



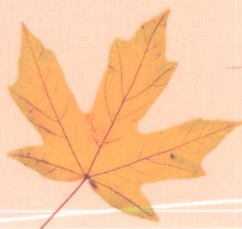
美丽的辞藻总是短暂的，只有真正的思想才可以恒久。
一切佛法的写作都是在帮人找钥匙。
——林清玄

（中国台湾）

林清玄著

林清玄說禪

在文字中见禅意，在禅意中品人生



之三

好雪片片

海南出版社

(中国台湾)

林清玄◎著

林清玄說禪



之三
好雪片片

海南出版社

林清玄说禅之三 © 林清玄

版权所有 不得翻印

版权合同登记号：图字：30-2008-130 号

图书在版编目(CIP)数据

林清玄说禅之三/林清玄著.

—海口：海南出版社，2009.3

(好雪片片)

ISBN 978-7-5443-2595-0

I. 林… II. 林… III. 禅宗—通俗读物

IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 169079 号

林清玄说禅之三·好雪片片

作 者：[中国台湾] 林清玄

出 版 人：苏 斌

总 策 划：刘 靖 任建成

责任编辑：任建成

特约编辑：李智勇

装帧设计：第三工作室·黎花莉

责任印制：杨 程

印刷装订：北京冶金大业印刷有限公司

读者服务：杨秀美

海南出版社 出版发行

地址：海口市金盘开发区建设三横路 2 号

邮编：570216

电话：0898-66812776

E-mail: hnbook@263.net

经销：全国新华书店经销

出版日期：2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

开 本：787mm ×1092mm 1/16

印 张：15

字 数：80 千

书 号：ISBN 978-7-5443-2595-0

定 价：24.00 元

本社常年法律顾问：中国版权保护中心法律部

【版权所有 请勿翻印、转载，违者必究】

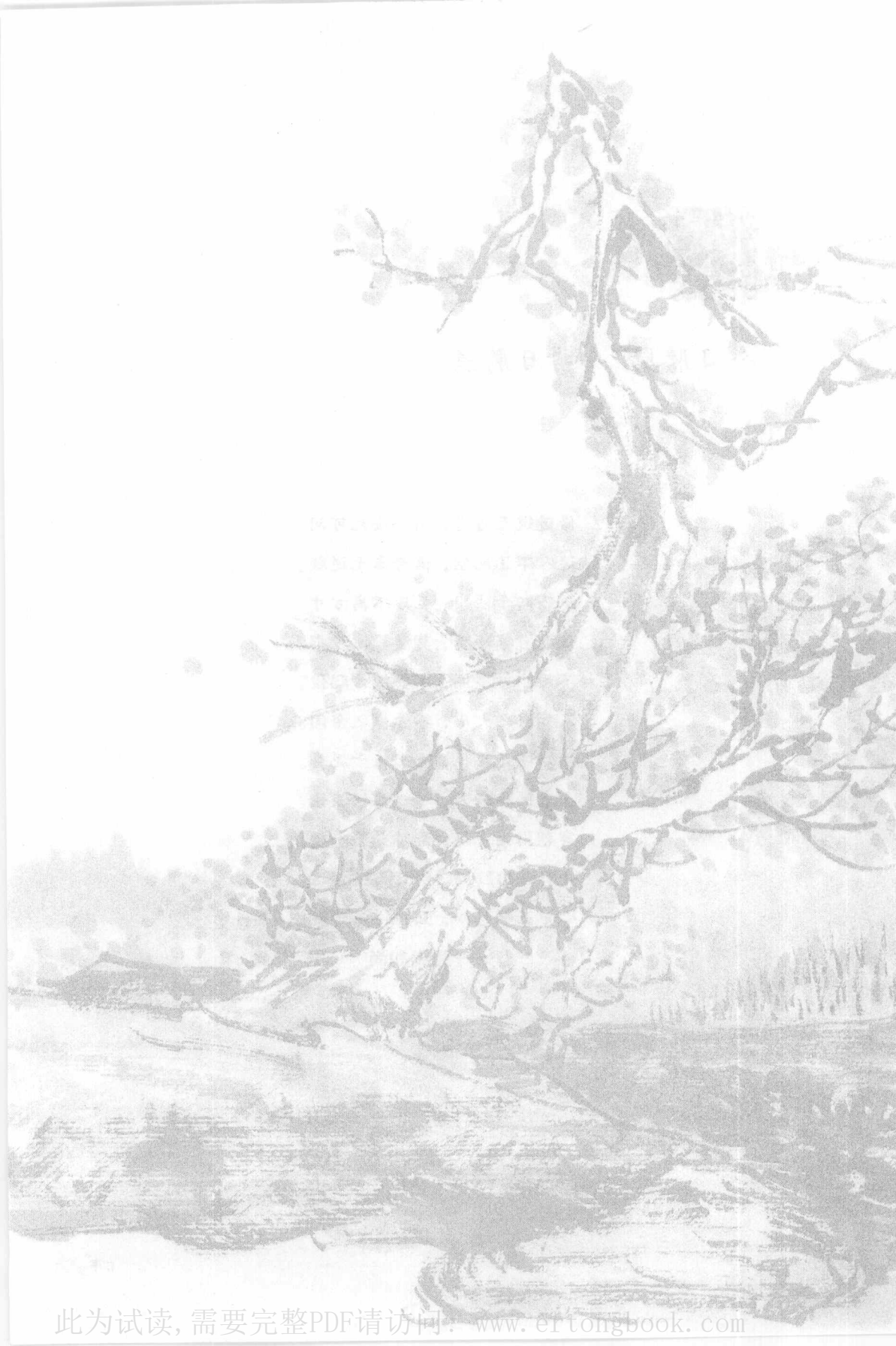
如有缺页、破损、倒装等印装质量问题，请寄回本社更换



今日騰騰，明日騰騰

修道道无可道，问法法无可问。
迷人不了色空，悟者本无逆顺。
八万四千法门，至理不离方寸。
试取自家城廓，莫漫寻他乡郡。
不用广学多闻，不要辩才聪俊。
不知月之大小，不管岁之余闰。
烦恼即是菩提，净土生于泥粪。
人来问我若为，不能共伊谈论。
寅朝用粥充饥，斋时更餐一顿。
今日任运腾腾，明日腾腾任运。
心中了了总知，且作佯痴缚钝。

——騰騰和尚



我曾听过一位唱男高音的声乐家说，他是到三十岁的时候才学会怎么唱歌的。

那是他有一次在旅行演唱的途中，住在旅馆听到婴儿的啼哭，婴儿的哭声足足持续了一个晚上，起先使他感到非常烦扰，到后半夜他突然想到两个问题：

“为什么哭了一夜的婴儿不会感到疲累，自己唱了一小时就感到了倦意呢？”

“为什么婴儿的哭，每一声都和第一声一样洪亮呢？”

于是，他从床上坐起来倾听婴儿的哭声，才发现婴儿的哭声是从横隔膜下发音，再透过胸肺与喉咙，很专注，用全身的力量发出来的。他开始学习婴儿，从横隔膜下发音，他说：“那一次使我知道了男高音最好的发声法，就是每次都发出最好的第一音。”

他还从婴儿身上学到了：不管唱得多么高，都要咬住最高的那个音，不使声音爆裂。而每一个音发出去，在丹田要有一条线系住它，随时可以收回。

我听到了男高音的话，非常感动，我觉得，禅在生活中的对应也如是，每一次发声都发出最好的第一音，时常在生活中捉住直观的第一义。另外，还要谦卑地学习，即使小如婴儿也是我们学习的对象——懂得学习一切的人，自然会慈悲一切。

这使我想起唐朝有位腾腾和尚，他写过一首《乐道歌》：

修道道无可道，
问法法无可问。
迷人不了色空，
悟者本无逆顺。
八万四千法门，
至理不离方寸。
试取自家城廓，
莫漫寻他乡郡。
不用广学多闻，
不要辩才聪俊。
不知月之大小，
不管岁之余闰。
烦恼即是菩提，
净土生于泥粪。
人来问我若为，
不能共伊谈论。
寅朝用粥充饥，
斋时更餐一顿。
今日任运腾腾，
明日腾腾任运。
心中了了总知，
且作佯痴缚钝。

真是一首动人的歌，我很喜欢“今日任运腾腾，明日腾腾任运”的生活观，腾腾有很多意思，它是向前的、积极的、豪放的、从容的、乐观的、有力气的甚至飘逸飞扬的生活。

所以，禅乃不是避世的、无为的、消极的，六祖慧能有一首偈表现了这种特质：

菩提在世间，
不离世间觉；
离世觅菩提，
犹如求兔角。

菩提既在世间，禅也就不能离开生活独存。生活里如果要有禅心，就必须发展人的生命中的觉性、般若与菩提。

由于觉性，每一天的生活都是禅者修行的功课，周遭的风景、人物、事件，都能有清明的对待。

由于般若，我们能以了解和宽容的态度来生活，每一个时空因缘都有智慧的启发，这使我们能有一种奋勇精进的态度，直到死的瞬间还有一个向前的姿势。

由于菩提，我们能以无限的柔软悲悯来看待生命中的一切，打破差别，打破贪瞋痴，澄清染着身口意的一切毒汁，使纯一无杂的禅定人格展现出来。

在《华严经》里，把世界分成三部分：器世间，有情世间，正觉世间。“器世间”是物质的世界，“有情世间”是感情的世界，“正觉世间”是精神与心灵的世界。

一般人的生活，通常住留于“器世间”和“有情世间”，偶尔会有一点点正觉。学习禅道的人则相逆而行，他并不离弃“器”与“有情”世间，但也不住留，而是奋力一跃地开启“正觉世间”，以正觉来对应物质、情感、精神的生活，也就是说，生活本身并无二相，然而凡夫以“器”与“有情”为住，禅者以“正

觉”为住，到了正等正觉之境，则是“应无所住而生其心”了。

因而，修行的人是“与世界同步，却不与世界同向”，“以红尘为道场，而不与红尘同流”，意思是说，我们要实践一切生活而不被生活所染，要涵摄一切价值而不被价值羁累。这种感觉，走在烟尘滚滚的台北东区最能感受出来，当人潮在流的时候，当人欲在流的时候，我是不是有足够的清静与空明，在流动中，还看见天空飘过的白云的影迹呢？

禅不是要离开生活，而是要醒着生活。

禅也不是要忽视人生，而是要在人生的喜乐中光明不动。

禅悟不能离开生活，远离生活的禅是空虚的。

禅也不能只有生活，只有生活就会轮转而不能出。

禅是以觉性为轴心，以坚强的般若为轴，以柔软的菩提为轮，循着戒与定的正轨，平稳地开向前去。生活是两岸的风景，生老病死是路旁的客栈，有时住住，有时不住，就是这样了。

我喜欢豁堂和尚的词：

来往烟波十年，自号西湖长；

秋风五雨，吹出芦花港。

得意高歌，夜静声初朗；

无人赏，自家拍掌，

响彻千山响。

禅心或者是“羚羊挂角，无迹可求”，或者是“透彻玲珑，不可凑泊”，但是在生活里，也可以“不着一字，尽得风流”，在生命里若有清静空明的心，纵使是独自一人在深山中高声唱歌，没有人听，自己给自己掌声鼓励，也会使千山齐响呀！那是因为：



善悟者观庭中一树，便可想见千林；
对盆里一拳，亦即度知五岳。

在山林里自歌、自掌，千山为之响动，那么，在红尘呢？笃信佛教，修行禅法的大诗人白居易有两首诗：

蜗牛角上争何事？
石火光中寄此身；
随富随贫且欢乐，
不开口笑是痴人。

饱食安眠消日月，
闲谈冷笑接交亲；
谁知将相王侯外，
别有优游快活人。

禅，是可用的，但禅也可以不用；禅，是可度世的，而禅也可自在逍遥。

可以确定的是，一个人如果有禅心，或者说有清静空明的意愿，他可以活得自在一些，自由一些，快活一些，幸福一些。

怎么样接近禅心呢？对许多现代人而言，修行几乎是一种奢求，那么读读禅师的诗歌、语录、公案、言行、风格，说不定在昏聩中可以给我们智慧的启发，禅师“以机锋触人”，所以他们的诗歌言句总是一派天真，自然天成，活泼有趣，对修行者大有助益，即使是一般人也能在里面欣赏到一些修行的消息，从而在生

活中开发禅思，在生命里启动禅慧。

这大概是我写作一系列禅宗诗歌，并加上自己笔记的缘起了，由于是笔记，无法像禅学著作一样严格有条理，也由于是笔记，不免有个人主观的看法，但这似乎也无关紧要的。

这就好像篮球比赛中，在战况激烈的时候，教练可以喊“暂停”，暂停虽只有三分钟，却常能扭转乾坤，反败为胜。对于为生活奔驰的现代人，生命也需要“暂停”，每天只要三五分钟的“暂停”、“歇”、“空明”，就会使心胸旷达，正如一株草每天有三五滴露水就可以开出青翠的颜色，在风雨中挺立了。我的《好雪片片》正是为了渴望“暂停”的人而写的。

最后，我们来读一首赵州禅师的偈：

金佛不度炉，
木佛不度火，
泥佛不度水，
真佛内里坐。

在举世滔滔、人欲横流、风狂雨暴的时代，让我们人人的内里都有一尊真佛坐着吧！让我们今日腾腾，明日腾腾，解脱羁绊，过一种任运清明的生活吧！

林清玄于台北永吉路客寓

目 录



- 自序 今日腾腾,明日腾腾 1
- 1 心眼同时,会心一笑 1
- 2 不曾一颗真 7
- 3 你能钉补虚空吗? 13
- 4 出门便是草 19
- 5 第一义不可说 23
- 6 空出我们的杯子 29
- 7 直心真实,菩提道场 35
- 8 我子天然 39
- 9 但尽凡心 45
- 10 一切水月 51
- 11 地暖,或者春寒 57
- 12 寒山月华白 63
- 13 雪里梅花 69
- 14 世界如此广阔 73
- 15 满目青山 79
- 16 洗我绮语砚 85
- 17 曲淡谁能和 91

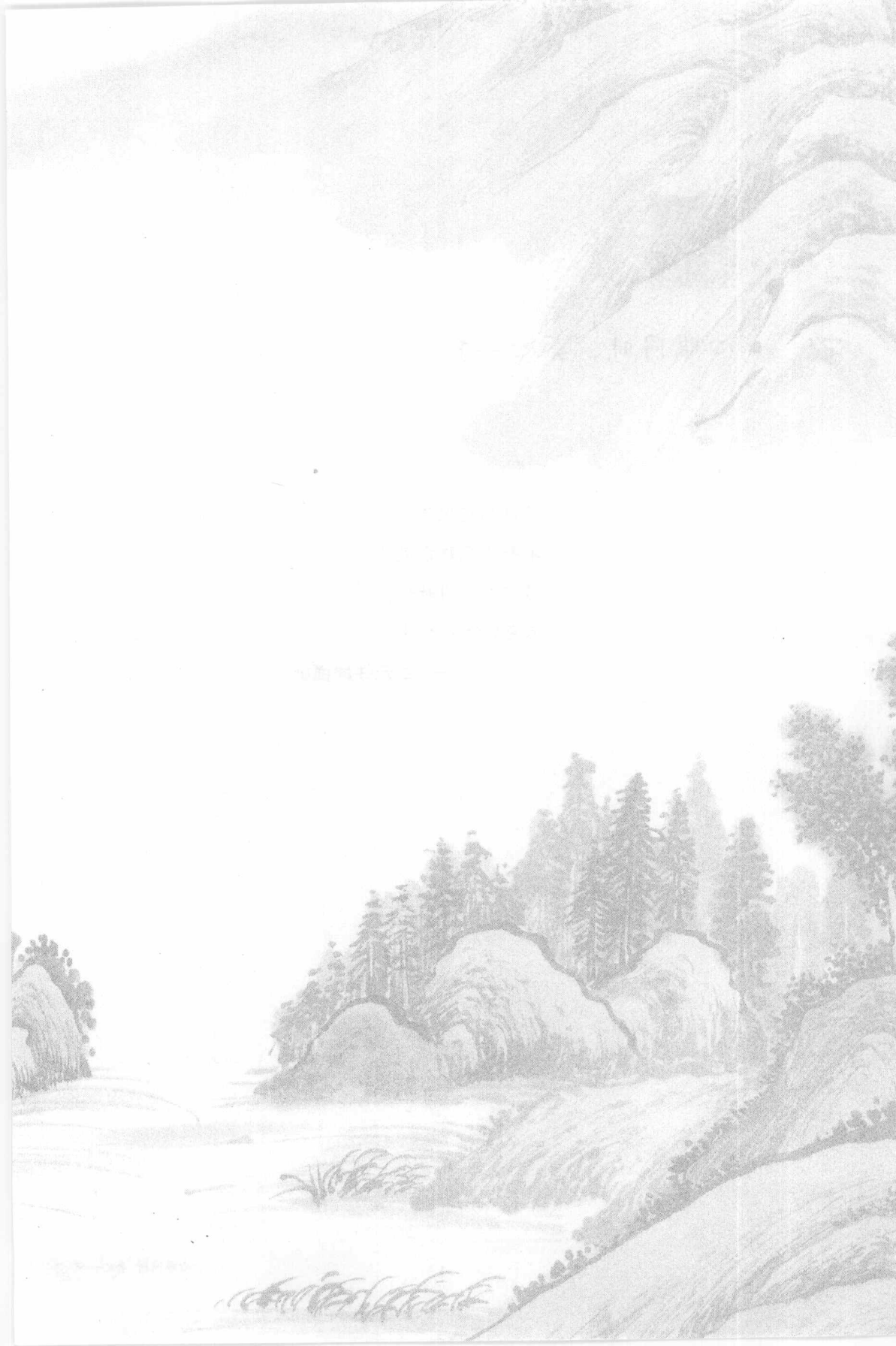
- 18 像风一样自由 95
- 19 我有一布袋 99
- 20 发从今日白 105
- 21 桥流水不流 111
- 22 一毛吞海 115
- 23 梅花扑鼻香 121
- 24 斩春风 125
- 25 庭前绿苔生 129
- 26 大地山河一片雪 135
- 27 动地一声消息尽 141
- 28 超群老赵州 147
- 29 自己的眼目 153
- 30 三昧华无相 159
- 31 重看神秀 165
- 32 禅只如是 171
- 33 不风流处也风流 177
- 34 丈夫气宇如王 183
- 35 有禅有净土 189
- 36 禅宗之外的禅师 195
- 37 清风送白云 201
- 38 人间好时节 207
- 39 平常心是大手印 213
- 40 禅皮诗骨 219



心眼同时，会心一笑

尽说拈花微笑是，
不知将底辨宗风；
若言心眼同时证，
未免朦胧在梦中。

——白云守端禅师



禅的起源有一个美丽的说法，经典上说：“世尊在灵山会上，拈花示众，是时众皆默然，唯迦叶尊者破颜微笑，世尊曰：我有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。”短短六十余个字，给我们美丽非凡的联想，禅的开始就是这么多了，除了这些，世尊没有再交什么给迦叶了。

我每次想到禅的开始，就好像自己要拈花、又要微笑的样子，心里有着细致的欢喜。直到有一天，我正喝茶的时候品味这段话，突然生起两个想法：

一是，当释迦牟尼佛拈花的时候，幸好有迦叶尊者适时微笑，万一佛陀拈花的时候，灵山会上那么多的菩萨竟没有一个人微笑，这世界就没有禅了。

二是，万一佛陀拈花时，迦叶还来不及微笑，在场的菩萨同时哄堂大笑，那么，这世界也就没有禅了。

因此，“拈花微笑”四个字是多么美。一个是拈花，那样优雅；一个是微笑，那么沉静。两者都有着多么温柔的态度和多么庄严的表情呀！

“拈花微笑”使我想到，佛陀早就想要拈花，而迦叶也早就准备好微笑了，然后，在适当的场地，适当的时间，佛陀的拈花与迦叶的微笑，才使得禅有一种美好的开端。

现在，佛早就离开这个世界，留存在世界的是山河大地还有无数的众生，如果依佛所说，山河大地与六道众生都与如来无异。

我们可以这样说，山河大地与我们所遇到的一切众生，无时不刻都在对我们拈花，只可惜我们不知道在适当的时间里微笑罢了。

我觉得，一个人想要进入禅的世界，一定有对世界微笑的准备，这种微笑，是生活的会心。因为，禅不应该有勉力而为的态度，一个人要得到禅，是要进入自然之道，有一种美好安定的心，等待心性开启的一刹那，就好像一朵花等待春天。

禅是一种直观的开悟，而不是推论的知识。禅的智慧与一般知识最大的不同，是知识里使用眼睛与意识过多，常使宇宙的本体流于零碎的片段；禅的智慧是非常主观的，是心与眼睛处在统一状态的整体。

以一朵花为例，没有会心的人看花，会立即想到这花是玫瑰花，颜色是红色，要剪下插在那里才好看，或者要把它送给别人，我是主，花是客，很难真正知道或疼惜一朵花，对待一朵花，我们多的是理性客观的态度。现在，我们把这种态度翻转，使它进入一种感性主观的风格，我就是花，花就是我，我的存在就像一朵花开在世界，我的离去，就好像花朵的凋落一般，我们只是生命的表相，那么，生命的真实何在？这就是智慧者的看花之道。与人相处，与因缘会面，如果我们也有像看花一样的主观与感性，我们的“会心”就使我们容易有悟。

在禅里有这样的故事：

有一个人走在路上，突然听见一阵凄哀的哭声，走过去一看，原来是一只朝生暮死的小虫在那里哀号。

他就问：“你为什么哭？”

小虫说：“我的太太死了，我下半辈子不知道要怎么过？”

那个人不禁哑然失笑，因为那时已过了中午，小虫再过半天