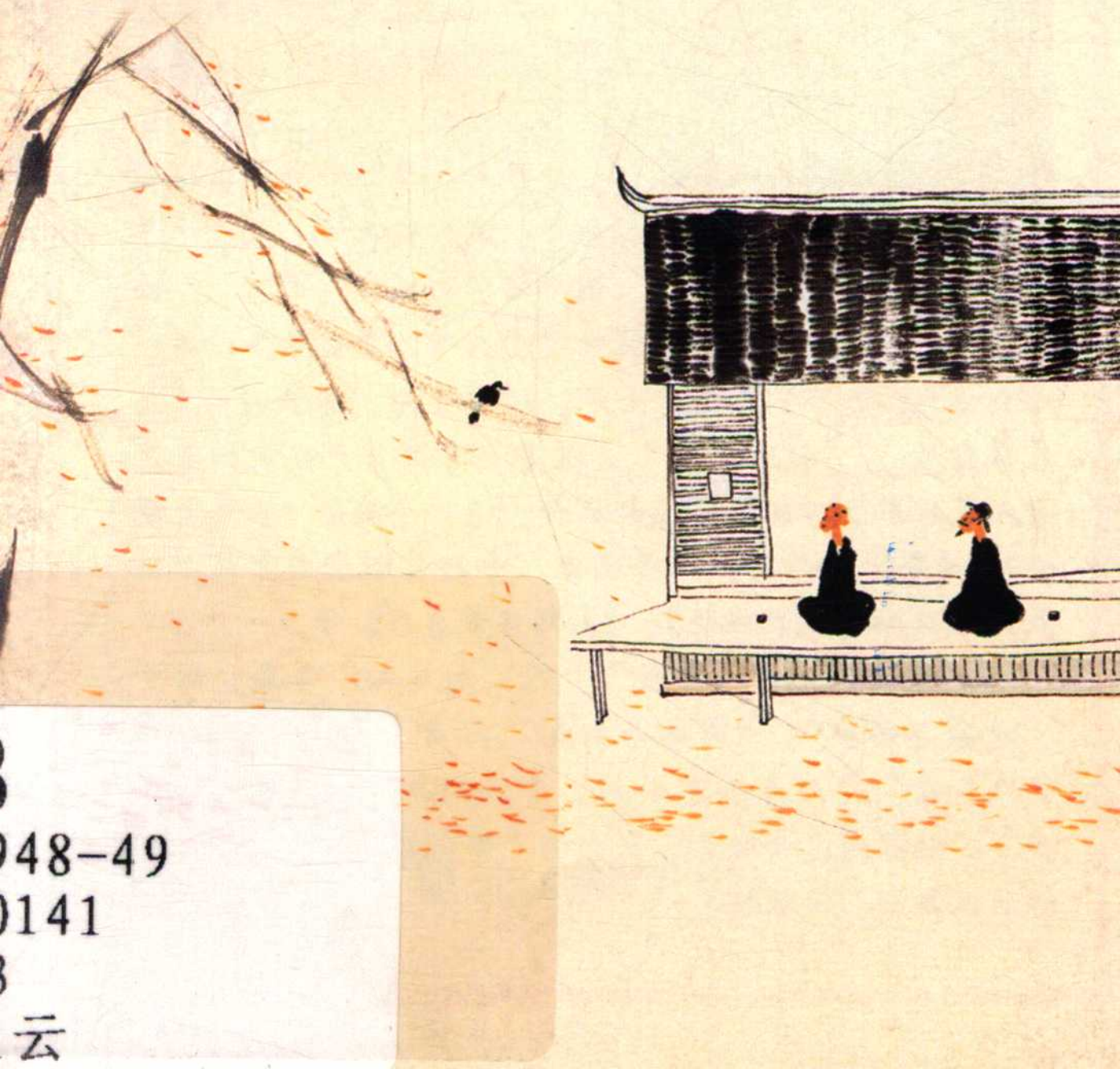


人间佛教小丛书(四十三)

禅师与禅诗

星云大师 主讲



048-49

0141

云

3948-49
20141
43

港台书

人间佛教小丛书(四十三)

禅师与禅诗



星云大师主讲

人间佛教小丛书(四十三)

禅师与禅诗

作者: 星云大师

发行: 宜兴大觉寺

封面绘画: 李萧锟(香海文化提供)

内文绘画: 高尔泰、蒲小雨

联络处

上海大觉文化传播有限公司

地址: 200233上海市徐汇区桂箐路111号8楼

电话: 021-64959237

传真: 021-64959231

网站: <http://www.fgsdj.com>

E-mail: dajue111@hotmail.com

宜兴大觉寺

地址: 214236江苏省宜兴市西渚镇大觉寺

电话: 0510-87376181

传真: 0510-87376185

扬州鉴真图书馆

地址: 225008江苏省扬州市平山路11号

电话: 0514-87755311

传真: 0514-87755322

网站: <http://www.libjz.com>

扬州滴水坊

地址: 225009江苏省扬州市京华城生活广场4楼

电话: 0514-87962987

传真: 0514-87962967

苏州嘉应会馆

地址: 215004江苏省苏州市枣市街9号

电话: 0512-68362745

传真: 0512-68362747

网站: <http://www.jiayingart.com>



星云大师简介

星云大师，江苏江都人，曾参学金焦、栖霞等禅净律学诸大丛林。

1949年春至台湾，主编《人生杂志》等刊物。1952年住宜兰念佛会，奠定弘法事业的基础。

1967年创建佛光山，以人间佛教为宗风，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业。先后在世界各地创建近二百所道场，如美洲西来寺、澳洲南天寺、非洲南华寺等，又创办多所美术馆、图书馆、出版社、书局、人间福报、云水医院，兴办佛教学院十六所、普通中学三所，以及佛光、南华、西来等大学。1970年后，相继成立“大慈育幼院”、“仁爱之家”，收容抚育孤苦无依之幼童、老人及从事急难救济等福利社会。1977年编纂《佛光大藏经》、《佛光大辞典》，并出版《中国佛教经典宝藏白话版》、《迷悟之间典藏版》、《人间佛教系列》等。

大师弘扬“人间佛教”，以“地球人”自居，对于“欢喜与融和”、“同体与共生”、“尊重与包容”、“平等与和平”等理念多所发扬，于1991年成立“国际佛光会”，被推为总会会长，实践他“佛光普照三千界，法水长流五大洲”的理想。

发行的话

为落实“人间佛教”的理念，公元2001年1月，由佛光山开山宗长星云大师所发起创办的《普门学报》，广纳各宗各派、中外古今的论说，从不同的思想观点，研讨佛法，将21世纪的佛教全貌，呈现给普罗大众。

《普门学报》发行至今，深受海内外各界的好评与珍藏。其中，星云大师“人间佛教”的论著引起大众热烈回响，纷纷来电索取单行本；更有一些信众愿意发心助印，以方便与人分享结缘。秉持佛光山“给人信心、给人欢喜、给人希望、给人方便”的工作信条，为不负大众期盼，乃陆续发行《人间佛教小丛书》，将星云大师“人间佛教”的论著广为流传。

“人间佛教”的思想，是今日人类的一道光明，也是复兴佛教的不二法门。星云大师希望抛开过去玄谈、考据，甚至批评、辩难的佛教，他把佛教的研究论述落实在当代的社会，着重于社会层面的研讨，致力于家庭伦理的建设。期望透过《人间佛教小丛书》系列，让人间幸福，社会和谐。

经云：“诸供养中，法供养第一”，我们欢迎十方大众助印《人间佛教小丛书》，并代为赠送给各界人士；藉此法布施，当能种植善根，自利利他，福慧圆满。

禅师与禅诗

想要深入了解历代禅师的风范人格，有一条捷径，那就是直接从他们所作的“禅诗”入手，依循着禅诗的内容脉络，可以找出禅师们对宇宙人生的看法与态度。禅的境界，对于我们这个动荡混乱的时代，忙碌不安的人生，具有许多益处，在此提出数首禅诗来探讨研究。

第一首 宋·张无尽

赵州八十犹行脚，只为心头未悄然；
及至归来无一事，始知空费草鞋钱。

这首诗是描写唐朝赵州从谗禅师悟道的事情。有一次，一位初学佛法的弟子，问赵州禅师一个问

题：“末劫时，还有没有‘这个人’？”佛教认为这个世界必定要经过成、住、坏、空四大劫。到了末劫的时候，我们这个人会不会坏？还有没有业识？

赵州禅师回答：“会坏。”

弟子听了之后，接着又问：“如果‘这个人’会坏，那怎么办呢？我们就随他去吗？”

赵州禅师不在意的说：“随他去！”

弟子听了禅师的话后，觉得非常怀疑。而赵州禅师自己后来想想，也不敢确定回答的话是否恰当，因此终日惴惴不安，无法安心。于是，为了求得内心的安定，赵州禅师跋涉千山万水，到处去参究正确的答案，而留下了“一句随他语，千山走衲僧”的佳话。

为了心中的一个问题不能明白，无法释然，80岁的赵州禅师不怕路途颠簸，四处寻找真切的答案。经过许多年以后，倦游归来，结果什么也没有得到，才知道自己过去在外面奔波寻找，只是缘木求鱼，空费了草鞋钱。

这首诗的含意是什么呢？就是说“道”不必向外界追求，无须到心外寻觅，因为“道在迩”，道就

在我们每个人的内心。如果我们迷糊了心智，像赵州禅师一般，到处参访，即使花了很长久的时间，结果还是一片茫然。这首诗告诉我们一个道理：要有求真的热忱和放下的勇气。

佛门说一个人悟道有三阶段：“勘破、放下、自在。”的确，一个人必须放下，才能得到自在。古人说：“不以物喜，不以己悲。”我们对于人生的荣辱毁誉，能够超然物外，对于虚幻的功名富贵，能够淡然不着，凡事提得起，放得下，身心不再为名缰利锁系缚，自然能够得到大自在。

我们不但要有放下的勇气，更须具备求真的热忱。好比赵州禅师为了一句话，不辞千辛万苦地寻找答案；这种求真的精神，正可作为世人的模范。

第二首 唐·布袋和尚

手把青秧插满田，低头便见水中天；
六根清净方为道，退步原来是向前。

在寺院里，常常可以看到一尊大腹便便、背着布袋的和尚塑像，我们称他为弥勒佛。实际上，弥勒



佛的法像不是如此，这个心宽体胖、笑容迎人的和尚是唐朝的布袋和尚，也是这首诗的作者。据说：布袋和尚是弥勒菩萨的化身，他时常背着袋子在社会各阶层行慈化世。有一天，当他跟农夫一起工作时，忽然心有所感，因而做了这一首诗。

“手把青秧插满田”，描写农夫拿着秧苗，一株

接着一株往下插；“低头便见水中天”，低下头来看到倒映在水田里的天空；“六根清净方为道”，当我们身心不再被外界的物欲染着时，才能与道相契；“退步原来是向前”，农夫插秧，是边插边后退的，正因为他能够退后，所以才能把稻秧全部插好，最后他插秧时的“退步”，正是工作的向前进展。

这首诗告诉我们，从近处可以看到远处，退步也可以当作进步。常人有一种倾向：看高不看低，求远不求近。譬如：某人学问比我渊博，就尊重他；某人钱财比我富足，就巴结他。如果此人条件比我差，就不予理会，而不知道“登高必自卑，行远必自迩”的道理。禅师们观看这个世界与常人有着显著不同的看法，“低头便见水中天”，就是要我们虚怀若谷低下头来，才能真正的认识自己、认识世界。

日本有一位禅师曾经譬喻：“宇宙有多大多高？宇宙只不过五尺高。我们这具昂昂六尺之躯，想生存于宇宙之间，只有低下头来。”成熟的稻子，其稻穗也是低低的俯垂着，我们想认识真理，也要谦冲自牧，把头低下来。

一般人总以为人生向前走，才是进步风光的，

这首诗却告诉我们退步也是向前的，以退为进的人更是向前，更是风光。

古人说：“以退为进。”又说：“万事无如退步好。”在功名富贵之前退让一步，是何等的安然自在；在人我是非之前忍耐三分，是何等的悠然自得。这种谦恭中的忍让，才是真正的进步，这种时时照顾脚下、脚踏实地的向前才是至真至贵。人生不能只是往前直冲，有的时候，若能退一步思量，所谓“回头是岸”，往往能有海阔天空的乐观场面。

第三首 唐·龙山禅师

三间茅屋从来住，一道神光万境闲；
莫作是非来辨我，浮生穿凿不相关。

这是潭州龙山禅师的诗偈，描写悟道有得，超然物外的境界。是说人生在世，虽然住的是简陋茅屋，吃的是粗糙食物，但是，如果我们能以智慧去观照世间的功名利禄和人间的是非善恶，了解它们的短暂性、虚妄性，心地明朗，得其所安，那么茅茨土阶也是亭台阁榭，粗衣蔬食也是锦绣珍肴，因为心与

道相契合，世界是宽敞无碍的。这个时候，世界万种的纷争纠缠，再也无法扰乱我们悠闲的心境，世人如何钻营巧取，都与我们毫无相干。

这首诗充分表现了龙山禅师对于世间名利置之度外，而过着一种超然绝尘的生活。一般人对人生抱有态度：一种是“纵欲的人生”，汲汲追求世间的享乐，为了满足自己的欲望，以致纵情任性无法自拔；另外一种“禁欲的人生”，视欲望如毒蛇，以名养为畏途。佛教认为这两种态度都过于偏激，有失中道。过分的纵欲，一味追逐享受，容易迷失了本性，况且欲海难填，以有限的精力去追求如溪壑般的欲望，好比夸父逐日，到最后只有死于非命。纵欲的快乐是不实在的，跟随而来的是身心的交瘁、人格的堕落，所以说“乐极”必“生悲”；“纵欲的人生”是不究竟的。

“纵欲的人生”虽然不好，“禁欲的人生”也太过狭隘，因为完全禁欲使人形同槁木死灰，毫无生气。好比种花蒔草，水分过多，必定腐烂而死，而缺少水分，也会枯干而死。如果恰到好处，花草得到清水的滋润，就能长得茂盛美丽。所以佛教理想中的生

活，既不推行禁欲的人生，也不提倡纵欲的人生，而主张过着中道的生活。

我们称众生为“有情”，“情性”与我们如影随形，无法分离，放纵它，固然不可；绝对禁止，也是不可能。若能善加引导，合理节制，好比长江黄河疏导入流，不但无害，反而有益于灌溉、水利。况且欲望有善恶之分，善欲可以给予人生奋进的力量，所以佛教不主张纵欲，也不主张禁欲，而主张节欲。当我们修行至一定境界时，虽然住在欲尘中，也不会被染着的。

第四首 唐·无尽藏比丘尼

终日寻春不见春，芒鞋踏破岭头云；
归来偶把梅花嗅，春在枝头已十分。

这首诗是唐朝无尽藏比丘尼到处访道，后来开悟所作的。我们求道好比寻找春天，从清晨找到夜晚，可是仍然看不见春天的踪影，走遍了千山万水，把鞋子都磨破了，但是春天究竟在哪里呢？心灰意懒之下，回到家里，看到庭院中早开的寒梅，清香四

溢，忍不住深深的一闻，原来春天早就悄悄地绽开在寒梅枝上了。

这首诗说明我们追寻人生真理，探求智慧，往往本末倒置，向心外去追求，而不知道向心内去寻找。



此诗更提示了“心内世界”与“心外世界”的差别。常人总以为心外的世界很宽很大，而不知道心内的世界更宽更大。佛经上说：“心包太虚，量周沙界。”可见我们的心量多宽敞、多广大。

现今世界上正为石油缺乏、能源危机而恐慌。事实上，真正的能源在我们心中，我们内心的宝藏，比世界上盛产石油国家的能源还丰富，但是我们却将这一块取之不尽、用之不竭的油田荒弃不用，愚昧地向心外的世界去挖掘，不晓得把自己这一座灵山中的宝藏开采出来。“佛在灵山莫远求，灵山就在汝心头”，不要舍弃灵山，徒然去攀登别的山岭。

如果我们对禅的境界有些体悟，去除了对事相的质碍，只要是东风吹拂的地方，不管红花也好，紫花也好，不都象征着春天的讯息吗？所以说：“等闲识得东风面，万紫千红总是春。”如能契入佛法妙谛，层峦叠翠，无一不是诸佛菩萨的精神法身；声湍鸣涧，都是诸佛菩萨的说法妙音。这就是苏东坡所谓的“溪声尽是广长舌，山色无非清净身”的意思。但是，如果我们不去领会，纵然芒鞋踏遍岭头云，也不过是“一瓶一钵垂垂老，千山千水得得来”，茫然

无得而已。道无所不在，处处可以体会，甚至吃饭、睡觉、走路、行进之间都有道的存在。能如此体会，春天就不远了！

第五首 宋·草堂禅师

云岩寂寂无窠臼，灿烂宗风是道吾；
深信高禅知此意，闲行闲坐任荣枯。

这是一首描写不同宗风的诗。唐朝药山禅师投石头禅师门下而悟道，他得道之后，门下有二个弟子，一个叫云岩，一个叫道吾。有一天，大家坐在郊外参禅，看到山上有一棵树长得很茂盛，绿荫如盖，而另一棵树却枯死了，于是药山禅师观机逗教，想试探两位弟子的功行，先问道吾：“荣的好呢？还是枯的好？”道吾说：“荣的好。”再问云岩，云岩却回答：“枯的好。”此时正好来了一位沙弥，药山就问他：“树是荣的好呢？还是枯的好？”沙弥说：“荣的任他荣，枯的任他枯。”他们三个人对树的成长衰亡有三种不同的意见，寓意他们对修道所采取的态度，有三种不同的方向。



云岩说“枯的好”，可以知道他所修学的禅道是寂寂中出发的，他的宗风是不落窠臼的寂静无为，所以说“云岩寂寂无窠臼”。而道吾说“荣的好”，显示他后来光芒万丈的灿烂宗风，所以说“灿烂宗风是道吾”。但是，超乎云岩道吾二者之上的沙弥，