



# 北大数学天才 柳智宇下山还俗

## “我想更真实，不用扮演别人心中的自己”

上班

柳智宇在中关村地铁站附近的一座大厦里上班，脱去僧袍的他形象变化并不大，只是比以前稍微壮实了一些。他穿着简单的深蓝色T恤和牛仔裤，留着寸头，不说话时，一如既往地显得很安静。

柳智宇健谈，思路清晰，但相比其他人他还是比较容易疲劳，交流大概一个小时之后，他

并不清静的“山上”

十几年前，柳智宇“上山”时，位于北京西郊的龙泉寺在北京的大学生中颇有影响。那时，包括他在内的十几位毕业于清华、北大、中科院、北航的高材生都选择在这里出家，一度成为媒体热议的话题。他们也成了这所寺院吸引信众的金字招牌。

当年的柳智宇，是在人生的困惑期里遇见了龙泉寺。他曾经就读于武汉的华师附中，从小参加数学竞赛训练，是全校最有希望获得国际数学奥数大奖的“种子选手”。2006年7月，就读高二的柳智宇在当年举办的国际奥林匹克竞赛中获得金牌。这个成绩对他的母校是历史性的突破，而此前，他就已经获得了北京大学数学系的保送资格。

在外人看来，柳智宇已经走上了一条学术的康庄大道，但他的身心危机早就开始浮

从“师傅”变成心理咨询师

刚出家时，柳智宇在寺院班导师的要求下切断了和父母的联系，后来，他们的联系又逐渐恢复，至于其中的原因他并没有透露。2015年，柳智宇的母亲退休，开始接触心理学，她考下了心理咨询师的资格，并经常给柳智宇推荐这方面的书籍。柳智宇开始阅读这些书，也开始在僧团的师兄弟身上尝试用一些心理学的方法为他们答疑解惑。

很久以前，有名信众找他寻求心理问题的答案，他劝对方说，自己水平不足，让她五年后再来。结果，这名信众五年后真的回来向他请教同样的问题，他却依然没能回答。他开始反思，到底怎么才能和这个社会、和其他人产生关联？

曾经，柳智宇对现实社会、对其他人没有现在这样强的心理连接需求。他早年沉迷于数学的世界，而后又对佛学痴迷，这些东西都带着绝对理性和封闭的美感，和现实不发生太多关联。他觉得，心理学可能是一个能让自己找到答案的选

项。他在高三时就患了眼疾，近乎失明，无法长时间看书。这块奥数金牌，是依靠他仅存的视觉，以及母亲每天晚上为他念题坚持训练才得到的成果。进入北大之后，柳智宇的成绩依然排在前列，但眼疾并没有治好。比起其他同学，数学不再是他得心应手的天赋，而是需要付出百倍努力去维持的技能。他失去了最初的热情。

大一那年，他加入了北大分享传统文化的社团耕读社，出众的才能让他当选为耕读社的第五任社长。此前，北大耕读社的创始社长邓文庆就住龙泉寺出家。因此很多人认为，日益执着的柳智宇也会走上师兄这条路。到了大四，柳智宇在父母支持下申请到了麻省理工学院的全额奖学金，而直到老人看到媒体的报道，才得知儿子真正的选择是出家，

会主动掐断话头，说他需要休息。他会在短短的谈话中流露出强大的逻辑性，态度理性而友善，有时还会抛个小小的“梗”。他的神情比过去在照片上的形象更开朗些。在龙泉寺时，本来就体弱的他因为过度劳累，一度瘦到不到50公斤，今年还俗之后，他的体重已经恢复到了60多公斤。

还俗后的柳智宇虽然是几个月才开始上班，但对于“上班”的状态却并不陌生。在山上，他的事务性工作一点都不少。2018年离开龙泉寺去云游之前，他就开始注册公众号，自己摸索着做一名心理咨询师。现在，他要经常接待团体咨询和个人咨询，也要安排心理和学习能力课程的录制，比起自己搞咨询工作时更加忙碌。

回到这真实尘世间，最直观的体会就是必须面对加班。为了和用户产生更多的互动，他需要大量录制视频课程。他们亲自来到北京阻拦、劝说，但没有成功。

出家后的日子并不清静，即便寺里的青灯古佛比城里的环境要清幽，但在山上，他们这些出家人必须早上四点半上早殿，上午工作或学习，午饭后一点半继续工作学习，四点半上晚殿，上课，直到晚上9点才能休息。有段时间，除了日常事务，他还要参与寺院里的房屋修建，要在半夜1点到3点盯着工地的运作，回去休息不了几个小时，又得起床。

劳累是柳智宇提到寺院生活时最常流露的感受，是劳力，也是劳心。他曾经为龙泉寺做过宗教典籍的出版工作，极度认真，每天工作12个小时，最后却没办法获得一个正常的署名。过度劳累造成的健康问题也一直困扰着他。如是往复，身体处于一种长期消耗的状态之中。

这么拧巴着坚持到了2022年，柳智宇终于放弃了。在身体和心理的双重压力下，柳智宇决定还俗，“我想更加真实一点，不用扮演别人心中的自己，让自己真正放下来。”他觉得，应该在自己的能力范围内，先恢复体力和精神，再追逐理想。他决定还俗。还俗后，一些心理咨询和教育公司找上门来邀请他入职，最终，他接受了华夏心理的邀请。

心理咨询成了他打开世界的钥匙，来求助的人让他更加清楚地看到了众生的苦恼，也满足了他在天性里面利他的一面。来访者中，询问人际关系问题的数量最多。他看到很多人在恋爱、亲子和师生关系中过度付出，一味讨好，压抑自己的真实感受。而他认识的高学历人才中，心理出问题的也不少，很多硕士、博士因为不知道如何与导师沟通而烦恼，甚至陷入抑郁。“我以前也是这样的人，所以很能理解他们。”柳智宇说。

一个“两全”的办法。这么拧巴着坚持到了2022年，柳智宇终于放弃了。在身体和心理的双重压力下，柳智宇决定还俗，“我想更加真实一点，不用扮演别人心中的自己，让自己真正放下来。”他觉得，应该在自己的能力范围内，先恢复体力和精神，再追逐理想。他决定还俗。还俗后，一些心理咨询和教育公司找上门来邀请他入职，最终，他接受了华夏心理的邀请。

心理咨询成了他打开世界的钥匙，来求助的人让他更加清楚地看到了众生的苦恼，也满足了他在天性里面利他的一面。来访者中，询问人际关系问题的数量最多。他看到很多人在恋爱、亲子和师生关系中过度付出，一味讨好，压抑自己的真实感受。而他认识的高学历人才中，心理出问题的也不少，很多硕士、博士因为不知道如何与导师沟通而烦恼，甚至陷入抑郁。“我以前也是这样的人，所以很能理解他们。”柳智宇说。

平凡生活中的答案

柳智宇在华夏心理的同事小林做媒体出身，不认识柳智宇时，她觉得他应该是个世外高人的形象，不食人间烟火。让她没想到的是，相识之初，柳智宇就开始和她探讨经典日本动画片里的角色。她发现，他是个非常正常，甚至有些自己的小趣味的年轻人。

还俗后的柳智宇仍是一名佛教居士，除了一些必要的佛教戒律需要遵守，他可以做他想做的任何事情。上班后，他的日常生活和所有年轻白领都差不多，现在，他与别人一起合租。直播和讲课的工作很忙，几乎没时间自己做饭，他早上起来就会到便利店买两个素包子，中午点一份素餐外卖，点了几次之后他才注意到，一份专门的素餐通常要50多元，比同事们的普通外卖都要贵。

山下的生活也有令人不适的地方。柳智宇不讳言，他对很多事还不够适应。为了给他的心理公开课做推广，有同事建议，可以给用户赠送免费的PDF图书。他听完不开心，对同事说：“PDF不是盗版吗，咱们怎么能送这个？”另外，对于宣传课程的一些广告词，他觉得有夸大其词之嫌，也毫不留情地告诉同事赶紧改掉。他觉得，这些事情都是原则性问题。

他曾经沉迷的数学并没有荒废，仍然在他的工作中发挥作用。来访者中，有一些对学习丧失兴趣的少年，他们对他们特别关注，不想把他们变成做题机器，就用App游戏打卡的办法，帮助维护他们对学习的热情。这种特殊的关怀角度，也映照着他青春时期那段因为眼疾导致对数学丧失热情的经历。柳智宇的那些毕业于北大、清华、中科院等高校的师兄师弟，在龙泉寺事件后也在探索自己的出路。目前，他们的出路大概有两种：一部分人找到了外地的寺院继续修行，另一部分也像他一样，还俗入世，寻找新的定位。如今看来，四年前显得“离经叛道”的柳智宇，算是跌跌撞撞较早地找到了自身定位。

“人是在关系中间才能有更多的快乐的，你太强调自我，很多时候就和其他人对立，其实没有快乐。”柳智宇不无感慨地谈到了这些。现在，除了工作，他会在业余时间里做做瑜伽，会骑上自行车到处走走看看。他在办公室里养了兰花，也会和很多人一样在核酸检测时拍一张检测管的照片，发朋友圈告诉大家今天自己是“管长”。他在这种普通人的日常生活中，获得了一些自己的快乐。

据《中国新闻周刊》、《长江日报》、极目新闻客户端

“今天公司到了一尊王阳明的铜像，我们觉得太冰冷了，给他装饰了一下。”2022年4月，柳智宇发了这样一条朋友圈，图片中，严肃的王阳明像上摆放了很多可爱的毛绒玩具，有些无厘头，确实不再“冰冷”。

柳智宇是他的原名，他曾经还有个法号“贤宇法师”，这两个名字都登上过媒体头条。2006年，18岁的柳智宇以国际数学奥林匹克竞赛金牌选手的身份，保送北京大学数学专业，成为当时著名的“少年天才”。2010年，大学毕业前夕，他选择去北京西郊的龙泉寺落发为僧。两次新闻都引发媒体热议。

在大众心中，柳智宇一直是一个境界高远的天才。但2018年龙泉寺学诚法师事件爆出之后，柳智宇决定离开龙泉寺，保持僧人身份自寻出路。他在其他几家寺院云游几年，今年8月，在一条短视频中，柳智宇对大家宣告，他已经在2022年春节期间还俗，正在“华夏心理”从事心理咨询工作。



柳智宇担任团队工作坊主持人。



2010年，大学毕业前夕，柳智宇选择去北京西郊的龙泉寺落发为僧。