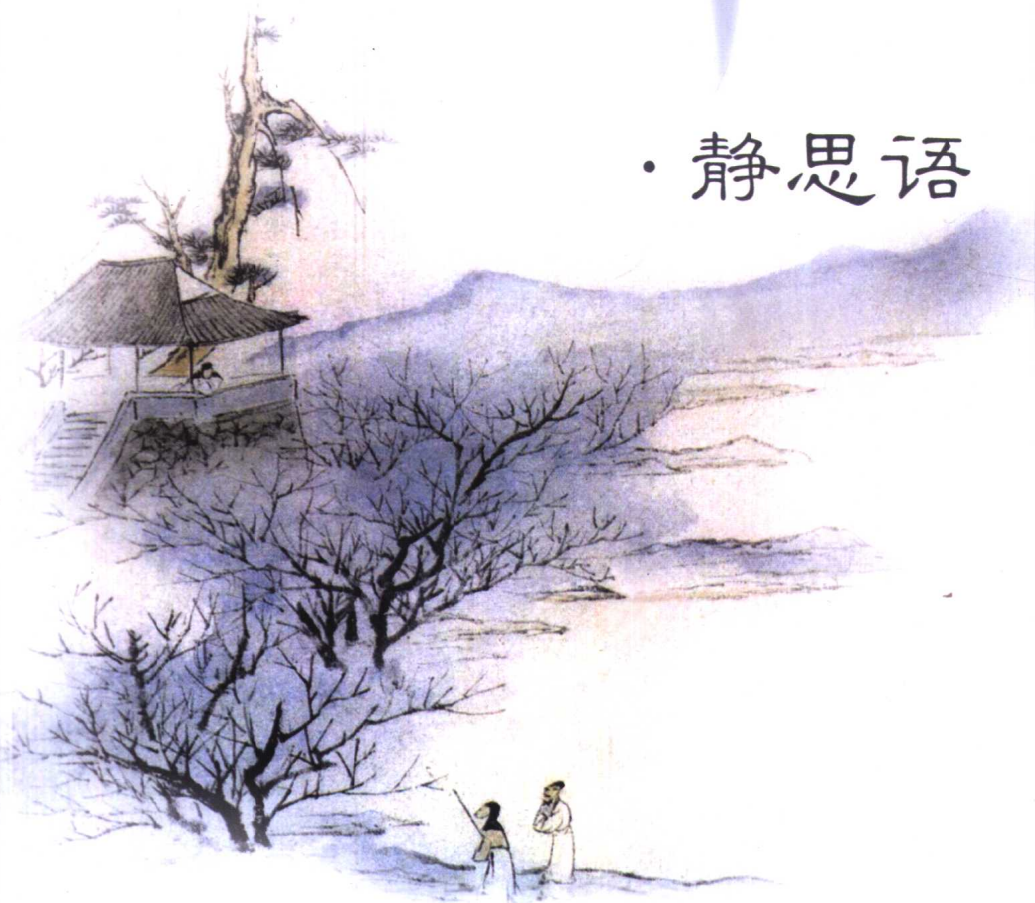


云峰 / 编著

禅

· 静思语

练得身形似鹤形
千株松下两函经
我来问道无余说
云在青天水在瓶
唐·李颀



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

云峰 / 编著

禅

·
静
思
语



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

禅·静思语 / 云峰编著.

—北京: 新世界出版社, 2003.10

ISBN 7-80187-158-8

I. 禅... II. 云... III. 禅宗—语录—注释

IV. B946.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 097164 号

禅·静思语

编 者: 云 峰

策 划: 本位风行

责任编辑: 池 倩

特约编辑: 韩 志

装帧设计: 风行工作室

责任印制: 李一鸣

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室电话: (010) 68996304 (010) 68326679 (传真)

发行部电话: (010) 68995968 (010) 68998733 (传真)

本社中文网址: www.nwp.com.cn

本社英文网址: www.newworld—press.com

本社电子信箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部电子信箱: rights@nwp.com.cn

版权部电话: +86 (10) 6899 6306

印 刷: 北京京都六环印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 960 × 640 毫米 1/16

字 数: 100 千

印 张: 13

印 数: 1—12000

版 次: 2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月北京第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80187-158-8 / I·053

定 价: 28.00 元

新世界版图书 版权所有 侵权必究

新世界版图书 印装错误可随时退换

前 言

“古今来许多世家，无非积德；天地间第一人品，还是读书。”

禅语中有这样一句格言，放在这本书的前言中，恐怕是再合适不过。暂且让我们放下这种“形而上”的说法，试想在每日的繁忙劳碌之后，燃一盏黄灯，泡一壶热茶，捧起这本《禅·静思语》随性翻阅，得到的心灵滋养与人生感悟，应该不是简单的“修身养性”四字可以涵概。

眼下，禅学已成为传统文化热中的一部分。

禅学热不仅是在我们中国，可以说是具有世界意义的一个热潮。这种现象的兴起有许多因素，其中有国际文化间日渐密切深入的交流作用，比如，日本的铃木大拙在西方生活过许多年，因为他能够直接用英语讲禅，用英文写禅学著作，透过铃木大拙，把中国的禅传到了西方。现在西方人透过他的著作来了解中国，了解中国的禅，了解中国的思想文化，于是在西方掀起了“禅学热”。同时，在中国国内，由于将佛教文化作为中国传统文化的重要组成部分，历来都有众多学者文人研究参习，逐渐在大众中形成了广泛影响。更多的人愿意相信，这是充实个人生命，提高个人修养的方便之途。

时代越是飞速变迁，人心越是荒芜浮躁，如果能通过参悟禅语获得对人生的通透见解，何乐而不为呢？这本《禅·静思语》便是精选了若干经典而具有现实意义的禅语和禅宗小故事，以现代人的眼光分析解读，旨在带给各位读者哪怕一闪念的心灵感悟。

禅宗讲究“当下”，作为禅或者说禅文化，当我们还没有认识到的时候，觉得它很陌生，距离我们很远；当我们认识了它以后，有了体验，当下就是。或者说，禅是无处不在的，关键在于我们如何用心灵去体会感悟。

那么，就在当下，就在此刻，大家不妨翻开这本《禅·静思语》，从当下开始进入禅的世界。

目 录

一、偈语妙谛

- | | |
|---------------------|-----|
| 01.此身不向今生度，更向何生度此身？ | 002 |
| 02.忏悔此身多业障，不见如来金色身 | 004 |
| 03.云在青天水在瓶 | 006 |
| 04.归来偶把梅花嗅，春在枝头已十分 | 008 |
| 05.为当梦是浮生事？为复浮生是梦中？ | 010 |
| 06.如今枕上无闲梦，大小梅花一样香 | 012 |
| 07.何须更问浮生事，只此浮生是梦中 | 014 |
| 08.此身虽异性常存 | 016 |
| 09.刚被世人知住处，又移茅屋入深居 | 018 |
| 10.自有一双无事手，为作世间慈悲人 | 020 |
| 11.退步原来是向前 | 022 |
| 12.人若无心处处闲 | 024 |
| 13.绿水青山是我家 | 026 |
| 14.若无闲事挂心头，便是人间好时节 | 028 |
| 15.天晓不因钟鼓动，月明非为夜行人 | 030 |
| 16.大千世界一禅床 | 032 |
| 17.及至归来无一事，始知空费草鞋钱 | 034 |
| 18.流水下山非有意，片云归洞本无心 | 036 |
| 19.山花落尽山常在，山水空流山自闲 | 038 |
| 20.净莲深栽浊世中 | 040 |
| 21.笑揖峰头月一轮 | 042 |
| 22.溪声尽是广长舌，山色无非清净身 | 044 |
| 23.泥上偶然留指爪，鸿飞哪复计西东 | 046 |

24.返本还源便到家	048
25.为爱吾庐夏木阴	050
26.幻躯哪得免无常	052
28.未曾生我谁是我？生我之时我是谁？	054
29.万法本闲人自闲	056
30.与人无爱亦无	058
31.眼内有尘三界窄，心头无事一床宽	060
33.逆境来时顺境困，人情疏处道情亲	062

二、禅话心解

01.在前变障	066
02.自了汉	068
03.冷暖自知	070
04.只偷一次	072
05.云水随缘	074
06.一口好牙	076
07.割舍	078
08.珍惜现在	080
09.偷不去	082
10.夜游	084
11.随他去不管他	086
12.击碎虚空骨	088
13.一尊佛	090
14.正字与反字	092
15.母亲的信	094
16.不是你的话	096

17.覆船生死	098
18.摩尼珠	100
19.不留平常心	102
20.化缘度众	104
21.不许为师	106
22.将军的忏悔	108
23.宜默不宜喧	110
24.我不是佛	112
25.慧可安心	114
26.禅师的眼泪	116
27.一休晒经	118
28.途中珍重	120
29.成见不空	122
30.风动? 幡动?	124
31.谁知道你	126
32.变与不变	128
33.无道心	130
34.必修课程	132
35.不变应万变	134
36.不能代替	136
37.无上法宝	138
38.自己的住处	140
39.草木成佛	142
40.打车?打牛?	144
41.锄草斩蛇	146
42.地狱	148

43.做女婿	150
44.乞丐与禅	152
45.公鸡与虫儿	154
46.最有魅力	156
47.多捡一些	158
48.女子出定	160
49.穿衣吃饭	162
50.国家战士	164
51.好事不如无事	166
52.说究竟法	168
53.他已谢过了	170
54.你无佛性	172
55.不得见	174
56.禅像什么?	176
57.千古楷模	178
58.自伞自度	180
59.了无功德	182
60.一休与五休	184
61.雪霁便行	186
62.虚空眨眼	188
63.除却心头火	190
64.大小不二	192
65.一切皆禅	194
66.悟与不悟	196
67.心净国土净	198

偈
语
妙
谛



||| 此身不向今生度，更向何生度此身 |||

人身难得今已得，

佛法难闻今已闻；

此身不向今生度，

更向何生度此身？

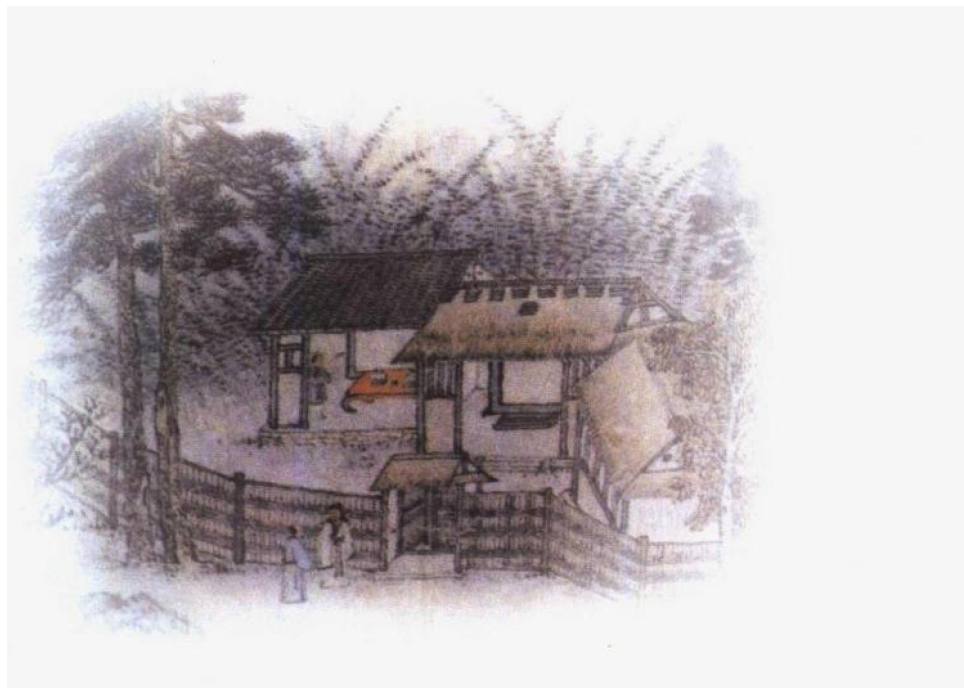
||| 《净宗要义》 |||

“人身难得，佛法难闻，中土难生，善友难遇”。既然难得，就不会让你轻易得到。既然有缘得到这一切，那就只有一个原因，就是为了让你的心灵逐渐升华。《阿含经》里有一则海龟喻，是说要想得到人身，就如一只盲龟，在大海中漂流，要找到一根可以倚靠攀援的浮木十分不易。经典又喻示：“得人身如爪上泥，失人身如大地土”，得失之间竟然相差如此悬殊。生命易逝，此生一旦不能善加护持，要想再得人身，则不知还得等上几千年。

“佛法难闻”，要听佛法也不是容易的事。所谓佛法，不过是生命解脱的终极法门，求财求利不如求解脱苦海。可如今，虽然有很多人去寺院礼佛，但真正让佛法契合于心的却寥寥无几。虽然有很多人能把佛法讲得头头是道，但不以自己的偏见误导他人的，却少之又少。就算你有一颗仰慕佛法的心，要在尘世间找到真正的佛法，也绝非易事。

“中土难生”，是因为中国是一片因缘之地，历代佛法弘扬，民心向善。即使近代出现了道德水准滑坡，但在真正的民间，却还是有大批善良的好心人。越是受到不公正的待遇，越能显出他们心中的善良。我曾经徒步旅行，那些陌生的百姓比我的父母更亲。

忏悔此身多业障，不见如来金色身



佛在世时我沉沦，

佛灭度后我出生；

忏悔此身多业障，

不见如来金色身。

——《净宗要义》——

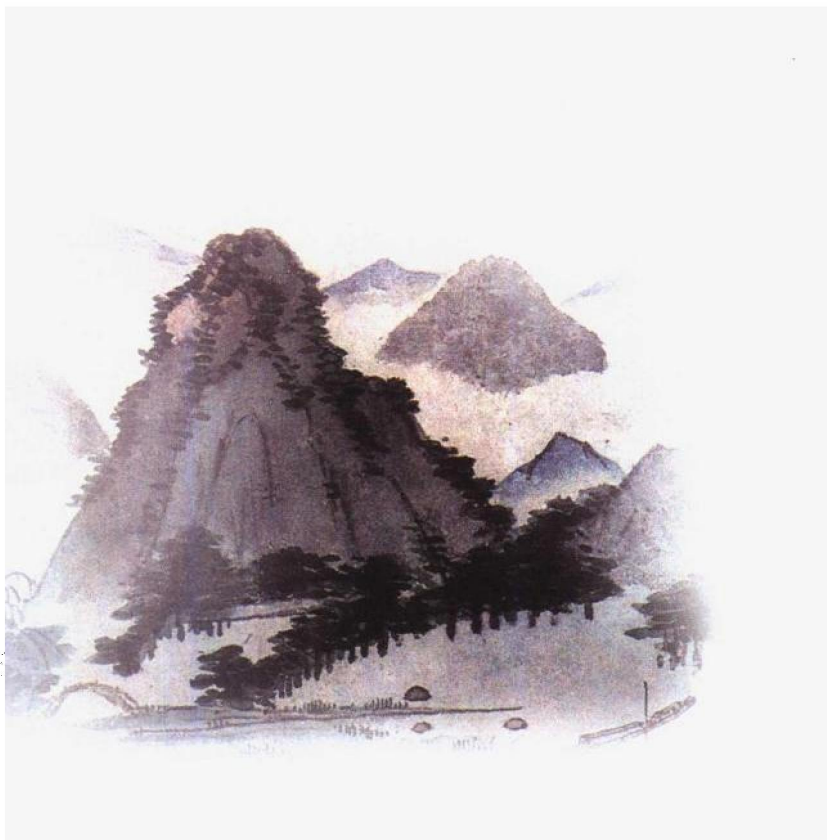
这首偈语说的是，一个修行者自省中的心境。“佛在世时我沉沦”，释迦牟尼佛在菩提树下开悟，初转法轮后，便从灵鹫山到鞞树给孤独园，往来于印度南北，以弘扬佛法、普度众生为念。佛陀在世时，大概我还在多少世以前，连人身都未必能有，更惶论亲聆佛陀的训示？

“佛灭度后我出生”，释迦牟尼佛已经灭度很久了，我修得人身，来到世间。

“忏悔此身多业障，不见如来金色身”，是的，因为仰慕佛法才努力偿还孽债，可终于修得人身之时，佛已经灭度几千年了，实在无缘得见八十种好、三十二相的如来金色身。

此偈所说的是悔意，只要心中存有忏悔之念，无论再经多少轮回，都不可磨灭自己心中的佛性，坚守正道，修心向善，终能得到不为常人所动的金刚不坏之身。





云在青天水在瓶

练得身形似鹤形，

千株松下两函经；

我来问道无余说，

云在青天水在瓶。

唐·李翱

禅·悟道

这首诗偈是唐朝太守李翱的作品。

李翱听说药山禅师是大名鼎鼎的高僧，很想一见他的庐山真面，就到处打听，跋山涉水寻访，终于在一个山头的松树下，找到了正在参禅打坐的药山禅师。李翱十分恭敬地请求开示，药山禅师却毫不理睬。那李翱身为太守，一向高傲，何曾受过此等奚落，终于忍不住讥讽地说：“真是闻名不如见面！”明摆着就是指责药山禅师的不近人情、不通世故。说罢，正要愤然离去。药山禅师忽然开口讲道：“你何必贵耳贱目？”为什么你只相信耳朵，却不相信眼睛呢？

李翱听后，心中略有所动，就接口问道：“什么是戒定慧呢？”

“我这里没有这些闲杂事物！”

“要如何才能修行？”

“高高山顶立，深深海底行！”只见药山禅师一手指天，一手指着身旁瓶子的水，闭起眼睛，再也不肯开口了。

李翱因此而悟道：山海并不是真的山海。立于山上比山高，潜入海中比海深。此偈无非是说，当求自身灵命的长进，不可拘泥执著于世人的评说。山，就是常人无法理解的心灵高度，海，就是常人无法触及的智慧之渊。你想依赖人间现成的修习法门，终究还是无法找到真正的自己。不能舍弃最后最根本的执著，便依然只是一个常人。

归来偶把梅花嗅，春在枝头已十分。



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。

唐·无尽藏