

在俗世自在生活的大圓滿之道



[在俗世自在生活的大圓滿之道_下载链接1](#)

著者:措尼仁波切

出版者:靈鷲山

出版时间:2017-12-1

装帧:平裝 / 17 x 22 cm / 普通級 / 單色印刷

isbn:9789869559119

★★收錄由瓊楚仁波切(Kyungtrul Rinpoche)所編纂的寧瑪派上師證悟金剛歌，此首歌可謂濃縮了整本《在俗世自在生活的大圓滿之道》要義。

★★收錄措尼仁波切1998~2002年間，約75次開示合集。

當信心增長地更為強大時，你發現自己變成了一位真正的勇士——一位慈悲的菩薩勇士。真正的菩薩精神來自於這種個人的自由感。以這種安全感和自由，你開始將你的注意力導向別人的需求。悲心擴展了。這是我對於內在的單純是無懼地活在一個複雜世界中基礎的看法。我們現在是開放和廣闊的，而且從這種無畏單純的感覺中，我們可以包容一切的現象。我們可以不矯揉造作自然地關懷別人；再也沒有任何是種威脅。——措尼仁波切

金剛乘包含了許多獲得證悟的法門，相對來說也較不艱難。在這些法門中，某些最簡單也最容易入手的，是虔誠心和悲心，以及對心性的指認。將這些法門與前行法結合在一起，你會快速地進展。大圓滿是金剛乘中最高、最頂尖的法乘，但並不是要抓住最高法教而排拒其他的；同樣地，杜撰你私有、個人的大圓滿觀點來修學，也是毫無意義的。這麼做只會讓你的「大圓滿」是造作的，是你造出來的某種東西。稱你自己的理論為大圓滿，是愚蠢地偽裝，根本和真正、真實的法教無關。

你看，大圓滿並不是你所蒐集、帶回家後的一些資訊所造出來的。大圓滿是關於如何解脫。只是接受大圓滿的法教並不夠：你必須應用之，活在其中。現在我們仍是被包裹在染污的經驗中。我們從自身的煩惱與二元感知，為自己造了一個籠子，困坐其中，日復一日。一旦我們清楚地了解自己的處境，就有了一個選擇：要不是留在這個籠子裡，就是運用大圓滿的教訣來打破這個牢籠、獲得自由。

具有開放的虔誠心，加持就會進入我們的相續之中。當我們以一種深深信任感完全放下時，就可能了悟本然覺醒的狀態。這個修行並不是某種新的哲學立論，也不是一種我們獲得的新概念，而是徹底、完全放下一切概念性心態之道。

要達到無念的覺醒並非不可能，也不是非得要極為困難才行。但是，這需要我們積蓄福德、清淨罪障，並和一位具德上師產生聯繫；這三項極為重要的條件，會在法教中一再地被強調。

名人推薦

★★索甲仁波切（《西藏生死書》作者）專文推薦

作者介绍:

措尼仁波切（Tsoknyi Rinpoche）

尊貴的第十六世大寶法王噶瑪巴認證第三世措尼仁波切，為第二世竹旺·措尼仁波切的轉世。措尼仁波切是竹巴噶舉派以及寧瑪派的知名上師，也是以拉那林巴伏藏為基礎所建立的措尼派的傳人。仁波切生於證悟的大圓滿上師之不曾間斷的父子傳承，他的曾曾祖父是伏藏師秋吉·林巴，按照家庭傳統，仁波切自幼時起就接受父親的訓練。

措尼仁波切生於一九六六年，八歲時被認為是祖古；十三歲時，他被帶到印度大吉鎮的康巴噶寺，這是康祖仁波切駐錫的寺院。他的老師包含了幾個西藏最知名的大師：康祖仁波切、他的父親祖古·烏金仁波切、怙主頂果·欽哲仁波切、紐修堪仁波切以及阿德仁波切。

措尼仁波切是尼泊爾兩間尼院、一間僧院，以及西藏一所著名尼院的精神領袖；在西藏東部囊謙，他領導五十個修行和閉關中心，以及措尼派和拉那林巴派的兩千位尼眾和九百位僧眾。仁波切的東方駐所是位於加德滿都秋巴的給恰寺，而西方駐所則是位於美國科羅拉多州柯瑞斯東的耶喜讓薩。

劉婉例

台大外文系畢、北藝大戲劇研究所藝術碩士、輔仁大學比較文學博士，現任華梵大學外文系副教授。從事佛法翻譯多年，譯有《證悟者的心要寶藏》、《空行法教》、《明月：頂果欽哲法王自傳與訪談錄》、《明示甚深道：自生蓮花心髓前行釋論》、《功德藏釋：三道甘露精華（經部上冊）》、《淨相：金剛乘修行的生起次第與圓滿次第》、《本淨：《椎擊三要》口訣教授》等書。

目录: 前言
英文版序言
金剛歌

第一部份：開胃菜
佛法的日服量
發心
沙拉醬
止：利益
止：修學

第二部份：主菜
基、道、果
幻相
心與心性
注視、見、任其自然、與自由
解脫
保任
對應煩惱
經驗與實相
無畏
果汁

第三部份：點心
閉關
對枯乾瑜伽士的建言
融合修行與日常生活
發願
精進
．．．．．(收起)

[在俗世自在生活的大圓滿之道_下载链接1](#)

标签

佛教

藏传佛教

灵修

佛

评论

这个版本也不错，力荐。

[在俗世自在生活的大圓滿之道_下载链接1](#)

书评

[在俗世自在生活的大圓滿之道_下载链接1](#)