

REN LUN—MI WU YU JIU SHU

李永建◎著

相山学术丛书

中國社會科學出版社

人论——读史与读人

（美）林·亨特著 王明毅译

生活·读书·新知三联书店

（京）新登字009号

REN LUN—MI WU YU JIU SHU

李永建◎著

中國社會科學出版社

图书在版编目(CIP)数据

人论:迷误与救赎/李永建著. —北京:中国社会科学出版社,
2018.2

(相山学术丛书)

ISBN 978-7-5203-1609-5

I. ①人… II. ①李… III. ①人生哲学—研究 IV. ①B821

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第288043号

出 版 人 赵剑英
责任编辑 郭晓鸿
特约编辑 席建海
责任校对 冯英爽
责任印制 戴 宽

出 版 **中国社会科学出版社**
社 址 北京鼓楼西大街甲158号
邮 编 100720
网 址 <http://www.csspw.cn>
发 行 部 010-84083685
门 市 部 010-84029450
经 销 新华书店及其他书店

印 刷 北京明恒达印务有限公司
装 订 廊坊市广阳区广增装订厂
版 次 2018年2月第1版
印 次 2018年2月第1次印刷

开 本 710×1000 1/16
印 张 20.25
插 页 2
字 数 339千字
定 价 88.00元

凡购买中国社会科学出版社图书,如有质量问题请与本社营销中心联系调换
电话:010-84083683

版权所有 侵权必究

题 叙

——走向由迷转悟的救赎之路

“戴尔菲城神庙中唯一的碑铭上的那句箴言相较于伦理学家所有的厚重的大部头作品都更为重要，更为深刻。”这是卢梭在其《论人类不平等的起源》中给人印象深刻的一句话，而他说的碑铭上的那句箴言则是：“认识你自己。”由此可见，个体、人类认识自我是多么重要，又是多么艰难。

人生在世，既要认识自己所处的外在世界，同时又要认识自身的内心世界。认识外在世界不容易，需要所谓读万卷书，行万里路；而认识内心世界则更难，就像自己的眼睛无法看清自己的鼻子一样，离自己最近的、朝夕相处的反而看不清其庐山真面目。“认识你自己”，既是个体穷其一生所探索、追求的目标，也是人类数千年所索解的难题和奥秘。因为每个人都是自己所处的五彩缤纷、瞬息万变的那个世界的全息投影，是一个自成一体、独立自存的小宇宙。而每个人又千姿百态、各各不同。

人们需要对自己认识的方面有很多，人的生理、心理、情感、伦理、审美等的许多领域还有很多未解之谜，有待进一步地探索、开掘。这里我想着重指出的是，“认识你自己”，较重要的是对自己的常、迷、悟这三种不同的生存状态、生命形态和人生境界有一个客观清醒的了解和把握，并在此基础上做出由迷返常转悟的明智的选择和切实的行动。

常，指的是人生、生命的正常、原初的状态。在这一状态下，人是遵循自然法则而生存、生活的。自然法则是人与万物共享、共有的法则，它是本源性的第一法则，万事万物、自然人类的奥秘、密码都源于此，又归于此。遵循自然法则意味着回归到生命最原初、最简单、最质朴、最本真的状态。这正如孟德斯鸠所言：“在所有这些规律之先存在着的，就是自然法。所以称为自然法，是因为它们是单纯渊源于我们生命的本质。如果

要很好地认识自然法，就应该考察社会建立以前的人类。自然法就是人类在这样一种状态之下所接受的规律。”^① 在自然法则下，人生还原为一个简单而根本的事实：即“生”，正所谓“天地之大德曰生”“生生之谓易”。这里的生，包括出生、生长、生存、生育等多种内涵，择其要者，可以简化为两点：食和性。前者指通过饮食从自然他物中汲取营养以维持自我的生命，后者指通过两性行为繁衍后代以延续个人和族类的生命。这两项是个体和人类之所以生生不息的基础和依凭，连崇礼重伦的儒家先哲也说出了这样的大实话：“饮食男女，人之大欲存焉。”（《礼记·礼运》）这是人之初的生命形态：既是个人之初，人的童年、青少年时期，也是人类之初，即人类认识、征服自然的水平较低的采集、渔猎、农耕时代。在人之初，人与自然、灵与肉、心与物、人与人之间都非常和谐，人人都率性天真、自由快乐，像大自然那样自自然然：日升日沉，潮涨潮落，鱼跃于渊，鸟飞在天。假如人们一直按照常态、自然法则而生产、生活，那么，现代人类社会所面临的一系列危机，个体所遭遇的无数烦恼，也许都不会产生，人们永远生活在无知无识、混混沌沌、陶陶融融的简单、快乐之中。

历史没有假如，不以人的美好愿望改变、转移。就像溪流、江河最终会归入大海、春天的禾苗会在秋天结出果实一样，人类会告别、走出原始、单纯的自然状态，进入组织日益严密、结构日益复杂、科学文明日益发达的社会状态。因而社会法则取代自然法则是人类发展的必然趋势，也是人类进步、成长过程中取得的成果和付出的代价。而生活于现代社会的每个个体，在其成长的过程中又浓缩、重演了社会这一变迁的过程：一个降生于人世的生物个体，必须不断地放弃、压抑自我的自然天性、生物本欲、个人愿望，以适应、认同甚至迎合先于自己而存在的道德风尚、社会法律、价值观念、生活方式，以便成为一个为他人、社会、文化所认可、接纳的社会成员。人类与个体在这本来可谓是一种相对进步的社会法则中，一旦超出了某种限度，就会脱离常态而陷入迷境。

迷，指的是个体和人类心性迷乱，从而找不到正确的方向、出路，迷失自我，以致偏离甚至违逆了人生的本质，但又不自知，反而自得、自足的扭曲、异化的生存、生命形态，它是科学的发达、商业的繁荣、现代制

① [法] 孟德斯鸠：《论法的精神》，张雁深译，商务印书馆 1959 年版，第 4 页。

造业的兴盛、大众传媒的普及、交通通信的便捷及其刺激、诱发下的人性中的贪欲、占有欲双向互动的必然结果。当各个利益集团联手不断为社会大众制造需要而每个个体的胃口又被吊得欲壑难填的时候，人们就像挤进一列呼啸行进但又没有制动装置并且险象环生的列车上，从而踏上了一次前途未卜、凶多吉少、一去不回的冒险之旅。迷是一种疯狂、愚昧、贪婪、自杀式、饮鸩止渴式的生产、生活方式，它使人的生存、命运陷入了空前的绝境。

就个人而言，在灵与肉的关系上，心灵不再是肉体的灵魂和主宰，反而成了肉体的奴仆；而迷恋、陶醉于声色的耳目，贪图、享受美味的口舌，狂舞疯蹈的手足，成了人们情感宣泄、生命狂欢、心灵寄托的主体。而灵与肉本身，则出现了提前消费、过度使用的弊端：本来要使用七八十年的肠胃，在对进入体内的过多食物的消化中二三十年就变得疲惫不堪，肝肾在对超量的酒、油脂的分解中过早地退化、衰竭；细水长流、悠然自适的情感，在大喜大悲的体验和复杂多变的人际的周旋、应酬中，日渐失去水分和鲜活，变得干瘪、苍白和粗糙。

在人与物的关系上，重人轻物的传统观念受到严峻的挑战。以往人们嗤之以鼻的身外之物越来越受到人们的青睐和尊崇，在它的标志性的两大元素即金钱和权力的强大诱惑和压力下，人自身的尊严、情感、意志、道德、操守变得日益苍白无力、困顿萎缩。无孔不入的物渗透、改变甚至取代了人，从而人伦在不知不觉中变味走形，被颠覆、破坏得面目全非，让人瞠目结舌：原本的父慈子孝、其乐融融的脉脉亲情蜕变为今日因为遗产的分割或赡养义务的承担而对簿公堂的反目成仇；规则井然的上下级之间，如今演变成权力与金钱、美色甚至尊严、灵魂的彼此心知肚明的潜规则或明目张胆、赤裸裸的交换；本来温馨浪漫、神圣纯洁、一直为文学反复吟咏的永恒主题——爱情和婚姻，演化成今天的女人改变命运、男人将情欲合法化而又彼此以文明甚至诗意的面纱遮掩、装饰的尴尬交易；兄友弟恭的手足深情常常出现手足相残，而以诚信为训、有着管鲍之交、托孤寄妻的美谈的朋友，常常把情感资源置换为物质资源，彼此成了以利益为纽带的合作伙伴，一旦失去了可资利用的价值，虽然不一定马上分道扬镳，但日渐疏远当是早晚必临的结局；师长对学生的传道、授业、解惑的神圣、庄严，学生将老师与天、地、君、亲并置的敬重、爱戴，已经转换为今日挣课时费与拿文凭的互利互惠、各取所需的利益共同体，昔日尽人

皆知的“一日为师，终身为父”的古训，悄然间已经换成了今天的“学生是老师的衣食父母”的戏谑笑谈。总之，人际间已经不再是人和人的情感、精神关系，而是沦为人与物甚至物与物的物质、功利关系。

就人与自然的关系而言，随着科学的发展、技术的进步、需要的增加、欲望的膨胀，人对自然的开采、索取开始变得由表及里、由浅入深、由少到多。假如把地球比作一个动物的话，在人类原初的采集、渔猎时期，人们靠采摘树上的果实、捕捉田野的昆虫野兽、打捞水中的鱼虾维持生活，人对地球的索取只相当于剪掉动物身上的毛，这是不会使动物受到伤害的，而且剪掉的毛还会再长出来；在农耕时代，人类对土地浅层的耕耘、开挖、改造，就如同划动物身上的皮，虽然会造成一定程度的伤害，但这种伤害是可治可医可恢复的，不会伤筋动骨；而到了现代大工业时代，人对自然的态度变得粗暴而凶残，成了掠夺式、破坏式甚至谋杀式的：打深井对地下水的抽取，钻深洞对石油、天然气的开采，炸山开矿等，就像对动物吃肉饮血、敲骨吸髓。这样一来，原本属于后代子孙的、需要使用数百年甚至几千年的资源，被这一代、几代人提前开采、占用、消耗了，而反过来却把几百年、上千年才产生的污染在几十年内产生了并留给了后代。于是大自然给当代人类以疯狂的报复：洪水泛滥了，沙尘暴肆虐了，山呼海啸了，天塌（臭氧层遭破坏）地陷了，人类的贪欲、野蛮受到了应有的警告和惩罚。

更为可怕的是，这样的迷不是某一个、几个、几十个、几百个人的迷，不是几时、几天、几月、几年的迷，而是成千上万，一个民族，整个地球，全体的迷、整体的迷，几十年、几百年的迷，大家一起陷入了迷的狂欢。海德格尔认为，世界本来应是天、地、神、人共在的和谐状态，但科学的发展使上帝死了，从而出现了神的缺席，这导致了我们进入了深渊的时代、世界之夜。失去了神的慰藉和护佑，每个人都惶惶然不知所终，陷入了世纪末的焦虑、恐惧和绝望之中，迷而忘返。而且更为可悲的是，迷者身心俱在迷中反而不知迷，不仅以迷为常，还以迷为贵为荣，以迷而自得和陶醉。假如有某一常者、悟者指出他们的迷，迷者不仅不会猛然醒悟，反而会群起嘲笑，甚至攻击常者和悟者。

难道人类就这样在沉迷的狂欢中自杀式地走向世界的末日？难道每个人就这样迷茫混沌地度过自己永远不可能再有第二次的人生？人如何才能有限的生命中领悟到人生的真谛从而活得明白、幸福、快乐、有意义？

人如何能够自救救他、自度度人，与他人一起心灵携手由迷返常转悟、走上救赎之路？这是每一个生命个体都必然面临和必须作出抉择的严峻的人生命题。

身陷迷误的梦中人，自我救赎的路径有两条：一条是由迷返常，另一条是脱迷转悟。

所谓由迷返常，就是回到人的原初的、自然的状态即爱默生所说的“人与宇宙的最初的关系”。这是最简单、最合理、充满生机活力而又最贴近生命的本源、本质的状态。老子所呼唤、崇尚的“返”“静”“复命”“复归于婴儿”就是返回到生命、人生、社会的原初、本质、本源。不过，这只是一个美好的愿望而已，自然、原初是无法返回的。就像不能返老还童、出生的孩子不可以再回到子宫里一样，时光、生命、人生、社会，都是不可逆转的，就像开弓没有回头箭一样，一直向前飞驰，永不倒行。试想：一个享用着都市先进文明的舒适、快捷的人，还能够长期居住在交通不便甚至连水电都不通的边远山村吗？一个经常乘坐动车、高铁和飞机而日行万里的现代人，还能搭坐慢腾腾的牛车甚至徒步出行吗？使用快捷的现代通信工具的人，还愿意回到亲友之间山重水复相隔、万里音信难通以致家书抵万金的时代吗？因而，返常、返自然虽是一条救赎个人和社会的好路，却是无法走通的，它仅仅是假定的梦想而已。而剩下的，就只有脱迷转悟这条路可走了。

悟，是一个人这样的一种奇异状态：在人生的某个不期而至的瞬间，突然拨云见日，摆脱了自然的混沌、世俗的迷误状态，如醍醐灌顶，豁然开朗，恍然大悟，心灵被震撼了，生命被唤醒了，一下子变得心明眼亮，身心通透，飘然若仙，怡然自乐，如痴如醉。悟的体验、状态和境界，是如此奇异、神秘、美妙，可谓妙不可言，只可意会不可言传，如陶渊明所体味的那样：“此中有真意，欲辩已忘言。”（《饮酒其五》）冯友兰把它描述为天地境界，罗素把它命名为宇宙人体验，佛祖称它为涅槃，儒家、道家名之为闻道、得道，马斯洛称其为高峰体验。进入悟境，意味着由自然、社会的人生升华为审美的人生，生命从生物、世俗的层面抵达了灵魂的、信仰的、审美的高度。悟，是一个人的生命的一次质的飞跃和革新，因为悟，一个人的思维方式、感知样式、审美心理、价值观念、心理体验、人生态度等都发生了革命性的创新和转变。这就是一种身与心的脱胎换骨，化茧成蝶，旧我死，新我生，魂兮归来！

食、色的自然、生理之常，满足、安抚了人的胃与性的本欲；钱、权的社会、世俗之迷，成就了人的脸与面的虚荣；诗、思的审美、智慧之悟，则安置、慰藉了人的心与魂的渴求。胃与性的本欲之常，脸与面的虚荣之迷，都是向外索求的，是永无止境、不知满足的，也是躁动不安的；心与魂的渴求之悟，则是向内探寻的，是自给自足、自我圆满的，也是平和宁静的。无论常或迷，都是浪迹在外、无所归依的，而悟则让人回到了自己的家。

悟之所悟，最根本的就是对宇宙、人性的真谛，生命、人心的奥秘产生了通透、洞彻的体悟，参透了生死、善恶、爱恨等的人生玄机。因而悟者的思维、感知方式，不再是常人的那种点状、线式、静态的，而是呈现出立体、圆整、多棱、多面、交叉、灵动的形态：能够见微知著、以小见大，所谓“一花一世界，一叶一如来”（《华严经》）；能够鉴往知来、体此察彼，所谓“篱内竹抽篱外笋，涧东花发涧西红”（《续传灯录》卷二十三）；所谓“履霜，坚冰至”（《易经·坤卦》），从而打破了时空的制约、间隔，实现了古今彼此的互摄、涵容，所谓“万古长空，一朝风月”（《五灯会元》）。

悟者拥有独立的人格、神圣的尊严和宁静的心境，从而能够不向权贵阿谀、折腰，不依傍财富等外物，不屈从他人的意志、生存的压力，不为自身的虚荣、欲望、情绪所左右。喜怒哀乐不动于心、不形于色，不以物喜，不以己悲，贫贱不移，富贵不淫，威武不屈。

悟者不再以功利、世俗的态度来对待人生，而是以审美的心灵和眼光来观照、体悟他人、外物和自我，从而诗意地栖居大地。我与世界万物的对立消融了，天地万物与我为一，从而个我的短暂和渺小在大自然的天长地久的永恒和浩渺苍茫的博大中得到了延伸与拓展。既可以移情于外，以我观物，进入有我之境，还能够以物观物，以物观我，用溪水的灵动、山石的凝重、草木的生机来返视、重塑、内化自我，在与日月山水往还中进入诗情画意之中。过程与目的的矛盾消解了：目的不再是遥遥无期的未来，过程也不再是漫漫无际的苦旅。过程就是目的，目的就在过程之中。生活中的时时刻刻、在在处处，都变得非常珍贵而美好，人生变成了一次如诗如画、赏心悦目的漫游，就像阿尔卑斯山顶的路标上那句非常有名的话那样：“慢慢走，欣赏啊！”悟道后体验到的那种从心底里弥散出来的愉悦、快乐甚至可以摆脱贫困、卑贱的困扰而投射、渗透、表现在人生的方

方面面，如孔子所言：“饭疏食饮水，曲肱而枕之，乐亦在其中矣！”“发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至。”（《论语·述而》）

悟唤醒了人心深处的慈悲、仁厚和博爱，悟者拥有了博大的胸怀，以众生平等的心态来善待和关爱他人乃至万物，推己及人：不仅己所不欲勿施于人，而且能够己欲立而立人、己欲达而达人；不仅幼吾幼以及人之幼、老吾老以及人之老，而且还会爱陌生的路人甚至仇人；不仅爱那些健康、年轻、俊美的人，就是对那些丑陋的、衰老的、残疾的人，也同样充满着怜惜之情、体恤之心。这种博爱、怜悯之心，还会拓展、延伸、投射到动物、植物甚至无生命的山石、流水、大地、星空之上，比如佛家的戒杀生，比如周敦颐的窗前草不除。在悟者的观念里，自我与他人、与自然万物不仅是平等的，而且是一体的，有着神秘的密不可分的内在联系。这种爱的付出，不是期望他人的报答，不是博取公众的赞赏，更不是一种表演、作秀，而是根植于心底的情感的自然涌动和流露，在爱他人、自然万物的过程中，印证了自我生命的价值，体验到了一种施爱于人的无私快乐。有时，为了别人的幸福，为了拯救他人，可以牺牲自己的利益甚至献出自己的生命。这不是廉价的同情和献身，而是一种普度众生的大爱，是先觉觉后觉、先悟悟后悟的大关怀，是自度度人、自救救他的神圣使命，是知其不可而为之、我不下地狱谁下地狱、我不上十字架谁上十字架、舍我其谁、只有解放全人类才能最后解放自己的殉道、救赎的情怀。

由迷转悟，也是由凡入圣。这是一个人心灵的升华、生命的飞跃，固然十分重要，但悟者并不会滞留在圣境高高在上、超凡脱俗、孤芳自赏、曲高和寡。因为那样人生往往会趋于枯寂、封闭、僵化、呆板，如枯木止水，失去了生机、活力、灵动、情趣和人间烟火气，所谓高处不胜寒。悟者悟后更重要的还要由圣入凡，所谓即圣即凡、即空即色。就是用出世的、觉悟的心灵、眼光重新观照并返回俗世、迷界，和其光，同其尘。这不是简单的倒退、妥协、返回，而是生命更新后的衣锦还乡。冯友兰认为，同样的人，有着不同的觉解，便会有截然不同的境界。同样，在同一个世界生活的人，因为认识体悟的不同，就会有迥然不同的天地。心灵、认识、观念改变了，处身其中的世界也就随之进入了崭新的境地，从而人生也就发生了翻天覆地的变化。就像尼采所说的那样：“一个人知道自己为了什么而活，他就能够忍受任何一种生活。”

所谓常、迷、悟，所谓梦与醒，所谓凡与圣，所谓困境与救赎，等

等，古今贤哲、中外大师对此已经有了丰富而深刻的阐释、开掘，在这里，我不愿拾人牙慧、照本宣科地复制、粘贴先哲们现成的高论，甚至不愿将那些闪光的文化碎片进行重组和打磨，但我不会愚蠢、固执到拒绝先贤同人创造的文明成果。我力图吸纳、涵容不同时空先哲的智慧、哲思、诗意，打通不同学科、领域的间隔，将文史哲、自然科学、心理学、美学、社会学、文化学相渗互融，勾连交织，但又不是进行简单的混搭、杂拼和碎片组合，而是创造一个生气灌注的，让生命、灵魂浴火重生的有机整体。尽力摆脱学院式的机械呆板的理论构架、枯燥乏味的学术规范和千人一面的新八股式文风的窠臼，根植于民间、现实的大地沃土，发源于现代人生、时代潮流的源头活水，将哲思的睿智和诗意的灵动结合起来，究风俗与制度，察人性与人心，启生命之感悟，发个人之感慨，成一家之言说。

历十年苦思，含泪、凝血、撕肉、倾心、聚魂而成的这本拙作，主要是写给现代社会中的迷者，当然是那些有善根的迷者。常者本常，是不用看的；悟者已悟，是不必看的。只是在喧哗骚动、虚饰奢华的时世，常者几无，悟者日鲜。有些貌似悟者而恰恰是执迷不悟的大迷者。在这里，我愿用我的虔诚、真心、挚爱、灵魂、血肉修筑一条路，搭建一座桥，让善良的迷者走向彼岸。这里不一定有令人艳羡的尊贵、财富和世俗的所谓幸福，也不一定给你提供人生的指南，破译生命的密码，但却可以帮你打开心灵的窗，让你活得明白、自尊，使你拥有灵魂，进入真意的境界。当然，对那些自得而聪明的人而言，这只能博得他们茶余饭后的笑谈，或者他们根本不屑一顾。

书写的过程也正是一次精神的漫游和生命的拓展过程，既是对过往的生活经历、人生感悟、生命体验的梳理、总结、记录，也是对未曾亲历、身受但又心向往之的状态、境界的探险、求索。穿越在时空的隧道，向古贤先哲求教，对已逝的先祖叩问，将异域的风情、智慧吸纳汇聚，以此弥补人生的局限和缺憾，追求自我人性的完善。

拙作结构，采用珠网式连缀。所谓珠网，即源自于佛典记载的梵网千珠，千珠交相映现，光明洞彻。题叙说常、迷、悟人生三态，统领全书；第一、二、三章是对题叙的展开、细化、延伸、回放、重现的汇拢和交响；其余分章，都是对悟境的具体描述和层层展现，而每一章又都含有常、迷、悟三态，以回补、润饰前叙所留下的空白和粗疏；最后两章，是

全书的总结、提炼和升华，也是全书最终的呼应、回响和收拢。你中有我，我中有你，连环相映，无穷包容，虽不能至，但心向往之——那是梵网千珠的一珠涵映千万珠、千万珠在珠珠映的奇异境界。

我无法改变这个世界，但却可以改变自己，并愿意用已经脱胎换骨、裂变为新我的生命来影响、改变他人的观念、人生，最后使这个世界有序、向善、理性、美好。这是我的使命，虽然有限、艰巨，但我愿意担在肩上，一直走下去，直到终点。

目 录

题叙

- 走向由迷转悟的救赎之路 (1)

第一章 常:迷人的白日梦

- 无法返回的自然 (1)

- 一 法地法天法自然 (1)
二 天地之大德曰生 (3)
三 自然即美 (6)
四 自然可以效法但无法返回 (8)

第二章 迷:悲凉的人世间

- 被抛在世的挣扎 (10)

- 一 神死了 (11)
二 人成了机器 (13)
三 欲望的容器 (15)
四 解禁的心魔 (21)
五 他者的阴影 (25)
六 人世难逢开口笑 (29)

第三章 悟:梦醒时分

- 救赎在望 (33)

- 一 昏沉睡梦谁唤醒? (34)
二 悚然心惊何所悟? (40)
三 梦中悟者知是谁? (49)
四 觉悟之后复何为? (52)

第四章 爱的翅膀	(60)
一 造化的恩赐	(60)
二 爱的歧路	(62)
三 推己及人、将心比心的仁爱	(65)
四 大爱无私,爱人如己	(66)
五 相忘江湖,无情之爱	(69)
六 天地境界,泛爱众物	(76)
第五章 神性的敬畏	(79)
一 神的诞生和死亡	(80)
二 自然的神性崇拜	(82)
三 宗教情感:理想自我的追寻	(88)
四 圣洁的爱,精神的永恒	(92)
第六章 诗意地栖息	(99)
一 走进诗意的世界	(99)
二 游戏人生	(102)
三 凡俗即美	(106)
四 造化钟灵秀	(111)
第七章 自觉觉他,自度度人	(115)
一 先觉觉后觉	(115)
二 往心灵的田地里撒种子	(116)
三 用不同的钥匙打开不同的锁	(118)
四 啐啄同时	(122)
五 心灵携手进入人间天国	(124)
第八章 移风易俗,化民成俗	(127)
一 隐于民间,以德为旗	(128)
二 崇厚鄙薄	(129)
三 扶正祛邪	(132)
四 扬清排浊	(134)

五 润物无声	(136)
第九章 在死亡中获救	(139)
一 向死而生	(140)
二 从沉沦的恐惧、闪避中醒悟	(143)
三 先行到死	(144)
四 纵浪大化,视死如归	(150)
五 死而不亡者寿	(152)
第十章 崇尚简单,恪守天伦	(161)
一 敬畏生命	(162)
二 罪对自然	(165)
三 寡欲戒奢	(168)
四 远离虚荣	(172)
五 相交如水	(176)
六 无为而为	(179)
第十一章 生命的羽翼	(183)
一 梦——穿行在美丽幻影中	(184)
二 醉——生命的解放、放纵和迷狂	(188)
三 艺术——心灵的外射,生命的超越	(194)
第十二章 居住在语言构建的家	(201)
一 语言:从现实世界进入可能世界的通行证	(202)
二 会思想的芦苇	(206)
三 立言以求不朽	(209)
四 栖息在语言构建的家园	(211)
第十三章 成为你自己	(224)
一 吹万不同	(225)
二 自由选择	(228)
三 珍惜拥有的	(233)

四 活在现时	(237)
五 立足脚下	(240)
六 拥有而不被拥有	(243)
第十四章 人生的阶梯	(247)
一 走好人生向上的每一个台阶	(248)
二 血肉生命,生生不息	(251)
三 独立人格,自由生命	(255)
四 安命尽性,顺时承运	(259)
五 达者解会	(264)
六 仁者情怀	(268)
七 道成肉身	(272)
第十五章 走在回家的路上	(277)
一 院舍亲人家	(278)
二 真意之家	(281)
三 死亡之家	(285)
四 语言之家	(292)
五 永远在路上的回家	(297)
参考文献	(302)
且行且珍惜(后记)	(306)