生命不在于高度，在于深度

——读《南怀瑾的人生禅学课》有感

礼河实验学校 毛小飞

人的一生逃不开生老病死。但究竟何为生死？何为生有生的自在，死有死的去处？通过阅读《南怀瑾的人生禅学课》，我渐渐的沉浸在南先生的历久弥新的智慧光华与率真的生命哲学之中。

死，或重于泰山，或轻于鸿毛；生，如夏花般绚烂。生与死，是人生起止的两个端点。纵古观今，多少英雄豪杰精忠报国、战死沙场。又有多少文人义士弃笔从戎、杀身成仁。真正懂得生命奥秘的人，从来不觉得拥有的生命有多么可喜，也不会感觉死亡来临有多么可怕。

子曰：“朝闻道，夕死可矣”，大致意为如果一个人早上实现了他所坚持的道，也就是我们现在常说的最高理想，即使晚上死去也无任何遗憾。因为死而无憾，所以淡然。清代将领徐骧言：“大丈夫为国捐躯，死而无憾！”自古以来，懂得生死的人从不问自己从哪里来，也不担心到哪里去。对待生死的态度也不尽相同。

鱼，我所欲也，义，亦我所欲也，二者不可得兼，舍生而取义也。在诸子百家中，儒家与道家的生死观各不相同，儒家强调“舍生而取义”，道家强调“道法自然之逍遥”。人的一生都在奔波忙碌、人情是非中度过的，在这匆忙的过程中，对于即将逝去的年华，每个人都心生畏惧。但总有一种人，不畏惧死亡的来临，最好的证明不过乐清最美教师陈丽莹即使忍着病痛的折磨，也依旧坚持在课堂上传播知识。

还有一种人，即使没有完成所谓的最高理想，也可以死而无憾。屈原生活在楚国，正是战国乱世之中，国家被攻占，自己一人流落在外，但他知道，国家已经万劫不复了，而生命最好的终结就是与这一同去。于是屈原投江自尽，屈原的死即是一种殉国，也是一种无奈。而他留给人们的，是他的不朽之作——《离骚》。屈原是为他自己的理想和抱负没有实现而死的，死得其所。

但往往大多数世人兜兜转转一生，也绕不开一个怕字。眼看他高楼起，眼看他宴宾客，眼看他楼塌了，生命就像一场戏，许多人只看到锣鼓喧天的欢闹，却不知道剧幕后面，那些伶人的倾心付出，到头来也不过空欢喜一场，终是南柯一梦。

南怀瑾先生讲，人生就像做了一场梦。只因他知道生活有时候就像是严苛的导演，没有台词，没有剧本，但中心主旨还得靠自己去揣摩。人生而日日体验生，却一生只有一次机会感受生死，那么多人匆匆离去，但谁也无法代替谁感受生死。路过我们生命的每个人都参与了我们的生活，最终构成了我们的生活。

现在有越来越多的人将自己逼至“水深火热”的境地之中，欲望苦苦求而不得，心境想放却又放不下。因此说，人之所以为世事感到烦心，并不是因为这世态有多么凉薄，人心有多么复杂，而是因为我们都太过执着。对名声执迷不悟，对权势执迷不悟，对一切身外之物执迷不悟，这些都是烦恼的真正来源。

在人世间处世，最短的距离是曲线的距离。因为“曲”，更容易拉近人与人之间的距离，因为“曲”，许多事情更容易达成。处世要讲究艺术，即要讲求婉转的美。善于运用巧妙的曲线，实际是为了不折断正直。有时候，适当的弯曲是一种理智。世间这一条人生道路，很难走的；生命要很有价值，自己处理生命要很有艺术；要懂得在哪个环境，应该要怎么做。

在非原则问题上不作计较，在某些原则问题上，也要大事化小，小事化了。在细小问题上，更不去做无休止的纠缠。理智处事，学会适应各种环境，应付逆境。以理智的“糊涂”化险为夷，以聪明的“糊涂”平息可能发生的种种矛盾。对别人“糊涂”一点，这样别人才会放心与你交往；对朋友“糊涂”一点，谁付出多一些少一些都好，只要大家开心就好；对爱人“糊涂”一点，给对方自由也给自己空间；对事情“糊涂”一点，路不走到最后一步谁也不知道结果，不必自封死路；对生活“糊涂”一点，过一天算一天虽然不明智，但也未尝不会快乐；对未来“糊涂”一点，人生才会有更多惊喜。

刚柔者，立本者也，变通者，趣时者也。刚柔相济，恩威并施，才是立身之本。鲨鱼是世界上最灵活的动物，全身只有软骨，没有一块坚硬的骨头，尖锐的牙齿是它赖以生存的武器，它永远对周遭环境保持高度警觉。鲨鱼拥有自己的生存理念：弹性、创新、行动、灵敏。

人生在世，就要通晓人情世故，要懂得方与圆的道理，然后还要灵活运用，才能做到方圆有度。所谓“行方”,是指做人要有棱角，要遵循规矩，要坚持做人的原则，要有人的骨气和品格，要表里如一。所谓“智圆”，就是说为人处世要周到细致、审慎干练，要把事情办圆满。这里所谓的“圆”，绝不是圆滑世故，更不是平庸无能，而是一种圆通，一种宽厚，是大智若愚，是与人为善，是在居高临下、明察秋毫之后，心智的高度健全和成熟。

人生就像爬山一样，要么向上走，要么向下走。有时走下坡路也是人生的必然经历。人向上爬很费力很痛苦，一定会小心。走下坡的时候，就满不在乎了，但往往在这个时候出毛病。不要把隐退看成失败，不要认为自己很重要。

过于较真的人，说话时可能颤颤巍巍，尤其体现在领导和有权势的人面前，如果这样长期下去，可能会耗费掉领导的耐性，到头来丢料工作也不一定。因为这种人太注意每句话的正确性，而忽略料答案的连贯性和逻辑性，让人觉得词不达意。其实在与人面谈时，在总体上应力争呈现自己的优势，而不计较个别字词是否达意，这样的效果反而可能理想一些。世界上很少的事物是绝对的黑和白、绝对的对和错。大部分情况，是处于这二者之间，即灰色领域内。因此，处世不要太较真，不如有些地方马虎一点。这就需要放下信中的固执之念，开放自己，拓展心灵的空间。具体操练要注意：转换思维，改变习惯，修正理想，培养新情感。

世界本来缺憾，又何必不让人一步好走路！与他人发生矛盾时，你若能理解包容，留几分余地，处处礼让，矛盾也许会迎刃而解，还会得到更多人的信任和尊敬。如果这样，你的处世之路就会越走越宽。留有余地，包含两方面的意思：一是给自己留有余地，使自己行不至于绝处，言不至于极端，有进有退，灵活自如，日后便能激动灵活地处理事务，解决复杂多变的问题。二是给别人留有余地，无论在什么情况下，也不把别人推向绝路，不置于死地，迫使对方做出极端的反抗，这样对彼此都有好处。日常生活中要注意：为别人的过失及缺点留有余地，在利益面前留有余地，在输赢上留有余地。

生是规律，死是必然。生命不在于高度，而在于深度，所以一切都要看开点，泰然处之。