

【心灵觉悟丛书】



司马迁说：“人固有一死。”生老病死是宇宙中定不可移的自然规律，谁也无法逃脱。因此生死是一个重大而沉重的话题，是世界上一切问题之中最大的问题，如果没有将这个问题搞清楚，其他一切问题都不会真正搞清楚。

探寻 生死 秘境

吴玉天

著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

探寻 生死 秘境

吴玉天
著



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目(CIP)数据

探寻生死秘境 / 吴玉天著.

——北京: 中央编译出版社, 2014.5

ISBN 978-7-5117-2096-2

I. ①探…

II. ①吴…

III. ①佛教—死亡哲学—研究

IV. ①B948

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 054425 号

探寻生死秘境

出版人: 刘明清

出版统筹: 董巍

责任编辑: 张丽辉 曲建文

责任印制: 尹珺

出版发行: 中央编译出版社

地址: 北京西城区车公庄大街乙5号鸿儒大厦B座(100044)

电话: (010) 52612345 (总编室) (010) 52612370 (编辑室)
(010) 52612316 (发行部) (010) 52612315 (网络销售)
(010) 52612346 (馆配部) (010) 66509618 (读者服务部)

网址: www.cctpbook.com

经销: 全国新华书店

印刷: 北京金秋豪印刷有限责任公司

开本: 787毫米×1092毫米 1/16

字数: 244千字

印张: 17.75

版次: 2014年5月第1版第1次印刷

定价: 48.00元



网址: www.cctphome.com

邮箱: cctp@cctphome.com

新浪微博: @中央编译出版社

微信: 中央编译出版社(ID:cctphome)

本社常年法律顾问: 北京市吴栾赵阎律师事务所律师 闫军 梁勤

凡有印装质量问题, 本社负责调换。电话: 010-66509618

[illegible]

審 判

釋迦牟尼佛的大圓滿法是天上的妙法
藏族與全國各地的弟子們要先聽聞研究
然後在修行上不斷地努力 互砥互勉
最終都會有成佛的希望
為弟子吳玉天著作而作
昂藏奇·珠巴仁波且 書

ལ་འཕྱུག་པའི་

ཕྱེད་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ (ཕྱེད་)

གཞི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

前言

度眾生的釋迦佛 降妖魔的蓮花生
寧瑪巴之眾大德 誠信者的心中坐
末法時期黑暗中 稀奇無比之因緣
指路明燈的曙光 照進福田殊勝境
在菩提的大地上 顯密之樹盛繁衍
即生成就碩果累 一切眾生見佛性

為弟子吳玉天著作而作

藏東甘丹 喜饒藏

持明傳承不間斷，
 廣大智慧蓮萬瓣，
 蓮師幻化之游舞，
 無欺怙主常佑汝。

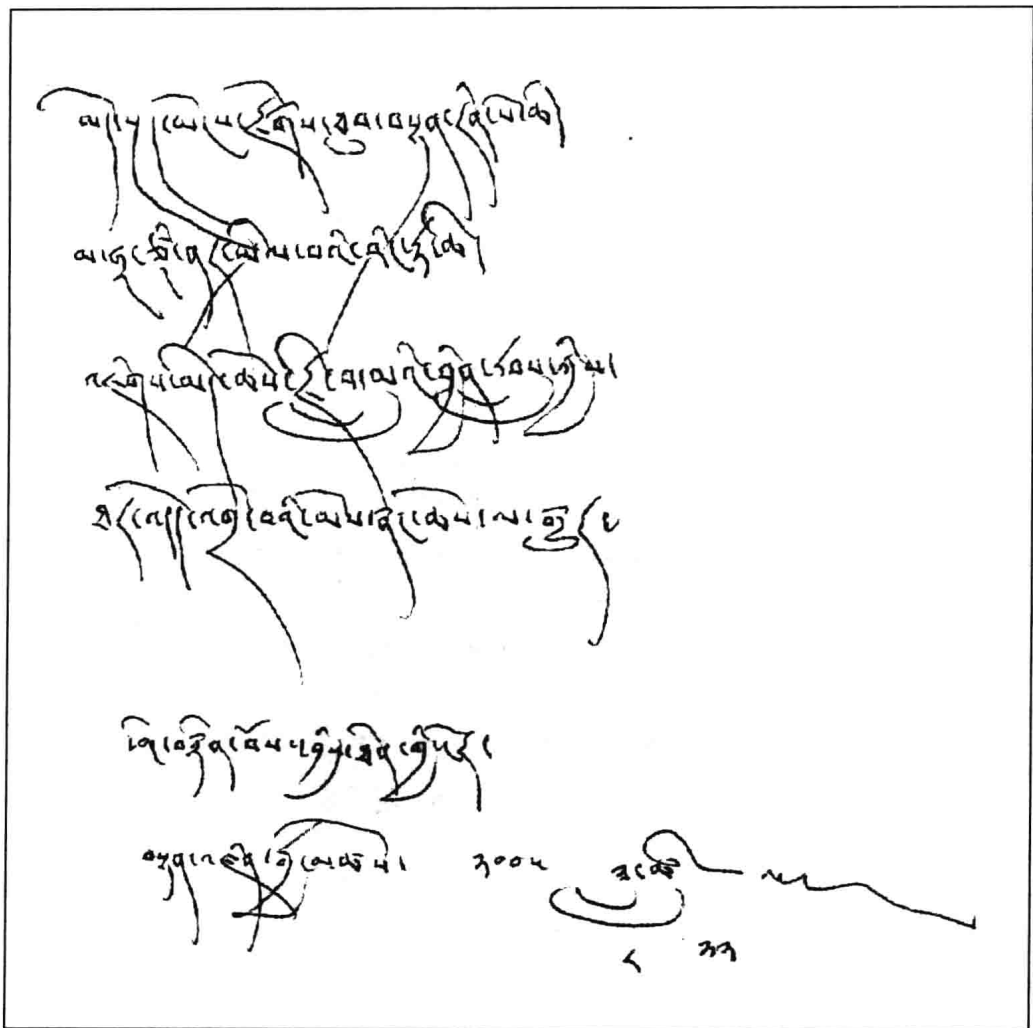


龙洋活佛为吴玉天所题的诗：

持明傳承不間斷，
 廣大智慧蓮萬瓣，
 蓮師幻化之游舞，
 無欺怙主常佑汝。

为弟子吴玉天心想事成而作。

多智钦·龙洋活佛书。



为吴玉天著作所做的题词：

趋向菩提道津梁，
 显密妙法乘依归，
 正见宛如胜慧眼，
 愿诸有情恒具备。

四川甘孜色达五明佛学院副院长
 丹增嘉措活佛
 2002年8月16日



༄༅། དཔལ་ལྷན་གྱི་ཐུག་ཆེན་ཆོས་ལུགས་རྒྱུ་ལྷན་པོ་གྱི་འབྲི་ཤོག །།
 年龙大乘法轮寺信笺

འཇམ་མཁའ་ལྷན་གྱི་ཐུག་ཆེན་ཆོས་ལུགས་རྒྱུ་ལྷན་པོ་གྱི་འབྲི་ཤོག
 འཇམ་མཁའ་ལྷན་གྱི་ཐུག་ཆེན་ཆོས་ལུགས་རྒྱུ་ལྷན་པོ་གྱི་འབྲི་ཤོག
 འཇམ་མཁའ་ལྷན་གྱི་ཐུག་ཆེན་ཆོས་ལུགས་རྒྱུ་ལྷན་པོ་གྱི་འབྲི་ཤོག

འཇམ་མཁའ་ལྷན་གྱི་ཐུག་ཆེན་ཆོས་ལུགས་རྒྱུ་ལྷན་པོ་གྱི་འབྲི་ཤོག
 2005. 8. 23

年龙上师为吴玉天著作的题词：

三宝三根本的护法之神力加持你现在所行的真诚的、有利于佛法和众生的事业，无碍的尽快成功。

致弟子吴玉天。

南之·晋美彭措
 2005.8.23

འཇིགས་མཁོན་པའི་འཇིགས་པ་ལྟར་བྱེད་པའི་མཁོན་པའི་འཇིགས་པ་

ཕྱི་ལོ་

吴王天居士的佛学著作(我读过许多)很赞赏)

ཐོག་མའི་མཁོན་པའི་འཇིགས་པ་

འཇིགས་པའི་འཇིགས་པ་ལྟར་བྱེད་པའི་འཇིགས་པ་

ཐོག་མའི་མཁོན་པའི་འཇིགས་པ་

འཇིགས་པའི་འཇིགས་པ་ལྟར་བྱེད་པའི་འཇིགས་པ་

菩提心妙宝

未生者当生

已生勿退失

展转益增长

འཇིགས་པའི་འཇིགས་པ་ལྟར་བྱེད་པའི་འཇིགས་པ་

佛光



前 言

末学吴玉天，原籍山东，1954年生于北京，大学本科毕业，现居于天津。

末学自1979年于大学学习期间对佛教的教理产生兴趣，遂研学佛教。始从天津大悲禅院主持宝菡法师等大德善知识学习佛教基础知识。后于1982年接受了能海上师传人的藏传格鲁派黄教教法传承。法缘成熟后，于1987年在北京高级藏语佛学院拜见了藏密宁玛派大德、如意宝法王晋美彭措上师，受其传法，始入宁玛巴之门，成为法王之弟子。1992年初，赴四川色达喇荣五明佛学院，跟随晋美彭措法王学习佛教近一年。期间，每日听闻法王讲法，跟随堪布学经，受益匪浅。后于1992年秋从色达一路奔赴西藏，经长途跋涉，饱尝艰辛，远至日喀则，一路上拜见了诸多大德高僧，接受了众多灌顶传法。回津后，为弘上师之名，解众多喜爱藏密之法的学人对密宗之渴望，写出了《访雪域大师》一书，使众多汉族弟子与密法结上了善缘，得密宗大德上师之渡化。能使众生开阔眼界，各顺自缘获得安乐与解脱，乃吾之所愿也。

近些年来，末学常奔走于青藏之地，参访了众多的大德高僧，跟随几位大德上师修学佛法。末学深感生死无常，觉悟不易，出离甚难。

末学常闻诸汉地学佛之人苦于无法系统地听闻佛法，难寻到俱德上师，故在修学途中常遇各种问题与障碍，以致学修难继，甚至半途而废。一些学佛之人也曾对在下提出了一些修学佛法方面所遇之问题，以及如何将佛法与现实人生相结合的问题。末学痛感能力浅微，亦无闲暇，难以满足各类人士所提之各



种问题，遂于1997年发心，将多位同道所提及的各种涉及修行与生活有关问题做了归纳，加入自己的点滴学佛与修行之感悟写录成书。古德有云：“自觉，觉他；自利，利他；自度，度他”。末学虽学修浅陋，亦愿将自己的学修心得与大众分享。故末学有针对性地对修行之中常见的二十多种问题系统的做了深入浅出的解答，将每个问题写成一书，逐一将这些修学中常见的问题加以分析，与诸大德看官一起研讨，共同提高。此集定名为《心灵觉悟丛书》。这些书涵盖了诸如对于世间的种种现象佛教是怎样认识的，我们应该怎样做个修佛者、怎样竖立佛法的正见、修行人应该怎样做人、怎样对治烦恼、怎样面对生死、怎样调伏自心、怎样修才能使心不被外境的诱惑所扰动、如何修菩提心、为何要灭除自己的我慢心与嫉妒心，以及怎样选择上师、怎样对待上师、怎样禅修、如何识别修行之中产生的觉受是否正确、当自己修不下去时应该怎么办、修行人应怎样过与佛法相应的瑜伽生活、如何面对修行中的艰难险阻与各种障碍……等等。倘行人无法正确对待这些问题，则修学佛法无异于盲人摸象，难有所成。

十几年来，末学耗费了大量修行时间对此丛书进行修改，终可于2014年末学生逢60岁时，使其中之一《探寻生死秘境》与读者见面。若拙作能使诸大德看官在修行上少有借鉴，在生活与修行上少走弯路，既可称诸佛上师与末学之心矣。此书付印之际，末学惶恐之至，不知自己的这点感受是否能为修佛者提供一些有价值的参考与借鉴。倘能有所助益，皆上师菩萨之功；倘有错漏，皆末学之过也。

《探寻生死密境》乃为《心灵觉悟丛书》中的第一本书。生死无情，众生都须面对。众生不仅要忍受生老病死，而且要面对死后的去处。所以，这个生死的命题至关重要，值得认真加以讨论。此书从有生既有死的现象，引发了应该如何面对生老病死这个自然规律的讨论；又从轮回的高度，阐述了无尽生死轮回的真相，分析了众生在轮回中所遭遇到的种种苦难；进而又讲述了佛教的生死观，介绍了佛陀将生死轮回比做“火宅”定要出离的观点——活着不为混吃等死，死亡也不是身心全灭，故应以积极的态度面对生死。本书系统的介绍了



应该如何通过修行来出离生死，以及在遇到那些没有信仰之人面临死亡时，亲属渡化他们的各种善巧方法。

此书内容林林总总，循序渐进，由浅入深，言语质朴无华，平实易懂，方便各阶层之大众理解。末学愿以此点滴感悟与众人分享，故成此书，以飨读者。末学才疏学浅，拙作难免挂一漏万，错谬层出。望众大德看官阅后能对末学批评指正。若有指教，请发信于在下之邮箱：xiufo01@163.com 若蒙赐教，末学不胜感激之至！

末学 吴玉天 谨识

2014. 甲午 正月于津





目 录

绪论.....	1
1. 世间诸法皆有漏，皆是苦.....	50
佛陀将这个世界定义为“娑婆世界”，意为“堪忍世界”，另一解释为“秽土”。	
2. 业力流转.....	69
有这样一句俗话：“积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃。”可见积累福报是十分重要的，而积累罪孽则是很可怕的。	
3. 人身难得.....	80
佛陀讲人身难得的目的，是要使人们珍惜这得来不易的人身，并用这个来之不易的人生修行解脱，不要再沉沦在轮回之中受苦了。	
4. 世法无常.....	87
我们都有自己的人生理想，并为此而努力奋斗着。但理想能否实现，却不是我们自己能说了算的。俗话说：“谋事在人，成事在天。”	





5. 寿命日减.....98

人们称长寿者是“有福之人”，就是因为他们具有享受长寿的福报。而有福之人若是放纵欲望，不择手段地损人利己，做缺德的坏事，那他就会在不知不觉之间丧失掉自己在前世得之不易的福报。

6. 有生必有死.....102

我们的身体太脆弱了，如水中的泡沫一样，不用太大的风暴，就是一个刺扎一下，就能使泡沫破灭。

7. 不必怕死.....117

曾有一个有天眼功能的人对末学说，他在无意之间，看到妇产医院的楼顶上有一大群的灵魂等着投胎转世，他们之间似乎还在讨论着什么。

8. 未成就前要怕死，以此提起猛利的出离愿.....133

佛教认为，了生脱死的关键是要通过修行证悟到生死的本性。如此，才能解脱轮回的束缚，才能从根本上了断生死，避免继续在轮回之中受苦。

9. 因忧无常而提起念死之心.....140

“观无常法”乃是一切修法的基础，如果能够将“念死无常”的法门修好，任何法门都可以修成功；如果没有建立起“死无常”的观念，那么纵然是修了无上大圆满法也是无法成佛的。

10. 放弃对世法的执著.....151

众生放不下世法的原因，就在于众生看不到世法虚妄的本质，而是认





为名、利、毁、誉、苦、乐、讥、称等世间八法是实实在在存在的，因此就要争、要夺、要不惜一切手段来攫取不属于自己的利益，哪怕是因此而被杀头也要干。

11. 不执著于寿命之长短.....182

魔王波旬现身对佛说：“你的寿命到了，应该走了。”此时，以释迦佛的能力完全可以宣布自己多住世一段时间，但佛祖没有这样做，他知道自己在世缘尽了，于是答应入灭。

12. 放弃对死亡的执著.....188

作为修行人，最关心的应该是自己的一生所作所为是否对得起自己的良心，是否对得起上师佛法。

13. 发出离解脱之菩提心.....197

贪图享乐与发愿出离是对立的，因为贪图享乐者必定会留恋这个世界。所以，欲出离轮回必当祛除享乐心，而应发起菩提心。

14. 以正确的方法可以长寿.....202

长寿与钱财不成正比，与权力成反比，与习气成反比，与欲望成反比，与罪业成反比。

15. 以修行正法获出离解脱.....225

如果你想灭除轮回中的无尽苦难，就要出离轮回；倘若要出离轮回，就应为自己而选择未来的目的地。





16. 利用中阴界的机遇获得解脱，圆满成佛.....240

就在智慧光出现的同时，代表人道的暗蓝色的光向你而来，穿透你的心。在傲慢的驱使下，你将恐惧地逃离耀眼的黄光，却喜欢人道的暗蓝色光，因而对它执著。

17. 引导亡者获得出离.....249

当人死后，会见到明耀的各色光与暗淡的各色光。明耀的光是佛光，而暗淡的光是六道之光。

18. 依照佛教的仪轨办丧事.....258

只有具备了愿菩提心的人才具备真正为他人超度的能力。除此以外，大德高僧还要有修证，要具有将死者的顶门打开，送死者的神识冲出梵穴的法力，否则是无法超度亡灵往生的。





绪 论

司马迁说：“人固有一死。”生老病死是宇宙中定不可移的自然规律，谁都无法逃脱。是故，生死是一个重大而沉重的话题，是世界上一切问题之中最大的问题，如果没有将这个问题搞清楚，其他一切问题都不会真正搞清楚。所以我们不能回避对死亡的研究。

生死问题是每个人都要面对的，谁都逃避不了。而其中却有着很多我们所不知道的隐秘。比如，生的意义是什么？认为什么会死？人死后是不是就彻底的没有了？如果死后依然存在，那他又是以何种状态生存的……如此等等。有关生死的问题，存在着太多的未知秘密，因此在生死的领域之中，我们有很多需要了解的内容。

陈建民上师曰：“夫修行人大事未明以前，如丧考妣；大事已悟之后，为他未悟，亦如丧考妣。”此言意思是说，世间任何学问与课题都比不上生与死的问题大。若是连生死问题都没有搞清楚，那就如同死了爹妈一样。而在搞清楚了生死问题之后，面对更多的众生未悟到生死的道理，未发解脱生死的愿力，还是如同死了爹妈一样的痛苦，这是菩萨悲悯众生的崇高境界。

对一般人来说，生死在一生之中只会有一次。而有过濒死经历而再生的人只是极少数。所以，绝大多数人无法体验生死，也不可能参透生死的本性。但我们可以从他人的生死经历之中，以及佛陀与高僧大德的教言之中感悟到生死的本质，由此而更加深刻的认知生死。

