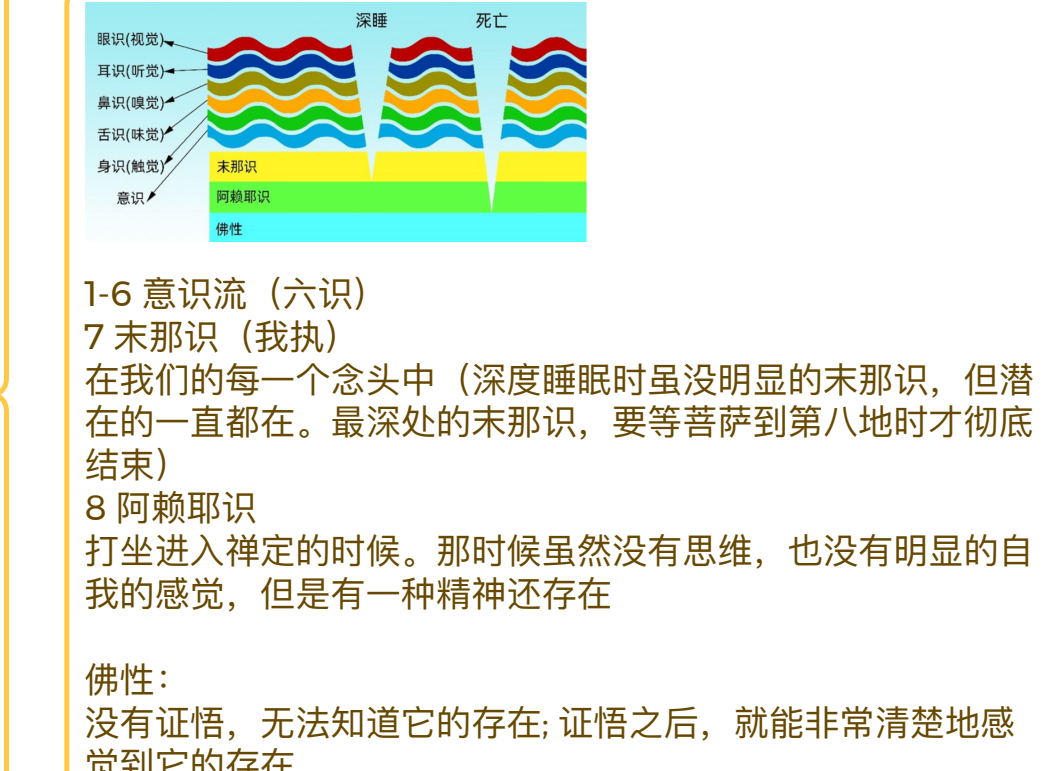


生与死

正确面对生死

死亡的定义：周性的生命运动，生命会一直存在。最担心的应该是下一世生命会以什么形式出现...

生命的周期：一、最长的周期——轮回；二、中等的周期——死亡；三、最短的周期——念头...



保持核心的临终诀语 (颂毒五力往生)：(一) 意志力；(二) 能力；(三) 吸引力；(四) 意志力；(五) 吸引力...

《中阴解脱道》中也提到：最好的解脱有很多，但最好的解脱是修心的解脱...

1. 临终中阴/深度睡眠

定义：如果生了致命的大病，则从发病开始，逐渐走向死亡，直到死后法性中阴出现之前的过程...

外在助缘次第出现。医学上认定死亡后，就会出现一个空间 (真空)...

行为也很重要：如能念起，就以皈七造而生；做不到，就名而修...

第三、明增修临终诀语：灌顶后再学习

出殡五前、四大、初修这三种临终次第后，确定自己死亡，应修以下诀：三不修；二修；一修...

一、 临死之前

第一、五根随次第：眼随顺、鼻随顺、舌随顺、身随顺、意随顺...

二、昏迷阶段 (眼耳鼻舌身意仍然存在)

第一中阴法性光明，第一光明：对普通人来说是昏迷状态；对修行人来说是昏迷状态...

2. 法性中阴/做梦

定义：大约断外气之后20分钟左右，从昏迷状态出来后，一切即恢复正常，平静的阶段...

因家人不理会产生瞋心后开始看到诸光：出现地水火风四种颜色的声音...

第一日出现地水火风四种颜色，法界体智明晃晃光，以及天道遍响诸光...

第二日出现空明净观空与色遍净，大面镜智明晃光，以及以利解脱、如是祈愿...

第三日出现空明净观空与受遍净，平等性智明晃晃光，以及以利解脱、如是祈愿...

第四日出现无量光遍净与性遍净，妙观察智明晃晃光，以及以利解脱、如是祈愿...

第五日出现空明净观空与行遍净，成所作智明晃晃光，以及以利解脱、如是祈愿...

一、 认识到自己处中阴

本尊出现后：在修法时：认识他们并且可以知道都是自己心的本性...

3. 有中阴 (轮回) 中阴/从梦中醒来

定义：大约断外气之后20分钟左右，从昏迷状态出来后，一切即恢复正常，平静的阶段...

中阴身固有神通，要防止所有烦恼的产生 (如对超度者请修)...

有中阴身体的六个确定特征：1. 能够穿墙；2. 说话无人听见...

《如何面对死亡》：中阴解脱道世父母会时：1. 证悟者可以安住在空性光明中获得解脱...

投生的两种选择：一、到西方极乐世界等净土；二、到轮回世界...

一、 认识到自己处中阴

本尊出现后：在修法时：认识他们并且可以知道都是自己心的本性...

密宗面对死亡的观点

- 密宗面对死亡最好的办法有两种：1. 被五法；2. 密宗的特殊诀。最好能找上师，不行的话找道友...

如果没有人照顾自己，只能靠自己的能力往生。就要先内心忏悔，并放下对世界的贪恋与执着...

初往生为男人，对母亲生孝心；投女人，会对父亲生孝心...

《中阴解脱道》：《如何面对死亡》：中阴解脱道世父母会时：1. 证悟者可以安住在空性光明中获得解脱...

中阴的训练

在人多嘈杂 (火车站、迪士尼)，声音巨大 (音乐会) 的地方，气候变化时，没有去过的地方，观想自己已入中阴

尸修与亡人物品的处理：尸修：在三天内，最好不要火化。如果有条件，尽量在三天当中轮班不间断地念诵佛号...

助念方法：有明证二入头朝上方，也即北方，不断提拉发穴处的头发，轻轻拍打顶部...

《中阴解脱》：最有用、加大力度的中阴超度文。最好在临终前念诵，并自己念诵。到了中阴身时，如果能背诵此超度文...