

《佛家素食》

图书基本信息

书名：《佛家素食》

13位ISBN编号：9787201048598

10位ISBN编号：7201048597

出版时间：2004-9

出版社：天津人民出版社

作者：陈耳东,丁大同,丁大同,濮文起

页数：186

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

《佛家素食》

前言

史载西汉哀帝元寿元年（前2年），佛教从古印度传入中国。当时，佛教是作为一种新兴的外来文化由丝绸之路传入中国的，而此时的中国也是一个有着高度发达文化的国家，于是世界上两种灿烂的文化在东亚相遇。佛教作为一种异质文化，当它进入中国以后，经过与儒、道四五百年来的彼此冲突、相互融合，约在东晋时期，终于融入了中国传统文化之中，形成了儒、佛、道鼎足而立的局面，成为中国传统文化的主流。任何一种文化都包含物质和精神两个方面，佛教也不例外。作为精神方面的佛教文化，是由博大精深的般若智慧、拯救人间的慈悲情怀、高僧大德的菩萨风范等内容组成；而作为物质方面的佛教文化，则有巍峨壮观的寺院殿堂、美奂绝伦的雕塑绘画、庄严肃穆的仪式修持以及饮食习惯等表现形式。长期以来，人们对佛教有不少误解，特别是在20世纪60年代中叶至70年代中叶发生的“十年动乱”中，佛教几乎被视为封建迷信的同义语，成为打倒、砸烂的对象。1978年中国共产党十一届三中全会后，经过拨乱反正和落实党的宗教信仰自由政策，佛教才又重新恢复了正常活动，并积极走上了与社会主义社会相适应的正确道路，从而步入了中国佛教发展史上的黄金时期。

《佛家素食》

内容概要

从独具的饮食文化，品味佛家慈悲处世、万法随缘之追求.....

《佛家素食》

书籍目录

- 引言 素口之道 佛家的素食主张
- 一 穿衣吃饭，尽是禅机 饮食戒律
- 二 法轮未转，食轮先转 饮食制度
- 三 饮啖法器 饮食用具
- 四 七宝五味 饮品
- 五 茶禅一味 茶
- 六 半月沉江 菜品
- 七 佛香罗汉斋 名寺菜肴
- 八 无人间烟火气 面食与果品
- 结语 佛家素食风行世界

《佛家素食》

章节摘录

插图：不食肉被认为是有益于身心健康的。大乘经说：“食肉的人，众生见到他，都会惊怖不已。食肉的人，他的身体臭秽。食肉的人，口气常臭，增长疾病，易生疮癣。”这些说法，可以从现代营养学理论得到佐证。有数据表明：一斤肉就含有1克尿酸，而人体只能自排0.3克，而尿酸的积累可引起痛风、肿瘤以及消化不良、高血压、冠心病等。结肠癌患者多是食肉者。肉类在烧烤时，会产生一种化学毒素而致癌。另外，为吃肉食而杀动物，动物会因痛苦、愤怒而分泌毒素，这些毒素显然是对人体不利的。戒五辛葱蒜五辛入戒吃纯净天然的素食，或者说吃全素，要无肉、无蛋、无酒精，还要不加葱蒜等。这后一种禁食，就是佛家素食戒律中的戒五辛。佛家对于修学者，要求戒食五辛。五辛是大蒜、芥头（就是小蒜）、葱、韭菜、洋葱（一说芥末，佛经叫“兴渠”）。佛家认为，出家的比丘、比丘尼、式叉摩那（学戒女）、沙弥、沙弥尼，以及在家修习的男女居士等众佛弟子，不可以吃肉类荤食之物，以及葱、韭、蒜、兴渠等五种辛味的蔬菜，否则，那是有罪过的。

《佛家素食》

媒体关注与评论

“云霞幻灭寻常事，禅定真如是钵是。”要了解佛家文化，体悟佛家境界，宜识其物象，知其根本。“识佛”，不妨从佛家造像、礼仪、法器、饮食、慈悲、云游、养生开始。——南开大学教授 佛学专家 孙昌武

《佛家素食》

编辑推荐

人类的饮食方式，作为人与自然界相交换的生理行为，不是一种单纯的吃与喝，而是按特定方式进行的文化行为。“吃什么”、“怎样吃”，表现为在明确观念指导下进行的社会行为。佛家奉行的素食主张，就是人类社会生活里存在的各种各样饮食方式中的一种。佛家的素食主张，是与佛家教义、教规以及它所主张的宗教伦理观念相连的。佛陀在世时就说过，食肉的人即使获得开悟，但最终都会遭报应，沉沦到生死苦海中，不能再成为佛的弟子。《佛家素食》通过对缁素四众生活习惯的展示，可以使人们认识佛教借助这些饮食风习所推崇的路径。本书内容包括：素口之道——佛家的素食主张、穿衣吃饭，尽是禅机——饮食戒律；法轮未转，食轮先转——饮食制度；饮啖法器——饮食用具、七宝五味——饮品、茶禅一味——茶、半月沉江——菜品、佛香罗汉斋——名寺菜斋、天人间烟火气——而食与果品、佛家素食风行世界等内容。

《佛家素食》

精彩短评

- 1、#每天一本书#今天阅读《佛家素食》，明天给阿信面试的总经理是佛教爱好者，阿信加素油！晚安。（#每天一本书#6/30，#每月培养一个好习惯#）@晨阳_牙牙 @GTD的IT人 @Neo肥龙 @Jack-MF @咸鱼先生V @有可能是八素 @5点起床 @汪裕翔 @mydjohnson
- 2、这本书很好 我有读过另外三本，这一本主要是讲的佛家的素食和饮食，看完后可以改善一下自己的饮食习惯，有时吃吃素食还是很好的
- 3、终于可以喝牛奶了TAT
- 4、送给吃素的朋友她很喜欢！！
- 5、“汝等当知，是食肉人，纵得心开，似三摩地，皆大罗刹，报终必沉生死苦海，非佛弟子。如是之人，相杀相吞相食未已，云何是人得出三界”——《大佛顶如来密因修证了义诸菩萨首楞严》

6、前半部语气很平和。几于无感情。分寸也颇适当。谈茶部分减分，俗气太深，频频以民间轶事来铺陈说明。与上半部以佛教典籍佐证相比较，此处显得轻浮、处处在表面。甚至有故事是贬低佛教。菜品部分以罗列展示，尤其仿生菜之类缺少贯通所以。

文思豆腐令人印象深刻。全书配图很是可爱，因为纸张较差，所有图片都黑麻糊糊，却别有一番古雅味道。

2012.9.7

- 7、纠结于信仰还不忘吃，于是看了这本书
- 8、【睡起作】修睦

长空秋雨歇，睡起觉精神。看水看山坐，无名无利身。

偈吟诸祖意，茶碾去年春。此外谁相识，孤云到砌频。

【滔滔不持戒】慧寂

滔滔不持戒，
兀兀不坐禅。[1]
酽茶三两椀，[2]
意在鑊头边。[3]

【注释】：

[1]兀兀：用心劳苦貌。

[2]酽(yàn)：浓。

[3]鑊(jué)头：锄头。

茶联四幅

茶笋尽禅味，松杉真法音。
——苏东坡

一勺励清心，酌水谁含出世想，
半生盟素志，听泉我爱在山声。
——招隐寺内

四大皆空，坐片刻不分你我，

《佛家素食》

两头是路，吃一盞各走东西。
——洛阳古道一茶亭所书

一卷经文，茗霖溪边真慧业，
千秋祀典，旗枪风里弄神灵。
——上饶陆羽泉联

茶诗四首

题德玄上人院

杜荀鹤（唐）

剗得心来忙处闲，闲中方寸阔于天。
浮生自是无空性，长寿何曾有百年。
罢定馨敲松罅月，解眠茶煮石根泉。
我虽未似师被衲，此理同师悟了然。

与茶亢居士青山潭饮茶

灵一和尚（唐）

野泉烟火白云间，坐饮香茶爱北山。
岩下维舟不忍去，青溪流水暮潺潺。

失题

陈继儒（明）

山中日日试新泉，君合前身老玉川。
石枕月侵蕉叶梦，竹炉风软落花烟。
点来直是窥三昧，心后能翻赋百篇。
欲笑当年醉乡子，一生虚掷杖头钱。

茶与中国文化发展

赵朴初

七碗受之味，一壶得真趣。
空持百千偈，不如吃茶去。

题默斋

[宋]法奘

道人挂口苍烟里，万象无声忽转雷。
老去不知尘世事，东风又上屋头梅。

过茶山寺饮陆羽泉

等旻

北廓晴峦口望明，	高贤曾此辟榛荆。
云根过雨天涌碧，	石罅穿林玉碎声。
树桂一瓢藤可屋。	香浮七碗醉还醒。
闲来自领东冈趣。	不羨沧浪咏濯缨。

《佛家素食》

饮茶歌送郑容
皎然

丹丘羽人轻玉食，采茶饮之生羽翼。名藏仙府世空知，
骨化云宫人不识。云山童子调金铛，楚人茶经虚得名。
霜天半夜芳草折，烂漫湘花啜又生。赏君此茶祛我疾，
使人胸中荡忧栗。日上香炉情未毕，醉踏虎溪云，
高歌送君出。

饮茶歌诮崔石使君
皎然

越人遗我剡溪茗，采得金芽爨金鼎。
素瓷雪色飘沫香，何似诸仙琼蕊浆。
一饮涤昏寐，情思爽朗满天地；
再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘；
三饮便得道，何须苦心破烦恼。
此物清高世莫知，世人饮酒多自欺。
愁看毕卓瓮间夜，笑向陶潜篱下时。
崔侯啜之意不已，狂歌一曲惊人耳。
孰知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。

寻陆鸿渐不遇
皎然

移家虽带郭，野径入桑麻。
近种篱边菊，秋来未著花。
扣门无犬吠，欲去问西家。
报道山中去，归来每日斜

暮雨同吴鼎陶司李游茶山四绝
贡修龄

一勺清冷水，涓涓无古今。
空山不见人，想见品泉心。
昔闻桑苎子，萧散不为家。
今看种菊处，曾开几树花。

9、讲的很细致，让人更容易了解素食文化

10、这本书里说不能吃鸡蛋，因为鸡蛋是卵生，所以吃蛋也是杀生。但是佛可以和牛奶哎~~~

11、讲到了素食的历史，有兴趣的朋友可以看下。对于习惯吃素的朋友，看了对素食的兴趣会有更深入的了解。

12、后半本可以说是佛家 " 米其林指南 "

13、素食本来就是有益于身心健康的，大家可以多看看

14、怎么把这书放在菜谱类啊？根本不是菜谱！内容是素食的好处等，谁不知道，没啥价值。

15、最让我触目惊心的一句话，你吃的肉是你前世的孩子。。佛曰：口中出轮回。。看完之后看吃妈妈烧得唯心肉。。觉得好残忍。。。

16、素食是值得提倡的是一种新型的饮食观。我灰常支持，本人最近喝中药觉得一切都是嘴惹得

《佛家素食》

祸，要忌辛辣，生冷，上火的食物。闻香识女人原来也可以是佛。不错。有股香火味。吃荤就是杀生啊。原来我执意在杀戮。佛家还不是要吃鸡蛋和喝牛奶。感觉有点那个。你懂的

17、崔晓姗于2010年5月21日捐赠；大国学基金会于2010年6月19日捐赠

18、总体还可以，看看把，能用上就好，学吃素了

1、【睡起作】修睦长空秋雨歇，睡起觉精神。看水看山坐，无名无利身。偈吟诸祖意，茶碾去年春。此外谁相识，孤云到砌频。【滔滔不持戒】慧寂滔滔不持戒，兀兀不坐禅。[1]酽茶三两椀，[2]意在鑊头边。[3]【注释】：[1]兀兀：用心劳苦貌。[2]酽(yàn)：浓。[3]鑊(jué)头：锄头。茶联四幅茶笋尽禅味，松杉真法音。——苏东坡一匀励清心，酌水谁含出世想，半生盟素志，听泉我爱在山声。——招隐寺内四大皆空，坐片刻不分你我，两头是路，吃一盞各走东西。——洛阳古道一茶亭所书一卷经文，苕霏溪边真慧业，千秋祀典，旗枪风里弄神灵。——上饶陆羽泉联茶诗四首 题德玄上人院 杜荀鹤(唐) 割得心来忙处闲，闲中方寸阔于天。浮生自是无空性，长寿何曾有百年。罢定磬敲松罅月，解眠茶煮石根泉。我虽未似师被衲，此理同师悟了然。与茶亢居士青山潭饮茶 灵一和尚(唐) 野泉烟火白云间，坐饮香茶爱北山。岩下维舟不忍去，青溪流水暮潺潺。失题 陈继儒(明) 山中日日试新泉，君合前身老玉川。石枕月侵蕉叶梦，竹炉风软落花烟。点来直是窥三昧，心后能翻赋百篇。欲笑当年醉乡子，一生虚掷杖头钱。茶与中国文化发展 赵朴初 七碗受之味，一壶得真趣。空持百千偈，不如吃茶去。题默斋[宋]法具道人挂口苍烟里，万象无声忽转雷。老去不知尘世事，东风又上屋头梅。过茶山寺 饮陆羽泉等 旻 北廓晴峦口望明，高贤曾此辟榛荆。云根过雨天涌碧，石罅穿林玉碎声。树桂一瓢藤可屋。香浮七碗醉还醒。闲来自领东冈趣。

不羨沧浪咏濯纓。饮茶歌送郑容 皎然 丹丘羽人轻玉食，采茶饮之生羽翼。名藏仙府世空知，骨化云宫人不识。云山童子调金铛，楚人茶经虚得名。霜天半夜芳草折，烂漫缃花啜又生。赏君此茶祛我疾，使人胸中荡忧栗。日上香炉情未毕，醉踏虎溪云，高歌送君出。饮茶歌 崔石使君 皎然 越人遗我剡溪茗，采得金芽爨金鼎。素瓷雪色飘沫香，何似诸仙琼蕊浆。一饮涤昏寐，情思爽朗满天地；再饮清我神，忽如飞雨洒轻尘；三饮便得道，何须苦心破烦恼。此物清高世莫知，世人饮酒多自欺。愁看毕卓瓮间夜，笑向陶潜篱下时。崔侯啜之意不已，狂歌一曲惊人耳。孰知茶道全尔真，唯有丹丘得如此。寻陆鸿渐不遇 皎然 移家虽带郭，野径入桑麻。近种篱边菊，秋来未著花。扣门无犬吠，欲去问西家。报道山中去，归来每日斜。暮雨同吴鼎陶司李游茶山 四绝 贡修龄 一匀清冷水，涓涓无古今。空山不见人，想见品泉心。昔闻桑苎子，萧散不为家。今看种菊处，曾开几树花。

2、素食是值得提倡的是一种新型的饮食观。我灰常支持，本人最近喝中药觉得一切都是嘴惹得祸，要忌辛辣，生冷，上火的食物。闻香识女人原来也可以是佛。不错。有股香火味。吃荤就是杀生啊。原来我执意在杀戮。佛家还不是要吃鸡蛋和喝牛奶。感觉有点那个。你懂的

3、前半部语气很平和。几于无感情。分寸也颇适当。谈茶部分减分，俗气太深，频频以民间轶事来铺陈说明。与上半部以佛教典籍佐证相比较，此处显得轻浮、处处在表面。甚至有故事是贬低佛教。菜品部分以罗列展示，尤其仿生菜之类缺少贯通所以。文思豆腐令人印象深刻。全书配图很是可爱，因为纸张较差，所有图片都黑麻糊糊，却别有一番古雅味道。2012.9.7

《佛家素食》

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