

一个城市要有文化和思想，“城市热读”可以传播我们城市需要的文化和思想。愿它能越办越热，越读越精，成为广大市民文化生活中的一个热点。

——郝正

城市热读

“城市热读”讲座精编

◆主编 刘慧娟

吉林人民出版社

文化之隅

“城市热读”讲座精选汇集

2001-2007

主编 刘慧娟

吉林人民出版社

文化之隅

主 编:刘慧娟

责任编辑:谷艳秋 封面设计:王 康

吉林人民出版社出版 发行(长春市人民大街 7548 号 邮政编码:130022)

印 刷:长春市东光印务有限责任公司

开 本:720mm×980mm 1/16

印 张:22.75 字 数:450 千字

标准书号:ISBN 978-7-206-05381-8

版 次:2009 年 6 月第 1 版 印 次:2009 年 6 月第 1 次印刷

定 价:45.00 元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

编 委 会

主 编：刘慧娟

执行副主编：姚淑慧

编 委：（以姓氏笔画为序）

刘佳贺 刘姝旭 李 超 谢彦君 路维平

前言

讲座的历史由来已久，无论是西方的哲学大师柏拉图，还是东方的至圣先师孔子，都曾以“讲座”的形式传道、授业、解惑。《对话录》、《论语》便是他们留给后人的思想宝库。

“城市热读”讲座是长春图书馆在新世纪伊始突破传统服务，走出自我循环，融入社会，奉献给广大读者的文化精品，现已成功举办了 207 场。“城市热读”讲座以“引领先进文化，倡导科学读书，提升市民素质，建设和谐社会”为宗旨，内容贴近百姓生活，讲授深入浅出，深受市民喜爱，被市民亲切地称之为“城市课堂”、“知识超市”，每场讲座都吸引了众多读者的热情参与。

由于受时间与空间的限制，许多读者不能亲临现场聆听专家学者的精彩演讲。为了把各领域专家深邃的思想传播开来，我们精选整理了其中的部分讲稿汇集成册，让更多的读者分享讲座知识，享受讲座文化。

本书共收集了 31 篇讲稿，按讲稿的内容分设为哲学与经济、社会与人生、文学与影视、文化与艺术、教育与心理、家庭与婚姻、读书与传媒七个栏目。

图书馆是市民终身学习的课堂，承担着文化交流和传

播的社会教育功能。办好“城市热读”讲座，传承社会文明，积淀文化知识，陶冶高尚情操，提高国民素养是图书馆人的历史责任。

我们衷心地希望这部讲座汇编能给予广大读者知识的补养，心灵的抚慰。

编者

2008年10月

目 录

哲学与经济

- 禅宗对中国士大夫人生观的影响 周奇文 (3)
- 在乌托邦与世俗化的张力中探寻人的精神家园 漆 思 (15)
- 激变年代与公民的宽容意识 张福贵 (27)
- 入世对吉林省经济及公民的影响 刘庶明 (39)

社会与人生

- 当代社会转型的趋势、问题和对策分析 邴 正 (49)
- 偶像与 Fans ——超女现象与本质 田毅鹏 (61)
- 职业形象与职业礼仪 高 岚 (69)
- 快乐而幸福地工作 于天罡 (80)
- 把握营销真谛 成功“赢”销自己 陈守则 (90)

文学与影视

- 《金瓶梅》、《红楼梦》与明清进步文化思潮 王汝梅 (105)
- 从《挪威的森林》看村上春树的小说 林 岚 (118)
- “两个唐僧”中的小说唐僧
——古典名著《西游记》赏析 黄季鸿 (127)
- 被征服者的文化自省
——《四世同堂》导读 黄凡中 (136)

红色经典及其当代境遇

- 当代文学的红色传统与当代变异 王学谦 (149)
- 金庸小说漫谈 马大勇 (159)
- 《我们要活着回去》、《荒岛男人》与灾难片 黄也平 (174)
- 《色·戒》：一部充满玄机的故事影片 金振邦 (184)

文化与艺术

- 当代文化热点的冷思 朱 晶 (197)
- 和谐社会与中国文化建设 赵继伦 (209)
- 公共文化服务体系建设的理论与实践 朱鸿召 (218)
- 吉林文化的当代性解读 刘国平 (229)
- 从世界的雕塑艺术看长春雕塑城 殷小峰 (239)

教育与心理

- 学会学习 学会生存 于 伟 (251)
- 创新思维模式的构想 弓 克 (260)
- 从“心”解读职业女性 郑晓华 (269)
- 21 世纪中国人的理想人格模式 陈秉公 (281)

家庭与婚姻

- 家庭理财规划 张臻冰 (297)
- 青少年的特征、价值观与家庭教育 何丰诺 (308)
- 现代女性拿什么拯救爱情? 黄冬梅 (315)

读书与传媒

- 毛泽东的治学思想与读书艺术 邢 志 (327)
- 关于传媒业与传媒人的几点思考 胡维革 (344)
- 后记 (355)

哲学与经济

禅宗对中国士大夫人生观的影响

在乌托邦与世俗化的张力中探寻人的精神家园

激变年代与公民的宽容意识

入世对吉林省经济及公民的影响



周奇文 东北师范大学教授，硕士生导师。从事古典文学教学与研究20余年。多次获学校教书育人先进奖，他的古代文学课被评为学校精品课程。在学术研究方面，主要研究方向是唐宋诗、词、散文（包括佛教与古代文学）。曾发表过《浅谈韩愈散文“尚气”的风格特征》、《论韩文的“尚奇”》、《关于〈文选〉的正名》、《也谈宋词中婉约与豪放两派的评价问题》、《新乐府算不上白居易最好的诗》、《稼轩词的儿女情》等论文30余篇；曾出版《花间集详注》、《隋唐五代文学》、《碑志哀祭文选注》、《挹书博览》、《边塞军旅诗精品赏析》、《中国文学史》、《中国古代文学作品选》等。此外，曾与人合作编写《昭明文选译注》、《古典精华》、《中外文学对比年表》、《古文观止点评》等。

禅宗对中国士大夫人生观的影响

（2002年5月19日）

一、什么是禅？

禅，本是梵文“禅那”（Dhyana）的简称。鸠摩罗什意译为“思维修”，“思维修”用今天的话来解释就是运用思维活动的一种修持。到后来，著名的高僧唐玄奘把它翻译成“静虑”。“静虑”和“思维修”其实是一个意思，安静地深思，静静地思虑，静下心来深思，这就是禅。所以“禅”指的是思维活动所必须具备的一种心理条件，也就是我们现在所说的精神要集中、思想要专一，相当于普通心理学中的“注意”。“禅”就是这个意思，它并不神秘，我国古代习惯于把“禅”和“定”并称为“禅定”，“禅定”就是安静而止息杂虑的意思，“静下心来，排除一切杂虑”，它是佛教六种修行方法之一。“禅定”要求修行

者有一定的姿势，就是“坐禅”。这种坐姿在佛教里称“结跏趺坐”。把注意力高度集中，用这种方式控制个人内部情绪的干扰、外界欲望的引诱，使修行者按照既定的构想和思维路线去进行思考。佛教认为“结跏趺坐”这种坐姿可以治烦恼、去恶从善、由痴到智、由染污到清静，使修行者产生某种心理现象，出现某种特定的宗教幻觉。

禅学最早是从古印度传过来的，古代印度民族非常重视内向自省、排除一切杂虑、静静思维的这种修炼。在释迦牟尼诞生之前，有一部古老的哲学经典叫《奥义书》。《奥义书》里记载了许多关于静坐沉思的方法。在古代印度哲学里面以《瑜伽经》为经典的这一派，他们的实践就是调息静坐。瑜伽其实就是一种“禅”，瑜伽经典里面讲的就是调息静坐、冥思入定的那种修行叫“瑜伽”。气功也是从这儿发展变化来的。当佛教兴起以后，就吸收了这种修行方式，把它当做追求解脱、达到涅槃的一种途径。比方说《经集》这部书，是现代印度佛教研究者公认的最早文献之一，它类似于我国古代儒家经典《论语》，是记载佛祖言说的结集。《经集》这部书的一个中心含义就是讲“坐禅”和“冥想”。如其中第3章第一节就讲修行者要“抑制自己的意志，向内反省思维，守住内心，不让它外骛”。在第11节中又讲：要学会独自静坐，……圣者的道路是孤独的起居生活，只有孤独，才能领略生活的乐趣。后来在佛教当中就有了一整套坐禅修炼的方法，就是“结跏趺坐”，把双腿曲叠在大腿上，挺直脊梁骨，颈部稍稍趋向前下方，气要沉于下腹部，静静地呼吸，目光散视或集中在某一个固定物上，排除一切杂念，这种坐姿就是禅宗所说的“结跏趺坐”。

印度的禅学很复杂，分为“四禅定”，也就是坐禅修行的四个阶段，即初禅、二禅、三禅、四禅。这四种禅定都是通过一种内省的、静思的方式引导修行者把全部注意力固定在既定的佛教信仰上，这样经过长期反复地修炼，就会产生一种特殊的心理感受和种种的宗教幻觉。到了四禅阶段，可以达到无欲、无念、无喜、无忧的境界，就能够获得一种澄澈透明的智慧，这是一种无上的境界，这种境界是只可意会不可言传的。禅宗文献讲，坐禅到最高境界可以出现某种神通。在印度佛教里，禅学只是一种修行方式。中国的禅宗就是在印度禅学基础之上形成的，实际上是关于“注意”在控制人的心理活动当中的作用。我们中国古代的一些哲人也早就认识到了这一作用，并且很重视。比方《荀子·解蔽篇》中说：“人何以知‘道’？曰心。心何以知？曰虚壹而静。”什么是“虚壹而静”呢？《荀子》解释说：“不以所已藏害所将受谓之虚；不以夫一害此一谓之壹；不以梦剧乱之谓之静。”这样的“虚壹而静”，与佛教的禅定十分接近。

类似的言论，在庄子的著作中就更多了。庄子讲的“一志”、“坐忘”、“守一”、“守神”及“用志不分，乃凝于神”等等，讲的都是注意力集中，都是追求一种空明纯净的心境，极似佛教的“禅定”。

因此，作为通行于佛教的这种修行方法，“禅定”确实是外来品，但是作为一种专心一致，注意力集中的心理因素，不仅普遍存在于一切人的有意识的精神活动当中，而且在我国很早就注意到对它的运用，包括向宗教方面运用，如道教讲“呼吸吐纳”，佛教早期的“数息观禅法”就非常类似。这说明佛教禅法的输入是有其一定的文化传统作基础的。

二、什么是“禅宗”？

传说当年佛祖释迦牟尼在灵山聚众说法，只是手里拿着波萝花，展示给与会大众，一句话也没说。听者都不明白他的奥妙，只有站在佛祖身旁的摩迦叶默然神会，微微一笑。于是佛祖便知道他领会到了自己的意图，当众宣布：“吾有正法眼藏付嘱摩迦叶。”所谓“正法”就是全部佛法的根本精神。“眼藏”指佛法能够普照天地万物，人的眼睛可以看见一切。“藏”指佛经。就是说我的全部佛法的精神都传授给摩迦叶，这就是“以心传心、心心相印”的说法，佛祖心里所想的摩迦叶都知道了，然后佛祖把佛法传授给他。这种无言之教便被禅宗视为“教外别传”。因为它是释迦牟尼心里面所想的，没有用语言说出来，被摩迦叶领悟了，所以禅宗后来也叫佛心宗。摩迦叶也就成了禅宗的开山祖师，而且他也被尊为佛祖的十大弟子之首。这样，禅宗的渊源就可以直接上溯到释迦牟尼了，于是禅宗在和其他宗派的对抗中便占据了有利地位。

由摩迦叶往下传了27代，到第28祖菩提达摩时（相当于我国历史上的南北朝时代），他的老师般若多罗尊者对他说：等我死后67年，你就到中国去宣传禅旨，拯救那里的生灵，并且送给他一首诗偈：

路行跨水复逢羊，独自栖栖暗渡江。

日下可怜双象马，二株嫩桂久昌昌。

《水月斋指月录》卷四

这首诗偈暗含了对未来的预言，尤其是前两句。“跨水”暗指达摩要渡海东行，“逢羊”这是预言他将在广州登陆，“渡江”是说达摩到了中国之后要渡过长江到北方去传法。“二株嫩桂久昌昌”预言后来禅宗分为两宗——南宗和北宗。这两宗都曾经繁荣一时。果然，这些预言都一一应验了。这位南印度僧

人东来传法走的是海路，渡过了印度洋、太平洋，在南朝梁武帝普通七年，即公元526年9月21日到达广州，10月1日来到当时梁朝的都城金陵，见到了梁武帝萧衍，但是两人说话不投机。于是达摩折苇化舟，渡江北去，进入北魏境内，随后在洛阳嵩山一带游历并且传授禅法。

到过少林寺或看过电影《少林寺》的人大概都会记得少林寺有一个“达摩洞”，传说长着满脸卷曲络腮胡子的达摩曾在洞中面壁九年。“面壁”不一定解释为面对墙壁，主要是指入禅时的心理、精神状态。默坐冥想，心如壁立，心中像有一堵墙将自己与外界完全隔绝开来，外界的任何东西都不能干扰。据说连小鸟在他的肩上筑巢都没有察觉。最后他也死在那里。还有一种传说，说达摩没有死，有人曾经挖开他的坟墓，棺材里面只有一只鞋，而达摩的法身又回到南方天竺去了。这就叫“只履西归”。

相传达摩禅法的一大特色就是“安心”，“安心”的内容就是“壁观”，所谓“壁观”就是心如壁立，不是面对墙壁而“观”。他认为通过“壁观”可以达到自身和真如佛法相契合的目的，身与法相融为一体。唐朝有一个高僧叫宗密，他对达摩的“壁观”有一个解释，他说达摩是以“壁观”让人安心。什么是“壁观”呢？“外止诸缘、内心无喘、心如墙壁，可以入道。”“外止诸缘”就是要完全停止对外在世界的认识；“内心无喘”意思是连自己的呼吸都感觉不到；“心如墙壁”才可以悟入禅理。这就是后世所说的“面壁静观”。“静观”指的是对理的悟入，达摩是根据《楞伽经》如来藏佛性思想，认为众生本具佛性，与佛同一真性，只要凝心壁观，屏除杂念，由定发慧，便可以悟如来藏佛性，进入佛的境界。“如来藏”突出了一切众生生来就具有清净的如来法身，强化了人人都可以成佛的观念。就是说任何人都具有成为如来的本性、因子，一切众生皆可成佛。

旧的禅法非常繁琐，就是我们讲的小乘禅法的“四禅”，每一禅都有非常繁琐的要求。达摩提出的这种新的禅定方法把它们简化了，他提出了“理入”和“行入”这两种修行方法。“理入”就是在坐禅过程当中，要深信众生都具有真如本性、都具有佛性，“凡圣等一”，只要按照这个禅法修行，普通的人也可以修成佛。在认识上要“舍妄归真，无自无他”：“舍妄”就是抛弃现实世界，因为在佛家看来现实世界是虚幻不实的，不要执着于现实，因为它都是假的；“归真”就是追求超越现实的真如世界；“无自”就是否认个人存在的真实性，每个人在佛教看来也是五蕴和合的产物，也是虚幻不实的，所以要否认；“无他”是否认他人乃至整个客观世界存在的真实性。“行入”是指“入道四行”的修行方法：第一叫“抱怨行”，即要抛弃一切爱憎，“逢苦不忧，要甘心受之毫

无怨恨”；第二叫“随缘行”，即要排除患得患失，逢喜不乐，遇苦不忧，得失随缘；第三是“无所求行”，即要无所追求，教人放弃改善当前生活的要求和愿望，随遇而安，安于现实；第四叫“称法行”，就是一切按照佛教的基本教义（法）去行动。“理入”属于禅学理论，“行入”属于宗教实践。

传说达摩把他的这套禅法传给了一个中国的高僧叫慧可，慧可又传给了僧璨，僧璨传给了道信，道信传给了弘忍，弘忍传给了慧能，是为禅宗六祖。于是，影响了中国千年之久，在中国思想文化上留下了深深烙印的禅宗，便在震旦大地上兴盛起来了。

达摩虽实有其人，但以上所说的拈花微笑、折苇渡江、面壁九年、只履西归等传说，都是后来禅僧们虚构出来的故事。其实，我们完全可以抛开那些后世禅僧们编造出来的“西天二十八祖”之类的传说，从现存的可靠史料当中去发掘禅宗早期历史。

中国的禅宗是在印度禅学的基础之上，融合了中国的土生土长的一些思想观念，像“老庄思想”及“魏晋玄学”，所形成的一种既具有精致的世界观理论，又具有与世界观相契合的解脱方式和认识方法的一个佛教流派。它是印度佛学的深化和发展，也是印度禅学的中国变种，是中印民族文化相碰撞的产物。剔除禅宗形成过程当中那些种种的神话传说，它的真正开山祖师应是六祖慧能。

慧能俗姓卢，原来是范阳人。他的父亲原来在唐朝做官，后来被贬，流放到岭南，成为新州（今天广东新兴）的一名普通老百姓。慧能生在唐太宗贞观十二年（638），卒于唐玄宗先天二年（713），主要活动在唐高宗时期。他三岁丧父，家境贫寒，以砍柴为生，养母度日。24岁时辞亲出家，到蕲州黄梅冯墓山（今湖北黄梅）东禅寺参拜五祖弘忍。初次见面，弘忍便觉得这个樵夫“根性大利”，但为了表示一视同仁，还是让慧能先在寺院里做杂务。八个月后，弘忍要选择衣钵继承人，就让门人各做一首偈子，用来表达自己对佛教修行的见解。弘忍的上座大弟子神秀，先写了一个法偈贴在墙壁上：

身是菩提树，心如明镜台。时时勤拂拭，勿使惹尘埃。

神秀这个偈子的佛学涵义是：虽然佛性是人人都有，但是由于为客尘所染污，就像镜面上落满尘埃，失去了照物的功能，所以要时时拂拭，不断地修习禅定，不使心灵沾染外界的尘埃，才可以成佛。所以，这个偈子实际上浓缩并概括了印度佛教的“戒一定一慧”三个阶段的修行过程。这种解脱方式被后代禅僧称为“渐修”（渐门）。但弘忍看了之后说“未见本性”，即没有认识到自己的本性，没有获得解脱的根本。说他只到门前，还未入门。但这个偈子

给人留下一个求进不懈的修学者的形象，尽管弘忍认为“只到门前，尚未得人”，但他又告诉门人，“凡夫依此偈修行，即不堕落”。（《六祖坛经》）

慧能也作了一个偈子，但他不识字，所以请人代为书写于墙壁上。

菩提本无树，明镜亦非台。佛性常清净，何处有尘埃！

慧能的偈子完全是针对神秀的偈语而发的。因为神秀仍然执着身心色相，所以慧能说“菩提本无树，明镜亦非台”，这主要在于打破修持中对于身心的执着。由于神秀把染、净、凡、圣绝对地对立起来，把染污看做是外来的因素，因而要求人们“时时勤拂拭，勿使惹尘埃”。但在慧能看来，心生种种法生，心灭种种法灭，染、净、凡、圣关键在于自心一念，心生善端即为善，心生恶念即为恶，心性自然，本来清净。所以，慧能说：“佛性常清净，何处有尘埃。”可以看出，慧能主要是从本然的心体上批评神秀的。慧能这短短的四句偈，不仅概括了以后南宗禅对神秀禅法种种批评的精神要旨，而且也确立了慧能在禅门中的地位。于是慧能得到了五祖弘忍的认可。弘忍就在夜半三更时把慧能唤入室内，给他讲说《金刚经》的妙旨，并且把衣钵袈裟传授给他。慧能得到法衣之后就南下大庾岭，隐居15年，弘忍圆寂后，慧能在韶州曹溪宝林寺弘传禅法达30余年，建立起风靡千年的南宗禅，被尊为禅宗六祖。

三、慧能的佛学思想

1. 慧能佛学思想的中心是他的“佛性说”。什么是佛性呢？就是成佛的可能性，成佛的因子、种子。大乘佛教把佛性当做人能够成佛的原因。照大乘佛教看来，佛性就是宇宙的本体真如，也就是最高的智慧般若之智。所以佛性也就是“如来性”和“觉性”。慧能认为佛性本来是人人都具有的，不分地区和民族。但为什么有的人最后堕入恶道而不能成佛呢？慧能认为，佛性本来是清净的，人人都是可以成佛的，只是由于人心中所产生的妄念覆盖了这种真如本性，使他不能认识自己本来具有的佛性，所以最后堕入恶道，没有成善果。所以慧能说“自性常清净”，犹如“日日常明”，“只为云复盖”，才造成了“上明下暗”的局面，而蒙蔽了自己的本性。为此慧能提出了“识心见性”成佛说。“见性”的“见”不是用眼睛看的意思，“见性”和“识心”意思相同，是指对自我本性的认识、理解和体验，即对自己本来具备清净不染的本性的发现。慧能认为：“不识本心，学法无益；识心见性，即悟大意。”只有除掉妄念，拨去云雾，自识本心，直见本性，即可见性成佛。因此，慧能要人们“自识本心，

自见本性”，“佛是自性作，莫向身外寻求。自性迷，佛即众生；自性悟，众生即佛”。佛即在自性中，求佛不能到外边去求，只有向自己心中去求，靠自己的觉悟。这是慧能的“佛性说”。

2. 慧能佛学思想的主要宗旨是“三无”，即“无念为宗”、“无相为体”、“无住为本”。（1）“无念为宗”即以“无念”为宗旨。“无念”并不是说一点念头都没有，泯绝一切思维活动，而是对一切现象都不要执着，连这个“不执着”也不要执着。因为一切法是空的，这个空还有另一种涵义，即一切法都是活的，都是因缘和合而成，都在流动变化当中。在佛教看来，马是马，马又不是马，牛是牛，牛同时又不是牛，一切都是虚幻不实的假象，你太执着就把它弄实了，也就是弄死了，就是以万物为“有”了。因此不要有所“念”，不要去分辨事物的是非、真假，只有做到这一点，才能达到涅槃境界。所以，“无念”实质上就是要求身心不为世间的一切事物所束缚，即对一切都采取无所谓的态度。（2）“无相为体”，字面上是以无相为本体。“相”是指事物的形状、性质。所谓无相，就是世界上的事物都是因缘而生的，本性上都是空的，当然没有固定不变的相，一切都归于无相。所以佛经上讲什么是实相，实相就是无相。一切法，自性都是空的，凡是相都是虚妄的。慧能有一句名言：无相者于相而离相。“于”就是接触的意思，所谓无相，就是接触形相的时候能够离开，即不执着于形相，这就要求修行者接触客观世界的时候，不能形成感性认识，以免对外界事物产生贪恋、执着和追求。（3）“无住为本”即以“无住”为基础。“住”是停止不动的意思，指事物形成之后相对的稳定状态。佛教认为事物的生灭变化是无常的，世界上是没有常“住”不变的东西，事物没有独立的自性，因此也就没法认识、判断，任何肯定或者否定都是错误的，都是犯了“住”的错误。在事物面前停下来，没有看到它是变化的、运动的。就是说，人的认识不应该把意念定住在任何事物上，不应该以固定的概念作为事物的本质，不要把本来性空的事物执着为实有，心里面不能有所趋向，这也是“住”。所以“无住”就是心里面无所执着，无所取舍，没有特定的心理趋向。《金刚经》里面有句话：“应无所住而生其心。”这个“心”指的是佛的智慧，意思是你能做到无所住才可以产生佛的智慧，才能成佛。这是慧能所说的“三无”思想，是禅宗悟道的基本途径。三者是密切相联的统一整体，其中“无念为宗”居于最主要的地位，主张排除杂念。排除杂念的根本要求是不能执着于任何事物的相状，不在任何事物上定住，不把任何事物视为实有。

3. “顿悟”成佛说。以神秀为代表的禅宗北宗，主张“渐修”，“时时勤拂拭，勿使惹尘埃”就是讲的渐悟。慧能针对神秀的“渐修”提出了“顿悟”的