**詞彙解釋**

Acceptance（藏文拼音bzod pa）忍。加行道四善根之一。

Acharya Shantipa（藏文拼音slob dpon shan ti pa）阿闍梨（金剛上師）香帝巴。大手印傳承中的一位印度大師。

Aggregate（藏文拼音phung po）蘊。參見「五蘊」（Five skandhas）一詞。

Akanishtha（藏文拼音'og min）色究竟天、奧明天。「無上」淨土，法身佛金剛持的淨土。有各種不同型態。｛譯註：另說為報身佛的淨土，視文章內涵而有不同意義。｝

Alaya （藏文拼音kun gzhi） 阿賴耶。一切輪迴與涅槃的基礎。參見「遍基」（All-ground）一詞。

All-encompassing purity（藏文拼音dag pa rab 'byams）涵攝一切的清淨。情器世間的五蘊、五大等，其清淨面向（淨分）是五方佛與佛母。

All-ground（藏文拼音kun gzhi, alaya）遍基。心以及清淨與不清淨現象的基礎。此詞在不同情況下有不同的意義，應根據情況而理解。字面的意義為「一切事物的基礎」。

All-ground consciousness（藏文拼音kun gzhi'i ranm par shes pa）遍基識、阿賴耶識。「遍基」的認知面向，有如鏡子的明亮性。

All-ground of various tendencies（藏文拼音ba chags san tshogs pa'i kun gzhi）各種習氣的遍基。作為輪迴諸串習基礎的阿賴耶。

（P.158）

Appearance and existence（藏文拼音snang srid）顯相與存有，簡稱「顯、有」。一切可被經驗到的［五大元素］以及一切可能具存在性的［五蘊］。這個詞彙通常指器世界與有情眾生。

Attribute（藏文拼音mtshan ma）表徵。

Authoritative scriptures（藏文拼音gzhung）具權威的典籍。已建立其可信度的哲學書籍。

*Avatamsaka Sutra*（藏文拼音mdo phal po che）《大方廣佛華嚴經》。屬於佛陀三轉法輪的經典。英譯版有香巴拉出版社發行的*Flower Adornment Sutra*。

Avichi hell（藏文拼音mna med kye dmyal ba）阿鼻地獄。八熱地獄中的最下層。

Awareness discipline（藏文拼音rig pa rtul zhugs）明禁行（明覺戒律）。既不接受、亦不拒絕的行為。

Basic straying from the essence of emptiness（藏文拼音stong nyid gshis shor）根本偏離空性的體性。

Basic straying from the path（藏文拼音lam gyi gshis shor）根本偏離修道。

Basic straying from the remedy（藏文拼音gnyen po gshis shor）根本偏離對治。

Basic straying into generalized emptiness（藏文拼音strong nyid rgyas 'debs su gshsis shor）根本偏離而誤入概論化的空性。

Bhumi（藏文拼音sa）地。菩薩的果位或階段，五道中最後三道的十個階段。參見「十地」（ten bhumis）。

Bodhichitta（藏文拼音byang sems, byang chub kyi sems）菩提心。為了一切眾生，希望證得佛果的發願。

Brahmin（藏文拼音bram ze）婆羅門。屬於僧侶階級的人。

Brilliant（藏文拼音'od 'phro ba）焰慧地。菩薩十地中的第四地。

（P.159）

Buddha of your own mind（藏文拼音rang sems sangs rgyas）自性佛。自己的心所具有的成佛體性。

Buddhahood（藏文拼音sangs rgyas）佛果。既不住於輪迴，亦不住於涅槃的圓滿正等正覺。

Causal vehicles（藏文拼音rgyu'i theg pa）因乘。與小乘和大乘此二乘意義相同之詞。此二乘的修行者將修持當作是獲得佛果的起因。

Channel, wind, and essence（藏文拼音rtsa rlung thig le）脈、氣、明點。物質軀體的脈（管道）、能量（氣、風息），以及精華明點。

Chö（藏文拼音gcod）斷法、斷境法（一般稱為施身法）。發音為「卻」或「倔」。字面意義為「斬斷」。以《般若波羅蜜多經》為基礎，由瑪姬．拉準所制訂的修持體系，其目的在於斷除四魔與我執。是西藏八大佛教實修傳承當中的一支。

Chökyi Nyima Rinpoche（藏文拼音chos kyi nyi ma rin po che）確吉．尼瑪仁波切。噶寧講修寺（Ka-Nying Shedrub Ling Monastery）的住持，也是祖古．烏金仁波切的長子。在西方著有《大手印及大圓滿雙運》（*Union of Mahamudra and Dzogchen*）以及《當下清新覺智》（*Present Fresh Wakefulness*），皆由自生慧出版社（Rangjung Yeshe Publications）於 1987年出版。

Chittamatra（藏文拼音sems tsam pa）唯識。大乘中的唯識派，主張的見地是一切現象都「只是」「心」的顯現。

Cloud of Dharma（藏文拼音chos kyi sprin）法雲地。菩薩十地的第十地。

Coemergent（藏文拼音lhan cig skyes pa）俱生。心的兩個面向－顯分與空分－兩者同時存在。如教法所說：「俱生心即是法身，俱生顯相則是法身之光。」

（P.160）

Coemergent ignorance（藏文拼音lhan cig skyes pa'i ma rig pa）俱生無明。「俱生」意指與自己的心同時生起或同時存在，有如檀香與它的香氣。「無明」在這裡指不了知自心本性。在大手印的修持中，指迷妄的面向（迷分），忘失自心的時刻，使得迷惑想法發生。

Coemergent wisdom（藏文拼音lhan cig skyes pa'i ye shes）俱生智。一切有情眾生內在都潛藏所具的本有覺智。「智」在這裡指「本初無迷妄的覺智」。

Cognizant quality（藏文拼音gsa cha）能知力、認知特性。心本來具有的了知能力。

Common vehicles（藏文拼音thun mong gi theg pa）共乘。小乘佛教與大乘佛教的合稱，且相較於「不共乘」的金剛乘。

Complete enlightenment（藏文拼音rdzogs pa's byang chub）正等正覺、完全證悟。與「佛果」意義相同。

Completion stage（藏文拼音rdzogs rim）圓滿次第。「有相圓滿次第」是那洛六法，「無相圓滿次第」是精藏大手印的修持。另參見「生起與圓滿」（development and completion）。

Concept and discernment（藏文拼音rtog dpyod）概念與辨別。粗的概念與細的辨別。

Conceptual ignorance（藏文拼音kun tu brtags pa'i ma rig pa）分別無明、概念無明。在金剛乘中，將主體與客體加以概念化的無明。在經部體系中，外加於其上的或「學習而得」的邪見。在大手印修持中，特別表示概念性的思考。

Confusion and liberation（藏文拼音'khrul grol）迷惑與解脫。與輪迴和涅槃意義相同。（P.161）

Consciousness of the five senses （藏文拼音sgo lnga'i rnam par shes pa） 五根識。對於視覺形象、聲音、氣味、味道，以及觸感的認知行為。

Cutting through （藏文拼音khregs chod） 斷除。斬斷三時的意念之流。與「立斷」（藏文拼音trekcho，且卻）同義。

Dakpo Kagyu （藏文拼音 dvags po bka' brgyud） 達波噶舉傳承。經由岡波巴所傳下來的噶舉派。岡波巴的另一個名諱為「達波拉傑」，意思是「達波的醫生」。

Defiled mind （藏文拼音 nyon yid, nyon mongs pa'i yid kyi rnam par shes pa） 迷妄心、染污心（末那識）。心的一個面向，取遍基為參考點而形成「我是」的想法，是八識的其中一識。｛譯註：具恆審思量之性，又稱思量識；為第六識意識之所依識。｝

Definitive meaning （藏文拼音 nges pa'i don） 了義、究竟義。對空性與明性的直接教導，與其相對的是通往了義的方便義（不了義）。

Dependent （藏文拼音 gzhan dbang） 相依、依他起。根據唯識派與瑜伽行派的哲理，是「三性」的其中一種。［中譯註：「三性」為遍計所執性、依他起性、圓成實性。］

Dependent origination （藏文拼音 rten cing 'brel bar 'byung ba） 相依緣起。一切現象「依賴」本身的因與其個別條件的「緣」而發生的自然法則。「沒有任何現象是無因而顯現，且沒有任何現象是由無因的創造者所造，而是所有現象完全是依著因和緣的相遇而發生」的事實。

Desire Realm （藏文拼音 'dod khams） 欲界。欲界中包含地獄眾生、餓鬼、畜生、人、阿修羅，以及欲界天人六處居所的天人。由於受粗重貪欲和執著所起的心意痛苦而折磨，因此稱為「欲界」。

（P.162）

Desire, Form and Formlessness, the realms of （藏文拼音 'dod gzugs gzugs med kyi khams） 欲界、色界、無色界。輪迴中的三界。

Development and completion （藏文拼音 bskyed rdzogs） 生起與圓滿。金剛乘修持中的兩個面向。生起次第是由心所造作。圓滿次第是指安住於不造作的心性之中。參見個別詞條「生起次第」（Development stage）與「圓滿次第」（Completion stage）。

Development stage （藏文拼音 bskyed rim, utpattikrama） 生起次第。金剛乘修持中的兩個面向之一，即以意念創造清淨的形象，以便淨化習氣。參見「生起與圓滿」（Development and completion）。

Dharma （藏文拼音 chos） 法。大寫時（Dharma）指的是佛法；小寫時（dharma）指的是現象或心的對境。

Dharma sections （藏文拼音 chos kyi phung po） 法類。不同教法的整體類別，例如佛語的八萬四千法類。

Dharma-door （藏文拼音 chos kyi sgo） 法門。諸佛教法的譬喻性表示。

Dharmadhatu （藏文拼音 chos kyi dbyings） 法界。「現象的領域」，在此「真如」之中，空性與相依緣起無二無別。在這裡的「法」（Dharma）指實相，而「界」指沒有中間或邊圍的空間。另一個解釋是超越生、住、滅的「現象自性」。

Dharmadhatu palace of Akanishtha （藏文拼音 'og min chos kyi dbyings kyi pho brang） 色究竟天法界宮、奧明法界宮。對法身佛金剛持居所的譬喻性表示。

Dharmakaya （藏文拼音 chos sky） 法身。佛三身中的第一身，沒有任何構想概念，有如虛空。一切現象的自性指稱為「身」。應依據基、道、果做個別了解。

（P.163）

Dharmakaya of self-knowing （藏文拼音 rang rig chos sku） 自明了法身。自心的法身面向。

Dharmakaya Throne of Nonmeditation （藏文拼音 bsgom med chos sku'i rgyal sa） 「無修」的法身寶座。「無修」瑜伽的最後一個階段，執念與概念心完全瓦解，有如離於智識性禪修雲層的一片雲。與圓滿證悟意義相同。

Dharmata （藏文拼音 chos nyid） 法性。現象與心的自性。

Dhyana （藏文拼音 bsam gtan） 禪那、靜慮。心的專一狀態，仍帶有執念。此外，亦指由此心的專注狀態而產生的天界。

Disturbing emotions （藏文拼音 nyon mongs pa） 煩惱。欲望（貪）、憤怒（瞋）、迷妄（癡）、驕傲（慢）、嫉妒（忌），這些會使自心疲累、受到干擾以及折磨。

Dohakosha （藏文拼音 do ha mdzod） 道歌文集，音譯多訶具舍。大手印傳承的印度大師們，因自然流露所作的即興金剛道歌文集。

Drukpa Kagyu school （藏文拼音 'brug pa bka' brgyud） 竹巴噶舉教派。從岡波巴傳到帕摩竹巴的噶舉派教法。

Dualistic phenomena （藏文拼音 gnyis snang） 二元現象、分別法。由「能知者」與「所知境」所建構而成的經驗。

Dzogchen （藏文拼音 rdzogs pa chen po; rdzogs chen） 大圓滿。超越因乘的教導，在人間是由大持明者噶拉．多傑（Garab Dorje）首傳。

Dzogchen of Natural State （藏文拼音 gnas lugs rdzogs pa chen po）本然狀態大圓滿、實相大圓滿。與「立斷」見地意義相同，並與「精藏大手印」意義相同。

Eight collections of consciousnesses （藏文拼音 rnam shes tshogs brgyad） 八識。遍基識（即第八識：阿賴耶識）、意識（即第六識）、煩惱心（即第七識：末那識），以及五根識（即第一到第五識）。

（P.164）

Eight deviations （藏文拼音 shor sa brgyad） 八種偏離。四種根本和四種暫時的歧途。

Eight Practice Lineages （藏文拼音 sgrub brgyud shing rta brgyad） 八大實修傳承。在西藏興盛廣傳的八個獨立教派：寧瑪巴（舊譯傳承）、噶當巴（佛語傳承）、瑪爾巴噶舉（瑪爾巴口耳傳承）、香巴噶舉（香巴口耳傳承）、薩迦（道果傳承）、究竹（覺囊派）、息法（能寂派），以及斷法（斷境派）。

Eight qualities of mastery （藏文拼音 dbang phyug brgyad）八自在功德。

Eight worldly concerns （藏文拼音 dbang phyug brgyad） 世間八法、世間八風。貪戀獲利、享樂、稱讚、美譽，以及拒斥衰損、痛苦、譏責，以及毀謗（惡名）。

Eightfold noble path （藏文拼音 'phags lam gyi yan lag brgyad） 八正道。字面意義為「聖者之道的八個面向」，即正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正念、正定。八正道在「修道」位上得以圓滿。

Eighty inherent thought states （藏文拼音 rang bzhin brgyad cu'i rtog pa） 八十性妄（八十自性尋思）。三十三種來自於瞋怒，四十種來自貪欲，七種來自癡妄。首先，來自於瞋怒的三十三種性妄，根據聖天菩薩所著《行持總論》（Spyod bsDus）為：冷漠、中等冷漠、極度冷漠、念來、念去、悲傷、中等悲傷、強烈悲傷、沉著、概念化、恐懼、中等恐懼、極度恐懼、渴求、中等渴求、極度渴求、取、不善、餓、渴、感覺、中等感覺、極度感覺、知道、認知、感知基礎、辨別、良知、悲心、愛心、中等愛心、極度愛心、領悟力、吸引力，以及嫉妒。其次，根據同一書，貪欲的四十種性妄為

（P.165）：貪戀、缺乏明性、徹底欲求、歡喜、中等歡喜、極度歡喜、隨喜、極度喜悅、驚奇、大笑、滿意、擁抱、親吻、緊握、支持、努力、驕傲、投入、協助、力量、喜悅、和合大樂、中等和合大樂、極度和合大樂、優雅、極度挑逗、敵意、善德、清澈、真、假、確定、取、施、鼓勵、勇氣、無愧、得意、惡意、任性，以及極度欺騙。根據同一書，癡妄的七種性妄為：中等貪戀、健忘、迷惑、無語、倦怠、懶惰、懷疑。｛譯註：依據《大圓滿法性自解脫論導引文如意藏》，瞋所生三十三性妄為離貪、中離貪、極離貪、意行、意去、憂苦、中憂苦、極憂苦、寂靜、尋思、怖畏、中怖畏、極怖畏、貪求、中貪求、極貪求、近取、不善、饑、渴、受、中受、極受、作明者、明基、妙觀察、知慚、悲憫、中悲憫、極悲憫、具慮、積蓄、嫉妒等。貪所生四十性妄為貪、中貪、遍貪、喜、中喜、極喜、悅、極愉悅、稀有、笑、滿足、摟擁、吻、吮咂、固、勤、慢、作、伴隨、力、奪、合歡、極合歡、嬌媚、嬌相、怨恨、善、明句、真實、非真實、決定、近取、施者、激他、權威、無恥、欺誑、苦者、不馴、不誠等。癡所生七種性妄為中貪、忘失、迷亂、不語、懨嫌、懈怠、疑悔等。於《大乘要道密集》等論典中另有不同的分類。｝

Elaborate conduct （藏文拼音 spros bcas kyi spyod pa） 有戲論行持。多種增益修持的方式之一。獲取食物和衣著的行為，例如商人，或者持守詳細的戒律和儀式。

Emancipation-gate of emptiness （藏文拼音 rnam par thar pa'i sgo stong pa nyid）空性解脫門。「三解脫門」之一。

Emancipation-gate of marklessness （藏文拼音 rnam par thar pa'i sgo mtshan ma med pa） 無相解脫門。「三解脫門」之一。

Emancipation-gate of wishlessness （藏文拼音 rnam par thar pa'i sgo smon pa med pa） 無願解脫門。「三解脫門」之一。

Empowerment （藏文拼音 dbang） 灌頂。賦予修持金剛乘教法的力量或認可，是進入密續修持必不可少的入門。

Ensuing perception （藏文拼音 rjes snang） 隨後感知。後得狀態中的感知或所感知的顯相。

（P.166）

Ensuing understanding （藏文拼音 rjes shes） 隨後了知。後得狀態中的心的狀態。

Essence Mahamudra （藏文拼音 snying po'i phyag chen） 精藏大手印。直接引見，並非憑藉哲學推理而引見大手印根本見地的「經部大手印」，亦非憑藉瑜伽修持而引見大手印根本見地的「續部大手印」。

Essence of awareness （藏文拼音 rig ngo） 覺性的體性。與心的自性意義相同。

Essence, nature and capacity （藏文拼音 ngo bo rang bzhin thugs rje） 體性、自性與力用。大圓滿體系中如來藏的三個面向。

Essence, nature and expression （藏文拼音 gshis gdangs rtsal） 體性、自性與展現。大手印體系中如來藏的三個面向。

Essential nature of things （藏文拼音 dngos po gshis kyi gnas lugs） 事物的根本性質。參見「真如」（suchness）。

Eternalism （藏文拼音 rtag lta） 常見、恆存主義的見地。相信有恆常且無因的萬物創造者，特別是，相信自己的本體或意識有個具體的體性，且其是獨立久長且單一的。

Ever-Excellent conduct （藏文拼音kun tu bzang po'i spyod pa） 普賢行。

Exaggeration and denigration （藏文拼音 sgro btags + skur 'debs） 增、損，誇大與詆毀。對於不存在或不具表徵的事物附加上存在或表徵，且對於存在或具表徵的事物低估其存在或表徵。

Exhaustion of phenomena beyond concepts （藏文拼音 chos zad blo 'das） 法遍不可思議相。大圓滿四相的第四者。與圓滿證悟意義相同。

Expedient meaning （藏文拼音 drang don） 不了義、方便義。世俗諦的教法，旨在引導修行者進入「了義」（究竟義）。

（P.167）  
Experiences （藏文拼音 nyams） 覺受、經驗、感受。通常指經由禪修而產生的樂、明、無念之暫時經驗。特定而言，是三種階段的其中一個：智識理解、覺受、了悟。

Expression manifest in manifold ways （藏文拼音 rtsal sna tshogs su snang ba） 多重化現。根據大手印，是如來藏三種面向中的第三種：體性、自性、展現。

Extreme of eternalism （藏文拼音 rtag mtha'） 常邊。參見「常見」（Eternalism）。

Extreme of nihilism （藏文拼音 cha lta） 斷邊。參見「斷見」（Nihilism）。

Fabricated attributes （藏文拼音 spros mtshan） 造作而來的表徵。生起與終止、單數或多數、來和去、恆常與斷滅等特性，這些被謬誤地歸屬到事物的自性或如來藏之上。

First Dhyana （藏文拼音 bsam gtan dang po） 初禪。色界四禪天中的一個，由同樣稱為初禪的禪定狀態所產生。

Five bodhisattva paths （藏文拼音 byang chub sems dpa'i lam lnga） 五菩薩道。參見「五道」（Five paths）。

Five elements （藏文拼音 khams/ 'byung ba lnga） 五大。地、水、火、風、空。

Five eyes （藏文拼音 spyan lnga） 五眼。肉眼、天眼、妙觀察智眼、法眼、智慧眼（或稱「佛眼」）。

Five faculties （藏文拼音 dbang po lnga） 五根。「統御」（ruling）加行道四善根之前二者｛煖、頂｝的五種能力：信根、精進根、正念根、三昧根、智慧根。

（P.168）

Five major root winds （藏文拼音 rtsa ba'i rlung chen lnga） 五種根本風息。具有五大元素的性質，在人體內循環的氣：「持命氣」、「下行氣」、「上行氣」、「平住氣」、「遍行氣」。

Five minor branch winds （藏文拼音 yan lag gi lung phran lnga） 五種支分風息。｛譯註：行風、全行風、正行風、極行風、定行風。或稱為龍、龜、蜥蜴、天授和勝弓等五支分氣。｝

Five paths （藏文拼音 lam lnga） 五道。資糧道、加行道、見道、修道、無學道。涵蓋從開始修持佛法到完全證悟為止整個過程的五個修道。

Five powers （藏文拼音 stobs lnga） 五力。與「具統御力」（ruling）的五根雷同，但不同之處為五力會因惡緣而變得堅固。加行道中四善根的後二者｛忍、世第一法｝。

Five skandhas （藏文拼音 phung po lnga） 五蘊。包含構成有情眾生身、心要素的五種面向：[色蘊](http://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%89%B2%E8%98%8A)、[受蘊](http://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%8F%97%E8%95%B4)、[想蘊](http://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%83%B3%E8%95%B4)、（心意上的）[行蘊](http://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%A1%8C%E8%98%8A" \o "行蘊)和[識蘊](http://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%AF%86%E8%95%B4)。

Five superknowledges （藏文拼音 mngon shes lnga） 五神通。具有神足通、天眼通、天耳通、宿命通，以及他心通的能力。

Formless Realm （藏文拼音 gzugs med kyi khams） 無色界。修得四種禪定的未證悟者之居所。參見「四無色界」。

Four applications of mindfulness （藏文拼音 dran pa nye bar bzhag pa bzhi） 四念處。身、受、心、現象（法）的正念。四念處的體性為與正念同時存在的般若慧，主要在資糧道的下品階段修持。

（P.169）

Four aspects of ascertainment （藏文拼音 nges byed kyi yan lag bzhi） 四善根。參見「加行道四善根」（Four aspects of the path of joining）。

Four aspects of the path of joining 加行道四善根：煖、頂、忍，以及世第一法。詳細解說請參見個別詞條（heat, summit, acceptance, supreme mundane quality or Supreme Attribute）。

Four domains of the Realm of Form （藏文拼音 gzugs khams kyi gnas ris bzhi） 色界四禪天。已經修得「四禪」禪修狀態的眾生之居所。

Four Formless Realm （藏文拼音 gzugs med kyi khams bzhi） 四無色界。住於以下四種念頭的未證悟禪修狀態：空無邊處天、識無邊處天、無所有處天、非想非非想處天。

Four formless spheres of finality （藏文拼音 gzugs med kyi skye mched mu bzhi） 四無色界。

Four joys （藏文拼音 dga' bzhi） 四喜。喜、勝喜、離喜、俱生喜。

Four kayas （藏文拼音 dga' bzhi） ｛佛果｝四身。三身再加上體性身（或稱自性身）。

Four legs of miraculous action （藏文拼音 rdzu 'phrul gyi rkang pa bzhi） 四神足、四如意足。欲神足、觀神足、勤神足、心神足（三摩地神足）。在資糧道的上品階段可得圓滿。

Four levels of emptiness （藏文拼音 stong pa bzhi） 四空。空、善空、大空及一切空（英文直譯：空性、特別空性、大空性、普遍空性）。

Four right exertions （藏文拼音 yang dag spong ba bzhi） 四正勤。未生惡令不生、已生惡令永斷、已生善令增長、未生善令得生。四正勤在資糧道的中品階段可得圓滿。（P.170）

Four section of tantra （藏文拼音 rgyud sde bzhi） 四部密續。事部、行部、瑜伽部、無上瑜伽部。

Four visions of Dzogchen （藏文拼音 rdzogs chen gyi snang ba bzhi） 大圓滿四相。大圓滿修持中的四個階段：法性現前相、證悟增長相、明智如量相、法遍不可思議相。

Four yogas （藏文拼音 rnal 'byor bzhi） 四瑜伽。與「大手印四瑜伽」意義相同。

Four yogas of Mahamudra （藏文拼音 phyag chen gyi rnal 'byor bzhi）大手印四瑜伽。大手印修持的四個階段：專一、離戲、一味，以及無修。

Fourth empowerment of Mantra （藏文拼音 sngags kyi dbang bzhi pa） 密咒第四灌頂。也稱為「句義灌」（珍貴文字灌頂）（藏文拼音 tshig dbang rin po che），其目的在於指出心的自性。

Forty thought states resulting from desire （藏文拼音 'dod chags las byung ba'i rog pa bzhi bcu） 貪所生四十性妄。列表請參見「八十性妄」（eighty inherent thought states）。

Fruition Mahamudra （藏文拼音 'bras bu phyag chen） 果大手印。圓滿佛果的狀態。

Gampo Mountain （藏文拼音 sgam po ri） 岡波山。岡波巴大師於中藏的法座所在地。

Garuda （藏文拼音mkha' lding） 大鵬金翅鳥。神話中的一種鳥，能在一次的雙翅擺動之間即從宇宙的一個盡頭飛翔到另一個盡頭。

Gathering the accumulations （藏文拼音tshogs bsags pa） 積聚資糧。圓滿福德與智慧「二種資糧」的善法修持。

General ground of samsara and nirvana （藏文拼音'khor 'das kyi spyi gzhi） 輪迴與涅槃的共同基礎。

（P.171）

General Preliminaries （藏文拼音 thun mong gi sngon 'gro） 共的前行。對人身難得、死與無常、因果業力，以及輪迴過患的四種思量。

General Secret Mantra （藏文拼音 gsang sngags spyi） 共的密咒乘。「四部密續」中的前三者。｛事部、行部、瑜伽部。｝

General vehicles （藏文拼音 thun mong gi theg pa） 共乘。小乘與大乘。與共乘（common vehicles）一詞意義相同。

God realms （藏文拼音 lha ris） 天界。欲界中的六個天人居所；色界中的十七個天人居所；以及無色界中的四個天人居所。

Good Intelligence （藏文拼音 legs pa'i blo gros） 善慧地。菩薩十地的第九地。

Gradual type （藏文拼音 rim gyis pa） 漸悟者。依循漸進方式達到證悟的修行者。

Great Brahmin （藏文拼音 bram ze chen po） 大婆羅門。參見薩拉哈（Saraha）。

Great darkness of beginningless time （藏文拼音 thog med dus kyi mun pa chen po） 無始大闇。有情眾生心中長存的本初無明。

*Great Pacifying River Tantra* （藏文拼音 zhi byed chu bo chen po'i rgyud） 《大息河續》。

Ground Mahamudra （藏文拼音 gzhi phyag chen） 基大手印。

Group conduct （藏文拼音 tshogs spyod） 聚行（團體行持）。多種行持中的一種。

*Guhyagarbha Tantra* （藏文拼音 rgyud gsang ba snying po） 《秘密藏續》。舊譯派中名聞遐邇的一部大瑜伽續。

Guhyamantra （藏文拼音 gsang sngags） 秘密咒。金剛乘或密續教法的同義詞。「guhya」意指祕密，有被隱藏和自秘密兩種意義。「mantra」在這裡指卓越、優勝，或值得稱頌。與「密咒」（Secret Mantra）意義相同。

（P.172）

Guru Rinpoche （藏文拼音 gu ru rin po che） 蓮花生大士、蓮師。「珍貴的上師」｛藏人尊稱之｝，指蓮花生大士，梵文名字的音譯為「貝瑪卡拉」、「貝瑪桑巴瓦」。

Guru yoga （藏文拼音 bla ma'i rnal 'byor） 上師瑜伽、上師相應法。祈請證悟上師賜予加持，以及將自己的心與證悟上師的心融合為一的修持法。是不共的內前行當中的一種。

Gyalwa Lorey （藏文拼音 rgyal ba lo ras） 嘉華羅日、尊勝的羅日巴。竹巴噶舉派的一位大師。參見「羅日巴」（Lorepa）。

Habitual tendencies （藏文拼音 bag chags） 習氣、串習。烙印在遍基識中的細微傾向。

Hard to Conquer （藏文拼音sbyang dka' ba） 極難勝地。菩薩十地的第五地。

Heat （藏文拼音 drod）煖、暖。「加行道」上四善根的第一個。同時具有專注與般若慧，快要接近「見道」中的焰慧地。

Hinayana （藏文拼音 theg pa dman pa） 小乘。專注於思量四聖諦與十二因緣以求個人解脫的乘門。

Ignorant aspect of the all-ground （藏文拼音 kun gzhi ma rig pa'i cha） 遍基的無明面向。與俱生無明為同義詞。

Inexhaustible adornment wheel of Body, Speech and Mind （藏文拼音 sku gsung thugs mi zad pa rgyan gyi 'khor lo） 身、語、意的無盡莊嚴輪。

Infinite Consciousness 識無邊處天。無色界的第二重天，處於「心識是無邊無盡的！」的念頭中。

Infinite Space （藏文拼音 nam mkha' mtha' yas） 空無邊處天。無色界的第一重天，處於「虛空是無邊無盡的！」的念頭中。

（P.173）

Inseparability of the three kayas （藏文拼音 sky gsum dbyer med） 三身無別。

Instantaneous type （藏文拼音 cig car ba'i rigs） 頓悟者。修行者的一類，無需歷經修道上的漸進階段。

Intellectual understanding （藏文拼音 go ba） 智識理解。是智識理解、覺受、了悟三步驟中的第一個。

Joyous （藏文拼音 rab tu dga' ba） 歡喜地。菩薩十地的第一地。

Ka-Nying Shedrub Ling Monastery （藏文拼音 bka' snying bshad sgrub gling） 噶寧謝竹林寺（音譯）、噶寧講修寺。祖古確吉尼瑪仁波切在尼泊爾博達納（Boudhanath）的寺院。寺名的意思為「噶舉與寧瑪派教法與實修的聖地」。｛譯註：謝竹，講授教法與實際修行，簡稱「講修」；林，即是寺院或修行聖地之意。｝

Kaya （藏文拼音 sku） ｛佛｝身。指身體，或具許多功德的體現之「身」。

Kayas and wisdoms （藏文拼音 sky dang ye shes） 佛身與佛智。佛的四身與五智。

*King of Samadhi Sutra* （藏文拼音 ting 'dzin rgyal po'i mdo）《三摩地王經》，屬於佛陀三轉法輪的一部經典。

Lamdrey （藏文拼音 lam 'bras） 道果。藏傳佛教中，薩迦派的主要教法。

*Lankavatara Sutra* （藏文拼音 lang kar gshegs pa'i mdo）《大乘入楞伽經》，屬於佛陀三轉法輪的一部經典。作為瑜伽行派和唯識派的基礎。

Liberation instructions （藏文拼音 grol byed kyi khrid） 解脫教言。從真實上師處所領受的口傳教導，加以修持時能令一個人的心從迷妄中解脫。

Liberation （藏文拼音 thar pa） 解脫。從輪迴界的存有之中解脫。

（P.174）

Lord Dawö Zhonnu （藏文拼音rje zla 'od gzhon nu） 怙主達哦雄努。岡波巴大師的別號，梵文為月光童子（Chandrakumara）。｛譯註：岡波巴大師的前世之一，由釋迦牟尼佛授記將成為一位僧人醫師。堪布卡塔仁波切於講解岡波巴大師著名的《解脫莊嚴寶論》時說道：岡波巴大師在釋迦牟尼佛住世的時候，是世尊的大弟子之一──月光童子。有一次，世尊在靈鷲山講《三摩地王經》時，向眾弟子問道：「有誰能發願在未來世宏揚此經教義？」，月光童子便於大眾之中起立，說道：「我願在未來世，廣大弘揚此經教法，饒益一切有情。」當代噶舉大師堪千創古仁波切則於開示「岡波巴四法」的時候說：佛陀授記：「月光童子將化身為措伽比丘（岡波巴大師別名），投生在名為『若嘿達』的河邊。五百位菩薩眾將化身為大師的五百位弟子。」｝

Lord Gampopa （藏文拼音 rje btsun sgam po pa） 岡波巴大師。所有噶舉支派的共同祖師。參見美國香巴拉出版社（Shambhala Publications）發行的《密勒日巴傳》（Life of Milarepa）、《智慧之雨》（Rain of Wisdom）兩本書。｛尚無中譯｝

Lorepa （藏文拼音 lo ras pa） 羅日巴。竹巴噶舉派的一位偉大傳承上師。

Lotus of Nonattachment （藏文拼音 ma chags pad ma） 無貪蓮花地。菩薩地的第十二地。

Lower tantras of Mantra （藏文拼音 sngags kyi rgyud sde 'og ma） 下部密續（外三密）。密續的其中三部：事部、行部、瑜伽部。

Lower vehicles （藏文拼音 theg pa 'og ma） 下乘。相較於金剛乘，下乘為聲聞、緣覺、菩薩乘。

Luminosities of mother and child （藏文拼音 'od gsal ma bu） 母子光明。「母光明」是一切眾生內在都具有的佛性。「子光明」是認出上師向弟子所指出的光明。

Luminosity （藏文拼音 'od gsal） 明性。字面意義為「離於無明闇且具了知力」。明性的兩個面向分別為有如明朗開闊天際的「空的明性」，以及有如五彩光芒、影像等的「顯的明性」。明性是清晰的覺智，一切輪迴與涅槃之中都具有的無形無狀自性。

Luminous wakefulness of dharmata （藏文拼音 chos nyid 'od gsal gyi ye shes） 法性光明覺智。

Machik Labdron （藏文拼音 ma gcig lab sgron） 瑪姬．拉準。開創斷法（施身法）傳承的偉大女性上師。

（P.175）

Mahasandhi （藏文拼音 rdzogs pa chen po） 大圓滿。與 Dzogchen 同義，字面意義為「偉大的圓滿」，根據寧瑪派或舊譯派，是了悟自身佛性的最直接方法。

Mahayana （藏文拼音 theg pa chen po） 大乘。為利益一切眾生而致力圓滿證悟佛果的菩薩乘。詳細解說可參見彌勒菩薩所著的《現觀莊嚴論》（*Abhisamayalamkara*）。

Main part of practice （藏文拼音 nyams len gyi dngos gzhi） 正行。指前行之後的修持部分：不論是本尊修持，或此處的大手印實際修持。

Maitreya （藏文拼音 byams pa） 彌勒菩薩，慈氏。釋迦牟尼佛的菩薩攝政（補處），目前居住於兜率天，直到成為此劫的第五佛。

Manibhadra （藏文拼音 bzang） 寶賢菩薩。過去劫中的一位大菩薩。

Mantra Mahamudra （藏文拼音 sngags kyi phyag chen） 續部大手印、咒大手印。與那洛六法相關的大手印修持。參見祖古．烏金仁波切的〈大手印摘要〉。

Marks and signs （藏文拼音 mtshan dpe） 佛的相好莊嚴。圓滿佛陀的三十二大人相以及八十種隨形好。

Means and knowledge （藏文拼音 thabs dang shes rab, prajna and upaya） 方便與智慧。一般而言，佛果是經由結合方便與智慧而獲得，在大乘中為大悲與空性，在金剛乘中是生起與圓滿次第。若是特別根據噶舉派，這兩者的「方便道」指六法，「解脫道」指大手印的實修。

（P.176）

Meditation （藏文拼音 sgom pa） 禪修；修持。在大手印的修持當中，指「逐漸熟習的行為」或「保任相續性」。

Meditation and postmeditation （藏文拼音 mnyam bzhag dang rjes thob） 禪定與後得、座上與座下禪修。「禪定」在這裡指安住於平等捨之中，離於心意造作。「後得」是指從禪定中分心渙散時。

Mental constructs （藏文拼音 spros pa） 心意造作。概念的形成。

Mind consciousness （藏文拼音 yid kyi rnam par shes pa） 意識。根據《阿毘達摩》，是八識之一，其作用為分辨以及給予事物標示。

Mind-stream （藏文拼音 sems rgyud） 心續。個別認知的串連延續。

Miraculous powers （藏文拼音 rdzu 'phrul） 神變力、神幻力。

Mundane dhyana （藏文拼音 'jig rten pa'i bsam gtan） 世間禪定。有所貪著的禪修狀態，特別是貪著樂、明、無念，以及無法洞察「我」是空性的。

Mundane samadhis （藏文拼音 'jig rten pa'i ting nge 'dzin） 世間三摩地。與「世間禪定」相似。

Nagarjuna （藏文拼音 klu grub） 龍樹菩薩。印度的大哲學家。

Nagi Gompa （藏文拼音 na gi dgon pa） 納吉貢巴。祖古．烏金仁波切的隱居處，靠近尼泊爾的加德滿都。

Naked ordinary mind （藏文拼音 tha mal gyi shes pa rjen pa）赤露平常心。

Namo Mahamudraye （梵文） 南無摩訶慕札耶。禮敬大手印。

Naropa （藏文拼音 na ro pa） 那洛巴。帝洛巴的大弟子，是噶舉傳承中瑪爾巴的上師。

Natural face of dharmakaya（chos sku’i rang zhal）法身本然面貌。

（P.177）

Natural face of ground Mahamudra （藏文拼音 gzhi phyag chen gyi rang shal） 基大手印的本然面貌。

Natual face of mind （藏文拼音 sems nyid rang zhal） 心的本貌。

Neither Presence nor Absence [of conceptions] （藏文拼音 ['du shes] yod min med min） 非想非非想處天。無色界的第三重天，處於「我的感知既非無也非有」的念頭中。

New School （藏文拼音 gsar ma） 新譯派。新譯派有噶舉、薩迦、格魯。｛譯註：專指從譯師仁欽桑波時期開始所出現的藏傳佛教派別，相對於舊譯派的寧瑪教派。｝

Niguma （藏文拼音 ni gu ma） 尼古瑪。偉大的印度女性上師，也是瓊波拿究（Khyungpo Naljor）的老師。

Nihilism （藏文拼音 chad lta） 斷見、虛無主義。字面的意義為「中斷的見地」。空無的極端見解：沒有投生或業報，以及死亡之後沒有心的存在。

Nine dhyanas of absorption （藏文拼音 snyoms 'jug gi bsam gtan dgu） 九次第定。四禪那、四無色定，以及聲聞者的滅盡定。

Nirmanakaya （藏文拼音 sprul sku） 化身、化現的身體。佛三身中的第三者。證悟者可調服眾生且可為眾生所看見的面向。

Nirvana （藏文拼音 mya ngan las 'das pa） 涅槃。下品涅槃指的是小乘修行者從輪迴中解脫。當談到佛時，「涅槃」是指證悟的大無住境界，既不落入輪迴的極端，也不落入阿羅漢所證得的寂滅消極狀態。

Nonarising essence （藏文拼音 gshis skye ba med pa） 無生體性。

Non-Buddhist extremists （藏文拼音 mu stegs pa） 外道邊見者。遵從恆存主義（常見）或虛無主義（斷見）此狹隘觀點的哲學老師。

（P.178）

Nonconceptual wakefulness （藏文拼音 rnam par mi rtog pa'i ye shes） 無分別覺智。

Nondistraction （藏文拼音 g yengs med） 無散亂。不偏離持續的修持。

Nonfabrication （藏文拼音 bzo med） 無造作。

Nonfixation （藏文拼音 'dzin med） 無執念。不執著於主體與客體的狀態。

Nonmeditation （藏文拼音 sgmon med） 無修。不執著於所禪修的客體，也不執著於能禪修的主體。另外也指大手印的第四個階段，於此階段，已沒有要進一步「禪修」或「修習」的東西。

*Notes on Vital Points* （藏文拼音 gnad kyi zin tig） 《要點筆記》。大手印的經典。

Nothing Whatsoever （藏文拼音 ci yang med pa） 無所有處天。四無色界的第三重天，處於「一切都沒有了！」的念頭中。

Nyingma tradition （藏文拼音 rnying lugs） 寧瑪傳承。主要於藏王松贊干布治國期間以及後續直到仁欽桑波譯師之前，所翻譯並引介到西藏的教法。

Obscuration of dualistic knowledge （藏文拼音 shes bya'i sgrib pa） 所知障、二元知見的遮障。執著於主體、客體與行為（作者、受者、所作）的細微遮障。

Old and New Schools （藏文拼音 rnying ma dang gsar ma） 新、舊譯派（新、舊學派）。在印度並沒有新、舊學派，這些名詞指的是佛法在西藏的早期與後期弘傳。到藏王赤饒（King Triral）為止的翻譯稱為早期翻譯的舊譯派 （藏文拼音 snga 'gyur snying ma），在這之後的則稱為

（P.179）後期翻譯的新譯派 （藏文拼音 phyi 'gyur gsar ma）。一般公認洛千仁欽桑波 （藏文拼音lo chen rin chen bzang po）是新密咒派的第一位譯師。

Old School of the Early Translations （藏文拼音 snga 'gyur rnying ma） 早期翻譯的舊譯派。與「寧瑪傳承」相同。

Omniscience （藏文拼音 rnam mkhyen, thams ca mkhyen pa） 遍智、一切智智。與完全證悟或佛果相同。

One Taste （藏文拼音 ro gcig） 一味。大手印修持的第三階段。

One-pointedness （藏文拼音 rtse gcig） 專一。大手印修持的第一階段。

Paramita vehicle （藏文拼音 phar phyin gyi theg pa） 波羅蜜多乘。依據《般若波羅蜜多》的多部經典，修持五道與十地此漸道的經部體系。

Passing stains （藏文拼音 glo bur gyi dri ma） 暫時的染污。如來藏中本來不具有的遮障，有如天空中原本不具有的雲朵。

Path Mahamudra（lam phyag rgya chen po）道大手印。此時修行者趨近於認出如來藏，並運用此認出於自己的修持之中。

Path of Accumulation （藏文拼音 tshogs lam） 資糧道。五道中的第一道，強調要積聚福德、信心與正念。

Path of Cultivation （藏文拼音 sgom lam） 修道。五道中的第四道，此時修行者修持較高的菩薩行，特別是八正道支。

Path of Fulfillment （藏文拼音 mthar phyin pa'i lam） 圓滿道。與「無學道」相同。

（P.180）

Path of Joining （藏文拼音 sbyor lam）加行道。五道中的第二道，此時修行者更接近對實相的了悟而就快與此了悟相合。｛故又稱相合道。｝

Paths of Learning （藏文拼音 slob pa'i lam） 有學道。五道中的前四道，此時仍然有著進步、修持與學習的概念。

Path of Liberation （藏文拼音 grol lam） 解脫道。大手印修持的道路。

Path of No-learning （藏文拼音 mi slob pa'i lam） 無學道。五道中的第五道，也是圓滿正等正覺的境界。

Path of Seeing （藏文拼音 mthong lam） 見道。五道中的第三道，即是證得初地菩薩果位，從輪迴解脫且了悟實相真諦。

Paths and bhumis （藏文拼音 sa lam） 地與道。五道與菩薩十地。

Perfect buddhahood（藏文拼音 rdzogs pa'i sangs rgyas）圓滿佛果、正等正覺。淨除所有過失與障蔽，以及圓滿所有證悟的功德。

Permanent or annihilated （藏文拼音 rtag pa dang chad pa） 永恆或斷滅。「常見」的永恆不朽，或者「斷見」的停止存在。

Personal experience （藏文拼音 rang snang） 自顯、個人經驗。舉例為夢境經驗，這個詞彙有時候翻譯為「自己的投射」或者「自我展顯」（self-display）。

Personal manifestation （藏文拼音 rang snang）自顯、個人顯現。與個人經驗（Personal experience）相同。

Phenomena （藏文拼音 chos, snang ba） 現象；法。可以被經驗、思考或了知的一切事物。

Philosophical Schools （藏文拼音 grub mtha'） 學派。四個佛教思想學派：說一切有部（Vaibhashika）、經量部（Sautrantika）、唯識派（Cittamatra）、

（P.181）

中觀派（Madhyamaka）。前二者是小乘，後二者是大乘。

Postmeditation （藏文拼音 rjes thob） 後得、座下。一般而言，指投入感官感受與活動的期間。特定而言，指從心的本然狀態渙散時。

Practice Lineage （藏文拼音 sgrub brgyud） 實修傳承。該傳承中的上師強調對於教法的個人經驗，而非學者派的宣講經典 （藏文拼音 bshad brgyud）。參見「八大實修傳承」（Eight Practice Lineages）。

Prajnaparamita （藏文拼音 shes rab kyi pha rol tu phyin pa） 般若波羅蜜多；智慧圓滿。「出世智」。洞察空性，超越對主體、客體與行為之執念的大乘教法。

Pratyekabuddha （藏文拼音 rang sangs rgyas） 辟支佛、緣覺、獨覺。「獨自證悟者」。在第二個小乘派別中，主要透過以顛倒次序來觀修十二因緣而達到圓滿的修行者。

Precious Word Empowerment （藏文拼音 tshig dbang rin po che） 句義灌、珍貴的詞句灌頂。參見「第四灌頂」（fourth empwerment）。

Preliminaries （藏文拼音 sngon 'gro） 前行、加行。共的外前行為四思量（轉心法）；不共的內前行為皈依與發菩提心、金剛薩埵修誦、獻曼達，以及上師瑜伽的四乘以十萬次修持。

Purifying the obscurations （藏文拼音 sgrib sbyong） 清淨遮障。淨除如來藏之遮蔽的靈性修持，例如不共前行中的觀修與持誦金剛薩埵心咒。

（P.182）

Qualified master （藏文拼音 bla ma mtshan nyid dang ldan pa） 具格上師、具德上師。擁有正見且具有真正菩提心的人。

Radiant （藏文拼音 'od byed pa） 發光地。菩薩十地的第三地。

Rainbow body （藏文拼音 'ja' lus）虹身、虹光身。已經竭盡一切執取與執念的修行者，在死亡時，形成肉身的五大粗重元素消融回返其五大精華－五色光。有時會留下毛髮與指甲。

Realization （藏文拼音 rtogs pa） 了證、了悟。智識理解、覺受與了悟的第三個依序階段。

Realized （藏文拼音 mngon du gyur pa） 現前地。菩薩十地的第六地。

Realizing the view （lta bar rtogs pa）。了悟見地。

Realm of Form （藏文拼音 gzugs kyi khams） 色界。輪迴中的十七重天，包含四禪天的後三個以及五淨居。居住在色界中的眾生擁有光體，壽命極長且沒有痛苦的感受。

Resultant Secret Mantra （藏文拼音 'bras bu gsang sngags）密咒果乘。以果為道用的金剛乘體系，相對於「因哲理乘」。參見「密咒」（Secret Mantra）。

Ripening empowerments （藏文拼音 smin byed kyi dbang） 成熟灌頂。令眾生的心續成熟，而能夠證得佛的四身的金剛乘灌頂。

Royal seat of dharmakaya （藏文拼音 chos sku'i rgyal sa） 法身王位。與圓滿佛果相同。

Royal throne of the three kayas （藏文拼音 sku gsum gyi btsan sa） 三身寶座。與圓滿佛果相同。

Rupakaya （藏文拼音 gzugs kyi sku） 色身、具有色相之身。佛的報身與化身的統稱。（P.183）

Sadaprarudita （藏文拼音 rtag tu ngu） 常啼菩薩。過去劫中的一位菩薩，是堅定虔敬與堅忍的典範。於《般若波羅蜜多經》中提及這位菩薩。

Samadhi （藏文拼音 ting nge 'dzin） 三摩地、三昧、定。「持守相續性或平穩性」。

Samadhi of Courageous Movement （藏文拼音 dpa' bar 'gro ba'i ting nge 'dzin） 勇行定。《楞嚴經》（*Surangama Sutra*）中描述的楞嚴三昧。

Samadhi of Magical Illusion （藏文拼音 sgyu 'phrul gyi ting nge 'dzin） 如幻三摩地。

Samadhi of First Dhyana （藏文拼音 bsam gtan dang po'i ting nge 'dzin） 第一禪那三摩地。參見「初禪」（fist dhyana）。

Samadhi of the Majestic Lion （藏文拼音 seng ge bsgyings pa'i ting nge 'dzin） 獅子威三摩地。其英譯描述見於美國香巴拉出版社發行的《大方廣佛華嚴經》（*Flower Adornment Sutra, Vol. III* ）中。

Samaya （藏文拼音 dam tshig） 三昧耶；誓言。金剛乘修持中的神聖誓言、戒律或者承諾。三昧耶有許多細節，但根本上包含對外與金剛上師和法友們保持和諧關係，以及對內不偏離持續的修持。

Sambhogakaya （藏文拼音 longs spyod rdzogs pa'i sku） 報身。「圓滿受用身」。在佛果的五身之中，報身是具足「五圓滿」的諸佛的半顯現之相。「五圓滿」是上師圓滿、眷屬圓滿、處所圓滿、教法圓滿，以及時間圓滿，只有登地菩薩才能看得到。

Sameness of space and wakefulness （藏文拼音 dbyings dang ye shes mnyam pa nyid）空性與覺智不二。

（P.184）

Samsara （藏文拼音 'khor ba） 輪迴。生與死的「惡性輪轉」。一般凡夫眾生受到無明與二元感知、業力與煩惱情緒束縛的狀態。

Samsara and nirvana （藏文拼音 'khor 'das） 輪迴與涅槃。清淨與不清淨的現象。

Saraha （藏文拼音 sa ra ha） 薩拉哈。印度大成就者之一，是大手印傳承的一位上師。

Secret conduct（gsang ba’i spyod pa）密行。各種不同的行持之一，作為增益修持。

Secret Mantra （藏文拼音 gsang sngags, guhyamantra） 密咒乘。與「金剛乘」同義。參見「祕密咒」（Guhyamantra）。

Seeing the mind-essence （藏文拼音 sems ngo mthong ba） 明心見性，看到心的體性。

Self-aware self-knowing （藏文拼音 rang rig rang gsal） 自覺的自明了。

Self-knowing mindfulness （藏文拼音 rang gsal gyi dran pa） 自明了的正念。

Self-entity （藏文拼音 rang bzhin） 本體、我。個人或現象本來存在且獨立的實體。｛譯註：人無我、法無我的「我」。｝

Self-existing natural flow（藏文拼音 rang byung rang babs） 自有本然流續。

Self-existing self-knowing（藏文拼音 rang byung rang gsal） 自有的自明了。

Self-existing wakefulness（藏文拼音 rang byung ye shes） 自有的覺智、自生智。不倚賴智識作意的基本覺性。

Seven aspects of union （藏文拼音 kha byor yan lag bdun）七支和合。報身佛的七種功德：受用圓滿、和合、大樂、無自性、大悲遍滿、利生無斷、永住無滅

等七支。

Seven bodhi-factors （藏文拼音 byang chub yan lag bdun） 七覺支。定覺支、擇法覺支、念覺支、精進覺支、喜覺支、輕安覺支、捨覺支。

Seven thought states resulting from delusion （藏文拼音 gti mug las byung ba'i rtog pa bdun） 癡所生七性妄。參見「八十性妄」（eighty inherent thought states 詞條）。

（P.185）

*Seven Wheels of Kshitigarbha Sutra* （藏文拼音 sa snying 'khor lo bdun gyi mdo） 《地藏七輪經》。｛譯註：漢譯有《地藏十輪經》。｝

Shamatha （藏文拼音 zhi gnas） 奢摩他、止。在念頭的活動平息後的「寂住」或「保持靜止」，或者指為了離於念頭干擾所做的靜心禪修。

Shamatha cessation （藏文拼音 zhi gnas 'gog pa） 奢摩他寂滅。

Shamatha that delights the tathagatas （藏文拼音 de bzhin gshegs dgyes/ dge'i zhi gnas） 令諸如來歡喜的奢摩他。初地菩薩的奢摩他狀態，以空性觀作攝持。

Shamatha with attributes （藏文拼音 mtshan bcas zhi gnas） 有相奢摩他。

Shamatha with support （藏文拼音 zhi gnas rten bcas） 有所緣奢摩他。

Shamatha without attributes （藏文拼音 mtshan med zhi gnas） 無相奢摩他。

Shamatha without support （藏文拼音 zhi gnas rten med） 無所緣奢摩他。

Shravaka （藏文拼音 nyan thos） 聲聞。修持佛陀初轉法輪時所開示四聖諦的修行者。

Shravaka's samadhi of peace （藏文拼音 nyan thos kyi zhi ba'i ting nge 'dzin） 聲聞的寂靜三摩地。

Siddha （藏文拼音 grub thob） 成就者。已經證得悉地的人；成就的大師。

Siddhi （藏文拼音 dngos grub） 悉地、成就。通常指圓滿證悟的「不共悉地」，但也可以指八種世間成就的「共的悉地」。

Simplicity （藏文拼音 spros bral） 離戲。大手印修持的第二個階段。

Single circle of dharmakaya （藏文拼音 chos sku thig le nyag cig） 法身單一明點。

Single sufficient jewel （藏文拼音 nor bu gcig chog） 僅一即足之寶。弟子視為三寶、三根本，以及佛三身化現的個人老師。

（P.186）

Six classes of beings （藏文拼音 'gro ba rigs drug） 六道眾生。天人、阿修羅、人、畜牲、餓鬼，以及地獄眾生。

Six collections [of consciousness] （藏文拼音 [rnam shes] tshogs drug） 六識。五種感官意識以及意識。

Six Doctrines of Naropa （藏文拼音 chos drug） 那洛六法。拙火、幻身、睡夢、明光、中陰、遷識。參見「方便道」。

Six Ornaments and the Two Supreme Ones （藏文拼音 rgyan drug mchog gnyis） 二勝與六莊嚴。六莊嚴為龍樹菩薩、聖天菩薩、無著菩薩、陳那菩薩、世親菩薩，以及法稱菩薩。二勝是釋迦光和功德光菩薩。

Skandhas （藏文拼音 phung po） 蘊集。許多部分的集合。參見「五蘊」（five skandhas）。

Skipping the grades type （藏文拼音 thod rgal ba'i rigs） 越級者。

Special preliminaries （藏文拼音 thun min gyi sngon 'gro） 不共前行。皈依、發菩提心、金剛薩埵修誦、獻曼達，以及上師瑜伽。

Stainless （藏文拼音 dri ma med pa） 離垢地。菩薩十地的第二地。

Stillness （藏文拼音 gnas pa） 寂止。無念頭活動及無煩惱情緒，但對於止靜有細微的執念。

Suchness （藏文拼音 bzhin nyid） 真如、如是。空性或者「事物本性」－法性的同義詞。也可以用來形容緣起與空性合一。

Sugata-essence （藏文拼音 bde gshegs snying po） 如來藏、佛性、善逝藏。最常見的梵文名詞，在西方一般稱為「佛性」，也就是每一位有情眾生本來即具有的證悟本質。也是呈現為二諦無別的心之體性的層面，本身即是佛果的體性。

（P.187）

Sumeru （藏文拼音 rib rab） 須彌山。四大部洲正中央的山。參見「須彌山」（Meru）。

Superknowledges （藏文拼音mngon par shes pa） 神通力。通常指五種「較高的感知」，包括天眼通、他心通等。

Supreme Attribute （藏文拼音 chos mchog） 世第一法。加行道四善根的第四個。是輪迴界中最高的修證成就。

Supreme mundane quality （藏文拼音 'jig rten chos mchog） 殊勝世間功德。與「世第一法」（Supreme Attribute）相同。

Sutra （藏文拼音 mdo） 經。佛陀所說的開示或教法。也指以因為道的所有因地教導。

Sutra and Tantra （藏文拼音 mdo rgyud） 經和續。經部指小乘與大乘的教法。續部指金剛乘。經部指以因為道用，續部則指以果為道用。

Sutra Mahamudra （藏文拼音 mdo'i phyag chen） 經部大手印。以《般若波羅蜜多經》為基礎，強調奢摩他（止）與毗婆舍那（觀）以及漸次行經菩薩五道與十地的大手印體系。

Sutra system （藏文拼音 mdo lugs） 經部體系。在這裡指漸進的菩薩道。

Svabhavikakaya （藏文拼音 ngo bo nyid kyi sku） 體性身、自性身。有時候被視為佛的第四身，是前三身的總集。

（P.188）

Symbolic wisdom （藏文拼音 dpe'i ye shes） 譬喻智。第三灌頂中大樂與空性合一的智慧，用來引見第四灌頂的「真實智」。

*Tantra of the Two Segments* （藏文拼音 rgyud brtags pa gnyis pa） 《二品續》。簡軌《喜金剛續》。（譯註：即目前傳世的簡短版本，較長版本並未傳世。）

Tantra （藏文拼音 rgyud） 續部。佛陀以報身相所傳授的金剛乘教法。Tantra 的字面意義為「相續性」，意思是指佛性，「所表示意義之續」。一般而言，是指較經部更崇高的超凡續典，「可表意文字之續」。也可指以果為道用的所有果地教導。

*Tantra of Directly Realizing* （藏文拼音 dgongs pa zang thal gyi rgyud） 《直趨密意續》。蓮花生大士的伏藏法，由日津．果登（Rigdzin Godem）所取出的續部典籍。日津．果登是取出寧瑪派北伏藏法統的大師，這部續中包含聞名的《普賢王如來祈願文》。

*Tantra of the Inconceivable Secret* （藏文拼音 gsang ba bsam gyis mi khyab pa'i rgyud） 不可思議秘密續。制定大手印體系的新譯派續典。

Tathagata （藏文拼音 de bzhin gshegs pa）如來。即完全證悟的佛。已經去往（gata）法界如是（tatha）境界的佛。與「善逝」以及「勝者」為同義詞。

Temporary straying from the essence （藏文拼音 gshis kyi 'phral shor） 暫時偏離體性。

Temporary straying from the path （藏文拼音 lam gyi 'phral shor） 暫時偏離修道。

Temporary straying from the remedy （藏文拼音 gnyen po 'phral shor） 暫時偏離對治。

（P.189）

Temporary straying into generalizing （藏文拼音 rgyas 'debs 'phral shor） 暫時偏離而誤入概論化。

Ten bhumis （藏文拼音 sa bcu） 十地。十個菩薩果位：歡喜地、離垢地、發光地、焰慧地、難勝地、現前地、遠行地、不動地、善慧地、法雲地。

Thinking and stillness （藏文拼音 gnas 'gyu） 動與靜。有念頭與無念頭。

Third empowerment （藏文拼音 dbang gsum pa） 第三灌頂。阿努瑜伽體系中四種灌頂的第三種，引見大樂與空性的合一（樂空不二）。

Thirty-two thought states resulting from anger （藏文拼音 zhe sdang las byung ba'i rtog pa so gsum） 瞋所生三十二性妄。參見「八十性妄」（eighty innate thought states）。｛譯註：瞋所生性妄應有三十三種。｝

Thought arising as meditation （藏文拼音 rnam rtog bsgom du 'char ba） 念頭生起為禪修。

Three gates of emancipation （藏文拼音 rnam thar sgo gsum） 三解脫門。空性、無記、無願這三個解脫門。

Three kayas （藏文拼音 sku gsum） 三身。法身、報身、化身。作為基的三身是「體性、自性、展現」，作為道的三身是「樂、明、無念」，作為果的三身是「佛果三身」。

Three kayas of buddhahood （藏文拼音 sangs rgyas sku gsum） 佛果三身。法身離於戲論造作，並具有「二十一組證悟功德」。報身具有光的自性，並具有唯獨登地菩薩方能得見的三十二相和八十種好。化身則是以清淨與不清淨眾生都能看見的形式示現。

（P.190）

Three natures （藏文拼音 rang bzhin gsum/mtshan nyid gsum） 三性。唯識宗與瑜伽行派所立的現象三層面：「遍計所執性」、「依他起性」和「圓成實性」。（被想像出來的）「遍計所執性」（藏文拼音 kun brtags）是兩種我｛人之我、法之我｝。（依緣的）「依他起性」（藏文拼音 gzhan dbang）是八識。（究竟的）「圓成實性」（藏文拼音 yongs grub）是事物的空性自性－如是。

Three realms （藏文拼音 khams gsum） 三界。輪迴中的欲界、色界、無色界。

Threefold Purity （藏文拼音 'khor gsum rnam dag） 三輪體空、三清淨。不執著主體、客體，以及行為（作者、受者、所作）。

Tilopa （藏文拼音 ti lo pa） 帝洛巴。印度大成就者，那洛巴的上師以及噶舉派創教師。

Transcnedent Knowledge （藏文拼音 shes rab kyi pha rol tu phyin pa, prajnaparamita） 出世智、般若慧、智慧圓滿、般若波羅蜜多。超越概念思維的智慧。

Trekcho （藏文拼音 khregs chod） 立斷（音譯：且卻）。大圓滿修持的兩個主要層面之一。另外一個是頓超（音譯：妥嘎）。

True all-ground of application （藏文拼音 sbyor ba don gyi kun gzhi） 諸行的究竟（勝義）遍基。

True wakefulness （藏文拼音 don gyi ye shes） 真實智。經由第四灌頂所引見的覺、空合一（覺空不二）之覺智。

Tulku Urgyen Rinpoche （藏文拼音 sprul sku u rgyan rin po che） 祖古．烏金仁波切。噶舉和寧瑪傳承的當代大師，在世時住於尼泊爾的納吉貢巴（Nagi Gompa）。

Twelve times on hundred qualities （藏文拼音 yon tan brgya phrag bcu gnyis） 十二種乘以一百倍的功德。初地菩薩可同時化現一百個化身以利益眾生。

（P.191） 像這樣能變化各一百倍的能力還有另外十一組。參見彌勒菩薩的《現觀莊嚴論》（*Abhisamayalamkara*）。

Two accumulations （藏文拼音 tshogs gnyis） 二種資糧。福德與智慧資糧。

Two kayas （藏文拼音 sku gnyis） 佛的二身。為自利而證悟的法身，以及為利他而化現的色身。

Two rupakayas （藏文拼音 gzugs sku gnyis） 二種色身。報身與化身。

Twofold knowledge （藏文拼音 mkhyen pa gnyis） 二智。如實了知自性的覺智，以及能感知所有一切的覺智。對於世俗現象與究竟現象的智慧。

Twofold purity （藏文拼音 dag pa gnyis） 二種清淨。本具或本初的清淨，以及已淨除所有暫時遮蔽的清淨。

Udumvara flower 優曇婆羅花，字面意義為「特別著名」或「至上崇高」，據說只有在完全證悟的佛出世時，才會有此花出現與綻放。

Unchanging absolute （藏文拼音 'gyur med yongs grub）圓成實性（不變異的究竟）。與空性或如是相同。另參見「三性」（three natures）。

Unconditioned dharmadhatu （藏文拼音 chos dbyings 'dus ma byas） 無緣法界。

Understanding, experience and realization （藏文拼音 go myong rtogs gsum） 解、覺、證。智識理解、實際覺受，以及不變了證。

Unelaborate conduct （藏文拼音 spros med kyi spyod pa） 無戲論的行持。多種增益修持的種類之一。

Unfabricated naturalness （藏文拼音 ma bcos rang babs） 無造作的本然。

（P.192）

Unity of the two kayas （藏文拼音 sky gnyis zung 'jug） 二身合一。

Universal Light （藏文拼音 kun tu 'od） 普光地。根據經部體系，是第十一地菩薩以及佛果的境界。

Unobstructed nature （藏文拼音 gdangs dgag med） 無礙自性。根據大手印體系，是如來藏的三個層面之一：體性、自性、展現。

Unshakable （藏文拼音 mi g.yo ba） 不動地。菩薩十地的第八地。

*Uttaratantra* （藏文拼音 rgyud bla ma） 《究竟一乘寶性論》。彌勒菩薩所著，意思是「無上續」。桑耶林（Samye Ling）於1988年以《不變自性》（The Changeless Nature）為書名而發行英譯版，自生慧出版社（Rangjung Yeshe Publications）則以創古仁波切的口訣教導《佛性》（Buddha Nature）一書出版。

Vajra Holder （藏文拼音 rdo rje 'chang） 金剛持。參見「金剛持」（vajradhara）。

Vajra vehicles （藏文拼音 rdo rje theg pa） 金剛乘。參見「金剛乘」（Vajrayana）。

Vajra vehicles of the resultant Secret Mantra （藏文拼音 'bras bu gsang sngags rdo rje theg pa）密咒果乘的金剛乘。參見「密咒」（Secret Mantra）。

Vajradhara （藏文拼音 rdo rje 'chang） 金剛持，持有金剛者。新譯派中的法身佛。也可以指個人的金剛乘上師。

Vajralike samadhi （藏文拼音 rdo rje lta bu'i ting nge 'dzin） 金剛喻三摩地、金剛喻定。第十地的最後階段，結果為佛果。

Vajrasana （藏文拼音 rdo rje gdan） 金剛座。釋迦牟尼佛於印度菩提迦耶成道之菩提樹其下的金剛座。

Vajrayana （藏文拼音 rdo rje theg pa） 金剛乘。以果為道的修持。與「密咒乘」相同。

Vehicle （藏文拼音 theg pa） 乘。「帶著」修行者到達果位的一套［佛法］修持方法。

（P.193）

Very unelaborate conduct （藏文拼音 shin tu spros med kyi spyod pa） 極無戲論的行持。一種增益修持的行持方法。

Victorious conduct （藏文拼音 rnam rgyal gyi spyod pa）勝御方行。多種行持方法的其中一種。

Victorious ones （藏文拼音 rgyal ba, jina） 勝者。與佛相同。

Vidyadhara （藏文拼音 rig 'dzin, knowledge-holder） 持明者。持有（dhara） ［智慧］明（vidya）咒的人。

Vipashyana （藏文拼音 lhag mthong） 毗婆舍那、觀。「清明的看見」或「較廣的看見」。禪修的兩個主要層面之一，另一個是奢摩他。

Wakefulness of all existent objects of knowledge （藏文拼音 shes bya ji snyed pa [mkhyen pa]'i ye shes） 了知一切存有對境的覺智。了知世俗現象的二種智慧面向。（譯註：一般指佛之二智當中的「盡所有智」。）

Wakefulness of knowing the nature as it is （藏文拼音 gnas lugs ji lta ba [gzigs pa]i ye shes） 如實了知自性的覺智。

Wisdom essence of the tathagatas （藏文拼音 de bzhin gshegs pa'i ye shes kyi snying po） 如來智的體性。與「如來藏」同義。

Yoga of Nonmeditation （藏文拼音 sgom med kyi rnal 'byor） 無修瑜伽。大手印四瑜伽的第四種。

Yogachara （藏文拼音 rnal 'byor spyod pa） 瑜伽行派。無著菩薩所建立的大乘學派。

Yogic practices （藏文拼音 'khrul 'khor） 瑜伽修持。那洛六法中所運用的修習。

Zhijey （藏文拼音 zhi byed） 息法、息苦法（音譯：息解）。由帕當巴．桑傑（Phadampa Sangye）帶入西藏，八大實修傳承之一。

**《核心之要》所述及的大師與經典**

（P.195）

Asanga （藏文拼音 thogs med） 無著菩薩。偉大的印度學者，主要與唯識派相關。

*Buddha Avatamsaka Sutra* （藏文拼音 sangs rgyas phal po che） 《大方廣佛華嚴經》。美國香巴拉出版社（Shambhala Publication）發行的英文版書名為：*The Flower Adornment Sutra*。

Cutting （藏文拼音 gcod） 斷法、斷境法（音譯：卻或倔）。西藏八大實修傳承之一，與瑪姬．拉準相關。

*Dzogchen Hearing Lineage of Aro* （藏文拼音 rdzogs pa chen po a ro'i snyan brgyud） 大圓滿阿若口耳傳承。從阿若．耶謝．炯涅（藏文拼音 Aro Yeshe Jungney） 所傳下來的傳承，主要著重於大圓滿的心部。

Gampopa （藏文拼音 mnyam med sgam po pa） 岡波巴。噶舉派早期大師，是密勒日巴的弟子以及第一世噶瑪巴和帕摩．竹巴的上師，著有《解脫莊嚴寶論》等。

*Golden Garland of Rulu*（藏文拼音 ru lu gser phreng）《真實義黃金鬘》。岡波巴的著作之一。

Götsangpa, the conqueror （藏文拼音 rgyal ba rgod tshang pa） 勝者果倉巴，生於1189年，歿於1258年。竹巴噶舉派的早期大師。

Gyalsey Togmey Rinpoche （藏文拼音 rgyal sras rin po che thogs med） 賈瑟．托美仁波切。生於1295年，歿於1369年。噶當巴的大師，著有聞名的《佛子行三十七頌》。另一名號為紐邱．托美．桑波（藏文拼音 dngul chu thogs med bzang po）。

Gyalwa Drigungpa（藏文拼音 rgyal ba bri gung pa） 嘉華直貢巴。

Hasang（hva shang）和尚。某漢地大乘上師。

Khachö Lutreng （藏文拼音 mkha' spyod klu 'phreng） 龍鬘空行。

（P.196）

Kyoba Rinpoche （藏文拼音 skobs pa rin po che） 覺巴仁波切。西元1143年 - 1217年。直貢噶舉教派的早期大師，是帕摩．竹巴的弟子。

Lalita Vistara （藏文拼音 rgya cher rol pa，Sutra of the Vast Display） 《方廣大莊嚴經》、《神通遊戲經》或《普曜經》。釋迦牟尼佛傳記之一。美國佛法出版社（Dharma Publishing）發行的英文版書名：*The Voice of the Buddha*。

Lingje Repa （藏文拼音 gling rje ras pa） 林傑．惹巴。西元1128年 - 1188年。竹巴噶舉教派的早期大師。

Luhipa, the siddha （藏文拼音 grub thob lu hi pa） 成就者魯悉巴。印度大成就者。

Maitreya （藏文拼音 byams pa） 彌勒菩薩。釋迦牟尼佛的菩薩弟子，是無著大師的老師以及賢劫下一位將出世的佛。

Maitripa （藏文拼音 mai tri pa） 梅紀巴。大手印傳承中的印度成就者，是那洛巴的上師。

Manjushri （藏文拼音 'jam dpal dbyangs） 文殊菩薩。釋迦牟尼佛的菩薩弟子，體現出世智與中觀的見地。

Marpa, lord （藏文拼音 rje mar pa） 怙主瑪爾巴。西元1012年 - 1097年。西藏噶舉傳承的開山始祖。那洛巴的弟子，密勒日巴的上師。

Milarepa （藏文拼音 mi la ras pa） 密勒日巴。西元1040年 - 1123年。偉大的西藏瑜伽士。瑪爾巴的弟子，岡波巴的上師，以其《十萬道歌》和一生的傳記而聞名於世。

Nagarjuna （藏文拼音 klu grub） 龍樹菩薩。偉大的印度學者，主要與中觀派有關。

Naropa, the glorious （藏文拼音 dpal na ro pa） 吉祥那洛巴。印度班智達、成就者以及馬爾巴的上師。

*Noble Eight Thousand Verses* （藏文拼音 'phags pa brgyad stong pa） 《般若八千頌》。中版的《般若波羅蜜多經》。

（P.197）

Nyang Ben Tingdzin Zangpo （藏文拼音 nyang ban ting 'dzin bzang po） 釀．班．汀金．桑波。西藏大師，無垢友尊者與蓮花生大士的弟子。

Orgyenpa, the siddha （藏文拼音 grub thob o rgyan pa） 成就者哦堅巴。西元1230年 - 1309年。法王果倉巴與第二世噶瑪巴－噶瑪巴希的弟子。

Pacifying （藏文拼音 zhi byed） 息法。西藏八大實修傳承之一，與印度大成就者帕當巴．桑傑有關。

Phagmo Drubpa, the sugata （藏文拼音 bde gshegs phag mo grub pa） 善逝帕摩．竹巴。西元1110年 - 1170年。岡波巴的弟子。

Precious Master of Uddiyana （藏文拼音 o rgyan rin po che） 鄔迪亞那的珍寶上師。指蓮花生大士貝瑪桑巴瓦，是藏傳佛教的開山祖師。

Sakyapa, Lord （藏文拼音 rje sa skya pa） 怙主薩迦巴。西元1182 - 1251年。另名為薩迦班智達貢噶．嘉琛。薩迦派早期大師。

Samantabhadra （藏文拼音 kun tu bzang po） 普賢王如來。大圓滿傳承中的法身佛。

Saraha （藏文拼音 bram ze chen po sa ra ha） 薩拉哈。大手印傳承中的印度大成就者，以其道歌而聞名。

Shang Rinpoche （藏文拼音 'gro mgon zhang rin po che / shang g.yu brag mgon po） 香仁波切。西元1123 - 1193年。擦巴噶舉派 （藏文拼音 Tsalpa Kagyu） 的開山祖師。

Shavaripa （藏文拼音 dpal sha wa ra） 夏瓦日巴。印度大師。龍樹菩薩的弟子，彌勒菩薩的上師。

Subhuti （藏文拼音 rab 'byor） 須菩提。釋迦牟尼佛十大聲聞近侍弟子之一，以善於教導空性而聞名。

*Sutra of Nonorigination of Dharmas* （藏文拼音 chos 'byung ba med pa'i mdo） 《諸法無生經》。

（P.198）

*Sutra of the Good Aeon* （藏文拼音 mdo sde bskal bzang） 《賢劫經》。美國佛法出版社（Dharma Publishing）發行的英文版。

*Sutra of the King of Samadhi* （藏文拼音 ting 'dzin rgyal po'i mdo） 《三摩地王經》。另請參見自生慧出版社（ Rangjung Yeshe Publicacations）發行的創古仁波切（Thrangu Rinpoche）著作：*King of Samadhi*。

*Sutra on Pure Intention* （藏文拼音 bsam pa dag pa'i mdo） 《淨意經》。

Tilopa （藏文拼音 til lo pa） 帝洛巴。印度大成就者。那洛巴的上師。

*Udana Varga* （藏文拼音 ched du brjod pa'i tshom） 《法句經》。巴利語的大乘版本。

Vimalamitra （藏文拼音 dri med gshes gnyen） 無垢友、貝瑪拉密札。印度班智達和大成就者。將大圓滿教法帶入西藏的三位大師之一。

Yang-gönpa, the conqueror （藏文拼音 rgyal ba yang dgon pa） 勝者揚袞巴。西元1213 - 1287年。竹巴噶舉大師，果倉巴的弟子。