

<<禅的生活>>

图书基本信息

书名：<<禅的生活>>

13位ISBN编号：9787539938295

10位ISBN编号：7539938293

出版时间：2010-9

出版时间：江苏文艺

作者：圣严法师

页数：234

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>

## <<禅的生活>>

### 前言

我未尝以禅者自期，亦未尝以禅师自诩，却由于教授禅的修行方法，并且主持禅七，故与禅门结下了殊胜因缘。

自一九七九年三月以来，若将本书包括在内，我已在台北及纽约两地，出版了数十种关于禅的中文书籍。

本书的缘起，可分作如下的四个阶段：一、由于在台北北投的中华佛教文化馆，举办了一年多禅七活动之后，参加的人数已有一百数十位，有人要求，让这些人仍有适当的机会及道场，集合共修。

故自一九七九年十月十四日，即借文化馆的下院农禅寺，开始了周日禅坐会。

会中由我开示，内容则以“禅的生活”为范围。

每次均做录音，以保存资料。

二、到了一九八二年八月，已停刊了二十年的《人生》杂志，以小型报纸方式复刊，每期要登载我的一篇讲稿，以补稿源之不足。

因此由几位年轻弟子，陆续将那些录音带加以整理。

两年多以来，有一大堆的草稿，送到我的手上。

殊不知，我的开示，每都乘兴而谈，从来不拟大纲，更没有时间搜集资料。

讲话时的用词遣语，以及次序前后，跟写文章大不相同。

故对每篇讲稿的删改补充，几乎比另写一篇文章还要吃力。

所以每每到了《人生》的编辑部向我催稿时，才急忙赶出来，急就章的作品，不会太好。

同时《人生》是从季刊而双月刊，到一九八四年九月起始改为月刊，对我的稿件需求量也不多，当时修改出来的稿件，仅得三十多篇。

## <<禅的生活>>

### 内容概要

本书主要是阐发在现实中怎样过一个禅者的生活，如何看待时间、空间，如何认识真假、来去，如果放下尘缘，安顿心灵，如何透过琐屑的尘世过上洒脱自在的生活。

<<禅的生活>>

作者简介

圣严法师像

1930年出生于江苏省南通市，1943年出家修行，2009年2月3日圆寂

著名佛教道场法鼓山的创办人，分支道场遍及欧、亚、美、澳各洲，门人弟子遍天下

佛教界第一个博士学位获得者，1975年获日本立正大学文学博士学位

历任中国文化大学教授，美国佛教会副会长及译经院院长，创办中华佛学研究所，为辅仁大学、政治大学、文化大学博士生导师

举办多种杂志，在亚、美、欧各洲出版中、日、英文著作上百种。

其中《正信的佛教》发行近四百万册，《信心铭》被译成十多种文字，在世界各地广为流传

世界著名的佛教大师、宗教界精神领袖、教育家、慈善家、学者，长年在国内外为推动心灵环保、种族和谐及世界和平等工作不遗余力

1998年被《天下杂志》评选为四百年来对台湾最具影响力的五十位人物之一，被誉为稳定台湾人心的力量

<<禅的生活>>

书籍目录

时空与生命日日是好日禅诗与禅画矛盾与统一老鼠入牛角自力与他力——禅与净土宗通与说通——禅与教来与去真与假本与末正与邪指与月知与觉真假禅师事与心锻炼心无心安心无有恐怖道不在坐放下万缘世界和平禅与现代人的生活禅与人生附录：述梦

## &lt;&lt;禅的生活&gt;&gt;

## 章节摘录

诸位，你们不是小孩，是不是也羡慕甲虫会飞、蚂蚁会钻地洞呢？

其实我们好不容易投生为人，一旦为人的时候，就想把生命拉长而不想死。

想要长命的话，容易得很，只要尽做坏事，做得越多越好，做得越坏越好，这样就可以长寿了，那便是到地狱里边接受苦报，很久很久以后，都出不来。

厌苦欣乐是人的本能，相信无人愿意如此地长寿。

相反地，要想“短命”，倒不容易。

从此以后不再轮回生死，而且要快，要克期取证，希望打一个禅七或佛七，在一个七中，便能证得阿罗汉果，乃至成佛！

也就是说我这个生死轮回的“命”，从此以后不要有了。

所以要“短命”，实在是不容易的事！

可是我们若是感到时间有长短的话，我们就是在时间里头；如果能超出时间之外，没有时间了，那就叫“无量寿”。

而众生因为都在时间内，没有离开过时间，所以不管怎样，都是有量的，而且还可以分段计算。

譬如人的一天、一岁、一生，就是一个一个的段落；前生、今生、来生，一生又一生，这也是一个一个的段落。

在人间造福者生到天上去，造罪者堕到地狱里，当天福享尽了，或地狱罪报受完了，这又是一个段落的结束与开始。

因此在六道生死中，出生人死、人生出死，这一段一段的过程，我们称为分段生死，这都是有量的。

唯有出三界、出离生死轮回以后，才没有时间的段落可分。

出了三界就是证阿罗汉果，证了阿罗汉果的人，再也没有时间可以衡量他，因为他已不在生死之中，已超出时间之外。

<<禅的生活>>

媒体关注与评论

老僧三十年前，未参禅时，见山是山、见水是水；乃至后来，亲见知识，有个入处，见山不是山、见水不是水；而今得个休歇处，见山只是山、见水只是水。

——（宋）青山惟政禅师《上堂法语》圣严法师一生弘法利生，影响遍布海峡两岸乃至全世界  
——新华社

## <<禅的生活>>

### 编辑推荐

《禅的生活》编辑推荐：圣严法师台湾第一高僧稳定人心的力量圣严法师弟子马英九，李连杰，朱德庸张国立林青霞罗大佑等推荐禅的生活，就是在矛盾中求统一，在来去中超脱自在疏导人生的苦闷与无奈提升身心世界的品质过上洒脱自在的生活空中，梧桐落叶飘零；眼前，萧瑟秋花凝霜。

一位秀才问赵州禅师：“此情此景，如何感悟人生？”

”赵州禅师淡淡地说：“不雨花犹落，无风絮自飞。”

”此书的内容，主要是将禅的精神，贴切着现实人间的实际生活来讲。

一方面疏导人生的苦闷与无奈，并且指出如何达成洒脱自在、积极进取的生活目标。

另一方面则分等介绍人生层面，鼓励每一个人，都应从禅的修行及体验中，级级提升身心世界的品质。

所以对于一般的禅修现象及其自处与处人的态度，作了详细的说明。

<<禅的生活>>

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>