

清玄说

换个角度 看生活

林清玄——著

换个角度，
生活就是另外一个样子



清玄说

换个角度 看生活

林清玄——著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING LTD

图书在版编目 (C I P) 数据

清玄说: 换个角度看生活 / 林清玄著. -- 南京: 江苏凤凰文艺出版社, 2018.10

ISBN 978-7-5594-2595-9

I. ①清… 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 (2018) 第172692号

书 名	清玄说: 换个角度看生活	
作 者	林清玄	
责 任 编 辑	邹晓燕 黄孝阳	
出 版 发 行	江苏凤凰文艺出版社	
出版社地址	南京市中央路 165 号, 邮编: 210009	
出版社网址	http://www.jswenyi.com	
发 行	北京时代华语国际传媒股份有限公司	010-83670231
印 刷	北京市松源印刷有限公司	
开 本	690×980 毫米	1/16
印 张	18	
字 数	200 千字	
版 次	2018 年 10 月第 1 版	2018 年 10 月第 1 次印刷
标 准 书 号	ISBN 978-7-5594-2595-9	
定 价	49.80 元	

(江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换)

如此生活

幸福在我	— 003
人生有味	— 009
砥砺前行	— 014
追寻梦想	— 020
面对顺逆	— 024
时光咏叹	— 028
珍惜当下	— 031
盲目的悲哀	— 037
回味童年	— 040
凝视现代生活	— 044
自我成长	— 051
加味生活	— 057
换个角度看生活	— 061
真的富足	— 066
我看写作	— 070

修一颗心

达观心	— 077
明净心	— 082
平常心	— 086
心纳万物	— 091
心力正能量	— 096
人随心动	— 100
心存感恩	— 104
守护本心	— 108
心的超越	— 112
自身修行	— 116
回观自我	— 120
感悟生命	— 125
与苦难同行	— 130
齐生死	— 134
快乐秘诀	— 137

目录

人间有情

爱是什么	143
情无可逃	149
浪漫之恋	153
失恋之泪	156
清欢有味	161
情在心头	165
外物寓情	171
温润友情	175
柔软的坚强	179
苦乐心情	183
接受平凡	187
珍惜与放下	191
禅心似水	195
失落遗憾	202

万物有美

美在于心	207
自然之美	213
美好往昔	218
人生美意	222
生活寻美	226
倏然岁月	231
生活雅趣	235
茶里况味	239
观书有感	247
吃中知味	252
花有美	256
花有情	262
花与人	269
生命的质感	274
生活杂感	278

日
上
清

如意



如
此
生
活

—
清玄说

微小的事物中也有
幸福欢喜

丁酉歲冬月 牛和虎





幸福在我

生命的幸福原来不在于人的环境、人的地位、人所能享受的物质，而在于人的心灵如何与生活对应。因此，幸福不是由外在事物决定的，贫困者有贫困者的幸福，富有者有其幸福，位尊权贵者有其幸福，身份卑微者也自有其幸福。在生命里，人人都是有笑有泪；在生活中，人人都有幸福与烦恼，这是人间世界真实的相貌。

这个世界原来就是相对的世界，而不是绝对的世界，因此幸福也是相对的，不是绝对的。由于世界是相对的，使得到处都充满缺憾，充满了无奈与无言的时刻。但也由于相对的世界，使得我们不论处在任何景况，都还有幸福的可能，能在绝壁之处也见到缝隙中的阳光。

我们幸福的感受不全然是世界所给予的，而是来自我们对外在或内在的价值判断，我们的幸福与否，正是由自我的价值观来决定的。

孤单和寂寞虽也有它极美的一面，但究竟不是幸福的。只是有时我们细细想来，幸福里如果没有孤单和寂寞的时刻，幸福依然是不圆满的。最好的是，在孤单与寂寞的时候，自己也能品味出那清醒明净的滋味，有时能有一些记忆和相思牵系，才是最幸福的事。

众生在生活里的事物就像云水一样，云水如此，只是人不能自卷自舒、遇曲遇直，都保持幸福之状。保有幸福不是什么神通，只看人能不能千眼顿开，有一个截然的面对。

“垂丝千尺，意在深潭。”我们若想得到心灵真实的归依处，使幸福有如电灯开关，随时打开，就非时时把品味的丝线放到千尺以上不可。

人间的困厄横逆固然可畏，但人在横逆困厄之际，没有自处之道，不能找到幸福的开关才是最可怕的。因为这世界的困境牢笼不光为我一个人打造，人人皆然，为什么有的人幸福，有的人不幸，实在值得深思。

八

幸福常常隐藏在平常的事物中，只要加一点用心，平常事物就会变得非凡、美好、庄严了；只要加一点用心，凡俗的日子就会变得可爱、可亲、可想念了。

九

人生的幸福在很多时候是得自于看起来无甚意义的事，例如某些对情爱与知友的缅怀，例如有人突然给了我们一杯清茶，例如在小路上突然听见水果店里传来一段喜欢的乐曲，例如在书上读到一首动人的诗歌，例如听见田间地头的老妇说了一段充满启示的话语，例如偶然看见一朵酢浆花的开放……

十

人生的幸福来自于自我心扉的突然洞开，有如在阴云中突然阳光显露、彩虹当空，这些看来平淡无奇的东西，是在一株草中看见了琼楼玉宇，是由于心中有一座有情的宝殿。

十一

如果能有较从容的心情、较有情的胸襟，则能把乱麻的线路抽出、理清，看清我们是如何的失落了青年时代对理想的追求，看清我们是在什么动机里开始物质权位的奔逐，然后想一想：什么是我要的幸福呢？我最初所渴望的幸福是什么？我波动的心为何不再震荡了呢？我是怎么

样落入现在这个古井的呢？

十二

我们总是认为相聚是幸福的，离别便不免哀伤。但这幸福是比较而来，若没有哀伤作衬托，幸福的滋味也就不能体会了。

十三

生命的勇气有时是由一些极淡远的幸福所带来的。

十四

当人看到鱼只想到吃，看到树就想要砍，看到大画家画的马也想骑，画的松树只想到盖房子……那么这些人就永远不能拥有鱼的优游、树的雄伟、马的俊逸、松的高奇种种之美，则其所欲弥多，随之苦痛弥甚，还能体会什么真实的快乐呢？

十五

使人生不能自在的，是由于过去习气的绳子拉着我们团团转；使我们不能自由的，是情丝无法斩断。如果能回到脚下，一念不生，就自由自在了。

现代人如何在认清这种实相之后，还能活得自在、积极、愉悦、明朗，同时不失去为理想奋斗的勇气呢？答案就是，与转动的世界处在一种和谐的状态，并能冷静观照到自己的流转，使自己的心性独立于世界，有着独特的精神。

听起来似乎有些晦涩，其实不难明白，就是我们虽然不免在物质上必须活在现实世界，我们也会在现实世界中一天天地老化，但是在精神上我们能超拔出来，以更高的观点看人生，而在心灵的深处不随年纪老去，保持着对世界新鲜而有希望的心情。



好的圍棋要慢，地下好的
生活歷程要細，品味

丁酉歲秋月 牛十



人生有味

茶若相似，味不必如一。但凡茗茶，一泡苦涩，二泡甘香，三泡浓沉，四泡清冽，五泡清淡，此后，再好的茶也索然无味。诚似人生五种，年少青涩，青春芳醇，中年沉重，壮年回香，老年无味。

最好的人生是五味俱全，有苦有乐、有泪有笑、有爱有恨、有生有死、有低吟有狂歌、有振臂千仞之岗也有独怆然而泪下，酸、甜、苦、辣、咸，此起彼落。想一想，如果面对一桌没有调味的菜肴，又如何会有深沉的滋味呢？

痛苦或死亡是人人所不愿见到或遇到的，但若不能深刻品味痛苦，何尝能找到平安喜乐的滋味？若不能对死亡有所领会，又如何能珍惜活着的时候呢？

也许在真实的人生里面，我们回顾过去的点点滴滴，色彩会慢慢褪去，到最后只剩下淡淡的黑白。我们想不出在离别的冬夜中，以前的伴侣穿什么颜色的衣服，只记得在那条暗黑的长巷中，惨白的街灯把影子拉得很长，天气冷得令人畏缩，巷子里只有两条被生活压扁的影子。甚至于，这些生活经过岁月风霜的涤滤，在我们苦痛的梦中，根本是没有颜色的。

我们常说人生是多彩多姿的，在我这些年的心境上感觉到人生的色彩是如此薄弱，到最后只留下黑白两色。有时候我们自己拿着调色盘面对这张黑白的画都不知道要怎么上色，踌躇了半天，天色暗了，满天都是白色的繁星，连月光下的大地都是一片黑白的清冷。

如果是偶然的，人生不就如同风云雨露吗？

如果是必然的，存在的理由又是什么呢？

那必然的存在，是为了启示我们、成就我们，让我们学习更繁剧的生命课程，以彻底转化我们的心性。

对于能不断学习和超越的人，由于转化、启示与成就，所以折磨是

好的，受苦也是好的。

幸好，人生有离别。

因相聚而幸福的人，离别是好，使那些相思的泪都化成甜美的水晶。

因相聚而痛苦的人，离别最好，雾散云消看见了开阔的蓝天。

可以因缘离散，对处在苦难中的人，有时候正是生命的期待与盼望。

聚与散、幸福与悲哀、失望与希望，假如我们愿意品尝，样样都有滋味，样样都是生命中不可或缺的。

生命里的幸福是甜的，甜有甜的滋味。

情爱中的离别是咸的，咸有咸的滋味。

生活的平常是淡的，淡也有淡的滋味。

煮雪如果真有其事，别的东西也可以留下，我们可以用一个空瓶把今夜的桂花香装起来，等桂花谢了，秋天过去，再打开瓶盖，细细品尝。

好的围棋要慢慢地下，好的生活历程要细细品味，不要着急把棋盘下满，也不要匆忙地走人生之路。



如果喝茶吃粥時有湛然清
明的心其尊貴至高並可選
於人間偉大的事功

丁酉歲冬月牛
和寫



清玄說