

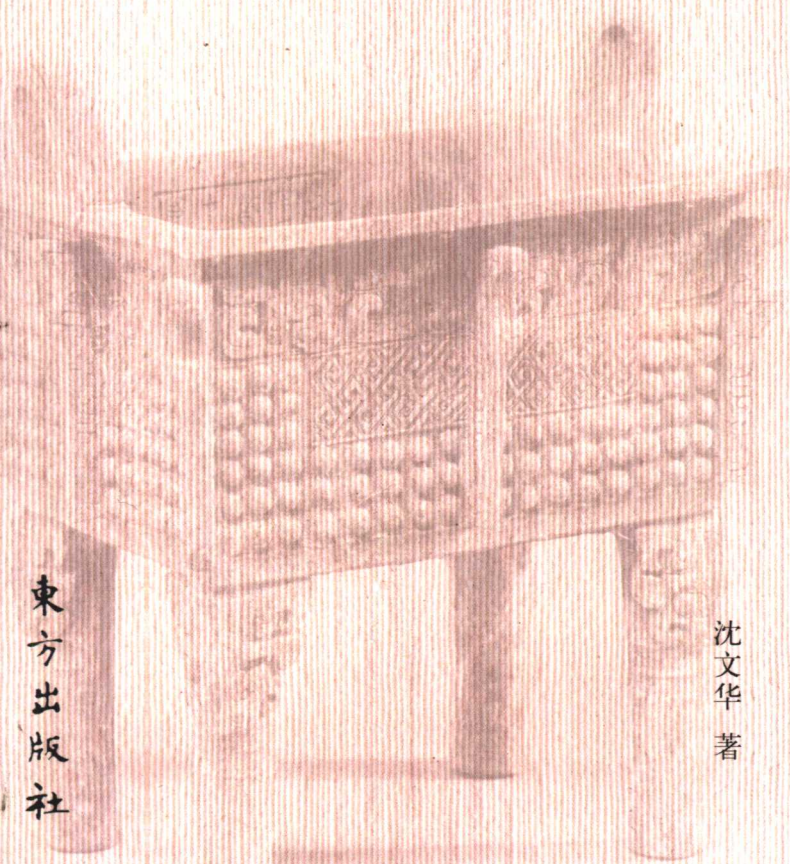
国学新知文库

詹石窗 主编

内丹生命哲学研究

沈文华 著

東方出版社



内丹生命哲学研究

沈文华 著

東方出版社

责任编辑:陈寒节

责任校对:湖 催

图书在版编目(CIP)数据

内丹生命哲学研究/沈文华 著

-北京:东方出版社,2006.12

ISBN 7-5060-2689-9

I.内... II.沈...

III.①道教-生命哲学 ②宗教哲学-研究 IV. B958

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第141622号

内丹生命哲学研究

NEIDAN SHENGMING ZHEXUE YANJIU

沈文华 著

东方出版社 出版发行

(100706 北京朝阳门内大街166号)

北京中科印刷有限公司印刷 新华书店经销

2006年12月第1版 2006年12月北京第1次印刷

开本:635毫米×927毫米 1/16 印张:25.25

字数:338千字 印数:1-3000册

ISBN 7-5060-2689-9 定价:58.00元

邮购地址:100706 北京朝阳门内大街166号

人民东方图书销售中心 电话:(010)65250042 65289539

总 序

“国学”一词最早见于《周礼·春官》：“乐师掌国学之政，以教国子小舞。”其中所谓“国学”实际上是指上古时期国家设立的学校。随着历史的进展，“国学”的内涵逐渐发生演变。到了近现代，“国学”成为指称我国特有学术的一个术语，其外延是以儒、道、释为主体的中华民族传统文化，涉及古代哲学、史学、文学、艺术、语言学、科学等诸多领域。本文库正是从广义上使用“国学”概念的，至于“新知”既意味着新的领域、新的视野，也意味着新的探索、新的认识。由于国学的范围相当广泛，这套文库当然应该有所选择，关注那些具有新发现、新观点的成果，这就是为什么将“国学”与“新知”合成的用意所在。从文稿选择的立场看，既然是“国学”，则入选的文稿必定是传统文化方面的；既然是“新知”，文稿如果仅仅反映传统文化内容，还是未能符合要求的，必须是两个方面的特质兼备，才能进入这套文库之中。也许组织者对文稿的选择不一定准确，但不论情况如何，“新知”乃是编纂这套文库的初衷，表达着一种愿望、一种追求，一种目标。

熟悉中国文化史的人们不会忘记，近现代的“国学”概念是为了与“西学”相区别而建立起来的。1840年，第一次鸦片战争轰开了古老中国的沉重大门。在列强的枪炮声中，西学伴随着传教士的脚步，悄悄地在中华大地上播衍。1894~1895年，甲午中日海战，历来以幅员广大、礼仪之邦自居的中国败给了地域狭小的以资本主义文明武装的地域狭小的东邻日本。这场战争震惊了中华民众，许多学人

开始质疑传统文化的经国效用，转而欣羨西方文明的强势。20世纪初，由一部分激进的资产阶级及小资产阶级民主主义者发起的新文化运动把矛头指向封建文化。在激烈的破“旧”热潮中，一些仁人志士忧心中国文化命脉的延续问题，遂倡导整理国故，发掘国粹，如1905年2月23日创刊的《国粹学报》、章太炎创办的“国学讲习会”等均体现了此等努力方向。当时，北京大学、清华大学分别设立国学门和国学研究院，为国学热潮的形成奠定了基础。1922年1月，北京大学创建国学门，这是中国现代学术史上最早以欧美研究机构为模式建立起来的研究所，也是在“整理国故”、“学术独立”的呼声中第一个以国学研究为主旨的学术根据地。其后，1925年9月，清华研究院国学门诞生。这两大国学专门研究机构，延聘王国维、陈垣、陈寅恪、梁启超、赵元任等为导师，汇聚文史哲的诸多一流学者，培养了一大批国学人才，他们办会编刊，著书立说，以维护中华学统为己任。学术先辈们的丰硕成果和弘扬民族传统的执著精神展示了一种思想境界，也为当今我们组织编纂《国学新知文库》提供了精神资源与可以借鉴的经验。

如果说任何一种计划都有特定文化因缘的话，那么我必须承认厦门大学早期的国学研究传统乃是组织编纂《国学新知文库》的原初动力。早在1926年10月10日，厦门大学就创办了国学研究院。当时的校长林文庆自任院长，并且敦聘久负盛名的沈兼士先生任研究院主任，林语堂先生任研究院总秘书，张星烺先生、顾颉刚先生、鲁迅先生等名家任研究院教授。沈兼士等先生前来厦门大学之后，把国文系改称为国学系，拟以国学系作为国学研究院的依托，把国学教育与国学研究连接起来。当时国学研究院设置历史古物组、博物组（指动植矿物）、社会调查组（礼俗方言等）、医药组、天算组、地学组（地文地质）、美术组（建筑、雕刻、瓷陶漆器、音乐、图绘、塑像、绣织、书法）、哲学组、文学组、经济组、法政组、教育组、神教

组、闽南文化研究组；制定了详细的研究规划，包括研究生的招收与培养方案等；还筹办两种刊物，一为《厦门大学国学研究院季刊》，一为《厦门大学国学研究院周刊》，后来季刊只编好创刊号，没有出版，周刊于1927年1月5日创刊，实际出版三期，发表文章十多篇；另外，也计划出版“国学研究院丛书”。可惜的是，由于校董陈嘉庚先生实业遭遇困难，经费紧缺，丛书出版计划最终没有付诸实施。回顾历史，我每每被厦门大学早期那些致力于国学研究的大师们的敬业精神所感动，但也为当时“国学研究院丛书”的出版计划未能实施感到遗憾。多年来，学术先辈自强不息的文化精神一直激励着我，感召着我。于是，有一种愿望慢慢在我的心中孕育、成长，我希望有朝一日能够继续学术先辈的未竟之业，并且把他们的国学研究传统发扬光大。我思索着，追寻着，等待时机的到来。

在经历了文化冬天的严寒考验之后，“国学”终于迎来了生机焕发的春天。从20世纪80年代开始，沉睡了数十年的“国学”研究重新被唤醒了。20世纪90年代以后，神州大地的国学热潮逐渐复兴，传统文化研究机构相继诞生。依托着这些研究机构，有关国学的研讨会、刊物、专著、论文，如雨后春笋般涌现。正是在新国学热潮逐步形成的文化大背景下，我在惜别16年之后重新回到母校厦门大学。1998年，我开始负责哲学系“中国哲学”方面的本科生与研究生的教学工作。在教学之余，考虑最多的当然是怎样承袭和发扬沈兼士等前辈名家的国学研究传统，怎样进行学科建设的问题。从人力资源等方面来看，我们的学科建设尽管还存在着诸多困难，但可庆幸的是厦门大学领导给予有力支持，故而喜人的局面逐步形成。一方面，有关国学的研究机构，诸如道学与传统文化研究中心、佛学研究中心、闽学研究中心等相继成立或者恢复加强，师资队伍不断壮大；另一方面，有关国学研究的论著、丛书也陆续出版，例如《易学与道教思想关系研究》、《易学与道教符号揭秘》、《道教医学》、《儒家文

化与中国古代科技》、《道韵》丛刊十二辑、《中国科技思想研究文库》（系列丛书）、《哲学新视界》（系列丛书）等问世之后都得到了同行的好评。经过了切实的努力，厦门大学的“中国哲学”专业于2003年获得博士授予权。2005年，厦门大学又获得哲学一级学科博士授予权，从而具有8个专业的博士点。与此同时，厦门大学人文学院的文学、史学、人类学、民族学、艺术学等各个学科也不断积蓄实力，全院到目前为止已拥有20多个博士点，朝气蓬勃的学科群体与浓厚的人文氛围为新一轮的国学研究提供了资源保证与精神支撑。在兴趣、使命、学科建设需要的多重作用下，《国学新知文库》的编纂计划逐渐成形，并且见诸笔端。恰好在这个时候，我接到了人民出版社陈寒节先生的来信，他询问我关于近来研究计划的一些情况，我将《国学新知文库》的主要选题通过电子邮件发送给他，经过几次电话联络和商讨，陈寒节先生告诉我可以将这套文库的出版计划提交出版社选题论证会讨论。不久之后，陈寒节先生通知我，人民出版社的选题论证会讨论通过了《国学新知文库》的编纂出版计划。欣喜之余，一种敬佩之情在我的心中油然而生，我敬佩人民出版社领导的远见卓识，敬佩陈寒节先生的开阔眼界，感谢他的精心策划。

经过多方商讨与反复推敲之后，《国学新知文库》的编纂工作确立了如下宗旨：第一，弘扬求实精神，鼓励学术创新。众所周知，任何一种学术研究，都必须具有求实精神，国学研究当然也不能例外。就过程而言，国学研究的求实精神首先意味着对从事的领域展开广泛的调查，精读相关的经典文献，详细占有资料，然后进行深入思考，避免信口开河，无中生有，有中说无，而是依据事实，客观陈述，立论稳妥。这种求实精神在节奏加快的当今学术圈中尤其需要。与此相联系，《国学新知文库》也特别强调学术创新。往昔的成就固然可以引为自豪，但重复劳动是没有前途的。惟有学术创新，才能永葆国学的旺盛生命力，焕发学术研究的青春。所谓“创新”就国学领域来

说，首先是文献史料的新发现、新发掘；其次也在于使用新的研究方法，从新的角度进行新的审视，提出新的选题，开展新的分析等等。古人称“天地日新”，又谓“革故鼎新”，此类格言成语说明我们的民族学术文化传统本来就非常提倡创新。在新的时代，尽管所谓“新”的标准不同，但先民们倡导创新的精神却依然没有过时，值得我们在国学研究工作中认真思考和发挥。第二，扩展文化视野，兼蓄古今中外。从研究资料来说，我们不仅要熟悉浩如烟海的中国古代典籍、田野信息、考古资讯以及国内前贤时仁的论著，还要有世界眼光，努力掌握国外同行的学术动态，因为随着中国经济的快速崛起，海外对中华文化的研究越来越重视，成果也越来越丰硕。在文化学术传播越来越快的信息社会中，如果我们不能及时了解他国学者的学术新成就，就可能步他人之后尘，重复无谓的劳动，甚至陷入迷乱状态，徘徊不前；惟有高瞻远瞩，放眼全球，关注他国关于中国传统文化的研究成就，并且认真加以分析和借鉴，才能扬长避短，超越学术瓶颈，取得新的突破。第三，关注薄弱环节，培植研究特色。经过长期的努力，国学研究在总体上虽然取得了巨大成就，但存在许多薄弱环节却也是毋庸置疑的事实。以往许多人谈国学，常常把它局限在儒家文化圈内。其实，此等视野是相对狭窄的。由于认识的局限和导向问题，国学研究未能在比较广阔的领域展开，故而限制了它的发展前景。有鉴于此，我们组织编纂《国学新知文库》不仅要继续关注儒家学说和中国化了的佛教文化，而且将加强对国学中的一些薄弱环节的探究，比如道家、道教之学、古代科技哲理、传统经学与艺术的关系等等，这些领域都是以往的国学研究相对比较忽略的，现在我们应该对这些领域的研究多加鼓励。从发展的立场来看，“强势”与“薄弱”本是相对而言的。当人们对于某个领域、某种专题不太关注而没有投入足够力量加以研究的时候，该领域或专题就是一种“薄弱环节”，而当人们对这种“薄弱环节”有了足够重视的时候，“薄弱

环节”就可能转化为“强势环节”。但愿我们的努力不仅可以化“薄弱环节”为“强势环节”，而且能够在实际工作中培植新的特色。

当今世界，经济全球化已是不争的事实；然而，就精神领域而言，大多数人却依然主张文化多元化，因为一个民族只有保存自己的优秀文化传统，才能傲然屹立在世界民族之林。所谓“一方水土养育一方人民，一方人民弘传一方文化”，既说明世界范围的文化本来就是多彩多姿的，也意味着文化“个性”乃是民族存在的基本标志之一。中华传统文明在历史长河中曾雄踞世界东方，其中蕴涵的精神宝藏，特别是人文资源，可以为我国的现代化进程提供有力的智力支持。可是，晚清西学东渐以来，我国学术界主流倾斜于吸纳西洋、东洋文明，以追随西方的学术理论和研究方法为时髦，热衷于做西学的诠释者和传播者，却逐渐远离了对中华文化传统的认同。我们认为，富有情操的中国知识分子既要有宽广的胸襟和视野，敢于借鉴西方文明的优秀成果，同时也应该坦然地开启心扉，理直气壮地为发掘国学的积极资源而大胆探索，奉献力量。因为中国传统文化不仅已经登上国际文化舞台，正在与西方学术进行平等对话，而且成为我国腾飞的强大精神载体，从而被西方世界所关注。美国科学史专家萨顿（George Sarton）说：“正如东方需要西方一样，今日的西方仍然需要东方。……不要忘记东西方之间曾经有过协调；不要忘记我们的灵感多次来自东方。为什么这不会再次发生？伟大的思想很可能有机会悄悄地从东方来到我们这里，我们必须伸开两臂欢迎它。对于东方科学采取粗暴态度的人，对于西方文明言过其实的人，大概不是科学家。……新的鼓舞可能仍然，而且确确实实仍然来自东方，如果我们觉察到这一点，我们会聪明一些。”^①萨顿的论述无疑是深刻的，对于我们的研究工作来说也是富有启迪的。

^① 《科学的生命：文明史论集》，商务印书馆，1987年，第140~141页。

胡适曾经在《〈国学季刊〉发刊宣言》说过：“我们深信国学的将来，定能远胜国学的过去。”这是因为国学研究从一开始就是因应了时代的需要，并且随着时代的发展而向前迈进。我们希望《国学新知文库》也能切近时代脉搏，在新一轮国学春潮到来并且逐步高涨的时候推波助澜。

詹石窗

谨识于厦门大学国学研究院

2006年10月10日

序

道家哲学、道教学、丹道性命学（或曰“内丹养生学”），皆属于中国道学文化的范畴。道学文化渊源甚古，人类母系氏族社会的原始宗教，即为道学文化之发轫。这种母系氏族公社时期的原始社会，尚无阶级差别，其以图腾崇拜、自然崇拜、生殖崇拜、女性崇拜、祖先崇拜为特征的原始宗教突出了道学文化的特质。夏、商、周三代之前，中国进入了洪水时期，各部族在治水当中父权上升，至夏代进入阶级社会，而后世父权家长制之确立，却是由周公制礼作乐的原始宗教革命为之奠定了儒学文化的基础。而后三千年来虽说儒学文化一直在中国占据统治地位，然而周代之前上万年的历史却是以道学文化为根基的，直至汉唐的“文景之治”、“贞观之治”、“开元之治”仍可看到道学文化的光辉。“五四”新文化运动之始，人们在严复、胡适乃至孙中山的思想中又复见到道学文化的闪光，古今道学人物也都是在中国历史上鼎故革新、扶危救世的年代涌现出来。严复《老子道德经评点》云：“夫黄老之道，民主之国之所用也。故能‘长而不宰’，‘无为而无不为’。君主之国，未有能用黄老者也。汉之黄老，貌袭而取之耳。君主之利器，其惟儒术乎！”人们不难发现，道学文化在中国社会上的弘扬和传播，几乎是与当时社会的民主程度成正比的。道学文化的复兴，便预示着中国社会民主、科学、富强、和谐、自由、开放时代的到来。

近半个多世纪以来，道学文化在中国大陆的学术研究可谓举步维艰且续有进展。“文革”刚刚结束，1979年在瑞士苏黎世召开第三次

国际道教学术会议，邀请王明研究员、陈国符教授参加，实际上中国大陆“文革”结束之前研究道教的专家仅他们二人而已。而后全国恢复研究生培养制度，新一代研究道学文化的专家不断涌现，但相比儒学文化和佛学文化的研究却仍嫌寥落。至于道教内丹学的研究，至20世纪80年代尚被视为冷僻的学科。国外学者只将孔子及其儒学文化当作中国传统文化的代表，国内支持本民族传统文化研究的主管部门也仅把人力、财力投放到儒学上，致使多年来道学文化研究领域连一个全国性的学会也没有。时至今日，道学文化的研究正在出现新的历史转机，不仅国内外研究道家、道教的学者与日俱增，近些年在中国社会科学院、北京大学、四川大学、厦门大学等全国著名高等院校和科研机构，就有数十名学者选择有关内丹学的研究课题取得博士学位。2006年5月在德国召开第三次“道教与现代”国际学术会议，世界各国与会学者250余人，竟有接近三分之一的专家提交了有关内丹养生学的论文。内丹学号称“千古绝学”，丹道法诀自古靠师徒秘传，现在进入国内外学者的视野，说明内丹学从江湖文化迈进学术的殿堂乃大势所趋。

道教学本来是中国哲学史、中国科学技术史、中国宗教史相互交叉的研究领域，虽一度被学术界视为冷僻学科，但治此学术的专家必须具备广博的学术功底，非等闲之辈所能涉足。至于揭开内丹学的千古不传之秘，进而对此进行学术研究，则几乎需要兼综中西方科学、哲学、宗教诸文化领域多门学科的通才方能担当得起。从根本上说，内丹学是探讨人类生命和心灵奥秘的学问，它当然会涉及与人类发生、发展的历史有关的诸多学科，也就是说，内丹学是人类最终认识自己的科学。沈文华博士天资聪颖、专心学业、兴趣广泛、博览群书，对中国文学、中西方哲学等多所涉猎，尤喜佛道秘传之养生炼性工夫，且有一定修持体验。后在厦门大学哲学系詹石窗教授和郭全彬教授指导下学习道教学与科学哲学，遂融汇两种学科之长展开“内

丹生命哲学”之研究。甲申（2004年）夏季成都道教会议期间，该校盖建民教授介绍其到我驻处来访，交谈之下，我发现她悟性颇高，资质甚佳，如能发愿进行内丹学的研究和修持，学术前途正未可限量。当时我已在研习禅宗和密宗大手印工夫，沈文华博士亦对佛教兴趣颇浓，故常有信息往还。她的大作《内丹生命哲学研究》书成，说明她已经在内丹学这块学术领地迈开了自己坚实的一步。道起于一，有了良好的开端，道学文化研究领域的一颗新星就会腾空升起。

《内丹生命哲学研究》一书的精湛之处，在于用现代哲学和科学对内丹生命哲学的解读，这是当代内丹学研究的必由之路。内丹学对人类生命和心灵奥秘的揭示，和天体物理学、高能物理学、精神分析学、脑科学、心身医学等现代科学息息相通，涉及到天体演化、生命起源、物质结构等学说的前沿问题。宇宙物质、能量、信息在其虚空的终极点上结合为一，它在漫长的进化中导致虚空复杂波函数的积累。在宇宙虚空中，不仅隐含着潜在的物质和能量，乃至存留着心灵记忆的信息。道无所不在，无时不有，道是宇宙的本源，道和宇宙共舞。现代实验心理学的奠基人费克纳（Gustav Fechner）认为，尽管我们的身体衰亡了，但我们心灵的痕迹仍会进入宇宙虚空记忆场中继续存活着。柏拉图所谓“灵魂不朽的理念王国”，黑格尔所谓“绝对精神”，贝克莱大主教所谓“上帝心灵的映射”，都反映了古今智者对宇宙深处心灵不朽的永恒直觉。美国系统科学家欧文·拉兹洛（Ervin Laszlo）在《微滴之塘——宇宙进化的新图景》中写道：“我们作为具有一种进化了的心灵的复杂系统，不可能没有任何痕迹地从宇宙住所中消失。我们无论做了什么，甚至想了和感觉到了什么，都会被贮存在宇宙的记忆中，正如费克纳所写的那样，它们形成了新的关系并在未来的所有时间里成长和发展”。^① 这样，人类本来是宇宙

^① 由社会科学文献出版社2001年出版，第353页。

进化的产物，每个人的心灵中都包含着来自亿万斯年的生命遗传信息，宇宙本身就是以有着全息记忆能力的虚空零点能场为背景的。基本粒子的运动、原子分子的聚合、山河大地的存在、微生物的繁衍、植物动物的生长、人类的社会活动，都需要随机涨落的虚空零点能场（传播多维整合波函数的“挠场”）为支撑点并从中汲取信息和能量。

内丹学是东方的智者探索人体生命规律和心灵奥秘的科学，它和西方学者弗洛伊德开创的精神分析学近乎殊途同归。1926年，德国学者卫礼贤（Richard Wilhelm）将古丹经《太乙金华宗旨》译成德文，瑞士精神分析学家荣格（C. G. Jung）为此书写了长篇评述，他声言从精神分析中“看到了一个接近东方智慧的崭新的意想不到的途径”。“认识心灵始终是人类的最终目标”，而精神分析学和内丹学都是通向这一目标的。我在阅读沈文华博士《内丹生命哲学研究》一书时，发现她引用了瑞士现代精神分析学家西尔维奥·方迪（S·FANTI）的《微精神分析学》，并结合内丹学作了对比研究，这是令人欣喜的。方迪的微精神分析学突破了弗洛伊德“潜意识”的心灵层次，运用“长分析”的方法挖向人类心灵的最深处，将整个宇宙的“生命之源”——“虚空”最终揭示出来。于是，微精神分析学“超越潜意识，研究人的心理现象，把对人的研究推进到能量组织和构成人的虚空之中”，它以“虚空——虚空中性动力（Dnv）——伊德（Ide）”模式揭示了“人的三项基本活动”（睡眠与梦、过激行为、性活动）的种种内幕。在内丹学的研究和修习时，可以将精神分析的技术作为筑基阶段的惩忿窒欲之功，通过自由联想诉说之术将潜意识中压抑的欲望释放出来，以便在静坐炼性时减少魔障。微精神分析学利用每日四小时的“长分析”并将研究私人通信、自己及家人照片、居住过的房屋图、家谱及过去的录音等作为辅助技术，其中借助高倍放大镜研究有关个人照片的技术我曾试验过。眼睛是心灵的窗户，只要用高倍放大镜细致观察有关个人照片的眼睛，每个人隐藏

在内心的秘密都会暴露无遗，我们不难用道教相法的方法来判定其人的“心相”。应该指出，西方的精神分析学包括方迪的微精神分析学，所揭示的“潜意识”、“伊德”、“本我”，终究不过属于佛教唯识学中第八“阿赖耶识”的“轮回种子”，是历劫以来的“习气”，同内丹学、密宗无上瑜伽、禅宗之“转识成智”、“明心见性”的功法尚有差距。经过微精神分析学“长分析”的人和通过丹道修炼之“炼神还虚”、“体道合真”达到仙人境界的内丹家也判然有别。方迪在《微精神分析学》中说：“微精神分析学是唯一的科学。”^①这句话应该改为，将内丹学和微精神分析学融为一体，才是“唯一的科学”。

沈文华博士以“穷理、尽性、至命、悟真、参同、合道”为题逐次深入地叙述了内丹生命哲学的内容，该书深入浅出，如卦象六爻的布局错落有致，语言生动，可读性强。她能将内丹生命哲学的问题一一展开，实属难得，对此类问题的剖析和论述也恰到好处。大凡对人的研究，如果把人生看得太透，把这个世界的秘密揭示得太彻底，往往是很可怕的。就微精神分析学而论，如果人们发觉自己都是程度不等的“精神病人”、“神经症患者”，如果人们知道自己一生都生活在梦中，如果人们把“过激活动”、“战火连天”、“相互残杀”、“犯罪”、“乱伦”、“性冲动”、“俄狄浦斯”上面那层社会道德伦理的面纱彻底揭开，发现人同矿物、植物、动物没什么两样，都是来自虚空的随机“共冲动”的产物，岂不是很难堪吗？老子《道德经》云：“天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗。”（五章）人生在天地间，本来就如同一堆草狗，人的行为本来也无所谓“善与恶”、“美与丑”、“对与错”、“罪与非罪”的，应该像自然界天生天杀的矿物、植物、动物一样可视为“大道之流行”或“佛性之示现”

^① 生活·读书·新知三联书店 1993 年出版，第 68 页。

而已！好在沈文华博士的话并没言及于此即适可而止，她的著作为有志于丹道的学者们留下了一些探索的余地，也为内丹生命哲学展示了一片美感。她的心灵是美的，语言也是美的，因之全书洋溢着诗一般的审美情结，年轻一代的丹道爱好者和探索者可以首先阅读这本书，不难由此登堂入室。我祝愿沈文华博士在丹道性命学的研究中不断有新成果问世，也祝愿读者朋友们由丹道入手逐步悟解出人生的真谛！

胡孚琛

识于中国社会科学院哲学研究所

2006年7月24日

导 论

出生，生活，死亡，这是每一个人的生命道路。无论接受还是拒绝，人类共同的命运都将经过我们。经验和理智告诉我们，生死是一种必然，生活却可以选择。活着——生活，清醒地活着——自由快乐的生活，一直是人的追求目标。但是，在生死之间有限的长度内，自由是相对的，快乐也是短暂的。人们需要攫取现实的、物质的东西来感觉和证明自己真实的快乐和幸福。可一旦生命成了财富的附庸，存在被占有支配，人又会感到隐隐的不安和焦虑。他缺少一种内心的坦然和笃定，没有一种恒定可以对付事物的流转和不断的变化，没有一种充实可以应对来来往往的得失和随之而来的空虚。他感觉像一叶飘萍，在生活的江河中随波逐流，没有根本、失去方向……

物质生活的完美并不能替代人的完美。或许实现自己更为重要，在此一生中让自己身上所有的可能性达到最大限度的实现。过程是幸福的，虽然结果已无所谓。当死亡来临之时，人已了无遗憾，可以在自己的墓志铭上自豪地刻上：“我曾经真实而充实地活过。”“人死如灯灭”，或者随顺死神的牵引，去向一个遥远不可知的国度。对于死亡的看法，无论是一切归于尘土的断灭还是身后去向的不明，都是一种无奈。

活着，谁能真正知道“我是谁”？

死去，谁又能把握生前和身后的世界？

在熙熙攘攘喧嚣的现代社会，人们对生命意义的追求常常停留在浮躁的现实表面，失去了宁静中精神的深刻追问。我们在满足于知性