

行者新幹線 07

睜開你的雙眼：智者的叮嚀

作者——來果禪師

編者——王靜蓉

執行編輯——馬興國

出版——中天出版社

登記號——局版台省業字第 147 號

地址——台北縣新店市中正路 24 號 5 樓

電話——(02) 2915-6122

傳真——(02) 2915-6105

劃撥帳號——19289961 中天出版社

網址——<http://www.hotbooks.com.tw>

總經銷——紫宸社（錦德）文化事業有限公司

地址——台北縣中和市中山路三段 110 號 7 樓之 6

電話——(02) 8221-5697

傳真——(02) 8221-5712

排版——浩瀚電腦排版股份有限公司

電話——(02) 2357-0399

法律顧問——全理法律事務所 董安丹律師

出版日期——2001 年 4 月初版

ISBN 957-0389-43-5

（如有缺損請寄回更換）

定價：199 元



睜開你的雙眼

智者的叮嚀

想擺脫茫茫然、混混沌沌的日子，
真真正正、踏踏實實地生活，
就要睜開雙眼，敞開心胸，
看看禪師活潑風趣的透徹見地，
對您在修行路上的一些提醒。

來果禪師◎著
王靜蓉◎編

行者新幹線・直達平靜心



大醫生小醫院—身心靈物語

川田洋一◎著 圓明◎譯

醫者仁術也！

「大醫生」為人治病的動機，完全出於「慈悲」。

醫學、醫術、醫道俱優，

才可能真正治好眾生的身心苦惱。



流浪者群歌—聖者的生命故事

明暘法師◎著

赫曼·赫塞將佛陀的求道經歷寫成《流浪者之歌》，其實，佛陀和十大弟子、五大菩薩的生命旅程中，還有更多深意無盡藏的故事。



心的方向—活出真實人生

梅原諦愚◎著 圓明◎譯

禪是一把鑰匙，有助於覺悟自己的真實性，

並且成為擁有這種智慧的生活者。

打開心門，好好認識自己吧！



奧妙無盡藏—大智慧的成語

圓明◎編

有一些佛教成語，你常常看見、常常引用，

卻不了解它們的原始出處和深刻意義。

打開本書，疑問迎刃而解，

彷彿進入一個鳥語花香的世界。



睜開你的雙眼—智者的叮嚀

來果禪師◎著 王靜蓉◎編

想擺脫茫然茫然、混混沌沌的日子，

真真正正、踏踏實實地生活，

就要睜開雙眼，看看禪師活潑風趣的透徹見地，

對您在修行路上的一些提醒。

睜開你的雙眼

來果禪師◎著

王靜蓉◎編

中天出版



覺性圓滿的禪者

王靜蓉

閱讀修行高僧的開示語，總使我驚歎不已。

來果禪師尤其是。讀他的開示文字，連連吃驚他那般勇猛的道心，那般透徹的見地，言語間活活潑潑，懇切叮嚀，直如在耳。

比如，他說「朝山」，多麼精彩：

「要知人之存歿，在呼吸間，一息不來，還歸輪轉，果能將心參透，大事發明，得大智已朝文殊，行大行已朝普賢，運大悲已朝觀音，發大願已朝地藏，此是真朝山，此是真拜海。」語間，把朝山真義說得明明白白——我們真正要朝拜、要降伏的是內心這座煩惱須彌山。

又如，你我都體會到「久被塵勞鎖關」的苦，卻無可奈何，破不了層層

關卡，來果禪師便點出了箇中因緣。

「心被識業關住，識被意惑關住，意被想塵關住，想被身關住，身被家庭關住，家被山河關住……」一語道破心關的層層關卡，盡未來際的無量劫，若非有如來果禪師一般修持的行者，很難為衆生點出心靈深處的盲點。對於參禪一事，他是究竟真知之人，譬如說：

「須知禪堂，不但止動尚須止靜；止動則動不關身，止靜，則靜不關心。」細微微妙處，只有實行者，才能體知。讀之，對止觀及禪修，很有參考價值。

他的開示語中不乏神氣活現的語句，讓人讀了會心一笑，如說某些初淺禪人，仍重視物質：

「間有好牙刷，雪花膏，身口香透，拗蒲團，又帶香菸，持佛珠，加唱小調。」

「走路則四望鄰人，打坐則一心靜睡，早茶小點，日為常課，攀緣接

待，時有所聞。」以簡練語句把部份禪人浪費時光、錯過道緣的弊病，一句兩句便勾勒出來，相當傳神，亦相當可愛。

來果禪師是一位覺性復甦、佛性圓滿的大禪者，讀他的開示語，我每每讚歎擊掌，世間幸有如是禪者，領我們前行，同時也慚愧自己放逸心性，錯失大好光陰，他說：「參禪人必刻苦勤勉，吃飯尚嫌打岔，穿衣似覺麻煩，轉瞬帶住工夫，動腳提起禪念，有此大好光陰，不容剎那空過。」不論是語言意涵，或是修行工夫，來果禪師的開示都是我們迷轉退墮時的當頭棒喝。

目錄

代序：覺性圓滿的禪者 王靜蓉

〈第一篇〉 澹泊一生

放不下世界身心 017

急一發，好心腸，昏迷去了 019

今日才知狂心是我 021

參禪妙藥，一醫就好 024

不倒單，不虛度光陰 026

怕動者，心心參，努力參 028

止靜，止其塵境 030

愛澹泊，身心不可浮華 032

蓄錢，與世俗同貪愛

034

〈第二篇〉

持戒在心

持午，本在戒貪

041

打餓七，毫釐空過，即苦根

043

清素，三業清淨

045

持戒，戒奢華

047

威儀，乃無言之教

049

戒貪。豈敢再隨身轉

051

戒瞋。將冤親做父母孝

053

戒淫。防淫如防火

055

禪法，病者妙藥

057

修雜行，空過光陰

059

真好！心不想路，亦不想家

061

〈第三篇〉

度人之前

眞參者，立即可悟

069

求神通，終非己有

071

善惡不思，正恁麼時

073

不能全是，又不能全非

076

想度人，自己正是一個大凡夫

078

菩薩任死，不生一念怨心

080

無規矩，不能了生死

082

交遊心動，道身俱動

084

打同參，斷絕情愛

086

心要別井離家

088

勤學高僧，不學詩僧

090

外道升天壽盡，仍墮六道

092

〈第四篇〉

箇中滋味

蓄錢物，未看破身心 099

朝山，得大智已朝文殊 101

閉關，專了生死 103

住山，不要退道心 105

化飯滋味 107

我慢，以恭敬除 109

疑，衆善之門，衆禍之門 111

不了自心，同受輪轉 113

世疑，人皆出家，世界豈不空無 115

立沖天志 118

嫌污，非道人 120

〈第五篇〉

只隔一禪堂

衣食睡，三常不足，慧命都沒了

1
2
7

入叢林，如定水澄清

1
2
9

當首領，需有正知正見

1
3
1

當行單，先學木頭泥巴

1
3
3

諸佛與衆生，只隔一禪堂

1
3
5

講開示有厭，反錯修行路

1
3
8

大過須改，小過尤防

1
4
1

受樂只一時，受罪千萬倍

1
4
3

世人不學專門，終成浪子

1
4
6

〈第六篇〉

禪爲春天花艷

妄心有生死因，苦海果

1
5
3

心行處滅，達諸佛體

155

持久在夢幻泡影中參

158

禪爲春天花艷，風吹即謝

159

工夫不被世轉

166

工夫不被身轉

169

工夫不被心轉

172

工夫不被昏沈轉

174

百尺竿頭

176

懸崖撒手

178

絕後再甦

180

後記：參禪普說

184

〈第一篇〉

澹泊一生

