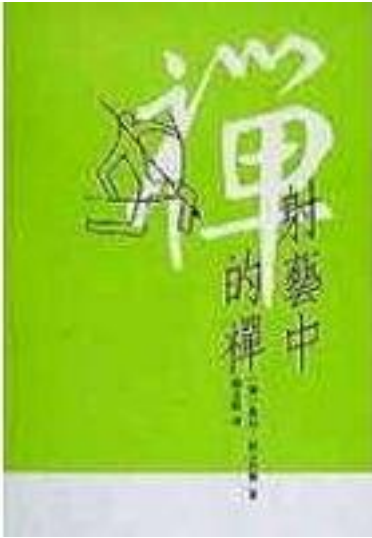


射艺中的禅



[射艺中的禅_下载链接1](#)

著者:[德] 赫立格尔

出版者:慧炬出版社

出版时间:1999年5月1日

装帧:

isbn:9789575180386

【射艺中的禅】在练习射艺的时候，我们注意到有一项极为重要的特色

就是：学射的目的不在实用，或纯为美学的享受，而是藉以炼心以求契入诸法实相。这不仅在日本为然，在其他远东国家内，亦复如此；亦不仅学射如此，学习其他一切艺术，亦莫不皆然。因此，学射者非仅为了要击中鹄的；学剑者挥舞宝剑，非仅为了要战胜敌手；舞蹈者翩翩起舞，也非仅为了表演某种身体的律动；必须先使心与潜意识相调合。

人懇切希望成为某种艺术的大师，单靠技术性的知识是不够的。他必须超越技术，使艺术成为从潜意识中生出的「无艺之艺」。

作者介绍:

奥根·海立格尔，1884年3月20日，生于德国。1913年，获海德堡大学哲学博士学位，此后数年，在第一次世界大战期间从军。1922年，任海德堡大学讲师。1924—1929年，远赴日本，任东京大学讲师，讲授哲学及古典语文学。1929年之后，任埃朗根大学教授。1930年，获得日本东京大学博士学位。1951年起，隐居于德国加米施。1955年4月18日，因肺癌逝世。主要著作有：《拉斯克（Eugen Herrigel）文集》、《原质料和原形相》（Urstoff und Urform）、《形而上学的形相》（Metaphysische Form）、《箭术与禅心》（Zen in der Kunst des Bogenschiessens），遗稿有《禅之路》（Der Zen-Weg）等。

目录:

[射艺中的禅_下载链接1](#)

标签

禅

弓道

修行

修行-宗教-心理

禅修

思想

佛学

武功秘籍

评论

因为布列松看此书，内容不错！超棒！

日本人喜欢打造逼格，什么技巧都能先整出道来。
学弓箭要先呼吸吐纳达到气定神闲的禅定状态~

無藝之藝

看看

作为一个西方人能够如此领悟东方特有的禅意，作者下的功夫可见一斑，同时也觉得作者很幸运地能够得到领悟“奥义”的大师指导。弓道的技艺和心是不可割裂开的，磨练技艺的同时勿忘初心、做到不以射中为喜、不以失误为悲还是很难的。书中对于技艺方面的描述不多，重点在描述心之路。建议初学弓道或者过度追求“射中靶心”的人可以来阅读，会让你在弓道之路上走得更远吧。

第一，调整呼吸，第二，物我合一；勤奋和努力是必要的，接受自己，放下自己

喜欢关于禅宗的东西，薄薄一本书，需要说的很少，能说的没有，只需以心印心

[射艺中的禅_下载链接1](#)

书评

德国一个搞哲学的人在五几年之前写的，通过讲自己学日本箭道的体会向西方人介绍禅。好几年前RS就极力推荐给我了。我第一次看的时候，觉得还可以吧，可是里面讲的东西对于东方人来说都不新鲜，用英语讲还看着累，所以没看完就让我丢一边了。后来不知怎的想起来了，翻出来重看， ...

想写这本书的书评已经很久了，写了很多，也删了很多。禅是这样一种东西，一旦下笔千言，必然离题万里。

这是那种经得起时间的琢磨的好书。我读过很多遍，也知道不论读多少遍，其中的内容也不会有任何变化。明明是简单得只要用感觉就可以了解的真理，我却偏偏还要一遍一遍去重...

相信一定有和我一样喜欢摄影的朋友遇到过我一样的问题。在喜欢摄影一段时间后，觉得自己必须在技术和设备上提高，于是花了很多心思在技术上的讨论和选购设备上。每个人都情况不一样，这个过程有短也有长，有时候可能难以自拔。好处大家都明白，坏处是失去了刚爱上拍照时自由的...

书的最后一章，作者赫立格尔用剑道重述禅心，给西方读者加多了一个参考的维度，也是为说明“禅”的精神贯穿于所有日本艺术之中，无论是武道的剑道、弓道，还是静态的花道、茶道和围棋。

那一章里也提到了柳生但马守、禅师泽庵宗彭和一位剑客的典故。那位不知死活的年轻剑客， ...

(这是2013年读的第一本书，打算从今年开始认真在豆瓣上记录读过的书。这也是第一次在豆瓣上写读书评论，以前总以为评论非得写得多么专业，结果总是不敢甚至没想过评论一本书。还是放轻松，就当是写给自己看的读后感吧。看过一本书后，不回味、不反思、不总结，用不了多久那本...

在闲暇时候做一些机械重复的工作，有时候会想起这本书。

箭术不是箭术，是心术，王阳明指的“破山中贼易，破心中贼难”，即为如此。如果心无旁骛，做到专注的境界，许多活动就变成心灵的修炼，从而自然可以达到目标。

对于卖油翁来说，无他唯手熟尔，对于箭术来说，最后也要...

奥根·赫立格尔最大的突破，在于他最终超越了欧洲人固有的西方逻辑思维体系，通过在日本对『弓道』的多年修行、渐渐地参悟到『禅』这一东方古朴哲学的至高境界。

诚然，作者不一定达到了禅学的最高境界，但他的最可贵之处在于能够在修行之时舍弃掉全部的自我，抛弃固有的观念...

看奥运会的射箭比赛，又想起这本小书。

运动会上箭的射出锁定于赢的目标，偏离便是输，于是有人狂喜，有人黯然；而所谓“箭术”中的箭，却代表了领悟生命的手段，跨越了那道河的弓箭手就无所谓输赢。将自己忘记，将目标忘记，如竹叶弹雪般自然……同样的箭——用在不同场合…

正射与非正射的区别之一 在于呼吸：箭射出后 后者之屏息便爆发释放 而吸气难以为继 前者如常呼气、吸气 这是禅的本意 它不比日常更多 绝无眉上生眉

“所以，过错不在弓，而在于你们射箭时没有达到‘精神现在’的活力和警觉的状态” 所谓神通 便是唤醒日常 或者本来 所谓神通 不…

《学箭悟禅录》的第二篇书评。

冥想、箭道、武道甚至心理咨询，在炼心的过程中，都是对心觉察、以及反馈。

普通人，在欲望、情绪和杂事掩盖的情况下，都很难往内看，看到心底的根源问题。

而箭道，则是个体波动的放大器。射箭者生理、心理的任何波动，都能反映在射箭上，造成射…

一位重视逻辑的德国哲学教授，东来日本透过箭术学习禅，这本书纪录作者的心路历程和学习的过程，以六年的时间，他终于得到老师的认可，对箭术和「大道」有了真正的体验。一本书读来，能够让人对之神往，这显然就是一本好书。

关于禅的境界修为，作者採用了相当正确的描写方…

1. 平静的我

如果我想要解决更固有的矛盾，改变更底层的事物，走得更远，必须更加地平静。只有平静的我，才能在不经意间瞥见——那个不平静的我一直在隐藏的盲点，和在逃避的弱点。

这不是我和别人的战斗，不是将箭射向目标；而是和自己的对弈，和自己玩捉迷藏，是向自己求道…

里尔克在一首诗裡，也以持箭的弓和箭矢的标的来譬喻心灵的状态。越玩味越有意思。尚未拉弓紧绷（即诗中「心灵的初始」）和将箭矢射出后（即诗中「跨进那阵气息」）的放鬆状态是一样的。像禅师一笔画成的圆，完成时即回到

了初始之点；像恆在的当下，初始即是结束，结束即是初始...

有时候，越想做一个事情，越做不到。难免会使用技巧，走偏门，走捷径。

作者学习弓道6年，它自己发生了。

有时自己也有这种感觉，每天做什么事情，也无所谓评价。然后突然就会了。

最强的印象是在12岁学骑车，每天去试试，也不知道什么时候会。没计划性的。

忽然有天就可...

奥根·赫立格尔来自以理性思维著称的德国,自己又是哲学教授.受日本东北帝国大学的邀约来到日本讲学,因为向往于对于神秘学的深入理解和他所追求的出离境界.他选择了学习一门和禅有关的艺道(弓道),一直坚持了六年之久也获得了五段的资格认证,一方面因为禅在更多时刻里是不可言道...

想给这本书写个合宜的书评真不是件容易的事情，因为真正的禅并不能直接阐释。我只是有过几次冥想的体验；剑道课程里见识了老师几乎灌满道场的气息在坐禅时归于虚无，我的练习却已半途抛锚。所以，究竟该如何下手呢？

大约2004年的时候，我从一部美国电影里窥见了禅的精神。电...

发现这本书真是个小惊喜。我从小体质差，大学以来又缺乏锻炼，近期想报个课程来督促自己运动。于是由动漫想到了剑道，去查找剑道的相关资料时，意外发现了这本书。这本书是德国一位名叫赫立格尔的哲学教授写的，他在1924年至1929年间远赴日本东京大学交流任教，在此期间，为了...

[射艺中的禅_下载链接1](#)