



我的黄昏哲学

老头儿想法与活法

江万秀 著



退一步又忍一下
看破放下沒煩惱

不要計較或比較
肚量大就人緣好



江山万里秀文库

中国长安出版社

瞧！这老头儿

人手更要掩面遮百丑



做人一张脸面好一切好

石头君自嘲

龚铁 画

献 辞

本书献给

比我老的老头

和我一样老的老头

没我老的老头

还没老的老头

以及

关心老头儿的朋友们！

图书在版编目 (CIP) 数据

我的黄昏哲学 / 江万秀 著——北京: 中国长安出版社, 2016
老头儿想法与活法

ISBN 978-7-5452-0217-5

I. 我... II. 江... III. 人生哲学—研究—中国 IV. C96
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 044924 号

我的黄昏哲学

老头儿想法与活法

江万秀 著

出版 中国长安出版社
社址 北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)
网址 <http://www.ccapress.com>
邮箱 cca@ccapress.com
发行 中国长安出版社
电话 (010) 65270593 65270433 (发行部)
印刷 廊坊市海涛印刷有限公司
开本 787x1092 1/16
印张 16
字数 280 千字
版次 2016 年 8 月第 1 版 2016 年 8 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5452-0217-5

定价 38.80 元

(如有印装错误 本社负责调换)

我的小名叫石头

我的小名叫石头。家乡人都这样叫我。我们客家人有个风俗，男孩子都有自己的小名，据说是为了有利于男孩能健康成长。我生下来，父亲就来到村前小溪边那块大石头前，让石头身上披一块大红布，供上茶水，点烛、烧香、跪拜石头神。由此我得此小名。在我五岁以前，每年父母都带我到这个石头神面前举行这样的仪式。

我从小就喜欢石头。

最好的沉默者就是石头。

石头从不说话。或圆或方或棱角分明或毫无规则，都只是用一种形状向世界宣言着它的存在。而石头的颜色也有特点，或青或黑或灰或白，都有别于大自然的各种颜色。就拿黑石头来说，它的黑在冬天透着冰冷或坚硬，让人看一眼就有凉嗖嗖的感觉，摸一下，手则会有一股凉意久久不去，要是在冰天雪地的三九严冬，气温在零下二十度以下，摸一下就更凉了，肯定会有有一种尖叫，让冬天的原野回响着高分贝的声音。这好像与它的颜色无关，可是你要是用心体会，正是那种黑，用凉的气息向你的心里沉沉地渗透。白色也是这样，石头的白不像雪花的白，耀眼得有些让人眼花缭乱，也不像梨花的白，温馨中透着淡淡的清香，石头的白也是一种冰冷，透明中混杂着朦胧，我拣着一块白色石头观赏，往往会想到可能是天上掉下来的某块陨石。

有一次我到郊区郊游，路过一个村子，我看到那大排大排石头雕刻出来的狮子、老虎、豹等各种凶猛的动物，让我久久难忘，可惜我没有能够停下车子好好观赏，只透过车窗留下了永不磨灭的石头记

忆。我从心里清楚，在工匠细心的雕刻下，那些石头已不再是没有生命的冰冷物体，而是虎虎有了生气的各种动物，它们不仅是各具其形，而是更具有会叫会跳会思考的神韵。只是，只有用心灵去感受的人才能领略。

好的石头大多被藏在山中，或者说是被遗落在山中，山中的风雨吹打它，山中的流水濯洗它，山中的日月照耀它，它的冷透出的就是一种深沉的执著。一旦有一天它被细心的人发现，运回自己家的庭院，或建造更好的庭院，或放在庭院里摆成装饰，石头都以沉默的表情显露着在山中漫长岁月里所形成的寂寞而又成熟的思想。它可能有着丰富的内心世界，但再委屈它也不说话，再敲击它也不喊疼，它如果被敲出了回声，那是它的生命在抵抗着透出决不屈服的刚强。

曾经在一个小河边，我踩着无数的石头漫步黄昏的乡野。那些石头被水冲刷过、被风暴敲打过、被鱼虾碰撞过，它们在河滩上躺着，有的攀上了许多水草，有的光滑地滚来滚去，最诱人的是那些透亮透亮像星星般闪着光芒的鹅卵石，那是一种玲珑的美，我拾了许多装进兜里，带回书房做成一种灯饰伴我度过了一段艰苦求索的漫漫岁月。我经常对着它们发愣，但它们从来不发一言，只是默默地在各种光芒下变幻着不同的表情。

我知道，对于石头来说，喜怒忧思悲恐惊它们都不会表现出什么，或者是它们从根本上感受不到，或者是它们感受了也表示最持久的沉默，它们没有口说话，它们就是有口也不会说话，所有的一切对于它们都是一种彻底的秘密。

我的小名叫石头，我喜欢石头。用石头作伴，慢慢坚硬的是思想，慢慢成熟的是品格，慢慢接受的是一种启迪，是要用沉默来抵御不可逆料的各种风霜雨雪和来自不同方向的打击……

呵，那山脚下有一块黝黑的石头，很大，很古老，我坐着不动，昂头，抬眼，看了很久。

重陽賦

九九重陽菊又香
丹楓何處不殘霜
登高放眼看秋光
書生留得一分狂
每于幾微見世界
偶从木石覓文章
校園銀杏葉初黃
老夫凭欄吻夕陽

萬曆

丙申·重陽



快樂人生箴言

要來不要太多
 欲望不要太高
 處事心要安好
 遇事戒急戒燥
 精神堅守獨立
 思想堅守自由
 心靈快樂飛舞
 生活簡單知足
 微笑化解憂愁
 寬容消除煩惱
 禪心禪思真妙
 自在隨緣看透
 懷菩薩常歡笑
 如上帝多灑脫
 比神仙更快樂

江萬壽撰詩自題

二〇一〇歲次庚子仲夏於北師大書



树下的老人

（封面图解读）

一次到朋友家做客，被其客厅的一幅风景油画吸引住了，我站在画前细细观赏，越觉此画寓意丰富有趣，令我喜爱。于是我用手机拍下来，——这便是本书封面上的图。

我对这幅画情有独钟，看见这幅画，我仿佛看见了一种启示，知道了我的人生之路，正在通往何处，因此而感到踏实。

画面上，一片旷野山丘，以及山丘上一颗参天大树，旁边还有两棵小树。大树的左下方，并肩的两个老人站在树下，他们的身影几乎与山丘和树融为一体，充满着动感，好像能够看见生命的液汁在其中喷涌、流淌、沸腾，使人不由得想到梵高的画风。然而，与梵高不同的是，画的整体效果却显示为一种肃穆的宁静。作者似乎在用这幅画向我们证明，生命的热烈与自然的静谧并不矛盾。让一切生命按照自己的节奏自由自在地生长，结果便是和平。

树下的那两个老人是谁？他们微低着头，一顶小小的圆檐遮住了他们的脸，我们只能看到他的背影（背对着我们），而他们身上的那件长大衣朴素如农装。那么他是一个农夫，或者是一位哲人？也许两者都是，是一个思考着世界之底蕴的农夫，一个种了一辈子庄稼的哲人？他们站在那里是在做什么？散步、沉思、闲逛，也许走向前方？有一点是可以确定的，便是他置身在尘嚣之外，那尘嚣或者从未到来，或者已被他永远抛在了身后。

这幅画有一个标题，叫做“树下的老人”。是的，是一个老人，不过这两个老人不像别的老人那样因为行将死亡而格外恋世或厌

世，不，他与那个被人恋或厌的世界不再有关系了，他的老境已经自成一个世界。在这个世界里，一切尘世的辛劳都已经消逝，一切超验的追问也都已经平息。他走过了许多沧桑，走到了一棵树下，自己也成了一棵树。现在他只是和身旁的那棵树一样，回到了单纯的生命。他不再言说但是也不是沉默，他的语言和沉默都汇入了树叶的簌簌声（落到地面上，甚至被风刮走）是的，他是孤独的，看来不像有亲人陪伴，但这孤独已经无须倾诉。一棵树是无须向别的树倾诉孤独的。如果说他的孤独曾经被切割、搅扰和剥夺，那么现在是完整地收复了，这完整的孤独是充实和圆满，是了无牵挂的归宿。他因此而空灵了，难怪衣帽下空空如也，整个儿只是一种气息，一种流转在万物之中的气息。所以，这里不再有死亡，不再有时间，也不再有老年。

也许我的解读是误读，那又有什么关系呢？我只是想让读者知道，这幅风景画是多么耐人寻味，画作者的内在的激情在其中找到了庇护，得以完好无损地呈现为思想，呈现为超越思想的宁静，风景油画属于作者的早期创作，但我相信，他迟早将回到这里，犹如那个老人回到树下，犹如一个被迫出外谋生的游子回到自己朝思暮想的家园。

人生百年，千万珍惜二十年真正的人生黄金时代

（代序）

人生百年，仅5个二十年而已，第1个二十年，求学为主；第2个二十年，事业为主；第3个二十年，是人生最为忙碌而艰难的时期，单位、家庭、老人、子女、社会、工作、无不需要兼顾。唯有第4个二十年才是无忧无虑、无牵无绊，享受人生的黄金时代。

享受人生的三大条件为金钱、时间与健康。对大多数人而言，第1个二十年缺乏的是金钱，第2、3个二十年缺少的是时间，第5个二十年则是健康的问题。唯独第4个二十年中三个条件齐备，是享受人生的最好窗口期，但仅短短二十年左右，稍纵即逝，只有抓紧。然而，在这个年龄段的人，并非都能享受人生，还有不少人过得仍不如意，这是缺少了另一重要条件：良好的心态。他们中有的怀念着过去的权位，有的习惯了长期的劳累，有的忙碌着当前的琐事，有的忧虑于未来的日子——总而言之，心态放不开，不会享受眼前的黄金阶段；没权了还想去揽权，退休了再要去返聘，没事还要去找事，杞人还可去忧天。前述的三大条件是受客观限制的，而心态则是主观控制的。没人可帮你，唯有自己调整。

60-80岁，是人生第4个二十年，也是人生百年中唯一的黄金时代，是任何年龄段无可比拟的。千万不能虚度这段时光，你想想，20来岁的小青年，他能品出龙井与毛尖的区别吗？他能咂出茅台与二锅头的区别吗？他能尝出川菜与湘菜的区别吗？他能听出京胡与二胡的区别吗？

60岁以后，再也用不着头悬梁椎刺股，熬红双眼，只为通过高考那座独木桥；再也不用似伍子胥一夜愁白头，只为那可怜可悲的晋升晋级；再也不用为伊消得人憔悴；再也不用怀抱冰火煎熬；再也不怕利与义的冲突；灵与肉的相搏。跳出三界以外，不在五行中！

60岁以后，我喜欢：一杯龙井在握，独坐黄昏后。屋檐下，听晚归的雀鸟，轻言细语，结伴归巢，啁啾啾啾，呢呢喃喃，那份温馨和从容，让人羡慕、嫉妒、爱。

60岁以后，我喜欢：漫步在林下泉边，听飒飒秋风，听淙淙泉水，听阵阵松涛，合奏着生命交响曲。洁净空灵中演绎着大自然的雄浑力量，把生命的顽强在天地间蔓延。

60岁以后，我喜欢：散步在荷塘边田埂上。深秋的田野，空旷无人，土地没有了庄稼的覆盖，还原于原始的粗犷、坦荡，似一幅油画，令人遐思。荷塘中，枯瘦的荷梗，耸立在一泓秋水里，枯黑的荷叶，静静地躺在水里面，几只雀鸟跳跃在水面上、荷叶间，啾啾觅食。好一幅八大

山人的水墨丹青《墨荷图》，画笔瘦劲简淡。

60岁以后，我喜欢：夕阳西下时，独立大江边。看大江东去，千帆过尽。一种绚烂过后的恬静、一种安然，一种温馨油然而生。芸芸众生，或富贵，或贫穷。每个人生命里都有属于自己的巅峰，最终都会在60岁以后跌落、归零。

60岁以后，我喜欢：夕阳中把盏渐醉的意境。凝眸飞泻流丹的晚霞，呼吸着随风而至的甜甜桂香。一杯老酒独酌、浅尝、深醉，把盏人生，品味生命。杯中乾坤只是一份简单，一份糊涂。管它明天、后天，随喜、随叹且随缘。

人生的第4个二十年是这么惬意，这么随性，你能说它不是人生的黄金时代吗？当然，这黄金时代必须建立在生活自理的基础上。

其实，我们从摇篮到坟墓也不过是一条道路而已，当我们寿终正寝之前，是一直行走在这条路上的。途中自然有许多辛劳，许多坎坷，然而历尽辛苦方知甜，跨越梗阻达坦途。何况，一路的风光和同路的旅人，都是极有情趣的是值得我们跋涉在这条路上细细鉴赏的；何况，除了这条路，我们也没有别的路径可走，没有其他目标可选。

只是一条路上有许多同路的亲人、朋友走得似乎着急了些，使我们还在行走的人或多或少有些伤感和不舍。不过，快也罢，慢也罢，我们终归是要走完这条路的。最可怕的是，走着走着走不动了，长期卧病在床，连累家人，连累子孙，连累亲朋，连累医护人员也跟着受累。自己的人格、尊严也含羞而弃。这是老年人最大的问题。其实，老了，该舍就舍，包括生命。

60岁以后，我且行且珍惜，珍惜我爱的和爱我的亲人、朋友，珍惜黄金时代的二十年，充分享受这金光闪烁的7000多天。

谨将此文献给身处黄金时代的同龄人，祝您健康、平安！

边缘人

(代序)

人有不同的活法。对个人而言,各有各的追求;对社会而言,各有各的贡献。

进入权力中心,是一种生活追求,也是一种人生欲望。但仅从人生欲望这一精神层面来阐释,似乎还嫌不够。起码忽略了物质层面的因素。进入了权力中心的人,自有许多政治的、物质的、名誉的利益和乐趣。惟其有利益,有诱惑,有乐趣,才滋生出形形色色的手段,供那些千方百计想往权力中心部位钻的人玩弄。进入权力中心的人,也许能够比普通人有更多的机会左右一个城市、一个乡镇、一个单位的历史,但也伴随着许多的烦恼和风险,曾在历史上和现实中演出过多少令人扼腕的悲喜剧。

也还有另一种活法。那就是甘愿做个边缘人。历史上,有才华、有思想、有学识、有能力而称自己无能、甘居边缘者,多有人在。相传东汉严光少年时与光武帝刘秀一同游学,刘秀即位后,严光隐居不见。刘秀数次遣使聘他,并拜为谏议大夫,而严光坚辞不就,一生耕钓于桐江之滨。严光拒绝到东汉王朝的权力中心去做官,而甘愿在桐江之滨躬耕垂钓,做一个边缘人,其高风亮节,倒也受到后人景仰。在现代作家中,也有许多有做官甚至做大官机会而拒绝做官,甘愿做个无权无势、穷困清淡的文人。钱钟书说过:“用人瞧不起文人,自古已然,并非今天朝报的新闻。例如《汉高祖本纪》载帝不好文学,《陆贾列传》更借高祖自己的话来说明:‘乃公马上得天下,安事诗书?’直截痛快,名言至理。”文人虽不务实学,却爱解剖人生,在茫茫人海中当属有用之才,大可不必如此鄙薄。

真正的文人多自谦,戒浮躁,胸怀平常之心,甘为边缘人。粗茶淡饭,布衣裘褐,倒可以冷眼洞察社会,静观人生百态,写出多少能够传世的作品来。

目 录

引言 树下的老人 / 1

代序 人生百年，千万珍惜二十年
真正的人生黄金时代/111

代序 边缘人/V

我的黄昏哲学/1

石头自道，老年感悟/13
老头糊涂一点好/15
八十述怀/23

认识自己/27

幸福与尊严/33
自由与真善美/58
感悟人生/89
人生的归宿/99
困惑与探索/145

我的自白/147

归天计划/151

低头思故乡/161

家乡的歌谣/165

丽娃河依然美丽/171

我在校园里寻找大师/191
忆恩师卢若帆先生/203
缅怀杨天恩校长/205
一个朋友去了远方/211

黄昏的眷恋/219

游手好闲作小诗
浅吟低唱

休闲赋/221
览镜书怀/221
游戏人生喜相逢/222
重阳赋/222
快乐人生感言/223
对联/224
江万秀家谱联/225
海南行二首/226
恭贺新年/227
天地人和/227
金缕曲/228
故乡谣/228
七十自嘲/229
黄昏更爱夕阳红/229
四十感怀/229
献给五十周年/230

图文心语/231

从小到老的全裸人体雕像/233
不同年龄的笑/245
岁月不愁桑榆晚，黄昏喜看霞满天/249
多少往事烟雨中/263
人老了渐渐懂得/269
墓志铭/275

附录

祖宗十八代称呼大全/293
江万秀家谱联/297
江山万里秀文库/299

后记 /

我的黄昏哲学

江万秀

老夫今年已届八旬，步入了人生的黄昏时段。度过了近二十年的退休生活，自然对退休生活有些感悟和思考。愿意谈谈这方面的心得与诸公分享。

我的黄昏哲学（一）

——享受老年

先说说老子。老子很老，老子不老。很老的老子是真老子，不老的老子是老夫。

老子为何叫老子？老子姓李，但不叫李子。孔丘姓孔叫孔子，庄周姓庄，叫庄子，孟轲姓孟，叫孟子。。。。。

老子确实很老，老态龙钟，老气纵横，老到化境，老谋深算。他比孔子、庄子、孟子都老。

老子的智慧是老年人的智慧，不争、不言、无为，老年人容易接受。他们经历了太多的争而不得，言而无效，有损有失，为而相反的事实教训、挫折，故而少了许多冲动、激情、自以为是。

老年人容易接受厚重、冷静、质朴之类的教训。年轻人则乐于迎接挑战，勇于尝试，不怕失败，敢于冒险。

尤其是“不为天下先”这样的老气横秋的说法，只能被某些风烛残年的老人接受。如今我们提倡的是创造，创造创新是民族的灵魂，不为天下先，我们怎么迎头赶上？

姜是老的辣，老子的思想何其辣也，绝圣弃智，民利百倍。

这样的论述除了老子，谁敢这样说话，所以老子其实是敢为天下先的。

老了才能为无为，事无为，味无味。年轻时，做大事，立大功，要遍尝百味，要经历酸甜苦辣才能有所造就。老了才能刀枪不入，宠辱不惊。故老子名符其实，果然老得了得！

学习老子，觉得老子（老夫）不老。惊叹老子的老到的智慧的同时，我们也要看到其中的缺憾。今天我们应该把无为精神与有为精神、老到精神与青春精神、谦虚精神与创造精神结合起来，我们才能进步。

我们这一代，可以说是苦难的一代，幸存的一代。幼年战乱，成年时期经历政治运动、阶级斗争，反右，大跃进，大饥荒，文革，下乡，劳动，改造。。。没完没了。好了，老了，退休了，终于能喘一口气了，进入了人生的黄昏的美好时代。

我越来越感觉到，老年是人生最美好的时代。成熟、沧桑、见识、自由（如自由的支配时间）、超脱。可以更客观地审视自己、审视一切，并有资格谈论人生，谈论青年人、中年人及自己这一代人了。可以回忆、怀旧和遐想，让思想自由飞翔了。可以做点事，也可以不做一点事。多一点思考、多一点回味，多一点分析，对真理的求索了。也多了一点享受、休息、静视、发呆、养生、读书、写字、个人爱好、琴棋书画，比兴赋诗，游山玩水。

人老了以后，少了一点争拗，少了一点竞争，少了一点紧张和压力。

我觉得人生最缺的是时间，是经验，是学问，更是一种比较纯净的心境，老了以后，这方面的“本钱”便多了起来。

人生最多余的是什么？是恶性竞争，是私利计较，是鼠目寸光，是浪费光阴，是强人所难，是蛮不讲理。老了，惹不起却躲得起了。

老年是享受的季节，享受生活，也享受思想，享受经验，也享受观察，享受温暖爱恋，也享受冷清，以至适度的孤独，享受回忆，也享受希望，享受友谊趣味，也享受自由自在，更重要是享受哲学。人老了应当成为一个哲学家，不习惯哲学的思辨，也还可以具备一个哲学的情怀，哲学的意趣，哲学光辉照耀下的微笑、皱眉、眼泪，至少有可能获得一种哲学的沉静。

老来乐。老年多半能感悟。孔子云：“天下有道”、老子曰“道可道”、《圣经》曰“太初有道”、《佛经》曰“邪魔外道”。老了不免胡思乱想，胡说八道，自能悟道。老年可以诸事不做，自由自在，自得其乐。书可以随便乱翻，边看边忘，老友相聚，谈天说地，百无禁忌。点微信发微信，天下事尽收眼底，逗一乐，打哈哈，像菩萨常欢笑，比神仙更快乐。古学苏东坡，左手托着苍鹰，“老夫聊发少年狂”，何等逍遥！近学启功老顽童，军中高官派秘书登门求字，居高临下，先生说“如果我不写，你们会不会派飞机来轰炸我呀！”何等幽默、风趣。任兄好友，大手术住院前夕书曰“顺其自然”，“一笑而已”何等通达、超然，值得敬佩！

天伦之乐。家人相聚，父母兄弟，夫妻儿女，有福同享，有难同当，惺惺相惜，含饴弄孙，地久天长，其乐融融。

从容地老去。生老病死，无法抗拒，顺其自然，乐天知命。人生苦短，过去的感恩，未来的祈祷。老年之福，不是占有、贪婪，而要随遇而安，及时行乐，一切恰到好处，缺了不可，过了便错。