

《有马赖底禅文集:活在禅中》

图书基本信息

书名：《有马赖底禅文集:活在禅中》

13位ISBN编号：9787544352598

10位ISBN编号：7544352595

出版社：海南出版社

作者：（日）有马赖底

页数：250

译者：刘建华海

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《有马赖底禅文集·活在禅中》

内容概要

日本当代禅宗第一高僧，舍弃诸般欲望，清扫心灵污垢，回归清净自我，尽享绚丽人生
身为日本佛教界领袖和著名学问僧，作者由禅入话，运用禅家睿智解读物欲横流、拜金主义横行的现代社会，阐述为人处世哲理，劝诫世人看破放下，卸掉肩头包袱，舍弃诸般欲望，清扫心灵污垢，回归清净自我，尽享绚丽人生。全书章节简练，行文深入浅出，语言幽默诙谐，娓娓道出禅家箴言妙语，开出根治现代疾病的灵丹妙药。

《有马赖底禅文集·活在禅中》

作者简介

有马赖底长老，出身于名门望族，幼小剃发出家，寄身禅门，为日本当代佛教界领袖、著名社会活动家。现任日本京都佛教会理事长、临济宗相国寺派管长，兼任金阁寺和银阁寺住持、日中友好国际交流协会会长、日中临济黄檗友好交流协会会长、承天阁美术馆馆长。曾是中国佛教协会已故会长赵朴初老居士的挚友，在日本佛教界享有较高威望。

书籍目录

推荐序一	1
推荐序二	3
中文版序	9
前言	17
第一章卸掉包袱	1
抛弃世间常识	3
不迷不惘度日	6
如何正视欲望	9
舍弃我执嗔痴	12
不争不气不恼	14
切莫道听途说	18
毫不畏惧失败	22
舍弃一切私物	24
赤裸裸度人生	28
不恋身外之物	32
把握当下瞬间	37
莫求感恩回报	43
积累世间阴德	50
第二章莫向外求	55
不拘其一而为	57
人生日日好日	60
增自信莫攀比	64
祛除羞耻之心	68
身心放下俱空	74
缄口沉默为金	79
适时自休反思	86
吾日三省吾身	88
千利休与禅法	91
无言无语为正	94
超越生死彼岸	97
第三章舍弃欲望	101
勤动手脚清扫	103
如何清扫心灵	107
追随伟人典范	109
振作懈怠之心	112
何为至上快乐	117
舍弃私情己欲	123
洗涤心头污垢	127
转换思维方式	130
迈开双脚行路	132
铁杵终会成针	135
断舍离的世界	137
瑜伽与断舍离	140
第四章洗涤心灵	143
包容天下万物	145
不可墨守成规	148
切莫不懂装懂	150

随缘任运行路 / 154
顺势随缘为安 / 158
柳枝任凭风吹 / 159
平心静气放松 / 161
不言苦不屈服 / 165
改变主观意识 / 169
心随万境而转 / 171
舍弃好恶之感 / 175
万里始于足下 / 180
化理想为行动 / 184
甘当弱智愚者 / 186
第五章人生大事 193
莫踌躇且放下 / 195
唯有生死事大 / 199
身教胜于言教 / 201
禅僧的生死观 / 204
众生心在何处 / 208
尚未成为木鸡 / 211
十牛图的启示 / 213
斩断自我之心 / 218
心灵清净一空 / 220
不畏不惧向前 / 223
开创自身天地 / 228
回归皆无自我 / 230
胸怀坦荡度世 / 232

《有马赖底禅文集·活在禅中》

精彩短评

1、不知道当下人们的精神思想都被液晶屏幕所腐蚀，书店到处都是心灵鸡汤精神读物，真正的干货哲学思想一类书鲜有人碰触，可笑。

空无一物来，空无一物走。

2、行禅 品茶 悟道 外界再险恶 空气雾霾 保持初心 追求精神生活的丰富 是王道

3、在有马赖底生花妙笔下，把一般人望而却步的“谈禅”，变成人人可解的生活体验

4、亲切温和，不繁杂不枯燥不说教，

5、展卷阅读，心如出水芙蓉般清新自在平淡，朴实，生活中常见的那些平凡再平凡的小事，蕴含着人生的大道理，可以换个角度去体味小故事里的大智慧

6、初读中，已觉有深意！

7、默精彩的语言 深入浅出的，慢慢的说着禅，直指本性

8、禅对待的是事实，不是逻辑上和语言上偏颇的、不完全的表现。直截简明是禅的精神。禅的观察是独创的，而非平面的。

9、字里行间所传达的，悉是禅法要义，突显了他对大道的深刻体悟，是禅者的人生独白，是禅化人间的成功展示。让人们在举手投足之间把握禅的精髓，为众多迷茫的人们带来生活上和精神上的指导，看到生命的意义和希望。读来令人茅塞顿开，欢喜无限。

10、禅”是存在于活泼泼的当下、热乎乎的生活中有马师傅把一般人望而却步的“谈禅”，变成人人可解的生活体验。日常生活中的衣食住行，无一不含禅机

《有马赖底禅文集:活在禅中》

章节试读

1、《有马赖底禅文集:活在禅中》的笔记-第11页

即使我们所付出的努力展示并没有使周围环境有所改变，但是通过具体实践所获的感性知识一定会使我们自身有所变化。

《有马赖底禅文集:活在禅中》

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:www.tushu111.com