



你躺在雲上看

早晨的太陽眼

里有个夢明紫

二〇一二年八月

# 目 录

|                 |    |
|-----------------|----|
| 明奘禅师简介-----     | 1  |
| 禅茶无非一味-----     | 5  |
| 奘师说禅            |    |
| 究竟智-----        | 11 |
| 生活禅-----        | 21 |
| 在路上-----        | 33 |
| 国际善地禅修中心简介----- | 44 |

# 明奘禅师简介



曾就读于广州中山大学。1995年于河北赵县柏林禅寺剃度出家，1996年初于洛阳白马寺受戒，1996年于新加坡师从净空法师参加弘法人才培训班学习。1998年在师父带领下创办河北省佛学院并担

任首届教务长。1999年冬接法于恩师净慧老和尚，为中国临济宗第四十五代法脉传承人。

曾任河北省佛学院教务长、柏林禅寺知客、堂主，辽宁大连观海寺住持，新加坡《佛陀教育》杂志主编，北京大学禅学社导师，庐山禅茶会导师，清浄行系列禅修活动总发起人等职。

秉承并发扬“生活禅”的理念，组织策划的系列活动成功搭建了与高知青年交流对话的平台；其中参与策划、主持并连续担任十余届生活禅夏令营执行长的“河北赵县柏林禅寺生活禅夏令营”受到广大青年的欢迎与好评。

在北京大学、复旦大学、清华大学、陕西师范大学、中山大学、北京师范大学、上海交通大学、人民大学、马来西亚大学等各大高校的讲座中，以

其纯净透彻、智慧直接、贴近生活的风格深受青年学生们的喜爱。2001年组织发起“清净行系列禅修活动”，并连续举办多期“庐山禅茶会”，于教界和文化界反响甚佳。

近年来讲解的经典主要有：《普贤行愿品》、《金刚经》、《遗教三经》、《永嘉证道歌》、《达摩祖师二入四行论》、《心经》、《六祖坛经》、《圆觉经》、《维摩诘经》、《大乘起信论》、《楞严经》等。其中多部经典讲记已经结集出版，为不可多得的佛法走入社会的文化普及著作。

个人主页 [www.mingzhuang.org](http://www.mingzhuang.org)

新浪微博 @明奘禅师

禅茶无非一味

学会喝茶，已经多年，学会参禅，却是不远的过去，学会用喝茶的方式来参禅更是时下的事情，用品茶的方式来弘法，接引学人却是始于庐山。

庐山地处长江沿岸，山势挺拔，山峰林立，山色秀美，鄱阳湖尽在眼底，于是风谷相激，水木相荡，云来雾去的，水来雨去的，人来鸟去的。就在这样美丽的山顶上，如果特意的选个地方去打坐，倒是显得多余而显异，住在山上，每日可以无目的的四处走走，山上也是雾山下也是雾的到处走走更好，可以不必计量，可以不必在意时间，可以不必在乎路途，更可以不必在乎怎么走，走向哪里。

走得累得时候，就想停下来歇歇脚，口渴了就

想喝口水，走得多了，口渴的时候多了，就知道喝水不如喝茶来得过瘾，于是开始想着法子可以四处走走的同时而能够随时有茶可喝，有地方可以停留，有同行的茶伴。于是适合带着到处走走的茶具就有了，有了更好的，有了更实用的，有了会喝茶的，有了很会喝茶的，有了更会喝茶的。

庐山就这样称为一群会喝茶爱喝茶懂喝茶的茶友们经常小憩乃至更长期小住的地方。

慢慢的茶友多了，学佛的也就多了，愿意深入的了解体验佛法深层的也多了，于是经常的坐在茶室里，随便的正当对方端起茶杯的时候，突然的一句“喝茶的是谁”让人如醉比庐山云雾还深的云雾

之中，或者正当细致的沏茶奉茶时突然的将茶杯掀倒，茶汤委地时，让人回光返照专注的四个什么，有时更有甚者，端起茶杯砸向对面或者地板，给人恍然的快感。用茶，用喝茶，用喝茶的氛围来接引茶友们参禅，也让我逐步的对茶生起敬意和尊重。

茶来自山川承载，来自雨露滋润，来自风吹日晒，来自人工制作，原本无茶中生出个茶来，恰恰是无我的本然演绎，此中无我，无我所，无主宰更无恒常；一片茶一杯茶一种茶，无论多么精心打理，茶自无常，管它高山之巅雪水浸，还是万丈深渊地下泉冲，茶绿了，茶黄了，茶涩了，茶淡了，茶凉了，茶弃了，来自泥土，还归大地，平常平常，不必慨叹，勿需赞礼，以自己的生命上演无

常；一种茶一杯茶一片茶，境不同，水不同，心不同，皿不同，氛围不同，竟然全然不同，完全因缘而显现，原本的诉说缘起性空的自然法则。

由于是，便经常的以茶为媒，唤起来人的心内佛法，不在向外奔求。而这一切都肇始于庐山，肇始于茶。于是有好事者颂曰：

庐山烟雨赵州茶，  
禅茶一味本作家；  
信手捻来原无事，  
慵懒平常是生涯。

# 樊师说禅

究竟智

[1] 生命的目的，就是如何学习生命的艺术和智慧。而所有的人生际遇，不过是副产品。比如：久旱逢甘露，他乡遇故知，洞房花烛夜，金榜题名时，这个被中国人认为最开心的四件事，只是四件事而已。可是生命的艺术和智慧，却是贯彻生命始终的学习。

[2] 佛教的新理论新思想却是在变化发展，面对新问题，必然有新的思路。不过，几个根本性问题，不可能发展也不必发展。因为是终极真理，所以，任何对终极真理的发展，必然会有问题。但是如何把这种最终极真理做出适应时代的阐述，这个阐述方式，注定要与时俱进。

[3] 佛陀说：他不能代替任何人成佛，因为成佛的路必须自己走。也因此，那些盲目崇拜佛陀的人，注定是自我欺骗的麻醉自己哦。

[4] 佛陀都说他在僧数，也就是一个活着的和尚而已，佛陀反对一切对着他本人朝拜的人，也反对一切朝拜偶像的人和做法，不管朝拜的是天神还是人神还是鬼神，总归，离开心灵，不存在一切偶像和傀儡。呜呼哀哉，时至今日，佛教咋就成为偶像排名前二位了呢？

[5] 怎么都不容易让佛法在人间普及。因为，人需要的是麻醉和聪明，但是，人害怕智慧，因为智慧面前，没有自我。而聪明和麻醉，都是维护自我的

最好的药剂。所以，想让佛法在人间普及，注定是个失败的绝望。

[6] 探索，向外的，已经快把人类送上绝路了，还是没有答案的。而且，每一个自认为得到了终极答案的，都差不多带给人类一次变革之后的灾难。

[7] 佛陀本人和他的教法，打倒一切偶像。现在无论那个传承的寺院，无论如何的上升抬高敬拜的神圣性，都不是佛陀的本义。这些迷信化的教义及其出处，可在婆罗门教中寻找。问题是根本不需要这些傀儡和偶像，更不用繁琐的仪式和规矩。法和真实简单的这么自古至今的自在着。

[8] 如果把僧尼作为链接老天和凡人之间的媒介——祭司们，那你就不得不贿赂这些僧尼啦。而老天是谁？老天怎么代替凡人来主宰或者决定？佛陀一概摒而弃之！所以，佛陀以他的智慧的从容，拒绝了一切贿赂天神的行为。并且佛陀给出了切实可行的自我救赎之道，那就是智慧和慈悲的互为缘起。

[9] 人无远虑必有近忧，无论远近，都不得安心啊。这个世界把什么都可以设计。计算。但是，任何人无法都设计何时出生，无法设计何时死亡，无法设计我无法教会西方人理解禅，尽管用尽了办法，在二元对立认知体系中，西方文化确实走到了高峰。但是如何超越二元对立认知，如何放下有

个没有认知的认知，连这个放下认知的认知放下的认知，即便打死了所有西方哲学、科学、宗教、大师，也是没有。因为，他们无法理解。

*[10]* 佛教是人类最理性最人性的佛教，因为佛陀，是个老老实实的人，所以，他的戒律也是针对人而不是针对鬼，不针对神仙，不针对圣贤的。佛教所有的戒律都是针对人的。所以人性，人本，人文，人心。

*[11]* 佛陀的实践，不是推理，不是猜测，不是信仰，佛陀的实践就是一场实践而已。实践的内容就是明到无明\_所以有生死相续的生命顺延；修行的实践就是从无明到明\_\_看见并实证到缘起，从而随

顺因缘，了知无常，亲见无我。从而不再迷惑，但是生死相续的现象有其自身的业力，所以，修行的最高境界

[12] 把佛法当信仰，当宗教，当哲学，当神话，都是对佛法美丽善意的歪曲。把佛陀导师的教诲当成佛教，把佛教当迷信，当敛财，当文化，当商业，当旅游，是对佛法恶意而侮辱的歪曲。

[13] 佛祖，如果真有加持，那就跟太阳给万物戴帽子一样的。可是你先打了伞，太阳也就没法给你阳光了。所以，佛祖死后不是成为一个神灵，佛祖，死了，就是死了，但是他留下了宝贵的教法，这教法，就叫做：佛法！

[14] 佛陀没有出生时，佛陀没有证道时，不是一样没有佛法。呵呵，有我在，就有佛法在。敢于这样承担么？敢于承担，即使只有你自己，你也是完整的。

[15] 人问我何谓疑情？我这样回答。我问你：不是精子卵子结合，不是父精母血造作，不是阎王把你放出，不是神仙把你送下凡尘来，而你就莫名其妙的来了。我且问你：你生从何来？死向何去？疑情，是参禅所用的一种方法，就是对自己的生命根源发力，把认为理所当然的生命，来个兜头彻脸的追问，这就是逼拶。

[16] 真传一句话，假传万句经。佛法本来无多子。很多经都是后人编造的，尤其那些劝善的因果方面的，讲故事方面的，很多不是佛法的经义，甚至很多事是违背佛法的经典。只不过用了经典的名称来篡改经典而已。

[17] 佛法，是真正的容易做，但是不容易信的。比如，只要全人类都遵从从不杀生这一条戒律，和平难道还远么？这么容易的事情，问题是很难有人相信。所以，佛法是难信的不得了，但是做起来容易的不得了。因为，这个信，完全建立在理智上，不需要神迹，不需要神棍，不要要祭司。信任你自己，可是一般人马上自我。

[18] 佛陀是人，他经过人的一切，孩童无知，青少懵懂，青春苦涩，婚姻爱情亲子父母兄弟，知识，能力，权力，地位，神通，苦行，思辨，最后发现这一切并不能带给佛陀这个人任何解脱！然后佛陀这个人，放下这一切，走向自己的内心，找到了心灵为主的生命运行法则。佛陀是人，所以是人才能跟从。

生活禅

[19] 樊释“八万四千法门”：凡能享受的人或者事或者物，心中早已无恨。心中无恨，自然充满了友善爱意怜惜，然后，那个你想要转的人事物早就不是让你想要转的人事物了。你还转个什么？呵呵。佛法，独特的思维方式，本来就是灭烦恼的。人活着，烦恼层出不穷，所以，佛法才要八万四千法门来对治。烦恼灭，佛法空。

[20] 樊释“布施”：佛陀教导弟子应行三种布施，一财施，因一切众生色身所依活命必依衣食住医等，行财施则拔苦，此与世间慈善同。二法施，因一切众生生存权满足之后必需发展和完善自我，故学问知识技能智慧无条件授人为与乐，此即慈悲之内涵。三无畏施，帮助人远离生命自身困窘，得自

在解脱。

[21] 樊释“但问耕耘莫问收获”：生命是绝对公平的。出生不知所来，死去不知所往，出生入死，都怀抱着不堪的种种梦想却不能兑现的遗憾，人人平等。这份公平，很少有人看到，即便看到又很少有人相信。即便有人看得到而且相信，又很少有几个能心安的。心安了，自然就不再公平了。心安了，也就不在乎公平不公平了。

[22] 佛法在道德人性层面，是消极止恶，从不杀盗淫妄酒约束自我身口；在自他互助层面，是积极扬善，鼓励十善，从身口意三业方面开展；在自觉层面，是通过苦集灭道的四圣谛来灭苦；在独觉层面

是透过十二因缘来断苦；在觉他方面，是透过六度大乘菩萨道来自觉觉他觉行圆满，终至成佛。

[23] 永远不要和白痴争辩。因为他会把你的智商拉到他同一水平，然后用丰富的经验打败你！还不仅仅是这样。君子不立危墙之下，这是最基本的智慧。菩萨戒界定受了菩萨戒的四众弟子，不可无故身涉险地。佛弟子看破生死，达观生死，但是绝不是自己无故找死！很多佛教徒不深究教理教义，以一两句似是而非的口头禅来开口教训指责别人，真真是害人不利己。

[24] 尼粉奘师说：老尼不懂参禅，老尼不自信心！  
尼采说：一种人被苏格拉底式的求知欲束缚住，妄

想知识可以治愈生存的永恒创伤；另一种人被眼前展现的诱人的艺术美之幻幕包围住；第三种人求助于形而上的慰藉，相信永恒生命在现象的漩涡下川流不息。我们所谓文化的一切，就是由这些兴奋剂组成的。

[25] 樊师您好，您觉得年轻人应该如何修习佛法？您觉得学习佛法和年轻人日常生活工作有矛盾吗？我答：年轻人学习佛法，大多是从好奇和好玩开始，所以不妨从明理开始。可以先读《正信的佛教》作为入门的基本功，普及最基本的佛教常识，然后，选择比较相应的法门和风格，尝试了解实证生命自身的实相。

[26] 弟子刚信佛学佛，想皈依，听说皈依数百人同时进行，请问这样的皈依算数吗？

我答：天上下雨，雨水并无厚浅之分，但是容器本身有大小，获雨而有不同。所以，敞开心扉，哪怕全世界人一起皈依，也可以与诸佛圣贤的法流同在。心门关闭，即便万千诸佛菩萨落在头顶，亦是水过鸭背，绝缘不导电的笨蛋啊！

[27] 诵经，眼耳鼻舌身意六根齐动，定功浅；持咒，六根齐动，文字少，定功略长；念佛，六根齐动，文字更少，定功转深。但是无论诵经持咒念佛，都是六根在动，所以，不可能深入禅定。只有禅坐，才有可能深入内心。修行，不是为了建立目标或者建立一个强大的自我。佛法，仅仅是深入内

心，看到实相，从而自由。

[28] 以现代人重理性重实证重思辨重物质的时代特色，所有这些转移注意力的修行方法一但实践后发现根本是一个蹩脚的方便法门之后，会被无情的抛弃。用佛陀直指人心的教法或许还有让现代人开悟的可能，不用佛陀直指的方法，继续用麻醉和转移的方法，不能证真亦不能证伪的极乐天堂。

[29] 禅师，我“学”佛的时间挺长，今天上这庙，明天跑那庙。放生都去。样子很虔诚心里很着急。我答：经历过这些有好处，就是知道怎么判定真佛教徒和伪佛教徒了。真佛教徒，不立文字直指人心，随其心净则佛土净。伪佛教徒安相立教，不知

心为何物，不知修行兑现落实在何处，只是向外驰求，转旋转远与道相隔。

[30] 所知障：已有的知识障碍了对未知的领悟与理解，成为深入灵性与智慧的障碍；所知不足导致对未知的猜疑与玄想，同样障碍了对真理与灵性的直接把握与认知。佛陀为圆满的觉者，一切智，道种智，一切智智，根本智，方便智，无不具足。所以西方的真理不可知待发展。佛陀发现的真理可证真，不必发展，为法印。

[31] 无智亦无得。没有能知的主观，也没有被知的客观。凡所有相皆是虚妄，这些经文都不是用来念诵而是用来用的。用在起心动念处，用在历境炼心

处，用在孤寂无闻处，用在心路孤绝处。

[32] 人生贵得适意尔，何能羁宦数千里以要名爵？  
太白云：安能催眉折腰事权贵，使我不得开心颜。  
陶渊明说不为五斗米折腰（却有很多很多人舍尽家财入了五斗米道）。寒山子云：寄语钟鼎家，虚名终无益！农耕时代，做个隐者是相对容易的。反而在工商信息时代，人人都被捆绑在生活中，而鲜有生活！

[33] 当下，不是一种仪式，它不是为了达成某个目的而必须做给人或者神的一种仪式；当下，不是一种祷告，它不是为了满足某种欲求而必须有所祈求的一种对神祷告；当下，不是一种秘密，它不是

为了让人憧憬而故意制造的一种无可奈何的被动无奈。

[34] 善有善报，真正的意思是：为善的时候心情开心就是当下为善最好的回报。恶有恶报，真正的意思是：为恶的时候当下的心怀有恐惧纠结不安惭愧等等不善的心理觉受，那个就是惩罚了。活着并正在经历着，所以善恶当下都有报。

[35] 活着还想有意义，那就跟兔子要角乌龟要毛一样啊。活着就是虚无，从虚无中摸打滚爬出来，管你什么价值，管你什么主义，出来就是个出处啊。如何出来而又不自伤不伤他，就是自觉觉他了。

[36] 随着经济、政府管理方式、饮食衣着住房起居，商业活动，物质文化的全球一体或相似性，直接由此引发的冲突越来越少。但是宗教和信仰的差异化冲突依旧无法趋同。禅，非宗教，非信仰，非地域，直指人心，是指向每个活人自己的心，智慧的洞见力，心灵的凝定力，身口作为的自我主宰力。

[37] 曾经很多人来跟我探讨建议新创立一个词来演绎禅和佛。我用了很多精力给他们展示区分所有这些新词的狭隘不准确不到位。告诉他们我也想从这个禅和佛字中挣扎出来，不过就使用的频率，教化的方便，沟通交流的基准，目前还真不好找到一个词可以替代禅和佛的。祛除产佛之上的粘缚，恢复

禅佛本来面目。

[38] 当一个人无求于任何神灵，则无须谄媚任何神灵。当一个人无求于任何人，则无须谄媚任何人。当一个人无求于任何时代，则无须谄媚于任何时代。如何做得到？佛陀说：了知诸法因缘生，无我无人无众生。神灵众生也，人众生也，时代众生也。

在路上

[39] 禅宗，是印度佛教必须要扎根在中华文化这片土壤上，主动适应，自我调整，与中华固有本有文明文化对立妥协争斗，之后找到的最最适合中华性情的中国式普及佛陀心法的修行与生活方式！

[40] 不管五四和新青年运动新文化运动如何想要把儒家的东西斩草除根，儒家本身是中华的固有和本有，这是血和髓，认不认，都这样了。道家，带给国人的超然心态，自给自足的农耕方式，鸡犬相闻的小国寡民乐天知足安贫乐道的人生实况。佛教，给一个因果，给了一个死后的希望，给了一个活不下去之后可以继续活下去的因果轮回，填补了中国人心底的空当，让现实的立功立德立言的沉重有个死后的归属，所以，这儒释道的三教，已经不大可

能分得开谁是谁的爹，谁是谁的妈，谁是谁的儿子，谁是谁的孙子了。

[41] 儒家说：吾日三省，说明一日不可离开那个。庄子说：道在溺屎，说明一日不可离开这个。佛家说：离开此心之外，别无一法可得，佛家又说：生命在呼吸间，说明无论这个还是那个，不但一日三省不够，藏在溺屎中不够，必须随时的在这。片刻、须臾，不可离也。可离非道也。所以，佛在一切处，佛在一切时。

[42] 见到无常，见到无我，见到缘起，见到性空，见到真如。见到这五个法则，即是见佛。否则若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。

佛陀还告诫弟子们：凡所有相，皆是虚妄。佛陀怕弟子们失去判断和依靠，他又告诫弟子们：若见诸相非相，即见如来。所以，佛陀的根本八条正道的关键是正见！

[43] 导师佛陀临终前告诉身边的弟子：如果未来有人问起佛陀是谁？他做了什么？有四件事可以告诉他们。第一佛陀曾与你们一样是个凡夫；第二，佛陀经过自己的努力破除迷惑获证真理；第三，佛陀曾经为人说法，他的法都是基于人的；第四，佛陀去世后证得涅槃，涅槃不是永生，不是不死，不是成为神

[44] 缘起，是共法，但是缘起性空，就是唯有佛法

才有的看法。统一，是共法，但是统一是多个或者两个成为一个，而佛法，本来就空不异色色不异空空即是色色即是空，当下不二。唯物，认为物大于心，唯心，认为心大于物，所以无论唯物还是唯心都是二元法。而佛法，是不二之法。

[45] 有神论，无神论，是二法。有神，神决定一切。无神，无神决定一切，但是还有个决定一切的无神。禅是不二之法，所以，离开有神无神，离开唯物唯心，离开能见被见，离开主宰被主宰。这个就是佛法不共一切宗教，不共一切哲学，不共一切科学，不共一切思维，不共一切文化的独特的魅力和思维。这就是佛法！

[46] 佛法，就是佛法。过多的阐释，反而有损佛法的纯净和本义。甚至有的阐释是歪曲的，甚或误解的。其实，佛陀的说法，在二千年前，在今天，在两千年后，都是针对人并且让人听得懂的。坐下来，直接聆听佛陀的，亲切而自然，朴素而生动，温和而智慧，慈悯而清新的。这就是佛法。

[47] 禅不是上等人的游戏，禅是一切心的归属。只是因为百年断代，本来自然容易的禅变得从人们的视野中陌生起来。

[48] 自然与法则，是人要遵从和适应；心灵和觉悟，是人需要觉悟和心灵；社会和秩序，是人多了才需要更是为了人才需要。所以，禅，上来就单提

直指，指向人和人的心。没有人，无须法则，自然自然。没有人，构不成社会，没有社会秩序自然。没有人，遑论心灵和觉悟。所以，禅，可谓儒释道的结晶奇葩。

[49] 当下，是一种实践，经由当下的实践，我们可以清晰的知道，明白的知道，怜惜而悲悯的知道。我们知道我们是谁，我们在哪里，我们将向何方，我们背负自己，我们互相走路，我们彼此注目。是的，当下，是全然的放下，放下传统的成见，放下根深蒂固的观念，放下对自我的彻底纠结！

[50] 当下，不是一种仪式，它不是为了达成某个目的而必须做给人或者神的一种仪式；当下，不是一

种祷告，它不是为了满足某种欲求而必须有所祈求的一种对神祷告；当下，不是一种秘密，它不是为了让别人憧憬而故意制造的一种无可奈何的被动无奈；当下，更不是一种信仰，它不是能够拿出来做证明的某种信仰。当下，也不是一种宗教，它不存在某个神灵或者教主高高在上审视或者怜悯我们的存在。当下，仅仅是一种当下！当下，就在这儿，在此时，在此地，当下就全然的存在在这儿。

[51] 明心，是最容易的事，也是最难的事。因为，人要靠虚幻的自我来满足更多的自我，用更多的自我来营造更多的虚幻。以期达到自我的不安全感的认同，这就是异化。而禅或者明心，却直刺自我和

自我的虚幻，然后，什么都不做就是禅了。这个，如此简单的道理，却用尽了人类的思维努力，反而离禅更远了。苦笑ing

[52] 人的心灵从小就一直受到所有社会规范与期待的约定和捆绑，对真正具有广大无边见地的心本身所具有的弹性与开放和能量，我们无法习惯。因此，我们心甘情愿的成为约定成俗的谬见的奴隶和公仆。是的，本没有束缚，本没有解脱，更没有约定这个束缚和解脱的主宰者。可是，我们却甘愿让自己的心灵继续受缚。

[53] 祷告，是一种他力救赎。不管有没有神仙，起码在信仰层面，把自己交给一个未知而又有力的主

宰。禅修，完全明了心灵运行的道理，完全靠自己的力量，把心底的渣子清理干净，成为自己的神灵，成为自己的佛陀，成为自己的净土和天堂。

[54] 其实，只要人无法摆脱对未知的恐惧，无法摆脱对死亡的无知，宗教，就还无法消灭。中国人，一直以立功立德立言确定了现世价值，以期取代对未知的终极价值，其结果，在汉明帝佛教东传就证明了这种汉人风格的现世价值的局限性，否则佛教也不会成功来华。佛教，从来也没有能够摆脱开现世任何政府的利用。

[55] 在封建王朝时期，佛教祈祷碰到个好皇帝，跟百姓渴望一个好皇帝，没有什么两样。不依国主，

佛法难兴，道出了个中辛酸。所以，如何让佛教成为佛教，而不是任何什么人什么政府的附庸和工具，恐怕是更艰巨的一项工程。当年，修建长城怎么难，现在，让佛教成为佛教自己，就怎么难。

[56] 精神的充实，心灵的宁静，灵魂的坦荡。必须加上一句：智慧的穿透。没有智慧穿透人生万象的假象幻象，充实宁静坦荡，都是用意识营造的。不是真实的。

[57] 步步向生，时时可死！这就是禅的态度。放下，不是临死那一刹那的被动，是一生的课题。

## 国际善地禅修中心简介

禅修作为一种古老而崭新的文化形式，以佛法高度的智慧作为指导；禅的特质是纯净、直接、当下、不二，超越信仰、超越文化、直指人心、回归本心，又具有简单、直接和高度的可操作性，对于解决现代社会普遍的心灵问题具有强大的生命力，任何有心灵困惑与烦恼的人都可以来学习与实验，从而净化内心的烦恼、提升生命的内在品质、体悟无常无我缘起性空的生命实相、安享生命中清凉、自在、安详的本来面目。

国际善地禅修中心用现代文明接轨佛法，以禅修净化人心，只解决普遍存在的人类心灵认知问题，洞见实相，息灭烦恼。让佛法走入人心，让佛教走进社会，让佛陀走向人间。



朝阳寺及周边寺庙群包括朝阳寺、天溪庵、德胜庵、山西庵等寺庙，坐落于京郊怀柔甘涧峪村，自然环境清幽，交通环境便利。此地自古大士垂化，烟霞托迹，明代曾襟抱数十座佛教寺院，佛事兴隆，俗称“甘涧峪七十二庵”。2007年明奘法师率门下弟子入住朝阳寺以来，着力打造直契人心、融归自然、国际多元的禅风特点。



石佛寺地处嘉兴南湖梅花洲，唐代银杏，宋代古桥，元代遗迹，亘古流水，衰废递代，胜缘今兴。2007年11月28日石佛寺重兴破土，2010年4月18日石佛寺大雄宝殿落成开光，2011年春节，石佛寺禅堂正式启用，三年辛苦，一日俨然。石佛寺自恢复重建以来，坚持禅讲并重，开展适合其根性、契理契机的禅修课程，向全社会推广禅修。

梓路寺位于“中国画里的乡村”世界文化遗产地宏村3公里的梓岭山麓，背靠象鼻峰，前倚奇墅湖三千亩水面，山明水秀，风光如画。唐会昌三年（公元843年），梓路寺始建，其后历朝多次续建翻修，曾形成规模宏大的建筑群，佛事兴隆，为当地规模宏伟的禅门古刹，据载宋代杭州灵隐寺就依此而建。2010年6月26日隆重举行开光大典，梓路重光山增色，云烟待霁水还乡。新建梓路寺保留唐风徽韵，粉墙黛瓦，古朴恢宏，蕴华独具。



北京市怀柔区甘涧峪朝阳寺(101400)

电话: 010-89601022

网站: [www.chaoyangsi.org](http://www.chaoyangsi.org)

邮箱: [chaoyangsi@sina.cn](mailto:chaoyangsi@sina.cn)

浙江省嘉兴市凤桥梅花洲石佛寺(314007)

电话: 0573-83167653

网站: [www.shifosi.org](http://www.shifosi.org)

邮箱: [shifotemple@163.com](mailto:shifotemple@163.com)

安徽省黄山市黟县宏村梓路寺(245500)

电话: 0559-5548998

网站: [www.zilusi.org](http://www.zilusi.org)

邮箱: [zilusi@163.com](mailto:zilusi@163.com)

