

女禅师开悟的故事

洪启嵩 ◆ 著

女人禅

第一次以女禅师为中心，
介绍了三十五位伟大女禅师的故事，
以及她们高明的禅法。

从中不仅能领略到这些女禅师的
绝世智慧与丰姿，
更让人阅读后，
顿悟生命的智慧，
愉悦欢乐的人生。



禅与生活丛书

女人禅

——女禅师开悟的故事

洪启嵩 著

中国社会出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女人禅/洪启嵩著. —北京: 中国社会出版社,
2004.5

(禅与生活丛书)

ISBN 7-5087-0079-1

I. 女... II. 洪... III. ①禅宗-通俗读物②女性
-修养-通俗读物 IV. ①B946.5-49②B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 032097 号

丛 书 名: 禅与生活

书 名: 女人禅

著 者: 洪启嵩

责任编辑: 永 弘

出版发行: 中国社会出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话: 66051698 电 传: 66051713

经 销: 各地新华书店 邮购电话: 66060275

印刷装订: 北京柯蓝博泰印务有限公司

开 本: 850mm×1168mm 1/32

印 张: 10.875

字 数: 194 千字

版 次: 2004 年 5 月第 1 版

印 次: 2004 年 5 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5087-0079-1/B·57

全套定价: 146.00 元

(凡中国社会版图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)



序 言

这是第一本以女性为中心所写出的书，介绍了几十位伟大的女禅师，以及她们的高明禅法。大家从本书中不仅能领略到这些女禅师的绝世智慧与风姿，更能顿悟生命的智慧与幸福。在广大的禅海大流当中，女性禅师同样扮演着一种深沉浑厚的角色。

禅本来就是遍于一切，不分女男、贵贱、老少等外相。从达摩祖师以来，他的传法弟子之中，就有一位总持比丘尼，她被达摩肯许为得到他的“肉”。这女禅师的传统，虽然自古以来在以男性为中心的社会中，不能成为显著的大流，但是在传承上却没有断绝。

禅在男女之间，本来一切平等，女人在禅中得到开悟了，一样能成佛作祖的。现在特别拈出女禅师，是期望让所有的人能体悟这些女性智者的风貌，并且向她们致敬。也祈愿一切女性的智慧，能绽放在二十一世纪。让这偏向于女性因缘的二十一世纪，能够在温柔、敦厚、美丽的女性智慧中得到复兴，以济度在过去几个阳刚世纪当中对人间所造成的偏颇。

二十一世纪是女性的世纪，更是需要女性智慧的

世纪。如果女人的禅心智慧，能够遍生光明，人间将更有希望。其实女性根本不需要脱离女性的自性，而去运用或移植男性中心的模态来展现智慧。因此祈望每一个女性的自觉者，能发觉自身即是禅心智慧，自在展现自身真、善、美、圣的风姿，成为真正的观自在者。

这是使每一位女性发现自己禅心智慧，更加增长生命自信与自由幸福的书。对于男性而言，如果能够谦卑地学习女性智慧，那么对自己的家庭、人生的幸福光明应当有着极大的助益，对于被男性的众生们所长期蹂躏的，而显得十分支离破碎、污染的政治、社会、经济、思想、文化、艺术、环境、生态，也应该是值得欣喜庆悦的事。尤其是对于大地之母，应该会欣喜她的儿子们，因为多学习了女儿们的温柔智慧之后，将不会再对她如此粗暴了吧！

最后，愿将此书献给我的母亲洪陈好女士，我的父亲在我七岁时早逝，由于她与祖母辛苦的抚养，让我能略识之余听闻禅法佛心。

也期望将此书供养给天下所有女性的智者——你们的智慧，使整个世界更加光明、温柔、美丽。

虽然一个不识女性真谛的粗俗男人，写了这一本书，我也感觉到惭愧，但是祈望我的谦卑、诚恳，能弥补这一份不足。





僧果的呼吸	1
呼吸的愿望	7
刘铁磨的老母牛	8
刘铁磨的故事	17
住庵婆的眷属	19
女人与男人的分别	29
烧庵婆的大火	31
无言的火灾	41
台山婆婆的道路	43
蓦直去	51
平田嫂牧牛	53
平田嫂的禅	63
佛通的秋露春风	65
春风秋露	73
文照的眉毛	75
文照的光彩	83
觉庵的自由	85
虚空中的爪牙	92

卖油饼的女士	94
俞道婆的油饼	109
真如的清风明月	111
清风独照着明月	119
计法真参了禅	121
妈妈的禅	129
觉真的鼻孔	131
春雨	140
智悟的三十年后	142
智悟的月明了	151
2 独目金刚	153
水晶	160
行刚的伏狮	162
伏狮的血迹	170
总持舌上的青莲花	172
总持心,达摩肉	177
信相圣尼	178
信相的颂歌	186
末山娘娘了然	188
末山娘娘	194
实际的境界	196
实际的游戏	200



开悟的玄机	202
玄机之颂——开悟的妙音	209
法秘炼魔秘魔岩	210
法秘的炼魔	217
庞家的老婆禅	219
庞行婆的风情	227
点心婆婆的金刚经	229
卖饼婆婆的心意	237
煎茶婆婆的神通妙用	239
煎茶婆婆的脚不一样	246
李行婆的拳上工夫	248
李行婆是女人	255
凌行婆的禅机	256
凌行婆的哭声	265
甘贽妻子的顿悟	267
甘贽妻子喜欢喝水	273
妙慧的慧光	275
妙慧的法衣	282
法海的坐脱自在	284
法海是坐着死的	289
郑十三娘的心剑	291
少年郑十三娘	298



智通的明心圆通	300
智通的心海	307
慧温的三通大鼓	308
慧温的鼓声	315
妙道的无梦说梦	316
妙道的颂歌——梦中的梦	324
妙总的遍地清香	326
妙总的雪	334
佛教禅宗常用术语	336





僧果的呼吸

广漠无尽的大海，吹来阵阵的凉风，带着令人振奋的盐味。当举头但见风飞帆动时，也真不知道，到底是风动、是帆动，还是仁者心动了。

依托护法善神的佑护，这一路从师子国(斯里兰卡的古称)经过了阇婆(现在的印度尼西亚)，一路循海行来，还真是十分的平安，一路来满帆长驶，并没有碰遇到什么暴风恶浪，真是欢喜幸运了。这艘船的船主，外国商人竺难提，满心念诵着观世音菩萨的名号，真感谢佛菩萨的恩德了。

难提回首看了看船上那些迎风看海的八位比丘尼众，心里可真的佩服了。这八位比丘尼，可来得不简单，她们是来自师子国的比丘尼，现在发愿要横渡大洋，前往中国。这就像当初阿育王的公主僧伽密多(Samghamitta)长老尼，带领了十一位比丘尼到师子国，建立了比丘尼教团一样，令人敬佩。

这八位比丘尼在守文帝元嘉六年(公元429年)乘着海船抵达广州，然后来到了宋都建业(今南京)，住在开福寺中。这座开福寺，就座落在江苏冶城(今江苏江

宁县西)的东南方,是晋时所建的。

在过去,从来没有外国的比丘尼来到中国,以前的中国尼众,都是从大僧受戒的,现在的因缘,即将慢慢改变了。

※ ※ ※ ※ ※ ※

僧果尼师是河南汲郡修武县人,她的俗姓为赵,名为法佑。她宿植诚信,纯笃自然,个性十分的和悦。当她成人之后,心中只一心想出家修行,但是由于因缘的阻碍,所以到二十七岁时,才获准出家。

僧果师事江苏广陵(今江都县东北)的慧聪比丘尼为师,不只戒行十分的坚定洁明,最重要的是她修学禅观十分的精进,使她的禅定力量,增长迅速。所以她常一入定,就从黄昏直到次日晨晓,呼吸绵密而精神净明,外形却如同枯木般不动。由于这种定力,十分的少有,许多浅识之徒,搞不清楚状况,还心中常生疑惑。

当元嘉六年时,八位从师子国来的比丘尼,住进了开福寺。有一次,师子国的尼众们就问僧果说:“你们国中,过去是否曾有外国比丘尼前来呢?”

僧果想了一想,就回说:“没有。”

这时,尼众们也感觉奇怪了,就又问说:“那么先前中国的尼师受戒,哪能得到二僧的证明呢?”因为,既然没有具戒的比丘尼僧众,如何为中国先前受戒的比丘



尼证明,得传比丘尼戒法,而有比丘尼呢?

僧果只好勉强地辩解说:“我们都只是跟随比丘大僧受得本事戒法就圆满了,这是因为发起受戒人的心,使之生起殷重庄严的感觉只是方便而已。”所以如同过去大爱道比丘尼得到佛陀授与八敬而得戒后,五百释种女子,再以大爱道为和尚(亲教师),这是特别的好例子。僧果虽然如此回答,其实她的心中不十分踏实,还是有疑惑的。

依《大爱道比丘尼经》所记载,比丘尼出家,始于佛陀的姨母大爱道(Mahāprajāpī),她誓守八敬法,所以佛陀许她出家受戒,而后佛陀的俗夫人耶输陀罗及五百位释族的女子,再礼拜大爱道为和尚,出家为比丘尼。

大爱道又被称为比丘尼阿姨(Bhiksuni Ārya),不过这可不是因为他是佛陀的阿姨,才如此称呼的。因为阿姨是阿梨夷的略称。梵语阿梨耶(Ārya)意译为圣者,依女声而称为阿梨夷,所以应是圣比丘尼之义,不过有人要说阿为发语词,姨即姨母,只要念起来好,也没什么不可以了。

※ ※ ※ ※ ※ ※

中国比丘尼受戒,始于东晋的净检。净检等共有四位女众,在晋穆帝升平元年(公元 357 年)二月八日,在



洛阳礼请外国沙门昙摩羯多设立戒坛，跟从大僧接受比丘尼的具足戒，因此《比丘尼传》卷一中说：“晋土有比丘尼者，亦自检始。”但由于净检仅就比丘一众受戒，并没有从比丘尼众受戒，有些人以为未尽如法。因此，才有僧果尼与师子国比丘尼的对话。

僧果虽然在比丘尼众面前有了一番解释，但是她的心中确实生起了真正的疑惑，于是请问了僧伽跋摩(Saṃghavarman)。僧伽跋摩是印度人，由于善解佛法经、律、论三藏，又号为“三藏之法”。

僧伽跋摩以为，像大爱道比丘尼，并没有从其他尼众受戒，也能具戒无异，所以过去的受戒也算具足，所以也认同了僧果的见解。

但由于现在有师子国的比丘尼众前来，因此是否重新受戒会更圆满呢？于是僧果又问道：“那是否能够重新受戒呢？”

三藏回答说：“佛法的三学戒、定、慧品，从微至著，如果能重新受戒，当然更好了。”

于是，僧果决定重新受戒。但由于从师子国前来的八位比丘尼出家的年腊不足，而且又不满十人，所以她们就先学习宋语。并央求商人竺难提，再从外国请来比丘尼，以圆满十戒法中十位尼师的要求。

宋文帝元嘉十年(公元433年)，船主竺难提又从师子国，迎来了以铁萨罗(Tissara)为上首的十一位比丘尼。而先前抵达的八位尼众，这时也通晓了宋语。因此，



就恭请僧伽跋摩在南林寺结界设立戒坛，要传授比丘尼戒了。

南林寺位于建业的中兴里，是宋文帝元嘉四年(公元427年)司马梁王妃施舍自己的宅第，为晋陵公主所造。现在则要用来作为比丘尼的戒坛。而次第重新受戒的比丘尼，有三百余人，真可说是中国比丘尼史上，最重要的大事了。

※ ※ ※ ※ ※ ※

自从此次受戒之后，开福寺改称为景福寺。而狮子国的比丘尼铁萨罗等，则受到建寺供养，居住在建业城内(现今南京门外)，此寺就名为铁萨罗寺了。此寺后来又名为翠灵寺或妙果寺，在赵宋时被焚毁，重修后改名为瑞相院了。

而僧果尼本来的禅定力量就极为高深，而重新受戒后，更加地精进修持禅法。在宋文帝元嘉十八年(公元441年)时，有一次她又禅坐入定，过了一天以上。

这时执事的维那，看她入定了那么久，心中怕她出了什么事情，就故意触动她的身体，她却一点都没有反应。这时，维那以为她已死了，惊吓得赶紧报告了官府。

当官员赶紧前来共同看视时，只见僧果果然身体早已冷去，而肌肉僵硬，只剩下十分微细的气息，微微地呼吸着。这时，大家认为她已身亡，所以就要将她移



动抬起以便人葬。

这时，只见到僧果尼忽然自己开启眼睛，自行活动了起来，并且言笑如常，使大众惊骇叹服她的禅功高深。

僧果尼的禅定深远，所以能在入定、出定中一切自在。事实上自古以来，像她如此的高尼，是不少的。她们的修证境界，是所有修行人的典范。

僧果尼示现了如此的禅功，使后人叹服，而她的踪迹，也是深秘无常的。她最后到底前往何处，大家并不晓得，她最后竟不知所终了。

禅者的心，无限的自在绵延，无始也无终，不来也不去。或许就像僧果的呼吸一样，若有若无，却随心所欲自在，示现着生命的影像，最后却了然无踪。

在长长的时间之河中，生命游泳着。自在的禅者，如善泳的生命一般，自如地进出水中，一点也没有障碍。但这必须对自我与他人的生命，拥有何等的尊敬、祝福与调适，才能让我们如此的自在自由。

僧果的生命，显现了她的自主，我们无比的钦佩。同样的，我们的生命，也必须让我们自己做主，也让我们自己钦敬一番。



■ 呼吸的愿望

大海带来了春天的消息
在今天第一万八千五百三十四次呼吸里
我听到了消息
那么微细的变化
带来了一丁点儿
暖
春天来了
那怕百花齐放在我的心房
大地带来了呼吸的愿望
在明天的三千三百三十三次呼吸时
开始细密的躲藏
她静静地伴着主人的心灵节奏
默默地沉寂在三千三百三十三
一天过去了,依然是三千三百三十三
这是呼吸最最寂静的涅槃
从三千三百三十三醒来
呼吸充满了热情与盼望
长的时候要长、短的时候要短
清凉、温暖的自在 适意着游戏
这一切的愿望
都与我的心很好商量



刘铁磨的老母牛

密印寺座落在湖南长沙宁乡县城西方七十公里的大沕山上。建于唐宪宗元和二年(公元 807 年),系相国裴休为沕山灵佑禅师所建,是沕仰宗的发祥地。

密印寺的山门题着“十方密印寺”的匾额,气势非凡。由于密印寺是沕仰宗的祖庭,因此在山门两旁,就有一副佚名的对联,写着:

法雨来衡岳,
宗风启仰山。

这是因为灵佑是百丈怀海禅师的弟子,是从南岳怀让、马祖道一、百丈怀海一脉传下,因此法脉是从南岳衡山而下,所以法雨是从衡岳而来。另外,由于他与弟子仰山慧寂禅师开创了沕仰宗的法门,他的弟子慧寂在仰山开法,所以说开启仰山的宗风了。

另外一副也是佚名的对联,也拈出了密印寺的情境与妙景,这副对联是:

风雨护龙湫,洗钵安禅,昨夜梦伽芸微笑;
桃花迷鹿径,鸣钟入定,何人知节度重来。

其中龙湫是大沕山上的一座池,而伽蓝应指为护

