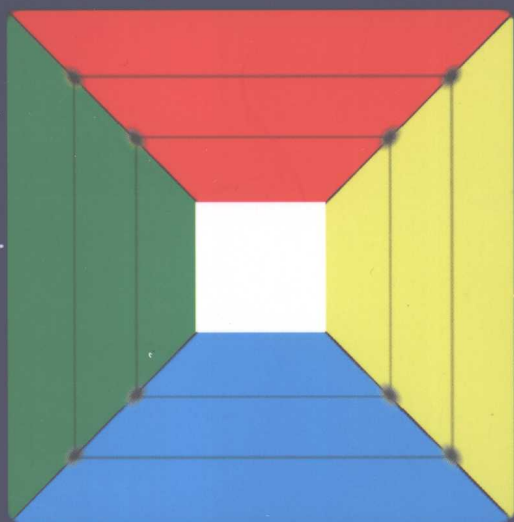


自在解脱

——走上回家的路

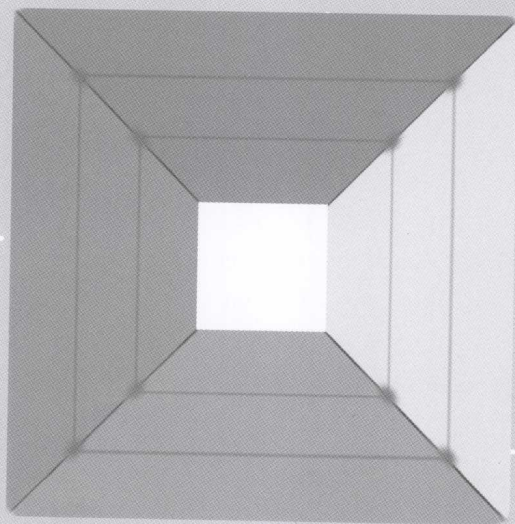


张致生 著

云南民族出版社

自在解脱

——
走上回家的路



张致生 著

云南民族出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

自在解脱: 走上回家的路 / 张致生著. —昆明: 云南民族出版社, 2007. 4

ISBN 978-7-5367-3702-0

I. 自… II. 张… III. 人生哲学 — 通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 043989 号

责任编辑	车树清
出版发行	云南民族出版社 (昆明市环城西路 170 号云南民族大厦 5 楼 邮编: 650032) http://www.ynbook.com ynbook @ vip. 163. com
印 制	云南民族印刷厂
开 本	850mm×1168mm 1/32
印 张	7.625
字 数	135 千字
版 次	2007 年 4 月第 1 版
印 次	2007 年 4 月第 1 次
印 数	1~1000 册
定 价	38.00 元
书 号	ISBN 978-7-5367-3702-0 / I·764



前 言

倘若生命是水，你便是水里的鱼。除了水，没有其他选择，除非你拒绝生命。

当你感激生命的时候，整个存在都会因你而变得生动。于是，没有了你和我的差别，内和外的差别，强者和弱小的差别……眼前的一切，都充满了存在的意义。一滴水，一粒灰尘，一只苍蝇，甚至一只蚊子，都有了存在的意义。所有的一切，都在你内心的光明中。



倘若有一天，你获得类似的感悟，那么可以说，你已经真实的自在解脱了。唯有那时，你才是顶天立地的人。

自然本来就是和谐一致的，无论是天、地、日、月、风、雷、山、泽，还是天阴、天晴、下雨、刮风，凡自然种种现象，凡社会种种现象，都是一体的。

唯一的不和谐，是由于我们有许多偏见。我们沉沦得太深，走得太远，长年累月都在与自我作抗争，与别人作斗争。

当神光到达摩跟前寻求解脱的时候，他问：师父，怎样才能使内心获得安定呢？达摩回答：你把心找出来，我替你安好它。神光向内观察了几个时辰，随即对达摩说：觅心不可得。这就是有名的禅宗公案。

茫茫人海中，有多少人知道自己内心不安呢？至少，神光是知道的，他知道自己内心不安，随时随地都有各种矛盾、冲突和抗争。

圣人征服自己，英雄征服别人。脚下的路是每个人自己选的，与别人没有太多关系。我们没有理由逃避现实，要以微笑面对人生。

无论你选择成就一番事业，过一种红红火火的日子；还是选择普通平凡，过一种平平淡淡的日子。假如你对生命不进行深入细致地了解，那么，生命对你来说，就不是一次又一次地升华，而是一次再一次地坠落，它使你走向内心痛苦的深渊，精神上的孤独和寂寞将围绕着你。

希望这本书，能在这个多彩而缤纷的时代，成为你精神上的良友，使心灵深处得到一些慰藉。

2003年12月17日



综 述

——谁来支撑灵性的天空

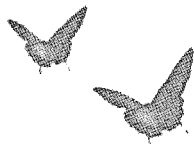
“天行健，君子以自强不息。”这是易经乾卦中的象辞，是乾卦的中心思想，也是整部易经的中心思想。天道（存在）的运行总是奔向无限广阔、无限光明的未来，决不停留。对向往光明的人来说，当效法这种精神，依天道而行，不断地升华完善自己，不要认为有一个所谓的终点存在，对精神世界的探索和感知同样是没有穷尽的。“地势坤，君子以厚德载物。”这是易经坤卦中的象辞，意思是：大地具有生养万物而不居功，容纳万物而不分别对待的德性。对向往光明的人来说，当效法这种精神，心胸开阔，品行宽厚，容纳学习各种门派、宗派、学派的精神成果，总结吸收其精华，为个人的人格修养所用。只有这样，方能达成天、地、人合一的精神境界。本书是笔者在探索内心世界的过程中，从成长到成熟的心路历程，是探索内心世界的感悟。



过去，在没有产生人类之前，存在是孤单的。因为没有任何生灵来认识它的存在，它是孤独的。由于它是全部，是运动变化的整个存在，它并不是一个有形的个体，它需要被感知，同时也需要不断进化。

经过数不清的漫长岁月，终于有一天，生命诞生了，是一些简单的细胞。存在因此而欣喜。在此基础上，又经过漫长的岁月与等待，终于产生了植物和动物，生灵也就同时产生出来，在有些生身上都具有了灵性。这时，存在感到欣慰。在有些生物身上已产生了感觉器官，它们都有了进化繁殖的冲动，但是这个力量却不能被它们把握。当然，对于动物来说，无意识的冲动在身体上得到了充分的表现，由于有了大脑，使进一步感知存在的力量成为可能。动物能有目的地获取食物，有意识也随之产生了。

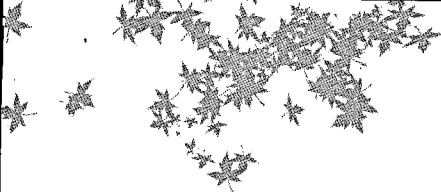
虽然产生了植物和动物，但是还没有产生能认识自然、感知自然的生灵。于是，经过漫长的岁月，类人猿产生了。随着时间的推移，类人猿不断进化，思维能力以及认识自然的能力都在不断增强，在自然界的食物链中，他们异军突起，成为其中的佼佼者。他们中的极少数开始静心冥想，由此觉察到存在生育万物、化生万物的力量，从而产生了模糊的自然崇拜。这是存在的第一次大狂喜，终于有生灵能感知它了。尽管如此，那时还没有产生精神世界，也就是天界。



盘古开天地是什么意思，为什么盘古是第一个神？随着类人猿的进一步进化，现在意义上的人出现了，但是他们基本上都是有头脑、会思考，能掌握物质工具的高级动物，仅此而已。真实意义上的人还没有出现，也就是与天地合其德，与日月合其明，与四时合其序，与鬼神合其吉凶的人，还没有出现。

盘古其人在上古时代到底叫什么名字，已无从考证，我们要关注的是他的精神行为。盘古观察到，所谓的人拥有了许多外在的利益之后，并没有获得真正的快乐。人与人之间并不坦荡，为了获取更多外在的利益，相互算计、欺骗，甚而发动战争。人们在贪欲的牵引下不断沉沦，堕入内心痛苦的深渊，以人道为核心的六道由此形成。于是，他返观内心世界，寻求内心的平静与解脱。有一天，在苦苦思索不得其解的时候，他把自己的全部奉献给了面前的星空。他的双眼变成了天界的日月，体内的气息变成了云和风，体液变成了江河湖海，骨骼变成了大山和岩石，毛发变成了花草树木，热力变成了火和光，全身的结晶（舍利）变成了星星。存在因此大为感动。他交给了星空，星空也交给了他，他与存在的意识合为一体，与存在合为一体。在无比强大的精神力量的支撑下，天、地、人的合一情况下，精神世界被创造出来，天界产生了。在天界同样有天空和大地，比人所在的地上世界要好得多。在那里，只有生前内心坦荡的





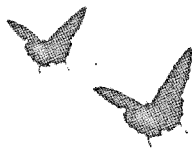
人，死后的灵魂才能升入天界。他也因此成为天界第一个神。这就是开天辟地。

随后，盘古深深地意识到，一直由他一个人来支撑天界显得孤单，也不符合存在的本意。存在需要有许多人来认识它，由此推动整个存在向前运行，奔向无限广阔、无限光明的未来。

因此，盘古开始为天界培育人才，寻找适当的人选，而后隐退。起先，只有极少数人内心向往光明，始终对师父坚信不移，保持清心淡泊的良好品行。伏羲氏、神农氏、黄帝都先后成为后继者。可是，要成为后继者，没有大生大死、大智大勇和真爱，就无法证入光明之身，成为真正的光明使者（天使）。因而维护灵性世界和平的光明与争夺灵性世界至高权力的黑暗间的战争成为历史的必然。黑暗为了争夺天界的控制权，光明为了维护天界的和平，从此展开了一场又一场旷日持久的战争。天界也曾多次被黑暗力量所控制，然而，黑暗的控制总是短暂的，由于天界的缘起，依内心光明而生（大明终始）。《易经》乾卦、坤卦中表明了这段历史：“用九，见群龙无首，吉。”“上六，龙战于野，其血玄黄。”

光明力量与黑暗力量，天神与魔鬼的较量，可以从中国、印度、埃及、希腊、波斯等文明古国的神话中窥见许多痕迹。

“逆水行舟，不进则退。”生命之所以存在的动力就



是不断地进化与升华。生命的形式是多种多样的，有我们肉眼能感知到的有形生命，也有肉眼不能感知到的无形生命。科学发展到今天，对无形生命的了解依然是那么缺乏经验。究其原因，在于人为了外在的利益，使自己身心疲惫不堪，不能感知更为高级的其他生命的存在。没有感知到他们，与自认为他们不存在，并不能画等号。物理学方面的研究，已经探索到隐形物质的存在，这是不是值得我们进一步深思呢？

过去的圣者们，由于他们感应了存在的本意，从而结合当时的社会背景，采取了不同的教导方式。不论是“神道设教”（三皇：伏羲、神农、黄帝），“人道设教”（孔子以及各种党派），还是“神道与人道结合设教”（佛教、基督教、伊斯兰教），无非一个目的“天命不可违”，也就是表达存在的意志“上苍有好生之德”，引导醉生梦死的世人洗心革面，内证自心的光明，踏上存在的列车。



佛家有言，我们所在的世界是娑婆世界。从更高的精神层面来看，娑婆世界也是一艘渡人的船。没有任何世界是一成不变的，即使是精神上的世界也会变。人类感知到的外太空，通过望远镜观察或将来派遣飞船能到达的地方，仅只是娑婆世界的一部分。物质世界的星空是无限的，我们所在的地球正好处于我们所能感知的这个旋转的宇宙外围。整个存在是由无数的宇宙所构成，

精神世界的存在也依然如此数不清，没有尽头。仅仅采用向外探索的方式，不能使人感知存在的全部，并不能使我们认识到生命存在的真实意义，然而存在将奔向无限广阔、无限光明的未来，决不停留。实际上，在每个灵魂的心灵深处，都渴望能认识永恒，并能达成永恒。进而摆脱生死轮回，走上回家的路。假如一直心存依赖，每个人都将失去成为顶天立地的人（盘古、伏羲、佛陀、老子、庄子、孔子、耶稣、穆罕默德等）的机会，一直被外力左右。只有能够自主，并能承担起过去圣人所负重担的人，才能支撑娑婆世间的精神世界，从而走上回家的路——自在解脱的路。

第一部分“自在之心”，提出明了自心，在人生的旅程中，证入自性光明的九个前提：

“向道之心”揭示了，每个人都有达成灵性圆满的需要。这项需要来自内在成长的渴望，回避或者逃避这项渴望，自己的灵性将无法成长，也将使自己的精神坠入痛苦的深渊。人的肉体总要死去，不死的是什么？那就是灵魂。可是当一个人的灵魂背负太多邪恶的时候，灵魂也将死去。真实灵性的圆满，就是使灵魂不断获得新生。要认知内在的需要，不被外物所累，感知“向道之心”这项内在的渴望，是一个人灵性升华的基础。

“观察员”表明，人往往都被自己的情绪所左右，无端的紧张和混乱经常在人身上发生。只要一个人注意



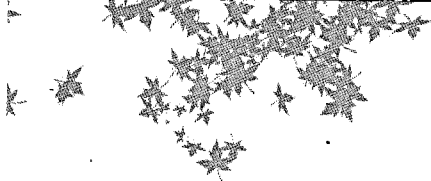
观察，就会发现，走在大街上的人们，除了少年儿童之外，很少有开心的笑。许人都是愁眉苦脸、若有所思。然后，他再观察自己是不是也如此。在现实生活当中，当一个人能够觉察到自己情绪上的变化，慢慢地他就不会被自己的情绪，甚或是别人的情绪所左右，他学会了如何放松自己。有一天，他成为了自己的掌柜而不是自己的伙计。

“面对”阐述了面对现实，面对在自己身上所发生的一切，是一个人成为勇士的必备条件。没有灵性上成为勇士，任何人都摆脱不了轮回。许多人都在祈求外在的顺利，这种行为本身却是内心脆弱的表现，实际上拒绝了灵性的升华。生命成长之路，何其艰辛？从种种苦难中成长起来的灵性，才能磨练出坚韧的品质。如果不具备这种品质，在往后的历程中，怎么可能敲开神性之门？一切顺利、万事如意对一个人来说到底意味着什么？



只有永远向着内心的光明，一个灵魂才能同存在的力量保持永不间断的联系，这是一个灵魂成为光明勇士，获得凤凰之身的基础。

“涅槃”认为在没有搞清楚灵性升华，对一个人来说是多么重要的时候，要明白“生死事大”的含义是很难的。面对现实的核心内容，就是面对死亡。没有真实精神上的追求，就不可能产生真实的面对。有许多人自



认为有精神上的追求，实际上并没有。他们所谓精神上的追求，仅仅以追求外在的利益为目的。可是，当一个人死的时候，外在的利益对他却没有丝毫帮助。从害怕死亡的角度来看，有钱没钱、有势没势并没有多大差别。然而，为了金钱集于一身，权力集于一身，要造多少业，要伤害多少人。因此，一个真正的人，应走光明的道路。

“发心”表明，从古至今，修道、求道的人犹如天上的繁星，数也数不清，为什么成就的人很少？关键在于，一个人修道、求道的真实目的是什么。发自内心的自然发心，是修道有成的关键，发心时光明“心量”的大小对今后的修道成果起决定作用。



要达成开悟，就是看到周围的人在精神上受苦，不得解脱，进而生起要开辟一条精神上的道路，并寻求一种自救救人的方法，挽救在精神上受苦的人，让他们脱离精神上的苦难。当内心自然发出这样的“光明心”的时候，当下就开悟了。

“师父”阐明，要做一个真正的师父，就必须先成为灵性追求的奉献者。无论以什么身份和方式，来感知存在的力量，必须在自己的灵魂证入光明之身以后，才能承担师父的责任。

除非为人师者，在他的人生旅途中，已不再彷徨，他的内心能给别人带来勇气、平静和光明，否则，就不要好为人师。



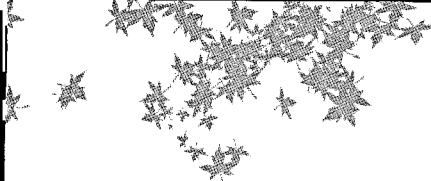
“光明”的目的是为了说清楚，真实的光明是智慧的光明。而一般意义上的黑暗与光明，只是作恶与行善的外在表现。行善往往是为了获得好的果报，作恶往往是为了占有金钱、权力、美色。为了好的结果或者为了占有，都是有为心，都是私心，只不过是一个硬币的两面。善恶的分界线，只在一念之间。正因如此，善的会变成恶的，恶的也会变成善的。

真实智慧上的解脱，就是观察到这两种心理行为的局限性和不确定性，从而回归自然，达到无为，真正大公，与自然合一。

“淡泊宁静”表明，成功与失败都是对人精神上的考验。当成功的时候，一个人会不会因此得意忘形、沾沾自喜；当失败的时候，一个人会不会因此灰心丧气、难以自拔。一个心向光明的人，要在成功与失败中不断地总结经验，同时，不断地观察自己的心理变化。把握好自己“心”的方向，不要被外在的一切所控制。有一天，他改变了“主被客欺”的被动局面，成为了自己的主人。



“拈花微笑”揭示出每个灵魂都有成长、成熟、开花、结果的内在渴望。要达成这项渴望，就要接受血与火的洗礼。时间一长，不能始终如一地贯彻自己心向光明的初衷，忘了自己的内心也曾拥有过光明和灿烂，在各种外在的利益面前，低下了头，以至于找不到回家的



路。不要忘记，所有的经历无非是对一个人灵性升华的历练。不要忘记自己的本来，不要脱离自己的内心，当一个人离开光明清静的内心，去依靠别人的时候，就像一株植物离开了源源不绝的水源，使自己的灵性在枯萎中死去。

第二部分“解脱记录”是探索内心世界的心得体会，是内心的真实感悟，全都是经验之谈。目的在于交流思想，没有任何强加于人的意思。每个人都有精神上的追求，每个人都是独一无二的，只要感悟源于内心，即使一点点也会对别人有很大的启发意义。没有属于自己的精神、思想，就不会有独立的人格，也不会有独立的国格。当每个人都找到了真实的自己之后，才会产生出不流于形式的相互尊重的氛围，从而构建一个和谐的社会。真实的解脱是一个人精神上的彻底解放，通过精神上的解放，进而认识到自己的本来面目，最终获得内心的安定，使自己成为自己的主人。

第三部分“真爱拾遗”的目的是为了表达什么是真爱。既然自然界已演化出男人和女人，假如没有男女之爱，就会形成孤阴不生、独阳不长的局面，以至于给工作和生活甚至社会带来很不良的后果。孔子也说过：食色性也。可是许多人分不清生理需要与精神需要的差别，一个有真爱的人，精神是本能的领导者；一个没有真爱的人，精神成为了本能的附庸。如果男女之间没有真爱，



就不会有稳定的两性关系，也不会有稳定的社会关系。许多人都在寻找真爱，都在为不能获得真爱而苦恼、忧伤、失望，然而，一个内心不光明或不清静的人，要能寻找到真爱并能达成真爱是很难的。本部分是笔者对真爱的一点瞥见。

第四部分“践行之言”是笔者在生活和工作经历中对现实的观察与超越。一个在精神上不断追求进取的人，应是一个积极的人世观察者。从生活、工作中提炼出来的感悟才会充满生机和活力。

第五部分“大学——做人之道”阐明了做人的学问。孔子之学源于中华文化伏羲氏正统道学，不能简单地归结为儒家或者儒教，否则必将引起正统道学失传，对中国以至于世界来说都将是一个重大损失。所谓天、人、地三界，根本在人界。人道圆满时，自然升华解脱；人道未圆满时，自然坠落轮回。



第六部分“无知小生”是写书过程中的一些补遗。“无知”是说自己没有多少智慧。“小生”是说自己初入道，不识深浅，在一些学识深厚的人面前，恐有班门弄斧之嫌。如有此景，今后还望多多海涵。其中所表述的内容只是一些粗浅见解。

第七部分“道经的真义——宇宙至上意识”，含有“道经”37篇。老子的“道经”讲述的是宇宙至上意识，是老子修道过程中的心得体会。他的“道德经”传

递给笔者的心声是，最高深的精神成果一定源于对现实世界的观察和总结。笔者也是沿着这个思路来重新解读“道经”。老子的“道经”是现存于“世”，探索灵性世界最重要、最高深又最难懂的典籍。“道经”展示了老子对形而上道体的理解，对阴阳的应用，同时也旁敲侧击地表达了最高的领导素养。整部“道经”记述的是自然的意识，而后世在“道德经”的应用方面，大多偏离了老子的本意，甚至使“道德经”变为争权夺利和巩固自己统治地位的教本。

向往灵性升华的人看“道经”，表达的是内心的光明；心胸坦荡的人看“道经”，表达的是正道；心胸狭窄的人看“道经”，表达的是“阴谋”。因此说，物以类聚，人以群分，内心是什么样的人，就会有怎样的理解方式。

过去，辅佐越王复国的范蠡，由于领会了“道经”中的只言片语——“功成而弗居”，保全了自己的性命。孟子的母亲，领会了“居善地”的重要，培育出一位浩然正气的圣人。由此可见道经在教育上的重要。我们都知道，没有继承就没有发扬，我们只有不断总结本民族过去的精神成果，并发扬光大它们，才能为建立和谐社会，从而为维护世界和平做出自己的贡献。

对人来说，精神上的痛苦与物质上的贫困相比，精神上的痛苦对人造成的伤害更大。在别人试问路在何方