

口头禅

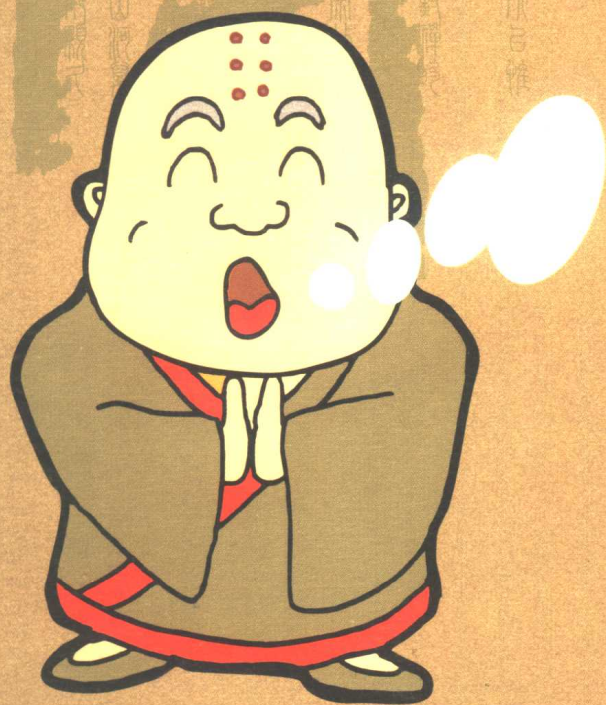
白惠德

译著



中国长安出版社

何谓禅？
赵州禅师曰：禅，就是自然而然，就是原本如此，就是平常心。
正可谓：
禅本无言，言却藏禅；禅非文字，心却可悟。



口 头 禅

白惠德 编著



中国长安出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

口头禅/白惠德编著. —北京: 中国长安出版社,
2004.10

ISBN 7-80175-160-4

I. 口… II. 白… 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 074422 号

口头禅

白惠德 编著

出版: 中国长安出版社

社址: 北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)

网址: <http://www.ccapress.com>

邮箱: cca@ccapress.com

责编: 李多

发行: 中国长安出版社 全国新华书店经销

电话: 010-65270593

印刷: 慧美印刷厂印刷

印张: 8

字数: 180 千字

印次: 2004 年 10 月第 1 版 2004 年 10 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-80175-160-4/C·025

定价: 19.80 元

(如有印装错误 本社负责调换)

序



禅,是一种思索,因为它以心传心,心心相印,不可言传,所以惟有静坐独思才能领悟。

感谢历代禅师,留下如此众多的禅宗故事,我们才有了对禅的思索。

(一)缘起西天

传说释迦牟尼一次在灵山上正准备说法,这时大梵天王来到灵山,向释迦牟尼献上一朵金色的波罗蜜花。然后坐在最后的位子上,聆听释迦牟尼说法。

释迦牟尼此时却一言不发,仅举起这朵金色波罗蜜花展示给众人。众人都不明所以,面面相觑,惟有弟子迦叶微微一笑。

佛陀明白,自己的心意已为迦叶领会,于是开口说道:“我有正法深藏在眼中,以心传心。你们应摆脱世俗认识的一切假相,显示诸法常住不变的真相。通过修习佛法而获得成佛的途径,了悟本体自性是绝对的最高境界,不要拘泥于语

言文字，教外别传。我将此法传授给迦叶。”

一朵金花，一抹微笑，禅由此生；不立文字，教外别传，佛祖已定宗旨。

（二）中土传法

达摩祖师，不远万里，西来中土；初遇梁武帝，讲经授法，稍遇挫折；于是一苇渡江，北上少林，面壁坐禅九个寒暑。后来慧可前来求法，立雪断臂，感动达摩，老祖为其安心，并传授衣钵，是为二祖。再后来，慧可为僧璨忏罪，僧璨为道信解脱，道信又路遇无姓孩儿弘忍，这样代代相传，苦心经营，禅宗才开始在中土扎稳脚跟，并由南向北，声势逐渐大振。

公元671年的一天，一个目不识丁的广东蛮子，前来拜见弘忍禅师，开口就说：“我来这儿不为别的，但求作佛。”弘忍便问：“岭南人都是一些不开化的蛮夷，又怎么能够作佛呢？”蛮子回答说：“人虽有南北之分，佛性难道还有南北之别吗？”弘忍听后，心下很是赞许，便说道：“到后院干活去吧。”蛮子欣然而受。

这一天，对于蛮子来说，也许只是拜见了一个得道的高僧，有了一个归宿；对于弘忍来说，不过是收下了一个很有慧根的徒弟，寺院里从此多了一张吃饭的嘴巴；而对于东山寺的众和尚来说，就更不足为道了，一个目不识丁、前来打杂的小师弟，不要也罢。

但这一天，对于中国禅宗来说，却是绝对的非比寻常。因为中国禅宗的一个巨大转变，即将在这个广东蛮子的手上发生，而这个蛮子就是后来震烁古今的禅宗六祖——慧能法师。

其实，无论是弘忍禅师，还是东山寺的众僧，当初他们决

计也想不到：这一天踏入东山禅院的蛮子是怎样的一个旷世奇才，他又将怎样在中国禅宗史上掀起一场壮阔的波澜。

东山禅院很安静，一如既往。而蛮子还在柴房默默地做事。

忽的一天，弘忍即将传授法杖，叫来诸弟子，让他们各作一首偈子以示心得。神秀当时为首座，而且的确也学通内外，于是率先作了一首：

身是菩提树，心如明镜台；

时时勤拂拭，莫使惹尘埃。

众弟子听后，一时传颂，五祖弘忍也略有赞许之辞。

蛮子却不以为然，请人代笔，也作了一首：

菩提本无树，明镜亦非台；

本来无一物，何处惹尘埃？

此偈一出，整个东山寺为之振动，众僧莫不惊叹。弘忍于是当夜三更秘密叫来蛮子，传授衣钵。为避免遭忌恨暗算，慧能奉师命连夜出走，直奔南方，从此隐姓埋名。

唐高宗仪凤元年，慧能随口一句“不是幡动，不是风动，而是仁者心动”惊动了当时久负盛名的印宗禅师，遂被请出来宣讲佛法。

由于慧能承继了达摩禅法的精髓，又适应中国的风土人情和历史走势，传扬顿悟法门，有直截了当、深入浅出、不泥经典、不重名相、贴近生活、形式活泼等特点，从王公贵族、文人学士到平头百姓、布衣白丁，都可以修学。所以一时从者如云，声震全国。

自此，禅宗史上开始掀起一场“波澜”。这场波澜不但以南宗“吞并”了北宗，而且“横扫”佛家各宗，使各宗各派，无不披靡。唐武宗灭佛后，佛家各宗都经受了沉重的打击，可是禅

宗凭着百丈禅师创立的丛林制度，却在中国民间站稳了脚跟，并且最终得到了朝廷的首肯，风行全国。

当初，达摩还在少林的时候，曾作了一首偈子：

吾本来兹土，传法救迷情；

一花开五叶，结果自然成。

如今这“一花”已然开出，六祖慧能广纳弟子，却不立文字，以心传心，单刀直入，见性成佛。其门下弟子，人才辈出，学成之后各居一方，自成一派，后来相继创建了曹洞、云门、法眼、临济、沩仰五个宗派，广弘佛法，是为“五叶”。

达摩当初的预言至此一一兑现。

(三)禅在我心

何谓禅？

药山惟严禅师，仰望上苍，说道：“云在青天，水在瓶。”

何谓禅？

青原惟信禅师，一捋长须，叹道：“老僧三十年前未参禅悟道之时，见山是山，见水是水；到了后来亲见知识，有个人处，见山不是山，见水不是水；而今得个体歇处，依然见山是山，见水是水”。

何谓禅？

赵州禅师，一转身，只丢下一句话来：“吃茶去。”

……

云在青天也好，见山是山也好，吃茶去也罢，这些都是再自然不过的事情了。那么禅师究竟是在意指什么呢？

其实很简单，诸位禅师是要告诉我们：禅，就是自然而然，就是原本如此，就是平常心。

“什么是平常心？”曾经有一个僧人这样问香林澄远禅师，禅师回答说：“早晨参拜，晚上请安。”

早晨参拜，晚上请安，这些都是僧侣们每天要做的事情。该你做的，你就去做，不要斤斤计较，患得患失，这就是“平常心”。

又有一次，一位僧人问大珠慧海禅师：“你修行禅道是否用功？”大珠禅师回答说：“用功啊。”僧人又问：“那你又是如何用功的呢？”禅师说：“饿了就吃饭，困了就睡觉。”僧人又问：“所有的人都是如此，岂不是和你一样用功吗？”禅师说：“不一样的。”僧人很奇怪，又问：“又有什么不一样吗？”禅师回答说：“有些人该吃饭的时候不想吃，百般挑捡；有些人该睡觉的时候不肯睡觉，千般计较。所以不一样。”僧人遂无话可说了。

吃饭睡觉，看起来是一件非常简单的事情，但究竟又有多少人能够快乐地把饭吃完，安稳地把觉睡饱呢？很多时候，我们的心在吃饭、睡觉的时候，还在“百般挑捡，千般计较”。由于执迷太多，稍不如意，便耿耿于怀；略有不顺，就郁郁寡欢。丢却了平常之心，贪图的越多，烦恼也就跟着越多。

如若我们的心能够放下挑捡和计较，去掉执著，虽终日吃饭睡觉，却不贪不厌，不任起颠倒妄想，这看似平常之事，其实当下就是参禅。

昔日玉琳国师的师兄，终日睡觉，别人却以为他懒惰。其实他的睡与他人不同，于睡中无妄念颠倒，寂寂然，惺惺然。他的功夫其实超过玉琳。

所以慧海禅师说：“解道者，行住坐卧无非是道；悟法者纵横自在，无非是法。”心无颠倒，禅就在当下，即在自心当中，只要反观自心，随时都可获得。所以禅在我心。

(四)口头禅

禅,虽然不是言语可以表达,文字可以记录的,但是由历代禅宗故事集合而成的禅宗灯录,其中却蕴涵了历代禅师对禅的诸多深刻领悟。作为一种千年智慧,禅宗灯录是历代禅师口口相授,以心传心的结晶。

正是由于灯录却可口授,机锋本是言语,历代弟子才有凭借去体会禅法的宗旨大意。本书取名“口头禅”,实际上就是为了体会当年师祖们以各种机锋、灯录口授弟子时的良苦用心。

正所谓:禅本无言,言却藏禅。

很荣幸,您能翻阅《口头禅》这本书,在这里我们特意为您精心挑选了168则经典禅宗故事;为了方便阅读,本书对这些庞杂的故事进行了一番细致的分类,共分为:初入禅门,禅宗师祖,禅与帝王,禅与文人,禅与众生,历代著名禅院,六个部分。

本书清晰的脉络,流畅的言语,典雅的文字,相信让你读之,赏心悦目,如沐春风,爱不释手,如饮甘饴。

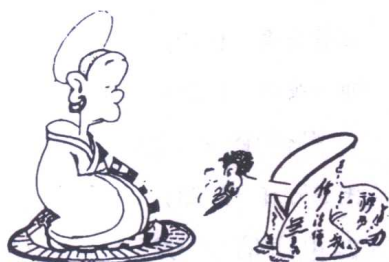
“我有明珠一颗,久被尘劳关锁;今朝尘尽光生,照破山河万朵。”

相信阅读完这些古老的智慧集成,你也会找出自己心中那颗久被关锁的明珠,洗却尘劳,让它从此照亮你的生活。

白惠德于清心斋

2004年6月

目录



第一辑 初入禅门 001

一花开五叶 (003)

禅门公案 (004)

机锋峭峻 (005)

妙悟自然 (006)

当头棒喝 (007)

丛林制度 (008)

南宗北宗 (009)

无遮大会 (010)

第二辑 禅宗师祖 011

达摩老祖 / 013

一苇渡江 (015)

只履归西 (017)
二祖慧可 / 018
立雪断臂 (019)
市井安心 (021)
三祖僧璨 / 023
无罪可忏 (023)
四祖道信 / 025
本无法门 (025)
五祖弘忍 / 027
无姓孩儿 (027)
六祖慧能 / 030
佛无南北 (032)
菩提本无树 (034)
仁者心动 (037)
菏泽神会 / 038
痛也不痛 (039)
知解宗徒 (041)
马祖道一 / 043
磨砖成镜 (044)
哄小孩子 (046)
口吐佛祖一身痰 (048)
学道还乡 (050)
百丈怀海 / 052
一起埋掉 (053)
一日不作,一日不食 (054)

002

骑牛找牛 (056)
汾山灵佑 / 058
炉中余火 (059)
净瓶之名 (061)
临济义玄 / 063
逢佛杀佛 (064)
瞎驴乱喝 (066)
洞山良价 / 068
无情说法 (069)
愚痴斋 (071)
曹山本寂 / 073
不变异处去 (074)
不救人与大慈悲 (076)
云门文偃 / 078
棒打佛祖 (079)
云门三句 (081)
雪峰义存 / 083
南山鳖鼻蛇 (084)
古镜破了 (086)
关门救火 (087)

第三辑 禅与帝王 089

- 唐太宗 / 091
武则天 / 092
唐肃宗 / 094
钉着挂着 (094)
虚空眨眼 (096)
唐宣宗 / 098
后唐庄宗 / 100
闽王王氏 / 102
空王殿 (102)
柑桔东问 (104)

第四辑 禅与文人 107

- 鸟窠禅师与白居易 / 109
鸟窠禅师 (109)
知易行难 (110)
问浮生事 (112)
明教禅师与欧阳修 / 113
明教禅师 (113)
皆在定慧 (114)
大颠禅师与韩愈 / 116
尊儒排佛 (116)

春秋多少 (117)
药山禅师与李翱 / 119
云在青天水在瓶 (119)
山高海底行 (121)
佛印禅师与苏东坡 / 123
无处可坐 (123)
大千世界一禅床 (125)
八风吹不动 (127)
坐上坐请上坐 (129)
多少重 (131)
诗偈论道 (133)
求人不如求己 (135)

第五辑 禅与众生 137

红尘问禅 / 139
我已放下 (139)
枯木寒岩 (141)
岂曾混淆 (143)
妻子偷人 (145)
公鸡与虫子 (147)
瞎子打灯笼 (149)
不可向你说 (151)
虱子是什么做的 (153)
天生暴躁 (155)

大小不二 (157)
我要回家 (158)
放下！放下！ (160)
百年一梦 (162)
世外禅林 / 164
桶底脱落 (164)
赵州茶 (165)
你也对 (166)
任由荣枯 (168)
静心与抽烟 (169)
苦瓜变甜 (171)
随遇而安 (173)
点心 (174)
到了龙潭 (176)
禅非问答 (178)
锄草斩蛇 (180)
凡圣两忘 (182)
一与十 (183)
本来面目 (185)
要眼珠 (187)
夜游神 (189)
安住何处 (191)
飞越生死 (193)
真假妄语 (195)
肯定自己 (197)

无言句 (199)
今天不方便 (201)
三种人 (203)
禅师的幽默 / 205
上厕所 (205)
下地狱 (206)
一日一字 (207)
烧佛取暖 (208)
粪中乘凉 (209)
舌上生疮 (210)
黄纸黑字 (211)
抓住虚空 (212)
傲慢 (213)
宝物 (214)
吐痰 (215)
寸丝不挂 (216)

第六辑 历代著名禅院 217

少林寺 (219)
文殊院 (221)
大林禅寺 (222)
圣安禅寺 (223)
宝光寺 (224)
双桂堂 (227)

别传禅寺 (229)

密印寺 (232)

华亭禅寺 (235)

五祖禅寺 (237)

800