

<<素食有素质>>

图书基本信息

书名：<<素食有素质>>

13位ISBN编号：9787514129236

10位ISBN编号：7514129235

出版时间：2013-1

出版时间：经济科学出版社

作者：张弛 编

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>

## <<素食有素质>>

### 内容概要

《素食有素质》讲述大家饭局相聚，有人喜荤，有人喜素。

据我的观察，一直以来，喜荤或荤素兼爱的人比较多，喜素或只爱全素的人比较少，虽然大家的生活都比较素。

最近几年，人们在荤素之间有了变化，一是喜荤者对素食这件事说得越来越多，二是食素的人数也越来越多。

我想，素食一定是有魅力的。

## <<素食有素质>>

### 书籍目录

素食如是说 进进出出人到素 味蕾的修养 粥与咸菜的千年恩爱 春天小炒 再不吃素就老了 管住嘴迈开腿  
素食消灭沮丧 素食，还有速食 素食随缘 吃香的喝辣的 不是吃素的 素是素，食是食 非素食主义者的茹  
素观 准素食主义者絮语 美食的残酷 放生 素食的历史 华夏素食探源 中国素食古籍与传统 素食主义的  
前世今生 古希腊、罗马时代的素食主义思想 基督教中的素食主义 犹太教中的素食传统 伊斯兰教的素  
食传统 清代民间素食的嬗变与社会背景 近代西方素食主义思潮的形成 素食：一个古老的个性话题 主  
食：从粒食到粉食 素在古代 瑜伽的素食理念 印度——素食的国度 佛家的素食 庙里的饭菜 “六根清静  
”与“五观” 斋堂 兴国禅寺话素斋 龙泉寺素斋 龙华寺素斋 静安寺素面 湛山寺食素 白马寺觅素 灵隐  
罗汉面 吃斋 过堂 广州的那些寺庙 江西三寺 吃在寺庙 超凡的味道 和尚眼中的美食 附录 北京的素菜馆  
我心向素（代跋）

## &lt;&lt;素食有素质&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 插图： 三、梁武帝倡断绝酒肉，开茹素之先河 佛教初创于印度，即要求信众恪守戒律，但于饮食荤素并无特别规定，因为佛徒被要求游行乞食，吃荤、吃素就全凭施主了。

只是主张食用“不见”、“不闻”、“不疑”的三净肉。

而要求信众终身禁绝一切酒肉乃是汉传佛教的一大发明。

其开创者便是自称“三宝奴”的梁武帝。

梁武帝萧衍是南北朝时梁代的开国皇帝，在位48年，为史上仅次于清高宗（乾隆）的第二长寿帝王，要不是被侯景断绝饮食、活活饿死，恐寿不可考。

其不仅文治武功，而且“六艺备闲，棋登逸品，阴阳纬候，卜筮占决，并悉称善。

……草隶尺牋，骑射弓马，莫不奇妙”。

这样一位无所不能的英主晚年却看破红尘，笃信释教。

因其以帝王之尊，大力弘教，故有“南朝四百八十寺”之盛。

本人三次舍身出家，并著述甚丰，崇佛到了佞佛的程度。

末期发生“侯景之乱”，其被侯景囚禁后饿死。

死后八年，南梁亦亡，所以其名言是：“自我得之，自我失之。

”往事越千年，当时的崇佛盛况早为陈迹，而梁武帝留下了的一份最为重要的遗产，便是为汉地僧尼信众设定了断绝酒肉的清规戒律，并由此产生了茹素之风，至今延绵不绝。

其标志性事件便是梁武帝自撰并颁布《断酒肉文》。

这篇《断酒肉文》很长，保存在《广弘明集》里，得以流传至今。

其主要观点是出家人要断绝酒肉，才可区别于“外道”，引《涅槃经》中佛言：“迦叶，我从今日制诸弟子，不得复食一切肉也”为证，并论述了食酒肉的种种弊端及素食的益处。

所以“与诸僧尼共申约誓。

今日僧众还寺以后，各各检勒，使依佛教。

若复有饮酒啖肉，不如法者，弟子当依王法治问”。

由此铸成千余年来的中国的茹素传统。

另外，当时的经济、人口因素也令食素成为可能。

两汉通西域后，大量域外的农作物进入中土，并开始广泛培植。

尤其西晋衣冠南渡后，江南得以大力开发，成为真正的富庶之地，食物自然大为丰富和充足，为食素提供了物质条件。

而且，人的体质也大为改善，梁武帝身体力行，茹素而获高寿，本身就颇有说服力。

四、素食的发展与兴盛 上文谈及断绝酒肉是梁武帝自上而下的佛教戒律改革运动。

首先受到影响的当是出家的僧尼。

各寺院纷纷设立香积厨，取《维摩诘经》“有国名众香，佛号香积”之意。

这一是为供养僧众，二是为招待信众和施主来寺礼佛，自然要提高饭菜质量和烹饪水平。

但由于禁食鱼肉和五荤等条件限制，只能进一步丰富食材，增加品种，如豆腐、面筋等的应用，便逐渐形成了专门的寺庙菜肴。

随着佛教的流传日广，素食之风影响到宫廷、士大夫和市井等社会各个阶层。

就连中国最传统的道教也开始效仿，将素食纳入戒律。

## <<素食有素质>>

### 编辑推荐

《素食有素质》由张弛主编，我喜欢跟朋友聚会，男友、女友都行，但以男友居多；跟朋友聚会的形式，喝茶、喝酒都行，但以喝酒居多。

中国人跟朋友喝酒，没几个是光喝酒的，那叫“干喝”，说是喝酒，其实是吃饭，叫“饭局”；请朋友喝酒，是设“饭局”，被朋友请喝酒，是赴“饭局”。

<<素食有素质>>

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>