

<<证悟>>

图书基本信息

## 前言

在觉察中安住 杰克·康菲尔德 当第一批西方弟子于20世纪60年代抵达巴蓬寺[Wat PahPong]时，阿姜查并未给予他们特殊的礼遇与照顾，不同于泰国以往对待西方僧侣的惯例。他并未放宽寺庙的要求与训练，而是坐在位于丛林中央之茅棚一隅的板凳上，盯着他们瞧。就像表匠揭开表盖，仔细检视里面的精密仪器一样，关切他们是否了解世间之苦与灭苦之道。然后他会笑着邀请他们聆听，并参与共修，如果他们够勇敢的话。

在那几年，僧团的人数还不多，很少人听过阿姜查禅师的名字。

25年后，他已经成为当代最受敬重的森林禅修大师之一。

1993年，在他的寺庙有数百万人，和泰国国王与王后一起参加他的葬礼，向他表达最后的敬意。

## <<证悟>>

### 内容概要

本书是阿姜查的资深弟子保罗·布里特所编译的阿姜查一的教法开示。

在其中，阿姜查教导我们如何活出佛法、以法为身，并为我们铺陈了一条环环相扣的道路：闻法、思法、修法、见法、证法与传法。

闻法而解果，知法而起修，见法而证入，最后内心与法合一，如此方可名为悟道与见道。

南传佛法僧侣可分两大流派，一是以学习经典为主的[学问比丘]，一是从实修下手的[修行比丘]。阿姜查属于后者。

与[学问僧]的引经据典不同，阿姜查的说法秉承了南传森林传统，善用日常生活以及森林云游的经验，进行生动譬喻，使人了解外在自然的法则，正足以令人契入佛法，于不经意间将人导入智慧与解脱。

它们的直接、清晰与亲切，对于具有不同文化背景与佛教传承的人来说，皆可适用。

## <<证悟>>

### 作者简介

阿姜查[Ajahn Chah, 1918-1992], 近代泰国最著名的法师之一。

九岁出家, 二十岁正式受戒成为比丘。

一九四六年通过最高级的正规佛学课程考试后, 开始托钵行脚, 寻师访道。

一九四八年在森林中与二十世纪伟大的森林禅师阿姜曼相遇, 获得重要的启发, 改变了他的修行方法。

一九五四年回到家乡乌汶省巴蓬寺, 追随者日多, 于是有了著名的巴蓬寺。

阿姜查的修行方式有两大特色: 头陀行与禅定体验, 两者都是延续迦叶量月重视苦行的精神而来。

他的教导方式简明深远, 吸引了不少西方人士前来受教。

其中包括杰克·康菲尔德[Jack Kornfield]、保罗·布里特[Paul Breiter]、阿玛洛比丘[Amaro Bhikkhu]、甘比罗比丘等。

除本书外, 其他著作还有《关于这颗心: 戒·定·慧》、《无常》、《宁静的森林水池: 阿姜查的内观禅修》等。

<<证悟>>

书籍目录

序 在觉察中安住杰克·康菲尔德英译者序 教导苦与苦的止息英文版致谢导论 进附录法的道路第一章  
闻法第二章 思法 现在法 猎人的陷阱第三章 修法 寂灭之道 戒带来快乐——于松克朗的开示 修习禅  
定 在家修——别让猴儿烧了你的房子 出家的生活——人们为什么要出家？  
是日已过——对巴蓬寺尼众之讲话第四章 见法 幡陈如觉悟了 摸索第五章 证法 超越因果 让它成为  
涅槃之因第六章 传法附录 词汇表

## &lt;&lt;证悟&gt;&gt;

## 章节摘录

有教养的饿鬼 佛陀说像我这样的老师，也可能会变成饿鬼——一个有教养的饿鬼。这是怎么一回事呢？

我想说一个故事，一个很有意思的寓言。

这个故事有点长，请你们耐心听下去。

有一个大善人，只要是有益于人的事，他都会全力以赴。

他做事很精细，甚至有些挑剔。

每件事都要求整洁有序，当他的孩子、侄女或外甥来访时，他都会有些不高兴。

无论是扫帚或水壶，都一定得放在固定的位置上。

如果有人不照着他的方式做，他就会不高兴。

不过，他是一位善良而严谨的好人。

有一天，他想要在森林里盖一座供人休憩的会堂（sala）：“嗯！

在这里盖一座会堂不错，可以为我累积更多的功德……商贾与旅人都可以在此落脚与休息，他们将会感到非常舒适与感激。

”打定主意之后，他便开始建造，供人使用 后来，他去世了。

在他死后，因为执著于自己的善行，他的意识回来住在这里，这个过去他生活与行善的地方。

他常去审视那间会堂，看看有没有整理好。

当他发现有些地方凌乱时，他就很沮丧。

当他看见那里整齐清洁时，他就很高兴。

因为他的心就像这样——善良、整洁与一丝不苟。

有一天，好几百个商人来此逗留，吃完饭后，就去睡觉，躺成一长列。

这个会堂的主人，现在成了“有教养的”饿鬼，前来审视他们的睡相是否整齐。

上下左右环顾之后，他发现他们的头没有排成一条直线，于是他开始拉他们的脚，以将头排正。

他不停地拉，一列接着一列，直到都调整好为止。

但是，接着他看他们的脚，现在脚又参差不齐了，怎么办？

因此他又开始拉他们的头，以调整脚的位置。

好不容易完成后，他发现头的位置又歪了。

他很纳闷：“这究竟是怎么一回事？”

”他就这样折腾了一整夜，片刻也不得安宁。

终于他放弃了。

他试着坐下来检讨其中的原因，忽然灵光一现：每个人都不一样。

他们的身高不同，因此无法排成一条直线。

他心中的石头终于得以放下，因为他看见有些人高、有些人矮，事实就是如此。

他放下了，并且觉得好一点，因为他看见每个人都不一样。

先前，他期望他们都一样。

当他们不一样时，他就想要让他们一样。

不过这是不可能的，因此他才会痛苦。

接着他停下来思维这件事，才看见真相：“啊，人就像那样，他们都不一样高。

”他才觉得好一点。

执著之苦 我们的情况也是一样。

我们必须看见事情的因，必须看见人都是不一样的。

这是一件值得深思的事，因为有些事是我们无法改变的，我们不能砍掉他们的脚，好让他们都一样高。

执著会让我们陷入错误的欲望与想象中。

我们每个人就像这样，有不同的工作与职责，有些人比较快速而有效率，有些人则比较慢——存在着各种差异。

## <<证悟>>

如果见解错误，很容易就沦为饿鬼。

我也一样，一不留意就会变成饿鬼，但是我会很快觉醒：“嘿！

你快变成饿鬼了，快斩断它。

” 我有弟子，我希望他们进步，能照着我的训练方式发展。

有时候我会为此而苦恼，当这种情况出现时，我会提醒自己：“我已经再一次变成饿鬼了。

” 我随时都这样教导自己。

用这样的方式，我们可以经常“转生”成饿鬼。

但是我们不会轻易放弃，我们必须教导自己更娴熟地处理事情，了解其间的因果。

接着，我们才可以如实地看待众生，随顺他们本来的样子，并且可以放下，保持轻松自在。

我们可能会希望他们成为某种样子，不过问题不在他们，而在我们。

我们的心被遮蔽了，因此才会归咎给他人。

事情不是那样，都是我们的缘故。

每个人都不一样，但是我们却期望他们一样，如果我们能根据看见的事实去处理事情，问题就解决了。

。

有些人骑摩托车，因为失去控制而摔倒，他却说：“是摩托车让我摔倒。

” 事实上，是他让摩托车摔倒，因为他没骑好，但是他却归咎给车子。

放逸者无法受教 总结来说，小孩与成人的情况不同。

如果小孩犯错，你愿意原谅他们，因为他们不懂事，如果是成人犯错，人们就不愿意原谅，因为他们应该更懂事才对。

佛陀说不知道对错的人，可以教他们知道；但是知道却不照做的人，就无可救药了。

那些人被称为放逸者，无法受教。

那些结局悲惨者，都是不知自省的人。

我们总是看其他的人与事，看外面迷人的事物，想从外界寻找快乐，从来没有向内挖掘，没有在自己身上用功，让它变得光明与澄澈。

结果当然就是经常陷入挫折与迷惑中。

<<证悟>>

编辑推荐

法，是什么，我们所追求的法——戒律与教导，是帮助我们了解的工具。

教导是语言，法并不存在于语言中。

语言是一条道路，为人们指出方向，引导心去认识与了解法。

因此教导本身并不是法。

到哪里去求法？

无论前往一问寺庙，或再往其他寺庙寻找，或到森林行脚与参访，它都一直在那里。

法，就在你自身之内——就在你的身上。

拼命努力，就能证法吗？

刻意追求放下，则永远放不下，无论尝试多久，都办不到。

但是，在那一刻，当阿难决定停下来休息时，他放弃追求成就，只是用已经建立起来的正念进行休息，心一放下，他就看见并觉悟了。

《证悟：阿姜查的见道历程》给您指引。



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>