

《菩提道次第廣論》現代漢語新譯稿(一)/陳智音(Sherab Chen)

底本：藏文青海版；參考資料：法尊法師漢譯本、《四家和注》KA函

菩提道次第廣論

多聞比丘修斷行者宗喀巴-洛桑扎巴(善慧名稱)著

(文前歸敬)

敬禮上師妙音！

(法脈傳承及歸敬頌)

俱胝圓滿調善所成身
滿足無邊眾生希願語
如實觀見無餘所知心
釋迦尊主我恭敬頂禮

此無等導師之最勝子
肩負一切如來事業擔
於無量刹土化現遊戲者
無能勝與妙音¹我敬禮

對於極難測度佛母(大般若)之密意
作出如實闡釋者
瞻部洲的莊嚴、名稱傳揚於三地的
龍猛²與無著之足前我敬禮

正確地總結了
從此二闢道大師³善為傳來的
甚深見與廣大行道之圓滿關要
持教藏者燃燈我致禮

觀見無邊佛陀語教之眼目
有緣者趣向解脫之最勝津梁
以大悲所策勵之善巧方便而作開示者
諸善知識我恭敬頂禮⁴

（著述目的與策勵聽聞）

當今那些勤修瑜伽者大多寡聞
多聞者卻不善巧實修的關要
他們觀察經教時大多帶著偏執的眼光
缺乏以正理分析教義的能力
因此偏離了
具備聖教關要的最勝教授、為智者所歡喜之道 [2]
見此情形而講解這一關道大師之道時
我的心意周遍欣喜
若有未被偏執暗所覆蔽
並且具備分辨善惡的慧力
願使有暇妙身具大義利的有緣者
請一心專注聽聞 [3]

（開示教授之前行）

此處總攝一切勝者至言⁵之關要、龍猛與無著二闍道大師的道軌、通向一切種智佛位的殊勝士夫[所遵循]的最勝法規、總集三種士夫一切修習次第毫無缺少、以菩提道次第引導有緣者達致佛位的途徑。

對此普遍有兩種傳習方式：

一、早期吉祥那蘭陀寺⁶智者們所遵行的「說法三清淨門」，即

1. 軌範師語清淨
2. 弟子心相續清淨
3. 所說法清淨

二、後期教法在超戒寺⁷興盛時，那里的智者們則先以如下三件事為要：

1. 法之著作者的殊勝
2. 法本身的殊勝
3. 如何講授與聽聞彼法

我們這裡依據後者來講說。

因此，菩提道次第的引導總分為四：

甲一、為顯示法源清淨而開示著作者的殊勝

甲二、為[使學徒]對講授發起恭敬而開示法的殊勝

甲三、如何聽聞講授具備上述兩種殊勝之法

甲四、如何以實際教授引導學徒的次第

(甲一)

為顯示法源清淨而開示著作者的殊勝

就總而言，此處講授的內容就是至尊慈氏⁸在其所著《現觀莊嚴論》⁹中所傳教授；[4]特別而言，此處所據的論典就是[阿底峽尊者所著]《菩提道燈論》，因此該論之作者即此處的「著作者」。

大阿闍黎[法名]燃燈吉祥智¹⁰，又以具勝阿底峽之名廣為人知，他的殊勝我們將分三個方面來講：

乙一、如何在圓滿種姓中出生

乙二、如何依此身獲得功德

乙三、獲得之後如何作聖教事業

(乙一)

如何在圓滿種姓中受生

那措大譯師所著《八十讚》¹¹中說：

在東方薩霍爾勝境
 那裡有一廣大城
 叫做毗各拉瑪尼普拉¹²
 中心有一座王都
 內有極廣大的宮殿
 名叫具金色勝幢
 其受用勢力財富
 與中國皇帝相等
 彼處國王名善殊勝
 有王后名吉祥光
 國王和王后有三子
 名蓮華藏、月藏
 以及吉祥藏
 王子蓮華藏
 共有五妃及九子
 長子名叫福吉祥
 乃是今時大智者
 世稱達那室利
 王之幼子吉祥藏
 即大比丘精進月
 王之次子月藏
 即今我等至尊上師¹³

〔乙二〕
如何依此妙身獲得功德

分教、證功德兩個方面：

丙一、如何獲得知見廣博的教功德

丙二、如何獲得如實修行的證功德

〔丙一〕
如何獲得知見廣博的教功德

同上讚中說：

年齡二十一歲時
精通六十四技藝
一切工巧處
梵語聲明
以及一切因明

這就是說，在二十一歲以內已學習並精通了內外道所共通的四種明處：聲明、因明、工巧明、醫方明。[5] 特別是十五歲時，僅聽聞一次《正理滴論》¹⁴，便與一個有名的外道論理師辯論並獲勝，名稱遠揚，這是大卓龍巴所說。

此後又在黑山寺瑜伽自在師、親見喜金剛並得空行母授記的羅候羅笈多上師¹⁵那里求獲圓滿灌頂，得密號「智密金剛」。從此直到二十九歲間，在很多證得悉地¹⁶的上師身邊學習金剛乘，精通了一切經典和教授。由此產生「唯我通曉密咒」的想法，這時空行母們在夢中向他顯示了許多從未見過的密咒典籍，於是消除了我慢意識。

從此上師和本尊或真實或在夢中反復勸說「如果出家則能對聖教和眾生作出更大的利益」，於是，如《八十讚》中說：

汝之親教師即是
加行道者眾所知

而禮請大眾部中已證得加行道一分真實三摩地的戒護¹⁷大持律上座為親教師而出家，又得法名「吉祥燃燈智」。從此直到三十一歲之間學習佛教相乘內明的上下典籍¹⁸，特別是在「飛行聚落」¹⁹法鎧²⁰上師身邊聽聞《大毗婆沙論》²¹十二年。因為尊者十分精通根本四部的教典，所以連各部派在受施上取捨的微細[差別]都毫無混淆地了知。[6]

如是，尊者渡越了自他教派宗義²²之海，毫無謬誤地通曉了一切「教正法」的關要之處。

〔丙二〕
如何獲得證功德

一、戒學功德

二、定學功德

三、慧學功德

(一)

總之，佛陀的一切「教正法」都由「三藏」寶來概括，因此「證正法」必須由「三學」寶來概括。其中戒學是定學和慧學等一切功德的基礎，在佛經和釋論中已對此作出極多稱贊，因此必須首先具備戒學所決定的證德。這裡分三：

1. 尊者如何具備殊勝的別解脫戒律
2. 尊者如何具備菩提薩埵律儀
3. 尊者如何具備金剛乘律儀

(1)

如何具備殊勝別解脫戒律

《八十讚》(以下簡稱《讚》)中說：

您進入聲聞乘門後
護戒如同犛牛護尾毫
具備殊勝梵行之勝比丘
尊者持調伏者²³我敬禮

就是說尊者受具足比丘戒後，就象愛護自己尾毫的犛牛，若一縷尾毫掛著在樹上，即使見到獵人即將奪命時，也寧可捨命保護尾毫而不扯斷它，同樣尊者對已受之學處，也是連極其微細的學處都捨命守護，更何況是較大的學處？因此稱讚其為大持律尊者。

(2)

如何具備菩提薩埵律儀

《讚》中又說：

您進入波羅密多乘門後
增上意樂極為清淨
菩提心意不捨諸眾生
具慧具大悲者我敬禮

[尊者進入大乘門後求學]以慈心和悲心為根本的培養菩提心的眾多教授，[7] 特別是依止金洲大師，長時修習至尊彌勒與妙音分別傳授給無著和傳寂天的[兩系修菩提心]殊勝教授。如《讚》中說：

捨棄自利而承擔他利者
彼即吾上師

愛他人勝過自己的菩提心在心中出生，願心至極引發行心，受學菩薩廣行，修學隨行學處(即菩薩戒)中行持善妙而從未違越佛子的制限。

(3)

如何具備金剛乘律儀

如《讚》中說：

您進入金剛乘門後
 觀自即天²⁴並具金剛心
 瑜伽自在常修中脈者
 持隱密禁行我敬禮

這是從尊者具備觀自身即本尊之生起次第、金剛心之圓滿次第的三摩地，成為瑜伽師中之尊，總地來稱讚。特別從其不違越制限、如實守護三昧耶戒方面來贊頌的，則如《讚》中又說：

具備憶念與正知
 非戒律處不作意
 念不放逸並且無諂誑
 墮之過失您皆未染

如是[尊者]對於三種律儀的所有學處，不僅勇於受持，而且能夠如實按照自己所受持(承許)的，不違越任何制限而守護；如果稍有違越時，則速疾速疾以相應的還淨儀軌來淨除。如是傳記，應知即是能令了知至言(佛語)關要的智者歡喜的傳記²⁵，因此應當隨諸正士效仿修學。[8]

(二)

其次，具備三摩地(定)學功德，分二：

- 一、共通定學，即由修習寂止而獲得心勝任堪能；
- 二、不共三摩地學，即獲得極堅固生起次第，又在六年或說三年中修習持明禁行，那時聽到了烏堅²⁶空行母們的歌聲，並能記憶於心中。

(三)

第三，具備慧學功德，分二：

- 一、共通慧學，即獲得止觀雙運的勝觀三摩地；
- 二、不共慧學，即獲得圓滿次第殊勝三摩地²⁷，如《讚》中說：

如密咒乘教典所述
 明顯已是加行道者

(乙三)

如何作聖教事業

分二：

- 丙一、在印度所作的情形
- 丙二、在西藏所作的情形

(丙一)

在印度所作的情形

尊者曾先後三次在金剛座大菩提殿以正法戰勝外道惡說，護持了佛陀聖教；並且對自部(即佛教)上下部派中未證悟者、錯誤認識以及疑惑等垢染也作了清除，從而振興聖教，因此各派都一致擁戴尊者為頂嚴。如《讚》中說：

在大菩提寺大殿
一切集會大眾中
對所有自部與他部的
不正宗義之敵
皆以無畏獅子吼
摧毀彼等之腦顱

又說：

飛行聚落大寺中
出家眾有二百半
超戒大寺中
出家眾近整百人
根本四部皆安住
您沒有部派的懦弱
成為摩羯陀國境內
一切大寺中
所有大師之四眾弟子的
頂上摩尼
您成為所有
十八部(僧眾)的總領
一切都來受教傳

(丙二)
在西藏所作的情形

[9]

天喇嘛叔侄曾先後派遣譯師賈-精進獅子和那措-戒勝前往印度，以極大努力多次迎請[尊者]，到菩提光[親政]時才終於請到，抵達阿里上區。以應請治理佛教為因緣，尊者總結一切顯密教法的關要，結合實修次第，寫造了《菩提道燈》等論典，由此振興佛陀聖教。

尊者在阿里共住三年、聶塘九年、衛藏其他地方共住五年期間，為有緣者開示了一切顯密教典教授；教法湮沒的重新建樹、稍存餘跡的加以增廣、凡被錯誤認識所染污的便加以清除，使聖教大寶遠離垢染。

總之，雪域聖教前宏期時寂護堪布²⁸和蓮華生大師建立佛教規範，後有一位支那堪布和尚由於對空性的理解未中要點，抹殺方便分的作用，主張「斷除一切作意」，損滅聖教；後由蓮華戒大阿闍黎善為破除，抉擇了勝者(佛陀)的真實意趣，因此恩德極大。後宏期時，一些自詡為「班智達」和「瑜伽師」的人，由於顛倒錯誤地理解續部²⁹的教義，對作為聖教根本的梵行作了極大損害，則正是由這位正士(阿底峽尊者)善為破除，息滅了那些錯誤執著，增廣了無誤的聖教，[10]因此其恩德普遍於一切雪域眾生。

〔造論資格圓滿〕

另外，成為圓滿的著論闡釋佛陀密意者的資格有三：

1. 善巧所知五種明處；
2. 具備從正等覺佛陀起諸正士間未曾中斷相續傳承教授的實修彼義關要的教誡；
3. 親見本尊聖顏而得到開許。

對於上述三種只要獲得一種就已經可以著論，如果全都具備，則最為圓滿殊勝，而這位大阿闍黎三者都具備了！其中得到本尊攝受的情形是怎樣的呢？如《讚》中說：

吉祥歡喜金剛
立三昧耶王³⁰
勇士世間自在者
尊母至尊救度母等³¹
親睹聖顏而獲開許
或於夢中或對面
恒常從本尊聽受
甚深以及廣大法

具備[無中斷的]上師傳承的情形呢，首先尊者具備了共乘以及大乘兩種傳承，後者(大乘)又分波羅密多乘和密咒乘³²。波羅密多乘又分見傳和行傳，行傳中又有從彌勒傳來以及從妙音傳來兩系，所以[波羅密多乘]共有三種傳承。密咒乘傳承中又共有五派續³³。此外還得到宗義傳承、加持傳承以及各種教授傳承³⁴。總之具備眾多傳承於一身。

〔尊者親承的上師〕

尊者曾親承的上師，如《讚》中說：

恒常依止的上師[包括]
寂靜師與金洲師
菩提賢與智吉祥³⁵
以及眾多得悉地(成就)者
特別是尊者獲得了
從龍猛一一相續傳承而來的
甚深[見]與廣大[行]之教授³⁶ [11]

其中「得悉地上師」著名的有十二位，其他還有很多；

善巧五種明處的情況，我們上面已講，此不再贅。

正因如此，這位阿闍黎能夠善為抉擇勝者(佛陀)之真實意趣。

〔尊者親傳的弟子〕

這位阿闍黎在印度、迦濕彌羅(喀什米爾)、烏堅、尼泊爾以及藏地³⁷雖有不可思議眾多弟子，其中主要的，在印度有與尊者智慧相等的大班智達毗柁巴、達摩阿伽惹瑪底(法無生慧)、中觀獅子、地藏四人，又有說加上密友則共五人。[在西藏]從阿里來的有大譯師仁欽桑布(寶賢)、那措譯師、天喇嘛菩提光；從後藏來的有噶爾-善、廓-枯巴天生；從洛扎來的有恰巴-勝位與善生；從康地來的有大瑜伽師、貢巴瓦(阿蘭若師)、智慧金剛、恰達爾師；從衛地(中藏)來的有枯、鄂、仲三人。在這些弟子中，增廣尊者的事業、執持尊者傳承的最上首者就是度母曾親自授記的仲敦巴-勝生。

以上就是略為開示造論者的殊勝，詳情應從[尊者的]廣傳中求知。

(甲二)

為[使學徒]對講授發起恭敬而開示法的殊勝

這一即將開示的教授[其]本典即《菩提道燈論》。依怙(阿底峽尊者)所著的論典雖然有很多，但其中如同根本、最為圓滿的就是《道燈》：因為是用總結顯密關要的方式來作開示，所以「所詮圓滿」(具備所有應當講述的內容)；因為是以調伏心的次第為重點，所以很容易付諸實修；又因為是以善巧二闍道大師傳承的二師³⁸教授作為莊嚴，所以勝出其他體系。[12]

該論教授有四處殊勝：

- 乙一、通達一切聖教都不相違背的殊勝
- 乙二、能將一切至言(佛語)顯示為[指導實修之]教授的殊勝
- 乙三、容易獲得勝者(佛陀)真實意趣的殊勝
- 乙四、能自行遮止極大惡行的殊勝

下面逐一講述。

(乙一)

通達一切聖教都不相違背的殊勝

什麼是「聖教」？如《般若燈論廣釋》³⁹中說：「所謂聖教就是無倒指示一切想要獲得天人甘露勝位者所應圓滿認知、斷除、現證和如實修習的⁴⁰佛薄伽梵的至言。」也就是佛陀所作的一切善說。

那麼什麼是「通達一切都不相違背」呢？就是明白[佛陀所有言教都是]一個補特伽羅籍之成佛之道，其中一些是道的主體、一些是道的支分，但都與之相應。什麼是「菩提薩埵所希求的事」呢？就是成辦世間(一切有情的)利益，這樣就必須攝受三類不同的調伏對象(化機)，因此必須學習他們的道。如[龍猛菩薩在]《釋菩提心論》中所說：

諸智者欲使他人
也如自所決定般生起決定
即應恆常無謬誤地趣入
所說法義之中

[法稱論師在]《釋量論》中也說：

方便所生因若隱
則彼宣說亦難為⁴¹

也就是說如果自己[對所說法的義理]尚未如實決定，則不可能對他人開示。

了知三乘之道就是菩薩能成就所希求事的途徑，如彌勒菩薩[在《現觀莊嚴論》中]說：

饒益有情者以道智成辦世間的利益 [13]

《勝者母(般若經)》⁴²中也說：「諸菩薩應當發起一切道，了知一切道，即所有聲聞道、所有獨覺道、所有佛陀道。且一切道都應圓滿，應作彼一切諸道所應作事。」

因此，那種所謂「是大乘人所以不應學習小乘法藏」的說法正是[把佛陀言教視作]相違的表現。

所要趣入[修習]的大乘道有兩個部分：共通道與不共道，其中共通道就是小乘法藏中的內容，怎能將其拋棄！所以除了少許如「僅求自身一人的安樂」等特例之外，其他一切即使是大乘行人也必須修習。這正是菩薩方廣藏中對三乘廣作開示的原因。再者，正等正覺的佛位並非只斷一分過失、圓滿一分功德[就能達致]，而是要徹底斷除一切種過失、圓滿具備一切種功德。能成就[佛位的]大乘道也必須是斷除一切過失、生起一切功德。因此其他一切乘的斷證功德都歸攝於大乘道之中。因此一切至言(佛語)都歸攝到成佛的大乘道各支分中，因為沒有不能斷一分過失、生一分功德的佛陀言教，也沒有大乘所不修習的[佛陀言教]。

【質疑】如果是修習波羅密多大乘，固然需要小乘法藏中所講諸道，但如果是入金剛乘，則與修波羅密多乘之諸道不相共通，因為道不相順。

【回答】這種說法也極不合理！波羅密多道之體性有兩個方面：1. 意樂即發菩提心、2. 行持即修習六波羅密多，二者[在金剛乘中]也必須全修。如《吉祥金剛頂經》中說：

縱然是為活命故
亦不應捨菩提心

以及：

六種波羅密多行
始終亦不應捨棄

在其他密咒經典中也多次宣說。

進入無上瑜伽中圍(壇城)時，也都說必須受持共通與不共兩種戒律，前者就是菩薩戒，而所謂受持戒律即承許學三聚戒等菩薩學處。因此除了發心之後學諸學處並按自己所承許的去學之外，就是在波羅密多乘中也再沒有其他道可循。因為如《金剛空行》、《三補止》及《金剛頂》等密乘經典中都在受無量光佛部的誓句時說：

無餘受持「外」與「密」
及「三乘」之諸正法⁴³

所謂持密乘戒即必須誓受(承諾受持)，因此，那些見到[顯、密教法]在開遮上有少許不同，就將二者當作是寒熱一般完全相違背的見解，很明顯是思辨能力極其粗淺的表現！

除了一些特別的開遮之處以外，一切至言都是極其相順的，因此三乘、五道等越向上修，就越需要圓滿下下乘道的種種功德。

何為波羅密多道？如《勝者母(八千頌般若經)》中說：

所有過去未來現在佛
共道即此度彼岸而非其他 [15]

[此波羅密多]如同趣向佛位之道的主幹，所以不可捨棄。金剛乘中也反復宣說此事，因此是經、續二者的共道。在此之上，如果再加上密咒不共道的灌頂、誓句、律儀與二次第及所屬等，就能更快地趣入佛位。假如拋棄共道則是極大的錯誤。

如果沒有獲得如此理解，在對某一法門獲得某些相似決定後就拋棄其他法門，特別是對上上乘生起一些相似勝解時就漸次拋棄小乘法藏和波羅密多乘、學密咒時也捨棄下三部續，則犯重大錯誤，會導致有極重異熟果報的謗法業障等，其根據下面將說。

因此，應當依止正士依怙，對一切至言都是一個補特伽羅成佛之支分條件的道理獲得決定，現在已[能]修的就當修習，對尚不能如實按照止持而作的，也不應當以自己不能修為理由而捨棄，而應當思維：「何時願我能如實按照止持而修習這些？」然後在[能修的]因上，積集資糧、清淨業障、廣發正願，不久心力漸漸增強，一切[以前所不能修的]便都能如實修習。

善知識仲敦巴曾說：「能知以四方道攝持一切聖教者我之師長也。」這句話是極其值得觀察分析之處。

因為這一教授是以總結一切經續關要來引導一個補特伽羅趣入成佛之道，所以說具備「通達一切聖教不相違背」的殊勝。[16]

(乙二)

[能將]一切至言顯示為[指導實修之]教授[的殊勝]

就總體而言，能夠實現求解脫者一切暫時和永久利樂的方便(方法)就是佛陀的至言，因為在宣說一切取捨之處時徹底遠離謬誤者只有佛陀。如《最上續論》⁴⁴中說：

何故此世間中再沒有善巧勝過佛陀者
因為只有遍智如理地[遍知]勝性而非他人所能
因此切莫攪亂大仙⁴⁵自立所有經教藏
否則因為損壞牟尼⁴⁶軌範而將損毀正法

因此佛陀宣說的契經與續部珍寶就是最勝[指導實修之]教授。

雖則如是，但因[我們]屬末時化機，如果沒有具量的闡釋[佛經]意趣的釋論和正士的教授，憑自力趣入佛經時就不能理解其真實意趣，為此闢道大師們著述了闡釋[佛經]意趣的論典與教授。所以，凡是清淨的教授，必須能給予我們對廣大經論的定解；反之，若有某種教授，對其不論怎樣修習都不能使我們對至言(經)及其意趣闡釋(論)之義發生決定、反而開示不相順之道，則只有拋棄才是。

凡是那種把廣大經論當作是沒有修要的講說之法，而以為另有開示實修關鍵心要的教授，認為在正法中有講說之法和實修之法二者互不相干的想法，都會障礙我們對無垢經續

以及無垢闡釋其真實意趣的論典發起敬重。[17] 而且應知，這種以為「那些(廣大經論)沒有開示內義，只不過是尋求廣大外解罷了」而產生的輕視態度，就是積集謗法的業障。

因此應當這樣想：「對於希求解脫者而言，無欺最勝的教授就是這些廣大經論，但因為自己慧力微弱等原因，僅僅依靠這些[本身即]最勝教授的諸經大論不能獲得決定，所以需要依靠正確的教授對那些(廣大經論)求得決定。」因此當尋求教授。而不應抱有「那些經論只是決斷廣大外解所以沒有心要，各種教授開示內義所以較為殊勝」的[錯誤]想法。

【何為「一切至言顯示為教授呢」？】大瑜伽師菩提寶曾說：「所謂悟入教授，並非是說對手掌大的一部小函卷獲得決定，而是說要生起『一切至言都是教授』的悟解。」大依怙的弟子修寶喇嘛也說：「在阿底峽的教授中，一座上身語意三門粉碎成微塵⁴⁷，所以現在有了一切經論都是教授的悟解。」應當如是悟解。仲敦巴大師⁴⁸曾說：「如果學了很多法之後還要探尋其他修法軌則就是錯誤。」這就是說，已經長時間學習了很多法，卻仍全然不知應如何修習，到了想修的時候還要到其他地方去尋求，這就是未得如上理解而出錯的表現。

此處聖教，如《俱舍論》所說：

大師正法有二種
即教與證之體性

也就是說除了教、證之外更沒有其他聖教。其中「教」聖教就是抉擇如何取實修正法或修法軌則，「證」正法就是抉擇之後按照所抉擇的去實證，這兩者有因果關係。[18] 譬如賽馬時，先指示馬所應當跑的地方，指定後就向那個地方跑。如果先指示了一個跑的地方，[可到了跑的時候]卻向另一個地方跑，就會成為極大的笑話！同樣，最初由聞思來作抉擇，到了修的時候卻修其他(聞思之外的法)，這是決不可以的。正如《修次第後編》說：

以聞所成慧、思所成慧所通達的，就是以修所成慧所應修習的，不是要在其他之處[修習]。如同指示馬所應跑之處後即應向該處跑。

如是，這一教授圓滿地總結了從依止善知識起直到止觀一切至言(經)及其意趣闡釋(論)中所開示的道的關鍵，[說明]凡需要「止修」的即作止修、凡需要「觀修」的即以思擇慧分析而修，並匯編為次第來作引導，因此將一切至言都顯示為實修教授。

若非如此，在道體不圓滿的某一部分上，脫離思擇慧，即使消耗一生的精力來修習，諸大經論不僅不能顯示為教授，而且還會因誤以為[諸大經論]不過是為了決斷廣大外解而將其捨棄。很明顯，諸大經論中講說的所詮義，大部分都需要運用思擇慧進行分析，如果在實修時將其拋棄的話，怎能生起認識到這些就是最勝教授的決定呢？如果這些不是最勝教授的話，誰能得到比這些教典的著述者更超勝的指導者呢？

當甚深廣大的契經以及闡釋其意趣的釋論一旦能顯示為教授時，[19] 則甚深續部以及闡釋其意趣的釋論中的廣大教理也能毫不費力地顯示為教授⁴⁹，由此生起認識到這些就是最勝教授的決定，並能毫無遺留地遣除那些執著非實教授為惟一修法備要⁵⁰的顛倒分別。

(乙三)

容易獲得勝者(佛陀)真實意趣的殊勝

一切至言(經)及其意趣闡釋(論)諸大教典雖然就是最勝教授，但對未曾圓滿修習的初業行人而言，如果不依止正士的傳授，則即使趣入仍不能獲得其意趣；或者最終能獲得卻要經過很長的時間和極大的困難。然而如果依止上師的傳授，則很容易通達[其意趣]。這一[道次第]教授正能使我們容易地對經論之關要生起決定，其中道理在下文各處中將廣作說明。

(乙四)

能自行遮止極大惡行的殊勝

1. 首先開示惡行之首就是謗法

【何為謗法？】如《白蓮華經》⁵¹和《諦者品》⁵²中說：

未能理解一切佛語都是或直接或間接地開示成佛的方便，以為其中一些是成佛的方便、一些是成佛的障礙，而妄加好壞、合理不合理、大乘小乘等等判別，說這個是菩薩應修的、這個是不應修的所以應當棄捨，即成為謗法。

《遍攝一切研磨經》中說：

文殊，謗正法的業障細微〔極深難知〕。文殊，如果有人對一些如來至言作善妙想，對另一些如來至言作惡劣想，即成謗法。如果有人謗法，因為他謗法，所以就是謗如來，[20] 就是謗僧伽。說『此合理、彼不合理』就是謗法；說『這是為菩薩而說、那是為聲聞而說』就是謗法；說『此法不是菩薩所應修習』就是謗法。

【謗法過失極其嚴重】如《三摩地王經》說：

若人於此瞻部洲
毀壞一切佛塔廟
若人毀謗佛契經
此罪較彼更嚴重
設若有人曾殺盡
恒河沙數阿羅漢
若人毀謗佛契經
此罪較彼更嚴重

雖然一般來說有各種造成謗法的情況，但上面所說的[對正法妄加判別]首當其沖，因此應當特別努力加以防止。

2. 自動遮止極大惡行的道理

同時，僅由獲得如上所講[一切經論即是最勝成佛教授]的決定，便能阻止[這種惡行]，因此[由謗法而生的]極大惡行被自動遮止。

3. 這種決定應從《正法白蓮華經》等中求知

這一定解應由多多閱讀《諦者品》和《正法白蓮華經》而求得，其他方式的謗法，應從《攝研磨經》中求知。

〔甲三〕

如何聽聞、講授具備上述兩種殊勝的正法

分三：

- 乙一、聽聞的方法
- 乙二、講授的方法
- 乙三、完結時[講聽]共通的作法

〔乙一〕

聽聞的方法

分三：

- 丙一、思維聽聞正法的利益
- 丙二、對法與說法者發起恭敬承事
- 丙三、如何實際聽聞

〔丙一〕

思維聽聞正法的利益

《聽聞集》中說：

由聞知諸法
由聞遮諸惡
由聞斷無益
由聞得涅槃 [21]

又說：

如同進入被完全遮蓋
黑暗覆蔽的房屋之中
雖然裡面有很多形色
即使有眼睛也無法看到
同樣雖然此時生於人中
而且也具有心慧
但如果不聽聞
也不能了知善惡法

有眼而且有燈的時候
才能見到[室內]一切形色
同樣只有由聽聞
才能了知善惡之法

《本生鬘》中也說：

如果由聽聞而成為有信心
喜於善[行]也成堅固

發生智慧並且沒有愚癡
 則用自己的肉來買也值得
 聽聞是消滅愚癡的明燈
 是強盜不能劫奪的勝財
 是摧毀愚癡仇敵的武器
 開示方便法之傳授因此是勝友
 是貧窮時也不變的親友
 是無損害而能治憂苦病之藥
 是摧毀大惡行之軍的勝援軍
 亦為最勝名稱、吉祥和寶藏
 會遇尊貴士夫的最勝禮物
 處大眾中為智者所喜愛

又說：

聽聞之後隨修作心要
 少力即能脫離生死城

應當如是對聽聞的種種利益至心發起勝解。

另外還應當依照《菩薩地》⁵³中所說的五種想來思維聽聞的利益，即：

1. 作珍寶想：諸佛出世萬分難遇，佛所說法當然同樣[難遇]，所以是希有罕見的事⁵⁴；
2. 作眼目想：因為能夠時時增長[與聽聞]俱生之智慧；
3. 作光明想：由此[聽聞]所授予的慧目能見到如所有性和盡所有性；
4. 作大利益想：究竟能夠賜予我們涅槃和大菩提果；
5. 作無罪想：因為[聽聞]能使我們現前就獲得上述二者[涅槃和大菩提果]的因，即寂止與勝觀的安樂。[22]

這就是思維聽聞的利益。

（丙二）

對法與說法者發起恭敬承事

如《地藏經》⁵⁵中說：

當以專一敬信而聽法
 不應對其作譏諷毀謗
 何為所謂敬奉說法者
 即應發起彼即是佛想

[這就是說]要視[說法者]等同於佛，以獅座等恭敬和財物來奉侍，斷除不恭敬。又應按照如《菩薩地》中所說「沒有煩惱染污、不作意說法者五處」而聽聞；[其中「沒有煩惱染污」有兩個方面]

（一）遠離傲慢：

1. [以安寧和不急躁之心]應時聽聞
2. [以稽首、起立等]表示恭敬
3. [以按摩、洗足等]侍奉
4. [辦理上師事務]不應有忿恚之心
5. [如其言教]隨順遵行
6. 不尋求[說法者的]過失

應以這六種態度聽聞[正法]。

(二)遠離輕蔑：

所謂遠離輕蔑煩惱雜染，即應恭敬正法和說法者，對此二者不應輕蔑。

「不作意說法者五處」指的是哪五處呢？即

1. 戒律有破損
2. 出身低微
3. 相貌丑陋
4. 言辭不美
5. 言語粗重不悅耳

應拋棄由於作意這五處而發生的「我不願從這個人聽聞」的想法。

《本生鬘》中[月王子見到蘇達薩子欲求聽法並已成法器時對他]說：

應坐低下坐位上
生起諸根調伏德
以歡喜眼而看視
如飲言辭之甘露
發起恭敬心專注
以極清淨無垢意
如同病人聽醫言
發起承事而聽法

(丙三)
如何實際聽聞

分二：

- 丁一、斷除三種器過失
- 丁二、修習六種想

(丁一)
斷除三種器過失

第一種：器口倒覆

第二種：器口雖然向上，但內部不潔淨

第三種：雖然潔淨，但底部有穿漏 [23]

這三種過失將分別導致：即使天降雨水，也不能進入容器中；或者即使進入卻被不潔淨物污染，不能達到飲用等的目的；或者雖然沒有污染，但不能存留，很快泄漏。[這就是三種容器過失的譬喻]

同樣，雖然坐在說法場地，但如果沒有專注傾聽，或者雖能專心聽講但有錯誤執著或動機不清淨，或者雖然沒有上述兩種過失，但不能牢記聽聞時聽到的詞句和義理，很快遺忘退失，無法達到聽聞正法的重要目的：因此都應當遠離。

上述三種過失的對治，如經中所說三詞：「善、諦聽、意思念之！」〔其中「善」即除器有垢的過失、「諦聽」即除器口倒覆的過失、「意思念」即除底有穿漏的過失〕《菩薩地》中也說：「以希求全面認知、專注、屬耳、內心安住、全心思維的態度聽聞。」

〔丁二〕

修習六種想

第一、對自己作病人想。如《入菩薩行論》⁵⁶中說：

即使罹患普通病
尚需遵從醫生的囑咐
何況恆時罹患貪等
百種過失之病

也就是說，應當想自己恒常被經久、難愈、發生劇烈痛苦的疾病即貪欲等煩惱折磨。[就罹患煩惱病這件事]迦摩巴曾說：「假如不是真事而當作真事來修，當然是顛倒；然而[實際情況是]我們被三毒重病所逼迫、病勢嚴重，卻完全不知道是患了病。」

第二、對說法師作醫生想。譬如說平時我們患了隆(風)、赤巴(膽)等重病，一定會去多方尋找良醫診治，一旦找到，便心生歡喜，言聽必從，供養服侍；同樣尋找說法善知識，[24] 找到後不應視作負擔，而應視為莊嚴，依教奉行、恭敬服侍。如《功德寶攝頌》⁵⁷中說：

如是具有猛利希求勝菩提之心的智者
應決定斷除我慢
就像因眾病為求治愈而遵循醫生那樣
無懈怠地依止善知識

第三、對教誡作藥品想。如同病人對醫生所配的藥品視為珍貴，我們對說法師所講的教授和教誡也應由見到其重要性而珍惜把握，不應由於忘念等將其浪費。

第四、鄭重修習發起治病之想[有三點]：

1

認識到病人如果不服用醫生配制的藥品則疾病無法痊愈，所以應當服用，同樣認識到如果對說法師所開示的教授不作修習，則不能降伏貪欲等，因此應當鄭重修習。不應當[不修習而]只是喜好累積很多各種各樣的文詞法句。還有，比如罹患麻瘋病，手足脫落，

僅靠服用一兩劑藥物不會有所轉變，同樣我們從無始以來被煩惱重病所逼迫，僅靠對教授作一兩次的修習是根本不夠的，所以應當對此一切支分圓滿的正道，運用觀察慧進行分析，如水流不斷而作努力。正如月官阿闍黎⁵⁸在《悔讚》中說：

心亦恒常愚昧
已長時習近重病痼
如患麻瘋者手足斷失
偶爾服藥有何益 [25]

2

這裡，對自身作病人想十分關鍵，有了這種想才有其他想，如果只是口頭上說說，則不能發起為淨化煩惱而修習教授義之心，只成聽聞而已。就像找到醫生之後卻不服醫藥，只是攜帶所配制的藥物，這樣的病人無法解脫疾病之苦。如《三摩地王經》中說：

諸人患病身罹苦
多年少許未脫離
彼因久病煩惱故
為求治愈而尋醫
彼人經由反復尋
終於找到賢明醫
醫生心亦住悲憫
教令服用如是藥
彼人接受眾良藥
卻不服用治病藥
非醫生錯非藥錯
唯是此病人自錯
同樣於此教出家
了知力靜慮及根⁵⁹
卻不精進於修習
不勤現證怎離憂

又說，

我雖宣說極善法
汝若聞已不實行
如諸病者負藥囊
終不能醫自體病

《入菩薩行論》中也說：

此等應身體勵行
口誦其詞有何益
僅憑口中誦藥方
病者豈能得效益

3

因此對鄭重修習應當發起治療疾病之想。何謂「鄭重」？那就是要將善知識所開示的取捨之處貫徹實行。為了能實行必須先要認知，為能認知就必須先作聽聞，由聽聞而獲知的目的是實行。因此應當對聽聞義理根據自己的能力去實行，這是十分關鍵的。[26]

又如《聽聞集》中說：

雖然能多聞
若不善持戒
因戒故應貶
其聞非圓滿
雖僅少聽聞
然能善持戒
因戒故贊揚
其聞為圓滿
若人既少聞
又不善持戒
雙重應貶斥
其禁行非圓
若人有多聞
並善持戒律
雙俱故應贊
其禁行圓滿

又說：

雖然聽聞善說知心要
也知道三摩地等為心要
但若此人放逸而行粗惡
則他的聞知並非大義

如果有人歡喜聖者所說法
並且以身語如實行
具忍、為友伴所歡喜並約束根門
他們將達到聞知的彼岸

《勸發增上意樂經》中也說：

「我失修習今奈何」
死時愚夫生憂惱
沒有深入根底而成極大苦惱
這就是愛著言說的過失

又說：

如同有人坐在觀戲場中
談論其他勇士的功德

而自己失壞於鄭重修行
這就是愛著言說的過失

又說：

甘蔗的皮全無實
歡喜之味在內部
只嚼其皮則人不能
獲得甘蔗的美味
外皮如同言說
滋味如同思惟其義
如是應斷除歡喜於言說
當常不放逸思惟其義 [27]

第五、對如來作正士想：想[現在我們面前的]說法者就是佛世尊，發起恭敬。

第六、對正法之理發起常久住世之想。即想「如何能由如是聽聞正法而令勝者教法久住世間。」

〔講聽應與自之相續結合〕

此外，無論是講說還是聽聞正法，如果把自[身心]相續放到一邊，而所講的法在另一邊，則任憑講說什麼的法，都不能達到關要，因此應為抉擇自相續而聽聞。譬如正是為了想要知道自己臉上是否有污垢而去照鏡子，見到有垢，即做清除，同樣，自身行為的各種過失，也在聽法時由法鏡的照鑒而顯現，這時才會有「我之相續原來如此」，心生不安，才會發起為清除過失、成就功德而必須隨學正法的意識。如《本生鬘》中所說：

我惡行影像
明見於法鏡
心生極熱惱
我當趣正法

這就是蘇達薩子向月王子請求開示正法[時所說]，[那時]菩薩(月王子)知道他的意樂已成為聽聞正法之器，便為他說法。

總之，自己為一切有情利益應當成佛，為證佛位必須修學其因，為能學其因必須先要了知何為其因，而了知須由聽聞正法而得，因此發生「應聽聞正法」之心，再由憶念聽聞的利益，發起歡喜心，斷除器過，而作聽聞。

〔乙二〕
講授的方法

分四點：

- 丙一、思維說法的利益
- 丙二、對大師和正法發起承事
- 丙三、以什麼樣的意樂和加行來說法
- 丙四、區別什麼樣的對象應為之說法、什麼樣的對象不應為之說法

〔丙一〕
思維說法的利益

[28]

不為名聞利養等物欲而宣說正法利益極大。如《勸發增上意樂經》中說：「慈氏，有二十事，是沒有物欲的法布施或說不為利養恭敬而行法施的利益，何為二十事？即：

[六種說法福德等流果]

1. 成就正念[即不忘詞義之聞所成慧]
2. 成就勝慧[即勝義等持之修所成慧]
3. 成就覺慧[即世俗後得之思所成慧]
4. 成就堅固[即由智慧增上所決定之了義，他見所不能奪]
5. 成就智慧[即由資糧道、加行道所攝之世間智]
6. 證悟出世間智慧[即見道、修道所攝之出世間智]

[四種說法所得離系果]

7. 貪欲減少
8. 瞋恨減少
9. 愚痴減少
10. [因三毒微少]魔對此[說法者]不能得機[而作擾害]

[九種說法所得增上果]

11. 為諸佛世尊所護念[諸佛世尊如愛獨子而護念之]
12. 為諸非人所保護[令白品十護方等歡喜，保護此說法者遠離惡緣]
13. 諸天為其助發威德[梵天帝釋等天為此說法者助發威德力量]
14. 諸怨敵不能得便[因不為物質利益，所以怨敵不能得機較量、譏毀]
15. 諸親友不相分離[得善知識及親友的信賴親睦，[彼等]與說法者不相分離]
16. 言語受人敬重[因不是為自身名聞利養，所以言語值得尊重]
17. 證得無所怖畏[因智慧增長、不為名利，所以在智者聚會中無所怖畏]
18. 得多喜悅[因不顧慮得失，心意極多喜悅]
19. 為智者所稱贊[諸佛、菩薩、前輩上師等智者讚嘆其功德]

[一種說法所得異熟果]

20. 所行的法施值得憶念[此說法者的法施功德與恩德值得憶念]

等等，對此眾多經中都有講述的[說法]利益，應發起至心的勝解。其中「成就堅固」，新譯《集學論》中譯作「成就勝解」，另一古本中譯作「成就精進」。

〔丙二〕

對大師和正法發起承事

[29]

如世尊說《佛母(般若)經》時，自己鋪設法座等等，說明正法尚且是諸佛所恭敬之處，因此發起對正法的極大恭敬，由憶念大師(佛陀)的功德和恩德而生恭敬。

〔丙三〕

以什麼樣的意樂和加行來說法

首先說意樂。《慧海請問經》中說作五種想：一對自作醫生想、二對正法作藥想、三對聽法者作患者想、四對如來作正士想、五對正法理作久住想。又說應當對身邊的徒眾修慈愛之心、斷除恐怕別人會超過自己的嫉妒心、斷除拖延懈怠、對反復講述不應厭倦、不應誇示自己而數說別人的過失、不應吝嗇教法、斷除對飲食衣物等物質利益的計較顧慮，應當這樣想：為使自他成佛而說法的福德就是我的安樂資具。

其次加行。應當沐浴、穿潔淨的衣服、在潔淨適意之處安住法座或臺上，如果先誦伏魔咒，則周圍一百踰繕那⁶⁰之內魔與魔類天神不能前來，即使前來也不能作障礙，這是《海慧請問經》中所說，因此應當誦此咒⁶¹。然後以神奕煥發的容顏，具備決定義理的各種支分譬喻、正因、傳承而講說。如《正法白蓮華經》中說：

智者應當恒常無嫉妒
 宣說種種具義悅耳言
 並應斷除一切諸懈怠
 不應發生厭倦煩累想
 智者斷除一切不歡喜 [30]
 對諸徒眾應修慈心力
 晝夜善為修習最勝法
 智者應以千萬億譬喻
 令諸徒眾愛樂生歡喜
 於彼終無有少許貪求
 不求飲食啖食嚼食等
 不求衣服臥具及法衣
 亦不希求療病諸藥等
 對於徒眾一切不索取
 此外智者常思願自身
 及此一切有情皆成佛

為饒益故對世間說法
此事即我一切安樂具

〔丙四〕

區別什麼樣的對象應為之說法、什麼樣的對象不應為之說法

《毗奈耶經》中說：「不請不應說。」這就是說，如果事先沒有請求則不應為之說法，即使有人作出請求，也要觀察他是不是能接受正法之器；如果知道他是法器，即使他事先未曾請求，也可以為他說法。如《三摩地王經》中說：

為行法布施的緣故
如果有人向你祈請
應先說我沒有多學
應先說這樣的言辭：
汝了知是智者
在大士面前
我如何能講授
這時你應先說這些
而不應匆忙開示
應觀察[請法者]是否是器
但若已知是器[這種情況下]
雖未請求也應為他講說

此外《毗奈耶經》中還說：

立者不為坐者說法、坐者不為臥者說法、坐在低座上的不為坐在高座上的說法、劣善類推[即坐較劣座位的不為坐較好座位的說法等]、走在後面的人不為走在前面的人說法、走在路側的人不為走在路中央的人說法、[31]不為[以衣等]覆頭、[衣邊等]撩起、[雙肩]搭衣、[兩手]交叉抱肩或[兩手交叉抱頸]的人說法、不為頭上束髻、著帽、戴冠、佩華鬘以及纏頭的人說法、不為騎象、乘馬、坐轎、乘車以及著靴的人說法、不為手持杖、傘、兵器、劍及各種武器以及披著鎧甲的人說法。

如果與上述情況相反則可以為之說法，這是以聽受者沒有疾病為前提[如果聽受者患病時，部分上述禁例可開]。

〔乙三〕

完結時[講聽]共通的作法

應當以猛利的希欲將講說和聽聞正法所獲得的善根迴向一切現時和究竟願望[的實現]。如果能以這樣的方式講說和聽聞正法，則即使僅講聽一座也毫無疑問能出生經中所說的那些利益，並能淨化過去由於聽講正法未能切中關要而積集的對法本身及說法師不恭敬等一切業障⁶²，阻止新[業障]的積集，並因講說和聽聞都能切中關要，使所講的教授在[身心]相續中發生效用。

總之，正因見到這一點，往昔所有大德正士在對待說法這件事上都是十分鄭重的，特別是對這一[道次第]教授，前輩上師更是極為鄭重。現應見到這就是極大的教授，對此假如未能獲得決定，未能使心念發生轉變，則不論怎樣講說甚深廣大正法，都只會像「天變成魔」一般，常出現正法反而助長煩惱的情況。正如[俗話所說]「初一不錯，能到十五」⁶³。有慧力者在每次講說聽聞之際，都應起碼部分具備這一講聽入道的軌則，因為這就是開示教授之前最好的加行。這裡因為恐怕文詞太繁，所以只對最當珍重處作了概述，欲求廣說當另見別處。

至此講畢開示教授之前所應做事。

《菩提道次第廣論》現代漢語新譯稿(二)/陳智音 (Sherab Chen)
藏文青海版第33頁，法尊法師漢譯本第23頁，《四家和注》KA函75

[甲四]

如何以實際教授引導學徒的次第

[33]

總分為二：

- 乙一、道的根本依止善知識之法
- 乙二、依止之後如何修心的次第

[乙一]

道的根本依止善知識之法

又分為二：

- 丙一、為生起決定而稍作展開講解
- 丙二、概說修習方法

[丙一]

為生起決定而稍作展開講解

《決定攝心要》中說

住於[大乘]種姓人
應當依止善知識

鐸巴所輯《博多瓦語錄》中也說：

總攝一切口傳教授之首
即不捨離善知識

如是，在弟子[身心]相續中發生[從恭敬善知識起乃至通達二種無我]一分功德、減少[從不恭敬善知識起乃至執著二種我相]一分過失以上的一切樂善之根源就是善知識，因此起初依止善知識的原則是極為關鍵的。《菩薩藏》中對此講到：

總之，獲得與圓滿一切菩薩行：如實到彼岸、地、忍、三摩地、神通、總持(陀羅尼)、辯才、迴向、願及佛之[因、果、事業]一切法的[未得]獲得及[已得]圓滿，都

依賴於上師，上師是根本、從上師出生、上師是生處、上師是生源、[34]依上師發生、依上師而增長、以上師為基礎、上師是因。

博多瓦曾說：「對成就解脫而言，再沒有什麼比上師更重要的了。就是現今世上所有要先學才會的事，沒有師傅都不行，何況我們剛剛從惡趣出來，現在要去從未到過的地方，如果沒有上師怎麼可以？」

如是關於依止善知識的原則分為六點：

- 丁一、所依善知識的資格
- 丁二、能依弟子的資格
- 丁三、一名合格的弟子應如何去依止[善知識]的方法
- 丁四、[如理]依止的利益
- 丁五、不[如理]依止的弊害
- 丁六、總結其義

[丁一]

所依善知識的資格

雖然就一般而言，諸經及論中[關於善知識]按照各乘不同有很多說法，但我們這裡所要講說的是以三士道次第為引導引領學人進入大乘佛道的善知識。[最佳標準是具備十種品德]如《經莊嚴論》中說：

應依調伏、寂靜及近靜、
功德增上、精進、教富足、
通達實性、善巧於講說、
悲憫為懷、無倦善知識

這就是說弟子應當依止這樣的具備「十法」的善知識。

[十法中的六種自證功德]

首先，論中說如果自己尚未調伏則根本不可能調伏他人，因此教化別人的上師應當先調伏自己的相續。【若問】需要怎樣一種調伏呢？【回答】假如只是略作修行，其證德在相續中僅有個名字是毫無益處的，所以必須有一種與整體佛陀聖教相順的調伏相續法，而這決定就是[戒定慧]三學寶，因此論中說「調伏」等三種：

一、「調伏」：就是戒學。《別解脫經》中說：[35]

常奔馳的心馬
難以駕馭
那帶有能調順的百多利刺的銜轡
就是這一別解脫[戒]

《律教分辨》中也說：「此是未調伏之化機的銜轡。」就象馴馬師用善銜轡調伏野馬，根(感官)如同野馬，隨邪境而轉，因此當它趨向所不應作之事時，當加以制伏。因此應當多努力學習能導應作方向的戒律，以調伏心馬。

二、「寂靜」：即由對善行惡行的進止修習憶念正知，發起使心向內安住於寂靜的定學。

三、「近靜」：即在令心勝任的奢摩他(寂止)基礎上，發起分析觀察真實義的慧學。

四、「教富足」：僅具備如上以三學調伏相續的證功德仍然不夠，還必須具備教功德即富於教授傳承。何為教富足呢？就是要具備對三藏等教法的多聞。仲敦巴善知識曾說：「所謂大乘善知識，就是需要一個在講說的時候能使[聽者對經論]發生廣大無量的知解；在[指導]行持的時候能知道聖教究竟將出生什麼利益、當下能出生什麼利益[前者由修習證正法的三學而得，後者即針對化機是何種法器、為利益其心而作的調伏]。」

五、「通達實性」：即殊勝慧學，也就是證悟法無我。雖然說通達真如最上者是指現證，但如果沒有現證而以教理通達也是可以的。

六、「功德增上」：雖然具備如上所說教、證功德，但如果劣於或等於弟子仍不行，必須是一位功德[較弟子]超勝的。《親友集》中說：

諸人依止劣者則退失
依相等者則止於原地
依止尊勝則能獲殊勝 [36]
因此應當依止勝自者
若能依止具備戒律、近靜
以及最勝智慧者中之尊勝
則能成比尊勝更為尊勝

樸穹瓦曾說：「聽聞大德正士的傳記時，我是向上仰望。」塔希曾說：「我以惹珍寺那些耆長為目標。」因此當以功德超過自己的人為[上進的]目標。

如是六種是[善知識]自所應得的功德，其餘四法是為攝受他人而應有的功德。

[十法中的四種為他功德]

如[《俱舍論》中]說：

諸佛非以水洗罪
非以手除眾生苦
非移自證於他人
示法性諦令解脫

這就是說除了對他人(即有緣弟子)以無倒(正確的)開示而攝受之外，並沒有以水來洗罪的事。因此[一名善知識還應當具備如下功德]

第七、「擅於講說」：對如何引導的次第極為善巧並擅於將法義灌輸到弟子的心中。

第八、「悲憫為懷」：說法動機清淨，不希求名聞利養，以慈心、悲心為本懷而作開示。如博多瓦曾對懂額瓦說：「黎摩子，無論已經講了多少法，我這裡都不覺得當受一句『善哉』，因為眾生沒有不是痛苦的啊。」因此應當有這樣的心。

第九、具足「精進」：熱忱堅定於利他事業。

第十、「無倦」：對反復說法不覺厭倦，能夠安忍說法中的難行艱苦。

[以上是就最上者而言]

博多瓦說：「[十法中]以三學、通達實性和具悲憫心五種最為首要。我的阿闍黎向尊衰沒有多聞、因不耐疲勞也不擅於說酬謝的話，但因具備這五種，任何人來依止都會獲益。[37]年東師全無講說技巧，就是到了該說『供施讚語』⁶⁴的時候，除了想『這次大眾全都沒懂』以外其他什麼都不知，但因有這五種功德，只要去親近就能獲益。」

因此那些自己根本不修學處，只是靠稱贊那些[學處]的功德來謀生的人是不配作善知識的，就像是靠贊美旃檀來謀生的人，如果有人問他「你自己是否有旃檀」時，便說「沒有」一樣，不過是毫無利益的口頭禪而已！如《三摩地王經》中說：

末世比丘中
多有無戒者
希求多聞等
只贊美戒律
卻不求戒律

其下就三摩地、智慧和解脫三者也作如是說後：

如有某些人
贊旃檀品質
有如此旃檀
香味極佳妙
他人問彼等
是否有少許
如所贊旃檀
如是詢問後
彼等回答說
我為謀生故
贊美旃檀香
我實無有香
末世將出現
不勤瑜伽者
靠讚戒活命
彼等無戒律

然後對其於三者(三摩地、智慧、解脫)也同樣開示。

因為[能是我們]成就解脫的上師乃是畢竟希欲的根本，所以想要依止上師的人應對此了知，努力尋找品德具備的善知識；想要作學人能依止的善知識的人更應對此了知，努力具備這些品德。[38]

[下限]

因為時節因緣，圓滿具備上述功德的上師極難找到，【若問】如果這樣的上師無法得到時應怎樣做呢？【回答】《妙臂請問續》中說：

譬如僅有一輪之馬車
 即使有馬也不能行駛於道
 同樣如果沒有修行友伴(善知識)
 有情也將無法得到悉地(成就)
 若有具慧、容顏善妙、清淨
 種姓尊貴、勤勉於正法
 有大辯才、勇猛、根調伏
 言詞和悅、勇於布施、具悲憫
 安忍饑渴以及煩惱苦
 不供婆羅門等外道神
 勤勇、知報恩並善工巧
 敬信三寶之士乃為良伴
 這些功德全具備的士夫
 現處爭時極為稀有
 因此具備其中一半、四分之一乃至八分之一者
 修密咒者都可依止為友伴

這是說以上述圓滿資格的八分之一為下限即修伴資格。阿底峽尊者說「這對[選擇]上師來說也是一樣的」。此語見於鐸巴所輯博多瓦語錄中。因圓滿具備上述品德者實屬難得，因此以八分之一為下限。

[丁二]

能依弟子的資格

[提婆菩薩在其]《四百論頌》⁶⁵中說：

公正具慧並希求
 說此即是聽聞器
 說者功德不變異
 於聽聞者亦不變

並作解釋說：具備三法(公正、具慧、希求)的人就是堪能聽聞之器，這三法具備時，說法者的功德才顯為功德，而不會顯為過失；而且聽者的功德在此人身上也會顯為功德不會顯為過失。[月稱菩薩對此論的]注釋⁶⁶中說如果不具備這三種品德，則即使說法善知識極其圓滿清淨，[39]也因聽聞者有過失的緣故成為過失，或者把說法者的過失反而當作功德。如果是這樣的話，則即使遇到了一個圓滿具備一切品格的善知識，也很難識別，因此能識別而依止的人必須具備這三種品德。

什麼是「公正」呢？就是沒有落入宗派偏黨。如果有[偏黨]的話則[因偏黨的]障礙，[聽聞者]就不能見到[說法者]的功德，因而無法獲得善說正法實義。如[清辨論師在其]《中觀心論》中說：

由落偏黨心憂惱
 始終不能證寂靜

什麼是「落入宗派偏黨」呢？就是執著自己的宗派，瞋恨其他法派。應當檢查自己的相續，將這種偏執拋棄。如《菩薩別解脫經》中說：「應當捨棄自己的愛好，安住和尊重親教師、軌範師的論宗。」

【若想】有了這種品德是否可以了呢？【回答】雖然能夠作到無宗派偏黨，但如果沒有分辨善說正道與惡說相似道的慧力，仍然不能算是合格的聽受之器，所以必須具備能分辨二者的智慧，[有了這種慧力]才會擯棄沒有心要的宗見而求取心要。

【若想】有了這兩種品質是否就夠了呢？【回答】雖然有了以上兩種品德，但如果是像圖畫中的聽法者，不發實際行動，則仍不算是合格的聽聞之器，因此必須具備廣大的希求之心。該論注釋中增加恭敬法與說法者和意專注兩種，列舉為五。因此[第三法]也可以開為四個方面：

1. 對正法有大希求
2. 聽聞時能作到意念專注
3. 對法和說法者起大恭敬
4. 擯棄惡說而求取善說

以上四者的順緣的即[第二法]「具慧」；祛除違緣即[第一法]「公正(無偏黨)」。

現在應當檢查自己是否具備[上述]能接受上師引導的品德，如果圓滿具備，則應當感到歡喜；[40] 如果尚不圓滿，則應在未來能符合標準的因上努力。因此必須知道什麼是一名合格的能依止上師的弟子的品德，如果不知道這些，就不會進行思考[自己是否合格]而喪失廣大的利益。

[丁三]

如何依止善知識的方法

堪作法器的弟子應仔細觀察上師是否俱備上述品德，如果符合標準，即可承受法恩。

【典範】這裡又有仲敦巴善知識和桑樸瓦兩種不同的傳記（楷模）：

桑樸瓦有很多上師，只要有講法的便去聽聞。一次從康區回來的路上正有一個在家居士在那里說法，桑樸瓦就去聽聞，他的弟子說：「從此人聽法，會退失自己的威儀」，桑樸瓦說：「你們不要這麼說，我已得到兩個利益。」而仲敦巴善知識一生只依止很少的幾位上師，不超過五位。

博多瓦和貢巴仁欽(修寶)喇嘛兩人討論效法哪一個典範更好，一致認為：當修心尚未達到一定程度，容易見(上師的)過失而生不信之心時最好是照仲敦巴的楷模去做。這似乎是很正確的，因此應當效法。

對於所有曾受法恩、特別是以圓滿教授指導我們修心的善知識，應當如何依止有兩個方面：

- 戊一、以怎樣的意樂(思想)來依止
- 戊二、以怎樣的加行(行動)來依止

[戊一]
以怎樣的意樂(思想)依止

又分為三：

- 己一、總說依止的意樂
- 己二、特別說明修信為根本
- 己三、憶念大恩而起恭敬

[己一]
總說依止的意樂

《華嚴經》中講了以九種心來恭敬親近善知識，總結了一切依止意樂的關要。這九種心進一步可以歸納為四點：[41]

一、捨自主而將自主交予自己的上師：就是如同孝子之心。孝子總是觀察父親的臉色，隨父親的意願，按其所說而行事。同樣[弟子]也應當觀察善知識按其意旨行事。《現在佛陀現證三摩地經》中也說：「所有[弟子]應捨棄任憑自意，而按善知識的心思行事。」但又說「這是對一個資格圓滿的[善知識而言]所應行，而不是可以隨便讓任何人牽著鼻子走」。

二、具備堅固的、任何人都不能分開的對善知識的親近心：就是如同金剛之心。魔與惡友都不能破壞。同一經中說：「應當遠離親近無常和情面無常。」

三、承擔一切上師事務之擔：就是如同大地之心。承擔一切重擔而無絲毫厭倦。如博多瓦對懂額瓦的徒眾說：「你們能遇到我的善知識這樣的菩薩，依教奉行，實在是大福報。從此以後不要當作負擔，而應當視作莊嚴。」

四、承擔之後應如何作，分為六種：

1. 如同輪圍山之心。不論出現什麼樣的困難也毫不動搖。如懂額瓦住在茹巴的時候，貢巴德熾患了嚴重的寒病，身體變得衰弱，便與覺臥童稱商議到底是留還是走，[童稱]對他說：「臥具安樂，過去[生中]連妙尊勝宮也曾住過，然而依止大乘善知識從其聽法可是只有今天才遇到的事，應當堅持安住啊！」
2. 如同世間僕使之心。能做一切穢賤的工作，並且心無猶疑地完成。如一次在藏地某處所有譯師和智者舉行集會，該處有一個泥灘，當時仲敦巴脫去衣服將污泥掃淨，[42] 又不知從何處取來乾燥潔淨的白土，在阿底峽尊者前砌了一個供壇。尊者[贊許]說：「奇哉，在印度也有像你這樣的人。」
3. 如同除穢人之心。即斷除我慢、增上慢，視自己低於上師。仲敦巴格西曾說：「我慢高丘，不出德水。」懂額瓦也曾說：「應當看看春季的時候，是山頂高處先出現綠色，還是從低窪處先出現。」
4. 如同車乘之心。即使是上師最繁重的事務擔子也能高興地接受。
5. 如犬之心。即使上師責罵也不生惱怒。格西拉梭瓦每次去見朵隆巴時都遭到呵責，拉梭瓦的弟子娘摩瓦說：「這個阿闍黎對我們師徒太過瞋恨。」[拉梭瓦]說：「你認為這是呵責嗎？我每得到一次這位阿闍黎的賜教都像是得

到本尊黑茹嘎的一次加持。」《八千頌般若經》中也說：「假使說法者對求法者呵責，[求法者]不應介意，不應捨棄，反而應當更加希求正法、恭敬無倦、追隨其後。」

6. 如船之心。無論承擔上師多少事務重擔，都能[像舟船那樣]往來無倦。

[已二]

特別說明修信為根本

《寶炬陀羅尼經》中說：

信是前導如母能出生
 守護增長一切諸功德
 清除疑惑度脫諸暴流
 信即是能表樂善之城 [43]
 信無垢染且令心清淨
 斷除我慢是恭敬根本
 信是最勝財富寶藏足
 是攝善法根本如雙手⁶⁷

《十法經》中也說：

由何出生導師
 信是最勝車乘
 因此具慧之人
 應修信之隨行
 那些無信之人
 不發生諸白法
 從火燒焦種子
 如何發生青芽

這是由正反兩個方面來說明信是一切功德的基礎。

仲敦巴曾問阿底峽尊者說：「西藏有很多修行人，但為什麼沒有獲得殊勝成就的呢？」尊者回答說：「大乘功德出生多或出生少都是依靠上師而出生的，你們西藏人只把上師看作凡庸的人，怎麼會出生呢？」一次有人對阿底峽尊者大聲說：「請阿底峽傳教授！」尊者說：「哈哈，我的耳朵好得很。若有該傳教授的話那就是信心。信心、信心。」因此信心是十分關鍵的。

從總而言，信心有信三寶、信業果和信四諦等很多方面，這裡則特別指對上師的信。那麼弟子應當怎樣看待上師呢？《金剛手灌頂續》中說：「秘密主，若問：『弟子應當怎樣看待阿闍黎？』」回答是：怎樣看待佛薄伽梵，就應同樣[看待阿闍黎]。

其心若如是
 則其善常生長
 彼當成就
 利益一切世間之佛」

很多大乘經典中也說[對上師]應生起大師(佛陀)想。《毗奈耶》中也有這樣的說教。這些的言教的意思就是說：如果知道是佛陀就不會起觀察過失的心，而只起觀察功德的心；同樣，[44] 對上師更應特別拋棄觀察過失的心而培養觀察其功德的心。《(金剛手灌頂)續》中也說：

應取軌範之功德
任何過失不應取
若取功德得悉地
若取過失不成就

應如是而行。

這就是說，上師功德雖然極其廣大，但如果在他有少許過失方面尋思，就會障礙自己的成就；反之，即使[上師]過失很多，但若不在其過失上起尋思，而在其功德上培養信心，即成為自己悉地出生（修行成就）的因。因此只要是自己的上師，無論有任何大小過失，都應對在[過失]方面起尋思的弊害（即障礙自己的成就）加以思維，多起斷除心而遮止。如果在放逸或煩惱多的勢力下，發生尋思[上師過失]時，應立即努力悔除和防護。若能這樣做，則其勢力就會減弱。同時，自心應執取[上師]所具備的清淨戒律、多聞、正信等功德方面，思維其功德。如能這樣修習，則即使見到[上師]有些微過失，也能因為自心執取功德方面而不會障礙對他的信心。比如說對自己不喜歡的人，雖然見到他們有很多功德，但因為見過失的心偏重，壓倒了見功德的心；又比如對自己雖然見到很多過失，但由[自愛]見到自身的些微品德，也能壓倒見到過失的心。

【楷模】例如阿底峽尊者自己雖然持中觀見，金洲大師持唯識宗實相分見，在見地上有高下之別，但因為尊者總依金洲大師入大乘道、特別是依止大師生起菩提心，所以尊者將金洲大師視作所有上師中無比最上者。

【設問】「從功德方面思維、不在過失上尋思計度」的對象範圍應該有多大呢？

【回答】只要[從誰那裡]曾聽聞一個偈頌以上，即使[他]有犯戒等(過失)，都應一律如是而行[即思維功德而不計過失]，沒有差別。如《寶雲經》中說：

依止上師則增長善根、削減不善，對此理解之後，則不論親教師是多聞還是寡聞、是有知解還是無知解、是具戒律還是犯戒律，都應對[他]作大師(佛陀)想。怎樣對大師信敬愛樂，就應怎樣對親教師信敬愛樂；對軌範師發起恭敬侍奉。藉此能使沒有圓滿的菩提資糧達到圓滿、尚未斷除的煩惱終能斷除，如是思維後，便獲歡喜踴躍，與善法隨順而行，與不善法不隨順行。

《猛利(郁迦長者)請問經》⁶⁸中也說：

長者，如果菩薩為求經教和讀誦，從誰那里聽聞、受教、受持有關布施、持戒、安忍、精進、禪定、智慧，或任何有關積集菩薩道資糧的一個四句偈，則對這一軌範師都應如法依止。長者，[那位軌範師]以多少名、句、文詞開示這一偈誦，假使[弟子]對他以同樣數量之劫的時間、以無諂曲之心，以利養恭敬和一切供養進行侍奉、親近，以如此恭敬軌範師的方式恭敬軌範師，都不算圓滿，更何況不如法地侍奉？

[已三]
憶念大恩而起恭敬

《十法經》中說：[46]

「我在輪迴生死中長久徘徊時尋覓我的
我在愚痴覆蓋的長夜昏睡中醒覺我的
我沉沒於三有苦海中拔濟我的
我迷失惡道時為我指示正道的
我被系縛三有牢獄中解脫我的
我長久被疾病逼迫時作治療的醫生
我被貪等猛火焚燒時作息滅的雲雨.....

應發起如是想。」在《華嚴經》中：

善財童子[因憶念善知識的恩德，信心發動，痛哭流涕而說]：

諸善知識在一切惡趣中救護我
使我悟解[輪迴寂滅皆無諦實的]法平等性
開示[現前與畢竟的]安樂道和[輪迴惡趣等]苦厄道
以普賢行作為教授
指示通向一切智城之道
護送我到一切智之地
使我趣入法界之海
開示三世所知之海
顯示[西方淨土等]聖眾之曼荼羅
善知識使我一切白法增長

應照此而作憶念。並在每句前面都應加上「善知識為我.....(使我..... 善知識是.....)」的字句，作意(觀想)善知識在自己面前，口誦這些詞句，心中專一憶念其義。前經也可以同樣加(善知識是.....)的詞句來修習。

又如《華嚴經》中(善財童子)說：

此即我之善知識說法
普遍開示一切法功德 (總為開示一切解脫法)
圓滿顯示菩薩威儀道 (特別宣說[大乘]菩薩道)
內心專一思維而來此 (我如是思維而來至善知識跟前)

能使此等出生如生母
以功德乳哺育如乳母
圓滿長養我之菩提分 (如父)
諸善知識為阻擋危害 (如友)
解脫衰老死亡如良醫 [47]
降甘露雨如帝釋天王

如同滿月白法遍增長
指示寂滅方向如日光
對於怨敵親友如高山（救護貪瞋親怨之心掉舉）
猶如大海其心無擾動（如大海不為風等動搖，心亦不為外緣所動）
普遍救度故說如船師（救度我等免墮苦濤洶涌之輪迴水流）
以如是心我善財來此

菩提薩埵啟發我覺慧
佛子使我生起大菩提
此諸我善知識佛所讚
我以如是善心而來此

救護世間故如同勇士
即是商主以及救護處
能與安樂於我如眼目
以如是心侍奉善知識

應吟誦以上偈頌，憶念[善知識恩德]，將「善財」換成自己的名字而唸誦。

[應以什麼樣的意樂來依止善知識講畢]

[戊二]

以怎樣的加行(行動)來依止

如[馬鳴菩薩在其]《事師五十頌》中說：

此處何用更繁說
應作任何能令上師歡喜的事
斷除一切令其不喜之事
在彼彼(二事)上努力思維
「悉地隨行軌範師」
這是金剛持所親說
了知後應以一切事
圓滿令上師歡喜

總之應努力做令[上師]歡喜的事、不做令[上師]不歡喜的事。

做令[上師]歡喜的事有三個方面：奉獻財物、以身語恭敬侍奉、如教修行。正如《經莊嚴論》中所說：

應由敬奉財物與侍奉
及修行門依止善知識⁶⁹

又說：

賢者⁷⁰如教而修行
由此令其心真正歡喜

三方面中第一方面。如《事師五十頌》中說：[48]

對自己的誓句軌範師
應恒常以諸非可(難以)布施者
如妻子兒女及自命來依止
何況其他散動之財⁷¹

以及：

布施(供養)彼(諸上師)即成為
恒常供養一切佛
供養彼(諸上師)就是福德資糧
從[福德和智慧]資糧得殊勝悉地⁷²

另外，如拉梭瓦說：「自己有上妙物品時，供給上師下劣的物品，則違犯誓句(三昧耶)；但如果上師喜歡該物品或除了下劣物品之外更沒有其他時，則不算是違犯。」這一說法看來是與《事師五十頌》中所說相符合：

若是為希求無盡性⁷³
應以任何少許可意物
或極為殊勝者
奉獻自己之上師

從弟子的角度而言，[供養上師]是積集資糧最殊勝的[方法]，因此應當像上面說的那樣做；但從上師角度而言，必須是一位全不計較這些(供養)的人。如霞惹瓦所說：「因[弟子如教]修行而感到歡喜而對物質利益毫不計較的人才稱得上是上師；與此相反的不配作修解脫行者的上師。」

第二方面，侍奉。即[獻]沐浴、按摩、[上師]示病時為[上師]侍病，以及稱贊[上師的]功德等。

第三方面，如教修行。即按[上師所]教導的，不相違背地修習，這是最為主要的一方面。《本生鬘》中說：

報恩供養者
謂依教奉行

[抉疑]

【疑問】若說必須按照上師所說的去做的话，如果依止了上師而[他]卻指示不正確的道路或讓我們做與三律儀相違背的事時，是否也應依著去做呢？

【回答】對此[功德光⁷⁴在其]《毗奈耶經》中說：「如果[親教師]說的是非法則應拒絕。」《寶雲經》中也說：「對於善法應隨順而行，對不善法不應隨順而行。」因此不應聽從[不如法的]教令。不照不合理[說教]而行這一點，[49]《本生鬘》第十二品即有明說。

【注意】然而不應當以這些為理由而不恭敬甚至毀謗、輕蔑上師。《事師五十頌》中說：

若依正理不可行
當以言詞陳不能

這就是說應當婉言謝絕，不照[錯誤的指導]而做[而不是因此毀謗輕蔑上師]。

[明確依止善知識的目的]

另外，依止[上師]的時候，目的是受用[上師的]法分[而不是其他]，如《經莊嚴論》中所說：

是為為承受法分具功德
非為財物親近善知識

博多瓦大師曾說：「當阿難陀被委任為大師(佛陀)的侍者時，[他]考慮到為給後人作出榜樣，決定堅持一不拿大師不穿的衣服、二不求大師餘留的食物、三不分任何時間隨侍大師身旁。現在我們這些人對法毫不重視，卻總在[上師賜]茶質量高低一點點小事上計較上師是不是顧念自己，這整個是腐敗的徵兆啊。」

[應當依止的時間]

應當依止多久的時間呢？博多瓦大師說：「對我而言，每來一些弟子是增加負擔，每去一些弟子是減少負擔，住到別處去也得不到利益，因此應住在遠近適中的地方，持久修習。」應依此而行。

[丁四]

[如理]依止的利益

接近佛位、令諸佛歡喜、不缺離善知識、不墮惡趣、不被惡業煩惱戰勝、不違背菩薩行、由憶念[不退失]菩薩行而功德資糧漸漸增長、將實現一切現時和究竟的利益、由侍奉彼[善知識]意樂加行皆得善根，由此能成辦自他利益、圓滿資糧。[50]如《華嚴經》中說：

善男子，由善知識攝受的諸菩薩不墮惡趣；由善知識顧念的菩薩不會違背菩薩學處；由善知識保護的菩薩勝出世間；侍奉善知識的菩薩不忘失一切[菩薩]行而修行；由善知識攝持的菩薩不被業與煩惱所戰勝。

又說：

善男子，那些按照善知識教導而修習的菩薩令一切佛薄伽梵歡喜；那些不違背地安住在善知識語教中的菩薩接近一切智(佛位)；對善知識的言教無有疑惑者接近於善知識；作意不捨離善知識者能實現一切目的。

《不可思議秘密經》中也說：

善男子、善女人等應恭敬依止、親近和侍奉上師。這樣就能由聽聞善法而意樂成為善妙，由此加行也成為善妙。因此[意樂加行常]做善業，[身語意三門常時]向善而令善友歡喜。由此不造惡業、成辦善業，自他不受憂傷煩惱[自身不染煩惱、他人不會成為惡緣]，由此守護自他，由此成就無上菩提道，由此便有力量成辦入於惡道中有情的利益。[51]因此菩薩應當依止於上師，圓滿一切功德。

此外，由侍奉善知識，能使[自身]那些本來該在惡趣遭受的業將轉變為僅在此生身心上承受少許損傷、或僅在夢中嘗受，而且那些業[因此到其異熟]而得以消盡。而且，[侍奉善知識]超過供養無量諸佛等所積善根，利益極大。如《地藏經》⁷⁵中說：

由[善知識]攝受的人，他們那些本應在無量俱胝劫中流轉惡趣的業，僅需此生遭受疾病、飢饉等身心損傷便得以淨化，甚至只需遭受當面斥責或作[惡]夢等便得以淨化。較之以布施、供養、受持學處等善行在無量俱胝諸佛[功德田]所種植的善根，[供養上師]只需一個上午就超過那些。侍奉上師所成就的功德是不可思議的。

又說，

見到諸佛一切無量功德神變都是從此出生的。因此對諸佛應怎樣做，就應怎樣依止、親近和侍奉上師。

《本生鬘》中也說：

任何人都不應遠離諸正士
而應以調伏法依止善士
親近他們時他們的功德塵
不用故意而自然能薰染

博多瓦大師說：「我們則大多常犯『破袂拖地之過』：就像破皮袂拖在地上的時候，只會沾上草屑，卻不沾金塊，同樣我們[依止善知識時]不薰染善知識的功德，假使善知識有一點點過失習氣，我們卻染著。因此凡是匆忙短暫的依止都是不行的。」 [52]

[丁五]

不[如理]依止的弊害

對已經請為善知識的上師如果依止方法有誤的話，在此生中將遭受眾多疾病和魘魅的擾害，來世將在無限長的時間中遭受無量惡趣之苦。如《金剛手灌頂續》中[金剛手請問佛陀]說：「世尊，如果有人輕毀阿闍黎，他們的異熟果報將會怎樣？世尊回答說：金剛手，還是不要說了吧，天人世間都會恐怖的啊。然而，秘密主，且略說之：

勇士請諦聽
我曾說的那些可怕的
無間等各種地獄
說的就是他們的住處
將在那裡住無邊劫
因此任何時候
都不應輕毀他」

《事師五十頌》中說：

那些毀謗阿闍黎的
大愚者將遭受
疫癘、麻瘋及諸病
魘魅、熱病及諸毒而死

或被國王、火、毒蛇
水、空行與盜賊
以及魘魅、諸邪引等
殺害以後投生到有情地獄

任何時候都不要
攪亂阿闍黎等的心意
假使因為愚蒙而做
必將遭受地獄的燒煮
所有開示的
可怕的無間等地獄
[佛]說即是那些毀謗阿闍黎的人
將住之處

大善巧成就者寂靜論師所著的《黑閻摩敵釋難》中有引文：

即使僅聽聞一頌
如果不奉為上師
將百次投生犬類中
最後生為賤種姓

其他[弊害]還有：未生的功德不能生起、已生的功德損減。[53] 如《現在諸佛現證三摩地經》中說：

如果他對上師心懷恚惱、強項、瞋恨，則絕不可能獲得功德；對[上師]不作大師(佛陀)想與此相同。同樣，如果對三乘補特伽羅及說法比丘不起恭敬、不作上師或大師想，這樣的人「能得未得之法」或「得到之後不退失」無有是處，這是因為不恭敬上師會使正法沉沒的緣故。

如果依止不善知識或惡友，則會使所有功德漸漸退失、各種過失漸漸增加，從而發生一切所不欲樂的事，因此一定要全面斷除。如《念住經》中說：「一切貪欲、瞋恨、愚痴的根基就是惡友，就像是毒樹一樣。」《大般涅槃經》中也說：

菩薩怖畏惡友而不是醉象等，後者僅僅能毀壞身體，前者則將善根和清淨心一起毀壞；

又說這二者一個僅毀壞肉身、一個毀壞法身；一個不能將我們投入惡趣、一個定能將我們投入惡趣。《諦者品》中說：

被惡友之蛇纏執其心的人
捨棄了善知識的除毒之藥
他們雖然曾聽聞正法之寶
嗚呼由於放逸而深墜險坑

《親友集》也說：

對無信而且貪婪
說謊言和離間語者
智者皆不應親近
不應與惡人為友
即使未做惡行
但如果親近做惡人
也將被疑有惡行
由此而惡名也會增長
如果依止不應依止的
也因他的過失而有過失
就像箭囊因為插了塗毒之箭
雖未塗毒也沾毒

如果依止不善知識，則不但過去曾有的性罪、遮罪不能減少，過去沒有的也會新增。仲敦巴善知識說：「下者如果與上者在一起，尚可成中等；而上者如果與下者在一起則毫不費力地成為下者。」

[丁六] 總結其義

應知以上所講，就是著名的稱為「上師瑜伽」的教授⁷⁶。對此 [觀修] 所緣僅修一座是不會達到目的的。若是真心修法就必須長時不斷地依止能正確引導自己的善知識。這時如伽喀巴大師所說：「當依止上師時也有捨離[上師]的危險。」也就是說，如果不知道依止的正確方法去依止時，則不但不生利益反而會有虧損。依止善知識這一題目比任何其他都重要，並見到這是終極希求的根本，因此將其粗顯次第，引證無垢的經典和注釋、為使之容易理解，特以那些勤勉於經論意趣的大德正士能轉變心意的語錄作為莊嚴，在此略為建立。更詳細的可從其他地方求知。

我們的煩惱十分粗重，大多對依止上師之法很無知，或雖知道卻不能實行，聽法的人常常在依止上師上發生無邊罪過，[55] 對此又難生悔除和防護之心，因此應當了知上述 [如理依止的] 利益、[不如理依止的] 弊害，對其反復思維。對從往昔生以來所有的不如理依止[之業] 至心悔除並防護[今後不犯]。自己努力培養堪作聞法之器的品德，反復思維善知識的所有圓滿品德，在未證得菩提之前[都能由善知識] 攝受的因上積集資糧、廣發大願，由此不久，便能成就如同心力殊勝的常啼菩薩和尋求善知識不知疲倦的善財童子。

[丙二] 概說修習方法

分二：

- 丁一、實際修法
- 丁二、破除錯誤觀念

[丁一] 實際修法

分二：

戊一、座上實修時應怎樣做

戊二、每座之間應怎樣做

[戊一]
座上實修時應怎樣做

又分三段：

己一、加行（即「六加行法」）

己二、正行

己三、結行

[己一]
六加行法

加行之法有六，

計數之法有二種⁷⁷，其一（將積資淨障開為二者）：

- 一. 灑掃住處安置身語意所依
- 二. 無諂曲地陳設供養
- 三. 於安適座上結跏趺坐
- 四. 明了觀想資糧田
- 五. 積集資糧
- 六. 淨除罪障

或：

- 一. 灑掃住處安置身語意所依
- 二. 無諂曲心莊嚴陳設供養
- 三. 於安適座上具威嚴無放逸而坐，修歸依發心[與自心]結合
- 四. 明了觀想資糧田
- 五. 修積集資糧淨除罪障之法（七支）
- 六. 獻曼荼羅並作祈請

（此處依據第二種）

此係出金洲大師傳記，即

- 一、善為灑掃住處之後，安置身語意所依[即佛像、經、塔]；
- 二、沒有諂曲地尋得供養物並莊嚴地陳設；

三、按照《聲聞地》中所說：「從昏睡蓋中淨治自心時，需要[用]往返經行[的方法]，除此之外，從其他如貪欲等蓋中淨化自心時，應在床或小座上結跏趺坐」。因此應在舒適的臥具上，採取端身正直、或全跏趺或半跏趺的姿勢，修習歸依、發心，務必使所修與自心結合；

四、觀想自己面前虛空中有廣大行、甚深見兩派傳承上師，並有諸佛、菩薩、聲聞獨覺聖者以及護教等無量無邊[圍繞]安住，這樣明顯[觀想]積集資糧之田。然後[修習七支以積資淨障]。

五、如果沒有道在相續中發生的助緣即積集順緣資糧和淨除違緣障礙，僅努力於修習其正因即所緣行相，則道極難生起⁷⁸。因此這時應當以總攝一切積資淨障之關鍵的「七支」來淨化相續：[56]

第一敬禮支中[有三門一並敬禮和以身語意三門分別敬禮兩種]。首先三門一並敬禮，即「所有十方世界中」一頌：意思是說並非敬禮一方世界或一時之佛，而是致意於安住十方以及過去、未來、現在一切諸勝者[佛]，而且不是隨聲附和而是至心以三門恭敬頂禮。智軍阿闍黎的注釋中說：「敬禮一佛其功德已經不可限量，何況致意於如許之佛而作禮敬？」

其次三門分別敬禮，其中身敬禮，即「以彼賢行為願力」一頌：意思是說在意境中觀想一切時空所有諸佛如現在面前，自身變化成與諸佛剎中微塵數量相同多而頂禮。[「以彼賢行為願力」是說]生起「信解對象[諸佛]之賢行」的力量，以此而發起[敬禮]。智軍阿闍黎說：「以一身作敬禮已有極大福德，以這樣多的身體來敬禮有更大福德。」意敬禮，即「於一塵中塵數佛」一頌：在每一微塵之上都有等同所有微塵數量的佛陀住於菩薩眾會中，憶念他們的功德，發起這樣的信解。語敬禮，即「以彼無盡贊嘆海」一頌：對對象[諸佛]功德的贊嘆不知窮盡、各身變出無數頭，[57]每頭變出無數舌，以悅耳音而贊頌。這裡「[音支的]音」就是讚辭、「[音支的]支」就是[聲音的]因，也就是舌根；「海」是形容多的用語。

第二供養支[分「有上供養」和「無上供養」兩部分]。首先「有上供養」，即「以諸妙華妙華鬘」一頌[中的十種供養]：「妙華」指人間和天界等處希有散華；「鬘」指將各種華編織貫穿，這兩者包括真實和仿造一切華；「鐃鈸」代指一切弦、吹、打、彈奏等伎樂；「塗香」指香馨的塗香和香水等；「勝傘」指傘蓋中最好的；「燈明」即揮發香氣的香脂等所燃光明以及寶石等發出的光明；「薰香」指的是配合的香或單一的香；「妙衣」指的是一切衣服中最好的；「勝香」指的是供養作為飲水的香水，含有彌漫三界的香氣；「末香香囊」指的是或可撒、或可焚、或置囊中、或繪壇城的香粉，將其[按照各方相應的]顏色堆積起來，寬高等同須彌山峰；「布置」一詞加在所有前面那些辭句後面，有「眾多」、「莊嚴」和「種種」等含義。

其次「無上供養」，即「所有無上廣大供」一句：有上供是世間[所能做到的]供養，無上供則是具力菩薩等變幻的善妙之事。此頌最後兩句[所述的意趣]應當加到前面所有未道出這兩句[意趣]的頌句中，因為這兩句點明了敬禮和供養的動機和對象。⁷⁹

第三發露惡行支，即「我由貪瞋痴增上」一頌：[說明惡業的]根源就是由於三毒、[58]所依就是身語意三門、自性就是我所造做，有親自做、教他人做和隨喜他人所做三種形式，為總結一切所以說「任何所造」。由正念這些[惡業]的過患，對過去所做心生追悔，對未來生起防止再做的意識，至心發露，這樣便截斷了過去所造[惡業的]增長、也阻止了未來的發生。

第四隨喜支，即「十方一切佛菩薩」等一頌：憶念五種補特伽羅⁸⁰的功德，如同貧窮的人遇到寶藏那樣，修習歡喜心。

第五請轉法輪支，即「十方所有世間燈」一頌：十方世界中所有那些剛剛圓滿菩提、獲得無礙智不久的[佛陀]，[我]化身與他們的數量相等，到他們的面前請求他們轉正法輪。智軍阿闍黎解釋作「現證菩提」。

第六祈請支，即「諸佛若欲示涅槃」一頌：即化身無數，祈請十方剎土中欲示現涅槃的諸佛，為一切有情畢竟利益和現前安樂的緣故，安住等同剎土微塵數量之長久的時間、不般涅槃。

第七迴向支，即「敬禮供養悔露罪」等一頌：[我]與一切有情共同以強烈的希願將前面六支善根所代表的一切善根迴向圓滿菩提，由此[所積集的善根]將永無窮盡。

如是理解這些詞義之後，若能使心不向他處分散，依次按照以上所講而修，就能攝持無量福德資糧。[59]如是，敬禮、供養、請求、祈請和迴向五支是積集順緣資糧；悔露支是淨化違緣；隨喜支中有一分是對自己一方的善行發歡喜心，因此能使自己的善行增長；迴向支呢，是能使積資、淨罪以及[此二]結合所得的善行，即使微小也增長廣大，並且能使現在已經有了結果即將完結的[善業]成為永不窮盡。總之[七支]可歸納為積集資糧、淨化罪障和[使善業]增長無窮三個方面。

六、然後，應明了觀想所緣境並獻曼荼羅，獻畢，以強烈希願多次祈請道：

[我]從不恭敬善知識起，乃至執著二種我相⁸¹，一切顛倒心，祈加持速疾息滅；[我]從恭敬善知識起，乃至通達無我真，一切不顛倒心，祈加持速疾生起；外內一切違緣障礙祈加持令其寂滅。

[己二]
正行

庚一、修習總則
庚二、此階段之修法

[庚一]
修習總則

[修習的定義與必需]

普遍所說的『修習』⁸²，就是以反復專注善所緣的[方式]將護所緣行相。之所以要這樣作的原因是：從無始以來，自己被心控制、心不被自己所控制，而且心隨著煩惱等蓋障而發起一切過失和惡行，因此就是先要控制此心，使它按照自己的意願勝任於善的所緣。

[不善修習法的弊害]

然而，如果[在開始修習時對所緣不加以確定而]是想在任意的善所緣上修一段時間和循一種次第，[60]則即使修了也無法達到目的，反而會成為[心]勝任於善所緣的極大障礙。如果從一開始就養成這樣的習慣，則將導致一生的善行都帶有過失。

[善修習之法]

因此，一開始就應決定何為應修的所緣及其數量和次第，然後[起修時]發一猛利意念：從此當按照所決定，除此之外，不修其他；按照所決定，既不超過也不減少。具備憶念和正知而修習。

[庚二]
此階段之修法

首先思維依止[善知識]的利益，如速疾成佛等；以及不依止的弊害，如發生現世後世的痛苦等。然後多起防護心：決不應尋思上師的過失，而應按自己所理解的，思維[上師在]戒、定、慧以及聞、思、修等方面的功德，直到發生具有心清淨相的信心為止，努力修習。然後應當思維[善知識]對自己已經惠與的和即將惠與的恩德，按照上面所引經中所講而思維，直到生起[對善知識的]至心恭敬為止努力修習。

[己三]
結行

結束時應怎樣作？應將所積集的善根，以強烈的希欲，藉《普賢行願》、《七十願》等迴向一切現時和究竟願望[的實現]。

[注意事項]

應當在早晨、午前、午後和傍晚時修習四座。另外，開始時如果時間太長，就會很容易隨著沉沒和掉舉而走，一旦養成習慣，很難糾正。因此[開始時]應當遵循量少次多的原則，如教授中說：「在仍有願修的意樂時就停止，這樣下次還會想修，否則[一次修的太長，下次]見到坐位時會發生作嘔的感覺。」[61]等到逐漸堅固後，則可將時間延長。總之要避免太緩或太緊的過失而修，這樣才能減少障礙，息滅所有疲倦和昏沉。

[戊二]
每座之間應怎樣做

一般雖有頂禮、環繞、讀誦等很多可做之事，但在此時此處首要的是：[在座上時]對正修題目已作努力，下座後在每座之間如果對所修的所緣行相不依靠憶念正知[來維護]，而是任其放散的話，則利益極少，因此即使在座間也應當反復閱讀、記憶那些講說此[題目]的經典，並應以多種途徑積集出生功德的順緣、以多種途徑淨化違緣障礙。而對作為一切的根本--守護自己承許受持的戒律--應力求認知而努力[守護]。所以[先輩大德]曾有在所緣行相上將修心、護持戒律和積集資糧三者立名為三結合而作引導的事例。⁸³

[寂止勝觀的正因]

還有就是應當學習能使寂止勝觀之道容易生起的因--四種資糧：

1. 防護根門(感官)
2. 正知而行
3. 飲食知量
4. 精勤於不臥瑜伽以及睡眠時的修法

[第一資糧：防護感官]

有五個方面：

1. 以何防護：以守護正念和在正念上恆常努力。前者就是不忘實行防護感官的教法，反復修習；後者就是以鄭重心連續維護正念。

2. 防護什麼：即六根(六種感官)[眼耳鼻舌身意]。

3. 對什麼加以防護：即對可意、不可意六種對境[色聲香味觸法]。

4. 如何防護，有二：[62] 一、守護感官：六識依賴於對境和感官而生起後，意識便會在六種可意和六種不可意的對境上發生愛著與厭惡，所以「守護感官」就是勵力不使其發生而守衛。二、防護六種感官：即不放縱感官到那些能發生煩惱的對境，比如說不去看視那些只要一看就會發生煩惱的對境。

另外，守護感官是對六種對境不取相、不臆想，即使是由於忘失或煩惱重的緣故惡心發生時，也應[立即]以防護的方式來作到[不取相、不臆想]。什麼是「取相」呢？就是有意或無意中對對境，比如說不應看視的色等，發起作意並直接去觀看[從而發生貪等]；什麼是「臆想」呢？就是意識去執持六識感受之後所發生的貪瞋癡的對境，或雖然未曾直接感受，但聽他人言說之後所發起的尋思分別。

5. 何為防護：就是守護意念免受煩惱染污，將心安住在善或者是無記[中性狀態]中。這裡「安住於無覆無記」並非指在善的所緣上持心[觀修]的時候，而是指有身體行動等的時候。

[第二資糧：正知而行]

分兩個方面：一、有哪些所做之事，二、在這些事上正知而行。

一、有哪些所做之事？

有兩類：五種活動業、五種行為業。首先，活動業

1. 身的活動：前往其他城鎮、寺院等處或者從那些地方回來；
2. 眼的活動：一種是略作觀看，即起先無意之中見到各種對境；一種是仔細觀看，即先動心意而後觀見；
3. 肢體和肢節的活動：肢體或肢節的曲伸等等；[63]
4. 法衣和鉢的活動：使用或執持的三法衣和鉢；
5. 與化緣(乞食)相關的活動：飲食等；

其次、寺院內五種行為業

1. 身的行為。行：往經行處經行；去同法者處；為法的緣故在道路上行走。住：在經行處停留；停留在同法者、親教、軌範、上師或同等者跟前；或在座上結跏趺坐；

2. 語的行為：請求傳授尚未聽受的十二分教並求通曉；對已經聽受的[經教]，或者自己讀誦、或者為他人講說，以及以引發精進為目的，與他人一同議論時的所有語言行為。
3. 意的行為：中夜時分睡眠休息；前往靜地，思維所聽聞的義理；以九住心修三摩地；精進修習勝觀等不言語時；或在暑熱疲倦時滌除非適當時間中的嗜睡欲。
4. 與 5。晝夜二時中的行為：二者都指在白晝、初夜和後夜三個時間段⁸⁴不應睡眠，涉及身語的行為；「睡眠」只說是夜間和屬於意的行為。

二、在這些事上正知而行

在這十種事上正知而行，即當發起[上述]某一活動或行為時，首先要只在這一行動上守持憶念而且不放逸。作到這二者後，應以何種行相觀察、以何種方式觀察，就以那樣的行相照那樣的方式來觀察並保持正知。這裡的行相有四種：首先，在身業等十事上，應當以怎樣的行相來作怎樣的觀察，就在該事上用這樣的行相作這樣的觀察。比如說在往返的活動中，[64] 即先須了知《律》中所講「往返威儀」，這時便觀察：「我今如是而行」。

第二，對於什麼樣的方所，應當以怎樣的行相作怎樣的觀察，就對該方所以這樣的行相作這樣的觀察。比如在行路時應知「販酒處」等五種地方是不應行處，除此[五種]之外其他地方是可行處，則在那一地時就應保持正知(發起「此為不應行處」的念知)。

第三，對於什麼樣的時間，應當以怎樣的行相作怎樣的觀察，就對該時間以這樣的行相作這樣的觀察。比如說午前可以去聚落，午後則不可以去，這樣了知後，到了那個時間就應正知而住。

第四，對各種行為應以怎樣的行相作怎樣的觀察，就對那些行為以這樣的行相作這樣的觀察。比如[《律》]中說：「行走時應以特別防護的意識走進人家」等行走學處，都應保持正知。

總之，對所有晝夜間的行為都應憶念，了知其中的應行及不應行，在具體行為進止中對一切保持正知：「我現在正作此事」等等。論中說若能如是而行，則在今世不會染上罪墮，死後也不會投生惡趣，未得道上之證悟者也能住於獲得之因的資糧中。

此一資糧與防護感官二者是按照聖者無著引經釋義而摘錄。該論說若能在此二上努力，則能收其他善行所不能比及的效力；特別是能容易成就戒律清淨和寂止勝觀所攝的心無分別定，因此應當努力。[65]

[第三資糧：飲食知量]

分為四法：一、不是過於減少。如果過於減少則會饑餓衰弱而無力修習善行，因此飲食應當以到次日飯前不致被饑餓困擾為量。二、不是過多飲食。如果過多則身體沉重如負重擔、呼吸困難、增長昏睡、無可勝任，因而無力斷除煩惱。三、飲食應易於消化，才能消除過去由飲食導致的苦受，並且不生新的苦受。四、非煩惱染污的合宜飲食，不生罪業住於安樂。

對治飲食貪著依靠思維它的的弊端。弊端有三種：一、受用方面的弊端，思維不論什麼精妙顏色滋味的食物，經過牙齒的咀嚼、唾液的浸濕都變成嘔吐狀。二、食物消化方面的弊端，思維食物在中夜或後夜消化後，除了供血肉等生長外，其他部分變成糞便後留在

體下，並且每天都要排出；而且因為這些食物，還會生多種疾病。三、由謀求食物帶來的弊害，有五種：1.得的弊害，為求得到飲食和飲食的條件，在遭受寒熱之苦中經過很大艱辛，如果得不到則受悲傷之苦，如果得到了，又因擔心盜竊或損壞而受費力守護之苦。2.親友失壞，有時為了[飲食的]緣故父子等相互爭吵毆鬥。[66] 3.不知滿足，因貪欲增長，國王等相互爭戰，遭受多種痛苦。4.無自主的弊害，吃別人食物的人要為主人的利益與他人爭鬥而受苦。5.惡行所致的[弊害]，為飲食或飲食條件的緣故，積集三門惡業後，死時記起那些[惡行]而在追悔中死去，並墮入惡趣。

雖則如此，[飲食]仍有一些利益，即依靠飲食能維持身體。但僅僅為此而飲食也不對，應當是：我依靠飲食努力修習梵行。以及思維「施者和施主為求殊勝之果，榨皮血肉而作布施，應當成辦他們的願望，使之成為殊勝之果」而受用。

還應思維《集學論》中所說：饒益施主和身中的蟲子，現在用物，以後用法來攝受他們；以及「以為利益一切有情的思想而飲食」。《親友書》⁸⁵中也說：

由知飲食如同藥物
無貪瞋而服用
不是為驕、慢或碩美
只是為令此身安住

[第四資糧：精勤於不臥瑜伽以及睡眠時的修法]

如何精勤不臥瑜伽、及睡眠時應怎樣修？《親友書》中說：

種性之主汝當[以善行]
度過晝夜及夜初後分
睡時亦莫使其無意義
而應具足正念而睡眠

這一頌解釋整個白天、上下半夜，在正修習時和座間應如何做。因此經行和坐下時也應修心淨化五種蓋障，使之成為有利益。

這一資糧與第一防護感官、第二正知而行三者，[67] 雖既提正修又說座間之法，在這一資糧中主要講座間修法。睡眠行為雖屬於座間事，也不應使它無義虛度。應怎樣做呢？從白天直到夜晚三分的初分之間應以修善度過時間，到中分時應當睡眠。因為靠睡眠增長的大種要由睡眠來使之增長，這樣體力增長，能極勝任並有利於在善法上所作二種精進。到睡臥時先出戶外洗足，然後入內，右脅而臥，左腿疊在右腿之上，像獅子那樣睡臥。像獅子那樣睡臥是因為在群獸之中獅子體力最大，心高大穩固，勝伏其他。修習不臥瑜伽也應同樣以力大等勝他而住，因此效仿獅子臥狀。餓鬼、天和受欲者等的所有臥姿都不如此，因為它們都有懈怠、精進不足，勝伏他人的力量小[的過失]。另有一種解釋：右脅如獅臥，自然1)身體不緩散，2)雖然睡眠而不忘失正念，3)睡眠不厚重，4)不做不善或惡夢。如果不這樣睡臥則與上四種相反而出生一切過失。

以什麼意念睡臥呢？有四種：1)光明想，先熟記光明的相狀，[68]然後以有光明之心睡臥，則入睡時心不昏暗。2)憶念，在尚未進入熟睡前都應隨行由對具義善法作聞思修而

出生的憶念。由此能使睡著時如同未臥，心仍能多次隨諸那些善法而轉，總之即使在睡眠時也能修習善行。3)正知，修習憶念時如有任何煩惱出現，即以正知斷除不取。4)起想，分三步：首先一切時中不應使心進入被睡眠完全覆蔽的狀態，應以精進所攝之心像鹿一樣輕寐，這樣能使睡眠不厚重，不會睡過，到該起床時能夠醒覺；其次應想：「噫，我應當修習佛陀所開許的不臥瑜伽！」為能修習，應努力生起希欲，按照佛陀開許的獅子臥式，不過多不過少地睡眠。第三，應思維：「就像今天我能精勤修習不臥瑜伽和一切善法，明天願也能如此。」這樣能對善法不間斷發起希欲，即使在忘念中也因修習增上而能發精勤。

發起無罪而有利益的這種飲食和睡眠時，明顯能防止很多虛度光陰的行為，所以依照聖者無著引經抉擇而作解說。

如是，[在以下所有階段中]除了正行時的特殊修法[有差別]外，在加行、正行、結行和座間都應照此而修。[69]從此乃至勝觀，任何一切所緣行相的修習都應結合[上述修法]而行。「每座之間應怎樣做」至此講畢。

[丁二]

破除對此修法的錯誤觀念

【疑問】有一些未能認許「佛經及釋論諸大教典顯為教授」的人說：「修道時就應只在對境上反復做不分析的止修，因為以思擇慧做反復分析(觀察)是聞和思時的事。」又說：「因為所有分別都有實相執著，是成佛的障礙。」【回答】這是根本沒有理解修習關要的一派胡言。因為[至尊慈氏在其]《經莊嚴論》中有說：

此時先依靠聽聞而出生如理作意
在串習如理作意中出生真實義境智

這就是說，對那些聽聞的義理以思所成慧做如理作意後，從中[才能]出生現觀真實義的修所成慧。因此任何想要修習的法類，都是先從他聽聞，由他力間接決定；然後對聽聞的義理自己依教依理如理思維，由自力直接決定；這樣以聞思作出決定，清除疑惑之後，反復串習就叫做「修」。因此兼需反復分析修和不分析的止修，因為對聞思所抉擇的[義理]明顯有無分析的止修和以思擇慧所作的觀修二種。因此，認為一切修習都是止修的主張，就像譬如拿著一粒青稞而說一切谷物唯此而已。[70]再者聞所成慧先要有聽聞、思所成慧先要有思維，同樣修所成慧也先要有修習，慧是修成[修中所生]的緣故⁸⁶。如此，則先於修所成慧的修就是串習思所成慧所作的決定。因此[論中]說「修所成慧從思所成慧中出生。」

因此，有幾許聽聞就有幾許從[聽聞]中所生的智慧；有幾許[聽聞所生的智慧]，就有幾許思維；有幾許[思維]就有幾許從[思維]中所生的智慧；有如此程度的[思所成]慧就有如此程度的修習；有如此程度的修習就有如此程度的斷過證德。因此一切佛經及釋論都說聞思對於修而言至為重要。假如聞思所抉擇的不是為了修，而只是為決斷廣大外解，到了修的時候另修其他某一與此無關的法，則如同「指示跑處反向其他地方跑」，以致所講的成了與[所修的]毫無關係的事，完全破壞了經論所共同建立的[聞思修]三種智慧次第發生的原則，使「在無誤修道進程中不需要多聞」這種亂語反成了善說。不通達[修道]關要表現之一，就是當一個在經[顯教]或續[密教]方面已多有習學的人與一個對經論毫無習學

的人同時開始修法時，二人在修驗上的高下全無分別！另一表現就是修法者把聽聞正法和觀察思擇等當作過失，這樣的惡劣宗規而且相當頑固。

由是，雖然對聞思慧所決定者僅做串習並不等於就是修所成，但它是修又有何相違？[71]假如相違的話，則未到初禪預備定⁸⁷的凡夫應成全無修習，因為《對法論》中多次說除了從欲界地昇入上地，以此而有修所成外，[欲界地]中沒有修所成。

[說明「修」與「串習」同義]

因此所謂修，應照[法稱論師在其]《波羅密多釋：明句論》中所說「所謂修就是使意念成為[所修義的]的一分或就是其本身」來理解。比如說「修信心」、「修悲心」，就是要使意念生成如此如此。因此各大譯師中也一些人將其譯作「修」如說「修道」，一些將其譯作「串習」如《現觀莊嚴論》句「見及串習道清淨」。所以「修」和「串習」二者是同義詞。再者，至尊慈氏說：

在抉擇分⁸⁸、見道以及修道中
有反復思維、比量和觀察的修道

這就是說即使是大乘聖者的修道也有反復思維、比量和觀察。因此認為「分析持念」與「修」二者相背實在是可笑之處。

說「修信」、「修四無量」、「修菩提心」、「修無常」和「修苦」等時都要「以反復分析而持念」的[例證]極多。如《入行論》和《集學論》中有：「為自意修我造此[為了自己的意念修習我寫作此論]」，說明這兩部論著是將一切道次第都作為修來說的。

《集學論》並說：「因為如此，所以應當在身體、受用、福德[三事]上隨所適宜地恒常修習捨、護、淨、增。」[72]就是說逐一在身體、受用和福德三事上分別做捨、護、淨、增四種修習，一切都說是修，所以對「修」的概念不應執著得過於偏狹。

此外，那種「一切分別都有實相執著，因此是成佛障礙」，於是拋棄一切思擇修的下劣的顛倒執著，乃是某漢地親教和尚的宗規，對其如何破除我們將在講「止觀」部分時解說。這是對諸大經論發生信解的障礙，因為那些教典的大部分義理看來唯一需要以思擇作分析，而[這種宗規卻]以為所有分析在實修時都不需要。使聖教衰微的因素以這一[顛倒執著]為大，因為它使佛經釋論諸大教典不顯示為實修的教授，於是便可不予重視。

[略講何時應觀修？何時應止修？]

【若問】如果說修道中兼有分析[觀]修和不作分析的止修兩種修習，那麼何種道應作分析修，何種應作止修呢？【答覆】茲當解說：如對善知識修信心以及修「暇滿義大、難得、死無常」、「業果輪迴的過患」和「菩提心」等時需要分析修。因為需要在這些上以猛利心持續修習直到心意改變。如果沒有的話，則不能斷除其反面如「不恭敬」等。而發生這樣的心只需依靠反復以思擇[慧]作分析修。正像[平時]對貪的對象多增加可意相，則猛利貪欲就會生起；[73]對敵人若多思維不可意相則猛利瞋就會生起一樣。因此修這些道時，對境明顯不明顯都一樣，但因為需要心的感受⁸⁹猛利持續，所以應作分析修。當心在一個所緣境上不能安住，為使其有能在任何一種所緣境上隨欲安住的勝任而修寂止等時，如果作反復分析，則不能發生心住，所以應當修[無分析的]止，這一點我們將在「止觀」部分[再詳細]解說。

又有人不知道這種原則，說什麼「若是智者則專修觀，若是修行人⁹⁰則專修止」，也是不正確的。因為[觀修和止修]二種對二者而言都是必須的，就是智者也必須修寂止等，修行人也必須對善知識修習猛利的信心等。二種修行的方法，在經部[顯教]和續部[密法]都有很多地方講到「必須由思擇之門而修習」。此法的修習如果沒有或不足的話，則不能發生道的殊勝命根無垢智慧，或雖然略有發生但智慧不能增廣，因此沒有任何修道上的增進，因為道的究竟所修就是如敬母阿闍黎所說的「慧中[最勝]如遍智」即無混淆地分辨一切如所有性和盡所有性的智慧。因此，如果發生修道愈長忘念愈大，念力遲鈍，心意在分辨取捨上也愈來愈遲鈍的情況，應知這就是走入錯道的確定徵象。

如果對三寶等功德的殊異能夠有較多的認知，則由此而生的信心也能極大的增長；[74]如果對輪迴的弊害能有較多的理解，則出離的厭倦也就更強烈；如果能由較多門徑見到解脫的利益，則對[解脫的]希求就會猛利；如果能對菩提心和六度等的希有妙行有較多的了知，則不退的信心、希欲、精進等也會增上，這一切都唯一依靠以思擇慧對佛經要義思擇而修，因此凡有智者都應對這一道理作出他人所不能引轉的決定。

【疑慮】一些對修習方法理解甚少的人說：「如果以過多的思擇分析來修的話，就會成為在一個所緣境上生起專注三摩地的障礙，因此不能成就堅固的三摩地。」【回答】對此當作解說。起先未曾成就心能於一所緣境上隨欲安住的三摩地而正在新修時，如果對所緣境過多分析則不能生起[這種三摩地]，因此在[這種三摩地]尚未成就之前，為引發這一[三摩地]所作的修習是止修，對此我們也同意。但是，若說在這種三摩地修成之前多作分析修習就是三摩地的障礙，則是根本沒有理解闍道大師在釋論中所講解的修三摩地的規範。譬如打造金銀器具時，名匠[將金銀]先在火中反復鍛燒，在水中反復清洗，清除一切污垢，使之成為極其柔軟適用，然後即可隨意打成耳飾等任何莊嚴具。同樣，先對煩惱隨煩惱以及一切惡行，如修習黑業果和輪迴弊害等時所講，[75]以思擇慧反復修習其弊害，使心發生熱惱或厭倦作意，就像用火鍛金一般，使心意背棄黑惡品，淨化那些污垢；又如在講述善知識功德、暇滿義大、三寶功德、白業果以及菩提心的利益等時，以思擇慧對這些功德反復修習，使心意滋潤和清澈，就像在水中清洗金子一樣，使心意趣向白淨品，發生歡喜，以善法滋潤心意。如是隨意修習寂止或勝觀，不費大力就能成就。因此，這樣的分析修乃是成就無分別三摩地的最勝方便。

也正如聖者無著所說：「比如說有善巧的匠人或弟子為了淨化金銀的所有污垢，反復在火中鍛燒、以水清洗，使之成為柔軟適用能作莊嚴具，然後這一善巧匠人或弟子根據自己的工巧智慧，便能隨意打造成各種莊嚴形式。同樣，瑜伽師何時心不追逐貪欲等污垢，生起厭離，不喜悅、不追逐煩惱意念，並喜悅趣向善品、發生歡喜，[76]那時這一瑜伽師對寂止或勝觀任一方面作加行修習，都能作到非常隨順、安住而無動搖。無論為要成就什麼樣的所思義，都能隨之成就。」

再者，在一個所緣境上堅固安住的首要障礙是兩個：即「沉」和「掉」。對此，如果有見三寶等功德的強烈持久的心念，則斷除「沉」就很容易，因為它的對治就是以認識[三寶等的]功德而使心高舉，權威論師對此多有宣說；如果有見到無常、苦等過患的強烈持久的心念，則斷除「掉」就很容易，因為「掉」就是屬於貪類的心散亂，它的對治就是厭離心，諸大論中對此[對治法]多有贊嘆。

因此從對善知識修信心起直到修行[菩提]心之間，越多修習，就越容易成就智者所喜悅的堅固三摩地。而且不僅止修時，分析[觀]修時同樣也需要遠離沉掉二者而修習。

並且在本教授中，上師先輩智者們在傳授每一階段的[修習]所緣時，為了引發[學人]對該階段所緣的定解，都會對所傳經論篇章之義理先以上師的教授策發心意，再以前輩大德的語錄莊嚴，透徹講說。因此「若有善於說法者為善於聽法者講解，[則容易發生]如經院中[講聽時]的心意轉變，[這種心意轉變]靠在暗中(獨自)思維是很難生起的」的說法實為善說。[77]不應當認為這只是開始傳授[修習]所緣時的事，因為這樣想就說明還有把「聞思階段」與「實修階段」或廣講說法和欲作修習二階段看作相違的錯誤認識。

然而能認識到「以一切講說為實修」的人幾乎不存在(極其稀少)，因此[有必要]另作總結所應修事。

一切經論是否顯為教授完全取決於對[以上所講]這一修習方法有沒有獲得決定，不要說是對佛法經藏尚未習學的人，就是那些已長時間習學諸大顯密教典的人在實修的時候都有自己所修成為那些教典[所教授]的反面的情況。因此實有必要詳細抉擇，然而此處恐怕文辭繁多，不再多敘。

至此講畢破除對此修法的錯誤認識一段。

《菩提道次第廣論》新譯稿(三)/陳智音 (Sherab Chen)
藏文青海版第77頁，法尊法師漢譯本第59頁，《四家和注》KA函156

[77]

現當講述上師如何引導那些如上所說如理依止善知識的弟子的次第。

[乙二]

依止之後如何修心的次第

分二：

丙一、為在有暇身之上取心要而作策勵

丙二、如何求取心要之法

[丙一]

為在有暇身之上取心要而作策勵

第一中又分三點：

丁一、明確暇滿

丁二、思維暇滿義大

丁三、思維暇滿難得

[丁一]

明確暇滿⁹¹

一、「有暇」

二、「圓滿」

一、有暇

如《攝功德寶》中說：

由戒律斷除傍生趣[等]多種體性
及八種無暇，由此常獲有暇⁹²

如此說，脫離八種無暇就是「有暇」。何為「八種無暇」？《親友書》中說：

執邪見或生為傍生、餓鬼、地獄
生於無勝者（佛）教之地
或邊地蔑利車族
生為痴啞、或長壽天[78]
任何一種都是八無暇過患
在脫離所有這些得到有暇之後
應為斷除生（輪迴）而努力

如其所說。沒有四眾弟子活動之處即「邊地」。痴呆聾啞、四肢或耳等器官有缺陷即「諸根不全」。執著沒有前後世、業果和三寶就是有「邪見」。沒有佛陀出世即「無勝者（佛）教」。在這四種中，前兩種和最後一種是說沒有能做取捨的認知力，第三種是不信解正法。若生三惡趣（傍生、餓鬼、地獄）中則極難發起修法的心，即使發起少許，也因為苦惱逼迫而不能修習。『長壽天』呢，《親友書釋》⁹³中說就是無想天和無色天兩種。《八無暇論》⁹⁴中也說常因欲事而散亂的欲天也是。何為無想天？《俱舍論》中說就是第四靜慮廣果天界中的一部分，（類比）就像是村鎮外面的寂靜處。[生於那裡的有情]除了投生時和臨死時以外的一切心和心所現行都消滅停止，住很多大劫。然而存在於無色界中的聖者卻不屬於無暇，只有投生在那里的凡夫因為沒有機會修習解脫道所以是無暇。恒常散亂的欲天也可以作同樣解釋。因此這些都叫做「無暇」。如《親友書釋》中說：「因為在這八處中沒有修善的閑暇，所以叫做無暇。」

二、圓滿

圓滿分兩類：第一、五種自圓滿，如（《聲聞地》中）說：

人身、生中、諸根全
未墮業極、信依處

這裡「生中（生於中地）」[79]即生於有四眾弟子活動的地方；「諸根全具」即沒有生為痴呆聾啞、四肢手足和眼耳等都正常；「未墮業極」即沒有自己做也沒有教他人造做無間業；「信依處」即信世間、出世間一切白法出生的基礎（依處）--毗奈耶，這裡以毗奈耶兼指三藏。因為這五種由自己的身心相續所攝，是修法的有利條件，所以叫做自圓滿。

第二、五種他圓滿，如說：

佛陀降世、說正法
教法住世及隨轉
並有為他心悲憫

這裡「佛陀降世」或說「出世」即[有菩薩]經過三無量劫積集資糧，住菩提心現證圓滿正覺；「說正法」即有佛陀或他的聲聞弟子講說正法；「教法住世」即從[佛陀]成佛、說法

乃至未般涅槃當中，為現證勝義正法所修之法未曾損壞；「法住隨轉」即由對正法的證悟而知眾生也有現證勝義正法的能力，如自所證而使他們隨之趣入教法。「為他心悲憫」即有布施者或施主供給如法衣等資具。這五種在於他人身心相續中、是修法的有利條件，所以叫做他圓滿。雖然現在似乎已沒有如《聲聞地》中所講[嚴格意義上]的前四種他圓滿，但「說正法」、「教法住世」和「法住隨轉」三種都還近似，仍可算作具備。

[丁二]
思維暇滿義大

如果我們不為成辦一畢竟安樂[80]而修習一清淨法，而是在未死以前僅僅勤勞於趨樂避苦，則傍生類中也有此事，雖生於樂趣也和傍生趣沒有區別。《弟子書》⁹⁵中說：

就像是幼象
貪著深坑邊上生出的數口青草
未能得到反而墮入險阨
欲求存世之樂與此相同

總之修行如是正法，特別對修習大乘道而言，隨便一種所依⁹⁶都還不夠，必須獲得如上面所講的那種（暇滿）所依才可以。《弟子書》中又說：

成為善逝道的所依、眾生的引導
只有心力廣大的人才能得
此道不是天、龍或非天
也不是妙翅鳥、持明、似人或腹行⁹⁷能得

《入胎經》中也說：「雖然生在人中有如此無邊的苦，但卻是殊勝處，千萬劫中也難獲得。天界有情死的時候，其他天會對他說『願你往生樂趣』。所謂樂趣就是人趣。」這就是說即使天界有情也把生為人當作他們的願望。另外，雖然有在過去得人身時修道習氣較深的欲界天可以成為新見諦的所依，但上界（色界和無色界）身一定沒有初獲聖道的可能。而且大部分欲界天如上所說都屬於無暇之處，因此在最初修道的所依中以人身為最佳。另外[在四大洲中]北俱盧洲人不能作受戒的所依，因此[經論中]贊嘆[其他]三洲的人身，而且在這三洲中又特別贊嘆南瞻部洲的人身。

因此，應當想：「我現已獲得如此善妙所依，豈能令其毫無結果？假如使它成為毫無利益的話，[81]還有什麼事比這更自欺更愚蒙的呢？我曾多次經過眾多惡趣等無暇之處，僅這一次能得脫離，如果使它毫無利益，再次誤入那些[惡]處的話，不就像是被咒語蒙蔽我成無心一樣嗎？」如是從各方面反復修習。如聖勇（馬鳴菩薩）[在其《善說寶篋論》中]說：

得到什麼樣的[所依]時
才能種下度越生死彼岸的種子
此時[已得到能種下]殊勝菩提最勝之種
勝過如意摩尼的功德相續之諸人身
[有智者]誰會令其毫無結果？

《入行論》中也說：

已得如此暇[身]時
 我若不修習善行
 再沒有比這更欺惑的
 再沒有比這更愚蒙的
 如果我已明白這一點
 而由於愚癡以後又退縮
 則當死亡到來時
 必會出現極大憂苦
 當極難忍受的地獄之火
 長時焚燒我的身體時
 難忍追悔之火焰
 無疑將焚燒我的心

 僥倖一次才獲得
 極其難得的利益之地
 當我有此明知時
 後仍被引入地獄
 如同被咒語所蒙蔽
 我今於此毫無心
 何等愚蒙我竟不知
 我內心中還有何物？

善知識仲敦巴曾親問懂額瓦說：「憶念已經獲得暇滿人身了嗎？」懂額瓦也在每次進入修持時都要唸一遍如下《入中論頌》中的偈頌作為修持：

當有自在安住順境時
 假若我不把握此時刻
 一旦墮入深淵沒有自在
 那之後更靠什麼能將我舉出？

[82]我們也應當這樣修。

還應當思考不僅對於究竟[利益]而言意義重大，就是對於現時[利益]而言，增上生的身體、受用、眷屬圓滿的因如布施、戒律、安忍等也是憑借此[人]身才容易成辦的道理。因此，有了對於增上生和決定勝都有極大意義的[暇滿]人身，假如不日夜努力於成辦這兩種利益的因，而虛度一生的話，就像是從寶洲空手而返一樣。而且今後將匱乏安樂，不再獲得暇滿之身。如果沒有暇滿人身，痛苦就會相續不斷。設想還有什麼比這個（不知暇滿義大）更有欺惑性的呢？如聖勇（馬鳴）[在同論中]說：

經無量劫才得到
 富於賢善的人身
 若有人因愚蒙在此生中
 沒有積累絲毫的福藏
 他們在後世則將進入
 充滿難忍憂苦的住處（惡趣）

如同[到了]寶洲的商人
 卻兩手空空返回自家
 若沒有[修習]十善業道
 就不能再次得到[人身]
 不得人身怎能有安樂
 [沒有安樂]則只有痛苦
 沒有其他欺誑比此更大
 更沒有比此更大的愚蒙

如此思考後，應發起求取心要的極大希欲。如《入行論》中說：

已給此（身）酬勞之後
 應使它為自己的利益做事
 如果此（身）沒有任何助益
 則任何都不應給他

又說：

憑借人身之舟
 能渡越大苦海
 此舟以後再難得到
 愚者你（自己）切莫此時昏睡

博多瓦的《喻法》⁹⁸中也說：

蟲禮騎野馬
 臧魚梅烏糝⁹⁹

這樣思考後，應發起[依此人身]求取心要的欲望。[83]

[丁三]

思維暇滿難得

而這樣的有暇，如《律教本事》¹⁰⁰中所說：「從惡趣死後再生到那裡的機會[多]如大地土；從那裡生到善趣的機會[少]如指甲尖上的泥。從兩次善趣死後投生惡趣的機會[多]如大地土；從那裡投生善趣的機會[少]如指甲尖上的泥。」所以無論是從善趣還是從惡趣[再次獲得有暇人生的機會]都是極其難得的。

【提問】為什麼[暇滿人生]如此難得呢？【回答】如《四百論》中說：

人們在大部分時間裡
 都捲入到不勝妙事中
 因此絕大多數的凡夫
 都肯定要投生到惡趣

就是說，即使是在善趣中的人，也多在大部分時間裡捲入到不勝妙的十不善業等之中，因此導致投生惡趣。再者，比如如果對菩薩發起瞋恨，則每一剎那[的瞋業]都尚且要導致在

無間地獄中住很多劫，何況在我們的身心相續中有尚未拔除、也沒有實施對治的往昔多生中積集的惡業種子，則定更導致在惡趣中住很多劫。如果能決定淨化往昔積集的惡趣因，阻斷新造的門徑，則[投生]善趣[的機會]尚不算少。然而真能如此的實在太少了。可是，如果不這樣做，就會投生惡趣，一旦投生到惡趣，就不能修善業，只是不斷地作惡業，因此經過很多劫，連善趣的名字都聽不到。因此[有暇人生]是難得的。如《入行論》中說：

由於我作如是行
不再能獲得人身
若不能再得人身
則只有惡而無善[84]

當有修善機會時
如果我不修善行
被惡趣苦所蒙蔽
那時我將能如何

既未能得做諸善
卻已積集諸惡行
縱經數百俱胝劫
善趣之名亦不聞

正因如此薄伽梵
宣說人身極難得
如同海龜頸偶入
大海上漂軛木孔

一一剎那所造的惡業
尚且導致長時住於無間（地獄）
何況無始輪迴中所積惡業
無法生於善趣更何須說

【出惑】假如有人以為：「經受惡趣痛苦後，消盡往昔所造的惡業後就會轉生善趣，因此[惡趣]不難脫離」。【斷疑】因為在遭受[惡趣]苦的同時每時每刻都在積集惡業，所以從惡趣死後仍然要繼續投生惡趣，因此極難脫離。如同論中又說：

經受如許[苦]之後
非即能從彼脫離
因為遭受如是[苦]時
又生其他諸惡業

這樣思維難得之後，應認識到如果將此所依（人身）用於惡行就是極大的荒廢，發起「我應當以修善行而度光陰」的求取心要的欲望。如《親友書》中說：

從畜生趣中出來得到人身
這比龜偶遇大海上漂浮的
軛木之孔還要難，因此大王
你應以修正法而使之有果

將眾寶裝飾之金器
 用來清掃嘔吐等污穢
 若有生於人中做惡行
 這樣的愚癡較之更甚

《弟子書》中也說：

已得最極難得的人身後
 應勤奮成辦所繫念的利益[85]

又如一次大瑜伽師對懂額瓦說：「漸漸調練（別修太急）。」懂額瓦回答說：「我知道，但這一暇滿實在難得啊。」¹⁰¹又如博多瓦說：「從前澎波地方有一個宏偉的城堡叫做『梅洽卡』，被敵人奪取後很長時間中十分衰落，有個老人為這個城堡非常痛心。後來一次聽到有人說『那個城堡又奪回啦』，他已經不能行走，但仍拄著一根長矛向那裡一邊拖曳著一邊說『但願今日奪回梅洽卡不是夢啊！』在我們獲得暇滿時也應當發生這樣的歡喜心而修法啊。」應當修習直到發生這樣的心。

發起一個標準的在有暇人身的基礎上取心要的希欲必須思維「四法」。第一「必需修」：因為一切有情全都希望安樂不希望痛苦，而除苦得樂只有依靠正法。第二「能修」：因為外緣善知識、內緣暇滿都已具備。第三「必須在此生修」：因為此生不修，則以後多生中暇滿極其難得。第四「必須當下就修」：因為何時會死不能確定。這裡第三能摒棄「後生中再修法」的想法而防止懈怠，第四能防止那種「雖然今生應修，但此年此月此日前不修，以後再修也可」之想法的懈怠。如果把這後兩個總結為「必須速修」，則總共「三法」也可。因此念死也與這裡有關，但恐文詞太繁，以後再講。

如果能夠以多種方法進行思考，則能較大地轉變心意，因此應按照以上所講[86]而思考。如果如此不能做到，則應當簡化為[三個]要點，從上面所講當中提出適合自己的來修。這三個要點就是：一、暇滿的性質是什麼？二、為什麼對現時和究竟而言都有極大意義？三、為什麼就因和果而言都極為難得？

【就因而言難得】僅僅得到一般的善趣也至少必須修習戒律等一個善行；獲得特別的全部暇滿，則必需清淨戒律為基礎、布施為助伴、無垢的祈願為結合等多種善行¹⁰²。能這樣修的人似乎極為稀少，以此推測就可以知道其結果即一般和特別的善趣人身是極其難得的，應當思考。

【就果而言難得】看一看與我們不同類的惡趣，僅僅得到善趣都似乎絕無僅有；再看一看與我們同類的善趣，具備殊勝暇身的也極其稀少。應按照鐸巴格西所說「如能重視此法，則其他法都能由此法引導而生」努力修習。

[丙二] 如何求取心要之法

丁一、於道體總建立發生決定

丁二、由此[道]取心要之法

[丁一]

於道體總建立發生決定

分兩點：

- 戊一、為什麼說三士道總括了佛陀的一切言教？
 戊二、為什麼要以三士道來作引導？

[戊一]

為什麼說三士道總括了佛陀的一切言教

佛陀從最初發心，中間積集福智二種資糧，乃至最後現證圓滿正等正覺，這一切都唯一是為了有情的利樂。因此，佛陀的一切教法也唯一是為了實現有情的利樂而宣說。那麼什麼是有情的利樂呢？所應實現的有情利樂有二種：[87]

1. 現前增上生（生於人天善趣的暫時安樂）
2. 究竟決定勝（究竟的解脫與正等覺）

其中一切有關如何建立現前增上生的教法都攝集在下士或與下士相應的法類中。那些不以現世為重，而希求後世長久的善趣圓滿的下士夫，因為他們努力積集能夠達成善趣安樂的因，所以被稱之為殊勝下士。因此《菩提道燈論》中說：

應知那些以各種方法
 為自身利益而僅希求
 生死輪迴中的安樂
 這種人就是下士夫

決定勝則分為二種：一為僅從輪迴生死中解脫，二為一切種智（佛）位。其中一切關於如何建立聲聞、獨覺乘的教法都攝集在中士或與中士相應的法類中。什麼是中士夫呢？那些對三有一切過患生起厭離之心，而為了自身的利益，希求從三有輪迴中的解脫，因為他們修習通向解脫的三學道，所以被稱之為中士夫。如《菩提道燈論》所說：

背捨輪迴的逸樂
 具備斷除惡業的品性
 僅僅希求自身安寧
 這樣的人稱為中士夫

正如阿底峽尊者在《攝行燈論》中所說：

『由修密咒、度彼岸
 而成就菩提者』
 因為這是上師佛所說
 今當於此闡述其義

因此成就一切種智的方法有兩種：密咒大乘和度彼岸（波羅密多）大乘。這兩種大乘教法都攝集在上士夫法類中。那麼什麼是上士夫呢？就是那些被大悲心所策動，為消除一切有情的苦厄而求證佛位的人，因為他們修學六度（到彼岸）[88]和[密乘的]二次第等。如《菩提道燈論》所說：

由觀察自相續的苦

更求能徹底解除
其他有情的一切苦
這樣的士夫為最上

關於上士成就菩提的方法，即六度和密咒二者，我們將在後面更詳細地解說。

【經典出處】三種士夫術語的出處見於《瑜伽師地論攝決擇分》中：「再者，有三種人：清淨受持既非律儀又非非律儀的淨戒律儀¹⁰³、清淨受持與聲聞乘相應的淨戒律儀、清淨受持菩薩淨戒律儀。在這三種人中，第一種人為下，第二種人為中，第三種人為上。」與此處意趣相同。此外還有多處建立下中上士夫。如《菩提道燈論》中提及，世親阿闍黎也在其《俱舍論自釋》中講了三士夫的名相。在下士夫中雖然有兩種：一種希求今世，一種希求後世，我們這裡所指的是後者，而且特別指那些正確遵循能得增上生方法的人。

[戊二]

為什麼要以三士道次第而作引導

- 己一、說明何為三士道次第引導
- 己二、必須用這一次第引導的原因

[己一]

說明何為三士道次第引導

如是雖然分講三種士夫，但上士夫道次第包括其他兩種士夫道而無缺少，因此其他兩種士夫是大乘道的部分或肢體。馬鳴阿闍黎在《修世俗菩提心論》中說：[89]

不傷害與諦實[語]
與取及梵行
捨一切執著
這是善趣之行
徹底觀見輪迴苦
為了斷除[此苦]而修諦實道
斷除[業惑]二種惡
這是寂滅（涅槃）之行
一切這些都取而修習
出離也是道的肢體
由通達一切法空性
而對眾生發生大悲之水流（無間斷）
行無邊善巧方便
乃是最勝出離行

因此應當知道，這裡並不是要引導學人去修習唯一為了輪迴中暫時安樂的下士道，或僅僅為了自身的利益而求從輪迴中解脫的中士道，而是要汲取這兩種道次第中與上士道相共通的部分，作為引導修習上士道次第的預備。而這些共通之處正是上士道中不可或缺的一部分[這就是要用三士道次第來引導的意謂所在]。

這時，如果發起了如上所說的求取心要的欲望，取心要的方法是什麼呢？《中觀心論中》說：

智者誰不願將此
無堅實身如蕉沫
作為利他勝助緣
成就堅實如須彌
高尚士夫具大悲
故將剎那老死身
一切疾病之根源
作他利樂之根本
正法明炬猶照耀
離八無暇獲有暇
應以上士廣大行
令此大義有果利

應當思維：我們這一身體，就像是芭蕉枝幹一樣沒有心實，又像是水面上的泡沫一樣不堅固，而且是種種疾病的巢穴、衰老憂苦的根源。我應當以上士道一切行度過晝夜，使人生有意義而不唐捐。這樣思維而入大乘道。

【疑問】即然如此，理應直接從上士道引導，何必先修共通中下士道？【回答】因為修習與這兩種共通之道乃是發起上士道的必要預備，下面我們就講一講其中的道理。[90]

[己二]

必須用這一次第引導的原因

庚一、實際理由

庚二、其所必需

[庚一]

實際理由

什麼是進入大乘的門徑呢？那就是發最勝菩提心（只有發菩提心才算入大乘）。一旦這種心在自心相續中生起，則如寂天菩薩在《入菩薩行論》中說：

才發勝菩提心一剎那
雖仍系縛生死牢獄中
即稱其為諸善逝之子

就是說當下獲得勝者子或菩提薩埵的名稱，自身列入大乘之數。而如果以後退失了這種心，自然就等於從大乘人中退出。因此所有想要進入大乘道的行人，都應當以各種方法努力使這種心生起。而這種心的生起則依賴於首先思維發生這種心利益，並從心底增長對這種利益的熱忱，然後要以修習七支及歸依等[使自身成為發心之器] -- 此乃闡發菩提道次第的最勝教典[寂天菩薩的]《集菩薩學處論》及《入菩薩行論》中所講。如其所講發生此心的利益總結而言有二：現時的和究竟的利益。

現時的利益就是不墮惡趣和生於善趣。由于發生此心，能清淨往昔所造的那些成為墮惡趣之因（惡業），並能斷除以後的再積集；往昔已積的善趣之因（善業勢力），由于此心的攝持而增長廣大；一切新發生的，因為以此為動機，也將成為無窮無盡。究竟的利義呢，就是解脫和一切種智的佛位，都是依賴於此心而得以順利成就。

然而，如果最初沒有一種真實無偽的願得現時和究竟利益的希欲，則雖然口頭上也會說「一切利益都從發心而生因此應努力發心」等，也只是空談。只要檢查一下自心就會發現這一點是很明顯的。因此一切希求最初增上生和究竟利益的人，都必須首先培養與下士道和中士道所共通的思想。在已有這種希求的基礎之上，如果想要進一步生起具有這兩種利樂的發心時，則必須先要有這種大心的根本：慈心與大悲。然而，如果對自身在輪迴三有中匱乏安樂、被眾苦逼惱的現狀，連一絲汗毛倒豎的反應都沒有的話，則對於其他一切有情在輪迴三有之中匱乏安樂、被眾苦逼惱的情況，肯定不會有真實的不忍之心。正如《入行論》中所說：

對於諸如彼等有情
起先如果連相等的利自之心
在夢中都尚未夢到的話
如何能發生利他之心¹⁰⁴

因此，在下士階段反思自身在惡趣中被苦惱所逼害的道理，中士階段思維即使生於善趣也仍不出苦的自性而非寂滅安樂等道理，然後將自身與親屬有情相比照，即成為發生慈心與大悲的因，菩提心則由此而生。所以說，修習下士和中士共通道就是發生真實無偽菩提心的方便，而不是要引導其他方向。在前兩個階段由思維歸依和業果，積集資糧、[92]淨治業障所作的多方努力，相應的就是菩提心的預備--淨治身心相續法修歸依和七支等，因此應知就是發此心的方便。

對這一「修習中、下士法門是發起無上菩提心整體的一部分」的道理，上師在開示時要善為曉諭，弟子則應對此獲得決定理解，在每次實修時都要憶念而修。這是發菩提心不可缺少的一部分，因此應當愛惜和珍重。否則，上士道與前面兩種道次發生脫節，在進入上士道之前對菩提心毫無決定，甚或成為發生此心的障礙，或在這中間退失[發心]大義。此事至關重要，必須認真對待。

如是由修習下、中士道，並按照上士道時所講修習，力求使真實無偽的菩提心在自心相續中生起。然後為了使此心得以堅固，應該以不共歸依為前導而作願菩提儀軌。受願心儀軌後，應當努力受學其中的一切學處。然後要培養「願修六度、四攝等菩薩行」的大心，一旦從心底生起這種願學菩薩廣大的意樂，就會決定受持清淨的行菩提心律儀（即受菩薩戒）。受戒後，首先應當捨命不犯根本罪墮；其次應當勵力不犯中、下纏以及惡作；假使有所染犯，就應速按還淨儀軌所說，善為淨治。

此後總修六度，特別為了使心能夠隨欲安住在善妙所緣境上，應善為修習以寂止（奢摩他）為體性的靜慮；[93]《道燈論》中說：「為生神通而應生止」，只不過是舉例而言，在別處，阿底峽尊者也講「為生勝觀而[修止]」，因此應當修止。此後，為斷執著二種我之系縛，應在見地上決定無我空性義，然後修持無謬修法而成就以智慧為體性的勝觀（毗婆舍那）。

如是，凡不屬於修寂止和勝觀，或說在行菩提心律儀及其以下，一切都是屬於戒學；寂止即定或心學；勝觀即慧學。此乃《道燈論》所示。此外，在修寂止以下都屬方便分、福德資糧，即建立在世俗諦上之道的廣大（行）道次第；而發生三種殊勝智慧（一切智、道智、一切種智）則屬智慧分、智慧資糧，即建立在勝義諦上之道的甚深（見）道次第。因此，對於這種先後次第和數量，以及如果割裂方便智慧就肯定無法成就菩提的道理，應

當獲得極大定解。

正因如此，為飛越佛地功德廣大海，佛子鵝王必須雙展圓滿無缺的廣大行方便分世俗諦翅，以及善巧通達真如二種無我的勝義諦翅，才能成功。如果像折翅鳥一般，僅僅偏執道的一分，則無論如何也不能飛越。正如《入中論》中所說：

豐滿潔白世俗、真性翅
佛子鵝王導眾生鵝前
乘其善業風力而飛越
最勝諸佛功德海彼岸 [94]

以共同道淨治身心相續之後，決定應當進入密咒乘。為什麼呢？因為由密咒乘能迅速圓滿二種資糧。如果仍然感到超過這一限量就力所不及，或者由于種性劣弱而不樂於進入的話，這時唯一所應做的就是將此[菩提]道次第漸增展開。

[如果對於]進入密咒乘[已準備就緒]，首先要知道在密咒乘中依止善知識的方法比前面所講的更加特殊。就總體而言，雖然一切乘都強調依止善知識的重要，但在密咒乘中對這一點則特別鄭重提出。因此應按其中所講如法實行。如是先以獲得傳承根源清淨的灌頂成熟身心相續之後，對於灌頂時所得三昧耶戒和律儀，應當捨命如理守護。特別是如果觸犯了根本罪墮，雖說以後還可以重受，但由于已損壞身心相續，很難出生功德，因此必須勵力不使染犯。對於支分罪墮也應努力護持；假使有犯，則應立即以懺悔所犯、防止再犯的儀軌使之恢復清淨，因為三昧耶戒和律儀是道的根基。然後，如果是修下三部瑜伽，則應以有相瑜伽為先，[由上師]善為引導修習，堅固之後再修無相瑜伽；如果是修習無上瑜伽部，則應以生起次第為先，[由上師]善為引導修習，堅固後再修圓滿次第。無論修哪一種，都要依照這一次第而修學。

如此的道建立之體就是《道燈論》中所講，因此道次第也這樣引導。阿底峽尊者在其他論著（如《攝大乘道修法》）中也同樣宣說：

想要獲得不可思議的
無上大菩提者
要依靠修習菩提
因此應把修持作為心要
圓滿的暇滿之身
極難獲得而今已得
此後更極難再獲得
因此要努力修習而不令其虛度

又說：

如同囚犯偶然一次
得到從牢獄出逃的機會時
沒有其他事比這更重要
立即從此地出逃
偶然獲得一次
能從生死大海渡出的機會

再沒有別的事比這更重要
當從三有宅中出離

.....

歸依受持增上戒
在願菩提心基礎上
善為受持菩薩戒
隨所力能按照次第
如理修行六度等
一切菩薩行

.....

修習方便與智慧心要
寂止與勝觀之瑜伽

[尊者]在《定資糧品》中也說：

最初應堅固
由大悲之力出生的
圓滿菩提心
不貪著三有受用樂
背捨完全的執著
信等[聖]財圓滿集聚
敬重上師等于佛
所具上師[傳授的]教與誓句
應努力作完整的修習
由上師的恩德而圓滿獲得
瓶、密等[四]灌頂
身語思維皆清淨的行者
是悉地（成就）的法器
由三摩地支分所生[福智二]資糧圓滿
速疾獲得悉地
如此即為住於密咒法

[庚二]
其所必需

【疑問】如果說一切下、中士夫所修法類都是上士道的前導，則只需提出上士道就已足夠，[96]何必還要分別強調共通下、中士道次第的概念？

【答復】要知道，用三種士夫道次第分別而作引導有兩個方面的必需：一是為了摧伏妄自尊大的增上我慢，即那種在尚不具備真實的共通道心時就自許為大士；二是為了能夠更廣大地利益下、中、上三種心力的學人。利益廣大的道理在於：因為即使是對於中、上兩種心力較高者而言，也必須先希求獲得當前的善趣人身以及自身的解脫。因此在引導中、上士夫時，教他們修習上述兩種利樂的希求，不僅沒有過失，而且會出生功德。而對本身仍是下士夫的學人，即便教他們修習上士道，也既不能發生上士的意樂，又先放棄了下士

道而一無所成。

再者，對具有上品善根的人開示共通道而教他們修習，能使其先有的功德得以鞏固，以前沒有的功德迅速生起。基礎的發心越堅固，向上的引導就越容易，而不會延遲其本身道次的進程。

必須依照次第引導行者之心的道理，在《陀羅尼自在王請問經》中用技巧高深的珠寶匠逐漸打磨摩尼寶珠的比喻來作說明，因為恐怕文字繁多，這裡就不再一一錄出。龍樹菩薩[在其《寶鬘論》中]說：

首先是增上生之法
之後出生決定勝
因為是由獲得增上生
才能次第得到決定勝

這就是說要以增上生決定勝之道次第而作引導。聖無著菩薩[在《菩薩地》中]也說：「菩薩為使一切有情逐漸圓滿達成一切善法，先要觀察有情的不同慧根。對於慧根較弱的，最初應說粗顯法，以粗顯法教令修習；對慧根中等的，[97]應說中等法，以中等法而作引導；對慧根廣大的，應開示甚深法門，以微細教示引導而今修習。」提婆尊者在《攝行燈論》¹⁰⁵中也提出並成立必須依照次第，先培養六度（到彼岸）的大乘思想，然後再進入密咒乘的道理並總結道：

具備初業諸有情
轉入[修習]勝義
這種善巧方便
佛說如同階梯

又在《四百論》中說：

最初應斷除非福業
中間應破除我[執]
最後則破除一切見
能有如此認識即智者

而明確宣說道次決定。敬母善巧阿闍黎（馬鳴菩薩）也說：

正如淨布染色
先以布施等語
令其心發生善性
之後令其修習法要

月稱大阿闍黎也以這一言教為根據成立道次第的決定。

很明顯，對修行者而言正道之引導次第極為珍貴，所以對此法應力求堅固定解。

《菩提道次第廣論》現代漢語新譯稿(四)/陳智音（Sherab Chen）
藏文青海版第98頁，法尊法師漢譯本第七四頁，《四家合注》KA函P193

[丁二]
[如何由此三士道]求取心要之法

[98]

分三步：

- 戊一、與下士共通之道次第修心
- 戊二、與中士共通之道次第修心
- 戊三、上士道次第修心

[戊一]
與下士共通之道次第修心

分為三點講述：

- 己一、下士夫所應修的意樂
- 己二、判斷是否已發生這種意樂的標準
- 己三、清除此處存在的錯誤認識

[己一]
下士夫所應修的意樂

即：

- 庚一、發起希求後世安樂之心
- 庚二、遵循後世安樂之法

[庚一]
發起希求後世安樂之心

- 辛一、思惟此世不能久住而隨念死
- 辛二、思惟後世如何生於二趣中的苦樂

[辛一]
思惟此世不能久住而隨念死

共有四點：

- 壬一、不修念死的弊害
- 壬二、修念死的利益
- 壬三、應當生起什麼樣的念死之心
- 壬四、修念死之法(如何修習念死無常)

[壬一]
不修念死的弊害

在有暇[人]身上著手求取心要時，有四種[必須破除的]顛倒¹⁰⁶。其中執著無常為常對修行者的危害首當其沖。這種[顛倒執著]中又有粗(明顯的)和細(不明顯的)兩種，[這裡要說的]是粗的對死無常作不死想的虛妄分別這一危害之門。[99]

雖然所有人都知道「今後最終會有一死」，但是每天都有「今天不會死、今天還不會

死」的心理，一直到臨終，心總是執著在不死這一方面。對此如果不修對治的話，就會被這樣的心念所蒙蔽，產生久住此世的心，就會考慮在這許久中「需要這些、這些」等等，僅僅思惟此世趨樂避苦的種種方法，而不發生觀察後世、解脫以及一切智等大義利之心，無法發起趣向正法的心。就算有時也會去作聞思修等等，然而由於只是為了此世眼前的目的，不管做什麼善業，勢力都很微弱；而且往往與惡行罪墮等相伴。所以說全不摻雜墮惡趣因的實在稀少。還有，即使能夠觀待後世而修習，但如果總有「以後慢慢修」的念頭，不能防止拖延懈怠，被睡眠昏沉、閑雜言談以及吃喝等散亂心虛耗時光，不能發起以大精進如法修行。

正因如此，我們被身命久住的期望所欺騙，對財利恭敬等等產生極強烈的貪著、對在這些(財利恭敬等)之上的障緣或懷疑可能施設的障緣產生極大的瞋恨、對這些的過失蒙昧愚癡，以及由此所生的我慢和嫉妒等各種猛利的煩惱和隨煩惱，象瀑流一樣不止息。因此每天都在不斷地滋長極強有力的、能導致惡趣大苦的那些身語意十種惡行、無間業和近無間業、以及毀謗正法等等不善業行，又漸漸背離這些惡行的對治品即善說正法甘露，[100]而斷毀獲得善趣安樂和畢竟永久安樂的命根。在被死亡最終摧壞時，由於惡業勢力的牽引而投生惡趣，遭受粗暴猛利、炎熱燒灼等極其難以忍受的痛苦 --- 除此之外，還有什麼更為凶惡的呢？正如《四百論》中說：

當有三世間的主宰
自性死主而無作者
[我]還能安然地睡眠
豈有比這更大的凶惡

《入菩薩行論》中也說：

一切都不過是將要離棄的
而我由於未能如此認知
仍為了親怨的緣故
造作種種諸惡行

[壬二]

修念死能得到什麼利益

如果能生起一個真實念死之心，譬如說斷定今天或明天會死的話，則對正法稍有理解的人，由認識到親屬、財物等等不能[長久]相伴，大多數都能自然地停止對這些人或事上的貪愛執著，而以布施等途徑求取心要。由見到一切對財利、恭敬及名聲等世間法的營求，都不過是像扇揚糠秕一樣根本不會得到心實(無益)，而且是欺惑之處(有害)，則能停止惡行，而持久、珍重地精進修習皈依、戒律等善業。因此得以不堅實的身體等[為助緣]取得殊勝的堅實心要。不僅自己能攀登到聖位，而且還能引導眾生到達 --- 除此之外，還有什麼意義更大的事呢？因此經論中常常用很多譬喻來讚嘆修習念死無常的功德。比如《大般涅槃經》中說：

一切翻耕中秋耕第一
一切足跡中象跡第一
一切想中無常及死想第一

因為以此能清除
三界一切貪欲、無明、我慢

並用如同當即摧毀一切煩惱惡行的鐵錘、如同頓時打開一切善妙事業的大門等比喻來讚嘆。
《集法句經》說：

應觀察此身如同瓦器
並且認知如是諸法如同陽燄之後
魔的花箭也會在此折斷
能到死主無法見到的地方¹⁰⁷

又說：

由見到衰老與病苦
以及見到心識離開而死亡
賢者能放棄如同牢獄的家
而世間常人豈能捨離欲望¹⁰⁸?

總之，現在我們已經獲得了殊勝的有暇人身，這是唯一的能夠成就士夫大義的時刻。往昔生中我們大多都在惡趣中度過，即便是有一點點時間偶然投生在善趣，也基本上是生到無暇之處，極難得到修習正法的時機。當獲得能修正法的人身時未能如理修習，正是因為存在這種「今天總不會死」的心理。因此，此心對於不死方面的執著就是通向一切衰損的大門！而它的對治 --- 修習念死無常，就是通向一切圓滿的門徑啊。正因如此，我們決不應抱著那種以為「這只是沒有其他高深大法可修的人才修的」錯誤念頭，以及「雖然是需要修，但只需在一開始時略作修習，不必長期修習的」不正確的想法。而應該對這是起始、中間、以及最後都必須要修的道理至心發起定解而努力修習。[102]

[壬三]

應當生起什麼樣的念死之心

那種由於對親友等有堅固貪著而怕與他們分離而產生的畏懼，是完全沒有在正道上修心的人一種對死亡的畏懼心理。我們這裡所要發起的不是這種心。那麼這裡要修的是什麼呢？【回答】一切由於業與煩惱而導致的取身(生命)都無例外肯定要死亡，對此雖生恐懼也暫時無法阻止；然而為來生考慮，我們現在尚未能斷除[墮入]惡趣的因、尚未成辦增上生和決定勝的因，為此則應當對死亡有所恐懼。若能為此起畏懼心，則有成辦這些要務的舉措，[在成辦之後]則對死亡不應有畏懼。倘若不辨妥這些要務，則不僅總之是在生死輪回中不得解脫，而且特別是將墮入惡趣中，因此心生恐懼，臨命終時因追悔而熱惱。《本生鬘》中[王子對魔王蘇達薩子]說：

怎樣勵力也不能留住，任何都不可救治
對此心生恐懼怖畏又有何益？
如是觀察世間法性，諸人因做惡而將追悔
未曾做善，疑懼來世將發生苦惱
由於臨終時的恐懼而迷悶
如果能使自心追悔的事記憶中完全沒有做過
而且善為修習白業安住於正法，則誰會因死而恐懼？

《四百論》中也說：

憶念「我必死」
誰能對此心生決定
以此徹底捨棄恐懼
對死主又有何恐懼？

因此，以思惟「身體和受用無疑都將很快捨離」反復憶念無常，[103]就能停止期望與那些不分離的貪愛，而那種憂懼分離所導致的對死亡的恐懼也就不會發生。

[壬四]

修念死之法

應以思惟三種根本及其九種原因而依次作出三種決斷的方法來修習。

- 癸一、思惟必死(發生必須修法的決斷)
- 癸二、思惟死期不定(發生現在必修的決斷)
- 癸三、思惟臨終時除了正法之外，其他全都無益(發生棄此世心、唯修正法的決斷)

[癸一]

思惟三種必死的原因

第一，死主必將到來卻沒有任何因緣可以制止

就我們的身體而言，無論受生的時候取得什麼樣的身體，都會有死亡。如《無常集》中說：

無論是佛陀還是獨覺
或者是諸佛陀的聲聞弟子
都要最終捨棄這一身體
何況是大多數的凡夫眾生

就空間而言，無論居住在什麼樣的地方都會死。如上面所引的經中說：

住在哪裡能不被死亡所侵害
這樣的地方是根本不存在的
天空中沒有大海中也沒有
更不是住在山中[就能躲過死亡]

就時間而言，無論是過去、未來或任何時間，一切有情最終都要被死亡所摧毀而無一例外。因此上面所引的經中又說：

一切已出生或將出生的有情
都將捨離此身而往[後世]
智者認識到一切都將[被死亡]摧毀
即應安住正法修決定行

如果死亡不可逃避，那麼能不能用咒力等方術制止呢？也是不可能的。如《教授勝光王經》中說：譬如有堅固實心的四大鐵圍山，毫無裂隙、堅硬緻密而且是摩天觸地，從四方同時

而來，[104]即將碾碎一切草木本幹枝葉以及其中一切有情和生命時，絕非靠跑得快能得以逃避、也絕非靠力大、財多而能制止、也絕非靠其他諸如咒術醫藥等等而能輕易制止。大王，應知與此相同，有四種大怖畏同時而來，也絕非靠跑得快、力大、財多而能制止，也絕非靠其他諸如咒術或醫藥等能輕易制止。四大怖畏是什麼呢？那就是衰老、疾病、死亡、消損。大王，衰老摧毀強壯，疾病摧毀健康，消損摧毀一切圓滿豐饒，而死亡則摧毀命根。無論對於任何人，都絕非靠跑得快、力大、財多而能制止，也絕非靠其他諸如咒術或醫藥等而能輕易制止。

迦摩巴曾說：「現在正應畏懼死亡，臨死時應無畏。而我們恰恰與此相反，現在不擔心，而到臨死時用手抓胸！」

第二，思惟壽命絕無增加而只有不斷減少

《入胎經》中說：「即使從一開始時起善加保養，最多也只能活到百歲或許稍多一點點。」因此壽命最多也就只有這些年。而且就算是能活到百歲，在這中間壽命很快將被銷耗殆盡：年被月所銷耗、月被日所銷耗、日被晝夜所銷耗、而晝夜又被上午等時分所銷耗掉。因此壽命的總量實在是很少的。不僅如此，而且很明顯，過去已經銷耗了很多，而剩餘的壽數非但不會增加，而且是在晝夜不停地減少。[105]正如《入行論》中說：

晝夜[交替]沒有片刻停留
此世[的壽命]恆時減少
衰退之後不再增加
自見如何不死亡？

讓我們再用更多的比喻來思惟：就像織布的時候，雖然每次好像只織進了一根細線，但不停地織下去很快就會織完一匹布。就像是將被宰殺的牛羊等牲畜被牽引著一步一步地移近死亡。又像是湍急的河流速疾逝去；或像懸崖上的瀑布急速下落，壽命也是這樣速迅地耗盡著。就像是牲畜毫無自主而被牧人手執鞭杖驅趕到畜圈，我們也是這樣毫無自主地被疾病衰老等驅趕著一步一步地接近死主的面前。應當如此由各種譬喻來思惟。如《集法句經》中說：

如同編織一匹長布
雖然每次只織進一根緯線
但卻能速迅織到整匹布的盡頭
一切人的壽命也是如此

就像將被宰殺的牛羊
被牽引著一步一步地
移近屠夫的跟前
一切人的壽命也是如此

如同湍急的河流
逝去的再也不會退回
人的壽命也是這樣消逝著
過去的再也無法挽回

極其艱難而且短暫

此生充滿了種種苦辛
 營勞所獲速將壞滅
 就像用細杖在水面上繪畫

如同牲畜毫無自主
 被牧人用鞭杖驅至圈欄
 世人也是這樣沒有自主
 被老病驅向死主面前

傳說阿底峽尊者有一次走到河岸邊時說：「對於修習無常，河水淅淅流逝，這裡是很方便的啊！」說罷就開始修習。[106]

《大遊戲經》中也說：

三有無常如同秋雲
 眾生生死等同觀戲
 眾生的壽命經過如空中的閃電
 如同懸崖上的瀑布急速流逝

因此，正如經說「由略作內省思惟而發生一些粗略認識後，會漸漸發現周圍的事物沒有一件不是在顯示無常」，所以要多作結合而修，反復思惟就能發生；如果僅僅略作思惟就說生不起來那是毫無利益的。迦摩巴曾親口說：「不要總說思惟了但還是沒有生起[念死無常的心]，你白天心思散亂，夜晚昏沉睡眠，請問你何時在思惟？不要對自己說謊！」

還應當認識到，並非等到壽命窮盡時才被死主所摧毀而投生他世，而就在這當中，無論我們是行走、停留還是安臥休息，任何一種行為當中，都沒有壽命不在減少的時刻。我們從一入胎開始，就片刻不停地向他世走去。在這當中，雖然暫且存活，也是在被衰老、疾病等死亡的使者牽引著走向唯一的目的地死亡的過程中。因此決不應以為活著與死後兩不相干而抱有活著的時候不是在走向後世而可以安然享樂的念頭。就像假如有一個人不慎從高處墜下，在還沒有摔到地面上之前，在空中下落的時候，怎能作安樂之想？如[月稱菩薩在其]《四百論釋》中引經說：

人的心識就像是在傍晚
 剛一進入世間胞胎之中
 從那時開始逐日無可逃避地
 走向死主跟前

《破四顛倒論》中也說：

從高山頂向地上墜落而即將毀滅
 在此中間怎會感受到安樂？
 從生開始就是為了死而不停地奔跑
 有情在這中間怎會得到任何安樂？[107]

這些經論都是在教示定速死亡。

第三、思惟即使活著的時候也[常常]沒有閒暇修法而必死

即使能夠活到前面所講的那樣長的壽命，也不要以為會有真正的閒暇。過去在毫無意

義中我們已經消耗掉了許多壽命，在以後剩下的壽命中，睡眠將佔去一半，其餘的又因其他散亂大多會在無意義中度過。等到盛年已過，衰老階段到來時，由於身體和心力的衰退，即使再想依法修行也將心有餘而力不足。因此真正能依法修行的時間實在是很少的。《入胎經》中說：「常人的壽命一半被睡眠覆蓋，初生十年幼稚，最後二十幾年老衰，常常在愁悶、悲嘆、痛苦和憂惱中度盡光陰。身體所生的各種疾病也在使壽命消滅。」《破四顛倒論》中說：

此時諸人壽命最長不過百年
此中最初幼稚最後衰老而虛度
睡眠和疾病等使人沒有時間而摧毀所有的希望
在住樂人當中眾生壽命還剩幾許？

伽喀巴大師也曾說：「六十年中除了吃飯、睡覺、害病，剩下來修法的時間連五年也不到啊！」

再者，一切現世的圓滿都像是在一場夢中受用安樂醒後回憶那樣，臨終時不過是回憶之境而已。既然死亡之敵不可阻止，必將到來，為什麼喜愛現世的誘惑呢？這樣思惟之後就應當多發誓願「決斷必修正法」（此即第一決斷！）。如《本生論》中說：[108]

嗟夫世間煩惱等
住不堅固也沒有安樂
即此睡蓮之盛會
也終將只成為記憶
眾生身處如是之中
人卻毫無畏懼這實在是希奇
一切道路均被死主阻擋
仍無所顧忌地極為喜樂受用
現有不能阻擋的
疾病、衰老、死亡之大力做害的怨敵
必定往生後世的悲苦中
如果此心有知誰會以此為樂？

《致迦膩色迦王信札》中也說：

死主毫無悲憫心
殺害有技能之人沒有因由
當他迎面而來作殺害時
智者誰人行放逸
猛厲凶暴的死主
[他]殘忍的箭從來沒有失誤
因而在他搭弓還未發射時
應當勤於自利

應當這樣思惟。

癸二、思惟死期不定(發生現在必修的決斷)

現在雖然能肯定，從今以後，不過百年之內，死亡必將到來，但是在這當中，死亡何時會來卻沒有確定。因此就連今天會不會死去都是不一定的。然而應心系死亡一邊，應當生起今日會死的心。為什麼呢？因為，如果總以為今天不會死，或者大概總不會死，心執著在不死這一邊，於是就會為久住現世而作種種計劃或營求，而不會為後世的利樂而作準備。然而在這當中其實仍然處在死亡的鉗制之下，[其結果就會在死亡降臨時由於沒有任何準備]而心生憂悔而死去。反之，如果每天都為死亡作準備，則能成就很多後世的利樂。假如果真沒有死，那麼有了這樣的成就總歸是好事；假如死亡果真降臨，則這種準備就顯得更加重要。比如說假如有一個危害自身的強大仇敵，[109]從今以後必來殺害我，雖然我不知道他哪一天會來，我都會每日警惕，時刻提防。同樣，如能每天都作今日必死的憶念，或起碼能思惟大多會死，那麼心就能隨之而轉向為後世的利樂而作準備。而不是僅僅為了現世的暫住而汲汲營求。如果不能發生這種意樂，總以為現世能長久，就會只為眼前打算而不能著眼後世更長久的利益。就像打算在一個地方長期住下去，自然就會事事為長住而準備。而如果知道不會在此久留而早晚要遷往異地，自然就會事事著眼於搬遷的便利。

這裡(思惟死期不定中)又有三個原因：第一，思惟我們所居住的世界南瞻部洲人的壽命不確定：總之俱盧洲壽命限定，其他兩洲各自壽命總數雖然也不一定，但多數能得定限。唯獨南瞻部洲人的壽命極其不確定。在劫初的時候人壽可至無限，而最後會演變到一個時期人壽只有十年為限量。而現在，在年老、年幼和中年三者之中哪一個會先死去，也顯然沒有一定。因此《俱舍論》中說：

現在不定最末十
[劫]初之時有無量

《集法句經》中也說：

上午還曾見面的很多人中
下午就會有再也見不到的
今晚還曾見面的很多人中
明早就會有再也見不到的

又說：

在眾多男女老幼中
有尚在壯年的也死去了
誰能保證說
此人尚年輕，肯定會活下去
有的死在胎中
也有死在剛剛出生
才會爬行或能行走
不論老幼還是中年
都逐漸向衰亡走去
就像熟果即將墜落 [110]

平時或是親見、或是耳聞，有師長、同修在似乎不該過世的時候，就因為種種內外死緣現

前而未及滿足心願而忽然去世時，應當立即思惟：「我自己也正處在同樣的情況下啊！」反復思惟而使憶念必死的心發生。

第二，思惟死緣極多活緣極少：對此生命有很多[來自]有情和無情的損害，正如人、非人、以及魔類等各種傷害，以及旁生類會對身體生命有多種傷害；同樣，內部疾病和外部四大等造成的侵害也要細加思惟。況且我們自己的身體也要由四大種(元素)組成，由這些元素之間相互抵制而產生的諸界不平衡，發生增減時，就會生病甚至遭受喪生的侵害。而由于這些因素是與生俱有的，所以對身命不可信靠。如是又如《大般涅槃經》中說：「所謂『死想』就是要認識到此生命乃被眾多怨敵所包圍，只有剎那剎那被其削弱，而沒有任何增長。」《寶鬘論》中也說：

住在死緣當中
猶如強風中的燭火

《親友書》中說：

壽命之多侵害
比風吹水泡更加無常
在呼吸之間從睡臥中
安然醒來豈非稀奇

《四百論》中說：

無力而由四大種
聚合之所謂生命
將諸多相違稱為安樂 [111]
無論怎樣都非合理

由于現在正是五濁橫流的時候，修集有延壽大功效的妙業已經極其稀微；飲食等藥物的力量也降低，因而摧除疾病的能力減弱；本來各種受用若經順利消化即能夠滋養體內四大種的作用現在卻減弱，所以很難消化，即使消化也益處甚少；[福德]資糧的積備極少，惡行極大，致使念誦儀軌、持誦密咒等事業大多變得微弱無力，因此極難增壽延年。

再者，沒有「生緣」不變成「死緣」的情況。本來為了活命而尋求飲食、房舍、同伴等等，結果或者飲食過量，或者營養不良，或者食不相宜；房屋倒塌；親友欺誑等等，變成死緣的情況時有發生。因此沒有不會變成「死緣」的「生緣」。況且存活本身就是趨向死亡的過程。因此縱有很多利于生存的條件，也仍然沒有保障。正如《寶鬘論》中說：

不僅死緣多
活緣稀少
而且這些(活緣)也變成死緣
因此當恆常修習正法

第三，思惟身體危脆因此死期不定：我們的身體就像水泡一樣極其危脆，不需要很大的傷害，有時被芒刺等划刺受傷也會損命。因此極易被各種死緣摧壞。《親友書》中說：

這些器世間的大地、須彌山及大海水 [112]
尚且將被熾燃的七日

焚燒至灰燼不留
何況極其微弱之人

如是思惟至此，見身命隨時會被死主摧毀，而何時會發生，全無確定，就不應以為還有閒暇，而應多立決斷誓願：我當從此時此刻起修習正法(此即第二決斷!)。正如《致迦膩色迦王信札》中說：

死主與誰都不親近
隨時隨處會突然降臨
不要指望明日
現在就應勤修正法
「那個明日再做，今日先做這個」
說這種話的人絕非明智
你成為無有的時刻
無疑是在一個明天發生

大瑜伽自在行者吉祥世友慶喜[在其《致月王信札》中]也說：

國主，此如借貸的身體
無病無衰而暫安住
此時正當取心要
不為病死衰老所畏懼
若待何時疾病衰老降臨
那時雖作憶念[修習]又有何用？

在修習念死無常的三根本中，思惟死期不定最為重要，因為能夠轉變心意的正是這個，所以要努力修習。

[癸三]

思惟臨終時除了正法之外，其他全都無益
(發生棄此世心、唯修正法的決斷)

當作三種思惟：我們已經見到[此生不可久住而]必將[死亡]走向他世，那時，(第一)親眷或友伴等無論怎樣悲戀不捨地環繞周圍，也沒有一個人可以帶走；(第二)可意的財產無論有多少，連一件小到塵埃的東西也不能攜去；(第三)就連這一與生俱來的骨肉之軀也只有捨棄，何況其他？因此，今生的一切圓滿必將棄我，而我也必將棄彼而走向他世；而且此事今日就可能發生，[113]那時只有正法是救護、是依怙，是援助的道理應當思惟。如《致迦膩色迦王信札》中說：

當過去業所引發的異熟(身體)
徹底遺棄於你
與新業結合
被死主牽去
那時除了善惡
所有眾生都反轉而去
沒有任何人隨你而行

應當了知而善為行持

吉祥世友[在其《致月王信札》中]也說：

天王¹⁰⁹不管你怎樣富有
 逝往他世的時候
 就像在曠野被敵人所殺
 獨自一人無子無妃
 沒有服飾也沒有朋友
 沒有王權也沒有宮殿
 雖擁有的無量勇軍
 既看不見也聽不到
 下至連一個也沒有
 能隨你而去的
 總之就連您的名號
 這時都成虛無
 更何況其他事物

這樣，由思惟有暇義大而極其難得，不僅難得，而且極其容易壞滅，憶念死亡，如果不能成辦一種後世及其以後的畢竟安樂，而只是在未死的時候趨樂避苦，那麼比起人來旁生(動物)反倒有更大的本領。因此應當做些與之相比有所不同的事。否則獲得善趣也等於是沒有獲得。《入行論》中說：

為了那些連畜生都能做到
 毫不稀奇而且利益微少的事
 被業力逼迫的人浪費了
 這一圓滿難得的暇滿

這種心在開始時的确很難生起，但因為這是道的基礎，所以要特別努力。博朵瓦曾說：「修念死無常以清除自我的假象就是我的所修和所斷，因為認識到親友以及一切享用等等今生的榮耀在死的時候都將拋棄，獨自一身、絕無陪伴地走向他世，你才會決定放棄一切修法之外的事，而不貪著現世的心才會生起。在這種心發生之前，其他任何事都不過是一切正法修道上的羈絆而已。」(此即第三決斷!)

鐸巴善知識也說：「若能兼修集資淨障，以及精勤祈請師長本尊等，殷重思惟，那種覺得好像百年也發生不了的，在稍稍思考一下有為法不可久住之後就會生起。」有人請求改變觀修的對象時，迦瑪巴只是把原來的要求重復了一遍。當被問到其餘還有什麼修法時，則答道：「剩下的都不能超過這個。」

因此，如果心有餘力，就應照上面所說作全面的修習；如果覺得難以勝任，也可以從三種根本的九種原因中提出適合自己的地方重點修習。總之應當想：今生的圓滿不過是像被殺之前的穿戴和粉飾一樣，直到心中發生一分厭離之前，反復修習。平時在一切佛經及釋論中凡是見有講述「親近善知識、[思惟]暇滿[大義]、無常」等處，立刻應當意識到，這就是所應修習的教授，如此就不難獲認佛陀教法的本懷。以後在講到其他方面時，也應

照此而行。

藏文青海版第114頁，法尊法師漢譯本第八五頁，四家合注第225頁

〔辛二〕

思惟後世如何生於二趣中的苦樂[特別是惡趣的苦]

既已確定速將死亡，則現世沒有安閑。然而死後並非成為一無所有，而是還要受取[另一期]生命。那時除了二趣以外更沒有其他生處，只有投生善趣或投生惡趣。而且那時會投生到哪一趣中，不能由自己決定，而是由業所決定，因此完全是由黑白業的牽引而投生。如是應當設想「如果我投生到惡趣會是怎樣一種情況」而思惟惡趣的苦。[115]如依怙龍樹菩薩說：

應當憶念如若一日
 生於極熱或極寒地獄中
 也應憶念被飢渴所折磨
 極度憔悴的餓鬼
 應當觀察並憶念
 有極多愚痴苦的旁生
 應斷除其因而行善因
 難得的瞻部洲人身
 今已得時應極策勵
 斷除生於惡趣之因

這時修念總之輪回生死，特別其中惡趣的苦厄是極為切要的。如是，思惟自身墮入苦海的情況發生厭離，可制止我慢驕傲；見到苦乃是不善[業]的結果，則對惡行罪墮深生羞恥；因不想要痛苦而想要安樂，並見到安樂乃是善[業]的結果，則喜樂於善行；與自身同等比量，也能對他人發生大悲；由厭離生死輪迴而生希求解脫[之心]；由畏懼於苦而[發起]有力的歸依等等，[因此是]攝集眾多修習關鍵的嘔陀南(總攝)。《入行論》中說：

沒有苦就沒有決定出離
 因此心你應堅定承受

又說：

再者[何為]苦功德
 由厭倦而能斷除驕傲
 對輪迴者生起大悲
 恥於惡而喜於善

又說：

我由恐懼而驚駭
 將自奉獻普賢尊

這裡《入行論》在講到苦的功德等時，雖然是照其自相續中已發生的苦而說，但同樣可以作為將受的苦[來修習]。[116]

因此下面我們就依次思惟地獄、畜生和餓鬼三種惡趣的痛苦。

壬一、思惟地獄中的苦

壬二、思惟旁生中的苦

壬三、思惟餓鬼中的苦

〔壬一〕

思惟地獄中的苦

癸一、大有情地獄

癸二、近邊地獄

癸三、寒冷地獄

癸四、獨一地獄

〔癸一〕

大有情地獄

從這裡(以金剛座為準)向下三萬二千由旬之處有等活地獄。再向下每隔四千由旬有其餘七處。

(1)在等活地獄中，有情因為業力的驅使聚集在一起，使用各種依次出現的凶器互相殘害，直到全部昏死撲倒在地。這時空中會有聲音說：「你們將復活同等壽命！」於是重新起來還像從前那樣互相殘害。就這樣不停地重復下去，所受痛苦難以思議。

(2)生在黑繩地獄中的有情，被守獄卒吏用黑繩反復捆綁，勒成或四塊或八塊，然後按照所勒成的形狀用利刃砍割而受大苦。

(3)眾合(合迫)地獄中的有情，在相互聚集到一起時，便有守獄卒吏將他們驅趕到一處，然後操縱山羊頭形狀的鐵山從兩面夾合，頓時在撞擠之下從身體各孔門中血流崩湧。同樣又用綿羊頭、馬頭、象頭、獅頭、虎頭等形狀的鐵山反復夾迫。又被趕進一個巨大的機械當中，就像壓榨甘蔗一樣而被絞榨。又有正當聚集時，從上空墜下巨大的鐵石，在鐵地基上被砸、砍、搗、剝，一時間鮮血橫流。[117]

(4)生於號叫地獄中的有情，為了尋求房舍而進入鐵屋之中，便被封閉在裡面被大火焚燒。

(5)大號叫地獄與上述大致相同，不同的只是鐵屋有雙層。

(6)在燒熱地獄中則被守獄卒吏投進數由旬之大的燃燒滾沸著的大鐵鍋中，像煎魚一樣翻滾煎熬。又被用紅熱鐵杆從下體插入、穿透頭頂，致使從口、兩眼、兩鼻、兩耳以及周身毛孔噴出火焰。又被放到熾燃的鐵地之上，或仰面或倒覆，用紅熱鐵錘反復打剝，而受戕害。

(7)在極熱地獄中，則被用三股紅熱鐵叉從下貫插，中股上穿頭頂，左右兩尖貫穿兩肩，致使從口等各孔竅中噴出火焰。又被用燒紅的鐵餅周身裹烙。又被頭朝下丟進燃燒滾沸的大鐵鍋中上下反復浸泡，直到周身皮肉、血脈等全部爛壞，只剩一副骨架時，就被撈出丟在硬鐵地上，等到[由業力所致]皮肉、血脈重新長出時再次被投進煎煮，如此反復。其他情形與燒熱地獄相同。

(8)無間地獄中，從東方數百由旬之地有猛烈火焰漫延而來，從其他三個方向也是同樣，都有大火漫延合圍，而被焚燒，周身皮肉、筋骨逐漸燒化，[118]就像是被點燃的燈燭一樣，遍身冒火，無法辨認，只有聽到其中發出的悲號之聲才知道是有情在裡面受苦。又被投進盛滿灼熱火炭的鐵簸箕中上下顛簸。又被驅趕踏下紅熱鐵地、攀爬燒紅的鐵山。又從口中被拉出舌頭，用數百鐵釘就像張釘牛皮一樣鋪展釘住，連一絲皺褶都沒有。又被仰面按在地上，用鐵鉗撬開其口，喂進紅熱鐵丸，或灌進銅汁，燒徹口腔、咽喉、五臟六腑，從下體孔道中流出。其他與極熱地獄相似。

這裡只講了那些粗顯的痛苦，至於更多難以名狀的戕害無法盡述。關於各個地獄的位置、大小、苦受等等是依然《本地分》中所說引錄。

這些痛苦要遭受多久呢？《親友書》中說：

如此痛苦極難忍受
而且經受百俱胝(千萬)年
乃至惡業未銷盡當中
無法與捨離其命

這是說直到導致這種痛苦的業力被銷盡之前，都要不斷地承受這樣的痛苦。

又說人間五十年，是四天王眾天的一晝夜，用這樣的晝夜相累積，三十為一個月，十二個月為一年，以這樣的一年為單位的五百年即是四天王眾天的壽量。再用這樣的五百年為一晝夜計算，三十為一月、十二月為一年得出的五百年就是等活地獄的壽命。[119] 同樣人間的一百年、二百年、四百年、八百年、一千六百年，分別是三十三天直到他化自在天的一晝夜。這些天各自的壽量分別是一千、二千、四千、八千以及一萬六千年。這些分別是從黑繩地獄直到燒熱地獄的一晝夜。然後這些地獄壽命分別是一千直到一萬六千[以這樣的晝夜累積而成的]年。《俱舍論》中說：

欲界諸天中最下面的一晝夜
等於人間的五十年
再往上的則以倍數遞增

又說：

等活要同樣復活六次
其中的一晝夜與欲界天壽量相等
極熱地獄的壽命長達半個中劫
而無間地獄則是整整一個中劫

《本地分》中也與此處所講一致。

(癸二)
近邊地獄

那八地獄每處都有四面牆和四門，其外又被鐵城包圍，也有四個城門。城門之外又各有其餘四種有情地獄，分別叫做(1)火炭坑、(2)腐尸塘或糞泥池，其惡臭如尸、(3)利刃道等，及(4)無極河。

第一種中有沒及膝許的火炭坑。投生到那裡的有情為了尋求安身之處四處奔走，身陷

其中。下足時皮肉、血脈全部銷爛，舉足時皮肉等又會重新長出。

第二種緊靠相鄰，有散發著如腐尸般惡臭的爛泥塘。有情為了尋求安身之處而奔走時，就會墮落其中，頭腳全被淹沒。而糞泥之中遍生名叫「利齒」的蛆蟲，咬噬周身，鑽透皮肉、筋骨直至骨髓。[120]

緊鄰糞泥塘有第三處，其中有利刃遍佈的道路，投生到那裡的有情為尋求住處而奔走，纔下足時，一切皮肉骨骼全被利刃所刺、割、截斷，舉足時又會重新長出。附近又有劍葉林，有情看到樹林便奔入以求在樹蔭下安歇，結果從樹上落下極多葉劍，砍斷周身一切肢節，疼痛難忍、撲倒在地。這時又有眾多鬣狗搜循而至，撕扯脊肉，爭相瞰食。不遠處又有鐵刺樹林，有情被尋求安身之處的本能所驅使，便來攀爬。往上爬時，鐵刺全部向下、向下後退時，鐵刺又全翻轉向上。結果周身支節全被刺穿。這時又飛來很多名叫「鐵喙」的猛禽，有的降落在頭頂上，有的落在肩膀上，啄食眼球。因為這些都屬於刀劍刺割的苦害，所以發生在一類地獄中。

鐵刺樹林不遠處即第四種近邊地獄中，有一條叫做「無極」的大河，其中充滿沸騰的石灰水。有情為尋找住處墜落河中上下漂沒而被煎煮，如銅鍋猛火沸煮豆子一般。河的兩岸上又有獄卒手執棍杖、長鉤和大網羅列阻擋，不讓有情從中逃出。有的用鐵鉤或鐵筴籬將有情從河中撈出丟在熾熱的鐵地上，質問：「想要什麼？」當有情回答說：「我等遭此，已什麼都覺不到看不見，只覺饑餓乾渴」時，便用燒得火紅的鐵丸喂到他們口中，又灌進溶化的銅水。[121]

這是按《本地分》所講而說。雖然該經中只說近邊地獄和獨一地獄有情的壽命長短不定，但總之是直到感招這些痛苦的業力尚未銷盡中間，長時間遭受苦害。

〔癸三〕 寒冷地獄

在與大有情地獄正對並相隔一萬由旬的地方，有八寒冷地獄，也是地面以下三萬兩千由旬處。最上是寒炮地獄，然後每隔兩千由旬以下依次有其他七處地獄。

為什麼叫做寒炮呢？因為那裡的有情身處極度寒冷之中，遍身生滿凍瘡，痛苦地蹣縮在那裡。由凍瘡潰爛程度不同而有其他七種差別：即所謂「安折叱(齒戰)」、「赫赫凡(悲號)」、「虎虎凡(寒切)」都是以難以忍受極度寒冷而發出的痛苦呻吟聲而立名。「裂如青蓮」是形容凍瘡變成青色，並且裂成五瓣或六瓣的慘狀。「裂如紅蓮」是說顏色由青瘡變成紅腫，破裂成十瓣以上，像荷花一樣。「裂如大紅蓮」是說全身紅腫潰裂為數百瓣以上。這些痛苦的程度等都是按《本地分》中所說摘錄。《本生論》中也說：

持斷無見者
後世將生黑暗寒風中
引發連骨都被銷毀的病痛
希求自利者誰願進入

這是說要住在黑暗之中。《弟子書》中也說：

無法比擬的冷風寒徹至骨
以致身縮戰慄彎屈蜷曲 [122]

遍身起炮又從潰爛處生出諸蟲
 啃噬而使油脂黃水乃至骨髓淋漓
 悲慘牙關緊閉毛髮倒豎
 眼耳喉等都被[寒冷的]侵害逼惱
 身心中間極其沮喪神志不清
 住寒地獄中發出極慘的呼號

如果生到寒冷地獄中，要經受多久的痛苦呢？總之直到感招這種痛苦的惡業沒有銷盡以前，要經受如此長久的折磨。寒冷地獄有情的壽量與大有情地獄一一對應各是該壽量的一半。《俱舍論》中引佛經說：「眾比丘，如在此處摩揭陀國，用八十斛胡麻堆滿一個大囤，然後每隔一百年纔取出一粒胡麻，眾比丘，以這樣的速度，八十斛胡麻還是能很快被取盡。然而我不能說，生到寒炮地獄中的有情，壽命會這樣快地完結。眾比丘，生為二十次寒炮的壽命只等於生為一次炮裂的壽命，……眾比丘，生為二十次裂如紅蓮的壽命只等於一次裂如大紅蓮的壽命。」就是說要遭受如此長久的痛苦。

〔癸四〕
 獨一地獄

有說就在熱地獄與寒地獄附近。《本地分》說人間也有。《十七事阿含經》中也說住在大海岸邊。如其中僧護因緣就有這樣的說法。[123]《俱舍論釋》則說：「十六有情地獄是由一切有情共業所感。而獨一地獄則由或多個、兩個或一個有情的各別業力所招致，因此形狀有多種，方位沒有一定，有的在河邊，有的在山中，或在曠野等處，或在地下都可能存在。」

正如我們下面所要講到的，因為導致生於地獄的因素不僅非常之多而且很容易發生，所以實際上每天都在累積，加上過去[生中]曾經累積的，到現在已經成為不可計數之多，因此還能心安度日實無道理，由思惟此等應起怖畏，因為[假如不從現在起積極淨治惡業的話]我們與那些(地獄之苦)相隔就只差斷一口氣而已！正如《入行論》中說：

既然已造地獄業
 現在怎能心安穩

《親友書》中也說：

有惡業者雖聞聽
 與地獄的無量痛苦
 相隔不過呼吸斷絕的時間之後
 仍毫無恐懼其性簡直比金剛還硬！

如果觀看繪圖、聽聞、憶念、誦讀
 或對模擬的地獄
 尚且生起怖畏
 何況嘗受猛利的果報成熟[之苦]

在一切輪回生死的苦中，惡趣之苦最難忍受，其中又以地獄之苦更無可忍。[假如現

在]一日受三百鋒利長矛的不停擊刺，與地獄中的苦相比，連其中一少分都不及。在所有地獄中，又以無間地獄中所受痛苦為最。正如《親友書》中說：

如同在一切安樂之中
以斷盡貪愛的安樂為最上 [124]
同樣在一切痛苦之中
無間地獄中的苦最猛利
現在一日被三百長矛擊刺
所受之苦若與地獄中相比
連其最小的也無法比較、不值一提

而能招致這樣痛苦的原因不是其他，就是我們自身身、語、意三門的惡行。如果認識到這一點，就應盡士夫所能而努力不使自身沾染一點點這樣的惡行。如同上所引：

這些不善結果的種子
就是身語意所起惡行
因此即使塵許也不令其存在
唯有如此盡你所能而努力

〔壬二〕

思惟旁生所受的痛苦

旁生之中弱肉強食，又成為天或人的資生使役的對象，沒有自由，為他所制，被宰殺、鞭打、傷害；與人、天同住，沒有其他特別處所，《本地分》中如是講說。《俱舍論釋》則說：「旁生包括陸棲和水棲以及能在空中飛行等類。它們本初的住處是大海，其他都是從那裡分化繁衍的。」《親友書》中說：

旁生趣¹¹⁰中亦有殺害
以及綁縛、鞭打等各種苦楚
[這些]與寂滅善行隔絕的眾生
有的互相噬食極暴惡
有的因珍珠、毛、骨、肉或皮
[遭獵殺]而喪生
有些毫無自主被施加
蹄釘、鐐銜、鞭、杖、鐵鉤而驅役

這裡首句總述旁生的苦，[125]以下則分別講述來自自身及外界的種種苦害。其中「鞭打」等包括一切驅趕、使役、穿鼻、扭械等等一切來自人或非人的苦害。「弱肉強食」指同是旁生之間的苦害。「寂滅善行」是指能獲得遠離憂苦的善業，與之「隔絕」是說因為極度愚痴而不成道器。後面「被施加蹄釘」等等五種扭械，依次指馬(蹄被釘鐵掌)、水牛(被套上足鐐)、驢(被鞭打)、象(被鐵鉤所制)、牛(被杖打)等等所受苦害。

這些只是按照《親友書釋》中所講概括，其他地方則更提到如生在陰暗潮濕之處，直到老死；以及負重疲勞、耕耘、剪毛、饑渴、烈日暴晒、寒風吹襲，又有獵人用種種方法侵襲、擾害。時時刻刻處在驚恐之中。應通過思惟上述各種苦楚，使自心對輪回發起厭患而希求出離。

旁生的壽命呢，《俱舍論》中說：「旁生中壽命最長的能超過一劫。」意思是說長壽的能活過一劫，短壽的則沒有一定。

（壬三）

思惟餓鬼的痛苦

品行極其慳吝者，死後就會轉生為餓鬼，並要遭受與生俱來的饑餓和干渴的折磨，以致皮肉、血脈全部干枯，形容枯槁，身體如同一段燒焦的枯木，蓬頭散髮。由於口唇干焦，舌頭不停地舔動。

餓鬼一共有三類：一類對飲食有外在的障礙。當這類餓鬼[為尋求飲水]遊走到泉水、湖泊或池塘附近時，由於業力的緣故，或見到那裡有執著利劍、長槍或短矛等兵器的有情阻擋他們，不讓靠近泉水等；或見清水全部變成膿血，[126]連自己也不想取飲。

一類對飲食有內在的障礙。這類餓鬼有的口細如針孔，有的口唇冒火燃燒，有的頸上生有癭瘤，有的肚腹腫大，雖沒有其他障礙而能自己得到飲食，但卻無法下咽。

還有一類在飲食本身上有障礙。這類餓鬼中有叫做「猛焰鬘」的，無論什麼樣的飲食，一送到口邊立即燃燒而起惱恨。還有叫做「食穢」的，以屎尿為飲食，或者只能吃喝那些骯髒、臭穢、有害和下劣的飲食。還有的只能割食自己身上的肉。總之不能享用淨妙飲食。

餓鬼的住處，據《俱舍論釋》說：琰魔是一切餓鬼的王，他的宮殿在南瞻部洲以下五百由旬之處。那裡是一切餓鬼本來的住處，後來展轉散居其他地方。《親友書》中說：

亦在餓鬼趣中遭受欲求不得所生之苦
 恆時不斷且無法治愈
 由饑渴、寒熱、疲勞和怖畏
 所生極其猛利之苦楚
 一類其口細如針孔
 腹大如山而被饑餓折磨
 一類連下劣棄物
 都無力尋獲
 一類裸體皮包骨
 如同枯頂的多羅樹
 一類晚間口中出火焰
 尋得食物入口即燃燒
 也有些低級種類連膿、糞、血等不淨物
 也無法找到
 也有互刺面孔或尋求
 從頸癭潰爛流出之膿水
 這些(餓鬼)春季時月亮也變得炎熱 [127]
 冬季太陽也變成寒冷
 果樹不為他們結果實
 甚至江河他們看一眼也變成干涸

第一句是概括餓鬼的總苦，以下則開示別苦。所謂「疲勞」是指為尋找飲食而到處奔走；

「怖畏」是指因見到手執劍、杵、鉤索者而心生怖畏；「下劣棄物」是指那些被隨手丟棄的(殘食)；「晚間.....」指的是到了天黑的時候，就能看到他們口中噴出的火焰；「入口即刻燃燒」是指吞吃任何食物一送到口立刻燃燒。[正如我們平時會有因熱眼發昏而看錯東西的現象，餓鬼因為過去的慳吝之業]如被眼中毒藥燒灼一般，即使甘涼的河水也會[發生錯亂而見為]干涸，或對一類餓鬼變成充滿烈焰的火炭，或對於另一類變成漂滿蛆蟲的膿河等等。這些是《俱舍論釋》中所說。《弟子書》中說：

因難忍的干渴遙見無垢河水
欲求啜飲奔到近前時
變成漂滿雜髮苔蘚
或臭膿爛泥血糞之垢水

即使到了有潮水風揚霧靄的清涼山頂
遍生旃檀綠蔭的瑪拉雅
也變成充滿火焰的焚燒林
焦幹傾倒雜亂崎嶇之地

就是到了有嚇然巨浪拍擊所生
泡沫鳴濺的大水之旁
也只見熱砂乾霧肆虐
紅風瀰漫而成憂苦

此時正在那裡渴盼起雲降雨
卻從雲中降澍鐵箭和冒煙的赤炭
並放射紅熱金剛礫石
如金黃色的閃電劈降於身

遭受炎熱時風雪也變酷熱 [128]
被寒侵逼時火亦成寒冷
因極粗猛的業成熟而愚矇
對此種種皆顛倒而顯現

可憐一些口細如針而腹大由旬
一些即使想要吞飲大海水
尚未到其深廣咽喉時
口毒已令滴水亦枯竭

餓鬼的壽命有多久呢？《本地分》和《俱舍論》中都說，人間一月是餓鬼的一天，這樣累積成一年而能活到五百歲。《親友書》中說：

被過去惡業繩索緊緊系縛的有情
活在無有休止的痛苦中
一些要活到五千歲
一些甚至一萬年也不會死去

《釋》中也說：「一類餓鬼壽命五千，還有一類能活到一萬年之久。」

三惡趣中有情的身體形狀和大小沒有一定，總之如《本地分》所講：由各自惡業嚴重程度不同而決定其身體大小。

對以上所講惡趣的痛苦，如果想獲得一些感性認識的話，可以設想一下，假如現在把手放在火炭之中一晝夜；或者在嚴冬寒冷的冰窟中，一絲不挂住同樣時間；或者數日粒米不進、滴水不飲；或被蚊蟲叮咬全身等如果都極難忍受的話，則地獄的寒熱、餓鬼的饑渴、旁生之間的互相殘食，怎能忍受？必須用切身體驗相互對比，直到從心底生起極大恐懼而使一貫放逸的心態有所轉變以前，都應努力修習。而且光是知道而不修習，或雖然修習但不夠認真，都是很難獲益的。《本事阿笈摩》中有一則故事說：[129]

阿難尊者有兩個外甥，出家後懶散度日。教他們讀誦，讀了一陣子就懈怠不讀。把他們委托給目犍連尊者後，最初仍惡習不改。阿難尊者叮囑說：「要設法使這兩個孩子心意轉變。」於是一天目犍連尊者將他們引到平時經行的地方，運用神通化現出一處有情地獄。這兩個人聽到砍截和慘叫之聲，前去觀看，見到有很多地獄有情在那裡遭受砍截肢體等等痛苦。又見到有兩口巨大的被烈火燒得滾沸的銅鍋，正在疑惑怎麼會沒有人在裡面時，就聽到有聲音說：「阿難尊者的兩個外甥出家後荒廢時光，死後即將投生這裡！」兩人一聽頓生極大恐怖，心想：「幸好沒被發現，否則難免現在就會被投進那裡！」二人把所見所聞向目犍連尊者述說後，尊者說：「是啊沙彌，所有這些以及其他危害都是從懈怠中產生，你們二人應當從現在起勤發精進。」從那以後他們開始努力修學，每天吃飯之前憶念即將遭受的地獄大苦，就會飲食難咽；飯後憶念時，就會立即嘔吐。

又過一段時間，目犍連再次把他們引到另一處白晝經行的地方，化現出一處天宮。他們聽到美妙的琴瑟之聲，前往觀看時，見到無量宮中有眾多天女，卻沒有天子，於是便詢問為什麼沒有天子，聽到有聲音回答說：「阿難陀的兩個外甥出家後勤發精進，死後即將轉生此處。」二人心生歡喜，回去稟告目犍連尊者，尊者說：「是啊沙彌，這種利樂以及其他一切利樂都是從精進中出生。你們二人應更加精進。」這兩人從此更加努力。後來在聽講經教時，更聽到如前所引真實相應經中說 [130]「從善趣還會投生惡趣」，便去詢問尊者：「聖者，為什麼我們從人天善趣中死後還會墮入惡趣？」尊者開示道：「是啊年輕人，只要是煩惱還沒有徹底斷盡時，就會在善惡五趣之中無有休止地生生死死，像水車一樣不停止地旋轉。」二人聽後，心中真實地生起厭離，請求尊者說：「從今不作煩惱行，請為我們開示[解脫]正法。」目犍連尊者於是為他們講授之後，二人證得阿羅漢果位。

因此，斷除懈怠、發起修道的精進、策勵心意於解脫，及其能得之因的根本，就是經中所贊的修苦。與此教授相比，即使大師(佛陀)現住世間也不會[更]有超過它的講說了。

這裡，下、中士夫思想乃依次第而生的道理極為明顯。

此一修心的量度標準是什麼？【答案】乃至如此思想[真實自然地]生起之前，都必須努力修習。內烏素巴也曾說：「應當反思：那些成為[投生惡趣]之因[的惡行]，過去是否曾做過？現在是否仍在做？將來是否還會做？如果發現過去曾做、現仍在做、而且將來還會做的話，則[能得出的結論就是死後]必然投生那裡(惡趣)；以及一旦投生到那裡時，我還能怎樣[那種痛苦如何忍受].....直至腦漿迸熱、坐立不寧，無法等閑視之，應發生這樣的怖畏恐懼心。」

這顯然是關鍵所在：現在我們得到善妙所依(人身)，若能如此思惟，則能淨治過去所

積集的[惡業]，並減少以後再做；先前積集的善，以猛利欲樂的願望引導，能增長眾多；多種新起[善業]也能得以實行，每日當中都能使有暇具足大義。[131] 而如果現在對這些不作思惟的話，到了墮入惡趣的時候，能救護我們出離那些恐懼的依靠即使尋求也得不到，因為那時[我們將]毫無取捨應做不應做的心力啊！正如《入行論》中說：

當有做善行的機會時
如果我不修善
則被惡趣苦所蒙蔽時
我將能如何

又說：

「誰能將我從此大恐怖中
善為救護？」---
睜開驚恐的眼睛
向四方尋求依靠
卻在四方見不到依靠
由此徹底失望沮喪---
「此處沒有能依靠者」
那時我還能如何
因此對勝者眾生的依怙
勤行於救護眾生的利益
大力徹底消除恐怖者
即從此時我歸依

這裡我們只能大略講說，詳細的可在《念住經》中找到。對此一定要披尋閱讀，而且要反復閱讀，並應對所讀進行思考。

《菩提道次第廣論》現代漢語新譯稿(五)/陳智音 (Sherab Chen)
藏文青海版第131頁，法尊法師漢譯本第九八頁，《四家合注》KA函252頁起

〔庚二〕
遵循後世安樂之法

總分為二：

辛一、進入佛陀聖教的最勝門徑：學歸依
辛二、發起作為一切樂善根本的依信：業果正見

〔辛一〕
進入聖教的最勝門徑：學歸依

其中有四個方面：

壬一、基於何者而歸依的原因
壬二、以此為基礎而歸依的對象
壬三、如何歸依的方法

壬四、歸依之後所應學的次第

〔壬一〕

基於何者而歸依的原因

一般而言歸依的原因雖有很多，但我們這裡所要提出的[是兩個最根本的原因]，正如前面我們已經講過的，現世不可久住、死亡速將到來，而死後再投生何處沒有自主，而是由[自己所造的]業決定。業又是怎樣一種情形呢？《入行論》中說：

即如黑夜陰雲密佈中
剎那閃電所顯極亮光 [132]
同樣是由佛陀的力量
世間才偶有福智發生
如此則善總是很微弱
而惡總是力大極粗猛

正因自身白業勢力微弱、黑業勢力極強大，所以必墮惡趣。由思維這一道理而起怖畏恐懼，發生尋求救護之心。正如陳那菩薩所說：¹¹¹

陷溺深無底
輪回生死海
強猛貪欲等
鯨鯊吞此身
我今歸依誰

要言之有二：（一）自己怖畏惡趣等、（二）相信三寶有能從中救護的力量[這就是歸依的兩個根本因]。

如果對這兩點的認識只是口頭上的，則歸依也不過如此(停留在口頭上)。如果在這兩點上發起有力而堅固，則歸依即能轉變我們的心意。因此要在這兩個[根本]因上努力。

〔壬二〕

以此為基礎而歸依的對象

癸一、明確歸依的對象

癸二、能作依靠的因相

〔癸一〕

歸依的對象

《百五十頌讚》中說：

如果有誰
已畢竟永無一切諸過失
如果有誰
已圓滿具備一切諸功德
則若是有心之人
就理應前往歸依他
應當讚頌並承侍

安住於他的教法之中

這是說，如果我們有能夠分辨「可依靠」和「非可依靠」的智力，就理所應當去歸依無欺(真實)的可依靠者--佛薄伽梵。以此為例，正法和僧伽亦同。因此《歸依七十頌》中說：

佛陀正法及僧伽
是求解脫者的依靠 [133]

〔癸二〕
能作依靠的因相

能作依靠者所具備的四種因相(值得去歸依)：其一、自身已達到極調伏自性和無所怖畏的層次；如果未達到這一層次，那麼就像跌倒者去攙扶跌倒者一樣，不能救護他人出離一切怖畏。其二、具備接引(調伏)一切各種化機的善巧方便；否則即使去歸依，也無法成辦我們所希願的事。其三、具有大悲心；否則即使去投靠也不會施予救護。其四、對於一切財物等方面的供養不為喜悅，而喜悅修行的供養；這一點如果不具備的話，則只會先去照顧那些以前有恩惠的對象，而不會為一切有情作歸依之處。

總之，自身已從一切怖畏中解脫、善巧於解救他人出離怖畏的方便、對於一切[眾生]不分親疏起大悲心、作一切[眾生]不論有恩無恩者的利益 -- 如果只有完全具備這些品質才能成為可歸依的對象的話，那麼只有佛陀那裡才有，而不是其他如大自在天等等。因為佛陀是可依，所以佛陀的教法和[追隨他的]聲聞僧伽也成為可依之處。

因此，如果能夠對於《攝抉擇分》中所講的這些引生決定，建立起專一的依託，那麼絕沒有不獲救的道理，因此應當至心發起決定。在能救護自己的兩支分因中，外支分或[外]因沒有任何缺少，因為大師(佛陀)已經成就；然而在內支分上，由於沒有全心依靠地以[三寶]為歸依，至今仍在苦惱之中。

雖然我們以前並未請求，然而由大悲引轉而作我們的親友，而且片刻也沒有懈怠地看顧我們的無比賢善依怙就在自前安住，[134]因此理所應當前往歸依。正如《讚所應讚》中說：

宣說「我今作汝等
無依怙者之親友」
以大悲擁抱一切眾生
而現安住

大師具大悲心者
常懷悲憫而興大悲
於此毫無懈怠
與汝同等者更有誰

汝即一切有情的怙主
一切賢善親友之總首
因為沒有求救於怙主您
眾生現仍沉溺

只要正確受持何種[法要]

對最下者也有助益
除作友者¹¹²之教法外
觀察未見有其他

一切外支的能力
汝已圓滿成就
惟因內力尚未具足
諸愚者依然在受苦

(壬三)
如何歸依的方法

按照《攝抉擇分》中所講分為以下四點：

- 癸一、知功德(由認識三寶的功德而歸依)
- 癸二、知差別(由了解三寶之間的差別而歸依)
- 癸三、自承許(自己承許歸依三寶)
- 癸四、不認其他(除佛、法、僧三寶之外，不認其他為究竟依靠)

(癸一)
由認識三寶的功德而歸依

首先[尋求某種歸依之前]要知道所要歸依對象的功德或品質；在歸依時，要憶念這些功德而使自心發生欲求的喜樂。因此下面我們就分別講說佛陀、正法、僧伽的功德。

佛陀的功德

首先從身功德、語功德、意功德以及事業功德四個方面來依次認識佛陀的功德：

所謂「身功德」，就是憶念佛陀的相好莊嚴。如《喻讚》中形容：

三十二相莊嚴身
眼中甘露放光明
如同無雲秋空中
熠熠星辰而綴飾
法衣披覆金色身
猶如金山彩雲繞 [135]
雖無任何莊嚴飾
面輪清澈而圓滿
空中離雲滿月輪
與此亦難相比及
世尊口如妙蓮華
仿佛日出蓮開時
蜜蜂若見當迷惑
以為蓮華而旋繞
如同皎潔秋月光
照入金色山隙中

世尊金色面輪上
妙齒潔白莊嚴相
千輻輪相所莊嚴
右手伸舒而安慰
一切生死輪回中
深生恐懼之有情
牟尼世尊行走時
雙足猶如妙蓮華
足跡印畫大地上
蓮華怎能相媲美

佛陀的語功德呢？無論來自何種世間的有情，各自同時請問不同的問題時，佛陀因為具備「剎那心相應慧」，而能用一種言說回答所有的問題，並使每一個聽者都聽到自己的語言而獲得滿足：這一點實在是不可思議的。如《諦者品》中說：

如是若諸有情
以多種言詞同時請問時
心一剎那全部理解
而以一音答種種問
因此應知導師
於世間以梵音
宣說教法而轉
盡除天人憂苦之法輪

又如《百五十讚》中所讚：

仰視莊嚴慈愛的容顏
傾聽世尊的教誨時
您的言教猶如
從月中流注之甘露 [136]
您的言教如雲雨
能淨貪欲之塵埃
如同大鵬金翅鳥
拔除瞋恚之毒蛇
摧破層層無明之翳暗
等同太陽之光輝
能粉碎我慢的高山
因此亦如金剛杵
見真實義故無欺誑
無諸過失故隨順
文辭善構故易解
您的言教具備善說

初聞世尊言教時
 心被妙語所吸引
 其後如理思維時
 貪瞋痴等得清淨
 安慰一切貧乏者
 亦作放逸者的歸救
 令逸樂者發起厭離
 您的言教皆能相應
 非僅能令智者歡喜
 亦能增長中者的心慧
 能除下者的翳障
 此語救治一切眾生

應按此處所講而作憶念。

佛陀的意功德有兩個方面：智慧與大悲。佛陀的智慧功德怎樣呢？對於佛陀而言，一切如所有性(真實義諦)和盡所有性(世俗義諦)就像觀照放在掌中的菴摩羅果一樣，毫無質礙；佛陀洞察一切所知境(所知的對象)。而對其他人而言，總是所知境界寬廣而能知的量度狹小，因而無法覆及全面。如《讚所應讚》中說：

只有世尊之智慧
 能遍一切所知境
 除汝之外一切人
 惟顯所知境寬廣

並說

過去現在與未來
 諸法原因於世尊
 如同掌中之酸果
 皆為汝心所行境
 於諸動搖不動搖
 或一或異一切法
 如風流行於空間
 汝之心智無所礙 [137]

佛陀的大悲功德呢？正如一切有情被煩惱繫縛而沒有自主，佛陀則被大悲心所繫縛而不能自主，因為看到我們這些正在受苦的有情而恒常不斷地生起大悲。正如《百五十讚》所說：

我等眾生無差別
 皆被諸煩惱繫縛
 為救眾生出煩惱
 汝被大悲恆繫縛

最初雖已先向汝敬禮
 然而又為何故汝於輪迴中
 雖見過患仍恆常安住
 就是因為大悲[所以更應敬禮大悲]

又如《諦者品》中所說：

因為見到一切諸眾生
 心恆常被無明黑暗蒙蔽
 陷入輪回生死牢獄中
 勝仙¹¹³深生大悲心

又說：

見到這些心被貪欲壓倒
 貪愛強而且常沉湎於對境
 陷入欲貪大海中[的眾生]
 勝者生起大悲心

見到這些常被疾病及多種憂苦
 極度戕害的煩惱諸眾生
 為除彼等一切苦
 具十力者深生大悲心

牟尼恆常具有大悲心
 從未曾有不生大悲的時候
 住於一切眾生的意樂中
 因此於佛陀處沒有過失

應如是憶念思維。

事業功德呢，佛陀以身、語、意三種事業利益一切有情。而且有兩個特徵：一是任運，二是無間斷。同時，對於各種化機，凡是能夠接引的，佛陀都從未使他們失掉最圓滿的機會、或不引導他們出離衰損，[138]而是一定會為他們做一切所應當做的事。如《百五十讚》中說：

汝已講說降伏煩惱
 警示魔之欺惑等
 為說輪迴本性可畏
 並指示無畏的方向
 心念利益[有情]而具大悲者
 所作皆為諸有情
 怎會有任何[能利益之]事
 汝尚未曾作到？

《讚所應讚》中也說：

哪裡會有任何不利之處

佛陀未曾引導有情脫離
 哪裡會有任何利樂圓滿
 佛陀未曾給予世間眾生？

應當如是思維。

以上我們只是簡要思維佛陀的功德，如果能做更多的聽聞、閱讀和思考，則能發生更加廣大的信心；如果能反復憶念修習，則使信心更加堅固恒常。對於正法和僧伽的功德也應當照此而行。

如此修習，只要略得理解，就會發現大多的經論都在向我們顯示三寶的功德，因此很快能夠顯示為[修心]教授。正因如此，那種以為「凡是分析修都是分別，在修心時應當拋棄」的觀念，恰恰是多方面地阻礙了我們積集資糧、清淨罪障的道路，因此應知[這種錯誤觀念]是在有暇人身的基礎上求取無量堅實心要時的最大羈絆。反之，如果能對上述佛陀功德等作持之以恆的思維修習，則心對所修的事愈來愈熟悉。在一開始可能會有一些困難，但以後慢慢就會成其自然。如果能進一步想：「如所隨念的佛陀同樣願我自己也能成就，」就是策發菩提心；能夠感得日夜一切時間見佛；臨終時不管有怎樣的痛苦，[139]也不會從念佛中退失。正如《三摩地王經》所說：

對汝教示應領悟
 如諸人等多思慮
 由此持續思維力
 如是心亦入其中

同樣憶念勝者之妙身
 隨念無量智慧牟尼主
 恆常隨念修習熟練後
 其心亦能專注於其中

如是一切行住坐臥中
 欣求聖者智慧「我亦願
 成就世間無上之勝者」
 由此即是發起願菩提

又說：

若能常以清淨身語意
 讚嘆一切佛陀勝功德
 則由相續修心清淨力
 日夜能見世間之依怙

若因疾病或不安
 臨終遭受痛苦時
 由念佛力不退失
 一切苦受不能奪

博多瓦也曾說：「若能反復思維，則由信心愈增、相續愈淨而得加持；在此上獲得定

解之後，就會至心歸依；然後修習歸依的學處，就能使每一行為變成法行。而我們呢，對佛陀智慧的信任都不如對那些會算的占卜師(算命的)! 如果有一個會算的占卜師說：我知道你今年會平安無事，於是就很放心。如果他說：哎呀，你今年有凶象，應該做某事、不應做某事等等，於是立即努力去辦；如果沒辦成，心中會不安，想：他說的我沒辦到。如果是佛說「這個和這個應當斷除、這個和這個應當成辦」時，我們的心有沒有一點信託？沒有做到時心裡有沒有一絲不安？[140] 是不是還會說：從佛法上雖然是這麼說的，但就目前時間和地點，無法做到這樣，只能那樣做 -- 輕視拋棄佛語，完全照著自意行事？」[學法時]如果不檢查[自心]，你可能一時愉快，但如果不為詞句錯亂，反省內心，仔細檢查，就會發現這是非常真實的。

因此應當反復思惟佛陀的功德，直到心中獲得定解之前都要努力。[對佛陀的信解]有了以後，對由佛而來的法和修習佛法的僧伽也就同樣能得確定。只有這樣，歸依才達到關鍵之處；如果沒有的話，就是能轉變心意的歸依也沒有發生的可能，更何況其他道？

正法的功德

恭敬佛陀這一因由決定之後，應想：此具備無邊功德的佛陀，也是依靠修習證悟滅諦和道諦--以斷除過失、成就功德為體性的教、證二種正法而成就的。《正攝法經》中說：「一切佛薄伽梵所具有的無邊無盡的功德，都是從法中出生、分享法[的一份]、是法所化現；是以[戒]法為主、是從[定]法中所生；[最初]是正法所行境界、[中間]依靠正法、[最後]由正法成就。」

僧伽的功德

僧伽的功德呢，這裡僧伽主要是指那些已經證得聖位者，應當認識到，他們也都是由憶念正法的功德並如理修習而成就的。如《正攝法經》所說：「所謂僧伽，就是那些講說正法者、修習正法者、思惟正法者；是正法[功德]田、是執持正法者、依靠正法者、供養正法者、[141]是做正法行、以正法為行境、法行圓滿、自性正直、自性清淨、悲憫為性、具足悲憫、常以遠離[世間八法]為所行境、常勤勉於[聞思修慧]正法、常以[止惡行善的清淨]白法為所修習的人。」¹¹⁴

(癸二)

由了解三寶之間的差別而歸依

應按照《攝抉擇分》所說：「由了解三寶之間相互差別而歸依」。分為六點：

第一、名相(定義)上的差別：佛陀寶的定義是圓滿正等覺者；正法寶[的定義]是佛陀的證果；僧伽寶[的定義]是依他(佛陀)所說教授作正確修習者。

第二、事業上的差別依次是：[佛陀是]次第善傳教法；[正法是]觀察斷煩惱及苦；[僧伽是]具備熱忱修行的事業¹¹⁵。

第三、信解上的差別依次是：對於佛陀應樹立親近承事的信解；對於正法應當樹立希求證得的信解；對於僧伽應樹立同法體性和合共住的信解。

第四、修行上的差別依次是：[對佛陀]應供養承事；[對正法]應修瑜伽(結合相應)；[對僧伽]應修在法、財物、受用上的共享。

第五、隨念上的差別：應當按照[《隨念三寶經》¹¹⁶所說]「佛薄伽梵即是……」等等

分別隨念三寶的功德。

第六、增長福德方面的差別：依人與法[之不同]能增長最勝福德。佛與僧屬前者[依人而增福德]，其中[就佛而言是]依一人而增福，[就僧而言]是依多人而增福，因為僧伽必須四人以上。[142]

〔癸三〕
自承許歸依

[我今]以佛陀為歸依(救者)之師、以涅槃法為歸依(能救)之實、以僧伽為成就歸依(救護)的助伴，由此而作歸依。這是按照《毗奈耶經廣釋》中所說。

〔癸四〕
除佛法僧三寶之外，不認其他為歸依

經過了解佛法與其他宗教在導師和教法上的勝劣差別，而唯一以[佛法僧]三寶為所歸依，不歸依那些與此相違背的[其他宗教的]大師等。對於[佛法與外道]二者之間的差別必須認識清楚。

導師上的差別：佛陀遠離過失、圓滿具備一切功德，而其他大師與此相反。如《殊勝讚》中說：

我捨離其他大師
而歸依汝薄伽梵
是什麼緣故我選擇了您
因您具備無過失的功德

又說：

對其他宗教的教義
也曾做如實思考
而越思考我此心
越對怙主您發生信心
不具備一切智
心被宗義的過失污染
心被污染者無法見到
沒有過失的大師您

教法上的差別在何處呢？佛陀的教法，是以樂道而得樂果、是止息生死的流轉、是煩惱的淨化、不欺騙希求解脫的人、唯一至善、清淨過失；而外道的教法則與此相反。如《殊勝讚》所說：

因為您的教法
是由樂[道]而得樂[果]
所以這些眾生[歸依]您
言說獅子的教義

《讚所應讚》中也說：

哪一個是應當趣入
 哪一個是應當捨離
 清淨與煩惱染污
 就是尊語與別言的差別
 此純一真如性
 彼只是欺罔法
 尊語與別言之間除此之外
 何需更尋其他差別
 此純一為善
 [彼]只是障礙[解脫]
 尊語與別言之間除此之外
 更何有其他不同
 彼等都被[生死輪迴的過失]沾染
 而此能做淨化
 這就是怙主您的言教
 與別教言說的差別

由此，[依佛法修行的]僧伽[與追隨其他教法者之間]的差別，也能了知。

藏文青海版第143頁，法尊法師漢譯本第一零六頁，《四家合注》第275頁

〔壬四〕

歸依之後所應學的次第

癸一、《攝抉擇分》中所講

癸二、口傳教授中所講

〔癸一〕

《攝抉擇分》中所講

這裡有兩組四聚，第一四聚：

- 一、依止正士
- 二、聽聞正法
- 三、如理作意
- 四、法隨法行

（一）依止正士：如前所講，見到殊勝善知識是一切功德的基礎而親近。【理由】歸依佛陀就是以示道大師為所歸依，與此相順的修習就是如實依止示道大師。

（二與三）聽聞正法和如理作意：就是要聽聞或佛陀或佛陀的聲聞弟子所講說的契經等任何所應當聽聞的正法。作意何者能止息煩惱，就應當以之為所緣境作意思惟。【理由】歸依正法即應實證教、正二種正法，而這就是與此相順的修習。

(四) 法隨法行(修與法相順之法): 就是修習與涅槃相順的[法]。【理由】已歸依僧伽, 即要以趣向涅槃的人為友伴, [144]與此相順的修習就是隨修與趣向解脫者所修相順的法。

三歸依	第一四聚學處
歸依佛	依止正士
歸依法	聽聞正法、如理作意
歸依僧	法隨法行

第二四聚:

- 一、諸根不掉
- 二、受持學處
- 三、悲憫有情
- 四、勤修供養

何為「諸根不掉」? 根(感官)在外境上放散, 意念隨逐, 在諸外境上發生掉舉時, 見到這是過失, 而使意念回轉。何為「受持學處」? 就是說要盡力受學佛陀制定的那些學處。何為「悲憫有情」? 正因佛陀教法的特殊之處即在於悲, 所以我們才歸依, 因此歸依後對一切有情都應當悲憫, 斷除傷害之心。何為時時「勤修供養」? 就是說每天都要努力供養三寶。

(癸二)

按照口傳教授中所講

- 子一、分別應修
- 子二、共通應修

(子一)

對於三寶分別應當怎樣做

- 丑一、應當遮止的
- 丑二、應當修習的

(丑一)

歸依三寶後所不應做的事

如《涅槃經》中說:

如果有人歸依三寶
即正式成為近事
在任何情況下
都不可歸依其他世間天神
歸依正法後

遠離傷害之心尤其是殺心
 歸依僧伽後
 不與外道共住

這裡共有三點：不歸依其他世間天神、斷除傷害有情、不與外道共住。首先，即使是魯達羅天¹¹⁷和遍入天¹¹⁸等世間天神都不能當作究竟的歸依，何況那些餓鬼道的土地山神和龍等。然而這是說不能對三寶喪失信心而去信靠那些世間天神等等，並非說不能臨時請它們幫助做一些如法之事，[145]比如說可以為了活命而請求施主的幫助或為了治病而請求醫生的幫助一樣。其次，對人和旁生等都不可以鞭打、綁縛、拘禁、穿鼻、不能負擔而強加負擔等從態度與行為上虐待傷害。第三，不能隨同那些不僅不信而且還毀謗三寶的人。

（丑二）

歸依三寶後應當修學的也有三個方面

一、對於任何塑造或繪畫的佛像，不論外表是好看還是不好看，都不能隨便議論、放在多灰塵的地方、或用來作抵押典當等等不恭敬的事，並應斷除輕毀，視為如導師佛陀般的恭敬侍奉對象。如《親友書》中說：

正如善逝之像
 即使木雕而成
 不論外觀如何
 智者之所供養

《律教分辨》中講：過去有一個名叫摩納婆劫毗羅¹¹⁹的人，因為對有學和無學僧伽嘲諷說「你們這些長著象頭的人哪里知道什麼是法什麼不是法？」等等共用了十八種惡語來形容，結果投生為一個長著十八種怪頭的鱷魚，從迦葉佛¹²⁰時一直到釋迦佛時都這樣在畜生道裡受苦。《律教雜事》中也說：迦羅瞿虔佛¹²¹般涅槃後，端妙大王¹²²下令修建大塔。當時有一個僱來的工匠曾兩次譏諷說「修造這麼大的塔，不知什麼時候才能完成？」事後大塔建成，十分莊嚴，他見到後心生後悔，用自己的工資打造了一個金鈴供在大塔上，[146]結果轉生為形容丑陋、身材短小但聲音非常好聽，人稱「善和」的人。因此對於佛像決不能說「這個佛像如何如何」；當其他人用極其上等的原料製作佛像或準備建造非常大的佛像時，不應當譏諷或阻止。

有一次大瑜伽師帶來一尊妙音(文殊菩薩)像給阿底峽尊者看，並問：「您看這個是好是壞，如果是好的話可以用絨巴迦格瓦供的四錢金子來買下。」阿底峽尊者接過來看了看，回答說：「至尊妙音的身體沒有不善妙處，至于造像工藝嘛，算是中等吧。」說完就把妙音像放在頭上敬禮。據說對任何製作完成的佛像尊者都是這樣做的。

二、對於正法四句以上的都應斷除不恭敬。對於正法經書不得典當抵押、或當作商品處理、或放在露地上、或與鞋襪等一起拿在手中或放在一起、或跨越等一切不恭敬，而應視作正法寶來恭敬。

據說懂額瓦格西每次見到有手持經書的人走過時，都要合掌起立；後來不能起立時仍然合掌而作恭敬。阿底峽尊者到阿里訪問時，當地有一個密咒師最初並未來聽法，後來他有一次看到尊者對一個用齒垢粘塗經書的抄經者不能忍受而說：「哎呀，不能這樣，不能這樣……」才開始生起信心而來聽法。霞惹瓦格西曾說：「我們把法總是當作兒戲一樣，

然而不恭敬法和說法的人是導致損壞智慧的因，我們現在已經夠愚痴的了，就不要再積集愚痴的因，否則變得更愚痴時該怎麼辦？」

三、對於僧伽或出家人，只要是具有沙門形相的人，即使是對他們的形相本身都不能嘲諷和蔑視；也不應劃分黨派說「你們這些人、我們這些人」等等，甚至像對待敵人那樣。而應視為僧寶恭敬對待。[147]《勸發增上意樂經》中說：

希求功德住山林的人
不應觀察他人的過失
「我為最聖我最佳」
如是之想不應作
此憍慢是一切放逸的根由
不應蔑視不及自己的比丘
否則修習一劫也難以成就
這是此一聖教中的次第

敦巴仁波切(仲敦巴)和大瑜伽師在路上看見有[製作袈沙的]黃布碎片都不會跨越，而是拾起抖淨然後放到乾淨的地方，我們也應當學習這種行持。

因為自己對三寶有幾許恭敬，就能得如許眾生對自己的更多恭敬，所以《三摩地王經》中說：

曾做什麼樣的業行
即獲什麼樣的果報

(子二)

歸依三寶後共通應修

有六個方面：

第一

由思惟三寶的特性和功德而反復多次修習歸依，就是要按照前面所講三寶與其他宗教之間的差別，以及三寶之間的差別等等，反復思維他們的功德。

第二

憶念大恩而恒常努力修習供養。飲食之前先將最新部分供養，如《三摩地王經》說：

由佛福德獲飲食
愚夫不知報佛恩¹²³

這是說應當知道，以能夠獲得飲食等為例，自身的一切樂善都是從三寶的大恩中產生¹²⁴，因此應當憶念三寶恩德而修供養。這裡有兩個方面：供養的行為和供養的意願。[148]

前者包括十種：(一)供養佛身，即供養真實佛陀的色身；(二)供養佛塔，即供養為佛陀所建造的塔；(三)現前供養，即當上二者現在自己面前時而做供養。(四)非現前供養，即當佛或佛塔不在自己面前時，為佛或佛塔陳設供養；還有，佛陀涅槃後，為供養佛陀而修造佛像或佛塔，或一或多，陳設各種供品等也屬於非現前供養。在做以上兩種之中不論哪一種供養時如果能想：一件事物的法性同於一切事物的法性，因此我現在供養面前的佛

像或佛塔就是供養三世一切佛以及無邊十方一切佛塔，如是則成同時做現前和不現前供養。經論中說，第一種(現前)供養能獲廣大福德，第二種(不現前供養)能獲更大的福德，而第三種(同時作現不現前供養)則獲得比以上兩種更加廣大的福德。因此，當供養一尊佛或佛色身等時，首先憶念法性無別然後設想自己正在供養一切佛陀等非常重要。

(五)親自供養，就是說不能因為懶惰或者放逸而叫別人去替自己做供養，而要自己親手供養。(六)教他供養，是說當自己有一些財物時，想到其他受苦有情福德微少無力供養，如果教他們供養則能使他們獲得安樂，這樣出于大悲之心而唯一教他人供養。還有勸後共同供養，即教他人與自己共同供養；這三者之間福德大小差別同上。

(七)財敬供養，即對佛陀或佛塔供獻衣服、飲食、臥具、座墊、療病之藥、資具、薰香、末香、塗香、花鬘、伎樂、各種燈明，以及敬問、作禮、奉迎、合掌、唱種種贊頌、五支作禮、右行環繞，及剎土等無盡布施、摩尼，以及耳飾、臂飾等。最下或至少也應供養鳴鈴、散供小銀幣、懸掛彩線等。

(八)廣大供養：常時以財物、恭敬供養，而且在七個方面即：不論供物的多少、高下、現前或不現前、自己親手或教他人、以及發自內心，歡喜踴躍而做供養時，都能回向圓滿大菩提。

(九)不沾染煩惱而做供養：1. 斷除輕視以及因為懶惰等叫他人去做的心理，自己親手供養、2. 以恭敬心供養、3. 以不散漫心¹²⁵供養、4. 以不混雜貪等煩惱之心而做供養、5) 不應以從信奉佛法的國王等處獲得利養恭敬等為目的而供養、6. 以適宜物品而供養等六個方面。所謂適宜物品，指離於不適宜物如用雌黃塗抹、用融化的酥油灌洗、用安息香薰、遏迦花¹²⁶等等，以及不適宜的用具等。

如果自己沒有能力籌集、也無從向他人募化這些財物供養的話，應當以廣大歡喜、摯誠敬佩之心隨喜一切世界之中那些所有奉獻給如來的供養，[150]這樣化費很少的功力而修廣大的供養，從而積集圓滿菩提資糧。因此應當任何時候都以發自內心的歡喜來努力修習。而且《寶雲經》和《建立三三昧耶經》中都說：也可以[觀想]供養世界上無人佔有的那些花、果、樹木以及珍寶等等。

(十)正行供養，就是說無論任何時候，甚至是在擠牛乳時，都能夠憶念思惟四無量心、四種法集¹²⁷、三歸依以及波羅密多，安住對於甚深空性的信解以及無常的正念之中，對於淨戒律儀起防護之心，努力修習菩提分、六度四攝。

如果能以這十種供養來供養三寶，就是圓滿供養。

在做上述供養時，有六種思維，只要略作就能在不論供養三寶中任何一尊時都出生無量之果。這六種思維即：一、思惟彼(佛)是無上大功德田；二、思惟佛對我們有無上大恩德；三、思惟佛在一切有情中最高尊上；四、思惟佛如同烏曇跋羅花¹²⁸最極難遇；五、思惟佛在三千大千世界中僅出現一次；六、思惟佛是一切世間和出世間[善樂]圓滿的根本。應以這樣的思維而作供養。

以上這些是完全按照《菩薩地》所說而錄。

平時應當恒常這樣供養，在佳節盛會時，更應隨個人的能力修習善妙供養。再者，因為飲食總是經常不斷要做的事，所以如果我們能夠在每次飲食之前都先做供養，[151]則

能以微少功力積集廣大資糧。因此從受用一杯淨水以上都應發自內心先做供養。另外也不能用比如糕點發霉的部分或菜葉發黃的部分來做供養(即不應把自己不能用的東西拿來供養)，而應當選擇最好的部分用來供養三寶。霞惹瓦語錄中有說：現在大部分人在供茶的時候，只是像彈洒塵土那樣彈洒一點是不成供養的。比如說有一處非常肥沃的田地，在應該播種的時候沒有播種而任其荒蕪，實在不應該，同樣，對這一出生現在和未來一切善樂的，而且是一年四季都能不斷播洒善樂種子的最殊勝的功德田，更應像經中說的那樣：「以信心之犁耕種福德之田」。如果未能如此而行則實在是太可惜了。正如《贊所應贊》中說：

與世尊相等的福田
三世間中無法找到
作為最殊勝的供施之處
淨者使行列成為清淨¹²⁹
如同虛空縱橫無邊際
對您施與利敬或侵害
所得異熟果報亦無邊際

對於最殊勝福田所做的連對於平庸的田地都不如，這說明我們的意願不足，因此應當在一切時間中努力修習供養三寶。

若能如此，則由在殊勝福田上培植善根之力而在一切道次第上慧力增長。因此，當我們遇到因為自身慧力狹小而在聽聞時不能記憶、思考時不能理解、修習時相續不生等困難時，當知應修依止福田之教授。如吉祥敬母(馬鳴阿者黎)說：

我作詩韻有大緣分
由依止您(世尊)後
我的慧力如夏季的小河
極大增長為川流 [152]

又如說「供養不在於物而在於自己的信心」。如果有信心的話，則用曼荼羅、淨水以及無主的事物來供養也可以，因此沒有財物時即可這樣作。但如果自己本來有卻不捨得供養，還說什麼「我無福德極貧窮，其他供財都沒有……」或像博多瓦大師所形容：「在一個髒乎乎的螺碗裡倒進一些水再洒上一點香草然後唸唸有詞地說：栴檀冰片妙香水。簡直就象是生盲欺騙明眼人一樣！」樸穹瓦也曾說：「我最初只能供養香草，氣味刺鼻；後來就有四和長香供養，氣味甘美；現在則有沉香¹³⁰、都魯師伽香¹³¹等供養，氣味香馥。」這是說如果一開始認為自己沒有什麼上好的東西而不做供養，那麼終其一生也只能如此。反之，如果雖然微小也能以極其殷重的心態來修供養，則漸漸能有越來越好的條件。應當以樸穹瓦為榜樣修學。據說有一次這位大師配制供香用了二十二金幣。

那些已經獲得資具自在的大菩薩尚且要化現出十萬多身，每一身再化現出百千隻手，前往一切剎土，歷經多劫供養諸佛。因此那種滿足於獲得一點點相似的功德，以為「我們不在這事上求證菩提」的說法，完全是對正法認識極其淺陋的胡言亂語。應當按照《寶雲經》中所說：「聽聞契經中所說的廣大供養、廣大承侍，然後至心以增上意樂回向諸佛和菩薩」而做。

第三

由憶念悲心而如是安立其他眾生[於歸依之中]。[153]就是說以悲憫設法安立其他有情歸依三寶。

第四

無論做任何事或有任何需求時，應供養啟白三寶，不得使用其他世間方術。這就是說無論見到有什麼事或需要，都應當依靠三寶，做與之相順的供養三寶等；不得依靠一切與[三寶]相違的苯教等¹³²。一切時間中都應信靠三寶。

第五

由了知[歸依的]利益而應晝夜各三次做歸依。分二：(一)《攝抉擇分》中所講利益；(二)口傳教授中所說利益。

(一)《攝抉擇分》中所講有兩個四分組合：

第一四分組合

- 一、獲廣大福
- 二、獲大歡喜
- 三、獲三摩地
- 四、獲大清淨

一、獲廣大福，如《無死鼓音陀羅尼經》中說：

佛薄伽梵不可思議
正法不可思議
一切聖僧不可思議
那些對不可思議者生信的人
[所得]果報亦不可思議

[聖勇(馬鳴)菩薩在]《攝波羅密多論》中也說：

歸依的福德若有形狀
則此三世間亦狹小難容
譬如大海作為水源
怎能以升斗測量

二、獲得歡喜和大歡喜，如《念集》中所說：

若人於諸晝夜中
皆能隨念於佛陀
所有對佛陀[所做的]歸依
皆是人[身]所得

並[在「佛陀」處]換為其他二種(「正法」、「僧伽」)而說。其意是說：想到我如今有依止三寶，是我所得中最善所得，因而歡喜倍增。

三、四、獲三摩地和獲大清淨，就是說由修習禪定和智慧而能獲得解脫。

第二四分組合

- 一、有大守護
- 二、減輕乃至徹底淨除邪信業障
- 三、從此自身列入清淨正士數中
- 四、令導師和同修梵行者以及喜悅佛法的天人愛念歡喜

一、有大守護：下文當說。

二、減輕乃至徹底淨除邪信導致的業障。就是說過去由于盲信而去歸依那些惡師、惡教、惡友所積集的惡業，由于現在歸依三寶而得以減輕乃至徹底淨除。

三、四、自身從此列入那些已經趣向清淨的正士數中，令導師和同修梵行者以及喜悅佛法的天人歡喜愛念：是說自身算入高尚士夫品類之中，並得到大師等的愛念歡喜；為什麼又說令諸天喜悅呢？是因為那些天界有情看到我們歸依三寶而想到：「過去我們因為歸依三寶而死後轉生此處，現在這些人也歸依三寶並且安住歸依之中，他們也一定會來生此處與我們為伴！」這樣歡喜贊嘆不已。

(二)口傳教授中所說的利益有八種：

一、從此即入佛教徒。雖然一般來說，判斷佛教徒與非佛教徒的標準說法不一¹³³，但根據現在通行的阿底峽尊者和辛底巴大師的規矩，則是按照是否已得並且未捨歸依來判斷的。因此最初進入佛教徒中的人必須是發自內心地承認佛陀為大師等三寶，如果缺少了這個，則不管做什麼樣的善事都不能算是佛教徒。

二、成為進一步受持一切律儀的基礎。《俱舍釋》中說：「受歸依是受持一切律儀的門徑。」《歸依七十頌》中也說：

歸依佛法僧三寶的近事
是八種別解脫戒的根本

這裡的含義是說：由歸依三寶，堅固對遠離憂苦(涅槃)的意樂，從此律儀才得以發生。

三、能減輕乃至銷盡往昔所積集的業障。《集學論》¹³⁴中在顯示由歸依而淨化惡業時說：「這裡應當用『將生為豬』的譬喻事¹³⁵為例來說明。」是說有一個本來死後將要投生豬中的天子因為歸依三寶而沒有投生那裡，因為歸依能夠淨化投生惡趣的因：

若人歸依佛
不往生惡趣
棄捨人身後
即獲得天身.....

後面又在「佛」處換為「正法」、「僧伽」而作同樣宣說。因此[歸依三寶]能使一些罪業減輕，一些罪業徹底銷盡。

四、積集廣大福德：前面已講。

五、不墮惡趣：前面已講。

六、人或非人不能設難加害。如[《聽聞集》]經中說：

那些被恐怖侵害的人
大多去投靠山林苑囿
或者歸依廟中之樹等
這些都不是尊勝歸依
這些歸依都不算殊勝
因為即使去投靠這些
也不能解脫任何痛苦

無論何時或有任何人
歸依佛陀正法與僧伽
以智慧觀察四種聖諦
了知苦及應斷之苦因
希求苦滅修習八聖道
依止樂道而得安樂果
彼等即能遠離諸憂苦

這才是最尊勝的歸依
這種歸依才算為殊勝
因為依靠這樣的歸依
能夠從一切苦中出離

這裡應用「成就風索外道」的故事¹³⁶為例說明。

七、實現一切希求。是說在做任何如法的事之前，如能先供養、歸依三寶，祈求成就，則能順利實現。

八、速能成佛。如《獅子請問經》中說：「由信斷無暇。」是說在獲得殊勝的有暇人身基礎之上，值遇救護(三寶)，修習殊勝正道，則沒有羈絆，不久即當成佛。

如是憶念這些利益，而應每天晝夜各三次努力修習歸依。

第六

對於三寶，下至玩笑、上至危及生命時都應防護而不能捨棄歸依。為什麼呢？因為身體、生命和任何受用，[死時]無疑都將拋棄，但是如果為了這些眼前的佔有而拋棄了三寶，則[因為失掉了依靠]未來一切生中自己只有輾轉受苦，這樣分析之後，就應多發誓願：不論遇到任何事都永不捨棄對三寶的歸依。不僅如此，就是為了開玩笑的緣故也不能說捨棄歸依的話。

曾經有人說還有另一個學處，即所謂「不論去到任何地方都應跟那裡的如來學習歸依」，對此未見任何根據。

以上六種共通應修的學處，是根據《道燈論釋》；個別應修的學處中前三種是按照契經中所說，後三種是根據《歸依六支論》所講：

對[佛]形像與[法]偈頌
以及棄置碎黃布
應由信解之門

分別觀為大師
 [及]一切彼所親說者
 不應毀謗而以頭頂受持
 對於清淨或不清淨的人
 皆應觀為正士

關於《攝抉擇分》中所講的那些歸依的學處，迦摩巴大師語彙中說：「這些內烏素巴也許曾講過，但我二人係同從阿蘭若師那裡聽聞。」此話見於由此大師(阿蘭若師)傳隆巴瓦一系的道次第中。[157]

(解釋如何因違背上述學處而退減甚至捨棄歸依)

[下面我們應當明確一下]如何因違背這些學處而退減甚至捨棄歸依的情況。

有一些人認為違背六種，即前三種分別應學，加上一切時間歸依三寶、即使危及生命也不能捨棄三寶以及供養三寶共六種即成捨棄；另一些人認為違背九種，即再加上後三種分別應學才成為喪失，其他剩下的只是損減的因素。

但我們認為：如果違背「縱然危及生命也不能捨棄三寶」這一條即成為捨棄歸依。同樣，即使沒有捨棄三寶，但若同時追隨與佛法相違背的外道大師、其教法及徒眾三者，也成捨棄歸依，因為這不僅違背了「不認其他為歸依」，而且是不信靠三寶。因此只要沒有這[兩種]情況，其他都屬於違背學處，尚非捨棄歸依。

總之，歸依是入佛教之大門，如果我們的歸依不是僅僅掛在嘴邊上的話，則這一依靠就能成為最殊勝的力量，不僅一切內在與外在的障礙都無法對我們施加侵害，而且功德容易獲得，難以失壞。因此按照前面所講，由憶念[生死痛苦的]可畏及[三寶能救的]功德等途徑受持歸依並努力防止違背學處是極其重要的。

【若想】如是憶念死及由思維死後投生惡趣而生畏懼，能救[我們出離畏懼]的依靠就是三寶，因此應受持歸依並且不違背歸依的學處，然而歸依是怎樣救拔我們的呢？【回答】《集法句經》中說：

能斷輪回刺痛¹³⁷之道
 我已對你們講說
 如來大師[如是說]
 你們應當如是做

因此，佛陀是歸依(能救)之師；僧伽是成就歸依(救護)的助伴；而歸依(能救)的實質則是正法，因為只有得到正法才能得以從畏懼中解脫。而究竟的法寶，也是從初業階段斷除一分過失、證得一分功德，這樣在斷、證兩個方面漸漸增長而建立的，絕非離此之外偶然發生。

因此，這時應當由明辨善與不善業果，如理取捨而修正法。如果不經久思二種業果而作如理取捨，則不能止息惡趣之因，雖畏懼惡趣但不能從此畏懼中解脫。若要救脫承受果報時的惡趣，就應改正起因時的意隨不善而轉。而這個則依賴於對業果得到確信。

《菩提道次第廣論》現代漢語新譯稿(六)/陳智音 (Sherab Chen)
藏文青海民族版第158頁，法尊法師漢譯本第一零六頁，《四家合注》KA函第 303 頁

〔辛二〕

發起作為一切樂善根本的確信(業果正見)

壬一、業果總思維

壬二、業果特別思維

壬三、思維之後如何取捨

〔壬一〕

業果總思維

癸一、總思維的具體方法

癸二、分別思維

〔癸一〕

總思維的具體方法

[業果的一般性有四種：]

1. 業¹³⁸的確定
2. 業的增長
3. 若未造業則不會承受其結果
4. 已造業不會消亡

首先，業確定的道理：不論凡夫還是聖者，下至地獄有情得一絲涼風所生，一切有舒適相的安樂，都是由往昔積累的善業所導致，從不善業中產生安樂絕無所有；下至阿羅漢身心相續所生，一切有熱惱相的痛苦，都是由往昔累積的不善業所導致：從善業中產生痛苦絕無所有。[159]如《寶鬘論》中說：

不善導致一切苦
如是一切諸惡趣
從善出生一切善趣
以及一切生中諸安樂

所以一切痛苦或安樂並非是從無因之中產生，也不是從不相應的因，如「自性」或大自在天(神)那裡產生。概言之，從善與惡的業中一定產生樂與苦的結果；各別而言，每一種特別的樂或苦都是從各自特別的善或不善業中產生，其間逐一相應的關係毫無錯亂。這種對業行與結果之間存在確定無誤關係的認識，就是一切佛弟子共許的正見¹³⁹，並被讚嘆為一切白法的基礎。

其次，業增長的道理：從即使是微小的善業中也能出生極大的安樂，同樣從即使是微小的惡業中也能出生極大的痛苦：內在因果的增長的程度，本來是無法用外在因果的增長來形容或比較的。但《集法句經》中仍[以譬喻開示]說：

雖然僅造微小的惡業
 卻能造成後世大怖畏
 成為極大的禍害根源
 如同進入體內的毒藥

雖然僅造微小的福德
 也能引生後世大安樂
 成為一切利益的開始
 就像從谷種獲得豐收

這時，對這種從輕微業行出生極重果報的道理，還應當由如《律教本事》、《賢愚因緣經》以及《百業經》等中所講過去曾發生的事來引發確定的認識。比如說《律教本事》中所講的牧人難陀手杖刺穿田蛙的故事，鵝、魚、五百龜、五百餓鬼、農夫和五百牛等的故事，以及《賢愚因緣經》中所說的金天[授]、金寶、象護¹⁴⁰的宿世因緣等等。[160]

另外，一個人在戒律、軌則、淨命和正見這四件事¹⁴¹上，如果能保證最後一個沒有缺損，但前三者未能圓滿保持、略有缺損時，按照佛經所說將投生龍趣中。如《海龍王請問經》中，海龍王問佛陀：「世尊，我從劫初時住在大海中，當時有拘留秦佛出現世間，那時大海中的龍、龍子和龍女都開始減少，我的眷屬也在減少。世尊，現在大海中的龍、龍子和龍女，都已變成無量之多，無法得知到底有多少。世尊，是何因何緣而致如此？」佛陀開示說：「龍王，凡是在善說法毗奈耶中出家，未能清淨圓滿守護戒律，在軌則上有所缺損、在正命上有所缺損、在戒律上有所缺損因而未能圓滿，但保持正見的人，死後不會投生有情地獄之中而是投生於龍趣中。」

又說，在迦羅瞿虔佛教法中有在家和出家眾九億八千萬人、拘那含牟尼佛教法中有六億四千萬、迦葉佛教法中有八億、我們的大師(釋迦牟尼佛)教法中有九億九千萬人由於軌則缺損、正命缺損、戒律缺損的緣故已經或即將生於龍中。我們的大師示現般涅槃後，四眾弟子中那些造作惡業而使戒律缺損的人也將投生龍趣中。然而雖說他們在修行上不太清淨，[161]但由於對聖教的信念沒有退失，從龍趣中死後將轉生到人或天中，除了進入大乘道者以外，其餘都將在此賢劫諸佛的聖教中般涅槃。

因此，黑白業行縱然輕微但如影隨形能感生極大苦樂。對此道理產生確信後，即使微小的善業也應當努力去完成，反之，對於即使微小的惡業也應當努力斷除。《集法句經》中說：

就像飛鳥在空中
 它的影子[在地上]隨行
 所做諸善與惡行
 同樣地追隨著眾生

如同行路缺少乾糧
 在路上遭受苦痛
 沒有作諸善業
 有情行於惡趣

如同行路多備乾糧

在路上安然旅行
曾有做諸善業
有情行於善趣

又說：

即使極微小的惡業
也不可輕視以為無害
雖是滴水集聚
漸漸盛滿大器

以及，

不要以為所做輕微的惡
今後或許不隨逐於我
就像滴水落下
充滿大器那樣
縱然少許地積集
愚夫也將被惡業充滿

不要想所做少許的善
今後或許不隨逐於我
就像滴水落下
充滿大瓶那樣
縱然少許地積集
賢者也將被善業充滿

《本生論》中也說：

由於串習善或不善業
諸人[相續]即成諳習性
如是雖未曾致力
後世如夢中受行 [162]

若不習學布施與持戒
[今生]縱然高貴且貌美
並有健康勢力與財富
其人後世卻不得安樂

種性雖弱但能不染惡
具備布施持戒等功德
如同夏日江河滿大海
於後世中安樂定增盛

從今善與不善業行中
出生後世安樂與痛苦
對此道理心生決定後

應當努力修善斷惡業
諸無信者隨所欲而行¹⁴²

第三、若未造業則不會承受其結果：

如果沒有集積那些嘗受苦樂之因的業，則決不會出現那些業的結果即苦樂經驗。

那些有機會分享大師佛陀在無量劫中集積資糧所得果報的人，雖然自己不必一定要積累所有同樣的因，然而必須至少集積了其中的一部分。¹⁴³

第四、已造業不會消亡：

所有已經做了的善業與不善業，一定會產生可意(樂)與不可意(苦)的結果。《超勝贊》中說：

婆羅門說善惡可轉移
如同事物給予與接受
世尊卻說所做不消亡
未做決不可能有會遇¹⁴⁴

《三摩地王經》也說：

再者已做不遇者非有
亦無他造而我需承受¹⁴⁵

《律教本事》中也說：

即使經過上百劫
所做諸業不消亡
若得會聚與時機
有身自受其果報¹⁴⁶

(癸二)
分別思維業果

子一、首要說明十種業道

子二、業果抉擇

(子一)
首要說明十種業道

[163]

【提問】了解如上所講樂苦因果分別確定、業增長、未做業不受而已做之業不消亡的道理之後，首先應當對什麼樣的業果發生確定認識進而作出相應的取捨呢？【回答】總體而言，先可確定善行或惡行都從三門(身、語、意)中發生。雖然說十種業道不能完全包括一切三門的善或不善業行，但對善不善業中較粗顯的，成為極大罪過根本的那些，佛世尊是以十種黑業道來概括為關鍵的。又見到由斷除這些(十黑業道)而成極大利益的關鍵也可以概括為十種，因此說十白業道。如《俱舍論》中說：

從中概括粗顯者
各種善與不善業
而說有十種業道

《律教分辨》中也說：

守護口並約束意
身亦不做不善業
善淨此三業道時
即獲仙人¹⁴⁷所說道

認識十種黑業道及其結果之後，應在動機出現時即加以防止，使三門全不與那些(惡業)混雜而習近十善業道：這是一切三乘教法以及成就士夫二種利益不可或缺的根基，因此佛陀曾用很多方式反復稱贊。如《海龍王請問經》中[佛陀]說：「所謂諸善法，乃是一切天人眾生圓滿的根本依止、是聲聞獨覺菩提的根本依止、是無上清淨圓滿菩提的根本依止。所謂根本依止是什麼呢？即是所謂十種善業。」[164]又說「龍王，譬如一切村、鎮、城市、區縣、國土、王宮等等，以及一切草、木、藥物、森林，以及一切商賈贏利、來往通達，一切糧谷囤積、稼穡耕種，都以大地為依靠，大地即是一切的依處。因此，龍王，這十善業道，即是從生於人天乃至證悟有學無學沙門果位、獨覺菩提、菩薩大行以及一切佛法的依處。」因此《十地經》中有贊嘆斷除不善業的十種戒律義理。《入中論》中也總結說：

諸凡夫、語所生、
自性決定自菩提者¹⁴⁸
以及一切諸佛子的
究竟與當前二種利之因
除戒律外更無其他

如是那些連對一種戒律都不反復修習約束之心而守護，還說什麼「我是大乘行者」的人，實在是極其下劣！《地藏經》¹⁴⁹中說：「……由此十善業道而能成佛。如果有人直到死前，連一種十善業道都未曾守護，還說什麼『我乃大乘行人，我求無上正等正覺……』，這種人極其狡詐，說大妄語，是在一切佛陀世尊面前欺騙世人、說斷滅見；這種人活在愚蒙之中，死後將顛倒墜落。」什麼是「顛倒墜落」？應知就是都將墮入惡趣的另一種說法而已。[165]

(子二)
業果抉擇

總分為三：

- 丑一、說明何為黑業果
- 丑二、說明何為白業果
- 丑三、說明業的其他類別

(丑一)
何為黑業果？

寅一、[十種]黑業道之實

寅二、輕重差別

寅三、其果報

(寅一)
黑業道之實

雖然[無著菩薩]在《攝抉擇分》中是由五個方面來說，即：所依事、認知、心態、煩惱、究竟¹⁵⁰，但中間三項其實可歸結為心態，再加上實行¹⁵¹則有：所依事、心態、實行、究竟共四個方面¹⁵²，這樣較容易說明，並與[無著菩薩的]意趣也不相違背。

第一、斷命(殺生)

一、什麼是殺生的所依事呢？即有生命的有情。另外，考慮到如果是自殺的情況，則有實行上的惡業而沒有究竟¹⁵³，《瑜伽師地論》加限定說「別的生命」。

二、心態有三個方面：認知、煩惱、動機。

1. [就殺生而論]認知有四種可能：認知一所依事有情為有情、認知有情為非有情、認知非有情為非有情、認知非有情為有情。在這四種中，第一和第三是無誤認知，第二和第四是錯誤認知。這裡還要注意有特別動機的情況，比如說在動機上只想殺天授，而在實行時誤殺了祠授，則沒有根本惡¹⁵⁴，因此在這種情況下必須要有無誤認知；然而如果殺者存有泛指性動機，即在實行時有一種「不論是誰都要殺掉」的意識，則不需無誤認知即可構成。這一點也同樣適用於其餘九種惡業道。

2. 煩惱就是任何三毒(貪、瞋、痴)¹⁵⁵。

3. 動機就是想要殺害。

三、實行[有兩個方面：行使者和行使事實]。1. 行使者：不論是本人親做還是指使他人去做，[166]二者性質同等。2. 事實，即以凶器、毒藥、明咒等方式實行。

四、究竟：即因上述實行導致另一有情(即被殺害對象)當即死亡或在其他時間中死亡，而且《俱舍論》中說：

[殺者]若死在前或同時
無實[業道]因已生他身¹⁵⁶

我們這裡也同意這種說法。

第二、偷盜或非分取佔(不與取)

一、所依事：就是任何屬於別人的事物。

二、心態也分三個方面：認知與煩惱同前所講動機呢，就是別人未同意但想從別人那裡拿走。

三、實行上，行使者同前所講，事實包括一切強取或劫盜偷竊等行為，以及以欺騙等各種手段，獲取債務、貸款、寄存等等別人沒有給予的情況下自行佔取的行為，而且不論是為了自己還是為了他人的利益，或者以使他人受到傷害等為目的而行使的一切手段，都

將同樣構成非分取佔。

四、究竟呢，《攝抉擇分》中說：「移離本處」，對此雖然有很多不同解釋，但應當知道，說把東西從原處轉移到另一地方，只不過是舉例而言，比如像田地等雖然不可移動，但仍可判定是否有達到究竟。因此在這種情況下，只須有獲得之心產生即可。還有，教唆他人去強取或偷盜，只要(這種教唆之事)一產生，即足以構成。為什麼呢？比如說派遣別人去殺人的人即使不知道受害者什麼時候死，但受害者死時，派遣者即構成根本惡。

第三、不正當性行為(欲邪行)

一、所依事有四：非所應行、非適當部位、非適當場合、非適當時間。

1. 什麼是「非所應行」？就是一切不應當與之發生性行為的婦女、男子或非男非女¹⁵⁷。這裡的第一類(婦女)，如《攝抉擇分》中說：「如對母親以及母親所守護的人，經中說這些都是非所應行。」馬鳴阿闍黎對此解釋說：

所謂非應行
他持具法幢
族護及王護
他已取娼妓
族親或近親
此皆非應行

「他持(為他人所有)」即指他人之妻；「具法幢」指出家者；「族守護」指未到婚嫁年齡而由父母、親屬，或岳父母，或家族繼承人等守護，或雖然沒有上述這些人守護但自己守身者；「王護」是指國王已冊立或王法所保護的婦女。因為此處只說與他人已經給價的娼妓[行欲行]為不正當性行為，所以推知與自給價的娼妓[行欲行者]不算。對此大依怙尊(阿底峽)也是這樣說的。其第二類「男子」兼指自身和其他男性。

2. 何為非適當部位？即除性器官以外其他部位。馬鳴阿闍黎解釋說：

何為非部位
即口或肛門
腿合及手動

阿底峽尊者也講：「所謂非適當部位即指口、肛門、未成年男女前後孔道以及自手。」意思相符合。

3. 非適當場合呢，即包括在上師等人附近、佛塔所在、眾人之前以及對其(與之發生性行為者)有害之處如不平坦或堅硬的地上等。馬鳴阿闍黎說：

何為非應處
正法、塔、像前
菩薩居處等
軌范、親教師
父母近前等
皆不應行處[168]

阿底峽尊者對此也是這樣說的。

4. 何為非適當時間？即月經期間、婦女孕期將滿、哺育嬰兒時、受持八關齋戒時、有不宜行之疾病時，以及過量等。量度為[一宿]五次以內。馬鳴阿闍黎說：

又何為非時
行經及孕婦
有哺乳嬰兒
病苦不欲行
及受八關齋

阿底峽尊者所講大致相同，稍有不同之處即說白天也屬非適當時間。

上述非適當部位[及非適當場合與非適當時間]三方面，即使對於自己的妻子也成為不正當性行為，何況是對其他。

二、心態三方面：

1. 認知。《攝抉擇分》中說：「必須有對其是此的無誤認知。」《毗奈耶》中對不淨行他勝[罪]的判定是「不論錯認與否都同樣構成」。[世親在]《俱舍論釋》中說：「以認為是自己的妻子的[誤]認知接近他人之妻時不構成業道。把某一他人之妻認作另一他人之妻時可有兩種說法，一說構成，一說不構成。」

2. 煩惱：即任何三毒。

3. 動機：即因不淨行想要與之發生性行為。

三、實行：《攝抉擇分》中說：「教唆他人做不正當性行為者自身也犯不正當性行為的罪過」。《俱舍論釋》中則說：「如此則無根本業道。」因此對於上述(教唆他人做)一事[無著菩薩]是否意在那是非根本[業道]的過失？應當觀察。

四、究竟：即兩相交和。

第四、妄語

一、妄語所依事：[說者自身]所見、所聞、辨別和理解四種及相反¹⁵⁸。同時必須要有理解方，即有他人能理解[你所說妄語]。[169]

二、心態上有三方面：

1. 認知：就是將見到的事轉換成未見到、將未見到的事轉換成見到等轉換認知。

2. 煩惱：即任何三毒。

3. 動機：即轉換認知後想要表達。

三、實行呢，包括口說、默認、或以肢體語言指示等。

另外，就目的而言不論是為了自己還是為了別人而說謊[《攝抉擇分》]說是同樣觸犯。

這裡[關於教唆是否構成業道的解釋有三種傳承：1] 無著在《瑜伽師地論攝抉擇分》中]說：教他人說妄語、離間語、粗惡語三種事時，教唆者犯同樣的業道。2. 但[世親在]《俱舍論本釋》中說：教唆他人做任何四種口業(妄語、離間語、粗惡語、綺語)時都構成業道。3. 《毗奈耶》中則說：「在這些事上發生究竟墮罪必須是自己親說時。」

四、究竟：即別人理解時。如果不被理解，《俱舍論》說僅成綺語。以下離間語和粗惡語的情況與此相同。

第五、離間語

一、所依事：即那些相互之間親睦或不親睦的有情。

二、心態有三方面：認知與煩惱同前。動機呢，即想在相互親睦的有情之間進行挑撥離間，以及想造成相互不親睦的有情之間無法調解。

三、實行：就是不論用實話、謊話、好聽或不好聽的語言，或為自己或為他人的目的而開始離間他人的關係。

四、究竟：《攝抉擇分》中說：「究竟就是被離間者理解時。」即當所說的離間之語被對方理解時。

第六、粗惡語

一、所依事：就是那些成為你產生嫌恨¹⁵⁹對象的有情。

二、心態的三方面中，認知與煩惱同前。動機呢，即想口說粗惡語。

三、實行：即用實或不實之辭，在種族、身體缺陷，[170]以及對方在修行上、持戒上或行為作風上的過失等事上說令人不快之語。

四、究竟：《攝抉擇分》中說：「究竟即對其說粗惡語。」《俱舍論釋》中對此意解釋為：「必須是當向其說粗惡語的對方理解其義時。」

第七、綺語

一、所依事：即毫無意義的話題。

二、心態三方面：

1. 認知：雖然只說「知其為此」而未作其他解釋，但這裡的意思是說「自己知道所要講的話題」，因為此處不需有理解方。

2. 煩惱：即任何三毒。

3. 動機：就是想說無關任意的話。

三、實行：即開始說綺語。

四、究竟：即說完綺語時¹⁶⁰。

另外，又有七類所依事：

1. 鬥訟爭競¹⁶¹時所說

2. 以喜好之心傳授、讀誦非佛法典籍或婆羅門密咒等

3. 苦嘆、呻吟之類

4. 戲笑、遊戲、娛樂或享樂等方面的話

5. 談論國王、大臣、地方、盜賊等的處眾雜語

6. 如酒後之言或瘋顛言語

7. 因為邪命而說的言語

「語無關連、與法不相應、與義不相應」就是前面說的與後面說的不相干、煩惱表現以及戲笑、歌唱時或對歌舞(演戲)者所作言談。

語過失中前三種¹⁶²是否同時算是綺語，有說「是」和說「否」兩種見解，我們這裡以第一種為準。

第八、貪欲

一、所依事：即他人的財產以及用具。

二、心態三方面：1) 認知就是知其為此。[171] 2) 煩惱即任何三毒。3) 動機即「應屬於我」的欲念。

三、實行：就是為了所想的目的而作努力。

四、究竟：[《攝抉擇分》中]說就是當決定「那個應屬於我」時。即對如財物等心想「願這些是我的」時。貪求心的完全要具備五法：

1. 有對自己的受用(財物)強烈貪著心
2. 有欲求積聚受用(財物)的貪婪心
3. 有因尋思和享用他人的好東西如財物等而產生的貪戀心
4. 有[如何使]任何別人的東西成為自己的的謀略心
5. 由於貪欲而不以為恥、不知從其過失中出離的覆蔽心¹⁶³

上述五種中如果缺少一種，則貪欲心性質不完全。《瑜伽師地論》說這五種心態可結合於十種不善。

如何成為不完全的貪欲，包括：

1. 想「如果這家主人成為我的奴僕或成為任何我所欲者該有多好？」
2. 同樣「他的妻子、兒女等以及他的用具如飲食等為我所欲」
3. 想「如果能使別人知道我少欲知足、遠離喧鬧、精進修習、成就多聞、具備施捨的品質等該有多好？」
4. 想「如果國王、大臣、四眾弟子對我恭敬奉養，獲得衣食等享受該有多好？」
5. 產生「願我後世若能生到天上，享受天界五妙欲境」或希求投生可怖天、遍入天乃至他化自在天(欲界最上)中的欲望 [172]
6. 產生對父母、妻子、兒女、僕人或與同修習梵行者的資具財產的欲望

這些也都是貪欲。

第九、瞋恚

所依事、認知、煩惱三項與粗惡語的情況相同。

動機：就是想要做打等事，想對方「若被殺害、被綁縛」以及「其財產或被他人或被自然力破壞衰敗該有多好」的惡意。

實行呢：就是在這種心態下採取行動。

究竟：就是作出去打等行為的決定或決斷時。

這裡又有五種心如果具備的話即構成完全的瞋恚，如果不具備，即構成不完全的瞋恚：

1. 在能損害的因以及相關的事上有實相執著而起的憎惡心
2. 因對[加於自身的]損害不能忍受而生的不能忍之心
3. 在[令自己產生]惱恨的因由上反復非理作意憶念而起的怨恨心
4. 想如何能「捶打、殺害」的謀略心
5. 對所起惱害心不以為恥、不知當從對其過失中出離的覆蔽心

僅僅成為瞋恚的情況，比如「此人曾經或正在損害我，現在當損害此人」，為此所作一切想法都是瞋恚。例如願對方的親屬、受用、善根等在今生衰敗、願他後世墮入惡趣等意願也都是瞋恚。

第十、錯誤的知見 (邪見)

一、錯誤知見的所依事是實有義。

二、心態三方面：

1. 認知：就是將損減義¹⁶⁴認作真實。
2. 煩惱：任何三毒。
3. 動機：就是想要作損減。

三、實行：就是開始發起這種心態，共有四種：

1. 損減因
2. 損減果
3. 損減功能作用
4. 損減實際存在的事 [173]

損減因，就是認為沒有善惡行為等。損減果，就是主張[善惡]二種行為沒有異熟果報。損減功能作用有三個方面：(1)否認有種子的種植和保持功能作用，即宣說無父無母等等；(2)否認有去和來，就是認為沒有前世和後世；(3)否認轉生的功能作用，如說沒有化生的有情。損減實際存在的事，如斷言沒有阿羅漢等(解脫者)的存在。

四、究竟：已作損減時。

錯誤知見也要具備五種心才成為完全：

1. 因對所知(認識的對象)沒有正確認識而有的愚痴心
2. 因樂做惡業而有的暴酷心

3. 因深入思考非理的說教而有的持續遵循錯誤心
4. 因說「無布施、供養、酬謝、善行」等作損減而有的失壞心
5. 因有這種錯誤知見而不以為恥、不知從其過失出離的覆蔽心

如果上述五項不完全，則構成不完全的錯誤知見。

雖然還有很多其他的錯誤知見，但為什麼這裡只說這一種為錯誤知見呢？因為這種[損減性錯誤知見]是斷毀一切善根和助長一切惡業的一切錯誤知見中最高大者。

殺生、粗惡語、瞋恚三者可從任何三毒開始而以瞋煩惱達到究竟；不與取、欲邪行、貪欲三者可從任何三毒開始而只以貪煩惱達到究竟；妄語、離間語、綺語三者可從任何三毒開始並達到究竟；邪見可從任何三毒開始而最後只以痴煩惱為究竟。

在上述這些(十種不善)當中，思是業但不是業道。身體和語言上的七種既是業，而且因為是思所運作的根基，所以也是業道。貪欲等三種是業道而不是業。

道次第廣論新譯 藏文青海版第174頁，尊譯第一二九頁，《四家合注》KA函 330頁起

〔寅二〕

說明業的輕重差別

- 卯一、十種業道的輕重
- 卯二、附帶略說有力業門

〔卯一〕

十種業道的輕重

有五種原因會導致業道加重：

1. 由於心態
2. 由於實行
3. 由於沒有對治
4. 由於錯誤執著
5. 由於所依事

以殺生為例。

1. 由於[何種]心態而使殺業加重呢，就是在非常猛利的三毒煩惱驅使之下[而殺生時]。
2. 由於實行而殺業加重的情況包括(1)在已殺、正殺或將要殺的時候有歡喜和滿意之心；(2)不僅自己做，還教他人也同樣做，而且稱贊其所做；(3)見到同樣的[殺生]事時心生歡喜；(4)以長時間蓄謀準備之心而做，以及恆常專致於所做；(5)雖僅一次但殺害眾多生命；(6)殺時[虐待]使被殺者產生極大痛苦；(7)[威脅]使其心生恐懼而迫使其做出不應做事後殺害之；(8)當被殺者弱小、痛苦、貧窮，以及哀號祈求、可憐哀嘆時殺害之等。
3. 由於沒有對治而使殺生加重的情況包括(1)每日沒有守持任何學處；(2)未能在每半月中或在初八、十四、十五等日受持一日為限的[八關齋]戒；(3)未能隨時修習布施、培養福德；(4)未能以問訊、頂禮、起立迎送、合掌致意等修恭敬之心；(5)未能獲得知恥、

慚愧、悔過等正分；(6)未能觸證世間離欲之道或法諦現觀¹⁶⁵等時所造殺業。

4. 由於錯誤執著而加重就是基於任何一種錯誤知見而進行的殺生，[175]比如根據祭祀者之見等，為了宗教信仰的目的而殺生，認為牲畜等都是造物主為了使用而創造出來的，故而殺掉它們並無罪過等。

5. 由於所依事(對象)而加重，包括殺害身體較大的動物、殺人或已經具備人形者(胎兒)、殺害自己的父母兄弟(或親屬)、殺害如上師一類的人、殺害信賴自己的人、殺害有學、菩薩、阿羅漢與獨覺，以及知道不可能真正地弑殺如來，但以惡心出其身血。

相反，如果不屬於上述五種情況的殺生就是程度較輕的殺業。

其餘九種業道，除了在所依事上不同以外，以上述殺生為例即可推知輕重。下面分別講述其餘九種業道由於所依事而加重的情況。

由於所依事而使不與取加重的情況：如劫盜財物的數量眾多、價值昂貴，或有他人信賴委託卻將其侵佔；或盜取劣弱者、貧苦者的財物；或盜取出家僧物、佛法教產；或入村落劫盜；或盜取屬於有學、阿羅漢、獨覺、僧伽或佛塔之物。

由於所依事加重欲邪行的情況：在不應行的範圍內，與母親或與母親的親屬、與信賴自己之人的妻子；或與比丘尼、正學女、沙彌尼等行交媾。在非正當部位中，以入口為重。在非適當時間中，以在齋戒時和懷孕期滿時為重。在非適當場合中，以在佛塔周圍、僧伽園中行交媾為重。

由於所依事而加重的妄語：包括想要欺誑或欺騙，為多種目的而說妄語；對父母乃至對佛陀說謊；對賢善者或親友說謊；所說謊言會導致殺生等三種重業時等。在一切當中以為破壞僧團和諧共住而說的妄語為最重。[176]

由所依事加重的離間語：離間長時互相親愛的人、離間善知識、離間父母與子女、分裂僧團；以及能夠引起身體上的三種重業(殺生、不與取、欲邪行)的離間語。

由所依事加重的粗惡語：對父母和上師一類的人說粗惡語；以不真實不正確的妄語說粗惡語，以及當面辱罵、呵責、呵斥等。

由所依事加重的綺語：因為當說妄語、離間語和粗惡語時，同時也有綺語業發生，所以有上述三種語言上的重業時，也有重的綺語業；包括基於鬥訟爭競所說綺語；以貪著之心吟誦非佛法經典；對父母、親屬、師長一類人等進行調弄、輕笑、非理而說。

由所依事加重的貪欲：包括欲求屬於僧伽和佛塔的財物，以及由於對自身功德生起傲慢，而欲求在國王等人乃至在與自己同修梵行智者中間求取恭敬奉養。

由所依事加重的瞋恚：對父母、至親、上師、無過失者，以及對貧窮、痛苦者、可憐憫者，或對那些 [對我]曾做過失但真心實意地[向我]懺悔的人，發起瞋恚。

由所依事加重的錯誤知見：在一切所依事中，作損滅的錯誤知見比其他都重，包括宣稱世間中沒有阿羅漢、沒有已至真實和正住真實者等。

應知，與以上所說相反的，就是輕業。

《本地分》中[將善業與不善業結合起來]說有六種加重情況：

1. 造作: 由猛利的三毒所發起或在沒有這些猛利三毒時發起。
2. 習慣: 長期地總是或經常習近善或不善業。
3. 自性: 在身體和語言上的七種業行, [177]在前的比在後的重; 屬於意識上的三種業行, 在後的比在前的重。
4. 所依事: 對佛、法、僧三寶以及上師一類人等所做利與害。
5. 一向偏於所對治方: 若[某人]終其一生一向都在做不善業, 甚至一次都未曾做善業。
6. 除遣所對治方: 斷除不善方面、遠離貪欲而修善行[成為有力的善行]。

《親友書》中也說:

恆久、執著及缺乏對治
功德為首所依事所生
五種善或不善為大者
此中應當努力修善行

將三寶等有功德的所依事和父母等作助益的所依事分開來說因此有五種情況。

〔卯二〕

附帶略說有力業門

一、就行為對象¹⁶⁶而言力更大:

對三寶、上師、等同上師的人以及父母等, 即使沒有很猛利的心態, 僅略做利益或損害就會有更大福德或罪過[因為這個緣故說「就行為對象而言業有力」]。應按《念住經》中所說思考。該經是怎樣說的呢: 「即使從佛、法、僧等處拿取少許也會成為很嚴重的事; 不與取對佛和法而言, 如果以後奉還同樣的東西, [惡業]尚能清淨; 而如果盜取僧伽的東西, 則直到受報之前都無法清淨。這是因為[僧伽]是重的行為對象。如果盜取的是其賴以為生之類(飲食等), 則將墮入大有情地獄; [178]如果盜取非賴以維生之物, 則將投生到那些地獄的中間地帶, 如無間地獄周圍的大黑暗處。」

特別如果以破戒之身受用僧伽的財物, 乃至一花一葉一果, 都將投生大有情地獄, 不僅要在那裡受很長時間的痛苦, 而且從那裡出來以後還要投生到曠野、尸林中成為一些沒有手足的畜生, 或一些盲眼、無手無足的餓鬼, 再受很多年的痛苦。因此過患極大。這是《日藏經》中所說。

該經中又說, 如果把那些已經指定給僧伽或比丘的事物, 那怕只是花等, 或自用、或給在家人、或以在家之身受用, 都是不允許的。因為是極重的罪過。此經中說:

寧被利刃等
割斷自肢體
不將施僧物
轉與在家人

寧願自吞食
如冒火鐵丸

僧伽之外者
 不應用僧物
 寧吞猛火焰
 量等須彌山
 不應居家身
 受用僧伽物
 寧釘尖柱上
 內臟皆流出
 不以在家身
 使用僧伽物
 寧可願進入
 充滿火炭宅
 不以居家身
 夜宿僧伽舍

在僧伽中，又以身為菩薩的人為最有力的善行或不善行的對象。《能入發生信力契印經》中說：「假使出於忿恨之心，將十方有情投入黑暗牢獄之中，這樣的惡業都無法與對一名菩薩出於忿恨之心轉身不睬說：『我不要見此惡人』的行為相比，[179]因為後者出生無量更大罪業。與劫奪整個南瞻部洲有情的財物相比，對任何一名菩薩進行詆毀，同前所說(更加嚴重)。與焚毀數量等於恒河沙粒那麼多的佛塔相比，對一名勝解大乘教法的菩薩發起瞋恚或忿怒，同前所說(更加嚴重)。」《能入定不定契印經》中說：「假如有人以慈心使十方有情中被剝出眼目者眼目再生，並將這些有情放出牢獄，安立他們於轉輪王或梵天的安樂中，比起[這種善業]來說，以信心看視或以淨信想要看視一名勝解大乘教法的菩薩，並對他稱頌贊揚能無量出生更大的福德。」《極善寂靜決定神變經》中也說：「與殺害南瞻部洲一切有情或劫奪一切他們的財物的罪業相比，阻止一名菩薩僅做布施畜生一搏食物的善行能出生無量更大罪業。」因此，對這一行為對象要特別謹慎。

二、就所依(行為者)¹⁶⁷而言力更大：

鐵塊雖小也會沉入水底。但[同樣是鐵塊]如果作成一個船形，即使很大，也會漂浮在水上。同樣，有智慧和沒有智慧的人做一樣的惡業，其結果卻有輕重不同。《大般涅槃經》中解釋其原因說：就像是蒼蠅粘在鼻涕上無法脫離，愚痴的人[不懺悔而]無法從輕微的惡行中脫離，又因沒有悔心而不能做[對治的]善行。而且由於掩蓋自己的惡行[不發露懺悔]而使以前先有的善業也被玷污，導致本來能在此生嘗受果報之因，轉變成極重的投生地獄之因。就像是在很小的一盞水中，[180]只放進一把鹽，就能使水難以飲用；又如一開始只欠人家一文錢，但由於不能立刻償還，[利息變重]最後被縛纏而受苦。又說有五種情況能使今生的輕微果報成為在地獄中成熟[的重報]：

1. 愚痴
2. 善根小
3. 惡業重
4. 未曾追悔求淨

5. 最初未修善

因此，佛說能對以前所造惡業發起追悔、防護未來不犯，並且不掩蓋過惡，修習對治那些過惡的善行的有智之人[雖造惡業但果報]轉輕。反之，自以為智，不能做到如此而且還以輕視的態度明知而犯者，惡業轉重。

《寶蘊經》中說：「假如三千[大千]世界的一切有情都入大乘、獲得轉輪王位，每人都用與大海一般廣大的燈盞、須彌山一樣粗大的燈芯，燃燈供養佛塔所獲福德，比起一個出家菩薩，在佛塔前手持一盞燈芯搓得很細的小燈所獲福德來說，百分之一都不能相及。」這是說，上述二者，從心態來看，一樣都有菩提心；從行為對象來看也沒有差別(都是佛塔)；但所供養的事實卻有極大差別，很明顯是因為所依(行為者)不同的緣故。

正因如此，不持戒和持戒的人，以及在持戒人中，持一戒、持二戒、持三戒的人，後者比起前前者的修道進程更為快速，其優勢是極其明顯的。對在家修行者而言，如果是在受持近住律儀¹⁶⁸的同時修習布施等，則與未受持近住律儀時修習同樣善行相比，二者善根之力大小懸殊，也一樣是十分明顯的。[181]《制罰犯戒經》中說：「一個破戒的比丘披著佛陀教法神聖象征的袈裟去接受信眾的布施僅一日一夜的不善業行，比起一個造做一切十種不善業的普通人連續一百年中所積惡業加在一起還要多」。這也是由於所依不同而導致惡業力大。《律教分辨》中也說：

寧可吞食冒火焰
熾熱燒紅之鐵丸
不以破戒無束身
受用國人供僧食

這是針對破戒和學處松懈兩種情況而說。仲敦巴仁波切也曾說：與直接在正法上所造的惡行相比，十不善業是微小的。看來確是如此。

三、就(所作)事而言力更大的情況：

在對一切有情的布施之中，法布施更加超勝；在一切對佛陀的供養之中，如教修行的供養比在物質上的布施供養功德更加超勝。以此二為例，其他情況即可推知。

四、就心態而言力更大的情況：

《寶蘊經》中說：「假使三千世界的一切有情，每個人都各自修建與須彌山一樣高大的佛塔，並歷經千萬劫的長久時間中，以一切可能的方式恭敬供養[但沒有菩提心]，比起所有這些福德，如果有一個菩薩，不離於[為成就一切有情的利益而求證]一切智(佛位)之[菩提]心，僅投一華而作供養[這一微小行為]所生的福德要超過更多。」

如是，行為的目的是宏大還是渺小、是僅僅為了個人自身的利益還是為了他人的利益等心態的差別；以及在同樣心態下，心力的強弱、時間的持久或短暫等不同導致善業力量極不相同的道理，從此可知。

就惡行而言，如果煩惱的心態非常強烈和持久則其力量就大，而其中又以瞋恨心的力量為最大。如《入行論》中所說：

一千劫中所積集
布施及供如來等

任何一切善行
 能被一次瞋恨破壞[182]

對同修梵行者生瞋恨心，果報固然極重，然而如果瞋恨一名菩薩，則果報更重。《三摩地王經》說：

如果互相之間發起瞋恚
 則靠持戒、多聞不能救護
 靜慮、住寂靜處不能救護
 布施不能、供佛也不能救護

《入行論》說：

如若有人對如此佛子-布施之主
 發起幾分惡意
 牟尼(佛)說按所發惡意的量度
 要住等量劫數的地獄

(寅三)
 黑業道的果報

有三種：

1. 異熟果
2. 等流果
3. 增上果

1. 異熟果：十業道各基於所依事由(貪瞋癡)三毒的程度而招致強中弱三種果報。《本地分》中說：由強的殺生等十業道導致[投生於]地獄[的果報]；由中等十業道導致餓鬼；由弱的十業道導致畜生。《十地經》所說中、弱二種所招致的異熟果與上述次第相反(即中等業道導致畜生，弱業道導致餓鬼)。

2. 等流果：[如上所說，十黑業道導致惡趣，但並非就此完結]從惡趣中出來投生為人時，遭受[分別與其因即所造十種惡業之一同類的]壽命短促、受用貧窮、配偶不貞、多遭誹謗、親友分離、聞不悅耳(聽到難聽的語言聲音)、言無人聽(自己說的話無人願聽)，和上品(重)貪瞋癡的果報。

過去因	等流果
殺生	壽命短促
不與取	受用貧窮
欲邪行	配偶不貞
妄語	多遭毀謗
離間語	親友分離

粗惡語	聞不悅耳
綺語	言無人聽
貪欲	貪欲重
瞋恚	瞋恚重
邪見	愚癡重

《諦者品》和《十地經》中說每一[十黑業道]都可能招致兩種結果：「假使[從惡趣出來]再投生為人時遭受短壽並且多病、受用少而且要與別人共用、眷屬僕人不馴順和配偶爭競、多遭誹謗和被他人欺騙、周圍的人不合而且鄙惡、常聽不悅耳的話而且自己所說的話成為爭鬥的事端、[183]講話不被尊重不被理解和氣餒或無辯才、貪欲大而不知足和追求無益不求有益、害人和被人所害、知見鄙惡和諂誑。」

過去因	等流果
殺生	短壽並且多病
不與取	受用少而且要與別人共用(無自主)
欲邪行	眷屬僕人不馴順和配偶有外遇
妄語	多遭誹謗和被他人欺騙
離間語	周圍的人不合而且鄙惡
粗惡語	常聽不悅耳的話而且自己所說的話成為爭鬥的事端
綺語	講話不被尊重不被理解和氣餒或無辯才
貪欲	貪欲大而不知足和追求無益不求有益
瞋恚	害人和被人所害
邪見	知見鄙惡和諂誑

以前的上師們有說：轉生為人後，仍然喜好殺生等，是「習性等流果」；上述[短壽等]是「領受等流果」。

4. 主上果或增上果¹⁶⁹分別如下：

殺生業：招致[自己投生的]身外環境中，飲食、醫藥、谷物等力量降低、減弱、無效、

難以消化並且會引發疾病，因此大多數有情死於壽數未盡之前。

不與取：招致種子或果實變小、生命力不旺盛、變質壞死；種子即將成熟時會遇到嚴重的乾旱或洪澇、種子乾枯或者根本不結種子或果實。

欲邪行：招致[投生的環境污染不潔]到處是便穢、污泥臭水、骯髒惡臭，令人不適。

妄語：招致農業、行船、商貿等事業難以發展、互相之間不協同、大多數人都在欺騙，而且充滿了危險和恐怖的因素。

離間語：招致[投生的環境]各處地面，坑洼不平、崎嶇險阻、充滿危險和恐怖因素。

粗惡語：招致[投生的環境]粗糙險惡，缺乏潤澤：各處充滿枯枝、荊棘、碎石、瓦礫，沒有池沼、湖泊、泉眼。土地乾枯、地多鹽鹼、乾壑不毛、地土貧瘠、生活在常遭恐嚇、充滿危險因素的環境中。[184]

綺語：招致果樹等植物不結果實、在不該結果的時節結果、在應該結果的時節卻不結果、果實尚未成熟時就貌似成熟、根不堅固、結果期或成熟期縮短。周圍環境缺乏園林、植被、水池，環境破壞，充滿令人不悅或危險因素。

貪欲：本來圓滿豐盛的事物，隨著年、時、月、日的推移而逐漸衰微，只有減少而沒有增加。

瞋恚：遭受傳染病、災害的折磨。內部爭鬥、外部入侵。有獅、虎等猛獸以及毒蛇、毒蠍、蜈蚣的各種侵害。還有凶猛的藥叉以及盜賊等等的騷擾。

邪見：招致[投生的]身外環境中，寶貴和主要的資源衰竭；不潔淨的東西貌似清淨、痛苦的事物貌似安樂。生於沒有依止、沒有救護、沒有解救之地。

〔丑二〕

說明白業及其結果

思惟白業及其結果分二：

寅一、白業

寅二、其果報

〔寅一〕

何為白業

《本地分》中說：思維殺生、不與取、欲邪行的過患，具備向善之心，致力於真實地防護這些[惡行]乃至防護究竟，一切身體上的行為[都是白善的身業]；[同論對]語言上的四種和意識上的三種業也結合而說，差別僅在於稱作[白善]語業和意業。所謂「結合」就是將十種業從所依事、心態、實行和究竟四個方面逐一說明。下面以斷除殺生業道為例：[185]

所依事就是其他有情。心態呢，就是見到[殺生的]過患而欲斷除[殺業]。實行呢，就是真實防護不做殺業的行¹⁷⁰。究竟就是圓滿真實防護而不做殺生的身業。

據此，其他(九種白業)同理可知。

〔寅二〕

白業的果報

一、從白業出生善樂果報的一般規律

二、在此基礎之上，佛弟子修習和成就差別

一、一般規律

同樣有三種：

1. 異熟果
2. 等流果
3. 增上果

白業的異熟果：如果做了初等善業，就能轉生在人中；如果做了中等善業，就能轉生欲界天中；如果做了高等善業，就能轉生到上二界(色界與無色界)天中。

白業的等流果與增上果的情況，與上述黑業的情況正相其反，這裡就不再一一說明。

二、在此基礎之上，佛弟子修習和成就差別

《十地經》中說：「了知十種黑白業道流轉生死的道理之後，深生怖畏[厭離生死，在此基礎之上]：1. 如果缺乏大悲心，追隨他人(即佛陀)的言教而修習[無我]，即成就聲聞乘果；2. 同樣缺乏大悲心，但不由他人策勵，願自證覺悟，由認知緣起而修行，即成就獨勝¹⁷¹；3. 如果心力廣大，具備大悲心和善巧方便，廣發誓願，永不捨棄一切有情，以最極廣大的佛陀智慧為目標而修行，即能成就一切菩薩的十地、六度等廣大行；從這一切方面廣為修行中則能成就一切佛法。」

如是已述[黑白]兩類十業道及其果報，凡其他經論中未明確說明之處均依據《[瑜伽師地論]本地分》及《攝抉擇分》的意趣而說。

(丑三)

說明業的其他類別

一、引發業與終結業之間的區別及其相互之間的關係

二、定受業與不定受業之間的區別：

1. 以後定受其結果的業與不定受其結果的業
2. 業的造作與累計
3. 定受業成熟的時間差別
4. 一期身心中的業哪些會先成熟

一、引發業與終結業之間的區別及其相互之間的關係

首先，業力的引發與終結之間的區別。雖然引發善趣的業一定是善行，引發惡趣的業一定是惡行，這一點是可以肯定的，但終結的業卻不確定：比如說雖然生到善趣，也有[生來就是]大小肢及根不全(殘疾)、相貌丑陋、短壽、多病、貧窮等等不利條件的，[186]這是由於[往昔的]不善業[的終結]所造成的；而生到畜生或餓鬼中，也有圓滿富饒的一類，那是由於[往昔的]善業[終結]所造成。因此這裡有四種可能的情況：

1. 在善的引發業所引生的[善趣生命中]，受善業的終結
2. 在善的引發業所引生的[善趣生命中]，受惡業的終結
3. 在惡的引發業所引生的[惡趣生命中]，受惡業的終結
4. 在惡的引發業所引生的[惡趣生命中]，受善業的終結

《大乘阿毗達磨集論》中對此解釋說：「應知在投生善趣或惡趣的過程中發揮作用的善業或惡業有兩種：引發的業以及終結的業。所謂引發的業，就是那些引發異熟果(投生到善趣或惡趣之中)的業；所謂終結的業，就是那些在投生後使我們遭遇可意或不可意的境況的業。」

上下兩部對法系統在「一種業能引發幾期生命的結果」這一問題上的不同解釋：

[下部對法以《俱舍論》為代表，如]《俱舍論》說：

一引發業引一生
終結業則有眾多

意思是說：由一個引發業只能引發一期生命而不能引發多期生命，在這一期生命中可以有許多終結業成熟；而且也沒有眾多引發業引起一期生命的情況。

然而[代表上部對法一系的]《大乘阿毗達磨集論》則說[有四種情況]：

1. 或有一業引出一期生命的引發業
2. 或有一業引出多期生命的引發業
3. 或有多業引出一期生命的引發業
4. 或有多業引出多期生命的引發業

此論的注釋中解釋說：「有由一剎那的業培植了一期果報的種子的情況，也有由這一剎那的業培植了多期果報的種子的情況，也有由很多剎那的業不斷地[唯一]培植一期[果報]種子的情況，也有由很多業互相依賴而不斷地培植一期又一期[果報]種子的情況。」

二、1. 以後定受其結果的業與不定受其結果的業

其次，定受業和不定受業之間的區別：《本地分》中說：「所謂以後定受其果報的業，就是那些有意識地¹⁷²造作並累計的業；所謂不定受其果報的業，就是那些有意識地造作但不累計的業。」[187]

二、2. 業的造作與累計

造作與累計之間有什麼的區別呢？同論中說：「何謂造作業？即思慮活動以及思慮後由身體和語言所發起的業。」又說：「什麼是累計業呢？就是除了以下十種情況的那些業，十種情況即：

1. 睡夢中所做
2. 不知道的時候所做
3. 非有意識所做
4. 不強烈、不持久
5. 失誤
6. 遺忘
7. 本非所願

8. [行為的]性質無記(非善非惡)
9. 由追悔心而[效力]被消除
10. 由對治而[效力]被消除

除了以上十種情況以外的那些業就是累計業。什麼是非累計業呢？就是上述十種情況下的業。」

在這裡，《攝抉擇分》中說在業的造作和累計之間可能有四種組合：

- 一、造作——不累計
- 二、累計——未造作
- 三、造作——累計
- 四、未造作——不累計

下面以殺生為例說明：

一、什麼是造作但不累計的殺生業呢？即以下七種情況，

1. 無識別而做
2. 睡夢中所做
3. 並非故意所做
4. 不是自己想做但被他人迫使而做
5. 僅做一次，由此而生追悔、以猛利思過之心克服並受持斷除的戒律而使(業的勢力)變得非常微薄
6. 在未生異熟果報之前，以世間離欲削弱[能引生果報的]種子的勢力
7. 以出世間永斷之道而永遠破壞(拔除)了[能引生果報的]種子

二、什麼是累計但未造作的殺生業呢？比如為了要殺一生命對此長時間地尋思觀察，但沒有殺掉那個生命。

三、什麼是造作並累計的殺生業呢？就是除了上述兩種組合以外的一切殺生之業。

四、什麼是既非造作也非累計的殺生業呢？就是除了上述三種情況以外的一切殺生。

[其他九種業道]從不與取到綺語，參照對殺生的說明，一一同理可知；三種意業沒有第二種可能，也沒有第一種可能中的[三、四兩種]「並非故意」和「不是自己想做但被他人迫使而做」的情況。[188]

二、3. 定受業成熟的時間差別

定受業中按照領受果報的時間來分，有三種：

- 現法受——其結果在做此業的那一生中現見領受的業
- 順生受——其結果在下一生成熟領受的業
- 順後受——其結果多生以後(其他)生中成熟領受的業

現法受：此業的結果即在此生中成熟。《本地分》中說有[四善四惡]八種情況：

1. 在對[自己的]身體、享受、存在等極其貪著的心態下所做的不善業，就會在此

生嘗到[惡的]果報

2. 反之，在毫無上述極端貪著的心態下所做的善業，就會在此生得到[善的]果報
3. 同樣，對其他有情懷有極強烈的瞋恚之心而做的不善業[現受現報]
4. 反之，對其他有情懷有極深切的悲心和利樂之心而做的善業[現受現報]
5. 對三寶和上師等懷有強烈的恚惱的不善業[現受現報]
6. 對三寶和上師等懷有極深信心和信解心態下的善業[現受現報]
7. 對上師以及父母等對我們有大恩德的人起加害和以不報恩的心態所做的不善業[現受現報]
8. 對上師以及父母等對我們有大恩德的人起極深切的報恩心所做的善業[現受現報]

順生受，即業果將在下一生中成熟。

順後受，即業果將在第三生中或三生以後的某一生中成熟。

二、4. 一期身心中的業哪些會先成熟

在我們自己這一身心相續中，有很多善業和不善業，這些善業和不善業哪些會先成熟呢？各種業中，重業先熟；如果輕重相等，則在臨終時，哪一個業出現在當前，那個業就先成熟；如果同時出現，則哪一個平時最熟悉、成為習慣的，那一個就先成熟；如果還是都一樣的話，則先做哪一個業，哪一個業就會先成熟。因此《俱舍論》中說：

業力流轉生死時
重、近、習慣業先熟
不論曾做何種業
此時先做先成熟

道次第廣論現代漢語新譯 藏文青海版第188頁，法尊法師漢譯本第一三九頁，《四家合注》
KA函358頁起

〔壬二〕

特別思惟

雖然由斷除十不善，已能獲得一個善妙的所依(身)，但若能成就一個具備各種品德能修成一切種智(佛位)的所依則其修道的進程就與眾不同，因此應當成就這樣的所依。這裡有三個方面：[189]

癸一、異熟的功德(殊勝修道所依身的品性)

癸二、異熟的果報(具備這些品性的修道所依身有何效果)

癸三、異熟的因由(何為成就此種修道所依身的因)

〔癸一〕

殊勝修道所依身的品性

有八種品性：

1. 壽命圓滿：由往昔[生]能引發長壽的引發業引生壽命長久並安住所引壽命。

2. 相貌圓滿：膚色形像善妙因此容顏殊妙、無諸根缺陷所以人見歡喜、橫豎勻稱所以身材端嚴。
3. 種性圓滿：出身於世人恭敬和稱贊的高貴家族中。
4. 自主圓滿：具有極多財富、有眾多的親朋好友和得力的手下。
5. 發言威肅：不以言行欺騙別人，值得信賴；一切爭議中堪作裁決主導。因此一切有情信服他的言說。
6. 大勢具足：在布施等事上具備勇健和精進等功德，有大名稱、得大美譽，在眾人之中受到尊重和恭敬。
7. 具丈夫性：成就男根。
8. 氣力具足：由往昔業的力量，自然少受傷害、無諸疾病，因此在這一生有奮發的勇氣和毅力

又，安住善趣為第一、身體為第二、出生為第三、受用及眷屬為第四、第五是成為世間的準則、第六是獲得世人的稱贊、第七是成就一切功德之器、第八是有能完成各種事業的能力。

〔癸二〕

具備這些品性的修道所依身有何效果？

具備上述八種品性的修道所依身能發揮什麼樣的效果？依次而言：

1. (壽命圓滿)能在致力於自他二種利益中長時積集眾多善根。[190]
2. (相貌圓滿)只需見到你的相貌即能使化機心生歡喜而聚集左右，願意聽從並遵行你所說的話。
3. (種性圓滿)能使化機不違背你的勸教。
4. (自主圓滿)能以[財、法等]布施攝受、成熟有情。
5. (發言威肅)能以愛語、利行、同事攝受、成熟有情。
6. (大勢具足)因為幫助眾生成辦一切事業，成為有恩德者，使他們念報恩德，很快聽從勸導。
7. (具丈夫性)能成一切功德之器、能以希求和努力成就一切技能、能以廣大的智慧掌握一切知識；另外，在眾人面前不會羞怯、在與大眾一同行走、談話、共享受用的時候，或者獨自在僻靜的地方時，不會遇到麻煩和障礙。
8. (氣力具足)在致力於自他二種利益的過程中不會疲倦，反而能夠以極大的勇氣和毅力，獲得分析觀察的慧力並很快引發神通。

〔癸三〕

何為成就此種修道所依身的因？

成就此種修道所依身的因也依次有八：

1. (壽命圓滿之因)不傷害有情、實行不傷害的思想；另外，《菩薩地》中還說：
 釋放被關進殺處的[有情]
 如是利益其生命
 以及阻止傷害生命
 由此即能獲得長壽

服侍照料病者
以及善施醫藥
不用塊杖等傷害生命
由此即獲得無病[之因]

2. (相貌圓滿之因)布施燈等光明以及新作潔淨的衣服; 另外[《菩薩地》中]說:

基於無瞋恨心
而布施裝飾(衣服)即得妙色

無妒嫉之果報
[佛]說即妙福分

3. (種性圓滿之因)克服我慢，對上師等人常以禮敬，恭敬他人自如僕使。[191]
4. (自主圓滿之因)惠施一切來乞討衣食的人; 即使沒有來乞討，也給予他們利益; 對於兩種[增長自己福德的]對象：貧苦者與有功德者，在他們缺乏資具時前往布施。
5. (發言威肅之因)斷除語言上的四種不善，成為習慣。
6. (大勢具足之因)發願今後能夠成就各種功德; 恭敬供養三寶; 恭敬供養父母、聲聞和獨覺、親教師和規範師、以及上師。
7. (具丈夫性之因)欣求丈夫功德、不欣求女事而見其過患; 對於那些欲求女身的人，勸阻其希願; 以及解救即將被閹割的動物。
8. (氣力具足)別人一定不能做的事我來做成，能夠合作的協助做成並提供飲食等等。

上述八種因，如果再加上三種輔因，則能促成最殊勝的異熟果報:

1. 清淨心

從自身的角度而言有兩點：(1)[究竟]不希求果報，就是說將成就修道所依之因的一切善根回向無上菩提; (2)[當前]猛利，就是發自內心地修習這些因。

從對待他人的角度也有兩點。一般來說，我們的同修可能有三種：或者比我們強、或者與我們相等、或者不如我們，在對待他們的態度上能作到：(1)分別擯棄妒嫉、較量、輕蔑三種不良心態，隨喜他們的功德。(2)如果一時不能作到如此，則每日思考是所應作。

2. 清淨修行

從自身角度而言，[修行要]持久、不間斷和猛利。從對待他人的角度而言，使尚未受持者受持; 為使那些已受持者發生歡喜而對他們加以稱贊，並且策勵他們不間斷和不棄捨。

3. 清淨福田

因為上述的清淨心與修行二者能給予善妙眾多結果如同福田。

以上這些是按照《菩薩地》所說以注釋形式來作補充解釋。

(壬三)

思惟業果之後應如何決定行為取捨

癸一、總論

癸二、專講以四力淨治的方法

{癸一}
總論

正如《入行論》中所說：

從不善業發生諸苦
[在我相續之中有很多不善業]
因此我理應
晝夜恆常只思惟一件事：
『如何從此中解脫』

又說：

一切善品的根本
牟尼已說就是勝解
而勝解[發生]的根本
就是由恆常修習異熟果

現在我們已經知道黑白業與[苦樂]果報的道理，然而對此道理，絕不能僅僅停留在知道的層次上，還需要反復修習，因為這是非常隱微、極難獲得確定的。

雖然如此，但《三摩地王經》中說：

月與星辰可隕落
承載山邑的大地可崩壞
虛空界相可轉變
您(佛世尊)不說虛妄語

對如來所說的話生起確信而修持。如果對此沒有得到無偽地確定，則對任何法均未得到能令勝者(佛陀)歡喜的確定。

有一些人自稱對空性已得確定，然而對業果不僅沒有確定而且不慎重，這種對空性的理解已成顛倒！這是因為對空性的理解應該是由見「空性即是緣起」之義而助成對業果發生確定。因此同上經中又說：

如同幻事、水泡、陽焰或閃電
一切諸法如水中月
死後往生他世的有情
所謂摩奴所生雖實不可得
但所作諸業卻不成為虛無
而是如其黑白而成熟果報
這一理趣之門實在善妙
微細難見乃是勝者所行境¹⁷³ [193]

因此，不僅要生起對緣起、二種業以及因果的確定，而且還應在晝夜一切時間當中，以檢查自己[身、語、意]三門來截斷惡趣。如若不然，起初就對因果的差別不熟悉，僅有一知半解，使[身語意]三門放逸，則只等於打開了惡趣的大門。《海龍王請問經》中說：「龍王，諸菩薩以一種法真正截止顛倒墮生於惡趣。這一法是什麼呢？那就是對[何為]諸善法觀察思考，思惟『我將會怎樣並且如何度過每日每夜？』」

如果能這樣檢查自己的身心相續，先輩大德曾說：在此修習業與因果階段，用正法來對照一下，就發現自己與法完全不相符合，是我們的錯誤，這樣下去不能解脫。用業果來對照是為了見到符合不符合。當用法來校正身心相續時，從心底真實生起[身心相續與法]全不符合的認識，如能這樣作到的就是「智者」。正如《集法句經》中，說：

若有愚人自知為愚時
此人如是即成為智者

如果當用法來對照時，發現[與法]正相背反，就像是一個人背著一具屍體¹⁷⁴，但[卻沒有自知之明]還自詡是修行者或大德，這樣的人乃是愚人中最下者。正如《集法句經》所說：

若有愚人自以為智者
如是此人即稱做愚夫

因此，至少不應以為自己已知法理而不以法來對照自身。

博朵瓦也曾引此《本生論》中的句子而說必須檢查自己的身心相續：

天空與大地中間相隔遙遠
大海的此岸彼岸之間也相距遙遠
東西山脈之間相距遙遠
凡庸之人與正法之間相距更遙遠 [194]

這就是說，我們這些凡庸之人與正法之間就像這些比喻一樣有很大的距離。這一偈頌是月菩薩供養千兩金，從能持善說禮物婆羅門那裡聽得。朵隆巴也曾說：「如果用觀察智慧來檢查一下，就會發現[自己的心行與法之間的距離]就像是從陡坡往下投擲線團，愈來愈遠。」

〔止息惡行的方法〕

那麼，經過這樣的思考之後，應當怎樣止息惡行呢？《諦者品》中說：

大王你不可殺害生命
一切眾生都珍愛生命
因此欲求守持長壽者
意中都不應思斷生命

因此對於十不善業以及如上所述其他罪惡，在動機出現的時候就應不使其發起，勵行防護之心，並應使之成為習慣，反復修習。

如果惡行不加以制止的話，就必定要嘗受自己所不願的苦果，而且不論你去到哪裡也無法脫免。因此，那些眼前暫時似乎有少許樂，但能導致業果成熟時雖不願意仍要淚流滿面地忍受的那些[惡]業，是理所不應去做的；而那些在嘗受業果時，能受用無罪的快樂的

[善]業，就是理所應行的。因此《集法句經》中說：

如果你畏懼諸苦
 如果你不樂受苦
 則不論顯露或隱藏
 都不應行惡業
 假使已造惡業
 或將要造做者
 即使你速起而想逃避
 也始終不能從苦中脫離
 何處有業力所不及
 如此方所根本沒有
 空中沒有海中沒有
 也不是隱匿於山間 [195]

又說：

智慧微少的愚夫
 就像是與自己為敵
 不斷造做能招致
 遭受苦果報的惡業
 如果做後將引發憂苦
 要淚流滿面哭泣地
 分別忍受異熟果
 這樣的業不作為善
 如果做後不引發憂苦
 能以歡喜欣悅之意
 分別受享異熟果
 這樣的業實行為善
 自己本為求安樂
 而若放逸做惡業
 那些惡業成熟時
 只有哭泣而嘗受

又說：

惡業當時雖不能
 如刀刃等做割截
 由惡業力投生者
 於他世中自顯明
 分別忍受熱等苦
 異熟果報成熟時

由惡業力投生者
於後世中自了知
如同從鐵生鐵銹
鐵所生銹食自鐵
不做自我檢查者
自業投自於惡趣

康隆巴有一次對樸窮瓦說：「善知識(仲敦巴)說過，只有業果才是至關緊要的，現今卻沒有人把它當作值得講說、聽聞和修習的。我想難道不是只有這個纔是最難修的嗎？」樸窮瓦回答說：「可不是嗎！」仲敦巴也曾親自說：「[阿底峽]尊者的追隨者們呀，心莫放粗，緣起這個道理可是非常細微的啊。」樸窮瓦晚年時曾說：「我到了年老時才開始注重《賢愚因緣經》。」霞惹瓦說：「不論有何罪過，佛陀從來不會責怪地方或房舍等不好，而只是說：若『造此業，則生此處。』」

(癸二)

以四力淨治的方法

雖然努力使自身不沾染惡行，但難免有由於放逸、煩惱多等緣故而出過失的情況，當這樣的情況發生時，[196]決不能全不顧及。為此，大悲大師(佛陀)特別講了如何悔除¹⁷⁵的措施，對此應當努力學習。

(如何救治墮罪和依靠四力淨化惡業)

如果是悔除墮罪，則應分別按照三種律儀中所說而作；悔除諸惡，則應依四力來作[淨治]。《開示四法經》中說：「慈氏，如果菩提薩埵摩訶薩埵具備四法，即能制伏造作並累計[的惡業]。哪四種法呢？即：毀壞現行力、對治現行力、遮止惡行力、依止力。」因為「造作並累計的業」是定受業，如果連這樣的惡業都能制伏，則何況那些不定受惡業？

第一力、毀壞現行力

就是對自己無始以來所造的不善業多起追悔。這種追悔心的生起賴於對異熟果等[等流果、增上果]三種業果發生道理的修習。實修的時可以兩種發露悔除法而作，即：《勝金光明發露悔除》與《對三十五佛發露悔除》。

第二力、對治現行力

包括六種修習方法：

1. 依靠甚深經典。即受持、記憶、讀誦《般若經》等經典文句。
2. [由聞思修]對空性發生信解。即進入無我光明法性之中，確信本來清淨。
3. 依靠念誦之力。即按照儀軌念誦百字明等具有特殊效力的陀羅尼。

《妙臂請問續》中說：

春季林間蔓延之火舌
不可遏制燒盡稠密林
戒律之風吹動念誦火

精進火舌亦能焚罪業
 如同日光照耀於雪山
 熱力威光難忍令銷融
 由戒日之光輝及念誦
 熱力銷盡罪業之雪山 [197]

如黑暗處點燃之明燈
 徹底除遣一切諸黑暗
 千世所累計之罪業暗
 由念誦燈速疾能除遣

還有，在沒有見到罪業得到淨化的徵兆以前，要堅持念誦，不可間斷。那麼，什麼是罪業得到淨化的徵兆呢？《準提陀羅尼》中列舉有：夢見自己嘔吐惡食，夢到飲食或嘔吐酸酪和乳等，夢見太陽與月亮，夢到在空中行走，夢見火在燃燒、夢見自己制服了水牛或黑色人，夢見比丘、比丘尼等僧伽，夢見流出乳汁的樹木、大象、牛王，夢到自己登上高山、獅子座、壯麗的宮殿之頂，夢到聽聞正法等。¹⁷⁶

4. 依靠形像：由對佛陀獲得信心而造立佛像。
5. 依靠供養：向佛陀的形像或佛塔奉獻各種上妙供養。
6. 依靠名號：聽聞和受持佛陀以及各大菩薩的名號。

以上只是按照《集菩薩學處論》中所說來講，其他經典等中還有很多[這裡就不一一講述了]。

第三力、遮止惡行力

就是真正防護自己不做十種不善。因此《日藏經》中說，由此能摧毀自做、教他人做、見別人做時隨喜三種殺生等身、語、意三門惡業所構成的業、煩惱和正法障。《律經廣釋》中說：「如果沒有防護不犯之心，則發露只成空話而已，基於此意，律中有問：『以後是否防護不犯?』」因此，以後不再做的防護心至關重要，而這種防護心的發生又賴於第一種力[對過惡的追悔]。

第四力、依止力

就是修習歸依和發菩提心。[198]

雖然勝者(佛陀)曾為初業行人講過很多淨治罪業的方法，但圓滿的對治在四力中都已具備了。

(說明罪業得以淨化的途徑)

罪業以何種方式得以淨化：本來應感生惡趣大苦的因，[對治之後]或者轉變為發生輕微痛苦的因；或者雖然投生惡趣，但不遭受那種苦；甚至只以頭痛等形式[的微苦]消解；同樣，那些本來要極長時間中嘗受的，變為短時間內承受，甚至完全不必受。而這些又要根據修淨治人自身力量的大小、依靠四力對治得圓滿還是不夠圓滿、猛利不猛利以及堅持時間的長短等不同來決定，沒有一定。

(清除疑惑)

雖然經和律中有說「即使經過上百劫，所做諸業不消亡」，但其意趣是說如果沒有修習四力對治，因為經中又說如果能以四力如上所述進行淨治，則即使是定受業也能得以淨化。如《八千頌大疏》¹⁷⁷中說：

如此，若有某種事物只要施以對治品即可損滅，則這樣的事物必能以有力對治令其徹底消除，比如金子上的污垢[只要圓滿淨治就能徹底消除]。一切正法之障等也屬於如上所說的[只要圓滿對治即能徹底消除的]一類事物。依照此理，由驕慢心所犯罪墮也能[以圓滿對治]得以徹底消除。

【設問】那麼為什麼要說「即使經過上百劫，所做諸業不消亡」呢？【回答】應知這說的是沒有修習對治品的情況。否則不僅違背正理，而且也將違背眾多契經。

【質疑】那麼說有「定受業」又當怎樣解釋？【回答】所謂「定受」[或造成並累計的業是指如果不修對治就定要嘗受]已照此理解釋如上。[【質疑】這樣講來不就與「不定受業」沒有差別了嗎？【回答】「定受業」是如果不修對治就一定要嘗受；]「不定受業」是即使未曾修習對治，也是不一定會感招果報。[199]

如是，以發露和防護等措施損傷[惡業]引生異熟果報的能力，以後即使遇到其他條件也不會引生異熟果報。這與經中所說邪見所生和瞋恨能損傷善根是一樣的情況。如《思辯熾燃論》中說：

既然有善業能被邪見與瞋恚傷損之時，則同樣不善業也能被自責、防護和發露等¹⁷⁸對治力傷損。即使所有條件具備，但因這些善或不善業的種子功能已被損壞，還能從哪裡發生任何結果呢？在因條件不具備而[種子維持的特定]時間改變時，豈非從根拔除？正如經中所說：「受持正法的人，他的定受惡業也會轉變成現法受。」又說：「其他將導致投生惡趣的業也因此轉為只將引起頭痛。」【質疑】既然還有遭受頭痛的果報，怎能說是徹底根除呢？【回答】如果那些惡業的果報得以充分成熟的話，則將遭受的是地獄之大苦，然而現在(經過對治)變成連絲毫地獄之苦都不會遭受了，難道這不是徹底根除了嗎？[【質疑】這樣說豈非全無業果？]【回答】因為仍有頭痛等在此生中發生，怎能說全無業果？

雖然尚未得到摧毀¹⁷⁹煩惱種子的對治，然而由違緣即損滅(種子功能)使其遇到其他條件時也不會引發結果，這一點是有很多內外因果的事例可作說明的。

因此，精進地積累很多善業，但如果對能摧毀善業的因如瞋恨等不加以防範的話，則如前面所講[善業的果報將被從根本摧毀]，因此一定要努力防範，[200]並需勵行救治[往昔所造]不善業。

[200.01]

【質疑】既然即使極強有力的[惡]業也能徹底淨化，為什麼經中仍說「除非往昔業已成熟」？【回答】這句經文的用意是指那些[已經形成的]例如生來眼盲[或獨目、殘疾、跛足、啞、聾等業的]異熟果，此時即使做對治也難以將其淨除。然而在結果尚未形成的起因的階段則容易遮止。因此這樣說沒有過失。如《思辯熾燃論》中說：

【若問】既然是能夠徹底消除惡行，為什麼經中仍有「除非往昔業已成熟」的說法呢？【回答】應知其用意是在說：已經在嘗受生盲、獨目、殘疾、跛足、啞、聾等既成事實的因果時。因為那些已到異熟階段既成事實的業果是不可能徹底消除的。

而那些在起因[動機]時的思所造作[並累計的業]，當獲得[並修習]思的特別不同[對治]時即可徹底消除。何以為證？如記載中指鬻、未生怨王、娑縛伽(弑母者以及與他同類的)弑父者和無憂王等人¹⁸⁰的事例。【設若再問】既然未生怨王與弑母者等人已經具備[對治品的]不同善思惟，為什麼業力未得消除而[死後仍]投生無間地獄之中？【回答】為了使我們對業果發生確信，[佛陀]向我們開示了他們死後投生無間地獄的情況。然而這並不是說那些業未被絲毫不剩地徹底消除，而就像是綵球被擊打後立即反彈一樣，[他們雖然]投生到地獄裡，但很快就獲得脫離，連地獄中的大火鬻等都沒有接觸到。如是這就成立了惡業能夠被徹底根除，然而並非根本沒有業果的道理。

但是，這裡也有一些人情況特別，他們的惡業不一定能消除。比如《三摩地王經》中記載：勇授大王殺害華月嚴菩薩¹⁸¹之後，[201]心生追悔，為[華月嚴]修建了塔廟，持續九億五千萬年之中，奉獻極其廣大的供養，每日三次發露，並嚴格守護戒律，然而死後仍然投生到無間地獄之中。又經受六十二千億劫剝去雙目等無盡痛苦。事雖如此，但並不等於說發露無效，因為如果沒有發露，則將遭受比這還要長久的不間斷的痛苦。

〔應努力從一開始就不沾染惡行〕

雖說由發露和防護不再犯，能使[罪業]得以徹底淨化，然而從一開始就不沾染惡行的清淨與由發露等得到的清淨，這兩者之間是有很大差別的。如《菩薩地》中所說，如果犯了根本罪墮，雖然能通過重新受菩薩戒而得以救治，但在此生中則無證得初地的可能。《攝研磨經》中有一段曼殊師利童子與佛陀的對話：

「世尊，假如有一個人，因為接近惡友而造了如此毀謗正法的惡業，那時怎樣才能從此解脫呢？」這樣請問之後，佛陀回答曼殊室利童子說：「曼殊室利，如果此人在七年之中，每日三次對自己的惡行認錯發露，最後可得淨化，但是至少要經過十劫才能證得忍位。」意思是說，不論罪業得以淨化的速度有多快，都必須經過十劫之後才能獲得忍位。

因而「徹底清淨」的意思是徹底清淨了所要引發的不可意結果，但仍已在發生道的證悟上造成了長久的延遲，[202]因此最為首要的是在一開始就努力不使自己沾染惡行。正因如此，經中說那些聖者即使是為了命難的緣故，也決不會故知而犯甚至微細的罪墮[何況粗重]，倘若在由發露得以清淨與本來清淨二者之間沒有差別話，則何必如此而行呢？這種道理我們由世間的事例也可看出，比如有人腿受傷折斷，後來雖然可以愈合，但總是不如從來沒有折斷的腿那樣完好。

〔應以不放逸之心學以致用、身體力行〕

如是應當如何努力而行呢？《集法句》中說：

造做罪業卻未修福德
 迷失正法而得非法者
 有罪業人被死亡恐怖
 正如朽船將碎大海中
 積集福德不造做罪業
 依照聖者之規而修法

此人任何不被死所怖
如乘堅船安穩度彼岸

因此決不應像前者那樣，而應盡力像後者那樣做。

再者，如果嘴上能說不少道理，而行為上卻一味放逸，則利益極微；反之，如果知道的雖然不多，但能依照所知勵行取捨，則利益極大。正如《集法句》中所說：

口上雖說極多道理等
行為放逸不如說而行
譬如牧人數別人牲畜
此種之人不得沙門分

若有口上雖少講道理
卻能依照法而實行法
斷除三毒煩惱貪瞋痴
此種之人才得沙門分

比丘若喜不放逸
見放逸行為可怖
拔救自身出惡趣
如同大象出淤泥

比丘若喜不放逸
見放逸行為可怖
抖擻一切罪惡業
如同疾風吹樹葉

（對聖教內部各派所共同贊許的清淨正見——業果法則，應珍重受持）

綜上所述，如《親友書》說：

若汝欲求善趣與解脫
願精勤於正見修習等 [203]
錯誤知見之人雖行善
一切難脫可畏之果報¹⁸²

這就是說，這一對緣起以及善惡二種業果的正確知見，是成就一切乘及一切士夫利益的基礎，不容或缺。因此應當按照前文所講，由閱讀《念住經》、《賢愚因緣經》、《百業經》、《撰集百緣經》、律教開篇諸章節等以及其他諸大經典，發起猛利持久[的信解]，作為修持關鍵目標。

〔己二〕

判斷是否已具備這種[下士夫]思想的標準

以前只有自然的對現世利樂的希求，對後世利樂的希求只是在言詞上的理解。將這二者位置對換，改成以希求後世[利樂]為主，僅以現世為副的時候，才可以說是生起了這種思想。但必須令其堅固，因此在生起這一思想之後，仍當努力淨治。

(己三)

清除此處存在的錯誤認識

- 一、破除對希求圓滿增上生事的錯誤認識
- 二、破除在二種決定勝之因上的錯誤認識

一、破除對希求圓滿增上生事的錯誤認識

有一些人因見到佛經上有說「應背棄一切輪回生死的圓滿」，就把這些(圓滿增上生)當作是錯誤的事，以為既然圓滿的身體與受用等增上生事仍是輪回生死方面的事，則對這樣的事發生希求就是不合理的。【回答】有兩種所希求事：一是必需的權宜性希求、另一是究竟所應希求。生死中身體等方面的圓滿是希求解脫所必需的權宜性希求。因為只有在這樣的基礎上不斷增進，才能最終獲得決定勝(解脫與一切智)。而且並非一切圓滿的身體、受用和眷屬等增上生的事都僅屬於輪回生死，[204]因為身體等方面的圓滿達致究竟時，就是[佛的]色身相好、刹土莊嚴以及眷屬盛會。因此《莊嚴經論》由此意趣而說：

受用圓滿及身體圓滿
眷屬及行圓滿增上生¹⁸³

經中說六度中前四度能成就增上生。而且很多經典也說以這些(六度中前四度)成就佛色身。

因此，那些為成就一切種智的人長期修習[一切種智之因]極眾多和殊勝的戒律、布施、忍辱等，也希求[成就]這些[因]的結果，即圓滿色身等極眾多和殊勝的增上生。

二、破除在二種決定勝之因上的錯誤認識

那麼什麼是成就究竟決定勝呢？《入菩薩行論》中說：

由依人身舟
度脫大苦海¹⁸⁴

這就是說，只有依靠以人身為代表的善趣所依，才能渡越生死之海和達致一切種智(佛位)。然而，這一目的並非僅由一次善趣之身即可達到，必須經由多生，因此能成就如此之身的殊勝因即戒律就成為道的根本。進而言之，雖然已得善趣人身，但如果僅有不圓滿的部分品質，固然也能修道，但進度緩慢，所以需要一個圓滿的所依。因此僅守護不圓滿的沙彌等學處是不夠的，必須努力去守護圓滿的比丘等學處。

對此，有一些人以為：既然守護[別解脫]戒律是為了成就善趣，則近住[戒]就足以獲得，何需難行利少的比丘等？還有人說：別解脫戒的目的在於獲得阿羅漢果位，但比丘戒體，不滿二十歲的人就不能受，而卻有以近事身證得阿羅漢果的事例，因此近事值得贊許，何需難行利少的比丘呢？【回答】應知所有這些說法，都是對佛陀聖教關要極其無知的極大亂說。應以下下律儀為基礎，努力受持上上律儀，守護圓滿學處之體。

在與下士道共通之道次第上修心至此講畢。

《菩提道次第廣論》現代漢語新譯稿(七) 第一冊 第二部分
藏文青海版第206頁，法尊法師漢譯本第152頁，《四家合注》KA函397頁起

第二部分：決出心與解脫道

〔戊二〕

在與中士共通的道次第中修心

恭敬頂禮至尊正士具大悲心者

思維死無常以及死後如果墮入惡趣將會怎樣之後，自心即能背捨現世而發生對後世善趣利樂的追求；又由共通歸依以及對黑白業果產生確定認識，發起斷惡修善的精進：由此固然已能獲得善趣階位，但不應就此以為滿足，而應在與下士共通的思想發生之後，進一步生起徹底背棄貪戀輪迴生死的與中士所共通思想，然後在此基礎上，策發殊勝的菩提心，從而導入上士夫，因此這時必須培養中士思想。再者說，縱然獲得了人天階位，但仍未出離行苦，將這種情況執著為固有的安樂乃是顛倒，事實上無樂可言，而且以後必將再墮惡趣，究竟是惡非善的緣故。比如說即將從懸崖上墜落，而正在崖邊上時，怎能在此休息？[寂天菩薩在其]《入行論》中說：

反復生於善趣
反復受享很多安樂後
死後將墮於惡趣
長久難忍的苦痛中

[月官菩薩在]《弟子書》也說：[207]

恆常在生死中輪轉者
若把暫憩當作安樂
定將無自主地
次第百返漂流上下諸趣

因此即使對於善趣也應發生厭棄之心，就像是對惡趣一樣。[提婆菩薩在]《四百論》中說：

智者對於善趣
生畏懼之心如同地獄
對所有任何諸趣
[智者]少有不生畏懼

《攝功德寶》中也說：「有貪著輪迴生死意念者，恆常輪迴流轉。」《弟子書》中又說：

越是對生死諸趣作安樂想
愚昧的黑暗就越來越濃厚
越是對生死諸趣作苦惱想
愚昧的黑暗就越來越淡薄
認為可意的心理越是增長
貪欲的火焰就越來越猛烈
認為不可意的心理越增強
貪欲的火焰就越來越減弱

這就是說，從無始以來，我們都把輪迴生死中的圓滿執著為安樂，虛構出可意的假象，這種心理漸漸成為習慣勢力，對此只有用與之相反的對治措施即修苦以及不可意才能從那些

錯誤的走向中返回，否則如果不修的話，無明和貪欲就會越來越嚴重而使我們在輪迴生死中繼續流轉不已，因而認識生死弊害的修習極其關鍵。

因此這時應在與中士共通的道次第上修心。其中總分四點：

- 己一、修心的實際過程
- 己二、判斷是否已具備這種思想的標準
- 己三、清除此處存在的錯誤認識
- 己四、明確通向解脫之道的本質

〔己一〕

培養中士夫思想的實際過程

分二：

- 庚一、明確何為希求解脫之心
- 庚二、策發希求解脫心的措施

〔庚一〕

明確何為希求解脫之心

[208]

所謂解脫就是從繫縛中脫離。怎樣的繫縛呢？在生死中，業與煩惱是能繫縛者，在這二者的控制下依界而分，即欲界等三界；依趣而分，即天等五或六趣，依種類分即胎生等四種，以這些形式五蘊反復結成間斷性的生命就是繫縛的狀態；從此當中的脫離即是解脫。希望獲得這一脫離的心即希求解脫之心。

但是，所謂解脫指的並非是業與煩惱造作發生之後的壞滅，因為一切已發生的事物本身就不能在第二剎那維持不變，否則就會有不需依靠修習對治等，所有人不經努力即可解脫的悖謬。實際情況是如果不實行對治則將來仍要反復結生，因此解脫指的是運用對治的力量使反復結生得以停止。

〔庚二〕

策發希求解脫心的措施

比如說想要止息口渴之苦的念頭依賴於意識到口渴是一件令人苦惱的事，同樣，想要獲得止息不斷承受五蘊¹⁸⁵之苦的解脫，即有賴於認識到不斷承受五蘊苦的這種狀態的弊害。因此如果不由修習生死弊害的意識而發起想要擯棄這種弊害的思想，就不能發生從這種苦中獲得止息的希求。所以《四百論》中說：

誰若對此無厭患
 怎會重視其止息
 如自家一般[貪著]生死
 很難從此出離

因而發生希求解脫心必須依賴一定的措施，這裡的措施[如佛陀所說]分為兩個方面：

- 辛一、由思維苦、集二諦而求解脫
- 辛二、由思維十二緣起而求解脫

〔辛一〕

由思維苦、集二諦而求解脫

因此而有兩個步驟：

壬一、思維苦諦：生死輪迴的弊端

壬二、思維集諦：生死輪迴的因與過程

〔壬一〕

思維苦諦：輪迴的弊端

[209]

癸一、說明四諦中先說苦諦的用意

癸二、實際修習苦諦

〔癸一〕

說明四諦中先說苦諦的用意

【提問】集諦是因，苦諦(真實的苦)是集諦的結果，所以從時間上講，集諦應在前，苦諦應在後，然而為什麼世尊佛陀沒有按照實際順序，而說「比丘們，……這就是苦聖諦。……這就是集聖諦」？【答案】應知大師佛陀倒轉因果次第而說的目的是因為這樣作對修行有極大的關鍵，所以是沒有過失的。為什麼這麼說呢？因為如果最初不使所教化的對象先發起一種真實的解脫生死的希求，則沒有根基，怎能進一步引導他們走向解脫呢？最初時，所教化的對象被無明之暗所蒙蔽，將本性是苦的輪迴中的圓滿顛倒執著以為安樂，被此所欺騙，所以要多方警醒他們：「此處實際毫無安樂可言，純粹是苦！」正如《四百論》中所說：

愚夫汝沉溺
於此苦海中
廣大無邊際
為何不生畏

由此而使他們發生厭離之心，因此必須先說苦諦。

然後，在已經認識到自身沉溺苦海，若想從中獲得解脫，必須抵制這種苦，又認識到如果不制止造成這種苦的本因，則苦仍然不能止息，由此就會問：何為其因？這時才會認知集諦，因而在說苦諦之後便說集諦。

然後，在認識到生死一切苦厄都是從有漏業而生，[210]而這種業是由煩惱所造成，煩惱的根本即是我執這一真正原因的集諦基礎上，還必須認識到我執是可以破除的才能發起誓願，願自己證得一切苦的息滅。因此在集諦之後便說滅諦。

【疑問】既然講說苦諦的目的是為了發起解脫的希求，則理應在苦諦之後接著說滅諦才是啊？

【回答】沒有過失。因為在那時雖然有「願獲得此苦的息滅」的解脫之欲，但因尚未明確苦的因，尚未見到能夠制止此因，所以無法發起「應證滅諦」的意念，不能認定解脫是所應得的。

當確有「應現證解脫--滅諦」之心後，必然會想「何為到達那裡的道路？」因此為了使他們進入正道便最後宣說道諦。正如《最上續論》中說：

病為應知、病因為應斷
 康復應得、藥為應服用
 如是苦、因、苦滅、如實道
 應知、應斷、應證、應修習¹⁸⁶

因而不論是在大乘還是小乘教法中，都反復講說這一四聖諦法，這就是如來總結生死流轉和生死還滅的最關鍵處，不僅對於成就解脫至為重要，而且是修行的一大綱領，因此必須依照這一次第引導學人。如果沒有經過思維苦諦而發起真實的對生死貪著的厭離，則希求解脫就只成了一句空話，而自己的一切所作所為不過是繼續生死流轉的集諦而已；如果不能由思維集諦而明確地認識到生死的根本業與煩惱，則像沒有看見靶子就射箭一樣，斷絕了正道關鍵，把並非解脫生死之道當作正道來修，其結果只能是勞而無功！因此如果不知道何為應斷的苦集，[211]就沒有明確徹底息滅苦集的解脫，縱然希求解脫，也不過是自負而已。

〔癸二〕
 實際修習苦諦

子一、思維輪迴生死中共同的苦
 子二、思維輪迴六道中各別的苦

〔子一〕
 思維輪迴生死中共同的苦

丑一、思維八苦
 丑二、思維六苦
 丑三、思維三苦

〔丑一〕
 思維八苦

《親友書》中說：

欲求不得與死亡
 疾病衰老等等苦
 對此輪迴眾苦源
 仁者汝應生厭離

應按照這一教授而修。這裡所說的「應對輪迴修厭離心」的意思是什麼呢？就是要認識到輪迴生死是眾多苦厄的出生之處；頌中明文提示了「求不得」等四種苦，又用「等等」的字樣來概括其他四種，因此一共有八種苦，這八種苦就是世尊佛陀在很多經中明確苦諦時所開示的。

〔修前提示〕

此處在修習一切與中士相共通的觀修法類時，也應取修下士時所講的共通法。對於中

士的特別法門，如果有心力的話就應依照如下所講全面修習；如果感覺心力不夠，也可以略去引經據典的繁冗部分，僅隨機修習後面所開示的要點。同時應知，現在所要作的雖然是分析修，但也要注意：

1. 除了這裡所應當思維的對象以外，不應使心放散到其他任何善、不善或中性的思緒上而防止掉舉¹⁸⁷；
2. 也不能落到昏睡和沉沒中，而要在保持意識的清醒和明了中依次緩緩修習。

因此《入行論》中說：

雖然長時修行
念誦以及苦行等
心若向外散亂
知真性者(佛)說無利益

這是說如果心思向外分散，則一切善行功效極小。[212]又如《修信大乘經》中說：「善男子，應知由這些分門別類[的教法]，所有菩薩對於大乘的信心乃至從大乘中所出生的功德，這一切都是以不向外散亂之心，正確地思維法與義而成就的。」這裡「不向外散亂之心」就是心除了安住在善的思維對象上以外，不向其他地方流散；「法與義」，就是法的文辭與其意趣；「正確思維」呢，就是運用觀察慧對此作正確地分析和思維。

因此經中說：要成就三乘一切功德，必須具備兩件事情：

1. 心專注於善的對境上而不向外放逸的真正的寂止或與其近似者；
2. 在善的對境上分析辨別如所有性(現象本質)與盡所有性(一切現象)的真正勝觀或近似者。

又在《聖解深密經》中[佛陀對慈氏(彌勒)]說：「慈氏，應知一切聲聞、一切菩薩、一切佛陀的所有世間和出世間善法，都是寂止和勝觀的結果。」因此如果最先沒有止觀本身或從屬二者，則沒有三乘功德必為止觀本身結果的肯定。

(正式開始分析修)

八苦：生苦、老苦、病苦、死苦、與怨憎者相會、與所愛者別離、求不得、承受五蘊本身是苦

第一、生苦，有五個方面：

1. 生時即有重苦伴隨因此是苦：當投生為地獄有情、投生為純粹是苦的餓鬼¹⁸⁸，以及胎生、卵生這四種生命形態，都在出生的時候就有很多強烈的痛苦伴隨而來；[213]
2. 生有粗重¹⁸⁹伴隨因而是苦：三界中一切心行造作都伴隨與煩惱同類的粗重，因此不能勝任、不得自在。也就是說三界一切有情心行造作發起時都有與煩惱同類的粗重相隨。簡言之，即有煩惱發生、維持、增長的種子習氣相隨，因此心對於安住善法不能勝任，而且沒有依照意願而行的自在力量；
3. 生成為苦的起處因此是苦：由於在三界中受生，就使隨之而來的老、病、死等

等眾苦不斷增長；

4. 生成為煩惱的起處因此是苦：生於輪迴之中，就在貪、瞋、痴三種方面發生三毒煩惱，這些煩惱又會使身、心非常不寂靜，非常苦惱而不安樂，煩惱以各種形勢逼迫身心。
5. 生是本非所欲的分離，因此是苦。為什麼呢？因為一切生命的盡頭不過是死亡，而這卻不是意願的，只能使我們感受苦而已。

由此可知，生的時候就有眾苦伴隨、有粗重伴隨，生本身又會引來衰老、疾病等等、還有各種煩惱以及死亡，應當思維這些造成苦的情況。

特別是住胎中的時候受什麼樣的苦呢？《弟子書》中說：

塞滿極其難聞不淨物
極其狹窄黑暗朦朧處 [214]
住於胎中如同入地獄
身體蜷縮忍受極大苦

這些詞句的意思，如《入胎經》中所說：「住在充滿極多不淨之物，上千種蟲繁殖之處，在有極難聞二便道門和帶有很多孔道的骨盆上，面對脊椎骨、背靠腹皮，處於二便、消化液、骨髓等不乾淨的東西中；在充滿未消化食物的胃的下方、充滿已經消化食物殘渣的大腸的上部，每月中靠母體月信之血而滋長；母親吃的東西經過上下兩排牙齒的細細咀嚼、並由口中酸臭的唾液浸濕而吞嚥，又與上面流下的消化液相混合，變成類似於嘔吐狀的東西，這些食物的細味通過臍帶進入而滋養。經過羯羅藍、安部陀、閉尸、健南等幾個階段，直到漸漸有手足能活動、身體形狀漸漸具備的階段，手足和面頰都包裹在胎衣之中，在極其黑暗、如不淨坑中上下浮沉。接觸苦、酸、澀、咸、辣、淡等滋味，就像是接觸火炭一樣，又像蒼蠅一樣以骯髒的汁液為食，好像是陷入不淨、腐爛、滾燙的淤泥之中，命根極不堅實。又受到母體中火力的煎烤，承受燥熱、非常燥熱、極其燥熱；悶熱、非常悶熱、極其悶熱；燒熱、非常燒熱、極其燒熱的苦受，猛烈粗暴，難以忍受。如果母親身體活動，或大動，或劇烈活動時，[胎兒]都像是被捆綁五體或是像被投入火炭坑中一樣，遭受難以形容的猛烈粗暴、難忍痛苦。」另外，母親如果吃的過於油膩、過於乾澀、過冷、過熱、過咸、過酸、過甜、過苦、過辣或過多厚味，或行房事，或跑步、急行、跳躍、游水，或呆在火塘前，或蹲踞等時，都說對腹中胎兒會有傷害。而且處在胃臟覆蓋之下，大腸頂托之上，如同一個人被綁縛五體，然後用鐵扞從下至上貫穿一般。

從胎中生產以及胎兒暴露到外面時所受的痛苦怎樣呢，《弟子書》中說：

如同硬榨芝麻油
漸漸壓榨才產出
未能斷命是何故
唯因受苦業力強
不淨之處身翻轉
胎衣纏裹臭淋瀝
逼迫如同瘡潰爛
如嘔過去念力捨¹⁹⁰

這一頌文的意思，如《入胎經》中所說：「從此以後，身體的四肢和其他小的肢結漸漸具備，然後先從散發難忍惡臭、極其黑暗可怖、便溺染污、便溺腐爛滴墜之處、常常漏泄惡臭、血及黃水的瘡門中，由於過去之業成熟所導致的動力，使兩足朝上、頭朝向下、兩手蜷縮，擠在兩恥骨中間，[216]承受逼迫、強烈逼迫、極強逼迫，感受粗暴猛烈的苦痛，極難忍受，因此就像是新生的膿瘡、脆弱不堪，四肢青腫，被污穢的胎衣所包裹，因為乾渴而使口唇、咽喉和心臟發乾，在這樣狹窄逼迫之處停留一段時間後，因為各種條件都具備，才在過去之業成熟的動力驅使下，極其困難地產出。剛生出不久，一接觸到外面的空氣時，就像是瘡口接觸到強性藥水一樣，碰到手和衣服時，則像被刀割一樣，受到粗暴猛烈、極難忍受的痛苦。」

又有說像是剝了皮的牛被蟲蟻等蠶食，以及像是遍體生瘡的人被鞭撻時所遭受的痛苦；產出以後，被人取抱等時以及接觸冷熱時都要遭受粗暴猛烈、難以忍受的痛苦。

在八苦中，特別是這裡所講的第一種以及最後一種，應作為重點，按照前面所說以分析觀察的智慧，反復修習。

第二、老苦，有五個方面：

1. 盛色衰退。比如腰彎如弓、頭白如艾、額上布滿皺紋，如同案板等等壯色衰退的相貌使人見而不悅。
2. 氣力衰退。比如坐下時就像是吊著袋子的繩索斷了一樣、起來時就像是要連根拔起一棵大樹一般、語言遲鈍、行步緩慢等等。
3. 器官功能衰退。比如眼力退減，看不清事物、[217]記憶力衰退，忘性極重等等。
4. 受享能力衰退。比如飲食難以消化，以及無力享受各種欲樂之事等等。
5. 壽數衰竭之苦。壽量大多耗盡，很快即將死亡等等。

對於以上所講，應反復思考。如《廣大遊戲經》中也說：

老使人老使少齡速逝
如同閃電劈斷大樹枝
老令老邁危頹如朽屋
仁者請速講說老出離

老使一切男女形枯槁
如同颶風吹過娑羅林
衰老奪去精進能力時
譬如勇士身陷泥塘中

衰老能使妙顏變丑陋
衰老奪去光榮與勢力
衰老欺我奪去我安樂
衰老奪我光澤令我死

謹哦瓦曾說：「死苦雖然很重，但時間短促；而這個老苦才是最重的。」迦瑪巴大師也指出：「衰老漸漸而來，還算是好，假如一下子到來，則絕對是無法忍受的。」

第三、病苦，有五個方面：

1. 疾病使人身體狀態改變。比如說使身體消瘦、皮膚乾枯等等；
2. 疾病增加痛苦和不安樂，延長痛苦和不安樂。身體內部的水等各大元素失去平衡，增減沖突而使身體發生痛苦，因此導致心不安樂，使我們在這樣的痛苦與不安樂中度過日日夜夜；
3. 疾病使我們不能如意享受對象可愛欲樂。因為疾病我們被告知如此如此欲樂之事對康復有害，於是我們就喪失了隨意享用的自由；[218]同樣很多行動也受到限制；
4. 很多不可愛的事即使我們不願意也必須嘗受。比如那些藥物、飲食即使不合胃口，也必須咽下；同樣，化療、手術等火灸、刀割，粗猛難忍之苦也必須嘗受；
5. 承受即將喪命之苦。當得知已成不治之症時，心中生起極大憂苦。

對這些應當仔細思維。《廣大遊戲經》中說：

百種疾病病苦稠如林
 害人如同人設計害獸
 應當觀察老病害眾生
 請速講說病苦怎出離
 譬如隆冬寒風與大雪
 奪去繁茂草木藥樹林
 如是疾病奪去榮華事
 衰損身體機能與容顏
 縱有財產積蓄終耗盡
 疾病恒常輕蔑一切人
 製造傷害瞋恨可愛事
 猶如烈日當空極熱惱

第四、思維死苦，也有五個方面：

1. 將與圓滿可愛的享用分離
2. 將與圓滿可愛的親人分離
3. 將與圓滿可愛的朋友分離
4. 將與圓滿可愛的身體分離
5. 死時要飽嘗痛苦以及憂患

直到心中產生厭離之前，應反復思維。前四種之所以為苦，是因為當意識到自己將與這四種圓滿分離時，心生憂苦。《廣大遊戲經》中說：

死亡心識遷轉他世時
 永別平生最愛可意人
 不可回轉不能再相聚

如葉離樹飄零如逝水 [219]

死亡令有權者無勢力
死亡劫奪如同水漂木
無人相隨將獨自孤行
隨業受報不能由自己

死亡捕獲一切有生命
如同海中鯨鯊吞生靈
如金翅鳥捉蛇獅弑象
野火燒盡草木有無情¹⁹¹

第五、思維不得不與怨憎者相會因此是苦。也有五個方面：

1. 只要遇到怨敵，就會有痛苦和憂患隨之而來
2. 常常處於害怕被他們陷害的恐懼中
3. 害怕被他們誣陷而承擔惡名
4. 將在憂苦中死去，因此心生恐懼
5. 因為違背正法，害怕死後將投生惡趣

應當思維這些方面。

第六、思維不得不與所愛者分離因此是苦。也有五個方面：

1. 當與非常可愛的親友分離時，心生憂苦
2. 口中述說愁苦的話
3. 身體也因此受到戕害
4. 思念對方的種種好處，追思不已、心念如焚
5. 對方在的時候所有的享受現在全都沒有了

等等，應思維這些方面。

第七、思維所求不能獲得的痛苦。也有五個方面，與上述與所愛分離之苦相同。所謂求而不得呢，就是說比如務農的人秋天顆粒不收、經商的人不能獲得利潤等任何雖經努力而無法達到目的，使人心灰意冷的苦惱之事。

第八、思維佛陀所說「總之不斷承受的五蘊本身就是痛苦」。分五個方面：

1. 是引生(未來)苦惱的容器
2. 是基於現已成之苦的容器
3. 是苦苦的容器 [220]
4. 是壞苦的容器
5. 是行苦的容器

對此應反復思考：第一說的是，一旦承受了這一五蘊負擔之後，在此之上便不斷招引未來種種苦惱；第二說的是基於已構成的五蘊成為疾病和衰老等等痛苦的所依；第三和第四說的是因為有導致這兩種苦的粗重相隨，所以就會有這兩種苦的發生。第五說的是，承受五蘊一旦構成，就會自然發生行苦，因為在過去的業與煩惱驅使之下發生的一切心的造作都是行苦。詳情我們將在下面講到三苦的地方進一步解釋。

如果對以承受五蘊為本性的生死輪迴未能生起一份真實厭棄之心，則不僅真實希求解脫的意念無法發生，而且對漂轉於輪迴中的有情的大悲也就根本沒有發起的途徑。因此這種思想的發生，對於無論進入大乘、小乘任何修道而言都是極其重要的。而這種思想的產生又有賴於首先努力尋求對於無垢經典以及闡發經典深意的權威釋論的理解，然後要經過長時觀察的分析修¹⁹²使自心發生強有力的轉變。正因如此，佛陀才為了使我們認識到輪迴苦諦的弊害而講說了八苦，對這一旨趣，聖者無著菩薩在《攝抉擇論》中已作出明確的闡發。

博朵瓦曾說：「不論生到六道中的哪一趣，所發生的病痛、死亡等苦惱，都不是什麼偶然現象，病就是病這種現象的一部分、死就是死這種現象的一部分而已，都不過是輪迴的本來特性。只要我們在輪迴生死之中一天，就不能超越這種現狀，因此我們若想從此出離，就必須斷除生死，而要做到這一點又必須斷除導致其發生的因。」[221]應當如是對上面所講的生、老、病、死等苦作深入思考。

（丑二）
思維六苦

《親友書》中雖然列舉了七種，但最後一個講的其實是另外的過患，因此這裡我們只思維六種：

六苦：沒有固定的弊害(有情之間沒有固定不變的關係)、不知滿足的弊害、反復捨棄身體的弊害、反復結成生命的弊害、反復昇落的弊害、沒有陪伴的弊害

第一、沒有固定的弊害。在不斷的輪迴生死中，今生父母一般的親人來世可能就是自己的仇敵，而仇敵可能變成親友；同樣父親變成兒子、兒子變成父親、母親變成妻子、妻子變成母親等等，不過是相互展轉生死而已，根本就沒有任何保障。如《親友書》中說：

父即成子而母成妻
仇敵轉成親友
相反的情況也會出現
因此生死中完全無固定

即使是在今生今世，仇敵與親友之間也是在不斷轉變著的，如《妙臂請問續》中說：

有時仇敵轉變成親友
同樣親友也會變仇敵
還有一些變成陌生人
而陌生人既會變仇敵
同樣也會變成至親友
了知如此智者勿貪著
斷除愛戀親友分別心

使心安住善法安樂中

經由這樣如理思維之後，使自己的心停止了在區分敵友之上所產生的仇恨與貪戀的錯誤傾向，認識到在生死輪迴中根本沒有可以憑信的地方而應厭棄。

第二、沒有滿足的弊害。正如同論中所說：

過去曾在每一個有情那裡
飲過的乳汁超過四大海水
如果仍然落到凡夫行列中
則還要啜飲的比以往更多 [222]

就是說應當思維：從每一個過去曾作我們母親的有情那裡所飲過的乳汁，現在如果我們不修習解脫道的話，則仍將繼續啜飲。這只不過是舉一個例子而已，其實生死輪迴的種種圓滿與苦厄我們沒有一種不曾受過，這樣認識之後，應生厭棄之心。

【疑問】享受安樂難道不是件令人滿足的事嗎？【答覆】要知道輪迴生死中的所謂安樂無論享用多少，都絕沒有滿足，而只能使貪愛(渴欲)愈來愈增長，由此長時漂轉於生死中，所謂的安樂與那些必須遭受的無休無止的極其難以忍受的痛苦比起來，連一分都不能及。《親友書》中說：

如患麻瘋被毒菌侵害
為求舒適即使去烤火
終究不能離病獲安樂
應知貪著欲樂與此同

《攝波羅密多論》中也說：

即使獲得也不能滿足
終日受享也不能滿足
積存眾多也不能滿足
此欲若非大病又為何

《弟子書》中說：

哪一趣中未曾投生無數次
哪有過去未曾受享的安樂
怎會未曾富貴如妙拂洲人
然而只是不斷地增長貪欲

沒有任何一種痛苦未曾經歷無數次
投生任何趣中也不能使欲望得滿足
沒有任何有情腹中我過去未曾投生
然而我竟然仍未捨棄對生死的貪戀

應如是思考。另外如果能按照《除憂論》中所說而作思維之後，定能發生強烈的厭棄之心：

反反覆覆投惡趣
所曾吞飲洋銅汁

即使所有大海水
其量與此不能及 [223]

曾生為犬或為豬
所曾吞食不淨物
若可堆積而測量
須彌山王遠不及

因與親友相別離
生死歧路痛哭時
所流一切眼淚水
廣如大海器難容

相互之間起爭鬥
彼此所斬諸頭顱
假若能堆積一處
必將高聳超梵界

又曾生為蟲蛆等
極其饑餓食糞土
將此糞土若投入
廣大乳海難盡容

因此《華嚴經》中說：

想到過去曾在欲望驅使之下
毫無意義地浪費掉多少身體
難道不應從現在起受學禁行¹⁹³
為尋求菩提之道而調服欲望

想到過去曾在欲望驅使之下
毫無意義地浪費掉多少身體
雖有恒河沙數佛陀出現世間
未曾一次依止聽聞如此道理

正如以上所說，應當憶念思維：在過去生死中，不論曾獲得多少輪迴的圓滿，都不過是一種欺惑，然而卻要在遭受無量痛苦之中浪費無數的身軀，如果現在仍不努力，則還將經歷同樣的問題的道理，使自心發生厭離。謹哦瓦曾說：「尊者敦巴啊，過去從無始以來什麼樣的身體未曾受生？然而都沒有能夠像今日這樣修習大乘法，所以要努力啊！」應當努力思維，直到產生像桑樸瓦所說過的「輪迴生死之中要經受這麼多的仰仰覆覆，這種感受有什麼可值得留戀的呢」這種態度，才算可以。而且即使在產生之後，仍需要作持久鞏固的修習。

第三、反復捨棄身體的弊害。如經中所說：[224]

我等個人所受身之骨
堆積之量超過須彌峰

就是說每一個有情曾經受生身體的骨頭如果不朽壞的話，那麼堆積起來一定比須彌山還要多。

第四、反復結成生命的弊害。(《親友書》中)說：

雖以大地土
作丸如柏子
也不能數盡
過去母邊際

過去曾有一些大德在解釋此頌時說這是指一個有情往昔曾[無數次]作[別人的]母親，這種說法是不太正確的。因為該論注釋引用經中原文而作說明：「比丘們，比如說假若有一個人，從此大地取土，捏成像柏樹子那麼小的丸粒，用來計算：『這一個是我的母親、這一個是我的母親的母親……』一邊說一邊放下一個丸粒，比丘們，大地上的泥土很快就會先用盡，然而過去展轉曾有母親的數量仍然不能數盡。」這是在說自己的母親以及母親的母親等等展轉不斷；而且該論中「母邊際」一詞也含有此義。

對此應當厭離的道理，如《四百論》中說：

追究一粒種子的起源
我們永遠也無法見到
卻顯見從一反而增多
這時怎能不心生畏懼

該論注釋中說：「因此對這一廣大無邊、荊棘遍布、極難行走的生死曠野，應當不斷策發厭離以及能引起厭離的心，理應正確修習。」如此應知。

第五、反復昇落的弊害。

雖為帝釋受世間供養
業力驅使仍將墮地上
轉輪王位福德耗盡後
生死之中仍將作奴僕

[生於天界]長時得享受
摟觸天女乳腰妙安樂 [225]
以後將墮地獄鐵械中
須受難忍搗割銷爛苦

長時安住須彌山峰頂
足踏柔軟地面極舒適
後將淪落塘煨尸泥坑
憶念須受眾多難忍苦

天女依偎而嬉戲
前往遊玩妙林苑
後世將生劍葉林
手足耳鼻被削割

天女容顏美妙如金蓮
 共同游泳天池徐流中
 後將生於地獄無極河
 極難忍受燒城沸水中

才獲天趣大欲樂
 以及梵天離欲樂
 後生無間獄火中
 如薪被焚苦無間

自身方得日月光
 普遍照耀諸世間
 後須投生黑暗處
 伸手不能見五指

上面所說的「搗」等三種地獄刑械，分別出現在眾合、黑繩和燒熱等地獄中；「上界女(天女)依偎」等指生於天界時即有天女依附自身；「天趣欲樂」等指三十三天以上欲界天之樂；「日月光明」是按照世人一般說法，沒有區分能依的有情與所依的環境，如果嚴格來說應當指日天和月天自身宮殿的光明。經由這些事例，我們應當思維一切從高處墜落的道理從而對生死發生厭離之心，因為所有生死之中的圓滿，最終都將歸於衰敗，正如《毗奈耶》中所說：

積聚終消散
 崇高必墜落
 合會終別離
 有命咸歸死¹⁹⁴ [226]

第六、沒有陪伴的弊害。承前所說：

如果能夠認識到如此的過失
 何不立刻謀求三種福燈光明
 因為最終必將孤身一人走向
 日月也難摧破的無盡黑暗中

「認識到如此的過失」即前面所講的，了知死後會是怎樣的情況之後，就應立即謀求福德之光明。「三種福[燈]」指的是[身語意]三門善業或布施等所培植的三種善根¹⁹⁵；「無盡黑暗」即無明之黑暗；[孤身]無伴而走向[這種黑暗之中]的情況呢，即如《入行論》中所說：

這一獨自出生的身體死亡時
 連與生俱來的骨肉都要變壞而分散
 更何況其他身外的親友
 生來獨自一人
 死時也獨自而去
 他人不能承擔我的苦份
 又何須分別障敵與友親

以上所講六苦總之可以歸納為三點：

1. 生死之中毫無保障之處
2. 生死中的安樂無論怎樣享受都沒有滿足
3. 生死是從無始以來而存在的

第一中又有四個方面：

- (一)自己獲得的身體沒有保障，因為要反復不斷的捨棄；
- (二)為利為害沒有保證，或說不能獲得[我們以為]一定的效果；
- (三)所得圓滿沒有保障，因為昇高必墜落；
- (四)互為伴侶沒有保障，因為[死時]必將獨自一人而往。

第三指的是我們曾反復不斷地結成生命的系縛，但結生相續的起頭卻不可見到。

也應按照這種歸納方式來作思維。

(丑三)
思維三苦

三苦：壞苦(一切樂都是苦的轉變過程)、苦苦(直接覺受到的身心痛苦)、行苦(在業與煩惱驅動下不能自主的心的造作狀態)

〔根據瑜伽師地論一系列的講解〕

就像是罹患極其熱痛的毒癰或毒瘡時，[227]如果洒上冷水就似乎會舒適一些，同樣所有生死輪迴中的安樂感受，都必然要壞滅，這時痛苦就會再次出現，因此稱作壞變苦；而且不止是感覺，其他與此相應的心、心所以及心由攀緣而發生的有漏對象也都是壞苦。

就像是在熱瘡上澆淋鹽水等使其接觸強烈刺激時發生劇烈痛苦，凡是能夠覺受到的，只要稍有發生就立即使身心苦惱的那些痛苦，就稱作苦苦。就像腎臟病痛。同上，也不止是感覺而已。

就像毒瘡沒有遇到以上兩種觸覺時一樣，有漏的感受處於中性狀態時，因有粗重相隨，所以稱作行苦。同上，也不止是感覺。這種[行苦]由過去的業與煩惱所主宰，因為有產生以後痛苦與煩惱的種子相隨，所以是「有遍行(持續性)粗重」。

因此當舒適的感受產生時，貪欲就會滋長；當苦的感受產生時，瞋恨就會滋生；當處於非苦非樂的狀態時，就會對屬於粗重性質的身體，將無常執著為常等，愚痴就會增長。其中貪欲會導致未來在五趣中投生等痛苦；瞋恨會導致當前的憂惱等以及未來生於惡趣的苦；愚痴則使我們不能擺脫前兩種(貪瞋)所生之苦而有苦隨逐不捨。因此對於舒適的感受，應觀察其苦的本性而使貪欲息滅；當苦的感受出現時，[228]應當思維：我們這一五蘊(身心)就是各種痛苦因素的集成，因此就像是毒箭一樣[只要不拔除就會痛苦]，以此使瞋恨息滅；對於中性感受，應思維無常、消耗以及壞滅的自性，使愚痴息滅。不放任三種感受使其成為三毒的根源。以上這些教授都是按照《瑜伽師地論》以及《攝抉擇分》的旨趣來講說的。

〔根據中觀一系的旨趣來作講解〕 [228.05]

又像是一個人挑著一副重擔，只要重擔仍然壓在肩上，就不會有片刻安樂：承受五蘊的重擔也是一樣，只要仍然執著不放，就要一直承受痛苦。而且在此五蘊中苦與煩惱的粗重習氣堅固地存在，因此是行苦。因為有此，即使眼前[兩種]苦的感受尚未發生，但一到時間，痛苦立即會以各種形式出現。因此，行苦不僅普遍存在於一切痛苦之中，而且實際上正是前面兩種痛苦的根源：對此必須多修厭離。

再者，眼前這些增長貪欲的舒適感受，大多是在痛苦稍有緩解時所產生的安樂錯覺，不憑借苦的轉變而獨立存在的安樂是根本沒有的。比如說走路過度疲勞時如果坐下來，就會感到很舒適，因為暫時止息了先前不斷加重的疲勞之苦，所以這時就似乎有舒適感出現，然而卻不是自性(事實上的)安樂，因為如果坐的時間過長同樣也會變成不舒適。假如是自性安樂，則既然是樂的本源，就應當像是苦的本源那樣——只要是在繼續嘗試，痛苦就只有不斷增加——同樣，只要是在繼續行走、停留、坐下、躺臥、吃、喝、曬太陽、遮陰等等時，舒適感就應該不斷增加才是，然而很明顯，一旦延長時間或量度這些就只不過分別是苦而已。[229]

正如《入胎經》中[佛陀對難陀]所說：「難陀，應當知道，行、住、坐、臥一切身體動作都分別是苦，修禪定者應當逐一觀察這些行為：如果一個人終日行走，不停、不坐、不臥，則行走本身就會變成種種痛苦的經驗，行走將成為強迫、粗重、難以忍受、極不可意的經驗，行走者不會將行走當作是一件舒適的事。」其下又同樣分別列舉了其他三種動作之後說：「難陀，然而我們卻常常在一些苦的感覺中斷、正在向另一些新的苦轉變的時候，產生舒適的錯覺。難陀，一切的發生只是苦的發生、一切的中斷也只是苦的中斷；一切的發生只是行的發生、一切的中斷也只是行的中斷。」【疑問】[在此有人不禁會想：既然樂到頭來是苦，則苦到頭也應該是樂才對呀？]【回答】《四百論》中又說：

當樂增長的時候
見其轉變為苦
而當苦增長時
卻不見轉變為樂

〔子二〕

思維輪迴六道中各別的苦

其中三惡趣苦我們在前面已經講述，以下要講的是三善趣中的苦。

一、人間的苦是怎樣一種情況呢？除了應當知道有前面已經說過的饑、渴、寒、熱、各種刺激和辛勞追求之苦以及生、老、病、死共七種苦以外，《資糧論》中說：

一切惡趣所見苦
顯然也在人間有
苦惱逼迫如地獄
貧乏則如琰魔國¹⁹⁶ [230]
此處也有畜生苦
強大對於弱小者
施加壓制並欺凌

如同流水無間斷
 一些由饑寒而起
 一些由不知滿足
 辛勞追求苦難忍
 相互謀略及殺害

《四百論》也說：

身居高位心勞苦
 平庸之輩身勞苦
 身心二苦日日中
 摧毀所有世間人

二、非天的苦是怎樣一種情況呢？如《四百論》中說：

非天生來心苦重
 只因嫉恨天享受
 趣類環境所限制
 有慧不能見聖諦

也就是說，那些生為非天的有情被不能忍受天界高級享受的嫉妒心理所折磨，基於這種原因而與天人爭戰，結果就要遭受極多身體被截割殘害等戰爭創傷的痛苦；他們雖然有智慧，但因為異熟果報所決定，不能憑借這一身體來認識和理解真理。

《念住經》中將非天算作畜生道，《瑜伽師地論》則將其歸入天趣中。

三、天界有情的苦分為兩類：第一、欲界天的三種苦；第二、上二界天的粗重之苦。

第一、欲界天的苦有三種：

1. 難免一死及死後墜落之苦
2. 相互攀比而唯恐失落之苦
3. 與非天爭鬥時被截割殘害之苦

其中第一種分為兩個階段，首先，見到難免一死之苦，如經中說：

上界雖有大快樂
 而死時之苦卻更大
 如此思惟之後有識之士
 上界終有盡頭因此不貪著

就是說，與先前所享受的天界欲樂相比，[231]當死亡降臨、見到五種死相時的痛苦程度要大得多。什麼是五種死相呢？同一經中說：

身色轉變不可愛不樂本座、華鬘萎
 衣服染垢、從身出前所未有臭汗垢
 天界告死五衰相從天人中所發出
 如同地上人間有預告將死惡徵兆

其次，從高處墜下之苦呢？

從天世間死亡時
如果先前未做任何善
將不由自主地墮入
畜生餓鬼地獄任一處中

第二種即相互攀比中唯恐自不及他的苦呢？當有福報更大、地位更加富貴的天子出現時，其他福德微薄的天子就會感到怵然不樂，對此終日忐忑不安，內心承受極大的苦惱。

第三種即被砍割和殘害之苦呢？就是說當天與非天爭鬥時，天人也要受到肢體被切割、身體斷裂而被殘害的痛苦，這時如果頭顱被砍掉則將損命，若是肢體被砍斷則仍會復生；而天人之間則有驅擯之事：每當勢力強大的天眾心情煩躁的時候，就會將那些勢力微弱的天子從其宮中驅逐出去。《資糧論》中說：

所有受欲之天
他們那裡實無安樂之心
欲貪發作時
內心如烈火焚燒
那些心在散亂中者
沒有片刻之安寧
不散亂心剎那也沒有 [232]
因不能自主
以散亂躁動為本性
任何也不能止息
如同大風吹捲之下
火遇到木薪

又說，

如同病愈才不久
服用不宜之食品[又生病]

第二、上二界天即色界天與無色界天雖然沒有上面所講的欲界天之苦，但是仍有煩惱和業障，所以在死亡和安住兩個方面都沒有自主，因此仍在粗重之苦中。如《資糧論》中說：

色界與無色界中者
雖從苦苦中超越
自然而有禪定之樂
安住數劫而不動搖
然而這定非決定解脫
從此仍將墮落
雖然好像他們已經
脫離惡趣苦的浪濤
雖勤而不能久住

就像空中之鳥
又如幼童之力所射之箭
終有落下之時

如同油燈長時燃燒
[其實]刹那刹那息滅
無時不被心造作
壞苦(衰變之苦)所折磨

這樣，我們經過思維在五趣或六趣輪迴中流轉投生的共同與各別的苦，對於輪迴生死發生厭惡之心而希求出離，自然便會詢問：何為輪迴生死之因？下面我們就將對此作進一步的分析。

藏文青海版第232頁，法尊法師漢譯本第169頁，《四家合注》KA函448頁起

〔壬二〕

思維集諦：生死輪迴的因與過程

由講說集諦來思維生死輪迴的過程將分為三個方面：

- 癸一、煩惱如何發生
- 癸二、煩惱如何導致業的累計
- 癸三、死亡時心識遷轉和再次結成生命的過程

〔癸一〕

煩惱如何發生

雖然形成生死輪迴的因要有兩個：業和煩惱，但其中煩惱是首要。因為如果沒有煩惱，則即使有不可計數的過去累積的業，[233]也只是像沒有水土而不能發芽的種子一樣，由於缺乏助緣，業也不能發出苦芽；而如果有煩惱，則即使沒有過去累積的舊業，也會立刻累積新的業而承受後蘊。因此《釋量論》說：

超越生死貪愛者
其業不能引他世
因為助緣已消盡

又說：

……若仍有貪愛
則將再次發生故¹⁹⁷

因此，對治煩惱極其關鍵，而這又有賴於認知煩惱，因此應當熟知煩惱。這裡有四點：

- 子一、明確何為煩惱
- 子二、煩惱發生的過程
- 子三、煩惱的原因
- 子四、煩惱的弊害

〔子一〕

明確何為煩惱

首先我們來看一下什麼是煩惱的總特徵，《集論》中說：「任何發起時帶有極不安寧性，一旦發起就能使心相續成爲極其不安寧的狀態就是煩惱的特徵(定義)。」因此凡一發生就使心相續變得極不安寧的就是煩惱。

其次，各別的特徵可以總結爲十種煩惱：

一、貪欲，就是由於心攀緣內外各種可意舒適的對象而發生貪戀不捨的心態。比喻就像是油浸到布上很難除掉一樣，這種(煩惱)也是在貪的對象上耽著蔓延，很難與其分離。

二、瞋恨，就是在帶來痛苦的有情、痛苦[本身]及或[所施加的外物]如刀杖、木刺等等對象上產生憤怒、粗暴之心，產生要損害那些的心。

三、傲慢，基於薩迦耶見，在內在或外在的比自己高或低、優或劣的對象上產生高舉之心，作出高傲的態度。[234]

四、無明，即對於四聖諦、業果以及三寶的本質心不明了，是無知煩惱染污。

五、疑惑，即在上述聖諦等三種對象上產生「會有嗎？會是嗎？」等[疑惑]想法。

六、薩迦耶見(壞聚見)，即在所承受的五蘊上發生「是我」和「是我的」這種「我」和「我所」之見的染污智慧。這裡「壞」指的是無常，「聚(蘊)」指的是眾多，也就是說，所見之事只是無常與多法(合成)，並沒有一個常久不變、獨立自存的有情，爲開示這一深意而立名爲「對壞聚之見」。¹⁹⁸

七、執極端見(邊執見)：即將薩迦耶見所取之我或執爲恒常不變或執爲此後沒有繼續結成生命即斷滅的[執這兩種極端的]染污智慧。

八、見執(見取)：即對薩迦耶見、執極端見或錯誤知見三者任一，以及它們基以發生的見者自身的五蘊，執爲最高見地的染污智慧。

九、戒禁執(戒禁取)：即觀待某種[標榜]斷除邪惡戒規的戒律，某種對服飾、規範、身體、語言等方面的禁忌和限制，以及這些所依憑發起的五蘊，堅持(信奉)以爲由這些就能淨化罪惡、解脫煩惱、脫離生死輪迴等的染污智慧。

十、錯誤知見(邪見)，即(1)說「沒有前世或後世、沒有業果」的否認，或(2)堅持認爲大自在天和勝性等是一切眾生的起因的染污智慧。

以上十種煩惱是根據《集論》、《瑜伽師地論》以及《釋五蘊論》中所說而講。

(子二)

煩惱發生的過程

[235]

按照認爲薩迦耶見與無明二者不同的觀點，則其喻例是：盤繩在光線不好的情況下，見到的人不清楚它實際是盤繩而發生認爲是蛇的錯覺。此例說明：由於障礙認識五蘊實際情況的無明黑暗而在五蘊上產生「我」的錯覺，從此進一步發生其他煩惱。

按照認爲薩迦耶見與無明本質上是一個的觀點，則薩迦耶見就是一切煩惱的根本。因爲薩迦耶見執著「我」，由此有了自他不同的分判，由如此分判就產生對自己這一邊發生

貪著、對他人一邊發生厭惡，更在自身上發生傲慢，執著「我」的恒常或斷滅，產生我見等以及與此相關的將惡行認作最崇高的事等的執著。因而就會對宣說無我的大師(佛陀)及其所開示的業果、四聖諦和三寶等產生「這些根本都不存在」等的錯誤知見，或者「這些到底有還是沒有、是還是不是」的疑惑。如《釋量論》中說：

有我而知他
執著我方而瞋恨他方
從與此相關連處
產生一切種過失

(子三)
煩惱產生的原因

產生煩惱的原因在於六個方面：

一、所依：就是煩惱的潛伏習氣¹⁹⁹。

二、對境(所緣)：就是能夠引起煩惱發生的外境的出現。

三、混聚：就是與非正士的惡友交往習學。

四、言教：即聽聞邪法說教。

五、串習：即助長舊有的煩惱力。

六、[非理]作意：就是虛妄添加可意或不可意的特性，以及把無常執著為常等等非理作意。²⁰⁰ [236]

(子四)
煩惱的弊害

煩惱發生後，首先使心惱亂，在對境上發生顛倒執著，加固潛伏習氣；同類煩惱不斷，損害自、他及雙方，導致今生及後世中的罪惡，遭受痛苦和意不安樂、導致生[老病死]等痛苦，遠離能脫憂苦的涅槃，退失善法，退失受用，進入大眾中時感到畏怯不安，沒有歡喜和無畏，不好的名聲到處流傳，遭大師、護法等聖者呵責；死亡時心懷憂悔而墮入惡趣之中，不能獲得自身的利益。正如《經莊嚴論》中所說：

諸煩惱毀壞自身、毀壞有情、毀壞戒律
[受用]退失而怯弱並被護法和大師呵責
被質疑而有惡名，他世投生無暇處
退失已得未得[的功德]而心得大憂苦

《入行論》中也說：

厭恨貪愛等怨敵
不見有手足等
既非勇猛也非賢智
它們卻使我成為奴僕
如同住於我心中

恣情損害我
 我不恨而反安忍
 此忍非理應呵責

即使一切天與非天
 同時與我為仇敵
 他們卻不能將我
 投入無間獄火之中
 而強力煩惱敵
 觸之即使須彌山王 [237]
 亦成齋粉何況人身
 剎那將我投於其中

我之煩惱怨敵
 長時無始亦無終
 其他任何[世間]仇敵
 不能如此持久

若服侍其他
 都會報與利樂
 若服侍諸煩惱
 之後反做苦害

應按這些經論所說認識煩惱的弊害。

阿蘭若大師曾說：「斷除煩惱，有賴於認識煩惱的弊害、特徵、對治及其發生的原因。認識到煩惱的弊害後就應見煩惱為過失，視煩惱為仇敵；如果不知道煩惱的弊害，則不能理解只有煩惱才是唯一的敵人。因此應當按照《經莊嚴論》、《入行論》中所講而思維。」又說：「要想充分認識煩惱的特徵，就要聽聞對法藏，最起碼也要聽聞《釋五蘊論》，平時由熟悉根本煩惱以及隨煩惱，當貪愛嫌憎等在心中剛一萌生時，立即能辨認出『這就是它！它出現了！』這樣與煩惱鬥爭才行。」應當這樣理解。

〔癸二〕

煩惱如何導致業的累計

子一、明確煩惱所累計的業

子二、如何累計的過程

〔子一〕

明確煩惱所累計的業

有兩種：一、思業，二、思所起業

一、思業。《集論》中說：「什麼是思？就是心造做的意業，心運作於善、惡、中性的意圖。」就是自相應的心在對境上轉動的心所意業。

二、思所起業。就是以此意圖為動機而發起的身體或語言上的行為。[238]如《俱舍論》中說：

業即心思及其所發起
其中心思亦即是意業
其所發起即是身語業

身體和語言上的業行又分爲能夠表現的(有表)與非能表現的(無表)兩種。毗婆沙論師認爲[此二]只能是有色，世親阿闍黎對此作出反駁，並認爲由身體語言所表現出來的行爲必須同時有共同作用的心思，所以他說後二種業也屬於思的範疇。²⁰¹

[【提問】那麼我們這裡在講集諦時所指的業是哪一類呢？【答案】]

總而言之業有善、惡、非善非惡三種，我們這裡講的是前兩種；善業中又分有漏和無漏兩種，我們這裡講的是前者；有漏善業中又分爲在聖者心相續所有的和凡夫心相續中所有的兩種，這裡講的是後者。

[在此基礎上進一步明確福業、非福業和不動業三種劃分]

在以上[所劃定的範圍]之中，惡業就是非福業；福業就是欲界所包括的[有漏]善業；不動業就是色界和無色界所包括的有漏善業。如《俱舍論》中所說：

福業即欲界善業
不動上界所出生

爲什麼叫做不動業呢？在欲界中一些比如說本來應該在轉生於[欲界]天身時成熟的業果也可能會在轉生爲人或畜生身時成熟，業的結果動搖不定，與此相反，在上界中應在某一層次成熟的業果決不會在另一層次成熟，所以叫做不動業。《俱舍論》中說：

因爲所有業[果][只在]
那些層次中成熟不動搖

(子二)
業如何累計的過程

[僅累積善、不善業與累積導致輪迴生死的引發業二者情況不同]

一般而言，在聖者那裡雖然也有善業的發生和累積，甚至在預流和一來位時都還會造作不善業，但聖者不會再有導致善惡趣輪迴生死的引發業的造作。正如《中觀根本論》中說：[239]

生死的根本是[心]造做
因此智者[心]不造做
而無智者是造做者
因此非智見真如性

以及阿闍黎世親所說：

若見聖諦則無能引[業]
[若離貪愛則無再生死]

因此只要是自身還在人我執的控制之下，就會不斷累積能引發[生死]的業。而經過親證無我真性之後，雖然仍可能由[過去的]煩惱與業生於輪迴生死之中，但不再重新造作引發業；正如力氣大的人降服了力氣小的人那樣。如《瑜伽師地論》所講「預流和一來位的修行者也不容我執而能將其斷除」。所以「累積引發輪迴生死之業者」就是在達到大乘加行道世第一法上上品位之前的一切凡夫。

如此，在煩惱污染的無明或薩伽耶見的勢力下[不能自主地]由[身語意]三門造作殺生等惡業就是累積非福業；如果造做布施、持戒等欲界範圍之內的善行呢，就是累積福業；如果修習禪定與無色界各層次所包括的寂止等，就是在累積不動業。

【若問】認識到一切生死輪迴中的圓滿的弊害之後以希求解脫為目的而發起修習的諸多善行，以及與正確分析無我真義的智慧所相符合的善思維業等，是否仍應算作集諦生死的因呢？

【回答】就一般而言，資糧道、加行道行者的確仍造做庸常的能引業，但由上述動機所發起以及與觀察無我智慧相應的那些善業是屬於對治貪愛後有的範疇，[240]與輪迴的根本即我執及所緣行相相違，因此並非真正的庸常集諦能引業。然而因為與導致生死後有的集諦近似，所以仍然劃入集諦的範疇。如《攝抉擇分》中所說：「【若問】那些破壞和背向世間法所生的貪愛，能發生出世間道的[善業]為什麼仍歸入集諦之中呢？【回答】應知雖然這些(善業)是[解脫之因以及輪迴的對治，所以]從本性上的確是背向生死後有的善法，但因仍是引發後世善趣之因的身體、語言以及意識方面的善業力行，[與有漏善業之因]近似，所以仍應歸入集諦(因)的範疇。」

由認真思維輪迴的弊端[及其根本]而發生決定從那裡出離的思想，由這種思想所發起的善業能發生出世間道，依經論所說是與集諦因有相近似的作用。因此，我們應當努力於發起這種[出離]思想以及無我智慧。否則，既未能由多種途徑分析修習輪迴生死的弊害而獲得能破對輪迴生死圓滿的貪愛的對治、又未能以思擇慧正確分析無我真實義、又缺乏串習二種菩提心，則除了極少數能依靠福田之力以外的一切其他善行，都不過是庸常集諦，導致眾生流轉生死輪迴而已。

業的累計又分為以下兩種情況：

- 一、為求樂的感受而累積業
- 二、為求平等感受而累積業 [241]

第一當中又有兩類：(一)為求從形、聲等感官享受中產生的樂而累積的業；(二)由制止視外物為樂的貪著中，希求三摩地所生安樂感受而累積的業。前者中有兩種情況：

1. 如果以未死以前今生的欲望享樂為主要目的則累積非福業
2. 如果以希求後世安樂欲望為主要目的則累積福業

後者中

1. 如果觀待三摩地覺受的安樂為主，就會累積從三禪以下初禪以上所生的不動業；
2. 如果不僅制止對欲望的貪著，而且厭棄樂的感受而希求平等感受，這時造做的業就是累積四禪以上直到三有極頂中間的所有不動業。

以上是世親阿闍黎的意趣。因此按照這一道理，制止一切輪迴三有之中的貪著，為求解脫的緣故[身語意]三門造做善行，就能漸漸遠離輪迴而愈來愈接近解脫。

(癸三)

死亡時心識遷轉和再次結成生命的過程

- 子一、導致死亡的因素
- 子二、死亡時心的狀態
- 子三、煖從何處開始收攝
- 子四、死後中有發生情況
- 子五、從中有到生有受生的情況

(子一)

導致死亡的因素

一、壽命耗盡而死。即由過去業力所引發的壽命徹底完結而死亡，也就是說到了死的時間而死亡。

二、福德耗盡而死。比如說由於沒有資生物而致死亡。

三、未能避免危險而死。經中說在壽命尚未窮盡時有九種致死因素(若不避免就可能喪生)：

1. 飲食不適度
2. 吃了不適宜的食物
3. 食物未消化時再度飲食 [242]
4. 不排出不能消化的食物
5. 已消化的食物積滯腹中
6. 不近醫藥
7. 不能辨知熟悉與不熟悉的活動
8. 非時而往(事故死亡)
9. 行非梵行²⁰²

(子二)

死亡時心的狀態

一、具有善心的死亡。即[臨死時]直到尚有粗略念想時，或自己憶念或他人使之憶念信等善法。雖然曾做各種善惡行爲，但如果這時或由自己憶念或者他人使之憶念那些過去曾做多次、特別熟悉的事，則對這些事的憶念就會變得非常有力，使心只向這一方向流散，而忘記其他的事；如果[善惡]二者習慣勢力均等，則先憶念哪一個，心就不會捨離那個對象，也不再發起其他念想。做善事的人死時[會感到自己]好像是從黑暗的地方走向光明的地方，如在夢中一般，沒有不可意只有各種可意的形相出現，安祥地死去，臨死時身體沒有任何強烈的痛苦感覺；做善業的人死時解支節苦的程度也很輕。

二、具有不善心的死亡。即[臨死時]直到尚有粗略念想時，或自己憶念或他人使之憶念，追憶貪等不善法。臨死時身體會感受劇烈痛苦。做惡業者死時，就有過去所造惡業之果的先兆，如在夢中，出現各種凶怪不可意形相之後，好像是往黑暗之處走去。[243]曾做極大惡業的人死時因見到那些可怕的形相，體內極其痛苦，外表則有身毛倒豎、手腳亂動、大小便失禁、手向空中亂抓、眼珠上翻、口出白沫等表現。如果是曾造中等惡業的人，這時只會出現上述所說部分情況，有一些則不一定出現，總之不完全。做惡者死時解支節苦極其劇烈。除了天和地獄有情之外，其他一切生命形式都有解支節發生。

總之一切生命死亡時，直到念想昏昧之前，因為一直都有對自我的貪著，在這種我貪力量控制下，[死時]就會以為自我從此以後將成虛無，於是對自己的身體產生極大貪戀，這就是形成中有的原因。在這一點上，預流和一來行者這時雖然仍有我貪出現，但因能以智慧觀察而斷除不受，就像是力氣大的人壓服力氣小的人那樣；證得不還的行者則不會再有我貪的出現。

三、具有非善非惡(無記)心的死亡。即或曾做善或曾做惡，或二者都沒有做，但這時自己未能憶念，也沒有他人使之憶念，在這種情況下死亡時則沒有苦也沒有樂。

具有善心而死指的是在尚有粗略念想的時候，到了微細念想的階段，就會離開善心而進入非善非惡的狀態，這時不能再追憶那些過去熟悉的事，即使別人也不能使之憶念；不善心的情況也是一樣。總之到了微細念想階段的死心都是非善非惡的狀態。如《俱舍論釋》說：[244]「因為善或不善心都是明了狀態[的意識活動]，所以與斷性的死心不相順。」

(子三)

煖從何處開始收攝

造做惡業的人心識從上半身開始離開身體，因此上半身先開始變冷，直到從心間完全捨離。造做善業的人從身體下半部開始捨離，下半身先開始變冷。但總之二者心識都從心間最後離開。

在最初精血混合中，心識進入的地方就成為後來身體的心臟部位，而最後無論心識向何處投生也都是從該處最後捨離。因此身體的煖或先從上半身收攝到心間，或先從下半身收攝到心間，以下雖然沒有明說「然後從下半身或上半身收攝到心間」，但應推知如此。

(子四)

死後「中有」發生情況

如前所說不論意識向何處捨離，就向那個方向，如同秤桿失重立即變成一高一低那樣，沒有間斷地發生了死亡與中有形成之間的交替。[形成中有]基於兩種原因：

1. 對身體發生貪愛以及往昔[無始以來]愛執戲論所薰染
2. 善業或惡業任何一種

每一個中有都具備眼等器官，而且將投生哪一趣中，就具有那一趣生命的形狀；在未投生之前其視覺沒有阻礙，如同天眼；身體也可以穿行無礙如同具有神通。因此《俱舍論》中說：

[中有由於業力所引發]
身形如同將成本有形

本有即指[下生]死以前
 始於生有一剎那之後
 同類以及淨天眼能見
 身體具有神通速疾力
 器官具足能無礙穿行
 不能退轉以香氣爲食

這就是說，同類中有可以互相見到彼此，由修禪定所得無過失天眼者也能見到中有；即將投生某一趣的中有一旦形成就不能轉變成其他[趣的中有形式]，然而《集論》中則說仍可以轉變²⁰³。何爲「本有」呢？《俱舍論》中說共有四有：

1. 死後未投生之前爲中有
2. 投生的第一剎那爲生有
3. 從其第二剎那開始，直到最後一剎那的死有之前爲本有
4. 死時最後一剎那爲死有

因此應知[此處所謂本有之「本」]是對此後投生中的死有之「前」而說的²⁰⁴。[一些]對此迷惑不清的人認爲這裡說的是如同前一生的身體形狀，但因又見到[《俱舍》等論中]說如同後一生身體形狀，便意測以爲[中有的]前三又四分之一天呈現前生的形狀，後三又四分之一天呈現後生的形狀：這完全是沒有確鑿根據的增益之說。又有人因見到《瑜伽師地論》中所說「因爲意識不安住所以對前生身體不起欲望」，便認爲[中有]見到前生的身體時會產生憂苦。同樣是妄加不實之詞。

做惡業者的中有就像是黑氈衣或暗夜之色；做善業者的中有則呈現白衣或有月光的夜晚之色。能見到與自己同類的中有，而且也能見到自己即將投生的地方。《入胎經》中說：「地獄中有²⁰⁵色如枯木，旁生中有其色如煙，餓鬼中有其色如水，欲界人和天的中有如金色，色界中有爲白色。」這是中有在顏色上的差別。如果是從無色界死亡，轉生下二界中時則有中有，[246]而如果是從下二界轉生無色界時，則何時死即在那時形成無色界的身心，因而沒有中有階段。因各大權威論典中除此一處例外之外，並未說還有其他沒有中有的情況，所以那種認爲投生上下無間時都沒有中有階段的說法也是不合道理的。

經中又說天界中有向上行；人中有橫向而行；做惡業者的中有眼向下視、頭腳顛倒而行，後者意思似乎是指任何三惡趣中有的情況。《俱舍論釋》則說：「人、餓鬼和畜生中有如同三者各自行動方式而行走。」

中有的壽命呢，在沒有得到受生條件之前，最久能活七天，如果在七天內得到受生條件則沒有一定。七天後如果仍然沒有得到受生條件，則換一新的身體，在七七四十九天之內維持中有狀態。總之在四十九天之內一定要獲得受生的時機和條件，過此之後肯定不能再維持中有狀態。因爲任何權威論典中都未說中有會存在比這更長的時間，所以認爲有比這更長的說法都是不合理的。

比如[本來將投生於]天界的中有，七日死後，或繼續保持天界中有形式，或可能轉變成人的中有，因爲有其他業轉變了效力，中有種子隨之發生轉變的緣故。僅舉此例，其他中有轉變情況即可推知²⁰⁶。

(子五)

從中有到生有受生的情況

如果是胎生，則中有就能看到在即將投生的地方有與自己同類的有情，因為想與他們相會和遊戲，於是就想到那一個即將投生的地方去。由於會對父母的精血發生誤認，這時即使父母並未進行交合，也像是幻境一般見到父母正在交合，並起貪愛，如果將生為女，就想要使母方離開而貪愛父方想要與之發生交合；如果將生為男，則想要使父方離開，貪愛母方想要與之發生交合。[247]在這裡《瑜伽師地論》中說：「並未真實見到父母，而只是對精血發生錯亂而認為是父母正在交合。」產生這種欲望之後，就漸漸接近那個地方，漸漸不能看到男女其他部位，只能見到二者性器官，因而對此發生瞋恨，從此中有階段結束而在那裡結成生命。

當父母雙方的欲貪達到最強烈時，就要流出濃厚精血，於是雙方最後肯定各出一滴精血，在母親的子宮中混合，就像是牛乳煮沸後遇冷凝結，中有與此同時結束，在其結束同時，由於阿賴耶識的力量，從這團精血中相應地形成各種由微細大種組合的另一[身體的]根(器官)，這時意識依存在那裡的狀態就叫做結生。按照不承認阿賴耶識學派的觀點，則這時就是意識結生。

如果福德微少則投生低級種類中，死亡和投生時會聽到嘈雜惡劣的聲音，並見到自己如同正在進入蘆草或密林之中；做善業者則將投生高級種類中，這時會聽到細微美妙的聲音，並見到自己好像是在進入壯麗的房舍或無量廣大的宮殿之中。

此後，住在母胎中經過三十八個七天，身體手足等各部分漸漸發育完全，然後再過四天就將產出。《入胎經》中說：「九個月或以上的就是特別圓滿；[248]才足八個月的雖然也算是圓滿，但不到特別圓滿的程度；如果僅懷六或七個月的，就是不圓滿，會出現手足不全等殘疾。」具體情況應知在《入胎經》已經講得非常詳細。

如果不想去投生的地方，則不會前往，如果不去，就不會有投生的事，然而實際情況是：造作和累積了地獄之業的人，比如說屠羊、宰雞或販豬等違反律儀者的中有，投生時會發生夢境一般的幻覺，見到投生之處有羊等等，在平時習慣勢力的作用下，就會歡喜前往，等到了那個地方，就會對所見到的形狀產生瞋恨，於是中有結束、生有發生。與投生地獄程度基本相似的頸瘦餓鬼等投生的情況也大致如此²⁰⁷。而如果是投生為畜生、[普通]餓鬼、人、欲界天以及色界天，則那時就會先在投生的地方見到有與自己同類的有情，產生喜樂和欲求而前往那裡，然後對投生之處發生瞋恨，於是中有結束，生有發生。以上是《瑜伽師地論》中所說。雖未作販豬等違反律儀之事然而[因其他惡業]將投生地獄的情況與此相同。

按照《俱舍論》中所說：

其他欲求香、房舍

也就是說，濕生欲求香氣，化生欲求房舍住處等而前往受生。該論注釋中說：投生熱地獄的中有欲求溫暖、寒地獄的中有欲求清涼。《俱舍論釋》又說：卵生的有情與胎生情況相同。其他死亡後結生時沒有什麼特別例外的情況都是按照《本地分》中所講而解說。

藏文青海版第248頁，法尊法師漢譯本第一八一頁，《四家合注》第481頁起

〔辛二〕

由思維十二緣起而求解脫

這裡我們將分四個步驟來講：

- 壬一、分別解說緣起十二支分
- 壬二、緣起十二支歸納說明
- 壬三、緣起十二支經過幾世完成
- 壬四、通盤總結

〔壬一〕

分別解說緣起十二支分

緣起十二支中第一支「無明」

【本質】

(一)對無明本質的共同見解

如《俱舍論》中說：

「無明」如說「非親」或「謊」等

比如當我們說「不親睦者(仇敵)」或「謊言」時，並非否定有「親睦」和「實話」，也不是指「親睦」、「實話」以外的其他的事，而是指與「親睦」和「實話」相反的對立面。同樣，「無明」也並非指沒有作為對治方的「明(知)」或「明」以外的其他事，而是指與「明」相反的對立面。²⁰⁸

(二)以薩伽耶見為無明的觀點

這裡，法稱大阿闍黎認為：因為能對治的「明」就是了知正確的人無我義，所以它的對立面就是執著人我的薩伽耶見；

(三)「無明只是與能知相反的狀態」的觀點

阿闍黎無著兄弟則認為，在(1)「對真實義顛倒執著」與(2)「只是對真實義蒙昧無知」二者中，無明應是後者。簡而言之也就是說，在倒知(錯誤認知)與無知(缺乏認知)二種心態中，無明是一種無知的心態。

但二系在認為無明的首要反方對治就是通達無我的智慧這一點上觀點是一致的。²⁰⁹

【分類】

如果對蒙昧無知作劃分的話，則如《集論》中所說分為兩種：

1. 對業果蒙昧無知
2. 對真實義的蒙昧無知

其中前者使我們造作累積惡趣的行(業)，而後者使我們造作累積善趣的行(業)。

第二支「行」

【本質】

「行」就是業。

【分類】

分為引發惡趣的非福業和引發善趣的業，後者又分兩種：引發欲界善趣的福業和引發上二界善趣的不動業。

第三支「識」

【本質】

雖然經中說「六種識」，[250]但這裡說的是首要者。如果按照主張有阿賴耶識一系的觀點，則作為第三支的「識」就是阿賴耶識；按照不主張有阿賴耶識一系的觀點，這個識就是意識。²¹⁰

【分類】

由於對從惡業中必然產生苦苦之果的道理蒙昧無知，就會造作和累積惡業，在熏染這種業的習氣的時候的識就是起因階段的識；由此而導致的未來在惡趣之中結成生命時的識就是結果階段的識。同樣，由於對無我真實義蒙昧無知，就不知道善趣實質上也是苦而執著為樂，因而累積福業和不動業，這時的識就是起因階段的識；由此而在欲界善趣和上二界善趣結成生命時的識就是結果階段的識。

第四支「名色」

其中「名」就是受、想、行、識這四種無色蘊；「色」²¹¹，如果是在無色界受生時，則只有色的潛伏狀態²¹²而沒有實際的色；如果在其他地方受生，則在各階段相應有羯羅藍等不同形態。²¹³

第五支「六處」

如果是胎生的話，最初心識所住的精血形成的羯羅藍，隨著「名」一同發育增長，而逐漸形成眼等四「處」²¹⁴，「身處」與「意處」則在羯羅藍位時已經具有。如果是化生的話，結生時所有身體和意識器官同時形成，不分前後次第。如果是卵生或濕生的話，則除了住胎以外其他情況都與胎生相同。這是按照《本地分》中所說而講。

[【若問】名色與六處有何不同？【回答】]名色形成後獲得身體的本質，六處形成後則構成了身體的各個不同成分，成為能經驗和感受者。[251]

[【若問】六處在無色界有情那裡是怎樣一種情況？【回答】]如果投生到無色界則沒有[六處中的]五種「有色處」²¹⁵。

第六支「觸」

「觸」就是由「境(識的對象)」、「根」和「識」三者的會合而在對象上作出可意、不可意或中性三種區別。經中雖僅說「六處緣觸(觸是由於六處)」²¹⁶，但兼指對象和識。

第七支「受(感覺\經驗)」

「受」就是與「觸」分辨三種對象相應，樂、苦和中等(中性)三種感覺\經驗的發生。

第八支「貪愛(渴欲)」

【本質】

「貪愛」就是渴求與樂的感覺\經驗不分離、而與苦的感覺\經驗分離。

【釋疑】

【疑問】經中說：「受緣愛(貪愛是由於感覺\經驗而生)」，[那麼，只要有感覺\經驗就一定有貪愛嗎?]【回答】[說「受緣愛」]指的是由於有無明伴隨觸緣所生受，在此之上才會產生貪愛。而如果沒有無明，則雖然仍有受，卻不會發生貪愛。

[【疑問】觸與受為什麼要分為兩支?【回答】]「觸」是對於境(對象)的感受，而「受」是感受轉生或[業的]異熟，這兩者都完全後，[一個有情一生的]受用經驗就完全。

【分類】

三界分別有三種貪愛。

第九支「取(執著\承受)」

【本質】

即在四種對象上發生的欲求和貪著：

【分類】

1. 在色(形狀\顏色)和聲音等欲境上發生的欲求和執取
2. 在除薩伽耶見之外其他惡見上發生的欲求和執取
3. 在與惡見相應而來的戒律、禁忌等上發生的欲求和執取
4. 在薩伽耶見上發生的欲求和執取

以上即所謂「四種取」：欲取、見取、戒禁取和我語取。²¹⁷

第十支「有」

【本質】

「有」就是由過去的「行」在意識中熏染業的習氣，再由「貪愛」和「取」加以滋養催化而形成的引發再次生死的勢力。

【釋名】

在因上假立果的名字，因此叫做「有」。

第十一支「生」

即心識在[胎卵濕化]四種生命形式中最初結成生命。

第十二支「老死」²¹⁸

「老」就是蘊(一期身心聚合體)的成熟和轉變；「死」就是[心識]捨離一個蘊的同分²¹⁹。

(壬二)
緣起十二支怎樣歸納說明

[252]

- 一、歸納為四支
- 二、歸納為三道
- 三、歸納為四因

一、歸納為四支

正如《集論》中說：「若問：何為十二支略攝？即(十二緣起可以歸納為)能引發支、所引發支、能促成支、所促成支四個分支。所謂能引發支即無明、行、識；所引發支即名色、六處、觸、受；能促成支即愛、取、有；所促成支即生、老死。」

【質疑】引發、促成二重因果²²⁰是在顯示一個有情一回受生的因果還是兩回受生的因果？如果按照前者，則說「結果階段的識」直到「受」等的形成後，隨之發生「貪愛」就不合理；如果按照後者，則後重因果缺少無明、行、起因階段的識，前重因果缺少貪愛、取、有。【回答】沒有過失。為什麼呢？因為能引發的因(無明、行、識)所引發的事(從名色到受)就是能促成的因(愛、取、有)所促成的事(生、老死)，所引發的事成立後，其本身就建立了生、老死。

【提問】那麼為什麼要分成兩重因果來講呢？【回答】(目的有三)

(一)為使我們能夠分別認識有兩種果苦諦

「被引發的果苦諦」與「被促成的果苦諦」二者性質有所不同，前者(名色等)在被引發時，處於潛伏狀態，自身尚未形成，是未來將要受的苦；後者(生、老死)是這種苦的已經形成，是此生正在承受的苦。

(二)為使我們能夠明確有兩種不同性質的導致苦果的因

導致果報受生的因有兩種：能引發的因與使所引發者進一步形成的因，因此開示兩重因果。[253]

正如《本地分》中說：「既然從識等直到受之間的發展與生、老死的過程有混同性，為什麼要把它們分成兩重來說呢？回答是：這是為了說明：一、[結果方面]苦的實質有所不同；二、[原因方面]能引發與能促成有所區別。」又說「【若問】十二支中幾支可以歸結為苦諦而且是今生現在所受之苦？【答案】有兩支即生、老死。【若問】幾支可以歸結為苦諦但卻是未來生中將受之苦？【答案】[有五支]即從識到受這些[在引發時]成為潛伏狀態者。」

(三)為清除在區別「貪愛」和「受」時可能存在的疑惑

為什麼在促成支的貪愛及能生貪愛的受之間劃分為二呢？【回答】因為二者並非在一回緣起之中，能生貪愛的受是在另外一回緣起[苦]的結果階段。

應由四個方面來認識能引發和所引發：

1. 被引發的是什麼呢？就是從結果階段的識到受，共有四支半；

2. 是由什麼引發的呢？就是由於無明而起的行(心造做)；
3. 怎樣引發的呢？就是以在起因位識上熏染業的習氣這樣一種方式[來引發]；
4. 什麼叫做「引發」？這就是說，只要有了能促成的貪愛等[條件]，就隨時能導致那些結果(生、老死)。

應由三個方面來認識能促成和所促成：

1. 是什麼在促成呢？即由貪愛而起的執取；
2. 促成了什麼呢？就是生和老死；
3. 如何促成的呢？就是以行(心造做)在意識上熏染的業習氣而使其強有力這樣一種方式[來促成]。

[世親菩薩在其]《緣起經釋》中只把「生」這一支算作是所促成的事，而把「老死」解釋為隨「生」而來的弊端。[254]

因此，由對業果愚昧無知的無明所發起惡行在意識中建立了惡業習氣，導致三惡趣果時從識[投生]直到受的形成之間過程的隨時可能性，再由貪愛與執取反復滋養催化，使業的習氣勢力愈來愈強之後，於是就會形成未來投入惡趣的生、老死等；同樣，由對無我真實義愚昧無知的無明，發起屬於欲界範圍內的戒律等福德行，以及屬於[色、無色]上二界範圍內的修習寂止等不動行，在意識中建立了善業習氣，導致能轉生欲界善趣或上二界天果時從識[投生]直到受的形成之間過程的隨時可能性，再由貪愛與執取反復滋養催化，使業的習氣勢力愈來愈強之後，於是就會形成未來轉生善趣的生、老死等。

(二)歸納為三道

十二支緣起還可以歸納為煩惱、業、苦三道。正如龍樹阿闍黎所說：

第一、八、九是煩惱 第二與第十是業
其餘七支都是苦

(三)歸納為四因

《稻稈經》中將緣起十二支歸納為四因來說明：

1. 無明如播種者
2. 在業田中播種心識種子
3. 用貪愛之水滋潤
4. 於是在母胎中發生名色之芽

(壬三)

緣起十二支經過幾世完成

在能引發與所引發之間既有可能存在無數劫的間隔，也有不經他世間斷而[緊接著]在第二生(下世)完成的情況。能促成與所促成之間可以沒有間隔，最快在兩生中完成。[255] 比如說，某人今生新累積了投生天界中的下生領受業，則他在這一世完成了無明、行、因位識共二支半，到臨終以前完成愛、取、有三支；在下生中則將完成所引發的四支半(果

位識、名色、六處、觸、受)以及所促成的兩支(生、老死)。不論[能引發與所引發之間]間隔多久，[十二緣起]都不會多於三生，也就是說能促成(愛、取、有)與二種所促成(生、老死)以及三種能引發(無明、行、起因階段的識)各自需要一生，因為

1. 那些所引發支包括在所促成支中
2. 能引發支與能促成支之間雖然有多世間隔，然而[這些間隔]都屬於其他緣起生世，不能算入同回一緣起中

以上都不另外計入中有階段的壽命。

十二緣起的啟示

這就是在向我們顯示，即使是在結果階段的各支形成的時候，也沒有真實的造業者和嘗受結果者的所謂補特伽羅(人)我，而是如同前面所說，不過是從[生死]法的因支中，產生種種[生死]法的果支而已。然而因為我們沒有認識這種生死輪迴的道理，對此愚昧無知而執著有我。因為想要「我」的安樂就會發起造作[身語意]三門善業或惡業，因一再流轉生死輪迴。在三種煩惱(無明、貪愛、執取)驅使下造作二業(行、有)，從此產生七苦(識、名色、六處、觸、受、生、老死)；在這七苦之上又會再次發生煩惱，從煩惱又開始重復前面的過程，於是生死輪迴流轉不止。因此龍樹阿闍黎說：

從三[惑]中起二[業]
從二[業]中生七[苦]
七[苦]上再生三[惑]
生死輪迴轉不息

按照上述所講思維自身在輪迴中漂轉的現狀，就是策發厭離心的最佳方法。我們從無量劫以來累積了善與惡的能引發業，這些業的結果既未完結成熟，也沒有經過對治而被消滅，而且現在仍然在貪愛、執取的滋養催化中，因此必然在善惡趣中流轉生死；而那些已證得阿羅漢果位者，雖然在凡夫位時也曾累積了無數能引發業，但正是因為沒有了煩惱而從輪迴生死中解脫：對這一道理我們若能得到確定不移的認識，就能視煩惱為仇敵而能在斷除煩惱上發起精進。

對此，大善知識普窮瓦曾經專門以緣起十二支來修心，並以思維緣起的流轉、還滅為主幹寫作了道次第，其宗旨即：

- 一、以思維惡趣十二支的流轉、還滅為下士道法類；
- 二、以思維二種善趣十二支的流轉、還滅為中士道法類；

三、用自身經驗來推及曾經作過我們的母親的一切有情，也同樣在緣起十二支的過程中漂流生死，因而發生慈心和大悲，為了他們的利樂而培養成佛之願心，修習此道即為上士道法類。

(壬四) 通盤總結

在明確認識前面所說，由於集諦業與煩惱的驅使而構成輪迴苦蘊、特別是在思維緣起十二支過程流轉生死輪迴道理的基礎上，對此努力修習，就是能夠消滅一切衰敗的根本--

極強有力的愚痴黑暗，以及徹底清除那些執著內外業行是從無因中產生或從不相應因中產生的錯誤知見、增長佛語寶藏最為珍貴的財富、由如實明了輪迴性質發起強烈厭離思想而以解脫道策勵自心，以及喚醒過去曾經如是修習的證悟聖位的微妙習氣的最上方法。

[257]正如《妙臂請問經》中所說：

對愚痴以緣起道[引導]

以及《稻稈經》中所說：「能夠明確理解緣起，就能防止一切相對於始初、最後以及當前的惡見的發生。」龍樹阿闍黎說：

此緣起理極深奧
佛語寶藏中珍寶

《毗奈耶》中也曾記載如來雙勝²²¹的事跡：說他們時常遊觀五趣，周遊之後回到南瞻部洲，對四眾弟子講說五趣中的種種苦厄情形。如果共住或近住弟子中有一些不願修習梵行的，就把他們送到雙勝那裡進行教導。二人依照囑咐教導那些弟子，以[輪迴生死之苦的]教導使他們喜悅梵行並且能在證悟之上有很大進步。世尊見此，使阿難陀發問，請教其中各種原因之後(世尊)教示說：「如果以後大家不能全都像雙勝那樣做時，則應當在住房的門上繪畫生死輪迴圖，作一圓周分為五個部分[一一描繪五趣情形]，最外一周繪十二緣起[順逆]流轉、還滅的情形。」因此從那以後就有了繪畫生死輪迴圖的傳統。

又有記載[影勝王]寄贈佛像給仙道王時，同時在佛像下面繪上十二緣起順逆次第。仙道王接到後端身正坐，面對[此圖]而作憶念，到了天將破曉時，因領悟了緣起的流轉、還滅兩個過程而證得聖果。

(己二)

判斷是否已具備這種思想的標準

當我們由苦、集二諦和十二緣起仔細認識了輪迴的性質之後，[258]有了願擯棄和寂滅生死輪迴的想法時，固然已經算是產生了決定出離之心，但僅此仍然是不夠的，正如[月稱菩薩在其]《六十正理論釋》所說：「我們現在正住在三地無常熾燃大火之中，就像是誤入著火的房屋中一樣，應當發起立即從此出離的欲求。」又如前面講過的：

如同囚犯偶然獲得一次
從牢獄中出逃的機會.....

就像是不願被困在火宅或被囚禁在牢獄中的人一樣，我們不僅應當有想要從[生死]中解脫出來的心，而且還應當不斷使這種思想得以加強。

關於發生這種思想的標準，正如霞惹瓦大師所說：「對此如果僅有挂在口頭上的膚淺認識，就像是在薄酒上灑一點糝粬那樣，則厭棄輪迴集諦的認識也就不過如此，因此對於斷除苦集的寂滅解脫的希求也就不過如此，於是修習解脫正道的願望僅僅停留在口頭上、毫無發起不忍一切其他有情漂流生死之苦的大悲的基礎、毫無策勵真實無偽的無上菩提心的能力、所謂大乘行人不過是有名無實而已，因此在這時必須以[策發]中士道[共通思想]為教授中心而修習。」

(己三)

清除此處存在的錯誤認識

【疑誤】這裡有人不禁會產生疑惑：如果修習徹底厭離輪迴的思想，就會像聲聞乘人那樣因厭倦輪迴而落入寂滅的極端，因此修習厭離僅適合小乘行人，菩薩不應如此修習。[259]比如《不可思議秘密經》中說：「菩提薩埵因擔負圓滿成熟一切有情的大願，將輪迴生死視為極其有利益的事，而不是將涅槃視為利益。」又說：「如果一名菩薩對於生死有畏懼的思想，那麼他就落入了不良的思想境界中。」又說：「世尊，聲聞乘人畏懼生死輪迴的境界，反之菩薩卻應當承受無量生死輪迴。」

【答覆】這是顛倒理解經意的極大錯誤。為什麼呢？因為經中所說「不應厭倦生死輪迴」的真意，並非是說不應對業與煩惱驅使之下流轉生死中的生、老、病、死等苦發生厭離，而是說：菩薩為了有情的利樂，直到輪迴窮盡之間，應披著[誓願]鎧甲，修習菩薩大行，這時即使一切有情之苦集合一處、剎那剎那地降臨到自身之上，也全無一絲畏懼心理，反之能對一切廣行發起勇猛精進，所以才說「不應厭倦生死」。正如月稱阿闍黎所說：「即使一切有情的痛苦同時降臨、直到輪迴盡頭、每分每秒、以各種不同形式損害身心，也都全無畏懼，能在一切有情痛苦同時降臨的情況下，直到輪迴窮盡之間保持勇猛精進，在剎那剎那中都能出生遍知種種眾生的一切智廣大財富資糧。如果能認識到這一原因，則反復承受百千生死也是應當的。」為了證明這一說法的權威性，特別引用了上述經典。

[260]

視生死為利益的原因，如上面所引用的同一部經中說：「菩薩致力於有情的利樂時，越精進就越感到快樂。」因此「不應厭倦生死」的含義是說不厭倦於利樂有情，反之深感快樂。

因此，被業與煩惱驅使飽受流轉生死輪迴之苦逼迫[的我們]，這時如果連謀求自身利益的能力都沒有的話，怎麼能談得上利益他人？因為[貪著輪迴生死中虛假的安樂]是一切衰敗的大門，所以[願修大乘者]應當發起比小乘行人更加強烈的斷除[生死]的厭離思想才是。而這種思想與「應在大願、大悲驅動之下不捨生死、不生厭倦」的思想不能混為一談。如果不作這樣的區別而說上面那種話，則講這種話的人，如果他有菩薩戒的話，按照《菩薩地》的解釋，就等於犯了一個被煩惱染污的惡作，因為恐怕文字太繁，這裡就不一一引述了。

因此既能認識到一切生死輪迴的過患而深刻發起出離的思想，又能在大悲的引發下不捨生死的人才算是難得稀有者。反之，那種將生死中的圓滿視為美妙的天宮一樣，貪欲之心絲毫不見減少，卻以利益他人為借口說什麼「我們不捨生死」，對這種[極端錯誤思想]，智者怎能容忍？！

[清辨論師在其]《中觀心論》中也說：

因見過失故不在生死
因具大悲故不住涅槃
為成他利而具備禁行
縱然生死之中能安住

此外《菩薩地》中講到對一切有情發生大悲心的正因時說：認識到諸如一百一十種苦等等[輪迴中的]一切苦厄，心不能忍，而且必須生起長時、強烈。若說對生死輪迴連一絲厭離都沒有，顯然是極其悖謬的。[261]

首先對輪迴生死發起真實出離心，進一步認識到一切有情都是自己的至親，為他們的利樂而入生死之海的道次第，也是《四百論》中所開示的菩提薩埵瑜伽行的意趣。月稱大阿闍黎在對此論所作注釋中即明確指出：「為使那些聽講輪迴弊害之後，心生怖畏而希求解脫的人，能進一步發起修習大乘的思想，佛薄伽梵說：『比丘們，若說在恆久流轉生死輪迴的有情中，有從來沒有作過[自己的]父、母、子女或親屬中任何一種的人，則這樣的人在一切有情中根本無法找到。』於是菩薩在理解了佛薄伽梵的教示後，為能以大乘道筏，救度一切在無始生死之中，曾作自己父母等親屬的、顛沛流離、無依無靠的有情，跳入[輪迴]而能安忍。」

這種道理，對修習無上密咒乘的人也同樣是必須的。如[提婆菩薩]在《攝行燈論》中所說：「應當依照這一次第進入修習徹底遠離戲論之行。這一次第是什麼呢？即修行者唯有首先憶念無始以來生死輪迴之中的苦厄，才能發起對涅槃[遠離憂苦]之樂的追求，所以應當徹底擯棄一切世間的喧鬧放逸，即使對王權自在等事也應當修習認知為苦。」

*** **

〔附錄〕十二支緣起經過幾世完成

資料來源：仁達瓦著〈龍樹菩薩《親友書》注釋〉(藏文115-118頁)

一、三世緣起圖解

甲世	無明	能引發支
	行	
	因位識	
乙世	果位識	所引發支
	名色	
	處	
	觸	
	受	能促成支
	愛	
	取	
丙世	有	所促成支
	生	
	老死	

【說明】

1. 第三支識分為因果兩個部分，其中因識指無明、行在心識中熏染業的習氣時的階段，果識指心識投生到新的生命開示時的剎那。
2. 所引發支與能促成支雖然在同一生世中發生，但前者是過去某世無明、行的異熟果，同時又是能促成支貪欲、取、有的發生的條件。
3. 甲世與乙世之間既可以沒有間斷，也可能間隔無數生世：因為業的習氣可以潛伏很長時間；乙世與丙世之間則沒有間斷：因為貪欲、取、有的直接催化和促成作用。

二、仁達瓦·童慧〈龍樹菩薩《親友書》注釋：解文明意〉中「關於十二支緣起經過幾世完成」一段的節譯

【若問】[一回]十二支緣起經過幾時完成？【回答】不超過三世。其中無明、行、識三支在過去某一世中完成，因為它們是生的引發；從名色到受則在中間世完成，因為它們是異熟的性質；愛、取、有三支也在中間世完成，因為它們是以前面的異熟果為條件而產生的；生、老死在後世完成，因為此生[中間世]最後[臨終時完成]業有，以其為條件而有後生，以生為條件而有老死。

前二世之間間隔與否，沒有一定，因為現在[中間世]的名色等可以是過去上百劫某一生中的無明等所引發的；然而也可能是[上一生]再生領受業的異熟，則前二世之間便沒有間隔。後二世之間一定沒有間隔，因為後世的生、老死是以此生的業有為條件而發生的。

因此今生的生、老死，與今生的名色等並非在一回緣起之中，因為[今生的生、老死]並非今生愛、取、有的因素所導致。那麼是怎樣的呢？它們是與過去世的名色等同一回緣起，因為那一生的愛、取、有的因素而導致了今生的生、老死。

因此可知，即使在今此一生之中，就凡夫而言，過去、將來、中間緣起支分聚合，緣起十二支也全部具備：生、老死屬過去一回緣起；無明、行、識屬後世一回緣起，因為它們是未來生的引發；從名色到業有則屬此世一回緣起。

在此生中說有十二緣起的目的是為了斷除對過去與將來的無知。從名色到受以及生、老死，依次是過去生所引發的結果，因為它們是已經存在的結果階段，由此可以推知有過去生；無明等三支以及貪欲等三支，依次是後世生的引發，因為它們是導致生死存在的因，[因為有這樣的因]，所以推知有將來生。正如在此生中所有的十二緣起上如何建立過去、未來的因果，同樣在過去、未來生的十二緣起上也應如此計算，這樣就像是「旋火輪」一般，生死流轉以十二支緣起為輪，無始無終的道理就可以理解。正如阿闍黎[龍樹菩薩]所說：

從三[惑]中起二[業]，從二[業]中生七[苦]，
七[苦]上再生三[惑]：生死輪迴轉不息。

藏文青海版第261頁，法尊法師漢譯本第一九零頁，《四家合注》KA函504頁起

(己四)

抉擇通向解脫之道的本質

吉祥世友[在《致月王書信》中]說²²²：

苦海深廣無有邊際
沉溺生死輪迴中
沒有厭倦、畏懼反而喜樂、掉舉(放逸)
我等心中還有什麼？
貧窮的難以求得而守護的卻會失壞
住在分離、疾病、衰老恒常熾燃的火中
卻以為樂，想一想豈不是癡狂？

又說：

嗚呼！世人有眼盲
雖然現前恆常確實見到
仍然毫不思惟
汝心難道是金剛石？

應當這樣自我策勵，修習認識輪迴生死的弊害。又如[密授所著]《七童女因緣論》中[國王的七位女兒]所說²²³：

見到身處此世間
如水中月影搖動
見到欲望猶如同
瞋蛇盤身舉頭影
又見一切諸眾生
皆被苦火遍燒痛
父王我等已決定
出離樂往尸林中

如其所說，情器世間如同被風吹動、不斷搖曳的水中月[影]，片刻也沒有安寧，而是以無常壞滅為本性；欲望享受弊多利少，如同毒蛇的身影；五趣眾生被三苦之火猛烈燒痛，見到這些之後，從心底產生厭背思想。又應培養「北方孩童之心」，發起出離和欣樂解脫心。什麼是「北方孩童」的典故呢？據說一時北方糴粑十分稀貴，人們每天只能以少許蔓菁充饑，有一個小孩饑餓，想要吃糴粑而向母親索食，母親沒有糴粑，便給他一些新鮮的蔓菁，孩子說「不要」，只好又給他一些風乾的蔓菁，還是說「不要」，又給他一些剛煮熟的，還是說「不要」，又給他一些煮熟放涼了的，還是說「不要」，並且很不高興地說：「這都是蔓菁！」[263]同樣，我們無論見到、聽到還是憶念一切世間的安樂，也都應當這樣想：「這是世間、這還是世間、這一切不過是苦而已。」想到這一切根本不可改變而應產生想要嘔吐的感覺。

又如《親友書》中說：

在如此輪迴世間中
不論天人地獄畜生餓鬼
任生於何處皆非善妙
故知生即各種苦害之器

因此應當斷除一切苦害的根本：輪迴之中的投生，而這又依賴於斷除它的因即煩惱與業，而在這兩種者之中，如果沒有煩惱則不論有多少業也不會投生，反之如果有煩惱則即使沒有累積業也會立即新造，因此首先應當摧毀煩惱，而摧毀煩惱又必依賴於對正確圓滿之道的修習。

因此，本節將從兩個方面進行討論：

庚一、以何種所依能制止輪迴生死？

庚二、由修習何種道才能制止？

〔庚一〕

以何種所依能制止輪迴生死？

《親友書》中說：

生於旁生、餓鬼、地獄中、
無佛教處、偏僻不開化、
執著邪見、痴啞、長壽天
即稱八種過患無閑暇
從上八種脫離即有暇
故應為斷生死而努力

這就是說，應乘[現在]獲得有暇的時機制止[生死]，因為如前面所說，無暇時沒有制止的可能。

大瑜伽師曾說：「現在正是從畜生中區別出來的時刻。」博多瓦大師也曾說：「過去我們如此漂轉至今沒有自行轉變，如此下去也不可能自行轉變，所以必須[設法]制止！」

不僅如此，而且如果是居家則在修法上常有眾多障礙、延擱，以及各種弊端，而出家則與此正相反，因此制止生死的所依以出家身為最勝，所以有識之士應欣求出家。反復思惟在家的弊端、出家的優勢，能使先已出家的人思想更加堅定，未出家的人培植良好習氣並能使以前的習氣覺醒，因此下面我們應對這一道理略作講說。

居家之中如果是富貴，則有辛勞守護之苦，如果是貧窮，則有求索之艱難，總之實際上沒有安樂，因為愚蒙而執著以為安樂，應知不過是惡業的結果而已。如《本生鬘》所說：

對此如同牢獄家
不應以為有安樂
不論富貴與貧窮
居家猶如患大病
前者守護多煩惱
後者索求極艱辛
無論富貴與貧窮
總之無安樂可言
愚蒙執著以為樂
本是惡業果成熟

因此據有眾多資具、仍不知滿足地索求，是出家人所不應為的，否則與在家人又有何區別？

另外，居家時常有與法相矛盾的情況，因此難以修習正法，如同論中說：

若想承辦居家事
不能不常說妄語
見他人做惡行時
不能不嚴加懲治
若隨法行失家業
若隨家業法怎成
法業本性極寂靜
家業須由粗暴成
與法相違多弊端
求自利者誰居家

又說：

自大傲慢痴蛇窟
破壞寂靜喜安樂
家是眾苦所依處
如同陋窟誰能住

如此反復思惟居家弊端，應發願出離。而且應發願以粗劣法衣、一鉢乞食的生活而滿足，安住遠離喧鬧之處，淨化自身煩惱，成為值得他人恭敬供養的對象。如《七童女因緣論》中說：

願我何時成
剃髮出家相
披著糞掃衣
樂住阿蘭若

何時能無過
目視輒木遠
手持瓦鉢器
沿家家行乞

何時能不貪
利養與恭敬
淨煩惱刺泥
作村供施處

又應願以草地為臥墊，露宿而眠，霜露濕衣，以及對粗劣飲食知足，在樹下柔軟草地上，以法喜度日安臥。如同論中說：

何時從草起
著衣霜濕重
以粗劣飲食
於身無貪著 [266]

何時我能臥
樹下柔軟草
如鸚鵡綠色
受現法喜宴²²⁴

有一次房頂上降雪，博多瓦大師說：「今晚就像是《七童女因緣論》中所說，因此我心中十分歡喜，除應如此而作修行，更有何求？」

又應願住生長草藥的流水岸邊，觀察水浪生滅起伏，思惟自己的身體生命與此相同，以思擇慧破除輪迴生死的根本、一切惡見的生處即我執，背棄對三有輪迴中安樂的貪著，反復思惟情器世間一切如同幻事的道理。如說：

何時能住水岸邊
藥草地上常觀察
身命如水浪起滅
所住世間亦同此

何時能破壞聚見
彼是一切惡見母
願我如實不貪著
輪迴生死中安樂

何時我能如實悟
有情以及器世間
等同夢幻或陽燄
海市蜃樓或流雲

以上都是發願能出家而作如此修行。

伽喀巴大師曾說：「只有能以苦行而住山間，修行大仙之行的人，才算是[我佛釋迦]父的真正養子。」霞惹瓦也曾說：「當在家人被事務糾纏時，應披著莊嚴法服，到他們那裡去，使他們見到後，產生『出家真是安樂』的念頭，以建立未來出家的習氣。」《猛利(郁迦長者)請問經》中也說：「應常想：『何時我也能從此苦處家中出離，[267]能像這樣修行？何時我也能參加僧羯磨、長淨羯磨、解制羯磨及和敬羯磨中？』這樣培養希求出家之心。」就是說在家菩薩也應當這樣發願，而且[在這些願中]主要是願獲得近圓戒。《經莊嚴論》中說：

出家修行者
有無量功德
超過在家中
戒尊勝菩薩

因此，[經論中]贊嘆為成就脫離輪迴的解脫以出家身為最佳之處極多，其實就是修習波羅密多乘和金剛乘而成就一切種智，也同樣以出家身為最上，出家所持之戒即三戒中的別解脫戒，因此應當敬重聖教的根本別解脫戒。

(庚二)

由修習何種道才能制止輪迴生死？

- 一、確定應修之道
- 二、抉擇道的實質

一、確定應修之道

《親友書》中說：

即使火燒到頭或衣服上
尚應暫時放棄滅火
而應專一謀求無後有
因為沒有其他比此更緊要的事

應由清淨戒、慧及靜慮
求證離地水火風日月
不老不死以及無窮盡
寂靜調伏無垢涅槃位

這就是說一定要修習寶貴的[戒定慧]三學[才能制止輪迴生死，獲得究竟解脫]。

二、抉擇道的實質

- (一)三學數量決定的原因
- (二)三學次第決定的原因
- (三)三學各自的性質
- (四)明確本節重點：戒學
- (五)如何學戒

(一)數量決定

這裡三學的數量為什麼一定是三種呢？因為：

第一、由調伏心的次第所決定。首先使散亂的心成為不散亂，這就是戒學；然後使未得定的心得到定的方法就是定或心學；[268]最後使未得解脫的心獲得解脫的就是慧學。因為由上述三者能使瑜伽行者的一切修行獲得圓滿成就。

第二、由所得結果所決定。不毀犯戒律的結果就是獲得兩種欲界善趣、毀犯的結果就是投生惡趣；心學的結果就是兩種上界善趣；慧學的結果就是解脫。總之，因為所成[利益]有兩種：現前(生於善趣)和究竟(永久安樂)，而前者中又分為上界和下界二種善趣，所以能成[方法]也有三種。

以上兩種原因是根據《本地分》中所講。另有一些先輩大德認為是由所斷即煩惱[的斷除過程]而決定的：因為有破壞煩惱、壓服煩惱的出現以及徹底斷除其種子三件事，所以就有[戒定慧]三學。

(二)次第決定

三學為什麼一定要以依照這樣的次第呢？《本地分》中引《梵問經》而作說明：

根本極堅固

喜悅寂靜心
與聖見相應
並遠離惡見

這就是說，首先戒律是根本，其他兩種都是從那裡出生。戒律為先，在其基礎上，心樂於安住為第二，由心安住才能有第三正確如實的觀見，最終能具備聖見並遠離惡見。

(三)三學各自的性質

《梵問經》中說：

[戒]即具備六支分
[定]為四種具樂住
四[聖諦]之四行相
即是常清淨智慧 [269]

意思是說，第一、戒學[的性質]就是具備六支分：

1. 具戒律
2. 以別解脫戒約束
——具備這兩支顯示「解脫出離戒律清淨」；
3. 遵守軌則
4. 不違越行止範圍
——具備這兩支顯示「無可譏毀戒律清淨」；
5. 對於即使微小的罪墮也能保持畏懼心理
——顯示「無違犯戒律清淨」；
6. 正確受持各種學處
——顯示「無顛倒戒律清淨」；

第二[定學的性質]即四種心安住或說四種靜慮，因為能使修行者今生住於安樂之中，所以叫做「樂住」。

第三[慧學的性質]「四」即四聖諦，各有四種行相[共十六種行相]：

1. 苦諦：無常、苦、空、無我
2. 集諦：因、出處、增長、條件
3. 滅諦：息滅、寂靜、勝妙、決出
4. 道諦：道、如理、成就、定出

覺悟十六種行相即是慧學。

(四)明確本節重點：戒學

如果是引導普通中士道學人，則應當在此處詳細講解三學，而我們這裡並非是[以導入中士道為最終目的]，所以有關修習慧學毗婆舍那(觀)以及心學奢摩他(止)的方法，將在

講到上士道時詳細講解，此處暫略，現在[的重點]是要概括講說如何學習戒學。

(五)如何學戒

守護戒律的利益

不守戒律的過失

如何修學

[守護的利益]

首先應當反復思惟戒律的利益使自己從心底增長[願受持守護的]熱忱。如《大般涅槃經》中說：「戒律是一切善法的階梯；戒律是根本，如大地是樹木的根本；如商主前導於一切商眾，[270]戒律前導於一切善法；如帝釋之幢高樹，戒律是一切法的勝幢；戒律能永斷一切惡行與惡趣的道路；戒律如同藥樹能治愈一切惡病；戒律是生死險路上的資糧；是摧毀煩惱之敵的利劍與甲冑；是消滅煩惱之毒蛇的明咒；是渡越惡水的橋梁。」龍樹阿闍黎也說：

戒律說為一切功德的基礎
如同動不動物所依的大地

《妙臂請問經》中說：

一切莊稼只有依於大地
才能順利生長而無災患
一切殊勝善法依於戒律
大悲之水澆灌才能出生

應當這樣思惟。

[不守的過失]

受戒後如果不守護，則有極大的過失。《比丘珍愛經》中說：

一些人的戒律導致快樂
另一些人的戒律導致痛苦
具備戒律的人快樂
毀犯戒律的人痛苦

這是從受持學處的利益與過失兩個方面來說明。因此對於過失同樣要謹慎思考，對於學處應當十分重視。

[如何修學]

共有八個方面

第一、分別對治犯戒的四個原因：

- 一、無知：對治法即應由聽講而了知各種學處；
- 二、放逸：對治法包括

1. 保持對應取應捨所緣行相的不忘的憶念
2. 隨時分別檢查[身語意]三門向善向惡的正知
3. 或依靠自身或依靠正法恥於惡行的知慚
4. 因顧及他人會呵責譏毀而羞於做惡的有愧 [271]
5. 因畏懼惡行的果報而懷退懼心理

等應當修學；

三、不敬：對治法即應敬重大師(佛陀)所制戒和一切同梵行者；

四、煩惱過盛：對治法即應檢查自己身心相續中看哪一種煩惱最大即勵行對治修習。

第二、[努力設法從一開始就不違犯]如果不能這樣努力修習，反而心存「僅違犯這麼一點不算是什麼大過」的思想，輕慢放縱於佛陀的戒制，則只有招致痛苦。如《律教分辨》中說：

若有人對大師大悲之教
生輕慢心而[不顧]少許違犯
他們將因此被苦所制
就像為砍竹子卻毀壞了果苑

此世或見有違犯王法者
少許幾次未遭受懲罰
但若不正確地違越牟尼教誡
將墮惡趣如翳羅葉龍²²⁵

因此應當努力[從一開始就]不沾染罪墮。

第三、[若有違犯則當立即如法懺悔]雖說應當努力不沾染罪墮，但萬一有違犯時，不可全無顧忌，而必須按照佛陀所教認真執行還淨罪墮與惡行的方法。《梵問經》中說：

當依諸學處
從心起殷重
其後不放棄
命難亦不毀
恒時住勤勉
遵循毗奈耶

《成就真實尸羅經》中說：「比丘們，寧可捨命而死，不應毀犯戒律。為什麼呢？捨命而死只不過結束了這一生的壽命，但如果毀犯了戒律則將在百十萬劫中脫離種性，喪失安樂，嚐受墮落的痛苦。」[272]正如這裡所開示的正確理由，應當捨命守護。應當反思：如若不然，我剃除鬚髮，披著壞色衣，將毫無意義！如《三摩地王經》中說：

在此佛教中出家後
仍然多行惡業

把錢財飲食視為心要
 貪戀輿乘牛[或象]馬車等
 而對學處全然不重視
 請問這些人落髮又為何？

第四、[如果不守護戒律則不能解脫生死]希望逃出有為生死，前往解脫大城的人，這時如果損壞了戒律之足，則不僅不能出離，而且還將重蹈輪迴生死，被苦所摧毀：正如《三摩地王經》中結合譬喻而說：

正如一人被盜賊惱害
 為求活命而想逃脫
 這時如果足不能行走
 必將被諸賊擒獲而殺害
 同樣毀壞戒行的愚痴人
 雖然也想逃脫有為法
 但因毀戒不可能逃出
 而被病老死等摧毀

第五、[在特別時期守護戒律利益極大]正如同一部經中所預言：

我曾為居家衣白服者
 所說的[居家]學處
 那時將有諸比丘
 連此等戒律亦沒有

因此，在如今應證經中所說的「能圓滿守護為近事所說的五戒的人，連比丘中都沒有」的時期，如果我們能夠在學處上精進，則成效尤為超勝，因此更應當努力。所以同一經中即說：

等同恒沙千萬劫
 以清淨心而奉獻
 飲食傘幢及燈鬘 [273]
 承事百千萬億佛
 若於正法遭毀壞
 如來聖教將滅時
 守一學處一日夜
 此獲福德倍超勝

第六、[不得存有「毀犯之後懺悔即可」的心理而無約束]此外，如果心存「犯戒之後懺悔即可」的念頭，缺乏「今後決不再做」的約束心，而說什麼「可設法還淨」，這種思想與食毒無異，正如《彌勒獅子吼經》中[佛陀對彌勒菩薩]說：「彌勒，末世後期最後五百年，將有在家、出家菩薩作如是說：『所造惡業經過懺悔過失即能全部清淨……造做各種惡業，造做之後應當懺悔。』嚴重毀犯戒律卻毫無『今後決不再作』的約束心，我說這種人就是在造死業。若問為何是死，因為就像是那些吃進毒藥的人一樣，他們死後必將顛倒墮落。」又說：「彌勒，這裡將聖教毗奈耶說為毒指的是違犯[佛陀]制定的學處，因此

你們決不應自食其毒。」

第七、[修學密咒者也應同樣守護學處]如果說以這樣的方式守護[戒律]是具備別解脫律儀的條件，則修習密咒乘者更應如此。如《妙臂請問續》中說：

為佛我所說別解脫律儀
所有清淨毗奈耶²²⁶
在家咒師除捨形相軌則外
其餘一切都應修習

這是說即使是在家咒師(修密咒者)，除了出家的形相、[僧伽的]羯磨軌則以及各別遮罪部分以外，[274]其餘一切均應按照毗奈耶中所講而修，更何況是出家修習密咒者？

再者，密咒成就的根本即是戒律。《妙臂請問續》中更說：

密咒根本首先是戒
其後精進、安忍
信解佛陀、菩提心
密咒以及無懈怠
如同國王有七寶
能無厭倦調伏諸眾生
修密咒者具備此七支
方能調伏諸惡行

《文殊根本續》中也說：

此[修]念誦者若毀戒
不僅沒有上成就
而且沒有中成就
也不能得下成就
失壞戒律者
牟尼自在(佛)未說能成就密咒
更非能至解脫城
境界及其方向
此等惡行愚人
豈有獲得咒成就
此等失壞戒律人
豈有轉生於善趣
不得增上善
也不得勝安樂
又更何況能成就
勝者(佛陀)所說諸密咒

康隆巴曾說：「饑荒時，一切圍繞著糧食決定。同樣，一切都圍繞著戒律決定，因此應當在此處努力。而戒律的清淨，如果不思惟業果則不能成辦，因此思惟業果是真正的教授。」霞惹瓦也說：「總之無論有什麼樣的福禍，一切都是由法來決定的，這當中如果能

不論怎樣都依靠毗奈耶行事，則無需反復，內心坦然，經得起[他人的]觀察²²⁷，[自身現在]快樂，最終能獲得善妙的結果。」[275]仲敦巴善知識說：「有一類人依止毗奈耶便輕毀密咒；另一類人修習密咒便蔑視毗奈耶；能使毗奈耶作為密咒的助伴、密咒作為毗奈耶助伴的除了我上師(阿底峽尊者)的語教以外更無其他。」至尊阿底峽尊者也曾經說：「我們在印度凡是遇到關鍵和緊急的事時，都要召集三藏法師，咨問[此事]在三藏中是否有所違背、有所制止？抉擇之後而作決定。我超戒寺²²⁸規更有在此之上咨問菩薩行中有否制止、有否違背，一切都在持律上座前而作決定。」

第八、[特別開示煩惱的對治方法]

[總述]

如此應修戒律清淨，如內烏素巴曾說：「現在只有與煩惱鬥爭才是唯一重要的事。如果不與煩惱鬥爭則戒律就不能清淨，壓倒煩惱的定學與根除煩惱的慧學也就不能成就，其結果就是必定漂轉輪迴生死。」

因此應當依照前面所講的，識別煩惱之後，由思惟煩惱的弊害、遠離煩惱的利益，[在心中]設立正念正知的偵察警衛²²⁹，只要煩惱一冒出頭來的時候，就用尖矛反復擊刺；無論什麼樣的煩惱，只要在思想中才一出現，立即應當視為仇敵而與之鬥爭，如若不然，從一開始就掉以輕心，縱容非理作意的滋長，使之成為不可戰勝，最後只有被它牽著走。

如果經過努力仍未能阻止煩惱的發生，則不應使它繼續發展，而應立即設法遮止，所謂「應如畫水，莫如刻石」，如《親友書》中說：[276]

如在水、土、金石上刻劃
自心習氣也同樣如此
煩惱痕跡最好如前者
正法希求則應如後者

所以對待正法方面的態度與[對煩惱方面]正好相反。《入行論》中也說：

.....
對此我應緊把握
心懷記恨而戰鬥
此雖與煩惱相似
能滅煩惱不應捨²³⁰
我寧被燒被殺害
被斬頭顱又何妨
對此真正之仇敵
決不應向彼低頭

善知識樸窮瓦也說：「我雖被煩惱緊緊壓制，但我隨後對它切齒不容。」博多瓦聽到後說：「如能這樣做，立即就能遮止。」

世上一般的仇敵被我們一次從此處驅除之後，可能會逃到另一個地方落腳，畜養勢力之後，可能還會回來報復；煩惱卻不一樣，我們如果能夠一次將煩惱徹底從內心中驅除，則它不可能逃到其他地方，也不可能再回來滋擾。【若問】為什麼煩惱仍然驅之不去？

【回答】]這是因為我們在摧毀煩惱上努力不夠的緣故。因此《入行論》中說：

普通仇敵驅逐出境後
逃到其他地方而養護
恢復能力後仍會再來
煩惱仇敵卻與此不同

煩惱之惑慧眼能斷除
從意除遣之後去何處
何處能留再於我為害
只因心劣之我無精進

女絨巴曾說：「煩惱露出頭腳時不應懈怠，而應立即採取對治來阻斷，如果仍不能斷，則應起身佈置曼荼羅以及供養，奉獻上師本尊並作祈請，然後針對煩惱修習忿怒念誦，即能使之消滅。」[277]據朗日塘巴說：「又說甚至移動住處、扭轉頸項也能使之消除」，似是說他與煩惱鬥爭的情景。阿蘭若師也說：「除了應當日夜巡察自心之外更有什麼其他閑事？」如果能作到這樣，就算是達到了標準。據說阿底峽尊者每天只要一見面就會問：「有沒有出生善心啊？」

[分別開示]

如何一一斷除這些煩惱呢？

[痴煩惱及其對治]一切罪中最難遠離而且是所有其他煩惱的根基的就是痴煩惱。對治它的方法就是應當多修緣起，掌握生死流轉與還滅的道理。如果能修習緣起，則五種見等一切惡見就不會滋生。

[瞋煩惱及其對治]給今生和來世帶來痛苦，毀壞一切善根之敵就是瞋煩惱。如《入行論》中說：「沒有惡業能比瞋。」因此任何情況下都不應起瞋恨心而應當努力修習忍辱。如果能不生瞋恨，則現世中就能獲得極大的安[何況後世]：

若能勵行消滅瞋
即是現後之安樂

《入行論》中作如是說。

[貪煩惱及其對治]在過去所積善惡業構成輪迴生死上增長勢力的就是貪愛。對欲界有情而言，[貪愛]主要是從受用對象時以觸為條件的受中產生，所以應當多修習內外不淨觀和貪著欲境的弊害才能斷除，如世親菩薩說：

如同鹿象蛾魚蠅
分別被五欲所害
一種尚且能致命
何況常時受五種²³¹ [278]

[世間八法的對治]另外極易滋生、極難遠離[的世間八法]，即對得利、名譽、稱贊、安逸四種事的渴欲，及對與之相反的四種事(失利、惡名、譏諷、艱苦)心生反感，對這些應努力修習對治：總體上應修輪迴生死的弊害，特別是應當修習念死無常，即能遮止。

[自大(我慢)及其對治]自大驕慢不僅是今生修道[功德]出生的主要障礙、而且是後世轉生為卑賤的起因，因此應當斷除。斷除的方法，如《親友書》中所說：

疾病衰老死亡愛別離
一切業果皆須自承受
對此道理反復思惟後
應修對治而莫生憍慢

[疑惑及其對治]如果能對四聖諦、三寶、業果等獲得決定，則疑惑的細微增長就不會產生。

[隨煩惱的對治]此外，睡眠、昏沉、掉舉、放逸、無慚、無愧、忘念、不正知等隨煩惱，非常容易出現，障礙我們修習善法，因此應當認識到它們的弊害，當即運用對治使之勢力漸漸微弱。什麼是它們的弊害呢？

[睡眠、昏沉、掉舉等]

如《親友書》中說：

掉舉追悔與瞋恚
昏睡貪欲及疑惑
應知此五蓋障²³²
即劫奪善法財之盜賊

《勸發增上意樂經》中說：

嗜好睡眠昏沉者
陪根、隆或赤巴²³³
於其身中過分增長
極度干擾體內諸界
嗜好昏沉睡眠者
因食物過失而腹中不淨 [279]
身體也沉重而面色不安
甚至言詞也不清晰

又說：

嗜好昏沉睡眠者
愚痴而退失求法之欲
愚夫退失一切功德
退失白法而往黑暗

等等講說了很多弊害。《念住經》也說：

如果說煩惱有依附之處
那就是依附在懈怠之上
何處只要一絲懈怠
那裡就完全沒有正法

[放逸]

如《集法句》經中說：

凡諸行為放逸者
愚夫毀失其意樂
正如商主守財貨
智者亦應不放逸²³⁴

[無慚、無愧]

如《本生鬘》中說²³⁵：

即使為作天王而喪失慚愧
與其心意違背正法
寧可手持瓦罐身穿破衣
目睹仇敵家中繁榮事

[忘念、不正知]

如《親友書》中說：

自在(大王)應知正念身等²³⁶
說為善逝所行唯一道
因此應當勵力守護[正念]
退失正念即毀壞一切法

《入行論》中說：

雖然有多聞並具信心
也精進多作實修
但無念的過失
卻令沾染罪墮的污穢

如是，即使暫不能遮止各種煩惱和隨煩惱，但也應當作到不助長，不順從，而應視如仇敵，這是眼下必不可少的，因此應當掌握對治品，努力摧伏煩惱，使自身所受持的戒律完全清淨。

至尊阿底峽的大弟子吉祥阿蘭若師曾對內烏蘇巴說：「智燃啊，今後如果有人問起：[280]『你們的善知識以什麼作為教授開示的核心？』肯定只會說：『以發起神通、親見本尊為印可。』然而實在是應當說『對於業力因果逐漸獲得決定，對自己受持的戒律清淨守護』才是呵。」意思就是說：修定的成就，也應當是以無明等煩惱的減輕為印證。

與他人發生的爭鬥，純粹是導致今生後世痛苦的惡業，而那時竟能拼命忍受所有的痛苦，以後還將傷疤向別人炫耀說：「這個就是某次打鬥時留下的……」如此說來，在努力降伏煩惱[這一唯一真正的仇敵]的時候安忍於苦行難道不是更合理的事嗎？正如《入行論》中說：

無義被敵所毀傷
若尚愛為身莊嚴
為大義故正精進

諸苦於我豈為損

因此只有與煩惱敵鬥爭而獲勝利的人才算是真正的勇士，與其他所謂仇敵戰鬥不過是等於截割死尸而已，因為即使你不能殺，他自己早晚都是要死的。因此《入行論》說：

輕蔑一切苦
摧伏瞋等敵
勝此為勇士
餘者如斬尸²³⁷

同論又說：

住煩惱聚中
千般能安忍
如野干圍獅
煩惱不能侵²³⁸

這就是說，正道之上的種種逆緣，不應使其侵害自身，反應戰勝它們。

與中士共通之道次第講畢。

¹ 「無能勝」：藏文mi pham，梵文ajita（阿逸多），彌勒菩薩名；「妙音」：藏文vjam pa'i dbyangs，梵文mañjuḥṣa，文殊菩薩名，「文殊」為舊譯，玄奘音寫為「曼殊」，亦稱曼殊室利（vjam dpal, mañjuśrī）。

² 「龍猛」：klu sgrub，梵 Nāgārjuna。鳩摩羅什等譯作龍樹；玄奘音寫作那伽[門+於]刺樹那、意譯作龍猛。《大唐西域記》卷八：「那伽[門+於]刺樹那菩薩，舊譯曰龍樹，非也。」（季羨林等《大唐西域記校注》，中華書局，2000，p.644）在漢語文獻中，「龍樹」的用法比較流行。我們這裡則暫時依據玄奘的譯例。【略作分析】從這個名字的梵文來看，Nāgārjuna=nāga+arjuna，nāga是龍，沒有歧義；arjuna在印度正統文獻中的意思包括：白色、一種樹名（Terminalia Arjuna）、史詩《摩訶婆羅多》（Mahābhārata）中的重要人物一位勇士名（阿周那）、因陀羅名號之一，等（根據Monier William和Apte等權威梵英字典）。就此而言，則無論用總稱詞「樹」來對譯一種樹名（得出龍樹）還是用總稱詞「猛」來對譯一位猛士名（得出龍猛），都不盡情理！倒是藏文對譯klu sgrub提供了另一詮釋，藏文klu是「龍」，sgrub的意思是「修習成就」。《翻譯名義大集》（Mahāvūyutpatti sgra sbyor bam po gñis pa）中，梵文arjunaḥ詞條下的藏文對譯就是srid sgrub（有-修）。因此，譯者推測：假如舊譯「龍樹」一名中的「樹」字是取「建樹」或「培植、培養（修習）」的意思，而不是（被漢文讀者）讀取樹木的意思，則「龍樹」是得到藏文譯例支持的譯法。

³ 「闢道大師」：shing rta chen po，藏文原文意為「大車」。格西梭巴（Geshe Sopa）對此詞的口頭傳釋：佛陀的教法需要像大車開闢荒途一樣的人去開闢道路，追隨這樣人才能到達目的地。以此比喻開創宗派者（2001年譯者於格西在威斯康欣州麥迪森市郊鹿野苑寺夏季道次第止觀章講授課上聽受記錄）。

⁴ 「善知識」：bshes gnyen，即dge ba'i bshes gnyen，本書中也譯作「知識」、「善友」。

⁵ 「勝者」即佛陀，「至言」即佛所說，「勝者至言」即佛語、佛經。

⁶ 「那蘭陀寺」：藏文此處寫作nālandra，梵文寫作nālandā。

⁷ 「超戒寺」：vigramasīla。vigrama意為「超勝」。sīla即「尸羅」或「戒律」。《四家合注》KA函17頁：「位於摩揭陀城北恒河岸邊一小山之頂，有一百零八佛殿，後殿中有與金剛座大菩提寺佛像身高相等之釋迦像一尊，外以鐵圍山圍繞。眾多班智達曾於該處弘揚聖教……僧眾生活極善之處。（阿底峽）尊者來藏

前住持該寺」。據說該寺之建造者即達摩波羅法王（dharmapāla），亦即獅子賢阿闍黎之施主。也有譯作「超行寺」。

⁸ 「慈氏」：藏文byams pa，梵文maitriya，音寫作「彌勒」。

⁹ 《現觀莊嚴論》：此論闡釋《般若經》的隱密義趣以及趣向正覺的廣大行（P5184）。

¹⁰ 「燃燈智」：mar me mdzad，阿底峽尊者法名。藏文全稱寫作dpal ldan mar me mdzad ye shes（具勝燃燈智，梵文dīpaṃkaraśrījñāna）。

¹¹ 《八十讚》：此讚見於益希敦珠丹貝堅參 Ye shes don grub bstan pa'i rgyal mtshan（智義成教幢）所著legs par bshad pa bka' gdams rin po che'i gsung gi gces btus nor bu'i bang mdzod（善說教授大寶語教選集：摩尼藏）p.30-39，全稱khams gsum chos kyi rgyal po dpal ldan mar me mdzad ye shes la bstod pa'i rab tu byed pa tshigs bcad brgyad cu pa（三界法王吉祥燃燈智八十品讚）。

¹² 「毗各拉瑪尼普拉」：vikramanipūra，意為次第聚落。

¹³ （國王）善吉祥：梵文kalyanaśrī，藏文dge ba'i dpal（法尊法師譯作「善勝」）；（王后）吉祥光：Śrīprabhā，dpal mo vod zer；（長子）蓮華藏：padmagarbha，padma'i snying po，（其長子）福吉祥：puṇyaśrī，bsod nams dpal，世稱達那室利：dhanaśrī；（國王次子）月藏：candragarbha，zla ba'i snying（即阿底峽尊者）；（幼子）吉祥藏：śrīgarbha，dpal gyi snying po，即比丘精進月（viryaśandra）。

¹⁴ 《正理滴論》：法稱（dharmakīrti）因明七論之一。

¹⁵ 羅侯羅笈多：rāhulagupta。rāhula 是星曜名，gupta 意為「隱密」或「守護」。

¹⁶ 「悉地」：dngos grub，梵siddhi，成就。

¹⁷ 「戒護」：śīlarakṣita。《四家合注》KA函22頁：意為「戒護」（tshul khriṃs bsrungs pa）或「戒鎧」（tshul khriṃs kyi go cha）。

¹⁸ 「佛教相乘內明的上下典籍」：指大小乘關於性相（哲學）方面的典籍。「相乘」，mtshan nyid kyi theg pa，大小乘著重探討內明（佛教哲學）各教派總稱。

¹⁹ 「飛行聚落」：otantapūri 或 otantapuri，古譯「能飛聚落」，現代又有譯作「超岩寺」者。《四家合注》中略述此寺興建與名稱的緣起：“先有一佛教居士，為一個修起尸的外道作助手，起尸修成後，尸體的舌頭變成一把寶劍，居士揮動此劍而得以飛越須彌山頂，須臾間遊遍四大洲和八小洲，他回來將寶劍交還外道，外道說：現在尸體已變成黃金，你可自行將肉割下但不可到骨。於是切割了整整一夜，不見窮盡。天亮時外道自己持寶劍去了天界。居士使用從起尸所得的黃金，按照自己飛行空中時見到的須彌四洲等樣子建造了一所大寺[寺名因此叫做飛行]，其餘黃金供養維持一百比丘、一百居士生活多年。據說寂護（靜命）堪布到西藏建桑耶寺時就是仿照此寺而建造的。”另見《多羅那他佛教史》中相關記載。

²⁰ 「法鎧」：dharmarakṣita。《四家合注》KA函23頁：“法鎧（chos kyi go cha）。”亦可譯作「法護」。

²¹ 《大毗婆沙論》：bye brag tu bshad pa chen po，說一切有部（毗婆沙師）重要教典。梵文題為Mahāvibhāṣā。此論現僅存玄奘的漢譯（《阿毗達磨大毗婆沙論》見《大正藏》v. 27 no. 1545）。法尊法師於50年代初將此論從漢譯藏（佚失，現僅存部分）。

²² 「宗義」：grub pa'i mtha'。古譯作「宗」。

²³ 「尊者持調伏」：gnas brtan 'dul ba 'dzin。gnas brtan「尊者」又譯作「上座」。'dul「調伏」指戒律；「持調伏」指精通戒律者。

²⁴ 「天」：lha，指本尊。

²⁵ 「傳記」：nam par thar pa，字面意思是解脫。

²⁶ 「烏堅」：此處藏文寫作 u rgyan，勝地名，具體位置學者尚有爭議。亦寫作 o rgyan。梵文 oḍḍiyāna，此詞可能同源於oḍḍiyāna，意為「飛起」；又作oḍra，udyāna（烏仗那）等。一說是古印度東部地名，一說是古印度西部（今巴基斯坦境）Swāt 地區，一說是不在人間的空行勝地。

²⁷ 《四家合注》KA函27頁：獲得圓滿次第中的幻身後，即不再由業與煩惱的力量牽引投生，而在心相續中生起證覺之道（'tshang rgya ba'i lam）。

²⁸ 「寂護」：zhi ba vtsho，梵śāntaraṣita，異譯「靜命」。

- ²⁹ 「續部」：rgyud sde，即密乘教法。
- ³⁰ 「立[三]三昧耶」：《四家合注》K函31頁：作續（事部）一本尊名，即釋迦佛形象，雙手作說法印。修法見《儀軌海》等中。「三三昧耶」（「三昧耶」即誓句，「三三昧耶」即三種誓句）：身、語、意，及所攝座上不臥、不飲酒、不食手印形之物。
- ³¹ 「等」字指勝樂輪和不動。阿底峽尊者的六主要本尊：救度母、世間自在（觀世音）、不動、立三昧耶王、勝樂輪、喜金剛。
- ³² 佛教分為小乘和大乘。大乘又分為因果二乘，因乘即波羅密多（度彼岸）乘，果乘即金剛乘（又稱密咒乘、密乘、續）。小乘為入大乘之共道，大乘中波羅密多乘為共道，金剛乘為不共道。（TEDBT）
- ³³ 「五派續」：《四家合注》KA函32頁：一切咒續、密集續、母續、作及瑜伽續（kriyayoga）、降閻摩續共五種。
- ³⁴ 「宗義傳承」：grub mtha'i brgyud（法尊法師譯作「宗派傳承」）。「加持傳承」：byin rlabs kyi brgyud。「各種教授傳承」：gdams pa sna tshogs pa'i brgyud。
- ³⁵ 寂靜：śānti-ba、金洲：Gser gling ba、菩提賢：bhadrabodhi、智吉祥：jñānaśrī。
- ³⁶ 特指金洲大師（廣大行傳承）和小明杜鵑（甚深見傳承），見下注。
- ³⁷ 印度：rgya gar、迦濕彌羅（喀什米爾）：kha che、烏堅：o rgyan、尼泊爾：bal bo、藏地：bod。
- ³⁸ 《四家合注》KA函34頁：「二師」如《道次第（上師傳承）祈禱文》所示，分別指善巧無著一系傳承的金洲大師和善巧龍猛一系傳承的小明杜鵑，亦即阿底峽尊者的兩位實際上師。
- ³⁹ 《般若燈論廣釋》是觀音禁行（avalokitivrata，八世紀一中觀自續派論師）解釋清辨論師（中觀自續派開宗者，500-570）所著《般若燈論》的一部著述。《般若燈論》，全名《中觀根本論釋：般若燈》，是清辨解釋（龍猛）根本中觀論的一部論典。漢譯對應見《大正藏》v. 30 no. 1566 唐波羅頗蜜多羅譯《般若燈論釋》。
- ⁴⁰ 夏日東任波切《道次第廣論講授：善慧勝者密意莊嚴》（文集第一卷90頁）：「應圓滿認知的」即苦諦、「應斷除的」即集諦、應「現證的」即滅諦、「應如實修習的」即道諦。
- ⁴¹ 所說法義中自所知者即「方便」，對化機宣說即「方便所生」（此二者互為因果關係）。如果這個「方便所生」的因即方便本身對自己都隱晦不明的話，則正像自己所不明的那樣，很難對化機如實宣說。（《四家合注》KA函35-36頁）
- ⁴² 《勝者母》：rgyal ba'i yum，《般若經》異名。此處指《八千頌般若經》。
- ⁴³ 「外」指作、行二續；「密」指瑜伽、無上瑜伽二續；「三乘」指波羅密多乘，因為該乘有聲聞、獨覺、菩薩三乘，故稱「三乘」（《四家合注》KA函39頁）。夏爾東仁波切指出有些版本中此頌常誤寫作「受持外內密，三乘一切法」，引出極大誤解。（同上，文集卷一97頁）
- ⁴⁴ 《最上續》：rgyud bla ma，全稱theg pa chen po rgyud bla ma'i bstan bcos（《大乘最上續論》），梵文uttara-tantra，全稱mahāyānottara-tantra-śāstra。此論還有另一個題目dkon mchog gi rigs rnam par dbye ba，梵文ratna-gotra-vibhāga（《寶性分別》）。相當於漢譯《究竟一乘寶性論》。藏傳佛教將其歸屬《慈氏五論》之一。法尊法師譯本中作《相續本母》，譯法出處不詳。
- ⁴⁵ 「大仙」：drang srong，指佛釋迦牟尼。
- ⁴⁶ 「牟尼」：thub pa，古譯「能仁」。
- ⁴⁷ 「身語意三門粉碎為微塵」，《四家合注》KA函44頁：「作出粉碎身語意三門為微塵的精進。」夏爾東仁波切（文集卷一114頁）：「即（能使修者）身語意在道次第上發起精進、竭盡全力的意思。」
- ⁴⁸ 原文作「敦巴仁波切」，ston pa rin po che。
- ⁴⁹ 夏爾東仁波切（文集卷一118頁）：「甚深廣大的契經」的意思是：其中「甚深者」指空性、「廣大者」指（圓滿）一切其他功德。以「五部大論」為代表，其中《入中論》、《釋量論》為甚深；《現觀莊嚴論》、《俱舍論》與《律經》為廣大。經教方面的一切至言顯示為教授後，密續方面的至言也能顯示為教授的道理是：如說「甜糕賴於酥油之恩，甚深密咒賴於經教之恩」，經教與密續是因果關係；又如說「打牢柱基才能建堅固之柱」……一切佛陀具量言教都是針對化機引導達致佛位的方法，但因為化機有勝劣不同，因此方法才有完備不完備、速緩等不同，但都是（依次）引導達致佛位的方法，因此大乘道有二非一。

⁵⁰ 「唯一修法備要」：chos rgyab tsam。此處譯法是根據夏爾東仁波切的解釋，意思是「所講說法的唯一後備」（文集卷一p.118）：chos rgyab tsam zhes pa ni/ bshad bya'i chos kyi rgyab skyor tsam zhes pa'i don no// 法尊法師譯作「背棄正法」，譯法出處不詳。

⁵¹ 《白蓮華經》：padma dkar po，全稱dam pa'i chos padma dkar po（正法白蓮華經），saddharma-puṇḍarīka-sūtra。相當於漢譯《妙法蓮華經》。此段引文亦見於法護譯《大乘集菩薩學論》卷第六空品第四之三下。

⁵² 《諦者品》：bden pa po'i le'u（satyaka-parivarta），是vphags pa byang chub sems dpa'i spyod yul gyi thabs kyi yul la rnam par vphrul ba bstan pa shes bya ba theg pa chen po'i mdo（ārya-bodhisattva-gocaropāya-viśaya-vikurvāna-nirdeśa-nāma-mahāyāna-sūtra 開顯菩薩行境方便境神變大乘經）的第四章。

⁵³ 相當於漢譯《瑜伽師地論》中《菩薩地》。《瑜伽師地論》在藏傳佛教大藏經中歸為無著菩薩的著作。

⁵⁴ 藏文中「三寶」的「寶」字（dkon）有「希有罕見」的意思。

⁵⁵ 相當於漢譯《大乘大集地藏十輪經》daśacakra-kṣitigarbha-nāma-mahāyāna-sūtra（《大正藏》v.13 no.411）。

⁵⁶ 《入菩薩行論》：寂天菩薩著。簡稱《入行論》。漢文大藏經中有《菩提行經》，龍樹（龍猛）菩薩集頌，天息災譯（《大正藏》v.32 no.1662）。

⁵⁷ 《功德寶攝頌》（法尊法師譯作《攝德寶》）：即《八千頌般若經攝頌》。藏文標題全稱為'phags pa shes rab kyi pha rol tu phyin pa sdud pa tshigs su bca'd pa（To.13），常簡稱為yon tan rin po che sdud pa（《攝功德寶》）。是《八千頌般若》（相應的漢譯有《小品般若波羅蜜經》等）的攝頌。德格版甘珠爾般若部KA函6。梵文經題為ārya-prajñāpāramitā-ratna-guṇa-sañcaya-gāthā（有Yuyama 1976 編輯本）。相應漢譯為《佛說佛母寶德藏般若波羅蜜經》大正藏v.8 no.229。

⁵⁸ 月官：candra gau mi，梵candragomin。

⁵⁹ 「力」、「根」指「五根五力」：信力、精進力、念力、三摩地力、慧力五力；信根、精進根、念根、三摩地根、慧根五清淨根。「靜慮」指四靜慮等。

⁶⁰ 「踰繕那」：dpag tshad，梵yojana。古譯「由旬」。古印度度量單位，約合8至9英里（V.S. Apte: The Practical Sanskrit-English Dictionary）

⁶¹ 說法前應誦的伏魔咒，見《四家合注》KA函70頁。

⁶² 此句系依夏爾東上師校勘之青海民族版而譯，該處藏文原文為：chos nyan bshad gnad du **ma song ba** la brten nas chos dang chos smra ba la ma gus pa la sogs pa'i las kyi sgrib pa sngar bsags pa thams cad kyang 'dag cing...（青海民族出版社 1985，31.10）。但《四家合注》此句作：chos nyan bshad gnad du **song ba la** brten nas chos dang chos smra ba la ma gus pa la sogs pa'i las kyi sgrib pa sngar bsags pa thams cad kyang 'dag cing（K-74）。法尊法師系依後者，故譯作：「若講聞法至扼要處，依是因緣，則先所集於法法師不恭敬等一切業障，悉能清淨……」

⁶³ 此譯依夏日東上師校勘之青海民族版而譯，原文為：de bas na tshes gcig nas **ma 'phyugs na** bco Inga'i bar zhes zer ba ltar yin pas（青海民族出版社1985，34.18）。但《四家合注》中此句作：de bas na tshes gcig nas **'phyugs na** bco Inga'i bar zhes zer ba ltar yin pas。法尊法師系依後者而譯：「是故如云初一若錯乃至十五」。

⁶⁴ 「供施讚語」：yon bshad，即贊嘆施主布施的功德，為其迴向善根的頌詞等。

⁶⁵ 「四百論頌」：bzhi brgya ba，全稱bstan bcos bzhi brgya pa zhes bya ba'i tshig le'ur byas pa，梵catuṣṣatka-śāstra-kārika-nāma，作者vphags pa, āryadeva（提婆/聖天）（To.3846）。相應漢譯有《廣百論本》，聖天菩薩造，玄奘譯（大正藏no.1570），及《大乘廣百論釋》，聖天菩薩本、護法菩薩釋、玄奘譯（大正藏no.1571）。

⁶⁶ 「註釋」：此處指byang chub sems dpa'i rnal vbyor spyod pa bzhi brgya pa'i rgya cher vgrel pa，梵bodhisattva-yogācāra-catūṣṣatka-ṭīkā《菩薩瑜伽行四百論廣注》，作者zla ba grags pa, candrakīrti（月稱），To.3865。

⁶⁷ 此頌意為：譬如世間嬰兒之身最初由母親生出，然後由母親守護，最後由母親養育長成圓滿，同樣信心之母是初、中、後一切功德成就的前導；信心能清除疑惑與恐懼；能救度我們脫離無明、貪欲、邪見所導

致痛苦的暴流；信心是能表（即能獲）三身樂善城；信心遠離無信的污垢；於所信對象令心清淨；能斷除希欲自身的我慢；是恭敬他人的根本；信心是殊勝聖財，是最勝寶藏，是趣解脫之最勝足；是攝持善法之本如同雙手。（《四家合注》）

⁶⁸ 相當於西晉竺法護譯《郁迦羅越問菩薩行經》。相關段落見《大正藏》v.12 no.323 第29頁。

⁶⁹ 此頌意為：應由獻座、起立等敬奉和珍寶、飲食等財物，上師疲勞為師按摩等侍奉，以及如教修行三種供養門來依止善知識。（《四家合注》）

⁷⁰ 賢者，*brtan pa*，為「智者」*mkhas pa* 的同義詞。依《四家合注》此處指菩薩。因該詞有「堅定」之意，所以法尊法師此處譯作「堅固」，但在下文另處又將其譯作「勇士」。

⁷¹ 《四家合注》：弟子應恒常以世間所謂最難布施者如妻子兒女甚至自己的生命等敬奉為自己傳灌頂、講傳承、賜教授的三恩上師，更何況那些散動或說速壞當捨的財寶受用等。

⁷² 《四家合注》：經中說：上師雖然是庸常凡夫，但弟子對上師作如來想而供養，則一切諸佛住於上師毛孔中而受供養。因此《五次第論》中說：供養三世一切佛，不及供師一毛孔……由供養彼等即能圓滿以福德資糧為代表的二種資糧，藉圓滿二種資糧便能獲得殊勝成就即佛位。

⁷³ 《四家合注》KA函102頁：無盡性：即證得佛位。

⁷⁴ 功德光：*Yun tan 'od, Guṇaprabha*，「瞻洲六莊嚴二殊勝」中「二殊勝」之一。其弘持戒律的著作被稱之為《毗奈耶經》，有法友(Dharmamitra)的注釋《毗奈耶經廣釋》。

⁷⁵ 此處所引相當於玄奘譯《大乘地藏十輪經》。

⁷⁶ 『上師瑜伽教授』：即尋求具備資格的善知識，然後以意樂和加行如理依止（《四家合注》KA函118頁）。

⁷⁷ 《四家合注》KA函120頁。

⁷⁸ 「助緣」：*lhan cig byed rkyen*，或可譯作「同事緣」、「俱作緣」，是與「正因」同時發揮作用使結果得以產生的因素，如發芽所需的水土陽光等（見《瑜伽師地論》「同事因」*lhan cig byed pa'i rgyu*和「俱有緣」*lhan cig 'byung ba'i rkyen*）。「正因」：*nyer len gyi rgyu*，直譯為「近取因」，即產生結果的實質性因素，如種子對於芽。「所緣行相」：*dmigs rnam (dmigs pa rnam pa)*，*ālambana*。「所緣」指觀修對境(所觀修之事)，「行相」指心對「所緣」的執取狀態。

⁷⁹ 動機：由信解普賢行的力量所發起；對象：一切諸佛。

⁸⁰ 五種補特伽羅：佛、菩薩、獨覺、聖僧（包括有學和無學）和一切趣中的有情。

⁸¹ 「執著二種我相」：在人法二種我上執取實有之相。

⁸² 『修習』：*sgom*，梵*bhāvanā*。

⁸³ 《四家合注》引有偈頌：若無修心則如畫中燈、無戒則如無主之寶藏、若無資糧則如無濕種[不修心則如畫中的燈不能照亮、不守戒律則如無主的寶藏無人看守、不積集資糧則如無濕潤的種子不能發芽]

⁸⁴ 印度分一晝夜為六份，稱為「六時」。其中晝三時為晨朝、日中、日沒。夜三時為初夜、中夜、後夜（《佛學大辭典「六時」條）。晝三時分別是上午七點至十點、十一點至下午二點、三點至六點。夜三時是晚七點至十點、十一點至二點、三點至六點。

⁸⁵ 「親友書」：龍樹著。漢文大藏經中相當譯本題為《龍樹菩薩為禪陀迦王說法要偈》（大正藏1672）。

⁸⁶ 藏文「聞所成、思所成、修所成」的「成」也有「生」的意思，因此也可譯作「聞所生、思所生、修所生」。

⁸⁷ 「初禪預備定」：*bsam gtan dang po'i nyer bsdogs*，*prathama dhyāna sāmāntaka*。九定地第一，初禪預備階段。舊譯「初禪未至定」。

⁸⁸ 《四家合注》：「抉擇分」即加行道。

⁸⁹ 「感受」：*'dzin stangs*，內心對觀修對境的把握狀態。

⁹⁰ 「修行人」：*kusāli*，孤薩黎，原指遊方行乞的修行者。

⁹¹ 「暇滿」：*dal vbyor*，即『有暇』（*dar ba*）及『圓滿』（*vbyor ba*），指有能修道的可能性和具備修道的各種條件。

⁹² 這一偈頌的意思是：由戒律的力量，分別斷除如投生於（海中或陸上散居的）傍生趣等多種（惡趣的）體性，不僅不投生那些地方，而且總斷八種無暇，由（戒律）之力常獲八種有暇（《四家合註》KA函156頁）。

⁹³ 《親友書釋》：bshes springs 'grel ba, 摩訶摩提（Mahāmai 大慧）著。

⁹⁴ 《八無暇論》：mi khom pa brgyad kyi gam, 勇阿闍黎（馬鳴）著。

⁹⁵ 「弟子書」：月官菩薩（Candragomin）著。

⁹⁶ 「所依」：rten, 指修道的憑依--人身。

⁹⁷ 這一偈頌的意思是：能往善逝佛位之道的所依，將能速疾引導一切眾生到達佛地，並且有能發起獨自承擔（救度眾生）的廣大心力，如此之道不是天、龍所能獲得，更不是非天、妙翅鳥、持明、似人或腹行等生命所能獲得（《四家合註》KA函161頁）。『妙翅鳥』（kha' lding, garuda 伽樓羅）：似鳥有情，為蛇的天敵；『持明』（rig 'dzin, vidhyādhara），這裡指一類以咒術感人的（雌性）有情；『似人』（mi 'am ci, kinnara, 緊那羅）為喜馬拉雅山區半人半神有情（現為印度北部一地方及該地方之民族名）；『腹行』（los phyas, uraga, 烏樓伽）即龍族（人首蛇身）有情。

⁹⁸ 《喻法》：dpe chos, 全稱《喻法寶聚》，dpe chos rin chen spungs pa。

⁹⁹ 這裡有四種比喻，前兩個是比喻暇滿的稀有難得，後兩個比喻暇滿不應荒廢。「蟲禮」（srin bus phyag 'shal）是傳說佛在世時，有一個蟲子從地裡出來向佛陀行禮，暗示我們從惡趣的地下爬出，得到暇滿的人生，並能作禮佛等善行，這實在是很稀有的事。「騎野馬」（rkyang la zhon）說的是有一個眼盲跛足的人一次偶然落到野驢背上，於是唱起歌來。當有人問他為什麼唱歌時他說：騎到野驢背上對我來說實在太神奇了，我現在不唱歌何時唱？「臧魚」（rsang ba'l nya）說的是一戶人家招待一個從臧地來的工匠吃魚，這個工匠是第一次吃魚肉，因為好吃而貪吃過多，快要嘔吐出來時，他用鞋帶系住脖頸。人家問他為什麼，他說：魚肉太好吃了，如果吐出來的話不是太糟蹋了嗎？「梅烏糝」（sme 'u zan）說的是有一個貧兒一次被請參加盛宴，他吃了過量的「梅烏糝」，同伴問他為什麼，他說：這可能是我唯一一次能吃到這麼好的機會，我必須現在吃掉才行。同樣，暇滿的人生如果現在不利用的話，以後更待何時才能再次獲得？「梅烏糝」根據阿嘉·雍增·妙音喜慧的《簡明道次第辭解必備》指青稞團（nas zan）或糝粑油糕（mar zan）。Byang chub lam gyi rim pa chen mo las byung ba'i brda bkrol nyer mkho bsdus pa / A-kya-yong-'dzin, Dbyang-can-dga'-ba'i-blo-gros, p. 119。《藏漢大辭典》mar zan條：糝粑油糕。在糝粑裡揉和融化的酥油、細酪粉、紅糖等制成的方磚狀糕，為舊時藏餐盛宴的主食。對這四種比喻還有很多不同的解釋。又見杰貢巴的《喻法寶聚廣釋》Dpe chos rin chen spungs pa'i 'bum 'grel / Lce-sgom-pa, Delhi, 1975。

¹⁰⁰ 《毗奈耶四部》之一。相當於義淨譯《說一切有部毗奈耶事》（大正藏no.1442）。

¹⁰¹ 這一譯法根據《簡明道次第辭解必備》p. 119。

¹⁰² 經中說「（獲得）增上生的因除了戒律以外沒有其他」，因此如果沒有清淨戒律則一定不能得到暇滿；雖有了戒律，如果沒有布施等作助伴則得到人身時沒有受用等；有了布施，如果沒有清淨祈願作結合則不能值遇正法。《四家合註》KA函170頁。

¹⁰³ 「既非律儀又非非律儀的淨戒律儀」：意為「不是完全意義的戒但類似於戒的律儀」，指斷除十種不善。

¹⁰⁴ 此頌法尊法師譯作：「於諸有情先、如是思自利、夢中尚未夢、何能生利他」。

¹⁰⁵ 與上文所引阿底峽著《攝行燈論》藏文題名相同。

¹⁰⁶ 四種類倒：phyin ci log bzhi, 執無常為常、執苦為樂、執不淨為淨、執無我為我。

¹⁰⁷ 此句意為：能到死主不要說是奪命等就是連見都無法見到的勝位（之地，即解脫）。（《四家合註》KA函199頁）

¹⁰⁸ 此句意為：賢者（即菩薩）由見到衰老疾病等苦，又見到心識捨離身體之死亡，即能棄捨如同牢獄之家；未見這些過患的世間常人（凡夫）豈能捨離因家而生之欲。（《四家合註》KA函200頁）

¹⁰⁹ 「天王」：lha gcig, 字面意思是「唯一天」，對國王的尊稱。

¹¹⁰ 「趣」：意譯，原文作skye gnas, 正譯為「產處」（梵文yoni），這裡用指「趣」（藏文'gro ba, 梵文gati）。

- 111 原文作bdag nyid chen po phyogs kyi glang po (大自主者陳那，梵文mahātma dignāga)；所引為其《問讚》(spel mar bsod pa shes bya ba，梵文miśraka-sora-nāma)。此讚也有人將作者歸屬為敬母阿闍黎(ma khol，梵文mātrceta或mātricitra)。
- 112 「作友者」grogs byed pa，指世尊佛陀。
- 113 「勝仙」：drang srong dam pa，指佛陀。同樣下文中「勝者」rgyal ba、「具十力者」stobs bcu mnga' ba 等均指佛陀。
- 114 以上兩段方括號[]中內容，係按《四家合注》的注釋，為明了文意而補充。
- 115 法尊法師此句譯作「勇猛增長業」。《四家合注》：「僧伽寶者，以修法而得四果等教證功德，他人由見此而念亦能如此，以熱忱而趣入修行。」(272. 01) 即說僧伽以自身的修行為他人樹立榜樣，使更多的人意樂修學佛法(因而增長佛教)。
- 116 見《隨念三寶經》法尊法師從藏譯漢，及法尊法師講述之《隨念三寶經淺說》。
- 117 「魯達羅天」：drag po，梵文rudra，玄奘《俱舍》《瑜伽師地》譯例。魯達羅天是大自在天(藏dbang phyug，梵īśvara 濕婆)化身形象之一。法尊法師譯文中直接翻作「大自在天」。
- 118 「遍入天」：khyab 'jug，梵文viṣṇu，毗濕奴。
- 119 「摩納婆劫毗羅」：shed bu ser skya，梵文mānavakapila。
- 120 「迦葉佛」：son pa od srungs，梵文kāśapa。
- 121 「迦羅瞿虔佛」：son pa 'khor ba 'jig (滅生死)，梵文krakucchanda。古譯音寫作「拘留孫、拘留秦」，字不雅故改。
- 122 「端妙大王」：rgyal po mdzes ldan，梵文Cārūma。
- 123 沿用尊法師原譯。
- 124 三寶教我們修習善法，從修習善法中獲得福德 --- 譯者注。
- 125 《四家合注》中說：指與他人競爭攀比的心等。
- 126 「遏迦花」：arka'i me tog 或 ārka'i me tog。
- 127 即四法印
- 128 「烏曇跋羅花」：梵文udumvara或udumbara。
- 129 指佛陀在僧伽行列中使僧伽行列成為清淨。
- 130 「沉香」：藏梵akarū。
- 131 「都魯伽香」：duruśka，梵文uruśka。
- 132 原文此處為bon la sogs pa (苯教等)。根據上下文意，應指一切非佛法之方術等。因此法尊法師譯作「外道邪儀」。
- 133 《四家合注》295頁：從見地上劃分，佛教以四法印為見地標準主張無我，凡與此相違背的即是外道。從行為上劃分，佛弟子遵行佛陀所教示的開遮、持犯，而外道則落入或恣意行樂或無謂苦行這兩種極端之中。
- 134 「集學論」：bslab btus，全稱bslab pa kun las btus pa，梵文śikṣāsamuccaya，作者寂天(shi ba lha, śāntideva)，To.3940。漢譯有《大乘集菩薩學論》，作者歸屬：法稱(大no.1636)
- 135 「譬喻事」：rogs pa bjod pa。《四家合注》：生為豬譬喻是說有一個三十三天天子見到花鬘枯萎等死相，觀察自己將投生何處，發現即將投生於(人間)王宮中一頭生著如食肉鬼一般豬頭的母豬胎中，不禁發出「嗚呼三十三天！」的悲號，痛苦難忍。帝釋天王見狀詢問是何緣故，聽說後起大悲心，然而也沒有其他辦法，便教他歸依三寶。由于歸依三寶，這個本來要投生為豬的天子死後轉生都史多天。帝釋天王想知道他轉生何處，觀察三十三天及其以下不能找到，因為無法知道上界的情況，只好去問佛陀，佛陀告訴他說「此天子已轉生都史多天」。帝釋對此嘆為稀有而說了「若人歸依佛……」等偈頌。
- 136 頗邦喀《掌中解脫論》、貴桑-洛桑絳貝摩隆(善慧文殊頌)《道次第略論記》等載：過去有一個外道修成稱為「風索」的法術，他已經用此術捉縛了國王、宰相和很多大臣，當他還想捉一個歸依三寶的年幼优婆塞時，卻多次失敗，風索不僅不能捉縛而且還在优婆塞面前做出稽首的樣子。外道甚感奇怪，前去探究，

發現真相後與全部弟子歸信佛法。(引自Lobsang tharchin, wih Artemus Engel: Liberation in Our Hands, Part two, P216, footnote)

137 「刺痛」：zug rngu(zug意為刺，rngu意為痛)，梵文śalyam，意為箭或矛刺，引申為引起刺痛的東西。古譯為「箭」。

138 業：las, karma，包括身體、語言以及思想意識在內的行為或心理活動，有時只指行為和心理活動本身(業)，有時指行為的結果(業果)，有時指行為或心理活動的作用和效果(業力)。

139 一般而言，正見是指對空性的正確理解和直接體認。這裡的正見指的是「世間正見」，世間的意思是凡夫，因為對凡夫而言，首要的是應建立對業果原則的遵信，所以叫做「世間正見」。為與此相區別，前者(即對空性的體認)又稱作「出世間正見」。(Pabongka: Liberation in our hands, part II, P231; 又見注)

140 「金天[授]」：gser lha[s] [byin], suvarṇadeva[tā]。「金寶」：gser dbyig, suvarṇvasu。「象護」：glang bo skyong, hastipāla。

141 戒律圓滿指的是不沾染那些違犯根本罪墮等的性罪；軌則圓滿指的是不沾染那些與世間法規和毗奈耶戒規(包括：披著法衣等臨時需要、念誦等日常修行以及行住坐臥的威儀等方面)相違背的屬於遮罪的惡行；淨命圓滿指的是不沾染五種邪命而遵行正命；正見圓滿指的就是與那些不承認有輪回解脫、不承認業果規律、執著事物從無因而生或從不相應因而生等錯誤認識相反的，遵信業果規律的世間正見。(《四家合注》P306)

142 末句法尊法師譯作：「無信豈能如欲行」，此據原文文意改(dad pa med pa dag ni ji ltar vdod par spyod)。

143 《四家合注》KA函310頁：「比如那些會遇阿彌陀佛大願等所成就的極樂世界的人，雖然自己不一定要圓滿集積所有成就極樂世界的因，但必須至少已建立足夠的會遇阿彌陀佛的緣份福德。」《阿彌陀經》中說：「舍利弗，眾生聞者，應當發願，願生彼國。所以者何？得與如是諸上善人俱會一處。舍利弗，不可以少福德因緣得生彼國。」

144 意思就是說，婆羅門認為善與惡就像是某件東西一樣，可以從一個人身上轉移到另一個人的身上。《四家合注》310頁：又比如說認為通過對神進行崇拜、祭祀或通過修習無益的苦行等能獲得昇天的果報。

145 意思就是說：自己已經造了的業，其後自己一定會得到果報，因此沒有不遇已造業之果的情況；同時，別人所造的業行，我不會承受，因此也沒有他人造業而我須承受其結果的情況。

146 即古譯：假使經百劫，所做業不亡，因緣會遇時，果報還自受。尊譯：假使經百劫，諸業無失亡，若得會遇時，有情自受果。「有身」(lus can) = 有情。

147 「仙人」：drang srong, 指佛陀。

148 「語所生」：gsung skyes, 佛語所生，即聲聞。「自性決定自菩提者」：rang byang chub la bdag nyid nges rnam, 即獨覺。

149 《大乘大集地藏十輪經》卷九、善業道品第六之二。

150 「所依事」：gzhi, 古譯作「事」，指行為的對象或所在。「認知」：'du shes, 古譯作「想」。「心態」：bsam pa, 古譯作「欲樂」。玄奘譯《瑜伽師地論》攝決擇分中有尋有伺等三地之二：「……復次若廣建立十惡業道自性差別復由五相。何等為五。一事。二想。三欲樂。四煩惱。五方便究竟。」《大正藏》第三十冊No. 1579第630頁。

151 「實行」：sbyor ba, 古譯作「加行」，指包括預備活動和具體實施在內的行為。

152 以下每一個業道都從這四個方面來作解說。

153 因為要使殺業達到究竟必須受害者死在殺害者死亡之前。見下文究竟處的解釋。

154 「根本惡(根本罪)」：dngos gzhi'i sdig。「根本」這裡義為「實際的」。「沒有根本惡」的意思是說惡行的事項不全面，但犯者仍將受惡的果報。

155 因為瞋而導致的殺生比如對自己的仇敵產生瞋恨而以兵刃等將其刺死；因為貪而導致的殺生比如為求食肉和或取皮而殺羊等；因為愚痴而殺生比如外道或不信佛法的人任意屠殺動物而作祭祀等，並且以為這樣做和向別人宣傳是沒有罪過的。(Pabongka: Liberation in our hands, part II, P245)

¹⁵⁶ 意思是說：殺害者如果死在被害者之前或同時，則殺生業道沒有達到究竟，因為殺者已轉為另一生命。因此殺業達到究竟必須被害者死在殺害者死亡之前。（參考《俱舍論釋》：分別業品第四之四，玄奘譯本卷十六）

¹⁵⁷ 包括如兩性人或動物等。

¹⁵⁸ 共有八種可能：所見之事、所聞之事、辨別之事、理解之事、所不見之事、所不聞之事、不辨別之事、不理解之事。

¹⁵⁹ 「嫌恨」：kun nas mnar sems, āghāta, 有多義。玄奘《瑜伽師地論》中又譯作怨害、憎背、損害心、恚心等。

¹⁶⁰ 玄奘《瑜伽師地論》中作「謂纔發言」。法尊法師同此作「謂纔說綺語」。

¹⁶¹ 「鬥、訟、諍、競」：'thab mo dang mtshang 'bru dang rtsod pa dang 'byed pa, kalaha-bhaṇḍana-vigraha-vivāda。根據藏文和梵文原文，這四項分別有口角、揭發過失、爭辯、爭執(或競爭)之義。

¹⁶² 即妄語、離間語、粗惡語。

¹⁶³ 「覆蔽」：zil gyis non pa, 有「被壓倒」之意。

¹⁶⁴ 「損減義」：skur ba 'debs pa'i don。「損減」就是錯誤地否認。《四家合注》238頁：「一切邪見中都有斷見……(也就是說)都有否認實有義的成分。」

¹⁶⁵ 「觸證世間離欲之道」即由世間勝觀，觀察上界的輕安，下界的粗重，分別制服自心中已出現的各種煩惱；「觸證法諦現觀」即由修習出世間道如無常等十六行相，了知諸法諦實。(《四家合注》331頁)「十六行相」即：苦諦的四種表現：無常、苦、空、無我；集諦的四種表現：種子、根源、製造、條件；滅諦的四種表現：滅(煩惱惡業的徹底斷除)、淨(苦的徹底淨化)、妙(臻至完善)、離(解脫涅槃)；道諦的四種表現：道(從凡夫到聖者的道路)、如(不合理煩惱的正對治)、行(正確的努力和達致)、出(脫離生死輪回、往趣涅槃)。

¹⁶⁶ 「行為對象」：zhing, 古譯「田」或「福田」。

¹⁶⁷ 「所依」：rten, 指行為的做者。

¹⁶⁸ 「近住[律儀]」：bsnyen gnas [kyi sdom pa], 又譯作齋戒律儀，即以一晝夜為限受持的「八關齋戒」。

¹⁶⁹ 「主上果」：bdag po'i vbras bu; 「增上果」：dbang gi vbras, 梵文 adhipati-phala。法尊法師譯本作「主上果」。

¹⁷⁰ 「行」：'du byed, 此處指行為、實行。

¹⁷¹ 「獨勝」：rang rgyal ba, 梵文pratyeka-jina, 玄奘《瑜伽師地論》與《俱舍論》譯例。同義詞為「獨覺」(rang sangs rgyas, 梵文pratyeka-buddha)。

¹⁷² 「有意識地」：bsams bzhin du, 梵文saṃcintya, 古譯「故」、「故思」。

¹⁷³ 「(1)一切諸法等同幻事、水泡、陽焰、閃電，或如水中之月，雖現為月但非實月，如是雖現而無實：這是開示法無我。(2)雖有死後往生他世的有情，但所謂摩奴所生者之自性不可得：這是開示人無我。(3)如是[人法]雖無自性，但不是沒有造作善惡諸業，也沒有未作會遇(未造業卻受果報)之事，而是按照黑白業之因分別成熟苦樂之果。這一性空與業果緣起二者結合、相互助顯的理趣門徑實為善妙，然而卻很微細，凡夫難以直接觀見，是唯有勝者(佛陀)能直接觀行的境界。」《四家合注》365.06-366.04 「摩奴所生」：shed las skyes pa, 梵文manuja (shed bu, 梵文māṇavaka)。法尊法師譯文作「意生」。「摩奴所生」指人，即業的做者。

¹⁷⁴ 在西藏，人死後要請人將死者的屍體用布和繩子包扎好，然後背到天葬的地方。在背的時候，屍體的面孔與背尸體的人方向相反，二者處於背對背的關係。因此這裡用這一比喻來形容那些自命為修法者，然而其相續與所修的法正好相背的情形。

¹⁷⁵ 「悔除」：phyir bcos pa (phyir vchos pa), 梵文prati-√kr, 玄奘《瑜伽師地論》譯例。

¹⁷⁶ 《四家合注》KA函378頁：首要的徵兆應該是煩惱的減輕、對上師三寶以及正法信心的增長、心更趨向於正法等，這些纔是真實相。夢相有時會有欺騙的害處，多為幻覺(不可過於憑信)。

¹⁷⁷ 「八千頌大疏」：brgyad stong vgrel chen, 全稱 vphags pa shes rab kyi pha rol tu phyin pa brgyad stong pa'i bshad pa mngon par rtogs pa'i rgyan gyi snang ba zhes bya ba, 梵 ārya-aṣṭasāhasrikā-

prajñāpāramitā-vyākhyā[na]-abhisamayālamkārikā-nāma, 《聖般若波羅蜜多八千頌疏：現觀莊嚴明》，作者獅子賢(haribhadra)。TO3791

178 《四家合注》KA函382頁：自責即對以前所造的惡業生追悔心、防護即防止以後再犯、發露即不隱瞞自己的惡行，總之即是圓滿依靠四力進行對治。

179 「摧毀」：vjoms pa，指全部毀掉，與上文中的「損傷」或「損滅」(nyams pa)不同。

180 指鬘(sor mo'i phreng ba, angulimāla)本信奉外道想殺一千人祭祀，還差一人未足數時悔悟，棄惡從善，出家證得阿羅漢果；因此他並未嘗受其殺業的地獄果報。未生怨王(ma skyes dgra, ajataśatru, 阿遮世王)囚禁他的父親頻毗沙羅王(Bimbisara)，使其餓死獄中，但在佛陀親自教誡下追悔，奉教修善；他死後[因弑父之業]而墮無間地獄但只經極短暫時間。娑縛伽(svaka)殺害了母親。無憂王(mya ngan med, aśoka, 阿育王)前半生以好戰著稱，征服伽陵噶國後心生極大追悔，從此歸依並大力宏傳佛教。

181 勇授王(dpa' bas byin, śūradatta)殺害王后之師華月嚴菩薩(supuṣpacandra)，事見《三摩地王經》第35章，漢譯《月燈三昧經》(那連提耶舍譯)卷九。

182 《四家合注》KA函392.06-393.03：大王如果你欲求增上生的善趣(人天等)和究竟勝的解脫及一切智的話，就應修習對世間正見即二種業果的確信。為什麼呢？因為持有「善惡業不會招致樂苦果報」這種錯誤知見的人雖然暫時似乎在做善行，但終唯有一切可畏或說極大苦異熟果報的成熟。

183 《四家合注》KA函394.05：具備受用圓滿、身體圓滿、眷屬圓滿與作或行圓滿這四種圓滿就是殊勝增上生的自性。

184 此頌沿用法尊法師譯文。

185 「五蘊」：舊譯「取蘊」或「五取蘊」。「取」是承受和負擔的意思；「蘊」指的是身心結合的狀態。

186 相應漢譯段落見《大正藏》31冊no.1611(p.819)：「知病離病因、取無病修藥、苦因彼滅道、知離觸修等...」

187 「掉舉」：修習時心放逸到貪或瞋等對象上，不能向內安住，二十隨煩惱之一。

188 《四家合注》：餓鬼中有兩類，一類為純粹受苦者，一類為不完全受苦者，這裡指的是前者。

189 「粗重」gnas ngan len, dauṣṭulya：這個詞藏文的字面意思是「取惡處」(取是承受的意思，即承受惡的處境)。意為不細、不勝任、「不堪能」。指煩惱業的種子習氣及其使身心不能修道的狀態。

190 《四家合注》：如同想要嘔吐時一般，意識到胎中的不淨而想出去。《時輪經》等處說：入胎後一至七月中沒有記憶力，從七月至將要生產的中間則有記憶力。以後因為生產時的痛苦，不僅使對過去生世的記憶喪失，而且也使住胎的經驗被遺忘掉。(所以我們現在全然不知過去和住胎時的情況)

191 當野火燒起時，不論草木以及其中的有情與無生命的事物，一切都被燒毀，死亡也是這樣摧毀我們的身心。

192 「分析修」：或稱觀修，與「止住修」相對應的修習方法，經過分析和運用邏輯思維能力達到對現象本質的正確認識。(法尊法師此處譯作「觀擇修習」)

193 《四家合注》：「禁」即防止惡業，「行」即努力善行。

194 此頌譯文基本等同法尊法師所用古譯。

195 《四家合注》KA函435至436頁：指布施、持戒以及禪修三者。前二分別從六度前二度即布施、持戒中獲得，禪修善根則包括六度中後四度所生福德。

196 「琰魔國」：gshin rje'i 'jig rten。即餓鬼世界。

197 意思是說：在已斷煩惱的阿羅漢身心相續中所遺留的業不可能再引發生死，因為引發生死之業的助緣--煩惱已經被消滅了，所以那些業不再能發生作用；然而對於凡夫，因為在身心相續中仍有貪愛，就會發生執著，有執著就會再次產生執著五蘊的引發業，從而生死相續不斷。(《四家合注》KA函449)

198 即"在壞聚上發生執著的見"。因為這種見以為在五蘊上有常久、獨立、自存的實體等，是一種顛倒錯誤的知見，所以稱之為壞聚之見。(《四家合注》KA函451頁)「薩迦耶見」：梵 satkāya drṣṭi，藏 vjig tshogs la lta ba。根據藏文的意譯，satkāya 是由前綴 sad 加 kāya 組成。sad 有「壞滅」(vjig)的意思，

kāya 意為「身」即聚合(tshogs)的意思，因此合起來就是「壞聚」(vjig tshogs)。但如果取前綴為 sat 「具有」的意思，則這個字又可譯作「有身見」。

¹⁹⁹ 「潛伏習氣」：bag la nyal, anuśaya, 古譯「隨眠」。

²⁰⁰ 「非理作意」共有四種：把本質上是苦的事執著為樂、把本質上無常的事執著為常、把本質上不清淨的事執著為清潔可愛、把人或事無自性執著為有自性。

²⁰¹ 思業就是發起身體語言上的行動之前、在動機階段的心思；思所發起的業就是與所發起的身體語言上的表現同時作用的心思。毗婆沙論師認為只有身體語言上的有色(有形)一類才是業，世親論師在《俱舍論釋》中對此作出反駁，因此經部以上各系都認為兩種業都屬於思的範疇(《四家合注》KA函458至459頁)。

【注意】這裡所說的「經部以上」只包括經部、唯識和中觀自續派，而中觀應成派觀點則與毗婆沙師相同。

²⁰² 《夏爾東上師文集》卷一706頁：此處有兩種解釋，一說為「與老婦行」，一說為「過度行」。

²⁰³ 參考《阿毗達磨集論》：「……極住七日或中夭，或時轉移。」(玄奘譯《大乘阿毗達磨集論》本事分中三、法品第一之三，卷第三)

²⁰⁴ 「本有」：梵文purabhava，因為藏文對譯sngon srid可釋為sngon dus kyi srid pa或sngon gyi srid pa，意思是「前時有」或「前有」，所以詞義會發生混淆。漢譯本中玄奘譯為「本有」，真諦譯為「先有」。若不讀本論注釋，其義難以明了。根據論釋，這裡的「本有」或「先有」指的並非死前本來所有或先有之身而是指下一生中直到死有前的本有身。另外，《四家合注》中也指出，頌文中使用了「將成」一詞(藏文'byung為將來時)，因此即可推知其所指為下一生(《四家合注》KA函472頁)。對應漢譯，此句玄奘譯作「如當本有形」，真諦舊譯作「當先有相貌」，都有「當」字，當即「當來」、「未來」和「將成」的意思，譯意也十分明顯。因而此處所指出的混淆應屬對此三句頌文：「如當本有形，本有謂死前，居生剎那後」的文義理解不清而造成的。

²⁰⁵ 應理解為「即將投生地獄的中有」，所以叫做「地獄中有」，以下例同。

²⁰⁶ 這一點支持大乘佛教中在七七四十九日內為死者作法事以求改善其投生的信仰。

²⁰⁷ 在一切餓鬼中，頸瘦餓鬼的痛苦最嚴重，幾乎與地獄的痛苦相等，因此其投生的情況也與地獄相同。

²⁰⁸ 「無明」：ma rig pa, avidya, 直譯為「不明」。「無明」既不是「沒有明」也不是「不是明」，比如「不親(仇敵)」既不是「沒有親」，也不是「不是親」(《四家合注》KA函481頁)。「明」：rig pa, 梵文詞根vid, 作為動詞原意就是「知」(名詞意為知識、智慧、科學等，有時也指明咒)。在這裡指的是無明的對治即「了知無我的智慧」。

²⁰⁹ 關於無明的本質，佛教各派均在以下兩系不同見解中擇一而從：1)瑜伽順理行派，認為無明的本質就是薩伽耶見，以法稱論師為代表；2)瑜伽順教行派，認為無明只是對真實義的無知，以無著和世親兄弟為代表。這兩系在認為無明的首要對治就是「明」或說通達無我的智慧這一點上雖然有所共識，但前者強調，因為無明是主觀之心對客觀之境的顛倒執著，所以是智慧的對立面即錯誤認知；後者則認為無明只是對(無我)真實義的蒙昧即缺乏認知。(參考《四家合注》KA函482頁)就理論史發展順序而言，瑜伽順教行派在先，順理行派在後。

²¹⁰ 一般而言，佛教各宗派中，只有唯識宗中「瑜伽順教行」，即追隨無著的一派主張有阿賴耶識，其他宗派則不承認有阿賴耶識。這一點涉及到佛教各宗對[所應破除的]「我」的建立。

²¹¹ 「色」：gzugs, 有兩種含義：1)總指色蘊即有形的物質或生理形態，包括十一種色(五種感覺器官加六種感覺對象)；2)專指眼識所見的形狀和顏色。而這裡講到「名色」時的「色」則特別指生命開始時的生理形態，舉例如胎生者處於胎兒各階段時的不同形態，共有五種即羯羅藍、安部曇等等，見下注「名色」之「胎中五位」。

²¹² 「色的潛伏狀態」：gzugs kyi sa bon, 或譯為「色的種子」即古譯「色種」。

²¹³ 「名色」就是新的生命最初形成時的心身聚合體，由五蘊所組成，其中屬於心的部分就是受想行識四蘊；屬於身的部分就是色蘊，如果是胎生，則特別指受孕後胎兒的身體在各階段的發育形態，共有五個階段(舊譯「胎中五位」)分別是羯羅藍、安部曇、閉尸、鍵南、鉢羅奢佉(讀作「軀」)。

²¹⁴ 緣起十二支中的「處」指的是「十二處」中的前六個，即眼、耳、鼻、舌、身、意。也就是視覺器官、聽覺器官、嗅覺器官、味覺器官、觸覺器官和思覺器官。因為它們既是「六識」的增上緣，所以叫做「六根」；又是「六識」產生和發展的條件，所以也叫做「處」(《四家合注》KA函484頁)。「根」：dbang

po, indriya, 「專司其職」的器官, 如眼專司視覺對象, 耳專司聽覺對象等。所以它們分別是六種識的增上緣。「處」: skye mched, āyadana, 意思是出生和增長的地方, 如同生殖之門, 因為六識分別從那裡出生增長, 所以叫做「處」。【提問】為什麼十二緣起中的「處」只說「六處」而不提十二處的其他六個, 即色、聲、香、味、觸、法? 【回答】作為十二緣起第五支的「處」指的是輪迴生死中一個新的生命形成時的五個特殊階段: 第一個階段是獲得意根和身根(即一個新的身心聚合體, 如果是胎生的話, 這就是心識進入精血團和之中, 形成羯羅藍), 第二至第五階段就是隨著「名色」的發展(胎兒的發育)而逐漸形成另外四根(即眼等四處)。因此「處」只需確定為內六處即六根而不包括外六處(即六種識的)對象, 因為外六處已經隨之而有, 不必依靠名色的發育, 比如胎兒已經具有顏色和形狀、聲音、嗅、味、柔軟等觸覺以及無常等法的成分(參考Jeffrey Hopkins著Meditation on Emptiness, 279)。所以論中說「隨著『名』一同發育增長而逐漸形成眼等『四處』……」。

²¹⁵ 「有色」就是「有形」的意思。無色界的有情身體是無形的, 或者說沒有具體、粗顯的形狀, 因此說他們沒有六處中有形的五處, 即眼、耳、鼻、舌、身。但那裡仍有色的種子, 見上注。

²¹⁶ 出《稻稈經》。

²¹⁷ 《四家合注》KA函486頁在此總結: 首先有了[根、境、識]接觸的「觸」, 因此就有了苦樂等「受」, 因此便增長「貪愛」, 因此便「取(承受)」後生生死, 因此便造作惡業, 因此就產生惡果(如惡趣等), 這是先輩大德們所說。

²¹⁸ 有情的心識在果位投生時為生, 然後從名色階段直到產生感覺/經驗之間都是老死(《四家合注》KA函487頁)。也就是說, 在投生的一剎那為生, 然後從第二剎那直到死之間的轉變都是衰老的過程, 死就是一個同分身心結合體的停止。將老死合為一支的原因是因為有才生即死, 不需經過衰老過程的事例(Jeffrey Hopkins著Meditation on Emptiness, 282)。

²¹⁹ 「同分」或「眾同分」, 即對六趣有情而言, 每一趣之內的有情都具有相同或類似的身體形狀和環境。

²²⁰ 二重因果指的是: 1.能引發——因(無明、行、因位識), 所引發——果(果識、名色、六處、觸、受), 2.能促成——因(愛、取、有), 所促成——果(生、老死)

²²¹ 「雙勝」: 即舍利弗與目犍連。

²²² 吉祥世友: 此處藏文拼作śrī ja ga ta mi tra, 全名吉祥世友慶喜 śrī jagan-mitrānanda。引頌見其《致月王書信》candra-rāja-lekha。

²²³ 《四家合注》: 七童女是訖哩吉王(Krikri)的女兒, 這段話就是她們對生死發起厭患之心後請求父親允許出家時所說。

²²⁴ 以上兩頌基本上沿用法尊法師所譯。

²²⁵ 「翳羅葉龍」: E la'i 'dab klu, Nāga Elapatra, 此龍頭上生有一棵樹, 只要有一點微風吹動就會痛。這是牠往昔作比丘時犯輕微戒不重視的業果。

²²⁶ 毗奈耶又譯作調伏、律、戒等等。

²²⁷ 「經得起觀察」的意思就是說: 無論任何人見了都能產生信心; 另有版本中作「能持久」, 意思是無退轉改變。《字釋必備》32頁下至33頁上、文集141至142頁。

²²⁸ 「超戒」: 梵文Vikramaśīla, 意為超勝戒律。

²²⁹ 見《字釋必備》33頁、文集P142頁。

²³⁰ 對這一段文字有不同解釋, 《四家合注》中說: 「對此煩惱我應牢記它對我所做的危害, 因此應心懷記恨, 在戰鬥中戰勝它。若不按修心深義……記恨等類煩惱心態不應使之發生, 然而記恨煩惱這種態度因為能消滅煩惱, 所以應屬特別例外」(《四家合注》530至531頁)。吉素雍增。羅桑瑾巴《入菩薩行論釋。佛子津梁心要》(南印度哲邦寺羅色嶺版P98)中則說: 對此煩惱之對治我應緊緊把握, 對煩惱則應心懷記恨與之戰鬥而降伏之。對於應斷之事(煩惱)的記恨與對於對治措施的執著, 雖與煩惱有相似之處, 但因為能消滅煩惱, 所以不屬於應斷捨之事(貌似煩惱實非煩惱, 故不在應斷範圍)。此處譯文主要依照後者的解釋。

²³¹ 鹿被[獵人]笛聲所誘惑[而陷入羅網]、象被背後的觸鉤所驅使、飛蛾撲火是被色所害、魚被味餌所釣、蒼蠅被香嗅所誘殺, 五欲分別能如此致命, [我們]終日都習慣於這些五欲境中, 怎能不被摧毀?(《四家合注》533至534頁)

²³² 關於五種蓋障, 有不同排列次序:

A說：1掉舉/追悔、2瞋恚、3昏沉/睡眠、4貪欲、5疑惑

B說：1貪欲、2瞋恚、3昏沉/睡眠、4掉舉/惡作、5疑惑

C說：1貪欲、2昏沉、3睡眠/追悔、4散亂、5疑惑

道次第廣論此處所引系按A說；林崇安《基本漢藏梵英佛學術語》(慧炬出版社，1991)按B說；C說見《藏英對照佛教詞匯》(Tsepak Rigzin: Tibetan-English Dictionary of Buddhist Terminology, 1986)

²³³ 「培根、隆、赤巴」：bad kan, rlung, mkhris pa 是阿育吠陀 (āyurveda 醫方明) 所說人體三種根本能量成分的藏文名稱，依次對譯梵文的kapha, vata, pittha。一些學者將此分別譯作「痰、風、膽」，但三者與中西醫詞彙的概念有所不同，因此這裡為避免混淆而採取音譯。

²³⁴ 《法句經。因緣品》：舍衛城有兩個商主，一人家財萬貫，一人財少勢微。後財多者貪戀婦女、裝飾，結果家財耗盡，淪為乞丐；而財少者努力經營，泛海求寶，最終富貴圓滿。舍衛國王波斯匿聽說此事後請問佛陀，佛陀因此說了上述偈頌(《四家合注》P535至536)。

²³⁵ 《四家合注》536頁：釋迦佛往昔為菩薩時，曾轉生為一婆羅門青年，學習吠陀，婆羅門上師為考察弟子的心，故意說「你們現在必須偷盜別人的財物供養給我，[才能為你們開示教授]」，其他弟子都隨言而行，菩薩卻沒有接受，想到「如此目的極其卑下，為求成就[帝釋]天王的享受而喪失慚愧心去作盜賊是極不合理的惡行，與其如此，我不如手持瓦罐去行乞……」，因此對上師說了這一偈頌。

²³⁶ 「等」字攝語和意。

²³⁷ 此頌沿用法尊法師譯文。

²³⁸ (同上)