我认为沙僧在取经团队中很重要。

我认为如果没有沙和尚西游记就不完整。在取经的队伍中，唐僧固执而无知，八戒小气而多嘴，悟空正直而性急，只有沙和尚性情温顺，能够使持着不同看法的众人暂时地达成共识。可以说沙和尚是润滑剂。如1打白骨精时。唐僧决定把孙悟空赶走，而沙僧劝戒师傅留下悟空。二打白骨精时。唐僧又要把悟空赶走。而沙僧借用观音菩萨的话再次劝戒。这两次唐僧都听从了沙僧的提议。如果没有沙和尚，那么八戒的挑唆、悟空的正直、唐僧的执拗，便使得西天取经无法合理的发展下去。

我认为沙和尚的能力并不差。在高老庄，悟空和八戒打了一夜，孙悟空在体能上占了上风。而沙增虽然没直接跟孙悟空斗的那么激烈，但他与猪八戒在流沙河打了20回合，双方不分上下。可见他的身手与猪八戒差不多。西游记中还有一些非常直观的对比，就是观音菩萨的去找沙增劝他当取经人时，带着自己的弟子同时也是贴身护卫的惠岸，他与沙增也不分上下，连观音身边的贴身保镖都不能战胜沙僧，这足以证明沙增的能力。

1. <https://zhidao.baidu.com/question/242056701965973564.html>
2. https://know.baidu.com/question/4ddfe72ced2fab96a8efba9f4c6a0bf9f1996c4
3. 老梁故事汇：牛人沙和尚