

禪意詩集 5

春天禪意詩及其分析

詩作：林崇安

內觀教育基金會

2026.03

禪意詩集序

關於詩頌的創作，佛陀說：「欲為頌本，文即是字，頌依於名，及造頌者。」這意思是說，欲(想要去做)是創作詩頌的本源(原因)。文是以字為體，詩頌要依靠名(文句)以及造詩頌者的思惟觀察來創作。近期個人的禪意詩也是在這因緣下寫出來，登於個人的臉書，用以自娛娛人。今依場景的不同，將這些詩作編為〈校園禪意詩〉、〈湖邊禪意詩〉、〈日常禪意詩〉、〈世間禪意詩〉、〈春天禪意詩〉，也將早期的詩作編為〈生活禪意詩〉、〈心靈禪意詩〉、〈鄉野禪意詩〉等。

另一方面，也試用 AI 作教學的補助工具，將每首詩作給予客觀的分析(有 G 分析和 D 分析)，得出略異的二種解讀，置於詩作之後，可作參考之用，若有不足之處，則補上【附註】。最後編輯成集，與有緣者分享禪味。

林崇安
內觀教育基金會
2026.03.23

春天禪意詩及其分析

目錄

禪意詩集序	2
(一) 春天禪意詩六首	4
(二) G 分析	7
●1【春天的風】	7
●2【鄉野的綠】	9
●3【湖面倒影】	11
●4【湖面的霧】	13
●5【湖邊的幸福】	15
●6【走在校園裡】	17
(三) D 分析	20
●1【春天的風】	20
●2【鄉野的綠】	22
●3【湖面倒影】	24
●4【湖面的霧】	26
●5【湖邊的幸福】	28
●6【走在校園裡】	30

春天禪意詩及其分析

(一) 春天禪意詩六首

- | | |
|---------|---------|
| 1.春天的風 | 2.鄉野的綠 |
| 3.湖面倒影 | 4.湖面的霧 |
| 5.湖邊的幸福 | 6.走在校園裡 |

1【春天的風】

路邊荒廢的圍牆上，
串串橘色花朵低頭憔悴著，
露出瘦骨嶙峋的藤蔓，
只因春風帶走了絢麗。
路邊荒廢的圍牆下，
紅色的杜鵑花正眉開眼笑，
蜜蜂忙進忙出，
只因春風帶來了滿意。
春天到了，
風一直輕柔地吹著。

2【鄉野的綠】

初春的早晨，
大地一片綠意，
展示著起伏的村落，
隱約可見的是細細的田埂。
嫩綠的稻苗列隊在水田裡，
點綴著低頭覓食的鷺鷥；
鳥聲在樹間呼應著，
傳遞著真摯的鄉情。
溪水順著郊外叢林流著，
緩緩地帶走歲月。
鄉野的綠無法形容，
鄉野的綠是一種寧靜。

3【湖面倒影】

溫柔的陽光下，

湖面似鏡，

近看樹影依舊，

遠看白雲隨風漫步。

波光粼粼中

一群優雅的白鵝

悠然自得地遊到對岸去，

湖水不挽留牠們的身影。

世間本無事，

不需多餘的企圖。

4【湖面的霧】

清晨的霧

圍繞著湖邊的流蘇花，

散出絲絲的涼意，

湖面一片濛濛的白。

陽光出現了，

客人走了，

樹上開始出現清脆的鳥聲，

湖面又是倒影又是漣漪。

湖還是湖，清淨還是清淨；

每人心中都有一個清淨的湖。

5【湖邊的幸福】

清風吹著，
雪白的流蘇花搖曳著，
一片葉子輕輕飄下，
彈出湖面閃閃的水波。
流蘇樹站立在湖邊，
枝上綠繡眼嘖嘖地交談著，
我坐在板凳默默地陪伴著，
這不是一種幸福嗎？

6【走在校園裡】

我走在校園裡
在春風的吹拂中，
路邊的杜鵑花
正吐著白色的新蕊。
我走在校園裡
身體在鳥聲中動著，
草坪上的銅雕
正默默打著太極。
我走在校園裡
整排蔥鬱的松樹陪伴著，
寧靜的湖面上
倒映的是科學大樓的優美。
我走在校園裡
身體在鐘聲裡動著，
整個校園都在笑著、醒著，
我不是來尋找以往的回憶。

【六首完】

(二) G 分析

●1【春天的風】

路邊荒廢的圍牆上，
串串橘色花朵低頭憔悴著，
露出瘦骨嶙峋的藤蔓，
只因春風帶走了絢麗。
路邊荒廢的圍牆下，
紅色的杜鵑花正眉開眼笑，
蜜蜂忙進忙出，
只因春風帶來了滿意。
春天到了，
風一直輕柔地吹著。

●G 分析：這首詩以「春風」為引，透過強烈的對比與空性的觀察，精確地捕捉了禪宗中關於「無常」與「平等心」的意涵。以下是針對這首詩的深度分析：

1. 境遇的對比：同源異果

詩的前兩段構建了一個極具畫面感的對比：

- 牆上的憔悴：橘色花朵（可能是炮仗花或其他春末凋零的花）在風中顯露出「瘦骨嶙峋」的藤蔓。這裡的風扮演了「奪取者」的角色，帶走了絢麗。
- 牆下的歡欣：紅色的杜鵑與忙碌的蜜蜂。這裡的風扮演了「給予者」的角色，帶來了滿意。【附註 1】

這種對比揭示了世俗認知的侷限：我們往往習慣根據自身的處境（凋零或盛開）來定義外在環境（風）的好壞。【附註 2】

2. 禪意的核心：風的無心

最精彩的部分在於結尾：「春天到了，風一直輕柔地吹著。」

這與禪宗經典中「春有百花秋有月」的意境相通。對於風而言，它並非刻意要讓牆上的花憔悴，也非刻意要讓牆下的花微笑。風只是「吹著」，它是無心的。

- 無分別智：風對高處與低處、凋零與盛開並無差別待遇。
- 緣起性空：花開花謝是各自的因緣（植物的週期），風只是促成變化的助緣。

3. 物我合一的觀察

詩中將植物擬人化（「低頭憔悴」、「眉開眼笑」），這並非單純的修辭，而是一種「物我合一」的投射。

- 牆上的「憔悴」是觀者的感傷。
- 牆下的「滿意」是觀者的喜悅。
- 最後一句「輕柔地吹著」則是觀者放下主觀評判後，回歸到「看山又是山」的清淨境界。

總結

這首詩成功地將抽象的禪理具象化為路邊的一堵圍牆。它告訴我們：「境由心轉」。風從未改變它的輕柔，改變的是受風者（以及觀風者）的心態與時節。

這是一首觀察細膩且餘韻悠長的開篇之作。

【附註 1】橘色炮仗花的花期主要在 1 至 3 月，杜鵑花的花期主要在 3 至 5 月。

【附註 2】佛陀說：「心惱故眾生惱，心淨故眾生淨。」見《雜阿含 267 經》。

●2【鄉野的綠】

初春的早晨，
大地一片綠意，
展示著起伏的村落，
隱約可見的是細細的田埂。
嫩綠的稻苗列隊在水田裡，
點綴著低頭覓食的鷺鷥；
鳥聲在樹間呼應著，
傳遞著真摯的鄉情。
溪水順著郊外叢林流著，
緩緩地帶走歲月。
鄉野的綠無法形容，
鄉野的綠是一種寧靜。

●G 分析：這第二首詩從第一首「風」的動態轉向了「綠」的靜態，但這種靜中帶動，生動地詮釋了禪修中「如是觀」（看到事物的本來面目）與「當下即是」的悟境。

以下是針對〈鄉野的綠〉的深度分析：

1. 秩序與和諧：生命律動的顯現

詩的前半段描繪了一幅充滿秩序感的畫面：

- 「嫩綠的稻苗列隊」：這「列隊」二字極妙，將大自然的生長賦予了一種和諧的韻律。
- 「點綴著低頭覓食的鷺鷥」：白色的鷺鷥與綠色的稻田，構成色彩上的強烈對比，卻在「覓食」這個自然的生命行為中合而為一。這呼應了禪宗中「青青翠竹，盡是法身」的意境——真理不在遠方，就在這井然有序、生機盎然的田園日常中。

2. 流動的空性：溪水與歲月

詩中一段轉折極為精確：「溪水順著郊外叢林流著，緩緩地帶走歲月。」

- 無常的具象化：溪水的流動是空間的位移，而歲月的流逝是時間的推移。禪修者觀察溪水，看到的不是水，而是「變異」本身。
- 不取不捨：溪水流走歲月時是「緩緩地」，沒有激烈的抗拒，也沒有執著的停留。這種「隨緣流轉」的態度，正是禪意中對生命消逝的一種坦然接納。

3. 言語道斷：寧靜的本質

最後兩句將全詩昇華：「鄉野的綠無法形容，鄉野的綠是一種寧靜。」

- 不可言說（言語道斷）：當作者說「無法形容」時，其實已經觸及了禪的核心。真正的體悟（如那片綠）是超越語言符號的，一旦試圖用文字精確定義，就失去了它的全貌。
- 由色入空：詩從眼見的「綠色」（色法）開始，最後收攝於心靈的「寧靜」（心法）。這說明了環境的綠僅是「觸媒」，真正的綠是內心在那一刻與大自然共振後產生的寂靜。

總結

如果說第一首〈春天的風〉是在講「因緣」，那麼這首〈鄉野的綠〉則是在講「體會」。

- 畫面感：從宏觀的村落、田埂，縮小到微觀的稻苗、鷺鷥。
- 哲思感：從感官的色彩與聲音，最終歸結於精神層面的寧靜。

這首詩展現了一種「心境如鏡」的特質，鏡子映照出綠意、溪水與鳥鳴，但鏡子本身始終保持著那份「無法形容」的清明。

●3【湖面倒影】

溫柔的陽光下，
湖面似鏡，
近看樹影依舊，
遠看白雲隨風漫步。
波光粼粼中
一群優雅的白鵝
悠然自得地遊到對岸去，
湖水不挽留牠們的身影。
世間本無事，
不需多餘的企圖。

●G 分析：這第三首詩將視角從「風」與「綠」移向了「水」，透過湖面、倒影與游鵝，深刻地探討了「空性」與「無所住」的境界。

以下是針對〈湖面倒影〉的深度分析：

1. 鏡像與實相：心的映照

詩的開頭以「湖面似鏡」破題。在禪宗中，心常被比喻為明鏡。

- 「近看樹影依舊，遠看白雲隨風」：這描繪出一種高度的覺知。鏡子（心）忠實地反映萬物，不論遠近、不論動靜。樹影的定與白雲的動，在湖面上是平等的，這體現了「物來則應，物去不留」的定力。

2. 痕跡與執著：留不住的影

詩中最具禪味的一筆是：「湖水不挽留牠們的身影。」這與禪宗著名的公案「雁過長空，影沉寒水」有異曲同工之妙。

- 事過境遷：白鵝遊過去了，動作是真實發生的，但湖水（心）並不會因為白鵝的離去而產生虧損，也不會因為白鵝的美麗而試圖抓取。

- 不留殘影：這暗示了修行者的最高境界——經歷世間萬事，卻不在心中留下負擔或執著。這正是「應無所住而生其心」的具象化。

3. 世間本無事：回歸平常心

結尾的兩句話，將整體的意境從自然觀察拉回到處世哲學：

- 「**世間本無事**」：這是一句重如千鈞的禪語，直指六祖慧能「本來無一物」的悟境。我們感到的紛擾，往往源於主觀的投射。
- 「**不需多餘的企圖**」：這是在提倡一種「無為」的智慧。所謂「多餘的企圖」，就是指那些超越當下需要的執念、計較與預設。當我們不再試圖掌控湖水、挽留倒影，生命便能如同那群白鵝，自在地遊向對岸。

總結

這首詩展現了一種極為安詳的空間感。

- 第一首講「變」(風)。
- 第二首講「定」(綠)。
- 這第三首則講「放」(影)。

它提醒讀者：世界本身是清淨且自足的，所有的喧囂往往來自於我們想要「挽留」或「企圖」的心。只要放下那份企圖，我們就能看見那片如鏡的湖水。這組詩的意境越來越深邃了。

●4【湖面的霧】

清晨的霧

圍繞著湖邊的流蘇花，
散出絲絲的涼意，
湖面一片濛濛的白。
陽光出現了，
客人走了，
樹上開始出現清脆的鳥聲，
湖面又是倒影又是漣漪。
湖還是湖，清淨還是清淨；
每人心中都有一個清淨的湖。

●G 分析：這第四首詩將鏡頭從清晰的「倒影」轉向了模糊的「雲霧」，探討的是禪宗中極為重要的「賓主論」以及「自性清淨」的道理。

以下是針對〈湖面的霧〉的深度分析：

1. 賓與主的辯證：客去而主留

詩中將「霧」形容為「客人」，這是一個非常精妙的禪宗隱喻：

- 「客人走了」：霧（煩惱、無明或外在的干擾）只是暫時寄居的「客」，它隨緣而來，緣盡而去。
- 「陽光出現了」：陽光象徵著「智慧」（般若），當智慧之光照破迷霧，本來被遮蔽的景觀便自然顯現。這呼應了禪修中的觀照：雜念如客，自性如主；客人的來去，並不影響主人的存在。【附註】

2. 動靜一如：倒影與漣漪

當霧散去，湖面展現出「又是倒影又是漣漪」：

- 倒影是靜，漣漪是動。在禪的眼光中，這兩者並不衝突。

- 湖面可以同時映照出清晰的樹影 (體)，也可以生起層層的波紋 (用)。這代表一個覺悟者的心，既能冷靜觀照世間，也能積極回應世界的變動，而心體始終是不動的。

3. 見山又是山：不變的本質

結尾兩句將詩意推向最高峰：「湖還是湖，清淨還是清淨。」這正是禪修的三個層次：

1. 看山是山 (初見湖水)。
2. 看山不是山 (湖水被霧遮蔽，一片濛濛)。
3. 看山又是山 (霧散之後，發現湖水從未改變其本質)。作者最後點出「每人心中都有一個清淨的湖」，這便是直指人心的「佛性」。無論外界的環境如何變化 (是風、是綠、是影、是霧)，每個人內在最核心的那份清淨始終如如不動。

總結

這首詩展現了一種從「遮蔽」到「開顯」的過程。

- 氛圍感：從清晨的絲絲涼意到陽光下的清脆鳥聲，聽覺與視覺的交替帶動了心境的轉化。
- 哲理感：它告訴我們，不必恐懼「霧」(迷惘)，因為霧只是客；只要守住心中的「湖」(本心)，清淨便無處不在。

這組詩讀到這裡，彷彿跟隨作者經歷了一場心靈的洗滌。

【附註】佛陀說：「諸比丘！心者，是極光淨者，卻為客隨煩惱所雜染，而無聞之異生，不能如實解，故我言無聞之異生不修心。諸比丘！心者，是極光淨者，能從客隨煩惱得解脫，而有聞之聖弟子，能如實解，故我言有聞之聖弟子修心。」見《增支部·一集》。

●5【湖邊的幸福】

清風吹著，
雪白的流蘇花搖曳著，
一片葉子輕輕飄下，
彈出湖面閃閃的水波。
流蘇樹站立在湖邊，
枝上綠繡眼嘖嘖地交談著，
我坐在板凳默默地陪伴著，
這不是一種幸福嗎？

●G 分析：這第五首詩從前四首對「理」的體悟，轉向了對「情」與「樂」的實踐。如果說前面的詩是在「看破」，這一首則是在「生活」。它完美詮釋了禪宗裡「平常心是道」與「當下即樂」的真諦。

以下是針對〈湖邊的幸福〉的深度分析：

1. 極細微的覺知：葉落與水波

詩的開頭展現了一種高度靜謐後的敏銳感：

- 「一片葉子輕輕飄下，彈出湖面閃閃的水波。」在禪修中，這是一種「極微」的觀察。心若不夠靜，是聽不見葉落、看不見那細微漣漪的。這一「彈」，寫活了生命的動態與感應——宇宙間萬物相互影響，哪怕是一片葉子，也能激起湖面的光芒。

2. 無言的陪伴：主客體的消融

詩中描述了三種存在：流蘇樹、綠繡眼、以及「我」。

- 「我坐在板凳默默地陪伴著」：這裡的「陪伴」二字極具禪意。它不是「觀察」，也不是「研究」，而是一種「參與而不干擾」。
- 鳥在交談，人在沈默：這種動靜對比揭示了，真正的溝通不一

定要透過語言。當人能安靜下來，與樹、與鳥共處於同一個當下，這就是一種「物我兩忘」。

3. 重新定義「幸福」：無求之樂

結尾的問句「這不是一種幸福嗎？」是整首詩的點睛之筆：

- 不假外求：這首詩裡的幸福沒有任何物質基礎，也沒有任何成就動機。它純粹來自於對「現在、這裡」(Here and Now) 的全然接納。
- 法喜充滿：禪意中的幸福，是發現自己與自然律動同步後的喜悅。當清風吹過、花朵搖曳時，如果你能在那裡，那便是圓滿。

總結

這首詩將禪理從「空靈」拉回了「溫暖」。

- 色調感：雪白的流蘇、翠綠的綠繡眼、閃閃的水波，構成了一幅明亮的畫面。
- 生活禪：它告訴讀者，修行不是要逃離生活，而是在最平凡的湖邊、最普通的板凳上，體會到生命那份本自具足的「幸福」。

這首詩讀起來讓人感到心跳平穩、呼吸從容。

●6【走在校園裡】

我走在校園裡
在春風的吹拂中，
路邊的杜鵑花
正吐著白色的新蕊。
我走在校園裡
身體在鳥聲中動著，
草坪上的銅雕
正默默打著太極。
我走在校園裡
整排蔥鬱的松樹陪伴著，
寧靜的湖面上
倒映的是科學大樓的優美。
我走在校園裡
身體在鐘聲裡動著，
整個校園都在笑著、醒著，
我不是來尋找以往的回憶。

●G 分析：這第六首詩作為整組系列的收官之作，將前五首建立的「空靈」與「自然」成功地帶回了「人間煙火」與「當下現實」。它不僅是一次校園散步的紀錄，更是一場動態的禪修練習（經行）。

以下是針對〈走在校園裡〉的深度分析：

1. 動靜一如：身體與環境的共振

詩中不斷強調「走」與「動」，但這種動態是與環境高度同步的：

- 「身體在鳥聲中動著」、「身體在鐘聲裡動著」：這描繪出一種「根塵迴脫」的境界。身體的律動不再是孤立的機械行為，而是與大自然的音訊（鳥聲、鐘聲）合而為一。這反映了禪宗中

「行亦禪，坐亦禪」的精神——修行不在蒲團上，而在腳下的每一公分。【附註】

2. 跨越時空的對照：銅雕與科學

詩中安排了兩個極具對比意義的意象：

- 「草坪上的銅雕，正默默打著太極」：這是「以靜顯動」。冰冷的金屬雕塑展現了古老的動態哲學，象徵著永恆的寧靜。
- 「倒映的是科學大樓的優美」：這將現代文明（科學）納入了禪意的版圖。科學代表理性與邏輯，而湖面將其化為倒影，象徵著「現象與本質」的交織。無論是古老的太極還是現代的科學，在清淨的湖面前，皆是平等的映照。

3. 破除時間的執著：不覓往昔

全詩的靈魂在於最後一句：「我不是來尋找以往的回憶。」

- 斬斷依戀：人們走在熟悉的校園，往往容易陷入懷舊的傷感或對往事的執著。作者在此給出了一記「禪門一棒」——修行的核心在於「當下」。
- 笑與醒：當心不再向後看（回憶），眼前的校園便不再是冰冷的建築與植物，而是「笑著、醒著」的活潑生命。這正是「大覺醒」的狀態。

●六首一組：整體縱覽

這六首詩構成了一個完整的修行心路歷程：

1. 【春天的風】：體認緣起性空，看破好壞的對立。
2. 【鄉野的綠】：進入如是觀，感受生命的純粹寧靜。
3. 【湖面倒影】：學習無所住，如鏡映照而不留痕跡。
4. 【湖面的霧】：明辨賓主關係，守住內心的清淨自性。
5. 【湖邊的幸福】：實踐平常心，在微細的當下體會圓滿。
6. 【走在校園裡】：完成動中修行，斬斷對過去的執念，與現實合一。

總結

這組詩展現了一種「大隱隱於市（或校園）」的智慧。它告訴我們，禪意不需要去深山古廟尋找，它就在路邊的杜鵑花瓣上、在湖面倒映的辦公大樓裡、在你行走時與鐘聲產生的共振中。這組詩的用詞洗鍊、語氣平和，卻有力地揭示了「生活即禪」的真理。讀完之後，彷彿也在春天的校園裡走了一圈，身心俱清。

【附註】佛陀說：「於行時，了知：『我在行。』於住時，了知：『我在住。』於坐時，了知：『我在坐。』於臥時，了知：『我在臥。』」見《大念住經》。

【G 分析六首完】

(三) D 分析

●1【春天的風】

路邊荒廢的圍牆上，
串串橘色花朵低頭憔悴著，
露出瘦骨嶙峋的藤蔓，
只因春風帶走了絢麗。
路邊荒廢的圍牆下，
紅色的杜鵑花正眉開眼笑，
蜜蜂忙進忙出，
只因春風帶來了滿意。
春天到了，
風一直輕柔地吹著。

▲《春天的風》禪意淺析

這首〈春天的風〉以對比的畫面與重複的結構，呈現了禪宗「無分別」、「因緣觀」與「平常心」的深層智慧。以下分層解析其禪意：

一、風的平等性：不偏不倚的無為

詩中春風既是「帶走絢麗」的因，也是「帶來滿意」的因。橘花憔悴與杜鵑歡笑，看似截然相反的結果，源頭卻是同一陣風。風本身沒有好惡，它只是如實吹拂，不揀擇對象，不執著效果——這正是《金剛經》所說「應無所住而生其心」。禪者觀風，即見法性平等：得與失、榮與枯，皆是因緣和合的暫時顯現。

二、對立現象的同時並存：破除二元

詩歌將兩個場景並置：

- 圍牆上：橘花憔悴、藤蔓瘦骨嶙峋（衰敗、空虛）
- 圍牆下：杜鵑眉開眼笑、蜜蜂忙碌（繁盛、滿足）

兩者僅一牆之隔，卻在同一陣風中呈現截然不同的生命狀態。這並非矛盾，而是如實觀照世間的相對性。禪宗強調「煩惱即菩提」，衰敗與繁榮本是一體兩面，執著任何一端都是偏見。詩人冷靜呈現兩者，不評判、不取捨，正是「捨分別心」的禪眼。

三、「帶走」與「帶來」的因緣觀

橘花之所以憔悴，並非風惡意摧殘，而是因為「絢麗」本身是依緣而生、依緣而滅的現象。風只是加速了必然的凋謝；杜鵑歡笑，也是因緣具足（春風、溫度、蟲媒）而顯現。禪者明白：一切法從因緣生，沒有獨立不變的「我」在承受得失。橘花不怨風，杜鵑不貪風，風亦不自負——各各無我，自然解脫。

四、結尾的平常心：風一直輕柔地吹著

最後兩句獨立成段：「春天到了， / 風一直輕柔地吹著。」這是全詩最關鍵的禪眼。無論上方憔悴或下方歡笑，風未曾改變它的輕柔；春來春去，風始終如是。這呼應禪宗「平常心是道」——不因外境的榮枯而動搖本心，不追悔失去的絢麗，也不耽溺當下的滿意。風只是風，春天只是春天，修行人只是如實覺知當下，不作第二念。

五、空性與生機的統一

詩中同時存在「瘦骨嶙峋」的荒涼與「眉開眼笑」的生機。這不是消極的虛無，而是空有不二的展現：現象雖空，卻不礙萬物活潑運作。蜜蜂依然忙進忙出，花朵依然綻放凋零，一切如幻如化，卻又歷歷分明。禪者於此不生取捨，即見「真空妙有」。

結語

〈春天的風〉透過兩個對比鏡頭，引導讀者放下對「好風」、「壞風」的執著，看見風本無心、因緣自為。當我們不再要求風只帶來滿意而不帶走絢麗，便能體會「風一直輕柔地吹著」的平常與自在。這正是禪宗「於相離相」的日常實踐——不必遠離春天，不必否定歡笑與憔悴，只是輕輕地、不執著地，讓一切如其所是。

●2【鄉野的綠】

初春的早晨，
大地一片綠意，
展示著起伏的村落，
隱約可見的是細細的田埂。
嫩綠的稻苗列隊在水田裡，
點綴著低頭覓食的鷺鷥；
鳥聲在樹間呼應著，
傳遞著真摯的鄉情。
溪水順著郊外叢林流著，
緩緩地帶走歲月。
鄉野的綠無法形容，
鄉野的綠是一種寧靜。

▲【鄉野的綠】禪意淺析

一、意象與禪機

全詩以「綠」為核心，卻在末句點明「無法形容」——這正是禪宗「不可說」的指向。綠不是概念，而是當下純粹的覺受。稻苗列隊、鷺鷥低頭、鳥聲相應、溪水流逝，一切只是如實呈現，沒有附加的評判與情緒。對比第一首《春天的風》中「橘花憔悴 / 杜鵑歡笑」的二元對立，此處的鄉野之綠超越了苦樂分別，進入「一體平等」的寧靜。

二、時間與無常

「溪水緩緩帶走歲月」一句，不帶傷感，而是客觀描述流逝。禪觀中，時間如溪，念念不住。詩人並不抗拒，也不追憶，只是看著它流去。這種「隨流認得性」的態度，正是平常心。

三、寧靜不是死寂

末二句點題：「鄉野的綠是一種寧靜」。

此寧靜並非無聲的空無，而是動中的寂靜——鳥聲、水流、覓食的動作，皆在寧靜中進行。如禪門所說「竹影掃階塵不動」，萬象紛然而心不亂。

四、與第一首的呼應

層面	《春天的風》	《鄉野的綠》
自然元素	風（動態、吹拂）	綠（靜態、遍滿）
心境表現	花草因風而有喜悴（分別心）	萬物在綠中自然運作（無分別）
時間感	春風當下	溪水帶走歲月（無常觀）
禪意指向	境無好惡，唯心自鬧	不可言說，寧靜現前

從第一首的「對比警醒」到第二首的「渾然寧靜」，可視為禪修中從「覺察分別」到「安住平等」的進展。

●3【湖面倒影】

溫柔的陽光下，
湖面似鏡，
近看樹影依舊，
遠看白雲隨風漫步。
波光粼粼中
一群優雅的白鵝
悠然自得地遊到對岸去，
湖水不挽留牠們的身影。
世間本無事，
不需多餘的企圖。

▲【湖面倒影】禪意淺析

一、鏡喻與空性

首句「湖面似鏡」是典型的禪觀譬喻。心若湖，能映萬物而不染。近處樹影、遠處白雲，皆如實顯現，不來不去。這呼應《六祖壇經》「明鏡本清淨，何處染塵埃」。但詩中更進一步：鏡像本身並非實體，樹影非樹，雲蹤非雲，正是「凡所有相，皆是虛妄」。

二、白鵝與不挽留

最富禪機的是中間四句：白鵝優雅遊去，湖水「不挽留」。這打破了一般擬人化的「留戀」或「送別」，而是呈現自然的大道：來不拒，去不留。白鵝的悠然，來自無牽掛；湖水的平靜，來自無執著。這與前兩首形成層層遞進：

- 第一首：花因風而喜悴（被境界所轉）
- 第二首：綠意寧靜，萬物如如（安住境界）

- 第三首：湖不留鵝，心不住相（超越境界）

三、結句點睛

「世間本無事，不需多餘的企圖」——此句直指禪宗核心。所謂煩惱，皆是自心企圖（造作、取捨、留住）而生。白鵝來去是自然，湖水映照是自然，若湖水想「留住倒影」，便成了無明。詩人以極簡語句，道破「平常心是道」。

四、與前兩首的呼應

層面	《春天的風》	《鄉野的綠》	《湖面倒影》
核心意象	風吹花異	綠遍鄉野	湖映鵝去
心態特徵	分別苦樂 (橘憔悴 / 杜鵑笑)	寧靜平等 (無喜無悲)	無住生心 (不留不礙)
時間觀	春風當下	溪水帶走歲月	當下無事
禪修次第	覺察分別	安住平等	超越取捨

第三首明顯進入「無為」境界——「不挽留」正是「應無所住而生其心」。

●4【湖面的霧】

清晨的霧

圍繞著湖邊的流蘇花，
散出絲絲的涼意，
湖面一片濛濛的白。
陽光出現了，
客人走了，
樹上開始出現清脆的鳥聲，
湖面又是倒影又是漣漪。
湖還是湖，清淨還是清淨；
每人心中都有一個清淨的湖。

▲【湖面的霧】禪意淺析

一、霧與陽光：現象生滅

詩的上半寫「霧中湖」——朦朧、涼意、不見分明。下半寫「日出後」——客人離去（可能是隱喻觀賞霧景的人或心境），鳥聲清脆，湖面同時有倒影（靜）與漣漪（動）。霧的來去、景的明暗，皆是自然現象，不增不減湖的本質。

二、湖的喻意：不垢不淨

「湖還是湖，清淨還是清淨」——此處「清淨」並非指湖水乾淨，而是禪宗所說的本性清淨，不因霧罩而染，不因日照而淨。《六祖壇經》：「菩提本無樹，明鏡亦非台；本來無一物，何處惹塵埃。」湖即是心，霧與陽光、倒影與漣漪，都是客塵。客人走了，指的是妄念（或執著）離去，清淨自顯。

三、人人有湖：眾生佛性

末句「每人心中都有一個清淨的湖」直接點出如來藏思想——一切眾生皆有佛性，本自清淨，只因無明霧障而不見。此詩從「外境之湖」轉入「內心之湖」，是前四首中首次明確提及「心」與「人人本具」。這在禪修次第上，從觀境轉為觀心。

四、與前三首的脈絡對照

詩序	核心意象	心靈狀態	禪修層次
1 春風	風吹花異 (橘憔悴 / 杜鵑笑)	分別苦樂，被境所轉	凡夫心 (迷)
2 鄉野的綠	綠遍寧靜，溪水帶走歲月	平等安住，無喜無悲	止觀相應 (定)
3 湖面倒影	湖不留鵝，世間無事	無住生心，不取不捨	般若現前 (慧)
4 湖面的霧	霧去日來，湖本清淨	悟得本淨，人人有佛性	明心見性 (悟)

第四首是一個重要轉折——前三首尚在「境界」中修觀，此首直接點出「心性本淨」，並將湖從外景化為內在象徵。客人走了 (妄念歇)，清淨自現。這是禪宗「狂心頓歇，歇即菩提」的寫照。

●5【湖邊的幸福】

清風吹著，
雪白的流蘇花搖曳著，
一片葉子輕輕飄下，
彈出湖面閃閃的水波。
流蘇樹站立在湖邊，
枝上綠繡眼嘖嘖地交談著，
我坐在板凳默默地陪伴著，
這不是一種幸福嗎？

▲【湖邊的幸福】禪意淺析

一、無所求的幸福

前四首已逐步從「分別苦樂」→「平等寧靜」→「無住不留」→「心性本淨」一路深入。到了第五首，詩人直接提問：「這不是一種幸福嗎？」——這裡的幸福，不是感官愉悅，也不是逃避煩惱後的快樂，而是當下與萬物同在、無所欲求的滿足。禪宗講「飢來吃飯，困來眠」，幸福不在別處，就在風吹花搖、葉落水波、鳥鳴樹立、人默坐之時。

二、主客交融

詩中出現「我坐在板凳默默地陪伴著」——這是前四首首次明確出現「我」的主體。但這個「我」不是觀察者、分析者或修行者，而只是「默默地陪伴」。陪伴誰？陪伴流蘇樹、綠繡眼、湖與葉。此時「我」與自然不是對立，而是同一個場景中的有機部分。正如第四首所說「每人心中都有一個清淨的湖」，此處的「我」便是從那清淨湖中自然顯現的覺知，不擾不動。

三、葉子彈出水波：微小的圓滿

「一片葉子輕輕飄下，彈出湖面閃閃的水波」——極細微的事件，卻被詩人全然覺察。這不是刻意觀修，而是心無雜念時的自然照見。如同禪門公案中「聞聲悟道」，日常中的一葉一漣，便是法界全體的呈現。沒有大事，沒有企圖（呼應第三首「不需多餘的企圖」），只有當下此葉、此波、此風。

四、幸福即平常

末句反問「這不是一種幸福嗎？」——表面是肯定，實則打破對「幸福」的概念執著。若回答「是」，便落入定義；若回答「不是」，又違背現量。禪師往往以反問截斷思流，此處詩人自問自答，意在引領讀者直接體會：幸福不需外求，當你默坐陪伴萬物時，它早已現前。

五、與前四首的禪修次第對照

詩序	標題	核心心態	禪修階段
1	春天的風	被境所轉（花有喜悴）	迷
2	鄉野的綠	平等寧靜（安住）	止
3	湖面倒影	無住生心（不留）	觀
4	湖面的霧	悟本清淨（人人有佛性）	見性
5	湖邊的幸福	平常心是道（無求幸福）	保任

第五首可視為「悟後起修」或「保任」階段：已見清淨心，不再追求玄妙，只在日常風吹鳥鳴中默默守護，幸福自然相隨。

●6【走在校園裡】

我走在校園裡
在春風的吹拂中，
路邊的杜鵑花
正吐著白色的新蕊。
我走在校園裡
身體在鳥聲中動著，
草坪上的銅雕
正默默打著太極。
我走在校園裡
整排蔥鬱的松樹陪伴著，
寧靜的湖面上
倒映的是科學大樓的優美。
我走在校園裡
身體在鐘聲裡動著，
整個校園都在笑著、醒著，
我不是來尋找以往的回憶。

▲【走在校園裡】禪意淺析

一、當下即是，不求回憶

末句「我不是來尋找以往的回憶」是全詩的詩眼，也是六首詩的終極告白。禪宗講「過去心不可得」，詩人走在校園——一個通常充滿青春記憶的地方——卻不落入懷舊、感傷或追尋。每一步都是新的，每一刻都是當下。杜鵑新蕊、鳥聲、銅雕打太極、松樹、湖面倒影、鐘聲，一切都只是如實呈現，不被「回憶」所染。

二、銅雕打太極：無情說法

「草坪上的銅雕正默默打著太極」極具禪趣。銅雕是靜止的、無情的，卻被詩人賦予「打太極」的動態——這不是擬人，而是打破動

靜、有情無情的分別。正如禪宗「無情說法」，山河大地、銅雕草木，無不在演法。詩人「身體在鳥聲中動著」、「在鐘聲裡動著」，與銅雕的「默默打太極」並無二致：都是自然運作，沒有刻意。

三、笑著醒著：大夢覺醒

「整個校園都在笑著.醒著」——此處「醒著」呼應第四首「清淨的湖」與第五首「幸福」。笑不是情緒，而是覺悟後的從容；醒不是失眠，而是從無明大夢中醒來。校園不再是外境，而是詩人自心的顯現。科學大樓倒映湖中，優美而不執著；松樹陪伴而不佔有。這正是華嚴境界「事事無礙」。

四、重複結構的禪意

全詩四次以「我走在校園裡」起句，類似禪門經行（行禪）。每一次出現，都是一個新的當下。身體隨著鳥聲、鐘聲而動，沒有固定的節奏，只是隨緣。這種重複而不單調，正是「日日是好日」的體現。

●六首禪意詩總論：從迷到悟的修行地圖

六首詩構成完整的禪修次第。以下以表格總結：

詩序	標題	核心意象	心境 / 狀態	禪修階段	關鍵句
1	春天的風	風吹花異 (橘憔悴 / 杜鵑笑)	被境所轉， 苦樂分別	迷 (凡夫心)	「春風帶走了絢麗」 「帶來了滿意」
2	鄉野的綠	綠遍大地， 溪水流逝	平等安住， 寧靜無波	止 (定)	「鄉野的綠是一種寧靜」
3	湖面倒影	湖不留鵝， 倒影無住	無住生心， 不取不捨	觀 (慧)	「湖水不挽留」 「世間本無事」
4	湖面的霧	霧去日來， 湖本清淨	悟得本淨， 人人佛性	見性	「湖還是湖， 清淨還是清淨」
5	湖邊的幸福	風花葉鳥， 人默坐	平常心是道， 無求幸福	保任	「這不是一種幸福嗎？」
6	走在校園裡	杜鵑、銅雕 松樹、鐘聲	當下醒覺， 不求回憶	無修無證	「我不是來尋找以往的回憶」

一、主線脈絡

- **第 1 首**：呈現一般人心的狀態——境界有好壞（春風使花憔悴或歡笑），心隨之起伏。這是修行的起點：覺察到自己的分別心。
- **第 2 首**：透過鄉野的綠，進入平等寧靜。不再被風吹草動所擾，如溪流逝去而不傷感，這是「止」的成就。
- **第 3 首**：更進一步，不僅不亂，還能「不留」。湖不留鵝，心不住相，般若智慧現前。從「不取」到「不捨」，超越二元。
- **第 4 首**：從外境轉向心性。霧（煩惱、無明）來去無常，湖（心）本來清淨。直接點出「每人心中都有一個清淨的湖」，是為明心見性。
- **第 5 首**：悟後起修。不再談玄說妙，只在日常中默默陪伴萬物，幸福自然相隨。這是保任工夫，不離平常。
- **第 6 首**：最終階段——無修無證，無所求。走在校園（世間）而不尋找回憶（不落過去），身體隨鐘聲鳥聲而動，銅雕打太極，整個校園笑著醒著。沒有「修行者」、沒有「境界」，只是當下如是。

二、意象的連貫與轉化

- **風**：第 1 首是分別的源頭（帶來絢麗或滿意）；第 5 首是清風吹花，自然無為；第 6 首寫明春風，而鳥聲、鐘聲中皆有風的流動。
- **湖**：第 3 首是倒影之湖（無住）；第 4 首是霧中之湖（本淨）；第 5 首是葉落彈出水波；第 6 首是倒映科學大樓的寧靜之湖。湖從「外景」逐漸內化為「心性象徵」。
- **花**：第 1 首橘花憔悴、杜鵑笑（對立）；第 2 首無花，有稻苗；第 4 首流蘇花在霧中；第 5 首流蘇花搖曳；第 6 首杜鵑吐新蕊（無喜悴，只是開放）。
- **我**：第 1-4 首無「我」出現（除第 4 首末「每人心中」）；第 5 首出現「我坐在板凳」；第 6 首反覆「我走在校園裡」。這個

「我」從隱到顯，但不是小我，而是覺性主體，融入萬物。

三、總禪意

這六首詩可以看作一個人從迷失於境界（風吹花異），到修定得寧靜（鄉野之綠），到般若無住（湖不留鵝），到明心見性（湖本清淨），到保任平常（湖邊幸福），最終無修無證、當下醒覺（走在校園不求回憶）的完整修行歷程。它們共同指向禪宗的核心：不離世間，不染世間；當下即是，無需求證。

最後一句「我不是來尋找以往的回憶」——既是對全組詩的回應，也是對讀者的呼喚：讀完這六首，不必追問其中深意，只需回到此時此刻，風、花、湖、鳥、鐘聲、腳步，無非禪機。

【D 分析六首完】

禪意詩集 5

書名：《春天禪意詩及其分析》

詩作：林崇安

分析：AI 模式(G 分析和 D 分析)

出版：桃園市內觀教育基金會

網址：<https://www.insights.org.tw>

倡印：內觀教育禪林

通訊：桃園市大溪區頭寮路 355 之 5(內觀教育禪林)

出版日期：2026 年 03 月

歡迎倡印，免費結緣