

曾精衛◎著

一生的禅

东方出版社

禅·生事

肯愧家中

赵女

夫婿轻薄

鸡事齐

相经过

高门盈四牡

客舍

年

腰间无尺组

被服圣人

惟有老相随

宿世修词客

青生应画

世人知

名字本皆是

此心还不知

昔陪鹤驭两三仙

嘉待龙舆四五年

天上秋华春有限

世间漂泊海无边

拈事过都成梦

忧喜心忘便是禅

官满更归何处去

香炉峰在宅门前

人人避暑走如狂

独有禅师不出房

可是禅房无热到

但能心静即身凉

不坐禅销妄想

即须行禅放狂歌

这是属于一生的禅 让一生
活得明白 活得精彩 活得安心自在



一生的
禪

曾精衛◎著

東方出版社

图书在版编目(CIP)数据

一生的禅 / 曾精卫 著. - 北京: 东方出版社, 2005. 9

ISBN 7 - 5060 - 2305 - 9

I. 一… II. 曾… III. 人生哲学 - 通俗读物 IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 098673 号

一 生 的 禅

YISHENG DE CHAN

作 者: 曾精卫

责任编辑: 蒋建平 韦玉莲

装帧设计: 鼎盛怡园

出版发行: 东方出版社

地 址: 北京朝阳门内大街 166 号

邮 编: 100706

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京高岭印刷有限公司

版 次: 2005 年 9 月第 1 版

印 次: 2005 年 9 月北京第 1 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 18.25

字 数: 170 千字

书 号: ISBN 7 - 5060 - 2305 - 9

定 价: 32.00 元

版权所有 盗版必究

曾精卫 诗人、作

文学会会员，中国未来研

《365日生活禅》、

等多部著述。《中国校园

国世纪专家》、《中华名人大典》、《『三个代表』的理论与实践 人物事迹卷》等辞

书收入了他的诗文和传略。



家、独立撰稿人、研究员。山东省散

究会未来研究所特约研究员。现有

《郁离子》（译注）、诗文选《如约》

作家大辞典》、《中国诗典》、《中

禅的宗旨是：『不立文字，教外别传；直指人心，见性成佛。』
这四句话或许就说明了禅的目的是：在既有的现实人生生活中，
跳出表象的迷惑，明白地生活、精彩地生活、安心自在的生活，
进而把握人生，改变人生，享受人生。



责任编辑：蒋建平
韦玉莲
装帧设计：鼎盛怡园
010-64037576

投稿邮箱：
jip_2005@sina.com

序 言

禅，是梵语禅那的省略语。禅是佛教根本教义中的一个中心，是佛说一切教法中的一大总相法门。禅的意思可以解释为戒除陋习并展现优点、开启和增长智慧等，这也就是以禅的最终结果或目的之功用或功能来说的。从这个解释，就足以看出“禅”是与我们一生密切联系的。

禅，是思维的修行，是思维的静虑。如何使禅发挥功用、功能？当然是需要静下心来好好思考一番！所以，禅是思维的、心灵的深层体验。

禅的宗旨是：“不立文字，教外别传；直指人心，见性成佛。”这四句话或许就说明了禅的目的是：在既有的现实人生生活中，跳出表象的迷惑，明白地生活、精彩地生活、安心自在地生活，进而把握人生，改变人生，享受人生。

可是，在这个繁华喧嚣的现代社会里，我们正处于高度紧张的生活节奏之中，沉重的生活压力和物竞天择的生存危机，使我们疲于奔命，原本快乐的心情也因此而越来越浮躁，使人生生活越来越捉摸不定。在这种情况下，尤其需要我们静下心来，气定神闲地面对日新月异、变化多端的社会、人事等等，指点江山；否则，就要跟不上时代前进的步伐，而面临被社会淘汰的结局。但是，我们“静心”的天敌——浮躁——又常常不自觉地作为人生生活中的“日用品”出现在我们的面前，以至

于经常影响我们的心情、思维，让我们不能很好地应对生活的时尚潮流和社会的快速发展。

这时候，我们就可以借助“禅”，因为禅可以让我们仿佛又回到了小时候那样，在风雪交加的冬天，回到家里，扑在母亲的怀里，备感温馨、备感恬静、备感舒适。禅的这种特性，可以让我们轻轻松松地彻底解脱束缚，对自己有一个新的体认，让自己看透人生，懂得生活，体验另一种生存状态；禅的这种内涵，可以让我们在深入思索的方法中，不可思议地让自身在潜移默化中消除日常生活中的陋习，展现应有的风采，以及改造和优化我们的思想，开启和增长我们的智慧，让我们“活得明白、活得精彩、活得安心自在”。所以，禅是浮躁的克星，是现代人人生的慰藉，是疗养心理的一剂灵丹妙药。

本书正是本着以上宗旨，以《佛本行集经》、《杂阿含经》、《四分律》、《坛经》、《六度集经》、《贤愚经》、《百喻经》、《五灯会元》及其续《五灯会元补遗》、《五灯会元续略》、《五灯严统》、《景德传灯录》、《天圣广灯录》、《建中靖国续灯录》、《联灯会要》、《嘉泰普灯录》、《碧岩录》等十余部典籍和海内外广泛流传的公案故事作为“禅”的白话发挥之蓝本，环环相扣地进行精心编排，以中国的传统思想，本着“立足于实用”的原则，对禅加以阐述、解析，而成一部完整的“人生禅”，奉飨读者朋友。冀望本书能在茶余饭后，闲暇之时，为诸位缓解劳乏，排忧解难，抑或灵犀一点而豁然贯通，了然生活，活出人生丰采，活得自在安心，则本书之旨，庶乎可慰矣！

岁次乙酉夏 曾精卫 谨序于京

引 言

禅很玄,包含的也尽是玄机。禅可以用来完善自己的思想,提高自己的素养,而具有很独特的功用。比如,我们在干事业时,通常会出现“拦路虎”,禅可以用来“打虎”。但这是对于读懂了的人来说的,因为读通了,能够跳出禅的本身,在禅外看禅,所谓“旁观者清”;所以就头头是道,毫不含糊,有无穷无尽的乐趣包含在里头,禅所说的一切也都具有了很大的功用。可是,对于读得“夹生”,甚至干脆读不懂的人来说,执著于禅,在禅的圈子之内看禅,所谓“当局者迷”,那么,禅只不过是无中生有,一厢情愿罢了。苏东坡因此写了一首禅诗《观潮》:

庐山烟雨浙江潮,未到千般恨不消。
及至到来无一物,庐山烟雨浙江潮。

这首禅诗也是读禅的三个境界:第一境界,看山是山,看水是水,也就是理性地说山水的存在是客观的自然;第二境界,看山不是山,看水不是水,这里则是就感性而言,说山水一旦进入了人的视野,并赋予了人的情感之后,形成人化的自然,就像辛弃疾那样:“我见青山多妩媚,料青山见我应如是。”这是拟人化了的,山水当然也就不是纯粹的“山水”了;第三境界,看山还是山,看水还是水,这样的境界才是最高境界,也就是禅的境界。人的自然化,情景的客观化,感性和理性兼容,而超越自我、超越





是非，人们不是用某种功利的观念去改变扭曲对象，而是让自然的山水以自身独立自由的形态存在。

这样看起来，禅就好比人的一生：少年儿童时代，是什么就是什么，是怎样就是怎样；童言无忌，看到什么说什么，连皇帝没有穿衣服也敢说。青年、中年时代，看这个也蛮好，看那个也蛮好，可就是不知所以然而疑虑重重，“一失足成千古恨”，大都也就在这个时候。老年时代，孔子说：“五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。”虽然世界看起来已经不属于自己了，心里空空如也，但回味一下人生，心里依然甜滋滋的，嘴上也常常挂着惬意的微笑，就像童年那样，无忧无虑，其乐无穷。

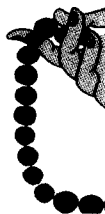
禅的功用也就包含在这三个境界里头，每一个境界都有不同的功用。比如，跟他人闲聊时，“桃李精神鹦鹉舌”，说的比唱的还好听，这是什么境界？当然莫过于禅的第一境界了，达到这个境界的人，都能被誉为“巧舌如簧、多见多闻、知识渊博”，就像律师、外交家、哲学家那样。其实，这个境界不过是摆龙门阵时的谈资而已。再者，人们常常教导后辈说：“人生要有理想。”可理想是什么？实现了的就是伟大的目标，没有实现的就是幻想。就像小孩慢慢地长大到十六七岁了，开始幻想了；等到这个小孩哪天功成名就了，人们在他的传记里肯定就会写上一段佳话：“他在小时候就立下了这个‘伟大的志向’，并朝着既定的‘目标’奋斗不息。”其实，第二境界的功用就是把幻想转化成理想的过程。好比是文学家通过幻想、实践之后，可以写成一部小说。当然，要是达到了第三境界可就了不得了，很难说出这个境界是感觉，因为语言很难形容出这个境界是什么样子。勉强形容一下的话，就像比尔·盖茨成了世界首富一样，虽然他仍然需要钱，也仍然在赚钱，但“钱”对他来说不过是个符号罢了。俗话说：“真人不露相。”绚烂之极，归于平淡，大概就是这个境界的写照吧。世俗中，或许只有像大思想家孔子、老子那样的大圣人、大贤人才能达到这个境界罢。

从这三个境界，也可以想象出“禅”有多么深的历史沉淀。的确，佛教迄今已经有2549年历史了，禅流传至今也已逾2500年了。虽然在我国只有近1500年历史，但中国独特的包容并蓄的传统文化在这一千多年

里把禅变成了中国人的智慧,把禅变成了中国的禅。尽管如此,枝干终究还是不能离根的,因而不能数典而忘祖了。

禅分为如来禅和祖师禅。如来禅,即西天禅,源自佛陀释迦牟尼。祖师禅,即中土禅,也叫东土禅,一般认为源于菩提达摩祖师。如来禅的流传,不像祖师禅那样有专门的公案典籍记载,而是靠佛经。释迦牟尼佛去世之后,佛门弟子就聚在一起,像孔门弟子整理记录了孔子的言行而成为《论语》一样,整理记录了佛陀的言论等等,就是现在看到的佛经了。这样的聚会,佛教称作结集,主要有三次:第一次是佛门弟子埋葬佛后聚在王舍城,有五百大弟子参加,这五百大弟子就是后来的五百罗汉;在佛去世大约百年后,佛门弟子又一次聚会了,这次有七百高僧参加;第三次聚会,参加的和尚高达一千人。每次结集都写出了一些经典(佛经),至于何种经典,就很难一言以蔽之了。如来禅也就随着这些佛经而流传了下来。

严格地说来,文字记下来的事通过传说后,都难免有夸大的成分。《论语·子张》:“子贡曰:‘纣之不善,不如是之甚也。’”两千多年前,这位孔门的政治家、外交家兼商人子贡就已经有这样的论断了。如此,我们现在也可以说:“西施、貂蝉、赵飞燕、杨贵妃等四大美人之美,不如是之甚也。”记事失实,有时是记忆不确,有时是道听途说而越传越高;但也有不少是故意弄得走样的,古代的某某帝本纪当然大多数是颂扬帝王的好了,现在的轰轰烈烈或石破天惊斗某某当然得突出人之不好了,这就是典型的例子。作为宗教,当然多多少少要不同于常识,甚至指鹿为马;为了争取信徒,而且还是多多益善,当然也就有必要借助神异了。这就好比现在的炮制新闻或新闻炒作,为了自己的地位和前途,当然是乐得有传说了;没有或有而不够,只好自己出手,使之无中生有,变小为大,变缺为全。这样才有利于炒作自己,才能把自己变得大红大紫。当然,用这么俗的例子来形容“禅”倒是太过分了,“罪过,罪过!”但佛经和公案典籍中的一部分禅,确实也未能免俗;其间怎样怎样,今天是难于确知的了,我们也没有必要去追究那些细枝末节的过程,只要看重结果就可以了。——十五世纪意大利思想家马基雅维里有一句名言说:“只要结果正当,手段往往被赞许。”狭隘地调侃一





下,也可以说:“只要成功了,无论是多么卑鄙无耻的手段都是伟大的,都会得到人们的赞许。”不是吗?——从结果来看,禅的确是完整、美好的;虽然禅有一些不实的典故,但不能因此而贬低禅的思想;这就像文学中的小说,说的也许是无中生有的话,但揭示的是真正实在的社会生活。

需要说明的是,本书之所以用中国传统文化来阐述、解析禅,是因为禅是我国文化的一部分,是以“儒行为基、道学为首、佛法为心”的。早在南朝梁武帝时的一位奇人,也是禅师的傅翕大士,就以身设教,亲自写了一篇“三教合一”的绝妙好文:

有一天,傅大士去朝见梁武帝,身着衲衣(僧人穿的衣服)、头戴顶冠(道士戴的帽子)、脚穿鞞屨(儒生穿的鞋子)。梁武帝就问:“你是僧人吗?”

傅大士举手指了指头上的帽子。梁武帝就说:“难道是道士?”

傅大士又指了指脚上穿的鞋子,梁武帝只好说:“那就是俗人喽?”

傅大士再指了指身上穿的衲衣,让梁武帝无从分辨。

由此可见,早在南北朝时就已经认为“禅”是以“儒行为基、道学为首、佛法为心”的。从这则禅,也可以看出:禅的思想在于一个“机”字,就像人生讲究“机缘巧合”,由很多的“偶然”而成“必然”一样。“机”是灵活的,动静皆宜,超越因果;这是我国文化特有的,如“易”有“简易”、“变易”、“不易”,不比数学中的一加一必须等于二那样;正如《华严经》所说:“无不从此法界流,无不还归此法界。”所以,我国的禅不认为浮世无常,而是肯定天地万物的成毁之机,承认弱肉强食。禅,也不像人们所成见的那样,是虚无的,否定人生价值,而是对我们的生命、生活和宇宙自然事物的一种诠释和尊重,只是方式不一样罢了。所以,禅与人们是有密切联系的。

说了这么多,禅到底怎么与人们密切联系起来而具有功用的?后面有详尽的阐述。而且,也可以顺便看看玄乎的禅是怎样炒作出来的。——顺便提醒诸位,这也是禅的一大功用。在人生的社会生存、生活中,必要时也可以借鉴借鉴,免得自己总是当炒作者的看客嘛。

乙酉岁三月 曾精卫 志

一生的
禅

YISHENG DE CHAN

目 录

引 言 / 1

壹 活得明白

一. 玄妙的禅 / 3

不可思议的梦 / 5

天上天下,唯吾独尊 / 7

佛陀不识“猪” / 9

五大天王,一身俗气 / 10

做父亲的苦恼 / 12

佛陀的婚姻 / 14

男人的“多愁善感” / 16

为什么叫摩诃迦叶 / 18

为结婚开出的条件 / 19

结婚的理由 / 20

皇天不负苦心人 / 21

佛陀痛并快乐着 / 22

- 英雄所见略同 / 23
- 二. 如来禅 / 25**
- 佛陀拈花,迦叶微笑 / 25
- 达摩改名,不做国王 / 27
- 未来的预言 / 28
- 三. 祖师禅 / 30**
- 达摩偷渡长江 / 30
- 达摩的传人 / 32
- “禅”门立雪 / 33
- 断臂求法 / 35
- 神光是何方神圣 / 36
- 成功的秘诀 / 38
- 随心所欲的精髓 / 39
- 一花开五叶 / 40
- 四. 秘而不宣的禅 / 43**
- 苦涩的井水 / 43
- 慧可闹心,达摩安心 / 44
- 辛酸历尽复甘甜 / 45
- 行行出状元 / 48
- 皮之不存,毛将焉附 / 48
- 心是什么 / 49
- 有缘人的种子 / 51
- 五. 末代祖师 / 52**
- 肉身菩萨降世 / 53
- 偶然的邂逅 / 54

人人平等,众生平等 / 55

神秀的失落 / 56

三层楼和三省吾身 / 58

聪明反被聪明误 / 59

半夜偷来的祖师 / 60

自己度自己 / 61

不可告人的秘密 / 63

一语激起千层浪 / 64

不识字的祖师 / 66

愚人说法 / 68

孕育一匹千里马 / 69

六. 无冕祖师 / 71

为弟子磨砖成镜 / 71

赶车打牛 / 72

油盐酱醋米 / 73

牛团团转,蝉吱吱叫 / 74

禅原来是小儿科 / 76

禅在江湖 / 78

弃选官,改选佛 / 78

访马祖,拜石头 / 80

把佛当马骑 / 81

面子问题 / 83

有其父,必有其子 / 83

关公面前耍大刀 / 85

闲着没事去拦路 / 86

中庸之道 / 87

马蹄踏杀天下人 / 88

各撑半边天 / 90

贰 活得精彩

一. 禅行江湖 / 95

背柴走江湖 / 95

无畏闯江湖 / 97

二. 三大金刚 / 98

粗俗的东西 / 98

牧牛的难处 / 99

坐着是佛,卧下是人 / 100

镰刀开路 / 101

来生做牛 / 101

和尚杀生的理由 / 102

南泉杀猫 / 102

智常斩蛇 / 103

狗也可以上天堂 / 104

开门的密钥 / 105

被驴踢了一脚 / 106

赵州古佛 / 107

平常生活 / 108

事业家庭两兼顾 / 109

吃过饭,洗碗筷 / 110

两个禅师比贱 / 110

玉树临风 / 111

一丝不挂 / 112
好事不如无事 / 112
茶禅一味 / 113
佛的烦恼 / 114
傲视王侯 / 115
天堂地狱 / 116

三. 百家禅 / 118

六祖禅的救星 / 118
无主的东西 / 119
又是一个东西 / 120
烧饼是什么 / 121
野鸭子 / 122
喜笑怒吼 / 122
野狐禅 / 124
骑牛找牛 / 125
不教一天闲过 / 126
风花雪月 / 128
师徒间的亲昵 / 129
锄草悟道 / 130
江湖规矩,见者有份 / 131
掉进千丈深井了 / 132
佛法都是魔说的 / 133
不可动心 / 134
火烧木佛取舍利 / 135
天然禅 / 136
不喜欢佛 / 137

- 不要盲信“权威” / 137
独特的死法 / 138
梅子熟了 / 140
秀才遇上兵 / 142
棍棒下的禅思 / 143
一棒打回头 / 144
挑战权威 / 146
骂佛祖的和尚 / 148
打地的和尚 / 149
含羞泉 / 150
狼来了 / 151
老婆禅 / 152
虎口拔牙 / 153
奇特的遗言 / 154
狮子吼的禅威 / 155
一字断烦恼 / 157
驴唇不对马嘴 / 158
怀疑佛祖的和尚 / 159
看走了眼 / 160
睁眼说瞎话 / 161
半信半疑 / 162
送饭的神秘人 / 164
月亮惹的祸 / 165
死猫的头最贵 / 166
坐享其成的禅思 / 166
答非所问 / 167