

DIAN RAN XIN LING DE ZHI HUI



点燃

徐钢 著

心灵

的智慧

民族出版社

点燃心灵的智慧

徐钢 著

江苏工业学院图书馆
藏书章

民族出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

点燃心灵的智慧/徐钢著. - 北京: 民族出版社, 2005. 8
ISBN 7-105-07211-3

I. 点... II. 徐... III. 散文-作品集-中国-当代
IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 097815 号

民族出版社出版发行

<http://www.e56.com.cn>

北京市和平里北街 14 号 邮编 100013

金若龙公司微机照排 迪鑫印刷厂印刷

各地新华书店经销

2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月北京第 1 次印刷

开本: 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 印张: 11.875 字数: 291 千字

印数: 0001-3000 册 定价: 25.00 元

该书如有印装质量问题, 请与本社发行部联系退换
(编辑室电话: 010-64228001; 发行部电话: 010-64211734)

自序

传说，茶陵郁山主有一次骑驴过桥，毛驴踏上桥板时，忽而失足跌了下去，郁山主突然间觉得整个身心孤明历历、空空荡荡，所有世俗的尘垢妄想都在这偶然意外的一跌之中震落，顿时开悟，遂有颂云：

我有神珠一颗，久被尘劳关锁。

今朝尘尽光生，照破山河万朵。

从此，这位郁山主完全发现了自身的价值，原来真正的智慧就在自己的心灵里。

我们每一个人其实都有神珠一颗，都有真正的智慧。但是我们心中的这颗神珠却往往被杂念和妄想蒙蔽住了。

当我们一旦觉醒，懂得生命的价值和意义，是向内寻求而不是向外，是心灵驾驭欲念而不是欲念驾驭心灵，无疑会在我们心灵深处引起一场革命，可以说是一次脱胎换骨的质变。在反观和参悟中，杂念和妄想还原为本来，彻见心之本体，智慧之光芒。就像乌云被驱散，皎洁的月光洒满大地，一个万象森然、一尘不染、清静明彻的世界本然地显现，历历分明，又



浑然一体。

本书是笔者几年来的文章结集，共收录了约 130 篇短文，记录着笔者对生命的种种困惑的思考，以及对人生各个方面的哲理性剖析。特别是在一个物欲横流、精神萎靡、内心浮躁的生存状态下，如何安身立命，如何开启智慧，如何了悟宇宙人生，如何力臻大快乐和大自在，如何体察自我，如何走出困境……都有了一些个人的看法和见解。

你能读这本书，那是我的幸运；你能有所感悟，那是你的幸运；你能进而发现，真正能救赎我们的不是别人而正是我们自己，那是我们共同的幸运！

目 录

Part. / 寻找内心深处的平衡

- 寻找内心深处的平衡 /3
- 生命是一次蜕变的机会 /6
- 此岸与彼岸 /9
- 无心胜有心 /11
- 在沉默中进行 /14
- 说 悟 /17
- 无所不在的道 /20
- 请不要与上帝交易 /23
- 行走坐卧皆是禅 /25
- 世界是境界性的存在 /29
- 人心与天地之心 /32
- 从苏东坡的口头禅功夫说起 /35
- 信则有,不信则无 /37
- 天堂与地狱 /39
- 从李叔同出家说起 /41
- 执著与参悟 /44
- 梦与真 /47



- 平凡与非凡 /53
至简又至繁 /56
在有用无用之间 /58
柔易生,刚易折 /61
变与不变 /64
进得去与出得来 /66
拥有即是被拥有 /70
生活的不二法门 /72
现实世界与观念世界 /75
生活并不是那个样子 /78
一半是圣一半是魔 /81
“二元对立”浅说 /83
东方与西方 /86
得失悟 /88
没有独存的善 /91
天真与老练 /94
形而上与形而下 /96
风动·幡动·心动 /99
紧张与放松 /102
在求与不求之间 /104
真理与谬误 /106
朝三暮四与朝四暮三 /108



Part. 3 你也是伟人

- 你也是伟人 /113
还我本来面目 /116
做自己真正喜欢的事 /118
人生的第三境界 /121
自我面面观 /124
缩小心灵之间的距离 /127
重要的是找回自己 /130
把自己当成别人 /132
你还是你 /134
我为谁而活 /136
我中之我 /139
打败自己的是自我 /141
自重感的超越 /143
我心不动 /146

Part. 4 平常心是道

- 平常心是道 /151
平常反而不平常 /155
寻回自然的心态 /158
生命是平等的 /161
找回心灵的自由 /164
应无所住而生其心 /166
随心所欲而不逾矩 /168



Part.5 不要挡住我的阳光

- 不要挡住我的阳光 /173
放弃错误的比较 /176
漂亮反被漂亮误 /179
展现你真实的美 /181
请接受你的软弱 /184
忙人与闲人 /187
从亲子鉴定看现代人的困扰 /190
走出边缘人的困惑 /193
心无金牌 /196
大鹏与小雀 /198
由养狗想到的 /200
从“剖腹藏珠”说起 /203
愈认识人就愈喜欢狗 /206
从丑女张某说起 /208

Part.6 游戏人生的态度

- 游戏人生的态度 /213
用微笑埋葬痛苦 /216
太阳永远照在我肩上 /219
多侧面才是人 /221
精神生活的价值 /223
外在的成功与内在的丰富 /226
九方堙相马 /229



- 忘了脚是因为鞋合适 /232
欲望的主人及奴隶 /234
从石油大亨的经历看万有 /237
征服自然与顺服自然 /240
生病是一种顿悟 /243
“先入为主”小析 /245
生活的第一要素 /247
左脑与右脑 /249
不完美中求完美 /251
享受失意时刻 /254
呆若木鸡是一种境界 /256

Part. 7

点燃心灵的智慧

- 点燃心灵的智慧 /261
以纯真的眼光看世界 /263
你选择哪一端 /265
一通百通的智慧 /268
多角度审视生活 /271
换一种方式进行 /274
找准生活的位置 /276
从历史中汲取智慧 /278
智慧与知见 /280
聪明反被聪明误 /283
换一种思维角度 /285



寻找最适合自己的生活方式 /288

不知道才是真知道 /291

Part.5

至乐无乐

至乐无乐 /295

活在此时此刻 /297

回归心灵的宁静 /300

享受孤独 /303

让智慧安顿心灵 /305

幸福原来很简单 /307

化凡境为仙境 /310

快乐就是放弃 /312

Part.6

爱的真谛

爱的真谛 /319

生命是相互依存的整体 /322

走出嫉妒的泥潭 /325

原谅你的仇敌 /327

带着感激生活 /330

把爱人当朋友 /333

真诚之心 /336

善待人就是善待己 /338



Part. // 发现美的眼睛

- 发现美的眼睛 /343
欣赏的眼光与悠闲的心境 /345
残缺之美 /347
做大自然的朋友 /350
品茶 /352
泡茶的心态 /354

Part. // 死如秋叶之静美

- 死如秋叶之静美 /359
最有意义的事情 /361
漫谈生死 /364

寻找内心深处 的平衡



寻找内心深处的平衡

在知识青年上山下乡的年代，我去了内蒙古建设兵团，一去就是6年。我的战友曾与几个蒙古族牧民朝夕相处，他们的人生观、性格和思想感情深深地影响了我们。首先是他们豁达而乐天知命的性格。当一场暴风雪几乎毁了他们多年苦苦经营的蒙古包、羊群和财产的时候，他们并不怨天尤人，也不气馁，而是重新再来。更重要的是，在他们的身上散发着特有的祥和、宁静、和谐的氛围。虽然他们也和我们一样有喜怒哀乐，但最终都被中和在一个点上。我以为这就是他们内心深处的平衡所在，来自于这个民族远古时期就已有的对自然膜拜的信仰。

有一个故事，说从前有一个老妇，他的儿子是个商人，经常跟着商队到遥远的印度去经商。有一天，她对儿子说：“印度的菩提伽耶是佛陀悟道的圣地，请替我从那儿带个珍贵的舍利子回来，我好将它当做我虔诚供养的对象，供在佛堂上，视为圣物祈祷膜拜。”她重复这个要求很多次，可是每次儿子从印度圣地经商回来，才想到他又忘记了母亲的要求。许多年过去了，他一直



忘记替母亲带回舍利子。有一天，儿子又将启程，母亲说：“儿子，这次务必记住我的话，否则，我就死在你的面前。”他母亲出乎意料的坚决使他震惊，他发誓一定要满足她的愿望。几个月后，他生意结束返乡，再次地，他又忘记了，快到家乡时，才突然记起。“糟了！我空手回去，母亲就会自杀的。”他边想，边惊慌地张望着，无意瞥见了路边有一副狗头骨，他从它上颚拔下一颗牙齿，慎重地用丝绸包好。回家后，他很虔诚地把包裹交给了母亲，并说：“这是佛陀的犬齿。我特意从佛的故乡请回来的。”老妇人相信那就是佛的牙齿。因此，不断礼拜、祈请。经过这样的修行，她找到长久以来她一直在寻求的不动摇的宁静。更神奇的是，这时从狗牙上生出无数半透明的小珍珠，而且放射出漩涡形的彩虹光芒，邻居们天天聚在老妇的佛堂里，大家都很喜欢能免费得到这些加持物。当老妇临终时，一片彩虹罩住了她，每个人都感受到她已获得精神的升华。虽然狗牙本身无加持力，但老妇坚定不移的信心使得佛的加持进入了那颗牙齿。

其实，无论是真的佛陀的牙齿，还是狗的牙齿，这些都不重要，重要的是人只要有了一种坚定不移的信念和持之以恒的修炼，就可以找到内心深处的平衡点或平衡力。我隐约地感到，基督教说上帝，伊斯兰教说真主，佛教说佛，道家说道，儒家说仁……似乎都在说着这个平衡。因为平衡是宇宙万变不离其宗的态势，万事万物在引力、斥力的相互作用下，最终趋向平衡，没有平衡就没有宇宙生生不息的动态整体。

那么，作为宇宙自然的一部分的人，其内心深处也一定有这样一个平衡必须去寻找它。记得禅宗有一个小故事：有一个小和尚在寺庙里每天扫地，老和尚每天念经。有一天，小和尚实在忍不住了，就对老和尚说：“师父，你能教我怎么念经吗？我也想念经。”老和尚虽然也在念经，但不知道为什么，心里总是很烦，所以一听小和尚也要念经，就更加烦恼，说了一句很气愤的话：



“你扫他妈的地！”小和尚一听，就明白了，原来念经就念“你扫他妈的地”！于是，小和尚照样每天扫地，照样每天念着这句“经”。就这样持之以恒地过了很久，小和尚终于进入了境界，感悟了道的存在。这个故事告诉我们，无论是佛法、佛经，还是所谓的至理名言，你真正要寻找的东西并不在其中，它们都是手段而不是目的。千万不要被所谓的经典束缚住。曾有一个寓言说得好：有一个灵性导师告诉他的弟子们说，抓着“上帝”或“佛”的理念不放，将变成追求真理的障碍。于是，有一些宗教人士来质问这位灵性导师：“我想你不否认‘上帝’或‘佛’的概念可以帮助我们更接近真理。”“没错，的确对我们有所帮助。”这位灵性导师这样回答。“那怎么可能对我们有帮助的东西，又会变成一种障碍呢？”他们进一步质问他。“一辆车子可以载你回到家门口，但是却不能帮助你进屋子里面去。”他这样回答他们。