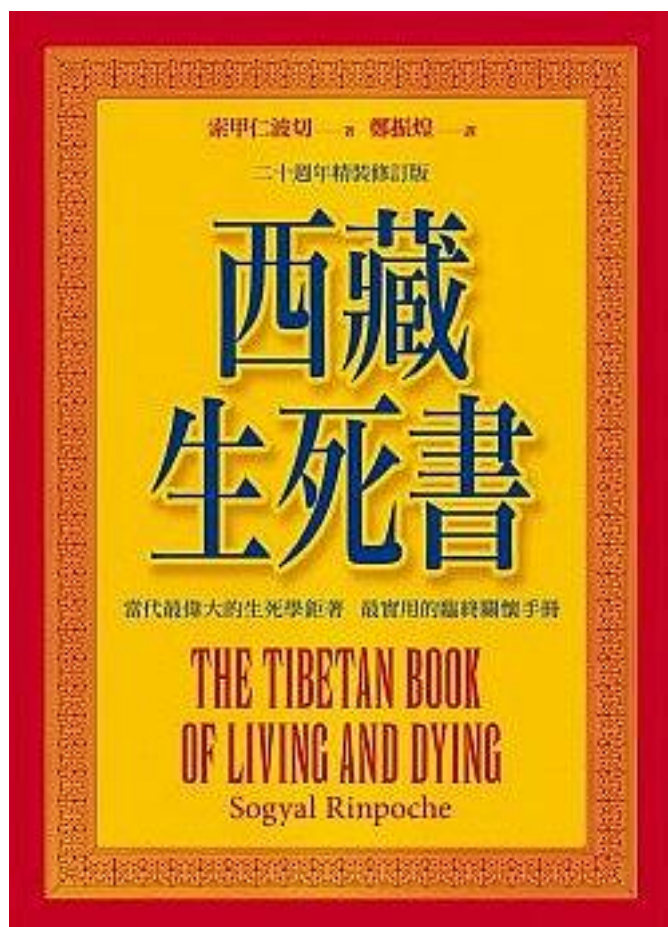


西藏生死書（附DVD） 四版



[西藏生死書（附DVD） 四版_下载链接1](#)

著者:索甲仁波切

出版者:張老師文化

出版时间:2015-6-1

装帧:精装

isbn:9789576938559

《西藏生死書》是一本字字珠璣的心靈鉅著，它引導我們認識生死，直驅西藏佛教的智慧泉源。索甲仁波切深入淺出地闡釋禪修靜坐、因果叢報、轉世和臨終關懷的方法，以及心靈之路上的種種考驗和報償。西藏佛教的經典確實是現代精神論述的新典範。

《西藏生死書》是索甲仁波切自西藏中陰聞教得度經（即西藏度亡經）學習引導臨終者及亡者的特殊技巧撰寫而成的一本臨終關懷的空前巨著。

★DVD內容簡介

索甲仁波切開示轉化心的重要性，認為苦樂存乎一念，全在於我們的心如何感受。能善巧地運用佛法，轉化我們的心，就是困頓時代的心要。

索甲仁波切信手拈來日常事例，深入淺出地闡述高深的佛法，加上丁乃竺女士流暢的翻譯，風趣近人，如聽聞妙音，開解眾生疑竇。

【熱情推薦】（謹依姓氏筆劃排序）

本書提供給讀者的，不僅是有關死亡和臨終的理論描述，還有實際的方法，可以用來了解死亡的真相，並幫助自己和別人死得寧靜而充實。——達賴喇嘛十四世

《西藏生死書》教生教死，因著認真看待生命，才能認真應對死亡；因著嚴肅直接地教導如何死亡，才會嚴肅地活好生命。它從西藏佛教的生死觀出發，具體而有系統地闡述生的修習及死的修習。臨終者如何在大安詳中放下，而在臨終者床邊的關懷者也學得重要的叮嚀。——趙可式（成大附設醫院護理系教授）

佛教蓮花臨終關懷基金會創立十週年，專心推廣安寧緩和醫療的理念，《西藏生死書》提供了最好的生死教育的教材。仁波切數度蒞台弘法，更提高了台灣社會對生死意義的覺醒。我國終於通過了安寧緩和醫療條例，讓醫師們可以合法地遵照仁波切在本書中所呼籲的，以團隊的努力，透過身、心、靈全人照顧的方法，盡力協助臨終病人安詳往生，實踐人生最大的布施。——陳榮基（佛教蓮花臨終關懷基金會董事長/台灣安寧照顧協會前理事長）

這是一本極難得的好書，讀過《中陰聞教得度》的朋友們，再讀《西藏生死書》，對中陰身的各種情況，會有更正確的了解。懂得如何去配合自己實際的修持，與對別人臨終的關懷。未能深信佛法，甚至反對佛法的朋友們，或許會起些許疑情而引起閱讀的興趣。至於譯文的信、達、雅，敬請讀者盡情欣賞。——洪文亮（前台大外科醫師）

這本書改變了我的一生。我非常感激有緣讀到此書，並因而接受仁波切更多的教誨。根源於最深厚的傳統，仁波切的教法卻清晰、現代、又有力；超越宗教，直入人心。我衷心希望藉由中譯本的出版，能感動更多人心，讓更多人了解如何面對死亡，看待生命。——姚仁喜（大元建設及設計事務所建築師）

索甲仁波切就像一位大音樂家，把傳統西藏佛教特有的上師相應法、大圓滿法、頗瓦法、中陰救度法，與今日科技生活所面臨的臨終關懷、瀕死經驗、安樂死等議題，交織出一首宏偉而安詳的生命樂章。《西藏生死書》不只是教導人們如何面對生死、了解生死而已，還更具體地指出如何透過禪修來超越生死，融入圓滿的覺性大海中。——林崇安（大溪內觀教育禪林負責人，中央大學太空所教授）

作者介绍:

索甲仁波切(Sogyal Rinpoche)

出生於西藏，由本世紀最受尊敬的上師蔣揚欽哲仁波切養育成人。後來被上師認出是托頓索甲（達賴十三世喇嘛的上師，也是蔣揚欽哲的上師）的轉世。

一九七一年至英國劍橋大學專研比較宗教學，一九七四年開始弘揚佛法。在歐美各國生

活、教學已二十多年，使他通達西方的心靈。由於他思路清晰、從容自在、幽默風趣，傳法時深受聽講者的歡迎，成為許多國家的佛學中心與佛教團體的負責人或指導者。

他為繁複的現代世界發展出一套解說西藏佛法要義的方法，《西藏生死書》的問世，更使他獲得各國至高的尊敬與喝采。

索甲仁波切將所創設的佛學中心命名為「本覺會」（RIGPA），提供各種佛學與修練課程，並舉辦工作坊，將西藏智慧與當今議題及訓練相互結合，希望超越種族、宗教、文化與心理的障礙，直指本心，弘揚佛法。

目录: <初版推薦序> 達賴喇嘛
<修訂版序> 索甲仁波切
<初版序> 索甲仁波切
<修訂版推薦序> 丁乃竺 生死智慧之書
<修訂版譯序> 鄭振煌 未見句號
<初版譯序> 鄭振煌

第一篇 生
在死亡的鏡子中
無常
反省與改變
心性
把心帶回家
演化、業與輪迴
中陰與其他實相
這一世：自然中陰
精神之路
心要

第二篇 臨終
對臨終關懷者的叮嚀
慈悲：如意寶珠
給臨終者的精神幫助
臨終修習
死亡的過程

第三篇 死亡與重生
基礎地
內在的光芒
受生中陰
亡者超薦
瀕死經驗：上天堂的階梯？

第四篇 結論
共通的歷程
和平的僕人

附錄一：我的上師們
附錄二：有關死亡的問題
附錄三：兩個故事
附錄四：兩種咒
參考書目（英文部分）
參考書目（中文部分）

感謝啟事
本覺會 (RIGPA)
作者簡介
中英對照索引
• • • • • ([收起](#))

[西藏生死書（附DVD） 四版 下载链接1](#)

标签

藏书

索甲仁波切

已购

子

生有時，死有時

无资格评价

台版

另版

评论

[西藏生死書（附DVD） 四版 下载链接1](#)

书评

“学会怎么死亡的人，就学会怎么不做奴隶。”

我想索甲仁波切要告诉我们的不仅仅是关于如何面对死亡，更重要的是如何对待生命。想要更好地活的人，应该花点时间去读一读这本书。我保证它绝对不会浪费你的时间和生命。(2000.10) 人类的谜题不止死亡一项，不能因为我...

对西藏感兴趣已经很久了，虽然曾经匆匆去过两次，非常可惜的是，彼时纯粹是流于一个游者，注意的焦点也仅仅落在了那些雪山、圣湖、草原、寺庙，腐败的青稞酒、藏甜茶、牦牛肉，以及偶尔看到听到的打阿嘎、辩经、吟佛、雕刻玛尼石的匠人们。但，对于孕育了这片充满勾人心魄文化...

第一次阅读这本书，是某日值班，将某病人打包之后。疲倦如潮水涌来，当时只有我同另外一位师兄轮流换班，又是在死亡率极高的心血管科，然后颈椎病就发了。发病的时候，居然还想，靠，震震欲扑地阿，标准真武汤证。后来就抓人来给我做推拿，最后找到胡师兄头上。...

“对于死亡的恐惧和对来生的无知……没有谁教导人们死亡是什么，该如何死去，也没有人给予任何死后的希望，揭开生命的真相。”
并不把这本书当作佛教理论的普及介绍，更愿意看的是对生死的探讨。
有时候我想，宗教诞生的终极作用，也许只在于教会我们如何面对死亡。生的全部意...

10年前从朋友的朋友那里辗转读到这本他们力荐的书，顿时如醍醐灌顶、心门大开--它在世界观、人生观上与我有极强的共鸣，给了我巨大的启示和震撼！
于是，托亲戚千里迢迢从香港买回来，一次偶然在上海的机场看到盗版，当即买了N本送给同行的朋友，想让所有人分享这份被开启心智...

首先感谢赠与这本书给我的友人，在一个意外的时机，确是恰巧的心境。它和其他的书对于我来说究竟有什么不同？我想一是每次拿起她阅读时完全出于自发，二是看她的时候一直在异常平静和嚎啕大哭两种不受控制的情况下极端进行，三则是她让我开始慢慢不再恐惧死亡。 有很...

这本书是我看过的最通俗易懂又吸引人的描写藏传佛教的书，用简练的语言将藏传佛教一些我们认为神秘的东西清楚的展现在眼前，每次读它都会有新的理解和发现，心情都会很快平静下来。
本书对死亡进行了充分的论述，人的一生就是在为死亡做准备，要做到认识死亡，勇敢面对...

记得第一次面临失去至亲的时候，无论如何不能、不愿接受、面对挚爱亲人的就要离去。友人送了我《西藏生死之书》，说那是他在丽江发呆时一个小书店老板推介的。他说那时节北京大街小巷的书摊上都布满了这本书，本以为是本流行应景的书，可禁不住小老板的热情，买下。“这本书很...

大圆满的生命关怀 By 陈寿文 2004年的春天，我已在北京待了一个冬天。
2003年10月，我辞去通信公司市场部的工作，从杭州来到北京，常去北大清华等高校听课混讲座，崔卫平，秦晖及贺卫方是我当时最欣赏的学人。因为不上班，故而有大量阅读时间，再加上家境还好，有甚多的...

对于即将辞世的人，我们应该怎样关怀他们？想到有一天自己关爱的亲人和好友也会离开人世，到那时自己该如何面对？怎样给他们最后的关怀？当生命走到尽头的时候，自己爱的人最需要的是什麼？周围的人可以做些什么来减轻他们的痛苦？这些问题都是如此相关、切身，而我在读这本书...

对于佛教理论知之甚少，读的很艰难，理解起来也很晦涩，但也有一丝光渗透进来，不光是关于生死，突然觉得，我们平常未曾靠近的佛教原来是被几近妖魔化，甚至是一个带着猴子去印度的和尚脸而已。寺庙呛人的焚香，跪拜的祈求满足私欲的信徒。。。可是只是浅尝了一点，幡然惊觉，...

这本书在汗牛充栋的藏传佛教的书籍中影响巨大。有人好奇书中描述的神秘转世，有人视它为临终关怀手册，有人把它作为修行的理论与实践，对于一个非宗教信仰者，我更愿意把它看作一本智慧之书。
智慧是什麼？世事烦琐，迷惑众多，很多人把智慧当作打开心锁的钥匙。西藏著名的谚语...

就像我们不会错过生，也不会错过死，我们也不要错过这本书。

这本书是我一生的礼物，是我寻找的答案。从遇到它开始，它不曾离开过我，至今，已经看过3本，也推荐给了很多的朋友。正如我希望的一样，当这一世快要把我淹没时，这本书能唤起觉醒。盲目的生存和死亡没有分别，而正...

不知生焉知死，不知死焉知生！

生、死是矛盾，是对立，是统一？其实生与死是一件事。

从懵懂青春期就好奇死亡，想要了解死亡，但又觉得是一件可怕的事情，是一件不应该的事情，是一件不能告诉父母朋友的事，是一件只能倾诉于日记本的事情。

大学期间虽没有遇到大的坎坷挫折...

一本让人“放下”的书，等了许多年，许多年。

终于有了一个正经版本（版本很好，精装，内文纸也很好）。

对密宗总是不太懂，对藏传佛教总是不懂，对“中阴”等等也总是不懂，

但字里行间的大悲之音，它慢慢说着生死的光芒，总能照耀各种愁思忧虑的心怀。

在尘世忧怒悲欢之间...

生是一种偶然，死是一种必然。我们无法选择自己的出生，也必须接受自己的死亡。

我几乎时刻都会想到死亡，但并不是以消极厌世的方式，一方面我对死亡害怕恐惧，不知道何时死、怎样死，因此更加珍惜自己鲜活的生命，感恩知足；另一方面我对死亡疑惑敬畏，不知道什么是死、死后...

最近在读老王处顺来的西藏生死之书，真是相见恨晚。。。 （这个世界上有多少书都是这样，听人说得多了就以为自己知道了其实自己什么都不知道还是得读了才能知道，人也是这样，比如我前几周看了新周刊上一个对于丹的专访，发现人家比我想像的有意思多了），这个书说了许多...

曾经在我迷乱的时候，对于这本书难以阅读下去。这次我带着虔诚的心再次打开，并认真的做着笔记与导图，然而前面因为内观过的感同身受的支持外，后半部分令我厌烦不已。一直想做文学评论但是不知不觉的难以逃开批评，或许，这又一次提醒我去走进内在，看看那里在发生着什么，为...

活着的人都没死过，所以很难知死后的事情。如果死亡真的能开启一段新的旅程，人们会如何评价自己无知无畏的前生？

佛陀八十九岁圆寂的时候，弟子争相供养、挽留，请求佛陀继续驻世。可是，“一切有为法，如梦幻泡影”。欲身终难长久，又何必对本就虚幻的事物过分强求？也许...

[西藏生死書（附DVD） 四版 下载链接1](#)