

禅机善提丛书·月卷

张志军 著

禅心



月卷 禅心

有水皆含月，无山不带云



现代出版社
MODERN PRESS



禅机菩提丛书·月卷

禅心

有水皆含月，无山不带云

现代出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

禅心：有水皆含月 无山不带云：月卷/张志军著. —北京：
现代出版社，2009.5

(禅机菩提)

ISBN 978-7-80244-322-8

I. 禅… II. 张… III. 禅宗 — 通俗读物 IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 051395 号

著 者：张志军

责任编辑：陈世忠

出版发行：现代出版社

地 址：北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码：100011

电 话：010-64267325 010-64245264 (兼传真)

网 址：www.xiandaibook.com

电子信箱：xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷：北京牛山世兴印刷厂

开 本：720 × 1000 1/16

印 张：19.25

版 次：2009 年 5 月第 1 版 2009 年 5 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-80244-322-8

定 价：30.00 元

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

《禅机菩提丛书》总序

净 慧

(中国佛教协会副会长)

有不少学者常常这样讲：“佛教产生于印度，发展于中国，开花结果于日本。”每次听到这话，总不免要兴起许多感慨来。在宋以前，我国佛教非常发达，当时有八个主要的大宗派，其中禅宗是最具有中国特色、最能体现佛陀本怀的一大宗派。那时禅宗的法脉几乎遍及整个大江南北，并东传日本、韩国，南达越南等地。南宋以后，我国佛教开始慢慢走向衰落。到了近代，佛教的影响力就更小了。为什么会出现这种情形呢？原因是多方面的，我想其中一个最主要的原因，恐怕与中国后期的佛教脱离社会现实的修行作派有关。

由此我想到了一个观点，就是：如何去现实地定位佛教与现实人生、与社会大众之间的关系，对佛教的存在和发展来说，是至关重要的；佛教的兴由是，佛教的衰亦由是。看看历史上佛教兴衰跌宕的轨迹，不难发现这一规律。

佛陀在世的时候，印度思想界极其纷乱复杂，各种思潮迭起。在这种情况下佛教能够兴起并迅速在社会上传播开来，成为一种为绝大多数人乐意接受的社会主导思潮，这同佛陀反对种姓制度、主张众生平等，关注世间伦理道德和终极价值关怀的建立，关注人生的痛苦与解脱以及心灵的净化、社会的祥和、世界的和平这一既出世又入世的做法有直接的关系。读一读《阿含经》，我们会感觉到佛陀的讲法非常亲切平和，生活气息很浓，对当时印度的社会道德生活、精神生活和良好社会秩序的建立起了极大的作用。

到了部派时代，由于上座部比丘比较保守，拘泥教条，从而导致了佛教渐渐地脱离了现实生活和社会人群，成了一种经院式的学说。于是从大众部中衍生出来的大乘佛教，在日益抬头的婆罗门教的刺激下，开始了一种意义重大的对上座部佛教的运动，重新把佛教从山林中为少数人所独享的状态拉回到现实人群，高扬佛教“利乐有情、庄严国土”的大乘菩萨精神，从而使佛教爆发出一种前所未有的勃勃生机。这一运动对后来的佛教乃至对整个东方文明的影响是非常巨大的。

再回过头来看看中国的佛教。在唐代，我国佛教的宗派很多，但是这当中也存在着一个弊端，那就是佛教学术化的倾向日益浓厚，忽视了在生活中对佛法的真修实证，从而使佛教变成了一种远离社会的知识。这样一来，佛教现实生活的基础和适应能力也就变得很脆弱了，因此当会昌法难一来，顷刻之间，禅宗以外的各大宗派的寺院和经典遭到毁灭性的破坏，昔日的繁华也就不再存在了。若不是禅宗以其扎根现实生活、于当下关怀生命的觉悟和解脱以及自食其力、注重真修实证的宗风使佛教具有了强大的生存能力，从而使佛法的慧命以一种生活方式得以延续，恐怕佛教早就完了。因此我们可以这样说，是禅宗一度拯救了中国佛教。

历史告诉我们，佛教的兴盛和繁荣离不开现实生活，离不开社会人群，佛教存在的价值不仅要通过个体的解脱这一出世的方式表现出来，同时还要通过帮助社会确立和完善健康的道德体系、积极的人生价值关怀、依正不二的环保意识，通过净化人心、祥和社會、维护世界和平等等入世的方式表现出来，而且这两者在时空上是不能够分开的。

中国佛教经过近百年来的沧桑磨难，早已是积重难返了，加上文化大革命期间又遭受了一场空前的浩劫，可以说是元气大伤。幸好我们终于迎来了改革开放、政通人和的大好局面，有党的宗教信仰自由政策作保证，佛教终于有了复兴的机会。在这种情况下，如何使佛教能够尽快地走出低迷的状态，恢复其本有的勃勃生机，从而更好地为社会主义物质文明和精神文明建设服务，便成了摆在我们每一位佛教工作者面前的一个非常重要而又紧迫的任务。十多年前，我提出了“生活禅”这一修行理念，主张“觉悟人生，奉献人生”，主张“在尽职中求满足，在义

务中求心安，在奉献中求幸福，在无我中求进取，在生活中透禅机，在保任中证解脱”，等等，目的也就在这里。

当然，“生活禅”的提出，并不是我个人的创造。早在民国初期，太虚法师有感于中国佛教脱离社会现实这一弊病，就提出了“人间佛教”的口号。解放后，中国佛教协会前会长赵朴初先生进一步把建设“人间佛教”当成了中国佛协的长期奋斗目标。虽然离成熟的人间佛教还有一段比较长的距离，但是我们毕竟迈出了第一步。

为了推动佛教在新时期更好地为现实服务，也为了争取更多的人对“生活禅”的认同与参与，十多年来，在中国佛协和河北省委、省政府的亲切关怀和大力支持下，我们河北省佛教协会围绕“生活禅”这一主题，陆续展开了一系列活动，如创办《禅》刊，举办“生活禅夏令营”，等等。虽然我们取得了一些成绩，在教内外引起了比较好的反响，但是这仅仅是一个起步，还有很多的事情需要我们继续去做。

这次整理、编辑、出版这套《禅机菩提丛书》，算是对过去工作做一个阶段性的总结，也是继续迈向未来的一个新的起点。生活禅的实践是一新的课题，我们在探索的过程中，自然会有很多不成熟的地方，希望广大热心的朋友们同发慈悲喜舍心，多多提出宝贵意见，以便进一步推动佛教事业积极与社会主义社会相适应。

什么是禅

(代前言)

张志军

有人问大龙智洪禅师：“什么是微妙的禅？”

智洪禅师回答：“风送水声来枕畔，月移山影到窗前。”

空中，梧桐落叶飘零；眼前，萧瑟秋花凝霜。一位秀才问赵州禅师：“此情此景，如何感悟人生？”

赵州禅师淡淡地说：“不雨花犹落，无风絮自飞。”

投子大同禅师与嵇山章禅师在室外品茶。大同禅师指着茶杯中倒映的青山绿树、蓝天白云说：“森罗万象，都在里边。”

章禅师将茶水泼在地上，然后问：“森罗万象，在什么地方？”

大同禅师说：“可惜了一杯茶。”

这就是禅，禅者的态度，禅者的智慧。

一位禅僧向赵州请教：“怎样参禅才能开悟？”

百廿高龄的老赵州像是有什么急事，匆匆忙忙站立起来，边向外走边说：“对不起，我现在不能告诉你，因为我内急。”

刚走到门口，赵州忽然又停止了脚步，扭头对禅僧说：“你看，老僧一把年纪了，又被人称为古佛，可是，撒尿这么一点小事，还必须亲自去，无法找到任何人代替。”

禅僧恍然大悟：禅是一种境界，一种体验，如人饮水，冷暖自知。禅的感悟，是别人无法替代的——想要知道梨子的滋味，你必须自己亲口尝一尝。

唐肃宗问慧忠国师：“你跟随六祖慧能学到了什么禅法？”

慧忠指着天空中自由自在的白云说：“陛下，您看空中那片白云，是钉着的呢，还是挂着的呢？”

云，因其没有挂碍，没有羁绊，所以能够自由舒卷，任意飘游，随时变化。同样，禅无定法，因此而自由，而活泼，而生动；禅者的生活洒脱，逍遥，自在。

黄檗禅师对祖师爷马祖道一的禅风十分敬佩，师父百丈怀海问他是否要继承马祖？黄檗大摇其头：“我若继承马祖，会葬送我的子孙！”对于这样欺师灭祖的话语，百丈却大加赞赏：“见与师齐，减师半德；见过于师，方堪传授。”

黄檗故意用一个无理的问题勘验师父。

百丈招招手，说：“你走近一些，我来告诉你。”

黄檗那样问话，是要挨师父的巴掌的。然而，他却一个箭步过去，反而闪电似的给了百丈一个响亮的耳光！

更奇怪的是，百丈不但不恼，反而拍掌大笑：“莫道胡须赤，更有赤胡须！”

棒下无生忍，当机不让师。禅，超佛越祖，历久弥新，风流千古。禅，就是这样生机勃勃，意趣昂然。

达摩面壁，六祖顿悟。慧能高扬“顿悟成佛”的大旗，一举改变了汉传佛教的格局，他所创建禅宗流派几乎成了佛教的代名词——所谓中国佛教，特质在禅。禅宗在盛唐时期异军突起，使得整个东方文化格局发生了重大变化。它，引得诗风嬗变，画意超然，文人骚客纷纷归敬，士大夫阶层以谈禅为荣……它的影响无所不在。甚至，有人说，没有禅宗，就没有宋、明时期的新儒家学说。他们评价宋、明理学，是“儒外禅里”，“儒表禅骨”……禅，禅宗，在中国思想史、文化史上的影响之重大，由此可见一斑。

禅，早在唐、宋时期便开始向我国周边国家传播。在日本，禅宗被

认为是其传统文化的三大主流之一。可以说，禅的精神已经渗透到了日本民众日常生活的方方面面。近年来，禅，更以其独特的东方神韵，超然物外的飘逸洒脱，不可思议的睿智心慧，漂洋过海，风靡了西方社会。欧美各地坐禅中心如雨后春笋，相继建立，一波又一波“禅学热”，经久不衰。

禅，何以有如此的魅力？

因为，禅的精髓是智慧，禅的实质是智慧——东方文化特有的大智慧。

禅的智慧，就是宇宙的真谛，就是自然规律，就是人的内在生命的本源，就是对社会事物本质的感悟与把握。禅，可以滋润我们的慧根，使我们的人生充满智慧与机趣。

禅，之所以被称为东方大智慧，关键是它的思维方式。我认为，禅之思维，是超越了形象思维与逻辑思维的直觉思维，或者也可以称之为灵感思维、顿悟思维。它直探心源，契入事物的内核，把握本质，与自然发展之客观规律统一律动。我们每一个人都体会过直觉的神奇与灵感的美妙，我们每一个人都曾有过心有灵犀一点通的感受——这，就是禅力图赋予我们的、并使之经常化、实用化的智慧。禅之思维并不神秘，每一个人，都能将这种直觉显发出来。因此，禅，不是赠给我们一支美丽的花朵，而是为我们播下智慧的种子，只要我们愿意，它就可以长成参天大树。

入夜歌明月，侵晨舞白云；松风吹解带，山月照弹琴。有感即通，禅霖浸润慧根；无机不破，心静自生清凉；雨过琴书润，风来翰墨香——《风卷·禅韵》。

花开泉畔，意随流水俱远；结庐空山，心与白鹤同闲。世界光如水月，身心皎若琉璃。但见冰消涧底，不知春上花枝；桂子月中落，天香云外飘——《花卷·禅意》。

江山不夜月千里，天地无私玉万家。桶底脱时大地阔，命根断处碧潭清。好将一点红炉雪，散作人间照夜灯：月下竹弄影，雪里

梅点红——《雪卷·禅魂》。

天心月圆，掬水月在手；花枝春满，弄花香满衣。水含千月，千江有水千江月；山带万云，万里无云万里天：有水皆含月，无山不带云——《月卷·禅心》。

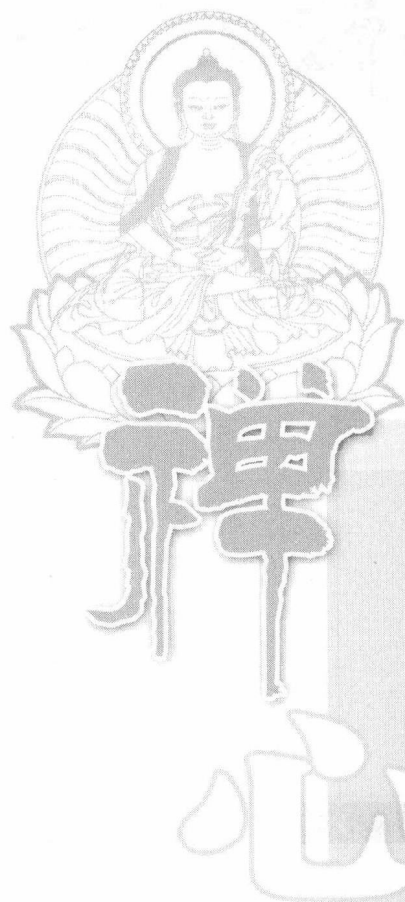
——打开这套《禅机菩提丛书》，可以使您与古代禅者共同漫步，与人类大智慧把臂同行。她，或许可使您紧绷着的神经得到一些放松，少几分焦虑，多几许清凉，充分享受禅的超越与洒脱。

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。

2500年前，灵山法会上，佛祖释迦牟尼手里拈起一支优钵罗花（金莲花）默然示众。千百万人莫明其妙，惟有大迦叶尊者破颜微笑。于是，最神奇、最微妙、最不可思议的禅从此诞生了。

禅为佛之心。心有灵犀一点通。

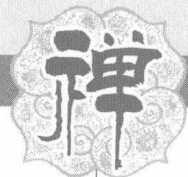
目 录



《禅机菩提丛书》总序 /1

什么是禅（代前言） /4

- | | |
|-------|------------------|
| 第 一 则 | 长空不碍白云飞 /1 |
| | 禅机链接 说 空 /5 |
| 第 二 则 | 禅之心要 /9 |
| | 禅机链接 道不远人 /14 |
| 第 三 则 | 三心不可得 自己烧著作 /19 |
| | 禅机链接之一 禅意也风流 /24 |
| | 禅机链接之二 说得千里 |
| | 不如行得一步 /25 |
| 第 四 则 | 呵佛骂祖 /27 |
| | 禅机链接 不破不立 /32 |
| 第 五 则 | 德 山 棒 /36 |
| | 禅机链接 当头棒喝 /40 |
| 第 六 则 | 行云流水三禅友 /43 |
| | 禅机链接 青与蓝 /49 |

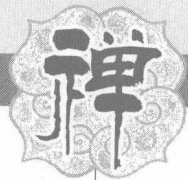


- 第七则 道法自然 /53
禅机链接 禅者春秋 /58
- 第八则 一粒粟中藏世界 /62
禅机链接 不可思议 /67
- 第九则 鳌山成道 /70
禅机链接 不断探索 /76
- 第十则 寸丝不挂 /78
禅机链接 禅者的大智慧 /83
- 第十一则 孚上座讲《涅槃经》 /88
禅机链接 生死之间 /91
- 第十二则 坐穿蒲团 /97
禅机链接 磨刀不误砍柴工 /103
- 第十三则 保福四瞒人 /106
禅机链接 禾山四打鼓 /111
- 第十四则 禅心诗魂皆皎然 /115
禅机链接 禅与诗 /121
- 第十五则 礼拜自己 /124
禅机链接 呼唤自我 /128
- 第十六则 啐啄同时 /131
禅机链接 童星的陨落 /136
- 第十七则 仪晏入定 /138
禅机链接 神奇的禅定 /142
- 第十八则 贼是家亲 /146
禅机链接 痛苦即财富 /152
- 第十九则 三种病人 /155
禅机链接 心病 /160
- 第二十则 不相违背 /163
禅机链接 我心即佛 /167





- 第二十一则 把什么叫万象 /170
禅机链接 元晓的故事 /176
- 第二十二则 一切现成 /179
禅机链接 钓鱼者说 /185
- 第二十三则 法眼观禅 /186
禅机链接 禅之妙 /192
- 第二十四则 通玄峰顶 /195
禅机链接 禅之奇 /199
- 第二十五则 白云深处坐禅僧 /205
禅机链接 禅之韵 /210
- 第二十六则 自然而然 /213
禅机链接 随顺自然便是禅 /217
- 第二十七则 云门出世 /219
禅机链接 为法忘躯法自彰 /223
- 第二十八则 日日是好日 /226
禅机链接 笑比哭好 /230
- 第二十九则 久坐成劳 /233
禅机链接 参禅与发明创造 /237
- 第三十则 电光石火进禅机 /241
禅机链接 重显与颂古 /244
- 第三十一则 折扁担悟道 /248
禅机链接 禅机妙悟 /253
- 第三十二则 随缘而住 /256
禅机链接 随缘是好缘 /261
- 第三十三则 秀铁面 /264
禅机链接 “秀铁面”轶事 /271
- 第三十四则 圆通居讷与欧阳修 /276
禅机链接 人到无求品自高 /280



第三十五则 | 佛印戏东坡 /282
禅机链接 苏轼与禅 /288

附：本书禅宗人物法脉传承表 /294



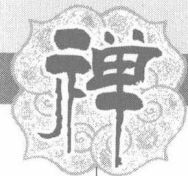
第一则

长空不碍白云飞

天皇道悟禅师，生于唐玄宗天宝七年（公元748年），俗姓张，原籍浙江东阳。他小小年纪便萌生了出尘之志，14岁时，他向父母请求出家，未得允许。于是，他就减少饮食，每天只吃一顿饭，以此向父母表明心志。一开始，父亲说，甭理他，等他知道饿得难受，自然会吃。一天，两天……十天，半月……小道悟不但仍然坚持一日一餐，食量反而一天比一天少，身体越来越瘦，越来越弱，精神也萎靡不振，眼看就要一命呜呼。父母见状，无可奈何，只好同意他的出家请求。

剃度出家之后，道悟效仿西天禅宗二祖迦叶尊者，修头陀苦行，时常在风雨交加的黑夜，到阴森恐怖的坟地里打坐禅修，以此锻炼自己的定力，使得心境不受外界的影响，能够在任何情况下心似止水，如如不动。

当时，牛头宗的第七代传人、杭州径山道钦禅师，名重禅林。他老人家曾经与六祖的弟子慧忠一同被唐代宗拜为国师，赐号国一。道悟在杭



州竹林寺受戒之后，来到相距不远的径山。一日，有僧问径山国师：“什么是道？”

径山说：“山上有鲤鱼，海底有灰尘。”

就是这句话，使得道悟若有所得，在径山做了5年苦力。转眼到了而立之年，道悟却仍然躺着呢——他总是感到自己心中有所滞碍，就像雾里看花，水中望月，影影绰绰，模模糊糊，不太真切，不太爽快，不太自在。

径山国师说，躺着好，躺着稳当。是啊，只要站在高处的人，才有权力跌倒。

那时，马祖道一时常与径山和尚互通消息。道悟就来到了江西马大师热热闹闹的“选佛场”。

马祖在洪州烘炉大开，锤钳交加，热火朝天，锤炼得众多禅僧，超佛越祖者大有人在。然而，道悟在马祖身边精心修行两年，感到这里的佛法并没有什么不同，他心中那无形的滞碍并未消除。

或许，佛法就是这样了吧？道悟持钵策杖，到各地去参学，以印证自己的理解。就像那时的许多禅僧一样，凡行脚云游之初，要么从湖南到江西礼拜马祖道一，要么自江西去湖南衡山参谒石头希迁。不一日，道悟登上了南岳，进到石头的丈室，例行公事似的行礼之后，照例要请教一些佛呀、禅的问题。他问：“离开定与慧，您用什么方法教导学人呢？”

“我这里没有奴仆，离开个什么？”

戒、定、慧三学，是佛法的根本，是熄灭人的贪、嗔、痴三毒的法宝。然而，若无三毒，何必要勉强去给三学当“奴仆”？恰如名贵的药材虽然是好东西，但无病之人服用反而会受其害。石头大师的机锋宛若天际的云霞，绚丽而又空灵。道悟不解，说：“我不懂你的意思，为何不明明白白告诉我呢？”

石头法眼如炬，早已洞悉他心中有所执著，不肯放下，所以反问：“你可懂得虚空吗？”

道悟不高兴了。不管怎么说，他也出家17年了，又曾在赫赫有名的径山国师与马祖门下参学，如何连这普通的常识也不懂呢？他气呼呼



地说：“你也太瞧不起人了。这样的话，我今天就离开这里！”

石头大师立刻抓住他的话柄，追问道：“不知你几时从那边来？”

道悟回答：“我不是那边的人。”

所谓那边，是指“迷”的世界，未开悟的世界。然而，真正的禅，是离开两边的，一有“迷”与“悟”的分别，就远离了禅，远离了佛法的真谛。道悟仍然执著于自己有所得，认为自己已经离迷得悟。

石头希迁一笑，说：“你说你不是那边人，我却早知道你从何处来。”

道悟不禁有些恼怒了：“大师你怎么无端陷害我呢？”

“我并不是诬陷你，你看，你的身体现在就在这里。”

是啊，我们的肉体，本来就是业力感召因缘而生，地、水、火、风合和而有。这个道理，道悟明白。他说：“即使这样，我到底怎样启迪后人呢？”

石头喝道：“你说什么？谁是后人？难道人还有先后之分？”

道悟一听此言，深受启发。他尽力思索着径山和尚原来的指点与石头师父现在的教导，心里确有所得。

有所得，毕竟还有一个“得”在。如同我们用香花驱除室内的异味，异味去了，留下满室芬芳。人们总是习惯性留恋这些好的、香的东西。然而，你拥有它的同时，它也就拥有了你，你就无法做到完全彻底的洒脱。

一日，道悟在陪同师父在山上游览时问道：“什么是佛法大意？”

石头的回答是：“不能不知道。”

“石头路滑”的本色来了：他如此回答，恰似冷不丁里突然将道悟推上了孤峰绝顶，四周是万丈深渊，不能迈步；脚下的石头油滑，无法站立。这里无法停留，不能存身，稍一犹豫，立刻会丧身失命！那么，向上呢？向上是无边的虚空！

道悟竟然浑身大汗淋漓！他战战兢兢，试探着问：“向上还有没有处所？”

——唉，这个道悟，都被逼到这个份上了，仍然害怕落入无边无际、一无所有、无从把握的空空之中，幻想着抓住最后一根稻草！

禅心

·有水皆含月，无山不带云