

禅的深奥哲理，使我们在迷惘的
人生中看到自己的真心

宇河●编著

禅的故事

流传千年的

在禅宗公案里明心见性 在静思中解脱无名烦恼
在会心一笑中顿悟成佛

在菩提树下，夜睹长风万里的星空，星星点灯划破常寂的暗夜，千年长冥的心
时燃起，刹那启发自心、彻悟本性，禅宗顿悟法门，由此开始……两千五百年后
您可能在这些故事中摆脱烦恼顿悟成佛。



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE



流传千年的 **禅** 的
故事

宇 河 ■ 编著



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

流传千年的禅的故事/宇河编著. —北京:华夏出版社,2010.6
ISBN 978-7-5080-5825-2

I. ①流… II. ①宇… III. ①禅宗—通俗读物

IV. ①B946.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第115967号

本书经上海青山文化传播有限公司正式授权,同意经由华夏出版社出版中文简体字版本。非经书面同意,不得以任何形式任意重制、转载。

版权所有,翻印必究。

北京市版权局著作权合同登记号:图字01-2010-4255

流传千年的禅的故事

宇河 编著

出版发行:华夏出版社

(北京东直门外香河园北里4号 邮编:100028)

经 销:新华书店

印 刷:北京市世界知识印刷厂

装 订:三河市万龙印装有限公司

版 次:2010年6月北京第1版 2010年7月北京第1次印刷

开 本:720×1030 1/16开

印 张:15.75

字 数:203千字

定 价:39.80元

本版图书凡印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换



当今社会,随着经济与科技的发展,在处处机运之中,人们追求成功、追求跟上时代脚步、追求流行时尚,甚至于纵情享乐,声色犬马,逃避道德和良心的约束,逐渐忘记了自己最初的真心。

信仰是生命的一盏明灯,是稳定人心、自身约束的强大力量,指引人们找到光明的道路。在生命的长河中,信仰给了我们一个坚定的期待:只要种下善良的种子,必将收获爱的果实。我们的命运就在自己的手中。

希望本系列图书的出版能让你找到自己的价值、找到心灵的平静,并给你勇气与信心。

一花一世界，一叶一菩提

昔日，佛陀在灵山会上说法。世尊手持一朵鲜花，面对大家，不发一语。法座下的听众一个个面面相觑，不知所以，只有迦叶尊者会心一笑。佛陀看到后高兴地说：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无实相，微妙法门，不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。”于是，禅便在一朵花和一个微笑之间诞生了。

在中国的南北朝时代，禅宗二十八祖达摩一苇渡江，卓锡少林，将探究生命意义的极高智慧和悟道的精髓传到了中土。经过二祖慧可、三祖僧璨、四祖道信、五祖弘忍、六祖慧能的大力弘扬，终于一花五叶，盛开秘苑，成为中国佛教最大的宗门。禅的故事也因此流传开来。

“禅”是什么？青原禅师说，禅就是我们的“心”。这个心不是分别意识的心，而是心灵深处的那颗“真心”。这颗真心超越一切有形的存在，却又包涵于宇宙万有之中。即使是看似平淡无奇的日常生活，也处处充满了禅机。宋朝的慧海禅师说：“青青翠竹，总是法身；郁郁黄花，无非般若。”

可见禅不是什么神秘的东西,它是离不开生活的,所以我们人人可以谈禅。禅,是智慧,是幽默,是真心,是你我的本来面目。所以说,关于禅的故事也就是关于心灵的故事。

置身于迷惘的都市,如果有缘走进这些心灵的故事,你会发现,禅如同清风甘泉,滋润着我们心灵的荒漠;又如同当头棒喝,让我们时刻保持着清醒。如果你想获取打开心灵解脱之门的那把金钥匙,寻觅到心中失去的乐园,就让我们在朝阳初升的清晨、在片刻休憩的午后、在彩霞满天的黄昏、在万籁俱寂的深夜,打开这本书来感知心灵的宁静吧!

本书用一百则关于禅的经典故事,并搭配精美的插图来讲述禅的奥妙,让读者在轻松自然的享受中领悟禅独特的思想魅力。在本书编录的过程中,主要参考了《五灯会元》、《景德传灯录》、《无门关》、《碧岩录》、《星云文集》,以及《金刚经》、《坛经》讲记中列举的公案。将其中的一些传奇、轶事、寓言故事进行精心筛选,罗列一书,以飨读者。

本书的每一则故事都阐明了禅的事理,浅近的文字中深含奥义。于理,或淋漓阐发,或缄默而不宣;于事,或描述细腻生动,或概括简洁而精粹。皆朗朗可读,妙趣横生。读者若是能在阅读中会心一笑,或是在掩卷后默默沉思,也算是成就了我们的一份功德。

第一章◎禅者的棒喝

一语喝退五百僧 /2
打是情,骂是爱 /4
无位真人在何处 /7
有来处,也有去处 /10
无风起浪 /13
野鸭飞过了无痕 /15
佛祖西来意 /18
一宿觉 /21
天龙一指禅 /24
棒打喝杀是活法 /26
厚积薄发待机缘 /30
如此一棒 /33
仪山的捷榧 /36

第二章◎诸佛妙理,非关文字

自有一双无事手 /40
蜂子投窗笑太痴 /43
大爱无言,大音希声 /46
骑牛觅牛 /49
钓尽江波,金鳞始遇 /52
清清之水,游鱼自迷 /54
文字纸墨非真义 /56

第三章◎行云流水话禅心

体禅入微 /60
出入得宜 /64

根深方能叶茂 /66
泯灭恩仇 /68
心念一动,达及十方 /70
拿得起,放得下 /72
平常心是道 /74
千山走衲僧 /77
自古艰难唯一忘 /79
好事不如无事 /82
诸佛法身遍虚空 /84
一子出家,九族升天 /86
义学沙门寻羚羊 /88
要眼珠 /92
五蕴山上无真我 /94
野狐禅 /96
佛心的回响 /98
我也可以为忙 /100
非心不问佛,问佛非不心 /102
未到曹溪亦不失 /105
有与无 /107
珍惜青梅子 /109
百丈立清规 /111
防山中贼易,防心中贼难 /114
捡一片,少一片 /116
有多重 /118
体用一如,凡圣两忘 /120
回向 /122
佛堂无佛 /124
只为有所以来 /126



炷香增福 /128
 自性与法性 /130
 最具魅力 /133
 必修课程 /135
 快乐之道 /137
 找禅心 /139
 退即是进,予即是得 /141
 心净国土净 /143
 机缘相契,开悟证果 /145
 割舍 /147
 为圣不增,为凡不减 /149
 一切现成 /151
 布施金箔 /153
 进入深山 /155
 安身在何处 /158
 般若智慧是财富 /160
 处处是路 /163
 画里的慈悲 /165
 不给人怀疑 /167
 不做传声筒 /170
 不知道 /172
 参禅的法器 /175
 禅味生活 /177
 化得今身是法身 /179
 无上法宝 /182
 真心不昧 /185
 真正的自己 /187

只手之声 /189
 松云度母 /192
 早就放下了 /194
 何必苦追寻 /196
 唾面自干 /199
 画饼岂能充饥 /201

第四章◎禅,即是生活

喝茶、吃饭亦是禅 /204
 镇州萝卜 /206
 禅在生活中 /208
 不缺盐酱 /210
 我们的禅道 /212
 有情与无情 /214
 一切皆禅 /217
 天堂净土 /220
 像牛粪 /222
 禅的妙用 /225

第五章◎参透生死始成佛

雪霁便行 /228
 铁笛横吹作散场 /231
 我往西方走 /233
 何须更问浮生事 /235
 一路顺风 /237
 形可变,性不可变 /238
 生乎?死乎? /241

第一章◎

禅者的棒喝



一语喝退五百僧

有时一喝如金刚王宝剑，有时一喝如踞地金毛狮子；有时一喝如探竿影草，有时一喝不作一喝用。

——《临济录》

径山禅师自弘法以来，门下聚集五百学僧，但大多数都散漫放逸，不肯用心参学。



一次，黄檗禅师叫临济到径山禅师那儿去，在临济出发之前，黄檗禅师问他说：“你到径山禅师那里该如何应付？”

临济回答道：“老师放心，我自有办法。”

临济到达之后，不顾径山禅师正在讲法，径自闯进了法堂。还没等径山禅师抬起头来，临济就对着他大喝一声；径山禅师刚要开口讲话，临济却掉头就走。

有一个学僧很不理解地问径山禅师道：“刚才那位禅师为何如此无礼，怎么敢对师父大声吼叫呢？”

径山禅师答道：“他是黄檗禅师门下的弟子。如果你想知道为什么，何不自己去问他？”

学僧说：“弟子不知该如何问？”

径山禅师说：“难道你们连大喝一声都不会吗？”

学僧说：“这有何难，不就是伸长脖子嚷一声吗？”

径山禅师随即大喝一声，之后问道：“这一喝，是什么意思？”

众学僧面面相觑，茫然不知如何应对。

径山禅师生气地说：“这是佛门狮子吼！上通天堂，下达地府，竖穷三际，横遍十方，你们这些平日里懒散惯了的学人，怎么会懂得这些！”

学僧们一个个羞得面红耳赤。

径山禅师平复了一下情绪，长叹一声说：“你们还是各自寻找出路去吧，别在这里虚度光阴了！”

说完，禅师疲惫地挥了挥手，颓然坐在那里，仿佛一下子衰老了十年。

顷刻之间，学僧散去大半……

临济大喝一声，禅露机锋，或棒打，或口喝，一改过去的平和。其实无论采取哪一种方式，都是为了促使参禅者返心、猛醒，以便在“山穷水尽”之外，顿见“柳暗花明”。

径山禅师也是一位证悟很高的大德，经临济禅师猛然一喝，如醍醐灌顶，随即明白，禅者教导后学契理容易契机实难，故此自己也大喝一声，遣散十方学僧，让他们各自去寻找机缘。

自古以来，所谓大德者，风格虽各有不同，但绝不会蒙混学人。

临济喝

临济义玄禅师是临济宗的祖师，他早年在黄檗禅师门下习禅，因此承袭了黄檗禅师严峻的禅风。临济禅师常以大声喝斥接引弟子，故世人称之为“临济喝”，以彰显他独特的禅教方式。

打是情，骂是爱

轰轰烈烈似雷霆，棒喝交驰不暂停，迫得顶门开正眼，相逢原是本来人。

——近代·圆瑛法师

洪州的黄檗希运禅师是百丈怀海禅师的法嗣，长得相貌奇特，迥异常人，额间隆起如肉珠，音辞朗润，志意冲淡，倜傥不羁，人莫能测。后因人启发，往江西参马祖道一。当时道一禅师已经圆寂，黄檗禅师只好转而游学京师，在途中遇一老妇指点，前往洪州礼拜百丈怀海，得到怀海的印可，并说他有超师之见。

有一次，他来到寺院的厨房，看到负责煮饭的典座就严肃地问道：“你正在做什么呢？”

典座道：“我正在盛米给禅僧们做饭。”

黄檗问：“每天大约需要多少米？”

典座道：“每天三顿饭大约吃两石半吧！”

黄檗问：“是不是吃得太多了些？”

典座道：“哪里，我还担心不够大家吃呢！”

黄檗一听典座这么说，举手就赏了他两个耳光。

典座心里委屈就去向临济禅师哭诉。

临济禅师听完典座的话很是气愤，他觉得典座的回答，并没有什么罪过，黄檗凭什么要动手打人呢？他劝慰典座一番，并说：“我一定替你问

一问这个老和尚,和他讲讲理!”

出乎临济禅师预料的,他刚到黄檗禅师那里,还没等他开口,黄檗禅师就先提起这事来。

临济禅师和颜悦色地说:“典座因为不明白为什么挨老师打,所以才托我替他问您一声。”

黄檗禅师一脸严肃地说道:“你是为他讨公道来的?”

临济禅师有些不服气地说:“难道他担心不够吃不行吗?”

黄檗禅师坚定地说:“为什么不答‘明天还要吃一顿’呢?”

临济禅师听后,气呼呼地举起了拳头,大声说道:“说什么明天,现在立刻就要吃!”说罢,他的拳头就顺势挥舞过来。

黄檗禅师挺身站立,伸手挡住临济的拳头,高声责怪道:“你这个疯和尚,又来这拔虎须!”

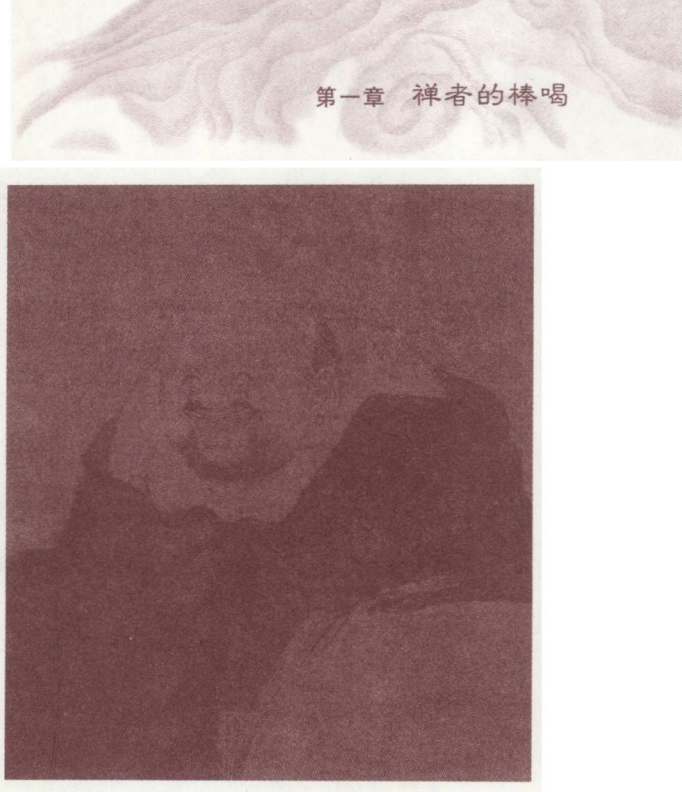
临济禅师一边怒吼着一边走出僧堂,黄檗禅师却是满脸欢喜,不住地说这只小虎的头上长角了。

后来,针对这件事汾山灵佑禅师问仰山慧寂说:“他们这两位禅师究竟是在做什么?”

仰山慧寂道:“老师的用意何在呢?”

汾山灵佑禅师说:“生了孩子然后才明白亲情的伟大。”

仰山慧寂道:“我倒不这样认为。”





沩山灵佑禅师说：“那你又有什么想法呢？”

仰山慧寂道：“这就好似把小偷带到自己的家里，让他偷自己的东西一样！”

沩山灵佑禅师听后哈哈大笑。

黄檗希运禅师是临济义玄禅师的老师，弟子打老师，这应视作忤逆，但黄檗却不以此为忤逆，反过来还赞美他的弟子临济，俗话说得好：“打是情，骂是爱。”从禅宗接心上来说，这的确是别有一番深意了。

禅

“禅那”的简称，梵语dhyana的音译。也有译为“弃恶”或“功德丛林”者。其意译为“思维修”或“静虑”。禅是佛教的一种修持方法，分为祖师禅与佛祖禅。言思维修是依因立名，意指一心思维研修为因，得以定心，故谓之思维修。言静虑者是依体立名。其禅那之体，寂静而具审虑之用者，故谓之静虑。静即定，虑即慧，定慧均等之妙体曰禅那，也就是佛家一般讲的参禅。虚灵宁静，把外缘都摒弃掉，不受其影响；把神收回来，使精神反观自身即是“禅”。

无位真人在何处

菩提自性，本来清净；但用此心，直了成佛。

——《六祖坛经》

一天，定上座向临济禅师询问佛法大意。

临济听后，立刻下了禅床，擒住定上座的脖子，当头就是一掌。定上座直愣愣地站在床前，不知所措。

旁边的僧人提醒他说：“还不赶快礼拜？”

定上座刚刚礼拜完，便豁然开悟。

直出直入，直来直往，是临济宗风。如果在临济机下悟得，便可翻天覆地，别有洞天。定上座被临济一掌打过，礼拜完毕，便找到了落脚之处。

定上座得悟之后，便不再出世，接人待物全用临济机锋，一辈子受用不尽。

一次，定上座在路上遇见雪峰、岩头、钦山三位禅师。

岩头禅师问定上座说：“您是从哪里来的？”

定上座答道：“我从临济院来。”

岩头随口又问道：“临济大师还好吗？”

定上座说：“大师已经圆寂了。”

三人听后，感到十分意外，悲伤地说：“我们三人，特地去礼拜和尚，可惜福缘浅薄，和尚寂灭。不知和尚在时，有什么教诲，请上座举出一些让我们听听。”



定上座说：“临济禅师常开示说：‘在肉体之中，有一个无位真人，常常在你们的眼、耳、鼻、舌、身、意中出入，没有发现的人好好看看。’这时有个僧人说：‘请问大师，什么是无位真人？’临济便一把将其抓住，大声说：‘快说，快说！’这个僧人想说什么，临济便一把推开他，说：‘无位真人，是什么干屎橛！’说完便独自回方丈室去了。”

岩头禅师听后，不由得伸了伸舌头。

钦山禅师说：“为什么不称为非无位真人呢？”

定上座突然一把抓住钦山禅师的衣领，向他大吼道：“无位真人和非无位真人有什么不同？你来说说！”

钦山禅师无言以对，脸青一阵、白一阵，羞愧地站在那里。

岩头禅师和雪峰禅师急忙上前向定上座谢罪，岩头禅师说：“大师息怒，这个小和尚不识好歹，触犯了上座，望上座发发慈悲饶了他这一回。”

定上座说：“如果不是你们两位说情，今天我便捏死这个尿床鬼子。”

还有一次，定上座从镇州斋会上回来，正在桥上歇息之际，迎面来了



三个座主。其中一个问道：“请问大师，什么是禅河深处探到底？”

定上座上前一把将其抓住，不由分说就要将他抛到桥下。另外两位座主见状赶忙求情说：“算了，算了，是他触犯了上座，望大发慈悲放过他一次。”

定上座说：“如果不是看在两位座主的面上，我就把他扔到河里让他自己‘探到底’去。”

定上座满腹疑情，被临济禅师一掌惊醒，从此大机大用，开天辟地。钦山禅师才拟议，便被骂作尿床鬼子。无位真人即是不落空间的绝对真人。那真人即是人的佛性。无位真人是超越时空的吾人本来面目，委屈地暂住在我们肉体之中。定上座要打钦山，主要怪他多嘴多舌，无位真人已经难寻难觅，非无位真人，又怎么证悟呢？那个座主于言句情理上思维，便差一点被扔到河底，着实好险！

禅 宗

它是中国佛教最主要的一个宗派。以菩提达摩为中国始祖，故又称为达摩宗；也因自称得佛心印，又称为佛心宗。是根据初祖达摩大师依《楞伽经》与六祖慧能大师依《金刚经》而创立的宗派。禅宗的产生，也有它的历史因缘，正所谓“法不孤起，依境方生，道不虚行，遇缘即应”。