

道德智慧经典



禅 的 智慧

禅，一方自由自在的身性天地。禅，一座无拘无束的心灵家园。禅是一种思考，一种表现，是智慧的结晶，是人生智慧的最高体现，它可以用一种独到的方法将我们心灵的迷惑一扫而光。



凌书军◎主编

中国戏剧出版社

道德智慧经典



禅 的 智 慧

◎ 凌书军 主编

ISBN 978-7-104-05644-0
 2007年7月北京第1版第1次印刷
 4000千
 200
 本：710mm×1000mm
 印：北京大智印刷厂
 销：全国新华书店
 真：010-28930242 (发行部)
 28930239 28930240 28930241 (发行部)
 010-28930231 28930237 28930238
 地址：北京市海淀区紫竹院路116号嘉泰国际中心A座10层
 出版社：中国戏剧出版社
 责任编辑：张月峰
 责任出版：张月峰
 封面设计：张月峰
 定价：238.00元(全10册)

中国戏剧出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

道德智慧经典/凌书军主编.—北京：中国戏剧出版社，
2007.6

ISBN 978-7-104-02644-0

I.道… II.凌… III.人生哲学—通俗读物 IV.B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第 088387 号

禅的智慧

策 划：宋宝强

责任编辑：曹其敏

张月峰

责任出版：冯志强

出版发行：中国戏剧出版社

社 址：北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码：100097

电 话：010-58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241 (发行部)

传 真：010-58930242 (发行部)

经 销：全国新华书店

印 刷：北京才智印刷厂

开 本：710mm × 1000mm 1/16

印 张：200

字 数：4000 千

版 次：2007 年 7 月 北京第 1 版第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-104-02644-0

定 价：238.00 元(全10册)

版权所有 违者必究

自 序

是什么让我们的心灵紧闭？谁能开启尘封的闸门？

心是人的圣殿，本应该金壁辉煌。世俗的万千杂念将它遮蔽掩埋，使它的光彩无法显现。

透过每一缕阳光，都能见到太阳；通过每一个意念，都能抵达心灵。光的源头是太阳，念的源头是真心。

遗失在源头的东西，必须逆流而上才能找到。悟必须从心而起。

人生只有两种结果，悟或者误。悟只有一种，误却有无数。心正，崎岖即为坦途；心不正，大道却为邪路。

真理若是明月，指向月亮的手指是什么？看见明月，不是手指，而是自己的眼睛。手指可以没有，月却常在。

同是明月一轮，不是都可以照见；同是清风拂面，有悟更有不悟。梅花有香，谁能闻见，谁又不能？

如果牵引木偶的线突然停止拉动，是否顿时万籁空寂？木偶仍在，以前所有的故事，岂非恍如一梦？

扬眉转眼，指手画脚，当木偶看见系在身上连线的瞬间，是否就顿悟无我？

佛家八万四千法门，殊途同归，都是教人去掉执著。去掉执著，如拔掉花园杂草，草除了，才见花朵。

执著心就如蔽日的云霓。去掉执著，即显佛性。放不下是执著，放下就是解脱。

要破除妄执，须无心于物，无意于事，一切修行，自在无为。一切放下，于相而离相，于念而无念。

人生而有限，世界却广阔无垠。物无尽而欲未穷，物尚在却身已灭。

黄檗云：“但终日吃饭，未曾咬着一粒米；终日行走，未曾踏着一片地。”

云门文偃说：“终日说事，未曾道着一字；终日着衣，未曾挂着一丝。”

——禅者之境也。

青源惟信说：“三十年前未参禅，见山是山，见水是水。及至后来亲见知识，有个人处，见山不是山，见水不是水。而今得个休歇处，依然是见山是山，见水是水。”

禪的 智慧

禪讓我們在日常的行走坐臥之間，洞見人生真諦。所謂千峰寒色，雨滴岩花，皆能指示心要，妙悟禪機。

萬物皆佛。眾生雖迷，但本性不失。只要滅諸妄念，脫諸系縛，即可出凡入聖，由染轉淨。

佛盡在一切平凡事中，語默動靜，一切聲色，盡是佛事。正是翠竹法身，黃花般若。

是為序。

自
序

目 录

禅道的启示

云在青天	1
盘水梅花	1
虚空无君	2
只手之声	2
水乳交融	3
思量非思	4
罗汉起舞	5
竹筵接雨	6
一切便休	6
百丈拔火	7
断际禅师	7
一喝五教	8
佛的烦恼	9
好事无事	10
石头路滑	10
月亮手指	11
海水深深	12
空手放下	13
我名本寂	13
东坡输赢	14
且寻思去	14
得意忘言	15
何处不是	16
老僧如驴	16
真也否定	17
马上剃度	17
人生真谛	18
弟子哭师	18

禅的 智慧

目 录

柳绿花红	19
长爪梵志	19
剑手秘密	20
乌龟草鞋	20
不识投子	21
信与不信	22
佛祖四喻	22
行恶修善	23
即心即佛	24
智藏有无	24
超佛越祖	25
赵州叮咛	25
金屑在眼	26
你去哪里	26
未上树时	27
心性本同	27
石头狮吼	28
芥子须弥	29
百年一梦	29
好花一朵	30
不给模仿	31
幡动风动	31
万法一法	32
什么是你	32
药山百丈	33
祖师来意	34
法庆圆寂	34
是正是邪	35
羚羊踪影	36
胡麻三斤	36
见与不见	37
大千为床	38
吃饭睡觉	38
清水明月	39
临济妙对	39
是空是色	40
飞越生死	40

能大能小	42
意在辘头	42
无你无我	43
古镜磨后	43
首座之禅	44
俱胝一指	45

禅道的故事

第一辑 拈花微笑如来	46
------------------	----

好牛奶与坏牛奶	46
唾天	48
大迦叶的皈依	49
洗脚的木盆	51
琴喻	53
小乌龟的启示	54
国王的珍宝	56
放下	57
美妙的法喻	58
拈花微笑	61

第二辑 普度众生大乘	63
------------------	----

阿难悟道	63
龙奋迅三昧	66
怎样实现自我	68
禅的精髓	69
心灵的桎梏	70
牛头宗的诞生	71
普度众生	73
不记年岁	75
佛不是万能的	76
蛤蜊说法	77

第三辑 不可思议传奇	79
------------------	----

照影顿悟	79
卖妻赈灾	80

禅的 智慧

④

目 录

傅大士讲经	81
寒山	82
拾得	83
和合二仙	84
拿得起,放得下	86
玩笑成真	88
人生之路	89
送你一盘稀罕菜	91
第四辑 超佛越祖顿悟	93
退步原来是向前	93
尼师刘铁磨	94
仙涯教徒	96
第二个问题	97
卖佛救饥	98
乞丐禅	99
禅师的胆量	100
水果的启示	101
强盗与禅师	102
火钳禅	103
第五辑 心地洞彻智慧	105
良宽禅师	105
冷静即是智慧	106
僧道斗法	108
说究竟法	109
禅师之勇	110
一与二	111
平常心	112
独特的思维方式	113
禅月清辉	114
神医的奥秘	117
第六辑 独立巅峰高僧禅	119
才子出家	119
伏虎降龙除瘟神	121
紫柏尊者悟道	125

冲破牢关	126
来去自由	128
憨山德清出世	130
憨山开悟	131
面对名利	133
笑对屠刀	134
古今德清	136
第七辑 一脉相承东洋	138
舍多取少	138
一文钱	140
敬钟如佛	142
禅者的风度	143
东福寺传奇	144
禅茶一味	146
天堂与地狱	147
泥中莲花	148
一把碎茶壶	149
两件衣衫	151
第八辑 诗情画意神韵	153
诗魂禅韵王摩诘	153
香山居士白乐天	155
诗境禅境皆“梦得”	158
醉翁醒来入禅门	160
王安石与蒋山	163
半山诗情半山禅	164
诗为禅客添花锦	167
禅是诗家切玉刀	169
木樨花香即是禅	173
诗到江西别是禅	175
第九辑 回味一笑谐趣	178
现身说法	178
放下	179
舍得	180
沙弥禅	181

儒生禅	183
秀才禅	184
朋友禅	185
夫子禅	187
荒诞禅	188
禅的妙用	189

禅道的智慧

第一章 达观立世	191
第二章 养心怡性	212
第三章 济世积德	228
第四章 执着追求	243
第五章 返朴归真	256
第六章 扬善止恶	272
第七章 苦难砺志	284
第八章 强身健体	295

禅道的启示

李太守转身拱手致歉，并问：“如何是道？”

惟严禅师以手指上下，然后问他：“会吗？”

云在青天

唐代朗州刺史李翱，非常崇尚惟严禅师的德行。

一天，他去参谒惟严，巧遇禅师正在山边树下看经。

虽知太守来，但禅师并无起迎之意。侍者在旁提示，他仍然专注于经卷之上。

太守见禅师怠慢的态度，忍不住怒声斥道：“见面不如闻名！”说完便拂袖欲去。

惟严禅师冷冷说道：“太守何得贵耳贱目？”

李太守转身拱手致歉，并问道：“如何是道？”

惟严禅师以手指上下，然后问他：“会吗？”

太守摇了摇头。

惟严：“云在青天水在瓶！”

太守听了，欣然作礼，随述偈曰：

练得身形似鹤形，千株松下两函经。

问道大师无余说，云在青天水在瓶。

一盘水，一枝花，一番似不经意的布置，竟然出现如此惊人的境界。

盘水梅花

日本桃山时代。

一年春天，丰臣秀吉在茶室放了一个大而浅的盘子，里面盛满了水。

在盘子旁边的地板上，他放了一枝红色的梅花。

然后，他将千利休叫来坐在自己的面前，对他说：“插花吧！”

千利休看了一眼盘子和花，略一思索，便轻轻将梅枝拿起，毫不犹豫地将花瓣捋下，撒向盘水之中。

他再将干枝横搭在盘子的边沿。

盘中的水面上，花瓣儿、花朵儿以及尚未开放的花蕾，交相漂荡，那样子不但美丽，而且别具神韵。

丰臣秀吉看了，生起了从未有过的感动。

一盘水，一枝花，一番似不经意的布置，竟然出现如此惊人的境界。

这不就是禅意？

慧忠：“皇上可曾看到虚空？”

肃宗：“看到了。”

慧忠：“虚空可曾看你一眼？”

虚空无君

慧忠在惠能处印证后，即到南阳的白崖山修行。

在这里，他度过了40余年。

公元761年，唐肃宗邀请他来京城，尊他为国师。

在一次法会上，肃宗特意前去向慧忠求教。

肃宗问了许多问题，他却不看肃宗一眼。

肃宗勃然大怒道：“我是大唐天子，你为何居然不看我一眼？”

慧忠：“皇上可曾看到虚空？”

肃宗：“看到了。”

慧忠：“那么请问：虚空可曾看你一眼？”

小沙弥终于悟道：世间一切声音都是无常，只有那种永恒的无声之声才是“只手之声”。

只手之声

有一位沙弥，每天看着师兄们早晚都到禅堂参禅，心里非常向往，就鼓起勇气请求默雷禅师准许他也和大家一起学习。默雷禅师道：“学禅要用心，绝不能嬉戏、游乐，以你小小的年纪实在不适合，等长大一点再说吧！”

小沙弥不肯罢休，一再恳求道：“禅师！我一定有始有终，请给我机会。”

默雷禅师不得已，只好允许。他拍了两下巴掌，问道：“听见声音了吗？”

小沙弥回答：“听见了。”

“好！你可以听到两手拍掌的声音，现在你给我参究只手的声音。”

小沙弥从窗口听到一阵乐器的声音，高兴地叫道：“我会了！”于是便到禅师面前模仿了一遍。

默雷禅师指示道：“不是！不是！那不是只手之声。”

小沙弥便到一个偏僻寂静的地方，忽然听到水滴声，便马上跑到禅师的面前，学了一遍滴水的声音。

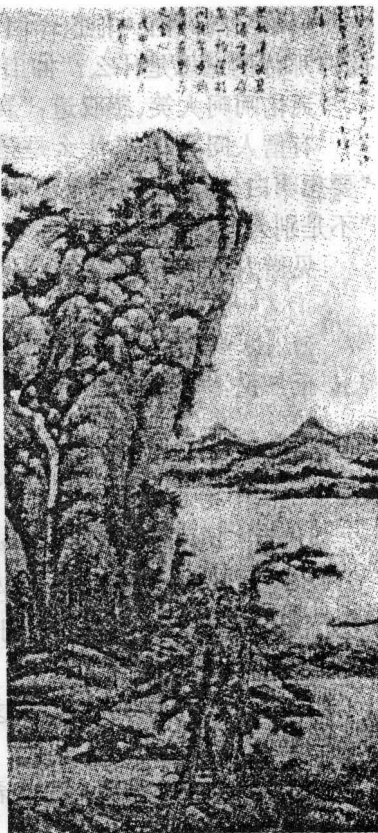
默雷禅师听后说道：“那是滴水之声，不是只手之声。再参！”

小沙弥只有打坐，谛听只手之声，毫无所得。他每天听到的是风声、蝉声、虫鸣，三年来过去，往默雷禅师处跑了几十次，都被否决了。

到底什么是只手之声呢？他观照禅心，终于进入了真正的禅定而超越了一切声音。

沩山问：“你有什么说法？”香严打了一声招呼就走出去了。

灵佑又问：“你的意思呢？”仰山也告别一声出去了。



山上清流万斛珠，悬崖千丈落云风。
已通礁经行无碍，似有人声听却无。

水乳交融

沩山灵佑是百丈怀海的人室弟子，后来住湖南大沩山，法席极盛。后创立沩仰宗，成为中国禅宗五大宗之一的开山鼻祖。

灵佑住持沩山后，收了两位高徒，即仰山与香严。

一天在禅堂内，灵佑对他俩说：“无论过去、现在和将来，佛理都是一样，每个人都可以找到解脱之道。”

仰山就问：“什么是解脱之道？”灵佑回头看看香严说：“寂子提问，你为什么 not 回答他？”

香严说：“如果说过去、现在和将来，我倒是有个说法。”灵佑问：“你有什么说法？”香严打了一声招呼就走出去了。

灵佑又问仰山：“他这样回答，合你的意吗？”仰山回答：“不合。”灵佑又问：“那你的意思是什么？”仰山也告别一声就出去了。

灵佑呵呵大笑，感叹道：“真是水乳交融啊！”
有僧人问灵佑：“什么是道？”灵佑：“无心是道。”僧说：“不懂。”灵佑：“要想明白，还是去问那个不明白的好。”僧问：“谁是那个不明白的？”灵佑：“不是别人，就你自己。”

见僧人仍不解，灵佑说：“向外求道，背道而驰。”

僧人不解地问：“不思量的怎么思量？”
惟严说：“非思量。”

思量非思

马祖道一和石头希迁平分禅家天下，共同接引四方的学僧。

药山惟严是石头希迁的学生。一天，药山对石头希迁说：“三乘十二分教义，我还粗略领会一点。禅门宗旨‘直指人心，见性成佛’之说我实在没有弄明白，请师父为我指点。”

石头希迁：“这样不对，不这样也不对，这样不这样总是不对。你怎么办？”

药山听后不知所云。石头希迁：“你的因缘不在这里，到马大师那儿去吧。”

药山惟严禀受师命，恭敬地去礼拜马祖道一禅师。一见面，他还是那个提问。

马祖道一：“我有时教它扬眉眨眼，有时不教它扬眉眨眼，有时扬眉眨眼的是它，有时扬眉眨眼的不是它，你究竟要怎么理解它？”

药山听了恍然大悟，便向马祖礼拜。

马祖道一：“你见到了什么道理，就行礼拜谢？”

药山惟严：“我在石头希迁老师那里，就好比蚊子叮铁牛，不得其门。”
马祖道一：“既然这样领悟了，就得好好护持。”

有一天，药山惟严在坐禅，石头禅师见后便问：“你在这里干什么？”
惟严答道：“什么也不干。”石头说：“这样就是闲坐了。”惟严说：“如果是闲坐，就有所作为了。”

石头又问：“你说什么都不干，到底不干什么呢？”惟严答道：“千圣不识。”

又一天，惟严禅师在坐禅，一僧人问他：“师父，你坐着呆呆地思量什么？”
禅师回答：“思量这个不思量。”僧人不解地问：“不思量的怎么思量？”惟

严说：“非思量。”

“迦叶跳舞，难道不是俗习未尽？”

“实际上他不曾跳舞，他只在回响而已。”

罗汉起舞

乾闥婆王来向释迦牟尼世尊奉献音乐。

他弹起琴时，整个山河大地都回响着琴声。

适时世尊的弟子大阿罗汉迦叶尊者正在旁边安坐，当他听到琴声时，就随着琴声翩翩起舞。

乾闥婆王就问迦叶尊者：“阿罗汉所有的烦恼应该已经除尽，你怎么还有俗习未断呢？”

佛在一旁回答说：“其实并没有俗习。你不要诽谤。”

乾闥婆王又弹了三遍琴，迦叶尊者也跟着三次起舞。

乾闥婆王质疑道：“迦叶跳舞，难道不是俗习未尽？”

佛说：“其实他不曾跳舞。”

乾闥婆王不解：“世尊怎么能乱说呢？”

佛回答道：“没有乱说。当你弹琴的时候，大地山河花草树木都回响着一片琴声，不是吗？”

乾闥婆王说：“是啊！”

佛说：“迦叶就像它们一样，所以他实际上不曾跳舞，他只在回响而已。”

云门用一字接引学人，干净利落，使人无机可接，直接开启省悟之门。世称“云门一字关。”



处处逢归路，头头达故乡。
本来现成事，何必待思量。

竹筭接雨

有一天，忽然下起倾盆大雨，不久，大殿便开始漏起雨来。

“赶快拿东西接雨！”慧玄禅师大声责令道。

众弟子们拼命地翻箱倒柜，就是找不出可以接雨的器具。

正当大伙儿忙得团团打转时，忽然有个小和尚抓了一只竹筭就往外跑。

慧玄大师一见，高兴地笑了。

慈明禅师道：“监院！你如果知道这事，一切便休！”

杨岐耳中忽如雷霆滚过，心中灵光一闪。

一切便休

杨岐方会禅师曾追随慈明禅师，自愿负责监院工作。

十年一晃而过，杨岐始终未能有悟。每次请求参问，慈明禅师总是回答他：“你的工作繁重，以后再说吧！”

有一天，杨岐又去参问，慈明禅师说道：“监院以后的儿孙满布天下，忙什么呢？”

又一天，慈明禅师雨中外出，杨岐在路上遇见，对他说：“老师！你今天必须说给我，不说我就不让你回去！”

慈明禅师道：“监院！你如果知道这事，一切便休！”

听到这话，杨岐耳中忽如雷霆滚过，心中灵光一闪，即刻大彻大悟。

他连忙跪拜在雨地上，说道：“至今一切便休！至今一切便休！”

过了好久，杨岐又道：“万事虽休，更借一问。”

慈明禅师便喝。杨岐赞道：“好喝！”

慈明禅师又喝，杨岐也喝。慈明连续三喝，杨岐便顶礼三拜。

杨岐礼拜后，恭谨诚恳地说：“报告老师，这个事。必须是个人才能承担！”

慈明禅师听后拂袖便行，从远处传来一句：“这个事，必须是个人才能承担！”

百丈亲自拿起火钳深深一拨，居然拨出了一点火星。

他指火星对汾山说：“这不是火吗？”