

当代 妙用

Dangdai
Miaoyong

雪漠 著

光明大手印

(上卷)

大手印文化与当代世界的智慧碰撞

与超心理学、与大国学、与禅、与道、与中医、与免疫学、与科学、与文学、与读书、与生活、与梦想、与信仰、与道德、与当代人……

第一本雪漠随行录，古老智慧的应世妙用，影响当代心灵的演说对话集



中央编译出版社
Central China Publishing House



雪漠简介

雪漠，原名陈开红，1963年生于甘肃凉州。中国作家协会会员，甘肃省作家协会副主席，国家一级作家，大手印研修专家，广州市香巴文化研究院院长。十七岁起拜师、深研、实修至今，精通经藏及佛教传统实修，系大手印传承者；于悟后起修，闭关专修大手印近二十载。著有《大手印实修心髓》《光明大手印：实修入门》《光明大手印：实修心髓》《光明大手印：参透生死》《光明大手印：文学朝圣》《光明大手印：当代妙用》《光明大手印：智慧人生》等。文学著作有《大漠祭》《猎原》《白虎关》《西夏咒》《西夏的苍狼》《无死的金刚心》等。两度入围“茅盾文学奖”，荣获“冯牧文学奖”“上海长篇小说优秀作品大奖”“敦煌文艺奖”等奖项，获“甘肃省优秀专家”“甘肃省领军人才”“甘肃省拔尖创新人才”“甘肃省德艺双馨文艺家”等称号。先后赴法国法兰西学院、法国文人学会及复旦大学、上海交通大学、国家图书馆、中央民族大学、中国科学院等高校、研究机构进行大手印文化演讲，以传统佛教智慧观照当代生活，回答当代人的精神困惑和灵魂焦虑等问题，引起强烈反响和广泛关注。

雪漠文化网：www.xuemo.cn

Email: xuemo1963@163.com

QQ: 417825705

当代
妙用
Dangdai
Miaoyong
雪漠 著

光明大手印

(上卷)



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

图书在版编目 (CIP) 数据

当代妙用 (上卷) / 雪漠著. —北京: 中央编译出版社,
2013. 9

(光明大手印)

ISBN 978 - 7 - 5117 - 1760 - 3

I. ①当… II. ①雪… III. ①生命哲学—研究

IV. B083

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 194258 号

当代妙用 (上卷)

出 版 人: 刘明清

出版统筹: 谭 洁

责任编辑: 董 巍

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) 52612363 (编辑室)
(010) 66161011 (团购部) (010) 52612332 (网络营销部)
(010) 66130345 (发行部) (010) 66509618 (读者服务部)

h t t p: www. cctpbook. com

经 销: 全国新华书店

印 刷:

开 本: 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

字 数: 666 千字

印 张: 41

版 次: 2013 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定 价: 78.00 元 (全二卷)

文化与时代

（代序）

雪 漠

1.

大家可能不知道，刚开始的时候，我根本没想过自己会写“光明大手印”系列，因为，我不觉得自己应该去教别人一些东西。但是，有些人知道我修行的情况，经常发短信来问我一些问题，我就从心里流出一些偈子，以短信的形式回复他们。有一天，我看手机时发现，这些偈子已经构成了一个完整的修行体系——它们不仅回答了大量实修问题，还涵括了大手印文化的哲学体系。当时我就想，应该把它们保留下来，否则，它们就只是一些记忆。

其实，讲座也罢，交流也罢，什么也罢，都是这样。人们很快会忘记你说过的什么，你也不会记得自己说过的每一句话，短信也是这样。当然，短信的寿命肯定比语言要长很多，可是，一旦手机坏掉，或短信被删除，这些交流就会像梦一样消失，留不下任何痕迹。连人都是这样。我弟弟二十七岁就去世了，他死的时候只留下了几页日记，但是，有了这些日记，我就知道他有过怎样的感动、怎样的痛苦、怎样的思考。这就是他存在过的证据。

我短信中的这些偈子，也是我存在过的证据，它们记录了我十多年来的修行经历，比如，我看到了什么，品味到了什么，明白了什么，经历过什么，等等。如果我不把它留下来，它就发挥不了太大的作用，跟这个世界也没有多大的关系。

为什么释迦牟尼涅槃了两千五百多年后，人们还知道他的故事、他的思想，还知道世界上有过一个叫“悉达多”的人，他发现了宇宙间一种非常伟大的真





理，他用生命演绎过一种非常伟大的精神、一种令人无限向往的求索呢？就是因为，他当年的开示被保存了下来。

所有信息都必须通过某种载体，才能传递出去，所有记忆也必须通过某种载体，才能被相对永恒地留存下来。没有这个载体，好多事情就没有真正的意义，跟自己躲在被窝里做了个梦一样，留不下什么东西。因此，我用了二十年时间写出《大漠祭》、《猎原》、《白虎关》，记录了某个时代西部农民的某种活法，以及跟他们相关的很多故事。我就是想让世界记住，西部的土地上曾经有过这样的一段文明，曾经有过这样的一群人，他们为我们演绎过这样的一段故事。这是我的小说与“光明大手印”系列相似的地方。

后来，我把短信里的偈子抄了下来，分成明心性品、悟心性品、观心性品、修心性品、印心性品、契心性品这六品，形成了《光明大手印：实修顿入》中的偈颂。它们记录了我三度阅藏的心得，以及我多年修行的经验、感受与窍诀。整理好之后，我又觉得，普通人阅藏一次就要三年，很多人都未必能见到我发现的那个精神世界，包括我的老婆和孩子。那么，我为啥不给他们讲一下这些偈子的内容，让他们也知道一点东西呢？而且，我的儿子陈亦新当时正好面临着生命中的某次困扰，我也想借着这个机会点拨他一下，让他明白一些真理，算是为他的人生做一种有益的引导。所以，我就给他、他妈鲁新云和陈建新讲解了这些偈颂，还录了音，因为当时没有摄像设备，就没有录像。

这首长偈子的内容，我足足讲了一个星期，讲得非常细。每次讲完，他们都疲惫不堪，一躺下就马上睡着了。为什么呢？因为他们从来没有在那么短的时间里，接收过这么多信息。这股庞大的信息流中，蕴含着一股巨大的能量，在这股能量的冲击下，他们比做运动还累。全部讲完之后，我就安排陈亦新、陈思、陈建新、王静等人将录音资料整理修订成文字。修订后的内容，我看过觉得还不错，就再补充一些东西，然后一点点放在博客里。谁知道，一放上去，就有好多人都说喜欢，还建议我专门出书。于是，一个又一个的缘起，就促成了“光明大手印”系列的面世。后来，人们对它的喜欢，以及对我的评价，也是我始料未及的。





2.

除了保存一些必要的资料、传播一些有益的信息之外，“光明大手印”系列的诞生，还有另外一重含义——它记录了我走过的路，也许能给没有走过这条路、也想踏上这条路的人，带来一些启迪。因为，我用自己的生命经历，验证了一个人只要想战胜自己，就能战胜自己；只要一个人有坚定的发心，有坚强的信念，辅以一些前人验证过的方法，每天做好自己该做的事情，就能升华自己，实现生命真正的价值。

我相信，每个人的活着，都是在实践一种活法，在走一条路。那么，这种活法能不能带给你快乐，能不能让你活得非常自在？这条路会通往哪里，遇到坎坷时，你该怎么走下去，要不要走下去，你会见到怎样的风景？在这一点上，或许每一个人都不同，但相同的是，每个人走过的路，都会为别人提供一种新鲜的经验，成为他人心灵的营养。因此，我才尽可能多地做着一些你们看得到、或看不到的事情。这就是“光明大手印”系列诞生的所有原因。我首先拯救的，是我自己，而不是像有些人认为的那样，在“拯救世界”。我的所有文章和方法，对治的，都是我自己的心。

我并不觉得自己有多么了不起，我老觉得自己只是一个明白人，却总有人对我推崇备至。对于他们的褒赏，我很感激，但也觉得非常汗颜。有一次，我索性写了一首打油诗来“表白”自己，当然也有开玩笑的成分。那首诗是这样的：“雪漠是个驴，低头走夜路。偶尔抬起头，看见天边月。求慧也无慧，求智也无智。只是心有光，从此不戚戚。”就是说，我本是一头愚蠢的驴子，低着头，走着我的夜路，但是我偶尔抬起头，看见天边的一轮明月，见到了光明，从此，心中便没有了悲伤、忧虑、烦恼、执著。

你们今天看到的雪漠，是个明白人，他能回答你们的很多问题，也能说出很多或许能被称之为“道理”的东西，但在很多年之前，他不过是一个寻觅的孩子。你们走过的灵魂探索之路、灵魂历练之路，他也曾经走过；你们的所有迷茫与焦虑，他也统统品尝过——在那首叫做《千年的寻觅》的诗中，你会看到他曾经怎样地痛苦过——他跟你们一样，曾经有过各种执著与欲望，但是最后，他把这些东西都放下了。所以，他的书里记载了你们的眼泪，也记载了你们的渴





望，但他更多的，是在向你们展示这条路上的风景，在用自己生命的实践告诉你们，这条路很值得你们去走，很值得你们去坚持。但你是否坚持，如何坚持，坚持什么，仍然是你们自己的选择。

我不想当救世主，不想拯救谁，也不认为谁该被我拯救，更不认为自己能拯救这个世界。我想拯救的，仅仅是我自己；我想战胜的，也仅仅是我自己。所有救世主、拯救别人之类的说法，都不是我的本意。别人用自己的话语体系对我做出某种认可，我感谢他们，但我并不认为自己就是那样的。我书中的所有标准和观点，都是针对我自己的；我的所有货色，也都是管束我自己的。谁有谁的生命轨迹，谁有谁的追求，我不愿在别人的操控下过日子，不愿做外部世界的傀儡，也不愿干涉别人，不愿控制别人的选择。

我曾在一篇文章中谈到，很小的时候，我就见到了死亡，是佛教的利众精神照亮了我恐惧和寻觅的心灵，让我找到了人生的意义。当时，我就对自己说过，要跟死神赛跑，要在生命存在时，多做一些该做的事情，要过得无悔，要留下一段岁月毁不了的价值。所以，我的对手从来都不是外部世界。现在，我的心里已经没有了死神，也不跟谁赛跑了，但我仍然非常珍惜时间，每天都闲着心，做我该做的事情，做完就坦然入睡，非常快乐。

我的明白照亮了我自己，所以，我想把自己见到的那个精神世界，告诉一些正在寻找它的人。这是一种分享，就像朋友之间分享一道美食、一本好书一样。如果大家在我的分享当中，能得到清凉，能变得比昨天更快乐、更自在一些，那当然最好。

3.

前些日子，我参加了中国作家协会第八届全国代表大会，胡锦涛主席在会上的发言让我非常吃惊。因为，他在提到文化建设的时候，竟然说出了好多我也想说的话，包括文学的与时俱进、文化的创造力、文学与文化之间的关系，以及这个时代很多独特的东西，等等。

他说，文化的生命力，在于继承前人的创造力，并在此基础上，不断进行新的创造。所谓“先进文化”，就是传统文化的与时俱进和经世致用，没有传统文





化，就没有先进文化。他还说，要古为今用，推陈出新，立足中华文化的丰沃土壤，从源远流长的传统文化、激昂奋进的革命文化、争奇斗妍的民族民间文化中汲取养分，努力为中华文化书写新的篇章，要积极借鉴和吸收世界各国文化优秀，坚持海纳百川、融会贯通，开创中国文艺的新风貌、新气象。

过去，我很少在国家领导人那里，听到过这样的一番话。以前，领导们一谈文化，就必然讲一些意识形态的东西，那也没什么不好，但它是另外一种声音，不一定能真正地触动我的心。但胡锦涛主席的这番话，却让我很有同感。

为什么呢？因为，西方文化正像蝗虫一样，侵蚀着老祖宗给我们留下的，很多宝贵的精神食粮。各种传统文化、地域文化也像垂暮的老人，已经失去了生命的活力，不再适应这个时代的需要，只好淡出我们的视野。这是这个时代的一种必然，却将成为这个时代的一种悲哀。因为，这些文化有着积淀千年的智慧，承载了和平、善美等全人类都在追求的东西，能滋养现代人焦躁、空虚的心灵，能让不同时代的人得到清凉，感到幸福——不然，它们就不可能传承千年——却因为不能和现代人很好地沟通与交流，即将变成这个时代的绝响。

时代已经变了，跟以前大不相同了，价值取向发生了巨大的变化，又有太多信息可供选择，太多观点对我们造成干扰，我们已失去了分辨的能力，甚至失去了与心灵沟通的能力。好多人不知道自己为什么活得非常疲惫，也不知道自己到底需要什么。最可悲的是，当含蓄的优秀文化和喧嚣的混混文化同时出现在我们的面前时，我们往往会被后者吸引，不知道前者到底在传达什么信息。

当然，我们并不是真的不懂，而是没时间去懂。现代社会的节奏太快了，我们为了生活疲于奔命，已经无暇再去深究，无暇再去琢磨些什么了，飞快的生活推着我们小跑前进，忙碌的心灵，已不允许我们品味路边的风景了。这也是时代的悲哀。

因此，我才极力倡导要拒绝传统文化的糟粕，以一种符合现代社会特征的方式，诠释和继承传统文化的精华，在此基础上，创造出一种能作用于现代社会、解决当下心灵需要的全新文化。只有这样，我们才不会失去民族文化的个性，成为西方文化的奴隶——更重要的是，只有这样，一些非常美好、博大、有益的传统文化才不会完全消亡，我们也不会失去一种宝贵的心灵营养。





4.

好多人可能不知道，西方强势文化已经向中华大地蔓延过来了。他们有着非常强势的营销、传销手段，有着非常成熟的传教理念、传播学、宗教心理学等等。所以，现在连一些非常偏僻的小村子里，都有很多基督教的信仰者。很多人不知道什么是佛，不知道儒释道文化的核心精神是什么，谈到博大精深、昭示宇宙本质真理的佛教文化时，也显得非常心虚，却动不动就把“上帝保佑”挂在嘴边。为什么？因为，他们不知道儒释道文化对自己有什么意义，甚至不知道这些文化到底在表达什么。显然，我们中国本土没有任何一种文化，能像西方文化那么强势。

当然，基督教很好，伊斯兰教也很好，所有有益人类的文化都很好，我也从西方文化中汲取了许多有益营养，但这并不意味着我们的传统文化就该被它们取代。面对世界文化的时候，我们应该有一种博大包容、取其精华的态度，但也不能漠视传统文化的消亡。作为世界的一分子，我们必须有一种自觉和使命感，真正为我们的文明、为我们的文化做一些该做的事情。

我们的文化虽然很好，其中的大胸怀、大智慧丝毫不输于西方文化，甚至有着更为究竟的地方，但是，我们的文化形式、传播手段却不具备强势的推广性。我们非常含蓄。因为含蓄，我们的文化精神无法得到很好的挖掘、传播与弘扬，传统文化中的精华也不断遭到了丢弃。

所以一定要明白，这个时代已经没有时间品味含蓄的微笑了，为什么我们不能像西方人那样，用一种现代人听得懂的方式，大声地说出传统文化的精髓呢？为什么我们不能将传统文化中的有益营养、壮美力量，坦率地展露在世人面前，让它们滋养现代人的心灵呢？我认为，每一个感受到这份美的人，都不应该把它藏在心底，要用一种老百姓也能看懂的方式，将其流露出来，文字也罢，语言也罢，音乐也罢，绘画也罢，都可以——这是我们的责任。

当我作为中国作家代表的一员到西方国家交流的时候，发现他们看待中国人，就像我们看待非洲人一样。这意味着，假如一个民族的文化没有得到认可，即使它的经济实力和国力都在不断增长，它也很难获得世界真正的认可。为什么呢？因为，文化中蕴含的精神是民族之魂，如果我们不能坚守传统文化中非常壮





美的精神，我们的民族之魂就会日趋软弱。就算有着庞大的身躯，弱小的灵魂也无法自信地站在世界舞台上，更无法自在地唱出自己最美的歌。那么，我们的民族就无法获得相应的尊重与认可。因此，我们必须承认，我们的文化是弱势的。但弱势的并不是文化的所有内涵，而更多的是我们的表达方式，和我们与传统文化沟通的方式。所以，我们应该弘扬一种能代表国家、代表中华民族的文化，并且向世界展示我们真正值得自豪的中华文明。

5.

你想想看，十年之后、几十年之后，中国传统文化在世界文化格局上，还能占有多少份额？不知道，说不清。我出国时发现，虽然我们的国人在世界各地建立了孔子学院，但里面只有一些当地的老人在学书法、学汉字，它们就像国内的一些培训班，跟孔子的思想和儒家文化没有多少关系。孔子所弘扬的理念中最精髓的东西，几乎无人问津。这样的机构对中国文化在世界上的传播，到底能起到多大的作用？

我们都应该明白，中国文化中真正迷人的，不只是汉字，不只是书法，而是一种文化精神。只有对这种文化精神的弘扬，才能让我们的文化傲立于世界舞台，向世界输送它非常独特且博大的心灵营养，为整个人类带来某种益处，也让自己的民族得到应有的认可。

在法国的法兰西学院，我跟他们的院士对话时发现，国外有很多学者并不是不认可中国文化，而是他们根本就不知道中国文化的精髓是什么。在我向他们介绍了中国的大手印文化及其重要意义、巨大贡献之后，他们都对这种文化非常认可。一些学者还因此成了我的朋友，甚至请我到他们家里去做客。后来，法国的一些汉学家翻译了我的小说，将它作为法国人学汉语的教材，以是因缘，英国很有影响力的《卫报》也请人翻译了我的小说，在他们的报纸上发表。为什么他们对我的作品这样推崇呢？因为我在法兰西学院的那次演讲中，说出了东方哲学里，他们非常陌生的一些东西（那次对话的内容，《光明大手印：实修心髓》有详细记录，此处我不再赘述）。这说明，我们的文化不是没有好东西，而是真正的好东西没有得到正确的传播，因此没有影响力。一种文化如果没有影响力，就





会因为无法传承下去而走向衰亡，一定要明白这一点。

所以，文化也罢，学者也罢，专家也罢，有高境界，有好东西，就要展示出来，用它来影响世界。仅仅陶醉在自己的境界里，对世界没有任何贡献，不能影响人类文明进程时，多高的境界、怎样的身份都没有意义，只是一种自娱自乐，与乡下那些腐儒无异。

在中国文化中，有许多可以影响人类心灵、进而影响人类生活方式的东西，但真正影响了人类的有多少？除了孔子、老子那一代人，近代人、现代人、当代人，为我们这个世界，为我们这个时代，贡献过哪些堪称“伟大”的东西？中国文化在我们的学者、专家眼中，可能很强大，但是在世界舞台上，它究竟能发出多大的声音？我们的孤芳自赏，真的能影响人类的文明、影响人类的文化、滋养人类的心灵吗？这是我们每一个人都需要不断反思与追索的问题。

更应该思考的是，我们能不能借鉴西方文化的传播手段，把中华文化传播开来？我们能不能汲取他们的营养，学会他们的方法，让中华民族的文明之火燃烧得越来越旺——我对大手印文化的弘扬与传播，就是这样的一种尝试，或许还有更好的方式，这有待我们每一个人不断在实践中探索。

不过，在传播与弘扬的同时，我们必须明白，文化的传承，需要与时俱进，盲目地继承只能加速文化的消亡。古印度的那烂陀寺虽然保留了佛教的火种，但是在外道的屠刀挥向印度之后，印度的佛教仍然消亡了。为什么呢？因为埋藏在故纸堆里的文化，是一种“死”的文化，它已经失去了所有的生机与活力，不再适应不同时代、不同人群的需要。这是非常可怕的。那么，什么样的文化才是“活”的文化？能影响人类生活，能影响人类心灵，活在“当下”的文化，才是“活”的文化。

这就是我创作“光明大手印”书系的原因之一。我希望借着这个机会，让自己发出一种大一点的声音，让更大范围的世界听见这种声音，知道这个世界上还有一种大手印文化，它是一种直指人心、活在当下的文化，它能解决现代人心灵的问题，能给现代社会带来一种灵魂的清凉，能为这个世界增添一点和平、博爱的气息。





6.

许多人都不知道什么是大手印文化，有人甚至以为，大手印是某种神秘的武功，但事实不是这样。大手印文化作用的对象，主要是人类的心灵，不过，它的方法论确实能改变人的基因——这是大手印文化区别于许多文化的一个地方。但是，它最独特的地方，却不在此，而在于它那种巨大的生命力。

因为传统传承中的各种原因，大手印文化一直显得非常神秘，很多人都无法接触到这样的一种文化，可是，这并不意味着它是一种弱势文化。相反，它就像生长在深山老林里的野稻一样，虽然没有形成铺天盖地之势，却有一种非常独特的基因——只要跟别的“稻种”杂交一下，它就能出现新的“品种”，这个新东西，还会拥有一种影响世界的力量。

比如，我有很多学生，在接触大手印文化之前，都有过这样那样的心灵困境，以至于他们的人生也陷入了各种困境，有的人甚至觉得自己走进了死胡同，没有走出来的可能，于是患上了严重的抑郁症。但是，在接触了大手印文化之后，他们都发生了不同程度的变化，生活得越来越快乐，有的人还改变了命运。他们用自己的经历，证实了大手印文化的理念：改变自己，就能改变世界。

我举个简单的例子。一个人非常自卑的时候，会觉得所有人都看不起他、不喜欢他，就连人家在他面前说句悄悄话，他也会认为别人是在嘲笑他。人家真的只是在嘲笑他吗？不一定。但是在他的心中，这却是真实的存在。因为他相信自己的幻想，因此感到了真实的痛苦。这就是佛教所说的“认假成真”和“执幻为实”。假如他看破了所有假象，知道好多东西只是幻想的产物，或是善变的情绪，他就不会在乎别人对自己的看法，更不存在什么自卑与不自卑的问题。他会变得非常坚定，根本不会在乎别人是不是在嘲笑他，他的世界里，也就不存在一群或许在嘲笑着他的人，他便不需要依靠别人的认可来支撑自己的信心，也不会因为别人的不认可而否定自己，更不怕别人的不认可会让自己失去一些什么东西。他会非常坚定地走好自己的路，做好自己该做的事情，在非常坦然、积极的行为当中，实践自己对人生的构想，他的生命轨迹也必然因此发生改变。所以，心一变，世界就变了。这也是我常说的自由。

当你不在乎别人对你的看法时，别人就无法控制你，也无法影响你；当你明





白一切事物的本质都像别人的看法一样，是善变的，不值得去在乎的时候，一切都无法控制你，也无法左右你，那么你就是自由的。这就是大手印文化所追求的自由。这种自由像太阳，自己就能发光，不用像月亮那样，反射别人的光。就是说，这是一种无条件的自由，是心灵的绝对自由，是一种不需要外界的保障，因此不会被外物所撼动的自由。

再者，改变自己，除了能改变自己心中的世界，也确实能影响外部世界。因为，流行的价值体系也罢，主流文化也罢，世界也罢，都是由一个又一个人组成的，没有每个人自身的改变，又怎么会有世界的改变呢？所以，我们必须改变自己的心灵，让自己变得更慈悲一点，更宽容一点，更博大一点，在这个前提下，才谈得上影响世界，甚至改变世界。这就是大手印文化提倡的生命态度。

也有人问，好多学说都主张人要善良，要宽容，要有爱，但它们并没有改变人的心灵，那么，为啥大手印文化就能做到这一点呢？因为，大手印文化不但有这样的一种世界观、人生观、价值观，还有各种各样的方法论。无论你靠什么吃饭，无论你有没有钱，无论你有没有时间，无论你看不懂得深奥的理论，大手印文化都能告诉你，怎样才能唤醒你内心的力量，让你变成一个自由、快乐的人。它不是一座好看却不能用的空中楼阁。

7.

中央财经大学的一位教授认为，弘扬大手印文化非常重要，因为他亲眼目睹了好多悲剧：许多优秀的年轻人，本该有好的生活，好的未来，却被欲望吞没了，他们没有了底线，丢掉了健康，惶惶不可终日，整个生活都被摧毁了。他深刻地感到，我们的社会需要大手印文化，需要有益文化对人类心灵的滋养，但我们现在缺的，恰恰就是这个东西。所以他希望，大手印文化这样的有益思想，能被更加广泛地传播出去，让更多人知道它，让老百姓也能理解并接受它。

他说得很对。传统文化也罢，传统文化的传承者也罢，都需要与时俱进。时代变了，社会需求也变了，如果传统文化不能展示出自己的生机与活力，跟当下的社会需要发生关系，或者说，承载者们不以一种现代人喜闻乐见的方式传播的话，不管我们的文化中有多少好东西，有多少值得汲取的营养，都会被现代人拒





之门外。

我举个例子，你会买一双不合脚的鞋吗？不会，不管多好看你都不会买，因为你穿不上。文化和思想也是这样，如果它不能满足老百姓的心灵需要，老百姓就不会接受它，因为他们会认为这种文化跟自己没有关系。

所以，我们必须为传统文化注入新鲜的活力，为中华文明注入新鲜的活力。一定要明白，没有活力，就没有影响力；没有影响力，就不具备话语权；不具备话语权的时候，无论你的东西多么有价值，你的思想多么有益于现代社会，都不会被现代人认可和接受，也无法给现代社会带来真正的营养，更无法影响世界。因为，人们会觉得这个东西跟自己没有关系。就是说，你要展示出它与现代生活之间的联系，要让人们非常直观地感受到，这种文化能让自己活得更快乐、更清凉、更自在，它能化解自己的好多烦恼，它不是一件古旧的艺术品，不是仅供观赏的、学者们的玩物。

要做到这一点，你就要让它与其他文化进行杂交、嫁接、沟通、交流，甚至重新整合，这样，它才会诞生出符合当下需要的新东西，现代人——包括那些对佛学理论没有兴趣的人——才会理解和接纳它。所以说，不要责怪别人不接受你的东西，要走出自己的局限，创造出一种更符合百姓需要的东西。

“光明大手印”书系就是大手印文化与现代生活相互交融、对话的产物，你可以称之为对大手印文化的当代诠释，或者将它视为大手印文化与其他文化“杂交”的案例。就是说，它是一种尝试和探索，其对象为：如何将传统文化古为今用？如何向现代人展示传统文化的精髓？如何方便现代人从传统文化中汲取当下的养分？因此，陈全林先生对“光明大手印”书系的评价很高，他称之为“文字般若”的完美体现，“极高明而道中庸”。就是说，此书系用极其通俗的语言阐释了最精深的佛教智慧，使老百姓能在会心一笑中汲取营养，灵活应对生活中出现的所有问题，活得自在、愉快。当然，这种尝试与探索还需要进一步完善。

希望我的抛砖引玉，能给各位专家学者提供一种新的思路或启发，也希望和大家一起，为中华文化增添一点跟流行文化不太一样的基因，构建一座不同于以往的、能与时俱进、能经世致用的文化大厦。

2011年11月25日于中央民族大学



目 录

文化与时代（代序）	1
-----------------	---

第一编 对学者说

第一辑 它与文化	2
1. 千年秘宝大手印	3
2. 智慧中感性的一面	5
3. 双修不是唯一的方法	6
4. 什么是真正的法器	8
5. “以心印心”的智慧传递	11
6. 文化的生命与力度	13
7. 文化必须超越现实	15
8. 没有行为就没有价值	19
9. 在红尘里历练	21
10. 放下俗乐	23
11. 当下飞翔	25
12. 心灵自由是智慧	27
13. 大手印不但是世界观，还是方法论	29
14. 灵魂战场上的自性之王	32
15. 大手印的意义在于“生起妙用”	35
16. 与自己的灵魂对话	38





17. 即身成佛必须双修吗	41
18. 仓央嘉措写的是情诗还是道歌	44
19. 侵蚀和对话有什么区别	47
20. 前六个包子有用吗	49
21. 修行真能改变生命和命运吗	50
新闻报道：活在当下的文化	53
第二辑 它与写作	60
1. 经典中的密意	61
2. 大手印面临的困境	63
3. 大手印的根道果	65
4. 我有我的标准	69
5. 写我自己想写的	72
6. 作品里的大乘精神	74
7. 写作背后的力量	79
8. 自然流露的写作	80
9. 文字背后的“又大又空灵”	84
10. 文学只是我自性的一个副产品	87
11. 用作家语言诠释佛教深奥道理	91
12. 佛教身份影响仓央嘉措创作了吗	92
13. 把作品带回西北那片土地	94
第三辑 它与超心理学	97
1. 修行的五个层次	98
2. 寻找的过程本身就是修行	99
3. 出世间的心灵游戏	101
4. 修行和潜意识	104
5. 何谓“脱俗”	106
6. 生命的自我修复	109

