禅

戈阳青

一心定禅意，万色净即空。

物皆无微扰，静寂感渺邈。

（2018.4）

戈阳青《禅》诗作于 2018 年 4 月 7 日。2018 年 4 月《浩世微尘·文学经典月刊》发表。同年收入《戈阳青全集》诗选（欣赏版、阅读版、文本版）。2018 年发布珍藏版。2019 年发布明信片版。

《禅》：

一心定禅意，万色净即空。

物皆无微扰，静寂感渺邈。

《禅》赏析释文：

唯有一心方可定心禅意，所有色界去净即可空灵。万物不能对你丝毫扰心，静之时就可感悟无垠了。

编者语：

戈阳青《禅》诗作于 2018 年。

一首咏吟悟道禅意的绝句！

……

《禅》——

……

禅，是一种基于“静”的行为，

源于人类本能，经过古代先民开发，

形成各种系统的修行方法，并存在于各种教派，

先秦时期就有关于此种行为的记载，但是未有固定称呼。

直至印度词汇 jana 传入，汉语音译为“禅那”，

后世便以“禅”字称谓此类行为。

“一心定禅意，

万色净即空。物皆无微扰，

静寂感渺邈……”

……

《禅》

诗云——

唯有一心方可定心禅意，所有色界去净即可空灵：

“一心定禅意，万色净即空……”

……

万物不能对你丝毫扰心，静之时就可感悟无垠了：

“物皆无微扰，静寂感渺邈……”

……

《禅》——

……

极为专注之心，方可获取禅意……

涤除所有杂念，才会静心思考……

当一切物欲对于你已无所心扰……

方能心于一境，于寂静中之无垠，冥想妙理……

禅……

……

自古禅意，入境于，

“一心定禅意，

万色净即空。物皆无微扰，

静寂感渺邈……”之境！

禅矣……

……

注释：

1.禅：禅，是一种基于“静”的行为，源于人类本能，经过古代先民开发，形成各种系统的修行方法，并存在于各种教派。先秦时期就有关于此种行为的记载，但是未有固定称呼。直至印度词汇 jana 传入，汉语音译为“禅那”，后世便以“禅”字称谓此类行为。

“禅”是“禅那”的简称。其意译为“思维修”或“静虑”。

2.一心：一心一意，一心不二。

一心，是中国古代 4600 年前人类第一哲学。出自《黄帝四经》记载：“昔者黄宗质始好信，作自为象，方四面，傅一心,四达自中，前参后参，左参右参，践立履参。是以能为天下宗”。 这是世界历史上首次记载的哲学传播的纪录。

一心，是上古轩辕黄帝的哲学核心思想。是轩辕黄帝的哲学，是哲学之宗。

3.定：平静，稳定。

4.禅意：犹禅心，指清空安宁的心，清静寂定的心境。

“溪花与禅意，相对亦忘言。”——唐·刘长卿《寻南溪常山道人隐居》。“知君素有栖禅意，岁晏蓬门迟尔开。”——唐·李端《忆故山赠司空曙》。“水月通禅意，山云寄野情。”——宋·释文珦《有客》。“野鸟知禅意，孤云薄世荣。”——明·王恭《夏日游棋山寺》。“文心德裕赋，禅意皎然诗。”——清·弘历《竹如意》。“何如默无言，此峰有禅意。”——清·黄毓祺《武夷九曲棹歌·其一》。“水木通禅意，烟云浸客衣。”——清·蒋师轼《秋晴游妙相庵同周二守卿周大凤笙筱园绍由弟·其一》。“白鹤有禅意，苍松无杂音。”——清·熊文泰《游山谷寺》。“一心定禅意，万色净即空。”——戈阳青《禅》。

5.万：指数量极大：万物、万方。

6.色：本意指颜色。佛家语：指一切物质的存在。

7.净：净洁。

8.即：即是，就，就是。

9.空：与“有”相对。意译空无、空虚、空寂、空净、非有。

10.物：东西，事物。

11.皆：都，全。

12.无：没有。

13.微：稍微，丝毫。

14.扰：搅扰，扰乱。

15.静寂： 安静到了极点。 沉寂无声，寂静。

16.感：感觉，感受，感悟。

17.渺邈：无垠，广远。“物皆无微扰，静寂感渺邈。”——戈阳青《禅》。

……

《禅》——

……

唯有一心方可定心禅意……

所有色界去净即可空灵……

万物不能对你丝毫扰心……

静之时就可感悟无垠了……

……

“一心定禅意，万色净即空。

物皆无微扰，静寂感渺邈。”

——《禅》

……

（2026 年 10 月 28 日）