
图书在版编目 (CIP) 数据

自以为灯/费勇著. —广州: 广东人民出版社,
2002.8

ISBN 7-218-04041-1

I. 自… II. 费… III. 散文-作品集-中国-当代
IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 050557 号

责任编辑	董 真
装帧设计	王 汀
责任技编	黎碧霞
出版发行	广东人民出版社
经 销	广东新华发行集团股份有限公司
印 刷	广东科普印刷厂
开 本	787 毫米×1092 毫米 1/32 开本
印 张	7.25
插 页	2
字 数	200 千字
版 次	2002 年 8 月第 1 版第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-218-04041-1/I·582
定 价	16.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与承印厂联系调换。



目 录

自序：自以为灯／1

守住一盏灯／3

惟一的 惟一的／6

浮游／10

逃离／14

濒死心境／22

随缘心境／26

越轨心境／30

慈悲心境／35

喜舍心境／40

菩提心境／45

感恩心境／51

宿命心境／54



- 在周末 / 57
- 在高处 / 60
- 因为快乐所以快乐 / 63
- 寄给流水 / 65
- 月光就在你的窗沿 / 67
- 思想的流水 / 69
- 在凝视与聆听的刹那 / 72
- 名分只不过是一种幻象 / 75
- 当你在茅屋 天堂就在茅屋 / 78
- 无我时才有我 / 81
- 一切从细微处开始 / 85
- 因缘的天空 / 90
- 当一切视点都隐退 / 93
- 在午后走出城外 / 97
- 不为自己说什么 / 100
- 长久的是平平淡淡 / 102
- 真情总在不知不觉间 / 105
- 想起一些朴素的…… / 108
- 我羡慕所有平安地过活的人 / 110



我都满足于普普通通	113
用爱才能交换到爱	116
就差那么一点点	119
要明白自己的本分	122
想想生命的起点	124
在舞台上吹吹风唱唱歌	127
只是缘分	130
为什么不肯放下	134
心造的幻影	137
出门就是草	139
学会用自己的心去感受这个世界	142
不需要什么技巧	145
真理是简单的	147
自然的就是美的	150
皇帝的新衣	156
跟随你自己	159
遇到了就那么相守着	162
以平静的心情对待敌人与朋友	165
听听那雨声	167



- 看看那飘雪 / 169
- 我看见的只是无边的夜色 / 172
- 谁束缚着你 / 174
- 在人间行走 / 177
- 第一次发现的美 / 181
- 那永远地苍翠着的 / 184
- 抓取一把鸟声 / 187
- 在你之外 在云之外 / 190
- 有一片云彩刚好飘过 / 193
- 守着日出日落 / 196
- 扫扫地 洒洒水 / 199
- 只见四面的山青了又黄 / 202
- 没有一种挫折是持久不去的 / 205
- 不必等到下一刻 / 208
- 一切都是明明白白的 / 210
- 都入烟波一棹中 / 214
- 为生命找到支撑点 / 218
- 不过如此罢了 / 221
- 跋：活着是美丽的 / 224



自序：自以为灯

满街望去，来来往往的、粗糙的、光鲜的、美丽的、丑陋的、年轻的、年老的，晃动着的面容，竟像一只只老鼠，穿行在由高楼与高楼、街道与街道，以及公文、数字、契约、票据、身份证……构成的几何形的迷宫中，进行着一场无休无止的竞赛，在我们的面前，只是道路，似乎永远没有出口。

生命是一场过于漫长或过于短暂的旅行，游戏的规则闪烁不定。我们追逐金钱，追逐名利，追逐声色，追逐神灵，从早到晚，忙忙碌碌，为每一枚新增的钱币、每一寸感官的享乐、每一点空洞的名声而欢喜，或者又不断地悲哀，不断地



焦虑又不停地追逐。

我们已经没有时间在某个夜深人静的时候，坐在窗前静静地面对自己，静静地阅读自己，然后在心中回味这样一个古老的传说：从前，在遥远的海上，有一个美丽的小岛，岛上藏着一部伟大的书，谁得到了这部书，谁就能永生。通往小岛的道路上充满了千难万险，无数的英雄为了探寻那部书，付出了自己的生命。终于，有一个英雄成功地到达了小岛，取到了那部书，他打开一看，每一页都只是一面镜子，照见的是他自己的容颜。

在人事的纷杂喧闹中，我们向往而且追逐许许多多的东西，却惟独忘了我们自身，忘了我们的幸福源泉以及我们所要追逐的最终目标。在茫茫的尘世，在形形色色之中，我们能够依靠什么呢？一切有形的都会消逝，只有一种东西属于你自己，并且超越了有形无形，那就是你自己的心灵。所以，释迦牟尼的临终遗言是：

自以为灯，自以为靠。



守住一盏灯

那个满脸皱纹的守灯塔的老人，每天在海边看着日出日落，他说：一辈子就在这儿，守着这一盏灯。许多的船只曾经在灯塔的引导下从这儿来来往往，像流水一样，像清风一样，没有人会注意灯塔的旁边有一个守灯人，像石雕一样，像树一样。

许许多多的东西其实就像流水一样，像清风一样，我们能够守住什么呢？我想，就和那个在小岛上守灯塔的老人一样吧，守住一盏灯，只是守住一盏灯，就已满足了。还需要什么呢？每天都有一盏灯在注视着你，每天你都在看守着一盏灯，而每天都有许许多多的人在迷雾中寻找着那



盏灯，你还有什么可以报怨的呢？日子在平淡的灯光里变得多么悠长，多么轻盈。

火车在夜色中轰隆轰隆向前飞驰。在白昼，那些旅客们瞪大了眼睛，望着窗外，期待着每个即将来临的停靠站，会带给自己一些惊喜一些收获。而每个车站出现在面前都是大同小异，他们在失望中期待着下一个。然而，即使是终点站，其实也不会有什么出人意料的愉悦，所有的终点站都是一样的。

晚间，人们已经倦了，闭上眼睛，用睡梦来掩饰白昼的失望。整个车厢弥漫着昏睡的气息。不时地，远处旷野上稀疏的灯光，像幻影一样在火车的窗玻璃上闪烁而过。有人从梦中醒来，睁开眼，正好相遇那一闪而过的灯光，再看时，窗外已是一片茫茫的漆黑了。在这样的深夜，这样的荒野，有谁守着一盏不眠的灯呢？那一闪而过的光影，已远远地被火车留在了后面，连一点点的星光也看不到了。那个人在想，倒不如就这样守住一盏灯，在这样的夜晚，看火车来了又去去了又来，有什么比这更惬意呢？

是一张写意画把他引到这山上。那张画画了一个戴斗笠的人，斜风细雨中，在山脚下的溪边



垂钓。据说，那座山就在他居住的城市的近郊。他受那幅画的诱惑已经很久了，终于在今天推掉一切公务，独自一人上了山。从城里望出去，那座山像一个小小的土丘，没想到一进去却别有天地。他流连了整整一个下午，好像还有一些幽僻处没有走到。天色已晚，他信步沿着一条杂草丛生的小径下山。快到半山腰时，对面的林木间突然亮起了一盏灯。在高山流水间，这样的一盏灯是为谁点燃的呢？这样想着的时候，他看到了天边已挂上了一弯新月，还有三三两两的星星若隐若现。

这月光和星光，曾经照耀过我们的童年，那时候，在夏天的夜晚，隔壁的女孩子们总爱用淡白的手绢裹着几颗萤火虫，在满天繁星的暗黑里，躲在窗台下说着悄悄话。

这样想着的时候，他已经到了家。夜晚的梦流水一样，他会布满皱纹，他会老去，而且会失去一切，这是一定的。只是那一盏灯，像月色、星光、萤火虫，永远守着你的梦，像流水一样，涓涓不息。



唯一的 唯一的

回忆中，多少从前的场景已成了最后一次，而在当时，我们都想着会有下一次。如果想到不会再有下一次，那时的一切又会是怎样的风姿呢？

生命中的喜与乐，每一刹那有每一刹那的形与质。有时候，几个人聚在一起，玩得十分开心，分开时大家都说：下次再一起来这儿。然而，下次往往很难约齐所有的人，即使约齐了，昔日的那种感觉也难以再现。因此，不必总想着下一次，人生中是没有下一次的。

你只能经历一次。这似乎是生命的律法。我见过许多赌徒，不停地输，不停地赌，每输一次



他们都说下次不会再犯错了。但下一次他们面临的永远不会是上一次的或以前的牌局，因而，他们不会有机会纠正错误，只能不断地输下去。玩股票也是如此，永远是新情况，从前的经验有时恰恰妨碍了正确的判断。

我也见过许多忙碌的人，他们总说等下次有空时再说吧，因而他们错过了不少近在眼前的风景，以及无数此时此地的喜悦。也有许多懒惰的人，总把“下一次”作为托词，一次次地让时光白白流走。

此刻遇见的相知，一生中很可能再也遇不到；此时看到的美丽景色，以后很可能再也看不到，生命中的瞬间其实都不可重复。

7

一位母亲告诫她的儿子：“在这世界上没有什么美好的东西，也许时间是我们拥有的惟一美好的东西；让我们别荒废它吧……谁能知道明天会发生什么呢？”那位儿子长大后成了作家，在回忆录中感慨：“我们总是在期待着什么，我们的生命就在期待中耗费掉了。”

想不起来是谁说过：就当作最后一次。每一次的相聚都可能是最后一次，因而没有什么解不开的情结，在最后的刹那，我们相互之间除了爱



之外，还能做什么？不期望有下一次，就在现在，学习善待你周围的人，学习体验并享受当下的愉悦，见到了，遇到了，就是缘分。

我们几乎每天都要说“再见”，但我们再见时见到了什么呢？年少时代走出家门，到远方游一圈再回来时，再见到的是白发苍苍的亲人，还有杂草丛生的坟墓。

情场中的男女历尽沧桑后爱说：让我们重新开始吧。然而，怎么可能重新开始呢？初吻的气息永远只有一次，怦然心跳的感觉也只有一次，莫名的期待也只有一次，这一切都不会重新出现。

成长的过程就是一去不复返的过程，经历了，就不会再有第二次，不可能再回到过去时。此时此地就是此时此地，不要想像着明天或将来还能相遇。

根本上，我们历经的每一天、每一分、每一秒都是独一无二的。因而，每一个时刻我都告诫自己：这是惟一的，你必须好好把握。在我们的全神贯注之中，每一个时刻才会超越每一个时刻，而无限地延伸。

法国小说家埃·巴赞曾说：“长期以来，每



当我开始写作时，我都自忖是否能够写完，都在想那本书也许会成为绝笔。这种心情一直持续到最后一章。每当我送别孩子们时，我都会猛地感到他们变得更加可贵了，似乎我会再也见不到他们似的（有一个确实再也见不着了）。”

当我们以这种心情去生活时，我们才能真正体悟到生活对我们到底意味着什么。



浮 游

有时候，在白天或夜晚，不为什么地，你无法让自己安静地做事，或者，只是安静地坐在房间里。

10

于是，你翻遍电话簿，找到一些朋友或熟人，约他们去某个地方，与他们聊天，与他们打牌……但是，那些熟悉的笑声与话语与游戏，也不能使你释然，你坐在那儿，却不断地有离开的冲动……当聚会结束，你感到说过的一切听到的一切，竟然都那么无聊。

你想你应当一个人独自面对世界，然而，你仍然无法安静地坐下来。于是，沿着街道，你从城市的东方向西方漫游，又在北方与南方之间徘徊



徊。你觉得你想找寻一些什么，然而又不太知道到底要找寻什么。于是，就这样漂浮着，像水中失去了根的水草，或者像凋落的花朵……

一晃，一个星期过去了。

再一晃，一生也就过去了。

从前的日记里，你写过很多计划，你想要做一些你自己喜欢做的事情。然而，不知道怎么回事，你一直没有能够去实现那些计划，去做那些事情。

你突然想起一个临终的人，他在断气前对旁边的人说：“太遗憾了，我年轻的时候一直想有那么一段时间一个人到处去旅行，但因为工作，一直想着等以后吧，以后吧，没想到现在再也没有以后了，我这一辈子究竟做了些什么？”

11

然后，那个人就闭上了眼睛。

你去了许多城市，见到了许多同学、朋友和亲戚，他们中有的已经熬到了丰硕的中年：妻儿、财富、官位、名誉等等，有的还在贫困中挣扎，或者碌碌无为，但他们似乎都同样地不快乐。有钱的、没钱的；已婚的、未婚的；丑陋