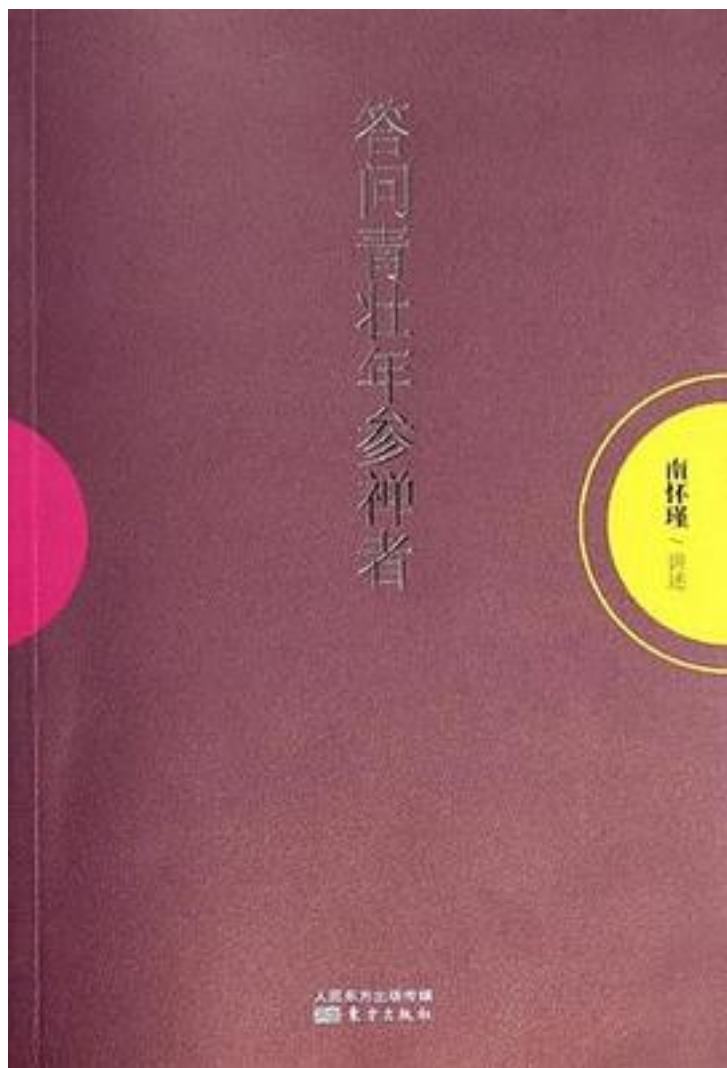


# 答问青壮年参禅者



[答问青壮年参禅者\\_下载链接1](#)

著者:南怀瑾

出版者:上海人民

出版时间:2008-4

装帧:

isbn:9787208077980

《答问青壮年参禅者》为国学大师南怀瑾先生2005年在大陆为佛学修行者讲解佛学的记录。南先生用通俗明白的语言，深入浅出地讲解了佛法在中国的发展过程，佛法修行的正确途径，佛法实证的精髓等。

作者介绍:

目录: 出版说明台北老古文化繁体字版《出版说明》

第一天 二〇〇五年十二月十六日

第一堂

居士与菩萨

杨仁山居士

熊十力的学院

说王阳明

王学影响日本

王学的问题

禅海蠡测的话题

禅堂与香板

第二堂

行香的规矩

谈练武功

修白骨流光的人

练武僧人的经历

第三堂

辛劳工作的僧人

你是发心去做的吗

石头路滑竿木随身

第四堂

佛学院的学僧

少林寺的大柱子

如何念阿弥陀佛

暗藏佛经的人家

二祖觅心不可得

不思善不思恶时

临济和云门的教育

第五堂

佛为什么来

你为什么出家

释迦佛修什么

第二天 二〇〇五年十二月十七日

第一堂

法器法缘

活罗汉的故事

疑参破定

执著起用

第二堂

身体的问题

正确的姿势

如何用香板

第三堂

印度文化的影响

无主宰的佛法

佛经的纪录

佛学的发展和争论

第四堂

真妄两条路

龙宫的经典

龙树菩萨的中观

拈花微笑的出处

佛教传入中国

第五堂

佛教文化蓬勃

说修行道地经

谁是不迷转世

魏晋南北朝的佛教

道教也兴旺

慧远与达摩禅经

第六堂

达摩祖师与神光

心如墙壁是什么

对无喘的问答

色空的对答

听不懂怎么办

第三天 二〇〇五年十二月十八日

第一堂

唱念的重要

音声陀罗尼

说气脉

色法心法

鸠摩罗什说色空

跋陀罗说色空

第二堂

六妙门的修法

六妙门的问题

知的重要

息有长短冷暖

奇妙的观

第三堂

十六特胜

如何修呼吸

最快捷的法门

第四堂

念头空空念头

三际托空

乡村大手印

第三踢的方法

第五堂

如何数息

人的出生

呼吸和念头

长养气报身气根本气

第六堂

暖寿识

气和念

把心念拉回来

气结成了块

第七堂

十念的修持  
疯师爷  
人生的最终  
息和风的不同  
饮食的困扰  
第四天 二〇〇五年十二月十九日  
第一堂  
说梁武帝  
身瑜珈  
心瑜珈是什么  
早晚课的唱念  
第二堂  
佛学的概论  
永嘉大师  
离心意识  
流注生流注灭  
识的现象  
六识在何处  
五法三自性  
八识二无我  
第三堂  
如何对付妄念  
人身上的气派  
有形工夫  
禅定工夫  
第四堂  
不漏丹  
戒律  
打坐的困扰  
十六锭金  
第五堂  
什么是漏  
三脉七轮和六道  
离别前  
• • • • • ([收起](#))

[答问青壮年参禅者\\_下载链接1](#)

## 标签

南怀瑾

修行

佛学

禅宗

佛教

宗教

哲学

打坐

## 评论

后面的安般念修法，数、随、止；十六特胜。实在太宝贵了。。应与小乘修行进行对比参同的学习。顶礼大善知识。

-----  
卻原來是說給「少林寺」的青年僧人聽的。其實，由此而觀，釋永信還是知道佛門弟子該如何用心的

-----  
丹田有宝休寻道，对境无心莫问禅。

-----  
大部分是在往返泰国的飞机和大巴上，在颠簸中以打坐姿势看完的。他的话清淡如水，反反复复，却是每次看都看见更多或不同的东西。

-----  
我修行不够，看得异常艰涩

-----  
南师绝对是干销售的料

-----  
这本书，是在某个夜里，某个房里，躺着某人身边读的，TAT~

-----  
渐入佳境的好书

-----  
没看明白，貌似编排有点乱。。。

-----  
南爷爷棒呵

-----  
贪嗔痴慢疑，看此书，需疑，亦需不疑

-----  
都是干货

-----  
老头老得很辣

-----  
读得特别快特别猛，简直要走火入魔了，但真棒啊

-----  
之所以为大家就在于能通过任何形式的交流将自己的知识见解有效地分享出去。

-----  
我的心太乱

-----  
在南公面前我就是只小小小蚂蚁！ 太开眼了。

-----  
知道了佛教神通广大，知道了佛学博大精深

-----  
妙~

-----  
问答。

-----  
[问答青壮年参禅者\\_下载链接1](#)

## 书评

岳父今年66了，退休补差，人挺乐呵，人缘甚好。每过些日子，我们一家三口就去看望他，他都很高兴，电视不看，一边抽烟一边和我们说起家常，聊的内容基本上都是以前辛勤度日的早年旧事，有很多我不知道的事情，我不时插上两句，不知不觉时间就过去了。回到家，妻跟我说，那...

-----  
这本书是南老师跟三山五岳下来的一些僧侣的对话。南老师谦虚不肯说自己是老师，只说大家对话讨论。主要是针对这些修行的僧侣的一些问题而谈理论和经验。南老师谦虚但不油滑，经常会讲大实话，指出这些僧人在修行中需要改进的地方。僧侣们有些证到了某种境界，有些用功不够，南...

-----  
读《问答青壮年参禅者》，原以为是给我这样的基础浅薄的在家槛外人看的基础入门书，实际上是给真正出家修行的人的讲学纪录。不过读起来还是觉得很有意思，一方面南怀瑾先生言语幽默，另一方面确实让我对学佛参禅有了新的认识和体悟：  
1.对出家人的生活修行有了认识。在前面一两...

-----  
买到这书很长时间了但只看了多一半，里边关于佛教的一些典故和一些佛教人物有的可以看懂有的则很难理解，细细品味，慢慢咀嚼佛教那博大精深和充满哲学的话语，不管读几遍每遍都会有不同的感受~~~

-----  
[答问青壮年参禅者\\_下载链接1](#)