

盛放莲花

一西◎著
历代佛像撷珍



文物出版社



谨以此书献给席时俊先生

目 录

写在前面的话...6

一 佛陀——人间的觉者...8

二 觉悟——智慧的解脱...12

1. 觉察世界的真相——苦、集、灭、道...14
2. 开示智慧的解脱——戒、定、慧...18
3. 千里之行的功课——信、解、愿、行...22
4. 破译生命的密码——轮回和因果...26

三 三世佛与十方诸佛——一佛即一切佛...32

四 佛教——西藏文明之灯...34

1. 汉藏联姻——文明交汇的电光火石...36
2. 莲花生——西藏的佛陀...38
3. 藏传佛教——兼容并蓄的高原智慧...40
4. 宁玛派——西藏智慧之钥...42
5. 噶当派——藏传佛教的基石...43
6. 噶举派——白衣大师们的大手印...44
7. 萨迦派——白色土地上的格桑花...46
8. 觉囊派——来自香巴拉净土的妙法...48
9. 格鲁派——伟大宗喀巴历史性的集结...49

五 朝圣路上的顿悟之美...50

1. 解脱与援助——佛像表征的精神救赎...50

2. 自然与崇高——佛像美学的时空迁流...51

①犍陀罗造像的主要面貌

②斯瓦特造像的主要面貌

③克什米尔造像的主要面貌

④帕拉王朝造像的主要面貌

⑤尼泊尔造像的主要面貌

⑥西藏前弘期（吐蕃王朝）造像的主要面貌

⑦西藏佛教后弘期造像的主要面貌

⑧明代造像的主要面貌

⑨清代造像的主要面貌

3. 发现与感悟——佛像收藏的艺术行为...59

①精美指数

②珍稀指数

4. 恭敬与学习——在美的感受中修正标准...60

鉴赏...62-257

《盛放莲花》读后...258

写在前面的话

家族缘由，十一岁前生长在北京的黄寺。该寺是清顺治九年（1625）朝廷为五世达赖所建的驻锡之地。乾隆四十七年（1782），高宗为缅怀六世班禅巴丹益喜敕命建造汉白玉衣冠宝塔，又称“清净化域塔”。塔高十五米，塔顶为铜鎏金耳冠式塔幢，塔身雕塑佛、菩萨及佛教传承故事。

每至薄暮，最后一抹斜阳投射塔身，佛和菩萨的身躯在明暗光影的移动之中，显灵似地映现一道炫目的光芒，塔身上每一尊雕像的安详面庞一瞬间异常生动，这一情景排它地成为童年唯一的记忆。

第一次看到磕长头，也在塔下。

一位高高胖胖的人，面含微笑，步履沉缓地从大殿登上塔中央的高台。他围着塔身五体仆伏地磕拜。懵懵懂懂的我，惊异他每一次仆身拜下，整个身躯充满了劲气，其势之强似要洞破一道道铁壁般的屏障，而叩首起身的刹那，又似将周遭的一切纳入胸怀。

寺内静谧，偶有鸟儿吱呀。仰端高塔，我总在想，塔里有什么？忍不住生出一个幻想，里面是一座宝藏。

不久，我知道磕头的人叫班禅。他在一次次的磕拜中，坚定着心中的信仰，澄然胸怀地渐修成佛之道。我时常做着同一个梦：大殿、高台、白塔以及苔痕斑驳的石阶上，漂浮游动着奇异面相，或怒目而视，或笑口大开，然我游戏其间，却也相安。

这个梦一直持续。八十年代的一个秋天，班禅大师筹办高级藏语系佛学院，我和家人离开黄寺，远赴西藏，梦与幻想，渐而淡逝。

过了许多年，我依稀记得那个秋天。当乘坐苏图—154飞机降落贡嘎机场打开舱门的一瞬，风陡然扑入，清冽而寒，奇异的是，少年的我，忽有一种微熏的醉意。

湛蓝的天，悠然闲浮的白云与巍峨雪峰，摩然相接，阳光下映出寒刃般的光芒。树叶金黄，遥遥与布达拉宫金顶相交叠。灌木丛在寺院高岸的围墙背衬下，殷红地呈现一种灌入符咒的倔强。眺过峰脊涧畔，五彩经幡随风飘抖，景色性地标显着雪域民族敬畏与挚爱万物的信仰。大自然无常变幻，以一种几乎不可征服的残酷力量，强大、神秘而深入地攫住人心，在对于现实环境的逆顺选择中，佛教孕育和发展落定为一种必然。但是，在佛光普照的高原，每一位信民内心都有着一朵盛放的莲花，才使不失乐观地歌唱舞蹈，洋溢着高原上欢快的音符。

《盛放莲花》的成书，历经磨难，最终已成信念。

1999年，我和摄影家张超音先生，在时任自治区文化厅厅长多吉措姆女士的大力支持下，得到拍摄藏区各大寺院文物的许可，进驻代表藏传佛教精神归属的圣殿—布达拉宫。我屏住呼吸，双手捧出一件又一件庄严的圣物，在这梦寐萦怀的一刻，我悄然跪下，膜拜于莲花宝座之前。

翌年，基本预设目标的资料收集和图片拍摄，将之一一展铺案前，自知才疏学浅，求请藏学专家艾米·海勒博士（Dr.Amy Heller）执笔撰稿。博士阅后图片，欣然应允。但是在泰国制图时，得知好友瑞士佛教艺术专家施罗德先生（Mr.Ulrich Von Schroder），历时八年收集的佛教艺术画册已近付梓，于是，打消了在国外出版计划的初衷，并一搁即数年。

2003年，我和挚友席时俊先生重新归拾素材，欲速成篇。席先生夜不暇寐，以殷切之心，呕心沥血地完成《盛放莲花》的框架文字的撰写和图版编序。2006年6月，意外降临，37岁的席先生走入天国。这是我一生中真切地感受一种难以平复的剧痛。《盛放莲花》平静地躺在席先生曾经昼夜相对的书案上。整整三年，我非常惶惑，究竟将之出版亦或如此原状陈放，可以堪为一种对逝者的纪念。

《盛放莲花》的面世，感谢熊文彬博士的鼓励，并担当起文字校对的繁重工作，由此，搁置三年的《盛放莲花》终于成书。感谢奎活佛和嘎旺活佛不辞辛苦，屡抵北京校对经咒。感谢布达拉宫管理处的强巴格桑先生，琼达先生以及巴顿先生为此书的拍摄提供周详的帮助。感谢我的老师王春元先生，从始至终所做的悉心辅导。感谢翰海温桂华女士，勾惠贤女士对我一贯的支持与帮助。

布达拉宫内，香烟袅袅，诵经朗朗，有形与有声的虔诚，本质地实化着无情与无为的虚空。释迦牟尼高坐盛放莲花之上，抿唇微笑，指拈一花，点化芸芸信众除尽杂芜蔓草，让莲花盛放。

一西

2009年9月10日 于鑾若轩

一 | 佛陀——人间的觉者

公元前六世纪，诞生了三位创立人类信仰的圣哲，老子、孔子和释迦牟尼。老子不知所终，孔子于公元前478年辞世，十年之后，释迦牟尼寿终正寝。三人各留下一脉真传，即道家、儒家和佛家。又过了数百年，儒家独尊庙堂，道家高隐江湖，佛家仅仅是闯入汉朝皇帝梦中的一尊模糊的金身。迨入六朝，儒道释三家随帝王之兴好，轮转盛衰，直延清代。而今，儒道二家已日渐式微，唯佛教一门，莲花盛放，香火鼎盛。

佛教非中国原生宗教，在中国帝王体系史学文化中，自然少乏关于佛的源起表述。释迦牟尼最初在天竺国温迪亚山脉的寂寞山中，向五位追随者传讲教义。大约东汉年间，佛教徒越过喜马拉雅山谷，进入中国。佛教初传中土，先后出现“佛陀”、“浮陀”、“浮屠”、“浮图”等不同表记释迦牟尼的称谓，他们皆为梵语“Buddha”一词的音译，意思是“觉悟的人”或“智慧的人”。之后，汉语逐渐通称“佛”。

佛在恒河流域度过他最后四十五年，每日吃饭穿衣，出门迎风淋雨，谦恭、温柔地对待所有人。后人在寺庙供奉的金身和香火，是感念佛启司蒙昧，洞察因果，不论尊卑地引导众生的慈悲。

佛本出自人间，并非天降。

佛对众生说：我所具备的，你们本身都有；我能做到的，你们都能做到。

佛，是智慧而慈悲的人。

释迦牟尼，释迦为印度族氏之名，牟尼意为明珠，因开创佛教被后人尊为佛祖。他本名乔达摩·悉达多，原是位英俊健美的王子，公元前563年生于今天尼泊尔南部——当时古印度伽毗罗卫国。推算下来，他比中国古代圣人孔子大十二岁。

王子幼年丧母，父亲净饭王和姨妈百般疼爱，精心抚养。后聘来名师，教他习得文韬武略。十六岁他便住进父王依寒、暑、温三时专为他建的豪华宫殿，里面珍玩美饌，妻妾成群。王子沉溺其中纵情恣乐，十三年足不出宫。

终于玩倦了，王子想出城。于是宝马开道，香车浩荡，沿途净扫，鲜花铺地。然而透过美人的手臂和卫士的盔甲，王子还是看到了卧在路边未及驱散的病人和扶杖欲跌的老者，看到远处匆匆运走准备发丧的亡人。

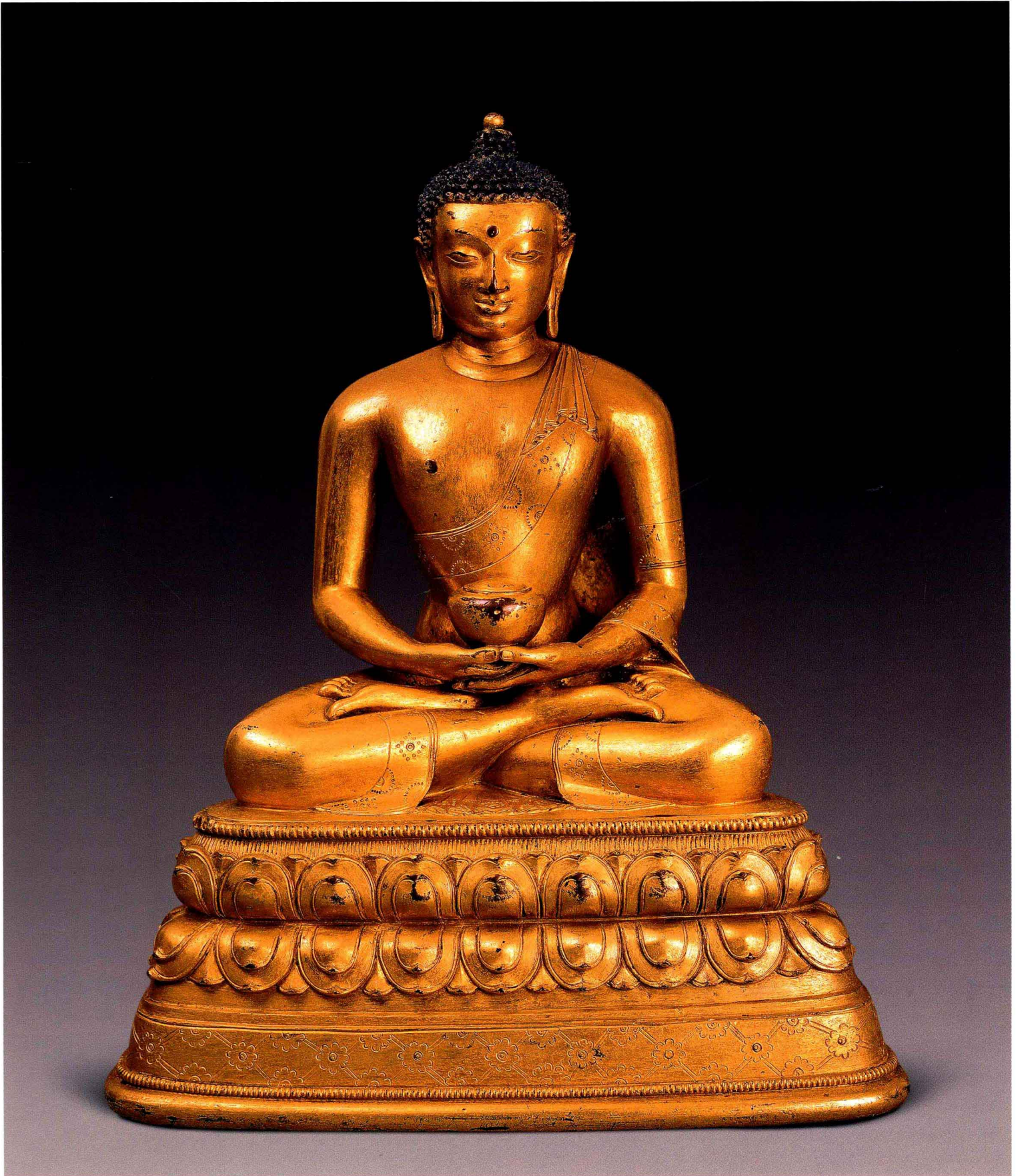
浮华云散，天清月朗。王子的双眼被真相刺痛了。

他忽然悟到，身边种种美好，终究敌不过病、老、死的自然规律。贵为王子，富甲天下，也不过浮云一游，与众生一样，终会在疾病中卸妆，在衰老中退场，在死亡里消陨。



造像名称：阿弥佉佛
Amitabha
铸造年代：十八世纪
18th Century
造像尺寸：11.30cm
出品地区：蒙古
Mongolia
造像材质：铜鎏金

私人收藏
2005年3月纽约Rossi&Rossi展
2005年7月伦敦Rossi&Rossi展



震惊之余，他又不甘。他不甘自己也要遵循这条悲惨的轨迹一步步老去，然后在疾病的哀号里匍伏着告别世界，更不信人类心智凝结的精神会被时间的锁链一路拖曳到寿命的终点，然后与身体一起化为乌有。他的聪慧和直觉告诉他，在被时空禁锢的这个世界之外，一族真谛之火正熊熊燃烧，取得这个火种，将能点亮生命和宇宙的真相。

这时的印度，已有不少人为了冲破生命的藩篱，在世俗生活之外修行摸索。他们偶尔经过人群，对于人生所表现的独到见解和超然的气质，深深吸引了王子。

因为一颗探究的心，和这次深刻的觉醒，王子在他二十九岁的一个深夜，披着漫天星斗，悄然出城。在树林边，王子脱下华服，剃尽须发，走进山野。在品尽了生命盛宴的甘美之后，王子拿起木钵，加入了修行者的行列，以乔达摩比丘的名义，一边乞食，一边苦修，向着蒙昧之上的真理之光，坚定地走出了探索的脚步。

伤心的净饭王苦劝未果，挥泪而去，临别他将一身布衣的儿子托付给了身边五位亲信。从此他们对这位出家王子不离不弃，日夜看护。因为忠诚和感动，最终竟也剃发修行，陪伴乔达摩风餐露宿，一生再也没有重回皇宫。

乔达摩开始跟随印度两位最著名的婆罗门僧人学习数论和瑜伽，在完成了戒律和禅定的功课之后，依然不能获得彻底的觉悟。于是他来到河边，像那些意志超拔、探索根本的修炼者一样，在苦修林里开始了长达六年坚苦卓绝的终极苦行。他穿树皮，拔须发，卧荆棘，并开始禁食，从日食一谷一麦，直至七日一餐。乔达摩力图在对自我严酷的拷问之下，让精神能识破物质包裹的表相，在斩断身心依存的积习之后，他急切地想看到，在那片朦胧的光芒之上，究竟是一派什么样的自在气象。

六年下来，乔达摩不洗污垢，形同枯木。在气若游丝的坚持里，他恍惚中听到弹琴的船夫教导女儿：弦太紧易裂，太松易垮，须恰到好处，方成妙音。



造像名称：释迦牟尼 Buddha Sakyamuni
铸造年代：十一世纪 11th Century
造像尺寸：H.29.8cm
出品地区：尼泊尔 Nepal
造像材质：红珊瑚鎏金、冷金、彩绘

布达拉宫 藏

轻舟一划而过，乔达摩却如闻春雷。他忽然对一直以来视若仇敌、极力降伏的身心有了新的体悟。他颤抖地站起来，走到河边，细细洗涤。一身尘泥，随波而去。在经历了挑战生命极限的思考和修炼之后，乔达摩浸在水中，心里渐渐升起了对身心内外这个物质世界的全新认识，在极度的苦修之后，他忽然领悟到了一种超脱的和解。

岸边路过善良的牧羊女，她给这个瘦骨嶙峋的人递上一钵羊奶，乔达摩不假思索，一饮而尽。五位一直陪在身边苦修的伙伴目睹之后，震惊而不解。他们一路走来也已获得相当证悟，乔达摩的这一举动让他们深感失望：他们认为这位布衣王子终于熬不过生理的欲望，在最后一刻心念退转了。

于是，他们起身，默默走向丛林深处。为了成全一直以来共同的信念和坚持，他们宁愿放下当初忠诚的诺言，暂别王子，继续在苦修之路上向真理进发。



造像名称：女神 Goddess
铸造年代：十世纪 10th Century
造像尺寸：H.13.7cm
出品地区：西藏西部 Western Tibet, China
造像材质：黄琉璃玛、冷金、彩绘
布达拉宫 藏

乔达摩目送离去的同伴，走出尼连禅那河，他知道苦修下去终也无法触到大自然的解脱智慧。他怀着新的体悟和禅机，在一棵菩提树下铺满吉祥草，然后面向东方，进入禅定。他发誓，如果这次还不能探知宇宙根本、寻得生死究竟的真相，为一起苦修的同伴解脱出一个大自然的圆满智慧，宁可化作尘土，绝不起身。

这是一次连续七天七夜的苦思冥想。乔达摩以清澈的心念，融会贯通所有修行的心得和证悟，战胜了来自心魔外道的重重阻碍，对人类心智的疆界进行了一次历史性的探寻和思考。在一路挣脱了自我的束服，不断升华了对生命核心的认识之后，乔达摩终于冲破了视力与听觉的身体限制，继而又超越了时间和空间的物理定位。这是一场惊天动地的智慧爆发，在乔达摩的心识里，建立起一个无限广大的时空坐标，他于一瞬间洞悉了过去，也看清了未来。

宇宙与生死，原来就是缘起性空、因果相续的循环体系。宇宙万物都是由持续变化的一系列短暂状态所组成，这些状态互为条件，彼此依存。如同那只盛满羊奶的钵碗，当它从手中跌落，在脚边碎成残片时，“碗”消失了，但是构成碗的物质却没有丝毫改变。万物的本质都是没有固定实体的，作为条件的“因发生改变，作为实体的果”就会迁流转换。黏土烧制成钵碗，而后又碎裂成陶土，之后辗转化成砂泥。沧海桑田，岁月消溶，没有一种物质实体能够永恒穿越时空，这也是空色、色空的道理。



造像名称：释迦牟尼 Buddha Sakyamuni
铸造年代：九至十世纪 9th-10th Century
造像尺寸：H.15cm
出品地区：尼泊尔 Nepal
造像材质：紫琉璃玛、冷金、彩绘

布达拉宫 藏

现代科技已经证实，一切物质都是由运动着的分子、原子、粒子，甚至更小的元素构成，这些元素，通过不同的排列方式，就构成了千差万别的宇宙万物。这种渐进式的科学发现已经让我们知道物质结构的不可穷尽，知道运动是永恒的，静止是相对的。这种内在结构的不稳定性，也决定了没有任何事物可以永恒存在，都要因循产生、发展、衰落和消亡的必然轨迹。

而生死也是彼此依存，相互轮回的。死不是终结，而是另一个生的开始。大多数人们受制于自我对生命的有限体验，坚持以眼见为实，从自我短浅的感知出发，认识世界万物。他们不能察觉自身潜埋的智慧宝藏，不能体悟内在含苞的光明种子，在纷扰的欲念里执著流连，造作因果。于是我们才会不同层面、不同环节的生命状态里被业力牵引，得失悲喜，历经无常。

三十五岁的乔达摩在智慧的悟道中参破了真相，并从持续的禅修中发现了解脱之道。他第一件事就是找回离去的五位同伴，耐心说法，直至为他们剃度。此后的四十九年间，他席不暇暖，四处奔走传道，法轮常转于凡尘。在破除了印度固若坚冰的种姓制度，无论国王还是凡夫，他都能平等相待。他平息争战，力主团结，将清凉的慈悲与智慧的火种普济恒河两岸，被世人称为释迦牟尼，而皈依他的信徒则尊称他为大觉世尊。

二 | 觉悟——智慧的解脱

释迦牟尼在八十岁时倒在了传教路上。因为饮食失调导致宿疾并发，在赶往一个布道地点的途中体力不支，卧倒在绿叶茂密的娑罗树林中，在这里缓缓解开了他与肉体生命维系的最后一粒纽扣，缓缓拉下了他在这个娑婆世界行走一生传奇经历的帷幕。在这个生命轮次里，他以释迦牟尼的名义，在天地之间架起了一面辉耀千秋的智慧之镜，使人们可以在对照之下，检视内心的迷茫和感悟，重新定义自我的坐标。即便在涅槃之前，释迦牟尼仍然靠在两树之间，坚持为年轻的须跋陀罗做最后的剃度。他希望更多的人能听闻佛法，成为觉者：觉察世界的真相，觉悟智慧的解脱。



造像名称：释迦牟尼 Buddha Sakyamuni
铸造年代：十四世纪 14th Century
造像尺寸：H.56cm
出品地区：西藏中部 Central Tibet, China
造像材质：铜鎏金、宝石镶嵌

私人收藏

(右页图)
造像名称：释迦牟尼 Buddha Sakyamuni
铸造年代：十四世纪 14th Century
造像尺寸：H.93cm
出品地区：西藏 Tibet, China
造像材质：铜鎏金

私人收藏



1. 觉察世界的真相——苦、集、灭、道

这双手曾触握过国王的权柄，把玩过传世的珍宝，托扶过美人的笑嫣。如今释迦牟尼右手触地，左手持钵，同样用这双手做出一个特殊的手势，启发人类去了解短暂的生命历程里遭遇的那些懵懂的困惑：我们这些身体结构相同的众生，将会各自经历怎样的一生？

相传释迦牟尼于开悟的前夜，在菩提树下做最后的禅定，有魔王率领千军万马奔腾而来进行阻扰，释迦牟尼岿然不动，伸出右手，指间轻轻触地，瞬间山河震动，大地开裂，魔军立时被降伏。这就是著名降魔印的来历，也成为后来人们为佛祖造像时特别表现的标志性法印之一。

意志的脆弱、内心的恐惧和身体的欲望，常常令我们面对外部世界的挑战力不从心。因为没有征服自己，我们一路走来，在患得患失中步履维艰。释迦牟尼右手触地，所显示的强大力量源于他探知了命运的变迁历程。发现了生存的根本意义，从而开启了内心的光明之门，释放出生命全部的潜能。释迦牟尼用坚苦卓绝的前半生征服了自己，然后用他点燃智慧的后半生征服了世界。

左手的钵碗是释迦牟尼离开王宫之后的乞讨用具，它代表了一种当舍的智慧和放弃的勇气。从王子到乞士，从坐拥天下到一无所有，释迦牟尼褪去了生命所有华丽的外衣，进行了一场逆流而上的思考和寻本溯源的探讨。当心灵不再为外物的纷扰牵动挂碍时，就会转向内省，去触摸生命体验的核心和本质。因此，他放下执著，捧起钵碗，在乞讨中学习谦卑和感恩。在至简至朴的生活形态里，终于还原了自我世界的本真面目，并生出了对大千宇宙和个体生命迥然不同的独特见解：

原来一切形态的世间生活和人生过程都蕴含着“苦”的本质；所有痛苦的原因都是由人内心的贪欲、嗔恨和愚痴引发；只有超离这份痛苦才可以达到平安乐之境；而持离苦得乐的根



造像名称：释迦牟尼 Buddha Sakyamuni
铸造年代：清乾隆 Qianlong Period(1736-1795)
造像尺寸：H.34.5cm
出品地区：内地宫廷 China Palace
造像材质：铜鎏金、冷金、彩绘

辽楼居 藏



造像名称：释迦牟尼 Buddha Sakyamuni
铸造年代：十四世纪 14th century
造像尺寸：H.58cm
出品地区：西藏中部 Central Tibet, China
造像材质：红铜鎏金、冷金、彩绘

私人收藏



造像名称：莲花手菩萨/释迦牟尼/金刚手菩萨
Padmapani/Sakyamuni/Vajrapani
铸造年代：十一世纪 11th Century
造像尺寸：H.24.1cm
出品地区：印度西北部 Northwestern India
造像材质：青铜珐琅、冷金、彩绘
布达拉宫 藏

本方法就是持戒、修定、智慧。这就是日后成为佛教基础理论的苦、集、灭、道四圣谛。

佛教总结出人生共有八苦：1. 十月住胎、艰难生产的“生苦”；2. 韶华易逝、日渐衰竭的“老苦”；3. 疾患缠身、忧愁悲切的“病苦”；4. 万事皆休、身形销蚀的“死苦”；5. 与怨、仇、憎、恨的人事被迫纠缠的“怨憎会苦”；6. 与骨肉、手足、夫妇、亲友被迫分离的“爱别离苦”；7. 有欲望而不能被满足的“求不得苦”；8. 一切痛苦汇合点的“五取蕴苦”（注：又称五盛阴苦，色、受、想、行、识称为五蕴或五阴）。

建立对苦的认识，在佛教的世界观里是非常重要的也是非常困难的一个环节。创造和享受愉悦的体验是世俗幸福生活的基本哲学。佛教并不否认人生的乐趣，在巴利经藏的《增支部经》中，佛教客观列举了人生可能体会的如下乐趣：妻儿环绕的“家庭生活之乐”；满足眼、耳、鼻、舌、身五种需要的“五欲之乐”；还有超脱世俗生活后，身心经历的“厌离之乐”、“染着之乐”、“无着之乐”、“色身之乐”、“心灵之乐”等。前两者是世间生活里可以品尝的快乐，后面五者是进入修行状态里体会到的快乐。

所谓快乐，就是人的主观欲求与客观对象之间，在一定条件下达到的和谐状态，以及由此产生的愉悦感受。这些在不同状态下产生的不同形式的快乐，从发生、延续到终结，都是短暂的、不稳定的和不可控制的。它们在条件具足的时候呈现出令人愉悦的快乐片段，而条件一旦缺失，就成为酝酿烦恼的温床。

譬如家庭之乐，一旦外部衣食住行的条件发生变故，或是家庭成员的身体健康发生变故，亦或是成员内心的情感发生变故，家庭生活先前的快乐就会因为上述任一条件的缺失而褪去，继而缠上了万千烦恼丝。许多人由因此原本的眷恋变成厌倦，由热爱变成忍耐，甚至想从其中逃离出去。

而那些从修行中体会到的快乐，虽然如饮清凉的山泉，解一



造像名称：供养童子 Donor
铸造年代：十五世纪 15th Century
造像尺寸：H.14cm
出品地区：西藏 Tibet, China
造像材质：铜鎏金、冷金、彩绘
布达拉宫 藏

时浮躁之渴，但倘若只是沉迷执著那些清静感受，不去下苦力气一路深究下去，探寻解脱生死的根本智慧，这份快乐一样来去如风，无迹可寻。譬如某公禅修打坐，上座盘腿空明澄静，下座放腿贪嗔痴疑，烦恼如大江回潮，依然不能得到根本对治。所以佛陀反复示教：万象皆境，境由心生，说的就是这个道理。世间一切现象都是人们在不同境地上产生的认识，而这些认识都是人们各自的心念生造出来的结果。当我们不能以觉醒的智慧之心关照周围，快乐就永远在我们的生活中进进出出、忽来忽去，若隐若现。这种不可把握的起伏伏，佛陀称之为无常。基于对万物如潮汐般涨落这一过程的全面认识，佛陀深刻指出——

无常即苦！

因缘是构成佛教世界观的重要组成部分。因，即内因，是决定事物生成和变化的内在状态。缘，即条件，是参与事物生成和变化的外部因素。内因和外缘都是不稳定的，都在不停发生着变化。在持续运动状态下千差万别的因，机遇各色不同的缘，就生成了宇宙万物和它们必然经历的发展与衰败的运行轨迹。“此有则彼有，此无则彼无，此生则彼生，此灭则彼灭。”这就是佛教关于因缘最常

见的解释。既然一切事物，包括生命都是因缘和合而产生的，那么它们就没有常住不变的实体和定性。正是无常，带给人们周而复始的得失计较，产生世代延绵丛生的苦痛和烦恼。

所以佛陀告诉众生，莫说世俗生活的快乐不可沉迷流连，就连修行过程体会的种种法喜的快感，都是变易不居的泡沫，缘聚则起，缘去则散。以这些快乐为目标建立起来的人生，难免患得患失、起伏跌宕、悲喜无常。

集谛，梵文是“生起”之意。佛教寻本溯源，将众生之苦的产生归为三点根本原因：贪欲、嗔恨和愚痴。

欲望如同悬在头顶的一根皮鞭，不停策动、役使着人们为了它的满足而一路劳碌。佛教典籍《具舍论》中明确指出：“欲，谓希求所作事业”，这里可以看出欲望由两部分组成：一是内心的希图和要求，这是欲望的主体，二是想达到的目的和结果，这是欲望的客体。曾有人将欲望归结为：财、色、名、食、睡五种基本欲望，欲望的表现就是主体对客体产生需要，欲望的核心就是人对自我身心愉悦的满足。

欲望会让人有要求，让人执著。眼睛追求娱悦的颜色，耳朵倾听心动的声音，鼻子寻觅芬芳的气味，舌头渴望鲜美的味道，身体难离缠绵的感触，心中权衡着功利的计较。我们的生命就这样被躯体中的六种根性要求着，不辞辛苦追求着那些并不持久的欢愉。而客体对象的不可预见和不可把握，又让人常常经历求而不得，得而复失的种种烦恼。因此，《增一阿含经》中指出：“欲生诸烦恼”。有了烦恼，就有了苦的种种感受。正所谓有求皆苦，无欲则刚。

烦恼会让人嗔恨，让人责怪和排斥不顺从自己欲望的人和事，让人埋怨和憎恨阻碍自己达到欲望的人和事。这些嗔恨的烦恼就像种子一样，遇到合适的机会就外化成语言和行为，与周边的环境形成阻抗，从而在相互的嗔恨之间形成一个因果相续的恶性循环，烦恼便会无休无止地蔓延和膨胀起来。

愚痴即无明。无明有两种，一是不知，一是错见。

人或被一己之身而困，不能打破通过眼、耳、鼻、舌、身、意建立的对世界物质表象的有限认识，不知世界和生命皆为业力牵引，遵循因果相生的轨迹，不知它们都要经历——成（产生）、住（发展）、坏（衰减）、空（消亡）的必然过程，尤其不知生命秘密轮回于生死之间的真相。因为以上种种不知，人内心的智慧得不到启蒙，就无法在生活中正确取舍。失去了真理坐标的价值判断，其行为不能利人，无法利己，必然是混乱和颠倒的。

智者曾说：“偏见比无知离真理更远”。错误的见地往往使人们自以为是、否认其他。这种执迷不悟，比无知的危害还要巨大，因为它不但使人固执地混淆真伪，还对周边其他人产生偏颇的影响，正所谓误己害人。从根本上讲，佛教把世间的错见大致归为四类：把无常的事物错认为是可以把握的；把本质痛苦的事物当成是快乐的来享受；把无我的生命本质当作是实有的来执著；把不净的事物看作是纯洁的来奉行。

譬如名利，它是多种前提和条件具足之后产生的一个自然现象。中国人谋划功利之事，讲求天时、地利、人和，就是说只有当下的形势、自身的定位以及周边关系三者交相呼应、彼此和谐，方能获得一番成就。当内外一切条件成熟齐备时，人可以声名闻达，财富具足。但是当环境出现变迁，条件发生转移，名利之果就会像浮云飘散，不可捕捉。古往今来那些功高利重的帝王将相，处心积虑所图的名禄，无不缘聚则起，缘散则败，不由人的意志为转移。如果人们不能看透名利背后因缘聚散的无常，一味执著当下的既得利益，沉迷炫目一时的光环，不懂得体察因果，不清楚得失随缘，不知道低调涵养，不留出进退余地，这一场追逐的游戏，必然利令智昏，惹来无限烦恼。所以古人曾有这样经典的判词：“不结良因与善缘，苦贪名利自忧煎，岂知住世金银宝，借汝权看数十年。”

因为无知，或者执迷于世间这些错误见地，人们在欲望里贪



造像名称：至尊绿度母 Tara
十世噶玛巴·曲英多吉
铸造年代：十七世纪 17th Century
造像尺寸：H.15.3cm
出品地区：西藏 Tibet, China
造像材质：青铜珐琅、冷金、彩绘
布达拉宫 藏

着，在烦恼中嗔恨，怜己怨他，造因果，自设苦海。所以，愚痴是产生苦的本体，而贪、嗔则为两翼，众生就这样被贪、嗔、痴胁裹着，在迷途上盘旋流连，历经辛苦。

灭谛，梵语即为涅槃，其意即为寂灭、止灭。它描述的是一种智慧觉悟的圆满境地。在那里人们摆脱了轮回之路上的生死转换和身心煎熬，不再受时间和空间的拘束，在圆融无碍的境界里全部潜能获得完整的释放，佛教称之为“极乐”或“大自在”。

“觉花有种无人种，心火无烟日日烧”。人因为造食因果，为业力所牵引，贪、嗔、痴三毒之火于心中熊熊熏烤，令人逼灼而苦热。只有勘破痴迷，求悟真理，人们最终方能止灭烦恼，获得解脱的清凉安息之境。涅槃与轮回就像打开的两扇房门，觉醒地领悟与执迷地贪着，会牵着我们去看到两个完全不同的世界。智者云：烦恼即菩提。面对外界与内心的重重历练和层层烦恼，佛教从来不主张消极逃避，而是教人直面矛盾，在对主观和客观穷其究竟的追问和洞察之后，勘破表面的利诱与冲突，形成一套佛教特有的解脱之道。

道圣谛，谋求的就是这种觉悟的途径。道为途径、方法。无论大乘、小乘佛教的修道，核心方法都是戒、定、慧。