

● 禅理散文 ●

中国青年出版社

禅味小品百篇

方杞◎著

人生禅

上卷

(京)新登字 083 号

责任编辑:潘 平

插图:黄丽娟

本书台湾版由佛光出版社出版,
作者授权中国青年出版社独家出版大陆版

禅味小品百篇·人生禅 上卷

方 杞 著

*

中国青年出版社出版 发行

社址:北京东四 12 条 21 号 邮政编码:100708

小红门印刷厂印刷 新华书店经销

*

850×1168 1/32 7.25 印张 2 插页 70 千字

1994 年 7 月北京第 1 版 1994 年 7 月北京第 1 次印刷

定价 7.00 元

ISBN 7-5006-1623-6/B·38

人生禅
卷

《人生禅》序

近几年来，禅风日盛，谈禅者亦日多。佛教界在谈禅，学术界也在谈禅；东方人在谈禅，西方人也在谈禅。有人说，禅是东方文化精神之所在，也有人说，现在的西方人更需要禅的精神。本来，禅是「只可意会，不可言传」的，但是佛典上又说：「第二峰头，略容话会。」这就使得本以「以心传心、不立文字」相标榜的「禅」有了言传话会的根据了。实际上，作为一种文化精神现象，「禅」的流行传布是很难离开语言文字的。不难想象，如果在中国佛教史上没有留下那么多禅宗的「公案」、「话头」、「语录」、「灯录」，现代人又如何去了解乃至理解「禅」呢！

同样，如果不是因为近几年来佛教界、学术界、东方人、西方人都在那里谈禅，「禅」又怎能成为一种为当今世人所瞩目的文化精神现象呢？——进而言之——如果说中国人乃至东方人因其向来比较注重直观体会、擅长忘言得意的思维方法使得「禅」能够在中国乃至东方一代一代「心心相传」，那么，对于那些习惯于概念演绎、注重于理性分析的西方人，若不借助于语言文字此一中介，「禅」又怎能在西方「热」起来呢！由是观之，说禅话禅诚功不可没。

当然，重要的是如何说？如何话？所说所话是否得「禅」之「意」——有说「经是佛语，禅是佛意。」——谈禅自然贵在「得意」。

因为教学和研究工作的需要，近几年来读了一些禅宗典籍乃至禅学研究方面的著作，也许原本是孤陋寡闻的缘故，每次读书，似都有所收获，真可谓「开卷有益」，但无庸讳言，不同品位的书读后所得亦非全然相同，有些收益少些，有些收益大些，有些书是作为一项任务硬着头皮

把它读完的，有些书读来则使人兴味盎然、爱不释手。近得台湾友人广與兄（方杞）的一部赠书——《人生禅》，就是一部寓禅理禅趣于自然平实的语言文字之中、读来清新亲切、读后很受启迪的上乘之作。

一般地说，书名乃一部书思想旨趣的点睛之笔，《人生禅》亦然，作者所以冠禅以「人生」之名，表现了作者对禅的真切体会和深刻理解。一如现在出版的禅学著作五花八门一样，人们对禅的理解也各各殊异。有些人喜欢故弄玄虚，把「禅」说得「像云像雾又像风」，飘忽不定，不可捉摸，也有些人把禅界定为一种宴坐山林、隐遁潜修的修持方法。《人生禅》则不然，从书名一望可知，它把「禅」真告诉诸人生，所谓「禅」者，即人生之「禅」。这样去体会、理解「禅」，是否得「禅」之意？——别人会如何评判我不得而知，但我以为，这算是抓住了「禅」，特别是「中国禅」的核心和精髓。为什么这么说呢？所谓「禅」者，佛之意也。佛之「意」何耶？释迦牟尼创立的佛教整个地立足于人生，这于今天之佛

我所读过的禅学著作中也是不多见的。书中或以禅门「公案」谈人生，或以生活禅门「公案」，娓娓道来，往往在不知不觉中给读者带来一种清新愉悦之心境与感受。从书中人们不难发现，作者具有很高的文学修养——后来才从一则资料获悉，吉广舆先生在文学创作方面确实有相当的成就，曾获台湾《联合报》散文首奖、极短篇小说奖、台湾《新闻报》文学奖、中国语文奖等等，这就难怪其《人生禅》不但禅趣盎然，而且韵味十足。看来，不但哲学素质对于禅学研究者是不可或缺的，文学修养对于习禅之人也是大有助益的。

赖 永 海

一九九四年春节于南京大学

教界和学术界乃已成共识。更进而言之，作为富有中国特色的「禅」，因其深受儒家人性、心性学说的影响，更把「禅」落实到人生、人性上，以致于作为中国禅宗经典的《坛经》几乎以人性、心性替代佛性。而沿着禅宗把佛教直接诉诸人生的基本路径，近、现代中国佛教的改革家太虚大师则直接提倡「人生佛教」，并对整个现、当代的中国佛教产生了并还在产生着巨大的影响。由是观之，把禅落实到人生上，非唯「得其意」，实乃「得其髓也」。

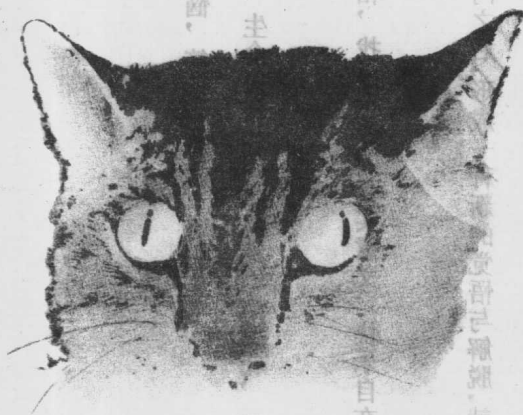
再者，《人生禅》还有另一个重要特点，即著作中融进了作者的许多人生感受。细心的读者一定会发现，《人生禅》是作者在以自己的人生感受谈禅，故尔其中所揭示的许多人生哲理，使人觉得极是真实、亲切，毫无虚发议论、虚玄空疏之感。当你读过某段文字后，掩卷沉思，会发现其中所说的许多道理对你的待人处世乃至为人治学确实颇有启迪。

还有，《人生禅》文字之优美、言语之洗炼、表述之自然、洒脱，在

如補。皇親來解，神將舊重，豈不泊天而己哉。誠。一直語入心，見其如龍一。
 最爲宗。轉宗又長，如神。滿西口。神口指神。舉時數言之工夫，火燭而
 中國普照恩，感神合中更難言之。口。
 而部故一主。

解。眼景要與口言，教人主，而真時。
 世人專強，顯之而歸，顯之天下。

《圖說》。神玄一。口。神顯并口。主。
 「主」字，啓發。其眼如神。其眼如神。



生命由靜空——自序

式印

生命的晴空——自序

方杞

「生死涅槃，犹如昨梦；菩提烦恼，等似空花。」

《圆觉经》的这句话，提醒我们：生命短暂，不过是梦幻与空花，一切人事眨眼之间就烟飞灰灭了。

禅，即是要我们看透人生的真相，找出生命的真实意义，快乐自在的活过一生。

中国哲理思想融合印度修行法门之后，形成一种新的觉悟与解脱，就是禅宗。禅宗又分成顿、渐两门：渐门讲渐修，累积观行之工夫火候而成佛，是如来禅；顿教着重当下的开悟与超越，「直指人心，见性成佛」，

是祖师禅。修行法门虽然不同，方向则完全一致，都在通透人间生死烦恼，建立清净空明的心灵，活得真实有意义。

学佛、参禅，要先建立一个透彻的观念，一种究竟的觉悟，也就是要建立精神上的主体。有了主体，才能发露，才人受用——如同人有身躯才能够进退，树有根基才能长花叶。

石霜跟随汾山禅师参学时，担任米头的工作。有一天，石霜正在筛米，汾山恰好经过，顺手从地上拾起一粒米说：

「莫轻这一粒，百千粒尽从这一粒生。」

一个本体，衍生千变万化无穷尽的作用，正所谓「无量义从一法生。」学佛学禅的人，要先建立基本信念，例如：

一、心态上，要有「佛陀即我我即佛」的认知——一般宗教大多膜拜偶像，视信徒如奴仆，必须俯首帖耳任凭教主惩罚或救赎，人与神之界限极分明。佛教则提倡「众生皆有佛性」，人人可学佛成佛，禅宗尤其

具有超越佛祖的精神：不立佛殿，只有法堂，不拜偶像，人佛平等。参禅学佛的人，不宜有凡、圣的分别心，不能把自己与佛菩萨划分界限，否则自视卑贱，失去自心是佛的信念，终身难以见性成佛。一旦修成正果，也不宜贡高我心慢、沾名钓誉，轻视初学与众生，反而形成道障，减退道心。

二、生活上，要有「凡所有相，皆是虚妄」的观照——凡事可以认真进取，可以敬业慎事，但在精神上要破除执障，心里面不要烦恼，如同云过青天不留痕迹，风吹波浪不碍海床。百丈怀海禅师说：「但息一切有无知见，息一切妄求」，超越一切成败得失、是非毁誉的风波，心灵清净了，没有迷悟，没有烦扰，才是生命的桃源净土。

「言语道断，心行路绝」，禅是不能落在言语诠释层次上的，要将一切认知落实在身体力行上。看慧能的公案，你要是慧能，读黄檗的禅语，你要做黄檗。把俗身俗见放下，换成法身与禅意，生活上才会有清凉的

净土。

禅宗不尚言语空谈，而注重心灵的脱胎换骨，「达摩西来一字无，全凭心地用工夫」，禅法是不可说的，说出来便不是禅法了。希望本书的言辞文字只是些小桥轻舟，让我们借着禅师的人生智慧渡越生死苦海，找到我们生命亮丽的晴空！

目录

序

.....二

自序

生命的晴空

方杞

.....八

心动

曹溪慧能

.....一八

圣谛

菩提达摩

.....二二

功德

菩提达摩

.....二六

心安

神光慧可

.....三〇

佛法

皖公僧璨

.....三四

这个	双峰道信	三八
衣鉢	曹溪慧能	四二
不失	青原行思	四六
心声	石头希迁	五〇
净土	石头希迁	五四
谁人	石头希迁	六〇
含灵	石头希迁	六四
樵柴	石头希迁	六八
无物	石头希迁	七二
磨砖	南谿怀让	七六
出入	马祖道一	八二
自己	马祖道一	八六
苍天	马祖道一	九〇

无痰	马祖道一·····	九四
无间	马祖道一·····	一〇〇
斩猫	南泉普愿·····	一〇四
救鹅	南泉普愿·····	一〇八
吼僧	南泉普愿·····	一一二
听风	南泉普愿·····	一一六
破界	南泉普愿·····	一二〇
迷悟	大珠慧海·····	一二四
用功	大珠慧海·····	一二八
否决	大珠慧海·····	一三二
一如	大珠慧海·····	一三六
熟了	大梅法常·····	一四〇
野狐	百丈怀海·····	一四四

野鴨	百丈怀海·····	一四八
牧牛	百丈怀海·····	一五二
醬瓮	百丈怀海·····	一五八
话坛	百丈怀海·····	一六二
净瓶	百丈怀海·····	一六六
拨火	百丈怀海·····	一七二
无事	黄檗希运·····	一七六
无寻	黄檗希运·····	一八〇
无己	黄檗希运·····	一八四
无声	黄檗希运·····	一八八
无有	黄檗希运·····	一九四
无别	黄檗希运·····	一九八
无相	黄檗希运·····	二〇二