

人间佛教小丛书(四十九)

禅堂的生活与清规

星云大师 主讲



維那

48-49
141

云

B948-49
2014/
49

港台书

人间佛教小丛书(四十九)

禅堂的生活与清规



星云大师主讲

人间佛教小丛书（四十九）

禅堂的生活与清规

作者：星云大师

发行：宜兴大觉寺

联络处

上海大觉文化传播有限公司

地址：200233上海市徐汇区桂箐路111号8楼

电话：021-64959237 64959239

传真：021-64959231

网站：<http://www.fgsdj.com>

新浪微博：<http://weibo.com/fgsdj>

E-mail: dajue111@hotmail.com

宜兴大觉寺

地址：214236江苏省宜兴市西渚镇大觉寺

电话：0510-87376181

传真：0510-87376185

扬州鉴真图书馆

地址：225007江苏省扬州市鉴真路1号

电话：0514-87755311

传真：0514-87755322

扬州滴水坊

地址：225009江苏省扬州市京华城生活广场4楼

电话：0514-87962987

传真：0514-87962967

无锡滴水坊

地址：214000无锡市北塘区运河公园16号滴水坊

电话：0510-82801861

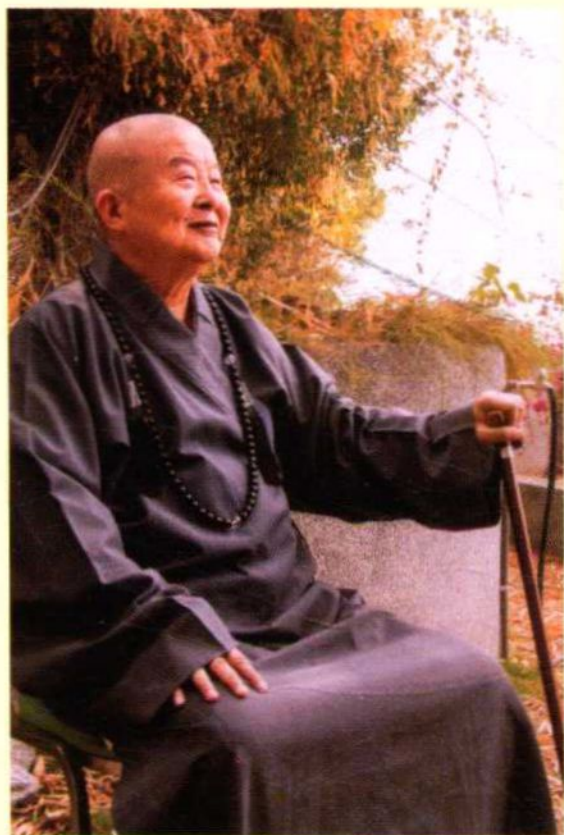
传真：0510-82801862

苏州嘉应会馆

地址：215004江苏省苏州市枣市街9号

电话：0512-68362745

传真：0512-68362747



星云大师简介

星云大师，江苏江都人，曾参学金焦、栖霞等禅净律学诸大丛林。

1949年春至台湾，主编《人生杂志》等刊物。1952年住宜兰念佛会，奠定弘法事业的基础。

1967年创建佛光山，以人间佛教为宗风，致力推动佛教教育、文化、慈善、弘法事业。先后在世界各地创建近二百所道场，如美洲西来寺、澳洲南天寺、非洲南华寺等，又创办多所美术馆、图书馆、出版社、书局、人间福报、云水医院，兴办佛教学院十六所、普通中学三所，以及佛光、南华、西来等大学。1970年后，相继成立“大慈育幼院”、“仁爱之家”，收容抚育孤苦无依之幼童、老人及从事急难救济等福利社会。1977年编纂《佛光大藏经》、《佛光大辞典》，并出版《中国佛教经典宝藏白话版》、《迷悟之间典藏版》、《人间佛教系列》等。

大师弘扬“人间佛教”，以“地球人”自居，对于“欢喜与融和”、“同体与共生”、“尊重与包容”、“平等与和平”等理念多所发扬，于1991年成立“国际佛光会”，被推为总会会长，实践他“佛光普照三千界，法水长流五大洲”的理想。

发行的话

为落实“人间佛教”的理念，公元2001年1月，由佛光山开山宗长星云大师所发起创办的《普门学报》，广纳各宗各派、中外古今的论说，从不同的思想观点，研讨佛法，将21世纪的佛教全貌，呈现给普罗大众。

《普门学报》发行至今，深受海内外各界的好评与珍藏。其中，星云大师“人间佛教”的论著引起大众热烈回响，纷纷来电索取单行本；更有一些信众愿意发心助印，以方便与人分享结缘。秉持佛光山“给人信心、给人欢喜、给人希望、给人方便”的工作信条，为不负大众期盼，乃陆续发行《人间佛教小丛书》，将星云大师“人间佛教”的论著广为流传。

“人间佛教”的思想，是今日人类的一道光明，也是复兴佛教的不二法门。星云大师希望抛开过去玄谈、考据，甚至批评、辩难的佛教，他把佛教的研究论述落实在当代的社会，着重于社会层面的研讨，致力于家庭伦理的建设。期望透过《人间佛教小丛书》系列，让人间幸福，社会和谐。

经云：“诸供养中，法供养第一”，我们欢迎十方大众助印《人间佛教小丛书》，并代为赠送给各界人士；藉此法布施，当能种植善根，自利利他，福慧圆满。

禅堂的生活与清规

“禅堂”是供给禅者参禅打坐的场所，一向是不对外开放的，因此一般人对禅堂都有一股神秘感。

禅堂的建筑通常长有六丈至十丈、宽四丈至八丈不等，不过也会依参禅人数的多寡而有所更动。禅堂可以是供给短期精进禅坐的场所，也可以是只容一个人的陋室小房子，乃至僻远山洞也都是打坐的好场所。

禅堂的大小、设备的好坏、地点的远近，在禅者心目中是没有分别的，因为一入禅境，三千世界的宽广就在当下。自古以来，多少的禅者在禅堂中悟到人生的真理，照见自我的本性，而成为一代人天师范，禅堂之功实不可没。

禅堂的设备是封闭式的，禅是向自我内心追求，不向外求，所以禅堂不设窗户，主要是让参禅的人能

集中心念，不要随着窗外的景物而起分别妄念，否则就失去参禅的意义了。

禅宗初祖达摩祖师曾面壁的河南嵩山，有一座少林寺，传闻过去入了山门的人，除非他的功夫已能跃过那四周的高墙，否则不能走出山门。也就是说要有能够跳越此高墙的能力，出了山门才不会丢了少林寺的颜面，正因如此，少林寺的武功至今仍非常流行。同样的，禅堂的四周虽非高墙，但却封闭，主要是不让外界的污染、妄想、烦恼进到禅堂里来。禅师一再警诫初学者，一进禅堂就要将外面的、过去的一切放在禅堂外，好好安身在心上下功夫。

禅堂通常有两个门，正门写着“正法眼藏”，后门通称方便门，是供禅者盥洗、方便之用。打坐时要将禅门的帘子放下来，帘子一放下，就不可以进出、走动，或有音声，尤其是止静的板一敲，世界好像一下子静下来，在寂静的气氛下，自然会感受到禅的气息。

以下分成四点说明禅堂的生活与清规：

一、禅宗的法物与道场

在禅门，每个参禅的人，拥有的物质越少越好，

但少到什么程度呢？依现在的斤两来计算，所谓“衣单两斤半，随身十八物”，因为一个人东西越少，欲望就越少；东西越多，带给我们的困扰、烦恼也就越多。

禅堂里的禅师，因为使用的物品东西很简单，所以因物质而起的烦恼也很少，欲望少，心自然能自由自在。其实禅师用的物质虽少，但他们内心中却拥有三千大千世界。

平常生活，衣单两斤半，若是外出云游的禅者、云水僧，他可以拥有十八样的东西，叫“头陀十八物”：

1.杨柳枝：现代人用牙膏、牙刷来刷牙，古代的禅师是用杨柳枝来刷牙的。用杨柳枝刷牙，不仅口气芬芳，牙齿也少有疾病。

2.三衣：就是袈裟可储备三件：一是僧伽黎，又叫大衣、祖衣、杂碎衣、法衣、二十五条衣；二是郁多罗僧，又名上衣、七衣、入众衣；三是安陀会，又名中衣、宿衣、内衣、五衣、工作衣等。

3.坐具：禅者走到什么地方，随时可以把坐具摊开，在上面打坐。和前面的三衣，通称为“三衣一具”。



4.澡豆：澡豆即是现在的肥皂粉、肥皂。在过去没有肥皂粉的时代，澡豆是一种清洁剂。

5.钵：是出家人吃饭的用具。出家人拿着钵向信徒化缘食物，称为“托钵乞食”。

6.瓶：是装水的用具。

7.香炉：香炉不仅用来烧香、供佛，在各处行脚，山林水边一炷香，也有驱除蚊虫的作用。

8.滤水囊：滤水囊就是现在的水壶、热水瓶，过去的禅者参访游学，用滤水囊装水，饮用时更加卫生。

9.毛巾：盥洗用的布。

10.刀：戒刀，用来除草，紧急时也可以防止坏人的侵犯。剃刀，剃除须发。

11.锡杖：出家人拿锡杖是用来防身的。

12.奩：镜匣子。

13.镊子：夹东西的镊子。

14.经书、律书。

15.佛像。

16.菩萨像。

17.火燧：引火用的石子。

18.绳床：有时遇到下雨天，地上太潮湿，几根绳子从这一棵树套到那一棵树上，就是一张绳床，可以在上面睡觉。

现在我们到户外活动或至各处旅行登山，都必须装备齐全，也可以说是从过去禅师们参访、云游慢慢承袭下来的。

禅者出外云游最常用的是头陀十八物，如果在团体所居的禅堂里，最重要的法物就是钟板、木鱼。

“钟”，禅堂的报钟，有所谓“钟声传三千界内，佛法扬万亿国中；功勋祈世界和平，利益报檀那



厚德”，意义是非常深远的。

“板”，寺院的打板，分为一板、二板、三板、四板、五板等。

古时候没有时钟，是以“更”来衡量时间。一更、二更……五更到天亮。寺院到了晚上，大家都休息了，叫做“开大静”。打一下“哆！”这是一板，表示大家都休息了。通报了以后，打两下“哆！哆！”表示结束。到了早晨约三时左右，到大寮（厨房）叫醒水头烧水，饭头煮饭，打三下“哆！哆！哆！”要大寮的人起来准备；约四时左右，打“哆！哆！哆哆！”四下，这是要全寺大众起床盥洗，上早殿。四板以后，打五板“哆哆哆！哆哆！”接报钟。从一板到五板就是这样轮转。

禅堂的钟板，就是大众的号令，所谓“龙天耳目”，必须相当尊重。钟板的配合有时是“一钟一板一木鱼”，有时是“二板一钟一木鱼”，或者“三板一钟一木鱼”，都代表一些特殊的意义。所以，禅者的生活，不用语言，每天在单纯的号令下井然有序。

另外，诵经时，为什么要敲打木鱼？为什么要

用木头做成鱼的形状呢？原来，鱼有一个很特殊的习性，不管是在水中游或静止不动，眼睛都睁着不休息，佛门取其精进的特性，敲打木鱼来策勉禅者要用功不能懈怠。甚至在钟板上面书写“生死事大，无常迅速；珍惜光阴，时不待人”，时时警惕参禅的人珍惜光阴。

禅堂里最重要的领导者，佛门称作“维那”，其座位旁有个小牌子，写了一句非常重要的话：“大众慧命，在汝一人；汝若不顾，罪归汝身。”也就是说，在禅堂里，大家修行的规矩、法则，都靠维那领导；大家的慧命，维那应好好维护，否则执行不力，就是维那的罪过了。

禅堂里还有一样非常引人关心注意的“香板”，香板分有几种：

- 1.警策香板：用来勉励大家。
- 2.巡香香板：用来巡查坐禅昏沉的人。
- 3.监香香板：于禅七时使用，一般是由方丈、首座、西堂、维那、纠察等执行。
- 4.清规香板：是属较严重者，犯了清规时，才会请清规香板来处罚。香板的作用除了以上几种，有



的信徒也喜欢请赐香板（打香板），来消除业障，为自己增加力量。

禅宗使用香板的时间并不长。据说清朝时，雍正皇帝非常怀念昔时的国师——玉琳国师，当他得知在扬州高旻寺有一位玉琳国师的弟子，就把这位出家人召到朝中。雍正问他的禅功如何？他回答皇帝：“很惭愧，对于禅没有什么成就。”皇帝不太高兴，说：“一代国师怎么会有你这么没有出息的后人呢？限你在一个礼拜之内开悟！如果一个礼拜之内不能开悟，我就用这把宝剑杀你。”

于是，卫士每天就在禅堂外，摆一摆、摇一摇

这口宝剑，说道：“今天是第一天。”

“今天是第二天。”

“今天是第三天。”

玉琳国师的弟子心想：我这一条小命是保不住了。但是到了第七天，他在情急之下终于开悟了。他抢了卫士手中的宝剑说道：“究竟是万岁爷要我的头？还是我要万岁爷的头？”雍正也是一个禅家，听到这番话，内心很高兴，如果不是开悟，谁有这么大的口气？

所以，禅门的禅堂，无论是封闭也好、大也好、小也好，主要是让一个有心参禅、悟道者，能有个悟处。

二、禅者的话头与成就

一个参禅的人，总要提起话头来参“话头”，对于学禅的人，是重要的第一步。所谓“参话头”，就是提起一念，看这一念的开始来自何处？灭向何方？把这一念、这一个话头紧紧的掌握住，在这话头上回心返照、悟达自性。参话头有两种，一种是无意义的话头，这种话头不可以用一般常识解释，也不可

辑推理，因为没有意义，就不必分别研讨。另一种是有意义的话头，如我们平常讲的：

“狗子有佛性也无？”

“我们无梦无想的时候，主人公何在？”

“万法归一，一归何处？”

“念佛是谁？”

“念佛是我，我又是谁？”

“谁叫我们每天驮个尸体东奔西跑呢？”

“如何是祖师西来意？”

“参话头”就是要一直这样参下去，问到最后，忽然一声“噢！”迷妄的虚空世界粉碎了，这个时候就愣愣地惊奇“啊！”那感觉别有一番景象，这就是开悟。

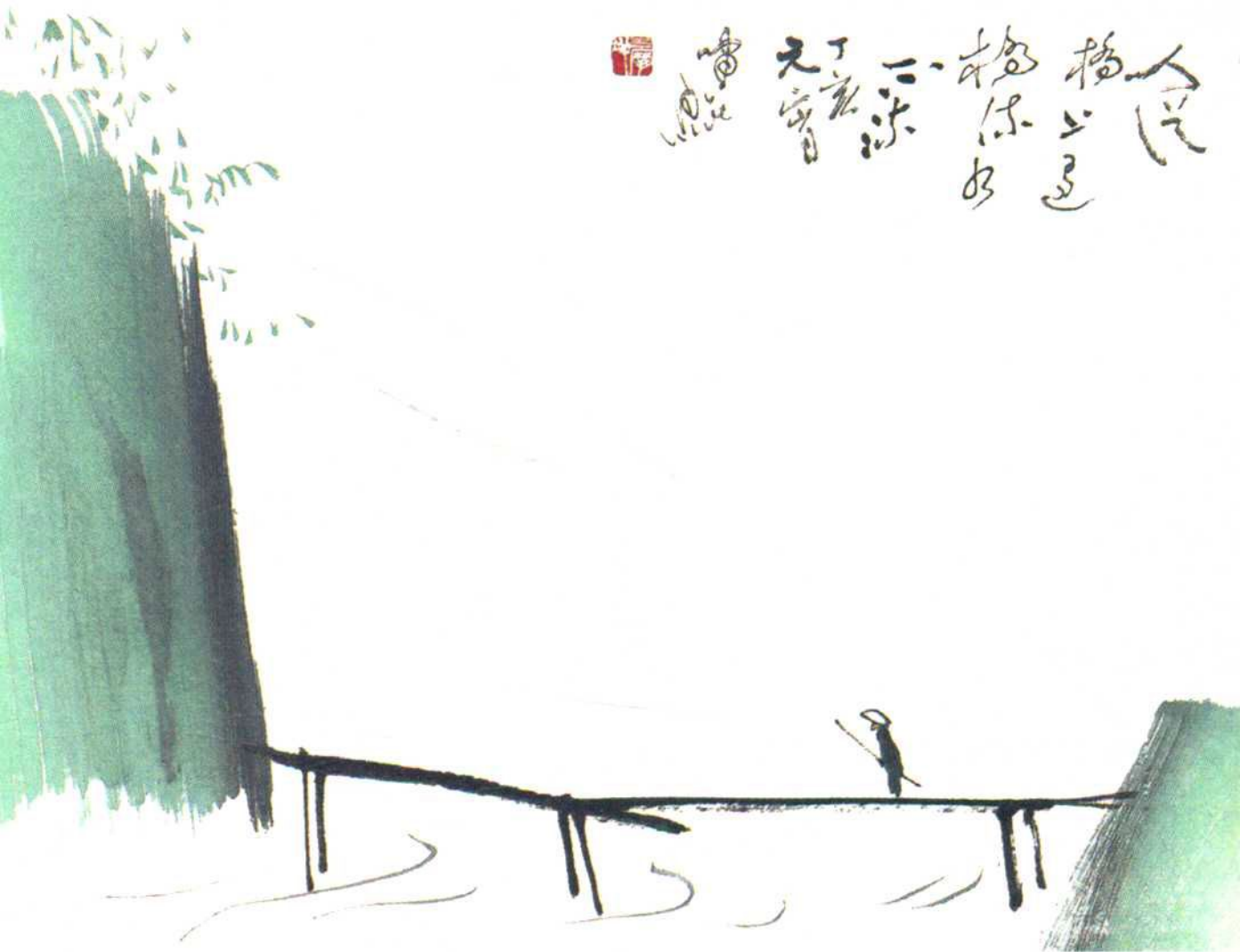
“参话头”大都是禅师给我们提起，给我们启示。有时禅师把话头提起来了，我们却不知道是什么意思，如龙牙禅师参临济禅师时问道：“如何是祖师西来意？”

临济禅师答：“与我拿禅板来。”

后来龙牙禅师又去参翠微禅师，问道：“如何是祖师西来意？”



人从桥上过
桥流水不流
丁亥年
善慧大士



翠微禅师回答：“与我拿蒲团来。”

这种答非所问，驴头不对马嘴的对话，在禅者的心里都有一番大道理。又如天台德韶禅师参净慧禅师时问道：“如何是曹溪一滴水？”

净慧禅师答：“是曹溪一滴水。”

一般人看到许多不合理，但在禅者的世界，他已把矛盾统一了，把时空调和了，把心物一如了，把一切众生都一体化了，没有你我的分别，一切都是平等的。好比，善慧大士有一首诗道：“空手把锄头，步行骑水牛；人从桥上过，桥流水不流。”