

禅心

死んで生きよ

生死心



〔日〕尾关宗园 著

刘波 译

人民东方出版传媒
东方出版社

禅心

死んで生きよ

生死心

〔日〕尾关宗园 著
刘波 译



人民东方出版传媒
東方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

禅心: 生死心 / (日) 尾关宗园 著; 刘波 译. —北京: 东方出版社, 2010. 12
ISBN 978-7-5060-6168-1

I. ①禅… II. ①尾… ②刘… III. ①禅宗—通俗读物 IV. ①B946.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 063285 号

SHINDE IKIYO TAKUAN-KENZENICHINYO NO GOKUI

written by Souen Ozeki Copyright © 1981 by OZEKI Souen

All rights reserved.

Original Japanese edition published by TOKUMA SHOTEN PUBLISHING CO., LTD., Tokyo.

Simplified Chinese version published by ORIENTAL PRESS

under the licence granted by TOKUMA SHOTEN PUBLISHING CO., LTD.

through BEIJING HANHE CULTURE COMMUNICATION CO., LTD.

本书中文简体字版权由北京汉和文化传播有限公司代理

中文简体字版专有权属东方出版社

著作权合同登记号 图字: 01-2010-0248 号

禅心: 生死心

(CHANXIN; SHENGSIKIN)

作 者: [日] 尾关宗园

译 者: 刘 波

责任编辑: 姬 利 高 冉

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: 三河市金泰源印装厂

版 次: 2013 年 6 月第 1 版

印 次: 2013 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 1—6000 册

开 本: 880 毫米 × 1230 毫米 1/32

印 张: 7.875

字 数: 113.4 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-6168-1

定 价: 32.00 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

序言

生和死，被今天的人动辄挂在嘴边。中考和高考，被描述成“考试战争”。春夏两次高中棒球锦标赛，出场阵营被尊为“棒球英豪”、“棒球新锐”。各种夸大其词的词语一个接着一个出现。

但是，这些词语所代表的真实本质或许并不像它们表现出来的那样辉煌，而是轻飘飘的，没有多大分量的存在，不是吗？

这本书描述了人们熟悉的关于泽庵和尚的一些事，但是，泽庵所说的剑禅一如的世界，其实并不是什么只可远观不可亵玩的令人惶恐的东西。

照亮死和生的是剑道。剑道之中，没有夸张的言辞，

没有华丽的修饰，也没有形容。生和死，就严肃地横亘在我们面前。

生和死，因为沉重，所以，生越发艰难。生和死，远比我们想象的要轻。人到死之前，一直继续着生。人的一生，一直在努力地活。人生不就是这样简单明了吗？

但是，人生也是决一胜负的世界。一个人必须战胜对手才能前进，即便如此，人生是否只考虑怎样赢过对手呢？不。只顾燃烧自己不会使你获得真正的胜利，只有当你用熊熊燃烧的身体撞击对方，对方也燃起熊熊烈火时，你才能取得真正的胜利。

也就是说，你不但要相信自己身上的佛性，还要相信对手的佛性。只有这样，你才拥有面对真正较量的战魂。

如果因为考试是战争，就一门心思琢磨着怎样把别人踢下去的做法不地道。即使你不从旁掣肘，该下去的人自然会下去。所以，专心致志地做自己，淡然若定地生活。让别人评价去，不要怀疑自己的能力。

我之所以写这些，因为，著述剑禅一如的泽庵禅师说过的很多精辟言论和行动深深地触动了我。

京都紫野大德寺拥有 650 多年的历史，这里名僧辈出。我担任住持的大仙院历代祖师中也不乏高风峻节，在历史上留下足迹的人。

此外，以大仙院开山祖师大圣国师迁化 450 年忌辰后十六个年头为契机，我悉心整理了一些历史资料，希望进一步加深自己对佛法的理解。

借此，我产生了动手“整理还原历史”的想法，其中，强烈触动我心灵的是大仙院第七代住持——泽庵宗彭禅师。

“泽庵之剑”犀利逼人，锋发韵流，我不敢奢望能与之匹敌，但求尽力一试。

我能不能像泽庵之剑一般，彻底劈开自己，辨别其中分晓呢？这只能用我今后的生活来说话。

借此机会，衷心希望广大读者把视线放到日本史上。各章节最后均附有一些与日本史相关的问题。背景设定为泽庵禅师生活的时代，以公元 1600 年为中心风雨飘摇的百年历史。如果能让读者产生一点兴趣，对我来说就很荣幸了。

另外，书中出现的“混蛋”、“傻瓜”等个别词虽然难登大雅之堂，但这既出于保持京都方言的原汁原味，也是作为著者的我希望认真面对广大读者以及泽庵禅师的态度，一切都是发乎自然的真性情的流露，希望广大读者予以理解。

尾关宗园

一九八一年晚夏

目录

001 | 序言

第一章 活——进一步

003 | 你只能是剑

008 | 剑就是你，你就是如意

012 | 你有生死之分

016 | 杀活一念皆在你

021 | 无刀制胜

025 | 胆小，所以勇敢

029 | 褻渎死的人必死

033 | 惹人厌的你一样快乐

037 | 眼光短浅则一无所能

041 | 日本历史豆知识

第二章 杀——退一步

047 | 从五十二级台阶学习住地之心

051 | 踩在地上，还是踩在水上

055 | 不动心

060 | 跳出鸿沟

065 | 心置何所

070 | 僵硬的心不会动

074 | 斩断人情

079 | 此能彼亦能

085 | 大事莫纠缠

089 | 渡过难关的是自己

093 | 日本历史豆知识

第三章 动——动如脱兔

097 | 你在和谁搏斗

102 | 朋友是意气相投的人

108 | 率性而生不足道

113 | 在我身边就好

115 | 将自己化于无形

119 | 杀人先杀己

122 | 教意味着嘲弄

127 | 活在一瞬间

131 | 在辛辣中成长

136 | 过度庇护必死

141 | 生于义

145 | 死于义

149 | 日本历史豆知识

第四章 静——戛然而止

153 | 敷衍追寻生命意义的你

158 | 经验不可贵

163 | 自杀是热衷暴力的表现

168 | 不要独善其身

172 | 受伤的心才能开悟

176 | 做别人不做的事

180 | 耻辱之后赴死

185 | 逆境让你顿悟

189 | 日本历史豆知识

第五章 游——驻足而立

195 | 谈笑间理清千头万绪

200 | 抛开重负

205 | 让死去的心重生

209 | 为《隙风》之歌感动

214 | 只要拥有一滴水

218 | 前往修罗场

222 | 让气血流动起来

225 | 游游走走方能生

229 | 节制才能快乐

232 | 与云梦游戏

234 | 日本历史豆知识

237 | 译后记



第一章

活——进一步



斩头觅活

砍掉脑袋，寻求活命。

头颅落地的一刻，你的生命结束了吗？

没有！

头颅失而心智犹存者，是你。

其中不同，你是否明白？

此时此刻，你的面前是真正的生存之道。

你只能是剑

搭乘出租车时，如果你问司机：“今天你踩过几次刹车？”

“不知道！”司机一定会这样回答。

换个角度，改做问你：“今天你准备走几步路？准备呼吸几次？”——什么？不知道！这样回答就好。

如果我命令你：“今天，你出去走两万步，呼吸三万次。”你会怎么办？大概一步也不肯挪动，一口氧气也不愿呼吸。

人活着就是如此。

今天必须这样，必须那样。你眼中所见，耳中所闻，都是今天之内必须完成的工作。

“烦死了，活着真没意思！”这个念头在你心中油然而生。因为厌倦，所以心情沉重。因为心情沉重，所以效率上不去。至于该做的工作，且随它去好了。



在一团糟的继续中，转眼已是第二天。一切又像排山倒海一般一波接着一波向你袭来。第三天，第四天……同样纠结的日子继续着，直到你油尽灯枯之时。人生重负，如影随形，永远站在你身后的不远处等着你……

你开始绝望，你的脑海里第一次冒出死的念头。杀你于无形的不是其他，而是等你完成的工作。可是，你干吗不试着后退一步呢？你真的把非做不可的一切做完了吗？

那个自信满满地回答“是”的你真的没有弄错吗？

执著于一件事的你，其实，那个执著本身并不存在。一个义正辞严地站在众人面前宣称：“我的人生一定要这样”的人，你不觉得他有点儿装腔作势吗？或者，他的思维和正常人不一样？

人生是什么？人生的意义是什么？这就够让人烦恼的啦。如果你烦恼的话，没人拉着。但有言在先，这并非苦苦思索就能出答案的。二者之间没有必然联系。为什么？因为在你为人生烦恼之前，你已经降生到这个世间。

每一天，谁把食物送到你的嘴边？答案是你的手。当你在学校和补习班之间奔波时，又是谁在帮助你？答案是你的脚。

操控你躯体的，是你自己。

是父母逼迫你走路，授意你行动吗？是老师要求你，或者是我命令你非做不可吗？这些统统不是。

没有食欲，不必勉强。没有心情，不走也罢。一切随你的心意。无论离开谁，你的生命都会继续。有所思，有所想，你才活着。这就是真正的你。

失败无法避免，有人认识不同，有人见解不同。如果一个孩子从呱呱坠地的一刻起就无所不能，我情愿认赌服输。天下的事，不是站在旁边，随便看两眼就了然于胸的，最多说几句无关痛痒的话。因为深谙其中滋味，局外人才会事不关己高高挂起。孩子想做什么，随他好了。当他跌得鼻青脸肿时，自然明白什么该做，什么不该。这难道不好吗？

当孩子口中突然没头没脑地冒出一句：“你教我好了，你不示范，我怎么记得住”时，家长的反应往往怒不可遏：“有你这么没大没小的吗？我是你爹！”老师的表现也是如此。

但是，干预多了，孩子天性中残存的一点儿尖锐就会被毫不留情地斩断。他不会做出常人眼中惊世骇俗的出格举动，但是，他同样没有值得称道的行为。他只是一个普通人，一个无为的青年。这样的人生，波澜不惊，却无聊至极。这样的人生，背负着沉重，充其量只是一张白卷纸。

剑，是杀人的剑，也是活人的剑。剑，既能用来杀