

冯学成 / 讲述


禅风佛韵

系列



# 信心 铭

我们谈信心，首先要明白什么是心，  
然后还要信这个心，再通过不断努力地修持，  
真正达到明心见性。



禅风佛韵系列

冯学成 / 讲述

# 信心铭

人民东方出版传媒  
东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

信心铭 / 冯学成 讲述. —北京: 东方出版社, 2013. 9  
ISBN 978-7-5060-6851-2

I. ①信… II. ①冯… III. ①禅宗—研究 IV. ①B946. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 237178 号

信心铭

(XINXINMING)

作 者: 冯学成

责任编辑: 夏旭东

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京京都六环印刷厂

版 次: 2013 年 12 月第 1 版

印 次: 2013 年 12 月第 1 次印刷

印 数: 1—5000 册

开 本: 700 毫米×960 毫米 1/16

印 张: 14.25

字 数: 160 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-6851-2

定 价: 28.00 元

发行电话: (010) 65210056 65210060 65210062 65210063

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场  
如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65210012

## 总导言

古人说：“不如意事常八九，可与语人无二三。”为什么如意？为什么不如意？当然都会有其因果关系。孔子说：“不知命，无以为君子也。”庄子说：“知其不可奈何而安之若命。”古代圣贤把命放在心性的结构及其展开上来认识，教导人们把目光凝聚在心性的修为上，而不是成天去盘算命运的吉凶。故古圣贤说“只问耕耘，不问收获”。

我的人生道路，前大段可以说是非常地不如意，好在自己对这个不如意从来不放在心上。自打上山下乡开始，我主要的精力就放在对中国传统文化的学习和思考上。不论是儒家的、道家的，还是佛家的，学起来总是津津有味。用本光法师指导我的话来说：“要一切处建立学处，一切处坚持学处，一切处都是道场。”由于有这样的信念，几十年来，不论顺逆吉凶，我都将其当成道场，当作修养心性的地带。这当然有极大的好处，首先是自己的心性没有太多的阴暗面，另外，对古圣贤的典籍自感有不少会心之处。

我在1969年初当知青，1975年初进监狱，直到1982年底才从监狱出来。次年接父亲的班，在成都一家商店先当搬运工，后当营业员。由于长期和本光法师、贾题韬老师学习，笔下也有一点基础，1988年贾老推荐我参加了《四川省宗教志·佛教篇》的编撰。我用两年的时间，与朋友们一起完成了任务。因为对四川省佛教的历史大体了然于胸，于是着手编辑了《巴蜀禅灯录》一书，此书一出版，立即受到各界的好评，自己也从此走上了笔耕之路。

说来惭愧，自1991年开始，我陆续出版了《四季禅》、《生活中的大圆满法》（这两本书当时即被台湾购版发行）、《心灵锁钥》、《棒喝截流》（这两本书2008年由南方日报出版社以《心的世界》

为名再版)、《明月藏鹭》、《云门宗史话》、《赵州禅师语录·壁观》等多部有关佛教禅宗的著作，但稿费可怜，还不够送书的。虽有弊，却也有利。1999年，广东云门寺佛源老和尚到成都，为成都文殊院圆寂的宽霖老和尚举火，我前去亲近时，佛源老和尚说：“我知道你，看过你搞的《巴蜀禅灯录》、《棒喝截流》和《明月藏鹭》，欢迎你到云门寺来，在云门寺佛学院讲禅宗。”在佛源老和尚的关照下，我于2000年开始，前往广东，成了云门寺的常客，此举开阔了我的眼界，在成都多年的困顿似乎一扫而空。

我于2004年在成都创办龙江书院，2008年开始在广州讲课，其间拟建南华书院，但因不能注册，今年方正式注册成立了“粤海书院”。近十年间，在成都、广州两地陆续开讲孔孟老庄禅系列经典，并在2008年由南方日报出版社出版了《信心铭》、《云门宗史话》、《心的世界》和《禅说庄子》（一、二、三、四）七册。我所出版的书，都是一版告罄，如今在网上也难购到。

去年初，东方出版社的总编许剑秋先生到广州，欲与我签订出版战略合作协议，承诺把我所讲、所著的书全部出版。我虽心存感激，但更多的是惶恐，我一介草民，没有令人瞩目的社会头衔，能享受这样的待遇吗？故当时不敢应承。后来许总编又两次到广州，并听我讲《通书》、《道德经》，虽然只听了一些片段，但许总编的真诚打动了我，并给予我信心。去年底，终于在“战略合作协议”上签了字，由东方出版社出版我的所有作品（之前已与南方日报出版社签的四本除外）。

于是今年我就忙得一塌糊涂。我已讲了《庄子》二十五篇，可以分为十六册出版，今年先出八本，《生活中的大圆满法》、《心灵锁钥》、《棒喝截流》、《信心铭》和《云门宗史话》也由东方出版社再版发行。幸亏有几位助手，袁义蓉、田璐、刘群珍为我承担了大部分的校对工作，张子库为我承担了与东方出版社沟通、联系的具体事务。当然还有出版社的编辑们，以及好多朋友也为这些书的出

版付出了辛劳，在此一并致谢！

《生活中的大圆满法》、《心灵锁钥》、《棒喝截流》和《信心铭》四部书，东方出版社冠以“禅风佛韵”丛书名出版，心里充满感激之情。《生活中的大圆满法》是我的处女作，当时成都出版社的社长、四川文史专家谭继和先生认为是本好书，大力支持出版，但也仅印了五千册，台湾印了多少不知道。

《信心铭》则是将三祖僧璨的这部禅宗经典逐句通俗地讲一遍，千余年来也仅此一部。《信心铭》一经出版，更是有众多的人前来咨询，不仅网上购不着，旧书网上也难购到原书，而多为复印件，且价格不菲。我对知识产权没研究，但看见有众多喜好我书的读者无书可购，我也无可奈何。

《心灵锁钥》是通过《心经》对唯识学做一些大致的介绍，使人们对佛教的理论体系有所了解，这是我平生费心最多、耗时最长的一部介绍佛教体系的书籍。该书兼对天台、华严、禅宗都作了相应的剖析，对初入佛门的人来说，它是了解印度和中国佛教的一部有趣的、可读性较强的书。

《棒喝截流》是在《心灵锁钥》之后所著，只用了半个月的时间就完成了，可谓一气呵成。这是因为我对禅宗的内部结构和方法很熟，对公案、机锋棒喝也有所领会，所以不像唯识学那样画工笔似的精细，而是用大写意的手法随兴即成。

前面说到人生的如意和不如意，以前所出版之书大多不如意——印数太少，我也谈不上获利，但毕竟为我铺垫了不薄的基础，这就是如意。今年借东方出版社之力，那些沉睡多年的故纸也得以重新应世，这可是大如意之事，当然得向东方出版社致谢！所以今年尽管有十七部书的压力，但总的来说仍然感到轻松，并没有多少疲惫感，大概这就是“人逢喜事精神爽”吧。写到这里，忽然想到1984年我三十五岁时所作的一首《念奴娇》，描述的是出狱一年后的的心境，借来作为这篇导言的结语吧。

### 念奴娇·三十五岁自咏

蜀山英气，接昆仑，险绝当无人顾。长饮炉关冰雪沁，凝就冰肝寒腑。戏逐灵涛，还驱玄浪，八极寻天鼓。我知非梦，倩谁携袖同去。

归来屈指今朝，烂漫桃花，贺我逢三五。盘盏无须樽酒肉，直取案头新赋。天语殷勤，景深春好，万里长安路。鹏来应问，北冥尚有鱼否？

## 初版序言

我认为冯学成居士是当今的维摩居士，是深入不二法门的人。他很慈悲，为各地的祖师道场和佛学院奉送了不少禅悦和法喜。尤其是近几年在云门佛学院送金送宝，讲了不少祖师的开示，如《三祖信心铭》、《禅林宝训》、《中国禅宗史》等，去年又讲了《宝镜三昧》。讲课前明向大和尚向大家作了介绍，但冯老师很谦虚，要我为之作序。我自惭无力，对《信心铭》、《宝镜三昧》只能望而生叹。因为《信心铭》是禅宗不传之旨，《宝镜三昧》则是曹洞宗的纲宗，领会也难，焉敢作序？好在冯老师已明白无误地指出了其中的奥妙，我们只要虚心学习，好好参究，有一个长远心，大家可以有“信心”成为“主中主”的。

佛 源

2006年闰七月初一于云门



### 三祖僧璨禅师《信心铭》

至道无难，唯嫌拣择。但莫憎爱，洞然明白。  
毫厘有差，天地悬隔。欲得现前，莫存顺逆。  
违顺相争，是为心病。不识玄旨，徒劳念静。  
圆同太虚，无欠无余。良由取舍，所以不如。  
莫逐有缘，勿住空忍。一种平怀，泯然自尽。  
止动归止，止更弥动。唯滞两边，宁知一种。  
一种不通，两处失功。遣有没有，从空背空。  
多言多虑，转不相应。绝言绝虑，无处不通。  
归根得旨，随照失宗。须臾反照，胜却前空。  
前空转变，皆由妄见。不用求真，唯须息见。  
二见不住，慎莫追寻。才有是非，纷然失心。  
二由一有，一亦莫守。一心不生，万法无咎。  
无咎无法，不生不心。能由境灭，境逐能沉。  
境由能境，能由境能。欲知两段，原是一空。  
一空同两，齐含万象。不见精粗，宁有偏党。  
大道体宽，无易无难。小见狐疑，转急转迟。  
执之失度，必入邪路。放之自然，体无去住。  
任性合道，逍遥绝恼。系念乖真，昏沉不好。  
不好劳神，何用疏亲。欲取一乘，勿恶六尘。  
六尘不恶，还同正觉。智者无为，愚人自缚。  
法无异法，妄自爱著。将心用心，岂非大错？  
迷生寂乱，悟无好恶。一切二边，良由斟酌。  
梦幻空华，何劳把捉。得失是非，一时放却。  
眼若不寐，诸梦自除。心若不异，万法一如。

一如体玄，兀尔忘缘。万法齐观，归复自然。  
泯其所以，不可方比。止动无动，动止无止。  
两既不成，一何有尔。究竟穷极，不存轨则。  
契心平等，所作俱息。狐疑尽净，正信调直。  
一切不留，无可记忆。虚明自照，不劳心力。  
非思量处，识情难测。真如法界，无他无自。  
要急相应，唯言不二。不二皆同，无不包容。  
十方智者，皆入此宗。  
宗非延促，一念万年。无在不在，十方目前。  
极小同大，忘绝境界。极大同小，不见边表。  
有即是无，无即是有。若不如是，必不须守。  
一即一切，一切即一。但能如是，何虑不毕。  
信心不二，不二信心。言语道断，非去来今。

总 导 言	1
初版序言	5
三祖僧璨禅师《信心铭》	7
<b>第 一 讲 学习《信心铭》的基础</b>	<b>1</b>
回到唐宋祖师的路数	1
学好中国佛教史是前提	2
学法开眼的第一要义	3
信心铭与证道歌	5
丛林中流传的心要秘籍	6
总有一天你会笑出来	7
别在知见上周游	8
心地法门与念头功夫	10
此心此念不离当下	12
正念是修行的根本点	14
<b>第 二 讲 心地法门的关键</b>	<b>17</b>
至道无难小道难	17
你信得过祖师的话吗	19
人生的本来面目就是这样	20
老僧不在明白里	22
反正都是你的错	24
学会照镜子	25
瞧瞧地球上多热闹	27

<b>第三讲 建立人生的根本道场</b>	31
命根不断的问题	31
张商英与德山托钵公案	33
禅宗与唯识	35
在天使与野兽之间	36
春熙路上看芸芸红尘	39
美与丑、爱与恨	40
<b>第四讲 修行者的时节因缘</b>	42
心病还需心药医	42
要经常把祖师爷请出来	43
高原农场里的佛法	45
文采斐然只为空	47
要认清自己的时节因缘	49
山人自有妙计	51
谁能跳出如来佛的手心	52
<b>第五讲 禅的智慧与思维陷阱</b>	55
迷悟就在一念之间	55
应无所住而生其心	56
历史本身就是一剂清醒剂	58
最高的法还是这个	60
禅给我们的思维挖了一个陷阱	61
留下一个预警空间	64
孔夫子不犯四种毛病	65
<b>第六讲 达摩禅法的手段与力量</b>	67
我们精神的聚焦点	67
修定即是止动	68

	盘点自己走过的路	69
	大行其道达摩禅	72
	坐脱立亡与当仁不让	73
	肉煮烂了在锅里	75
	.	.
<b>第七讲</b>	<b>在生死海中超越生死迷梦</b>	78
	大海从不说自己能纳百川	78
	从逻辑怪圈中出离	79
	超越地平线	81
	祖师们的擒龙手段	83
	书法与佛法	86
	临济三顿棒	87
	雪峰桶底脱落公案	88
	以智慧来抗衡自身的恐怖	90
	.	.
<b>第八讲</b>	<b>祖师禅的崇高境界</b>	92
	祖师禅与如来禅	92
	让你品尝入定的甜头	93
	一念觉性即是菩提	94
	妄见息灭之后	96
	三界唯心，万法唯识	98
	要看功夫落不落堂	99
	转自己归山河国土	101
	开悟的人怎么过日子	103
	从喂鸡中悟出的道理	104
	何妨以不了了之	105
	.	.
<b>第九讲</b>	<b>禅者的气魄与胆识</b>	107
	传佛心印的人	107

学佛所遇到的矛盾	109
要在这些事情上考功夫	111
原来尽在我心中	112
待汝一口吸尽西江水	114
必须要过这一关	116
住山修行的本钱是什么	117
不向如来行处行	119
<b>第十讲 从诸法实相到万象森罗</b>	<b>121</b>
真善知识的立场和原则	121
历史演示的无常大法	122
万变不离其宗	123
振威一喝的神机妙用	125
“黄龙三关”卖的是什么关子	127
能与境、尘与识	128
鸡生蛋还是蛋生鸡	130
转第七识为平等性智	132
用大道的眼睛看世界	133
<b>第十一讲 自在逍遥的大安乐法门</b>	<b>136</b>
体会空与有的关系	136
道眼不通被眼碍	137
菩提会自己慢慢长大	139
自然有度的妙处	140
饥来吃饭困来眠	142
打妄想的好处	144
汾阳善昭的非常手段	145
自在与逍遥	147
人心不可一日无喜神	148

	最后要通通放下	150
<b>第十二讲</b>	<b>禅宗对佛教的独特贡献</b>	151
	庄子也指月	151
	这是贼都偷不走的東西	152
	不用你着半点力	154
	稳坐在般若船上	155
	三祖开示的精妙之处	157
	禅宗的殊胜修行	158
	我们经常处于一种真如状态	159
	折叶飞花皆利器	161
	六尘很可爱	162
	禅师们都会太极推手	164
<b>第十三讲</b>	<b>悬崖撒手的承担精神</b>	167
	马上吃个定心丸	167
	明心见性的考核指标	168
	破参的障碍在什么地方	169
	把这层纸揭穿	171
	回互与照应	172
	天下没有不散的宴席	174
	得失是非一时放却	176
	谁牵着谁的鼻子走	177
	一个修行者真正的气概	179
<b>第十四讲</b>	<b>当下一念中转烦恼成菩提</b>	182
	玩过了就放下	182
	老和尚请你来圆梦	184
	野鸭子与祖师像	185

现在就是你成佛的时机	186
香严的石头击中了竹子	188
在大风大浪中	190
把颠倒的世界颠倒回来	191
<b>第十五讲 《信心铭》让我们信什么</b>	<b>194</b>
在动静两端之间	194
随方就圆的这颗心	195
无原则就是最大的原则	197
好好修习八正道	199
请保持心路的畅通	201
坐在飞机上看长江	202
还自我于真如	203
日面佛与月面佛	205
科学、佛法、老庄	206
信这个不可得的东西	208



## 第一讲 学习《信心铭》的基础

### 回到唐宋祖师的路数

今天我跟大家一起，共同学习《信心铭》。

一些对中国汉传佛教现状比较了解的人，常常会对中国佛教，特别是禅宗提出这样的质疑：禅宗到底有没有修证？在信、解、行、证中，禅宗到底有什么切实的、对大家有益的一套法要？现在，有些老和尚也不断地发出哀叹：汉传佛教可怜啊！在世界上没有地位。学佛的人想修证的都到西藏、东南亚去修；要学经论的都到日本、欧美去学；就连念佛都要到新加坡净空法师那里去念，好像中国佛教徒念阿弥陀佛都念不好了。中国汉传佛教这一百多年来的衰落，由此可见一斑。

我从“文化大革命”开始和中国佛教界打交道，也参学了一些老法师，与许多出家人打过交道。1992年后，我在四川、广东、河北等地的佛学院上课，看到各地的情况也有所感觉。总的来说，目前中国佛教处于青黄不接的状况。其实，在清朝中国佛教就开始走向衰微，有修有证的老法师已经很少了。这一百多年来，特别是经历了“文化大革命”的一次断代，要想使中国佛教真正重现唐宋时期的辉煌，确实需要几代人的时间与努力。这也是时节因缘。

我对现在学佛的人有个感觉，那就是懒！懒到什么程度呢？一心只想找个大善知识。好像每天跟着、守着善知识，即使自己不学不修也能