

<<生命是吾师>>

图书基本信息

书名：<<生命是吾师>>

13位ISBN编号：9787508053370

10位ISBN编号：7508053370

出版时间：2009-8

出版时间：华夏出版社

作者：葛荣 讲述

页数：213

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>

## <<生命是吾师>>

### 前言

葛荣居士是一位十分出色的禅修导师，他的教导方式平实、直接而又灵活，因此许多人跟他修学后都有各种不同的得益。

他的教法有两大特点：一是强调慈心禅的修习，见过他言行举止的人都能感受到从他身上流露出来的深厚慈心；二是强调将禅修融入生活之中。

他常常鼓励禅修者以正念的帮助，在生活之中来学习和超越现实生活的困难。

葛荣居士在港五次主持禅修活动，这些禅修讲话记录对禅修者以至非禅修者来说都十分宝贵，能为寻求心灵提升的人士提供一个实用的指引。

这次我们出版的是一九九八年在志莲净苑的讲座和在华严阁禅修营的研讨记录。

此外，为了让读者更加了解葛荣居士，本书附录了多篇纪念葛荣居士的文章。

愿这本书能让读者对禅修及对葛荣居士有更多的认识。

最后，在此向每位为本书出版工作出过力的工作人员，包括打英文稿、翻译、修饰、校对、插图等同修致以万分的感谢！

## <<生命是吾师>>

### 内容概要

葛荣居士一共五次在香港主持禅修，这些禅修讲话对禅修者与非禅修者来说都十分宝贵，能为寻求心灵提升的人士提供一个实用指导。

本书是一九九八年在志莲净苑的讲座记录和在华严阁禅修营的研讨记录，同时附录收取了多篇他的学生纪念葛荣居士的文章。

## <<生命是吾师>>

### 作者简介

葛荣禅师，1932年9月出生。

少年时受其母影响，开始归信佛教。

年轻时曾师从斯里兰卡公认的证悟禅师罗摩智法师学习禅法，其后参访各地高僧，足迹遍布印度、斯里兰卡等国。

1979年开始任斯里兰卡尼蓝毗禅修中心驻院导师，时间长达20年。

曾先后被邀请到欧洲多个国家和中国的台湾、香港等地教授禅修，以其独特的禅修教授风格成为国际佛教界的知名人士。

2000年3月于斯里兰卡圆寂。

<<生命是吾师>>

书籍目录

志莲净苑禅修 第一天 为什么禅修越来越普及 第二天 出入息念的好处 第三天 慈心与悲心  
第四天 喜心与舍心 第五天 禅修应用在日常生活之中华严阁研讨 第一天 正念, 是唯一的道路  
第二天 做一个心灵的战士 第三天 修出入息的要领 第四天 “五蕴”是一个担子 第五天  
把日常的工作视为工作禅 第六天 反思死亡与恐惧 第七天 从苦恼中学到什么葛荣禅师纪念专辑  
纪念葛荣禅师 良师辞世 以佛法精神来传授佛法的人 “他们不能偷去你的心” 禅修是一种生  
活艺术 最好的导师就是生命 他是我心灵的朋友 他像一名高明的医生 我最怀念的人 智慧超脱  
的讲授者 一位, 自由与慈悲的人 我一生的幸运 人生历程的改善 他的教导与精神永在 不会消  
逝的微笑 微笑中的深刻启示 葛荣导师生平片断

## <<生命是吾师>>

### 章节摘录

正如我昨天所说，在座各位应感到欣喜，因为大家已发心去行践心灵的道路，发心去成为禅修者。

大家应随喜自己发心去过一种无害的生活：学习不去伤害自己及不去伤害别人。大家也应随喜自己能够修习禅修来对治苦恼。

有时候或大多数的时候，禅修就是去对治我们身体上或心理上各种不愉快的经验。试问世界上能有多少人打算这样做呢？

我们能够为自己发心处理不愉快的经验而随喜吗？

正如我说过的，无论这些不愉快的经验以哪种形式生起，尝试向它们学习。

问自己一个问题，我从中学习到了什么呢？

见到在座有些人这几晚都来，我感到很高兴。

你们应该随喜自己，如果没有这种决心，没有这种兴趣的话，你们便不会这样做。所以，随喜自己有一个坚强的决心，随喜自己发心去听闻佛法及行践佛法。

对一些人来说，挑剔自己，苛刻地对待自己，给自己减号是一件很自然的事情。因此我们需要作出努力，用心去培育随喜这种正面的质素，随喜我刚才所提及的那些事情。

有时我这样想，所有人都有解脱的潜能，解脱的质素都在我们的心中。

禅修可视为认知及体会这些质素的途径，让这些质素在我们的心中生长。

随喜心是天界众生的心灵质素，希望大家能够体会这种美善心——随喜自己及别人——的重要之处。

<<生命是吾师>>

编辑推荐

一强调正念，二强调慈心，提倡在实际生活中进行禅修。

<<生命是吾师>>

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>