

# 《永嘉禅讲座》

## 图书基本信息

书名：《永嘉禅讲座》

13位ISBN编号：9787300112718

10位ISBN编号：7300112714

出版时间：2009-10-1

出版社：中国人民大学出版社

作者：达照

页数：368

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《永嘉禅讲座》

## 前言

日前，浙江温州佛教永嘉禅学会会长、温州市妙果寺住持达照法师拿着他的新作《永嘉禅讲座》前来找我，说此书即将正式出版，希望我能为其写几句话，以为序言。慧能顿悟禅的重要特点就在于破除对一切相的执著，特别是要对借以“发慧”的“禅相”的执著加以破除，而倡导直显本来清净之自性。这就是《坛经》中反复强调的：“我本元自性清净，若识自心见性，皆成佛道”（《般若品》）。“自见本性清净，自修、自行，自成佛道”（《坐禅品》）。由此，传统说的“由定发慧”，被强调为“定慧一体”，“即慧之时定在慧，即定之时慧在定”（《定慧品》）。这是因为，“菩提般若之智，世人本自有之”，“一切般若智皆从自性而生，不从外人”（《般若品》）。于是，习惯上的“坐禅”，也被界定为“元不著心，亦不著净，亦不是不动”（《坐禅品》）。这样，以往各种以“坐”、“静”、“默”为特征的“观心”、“观净”的“禅法”或“禅相”都不应当拘泥，乃至应当破除。永嘉禅师在得到慧能大师印可后作的《永嘉证道歌》中就写道：“自从认得曹溪路，了知生死不相关。行亦禅，坐亦禅，语默动静体安然。”禅宗著名公案，南岳怀让更以“磨砖不能成镜”来向马祖道一揭示“坐禅岂能成佛”的道理。

# 《永嘉禅讲座》

## 内容概要

《永嘉禅讲座》内容简介：永嘉禅是唐朝高僧永嘉大师所实践证悟和弘扬，至今仍在世界各地广为传播的禅法。永嘉禅集中了如来清净禅和南宗顿悟禅的特点，使教理的学习能够落实在观心实践当中，也能够使顿悟自心的禅法通过语言文字展现出来。此法有理路可依循，此道无踪迹可执著。廓然透彻，万法皆显。

《永嘉禅讲座》共分两编：上编为《止观入门》，共分十三章，系统介绍了天台止观的基础训练和世间禅法的禅修境界，有助于学人依理观修，层层递进，体验安心，练习禅定，了解平凡生命内在境界的丰富多彩。下编为《禅修要义》，共分十一章，按照明代幽溪传灯大师重编的《永嘉禅宗集》整合原著和修行次第的需要，从修行入门、发心学习，落实于自己身心之中，明了学佛的次第，了解佛法的权巧方便和究竟真实之法，再详细介绍了大乘佛法的禅修理论和方法，最后叙述了观心证悟的过程和终极利益，圆满佛法的修证和受用。上下编结合起来，既是永嘉大师修学佛法的经验与历程，又是从浅入深有理可循的一条修行之道，对于初机学佛实修者来说，是理论与实践相结合的一部修行入门宝典。

# 《永嘉禅讲座》

## 作者简介

达照，笔名天台子，中国佛学院佛学硕士。1972年出生于浙江文成，1989年出家。1999年获大圆满心密灌顶资格。2007年获香港觉光长老传授天台教观第四十七代嗣法门人。现任浙江普陀山佛学院研究生导师，苏州戒幢佛学研究所研究员，浙江省温州市佛教协会副会长兼副秘书长，温州佛教永嘉禅学会会长，温州市妙果寺住持，第七届文成县政协常委，文成县佛教协会会长，文成县七甲寺住持，文成县安福寺修建委员会主任。从事天台、净土、禅宗（永嘉禅）、密法的修学、研究和弘扬。出版专著《金刚经赞研究》（宗教文化出版社）、《饬终——佛教临终关怀》（浙江大学出版社），发表论文（《梵我一如及其演绎》、《金刚经相关的忏法初探》、《天台禅修方法及其沿革》等三十余篇，以及散文十余篇、诗作数百首。

# 《永嘉禅讲座》

## 书籍目录

上编 止观入门第一章 永嘉禅概述一、永嘉大师的生平二、永嘉大师的著作三、永嘉禅法的实践(就止观方面而言)1. 看话头2. 止观法3. 对治法4. 调适法5. 做功夫四、永嘉禅法的特色第二章 外具五种缘一、持戒清净二、衣食具足三、闲居静处四、息诸缘务五、近善知识第三章 诃斥五种欲一、诃色欲者二、诃声欲者三、诃香欲者四、诃味欲者五、诃触欲者第四章 摒弃五盖障一、弃贪欲盖二、弃嗔恚盖三、弃睡眠盖四、弃掉悔盖五、弃疑盖第五章 调身心五事一、调食二、调睡眠三、调身四、调息五、调心第六章 五种方便行一、欲二、精进三、念四、巧慧五、一心第七章 禅定方便法一、系缘止1. 令系心顶上2. 若系心发际3. 若系心鼻柱4. 若系心脐下5. 系心在地轮二、制心止三、体真止第八章 入禅定之门一、粗心住二、细心住三、欲界定四、未来禅(未到定)第九章 初禅修证法一、初禅修证二、初禅发相三、初禅五支第十章 二禅修证法一、二禅名称二、二禅修证1. 明修习方法2. 明证中间禅三、二禅发相第十一章 三禅修证法一、三禅修证二、三禅发相三、三禅五支四、四禅八定的体用第十二章 四禅修证法一、四禅名相二、四禅修证三、四禅发相四、四禅的功德支第十三章 四空定修证一、空无边处定二、识无边处定三、无所有处定四、非想非非想处定下编 禅修要义前言第一章 皈依三宝一、皈依佛宝二、皈依法宝三、皈依僧宝第二章 发宏誓愿一、总颂二、皈依发愿境三、暇满人生愿四、三业清净愿五、依报安隐愿六、正报康强愿七、闻法出家愿八、善根回向愿1. 六道解脱愿2. 普皆成佛愿第三章 亲近善友一、慕道志仪(一)为什么要亲近善知识(二)如何亲近善知识1. 朝晡问讯, 存礼数故2. 审乖适如何, 明侍养故3. 问何所作, 为明亲承事故4. 瞻仰无怠, 生殷重故5. 数决心要, 为正修故6. 随解呈简, 为识邪正故7. 验气力, 知生熟故8. 见病生疑, 堪进妙药故9. 委的审思, 求谛当故.....第四章 净修三业第五章 三乘渐次第六章 理事不二第七章 简事偏圆第八章 奢摩他颂第九章 毗婆舍那第十章 优毕叉颂第十一章 观心十门

### 章节摘录

智者大师意识到了这个问题，为了避免学人混乱，智者大师开创了“五时八教”，也就是把佛陀的一代时教按照角度或对机分类，把不同层面的教理配合相应的实修方法给予框架起来，使每部经典都有合理的位置，以便适合不同根基的学人。所以天台宗历来教观并重，教是教理、是理论，观是止观、是实践。任何教理都有对应的止观修证方法，两者如鸟之双翼、车之两轮，缺一不可，这是天台宗的一个重要特点。因此后来有人把智者大师的理论加实践的修行方法归入了如来禅的范围。永嘉大师首先学习的就是如来禅，并得到很大的受用。大师开悟后并没有人来印证，他只是自己知道已经明白了佛法的道理，心境已证悟到某种程度。在这种状态下他又读了《维摩诘经》，经里说的话完全印证了他的心行，心法相应了，永嘉大师的心就安了。所以永嘉大师是修行如来禅开悟的，开悟后就写了《永嘉禅宗集》，并在永嘉（今温州市区）开始弘扬佛法。当时六祖大师正在广东曹溪宝林寺弘扬禅法，即后来发展形成的禅宗。禅宗是顿悟法门，全无固定的次第，一悟便到究竟处，一切以明心见性为目的，藉由祖师指点开悟，学人悟后起修，以慧摄定，绵密修行，渐臻定慧圆融。而止观禅法是渐悟的法门，是以经典为依据，从止观打坐入手，有法可依，渐修渐证，由戒生定，由定发慧，如是定生如是慧，层层递进，最后般若慧开，方能圆融无碍。因此如来禅法分为顿悟和渐悟两种，而通常都把顿悟法门称为禅宗。打个比方说，渐悟禅法的修行过程，就如同一盆脏水，先要让它安静，把泥沙渐渐沉淀下来，然后月亮就自然显现在水中了，而且越来越清晰。而顿悟禅法呢，就是先悟到不管脏水还是净水，月亮都能在水中显影，只是水脏时看不到、看不清，水清了就能见月了，悟到此理后便一舍全舍，浑水摸鱼，借泥沙翻上翻下正好把它清理干净，最后水中现月，本末全收，就定慧圆融了。

# 《永嘉禅讲座》

## 精彩短评

- 1、如此了不起的佛学教程，为啥都没人注意到呢？大家快去看吧，我学到好多好多道理和实践的方法。
- 2、 大国学基金会于2010年6月10日捐赠
- 3、 很容易被忽视的大作！各种修行方法~

# 《永嘉禅讲座》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)