

生命的每一刻都值得感恩、值得珍惜、值得尽全力而活。
把今天的烦恼留在今天，明天，又是一个崭新的人生。

一日一生



程 酒

作品



江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

013355045

I313.65
106

日一生

酒井雄哉

作品



I313.65

106



北航

C1661443

江苏文艺出版社
JIANGSU LITERATURE AND ART
PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

一日一生 / (日) 酒井雄哉著 ; 程亮译. -- 南京 :
江苏文艺出版社, 2013. 5
ISBN 978-7-5399-5310-6

I. ①一… II. ①酒… ②程… III. ①散文集—日本
—现代 IV. ①I313. 65

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第085706号

著作权合同登记号: 10-2013-76

ICHINICHI ISSHO by Yusai Sakai

Copyright ©2008 Sakai Yusai

All rights reserved.

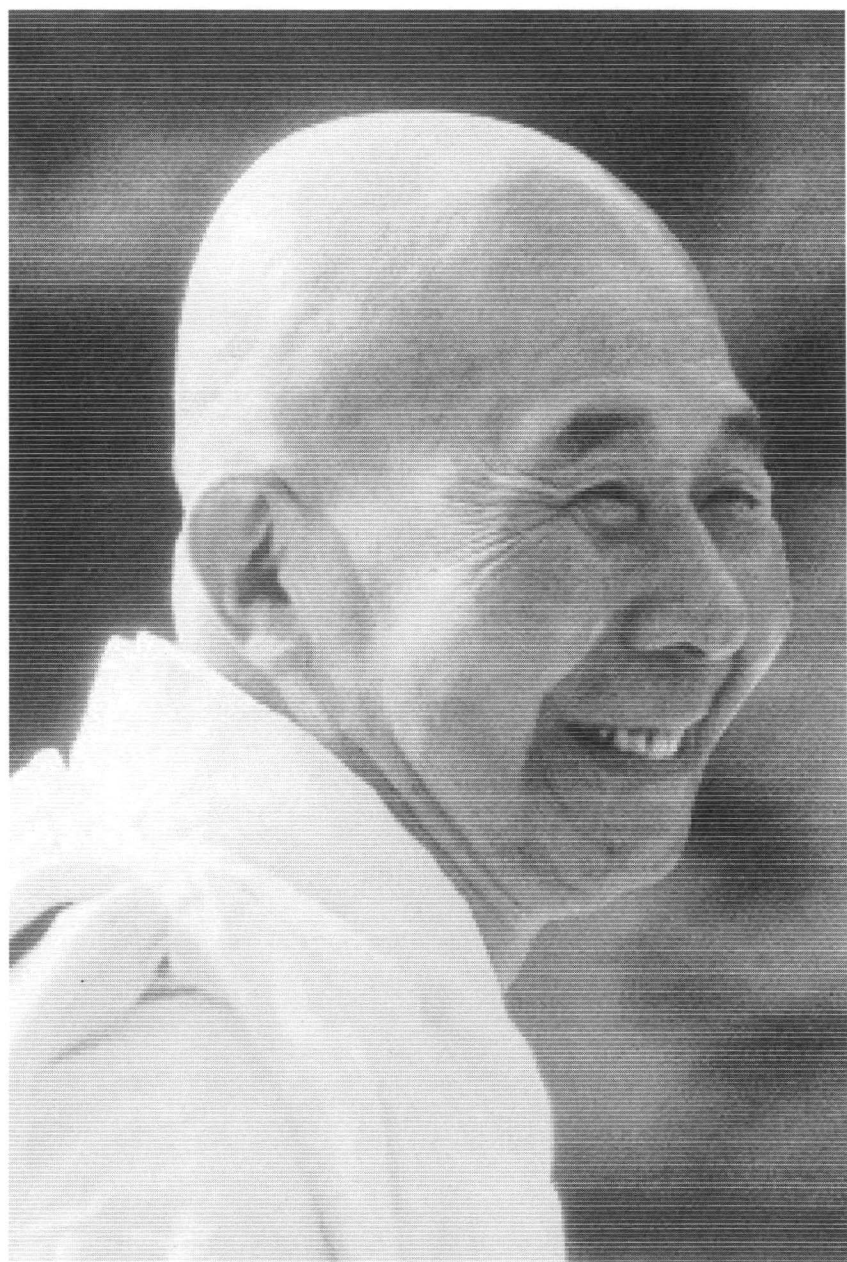
Original Japanese edition published by Asahi Shimbun Publications Inc.

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with
Asahi Shimbun Publications Inc., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo
through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd., Beijing

书 名 一日一生

作 者	(日) 酒井雄哉
译 者	程亮
记录整理	友泽和子
内文插图	石田亚美
协助出版	MEDIA LINE, D有限公司 鹰梁惠一 日本MARK印刷有限公司 井之上三郎
责任编辑	黄孝阳
出版发行	凤凰出版传媒股份有限公司 江苏文艺出版社 (http://www.jswenyi.com)
发 行	北京时代华语图书股份有限公司 010-83670231
经 销	凤凰出版传媒股份有限公司
印 刷	北京盛源印刷有限公司
开 本	880 × 1230毫米 1/32
印 张	5.125
字 数	70千字
版 次	2013年6月第1版, 2013年6月第1次印刷
标准书号	ISBN 978-7-5399-5310-6
定 价	32.80元

江苏文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换



一日一生

一日一生



道

北嶽大行滿

張家口題一和尙作



行



北嶺草堂

明義



命

任定

題一



調和



北廣文江石

胡井



目 录
。
第一章
。
一日一生

当思一日即一生

/ 005

每天重复做力所能及的事

/ 007

佛已通彻人生

/ 010

双脚累了，就用肩膀走吧

/ 012

始终坚定直面真实的自己

/ 015

深刻地体会才是修行

/ 018

活在“一日”

/ 020

人每天都能重新相识

/ 022

第二章 。 道 。

是佛让我活了下来
/ 031

从漫长的返乡旅途中得到的启迪
/ 034

不断重复做同样的事
/ 038

无论遭遇何种不幸
/ 042

人心皆有黑暗面
/ 045

妻子突然离世
/ 048

人生的际遇总会突然来临
/ 051

佛展现的夜叉之颜
/ 054

不懈追问自己为何而生、该做什么
/ 056

请用一生思考答案
/ 059

第三章

。

行

。

沾衣朝露终入琵琶湖

/ 069

行走必有收获

/ 073

想知道就实践

/ 075

佛传亲子情

/ 078

呼吸的重要

/ 081

佛究竟在哪儿

/ 084

身边尽是宝

/ 086

学习与实践缺一不可

/ 089

不能顿悟也没关系

/ 092

第四章

。

命

。

来自爷爷奶奶的温暖

/ 101

父亲背上大大的冬日暖阳

/ 103

兄弟姐妹互帮互助

/ 106

在夜店被母亲挡住的父亲

/ 109

心心相系的父母

/ 112

东京大空袭时在鹿儿岛做的梦

/ 114

面对死亡的兄弟

/ 117

让孩子看到努力生活的背影

/ 119

命尽死亦化春泥

/ 122

第五章

。

调和

。

樱花努力盛开

/ 131

活在自然里

/ 133

背着沉重货物的中国小孩胸怀大志

/ 136

心态受多方面影响

/ 139

横看成岭侧成峰

/ 142

所有生命息息相关

/ 144

才活了三万天

/ 147

第一章

一日一生



今天的自己今
天就已死去，明天
又将诞生一个崭新
的自己。

一日生

丁巳年九月
吳昌碩

