

# 慧眼禅心

禅是一项修炼，增智益寿，虽博大精深，却人人参悟可得。

禅是一面心镜，透视自我，善恶美丑皆可鉴；

一盏心灯，扶正祛邪，内省净心，指引人的心路；

让我们的心灵可从混沌迷惘中解脱，可使人类的生命到达光明圆满的觉悟。



张可  
编著

京华出版社

B946.5  
ZK

# 慧眼禅心

禅定一项修炼，增智益寿，虽博大精深，却人人参悟可得；

禅是一面心镜，透视自我，善恶美丑皆可鉴；

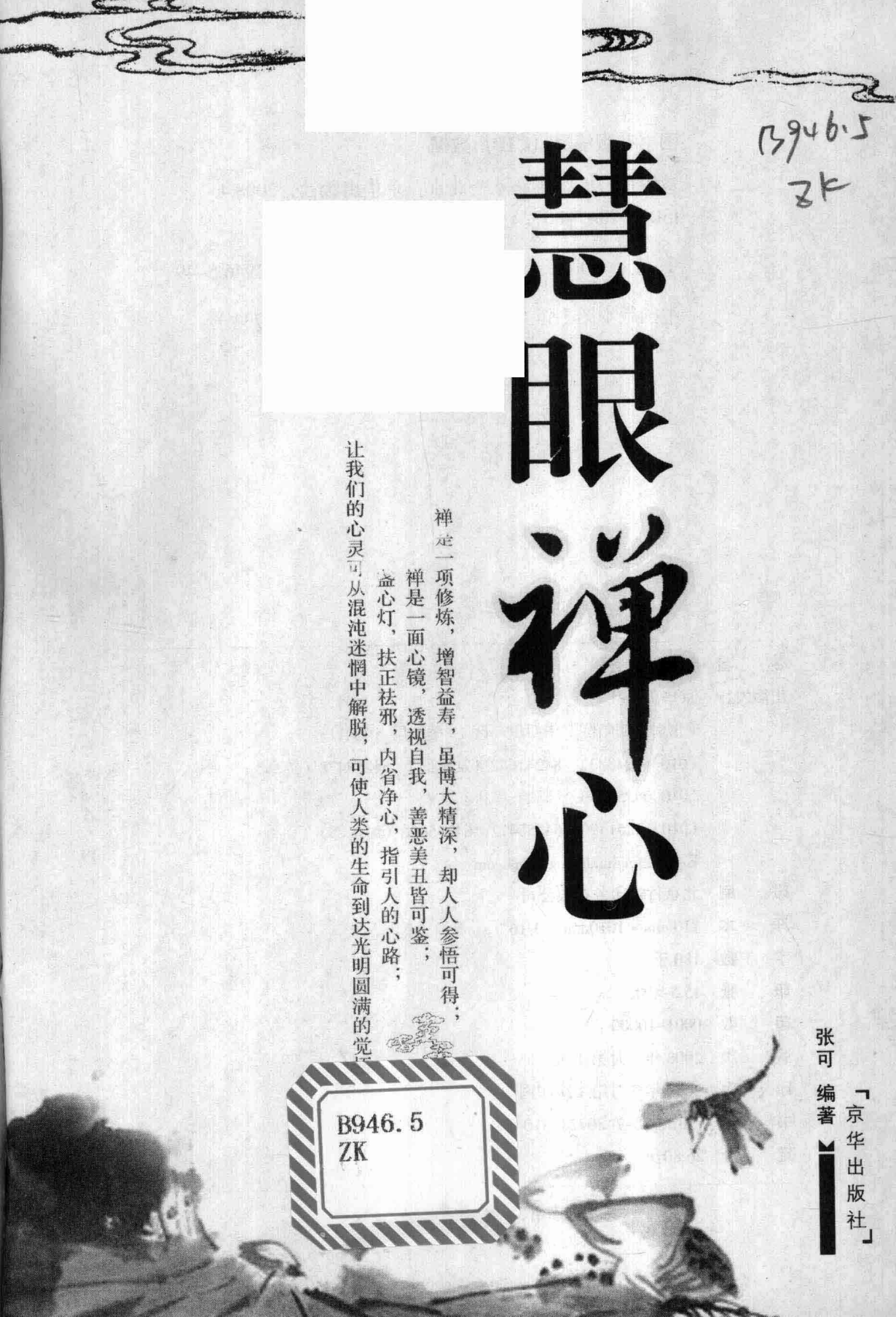
益心灯，扶正祛邪，内省净心，指引人的心路；

让我们的心灵可从混沌迷惘中解脱，可使人类的生命到达光明圆满的觉悟



张可 编著

「京华出版社」



图书在版编目 (CIP) 数据

慧眼禅心 / 张可编著. — 北京: 京华出版社, 2008.4

ISBN 978-7-80724-310-6

I. ①慧… II. ①张… III. ①禅宗—通俗读物 IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 049733 号

著 者 张可 编著

出版发行 京华出版社

(北京市朝阳区安华西里一区 13 楼 2 层 100011)

(010)64243832 (84241642 (发行部) 64258478 (传真))

(010)64255036 (邮购/零售)

(010)64251790 (64258472 (64255606 (编辑部))

E-mail:jinghuafaxing@sina.com

印 刷 北京竹曦印务有限公司

开 本 710mm × 1010mm (1/16)

字 数 180 千字

印 张 15.5 印张

印 数 0001-10000

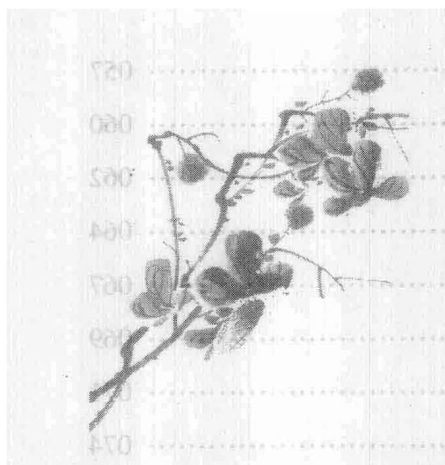
版 次 2008 年 7 月第 1 版

印 次 2008 年 7 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80724-310-6

定 价 26.80 元

京华版图书,若有质量问题,请与本社联系。



## 目 录

真正的钓手 .....	001
茶杯的位置 .....	004
记得自己的初衷 .....	007
底线 .....	010
点灯 .....	013
答案 .....	017
善心 .....	020
放下 .....	023
买刀 .....	025
超度 .....	028
别遗忘了自己 .....	031
无我的境界 .....	034
说不如做 .....	037
放手 .....	039
别忽略了过程 .....	042
晒躯壳的人 .....	045
小和尚买油 .....	048
退后的神态 .....	051
半年人生 .....	054



慧

眼

禅

心





慧

眼

禅

心



选择的路只有一条 .....	057
写好一个“我” .....	060
供桌上的花朵 .....	062
洗涤心灵 .....	064
开拓 .....	067
佛祖买佛像 .....	069
沉香木鱼 .....	071
菊花枕 .....	074
点石成金 .....	077
扫地小和尚的烦恼 .....	079
幸福在哪里 .....	082
花香静自知 .....	084
与自己的影子赛跑 .....	087
甩手运动 .....	090
教化 .....	093
满了 .....	096
瓷瓶 .....	099
不淋一人 .....	101
法师的花 .....	104
捡落叶 .....	107
荡漾的水不结冰 .....	109
走自己的路 .....	111
自伞自渡 .....	114
赶考 .....	117
团团转 .....	120
挣脱 .....	123
修庙 .....	125
只剩一文 .....	127



慧

眼

禅

心



挑水与挖井 .....	130
珍惜时光 .....	133
皮鞋的来历 .....	136
虚伪的谦让 .....	139
僧人的渡船 .....	142
舍弃 .....	144
向石头道歉 .....	147
意念便是转机 .....	149
员外的四个妻子 .....	152
劳动与锻炼 .....	156
过河 .....	158
忍让 .....	160
弯腰 .....	163
生花的荒地 .....	165
心灵的成长 .....	168
妻子偷人 .....	171
三年前 .....	174
泥泞的路上留脚印 .....	177
蝎子什么时候该死 .....	180
先保全自己 .....	182
珍惜当下,把握现在 .....	184
保持一颗谦逊的心 .....	187
插秧 .....	189
快乐随处有 .....	192
模仿 .....	194
勇于改正错误 .....	196
不是佛祖 .....	199
人生的链环 .....	201



慧

眼

禅

心



论水 .....	204
赞美的功能 .....	207
气从何来 .....	210
庙兴·庙衰 .....	213
佛法与一杯水 .....	216
眼见不一定为实 .....	219
生命的长度 .....	222
靠自己 .....	225
细节 .....	228
人生的坐标 .....	231
神像上的老鼠 .....	234
热闹场中作道场 .....	236
曲折的路 .....	238



慧

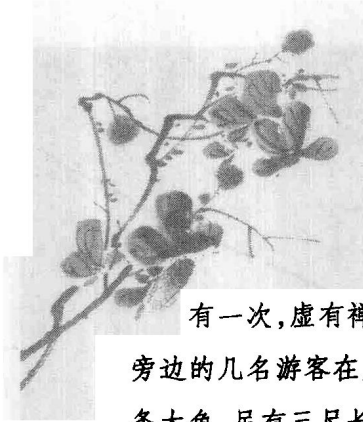
眼

禅

心



## 真正的钓手




有一次，虚有禅师在河边行走。此时，有几个人正在岸边垂钓，旁边的几名游客在欣赏海景。只见一位垂钓者竿子一扬，钓上了一条大鱼，足有三尺长，落在岸上后，仍跳跃不止。可是垂钓者却用脚踩着大鱼，解下鱼嘴内的钓钩，顺手将鱼丢进了河里。

围观的人一阵惊呼，这么大的鱼还不能令他满意，可见垂钓者的雄心之大。

就在众人屏息以待之际，钓者的鱼竿又是一扬，这次钓上来的是一条足有两尺长的鱼，钓者仍然是不看一眼，顺手就把鱼扔进了河里。

第三次，钓者的钓竿再次扬起，只见钓线的末端钩着一条不到一尺长的小鱼。围观的众人以为这条鱼也肯定会被放回，不料垂钓者却将鱼解下来，小心翼翼地放进了自己的鱼篓中。

众人百思不得其解，就问钓者为什么舍大而取小。

没想到钓者的回答却是：“哦，因为我家里最大的盘子才只有一尺长，太大的鱼钓回去了，盘子也装不下。” 



### 智慧感言

用世俗的眼光来看，垂钓者的做法是愚蠢的，但实际上却体现了一条非常重要的生活禅理：确定了目标，不为利欲所诱惑，才是真正的钓手啊！

有目标的人是活得有意义的人，能看重人生本身这一过程并把握住过程的人是活得充实而真实的人。在现代社会中，很多人不知道自己要什么，总是跟着别人的脚步，让别人去确定自己的幸福感。那些人追求名利、追求





慧  
眼  
禅  
心



豪华的物质，然而活了一辈子，到头来，还是没有感到人生的乐趣。

杜甫有诗云：“细雨鱼儿出，微风燕子斜。”于平淡舒缓之中，写出了人生的怡然淡静，也写出对生命的热爱和喜悦。一生蹉跎的杜甫，生前没有飞黄腾达，而他这舒缓平和的人生感悟，却穿透了千年岁月，缓如细雨，润泽我们的心田。沉浮动静皆人生。我们需要的是自己的感觉，而不是用别人的、用效益坐标来评判人生的状况。



### 以喻引事

从前，楚国有个珠宝商，他拥有一颗珍贵的宝珠。为了能让宝珠卖上更好的价钱，他选用名贵的木材，为宝珠专门定制了一个精美的盒子。这个盒子真的是非常精美：盒子四周用耀眼的珠玉镶嵌，盒盖上用鲜红的玫瑰和碧绿的翡翠装饰。最后，又用香喷喷的桂椒反复熏烤，使盒子能够发出扑鼻的香气。做完这些工作，这个楚国商人带上宝珠，直奔郑国。在市场中，这个盒子熠熠生辉，吸引众人的目光。这时，有个郑国官人从这里路过，装饰华美的盒子让他驻足难行。他心想：真是太漂亮了，从来没有见过这么漂亮的盒子！如果能够把它摆在自己家里，肯定有很多人羡慕，这和自己的身份、地位也是很相配的。于是，他从围观的人群中挤了过去，想近距离地欣赏一下。“好

香啊,好香啊……”扑鼻而来的香气让他陶醉了。他毅然买下了这盒宝珠。但是,令众人感到吃惊的是,这位郑国官人临走前竟然把盒子里的宝珠退给了楚国商人,独自带着盒子兴高采烈地走了。有人笑他傻,他理直气壮地说:“我看中的是这个盒子,不是宝珠。”

如果这个郑国人只是为了让自己高兴,那么他的行为完全是正确的,金钱本来就是用来消费的,使用它的目的就是为了让自己的更加开心。所以,从这个角度来说,这个郑国人是一个活得很真实也很自我的人,我们完全没有必要受庸俗见解的束缚,去做一些我们并不喜欢的事情。在很多时候,我们也应该学会关心自己,使自己快乐。

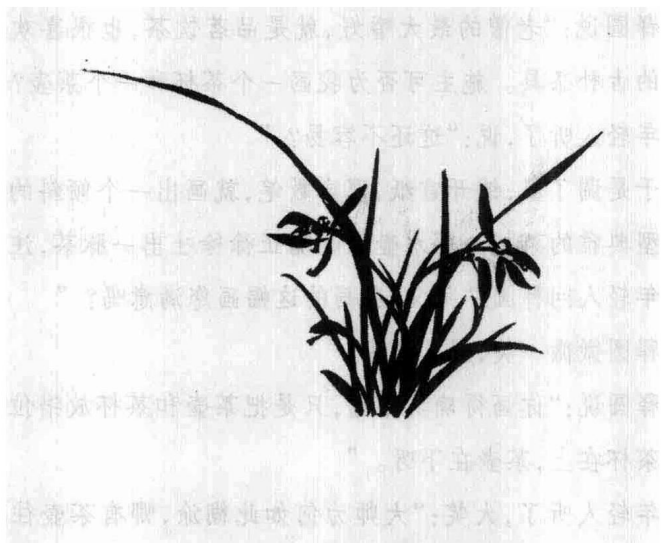


慧

眼

禅

心





慧

眼

禅

心



## 茶杯的位置

一个满怀失望的年轻人千里迢迢来到法门寺，对住持释圆法师说：“师父，我一心一意想学丹青，但至今没有找到一个令我满意的老师。”

释圆笑笑：“你走南闯北十几年，真没找到一个自己的老师吗？”

年轻人深深叹了一口气说：“许多人都是徒有虚名啊。我见过他们的画帧，有的画技甚至不如我呢。”

释圆听了，淡淡一笑说：“老僧虽然不懂丹青，但也颇爱收集一些名家精品。既然施主的画技不比那些名家逊色，就烦请施主为老僧留下一幅墨宝吧。”说着，便吩咐一个小和尚拿来了笔墨纸砚。

释圆说：“老僧的最大嗜好，就是品茗饮茶，也很喜欢那些造型流畅的古朴茶具。施主可否为我画一个茶杯和一个茶壶？”

年轻人听了，说：“这还不容易？”

于是调了墨，铺开宣纸，寥寥数笔，就画出一个倾斜的水壶和一个造型典雅的茶杯。那水壶的壶嘴正徐徐吐出一脉茶，注入到茶杯中。年轻人问释圆：“师父，我画的这幅画您满意吗？”

释圆微微一笑，摇了摇头。

释圆说：“你画得确实不错，只是把茶壶和茶杯放错位置了。应该是茶杯在上，茶壶在下呀。”

年轻人听了，大笑：“大师为何如此糊涂，哪有茶壶往茶杯里注水，茶杯在上，茶壶在下的？”

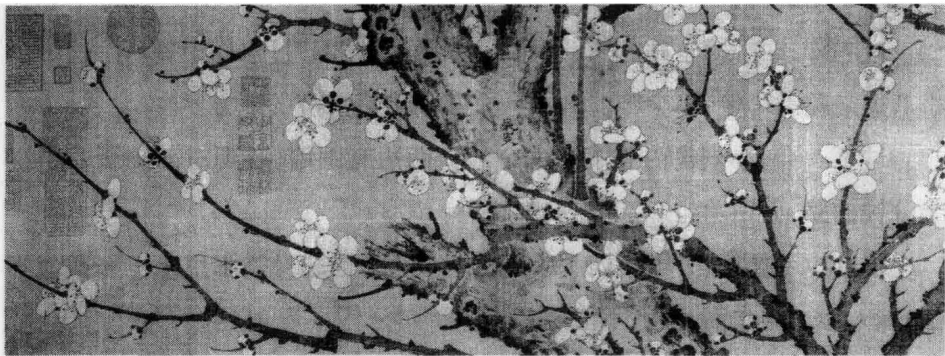
释圆听了，收起笑容：“年轻人，原来你懂得这个道理啊！你渴望自己的杯里注入那些丹青高手的香茗，却总把自己的杯子放得比那些茶壶还高，香茗怎么注进来呢？”



## 智慧感言

只有把自己放低，才能吸纳别人的智慧和经验。释圆法师的意思很明确：要谦虚，摆正自己的位置。

十九世纪，法国名画家贝罗尼到瑞士度假，每天仍然背着画架到各地去写生。有一天，他在日内瓦湖边画画，来了三位英国女游客，看了他的画，便在一旁指手画脚地批评起来，一个说这儿不好，一个说那儿不对，贝罗尼都



一一按照女游客的批评修改过来，末了还跟她们说了声“谢谢”。第二天，贝罗尼又到湖边去，看到昨天那三位妇女，正交头接耳不知在说些什么。她们看到他，便过来，问他：“先生，我们听说大画家贝罗尼正在这儿度假，所以特地来拜访。请问你知不知道他在什么地方？”贝罗尼朝她们微微弯腰，回答说：“不敢当，我就是贝罗尼。”三位妇女大吃一惊，想起昨天的不礼貌，一个个红着脸跑掉了。

你瞧，越是那些才识、学问高的人，在态度上越谦卑。因为他们有容人的风度和接受批评的度量。也正是这些，促使他们技艺精益求精，更上一层楼。所谓“江河之水能纳百川”，其实就是身处低处。



## 以喻引事

小刘毕业后，被分到一家公司。

一天，他到单位后面的小池塘去钓鱼，刚好同事黄师傅、谢师傅也在钓



慧

眼

禅

心





慧

眼

禅

心



鱼。

一会儿，黄师傅累了。只见他放下钓竿，伸伸懒腰，蹭蹭蹭，从水面上“走”过，到对面上厕所。

小刘眼睛瞪得都快掉下来了。水上飘？不会吧？这可是一个池塘啊。正当小刘惊呆时，黄师傅从厕所出来了，同样也是蹭蹭蹭地从水上“走”了回来。

怎么回事？小刘又不好意思去问，自己是个大学生哪！在这家单位算是文化水平高的哪！

过一阵，谢师傅也站起来，走几步，蹭蹭蹭地“飘”过水面上厕所。这下子小刘更是差点晕倒：不会吧？到了一个江湖高手济济的地方？

过了一会，小刘也内急了。这个池塘两边有围墙，要到对面厕所非得绕十分钟的路，而回单位上又太远，怎么办？

小刘也不愿意去问两位师傅，憋了半天后，也起身往水里跨——我就不信，别人能过的水面，我就不能过？

只听咚的一声，小刘栽到了水里。两位师傅将他拉了出来，问他为什么要下水，他问：“为什么你们可以走过去呢？”

两位师傅相视一笑：“这池塘里有两排木桩子，由于这两天下雨涨水正好在水面下。我们都知道这木桩的位置，所以可以踩着桩子过去。你怎么不问一声呢？”

小刘的教训告诉我们：要虚心向别人请教，不要总自以为是。只有借鉴、尊重有经验的人，才能少走弯路。





慧

眼

禅

心



## 记得自己的初衷

老方丈生病了，派大徒弟去一个山洞采药。

大徒弟一走进那个山洞，马上被遍地的天然美玉迷住了。他想，美玉可以雕刻佛像，就喜出望外地捡了许多回来。老方丈并没有因为他忘记采药批评他，而是嘱咐他暂时不要把捡到美玉的事说出去。

第二天，二徒弟被派到那个山洞为师傅采药。同样，他也马上发现了那些美玉。他想，用这些美玉雕刻菩萨，该多好？就非常激动地捡了一大包回来。老方丈也嘱咐他暂时不要把捡到美玉的事说出去。

第三天，三徒弟为师傅采药。一来到山洞，看到美玉抱怨两位师兄：“这么多美玉不捡，不是有眼无珠吗？若把它做成念珠，岂不完美无比？”于是，他抱着沉甸甸的美玉回来了。为了不独占这份“功劳”，他邀上两位师兄一同去见师傅。

此时，老方丈已病得下不了床。三位徒弟非常诧异地询问师傅是怎么回事。老方丈说：“三天了，我的病情越来越重。手握你们仨为我采来的美玉，怎么一点儿也不起作用？”

直到这时，三个徒弟方记起，原来自己去山洞是为了给师傅采药的。



### 智慧感言

一点也不奇怪，因为现实中不知有多少人，在纷繁世界的诱惑下，忘记了自己的本来目的。他们认为要做好这一件事，必须得去做前一件事，要做



慧

眼

禅

心



好前一件事，必须得去做更前面的一件事。他们逆流而上，寻找根底，直至把那原始的目的淡忘得一干二净。这种人看是忙忙碌碌，一副辛苦的样子，其实，他们不知道自己在忙什么。

我有一个同学，他大学时遇到这样一位教授，他说：“那个教授太有意思了。上课时，他本打算给我们讲尼采的哲学，不想从尼采的性格谈到了心理学，又心理学谈到了经济学，从经济学串到了贸易学……等到下课时，我们已经不知道他要讲什么了！他的知识的确渊博，但我们总觉得听他的课很累。知道的是他逻辑不清，好跑题，不知道的，还以为他故意卖弄学问呢。”

所以，工作和生活中好多走不回来的人，都是缘于他忘记了自己的初衷。



### 以喻引事

琼斯要在客厅里挂一幅画，就请朋友来帮忙。画已经在墙上摆好，正准

备钉钉子,朋友却说:“这样不好,最好先钉两块木板,把画挂在木板上面。”琼斯遵从朋友的意见,让他帮着去找一块木板。

木板很快找来了,正要钉上去,朋友说:“等一等,木板有点大,最好能锯掉一点。”于是琼斯便找来家里的一把锯子。找来锯子,还没有锯两下,朋友又说:“不行,这锯子太钝了,得锉一锉。”

琼斯家有一把锉刀,锉刀拿来后,朋友又发现锉刀没有把柄。为了给锉刀安把柄,朋友去一个灌木丛里寻找小树。要砍下小树时,朋友发现琼斯那把生满铁锈的斧头实在不能用。朋友又找来磨刀石,可为了固定住磨刀石,必须制作一个固定木架。为此,朋友又去找一位木匠,说木匠家有现成的。

这一走,就再也没见他回来。当然,那幅画,琼斯还是一边一个钉子把它钉在了墙上。

下午再见到朋友时,是在街上,他正在帮木匠从商店里往外拖一台笨重的电锯——为了做磨刀石架,他们得将一棵大树锯开……

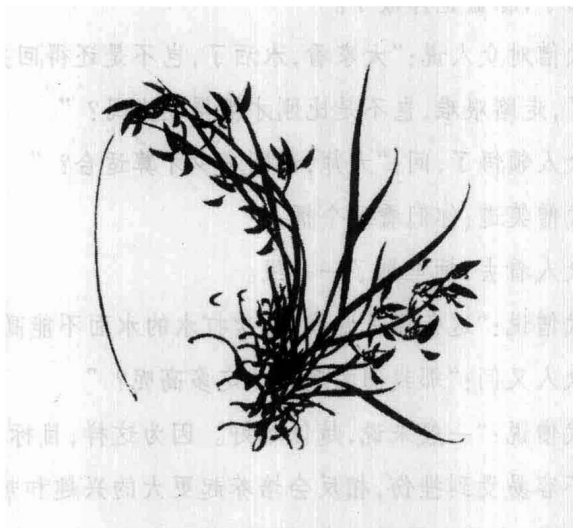


慧

眼

禅

心







慧

眼

禅

心



## 底 线

有一位造诣很深、声名遐迩的武僧在山林中修炼。世人中好武的得知他的名讳后，纷纷前来向他求教。

当他们到达武僧居住的茅草屋时，看见武僧正在不远处的山溪边挑水。一会儿，他回来了，众人上前去看，发现他挑得不多，两只木桶里水都没有装满。按人们的想象，大师应该能够挑很大的桶，而且挑得满满的。他们不解地问：“大师，您为什么不给桶里装满水呀？”

武僧说：“挑水之道不在于挑得多，而在适合。一味贪多，适得其反。”众人不解。

武僧从他们中找了一个人，让他去挑两桶水。那人把桶装得满满的，挑起来非常吃力。他摇摇晃晃，没走几步，就跌倒在地，不仅水全都洒了，膝盖也摔破了。

武僧对众人说：“大家看，水洒了，岂不是还得回头重打一次？膝盖破了，走路艰难，岂不是比刚才挑得还少吗？”

众人领悟了，问：“大师，请问多少才算适合？”

武僧笑道：你们看这个桶。

众人看去，桶里划了一条线。

武僧说：“这条线是底线，每次打水的水面不能高于这条线。”

众人又问：“那我们的底线该定多高呢？”

武僧说：“一般来说，越低越好。因为这样，目标容易实现，人的勇气不容易受到挫伤，相反会培养起更大的兴趣和热情。长此以往，循序渐进，自然会挑得更多、挑得更稳。但是，人和人的能力不一样，底线的标准也要由各位自己感觉，量力而行。”

