

《禅居》

图书基本信息

书名：《禅居》

13位ISBN编号：9787551407693

出版时间：2015-1

作者：于壮壮,赵海平

页数：247

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.tushu000.com

《禅居》

内容概要

《植物与生命》、《正进法师的禅房》、《食素进化论》、《慈悲喜舍》、《孤独者与海为伴》、《好旅行需要运气》、《3：40起床的晨型人》、《静室茶烟》、《佛祖没那么严肃》、《抄经笔记》...于壮壮创作的《禅居》以一种平淡洒脱的叙事方式，讲述着生命需要一个又一个的境界的嬗变，生命需要一个又一个的感悟。

内容简介

随着人们工作生活压力的增加，许多人正寻求一种简便可行的方式，去减少这种压力。“生活禅与禅生活”，正带着这种修行的禅机悄然来到我们的生活中。《禅居》以一种平淡洒脱的叙事方式，讲述着生命需要一个又一个的境界的嬗变，生命需要一个又一个的感悟。图文的结合，更增添了阅读的轻松和愉悦。

目录

海的呼吸

幽山美地

绿色的细节

植物与生命

正进法师的禅房

食素进化论

慈悲喜舍

孤独者与海为伴

好旅行需要运气

3：40起床的晨型人

静室茶烟

佛祖没那么严肃

抄经笔记

水瓢与葫芦，皆是法身

琴道与禅

佛珠之美

竹针麻线即佛法

木鱼是鱼吗

一钵干家饭

忧伤的码头

山上最小的寺庙

僧人的生活

岛上安居录

收起全部

精彩书摘

《禅居》：

站在生活的此岸看修行的彼岸，让人感到那是远离娑婆凡尘的琉璃净土，心虽向往之，却又遥不可及。难道此岸与彼岸竟是遥隔重洋？郁郁黄花无非般若，青青翠竹尽是真如。其实，生活就是修行，处处充满禅机。正所谓：生活如祥，常过常新，茶饮可以解渴，也可以清心；素食可以充饥，也可以养生；经书可以细心研读，也可以开启灵慧；佛珠可以装饰收藏，也可以计数功德；古琴可以悦己，也可以娱人；葫芦可以是水瓢，也可以是法身……三界由心生，万物因识起。也许是因为生活有太多的牵挂，往往舍不得放不下；也许是因为有太多的遮蔽，常常是看不明说不清。但人生百年，历经岁月淬炼后，一旦进入观照境界，明心见性，则一通百通，饿了吃饭困了睡，砍柴担水皆功夫，无处不是清净地，无人不是自在身。

“佛法在世间，不离世间觉，离世觅菩提，恰如求兔角。”由此可见，修行就是生活，时时清净平常。离开生活谈禅修，不啻缘木求鱼，水中捞月。修禅即修心，心有所悟，禅机唾手可得，修行渐臻佳

《禅居》

境。不必醍醐灌顶，无关当头棒喝；何用正襟危坐的姿态，无需繁文缛节的规矩。平常人平常心，只要摒弃“为赋新词强说愁”的矫情，解脱“贪、嗔、痴”的烦恼，就会有“看山仍是山，看水仍是水”的彻悟和“小隐隐于林，大隐隐于市”的洒脱。

“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。若无闲事挂心头，便是人间好时节。”但是，生命也需要一个又一个境界的嬗变来成就，生活需要一个又一个的感悟来度化。

当寂寞研磨成种高贵和奢侈，内心在现实的逼仄中激荡起一片潮音，人们便想寻觅一方清净之地，让精神得到皈依，让心灵得到安顿。生活禅，禅生活。从此岸到彼岸，精神需要诗意地过渡，行为需要孤独地缓冲。

岛居禅修可以说也是修行的一条津梁。观音岛居，岛是普陀，居于莲花洋；岛也可以是世界五大洲的海天孤绝处；岛还可以是慈悲忏悔心，居于菩提无量海。人人皆具慧根佛性，无需拘泥于一瓢水饮，天下之水总归大海，世间有情统归无常。

只要心中有禅，人人都是未来佛，事事皆是菩提行。

沪上十壮壮小姐、海上赵海半先生，可谓生活中的智者，已先行在此岸与彼岸之间，他们或徜徉于丛林精舍，或品茗于禅茶净室，或醉心于古琴檀香。伴山有月，飞鸟归林，于言谈动静、颦笑指顾^{『日』}见精神，悟禅意，为我们问津引路，求索常生活修行的禅道。他们曾栖居于普陀山岛上一隅，以文宁、光影的形式，真实记录岛居普陀，生活细微处的自在丰盛。读者若想体验生活禅与禅生活的意趣，就请梯山航海，渡过莲洋，产鞋葛杖，背上行囊，进入这本集结了作者欢喜心得的天地，前往普陀洛迦，岛居生活，享受这尘世之外的时光，共生从此岸到达彼岸的逍遥愉悦。

是为序。

天气晴好时，从普陀山上远眺莲花洋，远处孤单单的海上，有一尊卧在洋面的佛，那就是洛迦山。那是真正的形似，而不是像许多其他所谓奇迹一样的牵强附会，他的头、颈、腹、足，形态清晰分明，任谁都可以一眼分辨，而他与近海处佛围普陀山的比邻而望，近在咫尺，更完全是奇迹了。

据普陀山的居民说，远眺海上卧佛，最美的是日出和日落的时分。真的，我曾在夕阳西下的时候站在普陀西天山顶的位置远眺洛迦，那时海天一色，神圣的霞光洒在卧佛的脸上、身上，现出庄严而慈悲的表情。

《禅居》

精彩短评

- 1、 图片不错，看了这本书，我想去普陀山上住几个月。。。
- 2、 读毕想去普陀山呆上一阵
- 3、 好久没有读到这样平静的书了，浮躁的心是该收一收了

章节试读

1、《禅居》的笔记-第156页

2、《禅居》的笔记-第125页

4：30 天际微微泛白，将竹帘卷起，打开台灯，用最小号的善琰兼毫笔，开始抄写《心经》。

5：10 太阳忽然就闯进这个懵懂的世界，第一次明白，天亮只是一瞬间的事。

6：00 烧水，泡一杯茶，早晨是清心养肺的最好时机。玄米茶的绿色如岁月般沉静，口感温润，空腹喝也不会伤胃。

6：20 精心地准备早餐，粗麦面包、白煮蛋、一碗粥、一段佛乐，思绪被打开，满心里亮亮的。

7：00 打开门，让新鲜的空气透进来，去西天香道散散步，舒展筋骨，要是路遇往来的僧尼，就打个问讯吧。

7：30 沐浴、更衣、焚香、静思。

8：00 晨时已过，新的一天开始了。

《禅居》

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.tushu000.com