

<<林清玄说禅之二>>

图书基本信息

书名：<<林清玄说禅之二>>

13位ISBN编号：9787544325943

10位ISBN编号：7544325946

出版时间：2009-3

出版时间：海南

作者：林清玄

页数：210

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;林清玄说禅之二&gt;&gt;

## 前言

小麻雀的歌声 住乡下的时候，后山有一片相思林，黄昏或清晨，我喜欢去那里散步。

相思林中住了许多麻雀，总也是黄昏和清晨最热闹，一大群麻雀东蹦西跳，大呼小叫，好像一座拥挤热闹的市场，听到震耳的喧哗声，却没有一句听得清楚。

路过相思林时，我常浮起一个念头：这一群麻雀为什么不肯歇一歇呢？

它们那样无意义地蹦跳、无意义地呼喊喧哗，又是为什么呢？

我的念头生起后就灭去了，没有特别去记挂，只是，每走过相思林，那念头就生起一次。

相思林的麻雀偶尔也会数只一群飞到窗前的庭院，跳来跳去，叫一叫，就呼啸过去了。

有一天，黄昏时从相思林散步回来，坐在窗前喝咖啡，突然看见六只麻雀飞来了。

我知道那是一只母麻雀带着五只小麻雀，长时期对麻雀的观察使我知道，那身形较瘦、颜色较黑的是母麻雀，而羽毛较浅、身材蓬松显得有些肥嘟嘟的是小麻雀。

它们先停在草地上，在那里讨论什么事情似的，这时我听到母麻雀与小麻雀的声音竟不相同，大约低了两度左右，略为沙哑。

然后，我看见母麻雀一跃而起，向不远的开满菅芒花的芒草地飞去，非常准确地停在一株芒草上。

黄昏的秋风很强猛，使芒草摇来摇去，加上母麻雀的体重，晃得更厉害了，母麻雀啁啁地叫，小麻雀则唧唧喳喳笑成一团，显然是为母亲欢呼，只差没有鼓掌，有两只跳得快翻筋斗了。

母麻雀又啁啁地叫，接着五只小麻雀一拥而上，各自跳到不同的芒草叶上，一时之间，芒草堆东倒西歪，小麻雀们没站好，都落到地上。

母亲急切地叫了一阵，显然是给它们加油打气，小麻雀蹦蹦跳跳地回到原先的草地上，哗然而起，再飞去芒草堆里，站在秋风猛烈的芒草叶尖。

这样经过了好几次，五只小麻雀总算学会了站在芒草叶尖随风摇动的本事。

母麻雀宽慰地说了几句，带大家飞回草地，再嘻嘻哈哈唱跳一阵，突然欢呼一声，往相思林的方向飞去。

看麻雀飞远，我才发现端在手中的咖啡早已凉了，在刚刚那令人惊奇的一幕里，我似乎听懂了麻雀的语言——不，或者不是语言，应该说听懂了麻雀的心。

原来，麻雀们每天不能安歇的跳跃、叫个不停并不是没有意义的，只是我们从人的角度听来，不明其意罢了。

这样的发现使我忍不住动容，知悉如果我们有更体贴的心就能更进入万物的内在，如果我们的心有如镜子般明澈，我们就能照见众生平等、皆有佛性、遍及法界的真实了。

第二天清晨，我坐在窗前用早餐，听见一只麻雀高昂的叫声，探头一看，原来是昨日黄昏的一只小麻雀飞到草地上，只见它轻盈地展翅，一下就飞上了芒草叶，接着它顾盼自雄地随风上下，叫出一种欢喜的声音，那声音似乎在说：“天上天下，唯我独尊！”

” 我感觉那随风上下的芒草虽然不稳，可是从母亲的教导学会平衡的小麻雀，在那上面却是如履平地，欢喜自在，得其所哉！

在芒草上的麻雀是何其的定呀！

我们常说的“定”，事实上就是一种平衡和安顿。

一般人常以为定是“不动”，其实不然，一部快速前进的脚踏车比静止的脚踏车还定；一般人也以为巨大的东西比较“定”，也不然，一粒小石子的定并不输给一座山。

那么，什么是定呢？

在佛教里，定是等待、三昧、三摩地的意思。

一个人离开了心的浮沉，得到平等安详的状态，叫做“等”。

一个人能将心专止于一境不散乱，到心一境性时，叫做“持”。

真正的定，是不管外在环境有多少波动，都可以把心专止在安定自在的情况，就好像一只小麻雀在风中的芒草叶片唱歌一样。

那样子或者就叫做“如如”吧！

## &lt;&lt;林清玄说禅之二&gt;&gt;

唯其如如清爽、活泼与洒脱，正智慧才会生起而开悟真理！

在我们还没有得到真实的平衡与安顿时，我们要学习小麻雀，立在危草尖也毫无惧色，学习着安顿身心、平衡环境，生命的自在一定会一点一滴地确立起来。

“如如”或“三昧”可能是难以揣摩的，但可以确定的是，那必然是不假外求的，我们可以从佛、菩萨、祖师、师父身上学习一些事物，不过那最内在的，无法学习，只能开发。

就像麻雀妈妈只能教麻雀如何飞到草上，却不能教它们怎么样安顿，如何在风中平衡。

定是这样，禅是这样，一切菩提之道都是这样，只有自己去行。

“自己去行”有时走起来是孤单的，有时不免显得倨傲，但只要一直向前走去，就能免除孤单与倨傲的问题，因为，当一个人见到了自己的“本来面目”，就是见到“佛的本来面目”，也即是见到“一切众生的本来面目”，到那时心意开通，就颇不寂寞了。

在我的认知里，佛法一定要回到人间，深入人间，最后再来谈出世的问题。

特别是禅，是落实到人间生活的，每次读到祖师说“吃茶去”、“洗钵去”、“淘米去”、“饿来吃饭困来眠”、“神通兼妙用，运水与搬柴”、“平常心是道”……都给我一种深切的撞击。

仿佛听到祖师慈悲的声音说：离开人间没有菩提！

离开生活没有菩提！

离开因缘也没有菩提！

禅师讲“当下承担”，讲“念佛是谁？”

”讲“看脚下！”

”讲“纳须弥于芥子”，都是在教化我们，真实的修行应该从“此时此刻、此地此人”开始，真实的禅则要使人在现世得到安顿，得到平衡，得到明心，然后才讲生死的解脱，如果连身心的安住都做不到，讲什么死后的解脱呢？

马祖道一说：“所谓一切事处，一切色处，一切恶业处，菩萨用之，皆作佛事，皆作涅槃，皆是大道。

即一切处无处，即是法处，即是道处。

菩萨观一切处，即是法处。

菩萨不舍一切处，不取一切处，不拣择一切处，皆作佛事，即生死作佛事，即惑作佛事。

”语言动作、日常生活无疑是佛性的展现，佛性的光明却不能仅仅归结到语默动静里去。

不过，在这样动荡的时代，许多惑于神通感应的人，许多为神秘经验而修行的人，使我们更深刻认识到开悟的祖师强调平常、平实、平凡的生活是多么的无私和慈悲。

一个人要走向修行之路，最要紧的是要认识佛性不假外求，其次是要落实到生活，再来就是要“乐于道”，要“安之若素”，要“踊跃欢喜”。

在大乘菩萨十地中的第一地就是“欢喜地”，根据世亲菩萨的说法，欢喜分为心喜、体喜、根喜，又可以细分为九种。

一、敬欢喜——恭敬三宝，心生欢喜。

二、爱欢喜——乐观真如法性，心生欢喜。

三、庆欢喜——自觉所悟殊胜，心生欢喜。

四、调柔欢喜——身心遍益，心生欢喜。

五、踊跃欢喜——身心满足，心生欢喜。

六、堪受欢喜——见己接近觉悟，心生欢喜。

七、不坏欢喜——指调伏、解说、论议时，心不动摇之喜。

八、不恼欢喜——指教化摄取众生，慈悲调柔之喜。

九、不嗔欢喜——指众生威仪不正亦能不怒之喜。

这些欢喜使我们知道，乐道者常保喜心，喜中有慈悲的雨和智慧的云，清洗自己与众生的心，并使之得到洒脱与自在。

我的说禅系列在《中华日报》连载时，就是在开发自性、落实生活、乐道喜法上用心，第一集出版后曾得到无数读者的鼓励，现在把第二集的书名叫《香水海》。

香是用来比喻佛法的功德，例如戒香、定香、慧香、解脱香、解脱知见香，一个人解脱了就有如

## <<林清玄说禅之二>>

入于香水的大海，无处不是妙香。

根据佛教传说，世界有九山八海，中央是须弥山，其周围为八山八海所围绕，除第八海是咸水海之外，其他都是八功德水，有清香之德，称之为“香水海”。

我觉得，一个人走向菩提道，正像从贪嗔痴慢疑的咸水中，游向具有澄净、清冷、甘美、轻软、润泽、安和、除饥渴、长养善根八种功德的香水大海。

我的文章是希望让人认识那个香水海，不只在须弥山，也在人的自身。

我喜欢佛教在布萨时，以香水洗手所唱的一首偈：八功德水净诸尘，灌掌去垢心无染；  
执持禁戒无阙犯，一切众生亦如是。

我也喜欢《观佛三昧海经》的香偈：愿此华香，满十方界。

供养一切佛，化佛并菩萨；无数声闻众，受此香华云。

以为光明台，广于无边界，无边作佛事。

当我在念诵着香偈时，觉得自己仿佛一只小麻雀栖停在狂风中的芒草叶上，在浊乱的世界中放怀歌咏，自有欢喜，心无挂碍，远离恐怖、颠倒、梦想。

至于，别人是不是愿意听小麻雀的歌声，那是无所谓的，在广大的时空中，有缘的人自会听见。

林清玄于台北永吉路客寓。

## <<林清玄说禅之二>>

### 内容概要

香是用来比喻佛法的功德，如戒香、定香、慧香、解脱香、解脱知见香，一个人解脱了就有如入了香水的大海，无处不是妙香。

一个人走向菩提道，正像从贪嗔痴慢疑的咸水中，游向具有澄净，清冷、甘美、轻软、润泽、安和、除饥渴、长养善根八种功德的香水大海，这些文章是希望让人认识那个香水海，不只在须弥山，也在人的自身。

恬淡自然，蕴涵佛理，这是林清玄作品的特色，他的文字如清澈的山泉、和煦的清风，散发着淡淡的自然气息。

字里行间那富有禅意的世界，让人感觉到感恩与善良，也让人内心充满宁静与关爱，他别样的文字，犹如混沌世间的一片净土，一缕莲花的清香。

## <<林清玄说禅之二>>

### 作者简介

林清玄，高雄旗山人。

8岁立志成为作家，17岁正式发表作品，才情敏慧，广受文坛瞩目。

30岁囊括台湾地区最高文艺奖项数十种，其中有：中山文艺奖、金鼎奖、联合报散文首奖……  
32岁遇见佛法，入山修行，深入经藏。

35岁出山，四处参学，写成“身心安顿系列”，成为90年代最畅销的作品。

40岁完成“菩提系列”，畅销数百万册，是当代最具影响力的书之一。  
同时创作“现代佛典系列”，带动佛教文学，掀起学佛热潮。  
获颁杰出孝子奖。

45岁录制《打开心内的门窗》《走向光明的所在》有声书，被誉为有声书的典范。  
世新大学选为十大杰出校友。

50岁完成“人生寓言系列”三百篇，被选为青少年最佳读本。

52岁完成写作奥秘三部曲，《林泉》《清歌》和《玄想》，被选为中小學生优良读物。

53岁出版《老先觉的话》，再度被选为中小學生优良读物。

他从少年到壮年，出版过一百多本著作，随着阅历的广大，体验的深刻，作品不断提升境界。

他从文学到佛学，悲智双运，情境相容，不断创造新局，自成一家之言，被誉为“台湾文化的良心”。

他的文字魅力风靡华人世界，作品多次被编入中国内地、中国台湾、中国香港以及新加坡的中文课本，获颁全球华人文化薪传奖。  
内地艺文界将其誉为“当代散文八大家”之一。

<<林清玄说禅之二>>

书籍目录

自序 小麻雀的歌声1 今生今世2 现代人的禅3 一粒米大如须弥山4 一粒粟中藏世界5 如果没有明天6  
大生大死7 以寻死之心活着8 茶禅一味9 坐与禅10 鸟飞如鸟11 只管去行12 自由之灯13 凡事包容14 开  
悟第15 山水的入处16 人与境17 恶人正机18 恒绿之心19 一场游戏一场梦20 师音师心21 风情万种22  
大洋海里打鼓23 时光飞逝如电24 惠心空中境25 身心调柔26 沉默大师27 垂丝千尺28 我能打大鼓29 全  
露法王身30 大喜过望31 天下第一神射32 皮肉与骨髓33 僧肇的归向34 宗风与机锋35 最上乘禅



## &lt;&lt;林清玄说禅之二&gt;&gt;

## 章节摘录

1 今生今世 近代高僧弘一大师隐居在山上的时候，他的老友徐悲鸿常到山上去探望他。

有一次，徐悲鸿突然发现山上已经枯死多年的树，发出新嫩的绿芽，心里感觉很纳闷，便向弘一法师说：“这树死了多年，现在又发芽，大概是因为您这位高僧住到山中，感动了这棵枯树，使它起死回生吧！”

弘一大师回答说：“不是的，是我每天为它浇水，它才慢慢活起来的。”

我读到这个故事的时候，深受感动，那枯树发芽，原来是每天浇水的缘故。

当然，徐悲鸿的观点也没有错，如果不是高僧，怎么会想到对枯树浇水呢？

这使我想到了佛教刚刚传入中国的时候，“此岸世界”与“彼岸世界”是互相分离的，现实世界是苦难的，极乐世界则是无瑕的理想世界。

因此，一般人信仰佛教是对现实世界的不满，转而希望寄托于来生，这好比在“今生”与“来世”之间筑起一道墙，在墙这边的人由于生活的苦厄，相信翻墙过去，就是鸟语花香、莲花宝树、无忧无虑了。

可是反过头来看，对许多有福气的人，他们住在这个娑婆世界的生活和西方极乐并无两样，他们富贵寿考终其一生，对他们而言，现世与彼岸的界限又在哪里呢？

我们如果做一个问卷调查，会发现有许多人宁可再一次回到现实世界，也不一定渴望到极乐世界去。

禅宗在中国的发扬因而具有极深刻的意义，它把极乐世界从遥远的西方拉回现实世界，把虚幻不可知的来生拉回今世，把清净的彼岸与混浊的此岸打破了界线，甚至把山河大地、日月星辰、森罗万象，乃至三千大千世界与心地完全合一了。

这种把生死、心佛、烦恼与菩提。

现世与来生的界线打破，可以说是一种“安放”，把参禅悟道安放在被认为污浊的尘世，把成佛解脱安放在苦难重重的现世，把虚空安放在现实上——或者我们可以这样说吧！

禅心最重要的特质，乃在身心的安放，今生今世的安放，与来生来世的安放，都一样是安放呀！

临济义玄禅师说：“一人在孤峰顶上。

无出身之路。

一人在十字街头。

亦无向背，哪个在前。

哪个在后？

在孤峰顶上或在十字街头，既没有前，也没有后，既都是前，也都是后，我们不能说孤峰顶上胜过十字街头，因为“前”或者“后”并不是这样判别的。

在禅师眼里，唯有顿悟本心才是最重要的，一旦顿悟本心。

就可以打破法界的障碍，达到事事无碍的境界，就是“一切举动、施为、语默、啼笑，都是佛慧”的境界。

这种境界原不待来生去求，今生如果能见本心，也就求得了。

玉琳通秀禅师说：在在是居士菩提场。

物物是居士正法眼：事事是居士菩萨行，步步是居士那伽定。

“在在、物物、事事、步步”正是对今生今世修行最大的肯定，如果没有禅者这种活泼的直观体验和追求心灵澄明的喜悦与解脱，中国佛教不可能在历史上生机勃勃、气贯山河。

僧肇禅师说：“非离真而立处。

立处即真也，然则道远乎哉？

触事而真。

圣远乎哉？

体之即神。

道并不远，道是在我们站着的地方，圣也不远，圣在我们有体验的地方。

大至山河大地，小到鸟兽花草都能有禅心的体验，这里面看来玄奥，却不是难以体会的。

禅宗的实践与思维，不只是打破了今生与来世的通道，也打通了理性思维与感性思维的融合，打



## &lt;&lt;林清玄说禅之二&gt;&gt;

通了外在世界与内在心灵的界线，对于人类文化，确有真实的贡献。

了解到今生今世的重要，对今生今世与来生来世，乃至永生永世都有着热切、诚挚与庄严的追求，这才是禅者立心，修行者立命的所在。

2 现代人的禅 存在于这个世界的事物，不管是什么，都会在时代与环境的迁移中改变面貌，即使是禅也不例外。

在历史上，禅就曾经有过几次大的变革，一开始，达摩祖师初到中国的时候，主张“藉教悟宗”，他以《楞伽经》为根本而创立了“二入四行”的宗门教义。

他强调打坐，相传他曾在河南嵩山少林寺面壁长达九年之久，号为“壁观婆罗门”，壁观就是“外息诸缘，内心无喘，心如墙壁，可以入道”。

达摩以坐禅为务，是佛教禅那静虑的传统，自他以下到五祖弘忍，无不非常重视坐禅。

到了六祖慧能，开展了“教外别传”的观点，摆脱宗教的教条，突破了艰深的教义与阶梯的修行，以当下顿悟为解脱方法。

因而他不主张坐禅，而强调“心要”，他说：“道由心悟，岂在坐耶？”

六祖慧能的禅法，不只是对佛教的革新，也是对禅法的革新，他的观点衍生出曹洞、云门、法眼、沩仰、临济五宗，基本上是反对枯寂的禅坐，指出禅定只是开悟的手段。

后来传到圭峰宗密，他主张“禅教一致”，宗密先受荷泽宗的禅法，精研《圆觉经》，后来又随澄观学《华严经》，故融会教禅，他曾深入儒学，又主张佛儒同源。

他认为“顿悟资于渐修”、“师说符于佛意”，所以教与宗乃是一味法。

宗密以后，禅宗逐渐与佛教各宗合流，明清时“禅净合一”的修行大盛，于是奋迅直接，大开大合的精神不如从前，禅宗可以说是没落了。

我们从历史上禅宗的革新与变化，可以知道即使是禅这样激扬踔厉、卓越不群的法门也是随着时代在变化的，因于人心不同的需要，禅的修法展现了不同的面目。

这使我们知道，古代有古代的修行方法，今人要有今人的修行态度，不可泥古执著、僵化呆板，否则不但修行难以成就，反使修行走向闭门造车之路。

因为，现代人和古代人在生活方式、思想习惯、居住环境、社会结构都已经大有不同了，我们就无法和古人用相同的方式修行。

我记得宗萨蒋扬钦哲仁波切曾说到两个有趣的观念，他说：“如果一个纽约人修行，做了一百个大礼拜，几乎和在尼泊尔修行的人做十万个大礼拜，功德是一样的。

因为有些纽约人一天要工作十二小时，甚至十八小时，他非常努力才能在生活中找到一点点时间修行，对他们来说，他们才知道什么是真的时间，什么是佛法的真价值。

他又说：“佛陀在世的时候，如果一个和尚把比丘二百五十条戒律都守得住，和现代的一个和尚只守得住一条戒，他们的功德是一样的。

因为在佛陀的时代外界的引诱少得多，当外界没有引诱的时候，要守戒当然是很容易。

这虽是对密法的开示，禅法也应如此，现代禅者居住在烟尘滚滚的城市，要在车阵噪音中来去，在环境污染、社会混乱、人心败坏之中还要保持禅心，的确是比古人要艰难得多。

所以，现代人需要现代禅法。

今日之禅必要与今日社会一起脉动，正如古代之禅在古代社会一样。

现代人由于没有时间像古人每天花几小时来深入禅定，因此要养成行住坐卧都把握禅定的心；现代人难以有出世的环境（即使是现代的出家人也比古代出家人忙得多了），因此要在有人处修行，要出世人世兼顾，养成胸怀天下的习惯；现代人身心压力大，烦恼多，因此要讲究禅定的效应，不离清净智；现代人的资讯丰富、环境复杂，因此要充分运用时间修行……我们可以列出至少一百条现代人与古代人不同的情况，简而言之，现代人因于高度发展的科学技术，受制于复杂的政治经济体制、家庭社会的变迁等等，已经变得支离破碎，逐渐失去了生命深处中尽情悲哀和尽情欢乐的能力，失去了与自然界的联系，失去了统一与和谐的心。

这些，用古代禅师“吃茶去”、“洗钵去”、“如何是祖师西来意”都难以挽救，甚至棒喝也不行了，那么如何更明确地建立现代禅修观念，才是使禅生生不息的方法。

我在文前引的诗偈是立中成禅师看到腊月火烧山写下的偈，可以用来看现代修行者的处境，比起

## <<林清玄说禅之二>>

古人，修行益为艰困，正如白云找不到旧的行踪，是在腊月冷冰冰处要烧得暖烘烘一般。但愿在现代修行的人都能认识到法与时代的关系，不拘泥于法，透过真诚的、敏锐的实践，为日后还要更分崩离析、支离破碎的现代人，找出一条修行之路。

3 一粒米大如须弥山 小时候家里种稻子，因此在吃饭时，大人总对米粮特别注意，吃完饭都要检查饭碗里是不是还有米粒，甚至掉在桌上或地上的饭也要捡起来吃。

我对稻米有特别的情感，至今还留有一些不可磨灭的印象，例如在收割稻子的时候，我们小孩子总要在收割完的田里捡拾遗落的稻穗。

而在晒谷时，把谷扫完后，总要仔细在晒谷场巡视有否遗落的谷子。

母亲都很早就起来煮饭了，我们的早餐就是喝煮饭时刚滚开的水，加一小撮糖，我们叫做“米汤”。

下午放学回家，大锅里的饭都吃光了，母亲会用铲子把锅底一层厚实的锅巴铲下来，撒一把糖，两面相夹，那就是最好的点心了。

<<林清玄说禅之二>>

媒体关注与评论

美丽的辞藻问题短暂的，只有真正的思想才可以恒久。  
一切佛法的写作都是在帮人找钥匙。  
——林清玄

<<林清玄说禅之二>>

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:<http://www.tushu007.com>