



# 心美， 一切皆美

師範書

林清玄 著



YZLI0890119315

「清欢三卷」精选之一  
林清玄手绘细笔插图



国际文化出版公司

# 心美，一切皆美



YZLI0890119315

国际文化出版公司·北京·



图书在版编目(CIP)数据

心美, 一切皆美/林清玄著. -北京: 国际文化出版公司, 2012.1  
ISBN 978-7-5125-0320-5

I. ①心… II. ①林… III. ①散文集-中国-当代  
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第271578号  
著作权登记号 图字: 01-2011-4172号

心美, 一切皆美——心的菩提

作者: 林清玄

Copyright © 2010 by 林清玄

本书简体中文版权由九歌出版社有限公司, 经北京麦士达版权代理有限公司, 授予国际文化出版公司独家出版发行, 非经书面同意, 不得以任何形式任意重制转载。本书限于中国内地发行。

## 心美, 一切皆美

作者	林清玄
责任编辑	戴婕
统筹监制	葛宏峰 古雪
策划编辑	古雪 许怡
美术编辑	徐燕南
市场推广	刘菲
出版发行	国际文化出版公司
经 销	国文润华文化传媒(北京)有限责任公司
印 刷	三河市华晨印务有限公司
开 本	660毫米×940毫米 16开
	15.5印张 140千字
版 次	2012年1月第1版
	2012年1月第1次印刷
书 号	ISBN 978-7-5125-0320-5
定 价	25.00元

国际文化出版公司

北京朝阳区东土城路乙9号 邮编: 100013

总编室: (010) 64270995 传真: (010) 64271499

销售热线: (010) 64271187 64279032

传真: (010) 84257656

E-mail: icpc@95777.sina.net

http://www.sinoread.com



## 自序：心美，吹抚过的风都美

### 在美丽的湖边醒来

沉沉的梦中，听见远方寺院的钟声。

我从床上跳起来，推开窗子，想确定自己身在何处？

呀！是肇庆，美丽的七星湖边。

站立在湖中的水杉，倒映在水中的山影，以及优雅滑过的小船，都在呼唤着我。

我完全清醒了。

许多年来，我一直在巡回演讲、四处旅行，每隔几天就会换一个城市、睡在不同的饭店，醒来的时刻使我的感受经常迷离：今夕何夕？此处何处？我在哪里？

清晨推开窗子的那一刻，才能真正确知自己的所在。

是多么奇妙的感受呀！孤身一人，行走在从未到过的地方，仿佛飘浮在太空的某一情境，直到早上的闹钟响起，才从太空飘落，那窗外的景色永远既熟悉又陌生，像是深植于记忆，又像是第一次到达。

在异地的清晨，第一件事是醒来；第二件事是煮一杯咖啡，让心静下来。心一静下来，就想起自己是知命到耳顺之年了！想起远方的人，深爱的妻子与儿女！想起今日的行程，今天有三场演讲，还要上两个电视节目，接受一家报社的专访！

你是你，已不是最初的你！

你是你，也不是昨天的你！

每天的你都是不同的，昨天你还在南方的广州，今天已在北方的丹东了！

每天你的思想都是千回百转的，昨天你在寺庙里讲的是永恒的向往，今天你在大学里要讲的却是眼前的困境。

永恒的境不离眼前之心，一朝风月即是万古长空，却又向何人说去？

只有在旅店的灯下，才能把眼前和永恒透过笔和稿纸做一个神秘的连结。

清晨，在美丽的不知名的湖边醒来，是美好而迷离的；但只有夜里在自己的心中醒来，书写文字，才会有平常的心。

奔波来去的岁月，一站又一站的旅途，在动荡与流离中，只要返观自心、自净其意，就定了、静了、安了，使我不论在多么偏远的地方行脚，都能无虑而有得。

每天的睡去，是旅程的一个终站。

每天的醒来，是旅程的一个起点。

在大河流逝的、去而无声的人生呀！我对生命的书写，使我能心无罣碍的睡去，也能心无所求的醒来。

## 在生命的转弯处

年轻的时候，从家乡的小土路走出来，踩过泥泞与细石的小径，看着一路缠绵的牵牛花，还有一直香到谷口的野百合，我的心像埋在地里春草的种子，蠢蠢欲动，我要成为一个作家、一个文学家、一个思想家，我要走出这个村子，笔直的走去，走到远天的尽头。

充满了爱、浪漫、理想的心，总是带着梦幻的，以为人生的路是笔直、宽阔、平坦的，经过多年的行走，才知道路有时崎岖、偶而凹陷，还有难以通行的窄巷！

文学是记录自己的人生，散文家尤其是，年近六十才能大方的宣称：各种路我都走过了，我的人生已经过了多次的转弯，成与败是没有定数的，好与坏也随时空而变异，作品无关乎青涩或成熟，只是生命某一个旅程的注记。

有的驿站空无一人。

有的旅店狂沙漫天。

有的客栈繁花似锦。

有的酒肆江天月小……

我都曾暂住其中，有感于斯情斯境，敏于斯文。

那路旁小草的翠绿，我没有隐藏你；那山间明月的温柔，我也没有隐藏你；那池边莲花的芳香，我更没有隐藏你……

青青翠竹，皆是法身，郁郁黄花，无非般若。

我既不显露，也不隐藏！

## 心美，一切皆美

上个世纪的八〇年代，我写过一套菩提系列，被选为四十年来最畅销和最有影响力的书，畅销超过百万册。

九歌的朋友一直希望我把这套书重整，编一个精选集，我把三分之二的內容去除，留下了三分之一，编成三册的典藏版，希望新世纪的人也有机缘读到关于菩提的智慧。

第一册讲“心”，我把书名取为“心美，一切皆美”，有很多人生活在俗世的人，不要说每天与美相遇，有很多人，已经很久很久没有看见美了。

并非生命中缺乏美的事物，而是我们的心不美了。我的写作是在寻索那美的可能，发现那美的存在，触及那美的境界。我的写作已经四十年了，少年时代醉心于美的我，与现在并无不同，老骥伏枥，志在千里，在悠长的时间中、在广大的世界里，我依然每天写作，走向人生的大美。

我深深相信，只要心美，连吹抚过的风都是美的，刚刚从溪边吹来的风，在我身边绕了一圈，又吹向不可知的所在。

亲爱的朋友，那阵风，带着美，带着我的祝福，已经吹向你了！

林清玄

二〇一〇年春天

外双溪客寓



# 目录

## 辑一 温柔半两

- 清欢 / 003
- 茶香一页 / 012
- 温柔半两 / 019
- 黄花与翠竹 / 023
- 四随 / 028
- 黄昏菩提 / 041
- 学看花 / 052
- 牡丹也者 / 058
- 梅香 / 065
- 一尘 / 067
- 雪的面目 / 070
- 月到天心 / 072
- 流浪水 / 076
- 生命的化妆 / 079
- 世缘 / 082
- 云散 / 086
- 求好 / 090
- 素质 / 093
- 心的影子 / 096
- 一朝 / 099
- 不是茶 / 105
- 不著于水 / 110
- 掌中宝石 / 114
- 清雅食谱 / 117



## 二辑 心无片瓦

- 水晶石与白莲花 / 182  
来自心海的消息 / 189  
时间道场 / 196  
小米 / 199  
心灵的护岸 / 212  
芒花季节 / 218  
丛林的迷思 / 223  
一只毛虫的圆满 / 227  
走向生命的大美 / 232  
心无片瓦 / 125  
一片茶叶 / 130  
杨枝 / 132  
众生的心 / 133  
觉醒的滋味 / 134  
愿做自由花 / 135  
柔软心 / 140  
忧欢派对 / 144  
季节十二贴 / 153  
河的感觉 / 162  
幸福的开关 / 171

温柔半两

一  
辑





## 清欢

少年时代读到苏轼的一阕词，非常喜欢，到现在还能背诵：

细雨斜风作晓寒，  
淡烟疏柳媚晴滩，  
入淮清洛渐漫漫。  
雪沫乳花浮午盏，  
蓼茸蒿笋试春盘，  
人间有味是清欢。

这阕词，苏轼在旁边写着“元丰七年十二月二十四日，从泗州刘倩叔游南山”，原来是苏轼和朋友到郊外去玩，在南山里喝了浮着雪沫乳花的淡茶，配着春日山野里的蓼菜、蒿蒿、新笋，以及野草的嫩芽等等，然后自己赞叹着：“人间有味是清欢！”

当时所以能深记这阕词，最主要的是爱极了后面这一句，因为试吃野菜的那种平凡的清欢，才使人间更有滋味。“清欢”是什么呢？清欢几乎是难以翻译的，可以说是“清淡的欢愉”，这

种清淡的欢愉不是来自别处，正是来自对平静疏淡简朴生活的一种热爱。当一个人可以品味出野菜的清香胜过了山珍海味，或者一个人在路边的石头里看出了比钻石更诱人的滋味，或者一个人听林间鸟鸣的声音感受到比提笼遛鸟更感动，或者体会了静静品一壶乌龙茶比起在喧闹的晚宴中更能清洗心灵……这些就是“清欢”。

清欢之所以好，是因为它对生活的无求，是它不讲求物质的条件，只讲究心灵的品味。“清欢”的境界很高，它不同于李白的“人生在世不称意，明朝散发弄扁舟”那样的自我放逐；或者“人生得意须尽欢，莫使金樽空对月”那种尽情的欢乐。它也不同与杜甫的“人生有情泪沾臆，江水江花岂终极”这样悲痛的心事，或者“人生不相见，动如参与商；今夕复何夕，共此灯烛光”那种无奈的感叹。

活在这个世界上，有千百种人生，文天祥的是“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”，我们很容易体会到他的壮怀激烈。欧阳修的是“人生自是有情痴，此恨不关风与月”，我们很能体会到他的绵绵情恨。纳兰性德的是“人到情多情转薄，而今真个不多情”，我们也不难会意到他无奈的哀伤。甚至于像王国维的“人生只似风前絮，欢也零星，悲也零星，都作连江点点萍！”那种对人生无常所发出的刻骨的感触，也依然能够知悉。

可是“清欢”就难了！



尤其是生活在现代的人，差不多是没有清欢的。

什么样是清欢呢？我们想在路边好好的散个步，可是人声车声不断的呼啸而过，一天里，几乎没有纯然安静的一刻。

我们到馆子里，想要吃一些清淡的小菜，几乎是杏不可得，过多的油、过多的酱、过多的盐和味精已经成为中国菜最大的特色，有时害怕了那样的油腻，特别嘱咐厨子白煮一个菜，菜端出来时让人吓了一跳，因为菜上挤的色拉比菜还多。

有时没有什么事，心情上只适合和朋友去啜一盅茶、饮一杯咖啡，可惜的是，心情也有了，朋友也有了，就是找不到地方，有茶有咖啡的地方总是嘈杂的。

俗世里没有清欢了，那么到山里去吧！到海边去吧！但是，山边和海湄也不纯净了，凡是人的足迹可以到的地方，就有了垃圾，就有了臭秽，就有了吵闹！

有几个地方我以前常去的，像阳明山的白云山庄，叫一壶兰花茶，俯望着台北盆地堆叠着的高楼与人欲，自己饮着茶，可以品到茶中有清欢。像在北投和阳明山间的山路边有一个小湖，湖畔有小贩卖工夫茶，小小的茶几、藤制的躺椅，独自开车去，走过石板的小路，叫一壶茶，在躺椅上静静的靠着，有时湖中的荷花开了，真是惊艳一山的沉默。有一次和朋友去，在躺椅上静静喝茶，一下午竟说不到几句话，那时我想，这大概是“人间有味是清欢”了。

现在这两个地方也不能去了，去了只有伤心。湖里的不是荷花了，是飘荡着的汽水罐子，池畔也无法静静躺着，因为人比草多，石板也被踏损了。到假日的时候，走路都很难不和别人拥挤，更别说坐下来喝口茶，如果运气更坏，会遇到呼啸而过的飞车党，还有带伴唱机来跳舞的青年，那时所有的感官全部电路走火，不要说清欢，连欢也不剩了。

要找清欢，一日比一日更困难了。

当学生的时候，有一位朋友住在中和圆通寺的山下，我常常坐着颠簸的公交车去找她，两个人沿着上山的石阶，漫无速度的，走走、坐坐、停停、看看，那时圆通寺山道石阶的两旁，杂乱的长着朱槿花，我们一路走，顺手拈下一朵熟透的朱槿花，吸着花朵底部的花露，其甜如蜜，而清香胜蜜，轻轻的含着一朵花的滋味，心里遂有一种只有春天才会有的欢愉。

圆通寺是一座全由坚固的石头砌成的寺院，那些黑而坚强的石头坐在山里仿佛一座不朽的城堡，绿树掩映，清风徐徐，站在用石板铺成的前院里，看着正在生长的小市镇，那时的寺院是澄明而安静的，让人感觉走了那样高的山路，能在那平台上看着远方，就是人生里的清欢了。

后来，朋友嫁人，到国外去了。我去过一趟圆通寺，山道已经开辟出来，车子可以环山而上，小山路已经很少人走，就在寺院的门口摆着满满的摊贩，有一摊是儿童乘坐的机器马，叽哩咕



噜的童歌震撼半山，有两摊是打香肠的摊子，烤烘香肠的白烟正往那古寺的大佛飘去，有一位母亲因为不准孩子吃香肠而揍打着两个孩子，激烈的哭声尖亢而急促……我连圆通寺的寺门都没有进去，就沉默的转身离开，山还是原来的山，寺还是原来的寺，为什么感觉完全不同了，失去了什么吗？失去的正是清欢。

下山时的心情是不堪的，想到星散的朋友，心情也不是悲伤，只是惆怅，浮起的是一阙词和一首诗，词是李煜的：“高楼谁与上？长记秋晴望。往事已成空，还如一梦中！”诗是李颀的：“人言落日是天涯，望极天涯不见家；已恨碧山相阻隔，碧山还被暮云遮！”那时正是黄昏，在都市烟尘蒙蔽了的落日中，真的看到了一种悲剧似的橙色。

我二十岁心情很坏的时候，就跑到青年公园对面的骑马场去骑马，那些马虽然因驯服而动作缓慢，却都年轻高大，有着光滑的毛色。双腿用力一夹，它也会如箭一般呼噜向前窜去，急忙的风声就从两耳掠过，我最记得的是马跑的时候，迅速移动着的草的青色，青茸茸的，仿佛饱含生命的汁液，跑了几圈下来，一切恶的心情也就在风中、在绿草里、在马的呼啸中消散了。

尤其是冬日的早晨，勒着绳，马就立在当地，踢踏着长腿，鼻孔中冒着一缕缕的白气，那些气可以久久不散，当马的气息在空气中消弭的时候，人也好像得到某些舒放了。

骑完马，到青年公园去散步，走到成行的树荫下，冷而强悍