

亲密关系的修行

印慈法师 慈悲开示于沈阳
二零一六年二月十五日

目 录

一、说在前面的话	1
二、如何处理子女与父母的关系	6
三、佛法如何看待孝顺父母	19
四、感性的人就不成熟吗?	30
五、想处理好亲密关系，功夫在亲密关系之外	34
六、认识缘起，接受局限	46
七、略谈佛法与儒学以及其他学说的区别	49
八、如何培养良好的亲密关系	59
九、世间最完美的关系	68
十、略谈父母如何教育子女	72
十一、如何处理好婆媳关系?	76
十二、兄弟！我们还要一起走下去	88
十三、略谈缘起性空	89
十四、正确认识佛教的因果观	94

一、说在前面的话

各位下午好！在这里互动的因缘，是一些善信或者说有志的人，来提供条件的支撑，也是我们赶一个年尾，来这里聊一聊关于家庭情感的话题。因为每一个人的周围都有一些亲密关系，不管是血缘造就的，还是后天交往造就的，都是有一些亲密关系围绕的。外面的人，因为距离远、防护多，彼此带来的伤害可能没那么厉害；但是亲密关系中，如果处理不好，那会伤得很深、伤得很痛，最关键的是伤得很久。

这个年我是在沈阳过的，跟来访的人聊一些佛法，当然有时也会聊到各自所面临的困惑或者困扰。当大家稍微放得开一点的时候，就有一些关于家庭、关于感情的话题，这种种亲密关系中常见的、不常见的问题都会出现。实际上，这是每一个在红尘中生活的人都要面对的事情。佛法不是别的，就是解决每一个人苦乐问题的一门学问，或者说原理和实践体系。所以关于这类问题，并不像大家想的那样——佛法没有涉及。

我不知道大家看到这个相应活动介绍的时候

有没有奇怪？一看标题，“重逢、相知——亲密关系中的修行”这样的话题；一看内容，主要谈的是家庭、感情等等；再一看，主要来谈的人是一个和尚——落差有点大，反差有点强烈。

说到这，我比大家还奇怪。为什么呢？因为我出家之后，跟沈阳第一次结缘是在2015年2月14日（众笑），当时跟一些新老朋友，一起花了四个小时左右，来谈一谈“佛法到底是什么”。当时互相探讨佛法，用的标题是“安乐之道”，副标题是“为什么学佛、学佛为什么”，后来又跟大家做了一些现场互动。那一天正好是圣瓦伦丁日，所以就有一种比较有趣的说法，叫作“这个情人节，我是跟一个和尚过的”。（众笑）

今天还好，没有重蹈去年的覆辙，我们特意错开了一天，主要也是不知道大家时间表是否能安排得过来。

佛法，关心的是有情的苦乐，他不会回避任何一个跟有情苦乐有关系的问题，特别是每一个在红尘中生活的人，这样亲密关系中带来的苦乐，怎么可以视而不见呢？所以佛法中还是有关于这方面说明的。

今天，我们是以公益沙龙的形式来谈这个话题。“沙龙”跟“讲座”不一样，应该更像一群朋友在聊天，我也更喜欢这样的方式。如果让我从现在开始讲三到五个小时，也不是不可以，但我觉得可能不是大家最满意的、彼此交流最充分的方式。我多少受一些西方教育的影响，更愿意大家在这样的互动中，彼此坦诚、真挚的交流中，能够共同进行一些探讨。

这些年我也参加一些佛法的活动，或者说佛法走向社会的一些尝试，不过更多的还是跟大学生这个群体接触得多一点。我记得有一次，在一个大学生的佛法夏令营中，我带他们禅修，禅修之后，我给他们留了半个小时的提问，他们有一些人不好意思当面提问题，或许有一些问题当面说不出来吧，特别是对一个出家人，于是有人就递纸条，纸条传到我这，写的是：“法师您好！请问情为何物？”背景是一个禅修的活动，我当时第一反应就是告诉大家：“对不起！这个问题超出了我的专业范围。”当然这半是玩笑。因为禅修营不适合谈这些问题。严格地说，这真的超出我专业范围了吗？也没有。佛法是以有情为他的关怀对

象的，更确切地说，是以有情的苦乐、有情的离苦得乐为他关注核心的。像这些密切牵动着有情内心的起伏，关联着有情苦乐感受的现象，佛法不会视而不见。

所以今天我们在这里要做的事情，是更愿意大家来提出一些确实面对的问题，不一定是自己的，或许是别人的，或许是一般的现象，然后我们大家一起尝试用佛法来重新观察一下——这个问题，到底是什么问题？它为什么成为问题？背后实际上有哪些症结？从这样的分析中，我们很可能会发现自己过去忽略的一些东西，或者说一直采取了一些错误的姿态。不一定每一个人都能够吸纳进很多，但是如果我们能够比较良好互动，或许能够给大家提供一点参考。

今天我们的主题就是关于亲密关系中的一些问题。亲密关系，包括了血缘的，或者后天构筑的。说得浅白一点，比如夫妻、父子、儿女，以及其他一些比较亲密的关系，像恋人、其他的亲眷，乃至好朋友等等。这是每一个人都要面临的生命中密切的关联和互动，如果对于它，不能够有足够聪明的认识和把握的话，我们或多或少可

能都会犯一些错误，而错误终将会给自己和别人带来或浅或深的伤害、或长或短的痛苦。

这是我在最开始要跟大家聊的话。大家如果愿意，下面就进入互动环节，让它更像一个沙龙，而不是一次讲座。

大家有没有什么问题？不一定把自己代入，完全可以以第三人称去描述一件事情，也没有必要说是我的，还是朋友的，还是家人的，还是谁的，还是自己看的一个电视剧，我们就是来探讨现象。

当然，我也事先说明我不能够接招的话题。再说一个我不能接招话题的例子：也是一个营队活动，也是跟一帮年轻人聊佛法。他们这个营队活动，年龄更交叉了一点，有高中阶段的加上大学阶段的。有一个应该是高中的小伙子，起来之后就问：“法师！我喜欢上一个女生，但是我不知道怎么才能让她接受我。佛法的智慧这么好”，他前面有很长的铺垫，说“《天龙八部》里说段誉、虚竹……”给我讲一堆，然后引出问题：“我现在面临这样一个问题，您能不能像段誉搞定谁谁、虚竹搞定谁谁那样，给我出个招，让我把这件事情

解决了呢？”我当时跟他说：“从我出家身份来说，我没有办法在细节上帮到你，但是我有一句话或许对你有帮助——‘少年！你若盛开，蝴蝶自来’。”算是避开了他的问题。像这些具体的“我怎样抓住一个人”或者“我怎样赶走一个人”，对不起，这些细节的问题，我实在不可能奉上任何建议，因为有出家身份的界限，有一些事情是不可以做的。只是说在前面，如果到时候我告诉你一个“盛开”的回答，希望你能理解。

二、如何处理子女与父母的关系

学员A：师父，您好！我和我母亲关系有点不好，从内心当中就看不惯，我没有智慧去处理这些事情，请问师父，应该怎么处理呢？

法师：刚才的问题，其实是跟父母之间问题的一种情况。站在子女的角度来看，父母有一些行为模式，或者语言模式、处事方式，做子女的不太认同。但是作为子女，不管是应该尽自己的孝心，或者是应该承担义务，又必须做到很多事，而且自己可能也愿意这样做，只是这两种力量形

成冲突，所以内心中不容易理顺。也不是不做，听你说的意思，事相上的事情也都做了。要问的是：一方面，事相上到底应该怎样；另外，更多的可能是内心怎么样梳理好。

其实，跟父母之间的问题，相对来说是容易解决的。为什么？常说一句话：“不养儿，不知父母恩。”我们这个年龄，看别人也好，自己也好，做父母的对儿女确实要付出很多。想一想自己小时候，能记起来也好，记不起来可以推一推，想象一下：如果不是父母的因缘，不会有这一生的开始，乃至说可能长不大。

我们人，对于自我的认知是有问题的。从前，在几个情境下也谈到过类似的问题。每个人感觉到的那个“我自己”，感觉屋里有点凉，或者感觉屋里有点热，直觉感受到的那个“我自己”，跟父母有关系吗？没有关系。跟饮食、跟空气有关系吗？还是没有关系。我们内心中直觉感觉的那个“我自己”，跟这些没关系。再说得远一点，跟地球、太阳有关系吗？直觉中的那个“我自己”，跟地球、太阳也没关系。

为什么说这个呢？我们处理的是我和他人之

间的关系，对于自己、对于他人，有没有一个合适的认识，这是问题的一个出发点。我们在想到“我自己”的时候，那个“我自己”，跟父母、饮食、水、空气、地球、太阳……都没关系。这样的“我”可能吗？如果没有父母，我们怎么来到这个世界？如果没有空气，我们能不能挺过十五分钟？在场肯定有学生理或者医学类的，没有饮食，怎么可能呢？但在自己内心的意象中，没有这些，那才是“我自己”；在自己内心意象中，这个“我自己”是跟这一切都没关系的。你要仔细地推下去，跟这些都没有关系。跟宇宙里别的有关系吗？更没有关系了。对不对？意味着什么？在我们意象中的那个“我自己”，推来推去就是在宇宙中一个孤零零的存在。你们如果有学理工的，还记不记得一个词，叫作“孤立系统”，一个理想化的纯粹的“孤立系统”，这可能吗？你怎么跟这个世界交互？但是我们内心的“我自己”，确实是这样的。当我们这样来感受“我自己”的时候，才可以跟父母没有关系地来考虑“我自己”，在意象上，在认识的基础上，这本身就出了问题。

什么意思呢？就像没有生就没有死一样，没

有父母也没有我现在的生命，没有我这一期的生命，对不对？要这样来关联考虑。如果一个人的左臂出了问题，比较疼，正常情况下，谁会直接右手拿刀把左臂给剁了？实际不都在右手拿着药去给左臂涂嘛，生怕照顾不好。为什么？因为我们觉得这之间有必然的关联，割裂不开。但是我们内心，因为认识上的误差，使得我们感觉“我跟父母是个别的自体”，乃至“我跟这个世界是可以完全脱离的”。这个认识基础，是对的吗？我们自己内心的自我意象，是对的吗？

正因为我们内心中的这种自我感，本质上是跟其他人——包括父母——没有本质性的关联的，所以在这个世界上有忤逆不孝的儿女。你做得当然很好了，在这个比较复杂的情况下，还能尽量好地去做。但是这个世界上是有忤逆不孝的儿女的，为什么？他感觉不到这种本质性的关联，在他感受层面的我自己就是我自己，感受中没有感觉到跟父母这种必然不可分割的关联，所以在这个世界上是有忤逆不孝的儿女。

我们没有感受到环境对我的存在是一种必要的支撑，而所谓“我”——或者说这个当体生命的

苦乐，又怎么样跟环境、现状密切地交织着。所以在这个世界上，有一些人做着以邻为壑的事情。什么意思呢？搞个企业，排污很厉害，污水处理的成本很高，为了节约成本，直接排河沟里了。为什么？他感觉这件事情对他没伤害。怎么可能没伤害呢？学过物理或者化学的，污水排到河沟里，它有没有挥发？你不呼吸啊？它污染不污染水系？你不吃水系里的东西啊？不要说别人，就自己。

我师父在8、90年代的时候，还算一个相对年轻的人（3、40岁），那时他已经出家很久了，那时中国的污染还不厉害。当时他跟这些居士说：“人心要是变坏了，这水和空气都会变坏。”因为当时污染还不厉害，大家还是把经济发展或者GDP看得最重，或者自己兜里的钱看得最重，所以这话也没有几个人在意，不过还是有人记得的，要不然不会2、30年后，我还能听到。结果这个听起来很“唯心”的话——是不是很唯心啊？“人心坏了，水和空气就坏”，哪有这道理？——到今天呢，水和空气坏没坏啊？都怎么坏的？难道不是一颗利令智昏的心、以邻为壑的心搞坏的吗？只是这件

事情，把最初的动因和最后的结果联系在一起说的话，表现出来的表述就是：“人心要是坏了，水和空气都会变坏。”但实际上，他说了一个因果链条的开端，和因果链条比较显著的一个节点，略去了中间步骤，所以大家就觉得这是唯心的话。但实际上，正是因为这样一颗一颗错误运作的心，导致了我们现在面临的问题，是这样吗？

我举这个例子，不是在谈环境，今天的主题是亲密关系中的一些事情，是说我们内心的这种错误认识——关于自我这种错误认识、错误的感觉，会导致我们很多错误的判断，不管是所谓的我与环境、所谓的我与他人。亲密关系，归根到底还是我与他人的关系。一个人如何来认识所谓的我自己，如何来认识他人，乃至如何来认识彼此的关系、关系中问题，都将很大程度上决定着他会怎样来处理彼此的关系，他在这关系中会怎样来面对问题、解决问题。这并不是不相关的，这恰恰是很相关的。

如果做子女的能够意识到自己生命跟父母之间这种非常密切的关系，乃至说他们对于自己现在这种生命当体是多么重要的因缘，他对这些都

有足够充分的认识的话，会有更深刻的感悟，也就有更广大的包容。特别是当父母变得年龄越来越大，我们民间有句话——“老小孩”，他会变得不像年轻时，或者他正当年的时候，那样的情绪稳定，那样的理智，那样的能够正确抉择。他可能因为生命向于迟暮了，受到很多身心的逼恼，变得有一些不安，这种不安可能导致很多复杂的身心问题。做儿女的，能不能够更设身处地地替他们考虑到这些问题，考虑到他们一生所受的辛苦，考虑到他们晚年所面临的身心逼迫，才能够对他们有更多的体谅。

老是很苦的，不要以为“没有病，老就不苦”。说到老苦，大家想一想，一个非常衰老、衰朽的人，和一个青春正盛的，十八、九的小青年，这个落差很大吧。佛经里或者论里说到老苦的可怕，或者说它给人带来的逼恼，是这样说的：“老渐渐至，故尤堪忍；若一时至，则无可忍。”什么意思？衰老这件事情，是一天一天、一年一年慢慢到来的，所以衰老带来的苦，我们还多少能够忍受；要是衰老像一个突发病一样，突然就呈现了，这个世上基本没有谁能够扛得过去。我刚才说的

衰老的人和年轻的人，大家想一想：如果这个人今天十八，明天八十，谁受得了？想想，十八和八十，那种身心状况的差别有多大，那是不是世上不可接受的一种绝症啊？今天十八，明天八十，在这种落差中，或许你能够更好地体会老苦。

人老了，其实是在更值得我们去关怀的苦中，而不能够把他抽象地看成一个理性人——这是另外一个问题。一个是我们如何来认识自己，再一个就是我们如何来认识别人，认识他人，认识这个亲密关系中的对方。这个世间，你见过真正的理性人吗？哪位在这个世间见过真正的理性人？我们出家人除外。

实话实说，依我看，我们都是有限理性的人。这话怎么讲呢？有时候，这个理性在工作；但在其他情况下，这个理性不工作，这是最常见的情况。包括过去在科研圈里，那种特别出类拔萃的天才没见过，但是聪明人确实见过，但他的理性总是表现在某一个方面而已，不是一个真正的理性人。特别是面对处理人际、处理情感的时候，很多在其他领域表现得很理性，或者很智慧的人，结果变得很幼稚。

“幼稚”对立的词是“成熟”。想想我们对于“成熟”这个词的定义，或者我们内心中的成熟是什么样子。不知道从什么时候开始，成熟开始跟油滑、市侩、世故等同起来了。这人要是不够世故，要是不够怎样，大家就很难说他是成熟的。真的是这样吗？一个世故的人就叫作成熟吗？其实一个成熟的人，更多应该表现在心智的成熟上，表现在智慧和内心的稳定上。智慧的成熟，表现在对于生命有一个比较恰当的认识，有基于这样恰当认识而抉择的正确价值观，并且愿意按照这样的价值观去活，这是他在智慧方面需要具足的东西；在心态方面，他应该有一颗比较坚韧而稳定的心，等等。这人如果不能够把理性运用到人的认识——不仅仅是自己，还涉及周围的人——那他能叫“一个成熟的人”吗？恐怕不能吧。

但是看看我们一般没有经过训练的心，因为心的黏性比较大，在自己经常从事的行业上倾注了很多的理性，或者说智慧，导致什么呢？因为心的黏性大，所以只在那些方面上运用这些，等到处理亲密关系的时候，夫妻也好、子女也好、父母也好，往往情绪用事。有没有？为什么？“我

在外面都那么累了，回家能不能让我省省心？”在外面用脑过度，回家彻底不想用脑——这可能是越过问题越多的一个原因。说实在的，这其实是不够成熟的一个表现。为什么？你在生活重要的方面拒绝使用智慧，这样的情况下，你怎么可能很好地把握一些事情，很好地抉择乃至应对呢？

这是谈一谈，我们要是想处理好这类关系，实际上可能要把问题拉得远一点、深一点，涉及我们如何来认识自己；在这个基础上，如何来认识他人。认识自己是基础，如果对于自己的认识不到位，仅仅去认识他人，那你的脚下就是黑洞。我们对自己和他人有一个相对到位、相对准确的认识，才能谈到我们在认识或者处理彼此关系中，能够运用更多的理性或者智慧。

佛法，不像一般人所想象的“彻底地斩性灭情”“跟人情有关的事情都一刀斩没才对”，佛法是可以指导人走向离苦得乐的。这样的道路，出家可以走、可以到达，在家也可以走、也可以到达。在家的生活，自然就要面对亲密关系的处理，佛法对于这种亲密关系中感情的处理，并不是很粗暴、很简单，像一般人想象的“不承认、不面对，或者

不接受”，如果有的话，“压制它、消灭它”，不是的。佛法对于这种情感的处理，有一个原则叫作“以智导情”，正因为以智导情，所以最后才能够过情智和谐的生活。

刚才说这些，没有直接回答这个问题应该怎么做，都是在谈我们如何来认识自己、认识关系中的对方，如何来认识关系，这就是在用理性、用智慧来剖析问题的基础。我们之所以会在亲密关系中有问题，所有根源性的原因都在这里——对于自己的认识、对于关系中对方的认识、对于彼此关系的认识。总是对这三者的认识出现了问题，所以下面才会出现其他问题。这也是为什么谈这个问题的时候，我把这个问题拉深一点，到了——对于我的认识，对于对方的认识，对于关系的认识。如果能够这样看，如果能够意识到，用更多理性来审视当下的生命，用更多理性来审视彼此之间因缘的关联，用更多理性来理解和体谅对方，想想，我们亲密关系中，有多少问题就不成为问题了。

实际上刚才那个问题，你是很慈悲我，不需要我给出任何外在事务上的建议，只是需要内心

的梳理。我觉得刚才说的角度，就是从根上梳理，认清我们对于自我认知的错谬，以及由这样错谬而导致错误的情绪反应，也能够基于这样理性的认识，看清楚自己和关系中对方彼此之间的关联，这样很多事情就心平气和了，不至于内心过不去。

特别是对于父母，想一想：如果我生下来没多久，他们迫于生活的压力，像另外一些狠心的父母一样，把我也扔了，还有今天的我吗？肯定就没有了。如果有，也可能是狼孩，也可能是在哪个农村干着什么活，是吗？我们不要把一些事情当成是理所当然——“父母把我养大是应该的，是理所当然的”——没有这回事。他也有很多选项，尽管不是每一个选项都那么理直气壮，但是选项存在。这样的事情没发生，就叫作“他们对我的善意”，不要认为那是理所当然。

这也是亲密关系中很重要的另外一点：我们把太多的事情当成理所当然了。比如夫妻两个，最开始见面时，一方给另一方倒了一杯热水，端过来放在这儿，另一方很客气、很领情地：“谢谢你啊！”等结婚了，过了十年，一方给另一方倒了一杯咖啡送过来，另一方把脸一拉：“这么慢呢！”

(众笑) 这就是问题。我们把太多的事情当成是理所当然。难道就没有别的选项吗？难道就没有别的可能吗？谁说这就是理所当然的呢？为什么有一句诗那么触动人心：“人生若只如初见”——做梦，但是梦想也可能实现，只要我们正确运作心。

我们别把太多事当作理所当然了，这世界上存在理所当然的事吗？理所当然意味着什么？他就应该这样。言外之意是什么？没有任何前提，没有任何条件可讲，就应该是这样。世界上有不需条件的东西吗？不管是关系，还是任何一个存在，有不需条件的吗？

用佛法话说：“一切事物都是缘起的。”什么叫“缘起”？缘起是说：一切存在都是条件的存在，都是关系的存在。我们真的这样去认识亲密关系、认识亲密关系中的对方了吗？可能没有。尤其是当心里有这种“理所当然”的感觉时，那就没有。因为，在有缘起智慧的人眼中就没有什么事情是理所当然的，一切事物、一切现象，都是种种因缘和合支撑才得以存在、现起，包括亲密关系，包括亲密关系中的义务与责任、付出与回报。

说到这，不知道心有没有平一点？

三、佛法的孝道观

学员B：师父，您好！对于刚才问题的回答，我觉得一般人都会体会得到，可能还不足以体现佛法如何处理父母子女之间关系的智慧。还有，儒家讲的孝顺，这个“孝”，大部分人是做足了，但是“顺”还不足，父母子女之间之所以产生矛盾，基本上在“顺”这方面。学习佛法是长养智慧的，让我们处理问题更善巧，师父能不能再用佛法来谈谈，在子女与父母的相处中，如何更好地把握“顺”的问题。

法师：好，还是接续刚才的问题：觉得刚才的说法好像没太体现佛法的智慧，跟大家一般的认知好像差别不大；接下来提的问题是关于“孝顺”，常说“百孝不如一顺”，觉得“孝”相对容易做到，“顺”不容易做到，希望在这方面有一些佛法智慧的引导。

先谈第一部分。如果没有听出来刚才那一段说明中不共于世间其他学说、道德教说的差异，那可能没有把握到刚才的点。刚才那个主线，其实是有普适性的，虽然只是谈父母，却都是基于

对于自我的反思，以及对于对方的再认识，以及彼此之间关系的再观察。什么样的观察呢？无自性的观察，缘起的观察。正因为有这样无自性的观察，彼此之间缘起的观察，在父母与子女的关系中，才能够认识到“在现世的生命中，没有你，哪有我”这种必然的关联。而不是内心中常常感觉有自性的我自己，是孤零零的，是谁也不靠的，不靠天、不靠地、不靠妈、不靠饮食、不靠空气，是不是？不是的，离了这些，不可能存在当下一个鲜活的生命。而这恰恰是佛法的智慧，认识到当下生命的缘起，自然就离开了过去错误的人我见。其实是这个，只是我不愿意用这样的术语。

我们以后听东西，一定要听真正内在的含义，而不是术语名词。实际上用佛法名相来说就是：“人是缘起的，而不是如一般凡夫所以为的那样，有一个内在的不待缘的我自己。”我这样说话，大家就会说：“麻烦你说人话。”结果我说了人话之后，有人告诉我：“请你给我说两句佛法。”（众笑）在家里掌勺的，一定知道什么叫众口难调。这是对于刚才的回应。我们不是没谈，是用人话来谈的，这也是我要做的事情之一。

第二个问题是：“百孝不如一顺”，你如何让我“顺”，用佛法智慧帮我顺一顺。

佛法的孝道观，跟儒家的不一样。我不知道你们当中有没有做传统文化，同时又是佛教徒的？如果在你的认识中二者百分之百一样，你一定有一个学偏了——当然不排除都学偏，至少有一个学偏了。有时说“一个”，容易让人抓住痛点，像我刚才说的那个男生，说他喜欢上了一个女孩，让我给想个办法，用佛法指导他把问题解决，我当时回答他的第一句话：“谢谢你！非常慈悲地给我出了一个相对简单的问题，你只喜欢上了一个女生。但我还是解决不了。”（众笑）

为什么说佛法跟儒家的孝道观不一样呢？儒家确实有这样一个倾向，就像“百孝不如一顺”，这有一点儒家孝道观的意思吧。包括在某个历史时代形成的对孝道的推崇，应该说是排除了一切理性的推崇。我这里用了一个相对弱的词“排除”，没敢用“抹煞”。

佛法的孝道观不是这样的，佛法的孝道观从来就不包括盲从在内。父母的正命——要受，乱命——不受。乱命，是指这件事情是不应理的，

不符合国法道德规范的。

我说的是有依据的，如果大家找依据，可以去看《善生经》。《善生经》是佛法中的一部经典，讲了很多处理在家“上下左右旁”关系的法则。作为一个在家的人，希望佛法智慧对于自己现实生活有所帮助的，必须看。甚至要放在床头，每天都要看一看，琢磨琢磨，反思一下：“我今天对下属，是不是下手有点狠了？”

“上下左右旁”都谈了。在那里说到子女跟父母关系的时候，表达的就是这个意思——父母正命是要受的，乱命是不应该受的。当然，“不受”就意味着对着干吗？要善巧地劝诱或者劝导，如果不能，还是要有自己的原则和立场，只是不必刻意情绪发作，不智慧地闹起很多冲突。所以，佛法中所说的孝顺，并不是抹杀了理智，不去做善恶、是非以及未来果报的判断，就去盲目地随顺，那不是佛法。

在中国的政治智慧中，也有“君上的乱命，臣子可以不受”，不能说历朝历代都贯彻得很好，但是有这样的成分在。孝道这一块，其实是经过了一些不恰当的推动，使它基本上与理性没什么关

系了，形成了好像“父母的要求，必须随顺他，只有顺才对”。谁说的？这就说到了佛教的伦理观，跟其他的文化以及宗教伦理观一个不同的地方。

请问：对于父母一定要顺，逻辑必然在哪？知道这个问题的意思吧。为什么一定要顺？有没有一个必然的理由和原因？顺，就能够给父母和自己带来最好的结果吗？如果父母是乱命，按他们说的去开车，开到悬崖下了，好吗？一家人出去玩，知道前面是山路，要慢慢开，更何况还下点小雪。这时父母说：“开得慢不刺激，开快一点”，听了，一踩油门，下山了，真的好吗？

请问：必然要顺的逻辑在哪？理由在哪？父母是正确的，我们顺，才有意义；如果是错误的，很可能是给自他带来衰损的，为什么要顺？那不成了对于一个抽象的、没有实质的道德教条的遵守了吗？

佛法的伦理可不是道德教条，佛法伦理是基于对生命的透视和规律的如实把握。这就要说到善恶、对错、是非这些的判断，在伦理中必然要包含这些。包括我们说孝顺，如果是为非作歹的，如果是带来衰损的、不好的，要不要顺呢？这就

涉及到了一些判断的问题——涉及到了伦理判断，涉及到了价值的判断。而价值也好、伦理也好，如果没有跟生命的必然关联在一起，是基于某个假说、某个学说的规定，基于某种文化、民俗甚至是政治需求，那这实在是一种人为的、外在施加的标准，而不是自然的、内在逻辑必然的标准。

我在这里想把这个问题简短说，所以先不去做复杂的工作。什么意思呢？如果一个人认为“生命只有这一辈子，死了之后一了百了，什么也没有”，和一个人认识到“生命是有前后世的，是有前后世因果关联的”，这两种情况的价值观、伦理观都不一样。为什么？如果死了之后一死百了，什么也没有，请问：“你告诉我应该行善，为什么？死了之后什么也没有，我行善有啥用？我还得委屈自己，还得付出那么多辛劳帮别人，就这几十年，你给我一个必然行善的理由。”当然，这不是说行恶就有道理，同样的问题，对行恶也成立：“你给我一个必然的理由，说明我为什么必须为非作歹，就这几十年，我折腾啥？有啥用？”

如果生命是断灭的，会有什么问题呢？没有任何一种价值观是有其逻辑必然的。什么意思？

找不出一个必然的理由，来说明只有这样才是对的。就变成了没有任何一种是真正有价值的，那就意味着价值的紊乱，更确切地说是价值的泯灭。如果是这样，大家会活得很盲目。如果生命只有几十年，真的一死百了的话，活几十年和不活几十年有什么差别？这么活和那么活有什么差别？

三世因果的生命观，这是佛法如实的认知，不是创造出来或者推断出来的。就像拿天文望远镜去看宇宙中的天体，肉眼看不见，但是通过望远镜能看到。就像前几天闹得很热的引力波，不管是不是学理工的，个个都通引力波，用一个比喻来说，就是给天文物理学装上了一双耳朵，从此以后对于宇宙的观测探索就多了一个从前不具备的途径，这当然会很不一样。有一些方法可以看到前后世。通过佛法中所说的恰当修习，甚至其他传统中的一些禅定和神通的修习，是可能获得一些类似于这样的能力，进行一些超常的观测，是可以看到前后世、前后世的规律。

如果三世因果是必然的，是真实的，那么就存在这种情况下的一个必然逻辑，是怎样呢？大家想一想：我们所说的这件事情有价值、有意义，

到底意味着什么？我们一直在辛辛苦苦地活，每一天都很繁忙，到底为什么？中间的细节不去推，简单地说，归根到底都是为了趋利避害。有谁是为了从一个痛苦走向另一个更痛苦而活？“我活着就是为了求虐”，没有吧？我们实际上都是希望痛苦能少一点，或者安乐能多一点，这是每一个有情执的生命的本能，也是人所追求的。趋利避害，离苦得乐。如果对这没有贡献，我们会认为它没有价值，甚至是对价值的破坏，人所谓的价值，是建立在这个上的。

而三世的因果观下，发现规律是：有情的苦乐是跟有情所做的身语意运作有密切关系。那些与染污心相应的损他行，这些恶不善法会导致苦的异熟，就是苦的果报、苦的后果；那么与清净心相应的利他行，这些善法会导致乐的结果。这是当一个人如果有了不一样的认识工具之后，会看到的生命现实，就是所谓的三世因果。

既然生命苦乐的规律是这样的，那么一个人想趋利避害、想离苦得乐，有一点就必须要注意了：那就是必然地要离开导致苦的因，要去成办导致乐的因。导致苦的因是恶不善法，导致乐的

因是善法。这个人想趋利避害，想离苦得乐，要做什么？很简单——断恶修善。这就是佛教伦理观的来源，基于价值观、基于生命观，所以佛教的伦理是有其必然的。

正因为有这样的必然性，而不是谁怎么说就怎么算，所以在对于父母孝顺这件事情上，佛法的看法很简单：如果父母的主张是随顺善法，要孝、要顺；如果父母的主张是恶不善法，不可以随应。因为随应了，利益不到父母，利益不到自己，也利益不到他人，变成自他都损恼，有什么意义、价值呢？仅仅是为了去随顺一个抽象而又错误的道德观念吗？

所以佛法叫作“不玩虚的”（东北话），是基于生命的真实规律，所以按照规律办事。我跟一些朋友分享说：“佛法不是别的，就是两件事：一个是认识规律，再一个是按照规律办事，这就是学佛。”

所以，在孝顺这件事情上也是这样，当认识到生命的规律是这样，那价值就是这样，伦理也必然是这样，我们就是按照规律办事，一点也不难抉择：这件事情是对的、善的，是对自他有利

的，那就算难一点，也尽量去成办；是不对的，是恶不善法，会导致自他的衰损，虽然是爸爸、妈妈，但这件事情不能去办。

但也不必搞得他们更苦恼，不必对着干，就像孩子是要哄的一样，父母年龄大了，也是要哄的，“老小孩”可不是说说而已。我们能不能有对自己孩子的耐心来对待父母？孩子错了，看看我们有没有耐心？孩子走路跌倒了，看看我们有没有耐心？对父母呢？曾经看过一个漫画：刚开始一个小破孩儿，很小的时候，母亲牵着他的小手，扶着学走路，帮着系鞋带，一点一点长大了。两个人身材对比，刚开始小孩这么大点，母亲这么高，然后孩子一天一天长大了，一般齐了，反超了，母亲一天一天佝偻了，缩小了，需要他系鞋带，喂吃的，牵着她的手散步、晒太阳……很多朋友应该看过这系列漫画。很好，是应该这样的。就像小时候父母陪我们、哄我们那样，我们的孝顺有时候可以表现得很简单，就是陪一陪、哄一哄。

很多时候，他们也是有情绪化反应的，只是不像年轻人更容易认识到、更容易调整，因为我

们这方面更好调整，那就由我们来调整，没有必要要求他们也更理性的认识、更到位的情绪运作。由我们来，我们做得更到位点，因为在我们很小，不懂事的时候，他们做得已经很到位了，现在是他们需要用我们的到位来回报的时候，没什么，这是应该的。所以对于他们的错误，甚至无理取闹，能够理解。理解老人的身心，理解老人一辈子的辛酸苦辣，理解老人曾经叱咤风云、主宰一切，现在老而无力，儿女翅膀都硬了之后的那份失落，然后事情就都好办了，陪一陪，聊一聊，哄一哄，天大的事——没事了。

家庭生活里，特别家族大的，常常有这样的现象：母亲最疼的是哪一个？这几个兄弟姐妹要是关系不好，最疼的那个就是“奸臣”。为啥呢？“家里啥事他也不操心、不出力，成天就鼓动点话，就把老妈给弄懵了”，是吧？这说明什么？这说明其他的儿女，可能关怀得未必到位。关怀，有时候没办法物化，就像一个孩子，如果父母给他搁家里，隔三岔五给他寄点吃的、玩的，他一样觉得自己缺了很重要的东西，这是一样的。

所以如果回来说到孝和顺的问题，佛法跟儒

家文化不一样，起码跟很多人认为的儒家文化不一样——我们也别把儒家文化给得罪坏了，这方面我稍微看过一些，大体这样说应该问题不大。

佛法强调随顺法而行，而不是随顺某个人的意愿而行。我刚才说，佛法就两件事，就是认识规律，按规律办事。我们是按规律办事，不是按主观意识办事，知道吗？为什么需要智慧？因为智慧让我们能够判断何者当为，何者不当为。

四、感性的人就不成熟吗？

学员C：法师，您好！一直都在谈理性处理问题，但我觉得人不光是有理性的，还是有感性的，有的人可能理性多于感性，但我是那种感性多于理性的，难道感性的人就不成熟吗？

法师：刚才这位朋友聊到感性与理性之间的关系，以及如果感性偏重，是不是就表明某种意义上的不成熟？

刚才其实有谈到，首先，佛法对于在家情感生活的说明，是有明晰的原则的。刚才也是针对这个而谈的。我说的是“以智导情，情智和谐的生

活”，这两个都是需要的。不是只有理智，排斥一切感情；或者只有理性的干巴巴，没有感性的温润，都不是。是以智导情，情智和谐的生活。所以不存在对于感性的排斥，这个不用害怕。

但一个人如果是感性做主导，世间会怎样评价这个人呢？说“这个人处事总容易感情用事”，你觉得这是对一个成熟人的评价吗？确实不是对一个成熟人的评价，是吗？所以，这个人如果想要走向生命的成熟，必然慢慢变得不那么感情用事。什么叫“感情用事”？我刚才说了，就是在某一些领域，特别是情感领域，人与人之间关系的领域，有意识或者无意识地遮蔽自己的智慧眼，在这个领域、在这个范畴内不运用智慧，纯粹运用内心直觉的情绪化的反应去应对，这叫“感性为主”，这叫“感情用事”。那这是成熟的表现吗？这样确实安稳吗？能够更大限度地保障给自他带来更多的利益安稳，而不是伤害吗？做不到。

为什么人容易感情用事？为什么人愿意停留在感情用事的生命状态下，不愿意向前进一步？因为这样省事，这样熟练，因为这样付出的努力成本最小。但是很不幸，虽然努力的成本很小，

但是付出的生命代价大。因为感情用事，可能障住了一段本来可以美好的感情；因为感情用事，可能毁了一桩本来不错的买卖。

从感情用事，走向以智摄导的情智和谐的生活，确实需要更多的努力。努力意味着什么？意味着要在现有的基础上做功，这个做功是要付出努力，是要付出一点辛苦的。怎么说？不管是改变自己底层关于人的认识——自我也好，关系中的对方也好，或者关系也好——是需要一番寒彻骨的功夫的。

我这样说一说不当事，诸位！仅仅是听我这样说一说，不意味着改变就发生了。我只是指出一些关键点而已，真的想受佛法的滋润，让自己亲密关系中的生活发生一些有益的变化，那真的是要下功夫的。所以我们这次的标题，用了一个词叫“修行”，不是赶时髦，要不说修行都不好意思出去见人；而是因为是真的需要修行，需要去修正，需要去行动，不然我们改变不了。

真的想给自己和他人带来生命中更多的利益、安稳，靠感情用事或者靠感情主导，确实是不安全的，而且也没有办法保证这是向于光明的所在。

为什么？这个人好吸毒，你觉得他要是感情用事的话，他手里有了十万块钱，会主要干什么？那他要是理性做主导呢？可能又不一样。

这是很简单的事情。我们不要认为“人是有感性的，所以这个感性就应该被推到最高”，人还有理性呢，为什么不把理性推到最高？那不是逻辑的必然，逻辑的必然在后面：如果我们随顺感性比较多，实际我们选择的是比较low的一种生命形态，更像动物的生活形态。这种属于人的理性、理智，更标志着人的特色，我们应该活得更像一个人，而不是活得更像一个“汪星人”或者“喵星人”。这是对于“感性和理性，到底应该何者为重”的一个说明。

感觉这个改变不是那么心甘情愿，也不奇怪，这是我要谈的另外一个小点：人的身心运作是有惯性的，但是单纯地随顺惯性，那怎么可能有真正的改变呢？没有改变，生命在这条故辙上到底要驶向何方呢？因循故事，依然故我，真的很好吗？

五、想处理好亲密关系，功夫在亲密关系之外

学员D：师父，您好！的确像您讲的那样，平时工作中或一般关系中，我们都很理性，但在亲密关系中，很难运用理性。请问，如何在亲密关系中更好地发展这种理性呢？

法师：好，这个问题提到操作层面了：“师父！您不要总给我们灌心灵鸡汤，请来点干的。”（众笑）这是玩笑。刚才问的其实讲了两件事：一个是在家庭生活中，夫妻之间如果有一些磕磕碰碰，虽然好像是当下的什么事，其实当下的这个事承载着过去所有的历史，是吗？你一直、你总是、你从来、你就没有不……（众笑）感谢四号辩手的总结陈词。这是一种现象。我们是存在理性，特别是我们每个人做自己最得心应手的工作的时候，理性还是比较强的，这里面有什么缘起、什么因缘、需要什么条件、怎样去成办，每个人都很清楚，问题是什么、症结在哪、应该怎么样去解决，甚至一打眼都能够知道。但是，一旦放到容易牵动自己心的亲密关系里，这个理性就不见了，所以后面的重点问题就在于：面对这样每个人都在

背着的历史包袱，和形成的这种身心惯性，怎么样让理性在亲密关系中发挥更多作用？这个问题，这样来复述一下，大体没有问题，是吗？

好，这个问题，我是非常喜欢的。我不知道各位是如何期待我们这一次的沙龙，是不是有一些人想着：“去听听一个出家师父灌心灵鸡汤，看看什么样子。”佛法跟心灵鸡汤不一样，为什么呢？心灵鸡汤只是给你画一张很漂亮的图——你的生活应该是这样的，你的心情应该是这样的，你的态度应该是这样的……over。请问：“我为什么应该这样？”对不起！本鸡汤不负责回答。请问：“我如何做到这样？”对不起！本鸡汤还不负责回答。这叫作“心灵鸡汤”。

佛法跟鸡汤不一样的地方就在这儿，他不仅告诉我们何者是应然的，还告诉我们为什么应该这样，如何做到这样，这就是我常说的“从根到梢都是通透的”。从他的哲学根基，一直到他的实践细节操作，都是一致的，中间没有一环逻辑的缺陷；而且实际的操作上也是可以重现的，不仅仅是对某个人好用，对另一个人不好用，他确实是普适的（普遍适用）。

这个问题实际问的是：我现在这个状态，已经习惯于不太理性，面对自己的亲密关系，如何变得理性？

这个问题有点大，实际上涵盖了我们今天所有应该谈的问题。我们谈一谈这个问题。首先我们应该有正确的认识，我们之所以从前容易感情用事，不容易用理性、用智慧，是因为我们从错误的认识出发，从这样错误的认识出发，就容易感情用事，就不容易随顺理性和智慧。

从什么错误认识出发？就是刚才第一个问题所谈到的：你如何来认识当下的生命？每个人都直接体会为一个内在的，跟什么也没有关系的，只属于我自己的“我自己”；而且这个“我自己”还没有变，从来没有从张三长成李四，小时候是我，大了还是我，到老了还是我，即便有一天要死去，那也叫“我的最后一息”。觉得中间有个没变的内核，这种认识就叫作对于自我的错误认知，对于生命当体的错误认知。佛法中管这个叫作“我执”，是一种错误认识形成的坚固执着。实际上不是这样。

有时候，我必须加一点佛法的词，大家包涵

一下，因为有人喜欢这个（众笑），要不然觉得我讲的不是佛法。我好冤啊，我尽管不用名相，说来说去都是佛法。不说佛法，要我这和尚来这跟大家说什么呢？

即便在家庭生活当中，也应该有这样的智慧。要是认识不到这个，不触到这个根本的环节，其他的都是表面工夫。假如这一面墙有了裂痕，我们要做的可能就要涉及这墙里面的一些结构，甚至整堵墙都要重新处理，而不是仅仅在表面刷一层就结束了。我们要解决亲密关系中的问题，真的从根上去解决，是需要这样的智慧的，

关于人的智慧，这是很重要的，虽然不容易一下子获得，但是我们应该知道这是根本，是最关节处，所以这方面要去学一点。“又要学东西，我没时间啊”，或者“我安排不过来啊”，那说明你对于幸福生活不太重视。如果真的认识到这对我的幸福生活是重要的，宁可少挣一百万，这件事情我也得办；要是觉得这不如一百万能给我带来幸福，那就是另外一种作为。这就涉及到一个抉择的问题，对于生命的认识，幸福观、价值观的问题——到底是什么能带来幸福？

我有一个朋友采访来中国做华德福的德国人，叫卢安史，他写了一本书，书名大概叫作《是什么带来力量》。我借用一下他书名的语式——是什么带来幸福？是什么导致幸福？对这个有认识，然后我们才能更好地安排生活，才能够愿意为生命中真正重要之事有所投入。这是一个战略的抉择，这是一个生命事件中优先度的排序，这个要做好。要不然，我们总会说：“学佛很好，但是我今年没时间，要不明年吧。”明年经济形势走强：“哎呀！这个机会比较难得，去年比较低迷，今年我要扳回来，明年吧。”就会这样。如果我们认识到这是生命中更重要的事，乃至说最重要的事，那它的优先度就会在所有事情之前，甚至在吃饭、睡觉之前：“我宁可少吃一顿饭，省出来的四十分钟，我要学点东西；我宁可再少睡一个小时，省出来的这一个小时，我要做点什么”，就会这样。而不是：“还没吃饭呢，算了，今天晚上的功课就不做了，出去吃顿饭。”

这是第一点，要是真想改变，要对它有战略重视，把它的优先度提到足够高，拿出真要解决生命根本问题的态度，此其一；其二，在这个具

体的实践中，有了这样正确认识之后，要开始改变一些态度上的东西。

基于正确认识的改变，这有什么不同？你心里过得去。你如果不是基于认识上的改变，来让你调节自己的心态，或者是对外的姿态的话，总是很勉强，总是不情愿——“为什么每一次都是我让步？我要让到哪一天？”如果对于前面所说的所谓的自己、对方和关系，有了更清楚的认识，那么我们就不会犯亲密关系中的很多错误了。

这里举几个，我们很多人在走进婚姻生活之前，实际上对于婚姻有一点不切实际的期望，我们这个年龄的，还记得当年《我想有个家》描述的那种美好的憧憬和期望，“一个不需要华丽的地方，在我受到伤害的时候，我会想到它”。但是到后来结了婚，变成了“一个华丽的地方，但是会伤害我的地方”，是不是？这种落差让人如何消受。这怨地方吗？怨那个被妖魔化成坟墓的东西吗？都不怨，怨自己不正确的认识，而产生的错误期待。

问自己的理性：存在那样一个地方吗？可能吗？那样一个地方，背后写了两个字叫“完美”，你在这世界上找个完美的例子给我看，不管是任

何一件物品，或者是人，或者是关系，找一件完美的例子给我看。这个杯子完美吗？就不要说即便它外表非常光滑，学理工的都知道，它在微观结构上可能有数不清的缺陷，它能完美吗？再说这个东西真的完美吗？我一松手掉在地上可能就打了，那是完美东西具有的属性吗？

同样，这个世间有完美的人吗？不要跟我抬杠说“有”，就算真有，说实在的，人家也不跟你过（众笑）。不是看不上你，而是完美的人不需要婚姻这种附属品。我不是说出家人都完美，当我说的时侯，我头脑中呈现的是佛陀。不要说在座的，古印度时想要跟佛陀过的多了，谁也没成功（众笑）。你想得那么完美——他完美了，跟你没关系了。特别是彼此要求上，要是他真的做到了你内心期待的那一切，我会很抱歉地告诉你：“又over了。”（众笑）只有圣人能做到，你期待着圣人每天跟你柴米油盐啊？这就是基于凡夫的比较如实的认识：知道流转的生命是怎样的特色，是必然存在着烦恼和种种因为烦恼而造成的错误，也就是我们所说的缺陷。而且这样两个凡夫所构建起来的关系，不可能是完美的，所以放弃一切

不切实际的幻想。你说：“那过得有啥意思啊？”只有这样，才有可能在事实的基础上，建设可能拥有的最美好的家庭生活。为什么？如果在认识上不如实，不符合规律，那不可能带来幸福。

《道德经》里有一句话叫作：“不道早已。”“道”，在这里按规律讲，“已”表示结束的意思。用东北话说是什么意思呢？不符合规律的事情，会早早完蛋，会很快拉倒。如果基于这种不切合实际的认识，来运作、营为自己的生活，那与幸福是背道而驰的。但不幸的是，有多少人对于生命本身、对于人，有足够深刻的反思？而这种反思中，又有多少成分是真确实实经得起勘验的呢？在这样的认知基础上所建立起来的彼此关系，自己内心对于彼此认知、关系的认识与期待，又有多少是如实的呢？

如果基于对于人有智慧的认识，会认识到人是怎样一个有规律的现象，在这基础上而建立起来的关系又必然呈现哪些特色，所以能够接受局限。这是今天说到的第二个很重要的问题——接受局限。接受什么局限？接受自己现在有一些事情做不到。

不仅仅是夫妻关系，其实都是类似的。假如有一个孝子，母亲病了，请问：能不能够每一次都治得好？每一次都是送进医院，又从医院给带回家？不可能。总有一次是送去了，就没有带回家。真正的孝子，如果情绪或者认知处理不好，他会很难受，会有因为自己错误认知、错误期许和一些对于现实的不接受，导致更多不必要的痛苦。

接受局限，包括自己的局限——这不是给自己的种种错误找借口，后面会说。接受局限，是真正承认每一个生命体是受因缘限定的；接受局限，其实就是认同缘起。认识到人是缘起的，人是依于种种条件而存在的，人是依于种种关系而呈现的，在这样的种种条件和关系之中，这样的人必然是有局限性的，我是这样，他也是这样。期待对方能够满足自己每一个愿望，或者希望自己达成自己每一次期许，那都是不现实的，都是不符合规律的。

说到对于这种关系局限的接受，要接受关系的不完美，因为这世界上，你基本看不到完美的关系。如果说曾经有完美关系的话，那也是历史

长河中曾经的一瞬。在我心中，能够勉强认同的，可能也就是佛陀跟他的大阿罗汉弟子们之间的关系吧，因为内心中互相都不会犯错，才有比较完美的关系。我们谁内心不犯错呢？怎么可能有完美的关系呢？大家小时候是不是童话看多了？“从此，王子和公主过上了幸福的生活”，后面也总跟两个字“The End”。

接受关系的局限，有局限是必然的。期待一段完美的关系，实际是比期待一个完美的伴侣还过分的事情。为什么？期待完美的伴侣，你只对一个人提出了完美的要求；期待一个完美的关系，哪怕就有两个人，你也是对两个人提出了完美的要求，本质上是这样的。不要指望关系是可以单方面达成的。存在单方面的关系吗？说到关系，至少是两者之间的事情，两者之间的因缘。

接受局限，接受自己的局限，接受对方的局限，接受这种情况下彼此关系的局限，不要指望它能够实现一切美好，赋予它太大的期望了，那会压垮一个关系的，因为这个关系承载不了这种重负。想想是不是？我们因为自己内心错误的认识而产生的错误期待，以至于给彼此之间的关系

添加了太多的重负。

我们如果真的有这样的理性，不要等到事情来临，不要等到那一连串历史回顾语言出现时，再去调动这些，那就有点晚了。《黄帝内经》说“上工治未病”，上等的医生是预防医学，防患于未然。因为没有一个是完美的，所以我们说“营建彼此的共同生活”也好，或者“疗治彼此的关系”也好，都是可以的，因为它不是完美的，它需要补全，起码向于更好的方向，需要我们有更好的“预防医学”。

平时要下一些工夫，这就是“工夫在诗外”了。陆游对他儿子说：“汝果欲学诗，工夫在诗外。”我借这个意思跟大家说一句话：“你想处理好家庭关系，工夫在家庭关系之外。”什么意思呢？你的智慧，包括良好的心运作模式的建立，可能不是在日常柴米油盐，或者彼此磕磕碰碰，或者交流中来达成，可能要你一个人下一点内在的陶冶功夫，用佛法话就是修行功夫，建立关于人、关于人与人之间正确的知见，然后通过恰当的修行方式，来让自己的智慧变得越来越直接而深彻，让自己的心越来越稳定，而且与良好状态相应。

刚才谈了重视战略，之后又谈了结合见与行的东西，就是接受局限。接受局限是很重要的，是建立更完善关系的前提。因为接受了局限，你才能够知道现在的出发点，才能够基于现在去建设；否则，不接受局限，总认为它应该是这样完美的——对不起，那你看到任何一点点不完美，都成为一次否定的冲击，内心一直是这样非建设性的结果。

而接受不完美之后，你会认识到：“基于我们现在彼此的情况，出现这种情况，一点也不奇怪，是有因缘的。”不是像过去一样，把它归结为“他又怎么样了”“他总是如何如何”，不是这样。而是看到这里面到底是怎样的因缘，导致了这样问题的出现；这样的问题一而再、再而三出现，说明我们有一些什么样的问题需要去解决。这样，慢慢地，才能够通过平时的功夫，通过自己临事的应对，改变自己在亲密关系中对于智慧的运用不那么习惯的状态，会慢慢变成习惯，慢慢变得更有力量的。

谈了两点：战略上的重视；实践上的一些训练。要说具体的技术上的训练，那就要说：首先，

学习关于人的智慧，就是学习人的缘起；同时训练心的力量，那就是止观。佛教的止观，会给一个人心的能力和智慧带来更多的堪能，会改变一个人内在的力量，会有很大帮助。

这个问题，算是借题发挥，多谈了一些。

六、认识缘起，接受局限

上半场有几位朋友提了一些问题，我们也围绕这些问题，相对比较深入地谈了一些。有时说得稍多一点，那是因为有一些可能是需要先做一点铺垫的，比如关于人的认识、关于缘起的智慧。

上半场，尽管我们问题不同，其实聊了两个比较核心的话题，一个是认识缘起。

认识什么的缘起呢？认识人的缘起——自和他，以及认识关系的缘起。有了这样对于自、他，或者是关系的正确认识，其实也就有了对于现存问题的缘起的正确认识。

我们都觉得，不管是个人的生命中，还是跟世界、跟他人的关系中，还是有一些东西有待理顺，那说明还是有一些或大或小、或多或少的问

题。要解决问题，当然要看到问题的症结，也就是问题的原因，然后我们才可能有的放矢，去解决问题。所以，认识问题的缘起，是有效解决问题的前提条件。不然，就算解决了，也是撞上的。

第一个话题相当于说智慧方面的问题，就是认知改变的问题，也就是认识缘起。

第二个大方面，其实是基于前面这样的智慧，基于前面这样认知的转变，我们应该懂得去做一些心态的调试，强调的是“接受局限”。

接受自己的局限，你并不是超人，也不是奥特曼，更不是孙悟空，你不可能做到那么多的事，你的因缘就是这些，有时候“陈力就列，不能者止”。“岂能尽如人意，但求无愧我心”，也要有这样一份洒脱才好。不要不放过自己：“哎呀！这件事情我怎样怎样”，你就是变成三头六臂，还是这样。个人的因缘是有限的，接受自己的局限。

当然，不意味着“有借口，所以我就这样，不必改变”。“接受局限”跟“怙恶不悛”是两回事。“怙恶不悛”这个词有点太古了，说一句老百姓的话，就是死不悔改。“接受局限”跟“死不悔改”是两回事，跟自己有问题不去面对、不去改正是两回事。

接受局限，是认识到人是怎样的缘起，在这样的缘起下，这些缘起造就了他，所以这些缘起也局限了他。我们人是被种种因缘造就的，这种种因缘也就规定了人，也就是局限了人。有这样去认识人吗？有这样去认识自己、认识对方吗？刚才开玩笑的说法是：“按照我们对对方的要求，他都做到了，那他就是圣人了，他终于可以跟这个尘世彻底地说拜拜了。”

认识人的缘起之后，认识关系的缘起，认识自他的因缘，所以接受局限，能够平心静气地、没有任何勉强地接受局限——接受自己的局限，接受对方的局限。人有时候不光跟别人过不去，也跟自己过不去，这在一种叫作“伤感”的情绪中表现得特别明显。人伤感的时候，就是跟自己特别过不去，这件事情揪起来——噗！又给自己一刀，然后一天到晚不停地捅。

一个人接受局限，不叫作“无奈”，也不叫“无能”，叫作“有智慧”。有智慧的人，才会懂得人是怎样的缘起，正因为这些缘起造就了他，所以这些缘起限制了他，他怎么可能不是有局限的呢？“我自己是这样，对方也是这样，我们的关系也是

这样”，所以接受局限，没有任何勉强，没有任何不情愿，没有任何遗憾：“哎呀！他要是再什么一点儿就好啦！”

当然不是说“每个人都没有改善的余地了，就现在这样就好”，我再强调一遍——不是。上半场我没有特别去强调，实际上这样良性关系的构建，或者是向于良性方向发展的亲密关系中，必然伴随着个体的建设。如果说一句稍微文一点的话，就是“自正其身”。每个人都要在自己现有的基础上，把自己向于人格的完善去推进，自正其身，身语意的转变。这跟接受局限并不矛盾。

这是上半场谈到的两个要点：一个是认识缘起——自、他、关系和问题的缘起；另一个是接受局限——自、他、关系的局限。做个概要的回顾。

七、略谈佛法与儒学以及其他学说的区别

学员E：非常感谢师父能有这样的因缘，在春节期间给我们带来人生的智慧，给冬天的我们捎来一份温暖。有两个问题想请教师父：第一个问

题跟您上半场讲的一些佛理有关联。民国时候，东北辽宁有一个奇人叫王凤仪，当年评价他是“儒家中的慧能”，他有一些很好的人生智慧；还有电视剧《东北王张作霖》里的一句话：“什么叫江湖？江湖就是人情世故。”对于这些民间奇人或者能人所总结的人生智慧和经验，请您从佛法的角度，给我们做一点开示。

第二个问题是亲密关系的问题。我多年之前看一个资料，是两河统一之后，解密之后，互为秘密警察的一对夫妻，在查阅完公密档案之后，突然就都疯掉了，因为他们发现彼此都在互相告密。前苏联斯大林时代也有这样的事情，都是亲密关系——朋友、亲人、兄弟，互相背叛、告密，甚至互相杀害。联想到现在国内，在反腐这样的形势之下，亲人之间互相告密、背叛，这样的事情也非常多。我不想联系政治，我是指发生在亲密关系之间的，它确实颠覆了人的认知。

今年高考作文题目：父女开车上高速公路，父亲违章了，女儿给他举报到交警大队。这都是发生在亲密关系中的。这些事情我感到非常难理解，我不知道这里面有多少合理成分，做女儿的

应不应该去告？夫妻之间要去做这个告密的事情？按照清朝的律法，说“父子相隐”是基本的人伦。按照儒家观点讲，基本的人伦，即便他有错，也不能告。

您刚才在佛法里也提到这些，这事情我比较迷惑，请法师开解一下。

法师：两个问题。第一个问题多少偏学理，就是世间也有一些智者，不仅仅像你提到的王凤仪、张作霖，其实包括很多文化，乃至一些宗教中，有没有一些合理成分的论述？当然都有。不然，它怎么能够在一定程度上被证明有用呢？如果完全没有合理成分，这怎么可能呢？那么，他们讲的这些道理，佛法是怎样来看待的呢？第二个问题是现实的伦理难题，包括国内外的告密文化，亲密关系中的告密、背叛，以及联系到中国传统文化中“父子相隐”——不仅仅中国，有一些西方文化中也有这样的“回避制度”，那么，面对这样的伦理现象，或者这种困境，佛法怎么看？我们应该怎么办？

第一个问题是学理性的。其他的文化传统中，或者其他的一些说法中，有一定人生智慧的，佛

法怎么来看待？其二是关于“父子相隐”、告密文化的一个伦理困境，佛法怎么看？这两个问题确实都是有一定难度的。不过，佛法中对于它们的认识，应该说也是比较清晰的。

首先来说第一个问题。像你刚才提到的这两种情况，他们都是在“应该怎样”的层面上，没有从它的哲学必然梳理下来，都是“人应该怎样”，没有交代“为什么这样”。有一些民间的智慧，在告诉你“应该这样”之后，有很充分的说理，或者是一些引导，能够引导人的心发生转变，转变到它说应该的那样。就是说，它可以落地，跟鸡汤也不完全一样，鸡汤没法落地。所以，民间有这样一些或者说理、或者说事，让人心发生变化，这是有的。有它可以实践的一个手段，当然也不排除一些只有说理。但是它们缺的一环，是从哲学的根基开始一直到实践的具体技术方面，一个通贯的东西。

佛法中，至少在我刚才的说明中，有没有这个东西呢？有，就是两个字——缘起。我一直在谈人的缘起，自身的缘起，对方的缘起，关系的缘起，乃至看问题的缘起，这都是关于缘起的智

慧。而缘起，恰恰是佛法最核心的东西，最不共于一切世间法的地方。

佛世的时候，有婆罗门去问佛：“瞿昙，你讲了这么多法，你能不能用一句话告诉我，讲的到底是什么？”佛说：“我说因论因。”“我说因论因”，实际上就是“我说缘起”的意思。佛所说的法，都是在说缘起法。你可以不懂佛法中的一切，但只要真通达了缘起，哪怕你连“佛”字怎么写都不知道，你已经是一个内在的佛教徒了。佛法就用这样缘起的智慧，从根到梢的贯彻。这是二者的不同。不知道你能不能够体会或者认同。

那么其他，更多地往往是在说“你应该这样”“你应该那样”，个别的有给原因，但是那个原因可能未必经得起推敲。而佛法这样关于人的缘起，其实是经得起推敲，乃至经得起实证的。佛法是非常讲道理的。我从前搞过自然科学，在我看来，佛法很像一门实验科学：有它的原理，原理的验证，以及最后基于原理的实现。所以，我从前常说：“佛法从实践中来，到实践中去，在实践中验证，在实践中完成。”佛法完全是实践指向的，它指向的根本点就是生命的离苦得乐。当然，这样

的实践，这样的离苦得乐，要靠智慧断烦恼来实现。所以佛法的很多实践，是密切地围绕着德行与智慧这两个方面展开的。

这是对第一个问题，做一个约略的说明。

第二个问题，说到“父子相隐”和告密文化。之前，在问到佛法跟儒家文化同异的时候，我有谈到这个问题。佛法中对于孝道的推崇，并没有抹杀智慧、抹杀真理，它是智慧统摄下的孝，它是顺于规律的孝，而不是抹杀了智慧、摒弃了真理的孝。所以佛法的孝，对于父母不强调盲从，父母正命——当受，乱命——不受。乱命虽然不受，但也要善巧地处理，不应该自己内心中非理作意，生起很多不良的情绪运作、身心反应，彼此斗争激化。应该更善巧地去把问题或者解决，或者搁置，而不要去随顺这些恶不善法。这是佛法的意趣。

结合“父子相隐”或者告密来说，佛法中说，父母如果从事能够导致现后世重大问题的不善业，子女应该去劝阻。造反算不算？恐怕某些情况下也算。还是那句话，劝阻要善巧。

学员E：亲情坍塌了，整个家族的亲情观完全

就不存在了，像“文革”的时候，有多少这样的家庭……

法师：是。也因此，像“父子相隐”这些是体谅人情的。不过，这里要说明的是什么呢？像你刚才举的例，互为秘密警察的夫妻，看了过去保密的档案之后都疯掉了，就是因为这几十年一直在互相搞材料、互相整，然后还不知道，于是，过去自己那一点幻想，跟现实之间巨大落差的碰撞，让一切都粉碎了，所以精神失常了。这种痛苦，可以理解。但是这么巨大的反应和痛苦，恰恰说明了当事人可能还不够智慧。

真正的智慧，可以面对一切苦难而安然无恙。真正的智慧，不是在现世就可以避免与一切苦难相逢，而是即便与苦难相逢，也能够不为苦难所触动。这是智慧能带给一个人的。

我想起曾经看过的一段纪录片，现代的事情，拍的是几个没有什么文化的，可能也没办法看很多经书的佛教徒，他们用自己的身体丈量——也就是几步一拜去朝礼。朝礼，不是春游，是经历了冬季严寒、大风，乃至肢体的受伤等等。拍纪录片的人采访他们：“你们这样辛苦，克服一切困

难和苦痛，要去朝礼，为什么呢？”人在问问题的时候，总是有几个可能的预设答案，我猜测，他的预设答案可能是“我为了求这个”“求那个”，乃至说“我为求智慧”。其中一个看起来没什么文化的人，给的回答是：“我希望我有更广阔的胸怀，来承受更多的苦难。”这就叫作“没文化，有智慧”。

现在的人存在这种情况，有的人没文化，但是有智慧；有的人有文化，没智慧。像刚才那个人说的，就是大智慧的话。他没有去祈求“我从此以后不得病，要发财，ABCDEF……”没有说这些，因为他有智慧，他知道生在这个世间，不管是人、动物、其他有情，没有谁不会遭逢苦。不去拥抱，你去推拒，只会让相对运动的速度更快，让这个苦痛更剧烈，如此而已。认识到苦的某种意义上的必然，然后来认识怎样让苦难的影响最小化，甚至——如果可能——不受影响，这才是一个有智慧的人、对于事实有足够认识的人要努力的方向。所以他说：“我希望有更广阔的胸怀，来承受更多的苦难。”

而刚才那对知道事实之后疯掉的夫妻，实际上他们内心中还有一些错误认识，认为“不背叛是

理所当然”。谁说的？不背叛，有没有前提？有，那要诱惑和利益不够大，还没有勾起足够的恶；当利益或者威胁够大，勾引起或者逼迫起心中足够的恶时，背叛会发生。这就是背叛的缘起，有什么好奇怪的呢？有什么不能接受的呢？对于人，都没有这样的认识，两个人过了几十年，怎么过的啊？

这悲观吗？不。你们很小声的说“悲观”了吗？

学员F：不是悲观，是说那可怎么办啊？

法师：这个问题也很好，稍后再说。我们先在认识上有所认识，要是这个认识都不肯认下来，还谈什么办不办呢？认识到人的缘起，认识到没有什么理所当然，包括不背叛，这样不就坦然了吗？你刚才只说了儒家中“父子相隐”，儒家中还说“泰山崩于前，麋鹿兴吾右，心君本坦然，处之若平素”，这样的修养，可不是傻大胆，也需要一颗广阔而澎湃的心，来涵纳、来承受。

“父子相隐”，确实是人伦之常情。如果劝阻做不到，化解做不到，作为人子，从一般人伦来说，也不应该置父母于怎样特别的境地。其实，如果

一个人有发散性思维，周遍地观察因缘，他也可能在现有的条件下，找到伤害最轻的解决方案。我说一些有可能的，但不意味着必然是真实的：假如古时候，造反不是灭九族的罪吗？这个儿子一看，造反肯定不能成，不仅灭九族，可能还要搭上一些无辜的人。告官？不合适吧。那可不可以找几个可靠的兄弟，把老爹给架到深山老林里，一起过一辈子去？只是做一种可能的说明。为什么一定要单线条思维，去告官呢？办法多了，不过就是要限制他造反的这种可能而已，有无数种可能都能够限制。

学员E：现实生活之所以非常可怕，就在于现在的引导，连作文题都让小孩这么写，从小就这样来教育小孩，我觉得这作文题目是有多脑残啊。现在主流世界观的引导，尤其对孩子，是非常可怕的。

法师：我们处理问题，尽量避免简单粗暴。不去用简单的对和错评价它，因为这不是简单的对和错能够评价的。所以在这里探讨一下，佛法智慧对我们有什么帮助。用佛法的话说，这里有善法，有不善法，这是杂业，杂业将有杂报。所

以你单纯地对和错，是把这件事情太单纯化了。事情很难非黑即白的，难道我们的色调总是黑白色吗？还有灰度呢，就不要说彩色了，是不是？

学员E：而这对普通人来讲，确实能够带来一些现实教育意义。

法师：我们焦虑的事情很多，我们内心中的错误也很多。我希望更多的人能够接触到正确的佛法，但现实因缘是有限的，我们也接受现实因缘的有限。大家随力就分，能够推一分就推一分，能够自受用就自受用，能够跟其他人一起受用，那当然更好。

八、如何培养良好的亲密关系

学员G：背叛了以后，怎么办啊？

法师：是“背叛了以后怎么办”，还是说“既然人的不圆满是现实的因缘，现实的可能，那怎么办”，你是问的哪个？

学员H：您说得对！

法师：这个问题问得也挺大。既然人是这样，关系是这样，那么我们生活在其中的人，怎么

看？怎么办？

前面说了怎么看，下面说说怎么办。

首先，坚固自己的智慧认识，不要一而再、再而三地掉到过去的老路上。因为我们过去的错误认知太根深蒂固了，所以会不知不觉地就按照过去那一套来认识、来抉择、来反应。如果想改变过去这样比较底层的认知错误，说实在话，光听讲座，光来沙龙聊天，没用。刚才上半场，其实法友也问了类似的问题。靠什么？靠不断的智慧抉择，不是抉择一次就好了，不是听了一次就好了，因为里边的错误是非常根深蒂固的，它连着我见、我爱、我慢、我痴，这是凡夫的根本错误。连着这样根本错误，才有上面的上层错误。所以实际上，我们要想不犯这样的错误，并不是件容易的事。要反反复复地运用这样的智慧，去观察这个现象到底是怎样，一而再、再而三地去观察，身心的现象、外在的现象，乃至这样身心和现象基础上建立的关联（也就是关系）到底是怎样。

破坏过去那样简单化、静止化、脸谱化的认识，而且不再掉到过去那种错误认知中去，这是

一个持续的功夫。这就是亲密关系中第一重要的修行，也就是八正道中的正见，也包括了依于八正道中正见的正思维。这是正见、正思维在亲密关系中的应用。

在座有学习佛法的，当我说到八正道的时候，才知道：“原来你刚才真的在说佛法啊。”（众笑）我从一开始就说了，我说的都是佛法，只不过我又换了一套语言体系而已，谁说佛法一定要打着佛的旗号呢？所以刚才那位法友说：“您也没说佛法啊，您说的都是世间法。”我其实内心很欢喜，证明我可以混到老百姓里去了（众笑），实际是佛法。

有了这样的正见，不断地正审思择，很重要。自己如果又掉到错误的模式中去了，自己内心要有第二刹那的反思：“刚才内心中，又出现了什么样的根本错误，导致了下面什么样的错误。”要常常地有这样的反思。刚开始的修行功夫，没有办法时时监测身心的运作和错误，往往都是第二刹那，甚至一开始是要到晚上反思一整天的时候才能想到：“哎哟！原来我从今天早上到晚上犯了这么多错误，说错了这么多话，有这么多事做得不

太妥当。”如果你做不到时时地反思，那就每一天晚上做一个反思。

对于连这样反思也很难进行下去的朋友，愿意的话，可以动笔写一写类似修行日记。修行日记，第一不要卖弄文笔，第二不要渲染情绪，老老实实用你的智慧眼，来反观自己的内心，来反观自己的这一天，用佛法的智慧来重新审视这一天，审视这一天的对错、得失。慢慢地久了，自己的抉择就坚固了。这需要过程。

这算是对于上半场同样问题的再说明。因为当时，我只说了去强化智慧，没说太多具体方法。看来，这个方法不具体到一定程度，大家还是觉得我没说方法。我希望事后你们听一听录音，我在上半场已经说了方法，可能没有像现在这样有鲜明的印象、鲜明的标志。

这是在强调正见、正思维的作用，就是认知部分的调整。认知部分的调整是非常重要的。认识缘起——认识自己的缘起，认识对方的缘起，认识关系的缘起，认识问题的缘起，有了这种认知上的调整之后，就开始有心态上的调整。你在心态上首先要接受局限——接受人的局限，接受

关系的局限。上一位朋友谈的话题，其实不就是两个人都没有办法接受人的局限、接受关系的局限，才会疯吗？我讲了一个相对应的故事：“我希望有更广阔的胸怀，来承受更多的苦难”，这就叫作智慧层面的差异——后者虽然没文化，更没喝过洋墨水，我看他更有智慧，而且具有比较广大的智慧，他面对这样的情况，一定不会疯，搞不好还像庄子一样“鼓盆而歌”。这是说了接受局限。

还不够，还要强调什么呢？强调刚才我没有细谈的一点，就是应该加强自身建设，就是所谓的“自正其身”。每个人是有局限的，同时距离完美还是有很大距离的。我们应该知道，一个良好关系的依托，是一些关系中的个体——当然不是独立于关系之外的个体，是关系中的个体。那么，每一个关系中个体的情况，将影响这种关系，所以，要想让这个关系能够向良好的方向发展，关系中个体的建设就至关重要。

刚才说的认识缘起、接受局限，难道不属于自正其身吗？也算。不过，当我说自正其身的时候，是在之前智慧知见的基础上，更强调德行的部分。最开始我就说过，佛法是关于智慧和德行

的。认识缘起也好，接受局限也好，都是跟智慧认知有关系的。当我说自正其身的时候，更多的在说自身德行的建设，这个很重要。

我们接受自己的局限，但是并不固步自封，更不会怙恶不悛，要向于更圆满的生命方向，永不停息地进军。在身语意方面，随顺于正确的规律，去改善它。用心灵鸡汤的话说就是“做一个更好的自己”，但我之所以不愿意用这样的话，因为那里包含着错误的自我认知，我不愿意在表述中特别反复地去强化错误的基础。

这就是你问：“既然人是有局限的，关系是有局限的，那在这其中，应该怎样？”真的认识到有局限之后，当然要推动这种局限和缺陷向于更有利于自他离苦得乐的方向发展，这就是价值所在。推动自己，乃至善巧地推动对方——不是很强迫的、很生硬的、很简单粗暴的，要善巧地推动对方，乃至整个关系，向于更有价值的方向，自他更加安乐的方向，去发展。这不管是从一般社会伦理的角度，还是佛法智慧抉择的角度，当然都是更有意义的。这是对于刚才这个的说明。

在两个人之间，比如夫妻关系之间，说到怎

么办的时候，其实有一些偏于细节，但又必须强调的东西。怎么说呢？应该在认识到这种关系，或者是说彼此对于这种关系的付出之后，应该彼此怀一分感恩的心。一个人如果认识缘起，如果他需要这份关系，他能够认识到这份关系的缘起，他就应该感恩这个关系的因缘。那就是彼此都是这个关系的因缘，应该有基本的互相感恩。就像儿女对于父母应该有一个基本的感恩一样，你可能有更多、更具体的事实——“他某年某月在我生病的时候，是那样地对我好”，即便没有这个具体事实，你需要这份关系，而且你在这份关系中得到了生命的正面支撑，那你就应该感恩这份关系的因缘。

彼此都应该感恩，可能久了，大家就不太容易有。为什么？还是那个万恶的理所当然：“感啥恩啊？这么半天，茶还没上来”“感啥恩啊？我回家半个小时了，饭还没吃上”“感啥恩啊？晚上还让我刷碗”（恰好此刻有人为师父端上茶来）感恩你啊！（众笑）看来我是不用刷碗了。

大家看到了，是吗？如果说我们内心的错误没有真正改变的话，感恩是很难的。“那不是理所

当然的吗？要不我娶她干啥？”“那不是理所当然的吗？嫁汉嫁汉，穿衣吃饭，上个淘宝都限制我。”这是说彼此感恩。

如果我们能够确实实地突破过去一些心理误区——认为这一切都理所当然——认识这个理所当然是没有智慧的、是反缘起的、是与事实和事实的规律相悖的，人是缘起的，关系是缘起的，是需要条件支撑的，是彼此依存的，哪有什么理所当然？所以应该对对方的每一个付出，即便是这个社会契约覆盖下、规定下的付出，也要感恩。为什么？他完全可以、也可能，在这个契约下，不履行职责，对不对？有钱任性。所以，即便他仅仅是履行社会契约、民俗道德观念等等规定的义务而已，也要看到这里边的缘起，看到这里另外的可能，他这样做，我们仍然心怀感恩。这不是给自己煽情，而是你有没有一个突破僵化认识的智慧，有没有一个细致而深切地见缘起的智慧。

在场几位出家师父，他们听这个有用吗？有用。为什么？佛说：“比丘们，你们要在一切处见缘起。”如果一个人真的有了这样的智慧，那一切法就都是佛法，因为他在一处处见缘起。那句话

就不是空洞的，就不是玄妙的，而是实实在在的。

另外，细节上，但是又非常重要的，我愿意单独提出来谈的，就是应该加强交流沟通。

为什么呢？说一句世间的话“恋爱是谈出来的”，大家都说谈恋爱、谈恋爱，不加强交流沟通，怎么可能？我只是举这样一个词。哪一个亲密关系的维系或者增进，少得了彼此足够的交流？这个“足够”，包括了质和量、深度和广度。为什么分开久了，就有点淡了？这也是人的缘起，没有什么奇怪。所以加强交流沟通是非常必要的。

而且这后面有科学研究的根据。我不知道你们注不注意这些科学研究？我虽然出家了，但也许是职业习惯、个人倾向——但不全是，因为在这些学术上能够见到里边的缘起，我觉得这也是在学习佛法，在学习具体而微的佛法。所以这些，我也有关注。最近看了一个报道，一个研究夫妻关系的很严谨的科学研究，谈什么呢？夫妻两个交流的多少，跟他们的婚姻稳定度有很明显的关联。我说这话，不仅仅是从规律推出来，现在有这种研究的结果来支撑。

要能够善巧地交流沟通，不要说：“都老夫老

妻了，说啥啊，他一个眼神，我都知道了。”从前有一句语录：“不要吃老本，要立新功。”年龄大一点的知道什么意思。这也是这样，足够的交流沟通很必要。

所以，面对有限的人、有限的关系，也就是缘起的人、缘起的关系，自己一方面有正确的心态；其次，在处理这样缘起的关系中，有一些重要的东西，自己基本的姿态要有一个稳定的保证——接受局限，彼此感恩，经常沟通。哪怕这个沟通会有意见的碰撞，不要说：“这件事情跟他说，他又不同意，算了，我想想就够了。”知道吗？会哭的孩子才有奶吃。你要一遍一遍地、善巧地表达诉求，革命才可能有朝一日成功。（众笑）这是很有心得的笑声啊！（众笑）

九、世间最完美的关系

学员1：师父！佛法当中讲平等心，我比较好奇，您出家后，跟自己的亲属关系，还有跟世间其他的关系是怎样的？第二个问题，今天讲亲密关系，那么和谐的、良好的亲密关系，或者是幸

福，从佛法上应该怎么去定义？

法师：“你是把亲密的关系都搞疏远了，还是把疏远的关系都搞亲密了？”这是我对第一个问题的解读。首先是问平等心，所谓“平等”，要不就一样远，要不就一样近，所以我解读他的问题是：“你出家之后，是把这些关系都搞远了，还是都搞近了？你怎么搞的？”（众笑）

第二个问题：“和谐的亲密关系，佛法中怎么界定？我怎么知道我达标了，可以开香槟了？”

第一个问题，其实没有太多好说的。好像有点唱高调，我倒是希望你们有机会自己来实践实践。因为恰巧隔一天之后，初十开始，这边有慈心禅的禅修营，在禅修营中，我会讲一讲：慈心是怎么回事；修习它有什么利益；在今天的时代因缘下，对我们又有什么必要；修习慈心，是怎样的方法；可以达到什么样的情况；对于我们现后生命的安乐到底有没有用，有什么用。我首先会聊一聊这些。如果大家经过几天的修习，发起精进力，平时多用功、少说闲话，电子产品不带来，带来了一律上交——电动剃须刀除外，然后在修行中能够比较肯突破过去的自己——请原谅，

我又心灵鸡汤了一把——比较愿意突破自己过去习惯的心理定势，愿意用佛法很勇猛地去改变自己，那即便只有五天，也是能有所受用的。

到时你会知道，人心的状态，真的就是一个缘起的东西。甚至通过修习慈心观，会对于人类感情的奥秘，有更多亲身体验式的发现。不是从道理上推这个那个，而是，这样的感情，我可以在一无所有中、在几天之内，建立到这种程度，而又避免了它可能带来的一些困扰。如果是一个聪明的人，就这种事情本身，就能够给他带来非常非常多的反思和可能的利益。

说我自己，这被我归结为八卦问题。说到自己，长了、短了都不好，所以我只说佛法中一些修习的好处。这个修习的好处，不是某个人有，其他人不能有，或者只有多么了不起的人才能有，佛法的规律是普遍适用的。两千多年前是这样，两千多年后的今天，还是这样。甚至可以说，男人是这样，女人也是这样；富有的人是这样，贫困的人也是这样；乃至没有文化的人和有文化的人，也是一样可以获得这样生命的体验和智慧。

这是第一个问题，恕我没有很正面地回答。

第二个问题，对于和谐的关系，或者说幸福的状态，佛法怎样来界定？

在家生活中，不存在所谓完美的关系或者感情。我说过，如果一定要说什么感情比较完美，我能够认同的就是佛跟他的阿罗汉弟子之间的关系，需要两颗心都不发生错误，才可能。一般在家众很难具备这个因缘吧？两个阿罗汉，你觉得他们在一起，过什么日子啊？（众笑）

再说，我为什么说佛跟阿罗汉之间，因为两个阿罗汉之间，还可能因为具体事相上的问题有不同的意见，只是两个人都不会起烦恼而已；但是如果一边是佛，就不存在这个问题了，因为阿罗汉知道自己在诸法尽所有性方面，不如佛了，知得那么好，会听佛的，所以他们不会有意见上的不一致。如果说人类历史上曾经出现过的完美关系，至少跟这个词的表述最接近的，我认为应该是佛陀跟阿罗汉弟子之间的关系。在家生活中，不存在这样的完美关系。

明确地说，三界之中不存在完美的关系，也不存在所谓真正最极安乐。这是佛法毫不含糊的价值指向。真正的安乐，一定是基于智慧断烦恼

的。根本的断除无明烦恼，那还是凡夫吗？彻底地断除一切烦恼，那就是无学了，还能在家过日子吗？所以，想把日子过下去，就先别追求这个。如果两个人真的想追求这个，那就要容许这个关系有一天会发生变化——别害怕，要是互相真为对方好，有什么好害怕的？只有发生错误的认识——“一定是属于我的，要围着我转”——才会害怕。

这两个问题，很抱歉都没给你满意的答案，或者是你设想的答案，但是我想也勉强能交代吧。

十、略谈父母如何教育子女

学员J：师父！当子女的选择跟父母的期望有不可调和的冲突时，比如子女打扮得奇装异服，很独特，甚至要奉献给天主，或要遁入佛门，这类问题，怎么去化解这种无奈呢？

法师：作为父母跟孩子之间，首先是有养育的义务——容许出现例外的情况，这就是接受局限的意思，是认识缘起一部分意思。一般的，养育的义务要尽到。

如果能认识人的缘起，一个人很难按照自己的意愿，完美地塑造另外一个人。因为用佛法的智慧来说，这个人是有自己过去的业力的，是有自己生命的习惯性的。这个习惯性，不是这一生才养成的，很可能是多生累劫的习气，包括感得这一生果报体的一些因缘。实际上，有点像（不等于完全是）老百姓所说的命运。

我们想这样、想那样，依我们的意志为转移吗？我们都算是在社会上摸爬滚打过的人，想的事情多了，真按我们的想法改变了吗？很难。所以在子女这件事情上，也是这样。认识缘起，谁也不可能主宰谁，这是父母跟子女的关系中，容易出现的另外一种内心的错误，违反缘起的错误，认为“应该按我的办”，或者“我这个更正确”。第一是不见得；第二，即便是，也不一定会达成。

认识缘起，认识自己的缘起，认识对方的缘起，认识关系的缘起，这样可以接受他所谓的不听管教。但是，作为父母，该尽的责任和义务还是要尽到，甚至可以是最善巧地去尽。这不意味着一直软语温存，有时候该呵责要呵责。但确实有很多教育上理念的、技巧的东西。

乃至说到父母个人对于这种关系，对于他的成长贡献了什么，不仅仅是“我希望他怎么样”。要观察到一个人成长的复杂缘起，从前的，现在的，周围的。包括他接触什么样的朋友，重要不重要？如果父母有远见，一开始就引导他去接触一些好样的朋友，让他的朋友圈更多的是这样的人。年轻人更容易互相影响，他受到更多的可能是那样的影响。“孟母三择邻”，我们都知道，他家还不太宽裕，也肯不停地换不动产。

当我们希望改善一件事情的时候，看看自己愿意为它付出多大努力。更重要的是，我们应该有正确的认识，知道在这个因缘下，能够做到哪些因缘。然后，不要期望结果一定如意，那也不太现实。也可能如意，甚至比自己期望的还好；但也可能不如意，保持一颗开放的心。

至于具体的情况下对于子女的教育，佛法中比较强调几个要点：一个是，不要让他从事不好的行业；第二，不要让他跟不合适的朋友往来。这都是从他的环境上来把握的。深刻看到人跟环境之间的相互作用，对于孩子，环境确实重要。

学员J：但是做父母的心里很难接受这种现实。

法师：我愿意从两方面来说。

首先，这还是在对于人的缘起认识不够的情况下，过去那种错误认知做基础，导致的内心反应。如果真的发生了这种转变，不会有什么。就像一束花会开也会落，一个有正常智慧的人，看到花开花落，也知道这是很正常的事，不会有特别多情绪的附着，除非他掉到什么情绪坑里了。看一个人也是这样，本质上没有区别。有了这样的智慧，当然内心就不会发生这些错误。

另外，如果真的想帮一个人的话，不管他是自己的孩子，还是其他的人，那就要看看自己有没有更广大的心。帮人可不只是他成长的这十几年、二十年，甚至不是这一辈子。有的人这一生，因为重大的惯性，甚至很难发生一些改变，其他的人在旁边不管怎么拉，也是眼睁睁地看着他掉到坑里去。对于生命是怎样三世因果的关联有了认识之后，就知道，帮一个人，不仅仅是这二十年、这几十年，还可以在更长的时间轴上，更不计回报地去帮助他。这就是佛法中更加广大的慈悲。“这一辈子，帮个几十年没帮过来，你不用担心，也不用害怕，跟你做一些密切的因缘，下辈

子，我们还在一起，我继续帮你”，这是佛法中的广大用心。乃至更广大的发心“我一定要用最极安乐来安顿你，宝贝别怕！”

十一、如何处理好婆媳关系？

学员K：师父！我替女众问点问题，她们最关心的是婆媳关系的问题，没人问，我替问。（众笑）

法师：其实也没有例外了。这个问题的困难在哪儿呢？如果能让关系发生实质性改变的话，往往不是单方面努力能达成的，问题在这。不过，如果真的认识到缘起，也有足够智慧的心，那有什么好难受的呢？大家之所以对这样的关系比较难受，还是因为内心有一些错误。

作为媳妇，“我开始学习了佛法，或者听到了一些之后，做出了一些改变，做出了一些调试；但是老人家没有配合，仍然是过去那个样子，我怎么样改变都没有用”，请问：你在期待什么呢？你在期待像你做姑娘那个时候，随着你任性的妈妈吗？真的把婆媳关系处到了像母女关系的，毕

竟还是少，那是小概率事件，不要期待自己中奖，中奖的很可能是别人。

有了智慧之后，不意味着境遇一定会变好。再重复一遍：不意味着你不会与苦难遭逢，而是当面对苦难的时候，你可以安然不动，你可以在面对苦难的时候，不中“第二支箭”。这对于一些朋友来说，应该是老生常谈了：“师父！您又把这支箭拿出来吓唬我了。”

不中第二支箭，是说什么呢？因为我再一次说到了苦难和智慧，所以就谈一谈这个问题。有的人遭逢了苦难，比如：身苦——病、受伤；或者人际之间的逼恼，像我们刚才讨论的种种关系，用佛法来说——爱别离，怨憎会，求不得。这样种种身苦和人际关系之间的逼恼来临的时候，没有智慧的人会怎样呢？会身体受一次伤害，然后内心再中一支箭。就像佛举的譬喻：这人被射中了一箭，他做的事情不是把这支箭拔掉，疗伤止痛，而是把这支箭拔出来，又给自己一下（众笑），还是往自己心窝里扎。

我为什么说往心窝里扎呢？大家常说：“谁谁谁这么做，太伤我的心了。”谁能伤到你的心？另

外一个人能够伤到你的心吗？就不存在“一个人直接伤另一个人”这回事。要是存在的话，我们还打什么仗啊？我在这发个功——你伤心。（众笑）原子弹，不需要，他能伤心死。核武器可以销毁了，退出历史舞台。还搞什么核试验，还开发什么武器啊——你给我伤心！（众笑）有这回事吗？没有吧。但我们为什么总说“他这么做，太伤我的心了”，他真的伤到你吗？

但是，又真有伤心的感觉，还跟他有关系，这件事情又是怎么回事啊？我们这个活动的文案里有“认识爱与哀愁”这么一句，现在就讲到伤心了，跟这个就有关系了。有没有真的深刻地、细致地认识一下：“他让我伤心”这件事情是怎么发生的？我们如果连这个都不认识的话，你想免于伤心，这辈子没门。因为你没有认识规律，你也没有办法按规律办事。所以尽管同一个坑，已经无数次地踏入了，你还会再一次踏入。

是如何伤心的？跟他有什么关系？刚才大家听了之后，应该都认同“别人没有办法直接让你伤心”，但是伤心这件事，似乎跟他的言语、行为有关系，是怎么回事呢？实际上，他那个言语、行

为，能够直接伤到你的心吗？不能。因为言语、行为是物质现象，你的心是精神活动，物质能够直接伤到精神？发明一个精神炸弹好了，没有这回事。是那样的声、光，被我们的眼、耳摄入，经过意识的加工，认识为“他怎么怎么样，他历史上是怎么样，他对我一直怎么样，现在又对我怎么样，我忍之不能。”（众笑）我看到后边都坐不住了，深深地感到了忍之不能啊。这是什么呢？这就像人家最多是递给你一把刀，然后你原原本本地接过来，向自己心窝捅了一下，不满足，拔出来再一下。是不是？

我们作为一个健全的人，看得到、听得到，是没错，甚至意识也必然地会对这个认识的结果做一个处理。问题就在这儿：你是怎么处理的？你形成了什么样的认识？说到这儿，大家注意到了吗？我们前面讲认识缘起，就是在这一步有了跟从前不一样的认识。那么之前听过十二缘起的，知道这是什么吗？这是六入缘触、触缘受，后面不产生爱、取，就没问题了。当然，我们作为一般的修行人，或者刚刚开始，未必能够完全做到，未必能够第一刹那做到，但是你可以随分随力做，

你可以第二刹那做到。修行本来就是一点一点建立起来的，谁也不是一步登天的。

实际上，就是那样的声、光，被眼、耳摄进来，形成了这样的认知结果。从前的认知结果中，包含着错误，包含着违背事实本质及规律的错误，所以后面会发生一系列错误的东西。佛法的解脱不是别的，就是这一类错误再也不发生了，叫作智慧断烦恼，究竟地解决苦的根源。

所以，有智慧的人，别人递过来这把刀，他不接，或者接过来放一边。不会傻傻地：“借我一把刀啊，啥刀？”试一下，甚至试一下还不够，一整天都在试，这就是掉到了忧悔的泥潭中，忧愁、愤怒、懊悔，这些负面的情绪就涌动不息。心就像死循环一样，一直在想：“他说我这样，是不是看不起我？”再想想：“他从前也是这样，他一定是看不起我！”（众笑）“就这样，我跟他还有得整吗？”何必呢？

在一个长的时间轴下，在一个更真实的因缘下，来观察生命。天底下，真正关系到我们日常生活里原则性的大事，可能未必那么多，不要每一天都绷得那么紧——又有点心灵鸡汤了，不过

我们这是有根据的。

佛法中说的“不中第二支箭”，就是我们可能有身苦。身苦，应该说谁也避免不了。为什么？我们会病、会老，有一天也会走向这一生的终结——死亡，那时也许会有身苦，当然，有个别人可能没有，那是比较少见的，也有这种情况。身苦不可避免，甚至蚊虫叮咬还有一点小痛苦呢，重要的是：后面的心是怎样，有没有因为这样一个痛苦，而自动自觉地补上了另外一个痛苦？这是问题，有智慧的人不会犯这种错误。

苦难本来就是生命的一部分——记住这句话。甚至可以说，苦难本来就是生命的现实。这个现实，可不是别的意思，总而言之，五取蕴即是苦。我们这个身心，佛法中说为色、受、想、行、识五蕴，与烦恼相应，叫作“五取蕴”。这个五取蕴和合的身心，它的当体就是苦。说它是生命的现实，也就是说，它是作为生命潜在的业所呈现出来的果报，这叫作“生命的现实”。因为有几位出家师父，所以我稍微讲深一点，免得他们听了这么多家庭情感——“法师！您平时不这样啊，您今天要一次说个够，是吧。”（众笑）

实际上，不仅生命中必然包含着苦（这还是心灵鸡汤），佛法更直面现实，苦就是生命的现实。一个人如果没有智慧，在这个世间怎么不会遭逢更多的苦难呢？因为他总是中第二支箭，一个苦难发生了，自己没有智慧，又拿它来为自己制造下一个痛苦。

有智慧的人就不会这样。佛世时候的古印度，有一位阿罗汉在山洞里打坐修行时（也是他宿世因缘吧），有一条毒蛇游过来，给他来了一口。他马上惊醒，看到是什么蛇，就知道自己不行了，就起座到僧团的上座长老那（当时是舍利弗尊者），去告生死假：“长老！我要离开这个世界了。”说得和颜悦色、平平淡淡，就像说“我要去其他山外边看看了”。舍利弗尊者说：“什么因缘呢？”“我刚才被一条什么样的毒蛇给咬了。”舍利弗尊者是很有智慧的，不仅是佛法智慧，世间的很多东西，他都通达。他一听描述的那种蛇，就稍有一点怀疑，因为这种蛇非常毒，咬后会给人造成极大的痛苦。想想人在极大痛苦中，会是什么表情？会是怎样的肌肉反应？用今天的话说，这种蛇可能是一种血液毒素有关的，使人的面色

和肤色都会改变。舍利弗尊者就说：“看你的容颜如常，怎么会就要走了，还说被这种毒蛇咬了？”因为那位尊者证了阿罗汉之后，一直也没有跟谁说“我是阿罗汉”这样的话。这是佛法中圣人的功德，不会敲锣打鼓说：“快来看啊，我多么了不起！”不会，而是自秘功德。因为这是临要走了，就交待了一下，说自己在佛法中，“我生已尽，梵行已立，所作已办，不受后有”。说完之后，舍利弗尊者很赞叹他，然后这位阿罗汉尊者涌身虚空，现十八种神变，入般涅槃。

一位圣人，面临巨大身苦的时候，可以容颜如常，这就不是心灵鸡汤能带给一个人的。不仅容颜如常，而且自己内心还没有任何的不平、烦恼和痛苦。看看我们，如果身体有痛苦时，往往整个内心的天空就布满了阴霾，肯定是重度污染。疼起来，跟谁的态度也不好。当然了，其他人要理解，知道人是这样的因缘，这是正常的。但是作为我们自己的修行来说，要避免因为身苦，因为外界的逼恼，而导致的内心错误——这首先是错误，这种错误就是烦恼，是染污法，会导致自他未来的问题。

这不仅仅是从抽象的道德和修行上说“我不应该这样”。之前也说过，从那样的生命观，那样的价值观来看，发生烦恼，发生这些恶不善法，本身就是对于价值的破坏，对于价值的反动，所以应该去息灭，至少是调伏。那么，“不中第二支箭”，是一个有智慧的人应该去修行的德目。

从婆媳关系讲到这里，是为什么呢？因为，学习了佛法，不意味着可以改变所处的环境。一定能这样吗？可不要存在这种幻想。这种幻想，还是基于我们对于缘起没有正确的认识。这一次既然谈到智慧，这个智慧很简单，就是关于缘起的智慧。一个人学习佛法，他就再也遇不到苦难了？周围不顺心、不如意的环境，就都能改变了？依我看，那不是佛法，那是魔法——变！（众笑）佛法更重要的，是让我们的身心符合于规律去运作，这样，给自己带来现在的安稳和喜乐，也带给自己后来的安稳和喜乐，乃至更广大的，能够有意识、无意识地辐射别人，影响别人。

婆媳关系中，很可能会出现这种改变的不同步，但是你能改变彼此之间的关系吗？当然有这种情况了。也不可能因为婆媳关系，导致夫妻

关系发生本质性的改变，那样也不善巧。在这个条件不改变的情况下，自己内心如何少受心苦，就很重要。

我说一下圣人的状态，对于一位阿罗汉来说，他不谋求自己一定没有苦，他是随缘的。所以刚才提到的那个去朝拜的人：“我希望自己有更广阔的胸怀，来承受更多的苦难”，这是有智慧的人，甚至可能是一个发了菩提心的人。为什么？行菩萨道，常在生死中，当然会面对很多生死的苦，没有这样的发心，怎样来荷担众生尽未来劫的利乐安稳呢？

这种“不中第二支箭”，就从自己内心对于苦乐受的正确把握开始。我从前讲过：“多闻于苦乐，非不受觉知，彼于凡夫人，其实大有闻。乐受不放逸，苦触不增忧，苦乐二俱舍，不顺亦不违。”什么意思？就是因为身体，或者说环境带来的逼恼，要有一种“不接受它”的智慧，不要接过来向心里捅。虽然在经历着身体的苦乐，或者外界的逼恼，或者是顺境，但是内心并没有因之而发生倾动。这是要训练的事。

不是说“学佛之后，我改变了，一定也能够把

对方改变“，对方可能改变，也可能不改变，应该能够接受这样的结果。而且知道，佛法的智慧，是让一个人的喜乐越来越不依赖于外缘。你觉得，一个需要条件少的幸福容易达成呢，还是需要很多条件才能够实现的幸福容易达成？比如，这个人的幸福，他自己认为——不意味着一定——他自己认为一定要五子登科，还要怎么怎么样，谈了十个条件；另外一个人的幸福，对于他来说很简单——“农夫山泉有点甜“，就是他的幸福。哪一个更容易达成呢？（当然了，好像现在城里人搞转农的户口也挺难，这我就外行了，如果举例不当，大家领会精神就好，主要看气质）这是从婆媳关系说出来的。

我为什么在婆媳关系里强调改变自己，不要想着去改造对方，这里我要谈什么呢？在这种关系中，我谈到了“自正其身”，这本来是理想情况下，双方都应该去推动的事情；如果不能，也不意味着你一定不能够推动改变，不过可以尝试；还不能的话，那就去接受它，接受这个现实，或者你做出其他的调整。

不要以为，这个世界，或者外在的条件，一

定会因为你的智慧而发生转变。佛陀都出现于世了，他出现于世的时候就天下太平、不打仗吗？就不死人吗？就不生病吗？不是的。特别是有佛教信仰的，可不要真的把佛法魔术化。佛法是很智慧的，它能够根本地改变我们生命的流向，能够根本地改变我们生命的质量，但是你没有办法拿它像一把大锹一样去铲平全世界。佛法铲平的不是外在的丘壑，而是内心的坑坑包包。

关于婆媳关系，因为意识到它的艰巨性，所以我顺带谈了一下直面苦难。本来我们就应该有这种很基本的认识来直面人生，因为生命的苦就是生命的现实，不仅仅是这一种，只是这一种被大家渲染得比较突出而已。而且从现实的因缘上看，也是相对来说比较难处理到理想的一种情况。这里，儿子会起着至关重要的作用。不要光谈婆媳关系，这是个三角关系。但这里就别让儿子躺枪了，人家问的婆媳关系，我就强调这个。如果真的想解决好，儿子要起关键作用。

如果有其他问题，大家也可以聊。另外，时间也有一点长，我们毕竟是沙龙，沙龙是相当放松的，大家有需要，起来走动一下，甚至到外边

再吃点东西，自己随意。我们不是讲座，更没有什么宗教的仪轨，没有那么多规矩。既然把它定义为公益沙龙的位置，大家就按照沙龙来。

十二、兄弟！我们还要一起走下去

学员L：师父！我们经常会跟朋友一起讨论，我有一个意见，他有一个意见，我可以从书、古籍，或者生活经历，或者老人的传闻，得到我认为正确的理论，然后他也认为他是很正确的理论，两个人在一起辩来辩去，最后很好的朋友可能闹崩了。我们怎么样知道，一方错了，或者两方都错了？可能两个人执着的见解都是不对的。如何去发现正确的见解，去坚守它、去践行它，能确认它是正确的？

法师：这个问题是从朋友意见的争执，直到后面的自我反思：“如何来确证我认为正确的那个真正确？”

一句话回答你：实践是检验真理的唯一标准！（众笑，掌声）不要以为我在讲马列，这就是佛法。佛法也是这样说，包括刚才说的四个实践——佛

法从实践中来，到实践中去，在实践中验证，在实践中完成——“在实践中验证”就是这个意思。

如果，你从前接触佛法的印象是“拿各种事情吓唬你，让你信，然后你嗤之以鼻”；那今天我告诉你，佛法从来没有任何强制性，他更希望一个人，做智慧的观察与相应的实践，看看生命到底是怎样，离苦得乐的道路到底在何方，这是佛法。

年轻人之间有这份情怀，其实很好。大家一起探讨探讨真理，包括大家有一些意见冲突，这可能很好。保留这一份非常美好而真挚的关系，不要因为这个谈崩，要知道，有一个人会为了真理来跟你争执，这是你的幸福，他是你的增上缘，会让你不放弃这方面的追寻和努力。如果身边都是：“走！出去再喝一顿去！”你惨啦！对不对？所以珍视他们，不要真闹崩，可以有意见的交流，甚至激烈的碰撞，但事后一定是好兄弟：“兄弟！我们还要一起走下去。”

十三、略谈缘起性空

学员M：师父！我理解的缘起，可能是外界有

一些干扰和一些反应，产生了内在的喜或忧，或者抗拒的情绪起来了，可能外界就是缘，我的心可能也因为这个缘起了反应。但如果我的心没产生反应，是不是我就有智慧了？

法师：不管内心是正确的运作，还是错误的运作，本身都是缘起。缘起是说什么呢？一切的现象、一切的存在、一切的现起，也就是所谓的“发生”，都是有因有缘的；反过来说，都是没有自体的。这对于大家来说，可能稍深一点。换句话说，一个黄豆，因为有水，有足够的温度，以及一些养料，它发成了豆芽。请问：刚才那个黄豆还在吗？不在了。那现在这个豆芽跟刚才那个黄豆没关系吗？有关系。跟刚才的水，包括温度等等都有关系。你觉得如果离开了黄豆，离开了这些因缘，有现在这个豆芽吗？

学员M：师父！我们讲的缘起性空，是不是在观察缘起的过程中，它本来是没有对错的，然后也没有什么好坏的？

法师：缘起不是对于对错、好坏的判断，而是观察事物有没有如我们所感觉的那个自成的、实在的、恒常的自体。

我说得有点快，可能你没有接触。你说到了“缘起性空”这个词，很好！我们可以把这个谈得稍深一点。这个杯子，你觉得有一个属于杯子的自体，请问：这个杯子的自体意味着什么？

学员M：因缘和合。

法师：我们先不去抽象说。你觉得，在你的感觉中，这个杯子变没变？

学员M：没变。

法师：那你意象中呈现的那个杯子，是不是没变的杯子？

学员M：是。

法师：符合现实吗？

学员M：符合现实啊。

法师：你觉得这个现实中的杯子也没变，是吗？

学员M：对啊。

法师：那么自然科学告诉我们，它在刹那刹那地变化，没有两个刹那是一样的，怎么能说它没有变呢？它是不符合现实的。

说杯子，大家好像觉得不现见。那我说另外一种，更能凸显我们内心的荒谬。那种木板拼成

的船，就是小帆板，这种船常常泡在水里，木板很容易坏。木板坏了怎么办？很简单，换一块。换了板之后，我们内心的感觉还是不是这条船？还是这条船。给这条船起一个船名叫作“大白鲨”。“大白鲨”掉了一块板，你再给“大白鲨”上一块板，内心感觉“大白鲨”现在更结实了——说来说去，内心中感觉还是那条船。还是那条船吗？不是吧。但我们感觉还是那条船。那你觉得，换板到什么时候，我们才能感觉它不是原来这条船了？换到50%？80%？你先给一个定量数据。不容易吧。

但是，人荒谬在哪儿呢？还是这条“大白鲨”，你一块板也没换，你薄薄地喷上了不到一毫米的一层油漆，换了个颜色。来个人说：“诶？这怎么换了一条船？”是不是？看没看到我们内心中取相的荒谬？这就是我们认知中荒谬的东西。太多了，举不胜举。我们关于——事物个体的认识，包括——有情，就是生命个体的认知，充满了这种荒谬的错误；基于这些错误，所以我们的错误层出不穷。

说到缘起的认识，就是从根本上认识到这些错误，破除这些错误，这就叫有缘起的智慧。真

正认识到事物是怎样的缘起，认识到缘起后面就没有自己内心感觉的一直不变的那个东西。那个东西在哪里能找到？一切处无有。但是我们活在这样的意象中，我们为这一切意象而奔波忙碌。我们这一生几十年，真是如白驹过隙一样，为了这几十年必朽的身体，请问：我们在座的——说少了不厚道，我说厚道一点——八十年之后，我们谁还在？（众笑）

我们现在到底在为什么奔忙？当然，我不是说在座每一位都不清楚这件事，都没有考虑这件事。但我们就是被这样一些错误的认识，以及由此而产生的错误的内在冲动所鼓动着，常常是在盲目地活。再强调一下，不是每一个人，免得打击面太大，但是，这可能是这个社会多数人的常态吧。

这一切错误的根本，本质上都在“这一个茶杯”上，不是说这个茶杯是总开关，而是那条叫作“大白鲨”的船跟刚才说的茶杯，本质上都是这一类错误，造成了我们生命根本的问题。缘起的智慧，就是从根本上解决这一切。当然，因为大家还要维系家庭生活，所以我用不着把这说到最深处，

不一定说到击破生命最后一重迷雾这个程度。但是，哪怕我们有少分的认识，随顺于这样的智慧，能够重新地审视自己、审视对方、审视彼此的关系、审视关系中的问题，情况就不一样了。缘起，就是令我们认知发生变化的智慧，也是事情的现实和规律，我们的正见和智慧也要与之相匹配。

佛世的时候，谈到佛法的修行，可没有鼓动大家都出家。佛世时候的在家众，还真就有初果、二果乃至三果圣人，三果圣人及以下还能过在家生活，到了四果阿罗汉，要不然就出家，要不然就般涅槃了。所以，你可以有限度地希望对方完美，但请不要用最完美的标准寄望于他。

十四、正确认识佛教的因果观

学员N：当今社会世风日下，这里核心的问题是什么呢？是人们对生命的见解出现了问题。通常的观点是说，这个社会的价值观、世界观存在问题。但是按照缘起去看，主要还是生命观出现了问题。问题就是两点：一个是断见，就是认为这一生结束就没了；再一个就是常见。现在中国

有这么多佛教徒，很多执“常见”，比如“有一个不变的阿赖耶识一直在流转，起作用”。再有一种说法，就是不信佛教的所谓“断见”，我想，断见的危害应该更大。世间很多朋友，包括我们父母，亲密关系处理不好，往往就是断见在起作用。如何去用正确的观点，包括您教给我们的智慧，去影响他们？有什么善巧，用什么办法，去引导他们？这是第一个问题。

第二个问题，佛教谈三世因果的生命观，这个因果最核心的部分就是所谓业力。我觉得今天沙龙特别好，可能是面对的受众，您故意没太涉及业的问题，包括生命流转的规律，您好像没太跟大家讲。但这是一个客观的现象，包括我们生命中遇到的人，其实很多都是累生的因缘，累生的业力，积攒到这一期生命，成为亲朋好友、父母兄弟。那么，我前生多少世积累的这些苦恼忧愁，包括恶业、善业，带来这一期生命，必然会有一些烦恼。但是如果用业的观点，自己能够更有平常心来面对现在所处的逆境。如何用业的基本观念，去理解世间的这些问题？希望您给大家再开示一下。

法师：问题基本上是一块：第一个，怎么样让亲密关系中的对方能够比较容易，或者是比较好地接受佛法中三世因果的生命观？有了这个做基础，很多事情就好办了。问题二，业力对于人生命的现实有着重大的影响，能不能有一个比较合适的说明，让大家能从这个角度更好地接受现实中的不圆满？

第一个问题，怎么让现实生活中亲密关系中的对方，能够比较好地接受佛法中三世因果的生命观？我曾经在一个大学生的佛法营队活动中，讲过一个类似的专题，叫作《相信轮回的六个理由》，是有一个比较系统的说明的。这个系统说明的基本逻辑线是这样：我们是在谈，我相不相信一件事，我相不相信三世因果，我相不相信三世的因果轮回，是在谈这个问题。其实在谈我相不相信这件事情之前，我引导了大家，来反思、来观察，我们是如何相信了一件事；认识到这个之后，就知道我们如果确定一件事情是真，或者说比较有把握地相信一件事，需要哪些因缘，这是缘起观；那么再来看，我们相信或者认同六道轮回、三世因果的轮回，需要哪些因缘。

说到底，也不外就是几个方面。

一个是从众心理的环境。如果这个世界，如果我们生活的环境，从小到大都是佛教的氛围，你信不信你现在是个佛教徒？我谈一件事，没有对任何现实的攻击，也没有对于现在有某种身份的人任何特意性的指向，就是谈人的特性。我在国外几年，注意到一种现象，很多从国内出去的，特别是年龄段三十五岁以上到四十多岁的中青年，越是在国内比较密集地参加组织活动，到国外之后，找组织的习惯仍然很强，很多都是直接转入了教会组织。当时在英国看到一些是这样，美国华人更多，好像这个规律仍然成立。

这在谈什么呢？就是说刚才那个意思，人往往是从众心理，对主流的东西有一种趋从。不要以为你真的是无神主义，你只是在这个环境长大而已；到欧美也可以说，不要以为你真的是个基督徒，划个“十”字像模像样的，你就是在这个环境长大而已；你如果长在西藏，信不信你现在也成天磕大头呢。不要觉得“我现在信不信”好像怎么样，很大程度上，很多时候人只是从众。

即便有时候不是从众，也是遵从、趋从权威，

这个权威可能是父母，可能是老师，也可能是科学家，当然也可能是某某报纸。

当然也有理性的判断，各种间接证据，直到自己去获得直接证据，这是比较理性的方法。间接证据给出的结果，其实总是存在着被人反驳的可能；等自己直接地获得直接证据，就没有问题了。所以一个理性的，不是利用人的心理弱点的这些手法，去让人相信一件事，那就是给他间接证据，引导他自己去实践、去验证。

就是这两点。当然，我前面说的那个利用人的心理弱点去让他相信，恰恰是很多迷信和很多宗教常用的手法。希望大家以后对这些多一些反思，多一些独立的思考，不要出门被人忽悠瘸了。我见了很多在学校里是很好的科研人员，专业上很理性、很智慧，出门相信一个逻辑上说不通的那样创造一切，又万能的、神格化的力量。理性吗？不理性。说的那个逻辑，都让人不忍心去反驳，因为一反驳，好像侮辱他智商一样。这就是被人利用了心理弱点，自己也有意忽略自己是这样，没有真正地把理性用来摄导自己的生活。要用理性来摄导自己的生活，不然不安全，不然

很可能走错路。

如果用理性的方式，不拿这些利用人心理弱点的手段去做的话，给他间接证据，引导他获得直接证据，就这两条路。间接证据，一般性的、公信力差的就不要拿了，用公信力较强的。之前我给一些朋友推荐过，美国探索频道，还是英国BBC拍的四集的关于生死轮回的片子，头两集基本上没有插观点，都是在摆医学研究的事实和相应科学发表的学术文章，以及社会研究领域现在的一些研究，分别给出濒死体验和前世记忆等等这样一些支撑。这就是间接的经验，而且是纳入了正统学术视野的间接证据，不仅仅是民间的传说，或者是说某种佛经中怎么说。某种佛经中怎么说，当然也是一种间接经验，包括佛教历史上某个人证了什么神通，亲眼见到了什么，对于他来说那就是直接经验，传播出来就变成了一个间接的佐证。

这个人如果不满足于这些历史的、现实的间接证据的话，觉得“这些虽然很有力，但我还需要一个最后一锤定音的证据”，那好，你既然有这种勇于求真的勇气，也希望你有勇于求真的坚毅，

请你修个禅定，发个神通，自己去看。这个本质上不比寒窗二十年，然后混到某个高等学府或者研究机构，去做某个基础物理的验证实验来得难，可能三、五年就解决问题。但不一定每个人都这样对于生命、对于自己负责任，如此而已。

简单地说，可以给他们一些间接证据。如果你这个间接证据给得够频繁、够善巧，对很多人也就够了。这是回答关于三世因果轮回的问题。

第二个，关于常见、断见的问题。这种常、断见是人们常有的情况，归根到底还是要从佛法的认知中去改变它。实际上，对于现在的人来说，不一定要先强调无我的三世因果观，首先能够真的认识到生命是这样三世因果的关联的，然后慢慢地再说认识缘起。认识自己内心中对于外在的事物也好，对于生命的当体也好，这种认识中存在的种种荒谬的东西，来动摇过去坚固的我见，这样，慢慢会形成一个结合的，既没有忽略生命流转的现实因缘，又不在这样的因缘观察上执着背后有一个那样实在自性的自体，这样也可以帮助一个人慢慢地获得更好的智慧。不容易，那是佛法比较高的东西，并不是一下就能达到的。

今天，我们来谈一谈关于用佛法智慧去重新审视亲密关系、审视亲密关系中的你我他，也包括审视自己的感情本身。这不是可有可无的一件事，这实际上关系着在现有因缘下，我能够怎样获得更多幸福感的问题，或者这一生在硬件框架不变的情况下，我能怎样更幸福的问题。当然，你一定要升级换代，那谁也挡不住。不过就像你刚才说的一样，业力这件事情，我们如何运用它来很好地观察自己的生命，来接受生命中的苦难，也是这样，我们这个硬件一旦配置好了，它常常很难发生很戏剧化的改变——不是不能。生命是有一个比较具有规定性的轨迹的，就是一般所说的命运。但是一般的命运充满了宿命论，佛法所说的因果并不是宿命的，并不是机械因果观的。缘起的因果恰恰是说“此有故彼有、此生故彼生，此无故彼无、此灭故彼灭”，因变了，果一定随之变。像那种把人算得死死的情况，不一定没有，但是佛法中讲的是“未来法不定”。

不过，虽然“未来法不定”，我们通过改变因缘，可以改变未来，但是我们今天所遇到的苦乐这些因缘，应该说没有一个例外，都是我们自己

过去业所感的果。换句话说，对于现在的一切，不要有什么抗拒，这正是自己过去这些动作、思维、言语、心理带来的结果。男子汉，别赖账。首先是这样。

“这个账我认了，我要怎么样改变？”这是两层，有一个认账的心理，就不觉得冤。往往人们觉得冤的这种心理，是给自己加大痛苦的。“我也没咋地，为啥这件事就轮到我脑袋上了呢？”“去欧洲没我事，去平壤就让我去。”你跟朝鲜人民的因缘比较好（众笑）——这并不是自我安慰。如果一个人能够比较深细地洞彻因果的话，确实是。这个世间，没有无缘无故的恨，也没有无缘无故的爱，是有前因的；这个世间，没有无缘无故的苦，也没有无缘无故的乐，是有前因的。这个前因，既不是谁给予我们的，也不是外在施加在我们身上的，终究还是我们自己造作的。

虽然有这样的认识，又知道事在人为。每一个人的未来，操纵在自己手上，因为“未来法不定”，现在所做的一切，都在影响着自己未来生命的流向。这样，虽然知道因果，识因达果，又能够充满革命的精神。

有的人认为的那种因果观，渲染的是机械的因果观，宿命论的因果观，意味着“一饮一啄，莫非前定”——什么都定好了，怎么努力都白扯。那是佛教的因果观吗？不是。那确实是抹杀创造性的。佛教的因果观是缘起的因果观，正因为是缘起的，所以是可以充满革命性力量的。想想，未来的生命由你自己来创造，升天是他，堕地狱是他，人中流转也是他，甚至用佛法话说，成佛作主还是他。告诉我，有比这更革命的宗教吗？用我听见的某位法师的话：“人生十条路，你选哪一条？”

这是谈我们如何来认识因果，不仅是接受苦难，而且勇敢地创造未来。这也是我愿意强调的最后一个：在亲密关系中，我们应该是在这样正确知见的认识下，来良性互动，来彼此支撑，来共同地前行，走向更好的未来。

在这一生，彼此结下一些比较好的因缘，甚至是向于究竟安乐的因缘，不仅仅是彼此纠缠和彼此折磨的因缘。抓的这一手牌是一模一样的，但是怎么打，恰恰体现智慧。这手牌，就是我们生命的现实，怎么打，下面就看你的了。

我们今天的讲座起源于“情为何物”，终结于“牌怎么打”。（众笑，鼓掌）我们这沙龙除了玩乐，还有啥呢？时间不早了，不再耽误大家时间。祝大家吉祥。