

一祖慧可向达摩初祖问法，诸佛法印可得闻乎？  
达摩曰：诸佛法印，匪从人得。

慧可曰：我心未宁，乞师与安。

达摩曰：将心来与汝安。  
慧可似有所悟，良久曰：觅心了不可得。

# 安顿此心

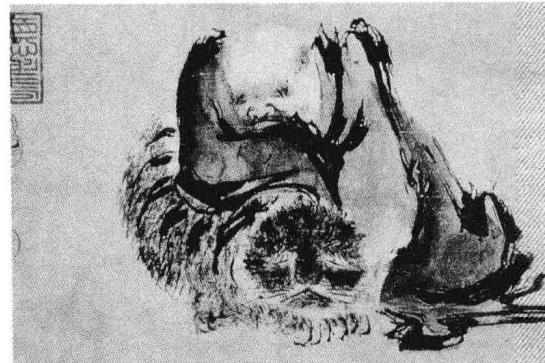
红尘深处的清凉禅意



廖晓明

著

百花洲文艺出版社



# 安顿此心

——红尘深处的清凉禅意

廖晓明 著

百花洲文艺出版社

### **图书在版编目（CIP）数据**

安顿此心：红尘深处的清凉禅意 / 廖晓明著. —南昌：百花洲文艺出版社，2010.1

ISBN 978-7-80742-716-2

I . 安… II . 廖… III . 禅宗—通俗读物 IV . B946.5—49

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第004884号

## **安顿此心：红尘深处的清凉禅意**

廖晓明 著

---

责任编辑 张国功

美术编辑 雨 蔚

出版发行 百花洲文艺出版社

社 址 南昌市阳明路310号

邮 编 330008

经 销 全国新华书店

印 刷 南昌市红星印刷有限公司

开 本 787mm×1092mm 1/16 印张 15.75

版 次 2010年2月第1版第1次印刷

字 数 200千字

书 号 ISBN 978-7-80742-716-2

定 价 29.00元

---

（版权所有，盗版必究）

邮购联系 0791-6894736

网 址 <http://www.bhzwy.com>

图书若有印装错误，影响阅读，可向承印厂联系调换。



## 序：让生命自在清和

张国功

独立水亭风满袖，世间清景是微凉。十月长假，人喧车欢，举国同此凉热。浮世喧嚣如热浪般一阵阵扑面袭来，令人格外渴望清幽安静的“别处”。于是，我悄然出城，去了数百里外的故园乡间作数日闲居。随身所携，除了一卷王瑶先生编的《陶渊明集》，另外就是一卷《安顿此心》的付印样。朋友发来短信说，君在山中乐逍遥，身边想必还带着稿子在看吧。正在山上忙于采摘野果的我回复说，没有呀。朋友说，看来这回你是真的“放下”了！在故园温雅素朴的屋檐下，我这个兀兀穷年的编辑匠，暂且“放下”，逃开由电脑、电话、手机以及“句酌字斟还未妥，案头积稿又成垛”苦役交织的职业生涯，于秋日暖阳下面对屋前素馨的菜地幸福地发一会儿呆，看着不远处饱满而沉静的秋野，感受那岁月静好的意境，或者在山脚下凝视那口千年老井千年如一日泽溉我乡民的清泉，更多是陪着小巧而老去的母亲说几句贴心体己的家常……偶尔在卧榻上抽读几页《安顿此心》，咀嚼此中真意，会心之处，不由得欣然一笑：此时此刻，不正是“此心安顿”么？

《安顿此心》的著者晓明君，系我研究生时代的同窗好友，更是同道中人。遥忆十多年前，在菁菁校园的红墙绿树间，青涩但清纯的我们也曾白衣胜雪，浅唱低吟，弹铗纵横。流光暗换，转眼十多年过去，当年的书生，像大多数人无可挽留的青春一样，已经被无情地招安在由





所谓的职业、朝九晚五、责任、心机、光鲜衣着、穷通沉浮等符号编织而成的社会序列中，谋生，亦谋爱；自度，亦尽力度人；有值得欣慰之时，也不乏行路艰难的嗟叹。岁月消磨，可以聊以自慰也可以坦然示人的是，我们大体还保留、坚持、呵护着一份灵魂深处的敏感、面对世俗的清醒、岁月老去时的年轻，而没有、不愿意、不甘于完全沦陷为这个社会所大面积固化、异化的物质动物、商业人生、工作机器。夜深人静之时，或读书闲谈之际，常常探讨一番“安顿心灵”——这个在很多人看来有些迂腐且不切实际的形而上的话题。福缘非浅，晓明兄这本《安顿此心》由我来做责编，也算是给了我一次澡雪心灵的机会。

常说此心安处是吾乡，可是对营营役役的当代人来说，我们习惯于走向远方，故乡总是留在与人生之旅相反的方向。乡愁与返乡，成为当代人的一种宿命、一种纠结。对于这种难解的人生悖论，虽说传统的儒道佛各家说法不一，所依凭资源不同，因此开出的药方各异，但有很多其实都是不分时空而必须直面的人生“元命题”，如晓明兄笔下提到的“杀伐江湖”与“烟波江湖”的对立，物质生活、精神生活、宗教生活“人生三层楼”的分别，以及“忙闲动静”、“宽舒迫促”、“盈满昃亏”、“宽容包纳”、“穷通进退”等生活方式的分野取径。安心是药更无方，软红尘里，安顿此心，无非是在这些元命题上作出自己个体化的理解、调适、平衡与处理。正是在这些表面上看起来并无新意的老问题上，晓明君作出了自己独特的解答。需要特别提出的是，读者诸君除了留意作者深情有致的珠玑文字，更应体会其“绣口”之下的“锦心”，体味其文字中所体现的雅人深致、醇厚情怀、空灵意境。这得益于其天资聪颖和读书人的慧根。可圈可点之论，说出来似平淡无奇，但一般人却苦于说不出来。还有一点读者诸君不可误读的是，虽说晓明君直接提出“般若安心”的法门，主张“清减是福”，提倡“通过调伏、化解、管控、转移等手段，调服自己的欲望、情欲、物欲、名利欲等等，从而求达心通、心明、心开、心平、心净、心和”等等，但与由一味的奔竞进取转向虚无遁逃、由热切功利转向枯淡寂冷、由浓烈俗艳转向苦寒蹇涩、由服膺儒家转向过于倚重佛道资源这些单向度的人生取向不同，作者一直坚持着温暖的、建设性的、丰满的、多向度的人生构建。在他的心中，人间佛教是热烈的、悲悯的、执著的、多情的。他劝人安心首先必须安顿身命，先上物质生活这层楼，再上精神生活、宗教生活之楼（可悲的是人们往往仅停留在物质这层楼！）；他劝人要成全自己，“做人要有使命，有担当，有益于国家社会之事，要任繁事艰，百折不回，不认真则无以心安；做人同时还要有些素静之心、淡泊之



志，个人得失恩怨，太计较也无以心安”；“多情于你的子女爱人，多情于你的父母兄妹，多情于你的朋友同事，多情于你的同族同类，多情于你的家，多情于你的土，多情于你的国，多情于这个有情世界”……交往多年，在生活中，他“居处恭，执事敬，与人忠”，尽心尽力地尽着朋友、学生、儿子、父亲、丈夫的职分，居于俗世而保持着一份精神出世的塞举之心，心游八方而不放弃沉潜的现实关怀，俯瞰人世而又悲天悯人。在今天，人间佛教也罢，以出世之心行入世之事也罢，我以为出世而不厌世、遁世，方是当代人最好的安心立命之所在。滔滔红尘，娑婆世界，人心固然需要清静、清和、清淡，更需要安详、活泼、温暖，如此方可“点亮智慧的心灯，修剪生命的荒芜”。在这一点上，劝人懂得“放下”，而不是轻言放弃，晓明兄可谓是持中秉正、度己度人，得人生之正道真解了。

写到这里，忽然想起宋代无门禅师的一首诗偈：春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。若无闲事挂心头，便是人间好时节。确实，人若悟此禅意，懂得智慧地“放下”，那一定日日都是好日，触处皆为美好，鼎镬煎熬顿成清凉祥和，烦恼无明化为随缘自在。

编完全书，有感以上，权为序。且以之为同道友情之见证，兼为“此心安顿”、生命祥和之自期。





# 目录

序：让生命自在清和（张国功） / 1

## 第一卷 心安是归处

- 两忘烟水里：夜话江湖 / 3
- 心安是归处 / 13
- 人生三层楼：物质生活、精神生活、灵魂生活 / 21
- 心量无涯：石钟山感悟 / 26
- 心量定律 / 35

## 第二卷 菜根无限意

- 安顿此心：菜根嚼之一 / 47
- 如如不动：菜根嚼之二 / 53
- 清减是福：菜根嚼之三 / 60
- 栖守道德：菜根嚼之四 / 64
- 三轮体空：菜根嚼之五 / 69
- 执两用中：菜根嚼之六 / 74
- 执相非真：菜根嚼之七 / 86

## 第三卷 生灭总是缘

- 情探（上） / 95
- 情探（下） / 101
- 就中更有痴儿女 / 106
- 缘起缘来 涛生涛灭 / 113
- 说情禅 / 117

## 第四卷 勘破三生石

- 生死纶音（一） / 125
- 生死纶音（二） / 132
- 生死纶音（三） / 138
- 生死纶音（四） / 143

旁观因果 / 149  
三生石上旧精魂 / 156

## 第五卷 禅意我心知

三心不可得 / 163  
多情乃佛心 / 168  
见山见水 / 171  
一切贤圣，皆以无为法而有差别 / 178  
难舍能舍：读《虚云老和尚年谱》 / 184

## 第六卷 熄灭贪嗔痴

熄灭贪嗔痴 勤修戒定慧 / 193  
修剪生命的荒芜 点亮智慧的心灯 / 196  
花枝春满 天心月圆 / 198  
红尘、真妄之辩 / 203  
怜惜杜丽 / 206  
冷眼看“扁” / 208  
是就是 不是就不是 / 211  
凡圣一念间 / 214

## 附 录

《菜根谭》全文录存 / 216  
《百丈大智禅师丛林要则》录存 / 237  
《憨山大师醒世歌》、《前贤醒世杂咏》录存 / 238

代 跋：优雅地穿越红尘（梅子） / 240  
后 记 / 242



## 第一卷

# 心安是归处

- ◇ 两忘烟水里：夜话江湖
- ◇ 心安是归处
- ◇ 人生三层楼：物质生活、精神生活、灵魂生活
- ◇ 心量无涯：石钟山感悟
- ◇ 心量定律



我们要学会打通这个杀伐江湖和烟波江湖，在杀伐江湖打拼的时候，存些清淡的心思和无为的情怀，经常潜入这个烟波江湖，澡雪精神，放逸身心，消除狂躁之气和斗狠之念，让这个现世人生得以安稳妥帖。

人心有这个特点，你要把一件小事看得大，它就大如须弥山，大到遮天蔽日；你要把一件大事看得小，它就小如芥子粒，小到化为轻烟。所以，我们要善于把杀伐江湖里面的东西看得小一点，要善于退出江湖迷宫，体悟万古长空、无边风月的美好。

## 两忘烟水里：夜话江湖

沧海一声笑，滔滔两岸潮，浮沉随浪只记今朝；苍天笑，纷纷世上潮，谁负谁胜出天知晓；江山笑，烟雨遥，涛浪淘尽红尘俗事几多  
少；清风笑，竟惹寂寥，豪情还剩了一襟晚照。

——黄霑《沧海一声笑》

“沧海一声笑，滔滔两岸潮。”这首歌，是我非常喜欢的，激越苍凉与宛转低回交织的曲子破空而来，每次听了唱了，都令我心旌摇荡，一颗心不觉就被烟水迷离的江湖漫漶了，飘然便起远引之志。当然，若能有情义相挺的兄弟，或吹箫的美女相随，那就更庆快平生了。

佛说修罗道是最爱争斗的众生。但因不同“道”吧，没见识过，但看看这个人道的争争斗斗，却委实让人心悸。大也是斗，小也是斗；有也是斗，无也是斗；穷也是斗，富也是斗；文也是斗，武也是斗；哭也是斗，笑也是



斗，斗得流尸漂杵，绝种灭国；斗得山河变色，残阳如血，无始以来就没有消停过。八月八日是个好日子吧，奥运开幕，举世踊跃，该歇着了吧？侥幸之间，没想到小国格鲁吉亚和“巨熊”俄罗斯，曾经的一家人，乒乒乓乓，打起来了。台湾，多肥的小岛，人在里面却不肯好好过，“蓝”、“绿”、“统”、“独”，分成几派，整天跟斗鸡似的，蜗牛角里争长短，槐荫树下穷折腾。

人确实是一种比较矛盾的动物。一有点安宁，耐不住了就想斗；斗久了，就想过安生的日子。但是人哪有这个想斗就斗、想停就停的自由呢？孔武者，狂热者，往往为了山河，为了红颜，为了仇恨，或者就为了一点嗜血的杀性，把千万人捆上战车。世上颠倒乾坤、拨弄苍生的，英雄也好，枭雄也好，是极少数。一部二十四史，掰来掰去，也就那么几千几百号人。可悲的是万千苍生卷到里面，刀头舔血，剑底惊魂，大部分做了炮灰。“江山笑，烟雨遥。”身在血腥的局中，怎能不向往烟波垂钓的潇湘云水，一拍一歌无限意的世外桃源？但是涉世深了，牵系多了，岂能容你一走了之？“清风笑，竟惹寂寥，豪情还剩了一襟晚照。”如梦的琴声余韵尚未袅尽，杀气已氤氲而起，追魂一刀斩，看招！

两个江湖，一个 是杀伐江湖，一个 是烟波江湖。进一步就是生死，退一步就是烟波。

都说江湖风波险恶。世上卷入杀伐江湖而身不由己者居多，但相当一部分还是主动卷入的。因为这个江湖实在是太让人心旌摇荡：弹剑长啸，快意恩仇，一统江湖，南面称雄，江山美人，两样销魂。所以，尽管身边就是烟波，很多人偏偏会视而不见，很多人也知道烟波江湖的好，但往往经受不住杀伐江湖的诱惑。“野





旷沙岸净，天高秋月明。”中国山水诗的鼻祖、晋代大诗人谢灵运，半辈子游山玩水，他是太喜欢烟波江湖了，但素心如彼，也还是禁不住诱惑，蹒跚着步入是非之地，换来个被杀戮的结局；崇拜谢灵运的李太白，一方面五岳寻仙不辞远，一方面又不能绝情于世事风烟，垂垂将老之际，竟一头栽入江湖（入永王李璘幕），差一点被午门问斩（被郭子仪救出）。你看，这么标榜烟波的人都难以免俗，其他就更不要说了。于是，武人谋客，才子红颜，飞蛾扑火，前仆后继，或以力豪夺，或以智巧取，或冲冠一怒，或谋定而动，扑向这个江湖。奈何万千烟尘，江山只容有一主；绝代风华，消得几个英豪？鼎下风烟，江湖波澜，毕竟快意者少，失意者多。美人自刎乌江岸，将军空老玉门关，空余得一声长叹。人们常说，只要追逐过、快意过、爱过、恨过，虽死犹荣，失败了也是英雄，是不是？个中滋味，只有当事人知道了。但是作为局外人，作为普通人，还是比较同情失败者的，这不，《霸王别姬》是大家最爱看的一折戏了。

雍正说：儒以治世，道以治身，佛以治心。在中国人的传统人格中，特别是士大夫知识分子的人格结构中，多半是双重的。一重是杀伐江湖。儒家讲“达则兼济天下”，读过几本孔孟之书的，大都抱有用世情怀。一重是烟波江湖。这个烟波江湖指的是人们在用世时遭受挫折，或者是在失去了舞台时，借以安顿心灵、抚摸创口的隐逸无为心态。他们熟悉儒家经典，同时又出佛入道。用世时，儒家思想是利器；困顿时，佛道情怀便来安心。躲不过明枪，防不住暗箭，苏东坡从杀伐江湖死里逃生贬到黄州，摸着脑袋，心有余悸，文章盖世又如何？致君尧舜又如何？还不如和光同尘，混迹渔樵，终老烟波，说不定还能享个天年，赚个余生。“夜饮东坡醒复醉，归来仿佛三更。家童鼻息已雷鸣。敲门都不应，倚杖听江声。长恨此身非我有，何时忘却营营？夜阑风静縠纹平，小舟从此逝，江海寄余生。”（《临江仙》）

张孝祥是南宋状元，算是条有血性的汉子，还没有被授官，便嚷嚷着要给岳飞平反。做官了，也不安分，一心要收复中原，所以有三年两罢官的遭际。“十里轻红自笑，两山浓翠相呼”，“世路如今已惯，此心到处悠然”。坎坷经得多了，世事看得多了，不免消磨英雄气，转而到烟波江湖中求得心灵的自由。他写过一首《念奴娇·过洞庭》：

洞庭青草，近中秋、更无一点风色。玉界琼田三万顷，着我扁舟一叶。素月分辉，明河共影，表里俱澄澈。悠然心会，妙处难与君说。





应念岭表经年，孤光自照，肝胆皆冰雪。短发萧疏襟袖冷，稳泛沧溟空阔。尽吸西江，细斟北斗，万象为宾客。扣舷独啸，不知今夕何夕！

趁湖光月色，状元公一叶扁舟，入碧波万顷，以万象为宾客，以北斗星为杯，以西江水为酒，何等的潇洒豪迈！而当下此刻，银河与湖水在月光中融为一片，里外上下，一般的空明澄澈。状元公短发萧疏，肝胆如雪，内心的江湖与自然的江湖悠然融为一体，当真是不知今夕何夕了！

古代的知识分子和士大夫除了像海瑞这样的一根筋之外，一般来说都会兼具两般情怀：一是用世的热望，一是安心的法门。所谓进可以攻，退可以守，给人生安个双保险。《菜根谭》中不少篇幅涉及了知识分子安心的烟波江湖：“林间松韵，石上泉声，静里听来，识天地自然鸣佩；草际烟光，水心云影，闲中观去，见乾坤最妙文章。”“兴逐时来，芳草中撒履闲行，野鸟忘机时做伴；景与心会，落花下披襟兀坐，白云无语漫相留。”“山居胸次清洒，触物皆有佳思；见孤云野鹤，而起超绝之想；遇石涧流泉，而动澡雪之思；抚老松寒梅，而劲节挺立；侣沙鸥麋鹿，而机心顿忘。”其间浸淫了传统士大夫的闲适情趣，表现出一种在世而出世的智慧。场中的人，以此消解世事尘累，获得一种心灵的平衡；场外的人，或涵养心性，或经营人气，待庙堂相招，便应声而起。

不过，我的感受是，这些菜根标榜的烟波江湖，未免太过优雅，多少有些不痛不痒的矫情。才子失意，英雄末路。往往经历过人世间大起大落、大是大非、大爱大恨、大喜大悲、大生大死的人，对烟波江湖方有最深刻的向往和体悟。“滚滚长江东逝水，浪花淘尽英雄，是非成败转头空，青山依旧在，几度夕阳红。白发渔樵江渚上，惯看秋月春风，一壶浊酒喜相逢，古今多少事，尽付笑谈中。”不历三国之乱，就不知道这首词是如何的寄慨遥深。“女儿意，英雄痴，吐尽恩义情深几许。献尽爱，尽是哀，风中化成歔歎句。往日意，今日痴，他朝两忘烟水里。”（黄霑《两忘烟水里》）没有惨烈的杀伐争夺，这一曲就无法让人心魂俱醉。人类社会，就是这个宿命，你方下场我登场，千古如斯。

尘事如潮人似水，一入江湖岁月催。前面扯得太古远，还是来关注我们万千凡人的江湖世界。

作为社会的人，不管你愿不愿意，你我都在江湖中，都在“杀伐”的江



湖中。当然这个“杀伐”两字，有些言重了。反顾一下自身，其实我们都是从“杀伐”中活到如今。小学、中学、大学，千军万马过独木桥，有人过去了，有人落水了，这就是“杀伐”；情场逐鹿，情人结婚了，新郎不是你，这就是“杀伐”；一个单位里，领导赏识他，领导冷落你，这就是“杀伐”；邻里之间、夫妻之间、婆媳之间、同事之间、同僚之间、同行之间无时无刻不在较劲，这就是“杀伐”。我们身边，可谓是“杀机”四伏，有时我们未必感觉得到。大英雄萧峰在一次聚会中场上一亮相，立即聚焦了所有英豪的目光；而绝色女子康敏，竟被冷落当场，盈盈笑意中，一颗怨毒的种子已经埋在心中，因为你抢了我的风头。

在这个“杀伐”的江湖中，有人顺遂，有人失意；有人成功，有人失败；有人出彩，有人平庸。人们沉浮其间，营营役役，没有尽头，患得患失，形劳神疲。我的感受是，不要让杀伐江湖占据了我们全部的生命。不说失败，就说你成就了，一场富贵，狠狠赚来，虽得还是失。我们生在这个社会中，“杀伐”是我们的宿命，我们无法提着自己的脑袋脱离地球，我们得认，并在这里努力活出生命的精彩。但与此同时，我们也不能忽视我们生命中的另一个江湖，老夫且管它叫烟波江湖。这个江湖，是安顿心灵，提升生活品质的牧歌憩园。我们要学会打通这个杀伐江湖和烟波江湖，在杀伐江湖打拼的时候，存些清淡的心思和无为的情怀，经常潜入这个烟波江湖，澡雪精神，放逸身心，消





除狂躁之气和斗狠之念，让这个现世人生得以安稳妥帖。如果失意了，悲伤了，也可以在这里疗伤理创，获得再出发的智慧和力量；如果是彻底败北了，也要到这里来思考人生的真谛，让生命有所归依。

作为我们普通人来讲，这个烟波江湖指的是什么呢？

一是有形的烟波江湖，也就是林泉山水。大家都喜欢游山玩水。不过很多人去游山玩水，好像是去购回一件物品一样，或者说完全是一趟花钱的消费。老夫认为，观山赏水，要带好的相机去，更要带心去。在用镜头抓回美丽画面的同时，要把山水当成一个生命体来对待，要用心灵去契合山水，用心灵去感悟山水。“我见青山多妩媚，料青山见我应如是。”要用山水来洗涤心灵，把心里的渣滓倒出来，把山水的灵气装进去，把山水的精魂带回来。

二是无形的烟波江湖。这个烟波江湖，存在于我们的内心，是一种精神状态。有了心中这个江湖，不一定要登山临水，就能获得一种与登山临水同效或者更为超脱的心灵感受和审美愉悦。陶渊明说：“问君何能尔，心远地自偏。”《菜根谭》云：“机息时便有月到风来，不必苦海人世；心远处自无车尘马迹，何须痼疾丘山。”“胸中既无半点物欲，已如雪消炉焰冰消日；眼前自有一段空明，时见月在青天影在波。”时时注意营构这个烟波江湖，有助于我们消弭“杀伐”的毒焰，解除生命的缠缚，获得心灵的安顿。那么，如何来营构这个无形的烟波江湖呢？我意可从以下几方面入手：

### 第一，要体察宇宙之浩渺。

大地山河尽属微尘，何况尘中之尘。佛说宇宙有三千大千世界，一千个像太阳系这样的小世界构成一个中千世界，一千个中千世界构成一个大千世界，合起来叫三千大千世界。这三千大千世界以数学立方来算，合共有十亿个世界。在这个十亿世界里，我们这个娑婆世界就像一粒微尘，我们这个江湖包括我们这十几亿人，更是尘中之尘。苏东坡说：“寄蜉蝣于天地，渺沧海之一粟。”所以呢，我们首先要把自己当做微尘，要智慧地看待身边的这些蜗角虚名、蝇头得失。相对于宇宙之浩渺，这些身外之物，简直是太不值一提了。我佛又说，须弥纳芥子，芥子纳须弥，在每一粒微尘里，又能容纳三千大千世界，世界如此不可思议地相涵相融，重重无尽。那么作为一个人，我们这粒微尘，是完全可以容纳三千大千世界的。雨果也说：比陆地更辽阔的是海洋，比海洋更辽阔的是天空，比天空

仙山賦  
馳流等何聞。闢闢鑿壁。坐此人間。  
之曾攀山巒妙於九疊屏風。又七光而無窮。  
水烹妙於三十穴。曲又曲而愈遠。亦白雲之歷路。子印雲霧而莫捉。  
見山處不測之木。本地花常青之草。鳴鶯水盡音齊之春。羽袖之除。危則僵。樹之折矣。  
變未措人馬門迷青林之隱。雙黃金之高檻。因碧霞以翻飄。  
研紫升青霞以降。授威浮而威沈。求寶參而難詣。抑少虛而講清。  
白玉為懷。守本日易。青雲為梯。守出人日。輕秀木。陳而淡空。  
石辭起而復合。樹交杪。曷長越。猶當為青君之明。滅鑿。  
渾兮空。揚水充兮情。我指猿作寒猿。珍鳥宿於日暮白鹿。  
引深徐之半玉。曳開仙瀛之闕。或詣翠之巢。或覲虹之轍。  
嘵然。芳草垂。芳蕪絕。或點宮中之深。或設十步之神。況沉。  
謁於水蘆。攀豪鳥于玉五。桂葉家蘭萼。芳金環曲逆竹。泉。  
清涼烟勝露。闇雲報翠林。林冒碧毫。九天峰翠。未綱曲水逆。  
出于層中紅葉嫩。於微官下玉女期。明月之後。東華寫白鷗。  
拾珠草。採翠葉。攀拂烟光。而客興。爭明月于金沙。飄遙迎十洲。  
逐珠而即遠。望白銀之普觀。方凌奇峰。空究極。半騰峩。空蒙。  
青蓮相。蓋方生紫烟。三神山。空起空蒙。十二樓。空懸珠簾。  
未由兮。珊瑚明涉春。冬兮花木初榮。神知兮。揚光景放。審華上。  
橫韵大義子別館。神袖裳于中。仰慕雲根。以往未采。清風以趣。  
道水闊。則金經誦。湖雲闊。則詩痕。淵蘭堂。空且空。蓀蓀兮。出。  
入歡渡仙。侶道衛。乘風。上折柳。于玄夜。碧絲納。月于中秋。今居則。  
先風待。寒夏。處則。春。多。花木初榮。神知兮。揚光景放。審華上。  
與貴金滿玉。則。游。未。落。阿華。引。持。各。揚。至。洋。生。兮。  
與貴金滿玉。則。游。未。落。阿華。引。持。各。揚。至。洋。生。兮。  
亦七之。舟。休。會。愈。愁。佑。如。元。化。之。匱。無。為。之。方。室。第。  
安其。休。回。視。几。境。古。而。明。居。于。手。兩。得。仙。風。逍。遊。至。完。  
殊。其。即。

嘉靖戊戌春二月既望五湖隱士道書

