柳智宇依然保持着一个虔诚佛教徒的印记，严格遵守一些戒律，不吃肉、不杀生，不撒谎。同事有一次请他敲电子木鱼，他的节奏依然准确，令人感到宁静。无论上山还是下山，柳智宇都做出了遵从本心的选择，“我遇到佛法以前是一个孤独的人，而现在我是一个非常热情的人，我渴望和每个在生命里相遇的人成为知心朋友，我能常常体会到与他人内心深处的联结……即便这些也会失去，还有一样东西能陪伴我，那就是我的呼吸，时时刻刻都与我在一起，带我回到当下，走向心灵的自由。所以即便这一生我一事无成，只要我努力过，我依然会觉得非常值得。”

撰文丨邱奇 编辑丨金赫 出品丨腾讯新闻 谷雨工作室

“换一种方法普度众生”

2018年，柳智宇在龙泉寺出家八年后第一次接受采访，对方问他，会不会有一天考虑还俗？他回答：“这个没必要。”他对理想生活的设想是，在环境清幽的地方有一个小庙，在庙里办一个小研究所，大家研究自己感兴趣的问题。“晨钟暮鼓，没有什么人来打扰，只剩下修行和思考。有空我还可以陪父母去世界各地转转。”最后，他引用了海德格尔那句著名的话，“人，诗意地栖居。”

那种置身事外的诗意栖居看上去未能实现，2022年春节前夕，经历了半年的挣扎和思考之后，柳智宇跟一位僧人朋友说，自己决定还俗了。和12年前遁入空门一样，这依然是一个令很多人意外的决定。这位毕业于北大的数学天才、曾经的奥赛金牌得主，在2010年放弃了麻省理工大学的全额奖学金，带着行李上了龙泉寺，“决定把一生都奉献给佛教”。在人们的讨论和喧嚣中，他沉寂了很多年，直到今年，他做出了新的决定。

柳智宇现在的主要工作是在网上开设心理咨询课程，既有免费的“公开课”分享，也有收费在几百到几千元不等的课。在最近的一次直播里，他聊了自己这几年的挣扎。2018年，他离开龙泉寺。他在僧人和朋友家借宿，居无定所，“那时候感觉很孤单，想要去把心理和传统文化相结合，想要去帮助很多人，但是实际上会感觉有心无力，会感觉自己身体的情况其实吃不消，然后又特别希望自己身体能够好起来。”

柳智宇自小体弱，后来患上眼疾，容易疲惫，和人的交谈超过一个小时就会撑不住。加上不吃肉，身体状况愈发不好，在快要离开龙泉寺的时候，他开通了“佛系心理咨询”，把佛教和心理学结合起来，在微信上给人免费做咨询，解决人的心灵危机。

某种程度上，心理学是柳智宇为自己找到的新的道路。从2014年初到2015年底，柳智宇赴上海、福清、天津等地，参与南山诸律典“八大部”的系统校勘工程，出版一套32本的律宗典籍。他强忍着身体的病痛，主动要求负责最后的修订和出版工作，发愿“宁舍阳寿二十年，令南山律典广布人间。”

他为这个庞大的工程付出了几乎全部心血，每天工作12个小时，电脑盯久了，眼疾再次复发，工作20分钟后，得休息20分钟，最累的时候，一边工作一边发抖。他告诉我们这套书最后付梓时的心情，“当时全心为了佛教，为了众生……那个时候把整个的信念投注在这一件事情上面，所以就是我干完之后，就不知道我为什么要活着，就是这样。”

但最终出版时，这套书上的署名没有柳智宇。

离开龙泉寺后，柳智宇想的是换一种方法“普度众生”。他在高中时就许下“利众生济渡沧海”的愿望，他帮同学讲数学题，通宵给挂科的同学补课，但这种多少显得有些过度和没有来处的热情很难被同学领受，他在此后甚至遭遇了同学的排挤。后来在北大上学时，他曾和一位同为禅学爱好者的师姐聊天，他告诉师姐：“我总想为别人做些什么，可是似乎做什么都没有用。仿佛世界上没有快乐，做什么都没有意义，都没有用。即使我帮助了别人，这件事做成了，我还是会找个地方一个人痛哭。”在对方安静的眼神里，他说着说着就落了泪。

还俗前，以僧人的姿态做咨询时，他感觉到一种左右为难，“社会对出家人的（看法），可能要么认为你是半个神，要么认为你是骗子，你是半个神的，你就必须要端着，像半个神一样去表现，而且大家会对你有种种的猜测，你是不是有神通。还有认为你就是个骗子。我会夹在这中间，有些事情其实很难达到自己理想中的效果，因为没办法做一个真实人，就和大家互动，所以在那个时候我会觉得我内心的状态是一方面很纠结，又好像背负很沉重的负担，想要达到大家的期待，但是会发现自己达不到，我会发现我真的达不到大家的网友的，还有很多佛教徒的期待，然后他们都会用一些高僧大德的高深标准来要求我，但是我发现我真的做不到。”

在那次直播里，他说自己最后还是决定遵从本心：“我决定让自己还是活得轻松一点……虽然像现在这样子在网络上露面，我也会被网友投射各种各样的期待，但是我会觉得比我出家的时候还是好很多，我也能够很自如地去呈现我比较平凡的一面。”

“生死攸关的一种恐惧”

柳智宇从小是个孤独的人，没有太多玩伴，小朋友们玩的游戏，他也不感兴趣，他总是一个人到处转悠。这种孤僻在他出家之后没有太大改变，出家两三年的时候，每次下山，他都感觉自己是去到一个非常危险的地方，“各种诱惑，还有各种烦恼，因为很多事情会让人的内心不够安静……觉得在寺庙里待着才感觉好。”

但他的故事引发了沸沸扬扬的讨论，有很多人来找他，柳智宇能躲则躲，但有一次还是被撞见了。

一位法师带着他散步，有一位母亲在他们出去的路上等他，希望跟他聊聊人生困惑和孩子的教育问题，他想赶紧躲起来，但那位法师告诉他，“人家这么想见你，你就和人家交流交流吧。”柳智宇和那位母亲谈了一个小时，“以我当时的水平，解决不了她的问题。我只能告诉她，一个僧人的成长周期是很长的，至少需要五年吧。她当时挺遗憾的。”

五年之后，那位母亲又来找他，留言给他说：“五年过去了，你能见我一面吗？”柳智宇拒绝了她，“但拒绝了她之后，我仿佛感受到一种召唤，来自广大的人群。我就想，我是不是太决绝了？我希望把佛法学好之后再面对大众，但什么叫学好也没有具体的标准。也许大家需要我发出一些声音了。”

柳智宇决定面对那些曾经让他感觉危险的“山下”的困扰，一开始做的是免费咨询，免费教授佛法和心理学，后来随着规模的扩大，免费咨询难以为继，团队里的人离开了很多，柳智宇顶着压力开始收取一定的费用。但这种收费始终是克制的，他对商业世界保持着一种戒备，曾有咨询机构找到他，希望用他的知名度，打造一个高价的课程，但他拒绝了。

他想在商业和助人之间找到一种平衡，他找到了一家成立20多年的“华夏心理”，对方认可他的理念，愿意支持这个小团队，柳智宇以合伙人身份加入华夏心理，他的团队成立了名为华夏心苑的独立事业部，业务全部放权给他。

他喜欢上了上课这件事情，在最近的一次直播里，一位听众和他连麦，讲到自己对前途的担忧，柳智宇和他分享了自己高中参加竞赛时的焦虑，那时候的他就像一根绷紧的弦，他记得自己去参加一个夏令营路上，突然悚然而生一种深深的恐惧，“恐惧将来自己一事无成，恐惧将来自己能够没有办法生存下去。就那种很深的恐惧，乃至有一点生死攸关的一种恐惧。”

他在很后来的时候才意识到那种恐惧来自何处，“好像我的价值一直在是在被外在所评判，不是在于我的生命本身，这一点实际上是我内在焦虑的一个根源。”他当时阅读庄子，被自然无为的思想所触动，“人是天地中的一粒尘埃，是大自然的一份子，想到这里的话就会感到一种特别深沉的包容，就是哪怕别人都不接纳你，但是至少你的存在本身就是被这片天地、被大自然所接纳的，所以我是在庄子里面就是找到一种特别深的感动，一种温暖。”讲到这里时，他有点眼眶湿润。

很大程度上，不论上山还是下山，柳智宇这些年其实做的是一件事情，“我所做的是不断地去反观自己的内心，去观察自己内心的焦虑，然后去寻找一条出路。”

如果可以的话，他也希望能帮助别人找到一条出路，他在最开始提到的那次采访里说：“一切行业存在的最终目的都是为了人。为了人的什么呢？我想不仅仅是生存，而应该去寻找人的幸福，人的发展，让人能成为真实的自己。教育尤其如此。我从小喜欢数学，是因为数学向我展现了世界的神奇，人类心智的伟大，打开了一片心灵探索的世界。我所关心的，是心灵的启迪、成长与教育。如何让人成为一个丰富而完整的人，一个幸福而善良的人。我一直在探索。曾经我是一个过于理性而拘谨的人，沉浸在自己的世界当中。我在佛法及传统文化中获得了莫大的喜悦与成长，前行的信心与力量，我看到了心灵的自由与宽广，因此我想去研究和弘扬它。”

讲课时，柳智宇经常能够进入一种心流状态，这是他的工作里最享受的部分，“讲课的时候我会觉得和平时的我不太一样，讲着自己内心觉得特别的光明，特别有力量。”

“没有出也没有入”

还俗之后，柳智宇感觉自己轻松了许多，“之前主要是背负着我是出家人，然后必须要做得特别好这个包袱，现在其实比之前要轻松很多。”

他努力调整自己的身体状态，找人做按摩理疗，做理疗有时会睡着，对方告诉他：“用脑过度会比较伤心。”工作间歇的时候，他带着团队的成员一起做八段锦，还会组织几个人玩飞盘运动。他不能吃凉的，沙拉要热过才能吃。

现在的工作不得不和媒体打交道，但他严格控制媒体的访谈次数，一个月只能一家，他觉得过往对他的报道充满了先入为主的误解，“如果一定要报道的话，最值得被大家了解的点当然就是我的真诚，我觉得这一点是最重要的。第一是真诚，第二是我能坚持我的真诚，把我内心的追求一直坚持到底。”

无论上山还是下山，柳智宇的确都做出了遵从本心的选择，于是也谈得上无悔，“我遇到佛法以前是一个孤独的人，而现在我是一个非常热情的人，我渴望和每个在生命里相遇的人成为知心朋友，我能常常体会到与他人内心深处的联结……这个世界上能有理解和支持我的人，能有和我一起走下去的团队和伙伴，这就可以了。即便这些也会失去，还有一样东西能陪伴我，那就是我的呼吸，时时刻刻都与我在一起，带我回到当下，走向心灵的自由。所以即便这一生我一事无成，只要我努力过，我依然会觉得非常值得。”

在现在的生活里，他依然保持着一个虔诚佛教徒的印记，严格遵守一些戒律，不吃肉、不杀生，不撒谎。同事有一次请他敲电子木鱼，他的节奏依然准确，令人感到宁静。在我们拍摄当天，那个飞盘局里，他坐在地上，看着玩得开心的同事，为她们鼓掌，然后开始打坐冥想，他说：“就觉得其实也没有出也没有入，重要的是我自己。”

版权声明：腾讯新闻出品内容，未经授权，不得复制和转载，否则将追究法律责任。