第一图书网, tushu007.com

<<现观中脉实相成就>>

图书基本信息

书名：<<现观中脉实相成就>>

13位ISBN编号：9787508063379

10位ISBN编号：7508063376

出版时间：2011-4

出版时间：华夏

作者：洪启嵩

页数：179

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

第一图书网, tushu007.com

前言

中国佛教的特质在禅，中华文化的特质也在禅。
印度佛学与中华文化融 合而形成了“ 中华禅 ”。
“ 中华禅 ”是中华文化的精华，也是东方文化的精 华。
中华佛教包括汉传佛教、藏传佛教、南传佛教三个系统，因此广义的“ 中华禅 ”应包括这三个系统的禅法。
中华佛教包括大小乘佛教、显密乘佛教 、南北传佛教、教下与宗门四个方面，因此广义的“ 中华禅 ”也应含容这四 个方面的禅法。
一方面“ 以禅出教 ”，由于究竟的禅修实践开展出各类的佛教经典；另 一方面“ 以教印禅 ”，各种禅法也需要依据圆满的佛教经典来予以印证。
我 们应依据各种佛教经典，包括小乘经典、大乘经典，显教经典、密教经典， 南传经典、北传经典，教下经典、宗门经典，等等，来深入挖掘“ 中华禅 ” 丰富的内涵。
同时各种禅法也需要以上各类的佛教经典来予以印证。
“ 中华禅 ”既要重视禅修理论，还要重视禅修实践。
我们在总结汉传佛 教中丰富的禅法内容的同时，还应该特别重视挖掘藏传密教禅法与南传内观 禅法的丰富内容。
“ 中华禅 ”不仅包括教下的各种禅法(如来禅），而且包括宗门的各类禅 法(祖师禅）。
没有前者的基础，后者将成为文字禅、口头禅。
没有后者的深 修实证，前者将失去活力与精神。
“ 中华禅 ”应致力于构建符合时代的汉传佛教并具详细次第与具体法门 的禅学体系；应致力于构建适宜社会大众修学并具详细次第与具体法门的禅 学体系；应致力于构建面向国际的世界佛教并具详细次第与具体法门的禅学 体系。
“ 中华禅 ”不仅是出家僧众必须的专修法门，而且也是当代社会在家各 界人士必要的修学内容。
适应不同的群体对象，比如企业管理人员、职场行 政人员、退休人员、疾病人员、女性人员等等，应该构建不同特色的禅法。
“ 中华禅 ”应该成为未来社会各界人士的生活与生命中的一项重要内涵。
“ 中华禅 ”源远流长，博大精深，不仅是理解中华文化的一把钥匙，同 时更是中华文化中最重要内容；也是中华文化将“ 走出去 ”的重要内容，是 中华文化贡献给世界文化的一个重要内容。
“ 中华禅 ”虽然产生于宗教，却 超越了宗教，是中华民族贡献给人类的一份珍贵的非物质文化遗产。
这就是 我们出版这套“ 中华禅 ”系列的主要心愿。

内容概要

《现观中脉实相成就：开启中脉实修的密法》将密法中最重要的气脉修法——中脉的开启秘法，总摄为偈颂口诀加以详细解说，并教授了日常生活中时时可修炼的中脉呼吸法，帮助行者迅速开启中脉，是修证气脉明点者不可不知的殊胜法门。

作者简介

台湾禅师洪启嵩，自幼参学各派禅法，不断推进人类普遍化的觉性运动，首倡“环保护生”及“精神环保”的观念，并于宗教界首倡器官捐赠运动，具体实践“净土人间”的理念。
著述近两百部，包括《坐禅之道》、《以禅疗心》、《心经——送你一首渡河的歌》等。
近十年来，在天灾人祸不断的人世间，他跨出宗教领域，以禅法为根本，以放松为方法，自创“放松禅法”和“妙定禅”来帮助地震、水灾、金融风暴期间人们的心灵重建。
他认为，“禅”是一种心的生活态度，是我们的身心与处界对话的方式。
生活中的千百种压力，透过禅的实践，都将转变为生

<<现观中脉实相成就>>

书籍目录

缘起序言前言第一篇 甚深中脉义甚深中脉义第一章 现观中脉实相现观中脉即开悟中脉的根本义中脉修证圆满的境界第二章 中脉的特性与样貌中脉的特性诸家不同的气脉系统中脉的相貌悟入空性中脉自显安住于中脉法身第三章 中脉现成圆满佛身与诸佛同一鼻孔呼吸金刚链光所成的佛身身体的放松、放下、放空放松轮脉的方法空与无我的体会第四章 一切自在现成圆满的金刚身从自身到外境皆是金刚微佛所聚法界万有的虚幻性检验中脉修持的方法第五章 诸佛现成的海印三昧境遍一切处的法界中脉一切众生都是圆满的佛陀第二篇 关于中脉呼吸的修法第一章 中脉呼吸法利用睡梦开启中脉解开心的执着什么是中脉呼吸自性中脉呼吸什么是法界呼吸安住中脉法位二六时不离中脉呼吸增长世界光明的中脉呼吸第二章 纳吐净息甚深诀欲实反虚，欲有还空放下分别的心念真空妙有成就金刚身第三章 中脉净息光明语帝诺巴大师心要传承原来中脉呼吸是清净光明自然引生的拙火没有执着自然通达大乐的呼吸第四章 光明呼吸导引光明呼吸导引修持法

章节摘录

我用这种方式说明中脉，可以让大家很清楚地认识中脉，汇通各宗证悟 的境界，因为一切都是佛法，我之所以先以综摄的方式讲授，是因为我担心 大家会被仪轨所缚绑，认为一定要照仪轨、法本这样修才可以，没有修这个 仪轨就没有中脉。
各位，“ 仪轨 ”是什么？
仪轨是一种帮助我们体悟实相的辅助工具。
举 例说明，什么是空？
空是实相！
实相者，事实就是这样，名为实相。
既然事 实是这样的话，那还须臆想分别吗？
无分别就可以得到实相，也就是事实是 实相，即是空。
但是一般人能知道空，能看到实相吗？
不能，而成就者则能看到空、看 到实相。
然而成就者看到空，是必须要起～念心去分别观空呢？
还是他当下 就现空？
当然是当下现空，所以这叫现观！
所以成就者是现观现空。
既然成就者是现观现空，但一般未开悟者不能现观时怎么办？
那就只好 分别作观，也就是藉由观想修观而“ 观空 ”。
观空是因为不知道什么叫做空 才起意作观，而空是抓不住的。
什么是“ 空 ”？
空是不真，不真即空，不真者，一切不可得、无所得， 一切不可得即是空，一切法不生不灭，不一不异，不来不去，不常不断，是 名为空。
空者，“ 因缘所生法，我说即是空，亦名为假名，亦名中道义 ”，一切 是现空，一切法缘起，缘起故不真，因缘所生故说不真。
但一般人执着因、 执着缘，执着常、执着断，乃至执着一切法，所以落人有相。
“ 八不中道 ”即是在说明因缘法，“ 不生不灭 ”乃是佛法的根本，亦即 一切无生，无生故无灭。
以不生不灭故，不一不异，不来不去，不常不断， 也就是《心经》所说“ 不垢不净、不增不减 ”，所有一切无量的名字，都是 在显现实相中道，而若一个人证得无所得、空的实相，即称为证得“ 无生法忍 ”。
“ 忍 ”是安住义，亦即安住于无生而不动，“ 无生，，是实相，所以“ 无生法忍 ”即安住于实相而不动。
成就者安住于一切现空，亦即“ 智如如、境如如 ”，tt智，，是般若， 现观外境是空不可得，因此成就者不必“ 观空 ”，而是“ 现空 ”，所以名“ 现观 ”；但若未成就者则是“ 观空 ”。
如果无法观空，则通过《心经》解析空的“ 色不异空，空不异色 ”来体 解空。
色空本一如，“ 色即是空 ’ ’是小乘行者的体证，小乘行者依之而人 涅架；“ 空即是色，，是大乘菩萨从空性中出生如幻三昧，大悲遍一切众生 ；一般未悟空者，则由“ 色不异空，空不异色 ”修起。
这四句偈其实是一种 禅观，是实修的指导，大家不要把它当单纯的义理来解释。
因此，“ 观空 ”乃是未悟空时，对空的一种假想修习的方便，如果无法 观空，那就先念“ 观空咒 ”，这是不得已的方便，而不是说，观空时非得先 念“ 观空咒 ’ ’不可，这是未能现观现空时的替代方便，是用次第修习的方 式趣人实相。
但实相就是实相，所以能现观实相，现观空性时，心即般若；心是般若 时，即无所执着。
心是空的，脉、身、境等亦无所执着，脉是空，空是脉， 空是缘起法，脉为缘生法，心与脉在一起，心是般若，是空的，脉是境，境 也是空的。
初始修习中脉乃是假修，就好像身体沾满尘垢时，先洗个澡；假 修中脉也是如此，先去除将来中脉开发时的障碍。

为何说“脉”是“境”呢？
修持中脉的人可能有这样的经验：就是发觉 中脉会变大，扩大到整个法界，所以说“脉”是“境”，脉就是法界。
这是 口诀，你们听懂了，就是你们的了，口诀也就这样传出去了。
中脉是大而弥诸六合，小而退藏于密，大家不要把中脉限制住了，否则 有一天你们修出中脉了，会很疑惑地说：中脉怎么这么巨大呢？
或者说怎么 小得看不见？
其实巨大或微小的中脉，在原来的修习上都是有的，就是中脉 的广观跟敛观，但一般平常的修习上仅作平常的观想。
所以，脉是缘起法，是心、境相依的，于一切境不执着，中脉就会现起，脉会随因缘显现。
为什么说“十方诸佛皆住于你的中脉里面”？
因为你会 在中脉里面见到十方诸佛，从这中脉即可通到《华严经》的海印三昧。
这样讲授中脉，已经把中脉的扼要义理都讲完了，大家应该也很清楚明 白了。
但是如果大家还是不明白，那么就只好再继续逐句解说了。
“脉中也，不偏不倚，法界正中。
”宇宙乃是依因缘而存在，其中有形 有色，形有大小，色有青、黄、赤、白等等。
何谓形有大小？
如何是大？
如何是小？
《金刚经》里有很善巧的教导，《金刚经》中说：“所谓大身，即非大身，是名大身。
”又“若见一切诸相 非相，即见如来。
’’其实这两偈都是关于成证如来身相的修证教导。
《金 刚经》读得通达的人，中脉一定修得好。
修密法的人若能懂这两首偈，特别 能现观中脉，如果不懂《金刚经》，建议要好好研读。
什么是“大”？
“大而弥诸六合”的六合够大吧！
六合不够大的人，觉 得无限大才大，但无限大有形状吗？
有方圆吗？
无限大的中间在哪里？
是随 处都是？
还是随处都不是？
然而无限小的中间又在哪里？
随处都是。
所以，《金刚经》里的“大”是什么？
请好好思维。
“脉中也”，“中”是一切建构恰恰然然的安立之处。
我们再用另外一 个方向来解说“中”。
永嘉玄觉禅师有一首《奢摩他颂》：“恰恰用心时，恰恰无心用，无心恰恰用，常用恰恰无。
”乍听起来似乎跟“中”字八竿子 打不着，但其实恰好正中“中”心。
所以“中”是当下义，而不是一种固定位置，是无心的“中”！
P9-12

第一图书网, tushu007.com

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