

寻找心灵的故乡

林清玄 著

林清玄



寻找心灵的故乡

—— 林清玄 ——

知识出版社

图书编目(CIP)数据

寻找心灵的故乡/林清玄著. - 北京:知识出版社,1999.1

ISBN 7-5015-1914-5

I.寻… II.林… III.散文-作品集-中国-当代 IV.I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 39141 号

责任编辑:马汝军

装帧设计:李少文

策 划:汉霖 麦克

知识出版社出版发行

(100037 北京阜成门北大街 17 号)

天津蓟县燕山印刷厂印刷 辽宁省新华书店经销

1999 年 1 月第 1 版 1999 年 1 月第 1 次印刷

开本:850×1168 1/32 印张:7.25

字数:122 千字 印数:1-15000 册

定价:13.30 元

本书如有质量问题,请与出版社联系调换。

林漓

漫步人生的花园



双鱼座。笔名秦情、林漓、林大悲。

台湾“十大才子”之一。

担任过记者、主笔、主编，

最钟情的是文学创作。

三十岁前得遍台湾所有文学大奖。

将东方散文美学智慧融入宗教哲学情怀，

每年出版五六本书且本本畅销，

连续十年位居台湾畅销书排行榜前列，

震撼了台湾文坛，

奠定了不可动摇的文学地位。

《寻找心灵的故乡》是作者站在哲学的高度，俯视繁华都会里茫然飘荡着的浮躁、无奈、私欲、庸碌，以明心见性的纯真，煎智慧开启的良药，引导你敞开慈悲的胸怀，坦然面对生死名利，珍惜姻缘成就，去发现人生原本就山也好水也好，自在清明的境地。

《莲花香片》
《迷路的云》
《心的丝路》
《鸳鸯香炉》
《寻找幸运草》
《可以预约的雪》
《温一壶月光下酒》
《打开心内的门窗》
《走向光明的所在》
《漫步人生的花园》
《寻找心灵的故乡》
《飞越蓝天的白云》

责任编辑：马汝军

装帧设计：李少文

策 划：汉霖 麦克

ISBN 7-5015-1914-5



9 787501 519149 >

目 录

自序/林清玄 / 1

《第一讲》 智慧的开启

- 把自己的勋章擦亮 / 11
- 认识人生的无常 / 13
- 体验人身的难得 / 17
- 相信因果的真实 / 21
- 看清生命的痛苦 / 23
- 保持超越的心 / 25
- 保持幸福的心 / 28
- 保持从容的心 / 32
- 保持生命的会心 / 36
- 保持梦想的心 / 38
- 永远保持学习的态度 / 41

《第二讲》 慈悲的胸怀

- 心的改革与创造 / 48
- 慈悲的初步：感同身受 / 49

产生平等的心 / 52
完全开放的心胸 / 56
无缘大慈，同体大悲 / 60
更纤细柔软的心灵 / 66
更广大的包容心 / 71
超越世间的无知 / 72
尽形寿，拯救世界 / 75
永远祈求心中的莲花开放 / 77

《第三讲》 生死的面对

轻松的面对死 / 86
庄严的面对死 / 89
一般人对生死的看法 / 91
佛教对生死的观点 / 92
不知道自己何时会死 / 95
解脱生死是佛教最重要的基础 / 102
生死的根本教法 / 106
每一天往好的方向去活 / 110

《第四讲》 确定的人格

超越形式主义的佛法 / 119
落实到世间的生活 / 125
觉悟的态度 / 126

专注的生活 / 132

执著的破除 / 136

平常心是道 / 139

反观自心 / 143

游戏三昧 / 144

常保喜心 / 147

《第五讲》 因缘的成就

因是种子，缘是成熟种子 / 155

一切都由因缘而生 / 158

命运中有许多疑惑 / 161

对因缘的僵硬观念 / 164

决定因缘的两个角度 / 168

因缘和命运的关系 / 169

忏悔从前的坏种子 / 172

在觉悟中止恶向善 / 174

愿力是船，业力如石 / 176

回向，改变这个世界 / 179

珍惜每一个因缘 / 180

不要用肉眼看待世界 / 182

不要用僵化的观点看世界 / 183

佛的成就是因缘的成就 / 183

| 随缘不变，不变随缘 / 184

《第六讲》 身心的安顿

由四大组成的身体 / 191

身心不可分割 / 193

现代人定力薄弱，心性浮躁 / 195

现代人欲望强盛，烦恼繁多 / 197

现代人资讯繁忙，知识丰富 / 198

现代人我执强烈，随波逐流 / 199

戒心薄、定力浮、慧力浅 / 201

人有无限的潜能 / 202

人可以突破束缚 / 204

人要肯定自我的价值 / 206

观身不净 / 209

观受是苦 / 210

观心无常 / 211

观法无我 / 212

达摩祖师的四种方法 / 213

调柔得像水一样 / 216

调柔身心的五个方法 / 217

身心安顿才能安顿国土 / 220

自 序

自 序

林清玄

一

到香港演讲，听众中竟有一位神交已久的作家傻大姐，会后聊天，相见如故，便约好一起去喝下午茶。

傻大姐当然不傻，她是联经出版公司派驻香港的经理，一看就是精明美丽的女强人模样，但看她用“傻大姐”笔名写的文章，可以知道她有着非常浪漫而柔软的心，时常不自觉的流露出多情的一面。也由于那样浪漫多情，加上明快轻俏的笔风，多年前曾在台湾风靡一时，现在她的阵地转到香港，也是香港极受欢迎的专栏作家。

喝茶的时候，我问她：“为什么你的笔名要用‘傻大姐’呢？”

她说：“我这个人还真有点傻气，可惜别人都看不出来。”

言下之意，傻气还是极珍贵的东西，她的傻气是在极度物质化的香港，心中一直保有在台湾乡下生长养成的朴素与单纯，以及少女时代的浪漫情怀，这些极自然的东西，在高度重

寻找心灵的故乡

商社会里就被看成是“傻气”了。

傻大姐送我一册近作，书名叫作“情在不能醒”，是专栏的选集，我在酒店里一口气把它读完，已经凌晨两点，这时更知道她为什么自称“傻大姐”了，那是由于“情在不能醒”的缘故。

一个人明知道“醒”是好的，却又不能醒、不愿意醒，那是不要自己落入无情的境地。对于某些人，醒是最重要的，情感可以断然抛弃，一点无碍，对于另一些人，情感才是最要紧的，醒不醒又有什么关系呢？以人的标准看来，后者比前者可爱得多。

不过，有情在的人可不可以醒呢？“情”与“醒”其实只是相对的概念，以佛家的角度看，一个人如果有清明的情感，也是可以醒的，这种有深湛情感，在入世时保持醒觉的，就叫做“菩萨”，是“莲花出于污泥而不染污泥，如来生于人间而不着人间”的不染与不着的态度。是看清了人间的戏码，还能尽情上台游戏演出，不排斥情感也不断离情感的心。

如果说这是傻气，菩萨们多少是有点傻气的。

二

凡是自命为傻的人，都是有睿智的人。台湾有一位极有才华的艺术家，自命为“赵二呆”，有一次我问他：“为什么自称

自序

为呆呢？”

他的回答是：“世人皆聪明，为何我不呆！”意思是世间的人都自许为聪明，我只好是呆子了，如果世间的人都是呆子，我也只好聪明了，这是“独醒者必有独行”的生命态度。

但是不称“一呆”而叫“二呆”，则更有深意，是说：“那些自以为聪明的人，其实是真正的呆子，和他们比起来，我只是二呆而已。”

在这个时代里，由于物质化、官能化、功利化、表相化，某些最可贵的品质正在失去，譬如有情、柔软、奉献、无私，乃至真正的浪漫、无所求而为的精神都被淹没了。

那就像大部分的人只看见海浪的汹涌与波涛的壮丽而忘记了海；也像是被晨曦与晚云所炫目而忘记了湛蓝的天空。其实只要再深入一些、澄静一些，就会蔑视人生的真价值不在那些表面的事物。

最近，年轻的小说家吴淡如到家里来喝茶聊天，说到她的新书名字叫做《多情摇滚》，是描写现代男女在情感中波动的情状。

我说：“如果一个人能多情而不摇滚，就更好了。”

我们因为情在，所以不能醒；因为无知，把表相事物的追求，自许为聪明；因为多情，而在红尘中摇摇摆摆……那都是由于缺少清明而深挚的心来追求永恒、超越、无限价值和境界的结果，若能有全心全意的、绝对纯洁的对生命的奉献，我们就能保持在情感中有觉醒、在聪明中不迷惑，在多情中不摇

寻找心灵的故乡

滚，使我们不含偏见的看见人生的庄严和广大。

我时常思及父母的恩情、妻儿的因缘、朋友的义气，以及相识的许多可爱的人，还有那些来不及相识或日后会相识的有缘与无缘的人，这时我会走到阳台看那座遥远青翠的山，感觉山是一座活着的大雄宝殿，早上的晨曦与黄昏的晚霞准时来上香，风雨来梵呗，虫鸟日日诵经，连那些蜿蜒的山路与盘旋而上的汽车，都好像在朝圣一样。

世界本来就是这个样子，是多情而醒觉的，仿佛吸食一朵铃铛花多汁而甜美的花蜜，都能体验蜜蜂或彩蝶的追求也含藏了一种至美、一种无限，无有边际、无有止境，何况是人的多情之追求呢！

三

“情在亦能醒”与“多情而不摇滚”，乃至在波涛汹涌的人生，对某些永恒的、无限的、更高层次的思考与追求，带着一往无悔，虽千万人吾往矣的一些傻气，是在现代追寻菩萨道的人不可缺的气质。

菩萨道的追寻是有血有肉的、有泪有笑的，其动机和标的虽然是度众生，但其本质是在使自己与众生一起走向身心安顿、生死解脱的道路。

特别是，我们要时常反思，走向菩提之路，也为了使我们

自序

在过程中不断的开发、断除烦恼、发起智慧、增上菩提心，舍此，即没有菩萨道可求。对菩提萨埵而言；过程就是结果，每一个过程都是一个开花的经验，一朵花只是尽一切力量来放出自己的香、开出自己的颜色、完成自己开谢的生命，至于有没有人欣赏，能不能结出果实，都是“犹其余事耳”！

我很喜欢《般若波罗蜜多心经》中的一段：

以无所得故，
菩提萨埵依般若波罗蜜多故，
心无挂碍，
无挂碍故，无有恐怖，
远离颠倒梦想，
究竟涅槃。

“般若波罗蜜多”译成简明的白话就是“依智慧到彼岸”的意思，依照什么智慧呢？就是无我、无上、无私的智慧，也就是清明、正觉、无分别的智慧，如果能如此，就能没有什么挂碍烦恼、没有什么恐怖无明，也没有什么颠倒梦想了，这样，才是一个身心终极的安顿。

我们可以这样说，身心的安顿始于智慧的开启（般若波罗蜜多），中间经过烦恼、恐怖、颠倒梦想的断除，然后越过生死的大河流，有了一个清净不动的境界（涅槃）。

我这本书的过程与次第，就是顺着心经这一段经文而开展

寻找心灵的故乡

的，希望现代人可以透过思维静虑，在繁剧烦乱的生活找到一些安顿的方法，好像回到自己的家一样。

四

《寻找心灵的故乡》这本书原是一系列的演讲稿结集而成，我自己不是口才很好的人，对于菩提道的体验也有许多不足，再加上演讲时随机随缘而发，疏漏的地方一定不少，基于对佛法与众生的热情，还是出版了这本书。

我时常想到我读小学一年级的第一次考试，国语和算术都只考了六十几分，我自己很伤心，没想到成绩单拿回家给父亲看，他说：

“如果你第一次就考一百分，以后怎么进步呢？每次进步十分，第四次不就一百分了吗？”

《寻找心灵的故乡》若有不足之处，希望将来还能做得更好。

感谢洪建全基金会发起了这本书的因缘，感谢永琦百货公司的好场地，感谢每星期放弃电视节目来听讲的善知识们，感谢这一切的呈现。

我记得张澄基先生在“菩萨乘介说”中说到菩萨（Bodisattva）的三重涵义：

一、志向于菩提的人（A sattva on the Bodhi）

自序

二、浸润于菩提的人 (A sattva in the Bodhi)

三、成就于菩提的人 (A sattva of the Bodhi)

在志向、浸润、成就的过程中，最重要的是报恩心、大悲心、菩提心。我的这本书是希望大家在身心安顿的过程中，也能发起这样的心，让人人携手同行，净除烦恼所知的障碍，走向悲心、智慧、实践都圆满的境地。

最后，让我们一起来许愿吧！

愿众生离苦得乐

愿众生往生净土

愿众生圆满正觉

一九九〇年岁末于台北永吉路客寓

