

<<禅修入门>>

图书基本信息

书名：<<禅修入门>>

13位ISBN编号：9787539931449

10位ISBN编号：7539931442

出版时间：2009-11

出版时间：江苏文艺出版社

作者：虚云

页数：322

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<禅修入门>>

前言

虚云老和尚是恩师上本下焕长老的师父，是我的师公。

出家以后，经常听到恩师谈起师公，在我的心中早就对这位师公充满了敬仰，虽然无缘得以亲见，但是我自己觉得我与师公是有缘的，因为有恩师接缘，当然也希望沾霖法喜了。

师公在佛教界的名声是无人可比的，我们出家人都能强烈地感受到这一点。

在近现代中国佛教史上，师公以超人的胆识和无畏精神，致力于佛教的复兴，脚踏实地从基础开始做起，把修庙建寺作为复兴的最主要工作，一生修建寺院几十所，为我们后人作出了榜样。

师公生活的时代，正是中国面临内忧外患，社会充满荆棘，蹒跚而行的时期，佛教在这个时期受到来自各方面的压力，社会对佛教的偏见，出家人没有社会地位，无法担起祖师传下的弘法利生的历史责任。

但是师公面对此种情况，没有退缩，高举法幢，勇敢地承担起如来家业。

他举办法会，讲经说法，用自己的所为，影响了一大批教内外人士，中国佛教开始走上复兴的道路。

现在佛教界与学术界对师公的评价是一致的。

师公对中国佛教的复兴是全面的，他除了在恢复寺院建设方面作出了很大的贡献之外，还在培养人才，把佛教理论与实践相结合方面功不可没。

中国的佛教慧命相续，传承有人，与师公的弘法事业是分不开的。

师公的弟子恩师本焕长老、一诚长老、佛源长老、净慧长老、传印长老等人皆是当。

今佛门栋梁，而在他们之下又培养了一批法门俊杰，中国佛教在当代重新崛起，当赖于这些祖师与弟子们的辛勤努力，追溯溯源，师公的功绩是我们不能不提的。

可以说，没有师公，就没有中国佛教的今天。

<<禅修入门>>

内容概要

本书内容包括四部分：

方法篇 本篇所收禅修方法，是全书的精华，特别是《参禅的先决条件》和《参禅法要》两篇是禅修的精髓所在，悉心领会，认真修习，对禅宗就会有个人处，从而深入堂奥，降伏身心，见性成佛。

参悟篇 本篇收录了虚云老和尚在上海玉佛寺和云居山禅堂的重要禅七开示，是对参禅者进行的当面提点，依此修习，可以拨云见月，廓然开悟。

修学篇 本篇为佛法基础，阐释了戒定慧三学。

其重点在三归五戒，学人严持戒律，方能由戒生定，由定生慧，消除烦恼，佛果可期。

实践篇 虚云和尚是近千年来佛教界最伟大的禅师，其修行及开悟的经历极富传奇色彩，种种神迹，令人惊叹。

他一生历尽艰辛曲折，兴复了众多的禅宗道场，门下弟子众多，延续并光大了禅宗的法脉。

他的一生是实践佛法、传播佛法的一生，令人敬仰，也是我辈修行者的榜样。

<<禅修入门>>

作者简介

虚云俗姓萧，初名古岩，字德清，别号幻游。
原籍湖南湘乡，生于福建泉州。
初依福州鼓山涌泉寺妙莲和尚受具足戒。
曾遍参金山、高旻、天童、天宁诸禅刹，巡礼佛教四大名山。
后从天台华顶镜清法师习天台教义。
1900年到北京，适值八国联军入侵，即随清朝帝后一行至西安。
两年后，经终南山入川，转赴西藏，折至云南大理，重兴鸡足山迎祥禅寺。
1920年重兴昆明西山华亭寺，并改名云栖寺。
历任福建鼓山涌泉禅寺与广东南华禅寺、云门大觉禅寺等名山大刹主持。
1953年被推为中国佛教协会名誉会长。
同年，应请复兴江西云居山真如寺。
虚云和尚一生“坐阅五帝四朝”，“受尽九磨十难”，其禅功和苦行为世人所推重，被公认为近代以来最有影响的禅宗祖师。

虚云和尚的地位及对现代佛教的影响无人企及，他一生复兴六大禅宗祖师道场，修复了大小寺院八十余座。
同时，虚云和尚还兼嗣临济、曹洞两宗法脉，中兴云门，匡扶法眼，延续沩仰，以一身而系禅门五宗法脉，海内外最具影响的长老尊宿如本焕、佛源、宣化、圣一、净慧、传印、一诚、圣严等均为虚云门下弟子，是当代中国佛教的中流砥柱。

<<禅修入门>>

书籍目录

方法篇 参禅法要 参禅的先决条件 一、参禅的目的 二、万缘放下 三、个个立地成佛 四、参禅与观心 五、参禅的难易 六、话头即是一心 参禅法要——禅堂开示 引言

一、办道的先决条件 1. 深信因果 2. 严持戒律 3. 坚固信心 4. 决定行门 二、参禅方法 1. 坐禅须知 2. 用功下手——认识宾主 3. 话头与疑情 4. 照顾话头与反闻闻自性 三、生死心切与发长远心 四、悟道与修道 五、用功两种难易 1. 初用心的难易 2. 老用心的难易

结论 参话头与发疑情 三关与见处 制心一处，无事不办 动静一如，事理圆融 参禅警句 静坐要领 修行宜辨正助 修与不修 成佛之道 参悟篇 方便开示 上海玉佛寺禅七开示 照顾话头 初发心用功方法 修行无别修，只要识路头 修行用功，贵在一心 信心坚固，发长远心 开悟的难与易 精进用功，不空手而归 静坐了脱生死 从闻思修，入三摩地 认识客尘烦恼 种下成佛正因 万缘放下，立地成佛 内外加修，种植善因 佛陀慈悲能令众生出离苦海 修证一法是解决问题的根本 解七法语 云居山方便开示 明因识果 明心见性，返本还原 若人识得心，大地无寸土 动中功夫，不随物转 道高龙虎伏，德重鬼神钦 看藏经要有真实受用 佛法行持，不离信解行证 老实修行 不起心动念即降伏其心 凡所有相，皆是虚妄 行解相应 处处是道场 不随时节境界转 六根清净，处处是道 衣食住皆不离道 道向己求，莫从他觅 讲道容易修道难 传戒、受戒、持戒 施主一粒米，大如须弥山 三界无安，犹如火宅 念念无生，不被境转 但尽凡心，别无圣解 烦恼即菩提 一念无生，认识本来面目 半月诵戒，说到行到 以戒为师，谨慎守护 平常心与长远心 了生死的十件难事 一心不乱，行住坐卧皆有威仪 恩爱贪欲，故有轮回 勤学经律论，谨慎莫放逸 佛法是体，世法是用 《楞严经》是随身善知识 放下一切，专心向道 因果报应，丝毫不错 办道的难与易 四弘誓愿 外道与佛法 丛林规矩 人有二十难 贫穷布施的利益 业障有定数 修学篇 佛法基础 佛法大义 皈依三宝 六凡四圣 三归五戒 十善十恶 以戒为师 戒是修行的途径 戒律是佛法的根本 一、戒法、戒体、戒行、戒相 二、大小乘戒之同异 三、三归五戒 四、十戒、具戒、三聚戒 戒律散论 因果报应 返妄归真，方可成佛 佛法宗旨 楞严旨趣 念佛方法 参禅与念佛 禅宗与净土 禅净不二 参禅学教 禅与般若 法法平等，无有高下 实践篇 虚云和尚自述年谱 后记 享受安详自在的人生

<<禅修入门>>

章节摘录

一、参禅的目的 参禅的目的，在明心见性，就是要去掉自心的污染，实见自性的面目。污染就是妄想执著，自性就是如来智慧德相。

如来智慧德相，为诸佛众生所同具，无二无别。

若离了妄想执著，就证得自己的如来智慧德相，就是佛；否则就是众生。

只为你我从无量劫来，迷沦生死，染污久了，不能当下顿脱妄想，实见本性，所以要参禅。因此参禅的先决条件，就是除妄想。

妄想如何除法？

释迦牟尼佛说得很多。

最简单的莫如“歇即菩提”，一个“歇”字。

禅宗由达摩祖师传来东土，到六祖后，禅风广播，震烁古今，但达摩祖师和六祖开示学人最紧要的话，莫若“屏息诸缘，一念不生”。

屏息诸缘，就是万缘放下，所以“万缘放下，一念不生”这两句话，实在是参禅的先决条件。

这两句话如果不做到，参禅不但是说没有成功，就是入门都不可能。

盖万缘缠绕，念念生灭，你还谈得上参禅吗？

二、万缘放下 “万缘放下，一念不生”是参禅的先决条件，我们既然知道了，那么，如何才能做到呢？

上焉者一念永歇，直至无生，顿证菩提，毫无啰唆。

其次则以理除事，了知自性本来清净，烦恼菩提、生死涅槃皆是假名，原不与我自性相干，事事物物皆是梦幻泡影，我此四大色身与山河大地，在自性中，如海中的浮沤一样，随起随灭，无碍本体，不应随一切幻事的生住异灭，而起欣厌取舍，通身放下，如死人一样，自然根尘识心消落，贪嗔痴爱泯灭，所有这身子的痛痒苦乐、饥寒饱暖、荣辱生死、祸福吉凶、毁誉得丧、安危险夷，一概置之度外，这样才算放下。

一放下，一切放下，永远放下，叫做万缘放下。

万缘放下了，妄想自消，分别不起，执著远离，至此一念不生，自性光明，全体显露，至是参禅的条件具备了，再用功真参实究，明心见性才有分。

三、个个立地成佛 日来常有禅人来问话，夫法本无法，一落言诠，即非实义。

了此一心本来是佛，直下无事，各各现成。

说修说证，都是魔话。

达摩东来，直指人心，见性成佛。

明明白白指示，大地一切众生都是佛，直下认得此清净自性，随顺无染，二六时中，行住坐卧，心都无异，就是现成的佛。

不需用心用力，更不要有作有为，不劳纤毫言说思惟，所以说，成佛是最容易的事、最自在的事，而且操之在我，不假外求。

大地一切众生，如果不甘长劫轮转于四生六道、永沉苦海，而愿成佛，常乐我净，谛信佛祖诚言，放下一切，善恶都莫思量，个个可以立地成佛。

诸佛菩萨及历代祖师，发愿度尽一切众生，不是无凭无据，空发大愿、空讲大话的。

上来所说，法尔如此，且经佛祖反复阐明，叮咛嘱咐，真语实语，并无丝毫虚诞。

无奈大地一切众生，从无量劫来，迷沦生死苦海，头出头没，轮转不已，迷惑颠倒，背觉合尘，犹如精金投入粪坑，不唯不得受用，而且染污不堪。

佛以大慈悲，不得已，说出八万四千法门，俾各色各样根器不同的众生，用来对治贪嗔痴爱等八万四千习气毛病，犹如金染上了各种污垢，乃教你用铲、用刷、用水、用布等来洗刷琢磨一样。

所以佛说的法，门门都是妙法，都可以了生死、成佛道，只有当机不当机的问题，不必强分法门的高下。

流传中国最普通的法门为宗教律净密，这五种法门，随各人的根性和兴趣，任行一门都可以。

总在一门深入，历久不变，就可以成就。

<<禅修入门>>

四、参禅与观心 宗门主参禅，参禅在明心见性，就是要参透自己的本来面目，所谓“明悟自心，彻见本性”。

这个法门，自佛拈花起，至达摩祖师传来东土以后，下手功夫，屡有变迁。

在唐宋以前的禅德，多是由一言半句，就悟道了。

师徒间的传授，不过以心印心，并没有什么实法。

平日参问酬答，也不过随方解缚，因病与药而已。

宋代以后，人们的根器陋劣了，讲了做不到，譬如说“放下一切，善恶莫思”，但总是放不下，不是思善，就是思恶。

到了这个时候，祖师们不得已，采取以毒攻毒的办法，教学人参公案。

初是看话头，甚至于要咬定一个死话头，教你咬得紧紧，刹那不要放松，与老鼠啃棺材相似，咬定一处，不通不止，目的在以一念抵制万念。

这实在是不得已的办法，如恶毒在身，非开刀疗治，难以生效。

古人的公案多得很，后来专讲看话头，有的看“拖死尸的是谁”？

有的看“父母未生以前，如何是我本来面目”？

晚近诸方多用看“念佛是谁”这一话头。

其实都是一样，都很平常，并无奇特。

如果你要说，看念经的是谁？

看持咒的是谁？

看拜佛的是谁？

看吃饭的是谁？

看穿衣的是谁？

看走路的是谁？

看睡觉的是谁？

都是一个样子。

“谁”字下的答案，就是话从心起，心是话之头；念从心起，心是念之头；万法皆从心生，心是万法之头。

其实话头，即是念头，念之前头就是心。

直言之，一念未生以前就是话头。

由此你我知道，看话头就是观心，父母未生以前的本来面目就是心，看父母未生以前的本来面目，就是观心。

性即是心，“反闻闻自性”，即是反观观自心。

<<禅修入门>>

媒体关注与评论

中流砥柱挽狂澜，仆仆风尘救倒悬。
为法忘躯无自己，恒顺众生有人缘。
黑暗明灯光普照，苦海慈航度大千。
云居真如留圣迹，源远流长法界宽。

——宣化上人 虚老一生，出世于清末、民国多事之际，世寿百有二十岁，僧腊百零一年。

初期则苦行参方，专修禅寂。

及在高旻寺参堂，不意打破茶杯，即已发明己事。

然后因遭逢世变，备见佛教衰败，宗门寥落，即发愿于诸名山古刹，重建丛林寺院而恢复禅风。

由此而百年之间，辛苦艰难，备尝之矣。

世之情伪，亦备知之矣。

而此心皎如日月，历劫不移。

此皆为世所公认事实，无可疑议者也。

——南怀瑾 遍立道场而无所住，广演法要而无所著。

人我寿者无所得故，慧灯再燃亦无所续。

——赵朴初

<<禅修入门>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>