

# 《赤裸直觀當下心：《恆河大手印：》

## 图书基本信息

书名：《赤裸直觀當下心：《恆河大手印：大手印二十八金剛頌》釋論》

13位ISBN编号：9789866091554

出版时间：2016-1-1

作者：第37任直貢澈贊法王

页数：128

译者：張福成

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《赤裸直觀當下心：《恆河大手印：》

## 內容概要

本書是十一世紀時的大成就帝洛巴在印度恆河邊，將修持口訣《恆河大手印》—— 大手印二十八金剛頌 傳給他的心子那洛巴，再由那洛巴傳給西藏大譯師馬爾巴，開啟了大手印法教在西藏弘傳的源頭。

大手印的教法深妙，極具加持力，因為它從佛陀的教法一路無間斷地透過許多大成就的實修與口訣傳授，傳承到今天。一切眾生的內心裡面，本來就已存在著如來藏，它是內心的自性光明，大手印所教導的，便是指引我們如何在內心基礎的實相上，去看見自性的美好，並經由正確的實修，抹去塵灰，讓心的本質，生命本有的莊嚴與美好，全然現前。

以這個教法而言，大手印的「大」有著最大的，不能超越的意思。佛陀的八萬四千法門，全部都歸納在這裡，沒有不能包括、遍及的一切法。

大手印的本質，它不安住在任何地方，也不參雜到任何的現象，能夠遍及一切，絲毫沒有緣起朝向，它自自然然的停留在那裡，安住在那裡，超越了內心，是光明本質自然。

### 本書特色

願自心本性的花，圓滿綻放

一千多年前，印度恆河畔，發生了大事。

嚙舉大手印黃金珠鬘傳承近傳承，金剛總持下第一人帝洛巴大師，那時還是一位從事勞動工作的狂野型上師，來自那爛陀佛學院的大學者那洛巴大師跟著他學大手印，經過上師加持的十二小苦行、十二大苦行，心性已經很調柔成熟了，時候到了，帝洛巴大師就對他唱了《大手印二十八金剛頌》，這就是後世知名的《恆河大手印》。

後來的故事結局，大家都知道了，帝洛巴一拖鞋打下去，那洛巴昏了過去，醒來妄念全消，上師所有的證悟與加持，都印到他心上——他開悟了。這就是後世傳頌不已的「心要大手印」開悟故事。

於是，千年來，《恆河大手印》成為大手印修持者必學的經典，裡面有著傳承不可思議的加持和智慧，非常生猛有力的從帝洛巴大師心中傳來，我們的心打開，加持就流進來。但年代久了，印藏二地口耳相傳的結果，版本甚多，多到有十二種左右的不同版本。本書直貢法王開示所採用的根本頌，是目前流通較廣的一種。

### 如何證悟大手印的意義？

超越這些有為的、花力氣造作的、用言語去解釋的對境，  
在內心裡純粹的去看著自己的內心，  
——那個沒有被垢染、赤裸裸無有遮掩的覺性。

### 如何在放鬆、寬坦中安住

有念頭來了也好，  
沒有念頭，也很好，  
不必去企圖阻止或造作顯現，  
讓一切的生起、滅去，自然來去...  
心，還在那兒，  
以它原來的樣貌如實地呈現，  
安住在上面，  
持續保持著。

# 《赤裸直觀當下心：《恆河大手印：》

## 作者簡介

### 第37任直貢澈贊法王

現任第37任直貢澈贊法王生於1946年8月1日(藏曆火狗年六月四日)西藏拉薩，這一天也是釋迦牟尼佛於鹿野苑初轉法輪的紀念日。父親敦都南嘉來自察絨貴族，母親揚千多卡是拉噶夏貴族之後。四歲時被第十六世嘉華噶瑪巴等人確認為直貢法王的轉世，以昇座法會迎請後，展開僧侶教育的學習。1956年，法王的父母為躲避中共入藏，出走印度，十歲法王在直貢噶舉眾人的請求下，單獨留在西藏。1959年，中共強迫法王離開寺院，一年後，法王被准許至西藏中學和其他的轉世者一起讀書，這也是法王能說流利中文的原因。

1965年文化大革命爆發，法王被迫下放勞改，宗教學習完全被迫中斷，為了直貢法脈的傳承，法王在1975年逃往印度，一年後到美國與家人會面，學習英文，並自修西藏歷史。

1977年，為復興直貢噶舉傳承，法王回到印度平陽寺，展開一連串閉關，並隨竹巴噶舉堪布諾陽學習中觀，唯識教授；自頂果欽哲仁波切處領受《八大傳承精要》、《甚深大圓滿教法》、蔣貢康楚論述集以及《噶舉密咒藏》；從達賴喇嘛處領受勝樂金剛、時輪金剛及大威德金剛等殊勝教法與灌頂；自第十六世大寶法王噶瑪巴處領受《那洛六法》；自達隆噶舉法王夏炯仁波切處領受達隆噶舉教派各項教法，也自噶千仁波切及竹旺仁波切處，領受了直貢噶舉重要的《大手印》教法及灌頂。

1985年，法王以噶舉派代表的身份，前往菩提迦耶參加時輪金剛大法會，並從達賴喇嘛領受比丘戒。同年，他在德拉敦創建直貢噶舉學院，包含佛寺及教育中心。2003年，法王在佛寺旁另造一座松贊圖書館，專門研究西藏及喜馬拉雅山區各種文物瑰寶，包括西藏文化、傳統、地理的資料，和各教派的佛學經典。圖書館內藏有大量絲路沿途出土的敦煌文獻，年代久遠可遠溯4世紀至11世紀。

2005年，法王在松贊圖書館附近新建噶舉佛學院，提供高等佛學教育，在台灣及世界各地也設有直貢噶舉佛學中心，並在全球各地弘法利生。

## 書籍目錄

菩曼仁波切序

緣起與感謝願自心本性的花，圓滿綻放！

根本頌

《恆河大手印：大手印二十八金剛頌》釋論

導言 從放下的那一刻起

——心的指引

大手印的本質是什麼？

第一章 與大手印的相遇

——前行：聞法前的準備

偈文名稱的由來

偈文名稱的意義

譯者禮讚文

第二章 聽哪！這稀有，超越一切的教法

——正行：大手印口訣的教導

1. 大手印的見地

以虛空，比喻見地的要點

見念頭，如雲霧般地消融

以日光，比喻自心的明空

2. 大手印的行止

就這樣，在放鬆寬坦中安住

3. 大手印的禪修

勤於薰習，保持禪修成果

短時間，多次數的禪修

遠離貪執：直接經驗心的本質

4. 大手印的誓願

守護誓言：安住在無有執著中

如何避免昏沉與掉舉？

5. 修持大手印的利益

專注義理，於輪迴得解脫

6. 不修持大手印的過患

對無止盡的痛苦

7. 修持大手印的方法

把握見修行果的重點

究竟的根、道、果

一切都來自有力量的正念之心

遠離散亂，安住自性

8. 如法修持後的功德利益

讓心做自己，就足夠了

心的法性：本然、自解脫、空性

清淨之心，明而覺

禪定會經歷的三個階段

9. 克服禪修障礙的方法

哎呀，這一坐，到哪裡了？

10. 解脫道的大手印成果

第三章 祈願

——結語：迴向與發願

願君修行利眾生

# 《赤裸直觀當下心：《恆河大手印：》

後記

附錄：法王，我有幾個問題

# 《赤裸直觀當下心：《恆河大手印：》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)