

座墊上昇起的繁星



[座墊上昇起的繁星 下载链接1](#)

著者:竹清嘉措仁波切

出版者:眾生

出版时间:2012-10

装帧:平装

isbn:9789866091131

仁波切不囉嗦，一開示就開門見山，直指你的心。

本書是堪布
竹清嘉措仁波切10篇「直指人心」的開示集。內容分四部分，分別是見林、見樹、見果
和祈願：先帶你宏觀看見修行的全貌，再微觀深入修行的細節，當確信與覺受如繁星昇
起時，帶你親嘗修行的甜美果實，最終，以「了義的祈願」畫下句點。

堪布仁波切一句口訣，常常可以影響修行人一生；一次給10篇，對求法若渴的心，是場
真實義的盛宴。請享用。

本書特色

禪修心的本質時，會生起無量無邊的確信，如空中繁星。無量無邊的覺受，會如繁星一般生起，無論生起多少覺受，都要赤裸直觀，而後放下、放鬆。

■大城市中的大手印：

我們的心就像一道河流，在五光十色的城市中流轉。這個充滿聲光的地方，就是我們禪修的最佳處所。

你可以將注意力朝外，以色相、聲音等等作為禪修的對境；或者，你可以將注意力朝內，看著感受和念頭。這城市中有許多干擾，讓念頭停止是很困難的。放鬆而安適舒坦地安住，當你這麼做時，散亂的心和妄念在其原處就消融了。

■12根奇妙的釘子：

一切都是顯空無別的，所以一切都是開闊、寬廣、放鬆的。

在這無有中心或邊際的遼闊虛空中，在這無有頂端和底部的星球上，一切眾生是自他平等的，身心是無差異的，其中完全沒有任何分別。瞭解這一點，內在的喜樂自然就會增長。

■明光心與佛性：

我們的心就像虛空，雖然「被雲遮蔽」和「不被雲遮蔽」交替出現，但是虛空的本质本身並沒有改變，雲不會影響虛空本身的根本本质。如雲一般的迷妄、外來垢染，暫時遮蔽了人們心的明光本质，但卻不會改變它，或沾染它。

為什麼見到事物的空性會讓人自然變得更慈悲？空性是如何對生起慈悲心產生作用的？在這裡你將找到答案。

作者介绍:

堪布 竹清嘉措仁波切

第十七世法王噶瑪巴的總禪修師、上師之一，藏密白教噶瑪噶舉著名的學者、瑜伽行者、傳法上師與詩人，有「現代密勒日巴」之稱。1934年，仁波切生於藏東康區，一個游牧民族的帳篷裡。父親在他2歲時去世，母親是位精進的女修行人，在艱苦歲月中，帶著幼年的仁波切和小姊姊，千里行腳，朝聖、閉關。

緣於母親，仁波切特別了解女修行人的特質和困境，因此一生特別注重對女眾的照顧和教育，在尼泊爾、不丹、西藏都成立了尼眾寺院和閉關中心，訓練女眾成為獨當一面的法器。

1975年起，仁波切在根本上師第十六世法王的加持下，開始前往西方弘法，直到2006年起進入半閉關的狀態。

仁波切30載悠悠歲月，都在歐洲、北美、南美、亞洲、非洲、澳洲五大洲的虛空道中飛來飛去，像一位遊方瑜伽士，終年居無定所，四處弘法，以他幽默而嚴厲的風格，教導弟子從金剛歌中了悟自心。在西方，仁波切尤以「擅長調伏弟子」聞名，特別是「概念堅固」的知識分子。

相關著作：《空．大自在的微笑》、《仁波切，我有問題》、《大願王》、《為什麼看不見》、《智慧之日》等書。

譯者簡介

施心慧

政治大學中國文學系畢業，曾於劇場、電影、美編、撰稿、電視廣告製作等領域流轉多年，現專事英、藏文佛法翻譯，譯作有：《大寶法王／千年一願》、《噶瑪巴九百年》、《為什麼看不見》等。

目录: 法王序

作者序

譯者序

見林

．八旋矛

．自在旋舞虛空中

對上師的虔信

見之旋矛

修之旋矛

行之旋矛

果之旋矛

誓戒之旋矛

悲心之旋矛

緣起之旋矛

事業之旋矛

歌唱和禪修中的八旋矛

．三釘歌

．明光皓日之心髓

．12根奇妙的釘子

禮敬和綱要

見之三釘

修之三釘

行之三釘

果之三釘

見樹

．中觀正說

．自然湧現的大悲與大力

以《心經》說明

闡釋〈中觀正說〉

．大城市中的大手印

水中月：透過比喻瞭解顯相

自空和他空的觀點

無中心的虛空：空性的含義

頂端和底部：空性和平等性

一切聲音聲空無別

一切顯相顯空無別

．如夢如幻中變得更快樂

自續派的觀點

相關釋論

第八世噶瑪巴米覺多傑的釋論

修持口訣：〈赤裸直觀寂靜住〉

．無生離基雙運

．確信閃耀如繁星

．回到無執本智的家

無生

離基
雙運
傳承：真上師的表徵
明性和空性
大樂、離戲、空性
毫不費力自然而成之果
聞其歌，修其義
見果
．明光心與佛性
生命中的光：如來藏
寶性論：心如虛空，不變且離垢
辨法法性論：轉依
問答
結行禪修
對香巴拉的勉勵：當上師離開時
祈願
．步步踏實，願願成辦
前行：禮讚和發願
正行：祈願文
結行：迴向
．．．．． (收起)

[座墊上昇起的繁星 下载链接1](#)

标签

佛学

藏传佛教

空性

堪布竹清嘉措仁波切

佛法（已购买）

评论

此书非常好！既有见地方面的指示，也有实修口诀的导引！我于此书最大的收获是：经

竹青嘉措仁波切在书中明示，心中清晰的知晓明白：安住于确信的见地当中即是正确无误的修行！
竹青嘉措仁波切的相关书籍都非常不错，对各乘见地讲述得浅显易懂。之前也读过谈锡永先生的《四部宗见略说》等书，但总觉吃力，不似竹青嘉措仁波切的书通俗。因为谈先生的书学术性强，故精炼、慎密，仁波切的书多是讲话稿整理而成故浅显易懂！个人认为，竹青嘉措仁波切的书都不容错过！好书！

[座墊上昇起的繁星_下载链接1](#)

书评

[座墊上昇起的繁星_下载链接1](#)