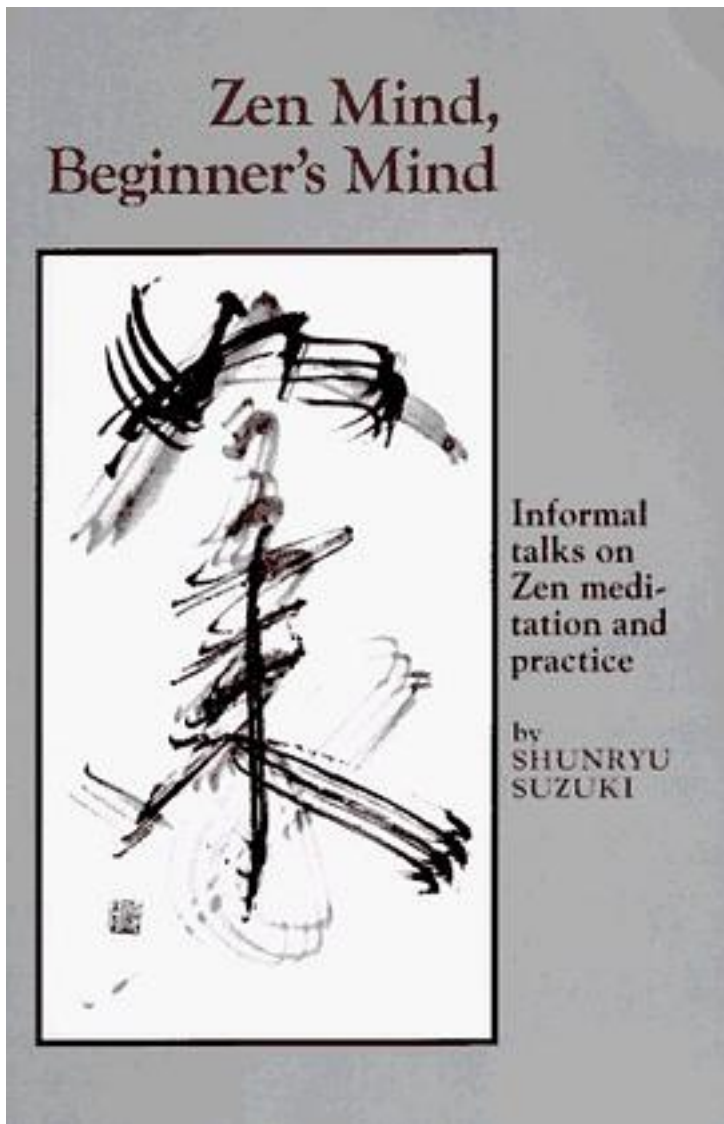


Zen Mind, Beginner's Mind



[Zen Mind, Beginner's Mind_下载链接1_](#)

著者:Shunryu Suzuki

出版者:Weatherhill Inc

出版时间:1973-4-1

装帧:Paperback

isbn:9780834800793

作者介绍:

铃木俊隆(Shunryu Suzuki)，13世纪日本曹洞宗初祖道元禅师的法脉传人。1961年在美国旧金山建立极具规模的塔撒加拉山僧院和旧金山禅院。此举带动美国本土开始广设禅修中心，并影响日本禅宗在美国的传播，进而大放异彩。

目录:

[Zen Mind, Beginner's Mind_下载链接1_](#)

标签

禅

修行

哲学

宗教

Zen

佛教

英文原版

日本

评论

GR 4.24 (4000) 初心，正信的禅宗 (KD AU)

要么我和禅宗八字不合，要么就是作者写得有问题，总之很垃圾，喜欢似是而非的人可能会喜欢。

有平常心就好！

Right practices - Zazen is the direct expression of our true nature. Right attitude - we emphasize on strong confidence in our original nature. To give is nonattachment. Right understanding - is not an intellectual understanding. It is actual practice itself. It is the readiness of the mind that is wisdom. SY 8/28

不太懂

2006.5.9 读完 This book has been a classic because it had a huge influence on a lot of americans during the 70's when zen and oriental cultures suddenly became popular.

长期存放audible的压箱宝。温故知新。

浅显

值得一读，但没有传说中的那么好，有不少似是而非的东西。

极简的语言，丰满的哲理。

70% read

英文果然一笔抹杀了禅理易趣啊……可亲可敬而又细腻深邃的东方文字……

坐的姿势很痛苦就能成为budda了

实际上是在听

值得一读再读

to know yourself

I find some part of this book incomprehensibly paradoxical. But it's still a good read.

作者主要说zen, 禅, 什么是禅,为什么要联系zen mind, 如何锻炼.
类似于中国的论语,是弟子整理的. 很有意思, beginner's mind,
感觉应该是日本的一种流行的说法,不是说初学者,而是类似于中国的赤子之心的意思.

College class reading done in 2011

Boundless, vast and compassionate beginner's mind. Anything we do is an expression of our mind. And zen is already there to be discovered.
禅者初心，值得反复体悟。

书评

禅者的初心 陈寿文

在近来媒体悼念乔布斯的文章中，“铃木俊隆”的名字常被提起。这位在美国弘法12年，创立第一所美国禅院的日本禅宗大师对乔布斯有着深远的影响。铃木俊隆的著作《禅者的初心》(Zen Mind, Beginner's Mind)是当时专为那些对佛教一窍不通的西方人写的著名英文...

实际上这本书最核心的内容在于用温柔的口吻，简单的告诉你说——来，我交给你领悟真理——就是自然而然的去了解自己。

就好像苏格拉底所过的那样，人最难了解的就是自己，而因为难以了解自己所以也就难以知道自己究竟想的是什么。于是乎，总是心烦意乱，总是为情所困，总是不...

看完这本书解决了我近来的两个疑问： 1. 如果你不能轻松的完成一件事应该怎么办？
2. 我们应当控制还是放纵？

活着的时候，需要禅的帮助，以更好的认识和挖掘自己。禅，不是一种宗教，也不是一个信仰，却更像是一种智慧。这种智慧，不是知识或经验的累积，而是一种修行的过程

...

禅修的心应该始终是一颗初心（初学者的心）。那个质朴无知的第一探问（“我是谁？”）有必要贯彻整个禅修的历程。初学者的心是空空如也的，不像老手的心那样饱受各种习性的羁绊。他们随时准备好去接受、去怀疑，并对所有可能性敞开。只有这样的心才能如实看待万物的本然...

下面的这些读书记录，大概有一些疯狂。但是呢，我自己发自内心地认同书中的一些观点，也曾经，现在，未来都体会到这些观点的力量。我并不是佛教徒，但是那些观点就是那么深入地沉浸到我的内心，我相信它们，我在实践中微笑地感知到它们的力量。
观点一：(对待自己)专注努力做...

圣严法师写过一本佛教入门的小册子叫作《正信的佛教》，我很喜欢“正信”这个词：正确、正解、正当的信仰，方为正信。很多对于宗教的误解和迷信都源于信得不“正”。
如果把Shunryu的这本书译为中文，我想最合适的书名莫过于《初心：正信的禅宗》。

它是我读过最多遍，也是最浅...

=====第一次读的书评===== 学习铃木俊隆的另一种方法：
说实话，这本书我看不懂。除了大致理解了初心之外，我感觉这本书每一页都差不多。
等我下回再读一遍或许可以理解更多。
但是我发现了另一个学习禅宗的方法，那就是从其他人身上学习铃木俊隆，例如Garr
Reyn...

这本畅销英语世界三十年的书，几乎是西方所有对佛教或禅有兴趣的人的入门书。它指导人们如何修行，说明何谓禅生活、说明禅修是以何种态度和了解为前提的书。它鼓励读者去实现自己的真实本性，自己的禅心。
禅心是禅门老师常用的谜样字眼之一，他们用这字眼来提醒弟子们弹出文...

金刚经有云，无所住，而生其心。不住即是不停留，不停留就没有束缚和挂碍，像流水月光一样周而复始一刻不停，这是生命的本来面貌，停留即是执着，人生从开始的那一刻就应该顺流而下，即使遇到阻碍一样奔涌向前。随时接受，随时舍弃，禅不需要一个结果，而是洞悉事物的规律，保...

会读这本书，是因为最近大家都挺爱读乔布斯传的，就会有热心人整理出教主的书单，而这本书，是引领教主入禅门的书。大家争相阅读起来。
我相信缘，再好的书，别人推荐再多，如果在遇见的那个时间里，我和它没有缘分，那也只会擦肩而过。我庆幸自己读了这本书，因为它是一本常...

《禅者的初心》这样一本书，铃木俊隆禅师用最朴素不过的言语告诉初学者，如何抱着一颗“初心”来面对万物，懂得禅修。
初心，初来乍到者的心灵，再简单纯净不过的状态，却也谈何容易。
我揣着一颗还算是虔诚的心来阅读这本书，但是薄薄一本竟耗费了不少时日，而且在理解一字...

这本《禅者的初心》算是我的禅宗入门书了吧。
读完这本书，最大的收获是发现了禅宗并非是一般意义上的宗教，正如铃木俊隆所说的那样“应该算是‘宗教’之前的宗教”。
因为禅宗的弟子并不一定需要恪守清规戒律，也不一定需要苦行，更不一定需要拥有普度众生的崇高理想，禅宗的...

此刻，这本书正静静躺在我的身边。已经忘了读了第几遍，每一遍读的感受都是全新的，你总能看到以前忽略的文字，或者自己的观念在印证文字。毋庸置疑，这本书对我的改变是巨大的，从最初的从抑郁情绪中脱离，到获得内心的平静，直至最后的言谈举止大抵都有此书的影响。知道...

抱歉，因为一直想欠着来写长篇的书评，反而因为时间太久，忘了最初阅读时的那份惊讶和思考。但是印象最深的莫过于每每在阅读的时候，也有种快来打上一座的冲动。而阻碍自己不想打坐的各种想法，一一被铃木在书中用各种形式的解释化解掉了，并告知如果你遇到的不是一个当下的佛...

我们说：“拔出野草，可以为植物带来滋养。”也就是说，拔出野草，把它埋进植物四周的土壤，就可以成为植物的养分。所以，哪怕你修行时碰到困难，哪怕你打坐时会感受到心的涟漪，但这些涟漪本身是可以帮助你的，所以你不应该被它搅扰。你应该对心中的野草满怀感激，因为到头...

如何节能

在写这篇文章的时候，我正坐在工作室里。树影落在雪白的墙上，暖黄的地板上，以及我正面对着的电脑屏幕上。耳边充盈着窗外的鸟鸣声。小鸟们叽叽喳喳地聊着天，像是遇到了什么天大的可乐之事。三点钟到达工作室，一坐下来，就忍不住想翻看手机。放下手机，又打开电脑...

当我开玩笑说：“我要去研究武功秘籍了”时，我的书桌上放着两本书，分别是《剑理详述片段》和《禅者的初心》。为什么开始学剑道？每每被问这个问题，总有些许迟疑。剑道的初心对我而言是明确的，是想要追求一种平静，让我那充满杂念的心变“空”。然而有时，觉得这样和不...

听起来，禅视乎是一种回归清净的学问？但问题是你要曾经不清静过，而且是相当的不清静过。这样你回想起来。原来这样就清净了。但问题是人不能清净。这就映衬出了清净的价值。不为娼妓难成佛陀。我希望这清静是高层次的清静，而不是无知的清静，或无能的清静。禅通过对世界的考...

何谓初心？初心，即初学者之心。初学者之心，内心空明，谦逊，且能坦诚自己的无知，对一切新鲜事物都抱有极大的热忱与渴望，故无论学习还是工作，均进步神速。我们的心灵就好比一个用来装水的瓶子，这要装进来水就是知识和智慧。瓶子空着的时候，很容易装进来，且能装进的水多...

[Zen Mind, Beginner's Mind_下载链接1](#)