

浮生
子非鱼安知鱼之乐
不打天下就打鼓
麦田守望者
马蹄踏香春归来
野渡无人舟自横
大地上的异乡者
云上的日子
边城
啾啾吴语
阳光映过山寺
遥远的地方
快马轻裘衣如雪
春风化雨
静夜听尘如雪
在路上
疾风迅雷
乱红飞过秋千去
浣花洗剑数清秋
菊篱远望当归
春禅浅草坐忘书

二 物语
最好的葡萄
风吹过曼陀铃
柳絮因风起
青花瓷片
无心插柳
龙之变
柳暗花明
鱼戏莲叶间
翡翠白玉汤
桃李不言
雪莲花常开
大龙猫
青灯狐影
佐罗的面具
泥人儿
煮水不香

云上的日子

禅在路上，有得而心安。
活在当下，云上的日子。

余慕兰 / 著

图书在版编目 (CIP) 数据

云上的日子 / 余慕兰著. — 重庆: 重庆出版社, 2008. 5
ISBN 978-7-5366-9788-1

I. 云… II. 余… 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076017号

云上的日子

YUNSHANG DE RIZI

余慕兰 著

出版人: 罗小卫

策划: 李楠

责任编辑: 周英斌 王勤 (特约) 万会海 (特约)

责任校对: 周英斌

装帧设计: 章英 王琦



重庆出版集团 出版
重庆出版社

重庆长江二路205号 邮政编码: 400016 <http://www.cqph.com>

杭州三和电脑制版有限公司制版

杭州恒力通印务有限公司印刷

重庆出版集团图书发行公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452

全国新华书店经销

开本: 700 mm x 1 000 mm 1/16 印张: 13 字数: 208千字

2008年7月第1版 2008年7月第1次印刷

ISBN 978-7-5366-9788-1

定价: 26.00 元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行公司调换: 023-68809955转8005

版权所有, 侵权必究



自序

春禅浅草坐忘书

春之禅，
禅之花，
禅如明月人如水。

浅浅风，
浅浅睡，
浅如美人嘴，
草浅漫花茵。

坐听风，
坐忘书，
坐忘于江湖，
忘情酒烩四腮鲈，
书剑笑谈梦一场。



目 录

第一部分 浮生

- 子非鱼安知鱼之乐 / 2
不打天下就打鼓 / 3
麦田守望者 / 5
马蹄踏香春归来 / 7
野渡无人舟自横 / 8
大地上的异乡者 / 10
云上的日子 / 12
边城 / 13
啾啾吴语 / 15
阳光映过山寺 / 17
遥远的地方 / 20
快马轻裘衣如雪 / 22
春风化雨 / 24
静夜听尘如雪 / 26
在路上 / 29
疾风迅雷 / 30



乱红飞过秋千去 / 32
浣花洗剑数清秋 / 34
菊篱远望当归 / 36
春禅浅草坐忘书 / 38

第二部分 物语

最好的葡萄 / 42
风吹过曼陀铃 / 44
柳絮因风起 / 45
青花瓷片 / 47
无心插柳 / 48
龙之变 / 50
柳暗花明 / 52
鱼戏莲叶间 / 53
翡翠白玉汤 / 55
桃李不言 / 57
雪莲花常开 / 60
大龙猫 / 61
青灯狐影 / 63
佐罗的面具 / 65
泥人儿 / 67
真水无香 / 68
布老虎喝茶 / 71
花解语 / 72
青云梯 / 74
七叶一枝花 / 76



第三部分 风情

- 相见不如怀念 / 80
羞答答的玫瑰派 / 82
杨过十六年之一跳 / 84
痴人说梦 / 85
少年不识愁滋味 / 87
用思念忘却 / 89
万年桃花 / 91
我见犹怜 / 93
临水照花人 / 95
欲爱忘言 / 98
极地无眠 / 100
凭他弱水三千 / 102
梦想的迁徙 / 104
心心相印 / 106
青锋绕指柔 / 108
更深的蓝 / 109
清塘一荷 / 111
灵光乍现 / 113
谛观一品茶 / 115
难得糊涂 / 116

第四部分 流光

- 黄金时代无圣人 / 120



时间这把钥匙 / 122
喝来喝去做什么 / 124
失落的理想国 / 126
风流雨打风吹去 / 128
凤歌笑孔丘 / 129
云深不知处 / 131
江山美人 / 132
条条大路通罗马 / 133
如来如去 / 135
二十四桥明月夜 / 137
万流归海 / 139
江山如画 / 140
八千里路云和月 / 142
鸿蒙之初 / 144
天机变 / 145
南北 / 147
沧海月明珠有泪 / 149
犀牛望月 / 151
水帘洞天 / 153

目
录

第五部分 玄谈

波斯舞娘 / 156
千手观音 / 158
局部真理 / 160
十二因缘 / 162
飞天弹琵琶 / 164



- 观世音 / 166
七十二般变化 / 170
喜剧之王 / 172
童话的两端 / 174
刀下留人 / 175
小众的，太小众的 / 176
立地成佛 / 179
王顾左右而言他 / 181
点到为止 / 183
G弦之王 / 185
赵公明伏虎 / 186
野狐禅 / 188
大乘小乘 / 190
三圣治易 / 193
明月弯钩无人补 / 194



第一部分

浮生

江山好处思游遍，
掩卷徐行半日闲。
红袖不来剪灯花，
晓梦化蝶蝶翩翩。

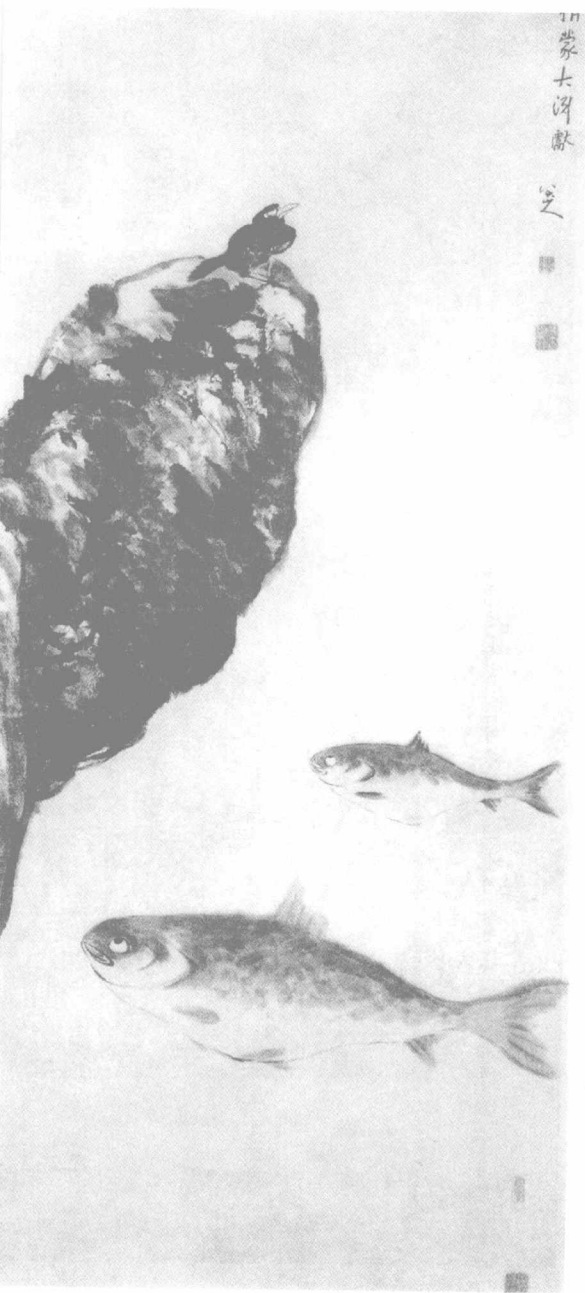
子非鱼安知鱼之乐

大师常常答非所问，这是一种高雅的癖好，不是一般的人所能学来的。禅师在你反应不上来的时候会用大棍子敲你，光逃是不行的，你只有和他对K才能显示你的层次。如果站在现代辩论赛的角度而言，老是接人家的话题是比较愚蠢的做法，不妨另起炉灶，从气势上压倒对方。

马大师，即中国唐代著名的道一禅师，后人尊为马祖。马大师虽然得法于怀让禅师，但其思想源于曹溪禅师。他根据六祖慧能的主张，倡导“即心即佛”，一切皆真；后来又恐人们落于知解窠臼，进而倡导“非心非佛”。道一禅师机锋峻峭，变化无方，喜欢随事展开机锋，而使学禅者开悟。这方式经弟子西堂智藏禅师等的发展运用，奠定了后世临济宗的风格。

有一日马大师感到不舒服，院主问：“你这些日子感觉咋样？”马大师说：“日面佛月面佛。”这好比小孩在看蚂蚁打架，妈妈喊他吃饭，他一定会说：“看蚂蚁在抢东西呢。”饥饿于他是顾不及的，他因为看蚂蚁打架而忘了饥饿。





[明]八大山人《鱼鸟图》

对于学佛的人而言，吃素种田，打坐练气，气色不好不是一件好事，如果念念不忘，这个离修行的距离可就差得远了。马大师说：“嗯哪，我看看佛面，身体会好起来的。”因为法相庄严，时时提醒修行的道理。身体不好，那还得多种点田，多流点汗。闷声不响，跳起来用大棍子打人的把戏就不玩啦。

马大师看佛自有他参禅的乐趣，小孩子看蚂蚁打架有浑然忘机的乐趣，庄子梦见蝴蝶是想体会飞翔的乐趣。我们不是鱼也可以遐想在水中畅游的乐趣。“子非鱼，安知鱼之乐？”因为我们人类有无穷的想象力，所以可以用思想来实现奔跑和飞翔的自由。在被工作和衣服束缚了身体后，想象可就是我们唯一的乐趣啦。

浮
生

夏 芒

倦鸟迷途思归林，芒鞋踟蹰蝉空鸣。
冰魄剑影梦里寒，布衣懒散一身轻。

不打天下就打鼓

项羽这厮一直有野心，以前看见秦始皇出巡，夹在人群中偷窥，说道：“彼可取而代之。”那是在乱世，



和平年代还只能想想。古代示众这活，估计类似今天的宣讲会，以及卖车的晨训之类，大家排成一长溜，对店长的话鼓掌赞同，末了纷然作鸟兽散。

一日，雪峰老禅师也把大伙聚齐了，开始示众训话，先问：“你们能不能把大地撮成一个小丸子，抛在我的面前？”这能耐也太大了点，下面一定会有和尚想：“去！我要有这能耐，还轮到你训话？”孙悟空够厉害，碰上佛主，扑一掌压在五行山下，再写一个帖子一贴，把他压了五百年。所以移山填海，这是大神通，也不是随便能玩的。共工触倒了不周山，害得女娲娘娘去补天。白蛇娘娘淹了金山寺，法海老和尚就要把她压到雷峰塔下。

雪峰义存禅师生活于唐朝末年和五代十国的初期。他曾经随洞山禅师学习，在其门下做炊事员，话不投机后辞去，后来成为德山禅师的传人。大禅师常常将弟子逼到思想或意识领域的死角，然后要他们各觅生路。在这种情形之下，如果能够冲破这一关则豁然开朗。这则公案里，这些和尚其实都让雪峰失望了，只能退而求其次，那就在平凡中领悟吧。雪峰看那些和尚傻眼不回答，只能继续自言自语：“你们这些漆桶，不会搓大地丸子，就打鼓来看看吧。”



[南宋]林庭圭《罗汉洗衣图》



其实要说得道的大神通，不说得了要低调，不得的只能慢慢修行，做好眼前事。漆桶指饭桶，不过骂人饭桶比较低俗，是禅师不屑的事，他们喜欢光鲜或俗得可爱的语言。骂他们漆桶，骂得亲切，估计这个训话会是大家刚吃完饭，那个漆桶还放在旁边来着。水浒里的李逵是个杀人不眨眼的家伙，可要是宋江骂了他，他就会说：“哥哥骂得贴切。”要是其他人骂了，对不起，拿起大板斧就和你死K了。

佛主有菩提心，这点和道家的精神相似，乱世该出来打得天下一片太平，盛世就钻到老林里清风明月，何等的潇洒。这不在于大神通，乃在于一份慈悲心，一份平常心。所以雪峰老和尚就喊：“大家吃饱没，打鼓玩来哉！”山中有寺，自耕其田，自食其饭，这份逍遥是无愧于心的。

不打天下就打鼓。悠然忘机，要的就是这份心情。

麦田守望者

却说这中原世界，原来的圣贤不过区区几人，教书的孔夫子，得道的老子，包括后来传入中国的释迦牟尼。经五代十国到盛唐，佛事日甚，乃以唐三藏、姚秦、鸠摩罗什、鉴真为著名。就唐诗而言，以李白杜甫为翘楚，善诗者不过百人。到我们现在这个时代，偶像更多，就是几乎没有大家认可的，所谓焦点争议人士，顶礼膜拜者有之，唾骂者有之。

《金刚经》中把我们的时代划为正法、像法、末法三个时代。正法时代，有禅无师，所有的圣人都出来弘扬善法，比如孔子、老子、佛祖，但他们过着极平常的生活，世人诚心仿效其美德。孔子曾被老农骂不识五谷，老子在周朝看着他的图书馆，佛祖化缘回来后洗钵打坐，都是日常人的生活。

当日黄檗禅师召集大家，说：“你们这些人，都是些浑浑噩噩过日子的，到现在，你们还不知道大唐国里没有一个禅师吧？”一个和尚回答说：“只知道不少人带了不少徒弟呀，老师说的又是怎么回事呢？”黄檗禅师说：“禅总是存在的，可惜没有真正理解的老师。”

唐代黄檗希运禅师是百丈怀海禅师的弟子，但也在安徽南泉禅师处学习





[明]八大山人《荷石图》

雪月，有故弄文字之嫌，好诗人却也是很多。

关于末法时代，用“有像而无法，有师而无禅”来形容这个时代也是确切的。茫茫然随波逐流，于高楼大厦间奔忙而不知其因，偶像如流行感冒而来又如流星而去，安心读书几乎不能。其实在孔子和老子的时代，已是一种没落的气象，孔子忧愁世道的礼崩乐坏，老子骑牛出关也有无奈出尘之意。说起正法时代以前，乃是无禅无师，无像无法的黄金时代，悠悠匆匆而无人记。

岁月向前，文明向后。科技向上，心灵向下。但在这个时代，无论如何，找寻自己那份心的人总是有的，哪怕是在睡觉前看一页书，为不经意间看见的一朵花感动。三毛在《稻草人手记》中写到那个守望麦田的稻草人：

他像没有感觉似的，直直地张着自己枯瘦的手臂，眼睛望着那一片金黄色的麦田，当晚风拍打着他单薄的破衣服时，竟露出了那不变的微笑来。

每次看到这，我都很感动，我宁愿做这个没有心的稻草人，想象自己站在那一片金黄的田野上，是何等幸福！也许我的心化到了田野和夕阳里，但又何必执意去找呢，如果那些麻雀愿意站在我的肩头说话，我会更开心的。

马蹄踏香春归来

古希腊哲学家在睡好吃饱，看山看海时开始思想，当然穿的是麻布长袍。这有好处，一来好比苏格兰的男人裙，没有束缚和CK内裤的高价；二来和睡衣混用，可以睡了穿，穿了玩，玩了再睡。况且走在大街上有翩然出尘之感，那些美如海伦的女子看你一眼，就是被电到不能思想又如何。中原在明朝以前也可以穿长袍，做披散发人，后来做官的要插羽毛，不做官的盘辫子，没那么逍遥了。

《西游记》里写道，最穷的和尚是穿“一裹穷”的，估计是把床单剪个洞，把脑袋穿过去罩身上就可。可见做和尚也是分等的，所以当唐三藏穿上大唐帝国的上等袈裟，就搞得女儿国国主和其他美丽的妖精们的小心肝扑通扑通乱跳，心里想这个衣服好性感哪。

有和尚问洞山禅师：“什么是佛？”洞山禅师说：“麻三斤。”麻布是贴切轻盈的，这样形容佛法倒也是很贴切。秦武王这个家伙是举鼎举死的，秦森是在

[唐]张萱《虢国夫人游春图》



擂台上咬过人家耳朵的，这两个壮人不适合穿麻布。只有吁天的屈原在投江时可穿，可以显示其落水的风姿。酒中捉月的李白可以穿，当然他可能选择光泽更好的丝绸。西方文化的渐进一度使我们把人造纤维奉如珍宝，理性的回归又让我们开始怀念纯棉纯纱纯自然的感觉。

洞山良价禅师幼年时曾向马祖道一禅师的传人灵默禅师学习。良价此后又参学于多位禅师门下，如南泉普愿、汾山灵祐，最后在云岩昙晟禅师门下悟道。洞山禅师传法弟子中有曹山本寂、云居道膺等二十六人。后人所说“曹洞宗”的名称，是以洞山良价禅师为轴心，上联曹溪禅师，下续其弟子曹山本寂，所以合称“曹洞”。

如何是佛？在山水间，在青灯上，在粗麻淡饭中。洞山的回答看似答非所问，却大有意思，“麻三斤”是道蕴含于平常生活的真谛。古代有一幅画表达“山中有寺”的意境，画的只是一个和尚在山涧中挑水。还有一幅画表达“踏春”的景象，画的只是两只蝴蝶绕着一匹马的马蹄飞舞。踏春归来，马蹄留香，如果画上一堆人在山花田野中逛走，却是俗了。

江湖最美的意象，乃是男女剑侠坐着骏马并肩徐走。在现代，次一等的选择，是坐在旋转木马上过几分追逐瘾，前面有美人为佳。最次之，没有嘉年华的日子，没有麻布长袍，就去买个大号T恤，如果想做半个天体运动者，记得拉上窗帘。

野渡无人舟自横

要说历史记载的最大的鸡蛋，却是我们的老祖盘古所在的那个蛋。最后他的眼睛变成了太阳和月亮，血液变成了河流湖泊，骨骼变成了山川。这么说来，盘古开天辟地说的还只是银河系的事情。现代科学已经发现我们的宇宙是有边界的，如果说水滴在太空会呈现完美的球体，地球在太空中如湛蓝的宝石和凝固的果核，那么我们的宇宙也会是个类似椭球和齐柏林飞艇的鸡蛋，和许多个其他鸡蛋一样悬浮在比宇宙大的不知名的空间里。佛主就在“如来藏”的地方看着他鸡蛋里的子民。一粟含三千大世界，大之亦然，小之亦然。

