



藏傳佛教薩迦派概述： 歷史、大師和法教

薩迦·赤千法王（第 41 任薩迦·赤津）■ 著

“薩迦傳承”翻譯小組 漢譯

Translated by “The Sakya Tradition” Translation Team



“薩迦傳承”出版

“The Sakya Tradition” Publications

2021 © All Rights Reserved



本作品的提供受到《知識共用許可協議》（署名——非商業性使用——禁止演繹）4.0 項下的著作權保護。本作品允許為合理使用的目的而複製或印刷，但需保留完整作者署名。

不得為商業利益或個人金錢報酬之目的而使用本作品。

詳情參閱《知識共用許可協議》。

“薩迦傳承”出版

www.sakyatradition.org

電郵：info@sakyatradition.org

微信公眾號：[sakyatradition](#)

微博：[sakyatradition](#)

IG: [the_sakya_tradition](#)

Facebook: [TheSakya](#)

Youtube: [薩迦傳承 The Sakya Tradition](#)

結緣書籍（非賣品），嚴禁用作商業用途

鳴 謝

尊聖的薩迦·赤千法王（第 41 任薩迦法王），於 2018 年 4 月 27 日在美國紐約市的 Tibet House US 賜予此開示。“薩迦傳承”於 2021 年準備、編輯和出版此文字稿的英文版，同時“薩迦傳承”翻譯小組亦把此文翻譯成中文。“薩迦傳承”是非盈利組織，致力於保存和廣泛傳播榮耀薩迦派的珍貴法教。由於直接或間接參與此開示整理或編輯的人的付出，本開示的英文版和中文版得以面世，這使許多人得以與此至為珍貴的開示結上緣份，並能獲得暫時與終極的利益。

以此功德，願尊聖的第 41 任薩迦法王健康長壽、長久住世、法輪常轉。

藏傳佛教薩迦派概述： 歷史、大師和法教

薩迦・赤千法王（第 41 任薩迦・赤津） 著

“薩迦傳承”翻譯小組漢譯

目 錄

精神踐行的重要性	1
藏傳佛教	4
藏傳佛教薩迦傳承及其殊勝功德	8
四位大譯師	12
薩迦五祖	15
九位薩迦大學者和大師	17
道果	22
問題與解答	24

精神踐行的重要性

我們現今生活的世界非常廣闊，它有眾多不同的文化、宗教、理念、傳統等等；然而，我們所有人都有一個共同點：每個人都渴望得到安樂，想要消除痛苦。每個人、每個組織及每個國家都正在努力尋找幸福。在過去的世紀中，科學和技術皆已取得很大的進步。我們過去遇到的許多問題現在都被解決了，比如：許多過去的不治之症，現在可被輕易治癒；許多曾無法企及的地方，現在數小時內就能到達，等等。但同時，無論我們已取得了多少物質上的進步，我們還是無法找到真正的幸福。

雖然精神進步和踐行非常重要，但通過精神踐行而取得的進步，是不會很快發生的，它需要時間，而且不是直接可見的；而在科學和科技上所獲取的進步快速且顯而易見。所以，曾幾何時，世界很多地方的人們一度認為，精神踐行已經過時了，而科技的發展必然是值得追求的。因此，許多人對精神進步失去了興趣——事實上，在一些地區，精神踐行被蓄意阻止。但隨著時間的推移，很顯然，無論我們在物質上取得多少進步，我們都無法獲得真正的幸福。無論我們去到哪里，無論我們和誰交往，無論我們擁有什麼，無論我們多麼富可敵國，無論我們

多麼赫赫有名，也無論我們多麼權重望崇，我們都無法找到真正的幸福。

我們能在哪里找到真正的幸福呢？這得通過精神上的幫助。即使在那些曾蓄意鼓勵他們的人民勿追求任何精神踐行的地區，現在他們的人民當中也有很多人對精神踐行仍然感興趣。昭然可見，沒有精神上的助援，我們無法找到真正的幸福。

精神傳統有很多，同時，我相信每一個精神傳統都各有其妙（各有千秋），也有自己的方式來幫助人類，所以我尊重每一個精神傳統。每一個精神傳統都是必要的，因為我們是不同的，我們有不同的品味、理念、心性、傾向等等。所以，一種精神傳統是不夠的，就像不存在一種包治百病的藥一樣。為了治癒不同的疾病，人們不僅需要不同的藥物，還需要不同的醫療操作和治療方法。同理，多種多樣的精神踐行是非常重要的。對於一些人，印度教更為合適；而對於一些人，基督教比較合適；對於一些人，伊斯蘭教較合適；但對於一些人，佛教更合適。所以，我們必須尊重每個精神傳統，並允許個人通過他們自己的智慧和直覺去抉擇。然後，不論踐行哪種精神道路，都必須按照其教法而勤奮踐行。這是世界上當前被觀察到的最重要的問題。

根據佛教，我們需要踐行佛法的理由是：每個有情眾生的心之真實本性，皆是純淨的，它從未被障礙所污染，這就是我們所說的“佛性”。但是，此刻我們無法認知它。我們看不到

心的真實本性，相反，我們的心完全被障礙所遮蔽，比如煩惱的障礙（另譯：煩惱障）和現相的障礙（另譯：所知障）。只要我們的心被這些障礙所遮蔽，我們就在輪回中，即“有”之迴圈。只要身處輪回，我們就不會免於受苦，這就是為何我們無法找到真正的和平與幸福——無論我們做出多少努力，或取得了多少物質進步，或去何處，或與誰交往——我們都找不到真正的和平與幸福。所以，我們需要踐行佛法。儘管每個有情眾生都有佛性，每個活著的眾生都有機會成為圓覺的佛陀；但是，因為人類的心智非常銳利，而且人類比諸如動物的其他任何有情眾生都更聰穎：所以，人類有最好的機會成佛。故此，精神踐行是非常重要的。

藏傳佛教

如你所知，佛教始於印度，並隨即傳播到許多國家。由於藏地法王們的仁慈、印度大師的巨大加持，以及藏地譯師的艱辛承當，佛教被完全地帶入了藏地，藏地有了小乘、大乘和密乘傳承的教法以及相關的科學科目。在藏地，我們有完整的佛教傳承和全部的踐行傳承，不僅有典籍研學，也有實修。所以，雖然佛教的發源地是印度，但藏地已經變得幾乎和印度一樣，即使到了今時今日，我們仍設法保持了佛教傳承的活力。

佛教在兩個不同的時期從印度傳入藏地。第一個時期發生在八世紀期間，法教由咕嚕^[1]蓮花生大士、偉大的寂護大師和偉大的藏王赤松德贊傳入。在那期間，佛教被完整地建立了。當偉大的寂護大師入藏時，他努力修建並創立寺廟和僧團。藏地有許多有力量的本土神靈，它們製造了巨大的干擾。白天，桑耶寺被建造，而在夜晚卻被本土神靈拆毀。施工被冰雹、閃電……各種各樣的問題干擾。寂護大師建議法王赤松德贊邀請咕嚕蓮花生大士，他有降伏本地神靈的善巧。在信件被送往印度的同時，蓮花生大士已預見到了，並通過他的智慧在途中會見了信使。他最終入藏，平息了惡神，並令善神放棄邪道而轉向佛教。

通過發誓保護佛法，這些神靈成為佛法的護法神。從那時候起，寺廟成功修建起來了，僧團傳統也被建立了。

寂護大師在入藏的時候說，既然藏人從未領受具足戒，他不確定他們是否能持守所有的比丘誓言和戒律。於是，一個七人的組合接受了守持戒律的試驗。三個年長的、三個年輕的、一個中年的有志者，都獲授了比丘具足戒。在三個較年輕人中，就有一位是昆氏家族成員。

昆氏最初被認為是色界天人的直系後代，他們降臨到青藏高原，其中一位成員定居了下來，而其他的則返回天界。這位定居藏地的天人隨後確立了血脈傳承。那個時候還沒有佛教，只有苯教^[2]，所以他們是苯波教徒；後來，蓮花生大士入藏的時候，建立了佛教，同時昆氏血脈傳承的成員成了佛教徒，他們其中一人就是昆·龍王持壽，即昆·魯易旺波桑瓦。

佛教穩固建立後，佛陀的教言和論釋全部都被譯成藏文。昆·龍王持壽是譯師之一，他和弟弟多傑·仁欽（金剛·珍寶）都從蓮花生大士處獲授了大量的重要灌頂和法教。多傑·仁欽是在家人。他們進而踐行並獲得了高深的證悟。那時候，他們的主要本尊是普巴金剛和揚達·嘿茹嘎。通過這兩位本尊，他們獲得了很高的證悟。昆氏傳承將這些踐行持續了很多代。

這持續了約十三代，有兩兄弟，名為昆·西繞慈誠（昆氏·智慧持戒）和昆·貢秋嘉波（昆氏·稀寶王）。一次，弟弟昆·貢秋嘉波參加了一個有舞蹈和遊戲的盛大聚會，當他從聚會回家後，

他的哥哥昆·西繞慈誠問起有關聚會之事。昆·貢秋嘉波回答說，聚會上眾人開心地跳舞和參與體育活動，但最令人印象深刻的表演是金剛舞。昆·西繞慈誠評論道：“向大眾表演金剛舞是不如法的，因為金剛舞是很神聖的，而且應該只能在寂靜處、只為少數人表演。”他進一步解釋說，既然自己年歲已高，因此不能學習，但弟弟昆·貢秋嘉波仍然年輕，而且還可以學習。他指示昆·貢秋嘉波說：“我們所有的無論什麼古老教法，你都應該將它們隱藏起來。現在是建立一個獨立教派的時候了。”

那個時候，最著名的喇嘛是卓彌·釋迦益西（牧人·釋迦智慧）。他就從卓彌·釋迦益西處求法。卓彌是一位極為嚴格的老師，他不會同時向超過一人給予教授。最初，昆·貢秋嘉波遇到一些困難，卓彌加持昆·貢秋嘉波的頭，說：“摸你頭髮的時候，我感到你的血統有將來傳播教法的殊勝功德。”所以，他就賜予了昆·貢秋嘉波教授。後來，昆·貢秋嘉波建立了薩迦派，並在1073年，就是九百多年前，建立了薩迦派首個寺廟，即薩迦寺。

藏傳佛教有四個主要教派：舊譯派是寧瑪，而三個新譯派是薩迦、噶舉和格魯。

注釋：

[1] “guru”（梵）音譯為“咕嚕”，藏文為“喇嘛”，意為“老師”，尤其是金剛乘的精神老師。在佛學術語中，一般譯為“上師”。

[2] 苯教傳承，是藏地的本土宗教傳承。



昆貢秋嘉波

藏傳佛教薩迦傳承及其殊勝功德

“薩迦”是什麼？薩迦字面意思是灰色的土地。薩迦派創始所在的城鎮和薩迦派本身都叫“薩迦”，該地區有一座形如大象的山，此山名為邦波利山（大象之意）。山有一塊環形的灰色土地，故此名為“薩迦”。這個地區具有三個殊勝功德。

在薩迦派建立的很久以前，咕嚕蓮花生大士來到薩迦並說：“將來這裏會修建一座大寺廟。它會向十方傳播佛法，利益無量有情眾生。”接著，他在四方修建了佛塔，一個方向一個佛塔，並加持了土地。這樣，藏地薩迦寺的地基就被咕嚕蓮花生大士加持了。這是第一個殊勝功德。

巴登·阿底峽（吉祥·阿底峽）來到現在名為薩迦的地方（當時只是一塊空地）——數十年後，昆·貢秋嘉波就是在這塊地上建立了薩迦寺。當阿底峽在該空地上禮拜時，他的侍者詢問他為何向一塊空地頂禮且獻供。阿底峽回答說：“你沒有看見這塊灰地上有七個‘滴’字 (ཇུ་)、一個‘舍’字 (ཤུ་) 和一個‘吽’字 (ཁུ་) 嗎？那表示將會有智慧佛文殊師利的七位化身、大悲佛觀世音的一位化身，以及力量佛金剛手的一位化身。將來，會有這三位菩薩的眾多化身，他們將極大地利益所有有情眾生。

這就是我在做禮拜的原因。”這是第二個殊勝功德。

薩迦派的創始人昆·貢秋嘉波有個兒子名叫薩千·貢嘎寧波（法力高深·眾喜精華）。自幼，他就作為一名喇嘛開始訓練，並獲授了很多教法。他的導師建議說：“你是大喇嘛之子，你需要學習。為了學習，就需要智慧；而要獲得智慧，就要踐行文殊法門。”薩千·貢嘎寧波獲授了文殊師利灌頂和相關教法，並閉關踐行此本尊。一天，薩千在淨相中看到許多彩虹和花朵，它們的中間是文殊師利坐在法座上，雙腳觸地，並有兩位菩薩在其左右兩邊。在淨相中，他看到三尊文殊師利在自己前方虛空中，中間的文殊師利將這四行教令傳授給他：

若執著此生，則非修行人。

若執著輪回，則無出離心。

若具有我執，則無菩提心（證悟之心）。

當執著生起，正見已喪失。

這四句涵蓋了整個大乘教法。他獲得了證悟，並將這幾句教給他的兒子們。它被書寫下來，並作為修心的前行教法，相續不斷傳承至今。這個教法被認為是非常真實和純淨的修心法——不僅是薩迦派這樣認為，所有其他教派亦然。

隨後，他從咕嚕香通·秋巴（香氏秋季·法燃起）處，獲授了“藍追”（即：道果）教法。“藍”是道路的意思，“追”是

結果的意思，“藍迫”是基、道、果悉皆合和之意，它們並非分開的。如果它們是分開的，那就意味著它們並非能被成就的恰當教法。它們必須是和合的，它們一定是相聯結的。他花了多年時間從咕嚕那裏完整地獲授了道果法。圓滿後，咕嚕給他這個忠告：“十八年之內，你不可將此教法給予任何人，甚至連教法的名字都不要提起。十八年後，你可以教授他人，或通過文字記錄下來。你可以對它做任何事，因你是此教法的擁有者。”在此之前，道果法僅是口傳教言，沒有文字。因此，薩千在踐行中度過了十八年。但是，有一次，他生病了且不得不服用極烈性的藥。這個烈性藥導致他忘失了許多道果教法。他覺得非常悲傷和絕望，因為他的咕嚕已不在世，也沒有其他法嗣可以一起討論這個問題。前往印度是困難的。此外，此教法被保密著，以致即使前往印度，也不容易尋找到。

薩千猛厲地向咕嚕祈禱，然後教法被復原了——他開始回憶起了教法。他一再地祈禱，他的咕嚕現身了，仿佛是親身傳授他這些教法。以此方式，他成功回憶出此教法的大部分。他繼續祈禱，直到有一天，大成就者畢瓦巴現身了。大成就者畢瓦巴曾是那爛陀寺的住持，後來成為一名大成就者。他是道果法的最初咕嚕。道果法傳承有五位印度咕嚕，大成就者畢瓦巴是道果法的第一位傳承咕嚕。道果法的最初五位傳承咕嚕是五位印度咕嚕，之後的是幾位藏地譯師。畢瓦巴在薩迦現身。他朝著灰地傾身，整個山谷都被他的身體覆蓋。畢瓦巴宣佈：“這片土地屬於我！”這是第三個殊勝功德。

簡言之，薩迦的第一個殊勝功德是蓮花生大士的加持，第二個殊勝功德是阿底峽賜予的授記，第三個殊勝功德是大成就者畢瓦巴親自現身加持該地，並說此地屬於他。如此，薩迦有三個殊勝功德。



大成就者畢瓦巴

四位大譯師

“薩迦巴”是指四位大譯師傳承的持有者。佛教從印度來到藏地，因此教法必須通過譯師而傳。來自譯師的教法被認為是非常純淨和真實的。有四位大譯師。

第一位譯師是巴日·羅匝瓦（巴日·譯師）。“羅匝瓦”是譯師的意思，“巴日”是他的族姓。他的本名叫仁千·紮巴（珍寶·名聞）。他從藏地經由尼泊爾到了印度，並在那裏停留多年，在印度大師的指導下學習。他獲授了許多教法，並把它們集結成一本書，名為《儀軌匯集》。他將許多教法帶回藏地。喇嘛薩迦巴·貢嘎寧波的導師之一就是巴利·羅匝瓦。

第二位譯師是卓彌·羅匝瓦（牧人·譯師）。如前所述，昆·貢秋嘉波，即薩迦派的創始人、薩千·貢嘎寧波的父親，向卓彌譯師求法，但卓彌不會一次教授超過一人。卓彌·羅匝瓦的本名是釋迦·益西，他是獲授道果法的第一位藏地喇嘛。他賜予了昆·貢秋嘉波許多教法，特別是喜金剛續，但不是道果教法。卓彌譯師不向同一人授予兩種不同類的教法。道果教法是竅訣指引，他將竅訣指引傳授給最好的弟子們。薩千·貢嘎寧波從卓彌譯師

的弟子香通·秋巴處獲授了道果教法。以此方式，道果法是薩迦巴的主要教法。道果法是道和果，它具備一切：經乘道，即前行部分；密乘道，即正行部分。它是始自皈依直至成佛的完整教法，它教導人如何成佛。這是第二位羅匝瓦。

第三位譯師是枚·羅匝瓦（枚·譯師），不是馬爾巴譯師。枚譯師的名字是羅卓·紜巴（智慧·名聞）。他給予了喇嘛薩迦巴薩千·貢嘎寧波無量的教法，諸如瑪哈嘎拉和勝樂金剛的本尊儀軌。

第四位譯師是羅匝瓦·仁欽桑波（譯師·珍寶賢）——新譯時期最重要的譯師。喇嘛薩迦巴從他那裏獲授了很多很多教法。

這樣，薩迦教法主要來自於這四位譯師。



薩迦五祖

薩迦五祖

薩迦寺最早是由昆·貢秋嘉波於 1073 年建立。如前所述，他的兒子薩千·貢嘎寧波是眾所周知的薩迦初祖，薩千直接從文殊師利那裏獲授了《遠離四執》的教言，並在一個月內，從大成就者畢瓦巴那裏，獲授了道果法以及許多其他教法。喇嘛薩迦巴有四個兒子，長子貢嘎巴（眾喜）前往印度學習，並在那裏去世。次子索南·澤摩（功德·最高）大師，稱為“薩迦二祖”，是一位大學者，其威名甚至遠揚恒河。索南·澤摩寫了很多關於經乘、密咒乘和儀軌的著作。第三子名叫傑尊·紮巴堅贊（至尊·名聞勝幢），即薩迦三祖，他是一位特別優秀的大師，尤其在道果法方面。對於道果教法，他是最重要的，這是因為：作為竅訣的道果法，有許多隱藏的文字，也因此需要許多詳細的解釋，而傑尊·紮巴堅贊擅長解釋這些教法，同時也是所有這些秘密教法的真正擁有者。

第四子是帕欽沃波（祥瑞之光）。帕欽沃波的兒子是薩迦四祖——薩迦·班智達（薩迦·學者）。薩迦·班智達大名鼎鼎，是獲得全部班智達頭銜的第一位藏人。他還寫了許多論著和釋論，尤其在佛法邏輯學（另譯：因明學）方面。有很多從梵文翻譯

成藏文的印度書籍，但是，在其他藏地大師編寫的所有著作中，只有薩迦·班智達的著作，尤其是因明學的著作，被返譯回梵文。這是因為薩迦·班智達的著作相當完整且可靠。

薩迦·班智達的弟弟桑噶·索南堅贊（福德勝幢）有兩個兒子：薩迦五祖卓袞·究吉·八思巴（眾生怙主·法聖者學者）和卓袞·恰拿多吉（眾生怙主·金剛手）。

在蒙古帝國期間，薩迦·班智達和究吉·八思巴受蒙古皇帝之邀前往中原。那是金剛乘法教首次傳播到中原和蒙古地區。薩迦·班智達和侄子卓袞·究吉·八思巴二人，最終都成了蒙古皇帝的國師。究吉·八思巴還成了藏地統治者，因為皇帝將所有三個省都作為供養，獻給了究吉·八思巴。就這樣，他成了藏地的第一個喇嘛王。

此外，卓袞·究吉·八思巴還是蒙古文字的創造者。

這五位大師就是廣為人知的薩迦五祖：薩千·貢嘎寧波、索南·澤摩、傑尊·紮巴堅贊、薩迦·班智達和究吉·八思巴。

九位薩迦大學者和大師

薩迦派有許多許多大學者，其中有九位特別偉大。有三位大學者非常精通經乘道的闡釋。

第一位大學者是雅頓·桑傑貝（佛吉祥），他被認為是未來佛彌勒怙主的化身。他寫了一些關於彌勒教法的釋論。

第二位大學者是榮敦·協洽昆日（“榮”地的導師知識全知）。他是另一位傑出的學者，還寫了很多著作。據說，無論他什麼時候給予教法，都會香氣瀰漫、花雨繽紛從天而降、彩虹顯現。

第三位大學者是仁達瓦·旬努洛追（地名·青年慧）。他精通中觀哲學，即中道學派。他寫了許多關於中觀的著作。仁達瓦·旬努洛追也是格魯派的創始者宗喀巴大師的主要老師。宗喀巴大師在仁達瓦座下學習多年。

有三位尤為精通密咒乘的大師。

薩迦派有三個支派：俄巴、察巴、宗巴。第一位大師是俄千·貢嘎桑波（薩迦俄支派大堪布·眾喜善），薩迦支派俄巴的

創始者。俄千是一位真正的大師。佛陀在許多佛經中清楚地提及他的名字，授記在某個時候，一位名叫貢嘎桑波的比丘將傳播佛法，並將極好地守持戒條。

第二個密咒乘大師是察千·洛瑟嘉措（察派大法主·明慧大海），察巴支派的創始人。察千也是一位大師，他自小就有極好的特長和專長。他傳授了無量教法，還寫了許多論釋，尤其是關於薩迦派和所有其他教派的最不共教法。他是這些教法的擁有者。

第三位大師是宗巴支派的創始人多吉登巴·貢噶南傑（金剛者·眾喜尊勝）。他也是一位非常偉大的學者。

另有三位對經乘和密咒乘二者都精通的大師。

第一位大師名叫果然巴·索南森格（學位名·福德獅）。他是一位非常偉大的學者，也寫了很多著作。今天，我們學院裏的大多數哲學研究都用他的文本。在對經乘和密咒乘教法給予詳細闡釋方面，他是出色的。

另一位大師是釋迦喬典（釋迦具勝）。他是一位非常偉大的大師，也寫了很多著作。他有極銳利的心智，能以詳盡的方式給予最真實、最深廣的教授。

第三位是達桑·羅匝瓦（地名·譯師）。他不僅是一位大學者，還是一位大譯師，他將許多重要法本譯成藏語，並寫了許多重要的釋論。

經由許多偉大的大師和學者，無有間斷的薩迦法教傳承被流傳至今。其他教派誠實而坦率的大師們都稱讚薩迦巴。比如，第五世嘉瓦仁波切曾寫道：“藏地擁有眾多如日月般的偉大學者，但能將經、續及所有相關學問完整闡釋的，是那些諸如薩迦·班智達一樣生在昆氏家族的人。很多大學者能闡釋部分教法，一些則能闡釋經乘、密咒乘或相關學問，但沒人能將所有這些一併闡釋完美和完整，除了像薩迦·班智達一樣的那些誕生在昆氏家族之人。”

這是關於薩迦傳承的極簡要解釋。但我覺得今日存在的所有傳承都沒有差別：首先在它們關於菩提心的動機上，其次在它們經咒結合的主要踐行上，最後在它們的成就，即終極證悟，皆是沒有分別的，都是一樣的，傳承是唯一的差別——只不過它們最初的咕嚕來自印度，教法如何被傳給不同的譯師，接著教法如何被翻譯，教法如何傳承下來等等，這些是唯一的區別。由於這些差異，一些教派將更多的重視放在禪修和踐行上，一些教派更倚重學習研究，還有一些教派則兩者都注重，諸如此類。除此之外，沒有差別，所有的都一樣，比如，所有的本尊都是一樣的。所有的佛在智慧、悲心和力量方面都是一樣的，但因我們自己不同的業緣，學修某些本尊會更快一些成就，而學修某些本尊欲得成就則可能耗時較長。因為，如果你沒有業緣和踐行，那麼就可能需要耗長時才能成就；但是，如果你跟一位特定的本尊及踐行有緣，那你就可以快速成就。

故此，諸佛也示現不同形象：一些本尊是極寂靜的，一些

本尊卻是極忿怒的；一些本尊示現與佛母雙運；一些極簡單，比如，有一面二臂，一些本尊有多面多臂。但是，他們都是一樣的。因為我們有自己的個性、喜好和業緣，不同的形態是必要的。所以，就有很多本尊。同樣的，不同的教派也是必要的。薩迦派、寧瑪派、噶舉派、格魯派等等，對於某些人來說，這個教派較合適；對於另一些人來說，另一個教派更合適。

有人或許會問：如果它們都是一樣的，那為什麼需要這麼多呢？這是必要的，因為你趨近真相的方式不同，但最終的成就卻是一樣的。當你有不同的方式，差異就產生了。有時候，也會有辯論。它只是因為究竟實相是如此微妙又難以領悟，以致必須用不同的方式，佐以不同的例證和邏輯推理來解釋。但是，最終的結論和成就是完全相同的——皆為諸佛的事業。只是因為我們自己的喜好，有了不同的教派和傳承。

在近代大師土根·洛桑確吉尼瑪（戶名·意賢法太陽）所著的《哲學體系的水晶鏡》中，他解釋了薩迦派的見解。他在這本書裏清楚地指出，雖然藏地有許多不同的大小教派，大教派諸如寧瑪派、噶舉派、薩迦派和格魯派，有不同的術語及方式的使用，但他們的最終結論和成就都是完全一樣的。有時也會有辯論，因為究竟實相是如此難以領悟和理解，故它必須以不同方式被呈現，而其中的方式之一就是通過辯論。最終成就是相同的，因為每個教派不僅有理論方面的大師和大學者，還有證量高深的大師。如果有什麼錯了，那這些大師就不可能是高證

量的。既然每個教派都培養出了證量高深的大師，這就證明每個教派都是真正、真實且可靠的，而且他們的最終成就都是相同的。

但誠如我先前所說，我們因業而有的喜好使之不同。佛陀自己並沒有說過“你們應該成為佛教徒”或“佛教是最棒的”。佛陀是唯一這樣說的大師：“你們對我教法的接受，不應通過信念，而應通過緣由。”他說：“你們必須用自己的智力，就像你鑒定想要購買的黃金一樣的方式。要確認黃金是真的，你就燒煉、截斷和打磨原料去證明它是真的。同樣，你應該鑒定和分析我的教法，就如同買黃金一樣的方式。”^[3]我想，佛陀是唯一以這樣方式講話的導師，沒有其他教主或導師曾如此說過。佛陀不曾說，他會拯救你或保佑你。他說，你要自己堅定。

在佛教裏，你自己的智慧、你自己的心、你自己的理性很重要。你應該自己檢測和鑒定，隨即，一旦你確信它是真正、真實且可靠的教法，只有那時你才選擇它為自己的信仰，並依教奉行；但同時，你必須尊重所有其他教派和傳承，因為每個教派和傳承都在試著幫助人類。

注釋：

[3] 此處可參見宗喀巴大師《辯了不了義善說藏論》（依法尊法師譯）中引用：“佛說：比丘或智者，當善觀我語，如煉截磨金，信受非唯敬。”

道果

主要且最重要的薩迦教法是道果法。

道果法通過四種真實來傳授：

真正、真實且可靠的上師；

真正、真實且可靠的佛言或法語；

真正、真實且可靠的釋論和教言；

真正、真實且可靠的覺受體驗。

道果法通過這四者被傳授，儘管它如何而來、它如何被翻譯、你如何踐行……或許不同，但關於你如何從導師處獲授教法，然後如何在你的學習（聞）、審思（思）和禪修（修）方面花時間，此等主要口訣是一樣的。通過禪修，你獲得特別的體驗。當你獲得了特別的體驗，你就確信你的導師是真實的。因為，如果導師不是真實的，你就不可能有如此美妙的體驗。屆時你證實了你的導師是真實的。他或她賜予的教法也是真實的，因為釋論是大成就者畢瓦巴和古代大師們所賜予的，所以，你就

確信它是實的——那也是基於佛言，因此也是真實的。

所以，首先，通過親身獲得真實的體驗，你就能證實你的咕嚕、教法、佛言都是真實的。以此方式，就確立了四種真實。

不管你選擇何種宗教信仰，你都要自己抉擇，然後自己踐行。一旦開始踐行，你就不應該朝三暮四。你必須堅持下去，直到證悟，直到獲得體驗。隨著體驗的累積，那你就會獲得越來越多的願望和啟發來繼續踐行。

如此，我試圖介紹了薩迦派的簡要歷史及其教法，就此圓滿。如果你們有任何問題，我將樂於解答。

問題與解答

問：在有著眾多人口的紐約市，在一般情況下，我總是覺得，我在培養對自己的耐心、對別人的耐心方面需要一些幫助。就是和人們在一起情形下，當場我就會在那裏感到害怕、迷茫，有時會有來自人們的仇恨，有時我無法在語言和行為上有全然的悲心。我想知道您對此的忠告。

答：是的，當然了。在如紐約市這樣的大都市，培養耐心和悲心是不容易的。萬事開頭難，但是，只要嘗試一次，然後再做，一切都會變得更容易。一方面，我們覺得要對這麼多人如此做是困難的；但另一方面，如果沒有“人們”，那我們又怎麼踐行耐心和悲心呢？主要的事是，你要記住假設你沉溺於不耐、憤怒、妒忌等等所將面臨的後果，以及假如你踐行慈悲心、寬容等等會得到什麼利益。再再地憶念這些利益和後果，無疑將提高你的禪修。

問：蓮花生大士的佛母益西措嘉（智慧海王），是我在閱讀藏傳佛教中認識的第一個人。她非常堅定地以女性的身份踐行。那太棒了。那引發我要知道，也要對一切都提問題。我想知道薩迦歷史上的女性世界。比如，我已有幸從您的姐姐那裏獲授教法。如果可以的話，請您說一下薩迦傳承裏的女性角色。

答：實際上，佛陀已給予了平等的權利——男女、貴賤……都無差別。每一位都是人類眾生，每個人都有權踐行。比如，佛陀制定了比丘戒和比丘尼戒，即佛教僧尼的具足戒。同樣，菩薩乘和密咒乘也沒有區別。但是，由於環境，即文化和國家傳統二者，男性踐行者多過女性踐行者。但實際上，如我之前說過的，第一位接受完整道果教法的藏地大師是卓彌譯師。他有七位最重要的弟子，而其中四位是女性。她們原來都是非常普通的女性，不是比丘尼，也不是踐行者，但卓彌通過智慧，洞悉這些人有機會成熟她們的業力。這些是完全證悟的瑜伽母。在傳承裏，有很多瑜伽母。近期的一位是我自己的姑祖母，她的名字叫白瑪程列（蓮花事業）。她生於 1874 年，於 1947 年去世。她是一位非常偉大的導師，有過很多高階的淨相。我隱約記得她的葬禮，就像一場夢，但是我不記得生活中的她。每個人都尊她為偉大的導師。我們正在努力匯編一些最重要的女性修行者傳記，以便人們瞭解她們。

問：我想知道，對於發願要教授佛法的人，您是否有一些忠告？

答：佛陀本人描述了諸如戒師、經師、咒師等屬於導師的很多品質。就像我們有不同的教師，比如幼稚園教師、小學教師和大學教師。幼稚園老師和大學教師是不同的。同樣，佛法裏你有不同程度教學的老師。他們中的每一位都有不同的品質。但大致說，三種品質是絕對必要的：智慧，為了教授得完整，他必須知道要教什麼；他有良好的紀律和道德行為；他必須有悲心和能力去攝受弟子。

問：您說過，藏傳佛教四個教派的區別，是基於是否強調學習或踐行。那麼，薩迦派注重什麼呢？

答：薩迦派強調學習和禪修二者，因為首先你必須學習，沒有學習就無法禪修。學習的目的是禪修。所以，薩迦派強調兩方面。

問：根據您的經驗，是否有在人死後會繼續的“神識”？

答：首先，你有身體和神識。身體是你可以看見和測量的東西，你可以描述其形狀、尺寸、顏色等等。但是，心或神識不是你能用眼睛看到或用手摸到的東西。雖然這個身體終將會以這樣或那樣的方式被處理，但神識不能被火化或處理，它會繼續。我們死的時候，神識會在身體裏逗留一段時間。如果你是一位踐行者，通過大種^[4]的分解，每個人都會經驗到淨光的剎那顯現；但是缺乏踐行的人就不能認出淨光，反而陷入昏迷。踐行者對禪修有一些瞭解，並能在那時認知且保持在禪修中。所以，當神識離開身體的時候，身體腐壞了，而神識則前往世界或宇宙的任何地方——或經歷中陰，或投生於善道、惡道。

注釋：

[4] 大種是指構成色法之地、水、火、風四大要素。

問：如果我沒有聽錯的話，我聽到仁波切演講的時候說，道果法是由香通·秋巴傳授給薩千·貢嘎寧波。導師告訴弟子，十八年內不能分享此教法。我想知道那背後的原因。

答：因為它是如此珍貴的教法。教法之機須在適當的時間成熟。佛陀自己在成佛之後，也並沒有立刻傳法。他說：“我已得甘露妙法，但我不會向任何人透露，因為沒有人能領悟（另譯：吾已獲得甘露之妙法，縱於誰說他亦不了知，故當默然安住於林間）。 ” 後來，梵天主供養了黃金千輻法輪，然後佛陀才轉法輪。同樣，道果法如此珍貴，必須在機緣成熟的適當時候，被給予能領悟它的適當人選。

問：我的妻子照顧我所有療愈上的和心理上的問題……涵蓋我所有的需求，事無巨細、面面俱到。但是，我是那種喜歡有自己空間的人，我想要有自己的時間和空間去做自己的事情。她很棒，但我沒有她就幾乎無法到處走動，因為我是被密切照料的。我想知道您能給予我們的忠告。

答：你們兩位我都記得很清楚。我很高興在這裏再次見到你們。它全都取決於我們所說的“緣起互依”。一切都是相互依存的。我們生於依存，住於依存，也終於依存。我們擁有的每個生活經歷，都不得不通過“因”和“緣”的和合。

問：當您談到通過踐行形成自己對佛法的體驗和連結的重要性時，我想知道，當我對自己的佛法踐行有懷疑，是否會有一些解決方法？當疑心成為障礙，我可以怎麼行動呢？

答：是的，懷疑是一個大障礙。所以，當你首次遇到導師時，你不應該直接從他或她那兒接受教法——你必須審察他們。在過去，有特別的文本提及咕嚕審察潛在弟子的原則，以及弟子如何審察可能成為咕嚕的人。在小心審察後，接著你便可以開始獲得教授。一旦你建立了師徒的連結，一位合適的具格咕嚕就可以給予你教法。最初，你當然無法產生任何成果，因為從無始以來至今，我們都被束縛於輪回中，我們有那麼多的缺點，我們有那麼多的負面情緒……這是不容易的。但如果你嘗試，無疑地，你將會進步；隨著你進步，你的懷疑也將消失。

問：比如，我們經常會看到本尊一般被描繪在唐卡中一個非常特定的位置上，也有特定的姿勢。那當自身生起本尊時，我們是否應完全按該唐卡的姿態照做，能否做出一些變動，還是要固定在那個位置及姿勢上？

答：諸本尊的姿勢有不同的含義，但你不一定在身姿上完全像那樣固定擺弄自己。心才是最重要的。在心裏，你把自己觀想成這位特殊姿態的本尊。

問：在西方，在理解並運用佛法方面，以及在現實中與世界聯結方面，我們是否有不同類型的障礙？您是否看到了西方人有特別的、不同於亞洲人所遇到的障礙？

答：沒有，我不這麼認為。畢竟，我們都是一樣的，我們都是人類眾生。我們的需求和障礙都是一樣的。但是，一件事情可能有區別，因為佛教在東方建立得極好，特別在藏地和喜馬拉雅地區，雖然那裏的人們可能沒有很多知識，但他們對因果、業緣等等有很強的信念。至於西方，佛教是相當新鮮的事物，尚未普及，所以你們沒有這種基礎，但是你們有更多某種意義上的智慧，即：所有人都學習，有更多的知識，你們擁有更多的邏輯推理，而非信念。你們需要通過邏輯推理，來確信踐行。

問：您也會生氣嗎？如果會，您如何處理？

答：當然，我也是人，和其他的每一位都一樣。我沒聲稱我比別人優越。每當我生氣時，我都會努力憶念將要面臨的後果。沉溺於憤怒（另譯：嗔恨），我們將會面臨非常嚴重的後果。



■ 薩迦•赤千法王被尊為藏傳佛教薩迦傳承的第四十一任法主。法王生於1945年，來自尊貴的昆氏家族。這一家族的祖先可追溯到西藏歷史的早期。該家族在十一世紀時創立了薩迦派。年輕時，法王從眾多卓越的大師和學者處接受了高強度的佛法訓練，包括了佛教哲學、禪定修習和修法儀軌等。

普遍地，法王被認為是文殊師利菩薩的化身，他是許多新生代佛法上師和行者的精神導師，並在東西方國家皆傳授了薩迦派的核心教授——道果法。法王示現出了甚深的智慧與慈悲，他不辭辛勞地工作著，建立了（大量的）寺院、尼眾院和教育機構，並將佛陀教法帶給了世界各地的無數信眾。



**“薩迦傳承”——把珍貴的薩迦教法
以您的母語精準圓滿地傳達於您**

**“The Sakya Tradition”—Delivering the
Precious Sakya Teachings Accurately
and Entirely in Your Native Languages**

www.sakyatradition.org

2021©All Rights Reserved

版權歸“薩迦傳承”擁有