



菩提心

第 42 任薩迦·赤津法王大寶金剛仁波切 ■ 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

2022 © 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](https://www.sakyatradition.org)

微博：[sakyatradition](https://www.sakyatradition.org)

IG: [the_sakya_tradition](https://www.sakyatradition.org)

Facebook: [TheSakya](https://www.sakyatradition.org)

Youtube: [薩迦傳承 The Sakya Tradition](https://www.sakyatradition.org)

Soundcloud: [the-sakya-tradition](https://www.sakyatradition.org)

結緣書籍（非賣品），嚴禁用作商業用途

鳴謝

尊聖的第 42 任薩迦·赤津法王——大寶金剛仁波切在西班牙薩迦基金會的祈請下，於 2021 年 4 月 4 日通過視頻賜予此開示。“薩迦傳承”於 2022 年準備、編輯和出版此文字稿的英文版。“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，同時“薩迦傳承”翻譯小組亦把此文翻譯成中文。

本篇是由曾自評、麥瑞斌，以及陳氏家族慷慨贊助。我們亦要衷心感謝所有的發心人員為整理本篇開示所付出的貢獻和努力。

以此功德，願尊聖的第 41、42 任薩迦法王健康長壽、長久住世、法輪常轉。



無論在佛法的普通授課抑或儀式、法會中，
導師在開頭總是會提醒我們要以菩提心為動機攝持，
菩提心為何如此重要？

菩提心的對境是無有例外的一切眾生，
一切眾生跟我們又有何關係？

我們是否可以只是注重動機，
而不去獲授菩提心戒？

有此戒者行善同無此戒而行善，
性質是否一樣？

本篇，法王就菩提心的方方面面為我們做了講解。
希望我們皆能受到鼓舞和啟發，
時刻將菩提心印持於心。

目錄

引言	1
相對菩提心與終極菩提心	3
菩薩戒的利益	8
守持菩提心戒律	10

引言

“菩提吉噯”即菩提心，以非暴力、無量慈悲心為基礎，既是大乘道一切踐行之根，也是獲得佛果的終極（另譯：究竟）證悟之因。理解菩提心，並且在我們的心中、實踐中長養菩提心，是至關重要的。今天，我將講解菩提心的含義、利益與戒律。

有很多與菩提心相關的其他甚深主題，但在此我只想涵蓋這三點。“菩提”一詞與佛陀相關，是個表示終極結果，即圓滿成佛的詞；“吉噯”一詞是心的意思，此處“吉噯”並非指佛的心，指的是我們的凡庸心。因此，菩提心或覺悟心，意味著發願獲佛果的心，這是菩提心的字面意思。

通常，我們都希求並做出努力以獲取快樂，僅僅是為了今生，而未遵循任何究竟之道；然而，深思熟慮後，馬上顯而易見的是：我們在成佛的境界所獲之樂，遠比世俗之樂重要。若詢問一個普通人：“你想快樂一天還是一輩子？”對方當然會答他們想要持久的快樂。沒人會選擇片刻的快樂。我們應當力求獲得終極之樂——永恆保持的快樂。我們應當生起要獲得圓滿佛果的願望。

世俗之樂與終極之樂之間，有天壤之別。我們可以從原因、本質和時長三個角度來理解這些差異。從其原因角度看，世俗之樂是惡行之果；但終極之樂卻是清淨善行之果。從其性質角度看，世俗之樂是壞苦（另譯：變苦）；而終極之樂則擺脫了三苦（即：苦苦、壞苦、行苦），它是清淨的、純粹的快樂。從時長的角度而言，世俗之樂最多只能持續幾十年，直至壽命終結，這不是很長久；終極之樂將永遠保持，一旦證悟佛果，就會有永恆之樂。因為在座諸位都有成佛的潛力，所以當我們在堪能之時，要竭盡全力地去成佛。

相對菩提心與終極菩提心

在此，我們是以大乘傳統談論菩提心。如我所說，“菩提”指圓滿佛果，這與聲聞緣覺所尋求的解脫有所不同。大乘中，菩提心分為兩種：相對菩提心（即：世俗菩提心）和終極菩提心（即：勝義菩提心）。在大家獲授菩提心戒（另譯：菩薩戒）時，此菩提心是指相對菩提心，以一種發願作為戒律，此戒可以通過恰當的（另譯：如法的）儀軌從導師處獲授。然而，終極菩提心不是你在咕嚕^[1] 那就能夠獲授的，終極菩提心必須源於你自己對相對菩提心的踐行。通過踐行和禪修，你將逐漸生起終極菩提心。

願菩提心與行菩提心

相對菩提心有兩種：願菩提心與行菩提心。二者之間的差異，就像是“有想要去菩提迦葉等聖地的願望”與“實際動身前往聖地”之間的不同。僅憑發願，你無法抵達聖地菩提迦葉。如果你即將從國外回來，那在發願後，一定要準備好旅行證件、行李、買機票、乘飛機等等。同樣，你若想滿成佛之願，就一

定要做很多佛法踐行。這是相對菩提心中，願菩提心與行菩提心的差異。要更詳細地瞭解這一點——如果某人在接受菩薩戒之前發願成佛，此願心尚不被認為是真正的願菩提心。

接受菩薩戒，是讓我們成為大乘佛教徒的原因，也是大乘道的入口。如果某人在接受菩薩戒階段之前發願成佛，這會被認為“僅僅是願望”，而非“願菩提心”。同樣，或許有人在還沒有接受菩薩戒前，為了成佛就參與佛法踐行——這也“僅僅是參與”，並非“行菩提心”。

願菩提心

那麼，願菩提心是何意呢？願菩提心是為了利益一切有情眾生而發願成佛。要知道這真正涵蓋什麼，重要的是：要認識到我們所說的“一切有情眾生”是何意。僅僅為了利益不同傳承的所有佛弟子，或只是為了利益你國家的男女抑或自己的家人朋友，才生起成佛之願——皆是不足夠的。“一切有情眾生”指的是因自身業緣與負面情緒而存於六道輪回中的所有眾生，包括中陰眾生——即地球上七十億人中的每一個人、世間無論是海陸的所有動物，還是地獄眾生、餓鬼、非天以及天人。

如果我們真想生起無偽的菩提心，瞭解這一點極為重要。獲得圓滿佛果的目的是為了利益一切有情眾生，而且我們必須繼續毫無分別地、毫無例外地關注著無量無邊的眾生。無量無

邊的眾生，即宛如虛空般無量無邊的一切有情眾生。思維著：我們必須毫無例外地幫助他們，因此發願要成佛，因為目前自己沒有能力給他們帶來圓滿的幸福、將他們從痛苦中解脫出來。

為何我們應該為六道眾生服務，這是有充分理由的。我會解釋三點。第一點，細想我們已經投生於輪回中無數次了。每當我們投生時，每一次都不會有相同的至愛之人；相反，每一次我們投生，我們的至愛都和過去世的不同。因為我們有無數的前世和無數不同的至愛，所以我們可以知道，一切有情眾生都曾在過去生中的某一生，做過我們的所愛。此生中，我們的至愛對我們好，於是我們要投桃報李；同理，我們也應要回報我們在過去生中認識的所有至愛的恩德。我們應發願為他們所有人服務並幫助他們所有人。

第二個原因是，正如我們每一個人都想要快樂、想克服痛苦一般，所以，每一個有情眾生都想要相同的東西：我們所有人皆有相同的願望。當我們都有共通的願望時，忽視別人的福祉而只關注自己的，是不對的，這不恰當。這是我們應毫無例外地服務一切有情眾生的第二個原因。

第三個原因是，一旦接受了菩提心戒，若不按照已作的承諾行事，是不對的。如果請人來家裏做客，但是客人到訪後，你卻沒有好好招待他們，如獻上食物或飲料——這是不對的。同理，作出要服務一切有情眾生的承諾後，就不該違背承諾。即使在世俗生活中，違背承諾也不應該。世間自食其言的人算不得好人。更何況作為佛陀的追隨者，我們已經許下如此強大

的承諾，更重要的是我們不該違背此承諾！

然而，此刻我們沒有能力將一切有情眾生從痛苦中徹底解脫出來，並且將他們置於圓滿證悟的境界中。即使是輪回中極具力量的世間天神也不具此力，即使是諸如登地菩薩的聖者，也沒有使一切有情眾生獲得解脫並將其置於終極快樂狀態的終極力量，只有世尊佛陀和其餘圓滿的諸佛擁有全然、終極的力量來做此事。因此，我們應該想：為了一切眾生，我們真的必須要獲此圓滿佛果。有了這些想法，我們就能為了一切有情眾生而生起一種真誠無偽的成佛之願。當我們有了這伴以菩薩戒的願望時，那這就被稱作“願菩提心”。

行菩提心

如前所述，菩提心是基於非暴力、無量慈悲心；以這些為基礎，我們生起願菩提心；接著，我們生起行菩提心，行菩提心可以與願菩提心在同一儀式中獲授，亦可以在單獨的儀式中獲得。

“行菩提心”意指為了成佛而做佛法踐行。缺乏恰當的因與條件（另譯：緣），任何人都無法成佛。這猶如想當一名學者，沒有學習和訓練，任何人都無法成為學者。世上不同領域中有很多類學者，他們都要努力學習且完成當專家所需的教育要求。同理，不踐行佛法，無人能成佛。

要以清淨的方式踐行佛法，一定要以正確的動機開始。這意味著，第一，生起對整個輪回的出離心；第二，生起無量慈悲心；第三，生起菩提心。銘記這幾點，就能進入正行了。在正行中，應該培養正確的觀想、專注力和注意力。結行中，應以恰當的方式回向。如果你的踐行，包括所有這部分，都恰當地完成，那這行為就是圓滿的善行。這種圓滿的善行是克服痛苦、負面情緒和負面行為的良藥。這是獲得暫時的與終極的快樂之正確方法。

我們可以更進一步闡述菩薩戒的重要性。根據教法，受戒轉變了你的名字（即：身份）：受戒前，你不過是一名普通人；受戒之後，你便成了一名菩薩——換言之，即大乘佛種姓中的一員，因為“菩薩”指的是有菩提心的眾生。受了菩薩戒，則為佛之種姓、佛子。

受了菩薩戒，成為一名菩薩，以及趨入大乘道——所有這些，都是同一件事，都在受菩薩戒那一刻同時發生。這跟你一個儀式上入籍印度，從那一刻起你就是印度國民類似：菩薩戒使你成為一名菩薩。受戒後，你將值得其他人類和天人頂禮、恭敬。然而，同時，你不能有一絲自大傲慢，這些負面情緒會損害你的菩提心——你珍貴的覺悟之心。小心謹慎，不要自大傲慢，我們應生起菩提心，並獲得它所帶來的無限利益。

菩薩戒的利益

或許你已經受了戒，或許你計畫在未來受戒。無論如何，一旦從可靠的具格咕嚕處，通過恰當的儀軌獲授了菩薩戒，如果恰當地守持戒律，那麼它會帶來無有窮盡的、不可思議的利益。據說，如果這些利益有物理形態，整個宇宙都太小了，無法容納它們。

這些利益既是暫時的也是終極的。將幫助和服務一切有情眾生的真誠願望付諸實踐，成為一切眾生的幫手——如此積極的行為讓所有諸佛菩薩歡喜。當我說把服務或幫助一切有情眾生的願望付諸實踐時，這意味著我們在心理上應該有這份毫無例外和分別地幫助、服務無量眾生的願望。在心理上，我們可以用這種方式來伸延真誠的願望；但在實踐中，我們不可能真正幫助到無量的眾生，因為我們身體的、語言的行為是有限的。那實際上，我們應盡可能多地幫助他們，同時將幫助一切眾生的願望牢記於心。這是你對諸佛菩薩能做的最佳供養。我們不能通過供養物質供品，即他們不需要的東西來取悅他們。他們想從我們這裏得到的，是我們遵循菩薩的生活方式，並且依照菩提心而行，這是任何人都能對諸佛、聖菩薩做的最無上供養，

如此做，不但能使他人快樂，也能令諸佛、聖菩薩歡喜，我們亦會積聚巨大的福德。

有了強有力的菩提心時，我們將克服今生的所有障礙，並擁有今生乃至來世的一切有利條件。此外，通過菩提心為基礎的強而有力的行為，我們將能克制那些引發痛苦的負面想法和惡行。強而有力的佛法踐行和善行，能真正擊敗負面情緒與惡行。

如果我們相信自己需要護持菩提心，那就不會在心中有嗔恨、憤怒。出於憤怒而擊敗外敵，與菩提心完全背道而馳。憤怒和嗔恨是可以摧毀我們珍貴菩提心、覺悟心的東西。我們必須始終奮力護持菩提心，並將其保持得完好無損。通過盡可能地護持菩提心的清淨，我們會體驗到快樂，也能將同樣的快樂帶給他人。我們可以實現和平與和諧。菩提心——沒有衝突或嗔恨——會創造和平。如果想要世界和平，那麼我們所有人都該長養慈悲心。然後，在我們這些大乘佛法的追隨者中，也該生起菩提心。

長養菩提心的終極利益是我們會圓滿成佛。菩提心是圓滿成佛之因，成佛即解脫的境界，遠離了所有種類的苦和障礙的境界，同時擁有一切無上的品質（另譯：功德），比如：終極的知識、終極的智慧、終極的力量、終極的悲心等。這些無量功德將永恆存在。我們成佛後，就永遠不會從這境界中退轉。如果我們認識並仔細思維這些利益，會激勵我們去生起且踐行菩提心，護持我們珍貴的菩提心。

守持菩提心戒律

為了保護我們的菩提心，就該避免十四根本墮罪。這種語言聽起來像金剛乘，當你在金剛乘中獲得無上瑜伽灌頂時，會有十四根本墮罪的解釋；然而，在解釋菩提心的文本中，根本墮罪是不同的。

第一，是把屬於三寶的供品、財物用在自己身上。例如，有人給佛像供養了一件漂亮的披風，而我們卻從佛像上搶過來，裁製成穿戴物，這是不對的。把供養三寶的財富挪作個人享用是第一墮罪。如果有人捐款出版佛法書籍，或者供養精美的布料包裹佛典，這些錢或材料用於任何其他目的都是不對的。若有人供養寺廟、僧尼，而如果我們將這些錢用在自己家人身上，這也是不對的。所有這些都屬於第一根本墮罪的例子。第二是捨棄成佛的正確道路——正法，或者導致其他人捨棄正法。第三種是：如果有人試圖讓一個不守淨戒的僧尼還俗，這是一種墮罪。試圖強迫僧尼還俗是錯誤的，即使這個僧尼未持淨戒。那些不能持守淨戒者必須自己決定怎麼做，然而從我們的角度試圖去處罰他們，卻是錯誤的，是一種根本墮罪。

第四根本墮罪是具有錯誤的觀點（另譯：邪見）。這意味著不信業因果法則、不信三寶，或對這些事情是否真實存有懷疑、猶豫。我並不是說大家應盲目地相信業因果法則和三寶；我們一定要用邏輯推理、學習、審思來獲得透徹的瞭解，並生起對正確觀點（另譯：正見）的堅穩信心。

第五根本墮罪指造下五無間罪之一：殺父、殺母、殺阿羅漢，在負面想法的驅使下出佛身血，以及在佛住世期間導致僧團分裂（另譯：破和合僧）。在任何時間導致任何僧團分裂都是不對的，但是除非在佛陀住世期間犯下，否則都不被認為是五無間罪之一。

還有另一組能破壞菩薩戒的八種墮罪。第一個是：在一個人還未生起菩提心、積聚巨大福德時，卻向他解釋終極之見（即：究竟之見）。第二個是：勸阻那些正遵循著菩薩的生活方式、依菩薩行的人，告訴他們說這是很艱難的，讓他們不應遵循大乘道，而應轉入聲聞緣覺乘。這是一種根本墮罪。

告訴那些持守著別解脫戒、毗奈耶戒的人捨棄戒律與其法道，反而追隨大乘道——這是八種根本墮罪中的第三個。事實上，毗奈耶道有不同的種類，而且並非全部都是非大乘。有了菩提心，一個人可以持毗奈耶戒，比如比丘戒。根據大乘傳統，守持這樣的毗奈耶戒是恰當的——它不會違反菩薩戒，或與其對立。然而，假如有人另有說法，並鼓勵其他人捨棄毗奈耶戒而去遵循大乘道，這是一個根本墮罪。我們是可以基於大乘的動機來

守持毗奈耶戒的，大乘動機就是生起無量慈悲心、菩提心。

這八種根本墮罪的第四個和第五個，是對財富有強烈的貪執，以及對獲得別人的讚賞和尊敬有強烈的執著。如果某人伴以這樣的動機和自私自利的意圖，談論自己的功德並批評別人（另譯：贊自毀他），那是不對的。這與菩提心對立。

第六種是：為了獲得名譽、尊敬、財富而宣揚自己有正見，已得這樣那樣的“果”，然後把別人當做追隨者，並告訴他們如果想成佛就得追隨你。這是一個根本墮罪。

八種中的第七個是：在君臣間挑撥離間，導致他們起紛爭，或是處於不和狀態。例如，你向一位大臣報告“此人在批評你，講你的壞話”，而假如這番話導致大臣憎恨此人，那將會有更多的不和諧、更多的紛爭。同理，如果我們在佛教圈子裏製造不和，這也是不對的。

這些根本墮罪的第八種，是批評吸引了很多追隨者的禪修者、導師，認為假如你失去追隨者、贊助者（即：功德主），會給你造成麻煩。

簡言之，有十四種根本墮罪。我在此只是粗略地講解一下，所以我鼓勵你們瞭解這十四種根本墮罪，並且避免造下這些過失。它可以幫助你以一種清淨的方式護持菩提心。避免根本墮罪，能增強你的菩提心，這樣你就能毫無例外地為利益一切有情眾生而穩定地進步，最終成佛。還有我們應該遵循的其他共同學處，

包括憶念輪回的過患、僅為自己的利益而獲涅槃的過失。我們應想到，一切有情眾生都是我們至親至愛的父母。我們應盡可能多地瞭解業因果法則，這樣我們就知道什麼該取、什麼該舍。我們應該儘量恰當地遵循這些學處，不犯下任何過失。

生起願菩提心後，也有要遵循的特定學處。首先，我們應極力防止自己珍貴菩提心的任何減少、損壞。要做到這一點的方法，是絕不容許自己感到絲毫的灰心喪氣。我們一定要避免諸如“我不能成佛”的想法，因為這種想法會破壞菩提心。為了對治它們，就要思維：只要發起菩提心，即使是小昆蟲也能成佛。偉大的那爛陀大師寂天菩薩在《入菩薩行論》中說：“即便是極小的昆蟲，若生起菩提心，都能成佛，我為何不能？（即：蜂蛹蟲豸者，若發菩提心，尚證無上道，吾輩何不為？）”

此刻，我們以此珍寶人身在這裏，從許多不同角度而言，都是那麼難得。我們已值遇了具格咕嚕與正法。我們已經值遇了踐行佛法的一切利好條件（即：暇滿），因此，我們並沒有理由不成佛，沒有理由懷有沮喪的想法。我們要克制這樣的念頭，保護我們珍貴的菩提心，避免可能損害菩提心的一切不利條件。我們應遵循增長菩提心的方法，例如：拜見具格咕嚕，接受他們的教法；觀想諸佛不可思議的終極功德，並生起真誠無偽的、無可動搖的信心；試著憶念菩提心的利益，試著為了利益一切有情眾生而踐行無量慈悲心。

“為了利益一切有情眾生，我願成佛”，我們應毫無間歇

地時刻牢記這個願望。關於行菩提心，我們要避免任何能損害到它的因，例如欺騙咕嚕、具格導師、聖者或虔誠的踐行者，即使是意圖開玩笑；他人行善時，我們永不該貶低他們或說刺耳的話，即使是為了開玩笑；我們不該對菩薩批評或說苛刻的話，即使只是開玩笑；我們不該欺騙別人，即使是開玩笑：這些行為會損害行菩提心，我們應當捨棄，相反，我們該盡力遵循能提升和增長菩提心的方法。如果我們犯了上述這些錯誤中的任何一項，而且事後仍然不懺悔，這也不對。

我們絕不能故意說任何有害的謊言。在一切有情眾生面前，我們永遠不應有任何欺騙的想法，我們該全力以赴在精神和實踐中盡可能多地去幫助他們所有人。我們應該對所有的菩薩展示崇高的敬意，並且讚歎他們每一位。

嘗試去引領他人走上正確的道路，試著去幫助他人升起菩提心，試著幫助他人踐行菩提心，以及幫助他們遵循菩薩行。這些會真正增強你的行菩提心。我就此結束有關菩提心的簡短講解。衷心祝願你們所有人都能夠真正瞭解並遵循菩薩行，時時刻刻護持自己的菩提心。你們所有人都可以得到暫時的、究竟的快樂，即為了利益一切有情眾生而成佛。我真誠地希望我們的根本咕嚕，以及佛、法、僧的加持，從今乃至永遠皆與你們同在。

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”。



第 42 任薩迦·赤津法王——大寶金剛仁波切，是薩迦·赤千法王（第 41 任薩迦·赤津法王）的長子。以其學識之淵博、教導之清晰而聞名於世。大寶金剛仁波切被認為是藏傳佛教傳承中最為具相的傳承持有者之一。他屬於高貴的昆氏家族，這一家族從未間斷的世系傳承一代又一代地湧現出了眾多傑出佛法大師。

從年輕時開始，大寶金剛仁波切便從薩迦·赤千法王及其他博學且極富成就的上師處領受了如海般的經部和續部的法教、灌頂、傳承和竅訣。在印度薩迦學院歷經數年嚴格的佛法學習後，他被授予了卡楚巴學位。從 12 歲開始，仁波切完成了包括喜金剛在內的多次閉關禪修。以至極之謙遜，應全球弟子們請求，仁波切巡遊世界各地廣泛地授予佛法教學及灌頂。



**“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

2022©All Rights Reserved

版權歸“薩迦傳承”擁有