

长达一个世纪的感悟



季羨林

# 生命沉思录

季羨林 著



国际文化出版公司



# 季羨林 生命沉思录

季羨林 著

国际文化出版公司

## 图书在版编目(CIP)数据

季羨林生命沉思录/季羨林著. —北京: 国际文化出版公司, 2007.11

ISBN 978-7-80173-701-4

I.季... II.季... III.①人生哲学—中国—现代—文集  
②学术思想—中国—现代—文集 IV.B821-53 B26-53

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第163221号

## 季羨林生命沉思录

著 者 季羨林  
特约编辑 老愚  
责任编辑 潘建农  
出版发行 国际文化出版公司  
经 销 北京国文润华图书销售公司  
印 刷 北京佳信达艺术印刷有限公司  
开 本 640×960 16开  
12印张 80千字  
版 次 2008年1月第1版  
2008年1月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-80173-701-4  
定 价 22.00元

国际文化出版公司

地 址: 北京朝阳区东土城路乙9号 邮编: 100013

总 编 室: (010) 64270995 传 真: (010) 64271499

销售热线: (010) 64271187 64279032

传 真: (010) 84257656

E-mail: icpc@95777.sina.net

http://www.sinoread.com

季羨林

本书由季羨林先生授权  
老愚先生辑录

# 推荐序：人生即学问

钱文忠

季羨林先生的著述，坊间出版物琳琅满目，已经有“多”的感觉了。季羨林研究所组织出版的一套里，有一本名为《季羨林谈人生》的小册子，可算佼佼者。它之所以畅销，就在于凸现了先生晚年的思想精华，展示给人们一个炉火纯青的大师的精神境界。

先生学问精深，在中印文化交流史的研究上，见解迭出，独树一帜。他对东西方文化的比较研究引人注目，他的21世纪将是中国世纪的预言似乎正在得到证实。先生很早就从事文艺创作，在散文领域取得了卓著的成就。正由于有丰富的创作实践，他对新文学西化现象的严厉批评，才显得如此诚恳、精准，尽管不为大多数人所接受，但时间必将证明其价值。东方神韵、中国精神，在先生的文章里一以贯之，他给予我们强烈的民族自信心。

由先生授权、资深媒体人老愚编选的这本《季羨林生命沉思录》，从先生一生的著述中选取材料，把先生的学问与人生精华全部呈现出来，选材精当，编排新颖，读来兴味盎然。

先生曾经说，自己说的都是真话。这本编辑著作就是一座真话的金山，他一生的感悟与思想精华全在里面了。这是学问与人生融

为一体的人生历程，是季羨林一生最精辟的总结。如果你还不了解先生，请从这本美妙的小书开始，如果你已经了解了先生，也请从这本书开始，它会给你一个完整的人格图像。学问即人生，读完此书，你将得到这样一个结论。

是为序。

2007年12月7日 北京

# 季羨林生命沉思录 目录

季  
羨  
林

● 人生卷/1

世相论语/3

心灵独白/40

怀人哀歌/80

神游天地/95

● 学问卷/107

东方西方/109

谈佛论道/141

文学立场/157

● 季羨林年谱/174



人生卷

季子致林





季子政林

# 世相论语

---

季羡林

每个人都争取一个完满的人生。然而，自古及今，海内海外，一个百分之百完满的人生是没有的。所以我说，不完满才是人生。



在人生的道路上，每一个人都是孤独的旅客。



对于人类的前途，我始终是一个乐观主义者。我相信，不管还要经过多少艰难曲折，不管还要经历多少时间，人类总会越变越好，人类大同之域决不会仅仅是一个空洞的理想。但是，想要达到这个目的，必须经过无数代人的共同努力。有如接力赛，每一代人都有自己的一段路程要跑。又如一条链子，是由许多环组成的，每一环从本身来看，只不过是微不足道的一点东西；但是没有这一点东西，链子就组不成。在人类社会发展的长河中，我们每一代人都有自己的任务，而且是绝非可有可无的。如果说人生有意义与价值的话，其意义与价值就在这里。



人活得太久了，对人生的种种相，众生的种种相，看得透透彻彻，反而鼓舞时少，叹息时多。远不如早一点离开人世这个是非之地，落一个耳根清净。



根据我个人的观察，对世界上绝大多数人来说，人生一无意义，二无价值。



我在这里发现了一条定理：年龄大小与处境坎坷同对世态炎凉的感受成正比。年龄越大，处境越坎坷，则对世态炎凉感受越深刻。反之，年龄越小，处境越顺利，则感受越肤浅。



任何一个人，包括我自己在内，以及任何一个生物，从本能上来看，总是趋吉避凶的。因此，我没怪罪任何人，包括打过我的人。我没有对任何人打击报复，并不是由于我度量特别大，能容天下难容之事，而是由于我洞明世事，又反求诸躬。假如我处在别人的地位上，我的行动不见得会比别人好。



走运有大小之别，倒霉也有大小之别，而二者往往是相通的。走的运越大，则倒的霉也越惨，二者之间成正比。



我认为，能为国家、为人民、为他人着想而遏制自己的本性的，就是有道德的人。能够百分之六十为他人着想，百分之四十为自己着想，他就是一个及格的好人。为他人着想的百分比越高越好，道德水平越高。百分之百，所谓“毫不利己，专门利人”的人是绝无仅有。



从历史上到现在，中国知识分子有一个“特色”，这在西方国家是找不到的：中国历代的诗人、文学家，不倒霉则走不了运。



对待一切善良的人，不管是家属，还是朋友，都应该有一个两字箴言：一曰真，二曰忍。真者，以真情实意相待，不允许弄虚作假；对待坏人，则另当别论。忍者，相互容忍也。



总之，谦虚是美德，但必须掌握分寸，注意东西。在东方谦虚涵盖的范围广，不能施之于西方，此不可不注意者。然而，不管东方或西方，必须出之以真诚。有意的过分的谦虚就等于虚伪。



把成功的三个条件拿来分析一下，天资是由“天”来决定的，我们无能为力。机遇是不期而来的，我们也无能为力。只有勤奋一

项完全是我们自己决定的，我们必须在这一项上狠下功夫。



信缘分与不信缘分，对人的心情影响是不一样的。信者，胜可以做到不骄，败可以做到不馁；决不至于胜则忘乎所以，败则怨天尤人。中国古话说：“尽人事而听天命。”首先必须“尽人事”，否则馅儿饼决不会自己从天上落到你嘴里来。但又必须“听天命”。人世间，波诡云谲，因果错综。只有能做到“尽人事而听天命”，一个人才能永远保持心情的平衡。



我认为，应当恐惧而恐惧者是正常的；应当恐惧而不恐惧者是英雄。我们平常所说的从容镇定、处变不惊，就是指的这个。不应当恐惧而恐惧者是孱头。不应当恐惧而不恐惧者也是正常的。



记得鲁迅曾经说过，干损人利己的事还可以理解；损人又不利己的事千万干不得。我现在利用鲁迅的话来给坏人作一个界定：干损人利己的事是坏人，而干损人又不利己的事，则是坏人之尤者。



根据我的观察，坏人，同一切有毒的动植物一样，是并不知道自己是坏人的，是毒物的。



我还发现，坏人是不会改好的。这有点像形而上学了。但是，我却没有办法。天下哪里会有不变的事物呢？哪里会有不变的人呢？我观察的几个“坏人”偏偏不变。几十年前是这样，今天还是这样。我想给他们辩护都找不出词儿来。有时候，我简直怀疑，天地间是否有一种叫做“坏人基因”的东西？可惜没有一个生物学家或生理学家提出过这种理论。我自己既非生物学家，又非生理学家，只能凭空臆断。我但愿有一个坏人改变一下，改恶从善，堵住我的嘴。



任何人的一生都是一场搏斗。在这一场搏斗中，如果没有朋友，则形单影只，鲜有不失败者。如果有了朋友，则众志成城，鲜有不胜利者。



我觉得，碰到一件事，决不能不思而行，鲁莽行动。记得当年在德国时，法西斯统治正如火如荼。一些盲目崇拜希特勒的人，常常使用一个词儿Darauf-galngertum，意思是“说干就干，不必思考”。这是法西斯的做法，我们必须坚决抛弃。遇事必须深思熟虑。先考虑可行性，考虑的方面越广越好。然后再考虑不可行性，也是考虑的方面越广越好。正反两面仔细考虑完以后，就必须加以比较，做出决定，立即行动。如果你考虑正面，又考虑反面之后，再回头来考虑正面，又再考虑反面；那么，如此循环往复，终无宁日，最终成为考虑的巨人，行动的侏儒。所以，我赞成孔子的“再，斯可矣”。



天下有没有傻瓜？有的，但却不是被别人称作“傻瓜”的人；而是认为别人是傻瓜的人，这样的人自己才是天下最大的傻瓜。



好多年来，我曾有过一个“良好”的愿望：我对每个人都好，也希望每个人都对我好。只望有誉，不能有毁。最近我恍然大悟，那是根本不可能的。



中国古人说：“食、色，性也。”爱情，特别是结婚，总是同“色”相联系的。家喻户晓的《西厢记》歌颂张生和莺莺的爱情，高潮竟是一幕“酬简”，也就是“以身相许”。个中消息，很值得我们参悟。



从前西湖有一座月老祠，有一副对联是天下闻名的：“愿天下有情人都成了眷属，是前生注定事莫错过姻缘。”多么质朴，多么有人情味！只有对某些人来说，“前生”和“姻缘”显得有点渺茫和神秘。可是，如果每一对夫妇都回想一下你们当初相爱和结婚的过程的话，你能否定月老祠的这一副对联吗？



平心而论，人老了，不能说是有什么好事，老态龙钟，惹人厌

恶；但也不能说是有什么坏事。人一老，经验丰富，识多见广。他们的经验，有时会对个人甚至对国家是有些用处的。但是，这种用处是必须经过事实证明的，自己一厢情愿地认为有用处，是不会取信于人的。



一个人受不受人尊敬，完全决定了你有没有值得别人尊敬的地方。



在对待生命问题上，中国人与印度人迥乎不同。中国人希望转生，连唐明皇和杨贵妃不也希望“生生世世为夫妻”吗？印度人则在笃信轮回转生之余，努力寻求跳出轮回的办法。以佛教而论，小乘终身苦修，目的是想达到涅槃。大乘顿悟成佛，目的也无非是想达到涅槃。涅槃者，圆融清静之谓，这个字的原意就是“终止”，终止者，跳出轮回不再转生也。



人一死就是涅槃，不用你苦苦追求。那种追求是“可怜无补费工夫”。在亿万年地球存在的期间，一个人只能有一次生命。这一次生命是万分难得的。我们每一个人都必须认识到这一点。切不可掉以轻心。尽管人的寿夭不同，这是人们自己无能为力的。不管寿长寿短，都要尽力实现这仅有的一次生命的价值。多体会“民胞物与”的意义，使人类和动植物都能在仅有的一生中过得愉快，过得幸福，过得美满，过得祥和。





所谓“净土”，指的就是我们常说的天堂、乐园，是许多宗教信徒烧香念佛，查经祷告，甚至实行苦行，折磨自己，梦寐以求想到达的地方。据说在那里可以享受天福，得到人世间万万得不到的快乐。我看了壁画上画的房子、街道、树木、花草，以及大人、小孩，林林总总，觉得十分热闹。可我觉得没有什么出奇之处。只有一件事给我留下了永不磨灭的印象，那就是，那里的人们都是笑口常开，没有一个人愁眉苦脸，他们的日子大概过得都很惬意。不像在我们人间有这样许多不如意的事情，有时候办点事，还要找后门，钻空子。在他们的商店里——净土里面还实行市场经济吗？他们还用得着商店吗？——售货员大概都很和气，不给人白眼，不训斥“上帝”，不扎堆闲侃，不给人钉子碰。这样的天堂乐园，我也真是心向往之的。但是给我印象最深，使我最为吃惊或者羡慕的，还是他们对待要死的人的态度。那里的人，大概同人世间的猫们差不多，能预先知道自己寿终的时刻。到了此时，要死的老嬷嬷或者老头，健步如飞地走在前面，身后簇拥着自己的子子孙孙、至亲好友，个个喜笑颜开，全无悲戚的神态，仿佛是去参加什么喜事一般，一直把老人送进坟墓。后事如何，壁画不是电影，是不能动的。然而画到这个程度，以后的事尽在不言中，如果一定要画上填土封坟，反而似乎是多此一举了。我觉得，净土中的人们给我们人类争了光。他们这一手比猫们又漂亮多了。知道必死，而又兴高采烈，多么豁达！多么聪明！猫们能做得到吗？这证明，净土里的人们真正参透了人生奥秘，真正参透了自然规律。