

中国  
传统  
文化  
经典  
文库

# 禅林宝训



须识因果  
勿失灵种  
学当辨问  
方可畅理  
防恶未萌  
远离祸患  
盛名不久  
知足永富

姜子夫 主编

大众文艺出版社

珍藏版

【中国传统文化经典文库】

禅  
林  
宝  
训

姜子夫 主编

大众文艺出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

禅林宝训/姜子夫主编.

—北京: 大众文艺出版社, 2005.1

(中国传统文化经典文库)

ISBN 7-80171-573-X

I. 禅...

II. 姜...

III. 禅宗

IV. B946.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 126435 号

中国传统文化经典文库

禅林宝训

大众文艺出版社出版发行

(北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编: 100007)

北京科文天和印刷有限公司 新华书店经销

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 6.875 字数 92 千字

2005 年 1 月北京第 1 版 2005 年 1 月北京第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

ISBN 7-80171-573-X/B·31

定价: 300.00 元 (全套 30 册)

版权所有, 翻版必究。

大众文艺出版社发行部 电话: 84040746

北京市东城区府学胡同甲 1 号 邮编: 100007

前

言

《禅林宝训》是一部禅宗经典。通过平易、简练的语言，寓理于事、寓教于乐，警醒人们消除势利人我之心，同归道德仁义。书中记载的禅师，很多为深谙儒家之理的博学之士。书中亦多次提到《周易》、《孟子》、《论语》、《中庸》、《礼记》等儒家经典，并以此与佛教的“慈悲”、“行善”、“重义”等思想融合，从而教诫丛林住持及学者。

《禅林宝训》由南宋大慧妙喜和竹庵士珪两位禅师编纂而成。此书不久散失过半，南宋东吴（今苏州）僧人净善游历江西云居山时，从老僧岳山祖安处得到散失过半的《禅林宝训》。由于年代久远，书因被虫蛀而破损严重，净善用了十年时间在诸多《语录》、《传记》中仅录得五十余篇。后来，他又重新从黄龙慧南、佛照德光、简堂行机诸禅师遗著中收集资料，通过分类、节录和整理，终于编成现存的《禅林宝训》。

清代僧人晓岱曾概括本书的特点为：“是书也，非《华严》之尚清虚也，非《金刚》之证因果也，非《圆觉》之偏寂静也，非《维摩》之溺幽隐也，非《楞伽》、《楞严》之空空色色、有形无形也。”此书所载各位禅师接引来学的方式，与重顿超得妙、功行绵密的沩仰宗，重峻峭机锋、解

黏去缚的临济宗,重稳顺绵密、判断修证的曹洞宗,重斩断葛藤、截断转机的云门宗,重应病施药、相身裁衣的法眼宗都有所不同,它以正面说理的方式,来训诫诱掖学人修养道德,以利益众生。

本译著秉承忠实原文的原则,白话翻译通俗易懂,阐理明晰;对于难以表达或一言多义的文字,主要以直译为主;注释部分不求旁征博引,但求详尽清晰。我们希望能提供一个最佳的通俗读本,以期爱好传统文化的读者作为参考或研究之用。





## 目

## 因果篇

- (82) 须识因果 勿失灵种 (1)
- (86) 不贪不求 不污清格 (2)
- (10) 有德不孤 时至理彰 (3)
- (10) 愧己自责 便能知止 (3)
- (10) 不事装饰 知足无贪 (4)
- (10) 依附得人 道便得矣 (5)
- (10) 知因识果 拳拳奉行 (6)
- (10) 天性生成 不可强移 (7)
- (10) 莫待情生 勿由念起 (8)
- (10) 处心端正 自有善果 (9)
- (10) 是非决理 奸佞不惑 (9)
- (10) 忘物物忘 疑人人疑 (10)
- (10) 祸害死生 皆有处断 (11)
- (10) 名分当正 不可忽略 (12)
- (10) 丛林盛衰 系于公论 (13)
- (10) 造物抑人 有其道焉 (13)
- (10) 觉照君子 刑治小人 (14)
- (10) 禅家之病 赖师锥剗 (15)
- (10) 人之才器 自有分定 (16)
- (10) 知时识机 任缘而住 (18)

## 录

招提中物 不可轻用 (19)

## 信仰篇

- (14) 人我是非 斯道遂士 (20)
- (14) 师严子敬 源远流长 (22)
- (14) 爱而拒之 实存深怠 (24)
- (14) 志操既立 必悟后已 (24)
- (14) 佛法活用 相机说教 (26)
- (14) 不明大法 等坐痴禅 (27)
- (14) 古人学道 决无自欺 (27)
- (14) 道本无二 用功乃别 (29)
- (14) 师法威严 时之良模 (29)
- (14) 惆怅人去 前辈深心 (30)
- (14) 学求妙悟 治心务本 (31)
- (14) 党同伐异 有妨大体 (32)
- (14) 守道恬退 志节愈坚 (33)
- (14) 立志务远 信道弥坚 (34)
- (14) 率己行道 淳诚善遵 (35)
- (14) 下身尊道 利济为心 (35)
- (14) 行道为心 殉身以义 (36)
- (14) 授受不苟 慎重其道 (37)

- |      |      |      |      |      |      |
|------|------|------|------|------|------|
| 敬师重法 | 必成大器 | (38) | 学贵渐进 | 不可仓促 | (58) |
| 至道不繁 | 变则成弊 | (39) | 好学不倦 | 天性自然 | (60) |
| 信道诚笃 | 起居不二 | (41) | 积德累行 | 终成大器 | (61) |
| 严持大法 | 体本正末 | (42) | 妙悟之门 | 切勿自塞 | (61) |
| 悟道隐迹 | 不爱名闻 | (44) | 立信存诚 | 有补无失 | (62) |
| 果熟飘香 | 无心道大 | (45) | 须悟其心 | 不拘文字 | (63) |
| 以道自适 | 境不能迁 | (46) | 贪欲瞋恚 | 过于冤贼 | (64) |
| 道德充实 | 不随世易 | (47) | 坚志确修 | 自他两利 | (65) |
| 真参实学 | 修除习气 | (48) | 太上忘情 | 心思不乱 | (66) |
| 禅教不二 | 法元一理 | (49) | 鄙者易习 | 识者难亲 | (66) |

### 为学篇

- |      |      |      |      |      |      |
|------|------|------|------|------|------|
| 学当辩问 | 方可畅理 | (50) | 志坚无妄 | 仁慈为用 | (68) |
| 玉赖琢磨 | 人依学知 | (51) | 嘻笑怒骂 | 皆是禅机 | (69) |
| 不可自怠 | 怠必无成 | (52) | 才识雅量 | 上流要件 | (71) |
| 坚志力行 | 一以贯之 | (53) | 利道相违 | 不可兼求 | (71) |
| 只宜实学 | 不宜虚假 | (53) | 先择道德 | 次推才学 | (72) |
| 行解相应 | 有始有终 | (54) | 豁达通情 | 勿蔽偏见 | (73) |
| 勤学笃志 | 学不负人 | (54) | 破邪显正 | 持诚存信 | (73) |
| 确志力行 | 克服矛盾 | (55) | 提持有所 | 各知所守 | (75) |
| 不耽外物 | 不废己业 | (56) | 彻悟禅机 | 导人人妙 | (75) |
| 矢志精勤 | 摒绝嗜好 | (56) | 正心学道 | 勿涉偏邪 | (76) |
| 真理不变 | 不走异端 | (57) | 读书之人 | 当明礼法 | (76) |
| 专志一处 | 信念纯正 | (58) | 勤学聚德 | 去虚取实 | (77) |
|      |      |      | 学道要领 | 须持其平 | (79) |



正己正物 万物从化 (80)

苦志深修 蓄养厚大 (81)

### 进德篇

人生在世 道德为本 (82)

去除利欲 即息乱源 (83)

疏财慕义 知廉识耻 (84)

修持在德 无德徒然 (85)

居安思危 便无错失 (86)

祸害忧患 藏之隐微 (87)

执守真实 履险如夷 (87)

穷则益坚 老当益壮 (88)

清修实德 勿务浮华 (89)

专心学道 勿求外缘 (90)

心不自负 尊德乐道 (91)

放大眼光 智识阔达 (92)

君子小人 德各不同 (93)

慈和宽宏 足为式范 (93)

胸中有志 穷道究极 (94)

当与不当 应自体知 (95)

但求当为 不言是非 (95)

伤心之言 修道警钟 (96)

务求合度 不得过丰 (97)

安不忘危 理不忘乱 (98)

修德力行 自为人敬 (99)

改过迁善 道德日新 (101)

动用举措 必稽往古 (102)

刚不自持 坚不贬节 (103)

有心之人 为道惜才 (104)

守道安贫 衲子素分 (104)

深操远虑 刻苦进修 (105)

清严恭谨 名节自立 (106)

以德修身 提防利欲 (107)

责己恕人 反观自知 (108)

除妄去蔽 以全道德 (108)

坚确精进 勿负所期 (109)

恻隐存诚 至德感人 (110)

涵养德性 勿攻人过 (111)

戒惧奔竞 为全节义 (112)

法善戒恶 知所去从 (112)

尊人以德 不落世谛 (113)

得道贤圣 气与志齐 (114)

主宾契合 风云际会 (115)

知机识宜 不屈声势 (117)

有德求隐 不贪名利 (118)

失德悖礼 无以垂范 (119)

有德之人 皆所感慕 (120)

贪名衲子 不如隐人 (121)

- |      |           |      |           |
|------|-----------|------|-----------|
| 古人器节 | 人所罕及(121) | 观人之道 | 日久方知(144) |
| 古德高雅 | 恭俭自持(122) | 喜闻过错 | 君子之风(146) |
| 各知所守 | 利人为先(123) | 存诚克己 | 丰以待众(146) |
| 有德之人 | 为法忘躯(124) | 发用过早 | 终遭天嫉(147) |
| 学道为法 | 不顾其身(125) | 独善不宜 | 利生为要(149) |
| 贤德遭贬 | 为人恋慕(126) | 通情上下 | 必得人心(150) |
| 严谨有礼 | 上行下效(128) | 莫测玄机 | 静参可得(152) |
| 勿趋势利 | 直心直行(129) | 心法无相 | 不求人知(153) |
| 忘身为法 | 不惮劳苦(129) | 合理便做 | 合道便行(154) |
| 至诚待人 | 其道自行(130) | 交友为慎 | 但求胜我(154) |
| 不论智愚 | 得人成之(131) | 知人实处 | 真是不易(155) |
| 智觉为先 | 失之则乱(132) | 识高虑远 | 志不苟俗(156) |
| 智量深妙 | 主宾相得(132) | 行道以时 | 勿强为之(157) |
| 古语诫人 | 信受奉行(134) | 居安思危 | 防患以时(158) |
| 韬晦守中 | 勿惑声利(135) | 即妄明真 | 勿起生灭(158) |
| 至言所感 | 人皆归之(136) | 韬光晦迹 | 明哲保身(159) |
| 忍谗息谤 | 勿事竞争(137) | 深蓄厚养 | 不宜躁进(160) |

### 修持篇

- |      |           |      |           |
|------|-----------|------|-----------|
| 防恶未萌 | 远离祸患(139) | 涵养勿累 | 免招祸辱(162) |
| 不为贪缚 | 乐行布施(140) | 谨慎始终 | 以成令名(162) |
| 用情平日 | 无事不济(140) | 身外荣辱 | 难动我心(163) |
| 人情取舍 | 祸福关键(142) | 存心正大 | 入道之基(164) |
| 心若悟时 | 圆融贯通(143) | 比丘之法 | 贵在清俭(165) |
|      |           | 云水为居 | 随处可乐(165) |

言行俱实 无愧于心(166)  
 圣贤事业 贵在中正(167)  
 清廉自守 不事于物(168)  
 心不存物 恐害其正(168)  
 令人学道 节俭为要(169)  
 丛树道义 无私于人(170)  
 持身节谨 不吝改过(171)  
 须明进退 不失其止(171)  
 修身入道 节俭为要(172)  
 勿贵装点 惟在自适(173)  
 宜修宜行 勿恃浮华(174)  
 须尚清廉 勿无虚饰(175)  
 勿事贪求 免滋咎累(176)  
 我实不肖 必死之症(177)  
 至诚向道 虽愚亦器(177)

### 行道篇

盛名不久 知足永富(178)  
 一日不作 一日不食(180)  
 住持三要 缺一不可(181)  
 用人彰法 在于选择(182)

谦和恭谨 人情通达(183)  
 善加引导 勿忘先法(184)  
 德惠相蓄 惠德并行(185)  
 道之兴亡 全在人为(187)  
 言行忠诚 感天动地(188)  
 欲彰佛道 用人第一(189)  
 注意五事 行法自昌(190)  
 心宽路阔 利人益己(190)  
 不欺暗室 乃真修学(191)  
 行道为任 不事虚名(192)  
 与众同乐 天下归心(192)  
 善宏道者 通权达变(193)  
 老实学佛 如法修行(194)  
 直心道场 勇于改过(195)  
 宁宽勿急 宁略勿详(196)  
 念念宏道 真祖师心(197)  
 狭隘恣肆 祸害基源(198)  
 从善务义 以求自广(199)  
 曲全人材 勿失偏废(199)  
 至心为公 不可偏私(201)  
 轻财重德 摄化之缘(203)

## 因果篇

### 须识因果 勿失灵种

#### 【经文】

英邵武<sup>①</sup>每见学者恣肆不惧因果，叹息久之，曰：“劳生如旅泊，住则随缘，去则亡矣，彼所得能几何？尔辈不识廉耻，干犯名分，污渎宗教，乃至如是。

“大丈夫志在恢宏祖道，诱掖<sup>②</sup>后来，不应私擅己欲，无所避忌，媒一身之祸，造万劫之殃，三途地狱受苦者，未是苦也，向袈裟下失却人身，实为苦也。”（《壁记》）

#### 【注释】

①英邵武：(1012—1070)宝峰英禅师，为宋代临济宗黄龙派禅师。

②诱掖：引导提携。

#### 【译文】

英邵武大师曾见一些学者肆无忌惮，不畏因果，遂长嘘短叹。他说：“人生在世犹如旅客住在旅馆、小船停泊在岸边，只是暂时寄住，怎能做长久的打算？离开人世时则什么也带不去，你能得到什么呢？你们怎么这等不知廉耻，竟然干犯名分的事，玷污祖宗的教化，以至于此。

“若是个大丈夫应立志弘扬佛祖之道，接引后学，而不应只顾满足自己的私欲，无所避忌。如此贪得无厌，结果是铸成一身之祸，造就万劫之殃。落入三途地狱不是

苦，如果出家为僧身着袈裟却失去了人身，那才是真苦。”

## 不贪不求 不污清格

### 【经文】

英邵武谓晦堂<sup>①</sup>曰：“凡称善知识，助佛祖扬化，使衲子回心向道，移风易俗，固非浅薄者之所能为。末法比丘，不修道德，少有节义，往往苞苴<sup>②</sup>肮脏，摇尾乞怜，追求声利于权势之门，一旦业盈福谢，天人厌之，玷污正宗<sup>③</sup>，为师友累，得不太息？”晦堂颌之。

### 【注释】

①晦堂：晦堂祖心禅师(1025—1100)，为宋代临济宗黄龙派禅师。

②苞苴：行贿。

③正宗：初祖所传的嫡派称为正宗，犹言法门。

### 【译文】

英邵武和尚与晦堂大师聊天时说：“大凡称为善知识的人，原本是帮助佛祖教化，使衲僧能回心向道，迁移其恶逆的风气，改变其不好的习俗，岂是那些浅根薄德的人所能为的呢？然而我们末法时期有些僧人不修道、不养德，不能守节存义，为追求名闻利养，在有权有势的人身边摇尾乞怜，时间一长，一旦福尽果熟，天人共厌，不但自己取祸遭殃；又玷污佛门，拖累师友，太可惜了。”晦堂大师点头称许。

## 有德不孤 时至理彰

### 【经文】

真净文和尚<sup>①</sup>久参黄龙，初有不出人前之言，后受洞山请，到过西山，访香城顺和尚。顺戏之曰：“诸葛昔年称隐者，茅庐坚请出山来，松华若也沾春力，根在深岩也着开。”真净谢而退。（顺语录）

### 【注释】

①真净文和尚：宝峰寺真净克文禅师(1025—1102)，系宋代临济宗大德。

### 【译文】

黄龙慧南大师的几个弟子中真净克文依止时间最长，他常说不愿出世作人师。后来洞山虚席，高安守钱戈特请克文大师住持。克文途经西山时，入山拜访师兄香城景顺禅师。景顺禅师遂作偈戏道：“诸葛昔年称隐者，茅庐坚请出山来，松华若也沾春力，根在深岩也着开。”真净克文连连道谢，然后继续赶路。

## 愧己自责 便能知止

### 【经文】

真净住归宗，每岁化主纳疏，布帛云委<sup>①</sup>，真净视之颦蹙，已而叹曰：“信心膏血，予惭无德，何以克当？”（李商老《日涉记》）

### 【注释】

①云委：如云聚集。

### 【译文】

真净克文和尚住持庐山归宗寺时，每年化主定期回山交纳缘疏，钱谷布帛堆积如山，大师见这么多的钱粮布帛，皱着眉头说：“这些钱粮布帛都是施主的膏血，我非常惭愧，像我这样无道无德的人怎能消受得了如此丰厚的布施呢？”

## 不事装饰 知足无贪

### 【经文】

真净住建康保宁，舒王斋僚<sup>①</sup>素缣<sup>②</sup>，因问侍僧：“此何物？”对曰：“纺丝罗。”真净曰：“何用？”侍僧曰：“堪做袈裟。”真净指所衣布伽黎曰：“我寻常披此，见者亦不甚嫌恶。”即令送库司，估卖供众。其不事服饰如此。（《日涉记》）

### 【注释】

①斋僚：供养。

②素缣：素娟。

### 【译文】

真净克文住持保宁寺时，王安石奉送一批白绢供养大师。大师问徒弟说：“这些是什么东西？”徒弟说：“这是价值连城的纺丝罗。”大师问：“有何用处？”徒弟说：“可以给师父缝制袈裟。”大师指着身上粗布袈裟说：“我平常穿着它也没有人嫌恶。”遂即让徒弟送库司估卖，作为供众的资粮。大师就是



这样朴素无贪、知足自安。

## 依附得人 道便得矣

### 【经文】

湛堂<sup>①</sup>谓妙喜曰：“像季比丘，外多徇物<sup>②</sup>，内不明心，纵有弘为，皆非究竟；盖所附卑猥而使然。如搏牛之虻<sup>③</sup>，飞止数步；若附驥尾，便有追风逐日之能，乃依托之胜也。是故学者，居必择处，游必就士，遂能绝邪僻，近中正，闻正言也。”

### 【注释】

①湛堂：湛堂准禅师，嗣真净克文禅师，为南岳下十三世。

②徇物：徇者顺也。物，物缘，犹境缘也。

③搏牛之虻：搏，搏聚，提取。虻，俗称牛蝇。

### 【译文】

湛堂文准对大慧宗杲说：“像法、末法时代的修道者但知向外随顺境缘，追逐声色，不知向内究明心地。这种人尽管有时能轰轰烈烈干一番伟业，然而都不究竟，因为他们所依附的人卑浅鄙猥而造成的。譬如附着在牛身上的虻虫，如果靠着它自己的力量奋飞，不过能飞几米之遥，然而若附在千里马的尾巴上，便有追风逐日的本领。这没有其他的原因，就是因为附着在千里马身上。因此修道者住一定要选择可以住的地方，交游一定要选择可以交游的人。这样便能避免接触私邪偏僻的人，亲近善知识，听闻正法。”

### 【经文】

昔福严雅和尚<sup>①</sup>，每爱真如哲。标致可尚，但未知所附者何人。一日见与大宁宽<sup>②</sup>、蒋山元<sup>③</sup>、翠岩真偕行，雅喜不自胜，从容谓哲曰：“诸大士法门龙象，子得从之游，异日支吾道之倾颓，彰祖教之利济，固不在予之多囑也。”（《日涉记》）

### 【注释】

- ①福严雅和尚：福严良雅禅师。  
②大宁宽：洪州大宁道宽禅师。  
③蒋山元：蒋山赞元禅师。

### 【译文】

从前泽州福严良雅禅师非常倾慕真如哲品格高尚，但不知他亲近什么人。忽然有一日看见慕哲与洪州大宁道宽禅师、蒋山赞元禅师、翠岩可真禅师在一起，良雅禅师欣喜之情溢于言表，他从容和缓地对真如慕哲说：“与你同行的诸位大士福慧深厚，都是法门龙象，你现在能与他们相从交游，日后拯救佛门的倾颓、彰显祖教的利济就用不着我再三嘱咐了。”

## 知因识果 拳拳奉行

### 【经文】

浙翁琰和尚<sup>①</sup>云：“此书真阎老子殿前一本赦书也，今之诸方道眼，不知若何，果能受持此书，则他日大有得力处。”浙翁每以此举示人。