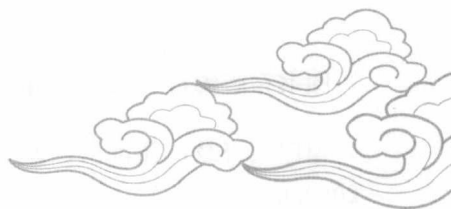




禅门大智慧

——
吴言生说禅

中国社会科学出版社



禅门大智慧

——
吴言生说禅

图书在版编目 (CIP) 数据

禅门大智慧：吴言生说禅. —北京：中国社会科学出版社，
2009. 6

ISBN 978-7-5004-7867-6

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 090258 号

选题策划 黄燕生
责任编辑 李炳青
责任校对 郭 娟
封面设计 大鹏工作室
技术编辑 戴 宽

出版发行 中国社会科学出版社
社 址 北京鼓楼西大街甲 158 号 邮 编 100720
电 话 010-84029450 (邮购)
网 址 <http://www.csspw.cn>
经 销 新华书店
印 刷 北京君升印刷有限公司 装 订 广增装订厂
版 次 2009 年 6 月第 1 版 印 次 2009 年 6 月第 1 次印刷
开 本 710×1000 1/16
印 张 13.5 插 页 2
字 数 130 千字
定 价 28.00 元

凡购买中国社会科学出版社图书，如有质量问题请与本社发行部联系调换
版权所有 侵权必究



目 录

1	禅是什么	(3)
2	自家宝藏(上)	(13)
3	自家宝藏(下)	(23)
4	作茧自缚	(34)
5	认假成真	(45)
6	命由己立	(54)
7	不二法门	(65)
8	解脱自在	(75)
9	逝者如斯	(86)
10	坐看云起	(95)
11	苦乐之门	(105)
12	禅的忍辱	(116)
13	走出枯井	(127)
14	百炼成钢	(137)
15	禅的包容	(147)
16	禅的敬重	(158)
17	禅眼看财	(169)

目



录



18	茶禅一味(上)	(179)
19	茶禅一味(下)	(190)
20	禅悦心态	(200)

禅门大智慧
吴言生说禅





禅是一种生活的智慧，是一种人生的哲理。禅是一条回家的路，它通达我们的心灵家园。泡一杯茶，让我们一起来听禅、品禅。

我们的心灵像一面镜子。如果镜子蒙上了灰尘，那我们看到的世界就是一片污垢。如果镜子一尘不染，那我们就会看到晴天丽日。有时候，我们无法改变现实的不如意，但我们却可以改变我们的心情，把我们这面灵魂的镜子，擦拭得更亮。





禅是什么



禅，古老而神秘。它以特有的方式教人开启智慧，感悟人生。千百年来，人们觉得它非常神奇。在古代，从皇帝到普通百姓都喜欢禅的智慧。而现代社会，又一次兴起了学习禅的热潮。那么禅学究竟是什么？它为什么会引起广泛的关注和应用呢？



禅，是印度梵语“禅那”（dhyāna）的音译，意译就是“静虑”、“思维修”、“摄念”，也就是冥想的意思。用现代话简要地说，禅就是集中精神和平衡心理的方法。那么，为什么要学禅？学禅到底有什么好处？

1

禅是什么





我把禅的作用概括为七个字：减压、增定、开智慧。

减压：现在的人一天到晚都在喊，说自己很“忙”，很“累”。而禅可以帮我们把这些东西一扫而光，可以减缓工作压力，把压力转变成动力。

增定：现代人受到的诱惑太多，而禅可以把我们的心调节到最好的状态，让我们集中注意力，增加禅定的力量，从而获得宁静、安详、舒适、快乐的心理体验。

开智慧：禅可以使我们从生命的最深层次，打开我们最根本的智慧，这种智慧对宇宙人生看得透透彻彻，明明白白。

现代社会又一次兴起了禅学热，人们更多地从实用的层面来思考禅的意义，把禅融到我们的生活中来，那么禅原本的含义是什么呢？禅学又是怎么产生的呢？



在我们深入地了解禅的智慧之前，有必要了解禅宗的来龙去脉。

禅是从一个美丽的传说开始的。

相传，释迦牟尼在灵山法会上正准备说法的时候，大梵天王就来到座前，献上一朵金色波罗花。这个大梵天王是佛教的护法神，他献上了这朵花之后，





行了一个礼，就退坐在一边。释迦牟尼拈起了这朵花，意态安详，却一句话也没说。当时前来听释迦牟尼讲法的人非常多，但是大家都不知道这是什么意思，面面相觑，唯有释迦牟尼的大弟子摩诃迦叶（大迦叶）破颜微笑。

于是释迦牟尼对大家讲：“我有纯正的禅法，清净的禅心，现在，我就把它传给大迦叶！”（《大梵天王问佛决疑经》）

安详地拈花，会心地一笑，就这样，禅，在拈花微笑中产生了；禅从师父的心上传到了弟子的心上。它的传承，没有任何机械的形式，没有任何语言的唠叨，有的只是心与心的相通。因为禅是活泼的，它超越了形式；禅是微妙的，它超越了语言。

大迦叶是西天也就是印度禅宗的第二祖，代代相传，传到了达摩大师的时候，他已经是西天禅宗的第二十八代祖师了。达摩大师从西印度来到东土将禅传到中国，被称为中华禅宗第一祖，也就是开山老祖，达摩之后传了六代，传到了六祖慧能的身上，开创了富有中国特色的禅宗。

达摩大师是印度的一位王子，出家后先是在本国说禅，后来师父告诉他，说中国有大乘禅法的根基。他就遵从师父的指教来到中国说禅。他是从海路来的，当时是从广州上岸的，那个时候大约是中国南北朝时的梁朝。梁武帝是一个非常喜欢佛法的人，听说从印度来了一位高僧，就派人把他接到了





金陵的宫中。接到宫中之后，两人谈论禅法，但是机缘不合，达摩比较失望，就渡江北上，来到嵩山少林寺后面的山上，在那里面壁修行。由于他长时间的面壁打坐，日光照着他的影子，久而久之，就在石壁上印下了一道深深的印痕，这块石头现在叫做达摩石。

达摩大师终日面壁打坐，终于等来了有缘人，这位有缘人就是二祖慧可。慧可原来的名字叫神光，大约四十岁的时候，知道了达摩大师，就来到嵩山拜师学艺。达摩为了考验他，一开始时对他不理不睬。一天夜里，天空飘起了大雪，神光恭恭敬敬地站在雪地里，纹丝不动。雪越下越大，埋到了他的膝盖，一直埋到了腰部。到了第二天早上，达摩问他：“你在雪中站这么久，到底是想求什么？”神光说：“我什么都不求，我只求师父为我说禅。”达摩说：“历代大师为了求得真理，从来都不顾惜自己的身体和生命。你用什么来证明给我看？”神光当时就自断一臂。达摩很感动，就问他：“那你到底有什么困惑？”神光说：“我的心不安，请师父为我安心。”达摩说：“你把这个不安的心拿出来，我来替你安。”神光找了好久找不着，只好老实地回答：“我找不到这颗心。”达摩就说了：“我已经把你的心给安好了！”就这样，达摩收了神光作为他的弟子，并给他起了一个名字叫慧可。（智炬《宝林传》卷八）



从达摩开始，中国的禅学衣钵相传。在三百多年的时间里，先后诞生了六位著名的祖师，他们分别是一祖达摩，二祖慧可，三祖僧璨，四祖道信，五祖弘忍，六祖慧能。慧能把禅学发扬光大，使得禅宗在中国兴盛起来。那么，慧能究竟是怎样一个人呢？他有什么样传奇的经历呢？



在弘忍的门下，出了一位中国禅宗史上最伟大的人物，这就是六祖慧能。

慧能俗姓卢，原籍河北范阳（今北京大兴）。他的父亲被贬，到了岭南新州（今广东新兴），在那里生下了慧能。慧能小的时候，父亲早早地过世，家境贫寒，靠打柴卖柴来养活母亲。有一天他听到买柴的客人念诵“应无所住而生其心”这句话，慧能深受触动，赶紧问客人这是什么经文，客人告诉他这是《金刚经》里面的句子，弘忍大师正在黄梅东山寺给大家讲这部经。慧能一听，安顿好母亲，就风尘仆仆地前往黄梅拜见弘忍大师。

当弘忍知道慧能是从偏远的新州来的时候，就故意考验他：“你从蛮荒之地而来，是个南蛮，难道也想成佛？”

慧能毫不胆怯地说：“人的出生地虽然有南北的不同，但每个人的佛性都一样。人虽分南北，成佛不





分南北!”

弘忍听了，心中暗暗高兴，但是不露声色，让他到碓（duì）房里去干活。就这样，慧能在碓房老老实实地做了八个月的工。

这一天，五祖为了考验弟子们禅学水平到底怎么样，并且也想借这个机会物色一个接班人，他就对弟子讲，你们每个人写一首偈子呈给我。谁写得好，六祖的位置就是谁的。当时他的弟子里有个叫神秀的担任上座的职位，上座在寺院里面的位置是仅次于住持的。并且神秀这个人水平非常高，很有才华，大家都很服他，心里都想这个继承人肯定是神秀了。神秀确实不负众望，偈子写得也非常好。这个偈子说：

身是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，莫使惹尘埃！

这首偈子被写在墙上，虽然没有署神秀的名字，但大家都知道是谁写的，很快，这首偈子就传遍了全寺。弘忍听了之后就赶过来看，看了之后，对大家讲：“后世如果能依照这首偈子修行，也能得到非常了不起的成就，你们要好好地念诵它！”

在这首偈子里面，神秀将人的身体和心灵比作菩提树与明镜台。人的身子、人的心灵本来清净。但是由于执著，生起了相对意识，以至于经常为尘埃、也



就是外在的烦恼所污染。如果你想保持心灵的清净，就必须“时时勤拂拭，莫使惹尘埃”，也就是通过坚韧不拔的学习、修习，你才能渐渐地获得觉悟。

当时慧能正在碓房里干活，听了大家纷纷在念诵这首偈子，认为它虽然写得很不错，但还不够彻底，还欠那么一点点火候。于是他自己也写了一首，请人抄在墙壁上。偈子说：

菩提本无树，明镜亦非台；
本来无一物，何处惹尘埃！

大家见了这首偈子，非常惊奇，这首偈子的水平确实很高。它是从缘起性空的角度来看，没有什么菩提树，也没有什么明镜台，干扰我们身心的烦恼更是皮之不存，毛将焉附。这首偈子是把禅学漫长的修行过程，转化为当下的一念顿悟，他说人的本心本性，原本清净无染。只要觉悟到这一点，就可以立地成佛。

慧能和神秀其实代表了禅学的两个发展方向。神秀代表了传统的禅学，他认为，学习禅要通过长时间的刻苦练习。而慧能认为禅是一种顿悟，那么对待慧能的这种创新，他的师父弘忍是什么态度呢？慧能又是在怎样一个机缘下把禅学发扬光大的呢？





弘忍大师见了这首偈子之后，就在慧能的头上轻轻地拍了三下。慧能是何等聪明之人，他知道师父是什么意思，就在半夜的时候悄悄地来到了方丈室，弘忍就把袈裟脱下来遮住蜡烛的光，秘密地给慧能传授了禅法，并且把衣钵传给了慧能。弘忍知道其他弟子对这个位置看得特别的重，害怕引起争执，担心慧能的安全，就送他到九江渡口，让他连夜往南方走。弘忍说：“我来渡你过去吧。”慧能说：“迷时师渡我，悟时我自渡。”弘忍就知道这个弟子修行已经非常的成熟了，心里很踏实。

慧能遵从师父的教导，回到了广东，隐遁了十余年。十余年后，他来到了广东的法性寺，看到寺院前挂着旗幡，有两个僧人在辩论。一个说：“是风在动。”另一个说：“是幡在动。”两个人争得面红耳赤，谁也不让谁。慧能就插了一句，说：“不是风动，不是幡动，是仁者心动！”两个人听了，大吃一惊，觉得这个人的水平实在是太高了，赶紧去报告印宗法师。印宗法师听了之后，立即就把慧能请到了寺里，问道：“我早就听说弘忍大师的禅法传到南方来了，莫非您就是他的传人？”慧能说：“正是。”然后就把袈裟和钵拿了出来，大家一见，纷纷礼拜，请求慧能升座说禅。就这样，慧能开始正式地出山说禅。慧能在韶州曹溪宝林寺（现在的韶关南华寺）说禅三十余年。

慧能的门下有四十余名弟子，其中有两个非常著



名，一个叫南岳怀让，一个叫青原行思。在青原行思的门下，后来产生了曹洞宗、云门宗和法眼宗；在南岳怀让这一支下面，产生了临济宗、沩仰宗。这样，中国的禅宗就有了五个宗派，正好就应验了达摩大师传法的时候说的两句诗。这两句诗是“一花开五叶，结果自然成”，这是一个预言，而这个预言至此完全实现。就这样，禅宗在中国蓬蓬勃勃地兴盛起来。

禅是一种生活，一种智慧，一种身心的修养艺术。人们把禅与诗歌、美术、生活联系在一起，使得禅成为中国传统文化中非常重要的一部分。在漫漫的历史长河中，禅学产生了广泛而深远的影响。

通过对禅宗史的匆匆一瞥，我们可以发现，禅宗历代祖师的生命体验，禅风禅骨，都体现了“教外别传，不立文字”（达摩《悟性论》）。可以说禅宗所有的公案、机锋，都是直指人心，为什么呢？为的就是让我们见到本心本性。禅宗既有离于红尘世俗的超越性，又有关注现实生活的当下性。六祖慧能说：“佛法在世间，不离世间觉。离世觅菩提，恰如求兔角。”（《坛经》）可见，活生生的禅意，就存在于我们当下的生活中，就存在于穿衣吃饭、举手投足、行住坐卧中。如果离开当下去寻觅佛法，就像寻找长角的兔



子，是根本不可能的。

那么，禅对现实人生究竟有怎样的意义？到底要怎样将禅智慧运用到我们的生活中来呢？在下一章中，我们再与大家探讨。

禅门大智慧

吴言生说禅