

# 禅的光年

陈钟道  
◎著



禅——最非凡的心灵触碰  
——极致辉煌的智慧之光  
跨越时间与空间的亿兆距离 从翻阅我开始

# 禅的光年

陈钟道◎著



---

图书在版编目 (CIP) 数据

禅的光年 / 陈钟谊著. — 哈尔滨: 黑龙江教育出版社, 2013.7

ISBN 978-7-5316-7002-5

I. ①禅… II. ①陈… 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151307号

---

禅的光年

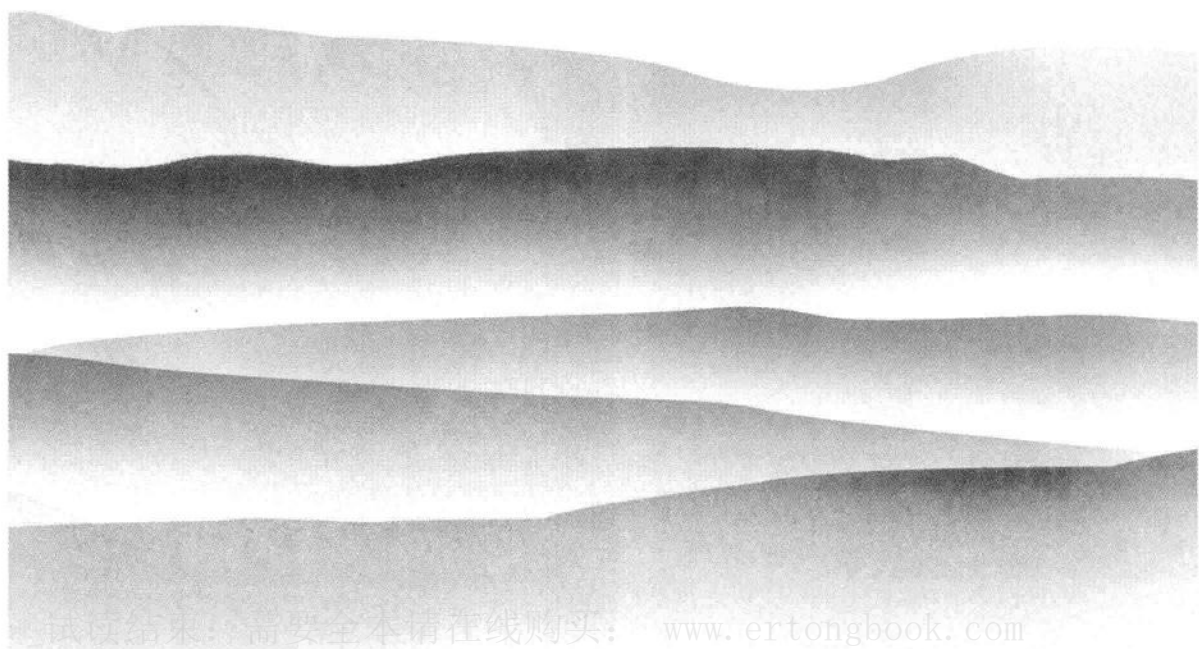
CHAN DE GUANGNIAN

---

作 者 陈钟谊  
选题策划 邢万军  
责任编辑 邢万军  
封面设计 上尚装帧设计  
责任校对 石 英  
出版发行 黑龙江教育出版社 (哈尔滨市南岗区花园街158号)  
印 刷 北京市全海印刷厂  
开 本 700×1000 1/16  
印 张 20.25  
字 数 287千  
版 次 2013年9月第1版 2013年9月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5316-7002-5  
定 价 38.00元



过玄峰顶  
不是人间  
心外无法  
满目青山



## 序言



禅在本质上是一种见性的方法。它直入心源，有着极强的冲击力和震撼性，对启迪人的智慧、明悟人的本性有着难以言述的巨大功用。

举一例以窥：

云门文偃禅师第一次参谒睦州禅师时，睦州一望见他来就关上了寺门。文偃感到很奇怪，于是上前敲门。睦州禅师在门内问道：“外面何人？”答：“是文偃求见。”再问：“你到此何事？”答：“我未能明悟自性，请禅师予以指点。”睦州忽然打开门，狠狠瞥了他一眼，又立刻把门关上。

但文偃并未放弃，他守在外面连续敲了三天的门。等到第三天，睦州禅师才又打开门，文偃乘此机会挣扎着想要进去，睦州却突然揪住他道：“快说！快说！”文偃一迟疑，睦州便一把将他撵了出去，再次关上了门。此时，门正好夹住了文偃伸在里面的一只脚，害得他吃痛大喊。

但是，就在那一刹那，文偃开悟了。

这个过程当然无法用文字亲证，但可以做一个简短说明：“敲门”即是指有为的修持——文偃曾经熟悉的方式，“忽然打开门”是本性在修持过程中的偶尔闪现，“门正好夹住了文偃伸在里面的一只脚”是暗示最后超越的那一刻无念才是正途（疼痛断绝了念头的侵入，它是一个当下的瞬间）。

可以想见，一股从未有过的体验——“本来无一物”的廓然之境自顶及下如电光般地降临，文偃一定感觉到经典所记载的故事其实俱是事实，古佛先祖的训示其实绝非诳语。

这是一个完整的修行过程。

文偃亲身验证了这一切。

这就是禅超世的哲学——“截断众流”、“明心见性”，对学佛者来说是极大的心灵助力。无数行者由此成佛作祖。

同时，禅也是入世的。

祖师云：佛法在世間，不離世間覺；離世覓菩提，猶如覓兔角。

世界不是道場之外的地方，“空無”並不相對於“有”界而立，所謂“無上法門”絕非隔閡於世俗。禪本身就是一種出入世相輔相成、毫無滯障的哲學。實際上，大乘佛教一直非常重視入世，早期的佛教經典如《維摩詰經》就有出世入世不二、煩惱菩提不二的偉大理念。禪不覺得這些是分開的、對立的、二元的，它不是厭世式的逃避與隱遁，它是在塵世的火焰中自我提煉、自我磨礪的精行。

古代，百丈懷海禪師就曾提出過“一日不作，一日不食”的偉大口號，它和苦行沒有關係，它是將現實生活納入到佛教修行中來的嘗試，它使行者的信仰、修持、心態變得完整、圓融、堅固。這種入世勞作的理念极大地影響了中國禪宗，使佛教變得務實，變得真正貼合於生活。

近代，太虛大師的人間佛教也是入世禪的典型，他以一個人所能付出的最大熱情和勇氣實踐着這項事業。除了佛學理念上的創新，他在僧伽教育制度、廟產興學、創辦叢林刊物、服飾等一系列細節上進行了大幅度改革，用出世之心積極謀劃着入世之業。

這種超凡的出入世一體觀是殊勝的、偉大的，是值得我們去繼承和弘揚的，所有後學其實都有義務有責任來承担起禪這門古老智慧的現代化工作。

當然，首先是傳播載體的現代化。它必須尋求突破——關於文字般若的表述！

這正是《禪的光年》——你所翻閱的這本書在做的工作。

恒藏

2013年8月于雪竇寺

## 自序



对语言和文字来说，禅是一项奢侈品，因为它绝缘于人类智性所能给出的每一个愚蠢定义。

对现实生活来说，世俗的尽头只是禅修的开始，它的芳菲始盛于人间春褪的四月。

对想要接近和了解禅的人来说，它的形式多变而狂野，怪异之余还蕴含着科学实证和辩证法的光辉。它需要同脉动、同共鸣的心灵特质，否则你会混淆月亮和指出月亮的手指。它是意识领域的精盐，需要你有着极其敏感的内在味觉。

对传承的依据或权杖来说，禅是最罕见、最不可视的精神延续。那是心对心的非凡碰触。真正的师父绝非一具肉体，真正的衣钵绝非一缕袈裟，它的内涵可以永生在历久弥新的不同形式里。

这就是它的风姿。

但是……它无法在当代全然绽放。

它渲染本色的因缘已经离我们太过遥远——因为充斥于禅学的（无论是汉传还是藏系佛教），皆是古语似的逻辑结构，它的表达已经不再适合它惊艳的本质……

本书从《景德传灯录》、《碧岩录》、《指月录》、《天圣广灯录》、《嘉泰普灯录》、《联灯会要》等禅宗典籍中精选出30首个性独特



的诗偈、80则风格鲜明的公案，以现代语言的清新行文润匀稀释。同时录入30篇作者在山中静修时与禅友间的问答对话，每篇皆以某个话题作为切入点解析一到两个关键性的禅学问题。希望本书不仅能为读者提供一道窥探禅学奥义的途径，同时也能为古味浓厚、晦涩难懂的禅学注入一些适于现时发展的全新元素。

是为序。

陈钟谊

2013年8月



## 目 录

### 禅的缘起 / 001

### 第一部分 禅诗篇

蝇子透窗偈 / 006

欲得安身处 / 008

寒山子 / 011

东林寺酬韦丹刺史 / 013

插秧歌 / 015

一钵千家饭 / 017

弥勒真弥勒 / 019

题茶诗与东坡 / 020

自赞 / 022

牵驴饮江水 / 024

日本俳句 / 025

艳诗 / 027

琴诗 / 028

雁过长空 / 030

寒彻梅花香 / 032

茫茫尽是觅佛汉 / 034

长伸两脚眠一宿 / 036

嗅梅 / 038

班扎古鲁白玛的沉默 / 042

迷梦 / 045

恰恰用心时 / 048

人之性命事 / 051

白鸥 / 054

八月十二日夜诚斋望月 / 056

无去无来本湛然 / 058

山雨 / 060

慧能没伎俩 / 062

春来草自青 / 064

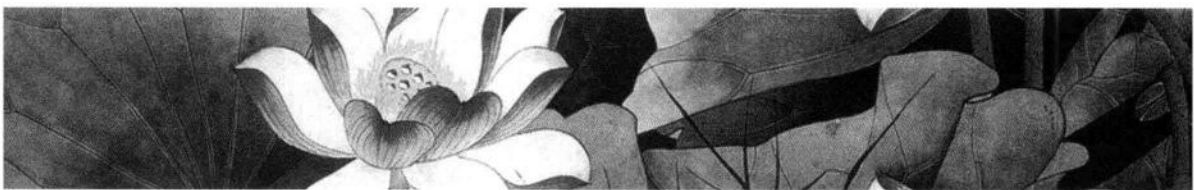
母子铭 / 066

临济 / 068

### 第二部分 公案篇

廓然无圣 / 072

安心 / 075



- 一切现成 / 077  
丙丁童子来求火 / 079  
月亮 / 081  
删字 / 083  
吃马祖踏 / 085  
见山是山 / 087  
不落别处 / 089  
快说快说 / 093  
本然清净 / 095  
救火 / 097  
左右 / 099  
心情 / 101  
净瓶 / 103  
家风 / 106  
不叫东 / 108  
骨裹皮 / 110  
狗有没有佛性? / 111  
肉身佛 / 115  
达摩与竹子 / 117
- 寸丝不挂 / 119  
酬谢 / 122  
禅非所知 / 124  
不在别处 / 126  
不是你的话 / 129  
不能代替 / 131  
不论咸淡，用心入味 / 132  
不可向你说这是盐 / 134  
被吹灭的蜡烛 / 137  
半肯定 / 139  
白日打眠 / 142  
生身父母 / 144  
晒香菇 / 147  
爬山 / 149  
你是女众 / 152  
覆船 / 154  
非思量 / 156  
罪过 / 158  
自伞自度 / 160



- 追究 / 163  
真义 / 165  
斩蛇 / 168  
眨眼 / 170  
邪正 / 172  
乌鸦的啼声 / 174  
未上树时 / 176  
通身是眼 / 178  
侍者 / 180  
如何是布袋 / 182  
这个唤作什么 / 185  
给我一文钱 / 187  
致谢 / 189  
正眼 / 191  
野鸭子与本性 / 193  
眼珠 / 196  
心在动 / 198  
相逢者少 / 200  
是什么 / 201
- 石头路滑 / 203  
石头大的大，小的小 / 206  
石狮 / 208  
三宝 / 211  
你打我有道理 / 213  
能进能退 / 215  
牧牛 / 218  
磨砖作镜 / 220  
救鹅不碎瓶 / 223  
镜子 / 226  
饿时吃，困时眠 / 228  
穿衣吃饭 / 230  
待客之道 / 232  
吃茶去 / 234  
布衫 / 235  
虎头长角 / 237  
活埋 / 240  
西禅和尚的教诲 / 243  
超越 / 245



禅不在坐 / 247

苍天 / 249

### 第三部分 禅的非凡特质篇

敌人与朋友 / 252

喝茶 / 254

焚书 / 255

思想与空性 / 256

事实? / 258

断臂求法 / 260

关于权威 / 261

只在脚下 / 262

关于经典 / 263

顿悟 / 264

静默 / 266

关于分析 / 267

当下 / 268

贫困 / 270

轮回 / 273

思维与真实 / 276

鉴真东渡 / 279

勇气 / 280

欲望 / 282

误解 / 284

寒山 / 286

不可知 / 287

寓言 / 290

向上一事 / 292

体验 / 294

创新 / 297

如何是佛? / 299

佛?神? / 301

凡圣两忘 / 302

公案的矛盾 / 304

跋 / 306

主要参考书目 / 308



## 禅的缘起

世尊在灵山会上，拈花示众。是时众皆默然，唯迦叶尊者破颜微笑。世尊曰：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。”

这是禅世界的第一个公案，它说出了禅所有的秘密。

首先，语言是社会的交流手段，它们被造的目的即是在重复中成为沟通媒介。每一个词的情境含义，每一个句法的灵活搭配都是社会约定俗成的结果。无论是佛还是普通人，一旦当他说出什么并被理解时，语言上的原创性就不可能存在——而开悟者的任务却是传达这个无间断弥新的不二“当下”。那么，佛要如何表达出超越既定社会约定俗成所涵范围的全新认识？佛要如何暗示出超越一切思维、逻辑及哲学的主观体验？显然，这几乎是一个不可能完成的任务——一个极其微妙的两难：一旦说出什么，听者所接纳的都是他自己理解下的含义，每一个佛的讯息都会被脑中关于该词的习惯性理解改造、翻译；一旦不说，一切又不会自动发生。语言的本质决定了它与空的绝缘，就好像黑夜从来不知道白天，云朵从来不知道安定，蛇从来不知道飞翔。你不能怪语言的局限，因为是我们

自己创造了它——局限的其实是我们。但是，即使是这样，仍有一种可能性存在着：一旦当你不再仔细辨析语言的社会性含义（因为佛不可能传递社会通识性的讯息，他只是在借助有形的沟通手段表达无形的真意）时，你会感觉到佛不仅是在与你的头脑（你所擅长的日常交流载体）谈论，他更是在与你的内心交流，一种空的寂静在跳出头脑理性的势力范围后融入着你——它跨越了理智与心的距离——他将自己倾倒给你，留下有形茶汤下无形的回味感。他在传达着状态、存在性的品质、整体性的无限感。那个语言仅仅是一个序曲、一个前奏、一个先遣使；它们远远不是，也不可能是全部讯息——因为佛法不是点缀性、辅助性、工具性的东西可以航泊的。一旦你接受语词，又进而超越语词，佛教的奥义才能在突破性的感悟中像巨浪一样涌来——但一切又是那么寂静：悄悄地、轻柔地、细腻地。

这就是所有经文——佛陀的言论——的意义：有限的语言和无限的讯息在一个界面上被表达。

但是，它仍然是一个半圆：一半是世俗——因为佛用了语言，一半是空无——佛教的核心。这是一个妥协：虽然超越智性思维的空无的确没有任何语言文字能够介入的间隙和机会——是一个完整的圆成实，但它需要有形的载体映现、表达和传递。

世尊在灵山会上，拈花示众。

这一次，佛陀改变了主意，他想要给出一个超越经文的教导——不想再借用语言作为运输空无的船舶，也不想给一个受众卸货摄取的时间。他想让门徒尝一下纯粹地、纯粹地纯粹之味。

不过，众皆默然，他们无法领悟超越经文的经文。

只有，

迦叶尊者，

破颜微笑——他领悟了。

摩诃迦叶的珍稀性就在这里：在拈花的情境中，他甚至不需要师父的语言辅助。他在一个微妙的层面上实现了“教外别传”——完全超越了以

文字形式传承的教导。

佛陀手中的花其实是一种暗示——这是他独特的秘语：这朵花是新鲜的、美丽的、优雅的，每一朵花瓣都按其自然所是的比例搭配在一起，这根本就是一朵来自晨曦的露珠：神秘的、轻盈的、纯净的——充满生命与活力。

此时此刻，佛陀似乎在说：“这朵花的美丽是借语言散逸的吗？显然不是，它的美是客观存在。你欣赏这朵花又需要语言吗？显然也不需要，它的美早就进入了你的心。所以，我还需要说更多吗？”

佛陀所传递的正是芬芳——无形而又真实的围绕物。失去灵性嗅觉的人只能看见他给出了花——一个呈现化的外在，但又无法了解那承载于有形之上的微妙讯息。他们的处境就好像《道德经》说的：中士闻道，若存若亡。他看到了，听到了，却好像没有看到，没有听到。他无法直视这块不在视力范围中的界面，他无法领会这超越逻辑智性的全新心域。

实际上，当摩诃迦叶能识别出佛陀静默的含义，也足以说明他本身在当时已是一个接近于佛的行者。他的领悟能力已经超出了用思想的记忆库来辨识、识别的模式——因为静默本身没有提供思想可以插足的机会，没有任何台阶可以让智性中的概念攀阶而上。这样一个凌空的状态只能靠意识的腾跃或者本身就已在那个高度的人才能了解。摩诃迦叶的笑证明了他已经在佛的拈花一示下触及了它。

当然，这样的弟子，对佛陀来说，语言这个作为前期邀请的工具已不再是必需的了，语言已经在最初吸引这类弟子时就发挥了全部作用。现在，在教学深入的阶段，它们失去了重要性，它们不再是条件性的了——因为禅不是一门以头脑对头脑的世俗学科。

……不立文字，教外别传，付嘱摩诃迦叶。

语言看上去是交流的工具，看上去是师徒间互相接近的手段，但恰恰它也是互相逃离和隔阂的方式——就像没有办法和陌生人产生融洽，语言被用来化解尴尬一样。因此，用语言文字搭建起来的关系只是思想与思想之间的关系，而一旦用思想构建了关系，那么我就不需要真正的改变，我只要在思想上理顺佛陀的教诲即可产生“我已改变且已领悟”的满足感。



这样，我就可以安全地一边照旧过我的老日子，一边享受着“我在接近开悟”的快感。但摩诃迦叶和佛陀之间超越了这层关系，他拒绝语言的“安全”距离。他的心、他的整体、他的存在是向佛陀全然开放的：他不用语言做微妙的阻碍，不用文字做暗暗的拒绝，他直接把自己的头脑搁置一边，就像面对天空一般面对佛陀——没有任何中介物横亘其间。他和佛陀建立起心灵的直流电，彼此的心跳、脉动和谐一致。

每个人都有独特的与世隔绝性，当他的束缚没办法被挣脱，又怎么可能和别人有真正的沟通？一个自由的佛陀怎么能和被限制的你产生真正的交流？只有摩诃迦叶，将包裹自身的这层外壳彻底瓦解——他的障碍已经完全肃清——成为一片空无。此时的他，才能与佛陀的空无互相融入并完成最后的一跃：无限掉进无限，空并入空。在这种惊人的高度中，语言已是多余——云层之上，雾霭无法存在——“直指人心，见性成佛”。

最后，另有一个问题出现了：怎么样去记录这种融通性的无形交流？怎么样去复述这个内在性的微妙过程？又怎么样去评价它的客观结果？当时有无数人在场，但只有摩诃迦叶知晓并获益于那个正在发生的事实。实际上，这一切根本没有任何更外在的文字可以报导。历史就是这样，从来都无法记录寂静，因为寂静没有什么大书特书的可视亮点——但它的发生却又是如此真实、如此永无断绝。

一休问弟子蜷川：“这些天我的家乡有没有什么新闻发生？”

蜷川回答：“乌鸦呱呱呱，麻雀喳喳喳。”

这才是真正的史实。

因此，禅的文字只好简短——所有的公案和禅诗都不过几行，这些关于生命之事的记录实在没有办法写成小说——它一直超越着逻辑、超越着文字、超越着语词。

所以，珍惜它们。