

勘破、放下、自在

只有觉悟了的人，才能在滚滚红尘中修心养性。

佛，不是敬畏，而是拈花微笑，去顿悟。汲取瞬间的领悟，不经意间，却可得之法门，渗透生命的玄机，从而由一物而知天下，由小事而识大理。



心是菩提

佛学中的人生哲学课

越深的道理越简单 越好的修行越平常
一花一净土，一土一如来！

张铁成·编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

心是菩提

佛学中的人生哲学课

张铁成·编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

心是菩提：佛学中的人生哲学课 / 张铁成编著.

北京：新世界出版社，2010.11

ISBN 978 - 7 - 5104 - 1344 - 5

I. ①心… II. ①张… III. ①禅宗—人生哲学—通俗
读物 IV. ①B946.5 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 206073 号

心是菩提：佛学中的人生哲学课

作 者：张铁成

责任编辑：梁小玲

责任印制：李一鸣 黄厚清

出版发行：新世界出版社

社 址：北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部：(010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室：(010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

http: //www. nwp. cn

http: //www. newworld - press. com

版权部：+8610 6899 6306

版权部电子信箱：frank@nwp.com.cn

印刷：九洲财鑫印刷有限公司

经销：新华书店

开本：710 × 1092 1/16

字数：292 千字 印张：19

版次：2010 年 11 月第 1 版 2010 年 11 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978 - 7 - 5104 - 1344 - 5

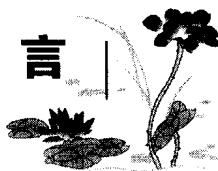
定价：36.00 元

版权所有，侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页等印装错误，可随时退换。

客服电话：(010) 6899 8638

前 言



一个小和尚问师父：“生命是什么？”这本是一个深奥的问题，而师父却不假思索地回答：“生命是活着的！”他原以为一大段的解答，师父却用简单的六个字回答了。

躺在床上，小和尚感受着每一呼每一吸。久之，只有呼吸而没有了自己。这个一呼一吸就是活着的，就是生命吗，生命就是如此。“生命为什么要活着？我为什么要活着，生命的实质究竟是什么，生命的责任究竟是什么？”

一天，小和尚走进一块湿地，没有人工的造作和修饰。当他用目光在草丛中，在芦苇内，在湖面上，在小岛旁仔细搜寻和捕捉大自然中的每一个美点时，无意间，却在忽起忽落的蜻蜓、运筹帷幄的螳螂、飞翔的水鸟、悠闲的鱼儿、细细的蛛网、丛中的野花、微拂的细风、嫩草和芦苇内的虫鸣中，发现了一个事实——大自然的朴素、无私、绚丽和多彩。也许，许多人并不留意，高贵的品质在匆匆的脚步下，在浮躁的身影中湮没了，被遗弃了。而这朴素、无私、绚丽和多彩是否是多少人付出生命而寻找的生命的终极呢？心的本源就是如此吗？

小和尚被震撼，被感动了！他感觉到一种生命的力量和责任。

责任原本是自然的产物，天地间每一个生命自然地履行这个责任，如

此大地才能绚丽，宇宙才能多姿。

人，是否记得有这样一份责任？

无论是有情还是无情，无论是人类还是他类，其实都以天然的本性在默默地承担着自己的责任，只是这个天然的本性被障蔽的时候，责任的承担也就被回避了，因此，生命的价值就萎缩了。

“生命是活着的！”多么实在的一句话，这些“活着的”生命应该怎样默默地承担起装扮世界、利益人间的责任呢？

责任是一种力量，只有承担起责任时，生命才有活力！

也许，许多人并不留意大自然的朴素、无私、绚丽和多彩，高贵的品质在匆匆的脚步下，在浮躁的身影中湮没了，被遗弃了。而这朴素、无私、绚丽和多彩是否是多少人付出生命而寻找的生命的终极呢？心的本源就是如此吗？

本书，在深刻集会佛教禅学精义的基础上，对千百年来流传下来的禅人禅事、禅思禅语，进行深入的挖掘，精选了数百余则流传千年的佛学故事，进行了精当的评述，篇篇隽永，字字珠玑，阐释佛禅智慧，探讨人生哲理，使读者通过阅读，深刻地了解，生活是禅，禅是生活；逐渐在生活中实现禅的超越，体现禅的意境，禅的精神，禅的风采；使我们的精神生活更充实，物质生活更高雅，道德生活更圆满，感情生活更纯洁，人际关系更和谐！



目 录

第一篇 禅是一颗洁净平淡的心灵



洁净自己的心灵，让自己拥有一颗平淡的心，不为那些闪闪发光的诱惑所动摇，让自己拥有一颗宁静的心，不让那些引诱你犯罪的事情触及心灵。记得有这样一句话“守住一颗宁静的心，你便可以不断超越，不断向自我挑战，即使远方是永远的远方，也会诞生一种东西——奇迹。”是的，好多时候，就是由于我们内心存有太多的欲望，而不自觉地陷入诱惑中不能自拔。

行恶与修善 / 2

找到自己的佛性 / 3

为一切众生烦恼 / 4

认识当下的自我 / 4

把握好说话的时机 / 6

珍惜难得而巳得的机遇 / 8

一切都要重新来过 / 9

人生五味 / 10

弘一大师的佛家生活 / 11

一生万法，万法归一 / 12

一切都要靠自己 / 13

让内心的光燃起来 / 14

做退后一步的准备 / 15

天堂地狱只在一念之间 / 16

信念坚定的须赖 / 17

不惧生死的禅师 / 19



树神营救老比丘 / 155

金毛兽善心成佛 / 157

自身体内的四大毒蛇 / 160

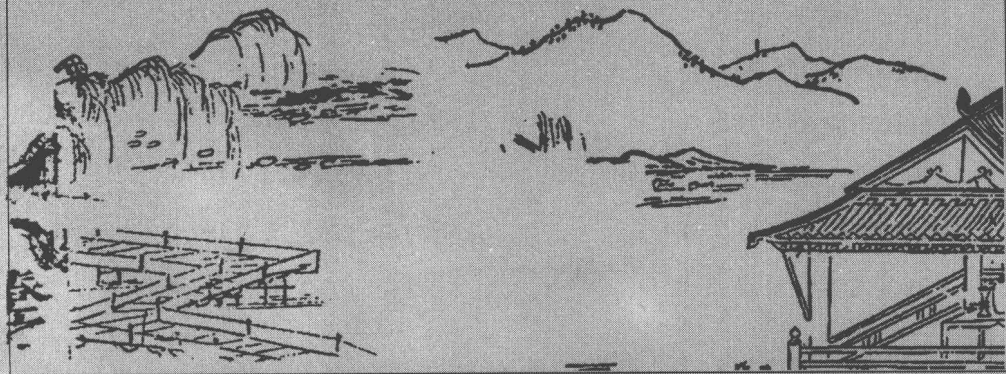
比丘的美妙音声 / 161

保持精进求法的道心 / 163

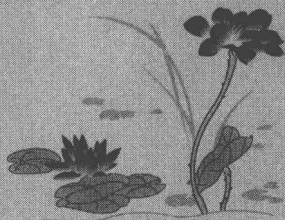
坚持到底的心愿 / 164

修行人应把握得遇佛法的因缘

/ 166



第四篇 禅是一种超脱世间的境界



什么是禅味？就是得到禅定的快乐，得到轻安的滋味。这种滋味奥妙无穷，不可心思，不可言议，身临其境的人才能体会，才能领悟。如鱼饮水，冷暖自知；只可意会，不可言传。禅者悟道的生活，就是过“无”的生活，因为他们体证到“无”，所以，没有一切人我是非，没有一切荣辱毁誉，像行云，像流水，云水行脚的生活，就是禅者最真实的超然物外的生活。禅家的最高境界。

禅家的最高境界 / 170

人有诚心，佛有感应 / 170

发自内心的言语 / 173

舍己利生的善良本性 / 175

创造无限的未来 / 176

国师与皇帝 / 179

禅师的待客之道 / 181

禅师与童子 / 182

天堂净土就在禅者的心中 / 183

清扫心中的污垢 / 184

恐误同参一首诗 / 185

人生中的苦与乐 / 186

禅师的真正生活行止 / 187

贫穷也可以出卖 / 188

真正快乐的生活 / 190

拥有一颗宽容的佛心 / 191

日面佛，月面佛 / 192

禅的真意自在个人心中 / 193

神奇的马麦 / 194

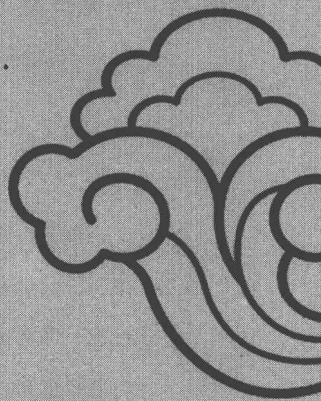
从根源解决问题 / 195

不为自己求安乐 / 197

织匠为何如此勇敢 / 199

第一篇

禅是一颗洁净平淡的心灵



洁净自己的心灵，让自己拥有一颗平淡的心，不为那些闪闪发光的诱惑所动摇，让自己拥有一颗宁静的心，不让那些引诱你犯罪的事情触及心灵。记得有这样一句话“守住一颗宁静的心，你便可以不断超越，不断向自我挑战，即使远方是永远的远方，也会诞生一种东西——奇迹。”是的，好多时候，就是由于我们内心存有太多的欲望，而不自觉地陷入诱惑中不能自拔。



行恶与修善

有学僧请示峻极禅师道：“如何才是修行行善的人？”

峻极：“担枷带锁者。”

学僧：“如何是邪恶为非的人？”

峻极：“修禅人定者。”

学僧：“学僧根机愚昧，禅师的开示，颠倒难明，恳求禅师还是用简明易晓的言辞开示吧！”

峻极：“所谓恶者，恶不从善。善者，善不从恶。”

学僧如堕五里雾中，仍然茫然。良久，峻极禅师问学僧道：“懂了吗？”

学僧：“不懂。”

峻极：“行恶者无善念，行善者无恶心，所以说善恶如浮云，无所生也无所灭。”

学僧于言下有悟。

· · · · · · 佛语感悟 · · · · · ·

善恶，在世间法讲，做好事名曰善，做坏事名曰恶，善有善报，恶有恶报，三世因果，历然俱在，在事相说，一点不虚。但在本性上讲，善恶之名都不立，若能不思善不思恶，即名见性（见到自己本来面目）。所谓“罪恶本空由心造，心若亡时罪亦空”。行善是枷锁，作恶名禅定，这不怪禅师颠倒，在真理上讲，作福行善，一味执著人天福报，岂非为枷锁所囚？作恶为非，虽要恶道流转，但本性仍是如此。故峻极禅师兴大慈悲，发此高论，乃要吾人莫为善恶所迷。应该知道，为善上生时，就一味执著有为法，以为是究竟解脱，这就错了；作恶下坠时，就心灰意冷，以为人生无望，这也是错的。实则“善恶是法，法非善恶”也。



找到自己的佛性

有一次，沩山灵佑禅师在百丈禅师身旁，百丈禅师问道：“谁？”

沩山禅师答道：“灵佑！”

百丈禅师道：“你拨一拨火炉中，看看还有火没有？”

沩山禅师在炉中拨了一拨，回答道：“无火。”

百丈禅师亲自站起来，走到炉边，用火钳在炉中深深一拨，拨出一点火星，取出来给沩山看，然后说道：“你说无，这个不是火吗？”

沩山灵佑禅师说道：“我知道是有，只是未能深深一拨！”

百丈禅师道：“这只是暂时的歧路，经典上说，要了悟佛性，当观时节因缘，时节因缘一到，如迷忽悟，如忘忽忆，那时才知道自己本来一切具足，不是从外而获得的。所以，祖师说：悟境同未悟，无心如有心。凡圣虚妄，本来心法，原自备足。你现在已经如此，好好保护并把握它吧！”

第二天，沩山禅师随同百丈禅师入山出坡（劳动服务），百丈禅师问沩山道：“火种带来了吗？”

沩山禅师答道：“带来了。”

百丈禅师追问道：“在什么地方？”

沩山禅师捡起一枝柴，吹了两下，然后交给百丈禅师。百丈禅师欢喜地说道：“如虫御木，偶尔成文。”

佛语感悟

“火种”，代表了什么？暗示了什么？此即所谓佛性也。百丈禅师要沩山到炉中拨火，此即暗示他要找到自己的佛性。找到佛性本心，谈何容易？百丈禅师不得不亲自示范，要深深一拨，自性才能现前。甚至师徒在山坡时，都在策励生活中不要忘记自性，一句“火种带来了吗？”这里面多少慈悲、多少智能、多少生活禅也。



为一切众生烦恼

有一次赵州从谗禅师提起一句禅话道：

“佛是烦恼，烦恼是佛。”

学僧不解，因而纷纷要求赵州解释，学僧们问道：

“不知佛在为谁烦恼？”

赵州从谗回答道：“为一切众生烦恼！”

学僧再进一步问道：“如何可以免除这些烦恼呢？”

赵州从谗严肃地责问学僧道：“免除烦恼做什么？”

又一次赵州从谗禅师看到弟子文偃在礼佛，便用拄杖打了一下，问道：

“你在做什么？”

文偃答道：“礼佛！”

赵州从谗斥责道：“佛是用来礼的吗？”

文偃道：“礼佛也是好事。”

从谗道：“好事不如无事。”

..... 佛语感悟

烦恼是病，佛道也是病，佛菩萨是真有病吗？不是的！佛菩萨是为一切众生而病。佛陀降诞娑婆，观音行化苦海，地藏菩萨地狱不空誓不成佛，所以佛菩萨悲愍众生，免除众生的烦恼，是为了什么呢？

礼佛虽是好事，但却莫执著此“好事”——功德，无事才是真正的好事。

认识当下的自我

日本真观禅师，最初研究天台教义六年，后来改习禅学七年，为了寻

师访道，以期明心见性，找到自己本来面目，又负笈中国各名山丛林，参话头，习禅定，又经历十二年之久。

二十多年后，他终于在禅门中得到了自我消息，因此束装返国，在东都、奈良等地弘扬禅法。各地学者，蜂拥而来参禅求道，大家都争相以一些困难的问题，要他解答。

那些问题包括：

一、什么是吾人自己的本来面目？

二、达摩祖师西来大意是什么？

三、人问赵州狗子有无佛性，赵州时而说有时而说无，究竟是有是无？

问题虽多，真观禅师总是闭着眼睛，不予回答。有人也知道真观禅师不愿和人议论禅门公案，大家对公案禅搬来说去，并不能得到真正的受用。

一天，有一位五十余岁的天台学者道文法师，研究天台教义三十余年，慕名而来，非常诚恳地问道：“我自幼研习天台法华思想，有一个问题始终不能了解。”

真观禅师非常爽朗地答道：“天台法华的思想博大精深，圆融无碍，应该问题很多，而你只有一个问题不解，不知是什么问题？”

道文法师问道：“法华经说：‘情与无情，同圆种智’，这意义就是认为树木花草皆能成佛，请问：花草成佛真有可能吗？”

真观禅师不答反问：“三十年来，你挂念花草树木能否成佛，对你有何益处？你应该关心的是你自己如何成佛？你要作如是想才对！”

道文法师先是讶异，然后道：“我没有这样想过，那请问我自己如何成佛？”

真观禅师道：“你说只有一个问题问我，关于第二个问题就要你自己去解决了。”



· · · · · 佛语感悟 · · · · ·

花草树木能不能成佛？这不是一个重要问题，因为大地山河，花草树木，一切宇宙万物，都是我们从我们自性中流出，只要我们成佛，当然一切草木都跟着成佛，不探讨根本，只寻枝末，怎能进入禅道？

禅，要我们当下认识自我，不要去攀缘其他。

把握好说话的时机

舍卫城内的大长者家，近来喜气洋洋，好事连连：长者的商队入海采宝满载而归；国王封赐土地；夫妻喜获麟儿；而且恰逢比丘僧前来应供。

比丘用斋毕，上座长老舍利弗如法祝愿功德主，高声唱诵道：

今日良时得好报，财利乐事一切集。

踊跃欢喜心快乐，信心踊跃发念十力。

如似今日后常然。

长者听舍利弗诵出如此吉祥的偈子，欢欢喜喜供养了两张上等毛毡。一旁的摩诃罗瞧着羡慕不已，回到寺里就哀求舍利弗把咒偈教给他。舍利弗表示，这咒愿不能常用，也不见得适用于任何场合；但摩诃罗执意要学，舍利弗只好传授给他。学了咒偈，摩诃罗每天勤加练习，准备一旦轮到自己担任上座时，立刻派上用场。

很快地，机会来了。大长者连逢祸事——商队遇难失宝，妻子被卷入诉讼；儿子意外身亡，哀痛不已的长者斋僧以消灾植福。这时，身为上座的摩诃罗如法炮制，诵出学来的咒偈。结果，悲愤交加的长者大受刺激，不但没有供养，还连骂带打将摩诃罗赶出宅门。

颓丧懊恼的摩诃罗，不知不觉走入胡麻地，一路践踏，满园狼藉。看



守的人见状不由分说，挥鞭就打。摩诃罗拔腿飞跑，撞上麦田里一陇陇的麦屯（割麦之后积聚如小丘状的麦堆），以逆时针方向绕行而过，气喘如牛。说时迟那时快，麦田主人棒棍如雨点般，纷纷落在摩诃罗早已乌青黑紫的皮肉上。原来，此地风俗，应该顺时针绕行麦屯，并口诵：“多多益善！”才能祈求年年丰收。麦田主人训斥一番，放走了摩诃罗。

远远的，一行送葬的队伍缓缓迎面而来。“多多益善！”摩诃罗咬着牙、忍着痛以顺时针方向绕棺。下场可想而知，丧主又哭又骂，捉住摩诃罗拳打脚踢，强迫他说：“希望再也不要发生这种不幸，真令人同情！”

全身伤痕累累的摩诃罗一心赶路，只想赶快回到寺院，见到前面一行迎娶的队伍，不分青红皂白就依样画葫芦：“希望再也不要发生这种不幸，真令人同情！”新郎一听火冒三丈，打得摩诃罗头破血流，落荒而逃。不料一脚踩上猎人的陷阱，惊散了猎物。猎人嗔心一起，又痛打摩诃罗，警告他应该静悄悄地匍匐前进。

“那么只好爬行了！”为脱险境，摩诃罗已经六神无主，竟爬到妇人洗衣服的地方，被误认作偷衣贼，结果又是一场好打，十分凄惨。

屋漏偏逢连夜雨，鼻青脸肿、体无完肤、死里逃生的摩诃罗，在接二连三的磨难后，跌跌撞撞地回到寺里，终日烦恼忧愁，心想：“都是舍利弗教的偈子惹的祸！”比丘们怜悯他，将他扶到佛陀身边，详细报告事情的始末。

佛陀慈祥地安慰身心受创的摩诃罗：“如果想说法咒愿，应该细心观察因缘时节，合适的才说出口。好好用功，勤修布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智能。表现忧悲喜乐要视时机恰不恰当，以后别再轻率说话了。”



佛语感悟

想要成就人生的梦想、圆满学业事业道业，一方面要靠学习和积累经验，一方面要有洞悉真相的智能。

善用学习而非误用或滥用，善用语言而非损人害己，以清楚明白、处处做主的心仔细观察，就能够切合实际需要来做智能的拣择、慈悲的决策。

不但说话是一门心灵艺术，无量无边的法门亦然。护念自心、也护念他心，则喜怒哀乐的表现和文词语汇的传递，处处都能利人益己。

珍惜难得而已得的机遇

《法句经·述佛品》中写道：

“得生人道难，生寿亦难得；世间有佛难，佛法难得闻。”

此偈是说：生而为人不容易，做人而长寿也不简单；生于世间能遇到佛很难，遇到佛又能听闻佛法则更难。如果这么多的难得而得，正好都加在一起，实在很幸运了。这是勉励我们，应当珍惜难得而已得的机遇，否则，稍纵即逝，追悔莫及。

这四句话强调人身可贵，寿命无价，有佛难遇，佛智难得。

有人认为生命或生存是一种无奈或折磨；也有人主张应当尽情冶游享乐。这两种人的人生态度，一是厌世、一是玩世，都不好。人的生命就是一项福报，若能得到健康的身躯，且能活过一段较长的时间，实在是幸福的事。佛看一切动物都有佛性，都是现在的众生、未来的诸佛。但在一切众生之中，唯有人的身心，可以作为修道的器具，其他众生都不具备修福修慧的条件。唯有人类，有祸有福，有苦有乐。灾难及苦难的磨炼，所以引起危机感，生起警惕心，改过迁善、俊恶向善之心也由此而起。因此，人比其他类别的众生幸运得多。既已获得人身，便要好好地运用。



得生为人而又有长寿，也很难得，长寿即是福，不是用来享福，而当用来培福种福，可比短命的人多积福德，多长智能，自利利他的机会也相对增加，因此更要以感恩之心来珍惜自己的寿命。

世间要有佛出现很难，释迦牟尼佛住世，已是 2500 年前的事，幸好他留下了佛经，让我们依旧有佛法可用；但这也不容易，即使有不少人不遗余力地弘扬佛法，世界上能听到佛法又愿意接受佛法的人仍然不多。有人信了佛但并不了解佛法，不能如法修行，无法以佛法解决烦恼，也无法用佛法帮助别人处理问题。

佛语感悟

这个偈子是要我们珍重且充分地善用人生，来成长、充实、奉献自己，用佛法的观念和方法来净化自己和净化人间，才不辜负生而为人的此一人生。

人身可贵，寿命无价，有佛难遇，佛智难得。我们要珍重且充分地善用人生，来成长、充实、奉献自己……

一切都要重新来过

临济禅师将圆寂时，曾开示弟子道：“我入灭后，你们不可将正法眼藏也随着灭却！”

座中三圣惠然禅师听后说道：“身为弟子的我们，怎敢将老师的正法眼藏灭却呢？”

临济禅师问道：“那么，假如有人问起：道，是什么？你们要如何回答？”

惠然禅师马上就学着临济禅师一向教导学人的方法，高声大喝！

临济禅师非常不以为然地说道：“谁能想象，我的正法眼藏，以后却