

生命的价值

——二零一七年八月鸡足山九莲寺夏令营

一：为何要谈“生命的价值”？

今天下午跟大家要谈的主题叫作《生命的价值》，为什么谈这个主题呢？在座的多数营友是在读的学生，或者是刚刚毕业不太久，也有的是在读研究生。我记得我在读书的时候看过一本书叫作《出世入世的彷徨》，我觉得这本书名当时深刻地道出了我内心最大的矛盾冲突。那个年代有一个非常著名的乐队 Beyond。听说过吗？（众答：听说过。）《请你为我再将双手舞动》，听过的，请举个手。不少啊，有共同语言，谢谢。Beyond 乐队有一首歌叫《你知道我的迷惘》，听说的请举手。这其实是《真的爱你》那首歌的国语版。我想这首歌的歌词，对于我们年轻朋友来说，其实是道出心声的，我记得里面有几句歌词是这样说：“一个人在创痛的时候，按着难以痊愈的伤口：究竟应该拼命奋斗，还是默默地溜走？只有你会理解我的忧，让我紧紧握住你的手。我们曾经一样地流浪，一样幻想美好时光，一样地感到流水年长，我们虽不在同一个地方，没有相同的主张，可是你知道我的迷惘。”我还记得当时宿舍里的小伙伴们，住在我上铺的兄弟以及我，我们这些人都很被这一首歌的歌词所打动。原因其实很简单，因为几乎每一个青春的心灵中，都存在着这样或那样的迷惘。

那你们知道这样的迷惘，来自于什么吗？归根到底来自于我们很难做出一个非常清晰的判断，很难做出一个非常清晰的抉择，所以有一种状态叫迷惘。为什么有时候比较难做一个抉择？有没有想过啊？很多时候是因为我们做抉择的标准不确定、不清晰、不坚固。我们做抉择的标准是什么呢？我们做抉择的时候，在抉择什么？实际就是这件事情，好还是坏、利还是弊？有多好、有多坏？有多大的利益、有多大的弊端？我们总是在权衡利弊。有时候权衡不清楚，就会有迷惘。实际上这种迷惘，往往是因为做抉择的标准不够明确，不够清晰，也不够坚固造成的。有的人一时是这样想，一时是那样想，什么意思呢？他在不同的标准之间游移不定，所以就难以有一个非常稳定的判断和抉择。

我们做标准的这个东西是什么呢？其实就是我们常说的价值观。你可能不知道自己的价值观到底是什么，但是你一天到晚都要做很多判断，小到这一顿饭是否再多添一碗，大到毕业之后该怎么办，多多少少都牵扯到你对于价值的判断，这些实际上都是基于你的价值观。如果一个人没有清晰稳定的价值观，他的生命中就常常会有各种选择困难。有选择困难综合症的，请举

手。有不少，欢迎你来参加治疗（众笑）。这就是我们这一堂要谈《生命的价值》的原因，因为你需要它，迷惘的少年。

如何来谈“生命的价值”？

1、从生命现象来谈

在谈生命的价值之前，我可能要做一点限定。我们谈生命的价值，肯定要谈“生命到底有没有价值；如果有，生命的价值是什么”，这让我想起另外一首老歌，歌手的名字叫赵传，听过的请举手。请放下，谢谢。这么老的人，你们也知道啊，难道是因为他长得太丑吗？（众笑）他有一首歌叫《粉墨登场》，里面我句歌词：“中国人有没有摇滚？如果有，中国摇滚该是什么？”我换词套用一下：“生命到底有没有价值？如果有，生命的价值是什么？”这蛮哲学的，是吗？我再限定一下，我们从生命现象层面上谈“生命有没有价值，生命的价值是什么”。为什么做这个限定呢？有谁知道吗？上午大家不是听**法师讲了“甚深第一义谛”嘛，他没有用这样的词。如果追究诸法的本质，推究是否有这样自成的实体，答案是否定的。就是说，在本质层面上，一切法空。在这个层面上，如果就一切法空来谈的话，那是从胜义谛来谈，没的谈，因为“言语道断，心行处灭”。所以我们从现象层面上来谈生命是否有价值？如果有，是什么？

2、互动

跟大家说一下，因为我个人的求学经历，受教育背景，使我更倾向于跟听众互动地一起来推动内容的发展，就相当于像两个人在喝茶聊天一样，只是这一次聊天的人有点多。大家有问题可以提，我也希望能得到大家的回应，我们共同来推动内容。就像佛教有一部《大智度论》里说：“听者，法尔应问”，就是听众有提问题的责任。我们中国教育对于学生的判断标准或者要求，起码在大学以下常常表现为希望你做一个乖学生，什么意思呢？我讲的，你懂就好，你如果问题问多了，就容易被打上一个标签叫“问题学生”。佛法不是这样的，佛法是有疑当抉，有问题就要说出来。大家去看佛经都是“问答录”，有问题提出来，解决它。基于这样的一个原因，我希望大家有问题就问，也请大家积极回应。不要觉得“我这个问题尖锐或者幼稚，或者是不是有挑战性”，没什么，只要是大家想了解，想一起来学习，这都很好。我常常说，在我这里没有尖锐的问题，也没有幼稚的问题，我这里只有另外两种问题：一种叫好问题，一种叫有趣的问题。因为我这样的开场白常常谈，

记得有一次这样谈之后，有一个人跟我说：“法师！是不是还有好有趣的问题？”我对于他排列组合的基本功表示满意。

二：生命有没有价值？如果有，是什么？

生命有没有价值？

我的问题是，“你怎么看：生命有没有价值？如果有，是什么？”

有哪位来谈一谈吗？好，请讲！

营员：无限的生机与无限的创造。

法师：谢谢这位营友。这位营友首先是认为生命是有价值的，那价值是什么呢？无限的生机与创造。

我们先不谈对不对，我们大家先聊，大家不用总是标准答案似的。有没有其他的看法？请讲！

营员：您好，我认为生命是有价值的。在生活中，如果我们能够把快乐和善意带给别人，这是一种价值。在工作中，如果我们能够做到爱岗敬业，把我们的知识和做人处事的道理教给学生，这是一种价值。然后在我们对待父母的时候，能够去孝顺他们，并且自己活得很好，让他们很欣慰，这就是一种价值。

法师：好，请坐，谢谢。谈了生活中、工作中，总的是表现为利他，在给人带去生命良好的经验和状态，这就是你认同的生命的价值。好，谢谢这位营友。

也是认同生命是有价值的，然后生命的价值是这样的。大家有没有其他的要谈的？我想我们每个人每天都在做抉择吧？你在来这个营之前，报名之前，你有没有抉择呀？有啊，我到底是要新马泰七日游呢？还是山中七日闭关呢？你抉择的根据是什么？这里有价值判断吧？有没有谁再来谈一谈呢？如果大家不谈了，下面我来谈。

我们就生命经验来说，不去做特别的比较学究似的一些定义或者论究。从现象层面上来说，在我们每个人的生命经验中都感觉有价值的存在，我们从每一个人朴素的、亲切的生命经验出发，来谈一谈现象层面上，生命价值的问题。关于这个，我们一起来做一个思想实验，来看一看我们一般人直觉的生命的价值，到底表现为什么？或者是它跟什么东西关联着？当我们说一个东西是什么的时候，大家知道我们在做什么事吗？我们在用其他已知的事情来表述这个事情，所以上午说到灵魂，在**法师的追问下都吃了鳖，是吧？没有办法用已知的东西来表述灵魂。

好，我们看一看关于生命的价值，设想一下。我们现在过得挺好，在山中坐而论道，假如说这时候 NASA(编注：美国国家航空航天局)观察到有一个小行星，带着满腔怒火奔着地球来了，按照它的动量、动能的计算，轨道的计算，将于某年某月某日跟地球有……。

营员：亲密接触。

法师：是，下面有替我说的了，亲密接触（众笑）。太亲密了，以至于互相伤害，“来，互相伤害呀”！（众笑）这个小行星撞上之后可能七零八碎，地球被撞了之后可能也四分五裂。如果这样的撞击发生，你觉得人类的文明还存在吗？人类还能生活吗？不用说碎成四五块，我们不说地球本身的变化，你想想大气会有什么样的变化？还有足够的空气让你呼吸吗？不仅人类的文明要遭受毁灭性的打击，可能绝大多数的物种也要濒临灭绝吧！好，这是一件很灾难性的事，结局是每个（正常）人都不希望发生的。如果这个时候全球有志之士意识到人类可能面临这样共同的命运，为了人类共同命运，世界各国政府最后达成比较一致的见解，拿出一个解决方案：你的核武器也别吓唬我了，我的核武器也别留着了，我们制定一个周密的方案，发射上去，把这个小行星远远就炸个粉碎，或者通过在它附近爆炸，来推动它偏离轨道。总之一场毁灭之灾，最后演变成了一场绝顶壮丽的流星雨，背景音乐“带你去看流星雨”（众笑）。

或者偏离轨道这种解决方案，让大家看到了一个小行星非常近距离地与地球擦肩而过，每个人都长出一口气，那请问：促成这件事情得以化解、得以圆满解决的这些人，是不是做了一个有价值的事情？我们每个人都觉得这个努力是很有价值的，而真正促成人类放弃前嫌、携手并肩、共同化解这样灭顶之灾的这些有识之士，确实做了一件非常有价值的——用佛法来说，功德无量的事。

情景变一下，在全世界各国通力协作，努力推动这个计划的时候，有一个反人类、反社会的组织一看：世界末日终于有实现的希望了，我怎么能让你们逃脱这一次机遇呢？于是，他们用各种方法来破坏这一次联合行动，最后让他们破坏成功了，这个小行星跟地球来了一个对面的正撞，文明消殒，物种灭绝。那你觉得这个反人类组织干的事情，是有价值的呢，还是对价值的破坏？

营员：没有价值。

法师：谁觉得他没有价值，我马上上报啊（众笑），我提醒有关部门，密切关注这位中华人民共和国公民。就我们一般人的看法，这是对于价值的破坏。这是这次小实验的一部分，前后两种对于我们从直觉的生命经验的角度，是不难判断何者有价值，何者是对价值的破坏。

我们换一个场景，但是画面是类似的。一个小行星来撞地球，不过前提变了，整个宇宙没有任何有智慧的生命，听明白这个前提了吗？换一句话说，整个宇宙是一片生命的荒漠，没有任何有智慧的生命，地球也毫无生机，这颗小行星上也是毫无生机，请问大家：这时候甲星球撞乙星球，丙星球砸丁星球，谈得上什么价值不价值吗？谈不上吧，随你乱起乱灭，爱怎么砸怎么砸，一起跳着探戈砸也行，都可以，没有什么问题。

但是这前后两个相似的场面，为什么其中一个给我们感觉到了对于价值的威胁，以及相应的活动是有价值的或者是对价值的破坏；而另外一个，我们感觉谈不上什么价值、不价值，原因在哪儿？

营员：那是因为我们觉得，我们自己的生命有价值。

法师：刚才我问为什么，其中一个回答是说：“那是因为我们自己没有被包括在内”。其实你如果想一想，如果第一种情况，就是有生命这种情况，你没有在地球，你在火星上看，对你的价值判断，难道有变化吗？没有变化，你是否包含在内，更多的是影响情绪，你担心你自己害怕、不害怕或者怎样，而不太影响你对价值的判断。至少对于一个价值观清晰的人来说，他是了解的。

请问：这两种情况最根本的不同在哪？

有跟上这个思路吗？没有听清的请举手，我会再说。听清了吧？其中一种，你觉得涉及到了价值；另外一种，你感觉谈不上什么价值、不价值。那这两者造成差别的原因在哪儿，你有没有意识到呢？

营员：我的生命。

法师：我刚才已经说过了，如果你在火星上，在第一个情况下，难道你觉得地球被破坏，拯救这种被破坏的命运，不是有价值的吗？

营员：跟我没关系啊。

法师：好，我特别来说一下这个。在第一种情况下，他如果在火星上，那地球上怎么也谈不上价值、不价值，你认同吗？

营员：不认同。

法师：为什么不认同呢？因为你是没有在，但是这件事对别人造成了伤害，难道还谈不上价值、不价值吗？

好，我说的前提变化，大家还记得吗？后一种情况前提有什么变化？

营员：没有任何生命。

法师：大家听得不太细致啊，我说的是没有任何有智慧的生命，后面再说为什么要有这样的修饰词，我想我的表述还是有意义的。好，那你得出结论那么难吗？这两个场景的差别，造成你对于价值判断的变化，难道没给你什么样的启示吗？我们一般人感觉的那个价值，跟什么是直接关联着的？这样一个单因素的地理实验，你还看不出来结论吗？你们有没有做自然科学学科学习的？全是人文社会类的啊？如果真是这样，我就原谅你们了。

只有一个因素发生了变化，前者有智慧生命，后者没有，然后，在前者，你感到了有价值、无价值等等的这些情况；后一个，不是有价值、无价值，而是谈不上价值、不价值，是不是？说明你对于价值的感受，对于价值的判断，是依托于智慧生命的。这个结论很难下吗？不需要你一步下到位，但我只需要你谈到这个关联性。能看出来这种关联吗？有没有不能够认同这种关联的？看来这个问题总是反着问好，这样一问，一个也没有

反对的。确实能够认同这个吗？这是我们第一步的一个结论，就是价值是与智慧生命相关的，这个没问题吧？

营员：没问题。

生命的价值是什么？

现在问题来了，当然不是哪家强的问题，现在的问题是：价值与智慧生命的什么相关？我为什么追问这个呢？你只谈价值与智慧生命相关，但是智慧生命的现象可广了，跟智慧生命能不能谈恋爱相关啊？跟智慧生命的什么相关？

营员：智慧。

法师：好，有说智慧。我说下面一种情况，大家看一看能不能提炼出什么。我们还做一个思想实验，你们看过好莱坞大片的，请自行脑补，当看一个大片来想：有一个反人类的疯狂的科学家（听着像灾难片或者是恐怖片或者是悬疑片的背景），他人工改造一种病毒，这种病毒空气传播，作用部位是人的耳窝，就是跟听力相关的部位，产生的作用是对听力有彻底的破坏，造成的结果是受感染者成为聋子。空气很好传播吧，如果他这个方案、计划得以实现，那人类从此有一类事情就变得很难，音乐，是吗？我刚开始说的那两首歌儿，你们回去也不用找了，都聋了还找什么呢？

如果他实现了，也是一场灾难，对吗？如果在这个疯狂科学家的实验室里有一个助手，突然之间良心发现了，然后采取了一系列措施——请大家自行脑补这部片儿，肯定有追杀，有逃亡，有各种背叛、不理解、两面为难等等，最后终于阻止了他这个疯狂的计划，全人类免遭了这种厄难。好，那这个助手做的事情有价值、没价值？有价值，是吧？在这个情况中，他避免了智慧生命受伤害，是吗？这个伤害明确地说出来，其实就是种种痛苦。当他的努力，避免了智慧生命的痛苦的时候，我们觉得它是有价值的。

刚才在我们探讨的时候，有营友谈到自己，认为生命是有价值的。给自己和他人带去利益、安乐，有没有价值？给有智慧的生命带去安乐，我们会觉得有价值；帮助有智慧的生命，避免或者是脱离痛苦，我们也觉得

有价值。说到这里，清晰了吗？抽象一点说，在我们每个人直觉的情况下，生命的价值表现为什么呢？其实就是有智慧生命的离苦得乐。刚才谈了“免于痛苦”和“获得安乐”这两个方面，大家都分别认同，那我连在一起说，就是“离苦”和“得乐”——离苦得乐，没有问题，是吧？

现在我要换一个词来表述，有智慧的生命在佛法中有一个专门的词来说它，这个词很简单，叫“有情”。“有情”其实就是指的对有情识的生命。有情识，就是有了别、有判断的，或多或少是有智慧的。你不要把这个“有智慧”想成很发达的文明形态，其实就是有这种识的了别，要是按照佛法中的说明，慧是以拣择为义、拣别为义，它能够做一些判断，这都算是。所以，我如果在这儿用一个简单的词来替换“有智慧的生命”，那就是“有情”——有情识的生命。

好，谈到这儿，其实基于我们每个人朴素的、真切的生命经验，我们基本上得出对于“价值”这种直觉的一个提炼——生命的价值在于令有情离苦得乐。

三：有什么样的生命观、苦乐观，就有什么样的价值观

既然我们说到价值是与智慧生命相关的，那实际上价值观就依托于生命观，认同吗？如果你认同价值是与智慧生命相关的，那实际上我们有什么样的生命观，就会影响我们的价值观。后面又说到生命的价值在于令有智慧的生命离苦得乐，那你如何来认识苦乐，如何来认识苦乐的规律，如何认识离苦得乐的规律，将对于你判断什么是有价值的，以及去实现价值，产生直接的影响，这句话有听清吗？既然生命的价值是在于令有情离苦得乐，那么你的生命观或者说有情观以及苦乐观，就将影响你的价值观。大家如果对这件事没有认识，或者觉得抽象，体会不到的话，那我谈一个很现实的问题。

一个觉得生命是断灭的，一死百了，死了之后什么都没有的，就是持断灭见的生命观的人，他的价值观，会与一个认同生命是有三世因果的，有这样前后世因果相续轮回的人，有同样的、完全一致的价值观吗？“我死之后，哪管它洪水滔天”，听说过吗？这是断灭见的生命观下产生的一种心态。而且在断灭见的生命观下，对于道德不道德以及为什么要道德这些事情，他会产生一些困难，比如，如果生命是一死百了的，那请你告诉我：“我为什

么要行善？”有没有想过这个问题啊？我们受到的道德教育都是鼓励我们、引导我们做一个怎样善良的人。好，如果生命是一死百了的，请告诉我：“我为什么要行善？”同样的问题，从反面问可不可以呢？一样可以：如果生命是一死百了的，请问：“我为什么要为恶？”人们往往问前一个问题：“为什么要行善？”很少有人问：“为什么要为恶？”但是如果做一个理性的思考和抉择，这两个问题是等重的。如果生命是一死百了的，就从这个生命自体来说，请你从根源上、从哲学上，给我一个逻辑缜密的“为什么要行善”的说明；反过来也一样，请你给一个“为什么要为恶”的说明。你很难给出非常坚固的、不容辩驳的哲学说明。

这件事情放在另一个有三世因果观的人身上，就变得很简单了，为什么呢？在他看来，生命其实是这样的——“无明缘行，行缘识，识缘名色，名色缘六入，六入缘触，触缘受，受缘爱，爱缘取，取缘有，有缘生，生缘老死，纯大苦聚集。”什么意思呢？也就是说，因为有无明烦恼，而造作行业，才有了生死的流转。而这样生死流转，总的来说是充满了苦难的。在这样充满苦难的生死流转中，一个人造善因，能够得到乐的异熟果报；造恶因，能得到苦的异熟果报。就是说，对于他来说，善恶是跟苦乐直接关联着的。也就是说，他的价值判断、道德判断是直接跟有情的苦乐关联的，道德再也不是抽象的说教或者是律令，而是生命希望离苦得乐、希望趋利避害的自然选择。可以说得很明确一点，他选择行善，很大程度上不是因为他有道德，而是因为他有关于生命的智慧。他知道生命的苦乐是怎样的因缘，怎样可以减少自己生命遭受苦的因缘，增长自己生命能够会遇乐的因缘。这样生命观下，他关于价值的判断就很简单了，就是看什么样的思想、言语和行为能够带来安乐，那就是有价值的；能够带来离苦得乐，那就是有价值的。如果是增长痛苦，减损安乐，不用说，那就是对于价值的破坏。这样生命观下，道德没有问题，道德有其必然性，价值也是一清二楚的。因为他有清晰的生命观和价值观，所以他的抉择应该是没有什么混乱或者是困难，可以活得一清二楚、明明白白。这就是我谈到价值观依托于生命观的背后，大家可以很容易想到的事。

如果你看世界上形形色色的价值观，你总能够发现它后面依托的生命观和苦乐观，也可以说有什么样的生命观、苦乐观，就有什么样的价值观。这不需要我们去读多少本书，就我们一般对于价值直接的感受，每个人都感觉这件事情有价值、没价值，我们做一些共同的推演，结论应该是相对清晰的。

到此为止，大家有什么问题吗？有问题尽管提。好，请讲！

营员：师父！我想问一下，就是有智慧的生命才有价值吗？没有智慧的那些生物，难道就没有价值吗？我曾经看过一篇文章，海边潮起潮落，当潮水涨了又退了的时候，就留下很多小鱼在浅滩里，有一个小男孩就尽他的努力去救那一条一条的小鱼。别人问他为什么要去救小鱼？他说：“因为这一条条小鱼也有自己的生命。”所以“价值是与智慧生命相关”的这个观点一推出来，我就觉得是有问题的。

法师：好，请坐。这位营友说前面推出来的那个“价值是与智慧生命相关”的这个结论是有问题的，她举了小鱼来说明。谁说小鱼没智慧呢？你刚才一定听漏了一句话，或者没听懂一句话，我说的是——这里谈的有智慧的生命，不意味着它一定发展出什么高度的文明，有情识的生命就意味着他有智慧，他能够了别、能判断。听明白这句话了吗？鱼能够了别、能够判断吧。

营员：如果我们地球本来就没有生命，突然有个小行星要撞我们地球，但我觉得我是在乎它的。虽然这里没有生命，但因为有地球的存在，所以月亮才会有圆缺，才会有一种美，所以我觉得地球的价值在于这里，这也是有价值的。

法师：你的这个判断，前定了你的存在。你是不是有情啊？你是不是有智慧的生命啊？我的前提是什么啊？这个宇宙里没有任何有智慧的生命，如果只有你一个有智慧的生命，那“你的，你的，都是你的”，谁敢动你的奶酪呢？（众笑）

营员：师父，我没问题了。

法师：好，那这位营友没有问题了。

刚才的问题在于没有把握住“有智慧生命”这个描述，大概把“有智慧的生命”想成了“有高度智慧的生命”，这是两回事的。我说了有智慧的生命，不意味着发展出发达的文明。佛法里相应的词叫有情——有情识的生命，能够了别，能够有感受，这叫作“有情”。

第二个情景中我假设的是“没有任何生命”，不要想成“没有任何其他生命”，好吧？你那跟我的假设的不一样。没有任何其他生命，那就

叫作“我的，我的，都是我的”，“不要砸我的星球，我要欣赏它的美，独属于我自己的美”。

好，还有没有其他问题呢？如果没有其他问题，我们来向下说。我是希望用我们大家公认的一些基础，和大家公认的一些逻辑路线，来得出一些我们共同的结论，而不是我一个人在这儿倾倒一些事先准备好的结论给你，所以每一步我都要问大家“认不认同”——不认同的请尽管说，让我们把误会消除，让我们有足够的沟通。到这为止，我们对于“价值与什么相关，依托于什么”做了一些说明。

四：佛教的生命观与苦乐观

佛法中如何看待生命、看待苦乐呢？

生命或者是说以人为典型特征的生命，常常用“十二支缘起”的方式来说明，就是刚才说的“无明缘行乃至生缘老死”这样的一种生命观。当然，佛教的生命观是很广大的，从欲界到色界、无色界的生命，不过总的来说生命是缘起的，是“此有故彼有，此无故彼无；此生故彼生，此灭故彼灭”的缘起现象。在这样的缘起中，或许有一些具体的差别，但是抽象地来说都是烦恼、烦恼导致的业，以及烦恼和业和合而引发的后有的生死苦果。烦恼又叫“惑”，所以也可以说轮回就是“惑、业、苦”的流转。

有一些人可能不知道，这十二支缘起实际上是佛主要针对我们胎生的人来说的，在其他一些有情那边可能有一些不太适用，为什么呢？其中谈到了“六入”，就是“六根”——眼、耳、鼻、舌、身、意，包括前面的“名色”支，有一些有情没有色法，或者没有显著眼、耳、鼻、舌、身根，因为十二缘起支谈的是以胎生的人为主要对象的一种缘起的表述，所以它的普世性并不广。但如果把这十二缘起支给抽象一下，其中有一些是烦恼（无明、爱、取），有一些是业（行、有），还有一些是以蕴处界这样生命当体表现出来的苦（识、名色、六入、触、受、生、老死），这惑、业、苦的流转，对于三界——欲界、色界、无色界的有情都普世。这几句话是说给有足够佛法背景知识的法友听的，其他的先不用疑惑。你知道佛教的生命观是三世因果就够了，惑业苦的轮转其实就是在说这样三世因果的生命观。

在这样三世因果的生命观下，相关联的苦乐观就是“善业感乐果，恶业感苦果”。对于这样一个框架，大家清楚了吗？生命观是三世因果的生命观，那苦乐观是这样的“善业感乐果，恶业感苦果”，清楚吗？

这个有情——有智慧的生命、有情识的生命，之所以在这样的生死流转中、三世因果的前后相续中感受苦乐，就是因为有这样的“善业感乐果，恶业感苦果”的规律和现象。这是就有情的流转来谈的，但还有超越于此的，是什么呢？虽然“善业感乐果，恶业感苦果”，但是究竟地看这样生死轮回中的乐，也包含着苦。能体会这句话吗？年轻人可能体会得困难。我曾经在一场合跟一些法友交谈，当时在场的有年轻人、有中年人，还有年龄稍大一点的，我说：佛法讲的一些事，很多中年人比较容易有感受，而年轻人不容易，为什么呢？因为年轻人充满了各种憧憬和幻想，憧憬着那种稳定的美好，幻想着一直不会坏灭的公主和王子的故事。（众笑）可惜啊，那些剧里总是在被“End”之前定格在这样一个画面上，然后就结束了，是吗？为什么呢？再往下演就糟糕了。（众笑）为什么中年人容易接受呢？因为幻想破灭了。（众笑）我这么说了之后，当时在场的就有一位举手站起来说：“法师！我现年××岁（个人隐私，超过了三十五岁），我就是你说的幻想破灭那一伙儿的。”（众笑。）

自己想象的快乐中包含了苦，佛法中管这个叫什么呢？坏苦，可以做浅、深两种理解。浅的理解就是这个快乐本身会结束，结束之后，你那个快乐还在吗？快乐会结束，结束了当然不在了，你会怎么样啊？你会不情愿，你会再去寻求。你不信？不信你看看失恋的人就知道了。（众笑）再比如一群人去聚会，山珍海味，推杯换盏，用大家的话来说，是吃得非常的嗨。但是太嗨了，喝多了，说话不当，起了冲突；起了冲突还不算，还动了手；动了手还不算，还抡了酒瓶，还把这些菜碟子都飞起来了，大概有扣的，有砸的，还有飞的，最后120“哇呜哇呜”地开来了。那这些人事后回想这一餐饭，痛苦的经历、还是美好的经历呢？要不要每天来一顿？刚开始也未尝没有一些快乐，但是等到它坏灭的时候，人们感觉到的是苦。曾经叱咤风云，权势显赫，突然之间从高处跌落，痛苦不痛苦？这是说浅的。

深的理解的话，就能够理解到所谓的快乐本身，就是苦的变形。大家现在在这儿坐着，让你们这么坐2个小时还好，让你们坐6个小时，行不行？坐着不要动，行不行？6个小时要行的话，前面再加一个“1”，行不行？好，不行了，那你需要怎么样？需要站起来，对吗？刚站起来时候，感觉很舒服很快乐。站着不要动，4个小时之后，还想站着的举手。6个小时之后，还

想站着的举手。6个小时还不够，前面再加一个“1”，受得了吗？这个时候你想怎么样？能不能让我再坐一会儿？《大智度论》里谈什么叫作快乐呢？“新苦为乐”：旧苦感觉是苦，出现了一个新苦，你觉得它是快乐的。再一个是“小苦为乐”：我们说古代，一个人被判了死刑，要斩立决或者是绞刑甚至是凌迟处死，一刀一刀地削，很痛苦是吗？如果这个时候给他改判成打他20大板释放，你觉得这个人是快乐还是悲伤啊？

营员：快乐。

法师：那平时平白无故打你二十大板，是快乐还是悲伤？

营员：悲伤。

法师：“小苦为乐”，你需要在这样的对比中，去看清自己快乐的错觉。我说得太扎心了，是吗？你如果能够认识到无常的逼恼，认识到这后面苦的味道，实际上你对于生死流转中的这种乐，就会生起超越的心。有这样想法的人会真的认识到“三界无安，犹如火宅”——这是佛法里的一个譬喻，听说过吧？

什么叫火宅啊？着火的房子。这个房子要是着火了，我们会怎么反应？（**营员：跑啊**）没有一个说继续听你讲的吧！（众笑）因为我也会逃跑，不过我会先组织大家撤离的，你放心。

好，如果你真的意识到，这是一个着火的房子，出去是必然的选择。那有一些人就能认识到生命中实际上总是充斥着这样苦的味道、那样苦的味道，于是乎他不玩了。认识到这是一个着火的房子，不在里面玩了，要出去。上午**法师不是讲发出离心嘛，因为时间的关系，没有特别给大家讲为什么要发出离心。这就是根本的原因，因为对一个有这样智慧的人来说，那种迷惑的凡夫的生命形态基本上就是两件事——苦及苦的因。你觉得悲观吗？不悲观。他要没有解决之道，只能是这样苦下去，那是悲观的。

佛法是很积极也很有建设性的，这么说是因为他首先勇敢地、真诚地面对苦的现实，然后去寻求解决苦的方案，并且给出了经过验证的解决苦的方案，这就是佛法建设性的地方。这就相当于我们面对一个问题，

学习上也好，工作上也好，生活中也好，如果有一个问题，你假装没有这个问题，不去面对，请问这是消极还是积极？

营员：消极。

法师：那如果生命中有苦，有老、病、死，你不去面对，是消极还是积极？

营员：消极。

法师：大家回答的声音没有刚才大了。老、病、死是不是生命的问题？

营员：是。

法师：那你不敢面对，是消极还是积极？

营员：消极。

法师：声音比刚才大了，你终于敢说自己是消极的人了！恭喜你，你起码有了一丝真诚！你是一个消极但真诚的人。（众笑）当然，我希望你变成一个又积极又真诚的人。但是你只面对，不去寻找解决方案，你称得上真正的积极吗？很难，是吗？你要积极地去寻找解决方案，当你真的找到解决方案并解决了问题的时候，你不仅是积极的，而且是成功的！对不起，我知道成功学是伪科学，但是我说的这种成功是从生命价值圆满实现的角度谈的，因为你解决了生命真正的问题，把生命真正带向了究竟离苦得乐的境地，实际上就是价值得到了最圆满的实现。有这样超越的境况，在这种超越的实践中，他能够实现对于生命中这些苦的根本性的超越。不像这种流转的生命中，只是苦的表观多少的变化而已，你不能够根本地消除苦，也就意味着你没有办法在延续生死流转的情况下实现圆满的价值。实现圆满的价值，意味着究竟的离苦，同意吗？

营员：同意。

法师：实现圆满的价值意味着究竟的离苦，意味着究竟的安乐，佛法把这个称为什么呢？

营员：涅槃。

法师：对。涅槃，最不容易发生误解的表述叫作“一切苦的止息”。上午**法师讲了表诠和遮诠，这种对于涅槃的诠释就叫作遮诠。当你息灭了一切苦，那就是涅槃。

佛法的涅槃，不是一般人想的“死了”，而是以智慧尽断烦恼，息灭一切苦，这叫作涅槃，是活着的时候就可以实现的。释迦牟尼佛以及诸阿罗汉，在以无漏智慧尽断烦恼的那一刻，就叫作现法涅槃，术语称为“有余依涅槃”。他还活着，有业所支撑的业报（就是所谓的五蕴）作为依凭，这叫“有余依”。有余依涅槃，虽然五蕴身心还在，但是尽断烦恼，这是苦的止息，是圆满价值的实现，这是从超越层面上来谈的。超越层面上是一切苦的止息，这是涅槃还灭。

所谓的生死流转和涅槃还灭，说明了世间的苦乐和出世间的离苦得乐，都是包含在有情的缘起中的：“无明缘行、行缘识乃至生缘老死，纯大苦聚集”，这是生死流转；那“无明灭则行灭、行灭则识灭乃至生灭老死灭，纯大苦聚灭”，这是后面的涅槃还灭。这样看，佛法的苦乐观其实是一贯的。

五：三类有价值的生命形态之人天乘

（附：佛教因果观与宿命论的不同）

实际上你如果懂得缘起的有情观、缘起的生命观，那也就知道关于苦乐是怎样的现象与规律。你懂得了这些，其实就很清楚怎样去建构自己有价值的生命。怎样去建构呢？其实是有高低的不同，或者说实践中浅深的差别，我下面略微再说一些。我们前面谈到了价值是依托于有情的苦乐，所谓的有价值是有情的离苦得乐，那么有价值的生命必然是向于离苦得乐的，这个没问题吧？问题是怎么落地——我怎么过有价值的生活？怎么去离苦得乐？这就是当你认识到关于生命的价值在于有情的离苦得乐之后，你所要面对的问题。

1、发增上生心

佛法中谈了几类情况：第一类情况其实是适用于绝大多数人的，很可能就包括在座的你，为什么这么说呢？因为第一种情况更符合一般人内心的期许。第一种情况谈的是，你怎么样基于生命的规律，在现世生活得好一点，也能够让自己的下一生活得比这一生更好一些，喜欢吗？下一生比这一生长得更漂亮一些，下一生生的那个家里更有钱一些，最好换成扎克伯格做爸爸，下一生的眷属更圆满一些，下一生的资财更丰饶一些，下一生的寿命更长一些，身体更康健一些，谁不喜欢这样的生活呢？所以我说这可能是绝大多数人想要的生活。

你说：“难道还有这一类修行吗？”佛教中有这样的修行。但是这样的修行，你也要懂得它的规律才好——所有的修行都包含了几个要素：第一个发心，就是我希望我的生命达成什么？光有发心，没有相应的实践方法，有用吗？没用啊，那就谈到了具体的修行方法，然后会得到相应的结果。所以我简单地把下面几种情况，从这几个角度简单地谈一谈。

刚才说的第一种发的是什么心呢？叫“增上生心”，听过这个词吗？简单地说就是我希望下一生比这一生更好，“增上”表示更好的意思。想要下一生比这一生更好，需要做相应的因缘吧？那这种修行，本质上其实并没有直接指向对于一切苦的超越。所谓的我在轮回中能够拥有更多的表观上的安乐，有更少的表观上的痛苦，这就是增上生心的希望。增上生心希望的是下一生比这一生过得更好，所谓的“更好”就是更多的表观安乐，更少的表观痛苦。

2、发心就包括了发愿的意思

我希望下一生比这一生更好，要怎么修行啊？我从前在这些微信文中学了一个词，叫“投胎小能手”，（众笑）你们听说过吗？你要想有一个好的增上生，那你就要做一个“投胎小能手”。我最开始学到这个词，是在 Facebook 上看到扎克伯格有了女儿之后，都说这个孩子是个“投胎小能手”。怎么做“投胎小能手”？你修增上生的人要懂。生到一个比较好的环境中去，自己从小有个比较好的生长条件，比较良好的教育、家庭环境和周边环境，同样都是一样的资质，成长起来就不一样了。那怎么做呢？不外乎是你修一些善法，然后自己发愿——增上生心的发心中其实就包括了发愿的意思，我希望下一生生在什么样的地方，生在什么样的人家，有什么样的成长经历，能够获得什么样的身心正报和家庭的环境、外面的依报等等这些，可以自己发愿。你只要有相应的善业配合，这些愿望是可以实现的。不要忽

略我的前提——你要有相应的善业配合；如果没有相应的善业的配合，那就是空愿。什么是空愿呢？空炮单，打出去没有杀伤力。

3、修行方法——三福业事

修什么善法呢？增上生心的人要修习的主要是布施、持戒和禅定。其中的布施能够感得来生的资具安乐，就是财富方面会比较丰饶，当然还有一些布施也是跟比较好的正报身直接相关的。关于布施果报的，你们了解一点佛法的，听说过，对吧？了解吗？你有没有注意到一个现象，特别是在国外，越富有的人越布施，除了一些社会法规的调节之外，这里面也可能有佛教所说的“等流习气”的关系在里面，他习惯于布施，从布施得到这样财富的果报。

当然，佛法不是宿命论，这一点要注意！有一些人理解的因果是宿命论，那不是佛法。宿命论的一个表现，认为“一饮一啄，莫非前定”，这是有重大问题的，这是外道的因果观，不是佛教缘起的因果观。佛教缘起的因果观是说，果是依于因的，因如果发生了变化，果也会发生变化。这一生所遭遇的一切，主要是由两种因素来贡献影响力的：一种因缘就是我们常常说的业，感这一生果报的业，贡献了影响因素；还有一部分很重要，很多佛教徒不知道、不强调，那就现生的功力，就是你这一生的努力。你这一生的努力，起不起作用呢？起作用。打一个比方的话，就好比你有钱，现在想提现金，一般来说你要找个ATM吧，或者是找一个储蓄网点，然后取钱出来。你总要为此做一些努力吧？这譬喻的什么呢？你布施的善业所感的这个资具安乐的果报，就像你账户里的钱。你什么也不做，就等着天上掉金元宝，那金元宝掉不下来。你总要去做一些努力，才能够将这样的果相达成。人这一生的努力如果非常强大的话，是可能改变这一生的重大走向的，只是很难而已，你需要做非常强盛的善业或者恶业，才能够产生这种改变。

这谈到布施的时候，谈到这样的因缘观，不要有那种机械的因果观，那并不随顺佛法，佛法最根本的意趣是说的缘起，缘起的意趣就没有那样自成的、不待他的情况。那种宿命论，近乎于“因中有果”，是经不起推敲的，在现实中也不可能。换句话说，缘起的因果观是充分地重视并且提倡人的主观能动性，并不像一般人说的“你这个业就是这样，没有办法”。如果是“一饮一啄，莫非前定”，那就是意味着你做什么努力都没用，对吗？如果是“一饮一啄，莫非前定”的话，你做努力有用吗？没用啊。你为什么

要学习啊？不还是因为你觉得、你也认同，学习能够改变吗？世间人为什么在奋斗啊？不还是他觉得奋斗能够改变吗？而且事实也是啊，你努力学习就过了，不努力学习就挂了。（众笑）能改变啊！不是“一饮一啄，莫非前定”吗？如果真是前定，我不学也过，或者是我学了也挂，那不是佛法的因果观。这是谈到布施中，略谈一下关于因果观的认识。

六：三类有价值的生命形态之人天乘

持戒不会失去人身，为什么这样说呢？这里说的持戒指的是五戒、十善这一类的。大家知道五戒的基本内容吗？

营员：杀、盗、淫、妄、酒。

法师：不杀生，不偷盗，不邪淫，不妄语，不饮酒。前四条是所谓的性戒，就是在世间乃至国法也不认为是好的，一般也不认为是道德的，后面的不饮酒是为了预防人因为饮酒乱性——本来挺好的一个君子，饮酒之后失去了自己惯常状态，有可能犯一些平时不犯的错误。

持戒为什么不会失去人身？原因就在于前面那四种性戒——杀、盗、淫、妄，实际上是不随顺于人的根本特征的。人有不同于动物的地方，在今天我们很多人喜欢拿动物的一切往人类活动上套，而且还每每以为是至宝，比如说“丛林法则”。很多人都信奉“丛林法则”，内心把这个当成安身立命的真实想法、真实规律去依从。但是“丛林法则”是动物间互动的那一套，一个堂堂正正的人，在关于自己怎样活、怎么建设自己这一生上，最后退堕到“我要用我的人形，去过畜牲的活法”，这很有价值吗？这很值得称道吗？只要能发财，坑、蒙、拐、骗、杀——这是不符合人的根本特点的。人的根本特点是什么呢？印顺法师在《成佛之道》里依据经论总结了三点，叫忆念胜、梵行胜、勤勇胜。

什么叫忆念胜呢？人的记忆力好，有一些记住的东西能够终生不忘，如果人真的想记住一个东西，他就能记住。你不信？“离离原上草”——

营员：一岁一枯荣。

法师：你看，都是小学学的嘛——忆念胜。这个忆念胜，甚至超过了欲界的天人。欲界天人正报身其实不错，坏在哪儿呢？生活条件太优越，就是五欲受用太好。人驰骋五欲，智慧会受到减损，你不信啊？都是刚上完课，一位小伙伴书包一扔，到网吧去玩了一个两天、两夜出来，你问他：你进网吧之前的那堂课讲啥了？他可能想半天都是在想我刚才又了胜一局。那另外一位，这两天一直在做相应复习、相应修习的。你觉得他俩，哪一个对于这些忆持得更好呢？在他们俩本来智力程度差不多的情况下，驰骋五欲的那个人关于一些东西的忆持明显衰减，智慧要显得可能会暗钝一些。所以驰骋五欲并不是安乐的事，这话有点远，简单提一下，这是忆念胜。

什么叫梵行呢？是指的离开男女欲染的生活。有男女欲染的生活不叫梵行，离开了男女欲染的生活叫作梵行。狭义的说是这样，广义的说是指的追求道德，甚至追求最高道德的实现，这叫作梵行。是从狭义引申到一个广义的内涵——追求最高道德的实现。所谓最高道德的实现，在佛法来说就是一切烦恼尽断，那才实现了最高道德。人为了修行清净的道德，从生理上来说，本来可能跟这些欲界的畜牲差不多，不过因为认识到道德的可贵、智慧的可贵，而能够精进正确地修习，从而令身心清凉、安乐，离于男女欲染，乃至生起无漏智慧，尽断烦恼，达成最高道德，这是人的梵行胜。

这里提的三种殊胜——人的特点，不仅仅高于畜牲、饿鬼、地狱，甚至连欲界天人也比不了。最后一个勤勇胜。大家看看我们人，就算为了世间的目的，也能够发起非常强大的精勤。比如做买卖的，可以半夜起来、凌晨起来，去做一些事情。那为了身体健康的，如果得了什么病，或者为了身体健康，需要他凌晨三点、四点起来，他就会起来，去做相应的锻炼。那还有一些精进修行的人，也是可以做出很多在别人看来比较难行的事情。这叫勤勇胜，他能够发起很强胜的精进，这是人的特征。动物很难，得牵着、推着、打着才能够做这些事，要不然就是纯粹本能的驱使，谈不上以坚定的意志去为了一个有价值的目标，持续地精进。欲界天人从身心上本来说是具备条件的，但还是那句话，生活太优越了，五欲受用太好了，沉迷其中，所以意志变得薄弱。这一点你如果理解起来有困难，那你想一想中国古时候一句话叫“温柔乡是英雄冢”，怎么了呢？把意志搞薄弱了。

人有这样的忆念胜、梵行胜、勤勇胜，这是人有异于欲界其他有情的独特的特点，这才是作为人最显著的独特性，简称“人性”。而不是人有饮

食、男女叫人性，动物也有，那叫什么人独特的特性呢？人独特的特性表现在忆念胜、梵行胜、勤勇胜，而持戒中，这些都涉及到了。持戒中在不断地培养、张扬，独特的属于人的特性，简单地说，持戒在增胜一个人的人性，与持戒这些背道而驰的，其实是令自己的人的气息、人的味道越来越淡漠了，所以佛法里说，持戒的人能够不失人身。而经常做这些与戒律背道而驰的不道德的事情，实际上就是让自己与人的气味越来越疏远，最后同生相克，同气相求，该到哪里去就到哪里去了。

佛法从《阿含经》就开始这样说了，佛说：“失人身者如大地土，得人身者如爪上尘。”看着这么多的人，这一生结束之后，失去人身的就像大地土那么多，在这一生结束之后能够保证人身不失的，就像手指甲里的一点灰尘那样少。比例是如此悬殊，奇怪吗？不奇怪啊，看看今天我们大家在世间看到的现象，看看人们普遍的活法和道德状态，到底是跟人的特征更相应呢，还是跟地狱、饿鬼、畜牲更相应呢？未来的结果又有什么好奇怪的呢？到时候该到哪里去就到哪里去啊。《Que Sera, Sera, Whatever Will Be, Will Be》听过这首歌的吗？

营员：听过。

法师：还有听过这首歌的啊？好，演唱会不开了。（众笑）我看到还有出家师父点头表示听过的，我感到很惊奇。

持戒不失人身，修禅定能够生天。你要上天啊，要修禅定。我听到年青人中流行一句话——“你要上天啊”，我学会了。你要上天得有上天的办法，要修禅定。以后你在那儿一打坐，或者你朋友一打坐，你过去就说一句，“你要上天啊”，这就非常应景。虽然禅定的作用不仅仅是上天，但是在发增上生心的修习中，修习禅定的主要目的是得到更美好的下一生。有禅定相应的强大善业，在临命终的时候定力不失坏，它能够引得这样的异熟果报是生于相应的天，这里，大家不太熟悉的情况下不去多讲。

4、得人天果

这是人天乘法，他的发心是发这样的增上生心，修行方法主要是布施、持戒，修习禅定，最后得到的果报是人中、天上的富乐安稳。只是人中、天上的而已，不是说彻底地离苦。或者是更多表观的安乐，或者是表现为暂时的没有表观上的痛苦，但实际上还在生死流转中，没有解决问题。如

果打比方的话，三界就像着火的房子，发增上生心的人就相当于说，希望我下一步到一个火不那么盛的风子里去，或者是说希望我能找到带游泳池的房子，然后在里面清凉一下，这样而已。究竟安全了吗？没有，他不根本解决问题。

不过这个增上生心的相应修习，恰恰是我们很多人需要的，对吧？这一生能够有良好的修养，去做正确的因缘，这样，这一生能多一些安乐，下一生能够比这一生过得更好，身体更健康、更庄严、更漂亮，头脑也更聪明，这叫作正报身心上的好。也有更好的依报环境，生在好人家，有好的生长环境、受教育的条件等等。也有更好的眷属，等到长大了能够遇到那个理想的他（她）（众笑），然后生一个孩子，生一个不够，生两个孩子，也是非常的可人意，最好再养只狗，（众笑）怎样怎样。这是增上生心和他可能的情况。当然了，生于天道在福报上比人中的大，不过我们一般人了解，所以很多人想象的极限就是人中的富乐安稳而已。实际上欲界天人，从欲乐上要比人中上好得多，色界天人的安乐也是更为微妙的，大家可以去了解。这是关于发增上生心，修人天乘的善法，以及他们相应的得果，这被称为“五乘共法”。

5、人天乘又被称为“五乘共法”

哪五乘呢？人、天、声闻、缘觉、菩萨。所谓的五乘共法，就是你不管是希望得到人中的果报、天上的果报，还是得到声闻法中的果报、缘觉法中的果报，还是得到菩萨乘的极果——佛果，这些内容都是大家共同要学、要修的，就相当于什么呢？小学内容。你听说过小学内容没掌握，就能大学毕业的吗？我说是“没掌握”，不等于“上没上小学”，他不上小学也要掌握这个，才能做下面的学习。五乘共法就相当于说这样的内容。

七：三类有价值的生命形态之声闻缘觉乘、大乘不共法

声闻缘觉乘

1、发出离心

下面来谈如何离苦得乐的另外一种情况，他发的什么心呢？就是上午**法师提到的出离心。发出离心的人，看到三界就是一个着火的房子，这

里没有真正的利益安稳可谈，最多最多是一时没有很多苦苦而已，没有那么多表现的苦而已，实际上可能还有坏苦；就算没有坏苦，行苦始终相伴。他有了这样的认识之后，意识到了这是一个着火的房子，他只有一个想法，三个字叫作“冲出去”，他希望能有超越三界的，究竟的离苦安乐。这从价值来说，比对于前面是更大的价值、更圆满的价值。因为三界生死流转中的安乐不究竟，后面有更多的苦在等着。就像一个人逗留火场，就算东转移、西转移，到头来还是会受到种种火的逼恼，并不是真正的安乐。但出离心不一样，出离心的修习是他要究竟地超越三界。超越三界的什么？超越三界的生命形态，超越三界的苦乐。

2、修行方法

他的修习内容，简单地说就是修习种种道品，佛本人常常用“三十七道品”，或者是其中的某一类来说明，说得最多的就是“八正道”。如果把八正道再浓缩一下，就是修习“三无漏学”——增上戒学、增上定学、增上慧学。至于八正道的内容，时间关系，我先不说了，如果大家想了解，可以百度一下。八正道的内容，在百度里说得一般都还不太离谱吧！不过大家也别太依赖百度了，其实还是有很多离谱的。你最好还是有一个比较可靠的来源，来做一个系统的学习。

简单说说三无漏学。“三”是数字，表示三类。说到“无漏”，就有一个对应的“有漏”。什么叫漏？什么叫有漏？什么叫无漏？漏是烦恼的意思。有漏，有人说就是有烦恼，无漏就是无烦恼。不过还有另外一种说法有可能更合理，有漏是烦恼随增意。什么叫烦恼随增呢？就是当心这样运作的时候，烦恼增长了，这就叫烦恼随增，相应的这些心的状态就叫作有漏法，同样的，在另外一面，如果他内心这样运作，烦恼不仅不增长，反而减损，那是无漏。从这个意义上说无漏，你说凡夫有没有可能有无漏法啊？这个意义上说有漏，凡夫肯定有有漏法，烦恼随增。但是这个意义上说无漏，凡夫不可能有无漏法？请问：这个人修不净观，烦恼欲贪得到了减损，烦恼等随减损，这个时候他是符合有漏意还是无漏意？

营员：无漏意。

法师：那就是了，谁说凡夫不可能有无漏法呢？我特别在前面强调“在这种意义上说”，你不要总把自己习惯性的定义带进来。在这种意义上说，随着你这种心的运作，烦恼得到减损，这个法就是无漏法。这是一种解释，

有他的正当性。当然，如果一定要像有一些解说那样，把有漏说成有烦恼，无漏说成没烦恼，那无漏就唯属圣人了。这是解释一下“无漏”。所谓这个“学”，就是我们学习的地方，我们想要发展无漏，乃至最后培养出来无漏智慧，尽断烦恼，证道，需要在哪些因缘上努力呢？需要在戒、定、慧上努力。“增上”的意思，是指的这些指向于无漏圣道的，能够最终使人超越这个世间的增上戒学、增上定学、增上慧学。作为出离心相应的修习，最核心的来说，也就是这样戒、定、慧的修习。

3、得果

这样的修习，最后得果得的是什么果呢？得的是声闻圣果，从初果向一直到阿罗汉，也包括缘觉道中的辟支佛，如果就无学果来说。无学的意思就是你烦恼尽断，不需要有什么再去修行的。就无学果来说，是阿罗汉和辟支佛，有什么不同呢？阿罗汉是出现在有佛的世界、有佛法的世界，辟支佛出现在没有佛、没有法的世界，他们所证得的无学果有相似性，也有一些小差别，这里不去做更具体的说明。

这一种有价值的生命的努力，是向于超越三界的一切苦乐进发，最后尽断一切诸苦，从价值的实现上圆满不圆满？我们前面说有情的离苦得乐叫作有价值。他尽断了一切苦，得到了涅槃的究竟安乐，圆满不圆满呢？他的价值是圆满的。

4、三乘共法

这一种修行被称为“三乘共法”，就是声闻、缘觉和菩萨都共同要学修的内容。你不要以为菩萨就不修八正道，菩萨就不修增上戒学、定学和慧学，也都修习。

大乘不共法

第三种非常有价值的生命的实践，叫作发菩提心，行菩萨道。如果还用刚才火场的譬喻，这是什么样的人呢？好，这栋大楼着火了，他明明知道从那个安全通道直冲出去就离开了火场，就安全了，但是他不。不是因为他贪玩儿，也不是因为他睡着了，他很清醒，他知道自己要干什么，然后他做什么事呢？楼上、楼下挨个房间跑，敲门：“告诉你着火了，赶快顺着这个逃生通道，怎么怎么跑出去，你就安全了。”他存的什么心呢？“我

一定要让这里的所有人都安全逃生，尽到我自己最大努力，然后我自己再出去”，是这样的心理。

所以，菩萨的发心，跟声闻人发出离心，有共同的价值判断，就是什么是有利的、什么是有害的，什么是苦的、什么是乐的，三界到底是可留恋处、还是不可留恋处，是应该出离、还是应该恋栈。他们对于这种的判断是很明确的、一致的。但是他们另外一个抉择不一样，声闻人的抉择、发出离心人的抉择是，我要尽快让自己安全，我要尽快地离苦。这对于迷惑的人来说，是很聪明的，也很值得赞叹的；但是菩萨的了不得处在于，他明明知道留在火场中要受种种苦的逼恼，而且他明明也可以一转身就出去了，但是他不，他要帮助别人出离，他有这样的发心。都是令有情离苦，不过他这个更广大，不是把“我”放在第一位，甚至可以说，在这个过程中，究竟的菩萨发心是唯一利他为自性（编注：不是说法有自性，是说现象上的独特特性），这就是菩萨发心的伟大。声闻人在逃生的路上，如果碰到一个人，他会很好心地告诉人家：“快跟我一起跑，这房子着火了”，但是他没法做到像菩萨这样，组织所有人逃离，最后再说我的事儿，这是不一样的地方。但是他们对于三界、对于生命、对于苦乐、对于利害的判断，一致不一致呢？是一致的。

菩萨的修行，我们常常说是修习六度、四摄。六度——布施、持戒、忍辱、精进、禅定、般若，我这里不去介绍了，你们愿意百度的，都可以百度到。你看，百度替我省了多少时间。四摄——布施、爱语、利行、同事，我也不去解释了。这些都是在这样的菩提心的摄持下，先是有这样的菩提心，空慧相应，广行六度、四摄，到福德、智慧两种资粮都圆满的时候，能够在无佛世界，自己究竟成道，现身作佛，广开法化，利益众生，为人天眼目，这是“大乘不共法”。

八：依下能起上，依上能摄下

这里略略地说了三类修行，不要把他们看成各自隔别的，他们之间是有相互关系的——“依下能起上，依上能摄下”。你要是没有对于三世因果的基本认识，不会有增上生心；没有对这样生命的直接认识，也不可能有更深刻的出离心，这个人连因果都认识不了，连简单的布施、持戒这些事情都做不到，说他能够修行，超越三界，你信吗？反正我是不信的——“依

下能起上”。那“依上能摄下”呢？你像发出离心，想要超越三界的人，他有没有持戒的行为呢？戒、定、慧三无漏学都是有的。像发菩提心，行菩萨道，究竟利益一切有情的，他有没有布施、持戒、禅定这些修习呢？其实都是有的，在六度中都有类似的名目。只不过在六度中因为菩提心和般若慧的摄持，表观上类似的修行，比如说布施，从那样人天善法的布施，变成了菩萨的布施波罗蜜。

这里我要提一点，我们在听一些弘法的说明中，有人给连三世因果都不信的人讲六度，然后教人去行六度，这是没有认识到六度或者叫波罗蜜，怎么样能够成为度，怎么样能够成为波罗蜜。仅仅布施，就是布施波罗蜜吗？就是布施度吗？六度又叫六波罗蜜。“波罗蜜”是音译，“度”是意译，大家常取“到彼岸”的意思。

营员中有没有对于佛法有一点了解的，一般的布施就是布施波罗蜜吗？如果不是，有什么相同和不同？诸位，刚才我在陈述中已经把答案都说过了，但是回过头问的时候，看来刚才你们没有抓住那句话。人天善法的布施，并不就是布施波罗蜜，从表观上看，都是拿一件衣服给了这个需要的人，是布施的行为，但是在这个人身上就是人天善法的布施，在那个人身上就是菩萨道里的布施波罗蜜。

营员：发心不同。

法师：好，发心不同。大家同意吗？

营员：同意。

还有什么其他的不同吗？我们上面谈的主要就是发心的不同，一个人可能是增上生心，甚至说连增上生心都没有，只是一种惻隐之心做了这种事。连对于生命前后因果关联的智慧和认识都没有，谈不上什么增上生心，也是可能的。我们谈有增上生心的，那他就是有意识地在修人天善法。那么发菩提心的，只要有菩提心，那个就是波罗蜜了吗？这深了一点。我刚才其实谈到了答案，我刚才说“在菩提心和般若慧的摄持下”，记得我说的这句话吗？

为什么要谈般若慧的摄持？“般若”是音译，意思是智慧。经论中说：“五度如盲，般若为导”，前五度——布施、持戒、忍辱、精进、禅定，如

果离开了般若的摄持，谈不上是波罗蜜。为什么说是“如盲”呢？就是不能够到达的意思。般若为什么是“导”呢？它能够摄导这前五度，成为无上正等正觉的资粮。南传佛法谈到“波罗蜜”的时候，常常强调这个“资粮”意。因为没有般若慧，对于世间的本质没有正真的认识，没有如实知，所以他的发心并不指向出世的、圆满的无上正等正觉。只有他的菩提心是与般若慧相应，来摄持着前五度修行的时候，那么，同样的布施行为才成为菩提的资粮、无上正等正觉的资粮，称为“波罗蜜”。

九：学佛三要（附：悲悯苦果，更要悲悯苦因）

上午**法师给大家说的其实是比较深的一堂讲座，那我下午也省了很多事，现在直接引用就好了，《大般若经》中有几句话叫作：“一切智智相应作意，大悲为上首，无所得为方便。”这是说修行的三个根本要点，特别是学习佛那样发心修行、行菩萨道的三个要点，印顺法师把这三个称为“学佛三要”。不是一般意义上泛泛的学佛，而是向佛陀学习，学习佛陀的因地发心，学习佛陀的因地法行，当这一切学习达到圆满的时候，你说发生了什么？就是那句歌词啊——“长大以后，我就变成了你”。我们是歌曲大串烧，是吧？听过的请举手，我希望你们长大之后都变成佛陀。

一切智智相应作意

“一切智智”就是指的佛智，所谓的“相应作意”，简单地说就是“我希望具有佛智”。佛果的全部功德是以佛智为核心的，那这样的一切智智就指代了圆满的佛果。“一切智智相应作意”，就是以这样圆满的佛果为自己的发心，这就是我们狭意所说的发菩提心，简单地说就是“我要成佛”。不是我要上学，也不是我要读书，是我要成佛。这是用白话来说，就这样简单。印顺法师在“学佛三要”里把这个总结为“信愿”。

大悲为上首

“大悲为上首”说的是什么呢？他做什么事，做任何一个决定，出发点都只有一个——令一切众生离苦——永远是以这样的发心为出发点。什么叫悲呢？答：“悲”是悲伤的意思，是吗？

营员：不是。

法师：那“悲”是什么意思？我听有的人告诉我说是“慈悲”，那慈悲又是什么意思啊？

佛法中说“慈”是予乐的意思，“悲”是拔苦的意思。就我们心态简单来说，你希望他安乐，叫作你对他的慈心；你希望他离苦，叫作你对他的悲心。这里的“大悲”，不是说只希望他离苦，当然也希望他得安乐，只是用“大悲”做一概括。佛教里有一部论叫《俱舍论》，谈得非常好，说：慈、悲、喜、舍四无量心，如果成就一个，其他几个也都成就。有道理，你实修就知道了，从义理上也能说明白：你修慈心，慈心成就的时候具足了悲心，自己内心也具足了见到有情离苦得乐而生起的欢喜，也突破了亲、中、怨的障碍，具有远离贪嗔的平等舍心——成就一个的时候，四个都具足了。所以，这里以大悲为代表，应该把它看成是具足这样圆满的慈、悲、喜、舍四无量心。

悲和大悲有什么区别呢？悲是拔苦。大悲是什么意思啊？如果在大乘的经论中，特别像类似《大智度论》中要解释起来就有比较多的含义，简单地说就是“普遍而没有遗余”的意思。遍满的慈悲，从空间上来说，没有任何一个有情是例外的；从时间上来说，根本就不做任何限定——不是说，作为一个菩萨，我只发三大阿僧祇劫的心；真正的菩萨，发的是尽未来际，或者是时间上不加限定的心。尽一切处，尽一切时，不加任何限定，希望一切有情都能够究竟地离苦得安乐，这是菩萨的大慈大悲。这种“大”可以简单理解为“普遍”的意思。

我们一般人的慈悲心，普遍吗？可能说：“我希望祖国繁荣富强”，“我可以对所有人发起慈心，除了某国人”，“我可以对地球所有人发起慈心，除了某国的首相”，这些都不是大慈悲的表现。佛法中的慈悲，真的是“于善、不善等以慈”，理解吗？我们一般是爱憎分明：对于善人，心生欢喜；对于恶人，心生憎恶。用我们年轻人的话说，看到恶人之后，心里冒出三个字叫“你去死”，不是慈悲心。像在菩萨和佛的心中，对于这些善人、不善人，慈心没有差别，是平等的。有道理吗？

说“有道理”的，告诉我有什么道理。“恶人，你慈悲他，那不是养祸害吗？你就应该消灭他啊，从肉体和精神上消灭他！为什么还要慈悲他啊？干掉他才是唯一正经的啊，为什么不啊？”你们刚才有说“于善、不善等以慈，有道理”的，能告诉大家吗？哪位说一下想法？没事的，我明显站在你一方，怕什么？有没有来论证一下的？《八大人觉经》中说：“不念旧

恶，不憎恶人”，为什么？这其实还是跟生命观有关系。是从道理上来说，不是从心态上培养，心态上可以不讲道理地培养出来对于一切有情的平等慈心。你去修慈心，只要有正确的指导，基本上每个人都能够修起来。修慈心的时候，不用讲道理，只要这样去修，就能够养出这样的心态。那个时候你就知道人情绪的奥秘，但这里不谈，我们谈讲道理的方法，讲道理的里面的逻辑：为什么应该对善、不善等以慈？

我说到这跟生命观有关系。首先，我们一般的人，不用特别有慈爱的人，看到一个很可怜的人，有没有慈悲心？

营员：有。

法师：孟子说：“恻隐之心，人皆有之。”从佛法的生命观来看，这叫你悲悯苦果。他的苦果表现出来了，重病缠身，没有钱治疗，或者流浪街头，肢体残缺，你对他有恻隐之心，你愿意力所能及地给予一些帮助。但是你对那些现在正在制造苦因的人，在他苦果还没有现起的情况下，你为什么就不能慈悲他呢？你如果追究那个现在正在呈现苦果的人的因缘，他曾经造没造苦因啊？

营员：造了。

法师：造的那个苦因，是道德的、还是不道德的？

营员：不道德。

法师：那你为什么对那个不道德的人自己承受这个苦难结果，你还于心不忍啊？按照你那个逻辑，你不应该狠起心肠，给点个赞吗？（众笑）“病得好”——你为什么没有这样？佛教当然不是让你硬起心肠，给这个苦果点个赞，而是让你柔软这颗心，智慧这颗心，对于苦因多一分悲悯。正在造作苦因的这个人，被你判定为恶人，因为他行于不义，是恶人。但是你要知道，这个恶人不用你去惩罚，在生命自然规律，也就是因果法则中，他自然要自承恶果。当那个恶果现起的时候，不可言说。你作为一个有智慧的人，识因知果，应该看到他未来的生命可能的悲惨，愿意在他正在制造苦因的时候，就尽可能地帮助他扭转生命之流，向于离苦得安乐的方向。何必等到某一生的街头，你再去施舍他那个面包或者旧衣服呢？你现在就可以帮助他，避免未来更悲惨的生命状态。你从因上帮助他，其实是更彻

底的帮助。苦果都呈现在那了，就像已经打碎的一个瓦罐，再怎么修补，是那么回事儿吗？但是你可以帮助这个人，要小心，不要到瓦罐儿打碎的那个程度，是吗？你如果愿意帮众生离苦得安乐，那你为什么不在能够更有效帮助的时候，伸出你的手呢？当他正在造作苦因的时候，就叫作你能够更有效帮助的时候。

如果这一点不理解，我们就现生的情况来说。某个人因为小时候贪玩儿不好好学习，翘课，乃至交一些不恰当的朋友，小小年纪过早踏入社会，到了年纪老大的时候，缺少安身立命、正命而活的能力，生活潦倒困顿，或者不得不从事一些不那么阳光的事情来养活自己和家人。自己内心也很痛苦，也很后悔，早知道现在，我小时候也挺聪明的，我也好好走正道儿不是很好吗？那你这时候出现了，你当然可以在他果苦上，一个月帮助他一点经济上的支援，能够帮助他多少解决一点生活的窘迫。但假如说你有一个选项，能够跟他一起穿越回他年少的光阴，那你觉得：在他年少光阴就帮他改变一生，是不是来得更究竟、更彻底呢？你会觉得因为他未来是一个不着调的人，而不去帮助他吗？所以，对于一个对生命有正确认识的人来说，于善、不善等以慈，平等地希望他们都能够离苦得乐是自然的事情。这样普遍的大悲，作为一切思想、语言、行动的出发点和归宿点，只为一件事——为了众生究竟离苦得乐——这就是菩萨的心，每一件事都从这出发，也回归到这里。这是讲了“大悲为上首”这一句，在“学佛三要”里被印顺法师称为“慈悲”。

无所得为方便

“无所得”是性空慧，因为意识到一切法没有自成不待于他的实在自体，一切法现象上都是依因待缘的显现，推究其真实自体不可得。一切处不可得而有这样无所得的空慧，以这样的空慧来认识这个生命之流，认识一一的生命之流。他所谓的行菩萨道，就是令一个个五蕴聚中，内心不再发生错误而已，在这其中又没有有情（五蕴身心）可得，也就是《金刚经》中说的：“以无我、无人、无众生、无寿者，修一切善法，则得阿耨多罗三藐三菩提。”“无所得为方便”在“学佛三要”里被印顺法师称为“智慧”。

“一切智智相应作意，大悲为上首，无所得为方便”是《大般若经》中的一句话，印顺法师根据这句话整理成“学佛三要”，也就是在学习佛陀的因地发心，因地法行，最后成就圆满无上正等正觉的三个基本要点——信

愿、慈悲和智慧。我祝愿大家都能够以这样最究竟圆满的方式，走过自己的一生，走过自己的生生世世。

感恩大家！我们最后一起合掌回向：

回 向

愿以此功德

普及于一切

我等与众生

皆共成佛道