

索达吉堪布·演讲

浅谈佛教与科学

缘起篇&第1届世界青年佛学研讨会

大学
演讲
26



A BRIEF TALK ABOUT BUDDHISM
AND SCIENCE

浅谈佛教与科学

索达吉堪布 · 演讲

版本：2024年12月

目 录

缘起篇

005 佛教与科学的碰撞

第 1 届

081 开幕词

084 以科学精神探索前生后世

103 世间禅与出世间禅

128 浅谈科学与显密教法

150 素食

165 专场问答

186 如何树立正确的人生观价值观

201 闭幕词

本 届 主 题

佛 教 与 科 学

BUDDHISM AND SCIENCE

缘起篇

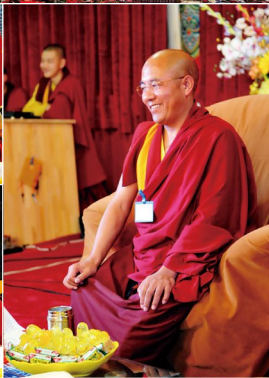
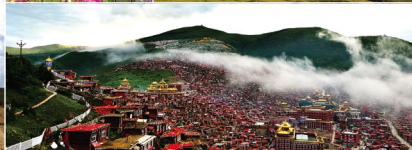
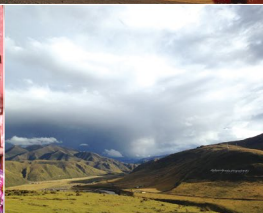
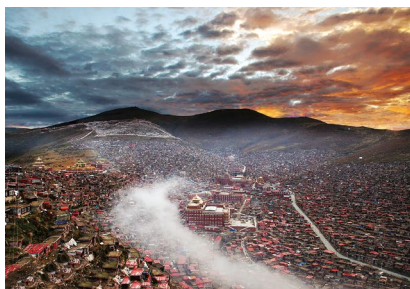


世界青年佛学研讨会

WORLD YOUTH BUDDHIST SYMPOSIUM

中国·色达喇荣

2010 / 10 / 3



2010年10月，在索达吉堪布的主持下，喇荣佛教大学举办了一次世界青年佛学研讨会。来自全国各地的高僧大德和科学工作者，齐聚雪域，激扬智慧，共同探讨佛教与科学如何整合并进，弘扬真理。堪布不仅为参会者答疑解惑，而且就“极乐世界到底存不存在”“世间快乐值不值得追求”“大乘佛教如何看待安乐死”等人们普遍关注的重要话题，引导大家展开激烈的辩论。

这是一个开始，一个缘起。亮出“佛教与科学”的鲜明旗帜，世界青年佛学研讨会从这里正式起步，走向世界……

佛教与科学的碰撞

COLLISION BETWEEN BUDDHISM AND SCIENCE

2010年10月3日

主持人：

欢迎大家的到来！我先做个自我介绍。我毕业于英国剑桥大学社会人类学硕士专业，曾在新华社当过记者，在中央电视台做过谈话节目的主编，也在欧盟做过环保工作。非常荣幸能够参与主持今天的研讨会。下面有请索达吉堪布给大家讲话——

参加这次研讨会的，有长期弘法利生的高僧大德，也有长期从事科学工作的知识分子；有学习藏传佛教的

高僧大德，也有学习汉传佛教的高僧大德；有信仰佛教的知识分子，也有不信仰佛教的知识分子。

我们大家聚集这里，共同学习和研讨佛教与科学对人类发展的意义，非常有必要，也非常有价值。我先作一个抛砖引玉的发言，然后把更多的时间留给在座的各位高僧大德和知识分子。

很多年以前，我对科学和佛教就很有信心，也做过一些粗浅的研究。今天我首先抛出的话题是：人类既需要精神文明，也需要物质文明。18 世纪以来，尤其是 21 世纪以来，科学给整个人类社会带来巨大利益和重大突破的同时，我们的精神世界也出现了倒退甚至滑坡的现象。基于这样的事实，我提出自己的观点：对 21 世纪乃至未来的人类而言，佛教都是非常重要的，因为人类的精神文明需要佛教来发挥作用。

希望在座的各位高僧大德和知识分子，都借此机会畅所欲言，开诚布公地探讨一下佛教与科学之间的关

系，以及它们对人类社会的发展发挥着怎样不同的作用。希望每一位朋友都提出最尖锐、最有意义的话题，和大家一起进行探讨。如果我有了新的理念或想法，也会和大家分享。

问：我是广州美术学院副教授，中国资深室内设计师，做过很多建筑设计和室内环境设计。一个很偶然的会让我来到了这里，可能是我跟这里的法门有缘。我在学校，天天给学生上课，一点都不紧张，现在拿起话筒却特别紧张。

我喜欢摄影。可以很骄傲地说，我的摄影水平还不错。我做人文摄影比较多，不过人文很难拍，这些年我一直在考虑怎么做才更好。我去过很多地方，包括印度、埃及和尼泊尔等国。后来，我发现自己应该做佛教的题材，尤其是这次，我来了以后很感动。我今天又去了经堂，拍了很多照片，很兴奋，很激动。

但是，如果只是这样单纯地拍下去，没有意义，因为没有主题。佛教精深博大，有一种力量，有一种精神，怎样才能表现这样的力量和精神？需要找到一个切入点。否则，就没生命力，做不下去。我希望大师和在座的朋友为我指点灵机，让我能进一步深入，把这个题材创作好。

堪布：今天在座的各位朋友，有很多资深的佛教人士，也有初入佛门的，还有一部分对佛教不是很了解，甚至基本上不承许佛教所讲的道理。而这位教授，可能是以一种好奇心，或者说是以一种探索心，来参加我们这个研讨会的。

你的问题，对我来讲不是很好回答。为什么呢？因为从某种角度讲，不管你是摄影，还是拍照，都是一种艺术性的爱好，而我这方面不是很在行。不过刚才你提问题的时候，我想起了自己年轻时的一些经历。跟你一样，我也去过一些国家，天天带着照相机到处拍。现在

再看那些年拍的照片，很多都不尽如人意，因为当时用的照相机质量都很差，自己的拍摄技术也不是很好。

那些年，我到任何一个地方，不管是一个城市，还是一座寺院，都拼命地拍。不过，拍下来的这些照片，好多都用不上。有时候想起来，心里会有点失落，觉得心血白费了。有时候也会觉得很值，因为这些照片，有相当一部分记录了法王如意宝去美国和印度弘法的真实过程。对自己的人生而言，这是一段非常美好的回忆。看到那一一张张照片，我好像又回到了二十年前、十几年前。当时的场景历历在目，因为有上师在，每一个细节都让人留恋，怀念。

我觉得作为一种个人爱好，最初拍一张照片时，不一定非要设定一个特别鲜明的目标或者理想。只管拍，一张一张地拍下去，到了最后，各种不同的经验和因缘都积聚了，很多东西自然而然就有了生命，可以相互整合，可以彼此呼应，它的价值也许就在无勤中凸显出来

了。原本是没有意义的一个一个点，渐渐地，在某种道理或灵感的牵引下，可以变成一条鲜明的主线。

今天我们研讨的主题是佛教和科学，你能来到现场，说明在这方面有一些不共的缘起，这也算是一个非常美好的画面吧。我想，你以后会逐渐、逐渐找到自己最好的创作之路。

同时我也建议，如果你有兴趣，最好拍一拍藏传佛教的唐卡画。唐卡画的历史已有两千多年，有着非常神秘的艺术感。一旦你把目光真正投注在唐卡上，从佛教角度来讲，你将会得到很大的功德和加持；从世间角度来讲，现在国际上一些特别著名的摄影家和学者，都坦言自己从唐卡中获得了许多甚深的智慧，你应该也不会例外。

问：我是对外经济贸易大学金融专业的学生。今天讨论的主题是“佛教与科学研讨会”。旁边一位法师

认为，人类要在精神领域有所建树，可能需要更多地向宗教，尤其是向佛教寻求帮助。我的问题是：人类在精神方面的追求能不能从科学本身去获取呢？

首先，这涉及到对西方心灵学¹的领域划定。作为西方心理学的深化和升华，心灵学应该算一门社会科学，既然如此，我认为它也应该算科学的一个门类。

西方心灵学是以深度催眠、濒死体验、轮回案例调查和脱体体验等为实践基础的一门灵性学问。它承认轮回和转世，认为人是身体、心智和灵魂三合一的复合体，并在此基础上建立了一个比较大的体系，包括心理治疗、性格塑造和人生规划等分支。

西方心灵学经过几十年的发展，逐渐走向成熟，

1 心灵学即心灵研究 (psychical research)，它作为一个术语和范畴，曾于 19 世纪流行一时。20 世纪以来，逐渐为“超心理学” (parapsychology) 一词所取代。心灵学是研究人类生活中发生的超出常规，而又不能用科学知识加以解释的一些精神现象的学科。19 世纪后期首先在英国和美国出现，此后风行于欧洲。20 世纪 30 年代起，普遍称为“超心理学”。虽然与心理学起源于同一时代，但发展状况却完全不同，心理学被视为人类知识大桥铺设的深层地基，而心灵学则被看成说谎者和精神病患者之间的神秘骗局，不被世人所接受。

目前在世界范围内的影响非常大。一本西方心灵学的书籍，在全球可能有上千万的读者，还不包括我这种长期购买盗版书和在网上搜索免费电子资料的人。

我希望佛学界的人士，尤其是学院的各位高僧大德，能够抽出一点点时间去研究一下西方心灵学，做出解释，表明态度——是支持还是反对，是部分支持还是完全支持，是部分反对还是完全反对。对这些问题的研究，不论是在帮助众生解答困惑，还是在佛学的推广上，我觉得都有非常重要的意义。

第二点，西方心理学在探索宇宙和人类存在意义的时候，提出这样一种观点：我们的人生和生命，包括整个世间生活，都是一场经过精心策划的游戏，众生的轮回转世是为了玩这个游戏，体验不同的经历，好的坏的都需要体验。凡是我们所遇见的，一定都是我们所选择的。那些不好的经历，也是我们在这场游戏中为自己准备的礼物，只不过被套上了劣质的包装，但从本质上

讲，仍然是礼物，是为了让我们更好地体验生活中的美好。

西方心灵学认为人生是场游戏，是丰富多彩的体验与惊喜，这与佛家强调的人生是苦、需要解脱的观点比较冲突。但这种观点看上去好像也能自圆其说，找不到明显的漏洞。我想请教一下，各位佛家人士、各位高僧大德对这个观点怎么看？

堪布：心灵学涉及好多科学无法解释的神秘现象，包括我们藏地用于预测的卦象，汉地出现的各种“特异功能”，等等。19世纪，西方的心理学和心灵学基本上是同时起步的，但后来心理学发展得越来越好，心灵学却没有得到全世界人们的认同。这其中的原因，我想可能是心灵学研究的对境比较神秘，不容易被绝大多数人所验证吧。

对心灵学，不能一概而论，里面确实有很多深层的

东西，它所涉及的一些境遇，恐怕有些人是因为不能了解，才加以否定。当时的心理学家荣格也表示了自己的这种态度²。

你所提到的催眠术，据说最早是由一位德国医生³发现的，也有人说是一位宗教人士⁴发现的。莲花生大士的中阴窍诀里面有很多认识梦境的窍诀，和催眠的理论也有一些相通之处。如果对这两种理论进行研究，它们之间应该有能够对应的地方。

2 荣格曾在心灵研究会上致词：“我，绝不把我无法称作欺骗的任何事，指斥为赶时髦的愚蠢行为。”

3 即麦斯麦（Franz Mesmer, 1734-1815），德国医生，被认为是现代催眠术的源头。1774年，他发现可以通过用磁铁触摸病人的方法治疗一些疾病，后来又发现，不用磁铁，直接触摸病人也可以达到同样的效果。他由此提出了动物磁学理论，并在巴黎用通磁术治愈了大量病人。1784年，他的学生皮伊塞居尔伯爵用通磁术治疗一位年轻的牧羊人，这位病人竟然睡着了。皮伊塞居尔发现通过磁疗可以让大批人处于一种清醒的睡眠中，这些人在这种状态中可以执行他发出的命令。皮伊塞居尔发现了催眠现象，但理论仍局限在麦斯麦的动物磁学论上。这之后，催眠术在医学领域开始得到一些应用。1841年，英国医生布雷德（J. Braid）出版了《神经催眠术》一书，书中引进了现代概念的“催眠术”“催眠者”等，说明了催眠的真实性，并在理论上有所突破。布雷德被称为“催眠术之父”，在他的倡导下，对催眠术的解释转向了心理学领域。

4 即麦克斯米伦·海尔神父（1720-1792），维也纳天文台台长，牧师。他将15世纪瑞士医师帕拉赛索斯的磁铁治疗观发扬光大，发现通过在病人身边以各种方式摆放磁铁能够治疗或缓解许多疾病，并取得巨大的治疗成效。1774年，他将这个结论与来访的麦斯麦分享，后者在他的研究基础上做了进一步的完善和发展。

至于濒死体验，曾获得诺贝尔文学奖的美国作家海明威（Ernest Miller Hemingway, 1899–1961）在 19 岁的时候也经历过，他清楚地觉知到自己的神识离开了身体⁵。中国的传统文化中也有很多这样的记载，包括道教的铁拐李。据说，铁拐李原本长得很庄严，因为要随师父到各地去神游，就告诉弟子，7 天中好好守护他留下的身体，然后他的神识就离开了。弟子很听话，一直守着师父的身体。到了第六天晚上，弟子的家里来说，他的母亲要死了，让他赶快回家。弟子很着急，心想：都过去六天了，师父应该不会再回来了。就把师父留下的身体烧掉了。到了第七天，铁拐李从外面神游回来，找不到原来的身体，最后只好入于附近一具尸体中。这具尸体因为瘸了一条腿，所以铁拐李就成了现在这个样子。

在我们藏地，有很多高僧大德能驾驭自己的神识

5 1918 年，19 岁的海明威在意大利前线的救护车队服役。7 月 8 日的午夜时分，一枚弹片击中了海明威的双腿，致使他身受重伤，昏迷不醒。事后他告诉朋友盖伊·希科说：“我觉得自己的灵魂从躯体内走了出来，就像拿着丝手帕的一角把它从口袋拉出来一样。丝手帕四处飘荡，最后终于回到老地方，进了口袋。”

前往清净刹土，比如莲花生大士的刹土或极乐世界。汉传佛教中也有这样的情况。在不同传承的佛教里，都有许多关于修行人的地狱游记或者西天游记之类的精彩故事。不过，在心理学家和心灵学家看来，佛教的这些高僧大德或普通修行人都是经历过“濒死”的人。同样一件事，他们取了不同的名称而已。

在这两者之间，应该有一些值得研究的地方。只不过以前我们没有机会把这些学问以合而为一的方式进行研究。如果我们真正去研究，可能会发现许许多多的生命奥秘。这只是我个人的看法啊。

心灵学关于人生是一场游戏的观点，刚才法师也说了，轮回的游戏不那么好玩儿，尤其是当你在地狱感受痛苦的时候。事实上，只有真正通达了佛教缘起性空的道理，才可以轻松地宣说：一切都如梦如幻，一切都只是游戏。

问：我毕业于中国地质大学矿床学专业，从事的却是人力资源方面的工作。我不是佛教徒，不知道自己提的问题和科学有没有关系。眼下“2012”的说法非常流行，因为玛雅文化有一个预言，说2012年世界会毁灭。有一部电影叫《2012》，非常火，讲述的也是这件事情。我想问一下，佛家对“2012”的说法怎么看？佛教内部有没有关于世界末日的理论和学说？

堪布：就当前来讲，“2012”确实是人们特别关注的一件事情。我以前讲课的时候，曾在小范围内给部分道友分享过自己的想法。一两年前，我在汉地治病，专门买了一些相关的书籍，在这方面进行了一些探索和研究。

这位先生所问的问题很具有代表性。不仅是我们这里，现在全世界很多国家都非常关注这个问题，而且似乎都处于一种惊慌失措的状态。原因是什么呢？大家可

能知道，玛雅文化⁶形成于公元前1500年左右，非常古老，在天文学和数学方面的测算非常精确，与现代科学测量的很多结果基本一致⁷。据说⁸，玛雅文化预言的事情，基本上已经应验，比如说希特勒的出生、两次世界大战、玛雅文化自己的毁灭、人类科技的进步——飞机和火箭的制造，全都一一得到了验证。

现在唯一剩下的就是“2012年世界末日”这个预言了。美国花了2亿多美元来拍《2012》这部电影，获得了2009年世界电影的最高票房——这部电影去年在很多国家好像都是票房冠军。可见这个话题已成为人们关注的热点。

6 玛雅(Maya)文化：是世界重要的古文化之一，孕育、兴起、发展于今墨西哥的尤卡坦半岛、恰帕斯、塔帕斯科和中美洲的部分地区，包括危地马拉、洪都拉斯、萨尔瓦多和伯利兹。虽然处于新石器时代，但在天文学、数学、农业、艺术及文字等方面都有极高的成就。

7 玛雅人测算的地球年为365.2420天，现代测算为365.2422天，误差仅0.0002天，相当于5000年误差1天；测算的金星年为584天，与现代测算的结果基本相同，50年误差7秒。

8 所谓玛雅五大预言，实为讹传，实际上它们全部出自16世纪法国预言家诺查丹玛斯(Nostradamus)所著的《诸世纪》(Les Propheties)一书，而且都是事后人们从书中含糊、晦涩的诗句中解读出来的。堪布在此用了“据说”一词，以示存疑。

据说，玛雅文化预言，到了 2012 年，除了非洲部分地方和中国西部——西藏地区以外，世界其他地方全部都会毁灭。按照这个预言，我们全部只能活一两年，然后必须离开世间，所以大家特别恐惧。为了躲避末日灾难，听说有一些城里人开始转移到青藏高原，也有一部分前往非洲。

在当前来讲，这件事情既是佛教徒关注的问题，也是非佛教徒关注的问题，因为无论是谁，大家都特别珍惜自己的生命，关心自己的未来。

我现在以佛教徒的身份来谈一谈自己的看法。我认为，在未来的世界，天灾人祸肯定会不断发生，但是 2012 年世界不会毁灭。因为根据佛教的各种经论以及推理来判断，不可能发生这样的事。引起大家恐慌的，只不过是一部电影的虚妄构想而已。观众的感官越受刺激，电影就会越赚钱，这个道理大家应该都知道。

从去年开始，我接触到很多关注 2012 世界末日的

各界人士。清华大学的有些教授也向我提过这个问题，我当时也是这么回答的。听说一位名叫皮克顿的玛雅长老已经站出来发表讲话。他谈到，玛雅文化根本不会提所谓的“世界末日”这个词，世界末日论是西方人的观点⁹。

大家可能还记得 1999 年 8 月 18 号，这一天也曾被大预言家诺查丹玛斯预言，说恐怖大王会从天而降¹⁰。在这之前，如果有人拍一部 1999 年世界末日的电影，应该可以赚很多钱，不过也许是无人发现商机，所以这个题材的电影没有拍出来。当时的气氛也是特别紧张，全世界的人都特别激动，连一些佛教的高僧大德都站出来说：你们快快念佛，不然 1999 年一到，就要离开世

9 据《每日邮报》2009 年 11 月的报道，玛雅长老阿波利纳里奥·皮克顿（Apolinario Chile Pixtun）在电影《2012》上映前曾公开辟谣，并强调：世界末日论源于西方国家，不是玛雅人的观点。

10 法国占星家诺查丹玛斯（1503-1566），在其预言书《诸世纪》中说：“到 1999 年，再过 7 个月，恐怖大王将从天而降。他将复活蒙古之王。前后大战不止。”20 世纪 80 年代，日本作家五岛勉出了《恐怖大预言——1999 人类大劫难》一书，对这一预言进一步解读，声称 1999 年 8 月 18 日，太阳、月亮和九大行星将组成“十字架”形状，洪水地震、瘟疫饥荒、世界大战以至外星人入侵等同时爆发，世界末日就此来临。

间了。

记得当时我正在讲《入行论》。我在课堂上告诉道友们的说，根据莲花生大士和高僧大德们对未来世界的授记，以及佛陀对未来众生寿命的授记，1999 年应该会有一些天灾人祸，因为现在人们造业特别严重，但 8 月 18 号那天世界应该不会毁灭。

玛雅文化也好，其他文化也好，不管什么预言，都可以理性地拿来和现实进行对比。当时很多人认为，“大预言”曾预言了两次世界大战、希特勒的出生、苏联的解体等，而这些预言都一个一个得到了验证，那么 1999 年世界毁灭的预言肯定也会发生，“炒”得特别厉害。事实上，1999 年世界并没有毁坏。

现在也有很多科学家认为，地球的磁南极和磁北极如果受到刺激，可能会发生南北磁极的互相转移。对此，有一些评论家说，地磁极转移可能会导致人类的精

神状况和世界的物质状况发生改变¹¹。

不管怎么样，虽然十多年前的大预言说得很厉害，现在的玛雅预言说得也很厉害，但是按照佛教的各种经论来衡量，世界末日不可能发生，人类也不可能毁灭。当然，天灾人祸肯定还是会有的，这个可以承许。

主持人：堪布给我们吃了一顆很大的定心丸。谢谢堪布的分享。

问：顶礼堪布！我毕业于西北工业大学自动控制系统。今天我的问题是帮别人问的。

一位北京的科学家得知堪布主持研讨会，短信发来一些问题。他是中科院计算机所的研究员、博士生导师，国家863计划评审委员会的委员和高级专家。他没

11 根据欧洲航天局发射的卫星传回的测量数据，科学家们发现地磁极每20年衰减5%，目前地球磁北极以每年64公里的速度向西伯利亚方向转移。地质学家们认为，在过去的7600万年中，地球磁极至少翻转过171次，距我们最近的一次磁极翻转是78万年前。这种翻转对人类和其他生物的影响，目前没有定论。部分科学家认为，根据地球历史上曾经发生过的磁极翻转情况来看，对生物不会有显著影响。

有皈依，但喜欢看《心经》《金刚经》等佛经。今年年初本人送了他两本堪布的著作，一本是《金刚经释》，一本是《中论释》。他看后对我说：《中论》看不太懂，《金刚经》略有心得。

他一共有 5 个问题：

1. 佛学中“不一不异”“周遍法界”的概念在物理学中如何理解？既然佛没有“我相”，为什么还有释迦牟尼佛和阿弥陀佛的区别？

2. 在量子力学中，叠加态指的是一个原子基础，既处在低能级，又处在高能级，这和佛学中的不一不异、不二法门的说法一致吗？

3. 物理学和佛学都强调证和信的统一，但物理学强调先证后信，而佛学强调先信后证，这种理解对吗？

4. 现代物理学经常是实验观察到某种现象后，再提出一种理论去解释，只要解释得通，就认为该理论是

正确的。随着新现象的不断出现，理论也会不断地调整，这种做法和佛学的因果律是否异曲同工？

5. 我最大的困惑是：佛学是静止的，因为佛祖把终极真理都说出来了；而物理学是发展的，因为它还在不断追求新的认知。哪种态度更加合理？

科学家的分别念比较重，问题比较多，请堪布给他解答一下。

堪布：太多了，刚才没记住。科学家的的问题肯定很多，不过我们研究佛学的人，问题也很多。以后如果有机会，也向他提很多问题，让他困惑困惑。（众笑）

第一个问题说，佛教讲万法空性，一切都是“不一不异”的，那怎么会“周遍一切”呢？其实佛教所谓的“周遍一切”，是在世俗当中讲的。我们说佛和菩萨的加持周遍一切，法界的妙力也周遍一切，这些都是在名言世俗的范围内所作的承许。



其实，这跟物理学的观点是一致的。刚才有知识分子分析过，量子力学现在已经发展到非常不错的阶段，发现了电子场或者量子场。所谓的场，物理学家认为是看不到、摸不着的一种能量。这种能量无所不及，周遍任何一个法，但是具体的每一个法却不叫能量，不能叫场。

我们如果拿眼前的这个茶杯，问一个物理学家：这是什么？他肯定回答：这是茶杯。在世俗粗大的法里面，这个就叫茶杯。但我们也可以向物理学家问难：“你们不是说电子场或能量场遍及一切吗？难道这个东西没有能量吗？它怎么能叫茶杯呢？”对于这样的说法，科学家可能也不会承认。

如果对佛教的理念，尤其是缘起空性观，没有长期研究，只是笼统地拿一两句出来发问，不管是科学家也好，我们佛教人士也好，互相之间都很难有真正的沟通。比如他的另一个问题，佛教认为真理遍及一切，万

法都是空性，那怎么还会有阿弥陀佛和释迦牟尼佛的存在呢？两尊佛之间为什么还会有差别呢？这是一种非常片面、非常简单的思维方式，也是断章取义的做法。

还有一个问题，他认为佛教的证和信，是信在前、证在后，而它们在科学实践中的顺序恰恰相反。实际上，这也是不一定的。我们大家都知道，《中观庄严论释》里面讲到了两种根基¹²的人，一种是先生起智慧，然后才产生信心；另一种是先有信心，后来才证得真理。佛教是以一种广阔包容的心态来了解万事万物的真相，并不是一刀切式的——噢，佛教只准信心在前，证理在后——不是这样的。

他还提出一个困惑，释迦牟尼佛已经把万法的真理全部说出来了，而科学呢，还在不断地发展，不断地发

12 静命论师所著《中观庄严论自释》有云：“先求真理智，胜解胜义已，缘恶见世间，遍发大悲心，精勤利众生，增长菩提心，受能仁禁戒，悲慧所庄严。诸随信行者，发大菩提心，受能仁禁戒，次勤求真智。”此中讲到了两种根基，前者是随法行者，先求“真理智”，获得般若正见，然后生起菩提心，信守佛陀制定的戒律；后者是随信行者，先信受大乘善知识和法宝的教导，发起菩提心，最后才“求真智”，生起般若智慧。

现新的事物和现象，不断地建立新的理论。当然，有疑惑是对的，说明在认真地思考问题，探索真理。所谓的科学，本身就是不断寻找真理的一种学科。很多人把科学定义为与真理不断接近的一门学问，目前还没有哪一个人说，科学已经发现真理、找到真理了。我记得在1888年的时候，达尔文对科学下过一个定义：“所谓的科学，就是整理事实，从中发现规律，得出结论。”科学强调事实和规律，而所谓的事实浩如烟海，没有尽头，所以科学的发展也没有终点。

而释迦牟尼佛呢，早就已经发现万法空性的真理，这是毋庸置疑的。物理学家从18世纪开始，到19世纪、20世纪、21世纪，几个世纪以来，不断地前进，至今也没有到达佛陀所宣说的空性境界。正因为如此，所以人们不会说：科学不会发展了，科学已经把一切万法的真理宣说得非常完美了。鲁迅先生曾经赞叹道：“释迦牟尼真是大哲。我平常对人生有许多难以解决的

问题，而他居然大部分早已明白启示了。”这虽然是鲁迅先生对自己探索领域的一个总结，其实用在科学家身上，也没有什么不可以。

提问的这位科学家，以后若有机会，我们最好花一点时间当面探讨一下。否则的话，帮你问问题的人只是以短信转发我的回答，不知道能不能记得住。

问：中观认为，在观现世量或者世俗名言量中，找不到恒常不变的一个法。但在物理学里面，光速是一个恒定的值，爱因斯坦广义相对论认为，甚至在拐弯时，光速也是恒定的，不会发生改变。那这个光速算不算观现世量里一个恒常不变的法？

堪布：物理学家认为，一切万法都是运动的，没有一个物体是真正静止的。佛教讲万法无常，一切有为法都是变迁的，如幻如梦的。这两个道理其实完全吻合。只不过，佛陀早就发现了四法印，其中第一个法印

就是“诸行无常”，而科学家刚开始并不承认万法是运动的——比如牛顿，后来的爱因斯坦等科学家才承认这一点。

问：我不太相信达尔文关于自然选择让猴子变成人的进化论。请问，关于地球上的物种起源，包括人、海洋动物和爬行动物等到底怎么来的，佛经里有没有一个大概的描述？

堪布：关于达尔文的进化论，我以前在书上也看到过不同的说法。实际上，关于现在人类的生存历史，也有其他观点。包括我们藏地的人类，有很多考古学家认为，早在4万年前，藏地高原上应该就有人类存在了¹³。这些最新的科学发现与进化论所说的自然选择规律可

13 2018年11月30日，中国科学院举行新闻发布会宣布，该院科研人员在藏北羌塘高原发现一处具有原生地层的旧石器时代遗址——尼阿底，证实古人在距今4~3万年前已踏足青藏高原。这一发现将人类首次登上青藏高原的历史推前到4万年前，也书写了世界范围内史前人类征服高海拔极端环境的最高、最早记录。

能有一些抵触。

从广义上讲，人类的整个来源、生存也好，地球的成住坏灭也好，相关内容全都包含在《俱舍论》里面了。天人所在的器世界最先形成，然后才是有情世界的形成。这些内容，凡是学过《俱舍论》第三品（分别世间）的人都应该很清楚。这方面大家学习一下就会比较明白，不是很困难。

问：佛家的修行人具有神通，是一件很正常的事情。假设有一个科学工作者对此有所质疑，有没有办法通过一些录像证据或科学实验等令其信服？比如说，我小时候就看见过一些特异功能人士的录像，我曾亲眼看见过一个白色的药片慢慢穿过一个透明的玻璃瓶，最后落下来的整个过程。

堪布：有没有一些大家可以共同承认的、能现量见到的佛教修行人的“特异功能”？其实这类事情，不仅

现在有，以前也有。在佛教徒当中，上师也好，普通出家人也好，都有一些示现“特异功能”的人。前一段时间，我看见一个人念金刚铠甲咒，念完以后，去接触一块烧得红红的铁——我们普通人如果去接触，一定会烧伤，而他本人却什么事也没有，根本没有被烧的迹象。后来慈诚罗珠堪布和我都认为，以后应该以很大的信心来念金刚铠甲心咒。

这些都是通过念诵咒语获得的效果。我们佛教所承认的咒语，如果你的信心非常强烈，念完了以后一定会起作用，一定会得到感应，这是毫无疑问的。其实，不管是论典当中记载的，还是人们现量看到或者从别人那里听到的，这类不可思议的“特异”事件非常多，只不过很多时候我们自己不知道而已。

问：很多欧美国家都有立法，动物必须以电击击昏以后再屠宰，以减少动物的痛苦。现在国内大部分屠宰场都没有这种理念和设备，如果我们发善心去做这样的

设备引进，事实上却间接参与了杀业，因果上会有怎样的过失？或者说，我们应该怎么做才更合理？

堪布：关于动物的安乐死，按照佛教的观点，如果用电击的方式杀害众生，肯定是有过失的。不过，我个人以前也想过这个问题。如果真的非杀不可，最好用另外一种方法，不要太残忍。

以前科学不发达的年代，某座寺院的一位上师，到佐钦去求学。他知道牦牛背后有一道血脉，类似我们人类的太阳穴¹⁴，如果这道血脉断了，牦牛很快就会死去。这位上师就下来告诉村里人说：“如果你们实在要杀牦牛，最好直接断掉牦牛背后的这条血脉。用这种杀法，牦牛会死得比较快。”后来有人就取笑他：“这位上师到佛学院去求学，没有学到佛法，只学到杀牦牛的方法。”实际上，他这样教别人杀牦牛，也许真的会有

14 太阳穴在中医经络学上被称为“经外奇穴”，也是最早被各家武术拳谱列为要害部位的“死穴”之一。少林拳中记载，太阳穴一经点中，“轻则昏厥，重则殒命”。现代医学证明，打击太阳穴，可使人短暂晕倒或脑震荡，从而失去意识。

果报。但是，如果我们自己是一头牦牛，还是会感激这样的方式。

在欧美国家，人们非常反对用残暴的手段来杀害动物。现在一些保护动物的组织，会在大街上以裸体游行来示威。我那天看到一则电视新闻，七十多个知识分子，身上全都一丝不挂，裸体走在大街上做示威游行。为什么呢？因为他们认为屠宰场杀害动物的手段非常残忍，为了对这种行为表示强烈的反对，所以集中起来，裸体游行。不过，至于他们个人，也许还是很喜欢吃肉的。

有一次，我看中央电视台的节目，有个人发表自己的看法，一直说吃肉的过失，认为不能杀害动物。但最后结尾的时候，却一改前面的说辞：“当然，我们还是不得不吃肉，只不过，方法要温和一点。”

我想，作为大乘佛教徒，只要发心是为了减少众生的痛苦，这就是一件非常负责任的事。

辩论

主持人：下面是辩论环节。非佛教徒可以提出自己的观点，来跟某位佛教徒或者某位法师进行辩论。凡是与科学和佛教有关的问题都可以。欢迎大家提出各种尖锐的问题，比如说前世后世到底存不存在，然后双方站在各自的立场上，互相进行辩论。

极乐世界到底存不存在？

对方¹⁵：我来自成都，算是非佛教徒吧。你们佛教认为，修行是为了下一世，甚至下一世的下一世，最终是为了达到往生西方极乐世界的目的。那么我想问一下，

15 对方，代表辩论的他方，是一个总的概念。实际上，每一个辩论主题涉及到的具体人员都不同，有时候还会多人一起来维护同一个观点。下文出现的对方一、对方二即是此种情况。

怎么样才算是极乐世界呢？

我个人认为，以前大家的生活条件比较艰苦，所以会向往一种衣食无忧的生活。在过去，能吃上一碗肉，就觉得已经是皇帝的生活了，但现在谁也不会这样认为。事实上，当一个人真的过上了没有忧愁的生活，由于缺少了痛苦的对比，他将永远感受不到幸福，也就是我们常说的“身在福中不知福”。那么，我们又从何感知这种永远没有痛苦的极乐世界呢？

堪布：现在的物质生活越来越发达了，那你快乐吗？幸福吗？

对方：我现在当然很快乐，很幸福啊。

堪布：你现在真的没有痛苦吗？一点都没有吗？

对方：肯定不是啦。当我遇到不好的事、不好的人，或者工作上遇到一些难以克服的困难，肯定还是会有痛苦。

堪布：那这个时候你愿不愿意接受你的痛苦呢？

对方：我当然不会永远记住我痛苦。

堪布：永远不愿意接受你的痛苦？

对方：对于痛苦，我没有接不接受的概念，只会想办法尽快走出痛苦。如果一直痛苦，那我这一生都不会快乐。

堪布：那你认为极乐世界存不存在？

对方：我就是在困惑这个问题——极乐世界到底存不存在？

堪布：你有没有理由和证据，说极乐世界是不存在的？

对方：没有。但同样的，我也没有证据说它是存在的。

堪布：只不过是你自己不知道而已。你如果学习佛

法，在我们的经典和论典里，都有证明极乐世界存在的依据和理由。

对方：也许在你们的眼中是存在的。

堪布：不是也许，是真正有。

对方：但我也可以说，在我的眼里它就是不存在。

堪布：在你眼里不存在的东西，是不是就真的不存在呢？

对方：如果我们两人都是平等的话，那么您不可能说我的感受是错的，对不对？

堪布：从我们平等的角度，我不会说你的理解是错的。但是，如果有一种事物，它本身是存在的，不过你自己并不知道，那你承不承认这种存在呢？

对方：因为我现在无法解释，所以我肯定地说，从我的角度而言，确实无法说极乐世界是存在的。

堪布：你如果去学习的话，你承不承认真理？

对方：我当然希望从堪布您这里学习到西方极乐世界究竟存不存在的道理，但您不能光说“它存在”三个字啊。

堪布：我当然不会这样。你如果有信心的话，我可以给你讲它存在的道理。

对方：我希望您给我们描绘一下，或者阐述一下。

堪布：我可以阐述，但这不是三言两语能解决的问题。

对方：您是说，这需要比较高深的佛学理论？

堪布：也不是非常高深，但是基本的、基础的佛学理论肯定需要。

你刚才提的问题很好。我们就应该通过这种方式来辩论：你站在你的角度，得出你的结论，我站在我的角

度，维护我的观点，然后通过中间的辩论，最后达到一种认知上的平衡。真正的辩论不是只有一个简单的你承认、我承认，而应该尽量用各种理论来阐述和支持自己的观点。

通过刚才我们的辩论，你最后也知道了“我承认自己有一点疑惑，不过佛教的经典中可能真的有极乐世界存在的理由。也许我去学习，就会明白这个道理，不再疑惑。”

辩论的目的其实就在这里：阐明道理，解除疑惑。

刚才你说，以前生活贫困的时候，可能极乐世界的快乐是存在的，而现在物质文明比较发达了，人们不一定希望前往极乐世界。而事实并不是这样。大家有目共睹的是，如今人们的物质条件越来越宽裕，越来越富足，但人们的幸福指数却越来越降低，像现在的上海、北京以及深圳等一线城市，他们的经济条件越来越好，但幸福指数越来越下降。

对方：那是因为人的欲求越来越多啊。

堪布：对啊。所以在这个问题上，你就不得不深入思考。

对方：的确是这样。谢谢堪布。

世间快乐值不值得追求？

对方一：佛法讲，轮回中的一切都是苦的。但我们明明能感受到生活中的各种快乐。难道这些快乐也不值得我们去追求，也是苦的？

法师：你生活中的快乐，能不能凭空得到？需不需要观待一些因缘呢？

对方一：需要观待因缘。比如，吃一顿美食很快乐，首先需要有美味的食物，可能还要有优雅的环境，好朋友聚在一起，等等。

法师：如果你的快乐需要观待因缘，那它就一定是空性的。比如说，吃榴莲观待你而言是快乐，观待我而言是痛苦，那这个榴莲本身，肯定就没有自己真实的、绝对的、恒常不变的体性，它就是空性的。

对方一：有一点必须说明，我从来就没有说过，要追求那种绝对的或者持久的快乐。我关注的，就是人生的各种快乐，开豪车、住豪宅，肯定比骑一辆破旧的自行车、住低洼的棚户区快乐。难道我们不应该去追求这样的快乐吗？

堪布：佛教认为一切感受都是痛苦的，并不是说，我们每个人都能明显感受到的痛苦和快乐之间没有差别。不是这样的。在我们佛教徒的真实感受里，也是既有快乐，又有痛苦的。

但是佛教认为一切都是无常的，都是刹那变化的。只要承认万法的刹那变化，所谓的快乐就有一种变化的性质。这种性质仔细分析的话，会有痛苦的成分在

里面，佛教把这个叫做行苦。佛法说万法皆苦的真正含义，其实是从行苦的角度而言，并不是指变苦或坏苦。如果是从变苦或坏苦上讲，那说变乐或坏乐也是一样的。所有苦乐的性质都是在名言当中来分析的，佛教也承认，世俗当中肯定有快乐。对这个问题，《中观宝鬘论》《四百论》里面都有宣说。

但是我们佛教里没有“行乐”的概念，因为“行”只能带来“苦”，这是一个非常细微的概念。刚才你们都是在比较粗大的快乐和痛苦上面进行讨论。其实只要承认无常——万法无常的本性谁也不得不承认，那就必须承认行苦，因为无常就是一种痛苦的体性。《四百论》中说：“无常定有损，有损则非乐。”这种行苦，是我们表面的、粗大的意识根本看不到的。

对方二：师父，你不能因为觉得快乐不恒常，就不去追求世间的快乐；不能因为害怕快乐消失，就干脆不要快乐了。那不就成因噎废食了吗？

堪布：我没有说不追求快乐。我要去极乐世界，因为那里很快乐。我追求极乐世界，追求往生，就是在追求快乐啊。谁说不追求快乐了？

对方二：那世间的快乐，大家都不用追求了吗？

堪布：世间的快乐也追求啊。我们出家人能得到一种心灵的安宁，所以很多人也追求和向往出家的生活。谁说不追求？

对方二：除了出家以外的呢？

堪布：除了出家以外的快乐也要追求啊，比如念佛可以让心里安静，坐禅也可以达到同样的目的。

对方二：好，师父，我不跟您辩这个。

堪布：你不要对我发悲心啊，你有能力辩的。

对方二：总之，我认为世间人有世间人的快乐，如果学了无常以后，一下子都看透了：“唉，反正这个快

乐也不恒常，我也不用追求了。”那这样的话，不就成了把孩子和洗澡水一起倒掉了吗？

我们换个话题吧，师父。我对“不信因果就是邪见”的说法想不通。佛教不也说“小疑小悟、大疑大悟”吗？这显然是在鼓励大家提出怀疑。如果不信就是邪见，那我们有怀疑都不好意思说出来，只有放在心里了。

堪布：对佛教所说的道理可以提出怀疑，我们不会因为你不相信就说你有邪见。所谓的不信和邪见是有差别的。在佛教的《俱舍论》里面，不信和邪见，一个是烦恼心所，一个是恶的见解。所以你不信是可以的，但是你起邪见就不太好。本来这个东西“是”，你却认为它“不是”，那就成了邪见——邪见是有过失的。比如，前世后世本来是存在的，你却认为不存在，这个就是邪见，有过失。但是你不相信，心里有一种怀疑：“前生后世到底存不存在？”这是允许的。不会像有些

宗教说的那样，凡是不信的人都要下地狱。

对方二：像阿弥陀佛四十八愿，普通人一下子确实很难相信，因为太不可思议了。

堪布：这个可以理解。你们即使不相信，也不会有罪过。

对方二：可我一说“我不相信”，他们就说，“那是因为业障现前”。

堪布：谁说的？不是我说的啊。“他们”的范围是很广大的，是不是美国总统说的？

对方：……

汶川地震中死去的人，
都是因为前世造了恶业？

对方一：我是一个非佛教徒，但是我对佛教非常感

兴趣。我知道佛教讲因果，种下什么因就有什么果，善有善报、恶有恶报。我想不通的是，5·12汶川大地震死了那么多人，难道所有死去的人，在前生都造了很大的业，犯了很大的错，在今生需要以这样的方式来偿还吗？那么多无辜的人死去，都是因为他们曾经犯下很大的罪过，是果报成熟？是罪有应得？

堪布：你跟谁辩？

对方：随便谁吧。

堪布：谁愿意接招？

佛友一：我来吧。在地震中死去的人，肯定是果报成熟。佛法讲“如是因，如是果”，“历经百千劫，所造业不亡。因缘会遇时，果报还自受”。相反，如果没有造作这个恶业，是不会感受这个果报的，地震中不是还有更多的人没有死去，而是幸存下来了吗？

佛友二：我补充一下，刚才这位道友的说法，其实

特别不能让非佛教徒接受，因为您是以一个学佛人士的身份，从一个系统或者说一个专业的角度来提出业报的概念。但是从非佛教徒的角度而言，他无法从这个业报的概念中获得精神支持或者说心灵上的救赎感。所以，简单地用业报来解释地震中死去的人为什么会遭受这样的大灾难，我觉得没法给人提供精神抚慰。

在这里，我也提出一个问题。佛法给人的感觉，好像是俯视众生的一种宗教。特别是遇到大灾难的时候，我们看不到佛教组织出来发挥作用——我指的是中国内地。如果佛教组织在救援方面很少露面，那如何从行动层面来体现佛学的济世情怀？这一点如果不能在普罗大众身上得到体现，佛法又如何能在普罗大众当中去弘扬呢？

堪布：我来回答这个问题。前面那位佛友回答的方法是正确的，应该这样来回答。后面这位佛友，可能和提出问题的那位女士有类似的疑惑，这个也可以理解。

为什么佛教在大灾难来临时不能及时行动，安抚普罗大众的心灵创伤？这是一个非常关键的问题。

当然，按照佛教的说法，这跟众生的业力有关；从世间法的角度讲，跟各个国家的国情有关。每个国家和地区的实际情况其实都不相同，像缅甸、泰国等佛教比较兴盛的国家，跟中国的情况有很大不同。

在缅甸和泰国，全民信教。我看到前段时间的一个报道，在这两个国家，每家每户的孩子到了十八岁的时候，必须要出家。而且，家里如果有人出家，就像我们藏地一样，是一件特别光荣的事。出家的孩子，一定要先穿上当年释迦牟尼佛当净饭王子时的服饰，所有人都来祝贺他们。他们在众人的簇拥下，走上大街，接受人们的祝福。整个国家的理念已经提升到这样的程度。在汉传佛教历史上，唐朝的好几个皇帝都信佛教，那时基本上也是全民信教。

为什么在汶川地震，以及其他很多场合，佛教不能

大量地、公开地做慈善，不能像在台湾那样融入人间、融入生活呢？其实跟这方面的政策导向有一定的关系。平时没有政策基础，而在灾难出现后的短时间内，要让所有的佛教组织以人间佛教的形式来利益民间，恐怕有一定困难。

大家都知道，最近比尔·盖茨和巴菲特到中国来了。他们很想把美国有几百年历史和经验的慈善理念传递给中国的相关人员，不过他们也表示：中国搞慈善仅仅十年的时间，不能跟美国的慈善现状相比，中国的慈善还需要一个成长过程。

所以我想，要像刚才这位道友所希望的那样，佛教普利大众的整个理念，一下子变得像在缅甸、泰国那样广泛弘扬，全民信奉，任何一个灾难出现的地方，马上出现很多佛教徒，以佛教的名义来帮助人们解决很多实际问题，恐怕不太现实。

刚才这位女士提出问题：汶川地震死了那么多人，

而且是在同一个时间死去——据说有八九万人¹⁶，那他们会不会造了一个共同的业呢？我们首先来进行推理。现在的人们一起共同造业的情况有没有呢？有的。比如说，一家大的连锁渔场，有五万个工人，这些人的工作就是捕鱼、杀鱼。有没有这个可能？还是有可能的。接下来的问题是：如何证明这些人在地震中同时死去的因是共同造作的业呢？佛教有一个专门的推理来说明这种情况。不过这个推理比较深，要让你一下子就明白而且相信，不那么容易。

在这个问题上，我们还可以有另一种思路。释迦牟尼佛是佛教的创始人，他所说的这些道理，从空性到世界的任何一个法，到目前为止，有没有一个被人类历史上某个科学家驳倒过、推翻过？如果在古往今来的人类历史上，释迦牟尼佛所说的道理没有一个被推翻过，那我们可以下结论：佛陀宣说的一切，都是正确的，都是

16 官方数据：5·12汶川地震共计造成69227人遇难、17923人失踪、374643人不同程度受伤、1993.03万人失去住所，受灾总人口达4625.6万人。

真理。既然释迦牟尼佛所说的都是真理，那么对于他宣说的种种因果关系，我们可以选择相信。

也就是说，我们首先要承认释迦牟尼佛是量士夫，承认他是真理的发现者，他所说的话都是千真万确的。如果确立了这样的见解，对于佛陀所说的善有善报、恶有恶报的因果道理，就不难相信了。

你们不相信因果，我完全能够理解，因为这个观点本身非常深奥。如果你们要深入探究，首先要知道这个观点是谁说的。知道是佛陀说的以后，还要以科学的思维去证明佛陀说的话在世间到底可不可信。在这个过程中，需要一种推理：如果你要推出一个结论，证明“释迦牟尼佛说的话不可信”，那你就需要有另外的理论来推翻它。如果找不到这样一个理论，那你的结论就不能成立。

因果确实是非常甚深的道理。前因是什么，后果是什么，非常深细，只有佛才能真正明白，十地菩萨都不

能完全了知。而且，不要说我们人的前世后世，即使是一粒小小的种子，这是我们肉眼看得见的东西，它前面的因是什么，是怎样的一粒种子，它后面的果是什么，又会是怎样一种状况，也不那么容易得出结论。

所以，对于因果的甚深道理，必须要通过承认释迦牟尼佛是量士夫来决定。这个很关键。

对方二：刚才有位老师说过，因为科学在不断地发展，所以不断有后人的理论推翻前人的理论，不断证明前面的理论是错误的。堪布，您认为释迦牟尼所说道理是完全正确的，理由是到现在还没有人能够推翻它，没有人能够找到与之相反的理论。那么可不可以说，这只是我们目前的认知还没有达到那样的程度而已，但我们不能断定未来一定没有人能够推翻它。所以，目前无人推翻无法证明释迦牟尼佛永远都是正确的。

堪布：对，是这样。但是，我并没有说所有的科学理论都会被后人推翻，比如，科学发现所有物质的本体

都是运动的，在暂时显现的世间名言中，这个理论是不可能被推翻的。

对方二：也许过了很多年以后，就被推翻了呢？

堪布：你现在有没有理由证明，它将来一定会被推翻呢？

对方二：没有。我只是对很多学科，包括佛教，对它们所讲的理论抱怀疑态度。

堪布：这只是你的怀疑态度，并没有真正的依据。如果没有真正的依据，你不能保证未来必定会被推翻。

对方二：因为您说，现在有些科学理论不太正确，是因为它已经被一些新的理论推翻了。

堪布：这不是我说的，是真理已经被发现了。

对方二：目前来看，佛学也许可以说在某个层面上是正确的，但是您不能说——

堪布：不是某个层面，是任何一个层面。你如果能推翻的话，我可以站出来帮你否认佛陀的说法。

对方二：刚才这位同学问：地震中那么多人同一时间死去，是不是因为造了同样的因，才遭受同样的果？你们回答说，是这样的。如果我相信你们的这种理论，而且用这种理论去推理：在座的人我不知道，因为不了解你们佛教徒是什么情况，但从普罗大众而言，百分之百多多少少都造了一定的业，包括我自己。既然造了因，那么就一定会受到惩罚。从这个角度来说，“2012”就是成立的。

堪布：怎么成立？

对方二：因为我们造了因，就会受到惩罚，所以这个世界就会毁灭啊。

堪布：毁灭的理由呢？必须是“2012”吗？

对方二：就是你们刚才说的，造了因就要受果啊。

堪布：全世界的人共同造一个业的理由，你有吗？

对方二：有啊，每个人都造了业的，都干过坏事。
如果没人感受果报，可能他就没造过业。

堪布：你说的只是一种“可能”，并不能代表这是真实的。

对方二：我觉得应该是真实的。

堪布：你“觉得”应该是真实的，理由是什么？

佛友三：我来补充一句，好吧？我们的确都造了很多业，都要感受果报。但是这个果会以什么样的方式呈现呢？一定是以全世界的人在 2012 年的灾难中死去的方式吗？不一定。我们也有可能以其他方式来偿还曾经造下的恶业。

对方二：那不一定。也许上天偷个懒，打个批发就把这些人全部给毁灭了。大家看那部《冒牌》（Bruce Almighty, 2003）的西方电影，上帝受到很多人的请求，

他无法一一处理，所以就……如果真的存在一个万能的主，我们每个人都在请求他，或者每个人都有自己的因和果，太复杂，他可能要用一个最先进的计算机来计算吧。

堪布：不对，不对。你现在所讲的这些，都只是一种可能，一种臆测。把没有根据的想法作为推理的依据，是不合理的。

对方二：因为我既没有佛教虔诚的想法，也没有科学严肃的态度，我对大多数理论都抱着怀疑。

堪布：你说得对，这只是你心里的一种怀疑，而怀疑的态度不能作为证据来支撑你的观点。

大乘佛教如何看待安乐死

1. 安乐死是不是自杀？

对方一：我想讨论一下佛教对安乐死的态度。首先

第一个，安乐死是不是自杀？我认为不是自杀。

自杀的含义是，我本来还有一段寿命，但是碰到挫折以后——不管来自爱情还是生活，觉得活不下去了，于是结束自己的生命，这叫自杀。按佛教的说法，这是有罪的。而选择安乐死的人，都是在医学上以科学的方法判定为不治之症的，就是说他已经没救了，或者说寿命很短，只能活一两个月，他是在明知道没有继续延续生命可能的情况下，请求医生让自己安乐死的，所以这个不能叫自杀。

法师：还是自杀。你的理由是，他们是因为只能活很短很短的时间，而选择安乐死的，所以不是自杀。这个理由不能成立，因为我们每一个人都可以说，只能活很短的时间，即使活一百岁，在漫长的人类历史上来看，也就是一瞬间而已。

堪布：你认为安乐死不是自杀，那这个安乐死是以什么样的方式完成的？如果是吃安眠药，是他自己吃

的吗？

对方一：吃安眠药不能叫做安乐死。

堪布：比如，别人用电击的方式让他死，是不是这样的？

对方一：一个人请求别人结束他的生命，这叫安乐死。

堪布：是他本人请求的吗？

对方一：是他本人请求的。

堪布：他本人请求，让我去杀死他，是这样吗？

对方一：本人请求医生结束他的痛苦，结束他的生命，这个叫安乐死。

堪布：那是他自己要求别人杀死他自己，是不是？

对方一：对。

堪布：那不是自杀吗？

对方一：不是。

堪布：你如果要求我给你安乐死，那么你的死亡还是你自己请求的，那不是自己杀自己吗？

对方一：从名词角度可以这么理解。

堪布：实际上是不是？

对方一：实际上……不是，我——

堪布：实际上不是？

对方一：我们不是在探讨安乐死是不是自杀的问题，而是讨论安乐死有没有害处。

堪布：但你刚才说安乐死不是自杀。

对方一：从佛法角度讲，自杀是有罪的，对不对？

堪布：对。

对方一：我请求安乐死，以这种方式死亡的话，可能我就不堕三恶趣了，因为我是在快乐中死去的。

堪布：不，你不要转移话题。你本来想死，你让我通过一种方法让你死掉，那这样的话，你是不是自己死的？你让我来杀你，这不叫自杀吗？

对方一：这不叫自杀。在美国，人们认为——

堪布：你自己如果没有请求死亡的手段，你会死吗？

对方一：这个需要法律来界定。因为在美国，法律界讨论得很激烈，说执行安乐死的大夫是杀人犯，而不是说他本人在自杀。现在讨论的是这个问题。

对方二：堪布，在安乐死的个案中，很多情况是这样的：他本人已经成为植物人，或者多年人事不省，他的亲人因为不忍心看到他继续遭受这种生不如死的折磨，所以代他请求医疗部门对他进行安乐死。

堪布：所以，我认为这个安乐死，不一定全部是自

杀，但也有自杀的——你不能否认这种情况的存在，应该一分为二来分析。所有个案当中，有些肯定属于自杀，有些当然不是。

2. 大乘佛教应不应该反对安乐死？

对方二：接下来的伦理问题就在于：我们有没有权力代一个病入膏肓的重症者或多年不省人事的植物人结束他的生命？这符不符合生命的伦理？

堪布：佛教肯定不开许，在任何条件下都不能杀害生命。

对方一：但是，有个问题，一个人临死的时候，在医院急救，插管啊，电击啊，受到强烈的刺激，生命的最后一念很容易生起嗔恨心，那就到三恶趣去了。相反，如果这个时候，我主动请求结束生命，死得很安乐，很有可能我就不堕三恶趣。

大乘佛教不是事事都讲动机吗？有一位古德说过：

“正人行邪法，邪法也正；邪人行正法，正法也邪¹⁷。”

如果大乘佛教徒发慈悲心，我就是为了解除病人的痛苦，而让他安乐死，这有什么不可以呢？其实西方医生在接受职业培训的时候，也被告诫要遵守救死扶伤的职业道德，不能看着病人痛苦而不管。所以，我的观点是，大乘佛教徒不能一概否决，坚决反对安乐死，而要针对不同的情况，有的时候我们可能反对安乐死，有的时候我们也可以同意安乐死，总之要根据不同的实际情况来定。

法师：这位先生，我问你一下，你是佛教徒吗？

对方一：啊？我是。

法师：我跟你讲，你的主要问题就是概念太模糊。我们在判断问题、发表观点的时候，首先要明确自己是站在谁的立场上。事实上，佛教很多概念的界定你没有

17 语出唐代赵州禅师语录：“兄弟！正人说邪法，邪法亦随正；邪人说正法，正法亦随邪。诸方难见易识，我者里易见难识。”有大德认为，此语是针对已开智慧、入佛知见、明心见性的圣者菩萨而说，非我等凡夫的境界。

搞清楚，而话题中涉及的科学伦理观和每个民族的道德观又很复杂，导致你的发言立场不清晰，弄得我们都不知道你究竟是不是佛教徒。

若是站在佛教的立场，对一个人有没有利益，是要长远看，多角度看，不是看他当下这一刹那或者一小段时间的苦乐。

对方一：不是您说的那样，法师。现在最简单的一个问题：一个老太太，她已经得了癌症，马上面临死亡，她不信佛教，也没人给她讲大乘佛法，她现在很痛苦，就想结束生命，安静地死去。这个时候，她求助于你，您却给她讲长远？

法师：不是，我不是说给她讲长远，而是说，若站在我们佛教的观点，就得这么判断。站在不懂佛教的老太太的角度，她肯定有她自己的判断标准。但是，哪个好哪个坏呢？我们得看是谁判断，怎么判断。

对方一：但是我认为，如果大乘佛教坚决反对安乐死的话，不利于大乘佛教在全世界的推广。

法师：这是你的观点？

对方一：西方人马上就反对您了，对不对？

法师：你不要代表西方人，你一个人怎么能代表西方人？

堪布：他说的也对。如果一个大乘佛教徒，他的发心完全是为了利益他众，去做一些杀害生命的事，我们不敢说他完全没有杀生的报应，但也不敢说他一定会感受杀生的果报。也许因为他的利他心，这件事反而成了一种功德。

比如说，我看见一个病人，我没有一点自私自利的心，只因为见他特别特别痛苦，不忍心，又没有别的办法，于是答应他的请求，给他用药，让他安乐死——这个因果的甚深道理真的很不好说。也许呢，我有杀生的

罪业；也许呢，我不但没有杀生的罪业，就像以前的大悲商主杀短矛黑人一样，反而因此积累了资粮，因为我帮助了他。

但是，如果我有自私自利的心，那我肯定既有杀生的罪业，也会犯其他一些过失。

对方一：堪布的这个观点，我非常赞同。

此生的一切， 下一世已经忘记，如何感受果报？

对方：佛教讲因果报应，认为种善因得善果，种恶因得恶果。有些人做了坏事，这辈子就会受报应，叫现世报，我能理解。而有一些恶人明明干了很多坏事，却一直没有报应，说是要等到下一世。可是，下一世他根本就不知道自己以前做过什么坏事，对他来讲，也就不存在什么报应了。同样的，一些人做了很多善事，这辈

子却一直很倒霉，很痛苦，他的人生并没有因做善事而得到改变。如果说，要等到下一世才会有好报，可下一世他根本就不知道这一世经历过怎样的痛苦，报应不报应，又有什么关系呢？

堪布：这个问题和刚才几个道友所说的一样，涉及前生后世的因果。

佛教虽然讲因果，但并不会认为，你今天做的善事，一定会在今生成熟。不要说佛教讲的“善有善报、恶有恶报”不会来得那么快，即便是世间的农民，他也知道，春天播下的庄稼，要到秋天才能收获。有些时候，农民很有可能忘记春耕时自己怎样辛苦地劳作，但是到了秋天，他还是会有收获，而且还会因为收获而高兴。

佛教里面的因果报应，有些是现世现报，有些即生当中没有报，比如今生我一直造恶业，一直干坏事，反而过得很快乐。这是什么原因？这就是我前世所造善事

的果报。善的果报在这一世成熟了，我肯定要享受，而且要在这一辈子把它享受完。至于这一生我所造的恶业，来世、来世的来世，一定会成熟的。到那个时候，就不要抱怨说：我这辈子没干坏事，为什么这么倒霉？

包括因果在内的很多甚深的佛教学说，你必须要深入探究。在进行深入探究之前，的确很不好懂。一旦你学懂了，就会明白因果学宣说的的确是真理，没有丝毫错谬。举个简单的例子：我们种下一颗毒药的种子，那它最后结出的果肯定有毒，不可能是药；如果我们种下一粒妙药的种子，它结出的果肯定也是药，不可能是毒。所以我们说，善必有乐的果报，恶定有苦的果报。这个道理，通过世间学问也可以大致推演出来。

当然，要彻底明白甚深的因果道理，必须要专门学习佛教的因果学。就像没有搞懂量子力学的专业术语，仅靠表面上的几个简单的名词，根本没办法驳斥物理学一样，如果你没有深入学习佛教的因果理论，仅靠几个

简单的名词和推理，也根本无法驳倒因果学说；而且，我们即便跟你讲了，你也不一定能听明白，不一定能接受。

佛教的临终关怀，如何推广？

佛友：在医院里，当病人心脏停止跳动时，医生会采取电击等一系列手段进行抢救，并且在确认死亡后，非常迅速地把亡者尸体转移到冷柜里。我们知道，人在濒死时本身就会经历四大分解的剧烈痛苦，此时再施以电击等手段，对亡者而言无疑是雪上加霜，加上一断气就马上转移尸体，对亡人非常不利。

但是，当我们劝人们放弃在医院最后挣扎，到寂静的道场去，在助念中安详往生时，病人的亲属大多不同意，认为这是最后的求生机会，不能放弃。恳请堪布为我们开示：大乘佛子该以何种善巧方便，说服非佛教

徒接受并采纳佛教临终关怀的种种方便，以利益无量无边的老母有情？

堪布：老母有情不一定全部死在医院里啊。

这件事情我不多说。对于临终关怀的理念，在 20 世纪 50 年代，西方科学家是非常认可的。当时的瑞士心理学家荣格，就特别接受西藏莲花生大士关于临终关怀的理论，也就是我们现在所谓的“闻解脱”¹⁸。

现在的医院，确实如刚才这位道友所说，存在这样的情况。但是我想，佛教徒也好，非佛教徒也好，可能都需要根据自身的情况来定，不能一概而论。

主持人：

下面请堪布做一个总结性的发言。

18 即《西藏度亡经》（The Tibetan Book of the Dead）。1927 年，此经的英译本在西方出版，荣格（1875-1961）立即将其视为自己进行死亡观与分析心理学研究的重要参考书，他写到：“自 Bardo Thodrol（即《西藏度亡经》）出版以来，它一直是我常年不变的伴侣，我不但从此书承受了相当多的刺激与知识，而且连许多根本性的洞见也承自此书。”



非常感谢各位来到现场。今天大家在一起探讨了四个多小时，但是，我个人感觉一点也不累。

这里的佛教徒可能占多数，也有不少非佛教徒——有些非佛教徒已经发愿皈依，有些还没有发愿。不管怎样，我希望以后有更多的佛教徒和非佛教徒来参加这样的聚会，大家站在公正的立场，谈论自己的观点，相互切磋，共同进步。

一 不怕你挑战，只怕你不懂

佛陀曾经告诫后学弟子：“你们不要认为我是佛陀，就恭敬我、追随我，你们应该用自己的智慧先进行观察。如果觉得我宣说的真理，经得起智慧的观察，才予以承认；如果认为我说的真理经不起智慧观察，就不要承认。”这是佛陀在经典里亲口讲过的。

说实话，我研究佛教很多年了。在这个过程中，深

深为佛陀的利他精神和他所宣说的真理所打动。作为一个佛教徒，我根本不害怕佛陀的教义经不起理论的推敲。关于这一点，在任何场合，我都可以大胆地这么说。我唯一担心的是什么呢？我们许多佛教徒不能真正了知佛陀所说的原汁原味的真理，世间的人们也无法通达佛陀所宣讲的真理。这是我比较担心的事情。

如果大家能真正了达佛教的观点，我根本就不会有什么担忧。现在任何一门科学，无论再怎么发展，它的理论都不可能破斥我们的观点。尤其是前一段时间，我在给道友讲《缘起赞》的过程中，生起了前所未有的体悟，深深地认识到：佛陀所讲的缘起空性的道理，当前也好，未来也好，世间任何一个科学家恐怕都没办法触及。

正如刚才有些科学工作者所提到的那样，就整个世界而言，量子力学给人类带来的方便和利益是最大的。大家都知道，人类正在经历前所未有的大发展。而这一

切的来源是什么？依靠在哪里？其实，目前我们领受到的各种科技与便利，大到原子弹，小到一个小小粒子的使用，全部都是量子力学发展的结果。当然，在方方面面的帮助和利益背后，也有种种威胁和副作用，这是未来人类需要面临的问题。

我的意思是什么呢？即使量子力学这么厉害，但包括量子力学在内的任何真理对佛教发起挑战，我也一点都不会担心佛教受到威胁。

二 一个开始，一个缘起

前一段时间，我们本来想邀请很多科学工作者、非佛教徒以及佛教徒里面的部分知识分子，来这里共同探讨真理。其实，如果有充裕的时间，应尽可能地多讨论一些话题，这样得到的收获会比较多。但是因为时间关系和我们学院内部的一些原因，今天暂时利用几个小时

的时间，象征性地讨论一下，在这方面创造一个缘起。

大家要知道，以后的世界，科学工作者和宗教人士需要有互相探讨和交流的平台。我记得上个世纪八九十年代，在美国、印度、日本和新加坡等国家，佛教徒和科学界的人士一直保持着经常交流的习惯，甚至很多佛教徒和非佛教徒都有共同的交流中心。这是非常好的一件事。

而像今天的场合，非佛教徒站在自己的认知角度，佛教徒站在佛教的角度，大家一起共同探寻真理的机会不一定有很多。

我们佛教徒不要求大家都来皈依或者学习佛法，但希望大家能正确地认识真理。对我个人而言，不管是佛教徒还是非佛教徒，我都希望大家寻找到真正的真理——人生的真理、世间万物的真理。这是我发自内心的希望。

而实现这个想法的途径，通过大家方方面面的努力，是可以得到的。这次的研讨会不过是一个开始，一个缘起，希望以后可以继续开，不断开，多多地开。我们大家一起努力！

三 佛教与科学，需要整合

我刚才发现，很多法师虽然对空性和缘起等佛教的道理很精通，很多教授、知识分子虽然对量子物理学或者其他世间真理特别精通，但对除此以外的其他领域，就显得比较陌生了。所以我认为，我们大家都需要整合，佛教的观点需要跟量子物理学进行整合。

可能我们好多人都在初学阶段，所以我感觉有些偏于佛教，有些偏于物理学，有些偏于其他的世间理论。我们的很多法师完全站在佛教徒的角度考虑问题，没有顾及到非佛教徒或者科学工作者的实际情况；而有些科学工作者，只从自己所在领域的理论角度出发，完全

没有考虑到更上一层楼的另外一种学说或者生命现象。所以我想，关于我们之间的整合，之前可能很多人都没有思考过。

我本人虽然智慧浅薄，但在十年前，就以自己的浅识对佛教和科学进行了学习和研究，最后写出了《佛教科学论》一书。现在看来，里面有些理论还需要进一步完善。

因为时间关系，我不再啰唆。这次通过这样一种因缘，大家聚集一起探讨真理，非常难得，非常有意义。希望以后多开这样的研讨会，多给佛教与科学的互动整合提供机会，多给大家的智慧成长提供机会。

就我个人而言，今天学到了各位知识分子不同层面、不同角度的思想和理论。你们提出的一些非常尖锐的问题，我会进一步地去学习和研究。

非常感谢大家！

本 届 主 题

探 索 人 生 真 理

SEARCHING FOR THE TRUTH OF LIFE

第 1 届



世界青年佛学研讨会

WORLD YOUTH BUDDHIST SYMPOSIUM

中国·色达喇荣

2011 / 8 / 10 - 8 / 16



开幕词

OPENING SPEECH

2011年8月10日

各位学者，喇荣佛教大学各位教授、法师：

上午好！

很高兴能在这里举办“青年佛教学术研讨会”。你们来自海内外各地，无视路途遥远、气候恶劣，本着对真理的希求和渴望，来到世界最大的佛教大学——喇荣佛教大学。今天，我们欢聚一堂，共求真理，实属来之不易！我感到非常欢喜。

这是一个相互尊重、平等、探求真理的平台。在这个平台上，任何一个人都有宣说自己观点的自由。人类

生存在这个世界上，不但经济要开放，思想也要开放。我们共同学习，相互探讨，精诚合作，无论对政界、学术界还是宗教界，都有很大利益。

下面，我代表“世界青年佛教研究学会”“国际菩提学会”“智悲文化中心”，宣布“青年佛教学术研讨会”正式开幕！

今天研讨的主题是“人是否有前后世”。这个主题，对人类是非常重要的。我在香港理工大学发言时说：“无论科技如何发展，如果不知道存在前后世，这样的群体，是否走在一条对他们真实有利的道路上，是很值得怀疑的。”

在座的学者中，有的对前后世深信不疑，有的心存疑虑，也有人矢口否认。否认的人，是否具足理由？接下来，我们很快就会了解。

在未来七天的研讨和辩论中，除了“人是否有前后

世”外，还有“禅修”“佛教与科学”“关爱生命，关爱环境”“人生观和价值观”等值得深思的主题。希望在座的每个人，都能得到真正的利益！



以科学精神探索前生后世

EXPLORING PREVIOUS AND AFTER LIFE WITH
SCIENTIFIC SPIRIT

2011年8月10日

诸位学者、喇荣五明佛教大学的诸位法师：

大家好！

在这次研讨会上，我们有意邀请了一些非佛教徒，希望非佛教徒们不要感到拘束，不要觉得受到了限制。这次“青年佛教学术研讨会”虽然以研讨佛学思想为主，但同时也是一个自由、开放和平等的平台。希望通过此次研讨，你们能获得真正的利益。这既是我们的初衷，也是你们来到这里的目的。

20年前，我曾写过一些探索前生后世的文章，最近，也出过一些书和光碟。我认为，佛教徒既要了解基督教、天主教的教义，也要去一些非佛教徒的场合——刚才王博士说，有些尊者到他所在的大学讲学时，不去哲学或宗教研究所，而是去生物化学研究所。

酷爱修行的人可能对我有看法：“堪布不好好修行，为什么天天和不信佛的人扯来扯去？”不过，以此因缘，再过20年，在座的诸位或许会找到人生的真理，这就是我们的目的。

一 应以科学态度研究前后世

我对前世今生有坚定的信心。刚才有人问我，是不是能看到自己的前后世？我不能看到，但我以信心作证。

《大般涅槃经》中说：“不见后世，无恶不造。”

人如果不知道有前后世，他即生中的人生观和价值取向，就只会为了短短几十年的利益。如果人生只有几十年，怎么过都可以，但是，人的确存在前后世。今生的几十年，关乎每个人未来世的命运。所以无论信仰宗教与否，都应该对这个问题进行深入细致的研究，得出一个符合真实的、客观的结论。

刚才王博士说，希望得到加持，让他当下具足宿命通，看到自己的前世。这是很困难的，但我可以送你们一本书，慈诚罗珠堪布结合佛教与科学造的《前世今生论》。

我在翻译这本书的过程中一再感受到，如果能真正学习此论，就不得不承认前后世。书中的推理、证据是不可否认的。如果试图否认，你至少要花十年时间去研究。

学任何知识都不是轻而易举的。首先要一遍遍阅读、思维——以王博士的学识也许不用花太长时间。读

完后，请你告诉我你信不信，如果信，你会考虑：“我下辈子会变成什么样？怎样才能在今生和未来的生生世世中趋避痛苦，得到真正的快乐？”对人类来说这是最重要的。

很多年轻人都不懂得这个道理，也从未受过这样的教育，这是非常可惜的。我每到一个繁华都市，心中都会感叹：“一个人无论地位有多么尊贵，财富有多么圆满，有多少人羡慕赞叹，如果连前生后世都不懂、不承认，那他已经成为毁谤真理的人了。”

现代一些大学生行为盲目，思想封闭，受教育的范围狭窄，当然这是情有可原的。刚才申博士也说：“现代教育处于一种单一的氛围中。”的确如此。你们从小学、中学、大学本科乃至硕士生、博士生阶段的教育中，从未涉及过这一领域。老师也不了解，就随随便便予以否认。大多数人人云亦云，说的人多了，似乎就成为一种真理。

尚未思考过这个问题的人，你不一定要承认，但你一定要有一个公正谨慎的态度，要以科学的精神去证明前生后世是否存在。

二 前后世存在的理证

佛教不仅仅是一种信仰，如果因为是佛陀所说就正确无谬，那是不合理的。我们之所以诚信佛陀的语言，是因为它完全经得起逻辑的推敲。

法称论师在《释量论》中，对前生后世存在之理作了无可辩驳的严密推理。今天，组委会特意在主席台上挂了法称论师的唐卡。在印度佛教史上，法称论师以雄辩著称。通过因明推理，他建立了两个主要论点：

一是前生后世存在，二是释迦牟尼佛是无与伦比的导师。在东西方一致公认的逻辑推理前，任何一位学者对此都不得不接受。

在座的各位一定要学习前生后世的理论。任何一个理论，尤其是非常微妙的、深奥的理论，你不可能立刻明白它的意义。

有人问：既然前生后世存在，为什么我想不起来？

这是一种未经思维和观察、经不起推敲的推理。你想不起来，不一定不存在。不要说前生后世，一两岁时的情景，你是否能想起来？

这次研讨会不是以信仰来判断和决定，而是要以理服人。我们所提出的前后世存在的观点，是建立在大量事例、逻辑推理、教证和比喻基础之上的。从人类历史之初，到当今的 21 世纪，还没有人能真正推翻前后世存在之理。如果真的有人能推翻，佛教徒会随从真理而承许。

我在读书时也有过这样的疑虑：“假如真的是人死如灯灭，那么，行持念经、转转经轮、学习佛法并修行

等任何一种善法不都徒劳无益了吗？”

随着深入研究佛教因明和中观，对现代科学和哲学理论进行观察和分析，再加上身边和世间的很多案例，我个人对轮回深信不疑。这不是人云亦云、随波逐流，而是 30 年来反复钻研的一个结果。

三 前后世存在的案例

对前生后世的研究，可能要花很长时间。美国弗吉尼亚大学史蒂文森博士（Ian Stevenson, 1918-2007），十多年来，依靠私人基金会的帮助，搜集到 1700 多个转世个案。其中大多数事例都能找到证人和历史根据。当史蒂文森博士排除其他可能的动机后，得出了一个惊人的结论：

轮回可能是真的，死亡并不是终结！

我曾读过他写的《二十案例示轮回》（Twenty Cases Suggestive of Reincarnation）。从那以后，史蒂文森博士奔波于世界各地，在 40 年中收集了 3000 多个案例，发表了几十篇学术论文，被后来的研究者引为经典。

从古至今，一直有很多前生后世存在的案例。一个名叫詹姆斯·雷宁格（James Leininger, 1998-）的美国男孩，回忆起自己前世是一位海军飞行员，在二战期间，他的飞机被日本炮弹击中，导致机毁人亡。美国各大新闻媒体都报道过他的事例。

2009 年，印度一位名叫阿杰的 16 岁少年死于车祸。阿杰生前曾告诉家人，在 1984 到 1993 年间，他以人、苍蝇、蜜蜂和蛇的形态，在同一个家庭转世 5 次。最初，他转生为家中的一个男孩，6 岁时，由于邻居没有孩子，十分嫉妒，把他毒死了。后来他先后转成苍蝇、蜜蜂、毒蛇以及家中一个两岁的孩子。对于每一次转世，他都记忆犹新：6 岁时，邻居怎么对他下毒；他在

院中变成一条毒蛇时，他婆婆怎么把他打死。

他的故事，印度所有媒体都报道过。虽然他转成蜜蜂、苍蝇的事无法查证，但对其他转世，所涉及的当事人都已经完全证实了。

对生命学家、心理学家等科学家来说，前后世是一个谜。但对佛教而言，这不是秘密。

你们有的从国外飞来，有的从东北、内蒙古、青海、海南等地飞来，有的是依靠其他“神通”而来，你们希求真理的精神非常可贵！我希望来自各国各个不同信仰和研究领域的学者，都能以严谨治学的态度，说出令人深省的道理。

现在是 21 世纪，各个国家都以和平共处的理念，互相尊重，共同合作。佛教徒和非佛教徒之间也应和睦共处。这样，人类才会有真正的幸福和快乐。

现场互动

问：我来自河北师范大学教育技术系，我带着半信半疑的态度来参加研讨会。我想问的是：在科学中可以作出假设，通过一系列实验去验证这个假设，得出一个结论。而佛教前世今生的理论及有人口述自己的前世时，是否有一种方法去证实？

堪布：第一个问题，前生后世的理论，有没有一种方式证实？有。《释量论》和《量理宝藏论》中说：众生今世第一刹那的心（有法），是依靠前世心识这一根本因为前提的（立宗），因为除了自己前面同类的因外，不观待其他任何法之故（因），就像我们现在的心（比喻）。

今生的第一刹那心，前面肯定有心。为什么？因为

心的近取因（最主要的因、根本因）就是心，除了心以外，不可能从其他任何法中产生。有些人可能不承认，它不是看待我们的身体和父精母血吗？但这是次要的缘，不是根本因。而心识的根本因不是心识的理由，是无论如何也找不到的。同样，如果没有遇到其他障碍，未来的心识也会不断地存在，具足因的缘故。这个三相推理非常尖锐。如果你觉得这个推理无法证成，可以在台下和我辩论。

第二个问题，你认为用科学实验来证成前后世比较困难。是这样的。科学实验一般是在物质上试验，而心灵是无形之法，是非常微妙的。比如，现代科技可以把声波变成无线电波，又还原成声波，双方都可以听见；中阴的心识，也如声波一样。最初是可见的身体，离开肉体之后，成为无形无色的意识之身，而后，又转为下世的身体。对此，西方科学家已用科学实验证实。

英国医生山姆(Sam Parnia)在对濒死病人进行的试验

中发现，100 个人中，有 7 个被抢救过来的病人，能说出自己灵魂离体时，看见他放在天花板下方一块不透明薄板上的小物体——除山姆外，没有人知道这些小物体是什么。但在濒死体验中，灵魂飘到天花板上，看见了它们，所说的内容和真实情况完全一致。山姆是世界上首次用重复科学实验的方式证实“灵魂”存在的人。

最初，你持半信半疑的态度，这样非常好。禅宗说：大疑大悟，小疑小悟。假如小疑，就不会有探索真理的欲望；如果大疑，在经过长期不懈的努力之后，一定能遣除一切怀疑。

问：很多调查说，因为前世被枪杀或其他原因，转世后身上有前世遗留的标记。这种说法有没有根据？

堪布：以我们有限的意识，无法企及众多甚深的领域。龙猛菩萨之后出生的圣天论师，在距今两千年前，

就已在《中观四百论》中，讲述过这样的问题：

茅草房中有一桶酸奶，一只灰白色的鸽子，从茅草房顶上走过。鸽子的脚印，清晰地出现在酸奶上。鸽子并没有踩到酸奶，然而，鸽子、酸奶、从茅草顶棚走过这些因缘聚合时，这神奇、不可思议的现象却会产生。

同样，圣天论师说，因为一切万法都是空性，只要条件聚合，如幻的现象就会产生，这是一种自然规律。前世的身体虽然已经湮灭，但依靠心识离开前世去往后世，前世身体的印记、心识田中的种子等等因缘奇妙聚合，前世的痕迹，也会在后世的身体上显现。

问：整个大千世界生命体的数量是恒定的，还是有变化的？它们之间是什么关系？每个个体最初是如何产生的？又如何六道轮回中迁变？最后又会怎么样？

堪布：事实上，不仅是生命，物质也同样如此。

按照佛教理论，世界有成住坏灭四个阶段，就这样周而复始。

此生的生命，从整体而言，属于一个总的生命体系；别别来说，在每一个众生还没有成就前，生命就会不断延续。但是生命有没有一个恒定的总数呢？没有。



佛教讲众生无边，原因是我们的世界无量无边。如刚才一位学者所说，如果你读过《华严经》玄妙的华藏世界，就知道世界浩如烟海。从世间的角度看，不仅是

整个宇宙，即使是自己的生命，也是不可能了知的。

依靠天文学家，最多只能看到一个地球、几个银河系；无量无边的世界体系，天文学家还认识不到。生命也是如此。在浩瀚的世界中，有无量无边的众生。每一个众生的心识，都持续不断地存在。这种存在，是非常神奇而又微妙的。

任何一个学问，尤其是难以思议的道理，不是任何人都能了解的。比如量子力学，虽然科学人士对它深信不疑，但对其他人来说，很难了解其堂奥，只能是半信半疑。

问：佛教说：只有同类才能产生同类，心识不可能从身体和父精母血中产生，只能从心识中产生。我想问，如果把桌子烧了，它变成了烟，这还是同类相生吗？为什么在有情和无情之间，不能非同类相生呢？

堪布：以肉眼和分别念观察，烟是从火中产生的。火是炽热的、明亮的，与所生的烟似乎并非同类。但是，按照《量理宝藏论》，从同一相续的角度，也可以称之为同类因。但如果详细分析，烟有烟的近取因。现代物理学也证实了这点：烟的近取因，就是木头的分子。烟，事实上是很微细的、碳化了的木头颗粒。这就是问题的关键。

心识也是如此，不可能从物质中产生。心识能照见和觉知内外之法，能决定和取舍，它与无情之法，就像水和火一样互不相容。如果心识能从父精母血等无情法中产生，那么水中就能够产生火。

任何一个事物，依凭肉眼所见、分别念思维得出的结论，不一定是可靠的。因和果之间，有一条非常微妙的直线。如果能学习《量理宝藏论》和法称论师的《释量论·成量品》，你会对心识只能从心识中产生的道理，有一个全面的了解。

问：很多人都说，自己有灵魂出窍的体验，
以此来证实轮回是存在的。灵魂出窍真的存在吗？

学员：我毕业于重庆交通大学。因为以前练过气功、接触过密宗等，就有过灵魂出窍的体验，所以很坚信人有前后世。灵魂出窍的感觉是很可怕的。我记得高三时，我每天打坐，觉得好玩，也并没有追求书上说的神通等。当时就是按照书上所说，朝着上面观想。

一个多月后的一天，大概是凌晨两点多，突然之间，一下子就感觉出来了，感觉自己飘到天花板上。但是不能穿过天花板，只能顺着飘。然后到窗口了，就特别害怕飘出去。因为当时一想到出去，就觉得会死掉，会回不来了，就怕这个。最后我就回来了。当时那种感觉就是周围一片寂静，我能看见自己在那儿打坐。大概就是这样的，很恐怖。这让我想起一句话，就是人对于未知的事物都存在一种恐惧感。在那次体验之后，我就

很爱看一些哲学、心理学方面的书。

法师：以前我班上有一个道友，是浙江的济光法师。他给我讲过一段他的亲身经历。他在中学的时候从四楼掉下来，脑袋朝下，一下子摔昏了。摔昏以后他的灵魂马上就出来了，觉得自己飘到了大树上。然后他看到树上有个鸟窝，里面有麻雀，他就去抓窝里的小鸟。他一抓小鸟就飞了。再后来，他看到老师和同学们在抢救他，但他却一点痛苦的感觉都没有。整个抢救过程他都看到了。后来，突然他就回去了。回去以后，他觉得眼睛剧痛，之后便落下了后遗症。脊柱受了伤，身体很不好。他在我班上待了几年，实在扛不住就下山了。

虽然这不是我的亲身经历，但我相信老道友他跟我说的不会有假。这是我补充的一个例子。

堪布：我们曾经采访过这样的人。他是色达县人，不愿透露自己的名字。他在被抢救时死去，神识离体，来到医院上方的天空，看见医务人员正在紧张地抢救

他。他非常轻松、舒适，同时，也感到隐隐的担忧和恐惧。

他来到急救室隔壁，那里有很多熟人等候着。他们对他视而不见，听而不闻。他莫名其妙。他发现，墙壁对他没有阻碍，他飘浮着，目睹了当时的一些场面。后来，他生出一念：我不能这样，还是回去吧。一念之下，他昏厥过去。过了两天，他被抢救过来。

每次，他回忆起那段经历，泪水都止不住地流。他说：“轮回真的很恐怖。那时，我可能已经是中阴身，如果没有回来，就真的去了后世！”如果有人想了解生命的奥秘，我相信，在没有信仰的知识分子和普通百姓中，也会有很多奇妙的事例。

世间禅与出世间禅

禅修开示

THE MEDITATION OF MUNDANE AND SUPER
MUNDANE

a meditation instruction

2011年8月11日

一 禅修的重要性

刚才，主持人请我讲《释迦牟尼佛修法仪轨》。关于这个仪轨，你们自己看一下就行。这里，我只是稍稍补充一点。

首先，我想说的是，信不信佛教是你的自由，我们不会用任何一种方法引诱你进入。即使有的人想出家，

我也没有同意。一般来说，我不是很赞叹知识分子来这里出家。我让他们观察自己的心，出家的决定是不是深思熟虑的结果。

不然，你初到寂静地，刹那间产生了一种感觉：啊，出家是多么清净啊！但是，时间一长，你偶尔萌发的不成熟发心就渐渐退失了。对你们自愿出家，我都是抱持这样谨慎的态度；对你们信教更不会强求，会尊重你个人的抉择。

在座的同学，有的对佛教有信心，但对佛教的教义又不太了解，带着这样一种信心，跟着上师或什么人到处跑，既浪费时间，又容易趋入歧途。如果没有缘起，你不会值遇很好的上师。各种修法那么多，以后都可以求，这些都不是很重要的。重要的是系统学习佛法。

关于“禅修”，我先简略讲一下禅修对社会和个人的重要性。

现代社会上很多人，不论是企业家、领导，还是学校里的老师，都心力交瘁。从表面上看，科技发达给人身心带来诸多便利。但是，科学越发达，社会越发展，人类越贪得无厌，即使拥有再多也是欲壑难填。在短暂的一生中，一直不断地向前追逐，直至生命的终结。

有些人可能是前世习气，或者今生没有修心，他的心非常急躁、任性，无法控制；无论做什么事，一不顺心就大发脾气生嗔恨心，或者陷入极大的忧悲和苦恼。有些人分别念特别重，想象力格外丰富，一点点小事就歇斯底里，无缘无故就大声哭泣。这样的人非常需要禅修。

基督教、道教和印度瑜伽，在中国各大城市都有冥思道场或瑜伽馆。瑜伽为当今社会人们的身心带来了一线清凉和宁静。

因此，在座的各位要了解，究竟什么是禅？

我去过清华、北大、复旦等大学，它们都有禅学社。国外著名的大学，如耶鲁、哈佛、剑桥等，也有禅学社。禅学社应该对禅有比较广泛的了解吧。

禅修分世间与出世间。要进入真正很深的禅，就要入出世间禅，也就是佛说的波罗蜜多的境界。当然，在生活中，依靠世间禅就可以舒缓身心。

我觉得，不论是世间禅还是出世间禅，对你们的未来都非常重要。你们踏入社会以后，家庭、工作和生活的压力会使人不堪重负。每天放松身心，禅坐一个小时，对缓解疲劳和紧张的情绪，有出乎意料的效果。

如果你有了一定的禅境，就可以把所有事都放下，进入到更深的禅修中。这时，你要选择一个不受干扰的地方，但不一定要去山谷闭关。没有真正的窍诀，即使闭关也不会成功。



二 禅修的条件

佛教的根本教义就是戒定慧三学，其中戒律是三乘佛法的基础。经中说：由戒生定，因定发慧。所以，首先要持戒。没有戒，一切功德都不会产生。

有些人认为，佛教有很多条条框框，非常麻烦。其实，完全不是如此。“戒”就是一个人的人格，就是怎样做人。

世间有的人，天天偷盗、杀戮，这样的品行，根本谈不上更高的功德和境界。因此，不要把戒律看作一种特殊的约束、一种控制的手段。在看似一模一样的人中间，有些人层次很高。比如佛教中有居士五戒，就是不杀、不盗、不邪淫、不妄语、不饮酒，这是做人的基本道德。社会上有很多人，包括一些党员最高的境界也是如此。如果你违犯了这些事，你连基本的人格都没有。假如在居士五戒的基础上，能进一步受菩萨戒、密乘戒或别解脱戒中的出家戒，这样一层一层受持更高的戒，也就是一步步完善你的人格。

所以，戒定慧中的“戒”，就是怎样做一个真正的好人。在高尚人格的基础上，你的心才能清静，才能安静下来。如果心不寂静，不要说出世间的成就，连世间

的快乐也不可能得到。比如你在一个单位上班，心如猿马不能安住，不久就会被老板开除。到了另一个单位，又会如此。朝三暮四或暴躁的人，到哪里都找不到清静的世界，到处是缺憾、纷争、仇恨和痛苦。这就是没有“定”的原因。

有了定就能衍生出智慧。有些法师、大学生的学习为什么特别好？就是因为：首先，他有善良诚实的品德；在这个基础上，他的心沉静稳定。这样，他的智慧就能慢慢成长。如果你心不定，即使有智慧也容易退失。我记得佛经中有这样一个比喻：没有禅定，人的智慧就像风中的灯。风中的灯，虽然闪耀美丽，但很快就会被风吹灭。

一个人可能具有智力和天赋，但是，若既缺乏人格基础，又不具备禅修的寂静，他的智慧则如无源之水，不会带来真正的利益。

三 禅修的历史

为什么禅宗大德能长寿无病、气色如婴儿一般？为什么印度瑜伽师能在一个月中，安住不动，不吃不喝，在没有氧气的封闭洞穴中坐上六天，而一般人连两小时都坐不住？

现在很多人去印度求瑜伽，其实，佛经中就有瑜伽。“瑜伽”在密法中叫玛哈约嘎、阿努约嘎或阿底约嘎。其中“约嘎”就是“瑜伽”，藏文叫“那炯”，意思是心入于本来的状态。

从历史上看，印度瑜伽是相当神奇的。我记得有关阿底峡尊者的故事中提道：在朗达玛灭佛后，藏王智光、菩提光为了重振佛教于西藏，前后派了许多智者去印度，最后终于请到了阿底峡尊者。

在去西藏的途中，一天，阿底峡尊者一行来到恒河边，看见一位老瑜伽士，把一具孩子的尸体放在岸边，

自己跏趺坐入于定中。一会儿，老瑜伽士颓然倒下，孩子却站了起来，把瑜伽士的尸体扔进恒河，头也不回地走了。藏地学者心中不解，问阿底峡尊者：“这究竟是怎么回事呢？”阿底峡尊者说：“禅修中有一种‘夺舍法’，又叫‘迁识法’，是一种借尸还魂法。瑜伽士老了，找到一个年轻尸体，就将自己的神识迁移到那个身体里。”

藏地也有玛尔巴之子达玛多德“夺舍”婆罗门子尸体的公案。这是一个真实的故事，出自一段可靠的历史。

印度依然保存着古瑜伽的传统。在古瑜伽中，一般会吸收不同宗教的内容，既有佛教，也有婆罗门教等。迄今为止，印度都不愿开放，这是有其宗教、历史、文化等原因的。20年前，我去过印度，发现很多藏人、汉人到印度后，一直保持着一种原生的生活状态。我觉得非常好。

印度人特别重视素食，不像中国天天杀生吃肉。等你们完成学业，挣了钱后可以去印度朝圣。印度航空公司以前只供应素食，听说直到现在，有的公司依然如此。而在我们的飞机上，要得到一份素食却非常困难。当然，目前印度经济发展不如中国，有一定差距，但是他们原有的珍贵文化，却保存得相当完好。

印度的每个饭店都有咖喱，咖喱是非常清净的食品。刚吃时不知是什么味，既不是辣，也不是咸，是一种很奇怪的味道。但是在离开印度后，有时我会想：“什么时候我还能再去印度，吃上他们的咖喱呢？”

除了印度瑜伽，中国和日本的禅文化也曾风行一时。20 世纪五六十年代，日本就有企业家禅令营。那时中国还没有完全开放，反对气功等一切禅修活动。昨天，一位人民大学的学生说，我们的思想处于非常狭隘、封闭的状态。确实如此。那时在藏地，只要发现山洞中有人坐禅，这个人就会立刻被投入监狱。直到 80

年代以后，气功才在汉地悄悄地兴起。

有一位美国总统说：二十多年前我来过中国，那时候每个人都穿一模一样的衣服，但是现在，大家都穿得五颜六色。在座的同学也许还记得他的话。每个人的心态不同，爱好不同，在外相上必然会有不同的选择。

80年代后，人们纷纷学习中功等气功，也有人通过气功趋入真正的禅修中，包括这里的一些大法师。汉地有些比较著名的法师也练过气功，练到心静时，生起一种不同于以往分别念的特殊觉受。之后，他们皈依佛门，成为当今佛教界的栋梁。

我曾经专门了解过气功到底讲了什么，为什么会形成一个全国性的气功热。后来发现，气功借用了一些佛教理论，有关气功的原理都可以在佛法中得到诠释。现在有些地方举办企业家禅修之旅、静心营、禅商文化讲座等等，在短短的几天中放下一切，松弛而坐，收到了非常良好的效果。

四 什么是世间禅

本来我们生活在压力、恐惧和忧郁中，禅修后身心平和，心与大自然融为一体。所谓瑜伽的意义，虽然有多种翻译，但“合而为一”可能是最恰当的。“合而为一”就是把心找回家，让它平静、沉淀，从而发现它的本来面目。

现在世间流行的禅，都属于世间禅，在佛教中叫“凡夫行禅定”。比如，在大学中参禅，心不执著于任何一法，安住在不执著中。禅定时会出现的三种境界：一种是空，心空无所有；一种是明，心了了分明；还有一种是无念，心中不起任何念头。又叫：乐、明、无念。

“乐”是轻安、快乐。这种乐受，世间任何一种快乐都不能比拟。城市中一些特别疲惫的人，一旦参禅，就不想从定中出来，可能就是因为“乐”的缘故吧。

我去五台山的时候，有个和尚对我说：“我现在禅

定境界很高。”我问：“怎么个高法？”“我现在出定入定时，什么念头都没有，每天都处于无念中，太舒服了。”还有一种舒服在里面，也是无念。本来我们的分别念此起彼伏，若能不起任何念头，也是很清净的。

汉地寺院常举办禅七夏令营。七天中，每天从早上八点到晚上六点，大家坐在禅堂里观心。那时会有禅师引导：“现在你什么都不要想，不要分别，心是明明清清的，是空的……”心本来就是空、明、无念的，这就是世间禅。它有没有作用呢？有，但只是暂时的作用。

在印度瑜伽中，世间禅有五大派别。其中，哈他瑜伽是最广为人知的。它通过身体的姿势、放松的技巧和呼吸，来达到训练的目的。在一呼一吸时，原来漂泊的心，能找到回家的路，即使找不回来，也能知道自己的心是多么动荡起伏、一刻不停。经常这样练习，心会变得非常宁静。

“凡夫行禅定”，不能根治相续中的贪心、嗔心、

痴心等烦恼，但能暂时压制粗大、浮躁的分别念，甚至将它摧毁。不过，摧毁的不是本质，不是习气，只有出世间禅才能从根本上彻底摧毁心中的烦恼暗习。

印度瑜伽中大多数都是世间禅。这一点，各位一定要清楚。你们在参禅时，一定要观修心的空性，这是世间禅与出世间禅的分水岭。

五 什么是出世间禅

在佛教中有“凡夫行静虑”“义分别静虑”和“缘真如静虑”这三种分类。

如果你安住在诸法无自性的心念中，通过心的空性，断除心的无念、明、乐的状态，是第二步境界，叫“义分别静虑”。第三步境界就是远离一切空和非空、明和不明的执著，这就是“缘真如禅定”。

在禅修过程当中，有人感受到乐、有人住于无念、有人住于空，这三种觉受中，空的感觉是比较好的。但这种“空”，只是一无所有、豁然空虚的状态，并非是对诸法显现的当下没有丝毫实有本性的认识。

安住在世间禅中，最高可以达到四禅八定，却不能从三界中解脱。要从世间禅进入真正的出世间禅，仅仅“义分别禅定”的“单空”是不够的，还要达到缘真如本体的禅定，就是远离空与不空，认识心的无缘赤裸的本性。这种境界，在禅宗中叫明心见性；在密法中，称为认识觉性。

大圆满密法中讲到光的明点。其实，人的心有一种自然的光，这种心的自然智慧的光明，会呈现在心外。在虚空的映衬下，可以在空中看见这种光。密宗的托嘎修法就是观清净透彻的蓝天，以顿超的方式见到了然明然的心的境界。当然，刚开始时什么也看不到，但慢慢地，就可以看见一些佛像。这是为什么呢？就是因为我

们的心与佛陀无二无别。

除了利根者以外，三言两语是不会明白的。利根者依靠《六祖坛经》《金刚经》《大圆满直指心性》等任何一法，都能幡然开悟。从此，他的言行举止会出现翻天覆地的变化。

这种现象自古以来就是存在的，是不可否认的。

但是说实话，你们离这些窍诀还相差很远。这样的修法，要在学习佛法十几年，并完成加行后才可以传。像主持人刚才说的生起次第、圆满次第，在没有弄懂它的义理和窍诀前，自己不能盲修瞎练，否则不仅无功而返，还可能出现一些不良症状。

在藏传佛教中，禅修分了五个阶段：刚开始时心如飞瀑，一刹那都不能安住；而后就像山谷中湍急的流水，流速已经减缓，这时心安住的时间很短；之后就像江河一样，只有到了岸边，才发现它川流不息，此时的

心已经比较稳固，但还有一些分别念；第四阶段犹如大海，远看风平浪静，近看还有细微的动摇；最后如须弥山王，不为狂风所动，这时心不管专注何方，都能随心所欲。

对大学生来讲，修世间道教的禅、基督教或其他宗教的禅，或世间一般明、乐、无念的禅都可以。但是，要进入真正的禅，就要修出世间禅。这时，发心是最重要的。

比如声闻乘希望从三界轮回中解脱，发心后安住下来，按照四念处，观修身体、感受、意识和法。贪心严重就修白骨观，嗔恨心严重修慈悲观。《阿含经》中宣说以五种所缘的方式来修。最后证悟人无我，获得声闻果位。如果是大乘禅修，目的不是为了身体健康、消灭烦恼、获得解脱等，而是为了利益一切众生。

在座的人如果要参禅，你的意乐和发心是什么？是想自己快乐呢，还是让无边无际的众生快乐？如果是后

者，先皈依、发心，再参禅。

大乘三十七道品的一些修法，与声闻乘一些内容相同。不同的是，前者以法无我摄持，后者以人无我摄持。以空性摄持的禅定，叫止观双运。止，是寂止的止；观，是观修的观，是对诸法本体空性的证悟。禅定不仅仅是心安住下来，还有证悟空性的境界，而后在这样的境界中安住。

宗喀巴大师《菩提道次第广论》的后部分，讲的就是止观。因为非常深奥，宗大师写着写着，心想：“即使写下去，也不会有人懂的，还是不写吧。”他搁笔后，文殊菩萨亲自现身，对宗大师说：“你还是写下去吧，肯定会有人懂的。”很多大德在传法时，看到众生根基低劣，与深法不相应，所以不愿传深法，只讲一些粗浅的法门。

今天，我放一尊释迦牟尼佛像在面前。《菩提道次第广论》中也说，观修时，要以观佛像为主。如果你们

有时间，最好看一下《白莲花论》最后部分的“释迦牟尼佛修法”，还有《华严经》《大集经》的公案。

我经常放一尊释迦牟尼佛像在面前，如果心实在静不下来，就睁开眼看看佛陀，而后闭上眼睛。此时，佛的影像自然在心前浮现。心在这样的状态中安住，不会出现任何违缘。要让这样的境界稳固和明显，就要持续修行。

如果你的心因此安住，当然非常好；如果不能，一直看着佛像，也能在相续中种下善根。不论你信佛与否，这样观想对你百分之百有利，不会有任何危害。

所以，我想送每个人一尊佛像。这尊佛像是我特意定做的，装藏非常珍贵、圆满。你们要找一两个上师吹气可能很困难，但这尊佛像，请所有僧众开过光，它的加持是更大的。发心人员不要伤心，也许以后，我能送你们一尊。

不管到哪里，我都会携带一尊佛像。这尊像小小的，你们出差或到什么地方时，随身携带会很方便。虽然它不是古董，但一般来讲，要做得这么精美、这么庄严，是很不容易的。希望你们一辈子都能好好珍惜，经常观想。

现场互动

问：我不承认“我不存在”的观点。昨天的我和今天的我，都是非常真实地存在的，每个人都看见我了，希望您能解除我的疑惑。

堪布：只有在学习中观后，才能彻底明白“我”不存在。但这不是在显现的层面，在没有进行任何理论观察的情况下，“我”是存在的。而是在究竟的层面，在用真理观察时，不承认“我”是真实存在的。

现在，我问你，你认为你是真实存在的吗？如果是，那么，你承不承认昨天的你，也是真实存在的？如果是，昨天的你和今天的你，究竟是一体还是他体？

如果是一体，昨天的你做了什么，今天的你也要做那件事，你永远都在做同一件事，因为你们是一体之

故。这样，你永远也不会老、不会死。

假如你说，从相对而言，你是静止的，是同一个人。如果是这样，真实的你就不存在，因为你需要观待。而实有的法，永远不观待任何条件。

问：我在听您讲法时，常常走神，甚至不知道讲法已经结束。当我一个激灵醒来时，又不知道刚才想了些什么，整个人模模糊糊的。我想问您，我这神去哪儿了？为什么就不记得看过的东西了呢？

堪布：佛经中说到两种障碍：一种叫昏沉，一种叫掉举。你暂时想不起心去了哪里，模模糊糊，似醒非醒，这就叫昏沉。你想不起出神的时候想到或看到的东西，就是因为昏沉的缘故。

掉举，也就是我们经常说的散乱。这样的人虽然坐

在经堂中，但心识却云游各国。不仅听法有这种现象，在学校听老师讲课时，也会经常发生。分别念四散，其实是一种迷乱的相。心识有无分别和分别念之分，你的分别念虽然四处游荡，但无分别的心识却一直在那儿。



问：我从江苏坐火车来时，说自己一定要皈依上师，我不知道这种信心从何而来。昨天一个同学就问我，你为什么要皈依？我脱口而出：“机缘到了。”我想问一下，什么是机缘？另外，违缘到底是怎么回事？怎样甄

| 别呢？ |

堪布：人生有一些巧合或因缘。你千里迢迢，为了皈依来到这里。也许，你皈依佛门的因缘已经成熟。你不知道自己为什么那么说，但你说准了。

在修行过程中，违缘是正常现象。如果翻开前辈高僧大德传记、历史书籍，就会发现，当人们有一定的突破或成就时，一定会遭遇很多违缘，但是在违缘前不能屈服。佛教不把违缘看作违缘，违缘具有很多深刻的意义：它可以磨练我们的意志，增上我们的信心，开启我们内在的智慧。

当出现不顺利的征象时，我心里会想：“哦，可能会出现违缘。”事实上，我还看不出它究竟是违缘还是顺缘，但我不会因为违缘就放弃了有意义的事。如果是没有很大意义的事，我会考虑是否还要继续。当时间过去，回顾往昔，我发现违缘已成为顺缘。到了那时，你

会甄别的。

问：我是贵州大学的学生，平时看佛经或您的著作时，很愉悦也很欣喜，但真正碰到一些事时，比如生病或人际关系的问题，就想不通、看不进书。我应该如何改进呢？

堪布：你学的只是理论，如果不实修，在遇到生病或不愉快的事时，很难处之泰然。不要说你，在佛学院学了很久的人，也不一定能对治。当我疾病缠身、极度疼痛时，也很难转为道用，心里也感到很惭愧。但假如有一定的修行境界，则所有的身苦和心苦都会烟消云散。

虽然如此，学佛和不学佛，还是有很大差别的。当你真正明白痛苦是净除业障的扫帚，是无常、空性的道理时，面对痛苦，你会迥然不同。此时，你会以善巧的智慧来抉择它的本性，并将它视为修心的良机。

浅谈科学与显密教法

BRIEF TALK ON SCIENCE AND BUDDHA DHARMA
OF SUTRAYANA AND TANTRAYANA

2011年8月12日

一 缘起

去年10月，首届“佛教与科学”论坛在这里举行。来自海内外的知识分子，参加了去年的论坛。因为大多数学者都是佛教徒，为此，我们邀请了一些无宗教信仰人士参加。会场的效果非常好。各种尖锐、对立的观点，让大家应接不暇。由于这个缘起，诞生了今年的“青年佛教学术研讨会”。

我个人认为，研讨应采用英国圆桌会议的方式。公

元5世纪，亚瑟国王(King Arthur)与他的骑士开会时，与会者的座位不分尊卑高下，体现了平等、协商的胸怀。从那以后，圆桌会议精神已被越来越多的人所接受。

在这次研讨会上，一些有缘的学者从国内外闻讯而来，希望以此因缘，找到他们内心思维和寻求的答案。在这里，没有一位教授和博士会被置于高位，也没有一个本科生会处于低位。身份、头衔和名声不是标准。看谁拥有真理，我们以真理为衡量标准。

如果有条件，研讨会也可以在阶梯教室进行。不管是教授还是总统，演讲时，只能抬头向上看；听讲的人，从上向下审视。只要说得不对，谁都可以举手，发表观点。看演讲的人是否有肚量，是否有充分的理证和辩才。不因为我是法师，我就高高在上，无论我说得正确与否，都不容置喙。新时代的人，不一定能接受这种古老、传统的方式。

我相信，在座的学者和智者，将来有些会成为成千

上万人的领导者，受到人们的爱戴和拥护。今生，你应该有这样的理念：不是用你所拥有的权力，来维护、巩固自己的地位，而是以自己所有的力量，投入到这个世界中，帮助需要帮助的众生。

在上世纪五六十年代，佛教、儒教和道教被丢于历史垃圾桶中。大约在 70 年代时，美国和台湾的一些学者，开始把目光投入到佛教与科学的对话上。

记得在 1987 年时，我读到尤智表的一本小册子：《一个科学者研究佛经的报告》。看到“一个科学工作者”这样的新名词时，我非常惊讶，倍感新奇和稀有。

尤智表曾留学哈佛大学，嘲讽佛教是迷信。他身为佛教徒的叔叔说：“你们学科学的人，说话应该有根据。你对佛教一窍不通，怎么可以随便下结论，说是迷信呢？”

于是，尤智表开始研读佛经。最后他慨叹不已，得

出一个结论：“现有的科学成果，都是对佛教世界观的一个注脚。”读了这本小册子后，我一直思维着他中肯、客观的语言里蕴含的甚深道理。

我们从小所受的教育，都说科学是至高无上的真理。社会上大多数人，都持有这样的见解。如果科学工作者能与佛教人士沟通，对改变人们的人生观和价值观，会大有助益。

现在，已有越来越多的人，趋入佛陀高深的教义。我个人认为，无论是社会科学还是自然科学，都可以与显密教法做一番深入的比较。由此，人们会发现：科学中，不一定能找到佛教的宝藏，而科学的任何一个科目，都能从浩如烟海的佛教经论中，直接或间接地发现它们的身影。

佛教与科学的内容是非常宽泛的，仅仅在一天中，寥寥数语，无法涵盖它们广阔、甚深的内涵。但是，为了让人们知道，科学说了什么？佛教又说出了什么？这

两者之间是什么关系？我们以“佛教与科学”为命题，希望在未来的日子里，你们能进一步研究和实践。

二 戒律、因明与社会科学

科学又分社会科学和自然科学。社会科学是研究社会现象的科学，包括了经济学、法学、伦理学、社会学等。作为对比，首先让我们看看显宗五部大论中的“戒律”和“因明”。

五部大论之首，就是戒律。它包括了小乘、大乘和密乘的三乘戒律。简单地说，就是怎样做一个好人。人们可以根据自己接受的程度，受持一分、多分乃至几百条律仪。

戒律不仅包含了对经济、伦理、法学等社会现象的研究，制定了最基本的道德准则，还涵盖了儒家和部分基督教思想。可以说，所有善的教育，无不包含其中。

细到一言一行、起心动念，在纷繁的律典中，都有细致的分析和界定。

佛教的因明，也是五部大论之一。因明，是古印度逻辑学的泛称，后来，演变成佛教逻辑学的专名。东方逻辑和西方逻辑，都可以包含其中。

几年前，我讲《量理宝藏论》时，读过一位美国哲学家翻译的因明著作。我发现，它不仅涉及英国经验主义思想，还包括了古希腊、中世纪及近代著名的哲学思想。每一种思想，都可以在《释量论》《理滴论》等法称论师的因明七论及陈那论师的《集量论》中，找到它们的理论和推断方式。

因明尖锐的辩论，是开启智慧的一种训练方式，也是明辨是非、寻求真理的手段。希望在座的知识分子，通过学习因明的三相推理——世间称三段论式（大前提、小前提与结论），对前后世是否存在、因果不虚，用比量得出真实的、符合自然规律的结论。

那时，你们就会了解，佛教不仅仅是一种信仰，更是一种智慧。而因明，在帮助我们生起理证智慧方面，是非常重要的。

三 俱舍、中观、般若与自然科学

五部大论之一的《俱舍论》，拥有生物学、植物学、天文和地理等学科的丰富内容；五部大论中的“中观”和“般若”，则对物质及精神世界的本质，进行了观察和抉择。用现代的话来说，前者研究的是宏观世界，后者是对微观世界的探索。

从牛顿的绝对论，到爱因斯坦的相对论，物理学家建立了空间与时间是依存、看待这样一个全新的概念。而后，量子力学崛起，对相对论作了修正和补充。而量子力学的结论，以“中观”和“般若”的观点可以驳斥。

科学家戈尔曼(Murray Gell-Mann, 1929-2019)在1969年时,因发现了夸克,被授予诺贝尔物理学奖。在夸克之后,亚夸克、亚亚夸克也被相继发现了。至今,仍有很多科学家坚信,构成物质的极微是存在的。

而在佛教内部,承许极微,是小乘《大毗婆娑论》和《俱舍论》的观点。小乘有实宗的这一学说,早已被大乘唯识和中观破得体无完肤。所谓的破析,不是像西方宗教徒与非宗教徒之间的冲突,一方依靠强权,将另一方强行镇压,而是完全以真理来论证,指出它相悖的地方,宣告它不成立。

无论是大乘唯识、中观,还是密宗一切归于本源的教理,都是有据可依,经得起理论观察的。

按照大乘中观的见解,构成现象的基础是空性。人们可能想,如果一切法是空性,怎么会有包罗万象的显现呢?这就是《心经》中所说的:“色即是空,空即是色。”其中的义理,是非常殊胜和深奥的。虽然任何法

都没有本俱、不变的自性，但可以依靠条件产生。就像两个氢原子和一个氧原子的结合，在不同的温度下，既可以变成冰，也可以成为水。

宗喀巴大师宣讲《缘起赞》时，先以中观理论，将万法抉择为单空，这时，包括你、我在内的一切器世间和有情世间，都没有固定、实有的本性；而后，再将单空，抉择为远离一切相状的大空性，这是最高的、实相的境界。这种境界，既可以依靠理论来通达，也可以由实修而亲证。但是，在现相世界中，圣者和凡夫前，都有如梦如幻的显现。

台湾中山科学研究院杨中杰，在他的《从佛学角度观西方三大物理学之理论层次》中，依照中观与唯识，判定牛顿物理学、相对论物理学与量子力学，三者依次接近佛教的“中观正见”与“如实观照”。

他认为：“物理学只是针对现相世界而立，所研究的是物质的色法、声音等部分，缺乏对心灵的探索。距

离现象的本质空性，相差还很远。即使量子论最多也只是触及了‘心灵的活动’，完全不同于‘心灵寂灭的状态’。因此，还远远无法达到佛教般若的境界。”

我曾经读过曼斯菲尔德 (Victor Mansfield, 1941-2008) 的《中观佛教与现代物理中的相对论》 (Relativity in Mādhyamika Buddhism and Modern Physics)。这位物理学家和天文学家告诫人们，一定要了解佛法。如果佛教的空性原理，能受到科学家的重视，对科学的发展会大有裨益，因为佛教克服了二元论思维方式上的困境。他相信：对所知的一切现相，物理学家不一定能做出圆满的解释。而佛教，不仅了解一切现相的奥妙，还能洞察入微，深入它的本质。

不是因为这是一个佛教论坛，大家就在这里喊口号，绝对不是这样的。在昨天的发言中，很多老师都不同程度地认识到佛教揭示的这一奥秘。多年来，我潜心研究，越来越感受到它的伟大。如果我们每个人都拥有空性的知识，相信你们一定会深有同感。这样的智慧，

对你们的今生来世，是最好的、最有利益的。

除了以上所说的，心理学也可以在显宗教法中找到它相应的位置。按照希腊文的意思，心理学是灵魂的科学。有些专家认为，它介于社会科学和自然科学之间。有关它的内容，在大乘唯识的《瑜伽师地论》中，有着清晰的、结构完整的论述。

《瑜伽师地论》剖析了眼、耳、鼻、舌、身、意这六种识的性质、它们所依的对境，以及变现这些现象的根本心识——阿赖耶识。

在座的大多数人都非常年轻。未来，如果有志于研究佛教与科学，希望你们先从多方面学习、了解这二者，这一点非常重要。

四 密宗与自然科学

最后，我们讲一下密宗。

学过佛法的人，可能会注意到，佛教不同宗派的宇宙观不同。比如，在《俱舍论》中，地球是方的，而密续中，地球是圆的。有关天文学和宇宙学的知识，在以《时轮金刚》为主的很多经续中，都可以发现。

迄今为止，喇荣每年的藏历都是由两三位法师依照《时轮金刚》的计算方式，笔算出来的。每年的日食、月食、闰月及每月的望日、晦日等都毫厘不差。世界上有那么多天文台、天文学家和尖端设备，但是，它们得出的结论的精确程度，还不如藏历。

有人听到一两个修行人不如法的行为，就将藏密看成妖魔鬼怪一样。我听说，有些人拿着转经轮放生，就有人说：“不要过去，不要过去，那边有密宗的人！”

他们把转经轮、灌顶或留着长长头发的外相，看作是密宗的标志。如果通过某些外在的形象，就能判定一个宗派的优劣，这种逻辑方式也太简单了。

其实，藏地并没有单独的密宗，显和密是一起修的。在任何一个寺院中，都找不到不学显宗的人，除非是密藏院。所谓密藏院，是已经完成了显宗经论的学修，再专修密宗的地方。包括我们学院，也是先学五部大论，后修大圆满前行，而后再修大圆满正行。

很多人什么都不懂，就认为密宗如何如何。其实，所谓的密宗，无论是戒律、行为，还是教理、修行方面，都比显宗还要严谨。不仅是我，在座的人，不管是藏族还是汉族，只要在佛学院学习了十年、二十年之久，都会有这样的感受。

显宗通过复杂教理抉择的实相，在密宗中，只要用一个窍诀就能认识。密宗最殊胜的地方，就是直接。但是，要进入、领悟这种直接、简要的窍诀式的修法，需要很长时间闻思修行，并要完成密宗的加行。在此之前，如果你直接进入密宗，恐怕在你还没有树立见解之前，你对三宝的信心就会退转。

在禅宗的历史上，也是除有缘的弟子外，基本不传真正的窍诀。现在的禅宗，如昨天一位法师所说，已经比较社会化了。禅宗的传统基本是独传，密宗真正的教言也是如此。禅宗和密宗虽有相似之处，但在很多方面也不尽相同。希望在座的学者，以后有机会时，一定要看一看莲花生大士传下来的密法。

从我自身的体验上，也感受到了密宗无比的殊胜性。尤其是对治烦恼方面，不必用白骨观、缘起观、慈悲观等方法，在烦恼显现的当下，直接认识它的无缘大空。生起贪心时，认识贪心的本来面目；生起嗔心时，观察嗔恨心的来龙去脉，利根者当下就能顿悟。

续部中还讲述了一些医学理论，与汉地的中医不谋而合。所以我觉得，佛教真的是包罗万象、高深莫测。

当然，信不信是你的自由。但是，你不能因为看了一两本书，看到几个佛教徒的行为，就一口否定佛教，否定密宗。

很多人不经观察就轻易下结论，这是非常不明智的行为。

不仅是出家僧众，包括在家居士，如果有机会，最好能学习一下密宗的渊源、理论及其殊胜的修法。

在密宗历史上，有成千上万虹身成就者。最近，我正在翻译二世敦珠法王的《藏密佛教史》。刘锐之曾经翻译过这本书，但他的译文比较古涩，不容易理解。我的翻译虽然也保留了古代的一些生活方式和气氛，不是所有人能一目了然，但是希望大多数人能因此对西藏佛教的历史有所了解。书中记载的一些成就者、觉悟者，他们一生的传记，令人非常羡慕、非常神往。

结束语

戒律、俱舍、中观、因明和般若，就是藏传佛教必修的显宗五部大论。按照格鲁派的传承，一生中会用

二十五年、三十年的时间来研究它们。比如，用四五年的时间学习“因明”，花五六年甚至更长的时间了达“中观”。完成学业后，不仅在寺院的辩经中无所畏惧，而且，以人生的三分之一乃至半生，将这些教义在心中反复熏习，会对佛法完全通达，生起真正的、不随他转的信心。

所谓的佛教，不是依靠一两部经典而建立的。虽然我非常钦佩儒教和其他宗教的精神，但是，我渴望真正拥有的宇宙与心灵的智慧，无论是哲学、天文学还是物理学、人类学、心理学等，要从其他宗派的教义中，找到上述知识，并不是那么容易的。不信的话，你们可以看看任何一个宗教、科学。它们虽然有一套独特的体系，姑且不论信仰，仅就其理论所包含的智慧而言，没有一个像佛教那样博大和精深。像不确定论、混沌理论等，虽然佛教中没有这样的名词，但它们的意义，却早在 2000 多年前，已经得到清晰、无误的阐述。

有时，我想，并不是因为自己是佛教徒，我就赞叹佛教是如何殊胜、如何伟大，而是因为从释迦牟尼佛以来，有无数大成就者降生人间，在他们遗留的浩瀚的经藏和论藏中，已经囊括了人类所有的知识。

有人说，佛学与科学可以互补。其实，并没有需要互补之处。迄今为止，科学发现的一切，没有超出佛教的范围。比如说，一切万法是无缘空性、轮回痛苦等观点，是科学家不得不承认的，不需要科学来印证。只不过在弘扬的方式上，佛教可以借助于电脑、网络等设备。但是，这并不是说明科学对佛教在内容上有互补性。

鲁迅先生、叶圣陶、梁启超等文学巨匠，虽然也对佛教抱有好感，赞叹过佛教的精深，但是他们并不了解佛教的体系。从荣格的自传看，他只是对《中阴闻教得度》有过研究，信心很大。

正如台湾清华大学物理学家王守益在《物理与佛

学》中所说：科学家对佛教一无所知。事实也确实如此。如果方便的话，你们应该读一下《物理与佛学》。他认为，佛教的究竟境界是不可言说的。科学的发展和成就，有利于人们进一步悟入佛教所宣说的境界。

人们认为荣格是一位神秘主义者。可是，今天聚集在这里的很多学者，也已经成为神秘主义者。站在学术的角度，我们非常反对一些老太太、老公公说颠三倒四的话。整天不是“我看见了什么”，就是“我做了什么样的梦”。你们这么年轻，因为无法用科学来解释发生在自己和他人身上的现象，又没有深入研究佛教的义理，就会用一种神秘的、自己也说不清楚的理论来解释。这时，你们怎么称呼自己呢？究竟是智信，还是迷信？

事实上，你们寻觅的答案，在前生后世理论及因果的奥秘中可以找到。所以，从另一方面来说，这次研讨，既是理论的探索，也是结合了各自感受与认识的一

种交流。

刚才，主持人也提到，科学有利有弊。当科学给人们的生活带来便利时，人们会感受到科学对人类的帮助；当科学给人们带来恐惧时，人们也会冷静反思科学这把双刃剑的危害。

日本发生核泄漏事件时，包括在座的同学，都是怎样地害怕！不敢出门，不敢呼吸空气。因为核辐射无所不在，随时随地会被吸入并侵蚀我们暴露的身体，危害我们的健康和生命。

有时候，我看世间的每一个人，无论看上去有什么样的学问、地位和名声，心中的烦恼和其他人都一样可怕。当强大的烦恼生起时，一点办法都没有，是那么可怜。因此，在我们的生活中，非常需要学习和了解佛法。

现场互动

问：人类发展离不开高科技的进步。刚才有一个同学说，如果从小接受寺院教育也很好。我想问一下，您觉得九年义务教育在藏区要不要发展？

堪布：刚才你说，人类发展离不开高科技的进步。这个观点就外在物质发展而言，无疑是正确的。但人类的进步，不仅仅是物质的进步，还包括精神上的进步。精神的发展，却不一定完全依靠科学。当然，如果能利用一部分技术，也会如虎添翼。

问：根据马克思主义哲学，一切事物都在运动、变化和发展中，最后都会消亡。佛教对这个问题是怎么解释的？

堪布：无论是“一切事物都在运动、发展乃至最终消亡”的见解，还是“最初认为事物是静止，后来发现事物是运动”的观点，在物理学或量子力学的历史上，对事物的认识，一直有一个不断发现、不断推翻的发展过程。迄今，这个过程仍在继续着，并没有走到终点。

如果科学家对佛教无常观有所了解，就会发现，这个问题，早在释迦牟尼佛的无常观中，已经做了详尽的解说。佛教的无常观，又分粗无常和细无常。在粗无常的层面，一切事物都有生、住、灭的过程，这相当于一切事物都是运动、发展并最终会消亡的观点。

在细无常里，每一事物都是刹那生灭的，相对于它前一刹那已经灭尽来说，它是生；相对于它的后一刹那不复再有而言，它是灭。任何一个事物，每一刹那都是生灭同体，都不观待任何其他外在事物而自行毁灭。各位如果有兴趣，可以就量子力学的观点，与细无常做一个比较，看看佛陀在 2500 年前宣说的观点，是否站在

人类科学的前沿。

我们常说，佛教教义不需要改革，也没有什么发展不发展。如果佛陀宣说的真理会变化、发展，会被推翻，它就不是真理。但是，如何更好地学习、了解佛法？如何以更适合现代人的方式弘扬佛法的人生真理？则需要与时俱进。



素食

环境与生命问题的一剂解药

VEGETARIAN DIET

2011年8月14日

一 环境与生命是社会问题

今天，我们研讨的主题是“热爱环境，热爱生命”。环境和生命问题，既是社会的问题，也是人心的问题，是需要在座诸位特别关注的大事。

怎样才能关爱环境、关爱生命呢？

只要看看我们对自己的住所是怎样毫厘必争、终其一生精心营造和小心翼翼维护的，看看我们对自己的生

命是如何爱执的，就应该推己及人，如同对待自己的住所和生命一样，去关爱环境、他人和其他生命。

很多国家都在关心全球暖化、环境破坏等危害人类生存的问题。西方国家还成立了国际动物保护组织，在全球通过法律程序，让每一个人理解、尊重和保护动物的福利。相比之下，我们是什么样的观念？我们现在的观念，是否与传统的道德理念相符？

迄今为止，每当论及环保，在很多人的心目中，根本没有一丝一毫的触动。人们认为环保与他们无关，反正在他们死亡之前，地球不会毁灭；或认为环保不是他们能力所及，他们能做的，只是打扫一下住所及周围的环境，清捡一些垃圾。但是，环保的意义并非如此。

谈及生命，由于我们所受教育及环境的影响，人们认为自己、亲友乃至人类的生命是最宝贵的。80-90%的人认为动物生来该杀，否则，珍馐美味从何而来？至于它们是否与人类一样，有苦乐的感受，他们从来就没

有想过，或者有意不去想。

有史以来，无论是生命的真理，还是宇宙中任何一个真理，都只是掌握在极少数人手里。我们不能认为，“因为舆论如此、潮流如此，这些现象就是正确的”“我只是随波逐流，只是其中之一，我就不会有任何过失，不会受因果律的束缚，不会遭遇噩运和相应的后果”。这是不一定的。

在座的各位，你们一定要深深地思维：当前人们关注的，只是我的生命、我的房子、院子、村落、国家……且不谈无量无边恒河沙数的世界，你们是否应该关心人类居住的地球？

每天，都有鸟类和哺乳动物，从这个地球上永远消失。它们的住所遭到人类的致命毁坏，导致家破人亡。我们所居住的地球表面，是由动物、植物、微生物和它们赖以生存的环境组成的一个生物圈，人类也是其中一员。当地球生态系统损坏到一定程度时，人类赖以生存

的体系就会崩溃。

二 环境与生命是人心问题

1992 年 6 月 11 日，联合国在巴西召开“地球环境保护高峰会议”。一位加拿大 12 岁的女孩，与几位同龄伙伴一起，自费抵达巴西。她请求代表饥饿的孩子和被残杀的生命，做 5 分钟发言。

她的发言，令所有在场的人震撼、无言。一位年仅 12 岁的孩子，心中却牵挂着日趋恶化的环境、可怜的生命，多么宽广、高尚的见解和胸怀！相比之下，我们又是什么样的？

从小到大，我们从社会、学校和父母那里所受的教育，就是我能得到什么。我们的人生价值和意义，就是我穿了什么昂贵、名牌的行头，住什么样的美宅，到过哪些酒店、度假村、旅游胜地，品尝过什么样的奇珍野

味，享受过什么样的欢乐。我看，大多数大学生的精神世界仅是如此。

人活在世上，不仅仅是为了生存。如果是为了生存，所有飞禽走兽都与你相同。活着，也绝不是为了荣耀与享受。在座之人，将来都会走上社会岗位。但你考虑的，可能只是从工作中获得什么，却很少去思考如何利用你手中的权力和机遇，为大家做些什么。

我去过很多大学，也和一些学生、老师做过交流。个别大学生秉性善良、心地纯洁，具有非凡的勇气，一旦踏上社会，他们可能会发现，世界并非想象的那样美好。因为校园和社会相比，前者是培育梦想之所，后者是实践的舞台。要办成一件有意义的事，需要诸多因缘汇聚，并非轻而易举。不过，他们纯正、无私的品德是最宝贵的。

但大多数学生却非常糟糕。他们年纪虽轻，却从来不考虑父母、不关心社会，关心的只是他自己。学生时

代的教育方向，不仅是学习知识与技能，更重要的是培养善良和正直的人格。否则，学生踏入社会以后，会不管他人死活，所学的一切，都会用于谋取私利。

西方国家的很多人，包括孩子，从小却不是这样的理念，而是会思维：“我为别人做了什么”。包括大乘佛教，获得菩提果位绝不是大乘佛教徒的目标；希求无上智慧和能力的目的，就是为了能利益无量无边的众生。

前不久，我参加了由香港中文大学和佛光大学联合主办的“佛教生态环保和心灵环保”学术研讨会。在此会议上，来自北大、南大、南开、武大、香港中文大学等高校的佛教学者发表了论文。但是，大多数人的出发点和心态，是把这个主题当作一种学术研究，或者是看成自身的一种机遇。

我在会议上毫不客气地说：“我们需要加强对环境和生命关怀的力度，要从内心真正触动，产生一种如同

危及自己生命一般的紧迫感和责任感。”

三 环境与生命问题的一剂解药

据联合国粮食农业组织报告，在这个地球上，每年死于饥饿和营养不良的儿童，达到 500 多万。有没有一种方法，可以让他们免于饥饿和死亡？有，那就是素食。

美国康奈尔大学生态学家戴维·皮曼托 (David Pimentel, 1925-) 指出：“美国的家禽、家畜如牛、鸡、火鸡、羊、猪等等，吃掉的谷类，是美国人口吃掉的 5 倍。”

由于人们贪执肉食，畜牧业就会大量人工养殖动物。虽然全球很多人生活在饥饿中，但世界上大部分谷物却被喂给这些牲畜。谷物中 90% 的营养，都变成了牲畜的粪便；我们吃到的，只是其中的 10%。如果一

个人吃素一天，那么一天中，地球上就有 20 个人免于饥饿。

《世界各国饲料用粮统计》说：“令人震惊和可悲的是，世界粮食消费量的 45% 用于喂养牲畜，整个发达国家的这个数字是 2/3，而美国粮食消费量的 70% 用于喂养牲畜。”

哈佛大学的一位营养学家吉恩·梅耶（Jean Mayer, 1920-1993）估计：“只要美国将肉类食品削减 10%，就能节省足够的谷物，供 6 千万人食用。”

三十多年前，美国每年人均吃肉 45 斤，但到了 2009 年，每年人均消费肉食 250 斤。而非洲一些贫困儿童，却生活在饿鬼的世界，吃牛粪、喝牛尿，用泥巴做饼充饥。前不久，我也在智慧佛网上，发布过一些非洲儿童的相关照片和资料。

当今世界，有些人极尽奢华，拥有各种面料和样式

的衣服、精心烹调的美味。可是，在地球的另一端，每隔 5 秒钟，就有一个儿童死于饥饿。现在全球交通是如此发达，如果这个世界真的关心他人的福祉，就应该全力救援非洲的饥饿儿童。这是完全能够做到的。但是，大多数发达国家和发展中国家，关心的只是自己的利益。

《金刚经》中说“我相、人相、众生相、寿者相”，因为人们贪执自我，从而分别自他。所做的一切，无不从利己出发。因为他人的利益看似与己无关，就不愿向他们伸出援手。我们口头上说世界和平，但是以这样的心态，是否能实现世界和平？

人类对穷苦、濒临死亡的人漠不关心，大量谷物被用于动物的养殖上，目的就是要吃它们的肉。不说来世，今生如果能以动物的生命换取强健的身体也罢。但是真的能吗？

斯洛维尼亚共和国的总统雅奈兹·德尔诺夫舍克

(Janez Drnovšek, 1950–2008) 博士，是一位素食总统。他在接受各大新闻媒体记者采访时表示：

多年来，他通过研究和经验认为，从健康学的角度，人类完全不需要肉食来提供营养，素食远胜于肉食。肉食只是人类一种根深蒂固的思考模式和习惯。而疯牛病与禽流感等，则是大自然对我们的警告：大自然的平衡已然破坏，我们的食物已大不如昔。从道德角度看，残杀动物是非人性的。从人类对待动物的方式可以发现，我们没有资格称为人。

代表动物说话的人凤毛麟角，这位素食总统的肺腑之言，与 2500 年前的佛教真理不谋而合。

人们可能担心自己营养不足。爱因斯坦说过：“没有什么能够比素食更大地增加人类在地球上存活的几率。”

各种各样的海鲜、肉类，只会增长我们的贪欲和妄

执。我们本欲快乐，但是，心中的贪婪、嗔恨等各种烦恼和痛苦却越来越炽盛，与我们希求的目标背道而驰。

人们以为放生、吃素只是佛教徒一种迂腐的行为。事实上，这么做不是出于它是教义，而是因为它符合真理。如果放生不具有道德和正义的内涵，如果素食观危害环境与生命，谁都可以据理力争。可是，大多数人不仅不具有这样的意识，而且出于麻木、无知和自利之心，将非理执为真理。

20年前，我筹建放生账号时，人们不仅不筹款，还风言风语，用奇特的目光看我，要筹集一两万元都非常困难。但现在，我不敢发布倡导放生文，因为放生款太多了，今年已达700多万。这说明人们对放生的意义有了认识。放生，已不再是小范围的信仰，而成为一种正常的社会理念。

和平主义者印度甘地说：“地球可以满足人类的需要，但是不能满足人类的欲望。”不仅地球束手无策，

天人、上帝、佛陀也无能为力。由于人口和经济迅速增长，人们欲壑难填，地球上原有的资源被人们抢夺、占有、浪费以致耗尽了。

生命是平等的，具有同样的价值，无论是人还是动物。这也是为什么佛陀说，杀生是重罪。吃肉，就是杀害生命。我并不是要求你们全部吃素，但是，在座的有两百人，如果能吃一天素，就会有 4000 人免于饥饿。

如果你们真正了解环境与生命的重要性，就应该思考：

你将以何种方式度过自己的一生？准备给子孙后代留下什么样的环境？怎样保护如我们一般贪生怕死的生命？

请大家深思！

现场互动

问：如果地球毁灭了，轮回在哪里寄托呢？

堪布：按照现代考古学家的观点，人类历史从最早 170 万年前的元谋猿人，一直到现在的 21 世纪。在 170 万年前，古人类是否存在？对考古学家来说还是一个谜。如果要探索人类历史及未来的去向，可以在《大毗婆沙论》和《俱舍论》等相关的佛教典籍中寻找答案。

按照《大毗婆沙论》的观点，无论是世界的形成，还是毁灭，都会经历漫长的过程。不仅是地球，包括他方无量无边的世界，当它们毁灭时，造作恶业的众生会转生到其他世界的无间地狱中；地狱、动物、饿鬼道众生，有些转到他方世界的地狱，有些则依靠法性力转为人身，然后逐渐向上，转生到色界天中。

用现代人的语言简单地说，就是当地球毁灭时，地球上的生命会迁移到另一个星球上。

问：有一个很疑惑的问题：汶川地震有十万人死亡，南京有三十万人被屠杀，这些不能仅仅用一个共业来回答吧？是不是要精密地分析一下，这三十万人的前世到底是怎么回事？

堪布：佛陀在经中讲过一则公案：从前，舍卫城帕吉波国王（即琉璃王）率军进攻释迦族所居住的迦毗罗卫国，八万释迦族人被杀戮。其业缘是，往昔释迦族人住在一个村里时，发生了大饥荒，人们天天到河里捕鱼吃。两条被悬吊并凌迟而死的大鱼，后来转生为帕吉波国王和玛拉洛大臣，所杀的其他鱼转生为二人的军队，在一天中，将释迦族的人斩尽杀绝。

如果能真正体会佛经中的事例，就很容易理解共业

的问题。比如，某地举办一项大型活动，五百人共同聚餐，一顿饭中，要残杀多少动物？现代人举行盛大婚礼，无数人相聚过年，要杀害多少生命？

到了后世，这些众生就可能因共业，在同一场事故中毙命。汶川发生大地震时，几万生命毁于一旦；南京大屠杀，三十万人遭到涂炭。每当这样的灾难发生时，我都会想起佛陀的话：众生的业力不可思议！

你们在读到佛经、论典中的公案时，千万不能把它们当作神话、迷信和传说来对待，要做深深的思维。

专场问答

QUESTIONS AND ANSWERS

2011年8月15日

我先说两句。在刚才的发言中，有两件事值得我反思。首先是刚才上海复旦大学博士提出的问题很深刻，确实是年轻人需要思考的——生命的流转。

这次我们特意邀请了不同想法的人来交流，尤其是没有信仰的人，我们想听听他们的声音。我并不是口头上说说，而是真正想了解外面的世界在关心什么，大学生在学什么，老师在讲什么……如果我一辈子都待在山里，像有些前辈大德一样，不跟任何人接触，就不需要知道这些，也不需要举办什么研讨会——可能佛学院很多长期闭关的修行人对我有不同的看法，也是正常

现象。如果我只管自己修行，那有一些修行境界就可以了。但事实并非如此。在 21 世纪，我们左手拿着念珠，右手拿着相机，也是非常有必要的。

很多人不明白这个道理，所以我特别希望这次来自美国、英国、日本等科技发达国家的留学生，给我们多讲一些。但不知道时间能不能安排好，不给其他同学发言的机会也不行，所以我们组委会考虑了很长时间。事实上，许多同学在这次研讨会上，了解到了东西方国家对宗教是什么态度，对科学是什么态度，哪些道理值得借鉴。只有当我们敞开心扉了，才能理解一些问题的重要性。

第二件事，刚才有个同学在演讲的时候，我坐在下面听得非常感动。他说得确实对。我以前很爱修行，但这几年觉得不管是知识分子，还是孩子、老人，我们都需要为他们做点什么。在做事的过程中，我身后有很多人在默默无闻地付出。正如他所说，无论是山上文字、

视频、音频的制作，还是山下很多学员的努力，都是有目共睹的。非常感谢我们的发心人员！

这次能来参加研讨会的人很少，因为如果来这里，我们组委会负担不起所有的费用。有些同学想来却没钱，有些同学有各种约束，有些同学根本不知道。我也去过很多学校，真正希求真理的人特别多。所以，对于想要发心的你们，就像组委会说的，可以自愿报名。不管发心做多长时间，我们都非常随喜。

这是我事先跟你们说的两件事，大约花了十分钟，还剩二十分钟。如果有同学想提问，可以开始。

问：我是河北师范大学的学生，也是一名佛教徒。有个问题一直困扰着我：我养了一只狗，身上长满了螨虫。如果不治疗，狗肯定会死，但治疗的话，很多虫子都会死。我该怎么办？



堪布：在这件事上，我们可能要想办法尽量让狗也不死，虫子也不死。

以前无著菩萨在鸡足山修行十二年，一点感应都没有，于是决定放弃。下山时，他看到一只母狗，下身全部糜烂，伤口里有很多蛆虫，还对他有很大的嗔心，准备咬他。这时，无著菩萨生起极大的悲心，想帮它清理伤口里的虫子。为了不伤害虫子，他只能伸出舌头去舔，结果弥勒菩萨现前，他终于见到了本尊……

所以，发了菩提心的我们，应该设法找到一些不伤害众生的方法。

问：之前我朋友也遇到过这个问题，他去问慈诚罗珠堪布。堪布告诉他要用智慧抉择，但他还是没有这个智慧，我也没有。

堪布：应该想办法，去找医生或其他朋友讨论一下。虽然一下子解决这个问题，可能有点难，但应该想个办法，看能不能用什么方式把虫子取下来，放到比较好的地方。然后再治疗这只狗，好吗？

问：转世是不是一对一的关系？比如一头牛转世，根据业力是变成一只青蛙，还是好几只青蛙？

堪布：是一一对一，因为生命的延续只有一个心识。

除了诸佛菩萨的幻化身，或是众生的特殊业感现前，否则，每一个众生在轮回中不断转生的话都是这样。

问：我来自武汉大学。请问有没有所有众生都成佛的一天？如果有，六道再无众生了吗？

堪布：这个问题在《现观庄严论》的很多注疏中都有回答。包括《普贤行愿品》也说，众生无边则烦恼无边，烦恼无边则痛苦无边，痛苦无边则佛菩萨的度生智慧无边。那所有众生有一天都会成佛吗？应该是。那是不是众生都灭尽了，轮回也变空了？不可能。为什么呢？因为众生是无边的。

我们在座的各位将来都会成佛吗？是的，迟早都要成佛。这样的话，轮回会空尽吗？不会的。就像天空一样，天空有边际吗？没有边际。同样，众生都可以成佛，但没有轮回成空的那一天。

有人可能会问：“如果轮回不空，地藏菩萨发愿‘地狱不空，誓不成佛’，与此会相违吗？”不，因为这是菩萨因地时特别殊胜的一种发心力。例如，如果我们想做一项非常广大的事业，在开始时也会有坚定的决心和愿望。同样，菩萨在因地时的发愿，是他智慧力的一种特点，不会有任何矛盾。这也是佛教的慈悲观。

问：我来自华南农业大学。现在很多居士开佛教用品店，卖一些佛像、唐卡。请问，贩卖佛像的罪业有多大？我们佛教徒能做这样的事吗？

堪布：这个问题可能需要详细分析。一般来说，把佛像、法本、佛塔作为赚钱的工具是不合理的，《毗奈耶经》和很多大德的开示中，都谈到了这种行为的过失。然而也有一些人，在寻找生活出路的同时，对三宝的虔诚心非常强烈，同时他们有一些悲悯心，想用这种

方法赚钱去帮助很多人，而不是全部用在自己身上。这应该也不太一样。

能不能做取决于自己的心态。如果动机是看到很多人不了解佛法，想让更多人看到佛像而结上善缘，以这种心态去卖，我们也不敢说什么。

总之，卖佛像确实有一些罪业，但关键是看这个人的动机。

问：我在英国学电影。英国的基督教和佛教都提倡做善事，基督教徒做这些不求回报，因为他信上帝就得永生了，但佛教中有个概念叫“功德”，之前一本佛书上说“无功便是德”，但我还是不太理解，因为现在大家为了贪求功德、福报，就大量放生印经，做很多善事。请您详细开示一下什么叫功德。



堪布：你学的是电影，我小时候模仿别人特别像，现在不行了。我直到 15 岁才上小学，当时学校里的学生不多，我经常模仿这个校领导、那个老师，每天都有一大群人围着看。如果我演电影，主角可能不行，演个小配角应该可以，不知道有没有这个机会。

关于你的问题，其实我们对任何宗教都应该有包容的态度。前段时间我在香港的时候说过，首先南传佛教、北传佛教、藏传佛教应该举办个圆桌会议，佛教内部要相互圆融。如果有机会，还可以和其他对人类影响很大的宗教，比如基督教、天主教，聊一聊人类需要共同解决的问题。另外，我们宗教人士与非宗教人士也不应该有任何冲突。现在整个世界都变成了“地球村”，学会宽容、圆融、开放、平等，对每个人都很重要。

所谓“功德”，按照佛教的观点，并没有那么简单。当然，如果有些人沉迷于个人利益，做放生、慈善、供养这些都想要一些回报，这种发心连小乘都不如。按照

小乘的做法，做善事不求回报，只求自己解脱。而大乘佛教的精神，对自己解脱一点也不求，唯一希求对众生有利益，只要众生得到一份快乐，自己受到任何损害也不在乎。为了实现这个目的，他们做供养等各种善事。如果是一地以上的菩萨，在做布施之类的善事时，没有相状的执著，就像《入中论》讲的一样，能布施、所布施、布施的事物这三者都是空性。所以，“功德”的涵义非常广泛。

通过这个论坛，我特别希望大家以后重新认识一些宗教，不要觉得它特别简单，看到一句话就妄言它如何不对。现在很多人随随便便否定一切，没有深入思考，这是一种愚痴的行为。历史上，一些宗教对人类产生了巨大的影响，这肯定有其特殊的魅力。包括佛教徒，我曾经遇到过汉地信徒说藏传佛教不好，藏地信徒说汉传佛教不好，其实不能这样。无论是哪个宗教或教派，甚至是一些世间学派，我们都要仔细思考，谨慎取舍。



问：我来自哈尔滨商业大学广厦学院，是学艺术的。梵高（Van Gogh, 1853-1890）一生作画无数，但生前没卖出一幅，死时也比较痛苦，用枪打到自己肚子上，在地上挣扎三天三夜才死。请问，梵高对艺术的境界如果达到极致，死时能不能感悟佛理呢？

堪布：每个人的因缘不一定相同。如果他真的对佛教有信心，周围的环境也比较殊胜，他临死时或死后通过一些因缘的介入，也许会得到佛教的加持。

不单单是他一个人，历史上有无数人，无论是艺术家、明星、作家、科学家，死亡场面都有些残酷。其实人在生老病死面前，才能体会到佛法对自己的真正意义。现在很多人都在追求自己的事业、工作、容貌，但是当死亡最终来临时，他们应该非常清楚这些能起到什么作用。哪怕是海明威、爱因斯坦等世界知名人物，面对死亡也未必能像一个佛教老太太那么坦然。这不是我

们佛教徒标榜自己，也不是刻意用语言包装自己，而是发自内心的感受。

现在有些人学佛，要么是因为家庭的影响，要么是因为前世的因缘，要么是通过自己的智慧观察，但不管怎么样，每个人在学佛的时候要多加思考，自己理解不了的现象不能统统视为迷信。

总之，你刚才说的梵高自杀，可能归结于当时的因缘，但他死时具体怎么样，各人情况还要具体分析。

问：佛陀已成就了圆满佛果，但似乎还需要感受因果报应，请问，这是他故意示现的，还是真要感受果报呢？

堪布：汉地有一部佛经叫《佛说兴起行经》，还有一部马鸣论师造的佛传，都讲述了佛陀感受果报的十大公案，比如佛背痛、头痛、脚被刺伤等。其实这是佛陀

在众生面前故意示现的，是为了让世人谨慎取舍因果，但真正去观察的话，佛陀已经超离了轮回、因果。他不可思议的境界，超出了我们的想象。往昔，他在无量劫中积累了福德资粮和智慧资粮，摧毁了所有烦恼和习气，就像种子被焚后再也不会发芽一样，佛陀再也不会感受因果报应。

所以，佛陀受报的现象，是不了义的。但佛陀告诉我们的因果真理，不能轻易妄言它是空的、是不存在的。否则，如果我们相续中业力的种子没有被智慧火烧尽，口头上说“一切皆空”是没有用的，报应一定是真实存在的。因此，我们必须仔细分辨其中的奥秘。

问：我来自山东华洋学院。请问，五明佛学院是哪五明？对我们初学者来说，哪一明最实用？

堪布：五明，是藏传佛教所有学问的概括，就像汉

地大学把所有知识都归入文科、理科一样。具体来说，一个是“声明”，相当于文学；一个是“医方明”，相当于医学；一个是“因明”，主要是关于逻辑学、辩论；还有就是“工巧明”，相当于技术、工艺、建筑等；最后是“内明”，指依靠佛法认识心性。

现代科学更注重前四明，而内明属于心灵科学。我去华中师范大学演讲时，有个博士写了一本书叫《心灵科学》，他自己也说这本书阐述的是内明，也就是五明的最后一明。

我们学院是“五明”学院，但最终还是会落到内明——佛法上，所以叫五明“佛”学院，而不是商学院、教育学院，也没有主要学因明、工巧明、医方明。前四明只是代表性地开设了一些课程，我们学院最主要讲的，还是佛教的显宗、密宗，不偏于任何一个教派，这是学习佛法的基础。

对于初学者来说，对于那些希求解脱的人来说，我

认为佛教的内明最重要。当然，内明要有次第地一步一步修学，从零开始直至最后的境界。这方面，我们学院开了很多班，其中显宗班需要学习五部大论，密宗班需要学修加行、闻思续部、实修窍诀。这就是我们学院的整体框架。

问：我来自河南平顶山学院。听说女出家人还俗就永远没有出家的机会，男出家人却有七次机会，这是不是一种歧视呢？

堪布：佛教戒律分为别解脱戒、菩萨戒、密乘戒，其中出家属于别解脱戒。按照别解脱戒自宗的观点，无论是汉传佛教、南传佛教、藏传佛教，女众只能出家一次，因为女众守护戒律比较放逸，为了制止这一点，才这么严格要求的。但如果真正去观察，不仅是女众，男众也只能出家一次。为什么呢？因为别解脱戒规定，如果真正破了根本戒，破戒后有隐瞒，那不管是男众女众，都再没有出家的机会了。



如今有些男众再次出家，在别解脱戒中基本找不到它的依据。很多人说以菩萨戒来覆盖，一个人若是破了菩萨戒，还可以再次受持。但如果是这样，我之前和很多道友辩论时说过，不仅是男众，女众再次受戒应该也可以，因为道理是一样的。就菩萨戒而言，没有理由男众能得到、女众得不到。

只不过很多高僧大德按照传统会这样做，这在推理上不一定说得过去，但也没办法，这应该跟当年戒律的制定有关。佛陀肯定不会重男轻女，但由于一些历史原因，有了这些明文规定。包括现在的法律，对于男性、女性也有一些区别。因此，我觉得应该对这个问题有一个深入了解，而不是只看一些表面现象。

问：我是来自河南的大学生。听说宠物可以为主人承受灾难，如果是这样的话，这个主人有没有造罪业？你养了这只宠物，是不是它就必须替你挡灾？

堪布：这可能只是一种民间说法，我们在藏地没听过。有些灾难，宠物可能也没办法承受。比如主人的工厂倒闭，欠了很多钱，宠物怎么帮他还债呢？

问：我家一段时间经历了很多灾难，碰巧我们养了很多狗，狗死得非常频繁。这是巧合，还是另有原因？

堪布：这个我也不太清楚，因为有些事情有一些特殊的原因。

所谓“万法唯心造”，如果你们家平时认为所有灾难都可以由宠物来承担，并且还养了很多宠物，当灾难发生时，依靠内心的幻变，这种现象可能会出现。当然，不能说与此完全相关，但人的心态有时与外界发生的事情奇妙地联系在一起。所以，虽然我觉得不一定是这样，但也不能排除一些深层次的原因。

问：我是西南民族大学的藏族大学生。假如有一天我不小心掉进河里，有人救了我，但他不幸遇难。虽然我没有杀这个人，但他是因我而死的，这算不算我造的业呢？

堪布：佛教对此专门有一些分析。你有没有过失呢？有一点轻罪，但这个轻罪不是杀人罪，因为你没有杀他的动机。根据法律，如果没有杀人动机，就不会受到严厉的惩罚，因此，你不会犯杀人罪。但是因为你的关系，他失去了生命，所以还是有一些轻罪。

如何树立 正确的人生观价值观

HOW TO ESTABLISH THE CORRECT VIEW OF LIFE
AND VALUE

2011年8月16日

今天的主题是“人生观和价值观”。如果我能做些准备，发言的效果会好一些。可是，我一没有时间，二没有这样的习惯，只能抛砖引玉，与各位分享一下我的看法。

一 多数人的的人生观价值观堪忧

一个人对人生目的、意义的看法，叫人生观；他在

这个世界上的价值取向，就是他的价值观。

比如，有人以为钱很重要，只要有钱，他梦寐以求的快乐，就会滚滚而来；也有人相信，感情是人生中最珍贵的；还有人认为，地位高于一切。

各位所学专业各不相同。有人选择某一专业是为了谋生；有人是出于爱好；有的是为了紧紧赶上社会发展的脚步。在你选择所学的专业时，事实上，已对你心目中的价值，做出了选择。

在座的学者和智者，都有一定专业领域的知识，应该思考过这个问题：人生最有意义、最有价值的是什么？如果没有真正具有意义的人生观，就和动物没有差别。

去年，我看到这样一条新闻：一些新闻媒体采访一位畅销书作家，记者问作家：“你的人生观和价值观是什么？”作家却一脸茫然，不知如何作答。



我想，他创作过数量不菲的畅销书，人们都认为他思想深邃、境界高超，但如果连作者本人都对人生意义茫然无知，这个社会的价值潮流，究竟会变成什么样呢？

当今社会，大多数人对自己的人生深感迷惘，由此，他们的价值取向，也一定没有方向。社会上流行的一些偶像和理念也是以盲导盲，人们的精神处于一种焦虑、无目的的状态。

尤其是改革开放以来，西方多元化文化充斥人们的心，在他们本来贫瘠的心灵中，不仅没有吸取到更充实、更有意义的人生观，反而更加迷惑和混乱。

昨天，有位博士论述了佛教经济学观点。他说：“社会口口声声说，要满足人们的物质需求。可是，人的贪欲永无止境，何时才能满足人类的物质追求？如果试图以物质来满足我们的欲望，那会欲壑难填。”

人们常说：“我为人人，人人为我。”但是，现在社会上许多人都是享乐主义者、拜金主义者、自私自利主义者。他们认为，只有在“人人为我”的前提下，我才能偶尔为“人人”。

现在世间的很多人，真的很可怜！他们殚精极虑追求的目标：外在的物质、名声，内心虚无缥缈的情感等，连芝麻许的利益都没有。但是，我们的感官，已经被迷幻药麻痹了，陶醉在虚假的快乐中，迷失了真正的方向。就这样不由自主地追逐，活了一辈子。

我翻过一本小说，叫《活着》。据说，张艺谋把它改编成一部电影。但是，我没有从中找到“活着”的意义。也许在座的有些专业人士的看法和我不同。

简而言之，如果我们目光短浅，就会无恶不作。大多数人在唯物论、进化论的教育下长大，信奉“人生一世，草木一秋”“人死如灯灭”。如果是这样，那么，“人不为己，天诛地灭”也就天经地义，“为自己而奋

斗”就成为合情合理。这样，每个人每个团体，在为自己利益奋斗的过程中，就会不择手段。昧着良心、损害众生的各种不道德行为，就会大量涌现。

二 如何树立正确的人生观价值观

在这样的社会环境中，我们应该怎样定位自己的人生呢？

1. 应了解前后世是存在的

我认为，第一个需要思考的问题是：人生，真的只有短短的几十年吗？如果人真的没有后世，那么，为了短暂的今世废寝忘食、夜以继日地奋斗，终其一生也是值得的、无可厚非的。

假如真的有后世，而且是无比漫长、久远的来世，今生所做的一切，都会对未来的快乐和痛苦产生决定的

作用。就像我们年轻时辛勤工作，积累资财，就会有一个安定的晚年一样。而我们却对此茫然无知、置之不理，这样的行为，是否合理呢？

人类自称是智商最高的动物，具有高度的辨析智慧，有能力创造自然、改造自然。然而，这种智慧，却连自己有后世都不知道。所谓的万物之灵，究竟是聪明，还是愚蠢？

因此，要建立一个正确的、符合自然规律的人生观，就必须思考这个最关键的问题：人是否存在前后世？如果存在的话，快乐的因是什么？这样，我们就不会鼠目寸光，而会以对今生来世有利的方式，来确立此生的意义和价值。社会上层出不穷的各类问题，归根结底，就是人生在世，应该以什么样的价值理念，来主导人生方向的问题。

人生观有世间、出世间之分，世间有东、西方之分，西方也有个人与社会群体乃至专业领域之分。对个

人来说，年轻与年老时也迥然不同。一个人年轻时，往往追求感情、财富、事业和地位，幻想精彩的人生。但是，到了一定的年龄，就会渐渐了解，所谓的感情、金钱都不能带来幸福。在一个人的人生中，只要有维持生存的基本条件就已经足够了，即使再多，也不能带来心灵的快乐。

当然，如果没有一点生活资具和条件，一个人无法生存在这个世界上。但人对自己的欲望，应该有所节制。按照佛教的观点，人应该知足少欲。如果知足，即使没有丰裕的财富，也一样快乐地生活。

从前，有一个乞丐对一位禅师说：“我一无所有，内心非常痛苦。”

禅师说：“把你的双目给我，我给你一百两金子。”

乞丐说：“我的双目远远不止一百两黄金！我绝不会给你。”

“把你的双臂给我，我给你一百两金子。”

“不！”乞丐说，“没有双臂，我怎么生活？即使你给我一千两黄金，我也不会给你。”

“那，把你的双腿给我吧，我给你一百两金子。”

“不论你给我多少金子，我也不会把双腿给你！”

禅师说：“想一想，其实，你并不穷。”

乞丐想了想：“确实是这样，我不是世界上最穷的人。至少，我有三百两黄金。”

后来，乞丐反省自己，对人生的价值重新定位，终于找到了属于自己的美丽人生。

在座的诸位，不知是否看过《假如给我三天光明》（Three Days to See）？海伦·凯勒（Helen Keller, 1880-1968）在自传中说，人的价值观大不相同，作为一个盲人，她一生中，如果有三天光明，此生就已经足够了。可是，

对双目俱全之人，每天的光明，却毫不珍惜！

在这个世界上，人人都希求幸福。但是，什么才是真正的幸福？它就是心灵的快乐。一个人可以一无所有，乃至双目失明，但只要能明了人生的真谛，那么，无论是什么人，都可以感受到内心的那一份欢乐。它充溢我们的身心，令我们有限、短暂的生命，焕发出智慧和慈爱的光芒。

这里所说的快乐，不是指空性、胜义谛的境界，而是指世俗的现象。所谓现象，是耳闻目睹之法，是物理学家研究的对象；而事物的本质，则非眼耳鼻舌身之对境，需要用另一种方式去衡量。

在这个世界上，有不同的人生观和价值观，层次也各不相同。就像皈依，同是皈依佛门，目的却各不相同：有人是为了从轮回中解脱；有人是为了无量众生的安乐。如果你的人生价值，只是为了一己的快乐，是很低很低的层次；假如不论是何等众生，你都希望能利益

他，则尚属中等；如果没有丝毫的自利之心，完全是“人不为他，天诛地灭”，这样的理念是最崇高的。

各位学者，你们的人生才刚刚起步。也许你关心的只是自己的家庭、职业和爱好。对此，佛教也不会一概否认。无论你持有什么样的人生观，如何提升它，令它对你及你周边的人有利，这是问题的关键。但要做到这点，归根结底，就要了解前生后世是存在的、因果真实不虚。这是我今天想说的第一点。

2. 至高无上的人生观——利益众生

第二点，有人以为佛说四大皆空，就不敢接触、深入佛法的精髓，怕影响、破坏了他的快乐人生。其实，佛教的人生观会让你更宽容，生活得更快乐，并从内心深处生起智慧和悲心。

在所有的价值观中，最高、最有意义的价值观，就是利益众生。这不仅是佛教的观点，也是整个宇宙间最

至高无上的人生观和价值观。为什么这么说呢？因为，它是最高真理，没有一种意义和价值能超过它。

现场互动

问：有人说，如果生活很优越，说明前世积累了很多福报，这一辈子应该精进修行。如果各方面比别人差，也应精进修行，消除前世的业力？

堪布：是这样。但佛教不是宿命论，今生并非完全受前世支配。我读过《展望 21 世纪》——英国博士汤因比和池田大作的对话。但我不太认同其中佛教对命运的观点：今生的果，完全出自前世的因。

任何一个事物都有因和缘。比如种子是近取因，还需水分、阳光、肥料等次要的缘，才能发芽。前世因与后世果之间，有近取因（根本因）的关系；今世的行为及其他一些因素，则是俱有缘（次要的因）。

因果是一门复杂而甚深的学科，不是一两句话、轻而易举就能概括的。在尚未明白之前，一定要以公平、客观的态度潜心研究。今生的快乐虽然与前世密不可分，但今生所做的善和恶，也正在创造它们的果。

就像我们种下毒药，毒的自性终究会发芽；如果耕种妙药，则会长出药树、药果和药花。在取舍因果的时候，不要轻易践踏因果的自然规律。

问：佛法虽然很好，但是不是每个人都要学佛、都要出家呢？我们用的东西、吃的粮食，是工人和农民生产出来的，如果每个人都出家，这个世界还能够正常运行吗？怎么理解和看待这个问题呢？

堪布：做生意的人，可能都想成为企业家。但要成为企业家，需要福报、能力和各方面的因缘。即使一个大企业家希望人人都像他那样，别人也做不到。所以在

这个世界上，一定会有人当工人、农民和老师的。

即使是佛陀时代，与佛陀所在国家毗邻的很多小国中，不信佛的人也占绝大多数。现在的藏地，出家人也越来越少。不久前，我还在藏地论坛呼吁：出家人不能再多一点？汉地一个城市有几千万人，一个寺院只有三四个和尚。等末法时代的黑暗越来越深时，连三四个和尚都不会有。

所以，你真的不必为此担心。

闭幕词

CLOSING SPEECH

2011年8月16日

我全程参加的两个原因

今天，“青年佛教学术研讨会”已经圆满。

我记得，大概是7月1日那天，我以私人名义，给大家写了一封有关夏令营的信。因为报名的人比较多，我们选了大约二百人。不料那段时间一直下雨，路况不是很好，担心你们被泥石流堵在路上进不来，我们在网上说，暂时不开了，何时举行，我们会另行通知。现在，经过大家的努力，夏令营虽然没有举行，但“青年

佛教学术研讨会”已经召开了。二者从形式上来说，应该没有很大区别。

每天坐在这里，我心里还是很快乐。虽然有很多事等着我去做——翻译、讲课、管理学院工程和一些学校等，但这次，我发了大心。在座的各位也清楚，这7天中，我放下了所有的会议、翻译等事情，很久以来我都没有这样了。

一方面，我特别想学习。来到这里的不同行业的大学生，都是了不起的老师。不过，我的笔记本丢失3个了，上面记了很多你们的观点，我觉得非常珍贵。等你们走后，我要看看你们是怎么说的。如果你们谁拿了，希望能还给我。（众笑）

我的记性还算比较好，以前，我用藏文记法王如意宝智慧中流露的金刚语，记得特别快。虽然读汉文比较晚，没有那么快，但是，很多重要的问题，我都记下了。记下的原因是：这次，我扮演的不是一个医生，而

是一个学生，这是我的一个学习机会。这也是7天中，我一直坐在这里的第一个原因。

第二个原因是：你们不远千里而来，非常不容易，我要对大家负责。如果我在场，有什么事就会比较方便。我参加过各种学术研讨，越到后面，人越少。闭幕式时，除相关人员外，其他人都不见踪影，教授们都非常悲伤。但这次，我们的人不仅没有减少，还有陆续增加的。只是因为我们受条件和环境的限制，实在无法满足他们。

7天中，会场的气氛格外活跃，纪律也相当好。你们来自不同行业，有着不同的兴趣和感想。我相信，每个人的分享，都会给其他人带来启迪和利益。这也是我们的初衷。

我想说的两件事

我想说的第一件事就是：非常感谢大家！如果没有

你们的参与，没有我们工作人员的发心，没有背后很多默默无闻从财力和人力等各方面无私帮助我、支持我的人，没有大家共同的愿望，这样的活动是不可能举办的。即使能偶尔一次，也不可能长期进行。任何一种个人、单一的力量都不足以成办这样的活动，这需要各方面的力量和大家的因缘。

在这里，我非常感谢大家，并祈祷上师三宝加持所有的人，祈愿今生来世都能获得真实的解脱利益。

第二件事是：今天早上，我本想询问一些大学老师，了解研讨会的不足之处。我几次举手，主持人都没有看见，我很灰心，只能继续喝茶了。我想，会议结束后，应该做一些采访，了解这次会议值得发扬的地方、需要改进的地方。

在每天的安排中，一定会有不公平之处。组委会发心的人毕竟是少数，参与的学校又多，人心千差万别。我们基本是按照报名册和自我介绍，邀请嘉宾发言，所

以，一定会有很多不周之处。在此，对我们做得不够的地方，向大家表示歉意，请多多包容。

虽然不是每个人都轮到发言，但基本上这是一个比较平等、自由的平台。也许我们中有一些名人，但我谁都不认识。我们没有因为你的特别呼吁，或你是了不起的大学教授、明星，而让你坐在前台、高位。喇荣佛教大学也有男众和女众的大学班，但因为时间等原因，我们也没有让他们参加。

所谓的自由，不是没有任何规矩，不是你想说什么就说什么，自由需要一定的水准。西方大多数人的综合素质较高，这样，推行民主和自由就不会有太大困难。

为了实现初衷，我们也邀请了一些无信仰人士参加。每个人都说佛教好是不行的，无信仰人士经常会提醒大家、监督大家，这样我们才会有进步、有发展。

我也了解到，北京附近以一所大学为主，举办了一

个夏令营。在夏令营中，有人用广告煽情的方式演讲，有人用媒体比较正统的方式表达。各种不同的思想、文化相互交融，可以说，是一场非常广泛的交流。

这次的“青年佛教学术研讨会”也是如此。不仅内容广泛，丰富多样，而且，也是一次深入的交流。在7天里，我们讨论了5个主题。第一天是“前生后世是否存在”，第二天是“参禅”，第三天是“佛教与科学”，第五天是“关爱环境，关爱生命”，今天是“人生观和价值观”。

在主题发言中，每个人都发挥了自己最高的智慧，尽可能深入地做了挖掘。学文学的人，从文学侧面来思维；学理工科、教育或电影的人，也从各自专业领域的观点进行了探索。自由发言也是如此。每个人站在不同专业的角度，介绍了他们的研究心得和一些社团的活动，并提出了一些问题，让大家深受启发。

佛教徒和非佛教徒都畅所欲言，虽然有时很激烈，

也有一些反对意见，但迄今为止，我心里没有任何创伤。所以，这次学术研讨会以一种自由、开放、广泛和深入的方式圆满。

我的三个希望

最后，我有三个希望。

第一个希望：参与这次会议的人不是很多，除了在座的诸位，还有佛学院里的出家人。他们虽然不在会场，但通过无线广播收听了。他们对研讨会有些好奇，也有人认为比较有意义。还有发心人员，他们也一边发心，一边听。

现在是信息时代，我希望研讨内容能做成光盘和文字，让还在读中学、读大学或已经进入社会的人，都能分享大家的观点。我们的发心人员有限，如果你们有时间，可以帮着做一些校对、编辑。没有时间也不要紧，

对我们来说这不是什么大事。

有时我想：“如果我们考虑的只是自己的得失，从而害怕抛头露面，这是不必要的。”如果我们真的在做坏事、在贪污、在杀人，我们要躲起来；假如我们是真心行善，就应该光明磊落，不应该害怕。

这一点，让我经常想起上师。上师如意宝在弘法利生时，遇到违缘和困难，他不会屈服，不会低头。首先我们不能做违越法律、违越因果的事。在这样的前提下，要尽一切可能，从各方面利益众生。

在香港中文大学，一位来自英国的博士举例说：“当今世界，人们在地球的不同角落，依靠虚拟的网络世界，实现着各自不同的价值和目标。”佛教徒也应该有这样的理念。虽然你在英国，我在美国，他在日本，但是，我们有着共同的愿望，那就是：“众生安乐，佛法兴盛。”这是人生最有意义的目标，也可以通过网络来实现。

第二个希望：你们明天离开时，尽量不要包小车，而是坐我们预订的运输公司的大巴。大巴司机的资格是经过认证的，而小车司机的技术却不能保证。另外，你们不要让司机开得太快。车开得快和慢，相差也就半小时。慢半个小时或一个小时是无所谓的。回去的路上一定要当心。

最后一个希望，就是把会议精神落到实处。

刚才有同学说，她发现一只受伤的小狗，要把它带回成都治病并收养它。表面上她帮助了一只小狗，但是这正是我们会议的精神。不管是佛教徒、非佛教徒还是其他宗教徒，都应该有一颗开放、包容、利益他众的心，这就是这次会议的中心思想。

今天，她以一个非佛教徒身份帮助众生，这是我最欣慰的。佛教徒受过大乘菩萨戒，帮助一只生病的小狗，是自己分内的事、应尽的义务。也许是通过我们大家这次研讨，也许是她相续中本有这样的善心，她做了

这样的善举。

无论如何，在所有的人生价值中，利他是最有价值的。在座的各位，将来会成为社会的栋梁，希望你们一定要知道这一点。

主持人曾几次表示过这样的愿望：未来，无论你们从事何种职业，包括广告、媒体和电影等行业，希望你们都不要忘记今天的承诺。只要你有一颗真正的善心，做什么都好办，演什么角色都可以。是不是佛教徒，也许不重要，最重要的是这颗心。如果心是恶的，就无药可救了。

希望你们回到城市以后，有不同于以往的转变。对任何一件事都要用自己的智慧来观察，即使让你参与佛教事业，你也要分析之后再决定。要时时刻刻利益你身边的人，乃至狗、猪等一切生命。这就是我对你们最后的希望。

非常感谢大家！我受组委会的委托，代表“智悲文化中心”“国际菩提学会”，宣布“青年佛教学术研讨会”圆满结束。谢谢大家！



大学演讲 相关阅读

《佛教眼中的物质世界》 索达吉堪布全集 1

佛教空性观	北京大学
信仰与人生	北京大学
藏文化的修心养生观	清华大学
佛教眼中的物质世界	复旦大学
佛法的生命科学观	南京大学

《新时代需要心灵教育》 索达吉堪布全集 2

藏传佛教的思想与现实生活	中国人民大学
大乘佛教的现代意义	浙江大学
新时代需要心灵教育	华中师范大学
解疑除惑 教学相长	华中师范大学
佛教消除烦恼的理论与方法	中山大学
心净国土净	香港中文大学

《怎样面对痛苦》 索达吉堪布全集 3

怎样面对痛苦	香港理工大学
心理健康与职业生涯规划	南阳师范学院
佛教文化的价值观	青海师范大学
藏密的特点及思想精髓	陕西师范大学
来世生命及往生净土	西北大学

《佛教的真理观》 索达吉堪布全集 4

科学怎样成为幸福的阶梯	西安交通大学
佛教的利他性	山东大学
佛教慈悲观与道德教育	湖南师范大学
佛教的真理观	华中科技大学
逐梦人生·开启心灵教育	香港教育学院
科技发达时代的佛法教育	香港科技大学

《问佛陀情为何物》 索达吉堪布全集 5

自心宝藏的探索	香港大学
佛教的人生教育	北京师范大学
问佛陀情为何物	厦门大学
“如来藏”思想	厦门大学
佛教的低贪生活	广西大学
幸福的根本是心	汕头大学

《幸福的根本是心》 索达吉堪布全集 6

心底无私天地宽	兰州商学院
禅与财富管理	北京大学
扎根于内心的财富	清华大学
怎样修学密宗	香港理工大学
当代藏医药学者的历史使命	成都中医药大学
幸福的根本是心	上海交通大学
自他快乐的八个秘诀	上海交通大学

《减轻压力的智慧》 索达吉堪布全集 7

慧悟人生 荷担科学未来	山东理工大学
减轻压力的智慧	广西师范大学
慈善离我们有多远	中国社会科学院
探索内心科学的精髓	中国社会科学院
大圆满前行的重要性	中国文化书院
念修前行仪轨及禅修	中国文化书院
闻法规律与共同外加行	中国文化书院
不共内加行与往生法	中国文化书院
皈依开示	中国文化书院

《把握心灵的方法》 索达吉堪布全集 8

心灵绿化与幸福人生	苏州科技学院
禅宗与心灵救助	苏州科技学院
藏传佛学把握意识的方法和途径	苏州大学
博学与济世	东北财经大学
佛教的经济观	中央财经大学

《藏地幸福密码》 索达吉堪布全集 9

藏地幸福密码	美国乔治·华盛顿大学
展望藏传佛教 21 世纪在全球的传播	美国乔治城大学
坐禅的正确方法	美国乔治城大学
藏传佛教在中国的现代表述	德国马普研究所

宗教与现代生活	德国哥廷根大学
如何观修自他交换的菩提心	美国哈佛大学
藏传佛教的包容性	美国哥伦比亚大学
藏文化与环境	美国科罗拉多大学
伏藏授记的密意与缘起	美国科罗拉多大学
信仰、科技与法律	四川大学
智慧人生 和谐社会	广东金融学院
汉藏佛教文化交流	华南农业大学

《关于人性的探索》 索达吉堪布全集 10

滋养养智	华东师范大学
大学生如何面对心理压力	四川大学
佛教关于人性的探索和教育	湖南大学
戒定慧与人生幸福	江西财经大学
生命的成长与完善	北京大学
佛法与当代社会	首都经济贸易大学
解读轮回密码	泰国朱拉隆功大学
信仰与时代	泰国国立玛希隆大学
如何寻找人生的坐标	柬埔寨金边端华学校

《神秘的修心之路》 索达吉堪布全集 11

领领悟人生	新加坡国立大学
神秘的修心之路	台湾大学
藏文化的特色	台湾师范大学

击掌空声·佛教的辩论方法

台湾华梵大学

生命科学与价值观

台北大学

《怎样变成有福报的人》

索达吉堪布全集 12

认知科学与佛学

浙江大学

佛学之生态思想

南京林业大学

人生与人心

西安电子科技大学

怎样变成有福报的人

华东师范大学

与人沟通的智慧

中国青年政治学院

《盗梦空间》的佛学实相

清华大学

《喧嚣中的宁静之道》

索达吉堪布全集 13

微时代 微道德

天津大学

喧嚣中的宁静之道

中国科学技术大学

人类面对灾难的心理安慰

青岛大学

医者之心

河北医科大学

寻找生命的意义

云南大学

残酷才是青春

香港中文大学

《藏密宇宙观》

索达吉堪布全集 14

信仰在佛教中的意义

新西兰梅西大学

当上帝遇到佛陀

新西兰奥克兰大学

动中禅

澳大利亚悉尼科技大学

佛教的物质世界观	澳大利亚悉尼大学
藏传佛教的慈悲幸福观	澳大利亚墨尔本大学
禅定·心性休息	加拿大约克大学
藏密宇宙观	加拿大多伦多大学
前世今生·佛教人生观	加拿大多伦多大学

《红尘中的净土》 索达吉堪布全集 15

当代藏传佛教女性	加拿大麦吉尔大学
苦才是人生	美国南加州大学
红尘中的净土·喇荣	美国加州大学洛杉矶分校
现代社会的专注与禅修	美国耶鲁大学
佛陀的生平	美国耶鲁大学
当代菩萨道	美国普林斯顿大学
佛教空性的禅修	美国天普大学
汉地的当代藏传佛教	美国弗吉尼亚大学
禅宗和大圆满的关系	美国加州大学伯克利分校
藏传佛教在汉地的流行	美国斯坦福大学

《贫非佛教》 索达吉堪布全集 16

商之大者 自利利他	中国人民大学重庆校友会
贫非佛教·大富长者的启示	中国人民大学重庆校友会
药师佛与中医	中国中医科学院
密宗文化与现代社会	北京大学
密宗文化与现代艺术	北京大学

密宗文化与现代管理	北京大学
密宗文化与现代教育	北京大学

《佛教如何面对灾难》 索达吉堪布全集 17

知识与文化的差异	中国传媒大学
佛教如何面对灾难	澳门大学
佛教视野中的物质	华南理工大学
幸福人生 从心开始	青岛恒星科技学院
探寻生活的另一种价值	上海外国语大学

《藏传佛教的本来面目》 索达吉堪布全集 18

当代的公平与正义	中国政法大学海南校友会
做才是得到	海南大学
心灵的绿色家园	南京农业大学
佛法智慧与智慧人生	南京大学
藏传佛教的本来面目	泰国摩诃朱拉隆功大学

《生命中的偶遇》 索达吉堪布全集 19

生命中的偶遇	意大利都灵精神论坛
佛教与社会德行	荷兰莱顿大学
藏传佛教对都市青年的吸引力	荷兰莱顿大学
幸福人生	法国多芬尼综合大学
女性在藏传佛教中的地位	法国巴黎喜马拉雅研究中心

藏传金刚乘的特点	奥地利维也纳大学
跨文化译传藏传佛教之人生感悟	英国牛津大学
修持佛道	英国剑桥大学
佛教如何看待幸福	英国伦敦政治经济学院

《走出人际关系的雾霾》 索达吉堪布全集 20

佛教对进化论与造物论的看法	英国伦敦大学学院
信仰与科技	莱索托林国荣创意科技大学
有爱的生活	莱索托国立大学
现代社会的正念与禅修	纳米比亚理工学院
	纳米比亚国际管理大学
	纳米比亚大学
藏传佛教思想	日本东京大学
快乐人生·佛法可以改变世界	日本早稻田大学
感谢我的世界	泰国清迈大学
佛教与信仰·梦幻的人生	新加坡国立大学
走出人际关系的雾霾	北京大学

《碎片时代的彷徨》 索达吉堪布全集 21

浅谈佛教艺术	中国人民大学
财富与人生价值	南京农业大学
问佛陀法为何物	苏州大学
修行与精神健康	上海交通大学
大学生与幸福	上海交通大学

佛学与健康	北京中医药大学
碎片时代的彷徨	泰国清迈皇家大学
爱的智慧	北京华夏管理学院

《向内看, 向外走》 索达吉堪布全集 22

现代藏传佛教大德·

法王晋美彭措的生平和著作	美国芝加哥大学
藏传佛教的现代性	美国西北大学
动荡时代的心态	美国芝加哥大学
向内看 向外走	美国哈佛大学
藏传佛教的转世制度	美国麻省理工学院
女性在藏传佛教群体中的角色	美国哥伦比亚大学
体悟无常	美国哥伦比亚大学
藏传佛教在当今东西方国家的流行	瑞典斯德哥尔摩大学

《如何理解自我慈悲》 索达吉堪布全集 23

佛教对主观幸福感心理学研究的启示	瑞典隆德大学
藏传佛教的学习与修行	挪威奥斯陆大学
佛教如何理解自我慈悲	西班牙康普顿斯大学
动中禅·与生活共舞	西班牙康普顿斯大学
业因果定律下的生命流转	以色列希伯来大学
如何实现生命的意义	斯威士兰大学

《你的快乐，从何而来》 索达吉堪布全集 24

觉悟在当下	南非圣奥古斯汀学院
你的快乐 从何而来	马拉维多马西教育学院
藏传佛教的日常修行和仪式	南非开普敦大学
物质主义时代的佛教观	博茨瓦纳大学
师生相处之道	复旦大学
追问生命的价值	上海交通大学
透过现象看本质	北京大学

《是约束还是自由》 索达吉堪布全集 25

善心厚德·佛教财富观与传播	中国传媒大学
从仓央嘉措文字现象说起	北京师范大学
立足当下 荷担未来	南京农业大学
法是约束还是自由	苏州大学
速度与激情	中国科学院上海硅酸盐研究所

《浅谈佛教与科学》 索达吉堪布全集 26

佛教与科学的碰撞	缘起篇
开幕词	第1届世界青年佛学研讨会
以科学精神探索前生后世	第1届世界青年佛学研讨会
世间禅与出世间禅·禅修开示	第1届世界青年佛学研讨会
浅谈科学与显密教法	第1届世界青年佛学研讨会
素食	第1届世界青年佛学研讨会

专场问答	第 1 届世界青年佛学研讨会
如何树立正确的人生观价值观	第 1 届世界青年佛学研讨会
闭幕词	第 1 届世界青年佛学研讨会

《你也可以是菩萨》 索达吉堪布全集 27

开幕词	第 2 届世界青年佛学研讨会
专场问答	第 2 届世界青年佛学研讨会
藏传佛教的心灵教育	第 2 届世界青年佛学研讨会
闭幕词	第 2 届世界青年佛学研讨会
开幕词	第 3 届世界青年佛学研讨会
信仰是鲜美的生命之泉	第 3 届世界青年佛学研讨会
专场问答	第 3 届世界青年佛学研讨会
藏传佛教的学修体系	第 3 届世界青年佛学研讨会
身心安乐的秘密·禅修开示	第 3 届世界青年佛学研讨会
闭幕词	第 3 届世界青年佛学研讨会
为什么要利他	第 3 届世界青年佛学研讨会
开幕词	第 4 届世界青年佛学研讨会
身语意的瑜伽·禅修开示	第 4 届世界青年佛学研讨会
你也可以是菩萨	第 4 届世界青年佛学研讨会
闭幕词	第 4 届世界青年佛学研讨会

《生死与幸福》 索达吉堪布全集 28

开幕词	第 5 届世界青年佛学研讨会
有相与无相的喜悦·禅修开示	第 5 届世界青年佛学研讨会

怎样看待死亡	第5届世界青年佛学研讨会
闭幕词	第5届世界青年佛学研讨会
科学与佛教的握手	第6届世界青年佛学研讨会
盛开的心灵之花·禅修开示	第6届世界青年佛学研讨会
世界为什么需要和平	第6届世界青年佛学研讨会
闭幕词	第6届世界青年佛学研讨会
开幕词	第7届世界青年佛学研讨会
生死与幸福	第7届世界青年佛学研讨会
聚焦人工智能与人类幸福	第7届世界青年佛学研讨会
唤醒本初的宁静·禅修开示	第7届世界青年佛学研讨会
向内看 向外走	第7届世界青年佛学研讨会
闭幕词	第7届世界青年佛学研讨会
共赴智慧盛宴	第8届世界青年佛学研讨会

《叩问我们的时代》 索达吉堪布全集 29

问心	对话埃亚·阿维夫教授
在美国大学教佛法	对话本杰明教授
修行者说	对话范彼德教授
叩问我们的时代	对话施耐德教授
缘聚纽约谈藏密	对话滕华睿教授
科学时代的佛教	对话皓利·盖利教授
环保从心开始	对话叶蓓教授
佛法与科学是殊途同归	对话朱清时教授
什么是佛教心理学	对话心理学家凯瑟琳
灵魂的前世今生	对话吉姆·塔克博士

在浮躁的世界里安静地活

对话张卫教授

文殊菩萨的智慧宝剑

对话威廉·道格拉斯教授

心灵鸡汤也很有营养

对话东京大学学者

净密是一家

对话净空法师

《兴衰的幻剧》 索达吉堪布全集 30

兴衰的幻剧

对话阎雨院长

当科学与佛法不谋而合

对话朱清时教授

从大学校长到佛法传播者

对话潘宗光教授

成功的另一种定义

对话潘宗光教授

浮世修行

对话海涛法师

藏传佛教的艺术与教育

对话芝加哥西北大学师生

为和平

对话格拉斯主教

学术研究与修行体悟的关系

对话希伯来大学学者

心域无疆

对话伊丹·赛杰夫教授

这是最坏的时代 这是最好的时代 对话申昌镐教授