

一灯能灭千年暗

数语点醒世间人



虚云老和尚说法

虚云

著

近代中国禅宗第一高僧
中国佛教协会名誉会长

开示

陕西师范大学出版社

B 94

59-虚

云老和尚说法

開示

虚雲
著



图书在版编目(CIP)数据

开示:虚云老和尚说法/虚云著. —西安:陕西师范大学出版社, 2007. 2

ISBN 978-7-5613-3398-3

I. 开… II. 虚… III. 佛教—文集 IV. B948-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 164322 号

图书代号:SK7N0018

开示:虚云老和尚说法

著 者:虚 云

编 者:李黎明

责任编辑:周 宏

美术编辑:姜利锐 李 洁

封面设计:蒋宏工作室

出版发行:陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大 120 信箱 邮编:710062)

印 刷:北京京都六环印刷厂

开 本:787×1092 1/16

印 张:17

版 次:2007 年 4 月第 1 版

印 次:2007 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5613-3398-3

定 价:35.00 元

半託迦尊者



●半託迦尊者●



羅怛羅尊者



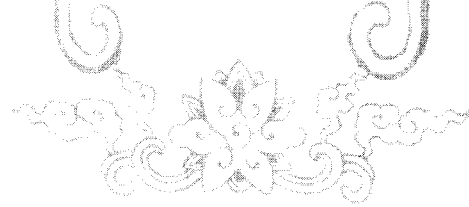
● 罗怛罗尊者 ●



开示,是指大德高僧对佛法的正确解释。

佛陀在菩提树下,七日证道。所以,后世习禅者举行克期取证的修行,以每七日为一期,叫做打禅七。打七的目的是要开悟,获得智慧,得道证果。

1953年,饱经磨难时年已114岁的虚云老和尚,在上海玉佛寺亲自主持两个禅七开示,对禅法作系统的介绍,许多人由此迅速悟道。





目录



上海玉佛寺两个禅七开示（1953年）

不要头上安头	002
照顾如鸡抱卵	005
弄得四大不空	008
切莫分心散乱	010
发坚固长远心	013
不可生是生非	017
好好精进用功	021
静坐脱离尘劳	023
不令六根流尘	026
客尘烦恼所误	028
要种正因佛种	030
静境不可贪著	032
免遭因果轮回	033
不能自己作主	034
宗门胜过一切	035
解七法语	039

目录



开示辑录

什么是佛	042
立志学佛	043
佛法是家常便饭	045
诚心用功	047
贵在用心	050
发菩提心，行菩萨道	051
检点身心，精勤修持	054
但向己求，福慧双修	057
既为佛子，当行佛事	059
水陆道场缘起	061
佛法与人生	065
三归五戒释义	068
平常心是道	076
众生病，菩萨悲	078
参禅与念佛	080
参禅的先决条件	081
参禅警句	087
修与不修	089
念佛与参禅	091
禅宗与净土	094



禅堂开示

办道的先决条件	100
参禅方法	103

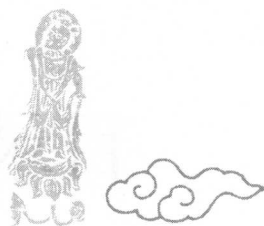
云居山方便开示（1955年）

明因识果	112
心性如镜须勤磨	114
断除妄想	115
动中修行	117
德重鬼神钦	119
谈佛教经典	123
如何行持	126
要参死话头	130
一切唯心造	133
去除名利习气	135
行解相应	138
处处是道场	139
不随时节境界转	141
六根清净	144
衣食住都是道	146
放下烦恼	148

目录



色空无碍	150
传戒的讲究	152
处处是道场	156
六道轮回	158
时间长短，唯心所造	159
自心是佛	162
办道即除习气	164
认识吉凶祸福	166
持戒不易	167
比丘戒与沙弥戒	168
平常心与长远心	171
了生死的十件难事	174
一心不乱就是定	177
五欲之害	179
经、律、论概说	183
学而时习之	187
熟读《楞严经》	189
强作主宰	192
凡事有因果	194
办道的难与易	197
动静忘怀，水清月现	200



出家与持戒	202
规矩无好丑	206
人生二十难	209
贫穷布施难	212
圆满	214

云居山戒期开示（1955 年）

此次传戒缘起	216
开自誓受戒方便	218
衣钵	220
戒律是佛法之根本	223
戒法·戒体·戒行·戒相	224
大小乘戒之同异	227
三归五戒	228
十戒·具戒·三聚戒	230
结劝	235
佛教徒应该团结起来保卫世界和平	236

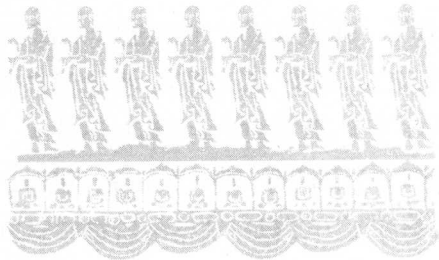
附录

虚云和尚大事年表	238
禅宗世系简表	247



上
海
玉
佛
寺
两
个
禅
七
开
示

(1953 年)





不要头上安头

这里的大和尚苇舫很慈悲，各位班首师父的办道心切，加以各位大居士慕道情殷，大家发心来打静七，要虚云来主七，这也可说是一种殊胜因缘。只以我年来患病不能多讲，世尊说法四十余年，显说密说，言教已有三藏十二部之多，要我来说，也不过是拾佛祖几句剩话。

至于宗门下一法，乃佛末世升座，拈大梵天王所献金檀木花示众，是时座下人天大众，皆不识得；唯有摩诃迦叶破颜微笑。世尊乃曰：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，咐嘱于汝！”此乃教外别传，不立文字，直下承当之无上法门，后人笼统，目之为禅。须知《大般若经》中所举出之禅，有二十余种之多，皆非究竟；唯宗门下的禅，不立阶级，直下了当。见性成佛之无上禅，有甚么打七不打七呢？只因众生根器日钝，妄念多端，故诸祖特出方便法而摄受之。此宗相继自摩诃迦叶以至如今，有六七十代了。在唐宋之时，禅风遍天下，何等昌盛？现在衰微已极，唯有金山、高旻、宝光等处，撑持门户而已。所以现在宗门下的人才甚少，就是打七，大都名不符实。昔者七祖青原行思问六祖曰：“当何所务，即不落阶级？”祖曰：“汝曾作甚么来？”思曰：“圣谛亦不为。”祖曰：“落何阶级？”思曰：“圣谛尚不为，何阶级之有！”六祖深器之。

现在你我根器劣弱，诸大祖师，不得不假方便，教参一句话

头。宋朝以后,念佛者多,诸大祖师,乃教参“念佛是谁?”现在各处用功的都照这一法参究。可是许多人仍是不得明白,把这句“念佛是谁”的话题放在嘴里,不断的念来念去,成了一个念话头,不是参话头了!参者参看义,故凡禅堂都贴着“照顾话头”四字,照者反照,顾者顾盼,即自反照自性;以我们一向向外驰求的心回转来反照,才是叫看话头。话头者,“念佛是谁”,就是一句话;这句话,在未说的时候,叫“话头”,既说出就成话尾了。我们参话头,就是要参这“谁”字!未起时究竟是怎样的?譬如我在这里念佛,忽有一人问曰:“某甲,念佛的是‘谁’啊?”我答曰:“念佛是我呀!”进曰:“念佛是你?你还是口念,还是心念?若是口念。——你睡着时何以不念?若是心念——你死了为何不念?”我们就是对这一问有疑,要在这“疑”的地方去追究它;看这话到底由哪里而来?是甚么样子?微微细细的去反照,去审察,这也就是反闻自性!在行香时,颈靠衣领,脚步紧跟前面的人走,心里平平静静,



虚云一百二十岁时

不要东顾西盼,一心照顾话头;在坐香时,胸部不要太挺,气不要上提,也不要向下压,随其自然,但把六根门头收摄起来,万念放下,单单的照顾话头,不要忘了话头,不要粗,粗了则浮起,不能落堂,不要细,细了则昏沉,就堕空亡,都得不到受用。如果话头照顾得好,功夫自然容易纯熟,习气自然歇下。





初用功的人,这句话头是不容易照顾得好的;但是你不要害怕,更不要想开悟,或求智慧等念头。须知打七就是为的开悟,为的求智慧,如果你再另以一个心去求这些,就是头上安头了。我们现在知道了,便只单提一句话头,可以直捷了当;如果我们初用功时,话头提不起,你千万不要着急,只要万念情空,绵绵密密的照顾着,妄想来了,由它来;我总不理睬它,妄想自然会息。所谓不怕念起,只怕觉迟,妄想来了,我总以觉照力钉着这话头,话头若失了,我马上就提起来。初次坐香好似打妄想,待时光久了,话头会得力起来,这时候,你一枝香可以将话头提,就不会走失,那就有把握了。说的都是空话,好好用功吧!

(初七第一日开示,2月22日)

佛法不是空口讲
名闻利养快一时
袈裟底下失人身
闭口不语三十年
言与行乖成两样
热铁火轮苦万状
地狱门中难解放
此是上乘上上上



打七这一法，是克期取证最好的一法。古来的人根器敏利，对这一法不常表现。到宋朝时始渐开阐，至清朝雍正年间，这一法更大兴。雍正帝在皇宫里也时常打七，他对禅宗是最尊重的，同时他的禅定也是非常的好。在他手里悟道的有十余人，阳州高旻寺的天慧彻祖，也是在他会下悟道的。禅门下的一切规矩法则，皆由他大整一番，由是宗风大振，故人才也出了很多，所以规矩是非常要紧的。这种克期取证的法则，犹如儒家入考试场，依题目作文，依文取考，有一定的时间的。

我们打七的题目，是名“参禅”，所以这个堂叫做“禅堂”，禅者，梵语禅那，此名静虑；而禅有大乘禅、小乘禅、有色禅、无色禅、声闻禅、外道禅等。宗门下这一禅，谓之“无上禅”。如果有人在这堂中把疑情参透，把命根坐断，那就是即同如来；故这禅堂，又名“选佛场”，亦名“般若堂”。这堂里所学的法，俱是无为法。无者，无有作为；即是说无一法可得，无一法可为；若是有为，皆有生灭；若有可得，便有可失。故经云：“但有言说，都无实义。”如诵经、礼忏等，尽是有为，都属言教中的方便权巧。宗门下是教你直下承当，用不着许多言说。

昔者有一学人参南泉老人问：“如何是道？”曰：“平常心是道。”我们日常穿衣吃饭，出作入息，无不在道中行。只因我们随处缚着，不识自心是佛，昔日大梅法常禅师，初参马祖。问：





“如何是佛？”祖曰：“即心是佛。”师即大悟。遂礼辞马祖，至四明梅子真旧隐处。缚茆而居。唐贞元中，盐官会下有僧，因采挂杖迷路至庵所。问：“和尚在此多少时？”师曰：“只见四山青又黄。”又问：“出山路向甚么处去？”师曰：“随流去！”僧归举似盐官。官曰：“我在江西曾见一僧，自后不知消息，莫是此僧否？”遂令僧去招之。大梅以偈答曰：“摧残枯木倚寒林，几度逢春不变心；樵客遇之犹不顾，郢人哪得苦追寻；一池荷叶衣无尽，数树松花食有余；刚被世人知住处，又移茅舍入深居！”马祖闻师住山，乃令僧问：“和尚见马大师，得个甚么，便住此山？”师曰：“大师向我道，即心是佛，我便这里住！”僧曰：“大师近日佛法又别。”师曰：“作么生？”僧曰：“又道非心非佛。”师曰：“这老汉惑乱人未有了日，任他非心非佛，我只管即心是佛！”其僧回举似马祖。祖曰：“梅子熟也！”可见古来的人是如何了当和简切！

只因你我根机陋劣，妄想太多，诸大祖师乃教参一话头，这是不得已也。永嘉祖师云：“证实相，无人法，刹那灭却阿鼻业；若将妄语诳众生，自招拔舌尘沙劫！”高峰妙祖曰：“学人用功，好比将一瓦片抛于深潭，直沉到底为止！”我们看话头也要将一句话头看到底，直至看破这句话头为止。妙祖又发愿云：“若有人举一话头，不起二念，七天之中，若不悟道，我永堕拔舌地狱！”只因我们信不实，行不坚，妄想放不下；假如生死心切，一句话头决不会随便走失的。汾山祖师云：“生生若能不退，佛阶决定可期。”初发心的人总是妄想多，腿子痛，不知功夫如何用法，其实只要生死心切，咬定一句话头，不分行住坐卧，一天到晚把谁字照顾得如澄潭秋月一样的，明明谛谛的，不落昏沉，不落掉举，则何愁佛阶无期呢！假如昏沉来了，你可瞪开眼睛，把腰稍提一提，则精神自会振作起来。这时候把话头不要太松和太细，太细则易落空和昏沉；一落空只知一片清静，觉得爽快。可是在这时候，这句话头不能忘失，才能在竿头进步，否则落空