

南怀瑾

南怀瑾讲述

人生的起点和终站

南怀瑾先生

长期精研国学，

对儒、道、佛皆有精湛造诣，

兼通诸子百家、诗词歌赋、

学贯中西，堪称一代宗师。

他常以亲身经历和独到见解

结合历史事实和先哲智慧，

阐扬优秀传统、人生哲学，

帮助现代人了解中国文化、历史、哲学的精深奥秘，

并进一步建立文化归属感，

增强民族自信心。

为怀瑾

南怀瑾讲述

人生的起点和终点

图书在版编目(CIP)数据

人生的起点和终点/南怀瑾讲述. —2版. —上海:
上海人民出版社, 2014
ISBN 978-7-208-11837-9

I. ①人… II. ①南… III. ①佛教-生命哲学②佛教-死亡哲学 IV. ①B948

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第246217号

责任编辑 黄玉婷

封面设计 陈楠

人生的起点和终点

南怀瑾 讲述

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路193号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

上海中华商务联合印刷有限公司印刷

开本 890×1240 1/32 印张 4.25 插页 3 字数 69,000

2014年5月第2版 2014年5月第1次印刷

ISBN 978-7-208-11837-9/B·1024

定价 20.00元

出版说明

南怀瑾先生一九一八年诞生于浙江温州乐清一个世代书香之家，抗日战争时期投笔从戎。后赴台湾，执教于台湾文化大学、辅仁大学。又远赴美国、欧洲等地，考察讲学。门生弟子遍天下。先生长期精研国学，读书数十万卷，于儒、道、佛皆有精湛造诣，兼通诸子百家、诗词曲赋、天文历法、医学养生诸学，对西方文化亦有深刻理解，学贯中西，著作等身，堪称一代宗师，在中西文化界享有巨大声望。

南怀瑾先生关心国家统一、民族振兴大业，一生致力于复兴中华优秀传统文化。近年来，以望九高龄，仍奔走各地，建立学堂，讲解传授，为弘扬、传承民族传统文化之精粹尽心尽力。其成就贡献，举世称誉；其执著精神，感人至深。

二〇〇六年二月，胡松年先生从美国专程到上海，向南怀瑾先生求教有关生死问题。本书所记录

的就是南先生对生死问题的解说，南先生运用佛法原理，从死亡讲起，解释到人的出生，以人类正常生命变化而言说，并不沾染宗教意识，结合现代生命科学的知识，阐释生死大事，帮助人们建立正确的生死观。南先生还随机提示修持重点，使求学者易于把握关键，进入修持正途。

承蒙南怀瑾先生独家授权，上海人民出版社依据台北老古文化二〇〇七年繁体字版用简体字重排出版。

上海人民出版社
二〇〇八年三月

老古文化版出版说明

有关生死问题的书，坊间颇有多种，以密宗所属为盛。不久前，有胡君从美国专程前赴上海，求教求解于南师有关生死大事。

本书所记录的，是南师随机对胡君等所讲，先从死亡开始讲起，一直解释到人的出生，皆以人类正常生命轮转变化而言说。所讲虽不外于佛法之原理，但并不沾染宗教意识，而纯粹站在生命科学的立场，加以阐释。

此外，南师更随机提示修持重点，从不同角度解说，俾使学人易于把握关键，进入修持之正路，更能了解个人修持的进度和方向，不致迷途。

人的生命，本是各宗教追根求源的目标，对于生死死生，自各有不同诠释。胡君不远万里而来，非仅为个人求解，而是为海外游子、友朋、同道而来寻求善解。

一般说来，出家人是为了生死而离世努力，但是在家人也同样有生死问题，岂能不予重视。

这篇记录是为在家众所讲，听众中颇有从学南师多年者，故于讲解过程中，南师常语辞严苛，似有鞭策激励之意。

又，南师本不愿将记录印书成册，因觉所述简略，未臻完整。但多数认为，篇中虽未达南师完美标准，而吉光片羽，精细明确，读者可解不少心中谜团，应属得益无异矣。

此次的讲解是二〇〇六年二月十四、十五两天，由许衡山、赵云生、刘煜瑞等录音记录，马宏达初步校编，宏忍师多次电脑修改整理后的文稿，谢锦扬最后把关校对。

刘雨虹 记

二〇〇七年元月 庙港

人 生 的 起 点 和 终 站

目 录

第一讲	001
第二讲	020
第三讲	037
第四讲	063
第五讲	079
第六讲	112

第一讲

南师：诸位好朋友，今天要讲一个问题，实际上是很严重的问题，全人类几千年要追求的，就是生跟死的问题。这个事情起因，是我们这位胡松年老同学开始的，他住在美国纽约，学佛很多年。说到纽约，纽约有座著名的庄严寺，是沈家桢居士盖的，他是浙江杭州人。

胡松年：他这个月过九十三岁生日了。

南师：哦，都九十三啦！他是当年航业界了不起的人，在航业界很有名，和香港董建华的父亲董浩云、杨麟的父亲杨管北都是同辈的。他到了美国以后，为中国人做了一件了不起的事，就是集中了很多的学者，把中国的佛经翻译成英文。这差不多是四五十年前了，当时我还在台湾。

后来发现纽约没有一个佛教庙子，他就发动盖了一个大觉

寺,大部分都是他出的钱。当时在纽约是很大的庙子,请了很多大陆到台湾去的和尚,后来也请了一些大陆和尚、喇嘛。当年我在杨管北那里上课时,杨管北跟我讲:老师啊,最好你去。我就笑说,我不喜欢到外国去,他们人才多,不需要我去。

沈家桢后来又修了庄严寺,是北美洲很大的一座庙子,有人再三要求我去,几十年我都没有跟他碰面,我到美国也没有跟他碰面。庄严寺现在住着一个老和尚,叫显明法师,东北人。这位法师当年抗日战争时,有一段真实的历史故事。

当抗战打了五六年的时候,发现日本人在捣鬼,修降伏法想打败中国。佛教密宗分有东密、藏密。印度密宗在中国唐朝时到中国的,到了明朝,中国人不大喜欢,就流传到日本去了。日本高野山完全是修密宗,在中国学术上,这一部分的总名称叫“东密”。中国民间画符、念咒、捉鬼这些东西,很多都与密宗相关。中国正统文化讨厌这个,但是印度及中国藏区比较欢迎,日本也保留了这些。

日本高野山的密宗,原来只有男和尚,不准女人上山,是对女性的歧视。后来有个日本的女性要上山修行,也就是我们在台湾这个阶段,但是高野山的和尚绝对不答应。这个女的很不服气,一发愤,自己在山脚底下搭茅棚修行,后来开悟成道。你

看，天下的女性真了不起！看到她成功了，结果高野山现在开放，女性可以上去了。

藏密是在西藏扎根的，跟日本的密宗稍有不同，在唐代时传到汉地。西藏的密宗有宁玛派、萨迦派、噶举派、格鲁派，也有叫红教、花教、白教、黄教的。像达赖、班禅是格鲁派的。你们听说的黑教，并不是佛教的，那是西藏原始宗教，也叫苯教，以咒术为主，在佛教进西藏以前就有了。

刚才讲到抗战时，我们发现日本人一边打仗，一边请高野山的密宗修降伏法，要把中国人打败。所以抗战第六年时，在重庆，国民政府让民间发动“护国息灾法会”，是一个很大的法事，保护自己国家，把日本的法力打回去。当时请了两位大师主持，一个是禅宗大师虚云老和尚，主持显教的显坛；密宗的坛场，请了白教的活佛贡噶呼图克图主持。这两位都是我的皈依师父。师父有皈依师父、学法师父、剃度师父，各种师父很多。至于皈依的师父，像我就很多，当年学佛，看到和尚有道就皈依，有些没有跟他学，就是结个缘，等于密宗的结缘灌顶。密宗的灌顶分很多：结缘灌顶、传法灌顶、智慧灌顶，有各种的灌顶。

这是上课以前的闲话。讲到庄严寺显明法师，应该有九十多岁了，他是我把他送去美国的。当年我们在重庆时，因为“护

国息灾法会”是虚老主持，我们见虚老时，就看到了显明和尚。我第一眼看到他就很喜欢，这个和尚像个和尚，人高高大大，相貌很圆满。圆满的像是什么样呢？就像玄奘法师的大弟子窥基法师，也像玄奘法师的相，很像样。

这个时候，日本人已经打到缅甸了，英国人被他打得落花流水。中国组织了青年军，叫做“一寸山河一寸血，十万青年十万军”，号召兵源。青年军都是中学以上有知识的学生，不读书了，出来从军打日本人，所以杨麟到了重庆也参加了青年军。历史上很多的小事情都是大事情，但是被大家忘记了。

当年我们在重庆狮子山，修“护国息灾法会”时，两位师父有空了，我们就和他们聊天。当时一起聊天的还有戴季陶，他是国民党革命元老，跟随孙中山先生的，也皈依虚云老和尚和贡噶师父。有一天晚上谈话，我还记得，他们说全国的青年为了救国，那么响应，到处都有人参加青年军，天主教、基督教都有人去，可是没听说佛教界的青年和尚肯去参加。这个好像不大好意思吧！这位显明和尚就说了：“佛教没有人去，那我去。”所以显明和尚就去参加了青年军，那个时候青年军的总政治部主任是蒋经国，他就在总政治部做事，我们也这样分开了。

若干年以后，我已经在台湾讲课了。至于沈家桢在美国那

里两个大庙子,请一个和尚当方丈,不到一年,不合适走了;另请一个不久又走了,不晓得什么因缘不合,都分开了,所以很辛苦。据说沈家桢的太太很有钱,但很节省。人家告诉我,她节省到这么一张手巾纸,用湿了以后都不丢的,贴在窗子玻璃上,干了以后拿下来再用,她那么节省,那么有钱,那么会做善事。后来,我在台湾办十方书院讲课,有人告诉我,有个东北人雷宇霆居士,在外面讲经说法,讲得非常好。我说从前在大陆没有听过呀,你们查查看是什么人?后来有人说他认识我。我说我在大陆没有居士朋友叫雷宇霆啊,既然他说认识我,我去看他,或者他来看我就是了嘛。他说他不来看你,他怕你。我说为什么?他说怕你看不起他。我说哪有这回事,那我去看他吧。

结果有一天他来了。我一看,我说是你啊!你是显明嘛!当年是虚云老和尚的首座,帮忙大和尚的,等于教务长。我说我不晓得雷居士就是你啊,你怎么不来找我啊?他说我不敢,怕你骂我。我说你为国家牺牲,不当和尚,去当青年军,现在又出来弘法,我应该尊重你,为什么骂你?然后他告诉我,他住在阳明山,可是佛教界他不大来往,他想这些佛教界人士不会了解他,看不起他做了和尚又还俗当兵,实际上他是为了救国去的。他是天台宗的传人。

后来我说，我们俩是老朋友，你赶快到我这里教书。就请他来上课。我问他以后想做什么？他说，中国的佛教已经没有办法了，包括台湾也不行，我想走了。我说，你想到哪里去？他说，到泰国去，泰国佛教比较兴盛。我说，你还想做和尚吗？他说，当然啰！我现在是居士，穿这个普通衣服，到泰国我就恢复僧相。可是去泰国手续不好办，办了好几年也办不通。我说泰国有什么好玩，要么到美国！他说，美国想去啊，办不通啊。我说有办法。他有一个女徒弟很好，到现在都服侍他，他要去必须带她。你们一听，好像和尚带一个女人有问题，我从来不考虑这些。人家对他那么恭敬，年纪相差等于父亲带一个女儿，而且他身体也不好了，这个女的也不结婚，跟他学佛，多好一件事。我说两个人啊，我来办，马上把你们办出去，充其量花钱嘛！我就讲了一声，朋友们都来帮忙，就把他们办到美国去了，一直到现在还在庄严寺。

为什么介绍这一段？你看我讲话，乱七八糟转了一大圈，就是由这位胡松年居士引起的，他是庄严寺的常务委员。在纽约，他们华侨里头有很多都学佛。他昨天还提出来，有一批华侨都修准提法，很想我去给他们灌顶。现在答复你，我那么大的年纪，也不会再到美国去了。

把显明法师请回来，他也不干。他原来是说不敢回大陆，大陆认为他是国民党。我说哪有这个话！你是为救国牺牲自己啊！他说我在蒋经国那里政治部下面做政治教官。哎呀，我说我也是政治教官，你就不要考虑什么国民党、共产党问题了，还是回大陆吧，天台宗没有人了，你还不把天台宗传回去吗？他说，你去我就去。我说我一定回去的，所以我现在回来了，也想把他请回来。但是我心里真不敢，九十几岁的人了，把他请回来，我自己都老了，老人还照应老人，多痛苦啊！

现在这位胡居士，跟我通信多年，你看他那个样子，很规矩很老实的，常常提一些问题，文章也好，见解也好。他昨天说，那么多年的通信，积累起来有这么一本了，可以出一本书。他叫我看，看哪些该发表，哪些不该发表。我还没有时间看。他每年都回来看我，很多问题当面谈的。他最近的通信，就提到生死问题，因为看了密宗《西藏生死书》，还有老的一本《中阴救度密法》，讲到人死的时候，怎么超度帮助他们，这类的问题。这两种书现在外面有英文版，我们这里的人，不大留意国际知识的，现在在美国人研究生死问题、认知问题，都是这些引起的。

基督教认为人死了，最后受上帝的审判，佛教不是这个道理，中国人的观念也不是这样。灵魂是会转生的，原来西方文化

不承认，现在也改变了，比较普遍承认，而且在追寻了，还到东南亚缅甸、泰国、柬埔寨，以及中国西藏各地研究。像这类事例很多，有些孩子生出来就讲，我是某家的老头子，现在投生到你这里来。现在美国人也跟着追究，找到这个孩子，把他抱回上辈子的家。那个孩子就说了，我的东西放在哪里，结果都找得出来。看到那个老太太来，就说，她是我的老婆。老太太不承认，他对老太太耳朵边讲自己两夫妻床上的悄悄话，老太太哇，哭了，真是我的老公！



这种故事还拍成电影，有些不大准确，有些很准确。就是说现在的国际趋势如此，像美国人现在研究生命科学、认知科学，研究人的灵魂是不是有前生后世，三世的因果。换句话说，西方的文化，基督教文化，不相信三世因果，现在整个在转变，正在追寻这个问题，一定牵涉到密宗的《西藏生死书》，尤其密宗加了西藏两个字，很神秘。我们不说对或不对，只说这是个问题。

生死问题是佛教、道教、儒家早就研究过的问题，中国人几千年以来就相信有前生后世。人的灵魂，在佛学里头叫“中阴身”，也有翻译叫“中有身”，这是几千年前就有的学问。为什么叫中阴呢？我们死了，灵魂离开了这个身体，还没有转生另一个生命以前，中间存在的这一段，所以叫中阴身。

注意,严格地讲,我们现在活着,也是中有身,因为这不是我们毕竟的生命。这一点,在这里先加以说明。佛学讲生死,有分段生死、变易生死。我经常问,佛学的基础在哪里?“三世因果、六道轮回”是所有佛学的基础,这是个大科学。很多人根本就不懂得佛学,都在瞎扯!也不相信因果;而你们只粗浅地晓得因果报应,其实随时随地都是因果。没有因果关系,这个世界一切都不成立,法律、政治、经济、医药、建筑、饮食男女,统统都在因果关系中。

天主教、基督教、伊斯兰教也讲报应,做好事的人上天堂,做坏事的下地狱。那么,因果谁做主的?谁判案让你报应?佛教不承认有人审判你的罪,判你下地狱上天堂。为什么不承认?因为这是因果的道理,是个大科学,上天堂下地狱,六道轮回,三世果报,都是我们自主的。我们学佛,是要认识生命自主的东西,这个自主不是你现在想做主就做得到的,所以修行的重点在这里。

我一辈子研究哲学宗教,为什么重点在佛法呢?中国儒家、道家跟佛家一样,但是没有佛交代得清楚。佛已经修证悟道,知道我们一切众生、所有一切生命、整个的宇宙,有个总的共同生命,是不生也不灭的,永远不变的。这个在哲学上,中文翻译叫