

# 黄梅禅



二零一三年十月·第五期·总第六十五期  
《黄梅禅》编辑部

2013

05



## 黄檗山断际禅师传心法要

师谓裴休曰：诸佛与一切众生，唯是一心，更无别法。此心无始以来不曾生，不曾灭，不青不黄，无形无相，不属有无，不计新旧，非长非短，非大非小，超过一切限量名言踪迹对待，当体便是，动念即乖，犹如虚空，无有边际，不可测度。唯此一心即是佛，佛与众生，更无别异，但是，众生着相外求，求之转失，使佛觅佛，将心捉心，穷劫尽形，终不能得，不知息念忘虑，佛自现前。此心即是佛，佛即是众生。为众生时，此心不减，为诸佛时，此心不添，乃至六度万行，河沙功德，本自具足，不假修添，遇缘即施，缘息即寂，若不决定信此是佛，而欲着相修行，以求功用，皆是妄想，与道相乖。

此心即是佛，更无别佛，亦无别心。此心明净，犹如虚空，无一点相貌，举心动念，即乖法体，即为着相，无始以来，无着相佛。修六度万行，欲求成佛，即是次第，无始以来，无次第佛。但悟一心，更无少法可得，此即真佛，佛与众生，一心无异，犹如虚空，无杂无坏，如大日轮，照四天下，日升之时，明遍天下，虚空不曾明；日没之时，暗遍天下，虚空不曾暗。明暗之境，自相凌夺，虚空之性，廓然不变。佛及众生，心亦如此。若观佛作清净光明解脱之相，观众生作垢浊暗昧之相，作此解者，历河沙劫，终不得菩提，为着相故。唯此一心，更无微尘许法可得。即心是佛，如今学道人，不悟此心体，便于心上生心，向外求佛，着相修行，皆是恶法，非菩提道。供养十方诸佛，不如供养一个无心道人。何故？无心者，无一切心也。如如之体，内如木石，不动不摇，外如虚空，不塞不碍，无能所，无方所，无相貌，无得失。趣者，不敢入此法，恐落空无栖泊处，故望崖而退，例皆广求知见，所以，求知见者如毛，悟道者如角。

文殊当理，普贤当行。理者，真空无碍之理；行者，离相无尽之行。观音当大慈，势至当大智。维摩者，净名也。净者，性也，名者，相也，性相不异，故号净名。诸大菩萨所表者，人皆有之，不离一心，悟之即是。今学道人，不向自心中悟，乃于心外着相取境，皆与道背。恒河沙者，佛说是沙，诸佛、菩萨、释梵诸天步履而过，沙亦不喜；牛羊虫蚁践踏而行，沙亦不怒。珍宝馨香，沙亦不贪；粪尿臭秽，沙亦不恶，此心即是无心之心。离一切相，众生诸佛，更无差别，但能无心，便是究竟。



癸巳年国庆短期出家禅修班



# 黄梅禅



HUANGMEICHAN

《黄梅禅》杂志编辑部

二零一三年第五期·总第六十五期

主管 湖北省民族宗教事务委员会  
主办 黄梅禅宗文化研究会  
创刊 本焕老和尚  
导师 净慧老和尚

## 编委会

主任 明基  
顾问 黄林兵  
编委 印通 宽祥 明海 明奘 明杰 明影  
宽悟 能证 崇谛 崇顿 崇涛 崇易  
何立松 吴言生 冯学成 常智 黄总舜

主编 崇谛  
责编 郭建  
美编 李博峰 徐华  
责校 崇易 耀察  
发行 崇顿  
刊务 明盛  
印务 明风

通信地址 湖北黄梅四祖寺  
邮政编码 435509  
联系电话 0713-3166010  
0713-3166309  
投稿邮箱 bjb@hmszs.org  
订刊邮箱 fxb@hmszs.org  
官方网站 www.hmszs.org  
电子版 www.huangmeichan.com  
准印证号 SG/2134  
出版日期 2013年10月25日

禅林宝训	01	黄檗山断际禅师传心法要
禅学研究	04	试析太虚大师“人生佛教”理论的禅宗渊源 /李虎群
	17	中国佛教制度与东山法门丛林改革之意义 /纪华传
	24	生命的禅境：认识“瞋” /释坚意
正觉之音	33	生活禅夏令营：传统文化复兴的绝佳范本 /本刊编辑部
	39	第十届禅文化夏令营开闭营式讲话专辑
	58	禅是属于全世界的宝贵财富 ——访四祖寺代理住持明基大和尚 /本刊编辑部
	61	做人的最高目标就是成佛 ——访真际禅林监院明影法师 /本刊编辑部
	66	“我为净慧长老的信念而来” ——访茶文化专家、夏令营讲师寇丹老师 /韩天琪
	69	所有学识用于解决当下社会问题 ——王志远教授谈净慧长老与生活禅 /本刊编辑部
运水搬柴	72	“净慧长老是实践生活禅的最佳典范” ——访著名佛教学者明尧居士 /本刊编辑部
	76	学佛：点缀生活还是改变生命（四） /宗舜
	82	武夷山上三道茶 /明鉴
禅海游踪	86	做自我的旁观者 /马明博
	91	雨声里的七笔勾 /地儿
西山明月	96	《二入四行观》导读（提纲） /明尧
	106	净慧长老佛教教育贡献及思想研究 /何则阴
	112	浅议禅修与修廉 /王河水
花桥帝网	118	禅廉文化的核心内涵 /石文军
	125	法海微波
功德藏	126	功德芳名录

# 试析太虚大师“人生佛教”理论的 禅宗渊源

◎李虎群

作为中国近代佛教改革运动的中流砥柱，太虚大师（1889~1947）一生极力倡导教理、教制和教产三大改革，以竭力促成佛教的现代化。教理改革就是他的人生佛教系统理论，而人生佛教的重要来源和基础之一即是他体证的中国禅宗思想。这就需要我们首先明确太虚建设现代佛教的中国佛教本位立场，这一点可以鲜明地体现在他围绕《大乘起信论》和欧阳竟无的争辩中；而中国佛教本位这一立场的具体落实即是他“中国佛学特质在禅”的著名论断，这里的“禅”不止指的是禅宗，更是指中国佛教重视证悟的修学传统；太虚在祖述和继承中国佛学传统的基础上，更站在建设世界新文化的高度，强调解行并重，一方面要具有洞观缘起的洞察力，一方面更要有践行大乘佛法的菩萨行；也正因为禅既是中国佛教的主流，更是建设“人生佛教”的基石，故太虚在梳理和反省宋元以来禅宗的流弊的基础上，又特别强调新时代的禅要扩大门庭，融会诸种教门甚至日本、西藏乃至锡兰等地的佛教殊胜之处。我们认为，只有系统梳理并理解太虚大师“人生佛教”理论和禅宗的紧密关联，才会更好地把握中国佛教当代发展的路向，并在现实层面上化解人们心灵深处的紧张焦虑以及人际之间的冲突。

## 一、“人生佛教”的中国佛教本位立场

太虚和欧阳竟无是近代佛教界的佛学双璧，二人曾经同在杨文会门下就学，有同学之谊，太虚在致欧阳的信里就曾说过，“竟无居士道鉴：今中国佛教中人，居士与虚固应处较为相知之列，而自仁老以来之关系，于道谊亦不为不深。”；太虚还曾不断赞叹欧阳的学问，说“予并世所知识者，最心折欧阳竟无居士与章太炎居士之学问。”在欧阳去世时更挽之以“胜军论后有斯文，公已追踪先觉；石埭门中空上座，我尤孤掌增哀。”但二人及其门下却存在着诸多法义之争，影响深远。那么，太虚为何一生不断质辩欧阳呢？令太虚孤掌难鸣的又是什么呢？我们认为，两位佛学大师为教护法之心自是不异，但对于佛教在现代社会的走向，态度却是迥然有别。太虚作为近代佛教革新运动的领袖，一生致力于佛教教理、教制和教产契理契机的变革；而他建僧始终坚守着两条基本路向——缙素明于分宜、中国佛教本位；而这恰恰正是通过与欧阳质辩体现出来的。欧阳一去，这两条路向再难辩明，故而太虚孤掌增哀。我们今天详细梳理这一论辩，对于进一步探索佛教的现代化仍然有着丰富的启发意义。

在佛法义理层面，太虚对于欧阳的“法相、唯识分宗说”、“乘三教一判教说”以及“《大乘起信论》疑伪说”等也多有辩难；笔者特选择太虚质辩欧阳“《大乘起信论》疑伪说”，

梳理其前后始末，以方便凸显太虚建僧中坚持的中国佛教本位的原则。

《大乘起信论》堪称为一部奇书。这部书仅有一万一千余字，旧题“马鸣菩萨造、梁真谛译”（称为“梁译本”），在周、隋之际出现以来，即受到中国及朝鲜、日本佛学界的极大重视，广为流传。唐代，实叉难陀又事翻译（称为“唐译本”）。此后，历代注家络绎不绝，而中国佛教各宗几乎都从《起信论》义理中有所吸取，其思想影响之深广，在中文佛典中堪称独步。但同时，关于此书著、译者的真伪、义理内容的是非等问题，却很早就疑议丛生，到了近代，佛学界更展开了长期激烈的论争；这主要是在欧阳的支那内学院和太虚的武昌佛学院之间展开的，欧阳一边有王恩洋、吕澄等，太虚一边有唐大圆、陈维东等。

1922年，欧阳在内学院讲《成唯识论》的时候，论前先讲‘唯识抉择谈’，在这篇演讲的第七部分《抉择五法谈正智》中，首先对于《起信论》提出了质疑。认为《起信论》净、染互熏的真如缘起论和不立无漏正智种子二义，混淆体用，与唯识学不合；遂推断此论乃是马鸣由小乘向大乘“过渡”时期不成熟的作品，故“立论粗疏”，是“过度时论”；最后论定，“凡善求佛法者自宜慎加拣择，明其是非。然而千余年来，奉为至宝，末流议论，鱼目混珠，惑人已久，此

诚不可不一辨也。”后逐渐认为《起信论》是部伪经，而且贻害无穷，“北魏菩提流支重译《楞伽》，大异宋译，译籍虽多，歧义屡见，于是《起信论》出，独帜法坛，支离笼统之害，千有余年，至今不熄。”

太虚遂作《佛法总抉择谈》、《大乘起信论别说》、《缘起抉择谈》、《起信论唯识释》等文，反驳欧阳竟无观点，一再申述《大乘起信论》的合理性。在《佛法总抉择谈》里，他依唯识三性作为抉择一切佛法之标准，一者，偏于依托‘遍计执自性’而施設言教者，唯破无立，此以十二门、中、百论为其代表，所宗尚则在一切法智都无得，而其教以能起行趣证为最胜用。二者、偏于依托‘依他起自性’而施設言教者，有破有立，此以《成唯识论》等为其代表；所宗尚则在一切法皆唯识变；而其教以能建理发行为最胜用。三者、偏于依托‘圆成实自性’而施設言教者，唯立无破，此以《华严》、《法华》等经，《起信》、《宝性》等论为其代表；所宗尚则在一切法皆即真如；而其教以能起信求证为最胜用。并引述窥基之言作证，‘摄法归无为之主，故言一切法皆如也。摄法归有为之主，故言诸法皆唯识。摄法归简择之主，故言一切皆般若’。接着，太虚本此佛法的总抉择的方法，来证明《起信论》真如缘起论的合理性，方便会通《起信论》与唯识“真如宗以最扩大圆成实故，摄

诸法归如故，在生灭门中亦兼说于真如体不离不灭之净相用名为真如。以诸净法——佛法——统名真如；而唯以诸杂染法——异生法——为遍计、依他，统名无明，或统名念；此《起信论》所以有‘无明熏真如，真如熏无明’之说也。……唯识宗以扩大依他起故，祇以诸法之全体名真如，而真如宗时兼净相净用统名真如；此于真如一名所诠义有宽狭，一也。唯识宗于熏习专以言因缘，真如宗于熏习亦兼所缘、等无间、增上之三缘以言，二也。明此、则唯识宗正智现行唯识熏正智种子，无明现行唯熏无明种子，且不可言正智无明相熏，何况可言无明真如相熏！而真如宗则可言无明熏真如，真如熏无明也。二者各宗一义而说，不相为例，故不相妨。”太虚在这里指出，《起信论》的真如概念和唯识宗的真如概念‘所诠义有宽狭’，唯识宗因为扩大依他起故，只以诸法之全体名真如，而真如宗则兼净相净用统名真如，这就包含了真如圆成实自性和净分依他圆成实自性，这样的扩大的真如概念当然可以与无明互熏。太虚又指出，唯识宗于熏习专以言亲因缘，而真如宗于熏习亦兼所缘、等无间、增上之三缘以言，由此缘起而言，亦许有《起信论》之真如无明互熏。

太虚后来觉得上述的解释还不能解人全部疑惑，继《缘起抉择谈》之后，又做《起信论唯识释》，从论主

作论所据之心境进一步来证明《起信论》的合理性。认为马鸣造此论之依据，必在八地或初地以上之菩萨心境，而凡夫是有漏生有漏，佛是无漏生无漏，而只有菩萨能够有漏、无漏展转相生，把有漏、无漏打成一片，归于一心即众生心，这与唯识之义并不矛盾，“盖菩萨心无漏现行时，可依根本智起后得智，复可依后得智无漏无间有漏现行。”

太虚还从佛法的研究方法和态度上论述要尊重《起信论》这样的圣言量，认为研究佛法不能囿于名相分别，而要切身修证，并对近人驰鹜于法相研究而不返多所批评，“研究大小乘法相，若不重于切身修证，专作名相分别，诤论坚固，成恶取法相，不惟终生心力徒为名相消磨，且能因之增长贪求名利恭敬及贡高我慢等无量烦恼！近人多鹜趋法相之研究，孰知法相似难而实易，法性似易而实难，性相一如理量同时之圣境尤不易窥测。对于佛圣甚深密意趣言，不能强信，妄凭穿凿，肆为抨击，实犯大戒！”因为太虚认为佛学乃真修实证之学，应该由解起行，由行趣证，因而太虚提出了他的佛学研究方法，一是参用史实之考据；二是尊重果觉之仰信。而参用史实之考据者大致可分二派：训诂派和义理派。训诂派之研究，依训诂解释文句，然泥守陈言，鲜有发挥。义理派之研究，类皆望文生义，

穿凿附会。遂特别提倡尊重果觉之仰信，“惟不知历史之考据，在佛法中只可应用于相当之事实。而必泥执史学研究之法，对于佛说种种事相乃多否认，如近之学者每犯此病。故此后学佛，应有第二段尊重果觉之信仰，即信从得证佛果者有超人之智识，其所证知之境界有非人类之常智所能征验者。故研究佛学，于圣言量应有尊重之态度。”

为了维护《起信论》之教权，太虚领导的武汉佛教同人，乃于1923年编辑‘大乘起信论研究’，刻隋慧远‘起信论疏’，明《起信论》为古今共信。大师为‘起信论研究’作序，甚至不惜以臻乎上乘的方便来会通欧阳对于《起信论》的质疑，太虚先指出，梁启超的评论《起信论》是为了使囿囫吞枣之学佛者流，从无疑以生疑；因疑深究，以便高阁之宝藏至教，皆浸入学佛之心海，乃能确解而坚信，然后接着指出欧阳及其弟子王恩洋批评《起信论》的目的：“至于欧阳君、王君，其意亦同。加以古德据起信而将唯识判为大乘权教，遂致千年来之学佛者，对于唯识无造极之研究。今欲导之壹志专究，须先将蔽在人人目前之起信辟除，亦势之必然者也。”因而太虚认为欧阳批评《起信论》只是方便说，不必遽兴诤辨，言下之意就是《起信论》不是伪书，“由此观之，则三君之说，皆菩萨之方便，盖可知矣。待他日‘开权’之时节因缘

一到，在三君必自有‘显实’之谈，今何用遽兴诤辨哉？！”

太虚为何如此不遗余力的维护《起信论》的合理性呢？因为《起信》与《楞严》等，殆为中国佛教唐代以来相承之最高圣言，对于中国各宗佛学都有至关重要的影响，是中国佛学的慧命所在。太虚如此维护《起信论》，就在于他意识到了《起信论》与中国佛学的密切关系，“此诸圣教可诤拨者，则摄一切法归无为主之真如宗经论，应皆可诤拨之！于此不得不力辨其非也。”而太虚认为佛法的精髓即在于中国佛学，更在于禅宗，“最雄奇的是从中国第一流人士自尊独创的民族特性，以达摩西来的启发，前不见古人后不见来者，而直证释迦未开口说法前的觉源心海，打开了自心彻天彻地的大光明藏，佛心自心印合无间。与佛一般无二的圆明了体现了法界诸法实相，即身便成了与佛陀一般无二的真觉者。然后应用一切方土的俗言雅语，乃至全宇宙的事事物物，活泼泼地以表现指示其悟境于世人，使世人各各直证佛陀的心境。此为佛学之核心，亦为中国佛学之骨髓。唯中国佛学握得此佛学之核心，故释迦以来真正之佛学，现今唯在于中国。”故他与欧阳竟无的论争，实涉及到拘守印度化的唯识学或是承认中国主流佛学这一根本义理问题；《起信论》

若伪，则整个中国佛学以致中国佛教的慧命则将无寄，势必断绝。中国佛教的重建怎么可以在沙地建起呢？那么，势必要抛弃中国佛教本位，而代以印度或者西藏日本等地的佛学和佛教；而这恰恰是太虚所反对的，他强调的是‘中国佛教本位’：“应本实际之中国佛教，吸收东西古今一切特长，以成为中国的或世界的现在到将来之新佛教。”

通过太虚力辩欧阳《起信论》非伪，我们可以更加清楚地理解太虚在讲《新与融贯》时明确提出的‘中国佛教本位’的思想了，这是他建僧贯彻始终的路向：“本人所谓中国佛教本位的新，不同一般人倾倒于西化、麻醉于日本，推翻千百年中国佛教的所谓新！亦不同有些人凭个己研究的一点心得，批评中国从来未有如法如律的佛教，而要据佛法的律制以从新设立的新！此皆不能根据中国佛教去采择各国佛教所长，以适应目前及将来中国趋势上的需要。所以本人所谓的中国佛教本位的新，有两点：一、是扫去中国佛教不能适应中国目前及将来的需求的病态，二、是揭破离开中国佛教本位而易以异地异代的新谬见。在这两个原则之下，在中国目前及将来趋势的需求上，把中国佛教本位的新佛教建立起来。”

## 二、“中国佛学特质在禅”及其深意

1907年冬，太虚在汶溪西方寺阅大藏经时读《大般若经》有所彻悟，后在1916年闭关普陀山时又于唯识有所悟入。他一生倡导人生佛教，就本诸禅悟的体验，辅以唯识的缜密。他向来把中国大乘教理分为三系：法界圆觉宗、法性空慧宗、法相唯识宗，或称之为佛本论系，性空论系，唯识论系；认为台贤禅净是中国佛教的主流；而性空唯识二系只是旁支，虽曾大大影响这一主流，但最终融入了主流佛学中。所以，佛教自晚唐以来，行证不出禅净、教理不出台贤。他进一步认为，相对于南洋佛法之特质在律仪，西藏佛法之特质在密咒，日本佛教的特点在于闻慧及通俗应用、研究各种经论的学问大、于身心实际修证的功夫小，中国佛学的特质即在于禅，禅是中国佛学主流中的主流。

太虚认为，佛教两汉东来之际，中国文化已经非常发达，形成了自己的特色。特别是魏晋时期，中国的士大夫崇尚简括综合的玄理、隽朴玄远的语句以及恬逸淡泊的生活；在这样的玄简士习中，中国佛学并未形成神咒感应的信仰，或成为乐著分析辩论的学术，而是注重从端严寂默禅静修养中凸显佛法的无穷妙智，遂形成了

渊默精彻注重实证的禅风，由之奠定了二千年來中国佛学的基础：“吾华佛法，至初盛唐始完备；武宗毁后，各宗皆衰落，独禅宗水边林下，自葆其真。复经五代而入宋初，最称隆盛，不唯掩包佛教之全局，使时人知有禅而不知有佛，但以禅称；抑且遇人即顶门一锤，要问渠未生前本来面目，或当念是谁，死后何存，震荡得全国人心非向此中讨个消息没个断疑生信处，于是禅宗乃打入全国之心底深处。故宋、明来，不但佛教各宗皆张设门户于禅宗之信基上，即儒道二家之门户，亦张设于禅宗之信基上。”说中国佛学特质在禅，这里的禅主要是一种佛法修习弘说的风格，是戒定慧的“定”，或是禅观，即静虑之意，就是在静定中观察思虑，所以比禅宗之禅的意义宽泛，但禅宗自然也涵摄其间。太虚把禅宗以前之禅称为依教修心禅，而把“教外别传、不立文字”的禅宗分为见性成佛禅、超佛祖师禅、越祖分灯禅以及宋元明清禅。他反复指出唐武宗灭佛以后禅宗对于佛教各宗和中国文化起到的至为关键的作用，“禅宗之风，风靡全国，不独佛教之各宗派皆依以存立，即儒道二家亦潜以禅为底骨”。认为，禅

是晚唐以来中华文化的潜流。

太虚一生不专承佛教一宗，而是八宗共扬。但他总是最为激赏禅宗，在1928年出访巴黎的一次演讲中，他介绍了中国流行的主要佛教宗派，最后充满自信和激情地说到禅宗：

最雄奇的是从中国第一流人士自尊独创的民族特性，以达摩西来的启发，前不见古人后不见来者，而直证释迦未开口说法前的觉源心海，打开了自心彻天彻地的大光明藏，佛心自心印合无间。与佛一般无二的圆明了体现了法界诸法实相，即身便成了与佛陀一般无二的真觉者。然后应用一切方土的俗言雅语，乃至全宇宙的事事物物，活泼泼地以表现指示其悟境于世人，使世人各各直证佛陀的心境。此为佛学之核心，亦为中国佛学之骨髓。唯中国佛学握得此佛学之核心，故释迦以来真正之佛学，现今唯在于中国。

在太虚看来，禅宗的特质在于不立文字不讲教仪，但专重禅定止观实地修持，能够直印佛心即身成佛，又能方便无量接引众生。所以自唐、宋以来，禅宗特别兴盛，成为了中国佛教的正统。不止如此，中国台、贤、净诸宗的根底，都是由修禅观而来。也就是说，太虚认为：中国佛学的主流即是禅宗所代表的明心见性的切实证悟的修持方法。因此，他极力强调

对佛法应象禅宗一样切身实际修证，所谓“得十百人能从遗言索引阐幽，不如有一人向内心熏修印证。”反对近人驰鹜于佛教名相研究而往而不返，“研究大小乘法相，若不重于切身修证，专作名相分别，争论坚固，成恶取法相，不惟终生心力徒为名相消磨，且能因之增长贪求名利恭敬及贡高我慢等无量烦恼！”太虚一直认为东西方学术的总体进路各有不同的特色，“东方人由修证内心、索阐遗言得来之道术，其变迁历程，与西洋人之学术进化史，截然不同：一是顿具渐布，一是渐进渐备”。也就是说，东方学术，特别是佛教和宋明理学都是从圣贤遗言索隐阐幽、用修证实功得来，并进而渐次流布；而西方学术往往甲立一说而乙驳之，同时后来者往往居上，遂辩难增上，渐进渐备。因而太虚极其反对西方和日本研究佛学的路子，“用西洋学术进化论以律东洋其余之道术，已方柄圆凿，格格不入，况可以之治佛学乎？吾以之哀日本人、西洋人治佛学者，丧本逐末，背内合外，愈趋愈远，愈说愈歧，愈走愈歧，愈钻愈晦，不图吾国人乃亦竟投入此迷网耶！”太虚本诸自己切身禅观的体验，认为佛学乃真修实证之学，所谓“舌底无衲子，笔下无禅师”，应该由信解起行，由行趣证，“佛法不是说了便算，听了便算，要在诸君从闻思修笃学力行，以自达到”。

由上可知，太虚认为中国佛学特质在禅，一方面是本诸自己的实际修证体验而观察中国佛教发展源流得出的结论，一方面也是针对近人受西学影响对于佛学的分析批判态度而发。太虚建设现代新佛教，不是脱离了这样的特质以西方学术框架重新阐释中国传统佛教的新，而是坚持以禅宗证悟为核心的中国佛教本位的新，他说“本人所谓中国佛教本位的新，不同一般人倾倒于西化、麻醉于日本，推翻千百年中国佛教的所谓新！”所以，从学理上来讲，太虚倡导的人生佛教，其思想源泉和基石即是以禅宗为代表的中国传统主流佛学，这既是

### 三、禅宗与人生佛教的落实

通过以上分析，我们可以看出太虚认为构建世界大同文化实大必要，而且时机亦已成熟，但其前提和基础则是各类文化类型对于佛法的了知。因而，如何使人了解佛法、修习佛法，便成为太虚创建世界大同文化的基点和首要之务；而了解和修习佛法，则必首重禅宗的真实悟证：

我们须注意佛所说明的理论，不专是推论出来，乃是由修持效验中、智慧上所证明的，然后再用言论去说明，以启发未证明到此理的人们。

求之一切的学说中，与文字语言

对于传统佛教的承续，也是对于近代以来以西释中的为学路径的回应。

太虚进一步认为，中国自唐宋以来，禅宗不仅是佛教的骨髓，而且还构成了中国文化的骨髓，甚至可以说是中国的民族精神所在，“中国唐宋以来一般老庄派的孔孟派的第一流学者，亦无不投入此禅宗佛学中，然后再回到其道家及儒家的本位上，以另创其性命双修学及宋明理学。故此为中国佛学最特色的禅宗，实成了中国唐宋以来民族思想全部的根本精神。”太虚即本着这样的自信和自觉，创建人生佛教的同时，号召创建世界大同文化。

的记载中，犹未足洞明佛陀所证的万有真相。必吾人自身亦开发等同佛陀的觉心，乃能实证于佛陀所明的万有真相。然以中国禅宗的经验，吾人皆现现成成，各有等同佛陀的觉心，刹那刹那活泼泼底流行者。吾人只要一刹那间，打开了经验的理论的牢笼，便能涌现一刹那间的等同佛陀的觉心，实证佛陀所证明的万有真相。

太虚特别推重实证的佛学，认为只是阅读一般世间学说甚或佛教典籍，是不足以洞察宇宙的真相的，而中国禅宗历代禅师的经验则证明人们

可以实证等同佛陀的觉心，因而本之禅宗，实地修学，一旦打开经验的理论的牢笼，便能够如历代禅师一样，佛心自心印合无间，乃能洞察宇宙万有的真相。

太虚本诸自己的实际禅悟所得，认为万有的真相即是法界缘起，他阐释道：

**所谓缘：即众多关系互相融摄之谓。凡宇宙间一草、一木、一花、一叶，小而至于一毛头许，大至于地球、日轮，皆是由众多的缘凑成的；既成此一草、一木、一花、一叶、乃至一毛头许体相，他的效用，都是影响到全法界而能互摄互融的。知此、即可见到遍法界的一切事物，皆是诸缘所生而无自性，是即一摄一切、一入一切的法界缘起之真实义谛。**

所谓法界缘起，就是世间诸有无论小大随举一法，都是时空中无量因缘和合而生的果，而既经生起，便又成为生起时空中宇宙万有其他诸法的因，如此因果相续，无有终始；辗转影响，无有边际。这样，世界万物虽各各不同，但又同时你中有我，我中有你；也可以说，一即一切，一切即一。诸法缘起而生，所以无有自性，即是性空；性空遂可随缘变易，故是无常；正因无常性空，所以因果相续，毫发不爽，故而，修行即可成佛，执著即堕轮回。能洞察法界缘起，即能

无彼我、无能所，自他虽然有别，但实际是自体共生、休戚与共，利他则自他两利、害他则自他俱害。有了这样的体认，“法执”顿破，自然不会拘执于一地一国文化，自然能对异地异国文化抱同期之了解；同时，也必然会对自蔽于一地一国文化人士生起大悲之心，予以拯拔。故太虚力倡大乘佛法的菩萨行，其深意在此；盖菩萨行即是禅悟实证、洞察缘起后的自然流露而已。

太虚在缘起诸法中，特别推重人的心力，认为心力是转变世界的原动力，“有情无情，而法性平等；第虽平等而能缘起变化，在种种缘起变化之中即有心法，因心法即一切法中之能转变的力量，凡有心的——有情——皆能转变一切法，以其有转变力量故；故有心的，即为宇宙诸法之王。”当然，心力并不能破坏因果法则，而是只能创造某种之因，而得某种之果，所以称人为宇宙诸法之王，所谓“心能转物，即同如来”。而菩萨的心力则是以无缘大慈同体大悲之心解除人们的文化拘蔽，其具体实行即是六度四摄。就佛教史来讲，太虚认为，中国佛教古来讲的是大乘佛法，但由于种种原因，行为却近乎小乘，今日要建立世界的新佛学或者说世界大同的新文化，则必须把中国大乘佛教的菩萨精神发挥出来，践行大乘佛法的菩萨行：

**中国古时佛理虽是大乘，而行为则近小乘；然则今日佛学对中国、对世界，应在大乘菩萨心行，即大慈大悲救人救众生心行。此依普遍无限之众生世界，发普遍无限慈悲心，行种种方便，拔除苦本，施与安乐。自佛法言，有慈悲而无方便，则不可通行，故方便乃明达事理而身体力行之也。**

太虚所说的本大慈大悲心而行种种方便，包含明达事理和身体力行两个方面：明达事理就是禅悟实证、洞观缘起；身体力行即指菩萨行的六度、四摄。六度即六波罗密：布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧，这是从普利众生而得自己之利益；四摄即布施、利行、同事、爱语，这是使众生能接近受教得益。

太虚一生行在瑜伽菩萨戒本，倡导菩萨行，还是针对中国传统佛教以来学佛人的重理不重行的纠正，他严厉地批评道，“从来，吾人为佛教徒者，大都只知以享受福乐或静定理性为果，所以无论其所修者为律、为教、为密、为禅、为净，皆只要解脱生死，证得涅槃，故皆没有活泼变动之圆转恒运之行为；有之，皆是抛弃群生，废事失时之法，堕在人、天、声、缘乘内，绝少能修习佛乘的‘因行’者——吾人能实际修谓之菩萨行。故无论或重‘理解’，或重‘证悟’到如何圆妙，都只空理不成事实”。太虚指斥人乘、天乘只以追慕福乐为

果；声闻乘、缘觉乘只以贪著涅槃（“静定理性”）为果，而失去了佛学的实际因地修习，丧失了契理契机地修习佛法、随顺世法的能力，往往沦为抛弃群生、离弃社会，纵是谈玄说理、悟道参禅到如何玄妙地步，也是空言，无补实事，遂致流弊无穷，“一般知识阶级中，或认佛法为达到‘本体’的哲学；或则但认一句‘禅谜’；或则但守一句‘佛名’；或则但以佛的经书、形像、数珠、木鱼、蒲团等项为佛事，而不悟盈人间世无一非佛法、无一非佛事，所以人人能修习之菩萨行，益加废而不举矣！”他接着分析产生这些流弊的原因道，“此等皆是悔过的、厌恶的、怠惰的心理发心，不是从精进的、勇猛的、慈悲的心理而发心。故若只以百事不为为学佛，则学佛之极不过等于土石；若以经卷、木鱼、禅谜、佛名等物排遣光阴为学佛，则学佛不过等于琴棋诗酒；若只以速还本体，速了生死为学佛，则佛与外道或小乘便也无别。”他认为学佛的人往往迷恋于佛理开悟，而忽略了作为修习佛法“因行”的菩萨行，如此以往，将会断灭佛种，故大声疾呼，“吾确见现实学佛的人渐多，大都迷背佛乘，不修习佛之因行，不知一切有益人群之行为皆佛之因行，反厌恶怠惰，其流弊将不可胜言。故大声疾呼，敢为之告曰：吾人学佛，须从吾人能实行之佛的因行上去普遍修习，尽吾人的能力专从事利益人群，



便是修习佛的因行。要之，凡吾人群中一切正当之事，皆佛之因行，皆当勇猛精进积极去修去为。废弃不干，便是断绝佛种”。修习菩萨行，即是伦常日用之间，一切正当利群之事无所不为，也就是说，实际笃行才是成佛之因，才能真正觉悟。这样，禅悟实证——洞察缘起——菩萨行这样的修学路线，就回环往复，如环无端，世界新佛学和新文化便得以在明理和笃行、尊德性和道问学的双向流动中呈现出来。

太虚曾在龙树《中论》的著名偈子“因缘所生法，我说即是空，亦为是假名，亦是中道义”的基础上，结合唯识义做过一偈：“因缘所生法，

#### 四、禅宗流弊的反省与中国佛教的复兴

太虚倡导创建世界大同文化，是认为中国文化自唐宋以来已呈衰颓的倾向，近代以来的西学东渐，更使传统文化手足无措，中国文化在近代以来已经不得不面临着重新调整和重构，“中国之古文化为何？儒、释、道三教之文化也。隋、唐以来之中国文化，其实质澈上澈下为一三教融合之文化。而分张为儒、释、道三教角立之门户，仅其表面耳。然至清季已均达烂熟腐溃之衰运，因此，遂受欧、美新兴文化之袭击，无由自立。而振拔之者，则在今哲择取中国古文化与

一切依识有；所执自性空，即是圆成实”，以唯识学的三性三无性来阐释世间诸法。色心诸法，皆熏习依持在第八阿赖耶识（种子识）中，阿赖耶识受熏持种，因种种因缘，种子起现行，现行熏种子，皆依识有，遂成就依他起性；人于此迷执，则成遍计所执；但人能于遍计所执中看到依他起性自性空义，则会放弃执著，便是圆成实。我们可以说，上述禅悟实证——洞察缘起——菩萨行的修学路线，就便于人们于遍计所执中看到依他起性自性空义，从而放弃各自文化习俗中的锢蔽和执著等遍计所执，也即成就了作为圆成实性的世界大同文化。

西洋新文化所创成之新中国文化。”禅宗也未能幸免于此，“禅宗自宋、元、明、清随支那全社会而递代降落，亦因人多流杂，法密伪增，浇漓坠堕及今，通身红烂，卧向荆棘林中，殆无复挽狂澜于既倒之望。”可以看出，世界大同文化的创建过程和中国传统文化的重构过程是同时进行的，而太虚又特别强调这一建构过程中中国佛教特别是禅宗的地位和作用。

太虚认为中国佛学的特质在禅，即是指中国佛学不尚理论，而是特别注重禅观的实证功夫，一旦彻悟，印

合佛心。他赞叹禅宗为“明心见性之前矛，断惑生智之先锋，便利了当，此为其最”，但正因如此，修习禅宗很易出现偏差，“禅宗入手功夫，简直了捷，亦无非导人自悟此当体无生空寂之心性耳。若根器稍劣者，便死于此。但随消旧业，不造新殃，冷湫湫地作个自了汉而已。”往往耽着空寂，不再能生起无缘大慈同体大悲之心，不再会发为菩萨的救度众生的众多事业，只是消极地随缘生活而已。修习禅宗还易引起另一偏差，“禅宗悟本体禅、主人翁禅，所悟虽亦离言法界，在异生位仍即阿赖耶、异熟识。前六刹那不生，末那我爱执藏暂现。此若执实，虽悟唯心，不悟无性，或入外道。了幻无性，取无性空，不透末后，或归二乘。进悟无性心源含融万法，乃大彻了。”也就是说，禅悟往往还会导致盲目承当，增重我执，遂致无所不为，毫无愧色。所以，好花还要绿叶，禅宗必须辅以其他教法，才能尽量避免类似此等偏差：

然禅宗虽是佛法精彩，实律仪戒行、经论慧解依扶而现。晚唐衰乱，禅风孤振而戒废慧湮，即成宋、元来整个佛教颓败趋势。

中国佛法正统，自然要重禅观，不过不单是看话头的禅，要发达教义上的禅观，如天台的一心三观和贤首的法界观等；还要研究戒律和念诵，须多习经教，这样才能把中国佛法因

此而复兴。

太虚坚持认为中国佛教以禅观为正统、中国佛学复兴必在禅观，但不是门庭狭小、孤陋寡闻的禅，而是具有加持、闻慧及律仪、且融会诸种教门甚至日本、西藏乃至锡兰等地佛教殊胜之处的禅，这样的禅观才能稳固，禅宗才能复兴。

太虚还梳理了中国僧寺的发展历程，指出元明以来，中国的僧寺主要分禅寺、讲寺、律寺、净寺、教寺等五种，后讲、律、净、教逐渐融于禅寺。受中国传统的宗法传承和家族世袭观念的影响，天下寺院承袭其宗派，往往恪守其宗，固守其业；其传承，大庙多为师徒相续，由前任住持僧以‘法卷’写明历代传承，开堂受戒，授予弟子，称为‘法徒’，遂称为“法派”；小庙往往自寺剃度、自寺传戒，师徒继承，遂称为“剃派”——这样，就逐渐形成了传法和寺院相依附、寺院财产师徒授受的丛林制度。到了清末民初，寺庙原来的十方丛林制度已经徒存形式，而替代以法派、剃派这两种传承方式了，这样形成的僧寺家产私有制和家族承袭制，使禅寺弊端丛生。所以，太虚非常关注僧伽制度的建设，认为中国僧寺的家族传承、寺产私有是佛教衰亡的一大病根：“若能医好此病症，中国之佛教乃可重振。”

太虚对于禅宗学理和禅寺制度层

面的反省，使他创建世界大同文化的思想始终和他倡导人生佛教的理论相表里，互相鼎持，互为促进，而其核心和支柱始终是中国佛学的典型代表——禅。他所标举的人生佛教理论已经在大陆港台等地发挥出了深远的影响，使传统佛教逐渐具备了现代形态；我们有理由相信，他所倡导的

创建世界大同文化的思想也必然会引起世人的瞩目，从而从心灵深处化解人与人之间、国与国之间的不安与冲突，以促进真正的和谐世界的来临。作为传统中国佛教慧命的禅宗，便会在佛教现代转化和世界新文化创建的交互演进中，于今日之中国乃至世界得以接续和发扬。

（选自第三届黄梅禅宗文化高峰论坛论文集《中国禅学研究》）

由湖北黄梅禅宗文化研究会主办的《黄梅禅》杂志双月刊，以“引导正信、启迪正智、落实正行、导归正觉”为宗旨，是一份行解并重的禅学刊物。杂志由本焕老和尚创刊，以净慧老和尚为导师，面向社会免费赠阅，请将您的邮编、地址、姓名、电话以及所需数量，通过以下方式提供给我们，我们将按期给您免费邮寄：



- 1、发送电子邮件：fxb@hmszs.org
- 2、发送短信：13636125508（工作时间 8:00—20:00）
- 3、拨打电话：0713-3166010（工作时间 8:00—20:00）
- 4、邮寄信函：湖北省黄梅县四祖寺《黄梅禅》编辑部  
邮编：435509

方便上网的读者可直接通过四祖寺网站浏览和下载《黄梅禅》电子版。（www.huangmeichan.com）

欢迎大家投递符合杂志风格和要求的稿件，发送电子邮件至编辑部邮箱 bjb@hmszs.org（请在邮件主题中注明“投稿”，文章请保存为 word 文档以附件形式发送），一经采用，即奉样刊和稿酬。

## 中国佛教制度与东山法门丛林改革 之意义

◎纪华传

佛教自两汉之际传入中国，历经各朝代的盛衰演替，不断与中国固有的儒家、道教文化相互碰撞、吸收与融合，逐渐成为中国传统文化的一个重要组成部分。对于佛教的本土化与中国化的过程，不仅有思想义理的中国化，还有佛教制度的中国化，因此研究中国佛教，除了研究佛教义理与宗派思想外，还要从社会政治文化环境、佛教自身的发展演变，以及佛教与社会的联系等各个方面进行全面的分析。笔者认为，应该从佛制、僧制和王制三个方面，才能更完整地认识中国佛教制度，才能更深刻地理解中国佛教制度的特质及演变规律。

### 一、佛制、僧制与王制概说

对于清末佛教的衰弊而言，最根本的原因则是佛教制度的衰落。中国佛教在长期传播和发展过程中逐渐形成了一套复杂的宗教制度体系，这些相关的佛教制度主要是围绕解决佛教团体的管理问题而制定。根据这些制度规范的制定主体不同，可将其划分为三个方面，即佛制、僧制和王制。佛制，就是以释迦牟尼佛制定戒律为基础而形成的制度规范，其主要用来

规范僧人的行为与威仪。佛制是印度佛教制度的主要内容，这些制度随着佛教典籍的传译也传入了中国。中国佛教在佛制的基础上，又形成了具有中国特色的僧制和王制。正如印顺法师所说，佛教传到中国后，佛教制度开始向两方面演化，一为“国家的管辖制”，二为“禅僧的丛林制”，前者为中国特殊政教关系下形成的一套政府管理佛教的宗教法规，即王制，

后者是中国佛教丛林自我管理过程中形成的相关制度，即僧制。王制是封建帝制时代以皇帝为代表的国家所制订的佛教管理制度，如僧官制度、度牒制度等等。僧制则是中国佛教僧团自觉探索和创制的僧团内部管理制度，在中国佛教史上曾出现道安大师的僧尼规范等，后百丈怀海禅师始创的禅林清规成为中国佛教僧制的主体性制度，这也是中国佛教制度的一大

## 二、佛制戒律与中国律宗

佛制又称律制，即指佛教中的戒律和威仪，它是由释迦牟尼佛所订立，用来规范和约束四众弟子在日常生活的行为。佛制主要有以戒律为代表的羯磨、布萨制度，是原始僧团的生活与修行制度。佛教经典中常有“佛制比丘六物”（律藏中比丘所必持之六种生活用具）、“佛制比丘三衣”、“佛制过中不食”、“佛制断肉戒”、“佛制一食戒”等描述。在印度佛教中，制订（定）戒律为佛之特权，僧人不得自制，所以佛典有“佛若不制，僧不得制。若佛制已，僧不得违”、“戒唯佛制”的说法。道宣律师说：“原夫正戒明禁，唯佛制开，贤圣缄默，但知祇奉。”赞宁（认为）：“佛制毘尼，纠绳内众，如国刑法，画一成规。”太虚大师也指出：“佛在世时，一切依佛为主，各处散居的僧众，举

特色。就这三种制度各自的地位和作用而言，在中国佛教史上僧制、王制相比于佛制显得更为重要。近代高僧能海法师曾言：“僧制重于佛制”，但在中国特殊的政教关系和佛教发展历史看，王制则明显凌驾于佛制和僧制之上，具有至高无上的权威，出世的宗教只能从属于世俗政权之下。只有从这三个方面来探究中国佛教制度，才能有一个更加全面的认识。

行布萨羯磨，都依佛的律制为唯一的标准。”《摩诃僧祇律》共十五次出现的“佛制”一词，均指佛制戒律。释迦牟尼时期，僧团规模较小，僧团生活比较松散，重视个人的自修自证，戒律作为对僧人错误思想和行为的调伏，主要针对的是个体，其约束机制主要靠个人的自我约制，而僧团的组织与管理方面则鲜有论及，也没有任何的执事分工。当时有关僧团制度的规定，在佛教的法戒十利有三条涉及僧团管理：摄僧、极摄僧和令僧安乐。它包括僧人的出家受戒、布萨、安居、自恣、皮革、衣、药、迦絺那衣、房舍等九个羯度的有关戒律。佛陀最初（佛教初期）的僧团是一种以佛陀的权威、法和戒律为核心（内核）的平等民主的集体，实际上并无严格的组织机构。后随着僧团的扩大，人数众

多，经济方式（模式）和居住方式都发生了变化，为更好地管理僧团，由是开始设立三纲（并非每个寺院都有此职称）：上座、寺主和都维那。上座是（由）寺院中的位尊者，宿德者（担任），统督寺内僧众和寺务；寺主（的职责）是掌管寺院的营造及管理；都维那（的职责为）按寺规指授大众日常诸事。

印度佛教随着历史的演变，基本依（以）佛制作为僧团修学的依据，如那烂陀寺中兼容并包有大小僧团，《大唐西域求法高僧传》卷上描绘了当时那烂陀寺的寺院管理职务和民主议事的情形：“寺内但以最老上座而为尊主，不论其德。诸有门钥每宵封印，将付上座，更无别置寺主维那。但造寺之人名为寺主，梵云毘罗罗莎弼；若作番直典掌寺门及和僧白事者，名毘罗波罗，译为护寺。若鸣健稚及监食者，名为羯磨陀那，译为授事，言维那者略也。众僧有事集众平章，令其护寺巡行告白一人前，皆须合掌各伸其事。若一人不许则事不得成，全无众前打槌秉白之法。若见不许以理喻之，未有挟强便加压伏。”寺中三纲如上说，其中议事程序体现了印度佛教时期实行的平等民主的组织形式。

不过，佛陀制戒的精神与原则是有变通的，佛制中有“小小戒可舍”，及随方毗尼的说法，即佛陀未禁止和开许之事，可以随不同地域和风俗民

情之宜而开许废止。如据《五分律》所载，佛曾说：“虽是我所制，而于余方不以为清净者，皆不应用；虽非我所制，而于余方必应行者，皆不得不行。”律中有言：“虽非佛制，诸方为清净者不得不行也。”故于佛制之外，又有僧制和王制两方面的内容，这两方面尤能体现中国佛教之特质。

佛制戒律在佛灭后，由佛弟子优波离尊者结集为《八十诵律》。佛陀涅槃百年后优婆多门下，有昙无德等五位大弟子各执一见，在《八十诵律》中各自采用所需，佛制戒律也随之分裂为五部（昙无德部、萨婆多部、弥沙塞部、迦叶遗部、婆耆富罗部）。佛教传入中国后，佛制戒律也随之陆续传入，先有中印度僧侣昙摩迦罗（此云法时）在嘉平二年（249年）译出《僧祇戒心》一卷，后经一百五十余年，相继由弗若多罗、法显、佛陀耶舍、僧伽跋摩、真谛等译出四律五论。到唐代时，义净翻译有部宗律较多，称为有部新律。此外若毗奈耶律至赵宋时期还有翻译，但并没有弘传。“四律五论”译出之后，最初以弘扬《十诵律》为主，而到北魏孝文帝年间（471—499年），《四分律》逐渐受到重视，先是推行于北方。关东一带原是盛行《僧祇律》，洪遵律师入关后大力提倡《四分律》后，使《僧祇律》逐渐式微，《四分律》则由此弘扬开来，到唐朝时期达到鼎盛。中

国历代僧人对之加以著述，研究和传持戒律，后逐渐形成中国的佛教宗派之一——律宗，因见解不同，律宗又分为三派：法砺律师的相部律宗、道宣律师的南山律宗、怀素律师的东塔律宗，其中以南山律宗兼通并调和大小乘，解行相应，绵延至元代而宗势不衰。而其他两派不久就废绝不行。

唐以后，中国并无真正的律宗，仅有所谓律宗道场的“传戒”而已。明末，以如馨传戒授徒为标志，古林派作为新的律宗派别兴起。不久，如馨弟子寂光创千华派。自清初开始，以金陵地区为中心，如馨一系逐步发展成为有严整法系传承、有系统律学

思想、传戒活动规模大、法系延续时间长的两支律宗派别。其中，古林派以南京古林寺等为中心，传播范围有限。千华派则以宝华山等为中心，影响最大。清代依《三坛大戒传戒规范》等，著名者如江苏宝华山、北京潭柘寺、法源寺、福建鼓山涌泉寺、南京古林寺等，仅仅为传戒场所而已。并无人潜心研究律藏，精究律学，唐代的四分律学，久成空响。仅成“空谷传响，哀转久绝”。传戒草率，导致律学研究，不知戒体、戒相为何物，遑论持守，故备受批评。近代中国佛教衰微，戒律不振、律宗衰微是其重要原因之一。

### 三、僧制与中国佛教丛林制度之演变

僧制是指在中国佛教中，于僧团之中除戒律之外，由佛教界领袖所制订的丛林管理制度，影响最大的僧团内部管理制度当以禅宗清规为代表。宋代赞宁曾对佛制戒律与僧制加以区分，详论中国僧制沿革，指出“篇聚之外别有僧制”：“佛法流行，随时制断。合毘尼之绳纠，则案毘尼；堪别法之处量，须循别法。故佛诃比丘云：巧避我制造种种过故，许同时立方毘尼，涅槃后立未来教，以为律范所不围，篇科所不载，则比附而求之也。以是篇聚之外别有僧制焉。今时比丘或住一林居一院，皆和众立条，

约束行止，俾不罹于愆失也。”毗尼意为灭诸恶法，远离恶道，即指佛所说的戒律，如《楞严经》所说“严净毗尼，弘范三界”。赞宁明确强调于佛制之外，别有僧制，并且指出僧制制定的原则即是“佛法流行，随时制断”，根据佛教流行情况，因地制宜制定相应的约束僧尼的条文制度。

关于中国佛教僧制的历史，最早始于东晋高僧道安所订之僧尼轨范，他立行香、定坐、上讲、六时礼忏、布萨、悔过等规定，为后来中国佛教寺院僧制奠定了基础。故赞宁评价说：“凿空开荒，则道安为僧制之始也。”

此后历代帝王及高僧均重视僧制，如庐山慧远法师就曾制定了《法社节度序》、《外寺僧节度序》以及《比丘尼节度序》，完善了庐山僧团的教制。《魏书·释老志》载，北魏世宗永平元年（508）秋下诏：“缙素既殊，法律亦异。故道教彰于互显，禁劝各有所宜。自今已后，众僧犯杀人已上罪者，仍依俗断，余犯悉付昭玄，以内律僧制治之。……若无德行，遣还本国，若其不去，依此僧制治罪。”又如南齐文宣王著《僧制》一卷。《续高僧传》“释法云传”载，梁武帝普通六年（525）任命光宅寺之法云为大僧正，“勅为光宅寺主，创立僧制，雅为后则。”在中国佛教史上影响最大的僧制是禅门清规，其制定清规的原则是“所宗非局大小乘，非异大小乘，当博约折中，设于制范，务其宜也。”它是基于佛制戒律精神而又适合于中国本土文化习俗和禅宗思想和修行方式的中国僧制。百丈制订清规的四大益处，其中第二益处“不毁僧形，循佛制故”，体现了清规遵循了佛教戒律的基本精神。至元代，东阳德辉奉敕重修清规，称为《敕修百丈清规》，而且元代皇帝专门为此颁发敕文，“将那各寺里增减来的不一的《清规》休教行，依着这校正归一的《清规体例》，定体行。”该清规便成为天下丛林所依据的基本管理制度。清仪润《百丈清规证义记》中说：“（百丈怀海）盛宏禅宗，兼崇

律制，尝以梁朝光宅寺法云奉诏所集僧制未尽协用，遂重阅律藏，博约折衷，设规制范，务合时宜。”此处明确将禅宗的清规称之为僧制。太虚大师亦讲：“中国的僧制，差不多有两千年的历史，古来演变的很多，现在的大概可以从唐、宋来的禅宗丛林制度为代表。除此之外，虽有台、律等宗传承下来，但都受了禅宗寺院制度的影响，成了附庸的制度，故可专以禅宗丛林来说明中国僧制。”

僧制的产生是历史的必然，印顺法师对此明确指出：“形式剿袭的律制，自有碍难通行的地方。全盘印度化，或者中国本位化，在东晋末年已引起争论了。谈玄说妙的南朝，当然不能有什么革新。强毅实行的北方，却有新的制度出现。”“虽然说，律是佛制的，只好依着奉行。但律是世间悉檀，更着重于时、地、人的适应呢！一分重律的，拘于古制，不知变通。而一分学者，索性轻律而不谈。”佛教戒律在中国时、地、人的适应结果，便是具有中国特色的清规的产生。清规制定后，它便成为中国僧人所遵循的主要行为规范。且在唐代以后，中国并无真正的律宗，仅有所谓律宗道场的“传戒”而已，已没有佛制戒律的研究与弘扬，佛制戒律内容已在中国僧人的视野中隐微不显，由此能海法师认为在中国“僧制重于佛制”。

从积极层面讲，禅宗清规对维系佛教的存在发挥了重要的作用。禅宗

清规在唐代禅宗兴起而定型后，在此后的一千多年的时间里，这一制度虽然有所损益，但总的来说它在中国汉地佛教发展史上发挥了十分重要的作用，且为汉传佛教的其他各宗派所引用通行，它保证了僧尼在丛林中过正常而清净的生活并维持了丛林的稳定。到清末时期，整个国家与民族急剧衰败，佛教各个宗派均趋于衰落，只有禅宗藉丛林清规制度勉强维持佛教的生存。有人将清末佛教之衰败原因单纯归结为禅宗清规制度，是不符合历史事实的。正如印顺法师曾说：

“别立禅院的禅僧，在唐代，适应山林农村环境，参照佛陀的僧制，创设丛林制度。‘一日不作，一日不食’，他们‘辟土开荒’讲求经济自足。这个制度，配合着真参实悟的信心与精进，确乎相当成功。佛教的思想界，虽已因固定、保守而走向衰落；亏了这丛林制度，总算维持佛教一直到最近。”南怀瑾亦说：“站在我们千秋后世的立场来看，如果他（百丈怀海）当时不毅然改制，还让僧众们保持印度原来的乞食制度，佛教岂能保存其规模，传流到达现在吗？”

#### 四、王制与政教关系

王制，此处仅指佛教制度体系中与佛制、僧制相对的概念，是指在封建帝制时代以皇帝为代表的国家制定的管理佛教事务的相关制度，如僧官制度、度牒制度、僧籍制度等等。其与通常所讲的君主专制政体或皇帝的礼仪、制度等意义上的王制不同。

在人类社会的发展史上，凡是有宗教存在的国家就必然有政教关系存在，而且由于不同国家和民族政治文化和宗教文化环境各不相同，因此就会形成各种不同的政教关系模式。大概而言，政教关系主要有政教合一和政教分离两大类，在政教分离的一大类中，又可以分成政教平等、政主教从和教主政从三种次级模式。古代印

度历史上形成了以婆罗门教为主的教主政从的政教关系，在这种历史传统中产生的印度佛教虽然不能像婆罗门教那样主导整个社会，但世俗的国家政权对宗教还是给予了足够的尊重和发展空间。在这种环境下产生的佛教，其僧团管理自然就很少受到国家政权的干涉，因此，印度的佛教僧团的管理主要是依靠释迦牟尼制定的“佛制”来进行管理，因此，在印度佛教制度中较少有“王制”内容，但是，佛陀在制定僧团管理制度时也还是考虑并结合了当时国家制度的影响，如《萨婆多毗尼毗婆沙》载：“阎浮提一切国法礼义，以王舍城为正，阿闍世王于人王第一。佛为法王，众圣中尊故。

佛在王舍城依人王制戒，王舍国法，五钱以上入重罪中，佛依此法，盗至五钱得波罗夷。如是阎浮提内现有佛法处，限五钱得罪，若国不用钱，准五钱成罪。”又《四分律行事钞批》明确提到王制：“五分虽我所制余方不得行者，谓佛在时有出家者，佛令为剃发，今则国王不许，故言不应行。景云：如佛制夏竟游行，今时王制，若无故离寺十日，皆判还俗，又不得行也。故注云：俗王为僧立制，不依经本，即其义也。”由此，可知，虽然由于印度的宗教传统，在当时的社会环境下世俗政权绝不干涉僧团的生活，而且佛教作为出世的宗教，还拥有超越于世俗政治的特权，佛教僧团的管理制度主要是佛制，但是王制和僧制的概念已然产生，并且在佛制中已经考虑到并且为各种王制和僧制留有一定的空间。

从历史传统来看，中国自古以来就形成了政主教从的政教关系模式，因此，当佛教从印度传入中国后，首先需要解决的问题之一就是如何适应新型的中国式的政教关系传统，而且随着中国封建帝制的国家政权越来越强势，能否适应中国社会政治环境直接影响到佛教在中国的生存和发展。因此，道安大师“不依国主，则法事难立”之说，既是佛教界无奈的慨叹，

也是对中国政教关系的客观总结。当然，很多帝王也认识到佛教的传播和发展也能够起到社会教化、有助于稳定社会和国家政权的作用，因此，大多数封建帝王也愿意在其权力能够掌控的范围内保护和支持佛教的发展，但是同时也将佛教纳入了国家事务管理体系之中，并专门针对佛教中的有些事务建立相应的管理机构和相关制度，最后形成了中国佛教制度史上的“王制”部分。于此同时，佛教僧团内部也根据佛教组织自身的管理需求在佛制的基础上开始创制各种僧团管理制度，逐渐形成中国佛教的僧制一系。正如印顺法师所说，佛教传到中国后，佛教制度向两方面演化，即“国家管辖制”（王制）和“禅僧的丛林制”（僧制），关于前者：“国家的管辖制：这因为佛教发达，僧众跟着杂滥起来，影响社会，影响国家，国家不能不出来干涉。”以此而言，“王制”也可以看做是封建社会国家政权对外来佛教接纳的前提和结果。在中国佛教史上，围绕佛教管理形成了一系列国家宗教管理制度，所以说王制是中国佛教制度中最具中国化特色的内容，其内容主要包括僧官制度、试经度僧制度、度牒制度、僧籍制度、皇戒制度等等。

（选自第三届黄梅禅宗文化高峰论坛论文集《黄梅禅研究》）

# 生命的禅境：认识“瞋”

——生活禅的认识原理浅识

◎释坚意

## 一、前言

佛教从自我身心开展，进一步的跨及到人际关系，而后延伸谈论我与法界一切有情，乃至大自然的物我关系，有次第性的扩大，生活禅就是从中自在自主，展现解脱智慧的人生。人希求美好的人生，除了自己要获得快乐，相对于我的他者，也于此关系中扮演重要的角色，所谓“智者心转，愚者境转”，所以要从相对中超脱，必须要培养智慧之心，让自己快乐，也让别人快乐，达到和谐的人际关系，人生更美好。笔者于其他文章谈论，如何从日常生活中自我认识，《清净道论》对于行者的“性行”作六类的区别——贪行、瞋行、痴行、信行、觉行、寻行。分别自己的根性后，本文将进一步的谈论性行之一的“瞋”，透过对瞋的认识，了解其对解脱修道

的过患与影响，对瞋进入细项的分析，让我人更容易观照与着手，修整自己的瞋心，反省瞋心的过失，并对后果惧怕而愿意发心修整。生命的生死流转之因乃“贪、瞋、痴”，这三种烦恼影响着我们的人生，本文从此作分析。

净慧长老建立了生活禅，现在已经在大陆佛教界产生重要的影响。生活禅的建立，宗旨在觉悟人生，而人生最大的敌人是来自自己，佛教将贪瞋痴称为“三毒”，这就说明了“三毒”是人生最难的精神障碍，因此如何有效的将生活禅用于生命之中，我们首先要面对的是认识与克服“三毒”的问题，本文对“三毒”之一的“瞋”做一浅说，作为生活禅理论的补充，供大家参考。

“瞋”者，忿怒。系对违意己情之有情（生存之物）生起憎恚，使身心烦恼，不得平安。瞋又称瞋毒，瞋恚，是指人有恚忿之心。经典对瞋的解说“问曰。瞋云何生。答曰。从不适意苦恼事生。又不能正知苦受性故。则瞋恚生。”以迷心对于一切违情之境起忿怒者，恼怒打骂伤害他人，瞋乃因为不正知，由于错误的知见在先，对于所迷之境无法释意，并且执着而生起瞋心。

三毒中此毒为最恶。瞋，是修学佛道行菩萨道最大之障碍，亦是诸心病中，第一难治。因为瞋恚心使然，产生的罪恶之事有以下五种：作碍、

触恼、瞋恚、诤讼、专执。瞋所不自觉的产生种种的烦恼相，我人的身口随着心意业而发动，因为瞋的本质，导致发起“作碍”，对于瞋恚对象的所做，不但无法随喜，甚至于他人的事业或生活等制造种种障碍；并想办法“触恼”他人，令其不欢喜或不顺意，因此感到满足；“瞋恚”恼怒他人、“诤讼”因为瞋恚造成的纷争、“专执”对他人瞋恚而固执己见不愿意改变，此乃情意错乱，无法对事不对人，完全因为想要触恼瞋恚的对象，而执于想要达到自己的目的。这些都是破坏人我关系的原因，而人我关系与自己的快乐紧密联系着。

## 二、认识瞋

佛法说有三种瞋“一非理瞋。二顺理瞋。三诤论瞋”

（一）非理瞋，即忽起瞋心，不问可否，没有什么原因，无缘无故发脾气，也就是自己的瞋习，是为非理瞋。

非理瞋是无来由的习气使然，若以修道的角度，菩萨戒有三品别：一、律仪戒，二、摄善法戒，三、饶益有情戒。饶益有情戒，“建立”在利益“成熟一切有情”上，如四摄四无量心等行门都是。大乘菩萨有三聚净戒，小乘没有后二，所以大乘戒殊胜。所以菩萨道行饶益有情，相对于饶益而

生的瞋，就必须于成就的过程中，将习气去除。完成菩萨道的修持，必须以众生为资粮，瞋恼众生不但无法结集菩萨资粮，反倒令众生远离，因此瞋是成就佛道的大障碍。阿罗汉则不同，其修道过程，断除三毒烦恼，但修道过程专注于断除自己的烦恼，习气对解脱道行不障碍生死，因此阿罗汉仍有余习者如下：

“摩诃迦叶瞋习故，佛灭度后集法时，勅令阿难六突吉罗忏悔，而复自牵阿难手出：“不共汝漏未尽不净人集法。”

如毕陵迦婆蹉，常骂恒河神为小

婢。

以上举出圣者虽然三毒已断，却留有瞋习，如大迦叶对阿难的瞋习展现，又如毕陵迦婆蹉不自觉的呼恒河神为小婢，虽然佛陀对毕陵迦婆蹉与恒河神进行羯摩，并要毕陵迦婆蹉向恒河神道歉，毕陵迦婆蹉于道歉之时，仍无意的呼“小婢，对不起”，可见其习气未除。

无理瞋又可分为两个层次，一是烦恼已断，习气未尽之圣者，由于习气使然，事相上还有瞋习的表现，以上举出阿罗汉就是习气未断的圣者。二是烦恼未断的凡夫，瞋毒未尽，又不加以自制，放任自己的个性加重习气，所以无来由的，无法自心调伏而生瞋恼，如此只会堕恶道而轮回不已，无法出脱。

(二)顺理瞋，即外人实来恼触，而生瞋怒。自己没有开罪于人，却莫名其妙的受人侮辱恶骂，面对无理的逆境，因而生起瞋恚心。以世俗法看待，面对逆境时反击是合理的，以修行者而言，不从相对的立场为出发，从修道立场检视自己，瞋实是伤害自己，佛陀教导弟子：

**可瞋而不瞋，清净无结使，若欲恶加彼，恶便及己身，如逆风扬土，尘来自全身。**

面对逆境，修道之人也应该要善护念其心，以慈悲心调伏自己，如此不但断除烦恼，也转化瞋习。因为瞋心是先伤害自己，意念已瞋再发动身

口，所以当对他者表现出言辞或行动的伤害，实已自伤，所以佛才说是逆风扬土，也说仰天吐痰，都是先自伤。

(三) 诤论瞋，执着自己所理解之法，认为他所行所说为非，只要不顺己意即生恼心，是为诤论瞋。佛教谈缘起，“缘起”系说一切诸法（**有为法**），皆因种种条件（**即因缘**）和合而成立，此理称之。又任何事物皆因各种条件之互相依存而有变化（**无常**），这个可变动的因素，包含人事物，以及甚深的因缘，所以坚持瞋，即是对抗缘起无常所起之心。

不论瞋有理或无理，对于修道者，瞋是不可有的，若为菩萨道，想要成就佛道的功德殊胜各有不同，佛与阿罗汉的成就不同如下：“昔有一鸽，为鹰所逐。入舍利弗影，战惧不解；移入佛影，泰然无怖，大海可移，此鸽无动。所以尔者，佛有大慈大悲，舍利弗无大慈悲；佛习气尽，舍利弗习气未尽；佛三阿僧祇劫修菩萨行，舍利弗六十劫中修习苦行。以是因缘，鸽入舍利弗影，犹有怖畏；入佛影中，而无怖也。”从所引的内容得知，佛因为余习尽除，所以众生入佛之影子之下，能安然处之，甚或有慈悲的笼罩，阿罗因为余习仍令众生产生畏惧不敢亲近。

瞋对自己与众生都具有伤害，更是需要善用慈悲法调伏。佛教谈因缘，慈悲心是从因下手，就是调伏自心，缘则是外在的条件，以下再从有理瞋

的角度，探讨外在有哪些原因，会挑起我人的瞋心与瞋习。

### 三、瞋的因与缘

众生都有趋乐避苦的生命本质，所以从我执为出发点的人生，必定爱护自己，不论自己对与错，被诃骂与鞭打，都非众生所欣乐，若能行忍辱者，尚知观看自己不起抵抗之心，一般人甚或瞋心者，必然反弹。佛教谈因缘，自己的心为主因，外在是外缘，首先谈生瞋的缘，例如与恶人一起共事，由于行恶事多，因此心性刚硬不柔软，所作恶事多因此恒生瞋恼，若从事的行业是屠宰业，久之对其他生命痛苦会麻痹。“智力劣弱”的人，无法掌握自己的心性，是属于随境而转型，因此当人逢遇违逆境，便生瞋恼。如此时常生瞋恚心，“久集瞋使乃至成性”，瞋就成为个性的一部分，恶性循环的后果，我执的体现就更加瞋恼。有的人因为瞋心过重，所以触境容易产生种种瞋恼，根对尘而起心所，所对的境就成为重要的选择，经典中提到会起瞋恼心的原因有如下：

**或从呵骂鞭打等生。或与恶人同事则瞋恚生。如屠猎师等。或智力劣弱故瞋恚生。如树枝条为风所动。或久集瞋使乃至成性。故瞋恚生。或从屠猎毒蛇中来故瞋恚生。或意念他过故瞋恚生。如九恼中说。或随时节故瞋恚生。如十岁人等。或以种类故瞋**

**恚生。如毒蛇等。或以方处故瞋恚生。如康衢国等。又先说贪生因缘。与此相违则瞋恚生。又计我心憍慢炽盛。及深着物。如是等缘则瞋恚生。**

生瞋的原因，除了外缘之外，瞋行者喜好缘取他人过去的恶，不断的回忆咀嚼自起瞋恨或恼他，再一次的责备他人，令自他不喜，或因为地方不满己意生瞋，或因贪心起，无法获得满足而起瞋，或因瞋的相应心憍慢、忌妒等心起而后随之生瞋，这些都是令人生起瞋的原因，但是重点在于令瞋习任意的发挥，没有节制与反省，才会造成更大的过患。

“意念他过故瞋恚生”与瞋的随烦恼“恨”相应，“恨”的表现，在“忿”之后生起，即暴怒之后，不顺心之境界虽已过去，可是内心却怀念旧恶，恨意难消，于是在内心深深地建立起一股又浓又厚的怨气，久久不能释怀。所以恨是对他者的错误执着不放，并常忆起他人之过，产生怨念，经典一再的述说，“过去心不可得，未来心不可得，现在心不可得”恨心乃不断的连结过去的不顺意，于此升起恼怒，瞋行者于此情境执而不放。

瞋恚之心因为起心的重与轻分有不同的情况，程度与心态：

论者言。瞋恚相者。若瞋此人欲令失灭。愿使他人打缚杀害。一向弃舍永不欲见。是瞋名波罗提伽。义言重瞋。有瞋但欲毁骂鞭打他人名违欣婆。义言中瞋。有瞋不欲舍离。或从憎爱妻子中生。名拘卢陀。义言下瞋。

当瞋心起无法控制，非要置对方于死地，或恨入骨从此不愿意见到对方，想要把他从自己的生命剔除，是为重瞋；因为瞋恨之意难消，一定要以粗暴的宣泄方式，鞭打动粗达到发泄，此情形判为中瞋；对于不顺己意的情境，因心受苦不甘心，而不愿意放弃此瞋恨之心，或从妻子爱瞋交织执而不放，视为下瞋。除此三种瞋的分判，又有瞋的其他表现：

有瞋常染污心名为摩叉。义言不报恨。有瞋在心不舍。要欲还报。名忧波耶呵。义言报恨。有瞋急执一事种种教诲终不欲舍。如师子渡河取彼岸相。至死不转名波罗陀舍。义言专执。有瞋见他得利心生嫉妬。名为伊沙。有瞋常恚诤讼。心口刚强。名三蓝披。义言忿诤。有瞋若师长教戒而返拒逆。名头和遮。义言很戾。有瞋若得少许不惬意事则心恼乱。名阿属提。义言不忍。有瞋言不柔软。常喜频蹙不能和颜。先意语言。名阿婆诘略。义言不悦。有瞋于同止中常恚骂詈。名阿搔罗沾。义言不调。有瞋以身口意触恼同学。名为胜耆。义言恼触。有瞋常恚弹呵好些毁物。名登单那他。义言难可。是瞋二种。或因众

生或不因众生。因众生名为重罪。又上中下分别九品。又因九恼分别为九。无事横瞋是为第十。是名瞋相。

瞋心除了伤害自己之外，也会伤害其他人，会违背慈悲心排除众生，经典中说此因众生所起的瞋心，是为重罪，若不因众生自己生瞋尚可原谅。经文中谈到各种瞋心，不干涉众生的有不报恨，虽然心为瞋所染污，但是盘旋在自己的脑中起瞋，不会对众生起报复之心；专执对于教悔内容执着不放，这是障碍修行的染污，此也与瞋相应；忌妒是面对他人的好，因为心量不足，而产生排斥的心；不忍即依点点不惬意的情况，就在心中恼乱，不能安忍于每一个当下，以上都是属于个人的瞋心状态。

瞋的过患造成自己无法生清净心，是障道因缘。

相对于众生所起的瞋心，经文中举出有还报，对不如意之事怀恶难忘，而生起报复的心；忿诤是喜欢争论，面对境的不忍，进一步就会产生斗争之言词，不管言词是否伤害众生，想要从中达到自己的快意；狠戾是对师长的教诲不纳受，加上自己的瞋习，产生反抗并于内心怀恶；不悦是比较轻微的表现，颦蹙的表情与不悦的面容，令趋乐避苦众生远离，因而自生恼并令他生恼；不调于同处之众中常喜恶言对他，所产生的不调和；恼触是因为内心与瞋相应所产生的不惬意，发动身语意令众生生恼。

最后提到无事生瞋，此乃瞋习作祟，惯性于生瞋，不自觉的状况下，会令自己时常陷于瞋的轮回中而不自知，并常与其他的瞋恶心相应，生起

更不好的身口意，易于相对众生犯下重罪，让自己的人生苦恼不已，自觉得委屈，也让众生不得自在增生苦恼，所以瞋心的过患由此可知。

#### 四、瞋的展现

人我相处中，忿恨恼的形态让人想要远离，瞋心生起会有哪些形态？愿意发心但无法调伏瞋心，是修有漏法，将所修的一点点的福，因为瞋恼而漏失，忿心强者，更是令人远离，甚或平日微细的瞋习，让人无法克制的表现如下：

诸瞋行者有如是相。谓性躁烈，卒暴凶险。多怀忿恨，难与共居。乐讥他，多忧戚。无慈喜鬪。怒目低精，少睡少言。沉思难喜，坚持所受。固友固怨，所为急躁。黠慧沈密，难坏知恩。刚决勤勇，无悲乐断。志猛念强，坚锐难当。好多观察，性欣出离。乐施利根，多正直言。意怀难得，是处见过。触事猜疑，嫉妬形残。多诸病恼，寡知友饶。怨结惨容，色信坚固。少惊无畏，大勇多愁。头项臂龕，难可摧伏。强额多力，为性很戾。巧术闻智，欲习易成。既得成已，卒难忘失。财法友欲，舍己不追。此等名为瞋行者相。

透过上文，可以观察自己与外围的人，是否常得可见，举而言之例如：瞋行人心与慧心所相应，所以常会“黠

慧沈密，好多观察”，由于习惯喜欢思维、观察，进一步要求自己并对其他人提出要求，“是处见过。触事猜疑，嫉妬形残，为性很戾”，这样的表现让人觉得难以亲近，面对事物容易急躁，不满己意时会生起愤怒的心，并对外境提出要求与批判”谓性躁烈，卒暴凶险”，因为要求中时常出现的表情“多忧戚，怒目低精，沉思难喜”，惯于观察思维，因此对事物总是比别人有更深的观照，或观照角度不同，有习惯于谏言式的直言”乐施利根，多正直言”，表示对其他人的真心与关怀，但当外在人事无法配合，又发生与自己预期的情况一样，就会产生忿恨之心“多怀忿恨，难与共居”事发当下无法发出慈悲心，因为无法修以慈心，会有种种苛责，众生因此不敢亲近，观察他人的多，反思自己的少，虽然处事能力很强，却“寡知友饶。怨结惨容”，令人觉得难以共居，能令事情的完成满意度降低。瞋行人的人际关系在要求多、爱语少的情况下，心易忿怒发言容易伤害他人，若求好心切，就会在要求中加上责备，



因此容易“躁烈，卒暴凶险”。

以上都是瞋行人的惯性表现，瞋行人虽然有种种性情暴烈之处，但却非常的真情真意，也认为相处应该真心直言，发过就算了，同时希望别人也以同样的方式对待，但在我执无明未破除之前，对于别人的直言，心灵也会受伤，对于别人直言的同时，因为自己无法照见，所以会产生挫折感，或发出抗议的音声，又因为其习气难调之故，抗拒的言语也多令人无法忍受，所以人际关系常出现问题，别人不敢也不愿意多谈，自己也会感觉受委屈。瞋行者不善于周旋于人群中，或处于人群中会有一种与人相处的方式，私下又有另一种方式，但瞋行人的真心直言，若能把握适当的表现，是可以当成长期的好友与善知识。

瞋行者于人群中若能适当的修整自己的表现，在人我关系易于“乐施利根，多正直言”，习惯运用多思维的惯性与他人相处，对人提出直言，也因此大多能忠心，虽然忠言逆耳，但修道的过程，需要有真言真语的道友共同勉励，学道必能增上，然因为性格的暴烈，所以居住的空间，最好是可以有独自的空间，并且能符合自己的需求，例如干净度与摆设，如此都能在自己的空间得到一定的满足，再拨出一些与人共处的空间，因为，与人相处的过程中，若有些许的不满意，彼此都可以在自己的空间中消化。所以瞋行者若在团体中共住，完全没有

自己的空间，就要有更大的坚忍力，并且找方法消化自己的烦恼，需要时时反省自己的习性，才不至于伤害他人，又自觉得委屈。

人总陷在“初以习成性，后依性成习”的轮回困惑中，无法脱出。瞋行者推理判断的过程，以我爱与我所，以及无明为根源，出发点就已经是情感错乱，所以是对“不实的过失”所起的瞋怒相，在性格难调的情况下，轮回在紧张的人际关系中，容易触怒别人，也轻易自认为为他所触怒，而且瞋行者通常都培养比一般人更大的坚忍力，即使受苦也能忍受”坚持所受”，帮助他人时也乐于舍己助人，所以多好布施，得苦能够忍受，有勇于面对生命的困难，其特性“少惊无畏，大勇多愁，头项臂髀，难可摧伏，强额多力”，这样的性格符合修道，加上与慧相应的心所，瞋行者对所缘能觉悟，则可转境成智者。

瞋行者可为人善知识，因为能饮水思源，又能知恩图报，“难坏知恩。刚决勤勇，无悲乐断。志猛念强，尖锐难当”，这些特质都是让人在生命洪流中，协助自己与他人驻足的有力状况，瞋行者的利根表现，喜好学习加上学习能力强，是人中的优秀者“巧术闻智，欲习易成，既得成已，卒难忘失。”他们所学大多能记住，这些学习与他们对事物的善于思维有关。

以上分析了瞋行者的生命形态，可见善与恶的展现，若能对自己有深

刻的认识，克己伤害众生习性，个人能独自适当纾发，见善恶的外境过患都愿意回归自我反省，让自己更能把

握自己的人生，也改变人际关系，扭转生命，从痛苦的深渊出离。以下探讨瞋所带来生命的损失。

## 五、瞋的果报

瞋因为与无明相应，并且会因为对众生的顺逆感受，产生喜好，因而生起排斥或执着众生的态度，“瞋以回避有情之态度为用”，因为执着之故，对众生起的回避态度，对事无法明白的检择，而陷在人我的分别，这与菩萨道的饶益有情的精神完全相违背，发起瞋恨心来伤害众生，众生反过来向你忏悔，尚且不肯接受，这么严重地舍弃众生，失去菩萨的大菩提心，失掉菩萨戒的无作戒体，故属于第三条重戒，“瞋不受悔戒”。瞋的过患比贪严重，“问曰。是瞋有何等过。答曰。经中说瞋为重罪于贪欲。故名为易解而实难解。但不如贪久随逐心。”但因为瞋与心相应，所以瞋行者能经过思择，自己心开意解放舍烦恼，贪则易于染着，放舍一转向二，展转相续，因此不易解脱。

瞋的过程会自伤伤人，经过忿恨的过程，紧接着就是“恼”，彼此都用一种喧嚣、急躁、凶恶、狠毒、鄙陋、下流的言语，咄咄逼人，令对方招架不住，恶毒的言语，也常能杀人不见血。

又瞋为两恼。我自烧恼而后烧人。

又瞋定为地狱。以从瞋起业多堕地狱故。

佛法乃自利利他，瞋心却先伤己后，又发毒蝎之心伤害他人，完全违背菩萨道的修持。只是在要求中让自己更熟悉做事的方法与技巧，因此生命形态乃能为事，不能为人。若将事圆满与与人圆满二分，处事的一百分中，二者各占五十分，即使是圆满取得全分，也只有五十分，要求过度又起瞋人不但无法圆满，可能没有分数，令人想要远离，这也成为徒劳无功，成就过程需要各种因缘条件，所以世间事圆满者，也大都受限无法成为高位领导，领导者需要人事调节，当要从人圆满中成就，才获广大善缘，令众信服并愿意配合。

又瞋能坏善福。谓施戒忍是三皆从慈等生。瞋与慈相违故名能坏。又从瞋起业皆受恶名。又从瞋起业。后皆心悔。又瞋恨者无怜愍。故名曰凶暴。众生常苦而复瞋恼。如疮如火。又经中自说瞋过。谓多瞋者形色丑陋。卧觉不安心常怖畏。人所不信等。

以上经典所谈论，瞋无法积聚功德，并令己心常怖畏，也令他人怖畏，

依于众生趋乐避苦的生命本质，众生临苦必逃与避，甚或抗争，因此瞋令自他的人际陷入困境，应当警戒之。

瞋与慧特性相近，因此透过分析的能力，反省自己，安忍并修改自己，

克制不要求他人，以持戒的精神，克己以利他，展现严以律己宽以待人的精神，如此会令众生生起恭敬之心，并信服自然追随，此才是修道的典范与正确的目标。

## 六、结语

生活禅是智慧的展现，以智慧对治三毒，三毒中“瞋”能烧毁一切功德，亦是三毒中最重者，要以慈悲观对治。我人欲求一切顺心，如果违意，自己也易起瞋心，所以他人被烦恼所系不得解脱时，应发慈悲心，让烦恼从中解脱，降伏自己的瞋心，行持普贤大愿之恒顺众生，普施众生无畏，令自他安享法乐。

由以上的分析可见瞋行者的特性，瞋行者能坚忍，好于要求，但要求中稍有差池就是苛求，苛求的态度若面对事物，则处事严谨并要求进步，所以他们的处事能力强，苛求若展现在人际关系中，就无法获得好人缘，并且与众生趋乐避苦的生命特性相违

背，而且苛求的展现，会让自己暴露许多生命缺陷，无法慈悲吸引众生，带给众生快乐，若陷入自以为是的状态，认为带给他人的苛责，是为了给他长远的快乐而坚持己见，就是无法善观因缘。缘起法的定义，“在见闻觉知的有限因缘条件下，无私地作相对最好的抉择”。生活禅的意义就在于要用善的思维来改变生活与生命的状态，让你每天都有好的生活，时时过好日子，生命中始终充满善与爱的心情，所以善用慧的抉择力，于对境时能去除对人的喜好，客观展现慧的能力，迈向觉的大道，就能堪称是好的修道者，并成为他人的善知识。

（选自第三届黄梅禅宗文化高峰论坛论文集《生活禅研究》）

# 生活禅夏令营：传统文化复兴的绝佳范本

◎本刊编辑部

禅，一个古老的字眼，即使从释迦牟尼佛灵山拈花微笑创立“如来禅”算起，她也有 2500 多岁了。

禅，一个神秘的字眼，她以“不立文字，以心传心”为特质，似乎无处不在，却又无形无相，难以把捉。

禅是明灯，照破漫漫长夜；禅是舟航，行于茫茫苦海；禅是终极真理，令得之者永获解脱；禅是诗情画意，让受之者喜悦无边。

然而，人类无限度追求物质享受，导致生态环境日益恶化，无数物种灭绝，地球坠入险境，现代社会信息大爆炸带来的知识碎片化、浅薄化、快餐化、低俗化，让众多来自人类心灵最深处和智慧制高点、具有永恒普世价值的优秀传统文化，同样陷入灭绝或濒临灭绝的惨境。

儒、释、道，这一支撑起中国文化甚至整个东方文明脊梁的三大优秀传统文化传统，其命运就让人无比唏嘘感叹。在 100 多年的世事无常变幻中，三大优秀文化饱受外侮内乱，先是鸦

片战争的坚船利炮彻底摧毁了国人的文化自信，其后又在国内各种匪夷所思的社会动荡和政治运动中被“彻底打倒”“斩草除根”。

于是，号称 5000 年历史的文明古国，其整体文明水准令人伤感；许多人“数典忘祖”，不知儒、释、道核心价值为何物；一些人陷入严重畸形的身心失衡、人格分裂状态：有知识没文化，有技能缺道德，有才华无良知。物质享受空前富裕，精神世界无比空虚。快餐文化泛滥成灾，内心深处信仰缺失。“自媒体”时代充斥各种高科技媒介终端的新闻资讯，几乎不断地传播一个让人沮丧的主题：高调行恶无止境，道德沦丧无底线。失去传统优秀文化之根的人们，几乎成了现代社会的“野人”。

面对这样的困境和“共业”，禅，这盏由佛陀亲自点燃、达摩祖师万里迢迢送到中国、无数古圣先贤用全部生命呵护的心灯，同样如风中之烛，岌岌可危。

好在诸佛菩萨不舍众生。以振兴汉传佛教、光复禅宗门庭为己任的净慧长老，在生命最后的二十年，融注全部智慧和慈悲，融通浩瀚的佛教经论与法门，深刻体察和把握现代社会的世道人心，深入浅出，推陈出新，提出了一整套适应现代社会和众生根机的修学体系：生活禅，使古老的优秀文化出现复兴的曙光。

这当中，柏林禅寺举办的二十届生活禅夏令营，四祖寺举办的十届禅文化夏令营，深受广大青年人尤其是莘莘学子的喜爱和追捧。从教育改革的角度看，在当今教育资源投入巨大

### 脱千年古装，换现代衣裳

古里古气，老气横秋，这是许多传统文化共同的外在面目，厚古薄今，不肯“迁就”，是一般从事传统文化人士普遍的内在心态。这样一来，倒是保存了某种古奥和清高，却失去了传统文化在现代社会的生存空间，甚至是直接断送了传统优秀文化的“命根”。

极具智慧、高度圆融的净慧长老，虽然天天跟最古老的文明——“佛法”“禅宗”打交道，虽然因为命运的坎坷、直到年近花甲之后才有机会干一番事业，却永远保持一颗年轻、敏锐、热情的心。具有强烈忧患意识、以振兴汉传佛教、重光禅门宗风为己

却又收效甚微的今天，它是关于真善美教育不可多得的成功案例；从文化复兴层面看，在诸多优秀传统文化面临救亡图存的困境中，它是具有极大借鉴意义的绝佳范本。

关于生活禅的修学体系，其所依据的理论典籍和修持法门，净慧长老及其精英弟子已有十分精辟的论述。作为一个禅门初学者，作为南北两场精彩夏令营的直接体验者和间接见证者，作为一个曾从事20余年新闻生涯的媒体人，笔者不揣浅陋，愿意与所有关心真善美教育以及优秀传统文化复兴的有识之士分享一孔之见。

任的长老，没有怨天尤人，没有消极等待，而是一直目光如炬地观察现代社会的国情、制度、风尚、思潮等，体察当今时代普通大众尤其是广大青年的心理特质，从而练就了一双“洞若观火”的慧眼，为“生活禅”体系的确立，打下了深厚的时代“桩基”。

古老的文化如何现代化？长老首先从改变“外貌”开始：脱去拒人于千里之外的“古装”，换上亲切时尚的“现代衣裳”。

比如，将“如来禅”“祖师禅”这一现代人觉得遥远隔膜的概念，转化成亲切平实的“生活禅”，让整天忙于生存和生活的现代人感到，禅

原来也可以与每一天的生活紧密结合，所谓“道不远人”。比如，嫁接“夏令营”这一现代教育形式，替代“禅七”这个古老的名称，符合青年人活泼好动的天性；而利用暑期开展活动，则能让广大学子有时间参与。

最大的改变是将禅的语汇、语境、语系全面“现代化”，用现代人耳熟能详的表达方式和逻辑惯性，描述“生活禅”的修学体系。比如，生活禅的宗旨：觉悟人生，奉献人生；修习生活禅的原则：在生活中修行，在修行中生活；修习生活禅要达到的目标：在尽责中求满足，在义务中求心安，在奉献中求幸福，在无我中求进取，在生活中透禅机，在保任中证解脱；生活禅的法门纲宗：发菩提心，树般若见，修息道观，入生活禅；落实生活禅的具体要求：将信仰落实于生活，将修行落实于当下，将佛法融化于世间，将个人融化于大众。做人的二八方针：信仰、因果、良心、道德；做事的二八方针：感恩、包容、分享、结缘。对寺院和企业的管理则提出“四个大众”的理念：大众认同，大众参与，大众成就，大众分享。

可以说，这样的表达完全做到了深入浅出、生动直观、易学易行，光从字面上看看就能学到几分。在净慧长老及其僧团的努力下，古老而神秘的“禅”日益揭开隔膜的面纱，全面呼应现代人的思想、行为、习惯，与现代人的生活水乳交融。

此外，净慧长老利用各种契机进行开示，阐扬“禅”的精神，撰写“生活禅”的文章，并结集出版，广为散发。在《生活禅开题》一文中，长老用充满灵性、哲理和诗意的现代语言描摹禅的相状：“从自然现象来说，满目青山是禅，茫茫大地是禅；浩浩长江是禅，潺潺流水是禅；青青翠竹是禅，郁郁黄花是禅；骄阳似火是禅，好风徐来是禅”。“从社会生活来说，信任是禅，关怀是禅，平衡是禅，适度是禅”。“从心理状态来说，安详是禅，睿智是禅，无求是禅，无伪是禅”。“从做人来说，善意的微笑是禅，热情的帮助是禅，无私的奉献是禅，诚实的劳动是禅，正确的进取是禅，正当的追求是禅”。“从审美意识来说，空灵是禅，含蓄是禅，淡雅是禅，向上是禅，向善是禅，超越是禅”。总之，“禅作为真善美的完整体现，确实是无处不在的”。

读了如此优美的文字，即使做不到“言下大悟”，也能开启智慧，获得极大的心灵愉悦。

此外，生活禅弘法团队还逐渐学习运用现代传播手段。净慧长老曾数年如一日，每天亲自编写一条生活禅语，利用手机短信向广大信众免费发送，让大众每天都能领纳甘露法水的滋润。长老麾下的“柏林禅系”则普遍创办了立体式的现代传播体系，如期刊、网站，微博，微信等。

## 化“无形无相”为“有声有色”

禅是一种心灵的体验，它离言绝虑，无形无相，面对如此空灵的“神物”，怎样才能让普通人“看得见”“摸得着”，可触可感？

具体来说，7天的生活禅夏令营，如何将充满着“无”和“空”特质的禅，转化成青年人接受和喜爱的生活流程、课程设计和参与方式？

8月10日，当笔者拿到一份“四祖寺第十届禅文化夏令营活动日程”时，心里惊叹连连。这是一份非常具有创意的活动日程表：内容丰富、精彩、生动、有趣。既有原汁原味的寺院生活体验，又有活泼时尚的现代互动交流，既有滋养心灵的文化讲座，又有锻炼体魄的远程行脚，既有白天忙碌紧凑的深度学习，又有星空下诗意浪漫的普茶传灯。还有学唱佛教歌曲、观看佛教电影等寓教于乐的活动。无形无相的禅，变得“有声有色”。

夏令营每一天的生活，从清晨4时15分空旷清寂的打板声开始，这种古老而温馨的“唤醒”方式让青年人十分好奇。它既体现佛教的“精进”，又呼应着中国人“一日之计在于晨”的智慧。对于现代社会违反人体规律、损害健康的过度“夜生活”，是一个良好的矫正。

每天的早晚课是寺院永不停歇的惯例，然而夏令营早晚课作了聪明灵活的变通：没有要求营员们随僧团一起上大雄宝殿，唱诵楞严咒、十小咒、放蒙山等内容，因为这些“专业课诵”让营员们根本无法短时间消化。通宗通教的净慧长老根据自己的宝贵心得，为营员们精选《华严经 普贤菩萨行愿品》和《金刚经》，分别作为早晚课的课诵内容，让几位法师带领营员们在双峰讲堂集体念诵。明基法师解释，早上诵《普贤菩萨行愿品》，是帮助大家“发菩提心，建立一切法”，从而一天都充满积极正面的能量，晚上诵《金刚经》，是帮助大家“树般若见，破除一切相”，放下万缘，获得安详与解脱。这样的高超智慧和良苦用心，不得不令人赞叹。

连每天的吃饭都是令营员们难忘的重要课程。吃饭在寺院被称为“过堂”，夏令营沿用了这一庄严的仪式，300余位营员们身着统一的营服，每天早斋和午斋排队有序进入斋堂，义工们已将碗筷整齐地摆放在每个人面前，男营员们分组轮流拎着饭菜分发给每位营员，女营员们负责洗碗清扫。饭前，大家在法师的带领下唱诵供养咒，用观想的力量，清净的心念，供

养诸佛菩萨：供养清净法身毗卢遮那佛，圆满报身卢舍那佛，千百亿化身释迦牟尼佛……整齐、清亮、虔诚的歌声中，诸佛菩萨似乎就在每个人身边，每一口饭菜都如此美味香甜。

“一切功德皆从禅定出”，“若人静坐一须臾，胜造恒沙七宝塔”，禅修是出家人的基本功课，是戒定慧三学中不可缺少的环节，也是夏令营的重头课程之一，目的是让营员们放下浮躁、焦虑和烦恼，练就一颗沉静、安宁、清澈的心，改变一心向外驰求

的惯性，让心灵回到内在的家园。

因为本届营员数量比往届多了上百人，四祖寺开放了两个禅堂，平时从不对外开放的常住禅堂也提供给学员们，明基法师亲自为营员们上每一堂禅修课，柏林禅寺监院明影法师特地从石家庄赶来作指导。虽然禅修是一个需要长期坚持才能奏效的学佛必修课，但通过每天一个小时的实践，这颗不可思议的种子，必将在营员们心中开花结果。

## 变机械灌输为多元互动

七天的夏令营课程，是传统与时代的完美融合，是智慧和艺术的交相辉映，是多元化与互动性的活泼呈现，是真善美慧的集中演绎。这恰恰和照本宣科、机械灌输的“填鸭式”应试教育弊端形成鲜明的反差。

9场充满真知灼见的讲座，是夏令营补脑又养心的精神大餐。讲座的水平绝对不亚于中国一流大学的同类活动，主讲人为佛教界、学术界、文艺界精英，如柏林禅寺住持明海大和尚、中国佛学院觉灯法师、中国社科院世界宗教研究所著名佛教学者王志远、复旦大学教授王雷泉、武汉大学教授欧阳祯人、台湾著名佛教学者游祥洲教授、著名佛教学者明尧居士、著名古琴演奏家张子盛老师、著名茶

文化专家寇丹老师等。

讲座的内容既涉及正信的佛教、禅宗祖师的智慧、生活禅的内涵，也包括以“孔子教我们怎样做人”为题的儒家文化，以及茶禅与人生、古琴艺术赏析等。讲师们都善于使用PPT等现代授课手段，内容生动，语言幽默，并与营员们互动，现场问答。可以说，9场讲座听下来，可以极大地丰富营员们的人文素养，提升文化和艺术品位。

与此同时，主办方还专门拿出一个晚上，将营员们分成6组，由法师和专家学者与营员面对面交流讨论，平日里威仪庄严的法师们谈笑风生，与营员们完全“零距离”。

如果说，讲座、禅修、早晚课等

课程是夏令营的主菜，行脚、普茶、传灯等活动则是“甜品”，活泼、优雅、诗意，令人回味无穷。

在蓝天丽日下去世外桃源般的老祖寺行脚参观，在四祖向五祖传授衣钵的传法洞前迎接日出，在清净美丽的尼众道场芦花庵体验寂静清朗的生命境界；

繁星闪耀、明月吐辉的夜晚，营员们聚集在宽阔清凉的大雄宝殿广场，品尝醇香的普洱茶，聆听流水般的古琴雅乐，欣赏双胞胎姐妹花激情的现代诗朗诵，看书法大家现场挥毫泼墨；

洗涤心灵的尘垢，忏悔累劫的业障，在星空下点亮一盏盏酥油灯，捧在手心，从大雄宝殿广场出发，唱着让人“远离迷惘、解开疑惑”的《燃

灯之歌》，穿过长廊，跨上台阶，走向四祖殿进行传灯。300多位营员在法师们的带领下，汇集成两道缓慢流动的灯河。灯光照耀着营员们青春的面庞，心底的光明让一双双眼眸闪闪发亮——如此温馨、浪漫、诗意的场景，将夏令营活动推向真善美的极致！

原来，这就是禅，真善美的高度统一！

原来，古老的禅完全可以在现代社会“华丽转身”，扫除人生的种种痛苦烦恼，开启内心灵觉悟的旅程，彻底打开生命的无尽宝藏！

原来，只要真正“发菩提心”，用全部的生命作布施，悲智双运，优秀的传统文化就可以找到与现代社会大众融合的最佳途径！



## 在第十届禅文化夏令营 开营式上的讲话

湖北省民族宗教事务委员会主任 邓汉光

各位高僧大德、各位专家学者、各位营员同学们：

大家上午好！

今天是我们禅文化夏令营举办的第十期了。我有很多感慨来参加这个活动，前几年我有幸在省民宗委工作，又联系我们佛、道教这一块儿，所以常常有机会来参加我们佛教界一些大的活动。净慧法师发起的生活禅夏令营是我非常向往的一个地方。每次接到这样的邀请，我会把工作腾一腾，把时间挤出来，如果不是发生重大冲突，一般是以这儿为主，把其他的工作放一放。四祖寺的请柬很简朴，每次我收到请柬一看，它就与众不同。很普通的一个信封，里面就薄薄的一张纸。就是打印的一个请柬，非常朴实。我拿到这个请柬，就说这就是跟禅在打交道，触摸到禅了，返璞归真。因为我跟佛、道教打交道，这几年我们佛、道教是非常兴旺的，活动非常多，我收到的请柬豪华的一个要几十块钱。有的就像证书一样，厚厚的，非常铺张浪费。四祖寺这个地方在净慧长老的住持下讲生活禅，讲返璞归真，所以拿到这个东西就有心向往之的想法，就想来。一这个地方有大师，每次来可以亲近净慧法师，还有很多专家学者。净慧法师的一言一行、他的人品、他的文章、他的举手投足都显示了一个禅者的智慧、一个大师的风范。我虽然不信佛，但我从文化的角度、从做人的角度，我觉得净慧长老不仅是我们禅林的楷模，也是我们这些俗人学习的榜样。每次来听大师开示，与大师聊天，都有很多受益，很有收获。因为我们这些俗人，特别是在市场经济这种环境下，我们每个人的心可能都很浮躁。跟有钱人比，我们感觉自己的钱少了，房子小了，老婆老了。跟有权的比，感觉到官帽子小了，权利小了，无穷无尽的欲望逼迫着我们，所以有时候迷失了自我。因此到祖庭来接地气，感受这种气场，和大师交流，回归自我，找到自己的一颗心，

我觉得这是非常好的。所以祖庭是有大师的地方，是我向往的地方，所以我多次来。

今年4月20号，我们的净慧长老撒手归西，当时听到这个噩耗，我们很多人都潸然泪下。很长一段时间，我们的眼前还浮现着净慧长老的音容笑貌，久久挥之不去。我当时有个担忧，净慧长老事业做得这么大，他是一面旗帜，他是一个标志，净慧长老走了，生活禅的旗子还能打下去吗？我们这些活动还能继续搞吗？我们的论坛还能继续搞吗？为此我们还专门来了一趟四祖寺。跟四祖寺的明基法师一交流，跟几个年轻法师一谈，我心里就有底了。净慧长老走了，但净慧长老给我们留下了宝贵的精神财富，留下了一个很成熟的僧团。因为净慧长老这么多年一直致力于培养僧才，他有一个很成熟的团队。所以净慧长老虽然走了，但是一批年轻的僧人成长起来了，这是我感到非常欣慰的。当时他们承诺夏令营照常办，而今天就是他们实践这个诺言的时候，所以我来了之后非常高兴。禅宗里头把代代相传叫做传灯。现在这个灯已经传到明基法师手上，我想我们明基法师正当青年，刚四十，是我们净慧法师的高足。他在净慧法师的座下一直亲近净慧法师，得到了净慧法师的真传。今天他能组织这么大的活动组织起来，把这么多高僧大德请来，把这么多的专家学者请来，把这么多的营员请来，显示了明基法师继承我们慧老的遗志，要把生活禅的这面旗帜继续扛下去，并且发扬、光大、创新，我对此也充满了信心。

学员们，我了解了一下，你们是从两千余人当中选拔出来的佼佼者。现在每年我们夏令营的活动是非常受欢迎的。我们慧老创办的夏令营是“一南一北”，北边是河北那边的柏林禅寺，南方就是我们这边的四祖寺，有很大的影响力。学员们能来到祖庭，有这么多老师给大家授课，希望大家珍惜机会好好学习，争取在这几天内能够学到我们禅宗真正的灵魂的东西。从而指导自己的人生，为我们的佛教事业，为我们的经济社会发展，做出自己的贡献。

最后，预祝我们的夏令营取得圆满成功，谢谢大家！

## 在第十届禅文化夏令营 开幕式上的讲话

湖北省佛教协会会长 正慈

尊敬的邓主任、明基大和尚：

今天，四祖寺第十届禅文化夏令营如期举行。在此，我谨代表湖北省佛协，对大家的到来，表示最诚挚的欢迎！对第十届禅文化夏令营的举办，表示最热烈的祝贺。

慧老创办禅文化夏令营已逾20个春秋。黄梅四祖寺、赵县柏林禅寺南北呼应，交相辉映，生活禅伴随时代，契合当下实际，让无数学人受用，为禅宗文化传承、为人心的提振做出了巨大贡献，深为社会所接受，特别是对青年一代的影响，可谓振聋发聩，哲人远去，惠风犹存。生活禅让我们今天汇聚一堂，饮水思源，慧老慈祥洒脱的音容笑貌又在我心头泛起。尽管与往年夏令营不同的是，我们再也看不到慧老的身影，再也听不到他老人家的慈悲开示了，但是，老人“觉悟人生 奉献人生”的教诲依然那么清晰。慧老告诉我们，禅在当下，禅在生活中。让我们沿着慧老的脚步，在明基大和尚的带领下，继续感受禅，领悟禅、运用禅，做一个知足常乐、时刻幸福的人。

灵山法会上，佛祖拈花，迦叶会心的微笑了。这一笑满心的欢喜。自达摩东渡弘法，经一花五叶传承。历经千年沧桑变幻，如今这一千年前的微笑，话及今时，依然掷地有声，所谓会心者不远。

笑容是慈悲的，是自性菩提涌出的清凉甘露，是豁达心胸洋溢在脸上的欢愉。我们本届的夏令营主题是“永恒的微笑”，希望大家共坐青山白云间，共享禅的清静自在。心领神会处，会心有笑。

今天我们在四祖寺，学习做一个幸福、自在、正念、微笑的禅者，不由得要回顾祖师的禅法。

四祖大师的禅法，称为念佛禅。自四祖道信禅师开始弘扬至今已有

一千三百多年了，念佛禅的修行模式为“甚深般若、一行三昧、念佛者谁”。

慧老开示说：“四祖提倡的念佛禅与净土宗的念佛有所区别。净土宗的念佛是已经选定了一佛，有一个目标：就是念佛忆佛，现前当来，必定见佛。见佛以后要往生西方极乐世界、往生净土。这就是我们现在修净土宗的一个根本目标。四祖大师的念佛禅，是要我们自己来确定究竟是念哪一佛。你念释迦佛也行，念阿弥陀佛也行，念药师佛也行，念阿閼佛、成就佛都可以。”

四祖大师的念佛禅，其实就是帮我们找回佛的心念，也就是我们的本自佛性具足的这颗心。

因此，四祖大师在其传世之作《入道安心要方便法门》中说：“我此法要，依《楞伽经》诸佛心第一，又依《文殊说般若经》一行三昧，即念佛心是佛，妄念是凡夫。”

我们念佛的心是佛心，我们就是佛；我们念佛的心如果是妄念，我们就是凡夫。佛心就是禅，禅在哪里？在当下，在觉悟中，在正知、正念、正信正行中，在我们的生活中，在举手投足中。

希望大家在接下来的日子里善用其心，用心修学，用心感悟，都能过得充实、愉快，于佛法、生活能够多多获益，常常能会心一笑。同时也预祝本届夏令营能够圆满成功。

阿弥陀佛，谢谢大家！

## 在第十届禅文化夏令营 开幕式上的致辞

黄梅四祖寺代理住持 明基

尊敬的诸位领导，诸位法师，诸位老师，尊敬的各位嘉宾、义工，营员：

大家上午好。

2003年的8月16日，恩师慧公上人，受本焕长老之嘱，继席黄梅四祖寺的法席，为在这禅宗的发源地，振兴禅宗法脉，利益当代社会人心，于04年举办首届禅文化夏令营，到今年已经是第十届。但是，恩师的突然示寂……久侍恩师身边的诸位师兄弟，诸位居士内心无法平静。

但是，老和尚为我们留下了一笔宝贵的财富，那就是生活禅，那就是恩师脸上那一抹永恒的微笑。在四月二十五日恩师的追思法会上，国宗局蒋坚永副局长引用师公上虚下云老和尚、传恩师慧公上人曹洞宗法脉的表信偈中，“自是大觉志坚固，森森永荫法门荣”，以彰显恩师一生之功德，菩萨之大悲大愿。他代表国家从四个方面肯定恩师一生宏扬生活禅的菩萨事业，盛赞恩师是爱国爱教的典范，是人间佛教思想的勇于探索者，是丕正宗风的大力实践者，是繁荣佛教文化的积极推动者，恩师开创的以“觉悟人生，奉献人生”为宗旨的生活禅，为禅在当代的实践、传承、发展、弘扬开辟了新的道路，打开了新的境界，必将对当代禅宗，乃至整个汉传佛教的发展产生重大的影响。

众所周知，六祖大师的肉身，从唐朝至今一千三百多年，仍然端坐在广东韶关南华寺，向后世所有禅宗的行人证明，大师所讲的禅宗这一法真实不虚，不可思议。恩师荼毗后，给我们留下了两千七百多颗舍利，其中顶骨有十一块，七彩的舍利将近三百颗，这更使四众弟子对修持、弘扬生活禅生起无上的信心。

世尊拈花，迦叶微笑，此一公案，为禅宗之开端，祖祖相传至今。生活禅正是传承如来禅，祖师禅，具体落实太虚大师的人间佛教思想的禅法。将信仰落实于生活，就是在在生活的方方面面，要展现、体现我们的信仰；将修行

《黄梅禅》  
设立  
读者服务站

为更好地弘扬禅文化，使更多的人有机会接触、了解佛教和禅学，《黄梅禅》杂志拟在全国各地建立读者服务站。我们将根据各服务站的实际需求每期免费寄送杂志，由该服务站在合适固定的地点设立面向大众的杂志赠阅处。欢迎有意为大众服务并具备相应条件的个人、寺院、佛教团体及茶馆、素食餐厅等社会机构与我们联系。

联系电话：0713-3166010（工作时间 8:00—20:00）

电子邮箱：fxb@hmszs.org



落实于当下，就是要觉知当下，觉照当下，觉悟当下，离开了当下的觉知我们就无从认知我们的身心世界，觉照当下让我们看清自己内心的种种情绪状态，觉悟当下让我们会做出正确的抉择，断恶修善。

生活禅的做人八字方针：信仰、良心、因果、道德；做事的八字方针：感恩、包容、分享、结缘，都是菩萨修持六波罗蜜的具体落实。有了当下的觉悟我们才会拥有真正的微笑，那是感悟人生真谛的微笑，解脱了烦恼的微笑，慈悲一切的微笑，那就是禅者的微笑。

今年的暑期，酷热不分南北，我们在这酷热中来到四祖寺，领受诸位老师的甘露法语，学习生活禅，相信在七天的生活中大家都能真实感受到生活禅给大家带来的微笑，用永恒的微笑来面对人生中的种种的境界，觉悟人生，奉献人生。

十分感谢省、市、县各级领导，护法居士，一直以来对四祖寺的关怀和支持，特别是恩师示寂后各级领导的全力帮助，追思法会才得以顺利圆满的举行。

最后祝各位领导、法师、老师、营员，义工六时吉祥，法喜充满。阿弥陀佛。



## 在第十届禅文化夏令营 开营式上的致辞

中共黄梅县委副书记 何永红

尊敬的各位领导、各位法师、各位营员、各位朋友：

大家好，炎炎夏日，高温酷暑，大家结缘黄梅，聚集四祖道场，感受禅的清凉。今天，四祖寺第十届禅文化夏令营举行开营仪式，在此，我谨代表黄梅县委、黄梅县人民政府，并以我个人的名义，对第十届禅文化夏令营开营表示热烈的祝贺！向对本届夏令营给予大力支持并亲临指导的各位领导，向四祖寺的各位护法，以及各位来宾表示热烈的欢迎并致以诚挚的谢意！向远道而来虔诚研习禅文化的各位青年朋友，表示热烈的欢迎！

四祖寺的夏令营已举办十届，在湖北乃至全国产生了巨大的影响。禅文化夏令营是一个广结善缘、弘扬佛法、促进和谐，面向社会大众的佛教文化传播活动，使无数人走进禅、了解禅，受用禅的智慧、禅的清凉、禅的慈悲、禅的洒脱。这项活动是继承前人、启迪来者、传播文化、开启智慧的新载体，说到这，我们都不约而同，不由自主的想起禅文化夏令营的创立人，生活禅的创导者，净慧长老。长老的离去让我们失去了一位肝胆相照的朋友，佛教界失去了一位佛学泰斗、禅门巨匠。但对我们而言他却不曾离去，他的笑容时刻会出现在我们的脑海中，当我们工作迷茫时，他会微笑的对我们说“善用其心、善待一切，一切事务都以人民大众的利益为根本目的，以人与环境的和谐相处为方法，你就不会迷茫”；当我们生活烦恼时，他会微笑的对我们说“把烦恼当成处理品，就是你化解烦恼的最好方法”。“永恒的微笑”确定为本届夏令营的主题，就是纪念长老，缅怀长老，尊师重道，弘扬中华优秀传统文化。净老的微笑在我们的心中，永远是那么端庄、慈祥、亲切、永恒。微笑面对工作、微笑面对生活、微笑面对人生；微笑就是生活禅，微笑就是每个人最好的名片。

四祖寺风景优美，清净庄严，处处禅意。希望大家能安心于此行的禅修，



在今后几天的修学中，认真体悟佛法，度过一个有意义、心情愉快的夏令营。同时竭诚欢迎各位朋友学习之余，游览黄梅，研究黄梅，宣传黄梅，为黄梅的发展献计献策。作为当地人民政府，我们将不胜感谢。

各位法师、各位领导、各位营员、各位朋友，愿我们携起手来，精诚合作，不断推动佛教事业的发展，不断推动经济进步，保持社会安宁，谋求人民幸福！

最后，希望夏令营期间大家注意防暑降温，注意生活饮食卫生、安全，学有所获。祝各位领导、各位法师、各位营员身体健康，吉祥如意！

祝四祖寺第十届禅文化夏令营圆满成功！

## 西山碧玉

◎清·杨自发

画桥西去访幽泉，响落鱼矶尚有传。  
一道银河倾树杪，千层雪浪舞山巅。

僧来洗钵尘氛尽，客到流觞笑语便。  
我欲题诗镌石壁，却愁书占柳公权。

## 第十届禅文化夏令营开营式

### 授课老师代表致辞

◎王志远

尊敬的各位领导、各位法师、各位学员，大家上午好：

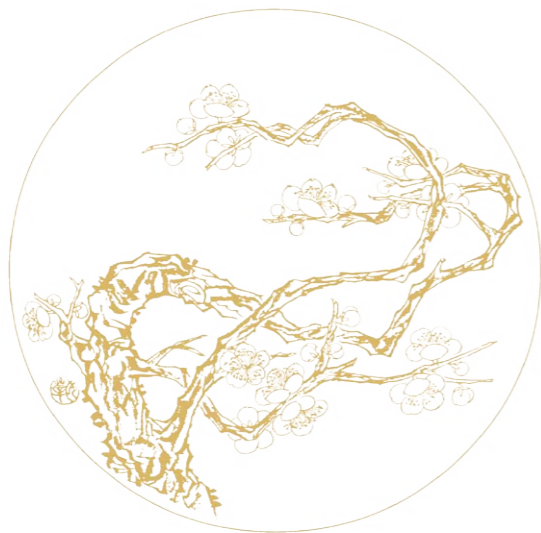
我这次来到四祖寺，从迈进山门的那一刻起，我就感觉到有一双眼睛在看着我。就在这个课堂上，我曾经带着学生到这里来参访。净慧老和尚就坐在我身边，当我们讲话的时候他非常慈祥地微笑着看着我们，而且他给我们很深的教诲。所以我今天来到这儿，首先是对老和尚的深切怀念。我觉得，老和尚所开创的事业就是他留给我们的一份非常珍贵的、需要我们用一生去完成的遗嘱。

我在老和尚去世以后，很长一段时间，实际上老觉得是一件很突然的事。我曾经写了一篇文章到现在没有写完，就是因为我总在不断地回想。因为我跟老和尚相识到今年已经是三十一年。所以对老和尚的怀念像放照片、放电影一样，总是一段一段的不断地在我的眼前浮现。这次我来，确实是殊胜的因缘。因为老和尚在的时候也曾经几次约我到这里来讲课，都因为很多的事错过了。这当然也是我终身的遗憾。可是老和尚走了，明基法师邀请我来，我说无论如何不管有多么重要的事一定要来。就是因为老和尚虽然不在了，我更要来。而且今后，不管什么时候，只要四祖寺说出一句话来，我就一定想尽办法要走到这里来，为四祖寺做贡献。谢谢大家！

今天大家能够来到这儿，来参加夏令营，我有六个字想送给大家。第一就是感恩。我走在这个庭院里跟我们的法师交谈，我虽然以前也知道这座寺院是本焕老和尚、净慧老和尚重新复兴的。但是，没有今天这样感受深。法师说啊，柏林寺当年还有一座唐塔、还有几棵柏树，当年四祖寺已经荒废到连座石塔都没有，只是一片废墟。经过十几年的努力，在本焕长老、净慧长老的努力下才有了今天。是我们党和政府、各级领导不断地关怀，才使四祖寺有了今天。所以，

我们坐在这里 要有一颗感恩的心。长老虽然不在了，但是长老的弟子们还在。他们为了继承长老的遗愿，在辛辛苦苦地为大家服务，我们同样的要怀着感恩的心去追随他们。第二个，就是跟大家讲要惜福。我在十几年前，虽然我没有来过这里的夏令营，我到柏林寺前后去过两三次参加夏令营。一开始的时候，柏林寺的条件是非常简陋的，但是不断地在改善。直到今天我们来到四祖寺，住在那个寮房里面，我觉得相当的不错。也许比起大宾馆来我们条件还不够，但是只要我们的心是平静的，我们是来求道的，我们会感到比宾馆还要舒适，因为我们的心得到了安定。最后我要说的是，希望大家能够精进，就是持久不懈地深入地努力。在求道的路上不会是平坦的，我们会有很多的疑惑。佛教和其它的宗教有很大的不同。其中有一点，就是佛教不怕你发出疑问。大疑大悟，小疑小悟，不疑不悟。你连疑问都没有，你就不可能往前得到发展。无论是对人生的，还是对佛教，你都可以提出疑问。你要去追寻那个越来越接近真理的答案，一直到找到自己身心都能够得到安定的东西。我们四祖道信有个安心法要，净慧长老在这里曾经一句一句地给我们大家讲过。我想，当你走进四祖寺的时候，最重要的事是把从道信一直到净慧长老的教诲装到自己的心里。希望大家能够满怀着希望而来，能够满载着智慧而去。祝愿大家，也祝愿这次夏令营圆满成功。

谢谢大家！



## 第十届禅文化夏令营开营式 营员代表发言

◎李冰如

尊敬的各位法师，老师，各位领导，各位居士、义工和营员：

大家上午好！

很高兴能有这样的机缘，参加四祖寺第十届禅文化夏令营。今年是十周年，我代表十年来在四祖寺留下青春足迹和永恒微笑的每一位营员，向各位表示我们深深的感恩。

现在，请大家看我手中这朵花，我们这届夏令营的主题是“永恒的微笑”，两千五百多年前，释迦摩尼佛留下了一段“拈花微笑”的传奇，而此刻，我想到的是老和尚说过的一句话。他说，“一朵花能在这个地方开得这么鲜艳，是整个宇宙的成就。”禅文化夏令营是老和尚亲手栽下、用心血浇灌的一朵花，同时，也是为我们青年人开的一扇门，点的一盏灯。

作为青年的我们，有着年轻人的朝气、活力、冲劲，也有我们的迷茫，冲突和苦闷，老和尚的生活禅夏令营，是一朵带给青年人安心和微笑的花。

我们感恩生活禅夏令营这朵花，更感恩宇宙间成就这朵花的所有因缘，从栽花者到开放的平台条件、各位善心资助者，从慈悲睿智的老师到真诚微笑的义工，甚至是寺内清脆的鸟鸣和钟声，青山绿水间的一草一木。如此多的无私奉献，为我们创造各种条件，只为一个微笑的传递和延续。怎能不感恩，怎能不珍惜当下的每一刻？

作为第十届夏令营营员，我们带着感恩的心，欢喜并新奇的，期待着这一届夏令营的开展；同时，作为一个回山的老营员，我代表在场或不在场的历届营员对四祖寺和老和尚真挚的祝福和感恩。

一开始，我以为见不到老和尚笑的夏令营会略有遗憾，却未想，真的用心感受时，这蝉鸣，风声，摇摆的树枝，清淡的花香，哪怕是一抹拂过衣袖的

微风，莫不是那个曾经用一个微笑融化你心的老者慈祥的微笑和祝福。

老和尚的微笑是永恒的，一如我们留在四祖寺的每一个微笑。作为营员代表，我很惭愧，因为所有的营员那么优秀，在这次夏令营前期准备中，就有很多自发提前过来的新老营员，怀着感恩的心，和义工们一起在极炎热的高温天气下，顶着炎炎烈日，和寺院的师父及义工们一起搬运完了几百号各种物件，衣服汗透一件又一件；女营员同样顶着烈日，忙碌地清洗和打扫，左手起了水泡就换右手，常常满头满脸的汗水来不及擦，也顾不上擦。

身边的人总说，“你想着，我打扫的是要给菩萨住的，是要给最感恩的人住的。”于是，伴随着汗水的，永远是各种欢笑和欢呼，这笑和欢呼出现在夏令营准备工作的每一个角落，这是发自内心的欢笑，是一种“在奉献中觉悟，在觉悟中奉献”的难以言说的欢喜和感动。

这份欢喜和感动将延续下去，伴随着禅文化这朵花，在夏令营每一个细节中，潜移默化地影响我们，始终带着一颗感恩的心，让我们“善用其心，善待一切”。让更多的人感受到这永恒微笑中传递着的充满爱的欢喜和感动。

最后，在我将这朵花插回去前，在四祖的千年道场祝愿各位：

“快乐无忧，随心所欲！”谢谢大家！



## 在第十届禅文化夏令营 闭营式上的讲话

中共黄梅县委常委、县政府常务副县长 王秋华

尊敬的明海大和尚、明基法师，各位法师、各位专家学者、各位营员：

永恒微笑驻世间，禅悦法喜润心田。四祖寺第十届禅文化夏令营已经顺利完成了各项活动，取得了圆满成功，马上就要落幕了。在此，我谨代表中共黄梅县委、县政府和百万黄梅人民，向辛勤工作的专家学者、授课老师、护法居士和全体营员表示衷心的感谢！

第十届黄梅禅文化夏令营内容丰富，形式活泼，是四祖道场呈献给广大禅学爱好者的一场文化盛宴，是“弘扬禅文化、打造大品牌”重要指示的具体落实，更是净慧老和尚生活禅系列活动的延伸拓展，是老和尚弟子们践行遗训、正信正行的积极回应。老和尚虽然离我们远去，但他慈祥的微笑如影随行，他所倡导的生活禅生生不息。

从2004年至今，禅文化夏令营在黄梅祖庭已成功举办了十届。十年来，夏令营以“觉悟人生、奉献人生”为宗旨，在弘扬传统文化、提升道德情操、优化公民素质、促进社会和谐等方面发挥了积极作用。举办好禅文化夏令营，是老和尚生前的殷切呼吁和谆谆嘱托，更是每一个黄梅佛子的历史担当和应有之责。我们将倍加珍惜老和尚留给黄梅大地的宝贵财富，以老和尚永恒的微笑和睿智的思想为动力，永续办好禅文化夏令营，全力支持黄梅禅文化的挖掘整理和传承弘扬，全力支持老和尚的继任弟子弘扬佛法、福国利民，全力优化宗教工作环境、努力促进社会和谐。

破额山前碧玉流，祖庭寂寂禅风幽。夏令营的期盼与欢乐似乎才开始，依依不舍的闭营仪式却已到来。愿大家铭记黄梅，铭记四祖寺，铭记这短暂却终生受用的夏令营经历。

最后，真诚祝愿各位专家学者、各位法师福慧双增，如意吉祥！

祝愿各位营员法喜常驻，旅途愉快！

## 在第十届禅文化夏令营 闭营式上的致辞

◎明尧

各位营员：

时间过得很快，七天转眼就过去了。今天下午我们当中大部分营员，要重新回到热浪滚滚的红尘当中去。但是我相信这次回去，和你们平时在外面出差回来那种感觉可能不一样。这次回去可能有一份清凉，有一份宁静，内心的那种烦躁，可能不像我们进寺院前那么强烈。

我们明海大和尚在柏林禅寺第二十届生活禅夏令营的开幕式上说，“禅文化夏令营是一座桥。”什么桥呢？沟通传统佛教与现代生活的一座桥，沟通佛教智慧与我们青年人灵魂的一座桥。各位在这里参加禅文化夏令营，我们是希望大家能够真正承担起桥的作用，我们是这个桥上的一块砖，我们应该把佛法的智慧和佛法的光明传递到我们的现实生活当中去，传到我们的朋友那去，传到自己的亲人那去。怎么传递呢？最好的办法就是用我们言行举止来表现佛法，以身表法。

老和尚讲我们要善用其心，善待一切。善用其心是什么？就是首先要让我们的心灵变得光明起来，我们自己要变成一团光明，变得一团欢喜，这样的话，跟我们接触过的人，因为看到我们的光明，感受到我们的热力，那么他们会自然而然的追问为什么你为变成一团光明的。那么通过这样的因缘他们也有可能走到佛门中来的。这是善用其心。善待一切，我们回去以后应该按照五戒十善的原则，去审慎的取舍，去善意的对待我们的每一个因缘，我们应该像老和尚一样，以心里没有任何对立面的这种心态来开创我们的那种光明的和谐生活的环境。

大家通过昨天听游祥洲教授的开示，里面就讲到“身土不二”。我这里稍微做一个简单的补充，我们的环境是我们心灵的镜子，我们的人际关系是我们

心灵的镜子，如果你的环境不好，那是因为我们的内心深处有很多不圆满的地方；如果你的人际关系不好，所有的人都见你是愁眉不展的，那一定是你内心深处是愁眉不展的。如果我们学会了用微笑对待别人，那么我们环境一定用微笑来对待我们自己；当我们用光明来温暖别人的时候，我们也得到了温暖。所以环境是我们的镜子，我们在生活当中碰到不如意的事情的时候，我们首先要告诉自己，提起一个正念，就是“他是我的镜子，他是我的感应者。”如果环境对我来说不好，我们首先应该在我们的心灵上反省，所以我们要树立一个正念，如果我们有了这样一个正念，我们走到生活中去的时候，我们才能真正的身表法，真正的将佛法传播到世间去，我们才能真正无愧于昨天传灯法会庄严的承诺。

所以我祝愿在座的各位都成为一缕清风，吹到我们的现实生活中去，吹到我们每一个人的心灵中去。希望我们在座的每一位营员都变成一种光明，成为他人指路的明灯，祝我们所有的营员像阳光一样生活着，像清风一样的生活着。

阿弥陀佛。



## 在第十届禅文化夏令营 闭营式上的致辞

◎明海

尊敬的王县长、黄局长、明基大和尚，各位师父各位营员：

能够来参加第十届黄梅禅文化夏令营，感慨很特殊。因为今年我们敬爱的师父示寂了，在他示寂以后没有太长的时间，我们举办这样一个夏令营，听说有一千五百人报名。这一届夏令营办得也非常成功，在这里我能感受到非常祥和，有生机的一种氛围。所以感慨之中，有一个很大的欢喜心，师父虽然走了，但是他的弘法理念，他的弘法事业在大家的共同努力下仍然在蓬勃发展，所以这是我心里很高兴的。在此我谨向黄梅四祖寺的，从大和尚到班首执事各位法师，向你们辛勤的努力表示敬意，向多年来支持四祖寺发展，支持禅文化夏令营的黄梅县委县政府各位领导表示敬意，也向所有参与我们夏令营的各位营员这包括今天在座的，还有很多，因为一千五百人报名，并没有都录取，还有很多不在场的，也是一种参与，向他们表示敬意！

为什么要向你们诸位表示敬意呢，昨天我也有讲到，我们80后90后生活在一个特殊的时代。你们可以在这样一个，可以说是人生青春最灿烂的时段，最有思考能力的时段，来选择了解禅文化，学习佛教文化，这是人生的一大福报。21世纪之后，90后你们诸位生活在一个全球化进程越来越加速，地球成为一个村落，多元文化不断地碰撞、交汇、影响的时代。科技在非常先进的传媒手段下，使这个地球越来越小，不同的文化和信仰交流的机会越来越多。所以21世纪我们的年轻人，你们要知道你们现在是地球村的村民。作为地球村的村民，这个村子里面有很多种信仰，很多种思想，很多种文化。作为地球村村民的我们应该要有文化的归属感，要有信仰的归属感。你们如果出国的话，要碰到外国人问你们，说你们有信仰吗，千万不要说我没有信仰。也许你不信仰某个宗教，你可以不打妄语地说，我信仰真善美嘛，是吧。如果你说没有信

仰的话，在这个地球村里面有很多人是不接受的，不太理解的。所以这是21世纪我们中国人在一种全球视野下要面临的一个新的处境。在这个新的处境里面还有一些信息大家要知道，就是过去一两百年来，西方文化是世界的主流和强势话语。那么进入上个世纪中后期以后，实际上西方主流文化中的很多人在思考，西方的有一些价值观，它不能解决今天我们地球所面临的问题。所以从那以后一直到现在，整个西方都有把目光转移到东方，从哲学、宗教信仰、从各个方面，他们要从东方文明里面找到走出目前整个地球人类遇到的一些困境的方法途径。他们要从东方文明、东方宗教信仰的智慧里面找到一些能疗愈今天的人类心灵上的很多问题。由西方向东方回归，这是一件时间持续非常久、广度和深度都非常大的一件事情。所以在这种情况下，大家就要知道，作为一个东方人我们对自己的文化、自己的信仰了解多少呢？

我曾到德国去，我大学学的是哲学，学哲学时很崇拜德国的哲学家海德格尔，那是存在主义哲学家，那时我们上学言必称海德格尔。其实也不是很懂，因为那个翻译非常费力。他就是一个典型的西方的思想家，他要表达我们东方智慧里面已经有的那些境界。但由于西方文化、西方的哲学概念、西方的语言本身要表达我们东方的文化观念它是不配套的。所以语言翻译得非常费解，那个时候我们还非常崇拜。等我做了和尚，09年我有幸到德国弗莱堡大学，到海德格尔工作过的学校，还到了他的一个现在还活着的助手的办公室。那位助手现在80多岁了，听他跟我们介绍，他的老师，就是我们原来在学校崇拜的偶像，那个哲学家，他的思想从哪里来，他一介绍，都是从东方来的，从庄子、从中国的佛教来的。我们在德国看到这些参与坐禅的人，在那里我们也主持禅修，参加我们禅修的人都是社会的上流，主流社会的人，心理学家、医生、科学家、艺术家，都是这些人。中间我碰到有个仪式，我问他，他跟我介绍，这是谁，这是谁。其中有一个，他介绍说这是欧洲银行的秘书长，学禅啊！我当时感慨很多。他们以前学禅是跟日本人学，后来就跟我们老和尚学，他们想直接向中国学。后来他们多次组团到黄梅来。我们四祖寺也很重视。当时我感慨很多，作为一个中国的和尚，我觉得禅本来是在中国发展的，开花结果后传播到日本韩国。它的根是在中国。它的发源在印度，它的成熟在中国，但现在欧洲人知道中国禅的并不多，我想这个欧洲银行秘书长学禅，如果他是受我们中国禅文化的影响，当他和我们总理在一起谈判的时候，那是一种什么样的感觉，大家想一想。在谈论一些，我看前一阵也报道过的光伏产业等等，他是一种什么状态，这就是我们讲的文化软实力。

所以诸位你们作为地球村的村民，一定要有文化的归属感，要有信仰的

归属。不是因为全球化，因为整个地球变成文化的贸易市场，大家都把东西摆在眼前，我们就变成没有个性的世界公民。恰恰相反，越是全球化，越是多元文化互相交融，每一个文化的个性越是彰显，它越是需要凸显我的个性。你那里是黄瓜，我这里是卖白菜的，越是要坚守文化的个性。你们未来有很多人可能要美国，到其他国家去留学，在中国的时候有机会在业余时间好好学习我们中国的宗教信仰、中国的文化，好好地学。这包括佛教文化、禅文化、也包括我们中国传统文化的很多内容，我们的太极拳、我们京剧、我们的书法……否则的话你们以后到了美国，问你从哪里来，你说我从中国来，你小心一点啊，他可能会突然说，《黄帝内经》里有一句话你怎么看啊。你说我不知道。这个很麻烦，我跟你们讲都不是开玩笑啊。我就知道有外国人对中国的中医真的是了如指掌，对中国的周易了如指掌。我刚才讲的呀，西方人要向东方文明回归，他要学东方的东西。现在我们东方人自己不研究自己祖宗的东西。这个很可惜。这是我讲的第一个，我提醒诸位注意，作为地球村的村民要有文化的归属，要有信仰的归属，否则在全球化多元化的时代你将会成为漂泊一族。在文化上漂泊，在地球上漂泊，在心灵上漂泊，没有归属啊！我是谁？我接触过许多海外留学生，他们在其他国家的文化里面他有一种寂寞，一种孤独，因为别人是别人的，别人的欢喜是别人的欢喜，跟我没关系。这就是一种漂泊感，没有归属的感觉我们要避免。

第二个我们是中华人民共和国公民，前面我说要有文化的归属，要有信仰的归属，作为中华人民共和国公民，我们年轻一代还要有文化的使命。我们处在一个很特殊的时代，这个时代是承上启下的，继往开来的，过去的三十多年，中国的社会经济全面发展，特别是经济的腾飞，改变了整个国家的国力，老百姓的生活状态，但是我们的精神文明，我们的信仰建设并没有跟上，所以我们要在这个时代，我们要有文化的使命，要有文化的自觉。作为这一代人我们要把我们文明里面优秀的东西，这种正能量要把它继承，把他发出去，刚才明尧老师讲的很好，要每一个人成为一个光明源，一个光源，一个传播正能量的源泉。这是作为一个中国人要有文化使命。我感觉每一个80后90后，我建议你们除了你们学的那个专业，在我们传统中国文化里面，每一个人应该相当程度的精通一种东西。比如说我有一个业余的深度的爱好，我对太极拳很有研究，我对中医很有研究，我对书法很有研究，我对中国的传统戏剧等等。我觉得90后的年轻人你们要这样来充实自己。这是我讲的第二个看法。我分享给你们。

第三个就是你们现在的这个年龄阶段是很特殊的，特殊在哪里呢，你们现在有学习能力，有思考能力，还有怀疑的能力，有问为什么的能力。但是也

许我说的有一些不客气，但是你们现在还并没有生存的能力。因为我们现在在学校里学习都是父母在支持我们，现在我们还没有全面的感受到作为一个人生活在这个世界里各方面的压力。你们有没有压力呢，有。但是你们的那个压力跟你们未来走出学校，作为社会人，有了家庭，担当了社会责任以后的那个压力不可同日而语呀。你们觉得现在我的压力很大，课程很多，学习很紧张，找工作很难，还有其他个人生活的各种闲愁。你觉得我们压力很大啊，你这个压力都是天上的云，好看，等一下它就走了。真正的压力在后面，面对人生的路，面对我们作为一个人在社会上生活，这种压力，我们要有智慧，我们要有软实力。作为一个国家要有软实力，作为个人我们要有软实力。

个人的软实力从哪里来啊，个人的软实力实际上就从我们的信仰，从我们文化的素养，这种素养不是说你的学历、知识，学历和知识是一方面，还有你的情商。智商是不够的，还有情商啊，你的意志力，你和别人合作的能力，你适应环境的能力，你的忍耐力，你对生活中的很多的选择的判断和辨别力，这些都是要智慧的。你们现在因为是你很多时候是被选择，高中毕业上大学，上了大学可能读硕士，未来你们真正走到社会上成为一个社会人的时候，真正让你们去选择，或者让你负责一个单位一个公司一个部门，你要拍板定案，那你承受的压力，你自己要具备的素质就不是现在这种情形了。

刚才营员讲的也很好，未来你们会不断重温你们在这里的七天生活。在这里七天生活你们得到的精神养料，得到的禅的智慧的养料，未来还会不断的发酵，不断的生长，在你们未来的人生路上不断的对你们造成影响力。所以诸位在黄梅七天的生活，它究竟意味着什么？每一个人都可以想一想。其实要是以佛法来说，意味着什么只有佛知道。你知道的只是很短暂的一部分。总的来说，他的意义是深远的。你在这里结下的法缘，在这里听到的各位老师法师的教言，你在这里的一个感动，你在这里结下的人缘，营员之间和营员和老师之间和师父之间的人缘，你在这里结下的善缘，这些缘在未来都很影响我们的人生道路。所以在此我衷心地祝贺各位营员你们在这里能够参加完这七天的夏令营，我听说以前参加夏令营中间有开小差跑掉的。在我们佛教里有个词叫“溜单”，不打招呼就走了。在柏林寺也有。有的住了几天太热了，住的人太多了，吃得太差了，生活条件太不好了，受不了，溜之大吉，叫溜单，单这个字的意思是指行李，就代指这个人，溜单就是不打招呼就走了。你们没有溜单，在这里坚持下来，所以在此向你们表示祝贺，同时也衷心地祝愿各位在未来人生的路上不断深化对佛教文化对禅文化的学习，让禅的智慧真正地成为我们生命的软实力，成为我们生活的指路明灯。谢谢大家！

# 禅是属于全世界的宝贵财富

——访四祖寺代理住持明基大和尚

◎本刊编辑部

“四祖寺是生活禅的基地，前景一定会更好！”

“所有认同和修持生活禅的人，都是净慧长老的化身！”

恩师净慧长老圆寂后，面对社会各界广泛关切的生活禅传承问题，四祖寺代理住持明基法师，在第十届禅文化夏令营开营之际接受专访，作出坚定而清晰的回答。

“恩师突然示寂，让我们这些久侍身边的人内心无法平静”。8月10日，夏令营开营仪式上，明基法师在发言中一度哽咽，让在场领导、嘉宾以及300余位夏令营营员无不动容。

然而，熟悉的人知道，巨大的悲痛之情不仅没有让寺院的各项工作停滞不前，反而成为明基法师带领四众弟子加快前行的动力。

长老荼毗法会圆满数日，四祖寺就请明尧居士讲授禅宗史话。长老示寂百日，在双峰讲堂开办为期十天的《大智度论》六波罗蜜研习班，台湾

著名佛教学者游祥洲教授为数百佛弟子演绎一堂堂生动有趣的“菩萨课”，明基法师一直坐镇现场，并应游教授的启请，多次发表“画龙点睛”式的精彩点评。与此同时，崇谛法师带领50余位义工顶烈日冒酷暑筹备第十届夏令营，研习班一结束，夏令营又如期闪亮登场。

稳健从容的步伐，坚定平静的表情，温暖慈悲的笑容，简短管用的话语，这是明基法师一以贯之的“基本面”。

## 生活禅就是当下的如来禅和祖师禅

谈及生活禅下一步的整体发展和布局，明基法师透露，“恩师圆寂是一个国际事件，老和尚麾下的柏林禅体系丛林曾在一起召开会议，达成共识：以生活禅为核心，出版老和尚的文集、年谱。同时决定共同商量拿出办法，建设好僧团和教团，为广泛弘扬和修持生活禅提供思想上、组织上、群众基础上的保障。”

为什么把生活禅摆在如此重要的地位？明基法师从历史到现实、从理论到实践、从内涵到形式均进行了深入剖析。

从历史上看，如何让佛教更好地适应中国的土壤和文化，也就是“契理契机”，一直是中国历代祖师大德积极探索的主题，这些努力最大的成果就是禅。因此，中国佛教最主要的核心和特色是禅，它是历代祖师大德在全面吃透佛法核心精髓的基础上，结合中国的地域和文化特色，将印度庞大的佛教经院体系，进行简洁、直接提炼的结果。民国年间，太虚大师“人间佛教”思想和实践也是让佛法与现实社会融合的又一次重大努力。

净慧长老提出的“生活禅”直接延续了历代祖师的创造精神，用“生活禅”来解决现代社会的问题。在当下社会日新月异的信息时代、网络时代，用“生活禅”来将禅法“现代化、化现代”。

“其实，生活禅变化的只是现代人喜闻乐见的外在形式和语言，禅的内涵丝毫没有改变。因此，可以说，生活禅就是现代社会的如来禅和祖师禅。”

## 禅是属于全世界的宝贵财富

明基法师对禅文化的发展现状颇为关切。他说，近几年，国内有不少地方在开发禅文化资源，甚至有很多地方，即使缺乏深厚的历史积淀和传

承，都动辄提出建世界性的禅修中心。的确，禅具有世界性，是全人类的共同财富，完全可以超越国家、种族、文化甚至宗教的界限，因为禅是内心的觉悟，内心的觉悟怎么会有界限呢？

“我们目前的优势是显而易见的，四祖、五祖留给我们无比宝贵的财富，使我们保留了传统佛教的清流，这是其他都市佛教所不同的特点，与此同时，老和尚不遗余力地为生活禅灌溉了二十年。因此，生活禅一定要向全世界传播。”

这显然是一条光明而漫长的路。对此，明基法师说，有太多的工作要做，比如，健全核心力量；广泛宣传老和尚的生活禅法体系，让大家藉教悟宗；将老和尚的多部著作翻译成多国文字。除了广度和深度，还要有贴近度，让生活禅走进社区，让更多普通民众受益。

弘扬生活禅，有几个关键层面。“首先是每个人自己的修持，只有自己有真功夫，有真切的体会和真实的受益，才能正确引导更多的人受益。其次是僧团和教团建设，要传播生活禅法，人才培养是核心。”

## 信念的力量最强大

大家都很熟悉小说《西游记》，从表面上看，孙悟空等三个徒弟神通广大，唐僧最没有本事，可是，最终能百折不回到西天取经，还是靠唐僧

的坚持。“因为他有坚定的信念，信念的力量是最强大的。”

明基法师说，“如果回到十年前，我们都不敢相信今天四祖寺以及生活禅发展得这么好，以此类推，我们展望十年后甚至更长时间，应该可以肯定生活禅的前景会更好。”

向世界传播生活禅的方向不会改变，但从开端到起步，乃至腾飞，需要付出艰苦的努力。“我们目前的核心是积累，就拿一个出家人来说，没有几十年的功夫，是不行的。从我本人来讲，我还需要二十年的深积厚养，才能实现身心的实质性转化，也就是说等到我六十岁的时候，才能真正起大作用。”

“我出家早期曾经问过师父，怎样才能成为高僧，师父回答说，要能写得出来，唱得出来，讲得出来，做得出来。这可是全才。我们目前很难成为全才，但某一方面的深入修学还是能做到的。”

“任何事情都不离因果，每个人都有自己的使命，如何落实老和尚的大愿？只有切实在生活中修行，在点点滴滴中落实菩萨六度波罗蜜的精神，觉悟人生，奉献人生，不断积累资粮。可以说，所有认同和修持生活禅的人，都是老和尚的化身。”

当笔者问及“为何师父总能给人一种十分从容平静的感觉”，明基法师淡定地回答：“成功是无常的，失

败也是无常的，我们不必因此而大悲大喜，因为一切都是因缘法。正因为相信因缘，所以我们能保持内心的平静，但这一点不应妨碍我们积极努力，悲智双运。”

### 夏令营就是为生活禅播种

在老和尚的创导下，柏林寺举行了二十届生活禅夏令营，四祖寺正在举办第十届夏令营。“夏令营只是播种，要想收获，还需要做更多工作，让更多的人享受到禅的滋养。”

第十届禅文化夏令营是一道内容十分丰富的精神大餐，包括请来一批学养深厚的知名专家学者。“请300多位年青人到寺院来参加夏令营，并不是让他们出家，而是希望给大家学习提供良好的氛围，让年青人吸收向上向善的养分，在人生道路上有正念和正能量，在挫折面前能战胜困难，在成功面前能把握自己。”

最后，明基法师揭示了生活禅的“核心机密”：我们学禅，修持生活禅，应该领悟禅的精髓到底是什么？其实，一心十法界，觉即是佛，迷是六道，‘开关’就是这颗心。因此，禅其实就是当下一念的觉悟。任何法门都不离开当下一念，悟和修都是当下一念。

请大家记住，当下一念的觉悟是自性三宝，是无上的导师！

## 做人的最高目标就是成佛

——访真际禅林监院明影法师

◎本刊编辑部

烈日灼身，大地流火，第十届禅文化夏令营遭遇前所未有的“考验”。然而，经过几天的学习，300多位年轻营员的神态越来越沉静安详。因为，在双峰山下四祖寺内，有许多“清凉”的身影，默默地给大家“灭火去躁”，“防暑降温”。

明影法师就是这样一个让人“清凉”的身影。温文尔雅，仿佛周礼锻造出的君子；飘逸洒脱，宛若天外降临的仙人；轻安自在，好似远古走来的禅者。

只要明影法师出现的地方，营员们就像“铁屑”遭遇强大的磁场，不由自主地围上去。当明影法师纯净、柔和、温暖而略带沙哑的声音响起时，整个气场迅速安静、柔软下来，每个人的眼睛都像被洗过一样，闪闪发亮。

人们不禁会问：已经在北京大学这样的中国最高学府深造过的高材生，为什么还没能满足对真理的探求，转而孜孜不倦地学佛？本来在繁华的首都有一份安稳的机关公务员工作，

为什么毫不留恋地舍弃，出家到寺院过着清苦寂寥的生活？

明影法师早年毕业于北京大学地质系，工作12年后于2001年夏天在柏林寺出家，现为柏林禅寺负责文化工作的监院，同时监管石家庄市真际禅林的日常事务。虽然工作非常繁忙，然而，为了能与本届夏令营的年青学员们广泛深入交流，他冒着酷暑千里迢迢地赶赴四祖寺，亲自讲授寺院生活律仪，指导学员禅修。笔者有幸分两次采访了影师。

### 佛陀其实就在我们身边

关于人的本性，从远古到今天，从东方到西方，永远争论不休。

从理论上讲，关于“性善”与“性恶”的争执没有停息。

从现实中看，人生道路似乎可以朝着完全不同的两极无穷延伸：一边朝向魔性，贪欲无止境，道德沦丧无底线，杀盗淫妄无时无刻不在上演；一边通向佛性，完全无私无我，大慈



大悲度苦难众生，大智大勇获彻底解脱。

从眼下看，在这个信息制造和传播近乎疯狂的时代，充斥各种媒体终端的，是让人一次又一次绝望悲观的负面新闻，而与此同时，二千五百多年前释迦牟尼佛关于“众生皆可成佛”的惊天大发现，似乎只是一个遥远而模糊的记忆，只有寺院里的法师们或少数善信还在虔诚信仰和护持。

那么，到底什么是人的核心本质，主导人类内心深处的真正主人，是魔性还是佛性？在这个日益浮躁、浅薄、碎片化的时代，成佛是否只是一个“传说”？

面对笔者一系列“大而无当”的问题，明影法师始终面带镇定安详的笑意，从容不迫地一一回答。

“佛性和魔性都是真实的，都在我们的这一颗心。开显佛性，正是为了对治魔性。因为，从本质上来说，魔性是源于我们的无始无明，也就是佛陀所说的分别、妄想、执着”，“但是，悉达多太子通过修行在菩提树下开悟，彻底发现和证得宇宙人生的终极真理，圆满成佛，为一切众生指明了最高的目标。”，“人类文明史上有过无数的发现、发明和创造，但是，最伟大最彻底的发现是佛陀在菩提树下证得的成佛之道。”

然而，佛陀灭度后，经过两千五百多年的漫长岁月，在历史早已面目全非的今天，如何去体会佛陀的

教导？

“佛陀其实一直在我们中间。”，面对笔者的疑问，明影师娓娓而谈。“不是佛陀活着的年代，佛陀才存在，只要佛陀的教法在，他的经典在，传承佛法的僧团在，佛陀和佛法就一直是我们身边真实的存在。”

明影法师接着拿恩师净慧长老作比方：“就像长老，虽然示寂了，但他留下的法，比如生活禅体系，他的书籍，他教导出的僧团，他定的制度，都在，都在起作用，所以说，长老的法身并没有离开，他就在我们身边。”

明影法师将目光投向二千五百多年前的佛陀时代，“而反过来说，即使当年活在佛陀身边，如果完全不听闻和修习佛法，佛陀对这些人来说就等于不存在。在佛陀生活了二十多年的舍卫国，有三分之一的人跟着佛陀学习，可仍然有三分之一的人连佛陀的名字都没听说过，更别说学习佛法了，对于这些人来说，即使佛陀就跟他们生活在一起，也等于不存在。”

的确，正如佛陀在《金刚经》上所说，“若是经典所在之处，则为有佛”，“若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来”。只有真正体认和修习佛陀的经教，依教奉行，才能真切感受到佛陀的存在。

#### 只有学佛才能彻底打开生命的宝藏

“回顾古今中外历史，人类一切健康的文化和道德准则，包括法律体

系，都是为了抑制个人无限膨胀的欲望，防止个人对他人和社会利益的侵害。然而，尽管这些准则多如牛毛，但都只能起到暂时的压抑和束缚作用，因为是一种外在强加因素，好比扬汤止沸。因此总是不断地被冲破和瓦解。”对历史和文化有深厚研究和造诣的明影法师侃侃而谈。“只有佛陀才发现了宇宙人生最根本的法则：缘起法则，彻底了解烦恼的发生机制（**正知正见**），以及解构方法（**修行体系**），而且用的是人人能听懂的语言，人人能学习运用的方法。”

明影法师强调，千万不要小看“缘起法则”，宇宙间一切物质和精神现象都受制于缘起法则的作用。“它是无限光明、无限珍贵的发现，科学家等各个领域的佼佼者，只是在各自有限的领域里找到具体的缘起规律而已。”

“只有学佛才能彻底打开生命的宝藏”，明影法师语气坚定地说。“佛陀教导我们，一方面，一切众生都具足清净圆满的佛性，另一方面，无明却让我们不能认识本有的佛性，佛性与无明互相作用而生起的分别心，抓住能知能觉的身心主体为‘自我’，这就是‘我执’。”

他对笔者解释，理性上误以为有个“我”，情感上就产生相应的“贪嗔痴”，于是，‘我’与世界产生全面的对立和冲突，一切皆从我为出发点，这个我也会扩大到家庭、集体、

族群、国家、人类等似乎更大一些的“大我”，但归根结底来自于“我执”，所有的是非、善恶、美丑都是以是否有利于这个“我”为标准，进而发生无数争执、冲突乃至战争。所谓的人类文明史，是一部充满矛盾、冲突、局限、对抗的历史。

明影法师感慨，“可悲的是，大多数人还认为人的本能是无穷无尽的欲望，欲望是人类文明发展的动力，因为，大家被欲望控制得太久了，从来没有像圣人那样通过修行超越过欲望的捆绑。”

#### 每个人都可以不断接近成佛的目标

明影法师分析，随着科技的发展，眼下进入网络极其发达的信息社会。从表面上看，每个人都能够轻易获得海量信息，“知情权”得到高度满足，但是，在资讯的汪洋大海里，每个人的力量又显得如此渺小，根本无法判断信息的真伪，无法处理海量信息，引发浮躁、焦虑、恐惧的心理，因此，处于“文明的末端”的个人不仅没有成为时代的主人，反而成为奴隶。

“如何超越惯常思维的束缚、碎片化海量信息的纠缠乃至文化有限性和冲突性的局限？禅是人类无可取代的选择和价值。禅让我们回到纯粹的觉性，实现理性与情感的统一；禅帮助我们吧片面、狭隘、错误的知见清空。”，只要这一过程开始启动，生命就开始迈向解脱之路，“因为只要

清空一点，我们就受用一点；烦恼少一分，正能量就多一分；情感上多打开一个结，我们的内心就更加轻松健康。”

学佛修禅如何下手？“楞严经上说得很清楚，从闻思修入三摩地”，明影法师说，般若智慧是佛法的核心，我们首先要读经闻法，具足正见，否则方向就会错误。但是，所有的知识必须经过思考，在内心反复开“辩论会”，才能把经论转化为自己内在的思想和智慧。“思也有禅思的内涵，是一种禅观体系。思慧的成就不仅要广泛阅读经典和反复辨析，而且要结合禅修。禅的基本含义即是思维修，对经典的深度思维是禅观的重要法门。”

修慧的获得要以持戒与禅定的修行为基础。戒律是一种建立在正知正见基础上内心自觉遵守的防护体系，是以觉者的智慧看到健康生活方式的巨大价值，因而会欢喜奉行；禅定是对贪嗔痴“三毒”烦恼的调伏，通过禅修练就一种在欲望和妄念面前不动摇的定力，极大提升心的品质——平静、专注和洞察的力量。在禅修过程中，要不断与两个在生命中潜藏无数劫的敌人：昏沉和妄想作斗争。

明影法师介绍，还有一种在生活中直接转化“三毒”的修行方法，就是慈悲喜舍的培养。慈能与乐，悲能拔苦，喜是随喜别人的一切功德，不嫉妒，舍是在我们无法帮助他人时要

能够放下。

不过，明影法师着重强调“修慧是核心”，“佛教的核心是般若智慧。”，慈悲心的修行是对贪嗔烦恼的直接转化，可以在一定程度上超越欲望的束缚，“然则良好的戒行和精湛的禅定修养都不足以真正打开我们生命的宝藏，空性智慧才是根除自我意识，发明本有佛性的根本法门。通过深入禅观，准确体认生命的无常和缘起真相，一切关于生命和世界的错误认识，以及因此而有的种种欲望都将逐渐熄灭，生命将不断地获得新生。”

当然，明影法师说，学佛是一个过程，不可能一蹴而就，需要天天实验，才能天天受用，只要不断接近成佛目标就行。

#### 净慧长老最大贡献是生活禅的开创

“仰止惟佛陀，完成在人格，人成即佛成，是名真现实”，明影法师引用太虚大师这首著名的偈语，强调“做人”的重要性。他认为，在本民族文化传统长时间断代的今天，建立以五戒为标准的健康人格，倡导利己利人的健康生活方式，既是社会急需的救世良方，也是学佛的重要前提和基础。

作为多届夏令营的重要执行者，明影法师非常乐意谈及的话题就是生活禅。长于思辨、敢于下结论的明影法师认为，恩师净慧长老对中国佛教有多方面的巨大贡献，但“最重大的

贡献是生活禅”。

“生活禅是眼下可供一切普通大众修行的法门”，明影法师从中国历史和佛教理论的高度分析生活禅的意义和价值：在很长的时间里，尤其是唐宋年间，中国社会是儒释道并重，尤其是儒家，担负起人格和道德教育的责任，为佛教的修学打下坚实基础。

“过去禅宗只需要开专卖店，负责明心见性，也就是开悟，可当今社会早已面目全非，佛教不得不从打基础开始。生活禅就是适应时代需求，适合普通大众根机的修行法门，也为‘禅宗如何适应现代社会需求’这一重大课题给出了圆满答案。”

“正如老和尚在自赞诗里面所写的‘生活禅风立，修行不择根’，生活禅将最高目标‘明心见性’融合在

日常生活点滴中，在生活中修行，在修行中生活，引导大家觉悟人生，奉献人生，感恩、包容、分享、结缘，等等，人人能懂，人人能修。”

青年人是社会的未来，净慧长老分别创办的生活禅和禅文化夏令营，都是针对青年人。“用生动活泼、形式新颖的现代方式办夏令营，目的就是让青年人接触佛教的真面目，了解人类历史上一个最宝贵的文化传统，帮助青年找到净化生命、提高生命品质的方式，学习真正的大智慧，为社会培养人格健全的健康人才。”

“当然，七天的夏令营毕竟时间很短暂，但我们可以在青年人心里埋下一颗健康的种子，只要机缘成熟，一定能结出令人满意的果实。”



## “我为净慧长老的信念而来”

——访中国茶文化专家、夏令营讲师寇丹老师

◎韩天琪

寇丹，满族人，1934年出生于北京，18岁入伍，抗美援朝。用他的话说，“八年难民，八年参军，就是我的青春岁月”。

### 知足——永恒的青春良药

接触寇丹老师，给我们最直接的感觉就是：这是一位微笑老人，十足的乐天派。当问及如何能像他即使八十高寿，还能精神奕奕，“电”力十足，寇老笑笑：“知足呗。我拿三句打油诗给你们形容一下：‘所有的病都是从嘴里吃进去的，所有的健康都是自己走出来的，所有的烦恼都是从心里长出来的。’所以人要知足，知足才能常乐。”寇老说，他非常满足自己的人生，在经历过八年抗战的颠沛流离和多次政治运动后，当年许多二十来岁的战友都牺牲了，而自己还能拥有美满的家庭，在履历表上只立过功而无大过。“多活了这60年，我赚到了，我很知足。”寇老说。

### 与茶结缘——茶是禅的翅膀

从湖州的妻子那里，青年时期的寇丹老师了解到吴兴茶乡的魅力，南北文化的差异让他感到新鲜而又陌生，长期浸润在江南水乡，这让接触寇老的人直接感受到儒雅的气息扑面而来，常常会忽略他是一个地道的北方汉子。

陆羽，“茶叶百科全书”——《茶经》的著作者，这是与寇丹老师交流中不得不谈的关键人物。“研究陆羽，全世界不过5人。”寇老解释道，“陆羽及《茶经》的影响力吸引着世界各地的学者在建国后来寻源考究，但却由于资料不足，地方没有重视而一无所获。”“而现在，我们却把陆羽‘神’化了。”茶也越来越贵，成为一种奢侈品。寇老说，“我所做的，无非是在旧时代搞‘地下工作’——搜集陆羽的资料，弥补断层的历史；在新时期，请陆羽走下‘神坛’，还原茶的平民品格，和大家一起喝茶。”

“禅茶本就是一体的，茶是禅的翅膀。”寇老说，“当师父们在禅房里授经传道时，不能喝酒，也不会喝凉白开，能喝的就只有茶。”

寇老说，自己与净慧老和尚结缘，始于四五年前，第一次受邀来到四祖寺禅文化夏令营讲座，演讲题目是《喝茶中的禅》。当中，他将韩国“茶星”崔圭用的“吃茶来”与我国赵州和尚“吃茶去”的思想并列提出，而净慧法师之后的指正“在禅学中，如去就是如来”，“我像被醍醐灌顶，也深感禅文化的深厚积淀，和自己的浅薄。”，于是，寇老开始深入研读禅宗典籍。即使酷暑盛夏，寇老也如约来到第十届禅文化夏令营，为营员们普及禅茶文化的魅力。“我是为净慧长老的信念而来。”寇老强调。

### 玩美者——一片律动的茶叶

寇老说，很多人都认为“一片茶叶”是他最喜欢的称呼，其实不然，这只是他给自己取得的一个别称，最让他觉得实至名归的称号，是国家在1990年颁给他的“自学成才者”的荣誉。“我们每一个人可能在单项上都是优秀的，但是在综合方面往往就比较差了”寇老解释，“所以我们需要从各个方面来充实自己，综合看待知识、运用知识”。

“毫不避讳的说，我是个非常爱玩的人”寇老笑道，“我还编了一首《玩字歌》呢，‘60年前被人玩，花甲

以后自己玩。想要玩好要玩命，玩出玩头更好玩。待到玩不动，许多玩处让人玩。’”当兵的时候，寇老就爱画画，行军打仗，包里都会比别人多一张钢板，几张画纸。“一张纸条传来的战况，在我手中几分钟就能传神地描画出来，这也是当时意义上的‘小人书’吧。”寇老自豪的说，“虽然我初中都没毕业，但是我肯‘玩’，为了了解湖州笔工的生活，我常年驻在农村，跟笔工谈，用小说记录他们的生活，为他们‘鸣不平’”。

“各地跑也是我的爱好，”寇老说，“这不，我刚在美国呆了四个多月，跑了15个州，寻找中国茶的足迹，而印度、尼泊尔的寻源之路，我也走过了。走累的时候泡壶茶犒劳下自己，比上五星级饭店还舒服。”

我想，这种‘玩’，这种钻研的精神，也是寇丹老师荣获“首届浙江作家奖”等多项殊荣的原因，他以自己独有的律动，感染着其他人，也收获了心灵上的福祉。

### 生活禅——年轻人的心灵修行

“我觉得生活禅的目的就是教会莘莘学子明辨‘善恶、美丑、是非’，在这点上，我非常认同净慧老和尚”寇丹老师说，“我觉得年轻人是需要有一点‘反叛’精神的，需要独立思考，多问几个为什么，从心底不断提出疑问，进而探索、发现、创造，才能进步”。

“对我而言，蚂蚁和蜜蜂是最好的老师”寇老说，“一只蚂蚁发现了一块饼，不会自己享用，一定是不辞辛苦地将饼拖回巢穴，与大家一同享用。同样，一片茶叶泡不了一杯茶，只有你、我、他，所有的小茶叶融汇在一起，这杯社会茶才能泡出回甘的味道。”寇老说，生活禅更要教会年轻人重“情”，“生死之间的一段路就是情，国家情、民族情、乡土情、血缘、亲情、友情，无处不在，就连‘菩萨’的本义也是意指‘觉有情’，所以我认为，生活禅，不仅是要教会

大家学规矩，更是要教会众生去感恩，如何去‘爱’。”寇老强调。

寇丹老师在八十大寿的时候，有人写了褒扬他的诗作寄给他，他是这样回复的：“胸中无岁月，管他是何年。此生大幸运，看戏不花钱。”而在他看来，喝茶，聊天，谈《山海经》，这种随性自由的状态，是传播禅茶的最好方式。

“珍惜与任何一位老人的谈话，他们的人生就像一本书，厚重。”这是采访结束前寇老给我们的最后一句告诫，笔者会铭记，受用终生。

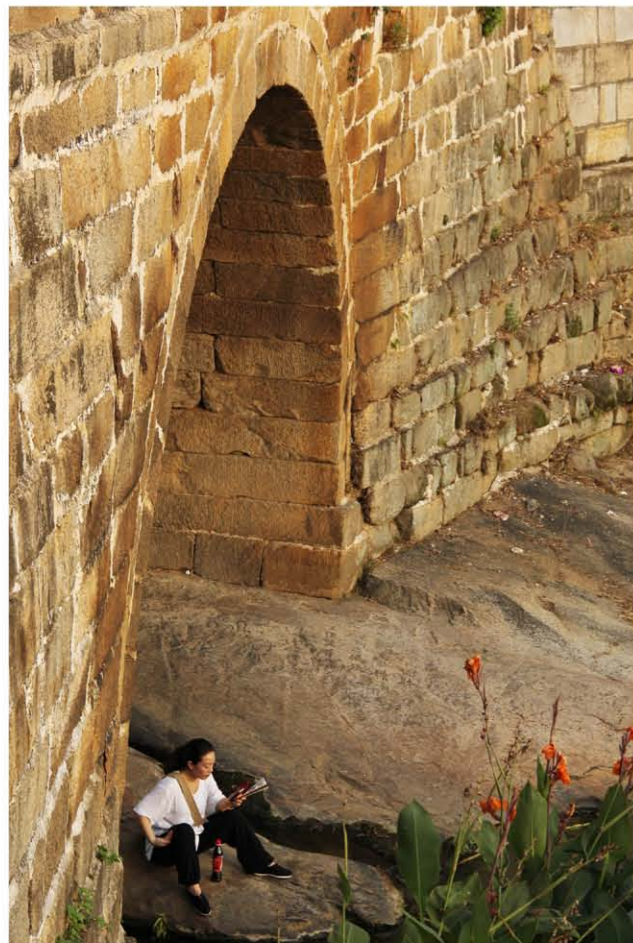
## 四祖寺

◎明·余绍夔

个个亭台面面桃，双峰名迹入风骚。  
 器尘不到此山境，冠盖俄径笑我曹。  
 日皎凤鸣千嶂晓，天晴龙跃九霄高。  
 山僧独悟忘时态，云掩禅关睡正牢。







## 所有学识用于解决当下社会问题

——王志远教授谈净慧长老与生活禅

◎本刊编辑部



“我从事佛教研究整整35年，见识了很多高僧大德，但是，净慧长老特别与众不同，他身上的闪光品质永远值得我们学习。”

8月10日，夏令营开营第一天，中国社科院世界宗教研究所研究员王志远教授的首场讲座下午2点开讲。可王教授不顾疲劳，牺牲午休时间，欣然接受四祖寺网站专访。“我和净慧长老的交情长达31年，对四祖寺有深厚的感情，只要四祖寺需要我，我一定配合。”

今年66岁的王志远教授，外形酷似中国禅宗初祖达摩大师，满脸的络腮胡子幽黑卷曲，身材颀长，目光清亮，亲切和蔼的神情中透着悲悯，绝对是一个让人一见就终生难忘的人。然而，这样一位博学豁达、多才多艺的学者，谈及已示寂100多天的净慧长老，仍然语带哽咽，泪湿眼眶。他给笔者出示了一篇悼念长老的打印文章，中间竟然隔着一大段空白：“因为这一段实在写不下去了，每当我回

忆我们31年的交往史，就有无数的画面浮现在眼前，不知从哪里写起。”

“时间很紧，请您谈谈净慧长老有哪些品质值得当下的青年人学习吧”。王教授欣然同意了，话匣一打开，无数生动的画面和精彩的观点汩汩流淌。

### 特别勇于担当：思考中国佛教向何处去

经过长时间的文化浩劫，中国佛教的深厚传统遭到巨大破坏，净慧长老这一代的僧人更是蒙受了重大身心创伤。从1963年被错划为右派开始，长老经历了长达15年的“劳动改造”。

“但是，长老完全没有为自己遭受的不公正待遇怨天尤人，而是把个人得失放在一边，坚持不懈地探索一个重大的时代命题：中国佛教向何处去？”

王教授回忆了自己和长老共同亲历的历史事件。1998年，与净慧长老以及另外三位当时中国佛教界有影响力的人物，召开纪念中国佛教



2000年大会，将中国佛教的历史“追回”了整整69年。此前，大家公认中国佛教元年为以“白马驮经”为标志的公元67年，但净慧长老等高僧经过深入研究，认为应该向前推至以“口授浮屠经”为标志的公元前2年，中国佛教的“时间界碑”由此改写。

六祖大师后，中国禅宗一花开五叶，然而，随着时代的变迁和社会的动荡，不少“一花五叶”的宗门传承者竟然不知自家的宗风为何物。这样重大的历史断裂和“数典忘祖”现象，让净慧长老非常痛心。作为虚云长老的法子及一身挑五宗的禅门栋梁，长老更感重振宗风责无旁贷。2009年，长老推荐有着深厚佛学功底的王志远教授作主编，连续出版了六期厚重的《宗风》丛刊，以高质量的学术论文为主，内容广泛涉及禅宗历史、教义、宗派、艺术等领域，为弥补历史裂痕留下浓墨重彩的一笔。

“记得《宗风》第一期出版前，我专程到四祖寺采访老和尚。因为赶时间，晚上11点一到寺院就开始采访，一直到凌晨两点，老和尚在长达三个小时的时间里侃侃而谈，旁征博引，随口说出了很多佛经典故偈颂，回去整理录音后发现，长老完全做到了出口成章，整篇文章逻辑严密、层次清晰，所引用的佛经语句没有差错，让我们十分钦佩。”提及这一段故事，王教授仿佛回到那个闪耀着智慧和激情之光的不眠之夜。

“当然，老和尚为中国佛教振兴做的事情太多了，而且越到晚年承担精神越强，这里讲的这两件事只是冰山一角。”

#### 不计个人得失：为振兴佛教忍辱负重

“尽管受到不公正待遇，遭受了长时间的身心折磨和痛苦，长老是一个绝无埋怨心和嗔恨心的人，为了佛教的振兴，长老放下个人得失，始终逆来顺受忍辱负重。后来，因为长老的贡献大，大家看到长老经常抛头露面、似乎很光鲜，少数人免不了猜忌，甚至流传一些对长老不利的闲言碎语，可他始终不以为意。”谈及老友的高风亮节，王教授回忆了两件“小事”。

一次，听说某人在一次会议中当场公开指责长老“求名求利”，王教授向长老求证。“没想到长老既没正面肯定，也没否定，而是哈哈一笑说，我其实什么头衔都不想要，只想去山里当和尚。”王教授也因此十分释怀：那些指责完全是“对空放炮”，本来就心底无私的净慧长老不会受到丝毫影响。

不仅对一般人眼中的名闻利养毫不执着，就是对自己耗尽心血一砖一瓦建设起来的庄严道场，都能说放下就放下，这是长老晚年的常态。2003年，长老将自己历时十五年重建、被本焕长老连赞“不可思议”的柏林禅寺，交给明海大和尚住持，自己却在

古稀之年奔向新的人生征程：重修邢台玉泉寺。其间，王教授去邢台寻友，几经周折找到一座偏僻的村庄，在几间“东倒西歪”的破房子里找到笑吟吟的长老。“更不可思议的是，在那样艰苦的条件下，他还在工地现场带研究生呢。”

#### 善于学以致用：着眼真正解决社会问题

“第一次在北京广济寺见到长老，是1982年。那一次，长老还穿着一件四个口袋的中山装呢。”，这是因为国家落实宗教政策不久，长老的出家人身份还没有被允许恢复。但是，长老渊博的学识已经有广泛影响。“印象最深的，除了长老大学问家的风范，就是他和蔼的微笑。所以，这一次夏令营主题‘永恒的微笑’很符合长老一贯的精神特质。”

此后，随着交往的深入，王教授认识到，通宗通教、学识渊博这一普通人难以望其项背的境界，远非长老的精神制高点。“长老是真正把学识变成了自己的智慧，用佛教的话说是

‘转识成智’，从而能不断创造性地阐扬自己的主张。”

在王教授看来，判断一个人的学习能力和成果，最终要看两个标准：是否能在理论上有所创新，是否能在实践中运用。“长老显然在这两条标准上都达到了让人难以企及的高度，尤其是生活禅的主张，是完全适应当代社会现状，可以进行广泛传播和应用的法门。”

王教授回忆，长老对太虚大师人间佛教思想十分认同，长老没有停止在前人基础上继续探索创新的脚步，于1993年在柏林寺响亮地提出“生活禅”理念，将佛法改造世道人心的功能由“宏观”转为“微观”，由社会大局的改造转向个人内心世界和行为方式的“革命”。“佛教的理论体系极博大，一般人穷其一生都很难吃透。长老将其转化成现代社会大众喜闻乐见的理论体系和修行方法，非常契理契机，这才是真正的学以致用。我们当今的青年人尤其需要这样的素质。”

## “净慧长老是实践生活禅的最佳典范”

——访著名佛教学者、《禅》刊编辑明尧居士

◎本刊编辑部

人才济济，英才迭出，高级知识分子集中，这是佛教界内外对净慧长老麾下“柏林禅系”的由衷赞叹。尤其值得一提的是，柏林禅系的精英不仅局限在以明海大和尚等为代表的法师群体，还包括学养和修行功底深厚的居士。

明尧居士就是其中一位杰出代表。8月12日，年近50的明尧居士登上双峰大讲堂讲坛，为300余位夏令营营员系统深入阐述“什么是生活禅”，代理住持明基法师率领四祖寺法师悉数到场，明尧居士渊博的学识、独到的见解、严密的逻辑，引发现场热烈的掌声。此前的5月，净慧长老示寂10天后，明尧居士在同样的地方，为四祖寺四众弟子讲授了10余天的禅宗史话。

然而，鲜为人知的是，早在二十年前，明尧居士是一位思想极度苦闷的中部地区某大学政治哲学教师，对前途几乎绝望。1993年夏天，一个偶然的的机会，他参加了净慧长老创导

的柏林禅寺首届生活禅夏令营，从此人生轨迹彻底改变。明影法师高度评价明尧居士“是长老门下最有分量的居士弟子，禅讲并重、学修有得的生活禅实践者和传播者。”

8月14日上午，明尧老师在四祖寺新居士楼接受笔者专访，他动情地说：“净慧长老可以说是我的再生父母”。“我们在研究长老的生活禅体系时，千万不要忽视一个重要事实：净慧长老是实践生活禅的最佳典范”。

### 智慧圆融：超越一切对立和冲突

历史有时候充满意味深长的巧合，明尧老师就经常遇到不可思议的巧合。他回忆说，抱着试试看的心态从武汉赶赴远在石家庄赵县的柏林寺参加夏令营，没想到却成为报名表上的“第一届第一号”。

新颖活泼而又内涵厚重的生活禅夏令营、净慧长老深厚的学养智慧和人格魅力，很快打动了这位一直在苦苦寻求真理的年轻人，他很快皈依三

宝，并于一年后辞去大学教师的职位，进入位于柏林寺内的“河北禅学研究所”工作，踏上全方位的学佛修行之路。他和当时刚出家不久的明海法师等20余位出家人一起上早晚课，过堂，坐禅。此外，作为武汉大学哲学系美学硕士的他，更大的精力用在“深入经藏”上：大量阅读佛教典籍，如《清净道论》《大智度论》《宗镜录》等，希望从中汲取真正的智慧，帮助自己树立正确的知见和思想。

“大概用了三年时间，我就从一个只是对佛教有兴趣、有好感的人，变成真正相信因果和轮回的信仰者”，明尧老师说，净慧长老则是最好的活教材。“我从长老身上学到了最宝贵的东西：智慧和圆融的思维方式。”

我们这个世界充满二元对立和冲突对抗，这就是动荡不安、悲剧频频的主要原因。“长老完全超越了对立冲突，可以说在他的头脑里没有对立面。因此，长老待人接物十分圆融。”

明尧老师说，当时因为长老还在中国佛教协会工作，需要经常到北京等地出差，但只要回寺院，就经常能和长老一起喝茶聊天，或者陪长老一起接待信众，学习师父处理问题的方式。

有一次，一位居士对长老吐苦水，说人际关系总是很差，尤其很怕见领导。长老笑着说出了解决办法：

“目中有人，心中无人”，目中有人是指对人要尊重，心中无人是要放下

得失，不要攀缘，这样人际关系自然越来越和谐。反过来说，世间人总是“目中无人”，以自我为中心，自大傲慢，对人不尊重；与此同时又“心中有人”，对别人的看法和评价十分在意，甚至很纠结，这样当然活得很累。

还有一位居士对长老抱怨自己“怎么这么倒霉，别人总是拆自己的台。”，长老说，其实不是别人拆你的台，而是你总是拆别人的台，别人才会跟你过不去。“一个心中无敌的人，才能天下无敌”。

对于一些有损佛教形象的质疑，长老的回应非常巧妙。有人告诉长老一个有关出家人的负面新闻，“某高僧玩网络游戏猝死了”，言下之意显然是出家人素质不高，长老笑着说：“是啊，连高僧玩游戏都玩死了，何况我们凡夫！”

### 安住当下：生活中每一个点滴都是修行

“长老的事务非常忙，时间非常紧，常常是同时照应几处工地，应对几处会议，还要接待十方信众，可以说，他基本上没有‘专门修行’的时间。但是，长老却完全践行了他自己提出的生活禅理念，在生活中修行，在修行中生活，可以说，他一切时一切处都在修行。”明尧老师对此由衷敬佩。

长老特别能以身作则。只要在寺院，就坚持天天上殿（上早晚课），天天过堂，完全不搞什么特殊待遇。



“他的房间永远十分整洁，书桌上的书摆放得整整齐齐，看过的书随时归位，什么东西放哪里清清楚楚。这说明长老心态从容，完全没有焦虑。”

“尽管十分繁忙，但长老总在定中。他在各种会议上发表讲话的时候，总是垂下眼帘观照自己说的每个字，语速平缓从容，逻辑清晰，仿佛在‘说文章’，话说完后一整理，文章都不需要修改就可以用。”明尧老师还发现，不管此前会场有多喧闹，只要长老一开口，全场就安静下来，“这就是巨大的定力产生的强大气场，这就是功夫。”

在第十届禅文化夏令营的讲堂上，明尧老师从四个方面描述生活禅的定位，指出核心概念是立足于宗门的圆顿见地和信心，“将修行、解脱与度生圆成于当下一念”，通俗地说，就是安住当下，直下承当。

“长老不管在任何环境中都能安住当下。作为一个七八十岁的老人，经常奔波在路途中，十分辛苦。但长老心无挂碍，很善于自我调节。经常是正说着话呢，却听到了长老的鼾声。他是头往座椅上一歪就能睡着的人，这样睡眠质量也很高。”

明尧老师发现，长老虽然通宗通教，却不放过任何一个学习和思考的机会，特别善于从生活中汲取营养。

“他总是随身带一个本子，在接待信众的时候，只要发现有价值的观点或素材，就随时记下来。”，因此，虽

然长老不看报纸、不看电视，却“全知天下事”，因为他把每个人都当作第一手信息源。“这也就是为什么长老的开示非常精彩活泼，针对性强，因为源于当下的生活。”

### 品味高雅：时时观照处处花开

净慧长老出身武汉郊区新洲一个贫寒之家，一岁半就被送到尼庵，由尼师抚养。在历次政治运动中，被迫反复“当运动员”，尤其是1963年被错划右派后，在长达15年的时间里接受常人难以承受的“劳动改造”，这样的人生，可谓饱经磨难，备尝辛酸。然而，面对如此艰辛、恶劣、粗俗的生活境遇，长老却在自己的人生花园里栽培出两朵“奇葩”：一朵是甚深般若智慧，一朵是高雅艺术素养。用明海大和尚的话来说，长老是“入泥入水大菩萨，亦诗亦禅自在人”。

长老博古通今，圆融世出世间学问，是大思想家，文章大家；不仅有很高的艺术鉴赏能力，而且诗词功力颇深；热爱生活，爱大自然，连院子里的花草都侍弄得格外鲜艳。“无数文化艺术界名人都非常乐于和长老交往，品茶参禅，诗词唱和。”，明尧老师说，因此，长老举办的无数推动汉传佛教发展的大型公益活动，如生活禅夏令营、禅文化高峰论坛等，学界名流都纷纷前来“捧场”。

“跟随长老头三年，我就感觉到学到的东西比过去二十多年还要多。

在长老身边的十年，可以说是我人生的黄金十年。”2003年，明尧老师离开柏林寺到北京安家，听从净慧长老的嘱托，先后整理《禅宗六祖传灯法本》《禅宗大德悟道因缘》，内容十分厚重的《憨山大师全集》《虚云和尚全集》等，成为一位十分引人注目的青年佛教学者，尤其对禅宗研究颇有见地。眼下，他正在编辑《正法眼》丛书，写作长老交待的《生活禅纲要》，希望成为弘扬生活禅的新契机。

“我写文章的功夫都是长老教的。他告诉我，不要急于下笔，要点上一支香，好好地打一坐，等心中静下来以后，再把文章的思路提到脑子里来，这样，头脑特别清晰，过去的知识储备都会自然涌现出来。”明尧老师发现，这一“秘诀”特别管用，“打坐的时候，思维特别敏捷，有许多闪光点冒出来，我就随手记下来。下座后，稿子的模样已经非常清楚，往往只要半个小时就写好了，真是一挥而就。”

作为一个学者，阅读量、写作量

非常大，特别容易脑力透支，如果没有健康的体魄和清醒的头脑作支撑，就往往心有余力不足，甚至“雄心万丈，躺在床上”。幸运的是，明尧老师跟随长老修行生活禅，建立了健康良好的生活方式。他每天打坐，诵经，散步，喝茶，过着宁静从容的生活，“我从不熬夜，晚上九点半之前一定睡觉，如果有紧急的写作任务，就在凌晨三点起床。因为熬夜对身体运作规律的破坏最大。”可惜的是，许多知识分子似乎特别喜欢熬夜工作，导致健康严重受损，“这也是一种颠倒，其实，学习和工作都贵在坚持，就像老和尚说的‘绵绵密密’，这样功到自然成。反之，如果忽冷忽热，大起大落，不仅难以持久，身心也容易失衡。”

的确，两个小时的采访中，明尧老师一直稳稳地盘坐着，镇定从容，思维敏捷，语言流畅，兼具学者和禅者风范。

这不又是一个践行生活禅的榜样么？

## 学佛：点缀生活 还是改变生命（四）

释读《百喻经》中的三个故事

◎宗舜

### 四、第三个故事：以梨打破头喻

#### （一）原文释读

我们继续讲《百喻经》中的第三个故事：以梨打破头喻。这是一个比较有趣的话题。

从字面上来看，这个故事就是讲用梨把脑袋给砸破了。

原文是这样的：

“昔有愚人，头上无毛。”

过去有一个愚痴的人，他的头上没有头发。

“时有一人，以梨打头。”

当时有一个人以梨打他的头。

“乃至二三。”

“乃至”，就是一直到。一而再，再而三地打。

“悉皆伤破。”

把他的头全打破了。

“时此愚人，默然忍受，不知避

去。”

那时，这个愚昧的人就默默地忍着，不知躲避。

“旁人见已，而语之言：‘何不避去，乃住受打？’”

旁边的人看见了，就问他：“你为什么不躲开呢？”“语”字在这里是动词，读第四声，“yù”。

“愚人答言：‘如彼人者，骄慢恃力。’”

“恃”是依靠、凭借的意思。那个人心里很骄傲，以为自己力气很大。

“痴无智慧。”

打我的这个人愚昧无知，没有智慧。为什么说他没有智慧呢？

‘见我头上无有毛发，谓为是石，以梨打我，头破乃尔。’

他看见我的头光光的，没有头发，以为我的脑袋是个石头，所以就拿来打我，把我的头都打破了。

他不去躲避，却认为那个人误会他是石头。

“旁人语言：‘汝自愚痴。’”

旁边的人说，你自己就是一个愚昧的人。

‘云何名彼以为痴也？’

你怎么能还把别人叫做愚昧的人呢？

‘汝若不痴，为他所打，乃至头破，不知逃避。’”

你如果不是愚痴的人，怎么会被别人一直打到头破，也不知道躲避呢？

这则比喻故事要说明什么呢？

“比丘亦尔，不能具修信戒闻慧，但整威仪，以招利养，如彼愚人，被他打头，不知避去，乃至伤破，反谓他痴。此比丘者亦复如是。”

“比丘”，佛教的出家人主要有四类，比丘是其一。这四类包括：比丘：出家男众受过比丘戒。比丘尼：出家女众受过比丘尼戒。沙弥：出家男众尚未受比丘戒。沙弥尼：出家女众尚未受比丘尼戒。

“亦尔”，也是这样。

“具”，完备。“信”，信解行证的信，对佛法的最基本的认识和信心。“戒”，受持佛法各种规定。“闻”，听闻佛法。“慧”，增长般若智慧。

“但”，只是。

“整威仪”，“整”是修饰，“威仪”是庄重的仪容举止以及衣服或其它装饰物。

这一段话是说，如果一个出家比丘不具足信心道念，不按照佛陀的规定去做，只是在外表做功夫，打扮得很有仪容，装出庄重威严的样子，来获取名闻利养，就和故事里的愚人一样愚痴。

“以招利养”，“利”是利益，“养”是供养。“如彼愚人，被他打头，不知避去”。就像那个愚人一样，被他人把头都打破了，也不知道躲避。“乃至伤破”，这个“伤破”，不仅仅是说头伤破，也是说这样做会毁损比丘的形象甚至违犯比丘的戒律。

“反谓他痴”，却说其他人是愚痴的。

“此比丘者亦复如是”。这样的比丘也是这个样子的。

这个故事教导我们，学佛修行要真修，而不是停留在表面。“整威仪”有两种，一种是讲求华丽，一种是奇装异服。比丘的衣服要朴实，材料和颜色都不能过于华丽炫耀。同时，也不要故意装扮成“老修行”一样。

我刚出家的时候，在浙江三门多宝讲寺，那个地方以讲究学修、道风、戒律著称。当时曾有一位师父，六月天穿件羽绒背心，中午坐在大太阳底下打坐。大家都说这位师父太有修行了，这么热的天穿这么厚的衣服，如如不动，也不中暑。然而我的师父敏公上人在上殿开示的时候说，这不叫修行，这叫“显异惑众”——有意表现出与别人的不同，以此来迷惑别人。

简直就像在自己脸上写“修行”二字一样，这是一种错误。

我师父还讲过，他住过福建的一个寺庙，那里有位师父在雨地里打坐，居士们都赞叹不已。敏公上师说：“有必要在雨地里打坐么？这个庙还没穷到上无片瓦遮头的程度吧？好好的庙堂，可以打坐的地方那么多，你偏要到雨里去淋是为什么呢？”而且打坐禅修有禁忌，要避免风寒和湿气，因为打坐时身心比较安静，毛孔张开，寒气湿气进去会受病。所以在雨里打坐是没有必要的。

我举这两个例子是要告诉大家，极端享乐主义固然是错误的，但是极端苦行主义也绝对是错误的。不要以为一味吃苦就是修行。享乐容易做到，苦行也容易做到，平常不容易做到。真正的平常心才是最难最难的。

我们出家人穿一件新衣服之前，为了破除对衣服光鲜的执著，可以在衣服上面用颜色点一下，弄一块小污渍。但是不必为了表明自己破除执著，找来很多不同颜色的小碎布，把一件崭新的大褂打满补丁。

古印度出家人穿的衣服是袈裟。而我们汉地的僧人今天穿的大褂、小褂之类是便装，或者说是常服，也就是平时穿的衣服，而不是出家人的礼服。五条衣、七条衣、二十五条衣，这些衣服才是袈裟，是在隆重场合穿的礼服。袈裟是一条一条的，条数越多，表明穿的人级别越高。大和尚们

的袈裟有的是二十五条一搭，名叫“祖衣”，表示在寺院里层级最高。这是汉地的情况。

在印度，二十五条衣本来是下品衣，它是用二十五条碎布缝起来的，是破烂的衣服。古印度的出家人捡俗家人丢弃的破布做袈裟，找来的布大小不一也没关系，就把它们缝补在一起，做成衣服穿。一件二十五条衣，不但可以穿，晚上睡觉的时候还可以当被子盖。当时的僧人把坐具铺在地上，作为坐垫或者床单，再搭上三衣当被子，就可以度过寒凉的季节——这是印度的风俗，在中国做不到，气候和着装习惯的差异都太大了。

现在的出家人新买一件衣服，再缝上各种破布，特意表明自己与众不同，这没有必要。禅者穿衣，应该是有新的就穿新的，有旧的就穿旧的，破了就缝起来，脏了就洗干净。一切都是自然而然的事情，不要做作，不要故意弄得神秘古怪。你们见到出家人，想判断他的真伪，可以看他是否具有正常的打扮、清净的正行。

这个故事讲的就是，内在的修为比外在的门面功夫要重要。

## （二）打破头的“梨”是什么

我还要讲一个重点，与这个故事的主题思想无关。

刚看到这则故事的时候，我有个疑惑——印度当年有梨子吗？梨子并

不是热带水果呀！当然今天印度肯定有梨，现在运输很便利。

大部分讲解《百喻经》的人，解释到这儿，都是说用梨子去打人的头。我对此一直很好奇，因为这个情节不符合常人的思维逻辑。故事中那个人打人的时候，不拿菠萝砸，不拿荔枝、龙眼砸，也没有拿桃子、杏子砸，为什么偏要拿梨子去砸？这有点奇怪。

后来我查阅资料，在唐代玄奘法师所著的《大唐西域记》里读到这么一段话，把我的疑惑解开了。

“河西蕃维，畏威送质。”

河西是指西域往印度去的那些地方，靠近新疆一带。当时印度的迦腻色迦王的势力很大，西域人畏惧他，就把人质送到印度去，以此表示不与迦腻色迦王为敌。

“迦腻色迦王既得质子。”

质子就是当人质的王子。

“赏遇隆厚，三时易馆，四兵警卫。”

迦腻色迦王对这位人质王子很好。“三时”，指三个季节。西域一年分三季，热季、凉季、雨季。凉季是其中气温较低的季节，可说相当于当地的冬季，但并不太冷，感觉类似我们这里的秋天。“三时易馆”，就是随着时节更替给他调换居所。当时那里的王族就是这样，不同的季节可以住在不同的行宫。

“此国则冬所居也。

这个地方是王子冬天住的地方。”

“故曰至那仆底（唐言汉封）。”

“唐”，指时代，即唐代。“汉”，指地域，即中国。这个地方在当地语言中称为“至那仆底”，翻译成唐代的语言，就是中国封的。

“质子所居，因为国号。此境已往，泊诸印度。”

从这个地方开始一直到印度。

“土无梨、桃。”

不出产梨子，也不生长桃子。

“质子所植。”

作为人质的这位王子去了以后，才种下桃子树和梨子树。

“因谓桃曰至那尔（唐言汉持来）。”

所以，那里把桃子称为“至那尔”，翻译成中国话就是“汉持来”，意味着这种水果是从汉（中国）拿去的。

“梨曰至那罗阇弗咀逻（唐言汉王子）。”

梨子叫做“至那罗阇弗咀逻”，翻译成中国话就是“汉地的王子”。

“故此国人深敬东土，更相指语：‘是我先王本国人也。’”

这段文字是讲当年玄奘法师西行求法路过西域一带时，发现了当地的一些风俗。

迦腻色迦王是印度贵霜王朝的第三代国王，也是著名的佛教护法，他生活的年代大约在公元78到101年左右（公元二世纪）。有关他的事迹，佛教中有很多传说。在考古中发掘出大量的钱币和墓铭，证明这位国王确

实存在。根据佛教典籍的记载，他出生在新疆的于阗，当了贵霜国王之后，迁都到白夏瓦，就是今天的巴基斯坦。随后他继续扩展领土，使印度成为当时与中国、罗马、安息并列的世界大国。

也就是说梨子在公元二世纪才传到印度。可见佛陀在世的时候，印度还没有这种东西。那么，以梨打破头是怎么回事呢？

我们做学问，包括学佛经，要下深功夫，遇到这样的难点、疑点不要轻易放过，不要看说是梨子可以解释得文通字顺，就随便将其放过。

贵霜王朝的最大特点就是善于吸取中国和其他国家的长处，由此强盛起来，这有点像中国的汉武帝时代。汉武帝时代，张骞出使西域，打开了一扇与世界沟通交流之门，此后从西域引进了大量外国技术，也引进了许多外国的香料和植物。水果中的葡萄、西瓜，香料中的胡椒、沉香、安息香……全是那个时代进口到中国来的，此前中国并不出产这些东西。贵霜王朝的迦腻色迦王也做了类似性质的事情，他仿照中国的皇帝自称“天子”，使用罗马金币，在钱币上铸造释迦牟尼佛的像，还铸造罗马的阿波罗神的像，也铸造印度的修罗神的像。很有意思吧？这个人的思想很开放。1691年，在印度出土过一个他的雕像，大概1.85米高，是牧人的装束，拿着宝剑，可惜没有头部，不知道面

貌如何。

佛在世的时候，没有梨子生长在印度。由此可知，以梨打破头，不能够照字面上理解成用梨子打破头。那这里的“梨”究竟是什么东西呢？

我们来看一些关于《百喻经》的漫画插图。关于这个故事，画的都是手拿梨子。其中一幅画里的人很有水平，他知道要用梨子较大的那头去打，这样比较能用上力。但即使这样，估计也很难打破别人的头。我倒不知道要用几颗梨子才能把头砸破，如果是水梨，砸两下梨子就烂了，对不对？

查阅中国古代的文献，“梨”和黎民百姓的“黎”，这两个字有共通之处。

汉代班固的《白虎通·谏诤》里面说：

“夫妻相为隐乎？《传》曰：‘曾去妻，黎蒸不熟。’”

北齐颜之推说：

“‘或赍黎枣饼饵，人人赠别。’一本作‘梨’。”

黎明之“黎”与梨子的“梨”是相通的，在上述两个例子中，“黎”都是指梨子。

另一个证明告诉我们，草字头的“藜”和黎明的“黎”也可相通。

藜是一年生草本植物，它的嫩叶可以食用，老的茎秆可以当拐杖，名为藜杖。“黎”和“藜”也是相通的。“藜杖”这个词很早就有。古人有诗云：“故梦随先君，梅溪侧藜杖。”侧藜

杖，即拄着藜杖。有的版本的五百罗汉像中，有位尊者也倚着藜杖。

于是我们知道了——以梨打破头的这个梨，不是梨子，而是植物的茎制成的拄杖。

讲这个故事，除了故事本身蕴涵的内容以外，我要告诉大家，佛法的学习需要有一点认真精神，需要有一点钻研精神，不是那么轻而易举的，不能那么轻描淡写的。

刚才有位同学递上纸条来，提了一个问题，他的意思是说，如果大家都出家学佛，大概就要人种断绝了吧。这个问题提得很好。但是不用担心，因为能问出这种问题的人，他自己首先就多半不会出家。如果大家学佛都能有认真钻研的精神，还真说不定有一天会人种断绝。如果大家看到以梨打破头的故事，通常想的只是“梨子就是梨子”，那就不可能。

出家不是那么容易的。在获得法喜和禅悦之前，修行比普通人想象中的常伴青灯古佛还要寂寞，这不是谁都承担得起的。比如需要考问这个“梨”字，现在大家听起来简单，一听就豁然开朗。可是找到这个真相前，

一个人独自在那里百思不得其解，埋头检索文献，这不但艰难，而且乏味。但这正是出家人应该经常做的事情之一。如果连出家人都不能正确解释经典的本义，我们以何颜面说僧侣是在“住持正法城”？我们如何能够堪称“荷担如来家业”？

如今这个本末已经颠倒，有些在家人比出家人学习还好，对经典更为通达。那么，如果我们出家人不赶上、不抓紧，不把经典都弄通弄透，实在愧对我们的佛祖！

今天我选了《百喻经》中的三个故事和大家分享，没有时间讲解更多内容了。讲前两个故事是帮助大家树立正知见。讲这第三个故事，主要目的则是对大家的思路进行拓展，提醒大家对待问题不要流于表面，不要浮泛而过。

你们看，考证经典中的一个字都这么复杂，而这样繁难的东西在经典中浩如烟海。我们学习，要知其然，还要知其所以然，要深究其本源。这就像参禅要发起疑情，要抓住一个疑点咬准不放，像这样用功，天长日久就能开悟。

（未完待续）

# 武夷山三道茶

◎明鉴



以前自己也曾从其他的方向去过几次武夷山，没想到从黄梅起行，竟是那么顺畅。买了张卧铺，晚上上车，一觉醒来，只10个小时就到了武夷山。因为这次是陪家兄游览，再加上武夷山有我多年的老友郑由雨的精心安排，更觉得是十分惬意。

清晨我们乘坐竹筏，沿九曲顺流而下，一路山光水色美不胜收，目不暇接，足踏清波宛如画中游。上得岸来，走过小桥，尚未出景区又来到我的好友制茶人老张家中。二年多未见，一边泡茶，老张又念叨起他制茶的新境界。在老张认为武夷山的天然环境所造就的都是好茶。之所以我们制不

好茶，是我们的心不够清静。我们的心也应该是无染的：“本来无一物，何处惹尘埃”。他以六祖大师的偈子为鉴，关照自己的那颗心，以这颗无染的心制茶，那制出的每一泡茶当然都是好茶。然而要达到这种境界，并非是那些用电脑设计好的时间、程序所能达到的。武夷茶的看青作青，法无定法，半小时前和半小时后的制作都迥然不同。老张整整二十年没有离开过武夷山，于风里雨里泡在茶园，与每片茶融为一体，共同感受着自然界的阳光雨露、风雨雷电。老张说制茶似太极，大凉大热都不可取，要取其中庸之道，要始终保持一种平和的

心态对待她们。我做茶是有瘾的，等你再来，尝尝我今年的茶。老张踌躇满志的说着，我慢慢地品着眼前这道茶，他真的似还魂了那原本的草香。

此刻郑由雨说：“这泡茶似雨后太阳晒到青草后那种香气。”已经没有了任何的做作，也使我们的灵魂回归到了自然的那种本真。在此幽窗翠竹下，九曲荡游后，品到这泡茶，余韵宛然。我对老张说：制茶也如画画。七、八岁的小孩子画一只小鸡，以他孩子眼中的思维，用他稚嫩的小手，简单明了。几笔就能勾勒出那小鸡的形象。等到年岁一天天的增长，绘画基础的逐渐完善，所绘的形象也丰满起来，骨骼肌肉比例结构。这时候是由孩提时代的“减”法成了“加”法，待到了人生的积累阅历，以及笔墨技巧都达到炉火纯青，以致信手拈来，皆为妙品，似齐白石晚年所绘小鸡，那般童真。既不失赤子之心，又笔墨老辣：为学日增，为道日损。损之又损，可以入道。这亦如你老张做茶，经十年在炉前的炒茶，你已经登堂入奥，解读开了这份“密码”，运用起来又简约、凝炼，所以你可以坦然。“做茶其实很简单。”亦如那人书俱老的书画家的那几条简洁凝炼的线条，又蕴含着多少岁月之功。“唉！不错，不错。”老张兴奋地接着说道。我只有小学四年级的水平，你说的正是我的心境。来，来，来，喝茶。一壶清泉注入盖碗中，飘出阵阵茶香……

午饭后，我们一行三人又驱车前往坐落在武夷山吴屯乡的瑞岩寺。这座始建于唐朝广明庚子年间的古道场，其建筑奇异、气势雄伟，名闻远方，更因其扣冰辟支古佛（法号藻光）的住持而声名日隆。据载，藻光法师三十七岁入寺定居，焚香诵经，时常云游大江南北，宏施法力、广播慈威，所到之处，消灾灭病，遇旱降雨，祛除贼匪，拯救万民，并以直言奉劝闽王延钧：勿多杀海。示寂后建塔于瑞岩寺，后立位塑像，世代百姓奉若神明，香火不绝，至今依然德化万众。

寺门口有千年古樟树和红豆杉，树大十围枝叶繁茂。瑞岩寺后有一口龙泉井，冬暖夏凉，能浮硬币，洗手运来，饮之祛病。再往底看，神木一截千年万日不腐烂。相传建庙时，如《济公传》中的木从井随雾而出，飘落遍地。我们掬手饮泉，甘冽可口，寺主道航法师招呼我们进屋吃茶。房内供有扣冰古佛一尊，是件文物，憨态可掬，拙朴古雅，礼拜之后，坐定吃茶。

道航法师年轻有为，为恢复古道场不辞辛劳，且用功办道，深为四众弟子所拥戴。饮茶之道在于水，有如此清冽的甘泉，浸以古神木多年，再有山深之处古佛道场的清幽。春草花发，道航法师又取出了武夷山天心岩茶村斗茶赛上获银奖的名丛，更显得这一期一会是：千年等一回了。七碗茶香余兴未足，道航法师将一小瓶斗

茶得金奖的名丛送给了我，颇具禅意。不是这一刻最好，下一刻、每一刻都好，永远不去追求那个极致，平淡就好。正在盛开的花好，开过的花那样淡然摇动的绿叶也好。取舍分别心，失去了我们的本来。寺前道航法师与我们合掌作别，吟出“瑞岩泉”一偈：

瑞应寒泉漱石流  
源源不竭几春秋  
当年洗钵人何在  
岩下空遗水一瓯

我们一行三人，绕过了一片片茶园，寻着溪流淙淙的泉水，走在山岬里。又穿过了仅能容纳一人，还只能侧身而过的黑漆漆的一线天。又前行了一会儿，山径两边藤缠老树，野生的茶树散落其间，山坳里的茶园在此幽静的山峦之巅，接受着烟霞的供养。眼前那似一块卧石在吼的接天蔽日的巨岩，就是虎啸岩了。拾阶而上，在天成禅院的一堵残垣颓墙遗址的左侧，有一条幽静的竹林小径。竹篱茅顶的小院门，推门进院，一树紫色的辛夷正怒展花枝。这里居住的就是郑由雨的岳母，已出家三十年的老尼师，和她的两个徒弟。听由雨说，三十年前那时正是改革开放的初期，他的岳母失踪了，家人四处找寻，毫无音讯。后来听人说在虎啸岩一带见过，家人们就在这个山凹里找到了这位结茅为舍，立志出家的老人。那时的条件十

分艰苦，十天半月下趟山买点盐巴，背一点面，自己再种点菜，就这样生活。那片小菜地还时常被野猪拱翻吃掉，晚上简易的茅棚里，时有毒蛇盘踞其中，老人家不怕，乐观地与这些众生和谐共处。现在老尼师已是七十多岁的人了，身体非常的健朗，有时一天还要上下山两次。若干年后这里的条件好多了。我们几个在靠近山崖的茶蓬下吃茶，在这里吃茶那才叫人间仙境。崖边一棵似五爪张开的古木遮过蓬顶，几株黄金镶碧玉竹和许多叫不出名的山花。远处那无有穷尽的绿树丛山，再有就是那种比小手指头大不了多少的，颜色非常鲜艳的鸟。翠绿的、海兰的、赤红的，也没有人知道它们是什么鸟，它们成群地在枝间雀跃，又忽地一下飞散。郑由雨说：“那天下雨他留在山上，云雾里那些鸟儿在跳，阳光出来照射在它们身上是金红色。看着这群美丽的精灵们在自己身边，吃着茶，是人生一种极大的乐趣。随着一声爽朗的笑声，我又见到了老尼师。她的背后背了一个大包叫清明果的野菜，之所以采那么多，除一部分自己食用外，她还会送给在此做工的山民们带回去。那天郑由雨泡了一道近二十年的老茶，初尝有一点果酸的味道，愈品愈佳、渐入佳境。老尼师却把刚才喝剩的茶和不知谁的凉茶喝掉，她爽朗地说：“我是个粗人，没有那么多讲究，什么凉茶、剩茶我都喝。”在武夷山，老尼师很受

尊敬，其他一些寺庙的大事小情都找她商量。遇到难缠的事，她不惜身命鼎力相助，为人刚直不阿，这一款老而弥香的老茶，也似存有老人家那历经风霜弥漫的浓香。尘封的岁月非但没有逝去还充弥着那种本来的清纯，这真是很难得。行走于世间，让我们

失去了很多的真性情，我们屈从于社会带给我们的不良之症。以“人在江湖”为借口，不知不觉中我们改变了很多，喝了这泡老茶，我久久地捧着茶盏默默品味着那淡淡的余香。

（选自《山房涉事》，生活·读书·新知三联书店出版）

## 破额山

◎清·李鹗

谁将神斧破危岑，一水横飞流至今。  
履杖宁知到处险，尘缘不向此中深。  
千年石壁护禅影，万壑松涛泻梵音。  
莫待岭头舒长啸，满天风雨散瑶琴。

## 做自我的旁观者

◎马明博

“《心经》说‘无眼耳鼻舌身意’。我摸了摸身体，发现不是那么回事。我的眼耳鼻舌身都在，为什么《心经》却说‘无’呢？”一位刚出家的小和尚，读《心经》时遇到了这个疑问，向禅师请教。

禅师说：“这里的‘无’，不是没有。”

“不是没有，那‘无’是什么？”  
“是不执著。”

小和尚似懂非懂。

在《金刚经》中，释迦佛说“应无所住而生其心”；在《心经》中，观自在菩萨说“无”，虽然表述方式不同，但都是让人远离执著。

日常生活中，人习惯于执著自我（我执），认为自我是一个客观存在的主体。现代人崇尚理性，那么作为主体的自我应该怎样存在呢？

有人为此去采访上帝：“人类的哪些事，最令你惊讶？”

上帝答：“你们觉得童年很无聊，急着让自己长大，长大后又想回到童年。你们为了赚钱失去健康，然后又花钱找回健康。你们担心未来，却忘

记了现在；因此你们未能生活在现在。你们活得好像永远不会死，但死得却好像未曾活过。”

说到这里，上帝沉默了片刻。

提问者思考了一下，又问：“你希望人类明白什么？”

上帝微笑了一下：“明白不能强迫人来爱自己。明白跟别人比较是不好的。明白富人不是拥有最多的人，而是需要最少的人。明白揭开心爱之人的创伤只需要几秒钟，却要花很多年才能痊愈。明白宽恕是需要练习才能学会的。明白有些人充满了爱，只是不知道如何表达。明白两个人看同一件事，会有不同的看法。明白被别人宽恕还不够，也必须宽恕自己。

还要明白，我就在你们心中，直到永远。”

在释迦佛看来，所谓自我，只是一个幻象，是一些因缘条件的排列组合，并不是一个独立存在的主体。

自我如同洋葱。剥掉洋葱的外皮，或许你认为“真正的果实在里面”；然而，再剥去一层，你发现眼前依然是洋葱皮；又剥掉一层，里面还不是

果实；一层一层地剥，剥到最后，什么都没有。佛说“无我”，并非否定你我的存在，而是让人远离对自我的执著。要体会其中深意，需要“观”。

观，是《心经》经文的第一个字。简单地说，观就是看。人能看到什么，取决于他以什么样的方式进行观察。在禅修中，观是观照，指人清晰地觉察当下正在发生的事。

没有禅修过的人，是尚未挖掘自身生命宝藏的人。生命的大宝藏，就是每个人的心。《心经》告诉我们的，就是如何挖掘生命中的宝藏。只要你愿意，你就可以和佛菩萨一样，在内心挖掘到生命的宝藏。

通过禅修，如实地观照自己的心，我们的身体会充满活力，面对选择时，会更加明智、审慎；被物质世界激起层层涟漪的心，也可以藉由禅修重归平静，同时远离昏沉，学会忍耐与自律。

也有人认为，只有非凡的人才能禅修。这是典型的误解。禅修面前，众生平等，无分贤愚贵贱，只要肯静下心来观照自己的心，谁都可以踏上禅修之路。

“自”是《心经》经文的第二个字。在《说文解字》中，“自”最本原的意思，指人的鼻子。鼻子是用来呼吸的。每个自我的存在，都以呼吸为首要条件。后来，“自”被引申为“自我”。

呼吸是人最普遍的体验，从出生

之日起，它就伴随着我们。不用花费一分钱，呼吸一直被我们使用，到死亡来临之前，它绝对不会停止。呼吸是不思考就可以直接体验的一件事，然而，它最容易被人忽略。

《四十二章经》记载，有一天，释迦佛问弟子们：“人的生命有多长？”一人说：“数日间。”释迦佛摇了摇头。另一人说：“饭食间。”释迦佛又摇了摇头。后来，有一人说：“呼吸间。”释迦佛予以首肯。

“观自”，是《心经》的前两个字，可以理解为“观呼吸”。观呼吸，是最实用的观照自我的方法，也是禅修的基础，可以让我们的的心变得专注。

用心去察觉，你会发现，平凡普通的呼吸，其实是一个复杂而迷人的过程。它充满细致的变化，有吸，有呼，有长，有短，有深，有浅，有顺畅，有不畅，这些充满变化的状态微妙地交错在一起，组成生命的交响。每次呼、吸，又分为前、中、后三个阶段，像人生经历出生、成长到死亡的过程。

心可以随时随地察觉呼吸。只要能清醒地感受呼吸，我们就已经走在了禅修的道路上。

呼吸无法自主。如果你只想呼，或只想吸，或憋住呼吸，起初会觉得很快乐，但很快你会感觉很痛苦。只好再次随顺呼吸。正常的呼吸，会让人感觉安顿；但是如果吸的时间稍微加长，安顿就变为紧张，必须要呼出

去，紧张才能纾解。在生活中，人都希望安顿多一点，紧张少一点。从呼吸来看，在无常的世界，渴望恒常只会带来痛苦与不安。从呼吸来看，根本没有一个我控制呼吸，这多少有些令人失望。如果既不渴望安顿，也不拒绝紧张，只是随顺呼吸，静静地观察，在呼吸中体会无常、苦和无我，心会平静、安定。

净慧禅师来北京时，我经常到法华精舍去拜会他。有一次，遇上一位禅修者向禅师请教。

“我在打坐时，经常会找不到自己在哪里，这是不是‘无我’？”

禅师笑着摇了摇头：“我说句不礼貌的话，如果我捏住你的鼻子，你能不能找到自己？”

那位禅修者欢喜地拊掌而笑！

禅师慈悲地“一捏”禅修者的鼻子，让他迷途知返，找到了自己的存在。

“在”，是《心经》经文的第三个字。在，即在场。《心经》所说的“在”，不是在某个空间，也不是在某个时间，而是指身与心同时显现在每一个瞬间。

每个活生生的人，都能用眼睛观看、用耳朵倾听、用鼻子呼吸、用舌头辨味、用身体去感触、用意识去思辨。通过眼耳鼻舌身意，人开始认识世界。世界在我们的眼耳鼻舌身意中形成种种的感受。能带来感受的事物层出不穷，但这些感受只有三种：好

的、坏的、不好不坏的。

对好的感受，人总是心有期待，希望长久地持有它，不想让它轻易地溜掉；实在留不住它时，人又会想方设法重新获得它。执著于期待好的感受，产生贪爱，即释迦佛所说“根本三毒”中的贪。

对坏的感受，人会心有抗拒，想把它远远地推开，想尽办法去回避它，不希望它出现。执著于排斥坏的感受，产生憎恶，即释迦佛所说“根本三毒”中的嗔。

对不好不坏的感受，因为它温和、中性、缺少刺激，人会有意识地把它边缘化，搁置一旁，把它忽略。执著于把不好不坏的感受忽略掉，即释迦佛所说“根本三毒”中的痴。

《心经》说“色不异空，空不异色；色即是空，空即是色；受想行识，亦复如是”，就是告诉我们，无论感受是好的还是坏的，都是因缘的组合，并没有一个固定的实体。这是万事万物的共性，即释迦佛所说的“空性”。

认识不到这一点，人便停留在执著的贪爱、排斥、忽略中，其后果就是让“自我的意识”[我执]越来越坚固。当然，也包括执著于禅修带来的“好的感受”。

每个人都可以通过“观”、“观自”，达到“观自在”。在“观自在”之后，《心经》经文出现“菩萨”二字。也可以说，能够“观自在”的，都是菩萨。

《心经》的前五个字，是“观自

在菩萨”。观自在菩萨，并非专指观音菩萨，而是所有愿意做“自我的旁观者”，既体会到自我存在、又不执著于自我的人。

观照自我的呼吸，静静地观察心里生起的贪、嗔、痴、骄傲、怀疑等念头，不去选择，不去分别，也不跟着它行动。你会发现，这些感受虽然像链条一样，一环一环，层出不穷，但哪一环都无法持久。静静地观照，像岸包容着流水，任念头来去，你没有失去什么，也没有收获什么，没有忧虑，也没有恐惧，也不心存期望。你的内心会渐渐地充满平和、清晰、愉悦的光明。

你尝试着这样去做吧。要知道，这就是释迦佛在两千五百年前所做的，也是《心经》的主角观自在菩萨所做的。

在禅修之前，内心深处的“我执”，会建起一堵堵无形的墙，阻隔我们如实观照的视野。它们是贪欲之墙、嗔恨之墙、自私之墙、紧张之墙、昏沉之墙、恶意之墙……当你以足够的耐心做自我的旁观者时，这些墙壁就会自动坍塌。

禅修最大的敌人，就是我执。有时，落入我执的陷阱，我们依然毫无觉察。

江苏扬州高旻寺是一处著名的禅宗道场。有一天放香休息时，德林老和尚把禅修者叫出禅堂。他指着道路两侧的花盆，“这些花盆摆得不对，

你们搬一下。”人们按照老和尚的吩咐，把左边的花盆搬到右边，把右边的花盆搬到了左边。

德林老和尚站在台阶上，眯着眼睛看了一会儿，他摇了摇头，又让人把花盆搬回原位。刚搬完，他又说：“还是再搬回来吧。”

这时，有一个人不耐烦了，他走到老和尚身边抗议：“师父，您一次看好了吧！来来回回地搬，太麻烦了！”

老和尚笑了：“不来来回回地搬，怎么能让你认识一下我执呢？”

八十年前，一位署名丽隐叟的人写信给印光老法师，请教“观音菩萨是不是只在普陀，不在他处”。

印光老法师回函指出，普陀山是观音菩萨的示迹道场，目的是让众生“投诚有地”。观音菩萨如一月在天，影现众水。不但江湖河海，各现全月，即使小而一勺一滴，无不各各皆现全月。江湖河海中的明月，一个人看它，会发现明月与自己相对；百千万人在百千万个地方看它，明月也和每个人一一相对。人若向东走，明月随之向东；人若向西行，明月随之而西；人若停住不动，明月则不离当处。无论一人还是百千万人，都是这样。“菩萨于一念中，遍法界感，遍法界应，无少差殊，与此一月普现众水，随人随地各见全月，了无有异。”菩萨又能“普随一切众生根性，令其就路还家，不独立一门……不执定一法，随



于彼之所迷及彼之易悟处，而点示之”，因此又称“普门大士”。

如果菩萨只在南海普陀山，就不是普门大士了。所以，固执地认为菩萨只在南海普陀山，是人之咎，非菩

萨之过。

静静地坐下来，学会做自我的旁观者，无论是否身在普陀，观音菩萨都和你在一起。这并非我的虚构与臆想。

（选自《观音的秘密》，生活·读书·新知三联书店出版）

## 雨后步灵润桥

◎明·汪勳

雨余孤兴发，拄杖俯清流。  
云散双峰秀，风生五月秋。  
空闻梅子熟，何处木兰舟。  
老衲携杯茗，招余最上头。

## 雨声里的七笔勾

◎地儿

常染戒香消俗念，怎又多情？却道是情在不能醒。

### 七笔勾

朋友陷入爱情旋涡了，一向不住念叨着要出家的她，突然变了。一晚，抓住了我，情啊爱啊儿呀女呀死啊活啊说了大半个晚上。

我笑着说：“这就是痴啊。‘常染戒香消俗念，怎又多情？却道是情在不能醒。’”

她说：“我还年轻，既然要结婚了，就不能不考虑一切吧。我要让将来的儿子上最好的学校，受最好的教育，吃住一流，我要让老公……”

窗外雪花簌簌有声，夜深了。劳累了一天，病躯很疲惫。她的真挚让我感动，同时又有一种沉甸甸的无奈。想到很多话不是一时半会儿能说明白，就给她发了一篇莲池大师的《七笔勾》，下线了。

### 七笔勾

恩（父母恩）重山丘，五鼎三牲

（最美的食物）未足酬（报答）。

亲（父母）得离尘垢（生死烦恼），子道（孝道）方成就（圆满）。

嗟！出世大因由，凡情怎割。

孝子贤孙，好向真空究（应证果成就，度脱父母离轮回）。

因此把五色封章一笔勾。

凤侣鸾俦（美夫娇妻），恩爱牵缠何日休？

活鬼乔相守，缘尽还分手。

嗟！为你两绸缪，披枷带杻。觑破冤家，各自寻门走。

因此把鱼水夫妻一笔勾。

身似疮痍，莫为儿孙作远忧。忆昔燕山窦，今日还存否？

嗟！毕竟有时休，总归无后。谁识当人，万古常如旧。

因此把桂子兰孙一笔勾。

独占鳌头，漫说男儿得意秋。金印悬如斗，声势非常久。

嗟！多少枉驰求，童颜皓首。梦觉黄粱，一笑无何有。

因此把富贵功名一笔勾。

富比王侯，你道欢时我道愁。

求者多生受（受尽折磨），得者忧倾覆。嗟！淡饭胜珍馐，衲衣如绣。天地吾庐，大厦何须构。

因此把家舍田园一笔勾。

学海长流，文阵光芒射斗牛。百艺丛中走，斗酒诗千首。

嗟！锦绣满胸头，何须夸口。生死跟前，半字难相救。

因此把盖世文章一笔勾。

夏赏春游，歌舞场中乐事稠。烟雨迷花柳，棋酒娱亲友。

嗟！眼底逞风流，苦归身后。可惜光阴，（羞惭）空回首。

因此把风月情怀一笔勾。

莲池大师是明朝四大高僧之一，生于江南望族，十七岁就补了诸生，得了功名。文笔很美。全词分七节，从父母、妻儿、官位、富贵、文名、宴乐逐一分析，如剖开美丽的芭蕉壳，中心却处处皆空。

年少时，亲情爱情，孝子贤孙，功名利禄，建功立业，我也曾常萦胸怀。日与时驰，一切如露的感觉渐渐来临。父母的凋零，浓情的淡然，事业小成后的落寞，理想在现实中的荒诞，特别是重病后，辗转病榻，生死难料，呼天唤地不灵时，方觉真的是

“锦绣满胸头，何须夸口。生死跟前，半字难相救”。平素难以割舍的眷属亲朋，家园富贵，一切的一切都不可依凭，天地间只留下一颗孤零零的心，如一片孤舟，飘零无处归。

病有所起色，再读《七笔勾》，到“多少枉驰求，童颜皓首。梦觉黄粱，一笑无何有”时，真的要拍案击节了。

但做到“七笔勾”又谈何容易！

譬如朋友，常把出家挂在心头，但一旦遇到爱情，贪欢爱、嗔不顺、痴于“但愿同日死”等等都来了，甚至远远瞻望到了子孙的富贵，唯独忘记了天地无常的真谛。

其实，我们每个人，不都是这样吗？

或许，许多人，对父母妻财、家园名利，多多少少都能放下，最放不下的却是儿女。这是古今的通病。一位朋友因此对《七笔勾》有精辟的剖析：我们都挂念子孙，但积下的财，他们能守吗？积下的书，他们会读吗？功名利禄，我们还不能保守住，更何须寄望于不可知的子孙呢？娇妻美子，功名利禄，苦苦追求，到头来，却是身尽香灭。或许，只有积德，只有自己修行解脱，自己成就，才能真正荫蔽他们。

求学信阳时，常去山间游玩。浓重的山雨飒然而来，避于松林下、密竹中，滴答作响的雨，便无奈于我了。然而风却能穿林而过，带来阵阵清冷。

面对冷风，当时就茫然了。

朋友说，雨虽猛，却是有浓厚形质的。风虽微，却是无形质的。无形质就能到达一切地，一切处。

后来，读佛典，到“无碍”一词，陡然想起了山间的轻风。其实，风也有形质，只因它形质细微，所以能基本无碍。遇林转弯，遇竹避开，所以能畅游天地间。但也有达不到的地方。真正的无碍，是空。

我们在天地间浮游的人呢？面对浓密的情感、恩爱、家庭、事业之林，我们该如何祛除烦恼，如风一样轻灵无碍，顺利抵达圆满清净的目的呢？居士也是人，不仅要比佛门外的人更好地孝敬父母、抚育子孙，要有和谐家庭、清净伴侣，还要考虑生活、必要的名利和宴乐。于是，有些密林我们便穿不过，于是，有些角落，我们便走不到。焦虑油然而生。

其实，焦虑的原因，在于我们不够轻灵。种种浓稠的奢求，试图把握一切的幻想，累积成了沉重的蜗牛壳，背着它，爬得好累好累。

佛陀在《妙法莲华经》里，把家比作火宅，把妻儿眷属比作狱卒，把名利比作枷锁，把沉溺其中的我们比作披枷戴锁终生服役的囚犯；在《维摩诘所说经》里，却把家比作菩萨道场，把父母比作大福田，把妻儿比作修行的胜侣，把名利资财比作帮助我们成功的支柱。都很有道理。关键是，看我们如何运用了。

如果能彻悟“眼底逞风流，苦归身后。可惜光阴，蓦然空回首”，就会有勾去浓重欲望的智慧，体味到“淡饭胜珍馐，衲衣如绣。天地吾庐，大厦何须构”的真潇洒，在镜月水花中大作佛事，根据实际，抛弃能力以外、精力不及的目标，把握住当下的道路，孝敬父母、培养儿女、挣钱、经商、做官、务工……在做事中修正自我，积累福德，增长智慧，培养能力，随遇而安，自得其乐，那么出家在家又有何妨？

如果我们不自觉地沉溺其中，欲望的波浪一波未平一波又起，则贪嗔痴越来越强，心灵的尘垢越积越厚，那么，生生世世相互牵缠，真的如处牢狱，此身又向何时度呢？

在青岛观海时，面对风雨中波涛汹涌的大海，我想，大海不可谓不深，但鲸行其中，却迢迢无碍；天空不可谓不阴晴难辨，但疾风骤雨却不得鹏举千里，都是因为它们能善用环境，却对环境了无挂碍。

佛经讲，人只是生命形态之一，还有许多生命或有色无形，或无色无形，到了非想非非想处天，就只余一个细微的我的念头了。形态越细微，欲望越少的生命，心头的痴念越少，越自在快乐。到了佛陀的境地，连我的念头也没有了，真空，却不住于空，所以，能化身千百亿，随类示现，得到了大自在。

理性地看待虚幻不实的环境，冲

淡环境和欲望的挂碍,这或许就是《七笔勾》对我们的深刻启迪。是《七笔勾》,将一个平凡青年,勾成了中外闻名的一池青莲。莲池异香,不仅唤醒了妻子,出家证果,解脱自在,而且芳香了明朝,至今馥郁悠长。

我常想,偌大的明朝,少一个诸生不算什么,但多了一代高僧,却是件了不起的大事。

### 少年听雨歌楼上

常有朋友说,道理都懂,就是做不到。

会心地笑了。

其实,不用烦恼,一切的一切,终有契入的时机。

宋人蒋捷有首《虞美人·听雨》:

少年听雨歌楼上,红烛昏罗帐。壮年听雨客舟中,江阔云低,断雁叫西风。而今听雨僧庐下,鬓已星星也。悲欢离合总无情,一任阶前点滴到天明。

从红尘浓欲,到心波不起,这是时空提供的契机。

莲池大师年少得意时,父母骤亡之痛使他猛醒。“与妻汤氏诀别,决志出家修行,曰:‘恩爱无常,生死莫代,吾往矣,汝自为计!’遂作七笔勾词……杖策游方,遍参贤善知识。”

真净克文禅师幼受后母虐待,族人不忍,送他出家。很快辩才无碍,

讲经说法,名重一方。一日,游古寺,见罗汉像,“蒙首瞑目,若在定者。忽自失”。对朋友说,我不如他们啊。深感常居名利繁华,则与居俗无异。遂“焚其疏义”,四处访师,终于修持有成,生死自在。

是红尘里的歌声,唤醒了他们的觉悟和契入。

身居红尘的我们,认识到生命的无常,已经难能可贵,已经在心田里种下了种子,有种子,终究会发芽的。风雨阴晴,云卷云舒,只要我们善于保持菩提心不失,一日日前进,终有成功的一天。

怕就怕在红尘恩爱中,迷失了本心。

每次读《七笔勾》,就想到人生真的是一笑无何有。包括《长生殿》里的凄美爱情,包括《三字经》里“教五子,皆成名”的窦燕山,包括秦皇汉武、唐宗宋祖,他们也不过是天地间的过客,繁华过后,依然在生死海里漂泊,只余一声声叹息。

### 补记:红消香断有谁怜

半年后,此文将付梓,闻听朋友情路道断,“尺素已成,鸿雁不留,凭窗凝眉久”,一槛浓情付东流了。据说,是她过于浓重的欲望和对未来过高的预期,令未来的郎君顿觉如入牢狱,如伴狱卒,不堪重负,恩爱变争吵,最终夺门而去,问郎归期无有

期了。

音讯传来时,正在蓬蓬敲窗的夜雨中,聆听朋友博客里的《枉凝眉》。哀怨的歌声,令人凄然。我想,朋友若早点细细品读《七笔勾》,具备万物无常的理性和智慧,勾去浓欲,空

心生长,自自然然地经营事业和家庭,随缘度日,本色生活,像佛陀期许的那样,将家庭变为恬静柔和的道场,或许,轻灵绵长的情感云路可期。

惜哉。

(选自《总有清风》,生活·读书·新知三联书店出版)

## 题碧玉流

◎清·石乔年

危桥空栈步峰头,涧道嵌崎水逼流。  
一派寒湍吹似雪,半山清响散为秋。  
幸留石上公权笔,曾驻江干子厚舟。  
到此红尘都涤尽,劳劳身世几能休。

## 《二入四行观》导读（提纲）

◎明尧

### 一、达磨祖师及其著作简介

【生平】南天竺国人。婆罗门种姓。国王之三太子。依西天二十七祖般若多罗尊者而悟道，为西天二十八祖。南朝宋代（420—479）来到中国，于梁大通元年（527）至金陵，见梁武帝，因缘不契，后到北魏嵩洛一带传法，曾栖止少林寺，终日面壁，人称“壁观婆罗门”。达磨祖师在中国生活了50多年。被当作异端，遭到正统义学沙门的迫害。数度遭毒，第六度遭毒时，感到世缘已尽，不复自救。只履西归。身边弟子著名者有慧可、道育、僧副，在家弟子有昙林、杨衒之。

【著作】现存署达磨名字之著作，有八、九种，公认著作是《二入四行观》。以《楞伽师资记》所载为准。另有，敦煌本和朝鲜天顺本《二入四行论》，在《四行观》之外，还收录了达磨祖师之弟子的言论，被学界公认为最有价值的版本。

### 二、《二入四行观》导读

《二入四行观》为宗门修行之大纲。主张藉教悟宗、定慧等持，为如来禅之特色。其义理幽微，体系严密。惜乎祖师禅（不立文字，当下直指，唯论见性，不论禅定解脱）兴起之后，少有人讲解，以致无闻。

今法门秋晚，去圣时遥，善知识难遇，末世行人欲入祖师门庭者，舍此《四行观》者，恐难契入。

[弟子昙琳（达磨祖师的弟子，在家居士）序]

法师者，西域南天竺国人（原无“人”字，据《卍续藏经》本补），是大婆罗门国王第三之子也。神慧疏朗，闻皆晓悟，志存摩诃衍道（即大乘教法），故舍素从缁（指舍俗出家。素，借指在家人。缁，指代出家人。从，一作“随”），绍隆圣种。冥心虚寂，通鉴世事，内外俱明，德超世表（【按】简要介绍了达磨祖师的身世及道德）。悲悔边隅正教陵替（废弛，衰落），遂能远涉山海，游化汉魏（【按】介绍达磨祖师来华的原因）。忘心之士（《楞伽师资记》作“亡心寂默之士”）莫不归信；存见之流（《楞伽师资记》作“取相存见之流”），乃生讥谤（【按】介绍达磨祖师在华传法的大致情况）。于时，唯有道育、慧可，此二沙门年虽后生，俊志高远。幸逢法师，事之数载，虔恭咨启，善蒙师意（【按】介绍达磨禅师的法嗣）。法师感其精诚，诲以真道，令如是安心，如是发行，如是顺物，如是方便。此是大乘安心之法，令无错谬。如是安心者，壁观。如是发行者，四行。如是顺物者，防护讥嫌。如是方便者，遣其不著（【按】揭示《二入四行观》的意义）。此略序所由云尔。

#### 导读

此段序文，其义有五：

- 一、简要介绍了达磨祖师的身世及道德；
- 二、介绍达磨祖师来华的原因；
- 三、介绍达磨祖师在华传法的大致情况；
- 四、介绍达磨禅师的法嗣；
- 五、《二入四行观》的意义。

夫入道多途，要而言之，不出二种：一是理入，二是行入。

#### 导读

总示入道之二要途。

理入，即理悟，直指人心、明心见性之道，明体，根本智，证法身，座上功夫。

（理，是指理体，非义理知见）

行入，即事修，即事明理、悟后起修之道，起用，后得智，圆满报身，座下功夫。

此理行二要，并没有严格的先后顺序，相资相随，互即互入——

- 1、或理入而后行入，此时之行人即悟后起修。
- 2、或行入而后理入，此时之行人即悟前之修行。

3、或理行相资而并用。

与《首楞严经》旨相一致：“理则顿悟，乘悟并销。事非顿除，因次第尽”。

**理入者，谓藉教悟宗**（借助教下之理，契悟宗门之旨。教指禅宗以外的教门。宗指教外别传的禅宗）。**深信含生**（有情众生）**同一真性**（常住真心），但为**客尘**（烦恼之义，相对于“清净自性”而言。烦恼本非心性固有之物，乃因迷理而起，故称为客；又以烦恼能污染吾人之心性，犹如尘埃之染污万物，故称为尘。又烦恼妄想，皆无常生灭之法，与常住真心不同，前者如旅宿之客、光中浮动之尘埃，后者如店主，如不动之阳光）**妄想所覆，不能显了。若也舍妄归真，凝住壁观**（面壁静观之意，后专指达磨禅法，指一心禅观，身心如墙壁，寂静而不动，一切妄想不能侵入。墙壁形色单一，寂然不动，修行人面壁而坐，心易入定，故云壁观），**无自无他，凡圣等一**（平等不二），**坚住不移，更不随于文教**（文字教法），**此即与理冥符，无有分别，寂然无为，名之理入。**

### 导读

#### 一、明大乘佛教修证之总纲，此属明心见性之道。

大乘佛教的修行理路，我们可以用一句话来概括它。这句话就是当年释迦牟尼佛在菩提树下，夜睹明星而大悟，三叹“奇哉”——

“奇哉！奇哉！奇哉！一切众生皆有如来智慧德相，但以妄想颠倒执著不能证得。若离妄想颠倒执著，则一切智、无师智、自然智当下现前。”

#### 二、关于修道的几个关键问题。

这段文字中必须读明白的几个概念——

1、什么是真性？现前一念，真性如何现行？

要点：常住真心，第一念无为之本觉。檐头雨滴声。

2、什么是客尘？现前一念，客尘表现为哪些状态？

要点：执实的妄想分别，思维取舍，起心动念。

3、现前一念，如何舍妄归真？

要点：一念不生全体现。歇即菩提。无心合道。

4、如何才算是“深信”？

要点：一切现成，遍一切时处，须臾不曾离，无处回避。

5、如何修壁观？

详后。

6、如何才算是完成了“理入”？

详后。

#### 三、达磨祖师的舍妄归真之法。

通过下面三段文字，可以看出达磨祖师禅法之要义：

##### （一）壁观

慧可禅师在参礼达磨祖师之前，博览群书，善谈玄理。见到达磨祖师后，祖师每有酬问，慧可禅师虽能从教理上种种说心说性，但都不能契理。祖师于是教他“外息诸缘，内心无喘，心如墙壁，可以入道。”一日，慧可禅师忽然告诉祖师道：“我已息诸缘。”祖师勘验道：“莫成断灭去否？”慧可禅师道：“不成断灭。”祖师道：“此是诸佛所传心体，更勿疑也。”

##### （二）空观

慧可为求最上乘法，立雪断臂，以示求法之诚。终于感动达磨祖师为他开示。慧可问道：“诸佛法印，可得闻乎？”祖师道：“诸佛法印，匪（非）从人得。”慧可禅师听了很茫然，便说：“我心未宁，乞师与安。”祖师回答道：“将心来，与汝安。”慧可禅师沉吟了好久，回答道：“觅心了不可得。”祖师于是回答说：“我与汝安心竟。”慧可禅师听了祖师的回答，当即豁然大悟，心怀踊跃。原来并没有一个实在的心可得，也没有一个实在的“不安”可安，安与不安，全是妄想。

##### （三）平等无分别观

期城的太守杨衒之，参达磨祖师，问：“西天五印，师承为祖，其道如何？”祖师道：“明佛心宗，行解相应，名之曰祖。”杨衒之又问：“此外如何？”祖师道：“须明他心，知其今古，不厌有无。于法无取，不贤不愚，无迷无悟。若能是解，故称为祖。”杨衒之道：“弟子归心三宝亦有年矣，而智慧昏蒙，尚迷真理。适听师言，罔知攸措。愿师慈悲，开示宗旨。”祖师见他恳切，于是为他说偈曰：

“亦不睹恶而生嫌，亦不观善而勤措。

亦不舍智而近愚，亦不抛迷而就悟。

达大道兮过量，通佛心兮出度。

不与凡圣同躔，超然名之曰祖。”

达磨祖师关于用功方法的这三个开示，是实际上，包含后来流行的话头禅、默照禅之雏形。

依般若智，观妄想之空性，知其了不可得。

依圆顿的见地，以涵盖乾坤的心量，默照万法，一念不生，离心意识用功。

#### 四、壁观之道。

壁观之道，强调定慧等持，默照禅之所源自。

- (一) 外息诸缘，凝神静气（前行准备）；
- (二) 休去歇去，远离取舍（用功原则）；
- (二) 专注一境，守一不移（或观音，或观呼吸，或观觉受，或念佛）；
- (四) 离心意识，一念不生（上路状态）；

#### 五、悟道之证量。

- (一) 与理冥符（从自性般若起观，与般若无相不二之理体相应）。
- (二) 无有分别（无自他、内外、色心、能所之别）。
- (三) 寂然无为（无为而照，照而无为，寂然不动）。

清凉国师《答皇太子问心要书》。

行人者，谓四行。其余诸行，悉入此中。何等四耶？一报冤行，二随缘行，三无所求行，四称法行（《景德传灯录》卷三十作“称法之行”，今从《楞伽师资记》，去掉“之”字）。

#### 导读

- 1、总标四行之名。
- 2、四行与万行互即互入的关系。

云何报冤（无过而受罪，谓之冤）行？谓修道行人，若受苦时，当自念言：我从往昔无数劫中，弃本从末（迷失了常住真心，追随生灭之妄想，认妄想为真），流浪诸有（泛指生死苦海。众生之果报，有因必有果，故称之为有），多起冤憎（怨恨，仇恨），违害（触恼伤害。违，触忤）无限，今虽无犯，是我宿殃恶业果熟，非天非人所能见与（犹言给与、强加），甘心忍受，都无冤诉（觉得冤屈而愤愤不平）。经云：“逢苦不忧”。何以故？识达本故（原为“识达故”，今据《楞伽师资记》，补“本”字）。此心生时，与理相应，体冤进道，故说言报冤行。

#### 导读

在日常生活中修行需要面对的问题，无非有四种类型：

- 1、如何面对宿业果报？修报冤行以去逃避的心。
- 2、如何面对现前境缘？修随缘行以去执着的心。
- 3、日用中如何与道相应？修无所求行以去有所求的心。
- 4、日用中如何圆满菩提？修称法行以去有所得的心。

#### 第一报冤行——如何面对宿业果报？

（一）报冤行的要点

- 1、明信因果。
- 2、当下承当（心甘情愿，无不平之气，无逃避之想）。
- 3、体冤达本。

（二）如何体冤达本

1、心生与罪生：

（1）心生即罪生：佛性不从心外得，心生便是罪生时。

《地藏经》：“阎浮提众生，起心动念，无非是罪，无非是业。”

（2）心生即缘聚：因果报应往往要通过现前一念之缘发生作用。

现前一念之烦恼正是宿世恶业成熟之恶缘；现前一念之清净念头正是宿世之善业成熟之善缘。

2、自性忏悔：

罪性本空：忏其前愆（勇施比丘忏罪。二祖、三祖、四祖悟道之因缘）。

依止自性：后不复作（依自性起观，随处作主，不随六尘生灭妄想流转）。

二随缘行者：众生无我，并缘业所转（全然被业力所牵引），苦乐齐受，皆从缘生。若得胜报（好报）荣誉等事，是我过去宿因所感，今方得之，缘尽还无，何喜之有？得失从缘，心无增减，喜风（不被利衰、毁誉、称讥、苦乐等八风所动）不动，冥顺于道，是故说言随缘行也。

#### 导读

#### 第二随缘行——如何面对现前境缘？

（一）修随缘行的要点

- 1、觉悟境缘之好坏因我而起。

四祖开示牛头法融禅师的偈子：“境缘无好丑，好丑起于心。心若不强名，妄情从何起？妄情既不起，真心任遍知。汝但随心所欲，无复对治，即名常住法身，无有变异。”

- 2、观境缘缘起性空无常，不要在现前境缘上作执着取舍。
  - 3、打破我执，远离对境缘的取舍执着。
- 庞居士的杀贼偈。

### （二）遇境起观，冥顺于道

- 1、视一切境缘皆是诸佛之妙用，平等包容。
- 2、加持观：破我执。
- 3、勘验观：勘验我功夫是如何？勘验我心是否在道上？
- 4、诱惑观：观顺境为诸魔怨对自己修行的破坏以生警惕心。
- 5、感应观：视一切境缘皆是自己心行所现，以心摄境。环境他人是我的业镜。以改变心行来改变环境。

大慧宗杲禅师——

逆境界易打，顺境界难打。逆我意者，只消一个“忍”字，定省少时，便过了。顺境界直是无你回避处，如磁石与铁相偶，彼此不觉合作一处，无情之物尚尔，况现行无明全身在里许作活计者。当此境界，若无智慧，不觉不知被他引入罗网，却向里许要求出路，不亦难乎！（《答楼枢密》）

三无所求行者：世人长迷，处处贪著，名之为求。智者悟真，理将俗反（依乎真理，返本还源，不被贪嗔痴等烦恼所迷。将，由，从），安心无为，形随运转（意指乐天知命。形，指身体。运，即命运，指因果因缘法则），万有斯空，无所愿乐。功德、黑暗（即功德天、黑暗女），常相随逐；三界久居，犹如火宅；有身皆苦，谁得而安？了达此处，故舍诸有，息（《卍续藏经》本作“止”）想无求。经曰：“有求皆苦，无求乃乐。”判知（推知，推断出）无求真为道行，故言无所求行也。

### 导读

#### 第三无所求行——日用中如何与道相应？

- （一）无所求行的要点
- 1、明二边之过患；
- 2、明三界之无安；
- 3、明有身皆是苦；

- 4、远离二边取舍执着，无求无得，无心合道。

### （二）对无所求行的正确理解

- 1、无所求行在心态上的表现  
安住当下，不起心动念，无心而照、照而无心。
- 2、无所求行的着力点  
破我执、法执。
- 3、无所求与承当的关系  
无所求行不是消极的。

（1）无所求是超越于求与无求之上的，求而无求想。愿力之求就是这样的无求之求。

（2）无所求与随缘承当。

（3）无所求与勤修六度。

赵州和尚开示严阳尊者。

- 4、无所求行在禅修、在见道中的重要地位。

（1）无所求才能合道。阿难悟道。

（2）必须破除作为家贼的有所求心（求开悟、求人定、求一念不生、求清净）。云峰文悦禅师悟道；龙门清远禅师悟道。

（3）开悟是在无所求的状态下实现的。

楼子和尚悟道；莫将尚书悟道。

四称法行者（原无“者”字，据《楞伽师资记》补）：性净之理，目之为法。此理众相斯空，无染无著，无此无彼。经曰：“法无众生，离众生垢故；法无有我，离我垢故”。智者若能信解此理，应当称法而行。法体无悭，于身命财，行檀舍施，心无吝惜。达（《卍续藏经》本作“脱”）解三空（即我空、法空、俱空。我法二空既遣，能空之空亦空，谓之俱空。或说即三轮体空，指布施之时，能体达施者、受者、施物三者皆空，无有执著之相），不倚不著，但为去垢，称化众生而不取相（《楞伽师资记》作“摄化众生而不取相”）。此为自行，复能利他，亦能庄严菩提之道。檀施既尔，余五（指其它五度，即持戒、忍辱、精进、禅定、般若）亦然。为除妄想，修行六度而无所行，是为称法行。

### 导读

#### 第四称法行——日用中如何圆满菩提？

- （一）称法行的要点

- 1、信解无相无住、圆融不二之理。
- 2、破四相而行一切善法（离我法二执，行无相六度）。
- 3、无相之六度是自他两利。

## （二）无相之六度

- 1、布施（三轮体空）
- 2、持戒（摄心之菩萨戒与小乘戒法。无相之持戒，安住于无念之正念中。  
《维摩诘经》舍利弗与天女散花。胜意与喜根二菩萨。老和尚抱女子过河。真净克文禅师净戒偈）
- 3、忍辱（安忍与忍辱波罗密之区别：存有自他或善恶分别之安忍仅为安忍，无此等分别则称安忍波罗蜜）
- 4、精进（无心无为之真精进。闍夜多尊者开示婆修盘头尊者法语）
- 5、禅定（定慧等持之自性定与定慧有区的次第定。四祖与懒融和尚“摔伤蚊子”公案。）
- 6、般若（无念无住无相，不立一法，不废一法。舍利弗宴坐天帝释散花。文殊菩萨问疾。）

## 四行之总结

- 1、此四行，皆依常住真心而立，最后都要落实到现前一念心性上。故四行与理人本质上又是一致的：由体起用，摄用归体。
- 2、因常住真心无形无相，故实为依常住真心之妙观而立。  
妙观，即空观、自性观、平等无分别观，此三观实为一体，非三个各不相同的观法。  
四行皆贯穿此三观。
- 3、此妙观落实于现前一念，即是息想、无求，不生心动念（无取舍心，无求心，无得心）——对恶报不生心动念，对境缘之好坏不生心动念，对二边之法不生心动念，行善法时亦不生心动念。

**说偈言**（从“说偈言”至文末，这段文字为《景德传灯录》、《楞伽师资记》以及《卍续藏经》中的《菩提达磨大师略辩大乘入道四行观》所无，但是《大正藏》第四十八册所收《少室六门》中载有此偈。今据《少室六门》补）：

**外息诸缘，内心无喘**（音 chuǎn，呼吸急促，内心喘动不安。一说，同“喘”，zhuì，恐惧不安）。心如墙壁，可以入道。明佛心宗，等无差误。行解相应，名之曰祖。

## 导读

总标壁观之要诀。

关键有二：

- 1、外息诸缘（如何息？）
- 2、内心无喘（如何无喘？）

介绍“云门三句”在禅修中的妙用——涵盖乾坤，截断众流，随波逐浪。此三句，也是宗门大纲之所在。

僧问：“六门俱闭时如何？”师云：“敞开着。”云：“敞开后如何？”师云：“红尘不到。”



扫描二维码

观看这篇讲课视频





## 净慧长老佛教教育贡献及思想研究

◎何则阴

净慧长老，堪称为一位楷模僧人。他身体力行，倡导楷模教育。净慧长老在佛教教育方面，贡献巨大，思想深刻、独特、富有创意。他提倡注重佛教教育环境即寺院的建设；提倡高标准培养教育管理僧人与僧团；提倡规范佛学院教学内容，组织编写河北佛学院教材；首创生活禅夏令营，开办禅文化夏令营，开启居士佛教教育新模式；提倡并推行佛教的文字般若教育；资助、参与佛学研究，间接培养了一些佛教学者；开拓并促进海外佛教教育事业。

佛教教育，是关系到佛法兴盛、社会和谐、人天福祉的一件大事。由于净慧长老自小生活在寺院之中，对中国当代佛教教育的种种状况，自然是了如指掌。他既知晓佛教教育发展的瓶颈，更能把握佛教教育发展的转向与契机。由于教育本身具有广义与狭义之分，因之，净慧长老的教育思想也就非常丰富。狭义的教育主要指学校教育；广义的教育是在学校教育之外，还包括环境教育、制度教育、规范教育、社会教育、榜样教育、文化教育与学研教育等。对应狭义的学校教育概念，是佛教的佛学院教育。他在这方面的重要思想和贡献，是对佛学院编著使用教材的意见以及组织对河北佛学院学僧教材的编写与出

版。对应广义教育，就包括他在寺院建设、僧团管理、居士信仰的栽培与熏陶、佛教文化教育、佛教学术研究、佛教文化传播等诸多方面的教育思想与行为。在这些方面，他都具有自己独特而深刻的思想，且都做出了难以取代的卓越贡献。

立足他个人角度来看，他言传身教，实可堪称一位楷模僧人。做一位优秀僧人是最好的身教教育、楷模教育。关于佛教的“身教”教育，王宝坤认为，“身教”是中国佛教教育的精髓，是中国古代培养僧才的重要形式，佛教“身教”教育理念内涵丰富，提倡要将“身教”教育理念推陈出新。而净慧长老身体力行，在多方面创新性地诠释了身教教育，正是一个将佛

教身教教育进行发挥阐扬的成功个案。他同时还还将身教教育推升为一种楷模教育。

他带领当代僧人，在自修、度众、和谐社会建设等方面起到了不可估量的积极作用。从他一生的行迹来看，正如黄夏年先生所讲，按照《续高僧传序》对当时僧人的分类标准：“大为十例。一曰译经；二曰解义；三曰习禅；四曰明律；五曰护法；六曰感通；七曰遗身；八曰读诵；九曰兴福；十曰杂科。”净慧长老当之无愧具有解义、习禅、明律、护法、读诵、兴福这六类僧人的品格。

此外，若按《广弘明集》的分类标准，“凡二百五十一人，陈其行业大开十例。一曰译经；二曰解义；三曰神异；四曰习禅；五曰明律；六曰遗身；七曰诵经；八曰兴福；九曰经师；十曰唱导。”净慧长老又当具有译经、解义、习禅、明律、诵经、兴福、经师、唱导这八类僧人的品格。

净慧长老，作为当代的一位优秀僧人楷模，他不仅在僧人品格方面锤炼精湛，佛香飘幽，而且在寺院建设、僧团建设、居士教育、文化传播与服务社会等方面都做出了卓越贡献，其

中很多方面都表现出了他独特的佛教教育思想创造。他在佛教教育方面的创造性思想，及其所做的贡献，今人或许难以逾越。他用行为诠释了何以乃为一位优秀僧人。这种教育方法起到的榜样教育与熏陶教育作用是非常巨大的。

立足教育学角度，净慧长老的佛教教育思想有：提倡并力行寺院建设，为僧团的建设与教育提供空间、铺造平台，这是他的佛教教育环境建设的思想；他提倡高标准培养教育管理僧人与僧团，主要表现在他对佛学院教育的规范与管理上；他大力提倡规范佛学院教学内容，组织编写河北佛学院教材，为后来佛学院教材的系统化打下了基础；他首创生活禅夏令营，开办禅文化夏令营，开启了居士佛教教育新模式；他提倡并推行佛教的文字般若教育，著述、主编、编辑成果众多，为法宝流通，为佛学研究的文献积累，贡献巨大；他组织资助佛学研究，开办多次以“生活禅”为核心理念的学术研讨会，沟通教界学界，同时也间接培养了一些佛教学者；他身体力行，开拓促进海外佛教教育事业。

### 一、建设佛教教育环境

净慧长老提倡佛教寺院的修复、重建、创建与中兴，他认为寺院建设是安僧之基，寺院建设即是对佛教教育环境的建设。在净慧长老的带领下，修复了四祖传法洞；重建了河北石家庄虚云禅林，湖北黄梅芦花庵；创建有河北任丘古佛禅林，河北石家庄真际禅林；中兴的寺院有河北赵县柏林

## 二、提倡高标准培养教育管理僧人与僧团

净慧长老提倡高标准培养、教育僧人与僧团。根据中国佛教协会会长传印长老、副会长刀述仁先生的介绍，即可证明此点。佛学院是培养僧人的主要阵地，净慧长老提出佛学院的办学总纲是“养成僧格，融入僧团”，院训宗纲是“信戒学修”。净慧长老立足丛林传统，提出培养僧才要做到“丛林学院化，学院丛林化”。他提倡学僧的学修风气是自觉、自由、自在；注重培养学僧的唱颂、讲经、写作与禅修能力。这些都蕴含了“以学导修、以修促学、学修并重”的教育理念。他所倡导、规制的一切，对佛教界学僧的培养起到了非常大的积极作用。事实证明，净慧长老在僧才培

## 三、提倡规范佛学院教学内容，组织编写河北佛学院教材

禅寺、河北邢台玉泉寺、河北黄梅老祖寺、湖北当阳度门寺、河北邢台大开元寺。

寺院在佛教教育体系之中，不仅成就了佛教界教育培养出家人的摇篮、平台，也铸就了在家人熏学佛法、佛法绵延传播不绝的圣地。

养方面，成绩显著，他所培养的很多僧人目前已经成为教界的中坚力量。

僧团的建设，以僧人为基。有优秀的僧人，才可能有优秀的僧团。正是由于净慧长老注重对僧人、僧团及寺院的管理，才有住持正法、道风端正、学修并进、普渡群生的楷模寺院。无疑，他的佛教教育思想，值得借鉴。在这方面，传印长老予以了充分肯定。

其住持管理的寺院如柏林禅寺、正觉禅寺等道风端正、学修并进，住持正法、普度群生，皆为当代模范丛林，在海内外和国际上有着重要影响。这些经验和理念，对当代中国佛教的僧团建设和佛教教育具有重要的指导作用和宝贵的借鉴意义。

1983年，时任中国佛教协会会长赵朴初先生指出，中国佛教教育存在的一大问题是“教学内容缺乏规范”。当时的瓶颈问题是佛学院没有合适的教材用于培养学僧。慧老认识到这种局面，于1991年专门邀请中国社科院佛学专家黄夏年先生到赵县柏林寺，议谈佛教教育得失，分析其中的关键问题是要有合适的教材，他提出要编写一套适合于当时河北佛学院学僧文化程度的佛学院教材。于是才有了黄夏年先生组织很多专家学者编写的一套8册本100万字的教材问世。这些教材有：《中国传统文化与佛教》、《中国佛教文学知识》、《中国佛教经典》、《中国佛教制度与礼仪》、《中国佛教教义》、《外国佛教》与《人间佛教》等。事实上，迄今为止，佛学院教材的编写工作并没有完成。湛如法师2010年在

## 四、首创生活禅夏令营，开办禅文化夏令营，开启居士佛教教育新模式

为实践和弘扬“生活禅”理念，净慧长老先是自1993年，在柏林禅寺连续举办“生活禅夏令营”，今年正是第二十届；后是于2003年开始，在黄梅四祖寺开办“禅文化夏令营”已十届。数以千计的青年知识分子，包括外国青年都来参与。有效地接引、帮助了青年学生和知识分子走近佛教、认识佛教、净化心灵、提升道

中国佛教协会第八届理事会佛教教育委员会第一次会议上讲，要：

**动员学术界、宗教界等社会各方面的力量一起参与，争取早日编写完成、投入使用。……，切实把汉语系佛教院校教材编写工作落到实处，群策群力，集中智慧，争取早日完成。**

由此看来，慧老在这方面的开拓性贡献多么可贵。他所倡导编写的河北佛学院教材，开创了中国大陆佛教教育首编教材之先，他也开创了佛教界与学术界合作培养教界人才的先河。关于教界学界共同培养僧才方面，2010年，隆相法师也说：

**佛教教育不能拘泥于佛教界内部，要有走出去、请进来的灵活的办学方式，与学术界联合，……，共同促进佛教教育的发展。**

可见，在这方面，净慧法师又远远地走在了同修们的前列。

德，其影响之深远，度化之广泛，得到了党和政府及社会各界的肯定和赞誉。生活禅，为禅在当代的传承、弘扬开辟了一条新路径，对当代禅宗和人间佛教的发展产生了重要影响。在生活禅夏令营之后，全国的佛教夏令营如雨后春笋一般，纷纷出现，以造福当地。

净慧长老的生活禅，与如来禅、

祖师禅密切相关。净因法师分析，“如来禅”是禅修成功时的最高悟境，净慧长老称之为“禅的究竟”；“祖师禅”是证得最高悟境的方法，净慧长老称之为“禅的方便”；“生活禅”则揭

## 五、提倡并推行佛教的文字般若教育

佛法常以文字为载体，文字多以文章或书籍为载体。净慧长老公开出版佛学著作 15 本以上，出版内部流通著作 24 本，编辑或主编的丛书文献有 14 套，主编或创办的期刊杂志有 7 本。这是净慧长老身体力行，提倡以文字般若教化世间的明证。

他公开出版的著作有：《花都法语》、《坛经一滴》、《中国佛教与生活禅》、《双峰禅话》、《入禅之门》（汉语版、中英文版、越南文版）、《经窗禅韵》、《生活禅钥》（中文版、日文版）、《何处青山不道场》、《做人的佛法》、《心经禅解》、《禅在当下》、《生活禅语》、《禅堂夜话》、《禅宗入门》。他出版的内部流通著作有：《柏林禅话》、《赵州禅话》（英文版）、《入禅之门》、《重走佛祖路》、《何处青山不道场》、《禅堂夜话》等。

他编辑或主编的丛书文献有：《法音文库》、《河北省佛学院教材系列丛书》、《中国灯录全书》、《历代禅林清规集成》、《虚云老和尚全集》、

示了禅修的着力点——专注于当下一念。

净慧长老首创生活禅夏令营，开办禅文化夏令营，这其实是开启了一种居士佛教教育的新模式。

《湖北佛教文化丛书》、《虚云和尚开示录》、《虚云和尚法汇续编》、《禅宗名著选编》、《在家教徒必读经典》、《在家教徒必读经典 2》、《禅宗七经》、《不尽禅河灯外灯——〈禅〉十年精华本》与《红尘滚滚话人生——生活禅夏令营演讲精华》。

他主编或创办的期刊杂志有：《法音》、《禅》、《中国禅学》、《正觉》（目前已改版为《黄梅禅》）、《河北佛教》、《一音》与《禅文化》。

他发起影印《大正藏》、《卍续藏经》、《乾隆大藏经》、《净土藏》、《永乐北藏》等多部大藏经，面向全国各地寺院结缘供养，为大陆首倡，这对法宝流通和学术研究都贡献巨大。

传印长老对净慧长老这一成绩做出这样的评价：“净慧长老善用文字般若，展现禅之含容广大、圆融无碍的文化品格和精神特色。讲经说法，著书立说；倡印经典，流通法宝；创办杂志，普摄群机。”实不为过。这也更证明黄夏年先生评价净慧长老为“学问僧”，真实不虚。一位专

职学者都难以做出这样的学术成绩，因此，净慧长老在著述、编辑、主编等方面的贡献实在值得教内外后学学

习。净慧长老的文字般若成果，有利于佛法的理解、学习与传播，从而有益于佛教教育的开展与深入进行。

## 六、资助、参与佛学研究，间接培养了一些佛教学者

净慧长老亲自组织并参与每年于河北举办的赵州禅、临济禅、生活禅学术研讨会，还在湖北四祖寺举办“禅

文化学术研讨会”，大力推动了佛教文化的学术研究，也间接为当代佛教年轻学者的培养做出了卓越贡献。

## 七、海外佛教教育事业的开展

海外佛教教育事业的开展，一是表现在他将自己的著述翻译为外文，以便向国外传播，如《入禅之门》有中英文版、越南文版，《赵州禅话》有英文版，《生活禅钥》有日文版。二是表现在他自己曾经访问多个国家，广结善缘，向全世界传播佛法，同时也弘扬了中华文化。他曾经访问韩国、日本、新加坡、缅甸、泰国、斯里兰卡、尼泊尔、印度、新加坡、马来西亚、澳大利亚、德国、法国、匈牙利、英国、奥地利、瑞士、美国、加拿大、肯尼亚等 40 多个国家，为了弘法利生，足迹遍及五大洲。而且，他还临济宗法脉第四十五代法卷传给德国本笃（Benediktushof）禅修中心导师威里吉斯·雅各布尔先生（Willigis Jager），这表明中国禅宗已正式进入欧洲。这为当代中国禅文化

向世界传播做出了重要贡献。

以上介绍了净慧长老在佛教教育几个方面的思想与成就。根据学诚法师在妙湛和尚百年诞辰纪念法会上的讲话，“21 世纪的中国佛教教育，应当将学院学僧的教育、丛林僧侣的教育以及在家居士的教育，作为一个整体来加以考虑”来看，净慧长老在这三方面都有自己的独创思想。而其佛教教育思想的广度还更为宽泛。

净慧长老既重视对出家人的教育培养，也重视对在家人的教育熏陶；既重视对国人佛教知识、文化、信仰的栽培，也胸怀国外人士的佛教教化。

总之，净慧长老的佛教教育思想博大精深，教育成果卓越辉煌。他作为一代高僧，不仅修为高超，而且业绩炳然，堪称一代佛学教育大师，值得后学学习、景仰。

## 浅议禅修与修廉

◎王河水

禅与廉，观字面，禅字，常见于佛教书端，廉字，多用于政界说教，两字似乎风马牛不相及；考字义，禅，为静虑，廉，即心正，禅、廉之义皆存“心”意，两字颇有异曲同工之处；析字理，就禅修与修廉的内容而言，禅修之要是：祛贪持戒、克嗔持定、治痴持慧，修廉之旨为：思想纯洁、品质纯正、心智纯青。相较便知，古老禅修念中，不乏现代廉意。

禅，是佛教“禅那”的简称，梵语的音译。其意译为“思维修”或“静虑”。是佛教的一种修持方法，思维修，是依因立名，意指一心思维研修为因，得以定心，故谓之思维修。静虑者，是依体立名。其禅那之体，寂静而具审虑之用者，故谓之静虑。静即定，虑即慧，定慧均等之妙体曰“禅那”。也就是佛家一般讲的参禅。虚灵宁静，摒弃外缘，使精神返观自身，即是“禅”。

禅的理念，经过历代禅者的实践、积累、推陈和发展，逐步形成一派文化——禅文化。禅文化作为我国传统文化之一，形成时间较早，传播范围

较广，其精华内容至今仍然广泛传诵，并奉为教化和启迪思想的经典。

### 廉，其意为品行方正

说廉，古今中外为政者，无不推崇备至。廉政，自古即倡。中国古代战国时期，伟大爱国诗人屈原的《楚辞·招魂》中即有“朕幼清以廉洁兮，身服义而未沫”（意为：我年幼时秉赋清廉的德行，献身于道义而不稍微减轻）之句；古人云：“四维（礼、义、廉、耻）不张，国乃必覆”，把廉列为四大治国方略之一。奉行廉政，历朝历代，概莫能外。纵览人类历史长卷，凡奉廉者，大多朝兴国旺，凡讳廉者，极少能逃厄运。此论，应不为不争的事实。廉元素强力冲击为政之道，穿越几千年，犹如裂变的核原子，携带巨大能量，形成了现代独特的廉政文化。廉政作为一种文化形式的存在，尚属稚嫩，其形成的历史虽晚，但在人类政治历史舞台中的地位和作用，谁敢小视？廉洁，已成为社会一种良性价值取向，始终引领社会不断向前发展。深研廉政文化，可促人们

更理智，宣传廉政文化，可使社会更和谐，敬重廉政文化，可让人类更文明。

修廉，是当今为政者当下之必须。如何修廉？仁者见仁，智者见智，可能方法百般，式样千种，但无论任用何种良方妙术，窃以为，禅修的“祛除贪嗔痴，修持戒定慧”之说，对于修身养廉，应有一定的借鉴作用。修廉可参禅修。

### 一、祛贪持戒，纯洁思想

禅修教义把“贪”列为“三毒”之首。“贪”，是指染著于色、声、香、味、触等五欲之境而不离的心理活动。《大乘义章》卷五说：“于外五欲染爱名贪”。佛教认为，众生生活于世间，以眼、耳、鼻、舌、身等器官与外界相接触，产生色、声、香、味、触等感觉，这些感觉能引起众生的利欲之心，因此叫做五欲。于此五欲执著并产生染爱之心，就成为“贪”。因此又以“贪”与“爱”为同体异名。《俱舍论》卷十六中说：“于他财物，恶欲名贪。”即对于名利、财物及外界一切可欲之物，甚至由五蕴和合之众生之体，产生无厌地追求、占有的欲望，都称为“贪”。《成唯识论》卷六中则说：“云何为贪？于有、有具染著为性。能障无贪、生苦为业。”“有”和“有具”，是指三界众生以及众生赖以生存的各种条件。认为“贪”这种心理，能障碍无贪，并且因其执着

于由五蕴和合的众生之体，导致生命处于不断的生死轮回中，长受三界流转之苦，所以说以生苦为业。

“贪”是佛教修行的大敌，是产生一切烦恼的根本，所以佛教将“贪”列为根本烦恼之一。小乘以“贪”为“不定地法”之一，大乘唯识学派以“贪”为“烦恼法”之一。《俱舍论》依贪著对象区别，将贪分为四种：一显色贪、二形色贪、三妙触贪、四供奉贪。《瑜伽师地论》中则分为事贪、见贪、盖贪、恶行贪、子息贪、亲友贪、资具贪等。

禅修不祛贪，终难成正果，修廉不祛贪，无须言反腐。“贪”是修廉的痼疾。何法祛贪？

#### 1. 祛贪需心正

禅理：人皆有心念，万念俱心起，心正则念善，心邪则念恶。心正源于思想的纯洁，我们只有不断地锤炼思想，树立正确的世界观、人生观、价值观，信仰人类崇高理想，秉持科学的普世理念，遵守社会公认的道德准则，才能有效地抵御各种腐朽思想和不正之风的侵噬，才能保持思想纯洁，才能做到心正。修廉正心，犹如心灵的沐浴洗涤，是一个长期的过程，不可能毕其功于一役，更不是一蹴而就，必须要有持之以恒的追求理念和实事求是的甄别意识，要善于运用由表及里、去伪存真的哲学观点，眼不被蒙，心不被污，汲取精华，去其糟粕，以致心正念纯贪自祛。

## 2. 祛贪需心净

禅曰：心净则国土净。心净何法？不妨听段禅话故事。

有一位虔诚的佛教信徒，每天都从自家的花园里，采撷鲜花到寺院供佛。一天，当他正送花到佛殿时，碰巧遇到无德禅师从法堂出来，无德禅师非常欣喜的说道：“你每天都这么虔诚的来以香花供佛，依经典的记载，常以香花供佛者，来世当得庄严相貌的福报。”

信徒非常欢喜回答道：“我信佛，供佛是应该的。我每天来寺礼佛时，自觉心灵就像洗涤过的清凉。但回到家中，心就烦乱了，如何在烦嚣的闹市中，保持一颗清净纯洁的心呢？”

无德禅师反问道：“你以鲜花献佛，相信你对花草总有一些常识，我现在问你，你如何保持花朵的新鲜呢？”

信徒答道：“保持花朵新鲜的方法，莫过于每天换水，并且于换水时把花梗剪去一截，因花梗的一端在水里容易腐烂，腐烂之后水分不易吸收，就容易凋谢！”

无德禅师道：“保持一颗清净纯洁的心，其道理也是一样。我们生活环境像瓶里的水，我们就是花，唯有不停净化我们的身心，变化我们的气质，并且不断的忏悔、检讨、改进陋习、缺点，才能不断吸收到大自然的食粮。”

信徒听后，欢喜作礼感谢说道：

“谢谢禅师的开示，希望以后有机会亲近禅师，过一段寺院中禅者的生活，享受晨钟暮鼓，菩提梵唱的宁静。”

无德禅师道：“你的呼吸便是梵唱，脉搏跳动就是钟鼓，身体便是庙宇，两耳就是菩提，无处不是宁静，又何必等机会到寺院中生活呢？”

禅话故事中，欲致心净，要息下妄缘，抛开杂念，心净自得。正可谓“参禅何须山水地，灭却心火即是凉。”

## 3. 祛贪需心诚

禅说，心诚则灵。古语，精诚所至，金石为开。心诚，为社会公德所力求，修廉对于心诚的境界要求尤甚。欲致心诚，首要：明确方向，弄清心向哪诚？我们当代为政者，毋庸置疑，是心向党诚，坚持党的领导，忠诚党的事业，为了党的崇高理想而努力奋斗；是心向国诚，积极投身建设，勇于开拓创新，为了实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力奋斗；是心向民诚，甘当人民公仆，顺应民从心愿，为了人民群众的幸福安康而努力奋斗。再要：明确方法，搞懂心将怎诚？心诚，一要锲而不舍的精神，永不言弃，历久弥坚。我国西汉伟大的史学家、文学家、思想家司马迁，忍受宫刑之惨苦，身处逆境而不馁，诚怀“究天人之际，通古今之变，成一家之言”之志，终于成就被鲁迅赞为“史家之绝唱，无韵之《离骚》”的旷世奇作。可见，若心诚意坚，则水滴石穿。心诚，二要心无旁骛的意识，心沉一处，

意行一辙。要象唐僧西天取经，不为声色犬马所诱，不为妖魔鬼怪所怯，不为高山险境所惧，始得真经。由此可见，心如诚，事定成，心诚势必贪不存。

## 二、克嗔持定，纯正品质

嗔，又作嗔怒、嗔恚等，指仇视、怨恨和损害他人的心理。《大乘五蕴论》中说：“云何为嗔？谓于有情乐作损害为性”。《成唯识论》中则说：“嗔者，于苦、苦具，憎恚为性，能障无嗔，不安稳性，恶行所依为嗔”。嗔的产生、作用与贪正好相反。贪，是由对事物的喜好而产生无厌足地追求、占有的心理欲望，嗔，是由对众生或事物的厌恶而产生愤恨、恼怒的心理和情绪。佛教认为，对违背自己心愿的他人或事物生起怨恨之情，会使众生身心产生烦恼、不安等精神作用，于佛道修行有害。

嗔，对他人或社会而言，则危害更大。因嗔怒他人而起仇恨之心，便会发生争斗，或导致互相残杀，轻者危害一家一村一小域，重则使整个社会，乃至整个人类世界陷入灾难。因而《大智度论》卷十四中说，嗔恚是三毒中最重的、其咎最深，也是各种心病中最难治的。

禅修不克嗔，佛性难成真，修廉不克嗔，腐气依然生。嗔为修廉之毒瘤，何术克嗔？

### 1. 克嗔需心定

禅理，心定则无妄念。禅定，是心定的最高境界。在现实生活中，人的所有烦恼，莫不来自于无端的妄念。妄念导致产生忌嫉心，忌嫉别人的名利、地位、学识、财富，甚至身高、长相等等。别人是人，我也是人，别人能有，我为什么没有？别人能行，我为什么不行？……不切实际地乱相比较，稀里糊涂地入死胡同，高谈阔论地讲大道理，乐此不疲地钻牛角尖，满脑疑问重重，成天想入非非，念想落空后，嫉妒就变成了愤怒，愤怒社会、领导、同事，甚至愤怒亲生父母，愤怒日久，则蓄积成仇恨，于是，一个仇恨社会一切的极端个人主义者，即应运而生，若人的妄念无休无止，必致人类社会乱象丛生，狂徒将会肆意横行、私欲将会无限膨胀、战火将会八方燃烧，生灵将会尸骨遍野……最终，人类将会自掘坟墓！此种合乎逻辑的推想，令人不寒而栗！心不定则嗔不止。要使心定嗔止，就必须息灭一切妄念。在制定个人工作、事业、学习等目标时，切忌标准超高；在设想个人生活、财产、享受等程度时，定莫要求过甚；在面对形形色色的诱惑时，千万经得考验。处事淡定，要有“身似菩提树”，“不使惹尘埃”的一尘不染的境界，处世心定，要有“菩提本无树”，“何处惹尘埃？”的一切皆空的禅念，如此，则嗔止。

### 2. 克嗔需心清

人，都有七情六欲。人的欲望无

止境，这大概是天性。欲望可分为两种，一是良性，如向往幸福、祈求和平、发明创造等。支配符合社会道德的情欲，无可非议；二是恶性，如抢劫、强奸、贪污、盗窃等。良欲是美好的。恶欲则为社会所不容。

古语有“清心寡欲”之词，意为，保持心地清静，减少欲望。愚之见，清心与寡欲，有作用与反作用的关系，清心可导寡欲，寡欲能致心清。世上人之嗔，皆源心不清。达到心清，必须从减少欲望开始，直至戒除恶欲。禅理示人：不妄言，不恶口，不两舌，不绮语，不邪淫、不贪婪、不恼怒等，守一不二。要管住眼、耳、鼻、舌、身的恶行，要摒弃色、声、香、味、触的恶欲。如此寡欲，方能心清。

### 三、治痴持慧，纯青心智

痴，又作无明。指心性迷暗，愚昧无知。《俱舍论》中说：“痴者，愚笨也，即是无明。”佛教认为，众生因无始以来所具之无明，致心性愚昧，迷于事理，由此而有“人”、“我”之分。于是产生我执、法执，人生的种种烦恼，世事之纷纷扰扰，均由此而起。因此，痴为一切烦恼所依。《唯识论》卷六中说：“于诸理事迷暗为性，能碍无痴，一切杂染所依为业。”又说：“诸烦恼生，必由痴故。”

痴，既为一切烦恼之所依，因而自然也就成了根本烦恼之一。而且它

是随顺其他诸根本烦恼共同起着作用。《瑜伽师地论》卷五十五又将随烦恼中覆、诳、谄、昏沉、妄念、散乱、不正知等作为痴的具体表现。佛教修行的目的就是要消灭无明，断灭痴愚。夫道者，以寂灭为体。修者，以离相为宗。故经云：寂灭是菩提，灭诸相故。佛者觉也，人有觉心，得菩提道，故名为佛。

痴，既是禅修之害，亦为修廉顽症，何方治痴？

#### 1. 治痴需心慧

禅意释慧，是通达事理，对于生命以及宇宙实相的如实了知，从而对治愚痴。心慧，是治痴妙方。要使心慧，就必须加强学习。

一是在书本中学。学政治、经济、科技、历史、人文等知识，尽量扩大知识层面，于博览群书的同时，要精学经典名篇，要勤学本职工作的业务知识。

二是在社会中学。学习书本中所没有的知识，社会万象，人间百态，不可能全部包罗于书中，要善于观现象，识本质，增强社会阅历。

三是向身边人学。子曰：“三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之。”要学习他人的处事、待人接物等社会公德认可的方式方法。通过学习，不断积累知识，逐步提升修养，达到心慧之目的。

#### 2. 治痴需心明

人的智与痴，既可从学识中反映，

也可从处事时体现。心明，能辨是非，处事，就是辨别是非。欲达心明，就要明白事理，掌握事物的本质，必须做到：

一是善寻规律。规律，是事物之间的内在的必然联系，决定着事物发展的必然趋向。规律是不以人的意志为转移的，但人在规律面前并不是完全消极被动的。在实践中，人可通过大量的外部现象，认识或发现客观规律，并用这种认识指导实践，改造自然，改造社会，为社会谋福利。要想在活动中获得预期的目的，取得成功，就要一切从实际出发，坚持实事

求是，认识和尊重客观规律，按照客观规律办事。否则就会受到客观规律的惩罚；

二是善应变化。万象世界万事万物，均俱客观规律，但因事物的多样性的差异性的存在，事物的规律亦呈千姿百态，不同的事物，则有不同规律。故此，欲使心明，就要善于变化，要在不断变化的事物现象中，发现事物的本质特征，不搬教条，不抄本本，不套经验，奉行实事求是，具体问题具体分析的观念，不为表象所迷，不被假象所惑。只有如此，才可明辨，方致明心。

## 四祖山

◎清·余廷兰

无限潇湘意自闲，双峰夹送水潺潺。  
到来顿欲将身许，未暇求禅只爱山。

## 禅廉文化的核心内涵

◎石文军

所谓“禅廉文化”，是指禅宗与佛教思想文化中有关廉洁、廉政的文化，它体现的是以禅宗与佛教廉洁、廉政思想为导向的世界观、人生观、价值观、道德观及行为模式。禅廉文化的核心内涵主要体现在以下十个方面。

### 1、善用其心、善待一切的价值取向

禅宗又称佛心宗，是“心”的宗教。六祖惠能大师有一名言：“非风动，亦非幡动，乃汝之心动”。《坛经》云：“但用此心，直了成佛”，“识心见性，自成佛道”。《华严经》云：“若人欲了知，三世一切佛，应观法界性，一切唯心造”。心是主宰，心是出发点，心是人的中枢枢纽，所以一切唯心。这“唯心”非唯心主义的那个唯心，而是指心可以指导一切，“为善为恶，在乎一心”。文殊菩萨云：“佛子，若诸菩萨善用其心，则获一切胜妙功德，于诸佛法，心无所碍。”如何才能做到“善用其心”：“住去来今诸佛之道，随众生住，恒不舍

离，于诸法相，悉能通达，断一切恶，具足众善。”就是要上求佛道，下化众生，上不离诸佛的教化，下不离度众生的愿力，即是“善待一切”。善用其心，就是用大智慧觉悟人生；善待一切，就是用大慈悲奉献人生。通过时时刻刻地善用其心，就能不断地提高自身素质，通过事事处处地善待一切，就能不断和谐自他关系。这与我们在党员干部中倡导的全心全意为人民服务的理念有异曲同工之处。

### 2、言行忠信，表里相应的品质要求

佛教主张真诚守信，言行一致。《无量寿经》云：“言行忠信，表里相应”，“忠”是尽职尽责，“信”是讲信用，“表”是外在的行动，“里”是心理活动。佛教反对妄语，《正法念处经》云：“妄语之言说，恼一切众生，彼常如黑暗，虽有命，同于死”，《无量寿经》云：“可言不可行，不若勿言；可行不可言，不若勿行，发言必虑其所终，立行必稽其所蔽”。佛赞叹“言行忠信，表里相应”的人

为贤者，妄语之人“丑恶之声周闻天下”，“身坏命终当堕地狱”（《智度论》）。普贤菩萨将愿和行结合来，行菩萨行、求一切智，是实践菩萨道的行为典范。禅宗不但主张信众要言行一致，还要心行一致。达摩大师的《二入四行观》：“夫人入道多途，而要言之不出二种：一是理入，二是行人。”理入就是见地，是理论；行人就是功夫，是实践。禅是不二之法，是理入和行人的统一，是理论和实践的统一，将言行一致的要求提升到了一个更高的层次，心行一致。坛经云：“此须心行，不在口念。口念心不行，如幻如化，如露如电。口念心行，则心口相应。”“一行三昧者，于一切处，行坐住卧，常行一直心。”“若於一切处行、住、坐、卧，纯一直心，不动道场，真成净土，此名一行三昧”。

佛教主张“言行忠信，表里相应”的品质要求是对中华民族的“诚实守信”，“言必行，行必果”的传统美德的融合，这与我们在党员干部中倡导的诚实待人、守信办事，做到言行一致，表里如一的清正作风是一致的。

### 3、直面当下、敢于担当的生活态度

禅宗关注的是当下现实，当下心性。《坛经》云：“外不着相为禅，内不动心为定。若能当下承当，此心反染成净”。如果能够勇于担当，于当下便可找到转身处，直下里成佛。

因此，禅的精神就是当下承担。禅宗是入世之佛法，《坛经》云：“佛法在世间，不离世间觉，离世觅菩提，恰如求兔角”，对现实生活中的问题，从不回避，从容面对，共同来解决，谁都没有权利去指责别人，谁也没有权利去推卸责任，所以这个世界的净化、生命的升华跟每个个体息息相关。地藏菩萨曰：“我不入地狱，谁入地狱”，“地狱不空，誓不成佛”，从本质说，地藏菩萨这种精神也是一种担当精神。当代禅宗大师圣严法师云：人生在世，要会承担、能承载，才能最终成就。承担起社会和家庭责任，这是基础。承载是在承担的基础上，放大心量、开放包容度的过程。承载过程往往体现的是忍辱度，体现包容和慈悲。承载有大有小，一个人乃至一个国家甚至人类。承载越大，成就就越大。能承担，并且可以承载，就向人生成就走近了一大步。净慧法师提出的“生活禅”继承了禅宗的直面担当的精神，强调真正的禅修必须具有直面当下、敢于担当的勇气和态度，体现了“不断烦恼而证涅槃，不舍道法而现凡夫事”的大乘禅法思想，进而行禅于生活、行禅于当下具体事务之中。敢担当、能担当、善担当是当前党的领导干部尤须具备的素养和品格，禅宗这直面当下、敢于担当的生活态度与我们对党员干部的要求有相通之处。

#### 4、诸恶莫作、众善奉行的行为准则

“诸恶莫作，众善奉行，自净其意，是诸佛教。”这是佛法最根本的纲领。《涅槃经》卷十四曰：“何等名为伽陀经？除修多罗及诸戒律，其余有说四句之偈，所谓诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教。”禅宗神秀大师云：诸恶莫作名为戒，诸善奉行名为慧，自净其意名为定。由戒发定，由定发慧，持戒功夫到了，即“诸恶莫作，众善奉行”功夫到了，就自然发慧。《坛经》云：“心但无不清，西方此去不远：心起不净之心，念佛往生难到。除恶，即行十万；无八邪，即过八千。但行直心，到如弹指。使君，但行十善，何须更愿往生；不断十恶之心，何佛即来迎请。”惠能大师把止恶行善的心理预期，直接推到了彼岸的往生世界。能否到达极乐世界，是由生前所造善、恶决定，由现世之因，得往生之果。禅宗对信众的日常生活进行了规范：“除十恶”、“行十善”，“祛八邪”、“行八正道”。“十恶”，即十种恶业：杀生、偷盗、邪淫（以上“身”三业），妄言、绮语、两舌（以上“口”四业），贪欲、瞋恚、愚痴（以上“意”三业）；“十善”则与之相反。“八邪”指：邪见、邪思维、邪语、邪业、邪命、邪精进、邪念、邪定，即“八正道”的反面。《坛经》的根本思想：“行正即是道”，

要求在“行正即是道”上下功夫，在“诸恶莫作，众善奉行”的日常生活里下功夫，要求人们在生活中能够自敛行为，不做坏事，以期得到善果。禅宗行善止恶的教化，在客观上，具有匡扶人心，淳正世风的伦理价值，如剥离其宗教的色彩，对于我们在党员干部中倡导弘扬正气，抑恶扬善的价值取向也有积极意义。

#### 5、清心寡欲、淡泊名利的境界追求

禅修基本的原则是清心寡欲，乃至于绝欲。佛经云：“名闻、利养、恭敬是修道的三关。其害处，能够破持戒的皮、禅定的肉、智慧的骨、微妙善心的髓”。《八大人觉经》云：“多欲为苦，生死疲劳，从贪欲起，少欲无为，身心自在”。僧不蓄财，清静自活，《佛遗教经》记载，释迦牟尼佛在即将涅槃时，谆谆教导弟子们，为了维护一颗清净心，必须持净戒，“持净戒者，不得贩卖贸易，安置田宅，畜养人民奴婢畜生，一切种植及诸财宝，皆当远离，如避火坑”，要“节身时食，清净自活”，“不得参预世事，通致使命，咒术仙药，结好贵人”。禅法不但要求信众“清静自活”，还要求淡泊名利。禅法常说“三轮体空”（施空、受空、物空），行善积德后不上心，不求功德，不求回报，不著人我相、法相，不产生道德优势和自我崇高感等。《金刚经》云：“无住

相布施”。《坛经》云：“若欲成就种智，须达一相三昧、一行三昧。若于一切处而不住相，于彼相中不生憎爱，也无取舍，不念利益成坏等事，安闲恬静，虚融澹泊，此名一相三昧。”中国禅宗自达摩初祖开宗立派以来，即视名利如隙尘瓦砾。神秀是五祖弘忍的大弟子，但弘忍没有把六祖衣钵传给他，而是传给了惠能，但神秀大师并没有因此嫉恨惠能，而是对他的弟子们说：“他得无师之智，深悟上乘，吾不如也。”并且还派弟子去向惠能求教佛学。禅宗四祖道信、五祖弘忍不贪名闻利养，几次拒绝唐王朝的迎请。六祖惠能大师时，女皇武则天屡次下诏，要六祖入皇宫接受供养，可是“师上表请辞，愿终林麓”。禅文化里这种清心寡欲、淡泊名利的思想，既是一种品德，也是一种境界，与儒家的“淡泊以明志，宁静以致远”的思想一致的，这对于我们党员干部中抵制拜金主义、极端个人主义和极端名利主义思潮的侵蚀，实现精神理想与物质追求的平衡、个人利益与国家和集体利益的统一，也是有积极意义的。

#### 6、勇猛精进、永不懈怠的进取精神

“精进”为禅法六度之一，“精进”度懈怠，就是勇猛勤策，毫不懈怠，努力上进。努力上求佛道、下化众生叫求化精进。在《大品般若经》序品

第一云：“菩萨摩訶萨……身心精进，不懈怠故，应具足毘梨耶波罗蜜。”《无量寿经》说：“勇猛精进，志愿无倦”。《维摩诘经》云：“精进，才是菩萨净土”，“精进庄严故，能破魔怨，入佛法藏”，障碍修行的一切障缘都可以称为魔，而破除这些烦恼魔障，都需要精进。精进能带来切实的利益，《善生经》云：“生精进力能成就事业：滴水常流，则能穿石；不断钻木，可以取火”。《菩萨本行经》说：“一切众事，皆都精进而得兴起”。禅认为精进本身不会带给人疲惫，真正造成疲倦的原因是来自本身的贪、嗔、痴，以及长久以来累积的懒散习气，要求信众为了自度度他、自觉觉他、断恶修善的事业而不懈的努力、上进，勤勤恳恳而不生懒惰、涣散、懈怠。这与我们当前在党员干部中倡导的爱岗敬业，勤奋踏实，锐意进取的精神是一致的。

#### 7、恭俭节用、崇简抑奢的道德信条

佛教主张节俭。在《般泥洹经》、《杂阿含经》和《心地观经》中都提到：“智者居家，恭俭节用”；“有六事钱财日耗：一者、喜饮酒。二者、喜博掩。三者、喜早卧晚起。四者、喜请客，亦欲令人请之。五者、喜与恶知识相随。六者、骄慢轻人。”佛教反对奢侈，《佛说斋经》云：第六戒者：“不着香华，不傅脂粉，不为歌



舞倡乐，如清净戒”；第七戒者：“不卧好牀，卑牀草席，捐除睡卧，思念经道，如清净戒。”；第八戒者：“奉法时食，食少节身，过中日后不复食，如清净戒”。佛教反对浪费，《地藏菩萨本愿经》云：“未斋食竟，及营斋之次，米泔菜叶，不弃于地；乃至诸食未献佛僧，勿得先食。”佛教要求信众惜福，认为人一生所受用的，都是过去生中所修积的福报。福报毕竟是有限的，如果不懂得惜福，任意地糟蹋，随便地滥用，福报就会提早耗尽。禅宗将恭俭节用、崇简抑奢宗风进一步发展，落实到禅修当中。禅宗大师怀海百丈禅师创立《百丈清规》云：“斋粥随宜，二时均遍者，务于节俭，表法食双运也；行普请法，上下均力也。”这种务于节俭的艰苦精神，上下均力的勤劳作风，是怀海创立农禅的指导思想。怀海大师不仅制定规矩要求其他禅僧这样做，而且率先垂范，身体力行。由于长老带头，上下平等参与，在禅门中形成了“一日不作，一日不食”的作风。禅宗将中国传统价值观中的勤劳、节俭的美德与其禅修思想和行为结合起来，形成了独具中国特色的农禅并重的禅修方式和生活方式，从宗教伦理和善恶的本质意义上肯定了劳动、节俭的道德性的合理性，也是对中国文化传统中重视勤俭节约、反对奢侈浪费和不劳而获的融合，这与我们在党员干部

中倡导的艰苦朴素作风的理念是一致的。

#### 8、众生平等、和合与共的和谐理念

禅法强调众生无高低之别，皆有佛性，众生皆能成佛。《坛经》云：“人虽有南北，佛性本无南北”，佛性“在圣不增，在凡不减”，“我心自有佛，自佛是真身，”“三世诸佛，十二部经，在人性中本身具有”，“见性是功，平等是德”，禅宗的核心思想就是如何见“性”，“自性迷即是众生，自性觉即是佛”，“自性”是所有德行的总称，这表明禅宗肯定了佛性的大众性、民主性、平等性。禅以缘起论作为其根本教义，“此有则彼有，此生则彼生，此无则彼无，此灭则彼灭”，认为整个世界是息息相关，因果相继，不可分割的一个整体。所谓缘起论，就是互相依存，和合共生。《金刚经》云：“若世界实有者，即是一合相”，第三十品即名“一合理相”。禅的平等和合观还主张无情有性，敬畏自然，珍爱自然，呵护自然；强调宇宙一切生命的平等，关爱生命，尊重生命；宣扬众生与万物以解脱为终极目标，以进入清静，美妙，庄严的佛国图景为最高理想，体现了生命观，自然观和理想价值观的统一，表现了禅平等观的广泛性，普遍性和神圣性，具有普世的价值。

#### 9、慈悲为怀、仁爱众生的人本情怀

慈悲是禅宗最为方便法门。“慈”是慈爱众生，给与快乐；“悲”是悲悯众生，拔除痛苦。《大乘义章》卷十四云：“悲有三：众生缘悲，法缘悲，无缘悲；慈亦有三：众生缘慈，法缘慈，无缘慈”。这是相对于众生，诸法，和空理为对象而起的三类慈悲，是建立在缘起性空思想基础上的慈悲分类。其中以无缘慈悲为最高的类别。《大智度论》卷四十云：慈悲心有三种，众生缘，法缘，无缘。凡夫人，众生缘；声闻，辟支佛及菩萨，初众生缘，后法缘；诸佛善修行毕竟空，故名无缘。禅宗要求常行仁慈，不吝财宝，赈济贫穷；不吝诸法，而施匮乏，增长智慧。不仅要布施，而且要“三轮清净”，“三轮”是能施、所施、施物，“清净”即行布施时无怨而欢喜，不图他报无念无著。《维摩经》云：布施是菩萨净土。乐善好施，奉献爱心，造福人群是禅宗的一贯传统。慈悲是禅宗的特殊理念，是不受等级，阶级的限制的，也是排除狭隘的偏私性的。禅宗的慈悲还具有实践性，重视对人的关怀，对人间的关怀，对世间的关怀，由此大力从事社会福利，民间公益事业，为社会弱势群体，为下层劳苦大众缓解困难，减少痛苦，带来关爱。这种普度众生观念包含利他主义和无私奉献精神，与我们在党

员干部中倡导的“为人民服务”、“大公无私”的道德价值取向是基本一致的。

#### 10、力戒贪痴、当净其心的清正原则

佛教认为，“贪”是佛教修行的大敌，是产生一切烦恼的根本，并将贪与嗔、痴等一起作为有害众生修行的“三毒”。《大乘义章》云：“于外五欲染爱名贪。”佛教认为，众生以眼、耳、鼻、舌、身等器官与外界相接触，产生色、声、香、味、触等感觉，这些感觉能引起众生的利欲之心，因此叫做五欲，于此五欲执著并产生染爱之心，就成为贪。《俱舍论》云：“于他财物，恶欲名贪。”通俗地说，对于名、利，对于财物，对于外界一切可欲之物，甚至对于由五蕴和合之众生之体，产生无厌足地追求、占有的欲望，都可称为“贪”。“痴”又作无明。指心性迷暗，愚昧无知。《俱舍论》云：“痴者，所谓愚痴，即是无明。”《唯识论》云：“诸烦恼生，必由痴故。”佛教认为，众生因无始以来所具之无明，致心性愚昧，迷于事理，而生种种烦恼，因此“痴”为一切烦恼所依。“痴”毒独起，称为独头无明。与“贪”毒共起，称为相应无明。“贪”毒等，必与痴毒相应而起也。三毒中“贪”毒为首，“痴”毒为重。“贪”“痴”共生，必是贪得无厌。《坛经》云：“贪瞋是地狱，

愚痴是畜生。”“贪”与“瞋”的“苦果”是“饿鬼”和“地狱”，而“愚痴”的“苦果”是“畜牲”，在六道中轮回中，“畜牲道”、“饿鬼道”和“地狱道”被称为“三恶道”。禅宗认为“心生则种种法生，心灭则种种法灭”，息灭贪嗔痴，须从心起，故《金刚经》云：“降服其心！”，《大乘起信论》云：“菩萨欲得净土，当净其心”。

通过戒定慧的自我修养，去除贪欲心、怒心和愚痴心，净化自己的心灵，而在具体实践上，则是要人们以布施去转化贪欲心，以慈悲去转化怒心，以智慧去转化愚痴心。禅文化中的反贪禁欲、反对自私自利等主张，对于遏制我们部分党员干部的物欲膨胀、物欲横流有一定的积极意义。

## 双峰山过信祖所居

◎清·包佶

遥礼前朝塔，微闻后夜钟。  
人间第四祖，云里一双峰。  
积雨封苔径，多年亚石松。  
传心不传法，谁可继高宗。

## 法海微波

2013年8月18日至21日

黄梅四祖寺癸巳年中元节报恩法会圆满举行。

2013年9月10日至11日

2013年湖北省佛教讲经交流会在黄石东方山弘化禅寺举行，崇易法师代表四祖寺参加并荣获二等奖。

2013年9月14日

黄梅四祖寺代理住持明基大和尚率众赴邢台参加大开元寺开光暨明憨法师升座盛典。

2013年9月16日

湖北省民宗委副主任邓汉光一行到河北省佛教协会参访交流，湖北省佛教协会副会长、本寺代理住持明基大和尚一同随行。

2013年10月1日

恭奉净慧长老诞辰纪念日，黄梅四祖寺常住大众隆重举行了纪念法会。

2013年10月1日至7日

黄梅四祖寺癸巳年国庆短期出家禅修班圆满举行。

2013年10月26日

湖北省佛教慈善基金会在武汉召开成立大会，会议讨论通过了基金会章程，选举产生第一届理事会、监事会。四祖寺代理住持明基大和尚当选为湖北省佛教慈善基金会理事长。

# 功德芳名录

- 20000 大同法华寺
- 10000 山西元启商标事务所有限公司 张 冰
- 6300 陆望新
- 3000 顾慧中
- 1000 梁永利 林添盈 王志群
- 600 钱智均合家 580 徐健生
- 500 蔡伟华 林淑艳 吕元华 释果禅 田 炜 赵廷东  
钟文莉合家
- 300 蓝林惠 郑少虎 顾江红、金永香合家  
张 林、顾江丽合家 250 徐国秀
- 200 曾赤梅 蒋心焕 李润先 李学荣 刘禹辰 刘云峰  
陶培英 张天力 刘木祥、刘晓帆、刘带郎 三宝弟子  
何光明合家 坎门常乐日用品经营部 102 徐 俊
- 100 陈春容 陈国强 冯宝霖 冯兰芝 李 敏 林遂兴  
刘 濛 释果明 滕灵玉 王振祥 徐 杰 余松良  
张明观 张 欣 赵建国 钟啟芬 周年春 孙珙合家
- 60 赵声沛 朱宝珠 55 董玉清
- 50 陈明智 陈小龙 杜华江 郭家一 何金彩 李祖定  
娄洋生 马春水 王 刚 易善英 袁鸿生 张锦懿  
任长秀合家
- 40 王绍珍
- 30 蔡林春 黄祺安
- 15 李来九 10 王殊伟

## 助刊

## 印经

- 1000 俞雪梅合家 700 任振源
- 500 段 勤 傅小华 傅小英 马玉礼、权国清  
吴碧珍 唐仁祥合家
- 400 毛位仙
- 300 姜雅琴 三宝弟子
- 200 高斯洁 朱颖合家
- 150 鲁 超
- 100 邵玉祥 田祝鹏 吴玉文 严 红 张利萍 张妍娜  
唐山众居士 61 杨利群
- 50 冯洁银 栾媛婧 杨雪广
- 10 王殊伟

## 放生

- 2200 刘 霞 王菊英合家 2000 释悲中 1200 梁永利
- 1000 高承志 陈昱庄合家 李敏芝合家
- 500 刘勇军 夏小兵 郑少虎
- 300 林开先 钱智均 吴爱玉
- 200 陈洪茹 邓艳丽 段雪姣、王 海 冯起瑛 靳淇煜  
方银土、方 青、方 月、李展义 何 森、何焱平  
李乐青 刘木祥、刘晓帆、刘带郎 马 惠 牛玉梅  
刘全芳、刘 莹、刘 星 谈泳荷 王坤钰 王木强  
王朋君、王放勋 王 琦 王淘容、王金火 吴联主  
徐 耀、余 娟 许丽君 张天力 郑卸娜 朱慧霞  
法界众生 谌红丹合家
- 100 蔡 昌 陈昌义、林新叶 陈迎杰 邓伟伟、邓志伟  
纪少玉 金旭平、金祺峰 李鸿超 梁生炎 毛冬枝  
刘林军、刘国胜 明 实 田亚宾 田祝鹏 王朝如  
王奎如 王明如 王 强 吴碧珍 吴响玲 武云尧

放生

- 50 熊婷 张铁莹 郑汝佳 周超、周婵 周毅  
董焯能、王水梅合家 张军合家 欧阳素娟  
爱辉 胡海文 胡兰英 琳岚 琳怡 绮絮  
淑艳 闻璇
- 40 张浩朋合家
- 10 王殊伟

其他

- 600 林淑艳





觉悟人生  
奉献人生  
善用其心  
善待一切

| 免费赠阅 | 欢迎助印 |

户名 湖北黄梅四祖寺

账号 4200 1676 8080 5300 1018

开户 中国建设银行湖北省分行黄梅支行营业部

电话 0713-3166309

0713-3166010

网址 [www.hmszs.org](http://www.hmszs.org)