

生命沉思录

写给2012的文化焦虑

· 曲黎敏 著 ·

湖北长江出版集团

长江文艺出版社

曲黎敏
著

生命沉思录



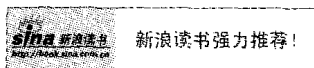
湖北长江出版集团
长江文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据
生命沉思录 / 曲黎敏著.
武汉: 长江文艺出版社, 2011. 12

ISBN 978 - 7 - 5354 - 5515 - 4

I. ①生…
II. ①曲…
III. ①哲学 - 作品集 - 中国 - 当代
IV. ①I267. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 240983 号



选题策划: 金丽红 黎波 安波舜
责任编辑: 安波舜 罗小洁
封面装帧: 张竞文
内文版式: 姜华
媒体运营: 赵萌
责任印制: 张志杰

出版: **湖北长江出版集团** 电话: 027 - 87679310
长江文艺出版社 传真: 027 - 87679300
地址: 湖北省武汉市雄楚大街 268 号湖北出版文化城 B 座 9 - 11 楼
邮编: 430070
发行: 北京长江新世纪文化传媒有限公司
电话: 010 - 58678881 传真: 010 - 58677346
地址: 北京市朝阳区曙光西里甲 6 号时间国际大厦 A 座 1905 室
邮编: 100028
印刷: 北京通州皇家印刷厂

开本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32 印张: 10.5
版次: 2012 年 03 月第 1 版 印次: 2012 年 03 月第 1 次印刷
字数: 254 千字

定价: 32.80 元

版权所有, 盗版必究 (举报电话: 010 - 58678881)
(图书如出现印装质量问题, 请与本社北京图书中心联系调换)

我们承诺保护环境和负责任地使用自然资源。我们将协同我们的纸张供应商, 逐步停止使用来自原始森林的纸张印刷书籍。这本书是朝这个目标前进迈进的重要一步。这是一本环境友好型纸张印刷的图书。我们希望广大读者都参与到环境保护的行列中来, 认购环境友好型纸张印刷的图书。

不要以为我用手机微博了
就是愿意与那昏暗的现实
搭就了和解的桥梁
不要以为我什么都说了
就已经遗忘了血脉里沉默的悲伤
知道什么是双鱼吗
就是一条鱼欢快地游走在白昼的时候
另一个自我正在夜的黑里哭泣徜徉

前 言

2011年，人们总是有意无意地谈起2012，那似乎是个标识，不是针对个人，而是针对全人类的一个考验，人们终于可以共同面对一场不确定的危机，并希冀在这场危机中让所有的苦难得到救赎。于是，人们由恐慌而敬畏，由敬畏而欢乐，怀着隐秘的热情，人们开始了对2012仪式般的期待，甚至有点想看2012年笑话的意思，中国人从来不信邪啊。而我，也不想说什么养生了，我要说些比养生更重要的事情，比如亘古的男女，比如亘古的情感，比如未来，比如生死……写着写着，2012年就到了。

你害怕吗？那是你还有所依恋。你不怕，那是因为你痛快地活过。或者生活，早已让你痛不欲生，或麻木。能一下子摊牌，和了断，也是一种勇气。

其实，所谓2012，所谓世界末日，不过可能是人类对物质世界的追求会戛然而止，因为人们越来越明晰地认识到，物质的极大化并没有给我们的生活带来更多的幸福，反而成为一个潜伏在我们生活深处的一种深度危险，它一旦爆发，我们人类将无处可逃。

所以，一个新的生活即将开始，我们人类正从对世界过度开发的反省中走出来，走向一种觉悟的生活，在新世纪里，将有人类灵性的无限放大，并耐心地等待地球在沧海变桑田的巨变中渐渐……修复。

等待，也许是一个漫长的过程，而且必须把肉身的躁动消除，同时摊薄精神的不安与狂躁，必须身心合一，如同坚守住密



闭的诺亚方舟里的祈祷……等待一个新的黎明，和晨曦中的那只飞鸟。

【曲解词语·焦虑】

“焦”字，上“佳”下“火”，小火烤小鸟，属于慢慢地煎熬。“虑”为远虑。一切焦虑，都源于对未来的不确定、不肯定，难以把握，而产生的煎熬的感觉。

炼金术说，修炼要用慢火，要耐心地等待事物从量变到质变，这个“变”，不是慢慢地能让你看到、或理解的“变”，就好比卵虫变成蝴蝶，是飞跃式的突变，它令你目瞪口呆，不可思议，所以，炼金术士只有耐心地观察，并等待突变的到来……但是！不是人人都能等到突变的时刻。

天象已经太古，人类已经太老，我们已经不断地把她物化、神话、再物化、再神话……所以，我们必须给自己的唤醒和觉悟规定个时间，否则我们会继续沉睡。人生短促，那就把2012当做一个界标吧，在那以后的未来里，不仅要重新唤醒天象，也要唤醒人类的沧桑……

在生命的最深处，我和你可能都是绝对的悲观主义者，但这并不妨碍我们积极乐观地活着。正是前者，决定了我们人性及思想的高度，而且也决定了我们快乐生活的内涵与界限。

谨以此书献给2012。

目 录

前言 | 001

第一章 灵·诗·乐 | 001

人的差异性源于灵魂的差异；源于生命能量的差异；源于诗性和艺术性。真正的修行，是清醒的“返观内视”，是精神之独立，是“自救”和“利他”。末法时代就是没有诗的时代，就是感性被窒息、被扼杀的时代。人越来越冷漠、脆弱——这种冷漠和脆弱都缺乏神性，充满了可怕的动物性。

第二章 饮食·男女 | 021

谁都怕被长时间地凝视。再爱，也不能没了自我，也不能没了自由。一颗孤独的心，一张莫测的脸，摒弃一切世俗，甘愿自我放逐。现在还有青年吗？——反抗的精神、犀利的诗情、向上的蓬勃热情、救世的渴望、自由的心灵、汹涌的爱情、光洁柔韧的躯体……

第三章 情性浮华 | 065

柯勒律治：“伟大的心灵都是双性同体的。”
伍尔夫：“做个单纯而简单的男人或者女人是不幸的；一个人必须是男人般的女人，或者女人般的男人。”
我们常常被自己的性别拘束。老天降生我们时，就用性别把我们的生命推向了偏执、分裂，然后让我们用终其一生的追寻来圆满我们回家的路。

第四章 神话·天地·历史 | 125

中西文化，一个是“十字架”，一个是太极图。一个是扩张的非此即彼的外散；一个是含蓄的可有可无的圆融。选择谁，就选择了一种生活，一种灵魂，一种文字，一种让生命轮回的方式。
凡夜间绽放的，都得面对星空；凡面对星空的，都只是存在，而非主人。

第五章 人世间 | 163

即便明天地球就要毁灭，我仍然要种下一棵苹果树。——马丁·路德

即便明天地球就要毁灭，我仍然要种下一棵精神的苹果树。——曲黎敏
不受天磨非好汉，不遭人嫉是庸才。

阅读，可以让我永不媚俗。

第六章 现代人物志 | 235

走在人类前面的人，一定是疯子，或傻子。而不是所谓的院士。他们一定欠缺某种灵活性和圆融，喜欢一条道走到黑。或者索性就是黑暗中的炭火，或地壳里的岩浆。我虽没有见过他，但我敬仰他，爱慕他，在科学的层面上，我未必懂他，但在精神和心灵的某个层面，我懂他，我就是他。

第七章 在路上 | 259

在下午的阳光里，他念《大悲咒》给我听，那一瞬间，我觉得周围无数生灵也在聆听，然后一切又归于清静……唯有茶水澄净。

生命的张力决定一切，生命的能量决定一切。学识、财富、名望等等与生命能量无法相比，一旦被唤醒，就如核能，只能毁灭，绝不贪生。

第八章 言语的盛宴 | 291

仓颉造字时，“天雨粟，鬼夜哭”。

从造字的仓颉开始，我们古老的生命便以一种方方正正的方式存在，并在世界历史中写意地绽放。

改变人生，从识字开始。

后记 | 324



第一章 灵·诗·乐

人的差异性源于灵魂的差异；源于生命能量的差异；源于诗性和艺术性。

真正的修行，是清醒的『返观内视』，是精神之独立，是『自救』和『利他』。

末法时代就是没有诗的时代，就是感性被窒息、被扼杀的时代。人越来越冷漠、脆弱——这种冷漠和脆弱都缺乏神性，充满了可怕的动物性。

灵

人的差异性源于灵魂的差异；源于生命能量的差异；源于诗性和艺术性。

在中国传统医学，人与人的不同，源于“五藏神”的不同。

血肉是一样的血肉，人与人的不同恰是那血肉之中“神明”的不同。心神的强大与弱小，肝魂的稳定与飘忽，肺魄的沉着与动荡……决定了你、我之不同。

万物皆有神明，肉身五藏六腑亦如是。在别人看那是一堆血肉；在我们看，我们的爱、恨、情、仇就源自那堆血肉“精魂”的悸动……

【精·气·神】

人身所藏之精，譬如油；人身之气，譬如火；其光亮，譬如神。油量足则火盛，火盛则亮度大；反之，则油干火熄而光灭。

【灵】

中国的神话说寂寞的大神女娲用泥土捏了小人后，用呼吸赋予了他们的灵动；希腊神话的开篇也说普罗米修斯用藏有天神的种子的泥土混合着河水而捏成了人形，并摄取了各种动物的心的善与恶密闭在人的胸膛里，最后由智慧女神雅典娜把灵魂和神圣



的呼吸吹送给了这生灵……

所以“靈”字从三“口”，一个呼吸接着一个呼吸，人之性灵也随之一步步地升腾，直至形成冲破云雾的光焰。

在那源头，人类的开始多么相像！泥土是否在比喻我们固有的肉欲及物质性，而轻灵的呼吸则成就了我们的精神和神性！但很长一段时间，“我们不知怎样使用我们高贵的四肢和被吹送在身体里面的圣灵……视而不见，听而不闻……如在梦中”（《希腊的神话和传说》）。

所以，在那以后的时光里，我们要做的，只是要重新开启“灵能”。

【悟】

觉也。就是睡醒来的那个感觉。从一个梦中醒来，从一个混沌中醒来，从死寂中醒来……总之，一切都已改观，一个新世界，生命也随之变新。

有时候，这一觉可能很漫长，有的人，可能一生都没有醒来。

当我们从梦中醒来的那一刻，当我们认识到命中注定的“苦”的那一刻，我们，也种下了来世欢乐的种子。

现在讲究修行的人越来越多了，是“觉醒”的一种标志吗？难说。有的人只不过是随大流的“自发功”，依旧是梦中呓语，糊涂盲从。而真正的修行，是清醒的“返观内视”，是精神之独立，是“自救”和“利他”。

个人灵魂的觉知只改变个体命运，而集体灵魂的觉知注定会改变集体的命运。所以，我和我们，都要努力前行。

一般而言，真正修行者修的是“尊”；普通百姓求的是“福”。据说释迦牟尼佛落地的第一个举动就是一手指天，一手指

地，曰：天上地下，唯我独尊。此话大有意境，值得深思。

“尊”是自性由内而外发；“福”是内心无根底的外求。所以有的人修了一生都没修成，因为他没修“自性”和“尊”，顶多悟了个“顽空”。其实，悟“尊”比悟“空”更有意义。

这个“尊”，在佛是大日如来之光芒；在耶稣是头上光圈；在毛泽东，是“为人民服务”；在人，是生物场，是影响力。

生命能量的大小从此定。大格局者有大场，和大尊。

我渴望有几个这样的下午，和释迦，和老子，和孔子，和苏格拉底，和柏拉图……在一起，不必说话，只是静静地感受他们的温暖和光芒。

但我知道，要走近他们，我要先完成我自己，成就那自我的光芒……

【持戒】

修行为什么要先持戒？持戒是先管住自己的神魂意魄志，五藏神定了，人就无妄念，就纯粹专一，肉身也就安定了；然后由肉身的“定”养成习惯。当善德、善行成为一种习惯时，人就从一种被动中走出来了，灵就出来了，修行就成了一种自然而然的事而非做作了。

对身体，对生活，对一切，当追求完美；但要明白的是：真正近乎完美的只有心灵。

“佛”的境界绝不是离开现实的人生去寻求，他存在于每一人的生命之中，每个觉悟了的与宇宙永恒光明共存的人、每个破除了“我执”“断见”的人、每个为全人类的幸福而自觉奋斗的人，他就是佛。

佛的梵文原意就是觉悟者，在这个时刻，宇宙之法与我的本



质合为一体，克服了欲望和自我保存的本能。它并不否定“小我”，而是要完成从“小我”到“大我”的扩大和升华。由此，生命开始变革，开始形成超越时空的那种极致的美感。

诗

末法时代就是没有诗的时代，就是感性被窒息、被扼杀的时代。人会越来越冷漠、越来越脆弱——但这种冷漠和脆弱都缺乏神性，充满了可怕的动物性。

在这世上，光做“人”是不够的，最好还要做一个诗人，最起码是个骨子里有诗意的人，那样你与世界的对话就丰富而且充满意义了。

【诗】

由“言”和“寺”组成，言是心灵独语，寺庙是道场，那么“诗”就是道场里的长啸；是内心能量的外化；是修行者孤独的情感表达。

中国文学，最初是四言，然后是五言、七律，再往后是词，是曲子，是散文，是小说……越来越散漫，越来越曲折，越来越虚妄，越来越啰嗦……心，也就越来越……涣散。

【诗人】

是最原始的系统性思想者，他用词句组成意识的盛宴，颠覆或强化你对世间的无穷感受。

《诗经·黍离》：知我者谓我心忧，不知我者谓我何求，悠悠苍天，此何人哉。

《诗经·采薇》：昔我往矣，杨柳依依。今我来思，雨雪霏



罪。行道迟迟，载渴载饥。我心伤悲，莫知我哀。

《诗经·蒹葭》：蒹葭苍苍，白露为霜。所谓伊人，在水一方。溯洄从之，道阻且长。溯游从之，宛在水中央。

这些都是愁苦灵魂的抒发。诗三百，一言以蔽之：思无邪。这三个字了不得，大境界啊。

【思无邪】

第一，用佛家的话讲，叫做“正思惟”。人在做一件事情的时候，出发点要正。第二，真性情。真性情是什么？敢爱、敢恨、一片童真，不在意输赢。

人内心深处的某种情感一定是超越语言的。快乐可以用舞蹈来表现，但是痛苦是表达不出来的，让人窒息。“微我无酒，以敖以游”：不是我没有酒来解我忧愁，是困在我内心的忧愁太深了，即使喝醉酒我也达不到那种自由的状态。

《诗经》：一切诗意的、高雅的、蒙太奇式的圆满。

中国应该有最唯美的电影，因为中国有《诗经》。

可惜，导演们都不看《诗经》。

不同的时代，人们靠诗来释放自我。

气势狂放莫如帝王：

刘邦：大风起兮云飞扬，威加海内兮归故乡。（即便是流氓也得有大苍凉）

曹操：周公吐哺，天下归心。（即便是奸雄也得有大慈悲）

朱元璋阉猪对联：双手劈开生死路，一刀割断是非根。（即便是土匪也得有大决断）

毛泽东：安得倚天抽宝剑，把汝裁为三截？（即便是……也得有大气势）

项羽的“虞兮虞兮奈若何”就未免太妇人气了。

中国最伟大的诗（词）人是李白、李煜、李清照、苏东坡、辛弃疾……他们把一切绝望写尽，又从中引发生的顽强。

国家不幸诗家幸，话到沧桑语始工……词至李后主而眼界始大，感慨遂深。（王国维）

看文学实际上看的是文学的境界，文学的境界从哪儿来——从作者的生活境遇和心境里来。唐以前的文章和诗词，都是以贵族的姿态出场的，文学到了宋词这儿，就以平民的姿态出现了。

网友问：古人诗词为什么总说“西楼”，少说“东楼”呢？

曲曰：李清照有“雁字回时，月满西楼”，李煜有“无言独上西楼”，李商隐“画楼西畔桂堂东”，为啥他们都爱说上西楼，而不说东楼、南楼，或北楼呢？因为“西”字本是群鸟立于巢上之象，西方主收敛，有肃杀之气，苍茫、悲凉、哀伤；东方主生发，雀跃积极，与诗人情志不符。无肃肃、悲凉、沉淀，无以感言。

而李后主的“一江春水向东流”，却是愁肠百结，是沉郁没落到极点后的生发，是心已死，而恍惚之中一点生意的朦胧返光……

唯有痛苦令人沉思，因为在痛苦中，人要内求、外求、上求、下求，以求突破，所以，人只有在败落的痛苦中才能升华出深刻的东西来。而幸福，让人只想留住、留住，不要变化……人会因为软弱的执著和对命运的畏惧，而害怕改变，放弃追求。

世界会越来越乱、越来越热闹的，但必须坚守的一点就是——俺就是一字不识也要堂堂正正做一个人。