



Feature Literature

文学良品

净化我心灵

Spiritual Garden

心灵演说家

刘墉◎著

(本书若遇印刷、装订错误可直接向承印厂调换!)

敬 告 (新台)

净化我们的心灵

作 者:(台湾)刘墉

出版者:内蒙古人民出版社(呼和浩特市新城西街20号)

责任编辑:钟 鸣

封面设计:刘 洋

发行者:内蒙古自治区新华书店

印刷者:绥化市新华印刷厂

850×1168毫米 1/32 印张:10.5 插页4

字数:280千 1998年12月第1版第1次印刷

印数:1-10,000册

标准书号:ISBN7-204-04432-0/I·852

定 价:16.00元

内蒙古人民出版社

人生最遥远的距离，不是相隔天涯海角，
而是当你站在镜子前面，
望着镜子里陌生的自己……

内蒙古人民出版社



前言

从生活中体验心灵智慧

在这迷乱纷扰的社会,道德与心灵被强势的名利与权势淹没,充斥着混淆不清的价值观,透过各式各样的媒介广泛散布,将社会人心转化得更为浮躁不安。

当有些人尝试远避人群清苦修行,追求心灵洁净与智慧时,往往忽略就在慌乱的生活中,即有不断制造与产生心灵智慧的机会。若能在这不经意的生活事件中,演绎思考出生命与生活的意义,那么心灵的净化与智慧的参悟,何需远离人群、深山闭门,千辛万苦找寻圣地来苦修呢?

看到作者刘墉的《心灵回归线》稿件时,发觉作者从所谓的“生活禅”态度去观察生活中的事件,并引用名人或佛经中的故事。让我深深感动的是,作者利用言简词浅的事件,说明从生活中体验出来的智慧与哲理。而且,有些故事的确在我们周围发生过,却往往因为僵硬制度化的教育影响下,无法跳脱出固有的思考模式来看待与应对事件的发生,以致感到迷失与困惑。有时,偶尔对换个角色,从不同的解度来看待发生的生活事件,可能得到的是意想不到的结果,这也正是这本书所企盼的目标。

记得在某个有关恋爱课题的演讲中，听众问到：若有一位不认识的异性，因为喜欢和爱慕自己，透过第三者向你表示时，你当下会有何反应？某人说，有人喜欢自己的话，那是件很快乐的事情，表示自己一定有些值得让人喜欢的地方，立即的反应是高兴；可是另一人则表示，马上会想到对方长得好不好看、自己讨不讨厌他（或她）、为什么会喜欢我；至于是否感到高兴，可能要视对方给他的感觉才决定。这让我想到：同样的事件，立即的反应会因为从不同的角度去思考，导引出不同结果；如果持着对自己的尊重与肯定，将别人的喜欢与爱慕，当做是他肯定你的表达，反应的将是珍惜；但若所持的角度，是从对方的外表与动机来考量，反应的则是矛盾与不安。

生活中不是常有类似的事件不断发生吗？我们却经常忘了转换角度看待，事情的处理将会有更好的契机。作者从生活禅的观点述说故事，正是希望读者能从阅读中去参悟生活的意义，使迷失不安的心灵找到未来的方向。净化心灵，是可以从生活中去体会洗涤的；生活中的体验机会又是俯拾可得的。期待这本书能与更多的读者分享生活中的心灵智慧，使更多的人可从生活中发展出较多方面的思考，并体验生命意义。

李青松

（大叶大学休闲事业管理系副教授）

禅心·棋心

《围棋》杂志上专栏叫做“禅心·棋心”，由刘墉先生执笔，已经写了好几年，我每月收到杂志时，都会拜读一遍。

刘墉先生把棋和禅关联在一起，是很有深意的。我对禅虽然颇具兴趣，但迄今仍所得有限；对围棋也犯同一毛病，兴趣甚浓而功力不深。

不过，近年俗务渐少，弈棋时间稍增，对围棋的体会也相对增加，悟出棋理中确有禅机。如：下棋要懂得舍，行子要顺乎棋理，出乎自然等等。刘墉先生文中时时以此相喻，确乎至当。

但弈棋本是争胜的竞赛，完全将胜败的企图心放弃究不可能。我们所谓禅心，只是说应以顺乎自然的态度和方法，达到至善的境界；如一定要逆势而为，强行追求，结果不得反失，终至崩盘般。其实人生亦如奕棋，其哲理正复相近。

刘墉先生曾在应昌期围棋教育基金会为小朋友讲授围棋，我想受教者如能对其“禅心、棋心”有所体会，相信对棋艺的精进有无形且巨大的助力。现在他将专栏文字编辑成书，

并定名为《心灵回归线》，并索序于余，爱乐为之序。

王松明

(现任中国围棋会会长及财团法人资讯工业策进会董事长)

给你一颗漂亮的心

(上部)

宇宙浩瀚，生命短暂，每当夜深入静，我常扪心自问：忙忙碌碌所为何来？你是否怅然若有所失？生命到底在追求什么呢？是自己快乐？还是别人快乐？

有人告诉一位不快乐的国王：“找到世上最快乐的人，然后穿上他的衬衫，你就会快乐了。”后来，国王终于找到了世上最快乐的人，可是他却穷得连一件衬衫都没有！

有人在求道的路上，遇到一位卖点心的老婆子，遂趋前向老婆子要点心。老婆子问：“过去心不可得，现在心不可得，未来心亦不可得，你到底要点哪个心呢？”我们忙碌了一生，要点的，究竟又是哪个心呢？

有一位货车司机，每天都载花到花市拍卖。有一回，他载了女儿去上学。女儿问：

“爸爸，你喜欢载花吗？”

爸爸说：“我喜欢载花，但我载的还是你！”

女儿看着美丽的花朵，心仪不已，脱口而出：“爸爸！这些花好漂亮哟！”

爸爸说：“人不一定要生得漂亮，但一定要活得漂亮！”

人的一生，追求的还不就是这颗“漂亮”的心吗？

人生最遥远的距离，不是相隔天涯海角，而是当你站在镜子前面，望着镜子里陌生的自己吧！

给你一颗漂亮的心，你就能找到自己了！

潘台成

目 录

前言

- 从生活中体验心灵智慧····· (1)
- 禅心·棋心····· (3)
- 给你一颗漂亮的心····· (5)

上 部

二月 春之伊始

- 领悟····· (5)
- 角度····· (7)
- 蜕变····· (9)
- 袈裟····· (11)
- 还有明天····· (12)
- 蜘蛛····· (13)
- 海螺····· (14)

三月 春雷骤响

- 表相····· (17)
- 完美····· (19)
- 吉祥天与黑暗天····· (20)
- 木椿····· (21)

陷人入罪	(23)
出价	(24)
日日是好日	(26)
潇洒	(27)

四月 清明扫墓

粉笔	(31)
真理	(32)
眷恋	(33)
铜锣声	(35)
念力	(37)
春天	(39)
一千两黄金	(40)

五月 夏的声音

安排	(45)
城堡	(46)
净空	(47)
拉人婆婆	(48)
虚荣	(49)
施与受	(50)
头尾	(51)
梦想	(52)

六月 闰五月

尾巴	(57)
地狱与天堂	(58)
眼镜	(59)
逆境	(60)
自然	(61)
势	(62)

宽容	(63)
----------	------

七月 暑气逼人

认错	(67)
度假	(69)
两全	(70)
心魔	(71)
高人一等	(72)
在乎	(73)
吃喝玩乐	(74)

八月 秋伞高张

感觉	(78)
公正	(81)
模仿	(82)
放过	(83)
实在	(84)
投入	(85)
残心	(86)
你我	(88)

九月 欢喜收获

创意	(91)
橡皮	(93)
下一档戏	(94)
信心	(95)
因果	(96)
得与失	(97)
心的力量	(98)

十月 花好月圆

惭愧心	(103)
静心	(105)
死刑	(106)
北风与太阳	(107)
看重	(108)
贪心	(109)
破戒	(110)

十一月 冬之舞曲

珍惜	(115)
石匠	(117)
偶像	(118)
面对	(119)
起死回生	(120)
冷静	(121)
无常	(122)

十二月 冬眠脚步

雅量	(127)
拥有	(128)
杯子	(129)
目标	(130)
池沼与河流	(131)
自在	(132)
恶魔	(134)

一月 除旧布新

东坡与佛印	(139)
钥匙	(141)
智慧	(142)
小偷	(144)

紧箍·····	(145)
泡茶的心·····	(146)
面具·····	(148)
大零与小零·····	(149)

下 部

第一卷 日常的心灵生活

心灵之窗·····	(154)
心灵的观照·····	(159)
上帝印在灵上的指痕·····	(166)
拥抱每一天·····	(171)
身心安食·····	(176)

第二卷 性灵生活的核心

心灵的杰作：爱·····	(182)
心灵的修持·····	(187)
心灵的正念·····	(191)
爱的维他命·····	(195)

第三卷 心灵之旅

心灵的遗产·····	(202)
觉醒之旅·····	(205)
涤滤杂思·····	(210)
心灵的四季·····	(213)

第四卷 心灵的苏醒

重燃心灵之火·····	(220)
大地、身体与心灵·····	(226)
热情与修持·····	(229)
爱即是答案·····	(233)

(24)	灵修	(236)
------	----------	-------

第五卷 心灵的修业

(84)	清醒的造梦者	(244)
(84)	心灵的意向	(249)
	隐匿的心灵之礼	(253)
	心灵生活	(257)

第六卷 心灵的交流

(97)	良知的引导	(262)
(92)	心灵的创造	(268)
(20)	心灵的渴望	(272)
(11)	力行修持	(276)

第七卷 回归心灵

	放下一切	(282)
(24)	心灵之门	(287)
(16)	心中的圣灵	(291)
(10)	爱与望	(295)
	〈后记〉觉察心中的圣灵	(300)
	〈附录〉本书作者群	(302)