

與祖師同行

明一 著



睿 一
編 著

與祖師同行



图书在版编目 (CIP) 数据

与祖师同行 / 明一著, 明睿编. — 北京: 生活·读书·新知三联书店, 2011.1

ISBN 978-7-108-03508-0

I. 与… II. ①明… ②明… III. 禅宗—通俗读物
IV. B946.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第147692号

漫 画 蔡志忠

著 者 明 一

编 者 明 睿

责任编辑 张 琳

装帧设计 朱 锷

设计制作 李 婷 汪 阁 [朱锷设计事务所]

出版发行 生活·读书·新知 三联书店

北京市东城区美术馆东街22号 100010

经 销 新华书店

印 刷 北京隆昌伟业印刷有限公司

版 次 2011年1月北京第1版

2011年1月北京第1次印刷

开 本 880毫米×1230毫米 1/32 印张 11.375

字 数 208千字 图50幅

印 数 00,001—10,000册

定 价 29.80元



释明一，号崇守。一九六三年五月出生于福建省福州市。一九八五年毕业于国防科技大学电子技术系。二〇〇三年十二月于邢台玉泉寺依上净下慧老和尚剃度。现常住湖北黄梅四祖正觉禅寺，任堂主，兼监院。二〇一〇年于净慧老和尚座下得预临济宗第四十五代传承。

序

宗门的历代祖师留下了千七百则公案，不仅是一笔珍贵的文化遗产，更是行者入道的微妙法门。祖师们各有手段：或风驰电掣，或清风拂面，或机锋凌厉，或亲切温和。皆直指人心，法门无量，门门可入。其中含藏的智慧，不但是开发我们心田的钥匙，还是解决我们生活和禅修中问题的明灯。如果我们如说而行，逐渐便能够明悟自心、乃至了生脱死；即使简单而用，也能自然化解生活中的很多烦恼、开阔我们的眼界，帮助我们学会从各种不同角度去看问题。应用佛法圆融的智慧，能够减少甚至消除人生道路上的各种坎坷；提高我们的自信与定力；帮助我们更快地融入繁杂的社会；融洽纷乱的自他关系；安定我们不稳定的内心；实现我们智慧人生的目的；让我们轻松步入禅的世界；重新认识自己与世界——不但使得我们在逆境面前知道如何处世待物，而且提醒我们在顺境面前要如何努力与清醒；让我们知道一切的烦恼与快乐不过是自心所造，一切的对立是我们分别妄想的产物。当我们放下、哪怕是减少一些分别妄想的时候，当我们发

现、哪怕是多感受一些一切是平等以后，我们是如此地快乐与自在。

从文字来看，因为这些祖师都是当时的精英，所以不但道理通达，而且文笔华美——其文之华丽，其理之圆融，其行之通达，其果之微妙，实在是不可思议。但由于时代的变迁，很多道理与文字对于现代人来说变得无法理解，这笔财富也被搁置在书架之上。

自己出家以后留心祖道，对祖师们留下的这些财富惊叹不已，遂如说而行，亲身体会到了无比的微妙。发现这些微妙不但是在禅堂里面用功可以解决问题，而且应用在日常的生活中也能左右逢源。于是在禅修之余，常常把自己的一些感想写出来，把自己应用这些微妙的经历记录下来。同时，在日常与信众的交流问答中用这些方法解决了一些问题，帮助他人消除了一些烦恼。后来发现很多人有同样的问题与烦恼，同一个问题被问过多次，所以将其在主题博客“我要修行”上公开，把自己这些应用介绍给了大家。

没想到三联书店的编辑友人对这些公开的文字产生了兴趣，表达了出版社希望把这些祖师的微妙介绍出来，让更多的人了解与受用的意愿。自己是一个出家人，祖师早就严令不得驰骋文章，更别提“雕文丧德”等等严厉的警句；再加上自己本是工匠出身，对于文章实在存有惧心，尽管从小景仰三联书店，但是戒于种种的约束，自己还是谨小慎微。

后遇经常光顾这些文字的《禅》刊编辑明睿老师，谈起三联书店出版之意和自己身份不便之事，没想到她毅然承诺并热情奉献，愿意承担挑拣编辑之责。但是，这些日记的特点是与信众交

流中回答问题而成，回答有些零乱，且有很多祖道中的专用名词和典故，对其不大清楚的读者往往大叫看不懂。明睿老师呕心沥血，从几年的文字中挑选出与公案相关又贴近日常生活的文字，不但对名词和典故加以注解说明，还进行了大量延伸阅读资料的整理编写，使得有些艰涩文字以平常人容易读懂的方式呈现在众人面前。

在此，要感谢恩师上净下慧老和尚的栽培，因为没有老和尚自己根本无缘接触这些微妙的祖道；感谢三联书店给予的出版机会；感谢明睿老师等各位参与者的辛勤工作；感谢信众提出的问题与分享；感谢读者愿意花时间来翻阅……正所谓众缘和合成此欢喜。

明 一

目录

序 5

- | | |
|---------|--------------|
| 壹 信者皆相应 | 铁壁银山 3 |
| | 再来说法度群愚 8 |
| | 罗刹菩萨不隔线 9 |
| | 我王库内无如是刀 12 |
| | 因为跪着所以矮 13 |
| | 自信不及入禅难 15 |
| | 世智辩聪归八难 17 |
| | 开发自己的“灵光” 19 |
| | 法门无量源自心 21 |
| 贰 粥饭有禅机 | 向外追寻的习气 29 |
| | 宝寿生姜辣万年 31 |
| | 乾坤肚皮学得来 34 |
| | 皇帝新装笑未绝 37 |
| | 参禅不如吃粥饭 41 |
| | 哭笑 43 |
| | 吃饭睡觉 47 |
| | 破五通仙眼喻 49 |
| | 鹅护雪与蜡人冰 52 |

叁 佳人独自知	山深因少客来游	57
	笑问客从何处来	59
	树见行人几回老	62
	踏雪寻梅	65
	桂花禅香	67
	花并非无百日好	69
	识得声外音	72
	凡圣的秘密	75
	佑边寻思去	76

肆 情殷古丈夫	持戒第一优波离	81
	白云本是山中物	82
	云蒸霞蔚天地宽	85
	拳头说法	87
	衲子转身	88
	血溅梵天平常心	90
	临济烧黄檗禅板	92
	不得力处好着力	94
	释迦掩室 净名杜口	96

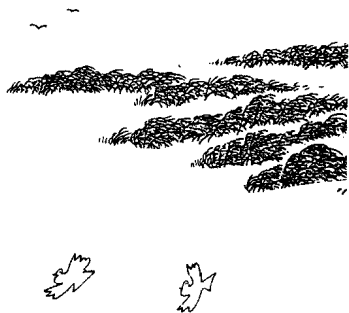
伍 时时觉地花	佛法与现代科学	103
	因为不满所以响	110
	拜佛姿势的疑惑	111
	因病悟得真实相	113
	自屎不觉臭	116
	如人饮水冷暖自知	117
	施汝者不名福田	120
	烦恼解药自助餐	123
	开发智慧烦恼断	125
陆 当下即道场	拟化他人要方便	135
	正法眼藏瞎驴边灭	137
	停下来贼与抓贼	139
	安住当下吃茶去	141
	途中即家舍	143
	小事急处理	148
	管人管事有奥秘	150
	春行秋令	152
	平等普显现 无诤和共住	154

柒 遍界真实义	路上行人半是僧	159
	衲子常行生死脚	162
	祖师教诫多峻严	165
	中峰和尚诫闲	167
	清闲	169
	妙高顶上绝商量	171
	浩浩尘中体一如	174
	“无缝塔”中的放下	175
	大家“牛”起来	181

捌 大地无寸尘	“觉的能力”需修行	185
	纠缠	193
	得失是非障禅眼	197
	参禅须是大丈夫	199
	有智主人二俱不受	201
	道熟不起憎爱心	204
	砖瓦泥土合成圣	205
	不借借	207
	身口意三业显功夫	212

玖 殷勤空里步	正信出家报大恩	217
	真常界中无去来	220
	天地与我同根	223
	法执坚固难放下	225
	凡圣含灵共我家	230
	甜者甜兮苦者苦	232
	青出于蓝	235
	一念无生全体现	237
	十地顿超无难事	238
拾 体证生活禅	永嘉大师说境界	243
	禅宗经典指标月	245
	禅宗祖庭中轴线	247
	禅宗四祖中轴线	251
	禅宗圣地中轴线	261
	翠竹黄花嚼舌根	272
	人生如戏努力演	275
	业识茫然应知返	277
	乱棒打散“粉丝”团	282
延伸阅读		285
附：索引		341
致 谢		347
跋	看不懂发的文章	345

壹
信者皆相应



各个祖师大德都说参禅不得其妙，病在自信不及。

可见建立自信是参禅很关键的一个因素。

自信不及，不肯从本分上下手，老是寄希望于他人，

以为师父会传给他一个“一用就灵”的妙法，

却不知佛法不从人得，这就是参禅入门的第一个困难。

铁壁银山

在北京待了二十几年，去十三陵无数次，还在那个地方摔断过腿，也知道有铁壁银山这个地方，但一直到前几天才去过。一路走了很多的冤枉路，直到返回市区才发现走汤立路直过大柳树环岛进山是最近的，真是曲折的相见了吧。

这三年来，看了不少的书，了解了一点佛教的历史，对佛教的古迹开始留意。天下名山僧占多，要想都去看看是不可能的，只能随缘拜拜古德尊宿。这次去铁壁银山就是这样，因为自己很喜欢的邓隐峰禅师在此地修行过，所以路过玩了一个痛快。这里也是后来的很多大禅者修行的道场，只是当初他们并不是主动来的，而是皇帝为调伏外族人而迫其安居下来的。那是辽金朝代的事情了，我不感兴趣，所以也就不费口水了。

说起祖师，我都会流口水。在《禅宗大德悟道因缘》[明尧、明洁编著，河北禅学研究所2003年12月印行，现代出版社2006年9月版。]里是这样描写邓隐峰禅师的：

隐峰禅师，马祖道一禅师之法嗣，建州〔今福建建瓯〕邵武人，俗姓邓，人称邓隐峰。幼年时狂顽不慧，父母管不了他，于是听任他出家。

出家受戒后，邓隐峰禅师即游学四方。他最初来到江西马祖门下，参学多年，未能见道。后听说石头希迁禅师在南岳大开禅席，于是心向往之。

一日，邓隐峰禅师向马祖辞别。马祖问：“甚么处去？”

邓隐峰禅师道：“石头也。〔到石头禅师那儿去。〕”

马祖道：“石头路滑。〔你可要小心石头路滑啊。〕”

邓隐峰禅师道：“竿木随身，逢场作戏。”

说完便离开了马祖，前往南岳。

到了石头禅师那儿，邓隐峰禅师也不礼拜，却绕石头禅师的禅床一周，然后将锡杖卓地一声，问道：“是何宗旨？”

石头禅师回答道：“苍天，苍天！”

邓隐峰禅师一听，如堕云里雾里，不知该如何应对。

于是他又回到马祖那儿，并把自己参石头时的情景告诉了马祖。

马祖道：“汝更去问，待他有答，汝便‘嘘’两声。”

于是邓隐峰禅师又前往南岳。见了石头，依旧像上次一样问道：“是何宗旨？”

石头禅师于是“嘘”了两声。邓隐峰禅师又一次哑口无言。他只好垂头丧气地又回到马祖那儿，并且把自己失败的情形报告了马祖。马祖哈哈大笑道：“向汝道石头路滑！”

邓隐峰禅师经过这两次挫败，决定不再四处乱跑，一心待在马祖门下，用心参究。后来有一天，终于在马祖的一言点拨之下，豁然有省。

悟道后，邓隐峰禅师又一次前往南岳，参礼石头禅师。

一见石头禅师，邓隐峰禅师便问：“如何得合道去？”

石头禅师道：“我亦不合道。”

邓隐峰禅师又问：“毕竟如何？”

石头禅师道：“汝被这个得多少时耶？”

看来，邓隐峰禅师虽然已有所省悟，但还不彻，这次又被石头禅师把住了尾巴。于是邓隐峰禅师决定留在石头禅师身边，继续参请。

有一天，石头禅师正在铲草，邓隐峰禅师站在他的左侧，又手而立。石头禅师飞起铲子，将邓隐峰禅师脚前的一株草铲掉。

邓隐峰禅师道：“和尚只铲得这个，不铲得那个。”

石头禅师于是提起铲子，邓隐峰禅师便接过去，作铲草的姿势。

石头禅师道：“汝只铲得那个，不解铲得这个。”

邓隐峰禅师无言以对。

不久邓隐峰禅师又回到马祖那儿。为了让邓隐峰禅师彻底放下，马祖经常不失时机地给予钳锤，以致有一天，终于演出了令天下衲子惊心动魄的一幕：

有一天，邓隐峰禅师推着车子在路上行走，他突然发现马祖正坐在前方的路边，把脚横在路中间，挡住了车子的去路。邓隐峰禅师推车上前，说道：“请师收足。”

马祖道：“已展不缩。”

邓隐峰禅师道：“已进不退。”说完，便推车子从马祖的脚上碾过去。

马祖回到法堂之后，拿着斧子，大声喝道：“适来碾损老