



做人从感恩开始

Zuoren Cong Ganen Kaishi

辛友鱼 编

· 著名学者万俊人先生作序 ·

甘泉尽情浸润着花草的清香，树木的林荫，竹叶的舞影。
感恩承托着生灵的脉动，温情与关切让人世间春暖花开。

做人从感恩开始

.....
Zuoren Cong Ganen Kaishi

辛友鱼 编

中国人民大学出版社

· 北京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

做人从感恩开始/辛友鱼编.

北京: 中国人民大学出版社, 2008

ISBN 978-7-300-09877-7

I. 做…

II. 辛…

III. 人生哲学-通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 164999 号

做人从感恩开始

辛友鱼 编

出版发行	中国人民大学出版社				
社 址	北京中关村大街 31 号	邮政编码	100080		
电 话	010-62511242 (总编室)		010-62511398 (质管部)		
	010-82501766 (邮购部)		010-62514148 (门市部)		
	010-62515195 (发行公司)		010-62515275 (盗版举报)		
网 址	http://www.crup.com.cn http://www.ttrnet.com (人大教研网)				
经 销	新华书店				
印 刷	河北三河市新世纪印务有限公司				
规 格	155 mm×235 mm 16 开本	版 次	2008 年 11 月第 1 版		
印 张	13.5 插页 2	印 次	2008 年 11 月第 1 次印刷		
字 数	152 000	定 价	19.80 元		

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

序 感恩，只因为爱

万俊人

人们喜欢谈论的人生主题大都集中于人生的目的和价值，这是自然而然的事情。人活着，当然需要首先弄清楚“人活着是为了什么？”可事实上，比这个问题更具体也更实在的是，人如何活着？活着的人需要些什么？如何面对我们的生活世界？在日常生活中，这些问题似乎要比人生的目的问题来得更复杂、更多纠结、更需要严肃思考。在理论和观念上，目的优先于手段，而在行动和实践中，手段和条件往往比目的更重要。

在我们这个小小的星球上，芸芸众生，生生灭灭，环环勾连，互依互动，自然天成。大自然的神奇令人赞叹，更令人敬畏。在芸芸众生之中，达尔文的物种进化论和许许多多类似的科学理论证明，人类是最富灵性的高级生物。然而，许许多多的生命事实和历史事实证明，人类也是最为脆弱的生物之一。在这个星球上，生物的生命力并不完全取决于某一生物自身生命力量的强弱及其求生放生之生命意愿的强弱。恐龙的生命力不可谓

不强，生存的欲望不可谓不劲，却早早地只能作为化石标本“活”在生物博物馆里，活在比它弱小何止千百倍的人类的生命记忆中！坚强且智慧与脆弱且敏感奇妙地聚于人一身。

人类绵延不绝的生息繁衍的确是个奇迹！如果这奇迹不能归功于上帝的创造——上帝创造亚当和夏娃以及亚当和夏娃的造爱神话多么美丽动人！——或者其他神灵的创造，那一定应归功于人类自身某种或者某些独特的生活品质！细腻而缠绵的情感、敏锐而复杂的心理、无限生长的欲望和意志以及高超的理性和智慧，让人类自诩为“情感的动物”、“理性的动物”、“道德和文化的动物”、“政治的动物”、“语言符号的动物”，如此等等。可尽管如此，人类并不因此而比其他动物更坚强。人的生命脆弱性似乎从一开始就已然注定：人猿揖别之始，人开始直立行走，双手的解放同时意味着双脚的重负，人类艰难的生命之步由此迈出，沉重却又豪迈。因为脆弱，人类选择了以社会的方式求生存求发展；因为有了社会，作为“依赖性的理性动物”（麦金太尔语），人类个体得以解除生存的孤独，获得了相互依存、相互支撑的人际力量；进而，也因为这种人际的相互性，人类不得不面对“他人”，不得不用心关注和料理“他人问题”。人类因此明白，每一个人都生活在一个自然的世界，也是一个社会的生活世界，一个人与人相与共存的世界。

生命的血缘和亲缘，使人有了亲情和人伦，也使人意识到自我生命的有限和无限：有限是个体生命的自然宿命，无限则是人类生命的“存在之链”和精神不朽；前者让我们每一个人意识到，在伟大的生命世界和“存在巨链”面前，个体自我的生命和力量是如此渺小、如此脆弱、如此短促、如此无助甚至无能；后者又使我们对自己的同胞和同类、乃至我们生活于其间的群体、

社会、广袤无垠的世界充满共生永续的生命期待、伦理情感、审美体验和对于永恒与不朽的精神信念。面对逝者，生命的期待随着人类悲欢离合的泪水涌出，在婴儿嘹亮的啼哭声中传递；面对亲人和同胞，伦理在悲他人之所悲、乐他人之所乐的同情和共感中凝结，在爱中升华，在恨中毁灭。然而，即令是毁灭，也不会像无情的冷漠那样令人无动于衷，因为除了因误解和狭隘所滋生的仇恨，恨也可能缘于后悔而成为自我的悔恨，抑或由于相互期待的落空而生相互的怨恨。法国生命哲学家居友说，每一个有着健康生命的人，都有多于自己的痛苦所需要的眼泪，也都有多于自己的快乐所需要的微笑。我们可以不信，但却无法否认！

然而，如果仅仅凭借人类的血缘和亲缘，我们对生命的期待并不远大，也不牢靠。因为在万物竞进的生命世界，没有人可以担保血缘的永续和亲缘的无限。如果说，在生命的世界里，孤独的生命个体只能是汪洋大海中的一只小船，那么，系于血脉亲缘的亲爱最多也只能是风劲云重的天空中一叶飘扬的风筝，永生的理想可随之飘升，却无法寄予坚定而永恒的期望。因此，人类的智慧赋予人以伟大的创生之力——我们缔结家庭、社群、社会、民族、国家，以此构筑我们伟大的生命共同体；我们寻求不同社群、不同社会、不同民族、不同国家之间的相互性和依存感，以求我们生命活力的强大；甚至，经过漫长而曲折的人类文明真谛的探索，我们又开始重新认识我们生活于其间的大千世界，寻求不同物种、不同生命形态之间的相互依存和生命感通。于是，我们的爱不仅由自爱而进至亲爱，继之由亲爱而扩至仁爱和大爱！这伟大的爱源于母亲的乳汁却能汇成滔滔江海，它如同人的生命却又创造着无数生命的奇迹！大爱无边，大爱无底！它让啼哭的

婴儿发出带着乳汁温馨的咯咯笑声，让争斗、仇恨和战争在鲜艳夺目的红十字符号前停止，让陌生者之间握手问候，让流浪者感受家的温暖，让沙漠获得雨露，让小草得到滋润，让濒临绝望的生命物种获得救助，重新点燃生命的燭火之光！万类霜天竞自由，只缘共生此界中。

我们当然不会幼稚地想象，我们的生活世界已然纯净到只有爱而没有恨，只有同情而没有冷漠，只有依存而没有竞争、甚至没有争斗与怨恨。这不单单是因为人有欲望和理性，而且也因为我们亲眼目睹过无数次仇杀、战争还有道德冷漠：在希特勒纳粹向犹太民族举起屠刀的时刻，我们看到的只有仇恨没有人类之爱；在此起彼伏的硝烟炮火中，我们看到的仍然只是仇恨没有人类之爱；在“范跑跑”出自求生本能的逃跑中，尤其是从他为自己的逃跑所做的自我申辩中，我们看到的只是道德冷漠没有哪怕是起码的亲情之爱。是的，人们可以用各种自以为是的“充足理由”为自己的自私行为开脱辩护，比如，因为自己民族的生命高贵和生存权利，因为自己坚定不移的政治信仰，或者，因为自身生命的唯一性和头等重要性的等等。然而，在所有这些理由中唯独不见爱的踪影，因为人类的爱总是无私的。我们当然不必把爱当成人类行动的唯一理由，爱的理由或许也并不足够，但我们同样也不能因此而用任何现实主义合理性的辩护理由来否认人类的爱：“范跑跑”的母亲在给儿时的他喂奶时，唯一的理由只是因为她是他的母亲！可成人的“范跑跑”在发生地震灾难的危机时刻选择不顾母亲的“充足理由”却是自己的生命高于一切！在母爱与自爱之间，或者更确切地说，在爱与无爱之间，差别如此赫然！本能为所有生物和动物所共有，唯有爱才是特属于人类的道德品质，因此，爱也成为我们区分人类与非人类的一把铁尺。

因为爱人，使爱人者变得高尚；因为被爱，理应让被爱者充满感激。早在17世纪，美国新英格兰地区的“新来者”（the new comers）发明了一个具有伟大意义的节日：“感恩节”（Thanksgiving）。感恩，是因为给予。或者说，给予是感恩的原因，而感恩则是给予的结果。于是，现代的经济学家们会很自然地推出：爱实际上也是一种相互交换，即使这种相互交换并不一定是等价的。按照这种逻辑推理，母亲的乳汁不过是儿女赡养的一种预付，而“以眼还眼，以牙还牙”也可以归于爱的范畴。然而不会有太多的人相信，这种基于“算计理性”或“经济理性”的逻辑推理即是人类情感的逻辑，人们甚至会说，人类的爱的情感根本与逻辑和逻辑推理无关！印第安人在给那些冰冻中陷入饥寒交迫生命垂危的新英格兰人送去火鸡和其他食品、并教会他们种植技艺的时候，没有任何契约，也不会考虑什么回报和交换，他们给予的唯一理由大概只是为了拯救同类的生命。如果说，新英格兰人发明感恩节并在获得给予的几百年后，决定给予印第安人以某种特殊的社会福利或特权，可以算作是一种对给予的回报和感恩，那印第安人的预付期也未免太过漫长、太不合理了。很显然，享受回报和感恩的已经是他们死后多年的后裔，而非他们自己。而且，新英格兰人回报和感激他们的大部分理由还在于，后者实施的工业化和现代化，让那些被视之为“土居民”或“原居民”的印第安人付出了太大也太过于沉重的代价，比如说，他们因此而失去了土地，失去了家园，甚至于失去了生命。

17世纪的荷兰哲人斯宾诺莎在其名著《伦理学》中写道：“感谢或感激是对爱的欲求或热望，藉着它，我们努力有益于那从一种相似的爱的情感中受益的他。”感恩的确缘起于感恩者得到了捐助者和帮扶者的无私给予。患难之际，这给予的价值是无

法算计、无比珍贵的，无论是冬天里的一把火、一枝干柴，还是饥饿时的一碗稀饭、一片面包，抑或是痛苦和绝望中听到的一句安慰、一声问候，所给予饥寒交迫者的不仅仅是温饱，还有心灵的温暖和生活的勇气与希望。因此，这给予才应该得到永远的感激，才值得恩情与爱意的回报。无私的给予没有任何附加的条件，它绝不以谋求回报和感激为前提，否则，给予就变成了有前提条件的赐予和预付。同样，真诚的感恩一定发自良心的感动，它绝不附带任何矫情和私心，否则，感恩就会变得不近人情，变得虚伪而浅薄。被救的三岁男孩忍着左手的伤痛微笑着向救出他的军人们举起右手敬致军礼时，本真而令人感动地界定了什么是感恩。那些幸存的小学生们向奔赴救灾现场的人们自发地高举“谢谢！”的标语时，生动而确切地诠释了感恩的朴实意味。唐山的农民兄弟自发地组织起来，千里迢迢赶赴湖南冰灾现场和汶川地震灾区的行动，赋予了感恩深刻而久远的情感意义。……所有这一切都根源于爱，表达着人类生命共同体的力量和希望！

几乎无须任何解释和教诲，行动本身就能让我们真切地感受和明白什么是爱，什么是爱的感动，什么是基于爱且表达着爱的感恩！天塌地陷的瞬间，母亲毫不犹豫地用瘦弱的身躯为婴儿支撑起生的天空，她有足够的信心用手机短信留下她人生最后的留言：“亲爱的宝贝，如果你能活着，一定要记住我爱你！”因为她所期待的不再是感恩，而是爱的热望；千钧一发之际，老师义无反顾地用护送学生求知之帆的摇橹的手，为面临灭顶之灾的弟子们挡住死亡的惊涛骇浪，他有充分的理由为自己之为人师的职业而感到骄傲，因为他留给自己学生的不只是关于爱的知识，还有更深刻的爱的行动。

哪里有灾难，他们就在哪里现身、甚至献身，他们是中国军

人。作为中国军人，他们还有着一种独特的身份：人民子弟兵！这独特身份的全部来由仅仅是：他们来自人民，服务人民，为人民的利益而英勇战斗，直至牺牲！这身份的独特性在于，它不仅具有国家政治的含义，如同世界上绝大多数的国家军人那样，而且更重要的还有着人民政治伦理的含义：他们同人民血肉相连，休戚与共，生死相依。因此，人民的灾难有如天命的召唤，他们不顾一切。参谋长告诉他的士兵，无论多么艰险，都必须尽快赶到汶川，抢回陷入死亡深渊的汶川人民，即使牺牲在赶往汶川的途中，屈死的头也要朝向汶川！因此，他们的英勇和牺牲不仅被民族和国家授予最高的政治荣誉，还被人民——无论是家乡的人民还是异乡的人民，也无论是民族和国家的人民还是世界的人民——赋予最高的道德荣耀！面对那些率先跳入洪水急流的人民子弟兵们，面对立下遗嘱超高空跳伞救灾的中国航空兵们，尤其是面对那些已然牺牲在救灾战场的英雄军人们，面对那些在夜以继日地救灾救民的战斗中已然累得精疲力竭的中国军人们，天高地厚！情义无价！我们如何感激？如何感恩？“英雄儿女！”这似乎是中国人民给予他们唯一的、肯定也是这个世界至高无上的军人嘉奖！你甚至仍然可以挑剔地指正说，视军人为儿女多少残留着传统儒家伦理的遗迹。可我想告诉你，当人民在生死攸关的紧急关头把他们生存的希望毫无保留地寄托给自己的子弟兵时，还有什么比这种血脉相通的军民伦理更值得信赖？更为圣洁呢？“人民军队”是当代中国军人的最值得自豪和荣耀的姓名，这一姓名的原始宗姓是“人”，而它的伦理取字则为“民”。如果我们一定要表达对“人民军队”的感激，唯一可以启用的语言也许只有“致敬，英雄的人民的儿女们！”而我们得到的回应一定是：“感谢人民！”

在这里，我们分明听到了绵延不绝的感恩的回音和呼应！人与人、群体与群体相互间的感恩在持续地相互呼应着，如同群山竹林间经久流淌着的春之溪流。这溪流唤醒了冬眠的花草，滋润着茁壮生长的树木森林，甚至抚摸着枯藤与落叶，带着所有山的生灵和所有生灵的梦想，顽强地奔向遥远的大海。在这不断的给予中，春溪也尽情地浸润着花草的清香，树木的林荫，竹叶的舞影，承托着一切生灵的生之欢笑和死之哭泣，以及汇入大海时欢乐的呼啸。于是，青山得以永驻，绿水得以长流；感恩得以不绝，大爱得以无限！

爱，既彰显人的伟大，也因为人的渺小。是的，我们每一个人都需要爱和被爱，因为每一个人都难以孤独地面对世界，无法单独地料理好自己的生活。因之，每一个人都需要他人的帮助。独立自主的确是个体人格的尊严所系，然而，人格独立更多是一种政治承诺，洁身自好也只能是一种个人的道德理想。马克思说，现实的人是社会的人。社会契约论者说，人之所以缔结社会和国家，是因为只有社会和国家才能使人减少和免于单独生存所不得不面对的风险，才能使人在社会分工和社会合作中各取所长并因之而创造出更多的财富。安宁与福宁是人类选择以社会的方式生活和发展的两个基本目的。人类缔结社会的契约并不是简单的市场契约，即使是市场契约也不仅仅是博弈，共存共生、合作互助也是人类相互交际的应有本义。况且，我们自身的生活经验和生活世界不断地提示我们，感恩和仁爱是每一个人所必需的人生资源。我们的生活需要食物和住所，也需要感情的温暖和心灵的慰藉，一如山间的小草需要雨水和阳光。爱是冬天里的阳光，感恩是沙漠中的雨水。冬天里的阳光不要求冬天取暖的人们提供任何回报，只希望他们感受温暖；沙漠中的雨水也许没有绿

色的希望，可这并不能阻止它遥远的绿色期待。明乎此，我们便不只是静静地等待，而是积极地行动，去关爱他人，关爱你所属的社会，在获得感激的同时，用充满爱心的行动表达我们的感恩。

睡在摇篮里的婴儿说：“爱是妈妈的怀抱，妈妈的怀抱是生命的摇篮。”

妈妈说：“孩子，感恩才是轻摇着生命摇篮的手，有了轻摇着生命摇篮的手，宝贝的睡梦才会更安稳、更悠长。妈妈只是为了让你睡得安宁，梦得甜蜜，才乐意每天为你唱着春天的歌，让你伴着月亮、星星、蚰蚰和夜莺，一起入眠，一起入梦。可妈妈不能同时给你摇着生命摇篮的手，那得靠你自己的造化。”

长大的孩子说：“母亲，我明白：爱，不是为了感恩！感恩，却只因为爱！”

写于汶川地震灾难尚未过去的静夜

北京郊区悠斋

目 录

序 感恩，只因为爱 / 万俊人	1
-----------------------	---

· 敬仰自然，善待生命

——生活在大自然的怀抱里

生活在大自然的怀抱里 / 卢梭	3
大自然 / 歌德	6
三十岁 / 乔治·桑	10
面向落日 / 国木田独步	13
西西弗的神话 / 加缪	15
善待地球，善待生灵 / 珍·古道尔	20
热爱生活 / 亨利·大卫·梭罗	23
感恩与善待 / 史怀泽	25
生活态度 / 池田大作	35
生活是美好的 / 契诃夫	39
面朝大海，春暖花开 / 海子	41

血浓于水，亲缘于情

——亲情止于无限

祭十二郎文 / 韩愈	45
项脊轩志 / 归有光	48
祭妹文 / 袁枚	50
风筝 / 鲁迅	53
背影 / 朱自清	56
父亲和我 / 杨振宁	59

执子之手，与子偕老

——缘分的天空

罗密欧与朱丽叶 / 莎士比亚	73
爱是自我完成 / 里尔克	78
与妻书 / 林觉民	84
无情的多情和多情的无情 / 梁遇春	87

义薄云天，友谊万岁

——那些浸满感动的记忆

与书为友 / 塞缪尔·斯迈尔斯	93
只为那美妙的一瞬 / 夏多布里昂	95
我是幸运的 / 凯瑟琳·赫本	98
与山巨源绝交书 / 嵇康	101
朋友 / 巴金	105

烛光之恩，园丁之情

——点亮我们心智慧光的人们

最后的一课 / 都德	111
------------------	-----

梦想悠悠 / 亚力克斯·黑利	117
人生的意义 / 汤川秀树	121
高师精神 / 让·季洛杜	124
读书的艺术 / 林语堂	128
清华不是读书的好地方 / 余冠英	135
读书人的追求是觉醒 / 蒋孔阳	140
假如我有九条命 / 余光中	148
我的师承 / 王小波	152

感恩社会，宽容他者

——有你，我便不再孤独

在葛底斯堡的演说 / 林肯	159
信仰自由 / 爱因斯坦	161
我有一个梦想 / 马丁·路德·金	163
假如给我三天光明 / 海伦·凯勒	168
幸福的秘诀 / 莫洛亚	182
岳阳楼记 / 范仲淹	188
艰难的国运与雄健的国民 / 李大钊	190
留学巴黎 / 冼星海	192

敬仰自然，善待生命
——生活在大自然的怀抱里

