

揭示人生真谛
传递心灵力量
触及生命真相
提升生活智慧



禅心贯日月

林清平◎著



禪心貫日月

林清平／著



人民东方出版传媒
東方出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

禅心贯日月 / 林清平著. — 北京 : 东方出版社,
2015.4

ISBN 978-7-5060-8000-2

I. ①禅… II. ①林… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第033065号

禅心贯日月

(CHANXIN GUANRIYUE)

林清平 著

责任编辑: 张 芬

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街192号

邮政编码: 100010

印 刷: 北京海石通印刷有限公司

版 次: 2015年4月第1版

印 次: 2015年4月第1次印刷

开 本: 880 毫米×1230 毫米 1/32

印 张: 10.75

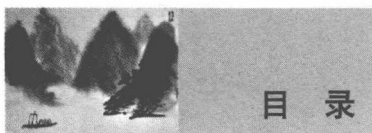
字 数: 163千字

书 号: ISBN 978-7-5060-8000-2

定 价: 32.00 元

发行电话: (010) 64258112 64258115 64258117

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场
如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 64258127



- 第一季 你若阳光，世界一定灿烂 / 001
 - 第一章 光的方向就是我的方向 / 002
 - 第二章 和早晨一道上班 / 021
 - 第三章 在思想中行走 / 024

- 第二季 生命深处的风景 / 027
 - 第四章 一壶陈酿 / 028
 - 第五章 随缘是一种智慧 / 063
 - 第六章 惶惑与追问 / 082

- 第三季 转身看自我 / 093
 - 第七章 享受顿悟的洪福 / 094
 - 第八章 活在当下 / 138
 - 第九章 觉悟的心行 / 182



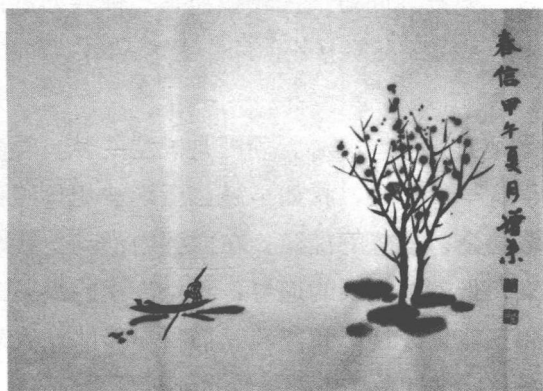
【禅心贯日月】

- 第四季 让灵魂歇歇脚 / 211
 - 第十章 闲看 / 212
 - 第十一章 爱就要迁就 / 221
 - 第十二章 风的言说 / 226
- 第五季 世道需要平常心 / 231
 - 第十三章 敬畏与悲悯 / 232
 - 第十四章 调侃是一味作料 / 249
- 第六季 流年行脚处 / 317
 - 第十五章 不忘初心 / 318
 - 第十六章 一卷山河 / 332



第一季

你若阳光，世界一定灿烂



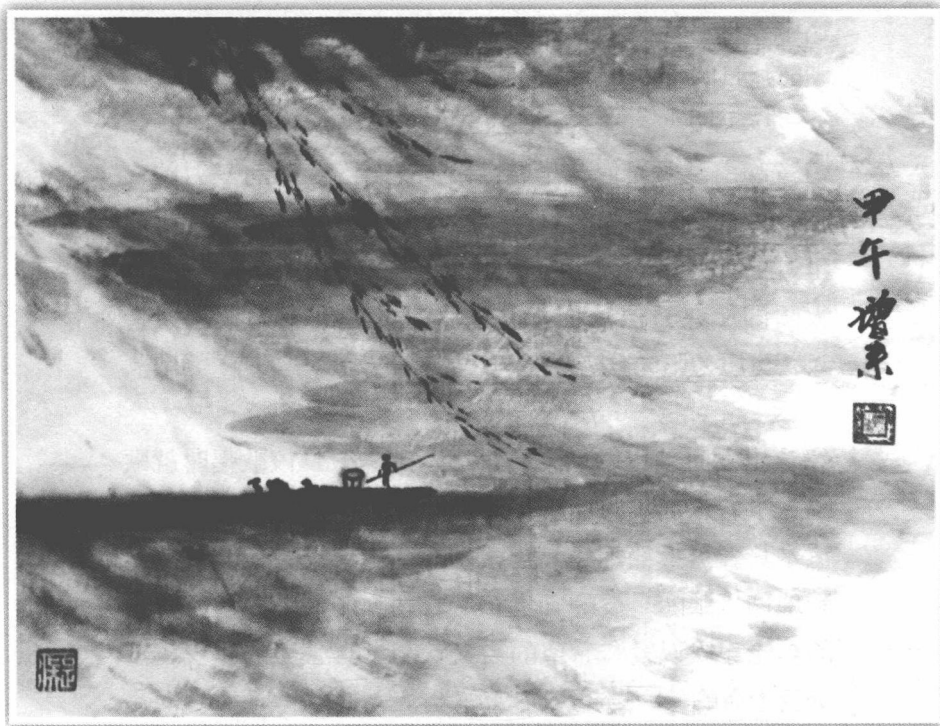


第一章 光的方向就是我的方向

☯ 以旭日为心，我心蓬勃；以朝霞为心，我心灿烂。心中始终有旭日朝霞，我就是早晨，我就是光的化身、热的源头，我就拥有了和宇宙同生同灭的生命。你不必嫉妒我，因为你也可以，天空如此博大，容得下无数个旭日、无量的朝霞。你我皆旭日，你我共朝霞，这世界就永远是温暖而明亮的，为什么不呢？

☯ 旭日是苍穹的心，朝霞是长空之梦，晨歌是大地的回声。早晨如我，我如早晨，灵魂被旭日照亮，生命被朝霞鎏金，思想的旋律，在血脉中涌动。我从漆黑的夜晚来，带着对光明的追寻；我从冷漠的洪荒来，向着上善和正能量迈进。我想我是懂得早晨的，我想早晨也一定懂我，这就是我热爱早晨的全部原因。

☯ 雾霭遮不住太阳，云层挡不住光亮。你是旭日，在雾





霭中一样升起；你是朝霞，在云层外照旧灿烂。早晨是朝霞旭日的世界，不在你眼前，就在你心中。

☉夜晚由星月当值，早晨由阳光主导，喜欢有星月的夜晚，更喜欢有阳光的早晨，因为我看到了希望。太阳比星月更有力量，星月容易被云层遮挡，从而失去光芒；太阳即使在云层后面，也能带来光亮。我愿为星月诗人，更愿意为阳光歌者！

☉该出发时就出发，早晨永远不辞辛劳；该歌唱时就歌唱，早晨永远不失达观；该灿烂时就灿烂，早晨永远不掩本真。雾霭挡不住光芒，寒冷冻不结旋律，云层隔不断璀璨。跟随早晨的脚步，踏着朝歌的节拍，追赶旭日的车轮，我以爱和希望的名义，高举真善美的旗帜，策动我生命的马，扬起我灵魂的帆。

☉光和热是太阳的正能量，善和爱是心的正能量。人们喜欢旭日朝霞，但没有人喜欢黑太阳，因为这个世界需要正能量。善良友爱的心是一轮旭日，善良友爱的心灿若朝霞。心若善良友爱，心就是太阳。朋友，让我们拥

有一颗太阳心，而不要让自己的心变成黑太阳，因为我都需要生命的正能量。

☞当吉祥的光照亮你的秋晨，当清脆的鸟鸣唤醒你的夏梦，请愉悦地收拾行装，欢快地跟着朝霞一起走。如果你的信仰曾经迷失，可以在征途上找回；如果你的爱已经动摇，可以在征途上获得坚定。所有的希望也会跟随你的脚步起程，为生命加油，为灵魂补给，为你的人生旗帜添彩。

☞让身体被晨曦唤醒，让快乐从早晨出发，无论酷暑还是严冬，无论青春还是年迈，早晨在，生命就在，快乐就在。无须在乎昨天的得失，不要纠缠过去的梦，收拾好自己的心情，让美丽多一些，让俊朗多一些。在回荡的朝歌中我们重新开始，踏着希望的旋律；在灿烂的朝霞中我们再次起程，展开爱的翅膀。

☞熹微初露，游灵归府；东方既白，晨歌渐起。涉过夜的河流，穿过梦的丛林，我在朝霞即将来临的地方等你。不管路有多远，也不管途中有多少荆棘，不要怕，



【禅心贯日月】



朝着光的方向走，前面就是坦途。放下所有的行囊，丢弃所有的辎重，只带着希望轻松前行，这里有你需要的一切。将手递过来，我们一起去灿烂！

☺ 早晨不缺席，我的问候就不缺席。朝阳普照的地方，就是问候需要抵达的地方；朝歌传递的喜悦，就是问候带来的喜悦。你的我的大家的一声问候，是天下最美的旋律，是人世间最珍贵的友善，早一点、迟一点都不是问题，只要有问候，就不缺阳光的味道和气息。这世界需要互致问候，问候了，你就不孤独。

☺ 早晨是高高飘扬的希望旗帜，早晨是响彻云天的生命号角。从灰暗的梦境走来，涉过夜晚的黑暗，我在朝霞里拾起信心。手握理想的长矛，挑一盏太阳灯，再次开始为生活冲锋陷阵。怀揣诗歌与梦想，踏着爱的旋律，带着幸福的种子，勇夺下一个人生的高地。

☺ 早晨是一种指引，沿着早晨的指引可以抵达幸福。朝霞映照理想的目标，晨歌拨动奋斗的旋律，旭日唤醒心灵的善良。忙碌或者悠闲，平静或者激昂，我们都已



经从早晨出发，带着爱和希望、快乐和梦想。享受生命的过程，珍惜拥有的一切，感恩而不抱怨，简单而不复杂，幸福便和我们永恒相伴一路同行。

☺ 早晨最善良，她将光奉献给每一个需要光的人，从不犹豫。学习做慈善从早晨开始，不一定要非常有钱，不一定要很有力量，将你内心的一点热度奉献出来，就有人因此不再寒冷；将你头脑的一点智慧奉献出来，就有人不再精神贫困。早晨不吝啬朝霞，这个世界才灿烂明媚；不私藏晨歌，人世间才充满爱的旋律。

☺ 早晨，山峰和大海总是先看到日出。热爱早晨的人，要和山峰比高，要与大海比阔。我的心中有一座善的峰峦，我的心中有一片爱的海洋。以一颗善良友爱的心灵亲近早晨，你必被旭日格外垂青，你的人生会先人一步灿烂，你的灵魂会较他人得到更多的滋养，你的生命会释放出更大的正能量。

☺ 早晨是真善美的信仰者，她从不掩饰光的本来面目，带给这个世界的永远是温暖的阳光、美丽的朝霞。面对

小草，早晨有一种永恒的谦卑，从不因为小草的卑下，不肯对小草施爱；早晨怀着无限的悲悯，她眷顾世间的一切，珍爱所有的生命。当我们迷失方向，找不到信仰，何不学习一下早晨的博爱与宽宏？

☞早晨有一种向上的牵引力，犹如旭日升起；早晨有一种向外的扩张力，仿佛朝霞盈空。我在晨曦朝歌中融入早晨，从朝霞旭日中获得生命的无穷能量，于晨曦朝歌中获得精神的充足给养。希望被照亮，激情被点燃，爱与梦想带着我的灵魂飞翔。一个早晨就是一次人生，就是一段光与热、色彩和旋律相伴的美好旅程。

☞早晨总是和谐而安详的，一句简单的问候都显得那样动人心弦。朝霞是给微笑最好的礼物，晨歌是对爱最真情的赞美，面对旭日，你的心空就是最璀璨的天堂。想做世间最快乐的人何其容易，你悄悄借一缕早晨的阳光就已足够；想做世间最幸福的人也不难，你托早晨的气息传递一次对他人、对自己的赞美就行。

☞我热爱并收藏早晨，我生命的行囊里，从不缺朝霞、



晨露和旭日，也不缺信心、希望和朝歌。这些似曾相识却绝不相同的早晨，将光和热源源不断注入我的人生，将快乐和激情大片大片带进我的生活。灵魂因这些早晨变得无比安妥，假如时光从明天起进入永恒的夜晚和冬季，我依然有足够的光明和春天。

☉最常见的事物最珍贵，最寻常的事情最难坚持，譬如早晨天亮，譬如日行一善。早晨最常见，但如果你经历了黑夜，便知道它的珍贵；行善最简单，但如果你曾亲身践行，就知道坚持有多难。我热爱早晨，因为它的珍贵，也因为它的持恒。在我的心目中，早晨就是大善，是永恒之善，并能唤醒人心之善。

☉晨光里我自由吐纳，吸入朝霞，点亮心的苍穹；呼出希望，唤醒万水千山。来吧，朋友，我们借一缕晨风梳妆，就一盘旭日早餐，踏一路晨歌出发。不要怕地铁拥挤，不要怕车塞人多，也不要怕山高水远，跟随心的引领，没有你不能抵达的地方。

☉摘一缕晨光给你，请带着她和希望一道起程；采一段

鸟鸣给你，请让她的旋律和你的心一起跳动。为了我们共同信仰的早晨，为了我们相互照亮的灵魂，请跟随我沿着爱的方向飞奔。前面有朝霞铺出的红地毯，前面有旭日点起的霓虹灯，我们鎏金的梦充满大地苍穹。

☉吸一口朝霞，吐一朵莲花，我在早晨积蓄和传递爱的能量、希望的光芒。摘一束朝歌，拥一怀灿烂，我在早晨收获和播种激情的人生、快乐的梦想。我用最美的文字记录早晨，我用最美的心情体会早晨，我用最美的旋律弹奏早晨，早晨同样给我以最美的馈赠：生命饱满，精神愉悦，灵魂飞扬。

☉晨歌穿透雨的缝隙，将新春的温润带到我的心田，朝霞和旭日快乐地发芽，爱和希望幸福地舒展。元宵的气息弥漫氤氲，我看见一轮圆月在灵魂深处冉冉升起，照亮七彩的雨丝。真善美的旗帜高扬，生命被正能量充满，信仰唤起理想的激情，天弦地琴弹奏出飞翔的绝响。还等什么呢？我们现在就出发！

☉薄雾缥缈了山影、湖光和鸟鸣，湿润了我的短发、衣



衫及思绪，风摇曳在近处的枝头，传递着岁月的秋凉。没有感伤，步履轻快，看不见的朝阳在内心弹奏弦歌，敞亮而激越，清澈而温暖。说真的，即使雾蒙蒙的早晨也一样美好，你依旧可以怀想，可以希望，可以爱，可以憧憬生命中的任何奇迹发生。

☉秋雨淅沥，云层厚重，这一切丝毫不影响你的愉悦，因为这是早晨，有穿越心空的光，有清澈胸廓的空气，有从不缺席的鸟鸣。在这样的秋晨，你会享受一种被洗礼过的感觉，你的生命和红枫一样灿烂，你的精神光谱远接云层外的朝霞，你的灵魂照样充满阳光，信仰的帆依然升起，在希望的海洋之上。

☉雨声滑过丝弦，在浓绿的夏叶间结成一串串珍珠，清澈而凉爽，将这个黄梅天的早晨弹拨得柔软又明亮。我听见了朝霞和旭日的脚步声，在光的那一头，上善的正能量聚集，我的灵魂被一点点充满，生命的翅膀渐渐张开，我的心一如既往地飞翔。被爱与希望牵引，是一种无法言喻的幸福。