

禅是一面镜，可以照亮人的心境；禅是一盏灯，能够指引人的心路。

禅是心灵的瑜伽，禅的智慧就是还原我们自然天成的本来面目、原原本本的本心自性。一个个经典的禅林小故事，让我们顿悟禅的精神，从而用禅的智慧来解决我们生活中的难题，开创美好的生活。

禅的智慧 的 故事全集

闲云居士 编著



禅的智慧 的 故事全集

闲云居士 编著



中国长安出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

禅的智慧故事全集/闲云居士编著. —北京: 中国长安出版社,
2007.4

ISBN 978 - 7 - 80175 - 636 - 7

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 059549 号

禅的智慧故事全集

闲云居士 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: ccapress@yahoo.com.cn

发行: 中国长安出版社 全国新华书店

电话: (010) 65281919 (编辑部) 65270433 (发行部)

印刷: 廊坊市华北石油华星印务有限公司

开本: 787×1092 16 开

印张: 26

字数: 509 千字

版本: 2007 年 5 月第 1 版 2007 年 5 月第 1 次印刷

印数: 1 - 8000

书号: ISBN 978 - 7 - 80175 - 636 - 7

定价: 45.00 元

(如有印装错误 本社负责调换)

前言

什么是禅？

佛曰：不可说，不可说。

大通禅师说：禅！

赵州禅师说：吃茶去！

民国才子胡兰成说：禅是一枝花。

国学大师南怀瑾说：羚羊挂角无处寻，一任东风满太虚。

原中国佛教协会会长赵朴初说：禅是一面镜，它可以照亮人的心境；禅是一盏灯，它可以指引人的心路。

中华先贤以大智慧创造的中国禅，其功用不仅仅是在宗教界，它的积极作用影响着整个华夏历史、古老文明。在21世纪的今天，“禅”并没有陈旧，而是历久弥新，以它古老而崭新的思想内涵帮助人们更好地认识自己、认识世界。

禅学是一门生活的智慧和艺术，在这个快节奏的“E”时代，禅能在我们的内心世界洒下清凉的甘露，使我们在尘世的喧嚣中荡涤心灵的尘埃，发现生命的意义，在古老而精辟的禅思中咀嚼人生百味。正如一位禅师所说：“禅是对生命完整意蕴的领悟。”

离开了生活去求禅问佛，无异于缘木求鱼。慧能禅师的那首著名的偈子，已经告诉了我们：

菩提本无树，明镜亦非台。

本来无一物，何处惹尘埃。

因此，将禅的精神、禅的智慧融入生活和工作当中，有助于把生活、工作、事业推向更高的意境，使精神生活更充实，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。

凡心凡念，人的心大多是从浮动处失去纯真的本性。如果任何私

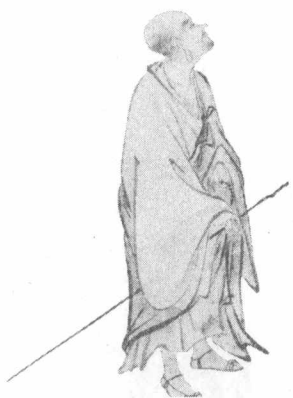


- 心杂念都不萌生，只是自己静坐凝思，那一切念头都会随着天际白云自然消失。心灵会随着雨点的滴落，有一种被清洗的感觉；听到小鸟的呢喃，会有一种别样的喜悦；看到花儿的飘落，会有一种开朗的心境。如此，人生处处是美景，任何地方都有真正的妙境，任何事物都有真正的玄机。一颗心能保持澄清宁静，生活中的一切都足以引出无限佳趣，并让人喜悦、愉快，这就是禅宗境界中的“心砥菩提亦空明，静坐凝思天地空”。

禅是中国佛教文化思想的心要，是中国哲学的重要资源，它结合了儒、道、佛的精神。它不是出家人的专利，也不是只有深山古刹里的老和尚才参禅入定，因为禅就是一种智慧的人生哲学，所以人人都可以参禅。

《禅的智慧故事全集》是几百则睿智、充满哲理的禅的公案、禅的偈语，在喧闹的都市，捧一杯静心好茶，品读一则经典的禅林小故事，在轻松自然的感受中领悟禅的独特思想魅力。顿悟之下，无限明了：禅虽高深，但形式却极其简单、生动，所谓不立文字，直指人心，修身养性，皆大收获。

生活是禅，人生亦是禅，若参透了其中的道理与真谛，人世间的一切都将如诗如画，心随梦想，梦随心动，咫尺天涯，成功就在彼岸！



目 录



百味皆苦——禅是心灵的瑜伽

手心是烦恼，手背是菩提，只要翻过来便是，无多无少，烦恼变为菩提。所谓“烦恼菩提冰是水，生死涅槃法即空”。若悟得，则人法皆空，若不明，就仍有法执。

- | | | | |
|-----------|----|-----------|----|
| ■ 心动幡动 | 3 | ■ 白隐生子 | 15 |
| ■ 美丽的寺庙 | 3 | ■ 床头女像 | 16 |
| ■ 落花无言 | 4 | ■ 放下得道 | 17 |
| ■ 怒心起时细思量 | 5 | ■ 禅力如狮虎 | 17 |
| ■ 思与不思 | 7 | ■ 事半功倍 | 18 |
| ■ 须弥藏芥子 | 7 | ■ 见与不见 | 19 |
| ■ 吃蜜谢罪 | 8 | ■ 心净土净 | 20 |
| ■ 一口好牙 | 9 | ■ 行囊空空 | 20 |
| ■ 心灭法灭 | 9 | ■ 无事不禅 | 21 |
| ■ 惜福有福 | 10 | ■ 心如虚空 | 21 |
| ■ 心净生佛 | 10 | ■ 求人不如求己 | 22 |
| ■ 水满自溢 | 12 | ■ 怀疑生暗鬼 | 23 |
| ■ 烦恼就是自己 | 13 | ■ 云在青天水在瓶 | 24 |
| ■ 放下放下 | 14 | ■ 只是一杯茶 | 25 |
| ■ 暮鼓晨钟 | 14 | ■ 禅镜照性 | 26 |
| | | ■ 心空及第 | 27 |
| | | ■ 非驴非马 | 28 |
| | | ■ 拨云见日 | 29 |
| | | ■ 参禅法器 | 30 |
| | | ■ 生命的长度 | 31 |
| | | ■ 佛陀貌美 | 32 |

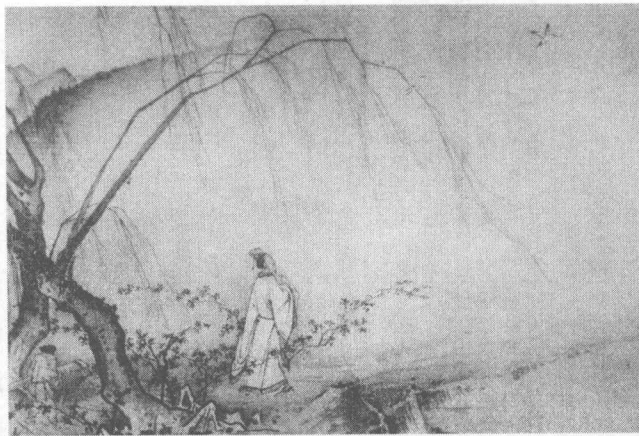
▲ 从心流出	33	▲ 雪窦非信差	43
▲ 如水归水	34	▲ 高尾染坊	44
▲ 一念嗔心	35	▲ 临济拜祖	45
▲ 没时间老	35	▲ 一切为空	46
▲ 天下第一的茶道	36	▲ 禅师与医生	47
▲ 剑道要诀	37	▲ 乞丐买饼	48
▲ 知非便舍	38	▲ 一村菊香	49
▲ 禅师的兰花	39	▲ 烦恼即菩提	50
▲ 诚实无欺	39	▲ 本性宝藏	51
▲ 并不受矛盾影响	40	▲ 忌妒成祸	52
▲ 唯心净土，自性弥陀	41	▲ 禅门静默	52
▲ 以静制动	42	▲ 平常是禅	53
▲ 灵光顿悟	42	▲ 心性如一	54



参透玄机——棒喝交加中遇见佛祖

禅，有时说尽了千经万论，禅的边还没有摸到；有时只是轻描淡写的一句话，一个动作，却能彻骨彻髓地认识自家的本来面目。

▲ 当头棒喝	57	▲ 并无所悟	69
▲ 佛祖吃水	58	▲ 饼与禅	70
▲ 行脚僧	59	▲ 禅无妄语	71
▲ 谁是禅师	60	▲ 菩萨说法	71
▲ 云水随缘	61		
▲ 智闲开悟	61		
▲ 悟性不得模仿	62		
▲ 道岫悟禅	63		
▲ 因人而异	64		
▲ 心无外物	65		
▲ 给袈裟吃饭	66		
▲ 威德无量	67		
▲ 话头禅	67		
▲ 悟无边缘	68		





▲ 偈语	72
▲ 好事不如无事	73
▲ 禅言得失	74
▲ 无言之教	75
▲ 祭神如神在	76
▲ 门里还是门外	76
▲ 自我自佛	77
▲ 答与不答	78
▲ 禅之玄妙	78
▲ 佛性为姓	80
▲ 善自珍重	81
▲ 答非所问	81
▲ 禅无你我	82
▲ 超度亡狗	83
▲ 六祖说禅	84
▲ 育才之道	85
▲ 眼的真心	86
▲ 一与三	87

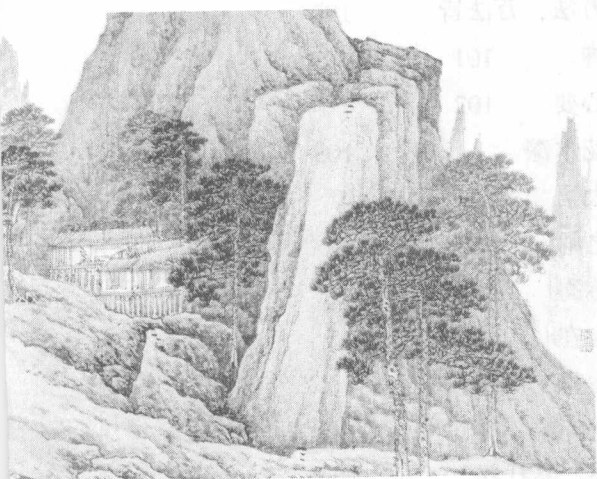
▲ 教外别传	87
▲ 一二三四五	89
▲ 禅与牛	90
▲ 洞山问禅	91
▲ 直指本心	92
▲ 虎头长角	93
▲ 来来往往	94
▲ 一宿禅	95
▲ 一切皆禅	96
▲ 迷悟习性	97
▲ 丙丁童子来求火	98
▲ 性不生减	99
▲ 佛与牛粪	100
▲ 一生万法，万法皆一	100
▲ 不生禅	101
▲ 了悟心要	102
▲ 禅房花木深	103
▲ 豁然大悟	104
▲ 为师之师	105
▲ 人悟称得	105
▲ 一念自在	106
▲ 悟无生忍	107
▲ 佛语心为宗	107
▲ “这个”是什么	108
▲ 灵利道人	109
▲ 从心所欲	110
▲ 禅之味道	111
▲ 变与不变	112
▲ 心外求法，患得患失	113
▲ 心在内悟	114
▲ 心有滞，而众法皆不通	115
▲ 上座何在	115



酒肉穿肠——当和尚遇到钻石

“酒肉穿肠过，佛祖心中留”。密教的祖师喜食鱼肠子，吃完后又吐出来，放到水里，鱼又活了。只要心中有佛，怎么做都是佛。

- | | | | |
|----------|-----|-------------|-----|
| ■ 和尚喝粥 | 119 | ■ 雪窦非信差 | 134 |
| ■ 色即是空 | 120 | ■ 放下心结 | 135 |
| ■ 黄金毒蛇 | 121 | ■ 以物悟道 | 136 |
| ■ 无休止的钱袋 | 122 | ■ 有相无相 | 137 |
| ■ 衣裹真珠 | 123 | ■ 非礼勿行 | 138 |
| ■ 真禅无物 | 124 | ■ 生灭无常 | 139 |
| ■ 时间纽扣 | 125 | ■ 不说生，不说死 | 140 |
| | | ■ 废纸一堆 | 141 |
| | | ■ 禅师的生活 | 142 |
| | | ■ 心地透明，无气可生 | 143 |
| | | ■ 体相本自然 | 144 |
| | | ■ 寒山的处世秘诀 | 145 |
| | | ■ 银货两讫 | 147 |
| | | ■ 众生平等 | 147 |
| | | ■ 遇佛杀佛 | 148 |
| | | ■ 轮回流转 | 149 |
| | | ■ 悟禅无欲 | 150 |
| | | ■ 寻找宝藏的人 | 151 |
| | | ■ 杯水禅机 | 151 |
| | | ■ 其一其二 | 152 |
| | | ■ 放逐天堂 | 153 |
| | | ■ “爱”不执著 | 153 |
| | | ■ 禅意清明 | 154 |
| | | ■ 青梅子不可随便给 | 155 |
| | | ■ 锁虚空 | 157 |
| | | ■ 苦集灭道 | 157 |
| | | ■ 禅乃无言 | 158 |
| | | ■ 虚幻之城 | 159 |



- 知色知欲 126
- 空与色 127
- 没时间老 128
- 不信是真谛 128
- 枯木寒岩 129
- 天堂地狱 130
- 开悟心自宁 131
- 泥中莲花 132
- 觉而不迷 133

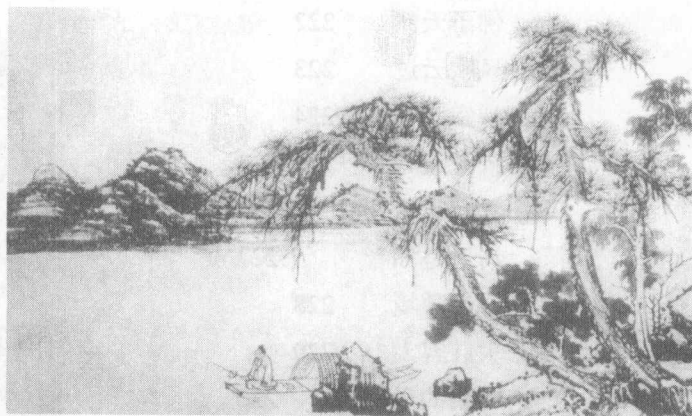
■ 皆因绳未断	161	■ 内不心乱为定	166
■ 僧与佛珠	161	■ 心境坦然	167
■ 吃粥与吃茶	163	■ 攥与展	168
■ 四大皆空	164	■ 月光满堂	169
■ 顺治悟禅	165		



明心见性——化作春泥无觅处

禅，不以敬畏，而是拈花微笑，去顿悟。汲取瞬间的领悟，不经意间，便可得之法门，参透生命的玄机：能由一物而知天下，能由小事而识大理。

■ 屠夫谢罪	173	■ 同圆种智	189
■ 婆为媳牵驴	173	■ 从容处事	190
■ 放下就是解脱	174	■ 禅道在身边	191
■ 哭婆变笑婆	175	■ 除去闲名	191
■ 八风吹不动，一屁打过江	176	■ 第三个金人	192
■ 当下之时	177	■ 禅师解梦	193
■ 俗眼无珠	177	■ 不淋一人淋两人	194
■ 老贼教子	178	■ 超越常识	195
■ 滴水开悟	179	■ 剪指教徒	195
■ 谦让顿悟	179	■ 禅师的洗脚石	197
■ 禅门的人生观	180		
■ 一切皆因自我	181		
■ 师姑是女人	182		
■ 自重自律	183		
■ 自伞自度，自求自救	184		
■ 无争无价	184		
■ 你是佛祖	185		
■ 禅味的爱心	186		
■ 信马由缰	187		
■ 男女无别	188		
■ 一生万法	188		



- | | | | |
|------------|-----|----------|-----|
| ▲ 肉眼心眼 | 198 | ▲ 心之大小 | 207 |
| ▲ 听不懂 | 199 | ▲ 禅是自由 | 208 |
| ▲ 布施有度 | 200 | ▲ 慈悲不易奉行 | 209 |
| ▲ 禅师化盐 | 200 | ▲ 无心自然 | 209 |
| ▲ 道信拒旨 | 201 | ▲ 禅说心性 | 210 |
| ▲ 吃饭睡觉也是修行 | 202 | ▲ 欲壑难填 | 211 |
| ▲ 即心即佛 | 203 | ▲ 只手之声 | 211 |
| ▲ 独超物外 | 204 | ▲ 皆有生死 | 213 |
| ▲ 自悟自证 | 204 | ▲ 事事随行 | 214 |
| ▲ 禅化顽石 | 205 | ▲ 会心顿悟 | 214 |
| ▲ 法力无边 | 206 | ▲ 带不走 | 215 |



菩提了悟——大道何需惹尘埃

摩诃般若波罗蜜言：大智慧到彼岸，此须心行，不在口念。口念心不行，如幻如化如露如电。口念心行，则心口相应。本性是禅，离性无别禅。

- | | | | |
|----------|-----|---------|-----|
| ▲ 磨砖成镜 | 219 | ▲ 随它去吧 | 231 |
| ▲ 一休晒经 | 219 | ▲ 虎扑先低头 | 233 |
| ▲ 割肉喂鹰 | 220 | | |
| ▲ 护贼度贼 | 221 | | |
| ▲ 转移为净 | 222 | | |
| ▲ 佛子天然 | 222 | | |
| ▲ 风吹云过 | 223 | | |
| ▲ 禅宗三境 | 224 | | |
| ▲ 佛陀论马 | 225 | | |
| ▲ 菩萨也杀生 | 226 | | |
| ▲ 清风是知音 | 227 | | |
| ▲ 心性随境 | 228 | | |
| ▲ 大肚容人 | 229 | | |
| ▲ 吃梨的学问 | 230 | | |
| ▲ 佛陀也有苦恼 | 231 | | |





▲ 活在当下	233
▲ 布施有度	234
▲ 中间人，中间事	235
▲ 乌龟自保	235
▲ 盐的味道	236
▲ 鼎州拾叶	237
▲ 达摩论宝	238
▲ 振聋发聩	239
▲ 荣枯一如	240
▲ 一动一静	241
▲ 欺世盗名	241
▲ 大千世界一禅床	242
▲ 好一个寸丝不挂	243
▲ 灵佑踢瓶	244
▲ 我也不是佛	245
▲ 除草的方法	246
▲ 善恶正反	247
▲ 斩蛇悟性	248
▲ 马上剃度	249
▲ 布袋拖耳	250
▲ 佛心宽宏	251
▲ 聚沙成塔	251
▲ 生命才是宝	252
▲ 雕刻第一课	254
▲ 满与不满	255
▲ 老的大，小的有用	256
▲ 笑口常开	257
▲ 抢不走	257
▲ 度人度己	258
▲ 宽厚仁慈	259
▲ 禅无杂邪	260
▲ 无须在意	261



▲ 道信收徒	262
▲ 无心是道	262
▲ 出世入世	263
▲ 悟得自在	264
▲ 宽容是金	264
▲ 禅师翻跟头	265
▲ 黄檗与唐宣宗	266
▲ 传法要传心	267
▲ 山高怎阻野云飞	268
▲ 佛祖不救人	269
▲ 画饼充饥	269
▲ 如人饮水，冷暖自知	271
▲ 花鲜在水	272



因果机缘——花开花落几度春

尔时，阿难陀尊者，在灵山会上，一千二百五十人具。问佛陀：“何以因果之报？”佛说：“是故世间，一切男女，贫贱富贵，受苦无穷，享福不尽，皆是因果之报。”

- | | | | |
|-------------|-----|-------------|-----|
| ▲ 立雪断臂 | 275 | ▲ 洗碗扫地 | 300 |
| ▲ 一日不做，一日不食 | 276 | ▲ 勿念窃生 | 300 |
| ▲ 舌之因果 | 277 | ▲ 欺人自欺 | 302 |
| ▲ 盐酱人生 | 278 | ▲ 生活禅机 | 302 |
| ▲ 禅师插秧 | 279 | ▲ 禅的宽恕 | 303 |
| ▲ 不劳无获 | 279 | ▲ 月船与艺妓 | 304 |
| ▲ 供果因果 | 281 | ▲ 佛法无二 | 305 |
| ▲ 森田司钟 | 281 | ▲ 心生法生，心灭法灭 | 306 |
| ▲ 心如明镜台 | 282 | ▲ 求子杀子 | 307 |
| ▲ 十后悔 | 283 | ▲ 悟而后醒 | 307 |
| ▲ 磕绊自找 | 284 | ▲ 禅无旁心 | 309 |
| ▲ 禅师的宝座 | 285 | ▲ 万事皆因果 | 309 |
| ▲ 度人度心 | 286 | ▲ 白隐与大波 | 310 |
| ▲ 饥吃困眠 | 287 | ▲ 禅之不定 | 311 |
| ▲ 无争无价 | 288 | | |
| ▲ 禅定就是定力 | 288 | | |
| ▲ 恭敬求佛 | 289 | | |
| ▲ 有欲必苦 | 290 | | |
| ▲ 远虑近忧 | 291 | | |
| ▲ 万物皆有心想 | 292 | | |
| ▲ 七里释盗 | 293 | | |
| ▲ 因果分明 | 294 | | |
| ▲ 禅随其变 | 295 | | |
| ▲ 空由心造 | 296 | | |
| ▲ 正受烧书 | 297 | | |
| ▲ 性天真佛 | 298 | | |
| ▲ 不辱国体 | 299 | | |



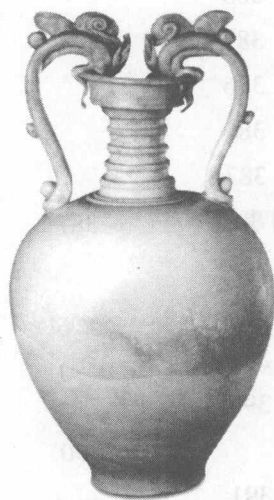
▲ 树之佛性	312	▲ 禅之法门	319
▲ 钵千家饭	313	▲ 心清秽净	320
▲ 自断希望	313	▲ 无形无相	321
▲ 误会	314	▲ 物我皆一	322
▲ 心不及小丑	315	▲ 一句禅味	323
▲ 严师仪山	316	▲ 赵州的真义	323
▲ 禅无争辩	317	▲ 净土在心	324
▲ 睹影自悟	318	▲ 死水不藏龙	325



般若波罗——了却无常弃烦恼

做自由的人，要有一颗平常心，自然处事，淡然为人，超然物外，方能泰然自若，坦然无惧。佛以无我之心来普度众生。

▲ 雪霁便行	329	▲ 放下一切	348
▲ 禅说苦乐	330	▲ 漂泊的诗人禅师	349
▲ 法身无病	331	▲ 烦恼多因贪念	350
▲ 逍遥圆寂	332	▲ 随遇而安	352
▲ 宠辱不嗔	332	▲ 心象真迹	353
▲ 一休做女婿	333	▲ 峨山开悟	355
▲ 花雨不沾衣	334	▲ 佛的因果虔诚	356
▲ 石头狮吼	335		
▲ 青草捆和尚	336		
▲ 不假形容	338		
▲ 不慕他佛	339		
▲ 入道三宝门	340		
▲ 缘起性空	341		
▲ 三三见九	342		
▲ 个性是为火焰	343		
▲ 圆满报身	343		
▲ 空也之泪	345		
▲ 心悟其福	345		
▲ 剑道要诀	346		



▲ 贪念一起，害人害己	357	▲ 生死同参一首诗	368
▲ 生死涅槃	357	▲ 一觉成佛	369
▲ 化缘度众	358	▲ 这就是地狱	370
▲ 有业有报	359	▲ 诸行无常	371
▲ 方外之交，不必同一	360	▲ 砍头落地	372
▲ 卖身修福	361	▲ 自得其乐	373
▲ 断指求法	362	▲ 意如虚空	374
▲ 放下功名	363	▲ 鹤林理佛	375
▲ 到处是路	364	▲ 逍遥自在	376
▲ 只知贪程，不觉蹉跎	365	▲ 电光火石	377
▲ 我往西方走	366	▲ 隐忍为铠	378
▲ 心中悟道	367	▲ 生时操劳，死为休息	379



禅诗——灵动的韵律

禅诗渗透了禅理、禅趣、禅境，是动中的极静也是静中的极动，寂而常照，照而常寂，动静不二，直探生命的本原。

闲云野鹤	383	西风细雨	391
心心相印	383	佛法圆通	392
月落风香	384	和风柴扉	392
生生不息	384	扪心内省	393
无言了悟	385	寒暑清香	393
人语青苔	385	香炉日暮	394
夕阳莲花	386	千山万径	394
水月云霞	386	顺治问“我”	395
洞里桃花	387	禅事禅翁，四大皆空	395
今日不知明日事	387	桃花烟光	396
澄江明月	388	少年风流	396
天寒风雪	388	晚风暑雨	397
醒世歌	389	天然无价	397
青鞋踏雨	390	风雨花落	398
心闲才是闲	390	无迹无踪	398
无阻无碍	391		

禅的智慧



百味皆苦

——禅是心灵的瑜伽



手心是烦恼，手背是菩提，只要翻过来便是，无多无少，烦恼变为菩提。所谓『烦恼菩提冰是水，生死涅槃法即空』。若悟得，则人法皆空，若不明，就仍有法执。

