第一图书网, tushu007.com

<<直指法身>>

图书基本信息

书名：<<直指法身>>

13位ISBN编号：9789626440995

10位ISBN编号：9626440996

出版时间：2011-6-1

出版时间：眾生

作者：第九世大寶法王「大手印修持法本」釋論,堪千．創古仁波切

译者：鄭振煌

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

第一图书网, tushu007.com

<<直指法身>>

内容概要

大手印是藏傳佛教最高深的教法之一，是一種直接指引心性的禪修方式。

在大手印實修教授的殊勝傳統中，心性是根本。
第一是因為外境不是苦樂的根源，會產生這些感受或經驗的是心。
因此，直證心性是首要之務。
第二是因為心性容易見到，任何人都可以親自見到心性，不需要透過分析來推測或理解心性，不需要執著某個傳統的說法而認為心性是什麼樣子，不需要透過顛倒妄想來瞭解心性。

《直指法身》的釋論主要有兩個部分。
第一個部分是前行，專門介紹大手印的三種加行。
第二個部分是正行，分為「止禪」和「觀禪」。
止禪的部分說明各種讓心安住的方法。
觀禪部分則分為兩個層面，一是觀照不同狀態的心，二是認出或直指心性。
在《直指法身》的觀禪中，藉由五種觀心法及五種直指心性的祕徑，引導我們「如實觀」現前那一剎那的意識，當我們能直接無礙地實際認識心的本性，就能看到自己證悟的心，它潛藏在我們的情緒、念頭和感知之中，並非在身外。

本書中在不同的觀禪階段，均透過問題來檢驗自己的修行狀態，讓禪修的經驗更加深入，因此在閱讀法本時，要找出實際反映和闡明自己禪修經驗的部分，要特別注意能夠幫自己評估禪修品質、發現可能干擾的指示或教授。
當你能認識任何生起的心相，以及心相的本質，就能如實認識法身的本體，並在當下同時了悟及解脫。

本書特色
◎你的心，是老是闖禍的野獸，或是帶你解脫的渡船？
其實你的心，你自已可以作主，得到真正的寬廣與自由，方法是：直觀心性，禪修心的本質！
《直指法身》是禪修心性最強有力的書之一，書中所教的五種「觀心法」，有效帶你直攻核心，犀利無比，令人震驚！

◎這是來自第九世大寶法王的智慧心髓，加上心靈教學經驗豐富的當代大禪師創古仁波切釋論，所有對「心靈完全自由」感到好奇的人，都應該看看！

◎證悟心性的先決條件就是調伏自心，而最有效的方法就是修持大手印，這部第九世大寶法王所寫的大手印法本，就教我們直接禪修心的本質，掌握心靈自由的關鍵。

修持大手印強調口訣的教授，直到十五世紀第九世大寶法王旺秋．多傑才寫成文字，最長版是《了義海》，中長本是《除無明闇》，最短版是《直指法身》。
這三部法本成為實修大手印的依據。

◎修持《直指法身》五種觀心法時會生起各種經驗，尤其會實證心性。
我們必須對禪修經驗的性質加以判斷，才能夠正確完整地認出自己在體驗什麼，這種認證稱為直指，也就是指出也同時認出心的本性。

◎心是成就法身的種子，心具有去除所有障礙而成就一切智慧的潛能。

第一图书网, tushu007.com

◎觀是認證心性的道路，能解脫煩惱和證得無上成就。
儘管如此，沒有止，觀是沒什麼力量的。

◎「觀」是指單純且直接地觀看當下經驗，而不是思惟、分析或揣測這是什麼樣的經驗。

◎思惟帶來的瞭解，與直觀帶來的現證迥然不同。
思惟無法產生現證，還可能阻止現證產生。
一定要實修，不管有沒有知識上的瞭解，都要依方法觀修而現證。

◎直觀自心，觀看生起的念頭，發現它的本體沒有實質性，沒有在什麼地方生、住、異、滅，消失時也沒有到哪裡去。
簡言之，如果尋找念頭的實質性、生處、住處或滅處，會什麼也找不到，而什麼也找不到就是發現念頭的本性。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

堪千．創古仁波切　Khenchen Thrangu Rinpoche
尊貴的第九世創古仁波切，是尊勝的　第十七世大寶法王噶瑪巴鄔金欽列多傑的總經教師，曾任噶瑪噶舉四大法子的導師，是噶舉傳承當代一大禪師暨學者。
1968年時榮獲格西學位，學養、修證、講學、著述，無不圓滿，是藏傳佛教寧瑪、噶舉、格魯及薩迦四大教派一致推崇的的大師。

仁波切誕生於公元1933年，二歲時由第十六世大寶法王噶瑪巴和廣定大司徒認證為第九世創古仁波切。
過去幾十年以來，仁波切致力於弘法利生的佛行事業，建寺興學，灌頂講學，不遺餘力。
至今，仁波切依然每年巡迴世界各地弘法，蒙受正法甘露的弟子多不勝數。

鄭振煌
臺灣省臺南縣人，生於1945年，台大外文系學士、政大新聞研究所碩士，現任中華維鬘學會理事長。

修習佛法四十年，長年於臺灣及東南亞、美、加各地主持佛學講座、研習營及禪修營。

曾應羅馬梵諦岡之邀請，發表論文，並為達賴喇嘛、頴東仁波切、淨心長老、了中長老等諸大師擔任即席口譯。

已出版書籍《佛使尊者：南傳佛教第一人》、《當修行者遇上大師》、《直指法身》、《藏密度亡經》、《修心與慈觀》、《心靜煩惱心熄》、《聖道修習》、《武藝中的禪》、《何來宗教》、《法味》、《佛教在中國》、《慧眼初開》、《觀音——半個亞洲的信仰》、《菩提樹的心木》、《了義炬》、《觀呼吸》、《心如熾火》、《認識藏傳佛教》、《心靈甘露》、《西藏生死書》、《心靈神醫》、《意識的歧路》、《達賴喇嘛談心經》、《達賴喇嘛在哈佛》等32部；小冊有《阿彌陀經的治療法門》、《從死亡談生命》、《西藏佛教簡介》、《西藏佛教的修行道》等12種。

第一图书网, tushu007.com

<<直指法身>>

书籍目录

目錄top
推薦序 第十七世大寶法王
作者序 堪千．創古仁波切
中譯序 鄭振煌
前 言 札西．南甲喇嘛
第一篇 導言
念誦傳承祈請文
大手印法門的根本：維持正念與覺察
兩種觀心傳承：大手印和大圓滿
第九世大寶法王的法本
恭敬心有如「頭」
以菩提心聞法修行
第二篇 前行
第一章 四共加行
思惟無常
思惟暇滿人身難得
思惟輪迴過患
思惟因果業力
第二章 四不共加行
皈依和發菩提心
金剛薩埵除障法
獻曼達
上師相應法
第三章 殊勝加行
親因緣：厭離輪迴
增上緣：依止上師
所緣緣：現證心性
無間緣：不執著觀修和覺受
第三篇 正行
第一章 止禪
身的要點
心的要點
問與答
第二章 觀禪
經教、密續的教法
觀心
第三章 觀心法一：止定中觀照
七個問題檢驗
何謂現前觀修？

什麼是直指心性？

止定中直指心性
覺受如迷霧
何謂定中證悟心性？

第一图书网, tushu007.com

覺醒的大樹
問與答
第四章 觀心法二：動念中觀照
六識
觀看念頭的生起
九個問題檢驗
在念頭中見到法性
動念中直指心性
問與答
第五章 觀心法三：顯相中觀照
如何觀照顯相？

五個問題檢驗
顯相中直指心性
問與答
第六章 觀心法四：身心一異觀照
第七和第八識
九住心
加強正念與覺察
觀照身心是一或異
直指身心是一或異
問與答
第七章 觀心法五：止定動念一異觀照
觀照止定動念是一或異
九個問題檢驗
如何修持
四個了悟
問與答
結語
讓禪修經驗更加深入
圓滿三殊勝

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