

修



禅修入门

虚云老和尚等 撰

释延佛 整理



YZLI0890168208

- 乙亥讲演录
- 虚云老和尚开示录
- 断际禅师传心法要
- 顿悟入道要门论



九州出版社
JIUZHOU PRESS


禅修入门

虚云老和尚等 撰
释延佛 整理



YZLI0890168208



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

禅修入门 / 虚云老和尚等撰 ; 释延佛整理.

——北京 : 九州出版社, 2012. 10

ISBN 978-7-5108-1619-2

I. ①禅… II. ①虚… ②释… III. ①禅宗—通俗读物
IV. ①B946.5—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 217982 号

禅修入门

作 者 虚云老和尚等撰 释延佛 整理
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 北京毅峰迅捷印刷有限公司
开 本 710 毫米×1000 毫米 16 开
印 张 21.5
字 数 360 千字
版 次 2013 年 1 月第 1 版
印 次 2013 年 1 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-1619-2
定 价 43.00 元

参禅的先决条件(代序)

——虚云老和尚

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?释迦牟尼佛说的很多,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。这两句话如果做不到,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?

“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,毫无络索。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,叫作万缘放下。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。

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。不须用心用力,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,并无丝毫虚逛。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,不惟不得受用,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。

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,如老鼠啃棺材相似,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。“圆照清净觉相”,清净觉相即是心,照即观也。心即是佛,念佛即是观佛,观佛即是观心。所以说“看话头”,或者是说“看念佛是谁”,就是观心,即是观照自心清净觉体,即是观照自性佛。

心即性、即觉、即佛,无有形相方所,了不可得,清净本然,周遍法界,不出不入,无往无来,就是本来现成的清净法身佛。行人都摄六根,从一念始生之处看去,照顾此一话头,看到离念的清净自心,再绵绵密密,恬恬淡淡,寂而照之,直下五蕴皆空,身心俱寂,了无一事。从此昼夜六时,行住坐卧,如如不动,日久功深,见性成佛,苦厄度尽。昔高峰祖师云:“学者能看个话头,如投一片瓦块在万丈深潭,直下落底。若七日不得开悟,当截取老僧头去。”同参们!这是过来人的话,是真语、实语,不是骗人的诳语啊!

然而为什么现代的人,看话头的多,而悟道的人没有几个呢?这是由于现代的人,根器不及古人,亦由学者对参禅看话头的理路,多是没有摸清。有的人东参西访,南奔北走,结果闹到老,对一个话头还没

有弄明白,不知什么是话头,如何才算看话头,一生总是执著言句名相,在话尾上用心。看念佛是谁呀,照顾话头呀,看来看去,参来参去,与话头东西背驰,哪里会悟此本然的无为大道呢?如何到得这一切不受的王位上去呢?金屑放在眼里,眼只有瞎,哪里会放大光明呀?可怜啊,可怜啊!好好的儿女,离家学道,志愿非凡,结果空劳一场,殊可悲悯。

古人云:“宁可千年不悟,不可一日错路。”修行悟道,易亦难,难亦易,如开电灯一样,会则弹指之间,大放光明,万年之黑暗顿除;不会则机坏灯毁,烦恼转增。有些参禅看话头的人,着魔发狂,吐血罹病,无明火大,人我见深,不是很显著的例子吗?所以用功的人又要善于调和身心,务须心平气和,无挂无碍,无我无人,行住坐卧,妙合玄机。

参禅这一法,本来无可分别,但做起功夫来,初参有初参的难易,老参有老参的难易。

初参的难处在什么地方呢?身心不纯熟,门路找不清,功夫用不上,不是心中着急,就是打盹度日,结果成为“头年初参,二年老参,三年不参”。

易的地方是什么呢?只要具足一个信心、长永心和无心。所谓信心者,信我此心本来是佛,与十方三世诸佛众生无异。所谓长永心者,就是选定一法,终生行之,乃至来生又来生,都如此行持,参禅的总是如此参去,念佛的总是如此念去,持咒的总是如此持去,学教的总是从闻思修行去——任修何种法门,总以戒为根本——果能如是做去,将来没有不成的。汾山老人说:“若有人能行此法,三生若能不退,佛阶决定可期。”又永嘉老人说:“若将妄语逛众生,自招拔舌尘沙劫。”所谓无心者,就是放下一切,如死人一般,终日随众起倒,不再起一点分别执著,成为一个无心道人。

初心人,具足了这三心,若是参禅看话头,就看“念佛是谁”。你自己默念几声“阿弥陀佛”,看这念佛的是谁?这一念是从何处起的?当知这一念不是从我口中起的,也不是从我肉身起的。若是从我身或口起的,我若死了,我的身口犹在,何以不能念了呢?当知此一念是从

我心起的，即从心念起处，一觑觑定，蓦直看去，如猫捕鼠，全副精神集中于此，没有二念，但要缓急适度，不可操之太急，发生病障。行住坐卧，都是如此，日久功深，瓜熟蒂落，因缘时至，触着碰着，忽然大悟。此时如人饮水，冷暖自知，直至无疑之地，如十字街头见亲爷，得大安乐。

老参的难易如何呢？所谓老参，是指亲近过善知识，用功多年，经过了一番锻炼，身心纯熟，理路清楚，自在用功，不感辛苦。老参上座的难处，就是在此。自在明白当中，停住了，中止化城，不到宝所，能静不能动，不能得真实受用。甚至触境生情，取舍如故，欣厌宛然，粗细妄想，依然牢固。所用功夫，如冷水泡石头，不起作用，久之也就疲懈下去，终于不能得果起用。老参上座，知道了这个困难，立即提起本参话头，抖擞精神，于百尺竿头，再行迈进，直到高高峰顶立，深深海底行，撒手纵横去，与佛祖觐体相见。困难安在？不亦易乎！

话头即是一心，你我此一念心，不在中间内外，亦在中间内外，如虚空的不动而遍一切处，所以话头不要向上提，也不要向下压。提上则引起掉举，压下则落于昏沉。违本心性，皆非中道。

大家怕妄想，以降伏妄想为极难。我告诉诸位，不要怕妄想，亦不要费力去降伏他，你只要认得妄想，不执著他，不随逐他，也不要排遣他，只不相续，则妄想自离。所谓“妄起即觉，觉即妄离”。若能利用妄想做功夫，看此妄想从何处起。妄想无性，当体立空，即复我本无的心性，自性清净法身佛，即此现前。究实言之，真妄一体，生佛不二，生死涅槃，菩提烦恼，都是本心本性，不必分别，不必欣厌，不必取舍，此心清净，本来是佛，不需一法，哪里有许多啰嗦？——参！

目 录

乙亥讲演录

王骥陆居士

说 明	2
缘 起	3
启机分	5
反问自性	5
求佛与求己	6
根本迷误	7
释 佛	8
释 法	9
释 僧	10
释 我	10
灵性不灭之理	16
释 苦	16
如何了生死	19
释无明	21
释业障	22
除业障之法	22
释解脱	23
说因果	24
辨心性	25
性心不二	26
根尘相对	27
心谓宝藏	27

正修分	36		
修行本意	36	大 愿	40
正 信	38	实 行	41
印证分	84		
甲、上座时功夫上之印证	87		
乙、下座时功夫上之印证	88		
总 结	111		

虚云老和尚开示录

虚云老和尚

一九二九年十月二十一日在上海世界佛教居士林请普说	114
民国三十二年一月十七日,在重庆慈云寺开示	116
民国三十二年一月十八日晚,在重庆慈云寺开示	119
民国三十二年一月十九日开示	121
民国三十五年八月十八日,在广州中山会馆,各界欢迎大会上开示辞	122
民国三十五年在香港东莲觉苑讲	125
民国三十六年丁亥八月初一日在澳门平安戏院开示归戒	128
民国三十六年九月二十七日在广州联义社演说	134
在广州佛教志德医院演讲	136
参禅与念佛	137

参禅法要	138
引 言	138
结 论	147
参禅警句	147
修与不修	149
念佛将终开示	150
参话头	151
在云门授皈戒开示	152
因果略谈	153
南化禅七开示三则	156
参禅与念佛的关系	157
老实念佛	160
上海玉佛寺禅七开示	161
初七第一日开示	161
初七第二日开示	163
初七第三日开示	166
初七第四日开示	167
初七第五日开示	169
初七第六日开示	172
初七圆满日开示	175
次七第一日开示	177
次七第二日开示	179
次七第三日开示	180
次七第四日开示	182
次七第五日开示	183
次七第六日开示	183
次七第七日开示	184
解七开示	184

云居山方便开示	188
乙未闰三月十一日开示	188
闰三月十二日开示	189
闰三月十三日开示	190
闰三月十四日开示	191
闰三月二十一日开示	193
闰三月二十四日开示	195
闰三月二十六日开示	197
闰三月三十日开示	200
四月初三日开示	202
四月初五日开示	203
四月初九日开示	205
四月十一日开示	206
四月十五日结夏安居开示	207
四月十六日开示	209
四月十七日开示	210
四月二十一日开示	212
四月二十二日开示	213
四月二十三日开示	214
四月二十五日开示	218
四月二十六日开示	219
四月二十七日开示	220
四月二十八日开示	221
四月二十九日开示	222
端午节开示	223
五月十五日开示	223
五月十六日开示	224
五月十七日开示	226

五月十八日开示	228
五月二十日开示	231
五月二十一日开示	232
五月二十三日开示	235
五月二十六日开示	238
六月初二日开示	239
六月初三日开示	241
六月十六日开示	243
六月二十三日开示	243
六月二十五日开示	246
六月二十七日开示	247
七月初八日开示	250
七月初十日开示	252
七月十一日开示	254
七月十七日开示	255
一九五五年云居山戒期开示	256
此次传戒缘起	256
开自誓受戒方便	257
衣钵	258
戒律是佛法之根本	261
戒法、戒体、戒行、戒相	261
大小乘戒之同异	263
三归五戒	264
十戒、具戒、三聚戒	265
结 劝	268

黄蘗山断际禅师传心法要

[唐]黄蘗山断际禅师

唐河东裴休集并序	270
黄蘗断际禅师宛陵录	280

顿悟入道要门论

[唐]慧海禅师

大珠慧海禅师像	296
顿悟入道要门论序	297
顿悟入道要门论卷上	298
顿悟入道要门论卷下	312
诸方门人参问语录	312
初祖菩提达摩大师安心法门附出联灯会要	323
后 序	325



乙亥讲演录

王骧陆居士

说 明

一、此讲演录总为三分，系主讲师王骧陆居士开示语录。初为启机分，以启发大心承当为因。次有正修分，以当机授法实修为缘。三为印证分，以修后开悟印心为果。谨择要记录付梓，以供同参。

二、本会原名“学佛研究会”，嗣改组为“印心精舍”。骧师在会传法，前后二年，讲座四百余次，教诲学人，倦焉勿替。皈依同人得明心要识自本性者，不可胜数。惜甲戌岁所讲，未存记录。此系专就乙亥岁（1935年）所讲者，故名《乙亥讲演录》。

三、本会传法，不拘定何法。非净非密非禅，当机而授，亦戒亦定亦慧，自然而持。要以总持法识自本性为体，般若法启发方便为用，净土法证入圆觉为归。说戒则重戒体而防戒病，说定则言正定而除邪见，说慧则证慧力而戒狂妄，其精义尽备于讲演录中。

四、此讲演录不可草草阅过，精义尽在隐微处，能前后反复细阅至四五次，同时修法参究，必有因地开悟之一日，否则亦文字解耳。

五、正修分后心中心修法一段，于初学人关系尤巨，远道修法者，得假方便，打坐时切宜细参。

缘 起

本会办理经年，传法数百人，幸都实行虔修，深达法要，因缘不可思议。今年又继续办理，仍邀鄙人主讲，传授大法，至感惭愧。当本诸位弘法同发大愿利生之心，努力宣扬，上报四恩，下济三苦，共同参究学佛法门，自利利他，使未发心者，自启发心之门，已发心者，同人精进之路，已精进者，直登修证之堂。三层志愿，上仗佛慈，下赖众力，共同荷担无上菩提，精进勿退。此数语可作我等佛前之发愿词，并祝本会前途福利无量。

本会一三五等日所讲，乃为引导初机者而设，讲法多半是去年重复，今更以新意补充之。去年所讲，未有次第，或深或浅，殊无定法。从来学佛者，最苦于根本未清，中途学起，夹生半熟，日后渐感困难。今不厌粗浅，再从头说起，姑定一次第，使已闻过者，温故可以知新，未闻过者，因地从此纠正，关系至巨。杜友樵居士等，复发心愿将每次所讲，记录付梓，用以流通，庶使后来听法者，可与前文接气。讲义随时发给，日后汇订成册，而辗转利他，彼此可以一致矣。至远道愿阅讲义者，可由会友代转。

学佛研究会，是个合作的性质，善根属于行者自己，因缘有赖师友，合之则成就无上福德。故不可以少善根福德因缘，成就如是功德庄严也。惟初学时，在师友之启机与自己之信仰。先启发其机，观其与何种法门相当，授之以法，斯名正法。再进则在自己之虔修，埋头苦干，只用一个“恒”字。师则处于防守之列，时时察其行动，考其意境，