

刘冬颖◎著

凡人眼中的《金刚经》

我爱红



0130 39358

B942.1
08

我 爱 经 主

凡人眼中的《金刚经》
著



北航

C1648304



中华书局

图书在版编目(CIP)数据

我爱红尘:凡人眼中的《金刚经》/刘冬颖著. —北京:中华书局,2013.2

ISBN 978 - 7 - 101 - 09186 - 1

I. 我… II. 刘… III. ①佛经②《金刚经》-研究 IV. B94

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 022161 号

书 名 我爱红尘——凡人眼中的《金刚经》

著 者 刘冬颖

责任编辑 陈 虎

出版发行 中华书局

(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)

<http://www.zhbc.com.cn>

E-mail:zhbc@zhbc.com.cn

印 刷 北京瑞古冠中印刷厂

版 次 2013 年 2 月北京第 1 版

2013 年 2 月北京第 1 次印刷

规 格 开本/889×1194 毫米 1/32

印张 7 $\frac{1}{8}$ 插页 10 字数 120 千字

印 数 1 - 10000 册

国际书号 ISBN 978 - 7 - 101 - 09186 - 1

定 价 29.00 元

自序：通往佛陀的个人道路

我是个喜欢功名的人，不希望遇见佛陀。

我爱红尘，为凡俗的点点滴滴喜悦——我是一个学者，为自己通过努力拼搏成为最年轻的教授、博导而喜悦；我是一个老师，为自己付出心血培养的学生取得成绩而喜悦；我是一个母亲，为陪伴孩子成长的每一个瞬间而喜悦；我是一个女人，我爱也爱我的男人在我脆弱和笨拙时会说：“你这个傻娘们儿！”我为他这深情的嗔骂而喜悦……

我爱红尘，我还有很多痴迷——我痴迷于时尚的潮流，为自己涂上今季最流行的裸色唇彩、穿当下最潮的桔红裙装而快意；我痴迷于ipad游戏的丰富，为用虚拟的枪炮攻下一个虚拟的堡垒而快意；我痴迷于用功读书之后的思想精进，古今中外的书一本本地读，文学、历史、哲学的学位挨个念，我为这提升与获得而快意；我痴迷于K歌，常常去KTV，从越剧的《十八相送》，到曲婉婷的《我的歌声里》，一首一首地唱，我

为自己的超级模仿秀而快意……

我这样的一个人，像我这样的你，以为自己一辈子也不会遇见佛陀。

可佛陀就在我们身边，总有一天你会遇见他，他就在我们人生的某一个转角处淡然微笑着，面对你。

我和佛陀的第一次相遇是在二〇〇三年，我在浙江大学做博士后的时候，与同学相约去逛杭州最繁华的仿古一条街——“河坊街”。街市上商贩如云、游人若蚁，正在我们品茶博士泡好的龙井、尝着地方小吃、享受物质繁华的嘈杂时刻，一缕音乐声，从市井深处飘来，温柔而坚决地俘虏了我。那唱词很简单，只有“噯、嘛、呢、叭、咪、吽”几个字反复地吟唱，没有表达任何具体的情感；那音乐的配器很单一，弹奏的只是朴素的旋律，没有昂扬与起伏。但这乐调就是那么轻易地俘虏了我，让我在嘈杂中一下静了。我凝神环视河坊街，看见这条曾经在宋朝、明朝、清朝繁华了几百年的街道依然繁华着，街道上熙熙攘攘的人群，依旧熙熙攘攘。我似乎一下穿越了，几百年的历史烟云，在我眼前电影般一幕幕浮现——束冠的明朝人走过了、留辫子的清朝人走过了、热血的五四青年走过了……不变的是河坊街，变的是一代代服饰不同的人。河坊街淡泊地繁华着，我们人类的纠结、欢喜和痛苦却没有改变。曾经的人们为什么哭和笑，今天的我们还在为什么哭和笑，一代一代永远看不破。我的眼泪倏然落下，当时心里蓦地涌起两

个字：慈悲。人生在世，无数烦恼之后，即是喜悦；无数喜悦之后，即是烦恼，匆忙的是过程，最后，告别。所有的一切，不过是逝水之上的落花，惟有心境可留。那么，何不慈悲？

慈悲吧。

我循着那柔细而单纯的音乐声走过去，找到一家卖音像的小店，正在放的是佛教音乐——泰国的佛教音乐。

我在那里站了很久很久，最终没有买那盘磁带。下了狠心的，转身走了。

因为，我是儒家弟子。

在我是一个小女孩的时候，家长就告诉我好好学习、天天向上，我又真的很爱读书，为读书和学习而快乐，所以常常考第一。我的理想是，做一个会思考、能写书的人。远大理想一旦树立，我就更加充满了前进的力量。不知道第一有什么好，更不知道自己为什么要第一，就是想第一。所以，书就一路读下来，硕士毕业了，觉得不够；博士毕业了，觉得不够；博士后出站了，觉得不够，还要再来一站博士后；还要读很多很多书，还要写很多很多论文。我最爱读的书是儒家书，我写的文章都是关涉儒家经典。我的偶像是孔子，我的座右铭的“天行健，君子以自强不息”。宗教与我无关，因为“子不语怪、力、乱、神”，我的偶像孔子远离宗教，我也就远离！孔子崇尚的，是踏实于现实世，努力付出。我敬慕孔子，所以，在我于闹市之中为那温柔宽宏的佛教音乐感动落泪的时刻，我选择的依然是

放弃。我要做一个儒家意义上，也是中国传统意义上圆满的人。那一年，我三十岁。

今年，我迈进了四十岁。子曰：“四十而不惑。”我不知道“子”在四十岁那一年，是否真正做到了“不惑”，我却很惑很惑……

为什么还是面对那个人，爱情会变淡，甚至消失，只留下恩情？为什么人生不公平，我的大学室友还没来得及恋爱，毕业不到一年，就因为白血病离开了人世？为什么我的学生刚刚大学一年级，就被超载的拉煤大货车带走了年轻的生命？为什么有的人没有付出什么努力，因为好爹好妈好老公就能得到名利？为什么每一个人都要在病痛中离开人世？为什么为人真诚热忱，还会被人误会和攻击？

我爱红尘，但红尘也让我纠结。

我的纠结，五四新文化运动的先驱、著名艺术家、教育家李叔同也有过。所以，这位俗世的翩翩佳公子，在一个微雨的日子，抛下了红尘，只携肉身，来到了杭州虎跑定慧寺，向佛陀求解。他似乎是找到了答案，从此心灵空明又完满，终成一代佛学大师——弘一法师。

我能为人生的种种谜题找到答案吗？

读过儒家、道家、法家还有西方哲学家的一系列著作后，我决定看看《金刚经》这部佛教的重要典籍，想看看我能不能因《金刚经》，释怀于红尘中的种种烦恼与痴迷，继而，更爱

红尘。

我的朋友是一家杂志社的社长，文学博士，笃信佛教。他在图书馆遇见我借《金刚经》，很好奇。他知道我是一个用功又执着的儒家弟子，一个从头到脚、从配饰到皮包，都要臭美到极至才甘心的女人，所以很奇怪，问：“冬颖，你最近生活是不是有变动了？没事吧？”

我说：“只为解惑。想写一本书，从凡人的视角解读《金刚经》，想看看我这样一个爱红尘、沉迷俗世的人，会不会因为这本书解开心结。更想知道，神圣又神秘的《金刚经》，会不会与非宗教人士结缘？”

他沉吟，再问：“你看过《金刚经》吗？”

我答：“没看过。但是我现在看了，就看过了。”

他没有再说，是佛教的宽容、慈悲让他没有再说吧？

世人总以为学佛，是人生失意，看破红尘，其实不然。佛，又作佛陀等字眼，是印度梵文的音译，译为汉语就是“觉者”，现代白话是“觉悟了的人”。觉悟了的人就是佛，可见学佛不是迷信，而是沉溺于红尘之后的超越，让人们真正明白宇宙人生的真理，从而觉悟，成为自己的主人。

我会因为《金刚经》觉悟吗？

我想真实地写下爱打扮的我、每天陪孩子写作业的我、儒家弟子的我、学者的我、爱红尘的我，第一次读《金刚经》这部佛教经典的最真感受，包括我的心动、我的迷惑。希望有缘

的你，因为我的文字，能有一时的体悟，在这个纷繁嘈杂的浮世上获得片刻宁静。果如此，我即足矣！

我爱红尘，所以想读《金刚经》，想看看这红尘会不会因之更美！

目 录

001·自序：通往佛陀的个人道路

001·拈花对谁笑

006·佛祖眼中的时间

011·吃饭的般若

017·打坐的妙处

023·佛祖是个好老师

027·须菩提的提问

032·你我都画皮

037·有情菩萨

042·三千大千世界

048·弹指一挥间

053·你的心是什么心

058·背起你的金刚剑

064·灭生死

069·幸福的秘密：布施

074·一沙一世界

- 079·要八戒更要悟空
- 084·“色·戒”中间那一点
- 089·你不必太执着
- 094·如来即如去
- 100·当头一棒
- 104·缘定三生
- 110·病痛是人生的良药
- 115·须菩提的眼泪
- 121·佛祖什么都没说
- 125·你敢骂佛祖吗
- 130·点燃心中之灯
- 135·平常心看世事
- 140·加减人生
- 144·应无所住而生其心
- 150·渐修与顿悟，哪个更好
- 156·烧掉《金刚经》吧
- 161·求佛即求己
- 166·附：《金刚经》注译

拈花对谁笑

我爱的红尘，是佛教要看破的红尘。爱红尘与破红尘，是矛盾的。那学佛就要放弃红尘吗？

红尘太美，洞房花烛、金榜题名、美人如玉、稚子奶香、知己情重，还有扬名声、显父母的名利，都是美好、诱人的，如何看破？

在悟道成佛之前，释迦牟尼也曾被红尘深深困扰。据说，释迦牟尼佛于公元前七世纪（也有说是公元前十世纪），出生在古印度迦毗罗卫国王宫，是一个王子，名叫乔达摩·悉达多。悉达多太子少年时代，接受婆罗门教的传统教育，兼习兵法与武艺，是骑射、击剑能手。十六岁时，他和表妹耶输陀罗结婚，生下了一个儿子。这一时期，悉达多太子过着奢华而舒适的生活，万千宠爱集于一身。尽管贵为王子，悉达多太子却淡泊富贵，深沉地思考人生。有一次，他坐在树下看农夫在农田里干活，只见农夫们汗水淋漓，埋头苦干，一面鞭打耕牛，一面用

锄头翻土。当小虫从泥土里出现时，立刻遭到小鸟的突击，而小鸟又被凶猛的大鸟捉去吃掉。从这一场景中，悉达多太子体会到了世间每一个人都难以逃脱的环环相扣的痛苦。他还曾驾车出游，从城市东门出去，途中碰见一位老人，始知人会衰老，让悉达多太子的心情十分沮丧，再也没有兴致去玩，只好闷闷回到宫里。之后，他从南门出去，遇见了一个病人；从西门出去，又遇见有人死亡。悉达多太子亲眼看到这些清瘦、衰老、死亡的凄惨现象，非常感伤和苦恼。这让他明白，无论是谁，无论贫富，都无法摆脱生老病死的最终命运。最后，悉达多太子在城北门外，遇见一位出家修道的沙门，从沙门那里听说出家可以解脱生老病死之痛，便萌发了出家修道的想法。

一天夜里，悉达多太子在王宫中，无意间看到了熟睡的宫女们，有的鼾声大作，有的口流涎沫，让他觉得爱欲可厌，这促使他下决心放弃富贵。他不顾父王的多次劝阻，毅然离开妻、儿，舍弃王族生活，出家修道。悉达多太子坚信，世界上应该存在一种永恒的东西，不会因为死亡而消失。为了消解红尘烦恼，他立志要找到一个永远解脱痛苦的方法，不仅为自己，也为芸芸众生。

菩提树下，悉达多太子顿悟成佛，释怀于红尘。又经过多年的修行，悉达多成了佛祖。佛祖把自己去除“心魔”的经验总结出来，传于众人，这就是《金刚经》的缘起。

《金刚经》，全称《金刚般若波罗蜜经》。

何谓金刚？般若？波罗蜜？经？

金刚：指金刚石，它最坚固，也最锐利；它最明净，也最璀璨。以金刚的属性来比喻佛经所讲的道理锐利、坚固、明净，能斩断一切烦恼。

般若：是梵语音译，因为没有适当的中国词汇可以翻译它，就翻译了它的读音。它的含义接近于“智慧”，但又是比世间智慧高深得多的一种智慧——能了解生命的本源、本性，悟道成佛。如果一定要翻译这个词的话，就是“妙智慧”。

波罗蜜：亦为梵语，译为“到彼岸”。人生的河流，就是烦恼的河流，包括贪嗔痴、爱恨愁等各式各样的波浪。修行就如乘船，从凡夫红尘的此岸，渡到清净的彼岸。

经：中国的古汉语中也有这个词。梵语和汉语“经”字的本义，都是穿书所用的线。中国早期的书是写在竹简上的，印度早期的书是写在棕榈叶上的，“经”就是穿竹简和棕榈叶的绳子，引申为讲人生道理的典籍。在这里，也比喻修行的一条路径。

心是孕育快乐的母体，也是产生一切烦恼的根源。心出了问题，无边的痛苦，就会接踵而来。《金刚般若波罗蜜经》，就是用金刚（佛心）这个法宝降伏心魔，断除红尘中的所有烦恼，度到清净空明的彼岸。用现代的话说，《金刚经》就是直接针对人类烦恼、欲望的“心灵鸡汤”。

凡人感官上的红尘，是一个花花世界，功名、爱情、美貌、

子女等等，都是人生的一出出戏，凡人太执迷于这精彩的演出，会惹来无尽的烦恼。

佛祖眼中的红尘，不仅仅是烦恼，还是成佛的必经修行路。佛教讲究“看破红尘”，但并不是“深山古刹，古卷青灯”地远离现实世界，而是从红尘中来，到红尘中去。如果离开红尘去修行佛法，那就无所谓“看破”与“看不破”了。

修行的路径，其实就是历红尘。从这个角度讲，《金刚经》就是佛祖留给众生的红尘修行宝典。那么，怎样读《金刚经》这本经典，才能明了佛祖普度众生的慈悲呢？佛祖给我们指出了一条道路：

一天，在灵山法会上，大梵天王以美丽的金色波罗花献佛，请佛祖说法。可是，佛祖却一言不发，只是用手拈金色波罗花遍示与会者，从容不迫，意态安详。弟子们谁也不懂老师这个动作是什么意思。

佛祖有个大弟子，叫迦叶。迦叶看见佛祖拈花，忽然“破颜微笑”。宗教法会，戒律极严。可就在这鸦雀无声中，迦叶尊者竟然“破颜微笑”，尽管不是开怀大笑，只是微笑，也是大大出乎常规的。奇怪的是，佛祖见迦叶微笑，竟将金色波罗花交给迦叶，并用“以心印心”之法，传给了他无上的法门。

佛祖在大庭广众之下一言不发，其中的奥妙究竟何在？

佛祖所传示的，正是一种无言的心态。这种心态，纯净无染，无欲无贪，坦然自得。迦叶与佛祖在灵山会上心心相印，没

有任何语言，只是一个浅浅的微笑，但一切尽在不言中，此时无声胜有声！

意会比言传更能领悟佛法的本质，正如《高山》、《流水》之曲虽妙，没有知音，也只是犹如弹棉花般的声响。读《金刚经》，“拈花微笑”的心态最重要。佛祖以智慧凝结成的《金刚经》，就是那一朵金色菠萝花，不能把这美丽的花一瓣瓣撕下来去研究，而是要珍贵地把它拿在手中，用你的心去感知它、欣赏它、品读它，让它的美映照在你心中。

现代人，心为身囚，常被科技、食色和沉浮所累，如果我们能以《金刚经》的空妙智慧，来处理世间的种种烦恼，观看自己的内心，那么，烦恼也会变成菩萨，帮你修成正果。

沿着佛陀慈悲的眼光来看红尘，用迦叶尊者的心态来读《金刚经》，你就会走向佛陀。

所以，佛祖拈花，不妨多情？！

以为那一朵花正是佛祖要赠与你的。

你读《金刚经》的那一刻，正是佛祖拈花对你的那一刻，你会不会微笑呢？

佛祖眼中的时间

所有的佛经，为了表明自己是得之于释迦牟尼的真佛法，都会用“如是我闻”四个字在开头注明，这部佛经是佛祖在何时何地对自己所讲，相当于《论语》中的“子曰”。佛经开头这段关于时间、地点和人物的交待，佛教称之为“证信”。

《金刚经》的证信是这样写的：

一时，佛在舍卫国祇树给孤独园，与大比丘众千二百五十人俱。

“一时”翻译过来就是“一天”，究竟是哪一天呢？

我翻看了从古到今的《金刚经》注解，都没有一个准确的答案。

是佛祖糊涂，还是记录佛祖言行的弟子糊涂，忘了记录这本佛经产生的具体时间？