

【中外大智慧】



谢志强 主编

明心

悟

生



在禅意玄妙中觉悟人生

◎禅，是一种思考，一种表现，是智慧的结晶。禅像一盏明灯，能点亮心灵，开启人生的智慧；禅能助人沉思，使人更理智地面对世界，迈出踏实的脚步，走向充实圆满的幸福人生。

双色版

远方出版社

【中外大智慧】



谢志强 主编

禅悟人生



在禅意玄妙中觉悟人生

◎禅，是一种思考，一种表现，是智慧的结晶。禅像一盏明灯，能点亮心灵，开启人生的智慧；禅能助人沉思，使人更理智地面对世界，迈出踏实的脚步，走向充实圆满的幸福人生。

双色版

江苏工业学院图书馆
藏书章

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

禅悟人生/刘长江 著. -呼和浩特:远方出版社,2009.2

(中外大智慧丛书)

ISBN 978 - 7 - 80723 - 399 - 2

I. 禅… II. 刘… III. 禅宗 - 人生哲学 - 通俗读物 IV. B946.5 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 018962 号

中外大智慧丛书

(禅悟人生)

主 编 谢志强
责任编辑 王松年
出版发行 远方出版社
地 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
电 话 0471 - 4919981
邮 编 010010
经 销 新华书店
印 刷 北京建泰印刷有限公司
开 本 710 × 1000 1/16
印 张 221
字 数 3500 千
版 次 2009 年 2 月第 1 版
印 次 2009 年 2 月第 1 次印刷
印 数 1 - 5000 套
书 号 ISBN 978 - 7 - 80723 - 399 - 2
定 价 387.40 元(全十三册)

远方版图书,版权所有,侵权必究。

前 言

佛告诉我们，忏悔要去除切断憎、爱、嫉妒、谄曲这些心理，把内心洗刷干净，这才是忏悔。并不是跑到佛堂哭一场，就是忏悔了。哭是情绪的发泄，哭过以后，心很平静，那是哭累了，别的事情想不起来了。你不要以为在佛前一跪，一哭，忏悔之后，觉得好安详啊！得到上帝的灵感啊！得到菩萨的加被啊！

参禅必须学会生活，生活在禅中，在禅中生活——一个没有觉悟的人，他生活中的心境经常是烦恼的，生活中的心往往是困惑的，尤其是现代的人享受现代文明之余，这种情况更为突出。借助禅这面镜子，照亮一下自己的心境，借助禅这盏灯，清静一下自己的心路。这对消除烦恼、减少困惑是会有帮助的。

禅的思维方式与我们从日常生活中学会的思维方式和生活习惯迥异其趣。历来禅师都特别注重使用种种方法启发学人，努力打破固有的思维定势，从习惯思维中解脱出来。禅，是一种思考，一种表现，是智慧的结晶。禅像一盏明灯，能点亮心灵，开启人生的智慧；禅能助人沉思，使人更理智地面对世界，迈出踏实的脚步，走向充实圆满的幸福人生。

《禅悟人生》一书，在深刻集会佛教禅学精义的基础上，对千百年来流传下来的禅人禅事、禅思禅语，进行深入的挖掘，使读者通过阅读，深刻地了解，生活是禅，禅是生活，逐渐在生活中实现禅的超越，体现禅的意境，禅的精神，禅的风采：使我们的精神生活更充实，物质生活更高雅。道德生活更圆满。感情生活更纯洁，人际关系更和谐！

目 录

人品为贵 成功之本

虔诚得真传	2
佛性	3
不做邮差	4
农民买土地	6
脏盆	7
歪打正着	8
责人 责己	9
买金盘	11
富楼那传法	12
一休做女婿	13
两碗面条	14
瓷瓶的故事	16
船中作画	17
舍生取义	18
无净心自平安	19

君子之心 宽如天地

无德禅师之禅	22
长鸣蝮蝮	23





须弥藏芥子	24
智闲悟禅	25
苦行方得道	26
名字 符号	28
责任与负担	29
一句话	30
衣服里的宝珠	31
修行	32
送月光	34
国王与佛陀	34
平等的判决	36
献身救众生	38
心中有他人	39

顺应时势 处事圆融

来去皆随缘	42
不要走极端	43
放	45
小沙弥的故事	46
水车 禅道	47
确定目标	49
思想火花的慧根	50
禅师的待客之道	51
戒僧踩死蛤蟆	52
高远	53
空	55
半推半就	55
宝石和石头	56



遇水架桥 逢山开路

巴掌	60
禅是什么	61
万法皆禅心	62
不变以应万变	64
大道	65
烧佛像 背美女	67
手中的一捧沙	68
背麻的禅	69
多不如精	71
有舍才有得	72
自救	73
供佛	74
祖师西来	75
丹霞戏女尼	76
眼与心	77

调整心态 把握命运

武士和禅师	80
云在天上 水在瓶中	81
用心	83
斩蛇悟禅	84
断臂	85
禅师与鬼	87
一字十金	88
纽扣的故事	90
剃度	91





处处有菩萨	93
梦蝶	94
佛祖和侍者	95
气由心生	96
呼吸即梵唱	98
诚心建佛身	99
四人过桥	100
吃梨	101

时事多变 广交善缘

爰光	104
自己的孩子最美丽	105
修行	107
狮王的回报	109
裸体还是穿衣	110
明智	111
一样的模特	112
慧明悟禅	114
修道与富贵	115
摒弃爱善嫌恶	116
心情不好	117
马祖道一禅师与猎人	118
固执的农夫	120
无茶	121
罗刹鬼	122
贪得无厌无功德	123

管人理事 成败自定

小沙弥的无知	126
--------------	-----





金人的故事	127
手放开	128
涅槃	130
用心	131
剑手的故事	132
下山的规矩	134
遇佛杀佛	135
以弱胜强	137
富翁造楼	138
偷不走的東西	140
模仿	141
成佛岂能靠坐禅	142

人无完人 灵活用之

一屁过江	146
投书于炭火	147
发自内心	148
驯驴的和尚	149
敲钟的小和尚	151
正反佛	152
半拉子	153
袈裟也吃饭	154
向乞丐卖饼	156
猫吃辣椒	157
吃肉	158

顿开慧眼 见多识广

工夫在平日	162
-------------	-----





溪边的牧羊人	163
魔说	164
心得	165
还骂	166
母爱	167
“学”禅	168
菊香	170
牛群	171
为爱出走	172
醒悟	173
知音	175
放弃	176
寻珠	177

附录 经典佛教故事

大意舀海	180
长寿王子以德报怨	184
太子祇树给孤独园	189
人生与佛法	196
杀身成仁	198
五位母亲的哀伤	199
吝啬鬼伊利沙	202
怀胎六年	203
五个国王与佛	206
神奇的诵经声	209
愚人的心事	212
国王的侍卫	213
善有善报	215
骆驼皮与磨刀石	218

屋中有恶鬼	219
害人如害己	220
七宝鞋	222
神奇的佛像	227
莲花女	230
恒伽达成佛	235
佛门戒律	239
商人与狗	243
两尊金佛像	245
忍辱太子	246
知恩必报	248
盲人得道	251
金地王遇佛	253
夫妻双得道	256



禅
悟
人
生



人品为贵 成功之本

自身最宝贵的无形资产是人格信誉，更是每个人的立身之本。

只有当一个人具备了良好的品行的时候，他的人生才会显得充实，才可能追求到自己的幸福。每个人的人生本来就都是起伏不定的，不过只要有所本，就不至于随波逐流、不知所措，以至于迷途无归。



虔诚得真传

兜率从悦^①禅师在参访清素禅师的时候，他非常的恭敬。有次吃荔枝，他正好经过清素禅师的窗口，于是就恭敬地停下来说道：“长老！这些都是家乡江西来的水果，请您尝尝！”

清素欢喜地接过荔枝，非常感慨地说道：“自从先师圆寂后，我都已经很久没吃过这种水果了。”

于是从悦问道：“长老先师是何大德？”

清素答说：“慈明禅师，我在他座下忝为职事^②一共十三年。”

从悦禅师则非常惊讶地赞叹说：“十三年来甘愿忍受职事这样的贱役，那我想你一定得到他的真传了吧？”

清素禅师看着手中的荔枝，感激地对他说：“我因福薄，先师授记，不许传人。可是现在看你这般虔诚，为了荔枝之缘，我愿意破例为你印证！”

从悦禅师具道所见。

清素禅师便对他开示道：“世界是佛魔共有的。当最后放下的时候，要能入佛，不能入魔。”

从悦大师得道之后，清素禅师却抢先喊道：“我今为你点破，让你得大自在，但切不可说是承传于我！你当然有你自己的老师！”

【智慧小语】

一切都取决于态度。

“要想学会佛道，就必须要先结人缘”，荔枝有缘，就能悟道。“佛法

① 从悦（一〇四四——一〇九一），宋代临济宗黄龙派僧。虔州（江西赣县）人。宝峰克文禅师的法嗣。能文善诗，率众勤谨，远近赞仰。因住于隆兴（江西南昌）兜率院，世称“兜率从悦”。

② 忝为职事，“忝”一般是文人或学者、出家之人，对自己身份自谦的一种表示，“忝为职事”意思是自己主动或者对方抬举才得以有机会与之为伍。



在恭敬中求”，从悦也就是在对前辈的恭敬中得道的。古人曾经说过一饭之思，终生不忘，就好似清素禅师，不过是一荔之赐，他竟然肯道破心眼，这才真的是感恩有缘也。

其实，只要是做事就都离不开“恭敬”这两个字。我们必须培养自己恭敬的品质，在为人处世方面要有良好的态度，这样才能取长补短，从而达到巧妙的处世的境界。

要培养恭敬品质，要以良好态度处世

佛性

九岁时仰山慧寂禅师就投师于和安寺，十四岁时，他的父母想让他还俗娶亲，慧寂禅师不愿意还俗，并自断两根手指，以此用来表示他一心向佛的决心。

南塔光涌禅师第一次拜见仰山慧寂禅师的时候，仰山问他：“你是来做什么的？”

光涌回答说：“来拜见禅师的。”

仰山又问道：“那你见到禅师了吗？”

光涌回答说：“见到了！”

仰山再问到：“那禅师的样子像不像驴马？”

光涌说道：“我看禅师也不像佛啊！”

仰山不放松再次追问说：“既不像佛，那么他像什么呢？”

光涌不甘示弱地回答道：“若有所像，那与驴马有什么分别？”

仰山非常惊叹，说：“我用这句话来考验人已经有二十年了，从来没有一个人能够大彻大悟的。而今天你的回答真是凡圣两忘，情尽体露，二十年之中，再也没有人能比你更优秀。你一定要好好保重啊。”

【智慧小语】

人世间的种种显赫其实全部来源于名利，人世间的种种快乐其实也全





部来源于名利；同样，人世间的种种悲哀全部来源于名利，人世间的种种凄凉更是全部来源于名利。

淡泊是治疗贪心的一方良药，它是一种崇高的心态和境界，更是一种将人生追求定位在深层次上的方式。有了淡泊的心态，就不会在世俗中随波逐流，追求名利；就不会对身外之物得而大喜，失而大悲；就不会对世事他人牢骚满腹，攀比妒忌。要想始终处于平和的状态，那就要保持淡泊的心态，保持一颗平常心，这样，一切对身心健康有害的因素，才会全部被击退。

我们在看待名利的时候，应该用平和的心态和理智的眼光，我们还要去善待名利！

仰山和光涌两位禅师议论人不像驴马，也不像佛，那么人究竟像什么呢？像自己！只有真正见到自己的本性，真正做到能够凡圣两忘、体用一如，那才真的是见到无相的真谛。

只有一个人到了非常真诚地忘记自我的时候，那才可以说是真正的禅。

非宁静无以致远，非淡泊无以明志

不做邮差

雪窦寺地处浙江宁波四明山中，历代出高僧，而这些高僧也多以雪窦作为自己的名号，但下面这个禅宗公案中的雪窦禅师是指正脉的雪窦重显禅师，我们不可以误认。

雪窦大师慈悲心切，他经常诲人不倦地传播着佛法真谛，让人们彻悟人生的本来意义，在禅林中标新立异，独树一帜。天下的学人士子，衲子奇僧，无不争相趋鹜，切磋印证。

大师住到雪窦寺以后，庄严佛土，气象一新，使其立刻成为禅林云门宗法的新祖庭。这一时期的其他禅宗派系都显得非常衰落，只有云门一枝





独盛，所以被天下称为“云门中兴”。

当初，在淮水旁雪窦禅师遇到太守曾会先生。曾会问道：“禅师，您这是要到哪里去啊？”

雪窦很有礼貌地回答他说：“也许前往钱塘，也许前往天台方面去看一看。”

曾会就建议他道：“灵隐寺的住持珊禅师跟我很好，我写封介绍信给您带去，他一定会好好地待你的。”

可是当雪窦禅师到了灵隐寺的时候，他并没有把介绍信拿出来求见住持，而是一直在大众中过了三年。曾会于三年后奉令出使浙江时，便到灵隐寺去找雪窦禅师，可是谁知众多寺僧中却没有人知道有这么一个人，曾会不相信，便自己去云水所住的僧房内，在一千多位僧众中找来找去，最后才找到雪窦，便问道：

“您为什么不去见住持而隐藏在这里？是不是您把我为你写的介绍信弄丢了？”

雪窦说道：“不敢，不敢，因我是一个雪水僧，一无所求，所以我不需要做你的邮差呀！”

随即他从袖里拿出原封不动的介绍信交还给曾会，于是双方哈哈大笑。曾会将雪窦引见给住持珊禅师，珊禅师珍惜传世之材，后来苏州翠峰寺缺住持时，就推荐雪窦任其住持。

【智慧小语】

如果一个人可以做到“无欲”的话，那我们就可以说他放弃了尘世中的杂念，他清空了心灵里面的世俗生活积存下来的枯枝败叶。清空了心灵，才能收获未来的光荣与辉煌；清空了心灵，才能最大限度地获得生命的自由、独立；清空了心灵，也就有了让生命一次次远行的条件。人格的伟大之处就在于，它能超出了欲望的需求而追求品德的完善。其实有无数的事实都证明了，只要追求人格高尚的人，他们都信仰“人到无求品自高”的人生格言。

所以，能够遵循人格的要求有所为或有所不为，只有这样才能够“不降其志，不辱其身”。



要做到无欲则刚，而且无求品自高

农民买土地

有一个人对“世上什么最可怕”这个问题十分不解，于是，带着这份困惑他去请教定远禅师。

禅师听到之后，轻声地以“欲望”作答，随后便给他讲了这样一个故事：

有这样一个农民，想花1000块钱买地，他从一个地方的卖主那里得知，只要交上1000块钱，在一天内（从日出到日落）用步子所圈出的地全都归买主，可是最后一定要回到起点。

不难预测，那个农民一定会用一日的辛苦来换取最宽广的土地。于是，第二日太阳一露地平线，他就出发了，一路向前疾走，一分钟也没有停下。在回头已经看不见出发点的地方才想到拐弯。因为他的全力以赴，不知不觉间，就看太阳快要下山了，但他已经离起点很远了，不得不走斜路向起点赶去。可太阳马上就要落到地平线下面了，由于他的力气已经耗尽，在离起点两步远的地方，他倒下了，再也没有起来。可是，当他倒下时双手刚好触到了起点的那条线，他也就用自己的生命换来了那片“宽广”的土地。

【智慧小语】

欲望这条鸿沟非常艰深，人们往往无法逾越，甚至会因为欲望的增强毁了自己。众所周知，人心难满，贪欲更是永无止境的，人们就是在这样的生活中一点点地迷失了自我，人性的最大缺憾也正在于此。

做人必须要想透，人生一定要顿悟。物欲是永远都没有止境的，在这样的心境中一不小心就会断送人的性命；即使是轻一些的，也会让你的一生都得不到快乐。

