

多识仁波切 著

管好你的心

心经·金刚经大智慧

在牛的眼里，再美的鲜花，
也不过是一把草！

——多识仁波切



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

管好你的心

心经·金刚经大智慧

多识仁波切 著



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

管好你的心:心经·金刚经大智慧 / 多识仁波切著
— 南京:江苏文艺出版社, 2013.11
ISBN 978-7-5399-6421-8

I. ①管… II. ①多… III. ①佛经②《心经》—通俗
读物③《金刚经》—通俗读物 IV. ①B942.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第176518号

书 名 管好你的心:心经·金刚经大智慧

著 者 多识仁波切

责任编辑 郝 鹏 孙金荣

特约编辑 李玉峰 秦 蕊

文字校对 陈晓丹

封面设计 门乃婷工作室

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司

江苏文艺出版社

出版社地址 南京市中央路165号, 邮编: 210009

出版社网址 <http://www.jswenyi.com>

经 销 凤凰出版传媒股份有限公司

印 刷 三河市杨庄双菱印刷厂

开 本 700毫米×1000毫米 1/16

印 张 16

字 数 146千字

版 次 2013年11月第1版 2013年11月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5399-6421-8

定 价 32.00元

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)



佛教是迷信吗？

现在是科技发达的时代，到处都在宣扬“提倡科学，反对迷信”。科学成了衡量一切的标准，只要说是“科学”，人们就不怀疑，不反对，不加分辨，这几乎成了一种习惯。而由于历史的原因，人们又在自觉或不自觉间把佛教等宗教全部划入了“迷信”的范畴。好多学佛的人反映，他们学佛时会遭遇到家人的反对。

佛教是不是迷信？我们学佛的人自己先要搞清楚。实际上，以科学来衡量一切的标准是有待商榷的。比如说文学、艺术、诗歌的创作，就允许夸张、虚构。李白诗曰：“燕山雪花大如席。”如果用科学的观点来看，完全是胡说八道，哪有这么大的雪片呢？舞蹈、

音乐等艺术，从来没有也不能用科学来衡量，根本是两个不同的体系。

文化，是一种适应、一种需要、一种认可，不需要用实验室来试验是不是真，是不是假，是不是科学。但是人们却不自觉地用科学来衡量宗教，这个标准有问题。当然了，这并不是说佛学经不起科学的考验。

我们来细细分辨一下。

首先，佛教本身博大精深，有一部分属于文化、艺术、思想方面的东西，不能用科学来衡量。还有一部分是超世间学问，超出人类五官认识的范围，也超出现有科学仪器的测量范围，无法经过实验室实验证明。

比如心理学，就没有办法把研究对象——意识与潜意识放在实验室的显微镜下观察。超世间的很多东西不适于用科学来衡量，那是一种境界，是超越科学的。

再说，宗教是在人们的生活当中形成的，不可能一尘不染。佛教在流传过程中与各民族不同的文化相融合，难免染上很多非科学的邪见、错误和一些迷信的成分。比如藏传佛教就吸收了苯教的一

些东西，祭鬼神、算卦、占卜等是原来佛教中没有的。汉地也一样，民间佛教往往和迷信很难分别。但是，这和佛教的本质没什么关系。所以，佛教里有迷信成分并不奇怪，但佛教不是迷信，我们应该从逻辑上分清楚。

什么叫科学？科学就是符合实际的一种正确认识，佛教叫真理，或者叫作现量。科学研究，是先提出科学假设，然后通过实践证明，凡符合假定理论的就是科学。佛教不然，它不是一种假设，不是空洞的理论，而是佛陀将亲自实证的符合实际的现量经验传播给别人，别人也来走这条道路，并通过修证获得相同的证量。所以，宗喀巴大师的《佛理精华缘起理赞》中说：“自见其性宣说其理，故为胜解妙说第一。”

现代人都相信科学，那就一起来听一听科学家们的看法。

有一本由美国人萨缪尔等写的人类文明和自然科学发展史著作《爱因斯坦的圣经》是本很好的书，该书得到四位诺贝尔奖得主、美国人类学协会主席及其他科学家的一致推荐，值得一看。被称为现代科学之父的爱因斯坦集中了科学家的所有优点——睿智的头脑、严谨的风格、正直和谦逊……从某种意义上说，爱因斯坦是科学的

另一个名称。

这本书可看作是“爱因斯坦”对宗教的看法，第一篇就讲释迦牟尼，第二篇讲基督耶稣。把释迦牟尼作为人类文明中最伟大的思想家排在首位，由此可见科学家对佛教的评价。书中说：“宗教之光不同于科学之光，科学之光丰富人的头脑，宗教之光启迪人的心灵。”“科学因其有用而存在……宗教的存在是因为它给（人的）生前和死后都赋予了意义，它提供道德准则指导人们的日常生活，是人们的精神支柱，甚至那些不相信宗教的人也必须承认宗教对人的心理有益。”

爱因斯坦在《道德的衰败》一文中说：“一切宗教、艺术和科学都是同一棵树上的不同分枝。其目的都是为了使人类的生活趋于高尚，使它从单纯的生理的存在中升华，并把个人引向自由。”

美国的理论物理学家卡普拉所著《物理学之“道”——近代物理学与东方神秘主义》一书，在广泛探讨了近代物理学的最新成果与东方神秘主义哲学——主要是佛学的系统理论之后，将二者进行了深入的比较，得出“近代物理学的新概念与东方宗教哲学思想惊人地相似”的结论。他说：“两千多年来人类的知识在成倍地增长，但

人类的智慧并没有发展。”

知识和智慧是不同的，有知识不等于有智慧。知识是智慧的营养，所以我们需要学习、掌握很多的知识。但知识是死的东西，不是智慧，智慧是一种能动的鉴别能力。

唯识论说到转识成智的问题。实际上我们人类的世间智慧大部分都属识的范围，通过闻、思、止观双修把识变成智，就变成圣地的智慧，“启迪人的心灵”，打开人类心灵宝库，启发、挖掘人的“自然智”。

所谓“自然智”是人本有而非从外部赋予的一种智慧。电脑再发达，也不能与人相比，电脑只能按程序运行，是人类智慧的产物，而人才是智慧的本源。佛教就是开发人的这种自然智，即“佛性”。

爱因斯坦还说过，“只要未知领域存在，就没办法排除宗教”。人类科学在任何时候，未知领域都大于已知。

现在有些人往往会说佛教有很多东西没办法证明，“我没见过天堂、地狱，看不见怎么能证明是真的”。而因明学说：“不见不等于不存在。”个体的“见”始终是有限的，就是地球上的很多东西我们都看不见，没见到的东西实在是太多了，有些知识也仅仅是在书本、

电视、报纸上看到的。

如果一个人对那些自己没见过的东西都否定其存在的话，无疑会被人看作是一个傻瓜。你也许会说“别人也都没见过呀”，你怎么知道别人没见过？怎么证明？世界上有几十亿人，你是不是对每一个人都做过调查？你认为“谁也没见过”的立论根据是什么？

还有，现在没被人发现的东西，也不能说是不存在。比如化学元素、星球等在不断被发现，人们发现了以后就认为是存在的，没有发现的就认为不存在。所以因明学说：“存在就是被发现。”科学观念就是这样的，没发现的话，对是否存在没办法下结论。

所以，对佛学上的很多东西，仅以自己五官的感觉作为标准下结论，是非常错误的。

对人类来说，不但需要能改造自然，创造财富，服务于生存发展的自然和社会科学知识，也需要反观自身，认识自己，塑造、完善、提高心灵品位，解决精神困惑的心灵科学——这心灵科学就是宗教，也可以叫作生命科学或叫作人生科学，它能够实实在在解决很多人生问题。

我们的自然科学是对外的研究，对物质的研究可谓精益求精，到

现代几乎达到了登峰造极的程度。而反过来对人内在精神的研究，却几乎还没有入门。对生命、对人的智慧怎么能不研究呢？世界历史上那么多的发明创造都是人类智慧的结晶，而作为智慧本源的研究又怎样呢？因为它是看不见的东西，是无形无相的东西，所以没办法用研究自然科学的那套思路来研究。

作为心灵科学的宗教，有很多人不了解，甚至根本不承认它是科学，但这并不重要，承认不承认并不能说明什么问题。作为东方文明精华的佛教，在剖析人生、塑造完善的人格、净化提高人类心灵的品位、点燃智慧的火炬、超越有限的生存等方面，堪称举世无双的绝学。

当然，佛教解决自然科学问题，就像自然科学解决人类心灵问题一样无能为力。世界上没有超越领域的万能科学，在各自的领域能完成所承担的任务，便不失其为有用的科学。自然科学对人类的心灵智慧是一个盲区，同样，佛教也不能包罗万象，把自然科学都包括进去。

有这么一段对话，有人问当代西藏著名的学者堪布次南，“科学和宗教是什么关系？”答复是：“佛教就像天空，科学则像星星和月亮。”

他这样说是很有道理的，佛教里面有很多自然科学知识，如天文、地理、医药、人体科学等。

科学是符合实际的认识和方法。“实际”分有形的物质实际和无形的精神实际，两种实际性质完全不同，认识的方法手段也有所不同，因此，也不能用同一把尺子进行衡量，定其对错。

那些机械唯物论者不能正确看待物质与精神的辩证的对立统一关系，断定意识是人脑的产物，人死后生命永远结束，人们所拥有的只是这短暂的一生——请大家注意，这个“短暂的一生”的结论，给人们的无疑是一种绝望。一生这么短暂就完了，能有什么希望呢？而这种绝望正和科学本身所追求的长远利益的目标相反，比如登月球的计划，你能登上月球吗？那跟我有什么关系？！

肉身虽坏，精神不死，死后复生，流转不息——这在很多人看来是荒谬不可信的，但它给予人们的是一种希望和奋斗不息的鼓舞力量。有这种希望的人，觉得今生的奋斗不是专为别人所为，后世自己仍然受益。这个地球也不是临时的住所，而是永世的家园，所以对保护地球、建设家园有一种天赋的责任感，不像临时搭建的军营那样，临走时放一把火把它烧掉。相比之下，这两种

认识哪一种对人类社会更有益呢？有理性的人自然会得出理性的结论。

爱因斯坦在《科学与宗教》一文中说：“科学只能由那些满怀追求真理或知识热望的人创造出来，而这种感情又源于宗教领域。”“有宗教思想的人才能创造出科学，做出有利于人类的这种事业。”他还说：“科学没有宗教是跛足的，宗教没有科学是盲目的。”

解说经典不能望文生义

佛教作为一门心灵和生命的认识论和实践紧密相结合的学科，在理论结构的系统性和逻辑推理思辨的细密严谨性方面，不比任何一种科学理论差。但由于经典、疏论组成的资料系统的庞大和学派、教派思想分支的繁多，要想从宏观总揽全貌、把握重点，有较大的难度。浩如烟海的三藏经典，一辈子也看不完，让人望洋兴叹，再加上各取所需、各执己见的断章取义和先入为主的世俗观念的大量掺和，以及外道邪说乱论的渗入，使得想对佛教精髓纯正、全面认识和了解的人大多陷入了误区。

于是，有些人便想从原始的经典中找个究竟。但经典有大小乘和显密之分，有究竟了义和权变不了义之分，有胜义和世俗二谛义之别，说空未必指空，说有未必指有，语词虽同，含义万变。若做望文生义的理解，就会把“释迦之狮”理解为“释迦族豢养的狮子”，把“波罗蜜”当做树上长的“菠萝”。

有些人说：“我们要学经，不能学论。”如果说直接读经典能够掌握佛陀本义的话，那么龙树、无著这些历代大师为什么不直接拿经典来传教？为什么要搞那么多的理论研究，著那么多的论？无著是在学般若不得要领的时候，才修弥勒法想见弥勒求教，十二年苦修后弥勒现身为其说法，传《弥勒五论》，把般若的整个内容归纳为八品七十义，授给他《现观庄严论》。

像无著这样的大师都从经典上找不到要领，把握不住它的精神，那么一般的人又能在经文上找到什么呢？比如说胜义谛和世俗谛，分别指什么？这个问题恐怕很难解答，因为佛教内部有毗婆沙、经部、唯识、中观四家哲学，对于胜义和世俗二谛的理解，是完全不一样的。有时，毗婆沙的胜义是经部的世俗，小乘的胜义、世俗两谛都是中观的世俗，经典上没有说明，你直接读经典能了

解什么呢？

我们碰到这些名词的时候，首先要看这个经典是属于唯识家还是中观家。如果是出于唯识家的经典的话，就按照唯识的标准来衡量胜义和世俗；如果出于中观家的话，就按照中观的理论来认识胜义或世俗。总之，不能望文生义地来解说经典。

我们的学习，从认识无常法开始入道，应该结合自己的思想意识来转变，才是佛家的学风，不然的话，只是一种世俗的知识学习，起不了任何作用。理论学习并不难，难就难在理论联系实际。

通过印度各大论师一直到宗喀巴大师的整理研究、分析归纳，使得佛教在理论上逐步趋于完善和提高，这也是符合一切科学理论的发展规律的。但时至今日，能全面系统地掌握佛教理论，并将其作为学修根据的理性弟子仍然是凤毛麟角。就是说，佛教弟子虽多，但其中真正懂得佛教，从理性上起信的弟子极少极少。因此，佛教和非佛教界的很多人错误地认为佛教没有原则，没有理论，可以随心所欲地解释，认为修证也没有什么标准，就像康德所说的那样，“懂得的人和不懂得的人没有什么两样”。

有人说：“佛教没有什么概论。”这是非常无知的说法。佛学概

论很多,《庄严论》、《俱舍论》等都是,怎么能说没有呢?有的人连佛教的基本原理都不懂,就凭自己的想象谈禅说悟、胡说八道,以神秘不可知来糊弄人,张口竟一遍遍地问“你是谁”?世俗的“我”佛教从来没有不承认,也不是我们要破的对象,否则谁在转世?谁在学佛?

有的人认为佛菩萨没有什么标准,而肆无忌惮地自称为“佛”、“菩萨”。说某某看了照片就认证他是七地以上的菩萨,头上长了个肉疙瘩就是肉髻,肉髻上有四个孔便是四角文殊……如此种种无知可笑的说法简直是愚弄佛教!有些邪魔外道也觉得有机可乘,以瞎编胡诌冒充佛法,做起了无耻的行骗勾当。

认清道路和方向

大多数虔诚的佛教弟子,在履行了形式上的皈依之后,犹如进入了一片广袤无垠的沙漠,没有目标,分不清方向,也看不清道路。

曾经有一个僧人来问我:“如何修?”我问他:“你出家多少年了?”

他说：“有十多年了。”我问：“你都学些什么？”他答：“就是天天上殿念诵经典。”我问：“你念经典要解决什么问题？”他答：“不知道。”我又问：“你出家的目的是什么？”他答：“说不上。”我又问：“那你出家时给你授戒的师父是怎么说的？”他说：“没说过。”我觉得这个僧人非常可怜，出家十多年了连自己到底要干什么都不清楚，仅仅是每天撞钟、上殿、三餐，这能算是个僧人吗？

很多授戒的戒师和传法的法师也同样是沙漠中的游客，凭感觉寻找道路，究竟是在前进还是在后退他也搞不清楚。

糊涂法师说糊涂法，度化糊涂众生，一塌糊涂！

佛法本来是开发智慧、消除无明之法，现在却变成了糊涂法。甚至有些颇有地位，被称作高僧的人，公然鼓吹学习经论无用，提倡越糊涂越好，只教人念糊涂佛号。这和佛的本愿相符吗？这简直是一种愚民政策！这些传教的人是否觉得弟子越糊涂越好，越愚越好统治、越好控制，有了智慧以后就只好管教了？岂有此理！无明众生在茫茫的黑夜中想见到一丝光明，何其难也！

现在，特别是在中国大陆，大学生都看不懂古文，如果我们的佛经还停留在古文阶段是不行的。

说话、写文章的目的是为了让人懂，弘法利生就是为了让大家都明白，所以佛经翻译应该是越通俗越好。

现在的经论翻译工作确实是大问题，一是翻译的东西太少，二是翻译的质量不好。而且，有些译者喜欢舞文弄墨，仍然搞成半文半白的东西。如果翻译出来的东西没人看得懂，那有什么用啊？能让大家看得懂而又翻译得很准确的经典实在是太少了。我发现国外有部分藏传佛教的资料，先是藏文翻译成英文，然后再转译成中文，非常好，很通俗。写书、翻译，首先应该考虑到对象能不能接受，而不是考虑炫耀自己的古文程度。所以，我在藏译汉的时候，就尽量不用过去古文的名相词汇，怕写上以后，又给大家设了一个“路障”。怎样不失原意而又表达恰当呢？这往往需要反复地琢磨。

希望本书能对学佛之人提供一种方便。