

<<开启智慧之门>>

图书基本信息

书名：<<开启智慧之门>>

13位ISBN编号：9787507538465

10位ISBN编号：750753846X

出版时间：2013-1

出版时间：华文出版社

作者：恰宓西亚多

页数：294

译者：王眉涵

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：<http://www.tushu007.com>

## <<开启智慧之门>>

### 内容概要

《当代南传佛教大学丛书·开启智慧之门：毗婆舍那禅修讲记》是根据恰宓西亚多（1928—）1991年12月到1992年1月在澳大利亚堪培拉的禅修开示英文录音整理而成，《当代南传佛教大学丛书·开启智慧之门：毗婆舍那禅修讲记》附录中收录的《十六观智》，是根据《清净道论》以及《清净道论》序、泰国阿姜念尊者的中文译作整理而成，以方便大家了解这个禅修体系的传承，辅助阅读恰宓西亚多的开示录。

## 作者简介

恰宓西亚多（1928-），15岁出家，马哈希大师上首弟子之一，通晓缅文、英文、梵文、印度文、锡兰文和巴利文8种文字。

1977年后他以恰宓禅师的名号闻名于世；经年往返于世界20多个、国家带领指导毗婆舍那样修以及弘法工作。

并陆续在泰国、新加坡、印度尼西亚、美国、南非等国家和地区建立了恰宓禅修中心。

1993年缅甸政府封他为“大禅师”称号；1995年封为“首座大禅师”称号；1999年再封为“首座大法王”称号；2009年嘉封为“最高圣光庄严大法王”。

禅师辩才无碍、庄严智慧，深受国内外禅修者的敬重。

## <<开启智慧之门>>

### 书籍目录

用戒律来护持我们的修行什么是当下感受当下开启智慧的钥匙如何断烦恼得清净污染我们内心的五种障碍增强心的五个力量我们的定力地水火风清净的七个阶段我们怀疑什么？

看到动机了吗？

妄念和观察妄念一念灭一念除疑清净苦的根本原因四谛和八正道分一四谛和八正道分一二清净和智慧毗婆舍那的七种利益四果Vissaka的故事超越忧愁和悲痛大木头寓言经修定与修慧区别以定助慧毗婆舍那的修行境界好问题和好答案附录一：心已解脱的圣者附录二：十六观智

<<开启智慧之门>>

章节摘录

于是他就不会认为腹部的上下起伏是“我”、是“人”，也不会认定说观察腹部上下起伏的心是“我”、是“人”。

因为他不执著身心是“人”、“我”、或者“众生”，所以这时候一切烦恼就不会生起来。

因为烦恼之所以会产生，是因为有“人、我、众生”的执著才会生起；这个时候因为修行者有相当深的定力的帮助，透视到身心的真相，所以他能够去除“人、我、众生”的执著，就是去除“我见”，于是他能够熄灭烦恼。

这是经由修行者他自己亲身的经验，亲身的体会到达第一观智，他就能得到这样的效果。

如此观禅修行法能够使修行者清净自己的见解，或者说观念，也就是去除“我见”，然后就能够得到无我的正见。

但是在这里我们也必须小心的就是，观禅修行法所需要的定力不必太深。

因为当一个修行者达到初禅以上的不动禅定，那是完全的禅定或者说不动的禅定。

如果他人在这种不动的禅定当中，他没办法观身心的现象。

因为在这种不动禅定当中，他的心完全吸收在所缘的目标当中，心没办法出来观身心现象。

所以观禅修行者不需要用到很深的定力，但是他仍然需要某一程度的定力，比如说他能够持续不断的观察目标至少十分钟以上，或者二十分钟、三十分钟乃至一小时。

如果修行者能够专注观察修行目标至少十分钟，这种定力就能够让他的观禅力量锐利，就足够能使他透视身心的真相。

能够专注到二十分钟、三十分钟乃至一小时就更好。

在这里必须跟各位解释何谓“心清净”，这是七种清净当中第二种。

.....

<<开启智慧之门>>

媒体关注与评论

诸比丘！

有一乘道，为众生之清净，为度忧悲，为灭苦恼，为得真理，为证涅槃，即是四念处。

——《大念处经》 你们应该自己努力，佛陀只是指出正道而已，奉行此\_正道并且禅修的人，可以解脱无明的桎梏。

——《法句经》276偈

编辑推荐

四念处禅修的七种利益： 1、净化心中的烦恼障；2、消除忧伤；3、去除身体的疾病；4、去除心里的疾病；5、克服悲伤；6、亲身体悟道正智、果正智；7、体悟涅槃法。

禅修者精进努力培养内观智慧，当十六观智圆满，将超凡入圣，亲悟最高法——涅槃。

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:<http://www.tushu007.com>