

大乘精髓及日常实践



[大乘精髓及日常实践_下载链接1](#)

著者:土丹却准

出版者:中国文史出版社

出版时间:2008-11

装帧:

isbn:9787503422362

一部阐述大乘法义、修心七义论的著作，一部让大乘法义融入内心的实践之作。

【目录】 上部：大乘精髓《修心七义论》要义

第一节：修学前的准备工作

一、听闻佛法的方法

（一）消除三种过失

（二）具备六种观念（六想）

二、弟子应具备的质量

第二节：《修心七义论》简介

一、本论的由来

二、本论的内容

三、书首敬礼

四、第一义：加行

第三节：暇满人身的宝贵

一、构成暇满人身的因素

（一）我们具有人的智慧

（二）我们处于有佛法的时代

（三）我们有健康完整的身体

（四）我们对佛法产生了兴趣

（五）我们遇到了佛法与师长

（六）我们拥有生活资财和道友的支持

二、暇满人身的意义

（一）为将来生作准备

（二）实现解脱与成佛的究竟目标

（三）每分每秒地提高自己

三、暇满人身的难得

（一）从数量的角度来看暇满人身的难得

（二）用譬喻来思惟暇满人身的难得

（三）从暇满人身的因来看它的难得

（1）持戒

(2) 修习其它诸度

(3) 发愿

第四节：世间八法

一、钱财与贪乏

二、称赞与讥毁

三、声誉与恶名

四、舒服与不舒服

第五节：死无常

一、九点念死法

(一) 死亡是必然的

(1) 每个人都会死

(2) 死亡时刻在逼近

(3) 无论我们有没有机会修法死亡都会到来

结论：我必须修法

(二) 死时不定

(1) 在我们这个世界（南瞻部洲）上死亡的时间不定

(2) 存活艰难死亡容易

(3) 我们的身体非常脆弱

结论：我必须现在就修法

(三) 死时唯有佛法能利益我们

(1) 死时钱财不能利益我们

(2) 死时亲友不能利益我们

(3) 死时身体不能利益我们

结论：我必须清净地修法

二、想象自己的死亡

第六节：恶趣苦

第七节：皈依

第八节：业果

一、业果的四个特点

- （一）业决定
- （二）业增长
- （三）未造业不遇
- （四）已造业不失

二、思惟十不善业

- （一）杀生
- （二）不与取
- （三）邪淫
- （四）妄语
- （五）离间语
- （六）粗恶语
- （七）绮语
- （八）贪欲
- （九）嗔恚
- （十）邪见

第九节：轮回的苦

一、六苦

- （一）不定
- （二）无饱足
- （三）数数舍身
- （四）数数结生
- （五）数数高下
- （六）无伴

二、三苦

- （一）苦苦

(二) 坏苦

(三) 行苦

第十节：烦恼

一、贪

二、嗔

三、慢

四、无明

五、疑

六、恶见

(一) 坏聚见（萨迦耶见）

(二) 边执见

(三) 见取见

(四) 戒禁取见

(五) 邪见

第十一节：胜义菩提心

一、所空的是什么（所破）

二、修习空性的方法

(一) 以花为例

(1) 四要点

a 认识所空的对象（所破）

b 决定有自性的法（事物）与组成部分或是一体或是异体

c 有自性的法（事物）与组成部分不是一体

d 有自性的法（事物）与组成部分不是异体

(2) 由名言安立的事物

(二) 以身体为例

(1) 四要点

a. 认识所破

- b. 决定体性或一或异
- c. 自性与组成部分不是一体
- d. 自性与组成部分不是异体

（2）由名言安立的身体

（三）以观音菩萨为例

三、修习我空

（一）四要点（四相观察）

（1）认识所破

（2）决定有自性的我与身心或一或异

（3）有自性的我与身心不是一体

（4）有自性的我与身心不是异体

（二）我在名言中是存在的

四、解释论文

第十二节：世俗菩提心

一、本法的特点

（一）菩提心的宝贵性

（二）将五浊恶世的违缘转为菩提道

（1）时浊

（2）众生浊

（3）见浊

（4）烦恼浊

（5）寿浊

二、平等舍

三、自他平等

四、我爱执的过患

五、爱执他人的功德

（一）有情的恩德

（二）爱执他人的功德

六、慈悲

七、自他相换

八、取舍

（一）取舍的修法

（二）论文的解释

九、增上心

十、菩提心

第十三节：大乘之行

第十四节：如何将这些教授付诸实修

附录一：修心七义论

附录二：说法与念修前的祈愿文

附录三：《三十五佛忏》修法讲记

附录四：功德之基颂（《菩提道次第摄颂》）

下部：日常实践及相关问答

第一节 佛法的心要

第二节 佛

第三节 无常与苦

第四节 无我与空性

第五节 科学、轮回与世界的起源

第六节 业：因果的作用

第七节 死、生与中有

第八节 佛教的宗派

第九节 金刚乘（密宗）

第十节 修道的次第

第十一节 感情

第十二节 佛法与日常生活

第十三节 社会活动与社会问题

第十四节 妇女与佛法

第十五节 僧尼、居士与善知识

第十六节 家庭与子女

第十七节 佛龕与供养

第十八节 祈愿、仪轨与回向善根

第十九节 静坐

第二十节 嗔恨的对治法

作者介绍:

目录: 上部: 大乘精髓《修心七义论》要义

第一节: 修学前的准备工作

一、听闻佛法的方法

(一) 消除三种过失

(二) 具备六种观念 (六想)

二、弟子应具备的质量

第二节: 《修心七义论》简介

一、本论的由来

二、本论的内容

三、书首敬礼

四、第一义: 加行

第三节: 暇满人身的宝贵

一、构成暇满人身的因素

(一) 我们具有人的智慧

(二) 我们处于有佛法的时代

(三) 我们有健康完整的身体

(四) 我们对佛法产生了兴趣

(五) 我们遇到了佛法与师长

(六) 我们拥有生活资财和道友的支持

二、暇满人身的意义

(一) 为将来生作准备

(二) 实现解脱与成佛的究竟目标

(三) 每分每秒地提高自己

三、暇满人身的难得

(一) 从数量的角度来看暇满人身的难得

(二) 用譬喻来思惟暇满人身的难得

(三) 从暇满人身的因来看它的难得

(1) 持戒

(2) 修习其它诸度

(3) 发愿

第四节: 世间八法

一、钱财与贪乏

二、称赞与讥毁

三、声誉与恶名

四、舒服与不舒服

第五节：死无常

一、九点念死法

(一) 死亡是必然的

(1) 每个人都会死

(2) 死亡时刻在逼近

(3) 无论我们有没有机会修法死亡都会到来

结论：我必须修法

(二) 死时不定

(1) 在我们这个世界（南瞻部洲）上死亡的时间不定

(2) 存活艰难死亡容易

(3) 我们的身体非常脆弱

结论：我必须现在就修法

(三) 死时唯有佛法能利益我们

(1) 死时钱财不能利益我们

(2) 死时亲友不能利益我们

(3) 死时身体不能利益我们

结论：我必须清净地修法

二、想象自己的死亡

第六节：恶趣苦

第七节：皈依

第八节：业果

一、业果的四个特点

(一) 业决定

(二) 业增长

(三) 未造业不遇

(四) 已造业不失

二、思惟十不善业

(一) 杀生

(二) 不与取

(三) 邪淫

(四) 妄语

(五) 离间语

(六) 粗恶语

(七) 绮语

(八) 贪欲

(九) 嗔恚

(十) 邪见

第九节：轮回的苦

一、六苦

(一) 不定

(二) 无饱足

(三) 数数舍身

(四) 数数结生

(五) 数数高下

(六) 无伴

二、三苦

(一) 苦苦

(二) 坏苦

(三) 行苦

第十节：烦恼

一、贪

二、嗔

三、慢

四、无明

五、疑

六、恶见

(一) 坏聚见 (萨迦耶见)

(二) 边执见

(三) 见取见

(四) 戒禁取见

(五) 邪见

第十一节：胜义菩提心

一、所空的是什么 (所破)

二、修习空性的方法

(一) 以花为例

(1) 四要点

a 认识所空的对象 (所破)

b 决定有自性的法 (事物) 与组成部分或是一体或是异体

c 有自性的法 (事物) 与组成部分不是一体

d 有自性的法 (事物) 与组成部分不是异体

(2) 由名言安立的事物

(二) 以身体为例

(1) 四要点

a. 认识所破

b. 决定体性或一或异

c. 自性与组成部分不是一体

d. 自性与组成部分不是异体

(2) 由名言安立的身体

(三) 以观音菩萨为例

三、修习我空

(一) 四要点 (四相观察)

(1) 认识所破

(2) 决定有自性的我与身心或一或异

(3) 有自性的我与身心不是一体

(4) 有自性的我与身心不是异体

(二) 我在名言中是存在的

四、解释论文

第十二节：世俗菩提心

一、本法的特点

(一) 菩提心的宝贵性

(二) 将五浊恶世的违缘转为菩提道

(1) 时浊

(2) 众生浊

(3) 见浊

(4) 烦恼浊

(5) 寿浊

二、平等舍

三、自他平等

四、我爱执的过患

五、爱执他人的功德

(一) 有情的恩德

(二) 爱执他人的功德

六、慈悲

七、自他相换

八、取舍

(一) 取舍的修法

(二) 论文的解释

九、增上心
十、菩提心
第十三节：大乘之行
第十四节：如何将这些教授付诸实修
附录一：修心七义论
附录二：说法与念修前的祈愿文
附录三：《三十五佛忏》修法讲记
附录四：功德之基颂（《菩提道次第摄颂》）
下部：日常实践及相关问答
第一节 佛法的心要
第二节 佛
第三节 无常与苦
第四节 无我与空性
第五节 科学、轮回与世界的起源
第六节 业：因果的作用
第七节 死、生与中有
第八节 佛教的宗派
第九节 金刚乘（密宗）
第十节 修道的次第
第十一节 感情
第十二节 佛法与日常生活
第十三节 社会活动与社会问题
第十四节 妇女与佛法
第十五节 僧尼、居士与善知识
第十六节 家庭与子女
第十七节 佛龕与供养
第十八节 祈愿、仪轨与回向善根
第十九节 静坐
第二十节 嗔恨的对治法
• • • • • ([收起](#))

[大乘精髓及日常实践_下载链接1](#)

标签

佛学

宗教

佛教

西藏

manju

评论

我读的是《长白山满族文化概览》。中国文史个书号贩子。

此书号为 《包玉刚与宁波开发开放》 精装本

修心七义论

豆瓣不知道怎么搞的，把书搞错了！此书是土丹却准著，李胜海译师翻译的一本讲佛教书。上半部是讲述“大乘精髓《修心七义论》要义”，下半部是讲述如何在日常生活中实践佛法及相关的问答，是一本非常不错的书。
译者李胜海，精通藏、梵、汉、英，正在翻译语体文《菩提道次第广论》。

[大乘精髓及日常实践_下载链接1](#)

书评

豆瓣不知道怎么搞的，把书搞错了！此书是土丹却准著，李胜海译师翻译的一本讲佛教书。上半部是讲述“大乘精髓《修心七义论》要义”，下半部是讲述如何在日常生活中实践佛法及相关的问答，是一本非常不错的书。
译者李胜海，精通藏、梵、汉、英，正在翻译语体文《菩提道次第广论...

[大乘精髓及日常实践_下载链接1](#)