

# 保持禅定

2014-11-1

有位禅师叫智隍，曾参拜五祖弘忍大师，自以为得到五祖传授，在寺庙里长坐，达20年之久。

六祖弟子玄策游览河北路过此地，问智隍：“你在这干什么？”

“入定。”

玄策问：“你所说的入定，是有心的入定呢？还是无心的入定？若无心的入定，一切草木瓦石都可以叫入定；若有心的入定，一切有情知觉的生物都应该得到入定。”

智隍说：“我入定时没有‘有’、‘无’之心。”

玄策说：“既然没有‘有’、‘无’之心，就是常定。既是常定，又有什么‘出’、‘入’呢？”

智隍不能对答，说：“请问你拜谁为师？”

玄策说：“曹溪六祖。”

智隍问：“六祖怎么讲禅定？”

玄策说：“我师父讲，‘五阴本空，六尘非有。不出不入，不定不乱。’”

不久，智隍到曹溪拜谒六祖，陈述了上面的情况。六祖说：“正如你谈到的，要心如虚空，又不执著于空见，无障无碍，动静无心，就如你的自性的样子，何时不定呢？”

智隍大悟。六祖又开示众人说：“什么叫坐禅呢？对外界一切善恶环境不起心念叫坐；对内自性不动叫禅。什么叫禅定呢？对外能摆脱一切现象的干扰为禅，内心不乱为定，外禅内定，就是禅定。”

禅宗认为待人处世，要保持不被外界所牵动的态度，要保持不被贪欲所蛊惑的定心，要保持不被冒犯所激怒的平静，这就叫禅定。

禅宗所推崇的这种禅定，并不是一般的人能做到，有时候就连那些自认已经有所入定的人也不免口是心非。

身处这样复杂的社会，面对诸多的诱惑，如果没有禅宗所主张的那种定力，迟早会被那些诱惑所俘获，不禁会与自己的理想和准则背道而驰，甚至会得到死无葬身之地的恶果。

定力是一个人意志的忍耐程度，它是和勇气为互补的意志元素。在与人交往的过程中，你的定力越高就越能遇事不慌、遇险不乱、遇利不贪，就能从容地应对花花绿绿的世界。

来是偶然的，走是必然的。所以你必须随缘不变，不变随缘。

抵制各种各样的诱惑，保持一种禅定的境界，才能心性安宁，远离烦恼，从而实现宁静的自我。

（文章来源，凤凰网）