

白云禅师 ● 著

宗教文化出版社

心的 田 野

XIN DE SI LU



白云禅师 ● 著

 宗教文化出版社



图书在版编目(CIP)数据

心的思路/白云禅师 著. - 北京:宗教文化出版社,2006

ISBN 7-80123-793-5

I. 心… II. 白… III. 佛教-基本知识 IV.B94

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 068801 号

心的思路

白云禅师 著

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿 44 号 (100009)

电 话: 64095215(发行部) 64095221(编辑部)

责任编辑: 杨登保

版式设计: 陶 静

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

版权专有 不得翻印

版本记录: 880×1230 毫米 32 开本 9.25 印张 200 千字

2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 1—3000

书 号: ISBN 7-80123-793-5/B·371

定 价: 22.00 元

自序

佛经中说诸供养，以“法”供养为最。

法供养，除了佛法修学的心得，更涵盖了世间于人、事的知识经验；提供与更多的人共同分享，使其增长饶益性的智慧者是。

近些年来，佛教盛行台湾，寺庙林立，颇有唐宋气象；尤其难得的是，僧才倍出，举凡报纸、电视、广播等媒体，几乎随处可见、可闻讲经说法之事。如是之象，时潮所趋，吾辈僧尼大众，非为热闹，虔诚奉行职责，洵乃佛子无可推诿之如来家业；唯教仪愈兴旺，信众愈普及，随之知识水准自然提高，吾辈于广开法筵之时，当以着实饶益众生为要务，弘宣佛陀之教，于法义的阐释，切不可自我意识而违佛意。

现前佛教文字、录音、录像的作品如雨后春笋，不免粗制滥造之嫌，其内容草率，义理偏差者不在少数。如是

现象,于此毫无顾忌,不受局限的情况下,多少会令人惶恐担忧,是者但愿讲说的大德们,必须考量“谤毁”的因果责任!

今须应环境需求,搜集拙衲近年来,于不同的时地、不同的环境、不同的对象所作的演讲,刻意用心予以整理,编辑成册,其主要目的,无非广布流通,得结善缘,共沾法益罢了!

2004年冬初

千佛山方丈室

目 录

Contents

自 序	(1)
禅的智慧	(1)
如何做个修行人	(19)
大乘菩萨的行修——四无量心	(38)
大乘菩萨的行修——六波罗蜜	(58)
自我行为的修养与生命价值的展现	(71)
菩萨行道与现实生活	(82)
认识佛教与佛法	(96)
禅宗面面观	(116)
佛法的智慧论	(129)
禅的内心世界	(152)

好好开拓自己	(173)
谈 心	(189)
尊重与珍惜	(207)
从生活中认识佛法	(221)
运用思想发挥智慧	(244)
开发自我	(264)

禅 的 智 慧

今天有人问我：“师父你从哪里来？”

我说：“我从关庙来。”

“关庙？岂不是寺院打烊啦！”

“不错，今天千佛山讲堂的庙门是关起来，因为我来到了这里。”

在台湾几十年，我很少在外面作专题性的演讲，问题不在于愿不愿意，而是关系到佛教所说的“缘”。

究竟什么是缘？你我会有机会彼此见面，便是缘。佛教讲“广结善缘”。想要广结善缘，到底拿什么来结缘？

今天我带了什么来，你们又准备怎么接受？可能你会说：“你如果能拿得出来，我们就能接受。”我们不妨来谈一谈“看破、放下”，当你说“放下”一语时，你是叫谁放下？为什么叫他放下？他手里拿着什么？如果手里没有东西，你叫他放下，到底要他放下什么？如果手里没有东西，是否就没有东西可以放下了？这其中有个问题是我们常忽略的，我们希望人家“放下”，但很少说自己“执著”了什么？只是平日见到他人不欢喜而烦恼，我们就叫人家放

下,可是却很少联想到自己,返照自己到底执著了些什么?

现在的社会离婚率很高,一般世俗流行两句话:“因误会而结合,因了解而分开。”你有没有思考过,了解后,应该比较好相处,为什么彼此了解后,反而要分开?但时下所言:因误会、认识不清才在一起,现在我已搞清楚啦!他的问题实在太多!所以我们才分开。但你是否曾想清楚,下次你会不会再因误会又在一起呢?正当感情冲动时,不会去想这些问题,可是当第二次感情问题又迷惑你时,会不会又因误会而在一起呢?我们人就是如此,常常因误会又吵又打,其实人在一起,只是一种接触,这种接触是依我们眼所见、耳所闻的去认识、分析、确定一切,彼此之间做沟通,开始如此,融洽时亦如此。为什么有问题时不能呢?就如跑去菜园子,只看到满园翠绿肥沃的青菜,却很少注意旁边的粪坑;如果没有粪坑,哪里会有满园绿油油的青菜?

我们人便是如此:只是执著于眼前可以接受、面对的事物,但是这些事物是如何形成的?却很少去想一想。所以人往往依所看、所听的自我意识去表达自己,结果可能问题就出在没有冷静地去看清楚,仔细地去听清楚,好好地去想清楚。

譬如幼儿园的老师教小朋友学算术,一加一等于二,小朋友回答说不懂。于是老师随手拿起桌上的苹果说:“一个苹果加上另一个苹果,不是两个吗?”这时有一位小朋友说:“老师我只想要一个苹果和一把刀。”如果你是那位老师,你会如何做?可能你会凭直觉说:“这个小孩不好好学习,只想到吃。”如果这位老师有耐性的话,可能会说:“我给你一根棒子,要不要?”小朋友可能回答:“老师,棒子是打球用的,不能拿来打苹果。”此时请问,老师又会如何

想呢？放学时，老师可能还会向家长告状说小孩不肯好好学习，只一味地想到吃。返家后，家长一定会责问孩子：“为什么要和老师唱反调？为什么不好好学习？为什么只想到吃？”一连串的“为什么”全都出来了，小孩子因家长问他“为什么”，便把事情经过全盘说出，这时家长会说：“谁叫你只想到吃！”这种事发生后，可能这位小朋友以后对学算术会没兴趣，甚至视上学为畏途。

今天我举此例，是为了说明“禅的智慧”在哪里，老师教孩子学算术，不一定非要“一加一等于二”不可，如果能改变一下方式，当孩子要求一把刀时，就拿起一把刀子和一个苹果说：“桌上本来有两个苹果，现在用刀子削皮吃掉了一个，还剩几个？”我想，小朋友一定满怀欢喜地回答你。“禅的智慧”就在这里。

可是我们一般都是依我们眼所见、耳所闻的自我意识，去肯定我们所见的一切。当然并非所有的老师都是如此，今天我只是说明，生活上常常有些小问题，却造成毕生的困惑，甚而造成一些伤害。

如果大家学习佛法的话，都会知道学佛的大前提是戒定慧。通常我们都把戒定慧当作教条，以为是遥不可及的。其实，“戒”主要的目的，是不侵犯别人。当你将犯错时，先考量一下，你现在的所见、所闻、所做，会不会伤害别人？如果能先提起这份戒心，就不会伤害别人。“定”是不乱，当你情绪激动会乱时，能做到不乱就是定。当然，要不伤害别人，能临危不乱，便需要有修养。而禅的智慧在哪里？我给它诠释为“运用思想，发挥智慧”。也就是运作自己拥有的知识经验，去面对所处的人与事，然后去发挥智慧，化解问题。当然要化解问题，必须有智慧做后盾。所以佛法不是有了

问题才去寻找答案,禅亦如此。如果只是一味地去找答案,答案中还是有问题。

所以我们谈禅,不一定要谈灵山上释迦牟尼佛拈花,文殊菩萨说佛陀说法已毕,迦叶尊者回报以微笑。如果说这是禅的源起,对于此事,你是否感到疑惑?

当时你在场吗?佛陀是拈何种花?文殊菩萨为何说佛陀已说完了?为何佛陀自己不说?如果你说:这就是禅呀!我说:你是糊涂、是无明。可能你会说我叛逆,对于禅的源起竟如此说。但你要知道佛教所谓的源起是“无始”,不是“有”的源起。

从前一度我曾现头陀相,有一天中午休息时刻,坐在三宝殿前的喷水池旁。有一居士见到我,他并不认识我,对我说:“你是否想出家?”我答:“曾有此打算。”他说:“我认识此寺的老和尚,可替你引荐。”当时我没揭穿他,只反问他:“你想出家吗?”他答:“很想!但目前我责任未了。”我再问:“你何时责任才能了?”他一惊说:“这是谁教你的?”我答说:“是僧宝。”他说:“那你一定有师父?”我说:“任何学佛者都有师父。”他又问:“你的师父是谁?”我说:“我刚刚已说过,我是到这儿来玩的,到人间,都是来玩的。”

我再举个直接关系到禅的例子:有一位学禅的人自认境界很高,他是著书的学者,把书寄给我,并与我约好会面的日期。那时我住彰化大城,位于西海岸,正值东北季风期。那天过了约会时刻,晚上我睡得晚,听到有人敲门,我应门,见到他,我问:“你找谁?”他说:“我找白云。”我答:“天这么黑,风这么大,哪来的‘白云’?”他急忙道:“不是,不是,我是找这儿的住持。”我说:“我就是。”请他进来,随后我倒了杯水,拿了些饼给他,问道:“茶也有啦!

饼也有啦！你有何意见？”他说：“没有意见，我倒是想问你，寄来的书看了没？”我说：“看过了。”他问我有没有意见？我说没有。第二天早餐后，我问他：“吃饱了吗？”他说：“吃饱了。”我再问他：“吃饱了吗？”他说：“吃饱了。”我再问他：“真的吃饱了吗？”他答：“我不会客气的啦！”以一个禅学者而言，打他进门开始，我就一直跟他谈禅，谈到第二天，他仍是那一套，因此我想，他很想发挥智慧，不愿运用思想。因为禅是运用思想，于你表现的时刻，发挥出智慧，才谈得上禅。如果他想发挥自己的智慧，而不愿把自己拥有的知识经验，发挥得淋漓尽致，请问禅从哪里来？

目前社会上，一提到禅都比较兴奋，但提及禅的概念，以为两个腿子一盘，眼睛一闭，即所谓的“坐禅”。其实禅是坐不出来的。所以不要把禅认为遥不可及，把它看得很玄妙。我们常说“平常心是道”，是什么道？即是“禅道”。为什么说是平常心？刚刚跟各位所提的那些小事情，都是身边随时可得的，问题是你把握了些什么？如果你能有所把握，就表示当时你运用了思想，曾把自己的知识经验加以整理，表现出一份有价值的结果，便是禅。佛法讲饶益功德，饶益就是有价值；功德二字，功是力量，德是一种修养。能依修养，表现出一种力量，让人觉得有价值，那才算是饶益功德。禅的本身是针对我们自己，而不是别人；针对自己面对人与事的时候，你的思想意念会发动，一旦发动时，你必须注意你计较、执著些什么。是人，当然会有计较、执著。如果能以禅的方式去面对，你就会进一步去认识、了解你所计较、执著的。

先前提到“因误会而结合，因了解而分开”，当问题发生的时刻，你只是计较、执著呢，还是面对计较、执著，进一步去认识、了

解？若你曾如此做，我可以说，你至少具有禅定的基础功夫。但有基础功夫尚不能解决问题，你还必须去认识、了解、清楚你的自我意识有多少，即就是你的计较、执著有多少。所以当你面对计较、执著，去认识、了解的时候，你必须要有所发现，发现你所计较、执著的是否有改变，如果能有所改变，当然必是有所发觉。这些发现即是禅门所讲的“悟”，所谓大疑大悟，小疑小悟，不疑不悟。

我们人本来就如此，常常凭自己眼所见，耳所闻去断定，认为我亲眼所见，亲耳所闻难道会错吗？现在你们亲眼见到我，亲耳听到我说话，你们认为我今年几岁？如果我说近八十岁，你相信吗？你可能认为我胡说。的确，我是1915年出生的。所以我们依据亲眼所见、亲耳所闻的，也未必可信。

话说回来，我们的日常生活并不能离于眼所见、耳所闻，在这种情形下该怎么办呢？禅的智慧就告诉我们，要去运用思想发挥智慧。思想是要有内涵的，要运用已有的知识经验，发挥出来不够，还可借助别人，依知识经验比我们丰富的人，向他请教。当我们面对任何问题，不可否定我们眼见、耳闻，必须要先面对问题，再去认识、了解。不可只是计较、执著，这样必然会有所发现。如果只是面对别人，把问题摆在别人身上，就常会口出怨言：“要不是你，我不会这样！要不是你，我不会那样！”遇到不好时会这样说。但是好的时候，为何不如此说：“要不是你，今天我不会升官、发财呢。”把不好的，全推给别人，好的，理所当然归于自己，其实这都是自我意识。如果你能以“禅”的态度去面对人与事的问题，自然会提高警觉，不会只是寻找答案，自寻烦恼。所以佛法强调要化解问题，不是寻找答案，禅是以“平常心而言道”，其真义就在这里。

我们每个人都有自我意识,这自我意识无论是好是坏,都是依眼所见、耳所闻表现出自己的意识。亦如有人问我:“老师父你出家这么久,还有烦恼吗?”我说:“有。”他说:“那学佛有何用呢?学佛如此久,仍有烦恼。”我说:“如果我没有烦恼,就不是人了。”他又说:“你应该不是普通的人。”我说:“我与普通人是有一点点不同,因我没有留长发、穿白领的衣服。”他又问:“你都烦恼什么?”我说:“你平常烦恼的,我全都烦恼;但我所烦恼的,你却从来不烦恼。”他说:“你怎知我烦恼什么?”我答:“我告诉你烦恼些什么,你不会听,也不会接受。当烦恼表现时,人家告诉你,你不会接受,可是不同的就是我都会接受。”

现在我举个亲身经历的事为例,从前我曾在大陆各地参学,向善知识们请益。有一日,我来到终南山,找到一茅棚,内居一位现头陀相的出家人,他一见我即问:“你为何而来?”并要我向他顶礼,我依言而行。礼毕欲起,他不许,我只得长跪。他说:“我刚问你话,你为何不答?”我跪着不说话,他再问,我依然不言。他便开始怒骂,直至累了才止。我见状便起来倒杯水给他,他一口气喝完,又要了一杯。我再倒,他又要了,我干脆把整桶茶提给他。他说:“你怎这么不耐烦!叫你一杯一杯倒,为何整桶提过来?”我答:“我已很耐烦了。我担心你口渴,杯水太少,不够解渴,所以整桶提来,才能解你的渴。”他又说:“刚问你的话,为何不答?”我说:“你问我为何而来?我向你顶礼,就是回话。你叫我跪着,我就是等你开示。”佛家所谓顶礼就是求开示。这时他已有警悟,便举起拳头问:“这是什么?”我说:“这是揍人的。”他便一拳打过来。我把身子一偏,以肩受拳。他手打疼了便说:“你的骨头还真硬。”接着又说:

“我房里还有米，你准备去做饭。”于是我就忙着去煮。煮完后，我想应该是两个人一同进食，不料他一人把锅一端，自个儿吃了，吃完叫我把锅洗干净。我也依言行事。后来他说：“你过来，我有话跟你讲，你的忍波罗蜜修得不错。”我说：“我不是修忍波罗蜜。”他问：“那你在这儿做啥？”我说：“我在等法师开口。”他一听很气。为何他会生气？因我在等他开口。禅和子在外行脚参访，所谓开口，是只有佛陀才能开金口。今天我在等他开口，就是请他为我说法。他生气的理由是，认为自己是一个禅和子，修禅的人好像是不讲道理、方法，只要两腿一盘就可以了。最后他只好说：“我这小茅棚容不下你这位大菩萨，你离开吧！”我就顶礼离开。

不久，他随后追来：“你找错了对象！我只是把关的人，我带你去见善知识。”见着了那位善知识，他也一句话不说，盘腿端坐着，把关的人也走啦！我只好盘腿坐在他旁边。如此三天三夜，好似在比赛谁能坐得最久，最后他说话了：“你已得道，可以下山啦！”我答：“我的腿子功夫虽不是很好，但三天三夜仍不够。”他说：“那你还要坐多久？”我说：“今天我来这儿，不是跟你比腿子谁坐得久，也不是坐禅，我是来参访善知识的。”他说：“你想问什么？”我就举一禅门公案问他：“有一瓶子，在瓶内养了一只鹅，这公案说不可把瓶子弄破，也不可把鹅弄死，却要把鹅弄出来，我不知该怎么办？”他便学《景德传灯录》，叫我某某，我应声曰：“阿弥陀佛！”他即说：“鹅出也。”我向他顶礼后就离开；他随行说：“你说的这个公案，其实我也不懂。”那些公案该如何呢？在讲堂上课时，也曾提及此公案，要大家回去动动脑。最后就此公案，我曾论及四念处和四禅八定的问题。刚刚我已说过，一个问题的发生，不是只去寻找答案，而是

要去认识问题,了解问题,并把问题化解。我再举另一公案:“空中有一颗明珠,请问用何法可得手?”其实方法很简单,你是如何挂上去的,就依此法而得之。若不能挂上去,那空中本来就无珠可拿,自然无法可说,这就是禅。

我们再回到先前所举“找白云”的例子。他来找我,我站在他面前,他不认识我,我不愿直接告诉他什么,而说“天这么黑,风这么大,哪来的白云?”如果你自认是位禅行者,面对我所说的话,当这个问题发生时,你是去找答案呢?还是该去运用思想?想想我为何如此回答,其实我是在告诉他,天黑风大,不是没有白云,只是看不见。现在我站在你面前,你不认识我白云,所以在白云面前找白云,你说禅在哪里?

我们必须运用思想,才能发挥智慧。当此问题发生时,我已告诉他答案,化解了问题,他还改口说要找这儿的住持,明明白云就在我面前,只因天黑风大,你看不见。如果你肯运用思想,自然就能发挥智慧。我们再看喝水、吃饼的问题。学禅的人,“茶、饼”在禅门中意义与一般不同。例如有人去参访禅师,禅师问:“你从哪里来?”你回答从哪里来以后,禅师会说“喝茶去”或“吃饼去”。这在禅门中是两件大事。喝茶、吃饼又有何意义呢?直觉上我们认为可能是口渴肚子饿,但禅者的认识就不同了。“喝茶去”,是你想来此参学,先去尝尝这里的味道。什么味道?这儿的水怎么样?(要注意此水并非一般普通的水)“吃饼去”,是你可以住下来,有饭给你吃。(前者是仅可在此参学)我告诉来访者:“茶也有了,饼也有了,你有何意见?”他竟说没有意见,那他来找我做什么?第二天早餐后,我问他:“吃饱了吗?”第一次他客气地回答说:“吃饱了。”

当我再度问：“你‘真的’吃饱了吗？”难道不能引发他的思考吗？我们以吃而言，是否仅把饭放进肚内就可饱了呢？是否吃很多有营养价值的东西就饱了呢？其实只要能满足身体所需的营养，就是饱。再说，一餐吃饱，下一餐是否还要吃？今日吃饱，那明日又如何？所以我说：“‘真的’吃饱了吗？”他竟回答说：“我不会客气。”可见他未运用思想，表现出他的智慧。所谓禅，是当问题发生时，要能运用思想发挥智慧，而思想的内涵是依个人的知识经验，发挥出他的力量，将问题化解。就好比人家毁谤你，你会伤心难过，这种心情其实不该存在。既然是毁谤，并非事实，本就不该难过，如果真有此事，你就该悔过检讨。因为以自己的立场去看是毁谤，别人可不这么认为。人也就是这么活着，常为眼所见、耳所闻的而烦恼，其实以禅来说，是跟自己过不去，也就是自寻烦恼。

我们既知禅是运用思想发挥智慧，思想是有其内涵的，那要如何去表现呢？通常有的禅师不用言语，而用动作来表现，有的用一个字或一句话来表现。请看我的手势。这是什么？大家一定回答说：“是OK的手势。”这个答案是否是绝对的？“不一定”。再看这是什么？“是手掌”。再看这是什么？“是拳头”。禅师常以这些手势互换来问你，其用意是不要你在拳头、手掌上打转，这时如果你能去想一想，以一个最简单的方法答“手”。他怎么变，纵使有孙悟空的七十二变，仍离不开如来的一只“手”。一只手再怎么变，仍是手。手掌也好，拳头也好，手指成一、二、三也好，仍然是手。我们人常依眼所见、耳所闻的自我意识，在事物的表相上打转，禅师这样做的目的，是要我们一针见血，把握住它。

所以我们面对问题的时候，不要只是去计较、执著，而是要去