第一图书网, tushu007.com

<<一行禅师释佛>>

图书基本信息

书名：<<一行禅师释佛>>

13位ISBN编号：9787801753212

10位ISBN编号：7801753216

出版时间：2005-8

出版时间：中国长安出版社

作者：一行禅师

页数：223

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

前言

一行禅师生于1926年的越南中部。
1942年，也就是在他16岁的时候，他出家当了一名禅宗和尚。
越美战争爆发后，他是越南佛教和平代表团主席，他和他的很多出家同修，放弃了与世无争的寺院清修生活，积极地投身到救助战争受害者的活动中去，与此同时，他们公开表达了他们渴望和平的愿望。
在此期间，他创立了青年社会服务学校、梵行佛教大学(VanHanhBuddhistUniversity)以及TiepHien(越南语，互即互入的意思)团体。
1966年，他应和平联谊会(theFellowshipofReconciliation)的邀请访问美国，向美国人民讲述了沉默的越南下层人民在战争中所受的痛苦以及他们的和平愿望。
在此期间，他曾与数百个团体组织和个人进行了会晤，其中包括美国国防部长麦克纳马拉(McNamara)，小马丁·路德·金博士(Dr．MartinLutherKing.Jr．)，托马斯·默顿(ThomasMerton)等著名人士。
在欧洲，他还会见了教皇保罗六世(PopePaulVI)。
后来他定居法国，并在那儿建立了一个小小的禅修者活动团体——梅村(PlumVillage)。
战争结束后，一行禅师和他的巴黎越南佛教和平代表团的同仁们，想方设法通过合法途径，把救济金送到饥饿的越南儿童手中，但是没有成功。
第二年，代表团又到达马来西亚和新加坡，试图为骚乱的暹罗海湾的船民们寻求安全保护，但是他们的努力遭到各国政府的反对。
由于不知道该如何进行下去，一行禅师开始了一段时间的静修生活。
在长达五年多的时间里，一行禅师一直呆在梅村——他法国的隐居地，从事坐禅、写作、园艺工作，以及偶尔见见来访者。
1982年，他应邀参加了在纽约召开的"尊重生命联合会"(theReverenceforLifeConference)，在会议期间，他发现美国人对于禅修表现出极大的兴趣。
于是他便着手在美国组建禅修活动中心，并指导美国的禅修学生进行禅修。
通过多年来的不懈努力，一行禅师在欧洲和北美组建了许多"正念静修中心"，为佛教界人士、艺术家、心理医生、环保主义者和孩子们提供了大量的帮助，取得了卓有成效的成绩，从而使佛教在西方世界产生了愈来愈大的影响。
一行禅师也因此倍受人们的关注。
1967年，一行禅师被小马丁·路德·金博士提名诺贝尔和平奖，路德·金博士说："我不知道还有谁比这位温良的越南僧人更堪当诺贝尔和平奖。
"　托马斯·默顿是这样描述一行禅师的："比起很多在种族和国籍上更接近我的人来说，他更像我的兄弟，因为他和我看待事物的方式是完全一样的。
"　一行禅师不仅是一位优秀的宗教实践家和活动家，同时他还是一位诗人、作家。
到目前为止，他已用越南语、英语和法语写过八十多本书，其中包括(《活得安详》(BeingPeace)、《太阳我的心》(TheSunMyHeart)、《行禅指南》(AGuidetoWalkingMeditation)，《正念的奇迹》(TheMiracleofMindfulness)、《般若之心》(TheHeartofUnderstanding)、《佛之心法》(TheHeartoftheBuddha"sTeaching)、《生命的转化与疗救》(TransformationandHealing)、《当下一刻，美妙一刻》(PIesentMoment，WonderfulMoment)等等。
作为一名出家五十多年的比丘，一行禅师曾经在越南教育过两代出家人，这使他掌握了以简洁的、诗一般的语言来表达最深奥的佛法的技巧。
因为他经历过战争，并且敢于直面我们这个时代的现实，因此，他的教导也就涉及到痛苦、调解以及和平的主题，并且具有非常浓厚的生活气息和现实指导意义，是真正活泼的人世的佛教。
一行禅师著作的英文编辑阿诺德·卡特勒(ArnoldKotler)这样评价一行禅师的作品："他的教导，对于我们的繁忙的生活以及人类本位主义的理解方式来说，是一剂至关重要的解毒药。
"一行禅师的书由于关注人类的存在状况，关注于人类心灵的苦难和疗救，加之他对佛法的深刻体验和深入浅出的诗意一般的表述，因此在欧美世界受到普遍的欢迎，销路非常好。

比如，他的《活得安详》《体味和平》《正念的奇迹》《生命的转化与疗救》《步步安乐行》等等，已经被译成三十多个国家的文字，在欧美畅销书排行榜中，曾两度进入前十名，在前十名中，他的书是惟一的非小说类畅销书，这在出版史上是很少见的。

一行禅师的书为什么在西方世界能够产生那么大的反响呢? 一行禅师的开示始终以觉悟、慈悲、解脱、和平为核心。
他立足于大乘菩萨积极人世的慈悲利他精神，并结合自己数十年来对佛法的深入研究和切身体验，以佛教特有的那种俯视一切的冷峻智慧，直面人生的苦难和人性的弱点，为我们现代人摆脱烦恼、和睦家庭、祥和社会、建设美丽的人间净土，提出了一系列极富建设性的、切实可行的建议、方法和原则。

明洁明尧(汉语译者)

内容概要

在世界范围内，一行禅师将佛法成功地融入日常生活，使佛教大乘的人世精神得到充分体现，他的语言是诗的语言，他的佛法是生活佛法，一行禅师对佛法的独特领悟和诗意表达，使人们得以了解佛法，掌握净化身体和解脱心灵的艺术。

作者简介

一行禅师，当今国际社会最具影响力的佛教僧人之一，以禅师、诗人、人道主义者闻名于世。
1926年生于越南中部，16岁出家，1969年访美，后来到欧洲、现定居法国。
1967年，他被小马丁·路德·金提名诺贝尔和平奖，路德·金博士说：“我不知道还有谁比这位温良的越南僧人更堪当诺

<<一行禅师释佛>>

书籍目录

序言 一行一般若 经年证菩提
生活佛法
衣袋中的玫瑰
走出狭益肤浅的爱
诸佛的母亲如是说
践行这美妙的教化
从地立到调和的过程
研读《法华经》的快乐
步入终极空间
觉悟之光照射到你
在呼吸中更新
回归
当下的爱，当下的解脱
不更清，草更绿
禅修的入门练习
慈云法雨
不要刻意驱赶杂念
心如何观心
五蕴中的飞升
禅观生死 翔四仪游
从一块小甜饼证悟开去
依法不依人
心灵的乐游
格言偈语
生命礼赞
梅村吟唱
五项觉照
五项牢记
称念菩萨的名号

章节摘录

去爱就意味着为了那个你爱着的人而安住当下。
你能够给予最爱的人的最珍贵的礼物就是你的存在。
所以，你需要观照入息和出息，这样，你就可以活在当下。
只有在当下，你的家园才是可得到的。
吸气，呼气，将思绪回归你的身体和微笑。
这样，你在家了，你当下的家。
你所追寻的一切都存在于当下，包括上帝、净土、佛陀、蓝天。
生活，特别是生活，只要在当下才能感触得到。
何时何地能感触到生活?只能是在当下。
所以，在梅村的修行就是要通过行走和呼气，随时随地回归当下。
要经常地回归当下，因为它是惟一可以找到家的地方。
你真实的地址是：身体、心灵，在当下的合一。
你真的不需要什么邮政编码。
它也是上帝的住址、天国的地址、祖先的地址，我们所有的深爱的人都在这儿。
爱的地址、同情的地址，包括自在的地址，它们上面同样写着：身心合一，就在当下。
突然之间，你感觉没有再奔忙的必要了。
你已经奔忙了多生多劫。
因为，你不知道真实的生活，真实的家园就存在于当下。
你会想，生活于当下不可能快乐。
这是你继续奔忙的原因。
不知何故，你认为快乐不会存在于当下。
你需要更多的条件。
你会想，或许是在将来，你能凑齐这些条件。
这就是你继续奔忙的原因。
但是一旦你回到了家，你拥有的要比这些多得多。
你当下就可以快乐。
请牢记佛陀的教诲："快乐地生活在当下是可能的。
"但你可能会说："我满怀伤痛和忧虑，何以为乐?"佛陀说："是的，和着悲伤忧虑的快乐是可能的。
"花园里会有一些垃圾，但不妨碍鲜花盛开。
如果你知道如何制造肥料，你就会珍视这些垃圾，因为，没有了垃圾，你拿什么制取肥料来给鲜花提供营养?佛陀或许会破颜微笑："亲爱的人们，你们需要一些痛苦，需要一些垃圾帮助你园子里的鲜花怒放。
"所以，让我们不必太在意伤痛和内心的困境。
即使有苦恼和伤痛，快乐的活着依旧是可能的。
你们都知道船。
当你将一块石头扔进河里，它就会沉入河底。
没有石头会像鲜花一样漂浮在水面上。
但如果你有了一条船，你可以放进去多少公斤的岩石，而船依然漂浮着。
所以，在对于你的痛苦来说，如果你设法拥有一条船，那你依旧可以漂浮着。
你依旧可以悠闲自得地荡起双浆，徜徉于湖光山色之中。
学会产生专注的技艺吧。
这专注就是那条船，它能够承载，能够运行，能够转化。
你知道你能够做到。
不要流失每一分一秒。
每一分钟都可以用来产生专注的能量：行走、呼吸、端坐。

你观照入息，你品味着你的呼吸，你可以说："我已经到家了。
"目的就是停止奔忙。
你出息时，你可以说："我在家。
"你的家就会显露它自己。
如果你是个初学者，还没有探究出全部的家园。
但至少你已经进了大门。
你感触到了它，而且将感触得更多，随之真实的家园就将更多地揭示它自身。
并不需要花费很多时间。
当你了知如何呼吸的那一瞬间，一些和平、喜悦和安稳就已经在你内心诞生了。
这就是法的特征。
它并不需要很多时间。
你可以在当下就看到修行的效果。
吸气，让自己自然地呼吸。
不要试图憋着劲呼吸。
你为什么要憋着劲呼吸呢?你要是这样，要不了几分钟，你就会筋疲力尽。
所以，学会如何呼吸。
让自己自然地吸气和呼气。
不要试图使之长一点儿或使深一点儿。
只是正常的呼吸，就好像你坐在卧室，或是漫步于屋后的花园。
只是要开启专注的能量，对自己的入息和出息有一种觉照。
如果那一息是短的，就知道它是短的；如果是长的，就了知它是长的。
这就足够了。
如是体认自己的呼吸。
不要干涉它，也不要纠正，或是做任何事情，顺其自然。
只是观察它。
在我们的日常生活中，我们呼吸但没有专注的呼吸。
在我们的修行中，我们依然呼吸，但却充满专注。
在呼吸过程中不要试图付出什么努力。
这只是练习你观照呼吸。
……

媒体关注与评论

时代越发展，人心越浮躁，越来越多的人遇事即求佛、求法、求僧，殊不知向外求皆属于依赖心，就是俗话所说的临时抱佛脚。
本书通过一行禅师生动活泼、丰富多采、趣味盎然的各类形式佛法，向我们传播宁静、博爱、平等、克制、知足等精神思想，帮助在漫漫人生征途中迷惘的我们更加清醒，帮助在痛苦与烦恼中挣扎的我们涤除忧扰，也将帮我们抚平创伤、慰藉荒芜的心灵。

编辑推荐

时代越发展，人心越浮躁，越来越多的人遇事即求佛、求法、求僧，殊不知向外求皆属于依赖心，就是俗话所说的临时抱佛脚。
《一行禅师释佛：正念从现在开始》通过一行禅师生动活泼、丰富多采、趣味盎然的各类形式佛法，向我们传播宁静、博爱、平等、克制、知足等精神思想，帮助在漫漫人生征途中迷惘的我们更加清醒，帮助在痛苦与烦恼中挣扎的我们涤除忧扰，也将帮我们抚平创伤、慰藉荒芜的心灵。

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