

禪七儀規

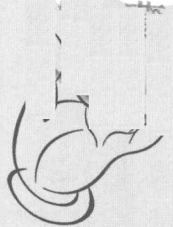


释一诚
◇ 编著



宗教文化出版社

禪七儀規



釋一誠◇編著

一誠



宗教文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

禅七仪轨/一诚主编.-北京:宗教文化出版社,2010.1

ISBN 978-7-80254-228-0

I.①禅... II.①一... III.①禅宗-基本知识IV.①B946.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第014199号

禅七仪轨

一诚 主编

出版发行: 宗教文化出版社
地 址: 北京市西城区后海北沿44号 (100009)
电 话: 64095215 (发行部), 64073175 (编辑部)
责任编辑: 原 朋 余 葶
版式设计: 张尹君
印 刷: 北京新华印刷厂

版权专有 不得翻印

版本记录: 787×1092毫米 16开本 14.75印张 26千字 插图239
2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80254-228-0
定 价: 68.00元

绪言

一诚长老

起七日夜忙，踏倒威音王。

东西无办处，南北岂商量。

会得共受用，同登选佛场。

昔丹霞天然禅师初业儒，进京赶考，路遇一禅者，问做么子去？丹霞答：选官去。禅者曰：选官何如选佛？遂径造江西。此后丛林禅堂亦名选佛场、选佛堂。由是而言，选佛场中究竟何事？竹片无所事，心空及第归。

禅法是佛法修证的归宿。自拈花微笑，师资道合，心心相印而后，二十八传至达摩祖师，直指人心，见性成佛之旨得以东传。六代而后，至我惠能大师禅宗宗旨方始大放光明，彻地耀天，亘古贯今。

禅宗一法，不论禅定解脱，惟论见性。时至后世，具眼者日渐稀少，方法上亦多有变化。先是参究古来祖师公案，至宋时大慧禅师倡导参话头，而后参究“念佛是谁”、“拖死尸的是谁”、“万法归一，一归何处”等等话头成为禅宗打破漆桶的竹篾子。

千载而下，在当前国泰民安，社会昌明，经济发达，佛法蒸蒸之际，振兴禅门亦是丛林当务之事。为此藉编《禅七仪规》，昭示大众，中国佛教以禅宗为特质，禅宗以明心见性为宗旨，方法是动静一如的参究，禅七以克期取证为目的。

禅七一书振道风，世尊拈花示本心；

迦叶破颜微笑事，正法眼藏续传灯。

目 录

- 一、禅堂规约 / 1
- 二、众职事仪规 / 5
- 三、起七前事项 / 17
- 四、起七仪规 / 63
- 五、禅七廿四支香 / 89
- 六、解七仪规 / 139
- 七、坐香时间表 / 155
- 八、虚云老和尚法语 / 159
- 九、一诚长老法语 / 211





一

禅

堂

规

约



古规失俭，怠惰成风；时弊多端，提持贵密。虽则现成公案，要须大家共知。行解相应，则无愧于先宗；道德兼资，乃有利于来学。是在同心共相遵守。

(一) 钟板参差者，巡察跪香行礼；不服者出堂（院）。

(二) 调唆是非者、交拳破口者出堂（院）。

(三) 除老病公事外，私自逃单者，挂牌不许复住（不复共住）。

(四) 禅堂内外闲谈杂话者罚；静中响动惊众者重罚；不服者出堂。

(五) 敲打钟板、木鱼、小板等法器，参差不清者罚。

(六) 不顾修行本分、交头接耳者罚。

(七) 上堂小参等，各搭衣持具，齐集法堂，次第而立，有问则出，不得参差，违者罚。

(八) 未满期不许出堂，除公务外，私自告假者罚；不遵者重罚。

(九) 偷看典章者罚；非时私睡者罚。

(十) 出入不白执事者罚；止静不到者罚。

(十一) 行香、坐香不到者罚；失误散香、巡香者重罚。

(十二) 值日交代不清者罚；破坏什物者罚赔。

(十三) 不顾本参乱逞机锋者罚；妄作拈颂评论公案者罚。

(十四) 堂中出入须次第而行，违者罚；若串单乱位、穿堂直过、无事





闯寮者重罚。

(十五) 私借堂内什物出外者罚。

(十六) 滋事失仪不听职事规谏者罚；不服者出堂。

(十七) 行坐课诵受食出坡不随众者罚。

(十八) 检点他人是非、扰群乱众者重罚。

(十九) 警策昏沉，三香板不下位者罚。

(二十) 故纵昏沉者罚；争香板者罚；不服者出堂。

(廿一) 警策后昏沉如故者立参；再三警策昏沉如故者跪参；不服者出堂。

(廿二) 经行纵横、谈笑、涕吐或鞋物作声者罚；不服者出堂。

(廿三) 出外不着直裰（俗称海青，亦名偏衫或袍子）且衣不过膝者罚。

(廿四) 有事他出，归期失限者罚。

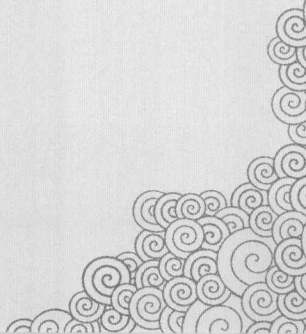
(廿五) 尊客参堂，各依位次，不得失仪，违者罚。

(廿六) 擅入客堂与人杂话者重罚。

(廿七) 开大静后言语嬉笑者，在监值寮、外寮闲闯者重罚。

(廿八) 私造饮食者罚；抽烟饮酒者重罚。

(廿九) 闯静者罚。



(三十) 巡香循情疏职或以公报私，故打者重罚。

(卅一) 小恙给假三日，重病出堂调养，不得故留妨众，违者罚。

(卅二) 年逢七期，更深点心，只可干点，不得使用锅、火、碗、筷，违者罚。

以上条约，本分攸关；如或不遵，自失善利；同居大众，戒之勉之。





二

众

职

事

仪

规



（一）禅堂诸师行住坐卧日行仪规

禅堂乃是选佛场，禅宗要地，大非等闲，规矩宜严谨守护。所谓：“开万圣之圆乘，阐佛祖之慧命，弘宗门之大范，造学者之佛因。”举止要有规则，自然肃静无声，大众方得安心参禅，克期取证，行住坐卧，自班首乃至清众均有仪规可循。

1. 行香

行如风，如风之行止无迹，不得回互盼顾，如穿袍子皆手抄弥陀印，万不能摆袖子；穿长褂亦不能抄手，须徐徐行步，轻轻摆手。行香摆手，左手向外摆三分，右手前后甩七分，一个跟一个，一步套一步，后面的看前面的脊缝。须顺圈子走，不得穿堂直过，不得逆圈子而行，进堂不问讯，不合掌，不得抄手而行，须两手垂直，不得东张西望，不得低头昂脑，不得掉头顾视，不得交头接耳，必须将头靠衣领，端严整肃。行走与前人相距三块砖，不得踏前人脚跟，行走近人之前，而失行之威仪。

2. 住立

立如松，如松之挺直无有偏斜，不得以两手抄后，不得叉手而立，不得将脚跷高处，不得眼睛斜视，不得倚墙靠壁及左右眺望，必须双手垂直，站立脚跟对齐，前八后二站定，如穿袍子皆捧手，端正无偏则心地公直矣。

3. 坐香

坐如钟，如钟之安稳，不稍动摇。凡坐香皆跏趺坐，单跏趺即右脚在下左脚在上，双跏趺即先左脚放右大腿上，再右脚放左大腿上。将底下两衣服角，先包右腿，后包左腿，再包两膝名“两把半”。膝头平位边，头靠衣领，手捧弥陀印。坐香必须端身正坐，身端则心正，心正则因真，因真则果





自不纒曲矣。不但坐香，即一切处，人前背后亦然也。

4. 卧睡

卧如弓，弓之弯曲者似不直，坐香则盘腿，卧时则收腿，乃与办道正适其宜。故佛制四大威仪，卧时皆右手枕头，左手搭膝，两腿相叠，不得掉举；不得仰睡，仰睡名修罗睡；不得左手枕头右手搭膝，此睡名畜牲睡；不得覆睡，覆睡名饿鬼睡；不得伸两脚睡，伸脚名死人睡。此皆不名吉祥卧。吉祥卧者，十方诸佛同卧，历代祖师同卧；不依吉祥卧者乃蠢动含灵六道四生同卧。所以天堂地狱，凡圣两途只在卧时一念，可不勉欤？！

（二）禅堂出入往返仪规

凡住禅堂出入往返，上殿过堂，全在威仪严谨，我僧界中，有三千威仪八万细行，不过行住坐卧四威仪中，全在一双眼睛收得好，眼睛不收则威仪不具，所住禅堂皆住的一双眼睛。若威仪整肃，名无言教，不言而自信，不教而自成，正是自利利他，实菩萨事也。路途中不得沿途吐痰涕唾，须带草纸放袖笼内，方便使用。不得东张西望，左右顾视，不得交头接耳，不得抢前拖后，如有见父母、亲戚、师长、同参等，不得途中会话，往返一如，不得人前规矩，背后放逸，若能遵行无犯，便是法门大器。



(三) 禅堂上下广单日行仪规

住禅堂诸师凡养息上广单时，鞋尖向佛龕，开被单摆枕头，概不宜作声。睡在外者，不得在里睡，睡在后者不得在前睡。西单头（即第一个单位）睡单前，头朝外，西单二头朝里，以次单三在外，单四在里，以此类推；东单是大悦众在外，二悦众在里，与西单同；司水师睡西单末后；香灯师睡东单末后，必须以次第而安之，若不尔者，名为串单，大犯堂规。单上不得看文书、不得缝衣物、不得解包袱、不得交头接耳、不得叽咕讲话、不得有丝毫响动、不得盘腿单上坐。如开大静后有发心坐香拜佛者，必须轻轻上下单，无丝毫响动声，下单后除坐香礼拜外，不得在灯下看文书及做针线，更不得三五成群上屏处叽咕谈心，执事查出立即重罚。次早催香，若下单后，被条摺好，齐一条线，其余任何零物，乃至一草，皆要收好，万不能露外。单上衣架，睡在外者放外架上，睡在里者放里架上，前归前，后归后，不得参差。架上不能摆箴箱、皮箱、雨伞、提箱、木箱、藤包、方便铲、扁担等物。单上不能盖花被子、红绿被条，亦不得摆洋枕头、棕拂子，查出重罚。

(四) 禅七班首日行仪规

禅宗一法，自达摩祖师东来，开中土禅学先河，继后历代祖师演扬，续拈花慧命，大振宗风。今日吾等若不全身荷担，竭力维持，刹竿倒地，咎将谁归？故班首一职，非等闲可比。须道行卓绝，戒如冰霜，行住坐卧为禅





者之楷模，作衲子之芳規，律人律己，全功全德。每日領眾行持與大眾結法緣，護常住、續慧命，毫無懈怠。

首座表率叢林，輔翊住持，分座說法，開示後昆，坐禪領眾，謹守規章。凡益眾事皆得舉行，如衣之領，如網之綱。西堂亞于首座，其才其德，循謹謙雅。後堂扶贊宗風，為眾模範。堂主扶翊維那，監理堂事。班首為宗門行法之人，首明絕相超宗大意，拈提祖旨，為大眾拔楔抽釘，能自行遵規守矩，感眾守寂靜威儀，誠禪人之法身父母，海眾之出世導師，自他俱利，福慧共修。日常云為于禪堂內外，不得互相口角爭吵，對人必須和顏悅色，不得與參學者各處聚集談笑。清眾違反堂規，舉罰以三輕香板為限，不得以流俗粗言呵責參學者。大殿齋堂不得大聲講話講規矩整清眾，而亂清規。

（五）禪堂維那日行儀規

維那乃禪堂規矩之綱，有統理大眾、綱維眾僧之責。調攝掌理堂中之事，必須自具威儀，行止無乖儀規，方可正肅大眾。故堂中大小規則，必先熟諳清楚，如有未能盡悉，預先請問首座班首。凡事酬商而行，發菩薩心，深明因果，以成就大眾法身道業為務。

在未分單以前須睡于堂中本位，于分單後可在維那寮睡至七月十五日，其後仍回堂中睡，于堂中睡時，頭朝廣單，腳對香案，右脇吉祥卧，面向外以便照應堂事。早上听夜巡打過一陣四椎板，維那打一椎木魚開靜，听到煞四板則套打三椎叫香。大眾下单，維那在本位，待大眾出堂盡，跟末后走出。如打七期間，此時夯香板應持半平半仄香板出堂，不得隨便帶出，將



禅七

香板靠禅堂西风格内柱边，字向外，此时维那可大小架房。回时，将香板横持手内，在禅堂坡台中层站候，待大众盥洗毕，自己即可盥洗。招呼取杯篮子后，即拿半平半仄香板进堂，香板归原处，更衣就坐。看做事有不如法者随说，不可徇情含糊。平时当值、散香散杯子、倒开水、打报钟后，即穿袍搭衣持具，于棕垫蒲团东边礼佛三拜，向东转向，从东出至韦驮殿中蒲团礼佛毕，从东边进堂，往西三块砖走，如有冲盹即招呼头抬起来，接着归位放具盘坐。挂二板时，凡做事人有差错之处，当即讲出，一切事毕上殿同常。禅堂起身引磬皆听维那招呼，若有班首后进堂，穿衣袍赶不及者，必须等候。凡禅堂内放卷帘子、送和尚及班首位、挂二板、打抽解均由维那招呼。若无班首讲话，亦由维那招呼倒香，夏天如二板一挂或站板一打，即招呼向前坐，以利听开示，如冬天加香打七，挂二板、打站板后，维那持香板从东绕西走一圈，若见有人挡路，香板拨之，放约五尺宽路，以便讲开示者就位走之。讲毕打催板，大众行香几圈后，班首将到位打抽解招呼送位。维那不论何时，定走帘子东边进出。打七时，监香由东至西，维那由西至东，对面未卓香板以前，即云某支香打起精神来，卓过香板后归位。除七期内，每支香皆要招呼三板一钟打好。香将尽，取燃香放桌上。若以引磬开静，用指弹两下，悦众即开静。若大鱼子止静、开静，用指弹桌子两下即可。如禅七期，午板香静中及晚六支香静中，香至一半，维那先打三椎叫香，大众下位一齐站起，维那持香板从东绕西，若和尚在堂未放帘子，至和尚位即回，如不在堂或已放下帘子，则直至西单书记位即回，并视大众班次是否整齐，复从佛龕后归位。放香板响声略重，后垂手站，候和尚或班首打过警策香板后，听放香板响声，维那即持香板一卓，大众复归位静坐至开静。维那如





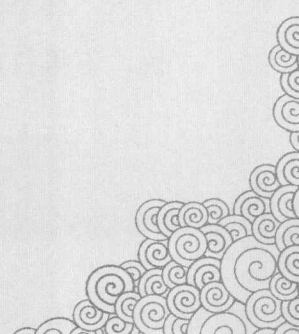
有他事不能执行已职，即自请班首暂代。如行香，维那宜早进堂，不叫众人吃苦。凡遇事细心斟酌为要，万不能忽略于事及委屈于人。堂中不能喜此恶彼，大众慧命全系维那，因果不爽，岂不兢兢可畏哉！

（六）禅七当值要务

1. 扬板：早课香前、早六支香开静后、晚课香前、晚四支开静后，每日共四次。
2. 敲报钟：早课香起香前、晚课香前，每日共两次。
3. 站板、催板：除早板香、午板香、养息香无站板外，每支香均敲。
4. 起香、抽解。
5. 止静、开静。
6. 每吃过水、茶水、汤、豆浆等，见香桌上有水，当值即用毛巾擦拭净。

（七）禅七监值要务

1. 关门、掩门、开门。
2. 挂帘子、放帘子、卷帘子：过早堂、午堂前卷帘子。
3. 铺棕垫、收棕垫：只有早课香、早六支香、养息香不铺。
4. 拖佛前水。



(八) 禅七监香要务

1. 每支香起香时在堂外敲三阵叫香,行香中间维那招呼出去煞一阵叫香,跑香时答“起”字,打抽解时在门外打三阵叫香,小圃回来听维那招呼煞一阵叫香。

2. 每支香开静或行香中挂二板吃过茶及其他食物后都要到对应的白砖上卓香板。

3. 过早堂或午堂时,监香在路途两边,横持香板,看有不依规矩者随下香板。在斋堂吃过饭后要在外墙或廊柱上用香板敲一阵。

4. 止静持合掌香板走草鞋圈子,走第三块砖,因周围皆圆,名草鞋圈子,如见有鞋放不整齐或超出止单边者,即将香板交左手,靠左胯,柄朝下,右手整理鞋子后,复归原手拿好,这样从东绕西至佛前,横持香板,主中站定。少顷,副监香下位。如果副监香在西单坐,正监香则移步站到东边的白砖上;如果副监香在东单坐,正监香则移步至西边的白砖上,站法相同。巡香时,东边白砖上监香向东右脚先开步,西边白砖上监香向西左脚先开步,看香或时间两人同时走圈子。

5. 在静中有八种情况尽可下香板:轻昏点头、弹指抓痒、静中讲话、嬉笑放逸、冲盹打呼、东倒西歪、前冲后仰、靠壁扒位。如有昏沉下香板,不论东西两单,皆右脚上前,膝头对膝头,正下在挑担肩膀处,不得打在衣领上,又不得点在背上,不得打连两香板,不得打回头香板,又不得打肩骨头,亦不得伤耳,必须恰当打过就走,不得对面相望,打香板不得故意报仇,不得打反手香板,不得用香板挑拨。如有二人昏沉,则打一重者,如三

