

顿悟



一声棒喝，
敲破执迷。
万顷醍醐，
浇灌人间。

马银春 编著



中国言实出版社

顿



悟

敲破执迷。万顷醍醐，
浇灌人间。

马银春 编著



 中国言实出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

顿悟 / 马银春编著. --北京: 中国言实出版社, 2014. 1
ISBN 978 - 7 - 5171 - 0373 - 8

I. ①顿… II. ①马… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 315695 号

责任编辑: 周汉飞 谷 力

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编: 100101

电 话: 64924714 (发行部) 64924735 (邮 购)

64924853 (总编室) 68581667 (少儿中心)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 三河市南阳印刷有限公司

版 次 2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷

规 格 710 毫米×1000 毫米 1/16 15.75 印张

字 数 192 千字

定 价 29.80 元 ISBN 978 - 7 - 5171 - 0373 - 8



前 言

P R E F A C E



首先来解释一下书名：

“顿悟”一词，属于佛学术语，源自佛教禅宗的一个修行法门，是相对于“渐悟”尤其是“执迷不悟”而言的。不过本书并不是一本佛法书，而是一本活法儿书。我们要讲的，是一种更适合于世俗大众的“顿悟”。

网上有句流行语，可以作为本书的注释：“读万卷书不如行万里路，行万里路不如阅人无数，阅人无数不如仙人指路，仙人指路不如自己顿悟。”什么叫“自己顿悟”呢？说白了，就是“突然间自己觉悟了”。说得再浅显些，就是“突然间自己想通了”、“突然间自己想明白了”，等等。

“想通了”、“想明白了”，单就这几个字而言，有点简单。但一旦把它与我们的人生挂钩，那就一点儿也不简单了。君不见，古往今来，上至科学巨匠、思想巨擘，下至升斗小民、贩夫走卒，一旦有问题想不通，都会无一例外地紧锁眉头，茫然失措。而一旦福至心灵，突破



心中的困扰，便能豁然开朗，喜笑颜开。对一芥小民来说，能不能想通，或许只是他们自己，他们的小家庭是否幸福的问题。可一旦科学家、思想家想通了，想明白了，或者说他们一开始虽然也没有完全想通，但是借助进一步的研究最终想通了，带来的则是全人类的进步和福音。当然，人类的很多悲剧往往是由于某些人想不通造成的。个别因为失恋而自杀的痴情人，或者因为冲冠一怒而发动战争的国家级屠夫们，概莫能外。

“顿悟”，主要在于一个“悟”字，其次才是“顿”字。这恐怕是令很多读者不太满意的地方。这也是我们在前言中必须声明的地方。顿悟，没有那么简单，它需要慧根。慧根来自哪里？来自学习，来自以往的积累。可以说，一个没有积累的人，莫说不能顿悟，一些简单的问题就连想都不会想，又何来顿悟呢？所以，如果您缺乏必要的积淀，那么不妨先读完手中这本书，完成最初的积累。相信您也一定能在本书中发现不少独到的见解。

我们这么说，并不意味着“顿悟”就是一个人的事情。有些事情，有些人能想得通，比如释迦牟尼，当年就是结合自己的生命体验在菩提树下苦思冥想，了悟了大道。但有些人，或者说是多数人，能否顿悟，往往在于他们能否遇到自己生命中的贵人，那个点拨自己的人。事实上，我们也往往在史料、传说或现实生活中看到一些人为了了解心中的困惑，不惜跋涉千山，跨越万水，上穷碧落下黄泉……从这一点来说，本书堪称一本“贵书”，可以让您足不出户，即可完成与古今圣哲的心灵对话，得到全方位的指引，达到自我心灵上的超越。

生命不在于活得长与短，而在于顿悟的早与晚。我想这句话中的“顿悟”，可能更具平民色彩。顿悟不简单，但也不像某些人、某些书说的那么玄。对普通人来说，“顿悟”其实就是大家经常说的“人生感

悟”。有经验的人都知道，哪怕是最简单的顿悟，也是一次自我价值的伟大的发现。经历一次顿悟，哪怕是很小的感悟，你也会发现原来好多东西，都蕴藏着哲理。原来有些所谓的真理，其实跟实际情况背道而驰；原来有些走不通的路，恰恰是通天大道。“悟”出了这些道理，你就是个有独立思考能力的人了。

最后要说的是，“顿悟”之说最初源自佛教禅宗，历史上留下了不少极具启发意义的案例，作者在本书的编写过程中，引用了不少禅宗公案和佛学知识，以一个无神论者的视角进行了解读，使其更具现实意义，旨在扬弃封建迷信、个人崇拜等思想糟粕，希望读者予以理解，切莫对号入座。希望这本“活法儿”书，能引导每个人活出一个全新的自我。



目 录

C O N T E N T S



前言	1
第 1 章 根本信仰	
1. 人生第一悟	1
2. 顿悟与渐修	5
第 2 章 直指人心	
1. 智者不言	10
2. 不立文字, 不离文字	14
第 3 章 给自己松绑	
1. 解铃还需系铃人	19
2. 形形色色的“套”	23
第 4 章 命运曲线图	
1. 握紧双拳	27
2. 说“命”道“运”	30
第 5 章 大梦谁先觉	
1. 妙在半梦半醒间	35
2. 做梦与做事	38



第6章 心诚则灵

1. 虔诚决定前程····· 42
2. 所谓“功夫”····· 45

第7章 一杯沧海

1. 水深火热出好茶····· 49
2. 水之“术”····· 52

第8章 苦乐年华

1. 小烦恼与大痛苦····· 56
2. 吃苦头与尝甜头····· 60

第9章 生活禅

1. 禅即生活····· 64
2. 超圣入凡····· 67

第10章 活在当下

1. 三生与三天····· 72
2. 生活不在别处····· 76

第11章 平常心

1. 吃好睡好····· 80
2. 戒妒如戒毒····· 84

第12章 人在江湖

1. 轻装上阵····· 88
2. 一笑置之····· 92

第13章 勿念我

1. 有容乃大····· 96
2. 和光同尘····· 99

第14章 不动不伤

1. 白银白骨····· 103

	2. 黄金黄叶·····	106
第 15 章	舍·割·放	
	1. “舍得”与“割舍”·····	110
	2. 没有什么放不下·····	114
第 16 章	天人之战	
	1. 自律与他律·····	118
	2. 把自己拉回来·····	122
第 17 章	俯仰无愧	
	1. 听之、任之、忍之·····	127
	2. 向世俗弯腰·····	131
第 18 章	戒满	
	1. “人满为患”·····	135
	2. 圆满即缺陷·····	138
第 19 章	减法人生	
	1. 为学日增,为道日损·····	143
	2. 智慧即愚痴·····	147
第 20 章	卸妆	
	1. 向孩子学习·····	151
	2. 真实最美·····	155
第 21 章	大道无形	
	1. 法无定法,贵在得法·····	159
	2. 大道理与小技巧·····	163
第 22 章	一花一世界	
	1. 滴水藏海·····	167
	2. 芥子须弥·····	171



第 23 章	怒乃心奴	
	1. 多找原因,少找别扭	175
	2. 江山易改,脾气更易改	179
第 24 章	怒乃心福	
	1. 让“过去”过去	183
	2. 放过自己	187
第 25 章	好人好梦	
	1. 死佛像·活菩萨	191
	2. 好人必有好报	195
第 26 章	随缘不变	
	1. 随缘方能有缘	199
	2. 有一种缘分叫孽缘	203
第 27 章	静·净·境	
	1. 心静自然凉	207
	2. 静下来,净起来	210
第 28 章	前因后果	
	1. 种如是因,得如是果	214
	2. 莫以恶小而为之	218
第 29 章	天堂地狱	
	1. 一念天堂,一念地狱	222
	2. 天堂·地狱·人间	227
第 30 章	潇洒走一回	
	1. 由它枯,任它荣	231
	2. 回家	235



第1章 根本信仰



1. 人生第一悟

就从佛祖释迦牟尼的降生说起吧：

2500多年前，在四大文明古国之一的古印度，林立着大小数十个邦国，其中有一个名叫迦毗罗卫的小国，因国民富足，且具尚武精神，颇受邻国尊敬。

迦毗罗卫国的时任国王，叫乔达摩·首图驮那，意思是“纯净的白米”，人们都亲切地称他为“净饭王”。净饭王的王后是邻国天臂国的长公主，名叫摩诃摩耶，大意是“美妙且贤惠”，人称摩耶王后。国王与王后感情很好，但婚后多年，摩耶王后始终没能为净饭王生下一儿半女，令净饭王乃至一众大臣都为国家没有继承人而担忧。

好在净饭王50岁那年，摩耶王后幸运地怀孕了。据说，她怀孕前做过一个奇怪的梦：梦见一头六牙白象腾空而来，从右肋进入自己腹中。白象在当时是至高无上的祥瑞。怀孕后的摩耶王后非常高兴，再



无以前的忧虑和烦恼。

随着摩耶王后的产期临近，国王依照当地的风俗，派大队人马护送摩耶王后回娘家生孩子。孰料摩耶王后在回娘家的途中，因旅途疲乏，惊动了胎气，结果在一个名叫兰毗尼花园的地方，“提前”生下了王子。

王子虽说是提前诞生，但场面一点不打折扣：佛经上说，王子降生时，天空仙乐齐鸣、花雨缤纷，宇宙大放光明，诸天神现身拱卫不说，天空还直泻下两条银链似的清水，一条温暖，一条清凉，来为王子沐浴。待王子沐浴完毕，清水自动消失。然后，王子向四面八方各踏出七步，每踏一步，他的脚下就涌现出一朵金莲花。最后，王子走回原地，右手指天，左手指地，大声宣称：天上天下，唯我独尊！

不久，得知消息的净饭王及时率众赶来，将王后及王子接回皇宫。五天后，净饭王将国内所有有名望的学者请入宫中，为王子取名。经过讨论，最后大家一致认为王子应该叫乔达摩·悉达多——也就是后人熟知的佛教创始人释迦牟尼的俗家姓名。

“天上天下，唯我独尊”，这八个字历来被称为禅门第一偈，也是令很多初入门者摸不着头脑的问题。因为众所周知，佛教是讲究众生平等的宗教，也是时至今日教义最为平和的宗教之一。而这八个字，听起来却如此耳熟，尤其是在一些武侠小说和相关影视剧中，那些黑道高手、邪教头目，动辄就会叫嚣“天上天下，唯我独尊”，有些还要加上两句：“顺我者昌，逆我者亡”。这多么不符合佛教尤其是佛祖在人们心目中的形象。

其实，这是一种表面化理解。历代高僧大哲对此早有训诫。如唐朝时有个高僧叫云门文偃，有一天，他的一个弟子请教他：“师父，佛经上说佛祖刚出生就向四面八方各走了七步，步步生莲，然后一手指

天，一手指地，说‘天上天下，唯我独尊’，这句话是什么意思？”云门文偃说：“可惜我当时不在场，我要在场，一棒子打死喂狗，图个天下太平。”到了宋朝，又有一个小和尚就这个典故请教当时的高僧惠洪，惠洪则说：“如果我当时在场，连云门文偃也一棒子打死喂狗。”这两位高僧这么说，并不是对彼教创始人和前辈心存侮辱，而是想一步到位地点醒弟子，也点醒那些迷信的人：佛，并不是神仙。“佛”这个舶来词语，译成汉语就是“觉者、知者”的意思，说简单点，佛，就是觉悟的人。而佛祖之所以说出“天上天下，惟我独尊”这八个字，也无非是让人们顿悟，每个人都可以通过学习、觉悟成“佛”，也即不迷茫地活着。否则，他就会一头栽进与上面故事类似的神话中不能自拔。看似虔诚，实则愚痴。

这个世上到底有没有神呢？我们举个很简单的例子就能说明：如果佛法真无边，那么当年在中华民族最危险的时刻，一向慈悲为怀、普度众生的佛祖为什么不显显灵，保佑一下虔诚的中国人民，消灭西方列强与日本侵略者呢？当然，我们不能就此说世上没有“佛”。前者说过，佛是觉悟的人，确切地说，佛是觉悟了佛法并在现实生活中付诸实施、身体力行的人。几年前的“南京大屠杀”纪念活动中，有一幅叫作《屠·生·佛》的油画，画作的一部分，展现的就是一位出家人正在拖起一位惨死的老人，准备安葬，与旁边的赤山血海及正在屠杀中国人民的日寇形成了强烈对比。那位出家人，不就是一位现实生活中的佛吗？推而广之，那些每每在人民遭受天灾人祸之际不顾自身安危的子弟兵、警察及见义勇为之士，哪一个不具备佛的精神呢？类似的例子在现实生活中更多。比如，一个人因为经常帮助人，会被人们称为“活菩萨”，但是这个人可能根本就不信佛，不是佛教徒，但你能否认他具有佛的精神吗？



那么，为什么包括佛教在内的很多宗教，流传至今都有了那么多的“神”呢？愚以为这首先在于宗教产生的年代处在人类社会发展的早期阶段，彼时人们对自然界的认识有限，尤其是一些对人生、对世界缺乏基本知识、基本认识的人，会自然而然地对包括佛祖释迦牟尼在内的一些大智慧、大能力、大道德者产生一些崇拜心理，将其神化。换言之，佛祖，不过是个开创了佛学的伟大智者而已。至于有些人愿意相信西天大雷音寺真的有个统领众神的如来佛祖，那是他们的自由，我们可以不认同，但也没必要反对，更没必要让他一定接受我们的理论。另外，有人说到，佛教不是宗教。其实，佛教是众所周知的世界三大宗教之一，没必要掩饰什么。而作为一门宗教，它若想传播开去，那么把创始人及一些重要人物神化，不失为有效方法。

重要的是，要扒下那些歪嘴和尚怀着各种目的为佛祖及各位先哲披上的神化袈裟，挖掘其正面意义，尤其是现实意义。比如，前面讲到的那位宋代高僧惠洪，为什么要说如果他当时在场，要把云门文偃也打死喂狗呢？很明显，他是在隐讳地告诉弟子，学佛，要学佛的精神，不能盲目崇拜，不论正确与否，胡乱接收。

我们知道，释迦牟尼在创建佛教前，也曾刻苦学习，游学四方，并效仿当时的苦行僧，每日只吃一餐，穿树皮，睡粪堆，但这种形式上的所谓修行，根本解决不了他心中的困惑，甚至饿得奄奄一息。好在他及时醒悟，放弃肉体上的苦修，在一棵菩提树下，结合自己的知识和经历及百家之长，苦思冥想多日，最终悟出了自己的“知识体系”。这不仅说明佛祖也好，历代高僧、历代先哲也好，其觉悟、成就及造诣，完全归功于他们的才智和努力。

说到底，“天上天下，唯我独尊”，强调的无非是三个字——信自己。这三个字，看似简单，实际上却是人生首要领悟的至理，我们不

妨称之为“人生第一悟”。信自己，才能走出自己的路。信自己，才能走好自己的路。信自己，才能让别人相信你，认同你，成为你的同道中人。否则，你自己心里都没底，别人又怎么信得过你？据此，我们完全可以想象得出，佛祖最初在教派林立的古印度各国传播佛法时，没少向那些对他及他的佛法半信半疑的潜在信徒们大声宣称“天上天下，唯我独尊”。

再说简单点，这个道理无非是杜汶泽在《人间喜剧》中扮演的杀手司徒春运对王祖蓝扮演的失意编剧诸葛头揪的那段经典台词：“你要记住，做人要挺起胸膛。如果觉得自己对，有信心，就要坚持到底。卖剧本给电影公司，就要大声说出来，让人知道你是全世界最有创意的编剧……”

这个世上没有神，只有被神化的人。即使你是个有神论者，你也应该明白，信自己，是一切信仰的根本前提。

2. 顿悟与渐修

中国人大都听说过“一指禅”这三个字，也大都在一些影视剧中见过它的强大威力，但很少有人知道，最早的“一指禅”不是指功夫，而是源自一个著名的禅门典故。

话说唐武宗年间，浙江金华有个僧人，单独结庐修行，因为人们对他的俗家姓名、家乡等信息一概不知，只晓得他经常念《俱胝观音咒》，便称他为俱胝和尚。

有一天，俱胝和尚正在自己的草庵里打坐，忽然闯进来一个尼姑，这个尼姑自报法号“实际”，然后绕着俱胝和尚的禅床连走三圈，接着用挑衅的口吻对俱胝和尚说：“听说你修为很高，我且问你，我刚才这是什么意思？你若说对了，我就把头上的斗笠摘下来，给你施礼！”

她绕着我的床走三圈，是什么意思呢？这问题可把俱胝和尚难住了。尽管他明知里面蕴含着无限禅机，但一时之间怎么也捉摸不住。俱胝和尚很好学，当下向对方虚心请教。对方却咄咄逼人，又问了几遍，见俱胝实在不知，便合掌一礼，转身离去。

这让俱胝和尚很受刺激，他心想，亏我还是堂堂大丈夫，见识竟然不如一个比丘尼，我明天就去云游四方，一定要找到答案。说来也怪，当天晚上，俱胝和尚竟做了个怪梦，梦中有一个声音告诉他：“你不必云游，十天之后，就会有肉身菩萨（简单来说就是还在世的出家人）来指点你。”梦做到这里，俱胝和尚就醒了，觉得那个声音似乎还在耳旁，便打消了云游之心。

十天后，果然来了一位高僧——早已名满天下的天龙禅师。俱胝就问天龙，什么是佛法？天龙禅师并不回答，只伸出右手食指，向空中一指，俱胝就大彻大悟了。从此之后，俱胝的名气也渐渐遍布天下，但凡有人来问他，佛法是什么，他便伸出一指，一个字也不说。说来也怪，那些人见了他的一指，也像当初的他一样，立刻晓悟。天长日久，得了个“一指禅”的美名。

后来有一天，俱胝和尚有事外出，适逢有人来参访，见俱胝不在，只有一个小沙弥，非常失望。不料这个小沙弥说：“你有什么问题直接问我吧，我自幼跟师父修行。”那人见小沙弥挺有自信，就问他什么是佛法？小沙弥当即效仿师父的样子，竖起一指，说“就是‘这个’。”那人见了非常高兴，马上跪下来道谢，离开后又广为传诵。没多久，

俱胝和尚就听说了这事，因此特意提前回庵，把小沙弥叫到身边，问他：“听说你会佛法，是吗？”“是。”“那你告诉我什么是佛法？”小沙弥立即伸出一只手指——但伸出来就缩不回去了，俱胝把这只手指按在桌上，拿出一把刀子，竟把它割断了！小沙弥哭得撕心裂肺，未几奔向庵外，准备去外面抹眼泪。这时，俱胝忽然叫住他，又问：“什么是佛法？”小沙弥再次下意识地伸出指头，但一看，原先那根指头早已不见了，顿时明白了什么，高兴得拜倒在地。

古人云：朝闻道，夕死可也。那个小沙弥到底明白什么宝贵的道理，竟然被割了指头还挺高兴？先哲并未明示，这里不便妄说。我们只问：俱胝为什么要割掉小沙弥的手指呢？

在我看来，俱胝多半是认定小沙弥根本不懂佛法，却装作精通，这对别人是误导，对自己是自欺，比无知更可恨。不管是禅门中人，还是红尘中人，这都是做人的大忌。如果我们再结合其中的禅意来看这件事，就更能认同俱胝对小沙弥的教导了。伸出一根手指头到底是什么意思？无非是“万法归一”四个字。后世禅宗据此总结认为，那根手指的意思是“一即一切，一切即一”。俱胝一指，即是全宇宙，指天指地指人间，指永恒，指生命，指无限，比上一节中故事中提到的一手指天、一手指地，说“天上天下，唯我独尊”的佛祖的手指还更包罗万象，这岂是一个小小沙弥所能完全领悟得了的？而俱胝以及那些见到俱胝及小沙弥伸出手指就能顿悟的人，之所以能领悟，在于他们在此之前做足了功课，苦思良久，只差一层窗户纸，一捅就破。绝不是任何人见到一根手指就能悟道的。对于那个小沙弥来说，如果不让他懂得这些，可能只会害他一辈子也悟不到真谛。所以，禅宗提起俱胝那把割手指的刀，不称其为杀人刀，而是认定其为大慈悲的“活人剑”。当然，这种“活人剑”及类似的教学方法，现在千万不要盲目