

感悟人生的194篇禅理智慧故事

伟子 著

禅

静思语

禅是对生命完整意蕴的领悟。而生命的完整意蕴超越于知性思量之外。禅宗认为万物是统一、连续的。觉悟就是了悟万物一体，是实现自我也是领悟到无物独存，领悟到『一即一切』。



中国城市出版社

禅思语

禅是对生命完整意蕴的领悟。而生命的完整意蕴超越于知性思量之外。禅宗认为万物是统一、连续的。觉悟就是了悟万物一体，是实现自我也是领悟到无物独存，领悟到『一即一切』。

悟人生的194篇禅理智慧故事 伟子 著

中国城市出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

禅静思语:感悟人生的 194 篇禅理智慧故事/伟子著.
北京:中国城市出版社,2006.8

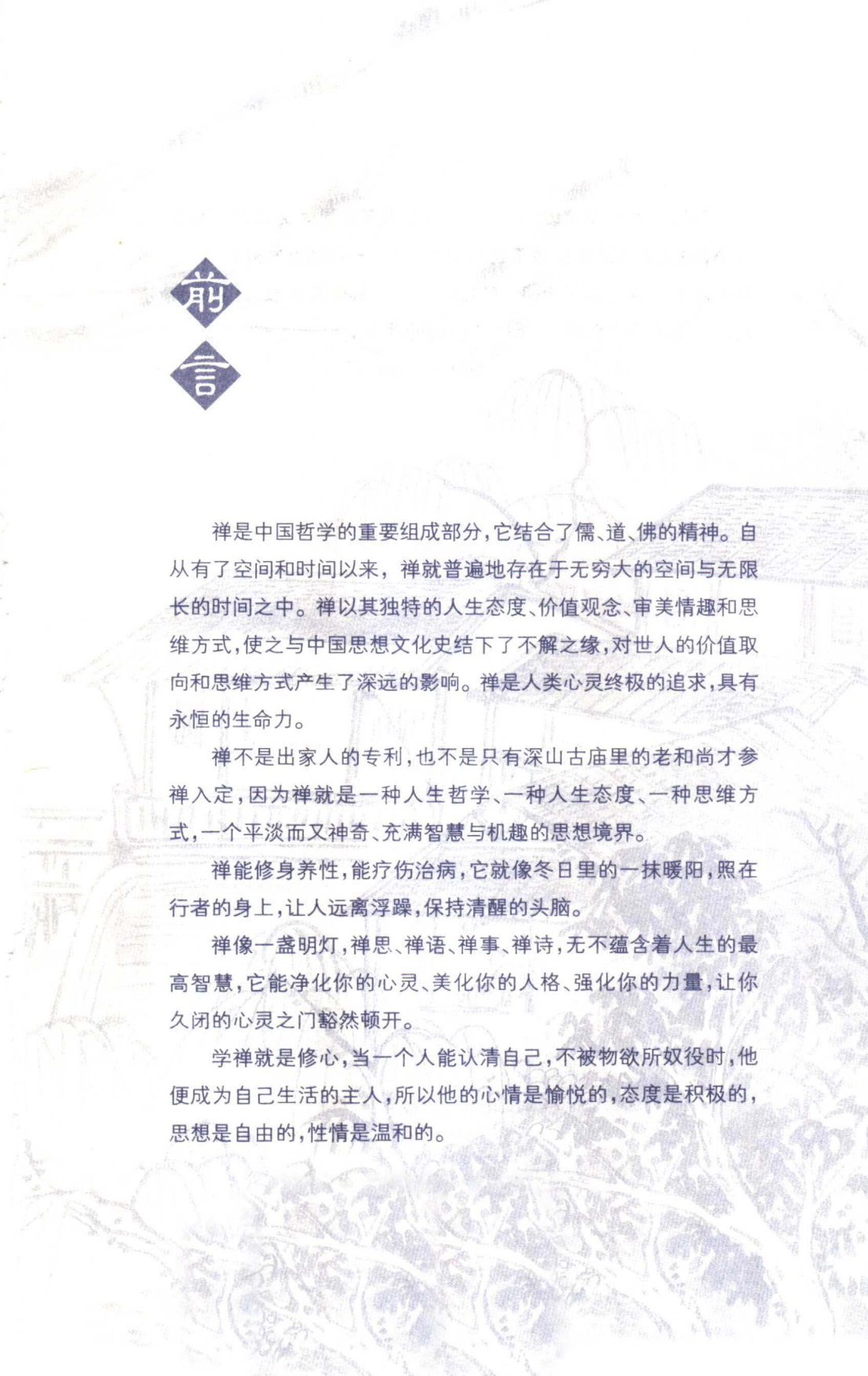
ISBN 7-5074-1766-2

I.禅... II.伟... III.禅宗-通俗读物
IV.B946.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 080030 号

责任编辑	王双林(wsl_502@163.com)
封面设计	东方文景
责任技术编辑	张建军
出版发行	中国城市出版社
地址	北京市丰台区太平桥西里 38 号(邮编 100073)
电话	(010)63454857
传真	(010)63421488
总编室信箱	citypress@sina.com
投稿信箱	city_editor@sina.com
发行部信箱	zgcsfx@sina.com
经销	新华书店
印刷	三河市南阳印刷有限公司
字数	227 千字 印张 19
开本	787×1092(毫米) 1/16
版次	2006 年 9 月第 1 版
印次	2006 年 9 月第 1 次印刷
定价	21.80 元

版权所有,盗印必究。举报电话:(010)63455163



前言

禅是中国哲学的重要组成部分，它结合了儒、道、佛的精神。自从有了空间和时间以来，禅就普遍地存在于无穷大的空间与无限长的时间之中。禅以其独特的人生态度、价值观念、审美情趣和思维方式，使之与中国思想文化史结下了不解之缘，对世人的价值取向和思维方式产生了深远的影响。禅是人类心灵终极的追求，具有永恒的生命力。

禅不是出家人的专利，也不是只有深山古庙里的老和尚才参禅入定，因为禅就是一种人生哲学、一种人生态度、一种思维方式，一个平淡而又神奇、充满智慧与机趣的思想境界。

禅能修身养性，能疗伤治病，它就像冬日里的一抹暖阳，照在行者的身上，让人远离浮躁，保持清醒的头脑。

禅像一盏明灯，禅思、禅语、禅事、禅诗，无不蕴含着人生的最高智慧，它能净化你的心灵、美化你的人格、强化你的力量，让你久闭的心灵之门豁然顿开。

学禅就是修心，当一个人能认清自己，不被物欲所奴役时，他便成为自己生活的主人，所以他的心情是愉悦的，态度是积极的，思想是自由的，性情是温和的。

我们过着尘埃喧嚣的生活，心灵有太多负累。阅读禅的智慧故事，便会使烦躁的心放下世俗烦恼，进入一种超然物外的境界。静心就是一次心灵的开花，它为你洞开一扇禅的智慧大门，带你进入一个清凉的世界，亲近一方灵魂的净土。



目录

第一章 禅语心解：禅是一种修身养性的心态

驴粪蛋里度暑假	2	如何快乐	25
拿掉颈上的铁枷	3	消气	27
珠光喝茶	5	命在何处	29
不留平常心	7	谁知道你	30
听到没听到	8	禅心与经语	31
人的声气	10	云水随缘	32
给我眼珠	12	祝福	33
香林家风	14	谁是禅师	34
致命金钵	16	人间木偶戏	35
德山与灵佑	17	生死由他	36
一盆兰花	19	路逢猛虎	37
将军出家	21	割耳救雉	38
炉中拨火	23		

第二章 以禅处世：禅是一种知足豁达的人生

一与二	40	最具魅力	49
东坡打赌	41	夜游	51
飞越生死	42	青梅子	52
恩仇	44	不缺盐酱	54
满村菊香	45	东坡过江	56
生活的层面	46	慈悲为怀	58
高与远	48	没有时间老	60

信物	62	请袈裟吃饭	85
心中有石头	63	云山与母亲	87
不淋一人	65	法远活佛	89
两碗面条	67	为妻超度	91
处世之道	69	水车与禅道	93
寒山与拾得	71	砍下你的头	95
一休娶老婆	73	死猫最贵	97
虾蟹之死谁之过	75	酒缸里的人	99
出门在外心情不好	77	禅师与贼	101
一休吃毒药	79	归鸟迷途	103
不让模仿	81	谁的处境更危险	105
到底谁大	83	虱子哪里来的	107

第三章 读禅悟道：禅是一种超乎世间的境界

禅的超越	110	难识自己	132
银货两讫	112	主人公在哪里	133
没有后人	114	家书	134
无嘴说法	115	卧轮有伎俩	136
茶饭禅	117	冷暖自知	138
打坐	118	锄草斩蛇	139
形变性不变	120	听而不闻	140
和尚皇帝	122	草的颜色	141
你爱色吗	124	佛心是什么	142
冰与水	126	真谛	143
你在哪里	127	哑巴吃蜜	144
不立文字	129	心与性	145
是什么	131	赵州石桥	146

一串数珠	147
空色本相同	148
提起放下	149
菩提什么样	150
修行要诀	151
执杖牧牛	152

第一课	153
有与无	154
无言教学	155
不画二次	156
无风起浪	158
转身	160

第四章 禅机妙趣：禅是一种妙趣横生的智慧

四祖与法融	164
真是你的	166
一生万千	167
持不语戒	168
服从	169
棒与喝	170
三种人	171
本来面目	172
随心性	174
本性	175
圆梦	176
快乐与痛苦	177
山上无人	178
隐居地方	180
如何进山	182
百年一梦	184

不在别处	185
不病之体	186
破色	187
禅像什么	188
我有娘生褂	190
一室六窗	192
言传与身教	193
贵耳贱目	194
无你无我	195
禅的妙用	196
途中珍重	198
秀才参禅	199
那就是禅	200
顺其自然	202
扫除微尘	203

第五章 参禅树志：禅是一盏点亮心灵的明灯

信念虔诚	206	心在哪里	233
解铃还须系铃人	207	园头育苗	235
快乐之道	208	如何成功	237
要“我”做什么	210	你点哪个心	239
煎茶	212	祖师西来意	241
打坐四十年	214	北野学禅	243
禅道就在身边	216	生与死	245
道不可玩	218	香林开示	246
自伞自度	219	禅师与乞丐	248
随流得妙	221	找禅心	250
公鸡与虫子	222	炷香增福	252
禅师与菜叶	224	智常斩蛇	253
知止	226	天子书记	255
自傲的隐峰	228	禅师的眼泪	256
无迹可寻	230	禅师与饼子	257
一念心开	231	我有明珠一颗	259

第六章 诗偈妙谛：禅是一组妙趣横生的诗歌

空手把锄头	262	逆境来时顺境因	267
花非花，雾非雾	263	忆昔当年未悟时	268
春有白花秋有月	264	来时无迹去无踪	269
一池荷叶衣无尽	265	三生石上旧惊魂	270
一年春尽一年春	266	心如大海无边际	271

手把青秧插满田	272	倦童疲马放松门	282
三间茅屋从来住	273	万事无如退步休	284
空门不肯出	274	人生到处知何似	285
为道莫还乡	275	一树春风有两枝	286
勲坐云游出世尘	276	赵州当日少谦光	287
人闲桂花落	277	分明皮上骨团团	288
中岁颇好道	278	云岩寂寂无窠臼	289
地僻门深少送迎	279	尘网依依三十春	290
特入空门问苦空	280	赵州八十犹行脚	291
粉壁朱门事甚繁	281	麝因香重身先死	292

第一章

禅语心解：禅是一种修身养性的心态

拥有一颗清净心，是幸福之源泉。

——燃灯法师



驴粪蛋里度暑假

静静的夏夜，赵州禅师和他的弟子文远坐在河边乘凉，两人盘腿而坐，谈论着各自的修养心得。听着河里的蛙声此起彼伏，像是在比赛唱歌，老禅师突发奇想，于是对文远说：“文远，让我们也来比赛一下，看谁能把自己比喻得最低。”文远接受了他的挑战，并且他们事先约定：谁输了谁就要被扔在河里去洗澡。

于是赵州先说：“我是一头驴。”

文远接着说：“我是驴子的屁股。”

赵州又说：“我是屁股里的粪蛋。”

文远再说：“我是粪蛋里的虫子。”

此时赵州无法再比下去了，便反问他：“你在粪中做什么？”

文远回答说：“我在那里度暑假呀！”

赵州甘拜下风，说道：“好了，算你赢了吧！”边说边跳到河里去了。

智慧点睛

在禅师的眼中，净秽如一，即便在污秽不堪的地方，他们也能逍遥自在。这是因为他们的内心是清净的。



「拿掉颈上的铁枷」

云门禅师是浙江人，他 35 岁那年，经介绍去参拜著名的雪峰禅师。

这天他来到雪峰所在的大山下，并没有直接上山，而是坐在一块大石头上在等什么。

这时来了一个小和尚挑着水正准备上山，云门便走上前去对那和尚说：“你是不是要上山去？”小和尚点头应答。“那请你为我带几句话给雪峰吧，不过你一定不要说出是我让你说的。”小和尚答应了。于是他说：“你到了寺里，第二天一早等大家集合完毕，方丈开始讲法时，你便出来站在他面前说：‘可怜的老家伙，你怎么不拿掉你颈上的铁枷？’”

第二天等到雪峰刚要讲法时，小和尚突然说出了云门教给他的那些话。雪峰一听愣住了，他知道小和尚没有这么高的悟性，讲不出这样的话来。于是便跑过去抓住小和尚的衣领道：“快说！快说！这是谁告诉你的？”

小和尚一边挣扎一边辩解，死活不说是谁告诉他的。雪峰见状便叫侍者拿绳子来捆他，他吓得浑身哆嗦，只好坦白说：“是山下的一个和尚教我说的，他不让我告诉你们是他说的。”雪峰听罢便对众人说：“你们的导师来了，赶快下山去迎接吧！”于是众僧一起下山去迎接云门。

云门来到寺里，雪峰一见到他便说：“你为什么来这里？”云门



低头不语,意思是别无所求。从那时起,二人便心心相印,默契配合。云门与雪峰切磋禅道,交互讲法,二人都在禅法上获得了极大的提高。

智慧点睛

有形的枷锁并不可怕,也不难去掉,关键是心灵上的枷锁。有形的枷锁没有多少人戴,但又有多少人在忍受着心灵上无形枷锁的煎熬呢?只有去掉它你才会感觉无比轻松。

珠光喝茶



珠光是日本一位比较有名的禅师，曾在一休门下修行。他悟性很高，进步很快，但有一个坏毛病，就是坐禅时常爱打瞌睡，这使他在众人面前很不好意思。

于是他去找医生，看有什么好办法可以解决这个问题。医生建议他喝茶试试看，他接受了医生的建议，每天早晚各喝一杯茶，时隔不久果然治好了这个坏毛病。由于他天天喝茶，养成了习惯，在仔细品味当中，慢慢发现喝茶也很有规矩，不同的喝法有不同的味道。于是他便开始创制各种喝茶的规矩。

有一天，他刚刚制定完一道茶规，一休大师走了进来，问道：“应当以何种心情喝茶？”

珠光回答道：“荣西禅师曾说，应当为了健康而喝茶，平心静气。”

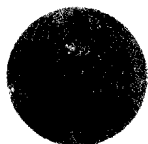
一休又问：“有一位修行僧问赵州佛法，赵州回答‘吃茶去’，对此，你怎么想？”

珠光不语。一休让侍者拿来一碗茶，递给珠光。当珠光刚把茶接到手上，一休便破口大骂，同时将茶杯打落在地。

珠光默默不语，过了一会儿，他起身向一休行礼，转身向禅房走去。一休大声喊道：“珠光！”珠光应答：“是！”然后回过头来望着一休。

“刚才问你应当以何种心情喝茶，如果不管心情如何，只是无





禅

静

思

语

心喝茶,又会怎样?"一休大师步步紧逼。

珠光不紧不慢答道:"花红柳绿。"

一休马上意识到,珠光已开悟了。于是他宣布珠光修行完毕,圆满出师。

智慧点睛

“无心喝茶,花红柳绿”反映了珠光喝茶的自然心态。事事超然物外,顺其自然,不为目的去做事,这也正应了老子的“无为”思想。生活多一份恬淡,多一份自然,你便会理解生命的真谛。

不留平常心



学僧到法堂请示禅师：“禅师！我常常打坐，时时念经，早起早睡，心无杂念。在您的座下，我觉得没人比我更用功了，为什么就是开悟不了呢？”

禅师拿了一个葫芦、一把粗盐，交给学僧说道：“你去将葫芦装满水，再把盐倒进去，让它立刻溶化，你就会开悟了！”

学僧照办去了，没多久就跑回来说道：“葫芦口太小，盐块装进去，它不化，伸进筷子又搅不动，看来我还是没有开悟。”

禅师拿起葫芦，倒掉了一些水，只摇几下，盐就溶化了。

禅师慈祥地说道：“一天到晚用功，不留一些平常心，就如同装满水的葫芦，摇不动，搅不得，如何化盐？又如何开悟？”

学僧更奇怪地问道：“难道不用功就可以开悟吗？”

“修行如同弹琴，弦太紧会断，太松又弹不出声音。”禅师继续开导，“中道平常之心，才是悟道之本。”

学僧于言下大悟。

智慧点睛

保持一颗平常之心，才是悟道之本。

