重逢、相知——亲密关系中的修行

印慈法师 慈悲开示

目　录

重逢、相知——亲密关系中的修行

一、说在前面的话 2

二、子女如何处理好与父母的关系？ 6

三、佛法如何看待孝顺父母？ 16

四、感性的人就不成熟吗？ 25

五、想要处理好亲密关系，功夫在亲密关系之外 28

六、上半场谈到的两个要点 37

七、略谈佛法与儒学以及其他学说的区别 40

八、　如何培养良好的亲密关系？ 47

九、世间最完美的关系 54

十、略谈父母如何教育子女 57

十一、如何处理好婆媳关系？ 60

十二、兄弟！我们还要一起走下去 68

十三、略谈“缘起性空” 69

十四、正确认识佛教的因果观 73

重逢、相知——亲密关系中的修行

（印慈法师 • 2016 年 2 月于沈阳）

主持人：印慈法师 2002 年在国内获博士学位，2002—2008 年在英美学习，2008 年出家，后在广化寺福建佛学院男众部学习，现任福建佛学院副教务长，以及福建佛学院男众部研究生导师，是博学多才的一位法师。前段时间，法师慈悲，跟我们一些俗家弟子聊天，谈到亲密关系环节，感觉到有很多人受亲密关系的困扰，尤其是夫妻间，更觉得彼此是理所当然的，所以就想请法师用佛法的智慧，在这个领域跟大家开示。法师慈悲，今天就主要给大家开示有关亲情关系（的智慧），我就不多讲，大家掌声欢迎法师给大家开示。

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智的人，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。因为每一个人在他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，但是在亲密关系中，如果处理不好，那会伤得很深，也会伤得很痛，最关键的是还会伤得很久。

这一个年，我是在咱们沈阳过的，跟一些来访的人聊一些佛法，当然有时候也会聊到各自所面临的困惑，这里，当大家稍微放得开一点的时候，就有一些关于家庭、感情的话题，这种种亲密关系中常见不常见的问题都会出现，这实际上应该说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（或者是说原理和实践体系）。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”；一看内容介绍，谈的主要是家庭、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？我出家之后，跟沈阳第一次结缘是在 2015 年 2 月 14 日，当时在一个地方跟一些或者是老朋友，或者是新朋友，一起花了四个小时左右来谈一谈佛法到底是什么，当时用的标题是“安乐之道”，副标题是“为什么学佛、学佛为什么”，互相探讨佛法，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”。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的说明的。

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，更像一群朋友在聊天，应该是这样，我也更喜欢这样的方式。如果让我从现在开始讲三个小时、四个小时甚至五个小时，也不是不可以，但我觉得可能不是大家最满意的方式，也不是我们彼此交流最充分的方式。我多少受一些西方教育的影响，更愿意在大家的互动中，彼此比较坦诚、真挚地交流中，能够共同进行一些探讨。

这些年我也有参加一些佛法的活动，或者是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，于是有的人就递纸条，纸条传到我这，我一看纸条，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，主要是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

是以有情为关怀对象的，更确切地说，是以有情的苦乐，以有情的离苦得乐，为关注核心的。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？它为什么成为了问题？这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。不一定说，大家每一个人都能够吸纳进很多，但是如果我们比较良好互动的话，或许多少能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。这个亲密关系，包括了血缘的，或者说后天构筑的，说得浅白一点，比如夫妻，比如父子、儿女，以及其他一些比较亲密的关系，像恋人、其他的一些亲眷，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，如果对于它没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，我们下面就进入互动环节，让它更像一个沙龙，而不是一次讲座。时间交给大家！

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，也是有一次跟一帮年轻人聊佛法，也是一个营队活动。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。有一个在我看来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："《天龙八部》里说，段玉、虚竹……"，给我讲一堆。最后引出他这个问题："我现在面临这样一个问题，你能不能像段玉搞定谁、虚竹搞定谁那样，给我出个招，让我把这件事情给解决了呢？"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'"，算是避开了他这个问题。就是说，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！这细节的问题，我实在不可能奉上任何建议，因为这个身份的界限，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、子女如何处理好与父母的关系？

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，我没有智慧处理这些事情，请问师父，应该怎么去处理呢？

法师：好，刚才的问题，稍微抽象一点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说语言模式、处事方式，做子女的不认同。但是作为子女，不管是尽自己的孝心或者是说承担义务，又必须要做到很多事，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。你要问的问题是：一方面，事相上到底应该怎样；另外一方面，内心怎么梳理好。

其实，跟父母之间的问题，相对来说是容易解决的，为什么呢？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，记不起来也好，记不起来的可以推一推，想象一下：如果不是父母的因缘，不会有这一生的开始，乃至说也可能长不大。

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、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，跟这些都没有关系。那

要是再说得远一点，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，那我们对于自己、对于他人，有没有一个合适的认识？这是问题的出发点。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，可能存在吗？如果没有父母，我们怎么来到这个世界？如果没有空气，我们能不能够挺过十五分钟？在场肯定是有学生理或者是医学类的——“没有饮食，怎么可能呢？”但是在我们自己内心的意象中，没有这些，那才是我自己；在我们自己内心的意象中，这个我自己是跟这一切都没关系的。你要仔细地推下去，他跟这些都没有关系，他跟宇宙里别的有关系吗？更没有关系了。

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？但是我们内心的这个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

有我现在这一期的生命，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，谁会右手直接拿刀剁了左臂，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）没有本质性关联的，所以在这个世界上才有了忤逆不孝的儿女。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的。

在感觉上，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、化学的都知道，污水排到河沟里有没有挥发？你不在那呼吸啊？它污染不污染水系？你不吃水系里的东西啊？

我师父在八、九十年代的时候，还算一个相对年轻的人，三、四十岁，也已经出家很久了，那个时候中国的污染还不严重，当时他跟这些居士怎么说呢？说：“人心要是变坏了，水和空气都会变坏。”当时因为污染还不严重，大家还是把经济发展，或者说 GDP，或者说自己兜里的钱，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，要不然不会二、三十年后我还能听到。结果这个听起来很“唯心”的话——“人心坏了，水和空气就坏”，到今天看看，水和空气坏没坏啊？都怎么坏的啊？难道不是一颗一颗利令智昏的心，以邻为壑的心，搞坏的吗？只是这句话把最初的动因和最后的结果联系在一起说了，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结点，略去了中间步骤，所以大家就觉得这是唯心的话。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。

我举这个例子不是在谈环境，我们今天的主题是亲密关系中的一些事情，是说我们内心的错误认识——关于自我这种错误的认识、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、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，都将在很大程度上决定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非常密切乃至说他们对于我现在的生命当体有多么重要的因缘，他对这些都有足够充分认识的话，那他会有更深刻的感悟，也就有更广大的包容。特别是当父母年龄越来越大的时候，我们民间有句话——老小孩子，他会变得不再像他年轻或者说他正当年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幕了，受到很多身心的逼恼，会变得有一些不安，这种不安可能会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、衰朽的这样一个人，和一个青春正盛，十七、八、九的这样一个小青年，落差很大吧？佛法说到老苦的可怕，或者是说老给人带来的逼恼，是这样说的：“老渐渐至，故稍可忍，若一时顿至，实无能忍之方便。”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，我们多少还能忍受一点；要是这个老，像突发病一样突然就呈现了，这个世上基本没有谁能扛得过去。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？你想想十八和八十那

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，实在是更值得我们去关怀的苦衷，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？你们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？有时候这个理性在工作，但是在其他情况下，我们这个理性不工作，这是最常见的情况。包括我过去在科研圈里也是，那种特别出类拔萃的天才没见过，聪明人确实见过，但是他的理性总表现在某个方面而已，不是一个真正的理性人，特别在处理人际、情感的时候，很多在其他领域表现得很理性或者是说很智慧的人，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，这个成熟开始跟油滑、市侩、世故等同起来了。这个人要不够世故，大家就很难说他是成熟的。真是这样吗？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——

智慧和内心的稳定上。他智慧的成熟，表现在他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。这个人如果不能够把理性运用到人（不仅仅是自己，还涉及到周围的人）的认识，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，在自己经常从事的那个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理性。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，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、抉择乃至说应对一些事情呢？

这是谈一谈，我们要是想处理好这类关系，实际上可能要先把问题拉得远一点、深一点，涉及到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

识之后，才能谈到我们在认识或者处理彼此关系中能够更多地运用理性或者说智慧。

佛法，不像一般人所想像的彻底地斩性灭情，跟人情有关的事情都一刀斩没。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。在家生活自然就要面对亲密关系的处理，所以佛法对于这种亲密关系中感情的处理并不是简单粗暴，像一般人相像的“不承认、不面对或者说不接受，如果有的话，压制它、消灭它”，不是的！佛法对于情感的处理，只一个原则，叫作“以智导情”，正因为以智导情，最后才能够过这种情智和谐的生活。

我刚才说的这些，没有直接去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，以及在此基础上如何来认识关系，这就是在用理性、在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，我把这个问题拉深了一点，拉到了——对于我的认识，对于对方的认识，对于关系的认识。如果我们能够意识到的话，用更多的理性来审视当下的生命，用更多的理性来审视彼此之间因缘的关联，用更多的理性来理解和体谅对

方，这样想想，我们亲密关系中有多少问题就不成为问题了。

我刚才说的角度是从根上梳理，认清我们对于自我认知的错谬，以及由这样错谬而导致的错误的情绪反映；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，不至于说内心过不去。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。如果有的话，也可能是狼孩，也可能是在哪个农村干着什么活。我们不要把一些事情当成理所当然——“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，尽管每一个选项都不是那么理直气壮，但是选项存在。这样的事情没发生，那就叫作他们对我的善意，不要认为那是理所当然的，这也是我们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的了。

那天我们几个人聊的时候，我也说，比如夫妻两个人，最开始见面的时候，一方给另一方倒了一杯热水端过来放在这儿，另外一个很客气、很领情地说：“谢谢你啊！”等结婚过了十年，一方给另一方倒了一杯热咖啡送过来，然后另一方把脸一拉：“这么慢呢？”这就是问题，我们把太多的事情当成理所当然了。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

么触动很多人的心——“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的了，这个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。世界上有不需要条件的事情吗？不管是关系，还是任何一个存在，有不需要条件的吗？用佛法话说：“一切事物都是缘起的。”什么叫缘起？一切存在都是条件的存在、关系的存在。我们真的这样去认识亲密关系，以及亲密关系中的对方了吗？可能没有，尤其是当你心里有这种理所当然的感觉的时候，那就没有。因为有缘起智慧的人，在他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的，包括亲密关系，包括亲密关系中的义务与责任、付出与回报。

我不知道说到这，心有没有平一点？

三、佛法如何看待孝顺父母？

学员 B：师父，您好！对于刚才那个问题的回答，我觉得我们一般人都能体会得到，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。还有就是，儒家讲的孝顺，平时我们这个“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的地方，基本上在“顺”这方面。学习佛法其实是长养智慧的，会让我们更善巧，那师父能不能再用佛法来谈谈，在子女与父母的相处中，如何更好地来把握这个“顺”的问题。

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

先谈第一个部分。如果没有听出来刚才那一段说明中，不共于世间其他一些学说、道德教说这种差异的话，那实际上是可能没有把握到刚才的点。为什么呢？因为刚才的主线其实是有普世性的，虽然只是谈父母，但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，谁也不靠的——不靠天、不靠地、不靠妈、不靠饮食、不靠空气，不是的，离了这些，不可能存在当下一个鲜活的生命在这里。而这恰恰是佛法的智慧，认识到了当下生命的缘起，自然就离开了过去错误的人我见——其实是

这个，只是我不愿意用佛法术语。

我们以后听东西，一定要听它真正内在的含义，而不是术语名词，实际上刚才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。我这样说的话，大家就会说“麻烦你说人话”，结果我说了人话之后，最后有人告诉我“请你给我说两句佛话”。在家里掌勺的，一定知道什么叫众口难调。这是对于刚才第一个问题的回应，我们不是没谈，只是我们是用人话来谈的，这也是我要做的事情之一。

后一个问题是：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。为什么说佛法跟儒家的孝道观不一样？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于孝道的推崇，应该说是排除了一切理性的推崇；我在这里也用了一个相对弱的词“排除”，我没敢用“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，大家知道吗？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》，在座应该有知道的，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。作为一个在家人，希望佛法智慧对于自己现实生活有所帮助的，必须要看！甚至要当作圣经一样放在床头，每一天都要看一看，琢磨琢磨，反思一下“我今天对下属，是不是下手有点狠了”等等。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？要善巧地劝导，如果不能的话，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，并不是抹煞了理智，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”的成份在，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”。谁说的啊？这就说到了佛教的伦理观，跟其他的文化以及宗教的伦理观不同的地方。

请问：“对于父母一定要顺的逻辑必然在哪？”知道这个问题的意思吗？我为什么一定要顺，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？比如说一家人出去玩儿，你知道前面是山路，要慢慢开，更何况还下点小雪。这时候父母跟你说：“开得慢不刺激，开快一点!”你听了，一踩油门儿，下山了，真的好吗？请问：必然要顺的逻辑在哪？理由在哪？他要是正确的，我们顺才有意义；如果是错误的，很可能是自他带来衰损的，为什么要顺？那不成了对于一个抽象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地如实把握，这就要说到善恶、对错、是非的判断，在伦理中必然要包含这些。包括我们说孝顺，如果它是为非作歹的，是带来衰损、不好的，要不要顺呢？这就涉及到了一些判断——伦理判断、价值判断。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、伦理观都会不一样。为什么这么说呢？

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？就这几十年，我还得委屈我自己，付出那么多辛劳帮别人，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？”是不是呢？如果生命是断灭的，会有什么问题？没有任何一种价值观是有其逻辑必然的。你找不出来一个必然的理由来说明只有这样才是对的，那就意味着价值的紊乱，更确切地说是价值的泯灭，没有任何一种是真正有价值的。如果是这样，大家会活得很盲目。如果生命只有这几十年，真的一死百了的话，那你活几十年和不活几十年有什么差别？你这么活和那么活有什么差别？

三世因果的生命观，是佛法如实的认知，不是谁创造出来或者推断出来的，就像宇宙中的天体，肉眼看不见，但是望远镜能看到，同样，是有一些方法可以看到前后世的。就像前几天闹得很热的引力波，用一个比喻来说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。一个人通过佛法中所说的恰当修习，甚至说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，就可以看到前后世、前后世的规律。在这样一种情况下，如果三世因果是必然的、是真实的，那就存在这种情况

下的一个必然逻辑。

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？中间的细节我不去推，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？用今天的话说，我活着就是为了求虐，没有吧？我们实际上都是希望痛苦少一点，安乐多一点，这是每一个有情执的生命本能，也是我们人所追求的趋利避害、离苦得乐。如果对这个没有构建，我们会认为它没有价值，甚至是对价值的破坏，我们人所谓的价值都是建立在这个上的。

三世的因果观下，发现的规律是，有情的苦乐跟有情的身语意运作有密切关系：那些与染污心相应的损他行的恶不善法，会导致苦的异熟（苦果）；那些与清净心相应的利他行的善法，会导致乐的结果。这是当一个人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、离苦得乐，有一点就必须要注意了，那就必然要离开导致苦的因，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，那这一个人想要趋利避害、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——基于生命观、价值观，所以佛教的伦理是有其必然性的。

正因为他有这样的必然性，而不是谁怎么说怎么算，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的，要孝、要顺；如果父母的主张是恶不善法，不可以随顺，因为顺应了，利益不到父母，利益不到自己，也利益不到他人，这变成了自他都损恼，有什么意义和价值呢？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——用我们东北话叫作“不玩虚的”，他是这样基于生命的真实规律，所以要按照规律办事。

我跟一些朋友分享说：“佛法不是别的，就两件事儿，一个是认识规律，再一个就是按照规律办事，这就是学佛。”在孝顺这件事情上也是这样，当你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，就算难一点，我们也尽量去成办；他不对，是恶不善法，会导致自他的衰损，那虽然是爸爸、妈妈，但是这件事情我不能去办。当然，也不必跟他们对着干，搞得大家更苦恼，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？那对父母呢？曾经看过一幅漫画，我想很多朋友也看到过吧！刚开始一个小破孩儿，很小的时候母亲牵着他的

小手，扶着他学走路，然后帮着系鞋带，就这样一点一点长大了。然后两个人身材对比，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，齐了，反超了，母亲一天一天佝偻了，缩小了。需要他拆鞋带，系鞋带，喂吃的，牵着她的手散步，晒太阳。很多朋友应该看到过这一系列的漫画，很好，是应该这样的。就像我们小时候，父母陪我们、哄我们那样，实际上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，他们也是有情绪反应的，只是不像我们年轻人这样更容易认识到、更容易调整。既然我们这方面更好调整，就由我们来调整，没有必要去要求他们也有更理性的认识、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了，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，理解老人在家里曾经叱咤风云、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，天大的事儿，没事儿了。

那家庭生活里，特别家族大的，不常常有这样的现象吗？母亲最疼的是哪一个？这几个兄弟姐妹要是关系不好，“最疼的就是那个奸臣，为啥呢？家里啥事，他也不操心、

不出力，成天鼓动点话就把老妈给弄蒙了”，是吧？这说明什么？可能其他的儿女关怀得未必到位。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，隔三差五只给他寄点吃的、玩的，他还是会觉得自己缺了很重要的东西，是一样的。

所以说到孝和顺的问题，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全得罪了，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。我们是按规律办事，不是按主观意识办事。佛法，我刚才说就两件事——“认识规律，按规律办事”，所以不是按主观意识办事。为什么需要智慧？因为智慧能让我们判断出来何者当为，何者不当为。

四、感性的人就不成熟吗？

学员 C：法师，您好！咱们一直都在谈理性处理一些问题，但我觉得人不光是有理性的，还是要有感性的，有的人可能是理性多于感性，但我就是那种感性多于理性的人，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。是这样

一个主要问题，是吗？

我刚才其实有谈到，第一，佛法对于在家情感生活的说明是有明析的原则的，你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”，这两句话都是需要的。不是说只有理智，排斥一切感情，或者说只有理性的干巴巴，没有感性的温润，这都不是，是以智导情，情智和谐的生活。不存在对于感性的排斥，所以不用害怕。但是，一个人如果以感性为主，感性做主导的话，我们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？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，他有意识或者无意识地遮蔽自己的智慧眼，他在这个领域、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前进一步？是因为这样省事，这样熟练，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却很大。因为感情用事，可能会障住一段本来可以挺美好的感情；因为

感情用事，可能会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，这是要付出努力付出一点辛苦的，怎么呢？不管是改变关于人的底层认识，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。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，你们要真想受佛法的滋润，让自己亲密关系中的生活发生一些有益的变化，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，而是因为真的需要修行，要不然我们改变不了。

真的想给自己和他人带来生命中更多的利益安稳，靠感情用事或者是靠感情主导，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？如果这个人好吸毒，他手里又有十万块钱，你觉得他要感情用事的话，主要会用来干什么？那他要是理性做主导，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。那人还有理性呢，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的话，实际我们选择的是更像动物的一种生命形态。我们这种属于人的理性、理智，更标志着人的特色，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。

如果感觉这种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，怎么可能有真正的改变呢？如果不去改变，生命在这条“故辙”上到底要驶向何方？因循故事，依然故我，真的很好吗？

五、想要处理好亲密关系，功夫在亲密关系之外

学员 D：师父，您好！的确像您刚才讲的，平时工作中或一般关系中，我们都很理性，但是在亲密关系中，很难运用理性。请问如何在亲密关系中更好地发展理性呢？

法师：这个问题提到操作层面了——“师父！你不要总给我们灌心灵鸡汤，请来点干的。”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——“你一直、你总是、你从来……”，这是一种现象。问的是：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，这里面有什么因缘、需要什么条件、怎样去承办；问题是什么、症结在哪、应该怎样去解决，每个人都很清楚，甚至一打眼就能知

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：面对每个人都在背着的历史包袱和形成的身心惯性，我怎么样让理性在亲密关系中发挥更多的作用？这样来复述一下，大体没有问题，是吗？

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，他确实是普世的——普遍适用的。

这个问题问的实际是：“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，实际上含概了我们今天所有应该谈的问题，那下

面我们来谈一谈这个问题。首先应该有正确的认识，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？就是刚才谈到的——你是如何来认识当下的生命的？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——独一；而且这个我自己还没有变，小时候是我，大了还是我，从来没有从张三长成李四，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——恒常。这种认识就叫作对于生命当体的错误认知，佛法中叫作“我执”，是一种错误认识形成的坚固执着。要是认识不到这个，不触到这个根本的环节，其他的都是表面功夫。假如说这面墙有了裂痕，我们要做的可能就要涉及到墙里面的一些结构，甚至整堵墙都要重新处理，而不仅仅是在表面刷一层把它遮住就结束了。我们要解决亲密关系中的问题，如果真的从根上去解决，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，或者说我安排不过来啊！”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，这件事情我也都得办”；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。这就涉及到抉择的问题，对于生命的认识，幸福观、价值观的问题——到底什么能带来幸福？我们是在借用人家福瑞华德福的地方做相关交流，我有一个朋友采访来中国做华德福的德国人，叫卢安克，他写了一本书《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？只有对这个有认识，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，要把这个做好！要不然的话，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！机会难得，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"，他就会这样，而不是："还没吃饭呢，算了，今天晚上的功课就不做了"，于是就出去吃顿饭。

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，有了这样正确认识之后，在这个具体的实践中，要开始改变一些态度上的东西。你如果不是基于正确认识上的改变，来让自己调节心态或者是对外的姿态的话，总

会很勉强，总会不情愿——“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。

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”，是不是呢？这种落差，你让人如何消受啊？这怨地方吗？怨那个被妖魔化成“坟墓”的东西吗？都不怨，怨自己的不正确认识而产生的错误期待。

你就问自己的理性：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”，你在这个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，你找一件完美的例子给自己看。这个杯子完美吗？即便它外表非常光滑，你们很多学理工的都知道，它在微观结构上可能有许多数不清的缺陷，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碎了，那是完美东西具有的属性吗？

同样，这个世间有完美的人吗？不要跟我抬扛说“有啊”，

就算真有，我说实在的，人家也不跟你过。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，当我说的时候，我头脑中呈现的是佛陀！不要说我们在座的，古印度的时候想要跟佛陀过的可多了，我看谁也没成功！你想的那么完美，不过他完美了，跟你也就没关系了。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！因为只有圣人能做到，你期待着圣人每天跟你柴米油盐啊？柴米油盐还勉强，别的就没事了，会是这样。这就是基于我们凡夫一个比较如实的认识，知道流转的生命是怎样的特色，是必然存在着烦恼和因为烦恼而造成的种种错误的，也就是我们所说的缺陷。这样两个凡夫所构建起来的关系，不可能是完美的。所以，请放弃一切不切实际的幻想！你说：“那过的还有啥意思啊？”也正因为这样，你才有可能在这事实的基础上，建设可能拥有的最美好的家庭生活。

你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”，我在这里按规律讲，“已”表示结束。“不道早已”用东北大白话说就是，不符合规律的事情，会早早完蛋，会很快拉倒。我们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，我们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，

又有多少成分是确确实实经得起勘验的呢？在这样认知基础上所建立起来的彼此关系，以及自己内心对于彼此关系的认识与期待，又有多少是如实的呢？

一个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，所以他能够接受局限，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，他母亲病了，请问是不是每一次都能治好？每一次都是，送进医院，又从医院给带回家来？不可能，总有一次是送去了就没有带回家。真正的孝子，如果情绪或者说认知处理不好的话，他会很难受，会有因为自己错误认知、错误期许和对于现实的不接受而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，这在后面会说。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，是依于种种条件而存在的，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、不符合规律的。

要接受关系的不完美，因为在这世界上，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，在我心中我能够勉强认同的，可能也就是佛陀跟他的这些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，这才有比较完美的关系。我们谁内心不犯错呢？所以怎么可能有完美的关系呢？你们大家小时候是不是童话都看多了——“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，你期待一段完美的关系，实际是比你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，是你只对一个人提出了完美的要求；而期待一个完美的关系，哪怕这个关系中只有两个人，你也至少是对两个人提出了完美的要求，本质是这样的。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，那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个重负。想想，是不是因为我们自己内心错误的认识，产生的错误期待，以至于给彼此之间的关系添加了太多重负呢？

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的时候，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。因为没有一个关系是完美的，所以我们说营建彼此的共同生活也好，或者说疗治彼此的关系也好，都是可以的，因为它不是完美的，所以它才需要补全，起码向于更好的方向，需要我们有更好的预防医学，也就是平时要下到一些功夫，这就是“功夫在诗外”了！陆游对他儿子说：“汝果欲学诗，功夫在诗外。”我要借这个意思跟大家说一句话：“你想处理好家庭关系，功夫在家庭关系之外。”你那个智慧，包括你内心良好运作模式的建立，可能不是在日常柴米油盐、彼此的磕磕碰碰或者交流中来达成的，可能需要你一个人下一点内在的陶冶功夫，用佛法的话就是修行功夫，建立关于人、关于人与人之间的正确知见，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，也就是接受局限。接受局限是很重要的，是建立更完善关系的前提。因为你接受了局限，才知道现在的出发点，才能够基于现在去建设。如果你不接受局限，总认为它是完美的，对不起，那你看到的任何一点点不完美，都会成为对于它的一次否定冲击，内心就会一直是这样非建设性的结果。接受不完美之后，你会认识到，基于我们现在彼此的情况，出现这个问题一点也不奇怪，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、再而三地出现，说明我们有什么样的一些问题需要解决”。这样慢慢的，才能够通过平时的功夫，通过自己临事的应对，改变一些自己在亲密关系中对于智慧的运用不那么习惯的状态，然后会慢慢变成习惯，慢慢变得更有力量。

谈了两点：战略上的重视；实践上的一些训练。你要说具体的技术上的训练，那我就要说，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。这对我们处理亲密关系会有很大帮助。这个问题，我算是借题发挥多谈了一些。

六、上半场谈到的两个要点

我们下半场现在开始。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。有时候说得稍多一点，那是因为先做了一点铺垫，比如说关于人的认识、关于缘起的智慧。在上半场尽管问题不同，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——自和他以及彼此关系的缘起。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。我们都是觉得，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去理顺的，那就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、原因，然后我们才可能有的放矢地去解决问题。所以，认识问题的缘起，是有效解决问题的前提条件。要不然，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，因为你并不是超人，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，说一句我们老百姓的话就是死不悔改。接受局限跟死不悔改是两码事。接受局限，是认识到人是怎样的缘起，正因为是这些缘起造就了他，所以这些缘起同时也就局限了他——我们人是被种种因缘造就的，这种种因缘也就规定了人。你有这样去认识人吗？你

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，如果他都做到了，那他就是圣人了，他终于可以跟这个尘世彻底地说拜拜了。只有认识了人的缘起，认识了自他关系的缘起，才能平心静气、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，以及接受自他关系的局限。

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，就跟自己特别过不去，这件事情一揪起来——噗！又给自己补一刀，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，所以这些缘起也限制了他，那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——接受局限，没有任何勉强，没有任何不情愿，没有任何遗憾地接受局限，而不是——“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，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，也就是“自正其身”，每个人都要在自己现有的基础上向于人格的完善。自正其身也就是自己身语意的转变，这跟接受局限并不矛盾，我刚才陈述清楚了吗？

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；另外一个是接受局限——自、他、关系的局限，做了一个概要回顾。

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，给冬天里的我们捎来一份温暖。有两个问题想请教师父：

第一个问题跟今天主题关联不是太大，但是跟您上半场讲的一些佛理是有关联的。民国的时候，东北辽宁有一个奇人叫王凤仪，据说当年评价他是“儒家中的慧能”，他有一些很好的人生智慧。还有前两天演的电视剧《东北王张作霖》也讲了一句话：“什么叫江湖？江湖就是人情世故。”就是想说这些民间的奇人或者强人、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。

第二个问题跟我们主题有关联，就是亲密关系的问题。我多年之前看了一个资料，两个互为秘密警察的一对夫妻，在解密之后，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。在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，还有的甚至互相杀害，这是国外发生的。要联想到我们

现在的国内，比如在反腐这样一个形式之下，亲人之间互相告密、背叛，这样的事情也非常多，它确实颠覆了人们的价值观。今年高考有篇作文，女儿和父亲开车上高速公路，父亲违章了，女儿就给他举报到交警大队，这是个高考的题目。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，或者夫妻之间要不要去做告密的事情。要按照儒家观点讲，说“父子相隐”是基本的人伦，即便有错也不能告。我对这个事情比较迷惑。您刚才在佛法里也提到这些，请法师开解一下。

法师：两个问题。第一个问题多少偏学理。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，要不然它怎么能够在一定程度上被证明有用呢？它如果完全没有合理成分，这怎么可能呢？那他们讲的这些道理，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，以及联系到我们中国传统文化的“父子相隐”，不仅仅中国，有一些西方文化中也有这样的，就是“回避制度”，那么，现在面对这样的伦理现象或者是困境，佛法怎么看？我们应该怎么办？第一个问题是学理性的，佛法怎么看待其他有一定人生智慧的文化传统或者说法？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，没有交待为什么这样。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，能够引导人心发生转变，转变到它说的应该那个样。就是说，它可以落地，跟鸡汤也不完全一样，鸡汤没法落地。民间是有这样一些通过说理或者说事，让人心发生变化的文化。其中一些是可以有它实践的手段，那也是一种手段；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，一个比较通贯的东西。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。

在佛世的时候，就有婆罗门问佛：“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：“我论因说因。”实际上就是“我说缘起”的意思。佛都是在说缘起法。你可以不懂佛法中的一切，但只要你真通达了

缘起，哪怕你连“佛”字怎么写都不知道，告诉你，你已经是一个内在的佛教徒了。佛法就用这样缘起的智慧，从根到梢地贯彻，这是二者的不同。

我不知道你能不能够体会或者是认同，其他民间智慧更多的往往是在说：你应该这样，你应该那样。各别的有给原因，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，其实是经得起推敲的，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，所以我从前常说几句话，叫作：“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都是密切地围绕着德行与智慧这两个方面来展开的。这是对你的第一个问题，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有谈到一个方面，佛法中对于孝道的推崇，并没有抹煞智慧、抹煞真理，它是智慧统摄下的孝，是顺于规律的孝，而不是抹煞了智慧、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，自己内心中不应该非理作意，生起很多不良的情绪运作、身心反应，

彼此斗争激化，而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。这是佛法的义趣。

结合“父子相隐”或者是告密来说，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，你像文革的时候，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两个，看了过去保密的档案之后，两个人都疯掉了，用我们老百姓的话说，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，过去自己的那一点幻想跟现实之间巨大落差的碰撞，让一切都粉碎，精神因此失常了。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，不是说在现世就可以避免与一切苦难的相逢，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。

在这里，我想起了曾经看过的佛法中的一段小纪录片：

现代的事情，拍的是几个没有什么文化，可能也没有办法看很多经书的佛教徒，他们用自己的身体几步一拜去朝礼。朝礼，不是春游，是经历了冬季严寒以及大风，乃至说肢体的受伤等等这些。拍纪录片的人就采访他们说：“你们这样辛苦，克服这一切困难和苦痛要去朝礼，为什么？”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，乃至说我为求智慧吧。”其中一个看起来没什么文化的人，给他的回答是：“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。像刚才那个人的话就是大智慧的话。他没有去祈求“我从此以后不得病要发财，ABCDEF……”，他没有说这些，因为他有智慧，他知道生在这个世间，不管人也好，动物也好，其他有情也好，没有谁不会遭逢苦。你不去拥抱，反而推拒，只会让相对运动的速度变得更快，让这个苦痛来得更剧烈，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，甚至如果可能的话，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，所以他说的话是：“我希望有更广阔的胸怀，来承受更多的苦难。”

而刚才说的那对知道了事实之后疯掉了的夫妻，实际上

他们内心中还有我之前说的一些错误认识，认为不背叛才理所当然。谁说的？不背叛，有没有前提？有，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恶的时候，背叛就会发生。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？我们先要有所认识，要是这个认识都不肯认下来的话，我们还谈什么解决呢？认识到人的缘起，认识到没有什么理所当然（包括不背叛），内心不就坦然了吗？你刚才只说了儒家中“父子相隐”，那儒家中还说“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含纳、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，也不应该置父母于别样的境地。如果一个人有发散性思维，周遍地观察因缘，他也可能在他现有的条件下，找到一些带来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，在古时候造反不是灭九族的罪吗？假如说这个儿子一看，造反肯定不行，不仅灭九族，可能还要搭上一些无辜的人。告官？不合适吧。那他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，你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，我觉得作文题目是有多脑残啊！现在主流世界观的引导，尤其对于我们青年一代的孩子是非常可怕的。

法师：我们处理问题，尽量避免简单、粗暴。我不去用简单的对和错去评价它，因为这不是简单的对和错能够评价的。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。你单纯地对和错，是把这件事情太单纯化了，因为事情很难非黑即白，难道我们的色调总是黑白的吗？

学员 E：这对普通人来讲，确实能够带来一些现实教育意义。

法师：我们焦虑的事情多了，内心中的错误也多了，倒希望更多的人能够接触到正确的佛法。但是现实因缘是有限的，我们也接受现实因缘的有限。大家都随力就分，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！第二个问题就这样简单回答可以吗？

学员 E：很好！感恩师父！

八、 如何培养良好的亲密关系？

学员 G：法师！请问背叛了以后，怎么办啊？

法师：是背叛了以后，怎么办啊？还是说，既然这种人的不圆满，是一种现实的因缘，一种现实的可能，那怎么办？你是问哪个？

学员 G：您说得对！

法师：我说得对，是吗？如果人是这样，关系是这样，那怎么办？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？我也学会了两句套话。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去。因为我们过去的错误认知太根深蒂固了，所以我们会不知不觉地就按照过去那一套来认识、来抉择、来反应。如果想改变过去比较底层的认知错误，我说实在话，光听讲座，光来沙龙聊天，没用。靠什么？靠不断地智慧抉择，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，它连着我们的我见、我爱、我慢、我痴，这是凡夫的根本错误。连着这样的根本错误，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。要反反复复地运用智慧去观察现象到底是怎样，一而再、再而三地去观察，身心的现象、外在的现象，乃至说在这样身心现象的基础上建立的关系到底是怎样。

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。有了这样的正见，还要不断地来正审思择，这很重要。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”，要有这样的反思，而且是常常的。

刚开始的修行功夫，你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，那就在每一天晚上做一个反思。如果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的东西。这个日记，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。久了，慢慢的，自己的抉择就坚固了，这是需要过程的。这算是对于上半场那位法友同样一个问题的再说明，因为当时我只是说了去强化智慧，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。我希望你们事后听一听录音，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。

这是在强调正见的作用、正思维的作用，也就是认知的调整。认知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、关系的局限，才疯的吗？我为什么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，还要强调刚才我没有细谈的一点，就是应该加强自身建设，也就是所谓的“自正其身”。每个人都是有局限的，也同时距离完美还有很大距离。这个时候，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。也就是说，每一个关系中的个体，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，关系中的个体建设就至关重要。其实刚才说的认识缘起、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。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的。当我说自正其身的时候，更多是在说自身德行的建设，这很重要！我们接受自己的局限，但是我并不固步自封，更不会怙恶不悛，我要向于一个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。我之所以不愿意用这样的话来说，是因为那里包含着错误的自我认知，所以我不愿意在表述中特别反复地去强化这种错误的基础。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，应该怎样啊？"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，这就是价值所在啊！推动自己，乃至善巧地推动（不是很强迫、很生硬、很简单粗暴的）对方以及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。

在两个人之间，比如说夫妻关系之间，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？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，彼此应该怀一份感恩的心。一个人认识缘起，如果他需要这份关系，他也能够认识到这份关系的缘起，那他就应该感恩这个关系的因缘。因为彼此都是这个关系的因缘，所以应该

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，是那样那样地对我好”，但是，即便没有这个具体事实，你又需要这份关系，而且你在这份关系中也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。这可能因为彼此相处久了，大家就不太容易有的东西，为什么？还是那个万恶的理所当然：“感恩啥啊？这么半天，茶还没上来。”“感恩啥啊？我回家都半个小时了，饭还没吃上。”“感恩啥啊？晚上还让我刷碗。”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，我们的感恩是很难的。“那不理所当然吗？要不我娶她干啥？”“那不理所当然吗？嫁汉嫁汉，穿衣吃饭嘛，上个淘宝都限制我。”

这是说彼此感恩。如果我们能够确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，即便是社会契约规定下的付出，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。所以即便是社会契约、民俗道德观念等等规定的义务，虽然他仅仅是履行而已，我们也要看到这里边的缘起，看到这里容有另外的可能，因此仍然心怀感恩。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彻地见缘起的智慧。在场坐了几位出家师父，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，因为他在一切处见缘起。

另外，我愿意单独提出来谈的，非常重要的细节，就是应该加强交流沟通。大家都说谈恋爱、谈恋爱，你不加强交流沟通，怎么可能？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。我虽然出家了，但也许是职业习惯、个人倾向，作为这一些，我也有关注，因为我在这些学术上能够见到它里边的缘起，我觉得这也是在学习佛法，在学习具体而微的佛法。最近就看了一个报道，是研究夫妻关系的一个很严谨的科学研究：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，不仅仅是从规律上推出来的，现在有了这种研究的结果来作为支撑。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。”我记得从前有一个语录叫作：“不要吃老本，要立新功。”不知道有没有年龄大一点的知道什么意思。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，一方面自己要有正确的心态。其次，在处理这样缘起的关系中，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。”你不知道吗？会哭的孩子才有奶吃，你要一遍一遍地、善巧地表达诉求，革命才可能有一日成功！

九、世间最完美的关系

学员 H：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，是怎样来把握的？第二个问题，今天在讲亲密关系，请问，和谐良好的亲密关系，或者是幸福，从佛法上应该怎么去定义？

法师：第一个问题是：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？这是我对他第一个问题的解读。他首先是问平等心，所谓平等，要不就一样远，要不就一样近，所以我对他问题的解读是：你出家之后，是把这些关系都搞远了还是都搞近了？以及怎么搞的？第二个问题说，佛法中怎么来界定和谐的亲密关系？我怎么知道我达标了？是这两个问题。

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，初十开始这边有一个慈心禅的禅修营，也是我跟大家一起来做训练。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？在今天这个时代因缘下，对我们又有什么必要？我们修习慈心，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，电子产品不带来或者一律上交（电动剃须刀除外），然后在修行中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，即便只有五天，也是能有所受用的。到时候你就会知道，人的心态真的就是一个缘起的东西。甚至你通过修习慈心，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，而是这样正面的感情，我可以从一无所有中，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，或者是说幸福的状态，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的话，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。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，因为阿罗汉知道他在诸法“尽所有性”方面，不如佛了知得那么好，会听佛的，所以他们就不会有意见上的不一致。所以，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他阿罗汉弟子之间的关系。在家生活中不存在这样的完美，明确地说，三界之中不存在完美的关系，也不存在这样所谓真正的最极安乐，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。根本地断除无明烦恼，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待吧。

十、略谈父母如何教育子女

学员 I：师父！我问一问关于子女的问题，就是当子女的选择，跟我们做父母的期望，有不可调和的冲突的时候，好比说一个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或者什么，我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，也是认识缘起的一部分。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，这个人是有他自己过去业力的，是有他生命习惯性的。这个习惯性不是这一生才养成的，很可能是他多生累积的一个习气，包括他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）我们老百姓所说的命运。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。在子女这件事情上也是这样，认识缘起，谁也不可能主宰谁。

这是做父母的，跟子女的关系中，容易出现的另外一种内心错误，违反缘起的错误，认为“应该按我的办”，或者是“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，有时候该呵责就要呵责，但是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，让他的朋友圈更多是这样的人。因为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，他家还不太宽裕呢，那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种程度，然后不要期望结果一定如意。也可能如意，甚至比我期望的还好，但是也可能不如意，保持一颗开放的心。

至于说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，第二个不要让他跟这些不合适的朋友往来。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 I：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，过去那种错误认知在做基础，导致的内心反应。就像一束花会开也会落，一个有正常智慧的人，除非他掉到什么情绪坑里了，如果他看到花开花落了，也知道这是很正常的事，不会有特别多情绪的附着。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，你如果真想帮一个人，不管他是自己的孩子还是其他人，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、二十年，甚至不是这一辈子。有的人这一生因为重大的惯性，甚至都很难发生一些改变，作为其他的人，在旁边不管怎么拉，也是眼睁睁地看着他掉到坑里去。当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 J：师父！我替咱们女众问点问题，她们一直最关心的是婆媳关系的问题，没人问，我替问。

法师：这个问题的困难在哪儿呢？困难在，你如果想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，问题在这儿。不过，如果你真的认识到这样缘起的话，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，做出了一些改变，但是老人不配合，仍然是过去那个样子，那我怎么改变都没有用。请问：你在期待什么呢？你在期待像你做姑娘那个时候，随你任性的妈妈吗？真的把婆媳关系处成像母女关系的毕竟还是少，那是小几率事件，不要期待自己中奖，中奖的很可能是别人。也就是说，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，而是当你面对苦难的时候，你可以安然不动，“不中第二支箭”。

“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，所以我就来谈一谈这个问题。有的人遭逢了苦难，比如说身苦也好，或者人际之间的逼恼也好。身苦，比如生病、受伤。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。当这样身体和人际关系之间种种逼恼来临的时候，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，这个人被人射中了一箭，他做的事情不是把箭拔掉，疗伤止痛，而是把这支箭拔出来，往自己胸窝里又给自己来一下。我也跟一些朋友谈过这个问题，我为什么说往胸窝里扎呢？大家常说：“谁谁谁这么做，太伤我的心了。”谁能伤到你的心？其他人能伤到你的心吗？就不存在“一个人直接伤另一个人的心”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”，原子弹都不需要，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、开发什么武器啊？“你给我伤心!”有这回事吗？没有吧。但是我们为什么还总说“他这么做，太伤我的心了”？他真能伤得到你的心吗？

但是你又真有伤心的感觉，还跟他有关系，这又是怎么回事呢？你有没有真的深刻细致地认识一下“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，这辈子都没门。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我伤心，但是伤心这件事似乎跟他的言语、行为有关系，那又是怎么回事呢？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，心是精神活动。物质能够直接伤到精神吗？你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，他过去上是怎么样，他对我一直怎么样，现在又对我怎么样，我忍之不能！”这就好像人家最多递给你一把刀，是你原原本本地接过来，向自己胸窝捅了一下；不满足，拔出来再一下。是不是呢？

我们作为一个健全的人，看得到、听得到，这是没错，甚至意识也必然会对这个认识结果做一个处理。问题就在这，你是怎么处理的？你形成了什么样的认识？说到这，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。之前听过十二缘起的，知道这是什么吗？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是刚刚开始的，未必能够完全做到，未必能够第一刹那就做到，但是你可以随分随力做，你也可以第二刹那做到。修行本来就是一点一滴建立起来的，谁也不是一步到位的。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的错误。佛法的解脱不是别的，就是这一类错误再也不发生了，叫作这个人智慧断烦恼，究竟地解决了苦的根源。所以有智慧的人，别人递过来的这把刀，他不接，或者接过来放一边。不会傻傻的：“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？”再想一想他从前也是这样：“他一定是看不起我，就这样，我跟他还有的整吗？”何必呢？应该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有那么多，不要每一天都绷得那么紧。

佛法中说的“不中第二支箭”，就是承认我们有身苦，为什么？我们会病、会老，有一天我们也会走向这一生的终结——死亡。哪怕蚊虫叮咬都还有一点小痛苦呢，身苦不可避免，重要的是你后面的心是怎样，你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，“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当体就是苦，这叫五取蕴。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。既然苦就是生命的现实，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苦痛，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的时候，也是他宿世因缘吧，有一条毒蛇游过来给了他一口，他马上惊醒，看到是什么蛇，就知道自己身心不行了，起座到僧团的上座长老那儿（当时是舍利弗尊者）去告生死假，说：“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。你想想人在极大痛苦中会是什么表情，怎样的肌肉反应？用我们今天的话说，这种蛇可能是跟血液毒素有关的，会使人的面色和肤色都会改变。舍利弗尊者就说：“看你的容颜如常啊，怎么会就要离开这个世界了，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，不会敲锣打鼓地说：“快来看啊，

我多么了不起啦!”不会，而是自秘功德。因为他这是临要走了，最后就说“我在佛法中，我生已尽，梵行已立，所作已办，不受后有”类似这样的话。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。

一个圣人面临着非常巨大身苦的时候，可以容颜如常，而且自己内心还没有任何的不平、烦恼和痛苦。看看我们，如果身体有痛苦的时候，往往整个内心的天空就布满了阴霾，肯定是重度污染，一疼起来跟谁的态度也不好。当然了，其他人也能理解，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抽象的修行上说“我不应该这样”，之前也说过，从那样的生命观、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，至少是应该调伏的事情，“不中第二支箭”是一个有智慧的人应该要修行的德目。

从婆媳关系讲到这里，是为什么呢？因为你学习了佛法，不意味着你可以改变所处的环境，可不要存在这种幻想。之所以还存在这种幻想，还是基于我们对于缘起没有正确的认识。一个人学习佛法，他就再也遇不到苦难了？他周围不顺

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。

佛法更重要的是关于缘起的智慧，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，乃至于更广大的，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，但是你还能因此而改变夫妻之间的关系吗？当然有这种情况存在，但也没必要因为婆媳关系而导致夫妻关系发生本质性的改变，因为那不善巧。如何才叫善巧？在这个条件不改变的情况下，让自己内心少受心苦。所以，如何少受心苦就很重要！我说一下圣人的状态，对于一个阿罗汉来说，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谈：“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，如果没有这样的发心，怎样来荷担众生尽未来劫的利乐安稳呢？所以这种“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，但是内心并没有因之而发生倾动。这是我们要训练的事。

不是说“我学佛之后，我改变了，然后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。你觉得是一个需要条件少的幸福容易达成，还是需要很多条件才能够实现的幸福容易达成？就比如说这个人的幸福，他自己认为（不意味着一定）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，“农妇、山泉、有点田”就是他的幸福。哪一个更容易达成？当然了，现在城里人好像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。

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。在理想情况下，这本来是双方都应该去推动的事情。如果不能的话，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，就接受它，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是外在的条件，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啊？就不死人、不生病啊？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的，因为苦就是生命的现实。实际来说，不仅仅在这一种亲密关系中需要这样，只是这一种关系被大家渲染得比较突出而已，而且从现实的因缘看，相对来说也是比较难处理到很理想的一种情况。其实这里，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，但是这里就别让儿子躺枪了，人家问的是婆媳关系，我就强调这个。如果真的想解决好，儿子要起关键作用。

十二、兄弟！我们还要一起走下去

学员 K：师父！我们经常会遇到的是跟朋友一起讨论，我有一个意见，他有一个意见，然后我可以从书里面的一些古籍，或者是生活的经历、老人的传闻，得到我认为正确的理论，他也认为他的是很正确的理论，两个人在一起辩来辩去，最后很好的朋友可能给闹崩了。我们怎么才知道，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？如何去发现我认为正确的见解，并且去坚守它、践行它的时候，能确认它是正确的？

法师：这个问题是从朋友意见的争执，一直到后面的自我反思：我如何来确证，我认为正确的那个东西真正确。一句话回答你：实践是检验真理的唯一标准。不要以为我在讲马列，这就是佛法，我刚才说的那四个实践："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。如果你从前接触的佛法印象是"拿各种事情吓唬你让你信，然后你嗤之以鼻"的话，那今天我告诉你，佛法从来没有任何强制性，它更希望一个人做一个智慧的观察与相应的实践，看一看生命到底是怎样，离苦得乐的道路到底在何方，这就是佛法。

年轻人之间有这份情怀其实很好了，大家一起探讨真理，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，不要因为这个而谈崩。你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。要是你身边都是："走！出去再喝一顿去！"你惨啦！所以请珍视他们，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："兄弟！我们还要一起走下去。"

十三、略谈"缘起性空"

学员 L：师父！我理解的缘起，可能是这个人的心因为

外界有一些干扰和反应，而产生了内在的喜或者忧，或者抗拒的情绪来了，可能外界这个就是缘呗？那我的心可能也因为这个而缘起了，如果我没产生反应，是不是我就有智慧了？

法师：不管你内心是正确的运作还是错误的运作，本身都是缘起。缘起在说什么呢？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。这个对于大家来说，可能稍深一点。换句话说，一颗黄豆，因为有水，有足够的温度，以及一些养料，它发成了豆芽。请问：刚才那颗黄豆还在吗？不在了。那现在的这根豆芽跟刚才的那颗黄豆没关系吗？有关系。跟水、温度等等这些都有关系。在这里，你觉得如果离开了黄豆，离开了水、土等这些因缘，有现在的这根豆芽吗？

学员 L：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，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我们所感觉的那个自成的、实在的、恒常的自体。这个杯子，你是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 L：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 L：没变。

法师：那你意象中呈现的那个杯子，是不是有没变的杯子？

学员 L：是。

法师：符合现实吗？

学员 L：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 L：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，大家好像觉得不鲜见，那我说另外一种更能凸显我们内心荒谬的。木板拼成的小帆船，常常泡在水里，木板很容易变坏。木板坏了怎么办？很简单，换一块。换了块板之后，我们内心的感觉还是不是这条船？还是这条船。我们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，内心中感觉的还是那艘船。请问：还是那艘船吗？不是吧。但是，我们感觉还是那艘船。那你

觉得到什么时候我们才感觉它不是原来这艘船了？换到50%？换到80%？你先给一个定量数据。不容易吧？但是，人的荒谬在哪儿呢？还是这条“大白鲨”，一块板也没换，就薄薄地在外表喷上了不到一毫米的一层油漆，换了个颜色。这个人来了就说：“诶？这怎么换了一条船？”看没看到我们内心中取相的荒谬啊？这就是我们认知中很荒谬的东西，举不胜举。我们这些关于一一事物个体的认识，包括对于一一有情生命个体的认知，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，为这一切意象而奔波忙碌。我们这一生几十年，真的就如白驹过隙一样，为了这几十年必朽的身体，请问我们在座的，我说厚道一点，八十年之后，我们谁还在？我们现在到底在为什么奔忙？当然，我不是说在座每一个都不清楚这件事，都没有考虑过这件事，但是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，这可能是这个社会中多数人的常态吧！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，而是跟刚才说的这个茶杯，以及那条叫作“大白鲨”的船，本质上都是同一类错误，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的。当然，因为大家还要维系家庭生活，佛世的时候，谈到佛法的修行，它可没有鼓动大家都出家，佛世时候的在家众还真就有圣人——初果圣人、二果圣人乃至三果圣人，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。所以我也用不着把这个说到最深处，击破生命最后一重迷雾。不一定说到这个程度，但是哪怕我们有少分地随顺于这样的智慧，能够重新地审视自己、审视对方、审视彼此之间的关系、审视关系中的问题，情况也就不一样了。我说的缘起，就是使我们认知发生变化的智慧，也就是事情的现实和规律，我们要有与之相匹配的正见和智慧。

十四、正确认识佛教的因果观

学员 M：当今这个社会世风日下，这里核心的问题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。但是按照缘起去看的话，实际上这

个世间大众普遍认为，主要还是生命观出现了问题：一个就是断见，认为这一生结束就没了，再一个就是常见。现在很多佛教徒应该说出现了常见的现象，比如说认为有一个不变的阿赖耶识一直在这中间流转起作用。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。咱们世间有很多朋友，包括我们与父母等亲密关系处理不好，往往就是断见在起作用。我们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。

第二个问题是说，佛教谈三世因果的生命观，因果最核心的部分就是所谓的业力。我觉得今天沙龙特别好，可能是面对的受众原因，您故意没太涉及业的问题，包括生命流转的规律是什么，您好像没太跟大家讲。但这是一个客观的现象，包括我们在生命中遇到的亲朋好友，其实很多都是累生的一些因缘、业力，积攒到这一期生命，表现为我和他做兄弟、做父母。那么，我前生多少多少世积累的这些，说不好听的，一些苦恼忧愁，包括这些恶业、善业，带来的这一期生命，必然会有一些烦恼。但是如果用业的观点，我们自己能够更有平常心来面对现在所处的所谓不好的逆境。那么如何用业的基本观念，去理解我们世间的问题？请师父开示一下！

法师：好，问题基本上是两块：第一个是，怎么样让亲

密关系中的对方，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。这是问题一。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，让大家从这个角度更好地接受现实中的不圆满？是这样两个问题，对吗？

第一个问题，怎么让现实生活中亲密关系中的他（她）、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，基本逻辑线是这样：先是引导大家来反思、观察，我们是如何相信了一件事；认识到这个之后就知道，我们想要比较有把握地相信一件事，需要哪些因缘，这是缘起观；然后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，你信不信你现在也是个佛教徒？接下来我谈一件事，没有对任何现实的攻击，也没有对于任何现在有某种身份的特异性指向，就是谈人的特性。我在国外那几年，注意到一种现象：我看到很多从国内出去的，特别是三十五岁以上到四十多岁的很多青年、中年人中，越是在国内比较密集参加党的活动的，到国外之后找组织的习惯仍然很强，很多就直接转入了教会组

织。当时在英国看到一些是这样，去美国，华人更多，这个规律好像仍然成立。这在谈什么呢？就是说人往往存在从众心理，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，你只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，很多时候人在很大程度上只是从众。

即便有时候不是从众，也是遵从、趋从于权威，这个权威可能是父母，可能是老师，也可能是科学家，还可能是某某报纸；当然也有理性的判断，比如通过获得各种间接证据来让自己相信，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，总是存在着被人给出反驳的可能，所以，如果不是通过利用人的心理弱点的一个理性手法去让人相信一件事的话，那就是给他间接证据，引导他自己去实践、去验证，等到他自己获得直接证据就没有问题了。就是这两点。当然，我前面说的那个通过利用人的心理弱点去让人相信的，恰恰是很多迷信和很多宗教常用的手法，我希望大家以后对这些多一些反思，多一些独立的思考，不要出门被人给忽悠瘸了。我见了很多，在学校里是很好的一个科研人员，专业上很理性、很智慧，出门转眼就相信一个在逻辑上怎么也说不通的那样一个创造一切又万能的、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，再加之他自己也有意忽略，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，不然很可能会走错路。

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，引导他去获得直接证据，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。包括之前，我给一些朋友推荐过，英国 BBC 拍的一个四集的关于生死轮回的片子，头两集基本上没有插入观点，都是在摆事实，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，而且是被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，觉得这些虽然很有力，但是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，请你去修个禅定，发个神通，亲自去看。这本质上不比你寒窗苦读二十年，然后混到某个高

等学府或者是研究机构里，去做某个基础物理的验证实验来得难，可能三年、五年就解决问题。但是，不一定每个人对于生命、对于自己都这样负责任。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，对很多人也就够用了。这是第一个关于三世因果轮回的问题。

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。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。首先真的能够认识到生命是这样三世因果关联的，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，存在的种种荒谬，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。不容易了，那是佛法比较高的东西，并不是一下就能达到的。

今天我们用佛法智慧，重新审视了一下亲密关系、亲密关系中的你我他，也包括审视自己的感情本身。这不是我们可有可无的一件事，这实际上关系着，在现有的因缘下，我怎样才能获得更多幸福感的问题；或者在硬件框架不变的情况下，我这一生怎样才能更幸福的问题。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业力这件事情一样，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？我们这个硬件一旦配置好了，它常常很难发生戏剧化的改变——不是不能，因为生命是有一个比较具有规定性的轨迹的，也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，并不是机械的因果观。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”。

我们虽然通过改变因缘，可以改变未来，但是我们今天所遇到的这些苦乐因缘，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，你不要有什么抗拒，这正是你自己过去的这些动作、言语、心理思维带来的结果——男子汉别赖账！首先是要把这个帐给认了，接下来是我要怎样改变？这是两层。有一个认账的心理，就不觉得冤。人们往往觉得冤的心理，是会给自己加大痛苦的。“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”，因为你跟朝鲜人民的因缘比较好，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，都是有前因的；这个世间，没有无缘无故的苦，也没有无缘无故的乐，都是有前因的。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。有了这样的认识，又知道事在人为，这样，每个人的未来都操纵在自己手上，因为“未来法不定”，你现在所做的一切都在影响着自己未来生命的流向。这样来认识，既能识因达果，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。那确实是抹煞创造性的。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。你想想，你未来的生命由你自己来创造，告诉我，有比这个更革命的宗教吗？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。用我听到的某位法师曾经说过的话就是：“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点：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，彼此支撑，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，就看你的了！