

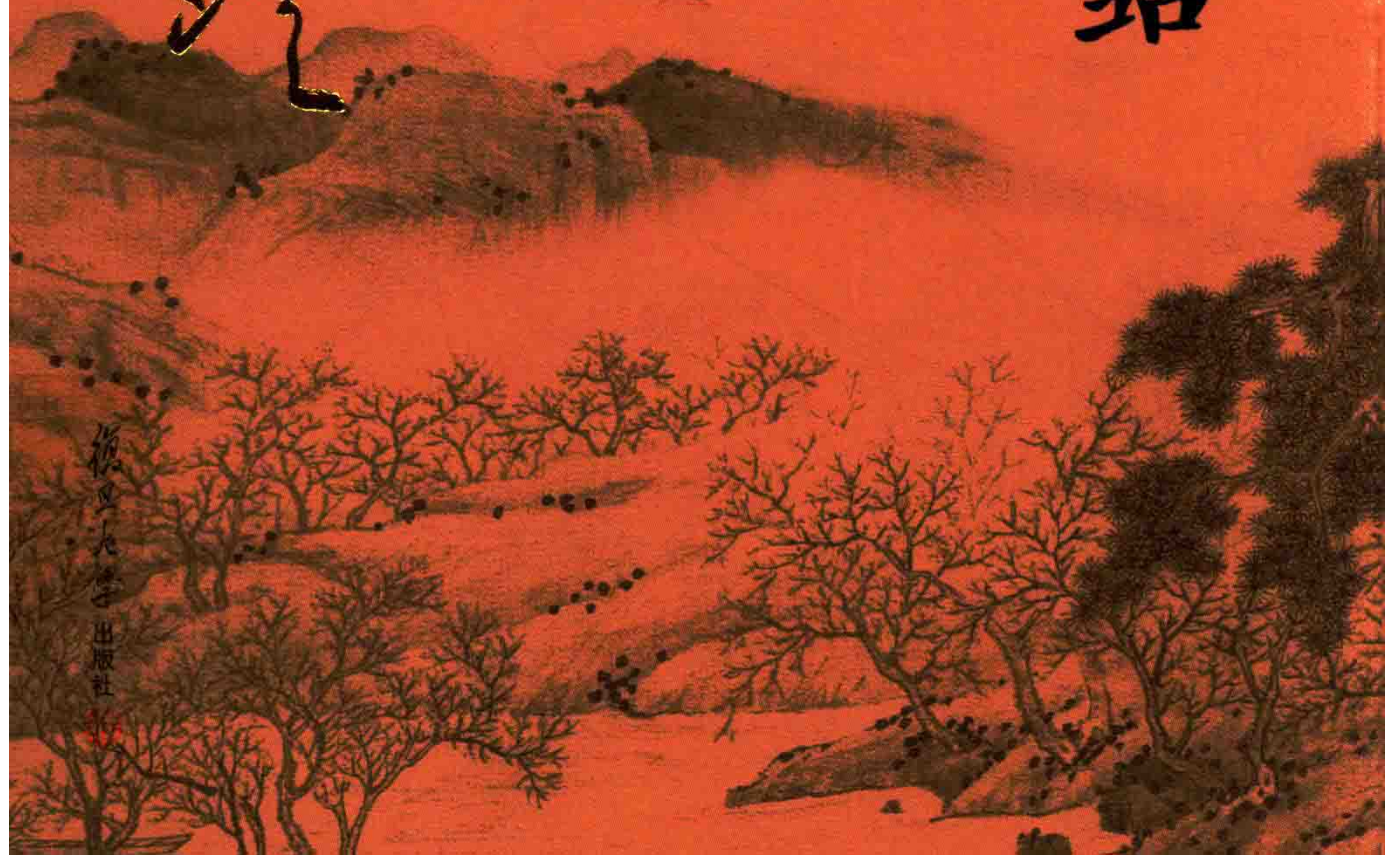
人生的起点和终点

南怀瑾 著述



南怀瑾

复旦大学出版社



人生的起点和终点

南怀瑾 著述



图书在版编目(CIP)数据

人生的起点和终站/南怀瑾著述. —上海: 复旦大学出版社, 2021. 1
ISBN 978-7-309-15122-0

I. ①人… II. ①南… III. ①人生哲学-文集 IV. ①B821-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 105099 号

人生的起点和终站

南怀瑾 著述

责任编辑/张雪莉

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编: 200433

网址: fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售: 86-21-65102580 团体订购: 86-21-65104505

外埠邮购: 86-21-65642846 出版部电话: 86-21-65642845

上海春秋印刷厂

开本 787×960 1/16 印张 6 字数 78 千

2021 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数 1—4 100

ISBN 978-7-309-15122-0/B·727

定价: 35.00 元

如有印装质量问题, 请向复旦大学出版社有限公司出版部调换。

版权所有 侵权必究

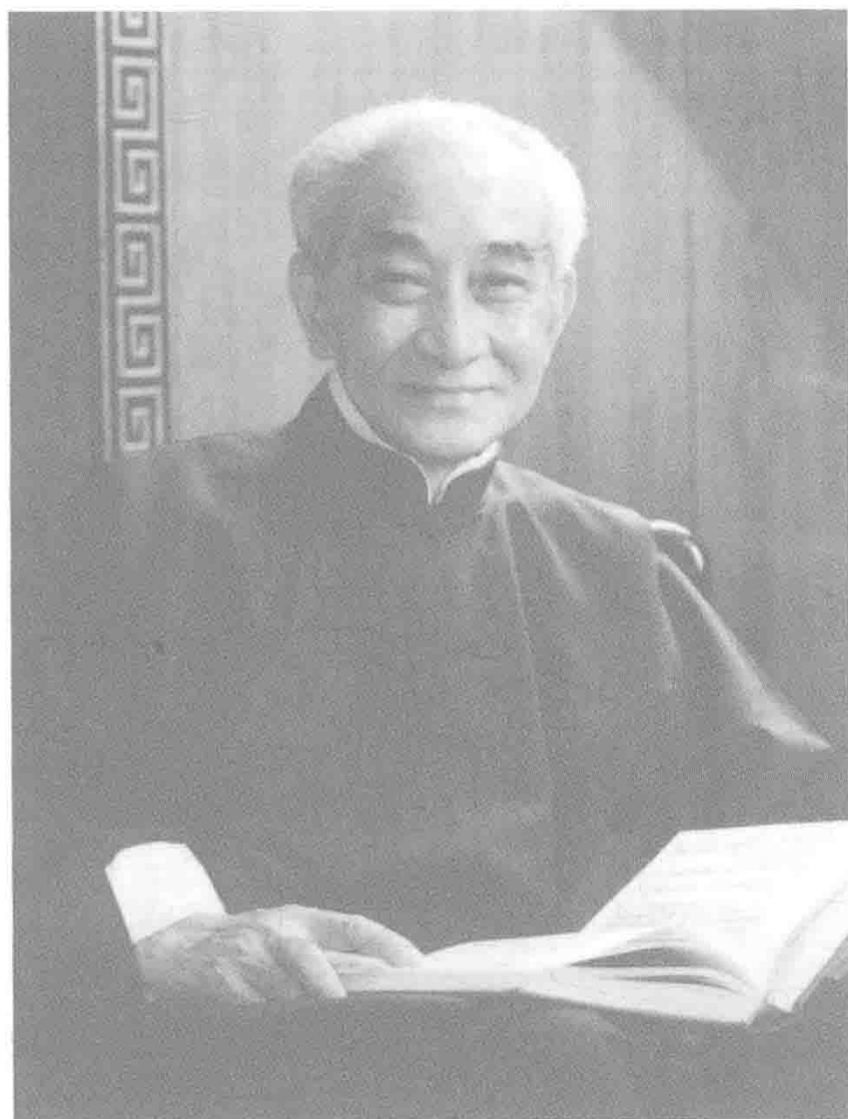
書不盡言
言不盡意
自覺聖智
完成人格

辛卯冬二〇二二年

九四頌童

南懷瑾





出版说明

生死问题对于每个人以及古今中外一切宗教思想来说，都是备受关注的一个大问题。作为一位阅历广泛、学贯中西的智者，南怀瑾先生对此问题有着令人深省的看法。《人生的起点和终站》一书，就是南怀瑾先生于二〇〇六年回答其学友胡松年先生关于生死问题的记录。全书超越了宗教思想的限制，以更为广泛的生命变化历程，结合最新现代生命科学研究的相关成果，使我们了解了如何建立正确的生死观。

兹经版权方台湾老古文化事业公司授权，将老古公司二〇一二年二月初版校订出版，以供研究。

复旦大学出版社

二〇二〇年五月二十九日

前 言

有关生死问题的书，坊间有多种，但以密宗所属为盛。不久前，有胡（松年）君从美国专程赴上海，求教求解于南怀瑾先生有关生死大事。

本书所记录的，是南怀瑾先生随机对胡（松年）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，南怀瑾先生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，各有不同诠释。胡（松年）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出世努力，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，听众中颇有从学南怀瑾先生多年者，故于讲解过程中，南怀瑾先生常语辞严苛，似有鞭策激励之意。

又，南怀瑾先生本不愿将记录印书成册，因觉所述简略，未臻完整。但多数听众认为，篇中虽未达南怀瑾先生完美标准，而吉光片羽，精细明确，读者可解不少心中迷惑，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。内容提要则为编者所加。

刘雨虹 记

二〇〇七年六月 庙港

目 录

出版说明	1
前 言	1
第一讲	1
第二讲	14
第三讲	25
第四讲	42
第五讲	53
第六讲	75
南怀瑾先生著述目录	87

第一讲

南怀瑾：诸位好朋友，今天要讲一个问题，实际上是很严重的问题，全人类几千年来所追求解答的问题，就是生跟死的问题。这个事情的起因，缘于我们这位胡松年老同学，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。沈家桢祖籍浙江绍兴，出生于杭州。

胡松年：他这个月过九十三岁生日了。

南怀瑾：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的事了，当时我还在台湾。

后来发现纽约没有一个寺庙，他就盖了一个大觉寺，大部分都是他出的钱。当时在纽约，大觉寺是很大的庙，请了很多和尚、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，中国人发现日本人在捣鬼，修降伏法，想打败中国。佛教的密宗分为东密、藏密。印度密宗在唐朝时到中国的，到了明朝，中国人不大喜欢密宗，就流传到日本去了。日本

高野山完全是修密宗的，在中国佛学界将这一部分总称为“东密”。中国民间画符、念咒、捉鬼这些，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，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，结果高野山解除女性禁制，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。你们听说过的黑教，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”，这是一个很大的法事，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。学佛所拜的师父，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，像我当年学佛，看到和尚有道就皈依，有些师父，我并没有跟他学，就是结个缘，等于密宗的结缘灌顶。密宗的灌顶包括：结缘灌顶、传法灌顶、智慧灌顶，有多种灌顶。

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，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”是虚老主持的，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，英国人被日本人打得落花流水。中国组织了青年军，叫作“一寸山河一寸血，十万青年十万军”，号召青年入伍从军。青年军中都是读到中学以上、有知识的学生，不读书了，出来从军打日本人。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。有一天晚上谈话，我还记得，他们说全国的青年为了救国，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：“佛教界没有人去，那我去。”所以，显明和尚就去参加了青年军，他在总政治部做事，我们也这样分开了。

多年以后，我已经在台湾讲课了。那时沈家桢在美国那里修了两个大庙，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。据说，沈家桢的太太很有钱，但很节省。人家告诉我，她节省到连这么一张手巾纸，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。传话的人说，雷宇霆不来看你，说是怕你。我问为什么？传话的人说雷宇霆怕你看不起他。我说哪有这回事，那我去看他吧。

结果有一天，这位雷宇霆居士来了。我一看，我说是你啊！你是显明嘛！当年是虚云老和尚的首座，给大和尚帮忙的，等于教务长。我说，我不晓得雷居士就是你啊，你怎么不来看我啊？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，可是佛教界的人士，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，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，穿这个在家人的日常的衣服，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，年纪相差很多，相当于父亲带一个女儿，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，很想请我去给他们灌顶。现在答复你，我那么大的年纪，也不会再到美国去了。

你们想把显明法师请回来，他也不干。他原来是说不敢回大陆，他说自己曾在“青年军”做政治教官。哎呀，我说我也是政治教官，你就不要考虑这些问题了，还是回大陆吧，天台宗没有人传承了，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，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。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，佛法怎么超度、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，不大留意国际上相关的发展，现在美国人研究生死问题，认知问题，都是这些书引起的。

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。人是会转生的，原来西方文化不承认，现在西方的认知也改变了，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。现在美国人也跟着研究，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，他在老太太耳朵边讲自己两夫妻床上的悄悄话，老太太哇地哭了：真是我的老公！

这种故事还被拍成电影，有些不大准确，有些很准确。就是说现在国际研究的趋势如此，像美国人现在研究生命科学、认知科学，研究人是不是有前生后世。换句话说，西方的文化从不相信到现在整个在转变，在追寻这个问题，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，灵魂离开了原来的这个身体，还没有转生另一个生命以前，在此死彼生的中间存在的这一段时间，叫中阴。

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，因果是由谁做主的？谁判案决定让你报应？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，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，都在研究生死问题，但是没有佛法交代得清楚。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。这个在哲学上的中文翻译叫作“本体”，一切生命的六道轮回，分段的生与死，只是这个本体的变化现象。

假定时间是永恒的，在科学上我们加“假定”二字是很严肃的，我为什么讲“假定”两个字？因为时间不一定是永恒的。假定时间永恒，那么，昨天、今天、明天，过去、现在、未来是时间的分段，这是人为的知识思想，把时间分段了。

我们的生命也同这个原理一样，在所谓的本体上讲，时间是永恒不变的。可是我们现在变男人、变女人，女人嫁个丈夫，男人讨个老

婆，然后生了又死，昨天、今天、明天，每一分、每一秒，身心、生命，随时都在变化，宇宙也随时在不停地变化。这是变易生死。

譬如说，我常常跟你们开玩笑，也是真话，有很多几十年不见的同学来看我，“老师啊，二十多年没有看到你，还是一样哦！”我说，我要是不变，那不是变成老妖怪了？其实我早变了，已经不一样了，这是变易生死。我经常引用《庄子》里提到的孔子对颜回讲的一句话，“交臂非故”，这怎么讲呢？你们现在的教育，不从古文入手，古人的文章就看不懂了。交臂，就是两个人擦肩而过，你过来，我过去，就是一下子，已经不是原来的你我，一切都变了，变得非常厉害。

那么，佛法的修持，像小乘罗汉了生死，充其量的是分段生死，认为这一生修行成功了，不再来了。可是大乘菩萨就会笑他们小家子气，不来？做不到的！就算你入定八万四千年，最后还是要出定的，所以说，小乘罗汉不是究竟，大菩萨才能了脱变易生死。

昨天晚上胡松年问我，释迦牟尼佛也是化身吗？没有错。什么叫化身呢？以佛教来讲，十方三世，一切诸佛，一切菩萨都是化身，我们一切众生也是化身，只有一个中心不变的，叫作中央毗卢遮那佛；一切佛都是毗卢遮那佛的化身，一切众生也是他的化身。换句话说，都是本体的分化作用，而那个不生不灭的生命的本体没有动过。所以释迦牟尼这一生，成佛，做教主，他也是化身，阿弥陀佛也是化身。

在讲这个课题以前，我们要晓得，人类整个的文化，不论中西，一切学问，都是为了追寻生命问题。像现在大学里开了那么多课，建了那么多研究所，经济学、社会学、政治学、物理学、化学、应用科技，等等，也是为了研究生命问题。如果与生命问题、生存问题不相干，这个学问不会成立的，自然会被淘汰。还有生存里的现象，我们叫作生活，为了生活，不管做生意也好，做官也好，花了那么多钱，培养孩子受教育、求学问，拿了学士、硕士、博士学位。在我看来，

也许我不对，我说求学问赚钱，或者做官，胡闹一阵，也都是为了一个生命问题。一切宗教也是一样。

印度在释迦牟尼佛以前就有宗教。现在的尼泊尔、巴基斯坦、孟加拉、阿富汗，原来都是古印度的范围。佛教后来传播范围很大，不仅包括整个印度次大陆，乃至东亚、东南亚、中亚、欧洲，也有部分包括在内。古印度的疆界非常大，不过其版图没有统一，言语文字有六十多种，到现在也不统一，而且他们自己也不注重历史。如果印度也像中国一样，有类似秦汉的统一，文字的统一，那就不得了啦。

这就看到我们中国文化的宝贵了。秦以后，我们文字统一了，很好地保存了历史文化。到现在，我们读古书，几千年以前的思想文字，一看就懂。不过，现在倡导白话文、简体字，而古汉语文字是中国古代历史文化宝库的钥匙，这是个大问题。

印度既没有统一文字，也不注重历史，再经过阿拉伯人、英国人的入侵，印度现在没有佛教了；现在的梵文也不是古代的梵文了。印度佛教随着佛经到中国来了，所以我跟有些练瑜伽的印度朋友感叹，我说，很想把你们老祖宗留在中国的宝贝交还给你们！他们说，我们也想啊，可是文字言语真的不行啦。我说，你们老祖宗，那么一个伟大的圣人——释迦牟尼佛，他的东西都留在中国了，没有中国保留，现在就都没有了。

至于语言呢，中国各地的方言那么多，到现在也还普遍使用。譬如广东话、闽南话，北方人就听不懂。所以普及普通话，尤其必要。当然不是说普及普通话就不要方言了，两个可以并存的。

世界上的各种文化既然都是为了这个生命问题，那么你们要学佛，知道佛悟道悟什么吗？为什么要悟道成佛？说穿了还是为了生命问题。为了追究宇宙万有生命的究竟根本，其中自然也包含了生死问题、生存问题。佛在菩提树下大彻大悟，得“阿耨多罗三藐三菩提”，这是梵文音译，翻译成中文来讲，就是无上正等正觉，无上正遍知，