



SAMYE

## Guru Rinpoche Day

### 萨嘎达瓦 (Saga Dawa)

亲爱的朋友，

和往常一样，我希望藉此讯息问候各位平安、健康与快乐。今天的莲师日非常特别，因为它正好落在萨嘎达瓦这个月。在西藏传统裡，萨嘎达瓦是指佛陀出生、证悟与入涅的月份。为了传递特别的讯息，我想引用藏传著名经典，一部用来为刚往生者持诵的石刻经典 - 《解脱经》(Tar Do) 中的经文给各位。佛陀在经典裡亲示忏悔的方法，因此本经典也非常适合用于忏悔持诵。不过，我的重点不在此。

经文于末卷提到，诸佛自十方神妙涌现，异口同音，宣说道：

「诸恶行或罪业 (dikpa) 于内、于外、于中，皆无实存。」

「心若能定，善力自然定。」

「因为心是完全的自由，罪业得以自解脱。」

「般若智 (sherap) 既为空性，诸罪自性亦为空性。」

「(对三宝与善德) 的信心与信靠若坚实，积聚之福德亦坚实。」

「忏悔若能做到全心全意感到懊悔，除了能淨化一切罪行，还能亲见诸佛。」

以上是经文裡我想提及的六个要点。其中，我想特别强调几个要义：

首先，正如经文所述，保持安定、沉稳与专注的心非常重要。为了培养这点，所以我们要修炼寂止或奢摩他禅修。

其次，为了看见空性这个真实的自性，我们还须要对空性做禅修或练习胜观禅修（vipashana），例如大手印。第三点，为了开展稳固的信心，很重要的就是要学习与理解佛陀、佛法和僧伽的功德。

《解脱经》裡还教导，每当我们有任何善行时，非常重要一定要唸诵这三偈：「南无佛陀，南无达摩，南无僧伽。」请时时提醒自己记得这样做，尤其是在佛陀的殊胜月。

最后，我想请大家记住，这个月是极具加持的月份，我们大家都应该在此期间花更多的时间进行佛法修持，并始终导入菩提心作为發心。

好那麽，在这个特别的日子，我想对大家说：「南无佛陀，南无达摩，南无僧伽。」并传递我的爱给包括你们每一个人的所有众生。藉由以上这些话，祝福大家都能开心，持续练习禅修和照顾好自己。

愿一切吉祥，



帕秋仁波切