

<<一日一生的智慧>>

图书基本信息

书名：<<一日一生的智慧>>

13位ISBN编号：9787508058146

10位ISBN编号：7508058143

出版时间：2013-2

出版时间：华夏出版社

作者：孔健 [日]酒井雄哉

页数：201

字数：175000

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>

<<一日一生的智慧>>

前言

比叡山的活佛——酒井雄哉 【日】高仓健 一个和尚在险峻的山径匆匆而行。

山径处于繁荫葱郁的深山中，有着高大的杉树和枞树。

和尚手持灯笼，灯笼朦朦胧胧地映现出黑夜中的山径。

浮现在灯笼光照中的和尚，从上到下，一身雪白的装束，宛如死者入殓前的样子。

和尚的腰间插着短刀，如果在深山里无力挪步了，便可用这把短刀自杀。

一旦进入这一修行，不允许中途告退，或是修行到底，或是就此死去，二者必择其一。

和尚翻山越岭，登险径，潜深谷，一往无前。

不论是阴雨之夜，狂风之夜，还是霰雪之寒夜…… 这个和尚在做名为“千日回峰”的修行。在佛教的修行中，这是公认的最为严酷的修行。

千日回峰，是指在比叡山养性的十二年中，得花七年的时间做此修炼。

每天夜深一点半时，离寺前往深山中，到太阳升起时分，还要不停地行走。

规定每天得走三十公里。

第一年、第二年和第三年，各为一百天。

第四年和第五年，各为两百天。

总计是七百天的时间，在山中专心地行走。

大概是从第三年起，这个和尚已完全适应在山径行走了。

从山峰至山谷，又从山谷往山峰，可以快步如飞地来来往往，宛如一名飞腿快探。

起初，和尚是孤零零地在山中行走，他感到凄寂难以自己。

后来，他与生活在这山里的野狗成了朋友。

一只黑狗和一只白狗，欢快地跟随着他。

他还感受到山径两侧的花草以及树木的生命活力近在身旁，和尚已经不再是孤单一人。

不过。

这山里的“居民”并不尽是惹人喜爱的生物，其中也不乏野猪、蝮蛇之类可怕的东西。

倘若野猪或蝮蛇出现的话，和尚就得立即奔逃。

他不使用佩带的短刀，而是拔腿就逃。

这山里严禁杀生，除了自己的生命以外，不准杀害任何生命。

在和尚所住寺庙的低洼地区，聚集着众多的信徒。

这天，是和尚结束山中七百年修行的日子，但也是更为可怕的修行开始之日。

等待和尚的。

是不知能否活着出来的“入堂”。

聚集在此的信徒们，无不为和尚担忧。

入堂这项修行，是人要关在佛堂里，不断地诵经九天。

九天中，要不饮不食不睡，连横倒躺一下都不允许。

“岁数不小了，能行吗？” “已经瘦得不成样了呀！” 信徒们在窃窃私语。

当时，和尚是五十二岁。

千日回峰这项修行，在此山中已存有一千二百年以上的历史。

以往参加这一修行的和尚都很年轻。

年过五十的和尚做此项修行，在如此悠久的历史还不曾有过的。

钟声在深谷间回响。

和尚在这入堂的信号钟声里，顺着陡直的石阶登向佛堂，他的身影是那么瘦小。

在山里的七百年修行中，和尚每天只吃两顿饭。

每顿的伙食是：一碗面条，半块豆腐，两只盐水土豆。

而且，自入堂的七天前起，伙食已改为每天一顿，每顿仅一碗流食而已。

和尚沉静地步入小小的佛堂。

厚重的堂门发出“咔咔”的响声，合上了。

<<一日一生的智慧>>

和尚朝着堂上的不动尊塑像，开始诵经。

从第四天起，和尚的身体渐渐衰弱，四肢发凉，腕部和腿部开始出现紫斑。

他自感身上有一股尸臭味在飘选。

佛堂里，香烛燃烧的气味在弥漫。

为了消除身上的尸臭味，和尚焚上气味更浓郁的线香，顿时，堂内的气味强烈得令人晕眩。

第五天，和尚的意识开始模糊，产生在山中行走的幻觉。

他的脸色苍白得像蜡人一样。

“就这样化成木乃伊，该多么幸福啊。

”第八天，和尚产生这样的心愿。

他的身体已孱弱到皮包骨的程度了，但依然诵经不止。

“我能活着出去！”第九天，和尚改变了主意。

喜悦之情使他精神振奋。

钟鸣声响彻深谷，这是和尚出堂的信号声。

信徒们兴奋得高声欢呼。

和尚顺着佛堂的石阶，安静缓慢地走下来。

信徒们敛容屏息地望着和尚的身影。

完成了这一修行的和尚，被信徒们尊为“活佛”予以奉迎。

然而，千日回峰这项修行尚未结束。

第六年，和尚还要在比叡山中行走，进而到京都的寺庙朝圣。

这修行要反复进行一百天。

第七年是到京都的大街小巷行脚，就是站在各个街头祈祷，祈愿众生和平幸福。

这要反复修行两百天。

至此，千日回峰的修行才算完成。

这位和尚，竟然两度修行千日回峰，并且两度成功。

僧位至大阿者梨的酒井雄哉，就是完成这项最为严酷的修行的和尚。

人活在世上，会有许多悲辛困苦的事。

我也为不堪困苦的事，到比叡山领受过落暴击顶的洗礼。

为此，我有缘与酒井大阿者梨相遇。

这位完成了至难修行的和尚，脸上总是浮现着和蔼安详的笑容，那是一种涵容温情、暖融人心的笑容。

<<一日一生的智慧>>

内容概要

面对人生的无常，人该怎么活？

人为何而活？

又该如何接受痛苦与死亡？

对于人生的迷惘与烦恼，不管是中国人还是日本人，都必须尽快为其干渴的内心注入营养，而这支“营养剂”，正是中国的《论语》。

同时，日本的当代高僧酒井雄哉也为此开出了佛教的处方。

本书旨在根据《论语》这味汉方和酒井先生的处方，帮助读者重拾生活的力量，从而建立起“一日一生”的生活信条。

<<一日一生的智慧>>

作者简介

【孔健】本名孔祥林，系孔子第75代直系孙，他家在孔子家族中是第四大户“滕阳户”。现为作家，孔子学研究者，日中经贸促进协会理事长，日本《中国巨龙》报总编、SBI大学教授。他以中日两种语言写作和演讲，被媒体誉为“中国文化演讲大师”“孔学传播大师”。其关于孔子思想和中日文化比较的著作就达七十余本，经常成为日本的排行榜作家。日本媒体还将其列入日本演讲师百强榜。

【酒井雄哉（Sakai Yusai）】日本京都市叡山饭室谷不动堂长寿院住持。一九二六年出生于大阪府，四十岁出家，于四十九岁开始第一次的千日回峰修行，而结束两千日回峰修行时，他已是近六十二岁的高龄，成为千年来唯一经过两次“千日回峰”苦修而存活下来的大师。此两次修成皆各费时七年，步行四万公里，天天行走六十公里的路程达一千日，其间还包含九天断食苦行等数项至难修行，因此闻名日本，被称为“活佛”，也被称为“阿者梨”（阿者梨是修行者中教导众生的最高位者）。平日除其信奉者造访亲炙外，位居日本政治权力核心的政治家、企业经营者、文化艺术界等人士，亦常慕名前往拜会。

<<一日一生的智慧>>

书籍目录

【前言】我与酒井雄哉大酒井大师的相会

【第一章】面对真实的自己

人生并非只是肉眼所见的世界，重要的并不是别人眼中的自己有多了不起。

不学礼，无以立

礼之用，和为贵

逐渐变质的心是问题所在

构筑人与人心中的桥梁

愚蠢的聪明人，是心灵崩溃的写照

【第二章】修行与生活是一体的

不管做什么修行，不管修行几次，若无法有所体悟，就没有任何意义。

德不孤，必有邻

善积一分，德便长进一分

人生之律，躬行践履

两次千日回峰行

无私无畏，无欲则刚

修行与生活是一体的

修行，一为改正自己，一为行善积德

做事必须持之以恒，一以贯之

所谓的神通力，是将心化为虚无

【第三章】时过境迁才能了然

不必慌张，也不要否定自己，毕竟那一时一刻并非人生的全部。

无论是什么样的东西，都有佛性

日本与中国的儒佛土壤“一衣带水”

“无常”就是苦难的真相

要做到仁德无私

保持住善良之心、慈悲之心

贪满者多损，谦卑者多益

安贫乐道，知足常乐

贫贱不移，富贵不淫

【第四章】一日即是一生

不要为了今天的失败而感到泄气沮丧，因为明天又是一个新的人生。

每天的生活就是修行

一日即是一生

土豆引发回到原点

向明确的目标发起冲击

给处于烦恼中的人们信息

“一日一生”的信念常驻于心

用积极的态度去生活，道路势必宽广

【第五章】回归智慧的根源

自己感受体会之后才能了解真正的意义。

人生，唯有靠自己的力量去了解。

<<一日一生的智慧>>

平衡教育是必要的

人生要放眼全局

学而不厌，诲人不倦

善读书者把死书读活

大节从严，小节从容

【第六章】与正念共处，融入生命之流

就算现在没碰上什么好事，但是只要不断地做好事，说不定就能改变未来。

回归，就像去找自己的善良一样

不受拘束的心

生存本身就是苦

执着带来痛苦

通往涅槃之路、消灭无明的方法

诸恶莫作，众善奉行

道德、经济合而为一

“义以为上”是一剂对症良药

【附录】

酒井大师《一日一生之歌》

酒井大师经典语录

<<一日一生的智慧>>

章节摘录

版权页：插图：在佛教中，人们通常会把没有痛苦、没有烦恼的世界称为“彼岸”。随着与充满烦恼和悲伤的人生说再见的那一时刻的到来，我们这些尘世中人终于结束了踏往彼岸的征途。

孔健先生：其实，佛也有烦恼。

只要我们活着，就要承受各种烦恼而生存下去。

当年《中国巨龙》报因变化筹不到钱，眼看印刷厂就要停止印刷，我也为此绝望过，甚至一度想到轻生，但转念一想，“绝处逢生”，就是这个念头激发我到处奔跑求援，才换来了今天这张《中国巨龙》报。

经营的烦恼、人际关系的烦恼……对这些烦恼的根源进行探求的正是佛教创始人释迦牟尼。

在佛教中，人们通常会把没有痛苦、没有烦恼的世界称为“彼岸”。

随着与充满烦恼和悲伤的人生说再见的那一时刻的到来，我们这些尘世中人终于结束了踏往彼岸的征途。

洒井大师：活到八十岁的释迦牟尼，看穿了人们生命的虚幻无常，这便是“诸行无常”。

所谓“无常”，意思是不断变化。

生者终会衰老、生病，之后最大的变化就是死亡。

人世间没有永久（恒量）的事物。

这“无常”就是苦难的真相。

佛教，不，不光是佛教，几乎印度的所有宗教，都认为人生本身就是苦难。

这种想法其实是基于印度的现实而产生的。

生、老、病、死——这四种苦难，在过去的印度就是现实。

如此看来，人生就是难以忍受的东西。

好容易来到这个世界上，在苦难中度过短暂的生命，真是让人难过啊，好痛苦。

抱持这种想法的人有很多。

这样一来，希望在虚幻惨淡的人生过程中得到一些慰藉，希望宗教者给予自己坦然面对人生苦难和死亡的生死观，希望能祛除临死前的不安和恐惧，这些想法也很自然。

二十一世纪是人类追寻不知何时丧失的“心灵”，重新恢复人性化生活的时代。

现在的世界变得充满罪恶，其罪魁祸首就是人们整天盯着物质生活、只跟着钱走的生活态度，而且大有愈演愈烈之势。

认为只要有钱，什么都能得到，就是错误之源。

衣服上一个纽扣扣错的话，后面的纽扣就会接连扣错。

现如今日本的年轻人，失去希望，厌烦校园，甚至不愿拥有朋友。

比起眼前的物质和金钱，我们更应该去关注那些无形的更加珍贵的东西。

人们由于虚荣心作祟，一味地追逐潮流，盲目地效仿别人，使得内心无法安定下来，心理上显得异常贫瘠。

为了隐藏自己的自卑感，这种人对于权威和社会风气很容易屈服，从而丧失了自我人格。

日本是个岛国，在相对封闭的社会中，许多人要长期或常年地共同生活，如果想一味地发挥自他性，就会破坏社会秩序。

<<一日一生的智慧>>

编辑推荐

《一日一生的智慧》由日本著名演员高仓健倾情作序推荐，《一日一生的智慧》是孔子第75代直系孙孔健与日本当代高僧酒井雄哉的对话，没有晦涩难懂的空泛理论，有的只是从实践中产生的生动的人生哲学。

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>