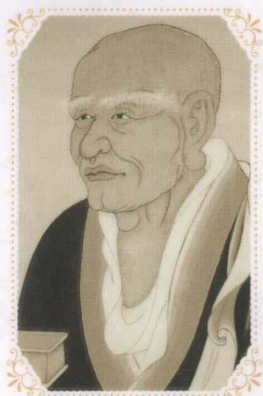


归零是回归到本自具足的初始心态
归零是回归到广大包容的平常心态

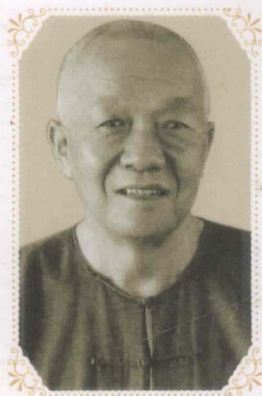
禅门宗师



临济禅师



袁焕仙



王绍藩

归零的智慧

王绍藩著

——禅的激情与顿悟

后南怀瑾时代，超师之作

禅宗古德：“见与师齐，减师半德；见过于师，方堪传授。”]

归零的实际意义是：放下是为了更大的承当，休息是为了更远的长征；

归零的实旨意义是：造就天地人精神，成就天地人事业。

九州出版社
JIUZHOU PRESS



临济禅师



袁焕仙



王绍璠

归零的智慧

——禅的激情与顿悟

王绍璠著

图书在版编目(CIP)数据

归零的智慧：引爆激情，顿开智慧 / 王绍璠著. —北京：九州出版社，
2010.1

ISBN 978-7-5108-0274-4

I. ①归… II. ①王… III. ①禅宗-人生哲学-通俗读物
IV. ①B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 237931 号

归零的智慧：引爆激情，顿开智慧

作 者 王绍璠 著
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)
发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子邮箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 北京建泰印刷有限公司
开 本 720 毫米×1020 毫米 16 开
印 张 21.5
字 数 268 千字
版 次 2010 年 1 月第 1 版
印 次 2010 年 1 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-0274-4
定 价 36.00 元

★版权所有 侵权必究★



前 言

归零，是真正的大智慧。归零，不仅是一种境界，还是一种方法，一种修证行愿的方法，一种获得智慧的方法。归零可以达道，达道以后还须归零。归零才可以心处常态、心处自在，这时才是我们的身体能量转变为大脑能量的时候，这时才是具足智慧能量的时刻。

归零应该成为人生的一种常态。只有保持归零的人，保持平常心的人，才能处变不惊，宠辱不惊，才能保持清醒的头脑去发现、去创新，才能保持一颗天真浪漫的心态去享受人生的分分秒秒。

人生的痛苦——莫过于负担太重，负担太重就需要归零。

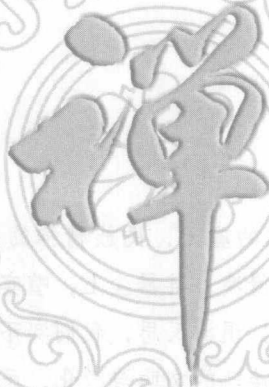
人生的痛苦——莫过于名缰利锁，名缰利锁就需要归零。

人生的痛苦——莫过于痴情不改，痴情不改就需要归零。

人生的痛苦——莫过于丧失激情，丧失激情就需要归零。

空非真空，归零不是零，归零不是空，归零是大有，归零是包罗万有，是可持续的有。《金刚经》说：“应无所住而生心”，讲的就是归零之心。在归零之时能够激情万丈地去迎接明天每一次日出的时候，我们就能体会“归零”的妙用。

《归零的智慧》一书，是现代禅文化倡导者王绍璠先生超师之作，全书千言万语，归根结蒂两个字——“归零”。旨在于有缘的广大读者能够在轻松阅读本书的同时，归零达道，展现智慧人生的新页，迈向智慧人生的征途。



引爆激情，顿开智慧

——《归零的智慧》序一

禅就是方法，就是开发大脑，引爆激情，顿开智慧的方法。禅文化涵化了中印文化的精蕴，兼容并蓄地包涵了儒、道、释及先秦以来诸子百家之学的精旨，自唐、宋、元、明、清以来深远影响了韩、日等周边诸友邦，并能随时含融吸纳古今中外一切文化的精粹。

禅文化涵容了人类的三大科学：心智科学、人文科学和自然科学。人类未来的发展将从中汲取智慧，它是未来科学研究发展的方向，及其至可以促成获得诺贝尔奖的几率。

人类历史上，科学家、企业家、艺术家的发明、创新首先是在观念（思维方式）上的突破（创新），而这些往往需要来自直觉的顿悟，就像禅师参话头顿悟一样。参话头是一种处处可行的普适的方法，是为创新开路的智慧之剑。通过参起“话头”生出“疑情”，参破“疑情”于瞬间突破大脑内在封闭的习惯性思维，顿开大脑本自具足的智慧。

21 世纪是人类脑能致胜时代，由参话头开发脑能是最佳途径，它必将引起人类思想上全新的突破。这种新的思维方式，甚至比新科学、新艺术更为重要：它打开了未知的大门，唤醒了人们无限的创造力——科学的飞跃、艺术的升华、管理的创新等皆由此而生。

在这里通过脑能的开发，可以把握到禅的精神，随时参透疑难的创新精神。一个具足了这种精神的企业、企业家能从一个成功走向另一个

成功。

鉴于当今之世民族文化的虚无，民族精神的丧失，民族德性的沦落，再加上外来文化经济之侵袭，甚嚣尘上，喧宾夺主，入主出奴，不知今日中国，竟是谁家天下！退而反思，我们实不缺科技文明，也不少经济理论，缺的只是与世界接轨的文明与教化，民族内在具足的良心与承当。缺的只是民族与社会责任的构架。心态归零顿开智慧，人们更会自觉、开放，更会展现出中国人的智慧精神，中国人最高品味的精神，而来解决西方不能解决的疑难和问题，像我们伟大的先民一样，对人类作出当仁不让的贡献。

可以这么说，《归零的智慧》是这样的一本书：它以底蕴精深的中国文化为缘起，运用禅文化独到之实证智慧的方法——参话头——起疑情，让人们瞬间突破封闭的习惯思维，转化为非线性思维，激发出本身具足的智慧（就象宇宙大爆破一样），并随时归零，时时新、日日新，做一个平凡而又伟大的人，造就天地人的事业，成就天地人的精神，进而完成人生、事业、社会的全赢。所以唯有“归零”可承当“无涯之知”，也唯有具足“归零”心性，才能与智慧把臂同行，入乎智慧海洋，出乎智慧海洋，游刃有余。

中国人的智慧文化在历史上刻画了无数个优美的画卷，也曾经深远地影响了韩、日诸国，这是无可争辩的史实（在本书的第四章当作详述）。《书经》说：“周虽旧邦，其命维新。”周朝建邦早在殷商之季就已完成，一旦建国，则其使命就要有日新月异、与时俱进的变化，中国的文化亦复如是。

《归零的智慧》一书主要任务

当今时代活着的人约可划分三类：

第一类，从生到死，早九晚五，一直不停地兢兢业业完成本职工作的绝大多数人。

第二类，从职业转化到事业，回归社会，引领未来，为公益社会服务的企业家，是少数人。

第三类，终生以事业为主，奉献牺牲，无怨无悔，超然名利，创造未来的人，是极少数人。

归零的智慧修炼是塑造第三类人的伟大事业，是千家万户身心康宁、安身立命的平台，我们的口号是：

放下是为了更大的承当。

休息是为了更远的长征。

修炼是为了更好的明天。

归零放下是解除尘劳、烦恼的终身修炼基础。

王绍璠

2009年11月于北京



禅的方法

——《归零的智慧》序二

什么叫禅？禅的原始意义，是思维修、静虑。用现代话讲，就是善用大脑、开发大脑、引爆激情顿开智慧的方法。

一旦顿开智慧，我们的心态（大脑）就会自觉地回归到平常心态，也就是可以随时随地回到归零的心态：放下是为了更大的承担，休息是为了更远的长征。一旦心态归零，则参天地而化育，造就天地人精神，成就天地人事业，岂虚掩哉？

禅是一组诠释生命真谛的智慧，其精湛圆妙的体系，融贯了印度和中国思想文化的精华；为中华文化放出空前的异彩。流风遍及，自唐宋元明清，内及西藏、青海诸边地，外及日本、韩国诸友邦，都深受影响，历久不衰。

中国禅宗在唐末五代之世，便真正走出了印度佛学的系统，进一步涵盖了两国文化精蕴，完成了自己独特的风范，成就了中国特色的禅宗，从而开拓了中华民族深远流长的慧命和超迈宇宙的心胸。

在中国，禅宗作为生命之学，虽和先秦以来的诸子百家之学别帜互异，但却后来居上，兼融并蓄地包含了各家的精旨。儒、道、释及百家之学自宋以后，全都融入禅海之中，汇成禅文化大系而不再自成其体系。自此而后，儒道释诸家实质上都以禅为其内在精神而各自表述其外在“家”学。

继此之后，三玄论孟，荀墨学庸，互为交流，自传统的经典文化中

突破，禅宗的园地开结了五家七宗的丰硕成果；一股清新自在、充满机趣活泼的生命之泉，自深厚的中国大地中漾溢迸出，滋润灌溉了大江南北和山泽野地。

所谓“拈花微笑”、“不立文字”的宗旨，正是这个时代的写照。生命的真谛和妙趣，从此遍及到一花一叶，蠢动含灵之中。

未有世界，早有此性；世界坏时，此性不坏——正是中国祖师禅带来趣向真如的宣示和超越自我的启蒙。

无需透过皓首穷经的义理辩解，无需经由钟鼎庙堂的祈福加持，人们就可亲切、直率地触及到真如自性跳动的脉膊，“明心见性”已不再是那么遥远而生疏的指标。

这些都是中国祖师禅特立独行的典范。这些属于整体生命的智慧火炬，划过历史长空，为当代后世留下了不朽的智慧德业。

客观规律的运转，在有形的生命断代史中自有其成住坏空的韵律和节奏，随着时代的移迁，禅宗门风也跟着蜕变；也许是时届“去古已远”的年代，到了北宋南渡后，中国禅宗史上，一个新的风规产生，一组旧的命题重现：“参话头”。这个重生的宁馨儿诞生在气运转新的中国大地上，离开六祖开创的年代，将近五百个年头。

他到底是传扬心灯的功臣，还是败坏祖庭的罪人？历史上的功过，自古谁又能下得了定论？更何况这是一脉智慧的传承！

那么，古人倡导参话头的意义何在？正如南师怀瑾所言：“话头者，即为入道之柱杖。善知识者，犹如识途老马，手握柱杖，乘彼良驹，见鞭影而绝尘，闻号角而脱锁，自他互重，子啐母啄，一旦豁然，方知本未曾迷，云何有悟耶？”

又说：“禅门衰落，用‘念佛是谁’话头，天下丛林入此话中，终至滞壳迷封者，如麻似粟，于是使参话头者，如念佛号……禅门参究之旨与方法，势将永沦丧失矣。”南师所说之“禅门参究之旨与方法”，就是古德所言之“参要真参，悟要实悟”之实义。

所谓“参要真参”，是指学人要实证到“实相”顿开智慧，首先必须要如实地参话头，并且要参出“疑情”，这是方法。

所谓“悟要实悟”，是指参出“疑情”时，还要经由一番寒彻骨的心路历程，才能实证到“实相”，开发出本自具足的智慧，这是宗旨。

以此，参话头之施設，诚如南师所言：“话头者，即为入道之柱杖。”也如盐亭袁焕仙先生所说：“此法至易、至简、至高、至玄，胜行中之特行，要法中之妙法。此观音入德之门，诸菩萨入德之门，三世诸佛，一切贤圣入德之门。”

换而言之，参话头是自古迄今“明心见性”、“开悟成智”、“唯一”的多快好省的黄金方法，是为了天下学人都能一咬咬破无处下口之铁馒头，由此真参实悟而后转化成为经世致用的大智慧、大承担，进而成为挽长河为酥酪、变大地为黄金，庄严国土、利乐有情的实践方法。可以这么说，参话头是用于撬动地球的“支点”，开发人类智慧，趣向幸福、和谐之途的实证“心法”。参话头使中国禅宗具足了内在精致的生命动力，成为有别于印度、中国佛教的可以道、可以名、可以再现而真实不虚的教外别传的智慧体系。

唐末五代，禅宗异军崛起，它不仅在佛教界犹如春雷轰鸣，震撼着古老传统的寺院，并且在整个文化思想界掀起一阵惊涛巨浪。

《宗门武库》记载说：

“王荆公一日问张文定公，曰：孔子去世百年生孟子，后绝无人，何也？”

文定公曰：岂无人？亦有过孔孟者。

公曰：谁？

文定公曰：江西马大师、坦然禅师、汾阳无业禅师、雪峰、岩头、丹霞、云门。

荆公闻举，意不甚解，乃问曰：何谓也？

文定公曰：儒门淡泊，收拾不住，皆归释氏焉。

公欣然叹服，后举似张无尽，无尽抚几叹赏曰：达人之论也。”

宋代士大夫的参禅，多数因受禅学心性的启发和激励。他们通过接受和体验参禅悟心的体会，重新审视社会人生，更从积极处领会，于忧患之际开拓心性，顶天立地，对社会人生多能贡献无尽的心力，诚如禅

门所谓：深深海底行，高高山顶立。

禅门除大慧宗杲倡导参话头为后世所崇仰者而外，后世更有来者，忘身参学而能明彻心性，标榜“死关”而能宏开禅教，其人则为元代高峰原妙禅师。

当宋元之交，禅宗五门中的沩仰、云门、法眼三系，已经淹没无闻，入明以后，能维持一定规范的就只临济、曹洞两家，而临济宗风又盛于曹洞，于当日后世禅风的存续，起了主要作用，其中关键就在于高峰原妙禅师对于宗门实证心法——参话头的倡导和经营。

高峰上承大慧之机用，下启明代之禅风，可谓承先启后，中兴禅法的一代大师。至于参究话头，发明心地，而见诸文字者，自大慧之下，首以高峰语录最为详尽，以其悟处深玄，最易淬砺学人，资启后学。

王绍璠

2009年11月于北京

第一天 智慧的大门——归零



中国禅文化的宗旨——明心见性，就是开发大脑，引爆激情，顿开智慧。

中国人的文明，中国人的文化，全都由中国人的智慧而肇始。中国几千年的历史文化遗产，历时三古、汇通了儒释道的精蕴，用智慧的心印相互交映，才得以延续久远而从未中断。

◎ 放下归零

生命的实相	003
禅法的杀威棒	004
承当白痴	005
方圆自在规矩来	006
牢笼不肯住	008
自他不二	009
智慧之学	011
假戏也要真作	011
礼乐文明的风范	013

◎ 天生禅心

禅心本是中国心	014
没有时间恐惧	015
历史文化的轴心	017
忆苦思甜	019

燃起智慧的明灯	020
禅的历史定位	022
从孔夫子到毛泽东	024
智慧不是信仰	026

◎ 智慧亲证

一把金钥匙	028
一口吞尽四海水	030
智慧的关怀	032
此教非彼教	033
吹尽狂沙始见金	035
在反思中前进	036
天生禅风的民族	038
真参实悟显本色	040
改变基因序列	041
健全无漏之慧	043

◎ 开启大脑

α 波——平常心的标志	044
开启大脑奥秘之门	045
克隆智慧的方法	046
圣凡的差别	048
玩大脑就是玩永动机	049
质能的和谐转换	050
身心健康的秘诀	052
一步到位的智慧	053
禅的教育——以智慧交融	055
实证就是解放大脑	056

第二天 归零达道，承当智慧



十方同聚会，个个学无为，此是选佛场，心空及第归。
放下是为了更大的承当，休息是为了更远的长征，为无为才能无不为。这是大脑归零后的最佳状态，心空及第才是大脑最大的功能。于是乃能放下，清空污染大脑的灰垢，才能更大地承当顿开的智慧。

◎ 中国文化

不懂禅就不懂中国文化	061
不能在河边渴死	063
口头禅之误	064
参禅犹如学游泳	065
觅心了不可得	066
万法本闲，唯人自闹	067
从假设到真理	069
回到统一场	071
心内虚空如片云	072

◎ 疑情顿起

静坐冥想之益	074
天道无亲，唯与善人	075
爱因斯坦和释迦牟尼	077
引燃探索的激情	078
疑情唤出 α 波	080

按照程序去参	082
狂心顿歇即菩提	083
仁、智、勇兼备	085
好手过三关	086

◎ 真参实悟

天地之大，在哪里安身立命	088
话头的妙用	090
参话头与潜能	092
参话头与六度	094
清风徐来香满天	096
兴禅护国论	097
农禅精神	098
止、定、静、安、虑、得	100
一份疑情，一份灵光	101

◎ 参破天机

大脑的实验室	102
山穷水尽花自明	104
一个怜悯之念	105
宇宙大爆炸前的面目	107
科学家的参究	108
第一推动力之谜	109
哲学之王	110
悬崖撒手，自肯承当	112
无缘之慈，无缘之悲	114
我来了，我看了，我做了	115
心空及第归	117

◎ 机锋棒喝

归零就是归到最佳状况	118
没有目的的目的	119
义就是真正的利	121
人生的八个正道	122
以正命的态度做事	124
学到老，做到老	125
一切都在小小话头上	127
进入试验田	128
有理三扁担，无理扁担三	129
杀人刀，活人剑	131

第三天 参须实参，悟须实悟



学道之士，哪是入手处？提个话头，是入手处。

参话头——千百年来惟一多、快、好、省改变人类大脑
基因序列的方法。

◎ 参禅悟道

百炼钢化为绕指柔	135
圣贤之心	136
飞龙在田	137
看话禅与默照禅	138
生意与禅岂相违	140

道德几时曾去世	142
时穷更唱正气歌	145
草根文明与普世文明	146
学究天人继绝学	147
雍正如何参禅	149

◎ 不疑不悟

只图真实办平生	151
用禅来还原真相	153
洞察心地的态度	154
没有第二手	156
不许老胡知，只许老胡会	157
跨山越水为何事	158
——从胸襟中流出	159
一回展读，一回意气风发	161
明师终身事	163
骂岂是慈悲	165
没有疑情不是参	166
几回生，几回死	169
此情惘然怎追忆	171