

筑起生命的

★ 余德慧 著

梦屋

当生命的屋顶塌了

生活才有了星光和风雨

人站在破屋的底部

生命才能奋进

生命注解丛书

●
生命
梦屋

◎ 余德慧 著

筑起生命的梦屋

(京)新登字 101 号

筑起生命的梦屋

作 者/余德慧

责任编辑/辛 勤

封面设计/石 凡

出版发行/光明日报出版社出版发行

北京永安路 106 号

印 刷/廊坊人民印刷厂印刷

开 本/850×1168 1/32

印 张/6

版 次/1998 年 1 月第 1 版,第 1 次印刷

印 数/1-3000

定 价/9.80 元

I S B N/7-80091-815-7/G·576

著作权所有·翻印必究

筑起生命的梦屋

◎余德慧 著

不必在意“梦”
揭露什么奥秘，
或者梦里的
喻象是什么？
也不必去解析梦，
只是把梦当做
是生命的经验，
生命就可因而
立体化地丰富起来。

【前 言】

当生命的屋顶塌了，
生活才有了星光与风雨；
人站在破屋的底部，
生命才能奋进！

心灵拓展，眼界辽阔

在探索人生意义的旅途中,不论我们现在走到哪儿,永远都企盼着更高远、更深广的方向。这是人类心灵深处共同的追求:心灵拓展,眼界辽阔;这也是现代人心底共同的愿望:虽然身在俗世,内心却响往着澄蓝天空的高贵、洁净。

如何求得?如何如愿?方法之一便是不断分析自己的各种“杂讯”,并努力建立一套自我纯净的方法。

所谓的杂讯,是指我们对世间的事物太轻易地判别好坏,并让好坏之念过度地支配我们内心的意图,以及表现于外的行为。这会让我们觉得自己不够高贵、不够洁净。

于是,我们便开始寻求自我纯净的方法,使心灵跳脱出尘世的混浊、暧昧。

和您一样,我们同在努力追寻一片安顿身心的美丽新世界,希望拨开云雾,仰望蓝天;希望舀尽混浊,清澈心湖。这是一段需要时间、空间、经验、智慧、思考、反省、摧毁与建立的过程。单独行来,势必是艰辛、漫长的。

所幸,我们都不是第一个面对生命意义的人,古今中外已有无数的思想家、生活家、科学家、心理学家、哲学家、艺术家……深切地思索过这个问题。他们的智慧、经验、尤其是分析“杂讯”的本事,都宛若暗夜中闪耀光华的点点星光,灿丽迷人。

何妨借用这些星光点燃自己朦胧的心灵?

何妨分享这些智者创造晶莹生命的管理哲学?

何妨静心感觉那些自他们生命深处焕发出来的真、

善、美与爱。

之后,在一盏灯下,在流泄轻柔乐音的氛围中,让心灵澄空,让理情游走;慢慢地捧出自己的生命蓝图,以谦逊的态度思索、反省,从生生流转的人生旅程中,确定现在的位置和想法,摆脱现有的框架,大步向前,迈向心中那更高远辽阔的境界。

筑起生命的梦屋

目 录

【前 言】

1 心灵拓展,眼界辽阔

【第一章】

7 我再看我

【第二章】

29 望穿生命秋水

【第三章】

55 春蝶再生

【第四章】

71 生命的梦屋

【第五章】

91 已知之外

【第六章】

109 得意忘言

【第七章】

131 阅读生命的咏丝

【第八章】

151 东道西路两相通

【第九章】

169 文字生茧

【第一章】

生活一直在过。
颓废——虚无，是一种选择。
淡然——超越，也是一种选择。
远望，圆满和近观苦处
都不是立脚点，
远近之间，
另有综观生命的
第三只眼睛。

我 再 看 我

“皮相”是指生命的表浅。在我们的皮相生涯里，生活是沿着一层微薄的意思过日子，看不到精神的开展。人的生命原本可以显示多义性的内涵，使生活时间里的生命像千手观音一般地化身千万。但是，每个人都必须从皮相的生活做为起点，引发起自己的不满，才会想到精神生活是不是另外有进路。

“奥秘”是让生命展现生机的中心点。“奥秘”的相反是“缺乏意义”。当我们出生之后，都必须面临一个事实：外在的世界并不赋予我们意义，我们必须自己创造。可是，在最初的生长阶段，我们先得接受俗世的意义，使得生活得以进行。对孩童来说，接受已存在的生活意义是毫无问题的，他们没有异议的心思里，天真地说“将来要当总统”、“要拿奖状”、“要做乖女孩”。对一个没有太多经验负担的心灵，接受俗世的意义足够丰富了。

可是，当生命活得足够久了，被动地接受俗世意义会使生命变得浅薄起来，生命的“奥秘感”成了我们心中的饥渴。隐约的贫乏使我们觉得眼前的生活只是皮相，生命愈见无聊。

●都市没有深情

有一天，我遇见一个高职毕业的朋友。他是一家公

司的王牌业务员，在台北工作了近十年之后，他开始出现了生命的危机。他并不是在经济上出现困境，也不是生活起了波折。在一般人的眼中，他的生活毫无问题。他却有着一般人看不见的焦虑，那是整个生活框架的感受——他对自己的生活经验有了相当强烈的反思。

“因为都市没有深情，所以很想离开。可是又不知道要到哪儿去。活惯了一个地方，人变得动弹不得。有时又觉得，都市生活好像成了唯一的生活方式，离开之后，会变得不知道怎么生活。没有月亮的天空好像是理所当然，当无意中发现都市的夜空有星星月亮，觉得不敢相信自己的眼睛，依稀的儿时梦恍若隔世。

在童年，拜月亮是一种很小心的祈福，因为会忍不住去指星星，又怕指星星的手指头朝向月亮，月娘会生气，在小孩子熟睡的时候，月娘会来割耳朵。在后院里摆个小茶几，把香燃起来，看着烟慢慢升上来，一直飘到月娘那里，让月娘闻香。都市的月亮是不闻香的，她只会在很深很深的夜里，独自儿慈悯地巡视密密麻麻的房子，好像只能当舍监。

曾经在都市里喜欢上一个女孩子，可是很难爱进去，因为每个人都动得很厉害，不知道在哪个时间、哪个地方，她会出现在那里。还有很多杂音。带她到餐厅吃饭，每个人都喋喋不休，很难有一个静静的感觉好好看她；

她是都市里许多女孩子中的一个，眼里看到的女孩子来来去去，她只是其中一个来来去去，我无法停格看她；有时候，你会把她放在许多女孩中比较，会变得很不专心，因为别的女孩子会把她比下去了，就不会只珍惜她。

如果只有我们两个人，我会深情地看她，跟她说说话，很专注地对待她，离开她的时候，心情会很深，对她会想念。可是，都市里的事密密麻麻，并不是做什么大事，就是送货、看 MTV、吃冰、聊天；这些事排得满满的，只有偶然的时间才看到她。她好像也是一样，上班、下班、逛街。有人说，时间就是生命，我的都市时间就是我的都市生命，那我把时间都这样零零散散琐碎地过，是不是我的生命也是零零散散琐琐碎碎的？

刚到都市来，发现人的眼睛是不看人的，而是用眼睛的尾巴扫瞄，我才恐慌地想到，都市是没有深情的。”

听着这个业务员说话，很有意思。他一直用两种心情来观照都市的生活：一是他喜欢的生命形式，一是不喜欢的现实生活；更微妙的是，他仿佛要抓住某种“很实在的东西”，却衬托出“很空虚的心情。”

◎输赢之间面带微笑

这不禁让我想起日本小说家石原慎太郎描述的赌徒

心情。一般的赌徒是从金钱的输赢来决定心情的，但是这只不过是不经意的第三者眼光。赌久的人不仅是在“赢一把，输一把”的世界里，他还从金钱的实质世界蕴育出很虚幻的精神世界：一种在输赢之间的“淡然”。赌徒最害怕看到的对手是，当对方输的时候，脸上依然有着淡淡的微笑。

这份生命的沈潜成熟，必须是懂得整盘赌局的观照，当这份综观的神态出现时，老赌徒已经跳开眼前的“赢一把，输一把”的结束，他对赌局产生了一种远离自己的立场，而不是把眼前输赢放在一局：轻率的赌徒在每一局的输赢都有着兴奋与沮丧、希望与挫败，这是心思放在“自己”里头，产生“涉己则乱”的慌乱。这般的慌乱，破坏了一局一局接续下去的“心灵秩序”。老赌徒并不是对赌局冷漠，也不是把自己的利益置之度外，相反的，他同时把赌局的输赢与自己的利益放在“山脚下”，自己却“站在山顶看马相踢”；从表面上来看，这种观照好像是“舍弃自己的欲求”，就像好多玄学家所谓的“无我”，但实则不然。

◎融摄有我及无我

“无我”有两层的意思。第一种意义是“没有我”，这时候的“我”是由一种欲求、动机所构成的，这个