

<<参透生死>>

图书基本信息

书名：<<参透生死>>

13位ISBN编号：9787511714510

10位ISBN编号：751171451X

出版时间：2012-11

出版时间：中央编译出版社

作者：雪漠

页数：367

字数：380000

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>

<<参透生死>>

前言

让死亡成为解脱的良机 雪漠 《光明大手印：参透生死》的主要内容是香巴噶举中阴成就法，它是传统的“奶格玛六大成就法”之一。

它来源于笔者传承的汉藏两地的香巴噶举法脉，本书第一次公布于世。

多年之前，当我第一次得到中阴成就法传承时，就深感此法的殊胜，它是中国文化对人类生死学说最伟大的贡献之一。

此法不是对流传于当下的中阴救度法的新解，更不是那类想当然的所谓密法。

它是流传了千年、纯如千足金的香巴噶举密法对生死的独特表述，它对佛教解脱做出了如理如法的解读，更容易实证，被诸多成就大德视若诸佛空行母的心髓。

按流传于香巴噶举教内的说法，要是得到了“奶格玛五大金刚合修法”的灌顶、传承和教法，只要信心不退，不犯根本三昧耶戒，其传承者是不会再堕入轮回的。

原因就在于，只要你如法地按香巴噶举中阴成就法去实践，即使不能即身成就，也能在中阴身证得化身成就。

其上根之人，在生前即可证得光明大手印，成就佛果；或是在“临死八相”显现时，证得子母光明会，而得到法身成就。

若历中阴，还会有相应的报身成就法和化身成就法。

按香巴噶举的传统说法，无缘得到五大金刚合修法者，可以念诵“奶格玛干诺”，得空行母加被而往生净土。

从某种意义上看，这是香巴噶举的净土法门，是密中之显法，有信心者，无须灌顶，便可念诵观修。

香巴噶举的中阴成就法非常殊胜，它没有目前流行的那些中阴救度法那么复杂，而是直趋心性，可操作性极强。

按流传于教内的说法，得到此中阴成就法，即使不曾修行的人，只要能生信，也往往有大效。

其法身成就法、报身成就法、化身成就法，除了其智慧层面的要求外，更多的像是一种临终关怀的窍诀。

只要懂得方法，总能让亡者得到受用。

一般读者，容易将本书当成时下流行的那类中阴救度书，这是一种误解。

如时下流行的，是救度法，而不是成就法。

本书是中阴成就法，它的目的，是让死亡成为解脱的良机，它是中阴解脱指南，而非寻常意义上的救度。

本书的中阴成就法中，有法身、报身和化身三种成就法，只要能在中阴不遇违缘（这在书中有具体要求），读了此书且能如法行持者，定会在中阴得到受用。

本书除了中阴成就法外，还重点讲述了佛教的解脱原理。

我看过许多当代佛教书籍，虽各有特点，但能讲清佛教解脱原理者十分少见。

在佛经和历代大德的著述中，虽然也有这方面的内容，但可惜多用隐语，即使有清晰表述者，但古时表述，今时看来，仍有隔膜。

所以，我们虽然常说解脱如何如何，但问其原理，明了者极少。

试想，连解脱原理都不明者，如何解脱，实在是个问题。

本书在这方面有着时下一般佛书不多见的优胜。

认真读了此书，便知晓佛教所说的解脱是啥，它是如何达成的，我们应该注意什么，以及如何在临终生起妙用。

此外，本书还有我不曾表述的另一类风景。

你只要深入进去，定然会满载而归。

是为序。

2012年6月写于东莞樟木头“雪漠禅坛”

<<参透生死>>

内容概要

《光明大手印：参透生死》主要内容是香巴噶举“中阴成就法”，它是传统的“奶格玛六大成就法”之一。

它来源于作者雪漠传承的汉藏两地的香巴噶举法脉，《光明大手印：参透生死》首次公布于世。

殊胜的“中阴解脱指南” 香巴噶举“中阴成就法”非常殊胜，它直趋心性，直趋解脱之门，堪称“中阴解脱指南”。

传教祖师琼波浪觉的十八万弟子中，证得幻身成就者有七千二百多位；有六十四位不舍肉身，飞往空行净土，其余弟子均中阴成就。

而按流传于教内的说法，得此法者，即使不曾修行，只要能生信，也往往有大效。

代代成就大德的印证、传承 香巴噶举“中阴成就法”由香巴噶举一代代的实修成就大德印证、传承至今，纯净如千足金念珠，智慧如传递的火炬，不曾熄灭过。

佛教解脱原理的清晰表述 《光明大手印：参透生死》除“中阴成就法”外，还对佛教的解脱原理作了与时俱进的清晰表述。

读过此书便能知晓，佛教所说的解脱是什么，它是如何达成的，我们应该注意什么，以及如何在临终生起妙用。

<<参透生死>>

作者简介

雪漠，原名陈开红，1963年生于甘肃凉州，大手印研修专家、作家、广州市香巴文化研究院院长。系国家一级作家、甘肃省作家协会副主席、东莞作家协会副主席、东莞文联委员、东莞市文学艺术界“先进文艺工作者”。现定居东莞“中国作家第一村”，系副村长。

由十七岁起拜师、深研、实修至今，精通经藏及佛教传统实修，系大手印传承者。于悟后起修，闭关专修大手印近二十载，创办了香巴文化论坛，为大手印文化承前启后、与时俱进的标志性人物，被誉为“当代大手印之父”。

佛教专著有《大手印实修心髓》、《光明大手印：实修顿入》、《光明大手印：实修心髓》、《光明大手印：参透生死》（中央编译出版社）等。先后在法国法兰西学院、法国文人学会、北京人民大会堂、国家图书馆、北京大学、中央财经大学及上海复旦大学、上海同济大学、上海交通大学、上海图书馆等高校进行大手印文化演讲，引起强烈反响和广泛关注。甘肃省委、省政府等部门授予其“甘肃省优秀专家”、“甘肃省领军人才”、“德艺双馨”、“甘肃省拔尖创新人才”等称号。文学著作有《大漠祭》、《猎原》、《白虎关》、《西夏咒》、《西夏的苍狼》、《无死的金刚心》等，心灵随笔集《让心属于你自己》、《世界是心的倒影》，已被列入北京大学、中央民族大学、上海复旦大学、兰州大学等高校的研究专题。

<<参透生死>>

书籍目录

第一章 让生命成为修行的道场

一、生命与修行

生命是一个巨大的幻觉，生也罢，死也罢，都是一种过去就不复存在的记忆。

可生、死仍然是非常重要的两件事。

我说过，死亡是解脱的良机。

那么生呢？

如何在这辈子当中，升华自己的生命价值，让幻觉般的人生变得更有意义？

这是一件跟死亡同样重要的事情。

- 1、迎接生命的升华
- 2、谈谈我的童年
- 3、死亡将是人生的定格
- 4、细心品味你生命中的营养
- 5、寻找生命中的善知识
- 6、虔信生于清净心
- 7、用善美的向往，剥去心灵的污垢
- 8、让利众的大水，承载生命之舟

二、灵魂的叩问

无论你承认人有灵魂也罢，不承认也罢，在某种意义上来说，灵魂都是存在的。

当然，承认灵魂，并且直面灵魂，尊敬自己灵魂的人，才能活出一段高质量的人生。

因为他会倾听灵魂的声音，为盼头而活，不是为某种桎梏心灵的规矩而活。

- 1、找到你活着的意义
- 2、美丽人生，始于寻梦
- 3、铸就光明心，以照菩提愿
- 4、人到底有没有灵魂
- 5、什么是真正的信仰？
- 6、你的信佛，是一种正信吗？

三、在生活中修行

从本质上来说，提升人格，并不仅仅是一种利众，也是一种最大的利己。

当你的心灵得到升华的时候，你就会活得更明白、更清凉、更自在。

这才是修行的目的。

修行不是为了改变生命体最终的命运，不是为了让一个人不生病、不死亡、不衰老，也不是为了拥有一种神乎其神的功能，而仅仅是为了自己能活得更清凉快乐一些。

- 1、生活中该怎样修行？
- 2、修行就是让自己更明白
- 3、你真正需要的，不是欲望
- 4、拒绝庸碌的消解，学会说“不”
- 5、升华人格，高于磨炼技巧
- 6、我人生中两次重要的“完成”
- 7、迎合与卖弄，不是真正的成功
- 8、掌握拒绝与接受之间的度

<<参透生死>>

- 9、正确地取舍，便是“戒”
- 10、偏见是局限的产物
- 11、不对逆境认输，那么顺境呢？

- 12、只读让人清凉的好书
- 13、心出离比身出离更重要

四、在生活中觉悟

什么是生命中真正的宝藏呢？

真心。

它像是蒙尘的夜明珠般，一直隐藏在每个人的心灵深处，偶尔露出它的真面目，却难被人认知。之所以说它是一个人生命中真正的宝藏，因为它集合了一个人解脱的所有可能。

- 1、彻底的觉悟，需要身心双修
- 2、让浮躁的心安定下来
- 3、生命中真正的宝藏
- 4、明空智慧便是无为法
- 5、行为中的“大手印”
- 6、大手印是解脱的智慧
- 7、放下，在真正看破之后
- 8、真正的智者，不认假为真
- 9、真正的孤独是无我
- 10、难得的是明白后的大糊涂
- 11、我们追求无条件的快乐

第二章 让世界成为调心的道具

一、在与世界的相处中调心

当你具有一种出世间智慧的时候，你自然会明白什么是你生命中最重要的事情，其他的都是障碍，你不会去在乎它们。

这一点，好多人都不是非常理解，原因就在于，他们没有从心底里接受无常。

- 1、文化是智慧的活水
- 2、用智慧的双眼面对世界
- 3、慈悲，是一种包容的爱
- 4、改变自己，就是改变世界
- 5、区别营养与毒药
- 6、让生命在苦难中升华
- 7、是佛是魔，行为上见真章
- 8、好坏评价，皆是无常
- 9、汲取营养，不要被形式所缚
- 10、消除分别，烦恼自除
- 11、心明了，路才会开
- 12、将大千世界揽入怀中
- 13、意义必须自己去寻找
- 14、在实践中修行

二、在与家人、伴侣的相处中调心

坚持你该坚持的，包容你该包容的，感恩你该感恩的——包括他们对你的不支持——因为你要明白，即使是不支持，同样在滋养着你的心，让你的心一天天壮大，让你一天天进步，有一天你就会在生活中做到一种完完全全的自主。

<<参透生死>>

- 1、在与家人的相处中成长
- 2、给自己和孩子一份正确的爱
- 3、让孩子葆有一份纯真与美丽
- 4、修行与家庭生活之间的取与舍
- 5、别让孩子变成未来的凶手

三、在工作与生活中调心

我们的行为可以顺应这个时代的需要，我们的智慧可以有各种各样的化现，但是我们必须守护内心的清明与宁静。

在面对世界上的风风雨雨时，你不但不能让贪欲蒙昧了你的清醒，更不能让欲求不满所生起的嗔恨吞噬你内心的爱与善良。

你要知道，无论你是不是感到愤怒，都改变不了这个世界，也改变不了已经过去的事情。

- 1、包容不同的观点
- 2、慈心对万物，万物自清明
- 3、珍惜他人的真诚
- 4、什么是真正的忍辱？
- 5、别忍了，好好品味
- 6、世界是一块试金石
- 7、离世觅菩提，犹如寻兔角
- 8、什么是真正的利众？
- 9、无私的爱是奉献的原因
- 10、度众不是另一种推销
- 11、远离虚假的快乐，寻找一种真自在
- 12、修行如呼吸，不曾离开你
- 13、给身边的人一份微笑与关怀
- 14、倡导善高于谴责恶

第三章 让死亡成为解脱的良机

一、了解死亡的真相

本书将会告诉你，如何在死亡来临的时候，让你证得的智慧或者拥有的知识真正地发生作用，令你得到解脱，或者实现往生；如何在智慧的观照下，度过你人生中最后也是最重要的一个关口。

- 1、“死”其实并不可怕
- 2、死亡是人生最重要的关口
- 3、“空性”会为你打开解脱之门
- 4、生命：梦幻中的一段历程
- 5、你本来就有超越生死的可能性
- 6、保护你心中的最后一点暖意
- 7、解脱是将一滴水汇入大海

二、面对死亡的降临

你要不遗余力地将祈请变成生命中摆脱不了的氛围，让它变成一种呼吸般的存在。

.....在日积月累的训练当中，你会慢慢证得智慧，最后形成一种习惯，实现解脱。

- 1、什么事是你不做便白活了的？

<<参透生死>>

- 2、 偿还生命的欠债
 - 3、 静观人生的大梦
 - 4、 将明白带入你的梦中
 - 5、 一首写满终极快乐的天籁
 - 6、 当生命发出最后一次警报
 - 7、 死亡像黑夜般降临
 - 8、 在死寂中融入一片天光
 - 9、 迎接更甚于飞鸟的自由
 - 10、 喜悦如待嫁的新娘
 - 11、 用实践擦亮你心中的如意珠
 - 12、 知道原理，还要改变身体
 - 13、 以智慧抉择而智用能量
- 三、 应对死亡的各种境界

无论出现什么样的境界，你都要守住自己的那份觉性，守住生前修得的子光明，不能丢了它。因为，一旦你丢失它的时候，妄心就会乘虚而入，让你越加不能自主。

- 1、 给临终者与家属的重要提醒
 - 2、 由精神与微细物质组成的身子
 - 3、 如何应对“梦”中的机遇或难关
 - 4、 不要让觉悟的火花被业风扑灭
 - 5、 不但要自主心灵，还要能控制身体
 - 6、 激活你生命中的太阳
 - 7、 石头一样的生与死，都不是解脱
 - 8、 业风中的柳絮
 - 9、 恐惧也是心的造作，不要在乎它
 - 10、 贪恋如毒蛇，生死亦相随
- 四、 迎接生命中最大的考验

一定要牢牢记住，一切化现都是梦幻，目光所及尽是诸佛的清静坛城，一切有情都是佛与本尊的化现，然后顶礼、祈请。

安住于清静之境，安住于本尊之身，便能成就报身佛，出现相好庄严，真空妙有，显空无别，从而获得解脱。

- 1、 用所有的身心祈请生命中的太阳
 - 2、 昏迷中的觉醒
 - 3、 生命流转的六种形式
 - 4、 选择生命的下一站
 - 5、 选择灵魂的栖息地
 - 6、 用喜悦的心品味那巨大的光明
 - 7、 死后的生命旅途
 - 8、 放下贪著便可选择好的去所
- 第四章、 让放下成为往生的助缘
- 一、 生命中最重要的事

所有宗教的诞生——无论重生，还是重死——都是为了减少世界上的悲剧，都是为人服务的。

说白了，它们的存在，就是为了解决两个问题：第一，生；第二，死。

生，就是如何活着？

如何活得快乐？

如何离苦得乐？

<<参透生死>>

如何活得有价值有意义？

死，就是如何让自己在死亡时实现一种升华。

- 1、人生中最大的事莫过于生死
 - 2、什么是真正的孝？
 - 3、感叹他人命早逝，不知死亡已近我
 - 4、健康心态来源于善美的向往
 - 5、发心：正念的力量
 - 6、升华是见地与行履的合二为一
 - 7、灵魂中最美的祈祷
 - 8、忏悔是灵魂的洗澡
- 二、治不好病时，该怎么办？

不要回避死亡，不要回避疾病，不要屏蔽自己。

首先要接受它，接纳这样的事实，并且面对它，然后放下。

- 1、重病之后应当注意什么？
 - 2、坦然接受一切
 - 3、斩杀嗔心之蛇
 - 4、不要执著“境界”
 - 5、放下对生命的执著
 - 6、怎样才能真正地放下一切？
 - 7、力量来自于灵魂的声音
- 三、临终者的亲人该怎么做？

你要平复心情，坚定信念，在为他助念的同时，也要牢牢记住关于死亡的一切注意事项。

你要将所有的爱，都化为这时对他的保护与帮助。

这才是你真正能够也应该为他去做的事情。

- 1、你最该为临终的亲人做些什么？
 - 2、助念是临终关怀，也是最好的修心
 - 3、用宁静的爱陪他走完生命最后一程
 - 4、助念要随顺因缘
 - 5、帮助病人远离贪欲与恶缘
 - 6、忏悔的力量
 - 7、不要急于处理亡者的身体
 - 8、小心，别断绝了假死者的希望
 - 9、告别人世的最后礼仪
 - 10、完满的人生结局
- 附：雪漠终极关怀偈颂

<<参透生死>>

章节摘录

版权页：有人问我，修习大手印要注意什么？

我告诉他，放下一切“要注意”的东西。

有人又问我，如何避免陷入名相，如何用好思辨之心？

我告诉他，远离思辨，才能远离名相。

我为啥这么说？

因为，所有“要注意”的东西，都是思辨之心创造出来的一些规矩和概念，而大手印是去机心、事本觉、任自然、明大道的，假如你加入了许多的概念与逻辑，达到的便肯定不是真正的大手印境界。

大手印是超越了一切概念与逻辑的，它不会给纯净的心灵加上另一种规矩与镣铐。

由逻辑与概念堆砌出来的大手印，也不可能是真正的大手印。

正因为如此，它才能真正地超越一切名相。

举个例子，假如我告诉你，呼吸的时候要注意吸气后半分钟再呼出，那么你就不得调整呼吸的节奏，这种人为的节奏就变成了一个控制你的规矩，你又怎么能自由？

而大手印是一种完全全的自由--因心灵无束缚，故自由。

当然，在没有契人大手印的时候，你需要借助方便法门来达到一种契人。

这是对的，因为你首先要用一种束缚，去收回你散乱不堪的心，去取代其他所有的束缚，然后才谈得上把这最后的束缚也破除。

你要明白，明心见性，契人大手印之后，就要把这些方法都放下，把大手印的概念也放下，安住于真心，事本觉，任自然。

所以佛说：“法尚应舍，何况非法。”

但大手印不仅是一种境界，也是一种世界观，更是一种方法论，这意味着，它不仅是一种内证，更应该体现为行为，没有行为，就没有大手印。

这行为，便是善的行为。

注重人生关怀和人间关怀，强调出世与入世并重、心性与行为双修，这才是大手印的本意。

其中，人生关怀，重超越；人间关怀，重贡献。

啥贡献？

对社会的贡献，对世界的贡献。

在自己完善人格、实现超越的同时，也随缘而尽力地为世界做出自己力所能及的贡献，这就是注重人生关怀与人间关怀。

所谓“出世”，就是超越世俗的束缚，所谓“入世”，就是行为上仍做那世俗之事。

以出世之心，做入世之事，便是出世与入世并重。

啥是“以出世之心，做入世之事”？

事在人为之后，顺其自然，做事过程中竭尽全力，但不计较结果得失，这便是以出世的心态做人世的事情。

心性与行为双修，则是在认知心性，保任真心当中，随缘做事，将心性体现于大善的行为中。

实现了这几项，你就创造了一种人生的大格局。

<<参透生死>>

编辑推荐

《光明大手印:参透生死》除中阴成就法外，还对佛教的解脱原理作了与时俱进的清晰表述。读过此书便能知晓，佛教所说的解脱是什么，它是如何达成的，我们应该注意什么，以及如何在临终生起妙用。

<<参透生死>>

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>