

道是不息的生命活力

牟钟鉴

一、道是宇宙无限生机和能量

中国人喜欢说“求道”、“学道”、“明道”、“行道”、“弘道”，中国人相信宇宙、社会、人生中有终极的真理，它指示出一条最健康的路，那就是道。循此而为，是为有道，沿此而行，是为正道。那么道究竟是什么？老子说“道可道，非常道”，可见道的真义是语言难以充分表述的。但他写的《道德经》五千文却透露出道的奥秘之所在，其实就在一个“生”字上。道的特点：一是能生万物而非他物所生，故曰：“道生一，一生二，二生三，三生万物”，“万物恃之以生”；二是生生不息，永无止期，故曰：“虚而不屈，动而愈出”，“绵绵若存，用之不勤”，万物皆有生有灭，而宇宙的生命是无穷的；三是生而不宰，寓于万有，故曰：“生而不有，为而不恃，长而不宰”，道不同于兼造物主与主宰者于一身的上帝，“道法自然”，“爱养万物而不为主”。用今天的话语来说，大道就是宇宙无限的生机和能量，敬仰大道就是敬仰宇宙的生命。而宇宙的生命正体现为万物的生命，川流不息，多姿多彩。道家是生命的哲学，道教是重生的宗教，道文化就是生命文化，生命至上，生命是最高的价值取向，它的要义就是要求人们效法大道生生不息、生而不有的精神，去重视生命，热爱生命，保护生命，优化生命，让人与万物的生命健康发育、活泼自然。大道离我们不远，就在生活之中，凡是有生命的地方就有道。在我们周围的人们、动植物和整个的生存环境，凡具有活力、向上、愉悦、真实、和谐、尊严的生命，就是有道的生命，体现大道的光辉。凡出现僵化、枯萎、破坏、杀戮、伪诈、贪婪、争夺等一切有害于生命现象，就是无道的状态，偏离了大道，灾难就会接踵而来。近代道学大师陈撄宁称道文化为“生本主义”，可谓得其真谛。

二、道昭示了人类文明发展的主要方向

人类文明由多民族多地域的文化组成，各有自己的特色和进路，同时又给人类文明不断增添普世价值的内涵，形成多样性的互补和共进。在人类社

会发展过程中有前进，也有曲折和倒退，文明与野蛮交织，文化与愚昧并存。然而人类文明有一个共同的发展方向，那就是使个体的生命、群体的生命、万物的生命越来越顺畅健全，越来越幸福安康，使社会充满活力，使地球充满生机，而这就是大道所指引的方向。

以道治世，就必须坚决反对侵略战争和恐怖活动，防止核战争爆发，实行民族和解，推动文明对话，维护全体人类的生命安全。

以道治世，就必须以人为本，把群众的生命和健康放在第一位，尊重人权，实行民主，使百姓自化、自正、自富、自朴。

以道治世，就必须以民生为重，发展经济，改善全体人民，尤其是弱势群体的生活，“损有余而补不足”，做到无弃人、无弃物。

以道治世，就必须高度重视安全，保障生产安全、医疗安全、学校安全、食品安全、交通安全、社区安全、旅游安全，把事故伤亡率降到最低点。

以道治世，就必须认真贯彻德、智、体、美、劳全面发展的教育方针，切实纠正忽视人格养成、片面追求升学率的应试教育弊病，使青少年在生理生命和文化生命两个方面都能生动活泼健康快乐地成长。

以道治世，就必须保护环境，节约资源，维持生态的平衡和多样性，建设环境友好型社会，使美丽的地球长久地生机勃勃、仪态万千，成为人类宜居的家园。

总之，善待生命、提高生命可以成为社会文明程度的根本标志。

三、道给我们提供了养生的智慧和方法

每个人都珍惜自己的生命，希望活得幸福而长久。但不是每个人都真正懂得如



何优化自己的生命,往往做出许多自损生命的蠢事,“虽智大迷”,令人惋叹。老子道学的养生之道教人处理好生命体面临的两大问题:一是生命体与外在事物的关系,二是生命体内部性与命的关系。

人不同于动物,一要生存,二要发展。财富的增加改善了物质条件,使人不仅能够维持生活,还可以享受生活。财富是劳动的结晶,名誉是贡献的回馈,权力是社会的责任,都应该用在改善民生、鼓励创造、利益社会上,因此它们都是为人生服务的,它们本身不是目的。有些人不然,舍命求财,以身殉名,危己弄权,丧失了自我,使自己成为财奴、名奴、权奴,同时也在损害他人与社会。老子早就提醒人们,要好好想一想:“名与身孰亲?身与货孰多?得与亡孰病?”生命与身外之物哪一个对人更重要?这是一个养生学的基本算题,对正常的人不成问题,但有些人往往利令智昏、名让心迷、权使性曲,使其丧失理性。古往今来不断出现的贪官、罪犯、野心家,总是损人害己,说明他们没有通过道家养生学的考试,有的至死不悟,真乃愚蠢至极。把名、利、权看得淡一点的人,不仅有助于养生,也能更明智地恰当地使用名、利、权,让别人受益。

道家认为人的生命是二重的,一是性,二是命。按照《性命圭旨》的说法,性是人的灵明慧觉,命是人的气血生身。陈撷宁大师说:“性即是吾人之灵觉,命即是吾人之生机。”所谓“性”,实指人的心理生命,所谓“命”,实指人的生理生命。此二重生命俱健康,才能使整个生命体健康。由于环境污染、生活无度、竞争激烈、功利至上,现代人在心身两方面都患有许多新的疾病,需要加强心理和生理的治疗与调适。道家“性命双修”的养生之道,可以给世人以诸多的启示。性功重在炼神,使精神超然物欲,善良清静。命功重在炼气,开发生命潜力,充实生命能量。两者又互动相生,以生理变化心理,以心理变化生理,不断炼精化气,炼气化神,使生命层位渐次升高。同时还要内外兼修,功行两全,把养生与行善结合起来。道家养生,强调清心寡欲。人的欲望不可无,又不可过度,一旦泛滥,便如同洪水猛兽,冲击道德与法制,破坏人间的安宁。要处理好人与物的关系,心与身的关系,关键在于以道化解贪欲。老子说:“罪莫大于可欲”,“化而欲作,吾将镇之以无名之朴”;庄子说:“嗜欲深者其天机浅”。当代社会,功利主义流行,贪欲膨胀泛滥,社会深受其害,健康深

受其害,用道的生命智慧加以化解,使人真正找到生命的价值和意义,当是有效的处方。道的生命学不单可以增加生命的长度,也能加深生命的厚度,使生命有持久性、内含性和回弹力,有韧性有活力,有助于承受挫折和挑战。道的生命学还能扩大生命的广度,使“小我”变成“大我”,具有善利万物而不争的水德,“既以为人己愈有,既以与人己愈多”,此即是得道者的大生命。

四、神仙是理想的生命状态

道家追求的神仙境界历来有不同的解释。早期神仙家认为通过炼养,人能得道成仙,可以长生不死,变化神通。后期全真道放弃肉体长生的追求,而注重精神解脱,要义在消除心灵的烦恼与约束,如王重阳所说:“真性不乱,万缘不挂,不去不来。”民国年间陈撷宁大师力图把仙学改造成为一种生命科学,企望用炼养的方式,把普通凡胎俗体升华为超常的有特异功能的高级生命体。从道教信仰者的角度,相信神仙实有,修道成仙,理应得到他人的尊重。从世俗学人的角度,则可以吸收道家神仙思想的营养,用哲学的方式,给予“神仙”以现代的创造性的解释,为人生之路提供一种健康的选择。

“神仙”可以解释成为一种理想的生命状态。神仙有“四大”:大寿数,大功德,大智慧,大自在。

所谓大寿数,是指人通过内养外炼,达到身心俱健,保持良好的生活方式,活到八九十岁以上,做健康的老人,尽其天年,争取最后不是病死,而是老死。

所谓大功德,是指人要济世利人,为社会为民众做好事,不做坏事,还要做大好事,积大功德,使精神生命充实长久,这就是老子说的“死而不亡者寿。”

所谓大智慧,是指人要大聪明小糊涂,在物质利益和小事情上有不爭之德,在大事情上能明辨是非,有洞察力,有预见性,有自知之明和知人之明,而且大智若愚,淡然自处。

所谓大自在,是指人要从容自然,乐观豁达,挥洒自如,心灵上始终保持自由逍遥的状态,不是应付生活,而是驾驭生活,在繁忙中游刃有余,不断回归真朴与自然。

人如果做到“四大”,那么他就是现实生活中的活神仙,是值得人们敬仰和效法的。这样的生命境界是很高的,虽不能至,而心向往之,我们的生活就会变得更加美好。

(作者单位:中央民族大学哲学与宗教学系)