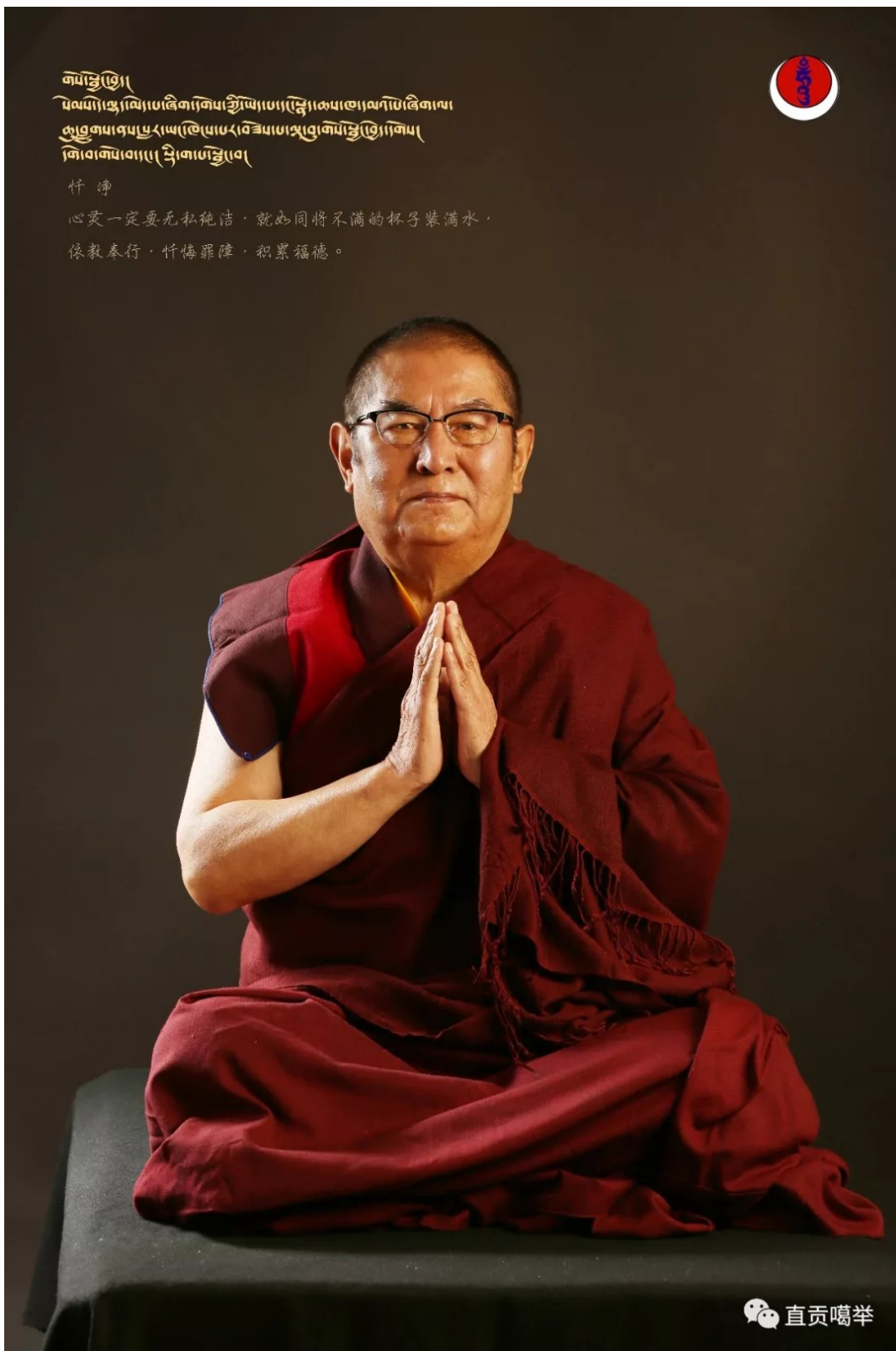


གསོ་སྦྱང་བྱེད། 直贡法王确吉囊瓦谈“忏净”的功德

Original 直贡噶举 [直贡噶举](#) 2018-08-12



གསོ་སྦྱང་བྱེད།
མེམས་དེ་མྱོད་མེད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་སྦྱོང་ཆས་ཁ་དམའ་པོ་ཞིག་ལ་ཚུ་རྒྱགས་ནས་སྦྱང་ཡང་ཁོངས་པར་བཞོས་པ་ལྟ་བུ་གསོ་སྦྱང་བྱེད་དགོས། དག་བ་གསོ་བ་དང་། ལྷོག་པ་སྦྱོང་བ།

忏净

心灵一定要无私纯洁，就如同将不满的杯子装满水，依教奉行，忏悔罪障，积累福德。

ང་རང་ཚོ་སོ་སོས་ཤུག་ལུ་བའི་སྒོ་བ་མ་ཡིན་ཟེར་གྱི་ཡོད། དང་ཕན་གྱི་བོད་རིགས་ཡིན་ནའང་འདྲ། རྒྱ་རིགས་ཡིན་ནའང་འདྲ་ཚང་མ་ཁོང་གི་རྗེས་འཇུག་པ་ཡིན།
དེ་ལག་ལེན་བྱེད་སྐབས་སངས་རྒྱས་ནང་བཞིན་བྱེད་ག་ལ་ལུབ།

我们自称为是释迦牟尼佛的弟子，无论藏族还是汉族弟子都是佛陀的追随者。但是到实践的层面，做到和佛陀一样是非常困难的。

We call ourselves disciples of Buddha Shakyamuni. Regardless of whether we are Tibetan disciples or Chinese disciples, we are all followers of Buddha Shakyamuni. However, at the practical level, it is extremely difficult to think and act exactly as how Lord Buddha did.

ཡིན་ནའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་རྣམས་ལ་སློབ་སྦྱོར་བྱས་ན་ཉེ་ཅང་གི་ཕན་ཚོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། དེ་བཞིན་དགོ་བ་བརྟུ་དང་མི་དགོ་བ་བརྟུ་ཉམས་ལེན་དང་།

然而，学习佛陀的授记是非常有帮助的。无论如何，佛陀讲授了十善十恶：行十恶必有对应的痛苦恶果；行十善也有对应的幸福善果。

However, it is extremely beneficial to study the Buddha's teachings. The Buddha has taught us the 10 virtuous and non-virtuous actions: non-virtuous actions will result in sufferings and negative consequences while virtuous actions will bring happiness and positive results.

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་སེམས་ལ་བཞག་ན་ཕན་ཡོན་ཆེ་ལ། ང་ཚོ་གྲུ་པ་དང་ཨ་ནི་ཡིན་ནའང་རེད། མི་སྐྱེ་ཡིན་ནའང་རེད། ཚང་མས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་དེ་ལག་ལེན་གང་ལུབ་བྱེད་དགོས།

一定要感念佛陀教言，这是很有益的。我们僧尼也好，俗人也罢，都在实践佛陀的教导。

The Buddha's teachings are extremely beneficial. We need to feel grateful for the teachings. Regardless whether we are monastics or lay disciples, we are all practicing the Buddha's teachings.

སངས་རྒྱས་ནི་ལྷ་ན་མེད་པ་ཞིག་རེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལུགས་རྒྱ་དེ་ལྟར་ཆེན་པོ་དང་། སྐྱེ་བ་གངས་མེད་བཞེས་ནས། མིར་སྐྱེ་བ་བཞེས་ལ། དུད་འགོར་ཡང་སྐྱེ་བ་བཞེས་ཡོད། གང་ལྟར་སྐྱེ་བཞེས་ཐེངས་རེ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་ལྷན་ཆེས་དང་ཚོགས་དང་བསོད་ནམས་མང་པོ་བསགས་གནང་བར་བརྟན་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གྱུར། ལྷན་ཚུབ་སེམས་ཟེར་བ་དེ་དངོས་གནས་ལས་སླ་པོ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད་སྐྱེ་གྱི་འདུག།

但是，我们还做不到像佛陀一样，佛陀是无上的。佛陀发了这么大心，这是最重要的，经历无数转世，世世轮回，投生人身也好，动物也好，每次降生都是与众不同的，因而我想发菩提心肯定不是那么容易的。

However, we cannot act exactly as how Lord Buddha did because he is the supreme one. The Buddha has made a very big aspiration. Through countless births and deaths, sometimes he took up a body of a human being, sometimes he took up a body of an animal. Regardless of which realm he took birth in, he was the exceptional one. For this reason, I think that it is not easy to generate Bodhicitta.

མི་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཞོན་ན། དེས་པར་དུ་བྱང་གཞག་དང་། རྫོ་བརྟན་འགྲུ་མེད་བྱེད་དགོས་པ་དང་། དུངས་གཙང་གི་སེམས་བཟང་ཞིག་ཡོད་དགོས།

对于一个人来说，必须要做到正直、刚正不阿，需要纯洁善良的心灵。心呢，主要说的就是菩提心。

As a human being, we shall be honest and righteous. We shall have a pure mind, that is a mind of Bodhicitta.

སེམས་ཞེས་པ་སྟེ། གཙོ་བོ་བྱང་ཚུབ་སེམས་ལ་གོ་དགོས། མིའི་ཀུན་སྦྱོར་ནང་ཆེ་ཆུང་མི་འདྲ་བའི་ནོར་འཇུག་ཡོང་གི། དེ་རིང་ཉེས་པ་བསགས་ན། དེ་རིང་མྱིག་བཤགས་བྱེད་དགོས།

人的行为不免会出现错误，大小不一，今天犯错了，当天就要忏悔。

As a human being, it is inevitable that we will make mistakes. Sometimes we make big mistakes sometimes we make small mistakes. We have to confess immediately after we make a mistake. It has to be done on the same day.

གཙོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསགས་པའི་ཕྱིག་པ་དེར་ངོས་འཛིན་ཡང་དག་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་སྐབས། ཁོང་གི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱིག་པ་ཆེ་ཆུང་གང་བསགས་ཀྱང་ལམ་སངས་རྒྱས་མཛུན་དུ་མཐོལ་བཤགས་འབྲུལ་གྱི་ཡོད། གནད་དོན་ལ་དམིགས་ནས་དའི་ཉེས་པར་སློབ་སྦྱོར་གནང་གི་རེད།

要正视自己的罪孽，诚实地说出来。没有什么敢不敢的，比如佛陀在世时，有很多阿罗汉，无论犯了什么罪过，立刻会忏悔反省。佛陀便会教导，这个该做这个不该做，这样会有恶果，这样会有善果。不论是何罪过，比如出去和人打架了，还是心里有了不应该有的想法，如此种种，都必须向佛陀如实诉说，佛陀便教导，宣以戒律，指明不能这样做，不能那样做。

We need to face our non-virtuous thoughts and actions and honestly speak about it. Don't wonder whether you can or cannot speak about it. For example, in Buddha's time, there were many disciples like this. Whatever mistakes they made, they would confess immediately. Then, the Buddha would point out what they should do, what should not do, which actions would bring sufferings and which actions would bring happiness. Whether you have physically fought with others or had negative thoughts in your mind, you have to confess to the Buddha. The Buddha then can teach you the rules, you should not do this, you cannot do that.

རབ་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་གསོ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ལྟར་བ་ཞིག་ཡིད།
དགེ་བ་གསོ་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་ལ་བྱ། དགེ་སྦོང་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལ་ཉམས་པ་རྣམས་གསོ་ཞིང་སྦྱོང་བ་དེར་གོ་བ་དང་། ཉེས་ལྷོང་བཤགས་པ་དང་། དགེ་བ་གསོ་ཞིང་རྒྱས་པ་ལོ། །

出家众有一个忏净仪式，所谓的做忏净，就是在受比丘戒后，积累的罪孽，从今天起将它消除。就如同将一杯不满的杯子装满水，需要做忏净。比如这水就如同自己的福德与一直实践佛陀的教言，一点一滴就满了。若是出去后犯错，胡作非为，水位就越来越低。所以需要重新去忏悔，承诺以后不再这样做了，就能重新灌满了。这就是忏净，忏悔罪障，积累福德。

The monastics have a sojong ritual for mending vows and purifying breaches. It is meant to purify wrongdoings that a monastic has accumulated after receiving the pratimokha vows. It is like in order to fill up a cup with water, you need to perform the sojong ritual. If someone has good merits and is practicing what the Buddha has taught, her or his cup will be gradually filled up with water. If this person engages in non-virtuous actions, there will be less and less water in the cup. Therefore, this person needs to mend vows, purify the breaches, and vow no longer to engage in such negative actions. Then, the cup will gradually be filled up again. This is the sojong. You confess your wrongdoings and accumulate merits.

