

經營人生的

禪

自在的心

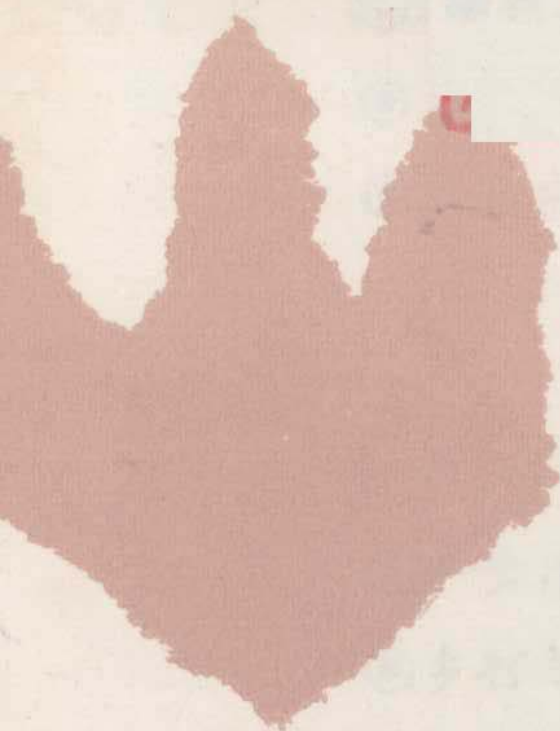
無窮希望的人生



「台灣」了涵居士

經營人生的禪

〔台灣〕了涵居士 編



湖南文藝出版社

〔湘〕新登字002号

生活之禅：自我修养的禅 自我革新的禅
上班族的禅 经营人生的禅

〔台湾〕：了涵居士编

责任编辑：颜家文

*

湖南文艺出版社出版、发行

（长沙市河西银盆南路67号 邮码410006）

湖南省新华书店经销 湖南省新华印刷二厂印刷

*

1993年11月第1版第1次印刷

开本：787×960 1/32 印张：19 插页：2

字数：309,000 印数：1—10,000

ISBN 7—5404—1241—0

I·1014 定价(全四册)：12.80元

前 言

我们的人生是由一连串大大小小的决定衔接而成的。从小时候我们的父母开始选择，让我们去甲幼稚园好，还是乙幼稚园好；不久，又为了上公立小学还是进私立小学的问题烦恼不已。上大学也不知到底要选文法商或是理工组，而毕业时又面临工作地点的抉择，到底是去甲公司还是乙公司。

日常生活中也一样，小到中午吃汤面还是吃排骨饭，大到如烦恼着要买什么样的家具和车子。连结婚也是，一直徘徊在美女甲小姐和温柔的乙小姐之间，被迫选择其中一个，而通常在选择之后又会高叹“完了”并后悔不已。

近来，在这个互相比较、竞争的社会中，每个人都一心想比其他人强，拼命地存钱。最被看好的是投资不动产跟股票。因为与其汗流浹背地赚那一点点钱，泰半的人还是会选择迅速的把巨款赚到手的方法，认为那笔土地会涨、看好这家股票，就

把钱一股脑儿往里头抛，但是再怎么涨也是有限度的。所谓“物极必反”就是这道理。如果碰到股票大跌，不仅损失惨重还会落得满身债务。

自作聪明，汲汲钻营的人全盘皆输，禅语叫做“草贼大败”。

像这样，决定常常会被失败的梦魇缠住。决定之难就难在这儿。

原来认为“不错”而决定的事，为什么到后会来变得这么糟糕？这是因为当人在做决定时，邪念趁虚而入的原因。

邪念就是只管追求自己的利益，不管他人的贪欲心。做决定时，屈服于私欲时，终会以失败收场。

因此，做决定时不可被眼前的欲望所惑，要睁大眼睛判断所做的事是否有意义。说是怎么说，人还是会想尽办法来摆脱自己的烦恼。想要做正确的判断与决定却往往会做出错误的抉择。像这种时候就该请教没有利害关系的朋友、熟人或长辈等，借重他们的智慧。此外，以前人的决定作为借镜也能助长勇气。本书是借着禅的思考方法，根据禅僧和主事者等前人的事迹来告诉你，做重大决定要有什么样的心理准备、怎么去判断才好。如果你难以决定时，本书能对你有所助益。

决定不只有正面的决定，有时也有退却、中断的负面决定。而往往失败的就是这个负面的决定。

投注大笔资金创业，万一不幸失败就会倾家荡产，这是个大赌注，这样的心情大概可以说是“孤注一掷”吧！但是这种决定，成败机率各占50%，若是押在成功的这一边会好些。

反之，当新事业进行不顺，前途不乐观时，要做出干脆放手的决定，实在不容易。之前所投下的资金血本无归不说，还会让人看笑话。这是百分之百的损失，大部份的人都会在这个时候做出错误的决定：不管怎样至少要赢回一点老本，幻想着搞不好会突然起死回生，转亏为盈，而投入更多更深。到后来损失更多，因债务而焦头烂额，终至宣告破产。

聪明的人一认为不行，就会在损失还少之际抽身而退，因为他知道“退一步保百年身”的道理。

有言道：“失就是得”，眼前遭受损失可免将来蒙受更大的损失，可说是明智的决定。

在休闲娱乐方面，山难、海难层出不穷，不幸丧命的事故更是时有耳闻；这些事故大多是因为临危时错误的决定。

前进是决定，放弃也是决定。特别是后退的决定，它是取决于领导者的。

《论语》中，有“季文子，三思而后行。子闻曰：再，斯可也”。季文子不管做什么事都要想了三次后才做决定，孔子听到这件事说：“三次太多，想两次

就可以做决定了。”

下决定时，也会因反复考虑而更陷于迷团之中。然而，想到什么就做什么亦有些轻率。两次思虑后的决定才是最恰当的。

此外，考虑过多也常会错失良机。因时制宜的决定是很重要的。

但愿本书能在各位做决定时，给诸位一点提示，使各位在人生和工作上都能获得丰硕的成果。

目 录

前 言 I

●心改变人

- ◎地狱极乐皆由心成 1
- ◎惟诚挚能改变心灵 4
- ◎单纯的心使自己改头换面 7
- ◎无心就是无束缚之心 10
- ◎以自由之心豁达 13

●决定造路

- ◎一步踏出即达顶峰 15
- ◎乡村之蛙与城市之蛙 18
- ◎做殊死之判断者是经营者 21
- ◎忘却胜负 23

●背水一战

- ◎选择艰苦之路的觉悟 26
- ◎千钧一发中的生机 30
- ◎价值观的改变 32
- ◎解救危难时的大转变 35
- ◎禅的发想超乎常识 37

●舍身不是矫饰言词

- ◎连命亦可舍弃的境界 40
- ◎舍身不觉炙热 43
- ◎丢掉恐惧和欲望 45
- ◎最难得是舍去烦恼的努力 47
- ◎舍身的真义 50
- ◎何谓真忍耐 54
- ◎去恶行善为自然 58
- ◎安定的身心 59
- ◎为正确的决定培养智慧 61

●舍而舍？舍而胜？

- ◎输的是自己的骄傲和恶心 63

◎不过一时梦的恶作剧 66

◎三思后行而后极乐 68

◎乐天知命 71

◎活在现在 74

◎谁是真正的胜利者 77

●即使进退维谷仍然活着

◎虽死亦生 80

◎小说中有真正的生存意义 83

◎公案引出的生存力量 85

◎身体力行 88

◎松尾芭蕉的真切领悟 91

◎合力以渡难关 93

◎舍小智行大善 98

◎生于大义人生之始 100

●苦中挣扎

◎寻求心灵安宁与自由 103

◎苦中亦有福 107

◎活用长处而战 110

◎在痛苦中改变态度 112

◎从苦中获得的独自性 117

●无谓生死

- ◎消除死亡恐惧的秘密 120
- ◎忘却生死保持不动心 123
- ◎堂堂正正的生、堂堂正正的死 126
- ◎不要担忧与执著 129
- ◎不能迷惑 131
- ◎被束缚住就无法突破 133
- ◎被束缚就不能成佛 136

地狱极乐皆由心成

日本最明寺入道时赖曾云：“惟心，能乱心、能驯心，心对心，心不许也。”大意是说不可被自己的心迷惑，使自己不幸。

至于说自己的心是如何改变自己？例如，对自己的心说“你这混帐”会怒火丛生，眼往上吊，青筋暴涨，口角扭曲，说话也变得粗暴无理；心有悲哀则双肩下垂，呈八字眉，目有泪光。而心中喜悦，整个人振奋起来，颊满丰华，笑颜遂开。

像这样心生表情，是行动的泉源，所以泪流非悲，笑颜非喜，青筋浮现亦非怒，全部都是心在主宰，心在制造万事万物。

日本尾州家的家臣织田平次郎信茂有一次跟随尾州侯到江户谒见将军参勤，途中经过原之宿去拜访有名的白隐禅师，向他问道：

“有人说世有地狱与极乐，真的吗？”

白隐禅师闻言大喝一声，

“你是什么家伙！”

信茂霎时有些不知所措，由于平日所受的武士训练，他立刻回过神来，回答说：

“我是个武士。”

禅师一听轻蔑地笑道：

“什么！武士？当个武士就该像个武士，可以为自己的主君而死，什么地狱、极乐、不得其道，尽不是些正经的事！”

信茂听了禅师这样侮辱的字眼，真是怒火中烧，但毕竟对方是个大禅师。便忍下一肚子气，再请求说：

“再请您指点一二。”

但是，禅师又更加重骂道：

“你这蠢货，还在说梦话啊！你不过是个武士，一个世间最差劲、柴鱼片般的东西罢了。”

信茂终于忍无可忍，不由得紧握腰间的刀柄。

禅师像是要火上加油。

“柴鱼片嘛，还可以用来煮菜，你额上那些青筋倒还真像是可以吃的东西哟。”

信茂听到他的冷嘲热讽：

“再说啊，我让你再也开不了口！觉悟吧！”

他抽刀砍向禅师。

禅师机警的一闪，转身逃往佛堂去。当紧追而来的信茂怒发冲冠，杀气腾腾地双手举刀过顶时，

禅师开口了，

“可怕！这不就是地狱？”

真是一语惊醒梦中人，信茂闻言，惊觉到自己的失态，马上把刀丢掉。然后匍匐在禅师脚下忏悔自己的鲁莽，禅师展颜一笑，

“这个感谢，不就是极乐！？”

信茂这时才省悟到白隐禅师在教他“生死自生”，后来他受教于禅师，参透生死之事而悟道。

玉以石试之，金以火试之，剑以毛发试之，水则以棒棍试之，禅师试人之妙方实精妙之至。

原来地狱、极乐、幸与不幸，全部都是自己的心造成的。

有人走在黑暗的小路上，沙的一声有只微温的手拂过脸颊。这个人就以为“有妖怪”，拔腿就溜，隔天忍不住跑去确定看看，才发现原来是芒草被风吹动才碰到自己的脸。的确，是由于满心恐惧而产生的“妖怪”。

惟诚挚能改变心灵

前篇所言，这样的解释，各位应可了解为什么心会造出人吧！

那么，把“做不到”的自己改变成“做得到”的自己，把“不幸”的自我改变成“幸福”的自我，也可以说是改变自己的心了。

不过，多数人都是“心经过长年累月的养成，不可能马上改变”、“心就是自我的性格，所以不可能改变”、“如果改变心是那么简单，我就不必特地等到现在再来改了。”

认为不可能改变自己心的人，是那种老想着心是固定了的东西的人。他们认为心就是这样，不能剖开拿出来，也看不到。然而所谓的心，既不是固定的，也没有形状可言，这就是“无相”。

心的里面没有既定形状，或一定样子的东西。心就像水一样，把它放进圆形容器内就是圆，放进方形容器里就是方形的样子。心还如空气般会浮浮

沉沉，又如气球般会胀大缩小；它更能变冷变热。原来，随心所欲的运转就是心。

把这样自在的心当作是“不变的东西”，深信它是“固定的”，这种受拘束的想法是个固定观念。

本来，自由的心就可以随你爱放进圆形容器或是方形容器里，一味认定这个圆形或方形的心就是自己的心的想法，才是愚不可及。

人为什么不能改变自己那颗能够想变就变的心呢？

当有人告诉你：“你的脸上有污泥哟！”你一定会感激地说：“谢谢你告诉我，让我免得出丑。”然后赶快到洗手间去把污泥洗掉。

但是，如果有人告诉你：“你的心太乖僻了，再开阔些怎么样？”你会怎么回应呢？恐怕是恶狠狠地回敬他：“少管闲事！”把这个人列为拒绝往来户。

像这样，人这种动物被别人指出的缺点如果是内心的，就会更顽固，连改都不想改，心不能改变的原因实在于此。

换句话说，就是缺乏诚挚。

把“糟糕的我”变成“很棒的我”，把“不幸的我”换成“幸运的我”，想转换成这样的心，重要关键在于是否能找到诚实的自我。

佛教的最终在于培养诚实，禅的修行也是为了

确定诚实的自我。若能找到诚实的自我，不仅能领略到佛的教义，在自然界的现象中也能看到佛的功用。因此，最终目标的“悟”就是诚实的最高境界。