

奇妙地，
在你的精神世界，
发生有益的作用

太 自 在

姜赟/主编

春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪；
若无闲事挂心头，便是人间好时节。



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

大自然

美错 / 主编



图书在版编目 (CIP) 数据

大自在 / 美错编著. - 北京: 新世界出版社,
2005.10

(在刹那中觉醒)

ISBN 7-80187-925-2

I. 大… II. 美… III. 通俗读物 - 禅宗 - 励志
IV. B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 120110 号

大自在

策划: 张敬 小额

作者: 美错

责任编辑: 慧钰

封面设计: 大象工作室

版式 (或装帧) 设计: 许樱丹

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: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: +86 10 6899 5968 6899 8705 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部: +86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷: 北京市迪鑫印刷厂

经销: 新华书店

开本: 32 787 × 1092

字数: 140 千

印张: 6

版次: 2006 年 1 月第 1 版

2006 年 1 月北京第 1 次印刷

书号: ISBN 7-80187-925-2/G · 461

定价: 15.00 元

版权所有 侵权必究 印装错误可随时退换

最深奥的东西就在最简单的事物中，
最纯正的真理就在最简单的语言中。



目录

何处惹尘埃	1
不为小事情生气	2
放下就是快乐	4
穷只是现象罢了	6
学会不在意	8
吃饭穿衣去	9
站起来的青蛙	11
秘室中人	12
求佛失佛	13
君子坦荡荡	14
生命原本是清纯	16
慈悲与智慧	18
柏树与我	22
出门便是草	23
自由的山雉	24
世界与古镜	25
树神与木匠	26
至道无难惟嫌拣择	28
淡漠无私	29

急水上打球	31
罔象得珠	32
鸡鸣犬吠	34
羡慕	35
驼子抓蝉	37
五件大事	39
材与不材	41
超然与豁达	43
画家	44
锤钩老人	45
神鬼不比人高	47
石匠削泥	49
谁来救你	51
借钱	53
得与失	55
形影相随	57
骊龙之珠	59
镜清今日失利	61
神人	63
麻雀有无佛性	65
非得领受不可的东西	67
伯乐治马	69
真物不可得	71

有品味的凤凰	73
野鸭飞过	75
斗鸡	76
以心搏心	77
鸟笼	79
桨拨清波，金鳞罕遇	80
蜗牛角打架	81
今日和明日	83
得意忘言	84
寒暑到来	85
食古不化	86
变中有不变	88
生死到来	89
驴不是禅	90
曾子问道	92
我今独自在	94
盲者依然盲	95
道，就在眼前当下	96
自性本来俱足	98
高手过招	99
房内有客	102
不在别处，不在那时	103
日佛面，月佛面	105



打成一片	106
桥流水不流	107
色即是空	109
到了龙潭	110
明自己悟目前	112
踢倒净瓶	113
长沙默然不语	114
公鸡与虫子	116
眼前如盲，口说如哑	118
日里看山	119
百年一梦	120
落在窠里	122
无声之声	123
荔枝滋味	125
九十六转语	126
一与十	127
吞却乾坤	129
我狂欲醒	130
坚定的目标	131
通身是眼	133
孝敬父母，要持之以恒	134
无心茶	135
这个是什么标	137



如世良马，见鞭影而行	138
空空如也	139
久坐成劳	140
不许夜行，投明须到	141
天地悠忽间	142
冷暖自知	143
永沉苦海	145
天赐宝剑	146
偷不去	148
不要没事找事	150
胡地冬抽笋	151
免得免不得	152
亦放和尚过	153
火后一茎草	154
顽石	155
清净之水，游鱼自迷	157
以手掩耳	158
浑身是法，则觉不足	160
三步虽活，五步须死	161
身心一如	162
还有不病者也无	163
空手去，空手归	164
德山焚书	165

一刀两断	166
功德天和黑暗女	167
不记年岁	168
识心见性	169
昨夜和尚山顶大笑	170
乌龟钻破壁	171
佛来亦不着	172
无为无事	173
曹山孝满	174
不是心，不是佛，不是物	175
三喝四喝	176
只为汝	177
伶俐道者	178
野花香满路	179
如鸡抱卵	180
从何而来	181
菩瞳子吃饭	182
错	183

何处 惹尘埃



有一天，有一个和尚来敲玄素禅师的房门。

玄素禅师问：“是什么人在敲门？”

这个和尚回答：“是僧。”

玄素大声说道：“别说是僧，就是佛来也不行！”

和尚问道：“为什么佛来也不行？”

玄素禅师回答他说：“因为这儿没有你落脚的地方！”

轻浮的一颗心，连“佛”也沾不上。一尘不染，连“佛”也算作灰尘了！

《品禅》

当一个人心中充满了正义的精神力量时，其他邪恶的东西自然无处落脚，也根本无从落脚。

当一个人胸中“空空如也”时，连心也是“空”了的时候，自然会进入“本来无一物，何处惹尘埃”的境界。

不为小 事情生气



明朝有位浙江副使，名叫曹时中。他在家乡时，邻居中有个年轻人异常凶恶，为人骄横。他因与曹家有世仇，便常常无故寻衅。有一次，这人用白油将“曹时中”三个字写在曹家饲养的牛身上，并对他的家仆挑衅，不但挥鞭抽打牛，还破口大骂，想以此来激怒曹时中。

家仆跑到主人曹时中跟前告状，曹却淡淡地一笑说：“别人骂我，你还重复，这不是又在骂我？快去做其他事，不要啰嗦了。”

那个仇人见此举并未令曹时中难堪，于是就写一封信，表面是来问候，实际上在借机谩骂。曹时中似乎已经猜到信中的内容，根本就不去拆，只是对送信人平静地说：“你先休息一下，等我的仆人来处理。”

仆人来后，曹时中要手下人把信烧掉，并对来者说：“我知道你的主人对我没有什么好话，我也犯不着为此生气。”

那个年轻人得知事情经过后，良心受到谴责，十分惭愧，从此再也不去骚扰曹时中了。

由于采取“以德报怨、以直报怨”的心态，曹时中一直活到九十岁才离世。

《品 禅》

大自然中的寒冬与酷暑容易躲避，而人世间的炎凉、冷暖却难于消除；世态的炎凉、冷暖可以忘却，然而积存在我们内心的恩怨却不易排除。如果我们能除去彼此之间的恩恩怨怨，那么我们的胸怀就会豁达、宽广，我们的内心世界便会充满祥和之气，整个世界也就变得美好，生意盎然的春风自然充满人间。



放下就是快乐



佛陀说法的时候，有一位名叫黑指的婆罗门教徒，运用神通变来两只花瓶，想以此奉献给佛陀，并请他开示佛法。

当他来到佛陀跟前，佛陀却对他说：“放下。”

黑指立即放下左手的花瓶。

佛陀又说：“放下。”

黑指忙又放下右手手中的花瓶。

想不到，佛陀还是对他说：“放下。”

这时候，黑指感到十分疑惑，于是便问佛陀：“我现在两手已经空空，已没有东西可放下的了，请问佛陀还要我放下什么呢？”

佛陀说：“我要你放下的，并不是要你放下手中的花瓶，而是要你放下心中的六根、六尘和六识。当你将根、尘、识全部放下时，就不会再有什么对待，也不会再有什么分别了，你甚至还可以从生死的桎梏中解脱出来。”



《品 禅》

在生活 and 工作中,我们为什么经常会感觉到不开心呢?究其根源就在于你什么都放不下,或者说,不知道自己应放下些什么东西。这时候,你不妨尝试把手摆在自己的胸前,去感受一下自己那怦怦跳动的心脏,然后对自己说:“把这颗心放下来吧!”

看来,忙也好,辛苦也罢,得归纳于心态的问题。当你把心中的某些负担放下时,你自然会轻装上阵,你便不会再有“忙”和“辛苦”的感受和区别。



穷只是 现象罢了



孔子被围困在陈蔡之间，粮食不继，有七天没有米粮吃，只好吃野菜。大家被这一场无妄之灾搞得筋疲力尽，每个人都神情憔悴。此时孔子出于无奈，拿出琴弦来唱歌打发时间。颜回去外面采野菜，专找一种叫藜草的植物，它的叶子可以吃，茎可以做手杖。

子路和子贡碰到颜回，私下有怨言：“我们的夫子实在太出名了，可是不是好名声，而是恶名昭彰。你们看，我们一路上跟随着他，到处碰壁，到处被别人给脸色看。再逐于鲁，削迹于卫，伐树于宋，穷于商周，现在又被围于陈蔡。

唉！杀夫子的不会致罪，捆绑他的也不受禁制。任何人都可以留难他，夫子也莫可奈何。他的名气搞坏到这种地步。你看，他现在还在鼓琴弦歌，自己不知反省，若真是个君子的话，岂会这般无耻？”

颜回一向沉默寡言，这次也没说什么，进去告诉孔子大家在背后有意见。

孔子听了后叹了一口气，把琴推开，说：“由与赐，这二个人就是没见识。把他们找来，我跟他们谈谈。”

子贡、子路进来了。

子路先开口说：“我们今天到这种地步，可真算是穷途末路了吧！”

孔子说：“噢！这是什么话？君子的通达于道，君子的穷乏于道，不是指外在处境。我们现在是胸中怀抱有仁义之道，却遭遇乱世灾患，这不是穷于道啊！我们内省才不疚于道呢！不需感到不安。我们要谨慎，临难不失其德，要坚定信心，决不苟且。就像冬天时大寒来临，霜雪纷飞，这种艰苦的环境下其他作物都枯死了，惟有松柏才能苍劲荣茂。这次陈蔡之围正是一场考验，对于我而言其实是一种幸运，正好试练自己的定力与能耐。”

孔子打起精神又捧回琴弦弹奏歌唱。子路也释怀了，振奋精神，拿起干戈配合音乐的节奏在比画。子贡也看得开心，说：“我也不知天高地厚了。”

《论语》

古时候修道且得道的人，穷时快乐，通达时也快乐。他们所乐的并非是穷与通，乐的是道。心中有道德，外在处境的穷与通只不过是四时冬夏的运行循环罢了！

把穷与通当作外在四季的运行变化，是外在客观条件。内心有道是主体性要求，只要有道，无论春夏秋冬如何变化，都要过日子，穷与通也只是现象罢了！这二种说法不同，但值得回味！