

FIND A BODHISATTVA AS A FRIEND

找 个 菩 萨 做 朋 友

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》”，当蓝狮子对我说的時候，我激动的眼泪都要出来，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，即饱含哲理，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

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，婆婆忽明忽暗
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

目录

前言	i
将进酒·致宗翎老师	ii
评价与推荐	iii
第一章 守护我们的“真”	1
第二章 晾鞋记	7
第三章 葬鸟记	10
第四章 月圆缺	14
第五章 找个菩萨做朋友	17
第六章 做个上等人	24
第七章 山高人为谷	30
第八章 在吃屎中修行	36
第九章 猪坚强	42
第十章 我就是药神	49
第十一章 这种“病毒”比新冠还可怕……	55
第十二章 教你真正的成功学	64

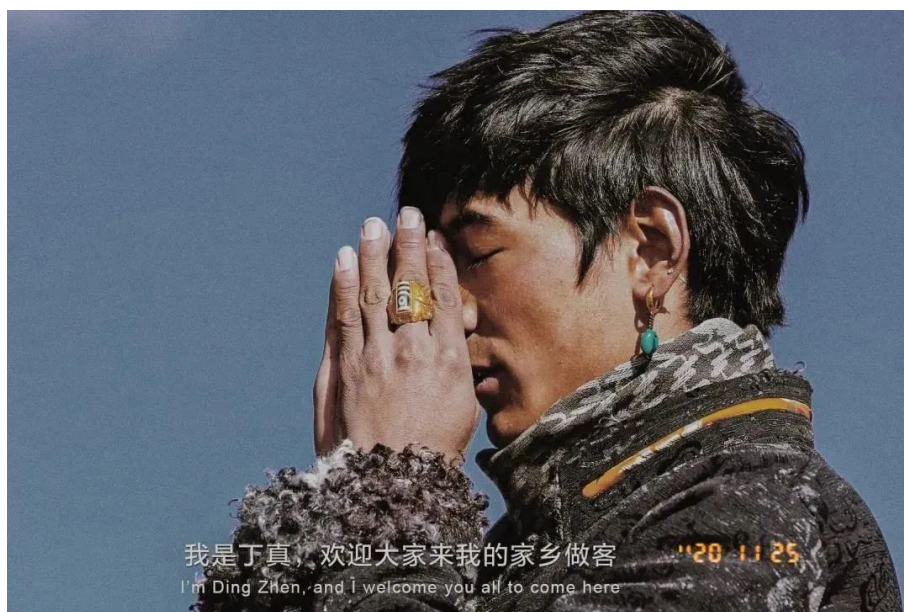
第十三章 施主，你可能信了一个假佛	71
第十四章 轮回是否存在？我的轮回探索之旅	77
第十五章 宗翎法师妙语如珠答轮回	88
第十六章 为什么优秀的人对佛教十分信仰	101
第十七章 佛说：俺只是个模范教师	110
我们眼中的宗翎老师	121

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。

—— 宗翊

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，狂欢一夜，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……

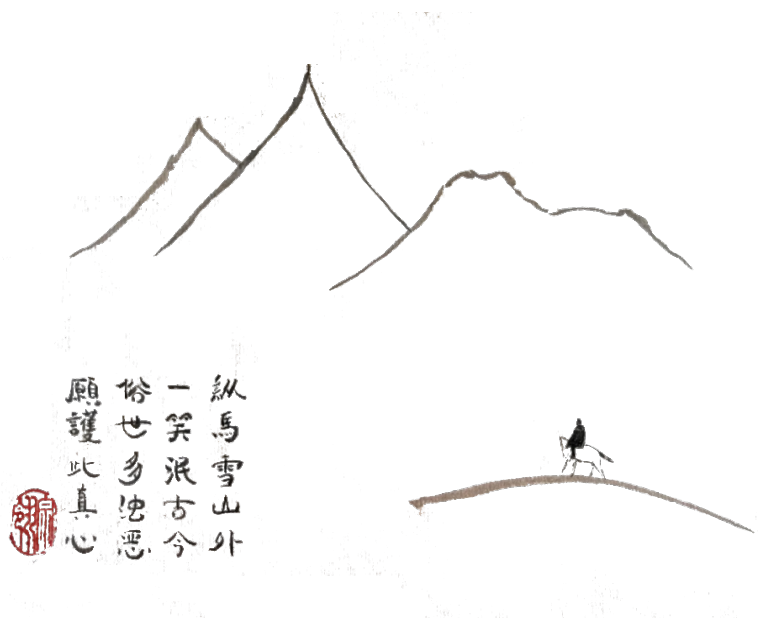


我认识一个藏族小伙，从小没有父亲，家境贫寒，但是很爱读书。他一个人打了三份工，还借了一些债，读完了研究生。今年毕业后，他回到家乡成为了一名教师。拿到人生第一笔工资后，他兴奋地给我发来了银行余额的截屏（这个傻孩子）。因为是几个月的工资一起发，所以对他们当地来说已经不是小数目了。我问他打算怎么花这笔钱，原以为他会攒起来买车买房，没想到他说，打算还清债务之后，再给村里的老人每人发 100 元现金，外加一箱牛奶，把这些钱都用来孝敬老人。在那一刻，我的心被触动了——我已经很久没有听到这样的答案了。

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，深深地刺透了我的心田，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上最幸福的事。

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，令那颗真心如花朵般绽放。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，只是因为没有好好守护，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

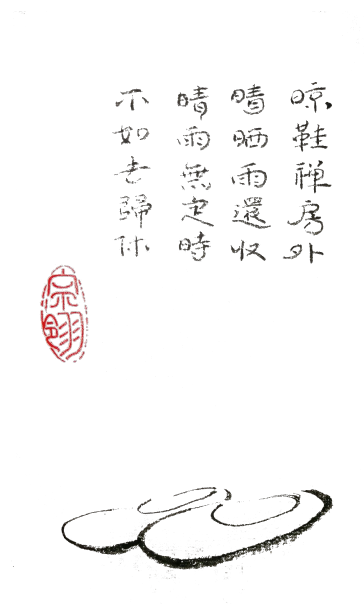
晾鞋禅堂外，晴晒雨还收。
晴雨无定时，不如去归休。

—— 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：



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，你依我依生怕错过晾鞋，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，时而天晴时而下雨。

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。

宗翎

2019.5.15

【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，鸣声婉啾。

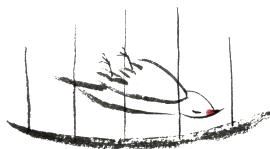
小白一直生活在精美的鸟笼里，每天有人给她喂水喂食。她习惯了这种生活，有时鸟笼打开，她也不飞走。她时而蹦来跳去，时而抓杆而立，叫声清亮，见者无不欢喜。

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里。

回来后，我心头涌起一阵悲哀，写下一首诗：

生時着霓裳
死后化白骨
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。

我跟他谈，学佛很重要。他说重要的事很多，我现在得去打酱油了……

我跟他谈，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一点，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，或者等年纪在大一点再开始吧，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。他们也知道了修行的重要，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疲呢？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。

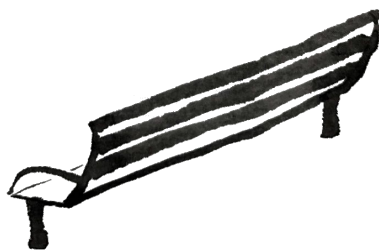
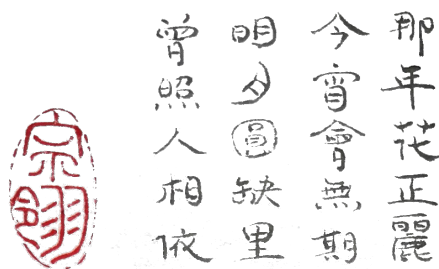
那个晚上，月冷星稀，我和她沉默无言，只是相对而泣。

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《佛说孛经》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，一路历尽风霜雨雪，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，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。

老衲一向又懒又怂，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，他们清静、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：

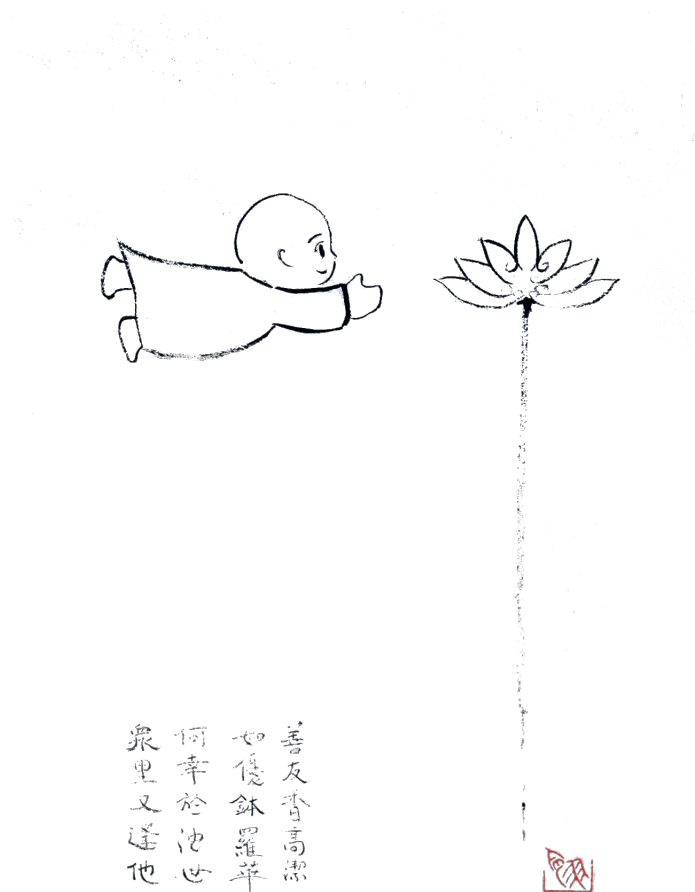
只要我还有一口气在，我一定要把后半生用在修行佛法和利益众生上。我要用生平所学去帮助千千万万的众生，一直奋斗到死的那一刻。直到化为灰烬，直到轮回的尽头，永不退转！

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。

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

上等人安心于道，
中等人安心于事，
下等人安心于欲。

—— 余翊

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！”

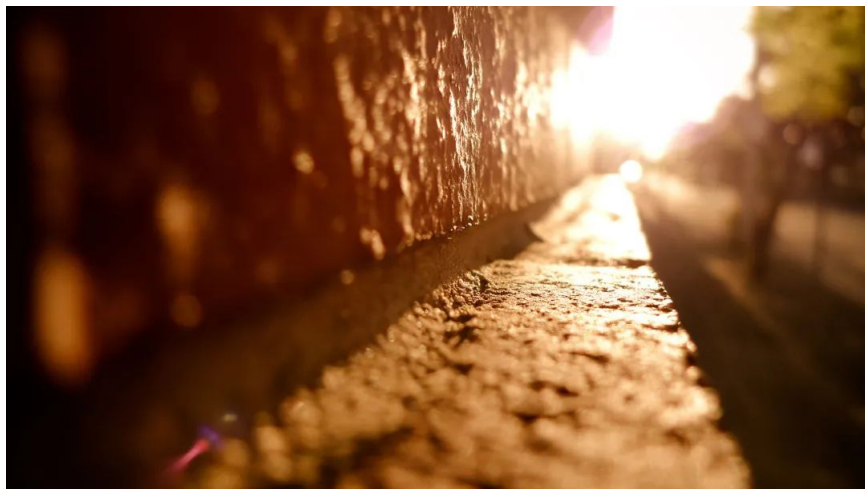
她有些吃惊地说：“你都出家了，怎么还在乎这些？”

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的人。

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，寺院主持慈悲让他帮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？二十五岁的王阳明确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。

—— 余翎

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”。



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，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“天生就是个好人”，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，我别说修行解脱，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，一路送我到达目的地。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……

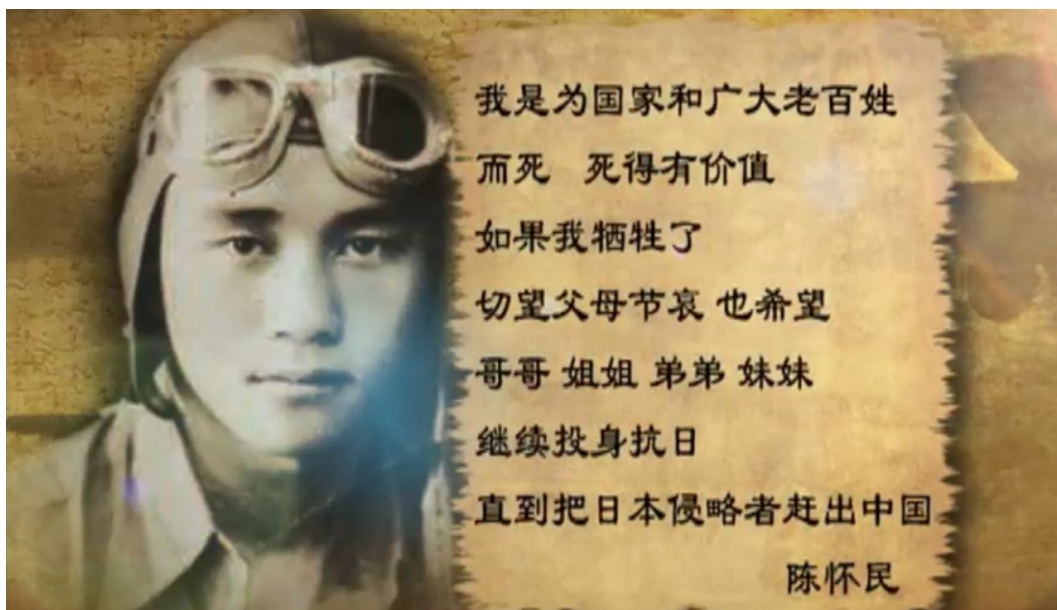
想起了这些往事，我感动地发现，自己的一生几乎全是仰赖他人的恩赐。没有他们，不要说那点可怜的“成功”，甚至都无法活到现在。

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，他办公桌上的抽屉里还放着来不及及分发的婚礼请柬……

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。最后庄子说在屎溺中。

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，还坌己身。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

如果他说得毫无道理，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，终有一天会忍无可忍，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淨的。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，心本来无比清淨。

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。

—— 余翎

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，从没见过他抑郁过。

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：

不愧任十
如我他年
猪借风坐
坚修雨道
强士狂场



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，才敢开出一个处方。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。

刚出家的时候，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》，发给我的朋友们，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，我姐怂我说，“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。

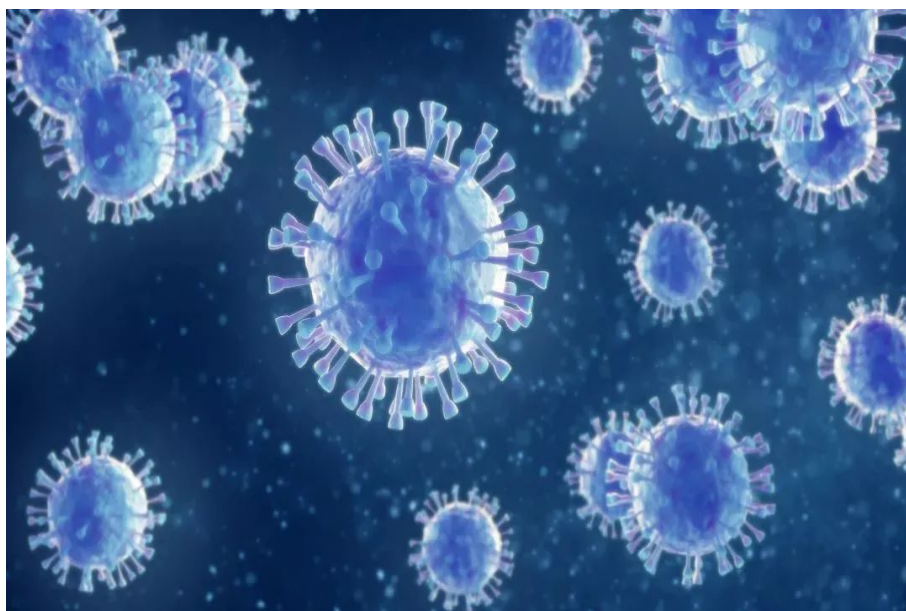
第十一章 这种“病毒”比新冠还可怕……

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。

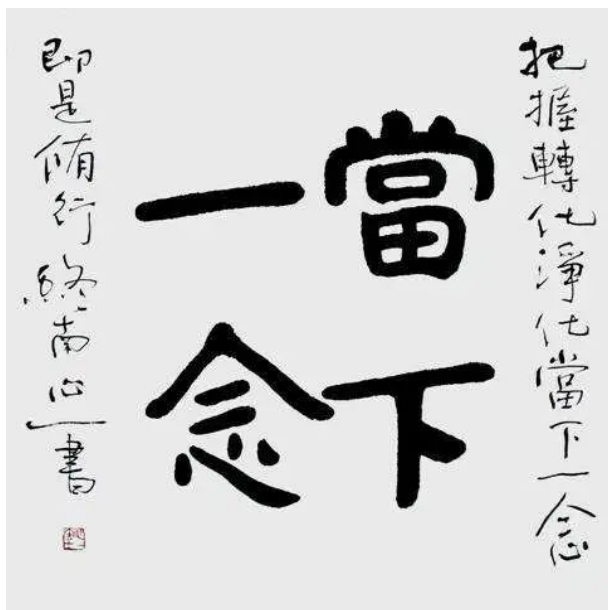
相比起来，人类的贪嗔痴“三毒”则是根深蒂固，无可救药。

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。

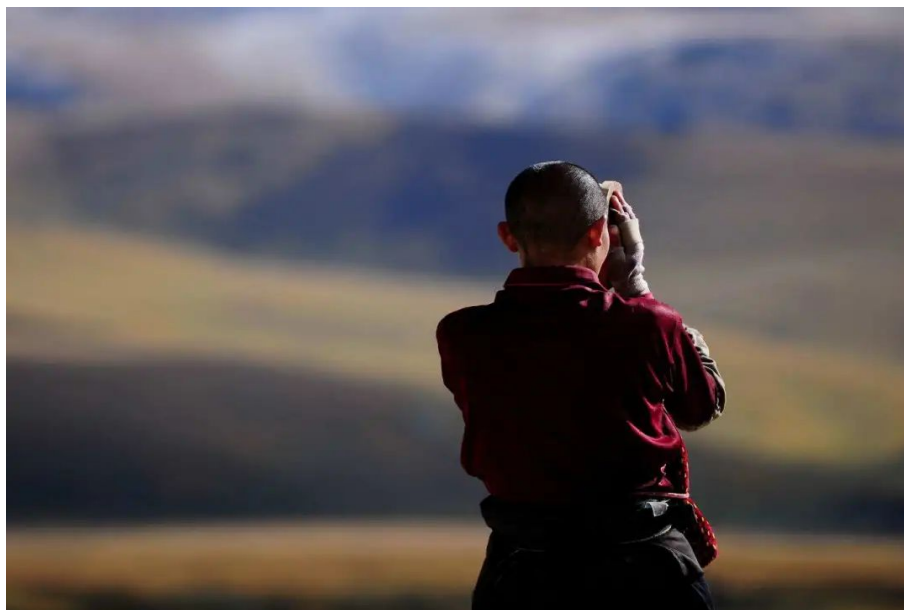
没出家前，每次见到师父，我问的最多的问题就是：

“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，在雷神山重症病房“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。

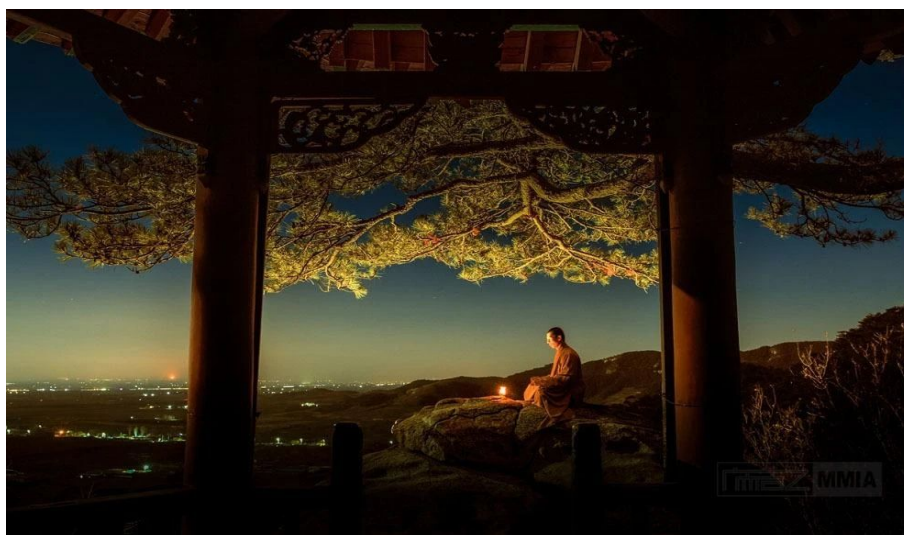
经过那么多年，那么多事，终于渐渐放下了一些执念。于此世外桃源，也倍感逍遥自在。独望窗外青山悠远，白云飘飞，我提笔写下一行字：

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



楔子

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！

“成功学”培训系列之最终秘籍：

真正的成功学

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。就好像涓涓细流不让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。

—— 宗翊

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。

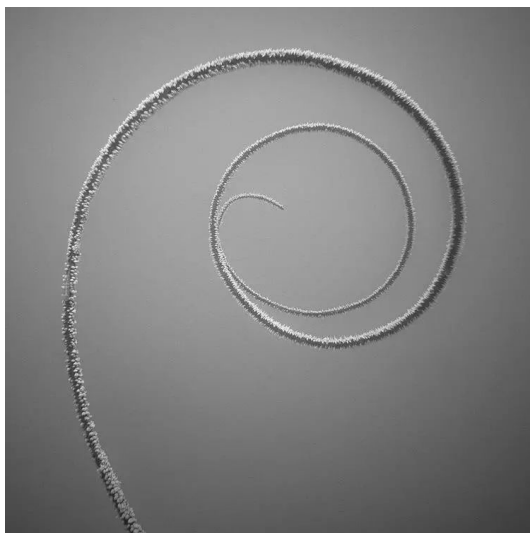
每到这时，我常常会反问：“你为什么要学佛？”

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。

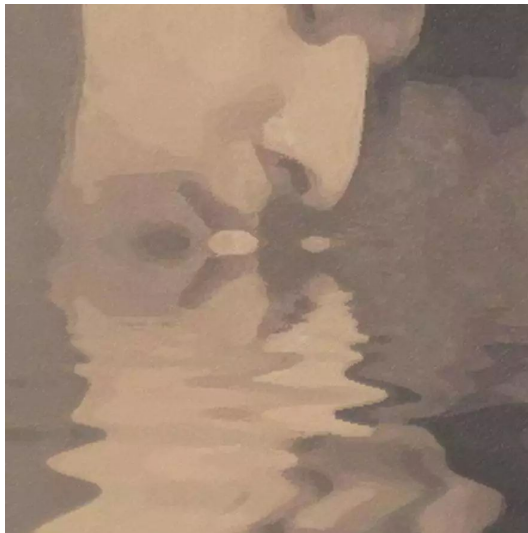
有的说自己身体不好，听说佛能治病（她的意思是起死回生，因为她得了绝症）；

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？

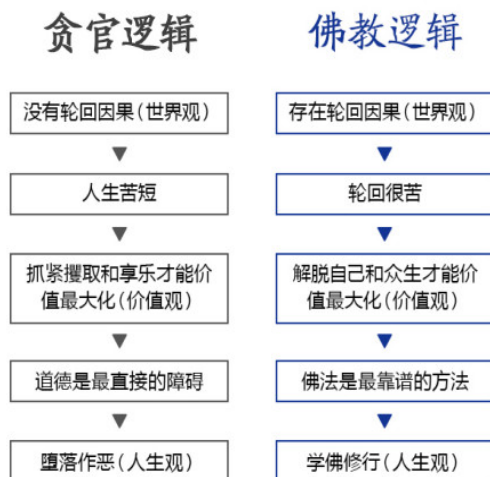
三观的基石，一定是世界观。

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。

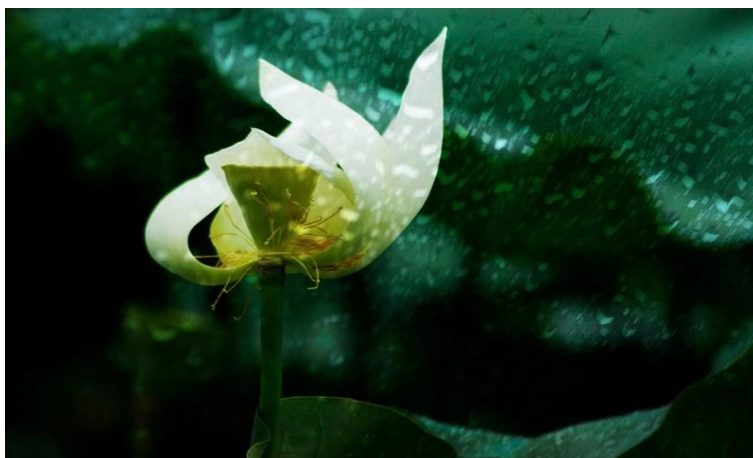
我曾在政府工作过几年，从不敢收取贿赂，主要不是害怕被双规，而是怕因果，怕地狱，这是心里话。

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，但做瑜珈、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。

—— 宗翊

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。但这不就是撞大运吗？）
- 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，他就会出现呼吸急促、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。



美国潜水艇鲨鱼号

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，“几乎无需关注造假的问题” (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)



Ian Stevenson 教授 (1918-2007)

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。

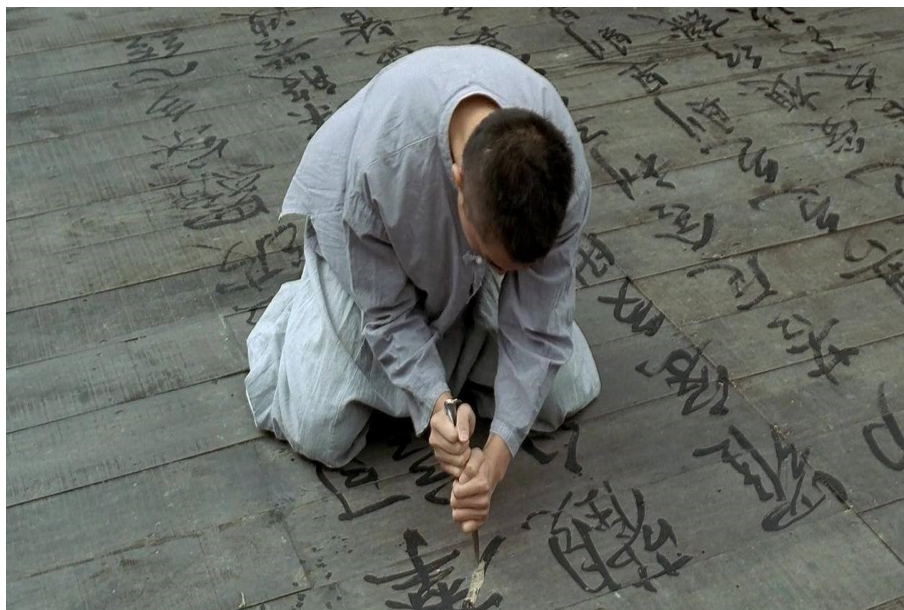
反证法是演绎推理的一种，是较严密的逻辑。

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），retroognition（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，到现在我还没有 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 宗翊法师妙语如珠答轮回

ROUND1:

用科学真的解释不来宗教，您还是省省吧……

Q1



关俊杰

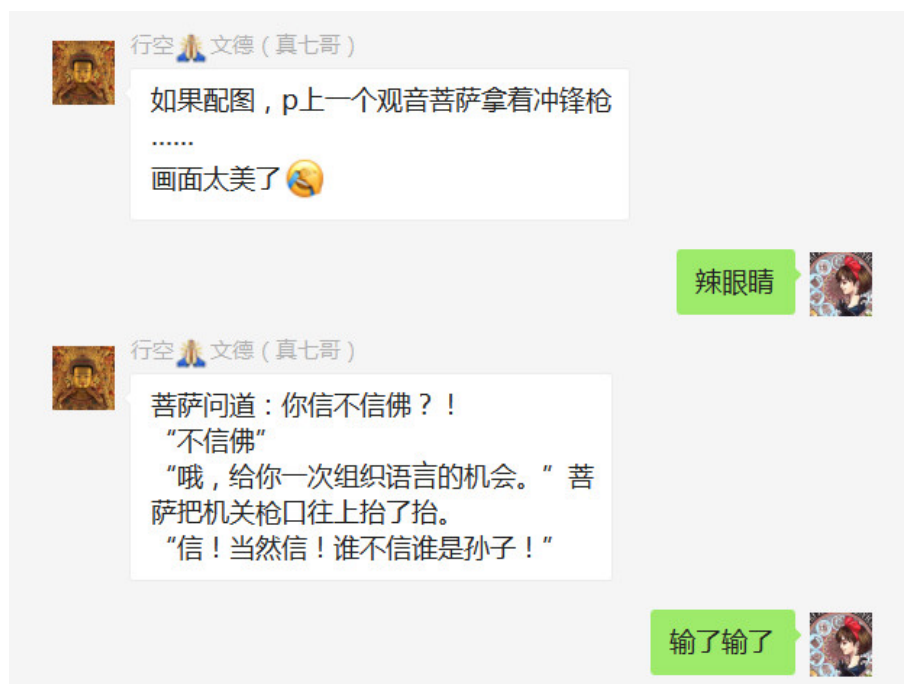
七兄不是这样。你这只是证明了所谓‘轮回’，也顶多是科学的方法证明了一个概率事件。佛教乃至所有宗教都是主观意识极其强烈，且带有深刻人类烙印的幻想，为什么满天神佛都是冷兵器时代的人形而不是其它动物或非地球生物？因此所谓轮回可能是人类现在暂时无法理解的自然事件，和所谓佛教并没有什么关系，你即使证明了存在所谓轮回，也无法验证佛教的正确性。宗教之所以是宗教，是因为它是以人类最期望的答案来解释世界，在数据分析上叫“满意法”，是分析师极力避免的判断方法，因为它并不科学。因此用科学来解释宗教就会将很多事情给捅穿了，会越证明越出错。。。

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？



七哥脑洞小剧场

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？

ROUND2:

你说的概率不对，让我们来给你算……

Q2



心意合一

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）。

★ 收藏 | 515 | 29

敏感性分析 编辑

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图片）

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一样——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



庞志辉

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%，问题是你和我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



巴扎嘿

逻辑有bug, 因为从古自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。

“从古自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。

ROUND3:

照你的逻辑，外星人也是真的咯？

Q5



巴扎嘿

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



心意合一

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？

ROUND4:

信不信轮回，有啥意义？

Q7



A李

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



CC先生

轮回是否存在一直存在质疑，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。

ROUND5:

死了就是死了，哪有什么轮回？

我代表孔、孟、老子第一个不答应！

Q9



公子世无双、

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，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，而这些都不是凡夫所具备的，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。

ROUND6:

机智的我来考考你，要有轮回，人口怎么越来越多了?!

Q10



流云（飘香）

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



蘭

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。

ROUND7:

那说好的善有善报、恶有恶报呢？

Q12



鱼儿鲁 □

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。

ROUND8:

我看你这篇文章没价值，作者费力不讨好

Q13



庄里人大刚

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，凡夫基本无法亲证。所以对众生来讲，只有两种可能：一要么信佛说，这里强调的是“信”，信为功德母，这类人一般与佛有缘；二，要么不信（半信半疑者也视为此类），这类人一般与佛无缘。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



桥-野飞

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？而你通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。

简单地说，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。

ROUND9:

无我，无我，我都没了，哪来轮回

捉急，法师你真的分得清佛教和佛法吗？

Q15



不知道

佛陀在世的时候并没有讲什么轮回，而是强调三法印。三法印期中之一就是无我。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。

ROUND10:

有没有没有轮回的新生命？

Q16



慧子~

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。

第十六章 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

—— 余翎

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在“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**”咻当就把你嘴堵上了。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 | 宗翎法师答疑》）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場所构成的（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。

弦论可以很好的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？简单地说，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。

第十七章 佛说：俺只是个模范教师

教师的目的

不是为了让学生们永远做自己的奴仆，
而是为了让学生们尽快成为教师。

—— 宗翊

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。教师的目的不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？

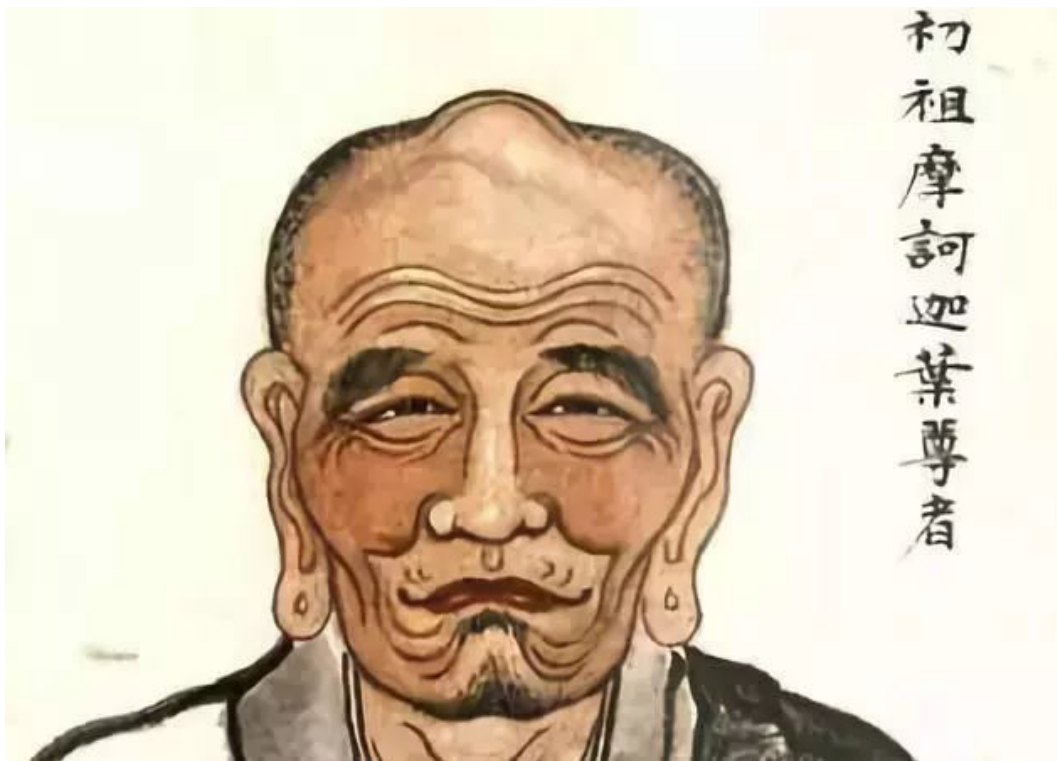
佛陀在涅槃前三个月，公开宣布自己将于三个月后圆寂（这也侧面反映出佛陀的神通），并做了几项重要的收尾工作：

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。阿闍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（犹太已自杀）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？

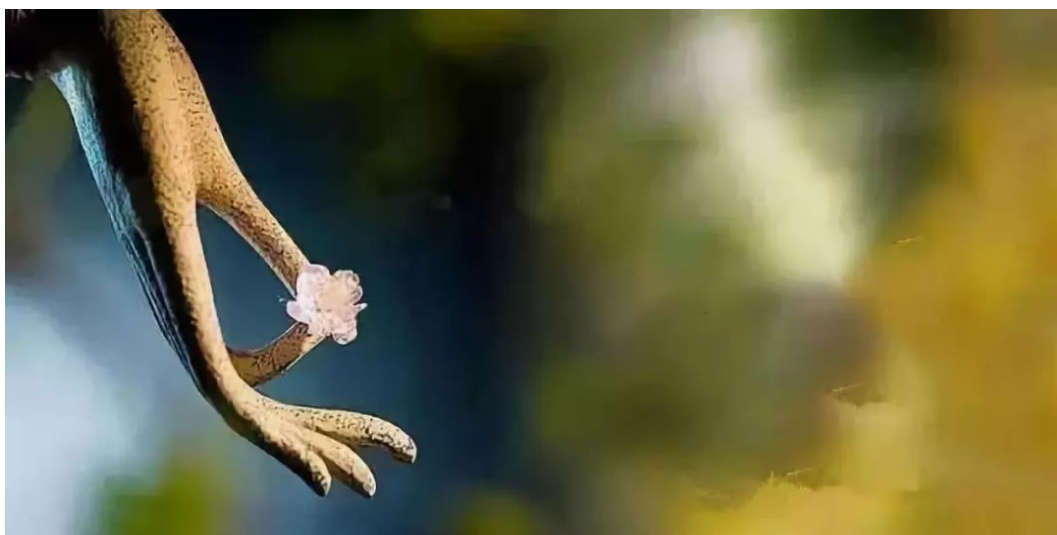
是业力轮回吗？当然不是，因为其他宗教如印度教也相信轮回。

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？

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-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：虽然你们说的很有道理，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

师父的心

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“热烈的蹲坑”中，让我们稍等片刻。收到消息时，我们笑的前仰后合。不一会儿等到了宗翎老师的车，一打开车门，唉…心想宗翎老师还没搬完家吗？哦，宗翎老师总是为众生忙，哪有时间顾及自己的生活。

故事讲完了，我还是会傻笑，会热泪盈眶，因为被爱的深沉……

— 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，但在我的心里，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 刚刚好的一切。

老师就像慈父，温柔，慈祥的给予我们耐心，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，会因为你难过而流泪，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显，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，慈悲善良，感动要哭。

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，这是菩萨在人家啊！

后续同学和我说，后续宗翎老师还帮了很多，家人重新燃起希望，积极面对人生最后的时光。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