



心與生命

尊聖的第 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

2025 © 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

<https://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](#)

Soundcloud: [the-sakya-tradition](#)

Twitter: [Sakya_Tradition](#)

結緣書籍（非賣品），嚴禁用作商業用途

鳴謝

第 42 任薩迦法王大寶金剛仁波切，於 2014 年 8 月 9 日應邀在國立臺灣大學發表演講。本次活動由臺北薩迦文殊佛學會主辦，財團法人語言訓練測驗中心與國立臺灣大學中國文學系共同協辦。「薩迦傳承」於 2025 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。

本篇由 Katherine Gaston、Erickson Santos、謝寶萍、謝寶瓊慷慨贊助。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。



導讀

為何有些人視某地為福地寶境，心生向往，欲舉家遷居；

而同一處所在，卻有人急欲離去，奔赴他方？

為何有人贊歎某種食物美味絕倫，

而相同滋味，落在另一些人舌尖，卻頓覺乏味甚至難以下咽？

為何同一件事，有人視為契機與喜悅；

而另一些人卻將之視作苦難與不幸的源頭？

我們的感受與判斷，真的是被外境的人事物所主宰？

還是說，有一個更深層的真相，其實一直被我們忽視？

本篇，法王將圍繞這一核心展開開示——這正是釋迦牟尼佛當年覺悟成道的關鍵所在。他洞悉一切經驗的本質，超越表相的紛繁迷霧，圓證實相，故能成佛。

若我們亦能了達此理，便能識破苦的根源，解脫之門將隨之開啓。

目 錄

心與生命	1
問答	11

心與生命

心具有極其強大的力量。是心造作了我們所有的善行，也是心造下了我們所有的惡行；是心體驗了快樂與痛苦，也是心墮入惡趣或生於善趣；最終，是心獲得解脫與證悟之境。

在佛教中，我們不相信造物主，而是相信業因果法則。根據法教，我們所看到的一切現相與所經歷的一切，皆由自身的行為引發。行為的核心要素是心。心如主，身與語似僕。無論心欲何為，身與語皆隨之。無心則無行為。一具屍體，雖仍具身體，卻無法造作任何行為，因為已無心識。

這就是為何佛法專注於心。據說，若我們希望控制自身行為，首先應掌控自心。作為凡夫，我們無法降伏世間一切可怖之事，但若能掌控自心，便能控制自身的反應，使我們在遭遇可怕的境遇時不生畏懼。若我們是高證量的行者，即便是獅虎等猛獸，也無法傷到我們。

你的心既可以是你的救度者，也可能成為你最大的敵人。最好的朋友與最壞的敵人並非在外，而是在你的內心中，以善念和

惡念的形式呈現。這就是為何佛法雲「你是自己的守護者，也是自己最壞的敵人」。

你的心之所以能成為你的救度者，是因為正面之心與善念能使你脫離痛苦。當你懷有正面之心時，他人不太可能會成為你的敵人或攻擊你。長養正面之心將帶來這種暫時的安樂，更能帶來究竟安樂——佛果。正因善念的長養能帶來究竟的安樂，故心能成為你的救度者。

另一方面，心亦可成為你最兇惡的敵人。那爛陀大學的大班智達寂天在《入菩薩行論》中寫道：「即便一切諸天與非天皆成吾敵，亦不能令吾受地獄中不可思議之苦。」

生而為人，此生無論如何都不可能經歷惡趣之苦。縱然承受再深重的人間苦楚，亦遠不及惡趣尤其是地獄之苦痛。沒有外在的敵人能給你地獄之苦，唯有你自己的心可以。因諸如嗔怒等惡念會將我們引向地獄道，那裏有不堪設想、難以言喻的苦痛，故而自己的惡念才是我們最可怖的敵人。

若能降伏內心之敵，自然便能降伏外在之敵。寂天在《入菩薩行論》中說，我們雖然無法以皮革覆蓋整個宇宙，但卻可以用其裹住自己的腳底。如此一來，無論行至何處，雙足皆被皮革所護，這便如同皮革遍覆整個大地一般。

一旦戰勝內心的敵人，外在的敵人亦消失；即便他們意欲加害，也無從下手。所謂敵人，即能傷害你或令你痛苦的存在，倘若再無人能使你受苦或受害，那你便真正擺脫了敵人。

當偉大的釋迦牟尼佛在菩提伽耶禪修時，許多惡魔試圖擾亂他。他們化作美麗女子以令他分心，又化作猙獰魔眾揮舞銳器試圖加害。面對魔眾如雨般傾瀉擲來的兵器，釋迦牟尼佛始終如如不動。

佛陀能夠降伏這一切襲擊，並非憑藉嗔怒，而是通過慈悲之力。憑藉正面之心，他將魔的利器化作花朵，鮮花如雨般灑落，仿佛是對他高證量的承認。通過調伏並消除負面之心所獲得的這種內在力量，便是我們獲得真正幸福安樂的方式。

許多人認為真正的幸福會通過物質發展而來，但這是一個誤解。自 1974 年我出生以來，全球的物質發展取得了巨大進步，尤其是過去四十年，全球發展遠超過去百年甚至更久。然而，這並不意味著今天的人們比四十年前的自己更快樂。

人們追求物質和外在发展，以期獲得更多更大的幸福，過上更美好的生活。然而，儘管物質確實有益，但它卻並非真正的「幸福之因」。

在現代社會，有著大量的痛苦和苦難。諸如異常暴力等問題層出不窮，這清楚地表明，物質發展絕非內心寂靜^[1]與人們所

追尋的精神幸福的真正「因」。你不能說，「生活在發達國家或現代化大城市的人」比「生活在欠發達地區和郊區的人」更幸福或更好。

2009 年，我在悉尼的一座橋上走著，前面大約四五十步遠的地方有一個人，我看到他正在系鞋帶。然後，他跳下橋自殺了。由於我們距離太遠，未能及時救援他。

發展帶來了更多物質生活上的舒適，使旅行和溝通變得更容易；但有時，這些東西也會帶來痛苦。科技和機械已使我們可以輕鬆地遠途旅行，甚至在幾小時內就抵達遙遠的國家，但有時汽車和飛機也會發生事故。這些現代化因素既有優點，也有缺點。

我們不能斷言窮人一定比富人經歷更多的精神痛苦。窮人沒有什麼可失去的，也沒有官司纏身。他們不必過多擔心財富和財產的安全、免得有人圖謀偷竊——而富人則常有這些擔憂。有時候，富人是如此的不快樂，甚至需要安眠藥才能入眠，或依賴其他藥物來應對困擾和心理上的痛苦。

從苦中出離、獲得自在的最佳方法，並非通過獲取大量財產。當你擁有許多東西時，心就容易被各種干擾所佔據。雖然理論上富人可以用自己的財富來幫助許多眾生，但是否真正能幫助他人，取決於他們自己——他們自身的動機。

內心的寂靜來自我們的思維方式，而非來自我們之外。當我們面對生活中的問題或挑戰時，一切都取決於我們如何應對它們。若我們具備智慧，問題就完全影響不到我們的心態。當我說「智慧」時，並非指世俗的精明，而是指擁有真正的智慧。擁有智慧的人處理生活中的挑戰會有所不同，他們看待事物也與眾不同，沒有什麼事物能影響他們的精神安樂。

那麼，如何才能學會控制和調伏自己的心，使得沒有什麼能夠影響我們的幸福呢？我們可以通過長養慈悲心來做到這一點。每個人都有獲得幸福、消除痛苦的願望。同樣，宇宙中的每一位有情眾生也都有著相同的願望。輪迴中的每一位有情眾生都在為實現這一願望不斷努力，然而，大多數人卻無法得到他們想要的。

有情眾生無法實現獲得幸福和消除痛苦的願望，是因他們不了解痛苦和幸福各自的真正原因。許多人未意識到，善行是樂因，而惡行則是苦因。人們常常認為財富能帶來快樂，而貧窮導致痛苦。由於這種誤解，大多數人都首先致力於追求財富。然而，如果不實踐慈悲心，即使獲得了巨大的財富，也永遠無法擁有內心的寂靜。

若欲擁有真正的寂靜並克服痛苦，接受業因果法則至關重要。若你理解了業因果法則，那就能明瞭樂因與苦因。事實上，業因果法則是佛教的根本教義。若你不相信業因果法則，那就意味著你不是佛弟子。對我們而言，重要的是根據對業因果的理解而知道應當取捨什麼。

釋迦牟尼佛曾說：「我已為你們展演瞭解脫之道，能否獲得解脫，現在只取決於你們自己。」^[2] 佛陀引導有情眾生從痛苦和不滿走向暫時與究竟的快樂，他通過展演正確與錯誤的道路來實現這一點。但佛陀無法用手滌去我們的惡業，也不能神奇地將他的證悟或究竟智慧轉移給我們。他能為我們展演通向真理的道路，告訴我們現相的真實本質。^[3] 然後，如果我們學習、審思並禪修，那麼通過他的教示，我們可以獲得解脫。

這就是為什麼反思業因果法則至關重要。一旦你真正明白快樂之真因是善行，痛苦的真因是惡行，那麼你便能開始遵循正確的法道，避免步入歧途。

當然，這並不容易，因為我們的心已經習慣了負面情緒及其引發的行為。作為凡夫，我們的心大多處於憤怒、貪欲等負面念頭的控制之下。若不付出巨大努力，要斷除這些負面念頭並非易事，僅僅知道它們會給我們帶來傷害是不夠的。看看吸煙的人，煙盒上明確寫著「吸煙有害健康」，但即便煙民知道吸煙有害並有戒煙之志，仍難抗拒煙癮。同樣，要停止貪欲、憤怒和其他負面情緒談何容易。

即使我們強烈而堅定地誓言不再生氣，憤怒依然會不由自主地生起，極難降伏或令其停止。我們並非因為計畫或決定要生氣才生氣的，而是當某些因素出現時，就立刻感到憤怒。其他負面情緒也同樣如此，即使我們不願意，貪欲、嫉妒、驕傲等也會在

心中生起。負面情緒控制了我們的心，因為此時我們的心靈懦弱且不穩定。若我們的心強大、穩定，負面情緒就難以有機可乘。

憤怒會導致痛苦，因為憤怒時，我們往往會做出惡行，而惡行又帶來痛苦。但即使是憤怒本身，也不是一種愉悅的情緒。我們在生氣時並不快樂，而憤怒也讓人感到不愉快。憤怒甚至會讓我們醜陋，當你生氣時，你會失去溫和、微笑的面容，臉會變得通紅、眉頭緊鎖、表情猙獰、變得面目可憎。沒有人願意變成這樣，但由於負面情緒正控制著我們的心，有時我們不由自主，對他人展現出這種醜陋的面容。

心可以分為兩個面向：智慧和庸常心識（神識）^[4]。我們本具智慧，但目前它比我們的識更加微弱。我們的心往往被識控制，而智慧卻未能有力地降伏負面情緒，因此，我們難以成為更好的人。

當我們想要幫助他人，或學習並踐行佛法時，這源自內心的智慧部分。然而，我們的心同時也被負面和有害的念頭所控制。薩迦五祖之一，偉大的薩千·貢嘎寧波（歡喜·心髓）曾說：「若智慧受念頭控制，則無解脫；若念頭受智慧控制，則無輪迴。」我們應當遵循這一教言，努力以智慧掌控念頭，而不讓念頭反過來掌控智慧。

如果我們想要獲得內心的寂靜，就需要付出努力。長養諸如慈悲心等正面之心並不容易，正面之心不會在我們決定需要它時

就自然生起。我們需要努力訓練心智，長養這些正面之心，因為當前，我們的心識遠比智慧^[5]更為強大。

我一開始提到，心是最重要的，因為獲得解脫與覺悟的正是心。要證悟究竟實相、達到證悟的境界，需認識到心的本性。而我認為，首先應當理解兩種真相——世俗諦與勝義諦。

這兩種真相各有其實相。在世俗諦中，我們所聽到、感受到和看到的所有事物——在世俗諦中，事物是存在的；但在勝義諦中，並無這樣的存在。世俗諦的這種現實，就像是夢境或魔術表演。我們雖能看見、聽見、觸摸到事物，但它們並非究竟真實。

在夢中，我們看到許多事物，體驗到許多逼真的情感。有時，我們在夢中體驗到極大的快樂，有時又陷入深深的悲傷。然而，當我們醒來時，夢中的一切便隨之消失，那些快樂或悲傷的感覺也不再延續。因為清醒後，我們意識到，夢中的所有經歷和體驗都不是真實的。

就如同夢境一般，我們凡庸生活事實上如幻似夢，這說明其並非究竟實相。萬法無常，皆由各自因緣所生。萬事萬物依緣起而生，且無自性。任何依賴因緣而生的事物，都易消逝，它們是變化無常的。相比之下，任何有著究竟實相的事物，是不依賴於因和條件（即：緣）的。

就如同夢境一般，當一切因緣彙聚時，夢境的經歷或體驗就會顯現。同樣，當適當的因緣於凡庸情境中聚合時，我們便會經歷凡庸的幻相。

我們的凡庸狀態似乎比夢境更真實、更真切，因為我們「對凡庸視角的執著」，遠比「對夢境視角的執著」更強烈。^[6]這也是為什麼人們能將夢境視為夢境，卻難以將凡庸的現實視如夢境。

有時，當我們身處機場等公共場所時，可以坐著，看著許多面孔經過，我們並不認識他們。我們不與他們交談或互動，這有點像是在看電視中的人。或者，追憶過去也是如此：回憶就像是在看機場裏的人，或者像看電視一樣。電視上的人彼此沒有什麼區別，我們不了解他們的任何細節，機場裏的人也是如此。當我們回憶過去時，體驗也類似。我們無法真正辨別或真實地看到回憶中的人或事，因為這一切都已成為過去。

如果我們仔細思考並詳細分析我們的體驗，會發現此生的凡庸視角，如同夢境中的景象，或如同電視螢幕上的畫面。這正是我們所說的世俗諦的實相。

然後，是勝義諦的實相。當我們分析並檢視在世俗諦中所見所曆的事物時，會發現其中無法找到任何究竟的實相，即使一粒微粒亦無自性可得。^[7]勝義諦超越了存在（即：有）。更重要的是，如果我們遵循偉大的班智達（即：大學者）龍樹的邏輯推理，就會瞭解到實相超越了存在與非存在（即：無），超越了這兩種

極端。尤其重要的是，我們要將這一洞見應用於心。當我們試圖找到心時，無法找到它——它無色、無形、無大小，在勝義諦中亦無任何實存。

我們可以通過佛法踐行和禪修的力量來了悟這兩種真相。若能以佛法踐行調伏自心，並認識到這兩種真相，便能輕易克服負面之心，長養正面之心。實現真正的內心寂靜與精神快樂的主要方法，是通過禪修來了悟心的真實本性，這不僅能帶來今生與來世的安樂，更將成為最終證得覺悟的因。

問答

問：您已講述大乘的教義，請問能否談一談金剛乘，它的內容是什麼？

答：對於那些尚未接受過金剛乘灌頂的人來說，講太多金剛乘的內容不合適，但我會用一些通俗的辭彙來解釋。

事實上，大乘是一個泛稱，包含了金剛乘。大乘有兩個分支：波羅蜜多乘和金剛乘，金剛乘也稱為密乘。這是學者們的理解，但如今，當人們提到大乘時，通常只指波羅蜜多乘。

所有乘的法教都是佛陀親自教導的。普通人可能會將某些乘視為優等，其他乘視為劣等，但這只是我們負面之心和情緒的結果。所有乘，皆是佛陀作為引導有情「從痛苦與不滿走向暫時和究竟幸福」的方法。我們應當努力理解各乘的不共之處，看到它們之間的差異，而不是認為某一乘比另一乘更優或更劣。

波羅蜜多乘（因乘）與金剛乘（果乘）有許多共通之處。兩者的究竟見地相同，最終目標——成就佛果——亦一致；其動機，

即出離心、無量慈悲心、願菩提心和行菩提心，也相同。

然而，金剛乘有四個獨特的特點或不共之處，這些特點與波羅蜜多乘不同：

1. 在金剛乘中，有額外的方法（即：方便）來證悟實相的真實本性。金剛乘採用了波羅蜜多乘的所有方法，並且還擁有一些獨特的方便，例如在灌頂時本初智慧的降臨。

2. 金剛乘有更多的方便，來實現暫時和究竟的成果。所謂暫時的成果，指的是長壽、增智、財富等。在波羅蜜多乘中，也有方便來達成這些目標，金剛乘則增加了其他特殊的方便。例如，在金剛乘中，可以踐行長壽本尊，包括接受如法的灌頂、踐行本尊法門、閉關、火供等。要增長智慧，有智慧本尊，如文殊菩薩等，通過灌頂、閉關等方式踐行的。對於財富，財富應當為一切有情眾生所得，而非只為自己，有像聖贊巴拉等財富本尊。波羅蜜多乘主要強調六波羅蜜多，而金剛乘也包含這些內容，但尤為強調兩大次第——生起次第和圓滿次第。

3. 金剛乘是成就佛果的更為簡易之道。儘管波羅蜜多乘是成佛的簡易之道，但金剛乘則更加簡易。

4. 金剛乘是成佛的更快速之道。據說，如果以正確的方式踐行，並且是合適的人，那麼可以即生成佛。

還可以提到有另一個區別：波羅蜜多乘主要強調心與心的練習，而金剛乘則更強調身體方面的踐行。在波羅蜜多乘中，當我們談到圓滿的佈施（即：佈施度）或圓滿的持戒（即：持戒度）等時，重點在於心與動機。

例如，圓滿的佈施並不意味著消除貧困，而是意味著願意毫無例外地給予一切有情眾生。即使沒有乞丐或貧困者，我們依然可以踐行圓滿的佈施，因為它的重點在於心。相比之下，金剛乘有許多通過身體而做的踐行，例如內部四大的踐行。

問：在講座中，您提到曾親眼目睹一個人從悉尼大橋跳下。如果我們遇到類似的情況，我們可以通過怎樣的佛法實踐，幫助那個人在來生獲得幸福？

答：首先第一件事，你應該盡力去救那個人，儘管你可能無法親自去做。在我的案例中，我的妻子向一些當地人詢問了如何撥打報警電話。我們被告知撥打三個0，她於是撥打了這個號碼。警車、直升機和警艇很快趕到，他們嘗試營救那個人，但不幸的是，已經沒有可能挽救了。幾個小時後，他們找到了屍體。我和一位僧人是主要目擊者，警方向我們詢問了他的衣服顏色、外貌以及他從橋的哪一段跳下去的。我們盡力提供了所有資訊，並指認了他跳下的地方。儘管如此，我們還是未能挽回他的生命。

如果我們無法通過營救來幫助那個人，就應該為他的來生祈禱。我認為，在這種情況下，也就是營救未果時，祈禱是幫助不

幸之人的主要方式。我們可以通過心念為亡者祈禱：「願此人得到珍貴的人身。」

這是因為珍寶人身將為人提供踐行佛法的最佳機會。人類比最聰明的動物更能展現並培養智慧——這一點可以從海豚的例子中看出。人們說海豚聰明，但它們無法做到人類所能做的。海豚不能成為偉大的學者，也不能研究任何事物。人類比最聰明的海豚更加智慧。因此，我們祈禱亡者能夠獲得珍寶人身，這樣他們將有機會踐行佛法。通過佛法踐行，他們可以獲得智慧；通過智慧，他們可以減少或淨化障礙，積累福慧二資，最終為了一切有情眾生而證得佛果。這是我們為每一個亡者所做的普遍祈禱。

在發現那人已經去世後，我們應該這樣祈禱。即使你對這個人的背景或家庭一無所知，依然應該對他感到哀傷和有大悲心。祈禱之後，你應將所做的功德迴向給此人。

注釋：

[1] 寂靜最根本的意義，是苦的止息——無論是暫時的，還是究竟的。同時，它也包含了苦滅之後所顯現出的平靜、平和與安寧。

[2] 吾為汝說解脫之方便，當知解脫依賴於自己。

[3] 參見《集法句經釋》，般若伐曼造：諸佛非以水洗罪，非以手除眾生苦，非移自證於餘者，示法性諦令解脫。

[4] 六識或者八識，統稱為心識或神識。經向法王確認：智慧代表那清淨無染的一面；而庸常心識（或稱神識）則是被無明所染的部分。

每一個五根具足的有情眾生，皆具八種識（藏語：namshe）。這八識中，有些屬於「有念」的識，有些則是「無念」的。例如，「阿賴耶識」雖不具念頭活動，卻仍屬於識，因為它不涉及明確的主體與客體；而其餘七識則涵攝了各種念頭，如嗔恨心等，皆屬「有念」的範疇。

概括而言，八識之中同時涵蓋了念頭與無念頭的意識。當智慧能夠掌控這些念頭時，輪迴便無從生起，也就是說，負面的心念將不再現行。

[5] 經向法王確認：根據薩迦派的見地，智慧有不同種類，比如聞思後生起的智慧（後得智）、在金剛乘裏提及的俱生智。本處的「智慧」是指後得智。「正面之心」與「智慧」等同這一說法，是指此時的正面之心即是光明，而負面之心則是無明。此處的「光明」涵蓋了兩種清淨——主體的俱生智，以及客體的法界究竟實相。實際上，這兩者本為一體。

從相對層面來說，當主體的俱生智能徹底無礙地認知到客體——法界的究竟實相時，就稱為「智慧之眼」完全無遮蔽，也即「俱生智」。當煩惱障與所知障尚未完全清淨時，智慧之眼仍有遮蔽，因此只能稱為「智慧之眼」，尚未圓滿成就俱生智。

那麼，什麼時候「正面之心」與「智慧」並不同呢？譬如在日常層面，貪嗔癡是負面之心，其對立面如不貪、不嗔、不癡、慈悲、耐心等，被視為正面之心，但這類正面之心不一定等同於智慧。因為它們是在現相層面上成立的，是對五毒的對治。而在實相層面，真正的正面之心就是智慧本身。

簡言之，現相層面上的正面之心，可能是智慧，也可能只是五毒的反面；唯有在實相層面，正面之心才與智慧無別。

[6] 這句話的意思是：我們習慣把醒著時看到、感受到的一切，當成「真的」；比起夢裏的情境，更容易執以為實。而這裏的「執著」，指的是「實執」——也就是誤以為事物確實存在、不變。

[7] 這句話的意思是：從勝義諦的角度來看，世間萬物都沒有一個固定、獨立存在的本質。就像我們用顯微鏡觀察一張桌子，最初看見的是木頭，再細看是纖維，再進一步看到分子、原子，最終我們會發現「桌子」這個東西根本沒有一個可以指認的、恒常不變的核心存在。它只是許多因緣聚合而成的一個「概念」。

再比如，我們常說「我」是誰，但仔細分析時，這個「我」到底是身體、思想、記憶還是感覺？——都不是「我」的全部。從佛法的角度看，這個「我」不過是五蘊（色、受、想、行、識）的暫時組合，沒有一個獨立不變的「我」存在。

透過這些例子，我們可以理解佛陀所說「即使一粒微粒亦無自性可得」——意思是所有事物，哪怕極微小的單位，最終都無法找到一個實在不變的本質。這就是勝義諦中「空性」這一面的智慧。



■ 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**

<https://sakyatradition.org>

2025 ©All Rights Reserved

版權歸「薩迦傳承」擁有