

# 《禅语人生大全集》

## 图书基本信息

书名：《禅语人生大全集》

13位ISBN编号：9787544149273

10位ISBN编号：7544149277

出版时间：2012-5

出版社：沈阳出版社

作者：郁丹

页数：330

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《禅语人生大全集》

## 内容概要

《禅语人生大全集》讲述禅学是一门生活的智慧和艺术，特别是在现今快节奏的繁华社会，功名利禄令人心浮躁，禅恰似甘露，能在我们的内心世界洒下清凉一片。禅师参禅在于开悟，人活着是为了幸福。从本质上讲，两者没有太大的不同。开悟靠什么？“悟”字拆开就是“吾心”，参禅靠的正是我们的心，人心本就是世间最宝贵最重要的东西。从这个角度看，学禅就是学习一种心态，人活着就要有禅的心态。参好生活的禅，需要一颗平常心，有了平常心，才能活得自在。视角改变了，心态调整了，对待事物的看法就会更加积极向上。人生不也是如此吗？痛苦的反面是快乐，我们要善于从不同的角度去看待生活。人活一世，功名利禄生不带来死不带去，真正随身的只是你的心。

# 《禅语人生大全集》

## 书籍目录

前言：禅是一颗平常心百味皆苦——禅是心灵的瑜伽放下放下一休晒经心净土净心动幡动美丽的寺庙云在青天水在瓶烦恼就是自己白隐生子落花无言求人不如求己怒心起时细思量吃蜜谢罪思与不思须弥藏芥子一口好牙心灭法灭惜福有福心净生佛水满自溢暮鼓晨钟床头女像放下得道禅力如狮虎事半功倍见与不见行囊空空无事不禅心如虚空疑心生暗鬼只是一杯茶明心见性——化作春泥无觅处如水归水禅镜照性高尾染坊心空及第非驴非马没时间老禅师的兰花拨云见日参禅法器生命的长度从心流出一念嗔心天下第一的茶道剑道要诀知非便舍诚实无欺并不受矛盾影响唯心净土，自性弥陀以静制动灵光顿悟雪窦非信差临济拜祖一切为空禅师与医生

## 章节摘录

百味皆苦——禅是心灵的瑜伽 手心是烦恼，手背是菩提，只要翻过来便是，无多无少，烦恼变为菩提。所谓“烦恼菩提冰是水，生死涅槃法即空”。若悟得，则人法皆空，若不明，就仍有法执。

放下放下 一次，坦山禅师与一位同参外出行脚，正遇上天降大雨，一条小沟立刻被雨水冲成了一条小河。他们正准备横穿小河，发现一位身着丝绸衣服的年轻姑娘，站在一边徘徊不前。显然，她不想趟过小河弄脏衣服。“来吧，姑娘。”坦山说着伸出双手，然后抱起那位姑娘趟过了小河。同参见此情景，闷闷不乐，一言不发，直到天黑挂单寄宿时，才忍不住问坦山道：“我们出家人不近女色，特别是年轻美貌的女子，那是很危险的。你为什么非要犯戒呢？”“噢，你说过路的那个女子吗？”坦山答道，“我早就把她放下了，你还抱着她呢！”

一休晒经 一休禅师在比睿山乡下时，有一天看到一群群的信徒都朝山上走去，原来比睿山上的寺院在晒藏经。传说晒藏经的时候，如果风从经上吹拂而过，人承继这种风，能够消除厄运，增长智能，因此闻风而来的人不断地涌向山上。一休禅师知道后说道：“我也要晒藏经！”说完一休就袒胸露肚地躺在草坪上晒太阳，很多要上山的信徒看到了很不以为然，实在太不雅观了。山上寺院的和尚就跑下来劝一休不要如此没有威仪。一休非常认真地解释道：“你们晒的藏经是死的，会生虫，不会活动。我晒的藏经是活的，会说法，会作务，会吃饭，有智者应该知道哪一种藏经才珍贵！”

心净土净 赵州禅师和徒弟文偃谈论佛法时，一位信徒送了一块糕饼供奉他们。赵州禅师就对徒弟文偃说：“这一块饼，我们两人怎么好吃呢？我们来打赌，如果谁能把自己比喻成最脏最贱的东西，谁就赢得这块饼！”“您是师父，就由您老人家先开始比吧！”文偃说。赵州禅师说：“我是一头驴子。”文偃接着说：“我是驴子的屁股。”赵州禅师又说：“我是屁股中的粪便。”文偃不落人后地说：“我是粪便里的蛆虫。”赵州禅师无法再比喻下去，反问说：“你这蛆虫在粪便中做什么呀？”文偃回答说：“我在粪便里避暑乘凉啊！”

心动幡动 慧能大师最先去了法性寺。在那里，他看到两个和尚在飘动着法幡（佛教里一种写着佛号的小旗子）的旗杆下面争论不休。一个和尚大声叫道：“明明就是旗子在动吗！这还有什么好争论的？”另一个和尚反驳说：“没有风，旗子怎么会动？明明就是风在动吗！”两个人争论不休，谁也不服谁，周围很快聚了一堆看热闹的人，大家都议论纷纷、莫衷一是。慧能大师摇头叹了口气，走上前去对人们说道：“既不是风动，也不是旗子动，而是你们大家的心动啊！”有人说笑着把这事报告给了住持方丈。方丈听罢大吃一惊，急忙率领众弟子前来拜见慧能大师，顶礼膜拜道：“阿弥陀佛！望大师能长驻此地，指点弟子们迷津。”于是慧能大师就在此设坛讲经说法，不久禅宗的思想就传遍了大江南北，今日更是风靡了世界。

从这则公案可以看出禅师们对心外事物的观点，完全是返求自心，而不是滞留在事物的表象上面。现象的存在是片面的，其所以有分别，完全因为自身的起心动念，心静则万物莫不自得，心动则万象差别自现。

美丽的寺庙 佛祖特别擅长通过讲故事的形式来给徒弟们解说禅理，徒弟们更是百听不厌。这天，佛祖就给徒弟们讲了这么一个故事：有一个皇帝想要整修在京城里的一座寺庙，他派人去找技艺高超的设计师，希望能够将寺庙整修得美丽而又庄严。有两组人员被找来了，其中一组是京城里很有名的工匠与画师，另外一组是几个和尚。由于皇帝没有办法决定到底哪一组人员的手艺更好，于是他决定给他们一个公平竞争的机会。皇帝要求这两组人员，各自去整修一个小寺庙，而这两个寺庙互相面对面。三天之后，皇帝要来验收成果。

工匠们向皇帝要了一百多种颜色的颜料（漆），又要了很多的工具；而让皇帝很奇怪的是，和尚们居然只要了一些抹布与水桶等简单的清洁用具。三天之后，皇帝来验收两组人员装修寺庙的结果。他首先看工匠们所装饰的寺庙，工匠们敲锣打鼓地庆祝工程的完成，他们用了非常多的颜料，以非常精巧的手艺把寺庙装饰得五颜六色，皇帝很满意地点点头。接着回过头来看看和尚们负责整修的寺庙，他一看就愣住了，和尚们所整修的寺庙没有涂任何的颜料，他们只是把所有的墙壁、桌椅、窗户等擦拭得非常干净，寺庙中所有的物品都显现出了它们原来的颜色，而它们光泽的表面就像镜子一般，无瑕地反射出从外面而来的色彩，那天边多变的云彩，随风摇曳的树影，甚至是对面五颜六色的寺庙，都变成了这个寺庙美丽色彩的一部分，而这座寺庙只是宁静地接受着这一切。皇帝被这庄严的寺庙深深地感动了，胜负也就不言自明了。

云在青天水在瓶 唐代的李翱与韩愈、柳宗元、刘禹锡等人，以文会友，颇有深交。李翱所著《复性书》，就是由禅入儒之作。在这方面，他比韩愈的见解要高明得多，因此也为宋明理学家所接受，因此被视为理学之前兆。李翱非常向往惟严禅师的德行，任朗州刺史时，曾多次邀请惟严禅师下山参禅论道，都被惟严拒绝了。所以李翱只得亲

身去拜见惟严禅师，去的那一天，巧遇禅师正在山边树下看经。虽然是太守亲自来拜访自己，禅师却毫无起迎之意，对李翱不理不睬。侍者提醒惟严说：“太守已等候您多时了。”惟严禅师只当没听见，只是闭目养神。李翱偏是一个急性之人，看禅师这种不理睬的态度，忍不住怒声斥道：“真是见面不如闻名！”说完便拂袖欲去。惟严禅师这时候才慢慢睁开眼睛，慢条斯理地问：“太守为何看中远的耳朵，而轻视近的眼睛呢？”这话是针对李翱“眼之所见不如耳之所闻”而说的。李翱听了亦惊，忙转身拱手谢罪，并请教什么是“戒定慧”。“戒定慧”是北宗神秀倡导的渐修形式，即先戒而后定，再由定生慧。但惟严禅师是石头希迁禅师的法嗣，属于惠能的南宗，讲究的不是渐修，而是顿悟法门。因此惟严禅师回答说：“我这里没有这种闲着无用的家具！”李翱丈二和尚摸不着头脑，只得问道：“大师贵姓？”惟严禅师说：“正是这个时候。”李翱更弄不明白了，他只好悄悄地问站在一旁的寺院的总管，刚才大师的回答是什么意思？总管说：“禅师姓韩，韩者寒也。时下正是冬天，可不是‘韩’吗？”惟严禅师听后说：“胡说八道！若是他夏天来也如此问答，难道‘热’吗？”李翱忍俊不禁，笑了几声，气氛顿时轻松多了。他又问禅师什么是道。惟严禅师用手指指天，又指指地，然后问他道：“理会了吗？”李翱摇摇头说：“没有理会。”

惟严禅师的“云在青天水在瓶”大约有两层意思：一是说，云在天空，水在瓶中，正如眼横鼻直一样，都是事物的本来面貌，没有什么特别的地方。你只要领会事物的本质、悟见自己的本来面目，也就明白什么是道了；二是说，瓶中之水，犹如人的心一样，只要保持清净不染，心就像水一样清澈，不论装在什么瓶中，都能随方就圆，有很强的适应能力，能刚能柔，能大能小，就像青天的白云一样，自由自在。这时，突然一道阳光射了下来，正巧照见瓶中的净水，李翱顿有所悟，不禁随口念了一偈：

炼得身形似鹤形，千株松下两函经。我来问道无余说，云在青天水在瓶。不知他是领会了惟严说的禅机呢，还是在赞美老禅师说得好，抑或是说老禅师道行高。反正这首诗成了千古绝唱的禅偈。

惟严禅师开始故意不理睬李翱，是想挫挫他的傲气和火气，以便投入参禅问道的心境。因此，最后见他气和、心平之后，这才对他说了人道的真谛：云在青天水在瓶。烦恼就是自己大千世界，芸芸众生，凡人生活，必有苦乐。有一天，斋饭过后，性空禅师给弟子们讲起了故事。

从前，有一位长者，膝下有一子。儿子到了成年，他为其操办了婚事。这对年轻夫妇，新婚燕尔，感情如胶似漆。一天，丈夫对妻子说：“你到厨房给我倒一杯酒来，我要在这儿喝一顿。”

妻子赶紧到厨房，打开酒缸。不料，里面竟现出一位美人。妻子不知这是自身的影子，醋意大发，回来大骂丈夫说：“你做的好事，把个漂亮姑娘藏在酒缸里，想瞒天过海，到底有什么企图？”

丈夫吃了一惊，他非常纳闷，亲自掀开酒缸一看，竟也发现一个美男子。这时候，丈夫也大发醋劲，反而把妻子痛责一顿，他说：“你暗藏汉子，还敢诬赖我！”

这对感情一向融洽的年轻夫妇，顷刻间反目为仇，互揭疮疤，你一言我一语，责骂不休。一位跟他们关系很好的婆罗门听到吵架声，过来询问他们原因。听了夫妻二人互相指责的话语，为了查明事实的真相，婆罗门亲自去查看酒缸，不料，缸里没有美女俊男，反而现出一位很体面的婆罗门。他以为这个婆罗门与主人的关系比自己与他们更为密切，主人为了远离自己，才制造了夫妻吵架的假象，让他知难而退。他胡思乱想地瞎猜一阵，竟一言不发地走了回去。

一天，一位比丘尼来了。她为了劝架，也到酒缸前查看，发现里面已有一位尼师，也怒气冲冲地走开了。后来，一位行者走访，他看穿缸里全是影子，什么人也不存在。于是，把新婚夫妇拉到酒缸旁边说：“我把缸里的人拉出来给你们瞧瞧。”

只见他用一颗大石头，重击酒缸。酒水随着缸的破裂而洒了一地，里面再也没有什么人。新婚夫妇始知事情的真相，惭愧之余，和好如初。

白隐生子 白隐是日本禅宗里的著名高僧，培育他的老师是正受禅师，两人的师徒之情极深。在白隐要出外云游时，老师给他的临别赠言是：“聚离都为友，如影随身行。”

这是正受禅师对白隐的临别之言。但不是世俗的依恋，而是将其升华为伟大的心愿，期望白隐领会存于俩人心中不只是人间温情，更重要的是由智慧而来的真情与佛的慈悲。

白隐并没有辜负正受的期望，下面这则脍炙人口的故事正足以说明白隐已尽得正受的衣钵真传。

白隐禅师本以生活纯洁而闻名，不料有一日却被污为使附近的一个女孩儿受孕，女孩儿的父母怒不可遏地去找白隐理论，因为这个美丽的女儿在父母的逼问下指称孩子的父亲是白隐。白隐默默地听着那对愤怒的父母的交相指责，最后只说了一句话道：“就是这样吗？”

孩子生下来之后，当然交给“父亲”白隐。此时大师的名誉扫地，恶名远播，但他并不介意，只是非常细心地照顾孩子，婴儿所需的奶水及一切用品，都由他向邻居乞求而来。

事隔一年之后，孩子的这个未婚妈妈终于忍不住良心的谴责：向父母吐露了实情，孩子的亲生父亲其实是在鱼市做工的一名青年。她的父母立即将她带到白隐那儿，向禅师道歉，请他原谅，并且将孩子领回。白隐并不说话，只在交回孩

## 《禅语人生大全集》

子的时候轻声说道：“就是这样吗？”面对巨大的委屈、众人误解的不公待遇，白隐禅师却能吃下这天大的亏，只一句“就是这样吗？”而轻轻打发了。

落花无言 无德禅师是个得道的高僧，他曾经度人无数，下面这个故事就是一个例证。有一位女施主，家境非常富裕，不论其财富、地位、能力、权力，及漂亮的外表，都没有人能够比得上，但她却郁郁寡欢，连个谈心的人也没有，于是她就去请教无德禅师，如何才能具有魅力，以赢得别人的欢喜。无德禅师告诉她道：“你能随时随地和各种人合作，并具有和佛一样的慈悲胸怀，讲些禅话，听些禅音，做些禅事，用些禅心，那你就能成为有魅力的人。”女施主听后，问道：“禅话怎么讲呢？”无德禅师道：“禅话，就是说欢喜的话，说真实的话，说谦虚的话，说利人的话。”女施主又问道：“禅音怎么听呢？”无德禅师道：“禅音就是化一切音声为微妙的音声，把辱骂的音声转为慈悲的音声，把毁谤的声音转为帮助的声音，哭声闹声，粗声丑声，你都能不介意，那就是禅音了。”女施主再问道：“禅事怎么做呢？”无德禅师：“禅事就是布施的事，慈善的事，服务的事，合乎佛法的事。”女施主更进一步问道：“禅心做什么用呢？”无德禅师道：“禅心就是你我一如的心，圣凡一致的心，包容一切的心，普度一切的心。”女施主听后，一改从前的骄气，在人前不再夸耀自己的财富，不再自恃自我的美丽，对人总是谦恭有礼，对眷属尤能体恤关怀，不久就被夸为“最具魅力的施主”了！

求人不如求己 佛印了元禅师与苏东坡，一起在郊外散步时，途中看到一座马头观音的石像，佛印立即合掌礼拜观音。苏东坡看到这种情形不解地问：“观音本来是我们礼拜的对象，为何他的手上与我们同样挂着念珠且合掌念佛，观音到底在念谁呢？”佛印禅师道：“这要问你自己。”苏东坡道：“我怎知观音手持念珠念谁？”佛印道：“求人不如求己。”我们不知道自己拥有无尽的宝藏，不求诸己，但求诸人，希求别人的关爱，别人的提携，稍有不能满足所求，即灰心失望。一个没有力量的人，怎能担负责任？一个经常流泪的人，怎么把欢喜给人？儒家说：“不患无位，患所以不立。”只要自己条件具备，不求而有。观音菩萨手拿念珠，称念自己名号，不就是说明这个意思吗！ .....

# 《禅语人生大全集》

## 精彩短评

- 1、一单子乱七八糟，发现这书就买了
- 2、还没来得及看 给个好评吧
- 3、便宜。速度快
- 4、很好看的一本书啊，希望自己看后能更加成熟

# 《禅语人生大全集》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)