

跟林清玄走进禅韵人生

萧逸 著

心如菩提



心如菩提



跟林清玄走进禅韵人生

萧逸 著

图书在版编目 (CIP) 数据

心如菩提：跟林清玄走进禅韵人生 / 萧逸著. —北京：新世界出版社，2012. 3

ISBN 978-7-5104-2582-0

I. ①心… II. ①萧… III. ①禅宗—通俗读物 IV. ①B946.5-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 023771 号

心如菩提：跟林清玄走进禅韵人生

作 者：萧 逸

责任编辑：杨 磊 石乃月

封面设计：程 慧

责任印制：李一鸣 黄厚清

出版发行：新世界出版社

社 址：北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部：(010) 6899 5968 (010) 6899 8705 (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

印 刷：北京中印联印务有限公司

经 销：新华书店

开 本：787×1092 1/16

字 数：260 千字 印张：21

版 次：2012 年 5 月第 1 版 2012 年 5 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5104-2582-0

定 价：36.80 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 8733

前 言

世界太吵闹。

如今我们生活的世界太嘈杂，充斥在耳边的是各种大型机械不停运转的轰鸣声，为了金钱利益而引发的争吵声……即使是在深夜中紧闭双眼，也能听到一波一波的声浪不断向我们奔涌而来。盛夏的午后张开耳朵，听不到悠扬的蝉鸣；冷清的冬夜高仰起头，看不到天空中闪耀的繁星。取而代之的是超重低音炮里含糊不清的流行音乐和五彩斑斓闪烁着的霓虹灯。在震耳欲聋的流行音乐和渐欲迷人眼的霓虹灯下，有无数行色匆匆的人不停地向前行走，他们夹着偌大的公文包冷着一张脸重复着一天又一天的工作；滚滚的车轮载着衣冠楚楚的成功人士，弛向一场又一场不甘情不愿的夜宴。

许多人背负着沉重的生活，茫茫的未来无可预知，沉重的过去又如同如来佛祖的五指仙山，沉甸甸地压在胸口，压力不断地增大增大再增大，他们的心理承受能力却日复一日地减小减小再减小，失落、孤独、痛苦、困惑在日复一日地加深。多少人整日里抱怨重重，

又有多少人消极厌世，原本纯净的心灵被蒙上一层又一层厚厚的灰尘，而参禅能帮助人们祛除心灵上的尘垢。

禅本由佛教而生，注重心灵修为。在修禅之人看来，没有什么能比修心更重要。外界的一切执著不过是内心的变现，而产生的一切妄念不过是由心而生。在这样一个喧嚣的世界，每个人都想要更好更好更更好地活着。可是究竟怎样才是更好地活着？难道就是获得更多的金钱和更大的权力？在普通人看来似乎就是这样，然而在禅者眼中，生活的最高境界与这些相去甚远。

在参禅者看来，生活是一种艺术，一种不拘于任何时间、地点和形式的艺术，而唯有身心安顿才能参悟生活的真谛。修禅就是修心，在现实的大海中寻找一叶扁舟，承载着心灵朝着自在境界漂泊，在喧嚣的滚滚红尘之中，寻觅一方乐土，可以倾听每一朵花绽放的声音，呼吸每一丝雨后混合着泥土芳香的空气，活得自由、自在、快乐、安然，不再被嘈杂干扰，在欲海沉浮中保持安然。

然而心中惶恐是现代都市人的一种病，因为过得浮躁，所以心情烦躁，又因为社会节奏太快，于是始终没有办法像从前一样把一件事情做到善始善终，没有心情和时间去经营一份生活，不断忙碌的目的只是“活着”而不是“生活”。

现代的人，需要心中的“安静”。

身心的安静如同山涧中的一眼清泉，在燥热中带来清凉，躁动的思绪如同在暴风雨中颠簸的小舟，看见前方的灯塔，找到前进的方向就再没有什么可以恐慌。在许多人眼中，那位高山族男子就像那一泓山泉、一盏灯塔，他用文字讲述生活中的禅意，清淡温婉，让遇到挫折的人能够开阔心怀，走出阴霾，继续奋斗；使那些匆忙的人能够静下心，在每一次花开的时候、落雨的时候都体会到美，

让人生能过得丰富多彩，不再任由美好的时光匆匆而逝，在人生的旅途上不虚此行。

这个时代需要林清玄，修禅会使人内心安静，如此才能更好地生活，如此才能真正地生活！

目 录

前 言 /1

第一章 菩提树下寻禅踪 /1

菩提 /3

菩提树 /3

菩提本无树 /6

不得不说的禅机 /10

佛曰：“不可说。” /11

从拈花一笑开始 /16

永远的修行 /25

心如菩提 /30

人人皆有禅心 /32

修一颗自在心 /37

朝圣之路 /44

禅之三境 /46

最上乘禅 /52

游戏三昧 /56

菩提的声音 /63

释迦牟尼 /64

菩提达摩 /69

二祖慧可 /72

三祖僧璨 /77

四祖道信 /82

五祖弘忍 /102

六祖慧能 /107

第二章 莲花台上修禅爱 /111

莲花 /113

莲香四溢 /114

花开在心间 /116

爱如清水芙蓉 /125

细微之处见真爱 /127

爱一切众生 /132

爱之旅途 /137

因为爱，所以痛苦 /139

一念地狱，一念天堂 /144

爱无处不在 /149

爱你，是我的本能 /150

谈一场柏拉图式的恋爱 /156

上天说：“尽情去爱吧！” /161

第三章 半壶清茶品禅味 /167

品茗 /169

一片茶叶中的天地 /171

嗅到茶香悠悠 /174

茶生慈悲 /179

我本善良 /181

一念一如来 /184

观照自性 /189

人生是什么 /191

幸福像清茶一样 /194

洗却凡尘 /199

好好安顿我们的心 /202

随缘便能成佛 /205

第四章 一瓣心香参禅意 /209

佛香 /211

一缕香，三重门 /215

悬崖间的草莓 /219

众里寻他千百度 /222

人生别有洞天 /225

一句诗词一声佛 /237

在诗意中顿悟 /238

诗人中的禅师 /246

一笔丹青一境界 /264

我手画我心 /266

此中有真意 /270

第五章 四海之内皆禅界 /273

来自东方的一线灵光 /275

生于天竺的智慧 /276

当佛祖遇到华夏 /282

佛光照耀在西方 /289

西方响起的梵歌 /291

你我皆是禅中人 /294

附 录 /298

林清玄大事年表 /298

林清玄小传 /301

踏上写作之路 /302

人到三十 蓦然觉悟 /305

散文评鉴 /307

散文集名录 /310

部分作品介绍 /313

参考书目 /322

第一章

菩提树下寻禅踪



菩提

凡是树，就会努力生长；凡是人，就不会无端堕落。

凡是人，就有人的温暖；凡是树，就会有树的风姿。

——《黄昏菩提》

菩提是印度梵文 Bodhi 的音译，通常被认为是佛教名词，意思是指不昧生死轮回，从而导致涅槃的觉悟与智慧。释迦牟尼正是因为成就这种觉悟而成正果，世称“佛陀”。遵从佛陀的经教可修成菩提，按小乘佛教的说法即成为大阿罗汉，按大乘佛教的说法即成为佛，所以修成菩提是佛教徒的崇高理念。传说修成菩提的人火化后，骨灰中会出现舍利子，即灰质与矿物的结合晶体。

菩提树的梵语原名为“毕钵罗树”（Pippala），因佛教的创始人释迦牟尼在菩提树下悟道，才得名为“菩提树”（梵 Bodhivrksha），“菩提”（梵 Bodhi）意为“觉悟”。直到今天印度教的沙陀们还经常在菩提树下思考。

菩提树

绕过狭长的会议桌，走到长长的只有一面窗的走廊透气，从十四层的高楼俯视，看到阳光正以优美的波投射在春天的菩提树上，反射出一种娇嫩的生命之骚动，我便临时决定不再参加会议，下了楼，

轻轻踩在红砖路上，听着欢跃欲歌的树叶长大的声音，细微几至不可听见。回头，正看到高楼会议室的灯光亮起，大家继续做着灵魂烧灼的游戏，那种燃烧使人处在半疯的状态，而结论却是必然的：没有人敢确定现代的消费者需要什么。

我也不敢肯定，但我可以确定的是，现代人更需要诚恳的、关心的沟通，有情的、安定的信息。就像如果我是春天的这一排被局限在安全岛的菩提树，任何有情与温暖的注视，都将使我怀着感恩的心情。

——《黄昏菩提》

在我国唐朝初年，禅宗六祖慧能尚是扫地僧时写下了一首关于菩提树的诗：

菩提本无树，明镜亦非台。

本来无一物，何处惹尘埃。

这首关于菩提树的诗，流传甚广。所以，许多人都认为这只是一种比喻，世界上本没有菩提树。其实人们误解了六祖的本意，菩提树是真实存在的，又名思维树。慧能所写的“菩提本无树”这一诗句，是从佛家的“四大皆空”里所引申而来。从禅宗创建已过了两千多年，佛祖当年“悟道”的那棵菩提树经受了无数风雨，因为那段神话般的经历，被公认为“大彻大悟”的象征。我国浙江普陀山文物展览馆内至今陈列着四片菩提树叶，据说是从这棵树上采摘下来的，因此历来被人们视为珍宝，倍加珍惜。

据考证，我国境内的菩提树最初是随着佛教的传入而被引进的。

据记载，梁武帝天监元年（公元 502 年），智药三藏大师自西竺国（印度）带回一株菩提，并亲手植于广州王园寺（后改名为光孝寺）。我国自那之后便有了菩提树，并在南方各省区寺庙中广为传播。广州海幢寺直到今天还有三株三百多年树龄的古菩提树！云南的西双版纳地区，傣族全民信奉小乘佛教，对菩提树十分敬重，对信仰非常虔诚，几乎每个村寨和寺庙附近都栽种了许多菩提树。在傣家，砍伐什么树都可以，但只有菩提树是万万不能伤害的，即使是枯枝落叶也不能当柴烧，否则就是对佛的不敬，是罪过。解放以前，傣族封建领主制定了这样一条法律：“砍伐菩提树，子女罚做寺奴。”在傣家人的艺术思想里，菩提树象征着神圣、吉祥和高尚。每当举行婚礼时，歌手总会唱：“今天是菩提升天的日子。”少女们则会在情歌里，对心爱的男友唱“你是高大的菩提树”或“你像枝叶繁茂的菩提树”等。另外，傣家人的谚语里也有“不要抛弃父母，不要砍菩提树”这样的词句。

1954 年，印度前总理尼赫鲁来华访问，带来一株由从成佛菩提上取下的枝条培育而成的小树苗，赠送给我国领导人毛泽东主席和周恩来总理，以示中印两国人民的友谊。后来，周总理将这棵代表友谊的菩提树苗转交北京植物园养护。植物园的领导和职工都十分重视，精心养护，使之生长茁壮、枝叶茂盛。每当国内外高僧前来时，植物园的这棵菩提树就会被请出来，接受高僧们的顶礼膜拜。“文革”期间，植物园被冠以“封资修”“花花草草”等罪名，建制撤销，人员流散，这棵菩提树也被迫离开植物园，流离失所。值得庆幸的是，有心人悄悄地把它藏起来，并用心管理，使之大难不死。十年浩劫之后，植物园的领导和职工四处寻找这棵菩提树，先后访问了几十个园林单位，几经周折，才最终把它找回来。目前，经过植物园职

工的精心养护，这棵菩提树长势良好，枝繁叶茂，欣欣向荣，似乎象征着“和平共处五项原则”永放光芒，中印两国人民友谊永存。

菩提树原产印度，也因此通称印度菩提树，别名觉悟树、智慧树，是印度的国树。

在泰国、印度、斯里兰卡、缅甸各地的丛林寺庙中，普遍栽植菩提树，它在《梵书》中称为“觉树”，被虔诚的佛教徒视为圣树，万分敬仰。

菩提树属桑科常绿大乔木。它树干粗壮雄伟，凹凸不平，树冠亭亭如盖，浓荫覆地，既可于寺院、街道、公园做行道树，又可供观赏。最美的还要数它的叶子，叶互生，叶片心型，前端细长似尾，在植物学上被称做“滴水叶尖”，非常漂亮，常用做诗画题材。滴水的叶尖也是该品种的特征，是适应热带雨林气候而成，此树的根压大得惊人，在早上可以见到树叶分泌出水由叶尖滴下。侧枝多数向四周扩展，树枝有气生根，下垂如须，形成“独树成林”景观。花也很奇特，生于叶腋，不见真面目，称隐头花序，成对腋生。

菩提树不仅外形优美，且实际用途十分广泛。菩提树树干富有乳浆，可提取硬性橡胶；如将其叶长期浸于寒泉，洗去叶肉，则可得清晰透明、薄如轻纱的网状叶脉，名曰“菩提纱”，制成书签，可防虫蛀；用树皮汁液漱口可治牙痛；花入药有发汗解热、镇痛之效；在印度、斯里兰卡、缅甸的某些地方，人们将枝干的气生根砍下来，作为大象的饲料。

菩提本无树

红尘中的修行，就是情感的修行，转识成智，转情成慧，如此而已。

因此每一次情感挫伤的修补、每一次情感染浊的清净、每一次情感波澜的歇息，都是红尘中的菩提。

红尘是情境，菩提在自心，红尘是永远不可能澄清的，有菩提的人却可以用澄澈的心来对待，就仿佛大海的波浪永不止息，明眼的人却能看到深海无波。如果想要找一个理想的红尘来生活与修行，那是永远不可能的幻梦。

——《红尘菩提》

“菩提”一词为古印度语（即梵文）Bodhi 的音译，在佛经中的意思是“觉悟、智慧”，用以指人忽如睡醒，豁然开悟，突入彻悟途径，顿悟真理，达到超凡脱俗的境界等。在英语里，“菩提树”一词为 Peepul、Bo-Tree 或 Large-Tree 等，均有宽宏大量、大慈大悲、明辨善恶、觉悟真理之意。而在植物分类学中，菩提树的拉丁学名为 *Ficus religiosa*，有神圣宗教之意。

据传说，两千五百多年前，古印度北部的迦毗罗卫王国（今尼泊尔境内）的王子乔答摩·悉达多，年轻时为了摆脱生老病死轮回之苦，解救受苦受难的众生，毅然放弃王位继承和舒适的王族生活，出家修行，寻求人生的真谛。经过多年的修炼，终于在菩提树下静坐了七天七夜后，战胜了各种邪魔诱惑。就在天将拂晓、启明星初升时，大彻大悟，终成佛陀。因此佛教一直都视菩提树为圣树，印度则定之为国树。

而普通人熟悉菩提，是因神秀与慧能的一次对话。唐朝初年，神秀在五祖弘忍座下修禅，写下诗句：“身是菩提树，心如明镜台。时时勤拂拭，莫使惹尘埃。”意思是说：身是觉悟的根本，心像明镜一样，能照万物。物象来时，镜不增加，物象去时，镜不减少。