



保任于胜三昧

亲爱的朋友，

希望大家平安愉快。本月的莲师日，我们将举行第四次全球线上十万荟供共修，这次我们将修持《上师金刚威猛力》（Guru Dorjé Draktsal）。

借此殊胜日子，我很高兴能与你们分享我的新书《追随菩萨足迹：佛法对禅定本质之教授》（*In the Footsteps of Bodhisattvas: Buddhist Teachings on the Essence of Meditation*，暂译）其中部分的内容。本书将为大家说明如何在生活中如实圆满正缘，使禅定本质能尤然生起。

在本书中，我们将学习到“思”与“修”的修持之道。同时我们也能学习到如何将佛陀在《月灯三昧经》中开示的话语，组织成一条清晰的训练途径。佛经本身长达四十章，从中我撷取我自己最喜欢的片段汇编于本书中。如果我们能花一些时间反思这些文字，并好好应用每一章节所说的方法，毫无疑问我们将获得积极有效的成果。毕竟，我们是在学习与修持佛陀的遗教。

我希望读者能以书中所述的见地与禅定方法作为修行途径，或者作为目前正在修持方法一个强而有力且来自真实禅定传承的支持。我希望本书能给大家真正的指引，使大家能直接、立即地受益。就我个人而言，《月灯三昧经》对我影响非常深，以下就撷取《追随菩萨足迹》的两段文字供大家参考，一段是关于佛陀宣说此经的圣地，另一段是关于保任胜三昧。

灵鹫山-弘法圣地



佛陀曾经与众多菩萨一起住在北印度的灵鹫山上，这里是无数觉者所加持过的圣地。据说佛陀在那巨石与开阔天际所构成的空间中宣说过许多大乘经典，其中包括著名的《心经》与《月灯三昧经》。

一日，当佛陀安歇于究竟实相中，一名长相极俊秀的菩萨“月光童子”来到佛陀面前，恭敬屈膝着地，请求觉者以传授正确禅定修持之道来转动法轮。他想了解最完美的行为、最完美的禅定和最完美的智慧。

佛陀满心欢喜地注视着菩萨，说自己因已证得一切，所以能教导月光童子。佛陀告诉月光童子，有一禅定，名为三昧，能得完全证悟，全面理解，并使无数功德自然开展，是大平等三昧也。随后令在场所有人感到雀跃的是佛陀开始宣说《月灯三昧经》，完美地为我们揭示如何从无明迈向证悟的方法。

保任于胜三昧

大力大勇猛，
被于坚胜铠。
执大金刚杵，
摧灭于空法。—第33章

能保任于此自性的人就像无价之宝。我的上师祖古乌金仁波切曾告诉我，如果你能安住于真实三昧中，即使是一秒钟，所产生的利益也多过于向诸佛菩萨做无量的供养。

持此离垢胜三昧，
无量诸佛功德齐，
智慧广大如巨海。—第37章

《月灯三昧经》中说，持甚深三昧菩萨的首见功德为—无可比拟，如太阳或众星所拱之月。其次，持此三昧之人乃不可撼动，任何挑战、辩论都无法驳倒他，因为他具有无上的慧力。第三功德是此人智慧无量，能够以善巧回答任何问题。第四个功德，也是我最喜欢的一个，是他自信、庄严、坚定不移。

三昧不仅是定心。三昧是智慧的源泉，能赋予佛、法、智与知三世（过去，现在和未来）此四个宝藏。

法宝是眼力、闻力及他心通力，能通达过去生与来生，熟稔诸神通力。

法宝是无论于何处都听闻佛陀所有法教的能力。拥有这种能力的人感知力非常敏锐，听觉超凡，以至于能够听到来自十方的法教声，因此永不离佛陀法教。

智宝就是指大智慧。通达一切，并且从不“忘失”。拥有这种宝藏的人能够教化他人，并且精确了知所有法教含义。

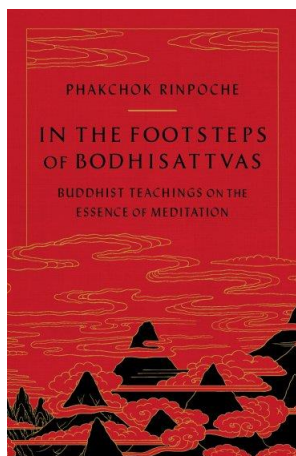
知三世宝藏也就是：了解过去、现在与未来有情众生的心与行为。

当一个人拥有这四种宝藏时，能利益他人的事业就变得不可限量。如果你努力持守自己的戒律，坚持不懈于修行，聆听佛经的教导，你也能获得这些胜宝藏，尽力地在身、语、意当中实践经典所说的意义，你也能够生起佛慢。坚持奉行即使只是一句经典上的话，其利益也胜过任何行为。这些都是佛陀在经典当中所说的。因此要怀抱着感恩的心，不断地修持与回向，并且努力不懈地趋近佛经所要传达的意图。如此一来，你将获得自信。

愿诸吉祥，



帕秋仁波切



欲抢先预览本书，包括确吉尼玛仁波切所着之前言，请参考[此处](#)。

本书《In the Footsteps of Bodhisattvas》（追随菩萨足迹，暂译）将于明日10月27日出版，您可透过[亚马逊网站](#)与[香巴拉出版社](#)订购。若您于Book Depository网站订购此书将无须支付国际运费。

欲了解更多关于十万荟供共修信息，请参考[此处](#)。