

郭文斌

著

寻找 永恒



中华书局

郭文斌

著

寻找 家 乡



中华书局

图书在版编目(CIP)数据

寻找安详 / 郭文斌著. —北京: 中华书局, 2010.1

ISBN 978 - 7 - 101 - 06981 - 5

I. 寻… II. 郭… III. 散文—作品集—中国—当代
IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 163153 号

书 名 寻找安详

著 者 郭文斌

责任编辑 祝安顺

出版发行 中华书局

(北京市丰台区太平桥西里 38 号 100073)

<http://www.zhbc.com.cn>

E-mail: zhbc@zhbc.com.cn

印 刷 北京未来科学技术研究有限责任公司印刷厂

版 次 2010 年 1 月北京第 1 版

2010 年 1 月北京第 1 次印刷

规 格 开本 /880 × 1230 毫米 1/32

印张 5½ 插页 8 字数 100 千字

印 数 1—12000 册

国际书号 ISBN 978 - 7 - 101 - 06981 - 5

定 价 18.00 元

目

录

引子	001
致命焦虑	005
生命的方向	006
经典的爱	010
财富的秘密	019
回归常识	025
戒的常识	026
爱的常识	029
做的常识	033
向内心求安详	037
素食伦理	039
错过是罪	043
最大的好事	047
快速成功秘诀	051
向生命展现安详	055
盗不走的坦然	056
知足的蹄声	060
当喜悦成为习惯	062
流自源头的美	066
如水的清明	070
活在当下	074

向孔子学习安详	079
走向“反动”	080
两个指标	083
一个标准	088
长处乐	092
久存仁	098
常克己	102
时习之	106
在大年中感受安详	111
感恩的演义	113
孝敬的演义	118
“和合”的演义	122
祈福和欢乐的演义	126
“天人合一”的演义	130
教育和传承的演义	135
在文学中传播安详	141
起于随缘	142
忠于使命	146
归于大同	151
止于至善	156
后记	161



引子：安詳是一劑良藥

「三十而立」，大概就是初證安詳；然後再修行三十年，通過「不惑」，「知天命」，才達到「耳順」境界，應該是无漏安詳；「七十而从心所欲不逾矩」，就是究竟安詳了。

若干年前，我得了一种怪病，遍寻良医均不得治。就在我心灰意冷的时候，上苍让我碰到了一位高人。

那是一次想来有点传奇色彩的邂逅。故事的过程不在此赘述，单表结果，那就是折磨我多年的顽症居然被他治好了。

许多亲戚朋友问我，那人到底用了什么灵丹妙药，竟有如此神效。我说，说来你们也许不会相信，他开给我的全部药只是一个词儿：安详。

但事实确是这样。他说所有的疾病都来自非安详，一个人，一个家庭，一个单位，一个国家，要想康泰就要长养安详之气。

我问如何才能安详。

他说：安详有许多层次，获得安详是一生的事情。

我请教他：就我而言，当下应该怎么做？

他说：读安详的书，做安详的事。

我问：哪些书是安详的书？

他给我介绍了七八部。当我听到《论语》《老子》《庄子》《坛经》这些书名时，心中大为震动，我没有想到这些平时再熟悉不过的经典竟被他配在这味汤剂里，以安详的名义。

他还叮嘱我，每天用于阅读这些书的时间不能少于两小时，是否读懂并不重要，关键是读，一遍遍地读。

病急乱投医，带着试试看的态度，我按他的书单开始读书，不想身体果然渐渐好起来；两个月后，折磨人的病痛基本消失；半年后，我成了一个让大家羡慕的健康人，生活和事业也顺起来。

我首先开读的是南怀瑾老先生讲的《论语别裁》，后来

直接读原著，反复地读。读着读着，从前觉得十分枯燥的文字出味儿了，活起来了，好像能够感觉到心里有一扇扇窗户打开了，那种渐次亮堂起来的感觉真是美好。

后来的一天，我的脑海里出现了一个大胆的猜想，孔子一生所做的事大概就是教弟子如何找到安详：

三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲不逾矩。

可能我这样猜度有些大逆不道：

“三十而立”，大概就是初证安详；然后再修行三十年，通过“不惑”，“知天命”，才达到“耳顺”境界，应该是无漏安详；“七十而从心所欲不逾矩”，就是究竟安详了。



致命焦虑

求之不得，这是一个词语，更是一个
秘诀。为什么求之不得？因为造化不喜欢
那些「求」的人。



生命的方向

现代人最大的焦虑是什么？

没有方向感！

以教育为例，不少老师告诉我，每天上讲台时很恐慌，因为找不到一种方向感，不知道该给学生说什么。

教师如此，学生尤甚。因为教育本身失去了方向感，孩子自然也就没有方向感。许多高中生高考结束不知道如何选专业，家长同样。

方向感对于生命的重要，毋须多言。一列列车，如果方向正确，速度越快越好；假如相反，越快越糟糕。

细节决定成败，这句话已经成为人们的口头禅，但是却没有谁说方向决定成败。生命的绚烂和精彩、快乐和幸福，固然来自细节，更来自一个正确的方向。

要让孩子好好学习，就要让他感到学习快乐；要让贪官不贪，就要让他找到比贪更快乐的东西。否则，他总要贪，追求快乐是人的本能。

范仲淹为什么不贪？因为他找到了比贪更快乐的东西，他觉得“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”是快乐的。

文化的义务可能就是帮大家找到一个快乐的方向。比如孔子，比如老子，比如庄子。

但是，古圣先贤用生命给我们开辟的快乐道路一度荒芜了，人们或者无法找到，或者无缘找到，或者不愿意找到。

现代人生活在一种巨大的茫然中，一种没有方向感造成的巨大的茫然中。由此，方向的选择成了现代人的集体焦虑，也是最大的焦虑。

日本有一个科学家叫江本胜，他用很长时间做同一个实验，就是到世界各地去采集水样，然后把水样分别装在两个瓶子里，给一个瓶子贴上红标签，另一个贴上黑标签，对贴红标签的水说“我喜欢你，我爱你”，用不同的语种；对贴黑标签的水说“我恨你，我讨厌你”，也用不同的语种。然后把它们放在冰箱里结晶，再用显微镜观察。结果发现贴红标签的水纹样特别好看特别有秩序，贴黑标签的水纹样十分杂乱十分

丑陋。如是千万次，概莫例外。再用同样的方法实验“感恩戴德”和“忘恩负义”这两个词，结果同样。于是他向世界宣告：水是有感知的。

这样的观点也曾引起过争论，但无论如何，我们至少能够感悟到：

水是如此，那么粮食呢？一草一木呢？飞禽走兽呢？人呢？其实，我们老祖先很早就发现了这一点，他们把这个世界叫有情世界，把一切生物叫“众生”，甚至直呼“有情”。

前段时间，有一位朋友向我诉苦，说他现在面临巨大的经济压力，妻子患上了一种美容强迫症，他们两人的工资还不够她半月的开支。我说我可以帮你解决这个问题。他高兴得差点要把眼珠爆出来。我说你让她去看一本书《水知道答案》，问题会自动解决。他问我这本书是讲什么的？我就告诉他江本胜的水实验。他说，你这不是陷害我吗？让许多人对我妻子说“我爱你”啊！我说，不单单“我爱你”，还有“感恩戴德”。你想想，人的体内有多少水？百分之七十，假如有无数的人向她发来感激的信号，那么这些水的花纹就会变得特别漂亮，而这些水的花纹变漂亮，那么包含着这百分之七十的人呢？他一拍我的肩膀说，哎呀，这真是一根不错的救命稻草。

这也就是古代那些江湖郎中，看完病一不收财二不收礼甚至不留名的原因。他们要什么呢？就要一个感激，甚至连感激都不要，就要做了好事之后的那种幸福感。

想想看，假如每一家医院的大夫都能像他们一样，现在的医疗环境该是什么样子？

江本胜的这个实验，不但是美容原理，还是美体原理，美心原理。他让我们明白，美在奉献，健康在奉献。如果整个人类都处在一个巨大的连绵的爱的感恩的对流中，那么岁月就是甘露，大地就是乐园。

江本胜的这个实验，还可以作为所有行业的职业道德教材。如果每个人都带着祝福的心态、感恩的心态去工作，去生活；带着为自己积累世界上最为漂亮的生命之水的花纹的心态去供职，那么纪律还有强迫感吗？制度还有约束感吗？

由此，我们不难得出结论，生命的方向到底是什么。



经典的爱情

有一次，一位女作者来找我，说她遇到了选择的难题。我问什么难题。她说有两个条件差不多的男孩对她穷追不舍，她取舍不下，该怎么办？

我说这好办，你去调查，谁最孝敬老人，你就选择谁，肯定没错。女作者十分意外地看着我，问，为什么呢？

我没有直接回答她，先给她讲了两则故事：

一则是：某医学院外科实习基地进行解剖学的实战演习，从市场进了十条狗，其中九条一次性完成了麻醉，可是有一条无论如何无法完成麻醉，多大剂量的麻醉药都无济于事。最后，指导大夫只能让实习生强行把这条狗绑在手术架上。当手

术刀从这条狗的腹部划过时，大家都惊呆了，原来它正怀着孩子。

另一则是：一架飞机在飞过茫茫雪原时失事了，一对母子活了下来，但因为是茫茫雪原，搜救的飞机无法找到目标，做母亲的眼看着飞机一次次从头顶飞过，就是发现不了他们。就在这时，这位母亲作出了一个决定，她咬破血管，让鲜血染红了身边的雪层，让飞机得以发现目标，让她的孩子得以获救。

我们当然不希望这样的故事发生，但是我们每个人可能都体会过同样品质的母爱、父爱、亲爱。

有人说，上帝忙不过来，就创造了母亲。对于我们来说，母亲就是我们的上帝。她的身上蕴含着上帝的情感和品质。

想想看，一个连上帝都不爱的人，怎么可能爱你一生呢？一个连自己父母都不孝敬的人，怎么会爱你一辈子呢？

这位作者说这倒是个好办法，就去调查。

可是过了段时间，她又来找我，说两个男孩都非常孝敬老人，怎么办？我说你再去调查，看谁最尊敬师长，你就选择谁。她说这又能看出什么？

我就问她过去把老师叫什么？她说叫“师傅”。我问她怎么写，她写成“师傅”。我说错了，应该是“师父”。我说造这个词的人真是太伟大了，他告诉我们，亲生父母给我们血肉之躯，师父给我们智慧之躯，都是“父亲”。一个连给自己智慧之躯的师父都不尊敬的人，能和你举案齐眉地过日子吗？

丰子恺先生的《护生画集》是怎么来的？其初衷是为了给师父弘一法师祝寿。

1929年，弘一法师五十寿辰，他画了五十幅护生画给师父祝寿；1939年，弘一法师六十寿辰，他画了六十幅护生画给师父祝寿；1942年，弘一法师在泉州圆寂，但丰子恺并没有停止对师父的祝福，依然十年一集，每集和师父的冥寿一致，直到他自己去世。

1979年，新加坡的广洽法师把六集合在一起，化缘在香港出版，就是现在广为流传的《护生画集》。

每次翻阅，都会感慨万千，都会被他们空谷足音似的师徒情谊感动，请问，这样的心灵美景，在哪里还能看到？没有任何功利目的，有的只是纯粹的祝福，纯粹的怀念。

而孔子所体会到的这种来自师生情谊的幸福，更是无出其右了。颜回有多次出仕的机会，但是为了早晚陪伴师父，他都一一拒绝了。有次在卫国，师徒被变故冲散，颜回最后才得以回来，孔子心有余悸地说，我以为你已经死了呢！颜回说，先生未死，我岂敢死！多么感人！

在一些学校，当我给学生讲要无条件地尊敬老师时，学生会说，现在的老师不值得我们尊敬。问为什么，学生说，没有师德，谁的爸爸官大，上课就提问谁；谁的妈妈有钱，就给谁开小灶；还有些老师，上课时不好好讲，留一手，为的是让学生下课后到他们家去补课，赚补课费，等等。

我说，老师做得不对，那是他的错误，但是，作为一个学生，尊师是无条件的。

一位好友告诉我，一次上街看到有个高中生跪在那里化