

OSHO

奧修心靈系列 89

A Cup of Tea

一杯茶

真理就是在「我」不存在的地方，
只有這個經驗是神聖的經驗。
自我的不在就是神的「在」。

作者：奧修(OSHO)
譯者：謙達那



一杯茶

A Cup of Tea

奧修(OSHO)/原著 謙達那/譯
校對/德瓦嘉塔



奧修出版社

一杯茶

作者：奧修(OSHO)

譯者：謙達那(Chandana)

發行人：林國陽

美編：李宜芝

校對：德瓦嘉塔

出版者：奧修出版社

10062 台北市臨沂街 33 巷 4 號 2 樓

電話：(02)2395-1891；(02)2395-9797

傳真：(02)2396-2700；(02)2395-7722

登記証：局版臺業字第5531號

劃撥帳號：12463820(書、CD、DVD)

帳戶名稱：林國陽

總經銷：聯寶國際文化事業有限公司

地址：22180 台北縣汐止市康寧街169巷27號8樓

電話：(02)2695-4083；傳真：(02)2695-4087

網址：www.book24.com.tw

總公司：70254 台南市新義南路23號

電話：(06)291-2919(代表號)；

傳真：(06)291-4540

印刷所：卡樂彩色印刷有限公司

初版：2012 年 12 月

定價：320 元

版權所有・翻印必究・缺頁或裝訂錯誤請寄回更換

ISBN：978-957-8693-79-1



一杯茶

A Cup of Tea

奧修(OSHO)/原著 謙達那/譯
校對/德瓦嘉塔



奧修出版社



一個和尚來看趙州禪師，趙州問
他：「你曾經在這裡嗎？」

那個和尚回答：「不，師父。」

趙州說：「來一杯茶，喔，我的
兄弟。」

另外一個和尚來訪，師父再度
問：「你曾經在這裡嗎？」

「是的，師父。」和尚回答。

師父說：「來一杯茶，喔，我的
兄弟。」

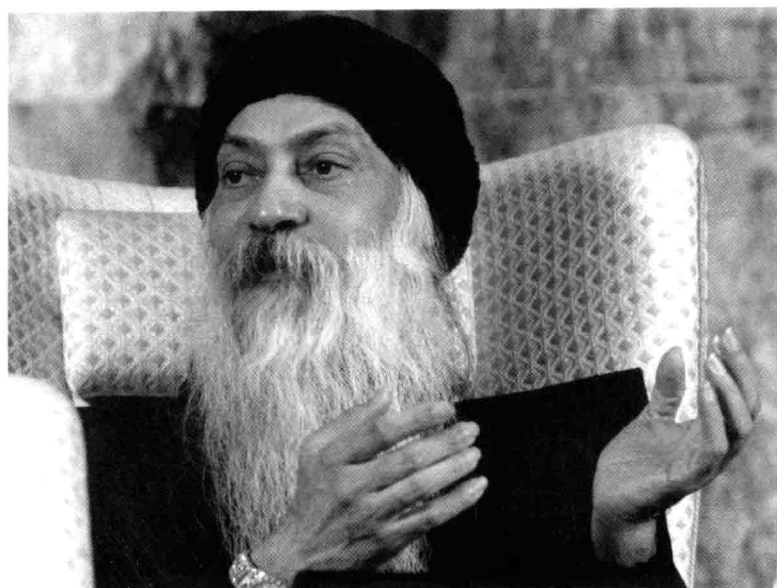
Copyright © 1983
Osho International Foundation
Switzerland
www.osho.com/copyrights
2012 Osho Publishing House
All rights reserved
Original English title:

A Cup of Tea

OSHO is a registered trademark of
Osho International Foundation,
www.osho.com/trademarks

目錄

譯者序	5
引言	6
一九六二	13
一九六三	21
一九六四	29
一九六六	49
一九六七	57
一九六八	58
一九六九	63
一九七〇	79
一九七一	145



譯者序

偶而你也許也會想要喝一杯茶，它或許是淡的，但它是滋養生命的。

奧修的書都是即席演講所錄下來的，但這本書是一個例外，這是由他親手寫的信所匯集起來的，每一封信都各具意義。它跟其他的書有不同的味道，讀者可以從他寫給朋友的信裡面得到不同的生命啟示。

來吧！來喝一杯來自彼岸的心靈的茶，這裡一共有三百五十杯，每一杯都值得你細細品嚐，它也許會挑動你的某一根神經，讓你的內在成長和開花。

奧修說：「茶是覺知的象徵，因為它不讓你睡覺，這也就是一切我所提供給你們的。你來到我這裡，然後我告訴你說：請用茶。這就是我在告訴你們的所有事情的整個意義——一杯茶。」

謙達那

二〇一二年十月

當你去到一個禪師那裡，你問一千零一個問題，他會保持沈默，他是在說什麼？

他是在說：「放掉所有這些荒謬的東西！」

當他說：「來一杯茶。」這是他在說出很重要的事的方式。

他是在說：「你所說的所有這些荒謬的事，如果你能夠變得更警覺一點，那一定更好。」

在禪宗裡面，「來一杯茶」意味著來一點靜心，更覺知一點。

引言

一杯茶？是的，但它是無底的！

在這本書裡面，奧修所寫的第一封信是在一九六二年，最後一封是在

一九七一年。自從那個時候開始，有很多事發生了。

在一九七〇年（第一二四封信），奧修寫道：

樹木的種子在發芽，

不久之後，有無數的靈魂將會在它的樹蔭底下乘涼。

不久之後，我為他們而來的人將會聚集起來……

再度在一九七〇年，在寫關於古代印度門徒傳統的時候，他提到一種新門徒：

門徒的芬芳必須散佈到世界各地……

將門徒跟世界隔離是一個可怕的錯誤，
它變成沒有血的。

一個沒有門徒的世界喪失了它的生命。

在他們兩者之間必須建造起一個新的橋樑。

世界必須將血給門徒，

而門徒必須將靈魂給世界。

門徒必須回到婆婆世界……

世界也必須接納門徒……

那麼門徒將成為真正的門徒，

而不是世界的逃兵。

它將是生活在世界上的門徒……

現在，在一九七七年，這一切都發生了，正在發生，而且繼續在發芽和開
花……

在閱讀這些信的時候，你可以發現一朵令人目眩的超大的太陽花在成長和
展開，它的花瓣已經延伸到世界的四個角落。那個旅程是迷人的。作為奧修的
門徒，你從一開始就是一個新門徒的分享者，此外，在不知不覺當中，我們都
準備來這裡跟他在一起成為這個超級心靈革命的一部分。

這些信很美，它們是來自心的詩、歌、和讚美詩。編輯它們真的是一件令

人高興、興奮、和啟發的事，而且是一種精微的靜心，因為我一再一再地發現我自己碰觸到隱藏在那些文字背後的空的目標。（你能夠不要用文字去看、感覺、和經驗嗎？如果可以的話，那麼你是處於靜心之中——奧修在他的第一五一封信裡面這樣說。我很感激他用這些信一再一再地把我帶領到那個地方。也希望廣大的讀者在閱讀的時候能夠找到你們自己的路到那裡。）

在這本書裡面，你可以找到任何必須做的和可以做的來走向「那個是」，隨著歲月的經過，透過這些信，有一些新的看法浮現，新的著重點，新的方法，但那個道路的本質是沒有改變的：透過靜心和臣服於沒有頭腦、空、和愛，這就是今日在奧修的周遭所發生的一切。

發生在奧修身上的也能夠發生在我們身上嗎？奧修在這些充滿人性的信件裡堅持它是可以的。不論在什麼地方，你從來無法找到他將自己視為特別的、不凡的，或是一個救世主，取而代之的，他會勸誘、說服、激發、激勵、鼓勵、引導、和啟發——甚至是誘惑和吸引我們去找到我們自己內在的神性。他再重複地告訴我們（就像今天早上再度提到的）：我只是平凡的。我跟你們一樣平凡，我不在任何方面宣稱自己是特別的。如果它能夠發生在我身上，它也能

夠發生在你身上。

帶著這個堅定不變的做法，這些信件的經常性主題就是一種分享。

關於這些信件的背景，前面的一百五十封信是用印度文寫給人們的——政客、詩人、博學家、哲學家、醫生、和一般人——在印度各地。在那些日子裡，奧修在印度各地旅行，對千千萬萬的同胞演講，他以一個心靈的導師或宗師，甚至是以一個成道師父呈現。這些信件最初是以印度文出版，後來有英文翻譯，以同樣的書名出版：愛的花朵（*Flowers of Love*）。透過一個快樂的共同努力，男門徒阿南德·彌勒和編輯者以一種全新的、更自由、更準確、更通順的翻譯來編成這本書。後半部的兩百封信大部分是寫給早期的西方門徒的，它們在一開始的時候是以六本小冊出版，然後經過重新編輯，大部分相關的人名都省略了，基於奧修是在對我們所有的人講話，它涵蓋了所有的時間。每一封信都是給你和給我的，而不是給他或她的——就如你將會發現的。

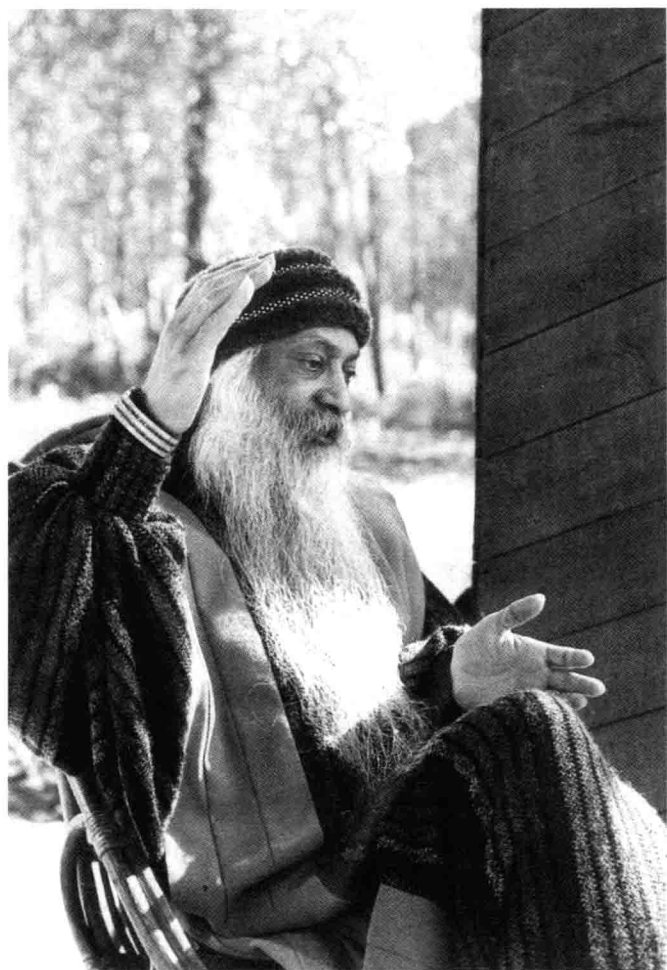
有一些梵文被保留下來，因為它們無法適當地被翻譯出來，因為很多追求永恆真理的西方人都已經能夠融入這些字眼，而且在行文裡面也會透露出那些字眼所代表的意義。

回到這本書。有一次，一個師父起身對一群尋求成道的人講：哈！哈！這一切是什麼？去到大廳後面喝一杯茶吧！

所以，為你自己準備一杯好茶，帶著這本好書，沈入它，不要再起來了！
愛。

索曼德拉 (Somedra)

一九七七年九月



一九六二

1

愛。

我收到了你的來信，你懷著愛堅持要我寫下一些東西，現在我就在這裡，沉浸在很深的寧靜裡！我說話，我工作，但是我的內在沉浸在空無裡。在那裡，一切都如如不動。這樣，我似乎同時過著兩種生活。多麼像是一齣戲！

但也許所有的生命都是一齣戲，覺知到這一點能夠打開一個到達獨一無二的自由的門。

「那個是的」是處於動中的不動，流動中的靜止，改變中的永恆——那是真理，那就是存在。真正的生活繫於這個永恆——其他每一件事都只不過是夢的流動。在真理裡，世界只是一個夢，問題不在於是否要離開這些夢，一個人只要覺知到它們。

帶著這個覺知，每一件事都會改變。那個中心移動了，從身體跳到靈魂。在那裡的是什麼？它無法被說出來，它從來沒有被說出來，以後也永遠不會被說出來！除了自己去知道它以外沒有其他的方式。唯有透過垂死才能夠知道死亡，唯有透過深深潛入自己的內在，真理才能夠被知道。願神把你拉入這個真理裡面！

■
2

愛。我處於喜樂之中。

我想要寫信已經很久了，但是有很多事使我延宕下來。然而我每天都送出我的祝福。

生命是一個修行，你越是涉入它，它就變得越神聖。光隱藏在黑暗裡，真理是隱藏的，因此會有搜尋的喜悦。

我想起一則先知的話：