

和尚



[和尚 下载链接1](#)

著者:陈琛

出版者:中国广播出版社

出版时间:2006.03.06

装帧:平装

isbn:9787504348906

图说修行生活，妙文细说解脱；僧侣世界行走，趣解众生自由。出家人作为社会上一个特殊的阶层，对我们常人而言一直有其神秘的一面：他们的户口档案是怎么样的呢？他们为什么要以素食为主呢？禅机又有什么奥秘呢？……本书以风趣的文笔和详实的图文，向我们描绘了出家人寺院生活的世俗性。

出家人作为社会上一个特殊的阶层，对我们常人而言一直有其神秘的一面，但该书却以风趣的文笔和详实的图文，向我们描绘了出家人寺院生活的世俗性。他们朴素、简约和体现着人性本真的生存观念，无疑值得我们学习和借鉴。

作者介绍：

陈琛，1962年生，长春人。长期研究佛学，现居北京。2004年皈依藏传佛教，法名喜热嘉木错。

精彩书摘：

佛门美食

中国人历来喜欢美食，即使出家当了和尚，即使吃不到半点荤腥，还是想在有限的能力范围内吃到美味佳肴。僧人们比较多的是时间，可以一门心思钻研如何做菜。这就是斋菜的由来。而今天，“斋菜”、“素菜”已经大成气候，甚至可与八大菜系并列。

斋菜，原为道家、佛家烹饪的以三菇六耳、瓜果蔬菜及豆制品为主的素食菜肴，故又称“寺院菜”、“素菜”。斋菜的最大特点是不使用动物性原料。就连某些植物性原料，如大蒜、坡芹、咸菜等也在禁用之列，近年来，由于素菜具有养生功效和独特口味，进入饮食市场，大受消费者欢迎。

斋菜的制作往往要先熬高汤。俗家菜的高汤都用的是荤料，比如猪骨、母鸡、鸭架、虾仁等等。而斋菜的高汤都用的是素菜，主料是豆制品，还有黄豆芽、草菇等。经过反复熬制，一样能做成极为鲜美的汤。利用高汤调味，用各种菌类、豆制品及瓜果蔬菜为材料，就可做成清爽可口的素菜。许多名菜由此产生，比如“鼎湖上素”、“罗汉斋”等。最绝的是和尚们可以把素菜做成各种荤菜的样子，如素鸡、素鸭、素排骨、素鱼等等，其色香味都和原来的荤菜没有分别。如“香菇素鱼”、“豆皮鸡”、“莲花鸭羹”等，都几可乱真。而从和尚们苦心追求把素菜做成荤菜样子之中，也可以看出他们对世俗生活的向往。这于佛教的戒律可是大大不相容。

当然，这些美味的素菜不是给一般和尚享用的。许多寺院专门设膳堂，招待前来进香礼佛的王公贵族、慷慨募捐的施主及讲法的高僧等。后来，许多膳堂对外营业，成为了寺院的“第三产业”。

有遵守清规戒律的和尚，自然也有不那么规矩的和尚。有的和尚把素菜做成荤菜样子来解馋，也有和尚偷吃或偷着做荤菜。而一本中国菜谱，不少名菜就是这些“酒肉和尚”发明的。

有个小和尚，想吃肉想得要命，下山买了块白灼猪蹄一路狂啃。谁知路上听到了师傅的声音，不得已，只能把啃了一半的猪蹄顺手一丢。过了两天，又想起了那块猪蹄的美味，跑回去找，结果在一道山泉里捞回了那一半。咬了一口，不但没坏，反而鲜滑可口，爽脆万分。从此粤菜添了道佳肴：白云猪手。

传说江南金山寺的住持佛印禅师也好此道，有天他正准备改善生活，忽闻小沙弥报苏大胡子来了，赶忙把刚上好佐料的五花肉藏于一小瓦坛中，随手摆在了蜡烛架子上。那苏大胡子乃有名的才子，谈禅论道，竟然3日不去，回去后还写了一首诗教人送给佛印，诗云：八风吹不动，端坐紫金莲。佛印陪了他3天，正心疼那坛子猪肉。看诗不禁大怒

，拿笔批了两个字：放屁。苏大胡子一看受不了，怒气冲冲地上门问罪。谁知进门就闻到了一股异香，顺味而去，找到了那个坛子，于是罪也不问了，挟肉而逃。“香积厨”中的一手绝招也从此流传后世。那就是：洗尽铛，少着水，柴头罨烟焰不起。待他自熟莫催他，火候足时他自美。苏大胡子吃的醉饱之余，又摸着肚子哼哼出下面几句：黄州好猪肉，价贱如泥土。贵者不肯食，贫者不解煮。早晨起来打两碗，饱得自家君莫管。这个后世俗人所说的“东坡肉”，就是佛门美食中的“蜡头炖肉”。后人有好事者也以诗赞曰：八风吹不动，一屁打过江。忽闻蜡头肉，黄州始闻名。

传说在清朝隆年间，扬州瘦西湖法海寺有一和尚名叫莲性，烧制的猪头很好吃，游客颇喜品尝。当时民间流传一首歌谣：绿杨城，法海僧，不吃荤，烧猪头，是专门，价钱银，值二尊，瘦西湖上有名声，秘诀从来不告人。有一厨师与莲性和尚关系密切，得其真传，于是咸甜适中，肥而不腻，入口即化的“扒烧整猪头”就流传开了，成为扬州一大名菜。而它与“扬州狮子头”、“拆烩鱼头”，合称“扬州三头”，由它们组成的扬州“三头宴”曾盛行淮扬地区。

要说最最有名的佛门美食，当属天下无双佛跳墙。小和尚难得把师傅师兄吃剩下的猪蹄膀海参扇贝等等之类的下脚物收集在一起，炖了一大坛子，称为“燕子归巢”（此菜和尚目前仍多享用，时间为盛大节日过后的两三天里），却给黑心的饭店老板抢了去，着急去夺，又被世人误会是拦路打劫，所以美其名曰：佛跳墙。

当然，这些故事多属传说，其真实性值得商榷。但可以肯定的是，山门掩不住人们对尘世生活的向往。而与那些高僧相比，这些不守清规的和尚似乎更加亲切可爱。

目录：

[和尚](#) [下载链接1](#)

标签

佛教

出家人的生活

宗教

佛

人文

佛学

杂

好玩

评论

写了很多古代的和尚怎么过日子，现在的呢？另，里面大部分插图描绘的是日本僧人的生活。

得多看电子书。简直是和尚生活小百科！衣食住行各方面都有，不过主要侧重于古代，应该是综合几本典籍写出来的，现代的部分阙如，这很可惜。记不过来，可作为【资料】备查~~

大国学基金会于2010年6月9日捐赠

只看了饮食部分……

科普

介绍一些关于和尚的日常生活常识，使我了解了很多。如果有说明古代知识分子的日常生活知识就更好了。

这种书才是我们中国人自己的东西，应该出英文版的让外国人也读一读，了解一下东方的宗教和哲学。

有意思，介绍很全面。作者自己的观点其实挺有趣的，就是太少了。

2009

B949.92/100

要能配图就更好了

科普

继续普及佛学及其常识

[和尚_下载链接1](#)

书评

[和尚_下载链接1](#)