

禅在心中

本来无一物

吴力强◎编著



现代出版社


让智慧之光照亮人生之路，用禅思涤清心灵的尘垢

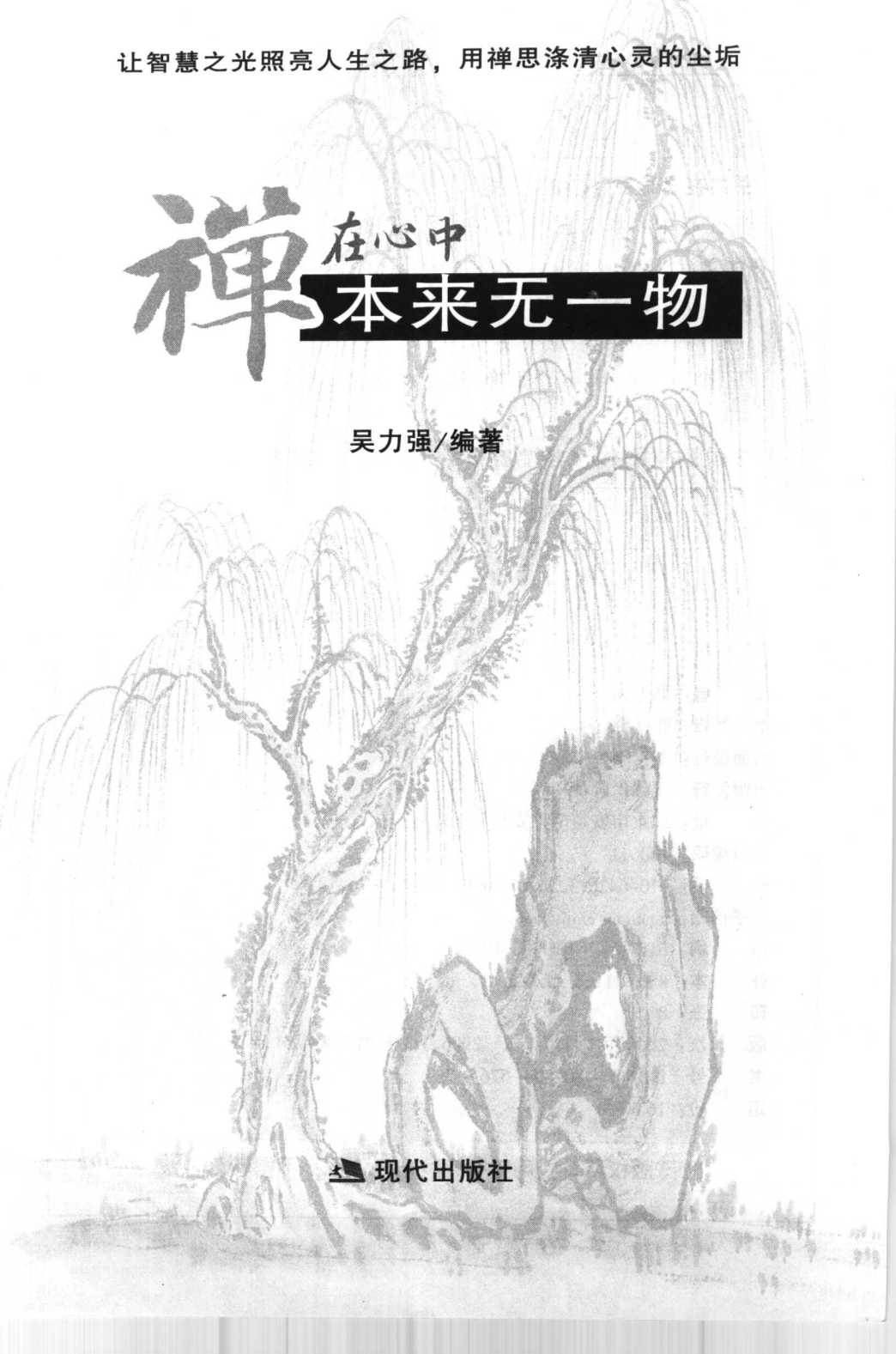
禅

在心中

本来无一物

吴力强/编著

 现代出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

禅在心中—本来无一物/吴力强编著. —北京: 现代出版社,
2005

ISBN 7 - 80188 - 576 - 7

I. 禅... II. 吴... III. 禅宗-通俗读物 IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 081081 号

作 者: 吴力强

责任编辑: 张 璐

封面设计: 刘 刚

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 010-64240483 (兼传真)

电子信箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 山东新华印刷厂德州厂

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 8

版 次: 2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7 - 80188 - 576 - 7

定 价: 16.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

目 录

第一辑 禅心永存天地 1

世事总是没有恒常永久的，总是在发生着变化，不断生，不断灭，也惟有一颗禅心只在天地之间永存。不论处于什么样的境遇、过着什么样的生活都能够去欣赏、体味它，不是很好吗？

永远 2

把记忆永远珍藏心底。

慧心 4

经常清扫心灵的尘垢。

咸淡 6

当面临无法选择的时候，不妨随遇而安、冷静接受。

宝珠 9

别让妄想占据头脑。

感受 11

地狱与天堂其实是在心里。

放牛 13

道的真理处处显现，时时存在。

污心田 15

向身外求道只会南辕北辙，离目标反而越来越远。

镜子 17

从矛盾的世界中走出，是一种和谐。

无声 19

禪

在心中

本来无一物

一切都在眼前，何须说出来？

没有草 21

烦恼像草一样可以割除。

皮球 23

说法千变万化，但佛性却始终不变。

笑话 25

过分讲究则是舍本逐末。

点拨 27

借机说法，更能展现禅的妙处。

第二辑 没有来去 29

人干吗总揪着生死而不放呢？心中有来去、生死，就是有分别之心。别让生死的问题困惑住自己的心，放下的时候也就是解脱的时刻。

做牛去 30

没有生，也没有死——禅就是要让人了脱生死！

养花 32

平凡的事情中往往蕴藏着深刻的道理。

烛光 35

不要纠缠于没有答案的问题。

宽容 37

让人口服不如心服。

鸟鸣 39

能听的本性是不生不灭的。

撒米 42

不懂就是不懂，切不可不懂装懂。

修病 44

	修禅的方法不正确，反而会达到负面效果。	
考徒		47
	自在的心境惟有自己可以体会。	
十棒		49
	培养律己以严、待人以宽的禅者风格。	
唬弄人		51
	所谓一切皆空，到最后就是把空也要忘掉。	
夺钵		53
	突然的意外之举，往往会让学人有醍醐灌顶般的猛醒。	
治民		55
	禅并非万能，解决世间的事情还是要依靠世间之法。	
作假		57
	之所以有动的感觉是因为本性在动！	
三无		59
	由戒生定、由定生慧，三者既有区别，又有关联。	
第三辑 一个字也没有		61
	真正的智慧来源于何处？它既不是别人教的，也不是经典上面的文字。而是由内向外，自心而生的。心中有了光明与清凉，犹如心里点燃了一盏明灯，可以照亮茫茫的黑夜，达到宽阔明亮的彼岸。	
眼睛		62
	不睁开眼睛又怎能看见呢？	
真眼		65
	用心去感受。	
茶道		67
	“无心茶”比“有心茶”更胜一筹。	

禪

在心中

本来无一物

- 奇人 70
“天外有天，人外有人”，切不可妄自尊大。
- 谦恭 72
佛经看多了，反而容易遮挡住智慧。
- 他心通 75
真心是不动不静的。
- 挨打 77
只是略知一二便开始卖弄当然要挨打了。
- 识得 79
大道充塞世界，青青树木、郁郁黄花都是道。
- 姓佛 81
“姓”什么不重要，“是”什么才是重要的。
- 盐酱 83
道在平平常常处。
- 开示 85
重不为也是有为。
- 功德 87
修身是功，修心是德。
- 求法 89
大死一番，才现活成。

第四辑 打破有无的执著 91

有和无都不是绝对的，是相对的。超越有无，才是真谛。就是空掉有无，既没有“有”，也没有“无”，有无同一。禅，是活生生的，只有凡圣两忘，尊卑双泯，才能进入高度自由的思想状态。

- 有无 92

空掉有与无。	
拂尘	95
别抓住稻草当金条。	
分别	97
心是平等无二的，没有凡与圣的差别。	
游山	99
在迷人的景致中寻找禅的意境。	
画圆	101
徒弟要敢于超过师父。	
射心	103
射痛是为了唤醒。	
真髓	106
宁吃仙桃一口，不要烂杏一筐。	
解脱	108
为什么一定要解脱呢？	
无一物	110
本来无一物，尘埃又是什么呢？	
塑心	113
塑人更要塑心。	
平等	115
众生平等，没有僧俗之分。	
破执	117
鸡毛也可以当令箭。	
赎罪	119
没有不可原谅的罪过。	
听到	121
是耳听到，还是心听到？	

禪

在心中

本来无一物

天然 123

不要泯灭童心。

第五辑 时时刻刻不可失 125

禅者都是为了证得真理，不惜付出生命的代价，也惟有如此，方能证得大彻大悟的智慧。

没动过 126

我没有来过，也没有去过。

接受 129

为真理不惜付出生命。

退一步 131

退为进，忍为上，是禅者风范。

斩猫 133

猫死了，心却活了。

一字 135

精练之中更能体现禅的意境。

石头 137

心里有了包袱，当然透不过气。

地狱 139

禅者，没有什么不敢想，也没有什么不敢为。

没伎俩 141

禅者，不是不思想，而是不妄想。

佛性 143

看到的只是阳光，却不是太阳啊！

建塔 145

做不到是因为想不到。

一指	147
一心一世界，一叶一菩提。	
用心	149
越是用心反而离禅境越远。	
在这里	151
麻雀飞走了，心却不要飞走。	
第六辑 打破牵挂	153
你的心里是否包着一层又一层的牵挂，或是悬吊着一颗又大又重的石头，压得你喘不过气来？许多人“渴望自由”，却忘了人“生而自由”。把它放下，不就解脱了么？保持平和自在的心态，才能适情宜性修养内心，如此也就不大会耽于诱惑去打乱已有的心灵平静。	
带药	154
对世人而言，佛法就是治心病的药。	
堕落	156
成长很难，堕落却很容易。	
人定	158
不要为了入定而入定。	
魔说	160
否定权威是对自性的最大解放。	
下地狱	162
身体再苦也苦不过执迷不悟的心苦。	
勘验	164
禅要活学活用，而不是生搬硬套。	
拿不去	166
自性是谁也拿不走的。	

禅

在心中

本来无一物

- 一半肯定 168
学习要既有吸收又有扬弃。
- 瀑布 170
在俗世中一样可以发扬佛门精神。
- 红莲 173
找船的目的是为了过河。
- 行脚 176
远离浮躁与喧哗。

第七辑 为自己洗去尘蒙 179

人们往往容易拘泥于小枝小节，而忘了信教的意义。
光知道吃素、念经、礼佛，而忘了去修心修道，太在乎象征的佛像和佛殿，而忘了真正的信仰。

- 敲门 180
痛在身上，悟到心里。
- 说不出 182
要想知道梨子的滋味，必须亲口尝一尝。
- 要领 185
凡事要掌握要领，修禅也是如此。
- 俗汉 187
不要只想死而不想活。
- 恶狗 189
羚羊死了，心又何处去呢？
- 石桥 191
度己更不忘度人。
- 削指 193
把最后的一点执著也齐刷刷地砍去！

不能说	195
禅，就是教人从矛盾与痛苦中走出。	
二十棒	197
错在没有事情偏要弄出事情来。	
佛声	199
别掉进自己挖的坑里。	
三寸	201
本能的挣扎中可以找到最原始的本性。	
吃茶	204
吃茶的时候，你在想什么？	
谜团	206
把言语文字统统抛开！	
好雪	208
其实又有什么可说呢！	
叩齿	211
禅，没有捷径可走，偷懒不得！	
境界	214
现实即在眼前，又何必解释！	
第八辑 无声胜有声	217
用心灵体悟，无声之声亦有声。超越有与无的对立， 透过声色的外表，直接观照事物内在的本质，是禅的思维 方式之一。	
净音	218
心可以听到耳听不到的声音。	
梦境	221
在梦境中寻求感悟。	

碑

在心中

本来无一物

- 扶心 223
扶人更要扶心。
- 书信 225
没人能代替自己行路。
- 轧脚 228
置之死地而后生，要具备一往无前的勇气。
- 铜瓶 230
摆脱一切条框的束缚。
- 平淡 232
道在行住坐卧之中。
- 摇船 234
横渡生死苦海。
- 渡溪 236
走大道而不走小道。
- 礼佛 238
以无求代替有求。
- 悟道 240
什么都失去了之后，发现就只剩自己了！

第一辑

禅心永存天地

心地无非自性戒，
心地无痴自性慧。
心地无乱自性定，
不增不减自金刚。



把记忆永远珍藏心底。

永 远

智远不禁身子一震：是啊，现实中还有什么不能败坏的呢？随着时间的流逝，一切终将过去，惟有这颗禅心，将在天地中永存，直到永远，永远……

夜很静，只有烛光一闪一闪的，映红了智远的半个脸颊。望着烛光，智远不禁又想起了往事……

想当初，自己和婷青梅竹马，她家在村东，自己家在村西。两人打小就时常在一起玩耍，有一次，为了和别的孩子争抢一个苹果，自己和婷双双出手，结果把那个孩子打得鼻孔出血。想到这儿，智远不禁笑出了声。

童年时的恶作剧虽然至今仍让自己负有一丝歉疚，但是和婷在一起时的美好时光却深深地留在了记忆之中，怎样也挥之不去。后来，婷的父母因为贪财而将女儿远嫁他乡。临走时，婷与自己抱头痛哭，婷说，今世为了父母和兄弟姐妹不能嫁给你了，来世一定要嫁给你。智远明白，一切都是不可能的了，所以他决定削发出家。

旁边，云飞正一手拈针一手抓鞋，正在用心纳鞋底。

智远用低沉的声音问道：“你在干什么？”

云飞一针刺穿鞋底，头也不抬地回答：“我在用即将败坏的东西，补救已经败坏的东西。”

智远不禁身子一震：是啊，现实中还有什么不能败坏的呢？随着时间的流逝，一切终将过去，惟有这颗禅心，将在天地中永存，直到永远，永远……

智远闭上了眼睛，过去的一切在眼前慢慢消失，一滴泪水滑出了他的眼睛……

禅思一点道

世事没有恒常永久的，天下也没有不散的筵席，就算你真的能够跟一个人白头偕老，最终还是会有告别的那一刻。爱，真的像流星。其实，不必企求爱到天长地久、海枯石烂一般的境地，只要抱着“就算分开，重逢时依然无愧”的心情，这样的爱，还是如流星般璀璨。“不求天长地久，只求曾经拥有”。当一份爱逝去后，也能用宽容的心记取过往的美好，让真爱成为永恒的珍藏。

经常清扫心灵的尘垢。

慧 心

含灵说：“师父真有慧眼，在洗净之前，我怎么就没发现石块上美玉的痕迹呢？”

师父说：“慧眼源自慧心，慧心源自学习和修炼，倘若不了解璞玉的知识，我也不会发现这块美玉的。”

含灵跟师父外出化缘时，师父在路边的泥土里捡起一块石头，含灵说：“师父，为什么要捡这个满是泥土的普通的石块呢？”

师父说：“这不是普通的石块，它包含着美玉呢。”说着就领含灵来到一条小河边，用清水冲洗那个蒙着泥土的石块。石块冲洗干净后，含灵才发现石块的斜面上隐约露出温润的白色。师父又领含灵来到一家玉石店，花了两个铜板，玉匠就把石块中的美玉磕了出来，并当场雕刻成一尊精美的玉佛。

含灵说：“师父真有慧眼，在洗净之前，我怎么就没发现石块上美玉的痕迹呢？”

师父说：“慧眼源自慧心，慧心源自学习和修炼。倘若不了