

清人著

寧靜致遠

钝斧丛书

吃亏是福

能忍则安

顺其自然

宁静致远

寧靜
敢遠

●清人著●辽宁人民出版社●1994 年/沈阳●

(辽)新登字1号

宁 静 致 远

Ningjing Zhiyuan

清 人 著

辽 宁 人 民 出 版 社 出 版

(沈阳市和平区北一马路108号 邮政编码110001)

辽宁省新华书店发行

丹东印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 字数: 157,000 印张: $7\frac{3}{4}$ 插页: 2

印数: 1—6,393

1994年4月第1版

1994年4月第1次印刷

责任编辑: 冯 静

版式设计: 王珏菲

封面设计: 李国盛

责任校对: 陈文本

ISBN 7-205-02935-x/D·552

定价: 5.40 元

钝斧丛书前言

冯 静

在如今这样一个改革年代，人们言必称拼搏竞争，行务求经济效益，我却编了这套“钝斧”丛书，拿《吃亏是福》、《能忍则安》、《顺其自然》、《宁静致远》这些看似陈旧的题目做文章，大有琵琶反弹的味道。其实不然，我的这些题目正是有感于我们这个如火如荼的时代，有感于天下熙熙攘攘，你为利来，他为利往的众生而产生的。我所关注的是我们这代人的生存状态，更确切些说，是在探寻一条使现代人幸福生存的途径。

追求幸福的人生是人类永恒的目标。那么，对于每一个具体的人，怎样才能实现这一追求，是以利剑还是以钝斧作为自己的武器呢？我的回答是：既需要利剑，也需要钝斧。

当一个孩子来到这个世界，人们便想方设法把他塑造成一柄“利剑”。向他灌输物竞天择，适者生存，鼓励他创造竞争。从某种意义上说，正是这一个个积极进取的个体，造就了我们民族蓬勃向上的精神特质，社会文明程度也因

此而提高。于是，我们赞美利剑的精神，利剑的风格。

人生果能永远像利剑，棱角分明，锋利无比，挟长风，裹闪电，劈荆斩棘，淋漓潇洒固然壮美，只是人生没这么简单。

人生在我看来是一条漫长的河流，有时舒缓地流淌，有时奔腾着倾泻，有时遇到暗礁险滩，却不得不九曲十八弯。人生幸福与苦涩并存，喜与忧参半。人们之所以不能时时感受到人生的幸福，这首先是因为人们，尤其是我们现代人对幸福的追求常常陷入误区。

现代人企图从物质享受中寻求人生幸福便是其一。改革开放后，一些人在拼命挣钱的同时也拼命挥霍，他们对物质享受表现出的贪婪，令人想到刘姥姥进大观园的饕餮，这些人自以为寻到了人生的幸福，却每每在心劳神疲时叫一声“活得太累！”这也并不奇怪，人作为一种高智能的生灵，有着主宰喜怒哀乐的极其敏感的心灵，人真正感觉到幸福，应该是心灵的愉悦，如果没有心灵的愉悦，即使是吃着山珍海味，也会觉得味同嚼蜡。其实，自古以来最幸福的人就不是拥有财富最多的人，而是那些不以物喜，不以己悲，永远保持心灵和谐宁静的人。当然，我们也不应该一概否定人类对物质生活的追求，与社会发展水平相适应的适度的物质生活能给人的精神带来愉悦，而那种不择手段的对财富的疯狂占有，和那醉生梦死的挥霍肯定不会给人带来心灵的宁静和愉悦。因此，人若想获得完整意义上的人生幸福，离不开心的修炼，只有一颗健康的没有沾染灰尘的心才能感受到人间一事一物的美好，也才能体会到生活的幸福。

其次，影响人生幸福的原因很大程度上还来自于我们

人类的生存环境与人类自身的局限。客观一点说，人生是无常的。人类只不过是宇宙间一颗动荡不居的星球上的寄生者，这无论如何不能使如此精明的现代人高枕无忧，人类关于自身的诸多想象的实现还要靠一种侥幸；大自然频频降临的七灾八难使人生之路变得坎坷崎岖。人需要有充足的精神准备，才能在大自然的灾难面前保持一种平静。

人类社会也在制造灾难。在人类之初，人们为了生存不得不精诚团结，而在人满为患的今天，为了一己私利，为了个人及小团体的幸福，常常互相排斥，展开无休止的争夺：制造战争，挑动人整人的运动、人与人之间的磨擦，这一切都给人生造成威胁，带来阴影。人类要想寻求到真正的幸福，需要忍让，克制，友好。以求和谐生存，有序发展。

人生之路又是漫长的。虽然对于以多少亿光年来计算其活动的宇宙来讲，人生的七八十年像眨眼之间那样微不足道，然而，对于一个个体生命，它却是实实在在的两万多个日日夜夜，七八十个春夏秋冬。人生要经历自己的幼年、青年、壮年、老年，也可谓漫长。在这漫长的人生中，疾病死亡、种种不测时时威胁着我们的血肉之躯。要想使人真正感受到人生的幸福，也必须有一番真正的修炼，有一种视无常为有常的达观。

上述种种，都是人生不可避免的现实，它使人不可能总以利剑的精神高歌精进，一气呵成。人生需要忍耐，需要退却，需要迂回，需要超拔，就连人生的幸福也需要细细咀嚼，慢慢品味。这便是钝斧的精神。所谓钝斧精神，在我看来，它是人的能量的厚积薄发，是进取精神的持之以

恒，是面临挫折的不急不躁，是享受人生的知足适度。如果说“利剑”是人生的一种不可缺少的锐气，那么“钝斧”便是使人得以度过艰难人生的安身立命之本。以钝斧的雄浑厚钝补利剑之单薄脆弱，使我们在人生旅途中既拥有冲锋陷阵的勇气，更拥有忍辱负重，百折不挠的毅力以及视磨难为人生应有之义的平和，我们也许才能真正感受到人生的幸福。

实际上，无论是利剑还是钝斧，都取之于我们这个拥有五千年文明的中华民族的武库，五千年来中国的哲人无时无刻不在思考着实践着人生的大义，他们的经验，融汇着古老文化之魂，饱含着中国人的智慧，足资我们借鉴。正因如此，我们从中华民族传统文化中选取了上述四个题目，把它们作为一种独特的人生哲学介绍给读者，同时紧密联系现代人的生活实际，赋予他们以新的意义，在古人与今人之间搭起一座桥梁，使今天的中国人能够从对历史的观照中把握现实人生，能够带着五千年文明古国的儒雅风范走向世界，而无论我们走到哪里，都能以中国人的方式去创造生活，并从中品味到人生的快乐与幸福。

1993年12月1日

作者自序

有一位中学老师，他对我的生态度的形成起到决定性的作用。他无论做什么都有一种拚命精神，所以事事做得出色。至今我还记得他说过的一句话：不管命运把你推到哪里，你都应该在那里脚踏实地地干。后来，我的这位老师做了县长，是那种“为官一地，造福一方”的官，政绩突出，让我们这些当学生的引以为自豪。在他的影响下，我从少年时起就立志要做一个杰出的人。有了这个志向，我便有了新的感觉。虽然我出身于一个普通的工人家庭，生活在工农杂居的乡下镇里，整天为缺钱短粮的窘迫生活困扰着，但我仍觉得和别人不一样，坚信自己会成为一个杰出的人。那时，我充满了幻想，幻想着有一天走出乡下小镇，走向一个遥远的地方，尽管这地方朦胧、不具体，但它在我的心目中确实存在着。二十几岁我还没有谈过恋爱，这让许许多多的同学、朋友不解。在我看来，恋爱虽是青春期极美的事，但与我追求的“杰出”相比，再美也是次

要的。先成名后成“家”，是那时我常和知心朋友说的一句话。中学毕业后我去工作，然后又上学，毕业后又去工作，转眼间便是三十多岁的人。可这时，我除了从农村小镇来到都市，成为一个城里人外，别的什么也没有变，仍是一个普通人。环顾四周，我和别人没什么根本不同，而超于常人的人在这时却成批地涌现，一些年龄比我小得许多的人，有的写出惊世之作，有的漂洋过海去读学位，相比之下，自己显得十分渺小、一般。这时我发现，自己并不杰出，而且以后也终究不会杰出，消失于芸芸众生之中，这是我无法逃脱的宿命。我为自己的发现苦恼、彷徨，以至心灰意冷。我抱怨自己出身贫寒，从小没有接受一流的教育；我抱怨时代，一场“革命”耽误我整整十年；我甚至还抱怨父母，他们为什么不给我一副天才的大脑？一个人最大的痛苦莫过于对自己的失望，一时间，我的生活没有了希望，没有了动力，没有了激情，直觉得自己的生命毫无意义。

我已记不得这种痛苦经历了多久，反正有一天我觉悟了：一个人的生命质量，不在于他发明了什么，创造了什么，有什么成果让世人瞩目，而在于他是否有完美、独立的人格追求。如果他能把完美的人格作为高于一切的东西去追求，那他肯定与众不同，他的人生肯定是杰出的。这样说，似乎把“杰出”降了一个档次，其实不然。在时下人们的精神生活日趋萎缩，人的灵魂在物欲和消费中沉沦的情况中，一个人不为迷乱的俗人俗事所左右，从而确立自己的独立品格那是很难的，不比发明创造点儿什么容易。正因为难，他在追求完美人格过程中的行为才一定是高尚

的，超凡脱俗的。一个高尚而脱俗的人难道还不算是杰出吗？

觉悟之后，我又重新获得少年时的那种“与别人不一样”的感觉。我很普通，这一点自己十分清楚，但我和别人不一样的地方是我仍然追求“杰出”。我已是扔掉三十奔四十的人了，到了应该成为杰出的年龄还像踌躇满志的少年一样去追求杰出，这看上去有些好笑，可我不这么认为，因为我对生命的意义有了彻悟，对“杰出”有了新的理解，我把完美人格的实现视为“杰出”的要义。追求杰出，是我终生要做的事。我像获得了再生一样，仿佛又回到青年时代，每天早上起来，感到天格外的晴朗，阳光格外明亮。我浑身憋着劲，我想创造，但首先创造的不是奇迹，而是自己。我相信，只要你能创造一个“新我”，那你也会随着创造出有益于社会和他人的其它东西。

现在比之于过去，心境要平和多了。过去常为成功和挫折焦灼不安，和自身以外的客观存在格格不入；而如今，我很平静，很超脱，也很充实。一切烦恼、荣辱在我所追求的“杰出”面前都显得微不足道。一方面，我要求自己持平守常，把名利之类的身外物看得淡些，而把自身的精神升华、灵魂净化看得高于一切，为的是清清白白地做一个人；另一方面，我平心静气，心不旁骛，按照自己的意愿，认认真真地干一件事。我非常喜欢这样一句话，叫作“过常人的生活，求佛的境界”。

我对“杰出”的追求，实际上是在寻求一种心境，一种升华。我所追求的并不渺茫，而是非常具体的，因为它就在自己身上，不需要什么天时地利、机遇之类作为条件，

你只要认真去做就行了，关键是要持之以恒。

《宁静致远》这本小书，是我对自己精神经历回忆、咀嚼的结果，其中包含了我对生存意义的理解。也许它太个人化，但我是满怀对生活、对生命的热爱来完成它的，所以，我相信它或多或少能得到读者朋友的共识。

1993 年中秋节

目 录

钝斧丛书前言	(1)
作者自序	(1)
.	
1 高远的人生状态	(1)
1·1 人的宿命	(3)
1·2 步步滴血的历程	(9)
1·3 东方的智慧	(15)
1·4 完美的人格	(22)
1·5 大静与寂灭	(29)
2 生存的本来需要	(35)
2·1 持平守常	(37)
2·2 走出苦行林	(45)
2·3 情定则神生	(52)
2·4 境由心造	(58)
2·5 以静养生	(64)
3 自悟自度	(71)
——静心方式之一	
3·1 真修实炼	(73)
3·2 制心达静	(83)

3·3	一切都有“定数”	(90)
3·4	恬退自养	(96)
4	追求纯洁	(105)
	——静心方式之二	
4·1	以动致静	(107)
4·2	敬业之道	(114)
4·3	安贫乐道	(124)
4·4	提高生命感	(132)
4·5	平衡与超越	(140)
4·6	证实我的存在	(149)
5	一半清醒一半醉	(153)
5·1	麻醉与虚幻	(155)
5·2	精神“教父”	(160)
5·3	神秘的诱惑	(167)
5·4	潜心皈依	(173)
6	动极而静 静极而动	(179)
6·1	动继以静	(181)
6·2	静继以动	(186)
6·3	一个生命过程	(192)
7	过人的生活 求佛的境界	(197)
7·1	知生死通幽明	(199)
7·2	享乐的人生	(205)
7·3	艺术的人生	(214)
7·4	生命的质量	(222)
7·5	不死的寻求	(229)

致寧
遠靜

① 高远的人生状态

1 · 1 人的宿命

阿莉莎的内心充满强烈的宗教感。她信奉基督教的教义，自我约束、自我牺牲到了违背人的天性的地步。她的表弟热罗姆尽情地爱着她，而她也同样沉浸在恋情的甜蜜中。还是孩子的时候，阿莉莎就有一种愿望：为热罗姆变得漂亮。长大后，她也正是为了他才去“追求完美”。后来，她发现妹妹也和自己一样热恋着热罗姆，于是她克制自己的私心，承受着内心的苦痛，以牺牲自己的幸福来换取妹妹的幸福。不料热罗姆拒绝她的安排，致使她的妹妹和一个她不爱的人结了婚。让阿莉莎心安的是，她的妹妹婚后十分幸福。这样，阿莉莎和热罗姆结合的条件已经成熟，可是，她又陷入新的痛苦中。在她初入青春之门时，她亲眼目睹了母亲如何背叛深深爱

着自己妻子的父亲，目睹了母亲如何抛弃孩子、爱人和温馨的家庭与人私奔，她的心灵受到创伤。这创伤所引发的宗教情绪不可能不影响着她和热罗姆的恋情。

她追求比男女情爱更高一层的东西。她渴望和热罗姆的结合是两个灵魂的结合，而回避的是两个肉体的接近。她朦朦胧胧地感到上帝在教导她：只有离开热罗姆才能达到一种完美的爱……然而，她的心灵又无比惶惑，因为她清楚地意识到：“要是他求婚的话，幸福就在那里，在身边……伸出手就能抓住。”她作出了牺牲，选择了上帝，拒绝了热罗姆的求婚。在这样的选择同时，她怀疑自己：为什么要这样“忧愁地逃避他”？她意识到一切都熄灭了，她的生命也迅速地萎缩衰弱。在她生命的最后时刻，她离家出走，住进一家与她的过去完全隔绝的小疗养院里。在那里，孤独、痛苦陪伴着她离开了人世。

这是法国小说家纪德在《窄门》中讲述的故事。这个故事是一个人生寓言，其中孕含着作家对人生真谛的体验。《新约·路加福音》第十三章记载：耶稣在去耶路撒冷的途中对众人说：你们要努力进窄门，我告诉你们，将来有许多人想要进去，却是不能。阿莉莎以自我约束、自我牺牲，也是自我折磨的一生作为代价想进入神的国度，但她最终没有通过那道“窄门”。这是因为她是人，是两脚踏在坚实土地上的活生生的人。悲剧正是由此酿成，是人却有着神的向往，这就决定了她终生都是痛苦的，最终也无法抛弃人的欲望而皈依于神。

作为一个个体生命，其自身存在着相互对立的两重性，这就是人所固有的神性和魔性的冲突。人们常说，人的一