頂禮文殊師利菩薩

༄༅། །ཞེན་པ་བཞི་བྲལ་གྱི་གདམས་པ་བཞུགས། །

遠離四種執著之教授

— 傑尊·札巴·堅贊 造 —

頂禮薩千貢噶寧波

版本：2023.02.19

薩千・貢噶寧波（初祖）

洛本・索南澤模（二祖）

傑尊・札巴堅贊（三祖）

薩班・貢噶堅贊（四祖）

八思巴・洛追堅贊（五祖）

遠離四種執著之教授 2

文殊師利菩薩 授予薩迦初祖 薩千・貢噶寧波「遠離四種執著」（亦稱：離四貪戀、離四耽著）之偈頌原文：

ཚེ་འདི་ལ་ཞེན་ན་ཆོས་པ་མིན། །འཁོར་བ་ལ་ཞེན་ན་ངེས་འབྱུང་མིན། །བདག་དོན་ལ་ཞེན་ན་བྱང་སེམས་མིན། །འཛིན་པ་བྱུང་ན་ལྟ་བ་མིན། །

若貪今生非行者，若貪輪迴非出離，若貪自利非菩薩，若有執著非正見。

本篇教授之緣起：此四句偈即藏傳佛教薩迦派著名的「遠離四種執著」，是薩迦初祖 薩千‧貢噶寧波 於 11 歲（另一說 12 歲）在為期六個月之文殊法門閉關時，感得文殊菩薩於閉關房中現身，向其口授此四句偈頌。此四句偈雖簡短，但實涵蓋所有經論密續之精髓，包含了整個成佛之道，故此教授被尊為「口傳之鑰」。薩千將此偈傳授給兩個兒子：索南澤模（薩迦二祖）和傑尊・札巴堅贊（薩迦三祖，1147-1216）。札巴堅贊十分重視此法，在深入禪修並獲得甚深廣大證悟後，將自己的實修體證寫成一部精要的證道論頌，從此「遠離四種執著」成為薩迦派所有心法的基礎。此教授具足前行、正行、結行三善，內容涵蓋小乘佛教之共通教義，例如：三學（戒定慧）、三慧（聞思修）、止觀等；並含攝大乘佛教之不共哲學思想，例如：菩提心、中道、唯識、中觀及空性見；再加深入，更有藏傳佛教金剛乘之不共教義，例如：「止觀雙運」、「明空雙運」以及薩迦派之主要哲學思想「輪涅無別」見。

遠離四種執著之教授 3

༄༅། །བཀའ་དྲིན་ཅན་གྱི་བླ་མ་དང་། །ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་ཡི་དམ་ལྷ། །སྙིང་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལགས་ཀྱི། །བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརླབ་ཏུ་གསོལ། །ཆོས་མིན་གྱི་སྤྱོད་པ་དགོས་རྒྱུ་མེད། །ཆོས་བཞིན་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །ཞེན་པ་བཞི་བྲལ་གྱི་གདམས་ངག་འཚལ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྙན་དུ་གསོལ་བར་བགྱི། ། མཆོད་བརྗོད་དང་། བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་བསྟན་ཏོ། །

具大恩德上師和，具大悲心本尊前，由衷至誠行皈依，祈請諸尊賜加持。

非法行為無必要，為能如法作修持，遠離四種執著教，於此獻予汝聽聞： *供贊並承諾著述。*

ཚེ་འདི་ལ་ཞེན་ན་ཆོས་པ་མིན། །འཁོར་བ་ལ་ཞེན་ན་ངེས་འབྱུང་མིན། །བདག་དོན་ལ་ཞེན་ན་བྱང་སེམས་མིན། །འཛིན་པ་བྱུང་ན་ལྟ་བ་མིན། །

若執著此生，則非修行者；若執著輪回，則無出離心；

若執著己利，不具菩提心；執著生起時，即失去正見。

遠離四種執著之教授

4

དང་པོ་ཚེ་འདིར་མ་ཞེན་པར། །ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཐོས་བསམ་སྒོམ་པ་གསུམ། །ཚེ་འདི་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲུབ་པ་དེ། །ཆོས་པ་མིན་གྱིས་བཤོལ་ལ་ཞོག །ཐོག་མར་ཚུལ་ཁྲིམས་བཤད་ཙམ་ན། །མཐོ་རིས་སྒྲུབ་པའི་རྩ་བ་ཅན། །ཐར་པ་སྒྲུབ་པའི་ཐེམ་སྐས་ཅན། །སྡུག་བསྔལ་སྤོང་བའི་གཉེན་པོ་ཅན། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་མེད་ཐབས་མི་གདའ་སྟེ། །

首棄於此生執著，戒律以及聞思修，凡為今世而受持，皆非正法當棄捨。
起初當持守戒律，投生善趣之根本，通往解脫道階梯，消除痛苦之對治，
若無戒律皆不成。

།ཚེ་འདི་ལ་ཞེན་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དེ། །ཆོས་བརྒྱད་སྒྲུབ་པའི་རྩ་བ་ཅན། །ཚུལ་ཁྲིམས་ངན་ལ་གཤེ་བ་ཅན། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་ལ་ཕྲག་དོག་ཅན། །རང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ངོ་ཕག་ཅན། །ངན་འགྲོ་སྒྲུབ་པའི་ས་བོན་ཅན། །བཅོས་མའི་ཚུལ་ཁྲིམས་བཤོལ་ལ་ཞོག། །

遠離四種執著之教授

5

執著此生而持戒，成世間八法根本，批評行止不佳者，嫉妒確實持戒者，
自身戒律成誑諂，播下投生惡趣種，虛矯持戒當棄捨。

ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་གང་ཟག་དེ། །ཤེས་བྱ་སྒྲུབ་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཅན། །མ་རིག་སེལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ཅན། །འགྲོ་བ་འདྲེན་པའི་ལམ་རྒྱུས་ཅན། །ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ཡི་ས་བོན་ཅན། །ཐོས་བསམ་ལ་མེད་ཐབས་མི་གདའ་སྟེ། །

精勤聽聞思維者，具一切知識財富，持驅散無明燈炬，通曉引導眾生道，
獲得法身之種子，故此聞思不可少。

ཚེ་འདི་ལ་ཞེན་པའི་ཐོས་བསམ་དེ། །ང་རྒྱལ་སྒྲུབ་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཅན། །ཐོས་བསམ་དམན་ལ་བརྙས་པ་ཅན། །ཐོས་བསམ་ལྡན་ལ་ཕྲག་དོག་ཅན། །འཁོར་དང་ཡོངས་སྤྱོད་འཚོལ་བ་ཅན། །ངན་འགྲོ་སྒྲུབ་པའི་རྩ་བ་ཅན། །ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཐོས་བསམ་བཏོལ་ལ་ཞོག། །

遠離四種執著之教授
6

若執此生行聞思，所得僅為驕慢財，藐視聞思較劣者，嫉妒實修聞思者，
汲汲求取徒眾財，成就惡趣根本因，棄世間八法聞思。

སྒོམ་པ་བགྱིད་པའི་གང་ཟག་ཀུན། །ཉོན་མོངས་སྤོང་བའི་གཉེན་པོ་ཅན། །ཐར་ལམ་སྒྲུབ་པའི་རྩ་བ་ཅན། །གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ཅན། །སངས་རྒྱས་སྒྲུབ་པའི་ས་བོན་ཅན། །སྒོམ་པ་ལ་མེད་ཐབས་མི་གདའ་སྟེ། །

凡是修學禪定者，具持煩惱之對治，成就解脫道根本，能證得本然財富，
獲得成佛之種子，故此禪修不可少。

ཚེ་འདི་ལ་དམིགས་པའི་སྒོམ་པ་དེ། །དབེན་པར་བསྡད་ཀྱང་འདུ་འཛི་ཅན། །ཡོང་གདམ་སྨྲ་བའི་ཁ་ཏོན་ཅན། །ཐོས་བསམ་བྱེད་ལ་སྨུར་བ་ཅན། །སྒོམ་པ་གཞན་ལ་ཕྲག་དོག་ཅན། །རང་གི་སྒོམ་པ་རྣམ་གཡེང་ཅན། །ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་བསམ་གཏན་བཤོལ་ལ་ཞོག། །

遠離四種執著之教授

7

འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས། མངོན་པ་མཛོད་ལས། ཚུལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་ལྡན་པས། །སྒོམ་པ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་སྦྱོར། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ལ་ཡང་དག་དང་ལྟར་སྣང་གི་དབྱེ་བ་དངོས་སུ་བསྟན་ཏོ། །དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་སྒོམ་ཚུལ་ཤུགས་ལ་བསྟན་ཏོ། །

禪修所緣唯此生，閉關成勞碌消遣，修誦成無義絮語，蔑視真正聞思者，
嫉妒其他修行者，自身所修唯散亂，棄世間八法禪修。

以上段落，《俱舍論》云：「如理安住聞和思，觀修行持極奉行。」如所說般，此處直接明瞭分辨了（修行之）真實意與相似法，並間接開示觀修「人身暇滿難得」與「死亡無常」之方法。

མྱ་ངན་འདས་པ་བསྒྲུབ་པ་ལ། །ཁམས་གསུམ་ལ་ཞེན་པ་སྤང་ཡང་འཚལ། །ཁམས་གསུམ་ལ་ཞེན་པ་སྤོང་བ་ལ། །འཁོར་བའི་ཉེས་པ་དྲན་པར་འཚལ། །

為得涅槃出苦海，三有執著當棄捨，為能不執三有界，當思輪回諸過患。

遠離四種執著之教授
8

དང་པོ་སྡུག་བསྔལ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་དེ། །ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་ཡིན། །དེ་ལེགས་པར་བསམས་ན་སྐྱི་ཤ་འབྱུང་། །ཐོག་ཏུ་བབས་ན་བཟོད་ཐབས་མེད། །སྤོང་པའི་དགེ་བ་མི་སྒྲུབ་པར། །ངན་སོང་གི་ས་ནམ་བྱེད་བྱེད་པོ། །དེ་གང་ན་འདུག་ཀྱང་ཟེ་ལེ་ལེ། །

首先當知有<u>苦苦</u>，此為下三道之苦，細細思量則顫慄，如若臨頭不堪忍，然卻不修律己善，持續耕耘惡趣田，身處彼處極怖畏。

འགྱུར་བའི་སྡུག་བསྔལ་བསམས་ཙ་ན། །མཐོ་རིས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་ཡོད། །བརྒྱ་བྱིན་ཐ་མལ་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད། །ཉི་ཟླ་མུན་པར་འགྲོ་བ་ཡོད། །སྒྱུར་རྒྱལ་བྲན་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད། །དེ་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ཆེས་ཀྱང་། །ཕལ་པས་རྟོགས་པར་མི་ནུས་པས། །རང་སྣང་མི་ཡི་འགྱུར་བ་ལྟོས། །མི་ཕྱུག་པོ་སྤྲང་པོར་འགྲོ་ཡིན་འདུག །ཁ་དྲག་པོ་ཞན་པོར་འགྲོ་ཡིན་འདུག །མི་མང་པོ་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་ཡིན་འདུག །དེ་ལ་སོགས་པ་བསམ་མི་ཁྱབ། །

遠離四種執著之教授 9

其次當思維變苦，善趣複墮入惡趣，帝釋可轉生凡夫，日月趨暗淡無光，
帝王轉生卑下僕，出自經典例當信，然而凡夫難明瞭，唯眼觀人間變遷，
富者淪落為乞丐，強者轉變為弱者，眾人之中存一人，種種變化難思議。

འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྡུག་བསྔལ་བསམས་ཙ་ན། །བྱ་བའི་ལས་ལ་ཟིན་པ་མེད། །མི་མང་ཡང་སྡུག་ལ་ཉུང་ཡང་སྡུག །ནོར་ཕྱུག་ཀྱང་སྡུག་ལ་ལྟོགས་ཀྱང་སྡུག །མི་ཚེ་ཐམས་ཅད་གྲབས་ལ་ཟད། །གྲབས་བྱེད་པའི་འགྲོ་ལ་ཐམས་ཅད་འཆི། །ཤི་ཡང་གྲབས་ལ་ཟིན་པ་མེད། །ཚེ་ཕྱི་མའི་གྲབས་ཀྱི་མགོ་ལ་འཇུག །འཁོར་བ་སྡུག་བསྔལ་གྱི་ཕུང་པོ་ལ། །ཞེན་པར་བྱེད་རྣམས་ཐེ་ལེ་ལེ། །

འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས། ལས་འབྲས་ཀྱི་བླང་དོར་ཤུགས་ལ་བསྟན་ཏོ། །

複次當思維行苦，欲行事務無止盡，人多人少皆是苦，富足饑饉亦皆苦，
人生盡耗準備中，期間死亡席捲去，死後亦不得休止，又為來世做準備。

遠離四種執著之教授
10

眾苦積聚成輪回，貪執於此太顛倒，

以上段落，直接說明「輪回過患」後，間接開示「業果取捨」。

ཞེན་པ་བྲལ་ན་མྱ་ངན་འདའ། །མྱ་ངན་འདས་ན་བདེ་བ་ཐོབ། །ཞེན་པ་བཞི་བྲལ་ཉམས་ཀྱི་དབྱངས། །བདག་གཅིག་པུ་ཐར་བས་ཕན་རྒྱ་མེད། །ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཕ་མ་ཡིན། །ཕ་མ་སྡུག་བསྔལ་གྱི་གསེབ་ཏུ་བཞག །བདག་བདེ་བར་འདོད་པ་ཞེ་ལེ་ལེ། །ཁམས་གསུམ་གྱི་སྡུག་བསྔལ་བདག་ལ་སྨིན། །བདག་གི་བསོད་ནམས་སེམས་ཅན་ཁྱེར། །བསོད་ནམས་འདི་ཡི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཤོག། ། *འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་རྒྱུ་བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྗེ་བསྒོམ་པ་ཤུགས་ལ་བསྟན་ནས། འབྲས་བུ་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་དངོས་སུ་བསྟན་ཏོ། །*

遠離執著即涅槃，得涅槃即獲大樂，遠離四執之道音。獨自解脫無利益，三界有情皆父母，遺棄雙親劇苦中，唯求己樂太不堪。三有苦異熟於己，自身福德獻有情，以此福德之加持，願一切眾皆成佛。

遠離四種執著之教授
11

此段落間接地開示當觀修慈心與悲心為因，主要表達的是應當觀修自他交換。

བདག་ཇི་ལྟར་འདུག་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་ངང་། །འཛིན་དང་བཅས་ལ་གྲོལ་བ་མེད། །དེ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བཤད་ཙ་ན། །ཡོད་པར་འཛིན་ལ་ཐར་པ་མེད། །མེད་པར་འཛིན་ལ་མཐོ་རིས་མེད། །གཉིས་ཀར་འཛིན་པ་མི་ཤེས་པས། །གཉིས་མེད་ཀྱི་ངང་ལ་གང་དགར་ཞོག །།

འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་རྟག་ཆད་ཀྱི་ལྟ་བ་སྤངས་ནས་ཟུང་འཇུག་གཉིས་མེད་ལ་བློ་འཛོག་ཚུལ་སྙིར་བསྟན་ཏོ། །

無論法道行多遠，凡有我執無解脫，更加詳細做言說：若是執有無解脫，若是執無無善趣，有無俱執唯無明，盡力安住無二中。

以上段落，主述應當摒棄「常」、「斷」二見後，將心安住於無二雙運的方法。

ཆོས་ཀུན་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ཡིན། །ཕྱི་དང་དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ། །འབྱུང་བཞིའི་བྱེད་མཁན་མ་ཚོལ་བར། །སེམས་ཉིད་ཀྱི་ངང་ལ་གང་དགར་ཞོག །།

འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་བྱང་སེམས་སེམས་ཙམ་པ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་རིམ་བསྟན་ནས། ཐེག་ཆེན་དབུ་མ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་ནི། །

遠離四種執著之教授 12

萬法悉為心行境，不覓四大生起因，諸如巧合全能神，盡力住最密心性。

以上段落，主述唯識宗與共通道次第的菩提心。大乘中觀宗之不共道：

སྣང་བ་སྒྱུ་མའི་རང་བཞིན་དང་། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཡི། །གནས་ལུགས་བརྗོད་པར་མི་ཤེས་ཀྱིས། །བརྗོད་བྲལ་གྱི་ངང་ལ་གང་དགར་ཞོག །།

འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ཞི་གནས་སྒོམ་ཚུལ་ཤུགས་ལ་བསྟན་ནས། ལྷག་མཐོང་སྒོམ་ཚུལ་ལ། ཡུལ་སྣང་སེམས་སུ་བསྒྲུབ་པ་དང་། དེ་སྒྱུ་མར་བསྒྲུབ་པ་དང་། དེ་རང་བཞིན་མེད་པ། རྟེན་འབྲེལ་དང་། བརྗོད་བྲལ་དུ་གཏན་ལ་ཕབ་ནས། སྤྲོས་བྲལ་ཟུང་འཇུག་བསྒོམ་པ་དངོས་སུ་བསྟན་ཏོ། །

顯相自性如幻象，因緣相依而生起，萬法如是離言詮，盡力安住不可言。

此段落間接講述修止的方法後，主要闡述：在修觀的方式上，先要抉擇對境和顯現皆由心生，如幻象故無自性，依緣而起，離於言詮，之後進而觀修離戲雙運。

ཞེན་པ་བཞི་བྲལ་བཤད་པ་ཡི། །དགེ་བ་འདི་ཡི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །འགྲོ་བ་བདུན་པོ་མ་ལུས་པ། །སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག །།

遠離四種執著之教授
13

ཞེན་པ་བཞི་བྲལ་གྱི་གདམས་ངག་རྣལ་འབྱོར་པ་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཚན་གྱིས་དཔལ་ས་སྐྱའི་དགོན་པར་སྦྱར་བ་ཆོས་རྗེ་ས་པཎ་གྱི་མཆན་སྦྱར་མ་བཅས་རྫོགས་སོ།། །།

遠離四種執著之，解說善德藉由此，七道有情一切眾，咸願安置於佛地。

此遠離四種執著之教授，由瑜伽士<u>札巴堅贊</u>撰於吉祥薩迦寺，並加<u>薩班</u>之旁注。

【2015 年 8 月，<u>Bella Chao</u> 漢譯，<u>蔣揚桑波</u>喇嘛審定。】

備註：

1）薩迦三祖 <u>札巴堅贊</u> 天資卓然，十一歲時能講喜金剛怛特羅，深得要領。十二歲跟隨父親學法，十三歲替二哥 <u>索南澤模</u> 主持薩迦寺。雖然身為瑜伽士，但跟隨 <u>絳森・達瓦堅贊</u> 受梵行勤策戒，不食酒肉，嚴守戒律。其主持薩迦寺五十七年，廣收僧眾，宣講佛法，著作甚多。

2）薩班，即薩迦四祖 <u>薩班・貢噶堅贊</u>（薩迦三祖之侄），在嬰兒爬行時期即對母親口說梵語，十五歲時即掌握了薩迦創教祖師的所有教法，因其通曉梵文和佛教教法且知識淵博，被尊稱為薩迦・班智達（即薩迦派的大學者，簡稱薩班）。

3）薩迦派最早的五位祖師中，前三位為在家之白衣瑜伽士，后兩位為出家之紅衣僧人，故稱作「三白二紅」（白衣三祖，紅衣二祖）。

遠離四種執著之教授

14