

勘破、放下、自在

只有觉悟了的人，才能在滚滚红尘中修心养性。

佛，不是教条，而是拈花微笑，去顿悟，汲取瞬间的领悟，不经意间，却可得之法门，渗透生命的玄机，从而由一物而知天下，由小事而识大理。



# 心是菩提

佛学中的人生哲学课

越深的道理越简单 越好的修行越平常  
一花一净土，一土一如来！

张铁成·编著

新世界出版社  
NEW WORLD PRESS

## 版权页

图书在版编目（CIP）数据

心是菩提：佛学中的人生哲学课 / 张铁成编著.

—北京：新世界出版社，2010.11

ISBN 978-7-5104-1344-5

I. ①心... II. ①张... 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(2010)第206073 号

心是菩提：佛学中的人生哲学课

作者：张铁成

责任编辑：梁小玲

责任印制：李一鸣黄厚清

出版发行：新世界出版社

社址：北京西城区百万庄大街 24 号（100037）

发行部：（010）6899 5968 （010）6899 8733（传真）

总编室：（010）6899 5424 （010）6832 6679（传真）

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部：+8610 6899 6306

版权部电子信箱：[frank@nwp.com.cn](mailto:frank@nwp.com.cn)

印刷：九洲财鑫印刷有限公司

经销：新华书店

开本：710×1092 1/16

字数：292 千字印张：19

版次：2010 年 11 月第 1 版 2010 年 11 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-5104-1344-5

定价：36.00 元

版权所有，侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页等印装错误，可随时退换。

客服电话：（010）6899 8638

## 前言

一个小和尚问师父：“生命是什么？”这本是一个深奥的问题，而师父却不假思索地回答：“生命是活着的！”他原以为一大段的解答，师父却用简单的六个字回答了。

躺在床上，小和尚感受着每一呼每一吸。久之，只有呼吸而没有了自己。这个一呼一吸就是活着的，就是生命吗，生命就是如此。“生命为什么要活着？我为什么要活着，生命的实质究竟是什么，生命的责任究竟是什么？”

一天，小和尚走进一块湿地，没有人工的造作和修饰。当他用目光在草丛中，在芦苇内，在湖面上，在小岛旁仔细搜寻和捕捉大自然中的每一个美点时，无意间，却在忽起忽落的蜻蜓、运筹帷幄的螳螂、飞翔的水鸟、悠闲的鱼儿、细细的蛛网、丛中的野花、微拂的细风、嫩草和芦苇内的虫鸣中，发现了一个事实——大自然的朴素、无私、绚丽和多彩。也许，许多人并不留意，高贵的品质在匆匆的脚步下，在浮躁的身影中湮没了，被遗弃了。而这朴素、无私、绚丽和多彩是否是多少人付出生命而寻找的生命的终极呢？心的本源就是如此吗？

小和尚被震撼，被感动了！他感觉到一种生命的力量和责任。

责任原本是自然的产物，天地间每一个生命自然地履行这个责任，如此大地才能绚丽，宇宙才能多姿。

人，是否记得有这样一份责任？

无论是有情还是无情，无论是人类还是他类，其实都以天然的本性在默默地承担着自己的责任，只是这个天然的本性被障蔽的时候，责任的承担也就被回避了，因此，生命的价值就萎缩了。

“生命是活着的！”多么实在的一句话，这些“活着的”生命应该怎样默默地承担起装扮世界、利益人间的责任呢？

责任是一种力量，只有承担起责任时，生命才有活力！

也许，许多人并不留意大自然的朴素、无私、绚丽和多彩，高贵的品质在匆匆的脚步下，在浮躁的身影中湮没了，被遗弃了。而这朴

素、无私、绚丽和多彩是否是多少人付出生命而寻找的生命的终极呢？心的本源就是如此吗？

本书，在深刻集会佛教禅学精义的基础上，对千百年来流传下来的禅人禅事、禅思禅语，进行深入的挖掘，精选了数百余则流传千年的佛学故事，进行了精当的评述，篇篇隽永，字字珠玑，阐释佛禅智慧，探讨人生哲理，使读者通过阅读，深刻地了解，生活是禅，禅是生活；逐渐在生活中实现禅的超越，体现禅的意境，禅的精神，禅的风采；使我们的精神生活更充实，物质生活更高雅，道德生活更圆满，感情生活更纯洁，人际关系更和谐！

# 目 录

第一篇 禅是一颗洁净平淡的心灵 .....	1
行恶与修善 .....	1
找到自己的佛性 .....	2
为一切众生烦恼 .....	3
认识当下的自我 .....	3
把握好说话的时机 .....	5
珍惜难得而已得的机遇 .....	6
一切都要重新来过 .....	8
人生五味 .....	9
弘一大师的佛家生活 .....	10
一生万法，万法归一 .....	10
一切都要靠自己 .....	11
让内心的光燃起来 .....	11
做退后一步的准备 .....	12
天堂地狱只在一念之间 .....	13
信念坚定的须赖 .....	14
不惧生死的禅师 .....	16
白居易与禅师论理 .....	17
李渤与禅师辩道 .....	18
小偷遇到禅师 .....	18
盲人听声断人性 .....	19
世间上没有天生的东西 .....	20
晒香菇的老禅师 .....	20
佛法在恭敬中求 .....	21
园头禅师的育才之道 .....	21
禅师慈悲的具体表现 .....	22
小沙弥敲钟 .....	23

翰林学士寺院做苦役 .....	24
禅门宜默不宜喧 .....	25
内在本性的流露 .....	25
一个超越人间的圣僧 .....	26
越喝越想喝 .....	27
一切都由因缘所定 .....	28
找到人生真正的光明大道 .....	29
昙翼法师和采薇少女 .....	31
严守信用的须陀须摩王 .....	32
老仙人和小仙人 .....	34
让灵慧从心中得来 .....	36
凡夫俗子的心境常被外境所动 .....	37
不立文字的禅 .....	38
道的真谛 .....	39
道元禅师和他的弟子 .....	40
无价之宝的偈语 .....	41
女仆与公羊的战争 .....	42
保持一颗平实不乱的真心 .....	43
保持心灵的自在与安详 .....	44
超越生死游戏人间 .....	45
第二篇 禅是一种知恩图报的态度 .....	47
只愿为国王剃胡子的功臣 .....	47
做自己的真正主人 .....	47
狐狸报狮子的恩情 .....	49
得恶报的商人 .....	50
前世的福报 .....	53
前世的布施今生的回报 .....	54
人蟒临终一念的慈心 .....	55
用真心赞扬一切善法功德 .....	57

一切佛法皆是自性流露 .....	59
布施供养的功德利益 .....	61
坚定对佛法的信心 .....	63
阿育王施福德降服龙王 .....	64
拥有正确的知见观念 .....	65
曾经聪明的迦毗黎 .....	68
果报无衣的女子 .....	70
结仇怨的兄弟遇到佛陀 .....	72
天人教导妻儿 .....	73
德山禅师的参禅佚事 .....	74
雀王的慈悲佛性 .....	77
受到鼓励的独角牛 .....	78
狮子白象战毒蛇 .....	79
化沙门劝告比丘 .....	80
释尊三事笑缘 .....	82
三人随喜射雀因果果报 .....	84
佛为长者说四种施 .....	86
太子舍身求双亲 .....	87
至诚供养三宝，必能增长福德 .....	90
珍惜机会广结善缘 .....	91
第三篇 禅是一种普渡众生的胸怀 .....	94
恩情要用一生来报答 .....	94
不要轻视看似弱小的人 .....	95
天真心灵比珠宝更珍贵 .....	96
身外之物毕竟都是无常 .....	98
发挥人生最大的价值 .....	99
摆脱对欲望的烦恼 .....	100
生命总是在轮回中前进的 .....	101
无头鬼四见沙门 .....	103

世世普度众生 .....	104
最胜长者受佛度化缘 .....	106
无知的人多烦恼 .....	109
冤报相交的大小太太 .....	111
世尊施法度众生 .....	113
阿保乞食托空钵 .....	114
佛法的智能与神通 .....	116
水牛王和无理的猕猴 .....	120
阿难的总持因缘 .....	121
二位兄弟化身就国 .....	122
莲花女悟无常证果 .....	123
要有感恩之心 .....	125
敬钟如佛 .....	126
优婆斯的前世今生 .....	127
自私忘义的猎人 .....	128
婆罗门寻子记 .....	130
树神营救老比丘 .....	132
金毛兽善心成佛 .....	133
自身体内的四大毒蛇 .....	136
比丘的美妙音声 .....	137
保持精进求法的道心 .....	139
坚持到底的心愿 .....	140
修行人应把握得遇佛法的因缘 .....	142
第四篇 禅是一种超脱世间的境界 .....	144
禅家的最高境界 .....	144
人有诚心，佛有感应 .....	144
发自内心的言语 .....	147
舍己利生的善良本性 .....	148
创造无限的未来 .....	150

国师与皇帝 .....	153
禅师的待客之道 .....	154
禅师与童子 .....	154
天堂净土就在禅者的心中 .....	155
清扫心中的污垢 .....	156
恐误同参一首诗 .....	157
人生中的苦与乐 .....	158
禅师的真正生活行止 .....	158
贫穷也可以出卖 .....	159
真正快乐的生活 .....	161
拥有一颗宽容的佛心 .....	162
日面佛，月面佛 .....	163
禅的真意自在个人心中 .....	163
神奇的马麦 .....	164
从根源解决问题 .....	165
不为自己求安乐 .....	167
织匠为何如此勇敢 .....	168
祇树给孤独园 .....	169
五百只白雁精心听法 .....	171
真正的学佛之人 .....	172
遇到佛陀的采花人 .....	173
提婆菩萨说法降服大众 .....	175
月光王 .....	176
伟大的播种者 .....	178
梵志火中救得佛度 .....	179
须曼花开耳朵上 .....	181
禅者的自由之心 .....	182
萨波达国王舍身救鸽 .....	183
找到人生的真理 .....	186

了断尘缘 .....	188
第五篇 禅是一种自我解脱的心境 .....	190
拥有心灵的财富 .....	190
尊者降恶龙 .....	191
懒惰成性的人精进成佛 .....	192
精进不懈地广修一切善法 .....	194
前世恶因的恶报 .....	196
成就取决于眼界的高远 .....	199
获得真正的自我解脱 .....	200
修行应该确立正知正见 .....	202
让来世七宝随身 .....	204
增长福德智能 .....	206
真正的自在解脱 .....	208
慈心不杀，  世世无患 .....	209
执著情爱是一切苦恼的根源 .....	214
百丈大师度野狐 .....	215
真正的富贵与吉祥 .....	216
念佛三年站着往生 .....	218
用蜜浆供养佛陀 .....	219
祖祖授记 .....	220
愿解如来真实义 .....	222
从自己的心中流出 .....	225
贫穷布施的福报 .....	225
超越世间一切的真正富贵 .....	226
布施宝珠得正道 .....	228
一念虔诚的微小布施 .....	230
成就无上佛道 .....	231
为持戒而不受香璎的国王夫人 .....	233
禅师与国师 .....	235

日难王一心学佛道 .....	236
修清净行，亦如泥中能生香的洁莲花 .....	238
月氏国王与三智臣 .....	239
引导自己趋向正道 .....	241
鸚鵡王劝谏恶受王 .....	243
修行须要有选择正法的智能 .....	244
向佛要钱的婆罗门 .....	245
放下“我相”的执著 .....	246

# 第一篇 禅是一颗洁净平淡的心灵

洁净自己的心灵，让自己拥有一颗平淡的心，不为那些闪闪发光的诱惑所动摇，让自己拥有一颗宁静的心，不让那些引诱你犯罪的事情触及心灵。记得有这样一句话“守住一颗宁静的心，你便可以不断超越，不断向自我挑战，即使远方是永远的远方，也会诞生一种东西——奇迹。”是的，好多时候，就是由于我们内心存有太多的欲望，而不自觉地陷入诱惑中不能自拔。

## 行恶与修善

有学僧请示峻极禅师道：“如何才是修行行善的人？”

峻极：“担枷带锁者。”

学僧：“如何是邪恶为非的人？”

峻极：“修禅入定者。”

学僧：“学僧根机愚昧，禅师的开示，颠倒难明，恳求禅师还是用简明易晓的言辞开示吧！”

峻极：“所谓恶者，恶不从善。善者，善不从恶。”

学僧如堕五里雾中，仍然茫然。良久，峻极禅师问学僧道：“懂了吗？”

学僧：“不懂。”

峻极：“行恶者无善念，行善者无恶心，所以说善恶如浮云，无所生也无所灭。”

学僧于言下有悟。

善恶，在世间法讲，做好事名曰善，做坏事名曰恶，善有善报，恶有恶报，三世因果，历然俱在，在事相说，一点不虚。但在本性上讲，善恶之名都不立，若能不思善不思恶，即名见性(见到自己本来面目)。所谓“罪恶本空由心造，心若亡时罪亦空”。行善是枷锁，作恶名禅定，这不怪禅师颠倒，在真理上讲，作福行善，一味执著人天福报，岂非为枷锁所囚？作恶为非，虽要恶道流转，但本性仍是如此。故峻极禅师兴大慈悲，发此高论，乃要吾人莫为善恶所迷。应该知道，为善上生时，就一味执著有为法，以为是究竟解脱，这就错了；作恶

下坠时，就心灰意冷，以为人生无望，这也是错的。实则“善恶是法，法非善恶”也。

## 找到自己的佛性

有一次，泐山灵佑禅师在百丈禅师身旁，百丈禅师问道：“谁？”

泐山禅师答道：“灵佑！”

百丈禅师道：“你拨一拨火炉中，看看还有火没有？”

泐山禅师在炉中拨了一拨，回答道：“无火。”

百丈禅师亲自站起来，走到炉边，用火钳在炉中深深一拨，拨出一点火星，取出来给泐山看，然后说道：“你说无，这个不是火吗？”

泐山灵佑禅师说道：“我知道是有，只是未能深深一拨！”

百丈禅师道：“这只是暂时的歧路，经典上说，要了悟佛性，当观时节因缘，时节因缘一到，如迷忽悟，如忘忽忆，那时才知道自己本来一切具足，不是从外而获得的。所以，祖师说：悟境同未悟，无心如有心。凡圣虚妄，本来心法，原自备足。你现在已经如此，好好保护并把握它吧！”

第二天，泐山禅师随同百丈禅师入山出坡(劳动服务)，百丈禅师问泐山道：“火种带来了吗？”

泐山禅师答道：“带来了。”

百丈禅师追问道：“在什么地方？”

泐山禅师捡起一枝柴，吹了两下，然后交给百丈禅师。百丈禅师欢喜地说道：“如虫御木，偶尔成文。”

“火种”，代表了什么？暗示了什么？此即所谓佛性也。百丈禅师要泐山到炉中拨火，此即暗示他要找到自己的佛性。找到佛性本心，谈何容易？百丈禅师不得不亲自示范，要深深一拨，自性才能现前。甚至师徒在山坡时，都在策励生活中不要忘记自性，一句“火种带来了吗？”这里面多少慈悲、多少智能、多少生活禅也。

## 为一切众生烦恼

有一次赵州从谗禅师提起一句禅话道：

“佛是烦恼，烦恼是佛。”

学僧不解，因而纷纷要求赵州解释，学僧们问道：

“不知佛在为谁烦恼？”

赵州从谗回答道：“为一切众生烦恼！”

学僧再进一步问道：“如何可以免除这些烦恼呢？”

赵州从谗严肃地责问学僧道：“免除烦恼做什么？”

又有一次赵州从谗禅师看到弟子文偃在礼佛，便用拄杖打了一下，问道：

“你在做什么？”

文偃答道：“礼佛！”

赵州从谗斥责道：“佛是用来礼的吗？”

文偃道：“礼佛也是好事。”

从谗道：“好事不如无事。”

烦恼是病，佛道也是病，佛菩萨是真有病吗？不是的！佛菩萨是为一切众生而病。佛陀降诞娑婆，观音行化苦海，地藏菩萨地狱不空誓不成佛，所以佛菩萨悲愍众生，免除众生的烦恼，是为了什么呢？

礼佛虽是好事，但却莫执著此“好事”——功德，无事才是真正的好事。

## 认识当下的自我

日本真观禅师，最初研究天台教义六年，后来改习禅学七年，为了寻师访道，以期明心见性，找到自己本来面目，又负笈中国各名山丛林，参话头，习禅定，又经历十二年之久。

二十多年后，他终于在禅门中得到了自我消息，因此束装返国，在东都、奈良等地弘扬禅法。各地学者，蜂拥而来参禅求道，大家都争相以一些困难的问题，要他解答。

那些问题包括：

一、什么是吾人自己的本来面目？

二、达摩祖师西来大意是什么？

三、人问赵州狗子有无佛性，赵州时而说有时而说无，究竟是有是无？

问题虽多，真观禅师总是闭着眼睛，不予回答。有人也知道真观禅师不愿和人议论禅门公案，大家对公案禅搬来说去，并不能得到真正的受用。

一天，有一位五十余岁的天台学者道文法师，研究天台教义三十余年，慕名而来，非常诚恳地问道：“我自幼研习天台法华思想，有一个问题始终不能了解。”

真观禅师非常爽朗地答道：“天台法华的思想博大精深，圆融无碍，应该问题很多，而你只有一个问题不解，不知是什么问题？”

道文法师问道：“法华经说：‘情与无情，同圆种智’，这意义就是认为树木花草皆能成佛，请问：花草成佛真有可能吗？”

真观禅师不答反问：“三十年来，你挂念花草树木能否成佛，对你有何益处？你应该关心的是你自己如何成佛？你要作如是想才对！”

道文法师先是讶异，然后道：“我没有这样想过，那请问我自己如何成佛？”

真观禅师道：“你说只有一个问题问我，关于第二个问题就要你自己去解决了。”

花草树木能不能成佛？这不是一个重要问题，因为大地山河，花草树木，一切宇宙万物，都是我们从自性中流出，只要我们成佛，当然一切草木都跟着成佛，不探讨根本，只寻枝末，怎能进入禅道？

禅，要我们当下认识自我，不要去攀缘其他。

## 把握好说话的时机

舍卫城内的大长者家，近来喜气洋洋，好事连连：长者的商队入海采宝满载而归；国王封赐土地；夫妻喜获麟儿；而且恰逢比丘僧前来应供。

比丘用斋毕，上座长老舍利弗如法祝愿功德主，高声唱诵道：

今日良时得好报，财利乐事一切集。

踊跃欢喜心快乐，信心踊跃发念十力。

如似今日后常然。

长者听舍利弗诵出如此吉祥的偈子，欢欢喜喜供养了两张上等毛毡。一旁的摩诃罗瞧着羡慕不已，回到寺里就哀求舍利弗把咒偈教给他。舍利弗表示，这咒愿不能常用，也不见得适用于任何场合；但摩诃罗执意要学，舍利弗只好传授给他。学了咒偈，摩诃罗每天勤加练习，准备一旦轮到自己担任上座时，立刻派上用场。

很快地，机会来了。大长者连逢祸事——商队遇难失宝，妻子被卷入诉讼；儿子意外身亡，哀痛不已的长者斋僧以消灾植福。这时，身为上座的摩诃罗如法炮制，诵出学来的咒偈。结果，悲愤交加的长者大受刺激，不但没有供养，还连骂带打将摩诃罗赶出宅门。

颓丧懊恼的摩诃罗，不知不觉走入胡麻地，一路践踏，满园狼藉。看守的人见状不由分说，挥鞭就打。摩诃罗拔腿飞跑，撞上麦田里一陇陇的麦屯(割麦之后积聚如小丘状的麦堆)，以逆时针方向绕行而过，气喘如牛。说时迟那时快，麦田主人棒棍如雨点般，纷纷落在摩诃罗早已乌青黑紫的皮肉上。原来，此地风俗，应该顺时针绕行麦屯，并口诵：“多多益善！”才能祈求年年丰收。麦田主人训斥一番，放走了摩诃罗。

远远的，一行送葬的队伍缓缓迎面而来。“多多益善！”摩诃罗咬着牙、忍着痛以顺时针方向绕棺。下场可想而知，丧主又哭又骂，捉住摩诃罗拳打脚踢，强迫他说：“希望再也不要发生这种不幸，真令人同情！”

全身伤痕累累的摩诃罗一心赶路，只想赶快回到寺院，见到前面一行迎娶的队伍，不分青红皂白就依样画葫芦：“希望再也不要发生这种不幸，真令人同情！”新郎一听火冒三丈，打得摩诃罗头破血流，落荒而逃。不料一脚踩上猎人的陷阱，惊散了猎物。猎人嗔心一起，又痛打摩诃罗，警告他应该静悄悄地匍匐前进。

“那么只好爬行了！”为脱险境，摩诃罗已经六神无主，竟爬到妇人洗衣服的地方，被误认作偷衣贼，结果又是一场好打，十分凄惨。

屋漏偏逢连夜雨，鼻青脸肿、体无完肤、死里逃生的摩诃罗，在接二连三的磨难后，跌跌撞撞地回到寺里，终日烦恼忧愁，心想：“都是舍利弗教的偈子惹的祸！”比丘们怜悯他，将他扶到佛陀身边，详细报告事情的始末。

佛陀慈祥地安慰身心受创的摩诃罗：“如果想说法咒愿，应该细心观察因缘时节，合适的才说出口。好好用功，勤修布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智能。表现忧悲喜乐要视时机恰不恰当，以后别再轻率说话了。”

想要成就人生的梦想、圆满学业事业道业，一方面要靠学习和积累经验，一方面要有洞悉真相的智能。

善用学习而非误用或滥用，善用语言而非损人害己，以清楚明白、处处做主的心仔细观察，就能够切合实际需要来做智能的拣择、慈悲的决策。

不但说话是一门心灵艺术，无量无边的法门亦然。护念自心、也护念他心，则喜怒哀乐的表现和文词语汇的传递，处处都能利人益己。

## 珍惜难得而已得的机遇

《法句经·述佛品》中写道：

“得生人道难，生寿亦难得；世间有佛难，佛法难得闻。”

此偈是说：生而为人不容易，做人而长寿也不简单；生于世间能遇到佛很难，遇到佛又能听闻佛法则更难。如果这么多的难得而得，正好都加在一起，实在很幸运了。这是勉励我们，应当珍惜难得而已得的机遇，否则，稍纵即逝，追悔莫及。