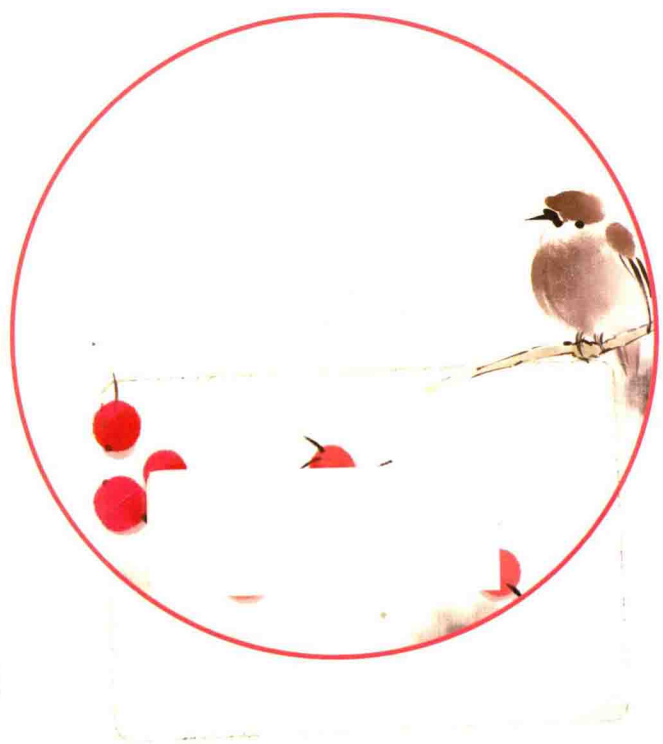


林清玄



心是温柔的起点



林清玄
Lin Qingxuan



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目(CIP)数据

心是温柔的起点 / 林清玄著. -- 北京 : 北京联合出版公司, 2016. 12

ISBN 978-7-5502-8918-5

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(2016)第250075号

本书由台北九歌出版社有限公司授权出版

心是温柔的起点

作者：林清玄

出版统筹：新华先锋

责任编辑：咎亚会 夏应鹏

特约监制：林 丽

策划编辑：刘 钊

封面设计：郑金将

版式设计：徐 倩

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京鹏润伟业印刷有限公司 新华书店经销

字数100千字 620毫米×889毫米 1/16 14印张

2016年12月第1版 2016年12月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-8918-5

定价：39.50元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本社图书销售中心联系调换

电话：010-88876681 010-88876682

目 contents 录

第一辑

柔软的心最有力量

幸福的开关 // 003

清静之莲 // 012

活的钻石 // 033

水中的金影 // 039

想象的城堡 // 054

本来面目 // 055

柔软的耕耘 // 069

在微细的爱里 // 072

寻找幸运草 // 074

柔软心 // 077

第二辑

识得人生真滋味

生命的酸甜苦辣 //045

一滴水到海洋 //048

求败的心情 //054

掌中宝玉 //058

林边莲雾 //061

最苦的最美丽 //064

一杯蜜是炼过几只蜂的 //069

求 好 //073

跑龙套的时代 //076

十点八分四十五秒 //079

李铁拐的左脚 //081

牛肉汁时代 //083

真正的桂冠 //089

水中的蓝天 //092



第三辑

总有群星在天上

总有群星在天上 // 101

在夜景的航道 // 108

阳光照在我们身上 // 110

在梦的远方 // 114

家家有明月清风 // 121

分享生之苦乐 // 128

随风吹笛 // 132

青铜时代 // 136

生命的出口 // 140

目
contents
录

第四辑

暗夜里的一盏灯

鸳鸯香炉 //147

平凡最难 //155

常想一二 //158

太阳雨 //161

天寒露重，望君保重 //167

忧欢派对 //171

欢乐中国节 //179

生命的接棒 //183

超越的心 //186

从最根深处站起来 //192

心灵的护岸 //201

白雪少年 //206



第一辑

柔软的心
最有力量



幸福的开关

清静之莲

活的钻石

水中的金影

想象的城堡

本来面目

柔软的耕耘

在微细的爱里

寻找幸运草

柔软心

幸福的开关

一直到现在，我每次看到在街边喝汽水的孩童，总会多注视一眼。而每次走进超级市场，看到满墙满架的汽水、可乐、果汁饮料，心里则颇有感慨。

看到这些，总令我想起童年时代想要喝汽水而不可得的景况。在台湾初光复不久的那几年，乡间的农民虽不致饥寒交迫，但是想要三餐都吃饱似乎也不太可得，尤其是人口众多的家族。更不要说有什么零嘴、饮料了。

我小时候对汽水有一种特别奇妙的向往，原因不在汽水有什么好喝，而是由于喝不到汽水。我们家是有几十口人的大家族，小孩依大小排行就有十八个之多，记忆里东西仿佛永远不够吃，更别说喝汽水了。

喝汽水的时机有三种，一种是喜庆宴会，一种是过年的年夜饭，



一种是庙会节庆。即使有汽水，也总是不够喝，到要喝汽水时好像进行一个隆重的仪式，十八个杯子在桌上排成一列，依序各倒半杯，几乎喝一口就光了，然后大家舔舔嘴唇，觉得汽水的滋味真是鲜美。

有一回，我走在街上的时候，看到一个孩子喝饱了汽水，站在屋檐下呕气，呕——长长的一声，我站在旁边简直看呆了，羡慕得要死掉，忍不住忧伤地自问道：什么时候我才能喝汽水喝到饱？什么时候才能喝汽水喝到呕气？因为到读小学的时候，我还没有尝过喝汽水喝到呕气的滋味，心想，能喝汽水喝到把气呕出来，不知道是何等幸福的事。

当时家里还点油灯，灯油就是煤油，台语称作“臭油”或“番仔油”。有一次我的母亲把臭油装在空的汽水瓶里，放置在桌脚旁，我趁大人不注意，一个箭步就把汽水瓶拿起来往嘴里灌，当场两眼翻白、口吐白沫，经过医生的急救才活转过来。为了喝汽水而差一点儿丧命，后来成为家里的笑谈，却并没有阻绝我对汽水的向往。

在小学三年级的时候，有一位堂兄快结婚了，我在他结婚的前一晚竟辗转反侧地失眠了，我躺在床上暗暗发愿：明天一定要喝汽水喝到饱，至少喝到呕气。

第二天我一直在庭院前窥探，看汽水送来了没有，到上午九点多，看到杂货店的人送来几大箱的汽水，堆叠在一处。我飞也似的跑过去，提了两大瓶黑松汽水，就往茅房跑去。彼时农村的厕所都盖在远离住屋的几十米之外，有一个大粪坑，几星期才清理一次，我们小孩子平

时很恨进茅房的，卫生问题通常是就地解决；因为里面实在太臭了。但是那一天我早计划好要在里面喝汽水，那是家里唯一隐秘的地方。

我把茅房的门反锁，接着打开两瓶汽水，然后以一种虔诚的心情，把汽水咕嘟咕嘟地往嘴里灌，就像灌蟋蟀一样，一瓶汽水一会儿就喝光了。几乎一刻也不停地，我把第二瓶汽水也灌进腹中。

我的肚子整个胀起来，我安静地坐在茅房地板上，等待着呕气，慢慢地，肚子有了动静，一股沛然莫之能御的气翻涌出来，呕——汽水的气从口鼻冒了出来，冒得我满眼都是泪水。我长长地叹了一口气：“这个世界上再也没有比喝汽水喝到呕气更幸福的事了吧！”然后朝圣一般打开茅房的木门，走出来，发现阳光是那么温暖明亮，好像从天上回到了人间。

每一粒米都充满幸福的香气

在茅房喝汽水的时候，我忘记了茅房的臭味，忘记了人间的烦恼，觉得自己是世上最幸福的人，一直到今天我还记得那天叹息的情景，当我重复地说：“这个世界上再也没有比喝汽水喝到呕气更幸福的事了吧！”心里百感交集，眼泪忍不住就要落下来。

贫困的岁月里，人也能感受到某些深刻的幸福，像我常记得添一



碗热腾腾的白饭，浇一匙猪油、一匙酱油，坐在“户定”（厅门的石阶）前细品味猪油拌饭的芳香，那每一粒米都充满了幸福的香气。

有时这种幸福不是来自食物。我记得当时在我们镇上住了一位卖酱菜的老人，他每天下午都会推着酱菜摊子在村落间穿梭。他沿路都摇着一串清脆的铃铛，在很远的地方就可以听见他的铃声。每次他走到我们家的时候，都在夕阳将落下之际。我一听见他的铃声跑出来，就看见他浑身都浴在黄昏柔美的霞光中。那个画面、那串铃声，使我感到一种难言的幸福，好像把人心灵深处的美感全唤醒了。

有时幸福来自自由自在地在田园中徜徉了一个下午。

有时幸福来自看到萝卜田里留下来做种的萝卜，开出一片宝蓝色的花。

有时幸福来自家里的大狗突然生出一窝颜色不一样的、毛茸茸的小狗。

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。

从前，我在乡间城市穿梭做报道访问的时候，常能深刻地感受到这一点。坐在夜市喝甩头仔米酒配猪头肉的人民，他感受到的幸福往

往不逊于坐在大饭店里喝 XO 的富豪。蹲在寺庙门口喝一斤二十元粗茶的农夫，他得到的快乐也不逊于喝冠军茶的人。围在甘蔗园吆五喝六，输赢只有几百元的百姓，他得到的刺激绝对不输于在梭哈台上输赢几百万的豪华赌徒。

这个世界原来就是相对的，而不是绝对的，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。我们幸福与否，正是由自我的价值观来决定的。

以直观来面对世界

如果，我们没有预设的价值观呢？如果，我们可以随环境调整自己的价值判断呢？

就像一个不知道金钱、物质为何物的赤子，他得到一千元的游戏与十元的玩具，都能感受到一样的幸福。这是他没有预设的价值观，能以直观来面对世界，世界也因此以幸福来面对他。



就像我们收到陌生者送的贵重礼物，给我们的幸福感还不如知心朋友寄来的一张卡片。这是我们随环境来调整自己的判断。能透视物质包装内的心灵世界，幸福也因此来面对我们的心灵。

所以，幸福的开关有两个，一个是直观，一个是心灵的品味。

这两者不是来自远方，而是由生活的体会得到的。

什么是直观呢？

有源律师问大珠慧海禅师：“和尚修道，还用功否？”

大珠：“用功。”

“如何用功？”

“饿来吃饭，困来眠。”

“一切人总如同师用功否？”

“不同！”

“何故不同？”

“他吃饭时不肯吃饭，百种须索；睡时不肯睡，千般计较，所以不同也。”

好好地吃饭，好好地睡觉就是最大的幸福，最深远的修行，这是多么伟大的直观！在禅师的语录里有许多这样的直观，都是在教导启示我们找到幸福的开关，例如：

百丈怀海说：“如今对五欲八风，情无取舍，垢净俱亡，如日月在空，不缘而照；心如木石，亦如香象截流而过，更无滞碍，此人天

堂地狱不能掇也。”

庞蕴居士说：“神通并妙用，运水与搬柴。”“好雪片片，不落别处。”

沩山灵佑说：“一切时中，视听寻常，更无委曲，亦不闭眼塞耳，但情不附物，即得……譬如秋水澄渟，清净无为，澹泞无碍，唤他作道人，亦名无事之人。”

黄檗希运说：“凡人多不肯空心，恐落空。不知自心本空，愚人除事不除心，智者除心不除事。”“终日吃饭，未曾咬着一粒米；终日行，未曾踏着一片地。与么时，无人我等相，终日不离一切事，不被诸境惑，方名自在人。”

在禅师的话语中，我们处处都看见了一个人如何透过直观，找到自心的安顿、超越的幸福。若要我说世间的修行人所为何事？我可以如是回答：“是在开发人生最究竟的幸福。”这一点禅宗四祖道信早就说过了，他说：“快乐无忧，故名为佛！”读到这么简单的句子使人心弦震荡，久久还绕梁不止，这不是人间最大的幸福吗？

只是在生命的起落之间，要人永远保有“快乐无忧”的心境是何其不易，那是远远越过了凡尘的青山与溪河的胸怀。因此另一个开关就显得更平易了，就是心灵的品味，仔细地体会生活环节的真义。

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

