

(台湾) 林谷芳 / 著

变是本质，不变是迷思。

所以禅说人生是：

春天的花、夏天的鸟、

秋天的枫、冬天的雪。

识得此，每一阶段就有每一阶段的色彩，

每一生命就有每一生命的风光。

爱如此，性如此，亲子之间也一样。

一个禅者 眼中的男女

中国青年出版社

一个禅者眼中的男女

(台湾) 林谷芳 / 著

中国青年出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一个禅者眼中的男女 / 林谷芳著

—北京: 中国青年出版社, 2007.1

ISBN 978-7-5006-7238-8

I. 一...

II. 林...

III. 禅宗—通俗读物

IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 138435 号

著作权合同登记号 01-2006-6911

中国青年出版社 出版 发行

社址 北京东四 12 条 21 号

邮政编码 100708

网址 www.cyp.com.cn

编辑部电话 010-64009299

营销中心电话 010-84027892 010-64010813

印刷 三河市华润印刷有限公司

经销 新华书店

印张 8

字数 110 千字

2007 年 1 月 北京第 1 版

2007 年 1 月 河北第 1 次印刷

印数 1-10000 册

定价 22.00 元

本书如有印装质量问题, 请凭购书发票与质检部联系调换

联系电话 010-84047104

目 录

小 引

你我每天都得面对的公案：男男女女 / 3

缘起观中的爱情

不能以量化分析解决的“男女问题” / 9

根本在识得缘起之理 / 12

缘起法中的凡夫 / 15

恒久的爱情是不断创造新爱的活动 / 17

在承担中产生自我的创造 / 20

从回忆中激出创造，以创造积累出回忆 / 22

爱情存在之真义（一）：裸露生命 / 25

爱情存在之真义（二）：关怀生命 / 28

爱情存在之真义（三）：创造生命 / 31

失恋也是一种生命的福气 / 34

给失恋人的一则公案 / 36

两“性”之异

- 有了“异”，也才有了印证生命的机会 / 41
- 你能体会另一个生命在你肚中的感觉？ / 43
- 从最深的触欲观照两性的差异 / 46
- 女人与其说是感性，不如说是混沌 / 49
- 只有同情心，缺乏正义感 / 51
- “焦点明确”的男人 / 53
- 男人是“识于远而昧于近”的动物 / 55

性的迷思与超越

- 性曲线与爱 / 59
- 爱与性的合一 / 62
- 气机的交换 / 65
- 性与道德的对话 / 68
- 性是可以转化与超越的 / 71

“精满不思淫”——自体的阴阳具足 / 73

能量是中性的，就看你怎么用它 / 75

不只是几克蛋白质与维生素而已 / 78

美好而非高潮 / 81

高潮的迷思 / 83

人对“性”向来都是严肃的 / 86

性是生命的一大公案 / 89

破除心理迷思，不难有性的超越 / 92

解读外遇

要有来自“异性”朋友的印证 / 97

外遇的“自然”属性与文化观照 / 100

不同人生阶段的外遇 / 103

“把握最后春天”的迷失 / 106

以未来的“现实”来取代目前的“现实”，行吗？ / 109

想想“如何善后” / 112

在承担无奈中观照外遇 / 115

外遇是男女能否平等的一个重要印证点 / 118

从激情到稳定

最大的功课要从最小的脚下参起 / 123

变化的人生怎可能有不变的感情 / 125

从“爱”、“性”到生活 / 128

超越“面对同一张脸孔”的梦魇 / 130

从激情到稳定的“实相” / 133

“恩情”使生活更具唯心面 / 136

习惯与默契 / 138

人无癖不立 / 140

恩爱的关键——空间的有无 / 142

给予彼此适度的空间 / 144

男人比女人更需要安全感 / 147

从“男尊女卑”、“父系母权”到“男女平权” / 149
以兴趣与志业来共同创造历史 / 152

以子为师

谈两性关系，还来得及“亲子观照” / 157
小孩是“自性天真佛” / 159
其实，我们常可以“以子为师” / 162
感激孩子再现我们的“生命前期” / 165
男女之间的“实在”常从有了小孩才开始 / 167
婚约里要一有份不泯的童心 / 169
移情与感激 / 171

如实观照、认真生活

“情”字要有外延扩大的解释 / 175
男女相遇是“不可思议”之事 / 177
识得时间的奥秘，即是大悟的人 / 179

什么时节就该有什么风光 / 182

以惜福超越现实与完美之间的落差 / 184

如实观照、认真生活 / 187

附 录

一朝风月尽现万古长空 / 193

我佛终宵有泪痕 / 219

世情与道缘 / 226

我儿林雨菴 / 232

后 记

小 引

你我每天都得面对的公案：

男男女女

禅书《指月录》中记载着“婆子烧庵”的一则公案^①：有一老婆子，供养某位僧人二十年，平时常请一个二八女子送饭服侍。一天晚上，她要这少女抱紧僧人，并挑逗地问他：“这时的感觉如何？”僧人并无所动，反而以“枯木倚寒岩，三冬无暖气”作为答复。隔晨，这二八女子将情形转述给老婆婆，不料老婆婆竟说：“我二十年只供养了一个俗汉。”遂“遣僧烧庵”。

① 公案：禅宗为打破人对事物的各种执著，以祖师说法接引时的一些言语动作为内容，立为公案，要学人参究。公案的特质是它没有一般常识或知识下的固定答案，参者答案何在，也就映现了自己的生命境界。

这公案的内容与一般我们所听到的宗教故事正好相反。宗教在绝大多数人眼中，即使不是禁欲，也是节欲的，但故事中的和尚秉承了这种认知，严守了佛门戒律，却落得被扫地出门。许多人在此，必定会兴起这样的疑问：该如何回应，才能让老婆婆这习禅的行家满意呢？

答案当然不是一个“迎”或“拒”所能表示的，否则，也就不成其为禅门公案了。但无论答案何在，作为公案，这里其实已透露了一个讯息，那就是：男女之事，是可以作为生命修行的重要课题的。

这课题的重要，一来固缘于它有极复杂的一面，在此观照所得将直接指向生命的圆熟；而更主要的，还因没有谁能避开得了它，即使出家为僧，在出家前或修行时也必得于此作一观照^①，否则就无法谈到解脱。

这种观点当然与一般人对“男男女女”之间的认知有别。时下的认知总以为过去的男女关系——尤其是“性”，是被压抑或被神秘化的，因此，现代人的理性态度就应该顺其自然地来面对这个“生理”需要。然而，这种化约的观点，究竟是真面对了问题，还是简化了问题呢？会不会我们态度的转换与公案中的和尚相较，也只不过是钟摆的这一边荡到另一边？

① 观照：以智慧照见事理。一般用在生命性的学问上，相较于分析、归纳、逻辑推演，它则全体领略、如镜照物。

十七世纪的日本禅僧至道无难^①曾有一句禅语传世：“男女相交是自然之道。”这样一句话出在道人身上，可以说与《指月录》的“婆子烧庵”前后辉映，然而，问题还在什么是“自然”？自然与放纵的分别又在哪里？君不见中国道家讲自然讲了两千年，中国人却还不能从狗鞭虎骨中跳脱出来，单一个“性”字已如此了，何况那远为复杂的男女情爱？

显然，男女之间的课题绝不只是个解放或禁欲的问题，而解套和结套在其间也往往仅是一体的两面。离开了异性，有人成佛成圣，有人成癡成狂；拥有了异性，有人得其完整，有人如入牢笼，好坏之间，是时运差别？还是“本无观照，自必短缺”？

在这里，每一个个案都牵涉到一个独特的生命，但虽说独特，问题却又有其共同的根源，而也就因为它不是是非题，不是选择题，也不是简答题，所以才成为生命观照的重要课题。因此，想要一辈子不被它牵着鼻子走，恐怕也只能把它当成必要的功课来好好参了。

① 至道无难：禅僧法号一般皆用四字，前二字指的是道场或法嗣，后两字则是出家后的法名，如黄檗希运，是在黄檗山弘法的希运禅师。至道无难是日本的禅僧。

缘起观中的爱情

