

<<不二茶熏智慧>>

图书基本信息

书名：<<不二茶熏智慧>>

13位ISBN编号：9787501240470

10位ISBN编号：7501240477

出版时间：2011-5

出版时间：世界知识出版社

作者：静岩

页数：478

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>

<<不二茶熏智慧>>

前言

早在二十一世纪来临之前，关于“二十一世纪是生命科学的时代”的说法，就已经深入人心。人们纷纷期待，新的世纪将解决人类关于生命问题的诸多困惑和难题，使所有的生命都得到健康自在。由此，关于身心修养的方法也开始大行其道，各种身心灵的书籍、功法、工作坊，如雨后春笋般出现。毕竟，身与心的修养是和每个人当下的生命状态息息相关的。提升生命品质、获得快乐自在，是所有人的终极追求。

然而，据笔者四十多年来对现有的各种身心修养方法的实践，这些方法往往偏于一端：或者注重身体的锻炼，而于智慧的提升收效甚微；或者专注于心性的层面，却无从回应人们身体健康的现实需求。前者包括大部分现代流行的锻炼方法，如田径、游泳、健身等，大多停留在肌肉锻炼的层面；也包括东方传统的瑜伽、太极等养生方式，虽然本身深具东方哲学的内涵，但对心性智慧的开启仍然没有行之有效的方法。

后者如各种哲学理论、心灵鸡汤类的书籍和心理咨询的工作坊，它们或可解决人们一时的心灵困扰，却难免落于形而上的层面，并非使身心长久和谐的解决之道。因此，如何能开发一种综合性的修养方法，从内到外、由表及里，使我们涵养其中时，既能得到健康美丽的体魄，也能获得快乐自在的心灵、通透圆融的智慧，令生命得以安顿，也使整个社会更加和谐与安详，是笔者多年以来不倦探索的目标。

其次，在这个商业物质空前发达的时代，所有人都面临着巨大的压力，长期的紧张、封闭、不安如影随形，根植在每个人的身心深处，进而引发了各种病症和社会问题。据笔者的观察，对于帮助人们舒缓压力、平衡身心，艺术是一味不可替代的良药，既效用显著，又健康无害。

因为现代人习惯了身心向外追逐，沉迷于声光电的多媒体世界，于是往往会为艺术的形式所吸引。而当人们沉浸于活泼灵动、直观形象的艺术境界之中时，压力和烦恼往往能消融于无形，并借此得到生命的逍遥与超越。

因此，对于现代人的身心养生，在健康和智慧之外，艺术也是不可忽略的重要目标。

综上，笔者所开发的这一套不二茶熏养生体系，十分强调健康、智慧、艺术三位一体的修养，以此使人获得快乐自在的人生。

不二茶熏体系秉承了东方传统养生的精华，同时结合了现代人的身心特色，是一整套由内而外使身心和谐的修养方法。

由于从古至今的各种修身养心的方法不计其数，不二养生体系中也综合了各种方法的特色，因此特别注重不同方法、不同思想体系的和谐融通，也即“不二”的精神。

更进一步说，笔者认为“不二”精神也是帮助人们获得身与心的和谐、人与社会的和谐、世间与出世间和谐的根本智慧。

因此，本书命名为“不二茶熏智慧”，并以将近两百页的篇幅，在前三章中着重介绍了以“不二”为核心的智慧精神，期待修学者将其贯穿于不二茶熏修养的整个过程中，也贯彻于生活的每一个当下。

本书的结构大致如下：第一章到第三章是关于不二茶熏的智慧内容，包括基本智慧、出世智慧和不二智慧。

第四章总体介绍不二茶熏养生的修法体系；第五章到第七章是对不二茶熏体系中三种根本修法——不二经典、茶熏冥想和不二禅艺的详细介绍。

而对于不二茶熏体系的其他专业修法，将在未来由各修法的专业老师和团体，根据其修养的心得和经验陆续出版相应的专著。

期望所有渴求得到身心和谐的人们，都能从不二茶熏养生中收获身心健康、快乐自在的圆满人生！

<<不二茶熏智慧>>

内容概要

《不二茶熏智慧》是一本将中国禅茶文化、中医药熏疗法、儒释道精神与古老的瑜伽、太极、唱颂艺术等结合起来的，导引读者实现身心健康、快乐自在的智慧人生的书籍。

静岩博士开发的不二茶熏体系秉承了东方传统养生的精华，同时结合了现代人的身心特点，开发了一整套由内而外，身心和谐的修养方法。

由于从古至今的各种修身养心的方法不计其数，不二养生体系中也综合融汇了各种方法的特色，并非常注重不同方法、不同思想体系的和谐融通，也即“不二”的精神。

更进一步说，笔者认为“不二”精神也是帮助人们获得身与心的和谐、人与社会的和谐、世间与出世间的和谐的根本智慧。

因此，本书命名为“不二茶熏智慧”。

<<不二茶熏智慧>>

作者简介

静岩

金尧炫，韩国人。

韩国东国大学禅学系毕业，北京大学哲学硕士、博士国际茶熏瑜伽会会长。

8岁起从师学习瑜伽和禅。

多年来一直致力于研究探索一套适合现代人的养生功法，经过长时间的临床实践，融会印度瑜伽文化和中国茶禅不二思想，创编了一套完整的适合现代人的养生新法——茶熏瑜伽。

多年来一直在韩国、北京、西安、四川、香港、台湾等地教学茶熏瑜伽养生法。

曾发表论文：《生活禅与茶熏瑜伽》、《维摩诘经过坛经思想的影响》、《维摩诘经不二法门思想研究》等十多篇。

专著：《寻引养生禅法》（韩国）、《维摩不二法门》（韩国）、《茶熏》等。

<<不二茶熏智慧>>

书籍目录

- 序
- 导言
- 附：不二茶熏修养体系表
- 茶熏冥想宗旨
- 第一章 基本智慧
 - 第一节 感恩智慧
 - 第二节 人相智慧
 - 第三节 相应智慧
- 第二章 出世智慧
 - 第一节 无为智慧
 - 第二节 大乘智慧
 - 第三节 无相智慧
- 第三章 不二智慧
 - 第一节 不二来源
 - 第二节 维摩流传
 - 第三节 维摩思想
 - 第四节 鸠摩罗什
 - 第五节 本迹不二
 - 第六节 不二品释
 - 第七节 肇论思想
 - 第八节 有为无为
 - 第九节 不二禅观
 - 第十节 法身无为
 - 第十一节 定慧不二
 - 第十二节 悟道机缘
- 第四章 不二茶熏
 - 第一节 修法体系
 - 第二节 修法渊源
 - 第三节 修身养心
 - 第四节 快乐自在
- 第五章 不二经典
 - 第一节 八部经典
 - 第二节 不二口诀
- 第六章 茶熏冥想
 - 第一节 茶熏得气
 - 第二节 导引呼吸
 - 第三节 仙女补气
 - 第四节 静坐观想
 - 第五节 相应冥想
 - 第六节 还归原处
- 第七章 不二禅艺
 - 第一节 禅艺境界
 - 第二节 禅艺诠释
 - 第三节 禅艺逍遥
- 后记

章节摘录

版权页：插图：关于僧肇佛学思想来源于龙树和罗什之中观中道思想这一说法，学者们都普遍承认。而对于老庄与僧肇佛学的关系则有不同的看法，归纳起来大致有两种说法：一是除了语言表达形式以外，在思想上没有影响；另一是不仅有语言上的影响，还有思想上的影响。

如果从广义上理解僧肇的佛学思想，我们可以说僧肇佛学思想受到了“三玄”和玄学等中土传统哲学思想的影响。

因为，僧肇所运用的语言文字形式、他所讨论的主要哲学问题（如有无、动静、无知、无名），以及在讨论中所提供的论据，或主要或部分来自中国古代老庄哲学和当时的魏晋玄学（魏晋老庄学）思想。

但是我们从纯粹的僧肇佛学思想中的核心（僧肇佛学的目的和意义）内容来看，确实很难发现老庄之义。

冯友兰先生曾经在《中国哲学简史》里主张，佛学有两种：一种是中国的佛学，另一种是在中国的佛学，前者是指由中国人发展和创造起来的佛学，而后者则是中国人译传过来的印度佛学。

而南怀瑾先生在《中国文化泛言》一书中指出：“佛教原来的教义，包括大、小乘的教理与修持方法，传到中国以后，到了隋唐时期，形成‘禅宗’一宗的兴起，它全盘接受了佛教原有的教理和所有的修持方法。

只是为了适合于中国文化思想，以及民情风俗等习惯，吸收儒家、道家的精华，运用了中国式的教授法而已。

不但禅宗如此，佛教在中国所兴起的十宗，以及‘分科判教’的佛学教理的研究方法，大体上都不离其宗地完全接受佛陀的教理和修证方法的。

”所谓的佛教中国化，我们不能理解为对传统佛教文化的扭曲，而是中国人根据当时政治、经济和社会制度的需要，对异域文化的一种蒸馏，而这样的蒸馏是两种文化交融汇合必不可少的过程，只有经过这样的过程，异质文化才能进入自己的文化圈而发挥作用。

从历史来看，在这样的文化相互融会的过程中，有些输入的文化慢慢失去了自己的主旨，而被同化于对方文化中。

而另一种则是虽与当地文化相互融合，但内在的根本精神依然存在，只是表面现象上有所变化，而且这种变化是必要的。

后记

首先顶礼为我们留下八部不二经典的古今圣贤：释迦牟尼、维摩诘居士(《维摩诘经》)；老子(《道德经》)；孔子(《中庸》)；黄帝(《黄帝内经》)；帕坦伽利(《瑜伽经》)；僧璨(《信心铭》)；南怀瑾(《静坐修道与长生不老》)；楼宇烈(《中国的品格》)。

顶礼其他一切法、一切经典与一切圣贤！

深深感谢以下帮助写作整理的各位老师：第一章到第五章，能禅老师；第六章，永丽老师；第七章，陈晨老师。

还有日禅、悟空、月禅、舜禅、和禅、如禅等诸位老师。

深深感谢在不二茶熏智慧导师楼宇烈先生的指导下，一起弘扬不二茶熏的禅音、朝斌、小凡、智娜、伽南、仙海、文仙、羽仙、慈禅、道可、素禅、闻风、钟灵、艺禅、护禅、西禅、心田、净禅、慧禅、维禅、王维、箫禅、道禅、积禅、玄玄、致静、文静、自然、冥明、悟明等诸位老师们。

深深感谢其他善知识。

本书第二章和第三章是笔者于2003年11月完成的博士论文《僧肇对不二法门思想的开展》的大部分内容。

在此附上博士论文的后记，以表感恩之情。

我从1993年准备考取硕士起，就跟随导师楼宇烈教授学习。

这十年来，导师不管在学问上还是生活上都给予了我很大的启发和帮助。

特别是1996年，我因身体健康问题不得不退学，当时若没有导师的鼓励以及师母的爱护和关怀，就没有我后来的复学和今天的博士毕业。

学习期间，在导师的启发下，我对《维摩诘经》产生了兴趣，又得导师的悉心指导，才有这篇论文的完成。

导师，谢谢您！

您将永远是我的指路人！

在中国，我有两位最崇敬的人，除了导师外，就是老师南公怀瑾先生。

我从导师那里立下了向维摩诘学习、传播维摩精神的志向，南公则让我亲眼目睹了活生生的维摩诘大菩萨！

2001年，我得妈咪的引见拜见了南老，并很幸运地得其亲身指导，体会修证，让我体悟不少。

另外，必须一提的还有素美妈咪，正是她给我引见了南老，而且一直以来无微不至地关怀着我，在此深表感激！

在整个硕士、博士研究生期间，承蒙北大魏常海老师、姚卫群老师等的指导和关心，在此，向您们鞠躬致谢！

另外还要感谢周学农和刘元齐两位师兄、樊旭琴师姐，三位仁兄不辞辛劳多次帮助我，给我提出了宝贵的意见和建议，给了我不少启发。

今天我能顺利毕业，有此论文的顺利完成，同样离不开好友李容范等的经济资助，以及周围众多亲人和朋友的关心和帮助，我将永远铭记在心。

文中必然存在许多不足之处，请各位读者谅解，并多多提出宝贵建议。

最后深深感谢：过去、现在、未来一切通过不二茶熏法来修身养心、获得快乐自在的善知识！

静岩于国际不二茶熏学会丽江传统文化研究中心 敬写 2010年中秋

<<不二茶熏智慧>>

编辑推荐

《不二茶熏智慧》：体悟不二茶熏之理、开启快乐自在的人生智慧。

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>