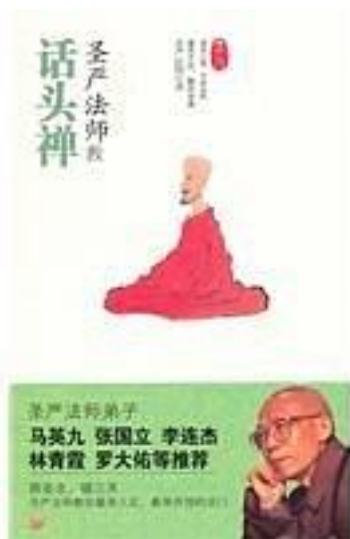


圣严法师教话头禅



[圣严法师教话头禅_下载链接1](#)

著者:圣严法师

出版者:江苏文艺

出版时间:2010-7

装帧:

isbn:9787539938271

《圣严法师教话头禅》内容简介：“话”是语言，“头”是根源。话头是对生命的问题追根究底，帮助修行者打破惯常的逻辑，直悟生命的本来面目。话头能对治散乱与昏沉，话头能使我们的心的集中、安定，话头能使我们的心的统一和入定，话头能使我们开悟。话头是金刚王宝剑，能破除魔障，斩断烦恼的根源。

作者介绍:

圣严法师，1930年出生于江苏省南通市，1943年出家修行，2009年2月3日圆寂

著名佛教道场法鼓山的创办人，分支道场遍及欧、亚、美、澳各洲，门人弟子遍天下

佛教界第一个博士学位获得者，1975年获日本立正大学文学博士学位

历任中国文化大学教授，美国佛教会副会长及译经院院长，创办中华佛学研究所，为辅仁大学、政治大学、文化大学博士生导师

举办多种杂志，在亚、美、欧各洲出版中、日、英文著作上百种。其中《正信的佛教》发行近四百万册，《信心铭》被译成十多种文字，在世界各地广为流传

世界著名的佛教大师、宗教界精神领袖、教育家、慈善家、学者，长年在国内外为推动心灵环保、种族和谐及世界和平等工作不遗余力

1998年被《天下杂志》评选为四百年以来对台湾最具影响力的五十位人物之一，被誉为稳定台湾人心的力量

目录: 第一篇 话头禅法 壹 话头禅的旨趣——金刚王宝剑，断一切烦恼	003
一、话头是什么——“金刚王宝剑”威力惊人	003
二、参话头有什么功能——话头能断一切烦恼	011
贰 参话头前的准备和认知	017
一、基本认识	018
二、态度	032
叁 进入话头禅法	041
一、要领	041
二、疑情	050
三、两种辅助的方法	058
四、日常生活中的用法——提话头	061
第二篇 象网话头禅十开示	
◎第一天晚上(报到日)放松、欣赏，体验话头	065
一、话头威力与虚空等量	065
二、放松身体，体验呼吸	066
三、以度假的心情、欣赏的态度禅修	067
◎第二天上午公案与话头的用法	069
一、以参公案去执著、破烦恼	069
二、公案的关键句——话头	071
三、安定身心用话头	073
◎第二天晚上《六祖坛经》：修持一行三昧	075
一、天台宗四种三昧	075
二、以直心修一行三昧	076
三、以一行三昧用话头	079
◎第三天上午话头的应用与修持	081
一、动静语默修话头	081
二、用话头取代妄念、制造疑情	083
三、疑情起于对佛法和自己的信心	085
◎第三天晚上《六祖坛经》：以直心用方法	087
一、直心是超越主观与客观	087
二、悟道场、耕心地、居净土	088
三、直心投人，不起疑心	090
◎第四天上午禅修的基础	092
调五事，才能真正用话头	092
◎第四天晚上《六祖坛经》：定慧一体、定慧同时	098
一、动中修定、境上炼心	098
二、用佛的智慧与观念指导自己	101
◎第五天上午话头的四个层次(一)：念话头、问话头	104
一、参话头不用想象	104
二、话头的四个层次	106
◎第五天晚上《六祖坛经》：自见本性，无有差别	110
一、法无顿渐，人有利钝	110
二、深种善根，用心经营	111
三、悟境的层次	113
四、人身难得，把握修行	115
◎第六天上午话头的四个层次(二)：参话头、看话头	116
自然而然深入话头	116
◎第六天晚上《六祖坛经》：无念为宗、无相为体、无住为本	123
一、修行的次第——无念、无相、无住	123
二、着力于有相，以达成无相	125
三、当下即知无相，才是智慧	126
四、于念而不念，念念是无常	127
◎第七天上午见性即是见空性	129
一、断见与常见都是邪见	129
二、当下体验“苦、无常、空、无我”	130
三、“人无我”、“法无我”，出离一切法	131
四、觉悟空性，智慧反应	133
◎第七天晚上《六祖坛经》：勤修无念、无相、无住	135
一、“无念、无相、无住”是整体的	135
二、无念是离念，有念不执著	136
三、无住是念念迁流皆不住	137
四、虚空粉碎，大地落沉，法身现前	138
◎第八天上午修行佛法的次第	141
一、修行的五个阶位	141
二、善根显发，六度起修	143
三、话头修行即调心四层次	145
◎第八天晚上《六祖坛经》：念念时中，不住一切法	147
一、是日已过，命亦随减，如少水鱼，斯有何乐	147
二、念念不住，连一念都不要住	149
三、活用方法，不死在方法上	150
◎第九天上午解行并重，活出佛法	153
一、参话头如爬玻璃山	153
二、见缘起即见法，见法即见空，见空即见佛	154
三、将佛法与生命结合	155
四、一门深入，修行实践	156

◎第九天晚上《六祖坛经》：见闻觉知，不染万境／158 一、离一切相即为无相／158
二、不染一切境，名为无念／159 三、真如是念之体，念是真如之用／161
◎第十天上午(圆满日)：以自身修持感动他人／164 一、日常生活提话头／164
二、保持禅修期间的生活习惯／165 三、以慈悲心自利利人，用惭愧心忏悔奉献／166
四、菩提心是慈悲，出离心是智慧／168 五、以感恩心发愿与回向／169 第三篇
《宗乘七个样子》讲要 一、第一个样子——道由心悟，不在言传／173
二、第二个样子——自家宝藏，何假外求／179 三、第三个样子——常存生死心／185
四、第四个样子——离文字、语言、分别相／191
五、第五个样子——但向生死交加处看话头／197
六、第六个样子——道无不在，触处皆真／203
七、第七个样子——省力处便是得力处／208
．．．．．[\(收起\)](#)

[圣严法师教话头禅_下载链接1](#)

标签

圣严法师

佛学

禅修

话头禅

禅

宗教

灵修

文化

评论

淘书偶记#圣严法师是台湾佛教界唯一立德、立功、立言三不朽具足的高僧。他的书，

值得细细品读。

相信这本书无论对未接触话头的初学者还是老参都有帮助。

在任何时间、任何状况、任何地点，心都不扭曲、不自私，不考虑自己，也不考虑大家的想法，事情应该怎么做就怎么做。事实上这即是智慧。

你未出娘胎时候的本来面目是什么????????? 这个话头参了好久

很好，阐释内容与现实生活可进行比较，讲了许多规律性的东西，对人的发展有重要参考意义。

机缘巧合，参加过的培训中有一位老师指点了一下，建议买本书看看，就看了这本，话头禅去妄念还是有用的

坐可参，行可参，悟后可参，冲破重关，智慧之剑在手。

[圣严法师教话头禅_下载链接1](#)

书评

[圣严法师教话头禅_下载链接1](#)