真心才会现前。这就是这句话的根本的含义，它也是一个修行的方法。实际上无论是禅宗，还是藏地的比如说像大圆满之类的修法，其实可以说都有很多的修法窍诀都是这句话的一个注脚。要讲起来太多了，今天时间关系我们不能展开讲了，以后有机会我们再聊这个话题。

## 我们眼中的宗翎老师

---

在你的生命当中,有没有一个人,因为一句话,改变你的一生?

我第一次见到他,是在 2018 年的 5 月,还在飘雪的青海,一个略显寒酸的破屋子里面,我坐在一张吱嘎作响的单薄木板床上,旁边是一个烧柴的火炉,散发着温暖又干燥的味道。

我环顾四周:一个不知道哪个年代的破柜子,摆满了贡品的小桌子,对面坐着两个面带微笑的光头和尚:一个是阿里前高管,一生传奇的前著名自媒体人-鬼脚七;另一个就是他,据说是比前一个还牛的前留美博士。

寒暄几句后,图穷匕见的我,问道:请问,怎么涨粉?

对面回道:你人生的使命是什么?

我一下子就懵了,心想这和尚怎么不按套路出牌?我咋知道人生使命是什么?眼前涨粉才是最重要的事儿,涨粉就能赚钱,赚钱就是快乐,快乐不就是使命吗?

之后我们的聊天,就像在打乒乓球,我 1 vs 2,他们说啥,我就反驳啥。结果,不出所料,我败下阵来,根本说不过他们。但是我心里不服呀:虽然你们说得很有道理,但是我才不信你们这套。

之后的 4 年,我在追求快乐的路上跌跌撞撞,身心俱疲。想要的,得不到,得到了,又不珍惜,转头又去追寻新的“想要”。我追求快乐,就像喝海水解渴,喝得越多我越渴。

2022 年 5 月,我遇到了必经之路,开始抄经,试图找一个出

口，安放我这颗敏感脆弱又焦虑躁动的心。在这里，我感受到了前所未有的体验：纯粹利他的快乐。

2023年3月，必经之路七周年，在杭州萧山机场，我第二次见到了他，他紧紧握着我的手，厚实温暖，久久不放，他说：豪哥，好久不见呀！太好啦！真是太好啦！这一别，近5年。

3月12日下午，他为同学们答疑，有同学问：如何找到人生的主线？

他分享了玄奘法师西天取经时候发的宏愿：宁可向西一步死，不肯往东半步生。想要抓住人生的主线，我们首先要合于道。而且，我们要抓的，不是远方的一个点，一个目标，而是当下的每一个行动，每一个起心动念。无常和明天，不知道哪一个会先到，我们唯一能做的，就是做好当下的每一刻。最后，他跟我们分享了他曾在大白塔前发的愿：

往后余生，活一天就翻译一天；

往后余生，活一天就修行一天；

往后余生，活一天就利他一天。

那一刻，我泪流满面。

感谢他，为我点燃了人生的使命。

他，就是智慧又慈悲的宗翎老师！

— 豪锅

提笔，想念。

第一次见宗翎师父是在七师父的文字里。知道他有那么一位很厉害的好朋友，与他同在寺院。嗯，仅仅是知道。后来看到了宗翎师父的文字。见字如面，是位智慧且温柔的人呐。

直到那一天，必经之路在我的家乡开年会，见到了原版。高高帅帅的一位“大和尚”，一个词蹦出来“相好庄严”。当听到师父讲自己在贵州扶贫经历的时候，我依然记得他说的那个画面：贵州的路不太好走，村与村之间相隔甚远。去走访的时候，在崎岖泥泞的路上推着自行车走了好半天，突然一个上坡转弯，眼前一片平坦的麦地，风吹着麦浪阵阵，拂过面颊，那时突然泪目……一幅唯美的油画从我心中展开。从那开始，我看见了他眼中的世界，被感动着。也看见了师父那颗柔软慈悲的赤子之心。

我想我跟师父大概有着几世的缘分吧。再一次见面就是某个暑假，带着孩子去峨眉山。途中跟师父分享了我的峨眉经历，刚好宗翎师父在成都，遂与必经之路的小伙伴一起相约在了文殊院。

文字落下之时，我又一次回到了那个下午，与师父同学们席地而坐。静静的听他讲话。看到师父深邃慈悲的眼睛，看到他因为同学戒烟的问题而红了眼眶，看到他讲起上师的种种而透出的坚定信心。

我问师父“生意不好怎么办”？师父讲：这跟福报有关，但如果你不考虑好坏，只把生意当修行，去通过这件事利他，去帮助别人，直到真的干不下去，大不了关门，那这样的结果你都能承受的话，现在的境遇又怎样呢？不会那么差吧？一句话让我拨云见日。我再一次被感动包围着，更看到了他那颗坚韧利他的向道之心。

后来宗翎师父又在百忙之中为必经之路的小伙伴们分享经

典，传播智慧。当新冠爆发之时，听到他为了大家一直在努力学习中医并为大家免费送药，看诊。一个个同学因为宗翎老师的小方剂逐渐好起来的时候，正在遭遇肺都要咳出来的我，因为不吃西药被家人嫌弃，像看到了救命稻草。赶紧求助于宗翎师父。通过舌诊脉诊，我得到了加味桂枝汤。让我很快摆脱了病魔缠扰。这又一次看到他菩萨心肠，众生需要什么，他就化现什么。我看到了他纯然爱众生的善良之心。

我只是芸芸众生的一个小分子。师父的大爱如阳光普照着每一位他爱的人，如大地母亲承载着每一位他利益的人。

我最喜欢寂天菩萨的发愿文，每每读起，就像看到了宗翎师父：

欲渡河者，愿为其舟、其筏、其桥。

何人渴望着陆，愿我为其小岛，

何人祈求光明，愿我为其灯火，

何人必须休憩，愿我当其寝床，

何人需要仆役，愿我当其奴隶。

愿我为那如意宝，富裕充足一实瓶，

利益他人之言语，治愈病痛之灵药，

愿我是那奇妙树，满足众愿之母牛，

犹如大地与元素，等同虚空遍常在，

愿为无量有情众，恒为地基与物资。

我知道，  
他是寂天菩萨的化身，  
他是莲师的化身，  
他也是敬爱上师的化身，  
他更是诸佛菩萨的化身。  
他爱着我们犹如我们爱着自己一样。  
他却在无我利他的道路上坚定且自在。

他如草原，任我徜徉；  
他如大海，容我傲游；  
他如大山，做我坚实的靠山；  
他如大河，鼓励我激流勇进；

他就是我渴望拥有的那颗坚韧，慈悲，柔软，智慧且温柔的心之所依。

我们爱您，宗翎老师！

— 少堂主

### 我心中的星辰

在我的人生旅途中，我遇见过许多形形色色的人。有些人与我擦肩而过，像流星般划过天际。有些人则如璀璨的星辰，永远

闪耀在我心间。其中有一位，我每次想起他，都会让我情不自禁地傻笑或是湿了眼眶，他就是我们喜爱的宗翎老师。今天，我想与大家分享一些关于他的小故事。

记得三年前，我参加了一场必经之路的智慧答疑活动。在那场活动中，宗翎老师的分享如同一座深邃的宝藏，充满智慧与深度。我虽然听得云里雾里，但又被他的智慧深深吸引。幸运的是，宗翎老师非常亲切地告诉大家，如果有什么不懂的地方，可以私下联系他。那是我第一次加宗翎老师的微信，抱着试一试的心态问了那个困扰我许久的问题，没想到宗翎老师和我约了语音沟通。原本我以为 15 分钟的解答，持续了 1 小时 56 分零 9 秒，他以严谨的逻辑，深入浅出的解释和生动的例子让我豁然开朗。那一刻，我为能遇见宗翎老师而庆幸。我甚至有些遗憾，没能拥有两个脑袋来完全吸收他的智慧。尽管宗翎老师并不知道我是谁，但他仍然非常认真地对待我的问题，生怕我理解偏了。

记得一年前，新冠病毒肆虐，我们都成了“中招”的人。我知道宗翎老师非常忙碌，但还是忍不住向他求助，没想到宗翎老师立即就回复我了，还耐心的和我沟通了半小时，详细了解我的症状。最终给我开了中药方子，一共有 14 味药。我说，疫情期间中药供应比较紧张，可能会缺某种药材，不影响吧。他说，如果缺你现场联系我，我判断下，看是否换其他药材。我被宗翎老师的言行深深的感动到，去买药的路上，感觉身体已经好了一大半……

记得去年五月，我带着家人去成都参加必经之路同学聚会，说是聚会其实是听两位老师开示，开示的最后一天结束都凌晨两点了。宗翎老师得知有很多同学身患疾病，他又开始为大家义诊。我爱人身体也不好，情况还有点复杂，因为我不着急回去，宗翎老师决定第二天带我们去他的针灸老师那里看看。第一次坐宗翎

老师的车，看到后背箱以及后座上堆满了货物，好不容易腾出地方坐上。心想，宗翎老师在搬家吧。由于治疗要连续，第三天宗翎老师和我们约好九点过来接我们。临近九点时，他发消息告诉我们正准备出门，突然内急，正在“热烈地蹲坑”中，让我们稍等片刻。收到消息时，我们笑得前仰后合。不一会儿等到了宗翎老师的车，一打开车门，咦？……心想宗翎老师还没搬完家吗？哦，宗翎老师总是为众生忙，哪有时间顾及自己得生活。

故事讲完了，我还是会傻笑，会热泪盈眶，因为被爱得深沉……

— 阿俊

您帅气广闻博学，您幽默睿智慈悲，您讲的《直心是道场》，让我记住了秉持直心、保持自己的真实，是最好的修行，也是我们能为这个世界做的最大的贡献。

您讲的抄写心经的八大好处，传递给我与《心经》更甚深的印心和笃定。

您讲的《普贤十大愿王实修要点》打开了我的新视界，开始学着向诸佛菩萨供果供水供灯。

您讲的如何发起至诚恳切的依止、皈依三宝的心，那个画面感让我记忆深刻，历历在目。

您医者仁心，记得前不久，我询问您有无防止视力快速下降的妙招，您的回复是那么至诚用心。

您也正是应了那句“圣人皆孩之”，您在必经群里发的每一个

表情包，我都想收藏。

您不善打理日常生活，让多少必经同学升起了犬心，愿有机会在您的身边做个仆人。

您说，找到了人生的主线，就是“用合于道的方式度过一生”。

在我的心中，您就是那“道”啊，您就是现世的活菩萨，您“我心光明、夫复何求”。

此生能得遇宗翎老师这样的善知识，唯有紧紧跟随，好好修行。

感恩佛陀

感恩佛法僧三宝

感恩世间有宗翎老师，引领着必经的同学们向道而行。

— 琳达

### 博学研究僧 真诚好朋友

最初，是在七师父的公众号里读到了宗翎老师。

后来，是在泰山年会直播里看到了宗翎老师。

再后来，终于在广州真正见到了宗翎老师。

从文字到屏幕影像，再到温暖真切的眼神交流，每次信息维度的增加，都在增强我对宗翎老师和必经之路的信心。

宗翎老师细述之下的传奇人生经历，于我看来，简直像是十倍速的开挂人生。由于经历实在太过让人难以置信（宗翎老师自己也觉得神奇）如果没见过宗翎老师本人，很可能被会随意评判为荒诞不经的吹牛故事，但只要真正见到宗翎老师，便能切实感受他身上的坦荡真诚。

广州见面时，尝试与宗翎老师探讨骗术、魔术和魔法的联系与区别。三者共同之处在于都是令人惊讶的事物，至于区别，老师的观点是魔术与骗术也许技术相似，但发心不同，而魔术与魔法，则在于前者原理可以被理解，后者原理说了也无法明白。有趣的是，人们看不明白的时候，又会倾向于把神秘难解的事物斥之为骗术。宗翎老师深度研究的生命轮回现象也好，中医实践也罢，偶尔也会让不熟悉的朋友生起怀疑。

实际上，宗翎老师的科学研究素养和理性思维，远远超越我们大家的一般水准。他既是虔信佛法的专业修行者，也是严谨求真的研究探索者。无论是求真的研究能力，还是真实的人品，宗翎老师都非常值得信任。

更可贵的是，宗翎老师是必经之路的真诚好朋友。

首先，他是七师父的好朋友。必经之路的去中心化，很大程度上得益于两位老师坦荡幽默，相互尊重又相互调侃的同门友情，真可谓光明通透，肝胆相照。

自然，他也是大家的好朋友。宗翎老师调侃自己是“啰嗦的胖子”，又取名“黄胖儿”，真正的好老师，除了渊博与耐心，也一定愿意和学生们成为真诚的朋友。

最后，宗翎老师更是我心目中的真诚好朋友。称赞宗翎老师的话，相信大家一定有很多，但在我心里，一位智慧谦和，愿意做众生之友的老师，一位真诚真实的朋友，形容宗翎老师，已经

足够。

— 黑糯米

第一次见宗翎老师，被老师慈悲的面容深深打动，心想：这就是佛菩萨真正的样子吧，从那一刻开始我就知道，与必经之路的缘分我要去好好守护。

在我修行半途中遇到重大挫折时，差点要放手之际，老师慈悲开示与我电话上沟通，关心我的状态，我又一次被救到安全区。

再次见到老师时，再次被慈悲指引，又一次升华坚定了修行之心，利他之心。

老师就像太阳，无时无刻照亮着每一个人，而且给到 TA 刚好的一切。

老师就像慈父，温柔，慈祥地给予我们耐心，细心的指引。

老师就像地水火风，不管我们是什么状态，他都以最适合我们的状态出现。

老师就像纯真的孩童，平等看待我们所有人，不管是谁，会因为难过而流泪，会因为你开心而哈哈大笑。

老师像灯塔，就在那如如不动，一直照亮着这个世界，照亮着靠近他的所有人。

老师用自己的一切慈悲示现，使我终于认清了真相，看到了光明！

感恩宗翎师父！

— 和评

第一次见宗翎老师是七周年前几天北京的聚会。原本打算去接宗翎老师，他说不用，自己来方便。结果宗翎老师是地铁到的，当我看到老师第一眼，心里就全是温暖。

老师那么博学且幽默，为我们分享一天，带我们参加七周年，如果不是宗翎老师，不知道有没有缘分参加七周年，人生很重要的一次机会。

在机场，在高铁站，在火车上，我又一次被宗翎老师的简朴和慈悲善良感动到哭。

素未谋面的新同学为家人求助，宗翎老师全力帮助，半夜到北京，第二天早上就亲自到了同学家，宗翎老师一句：我们健康的人跑，别让病人折腾，我瞬间泪目，这是菩萨在人间啊！

同学和我说，后续宗翎老师还帮了很多，让家人重新燃起希望，积极面对人生最后时光。那种踏实安心，可能对于病人是最好的吧？！

宗翎老师在我心里就是菩萨，能够跟随着宗翎老师和七师父学习，修行，是我此生最幸运的。

我想老师们的不言之教，就是我人生的楷模，唯有精进修行，不浪费这难得的人身，跟紧老师的步伐，绝不掉队。

顶礼宗翎老师！

— 慧敏