

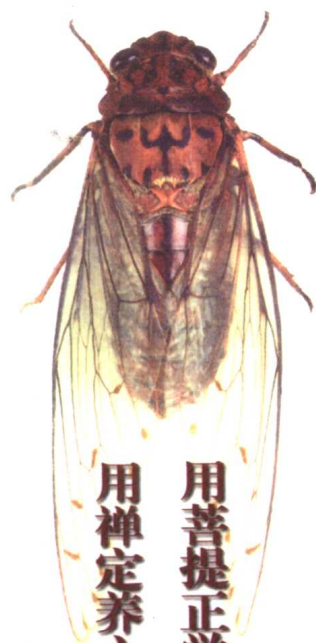
菩提树下

听 禪

的故事

「禅」可以开拓吾人的心灵，启发人们的智慧，引导我们进入更超脱自由的世界。

——（台湾）星云大师



用菩提正觉
用禅定养心



菩提树下听
禅的故事

惟真 编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

菩提树下听禅的故事/惟真编著. —北京:中国华侨出版社, 2004. 8

ISBN 7-80120-851-X

I. 菩... II. 惟... III. 禅宗—通俗读物
IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 081134 号

菩提树下听禅的故事

编 著/惟真

责任编辑/蒋泽新

装帧设计/路茗茗

经 销/新华书店

开 本/850×1168 毫米 1/32 印张/9 字数/150 千字

印 刷/北京市昌平长城印刷厂

版 次/2004 年 8 月第 1 版 2004 年 8 月第 1 次印刷

印 数/10000 册

书 号/ISBN 7-80120-851-X/G·363

定 价/19.80 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编:100029
发行部:(64443051) 传真:(010)64439708



目 录

什么是禅(代序).....	(1)	买纸	(20)
拈花与微笑.....	(9)	大与小	(21)
风动、幡动.....	(10)	八风吹不动	(22)
早把她放下了	(11)	骑驴觅驴	(23)
色即是空	(12)	吃茶去	(24)
地狱天堂	(13)	人的常情	(25)
吃茶论禅	(14)	苦恼什么	(26)
谁是我们的后人	(15)	钓鱼	(27)
什么是道	(16)	一直去	(28)
画饼究竟不能充饥	(18)	一喝之重	(29)
心在何处	(19)	死期到了	(30)

人身难得今已得,佛法难闻今已闻;
此身不向今生度,更向何生度此身?

——《净宗要义》

虱子的起源	(31)	宝剑不可触	(40)
行恶与修善	(32)	赵州石桥	(41)
棒与喝	(33)	给我眼珠	(42)
性与苍天	(34)	我非众生	(43)
柔软心	(35)	与众不同	(44)
我独尊	(36)	南泉化作什么	(45)
解铃还须系铃人	(37)	但吃肉边菜	(46)
一串数珠	(38)	覆船生死	(47)
修行要诀	(39)	一堆木柴	(48)

终日寻春不见春，芒鞋踏破岭头云；

归来偶把梅花嗅，春在枝头已十分。

——唐·无尽藏

- | | | | |
|------------|------|----------------|------|
| 语冷心慈 | (49) | 正误“真诀” | (64) |
| 未上树时 | (50) | 庄周梦蝶 | (65) |
| 一室六窗 | (51) | 杀子求子 | (66) |
| 与佛无缘 | (52) | 钻石就在你家后院 | (67) |
| 废纸一堆 | (54) | 强盗与禅师 | (68) |
| 谁是禅师 | (55) | 如何参禅 | (70) |
| 比大 | (56) | 以金易智 | (72) |
| 观音说法 | (57) | 超脱 | (73) |
| 粥与茶 | (59) | 佛陀论美 | (74) |
| 米里有虫 | (61) | 心无外物 | (75) |
| 三件古董 | (62) | 佛就是你自己 | (77) |
| 敲钟如佛 | (63) | 荣与枯 | (79) |

来时无迹去无踪，去与来时事一同；

何须更问浮生事，只此浮生是梦中。

——唐·鸟窠

- | | | | |
|-----------------|------|--------------|-------|
| 自己应该有主见 | (80) | 尼姑原来是女人做的 .. | (91) |
| 四个老婆 | (81) | 学会宽容 | (93) |
| 是这样吗 | (82) | 大智若愚 | (94) |
| 一日不作，一日不食 | (84) | 泥中莲花 | (95) |
| 没时间老 | (86) | 生存 | (96) |
| 变化的河流 | (87) | 人生的意义 | (97) |
| 学会等待 | (88) | 惭愧的高僧 | (98) |
| 知非便舍 | (89) | 生死谈 | (99) |
| 悟性 | (90) | 可怕的黄金 | (100) |



一池荷叶衣无尽，数树松花食有余；

刚被世人知住处，又移茅屋入深居。

——唐·大梅法常

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 还俗和尚····· (102) | 自我解脱····· (117) |
| 因缘乞丐····· (103) | 欲望无止境····· (119) |
| 佛祖与大盗····· (104) | 除去闲名····· (121) |
| 禅师的画像····· (105) | 如何面对诱惑····· (123) |
| 成功的秘诀····· (106) | 一村菊香····· (125) |
| 欧阳修与禅····· (107) | 正受烧书····· (126) |
| 快乐之道····· (108) | 佛与魔鬼····· (127) |
| 无相禅师和小偷····· (110) | 禅师的最后一课····· (129) |
| 莲花台····· (111) | 爱的教育····· (130) |
| 还生气吗····· (112) | 不淋一人····· (131) |
| 农夫买地····· (114) | 舌战····· (133) |
| 寻找宝藏的人····· (116) | 亲身体验····· (135) |

手把青秧插满田，低头便见水中天；

六根清净方为道，退步原来是向前。

——唐·布袋

- | | |
|---------------------------|-------------------|
| 哭婆忧天····· (136) | 一封推荐信····· (145) |
| 恐惧感····· (137) | 固执的玄机····· (147) |
| 寻找失落的“自我”····· (138) | 方丈与乞丐····· (149) |
| 何必在意小事····· (139) | 确定的目标····· (151) |
| 禅者的修养····· (140) | 早餐凉了····· (153) |
| 四面是山····· (141) | 放下····· (154) |
| 铁眼募钱····· (143) | 万事随缘····· (155) |
| 以其人之道治其人之身
····· (144) | 本来就是你的····· (156) |
| | 如此待客····· (157) |

春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪；
若无闲事挂心头，便是人间好时节。

——宋·无门慧开

煽风点火·····	(158)	行走江湖·····	(170)
禅门内外·····	(159)	鹅儿出瓶·····	(171)
苦瓜的味道·····	(160)	空空如也·····	(172)
咸淡有味·····	(161)	不得其门·····	(173)
亲近花的梵唱·····	(162)	概念的误区·····	(174)
心满意足·····	(163)	身残心圆满·····	(175)
满了吗·····	(164)	无心茶·····	(176)
离佛不远·····	(165)	因缘际会·····	(177)
心灵的重量·····	(166)	单行道·····	(178)
倾听山谷·····	(167)	敬佛无定法·····	(179)
宝石“变”石头·····	(168)	盐酱禅·····	(180)
破镜·····	(169)	空房子·····	(181)

终日看山不厌山，买山终待老山间；
山花落尽山常在，山水空流山自闲。

——宋·王安石

真不是东西·····	(182)	生死由他·····	(191)
糖饼的问题·····	(183)	无声之音·····	(192)
蜈蚣的困惑·····	(184)	佛陀的烦恼·····	(193)
与佛陀赌博·····	(185)	通身是眼·····	(194)
临终的慈悲·····	(186)	扛棺自化·····	(195)
一近一远·····	(187)	是邪是正·····	(196)
哪个是佛·····	(188)	在前变障·····	(197)
超越自然·····	(189)	只偷一次·····	(198)
道在哪里·····	(190)	云水随缘·····	(200)

人生到处知何似，恰似飞鸿踏雪泥；
泥上偶然留指爪，鸿飞那复计西东？

——宋·苏东坡

- | | |
|------------------|------------------|
| 割舍…………… (201) | 途中珍重…………… (213) |
| 珍惜现在…………… (202) | 谁知道你…………… (214) |
| 偷不去…………… (203) | 无道心…………… (215) |
| 正字与反字…………… (204) | 必修课程…………… (216) |
| 母亲的信…………… (205) | 不变应万变…………… (217) |
| 不是你的话…………… (206) | 无上法宝…………… (218) |
| 摩尼珠…………… (208) | 自己的住处…………… (219) |
| 不留平常心…………… (209) | 草木成佛…………… (220) |
| 将军的忏悔…………… (210) | 打车、打牛…………… (221) |
| 我不是佛…………… (211) | 锄草斩蛇…………… (223) |
| 禅师的眼泪…………… (212) | 地狱…………… (224) |

未曾生我谁是我？生我之时我是谁？

来时欢喜去时悲，合眼朦胧又是谁？

——清·顺治

- | | |
|-------------------|------------------|
| 做女婿…………… (225) | 禅像什么…………… (237) |
| 乞丐与禅…………… (227) | 自伞自度…………… (238) |
| 公鸡与虫儿…………… (228) | 了无功德…………… (239) |
| 最有魅力…………… (230) | 一休与五休…………… (240) |
| 多捡一些…………… (231) | 雪霁便行…………… (242) |
| 穿衣吃饭…………… (232) | 虚空眨眼…………… (243) |
| 好事不如无事…………… (233) | 大小不二…………… (244) |
| 说究竟法…………… (234) | 一切皆禅…………… (245) |
| 他已谢过了…………… (235) | 悟与不悟…………… (247) |
| 你无佛性…………… (236) | 茶中乾坤…………… (248) |

青山几度变黄山，世事纷飞总不干；
眼内有尘三界窄，心头无事一床宽。

——日本·梦窗国师

苦乐并存····· (249)	洗面革心····· (264)
古镜未磨····· (250)	一得一失····· (265)
杀气太重····· (252)	虔诚的心····· (266)
育才之道····· (254)	吃饭睡觉····· (267)
我为谁忙····· (256)	能大能小····· (268)
诸恶莫作····· (258)	立地成佛····· (269)
天生暴躁····· (259)	水车原理····· (271)
不要拂拭····· (260)	银货两讫····· (273)
炷香增福····· (261)	一片菜叶····· (274)
净秽一如····· (262)	谁的罪过····· (275)
洗碗扫地····· (263)	飞越生死····· (276)



什么是禅(代序)

[台湾]星云大师

什么是禅？凡是对佛教有研究的人都知道，这个题目严格来说是有问题的，因为禅不是能讲的。禅的境界是言语道断，心行路绝，是与思维言说的层次不同的；但是，“妙高顶上，不可言传；第二峰头，略容话会。”为了把禅的境界介绍给大家，不得已，仍然要藉言语来说明。

现在的社会到处烦乱，物质生活奢侈浮华；但是，有不少人却感到生活空虚，精神焦虑，苦痛倍增。所以，这个能解决生命问题，提高生命境界的禅学，乃在世界各地，引起知识分子和社会上层人士的重视。

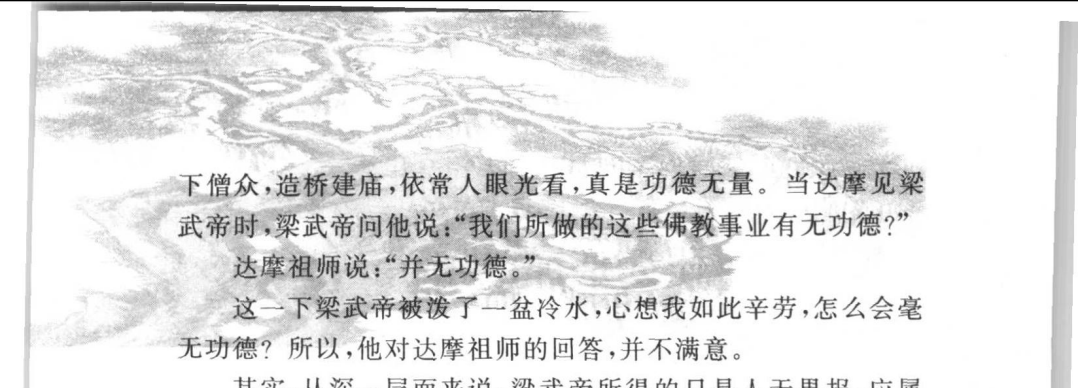
“禅”可以开拓吾人的心灵。启发人们的智慧，引导我们进入更超脱、自由的世界。禅合乎真善美的条件；虽然不容易谈，可是要知道什么是禅，那我们就不能不尽力弄清楚。现在我把内容分成三个部分来叙述，这三部分是禅的历史，禅的内容与禅的修法。

✻禅的历史✻

佛陀谈经三百余会，说法四十九年，三藏十二部经典浩瀚无涯；可是，这些无量数的文字般若，与禅宗的起源并没有直接的关系。相传有一天，佛陀在灵山会上，登座拈起一朵花展示大众，当时众人都不明所以，只有大迦叶微笑了一下，佛陀当时就说“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，付嘱摩诃迦叶。”佛陀于是将法门付嘱大迦叶，禅宗就这样开始传承下来。

印度禅师代代相传，第二十八祖菩提达摩到中国来，时值南朝梁武帝在位。梁武帝笃信佛教，曾经三次舍身同泰寺，布施天





下僧众，造桥建庙，依常人眼光看，真是功德无量。当达摩见梁武帝时，梁武帝问他说：“我们所做的这些佛教事业有无功德？”

达摩祖师说：“并无功德。”

这一下梁武帝被泼了一盆冷水，心想我如此辛劳，怎么会毫无功德？所以，他对达摩祖师的回答，并不满意。

其实，从深一层面来说，梁武帝所得的只是人天果报，应属福德，并非功德。在神的立场看，达摩祖师所说，乃是直心之言；但是却得不到梁武帝的欣赏，因此，达摩乃转往嵩山少林寺面壁。

从这一段记载中，我们可以体会到禅的高妙，确实是不能以一般的见解去论断的。像梁武帝的这种居心，只求为善得福，并不是禅宗的究竟目标。即使有所得，也是人天福报而已，在禅师的眼里，是微不足道的。

神光慧可，河南人，少年精通世学，壮年在龙门香山出家，后人嵩山少林寺，拜谒达摩，要求开示，并请为入室弟子，达摩不准许，神光遂在门外停候。时值风雪漫天，过了很久，雪深入腰。达摩见他确实真诚求法，允许入内，并问他：

汝究竟来此所求何事？

神光答道：弟子心未安，乞师安心。

达摩喝道：将心拿来，吾为汝安！

神光愕然地说道：觅心了不可得！

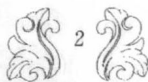
达摩这时居然说道：吾与汝安心竟！

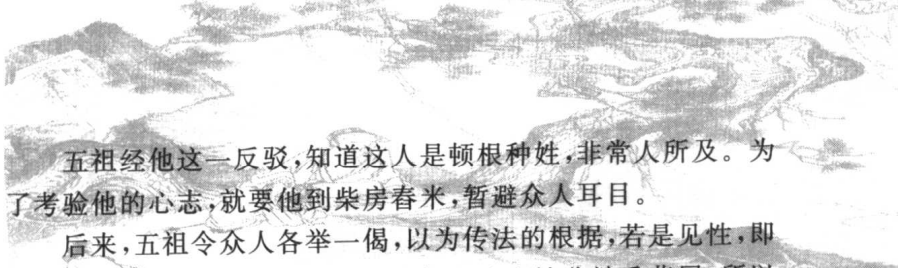
神光慧可乃告豁然大悟。烦恼本空，罪业无体，识心寂灭，无妄想动念处，是即正觉，就是佛道。若能会心，佛性当下开显。

神秀博通三藏，为五祖弘忍座下的大弟子，讲经说法，教化四方，当时的人，莫不以其为五祖的传人。这时却从南方来了一个慧能，其根法甚利，虽处南蛮獠獠之地，求法热忱，并不落人之后。

当他见到五祖时，五祖曾试探他说：“南方人没有佛性？”

当时慧能答道：“人有南北，佛性岂有南北？”





五祖经他这一反驳，知道这人是顿根种姓，非常人所及。为了考验他的心志，就要他到柴房舂米，暂避众人耳目。

后来，五祖令众人各举一偈，以为传法的根据，若是见性，即得衣钵，成为五祖传人。这时大众都以为衣钵非神秀莫属，所以没有人敢与他竞争。

当时，神秀日夜思量，终于提出一偈。

身是菩提树，心如明镜台；

时时勤拂拭，勿使惹尘埃？

这一偈子，五祖认为虽然不错，却仍未能见佛性。所以衣钵没有传给他。

慧能在柴房得悉此事，心想我亦呈一偈如何！遂央人替他 把偈语题在墙上。这偈语是这样写的：

菩提本无树，明镜亦非台；

本来无一物，何处惹尘埃。

五祖见了，知道慧能已经悟性。为恐其招忌，仍着人将偈拭去。然后到柴房敲门。问道：米熟了没有？

慧能回答曰：早就熟了，只等着筛耳。

五祖遂又在门上敲了三下，慧能会意，乃在半夜三更，到五祖座下，请他开示。

五祖传授他《金刚经》，至“应无所住而生其心”时，慧能顿然大悟。五祖遂将衣钵传给他，并命他南行，以待时机。五祖送到江边说：“我操船送你。”

慧能说：“迷时师度，悟时自度。”遂到南方弘化，终成为震烁古今的六祖。

从这些历史记载，可知禅的风格确是相当独特的，所谓教外别传，不立文字，实是得其真机。但是由于禅门宗旨，并非人人能解，所以也常受人曲解。然而禅的机锋教化，都是明心见性之方，全是依人的本性——佛性而予以揭露。他的原则是建立在“众生皆有佛性，人人皆可成佛”的道理上。所以进一步言“放下屠刀，立地成佛”，又有多少人能把握这一层的意义？梁武帝的



希求人天福报，不就是典型的一例吗？至于今天谁才能直探禅门本源？这就要靠众生求法的宏愿和实践了！

✻ 禅的内容 ✻

古今禅门公案皆为禅师考验或印证弟子悟道的对答，其实这种对答，就是一般人所谓的“考试”。不同的是，它是随各人的根性与时间、地点而变化，它没有明确的划一标准答案，也不是从思考理解得来的。所以，如果不是禅门的师徒，有时候很难明白其中的道理所在，而且，如果用常人的想法来推敲，往往会发觉“公案”之违背常理。

禅是离语言对待的，是不可说的，一说即不中；可是，究竟真理固然如此，但对一般人如果不说，岂不是永远无门可入吗？所以，我们见到禅宗的语录居然也相当多，就是这个缘故。现在，我们就禅的内容特色列举几点，以为入门的契机，使我们进一步认识禅门的风光。

禅与自我

在佛教的其他宗派中，有些是依他力的辅助始得成佛，而禅宗则是完全靠自我的力量。如净土法门持诵佛号，密宗持诵真言，都是祈请诸佛加被，配合自力而后得度。在禅门里有一警句：“念佛一句，漱口三天”！禅师们认为成佛见性是自家的事，靠别人帮忙不可能得道，唯有自己负责，自我努力才是最好的保证。心外求法了不可得，本性风光，人人具足，反求内心，自能当下证得。

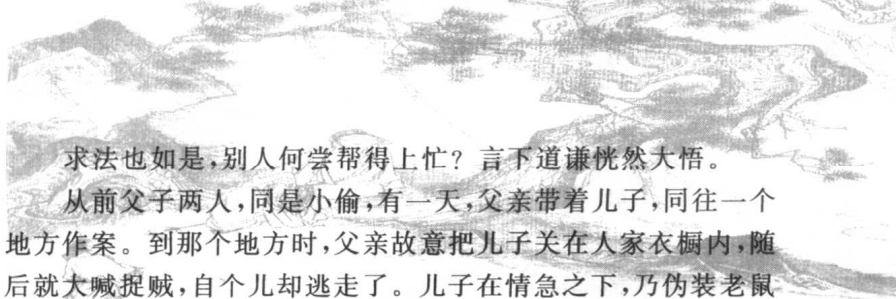
宋朝时，大慧宗杲禅师要道谦外出参学，道谦不肯，后来宗元与他同往。宗元曾告诉他说，有五件事别人不能帮忙：走路、吃饭、饥、渴、排泄。

有人问赵州禅师道：“怎样参禅才能悟道？”

赵州禅师听后，站起来，说道：“我要去厕所小便。”

赵州禅师走了两步，停下来，又说道：“你看这么一点小事，也得我自己去！”





求法也如是，别人何尝帮得上忙？言下道谦恍然大悟。

从前父子两人，同是小偷，有一天，父亲带着儿子，同往一个地方作案。到那个地方时，父亲故意把儿子关在人家衣橱内，随后就大喊捉贼，自个儿却逃走了。儿子在情急之下，乃伪装老鼠叫声，才骗走了那人家的主人，终于逃了出来。

当他见着父亲的时候，一直不停地抱怨。

父亲告诉他说，“这种功夫是在训练你的机智，看你的应变能力和偷的功夫，而这种应变的智力是要你自己掌握的，别人是没有办法帮得上忙的。”

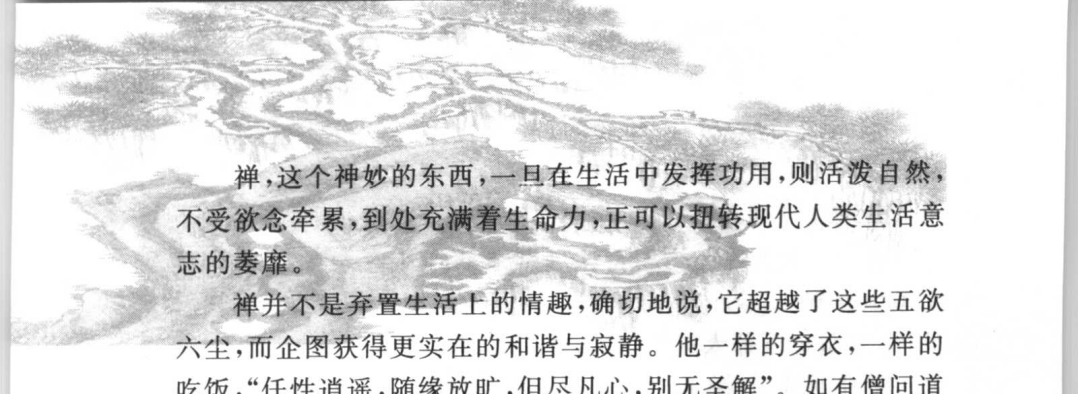
这一则故事，虽然不一定是实有其事，但正可以比喻禅门的教学态度。禅师们常常将其弟子逼到思想或意识领域的死角，然后要他们各觅生路。在这种情形之下，如果能够冲破这一关，则呈现眼前的是一片海阔的天空，成佛见性就在此一举。“丈夫自有冲天志，不向如来行处行”，这种披荆斩棘的创发宏愿，在禅门中可说是教学的基本宗旨。不要被别人牵着鼻子走，在修持上独立承担，自我追寻，自我完成，这是禅的最大特色。

禅与生活

人整天忙碌，为的是生活，为的是图己此身的温饱，可是这个“身”是什么？

禅师说：“拖着死尸的是谁？”

这种问题，在一般人是不容易体认得到的，人们辛苦地奔波，饱暖之外，又要求种种物欲；物质可以丰富生活，却也常会枯萎了心灵；口腹之欲满足了，却往往闭锁了本具的智慧。人们的日常生活，完全在一种不自觉的意识下被向前推动着。善恶是非的标准，都是社会共同的决定，没有个人心智的真正自由；所以这一时代的人们，往往感觉到，虽然拥有了前人所梦想不到的物质生活，却也失去了最宝贵的心灵自我。这是现时代的人类的悲剧。事实上，人们也逐渐地觉察到这一危机，也曾设想了许多补救的办法，社会哲学家，也提出了改良的方案，虽是改善了一部份，但对整个泛滥的洪流，似乎也无济于事。



禅，这个神妙的东西，一旦在生活中发挥功用，则活泼自然，不受欲念牵累，到处充满着生命力，正可以扭转现代人类生活意志的萎靡。

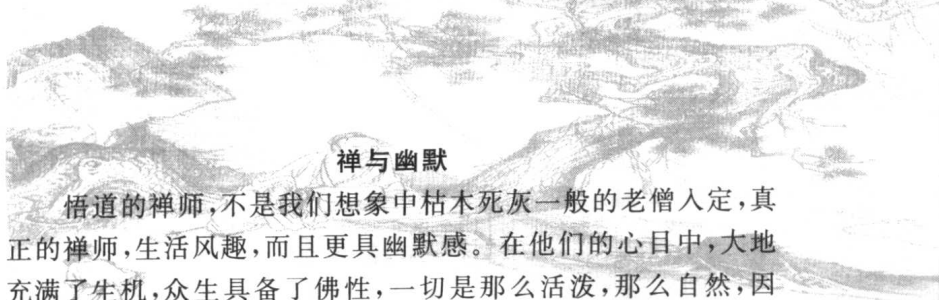
禅并不是弃置生活上的情趣，确切地说，它超越了这些五欲六尘，而企图获得更实在的和谐与寂静。他一样的穿衣，一样的吃饭，“任性逍遥，随缘放旷，但尽凡心，别无圣解”。如有僧问道于赵州禅师，赵州回答他说：“吃茶去！”吃饭、洗钵、洒扫，无非是道，若能会得，当下即得解脱，何须另外用功？迷者口念，智者心行，向上一路，是凡圣相通的。禅，不是供我们谈论研究的，禅是改善我们生活的，有了禅，就有了富有大千的生活！

禅与自然

何谓禅？禅就是自然而然，禅与大自然同在，禅并无隐藏任何东西。什么是道？“云在青天水在瓶”，“青青翠竹无非般若，郁郁黄花皆是妙谛”。用慧眼来看，大地万物皆是禅机，未悟道前看山是山，看水是水；悟道后，看山还是山，看水还是水。但是前后的山水的内容不同了，悟道后的山水景物与我同在，和我一体，任我取用，物我合一，相入无碍，这种禅心是何等的超然。

“偶来松树下，高枕石头眠，山中无历日，寒尽不知年”；“溪声尽是广长舌，山色无非清净身”，随地觅取，都是禅机；一般人误以为禅机奥秘，深不可测，高不可攀，这是门外看禅的感觉，其实，禅本来就是自家风光，不假外求，自然中到处充斥，俯拾即得。

但是，今天的人类，与自然是对立地位的，人类破坏自然界的均衡，把自然生机摧残殆尽，展现在世人眼前的一切，都靠人为的障碍机械操纵，而告僵化、机械化。这样生活下去，怎能感到和谐，怎能不感到空虚，使精神烦忧而痛苦呢？“禅”就如山中的清泉，它可以洗涤心灵的尘埃；他如天上的白云，让你飘流四方，任你逍遥。



禅与幽默

悟道的禅师，不是我们想象中枯木死灰一般的老僧入定，真正的禅师，生活风趣，而且更具幽默感。在他们的心目中，大地充满了生机，众生具备了佛性，一切是那么活泼，那么自然，因此，纵横上下，随机应化，象春风甘霖一般地滋润世间；有时具威严。有时也至为幽默，这正是禅门教化的特色。

温州玄机比丘尼，参访雪峰禅师。雪峰问她：

从何处来？

从大日山来。

日出也未？

如果日出，早已溶却雪峰。（这是说我若悟道，则盛名必将雪峰禅师掩盖，哪需来向你请教）

雪峰又问：叫什么名字？

玄机！

日织几何？

寸丝不挂！

雪峰心想，你真有这个本事吗？随口说道：

汝袈裟拖地了！

这时玄机猛然回头，雪峰大笑说：

好一个寸丝不挂！

太监鱼朝恩，权震当朝，一日，问药山禅师：“《普门品》中说黑风吹其船舫，飘堕罗刹鬼国，请问什么是黑风？”

禅师并未正面回答，只是不客气直呼：“鱼朝恩！你这呆子，问此何为？”鱼朝恩听了勃然变色，正要大怒，药山禅师笑道：“这就是黑风吹其船舫了！”

灵刵禅师参访归宗禅师，问道：“如何是佛？”

归宗禅师说：“不可语汝，汝不信；汝若信，过来吾告汝！”

然后细声贴耳地告诉他：“汝即是！”

这些弘化教导的手段是何等的幽默！

学禅，要有悟性，要有灵巧，明白一点说，就是要有幽默感！



古来的禅师，没有一个不是幽默大师，在幽默里，禅是多么活泼！
禅是多么锐利！

✻禅的修法✻

以上仅是就禅的历史和禅的内容特色，向诸位作简单介绍，
现在我再进一步来告诉各位禅是如何修法。

古代禅师的棒喝，那是在教禅；禅者的扬眉瞬目，那是论禅；
一日不作，一日不食，这是在参禅；赵州八十行脚，这是在修禅；
这些典型，都留给人很大启示，现分叙几点，略加介绍。

提起疑情

世界上的大部分宗教，最重视的是信仰，而且不可以用怀疑
的态度去追觅教义，但是禅宗在入门时，首先须提起的便是疑
情。尤其禅门，更是要有大疑，才能大悟，若是没有疑情，则等
于饱食终日，无所用心，绝不会有开悟的时候。“如何是祖师西来
大意？”“什么是父母未生的本来面目？”“万法归一，一归何处？”
“念佛是谁？”……这些问题，并不是要学禅的人去找资料写论
文，它只不过是提起禅和你的疑情而已。

参究下去

疑情起了以后，进一步要用心去修，所谓迷者枯坐，智者用
心。用心是随时随地，用全副精神去参，并不是在打坐时才是用
心参禅，这么追本溯源的疑下去，问下去，一直到打破沙锅问到底，
则豁然大悟，这种开悟的境界能描述吗？很难。只能告诉大家
“如人饮水，冷暖自知。”

身行力学

本来禅是不可说的，是言语道断，心行处灭的境界。今天在这
里说了许许多多，已有画蛇添足之嫌，事实上，禅最直接的方式，
就是从生活上去实践，衣食住行处寻个着落。那么，一屈指，
一拂袖，上座下座，无一不是禅，各位，若要再问什么是禅，我告
诉你：“睡觉去！”懂不懂？不懂！不懂！参！

