

<<唤出幸福的心经智慧>>

图书基本信息

书名：<<唤出幸福的心经智慧>>

13位ISBN编号：9787561356852

10位ISBN编号：7561356854

出版时间：2011-9

出版时间：陕西师范大学出版总社有限公司

作者：阿纯孝,寻幸哉

页数：212

译者：王俊

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>

<<唤出幸福的心经智慧>>

前言

《般若心经》是“智慧”之经。

“般若”这个词，意为智慧，是古印度的梵语prajna(俗语形式为panna)的汉字音译词。

不过，般若的智慧并不是普通的智慧。

普通的智慧是在问题出现后，思考各种解决方案，看看究竟要怎样才能解决这个问题。

例如，假设你很贫穷，这时，你想方设法去赚钱，想让自己变成有钱人，这就是普通的智慧。

生病的时候，你想尽各种治疗方法，想要把病治好，这也是普通的智慧。

因此，有时这种智慧也会是骗人的智慧。

而般若的智慧并不是教给人们这样的解决方法。

般若的智慧告诉人们生病亦不忘开怀，贫穷亦能幸福地生活。

如景说贫穷不好，因此要成为有钱人，那么人们就得努力工作。

他们不得不牺牲所有的乐趣，在焦躁不安、贪得无厌中度过一生。

即便如此，能不能成为有钱人，也还是一个未知数。

但他们的人生已经变得枯燥无味。

而且，就算成了有钱人，能不能得到幸福也不得而知。

世上有幸福的有钱人，也有很多不幸的有钱人。

就算你成了有钱人，也有可能是一个不幸的有钱人。

你不认为这是非常愚蠢的做法吗？

相比之下，贫穷时候，思考怎样在贫穷的情况下幸福地生活，不是更好吗？

般若的智慧教授的，正式这样的生活方式。

生病的时候，就作为一个病人愉快地生活吧。

这样，疾病也会好得更快一些。

生病后，整天为疾病而苦恼，焦躁不安地活着，是一种愚蠢的生活方式。

生病也可以是快乐的。

《般若心经》传授给我们的，正是这样的“般若的智慧”。

好了，让我们一起去学习“般若”吧。

本书是由位于东京目黑区的天台宗名刹圆融寺的阿纯孝住持和我共同撰写的。

我是在家人。

因此，迄今为止，我都是从在家的立场谈论佛教。

这当然没有问题。

不过，日南的佛教，还是由寺院来传承的。

虽说现今日本的佛教寺院并不活跃，甚至被嘲讽为“葬礼佛教”，但是我们仍然不可小瞧寺院。

因为如景没有寺院，日本的佛教就会彻底消亡。

从这一意义上，我们就不能只从在家的立场谈论佛教。

寺院方面的见解也是很有必要的。

我和阿纯孝住持是长年的好友。

我敬仰他的人品，并受他淳淳指导。

由于这种缘分，我才提议请他来写一本谈论现代佛教的书。

我选中的主题是《般若心经》。

我想请他以《般若心经》为中心，尽情畅谈佛的智慧(般若)。

只是，由于种币中原因，这本书最后成了阿纯孝住持和我共同完成的著作。

我在第一部分中介绍《般若心经》的概要，第二部分则是阿纯孝住持的舞台，他会从住持的立场，同时作为圆融寺附属幼儿园园长，畅谈对现代人有所助益佛教的智慧。

读者若能从本书中领会到在这个纷繁复杂的现代社会中生活下去所需的人生智慧，将是我们无上的喜悦。

合十 寻幸哉 2010年1月吉日

<<唤出幸福的心经智慧>>

内容概要

《唤出幸福的心经智慧》由日本宗教评论家费罗萨提亚与圆融寺住持阿纯孝合著而成的一本解读佛教经典《般若心经》的通俗读物。

两人站在双方不同的立场，以非常简明易懂的方式，为我们讲解了般若心经中的智慧。

阿纯孝以理论的角度解读了心经的真谛。

而费罗萨提亚则以平易近人的文字，讲解了心经在生活中的实例。

《唤出幸福的心经智慧》以深入浅出的方式，为我们介绍了般若心经里的奥妙智慧。

探讨了般若智慧在现实生活中的实际体现与应用。

是现代人士消忧解烦的一记良药。

<<唤出幸福的心经智慧>>

作者简介

作者：(日本)寻幸哉 阿纯孝 译者：王俊寻幸哉，本名增原良彦，1936年生于大阪府，毕业于东京大学文学部印度哲学系研究生院。

1965年至1985年任气象大学教授。

在教学之余，以寻幸哉为笔名，用平实的语言讲述了很多佛教思想，让一般人重新认识到佛教是平易近人的。

阿纯孝，天台宗宗务总长、圆融寺住持、圆融寺幼儿园园长、千妙寺灌室贯主。

1937年生于东京，毕业于早稻田大学文学部东洋哲学系研究生院。

现任以东京都最古老的木结构建筑释迦堂而闻名于世的目黑区圆融寺住持，兼任茨城县名利千妙寺的灌顶灌室贯主。

历任宗教所长一期、宗议会议员一期。

2009年12月起任天台宗宗务总长。

与费罗萨提亚另合著有《向般若心经学习人生》。

<<唤出幸福的心经智慧>>

书籍目录

佛说摩诃般若波罗蜜多心经前言第一部 不可思议的般若的智慧第一章 解放自我第二章 学习抵达彼岸的智慧第二部 唤来幸福的般若心经第一章 面对始于苦的人生的智慧第二章 看透世间因“缘”而成的智慧第三章 遵守无法遵守的戒律的智慧第四章 怎样找到自己内心的佛第五章 般若的智慧给我们自由的心第六章 内在之旅同样也是朝拜之旅《般若心经》现代文译文后记

<<唤出幸福的心经智慧>>

章节摘录

版权页：如果不能一直成佛，试试片刻成佛这里我要提出一个小小的建议。

我们并不知道我们在这个世界上从出生到死亡，会经历多长时间。

但问题是怎样度过这些时间。

每个人都希望自己幸福，幸福的基准也多种多样。

有人认为经济宽裕是幸福，也有人认为家庭圆满是幸福，还有人朝着自己向往的目标勇往直前，甚至也有人装成卓别林的样子说：“人生只要有三样东西就足够了，这就是希望、勇气和一点点钱。

”每个人的人生都不一样，在这里也不必论其高下。

无论如何，这个世间是忍土，不可能事事如愿。

正因为此，忍耐是非常重要的，只要我们互相谅解、互相认可、互相体贴，就能活得更轻松。

这里我想要提出的建议是：“片刻成佛。

”在人生全部的时间中，如果能够像佛祖那样去做，哪怕只是片刻，那个时刻就是幸福的时刻。

与人交谈时，自己的话语中是否有令人不快的地方。

请想象一下，如果是佛祖的话会使用怎样的语言。

回顾自己的行为，思考一下能否采取像佛祖那样的行为。

把佛祖放在心头，重新审视自身。

如果你能够拥有这样的片刻，也许你就能找出生存的意义了。

仅仅是片刻的话，应该不是那么难做到吧。

这不同于修行。

并没有任何人看着你。

也不是皈依佛教。

所以，你完全可以不用那么生硬，可以轻松尝试。

当你大发雷霆，或因了别人的话语而恼怒打算反唇相讥时，不妨先把你即将要说出口的话咽回去，然后思考一下“这种时候，如果是佛祖的话会怎么做”。

试着片刻成佛。

你也可以认为在这一个片刻，你已经是佛祖了。

要一直都成佛是做不到的，但时不时考虑一下在这种状况下佛祖会怎么说、怎么做、怎么想，这就是我所建议的“片刻成佛”。

有这样一个落语节目：“熊先生，像你这样一年到头发脾气，会给别人带来麻烦的。

你以后就不能多考虑一下别人的情况吗？

而且，生气对身体也不好。

不是有句话说了吗，忍耐是人生之宝啊。

千万不能忘了忍耐二字。

”“老大爷，我还以为你多有学问呢，原来你也会弄错。

你说忍耐是两个字，你数数看，明明是四个字嘛。

”“熊先生啊，你只懂数音节，跟你说你大概也不懂，不过这个词写成汉字的话就是两个字，意思就是耐着性子忍受。

”“你说耐着性子忍受？

这不是六个字吗？

”“你是装傻吧，我可要生气了。

”“老大爷，你自己多多忍耐吧！

”这个节目的包袱就在于，一边告诉别人忍耐有多重要，一边自己却忍耐不住了。

为了避免出现这种情况，在此还是需要设想一下佛祖的做法并忍耐下去。

尤其是身为教师、上级或父母的诸位，在面对学生、部下或孩子的时候，更应该思考一下是否需要这样的锻炼。

学习吃亏的智慧这里说的“吃亏”是什么呢？

<<唤出幸福的心经智慧>>

我绝不是想说叫大家去吃大亏，更没有必要因此让自己受到致命的打击。

我只是希望每个人能够开动脑筋，学会考虑“我能吃怎样的亏”。

哪怕只有一点点也不要紧，重要的是，不单单是思考，还要积极地试着去吃这样的亏。

在解决问题之际，不一定要去解决问题。

也就是说，不要将事态诱导到对自己有利、让自己得益的状态，这是非常重要的。

相反，学习吃亏的智慧，能让自己以出乎意料的简单方式越过这一关。

只要深入思考一下就会发现，所谓吃亏，其实与不解决问题意思是相同的。

抑制自己想要喝酒的欲望是吃亏，抑制自己想要大吃大喝的欲望是吃亏。

明明能赚到更多的钱时却不赚也是吃亏。

这就是我想说的。

在谈布施的时候，我举了船板的例子，所谓布施，是一个非常难以理解的词语和概念。

例如，我们可以考虑一下发生在我们身边的日常场景。

想象一下在地铁上给老年人或残疾人让座的情景。

作为布施的例子，我们常说：“请把座位让出来。”

“可是这真的是对的吗？”

所谓布施，与居高临下的亲切是不同的，而在这个例子中，很容易会产生这样的误解。

道元禅师说过：“布施即为不贪，即为无欲。”

“不是为对方做什么，而是自己并不贪图，或者用我的话来说，就是吃亏。”

以自家人为例来说有些不好意思，不过我曾经从我儿子那里学到了一些东西。

当我儿子还在上大学时，有一次我正好和他一起出门，从最近的车站乘上了头班地铁。

由于是头班车，空位很多。

但是不知为什么，儿子就是站着不去坐。

我问他为什么，他说，这趟车马上就会挤满，“所以我站着就好”。

我一般不大坐地铁，对这种情况不是很了解，我反问他：“那样的话，等到人多了的时候看情况把位子让出去不就行了？”

“儿子回答说：“太麻烦了。”

“当时我心想：“真是个古怪的孩子。”

“但是，后来我才发觉，这正是不可思议的智慧。”

即使想要后来再让座，如果面前没有老年人就无法让座。

在并不是很拥挤的时候，不自然地让座，也会让双方尴尬。

而且，说一声“请坐”并把座位让出去，自己就会有些得意的感觉。

坐着的时候，默默地站起来，才算是布施。

既然如此，索性一开始就站着。

能站的人就站着。

与舒舒服服地坐下来相比，是要吃一点亏。

这也就是“无欲”。

不是要为别人做些什么，而是自己不贪。

控制自己想坐的心情，不去享受或浪费。

这种想法和行动非常重要。

我要说的就是像这样考虑怎样才能让自己吃亏。

学习吃亏的智慧是非常重要的。

不是要通过吃亏来得到好处，而是纯粹地吃亏。

不是为了得到谁的认可而满足自己的证明欲，而是要学自己在不为人知的情况下吃亏的智慧，是非常重要的。

也就是说，要舍弃欲望。

不是把座位“让”给老年人，而是“舍弃”自己想要坐下的欲望。

疲惫的人，不管年纪大小，只管坐下就是。

<<唤出幸福的心经智慧>>

并不是一直站着就了不起。

只要学习自己所能承受的吃亏就行。

这才是真正的布施。

想要有好心情、想要得到表扬、想要得到认可。

对方不说“谢谢”就不愉快。

这样的话就不是吃亏，也不是布施了，变成了稍微做点什么就要求回报的做法。

要纯粹地思考吃亏的做法。

思考八万四千种吃亏的做法。

或许也可以总结今天自己吃了多少亏，并记在日记中勉励自己。

<<唤出幸福的心经智慧>>

后记

有个词是“师友”，现在好像不太常用了，这个词的意思是当作师父一样尊敬的友人，或亦师亦友的人。

说到我和寻幸哉先生的关系，从我个人看来，寻幸哉先生就是我的师友。

在和寻幸哉先生会面之前，我就阅读了先生的大部分著作，是他的忠实读者。

从中我学到了，改变一下视角来看的话，佛教也会很有新意。

终于有机会见面了，当我因为紧张而用僵硬的声音跟他打招呼时，就看见他在那边笑容可掬地双手合十。

当时我就觉得，仿佛是与很久以来的老朋友再次见面一样。

所以说，他是我的师友。

几年之后，当我出席先生在日光山轮王寺主办的“曼陀罗会”时，先生说他要三越的文化讲座讲《般若心经》，想要我帮忙。

我以为只是帮忙接待一下，于是爽快地答应了。

没有想到先生对我说：“我担任一个半小时的《心经》讲解，希望您也同样讲一个半小时，每月一次，大约持续一年，请多多关照。

”我一听就着慌了，赶紧拼命回绝：“这个我不能接受，不行不行，您就饶了我吧。

”先生说：“不是学者对《心经》进行研究的那种讲座，那样的话我也不会拜托您了。

您只需要随便谈谈在日常生活中如果懂得佛祖的智慧会怎样就可以了。

课题由我亲设计，您只要从中选择您想要讲的内容就行。

”就这样，过了两三天，课题就送到我这里来了。

人总是会有遇到难题并必须下定决心时候，我想，也许这就是我的难题吧。

以此为契机，1995年，我得以和先生共同出版了一本《通过般若心经学人生》。

这次在先生的又一次的召唤之下，很荣幸能再次携手编写本书，实在是非常难得的市几会。

最后，本书在编写过程中得到了Softbank Creative出版社的川口昭彦先生、F公司的赤城稔编辑细致的指导，在此表示衷心的感谢。

阿纯孝 2010年1月吉日

<<唤出幸福的心经智慧>>

编辑推荐

《唤出幸福的心经智慧》：1.《般若心经》在佛陀一生的重要地位，在佛教经典中的重要地位，在佛教徒心中的地位，都使得了这是一部不能错过的佛法之书。

2.《唤出幸福的心经智慧》的特点是作者有两位，一位是日本宗教评论家、佛法弘扬者，一位是寺院住持，前者从法理的层面讲说《般若心经》，而后者从剖析身边的生活现象开启佛法大门，通俗易懂，深入人心。

般若心经集六百卷大般若经之精华。

般若心经是一部“讲自己的”经。

唤来幸福的智慧，是人人必备的智慧。

若不能时时成佛亦不妨成刻成佛、日本佛学大师用最短的、佛经讲述最长的人生哲理。

不可思议的心经智慧带您勘破放下自在。

般若心经，开启你人生的智慧。

让你走出自我的围城，放下无谓的执著，获得无拘无束的自在心灵。

幸福——就在你彻悟的那一刻开始。

《唤出幸福的心经智慧》并非[一般智慧]，[一般智慧]指的是碰到问题后，思考如何解决问题的智慧，[心经智慧]是教人如何快乐生活、如何获得幸福的智慧。

<<唤出幸福的心经智慧>>

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>