菜根禅话

——二零一七年五月沈阳素为天

“心安茅屋稳，性定菜根香。”以禅心引领，走进《菜根谭》的世界，撷取古老智慧中的花瓣，领略通达明彻的洞见，陶冶恬然雅致的情怀，熔铸顶天立地的人品，参悟进退伸缩的玄机……

于是，云白山青，川行石立，花迎鸟笑，谷答樵讴，世亦不尘，海亦不苦;实际理地不受一尘，万行门中不舍一法……

《菜根禅话》，与你相约。

《菜根禅话》01·前言

一、学习《菜根谭》的缘起

这一次，“觉林文化”和“素为天”的诸位同仁，愿意发心推动传统文化的传播。也希望通过这样的努力，让大众能够从传统文化的智慧中，吸取更多的养分，助力于个人身心的安宁喜乐，以及社会和谐。印慈本人对此也是非常的认同和随喜，所以有了“觉林公益文化”系列的一些讲座。在这里我们会用几周的时间，在周末一起来学习一下《菜根谭》，在学习中会更多地辅以佛法的智慧，跟大家一起分享《菜根谭》中一些很值得我们去体会、品味、借鉴的东西。

作为这一门课程的缘起，最开始是“觉林文化”想要推动我们传统文化，包括儒、释、道这些文化古老智慧的复兴，所以在寻找一些因缘能够支撑这件事情的承办；那“素为天”这边，大家也有共同的愿景。因此，在我本人也表示赞同和随喜的情况下，共同促成了这一件事，才有了我们今天的一个共同学习。

《菜根谭》这一部书，我们一些法友可能并不陌生，应该说在上世纪九十年代的时候，曾经一度比较热火过。可能我们这个年龄的有一些人在读大学的时候，曾经是做过案头书的。热潮过去之后，可能就没有几个人在乎它。我记得《菜根谭》热的时候，当时大家还在说这本书在日本重视程度比较高，在企业的经营中怎样给管理者带来了很多智慧、借鉴、启发和帮助。但是后来，大概是《菜根谭》的见效速度没有股票快，所以明显地不被大家那么重视了。但是这几年可能因为各种原因，一些人重新认识到传统文化的价值，儒、释、道的文化中有一些可能我们从前忽视或者是低估了的东西，大家愿意重新审视。

《菜根谭》这部书，成书于明朝万历年间，作者叫做洪应明，他有一个号叫“还初道人”，这个人在历史上留下的痕迹非常少，最出名的就是《菜根谭》。所以，你想用其他一个更有标志的事情来获得一个坐标，那我只能告诉你：“你知道《菜根谭》吗？”不过，他虽然只有这一本书流传下来，但是对于他被历史记住，已经够了。

这本书最开始的刻本是在明朝，后来到清朝还有一些刻本；它的版本的谱系流传下来，主要也就是明刻本和清刻本两大谱系。我们中国后来很多文化传承的东西，因为战乱等原因受到破坏，在日本反而保留得比较好；包括近现代从日本取回来一些，过去我们中国文化中本来有的，但后来失传了的典籍，比如说像佛教的一些藏经，我的这个身份使我对于这件事情的记忆非常深刻，是在清末民初的时候，从日本运回两部藏经，促进了清末民初乃至民国年间，佛法在义学方面的一次复兴。《菜根谭》这部书也是，相对而言，在日本的影响比较大，研究的人也多一些，运用的可能也更普遍一点。

二、以《菜根谭》为书名的由来

为什么叫《菜根谭》呢？说到这个“菜根”，其实是有几个说法的。

1、性定菜根香

第一个说法，过去有一句话叫做“心安茅屋稳，性定菜根香”。“菜根”是指的那些菜的根部，相对来说，大家应该是不一定愿意吃它的，特别今天很多人在收拾食材的时候，直接切掉、扔掉。想把菜根的香味吃出来不容易，要这颗心不那么浮躁，要自己不那么容易被感官牵着走，才能够定下心来品一品“菜根”的味道，然后可能发现，原来“菜根”中还有这样一番滋味。叫“性定菜根香”，有这一层意思。

2、厚培其根，其味乃厚

另外一种对于用“菜根”为名的说法，是说人要想种菜，希望这个菜长得好，味道醇，那要让它扎好根，长得好——“厚培其根，其味乃厚”。这是喻什么呢？就像喻这本书一样，这本书讲很多世、出世间的事情，世、出世间的味道。要想让这个味道醇厚，就要“厚培其根”，有层这个意思。就是做正确因缘的意思，从这个意思上也说《菜根谭》。

3、常咬得菜根，则百事可做

第三层意思，是朱熹在一本书里引一个人的话：“常咬得菜根，则百事可做。”这是什么意思呢？这是不被物欲蒙蔽的意思。就算是经济能力很强

大，物质水平很发达，但是不被物欲所蒙蔽。一个人有这样的修养，他的内心是清明的、稳定的，他的价值观也是清明的、稳定的。他在做判断的时候，不容易被外在的热潮，被内心的混乱，所打扰、所左右。这样，他做什么事，都能够有一个正确的抉择和坚定的努力。从这个意义上来谈“菜根”。

自古说“菜根谭”的“菜根”二字，大抵有这三类说法。至于“菜根谭”这个“谭”字，就是谈话的“谈”的意思。

三、《菜根谭》的两种版本

作为一个相关的简介，可以跟大家说一下。刚才说《菜根谭》有两大版本系，一个是明刻本的版本系，明刻本用的是前集和后集这样编撰的形式，前后两集一共是 356 则，前集 222 则，后集 134 则；没有其他更多的分法，就相当于上下册。到了清刻本的时候，条目增多了，还有一些增减变化，文字也有一些出入；从内容等等这些考究判断看，应该说有一些后人的增减，有了一些变化；同时在清刻本中也把《菜根谭》的这些内容分为了五个部分、五大类，分别对应于修身、应酬、评议、闲适以及概论。这是这两个版本的大概情况。我们这一次基本上会依明刻本的情况来做一些学习，除非必要，清刻本就可能不太涉及。

四、《菜根谭》的体例——清言体

关于它的体例：《菜根谭》的体裁是什么呢？也不是小说，也不是诗歌，算是什么呢？叫做清言体。“清”不是清朝的意思，“清言”就有点像格言，你比如说，我们可能有些人熟悉，像“闲看庭前花开花落”这些，这就是出自于《菜根谭》的。有一些我们熟悉的话，大家不知道出自哪，很可能就出自《菜根谭》，比如不知道你们听没听说过，“孤云出岫，去留一无所系；朗镜悬空，静躁两不相干”。像这样的话，它的体裁算什么啊？从结构上看有点像骈文，但又不像骈文那样的用辞藻堆砌，不像骈文那样华丽，又显得比较平易清新，而且往往富有哲理或者富于意境的渲染，让人读了之后感觉不一样。

所以对于清言体这种体裁的说明，叫做精致而优美的格言式小品。什么意思呢？格言式，大家刚才有一点感觉了。什么叫小品呢？小品的意思是文

字不长，《菜根谭》三百多则，最少的十四字，就是两句七言十四个字；最多的也不过是百十个字，一百个字出头，多数在三四十个字。这个不超过一百多个字，大家有没有突然感觉跟什么有点像？有没有好刷微博的？我不知道微博限制 144 个字跟《菜根谭》有没有关系？我也不知道这 350 多则，是不是洪应明除了节假日，每天更新一则？后来没更新，不知道是账号密码忘了，还是怎么样？

从形式上来说呢，融合骈文之韵和散文之气。骈文的这种韵，对仗，还有它的那种节奏感，让人们感受到音韵的美；那散文之气呢，又有内在的这种气质，内在的意境渲染，让人感受一种意境的审美，它是把这两者结合在一起的。从它给人的感觉来说，既高雅整饬，又灵动畅达。风格呢，既清新自然，又流畅自如。没有说清新朴拙到文字干枯；虽然清新，但是文字很流畅自如，让人感觉不到造作。这是清言体的一些体裁上的特点。

五、《菜根谭》的内容——立品、养性、明见、善权

内容上：因为明刻本的《菜根谭》并没有特别在内容上加以分判，就像清刻本分成五类一样，所以这一次为了便于我们大家共同学习把握，我依于明刻本 356 则，整个把它分成了四类内容，分别是立品、养性、明见、善权这四种情况。

什么叫做立品呢？立品是说，《菜根谭》里的这样一些内容特别强调一个人的道德取舍，特别强调一个人的道德抉择；大是大非和利害得失，你看中哪一个？类似于这样。一个人的品格，他有没有这种精金美玉的人品。立品特别是讲道德的。

养性，是说种种修身养性的一些涵养功夫的事情，以及内心涵养境界的事情。不管是用内向调整身心的方法，外在寄情于山水笔墨的方法，还是在人际之中调柔身心来达到涵养的功夫，像这些都落入“养性”这一类。养性，可以说它主要强调内心的刚柔，内心的一些修养，这些内容。

明见，主要是在谈什么内容呢？主要是谈对于一些社会、人际以及个人操守方面，得失、是非的判断，这样一些内容。

所谓的善权，指的是能够善巧地通权达变。为什么强调这个呢？有的人只讲究个人的道德修养，没法跟人打交道；也不知道他那个道德是怎么回事，支撑着他像只刺猬一样，谁靠近、谁受伤，这就缺乏必要通权达变的能力。就像有的人觉得要想进德修业、修养道德，好像就没有办法在人群中生活了一样，好像必须要离群索居才能够完成这一切；也不尽然。如果能够有足够的修养，有智慧抉择，有一些善巧方便，也可以在人群中，在人际的交往中，把自己的品德、修养和实践，圆融地表现出来，运用到自己生活的方方面面，这就涉及到了种种善巧的通权达变，这就是善权。

如果用关键词来描述的话：立品，更多的是在于抉择，道德的抉择；养性，更多的是在刚柔，在于自己内心气质的刚柔，适中、调和，自己内心枯寂还是滋润这种调和，用“刚柔”这两个字来概括；明见，更多的是对于是非的把握；善权，说的是伸缩变化的玄机。

六、以四方面概括《菜根谭》全文的依据

这里以这四个方面来概括全部《菜根谭》的内容，也不完全是我个人凭空的一种设想。就在《菜根谭》本身内容里，也可以说有一些支撑的依据。

1、“德随量进”——立品、养性

《菜根谭》里有这样一句话：“德随量进。”什么叫德随量进呢？德，就是这里说的立品的意思。所谓的量，是指的这个人的心量、气度这些，这跟他修身养性的功夫有关系。“德随量进”，随着你养性功夫的进展，你的道德会增进。

2、“量由识长”——养性、明见

下面还有一句话叫做：“量由识长。”这个人的修养功夫跟他的识见（这不是亲身实践那个实践，而是的认识和见解）是有密切关系的：他的见地有多高，他的修养才可能达到多高。换句话说，他的见地规定了他修养的上限；这句话表达得比较现代了。他的见地规定了他修养的上限，他的修养超不出他见地的局限，他的见地会对他的修养造成局限。反过来说，一个人的识见，定义了他修养的上限，所以说“量由识长”。这个人要想通过修身养性来突

破自己的上限，就要提高自己的见识，提高自己的识见。说得明白一点，要增长智慧。这是《菜根谭》里原来的话。

3、“德量识俱，通权达变”——立品、养性、明见、善权

好像没有谈到善权，不过大家如果看到我在每一个内容下面所标注的小字就会注意到，善权下面有 76 则，也不少了，是吗？占了 1/5 左右。那善权跟前面的“德”“量”“识”（也就是立品、养性和明见）有什么关系呢？我补充了这两句话：“德量识俱，通权达变”，什么意思呢？

我们一般也说“通权达变”这样的话，说：这个人啊，太不懂得机变了，或者太不懂得通权达变了，特别死板。反过来，这话什么意思呢？意思是劝这个人不要讲原则，是吗？好像通权达变就是以放弃原则为代价、为前提的；实际上，那不是真正的通权达变，至少不是善巧的通权达变。善巧的通权达变，是以立品、养性和明见为基础的，在具有这样的品德、这样的修养、这样正确认识的基础上，这个人才称得上是善巧的通权达变。如果离开了品德、修养和智慧，谈通权达变，那就是市侩，就是圆滑；《菜根谭》不是教人市侩，更不是教人圆滑，而是教人怎样拥有道德、修养和智慧，而后“退可独善其身，进可兼济天下”这样的进退、伸缩的善权，所以这里综合前面的两句话说：“德量识俱、通权达变。”这是从这四个方面对于《菜根谭》的全部内容加以简要地概括，特别是就这四个方面内在的联系加以说明。

《菜根谭》是实践性很强的，不要把它当成一种纯粹的文字游戏，看起来很美的文字游戏，它是实践性很强的。指导一个人的立德、养性，指导一个人去提高自己的智慧，以及在具备这样品德、修养与智慧的基础上，善巧地应对事物——善权。

有人讽刺明朝的一些儒生（儒家的学人），说他们怎么样呢？“平日静坐谈心性，临危一死报君王”，什么意思啊？说他们就是有点修身养性的爱好，平时谈论来谈论去也是这些。作为一个世子，功夫都用在这个上，缺乏经纶世务的能力，然后国家在他们手里败落下去了，到最后天下板荡，异族入侵，只能一死了之，“临危一死报君王”，拿不出来别的本事；有这样的讽刺。不能说完全没道理，但是也应该看到这并不是修养的过错，这并不是

立品、养性、明见的过错。应该说是这个人在这些基础上，缺乏具体实践性的技能，和把这些实践跟自己的品德、修养和关于人生的智慧融合在一起的能力。换句话说，不是修养的过错，是他在自己成长塑造的过程中有所偏颇。

4、“立品”居首的原由

一个人的立品、养性，才是一个美好生命的根基，不管何时都是这样。中国的传统文化，是德化的教育（不是地名的那个德化，是道德教化的这个德化）。德化的教育表现出什么呢？它确确实实是以人的作育为本。以人的哪一方面为本呢？以德为本。这好不好？这确实好！只是经过清末三千年未有之大变局的撞击，大家矫枉过正，有一些把这些全抛弃的选择。我们在具体事务上的学问，是要更多地引进，一点问题没有，但这为什么非要以抛开德化的教育为代价、为基础呢？有必然逻辑吗？并没有！这就是老百姓说的“泼脏水把孩子也给倒了”——不行，得捡回来；如果是亲生的，一定捡回来。一定是“亲”的，所以我们今天在做“捡回来”的工作。

好，这是说为什么从这四个方面来把握《菜根谭》的内容，以及这四个方面彼此之间的关系。再看一下！主要就是立品、养性、明见、善权。它们之间的关系，虽然明见、养性、立品是这样彼此互相为根源的，但是我为什么把立品放在第一位呢？因为直接从智慧入手是不容易的，而从道德的规范入手是相对容易的，至少你在教育孩子的时候，可以在他“知其所以然”之前就教他“什么可以做，什么不可以做”。他也许要到十五年之后才懂得“为什么在我刚上学的时候，爸爸妈妈教我，老师教我，这些不可以做”。如果一定要等到他真的内心通达这些，再这样做，为时已晚了。所以，就一个人修养的规律来说，固然正见为先，但是在实践上，一定是以道德为基础的。所以，从实践的角度，从一个人身心修养的实践的角度，把立品放在了第一位，关于道德的抉择放在了第一位。

《菜根禅话》02·立品·栖守道德

接下来就看一看第一个部分——立品。

在具体内容进行之前，先跟大家做一下说明。第一是，关于这个系列课程，初步打算是用四到八次课来对于《菜根谭》做一些选读性的分享与学习。

是不是有谁觉得不解渴呢？但是三百多则都学，上万字，有点多，我希望我是抛砖引玉。

刚才这样说了架构，说了它内在内容的脉络，也有了一些我的建议和分享，希望能够对大家把握《菜根谭》有所帮助。人终归是自己去完成道路，其他人最多就是帮助指一个方向。请问：去雷克大厦怎么走？前面路口左拐，我就不陪你去了。所以我也就是起一个“指路”的作用，大家希望获得更多，请自己用功夫。

这四个部分，三百多则，四到八次课，我们肯定不能够一一地讲，只能是选几则一起来做一些品味和体会。所以，如果遗漏了你自己所喜欢的经典句子，请大家能够包涵原谅。挂一漏万，不是在所难免了，那是必然发生的。

再一个就是，我个人在各种场合的讲说中，都欢迎听者有问题可以随时举手，做一个即时的交流，不必非要等到问题交流的环节我们再来谈。大家有问题举手，我合适停下来的时候，自然会停下来请您说；如果这几句话确实还停不下来，连贯性比较强，我会先讲好，并不是不希望提问题。关于问题的交流，我一直都认为，没有什么不好的问题，简单的问题，幼稚的问题，或者是挑战的问题，不尊敬的问题。只要是大家真心的共同学习交流，所有的问题都只有两类：一类是好问题，一类是有趣的问题。

这已经是我“标准语言”了。只要是在一个新的场合，跟大家做这种共同学习的时候，一定会说一遍；因为我们中国人太讲礼貌了，坚决不提问题——提问题，不是对你不尊重吗？

因为我多少受一点西方文化影响，假如说学术报告结束了，下面我们进入问题交流环节。一个提问题的也没有，你知道讲的人有多尴尬吗？所以作为主持人，天生的责任就是救场。怎么救场呢？作为主持人，你必须得思考一个问题，实在没人问了，就算靠你，也要把这个面子托住了。有几次就遇到过这种情况，主持人一双可怜巴巴的眼睛，从左扫到右，又从前扫到后，一个举手的也没有，只好自己扭头向讲的人说：“我有一个问题。”我不知道今天的主持人有没有准备问题？如果没有，请赶快准备。

立品，我们从哪一则来做分享呢？其实就是明刻本的第一则。主要给大

家一点希望，做出一副我们要从第一则开始向后讲的样子。虽然确实如此，但是中间跳跃程度比较大，基本上一跳就是五十则。好，第一则：

栖守道德者，寂寞一时；
依附权势者，凄凉万古。
故达人观物外之物，思身后之身，
宁受一时之寂寞，毋取万古之凄凉。

一、栖守道德 & 依附权势

立品里，这一则确实非常好！我说到立品，主要是关乎抉择的。关乎什么的抉择？利害的抉择，何去何从的抉择，何取何舍的抉择。何去何从，何取何舍——归根到底依托于何利何害，是吗？

你觉得不一定是？实际上，如果觉得道义的选择、道德的选择，不一定是利益最大化的，那就不要奇怪人们满口仁义道德，背后不是那样。这也是过去讲道德的人常常遇到的一种困境，什么困境呢？人们很容易问这样的问题，不管是心里问，还是嘴上问出来：“你告诉我要行善、要持守道德，像你这里说的要‘栖守道德’，为什么？给个理由先。我为什么要栖守道德？我为什么要行善？”

如果在这个上没有必然的逻辑，那我为什么要栖守道德？我为什么要行善？——诸位善人！可有问过自己这个问题吗？可有问过你道德的导师这个问题吗——老师！你讲得很好，非常高大上，非常“伟光正”（伟大、光荣、正确），但是你能不能告诉我，为什么我就应该这样呢？我为什么要这样呢？我过一个小坏孩儿的生活，不行吗？你走你的“伟光正”的道路，我继续做我的“小暗歪”。

为什么我必须要行善，必须要“栖守道德”？如果一个老师在教导孩子的时候被孩子这样问，会告诉孩子：“你把你家长找来。”——我就不信，吓唬不住你。吓唬住了，但是教育失败了。为什么？他内心就知道这个事不合理，得用暴力来维系。

请问：用暴力来维系，那叫道德吗？那叫做专政好不好？

因此，大家对于道德的反应就是，那是空口白话的说教，没谁真这么干，也没有什么合理性，老掉牙的东西就让它随风远去吧！这是“小暗歪”的年代，“伟光正”已经不吃香了。

但真是如此吗？这就是我为什么要说立品是基于抉择的原因。基于什么的抉择？基于道德的抉择，基于取舍的抉择，更重要的是基于利害的抉择。

你要是认识不到道德的必然逻辑，那这个人是不会真心实意地去实践道德的。就算善根强，去实践道德了，内心中总是有一个疑团。就像历史上有一个忠臣，为人也好，为官也清正廉洁，也不是没有做官的能力、办事的能力，但是被陷害蒙冤，最后不仅他要腰斩于市，连他儿子一起带上。临刑之前，他就跟他儿子说：“我要教你为恶吧，但是我的良心告诉我，恶是做不得的；我要教你为善呢，可我一生为善，又为什么是这种下场呢？”

是不是这样呢？一个行善的人，当他面对自己一路行善，还遇到种种困穷恶逆的时候，人际上的种种坑陷、迫害的时候，他会不会怀疑？会不会动摇？可能很多人都不用自己亲自去实践道德面对这样的困境再去怀疑、再去动摇，人家跟他说教的时候，他就会直接说：“行善有啥用，你看岳飞正义吧，最后怎么样？”现成中就能举出来例子。

真的是这样吗？那就说到了《菜根谭》里说的这个意思：“栖守道德者，寂寞一时；依附权势者，凄凉万古。”先是从人间事的历史眼光来做一个判断。历史的这种臧否（pǐ），随着时间的推移，当时当事人、利益相关人渐渐离世之后，应该说还是能够有一个相对公正的评价的。虽然“栖守道德”的人，执持道德，一时可能在一些问题上“寂寞”，甚至遭遇挫折乃至类似于夺命这样的恶逆，在当时一时看来好像吃亏了，不过，如果从一个更长的人类文明的判断来看，他是光芒四射的。

二、文天祥的《衣带赞》

比如说像我们熟悉的一位人物——文天祥的事迹，我想我们可能在很小的时候就听说过，不过更多的人可能是听过《过零丁洋》和《正气歌》，是吗？你们有没有听说过文天祥临刑之前，或者说他受刑之后（就是被处死之后），在他衣服的衣带中找到了他临行去刑场之前写的一个赞子，叫做《衣

带赞》，很多人可能不知道。文天祥的事情呢，是宋末的时候，他因为起兵“勤王”，兵败被俘，元朝当时发动了各种力量想要招降他。不仅仅因为他是人才，还因为什么呢？他是反抗的旗帜，而且他在仕林中的名声非常好！如果招降了他，那太有示范效应了。用今天的话说，文天祥都当汉奸了，你还坚持什么？“爬出来吧，给你自由”。

但是，不管是他过去认识的人，还是元朝所谓的宰相，来做招降的工作，毫不动摇！关了几年，很苦！指望靠那个苦，来让他自己放弃坚持，也没用。最后看没办法了，也是对他多少有一点尊重，就问他说：“现在宋朝已经亡了，你到底要怎么样啊？你要是实在不想归降，放你回家当个田舍郎也可以。”文天祥说的话是：“既然宋朝亡了，我也没有什么别的需要，赐我一死就好了。”包括临行刑之前，还问他：“你现在有没有什么要说的？你现在只要说一句话，我们就放你回去。”一句话也不说。

文天祥终年的时候，多大年龄呢？四十七岁。并不是多么衰老得没有什么过头的人，应该说是人生比较壮年，思想特别成熟的时候。在这个时候，他就从容就义。他受刑之后，收拾他的遗物，发现在他的衣服带子中夹了一张纸，拆出来一看，里面写了几句话：

孔曰成仁，孟曰取义，
惟其义尽，所以仁至！
读圣贤书，所学何事？
而今而后，庶几无愧！

“孔曰成仁，孟曰取义”，这分别是用了对于当时的读书人熟悉得不能再熟悉的两个典故，不知道今天我们大家是否还那样熟悉。《论语》里说到：“志士仁人，无求生以害仁，有杀身以成仁。”这叫做“孔曰成仁”。什么意思呢？意志坚定、道德高尚的人，他不会为了自己存活下去，苟延残喘而危害道德，他只会为了成就道德，宁可从容献身。

“孟曰取义”。因为曾经收入到高中的教材里，可能我们很多同龄人都很熟悉。“生，亦我所欲也；义，亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取义者也。”这就是“孟曰取义”。

“惟其义尽，所以仁至”，正因为对于正义的坚持，到了极致，所以他道德的光芒，也就到了极致。

“读圣贤书，所学何事”？我们读圣贤书，学来学去，在学什么呢？刚才有说，中国传统文化是德化的教育，是把关于人的作育、人的德行培养放在第一位的，以德为本。我们“读圣贤书，所学何事”？不就是学习做一个正确的人，有道德的人，做一个有仁有义的人，做一个“大写”的人，做一个没有丧失人味的人。“读圣贤书，所学何事”？就是这一件事而已。就是如果“时穷”的时候，一个人的气节要表现出来，这是文天祥自己的诗——《正气歌》里的话：“时穷节乃见（xiàn），一一垂丹青。”等到了那种天下板荡、时事末路的时候——“时穷”，这个时候一个人的品德、气节才表现出来。而历史上向来不缺这样的人，他们先后彼此呼应着、光照着历史的书写，然后文天祥在《正气歌》里连举了 12 个例子，你们还有印象吗？大家不妨回头去读一读，确实让人感觉，正气磅礴从纸面上扑面而来——“时速至少八十公里”。

“而今而后，庶几无愧”，这是他临刑时候说的话：从今以后，我因为正义而献身，这一生我再也不会在意，在仁这方面有所欠缺，我不会有遗憾，我心安理得，我坦然无畏。

这个“而今而后”，又是他或者是他那个时代的读书人，大家熟得不能再熟的话，是《论语》里跟曾子有关的话：“曾子有疾”，曾子病了，“召门弟子曰”，把他及门的弟子叫来，说：“启予足！启予手！”你们掀开被子，看看我身体。他为什么不自己动手啊？因为有病啊，怕伤损到。为什么怕伤损到啊？因为他有一种观念，就是中国儒家传统观念——“身体发肤，受之父母，不敢毁伤”，这是他孝道或者是德行修养的一部分，不希望因为这而有所伤损。

《诗》云：“战战兢兢，如临深渊，如履薄冰。”《诗经》里不是说吗？“战战兢兢，如临深渊，如履薄冰”，这样的小心谨慎！这是说的德行修养，不是说春天快来了，冰开化了，你滑冰要小心。而是说一个人的道德修养，他时时地在小事上都非常戒慎，没有丝毫的故意地干犯。最后他才说到这句话：“而今而后，吾知免夫。”我现在这一生要结束了，我知道这一生再也

不会犯错误了。这是《论语》里的出处，“而今而后”是有出处的。

他这个时候，自然就想起来了曾子临命终前、临舍报之前说的话，他那个时候的状态。他是与他有同感的——“心有戚戚”，我现在也是这样的庆幸——我没有白学一番圣贤书，我做到了，而且为此献出了生命，我没有遗憾，我从此之后，这一生也不会再犯道德错误——“而今而后，庶几无愧”！

这是文天祥临刑之前，自己去刑场之前，写的一个明志的赞子，自己放在了自己的衣带里。我们再看一下这几句话，确实给人不一样的力量。

孔曰成仁，孟曰取义，
惟其义尽，所以仁至！
读圣贤书，所学何事？
而今而后，庶几无愧！

就是这样的掷地有声，光耀千古！很遗憾的是，这些年，这些东西，我们大家主动沁润或者提倡得少了。但这确实是作为一个人，不同于动物只知道本能地自我保护，不一样的东西。孟子说：“人之异于禽兽者几稀？”人跟畜生比，差多少啊？差不了太多。那我们更要发挥好、保护好这“差不了太多”的那些，不能够按照畜生的模式、畜生的法则去生活，那不是拿人的命去过畜生的生活吗？

这是文天祥在历史上给我们的一个坐标、参照，他确实让我们看到了“栖守道德者”只是“寂寞一时”而已；那反过来的，“依附权势者，凄凉万古”。

三、我纵能久住，终是死苦性。

所以“达人”应该怎么做呢？一个真正有智慧的人，一个立品立德、有所成的人，他应该怎么做呢？“观物外之物，思身后之身，宁受一时之寂寞，毋取万古之凄凉”，这是有智慧的人应该做的事。

从“寂寞一时”到“凄凉万古”的对照，更多的是说，从现在世看得见的人类评价的角度，来衡量利害得失。其实贪生怕死的人，他选择“求生而害仁”，但是他求生的目的能够维持多久呢？一百年前再往前推，哪一个背

叛了自己良心的人，为了苟延残喘，出卖了自己的灵魂、出卖了自己底线的人，他当时所维护的那个生命，今天还在吗？

我给大家讲一本佛教典籍里的一个笑话（一听笑话，大家舒服了，也不太算是笑话），有一位蕅益大师，他在明朝佛教界是很重要的人物，他有一本书叫《灵峰宗论》，里边讲了这样一件事：“当时他听人说，有个出家人晚上做个梦……。”我们北方的民众，对于出家人接触得少。我说到这话，也许有人还奇怪：“出家人也做梦啊？”

记得我们在广化寺的斋堂用斋，从前斋堂的玻璃都是透明的，我们在斋堂里有两百位左右师父在用斋，经常有游客在窗子前经过，一看：“里边在干什么？”很好奇地探头，然后发现新大陆一样地说：“哎呀！和尚也吃西瓜？！”我们在里面都能听到。然后你不得不赞叹师父们修养都很好，没有一个喷西瓜籽的。其实和尚不光吃西瓜，还喝水呢，那个补充水分更快。

这位出家人做个什么梦呢？梦里有只老虎追他。他跑啊跑啊跑啊跑，眼看老虎就要扑过来把他吃了，一着急、一挣扎，醒了。醒了之后，心里扑通扑通乱跳，自己坐起来之后还在那喘气。喘半天突然想：“哎呀！幸亏是个梦啊！”好，放松了。放松下来了，这个理智又回来了。理智回来了，转头一思量：“哎呀！早知道是个梦，我跑啥啊，送它个人情不好吗？”他这个第二念，我挺佩服的。

什么意思呢？早知道早晚要死，当年为什么弯那个膝啊？是不是这个意思呢？卑躬屈膝了，就可以不死了？

佛教有一部论里有这样一个偈颂，叫做：“我宁今死歿，不邪命长活；我纵能久住，终是死苦性。”这几句话什么意思呢？意思是说，这个人有一种正确的思维，他在想什么事呢？他想到：现在面临大是大非的抉择的时候，我应该怎么选择呢？我宁可现在就去死，也不歪门邪道地活下去。为什么我这么抉择呢？就算我用歪门邪道过了这一关，能够再活十年、二十年、三十年、五十年，到头来不还是要像现在一样面对死亡吗？到那个时候，我再靠出卖什么能解决问题？

“我宁今死歿，不邪命长活；我纵能久住，终是死苦性”，这看到什么

呢？这看到背叛自己没有意义。没有真正的意义，没有真正的价值，没有真正的作用，徒增骂名而已，给祖宗遗羞而已。刚才讲到曾子临命终的时候，“启予足！启予手！《诗》云：‘战战兢兢，如临深渊，如履薄冰。’”这样子。他为什么这个样子？为什么连这些细小的、伤损自己身体的、对不起父母的事情都不做？后人在做注的时候说：他连这样一点小的过失都这样防范，更不要说用他的言行去辱没自己的父母，辱没自己的祖先——意义在这里！你说他这么在意自己身体有没有擦破皮，为什么呢？这叫事作于细，这叫防微杜渐。

同样的，这个人如果能够认识到：自己靠出卖良心、靠放弃道德，暂时获得的所谓利益或者一时的苟活，并不真正解决，只是徒然增加骂名，甚至累及父母、先人。有什么意义呢？为什么要那么干呢？

这个时候啊，这个利害的抉择发没发挥作用呢？发挥作用了。人们总觉得道德是靠说教，是靠洗脑——不！道德是靠智慧抉择，是靠自己内心的涵养功夫，造成的内心的稳定和强大，所以有前面谈到立品、养性和明见之间关系的事情。正因为有这样识达的明见，所以他内心可以决定这样反复的涵养。就像孟子说的：“吾善养吾浩然之气。”文天祥《正气歌》里也谈到作为人的这种“浩然之气”，他认为是正气在人身上的体现。有了这样的修养，最后真到“时穷节乃见”的时候，也能够如这句说的这样：事情到了紧急危难的时刻，甚至到了最后的关头，但是自己的品德、气节恰恰到了绽放光芒的时候——“时穷节乃现，一一垂丹青”，是这个样子。

“我宁今死歿，不邪命长活；我纵能久住，终是死苦性。”这件事情想明白了，人人都可以当烈士。是啊！就可以“生，亦我所欲也；义，亦我所欲也。而二者不可得兼，舍生而取义者也”。没有那么难，从前认为难只是难在我们自己的颠倒妄想，以为我可以一直存在下去——先给个例子。不要说你出卖了自己的灵魂，你把所有的灵魂都打包卖了，也没用——不要问我是谁家打包的。

我们回到刚才的这个幻灯片，这是说到“达人”的观察，他可以有这样一个虽然很简单但是很明确的判断。基于这样的判断，他在大是大非、生死关头的抉择就不一样。就不像从前那样，被一些充满了迷谬的幻想和颠倒所

覆蔽，以为靠出卖点什么就能够保证我的长存，我的不死——早晚得死！

终是死苦性，何苦来哉？早知道是一场梦，为什么不卖个人情？早知道到头来还是一死，当时为什么要缩头，为什么要屈膝？就通过这样一个很明显也很简单的抉择，这个人在生死、仁义之间的取舍就很正确了。

不过，只是知道一遍，管用吗？不管用。为什么？因为那个错误的本能，太强大了。要想把那个错误本能形成的环路打破，这个人需要反复的涵养、反复的涵养、反复的涵养……，终究树立起来坚固不移的品格。这就是以明见为基础，来做涵养功夫，最后形成坚不可摧的人品。

四、物外之物 & 身后之身。

在这一则里，他讲的逻辑还不是这样简单，不仅仅这样简单。“达人观物外之物”，请问：什么叫做“物外之物”？“思身后之身”，请问：什么叫做“身后之身”？

这里就要给大家透露一点小消息。洪应明这个人，从同时代个别提到他的著作（冯梦龙特别提到了他）和《菜根谭》这本书来看：他是儒释道都有涉猎，而且儒释道的内容在他自己的思想体系里“毁成了一排”（赵本山小品语，混成一类、混到一起的意思），在他那是形成了一个他自己觉得自洽的整体，所以在他的思想里，在他的逻辑里，他有时候同时在用几种思想。

这里就在用佛教的思想，用佛法中的一些观念。什么叫做“物外之物”呢？第一个“物”指的是一切有为法，就是我们眼睛能看到、耳朵能听到乃至意识能想到能够缘虑的这些色、声、香、味、触的色法，以及内心的思维运作等等这些意所对的法，也就是一切物质和有发展变化的精神现象；这是第一个“物”。“物外之物”的第二个“物”，指的是出世间的涅槃。这很难用“物”来说。这样说有两种可能：第一、洪应明佛学考试不及格；第二、他只是用大家熟悉的语言来“强而名之”——勉强地来命名它，也是为了行文上的对仗。可以做这么理解，所以，所谓的“物外之物”就是指的无为法，就指的生命最终极的圆满实现，也就是涅槃寂静的境界。

由上可知，“达人观物外之物”是说，“达人”应该想一想，生命不仅

仅是有这样转着圈轮回受苦的可能，还有超越这样庸俗的模式，究竟得到圆满解脱的可能。为什么要放弃治疗呢？

“思身后之身”，什么意思呢？就是佛法对于生命的不同认识。人们总是在选择自己认为对自己有利的事，而这种对自己有利的事或者是对有情有利的事，会被他认为是有价值的事，所以人总觉得自己是在选择对自己有利、有价值的事。但是因为这种有利、有价值又是基于有情的，所以这个有利、有价值必然要依托于对生命的认识。

如果这个人觉得“一死百了”——死了之后什么也没有，那他就会出现问题。出现什么问题呢？就是我们刚才提到的问题——为什么一定要行善？有什么必然的逻辑？请你给我一个理由。

注意到了吗？如果死亡意味着生命的断灭，那对于我来说，我为什么必须要行善？有什么必然的逻辑啊？能不能给我个理由？同时，反方向的问题也同样成立——既然生命是断灭的，一死百了的，那有什么必然的逻辑，我必须要做恶啊？能给一个理由吗？

这其实也是一些过去学儒家的人感到困惑的地方所在，他看不到里面必然的逻辑，他只是觉得行善好，特别善根强的人——你让我做坏事，我良心痛，做不下去——但是你为什么一定要行善啊？有什么必然的逻辑呢？也说不出来。这在某种程度上其实是后来宋明理学要解决的问题之一，用哲学的话说，他要寻找伦理学的形而上学基础，他要寻找伦理学的形而上学依据，也就是要解决这个问题——我为什么要做这些有道德的事？有什么必然逻辑？

那有一些人为先秦的儒家辩护，说先秦儒家也不是没有说，《论语》里不也说了嘛：“子罕言性与天道。”说明“性”与“天道”可能就跟你回答这个问题有关系，只是当时孔子谈得太少，弟子们也没记录下来——好，没有办法跟孔子对质了。起码从文本上看，先秦儒家的文本很少提供这方面强有力的说明。有的人说《易经》——《易经》很难算作是儒家的典籍，是吗？所以先秦儒家的困境在于，说明伦理道德的时候，你怎样给出哲学必然。

到了宋明理学的时候，宋明理学是那时候的新儒学，有很多当时的儒者

“援佛入儒”，想从形而上学的角度构建一个伦理学的哲学基础，这是后来宋明理学主要解决的一个大问题。不同的“大家”对此都有自己的方案，到底喜欢哪一个，我想也许有一款会适合你吧。

佛法是怎么说的呢？佛法说这件事情很简单，因为生命不是断灭的，而是前后世有关联相续的。怎样的关联呢？这一生的恶不善法会导致未来的苦果，这一生的善法会导致未来的安乐。那你是想苦还是想乐？自己选！人要为自己所做的一切承担后果，你只要有勇气去承担，那你就大胆地去做吧！当然，佛法不会这样“慈悲”，你如果问建议的话，总是要告诉你：不要给自己制造麻烦，人是自己业的创造者和承受者；当然，这是通俗说。如果深入地说，佛教说的是无我的轮回；这个话题就深了，在这里不展开，在这个课堂，我们的学习层面还不适合涉及那么远。

好，这个“身后之身”是偏于从生命前后因果相续的角度，来说一个更深刻的——我为什么必须要“栖守道德”的理由。如果认识到了这个原因，那就很容易理解：每一个道德要求，对于我们本人来说都是多么慈悲地呵护——你不要杀生，因为这会给你未来带来苦果，并不是单纯地考虑到他现在的痛苦：慈悲心是能考虑到他现在的痛苦，但是另外对于你自己来说，杀生也是会造成你自己的痛苦，不要做这种对于自己和别人都只带来痛苦而没有利益的事，这样太无智。其他的，都是类似的。

这两句话：“观物外之物，思身后之身。”“物外之物”，如果再深入一点，从佛法角度说的是诸法如实相的部分、诸法本质的部分，用一个佛教的名词，说的是“胜义”上的事；那“思身后之身”说的是，生命流转的现象中的事。这个人有这样关于生命现象层面上的了解、智慧和把握，也有关于生命和万法本质性的智慧透视，那他怎么会在这样生死、是非抉择的关头行差踏错呢？所以“宁受一时之寂寞，毋取万古之凄凉”。

这对于他来说是一种智慧的抉择，就像我们一般神智健全的人会自然地从一个着火的房子跑出去一样，他也只是远离怨害而已。他之所以“栖守道德”，是因为他有智慧看清这里边的关联，所以他选择远离祸患。如果现在这一生受一点寂寞、打击乃至杀生之害，和未来所要受的长时大苦比起来，都不算什么。现在这一点点逆境都承受不了，为了逃避这一点点逆境却要捅

下更大的篓子，使得自己未来无法收拾，这难道不是很没有智慧的表现吗？就像一个小孩子，不小心把一滴脏东西滴到了自己新穿的衣服上，怕回家被妈妈说。蹭啊蹭啊蹭啊蹭，把一小点蹭成了一大片，是吗？以为这样可以掩饰问题，结果把问题搞得更糟糕——本来回去最多就是一个埋怨的眼神，现在却换来一顿胖揍。仔细想一想，我们并没有比孩子高明哪去，很多时候都在干这种事，给自己的未来再制造几顿“胖揍”而已。

好，这是“栖守道德”这一则，跟大家做这些分享。

《菜根禅话》03·交流探讨

【1、观物外之物，思身后之身】

问：师父！那个“观物外之物”明显是道家思想啊！老子在《道德经》里面都说了：“故常无欲以观其妙，常有欲以观其徼……众妙之门”。然后说那个“道之为物，惟恍惟惚”，他说的那个“物外之物”应该就是道的本体吧？

答：说是道家的说法，也能够说上。但是呢，对于“道”的理解，就《道德经》来说，他也是有好几种可以供人下手处。比如作为“规律”，规律能说是东西吗？《道德经》里说到“道”的时候，除了作为本源或者本体的物的概念，或者可以做这种比附的这种情况之外，有没有作为根本规律、究竟真理的这种意味呢？（学员：有的！）有吧？你从这个意义上说，也不一定说就一定是在这样说。从他前后的意思，我刚才说“物外之物”其实是在说“胜义”上的事，那“身后之身”是说的现象上的事。一个在说本质，一个是现象；一个在说胜义，一个在说世俗。从他行文和思想意趣的对仗，更工整。你不知道文人对于美的执着，如果一个事情在审美上是更对的，那对于他们来说就是真理。（众乐！）笑得大声的，难道是搞文学的吗？

问：“身后之身”也能找到文字来说明啊，老子说的是：“吾所以有大患者，为吾有身，及吾无身，吾有何患？”就是说，我这身体要是不存在了，那我真就天人合一了。

答：这里，你仔细去读一读，老子其实不太强调“物外之物”的意思。

从老子里去解读出来这种实在的本体论，其实有一点勉强，以实在本体论去解读老子有一点牵强。因为我们这一次课不是主要探讨老子，说几句也好，你这种把握可以作为一种方向。我觉得支撑我这里的这种解读，主要有几个观点：一个是从他上下文的观点，再一个从他意思的对仗。你可能对于佛法所说的胜义谛、世俗谛的对仗意味还不太熟悉。当你能够熟悉这个时候，你可能能够更容易理解，这为什么可能是洪应明选择这种表达的原因。

这两句话构成了几重意义上的对仗：文字表面的，“物”对“身”，“外”对“后”，“观”对“思”，这是文字上的对仗。从意思上呢，“思身后之身”，这很明显是说的生命现象上的轮回，对吗？这是现象上的规律；在佛法关于现象上的事情叫做世俗谛，对于世俗来说是真实的。所谓的“观物外之物”，不管洪应明是佛法中如来藏系的观点，觉得有真常心，还是说指向于那种不可取的无为，他用“物外之物”来“强而名之”；他这个在佛法上其实叫胜义谛。胜义谛的意思就是超出了世俗的认识，是在诸法真实性上的真实，甚至只有无学圣人才能够通达的。那对于懂一些佛法人来说，世俗和胜义构成一重对仗，现象和本质构成一重对仗。

在这里有好几重对仗，这种形成的对仗美感，会让一个懂这个的文人，毫不犹豫地选择更多重对仗的选项。所以从这个角度，我以己度人，推测洪应明可能是这个意思，只是“可能”。我一开始也说是跟大家做一点分享，提供一点我的考虑，当然其他的考量都有可能，毕竟我们是在解读一个已经没有办法跟我们对质的人的文字。

【2、有关鸠摩罗什大师的返俗】

学员：师父！说到“栖守道德者，寂寞一时”，我忽然想起来一个例子，就是鸠摩罗什大师，他因为破戒，然后他为什么就没有“栖守道德”呢？

法师：佛教是这样，一个人可以选择出家的生活，但是他也有放弃出家生活的自由。在他并没有危害其他人的情况下，他放弃出家人的生活是他自己的自由，不构成真正意义上的非道德。

他为什么放弃出家人的生活呢？是因为政治的逼迫或者是迫害。当时姚秦国主逼迫他要留下智慧种，什么意思啊？你这么聪明，你不能不留下后代

（中国人都讲这个），你要为我们多留下一个智慧种。送他很多才女，逼迫他。当时鸠摩罗什大师是有要把很多大乘佛法的经典、论典翻译到我们汉地的这种宏愿和事业，也是姚秦国主来支撑他的。如果这个支撑没了，在当时这个事情就没法进行。他属于忍辱负重，并不是自己不能够“栖守道德”，所以他后来选择放弃出家身份，来避免政治上的障碍，然后把这件事推动下去。

学员：这个是不是善权的最好说明？

法师：也不是唯一选择，这个时候就在于个人的选择。一个人如果更注重于自己的一些个人选择，那他可以选择——我走还不行吗？惹不起还躲不起吗？前提他得躲得起，万一国王不想让他躲，他可能也躲不起。

学员：那他是有弘法的那种宏愿，他是为了利益众生，才这么做的。

法师：对，包括弘扬大乘的愿望。而要说到鸠摩罗什大师的贡献，那是相当了不起的。就是因为他，所以“般若”一系的正义在中国、在汉地有了抉择。也是因为他，有了一些重要论典的翻译，和“般若中观”一系思想在中国的昌盛，深刻地影响了之后中国佛教的走向。说得点远，但是呢，这位法友问问题的角度非常善巧，使我不得不答。

学员：师父！那就是说，“栖守道德”实际上还是有瓶颈的？

法师：他这种抉择并没有违背道德——我在说这个。他如果对人造成了伤害，或者是违背了道德的选择，那是他违背了“栖守道德”。他只是选择——我去过另外一种对人无害，但是可能在出世法上不那么圆满的生活；他并没有做其他什么违背道德的事，他也没有去抢别人的，也没有去夺别人的。要知道“道德”跟“超道德”不一样，我想你知道“超道德”的这个概念是吗？

《菜根禅话》04·立品·心地清净

好，这一则是“立品”里选的第二则。而且我要跟大家说实话，“立品”这里，我准备就只讲这两则。因为“立品”一共是 13 则，相对少，那在“养性”内容很多，包括到了“善权”那里，大家一定会很愿意去多共同学习一

点，有太多现实问题的样本，以及他的善巧抉择供我们参考，所以在“立品”这儿点到为止。大家是不是愿意“舍生取义”，终归还在自己。下面看“心地清净”这一则：

心地清净，方可读书学古。

不然，

见一善行，窃以济私；

闻一善言，假以覆短，

是又藉寇兵而赍盗粮矣。

这就说到“立品”的重要！真的心地清净，这个时候读古人的圣贤书、道德书，才真正得利益。否则看到一种善行，会拿来帮助达成自己私欲的目的。这有两种可能：一个是“君子可欺之以方”，欺负别人，利用别人的善行来达成自己私欲的目的；或者是自己假做善行，来达成自己私欲的目的。

“见一善行，窃以济私”，在历史上有没有呢？有啊！有一个成语叫“终南捷径”，大家知不知道？说的是从前钟南山多“隐逸”——就是过隐士生活的这些人。这些人在一些朝代很受尊重，为什么？中国过去是德化的教育，也相应地有德化的政治。“举孝廉”这个词你们很多人有印象吧，那不就是因德举人嘛，可以当官。道德好，可以当官啊，不用考公务员。因为德化的政治，所以对于有德的人也很重视。有一些特别有德的人非常有名望，或者是有仕林的声望，这种人只要一入仕途，马上就有一个不错的起点，而且之后只要不出大问题，往往可以到一个很不错的位置。有一些人就看上这一点了，说：“不就是终南山过隐逸生活的被检在帝心（意思是被皇帝知道，心里留意、重视）吗？那好办啊，我也不用“科举十年寒窗苦”了，也不用再在民间积累名望了，我就到终南山去搭个茅棚过几年隐逸的生活，然后就被请到“庙堂之中”了。”“终南捷径”，很讽刺！但是这就是“见一善行，窃以济私”。

“闻一善言，假以覆短”，这个事情太多了，就是拿一些听起来很有道理的好话，给自己的错误找借口；明明自己错了，但是给自己找借口。我不举例子了，好吗？免得大家学会了。（众乐！）因为据我的经验，教坏比教好容易。教好的，下去记不住——下一堂课一提，你有讲吗？教坏的，三年之后、五年之后——法师！你那次上课讲的那个事太有意思了！（众乐！）

“人同此心，心同此理；往古今来，概莫能外。”所以恕我不举例了。

这就像什么呢？后面说这就像你明明是发兵去讨贼，却把兵器借给盗贼用了，这叫“藉寇兵”——“藉”就是借的意思，“寇”就是指的贼寇，“兵”是指的兵器；就是借给贼人兵器。你本来去讨伐他，不仅缴械了，还把兵器借给他用——来，这把关刀接你玩玩。“赍盗粮”，“赍”是持的意思，把粮食拿去给盗贼用——你怕他光有兵器没有粮食，打不了胜仗，是吗？

我们如果心地不清净，学这些圣贤书，会有什么问题呢？会变得狡猾，会变得厚黑，会变得充满了机巧，用一些善行来为自己获得私欲，用一些好的言语给自己找借口。觉得自己是赚了，其实出了大问题，这就像本来是发兵去讨贼，到了那里，却把自己的兵器借给了盗贼，把自己带的军粮也都交给了盗贼。

这是我们在“立品”的时候要有的防范心，这是什么呢？这是心不够诚啊——正心诚意——他没有一颗真诚的心。有了心地清净的基础，才可能从这些德化中吸收好东西，否则也有可能长成一个“假道学”。这个词你们熟悉吧？“假道学”——满口仁义道德，实际上不堪忍言。这就是问题。

前面（“栖守道德”一则）讲了一个正面例子，后面（“心地清净”一则）再隐晦地点一个反面的例子，我们正反都要有所觉知。在“立品”上，一方面有决定的意乐；另外一方面要知道做出哪些正确因缘，不要出现差错。这一则故事就简单这样讲，大家有一个认识把握就好。

《菜根禅话》05·交流探讨

【心地不清净，就不能读书学古了吗？】

学员：师父！其实我觉得最难的是，怎么才能让心地清净呢？这社会这么浮躁，信息这么多。他说心地清净了才可以读书学古，那心地清静不下来就不用读书学古了呗？

法师：他说这个是要有一个正确发心的意思。怎么去正确发心呢？格物致知啊！什么叫格物啊？有一些宋以后的儒家，说格物是什么呢？比如说格这个演示笔，我盯着它看，我格它，格个几天几夜，格到吐血；这个不是格

物。格物是格挡物欲的意思，就是摒除物欲的干扰；一个人能够做这个功夫，他内心中清净的善法就容易显发——“格物致知，诚意正心”。《大学》不是说得很明确嘛，这是儒家的修养功夫，有它一个系列的次第，《大学》讲的次第有儒家修养的次第。

当然，如果从佛法来说，更有它的次第。为什么？你们有没有受五戒的？有吧？持戒的人会有什么感觉呢？当你真的从行为上绝对戒断这件事，它就会反过来影响你内心的抉择，你们有体会吗？（学员：有！）

这是什么意思呢？有没有科学根据呢？讲讲科学根据。在心理学里，有一个行为主义的学派，他们讲什么呢？这个人行为模式发生改变了，那么他内心就面临两种可能，一种可能是发生与行为模式相一致的调试，这句话听清了吗？行为一直都是离染的、清净的，也会导致他内心越来越清净。这一点，你要是不相信，你回去受五戒看一看。严持五戒三年，要是没有变化，你来找我，我包退包换。这是从修行次第上说。什么呢？你通过这样的持戒清静，来让自己的身心慢慢清静下来。

更重要的是，在佛法中的修行，次第是非常细腻的。它能够知道我们心不清净之所以有种种问题，是因为在我们认知的底层就发生了问题，所以他要从识见上——就是见识上、明见上、智慧上下手。从我们认知错误这儿开始把关，从这儿开始转变。这样细腻的功夫，一系列做下来，包括止观的修习，这是相当于“养性”的功夫，从而培养出一颗非常稳定、强大而清净的心，那这个时候就无往而不利了——可以用之以修身，亦可用之以济物；可以用之以齐家，亦可用之以安邦治国。你接着向下说。

学员：因为现在这个社会很纷纷扰扰，但是我觉得对一般人来说，有一点点欲望，也是可以理解的。

法师：他这个“心地清净”啊，不是指的完全离欲。大家对于道德的标准都很高，我听了很高兴。但是不要一步就想迈出那么高的台阶，容易闪腰，一步一步来。特别是佛法的修行，特别讲究先后的次第，彼此前后的因缘。

佛法最了不起的智慧就是“缘起”——“诸法因缘生”；“此有故彼有，此无故彼无；此生故彼生，此灭故彼灭”。你要想现起那样的法，你需要这

样的法做基础；你想再前进一步，那你要具足这个。这样一步一个台阶，一步一个台阶，最后就能够达到最终极的圆满。它是完全“落地”的，可实践的。

可不像过去一些文人，风花月的渲染那样，只是听起来很美，是高级鸡汤文。佛法跟鸡汤最不一样的地方就是，它可以把每一点都落实到当下的身心。用大家熟悉的话说，每一点都可以“落地”，都告诉你“实操”——实际操作可以怎么做？原理是什么？这个原理指导下的实际操作又是什么？步步踏稳行得远。

学员：师父！我是想说，实际上它这句话说的观点是不太对了。像您刚才说的持戒，它是事入嘛；然后你读佛经，读那个学古读书，实际上是理入啊，也就是师父您刚才说的“识见”的功夫，也可以达到清静内心的目的啊。

法师：那是因为儒家的书啊，很多只“谈其应然”——也就是谈你应该怎么做，而不告诉你为什么这样做——儒家书还有很多没有告诉你怎么细密长养的功夫，知道吗？这是谈儒家的书。我说的是佛法能够在这一点上做得更好，我只是没有这样明确的比较。因为这话听着呢，不一定谁都高兴听，所以我刚才讲得稍隐晦了一点，但是你逼着我一定要说明白。

《菜根禅话》06·养性·慎欲进德

这是我们第二次在“素为天”这个优雅的环境里，非常浓郁的中国传统文化的气息和佛法氛围中，一起来学习《菜根谭》，并且以《菜根谭》为桥梁触碰一些佛法的智慧。我们学习的主题叫做《菜根禅话》，是“觉林”所发起的一个公益文化活动。

上一次我们对于《菜根谭》这部书以及作者，还有它相关的一些内容做了一些介绍。也跟大家说，对于这一部《菜根谭》，三百多则清言体的文字，从四类内容来把握，分别是立德（或者叫立品）、养性、明见和善权。这几部分内容并不是明刻本的《菜根谭》本身就这样分的，明刻本的《菜根谭》分为前集、后集，分别是 222 则和 134 则，它并没有一个内容的分类。

这个分类是我做的一点尝试，为的是我们大家共同来学习的时候有一个

品类的把握。并且这些品类之间有一个内在的联系：以“立品”作为最初步的基础；想要把这个“品”立起来，这个人要有“养性”的功夫——修身养性的功夫；修身养性，又是通过他正确的认识做指导来进行的。所以前面三个部分依次是立品、养性和明见（明达的“明”，见识的“见”）。最后一个部分——“善权”，是在前面立品、养性、明见的基础上，有了这样的智慧、修养和品德，在纷繁复杂的人世中如何来方便善巧地运用它（所谓的“善权”，善巧的“善”，通权达变的“权”）。这是上一次跟大家就整个《菜根谭》的内容做的一些分别，也引了《菜根谭》里面的一句话来说明，就《菜根谭》自身内容来把握的话，它里边也可以支撑这样一种分判。

因为这个课程我们时间有限，不可能逐则地去学习，所以只能是选举一点，我们共参法味。更多地、细致地乃至逐条地学习，可能有赖于大家自己花功夫来做。在具体内容的学习上，上一次选了两则，对于“立品”，我们共同有所涉猎，特别是讲到了“栖守道德”，在那里多少有所发挥，我想上一次有来的法友应该还有印象。

这一次我们开始进入第二个部分“养性”相关的内容。“养性”这部分内容主要在讲什么呢？主要在讲修身养性的内容，主要就是涵养的功夫、修养的功夫。这一点，我们今天的人尤其需要。“尤其需要”的意思呢，也就包含着另外一种必然的前提，就是尤其缺乏。

有时候我跟一些法友会聊这样一个话题：我们每个人都很讲卫生，今天的生活条件也比从前好，所以大家的个人卫生比较注意，一天洗好几次手。天气热的时候呢，也许一天要洗一次澡甚至几次澡。那好了，我就插问一个问题：“我们多久洗一次心呢？”有听清吗？“法师！您再重说一遍，您说洗啥？”我说洗心，“我们多久洗一次心呢？”觉得这个问题挺深奥。

“咋洗啊？”用智慧和道德洗。这个“智慧”，又不是$E=mc^2$的智慧，那个洗不了心，那个能用炸弹“洗”地。洗心要靠什么智慧？要靠怎样的道德修养？这就是我们在这一品里、这一个内容里，能够领略到的。

不能说我是一个很讲究的人，我吃东西之前必定洗手，每天入睡之前必定洗澡，然后我人到中年，你问我如何洗心，我很茫然。这说明我们这个讲

究都在外边了，都是做的表面功夫，没有讲究到里面去。中国古时候的文化和中国古时的教育，是有德化的理想，有道德教化的理想，所以中国古时候这些君子们怎么说呢？“吾日三省吾身”，是吗？什么意思啊？我一天不知道多少次地来洗这个心，就跟我们讲究的人一天洗好多次手是类似的。

今天我们尤其需要，反过来也说明我们可能也特别欠缺，所以我们一起在这个上来做一点学习。

《养性》里的第一则，我给起的名字叫“慎欲进德”。文说：

欲路上事，
毋乐其便而姑为染指，
一染指便深入万仞；
理路上事，
无惮其难而稍为退步，
一退步便远隔千山。

这里用“慎欲进德”来概括这一则话的主要意趣，可以看到这一则主要分上下两个部分。上半部分主要是说，在欲望这条相关的道路上，要多加谨慎。不要对那些看似很方便的情况就轻易地下手，“染指”的意思嘛，总是指的非分的利益。真正属于自己应有的收入用不到“染指”这个词，它总是指的非分的利益，才谈得上“染指”。

“欲路上事”。我们一般的大众怎么来理解这个“欲”呢？饮食、男女、财产、名利，主要就是这些。佛法说到欲望的时候呢，有一个词叫“五欲”。五欲是指的什么呢？因为我们一般民众对于佛法的知识可能不太够，这跟我们国民教育中缺乏必要的宗教教育有关系。一般有一点佛法知识的人，会说五欲是财、色、名、食、睡。这已经很不错了，因为可能很多人连财、色、名、食、睡也不一定说得出来。但实际上，佛法里的五欲讲的是色、声、香、味、触。

就这一则内容来说，可能把五欲说成是财、色、名、食、睡更好理解，指的是很具体的事相的分类；色、声、香、味、触，一般人觉得好像不太具体。但是你要说哪一个收摄得完整呢？财、色、名、食、睡只是说了几类具

体的情况，实际上收摄得并不完全。比如这个孩子沉迷电子游戏，你说他沉迷于财、色、名、食、睡的什么呢？一个都不是，那他难道就没有沉迷于欲望吗？

色、声、香、味、触，为什么收摄得更广呢？我想请问大家：你通过感官对外缘取，有没有超出了色、声、香、味、触的情况，有没有？我们对于生命缺少反观，缺少足够深刻的认识，这就是我们不具备洗涤心灵的智慧的表现。现在这个问题：我们通过眼、耳、鼻、舌、身这些感官，接触外境乃至贪着外境，那你所接触的外境、贪着的外境，有没有超过于色、声、香、味、触之外？

应该说没有。这个孩子迷恋电子游戏，你用财、色、名、食、睡不太好收进去，你用色、声、香、味、触很好收。落在哪两个里呢？就今天游戏的方式来说，落在“色”与“声”中，对不对？他就是逐色、逐声嘛！如果他玩的是有利反馈的这些设备，可能还要加上一个“触”。那随着电脑外设的进步，可能还会有更多。不过在今天来说，多数情况下，他就是缘这样的“色”和“声”，然后内心构建很多东西，造成内心复杂的感受和成瘾的情况。

学员：法师！我有个问题，实际上应该是六尘啊——色、声、香、味、触、法啊，比如说小孩玩电子游戏，实际上是电子游戏里面有个内部的机制，能满足他心里面那个成就的欲望，这应该属于法尘吧？

法师：这就是我刚才措词中说，你眼、耳、鼻、舌、身这些感官缘取外部的世界、缘取外部的境界，有没有超过色、声、香、味、触。我是这样说吗？

学员：是。

法师：这个“法”指的是什么呢？

学员：“法”指的是意识活动。

法师：那是外部世界吗？

学员：不是外部世界。

法师：是！所以我刚才的措辞，把这个情况收进去了。

问题比较好！实际上呢，他是接受这样色、声、香、味、触，然后通过自己识的活动，形成种种颠倒想，然后在这样的想上起贪、起嗔，自己又捏合出来一个自我的意象——“我获得利益”“我受到威胁”等等一系列复杂的反应，身心的交互，慢慢地形成成瘾机制。这是后面说广了是如此。

但是他为什么非要打开机器来玩？你告诉我为什么？为什么停了电，或者这个电脑被家里给没收了甚至砸了，他会像疯了一样。你们没有见过吧，我听说过个别情况。有一个家长看孩子玩这个游戏太上瘾了，家长上火了，把那个笔记本抢过来往地上一摔，孩子当时就进入了一种特别狂躁不安的状态，就跳起来了，就好像心爱的东西被彻底摧毁了一样，但是又不能对家长做暴力攻击，然后真就像热锅蚂蚁一样极为焦躁不安地在地上转来转去，是吗？他是跟外界的色、声获取有密切关系，当然这后面有一些复杂的机制，涉及到他内心的活动，要不然也不需要一定的智慧能力才能玩，对吧。

这是就“欲”，我们来做一些观察。如果不做一些细致观察的话，看不清自己是欲望的奴隶。如果想要看清欲望，仅仅是财、色、名、食、睡这样具体事类的分别，收摄得不够广泛。如果想用简单的分类方法收摄完全的话，佛法中色、声、香、味、触这五欲的划分，应该更恰当。

我从前在别的场合也说过，我们一般的大众，对于一些佛教文化，包括佛法里的智慧，还是很有必要多了解一点：一方面是必要的文化修养，另外一方面对于认清自己、认清他人很有帮助。我曾经听一位做佛教网站的，也算是干事业的人，谈过他跟一个著名高校的一位教授在一起。那位教授知道他在做佛教网站，为了显示自己对佛教不是完全陌生，也表示对他的工作有一定认可，就聊聊佛教话题。聊什么呢？聊“四大”，说：“佛教里说‘四大’，是不是指的酒、色、财、气啊？”（本来此处应该有笑声，此处没笑声说明大家认同这件事。“四大”指的是地、水、火、风。）所以那位做佛教网站的，听了这个之后，觉得自己的网站更要好好做了，太有必要了。

“欲路上事，毋乐其便而姑为染指”，不要觉得这件事情很便利很方便，就轻易地获得非分的利益，因为“一染指便深入万仞”，很多事情你粘了手之后就不那么简单了。

人，在面临这些非分利益的诱惑的时候，总是把事情向好的方向去想，总想着自己在获得它之后可能的利益，然后刻意地忽略或者安慰自己可能发生的衰损——这个不会，或者这个没那么倒霉；或者大家都这样，我这又算什么——说服自己。但是等到真的粘了手，就由不得自己了。我想这样的情况，这些年我们也看了不少，不需要去举具体的例子；那古往今来这样的事情实在是多，多少人就为了财色名利把自己搭了进去，还有搞得家破人亡的。

弘一大师在他辑的《寒笳集》（《寒笳集》是他从蔼益大师《灵峰宗论》里辑的一些文句）里特意把更有律理的一个偈颂写了下来，叫做“名誉及利养，愚人所爱乐，能损害善法，如剑斩人头。”我想这样震聩发聋的话，这些年我们大概听得少了。不管是平面媒体还是新兴的媒体，大家反反复复地都在说什么涨了什么跌了，而没有看到这些可能给人带来的戕害，特别是非分的利益——“欲路上事，毋乐其便而姑为染指，一染指便深入万仞。”

相应的，“理路上事，无惮其难而稍为退步，一退步便远隔千山。”什么叫“理路上事”呢？向于道德的清净，向于智慧的发展，这是理路上的事。这些是要付出努力的，尤其是它是跟人的随顺欲贪的习性形成一种“拔河”的情况。越是在开始，这种“拔河”的现象越明显。所以在这样一些讲究道德讲堂上，大家容易发生一个事情，就容易犯困，麻将桌上不会。在麻将桌上可以倒下，不可能睡下，是吗？但是我们作为人，是有人的不一样的，是有人的高明、人的光辉的，这些恰恰在道德和智慧上表现出来我们跟动物的不一样，我们跟其他有情的不同。

理路上的事，向于道德、真理、智慧的道路，再怎么难，再怎么难，也是要向前进的，这就需要一点钢骨。前中国佛教协会会长赵朴初先生，他曾经去过广化寺，在八九十年代分别去过两次，这两次都有留诗，在第二次去留的诗里，有这样一句话，叫做：“律己其志刚，接物其气柔。”对于自己的自律，这种意志是非常的决定而且有力量，这叫“律己其志刚”；“接物其气柔”，待人接物如春风拂面。这一刚一柔是对的，恰恰是一个有修养有智慧的人应该表现的风范。

我们很多人反过来，对待自己的烦恼如春天一般的温暖——要不咱们再来点？那就再来点；再睡五块钱的？再睡十分钟，然后半个小时过去了。对

待别人呢，总是做自己情绪的奴隶，也不是没有春风和气的时候，那等我心情好，心情不好，算你倒霉。

但有修养的人不一样，“律己其志钢，接物其气柔。”这个“接物”指的是待人接物，这个“物”也是指的人。就算这件事再怎么难，但是它是有意义的事，真正有价值的事，所以多难也要进行到底；那贪便宜、空得其名这种事，再怎么容易，没我什么事。对于有这样修养的人，甚至黄袍加身，他都跑。不要以为这个黄袍加了我身，天底下除了我，没人能挑得起来了，有的是人盯着那个位置——眼热，是不是啊？还是他自己想干，要不然后来怎么“杯酒释兵权”了？加我一回就够了，你们谁也不要再加了。我说的赵匡胤这一段事情。

像这几句话，意思不难明确，难的是，我们能不能够真的如这话里所透露出来的，给自己划清明确的行与不行。这些欲路上的事情，我就是放松不得，就是不能贪便宜，就是不能够图舒服；这些进德修业的事，智慧德行上的努力，再怎么难，半步不退。就像玄奘大师，“宁向西行一步死，不向东回半步生。”他的志向就在那，他也知道自己应该去完成的事情，就算死在前面的戈壁滩上，也不往后退，要有这样的精神。

这是“慎欲进德”这一则跟大家的一些共勉。

《菜根禅话》07·养性·转欲从理

接下来一则，谈的是“转欲从理”：

念头起处，

才觉向欲路上去，便挽从理路上来。

一起便觉，一觉便转，

此是转祸为福，起死回生的关头，

切莫轻易放过。

这跟上一则是有一定的关联性的。上一则是说的取向，我到底应该取何舍何，应该在欲路上谨慎，而在德业上精进——“慎欲进德”；那现在说的，是一些具体的用心处。

我们这一颗心只要清醒着，不是在这样的状态里，就是在那样的状态里；不是在向着善的活动，就是向着不善的活动，或者是中间的状态。看看自己的念头，到底起向何处？发现它去随逐这些不义的东西，马上就把它给“挽”回来，挽向道德，挽向智慧；这是很切实的功夫。我们很多有一点文化的人，能够夸夸其谈，能够说得很漂亮，但是如果没有这个用心功夫啊，那些文化也就只能换点钱花；就算是能骗人，也骗不了自己。

念念起动，向于何处？如果连这个观察也没有，应该说这个人还没有真正修行的用功。真正修行用功，必然要对起心动念有觉知、有觉照、有抉择，要不然谈不上修行。这是很踏实的修行，“一起便觉，一觉便转”，发现这个念头起动，向于恶不善法，随顺欲贪，随顺烦恼，马上就停止它，马上就改转它。发现越早，越好调整。做过这样功夫的人应该都知道，对于已经现起的烦恼，在什么时候最容易调伏它？答：在它刚刚现起的时候。

打一个比方呢，就是一棵小树苗，刚刚从种子钻出土，这么一个小芽儿的状态。轻轻一捻，它就被捻坏了。你如果放任它让它长，甚至反过来又施肥又浇水，还给晒太阳，让它长成合抱粗细。这个时候要想除去它，就得电锯、斧头，还要搞半天。烦恼也是这样，发现它就调伏它，就摧灭它；和明明知道它是烦恼，还陪着它玩，陪着它跑，把它壮大到实在没有办法了，才想去对付它——这两个天壤之别，不仅难度是天壤之别，在聪明与否上也是天壤之别。

什么是在人生智慧上的真正聪明人呢？发现这些恶不善法，坚决不跟从，刚发现就消灭，这叫聪明。什么叫人生智慧上的愚笨人呢？发现了这些烦恼、恶不善法，找各种借口给自己开绿灯，陪着它不断地壮大、壮大、壮大……，最后把自己都给放倒了。不管他外在表现的智商高低，专业业务能力水平如何，他如果放纵烦恼，随顺恶不善法，他在人生智慧上的这张卷子已经不及格，而且肯定要受它的衰损之害，就算这一生侥幸，后世也不吉祥。

所以后面说：“一起便觉，一觉便转，此是转祸为福，起死回生的关头。”如果能够“一起便觉”，当下转意——看起来转变的是一个念头和内心的方向，实际上转变的是自己未来祸福的际遇，大家同意吗？（学员：同意！）这些年我们看了很多事情了，对吧？可能这话要是早十年说，大家还不这样

心有戚戚。

我们当下虽然转的是一个念头，实际上转的是自己人生的祸福。中国有句话说：“飓风起于青萍之末。”很大的“风”，可能从一个很小的事情肇始的。人生后来的大祸大福，作为结果呈现是非常震动性的、震撼性的，对一个人的一生是有决定性意义的，但是他的开始可能就是一念的差别，有多少人说：“就是当初那一念。如果当时这一念是这样，不就没有后边这些事嘛。”

“此是转祸为福，起死回生的关头，切莫轻易放过。”这是说的“转欲从理”，不要跟从恶不善法，不要跟从欲贪烦恼，而要真正的随顺道德和生命的智慧来抉择、来努力。

上一则相当于说主要是抉择，到底是欲路还是理路，到底是欲、恶不善法还是智慧与道德，这是一个方向性的抉择；这一条其实是在说一些很细致的、很扎实的功夫。这两则请大家放在一起，来帮助自己的身心，来帮助自己人生的道路。这两则的功夫真的做到，那修养中一些大是大非的问题，就能够基本把握得到。

这个为什么放在最开始，而且花这么多口舌呢？就是因为我们谁也不想自己遭遇厄难，那么我们就要在因上来把握它。这两则都是在谈因上的抉择、因上的功夫，这才是正确的人生努力。

《菜根禅话》08·养性·不贪为宝

接下来一则与上面还是相关联，叫做“不贪为宝”。文说：

人只一念贪私，便
销刚为柔，塞智为昏，
变恩为惨，染洁为污，
坏了一生人品。
故古人以不贪为宝，
所以度越一世。

这是说，人就是因为一念心贪染，随顺于欲路，随顺于恶不善法，便利令智昏啊。于是本来堂堂正正一个人，变得任人家拿捏，捏扁搓圆，“销刚为柔”。用老百姓的话说，他理也不直了，气也不壮了，就得听人家的拿捏了。

“塞智为昏”。这个也听到一些感慨：“某某，那么聪明一个人，怎么也栽进去了呢？”聪明不假，他整体的智商情况可能很高，业务能力也强，待人接物也相当有水平，但是在这一念心的答卷上没及格。就在那一念上，他就“塞智为昏”。就因为这一念贪私，“塞智为昏”，常说一个词叫利令智昏，对吗？

为什么利令智昏？这个利现前，内心生起这里所说的“贪私”，然后他的内心就进入了一种简单、单调的死循环，叫做：“这样很好，这样很好，这样很好……。”是吗？那么多智慧都用不上了，那一刻他是没有智慧的，所以那一个刻他进入了跟智慧相对的状态，是昏扰的，因为他的智慧门已经被这种利欲、贪私给堵塞了。

“变恩为惨”。“恩”是指的有恩惠。本来这个人对于其他人可能是很好的，因为一念贪私心就变得狠毒了。这个“惨”不是形容他的境况，而是形容他的心。“惨”有狠毒的意思，像我们常说的一个词叫“惨无人道”，不是说他被揍得很厉害，已经看不出来他是谁了，而是说他内心特别狠毒，简直就不像人，所以这个“惨”是有狠毒的意思。一个人被这些名利蔽心的时候，他是可能变得狠毒的。本来挺好一个人，挺和气一个人，那个时候就像换了一个人，可能特别地狠毒，下得去手。

“染洁为污”。本来是一个道德挺好的人，大家甚至还钦佩的人，那一念没有转过去，那一个门槛没有迈过去，这一生就是另外一种评价了。

这里说的：“人只一念贪私，便销刚为柔，塞智为昏，变恩为惨，染洁为污。”我们总说以发展的眼光看问题，以发展的眼光看人。这也是以发展的眼光看人啊。不是说这个人天生就怎么样地坏，怎么样的不好，他就是在这一念上没有把握好，答卷没及格，所以就出现了这样的情况——“坏了一生人品”。

为什么这一件事情能坏一生人品呢？我们如果把这个人一生做一个总的评价的话，肯定要看其大端，看他主要的情况、主要的特点。他对人类社会主要的贡献，是正面的、负面的？他的品德，总体上来看、大节上来看，是洁白的还是染污的？可能这“一念贪私”，就“坏了一生人品”。

这个人临事的时候，他会怎么想呢？他不会想“这一件事或者当下这一念就可能坏我一生人品”，他总是麻痹自己——“这个没什么”，后面的理由有很多——“我又不是下手最狠的那个人，我这已经不算什么……”，或者是“可能现在还不至于怎么怎么样吧”，总之能给自己找来很多理由。他如果真的想到“我要这么干呢，就是坏了我一生人品”，甚至于说想一想“我的爸爸、我的妈妈从前跟我怎么说的，我如果这样的话，有一天事发了，让他们怎么做人”。如果这样想一想，这个人不管是为了不让家门蒙羞，不让父母劳心挂念或者是怎样，他很容易做出正确选择。但人在那时候呢，不一定这样想；真这样想的，可能也就迈不出去那一步。

“故古人以不贪为宝，所以度越一世”。这里是有一个典故的，《左传》里的事情。讲有一个人要送一块玉给子罕，还跟子罕说：“这块玉好啊！”子罕说：“我不好玉，玉对于我来说算不上宝，对于我来说真正是宝的是——不贪。”（这个献玉给子罕的人据说是宋人。大家知道，那个时候呢，宋人比较惨。凡是这种角色的，一般都被指成宋人，就跟今天有一些地域攻击一样的。）这个献玉的人跟他说：“你自己不把它当回事没关系啊，懂玉的人是会把它当成宝贝的，所以你收下吧。”子罕说：“我不要！我要是要了你这块玉，觉得它是个宝，贪图它，那我不就失了我自己本来不贪那个宝吗？看你又觉得这块玉这么好，你给了我，你也失去了这个宝啊！”换句话说，如果我接受它，咱俩宝就都没了，你也失去了你的宝，我也失去了我的宝，我们还是各自保守各自的宝吧。拒绝也是有学问的啊，这样拒绝可能不是太生硬，是吧！

“故古人以不贪为宝，所以度越一世。”这个“度越一世”不是说一辈子平平安安，没出大事，而是说它能够超越这世上绝大多数人。因为世界上很多人，甚至说大多数人，还是没有办法超越这个，还是以贪为宝，“韩信点兵——多多益善”。不是！这件事情要再思量，所以这里说“不贪为宝”。

跟前面还是有关系，这里特别地把这个变化的关窍——就这一念的差别，它能够给人带来的变化和前后的不同，给特别轻地点出来，而且说明“不贪为宝”是修身养性的人应该留意处。

《菜根禅话》09·养性·砥砺进德

这一则叫做“砥砺进德”，文说：

耳中常闻逆耳之言，
心中常有拂心之事，
才是进德修行的砥石。
若言言悦耳，事事快心，
便把此生埋在鸩毒中矣。

这是把“进德修业”当作人生重要事的人，他的实践、他的认识、他的见解和他的态度，是比较不一样的。一般人希望这一生顺风顺水，事事都顺心。遇到的呢，最好都是好人；听到的呢，都是好话。愿这个世界温柔待我，都是希望这样。愿你被世界温柔相待。

实际上呢，人的情况恰恰是，如果一直在温水中，慢慢地就被煮熟了。如果“言言悦耳，事事快心”，他就不知道北在哪里，也可能不知道自己是谁，更不知道自己的边界在哪。

人不知道自己边界在哪，什么意思呢？我们每一个人都是现实因缘支撑的。这句话反过来说就是，我们每一个人都是被现实因缘限定的，同意吗？但是“言言悦耳，事事快心”，就是说人人都说好话给他听，什么事都顺着他。这个人会不会有错觉？他觉得天老大、他老二，会自我膨胀，会看不清自己是被哪些因缘限定，会看不清自己的边界，然后就出事儿了。所以有见识的人，不求事事顺心，也不求言言悦耳。

佛教里还有这样一个故事，说的是一个印度的大德被请到一个地方去，因为他比较知名，所以周围的信众啊乃至王公大臣啊，都很尊重他。佛教徒的尊重，你们看到过吗？问讯——这都是很常态的小礼；见面还要顶礼，还要种种恭敬承事等等。都这样恭敬，如果这个人内心不清晰，你觉得呢？所

以这位大德做了一件后人很称道的事。出家人、比丘有一定的腊数，他是可以蓄沙弥、蓄徒众的。从师长和弟子之间的伦次来说，弟子是要承事师长的，就相当于侍者。他选的这个侍者是个什么样的人呢？脾气特别不好的人。倒不是这个侍者对他没好心，只是他脾气太不好，又没有什么修行，常常说一些不悦耳的话。那么多人愿意拥戴他，他为什么选这样的侍者呢？就是要修炼自己的忍辱。“人人都恭敬我，没有恶逆言语，我这个修行就耽误了。”特意选了这样一个比较粗糙、性子不好的人做侍者，每一天给自己提供一点对境，来受用受用法的调伏。

如何？跟一般人的想法不一样，是吗？一般的领导呢——“这个人用得不顺手，说话怎么总呛着我”？

这是有见识的人的一种表现，他不求事事顺心。首先那基本不可能——可能吗？不太可能。顺风顺水十几年，已经差不多到头了。所以过去有一句话叫做“不如意事十八九”，更可悲的是下一句话，“可与人言无二三”。十件事里有八九件是不顺心的，但是能够跟别人说得出来的不到两三件。剩下的呢，只好自己消化；消化不了呢，那就憋出内伤了。

前两天有两位搞心理咨询的到我那儿去，说：“法师！您觉得我们这个行业未来怎么样？”我很少预测行业的，那天我马上就回答：“一定会很好！市场在那摆着呢。”当然，我是希望这个行业彻底萧条下去，大家都改行才好，没有市场需求才好。好，这是说“砥砺进德”的意思。

《菜根禅话》10·养性·反己向善

下一则讲的是“反己向善”，什么意思呢？文说：

反己者，触事皆成药石；

尤人者，动念即是戈矛。

一以辟众善之路，

一以浚诸恶之源，

相去霄壤矣。

“反己”指的是遇事常常要反省、检点自己。大家熟悉《孟子》里的一

句话：“行有不得，反求诸己。”“反己者，触事皆成药石”，能够常常反思自己、反观自己，觉察觉照自己起心动念、言语行为，这样，他遇到的顺境、逆境对他都会有所帮助。

修行人只追求顺境吗？非也。修行人只追求逆境吗？非也。那修行人追求什么境界？什么也不追求。也不是一味地逆来顺受，顺来还顺受，而是“苦乐从缘，心无增减”，这是他的修行。

“反己”，应该常常地对于自己内心有所检点、有所发现，这要养成观心的习惯。事情顺利了，不要被顺利的事情这个结果给蒙蔽了，还是要开一个内部的检讨会——在这件事情上，我发心怎么样，中间这个心运作怎么样，话说得怎么样，事情合不合当、周不周到等等。这样呢，也没有因为事情顺利了就飘飘然，就大而化之地打了一个“√”，沾沾自喜去了。事情不顺利，比较坎坷，可能也会反过来看一看——在这件事情上，我在因缘准备上、推动上做了哪些，合适不合适，还需要做哪些；在自己的发心上、自己心的运作上、语言行为跟人打交道上，所思所想合不合当、适不适宜、得不得体。

说：“这样活着多累啊！”宠物猪的活法不累，我们干吗？这不是累，这是我们作为人特有的条件——能够知善知恶，也能够抉择自己去从善还是作恶，这是我们人难得的好条件。你让一只老虎在丛林里吃素，可能吗？不要说老虎，你看看家里养的小猫，吃得饱饱的，还要去抓蝴蝶——把杀生当娱乐。你怎么跟它说？“我教导你，你不好换样东西玩吗？给你准备那么多玩具不抓，抓蝴蝶干嘛？”这个道理基本讲不通。

我们生而为人，有这样抉择能力而不抉择。这个懒惰可不吉祥，这个懒惰终会有以我们失去这种抉择能力为代价的结果出现。那个时候可真叫天随人愿，“求仁得仁，又何怨乎”？

人该精进的时候，要能够发起精进，特别在善恶、是非上，在自己如何正确地运作身语意上，偷不得懒，不要不动脑。人成熟的一个标志，就是变得不任性，对吗？这恰恰是智慧成熟的一个表现。始终任性，说明智慧不成熟。而有一些人呢，又以能够任性地过活，作为自己的理想。你就算想任性的过活，也要做足修养功夫，做到“从心所欲而不逾矩”，那再任性还可以，

那个任性没有恶劣后果。没有这个修养之前就想任性，那是用一个偷懒来换一个自己没有办法承受的痛；并不聪明，也不值得鼓励。

道德的约束、智慧的抉择，说得简单一点，就跟上车系安全带一样。今天我们都知道了上车系安全带对自己好，是吗？再也不像刚刚有机动车的时候，大家都是以自行车的习惯去开机动车。上车扣上，总觉得给自己加了一个束缚，意识不到那是对自己负责、对自己好。可能总是要有自己或者别人血的教训放在那，真的意识到了，才可能有所改变。这是说“反己者”，他能够“触事皆成药石”。

与之对立的情况，叫做“尤人者”。凡是单纯地向外找原因，这件事没办成，就怨某某，要不然就埋怨这个时代，“我什么都没有赶上好时候，当年他们上大学都不交学费，为什么到我这时候交这么多。”那你不说当年上大学吃饭还在拿粮票呢，男生还不一定吃得饱呢，是不是？“尤人者”，这是指的凡事愿意把原因推给别人、推给外界。这样的人呢，“动念即是戈矛”。为什么叫“动念即是戈矛”？他一想都是烦恼——是某某某某，又怎么怎么样，这件事就怨什么什么……。自己这样的起心动念，都是不断地增长内心中的烦恼，恶不善法。这里恶不善法、烦恼法就是“戈矛”的意思，跟前面形成明确的反差。

我们在自己家庭生活也好，工作环境也好，社交的圈子也好，你喜欢哪一类人呢？你喜欢一个负能量满满，成天向外边迸射的人呢？还是喜欢凡事比较谦虚，比较有容人之量，常常从反省自己出发的人呢？我想这个，多数人的选择应该是一样的：谁也不想跟这样的人共事，一有事情他就往外找原因、推责任，要是你是唯一跟他共事的或者是在一起的，那就永远是你的问题——谁会欢喜呢？我们当然不会欢喜。推己及人，我做这样的人，会受欢迎吗？我会得到什么好的回馈吗？

我们真懂了这些，那自己选择应该怎么做，一点也不难。怕就怕我们太忙了，忙着去发微信晒朋友圈，没有时间来反思。大家不是开玩笑说嘛，出去吃一顿饭，要不晒一下，这个饭都没吃好。从前大家一起吃饭，第一件事都是念什么祝愿词，现在第一件事手机拿出来：“先别动，菜摆好！”我们对这种把人的心向外强烈地拉，而且系缚在外的生活方式，是要有所警惕的。

我不是一个反智主义者，也不是一个自然主义者。但是应该说这种把人的心一直向外拉——向外去寻求解决方案、向外去寻求安住——的生活方式，必然会使人忽略内心，忽略生命的完整性，忽略内在的建设，忽略生命中很重要的内核，而且那种向外的逻辑也是成问题的。向外能够解决生命的一切问题吗？能吗？简单地说，在我们人类的文明史上，可以说人类拥有的东西都有人曾经拥有过，但是没有一个人说：“我拥有了这个，就再也不烦恼。”有吗？没有！就是说这些外在的东西，拥有再多也不能导致内心没有烦恼。但是，这个人有了无漏智慧，他就没烦恼；可是那是内向的建设。

如果我们生活或者工作，离不开很多外向性的这种转向的话，一定要自己主动地多多做内向的转向。“流水不腐，户枢不蠹”，你这个门总是向外开，久了就不会向内开。佛法里有一个词叫“内门转”，你这扇门不要光会向外面开，向外去投射关注，还要会向内开，向内投射关注，这样才均衡。记住这个词，叫“内门转”。

这两个导致的道路明显就不一样。“一以辟众善之路”，凡事“反求诸己”，要看看我自己还应该怎样去增益自己的道德，深化、敏锐自己的智慧；这当然会增长智慧和道德，是一条向上的路。“一以浚诸恶之源”，另外一个呢，总是向外去寻找问题的根源，向外去寻找一切的解决方案。不是说不向外，但是你把这个原理就放在外边上，认为一切解决方案都在那里。这从原理上是错误的，所以他所指引的实践一定不完善，一定会出问题。这不是说他的方案不够完善的问题，而是他的原理是错的，这样的原理下指导的实践一定出问题。

就像有时候跟一些朋友聊天，谈这种比喻，人类在远古的时候，开始在大地上行走。大家想没想过啊？从直立行走的那个时候开始，实际上他面临的是更大的压强，意味着什么？更容易受伤。为了避免受伤，人们可以选择把这大地都铺上地毯，皮的、毛的，或者是铺上地板，对吧？这样就好了，这样就不受伤，但是可能吗？不要说在当年那个生产力情况下不可能，今天可能吗？不可能！所以在各个文明里，都不约而同地采用了另外一种解决方案。我包大地包不上，我反过来包脚不就得了吗？拿个东西把脚一裹，那就叫鞋，于是问题解决了。你觉得把大地都包上成本大呢，还是把脚包起来成本大呢？哪一个更容易，哪一个又在实际上可操作、能解决问题啊？

同样的情况，在我们内心受伤害的时候，不是同样发生吗？有的人认为，我内心受伤害是因为外边这个不如意造成的，所以改！改了之后还不如意，继续改！生命在于折腾嘛。但是就算一时如意了，事物会变化的——不是外境变了，就是自己的心变了，所以到头来还是不满意。那是因为那种方向就错了，那本质上就是想寻求外境一切如意。这从原理上可能吗？不可能，这从原理上就跟想把大地都包上一样。大地或者容许能够都被包上，外境没有办法完全如意。想通过让外境完全如我意，来达到心安理得、事事畅快——不可能！所以这里要采取的策略是，先让自己的心不受伤害。心怎么不受伤害？正确运作就不受伤害。

伤害你的，不是外境，而是自己内心之中的“戈矛”。你内心里没有“戈矛”，你一切处不受伤害。甚至肉体有痛苦，内心都没有痛苦；这是有特别修养的人能够做到的，作为我们人是可能的。佛法里有一个譬喻，叫做“第二支箭”，什么意思呢？一个人身上不小心被射中了一箭，痛苦不痛苦？痛苦，对吗？这是身苦。那他在受这个身苦的同时，他自己内心再不正确运作，起了很多愤恨、恼火等等这些烧煮他的心，他就叫做内心中了“第二支箭”。

这“第二支箭”已经是轻的了，我们大家还有一个癖好，那就不是“第二支箭”这个譬喻能够比喻的了。有什么癖好呢？这支箭射中我了，我当时也受“第二支箭”的伤了，之后你知道会怎么样吗？他会把这支箭拔下来，好好地装到盒里保存起来，没事拿出来给自己来几下，叫做痛得比你深，是不是呢？我们已经愚蠢得不是“第二支箭”所能够阻挡得了，每一次想起来都怒火中烧，每一次想起来都伤心欲绝，每一次想起来都惶惑不安，那支箭你准备保留到哪一年呢？我发现它使用寿命蛮长的，也不知道哪造的，绝对不是假冒伪劣。

不要作自我伤害，这是修行很重要的一点，会修行的人不自我伤害。当一个人真的彻底停止自我伤害的时候，你知道他会发现什么吗？他会发现自己不再受伤。

当一个人彻底地停止自我伤害之后，他会发现他不再受伤。神奇吗？“法师！您讲的有一些有道理，所以我不敢直接表达反对意见，但是这件事情我觉得挺悬”，有没有呢？谢谢你们的客气。我们说的受伤，肯定不是指的肉

体，对吗？再有修行的人，天上下刀子，没地方躲，也要受伤；他生病了去医院，刺（lá）开一刀还是有创口，对吗？大家谈的都不是肉体，而是他内心受不受伤害。

我想请问大家：你内心是怎么受伤害的？你有看清过内心是怎样受伤害的吗？开始进入免费心理咨询了，诸位！免费的！我希望这一次咨询之后，你就再也不用给别人交钱了。

你看清楚过自己是怎样被伤害的吗？举个例子，某人说我坏话、骂我或者在背后构陷我……，而对这样的情况，一般人都会不容忍、生气、恼火。这个时候，自己内心开始受伤害。那实际上是什么呢？是什么伤害了你的心呢？

我问大家一个简单的问题：别人能不能够直接伤你的心，其他人、其他有情、其他生命，能不能够直接伤你的心？（学员：不能！）要是能的话，仇人之间哪能那么费力啊！某某某惹了我——开始，拧一拧，把他的心做 720 度旋转，我就不信你不疼，用东北话说：“小样你。”发生了吗？没有！所以，大家对于仇人怎么办？打击他，让他财产上受损失，让他名誉上受损失，甚至让他眷属上受到伤害，实在不行就给他来个人身伤害，对不对？做这些费力的事情为什么？为了引发他心不正确运作，然后伤害自己，知道吗？这个人就是不受伤呢？这个人就是不受伤害，他就是无敌的啊，所以金庸先生在他一部小说里，最后用四个字概括叫做“仁者无敌”（不是“忍者神龟”那个“忍者”，是“仁义礼智信”的“仁”）。

你心正确运作，怎么可能会受伤呢？你仇敌所做的一切，已经说明了他伤害不了你，是吗？他伤不到你的心。所以，他要能去做的事情就是去做“周边服务”，通过对“周边产品”的深度开发，来希望打动你的心。不是“周边产品”直接伤你的心吧？还是自己的心把人家递过来的这把刀接过来，然后自己亲手捅在了心上，是吗？这是自己内心受伤害的根本原因，是自己在最后一步把这凶器拿起来伤害了自己；你真的停止了自我伤害，没有什么能够伤害你。

好了，心理咨询结束了！（众乐！掌声！）我希望对那天去拜访我的那

两位心理咨询师的生意没有造成冲击。

好，这两种情况：一个是“辟众善之路”，一个是“浚诸恶之源”。这实际天壤之别，“霄”指的是天，“壤”指的是土壤，就像天和地一样的差别。同样面对顺境逆境，这样内门转为主和外门转为主，两种策略的不同、战略的不同，就导致了不同的发展方向。但是事情不要绝对，我不是说只有内门转，更不是说只去穿鞋不要修路，但是你可以穿上鞋再去修路，对不对？又不受伤害又有效率，何乐而不为呢！要知道根本、先后、主次，这样就好。

《菜根禅话》11·养性·随遇自强

下一则叫做“随遇自强”，这话说得非常好，叫做：

天薄我以福，吾厚吾德以迓之；
天劳我以形，吾逸吾心以补之；
天厄我以遇，吾亨吾道以通之。
天且奈我何哉！

前面那一则不是怨天尤人吗？怨天尤人的，常常是怨老天——也不知道这个贼老天对我为什么就这么不公平，什么事情别人办起来都顺顺的，到我这就中午休息不办了，然后下午一个新政策来了，这个事就拖了。但是看看这里说的意趣：如果我的际遇显得不是那么有福，那我怎么办呢？怨天尤人吗？不是！我要迎上去。怎么迎上去？用什么方式迎上去？我厚培我的德行，来欢迎它。这是我过去善恶业所感的果报，我没什么好拒绝的——欠债还钱，天经地义。面对这样的一种非福的境界，我怎么做呢？我是培正确的因——“厚其德”，我用厚培福德的方式，来迎接际遇的捉弄。

“天劳我以形，吾逸吾心以补之。”就像大家说的，如果是劳碌命，事情很繁忙，一件事一件事特别地吃紧，这叫做“天劳我以形”。我遇到的这个情况就是这样的繁忙，那我要怎么办呢？成天愁眉苦脸，或者是向往着一场说走就走的旅行，甚至是一场说开始就开始的修行？就像我在一些禅修营跟一些营友说的，你get到这个新技能之后，回去你可以一言不合就打坐了。是这样吗？不是！

“吾逸吾心以补之”。尽管我碰上的情况一直是这样比较劳心费力的，

那有什么呢？我让我不管时间表怎么满，但是自己的心始终很悠然，不可以吗？这叫做“吾逸吾心以补之”。时间表可以非常满，一天排十六、七个小时，一件接一件，但是我可以修养我自己的心——事来则应，过去不留；我可以休养我自己的心——外边风狂雨骤，内里光风霁月；我可以修养我的心——荣辱是非、不动毫厘，得失成败、无忧于怀。

只是去做正确因缘，对果相全然平等地开放。我有什么好挂碍好纠结的呢，又有什么好患得患失的呢？不就是累一点嘛！你想你真的是一个肉体怕劳累的人吗？我们很多人不是。为什么？你闲着没事还要去跑步去打球呢？对不对啊？你如果真是一个单纯害怕身体劳累的人，跑步不累吗？打球不累吗？游泳不累吗？但是为什么你做完了，觉得很高兴啊，情绪还高昂啊，身体也放松啊？因为你那个时候，身虽然是劳动的，但是心是放松的，是不是啊？关键不在这儿嘛（法师手指向心）！关键在你的心，何必一直那样绷紧呢！

我还记得刚学骑自行车时候的一件事。因为我生长在一个山城，所以直到考大学出去之前都没有机会骑自行车，到大学才学的自行车，所以学自行车的事情记得很清楚。刚会骑自行车，恨不得把自行车的塑料把都攥出水来。绷得这么紧，效果怎么样呢？那么宽的道，道中间有块石头，远远看，“不要撞过去……”，然后我就知道，原来这是瞄准的咒语；甚至还有人家老阿婆买了菜过马路，“不要撞过去，不要撞过去……”，幸亏她拎的不是鸡蛋，要不然我穷学生还赔不起——这就是不正确的心能够干的事。那我们自行车骑成纯熟了呢，两个手离了把，不一样骑嘛！还是我，到后来在某个单位，一个下坡之后是一个九十度转弯，居然可以双手离把玩；当然，专业技能，切勿模仿，后果自负。

这是什么呢？都是骑自行车这件事，你可以活得很累，你也可以活得很轻松，在于你自己有没有善巧。“天劳我以形，吾逸吾心以补之。”

“天厄我以遇，吾亨吾道以通之。”我们中国古时候，很多人觉得是有一个操纵性的力量叫做“天”或者怎样。这里是随顺这种说法，倒不是说肯定有一个天的操控，我们就用一个人的际遇来说就好。我自己的际遇很坎坷，这叫“厄我以遇”。那怎么办呢？唉声叹气、意志消沉？什么叫“吾亨吾道”

啊？这个“亨”是指的畅通的意思，做动词用，我来让我的道通达。这个“道的通达”，不一定是在外境上的改变，因为有时候外境一时改变不了；他的道，是指生命圆满之道。我可能改变不了我的际遇，但是我随时都可以致力于生命的圆满，是吗？当我改善了这个，我生命的品质就发生了改变，而且生命的经验也就不一样。

“天且奈我何哉！”这际遇的顺逆、坎坷与否，又能怎么样我呢？我是顺境也安然，逆境也自在，天下大可去得。

《菜根禅话》12·养性·谦冲自守

下一则“谦冲自守”。这里的意思，我们今天的很多人尤其陌生。可能确实跟我们传统文化有隔阂，也有受外来一些文化的冲击。文说：

老来疾病，都是壮时招的；
衰后罪孽，都是盛时作的。
故持盈履满，
君子尤兢兢焉。

这个人到老了，有很多病都出来了。但是看看，很多时候人都问你“过去有没有吸烟史啊”等等这些。抽烟抽了三、四十年，老来气管、肺啊有问题，有什么好不满意的。自己造了三、四十年的因，最后承担一个结果，这有什么好奇怪呢？

“衰后罪孽，都是盛时作的。”什么叫“衰”呢？这个就不是指的身体的疾病了，上一个已经指身体疾病，这里是指的这个人地位的变化。他的仕途走了下坡路，或者已经失去了过去的位置，然后又被追究了一些刑事罪责。这种情况发生的时候，你看他有几个被追究的这个刑事罪责，是他下了位置之后干的呢？这叫“衰后罪孽，都是盛时作的”。人下来了，被追究了一些刑事罪责，但是那些事情都是自己在位的时候，比较“盛时”做的事情。

这里要说什么事，什么道理呢？前面两件事情大家都认同，道理就是后两句：“故持盈履满，君子尤兢兢焉。”“持盈履满”，端着满满一容器的

水，这叫“持盈”；“履满”，比如说雨季，河水已经到大地边了。“君子尤兢兢焉”，非常小心；我们前面引《论语》里曾子引的《诗经》里那句话，还记得吗？“战战兢兢，如临深渊，如履薄冰。”

“持盈履满”，这是中国传统文化特别要注意的事，跟今天人不一样。今天很多人，一旦到了“持盈履满”——正在壮时、正在盛时的时候，风光得意。我看我们房间的布置，有一个地方有一个小框，这两边各有两句诗，其中两句诗就叫做：“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花。”得意的时候是这种心态。但是，中国自古以来，很多经典中都特别注意这种状态，觉得会很容易发生问题，是要特别加以小心的。

《尚书》里怎么说？“满招损，谦受益。”这个容器里的水已经平沿了，这叫“满”。请问：它还能再增长吗？（学员：不能！）它唯一变化的方向就是损失，对不对？十五的月亮或者说十六的月亮，就是月相正圆时候，到了盈满之后，能停止变化吗？没有办法停止！那月相变化的唯一结果就是，月相有损失，对吗？“谦”不仅仅是说人的态度问题，还表示不满盈的意思。

“持盈履满”，《老子》里说：“持而盈之，不如其已。”你把这样一个本来就满满的容器再往上倒得那么满，还不如你停下来。为什么？你早晚要损失，你何必追求那个满盈呢？变化是必然的。除非你能够“看人生豪迈，大不了从头再来”，没有这个心态不好办。

“持盈履满”，这是非常值得警惕的地方。我们大家不管熟悉《易经》的、不熟悉《易经》的，通过武侠小说都知道“亢龙有悔”——乾卦的爻辞。到了那个程度，就是“有悔”。到了极致，事情不要追求“盈满”。如果经历这个状态，一定要特别地谨慎小心，自己在德行上、在抉择上，要特别地谨慎小心。

说到“持盈”，佛教里有一个故事：说到一个国王请了很多出家人在宫中受供养，就问到其中一位出家人，说：“你们出家人，包括很多都还是那么年轻，你又在我宫中受供养。我这些婇女、宫女们来来往往，包括她们唱歌、跳舞，你们不动心吗？”

“不动心。”

“这个事我不能相信，我也不能理解。”

“大王！你有没有死刑犯？”

“有。”

“你能不能借个死刑犯给我？但是咱先说好，他做完这个实验，做成功了，你得放过他。”

“那行。做什么试验呢？”

“叫个死刑犯来，跟他说：给你一个钵，里边注满油。现在这里边装的不是油，是你的命。怎么个意思呢？你端这个钵绕殿走一圈，洒一滴，你就不要等着以后再斩首，马上就拉出去，当时就砍头。要是一滴也没洒，恭喜你，你可以回家了。”

死刑犯在那个年代有人权吗？没人权，什么事情都得听人家的。好，拿一个钵，里面装着满满的油，绕着宫殿走一圈。这边呢，载歌载舞、声色犬马的生活。走了一圈，一滴也没洒。

然后这位出家人跟国王说：“大王！你把这个死刑犯叫过来，放他之前，我问他一个问题。”叫过来了，说：“你就要自由了，我能不能采访你一个问题？”

听到自由很高兴，这个时候不要说一个问题，多少个问题也回答了。当然这个问题不是“你幸福吗”这样的问题，而是：“你觉得刚才大王的这些宫女们的舞跳得好不好，歌唱得好不好？”

死刑犯说：“师父！我刚才光注意我的命了，你确定真有唱歌、跳舞这回事吗？”

知道什么意思了吧？“持盈履满，君子尤兢兢焉。”要有“谦冲自守”的修养。

好，时间关系，后边还有两三则的样子，今天我们就不再继续往下讲了。

《菜根禅话》13·交流讨论

可能也不太适合拿出大块的时间跟大家做问题交流，那我们就留一个问题的时间好吗？大家如果有问题可以提一下。好，请讲：

学员：法师！什么是心？既然说是不伤心，安然，那到底什么是心呢？

法师：好，你这个问题很好！“觅心了不可得，与汝安心竟。”还有比这更好的安心法吗？还有比这更好的再也不伤心的法吗？这就是佛法中深刻的智慧。体解一切法空，所以再也不会受烦恼杂染的干扰，甚至再也不会犯那些错误，这就是法空慧能够起到的作用。它不是一句故弄玄虚的话，当你透视色、心一切诸法（就是物质和精神一切现象）没有实在自体可得，那个时候就变得有了关于本质性的智慧，深刻了就能够引发无漏的智慧，根本地解决问题。这个问题很好，但是时间关系，我们也只能这样简单交代，好吗？

学员：我能不能接着再问两个问题啊？都是跟心有关的。师父！那个心是不是自性呢？

法师：“自性”又怎么样？你拿一个离开一般人经验的概念，去定义另一个概念，这是一个不那么讨巧的事情，知道我的意思吗？

学员：知道！那第三个问题，师父！就是说，我们怎么才能让自己不起妄心呢？因为总是会攀缘外界会起了一些妄心，有时候自己是意识不到的。

法师：请告诉我，你是不是做市场的？

学员：不是。

法师：那你有很强的做市场的潜力，我说一你能讲到三。好，我能够再听一遍你第三个问题吗？

学员：就是我们总会不自觉地产生那种妄心、妄念，那我怎么才能让这个妄念少一些呢？我怎么能识别出来这是妄念呢？

法师：我现在先不谈儒家的功夫，我谈谈我本位的事情，佛法里的功夫是踏踏实实的。既然心那样微细，你不好下功夫；言语和行为，你看得见、听得到吧，你为什么不从这下功夫呢？所以佛法下功夫的地点，首先是自己的身语。我在身行上不去做这些恶，在言语上避免这些错，这是谁都做得到的，然后自己内心就会受影响。

上一次讲过这个，是吗？因为清静持戒，所以心也慢慢变得清静、欢喜；而且随着它清静、欢喜、安然，你有更强的了别能力、识别能力、观照能力。进一步，因为在戒律仪的实行中，对于身语的正念、正知强了，实际上你观察的工具就被磨砺出来了。之所以一般人没有那么强的观察能力，说得清楚一点，用术语说，就是正念、正知不强。通过这样身语上的修行，他的正念正知变强了，那么他下面的修行也就更有下手处，乃至于可以有更多地向于内心微细的修行。

《菜根禅话》14·明见·应时修德

各位法友：大家下午好！这是我们一起来学习《菜根禅话》的第三次课，之前的两次课，我们分别做了概要的介绍，并对于明刻本的《菜根谭》三百余则加以四类来分判，并次第学习。这四类内容分别是有着内在关联的：立德（也就是立品）、养性、明见和善权。我们已经在前两次的共同学习中，学习了“立品”和“养性”相关的一些内容。

在这样内容的关联性中，曾经跟大家强调过：“立品”（或者说“立德”）是个人修身的目标。那你这样的品性、品德的建立要有具体的修养来达成，那就是“养性”。“养性”，为什么要这样养，为什么应该这样养？这就谈到了一个认识问题，也就是“见”的问题，所以有一类内容是“明见”，这就是今天我们要学的这部分内容。这个人如果有“明见”，有这样正确的认识，基于正确的认识有正确的修养（“养性”的功夫），也树立了良好的人品和道德；在这个基础上，他自己的修养至少从世间层面上应该说是比较值得赞叹的。不过，我们哪一个人也不是鲁滨逊生活在荒岛上，我们都是生活在人群里，至少是家庭里，那这涉及到与人相处的时候如何把你的认识、把你的修养、把你的品德，用正确的方式在人际交往中、在共同的相处中表现出来，这就有了最后的一部分内容——“善权”——善巧权变。这个“善巧

权变”不是一般说的狡猾，不是一般说的市侩，是基于前面正确的认识、正确的修养和良好的品德之上，有智慧的人面对各种情况、针对各种因缘，正确地应对，善巧地权变，所以要在最后来讲这个问题。

上来不涉及到“明见”，不涉及到“养性”，不涉及到“立品”，就来谈“善权”， 就来谈方便，那只能是培养出个小人，而且是奸猾小人。有了这些之后，那就是君子的善巧权变，如果用《大学》的话说，那就是“修身”之后的“齐家、治国、平天下”。前面那三部分功夫：明见、养性和立品，最终完成的是个人——修己的成就、修身的成就。

具体的对应，我不去多说了。但是，这四门的分别是有它根据的，包括之前也说过，在《菜根谭》中也有相应一则从几个方面来谈这些相关性，就不再重复了。因为有一些法友，大概是比较新的面孔，可能是刚刚第一次来参加，所以我刚才有将整个架构性的内容做了一个概略说明，希望能有所帮助。

接下来我们共同来学习第三类内容——“明见”。这一部分内容是谈什么呢？是谈正确的认识。对于什么的正确认识？哪个层面的正确认识？当然主要是对人生的正确认识，对人生中人们在乎的一些东西的正确认识，比如苦乐、荣辱、盛衰、祸福、伸缩、变化，对于这些有个正确认识。他认识的层面呢，多数的条则还是在现象层面上——是有利的还是有害的、好的不好的、正确的错误的，多数还是现象层面。个别几则有出世智慧的倾向，但也很难说把握得特别好。

考虑到我们听众的情况，以及我们现在这门课的重点倾向，这里的“明见”主要还是来谈大家更熟悉的，世间层面的相关内容。

我们接下来看“明见”的第一则，起的名目叫做“应时修德”。文说：

春至时和，

花尚铺一段好色，

鸟且啭几句好音。

士君子幸值清时，复遇温饱，

不思立好言，行好事，

虽是在世百年，

恰似未生一日。

我们沈阳春天刚刚过去，所以看着前几句话，还有感觉呢！“春至时和”，春天到了，时节很好，春光普洽。这个时候呢，你看山花烂漫，到处都开满了各种各样的花，我们北方四季分明，真是春色遍野，“花尚铺一段好色”。鸟经过一冬天瑟瑟发抖之后（特别是本地鸟），终于又到了可以出来遛一遛的时节，“鸟且啭几句好音”，鸟也很高兴地出来唱一段。这是“比兴”了，比喻一下。喻什么呢？喻“士君子”——这些读书人，这些在道德上有追求的人。

“幸值清时”，简单地说，值遇上这样好时代，不是战乱的年代，也不是天下动荡的年代。我们知道，中国古时候啊，天底下有各种状况的年代不少，这要放到全人类的历史上，那更是一种比较让人感到扼腕叹息的状态。有人这样来总结人类的文明史，说：整个人类的历史，基本上可以分为两个时代或者叫两个时期。哪两个时代呢？哪两个时期呢？一个叫做战争时期（你以为另外一个是和平时期？那就错了。），另外一个叫做准备战争时期。这个角度很对！所以赶上好时候，明确地说，赶上准备战争的时候，还是要比赶上战争的时候要轻松一些。

还有一个统计，我没有去做过真正的比对，说：人类有明确的记载历史以来，在所有历史记载中，真正都没有战争的年份加在一起，大家猜猜有多少年？二十六年。起码这几年，全世界没有战火吗？有吧。就像今天大家熟悉的一种说法，我们并不是生活在一个和平的年代，我们只是生活在一个和平的国度而已。我们看中东，又是导弹，又是化学武器的，也不知道是真是假，反正难民不是假的；那我们想想自己呢？天一热，出去排个队都闹心。所以赶上“清时”，是一种福分。

“复遇温饱”，在这种好时候里，不至于生存成问题。你说：“要求这么低啊？”那你还想干啥？在物质追求这条道路上，没有“更高”，你没有尽头的，这样走下去没有尽头。温饱，足矣！对于一个进德修业的人来说，温饱就够了。甚至修养好了，没有温饱也可以——“离乱的年代，为什么别

人可以挨饿，我不可以挨饿啊？”

能够遇到温饱，对于一个人来说，一个准备做一点只有人身才能成办的事的人来说，基本条件满足了，下面要干什么呢？应该要“立好言，行好事”。中国古时候说立德、立功、立言，是吗？这里为什么不谈立德了？前面基本讲过了。所谓的“立好言”就是立言嘛，“行好事”就是立功嘛，立德是这些的基础，是最重要的，德为本。不是立德不重要，而是立德的事情在前面已经交代完了。在这个时候啊，应该去做这些只有人，才能成办的事，不要在温饱之上继续地为了物质去奔忙。

就像丰子恺讲“三层楼”，说到他从弘一大师身上得到的启发，感觉人生是有三层楼的境界：第一层楼就是物质生活。在过去三十多年前，我们中国人民物质生活水平普遍还比较低，那个时候大家刚开始对于生活的所有热望，除了个别的文青之外，都是“我怎样改善我的物质条件”（我希望没有得罪文青，那时候文青可是正面力量、正面词汇）。但是，如果我们一直停留在第一层楼有什么不好呢？这就像一个人往第一层楼搬东西，搬柴米油盐，都装满了，到第二层楼了，本来应该搞一搞书房、搞一搞画室，现在要是更讲究的人家，可能还搞一个禅室——自己参禅打坐的地方。应该做这些事了，他不！继续往书房里堆大米，往琴房里堆油，备战备荒。

丰子恺说，人的第二层楼的境界，应该是学术、艺术、哲学等等这些精神生活的世界。如果没有这些的话，人只知道拿物质无穷尽地填充自己，这不是什么高明处，这本质上没有比动物高明到哪去。也许是花样稍微变了一些，但是实质上，模式没有变化；从生命的层次上，没有比动物高到哪去。第三层呢，当一般的世间的精神活动、精神生活也呈现它的局限性，没有办法满足这个人对于生命更深层的追问和对于问题提出的问难的时候，他要有更超越的追求，上到第三层楼；丰子恺说，这就是宗教。

这就是他对他老师——李叔同，后来的弘一法师，他的轨迹的剖析。也是通过他做范本，对于人生命层面的一种认识。

我常常说，我们今天很多中国人虽然很富有了，但是请恕我说一句冒犯的话：表现上呢，感觉有时候还是过去的那个穷小子。为什么呢？搞来搞去

始终还是柴米油盐的事，没有表现出一个人在真正富有之后，应该表现出的那种贵气。这个“贵气”不是穿金、戴银、套玉，而是应该“腹有诗书气自华”，它应该有第二层楼的修养，它应该移玉二楼。但是，到了二楼不是继续地堆米堆油。我们今天看到的恰恰是这样，即便搞一些风雅事，最后也还是换算成人民币或者美元，这就有一点焚琴煮鹤了。

对于真正知道人应该过什么生活、应该怎样过的人，遇到一个好时候，能解决基本温饱问题——第一层楼的事情，对于个人来说，基本差不多了。剩下的事情，是要怎样发挥我作为人的特色，能够让我真的像人一样活得有风采、有光辉，那就要向楼上走，甚至要向最高层走，这样才是个意思（这样，人活得才有些意义）。如果这个人始终没有觉醒意识，这在今天我们身边可能看到的多一些，有一些人始终没有办法觉醒更高的精神需求这层东西，或许是被第一层楼锁定得太狠了。

如果“不思立好言，行好事，虽是在世百年，恰似未生一日”，这话说得很绝！如果你没有真正去做一个人，才能够做的事的话，你就算在世上活了一百岁，那你是作为人来到这人间的吗？徒具人形而已！如果对一个成了精的妖怪说呢？就是：这身衣服给你穿就白瞎了。他说的衣服指的是人皮，用《西游记》的话说，就是这样的话：这身衣服给你穿就白瞎了。

“虽是在世百年，恰似未生一日。”佛经里有跟这意思很像的一个偈颂：“若人生百岁，不解生灭法；不如生一日，而得睹见之。”“生灭法”的意思就是缘起法——“诸法因缘生，诸法因缘灭；我师大沙门，常作如是说”。“生灭法”，就是从生灭的角度来说缘起，从无常的角度来说明因缘所生的法，常性不可得；就是以异门在说缘起。“若人生百岁，不解生灭法；不如生一日，而得睹见之。”这里说“不思立好言，行好事，虽是在世百年，恰似未生一日。”孔子怎么说呢？“朝闻道，夕死可矣！”

玄奘大师在他十一岁左右的时候，住在寺院里，看到有一些人在荒废大好的生命，荒废大好的光阴。他当时就很肃然地对这几个跟他年龄差不多的人说：“夫出家者，为无为法，岂复恒为儿戏？可谓徒丧百年！”总把自己当作孩子，看看你干的什么事，有哪些是正事，归根到底不都是儿戏一样的事情嘛；你这样过去了，就算活一百岁，有什么用？十一岁的还没有出家的

玄奘大师，在寺院里住的时候，说的这个话——“岂复恒为儿戏？可谓徒丧百年！”

为什么在“明见”里谈这一段话呢？“你这一生要怎样度过？”这是一种见地。我这个年龄的，或者比我更大一些的，应该对保尔·柯察金的话还记忆犹新吧：“人的一生应这样度过。”至少他知道我这一生应该怎样度过，至少他有明确的为什么。

好，这一则说到这里。

《菜根禅话》15·明见·逸欲亡身

下一则“逸欲亡身”，这是《孟子》里的话，文说：

泛驾之马可就驰驱，

跃冶之金终归型范。

只一优游不振，便终身无个进步。

白沙云：

“为人多病未足羞，

一生无病是吾忧。”

真确论也。

这里有几句话跟大家做一点文字上的解释。“泛驾之马”是指的那些桀骜不驯的马，这样的马只要调拢得当，可不可以用呢？可以用，“可就驰驱”，还是可以用来让它听使唤的。“跃冶之金”指的是什么呢？就是在融化这个金属，要把它倒进模子里成型之前，液态的金属会迸溅出来。这些都不会浪费，再把它化了就好了。化了之后呢，你还是可以最后再把它倒到模子里，让它按照模子的形状成型。有用，对吗？这个“跃冶之金”还指不太调顺的人，或者是有一点毛病、有一点脾气、有一点桀骜不驯的人，有一些瑕疵的人。“跃冶之金”，最后终究是被用到这个模型中，也成器、也堪用。这是指的“跃冶之金”和“泛驾之马”，这两句话的意思是一样的。

人非完人，有问题不要紧，有问题调顺了，还是能够发挥好作用。怕的是什么呢？“只一优游不振，便终身无个进步。”什么叫“优游不振”啊？

每一天放逸过活，游手好闲，耽于逸乐，这叫“优游”；没有振作之气，这叫“不振”。这个人成天过日，用我们东北话说就是“没正事儿”。他如果是这样的话，那终身没有办法进步。还不如那些“泛驾之马”；“泛驾之马”虽有干劲，但是有一些需要调伏的东西，调伏了就好办。

“白沙云”，“白沙”是明朝时候的另外一位学者的名，也是一个儒生，有一定影响力。“为人多病未足羞，一生无病是吾忧。”这个人有一些毛病啊，在他还没有开始就学之前，没有开始修养之前，这不是他可值得让人感到厌弃的事情，并不是真正值得羞愧的事情。为什么呢？“人孰无过，过而能改，善莫大焉。”包括儒家说：“君子之过也，如日月之食焉；过也，人皆见之；更也，人皆仰之。”“过”本身不是问题，“过而能改”还是好事。所以这里说：“为人多病未足羞。”说：我从前有毛病，这有什么好自卑的，有建设性地向前看，我改了它不就好了嘛。

什么是成为问题的呢？“一生无病是吾忧。”真有一点毛病没有的人吗？起码不经过一番刻骨铭心的修学、切磋、锻炼，他就想没有什么毛病，不可能！人如果发现不了自己的问题，那才是最大的问题——这就是这句话的意思，是这句话的明朝版本。“一生无病是吾忧”，一生也没有看出来我有什么毛病，从头到尾自我感觉良好——这个人这辈子病得不轻。

“真确论也”，这是什么意思呢？这是让我们一方面有振作气，不要抑郁，不要耽于逸乐。另外一方面，不要被过去的那个自己锁住向于未来的脚步，不要被过去锁住未来。我过去怎么怎么样，我可能不行吧，我这样的人能行吗？“诸行无常，是生灭法”，没有一个固定的“我”可谈，刹那刹那在变化，只要创造正确的因缘条件，海可枯、石可烂。是不是啊？就不信改造不了你这块顽石。实在改造不了，一百年之后，你在哪呢？“红了樱桃，绿了芭蕉”。做正确因缘，向着正确的方向去努力就好了，没有必要因为过去怎么样、现在怎么样，就失去前行的信心和动力，那也是很荒谬的。

这里说的“泛驾之马可就驱驰，跃冶之金终归型范”就是这个意思，但是得有振作之气，还得有一种砥砺的精神，不能够放逸、懈怠。我想，这对于我们每一个人也是一种很重要的认识。有多少人总觉得：这些好不好呢？好。但是心里对于：我适不适合这个呢？没信心。换句话说，就是认为我不

行。这在佛法中称为疑烦恼。怀疑的“疑”，这是一种烦恼。为什么说是烦恼？难道所有的怀疑都是烦恼吗？被称为烦恼的怀疑，是对于事实和事实规律的不确定、犹疑。如果他对错误的事情有怀疑，那不是烦恼。

事实的规律是什么呢？人都是这样缘起的，只要去做这样的因缘，就会得到那样的果报，你有什么好例外的呢？换句话说，这话问自己最好：难道人的规律不是这样吗？有情的规律不是这样吗？是这样啊！是这样的话，我在规律之外吗？不可能，我也在规律之内。那我为什么觉得这个事情，我就不行呢？那不是很荒谬吗？“我觉得我不行”这件事，就违背了事实和事实规律，它就是疑烦恼。

你如果能够对这个有了认识，那你在修养自己、改善自己的这些能力和实践上，慢慢地就真有信心了。不需要自我催眠的信心，是基于道理的信心。用佛法的话说，人都是“六入缘触、触缘受、受缘爱、爱缘取、取缘有、有缘生、生缘老死”的，那这个人在“六入缘触”的时候，“明相应触”就没事，当时就裂破了轮回的枷锁。这句话听得懂就算，听不懂不解释。

《菜根禅话》16·明见·苦乐相待

向下看，下面一则叫做“苦乐相待”，文说：

有一乐境界，就有一不乐的相对待。
有一好光景，就有一不好的相乘除。
只是寻常家饭，素位风光，
才是个安乐的窝巢。

凭我二十年临床经验，这句话非常重要！为什么这么说呢？你真有这番见识了，慢慢地就不为苦乐所动。只是做义所当为的事，只是去做正确的事，而不是被一般世间所迷妄执取的苦乐所动。

为什么呢？他不去追求“乐境界”，因为他认识到了世间的这些乐都是不安稳的，有一个“乐”就有一个“不乐”，就像下面一则说的，喝酒的时候一个一个喝得很嗨，事后吐的稀里哗啦的还是他——“有一乐境界，就有一不乐的相对待。”“有一好光景，就有一不好的相乘除”，光是看到自己

手里股票涨涨涨了高兴，你要跌的时候也能笑出来才好。

世间的这些有漏的法、有为的法，不就是这样吗？“有一乐境界，就有一不乐的相对待。”你说哪有一个乐的，没有一个不乐的相对待？你说：“那我光吃饭不喝酒，不就好了吗？”假如说某个因缘，你已经吃饱了，还必须再吃，请问那个好在哪？就是你最爱吃的东西，给你大饱一下，受得了吗？所有的欲乐境界都是，我就举一个饮食，大家自己想。

“有一好光景，就有一不好的相乘除。”有风光的时候，有顺遂的时候，请问：你看到谁一直风光，一直顺遂？起起伏伏才是常态，而且不是新常态，它是从古至今的常态，是一切有为法的常态。

“只是寻常家饭，素位风光，才是个安乐的窝巢。”你认识到这个，不以追求这些有漏的乐为目标，自己自然因为这样的智慧相应，也没有那么多内心的抓取、相应的染着系缚和产生的逼恼。前面说过“第二支箭”，那“第二支箭”就来自于不正确的运作。这里谈到对这个苦、乐的一种洞察，实际上就是让自己不再中“第二支箭”的一个办法，甚至远远地就已经预防了这种事的发生。

这个人一心求乐，他会被“求乐”这件事所苦，会为“得不到”而忧愁、烦恼、焦虑、红眼儿。他压根就不追求这些，一切随缘，该做的做，对于结果既不抓取也不排斥，谁能奈何得了他？反正我该做的都做了，“仰俯无愧”——仰无愧于天，俯无愧于地，也对得起老师、爸妈、家长、同学，那这个时候什么结果都可以啊。为什么有一些结果就接受不了啊？为什么必须那个才好？这个时候要说一个“五字真言”，叫：可以都可以。前提是你做了正确因缘；没做正确因缘，那可能就幻化了，换成四个字，叫：饿死活该！做都做完了，还有什么好自己跟自己过不去的呢？压根也不是专门为了求乐，就是做自己该做的事，这好不好呢？

“只是寻常家饭，素位风光。”“素位风光”的意思就是安住本分。什么叫安住本分？该做什么就做什么，这就叫做安住本分。你该做的不做，你不要说是“素位风光”：一个学生，该学习不学习；一个战士，该练武不练武；一个和尚，该持戒不持戒……，这些都不是本位风光，都不是“素位风

光”。人，做自己该做的因缘，这就叫做“素位风光”，然后，对于结果，哪有那么多拉拉扯扯？哪有那么多粘着不放？哪有那么多抗拒徘徊？我已经做了我所有可以做的正确因缘，剩下的——可以都可以，天打雷劈都可以，何况还没那么惨。所以这里说：如果能够这样，“才是个安乐的窝巢”。

我跟一些法友常说一句话，是在禅修营常说的话。当然这个正确的事情不光是在禅修营中，而是在禅修营中，大家可以集中地去训练自己身心正确运作而已。这句话不仅仅是在禅修营中用，禅修营只是集中地在训练正确运作而已。怎么说呢？“做正确的因缘，对果相全然平等地开放。”

这一则谈了这么多，其实是认识到苦乐的相待，然后内心就有了这种平等，有了这种无贪无嗔；我后面说的就是无贪无嗔。去做正确因缘，还不是什么也不做，不是消极地什么也不做；“素位风光”，就是做自己本分事，做自己当下因缘相应的正确的事，然后心全然平等地开放——也不着乐、也不厌苦，自然安乐自在、随处无碍。

《菜根禅话》17·明见·乐尽为苦

下面谈另外一则，与上一则有相关联性，叫“乐尽为苦”。

宾朋云集，剧饮淋漓，乐矣。

俄而漏尽烛残，香销茗冷，

不觉反成呕咽，令人索然无味。

天下事率类此，

人奈何不早回头也。

这是我们中国人常见的情况：一堆朋朋友友，大家四处来聚到一起，这叫“云集”；“剧饮”，符合我们东北的风情；“淋漓”，很尽兴的样子；“乐矣”，当时都觉得很高兴、很尽兴。“俄而”，然后呢？曲终人散了，“漏尽烛残”，天也晚了，刚才那样明亮的灯烛也都烧尽了；燃的香也烧完了，刚才泡的好茶也都凉了，自己刚才喝得那点好酒，也都开始往上返了，“香销茗冷，不觉反成呕咽，令人索然无味。”最惨的是，在你家喝的，你还得收拾。

“天下事率类此”，天下事不都基本这样吗？我们拿一餐刚开始的时候，推杯换盏、兴致如云的情况来比喻，那后来情况呢？羹残盏冷，人也难以消受。天下事，很多不都是这样吗？难道快乐的尽头，不是有一个叫做痛苦的孩子在等待着你吗？

“人奈何不早回头也”，但是人就是没有智慧啊，只要记性不够强，下次还去啊。可不可以长记性呢？可以长记性。前些天有一位去山上精舍拜访的人，给我讲了他自己的事情，我觉得特别好，所以我在几个场合也分享过，今天再分享一下。

也是一位做生意的朋友，他说自己从前抽烟很厉害，喝酒也厉害。有一次，四五个朋友差不多从中午开始吃吃喝喝再抽烟。四五个人在房间里，那不用说了，整个房间那就是火焰山一样。到晚上很晚了，临近半夜了才回到家，那是奋战了十多个小时。回到家里，他妻子没睡，在等待他。大家头脑里是不是有很多情节的预期啊？虽然常给大家讲你们熟悉的事，但是下面的情节恰恰是你们不熟悉的。他妻子平声和气地跟他说：“你看我们刚有二女儿，孩子现在还很小，但是孩子终有一天长大啊，如果她懂事了，有一天晚上被开门声惊醒，一睁眼睛一看，她爸爸带着一身的酒气、烟气，那样一种状态、那样的神态，或者是丑态吧，进来，孩子会怎么样看她爸爸啊？对她会有什么影响啊？”

心平气和地讲了这样一副场景，这位连抽带喝十几个小时的先生，还带着一些酒的状态，这个头脑里马上呈现这个景象：他这样回到家，然后他的小女儿看到他，一脸不理解、惊惶、失望的样子，他马上承受不了。那之后，只要说所谓的抽大烟、喝大酒的场景，他这个情况马上就现起来了。用我的总结就是：有非常显著的吓住作用。他从此以后再也不这样去酗酒和那么猛地抽烟，虽然不至于完全戒了，但基本上是很少沾了。

什么意思呢？他就是思考到这个情况能够带来的后患，所以制止了他当下的恣纵，是吗？难道没有那么小女儿的人，就不可以想一想对自己、对别人的影响吗？事情是一样的。只是他妻子当时的处理很得当，描绘的这个图景很生动、很真切，而且触动了他、发生了作用。当然题外话就是：如果他妻子当时是如大家所想象的熟悉的情节——来一个对白的话，那这位先生郁

闷之下可能转头又出去再喝二两。这告诉我们怎么处理相应的情况很重要！

“乐尽为苦”啊，但是人们为什么在追求的时候不想一想呢？在经历的时候不想一想呢？

《菜根禅话》18·明见·苦乐由心

下面一则是关于苦乐更深刻的一种洞察，讲“苦乐由心”，这是什么意思呢？

世人为荣利缠缚，动曰尘世苦海。

不知

云白山青，川行石立，

花迎鸟笑，谷答樵讴。

世亦不尘，海亦不苦，

彼自尘苦其心尔。

这话说得对不对呢？对。好不好呢？好。但不是一般人所能拥有的了的。道理很对，境界很好，但是做的人可能还是得从前面的功夫做。不过做到位了，就是这个状态。

世间的人都被名誉、利养这些所缠缚，有几个跳出来的？之前说过：“名誉及利养，愚人所爱乐，能损害善法，如剑斩人头。”但是世间人又有几个不是被这些所系缚、驱使的呢？所以大家都说：“尘世啊！苦海啊！”都觉得是：“滚滚红尘蒙蔽了我，我本来还是一天真美少年呢，本来内心是这样天真烂漫的儿童，现在被这个苦海泡得里外都苦。”这里说的是什么意思呢？

“不知云白山青”，难道白云不够白吗？山不够青吗？明朝的时候应该没有雾霾，应该没有大规模污染，所以他这话说的都对。今天你在这一句话上，我承认你可以唱反调，但下一句话你唱不了反调。

“川行石立”，河流不就是在流吗？它不也应该流吗？相应的，石头，那么大一块巨石，不就是静止的吗？你看中流砥柱，河水千载不息地流，石头或者那个砥柱也是千载屹然地贮立在那儿。

“花迎鸟笑”。你进山里去看看，风一吹，花枝飘摇，好像在跟你招手一样，“花迎”；“鸟笑”，小鸟叫得那么开心，就好像在这个春风里也陶醉了一样。

“谷答樵讴”。什么叫“谷答”呢？你看到这样的风景，心里一时豪性上涌，纵声长啸。自己试完了男高音之后，声音一住，山谷里又传回来了，这就叫“谷答”。“樵讴”，你以为光你唱啊？远远的，“坎坎伐檀兮，置之河之干兮”——是一个樵夫在那唱着劳动的歌谣。

“世亦不尘，海亦不苦”。“世亦不尘”，“世”有什么“尘”好说呢？谁说世间就一定蒙蔽人呢？谁说这个尘世就一定会蒙蔽人心呢？尘世不蒙蔽人的心，是你的心自己抓取了尘，蒙蔽了自己。“海亦不苦”，当然不是指的大海，只是指的人世间。人世间谈得上是苦海吗？自然有人悠游其间，自得其乐。有没有呢？有，只是少分。

“世亦不尘，海亦不苦，彼自尘苦其心尔”，都是自己作的。前面这一段话：“云白山青……海亦不苦”，是什么意思呢？“万法无咎”，诸法有什么过咎啊？“彼自劳心”，“彼自尘苦其心尔”；“万法本闲，唯人自闹”——“苦乐由心”是这个意思。不是说“一切唯心造”——我现在苦着，假如说得了什么病，身上痛着，自己催眠自己：“不痛了！”他就一定不痛？有可能不痛，有这个可能，但是有一些情况下，该痛还是痛。

所以，“苦乐由心”的这个苦乐，特别是指的内心的苦乐。人，可以完全地解决内心的痛苦，只要有正确的方法、正确的实践，是人人可能的；当然指的是健全的人，如果不健全的，比如说神志有重大缺陷的，那是很难。正因为“万法本闲，唯人自闹”，所以，只要这颗心安了，不再胡闹了，也就不苦，道理就是这样简单。这是一种智慧的洞察，所以放在“明见”里，跟大家一起来学习。

《菜根禅话》19·明见·卓见祸福

接下来一则叫做“卓见祸福”。前面讲了苦乐，这里再讲祸福，文说：

遇病而后思强之为宝，

处乱而后思平之为福，

非蚤智也。

幸福而知其为祸之本，

贪生而先知其为死之因，

其卓见乎。

不知道大家在这几句意思的把握上，有没有什么困难？这里唯一的难点，可能在“幸福”或者这个“蚤”字上，稍后看。先看第一句：“遇病而后思强之为宝。”这是不是人之常态啊？平时光想着挣钱，或者是升迁——拼，基本上没有十二点之前睡觉的。然后某一天突然顶不住了，到医院一查，一大堆情况。在医生的严令下，害怕了，觉得：别的都是假的，健康才是真的。“遇病而后思强之为宝”，这是常见的事情，我们民间也说：年轻的时候拿健康换钱，等到有一天反省过来了，又开始拿钱换健康。这一辈子就在这一入一出的折腾中过去了，也不知道最后能不能捞平，也没看谁能捞平，对吧。到最后没有办法健康地走了，至少是这个衰竭、那个衰竭走的。

“处乱而后思平之为福”，现在有这种情况啊！在太平时代，不知道是满腔的热血啊还是狂躁，希望过着立马横刀的生活，等到真的是战火弥漫、天下动荡，那个时候就想：哎呀！还是太平岁月好。我们在战争准备期间过的岁月比较长了，所以可能感受不到战乱带来的危害。或者说这么多年，我们多数人生活的地方，没有真正感觉到战争的威胁。有吗？基本没有，所以不知道那种不安全感，给人带来的压力。但是，什么什么地震这些说法，你总听说过吧？有害怕的准备的，晚上到外面睡的，不也有嘛，是不是啊？地震可能几十年才发生一次，真打起仗来啊，说不定天天扔炸弹，是不是啊？你从那就可以想象：自己如果生活在一个战乱的年代，过的是什么生活呢？“处乱而后思平之为福”，那个时候就知道太平岁月好，以至于有一些人极端的说法是：“宁为太平犬，不为乱世人。”这是比较极端了，要是有追求的人，是“宁为乱世人，不为太平犬”吧。当然，他这种极端的说法，是说明和平的可贵、安宁的难得。

人往往是到了事情临头，失去了本来可值得宝贵的，才意识到自己失去了宝贵。还来得及吗？往往来不及了。包括这几年大家对健康开始注意了，也看到一些本来是聚光灯下的名人，突然病了甚至突然走了的，也有病了之

后成为抗癌明星，再写本书指导大家重新审视生命的，这样也有。那个时候啊，大家都是“遇病而后思强之为宝”。这里说“非蚤事也”，这个“跳蚤”的“蚤”，在用法上另外一个意思就是跟“后”相对，跟早晚得“早”同一个意思。这是前面几句的意思。

“幸福而知其为祸之本”。这里“幸福”不是一个词，“福”是指的这些好事，“幸”是指的侥幸获得的意思。一个人侥幸获得了一些福分，如果他足够聪明，应该有一种警惕，知道这很可能成为祸患的根源——“祸之本”。

侥幸获得的福分，很可能成为祸患的根源。在今天没有几个人说这话了，为什么？都跟你说这话，彩票谁买啊？彩票，还有其他一些有这样几率性甚至赌博性概念的东西，不都是在告诉人们嘛：“来吧，不需要你勤劳奋斗，唾手可得的财富在等待你。”不就是拿侥幸获得的福分在引诱人嘛。在这一点上，我非常佩服我的一位朋友，跟我说：“我就有一种观念，也不知道是不是太落后了，我就总觉得这件事情如果不是自己勤劳付出获得的，就是不安生、不安稳。”听到他说这话，我当时是没有说什么了，但是内心悄悄给他点了一个“赞”，难得！

你说：“这也太谨慎小心了吧！难道人不应该再进取一点、再奔放一点吗？”美国彩票事业很发达，他们有统计：所有彩票最高奖的获得者，有 70% 左右下场凄惨！凄惨到什么程度呢？就是在五到七年的时间里基本失去了所有的财富，堕入到赤贫线。那你要看个案，那更有很多戏剧化了，有的中彩票的时候是中了好几亿美元啊，几年之后，不仅钱没了，家破人亡、妻离子散的，甚至祸及于子孙的，都有。奇怪吗？不奇怪啊。为什么？

因为人们有这样一种心态：财货是难得之物，而且是好东西，你要是辛勤获得的，人家还觉得你有一种配得感，you deserve that，觉得你配得那个东西。但是如果你是很幸运地突然得到它，人们就觉得为啥这个钱就到你那，你咋就那么幸运？不行！我得弄点到我手里。心态不一样：这个人真的是自己打拼出来的，人家心里看了，内心觉得有逻辑，他富的有逻辑，他富得有合理性；突然一个彩票砸上了，他好几十亿万富翁，我怎么能受得了他？不行！我得搞一点。人的内心是有一些这个意思的，人的内心很讲究“合理性”的，所以请给自己一个“合理性”（借口）。百分之六七十，是回归

贫困；还有一些没有统计的，据说是更惨，连人都找不着了。

当然，也不排除一些在这个基础上确实过得好的，但是，我特别在这方面注意了！注意了对于获奖得主的一些研究，据我了解的这些研究的个例中，发现美国的也好、中国的也好，从中确实稳定获利的，有一个共同特点：特别冷静，特别谨慎，都是低调领奖之后，把钱放那，至少半年、一年动都不动——多大定力啊！假如本来一个工人，一下子被好几亿砸到脑袋上了，连车都不换一辆，房子都不换，这得多大定力啊！有一位美国的获奖者，他本身就是工人，但是中了这个奖之后，就跟没这事一样，照样上班。钱放那动都没动，上个半年班，干嘛呢？这个期间也是做很多思考和考察，然后开始很踏实地投资实业，就是办企业、办工厂这样的，很踏实地这样做，一点一点做，而不是去搞那些很高大上、很飘的这些来钱快的手法，或者是去消费去，去装国王去。而这个人后来的财富，在他获奖的基础上，不仅没有缩水，而且增长。

还有一个我看过的中国的例子，重庆的一个人中了五百万，在中国就算是大奖了。中了五百万之后，上个税还有四张一百万的存折，买了个一千块钱的保险柜，塞里边不动了，该上班上班，想法就是：在我没有想好、没有平静之前，就让我吃利息吧。后来足够清醒、足够冷静了，开始一点一点投资一个企业，后来五百万变成两千万。你说：“这也不够爆炸啊！”寻求爆炸的，最后都炸成碎片了；只有正常生长的，才能得以保全。你寻求爆炸的，最后爆炸了，有啥好奇怪的呢？“求仁得仁，又何怨耶？”

“幸福而知其为祸之本”，这叫做有“远见卓识”。而不是自己一下子发了，“不行，我现在开始做慈善”。你说：“做慈善有什么不好吗？”今天看新闻，澳大利亚有一位中了一个大奖，也没到一亿人民币，相当于说大概几千万，也算是大奖吧。结果，当地澳洲的一个网友的评价就是：“我打赌，他五年之内一文不名。”为什么呢？“因为这个人本来是穷人……”，他说话说的大概有一点攻击性，说：“穷人没有办法去正确地面对突如其来的大笔财富，他一定会对每一个向他请求帮助的人都做捐助，他一定会去做一些自己懂或者不懂的投资，他一定会怎么怎么怎么样，五年之后，他就一分钱也没有了。”这个网友看得比他清楚，但是我不知道这位网友自己中了会怎么样。人总是给别人当参谋容易，自己当元帅不好说。明智的人，就是

一辈子给人家当参谋，“反正我当参谋，用不用是你的事，主要责任在你”。

“贪生而知其为死之因”，一般人都希望自己好好活吧？但是，你知不知道“生因缘老死”啊？什么叫“生因缘老死”？请问：人为什么会死，为什么会老？远因就是因为你出生了。谁让你出生啊？你出生了怎么能不成长？成长了怎么能不强壮？强壮了怎么能不衰老？衰老了怎么能不死亡？“物壮则老”“有生必有死”，这有什么奇怪的呢？

不是说我们正常地维护这个生命有什么错。这里说“贪生”，不是说贪恋生命的意思，而是对于生命抱有一些美好的期许。这个不是不可以，但是要先知道“有生必有死”，“生”恰恰是“死”的因缘，“生因缘老死”，也就是海德格尔说的“向死而生”。有了这样的关于生死的智慧，这个人再活，不一样。他即便一步一步也同样走向死亡，但他心里：第一不茫然，第二不张皇。反过来，因为他对于生命的价值看得很清楚，一直在“向死而生”，走向自己所认同的价值，所以他也不觉得虚度。有方向，有力量，自己坦然地“向死而生”，每一天、每一刻、每一步都安然自在、充盈喜悦。这是可能的，这种修养虽然不是那么容易获得，但是可能的。

想获得这种修养，首先得有这种正确的认识，所谓的“卓见”，不同于寻常的见识。那我们中国很多人呢？好像死亡永远不会到来一样。虽然从概念理解上、从知识上，谁都知道“有生必有死”，但是如果问自己：“我有没有死呢？”勉强抽象地回答：“我也有死。”哪一天呢？反正不是今天，一定不是今天，必须不是今天。如果是今天呢？“那可怎么办啊？我还有ABCDE一大堆事没干呢！”这叫你真的懂得吗？诸位！我们真的对于生命有认识吗？如果我们对于生命本身真有认识的话，那我们对于外在那些东西哪来那么大兴趣呢？有什么用啊？是你吗？你在为什么活啊？为谁辛苦为谁忙啊？这讲了“苦乐祸福”。

《菜根禅话》20·明见·非分不取

下面一则还是跟福祸有关的，“非分不取”。文说：

非分之福，无故之获，

非造物之钓饵，

即人世之机阱。

此处着眼不高，

鲜不堕彼术中矣。

“非分之福，无故之获”，不是自己分内所应当的福分，无缘无故获得的这些利誉、名分。你要知道，这些如果不是老天爷给你挖的大坑，就是有人给你下的圈套，“非造物之钓饵，即人世之机阱”。“此处着眼不高，鲜不堕彼术中矣”，如果在这里没有一点高的见识，看不透的话，很少有不掉坑里、不中套的。这几句话，拿我们白话说一下，就是这个意思。

但是我们今天都在追求什么呢？都在追求“非分之福”，都在追求“无故之获”。不劳而获，成为了一种大众文化，成为了一种大众心态。有几个有这种“非分不取”的见识？不要说有这种修养，就连他能认识到这个，有没有呢？

我讲一个唐朝时候的真事，有一个寡妇带着几个孩子，生活很苦。大家能够想到，古时候一个寡妇，当然还比较年轻，带几个孩子过活，各种苦都能够想到。最关键是家还贫穷，贫穷到什么程度呢？住的那个土房子失修了，第一没有劳动力，第二也没有东西和财物来修。结果有一天，有一间房塌了，塌了之后出现一件事情：露出来了不知道是老天爷给送来的，还是过去哪一任的房主埋的那些金银。中国古人，特别一到乱世了，要离乡逃难的时候，你敢带着金银逃啊？你不怕送脑袋少个借口啊？一般都是埋在哪，藏在哪，指望自己逃难之后回来有一个张本。可能是这种埋的吧，但是她是怎么理解的呢？当时她就对天祷告：“如果这是天神看我们孤儿寡母生活很困难，对我们的善意的话，那我宁愿不要这些财富，我希望几个孩子能够好好学习，

未来科举能够有出身（功名方面的），这样我就心满意足了，这些我就不敢取用了。”然后又推土把它埋起来了。今天听着像神话一样，这妈不是过苦生活过傻了吧？

虽然是一个寡母，还带着几个孩子，那么难。就是自己家地里的，她如果有节制，再有一点心机，比较巧妙地用出去，慢慢地、缓缓地改善生活，就她这么有自制力的人，也不会招来什么祸啊！但是她连这个都不接受，为什么？“非分之福，无故之获”。再说了，那些彩票得主的事实不已经说明了嘛，突如其来的财富不一定是福，乃是“祸之本”也。当然了，她倒没有穿越，可能也没研究彩票得主的经历和规律，但是中国古时候有这种智者，知道“非分之福，无故之获，非造物之钓饵，即人世之机阱”。

我们今天大家常说一句台词，叫：骗子太多，傻子不够用。各种骗术太多了，所有的骗术都是有一个利益等着你，是吗？现在我们大家对于没能拿到手的利益，一般来说是有免疫性的。什么短信的、微信的、邮件的……，各种的，凡是你嘴上说的，没拿到的、没看到的、没图没真相的，一律不管。但是如果像这位寡母经历的事情呢？就在我家这一亩三分地发现的，谁也不知道！甚至就是在我家古老的遗留中发现的，怎么办？那还用怎么办？当然是到银行去办了。

你说这个寡母有没有认识呢？他孩子后来真就高中了，做了一个挺大的官。做了官之后，这个孩子有点自我膨胀了。当然，那个时候对他母亲来说是孩子，对于别人来说就是权力很大、很有官威的官员了，利用职权做了一些不应该做的事。他妈知道了，也没管他的官面子这些事情，就到他的办公地，类似衙门的大堂，拉着他：“你给我下来！”下来了。中国古人讲孝道，虽然这种情况不太对，但是也不能说不。再说，孤儿寡母，感情不一样，你们可以想像。下来了。“上衣脱了！”脱了。拿个东西就开始打，说：“国家让你做这样封疆大吏，这么大权力，是让你自己呈威风的吗？”打得周围的那些官员也不知道是虚情假意，还是真心觉得受到触动，都上来劝，直到她这个儿子自己出声承认错误怎么怎么样，他妈也打累了，这才算了。

当然，我不是说今天这样的中国好母亲少了，而是说我们中国人现在这样的见识少了。不过反过来说，难道不是一代一代的家庭教育，对一代一代

新生的国人，产生了更多的影响吗？现在我们很多人自己也是为人父母，我们给孩子所透露出来的人生修养是怎样的？所展现出来的人生追求又是怎样的？如果泯然众人，你能期许自己的孩子未来是怎样的？

《菜根禅话》21·明见·豁达随缘

下一则起的名字叫“豁达随缘”。

知成之必败，则求成之心，不必太坚；

知生之必死，则保生之道，不必过劳。

现在“成功学”大行其道，是吧？不要说“成功学”的可复制性或者严谨性有多大，就算成了，有成而不败的吗？不存在啊。特别这几十年，因为人类科学技术的发展变化，导致产业的变化。不说更新换代吧，不一定换代了，但是产业的变化非常剧烈，所以这种成败我们看得更厉害，是吗？想一想手机刚出来的时候，2000 年左右的时候，诺基亚是一个多么了不得的品牌；一个浪潮来了，没了。站在 2000 年左右的时候，跟我们说这件事，谁能相信呢？甚至于说，如果在 window98 年代，有人跟你说：“有一天会有这样的便携的移动设备，而它主要的操作系统基本上看不到微软的多大份额，而且就在这二、三十年内。”你觉得可信度大吗？但是浪潮就这样，是后浪推前浪，前浪怎样在沙滩上。

“知成之必败，则求成之心，不必太坚。”什么意思呢？我干劲再小一点啊！是这个意思吗？不是！是说你在果相上的贪取、执着，可以再弱一点，该怎么做还怎么做，该做什么因缘就做正确因缘，自己内心的贪取少一点。你贪取再强，对你没有任何帮助——难道贪心大，就使我的成功率高了？贪心大，患得患失也很重，反而容易得心理疾病。自己对于果相上的执取、贪着弱一些——这是他知道成败这种因缘相依，自然的一种超越的智慧，导致心态的变化。

这一个部分主要在谈“明见”，是在这种智慧的指引下，有一些不一样的人生格局。正是这种不一样的“明见”、眼界，使得这个人可以有不一样的修养，不一样的德行。之前有说过：见识或者说“明见”，决定了这个人

修养的上限。还记得这个表达吗？你如果没有这样的“明见”，你没有办法有那么高的修养。

“知生之必死，则保生之道，不必过劳。”不是说我们完全就不管这个身体了——反正早晚坏，得病也不要看病了；没有这回事。该看病看病，但是用不着以为：“唉呀！我这个病一定要治好！一定能治好！在这个广袤的世界上，一定有某个地方存在一个药方，就能把我这个病给治了。”我继续访、访、访！

即便能治这种病，可能也不一定能治你的病。大家能领会这句话吗？某某药治感冒还好使呢，我吃就不一定好使，是吗？哪有百分之百治愈率啊？基本上很多疾病，严重了都能致命。你以为流感就不能啊？流感也可能致命的，只是黄种人里少一点。谁说某一种病，必定能被治愈呢？都是有治愈率的。而且这个人最后总是要老、总是要病、总是要走的吧，到他那个身体实在不行要散坏的时候，那个病能治好吗？最后那个病能治好吗？

我常常说，大家有病就去医院，总存在一种莫名其妙的想法，叫做：医院就就能把我给治好；这个医院治不好，肯定在某处还有一个医院能治好，我继续寻医找药。他意识不到：人这一生，总有一场病是治不好的。不仅是那种绝症可能治不好，就是常见的病，一个支气管炎也可能要他的命。甚至没有什么病，就脏器衰竭也要了命。不可以吗？为什么不可以啊？我还听说过有人就咳嗽咳死了，当然他从前也有其他的，但是真正就是咳嗽导致他后面的问题，最后死了！

为什么总觉得我这个病一定能做好，然后倾家荡产也要治呢？为什么不能够理性地接受，这个身体到现在这个程度，治好的可能性不大；就算勉强地用很多过分的治疗，也是增加生命的痛苦，使生命的整个生存品质也好，或者他的尊严度也好，更加丧失而已。到这种情况，“好，我就不再接受更多那么有破坏性或者是价格太昂贵的治疗，我就这样安住，我接受生命慢慢地衰损以及老死，没问题。”为什么不能接受呢？那不就是无谓的挣扎吗？

我常举一个譬喻，我们在座很多都是在北方生活，对于冬天在真冰上滑冰不陌生对吧，基本都滑过。我还记得上滑冰的第一节课，穿着冰鞋站住之

后，滑冰教练教我们的第一件事就是“你怎样摔倒”，是个好老师吧。在冰面上，你应该掌握怎样的摔倒技巧。为什么？你一个新手滑冰，摔倒是不是必然的啊？就不是新手，国际大赛摔得人仰马翻的，还少了？人在江湖飘，怎能不什么。所以教我们怎么摔倒。

怎么摔倒呢？当你发现自己失去平衡，没有办法把握的时候——不要挣扎、不要挣扎、不要挣扎！重要的事重复三遍。顺其自然、顺势地用最大接触面的方式，与冰面接触。讲得好不好？希望你们以后教孩子的时候，记住这个要点：不要挣扎。为什么呢？你本来不挣扎的话，用东北话说，就是在冰面上冲了出去十几米，到头了。一挣扎呢，张牙舞爪，自由舞的动作都做出来了，还是避免不了跟冰面的坚固接触，然后脑骨骨折都可能搞出来。你自由舞动作都上来了，像练铁砂掌一样拍冰面，那能有好吗？

我讲这个的时候，大家哈哈一笑。那有了病，这一生必然要“摔倒”的时候，你挣扎啥啊？嫌这个病痛带来的痛苦还不够，是吧？要在最后的时刻，焕发出生命的全部力量，再“拍”一下。不要挣扎，顺势摔倒，“则保生之道，不必过劳”。过分挣扎，就是“过劳”，知道了吗？不是说我们不去做健康生活的这些努力，做，但是你知道，老、病、死是伴随着“生”之必然的。

“物壮则老”，有什么奇怪的呢？到那个时候，自己安然地、坦然地面对就好了，多回忆回忆这一生做过的善法，我在年轻的时候遇到了佛法，之后这么多年没有白过，知道怎样去建立有道德有智慧的生命，现在也终于到了我跟这一期生命说再见的时候了，我很庆幸，希望我下一生还是能过这样有道德有智慧的生活，sa yo na la（日语的“再见”）！

《菜根禅话》22·明见·善用智能

把这一则给大家分享一下：“善用智能”。这个智慧比前面更希有，因为这不仅仅是要有智慧，还要有一些德行。前面那些，更多的是一种智慧的洞察，相对还好理解。看看这一则：

天贤一人，以诲众人之愚，

而世反逞其所长，以形人之短；

天富一人，以济众人之困，

而世反挟其所有，以凌人之贫。

真天之戮民哉。

这里是说，如果有一个人非常有智慧，是贤人。这里是按中国过去“天命论”来说的。上天之所以给这个人这样的贤能智慧，是用来干什么的呢？是希望他来启迪其他人的智慧，消除他们的愚蒙。而世间人，这样自己获得了智慧能力的人呢，他是怎么用自己的智慧、贤能呢？智慧和能力呢？逞能，显示自己的智慧和能力，干嘛呢？反衬出来别人不行——你看看你，连这道题都不会做；这个问题这么简单，你都不会；你看你倒车入个位，这么半天倒不进去。“天贤一人，以诲众人之愚，而世反逞其所长，以形人之短。”

在这个情况下不这样做，有智慧又有能力的人常常怎样呢？不吱声了，是吗？这已经算是有修养的了。但实际上，你这个智慧应该用来干嘛啊？应该用来对自己和别人带来更大利益才对，你应该对别人有所利益、有所帮助才对。当然，也不是说有智慧的人要变得好为人师，而是希望你能够知道自己这样的智慧，是天地之间可宝贵的东西，第一不应该滥用它，第二不应该浪费它。这里说的就是滥用，“逞其所长，以形人之短”，这就叫滥用，错误使用；也不应该浪费它，浪费它是没用。应该正确地使用它。请问：如何是智慧的正确使用方法？答：用来启迪别人的智慧。这才是智慧最好的使用方法，其他的都有浪费之嫌，甚至是滥用之嫌。

“天贤一人，以诲众人之愚，而世反逞其所长，以形人之短。”这确实要配合修养，但首先是见识，你知道智慧是用来干什么的。我有时候跟一些学佛的法友们也说，我们在佛法里没有多少真正的修行体验，没有多少自己内在产生的智慧之前，很多还是头脑里的概念。如果很认真地来反省，自己没有什么值得称道的德行、修养和真正从内而发的智慧。那个时候，虽然也有一些人容易有狂妄的表现，但是还更容易变得谦卑一些——自己有没有修行，自己不知道吗？还是知道的。

问题就坏在哪呢？开始慢慢地有点修行了，有了一些不再是自己能够找

到外在来源的，真的就好像自己内心中涌出来的智慧一样。这个时候啊，这个人如果智慧不够、修养不够，就容易麻烦了——他会觉得那是他自己产生的智慧，那是属于他的智慧，他老人家是了不起的，“释迦牟尼佛也就仗着提前生了二千多年，先说了佛法，要不然现在我就有活干了”。我要对这样的朋友说：“你‘开悟’了。”哪两个字呢？你开始错误了。

我们这一点智慧，你想一想，如果一点佛法线索都没有，你有吗？可能吗？即便你只听到一句“无常、无我”这样的关键词，也叫佛法线索。你要连这样的线索也没有，你有任何真正属于佛法那种超越的智慧吗？有吗？如果真有，那你就是辟支佛根性，你厉害。但是很少。

我们都是或多或少受到了佛法的熏陶，只是自己印象深刻或者浅而已，然后种种因缘，很多时候还要托庇于自己过去的善根，开始有一点智慧，有一点受用显发了，然后呢，因为智慧又不深刻，总感觉有个“我”，以为是“我”的智慧。就从他“总感觉有个‘我’、‘我’的智慧”这点，已经相差十万八千里了，但是自己不知道，还觉得这就是确定的事实。不知道自己内心捏造了多少错误，又在错误上用自己的信用来封缄，最后就成为笑话。所以我在佛学院的时候，跟出家师父特别谈：我们以后在佛法中深入了，一定要避免这种模式。

佛陀说法，包括我们出家学法，不是为了拿佛法去凌越于他人，把别人显得很小、很矮、很锉，自己多么多么高、大、上，多么多么伟、光、正，那有什么意思啊？你有任何建设性吗？你把别人都说成了尘沙，就你自己大放光芒，有用吗？你把人家说得那么矮，把你说得那么高大，有任何建设性吗？对于你自己真正的德行、智慧，对于别人的德行、智慧，有建设性吗？还不都是为自己烦恼服务，还不都是为自己烦恼打工，高明在哪儿了？这并没有增高。但是不得不说，这个时候他可能是有了一些比自己过去高明的智慧，也可能有了一些比一般情况高明的智慧，但还不到位。同时，即便是这样的智慧，他正确的使用方法，正确的打开方式，也是用它来启迪别人的智慧。而不是浪费在那儿，什么也不干，或者来显示别人怎么不行，我多行；那都没有建设性。请记住这个词：建设性——你做的事，你说的话，是以建设性的发心出发的吗？它能够达到建设性的结果吗？你是怎么来衡量的？那么有智慧，难道这个衡量方式都不知道吗？

下一句：“天富一人，以济众人之困。”这还是“天命论”的说法。上天使一个人变得很富有，是要干嘛呢？让他来帮助大家走向共同富裕。（听着耳熟是吗？）但是世间这些人呢，反而用自己的财富来炫富——你看看我开啥车，你骑个小黄车就显出你品味了？

应该知道，这个财富只是暂时为我所用而已。什么意思？你是财富的所有者——这件事情，大自然答应吗？我这话，大家能听明白吗？“我是财富的所有者”这话，大自然能答应吗？地震之前，问你吗？发洪水冲走之前，问你吗？或者冲走了之后，除了保险公司，大自然赔你吗？只是我们人之间一些约定而已，搞得什么天经地义啊，是不是啊？你意识到没有？你在人间的财富，很大程度上依赖于社会契约的保障，有没有意识到？当然了，社会契约往往有国家暴力机器的支撑，只是这样一种因缘的所有而已。再说，你听说谁走了之后，真能带走。殉葬了，就带走了？我看造孽了，是吧。

财富只是暂时的有使用权、支配权而已，暂时而已。那你怎么样更好地利用它，这才是一门学问。你们奇不奇怪：佛教还教我怎么花钱？教，教得还很细致。说一下：第一、你要有正当的消费。（终于把心放到肚子里了，还以为没我啥事了呢，有！）属于你的、你亲人的，乃至你下属的正当的支出消费，这是一部分。第二、有一部分储蓄，以备不时之需（自己或者别人的急难）。佛家说得很清楚，不光是你自己的过河钱，万一是你需要帮助也能够帮助上的人，他有什么急难，也可以用。第三、现世的投资，就是扩大再生产啊，或者是向财富增长等其他方面的努力，也就是今天说的理财。第四、就是一般世间理财再也提不到的事，叫做更长远的投资，向于后世的投资。谁说财富带不走，有能带走的方法，就是你不想那么干。财富怎么向于后世投资，怎么用向后世投资的方式把它带走，你知道吗？想知道这个奥秘吗？我们下一次再说。（众乐！）

因为时间关系，我们已经讲了一个小时五十分钟，预计不超过两个小时，我们再留一两个问题的时间。请下次提醒我：关于怎么把财富带走的问题，让它未来还能滋益于我的问题。我不一定记得，你们如果想知道，请告诉我。否则下一次我们开始就直接讲“善权”的部分，“明见”的部分，分享这些也就可以了。

《菜根禅话》23·交流讨论

大家有没有问题，如果没有问题的话，我们今天就到这里，一起合掌。有问题吗？请讲！你是“老客户”了，我们照顾一下“新客户”，请讲！

学员 A：法师！“善用智能”没太听懂。

法师：这个人有智慧啊，不是用来凌蔑别人的，不是用来显得他了不起、别人不行的，而是应该用来帮助别人启迪智慧、增长智慧的。这是智慧的正确使用方式，这叫“善用智能”。因为智慧确实是个宝，人类文明的核心不就是各方面智慧的运用和增长嘛！

学员 B：法师！佛法里蕴含了很多智慧，而且都是免费的、开放的，但是好多人都不感兴趣，怎么能让他们感兴趣呢？

法师：好，这是个消费心理的问题。我问过在座的一位法友，不说是谁了，不知道他能不能想起来。当年我们因为一个话题，我曾经问过他这个话：“假如我现在告诉你几个字，让你回去天天拿时间出来念，你能不能够保证天天念？”然后这位法友很诚实地跟我说：“不一定！”说“不一定”已经很给我面子了，“你告诉我回家念，我就念给你听啊？做梦吧！”

但是反过来，这件事情换一个场景：“想学是吧？交 500 万人民币，不要拿津巴布韦币骗我。”好，500 万人民币交完了。“真想学啊？”“真想学！”“来，附耳过来告诉你：‘已生恶令灭，未生恶令不生。’回去念！”

他回去念不念？

众学员：念！（不念！）

法师：这两种回答啥意思？“不念？都 500 万了，不念行吗？念！”清楚我意思了吗？这是人的劣根性，不是法有问题，是人心有问题。我希望我们大家学了“明见”这一科之后，能长一点智慧，不要总像过去那样太过颠倒。

最后时间交给主持人，感恩大家！

《菜根禅话》24·善权·慎顺忍逆

尊敬的各位法友！这是我们“菜根禅话”的第四次课了。在之前几次的课程中，我们概略地介绍了《菜根谭》，并且说明将从“立品”“养性”“明见”和“善权”这四个相关联的方面来介绍《菜根谭》。在之前的三次课中，“立品”“养性”“明见”，我们都略略地举了一些相应的条则，做了一些共同的学习，今天我们一起来学习第四类内容——“善权”。

在“立品”中讲的是，一个人应该拥有什么样的品性道德抉择，应该有一个什么样的格局和一个什么样的生命品质。这样的生命品质是从哪儿来呢？是从正确的涵养来的。“涵养”两个字，如果换成大家更熟悉更平常的话，叫做“修行”。从正确的修行来。想有正确的涵养功夫、正确的修行，必须要有正确的认识，所以我们要想探究“养性”的根子，那就要有正确的识见——认识和见解，这就谈到了“明见”。实际上，对于一个人来说，他有正确的认识，这个是很根本的，有了正确的认识——“明见”，他才能够正确地训练自己的身心，也就是做一些涵养功夫或者说正确的修行——“养性”，才能够养成一种确定不移、光明正大的人格，那就是“立品”。

有了这些，好不好呢？很好！但是这些是不是足够呢？如果从内心的安宁、内心的安乐来说，这些足够。前面三个——“立品、养性、明见”，单纯从个人内心的安定、安宁、安乐来说，做到深处，真的足够了。但是，我们有几个人是自己一个人离群索居的呢？很少。总是要跟人群做密切或者不太密切的交流，打各种交道。在这个过程中，一个人有这样的品性、修养和识见，他怎样在人群中来抉择？面对各种顺逆境界，面对各种境遇，他应该有什么样的一些细节把握？这就是我们要谈的“善权”——“善”表示善巧，“权”是指的因应因缘的一些调整和变化；善巧地随顺因缘，按照规律来处理、来应对，这就是“善权”里要表达的事情。

再强调一下！一个人只有很好的修养（“养性”），有正确的认识（“明见”），也有良好的品性（“立品”），仅对他自己是足够的，但是想要更广大地利益人群，想把各种人之间的事情处理好，够吗？还不够，那只是基础。前面也谈过，我们是在“立品”“养性”“明见”的基础上来谈“善权”，否则，没有那些基础，直接谈这些权巧机变，就变成了油滑世故。我们谈“善

权”，是在这种正大光明，是在这种睿智调柔之上来谈的。好，这是在正式讲“善权”之前，我们要说明的内容。

“善权”这部分可能要讲两次课，来做一些更实操方面的说明。好，第一则的内容是这样的：

恩里由来生害，故快意时，须早回头；

败后或反成功，故拂心处，莫便放手。

这个“恩里由来生害”，如果跟下一句对应看，这个“恩”是指别人给我们一些恩惠。特别是，如果放在官场上、仕途上，因为古时候“学而优则仕”，讲所谓的“恩主”，什么叫恩主啊？赏识我、提拔我的那个人。有人赏识你，有人提拔你，这在一般人看来当然是好事。如果没有坚固的人品——这是今天的话，如果用前面的话说，如果这个人“立品”“养性”的功夫没做到，如果他没有“明见”，可能某种意义上就相当于把自己卖给了自己的恩主，就有了今天常说的一句话——“人身依附”。这个人赏识我、提拔我，然后呢？因为他，我后面的事，顺风顺水，好不好呢？从眼下看，是好的。但是，如果自己因为这个，就忘乎所以，失去冷静的头脑，失去必要的原则和判断，那问题就来了。比如说：因为这是就“仕途”来谈的，这个恩主赏识、提拔他，也就难免是跟他捆绑到了一起，是吗？当扯着顺风帆的时候，一切好说。风向变了呢？风浪大了呢？那可能也就一起承受后面的祸患了。

“恩里由来生害，故快意时，须早回头。”不要光看到别人的恩典、恩惠、恩誉，也要认识到这后面也可能带来祸患。什么意思呢？如果把这个放在古时候的官场看，相当于洪应明在做一个官场教育：“你要小心，不要过分地人身依附。‘恩里由来生害’，你光看到利益了，光看到跟着领导的风光了，那你知不知道，如果风变了或者风浪大了，你也要一起承受里面的问题和后果呢？‘恩里由来生害，故快意时，须早回头’，所以，正在风光显赫的时候，请你悠着点。”这话说白的话就是这样说。事情不要觉得是常的，诸法是无常的，还是留一分的好！

这是说得到了恩誉，有了知遇之恩。这个时候，不要光看到好，也要知道这里边会有祸患产生。那反过来，“败后或反成功，故拂心处，莫便放手。”如果一时有了挫折呢？就灰心丧气了，就觉得我再也没有机会了？那也不必，从古至今，有多少人真正传颂千古的事情，是遭受了重大挫折之后才成就的。《史记》里不是有一段非常著名的文吗？我想我们很多人都学过吧，不知道还记不记得，所谓的“左丘失明，厥有《国语》；孙子膑脚，《兵法》修列”那一段，还记得吗？如果是我们这个年龄的话，这应该是我们高中语文教材上的一段话，后来的教材太多了，现在不知道还有没有这段话。

自古以来，大家看一看这些逆境中，用今天的话说“逆袭的人物”，哪一个缺得了在穷困的时候、不得志的时候，那种坚持呢。甚至有的人遇到逆境，坚持到他离世，当时的世人也没有对他的认可，对吗？有的人，他的工作在他离世之后，甚至离世很久之后，才被认可。如果举我们中国古人，大家不熟悉，那举外国人像梵高。一举外国人，我们立刻就高大上了，是吗？孙膑也不差在哪，为什么说“孙子膑脚”的时候，我看大家都反映不出来是哪位呢？包括大家都很熟悉的《孟子》里的话，讲“生于忧患，死于安乐”那一篇，还记得吗？前面举了若干位伟人是如何起于微末，起于困逆之中，所以讲究“动心忍性，增益其所不能”，有印象吗？这是中国文化中特别强调的一点。

中国，作为世界所有文明古国，文明传承没有明显地彻底地中断的唯一的古国，你觉得在它的文化里没有一点“不死鸟”的基因吗？他的“不死鸟”的基因在哪儿？就在这种文化的氛围中。即便到了最困穷的时候，真正受到中国文化熏陶的人没有彻底的绝望。彻底的绝望，其实是一种没有智慧的表现！“诸行无常，诸法无我”“诸法因缘生，诸法因缘灭”，有什么好绝望的呢，去做正确因缘就好了。所以，实际上在整个中国历史上，是有几次外族或者是游牧民族对于中原农耕文化的入侵，甚至是摧毁性的破坏的，但是毕竟还是一次又一次恢复了；所谓的“正朔”，这里边是有中国文化的一些特征的，跟这个是有关系的。

这个，放大了是“家国”，缩小了就是个人的“身心”。有一致性吗？有啊！中国自古就有这样从小到大的一致性，“修身、齐家、治国、平天下”，有它内在的一致性，中国人认为这是“道”在人生、在家、国上的一个反应。

这是中国古时候这样一种相当于说文化信仰一样，他对这个是自己觉得深深地体会、认同，而且以它来指导自己的生活实践，是很不一样的。过去真有修养的人，这些东西就是落在他的生命里，所以你看看中国自古以来就不缺乏“逆袭”的案例，历朝历代，随便翻开，总能找到很多“逆袭”的案例。而且每一个人好像都很有文化，在沉潜的时候，总会留下一些脍炙人口的章句，或者是典型的案例，这里我就不去多举了。

中国文化，很有味道。在今天，因为过去几十年的一些变化，再加上现在大家生活有一点被很多东西拉注意力、占时间，未必有那个心思和工夫去沉潜、去玩味；这其实是一种损失，为什么呢？很多人就不懂得，或者体会不到，当他在这种人生或者说心性的涵养中，能够体会到的那种生命的深度、厚度和味道。大家每天变得停下来了，就是手机、电视、电脑，要不然就是各种事儿，怎么说呢？变得很散，而且慢慢变得非常单调，因为散而单调，慢慢就变薄了。我必须避免用一个词，那太伤人了。

这是这一则，给它起一个名字叫“慎顺忍逆”。在很顺利的时候，顺风顺水的时候，自己要谨慎啊！这几年，大环境里边有很多这样的事情，再说这话呢，好像大家能够觉得是应该的。要是十年之前呢？那个时候说“顺境的时候要谨慎”，就不中听了，对吗？“顺境的时候，不是应该大施手脚的时候吗？”顺境的时候要谨慎！

我再提一下前面说过的一句话，叫做：“君子持盈履满，尤兢兢焉！”有印象吗？这句话，我已经是学过之后第二次又在一个不同的课堂里提了一遍。“持盈履满”，这是很危险的事情！真正有人生智慧的人，这个时候尤其要谨慎小心，不要顺风船就忘乎所以，不要开着宝马在什么路上一定都跑120 以上。当我这样说，大家觉得是荒谬的，不安全的，实际上，当这个人在顺境的时候，他不知道悠着点、收着点，不知道谨慎小心，跟那个是一样的。

这是这一则“慎顺”的意思，在顺境中尤其要谨慎，不能够失德。有多少人在顺境中失德、失智，结果等到逆境现前的时候后悔莫及呢？旁边人的评价是：“这个人这么聪明，当时怎么就看不到、想不到吗？”智商很高，头脑很快，但是未必有这样人生的智慧。在这一点上，我们可能未必如中国

一些古人的修养好。古人确实在自然科学上不如我们，对吧？你给他一个手机，他都玩不明白，但是我们不一定活得比他们明白。

在逆境中要能够安得住，而且只要是正确的、应该的或者不得不的，要能够有坚忍的意志。我不是提倡硬忍，真的有这种情怀的人，就有一种过去常说的革命乐观主义精神——“四渡赤水显奇兵”，想起来没有？那是什么环境下啊？一个动作慢就全军覆没啊！今天说起来很诗情画意一样，不是的！那是动作稍慢一点，情报稍差一点，全军覆没。在逆境中，要能够安心，能够安忍，就像孟子说的“动心忍性”，自己从正面、从建设性上去看待这一段肤浅的岁月——正好，这样的岁月能够锤炼我什么，这样的环境能够培养我什么，我把这些培养好，我要利用好这一段的因缘。

对于一颗有准备的心，“触物皆成药石”，不管是顺境，还是逆境，都会变成他改善自己的助缘。逆境也可以，这就是佛法中说的“逆增上缘”，本来是一个逆境，是一个违缘，但是他的心正确运作，可以成为他的“逆增上缘”。你们如果有对佛经有了解的，《金刚经》中讲：“我昔为忍辱仙人时”，就是释迦牟尼佛往昔生做忍辱仙人的时候，有一次有一个很不讲理的国王，拿刀节节肢解他，拿刀剁这个活人，剁他胳膊、剁他手、剁他手指头，然后剁他脚……，这样剁下去。为什么呢？原因有一点太霸道了：

这个歌利王带着宫中的这些婇女们出去郊游（不要想棋盘山，肯定不是那儿。我们沈阳人民一想出去郊游，很多就想到棋盘山），他自己累了，睡了一觉。那些宫中的婇女好不容易放出来了，这个烦人的家伙又睡着了，大家就在这个林子里很开心地玩儿。当时，那一生释迦菩萨做忍辱仙人，他也在那个林中，这些婇女见到了也很好奇：“这林子中还有这样一个奇怪的人。”修行人又有一点不一样的气质，那这些婇女就跟他说话。这个时候，歌利王醒了，睁眼一看：“怎么没人伺候我了呢？都跑哪去了？”拎着一把剑就开始找（印度古时候的国王很多都是刹帝利种姓的，那是武士和政治阶层），找到了，看到这些婇女跟一个男人说话。他这个人嗔心很重，走过去，很不客气地按剑问：“你什么人？干什么的？身份证？”“我是忍辱仙人。”“你忍辱仙人来干什么的？”“我修习忍辱。”“你修习忍辱，真的假的？又没有身份证，我试验试验看。”就开始拿刀剁人了，“你不是修忍辱吗？我把你手割下来，你能不能忍啊？”

这样困难的境界，这样恶逆的境界，我告诉你：“不能忍了，让你知道知道我的厉害，如来神掌。”不是！《金刚经》怎么说呢？“我昔于歌利王节节肢解时，无我相、无人相、无众生相、无寿者相。”是不是？在那个时候安住于这样的慧见，安住于这样的智慧境界。这是特别能够利用逆境的人，他甚至可以利用到这个程度。我们不要做到这个程度，但是我们也应该知道，对于一颗有准备的、有智慧的心，他可以利用一切顺逆境界来增益自己，来改善自己。如果这样说，当然更惊心动魄了，不过意趣是一样的。

逆境，不要内心积极地就去嗔，就去排斥。有时候有一些逆境，你没有办法推得开，是吗？特别我们人到中年，已经开始真正懂得什么叫做生活的无奈，不再是小孩子时候那个样子的，那就知道，有一些逆境，你是推不开的，要能够安住，要能够安忍，这是这一则的意趣。

《菜根禅话》25・善权・临欲容让

下一则的内容：

径路窄处，留一步与人行；

滋味浓的，减三分让人嗜。

此是涉世一极安乐法。

这条路走一走、走一走变窄了，这个时候我们走在这样的路上，要懂得：不要把路全占了，给别人留一点，让别人通过。

你说：“这个道理谁不懂啊？”我再发一发“地图炮”，这是跟年轻人学的话，就是普遍攻击的意思。我们大家，你比如说去机场或者是去什么地方，有这种扶梯。如果在其他一些公共秩序，或者公共意识、公德意识更强的地方生活过的，会看到在那里，人们往往都是只占一点，是不是？这一个扶梯本来是两人宽，因为扶梯是一个单向，他不会都占满，他不会想：“反正也没有人下来，我占哪儿都好”，不！他贴一边站。贴哪边站呢？跟这个国家交通规则是哪一侧通行有关系，哪一侧通行大家都习惯性地停那一边站，比如大家都右侧通行,就贴右边站，那左半边留着。留着干嘛？谁真有急事让他快走。你不管是平的这种扶梯，还是升降的扶梯都是这样。在我们

国家，你如果看的话，在一些场合有一些人注意总是右侧站立（我们国家右侧行驶），但是更多的情况下，无序分布，你如果确实比较赶，比如：到机场已经开始登机了，确实要赶几步，又没有头等舱的这种服务、车送的服务，自己赶紧想在这个公交扶梯上迅速地走，一路就要拉着“警笛”过去：“麻烦让一让、麻烦让一让……。”

“径入窄处，留一步与人行”，这不仅仅是在譬喻上、在我们日常生活中应该这样，在我们生命中也是这样。这是一个特别讲究竞争的时代，不是哪一个国家，而是很多已经走入所谓现代文明的国家都充满了竞争性，大家已经被训练得争惯了。包括我们国民教育中，从小学升初中开始，这一系列升学，本质上就是一种排他性的竞争。为什么呢？因为优质的教育资源有限，要用一定的方式来分配教育资源，我们现在用的方法就是考试，那对于学生和老师面临的就是升学的问题。从小开始，他受到的最根深蒂固的影响，一直影响他到十八岁，整个生长、成长正好形成里边种种模式和价值的时候，他都被训练得“怎么样能够保证不管路有多窄，我要过得去”。特别我们那个时候高考还没有扩招，不当回事的，都是当年学得好的。

“径入窄处，留一步与人行”。到了社会上，其实还是这样。这里有一个什么问题呢？有人就说了：“你这样‘留一步与人行’，最后就是你自己无路可走啊！”那就要想一想我们这个社会怎么了。即便从社会学角度看，你来把握的话，人与人之间从根本上来说，实际应该是一种“竞合关系”，就是竞争、合作关系。包括大国政治也是这样，“竞合关系”。但这个“竞合关系”是最难处理的，你要是把它单纯地说成合作，单纯地说成竞争，它都好处理，竞争、合作是难处理的。这里所强调的是：不要想这条路我一个人走，给人一个走路的地方，即便你怎么得势，也别把人家的路都堵死了，谁堵路谁完蛋——“径入窄处，留一步与人行。”

“滋味浓的，减三分让人嗜。”什么叫“滋味浓的”啊？大家都觉得好的。这是拿什么做譬喻呢？拿大家一起吃饭做譬喻，对吗？现在条件好了，特别我们很多人就吃上不像从前物质匮乏那个年代了，不涉及到说“我多夹一块，你就吃不饱或者是吃不好”这个情况，但是想一想从前物质相对匮乏那个年代呢，家里的那个好菜，想一想当时很多父母是自己舍不得吃，告诉孩子吃。然后孩子小，孩子要稍微懂一点事，说：“妈！你怎么不吃啊？”

妈妈的标准回答是：“我不爱吃。”或者是相对来说比较更老实的回答是：“我快吃饱了。”但是做孩子的，懂吗？懂不懂“这是一个好东西，我应该有一点理让，应该请父母多受用，请其他的兄弟姐妹们都受用，不筷子不离边”？

我们谈到孩子的教育，这不是教育吗？“这个好吃，这个对身体健康好，那他想吃，就给他先吃”，这样慢慢养，就养歪了——先养歪了嘴，后养歪了心！就是因为这东西好，所以，第一要懂得节制，第二要懂得替人着想。光想着自己，又毫无节制，培养出来，以后怎么能不容易发生不必要的冲突和问题。

因为有一个世代，基本上就是独生子女的，他们日常家庭生活中可能连这种“竞合关系”都没有，他习惯了旁边都是支撑的、呵护的。如果父母再溺爱一点，觉得“就这一个，可不能亏着，我小时候想吃啥吃不着，不能让孩子再吃我这个苦”，那就没有办法给孩子在这些小事上培养出来一些好的品质。你说：“吃个东西，用得着看那么重吗？”请问：孩子一天吃几次？只要不是特殊情况，至少三次，是吗？如果每一餐都在训练这个，那训练出来的是什么？如果是真修行人就知道，修行是在生活的点点滴滴、方方面面、在在处处。

所谓的教育，本质上也是一种修行。广义的修行，就是生命的改善的实践。那教育呢，教育为了什么？就为了孩子以后能够活得好啊！什么叫活得好？出人头地，物质条件好，再家庭也好？你想想，他有了这些，除了这些技能本领之外，不需要一个正确的心吗？没有正确的心，光有物质条件，能生活得快乐吗，能生活的安稳吗？

这是说到教育别人，那我们自己呢？“滋味浓的，减三分让人嗜。”“滋味浓的”可不仅仅是吃，这是拿吃来做譬喻。今天大家比较重视什么？钱，是吗？有这样一个竞争、合作关系，为什么内心里就必须纵容自己的贪得无厌呢？因为要应对不同的环境，可能自己的进退伸缩、尺度以及表现的刚柔，表现上可以有一些协调把握，但是自己内心和大的战略方向上，要知道“独食而肥”这件事情，第一不好，第二不吉祥。为什么呢？减肥是潮流！自己一个人把路都占了，自己一个人把好处都占了，很不吉祥！所以聪明人总是

给别人留活路，因为总给别人留活路，所以自己总有路走。处处把路走尽，能走到十分，他还要使出洪荒之力走到十二分的，那也不要怪到了穷途末路的时候，连搭把手的都没有。

这一类事情在生活中有很多，在我们人的表现中也有很多。我说一个大家可能没有想过的情况，我们对于种地、种庄稼、种菜这些，可能大家自己虽然不是行家里手，但是一些常识知道，对吧。比如说：这个地里要是有了虫子怎么办，很明显，上农药，是吧。我之前在福建的一个寺院叫广化寺，住了很长一段时间。我刚到那里的时候，那边按照中国过去寺院的传统——“农禅”，还有自己的菜地。这个菜地，你觉得会打农药吗？不打农药。虫子怎么办？因为那边不光没有人杀虫子，也没有人杀鸟，所以生态有一个自然的平衡。那边种地，如果发现了虫子怎么办呢？那么一大片菜地，专门留几垄，干嘛呢？给虫子吃！“唉呀！给虫子吃，不都白瞎了嘛！”是从你身上长的菜啊？咋你吃不白瞎，虫子吃就白瞎呢！

专门留几垄地给虫子吃，如果在专门给人吃的另一边菜地看到虫子了，先拿下来，而且有的特别温柔，还要跟这虫子好好聊一聊，做做思想工作。不说他这个思想工作对虫子有没有用，你们如果修习过慈心的就知道，他这么聊的时候，他起码自己在修慈心，他自己慈悲心没有受伤害而且增长，你别管“你跟虫子聊了半天有用吗？你给它念经，又念这念那，它要能听懂，那我还用做人干嘛啊，做虫子多好啊”，它听不听得懂是一回事，你内心有没有这样的善念是另外一回事。当然，这样的善念不用非要这样念来表现，不用非要这样说来表现，对吧？但是，对于这样做的人来说，也许沟通没有达成，但是他自己内心没有违背于慈，他在这样做的时候是慈悲心摄持的，然后再把这虫子专门放到为它们准备的那几垄口粮地里去。我看哪一年也没有说吃得一点不剩啊，连那几垄专门给它们准备的都没有说吃到完全不剩的情况。

“径入窄处，留一步与人行；滋味浓的，减三分让人嗜。”这都谈的是人。你看佛教这工作都做到虫子身上去了，“物尤如此”，你对待虫子都这样，你对待人应该怎么对待？

有一种非常著名的咖啡——猫屎咖啡。我一说到“著名”，马上就有人想到了，是吗？应该是荷兰殖民统治的时候，把咖啡引到了印度尼西亚那一带种植。原来没有，是他们引过去的。种了之后，后来这些咖啡农们发现了什么呢？当地有一种野生动物叫麝香猫——害虫或者叫害兽，怎么呢？竟然糟蹋我们这个咖啡，哪个咖啡长得好，它吃哪个，可会挑了，你说它不是祸害人吗？要是我们一般人的思维应该怎么办呢？轻了——就赶走它，重一点——我灭了你。我说这话，我们东北人觉得“这个对啊”，东北话说“这个赶劲儿”。这些人当时确实很烦恼，也跟它做了各种斗争。但是后来发现，咖啡豆其实是里边的核，麝香猫需要外面的果肉，这核它消化不了。而且经过它胃肠的这一系列消化和发酵的过程，排出来的咖啡豆，洗一洗处理一下，磨出来的咖啡，味道特别好，于是猫屎咖啡诞生了！

当然，当时是不是故意给人家留一条生路，才有这个回报的呢？那个不好说了，因为我是没有去考证。但是你看看这是什么呢？你给人家留一步路，给人家留三分吃，不见得对自己是不好的。我们人啊，自己贪心作怪，烦恼作怪，简化成几个字就叫做：“我的、我的都是我的！”什么叫都是你的了，你能像猫那样干这个工作吗？

不过到了现代呢，情况又反转了。自从有了微信之后，自从进入了移动互联网，因为自媒体或者是媒体传播的变化，大家对一个词已经熟悉了，叫“反转”。大家已经习惯新闻报道或者一个事件出来，先看几天，然后坐等反转，不反转不叫世界。猫屎咖啡那事件也反转了，起码在某个视角看是反转了，怎么呢？

讲到刚才那儿，这个猫跟人好像挺好——从此过上了幸福的生活。但事实是，是人有了一种好咖啡喝，麝香猫惨了，为啥呢？野生的麝香猫是要吃那种好的，然后它产量又小，你到哪儿找到野生的麝香猫排便排在哪儿啊？你就算熟悉，它产量也上不去啊！于是很自然地进入了什么阶段呢？人工饲养猫。于是那个猫就跟鸡似的被关在笼子里喂，逼着吃。麝香猫是这样养的吗？不要说它本来是野生的，就是家猫你这样圈着，你看它跟你急不？吃不下去，硬吃，然后极度地狂躁。哺乳动物有一定的智力，你像一般的家猫，成年之后至少有两岁孩子的智力、两岁儿童智力，聪明的那就更不用说了，会观察各种情况，总结各种东西，而且情绪表现很复杂。我想你们养过宠物

的、哺乳动物的，会知道它会怎么样？它会自残，它痛苦到一定程度，就跟这复杂的心理活动一样，它自残，自己咬自己，如果是跟其他的同伴在一个笼子里，就互相咬，很痛苦，生不如死！这样的产业链，最后出来，仍然是那种应该说是咖啡里的贵族的猫屎咖啡。

这是怎么回事呢？这就是另一番道理：“麝因香重身先死，蚕因丝多命早亡”。这是明朝的时候一位佛教的大德，叫做憨山大师写的诗：“麝因香重身先死，蚕因丝多命早亡；世间从来缺陷多，幻躯怎得免无常。”麝香，因为被人看重，成为奢侈品，所以产麝香的这个麝，就因为自己产的香气重，就倒霉了。那蚕呢，就是因为吐的那个丝、结的那个茧，可以被人用来做丝织品，所以也要早早地死掉了。正常的，它是要最后化蝶，或者是化蛾出来的，是吗？现在它那一步，达不成了，在蛹的阶段就结束了，所以叫做“蚕因丝多命早亡”。所以道家有一种思想：有用并不是一件值得夸耀的事情，它可能带来瞩目，有抓眼球或者是吸引人家注意力甚至卖好的这种功能，但同时它也可能给你带来过患，甚至要命。

你说：“那都是动物，我们人不会。”这些年大家听没听到一个词叫“过劳死”啊？什么叫过劳死？那就是作为人的“麝因香重身先死，蚕因丝多命早亡”。你有这个本事啊，你能啊，所以就要托付给你啊，你就要拼命啊；既然都拼上了，那早没命也不奇怪。不是说不计较付出，你要真的有这种牺牲精神，好，很好！“我宁愿为这个事业奉献一切，哪怕是生命，而且在我的判断中，这是对的，是值得的”，那当然很好。不过很多人是因为自己内心不得自由，身陷其中，被束缚被驱动，最后拖累垮掉的。我如果说干事业的人是这样呢，大家不一定服气，但打游戏打到精疲力尽，然后人猝死的，大家听说过没有啊？我多少有关注这样的事件，这些年好像就没有绝迹过，大陆有、台湾也有。我还见到台湾的那位啊，他在一个网吧里走的时候的样子。应该是他已经走了，后来才呈现的那个姿态。看到那个照片的时候，是人靠在靠背椅上，但是两只手还都是向前直伸着的，就是一手键盘一手鼠标，标准的游戏操作姿势，就是那个样子，两个胳膊还擎着，那是身体僵硬了时候的样子。

为什么过劳死呢？很简单！因为迷惑，迷惑于其中，认为里边有“我”、有“我所”，要在里边追求自己认为重要的东西，所以也不睡觉，也不休息，饿了就随便吃一点，渴了就随便喝一点，大干快干，早早完蛋。

你觉得不一样吗？事情不一样，心态一样，不是说不能努力干工作，也不是说我们不可以有牺牲精神。如果你确实知道是这样，而自己还心甘情愿，欢喜自在；这可以。但有几个人愿意呢？很多人病了之后——唉呀！年轻的时候不知道，就乱拼，现在知道了，还是身体健康最重要。天大地大，健康最大。找我开会，不开会；你有事啊？我跑步去。

这种“容让”，这种面对自己喜好、贪恋的事物的时候，有反省，乃至说能有一些不独占的智慧，很重要！这其实就是一种自律的表现、自我克制的表现。人的内在烦恼，有一种向外占有更多、控制更多的欲望，大家说那个是“控制欲”，是吧？即便都不知道那些资产吃多少辈子能吃完、用得完，但是还要扩大、扩大，再扩大。这不仅仅是面子的因素，不仅仅是事业心，这后面是“我”“我所”。这个问题如果要深说，话题就比较远了，也跟这里边谈的这些应用层面的稍远一点，就不说太详细了。

能够在这些事情面前，有一个让人几分的心。“顺风帆，别扯满”，你像跑船的，越是顺风的时候，他要怎么样？降帆啊，是不是？我们自己可能没有坐过帆船，也没有做过帆船上的水手，但是影视作品、文学作品总是看到过吧？真到顺风的时候了，特别是特别顺风的时候了，要怎么办？降帆。顺风还扯满帆，真不怕翻船啊？行舟如此，人生又何尝不如此呢——“径入窄处，留一步与人行；滋味浓的，减三分让人嗜。此是涉世一极安乐法。”

这张照片是不是有一些法友看着有点眼熟啊？这是因为我最近一个因缘，我常常会在一个微信群里，每一天发一张类似日历屏保一样，就是手机上面的那种桌面，一般是一个图配几句话。这张图大家应该不陌生，这就是我们所处的银河系，在地图上表示“我在这儿”的那个图标的地方是哪里呢？就是太阳系。你看不到地球，在这里怎么能看到地球呢？我们只能就太阳系的位置来说“我在这儿”，下面配的话是：

我们在这里，银河旋臂上，一个没有蜗牛角大的地方，争着才生即灭的短长。

人的一生，往长里说一百年，在宇宙的尺度里，就是才生即灭的一瞬间！然后自己觉得这有多么究竟的意义，多么重大的意义！患得患失，怕怖张惶——何必呢！多大点事儿呢！

为什么给大家看这个呢？“径路窄处，留一步与人行”——“我不争怎么行呢？”你争了又怎么样呢？你的、你的、都是你的！So What？特别是现代有一些内容，其实挺受一些人追捧的，就是那种不择手段的，不是去实现最高道德，而是不择手段地去实现一些现实利益，这其实是很短视的。

七十年代之后的或者是我们同龄的这一些人，可能还应该记得，我们那个年代有一首英文歌是比较为人所知的，名字叫做《Another Day In Paradise》，中国人翻译叫《天堂里的另一天》，实际意思是“当在天堂再相逢”。里面是什么内容呢？有一个女子在街上无家可归，行乞，向一位男士说：“我已经好几天没有地方睡觉了，你知不知道我可以去哪儿啊？”这位男士继续走，假装没有听到，好像表现得稍微有一点尴尬。这位女士在后面跟他说：“你再想一想，想一想你我天堂再相逢。”

“It’s another day for you and me in paradise.”就是“当你我天堂再相逢”。什么意思呢？为什么说这个呢？人们就是看这一生。当你只看这一生的时候，其实是没有真正的尺度，也没有真正的价值，就是靠生物本能驱动的！人如果只靠生物本能驱动的话，其实没有什么可值得骄傲的。“It’s another day for you and me in paradise.”“想一想你我天堂再相逢。”会不会角色颠倒一下呢？

还是憨山大师有一首诗，说：“人从巧计多伶俐，天自从容做主张，谄曲贪嗔堕地狱，公平正直即天堂。”“人从巧计多伶俐”，你看看人，都讲什么呢？我多么有机巧，我脑瓜儿多好使，我一转一个念头，又把谁怎么怎么样了。但又能怎么样呢？“天自从容做主张”。他这里也是用中国过去那种“天”的说法，这其实是在说自然规律。中国古时候用“天”是很复杂的一个概念，有时候是指的自然规律，所谓“天道”的意思。自然规律是有因

有果的，我们都是自己业的承受者。在样的规律下，“谄曲贪嗔堕地狱”，这个人内心比较扭曲，种种谄曲，贪嗔炽盛，自然会到不如意处。“公平正直即天堂”，为人公平正直，能够保证不失人的品格，不失人的气息，甚至能够做一些让人天都赞叹的善事，那他是可以生天受安乐的。

这是中国古时候也有的一点观念，所谓“聪明正直，死而为神”，中国古时候有这样的说法。当然，这个“聪明正直，死而为神”里，有一些确实是受生为我们所说的天道的有情——天人，还有一些是大力的福德鬼。讲这个是要说什么呢？不要仅在这一生一世，这样电石火花的一生中，去看问题。你那样看问题，找不到究竟的意义，也没有一个道德标准的依托。

你在这一生里，那你告诉我：为什么要行善？反过来也成立，为什么要做恶？如果生命是断灭的，有什么必然性，让我来行善？又有什么必然性，使我必须去做恶？正因为生命是三世因果相续的，所以一个人不仅要为这一生做打算，还要有一个长远的眼光，也为未来做好打算。It’s another day for you and me in paradise.

《菜根禅话》26·善权·进退得机

下一则与上面是类似的，所以放在一起：

人情反覆，世路崎岖。

行不去处，须知退一步之法；

行得去处，务加让三分之功。

“人情反覆”，这是知道人的一些规律性的表现。并不是愤世嫉俗，一个对世间充满爱心的人，他难道不知道“人情反覆”吗？他要不知道叫幼稚，他的善良是建立在幼稚基础上的，那就不要奇怪当他懂得事情之后，就开始变了，甚至变得冷血了。一个真正悲智双运的人，他深切懂得有情的缘起、人的缘起，“人情反覆”有什么好奇怪的呢？众生的烦恼就是这样的。众生没有定，也没有慧，不“人情反覆”都奇怪了。所以，“人情反覆”是常态，没有什么好奇怪，也没什么好埋怨的，做一点有建设性的事。

“世路崎岖”。这个“世路崎岖”离不开“人情反覆”，如果人心坦荡，“世路崎岖”吗？没有！“世路崎岖”是因为“人情反覆”。

既然“人情反覆，世路崎岖”，难免要遇到一些困逆的境界，所谓的“行不去处”。到这儿就是走不动，就是没有办法向前，怎么办？“须知退一步之法”。这个时候不要像小卒子一样，只能向前和横着走，不能退一步，所以它是“小卒子”。你看那“马”“炮”“象”，都是辗转腾挪的，只有没脑袋的“小卒子”才是一路下底，然后传中。

“行得去处，务加让三分之功”。我来这里往返要经过山路，明龑很辛苦，来回载我。有一天我就跟他在车上聊，我说：实际上不管前后有没有车，要是正确的话，都应该是在自己的车道内行驶，即便是山路，即便是弯儿。你不能说因为是山路、是弯儿，所以我占道行驶。为什么呢？可下宽敞了，都是你的啊！不仅仅是交通规则，交通规则首先是对的，这样对彼此都安全，对吗？你跑对方道上去行使，越是弯儿越危险，为什么？互相看不到。一见面了，已经是王对王了，怎么办？反应不过来就出事，反应得过来就得有一个下去，还是出事儿。

我们平时怎么样走路，怎么样开车，怎么样吃饭，实际都在影响我们的内心，都在影响着我们思维抉择和行事方式。所以佛教的修行，一上来一大堆戒律仪：你要怎么走路，你要怎么吃饭，你要怎么说话，你要怎么躺着睡觉。“怎么躺着睡觉也管啊？”也管！“这个都管，那不太不自由了吗？”

你所谓的“自由”，到底是什么，能够把你带向何处？人们所谓的“自由”，实际是要求我们任性！很多人——“我希望自由”，说白了，不就是你想怎么样就怎么样嘛！那叫自由吗？那不叫任性嘛！很多人把自由理解成任性，结果能一样吗？真的想实现生命的自由，少不了智慧和德行；少了这个，你想任性都不可能。为什么人越大，越活得不如意？越大发现这个制约我，不让我任性的因素太强大了，我任不了性。之所以怀念小时候，是因为小时候可以任性。小时候就自由吗？想想小孩那个自由是啥？所谓的无忧无虑，就是你的生活有别人替你管；然后你想要什么，别人让着你——那不就是你还任性嘛！

没有绝对的自由，只有“从心所欲而不逾矩”！这是孔子自己说他自己，到了晚年能够做到“从心所欲而不逾矩”。什么意思呢？不是说他到了晚年就为所欲为，想怎么地怎么地了，很多人想：“那就好办了，来吧！”为非作歹了——不是！

“从心所欲而不逾矩”，什么意思？道德成为生命的自然。当道德成为生命的自然，成为发自于心的自然，这个人就可以“从心所欲而不逾矩”了。如果修行的方法得当正确，用不着等到晚年。佛教中有不少人在佛法中的成就，都是很年轻的时候，甚至是在小时候。因为佛教的进度，是从以德行为辅做保护，以稳定的身心调整做一个平台基础，然后发起很深的智慧，从根本上解决这一切。基于自己无谬的认知，而令身心的一切运作都合于规律，合于真理，就能够“从心所欲而不逾矩”。

当这个人自然而然按照生命的规律去活的时候，他外在的表现就是非常有道德，而生命自身的内心受用又是极为的自在和安乐。如果他还有来生，他的来生将是非常美好的。这是这一则，叫做“进退得机”，在进和退中都恰到好处。

《菜根禅话》27・善权・推功揽过

下一则：

完名美节，不宜独任，分些与人，可以远害全身；

辱行污名，不宜全推，引些归己，可以韬光养德。

“完名美节”，完美的名声，特别好的道德评价，不要把它都揽在自己身上，要分一些给他人。比如人家夸你的时候，你要说感谢某某、感谢某某，感谢 CCTV。你说：“这不是套路吗？”要真心这样。很难做到真心感谢 CCTV，是吗？

想一想，我们从那么大点的一个小娃娃，长到今天这么大，离开了父母、师长和这一路上给我们支撑的人，可能吗？特别是我们人，大了之后会形成自己独立的思想，有一些人会变得很有智慧、很有办法。因为自己内心一些根深蒂固的错误，就会觉得是“我很厉害”。那我就问一句：在你还是尺把

长的时候，把你放到猴子群里，你跟着它们长大了，你有今天这些东西吗？你要还有，那叫你厉害；你要没有，也不怪猴子不厉害。

应该说，一路陪伴我们、培养我们这些因缘，是值得感恩的。离了他们，不可能有这个生命今天的这种呈现。应该是真诚地感恩，真诚地知道：现在有的一点点智慧和能力，即便还有一点美德，如果不是这些因缘，成办不了——真心的认知这件事。这样，就不会因为这个人已现在经功成名就了，或者是说学识上、能力上都很出类拔萃了，反过来看不起自己小学时候的老师，或者某个阶段的师长，或者回家看不起已经变土了的爸爸和妈妈。正是他们的土，正是他们的没有那么高，才给你奠定了最初的基础，要不然你怎么到达今天这么高的位置。

真心的认识这件事，内心就不会那么傲慢。傲慢的人，总觉得是“我厉害”。你要真觉得你厉害，你就常想一想：“要是我尺把长的时候，跟着猴子、跟着狼长大，我今天会怎么样？”有什么好傲慢的呢？我不知道有没有人想起“人猿泰山”，你觉得那也挺好，是吧？当个故事看看还好。你看看真的猴孩长大了，真正成功融入人类社会的案例，有吗？成为了“中间人”——介于人与猿之间。

这是“完名美节，不宜独任，分些与人”。首先说这是完全应该的，你就应该知道，即便这件事情从事相上看，是你单打独斗干下来的，你也要感谢某某、感谢某某、感谢 CCTV——那就对了！

当然，这里所有的这些，都是一个指代性因素。实际就是离开那些因素，我们不要说有这些能力，活都活不下来，有什么好傲慢的呢？傲慢，应该总是觉得“我行”或者“我自己就行”。要是十个人抬一个重物，少一个人都抬不动，你觉得这里谁能傲慢得起来？你可别说，人的心真颠倒，也能傲慢起来——“你看，没我就抬不动吧？”（众乐！）从此可见，人的烦恼有多么坚固，多么顽强。不过，你稍微正确思择一下，你有什么好了不起的，对不对？是种种因缘成就的。这样正确思维，会远离傲慢，也对于“完名美节，不宜独任，分些与人”，没有抵抗，没觉得自己亏。

这件事从头到尾都是我一个人主要在处理，最后做总结的时候，居然拉拉杂杂要感谢这么多？我们还要感谢天、感谢地呢，感谢火星没来撞地球呢！我不是玩笑！佛法里讲四缘：“因缘次第缘，缘缘增上缘。”什么意思呢？是讲的主因（主要的因）和一些辅助性的因素。这里边的“所缘缘”和“次第缘”是心所法，我们不去强调。这里强调一个什么呢？强调这个“增上缘”，就是我们一般说的有辅助性的力量。对于这一事情成就，它有辅助性的力量，叫“增上缘”，它帮助这件事情增上、成就了。但是佛法里说“增上缘”还有另外一个角度说，怎么说呢？这件事情成就了，不仅直接辅助这件事情成就的因缘是“增上缘”，所有没有障碍这件事情成就的因缘也是“增上缘”。

大家刚才听我开玩笑说：“感谢火星没来撞地球。”当是玩笑，是吧？请问大家：我们在这儿一起学习一点传统文化，真有一个彗星、有一个陨石砸来了，我们课上不了了吧？那个陨石没乱来，还在它的轨道上擦肩而过——感谢天、感谢地，感谢陨石没来撞大地。佛法里说“增上缘”是这样的广泛，而且它不对吗？真的对！我们应该感谢街上那个人没有冲进来，把我们设备都砸了；他砸了的话，你光靠我的嗓子，我也不一定顶得住。

你觉得太牵强？并不牵强。我们是习惯这种割裂性的思维，习惯这种滋长愚痴和傲慢的思维了。这个人能这样去认识“增上缘”——辅助的和不障碍，都是这件事成就不可或缺的，那他的心胸是什么样子？你感谢一下 CCTV 有什么问题？感谢 ABC 也可以！

这是上面说为什么可以“分些与人”。下面说这样做，在现世有什么好处呢？可以“远害全身”，为什么？“完名美节”，这些是人所希欲的，人人都喜欢的，好名声谁不喜欢？这个人就算没那么好，甚至背地里是那样的，他表面喜不喜欢好名声？喜欢啊，这就是前面说的“滋味浓处”。你为什么要“我的、我的、都是我的”呢？要能“分些与人”。你都霸占着——“我是道德标兵，你们都是这个”，那这个人一定在自找麻烦。他就算道德真的无可挑剔，即便是这样，他也会遇到其他的问题。中国人别的不会，就是卡着不让你“胡牌”，还不会吗？这么多年游戏的训练，早就练出来了，不就是看下家嘛！

“辱行污名，不宜全推，引些归己,可以韬光养德”。这件事情没有做好，最后又到做总结的时候了——“这里确实没有我啥事啊”。但是，你不觉得你没能够很好地帮助这件事情，没有向那个方向歪，多少也要承担一点责任吗？换句话说，你没有障碍这件事发展成那样，你就是那件事情的“增上缘”。你既然是这件事情的“增上缘”，那对这件事担一点责任，引一点污名，内心有什么好过不去的呢？“这件事情我要付哪方面哪方面的责任”，这是对的，但是这个人真有这样的思维，不容易。

“引些归己”，这首先说思维上为什么应该这样。下一句是谈现实的利害，可以“韬光养德”。特别在世间生活，这一个人总是光芒四射的，你觉得合适吗？中国古人特别注意这一点，要“韬光养德”。你一个人住茅棚那是另外一回事，在人世间情况就不一样。时间关系，今天就先学习到这里，我们下一次课还是就“善权”继续学习。

《菜根禅话》28·探讨交流

【1、佛教的理财观】

学员：师父！上次我们讲到佛法中的理财，请师父开示！

法师：这个问题是上一次“我们且听下回分解”的余续，上一次讲到“佛法有没有理财呢”？也有！对吗？讲到以正当的经济来源，正确的自身产业，获得经济支撑之后，所获得的资财应该分几部分。

一部分是自己的受用，以及帮助亲朋眷友，乃至分配给相关的利益人——下属等等这些，这部分是用来消费的。还有一部分是用来储蓄的，以备不时之需——自己的或者其他亲朋好友或者可值得帮助的人，这个是储蓄用的。还有一部分是投资。佛教的这个经济观念怎么样？挺发达吧。公元前五、六世纪，告诉你要拿出一部分做投资，看来佛这话是讲给家有余财的（就是吠舍阶层，也就是今天所说的商人这些人），是吧；一天就能挣一个馒头的，起码没有办法在现世做什么投资。

还有一部分，上次说叫做“向未来的投资”；上次也就是停在这，对吗？佛法还有向未来世的投资，而且回报率巨大。一般回报率如果能够有百分之

十几、二十几，可能已经觉得不小了，对吧？再高了，大家就对安全性产生很大的怀疑。但是向于后世的理财，可以回报率更大。如何向后世理财呢？就是真心的做布施。布施给那些贫苦的需要帮助的人，布施给那些需要其他人的帮助才能够存活下去的人和动物。佛教的布施，不是说光布施人；在很多经典中，在说到布施功德的时候，都是从布施畜生开始说的，拿布施畜生做基准、做单位，假如说布施畜生的功德是十的话，那么布施一个恶人比它大多少倍。

“还能布施恶人啊？那我不是支撑他干坏事了吗？”请问大家：可不可以布施恶人？他要是吃不着饭了，或者是天冷穿不上衣了——饥寒交迫，可不可以救他一把？他就活该冻死啊？

你让他活下来，他才有改善的可能；生命是流动的，是动态的。再一个，就算是要审判，你让他走法律程序，好不好呢？看看现在一般的作案现场，可能发生枪战，甚至搏斗。打伤了之后干嘛？让他在地上流血死亡啊？要送医院抢救；就算是有命案在身的是这样，即便现场目击是命案在身的也是这样，为什么？还有后面的程序正义呢，是吗？

对于恶人，不可以随喜他的恶行。不能说：“你要抢银行啊？没吃饭没劲是吧？来，这袋面包吃了，养好精神好好干。”这错了，这不叫布施，这叫恣纵恶行，这叫随喜恶行！你自己的发心很简单，就是这个人饥寒交迫，谁冻着、饿着也不舒服，都很苦。众生爱性命，希望他能够活下来。即便知道他是恶人，希望以这样的善缘，帮助他以后能够走向改恶从善的路。为什么不可以这样啊？可以啊，以一颗慈悲心去帮助他，可以布施恶人。

布施就是这样向于后世的投资。你这个钱能带到后世去吗？你存哪家银行能带去？哪家银行有这个业务？告诉我。当然我没有业务需求，我可以替他宣传一下。你带现金是带不走了，你看古人，烧有用吗？我的我的都是我的，死了还要带走，带得走吗？只是愚痴而已！

怎么能够让后世也受用这一生资具安乐的影响呢？布施。“诸法因缘生”，人们的资具安乐，是跟布施的福德密切相关的。这一生的布施，会成为后来资具安乐的因。所以，佛法不仅讲这一生的投资，还讲向于后世的投

资。这，你在哪一个商学院也学不到，哪个经济学家也讲不到。佛不仅是教育家，看起来还是经济学家。

我们个人的理财，只理这一辈子太短，才几十年而已。理财为了什么啊？为了资具安乐的生活，对吗？那你就管这几十年，后边的不管了，活该受穷？不应该。佛法希望我们一时还不想脱离轮回的一般人有资具安乐。资具，就是物质条件上的这些支撑。资具安乐从布施来。

所以在讲到理财的时候，不仅有现在生为后几十年的理财，还有现生为未来生的理财，这个甚至比前一个还重要，为什么？我们这一生的理财，实际是为了今后的几年、几十年准备的，对吗？但是每个人都用得上吗？这个生命，每个人都觉得“我好像还能够一直延续下去”，其实总有一天是最后一天，对不对？属于这一生的明天不一定到来，但是这一生之后的来生一定到来，只要你不是无学圣者！大家听清楚这句话了吗？这一生中的明天不一定到来，但是这一生之后的来生一定到来。那你觉得哪一个投资更重要啊？

这一生的投资不是不做，就是说从稳妥性，从回报的这种风险来说，你这一生投资的回报风险很大，特别在乱世的时候，是吗？所以乱世的时候敢投资吗？乱世的时候黄金为什么贵啊？到哪都是硬头货，是吗？你在乱世炒房地产看看？这一生的投资是有风险的，因为总有一天是你收不回来的，起码你自己受用不到的。你说有其他受益人，那是另外一回事，但就你自己的资具安乐来说，你是受用不到的。但是在你相续的生命中，你向于后世的理财必然会发生作用。除非你是无学圣者，你已经可以入无余涅槃了，你没有后世这回事；不然总有后世。有后世，你这些资具安乐的因就会起作用，功不唐捐！

好，这是对于上一节欠大家的“下回分解”的一个简单分说。

【2、蚊虫来了怎么办？】

学员：师父！如果不杀生，夏天到了，蚊虫怎么处理？

法师：人如果真的希望避免什么事的话，就要从因缘上、从源头上去做好工作。在家里不希望有蚊虫叮咬，那纱门、纱窗关得严一点，一下子就少了很多因缘，更不要说后边自己完全可以用蚊帐等等这样一些措施。

学员：如果说蚊子真进来了怎么办？

法师：蚊子很笨，什么意思呢？就是很好抓。可能很少有人想过抓蚊子送出去，为什么呢？人们都采用一种低成本的反应模式，一巴掌拍死。

有一个高中生曾经问我这个问题说：“法师！这个蚊子叮人真难受啊，比在地上摔个跟头还难受。”我说：人家叮你，你损失啥？你损失一滴血，对吧？那你反手一巴掌，要人家一条命。你看看你俩这作为：一个就要一滴血，一个要人家一条命，你觉得谁像畜生啊？孩子好“骗”——“法师！我明白了，我以后不打蚊子了。我没法说了，你实在让我无话可说。”

我们想一想是不是这样呢？屋里如果进蚊子了，能够用布施心——“畜生我也布施，你要啥？要血是吧？我要打死你，这一尸不知道多少命。来吧，要多少？一毫升够不够你喝？”你越是身心放松调柔，它这一口越不造成困扰。甚至咬的疙瘩，两个小时之后都看不到，当时可能局部有一点，事后都没有反应，真的会这样，这是多少人从“慈心不杀”转换之后看到的事情。这后面大概有他的身心规律，我没有去做研究，我不愿意做一些神奇玄义的解释，一定有他身心的后面的原理和规律，只是没有人去研究。

很明显，这样慈心之后，就同一个人，因为不同人对于蚊子吸引力不一样。同一个人，他对蚊子的吸引力会下降。这可能跟他慈心，身心调柔之后，就是自己内分泌的变化的关系，这些都是身心相关性带来的效果。当一个人有这样转变之后，他不会在蚊虫叮咬上变得更痛苦，他会变得比从前更安稳。另外，他从源头就开始注意避免，那屋里就算有蚊子也没有几只？

蚊子叮一下，然后轰走了。过一会儿又盘旋请求降落，又来一下，那一只蚊子这一晚上叮十个包都是它。你要是有一颗柔软的心，它就是要一点血而已。不要谈什么疾病不疾病，你要谈疾病不疾病，那早就被传染了，是不是？谁真就不被蚊子叮咬了呢？你一巴掌拍死，该传染也传染了，说不定还帮忙注射了一下，是不是啊？你就以这样调柔布施的心——“喝好没？没喝

好，慢慢喝，别着急，没事，我等你。”吃饱了，喝好了，自己起飞了，飞不稳了，都喝高了。是的，蚊子能喝高的，喝得太饱了，飞不动了。你看看从你那起跳，然后滑翔，嗡……，滑到一个角落待着不动弹，一周都不再找你，真的是这样。不仅不招不架只是一下，而且心满意足一个月、一个礼拜可能都不搭理你，它够了。你如果总让它处于这种抓狂而又饥渴的状态，那你俩就搏斗吧。

当然了，你说我没有那么好的柔软心，那也好办，抓住送出去。请问：把蚊子送到窗外，总共分几步？三步：第一步、找个塑料袋，或者是透明的玻璃杯、塑料杯；第二步、扣上，蚊子不像苍蝇，蚊子很容易扣；第三步、盖住盖儿，送窗户外边。over.很简单！

因为我接触的很多人都不杀蚊子，所以大家有各种应对方案。有的从源头，预防工作做得就很好，没有这个事。有个别人就是要调训自己，还特意放几只进来，调柔以待，作为修行的对境；刚才不是说嘛，对于一个有准备的心，顺逆境界都可以成为修行的助缘，改善的助力，这是真的。那还有的，想堵没堵住，有漏网之鱼，一时又不能够承受这样很高强度的修行，那就以“三步曲”送出去，很简单！这是这个问题的回答，关于蚊虫叮咬不杀生的问题。

今天，我们共同学习就到这里，下面的时间交给主持人。

《菜根禅话》29·善权·有无全缺

尊敬的各位法友！在前四次课中，我们对于“立品”“养性”“明见”，和“善权”的一部分内容，一起做了些学习。有一些朋友是这一次刚过来听的，我略微再介绍一下。所谓的“善权”，是指的在“立品”“养性”“明见”的基础上能够善巧地通权达变，在事物的缘起中正确善巧地把握、处理好事情。如果说“立品”“养性”“明见”主要是在谈如何做人的话，那“善权”就是谈在做人的基础上如何做好事。之前也谈到，我们特别地把“善权”放到后面讲，没有上来就讲它，是因为我们只谈做事的这些机巧，而没有一个人应该有的品德做基础，那就变成了世故，而不再是善巧的通权达变。有这样的意趣，所以我们放在最后来学习它。

因为这是我们第一次就某一部分的内容，以两节课来讲，所以我们把前面几章的幻灯片给大家过一下：上一次关于“善权”，我们学习的分别是“慎顺忍逆”“临欲容让”“进退得机”“推功揽过”这样几则内容。“推功揽过”谈到，完名美节，不宜独任，应该分一些与人；辱名污行，也不要全推，揽些归己，这样可以远祸全身，也可以涵养自己的道德——韬光养德。

这一节课，我们要学的第一则，是关于“有无全缺”的善巧。《菜根谭》里说：

欹（qī）器以满覆，

扑满以空全，

故君子

宁居无不居有，

宁处缺不处完。

这里涉及到两样器物，我们今天的人可能不是都熟悉。就是最前面两句话排头的两个词：“欹器”和“扑满”。“欹器”是指的什么呢？它其实是古时候用来计时的一种工具。形状像什么呢？像一个典型的倒过来的钟。寺院里悬挂那个钟，那它倒过来是什么样，能想到吧？下边细，上面慢慢变粗，然后开口更大一些。一般来说悬在一个梁上，翻过来的样子，形状、流线更加圆滑一点。

“欹器”是怎么用来计时的呢？上面有一个恒定的水滴下来；这个相对来说比较容易做到，只要有一个比较大的水容器，它的出水口是固定的，下面这个“欹器”相对来说容量比较小，它上面的水压基本不变，它的流速基本就固定了，滴进这个“欹器”里。

这个“欹器”有什么特点呢？空着的时候，你放它放不稳，它就会向一边歪，靠在什么上，这就是这个“欹”字的来源，我们东北不是有一个词叫“欹歪在什么上”，是吧？指的是不能够正，出现倾斜、依靠的样子。空的时候会“欹”，等到“中”的时候，什么叫“中”呢？把这个水向里注，注到一半的时候，用今天物理学的话说“重心稳了”，然后它自己就能够比较稳定的、中正地立在那里，这叫“中则正”。这水继续滴、继续滴、继续滴……，滴到比较满的程度，会发生什么？因为它上面是更宽的，会导致重心偏上，

它会在重力的作用下，发生翻转，这叫“满则覆”。说“空则一”或者叫“虚则一，中则正，满则覆”，这就是“欹器”的特点。“欹器”的这个特点，从物理学、从力学分析，一点也不奇怪，但是它给古人带来的是生命的启示——“欹器以满覆”。

中国古书里还记载：孔子听说有这种东西，他一定要去看看，也听说这种东西“虚则一，中则正，满则覆”，要去看一看。看到了真是这样：没有水的时候，它自己是站不住的；水正好一半，在中间不多不少的时候，是比较中正的；再多了，就又会在重力的作用下翻转倾覆，水全流出去——“满则覆”。孔子看了之后，发出了一声感慨：“岂有满而不覆者哉？”怎么会有满了，而不倾覆的呢？他这个时候说的就不是“欹器”了，他这时候说的就是人了——“立志于人，立志于事”。你做人，这个人自满自大了，离出问题也就不远了，可能离“倒覆”也就不远了，这叫做“欹器以满覆”。

下一句：“扑满以空全。”“扑满”，我们有一些人知道吧？我们北方应该也见过，特别是年龄大一点的，从前那种民间的储蓄罐，还记得吗？就一个小口，钱塞得进去放不出来。我想小孩一定尝试过要把钱晃出来，是吧？你们有成功过的吗？它的特点是：你塞进去容易，拿出来难。那塞满了怎么办呢？摔碎然后把钱拿出来，对吧？这就叫做“满则扑之”。这个装满了，那你要用钱怎么办？摔碎它，把钱拿出来，所以“满则扑之”，这个叫“扑满。

这个罐儿，它一般是个陶罐或者什么，因为只要找点黏土就能烧，不是成本多高的事，甚至自家都有烧。烧了之后，它的制作工艺也不高，你只要做一个容器，上面留一小口就好，然后就可以往里塞钱了。这个自古就有了，为什么呢？古时候中国不是用铜钱嘛，把铜钱塞到里面。塞进去容易，你想给它晃出来就太难了。还记得我小时候真的尝试着从储蓄罐里把钱给摇出来，忘了有没有成功了，但是肯定很少，要是能够很轻易地就摇出来的话，印象应该是深刻的。古人就是要摔碎它，不像我们今天的储蓄罐，给你做一个开关。

“扑满以空全”，什么意思啊？当你被装满的时候，你也就要被“扑”——摔碎在地上。你要想保全的话，还是不要装满的好，满了就走到尽头了。想要保全，不能满。

“欹器以满覆，扑满以空全”，这是两种现象，两种形成对比的现象。从这里，古人谈的是什么呢？“故君子，宁居无不居有，宁处缺不处完”。所以，一个真懂得人生规律的士君子，懂得进退伸缩的玄机的人，他宁可有所欠缺，宁可不是什么都拥有——“宁居无不居有，宁处缺不处完”。

“满则覆，以空全”，一个人从这里能够得到的人生启迪：不要让自己满到不能够保持正常的生命状态。你看有的人，就被一些他所承载的事情，或者是名头或者等等这些，用老百姓的话说“给压的找不到北了”，这就是倾覆的前兆，就跟掌握不住重心是一样的。“欹器以满覆”，所以君子是“宁居无不居有”。“扑满以空全”，不是说完全空，但不要装满；所以不要希望自己达到百分之百的圆满，这是中国古人的智慧，因此君子“宁处缺不处完”。

我们都很熟悉《尚书·大禹漠》中的话，叫做：“满招损，谦受益。”是吧？从前也说过，这“满”和“谦”不仅仅是指的人生态度，它也指一般的状态——盈满，都装满了，这叫满；谦，是表示还有所欠缺，还没有完全地被填满。“满招损，谦受益”，这道理很简单啊，就像大家常常听到的“禅师体”的一个段子，说：某人去找禅师，请禅师给他开示开示。去了之后，不停地讲自己是怎么想的、怎么看的、怎么打算的，不停地讲。再喝一点茶，禅师一直听他讲。这个茶喝完了，然后禅师给他倒，他出于礼貌，手扶着杯子，然后嘴里还不停地讲。禅师倒茶，倒、倒、倒……，不停下来。他手扶在这只杯子上，这个水流出来把他手都烫了，他说：禅师！都满着了，怎么还倒呢？禅师的说法就是：“是啊，你那心也是‘满’的呢，你让我怎么给你‘倒’进去啊？”这是“禅师体”的段子，所以大家说一种叫“空杯的心态”，是吗？从这个典故来的。

大家谈“空杯心态”的时候，谈的是不要被惯常的、先入为主的东西占据自己，让自己心比较没有黏性、比较开放地来接触。但是这里谈的事情更深刻——你对自己人生的期许是什么？多数人都希望十全十美，是吗？据

说：中国某位古时文化名人，故事里说是苏东坡。因为受到“朝争”，就是朝堂上政治纷争的一些影响，所以有了一些起伏，心情受到了一些干扰，写诗发牢骚：“世人皆道聪明好，我被聪明误一生；唯愿生儿愚且鲁,无灾无难到公卿。”这个人的聪明病又犯了，是不是？他觉得：世人都觉得聪明好，但是他就是因为被聪明给误了——你看！科举也顺利，才情也好，大家都推重，结果爬得高摔得重，事情的矛盾也集中在他身上表现，这不是无妄之灾吗？我希望我的下一代可别做什么聪明人，最好又蠢又笨的，然后一生无灾无难的，最后几个字（“到公卿”）暴露了他的真实想法——“做到最大的官”。用老百姓的话说，就是“都成他家的了”。我们一般人想的是“什么好事我都有”，是不是啊？所谓的十全十美，你觉得呢？

有这种智慧的人，他不会追求十全十美。追求十全十美，你觉得累不累啊？有时候不是那么全，不是那么美，自己还觉得十全十美好，于是就表现的完美，是吗？那不仅累，而且还会变得有些虚伪。

追求十全十美，在中国古人看来是不智慧的。但是这样的不智慧在中国古人也有，汉朝的时候有个叫“主父偃”的人，你们对他有没有印象啊？这个人曾经说过很得今天一些人认同的话，叫什么呢？“大丈夫不就九鼎食，当就九鼎烹。”男子汉大丈夫，要干就要干一番大事业，表现是什么呢？中国古时候官本位的观念特别强：当然了特别大的官，能够在朝堂之上，被招待用九鼎来吃饭、来吃东西。当然那时候煮肉什么的，用几鼎都是有礼数的，你什么身份能用几鼎来吃东西，那都是有身份规定的，不能够越礼的。要是爬不到那么高呢，我宁可干一些很犯忌讳的事，被人在九鼎里把我给煮了让别人吃——“就九鼎烹”，就是把他放在锅里给煮了，那就是被处以极刑，意味着他犯了非常重大的问题。

“不能够轰轰烈烈地做官，我宁可轰轰烈烈地去让别人把我给干掉”，事情发展到那个程度，他干的事情危害性一定很大，是吗？这是这个人的想法。但是今天可能这种想法市场比较大，这“市场大”的背后其实涉及到的是价值观的问题，你“就九鼎食”也好，“就九鼎烹”也好，请问：那有什么好？你当很大的官也好，你做了很大的反面的事情，为人所知了也好，你就那么怕别人不知道你啊？知道了又能怎么样？这是这样一种人生观。

“宁居无不居有，宁处缺不处完”，如果用熟悉佛法的人，这样的语言来说，这背后还有“少欲知足”的意思。就是对待这些境遇和名声等等的，他不求全责备，他少欲知足，所以欠缺一点也没什么——我内心没有那么大的欲望，欠缺或者少一点，有什么不好呢？遇到的这些境界、境遇、环境，不那么完美——不完美不是常态吗？为什么不能接受呢？

包括亲密关系中也一样，父母看子女，或者是配偶之间互相看对方，总是觉得有一些不太满意；那不奇怪。比如说婚姻或者恋爱，你最开始找的也不是完人，是吗？谁在找完人啊？真正完人，可能也不觉得婚姻有什么好。寻求婚姻支撑和安慰的，终究还是自己没有办法内心中自全。他自己内在如果真比较完全了，他不一定需要婚姻。你如果有这种认识，你会用一个完人的标准去要求对方吗？所以在另外一个刻本的《菜根谭》里说：“求全责备，可用之以修身，不可用之以接物。”

“求全责备”好不好呢？你要看在什么情况下。如果是自己进德修业，“我要做一个尽可能完善的人，我现在做得还不够好，我还要做哪些努力”，这样，叫做在德业上没有自满，没有知足。“求全”，也希望自己能够变得更完备。这个是好的，这叫做“求全责备，可用之以修身”，可以用在自己修养上、进德修业上。“不可用之以接物”，你待人接物上，你不要对人家求全责备。世上很难说有完人，像我这样的佛教徒认为：完人只在历史上出现过，叫释迦牟尼佛；剩下的，即便是阿罗汉，无漏智慧确实有，确实尽断烦恼，但是因为个人的因缘，可能还要表现出一些余习，也不像佛陀人格那样地完善。

如果能有这样的认识，待人接物不会求全责备。第一、不可能；第二、自讨苦吃。你在不可能的事情上横加要求，不光自己痛苦，对方也痛苦。这就谈到一点：你可不可以接受不完美？当这个人可以接受不完美的时候，会发现：过去纠结的事情，有什么好纠结的呢？过去总觉得是外在的这个不完美造成的问题，当他不再纠结的时候发现：问题本身是问题本身，内心的问题是自己求全责备造成的。

“故君子，宁居无不居有，宁处缺不处完”。能够接受不完美，本身也是一种“宁处缺不处完”。待人接物处处追求完美，那一定是处处碰壁——

自己给别人制造很大的困扰，自己也很痛苦。深刻地理解人的缘起，作为凡夫就是“无明缘行”“行缘识”乃至“生缘老死”这样的缘起之流，你怎么能指望他一点烦恼也没有，在烦恼指使下的一点错误也不发生呢？只是有这样的认识之后，自己在尽可能善巧地去推动彼此自他的生命之流，向于更完善、更美好的方向去转变而已，而不是情绪化地喜欢不喜欢，或者是在果相上横加要求。

你如果真的想帮助人家，应该在因缘上来推动：这个人比较欠缺恒心和毅力，你不要告诉他“你要有恒心、有毅力哦”，特别对孩子，你这样说没有用，你叫做“给他施加一个莫名其妙的压力”，你应该尝试着带着他，一起去做一些有利于培养他恒心和毅力的事。你虽然没有谈要求，但是你内心的希望，就在这些因缘下慢慢地实现了。

这是谈“有无全缺”，这里很重要！多少人的痛苦，不是来自于我现在吃不饱、穿不暖。我看大家现在的衣着和面色，应该都不是有衣食之憾的，是吗？但是我们谁又敢说自己内心中时刻都有安详的、怡然和悦的喜乐呢，很难吧？问题在哪呢？问题在“法师！你要求太低了”？为什么不反过来看呢？难道不是——人无止境的欲望，制造了太多的问题吗？

这一则谈到这里。它背后深刻的东西——需要能够知道事物是很难完美的。能够理解这件事，不管是人、事、物，能够体谅它的不完美，不意味着必然认同。这个人身上的毛病，是重大的道德问题，不意味着你认同它，但是你能够理解“为什么出现这个问题”，而不至于出现情绪上的困扰。在其他方面的欲望上，自己有所节制，不要让他无限制地膨胀。“宁居无不居有，宁处缺不处完”，这样才是安稳之道、安乐之道！

《菜根禅话》30·善权·诚施无求

下一则，是讲跟布施有关系的内容，文说：

舍己毋处其疑，处其疑，即所舍之志多愧矣；

施人无责其报，责其报，并所施之心俱非矣。

这里字面上的意思应该是很明白的。一个人如果惠舍布施的话，舍出去的都是自己的东西，这叫“舍己”。当你这样布施惠舍的时候，内心中不要有犹疑。用不着去想：哎呀！这个人是不是骗子啊？我要去研究研究，看看他的月收入有没有我高？有我高，下次我长个记性。

“舍己毋处其疑”，真要饭的假要饭的？“处其疑，即所舍之志多愧矣”，如果这个人总是以这样的疑心来行于布施的话，那他布施时候的这个心理，其实是不够好的，不够圆满的。应该以什么样的心来惠舍呢？应该是充满了慈悲心！

当然，现在以慈善的名义搞欺诈的多，自己在这里做一点功课是可以。他的意思是什么呢？他的意思是说：你在布施的时候，包括你布施之后，用不着再去想这个情况，确实度怎么样啊？那对于自己的布施是一种破坏！你如果确实想做这件事，你做在前面，比如：现在是个人就可以发一堆信息，你也不可能看到哪一条信息都认同是真的，然后去做出一些相应的布施；可能要做一些核实，这要做在前面。等到布施的时候和布施之后，内心用不着再去反反复复地犹疑、懊悔。布施，即便事后知道当时那个情况不是那么圆满，但是自己回想一下：我布施的时候，是不是一片慈悲心呢？是的！我是不是充满了真诚的心布施呢？是的！那我做了我该做的事，我做了一件很好的事，这是值得庆幸的事——就好了！为什么要反过来想：唉呀！那些钱又喂狼了——这就是有悔了。有悔的话，对于自己做过的布施事情，没有什么增长，是一种破坏。

下一句：“施人无责其报，责其报，并所施之心俱非矣。”如果对别人有所帮助、有所布施，不要指望人家有回报，不要要求人家有回报。要求人家有回报，你当初那个心就不是布施的心，也不是帮助的心。那是什么心啊？那是交易的心！不要让自己的生命里光剩下买卖，什么都变成买卖了，活着有什么意思呢？整个生命变成了一场始终一致的游戏，叫“大富翁”。这是从我在另外场合常说的话里演化过来的。我在另外场合，对一些修行人说：修行不是一天拿出来一个小时、两个小时叫做修行，应该是在在处处、时时刻刻、方方面面、点点滴滴，生命中没有空过处，没有不是正念正知摄伏处！这样的话，再有一个明确的修行意向的摄持（就是所谓的发心摄持），就能够让整个生命成为一场始终一致的修行。既不是初一、十五，也不是早上一

个小时、晚上一个小时，而是整个生命成为一场始终一致的修行。还是刚才说过的这句话：你如果什么事，都要讲究一个投入和产出、付出和回报的话，你不始终是交易的心态吗？不始终是买卖的心态吗？那不就使生命成为了一场始终一致的交易了嘛！成为一场始终一致的游戏，游戏的名字叫“大富翁”。

人要有一点“施而不望报”美德。“施而不望报”，布施而不希望人家回报。他当时确实很苦，吃不上饭，穿不上衣，非常可怜。当时是我施衣施饭给他，又给他找地方住，甚至推动他在这个城市扎根，有工作。一点一点的，现在他起来了，反而把我挤得没饭吃了。有的人就会后悔了：早知道这样，我当时让他饿死在街头就对了；或早知道这样，我才不帮他呢。一个有德行的人，会怎么说呢：这个人今天变成了这个样子，不过要是再回到那一天，看着他没衣没食没地方住，我还是会帮他——这就对了。“施人无责其报，责其报，并所施之心俱非矣”。

现在很多帮助，特别是我们大家走上社会之后，这个帮助后面，大家多少都是带一点分析和提防的。这是成问题的事儿，这说明什么呢？说明：人心中美德的成分相对少了。我们有时候说“人心不古”——朴实的成分稀少了，德行的成分稀少了，有太多的机巧、权谋甚至是欺骗。在这种情况下还需要德行吗？当然需要德行！因为人总是受环境影响的。你想想：一个好好的大学毕业生，当年还“粪土当年万户侯”呢，后来怎么也掉进坑里的啊？不就是受环境影响嘛。每个人做自己的同时，都在给别人提供环境。那从自己做起，能做一分美德的事，就做一份美德的事，都贡献一点，这个氛围就可以改变；都指望别人先变，你觉得会吗？会变吗？

另外，人们常常把美德的事情当做是吃亏的事情，没有把美德看成是生命中真正重要的、美好的，这也是一个重大的问题。吃亏的，能吃什么亏？占便宜的，又能占到哪去？占便宜的，能带到下一世去啊？“养怨入丘冢，虚受诸辛苦”，用了种种恶行来将养这个身体，养来养去，养进哪儿了？养进一个方方正正不大不小的盒子里了。古人讲“养怨入丘冢”，今天“丘冢”都很难了，多数都还是进了方方正正的盒子里了。搞那么多事儿有什么意思啊？能带走什么啊？自己连这盒子都带不走，还得别人放在哪儿或者埋在哪儿，有什么意思啊？

生命中自然有它影响深刻而隽永的东西，应该对这些有认识而且有重视——重视美德的建设，重视德业的修进。这个道理在“立品”那里讲过了，我就不再重复；这也是要在“立品”“养性”“明见”之后来讲“善权”的意趣。这是这一则的意思。

《菜根禅话》31·善权·宽严方圆

下一则“宽严方圆”，文说：

处治世宜方，处乱世宜圆，
处叔季之世，当方圆并用；
待善人宜宽，待恶人宜严，
待庸众之人，当宽严互存。

这里的“治世”“乱世”，都是指的世道。“处治世宜方”，如果世道太平——政治清明，人们安居乐业，这个时候你做人，原则性要特别强，这叫做“方”。“处乱世宜圆”，什么叫“乱世”呢？整个世界今天打仗、明天打仗，不光是外部，这个人生活的地方就是这样，处于战乱之中，或者是各种动乱之中，这叫做“乱世”。处乱世的时候，不要那么棱角分明，为什么呢？因为乱世里有很多暴力的人身的消灭；治世的时候，很少看到这个层面，在一个政治清明人民安居乐业的时代，很少出现谁对谁进行暴力的人身上的消灭，但乱世的时候就不好说。所以，在治世的时候，这个人如果从自我保全这个角度讲，那他可以更方正一些；如果这是一个很乱的世道，一言不合就把人拉出去枪毙了，那在这个世道就要圆润一些。

“处叔季之世，当方圆并用”。什么叫“叔季之世”啊？中国古时候，兄弟们之间排“伯、仲、叔、季”，是不是啊？“叔、季”是排在后面的，用来形容什么呢？形容治世已经过去了，乱世即将到来，那个过渡时期，知道吧？在这个过渡时期应该叫做乱象纷呈，但是秩序还没有完全崩坏，还不完全是“谁拳头大谁说话”，还有秩序的形式和一些影响，但是已经乱象纷呈了，这个时候叫“叔季之世”。这个时候要“方圆并用”，要自己善巧把握，看看现在这个环境、周围的条件怎么样——是刚方一些，还是要圆润一些？自己来把握。

下一句：“待善人宜宽，待恶人宜严，待庸众之人，当宽严互存。”与禀性比较善良的人相处，你对待他的方式可以更宽容一些，给他的弹性可以更大一些；这是说给管理者的话。“待恶人宜严”，有一些人禀性相对来说比较暴恶一些，对于这样的人要严苛一些，严格一些。“待庸众之人，当宽严互存”，对于谈不上禀性很好，也谈不上比较暴躁的一般人，应该是宽严并存、刚柔并济——有的地方要多宽容一些，有的地方要严格要求，根据情况来处置。

说：“这个有意义吗？”有意义啊！这说明我们要根据时节和对象的因缘差别，来把握自己做人处事的方法和态度，是不是啊？既不要一味地说“我对待别人要很宽容”，也不要一味地说“我对待别人要很严厉”，要看对待什么人应该怎么样。作为一个世间人，不想以身殉道的人，不要说“我一味地呈现我的清正、我的刚方”，也要看时节因缘。这土匪的枪都顶到脑袋上了，你跟土匪在口才上逞什么能啊？不吱声，这个时候就叫做圆润。倒不是说投降，不是投降的意思，这个“圆”就是不要过分地刺激对方，而不意味着投降。

“待善人宜宽，待恶人宜严，待庸众之人，当宽严互存。”有的人对自己要求已经很严格了，你再更严格地要求他，不觉得有点太狠了吗？这个时候要给他减压——“不要这么拼，给你五天假，你出去放假，不许给我打电话谈工作的事”。有的人必须推动着来做事情，那就要推动——一早一晚两次问：“事情办得怎么样了？”。不能一味地宽、一味地严，要随顺因缘，这就是这里说的善巧方便。

这是这一则，讲的是对外的表现和待人接物方面一些善巧的权变。

《菜根禅话》32·善权·严恶恭礼

下一则谈的是，对待小人和君子，有哪些是容易表现的情况，有哪些是不容易做到的。文说：

待小人，不难于严，而难于不恶（wù）；

待君子，不难于恭，而难于有礼。

字面的意思应该比较清楚。我们跟小人打交道的时候，对于他严厉一点；这个不难，为什么呢？人们内心往往对于看不上的人，会比较有反感的情绪，是吗？一有反感情绪了，当然对于他要求的尺度就更严格了，就更不好说话了，所以“待小人，不难于严”。

难在哪呢？“而难于不恶”，这个“不恶”是什么呢？就是刚才说的，内心中对他的这种厌烦感、厌恶感，不喜欢的感觉。用佛法的话说，这属于嗔心。这个人，我想起来就不喜欢；那就是对这个人常有嗔心，只要想起来就不舒服，就不喜欢。本来挺高兴的，想起他来，就心里不高兴了。这就是内心有了厌恶感，对这个人形成了比较惯性地常常现起的嗔心，嗔的烦恼，这种厌恶感。

你对于这样不太能够把握好自己，也不太能够把握好事情的人，要求严格一点；从前面说的文的意思，那是有道理的，合乎因缘的。但是你为什么内心要厌恶啊？你针对他的因缘，有适当严格的要求，这个是合适的，对于事情、对于他，甚至对大家都有好处，但是你内心对他的厌恶，有什么建设性啊？对自己有什么好吗？想起他心情就不好，所以对自己没什么好。对于他有什么好吗？你那个厌恶流露在言语上、表情上，他心里也不舒服；你脸冷下来了，别人感觉舒服吗？谁看了也不舒服。对谁也没有好处，只有破坏性，没有建设性。

“待小人，不难于严，而难于不恶”，对于一个所谓的小人，或者是相对来说美德的表现比较差的，做人做得比较差的，或者是处事比较不会处的人，我们适当地严格一点要求；这个没错，你对人不能总是一个尺度，要根据因缘来，这个没错。错的是，你为什么内心要生起嗔恼呢？嗔恼有什么建设性呢？染污了自心，又伤害了别人——自他两损的事情，有智慧的人为什么要干呢？

所以这个内心，不管对什么人都是一味的平等、调柔而慈和；这是内心的心境基础，这是通过修养可以达成的。你像佛经中说释迦牟尼佛：“于善不善等以慈。”说的是释迦牟尼佛，对于这些善良有德的人，和这些不善为恶的人，内心对于他们，慈悲心其实没有差别，对于他们都是一样的慈悲心。没有说，内心看到这些善良有德的贤人就欢喜，看到那些无德为恶的人，内

心就发烦；那是释迦牟尼佛吗？那他是什么状态呢？对于所谓的善良有德和不善为恶的人，平等的慈悲；只是因为这样的善人、不善人因缘不一样，所以教化的方式会不一样，或者是说教化因缘成熟的程度不一样——有的实在不成熟，没有办法跟他讲，那就不说，保持默然，甚至有的还要带着慈心远离他，有的因缘合适，那就跟他说。

这是谈，一方面内心不要有错误；另外一方面，在对待的方法上，要懂得随缘，这两个方面都要把握住。人们往往容易掉到其中一边，最常见的就是掉到了事儿上了，对吗？“我要严格地要求员工”——不要一味地都严格要求，对于不同的人，要有不同的工作方法；反过来，内心中要一样。事相上，具体处理的方法上，要不一样；内心上要一样，内心要一样的慈和、调柔。表现上可以有的人是亲近，有的人是远离，有的人是严肃一些，有的人是和蔼一些；虽然有这些外相上的差别，但是内心是一样的调柔、慈和，这是一种修养的能力。大家听得都觉得很对，是吗？你去实践实践就知道不容易了，所以这需要一些具体的修养方法。

如果在《菜根谭》的体系来说，你要在“养性”那个部分完成这件事。就《菜根谭》的体系来说，你应该在“养性”中养成这种品格，“立”出这样的“品”，然后才说到你在处理事情，善巧的通权达变的时候能够这样做到，大家现在意识到了吧！我们只是说得这么好——“真的，那样的话，真对、真好”，下一句是：“我怎么能做到呢？”前面说过了，你没来吗？

好，这是“待小人”。下面：“待君子，不难于恭，而难于有礼。”“待君子”，大家就反过来了。对待一个温良有德的人，谁看着谁心里都欢喜——这事儿不该办，他来办，那给他办——是不是有啊？“待君子，不难于恭”，这样温良有德的，让人看了容易欢喜。欢喜，就是包含了对他的认可和尊重，这就叫做“恭”。有这种对他的欢喜心、愉悦心，乃至敬佩的心，“恭”没有什么难；因为他有一些良好的东西，让人容易感觉舒服。“难于有礼”，这个“礼”，可不光是指的礼貌。“礼”指的是什么啊？指的是法度，是不是？中国古时候的“礼”光是指是礼节吗？刚才说“就九鼎食、就九鼎烹”的问题，谈到古时候拿几个鼎吃东西都是有说道的，都是有礼的。礼就是有法度的意思。你对于这样良善君子，对于他心生欢喜和恭敬，这个并不难，难的是在这个基础上，你还能够按原则办事。不要因为他是君子，我内心对

他感觉良好，就逾越了法度，就破坏了原则；这是在讲这件事。“待君子，不难于恭，而难于有礼”。

如果真的有前面那种心态的话，后边这个其实也好做，为什么呢？他对不管是善人、不善人，内心都是同样平等的慈悲，他就不会在内心慈悲心的多少上，给谁开绿灯、开红灯。后面这个之所以该红灯的时候变绿灯了，原因是什么啊？就是内心对他有很多的认可，对他利益的心就强了，然后就逾越了原则和法度；这是错的！如果有前面所说的修养，对于良善君子乃至恶劣小人，内心能够一味平等的慈悲调柔，就能做到前面“待小人，严而不恶”，也能够做到这里“待君子，恭而有礼”。

这两个都难，大家有没有意识到啊？但是，是不是应该这样做呢？恰恰应该这样做！不这样做，总是容易制造出一些问题或者隐患。待小人，应该严而不恶；待君子，应该恭而有礼。这是这里谈的，关于“严和恶、恭与礼”之间的一些把握。

《菜根禅话》33·善权·酌量教诫

下一则在谈到我们给人一些教诫、教导的时候，应该注意的事。文说：

攻人之恶，毋太严，要思其堪受；

教人以善，毋过高，当使其可从。

“攻人之恶，毋太严”，我们指出别人不对的时候，要注意自己的措辞，说话的场合，说的方式。因为我们大家看起来多数都是有社会经验的了，同一个问题，你在不同场合说出来，意义完全不一样。包括自己的态度、语气、措辞，还有观点的表达方式，这些都是要考虑的。

“攻人之恶，毋太严，要思其堪受”，这句话是极大可观察处。我想请问大家：在你的生活中，当你指出别人过失的时候，你存的是什么心？我不是一定要把大家逼成“我存一个不好的心”，只是我们大家一起来反思：当我有指责别人问题这种情况出现的时候，我内心是什么心？（学员：愤怒！）愤怒，（学员：发泄！）发泄——“你怎么能这样”，是吗？

这说明我们建设性不够。有建设性地指出别人的错误，应该是：我希望他能够认识到这是不对的，对他自己也好，对别人也好，乃至对大众都没什么好处，对于现在、对未来都没什么好处，这件事情是应该被纠正的，至少他以后不应该再出现这种情况，我希望他能够接受，能够改正；这是建设性的发心。如果一个人以这样建设性的发心为出发点，考虑的是：现在他有这个问题，那我怎么样指出来，他更容易接受，而不发生多余的情绪对立，导致后面不能接受，不改，还制造新问题？我又怎样能够推动帮助他，能够把这个情况扭转、改正呢？

特别是做管理的人，一定不要是情绪的发泄。你发泄情绪，对于你的事业有什么帮助呢？对于你自己、对于别人，有什么帮助呢？不仅没帮助，你放心，一定是付出更大的成本。什么成本呢？不管是你身心调节的成本，还是日后你弥合他这一次受创伤，造成的各种情绪起伏，带来工作上的一些问题的成本；都是多余的付出成本。

“攻人之恶，毋太严，要思其堪受”，一定要从建设性的角度出发，管理好自己的情绪和内心。我现在要找他谈话，要谈这个问题——我为什么要谈？仅仅是因为我不满意吗？仅仅是因为我不满意，所以我要说出来吗？仅仅是因为我不满意，所以要大声地说出来吗？不是！我是希望他能够认识、接受乃至改正，从这个角度去考虑：怎样的场合——都谁在场，还是就我和他？在什么样的环境下——是在我办公室，还是在饭桌上，还是在咖啡厅，还是在什么场合？要通过怎么样的切入，谈这个话题，让他内心能够比较少对抗地、少敏感地认识、接受，并在后续中愿意去扭转它？

说：“想这么多不太累了吗？”前面不累，后面更累。工作不做在前面，那就只好做在后面。前面管理不好自己的情绪，那后面就慢慢收摊子吧。而且刚开始感觉累，那说明什么啊？说明以前干得不对，说明以前的方式不对，以前那个习惯要改。等改习惯了，都变成比较对的方式运作了，还累吗？不累。我还记得我小学的时候刚上学，觉得小学离我家好远啊。后来上下学久了，还远吗？大家都有这些感觉，是吗？当这个道路熟悉了，距离好像就近了，走起来也没有什么难的了。人心就是这样：对于陌生的事情总是容易有畏难，但是当你熟悉了，你就不畏难，甚至会欢喜。

我们之所以那么容易就掉到过去的坑里，用过去的方式去处理事情，就是因为那个方式、那种模式太熟悉了。要想改变，奉送给大家中国古德的几个字，叫：“熟处转生，生处转熟。”你过去熟悉的那一套，你要慢慢地破坏它，因为它是有问题的。破坏久了，你不那么运作久了，慢慢的，那种形式、那种模式对于你就陌生了。而“生处转熟”，正确的这一套刚开始是陌生的，甚至是有困难的，但是你常常这样去运作，日久功深，就熟悉了，就容易了，就自然而然了。

这是从“攻人之恶，毋太严，要思其堪受”这说出来的。特别是做教育的，做管理的，这是要非常注意的一件事。当你指出对方问题的时候，请注意你的情绪和发心——你是更多地出于不满意，还是更多地出于慈悲心？不要搞混。这话说得更明白一点：你内心的情绪状态和动机是建设性的，还是破坏性的？自己把握好。

当你能够把握好情绪状态和内心动机的时候，就容易从“对方怎样能够更好地接受乃至改正”去思考种种因缘的安排，而不再是随顺“我的情绪”和“我的想法”。“我的情绪、我的想法”，对于解决这件事不重要，先放一边。现在来看看：在这件事中，怎么能够帮助他更好认识问题，然后接受意见，然后改正它。这样，从整个的因缘把握上，就会变得不一样。也许到办公室来谈，有点太硬了？他先就紧张起来了？话题不好切了？要不换个环境谈？等等，这是这句话所谈的。

下一句：“教人以善，毋过高，当使其可从。”我们有时候有一些非常美好的期望，I have a dream（我有一个梦想）。但是,你不能把你的梦想一下就硬塞给别人，那样合适吗？又太主观了是吗？你们注意到没有，“善权”这里，善巧地通权达变这里，到处都是佛法中说的“观待因缘”，是不是？你不要把你那个美好的理想，对于生命美好的认识，一下子就要塞给人——“你一定要这样哦，不这样怎么怎么不好哦……”。他现在在一楼，你让他马上到八十一楼去——火箭还有个点火的过程呢，是不是啊？

“教人以善，毋过高，当使其可从”，比如说中国古时候的“蒙学”，一上来就去教人“治国、平天下”之道吗？不是！讲一讲识字，包括一些基本的小孩子应该懂得的事情——常识礼仪、洒扫应对等等，从这些来。这些

好不好呢？也好，也是一个小孩子应该具备的。包括佛法中，我们都知道所谓的“三乘法”或者“五乘法”，什么意思啊？就是佛法非常能够理解众生缘起的不同，每一个人现在的因缘条件和心之所向是不一样的，而这件事情又不存在“强扭的瓜”，不仅“不甜”，而且没办法“强扭”，只能够随顺因缘去推动变化。因为你“陈义过高”——唱的调子太高，人家那嗓子跟不上，所以就不要唱《青藏高原》，来曲《外婆的澎湖湾》。

佛法最高的当然是发菩提心、行菩萨道，成佛是最好的，最圆满的，对于自他也是最大利益的，但是你上来就跟人谈这个，合适吗？他连“我是不是要做一个好人”还在犹豫中呢？他连“道德有何必然”这件事情都还没有解决呢？你让他发菩提心、行菩萨道、成佛，你这提拔干部也提拔得太快了吧！那怎么办呢？我们先来认识一下：这世间有善有恶吧，善恶有没有它的结果？你不要光看一年、两年，看得长远一点，甚至能够多生地来看它累积性的结果。

人都是趋利避害的，都是希望自己过得越来越好，而不是越来越惨。你们在座的有谁致力于“我过得越来越悲惨”啊？应该没有，是吗？大家都是希望“我能够离开一些衰损，能够过得更好一些，拥有更多的安乐和利益”。那为什么大家做的事情的努力，不是向这个方向呢？就是因为没有认识到。有的人把利、害的原因看错了，他按照他认为的那一套去做，但是他把利害的因果关系都把握错了，那他怎么能够得到呢？所以佛法中说：“众生不乐苦，爱着众苦因，由自罪自害，岂应憎于他？”众生没有一个天生就是说“让我过得更悲惨一点吧”，典型的例子就是“让暴风雨来得更猛烈一些吧”，没有谁想“我过得更悲惨一些”——“众生不乐苦”。但是，看看我们这些愚蒙的有情——“爱着众苦因”，干的是杀、盗、淫、妄这些导致痛苦的因，而且在其中爱染，不能够离开。“由自罪自害”，就是自己造的这些恶不善法，导致自己未来呈现了苦果。“岂应憎于他”，为什么苦果来临的时候，又怨天尤人呢？

从佛法来说，不要一上来跟每一个人都讲最高、最大、最上的，要根据不同的因缘。有的人要不要做个善人，都还不理解，还没有想法，那就引导他从世间的善法开始，“教人以善，毋过高，当使其可从”。

当你教人善法的时候，你什么发心呢？什么动机啊？什么情绪状态啊？仅仅是因为“我认为这个是最好的，你必须跟着，你不跟着不对”，这个心合适吗？这是一种什么心啊？这是一种主宰的心、操控的心。说得严重一点，就是自我应该得到伸张；甚至再严重一点，是顺昌逆亡的。不应该是这种情绪状态，背后不应该有这种烦恼，不应该是主宰的、操控的、从“我”出发的。而是真的替对方着想：生命的规律是这样的，苦乐的规律是这样的，他如果认识不到，现、后就没有办法得到真正的安乐，应该帮助他一点一点地提高、改善，生命才能有越来越多的安乐，才能离开这些恼苦的事，恼苦的因。你这样的发心，你就要考虑对方如何能够接受的问题了，就不是我这个调子唱得对不对，唱得高不高。不再关心我的调子到底唱的好不好听，掌声热烈不热烈，而在考虑对方能否接受，接受之后能否去实践，带来改善，得到利益。

“教人以善，毋过高，当使其可从”，这是非常重要的！特别是当你知道“十”做到了“八”，你能不能够弯下腰来甚至跪在地上教人“一二三”？“我费那劲儿干啥？”要是说这话，就要回去涵养自己的品性了，所以这些话要放在前面的基础上来谈。对人真的有发自于内的普遍的慈悯心，那个时候，想要真诚地利益人的心会出现，是这些去推动一个人在做事情，不再是自我的伸张——“我有没有被认可？有没有被认识到？你们知不知道我有多厉害啊？”不是这样的态度。我希望是他得到利益，而不是人家知道我厉害不厉害！“我厉害不厉害”，如果不能给人带去利益，有什么用呢？

所以善巧教育的人，有的高校讲究“大家”，就是非常厉害的教授，要到一线去教本科生，甚至从本科一年级开始教。本科一年级意味着什么啊？高中刚毕业，是吗？这些“大家”下来教，好不好？好！有几个好处：“大家”在同一个领域里，他知道根本问题是什么，里面的脉络是什么，他又更知道这些问题本质上到底是针对什么的，要解决什么的，真正的“大家”才更容易通俗易懂地把问题给讲清楚，而且切中要害，这是其一；再一个，“大家”的思维、思路，总是有可取处；还有一个就是，“大家”通盘地把握，他对于“次第”能够看得更清。

我们现在就说学佛的人，往往是刚学佛不久的，见到谁都告诉人家“要成佛”！反而是到处弘法的这些法师们：见到这个，谈谈家庭；见到那个，

谈谈的工作；见到孩子，一起聊一聊学校里都在学什么，小朋友们互相都在玩什么。“他干嘛？他兴趣这么广泛啊？你一个出家人，兴趣这么广泛，真的好吗？”不是！他这是要就人家当下关切的内容，给搭个梯子——“我们就从这儿开始，向于改善”，佛法就是这样的善巧。道路就在每个人的脚边，更确切地说，就在你的脚下，只要肯举足，就在路上。好，这是这一则要跟大家交流的。

《菜根禅话》34·善权·和气居家

下一则，我想我们大家可能都需要，叫做：

家人有过，不宜暴怒，不宜轻弃。

此事难言，借他事隐讽之；

今日不悟，俟来日再警之。

如春风解冻，

如和气消冰，

才是家庭的型范。

这一则，话说得很平实，但是应该说几乎是每一个人都会遇到的问题。一家人生活在一起，大家又都还是有烦恼的人，有时候不是这个人有过失，就是那个人事情做得不一定好，或者态度不一定好——“家人有过”。这个时候不要暴怒，大发雷霆，也不要很决绝地、轻易地舍弃——“跟你断绝父子关系”——“家人有过，不宜暴怒，不宜轻弃”。

“此事难言，借他事隐讽之”，有时候我们对于家人的情绪照顾得不够，表现在哪儿呢？什么话都直着说。“一家人难道不应该这样吗？”有一些话直着说，不容易起到建设性的作用。这个能体会吗？你说这话不应该是为了发泄，也不应该是为了表达而表达，应该是有建设性的，为了推动改善，是吗？你真的是这种发心的话，你要考虑的是“应该怎样说”，要考虑这件事。

“此事难言，借他事隐讽之”，这些事很难直接说，那就借另外一件事来给他做提醒，讲个故事。故事讲完了，一句话也没多说，他也明白了。人不就是这样吗？同样要表达这个意思，你用一个故事说完了，人家听完也明

白了——那是一种内心感受；你当着面直接说出来：“张三，我跟你说你这么干可真不对啊，一二三四五……。”是一回事吗？感受完全两样，是吗？你就算说对了，他内心已经认识到自己错了，但是自然的情绪对立，然后就是老百姓说的话，“毛儿炸起来了”：“你还说我，你还一二三四五……呢，谁还没有个小九九啊？”所以有时候，即便在家中说话，也要讲一个方式、方法。

这件事情不合适直接用言语这样说，那就用另外一件事情来更委婉地表达。我本人也是东北人，所以我这样说没事：这一点我们东北人尤其要学。我们东北人在全国地方性以豪爽为特征，说话以直接为特点，从来不管人家的感受；这不一定好，这说明光想着事儿了，没想到人，是吗？不都说“以人为本”嘛，除了人，有什么事儿呢？事儿，归根到底不还是人构成的事儿嘛，也还是到头来为人的事嘛。那你为什么在说话的时候，不为人考虑呢？要替人家考虑一下，这话说了之后，人容易接受；不容易接受，不要以那么特别容易发生对立冲突的方式来表达，用更委婉的方式来表达。

“今日不悟，俟来日再警之”，哪怕委婉地表达一次，他没有马上认识到，那就先放下。等到再创造机会或者是机会再出现了，再谈。“如春风解冻，如和气消冰，才是家庭的型范”，这样的处理方法，就像春天来了，冰慢慢地消融一样。春天来了，冬天所积的三尺寒冰是一日顿融的吗？不是吧，一点一点来的。什么意思呢？要有一点耐心。我们所谓的直爽，往往伴随着没耐心——“我才没那个心思跟他去想这些事儿，我跟他直说”。这是什么呢？第一、不替人着想，第二、太自我，第三、没耐心。要替人家着想：怎么样能够更不出现情绪的对立冲突，还把问题表达清楚，让他能够知道甚至感受到。

这里谈来谈去，有很多是关于对于人的把握的事。中国古时候说：“修身、齐家、治国、平天下。”有没有道理啊？有道理啊。特别那个“家”，如果指大家族的话，情况也挺复杂的，能够把一个大家族处理好了，他治理一个地方已经有很多经验了，那对人的把握，方式、方法、尺度上，他也会有一些不一样的善巧。

家，本质上不是一个纯理性的地方——这话大家同意吗？大家有没有注意到：结婚有那么一段时间之后，慢慢的，双方讲感情越来越少了，讲道理越来越多了，终于，道理讲清楚了，感情讲薄了（我已经很委婉地表达了，用刚才的原则，不要说“讲没了”，要说“讲薄了”）。这是什么呢？这是不懂得“家”的因缘，不懂得“家”的缘起。

家庭是靠什么维系的啊？是靠什么来组成的啊？如果说父子两代之间，亲代和子代之间，那是血缘关系加上亲情来维系的，对吗？当然，这是最基本的纽带，基于这样的纽带建立其他的东西，包括伦理道德等等。那夫妻之间靠什么维系的呢？当然有各种因缘，如果是两个人感情自然发展走到一起的话，那是靠感情维系的，是吗？也有其他因缘，其他因缘我们先不谈。靠感情维系，那你觉得这个“家”再发展下去，它的基础可以变成别的吗？还得是感情为基础，如果基础换成别的了，那就变成名存实亡，是吗？如果希望它的实质不发生太大的变化，那感情的基础或者它的第一基础不要被破坏，这就是“家”的缘起。

把讲道理放在第一位，符合“家”的缘起吗？“你还跟我辩，我学法律的，你不知道啊？”可不是，大家讲来讲去都是“谁有道理、谁没道理”，也不知道是家，还是法院，是不是啊？所以，一定是把感情的增进、维系作为第一基础，然后来处理家里的事情。讲不讲道理？当然讲道理，但是在这个基础上讲道理，讲完道理还要回到这个基础上。只有这样，才是长治久安之道。否则，当什么什么的港湾变成道理的天堂，那你觉得呢？你觉得这个“家”，什么味道了？什么感觉了？“一回家就没意思了”——那是啊，家里就剩下道理了，能有意思吗？

而且讲道理，如果像前面说的，没有善巧讲、直着讲出来，伤不伤人啊？伤人。不仅光剩下道理，还剩下道理的伤害，伤害得自己都说不出来话了，他伤害得对或者说伤害得正义凛然，让我说不出来话了，那怎么办？没趣，那只好自我保护。怎么保护啊？裹起来啊！裹得薄了，还保护不了；裹得厚了，就冷冰冰。你说怎么办？只好“春风解冻，和气消冰”，这是讲“和气居家”。

时间关系，下边的内容我们就不往下学习了。讲了这么多内容，最后以“和气居家”做结尾，我觉得也挺好的。下周日是父亲节，我们讲这些文化德行，讲究美德建设，你们觉得：到父亲节了，是应该给大家一个实践机会，还是再来听空口说白话啊？还是应该给大家一个实践的机会，是吧？我也是经过这样的考虑，所以决定下一次课我们就不上了，那再下一周，我又有事情要去福建那边，要去两周，所以就是三周不会有课。三周之后再上一次课结束呢？我又觉得这个尾巴有点跟主体脱离了，所以正好讲到最后一则“和气居家”。下一周周日又是父亲节，我希望大家都能回去运用一下，算是我们这个课一个圆满的句号。

很高兴有这个因缘跟大家一起做《菜根谭》的一点学习，特别有一些内容是加进了一点佛法的解读。首先《菜根谭》里本身就是有儒、释、道三家的意趣在里边，特别有一些条则是很明显的有这样的内容，因此也算不上牵强。虽然这样说，但并不意味着《菜根谭》里每一句话都是百分之百正确，这个在一开始就有说过。虽然有很多可以给我们提供参考，不过还是建议大家用智慧眼，抉择地来学习、品味和适当地运用。

最后，能不能方便和我一起合掌，做个回向。我说一句，请大家跟诵一句。

回 向

愿以此功德

普及一切众

我等与众生

皆得大安乐

感谢大家这样一期因缘，祝大家吉祥如意！