

为自己而活

处身在这个喧嚣与浮躁的世界里，我们究竟应该如何选择，才能够真正做到顺天应时、随遇而安，来安抚自己的那颗躁动的心灵呢？

□ 撰稿 | 王 淼

当今时世，我们面对的是一个碎片化的世界：信息碎片化，文化碎片化，心理碎片化，生活碎片化……处身在这个喧嚣与浮躁的世界里，我们究竟应该如何选择，才能够真正做到顺天应时、随遇而安，来安抚自己的那颗躁动的心灵呢？

作家吕峥的新著《隐入山林》是一部以唐代高僧三平祖师的生平事迹为线索，将禅宗、老庄和儒家的思想与现代哲学相互交融，阐释其真意、评价其得失，进而探寻生命之真相和人生之价值的著作。开宗明义，吕峥在序言中申明：“人首先应当成为一个人而不是禽兽、奴才，其次才可去谈他要扮演的社会角色。”吕峥以为，人生的真谛其实很简单，那就是为自己而活——把时间用在自己喜欢的事情上，用在一切美好的事物上，人生的目的，说白了就是成为一个有趣的人。

三平祖师原本是唐代的一位高僧，他平生最为人所知的事迹之一，是他在学佛方面主张顿悟，所谓：“如言桂花香气，一嗅便知；若用文字叙述，怎写也无从理会。”三平祖师反对学佛者专从文字上下工夫，他提倡的是一种春风化雨、潜移默化式的会心，要求学佛者祛除浮躁之气，不是向外索求，而是寻求内省，在一种平心静气的状态中与佛相遇，突破认知的盲区，走出生命的迷雾。

那么，究竟怎样才能成为一个有趣的



《隐入山林：三平的人生算法》
吕峥著
团结出版社 2025 年 1 月

书讯

《古史中的神话： 夏商周祖先神话溯源》

一部溯源夏商周三代祖先神话的创新之作，探讨了鲧、禹、帝舜、仓颉、祝融等神话人物，阐释了一套全新的上古神话生成机制。作者结合文献、文物、古文字与域外神话传说，运用跨文化比较研究，探究了鲧禹神话与西亚神话的渊源关系、良渚文化与夏文化之间的联系、殷商时期“玄鸟”与雷神崇拜的成因等，全面揭示了三代先民的造神运动和奉神为祖的历史叙事，厘清了三代祖神神话的真实面貌，将已经历史化了的所谓夏商周人的祖先，还原为夏商周人的祖神，为古史重建和复原上古神话奠定了基础。

人呢？在吕峥看来，浮生长恨欢娱少的真正原因，其实就是“不满足”：不满足，就会奔竞躁动、寝食难安；不满足，就会欲壑难平、滋生贪念。佛陀所说的“苦”，即源自不满足，而破解“苦”的路径则有两条，其一是从空间上破，其二是从时间上破：前者需要认清世间万物都是一个“集合体”，而不是独立自存的实体；后者需要明白所有的“集合体”都是瞬息万变的，不存在确定性和一贯性。如此，才能真正看清万物的实相，一念放下，万般自在。

人生的实质就是一个人活着，所以，所有的物质财富都是身外之物，生不带来，死不带去，所有的虚名浮利，最后都是一场空。倒是那些看似毫无价值的事情，诸如静坐，发呆，看日出，数星星……反而更具有审美的愉悦，当然也更能带来精神的抚慰。所以，人生在世，真正的智者什么都不曾失去，也什么都不会失去，因为他只是保管，却从不占有。当一个人拥有了这份豁达，他就获得了自由。

吕峥将自己的新著取名为《隐入山林》，既是指三平祖师的人生志向，同时也是在诠释一种远离喧嚣、回归自然的生活方式。吕峥其实将佛学视作一剂济世良药，他认为我们这个时代犹如一辆狂飙的汽车，当此时，尤其需要佛学的当头棒喝，因为佛学能够起到一种减速或刹车的作用。