

南懷瑾 讲述



人生的起点和终站

上海人民出版社

卢懷琦 讲述

人生的起点和终点

上海人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人生的起点和终点/南怀瑾讲述. —上海: 上海人民出版社, 2008

ISBN 978 - 7 - 208 - 07787 - 4

I. 人... II. 南... III. 人生哲学—文集 IV. B821 - 53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 033668 号

总 策 划 李伟国 张耀伟

责任编辑 杨柏伟

装帧设计 姜 明

美术编辑 杨德鸿

技术编辑 伍贻晴

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

上海新华印刷有限公司印刷

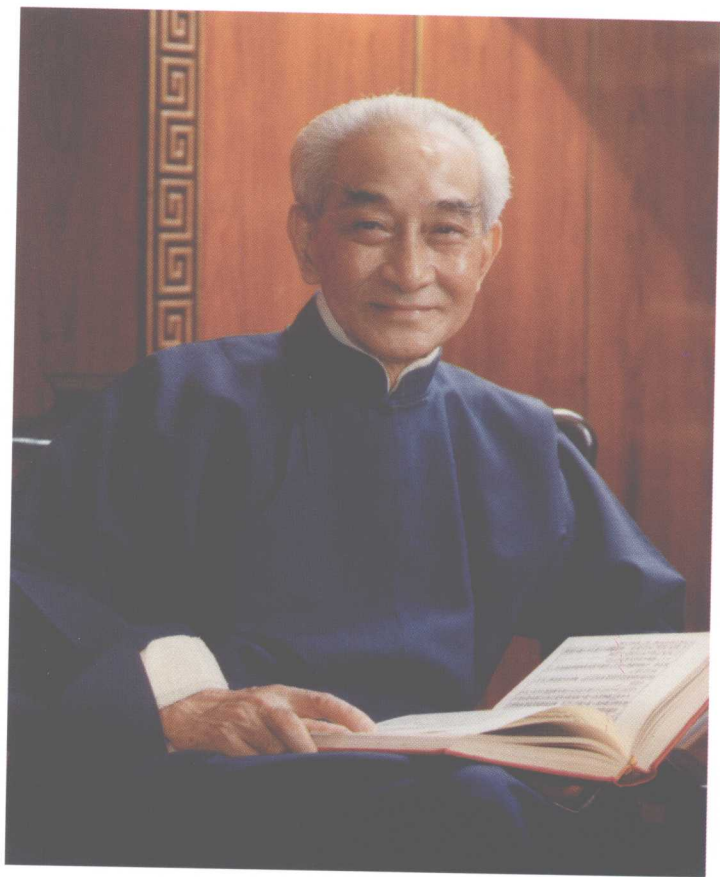
开本 890 × 1240 1/32 印张 4.25 插页 3 字数 73,000

2008 年 4 月第 1 版 2008 年 4 月第 1 次印刷

印数 1 - 50,000

ISBN 978 - 7 - 208 - 07787 - 4/B · 643

定价 12.00 元



尚懷璋

出版说明

南怀瑾先生一九一八年出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

台北老古文化繁体字版《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，南师常语词严苛，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、十五日两天，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。内容提要则为编者所加。

刘雨虹 记

二〇〇七年元月 庙港

目 录

出版说明……1

台北老古文化繁体字版《出版说明》……1

第一讲……1

纽约的寺庙

东密 藏密 苯教

从军的和尚——显明法师

前生后世的问题

因果的科学性

变易生死 分段生死

我们都是化身

什么是悟道成佛

变与不变

道理分四种

第二讲……20

寿终正寝

时代人们的寿终

无疾而终的人

唯物加唯心的生命

死前的四大变化

轮回的预现状况

五种无心地

第三讲……36

火化的问题

墓地风水说的流行

各种不同的安葬

风与暖寿识的关系

你老了没有

四大的分化

念佛怎么念

念速有多快

中阴身生起后的光明

如梦如幻又有神通

由习气看轮回

第四讲……61

濒死与闷绝

离魂的少女

梦游的人

修道为什么会有神通

独影境 阴神 阳神

王阳明的故事

第五讲……76

魂与魄

中阴境界的行阴和想阴

中阴境界的多生业识现象

三个梦

十二因缘到底是什么

等流和异熟的生命

禅宗 密宗 性宗

破山海明的故事

三合一——名色

十个一切入

第六讲……108

人生十二苦

向不苦努力

法界在哪里

如何成胎

习气的转动

胎中的成长变化

胎儿的境界

自杀的果报

入胎 住胎 出胎 都不迷

天人的境界

风大观转化四大

第一讲

内容提要

纽约的寺庙

东密 藏密 苯教

从军的和尚——显明法師

前生后世的问题

因果的科学性

变易生死 分段生死

我们都是化身

什么是悟道成佛

变与不变

道理分四种

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