

菩提道次第廣論消文

北 14 秋 316 班 / 北 18 增 303 班

共學用

僅供參考

2023/06/24V2

科判

科判分二：

初皈敬頌及略述本論之重要_____ 1

【皈敬頌】：P1、P2

次開為四門_____ 4

甲一、為顯其法根源淨故開示造者殊勝_____ 4

乙一、圓滿種中受生事理_____ 4

乙二、其身獲得功德事理_____ 5

丙一、知見廣博獲教功德事理_____ 5

丙二、如理修行獲證功德事理_____ 6

乙三、得已於教所作事業_____ 9

丙一、於印度所作事理_____ 9

丙二、藏中所作事理_____ 10

【造者殊勝】：P2、P3、P4、P5、P6、P7

甲二、令於教授起敬重故開示其法殊勝_____ 13

乙一、通達一切聖教無違殊勝_____ 13

乙二、一切聖言現為教授殊勝_____ 19

乙三、易於獲得勝者密意殊勝_____ 23

乙四、極大惡行自行消滅殊勝_____ 23

【教授殊勝】：P8、P9、P10、P11、P12、P13、P14、P14LL1

甲三、如何說聞二種殊勝相應正法_____ 25

乙一、聽聞軌理_____ 25

【聽聞軌理】：P15L9、P16、P17、P18L3、P19L2、P20L2

丙一、思惟聞法所有勝利_____ 25

丙二、於法法師發起承事_____ 27

丙三、正聽軌理_____ 28

丁一、斷器三過_____ 28

丁二、依六種想_____ 29

乙二、講說軌理_____ 34

【說法軌理】：P20L13、P22

丙一、思惟說法所有勝利_____ 34

丙二、發起承事大師及法_____ 35

丙三、以何意樂及加行而說_____ 35

丙四、於何等境應說不說所有差別	37
乙三、於完結時共作軌理	38
【完結軌理】：P23	
甲四、如何正以教授，引導學徒之次第	39
乙一、道之根本親近知識軌理	39
丙一、令發定解故稍開宣說	39
【親近善士】：P23L13、P25、P26、P27、P28、P29、P30、P31、 P32、P33、P34、P35、P36、P37、P38、P39、P40、 P41	
丁一、所依善知識之相	40
丁二、能依學者之相	46
丁三、彼應如何依師之理	49
戊一、意樂親近軌理	49
己一、總示親近意樂	50
己二、特申修信以為根本	53
己三、隨念深恩應起敬重	57
戊二、加行親近軌理	59
丁四、依止勝利	62
丁五、未依過患	65
丁六、攝彼等義	68
丙二、總略宣說修持軌理	70
【修習軌理】：P41L10、P42、P43、P44、P45、P46、P47、 P48、P49、P50、P51、P52、P53、P54、P55、P56、 P57、P58L2	
丁一、正明修法	70
戊一、正修時應如何	70
己一、加行	70
己二、正行	77
庚一、總共修法	77
庚二、此處修法	78
己三、完結	79
戊二、未修中間應如何	80
丁二、破除此中邪妄分別	92
乙二、既親近已如何修心次第	104
丙一、於有暇身勸取心要	104
【暇 滿】：P59、P60、P61、P62、P63、P64、P65	
丁一、正明暇滿	104

戊一、閒暇	104
戊二、圓滿	106
丁二、思其義大	108
丁三、思惟難得	112
丙二、如何攝取心要之理	117
【道次引導】：P66L3、P67、P68、P69、P70、P71、P72、 P73	
丁一、於道總建立發決定解	118
戊一、三士道中總攝一切至言之理	118
戊二、顯示由三士門如次引導之因相	120
己一、顯示何為由三士道引導之義	120
己二、如是次第引導之因相	122
庚一、正明因相	122
庚二、所為義	130
丁二、正於彼道取心要之理	134
戊一、於共下士道次修心	
戊二、於共中士道次修心	
戊三、於上士道次修心	

下士道

戊一、於共下士道次修心	134
已一、正修下士意樂	134
庚一、發生悉求後世之心	134
辛一、思惟此世不能久住憶念必死	134
【念死無常】：P74、P75、P76、P77、P78、P79、P80、P81、 P82、P83、P84、P85	
壬一、未修念死所有過患	134
壬二、修習勝利	137
壬三、當發何等念死之心	139
壬四、修念死理	141
癸一、思決定死	141
癸二、思惟死無定期	148
癸三、思惟死時除法而外餘皆無益	154
辛二、思惟後世當生何趣二趣苦樂	157
【三惡趣苦】：P86、P87、P88、P89、P90、P91、P92、P93、 P94、P95、P96、P97、P98	
壬一、思惟地獄所有眾苦	159
癸一、大友情地獄	159
癸二、近邊地獄	164
癸三、寒冷地獄	166
癸四、獨一地獄	169
壬二、旁生所有眾苦	171
壬三、餓鬼所有眾苦	173
庚二、依止後世安樂方便	181
辛一、趣入聖教最勝之門淨修皈依	181
【皈依三寶】：P98L7、P99、P100、P101、P102、P103、P104、 P105、P106、P107、P108、P109、P110、P111、 P112、P113、P114、P115、P116、P117	
壬一、由依何事為皈依因	181
壬二、由依彼故所皈之境	183
癸一、正明其境	183
癸二、應皈依此之因相	183
壬三、由何道理而正皈依	186
癸一、知功德	186
子一、佛功德	186

子二、法功德	194
子三、僧功德	194
癸二、知差別	195
癸三、自誓受	196
癸四、不言有餘而正皈依	197
壬四、既皈依已所學次第	199
癸一、攝分中出	199
癸二、教授中出	201
子一、別學	201
丑一、遮止應學	201
丑二、修行應學	202
子二、共學	206
辛二、一切善樂所有根本發深忍信	223
【深信業果】：P117L8、P118、P118LL1、P120L2、P121L2、P122L3、 P123、P124L2、P125、P126、P127、P128、P129、 P130、P131、P132、P133、P134、P135、P136、 P137、P138、P139L2、P139LL1、P141、P142L3、 P143L2、P144L2、P145L2、P146L2、P147、P148、 P149、P150L2、P151	
壬一、思總業果	223
癸一、正明思總之理	223
癸二、分別思惟	229
子一、顯十業道而為上首	229
子二、抉擇業果	232
丑一、顯示黑業果	232
寅一、正顯示黑業道	232
寅二、輕重差別	248
卯一、十業道輕重	248
卯二、兼略顯示具力業門	253
寅三、此等之果	260
丑二、白業果	264
寅一、白業	264
寅二、果	265
丑三、業餘差別	266
壬二、思別業果	272
癸一、異熟功德	272
癸二、異熟果報	274

癸三、異熟因緣	275
壬三、思已正行進止之理	278
癸一、總示	278
癸二、特以四力淨修道理	283
己二、發此意樂之量	294
己三、除遣此中邪執	294

中士道

敬禮勝尊具大悲者足	298
戊二、於共中士道次修心	300
【中士道】：P152	
己一、正修意樂	300
庚一、明求解脫之心	300
【希求解脫】：P153L6	
庚二、發此之方便	301
辛一、由於苦集門中思惟	301
壬一、思惟苦諦生死過患	302
【思惟苦諦】：P154、P155、P156、P157、P158、P159L2、 P160、P161、P162、P163L2、P164L3、P165、 P166、P167、P168、P169	
癸一、顯示四諦先說苦諦之意趣	302
癸二、正修苦諦	305
子一、思惟生死總苦	305
丑一、思惟八苦	305
丑二、思惟六苦	318
丑三、思惟三苦	326
子二、思維別苦	330
丑一、三惡趣苦	330
丑二、人苦	330
丑三、非天苦	330
丑四、天苦	331
寅一、欲天三苦	331
寅二、上二界粗重苦	333
壬二、思惟集諦流轉次第	334
【思惟集諦】：P170、P171、P172、P173、P174、P175、P176、 P177L3、P178L2、P179L2、P179LL1	
癸一、煩惱發生之理	334
子一、正明煩惱	335
子二、如何生起之次第	337
子三、煩惱之因	338
子四、煩惱過患	339
癸二、彼集業之理	341
子一、正明所集之業	341
丑一、思業	341

丑二、思己業	342
子二、如何集業之理	343
癸三、死歿及結生之理	347
子一、死緣	347
子二、死心	348
子三、從何攝煖	351
子四、死後成辦中有之理	351
子五、次於生有受生道理	355
辛二、由於十二緣起思惟	359
【十二緣起】：P181L2、P182、P183L2、P184、P185、P186、P187L1	
壬一、支分差別	359
壬二、支分略攝	364
壬三、幾世圓滿	369
壬四、此等攝義	372
己二、彼生起之量	374
己三、除遣於此邪執分別	376
【除邪分別】：P188L2、P189	
己四、抉擇能趣解脫道性	380
【解脫正道】：P190L3、P191L1、P192L1、P193L1、P194L1、P195L1、P195LL1、P197L3、P198、P199、P200、P201	
庚一、以何等身滅除生死	382
庚二、修何等道而為滅除	387

上士道

敬禮至尊成就大悲諸善士足	404
戊三、於上士道次修心	406
己一、顯示入大乘門唯是發心	406
【入大乘門】：P204LL4、P205、P206、P207、P208、P209、P210	
己二、如何發生此心道理	413
庚一、由依何因如何生起	413
庚二、修菩提心次第	419
【菩提心次第】：P211、P212、P213、P214、P215、P216、P217、 P218L2、P219、P220、P221、P222、P223、P224、 P225L3、P226、P227、P228L2、P229、P230	
辛一、七種因果教授	419
壬一、於其漸次令發定解	419
癸一、開示大乘道之根本即是大悲	419
癸二、諸餘因果是此因果道理	423
壬二、如次正修	427
癸一、修習希求利他之心	427
子一、引發生起此心所依	427
丑一、於諸有情令心平等	427
丑二、修此一切成悅意相	429
子二、正發此心	435
丑一、修慈	435
丑二、修悲	437
丑三、修增上意樂	442
癸二、修習希求菩提之心	443
癸三、明所修果即為發心	444
辛二、寂天教授	445
壬一、思惟自他能換勝利及不換過患	445
壬二、若能修習彼心，定能發生	446
壬三、修習自他相換法次第	447
癸一、除其障礙	448
癸二、正明修法	450
庚三、發起之量	457
庚四、儀軌受法	457
【儀軌受法】P231、P232、P233L2、P234、P235L3、P236L3、P237、 P238L2、P239L2、P240L4、P241、P242、P243L2、P244、 P245	

辛一、未得令得	457
壬一、所受之境	457
壬二、能受之依	458
壬三、如何受之軌則	459
癸一、加行儀軌	459
子一、受勝皈依	459
丑一、莊嚴處所，安布塔像，陳設供物	459
丑二、勸請皈依	461
丑三、說皈依學處	462
子二、積集資糧	463
子三、淨修意樂	463
癸二、正行儀軌	463
癸三、完結儀軌	467
辛二、已得守護不壞	467
壬一、修學現法不退發心之因	467
癸一、為於發心增歡喜故，應當修學憶念勝利	468
癸二、正令增長所發心故，應當修學六次發心	472
子一、不捨所發心願	472
子二、學令增長	473
癸三、為利有情而發其心，應學其心不捨有情	474
癸四、修學積集福智資糧	475
壬二、修學餘生不離發心之因	475
癸一、斷除能失四種黑法	475
癸二、受行不失四種白法	480
辛三、設壞還出之方便	482
己三、既發心已學行道理	487
【學菩薩行】P245、P246、P247、P248、P249、P250、P250LL1、 P252L3、P253、P254L2、P255、P256L2、P257、P258、 P259、P260、P261、P262	
庚一、發心已後須學學處之因相	487
庚二、顯示學習智慧方便一分不能	488
庚三、正釋學習學處之次第	506
辛一、於總大乘學習道理	506
壬一、淨修欲學菩薩學處	506
壬二、修已受取佛子律儀	507
壬三、受已如何學習道理	508
癸一、何所學處	508

癸二、其中能攝諸學道理	508
子一、正義數量決定	509
子二、兼說次第決定	517
癸三、於此如何學習次第	518
子一、初於總行學習道理	518
丑一、學修六度熟自佛法	518
寅一、學習布施	518
【布施波羅蜜】 P263L2、P264、P265、P266、P267L2、	
P268、P269、P270、P271L2、P272、P273L3、	
P274、P275、P275LL1、P277、P278、P279L2、	
P280L2	
卯一、布施度性	518
卯二、轉趣發起布施方便	520
卯三、布施差別	527
辰一、總一切依當如何行	527
辰二、觀待別依所有差別	527
辰三、布施自性所有差別	529
巳一、法施	529
巳二、無畏施	529
巳三、財施	530
午一、實捨財施	530
未一、捨財道理	530
申一、惠施何田	530
申二、何心惠施	531
申三、如何行施	535
申四、施何等物	538
酉一、略示應捨不應捨物	538
酉二、廣釋	539
戌一、廣釋內物可捨不捨	539
戌二、廣釋外物可捨不捨	541
亥一、不捨外物道理	541
亥二、惠施外物道理	547
未二、若不能捨當如何行	549
未三、習近對治布施障礙	550
午二、唯意樂施	552
卯四、此等略義	552
寅二、持戒度	554

【持戒波羅蜜】P281L5、P282、P283、P284L2、P285

卯一、尸羅自性	554
卯二、趣入修習尸羅方便	555
卯三、尸羅差別	559
辰一、律儀戒	559
辰二、攝善法戒	560
辰三、饒益有情戒	560
卯四、修尸羅時應如何行	562
卯五、此等攝義	563
寅三、忍辱度	564

【忍辱波羅蜜】P286、P287、P288、P289、P290L2、
P291、P292、P293、P294、P295L3、
P296、P297、P297LL1、P299L2、
P300L2、P301、P301LL1、P303L2、
P304

卯一、忍之自性	564
卯二、趣入修忍之方便	565
卯三、忍之差別	573
辰一、耐怨害忍	573
巳一、破除不忍怨所作害	573
午一、破除不忍障樂作苦	573
未一、顯示理不應瞋	573
申一、觀察境	574
申二、有境	579
申三、所依瞋非應理	580
未二、顯示理應悲愍	581
午二、破除不忍障利等三作毀等三	582
未一、破除不忍障譽等三	582
申一、思惟譽等無功德之理	582
申二、思惟有過失之理	583
申三、故於破此應當歡喜	583
未二、破除不忍作毀等三	584
巳二、破除不喜怨家富盛喜其衰敗	587
辰二、安受苦忍	589
巳一、必須安受苦之理	589
巳二、引發此之方便	590
午一、有苦生時破除專一執為不喜	590

午二、顯示其苦理應忍受_____	591
未一、思惟苦之功德_____	591
未二、思惟能忍眾苦難行之功德_____	592
申一、思解脫等諸大勝利_____	592
申二、思能遮止無量大苦所有勝利_____	594
未三、從微漸修無難之理_____	594
巳三、處門廣釋_____	596
辰三、思擇法忍_____	598
卯四、修忍時如何行_____	600
卯五、此等攝義_____	600
寅四、精進度_____	602
【精進波羅蜜】P305、P306L3、P307、P308、P309、	
P310、P311、P312、P313、P314L3、	
P315、P316L3、P317、P318、	
P318LL1、P320、P321	
卯一、精進自性_____	602
卯二、趣入修習精進方便_____	602
卯三、精進差別_____	604
辰一、正明差別_____	604
巳一、擐甲精進_____	604
巳二、攝善法精進_____	607
巳三、饒益有情精進_____	607
辰二、發生精進之方便_____	607
巳一、捨離障礙精進違緣_____	608
午一、明所治品_____	608
午二、修斷彼之方便_____	609
巳二、修積順緣護助資糧_____	618
午一、發勝解力_____	618
午二、發堅固力_____	620
午三、發歡喜力_____	624
午四、暫止息力_____	626
巳三、依止二緣發勤精進_____	628
巳四、由此身心堪能之理_____	632
卯四、正修行時應如何修_____	633
卯五、此等攝義_____	633

寅五、靜慮度	635
【靜慮波羅蜜】 P321、P321LL2	
卯一、靜慮自性	635
卯二、修彼方便	635
卯三、靜慮差別	636
卯四、正修彼時應如何行	636
卯五、此等攝義	636
寅六、般若度	638
【般若波羅蜜】 P322LL1、P324、P325、P326L3 P327、P328、P329、P330、P330LL1	
卯一、慧之自性	638
卯二、生慧方便	638
卯三、慧之差別	651
辰一、通達勝義慧	651
辰二、通達世俗慧	651
辰三、通達饒益有情慧	652
卯四、正修慧時應如何行	652
卯五、此等攝義	653
丑二、學習四攝熟他有情	655
【四攝法】 P331L4、P332L2、P333L2、P334、P334LL1	
寅一、四攝自性	655
寅二、立四之理由	655
寅三、四攝之作業	656
寅四、攝受眷屬須依四攝	657
寅五、略為解說	657

菩提道次第廣論

初皈敬頌及略述本論之重要

P1L1～P2L2 南無姑如～專勵聽。

南無姑如曼殊廓喀耶(梵語)

敬禮尊重妙音(漢譯)

俱胝圓滿妙善所生身，成滿無邊眾生希願語，

如實觀見無餘所知意，於是釋迦尊主稽首禮。

是無等師最勝子，荷佛一切事業擔，現化遊戲無量土，禮阿逸多及妙音。

如極難量勝者教，造釋密意瞻部嚴，名稱遍揚於三地，我禮龍猛無著足。

攝二大車善傳流，深見廣行無錯謬，圓滿道心教授藏，敬禮持彼燃燈智。

遍視無央佛語目，賢種趣脫最勝階，悲動方便善開顯，敬禮此諸善知識。

今勤瑜伽多寡聞，廣聞不善於修要，觀視佛語多片眼，復乏理辯教義力。

故離智者歡喜道，圓滿教要勝教授，見已釋此大車道，故我心意遍勇喜。

諸有偏執暗未覆，具辨善惡妙慧力，欲令暇身不唐捐，諸具善者專勵聽。

皈敬頌分四：一、皈敬殊勝本尊以及根本和傳承上師；二、透過說明為何樂於著作本論的原因而立誓著作本論；三、勸勉具備條件的所化機勵力聽聞；四、透過說明所說法的名義關聯，闡述講說這些法義的軌理，以及依據哪一派傳軌而講說。

(宗喀巴大師頂禮自己的殊勝本尊或根本上師怙主文殊妙音)

梵語：頂禮上師妙音

漢譯為：敬禮尊重妙音

（其次在諸位傳承師長之中，首先皈依教主釋迦世尊）

佛的身，由不可計數的妙善美德，圓滿了福德、智慧二種資糧所凝聚出生的；佛的語，能夠成滿無際無邊眾生現前及究竟的希願；佛的心意，能夠無遺無漏地在同時間如實徹見一切所知。我（宗喀巴大師）至誠恭敬地向釋迦尊主，以頭部頂地而作禮敬。

（讚歎彌勒及文殊二位菩薩）

無可匹等的導師釋迦世尊語教所出生的二位最勝佛子，荷擔了佛陀的事業等一切的責任，在無量剎土之中，化現種種有情與外在環境，教化利益一切有情。我禮敬彌勒菩薩及文殊菩薩。

（接著禮讚龍猛、無著二大車）

對於極難理解的佛母《般若經》，能遵照著佛陀的本懷來造論解釋勝者的密意，因而成為瞻部洲中光顯深見、廣行二義的莊嚴，名稱普遍稱揚於三地。我禮敬龍猛以及無著菩薩之尊足。

（其次禮讚此道次第的造者阿底峽尊者）

從龍猛、無著菩薩二大車依序完善地傳下來的傳承，匯合深見及廣行二門往趣圓滿佛地的道次第，體性及差別等都沒有錯謬，圓滿總攝了道之支分等至言密意的關鍵扼要，是一切經續教授之寶庫藏。我敬禮執持此道的燃燈智（阿底峽尊者）

（敬禮這個法脈中的其他諸位上師）

道次第與善知識，就像能夠徹見無邊無際佛語的眼睛，像是具足善緣的人們邁向解脫、超離輪迴大海最殊勝的台階或渡口。善知識由大悲撼動其意，又善巧於依著所化機三種不同層次的心量而引導至佛地的方便，依循著道次第，透過聞思修而完善地開顯一切佛語的文義。對於這些善知識們至誠禮敬。

（宗喀巴大師著作本論的原因）

當今好樂並且勤修瑜伽的人們，大多數很少聽聞正法，而許多廣學多聞的人卻又不善於修持的扼要，另外現今的行者大多偏執於自己所信從的局部講修內容，所以造成片面地觀察佛語，又缺乏能以正理辨別教義的慧力。所以遠離了獲得圓滿教證正法核心最勝教授的智者所歡喜之道。見到這樣的現象，我心中悲憫這些人，因而立下誓言：對於要造論解釋這大車道軌的次第，我心中充滿了勇悍歡喜。

（勸勉具備學法條件的人應當聽聞）

諸位尚未被偏執的黑暗所蒙蔽，並且具足辨別善惡的殊妙慧力，想要不虛度暇滿人身的有善根的人們，請你們專心勵力地聽聞。

P2L3～P2LL2 此中總攝～勝阿底峽。

此中總攝一切佛語扼要，遍攝龍猛無著二大車之道軌，往趣一切種智地位勝士法範，三種士夫，一切行持，所有次第，無所缺少。依菩提道次第門中，導具善者趣佛地理，是謂此中所詮諸法。

本論當中統攝了一切佛語的精髓扼要，並且完整地包含龍猛、無著二位大車軌師所宣說的道軌，前往一切種智地位的殊勝士夫的法則，三種士夫一切行持的次第，沒有任何遺漏缺少。透過菩提道次第，引導具足善根因緣者修行邁向佛地的道理，這就是本論所詮說的法要。

此中傳有二派釋儀。勝那蘭陀諸智論師，許由三種清淨門中，詮釋正法。謂軌範語淨，學者相續淨，所說法清淨。後時止迦摩囉室囉，聖教盛行，彼諸智者，則許三種而為初要。謂正法造者殊勝，正法殊勝，如何講聞彼法規理。今於此中，應如後釋。

用什麼講解方式來闡述道次第，過去曾經出現過兩派不同的承許。一派是勝那爛陀寺，那裡的智者們，承許透過三種清淨的方式來解說佛法。這三種清淨即是師長的言語清淨，弟子的相續清淨，所詮述的法義清淨。另外一派，源自後來教法極為興盛的止迦摩囉室囉寺，其中的智者們，則承許有三種講規在最初的時候極為重要。這三者是：正法造者殊勝、正法殊勝、如何講說聽聞正法的軌理。本論依照後者的方式來解說。

次開為四門

由是菩提道次引導分四：一、為顯其法根源淨故開示造者殊勝；二、令於教授起敬重故開示其法殊勝；三、如何講聞二種殊勝相應正法；四、如何正以教授引導學徒之次第。今初

甲一、為顯其法根源淨故開示造者殊勝

總此教授，即是至尊慈氏所造，《現觀莊嚴》所有教授。別則此之教典，即是《菩提道炬》。故彼造者，亦即此之造者。彼復即是大阿闍黎勝燃燈智，別諱共稱勝阿底峽。

這個教授，總體而言，就是至尊慈氏所造的《現觀莊嚴論》的教授。特別是本教授的教典就是《菩提道炬論》。所以《菩提道炬論》的作者，也就是菩提道次第的作者。這位作者也就是大阿闍黎吉祥燃燈智，另外的名號，大家共同尊稱他為勝阿底峽。

其殊勝分三：一、圓滿種中受生事理；二、其身獲得功德事理；三、得已於教所作事業。今初

P3L1~P4L2 如拏錯大~勝阿底峽。

乙一、圓滿種中受生事理

如拏錯大譯師所造《八十讚》云：「東薩賀勝境，其間有大城，謂次第聚落。其中有王都，名為有金幢，其宮極廣博，受用位饒盛，等支那國王。其國王善勝，妃名吉祥光。父母有三子，名蓮藏月藏，並其吉祥藏。太子蓮華藏，有五妃九子。長子福吉祥，現時大善巧，稱為陀那喜。幼子吉祥藏，比丘精進月。次子月藏者，即現至尊師。」

在拏措大譯師所造的《八十讚》（讚歎阿底峽尊者的頌文，共 80 偈。）中說：「金剛座的東方，有個廣大區域叫邦伽羅，這個區域的支分當中有個勝境，印度人稱之為薩賀，這當中有大城，叫次第儼然城，城中有一座號稱王都的宮殿，極廣博雄偉，宮殿名叫有金幢。該國王的資財受用、權位富饒，可與支那國王相匹敵。這個國度的國王名叫善

勝，王妃名叫吉祥光。王與王妃共有三子，太子名叫蓮花藏，次子月藏，還有幼子吉祥藏。王太子蓮花藏有五位嬪妃和九位王子，太子的長子福吉祥，是當今的大智者，又名為陀那喜。國王的幼子吉祥藏，就是比丘精進月。次子月藏，就是現在的至尊上師覺嚙阿底峽。」

乙二、其身獲得功德事理

獲得功德事理分二：一、知見廣博獲教功德事理；二、如理修行獲證功德事理。 今初

丙一、知見廣博獲教功德事理

如《讚》云：「二十一歲中，善巧六十四，技術及一切，工處善構言，及一切諸量。」謂於二十一歲以內，學習內外四共明處。聲明、因明、工巧業明，及醫方明，善巧究竟。特如大卓壘巴云，十五歲時，僅聞一次《正理滴論》，與一點慧戲論外道興辯，令彼墮伏，美譽遍揚。

尊者獲得教功德的情況：如同《八十讚》中所說：「二十一歲時，就已精通共世間的六十四種技藝，一切工巧明、聲明學以及一切量學。」尊者在二十一歲之前，已學習完內外四種共通明處—聲明、因明、工巧明、醫方明，達到智者當中最頂尖的程度。特別像大卓隆巴所說的，尊者在十五歲時，只聽過一次《正理滴論》，便與一位以聰慧著稱的外道諍論師辯論，徹底擊敗對方而名聲遠揚。

於其黑山道場瑜伽自在、親見歡喜金剛尊身、獲得金剛空行佛母授記之尊重，羅睺羅趨多前，具足請受一切灌頂，立密諱為智密金剛。二十九歲以內，於多獲得成就師前，習金剛乘教典教授，善巧無餘。「於諸密咒唯我善巧」，作是念已，諸空行母於其夢中，陳示眾多昔所未見密咒經函，摧其慢意。

後來尊者向在黑山道場親見歡喜金剛尊身，並獲得金剛空行佛母授記、瑜伽自在的羅睺羅趨多上師，求受圓滿的灌頂，並取了密法的法號為智密金剛。在二十九歲之前，跟隨許多獲得成就的上師學習金剛乘，對於所有的密乘教典和教授，都完全通達無遺。而後尊者自忖：「對於密法方面，只有我最為精通。」起了這個念頭之後，諸空行母

就在尊者的夢中，展示出眾多尊者從未見過的密咒經典，摧伏了尊者的慢心。

此後尊重及諸本尊，若寤若夢，隨其所應，勸云，若出家者，則於聖教及諸眾生，起大饒益。依是勸已，如《讚》中云：「共稱汝親教，為加行道者。」隨請大眾部持律上座，得加行道一分真實三摩地者，厥號戒鎧為親教師而正出家，其諱又名勝燃燈智。

在這之後，諸位上師以及本尊，在尊者醒時或夢中，一再勸請尊者出家，並說如果能夠出家，將對於聖教及眾生產生廣大的饒益。於是尊者依循勸請，如《讚》中所說：「眾所周知，您的親教師是一位加行道行者。」隨後禮請已得加行道的一分真如三摩地，法號為戒鎧的大眾部持律上座為親教師，正式剃度出家，法號名為勝燃燈智。

P4L2~P5L1 此後乃至~最勝教授。

此後乃至三十一歲，習學相乘內明，上下諸藏。特於能飛聚落，法鎧師前，十二年中聽受《大毘婆沙》，極善根本四部教典。於諸異部作受食等，諸微細分，互捨取處，遍知無雜。

此後一直到三十一歲之間，學習法相乘內明顯教佛法，中觀唯識上部法藏、有部經部下部法藏。特別在能飛部落（寺名，位於那爛陀寺北邊），法鎧大師前聽受《大毘婆沙論》，歷經十二年，精通根本四部（說一切有部、大眾部、上座部、正量部）的教典，即使各部派間授受食物等微細的取捨處，也都完全了解，不相混雜。

由是度越自他諸部宗海彼岸，故是無倒解了一切教正法中樞要處者。

由此可知，尊者遍學所有宗派，於是度越了中觀自宗、實有他宗的自他各部的宗義大海彼岸，所以正確無誤地證悟一切教正法的扼要處。

丙二、如理修行獲證功德事理

獲得證德事理者。總佛一切教法聖教，三藏寶攝，故證聖教亦須攝入三學寶中。其中戒學，至言及釋數數讚為定慧學等一切功德之所依處。故須先具戒學增上諸證功德。其中分三。

尊者獲得證悟功德的情況：凡是佛陀一切的教正法，都含攝於經律論三藏寶中，因此證正法也必須攝入戒定慧三學寶中。先說戒學，無論在佛經或釋論裡，都多次讚歎三學當中的戒學，是定學及慧學等一切功德的所依處，所以首先必須具足戒學方面的證悟功德。其中戒律分為三種（別解脫律儀、菩薩律儀、金剛乘律儀）。

成就最勝別解脫律儀事理者。如《讚》中云：「尊入聲聞乘門已，護戒如羴牛愛尾。具妙梵行勝比丘，持律上座我敬禮。」謂其正受圓滿比丘諸律儀已，如愛尾牛。若尾一縷掛著於樹，雖見獵士將離其命，寧捨其命護尾不斷。如是雖於一輕學處，尚寧捨命防護不犯，況其所受重大學處，是故成大持律上座。

第一、具足最殊勝的別解脫律儀的行誼。就如《八十讚》中所說的：「您進入聲聞乘的宗規別別解脫律儀門之後，守護戒律宛如羴牛愛尾一般。我向這樣具足妙梵行、最殊勝的比丘持律上座敬禮。」尊者正受圓滿的比丘律儀之後，就像愛尾的羴牛，只要尾巴上的一縷細毛纏在樹上，縱使見到獵人要來奪取牠的性命，寧可捨命也要保護住尾巴，不讓一絲毫毛被扯斷。同樣地，尊者對於每一條細微的學處，尚且寧可捨命而防護不犯，更何況所受的其他重大學處。因此就如《八十讚》中所說，尊者成為持律大上座。

成就菩薩律儀者。如《讚》中云：「尊入度彼岸門已，增上意樂善清淨；覺心不捨諸眾生，具慧大悲我敬禮。」總具修習慈悲為本，菩提之心眾多教授，特依金洲大師，多時修習至尊慈氏及妙音尊，傳授無著及寂靜天最勝教授。

第二、具足菩薩律儀。就如《讚》中所說：「您進入大乘道門（指菩提心）之後，增上意樂非常清淨，心懷菩提心不棄捨任何眾生，我向這樣具足妙慧及大悲心的尊者敬禮。」尊者依止眾多上師，長時間修習眾多以慈悲為根本的菩提心的修習教授，特別在十二年間依止金洲大師，長久修習從至尊彌勒及文殊分別傳與無著和寂天菩薩的最勝教授。

P5L1～P5LL1 如《讚》中云～是加行道。」

如《讚》中云：「能捨自利以利他，為勝是即我師尊。」謂心發起，愛他勝自菩提之心，以此願心所引行心，受學菩薩廣大妙行，學受隨行所有學處，行賢妙故，能不違越諸勝者子所有制限。

如《讚》中說：「能夠棄捨自利而精勤不懈地荷擔他利，他就是我的上師。」尊者的內心中發起了愛他勝己的菩提心，並且以此願心引發行心，決心受學菩薩的宏偉妙行，並學習受完菩薩律儀後應當行持的所有學處，行誼賢善，因此諸佛子所應遵循的佛制的界限，都絲毫不逾越。

成就金剛乘律儀者。如《讚》中云：「尊入金剛乘門已，自見天具金剛心，瑜伽自在獲中者，修密護禁我敬禮。」成就觀見自身即天生起次第，及金剛心圓滿次第三摩地故，總讚為其瑜伽中尊，特讚如理護三昧耶，不越制限。亦如《讚》云：「由具念正知，不作意非戒，慎念無諂誑，犯罪不染尊。」

第三、具足金剛乘律儀。就如《讚》中所說：「您進入密乘門之後，能觀見自身為本尊，並且具足金剛心的瑜伽自在，修持密法能夠不墮二邊，住於中道，我向這樣修持隱密禁行的尊者敬禮。」尊者具足觀見自身為本尊的生起次第，以及金剛心圓滿次第三摩地。所以不僅總體讚歎尊者為瑜伽師之首，更特別讚歎尊者如理守護三昧耶戒，不逾越制限的行誼。如《讚》中也提到：「由於具足正念正知，因此不作意不符合戒律的事，持念不放逸、無有諂誑，您絲毫不沾染任何墮罪。」

如是於諸三種律儀淨戒學處，非僅勇受，如其所受隨行防護，不越制限。設少違犯，亦以各各還出儀軌，疾疾令淨。如是淨傳，應知是諸通達聖語扼要智者所喜愛傳，隨諸正士應當修學。

如此不僅僅是勇於受取三種律儀淨戒學處而已，更是依循著所受的律儀而防護，不違越佛制定的界限。假使有少許的違犯，也以三種律儀各自的還淨儀軌迅速還淨。應當曉得，像這樣的清淨傳承，是能讓通達佛語扼要的智者們心生喜愛的傳承，應該緊隨聖賢們的腳步而效學啊！

成就定學分二：共者，謂由奢摩他門，得堪能心。不共定學者，謂具極穩生起次第。此復三年或六年中，修明禁行。爾時遙聞飛行國中諸空行母謳歌之聲，心中亦有所憶持者。

成就定學分為共通與不共通二科：共通的禪定功德，是透過奢摩他，讓心可以自主運作；不共的定學，是具足非常堅穩的生起次第。尊者曾經在三年或六年當中修持明禁行（註釋：為了獲得細分心風智慧的一種密乘修法），當時遙聞飛行國中諸空行母的歌聲，並且憶持於心。

成就慧學中，共者，謂得止觀雙運毘鉢舍那三摩地。不共者，謂得圓滿次第殊勝三摩地。如《讚》中云：「如密咒乘教，顯是加行道。」

成就慧學，分共通與不共通二科：其中共通的慧學，是得到止觀雙運毘鉢舍那的三摩地。不共的慧學，是得到圓滿次第的殊勝三摩地。

如《讚》中說：「以密咒乘的教典來看，尊者顯然相當於加行道行者。」

P6L2～P7L1 於勝金剛～為恩極重。

乙三、得已於教所作事業

於聖教所作事中分二：一、於印度所作事理；二、藏中所作事理。今初

丙一、於印度所作事理

於勝金剛座大菩提寺，曾經三次以法戰敗外道惡論住持佛教。即於自部上下聖教，所有未達、邪解、疑惑諸惡垢穢，亦善除遣，而弘聖教。故一切部，不分黨類奉為頂嚴。如《讚》中云：「於大菩提寺，一切集會中，自部及他部，諸惡宗敵者，以獅吼聲語，一切腦漿崩。」又云：「能飛聚落中，出家二百半，能映覆戒中，出家不滿百。四本部全住，尊部無傲舉。摩羯陀境內，一切寺無餘，成大師四眾。一切頂上珠，尊居十八部，一切頂中時，一切皆受教。」

在印度弘法的情形：在印度勝金剛座大菩提寺，尊者曾三度在辯論中，以正法擊敗外道邪說而住持佛教。對於內道—上部的中觀、唯識，下部的一切有部、經部，上下諸部的教法，所有未通達、邪解、疑惑的垢穢，尊者也一併善為淨除，而使聖教昌隆，因此各部都不分派系地將尊者奉為頂上的莊嚴。如《讚》中說：「在大菩提寺一切大眾的集會中，尊者宛如雄獅震吼，令內外道自他部中所有持邪宗惡論者腦漿崩裂。」《讚》中又說：「在能飛聚落中，有出家眾二百五十名，而在止迦摩囉室囉寺中，出家眾不到百位，卻有四根本部的僧眾共住一處。您身居其中，而不對自部心生高傲，於是您成為摩羯陀境內所有寺院的比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷一切四眾共同的頂上寶珠。您成為十八部派一切的共主，一切部派也都受教於您。」

丙二、藏中所作事理

藏中所作事理者。天尊師長叔姪，如其次第起大殷勤，數數遣使洛拶囉賈精進獅子及拏錯戒勝往印迎請。菩提光時，請至哦日鐸，啓請治理佛陀聖教。依是因緣，總集一切經咒要義，束為修行次第，遂造《菩提炬論》等，而興教法。此復住於哦日三載，聶塘九歲，衛藏餘處五年之中，為諸善士開示經咒教典教授，罄盡無餘。聖教規模諸已沒者，重新建樹，諸略存軌倍令增廣，諸被邪解垢穢染者，皆善治除，令聖教寶悉離垢染。

在藏地弘法的情形，分為五部分說明：

第一、破除對於教法的誤解而開創新的宗規：天尊師長智光法王和菩提光王叔姪二人，先後派遣賈精進獅子譯師及那措戒勝譯師前往印度，一再致力迎請阿底峽尊者入藏。菩提光王在位期間，迎請尊者到藏地的哦日上部，並祈請尊者整頓佛陀教法，由此因緣，尊者透過寫出總集一切顯密經咒的精要，統合為完整修行次第的《菩提道炬論》等事業，使教法再度興盛。又駐錫在哦日三年、聶塘九年、衛藏其他地區五年期間，為許多有緣的弟子傾囊相授所有顯密經論教授。將已經沒落的教軌重新建樹，僅存少許軌理的部分則加以弘揚，被錯誤認知的垢穢所染雜的部分則善加淨除，令大寶聖教遠離垢染。

總之雪山聚中前弘聖教，謂聖靜命及蓮華生，建聖教軌。然由支那和尚堪布，解了空性未達扼要，以是因緣，謗方便分，遮

止一切作意思惟，損滅教法，為蓮花戒大阿闍黎善破滅已，決擇勝者所有密意，為恩極重。

第二、滅除對梵行以及戒定慧三學的損害：總體而言，在雪域西藏的聖教前弘期，吉祥靜命以及悲瑪桑巴哇(蓮花生)大師共同建立了聖教的軌理。但由於支那堪布對空性並未透徹地理解，所以毀謗方便分，反對任何作意思惟，以致聖教衰敗。所幸嘎瑪拉希拉(蓮花戒)大阿闍黎詳盡地駁斥這種惡見，並且抉擇佛陀的本懷，恩德至為深重。

P7L1~P7LL1 於後宏聖教~勝者密意。

於後宏聖教，則有一類妄自矜為善巧智者及瑜伽師，由其倒執相續部義，於教根本清淨梵行作大損害，為此善士善為破除。復能殄滅諸邪執著，弘盛增廣無倒聖教，故其深恩普遍雪山一切眾生。

而在聖教後弘期，則有一些人，妄自認為是通曉五明的大學者以及瑜伽師，由於他們錯誤理解密續的內涵，因而對於聖教的根本—清淨梵行，造成極大損害，幸得這位善士阿底峽尊者善為破除。另外，又消滅了其他種種顛倒的執著，振興無誤的教法，所以尊者的深恩遍澤雪域一切眾生。

如是造論光顯能仁所有密意，復有三種圓滿勝因，謂善所知五種明處及具教授，謂從正遍知輾轉傳來，於其中間善士未斷修持彼義扼要教授；並得謁見本尊天顏，獲言開許。此等隨一雖能造論，然三齊具極為圓滿，此大阿闍黎三皆備具。

第三，認識著作論典的三種圓滿條件：而要著作開顯佛陀意旨的論著，又有三種圓滿條件：一是精通五種明處（工巧明、醫方明、聲明、因明及內明）；二是具足教授，也就是得到從正遍知的佛陀，經過歷代大德依序傳來，傳承不曾間斷的修持內涵扼要教授；三是親見本尊現身，獲得本尊的親口開許。只要具備這幾種條件當中任何一項，就能夠著作論典；如果三種都具備的話，是最為圓滿的，而這位大阿闍黎完全齊備這三種條件。

其為本尊所攝受者，如《讚》云：「勝歡喜金剛、立三昧耶王，雄猛世自在、主尊度母等，謁顏得許故，或夢或現前，常聞最甚深，及廣大正法。」師傳承中，有所共乘及其大乘二種傳承。後

中分二，謂度彼岸及秘密咒。度彼岸中復有二種傳承，謂見傳承及行傳承；其行傳承復有從慈尊傳及妙音傳。於密咒中亦復具足傳承非一，謂五派傳承，復具宗派傳承、加持傳承及其種種教授傳承等。親從聞學諸尊長者，如《讚》云：「恆親近尊重，謂寂靜、金洲、覺賢、吉祥智，多得成就者。尊又特具足，從龍猛輾轉傳來最甚深，及廣大教授。」說有十二得成就師，然餘尚多。善巧五種明處者，前已說訖。是故此阿闍黎能善決擇勝者密意。

第四，說明尊者由於具足這三個條件，所以能夠抉擇佛陀的真實意旨：一、得到本尊的攝受：得到本尊攝受的情形，如《讚》中說：「尊者親見具德歡喜金剛、立三昧耶王佛、雄猛世自在（觀世音）、主尊度母等，得到他們的開許。所以無論是在夢裡，或是在真實情境中，尊者都能持續聽聞甚深及廣大的正法。二、傳承沒有間斷的情形：尊者的師承中，有共通乘小乘以及大乘兩種傳承。大乘的傳承又分顯教度彼岸乘及密咒乘兩種傳承。度彼岸乘中又有兩種傳承，即見傳承及行傳承。尊者的行傳承又有從彌勒所傳來，以及從文殊所傳來的傳承。在密咒乘中，又具足五派傳承。另外尊者還具足宗派的傳承、加持的傳承，以及種種教授的傳承等許多傳承。尊者親炙聞法的上師，如《讚》中說：「尊者長時依止的師長，有寂靜、金洲、覺賢、吉祥智等許多得到成就的大德。特別是您還具足從龍猛輾轉傳來的甚深和廣大的教授。」相傳尊者有十二位得到成就的師長，此外還有許多其他師長。三、尊者善巧五種明處，前文即已說明：尊者善巧五種明處的情形，前文已經說明過了。所以這位阿闍黎能夠周密抉擇佛陀的意旨。

P7LL1~P8LL1 此阿闍黎～所有善說。

此阿闍黎於五印度、迦溼彌羅、鄔僅、尼泊爾、藏中諸地，所有弟子不可思數。然主要者印度有四，謂與依怙智慧平等大善巧師，號毘陀跋，及法生慧、中獅、地藏，或復加入友密為五。哦日則有寶賢譯師、拏錯譯師、天尊重菩提光。後藏則有迦格瓦及廓枯巴天生。羅札則有卡巴勝位及善護。康地則有大瑜伽師、阿蘭若師、智慧金剛、卡達敦巴。中藏則有枯、鷓、種三。是等之中，能廣師尊所有法業，大持承者，厥為度母親授記荊，種敦巴勝生是也。造者殊勝略說如是，廣則應知出廣傳文。

第五，介紹傑出的弟子，分二：一、印度、哦日、西藏三地的弟子：這位阿闍黎在五印度、迦溼彌羅、鄔僅、尼泊爾、藏中各地的弟子不可勝數。但最重要的，在印度有四位，是與依怙尊阿底峽智慧平等的大班智達毘陀跋、法生慧、中獅、地藏，或者加上友密，共為五大善巧師。哦日地區則有寶賢譯師、拏錯譯師、天尊重菩提光；後藏地區則有迦格瓦及廓枯巴天生；羅札地區則有卡巴勝位及善護；康地則有大瑜伽師、阿蘭若師、智慧金剛、卡達敦巴；中藏地區則有枯敦、口鵝善慧譯師、種敦巴大師三位。二、最勝弟子：在這些弟子之中，能够廣弘尊者的法業，最主要承接傳承的弟子，即是度母親自授記的種敦巴勝生。造者殊勝的部分就略述到此，若想進一步了解詳情，則應參閱廣傳。

甲二、令於教授起敬重故開示其法殊勝

顯示法殊勝中，法者，此教授基論，謂《菩提道炬》。依怙所造雖有多論，然如根本極圓滿者，厥為《道炬》。具攝經咒所有樞要而開示故，所詮圓滿；調心次第為最勝故，易於受持；又以善巧二大車軌二師教授而莊嚴故，勝出餘軌。

說明法的殊勝之處。此處所說的法，是指這個教授的根本論典，即《菩提道炬論》。依怙阿底峽尊者雖然著作了許多論典，但這當中，如同根本且最為圓滿的論著，就是《道炬論》。因為這本論典總攝顯、密教法的扼要而作開示，所以詮說的內容圓滿；以調心次第為主，因此容易受持；又以精通二大車軌的兩位上師（是指通達無著廣行派的金洲大師，以及通達龍樹深見派的小明了杜鵑，這兩位都是阿底峽尊者的親傳上師。）的教授作為莊嚴，所以超勝於其他的傳承法脈。

此論教授殊勝分四：一、通達一切聖教無違殊勝；二、一切聖言現為教授殊勝；三、易於獲得勝者密意殊勝；四、極大罪行自趣消滅殊勝。今初

乙一、通達一切聖教無違殊勝

聖教者，如《般若燈廣釋》中云：「言聖教者，謂無倒顯示，諸欲證得甘露勝位，若人若天，所應遍知、所應斷除、所應現證、所應修行，即薄伽梵所說至言。」謂盡勝者所有善說。

所謂聖教，如《般若燈論》的《廣釋》，其中提到：「所謂聖教，是指無誤地開示想要證得甘露（意謂無死）勝位的人及天人們，要完整了知苦諦、要斷除集諦、要現證滅諦、要修行道諦，也就是薄伽梵所說的至言。」是指佛陀所有善說。

P9L1~P10L1 達彼一切~斷證德類。

達彼一切悉無違者，謂於此中解了是一補特伽羅成佛之道。此復隨其所應，有是道之正體，有是道之支分。此中諸菩薩所欲求事者，謂是成辦世間義利，亦須遍攝三種種性所化之機，故須學習彼等諸道，如《釋菩提心論》云：「如自定欲令他發決定故，諸智者恆應，善趣無謬誤。」《釋量》亦云：「彼方便生因，不現彼難宣。」自若未能如實決定，不能宣說開示他故。

通達一切聖教互不相違，在此是指了知所有的教法都是一位補特伽羅成佛之道。而這些教法又隨宜地成為道的主體，或者成為道的支分。菩薩們所追求的目標，就是成辦世間眾生的利樂，而且也要攝受三種種性的所化機，為此必須學習這些所化機的修行之道。如同《釋菩提心論》中說：「想要讓他所化機如同自己所確認的那般而生起確定的認知，為此，菩薩智者們應當恆常不斷、無誤地理解所銓說的義理，從而善妙地趣行教導所化機。」《釋量論》也說到：「自己知曉所要宣說的義理，這是方便；將所了解的內涵為所化機宣說，這是方便的結果。如果對於方便所產生的結果的因，自己闇昧不明，沒有如實了解的話，那就很難為所化機如理宣說此義理。」這是因為自己如果不能如實地確切理解，便不能為他人宣說開示的緣故。

了知三乘道者，即是成辦菩薩求事所有方便。阿逸多云：「諸欲饒益眾生，由道種智成辦世間利。」《勝者母》中亦云：「以諸菩薩，應當發起一切道，應當了知一切道，謂所有聲聞道、所有獨覺道、所有佛陀道。如是諸道亦應圓滿，亦應成辦諸道所作。」故有說云：「是大乘人故，不應學習劣乘法藏」者，是相違因。

了解三乘道，就是成辦菩薩所求心願的方便。關於這點，彌勒菩薩曾說：「想要利益眾生的諸位菩薩們，應當透由了知聲聞、獨覺、菩薩三種道的道種智為方便，成辦世間聲聞、獨覺、菩薩三種種性的利益。」《般若經》中也說：「菩薩們應當在資糧道及加行道時，在自己的心續中生起三種道；應當在見道時，要現證空性，了知三種道（聲聞道

—證達補特伽羅無我的智慧，獨覺道—證達能取、所取異質空，佛陀道—證達一切法無諦實)；也應當在修道位時，修習所有三種道，令應斷的都能斷除，應證的都能在心續中生起，所有斷證的品類都令圓滿。而且不僅是生起、了知、圓滿三者而已，還要成辦這三種諸道的作用，將尚未攝受為眷屬的有情，攝受為眷屬；已攝受為眷屬的有情，令其根性成熟；根性已成熟的有情，令其解脫；已解脫的有情，令其究竟圓滿。」所以如果有人說：「因為是大乘行者，所以不應該學習小乘的法藏」，這種說法是相違因，這不合理，因為菩薩們為了成辦眾生的利益，必須學習所有三種種性的法。

趣入大乘道者，有共、不共二種道。共者即是劣乘藏中所說諸道，此等何因而成應捨？故除少分希求獨自寂靜樂等不共者外，所餘一切，雖大乘人亦應修持。故諸菩薩方廣藏中，廣說三乘，其因相者亦即此也。

趣入大乘道時，有共通與不共通兩種應當修持之道，共通道就是小乘法藏中說到的皈依、業果、思惟輪迴總苦與別苦而欲從中解脫的出離心、四諦、十二緣起等三學的修持。總之，就是共下中士法類的眾多道，因此這些道怎麼會是應當捨棄的法類？所以除了小乘行者追求一己的寂靜安樂等少許特殊修行內容以外，其他所有的共通法類，即使是大乘行者也都必須修持。所以在菩薩的方廣藏經中廣說三乘法類，原因亦即在此。

復次，正遍覺者，非盡少過、圓少分德，是遍斷盡一切種過，周遍圓滿一切種德。能成辦此所有大乘，亦滅眾過備起眾德，故大乘道遍攝一切餘乘所有一切斷證德類。

另外，正遍知的佛陀，不是僅滅盡少分的過失，圓滿少分的功德；而是完全斷除了所有種類的過失，圓滿了所有種類的功德。能够成辦如此果位的大乘道，也是必須能滅除所有過失，發起所有功德，所以大乘道完整統攝了其他一切法乘所有的斷、證功德品類。

P10L1~P11L1 是故一切~功德種類。

是故一切至言，悉皆攝入成佛大乘道支分中。以能仁言，無其弗能盡一過失，或令發生一功德故；又彼一切，大乘亦無不成辦故。

因此所有的佛語，全都統攝在成佛大乘道的各部支分之中。因為只要是佛陀的言教，其中無一不是宣說能去除過失、發起功德的方法；而這一切沒有任何一項是大乘行者所不能成辦的。

設作是云：「若入波羅蜜多大乘，雖須劣乘法藏所說諸道，然於趣入金剛乘者，度彼岸乘所有諸道非為共同，道不順故。」此極非理！以度彼岸道之體性，悉皆攝入：意樂，謂於菩提發心；行，謂修學六到彼岸，是則一切定應習近。如《勝金剛頂》云：「縱為活命故，不應捨覺心。」又云：「六度彼岸行，畢竟不應捨。」又餘咒教，宣說非一。

假使有人提出：「如果是進入顯教波羅蜜多大乘的話，的確需要小乘法藏所說的眾多道；但是對於進入密宗金剛乘的行者而言，顯教波羅蜜多乘的眾多道則不是共通的道，因為對於是否將貪欲轉為道用（在波羅蜜多乘並沒有將貪欲取為道用，貪欲是要斷除的；而在密乘有著能將對五欲的貪欲心改變為修行之道，這是密法的特點。）等，道並不相順的緣故。」這種說法非常不合理。因為波羅蜜多道的體性，全都可以含攝在意樂—發菩提心，以及行持—修學六度兩方面，而這一切都是趣入金剛乘的行者也一定要學習修持的法門。如同《勝金剛頂》中說：「縱使為了活命的緣故，也不應該捨棄菩提心。」又說：「六度的行持，始終都不應棄捨。」在其他許多密咒教典當中，也都宣說這個內涵。

眾多趣入無上瑜伽曼陀羅時，亦多說須受共、不共二種律儀，共者即是菩薩律儀。受律儀者，即是受學三聚戒等菩薩學處。除發心已如其誓受學所學處而修學外，雖於波羅蜜多乘中亦無餘道故。又《金剛空行》及《三補止》，《金剛頂》中，受阿彌陀三昧耶時，悉作是云：「無餘受外密，三乘正妙法。」受咒律儀須誓受故。由見此等少有開遮不同之分，即執一切猶如寒熱遍相違者，是顯自智極粗淺耳。

在趣入無上瑜伽部壇城（接受無上密灌頂時，若要進入壇城的話。壇城，指佛陀為主尊，有菩薩等眷屬圍繞的道場。）的許多時候，也都說到必須要受取共通與不共通兩種律儀（菩薩戒和密宗戒），而共通的律儀就是菩薩律儀。所謂受持律儀，就是受學三聚淨戒（律儀戒，攝善法戒、饒益有情戒）等菩薩學處。所以除了在發心之後依著發誓

受學的學處而進行修學以外，在顯教波羅蜜多乘中，也沒有其他的道。另外，《金剛空行》及《三補止》、《金剛頂》等密續中，在受阿彌陀部的三昧耶戒時，都這麼提到：「要一無遺漏地受持外乘（事部、行部）、密乘（瑜伽部、無上瑜伽部）、波羅蜜多乘，這三乘的正妙法。」上述內涵在受密宗戒的時候，都必須要發誓受持。所以受密乘律儀時，須要受學波羅蜜多乘，這是誓言。如果因為看到顯密之中有少許開遮不同的差別，便固執地認定一切顯密教法就像冷熱一般相違，這顯然是自己的智力極為粗淺。

如是唯除少分別緣開遮之外，諸正至言極隨順故。若趣上上三乘五道，必須完具下下乘道功德種類。

如上所述，除了少數特殊的開遮之外，佛陀的言教都是非常相順的。所以像三乘（聲聞乘、獨覺乘、菩薩乘）或者五道（資糧道、加行道、見道、修道、無學道），要進入其中更高的位階，就必須具備下下的乘與道的功德種類。

P11L1~P12L1 波羅蜜多～獨唯佛故

波羅蜜多道者，如佛母中云：「所有去來現在佛，共道是此度非餘。」是趣佛陀道之棟梁，故不應捨。金剛乘中亦多說此，故是經續二所共道。若於其上更加密咒諸不共道，灌頂、三昧耶、律儀、二種次第及其眷屬，故能速疾趣至佛陀。若棄共道，是大錯謬。

所說的波羅蜜多道，就如同《般若經》中所說：「所有過去、未來、現在的諸佛共行的唯一道路，是此波羅蜜多道，而不是其他道」，好比是往趣成佛之道的主幹，所以不應該棄捨。金剛乘中也多次講到這點，所以波羅蜜多道是顯密二者共通之道。在這基礎上，如果再加上密咒的不共道——灌頂、三昧耶、律儀、生起和圓滿二種次第及其相關的法類，才能快速到達佛位；如果棄捨共道，是極大錯誤。

若未獲得如是知解，於一種法獲得一分相似決定，便謗諸餘。特於上乘若得發起一似勝解，如其次第遂謗棄捨下乘法藏、諸度彼岸，即於咒中亦當謗捨下三部等，則當集成極相係屬、甚易生起、尤重異熟毀謗正法深厚業障，其中根據，至下當說。

假如沒有獲得這樣的領悟，對於每一種法各別產生一種似是而非的的理解，就會毀謗其他的法。特別是對於上乘如果發起一種似是而非的信解，就會依序棄捨小乘法藏、顯教波羅蜜多乘；就算在密乘中，也會棄捨下三部等。那麼，就會造下與這樣的惡行緊密相關、容易生起，並且異熟極其沉重的深厚謗法業障，相關的依據將在下文說明。

是故應當依善依怙，於其一切正言皆是一數取趣成佛支緣所有道理，令起定解。諸現能修者，即當修習。諸現未能實進止者，亦不應以自未能趣而為因相，即便棄捨。應作是思：願於何時於如是等，由趣遮門現修學耶？遂於其因，集積資糧、淨治罪障、廣發正願，以是不久，漸漸增長智慧能力，於彼一切悉能修學。

因此應當依止善知識，從而對「佛所說的一切至言都是幫助一位有情成佛的因緣條件」，於此要生起堅固地確定認知。對於現在就能修持的內容，便進行修持；其他未能在當下就進行取捨修持的內容，也不可因為自己還不能實踐就棄之不顧，反而應該思惟：「什麼時候才能對這些法義直接取捨修持呢？」而去成辦其因——累積資糧、淨除罪障、廣發正願。在這般努力下，不用經過很久的時間，智慧的能力便會漸漸增進，所有法義都將能夠修學。

善知識《敦巴》仁波切亦云：「能知以四方道攝持一切聖教者，謂我師長。」此語即是極大可觀察處。由是因緣，以此教授能攝經咒一切扼要，於一補特伽羅成佛道中而正引導，故此具足通達一切聖教無違殊勝。

善知識敦巴仁波切也曾讚歎無與倫比的阿底峽尊者，而提到：「能通曉如何以互不相違、相輔相成的四方道，圓滿地攝持一切顯密教法，這個人，就是我的上師。」這番話非常值得探究。由此可見，本教授能夠將所有顯密奧義，都歸結成一位補特伽羅的成佛之道，從而引導後進學人。因此本教授確實具備能令學人通達一切聖教互不相違的殊勝特點。

乙二、一切聖言現為教授殊勝

一切聖言現為教授者。總之能辦諸欲解脫，現時久遠一切利樂之方便者，是即唯有勝者至言，以能開示一切取捨要義，盡離謬誤者，獨唯佛故。

能將所有聖言現為修行教授。總體而言，追求解脫的人們，要想實現階段性利益（即是獲得人天等增上生果位）及究竟的所有利益安樂（即是獲證佛陀果位），只有如來的教言是唯一的辦法。因為能夠完全沒有一點錯謬地闡明所有應行應止的分際，只有佛陀才能辦到。

P12L1~P13L1 如是亦如~皆是教授。

如是亦如《相續本母》云：「此世間中更無善巧於勝者，遍智正知無餘勝性定非餘，是故大仙自立契經皆勿亂，壞牟尼軌故，彼亦損於正法。」故諸契經及續部寶勝者聖言，是勝教授。

這一點就如同《相續本母》中所說：「在這個世間沒有會比勝者佛陀還要善巧的智者，如實地通曉盡所有性與如所有性一切法，除佛以外絕非其他人所能了知。因此對於世尊自身闡述任何一部經典，都不應扭曲（懷著妄自判別佛語的心態，將不了義說成是了義，了義卻說成是不了義，甚而宣稱大乘是非佛說等等。）假若一旦曲解佛經，就會形成損害佛法，會破壞釋迦牟尼佛的正法宗軌。」由此可見，珍貴的經典及密續等佛陀的教言，都是殊勝的教授。

雖其如是，然因末代諸所化機，若不具足定量釋論及善教授，於佛至言自力趣者，密意莫獲。故諸大車造諸釋論及諸教授。是故若是清淨教授，於諸廣大經論，須能授與決定信解。若於教授雖多練習，然於廣大佛語釋論所有義理不能授與決定信解，或反顯示彼不順道，唯應棄捨。

雖然如此，但是對末世的所化機來說，假若未曾獲得合量的解釋，以及善知識的口訣（四家合註入門 P202LL5：教授與口訣兩者不同：能無倒開示解脫及一切遍智果位之清淨能詮，即是教授。而口訣是使論點之義能夠容易理解的方便，就像鑰匙一樣。所以，對此不了解，而依少許口訣，便能了知其義者，是為口訣。），憑恃己力探索佛陀的教言，將無法獲知如來的意旨。所以眾多大車軌師紛紛著述了解釋佛

意的釋論和口訣傳世。因此若是純淨的口訣，必須能夠給予學人對於諸大教典的確定認知；如果再怎麼研習口訣，卻不能帶給學人對於大經大論內涵的確定認知，或者顯示與經論內涵大異其趣的道路，那麼就只能將它徹底拋棄。

若起是解：「諸大經論是講說法，其中無有可修要旨，別有開示修行心要正義教授」，遂於正法執有別別講修二法，應知是於無垢經續、無垢釋論起大敬重而作障礙；說彼等中，不顯內義，唯是開闢廣大外解，執為可應輕毀之處，是集誹謗正法業障。是故應須作如是思而尋教授：「諸大經論對於諸欲求解脫者，實是無欺最勝教授。然由自慧微劣等因，唯依是諸教典，不能定知是勝教授，故應依止善士教授，於是等中尋求定解。」莫作是念起如是執，謂：「諸經論唯是開闢廣博外解，故無心要；諸教授者，開示內義，故是第一。」

如果認為：諸大教典只是作為講說之法，其中沒有修行的關鍵處；而在這之外，另有口訣開示修行關鍵的核心意涵，從而判定正法本身有用來講說與實修的兩種法，互不相關。應當認識到這會阻礙學人對於無垢的經續與無垢的釋論生起深切的恭敬，並且會認為：「這些經論都沒有言及內在修行的法要，只不過剖析許多外在知識。」從而輕率以對，由此累積了謗法業障。因此，即便應該尋求符合自己心智程度的簡要口訣，也必須以如下的心態來尋求口訣：「對於志求解脫的人們來說，真實而最殊勝的教授就是諸大教典。但是由於自己心智低劣等原因，單憑這些教典，並不能確定這些教言是最殊勝的教授。因此，必須透過善知識的口訣，在其中去尋求這樣的確切認知。」而絕對不能認為：「眾多教典只是剖析了許多外在知識，因此不含法義的精髓；眾多口訣中開顯出內在修行的法要，所以最為超勝。」

大瑜伽師菩提寶云：「言悟入教授者，非說僅於量如掌許一小函卷而得定解。是說了解一切至言皆是教授。」

大瑜伽師菩提寶曾說：「悟入教授，並不是僅僅對於手掌大小般的卷軸得到確定的認知，而是指能夠了解一切如來言教都是教授。」

又如大依怙之弟子修寶喇嘛云：「阿底峽之教授，於一座上身語意三，碎為微塵。今乃了解，一切經論皆是教授。」須如是知。如敦巴仁波切云：「若曾學得眾多法已，更須別求修法軌者，是為錯謬。」雖經長時學眾多法，然於修軌全未能知，若欲修法，諸更須從餘求者，亦是未解如前說義而成過失。

大依怙阿底峽尊者的弟子修寶喇嘛也提到：「對於阿底峽尊者的教授，透過在每一座上，依著聞思修，發起足以將身語意粉碎成微塵粉末的精進（是說內心全不散亂於其他事物，用身語意三碎如粉末也毫不顧惜的精進來學習），這樣的結果就是，現在終於理解，原來一切經論教典都是修行的教授。」必須要有這樣的認知。如同敦巴仁波切說過：「當廣泛學習眾多教法之後，假設還要另外尋求實修法門，這就錯了！」雖然經過長時間研習眾多教法，卻對實修法門一無所知，當想要實修佛法時，還要另外覓求法門，這些人也就是不了解上述的義理，才導致這樣的缺失。

此中聖教，如《俱舍》云：「佛正法有二，以教證為體。」除其教證二聖教外，別無聖教。教正法者，謂是決擇受持道理修行正軌；證正法者，謂是如其前決擇時，所決擇已而起修行。故彼二種，成為因果。如跑馬時，先示其馬所應跑地，既示定已，應向彼跑。若所示地是此跑處而向餘跑者，定成笑事，豈可聞思決擇此事，若修行時修行所餘。如是亦如《修次第後編》云：「復次聞及思慧之所通達，即是修慧之所應修，非應修餘；如示跑地，而應隨跑。」

《俱舍論》說：「佛陀的正法有二，即教正法與證正法兩種性質的教法。」如上所述，此處所提及的佛陀聖教，除了教正法與證正法二者之外，別無其他。其中，教正法抉擇了實踐修持正法的軌理。而證正法則是經過抉擇之後，一如所抉擇的內容而進行實修。因此二者便形成因果關係。如同賽馬時，先為馬匹指示跑道，指定之後即應遵循既定路線開始比賽。如果指定了某個路線，卻跑向其他地方，便會成為笑話。同理可知，怎麼可以聞思抉擇的是這件事，正式修行時卻修持另一件事？上述內容在《修次第後篇》提到：「另外，透過聞所成慧及思

所成慧通曉的法義，即是修所成慧應當修持的內容，而不是另外修持其他法門。就如同說明了賽馬場地後，馬匹就應遵循既定路線起跑。」

如是由此教授，能攝一切經論道之樞要，於從親近善知識法乃至止觀，此一切中諸應捨修者，即作捨修；諸應舉修者，即以擇慧而正思擇，編為行持次第引導，故一切聖言皆現為教授。

如前所述，本教授詳盡地含攝了所有經論中從親近善知識法直至止觀之間，一切佛道的樞要。在這之中，所有應該止住修的法類，便進行止住修，凡是應該觀察修的法類，便以分別抉擇慧進行探究。從而編排成行持的次第來引導學人，因此能體現出一切佛語都是教授。

若不爾者，於非圓滿道體一分，離觀察慧雖盡壽修，諸大經論非但不現為真教授，且於彼等見唯開闢博大外解，而謗捨之。現見諸大經論之中所詮諸義，多分皆須以觀察慧而正觀擇。此復修時若棄捨者，則於彼等何能發生定解，見為最勝教授？

如果不遵循這樣的原則，對於不完整的片面道體，遠離觀察抉擇的智慧，縱然畢生修持，不但不能體現諸大教典為真正的教授，還會將這些教典看成只是剖析許多外在的知識而拋棄。但是現實可見，諸大教典中所闡釋的內涵，絕大多數都必須憑藉觀察慧進行探究，假若實修的時候便拋開思惟抉擇，那如何能生起體現這些教典是最勝教授的確切認知？

P14L1~P14LL1 此等若非~是謗僧伽。

此等若非最勝教授，誰能獲得較造此等尤為殊勝教授論師？如是若能將其深廣契經及釋現為教授，則其甚深續部及論諸大教典，亦無少勞現為教授，則能發起執持彼等為勝教授所有定解。能盡遮遣妄執彼等非實教授，背棄正法諸邪分別罄無所餘。

如果這些還不能算是最殊勝的教授，還有誰能找到比這些教典的作者更加超勝的教授著述者？若能將博大精深的經典及其釋論體現為教授，那麼，對於深奧的密續及其釋論等諸大教典，也就能輕而易舉地體現為教授，從而對於執持這些教典實為最勝教授，生起定解，因而對於認為這些教典不是真實教授，背離棄捨正法的諸多邪妄分別都能一無遺漏地剷除。

乙三、易於獲得勝者密意殊勝

易於獲得勝者密意者。至言及論諸大教典，雖是第一最勝教授，然初發業未曾慣修補特伽羅，若不依止善士教授，直趣彼等難獲密意。設能獲得，亦必觀待長久時期、極大勤勞。若能依止尊長教授，則易通達。以此教授，能速授與決定解了經論扼要，其中道理於各時中茲當廣說。

輕易地獲得佛陀意旨。雖然佛語與釋論等諸大教典，的確是最為殊勝的教授，然而對於不諳修道的初修者而言，若不遵循善知識的口訣，縱然直接探索這些教典，也無法獲知如來意旨。即使真的能夠獲知，也要經歷極其漫長的歲月，並且飽嚙艱難勞苦。而如果依止師長的口訣，則能夠輕易地通曉如來意旨。此教授能輕易地帶給學人對經論要義的確切認知。其中內涵將在各個法類中廣泛說明。

乙四、極大惡行自行消滅殊勝

極大惡行自行消滅者。如《白蓮華》及《諦者品》宣說，一切佛語或實或權，皆是開示成佛方便。有未解是義者，妄執一類為成佛方便，及執他類為成佛障礙，遂判好、惡，應理、非理及大、小乘，謂：「其菩薩須於是學，此不須學」，執為應捨，遂成謗法。

極大惡行將會自行息滅。如《妙法蓮華經》及《諦者品》所說，一切佛語都直接或間接地闡釋了成佛的方法。如果不了解這樣的內涵，而認定某些法類是成佛之道，某些法類是成佛的阻礙，進而分判好壞、合理與否，以及大小乘等差別，宣稱：「菩薩應該修學某些法，不應修學某些法」，而認為應當捨棄，就會成為謗法。

《遍攝一切研磨經》云：「曼殊室利，毀謗正法，業障細微。曼殊室利，若於如來所說聖語，於其一類起善妙想，於其一類起惡劣想，是為謗法。若謗法者，由謗法故，是謗如來，是謗僧伽。」

在《遍攝一切研磨經》中說：「曼殊室利，毀謗正法的業障，非常隱微深細，難以覺察。曼殊室利，如果有人對於如來所宣說的經典，某一部分生起善妙想而受持奉行，某一部分則生起惡劣想而棄之不顧，

這就是謗法。這樣的謗法者，由於毀謗佛陀所宣說的法，也就毀謗了宣說佛法的人—佛陀本身；由於毀謗所修的法，因此也是毀謗修法的人—僧伽大眾，因為如來是透過修持而成就，而僧伽則是正在修行佛法的人。

P14LL1~P15L6 若作是云~應當了知。

若作是云：『此則應理，此非應理』，是為謗法。若作是言：『此是為諸菩薩宣說，此是為諸聲聞宣說』，是為謗法。若作是言：『此是為諸獨覺宣說』，是為謗法。若作是言：『此者非諸菩薩所學』，是為謗法。」若毀謗法，其罪極重。

如果宣稱：『這種法類是合理的，那種法類是不合理的』，即是謗法；如果宣稱：『這種法類是專門為菩薩們宣說的，那種法類是專門為聲聞們宣說的』，這也成為謗法；如果宣稱：『這種法類是專門為獨覺們宣說的』，也是謗法。如果說：『那種法類不是菩薩們應該修學的』，便是謗法。」若毀謗正法，所造下的罪業極為深重。

《三摩地王》云：「若毀此瞻部洲中一切塔，若毀謗契經，此罪極尤重。若弑盡殞伽沙數阿羅漢，若毀謗契經，此罪極尤重。」雖起謗法總有多門，前說此門極為重大，故應勵力而斷除之。

《三摩地王經》中說：「如果有人毀壞瞻部洲內所有的佛塔，另外有人毀謗佛說的經典，後者的惡業遠勝於前者。如果有人殺害像恆河沙那麼多的阿羅漢，另外有人毀謗佛說的經典，後者的惡業遠勝於前者。」一般而言，有很多狀況會造成謗法，但是上述的情形是最嚴重的，所以應該竭力杜絕這種行為。

此亦若能獲得如前定解，即能遮除，故其惡行自趣息滅。此定解者，應由多閱《諦者品》及《妙法白蓮華經》而尋求之。諸餘謗法之門，如《攝研經》中，應當了知。

而只要如前文所說的二種殊勝獲得定解，就能避免這種狀況發生，因此這種惡行就會自行趣於息滅。（前二種殊勝是「通達一切聖教無違殊勝」、「一切聖言現為教授殊勝」二者。有前面這兩個殊勝，就有第四個「極大惡行自行消滅」的殊勝。）應當透過多閱讀《諦者品》

及《妙法蓮華經》去尋求這樣的定解。而其他會發生謗法的狀況，則應該從《遍攝一切研磨經》中了知。

甲三、如何說聞二種殊勝相應正法

如何講聽二種殊勝相應法中分三，一、聽聞軌理，二、講說軌理，三、於完結時共作軌理。

乙一、聽聞軌理

初中分三，一、思惟聞法所有勝利，二、於法法師發起承事，三、正聽軌理。今初

丙一、思惟聞法所有勝利

P15L9~P16L2《聽聞集》云~發起勝解

《聽聞集》云，「由聞知諸法，由聞遮諸惡，由聞斷無義，由聞得涅槃。」又云，「如入善覆蔽，黑暗障室內，縱然有眾色，具眼亦莫見。如是於此中，生人雖具慧，然未聽聞時，不知善惡法。如具眼有燈，則能見諸色，如是由聽聞，能知善惡法。」

《聽聞集》說，「由聽聞而了知一切法，由聽聞而遮止種種惡，由聽聞而斷除所有無意義的事，由聽聞而得到涅槃之果。」又說，「就像進到一間遮蔽的很好、很黑暗的房間，雖然房間裏有很多美妙的東西，我們有眼卻看不見。同樣的道理，現在我們在三界中生為人身，雖然具有世間智慧，但因沒有聽聞佛法，並不知曉出世間的善惡取捨準則。聞法就像開了燈一樣，眼睛(具慧)加上燈光(聽聞佛法)，我們才能清楚識物，才能清楚分辨世間和出世間的善惡法。」

《本生論》亦云：「若由聞法發信意，成妙歡喜獲堅住，啟發智慧無愚癡，用自肉買亦應理。聞除癡暗為明燈，盜等難攜最勝財，是摧愚怨器，開示方便教授最勝友。雖貧不變是愛親，無所損害愁病藥，摧大罪軍最勝軍，亦是譽德最勝藏，遇諸善士為勝禮，於大眾中智者愛。」又云：「聽聞隨轉修心

要，少力即脫生死城。」於其所說諸聞勝利，應當決心發起勝解。

《本生論》也說，「聽聞佛法能夠啟發我們對三寶的淨信心，生起勝妙的歡喜心，讓我們能堅持聽聞與行持、不被動搖；又能啟發智慧，去除愚癡，即使用性命來換取，也很合理。

由聞法所生的智慧，是淨除無明愚癡的明燈、是盜賊無法奪走的珍寶、是摧毀愚癡怨敵的利器、是揭示正法的益友。由聞法所生的智慧，是我們雖處於貧窮艱困，也絕不會離棄我們的至親；它是能夠治癒我們一切煩惱大病的良藥，而且沒有任何副作用；它是摧破我們煩惱、罪業的常勝軍、也是我們獲得聲譽、功德最殊勝的寶藏；當遇到善知識並如法供養時，它是最殊勝的禮物；在大眾當中，它也讓我們成為智者所喜愛的人。」又說，「聽聞正法，照著法去思惟並修改自己的心要，不用花費多少力氣，就能跳脫生死輪迴了。」以上所說聞法的殊勝利益，應當好好思惟，對這些道理有正確的了解後，內心會生起一種堅定不移的信解。

P16L3~P16L13 復次應如～承事聞法

復次應如《菩薩地》說，須以五想聽聞正法。謂佛出世極罕難遇，其法亦然，由稀貴故，作珍寶想。時時增長俱生慧故，作眼目想。由其所授智慧眼目能見如所有性，及盡所有性故，作光明想。於究竟時能與涅槃菩提果故，作大勝利想。現在亦能得彼二之因，止觀樂故，作無罪想。作是思惟，即是思惟聽聞勝利。

其次應如《菩薩地》所說，必須以五種想來聽聞正法。(1)佛出世極其稀罕難遇，佛法也是，由於極其珍貴，所以作珍寶想。(2)聽聞佛法，能時時增長與生俱來的智慧，如同有了眼睛，所以作眼目想。(3)因為聽聞佛法有了智慧的眼目，便能見到如所有性及盡所有性，所以作光明想。(4)聽聞佛法，在最後究竟時，能得涅槃與菩提果，所以作大勝利想。(5)現在也能得到涅槃與菩提果的兩個因：止、觀，因為聽聞佛法，修習止、觀，便能伏斷煩惱，得到真實的快樂，所以作無罪想。在聽聞佛法時，能夠作以上的五想，就是思惟聽聞佛法的殊勝利益。

丙二、於法法師發起承事

於法法師發起承事者，如《地藏經》云：「專信恭敬聽聞法，不應於彼起毀謗。於說法師供養者，謂於師起如佛想。」應視如佛，以獅座等恭敬利養而為供事，斷不尊敬。應如《菩薩地》中所說，而正聽聞，謂應無雜染，不應作意法師五處。離高舉者，應時聽聞，發起恭敬，發起承事，不應忿恚，隨順正行，不求過失，由此六事而聽聞之。離輕蔑雜染者，謂極敬重法及法師，及於彼二不生輕蔑。

對於法與法師，我們內心都要發起恭敬承事。如《地藏經》說：「我們要專一、淨信、恭敬的聽聞佛法，千萬不可以毀謗佛及佛法。對於說法的法師，要視之如佛。」用獅座等種種最恭敬的方式供養他、承事他，斷除心中所有不恭敬的念頭。應如《菩薩地》所說而正聽聞。在聽聞正法時(一)應無雜染心(二)不應對善知識在五件事上非理作意。無雜染心包含兩件事：1. 要做到遠離高舉心。其中包括把握每一個機會去聽聞；內心要恭敬；發願種種承事；不可忿恚師長；要隨佛的正法修行；不看師長過失，要由此六事而聽聞。2. 要做到遠離輕蔑雜染心。其中包括恭敬法與法師；對於法與法師不能產生輕蔑心。

不應作意五處所者，謂戒穿缺、種性下劣、形貌醜陋、文辭鄙惡、所發語句粗不悅耳。便作是念，不從此聞，而棄捨之。如《本生》中亦云：「處極低劣座，發起調伏德，以具笑目視，如飲甘露雨，起敬專至誠，善淨無垢意，如病聽醫言，起承事聞法。」

我們內心對師長不應有下列五種非理作意：1. 行持不好 2. 出身不好 3. 形貌醜陋 4. 文辭粗俗鄙惡 5. 所說的話不順我意。有這五種念頭，我們就不想跟著師長聽聞學習，會棄捨師長。如《本生論》也說：把自己放在最低的位置，認真調伏自己的心。用歡喜的眼神專注的看著師長，就好像在飲甘露水一樣。我對善知識要生起恭敬、專一、至誠的心，內心清淨無染，就好像一個病人聽從醫生的話，一心一意的承事師長，聽聞佛法。

丙三、正聽軌理

正聞軌理分二，一、斷器三過 二、依六種想。今初

丁一、斷器三過

P17L1~P18L2 若器倒覆~識應無懈

若器倒覆，及縱向上然不淨潔，並雖淨潔若底穿漏。天雖於彼降以雨澤，然不入內。及雖入內或為不淨之所染污，不能成辦餘須用事。或雖不為不淨染污，然不住內，當瀉漏之。如是雖住說法之場，然不屬耳，或雖屬耳然有邪執，等起心有過失等。雖無上說彼等眾過，然聽聞時，所受文義不能堅持，由忘念等之所失壞，則其聞法全無大益，故須離彼等。此三對治，經說三語，謂善，諦聽聞，意思念之。此亦猶如菩薩地說，「希於遍知，專注屬耳，意善敬住，以一切心，思惟聽聞。」

若是將器具倒置，其口朝下；或者縱使口朝上，然而內藏髒垢；或是雖然口朝上，內部潔淨，但是底部穿漏。這時候，雖然天降甘霖，倒置的容器雨水進不去；或者雖然進去了，水卻被髒垢染污了，不能使用；或是雖然進去的水沒有被染污，卻因為底部有洞，水在裡邊留不住，都漏掉了。

同樣的，我們聽聞佛法的狀態，也有這三種過失：第一種，人雖然坐在說法現場，但心不在焉，法聽不進去。第二種，法雖入耳，但心中有錯誤的執著，或動機不正確，聽進去的法被自心所污染。第三種，雖然沒有上述兩種過失，聽進去了，但記不住，或不想去記，隨即忘失殆盡。聞法者若有上面三種過失，則雖然聽聞了佛法，是不能得到大利益的，因此必須斷除這三種聞法過失。

如何對治這三種過失呢？大乘經典中，有人向佛發問，佛總說三句話，就是「好好的聽，仔細的聽，聽完以後，要如理思惟，一心憶念。」這就像《菩薩地》所說：「如果希望能得到佛智，遍知一切，就應該全神貫注，用耳傾聽，心意要善、要敬，以全部精神去聽聞，然後如理思惟。」

丁二、依六種想

依六想中，於自安住如病想者。如入行云：「若遭常病逼，尚須依醫言。況長遭貪等，百過病所逼。」延長難療，發猛利苦，貪等惑病，於長時中，而痛惱故，於彼應須了知是病。迦摩巴云：「若非實事，作實事修，雖成顛倒。然遭三毒，極大乾病之所逼迫，病勢極重，我等竟無能知自是病者。」

聽聞時應具有下列六種想：

(一)把自己當作病人來想。如《入行論》所說：「如果患了一般疾病，都還須要按照醫生的指示醫治。何況是無始以來伴隨我們的貪、瞋、癡三毒與其他無數煩惱病，更須要長期治療。」

這種時間已經拖了很久，難以治癒，並會帶來劇烈痛苦的三毒煩惱，長久以來，就是引起身心痛惱的真正原因，我們必須真正去了解、處理煩惱這種病。

迦摩巴說：「如果修行的方法不是正確的，卻把它當成正確的去修，是不會有成就的，但實際上，我們正受到三毒煩惱大病的傷害，病情極為嚴重，而我們竟不知道自己是病人。」

於說法師住如醫想者。如遭極重風膽等病，便求善醫，若得會遇發大歡喜，隨教聽受恭敬承事。如是於宣說法善知識所，亦應如是尋求，既會遇已，莫覺如負擔，應持為莊嚴，依教奉行，恭敬承事。攝德寶中作是說故，「故諸勇求勝菩提，智者定應摧我慢，如諸病人親醫治，親善知識應無懈。」

(二)把說法師當作醫生來想。假如患了嚴重的風膽等疾病，必定會四處尋求好的醫生，如果能遇到好醫生，心裡一定十分歡喜，自然恭恭敬敬聽從指示。同樣的對於宣說正法的善知識，也應如此般重尋求，既已找到了，就不要覺得是負擔，應視為最美好莊嚴的事，依他所教導的照著去作，恭恭敬敬的承事師長。《攝德寶》中這樣說，「所有追求無上菩提的勇者，這是真正具有智慧的人，他一定會摧伏自我的驕慢，就像病人親近醫生一樣，我們要親近善知識應該無所懈怠。」

於所教誡起藥品想者。如諸病者，於其醫師所配藥品，起大珍愛。於說法師，所說教授，及其教誡，見重要已，應多勵力，珍愛執持，莫令由其忘念等門，而致損壞。

(三)把善知識的教誡當成良藥來想。就像病人對醫生所開立的藥方視為珍寶。對說法師所說的教授以及日常的教誡，了解其重要性之後，應多努力修習，珍愛執持，不可因為忘念等，而損壞珍貴法藥。

於殷重修起療病想者。猶如病者，見若不服醫所配藥，病則不瘥，即便飲服。於說法師所垂教授，若不修習，亦見不能摧伏貪等，則應殷重而起修習，不應無修，唯愛多積異類文辭，而為究竟。是亦猶如害重癩疾，手足脫落，若僅習近一二次藥，全無所濟。我等自從無始，而遭煩惱重病之所逼害，若依教授義，僅一二次，非為完足。故於圓具一切道分，應勤勵力，如瀑流水，以觀察慧而正思惟。如大德月大阿闍黎《讚悔》中云：「此中心亦恆愚昧，長時習近重病痾，如具癩者斷手足，依少服藥有何益。」由是於自作病者想，極為切要。如有此想，餘想皆起。

(四)把殷重修行當成治療疾病來想。就像病人，明白自己若不按時服用醫生所開的藥，病是不會痊癒，所以就按時服用了。對說法師所說教授，若不照著修習，當然不可能摧伏貪等煩惱，所以應該殷重修習，不應該不修，而只是喜愛積集更多異類的文字，而以為這就是佛法。就像患了癩瘋病，病情已嚴重到手腳都潰爛脫落了，若僅服用一二次藥，自然無用處。我們從無始以來，遭受煩惱大病逼害，若僅依照完整教授的內涵，偶爾修習一二次，那是絕對不夠的。所以我們對圓滿具足整體佛法內涵的教授，唯有勤加學習，像瀑布流水般強猛又不間斷，以觀察慧而如理思惟，才能真正對治無明重病。大德月大阿闍黎在《讚悔》中說：「我們的心長夜於無明愚痴中，平常習性都與三毒大病相應，如癩瘋病者手腳都快斷了，還只是稍微服一點點藥，又有何益處？」因此，若能把自已當作病者想，極為重要。如有此病想，其餘五想就自然跟著生起來了。

此若僅是空言，則亦不為除煩惱故修教授義，唯樂多聞。猶如病者，求醫師已，而不服藥。若唯愛著所配藥品，病終無脫。《三摩地王經》云：「諸人病已身遭苦，無數年中未暫離，彼因重病久惱故，為療病故亦求醫。彼若數數勤訪求，獲遇點慧明了醫，醫亦安住其悲愍，教令服用如是藥。受其珍貴眾良藥，若不服用療病藥，非醫致使非藥過，唯是病者自過失。」

此若只是空話，也就不會為了滅除煩惱，而修習師長教授的義理內涵，只是好樂聽聞而已。就像病人，看了醫生，卻不服藥。若是只愛著所配的藥品，病終無法痊癒。《三摩地王經》說：「眾人久病，多年來受盡病苦，未曾間斷。由於重病長久逼惱，而去找醫生，不停地四處殷勤訪求，終於尋獲高明良醫，而且很慈悲的開了藥方並教導如何服用。如果病人不服用這些珍貴的治病良藥，致使病不得痊癒，甚或因此喪命，這不是醫生的錯，也不是藥的問題，一切都是病人自己的過失。」

P19L2~P20L1 如是於此～逸思惟義

如是於此教出家，遍了力根靜慮已，若於修行不精進，不勤現證豈涅槃。」又云：「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。」《入行論》亦云：「此等應身行，唯言說何益，若唯誦藥方，豈益諸病者。」故於殷重修，應當發起療病之想。言殷重者，謂於善知識教授，諸取捨處，如實行持。此復行持，須先了知，知則須聞，聞已了知，所有須要，即是行持。故於聞義，應隨力能，而起行持，是極扼要。

同樣的，若是於聖教出了家，已經聽聞、瞭解了五力、五根等學習止觀的方法後，自己卻不精進修行，不努力親自驗證，又豈能得到涅槃之果。」又說：「佛雖然開示了最完整的教法，你們卻聞而不修，就如病患背著藥囊而不服用，終不能醫治自己的病。」《入行論》也說：「應該要身體力行這些教授，口說無益。就好像只是口誦藥方，對病人一點用處也沒有。」所以我們應該殷重地、如實地修行師長的教授，把殷重修行當成在治療疾病。所謂殷重修，就是對於善知識教授的內涵，何處該取？何處該捨？實實在在的照著去做。行持前，須先了知

行持的方法，要知道方法須從聽聞下手。聽聞以後，把所有了解的內涵照著去做，即是行持。故對於聽聞的義理，應隨分隨力去做，這個非常重要。

如是亦如聽聞集云：「設雖有多聞，不善護尸羅，由戒故呵彼，其聞非圓滿。設雖聞寡少，能善護尸羅，由戒故讚彼，其聞為圓滿。若人既少聞，不善護尸羅，由俱故呵彼，其禁行非圓。若人聞廣博，及善護尸羅，由俱故讚彼，其禁行圓滿。」

就像聽聞集說的：「如果有人多聞，卻不好好守戒，他在戒行上應該要受斥責，而且他的聽聞也並不圓滿。如果有人聽聞的不多，但是對於戒律卻守護得很好，那應該從戒行上讚歎他，而他的聽聞是圓滿的。如果有人既少聽聞又不好好持戒，他應該要受到喝斥，因為他的行持不圓滿。如果有人多聞，也能善護戒律，他的聽聞及戒行都值得讚歎，他的行持是圓滿的。」

又云：「雖聞善說知心藏，修諸三昧知堅實，若行放逸令粗暴，其聞及知無大義。若喜聖者所說法，身語如之起正行，是等具忍友伴喜，根護得聞知彼岸。」《勸發增上意樂》亦云：「謂我失修今何作，歿時凡愚起憂悔，未獲根底極苦惱，此是愛著言說失。」又云：「如有處居觀戲場，談說其餘勇士德，自己失壞殷重修，此是愛著言說失。」又云：「甘蔗之皮全無實，所喜之味處於內，若人嚼皮故非能，獲得甘蔗精美味，如其外皮言亦爾，思此中義如其味，故應遠離言說著，常不放逸思惟義。」

《聽聞集》又說：「雖然聽聞了善知識所說的最完整教誡，也知道如實修行的種種好處，卻行為放逸致使心性粗暴，那他的聽聞與了知就毫無任何意義。如果歡喜地聽見聖者的如理言教，而且身語都如理的照著去做，這樣才能真正成為具有轉染成淨令同行善友歡喜的修行友伴，也才能夠密護六根門頭，得到聽聞真正的好處，到達彼岸。」

《勸發增上意樂經》也說：「愚癡的人到臨終時才後悔沒有好好的修行，沒有得到增上的基礎而產生極度苦惱恐懼，這都是因為平日貪愛空談，不好好實修的過失。」

《勸發增上意樂經》又說：「就像在看戲的戲場裡，談論戲中勇士的功勞等等口沫橫飛，自己平白浪費了殷重修行的機會，這就是貪愛空談的過失。」

《勸發增上意樂經》又提到：「甘蔗皮完全沒有果實的甜味，人們喜歡的甜味是在甘蔗的裡面，如果只嚼甘蔗皮是沒辦法嚐到甘蔗的美味的。言詞也像甘蔗皮一樣，唯有進入言詞的內涵意義，才能真正嚐到法的妙味，所以我們應遠離言說的貪著，不放逸、認真思惟法義內涵。」

P20L2~P20L10 於如來所~而正聽聞

於如來所住善士想者。隨念世尊是說法師，發起恭敬。

(五)把說法師當成佛來想，時時憶念佛就是說法師，我們要對說法師起同等恭敬承事的心。

於正法理起久住想者。作是思惟，何能由其聞如是法，令勝者教，久住於世。

(六)對聖教正法起久住世間之想法。思惟如何藉著聽聞佛法的功德，使得聖教正法長久住世。

復次於法若講若聽，將自相續若置餘處，另說餘法，是則任其講何法事，不關至要。故須正為，抉擇自身而聽聞之。譬如欲知面上有無黑污等垢，照鏡知己即除其垢。若自行為有諸過失，由聞正法現於法鏡，爾時意中便生熱惱，謂我相續何乃至此。次乃除過，修習功德，是故須應隨法修學。

其次不管講法、或聽法，若不真正受用於自己身心上面，將所講、與所聽的法與自己身心實際行持分開，這樣不管講說什麼法，都沒有用處。所以正確的作法是一定要將聽聞到的佛法在自己身心上去作抉擇。譬如我們想知道臉上有沒有汗垢，拿鏡子來照，即可去除汗垢；若自己行為有很多錯誤的地方，因為聽聞正法，就會由法鏡中顯現出來自己的錯誤，而心中生起慚愧說：『怎麼我的身心差到這種程度啊!』，然後才能改過遷善，積功累德，所以我們一定要在佛法上努力修學。

《本生論》云：「我鄙惡行影，明見於法鏡，意極起痛惱，我當趣正法。」是如蘇達薩子，請月王子宣說法時，菩薩了知彼之意樂，成聞法器而為說法。總之應作是念發心，謂我為利一切有情，願當成佛。為成佛故，現見應須修學其因，因須先知，知須聽法，是故應當聽聞正法。思念聞法勝利，發勇悍心，斷器過等而正聽聞。

如《本生論》中，蘇達薩子請月王子菩薩講法時，說；「我卑鄙惡劣的行為，被法鏡一照就照出來了。我的心中生起強烈的痛苦懊悔，下定決心今後定當一心一意趣入正法。」月王子菩薩了解他心中的意樂，知道他已具備聞法法器之條件，所以為他說法。總之，我們應該要這樣發心：我為利益一切有情，所以要成佛，為了要成佛，現在就應修習成佛的因。為修此因，須先知道正確的方法，要想掌握此方法，必須先聽聞，並思惟聞法殊勝的利益，然後策發勇悍精進的心，進而斷三過、具六想，好好的聽聞正法。

乙二、講說軌理

第二說法軌理分四，一、思惟說法所有勝利，二、發起承事大師及法，三、以何意樂加行而說，四、於何等境應說不說所有差別。今初

丙一、思惟說法所有勝利

P20LL1~P22L1 若不顧慮~故應誦咒

若不顧慮利養恭敬名等染事，而說法者勝利極大。《勸發增上意樂》中云：「慈氏，無染法施，謂不希欲，利養恭敬，而說法施。此二十種是其勝利。何等二十？謂成就念，成就勝慧，成就覺慧，成就堅固，成就智慧，隨順證達出世間慧，貪欲微劣，瞋恚微劣，愚痴微劣，魔羅於彼不能得便，諸佛世尊而為護念，諸非人等於彼守護，諸天於彼助發威德，諸怨敵等不能得便，其諸親愛終不破離，言教威重，其人當得無所怖畏，得多喜悅，智者稱讚，其行法施是所堪念。」

說法的人如果能完全不顧著利養、恭敬、名聞等染著的事，其說法的功德是非常大的。《勸發增上意樂經》中說：「彌勒菩薩，清淨無染的法施，就是內心不會貪圖利養、恭敬這些事情，而行的法施，它具有二十種殊勝利益。那二十種呢？1.對於所聽聞的文句義理，能不忘記。2.成就聞慧。3.成就思慧。4.成就修慧。5.成就資糧道和加行道的世間智慧。6.成就見道以上的出世間智慧。7.減輕貪欲。8.減輕瞋恚。9.減輕愚痴。10.魔不能惱害。11.諸佛護念。12.護法守護。13.天人助發威德。14.怨敵不能傷害。15.親友眷屬不離棄。16.言教威重。17.心無怖畏。18.心常喜樂。19.智者稱讚。20.所行法施，堪為眾生所憶念。」

於眾《經》中所說勝利，皆應至心發起勝解。其中成就堅固者，新譯《集學論》中譯為成就勝解，諸故譯中，譯為成就勇進。

許多經典都談到說法的勝利，對此應該至心的生起深刻的定解。二十種殊勝利益當中的「成就堅固」，在新譯的《集學論》的版本裡譯作「成就勝解」，在其他較早的譯文版本裡，則是翻譯為「成就勇進」。

丙二、發起承事大師及法

發起承事大師及法者。如薄伽梵說佛母時，自設座等，法者尚是諸佛所應恭敬之田，故應於法起大尊敬，及應隨念大師功德，及其深恩起大敬重。

說法者在傳法之前，應該要生起承事供養佛以及對法的恭敬心，連佛（薄伽梵）在宣說佛母《般若經》的時候，都自己鋪設法座講法。佛對於所要傳授的法義尚要生起極大的恭敬心，何況是我們？所以我們在說法時，要對法生起無比的恭敬心，並且隨時憶念佛的功德及恩惠，從內心生起大敬重。

丙三、以何意樂及加行而說

以何意樂加行而說中，其意樂者，謂應安住，《海慧問經》所說五想。謂於自所應起醫想，於法起藥想，於聞法者起病人想，於如來所起善士想，於正法理起久住想，及於徒眾修習慈心。應斷恐他高勝嫉妬，推延懈怠，數數宣說所生疲厭，

讚自功德舉他過失，於法慳吝，顧著財物謂衣食等。應作是念，為令自他得成佛故，說法功德，即是我之安樂資具。其加行者，謂先沐浴具足潔淨，著鮮淨服，於其清潔悅意處所，坐於座已。若能誦持《伏魔真言》，《海慧經》說則其周圍百踰繕那，魔羅及其魔眾諸天所不能至，縱使其來亦不能障，故應誦咒。

說法者應該具備什麼樣的意樂來傳法呢？內心的意樂應該具備《海慧問經》裡所說的五種想法，也就是對講法者本身當做醫生想，對於所要宣說的法當做藥想，對於聞法者當做病人想，對於佛當做善知識想，對於正法起長久住世想。同時，對於來聽學的弟子要修習慈悲心。斷除唯恐他人高勝於自己的嫉妬心，不應該推延懈怠，也不應該不斷宣說而生起疲累厭倦的心，不讚嘆自己的功德、說他人的過失、慳吝於對他人說法、以及為貪戀自己的財物衣食而說法等。應該這樣想：「為了讓自己以及他人成佛，這樣說法的功德才是我所要的真正的安樂資糧。」意樂具備了以後，應該要做些什麼準備呢？要先沐浴潔淨身口，穿上乾淨的衣服，然後到清淨莊嚴說法的道場。登上法座誦持《伏魔真言》(咒語)。《海慧經》說持誦咒語可以讓周圍百里，所有的魔軍、魔眷都無法接近，即使來了也不能障礙說法，所以應該至心誠意的持誦。

P22L1~P23L1 次以舒顏~依無病也

次以舒顏，具足審定義理所有喻因至教，而為宣說。《妙法白蓮經》云：「智者常應無嫉妬，說具眾義和美言，復應遠離諸懈怠，不應起發厭患想。智者應離一切感，應於徒眾修慈力，晝夜善修最勝法，智以俱胝阿庾喻。令眾愛樂生歡喜，於彼終無少希欲，亦不思欲諸飲食，噉嚼衣服及臥具，法衣病緣醫藥等，於諸徒眾悉無求。餘則智者恆願自，及諸有情當成佛，為利世故而說法，思彼即我安樂具。」

接著，要以歡喜心，用具足師長傳承、內容正確無誤的義理與理路，配合種種容易明白的事例做比喻，最後再引佛的經教印証來宣說聖教。《妙法白蓮經》說：「真正具備佛法正知見的智者，應該沒有忌妒心，說法的時候要能圓滿的說明義理，說的話語要文雅優美，而且遠離種種推卸怠惰，更不應該有厭煩的心；具備正知見的智者，應該

遠離一切不相應的心，對於來聽法的人都要修習慈悲心，並且晝夜都努力修行最殊勝的教法；智者要以廣大眾多的譬喻，讓聽者都好樂聽聞而且心生歡喜，對他們不希求任何回報，不管是飲食、衣服、臥具、法衣、醫治疾病的藥物等，都無所求。智者唯一的願望是回向自己和所有有情都能成佛，為了真正利益世間而講法，才是我得到恆久安樂的資糧。」

丙四、於何等境應說不說所有差別

於何等境應說不說，所有差別者。如《毘奈耶經》云：「未請不應說。」謂未啟請不應為說，雖其請白亦應觀器。若知是器，縱未勸請，亦可為說。如《三摩地王經》云：「若為法施故，請白於汝者，應先說是語，我學未廣博，汝是知善巧，我於大士前，如何能宣說。汝應說彼語，不應忽爾說。觀器而後行，若已知是器，未請亦應說。」

說法時，什麼對象可以講，什麼對象不可以講，有所不同。如《毘奈耶經》，也就是《戒經》說：「如果沒有啟請的話就不應該宣說。」雖然未請不應說，然而即使對方祈請了，還要看他是否具器(夠條件)。若已知對方具器，縱使沒來勸請，也可以為他說法。如《三摩地王經》所說：「假定為了法布施的緣故，他人來請說法時，應該先這樣說：「我的學問不廣博，而您是個大善知識啊！要在您這樣一個了不起的大菩薩前面講法，我怎麼能講呀？」說法師應先這樣說，而不要匆匆忙忙地立刻就說。應該先觀察對方具器不具器再作決定，如果曉得他是一個法器，那麼即使他沒有主動請法也應為他說法。」

復次《毘奈耶經》云：「立為坐者不應說法，坐為臥者不應說法，坐於底座為坐高座不應說法，妙惡亦爾。在後行者為前行者不應說法，在道側者為道行者不應說法，為諸覆頭、抄衣、雙抄、抱肩及抱項者不應說法，為頭結髻、著帽、著冠、著鬘、纏首不應說法，為乘象馬坐輦餘乘，及著鞋履不應說法，為手執杖、傘、器、劍、鉞及被甲者，不應說法。」返是應說，依無病也。

其次，又引《戒經》說：「站著的人不應為坐著的人說法，坐著的人不應為躺著的人說法，坐位低的人不應為坐位高的人說法，總之，說

法跟聽法者之間應該有高低之分。走在後面的人不應為走在前面的人說法，走在兩側的人不應為走在中間的人說法，此外，不應為覆頭(即用布等覆蓋頭部)、抄衣(即袍子或衣服過長而捲起)、雙抄(即衣服搭於雙肩上)、抱肩(即雙手交叉搭於雙肩上)、抱項(即雙手相交頸後)的人說法；不應為結髮髻、戴帽子、著花鬘、纏頭巾的人說法，不應為正在乘象、馬、轎等交通工具以及穿鞋子的人說法，也不為手持杖、傘、兵器、劍、鉞及被鎧甲的人說法。」以上是針對正常情況而言；但反過來，如果對方有病，依其病況只能坐著、躺著，那就不受以上戒律所限，可以為他說法。

乙三、於完結時共作軌理

P23L2~P23L10 於完結時~已宣說訖

於完結時共作軌理者。由講聞法所獲眾善，應以猛利欲心回向現時究竟，諸希願處。若以是軌講聞正法者，雖僅一座亦定能生如經所說所有勝利。若講聞法至扼要故，依是因緣，則昔所集於法法師，不恭敬等一切業障，悉能清淨，諸新集積亦截其流。又講聞軌至於要故，所講教授於相續上，亦成饒益。總之先賢由見此故，遂皆於此而起慎重，特則今此教授，昔諸尊重殷重尤極。

在講法和聽法結束時該如何做？雙方應先將講法和聽法所獲得的一切功德，以猛利的善法欲心，回向眼前和究竟的所希望願求之處(無上菩提)。若能如理如法去講說及聽聞正法，雖然只有聽、講一座佛法，也能得到如經上所說的所有殊勝利益。若講聞法能把握這個重點，由於這樣因緣，則過往所累集的最嚴重對法及法師不恭敬等一切的業障，都能獲得清淨，而且因過去習氣所可能新造的業也會被截斷中止，不會再造。

又講法、聽法能如軌則的要領去做，那麼所講說的教授在學者身心相續上，也才能得到饒益。總之，先賢大德們，明白這個道理，所以對講說及聽聞正法都非常慎重。特別是本論的道次第教授，過去傳承祖師們對之尤其謹慎、重視。

現見此即極大教授，謂見極多由於此事未獲定解，心未轉故，任說幾許深廣正法，如天成魔，即彼正法而反成其煩惱

助伴。是故如云初一若錯乃至十五。故此講聞入道之理，諸具慧者應當勵力。凡講聞時，下至應令具足一分。講教授前第一加行，即是此故。恐其此等文詞浩繁，總略攝其諸珍要者，廣於餘處應當了知。教授先導已宣說訖。

現在我們知道了這是極為重要的教授，但也發覺還是很多人，對上面這個道理沒有正確的認識與堅定不疑的信解，所以心未轉，如此，就算聽了一些很深廣的正法，聽完了以後不但沒有幫助，反而造成了傷害，那個正法反而助長了我們更多的煩惱啊！

所以如果初一看錯了，看成初二、初三，那就會一直錯到了十五（一開始錯了，一錯會錯到底）。所以如何聽、如何講來修學佛法的道理，所有具足智慧的人都應當要努力啊！凡講說聽聞時，即便暫時無法全部做到，至少要具足一部份的條件。講說教授前，這是首要的準備事項，原因即在此。

恐怕這裡的文詞過於浩繁，此處僅大略總攝其重點扼要，詳細內容可從其他經典去廣泛了解。教授的前行引導到此已宣說結束。

甲四、如何正以教授，引導學徒之次第

第四如何正以教授，引導學徒次第分二。一、道之根本親近知識軌理，二、既親近已如何修心次第。

乙一、道之根本親近知識軌理

初中分二，一、令發定解故稍開宣說，二、總略宣說修持軌理。今初

丙一、令發定解故稍開宣說

P23L13~P25L1 攝決定心~調伏等三

《攝決定心藏》云：「住性數取趣，應親善知識。」又如鐸巴所集博朵瓦語錄中云：「總攝一切教授首，是不捨離善知識。」

《攝決定心藏》說：「真正有善根想修學佛法的人，應該要親近善知識。」鐸巴所作《博朵瓦》語錄也說：「總攝佛陀所有教授中最重要精髓，就是不離開善知識」。

能令學者相續之中，下至發起一德，損減一過，一切善樂之本源者，厥為善知識。故於最初，依師軌理極為緊要。《菩薩藏經》作如是說，「總之獲得菩薩一切諸行，如是獲得圓滿一切波羅蜜多，地，忍，等持，神通，總持，辯才，回向，願及佛法，皆賴尊重為本，從尊重出，尊重為生及為其處，以尊重生，以尊重長，依於尊重，尊重為因。」博朵瓦亦云，「修解脫者，更無緊要過於尊重。即觀現世可看他而作者，若無教者亦且無成，況是無間從惡趣來，欲往從所未經之地，豈能無師。」

因為能夠讓我們學的人在身心當中集聚一點點功德；乃至於淨除一點點罪障，這一切善樂的根本都是來自於善知識。所以在本論的一開始就告訴我們依師的軌則道理是最為重要的。

《菩薩藏經》說：「總之要獲得菩薩一切諸行，從最圓滿的大乘波羅蜜多（六度），地，忍，等持，神通，總持、辯才，回向，乃至一切佛法，都要靠我們的善知識。一切佛法從這個地方出生、增長，一切時處都是依靠善知識，善知識是我們能成佛的主因。」

博朵瓦也說：「修解脫道的人沒有比依師更重要的。從眼前世間的事來看，我們看別人做就會做嗎？沒有人教還是不行的。何況我們無始以來一直在惡趣流轉，現在想要去一個我們從來沒有去過的地方（佛地），怎麼可能沒有善知識而做得到？」

由是親近知識之理分六，一、所依善知識之相，二、能依學者之相，三、彼應如何依師之理，四、依止勝利，五、未依過患，六、設彼等義。 今初

丁一、所依善知識之相

總諸至言及解釋中，由各各乘增上力故，雖說多種，然於此中所說知識，是於三士所有道中，能漸引導，次能導入大乘

佛道。如經《莊嚴論》云：「知識調伏靜近靜，德增具勤教富饒，善達實性具巧說，悲體離厭應依止。」是說學人，須依成就十法知識。此復說為自未調伏，而調伏他，無有是處。故其尊重能調他者，須先調伏自類相續。若爾須一何等調伏，謂若隨宜略事修行，於相續中有假證德名，全無所益。故須一種順總佛教，調相續法，此即定為三種寶學，是故論說調伏等三。

整個聖教的所有經和論的解釋中，由於眾生根性不同，佛說了種種法引導不同的眾生（人天、聲聞、緣覺、菩薩）但是本論所說的善知識，是指能夠依照三士道的次第，漸漸地引導弟子漸次進入大乘佛道的善知識。

如經《莊嚴論》中所說：「善知識必須具備下面十個條件：調伏、靜、近靜、德增、具勤、教富饒、善達實性、具巧說、悲體、離厭。」具足這十種德相，就是我們修學佛法的人應依止的善知識。

這十個條件中，調伏居首。在沒有調伏自己的煩惱之前，就能調伏別人，是不可能的。所以作為別人的善知識要調伏他人之前，必須先調伏自己的身心煩惱。那麼要如何調伏自己的煩惱呢？假如隨著自己的習性，碰到什麼就少少的修行一下，在自己身心相續中只證得不實在的一點功夫，這是完全沒有辦法利益自己與饒益眾生的。

所以必須把握佛法總體，次第絲毫不亂，調伏自我相續的方法，綱領起來即是依戒、定、慧三學，所以本論中所說的自我調伏的方法，就是指戒、定、慧三學。

P25L2~P26L1 其中調伏～尊勝尤勝

其中調伏者，謂尸羅學。《別解脫》云：「心馬常馳奔，恆勵終難制，百利針順銜，即此別解脫。」又如《分辨教》云：「此是未調所化銜」。如調馬師，以上利銜調瀧悞馬，根如悞馬隨邪境轉，若其逐趣非應行時，應制伏之。學習尸羅，調伏心馬，以多勵力制令趣向，所應作品。

所謂調伏，就是指戒學。《別解脫經》說：「心像野馬一樣經常奔馳不定，一直努力也終究難以制伏，要用有許多鋒利刺縫製的馬銜才能

控制，而這個馬銜就是戒。」又像《分辨教經》說：「戒就是調伏我們想要教化的眾生的馬銜。」像馴馬師，用最鋒利的馬銜調伏悞馬，我們的五根就像悞馬隨著邪境而轉，當它們朝向不應該去的地方時，就應該制伏它們。我們要學戒，調伏心馬，以種種努力制伏它，使它朝向應該走的正確方向。

寂靜者，如是於其妙行惡行，所有進止，由其依止念正知故，令心發起內寂靜住，所有定學。近寂靜者，依心堪能奢摩他故，觀擇真義發起慧學。如是唯具調伏相續三學證德，猶非完足，尚須成就聖教功德。言教富者，謂於三藏等，成就多聞。

所謂寂靜，就是善行該作，惡行不該作，因為他依止正念正知的緣故，使得內心能夠始終安住在寂靜的狀態，這又叫定學。所謂近寂靜，就是在定的狀態，內心能夠觀察抉擇到真實的義理，生起慧學。如果只有具備上述調伏內心的戒定慧三學的證功德，還不算完全滿足善知識的條件，還需要在教功德上有所成就。所謂教富饒，就是對經、律、論三藏有廣博的知識。

善知識敦巴云：「言大乘尊重者，謂是須一，若講說時，能令發生無量知解。若行持時，於後聖教，能成何益，當時能有何種義利。」

善知識種敦巴尊者說：「大乘善知識，必須具備一個條件，當他說法的時候，能讓學者生起無量的知見理解。當學者照著他的教導去行持的時候，知道他未來能得到何種果位，同時也能知道眼前可以得到什麼利益。」

達實性者，是殊勝慧學，是謂通達法無我性，或以現證真實為主。此若無者，說由教理通達亦成。

通達實性(修所成慧)，是殊勝的慧學，是指通達法無我性之空性或直接現證真實相(大地菩薩)。若達不到如此條件，那麼經由教理通達(聞思相應慧)也可以。

如是雖能具足教證，若較學者或劣或等，猶非圓足，故須一種德增上者。《親友集》中作如是說：「諸人依劣當退失，依

平等者平然住，依尊勝者獲尊勝，故應親近勝自者。所有具最勝，戒近靜慧尊，若親近是師，較尊勝尤勝。」

雖然具有教理和實證的功德，但是如果德行比弟子低劣，或者只是相等，還不足為善知識，所以還須德行比弟子好。《親友集》中這麼說：「眾生跟著比自己差的人學習，會退步；跟著和自己相等的人學習，不會進步；跟著比自己還要好的人學習能夠獲益，所以應該親近勝過自己的人。其中尤其是以具足戒、定、慧的功德又勝過自己的善知識，若能親近這樣條件的師長是最為殊勝的。」

P26L2~P27L1 如樸窮瓦~唯虛言故

如樸窮瓦云：「聞諸善士史傳之時，我是向上仰望於彼。」又如塔乙云：「我於惹珍諸耆宿所，而作目標。」是須一種目向上望。增上德者。

如同樸窮瓦所說：「聽聞各祖師菩薩的傳記時，我是向上仰望著他們，生起崇高的恭敬心」又如塔乙說：「我是將惹珍寺的諸位傳承祖師，當做我學習的目標。」所以須依止使我們向上仰望，德行超過我們的善知識。

如是六法，是自所應獲得之德，諸所餘者是攝他德。此亦如云：「諸佛非以水洗罪，非以手除眾生苦，非移自證於餘者，示法性諦令解脫。」若除為他說無謬道攝受而外，無有以水洗罪等事。其中四法，善巧說者，謂於如何引導次第而得善巧，能將法義巧便送入所化心中。

以上六種，是善知識本身應該具足的德相，其餘的是攝持他人時需具備的條件。如經所說：「佛不能以水來洗淨眾生的罪，也不能用手移除眾生的苦，更不能把自己所證得的證量，直接轉移到眾生的身上，而是透過開示佛法真實的內涵，讓眾生照著去做而得到解脫。」所以善知識除了為眾生開示正法而作攝受以外，沒有用水洗罪、手除苦這種事情。攝受眾生的四法中，第一善巧說法，是指知道如何有次第，善巧的引導，將佛法內涵義理巧妙的送入修學者的心中。

悲愍者，謂宣說法等起清淨，不顧利養及恭敬等，是由慈悲等起而說，是須猶如博朵瓦告懂哦瓦云：「黎摩子，任說幾許法，我未曾受讚一善哉，以無眾生非苦惱故」。

第二是具悲愍心。就是說法的動機是清淨的，不是為了自己的名聞利養或為得到別人的恭敬而說，完全是由於慈悲眾生而說法，正如同博朵瓦跟懂哦瓦說：「黎摩子，不管說了多少法，我從不為得到別人的稱讚而說法，只是因為悲愍眾生都在苦惱中，希望能幫助他們離苦得樂而說法。」

具精勤者，謂於利他勇悍剛決。遠離厭患者，數數宣說而無疲倦，謂能勘忍宣說苦勞。博朵瓦云：「三學，及通達實性，並悲憫心，五是主要。我阿闍黎嚮尊滾，既無多聞復不耐勞，雖酬謝語亦不善說，具前五德故，誰居其前悉能獲益。寧敦，全無善說，雖說施願，唯作是念今此大眾皆未解此，餘無所知，然有前五，故誰近能益。」

第三是具精勤。就是在利他時具有勇悍精進與果斷決定。第四是遠離厭患。就是在說法時能重覆地宣說而不疲倦厭煩，且能忍受不停宣說佛法的勞苦。博朵瓦說：「在善知識所應具備的十德相中，戒、定、慧三學，通達實性和悲愍心這五種為最重要。我的老師嚮尊滾，既不多聞又耐勞苦，就連應酬話也不善說，可是他具備了前面五種主要的德相，所以任何人在他座前聽法都能獲得好處。另外一位師長寧敦，也全然不善辭令，甚至對施主說些祝願的話也不善巧，就算說了大眾也無法了解，但是他也具備這五種德相，所以只要親近他就能獲益。」

如是若於諸所學處，不樂修行，唯讚學處所有美譽或其功德以謀自活者，則不堪任為善知識。宛如有人讚美栴檀，謀自活命，有諸欲求妙栴檀者，而問彼曰：汝有檀耶？答曰：實無。此全無義唯虛言故。

因此，若是對於戒、定、慧等等學處，並不好樂修行，只是讚美學處的種種殊勝功德，藉以求得自身的名聞利養，這種人沒有資格當別人的善知識，就好比有人讚美栴檀香的妙用，是為了自己謀求生活，等到真的有人要找妙栴檀時，問他：「你有栴檀嗎？」他卻回答說：「沒有。」那麼前面的讚美全都是毫無意義的空話。

《三摩地王經》云：「末世諸比丘，多是無律儀，希欲求多聞，唯讚美尸羅，然不求尸羅。」於定慧解脫三種，亦如是說。次云：「如一類士夫，稱揚栴檀德，謂栴檀如此，香相極可愛。次有諸餘人，問如所稱讚，栴檀少有耶？諸士夫此問，答彼士夫云：我是稱讚香，以求自活命，非我有其香。如是末世出，諸不勤瑜伽，以讚戒活命，彼等無尸羅。」所餘三種亦如是說故。

《三摩地王經》說：「末法時期的出家人，大多不守戒律，一心只求多聞，而且口頭上很會讚美戒律，實際上卻沒有真正持戒。」除了戒以外，對於禪定、智慧、解脫這三種的修行也是如此。又說：「就像有一種人，專門讚揚栴檀的殊勝妙香，說栴檀有多可貴，而且香味極為好聞。若有人問說，你所稱讚的栴檀能否拿一些給我啊？他卻回答：我只是靠稱讚栴檀香謀生，並不是真的有這種栴檀香。這和末法時代，出現許多不精勤實修，只是以讚嘆戒功德以求自己名聞利養而不認真持戒的出家眾一樣。」不僅持戒不紮實，禪定、智慧、解脫這三種修習也是相同情況。

如是修行解脫之尊重，乃是究竟欲樂之根本，故諸欲求依尊重者，應當了知，彼諸德相，勵力尋求具其相者。諸欲為作學人依者，亦應知此，勵力具足如是德相。

修行解脫的師長，才是幫助我們達到究竟安樂的根本，所以想要求解脫的修行人，應當了知善知識必須要具備的德相，然後努力去尋求。對於想要成為他人所依止的善知識的人，也應當瞭解這些條件，並努力的使自己具足德相。

由時運故，具全德者實屬難得，若未獲得如是師時，將如何耶。《妙臂請問經》云，「如其僅有一輪車，具馬於道亦不行，如是若無修行伴，有情不能獲成就。若有具慧形貌正，潔淨姓尊趣注法，大辯勇悍根調伏，和言能施有悲愍，勤忍饑渴及苦惱，不供婆羅門餘天，精悍工巧知報恩，敬信三寶是良伴。

由於時代不同、法運的關係，真正具足十全十美德行條件的人非常難得。如果找不到具足條件的老師，那怎麼辦呢？在《妙臂請問經》上說：如同僅有一個輪子的馬車，即使有了馬，有路，也無法行走。同樣的，沒有修行的助伴和善知識，我們是不可能獲得成就的。經中有說，善法友的德相，包括：具有智慧、形貌端正、潔淨、出身高貴、歡喜修行、辯才無礙、勇悍、守護五根、善巧宣說、布施、有悲愍心、堪忍餓渴、堪忍苦惱、不信仰外道、精通五明、知報恩、敬信三寶。具有上述功德者，就是我們修行的良伴。

諸能完具如是德，於諍世中極稀故，半德四分或八分，應依如是咒師伴。」此中所說圓滿伴相，八分之一為下邊際。鐸巴所集《博朵瓦語錄》中，述大依怙說尊重相，亦復同此。故於所說完具圓滿諸德相中，隨其所應配其難易，具八分者為，為下邊際。

能夠具足前述完美德行的人，在現在五濁惡世中是很稀少的。只要具有二分之一、四分之一或八分之一的德行，都是我們應該依止的善知識和友伴。在這裡所說的具有圓滿德相的善知識與友伴，最少須具有前述八分之一的德行。鐸巴所集的《博朵瓦語錄》當中有說到，阿底峽尊者也講善知識的行相，也是持同樣說法。所以，在必需具有的各種圓滿德相中，應該隨著所學的次第，並配合其難易條件去看，具有八分之一的德行是最下限。

丁二、能依學者之相

P28L2~P29L1 第二能依~謂正直住

第二能依學者。《四百論》曰：「說正住具慧，希求為聞器。不變說者德，亦不轉聽者。」釋論解云：「說具三法堪為聞器。若具其三，則於法師所有眾德，見為功德不見過失。猶非止此，即於聽眾所有功德，亦即於彼補特伽羅，見為功德非見過失。若不完具如是器相，說法知識雖極遍淨，然由聞者過增上故，執為有過，於說者過，反執為德。」是故縱得完具一切德相知識，然於其師亦難了知。若知彼已能親近者，必須自具是諸德相。

第二能依的弟子需要甚麼條件？《四百論》說：「具備正住、具慧與希求三種德相即為聞法之器，有這三個條件才不會把說法師的功德看成過失，也不會將其他聽眾的功德看成過失。」《四百論釋》說：「如果具備了這三項條件即堪為聞法之器，那麼對於說法師的種種功德，就能只見功德，而不見過失。不只如此，就連聽聞眾生之所有功德，也就是對其他人，也能只見功德，而不見過失。反之，如果不具足聞法的德相，就算說法師所說之法非常圓滿清淨，但是因為弟子本身的過失強烈會把法師的功德執為過失，或者對說法者的過失，却反而執為功德。」所以，即使遇到具足圓滿德相的善知識，自己若不具弟子的條件，也難以了知這位善知識具有功德，如果要確知對方是能親近的善知識，必須自己具足這三種德相。

其中正住者，謂不墮黨類，若墮黨執，由彼蔽覆不見功德，故不能得善說妙義。如《中觀心論》云：「由墮黨惱心，終不證寂靜。」墮黨類者，謂貪著自宗，瞋他法派。應觀自心，捨如是執。《菩薩別解脫經》云：「應捨自欲，敬重安住，親教軌範，所有論宗。」

弟子的德相，第一是正住，就是不陷入宗派與自己所喜好的執著，如果心不能正住，陷入宗派與自己喜好的偏執，就會受到其蒙蔽而看不到善知識的功德，也就領受不到佛法的究竟義理，而障礙自己的多聞。

如《中觀心論》說：「由於墮黨之侵擾，致使心難安住，最終不能解脫煩惱與業的束縛。墮黨類的意思，是說貪愛執著於自己所屬的宗派，瞋恚別的法門派別。所以修行人應該觀照自心相續，棄捨這類執著。《菩薩別解脫經》說：「應該棄捨自己心中的貪執，敬重並安住於親教師與軌範師所教導的所有宗派的法要和內涵。」

若念唯此即完足耶，雖能正住，若無簡擇善說正道，惡說似道，二事慧力，猶非其器。故須具慧解彼二說，則能棄捨無堅實品取諸堅實。

只具有正住的功德就夠了嗎？雖然能正住，但如果沒有辨別善說正道和惡說似道二者的智慧，仍不算聞法之器。因此必須要有明辨是、非、善、惡的真實智慧，才能棄捨虛假、不實在的東西，而得到真正堅實究竟的正法。

若念僅具二德足耶，縱有此二，若如畫中聽聞法者，全無發趣，仍非其器。故須具有廣大希求。釋中更加敬法法師，屬意二相，開說為五。

如果問：修學的弟子只具備正住、具慧二個德相，是否足夠？不夠。即使具有這二種德相，就像畫中聞法，如果內心沒有一點希求好樂的意樂，仍非聞法之器。所以，弟子的德相還需要有廣大的希求心。在《四百論釋》中，又多加了要恭敬法與法師，以及屬意(一心貫注)二個條件。如此，而成為善弟子的五種德相：正住、具慧、希求、敬法與法師、屬意。

若如是者可攝為四：謂於其法具大希求，聽聞之時善住其意，於法法師起大敬重，棄捨惡說受取善說。此四順緣謂具慧解，棄捨違緣謂正直住。

也可以把這五種德相，總攝起來成為四種，一是對佛法具廣大希求心；二是聽聞時要全神貫注、無雜染心；三是恭敬法及法師，第四是棄捨惡說，受取善說。有這四項順緣，可以稱之為具慧，棄捨心中黨執的違緣，可以稱為正直住。

P29L2~P30L1 是諸堪為~攝之為四

是諸堪為尊重引導所有之法，應當觀察為具不具。若完具者應修歡慰，若不具者須於將來能完因緣勵力修作。故應了知能依諸法，若不了知如是德相，則不覺察，由此退失廣大義利。

弟子能否成為善知識所引導的法器，應該觀察自己具不具足這些條件。假如具足了，應該修習歡喜，如果還不具足，應該努力修集未來能完備的因緣。所以應該知道能成為具器弟子所應具有的條件，如果不了解這些該具備的德相，就無法察覺自己哪裡有問題，也因此退失了所有聞法的廣大利益。

丁三、彼應如何依師之理

第三彼應如何依師軌理者。如是若自具足器相，應善觀察尊重具否如前說相。應於具相，受取法益。是復有二傳記不同，謂善知識敦巴與桑樸瓦。桑樸瓦者，尊重繁多，凡有講說，即從聽聞。自康來時，途中有一鄔波索迦說法而住，亦從聽聞，徒眾白曰，「從彼聽聞，退自威儀。」答云，「汝莫作是言，我得二益。」善知識敦巴者，尊重甚少，數未過五。博朵瓦與公巴仁勤喇嘛共相議論，彼二誰善。謂於未修心，易見師過，起不信時，善知識敦巴軌理善美，應如是行。現見此說，極為諦實，應如是學。

第三，做弟子的應該如何依止善知識的軌則與道理。假如自身已具足弟子應有的德相，就應該善巧觀察善知識是否具有前面所說之種種條件。應該從具格的善知識之處，聽聞善法受取法益。有傳記記載兩位善知識種敦巴和桑樸瓦，在依止師長時有不同的做法。桑樸瓦所依的師長，有很多位，凡是有人講經說法，他就前往聽聞。他從康地前來藏地時，旅途中有位在家居士鄔波索迦在某地方說法，他也前往聽聞。他的眾弟子就說：「跟居士聽聞，有失自己的威儀身分。」桑樸瓦回答，「你們不可這樣說，我因此獲得聽聞和隨喜兩種功德。」至於善知識種敦巴，他所依止的師長很少，不超過五位。他的弟子博朵瓦和公巴仁勤喇嘛在一起議論，種敦巴和桑樸瓦，他們兩位誰的做法比較好？結論是：對初學者，如果尚未修心，容易看見師長的過失，而生不起淨信心時，按照善知識種敦巴的做法較為善美合適，應像他這樣。宗喀巴大師認為這種說法非常實在恰當，符合實際情況，我們應該如此學習。

如是應知，曾受法恩，特於圓滿教授，導心知識，如何依止。其理分二，一、意樂親近軌理，二、加行親近軌理。

戊一、意樂親近軌理

初中分三，一、總示親近意樂，二、特申修信以為根本，三、隨念深恩應起敬重。 今初

己一、總示親近意樂

《華嚴經》說，以九種心，親近承事諸善知識，能攝一切親近意樂所有扼要。即彼九心攝之為四。

《華嚴經》中說，要以九種心（孝子心、金剛心、大地心、輪圍山心、世間僕役心、除穢人心、乘心、犬心、船心）來親近承事善知識，而這九種心是能完全含攝親近與承事善知識所應該具備的意樂的綱要。這九種心又可歸納為四大項。

P30L1～ P31L1 棄自自在～類似汝者

棄自自在，捨於尊重令自在者，如孝子心。謂如孝子自於所作，不自在轉，觀父容顏，隨父自在，依教而行。如是亦應觀善知識容顏而行。《現在佛陀現證三摩地經》中亦云，「彼於一切應捨自意，隨善知識意樂而轉。」此亦是說，於具德前乃可施行，任於誰前不能隨便授其鼻肉。

第一、孝子心。捨棄自己的想法與愛好，完全順從善知識的教導而行，就好像世間的孝子一樣。這是說像孝子於一切所做，並非隨著自己意願——想做什麼就做什麼，而是觀察父親的喜怒容顏，順從父親的心意而行，不做任何違逆的事。我們親近善知識時的心態也應當如此，隨時善巧的對善知識察言觀色，依照他的教導而行。《現在佛陀現證三摩地經》中也說，「在任何情況下，弟子都應該捨棄自己的自在，隨順善知識的心意而行。」這裡也說明，只有在具備德相的善知識面前才能這樣做，在其他人的跟前，就不能隨便以孝子心任由他人牽著鼻子走。

誰亦不能離其親愛能堅固者，如金剛心。謂諸魔羅及惡友等，不能破離。即前經云，「應當遠離，親睦無常，情面無常。」

第二、金剛心。在任何情況下，親近善知識的心是任誰也無法從中破壞的，就像金剛一般堅固，即使是邪魔惡友等從中挑撥，也無法摧破離間上師和弟子間親密的師徒關係。《現在佛陀現證三摩地經》中說，「對上師的信心要非常堅固，不可反覆無常，今天親密，明天疏遠。」

荷負尊重一切事擔者，如大地心。謂負一切擔，悉無懈怠。如博朵瓦教示懂哦瓦諸徒眾云：「汝能值遇如此菩薩，我之知識，如教奉行，實屬大福，今後莫覺如擔，當為莊嚴」。

第三、大地心，要擔負起善知識一切事業重擔。就是要如大地般承載萬物不覺勞苦，弟子為師長擔負一切事業重擔，完全沒有推延懈怠。如博朵瓦教導開示懂哦瓦諸弟子時說：「你們能夠遇到這樣的大菩薩，我們的善知識，實在是你們很大的福報啊！一定要順從善知識的教導，千萬不要覺得這是個負擔，這個才是我們真正最好的莊嚴(最殊勝的榮耀)哪！」

荷負擔已應如何行，其中分六。如輪圍山心者，任起如何一切苦惱，悉不能動。懂哦住於汝巴時，公巴德熾因太寒故，身體衰退，向依怙童稱議其行住。如彼告云：「臥具安樂，雖曾多次住尊勝宮，然能親近大乘知識，聽聞正法者，唯今始獲，應堅穩住。」

承担了師長的志業以後，該怎麼做呢？此中又包含了九心中的其餘六心：

第四、輪圍山心，如輪圍山如如不動一樣，不管碰到任何的困難苦惱，對師長的信心絕不動搖。懂哦瓦住在汝巴的時候，天氣極為寒冷，公巴德熾身體因而日益衰弱，於是就和依怙童(其依止的師長—懂哦瓦)商量去留的問題。依怙童就告訴公巴德熾說：「若是要享受安樂臥具，我們曾經多次住過最尊貴的宮殿，然而能親近大乘的善知識，聽聞究竟圓滿正法，則是到現在才獲得這個機會，所以要咬緊牙關堅持下去。」

如世間僕使心者，謂雖受行一切穢業，意無慚疑，而正行辦。昔後藏中，一切譯師智者集會之處，有一泥灘，敦巴盡脫衣服掃除泥穢，不知從何取來乾潔白土覆之，於依怙前作一供壇。依怙笑曰：「奇哉，印度亦有類似汝者。」

第五、世間僕役心。雖然做的是一切卑微的工作，但心中沒有任何的羞慚或疑慮，總是認真的去做。就像有一次，阿底峽尊者去後藏，一個有在許多譯師和智者集會的道場，會場地上正好有一灘泥水，敦巴尊者看見那灘污泥，馬上脫下自己的衣服掃除泥穢，也不知從那裡取來乾淨的白土覆蓋上去，又在阿底峽尊者座前做了一個供養上師的壇

城。阿底峽尊者笑著說：「真稀奇呀！在印度也有像你這樣的修行人啊！」

P31L1～P32L1 如除穢人～由何能生

如除穢人心者，盡斷一切慢及過慢，較於尊重應自低劣。如善知識敦巴云：「我慢高坵，不出德水。」懂哦亦云：「應當觀視春初之時，為山峰頂諸高起處，青色遍生，抑於溝坑諸低下處，而先發起。」

第六、除穢人心。也就是斷除一切驕慢及輕蔑心。在善知識面前，應該自處於低劣位置，恭敬地跟他學習。如同善知識敦巴所說：「在我慢的高山上，無法流出功德水。」懂哦瓦也說：「初春的時候，應當觀察是先看到山頂高峰的一片翠綠，還是先看到山下溝坑低窪處的綠芽？」

如乘心者，謂於尊重事，雖諸重擔極難行者，亦勇受持。

第七、乘心。就像車子一樣，可以承載所有的東西。對於善知識交代的事，雖然很繁重、困難，也要勇悍地承擔起來。

如犬心者，謂尊重毀罵，於師無忿。如朵壟巴對於善知識畫師，每來謁見便降呵責，畫師弟子娘摩瓦云：「此阿闍黎於我師徒，特為瞋恚。」畫師告云：「汝尚聽為是呵責耶，我每受師如此賜教一次，如得黑茹迦一次加持。」

第八、犬心。像忠狗對主人的打罵，牠還是不會離棄主人。對於善知識的苛責怒罵，心裡面沒有一點點怨恨。如朵壟巴對待他的一位弟子—善知識畫師，每次來拜見便會呵責。畫師的弟子娘摩瓦說：「這位上師對我們師徒好像特別會發脾氣。」畫師告訴他說：「你聽起來覺得他是在呵責嗎？對我而言，我每次受到上師這樣的賜教，就如同得到一次黑茹迦(示現忿怒相的本尊)的加持一樣。」

《八千頌》云：「若說法師於求法者現似毀咨，而不思念。然汝於師不應退捨，復應增上希求正法，敬重不厭，隨逐師行。」

《八千頌》說：「若是說法的師長對求法者，現出好像瞋、忿、指責的樣子，那個時候你千萬不要想差了，對師長不但不應起退心，還應該更加堅定希求正法，並對師長依然敬重不厭棄、亦步亦趨地跟隨師長學習。」

如船心者，謂於尊重事任載幾許，若往若來，悉無厭患。

第九、船心。對於善知識交付的事情，不論負載多少，不論來來回回多少趟，沒有一點疲厭。

己二、特申修信以為根本

第二修信為根本者。《寶炬陀羅尼》云：「信為前行如母生，守護增長一切德，除疑度脫諸暴流，信能表喻妙樂城。信無濁穢令心淨，能令離慢是敬本，信是最勝財藏足，攝善之本猶如手。」《十法》亦云：「由何出導師，信為最勝乘，是故具慧人，應隨依於信。諸不信心人，不生眾白法，如種為火焦，豈生青苗芽。」由進退門，而說信為一切德本。

第二、對善知識有信心是修學佛法最重要的根本。《寶炬陀羅尼》說：「信心是一切修行的基礎，就像母親養育孩子一樣，信心能夠孕育、守護及增長一切功德。信心能淨除一切疑慮，讓我們跳脫出生死輪迴，因此，透過對師長修信心可以到達真正的妙樂之地。信心能降伏煩惱令心清淨，讓我們遠離驕慢，是恭敬心的根本。信心就像是帶我們走進最殊勝法財寶藏的腳，也像是攝持善法根源的手一般，只有靠著對善知識的信心才能獲得這一切善法。

《十法經》也說：「佛是從何生來的？信心就是趣往佛地的最殊勝的工具。所以具有智慧的人，應該隨依著信心而修習。那些沒有信心的人，是生不出任何善法的，就像被火燒焦的種子，豈能生出青色的苗芽來。」有信心則進，無信心則退，故說信是一切功德的根本。

敦巴請問大依怙云：「藏地多有修行者，然無獲得殊勝德者，何耶。」依怙答云：「大乘功德，生多生少，皆依尊重，乃能生起。汝藏地人，於尊重所，僅凡庸想，由何能生。」

敦巴尊者請問阿底峽尊者說：「在我們藏地有很多修行人，然而卻沒有獲得殊勝成就的人，這是什麼緣故呢？」阿底峽尊者回答說：「大乘功德能生多少，完全要依靠自己的師長，才能生起。現在你們這些藏人，都把自己的師長看成平庸的凡夫，這樣怎麼能生出功德呢？」

P32L1~P33L1 有於依怙～見德之心

有於依怙發大聲白：「阿底峽請教授。」如其答云：「哈哈，我卻具有好好耳根，言教授者，謂是信心信信。」信為極要，其信總之亦有多種，謂信三寶、業果、四諦。然此中者，謂信尊重。此復弟子於尊重所，應如何觀。

有一次，有人對著阿底峽尊者大聲說：「阿底峽，請教我！」阿底峽尊者回答說：「哈哈！我的耳朵很好呀，用不著那麼大聲。所謂教授，最重要的就是修信心，要相信自己本具佛性，更要對自己的師長有淨信心。」信心是非常重要的。信心也有很多種，譬如信三寶、信業果、信四諦。然而這裡說的是對師長的信心。其次，一個弟子對於自己的師長，應該如何看待？

如《金剛手灌頂續》云：「秘密主，弟子於阿闍黎所應如何觀，如於佛薄伽梵即應如是。其心若如是，其善常生長，彼當速成佛，利一切世間。」諸大乘經亦說應起大師之想，《毘奈耶》中亦有是說。此諸義者，謂若知是佛，則於佛不起尋求過心，起思德心。於尊重所，特應棄捨一切尋察過心，修觀德心。

如密教經典《金剛手灌頂續》說：「金剛手菩薩(大勢至菩薩)，弟子對自己依止的善知識，應該怎麼看待？應該把善知識當作佛一樣來看就對了。若是弟子對上師具有如此的信心，他的善根會不斷的增長，這樣將很快速的成佛，利益一切有情。」許多顯教的大乘經典也說應該視師如佛，小乘的《毘奈耶經》中也是這樣說。這當中的道理是說，假定能視師如佛，就絕對不會對佛生起尋求過失的心，而是生起思惟功德的心。對於自己的師長，特別應棄捨一切尋求過失的心，而應修習觀察師長功德的心。

此復應如彼續所說，依之而行，「應取軌範德，終不應執過，取德得成就，執眾過不成。」謂其尊重雖德增上，若僅就其少

有過處而觀察者，則必障礙自己成就。雖過增上若不觀過，由功德處而修信心，於自當為得成就因。是故凡是自之尊重，任其過失若大若小，應當思惟，尋求師過所有過患，多起斷心而滅除之。

再者，應如《金剛手灌頂續》所說的來行持：「應該執取師長的功德，而不執著他的過失。前者可以讓自己獲得成就；後者則一定修不成。」這也就是說，即使師長的功德再多、再大，如果做弟子的只從師長少數的過失處觀察，那麼必定障礙自己的成就；反之，就算師長有很多過失，若能不觀師長的過，而從他的功德面來修信心，結果自己可獲得成就的因。所以凡是自己的師長，不論他的過失大也好、小也好，應該思惟尋求師長過失的種種損害，努力斷除這種觀過的惡習。

設由放逸煩惱熾盛等之勢力故，發起尋覓過失之時，亦應勵力悔除防護。若如是行，力漸微劣。復應於其具諸淨戒，或具多聞，或信等德，令心執取，思惟功德。如是修習，設見若有少許過失，由心執取功德品故，亦不能為信心障難。譬如自於所不樂品，雖見具有眾多功德，然由見過心勢猛故，而能映蔽見德之心。

假設由於身心放逸和煩惱熾盛等的力量很強，一不小心又生起了尋找師長過失的心，這時應該努力懺悔，將它懺除乾淨，並起防護心，讓它不再生起。若能這樣去做，觀過的力量便會漸漸減輕。此外，要經常思惟師長具有的功德，如持戒清淨，或廣聞博學，或具淨信心等德相，讓自己的心，只執取於師長的功德方面。如果能經常這樣修習，就算偶爾看到他的一點小過失，也會因為心中一直執取於他的功德，而不會障礙對師長的信心。譬如，一般來說，對於自己所不喜歡的人，儘管看見他有眾多的優點，可是由於觀過的心力很強，就會遮蔽了見功德的心。

P33L1~P33L3 又如於自~無能匹者

又如於自雖見眾過，若見自身一種功德，心勢猛利，此亦能蔽見過之心。

相較之下，雖然知道自己有種種的過失，但由於見自己功德的心比較猛利，因此只要看到自己一點點的功德，也會自以為了不起，而遮蔽看見自身過失之心。

復次如大依怙持中觀見，金洲大師持唯識宗實相分見，由見門中雖有勝劣，然大乘道總體次第及菩提心，是由依彼始得發起，故執金洲為諸尊重中無能匹者。

其次，又如阿底峽尊者所持的是究竟中觀見解，他的老師金洲大師持的是唯識宗裡的實相派見解，從見解門派中雖然中觀見高於唯識見，但因阿底峽尊者對整個大乘道的總體次第和菩提心教授，卻是跟金洲大師學的，所以他始終奉金洲大師為眾多師長當中最尊貴殊勝的一位，這是執取師長功德一個很好的例子。

P34L1~P35L1 下至唯從~應如是想

下至唯從聞一偈頌，雖犯戒等，亦應就其功德思惟，莫觀過失，悉無差別。《寶雲經》云：「若知由其依止尊重，諸善增長，不善損減，則親教師或聞廣博或復寡少，或有智解或無智解，或具尸羅或犯尸羅，皆應發起大師之想。如於大師信敬愛樂，於親教師亦應信樂，於軌範師悉當發起恭敬承事。由此因緣菩提資糧，未圓滿者悉能圓滿，煩惱未斷悉能斷除。如是思已，便能獲得歡喜踴躍，於諸善法應隨順行，於不善法應不順行。」

對於曾領受過法恩的善知識，即使只從他那裡聽聞到短短四句的一個偈頌，也要心存感念。如果他有犯戒或其他過失等，也還是應該思惟他的功德，切莫看他的過失，同樣把他當成佛來看，毫無差別。《寶雲經》說：「若真正了解如法依止師長，可以使得我們的善業增長，無明、煩惱及惡業慢慢地減少，那麼不管這位親教師(和尚)的知識廣博或寡少，有智慧見解或沒有智慧見解，清淨持戒或犯戒，都應該把他看成佛。如同對佛那樣的淨信、恭敬、愛樂，對於親教師也應該這樣；對於軌範師(阿闍黎)也都應該把他們當作佛一樣的恭敬承事。如果能夠這樣做的話，成佛的菩提資糧，未圓滿的都能圓滿，煩惱未斷除的都能斷除。懂得這層道理，才能歡喜奉行，對於種種善法就會照著師長說的去做，對於不善法就不會去做。」

《猛利問經》亦云：「長者，若諸菩薩求受聖教，及求讀誦。若從誰所聽聞受持，施戒忍進定慧相應，或是集積菩薩正道資糧相應，一四句偈，即應如法恭敬尊重此阿闍黎。隨以幾許名句文身開示其偈，假使即於爾所劫中，以無諂心，以一切種，利養恭敬及諸供具，承事供養此阿闍黎。長者於阿闍黎，作應敬重阿闍黎事，猶未圓滿，況非以法而為敬事。」

《猛利問經》也說：「長者！想要學佛求受聖教、以及修學讀誦的行者。無論是從那一位善知識那裡聽聞受持到布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧這六度，或者是和集積菩薩正道資糧有關的內容，只要是跟法相應的，哪怕只是聽到最簡單的一個四句偈而已，都應該要如法的恭敬尊重這位善知識。而且恭敬的程度，應該是隨著他以多少語句文字、開示了多少的偈頌，就以多少劫的時間，盡心盡力的來行利養、恭敬和以種種的供具，承事供養這位善知識。長者！對於善知識，儘管做這樣如法的供養，尚不足以報答他的法恩，更何況是以不如法的方式來承事善知識。」

己三、隨念深恩應起敬重

第三隨念恩者。《十法經》云：「於長夜中，馳騁生死尋覓我者，於長夜中為愚癡覆而重睡眠，醒覺我者，沈溺有海，拔濟我者。我入惡道示善道者。繫縛有獄解釋我者。我於長夜中，病所逼惱為作醫王。我被貪等猛火燒燃，為作雲雨而為息滅，應如是想。」

第三、經常憶念善知識的恩德。《十法經》說：當我迷失在無明長夜中，一直輪迴於生死，是我的善知識來尋覓我；當我在無明長夜中，一直被愚癡覆蓋而昏睡，是我的善知識來覺醒我；當我沉溺在三有苦海中，是我的善知識來救拔我；當我墮入三惡道時，是我的善知識來導引我，為我指示善道；當我受困在三有牢獄中，是我的善知識為我打開繫縛；當我在漫漫長夜，被種種病苦所逼惱時，是我的善知識化作醫王來救治我；當我身受貪瞋癡等猛火燃燒時，是我的善知識化作清涼雲雨為我息滅煩惱火。我們應作如此思惟，要對善知識發起如此強烈的感恩之心。

《華嚴經》說：「善財童子，如是隨念痛哭流涕。諸善知識，是於一切惡趣之中，救護於我。令善通達法平等性。開示安穩不安穩道。以普賢行而為教授。指示能往一切智城，所有之道。護送往赴一切智處。正令趣入法界大海。開示三世所知法海。顯示聖眾妙曼陀羅。善知識者，長我一切白淨善法。」應如此文而正隨念。一切句首，悉加「諸善知識是我」之語。於前作意善知識相，口中讀誦此諸語句，意應專一念其義理。於前經中，亦可如是，而加諸語。

《華嚴經》說：「善財童子每每想到善知識的教誡，感念善知識的恩德而悲欣交集、痛哭流涕。因為善知識，把我從一切惡道中救護出來；使我能善巧通達一切法的平等性；為我開示趣向安穩的涅槃道，避開不安穩的輪迴道；還以普賢菩薩的行願內容來教導我，為我指示能通往佛地的所有道路，並護送我前往佛地；使我正確趣入如大海般深廣的佛法內涵；為我開示三世諸佛所知的一切妙法；展現聖眾不可思議的壇城、淨土。善知識所作的一切，都是為了增長我一切清淨善法。」應該像前面《華嚴經》經文中所說的，來隨念善知識的深恩。在每一句的句首都加上「諸善知識是我」這句話。憶念善知識恩德時，應該在自己前方觀想善知識的形像，口中讀誦上列諸語句，並專心一意地依照文義來隨念善知識的深恩。同樣的，前面《十法經》那段經文中亦可如此讀誦、思惟，並加上「諸善知識是我」這句話。

又如《華嚴經》云：「我此知識說正法，普示一切法功德，遍示菩薩威儀道，專心思惟而來此。此是能生如我母，與德乳故如乳母，周遍長養菩提分，此諸善識遮無利。解脫老死如醫王，如天帝釋降甘雨，增廣白法如滿月，猶日光明示靜品。對於怨親如山王，心無擾亂猶大海，等同船師遍救護，善財是思而來此。菩薩啟發我覺慧，佛子能生大菩提，我諸知識佛所讚，由是善心而來此。救護世間如勇士，是大商主及怙依，此給我樂如眼目，以此心事善知識。」應咏其頌而憶念之，易其善財而誦自名。

又如《華嚴經》所說：「善知識，為我(善財童子)宣說正法，總示一切法的功德，並完整開示菩薩的威儀(行住坐臥)，我就是專心思惟這

些善知識的恩德而來到此處。善知識就像母親，母親餵養我乳汁，善知識則授予我功德法乳，周全地長養我成佛的一切資糧，並為我遮除一切對修行不利的損惱。善知識如同醫王教我如何解脫老死；又如天帝釋般為我降下甘露法雨，讓我的善法增長廣大，如同月亮由缺到滿；又如陽光般為我照示出寂靜的涅槃境地。善知識的心，如同山王如如不動，對怨敵或親友都平等對待；善知識的心，猶如大海般寧靜，不受煩惱擾亂而動盪不安；善知識就像船師普遍救護沉溺於苦海中的每一個人，我善財童子就是懷著這樣感念心情，來到善知識面前。菩薩能啟發我的正覺智慧，導引我生起大菩提心，這些大善知識都是諸佛所稱讚的，我就是抱著此等清淨意樂而來善知識這裡。善知識如勇士般地救護世間的眾生，又如大商主般是眾生的前導和依靠，他給予我安樂，就好像有了智慧的眼目能破除無明黑暗。我以這樣念恩的心來承事善知識。」我們應該吟詠這些偈頌來憶念善知識的恩德，把善財童子的名字改成自己的名字來讀誦。

戊二、加行親近軌理

第二加行親近軌理者。如《尊重五十頌》云：「此何須繁說，勵觀彼及彼，應作師所喜，不喜應盡遮。金剛持自說，成就隨軌範，知己一切事，悉敬奉尊長。」

第二在行為上應如何親近善知識的軌則道理。如《尊重五十頌》說：「承事善知識，這還須要多講嗎？就是要盡一切努力地去觀察善知識和他所重視的法，應該去做師長所歡喜的事，師長不歡喜的事則完全不要做。金剛持佛曾親口說：弟子的成就完全看所跟隨的師長，了解了這一點以後，自然一切行為都恭敬、承事、供養自己的善知識。」

P36L1~P37L1 總之應勵~亦有明證

總之應勵力行，修師所喜，斷除不喜。作所喜者，謂有三門：供獻財物、身語承事、如教修行。如是亦如《莊嚴經論》云：「由諸供事及承事，修行親近善知識。」又云：「堅固由依教奉行，能令其心正歡喜。」

總之，應該盡一切努力修持師長所歡喜的，斷除師長不歡喜的行為。做師長所歡喜的事，包含了三部分：一是供獻財物，二是身語承事，三是依教修行。如《莊嚴經論》所說：「藉由種種的供養、承事及

依教奉行，來親近善知識。」又說：「這三種承事當中，又以依教奉行最能使修行堅固，也最能令善知識內心真正歡喜。」

其中初者，如《五十頌》云：「恆以諸難施，妻子自命根，事自三昧師，況諸動資財。」又云：「此供施即成，恆供一切佛，此是福資糧，從糧得成就。」復如拉梭瓦云：「如有上妙供下惡者，犯三昧耶，若是尊長喜樂於彼，或是唯有下劣供物，則無違犯。」

第一、供獻財物，如《事師五十頌》說：「連最難捨的妻兒家人乃至自身的性命，都可以拿來供養自己的師長，那些一般資財又算什麼呢？」又說：「這樣供養布施的成就，等於供養一切諸佛，這是殊勝的福德資糧，從積聚資糧而能獲得成就。」又如祖師拉梭瓦說：「如果有上妙的財物，卻因自己難捨，而把差的物品拿去供養上師，這是違犯三昧耶戒。除非上師正好喜歡這個下劣之物，那就隨他的意樂；或是自己只有粗劣的供品，那就不算犯戒。」

此與《五十頌》所說符順，如云：「欲求無盡性，如如少可意，即應以彼彼，勝妙供尊長。」此復若就學者方面，以是最勝集資糧故，實應如是。就師方面，則必須一，不顧利養。霞惹瓦云：「愛樂修行，於財供養，全無顧著，說為尊重。與此相違，非是修行解脫之師。」

這與《事師五十頌》說法相符。《事師五十頌》說：「如果想求圓滿的佛果，只要任何師長喜歡的東西，就拿去供養，但心中的意樂一定要恭敬，這個供養就是最殊勝的供養。」如此，從學者弟子的角度來說，供獻財物是最殊勝集聚資糧的方法，實在應該這樣做。就師長方面來說，他必須完全不顧名聞利養。霞惹瓦說：「真正善知識，他心中愛樂歡喜的只有修行，至於財物供養，他完全不會在意，他接受你，是為了成全你。如果與這相違背，就不是修行解脫道的師長。」

第二者謂為洗浴按摩擦拭及侍病等，當如實讚師功德等。

第二、身語承事。在身方面，對師長的奉侍有洗浴、按摩、擦拭及師長生病時妥善照顧。在語方面，要如實讚揚師長的功德。

第三者謂於教授遵行無違，此是主要。《本生論》云：「報恩供養者，謂依教奉行。」設若須隨師教行者，若所依師引入非理及令作違三律儀事，如何行耶。《毘奈耶經》於此說云：「若說非法，應當遮止。」寶雲亦云：「於其善法隨順而行，於不善法應不順行。」故於所教，應不依行。不行非理者，《本生論》第十二品亦有明證。

第三、依教修行。就是依師長的教導，遵照奉行沒有違背，這是最主要的。《本生論》說：「要報答善知識的恩德，最殊勝的供養，就是依教奉行。」如果師長的教授不如法，或與三律儀戒(律儀戒、攝善法戒、饒益有情戒)相違時，該怎麼辦呢？《毘奈耶經》說：「若師長教導不如法，就不要照著做。」《寶雲經》也說：「如果上師教導的是善法，我們就應該依教奉行，若是不善法，則不應隨順去做。」所以，如果師長所教導的並不如法，就不應該照著去做。有關不如理如法的教導，就不應該隨行的道理，在本生論第十二品中也有明證。

P37L1~P38L1 然亦不應~難以取勝

然亦不應以此諸理，遂於師所，不敬輕訾而毀謗等。如《尊重五十頌》云：「若以理不能，啟白不能理。」應善辭謝而不隨轉。如是親近時，亦如《莊嚴經論》云：「為受法分具功德，親近知識非為財。」是須受行正法之分。

雖然如此，但是也不應該以這些理由，對於這位師長因此有不恭敬、輕視而毀謗等行為。如《尊重五十頌》說：「假若師長交辦的事不合理，我們不能夠遵從，應向師長說明不能做的理由。」並應善巧婉轉的辭謝，而不要盲目隨錯誤而轉。親近師長時，就像《莊嚴經論》所說：「親近善知識，是為了獲得正法、增長功德，不是為了財或貪圖享受。」所以，在善知識跟前，應該以接受佛法的教導為最重要。

博朵瓦云：「差阿難陀為大師侍者時，謂若不持大師不著之衣，不食大師之餘食，許一切時至大師前，則當侍奉承事大師。如此慎重，其意是在教誨未來補特伽羅。我等於法全不計較，雖少許茶，悉計高低，謂師心中愛不愛念，此是心內腐爛之相。」幾時親近者，如博朵瓦云：「有一來者，是加我

擔，若去一二，是擔減少，然住餘處，亦不能成，是須於一遠近適中經久修習。」

博朵瓦說：「佛陀在選阿難尊者做他的侍者時，阿難尊者提出三個條件：一不穿佛不穿的衣物，二不吃佛吃剩的食物，三任何時間都可以在佛的跟前受其教誨。佛陀答應之後，阿難尊者就做了佛的侍者來侍奉佛。」阿難尊者之所以慎重，就是為了教誡我們後輩的眾生，應該以法來親近善知識。結果我們現在的弟子對法完全不計較，但如果少了一點像茶這樣的小東西，都要計較多或少，說師長心中比較偏愛誰，這些都是我們內心沒有教法的腐爛跡象。」親近善知識的時間，要如何才算恰當？如博朵瓦說：「多來一位弟子，是增加我的負擔。離去一二位，是減輕我的負擔。如果弟子完全不親近善知識，又不能夠獲得成就，所以親近善知識，應遠近適中最为恰當，然後經久修習為最重要。」

丁四、依止勝利

第四親近勝利者。近諸佛位，諸佛歡喜。終不缺離大善知識。不墮惡趣。惡業煩惱悉不能勝。終不違越菩薩所行，於菩薩行具正念故，功德資糧漸漸增長。悉能成辦現前究竟一切利義。承事師故，意樂加行悉獲善業。作自他利資糧圓滿。

第四、依止善知識的殊勝利益：第一是能一步步往佛位邁進。第二是諸佛歡喜。第三是生生世世都不缺少、不遠離善知識。第四是不墮惡趣。第五是惡業、煩惱都不能來損害。第六永遠不違犯菩薩所行。第七是行菩薩道時，具有正念，都能和菩薩行相應，因此功德資糧漸漸增長，皆能成辦現前、究竟的一切利義安樂。第八是由於依止承事善知識的緣故，使我們的內心及行為都能獲得善業，所做自利利他的資糧果報也能圓滿。

如是亦如《華嚴經》云：「善男子，若諸菩薩，為善知識正所攝受，不墮惡趣。若諸菩薩，為善知識所思念者，則不違越菩薩學處。若諸菩薩，為善知識所守護者，勝出世間。若諸菩薩，承事供養善知識者，於一切行不忘而行。若諸菩薩，為善知識所攝持者，諸業煩惱難以取勝。」

如同《華嚴經》中所說：「善男子！修行菩薩道的人，如果能為善知識所攝受，就不會墮惡趣。修行菩薩道的人，如果能為善知識所思念，就不會違背菩薩行。修行菩薩道的人，如果能為善知識所守護，便是勝過一切世間的守護。修行菩薩道的人，如果承事供養善知識，就能不忘行一切菩薩行。修行菩薩道的人，如果能為善知識所攝持，惡業煩惱就難以取勝。」

P38L1~P39L1 又云：「善男子～染自然薰

又云：「善男子，若諸菩薩，隨善知識所有教誡，諸佛世尊心正歡喜。若諸菩薩，於善知識所有言教，安住無違，近一切智。於善知識，言教無疑，則能近於諸善知識。作意不捨善知識者，一切利義，悉能成辦。」

又說：「善男子！修行菩薩道的人，如果能遵循善知識所有的教誡去做，就能得諸佛世尊真正的歡喜。修行菩薩道的人，如果對於善知識所有的言教，都能隨順、安住、而不違背，就能一步步得到佛的智慧。如果對於善知識所有的言教都深信不疑，就能親近依止善知識。如果在起心動念上始終不棄捨善知識，則眼前、究竟的一切利義，都能成辦。」

《不可思議秘密經》中亦云：「若善男子，或善女人，應極恭敬，依止親近承事尊重。若如是者，聞善法故成善意樂，及由彼故成善加行，由是因緣，造作善業。轉趣善行，能令善友，愛樂歡喜。由是不作惡業，作純善故，能令自他不起憂惱。由能隨順護自他故，能滿無上菩提之道，故能利益趣向惡道諸有情類。是故菩薩應依尊重，圓滿一切功德資糧。」

《不可思議秘密經》也說：「善男子、善女人，真正修學佛法，應該要極恭敬、依止、親近、承事善知識。若能如此，便會因為聽聞善法，而生善念，由於善念，身口的加行也成為善行。此乃由聞法的因緣而造了善業。造了善業，自然轉趣善行，還能使善友愛樂歡喜。由於不造惡業，純做善業，所以能令自己、他人不起憂惱。更由於能夠隨順護持自己和他人，所以能夠圓滿無上菩提，還能利益趣向惡道的有情。所以真正想修學圓滿佛道的菩薩行者，應該堅定的依止善知識，以圓滿一切功德資糧。」

復次由其承事知識，應於惡趣所受諸業，於現法中身心之上，少起病惱，或於夢中而領受者，亦能引彼令盡無餘。又能映蔽供事無量諸佛善根，有如是等最大勝利。

其次，由於如理依止、承事善知識，能使本來要墮入惡趣受苦的有情，今生只是在身心上面稍微起一點病痛或煩惱，甚至於夢中受一點惡劣的情況，都能夠把未來在惡趣受報的業消除乾淨。

恭敬承事善知識的功德，遠比我們供養無量諸佛的功德福報還要大，就有這樣大的殊勝利益。

《地藏經》云：「彼攝受者，應經無量俱胝劫中，流轉惡趣所有諸業，然於現法因疾疫等，或飢饉等，損惱身心而能消除，下至呵責，或唯夢中亦能清淨。雖於俱胝佛所，種諸善根，謂行布施，或行供養，或受學處，所起眾善，然彼僅以上半日善，即能映蔽。承事尊重，成就功德不可思議。」又云：「諸佛無量功德神變，應觀一切悉從此出，是故應如承事諸佛，依止親近供事尊重。」《本生論》亦云：「悉不應遠諸善士，以調伏理修善行，由近彼故其德塵，雖不故染自然薰。」

《地藏經》說：「真正為善知識所攝受者，原本須經無量劫中，流轉惡趣所有的惡業，能在這一世，只遭受種種疾病、飢餓、或身心損惱而得到消除。甚至只是受到善知識的呵責、或做惡夢，就能淨除這些惡業。雖然過去曾在無量諸佛前，種下種種善根，如布施、供養、受學處等累積的眾善。但是，如果能以半日的時間，行承事供養自己的善知識，這個善根功德就超過以上眾善的功德。所以親近、依止、承事善知識的功德，實在是不可思議。」又說：「諸佛的無量功德與神通，我們應該了解都是從親近善知識的功德而來的。所以應當如同承事諸佛一般的去依止、親近、供養、承事善知識。」《本生論》也說：「任何情況之下，都不應該遠離善知識，因為這些善知識以戒等三學調伏內心，所行都是善行。由於親近他們，自然能夠薰染到他們的功德。雖然不是刻意想去沾染，卻處處自然受其薰陶。」

博朶瓦云：「我等多有破衣之過，如拖破衣，唯著草穢，不沾金沙。其善知識，所有功德，不能薰染，略有少過，即便染著。故於一切略略親近，悉無所成。」

博朶瓦說：「我們大多有破衣之過，如同身上拖著破衣，所沾染到的都是雜草汙穢，而不是金沙。這就好比善知識，所有的功德，我們不能薰染到，若是有一點點的過失，便會馬上染著。所以若是略略的親近善知識，是不會有所成就的」

丁五、未依過患

第五不依過患者。請為知識若不善依，於現世中，遭諸疾疫非人損惱，於未來世，當墮惡趣，經無量時受無量苦。《金剛手灌頂續》云：「薄伽梵，若有毀謗阿闍黎者，彼等當感何等異熟。世尊告曰：金剛手，莫作是語，天人世間悉皆恐怖。秘密主，然當略說，勇士應諦聽。我說無間等諸極苦地獄，即是彼生處，住彼無邊劫，是故一切種，終不應毀師。」

第五項不依止善知識的害處。若已祈請他人做為自己的善知識，卻不能好好的如法依止，在現世當中，會遭受各種疾病和非人的損害惱亂，在未來世中，會墮落惡趣，經無量劫的時間受無量的痛苦。《金剛手灌頂續》說：「世尊，假如有人毀謗自己的師長，他將會感得什麼樣的果報呢？世尊回答他說：金剛手菩薩，最好不要提起此事，若細說異熟果報，恐怕連天、人與一切世間有情都會害怕。金剛手菩薩，你既已問起，我就簡略的說，身為勇士應該如實的聽聞。我告訴你，各種無間地獄等受極大痛苦的地方，就是這些毀謗師長者的去處，而且他們受苦的時間是無邊大劫。所以在任何情況下，絕不可以毀謗自己的師長。」

《五十頌》亦云：「毀謗阿闍黎，是大愚應遭，疾癘及諸病，魔疫諸毒死，王火及毒蛇，水羅叉盜賊，非人礙神等，殺墮有情獄。終不應惱亂，諸阿闍黎心，設由愚故為，地獄定燒煮。所說無間等，極可畏地獄，諸謗師範者，佛說住其中。」

善巧成就寂靜論師，所造《札那釋難論》中，亦引經云：「設唯聞一頌，若不執為尊，百世生犬中，後生賤族姓。」

《事師五十頌》中也說：「毀謗上師，是最大的愚癡，會遭受到極為嚴重的諸多疾病、癲瘋，以及會因著魔、瘟疫、中毒而死。不僅如此，還會遭受王法、烈火、毒蛇野獸、惡水、羅剎、盜賊、非人等的殺害或侵擾，死了以後，會墮落大有情地獄。所以在任何情況之下，都不要惱亂師長的心，假設因為愚癡而如是做了，死後一定會下地獄被油鍋所燒煮。還有各種如無間地獄等極為可怕的地獄，所有毀謗師長的人，佛陀說，他們都會住在那裡。」善巧成就者寂靜論師在所造《札那釋難論》當中，也引經說：「假設我們從善知識那裡，雖然只聽聞到一個偈頌，如果沒有把他當成師長般尊敬，果報將會是百世都生為狗類，即使之後轉為人道，也是最低賤的種姓。」

又諸功德，未生不生，已生退失，如《現在諸佛現證三摩地經》云：「若彼於師住嫌恨心，或堅惡心，或恚惱心，能得功德，無有是處。若不能作大師想者亦復如是。若於三乘補特伽羅，說法比丘，不起恭敬，及尊長想，或大師想者，此等能得未得之法，或已得者，令不退失，無有是處。由不恭敬，沉沒法故。」

如果我們不如理依止善知識的話，還沒有生起的功德會生不起來，已經生起的，也會退失。如《現在諸佛現證三摩地經》中所說：「如果對自己所依止的上師起嫌惡憎恨心、堅固惡心、或恚惱心，是不可能得到任何功德的。即使沒有惡心，然而不懂得視師如佛，同樣也無法生起功德。不要說對自己的師長，就是對大、小乘、或其他宗派的說法比丘不恭敬，或者沒有把他當作善知識、佛來看，這樣也還是得不到任何功德，甚或以前有的功德也會退失。不恭敬法及說法師，是造成佛法隱沒的主要原因。」

P40L2~P41L1 設若親近~極為重要

設若親近不善知識及罪惡友，亦令諸德漸次損減，一切罪惡漸次增長，能生一切非所愛樂，故一切種悉當遠離。《念住經》云：「為貪瞋癡一切根本者，謂罪惡友，此如毒樹。」

假若親近惡知識和惡友，也會讓我們的德行漸漸減損，一切惡業逐漸增長，而且生出一切不如意、不可愛的果報來，所以一切時處，我們都應當遠離惡知識和惡友。《念住經》說：「惡友是貪瞋癡一切惡法的根本，它就像毒樹一樣，只要沾到一點，就會讓人中毒喪命。」

《涅槃經》云：「如諸菩薩怖畏惡友，非醉象等，此唯壞身，前者俱壞善及淨心。」

《涅槃經》說：「修行佛道的菩薩行者，害怕惡友甚於怕醉象。因為醉象頂多傷害我們的身體性命，而惡友能破壞我們一切善因、善念，使我們原來清淨的心也遭到污染而破壞了善根。」

又說彼二，一唯壞肉身，一兼壞法身。一者不能擲諸惡趣，一定能擲。《諦者品》亦云：「若為惡友蛇執心，棄善知識療毒藥，此等雖聞正法寶，嗚呼放逸墮險處。」

《涅槃經》又比較了醉象和惡友的差別，醉象只能毀壞我們的肉身，惡友卻兼害我們的法身慧命；醉象不能把我們丟入惡道，惡友卻一定能。

《諦者品》也說：「如果我們的心被毒蛇般的惡友纏縛住，而我們卻捨棄了可以療治三毒的良藥—善知識，如此，即使我們能夠聽聞到正法，最終還是因為親近惡友而放逸的緣故，墮入三惡道。」

《親友集》云：「無信而慳吝，妄語及離間，智者不應親，勿共惡人住。若自不作惡，近諸作惡者，亦疑為作惡，惡名亦增長。人近非應親，由彼過成過，如毒箭置囊，亦染無毒者。」

《親友集》說：「真正有智慧的人不應該親近對三寶沒有信心、生性慳吝、好說妄語和離間語的人，也不應該和惡人共住。雖然自己沒作惡事，但因親近惡友，也會遭人質疑跟他一般的作惡，惡名自然會增長。和不應該親近的惡友在一起，久而久之我們也會沾染到壞習性，就像把毒箭放在箭囊中，沒有毒的箭也會變成毒箭。」

惡知識者，謂若近誰能令性罪遮罪惡行，諸先有者不能損減，諸先非有令新增長。善知識敦巴云：「下者雖與上伴共住，僅成中等。上者若與下者共住，不待劬勞，而成下趣。」

所謂惡知識，是指無論誰一旦親近了這種人，以前有的惡行不會減少，以前沒有的性罪或遮罪等惡業反而會造作增長。善知識敦巴說：「下等人和上等人共住的話，最好的情況是下等人會變成中等人；可是上等人若和下等人共住的話，不用花什麼力氣，很快就變成下等人了。」說明習善很難，學惡極易。

(註：二罪，即性罪和遮罪。性罪是本性就是罪惡，如殺、盜、淫、妄，不待佛制，誰犯了就會得到罪報；遮罪是遮止的罪，如酒的本質不是惡，但是佛禁止不許飲，誰飲了就會得到毀犯佛制戒的罪。)

丁六、攝彼等義

第六攝彼等義者。世遍讚說尊長瑜伽教授者，應知即是如前所說。若一二次，修所緣境，全無所至。若是至心欲行法者，須恆親近，無錯引導，最勝知識。爾時亦如伽喀巴云：「依尊重時，恐有所失。」謂若不知依止軌理而依止者，不生利益反致虧損。故此依止知識法類，較餘一切極為重要。

第六項是攝彼等義。就是總結前面五項內涵(所依善知識之相、能依學者之相、彼應如何依師之理、依止勝利、未依過患)，並將不足之處作一補充。世人普遍讚揚的「上師相應法」教授，就是按照前面所說的內容去修學。如果只是緣著自己所修的法類，修習一次兩次，那一點用處都沒有，不會有所成就。真正誠心想要修習佛法的人，應該恆常親近善知識，而且必須要依止能正確引導我們修學的最殊勝的善知識。依止時，應如伽喀巴尊者所說：「依止上師的時候，要常常心懷戰兢惕厲，就怕會有一點點做得不對。」這是說如果不了解正確的依師之理就去依止的話，不但得不到親近善知識的利益，反而會造成過失和損害。所以，依止善知識這個法類，比其他任何法類都更為重要。

見是究竟欲樂根本，故特引諸無垢經論，並以易解，能動心意，符合經義，諸善士語，而為莊嚴，將粗次第，略為建設，廣如餘處，應當了知。

由於依止善知識是一切究竟欲樂(指成佛)的根本，因此本論特別引用許多無錯誤(應理應機)的經論，以淺顯易懂的方式解釋，期能策動人心、轉變心意，又摘錄了符合經論義理的祖師語錄，來彰顯依止善知識的重要；並將其修習的綱要、次第，列於本論之道前基礎。關於依止善知識的詳細內容也可從其他經論去廣泛了解。

我等煩惱，極其粗重。多不了知依師道理。知亦不行，諸聞法者，反起無量依師之罪，即於此罪亦難發生悔防等心，故應了知如前所說勝利過患，數數思惟。於昔多生，未能如法依止諸罪，應由至心而悔，多發防護之心。

我們現在的狀態，就是煩惱非常的粗重。這大多是由於不了解依止善知識道理的緣故，或者就算知道了，也不照著去做，如此，即使我們聽聞了佛法，不僅沒有累積功德，反而會造作無數不如理依師的罪業；而且對這些罪過，也因為認知不足而很難察覺、不知道要懺悔，也無法生出防護未來不再犯的心。所以我們應該要反覆思惟、確實了知前面所說的依止善知識的勝利和不依止的過患。對自己累世以來未能如理如法依止善知識的罪過，應該至心懺悔，更要發起防護心，讓自己不再犯同樣的錯。

自應勵備法器諸法，數思圓滿德相知識，積集資糧，廣發大願，為如是師，乃至未證菩提以來攝受之因。若如是者，不久當如志力希有常啼佛子，及求知識不知厭足善財童子。

還有要期勉自己早日成為一個能夠聽聞正法的具器弟子，經常思惟善知識的圓滿德相，努力積集資糧，廣發大願，希望種下在未證得菩提之前能生生世世值遇具德上師攝受的正因。

如果能這樣去做，不用很久就能像《大般若經》中的「常啼菩薩」於精進求法中執持罕見的堅決意志力，以及《華嚴經》中「善財童子」勇猛追隨善知識求法而永不疲厭一樣，最終獲得大成就。

丙二、總略宣說修持軌理

略說修習軌理分二，一、正明修法，二、破除此中邪妄分別。

丁一、正明修法

初中分二，一、正修時應如何，二、未修中間應如何。

戊一、正修時應如何

初中分三，一、加行，二、正行，三、完結。今初

己一、加行

P41L10~P42L1 出加行法~為資糧田

初加行法有六，乃是金洲大師傳記。謂善灑掃所住處所，莊嚴安布身語意像。由無諂誑求諸供具端正陳設。次如《聲聞地》中所說，「從昏睡蓋，淨治心時，須為經行。除此從餘，貪欲等蓋，淨治心時，應於床座或小座等，結跏趺坐。」

加行，即正修之前的準備工作。加行法分六個要項，這個記載出自金洲大師的傳記。第一、淨地設像：將修行處所打掃乾淨，莊嚴安置代表佛陀身語意的佛像、經書、佛塔及法器等物件。第二、莊嚴供具：以正直無欺的心所取得之清淨勝妙的供品，端正陳設來行供養。第三、入座皈依：如《聲聞地》所說：「若出現昏沈、打瞌睡的情況，必須起來走動經行以淨治身心；除此而外，如貪心熾盛等煩惱現前時，對治的方法是在床座或床前墊子上以盤腿打坐姿勢，收攝身心。」

故於安樂臥具，端正其身，結跏趺坐，或半跏趺，隨宜威儀。既安住已，皈依發心，決定令與相續和合。於前虛空明現觀想，廣行派及深見派傳承諸師，復有無量諸佛菩薩，聲聞獨覺及護法眾為資糧田。

所以我們於正修前，可在舒適安樂的坐具上，端正身體，依照個人情況以腿雙盤或單盤的坐姿，讓身心安住。安住以後，誦唸皈依發心儀

軌，一定要提策內心和法相應。第四、觀想資糧田：觀想前面虛空皈依境清楚顯現，有廣行及深見各派傳承祖師，還有無量諸佛、菩薩、聲聞、獨覺以及龍、天、護法等聖眾圍繞，這些都是我們的資糧田，可以對著它皈依、祈求和發願。

P42L1~P43L1 又自相續~而稱讚之

又自相續中，若無能生道之順緣積集資糧，及除逆緣淨治業障二助緣者，唯勵力修所緣行相之正因，亦難生起。是故次應修習七支以治身心，攝盡集淨諸扼要處。

第五、集資淨障和七支供養：修行的時候，若身心不具足修道的二項助緣—積集資糧(增進修道之順緣)、淨治業障(去除障道之逆緣)，只靠努力修習，內心當中仍然很難與法相應、或如理如量的生起所緣行相的正因。所以我們必須修七支供養來調治身心，因為它已含攝了一切集資、淨障的宗要。

其禮敬支中，三門總禮者，謂「所有」等一頌。非緣一方世界及一時之佛，應緣十方過去當來及現在所有一切諸佛，以至誠心，三業敬禮，非隨他轉。智軍阿闍黎釋中云，「此復若僅頂禮一佛，所得福德，且無限量，何況緣禮爾許諸佛。」

七支供養的第一支—禮敬支，分為總禮敬與分別禮敬。三門總禮敬，在《普賢十大願王》禮敬諸佛的偈頌，「所有十方世界中，三世一切人師子，我以清淨身語意，一切遍禮盡無餘。」指出我們禮敬的對象，不只是緣在某一方或某一時的佛，而是要普緣十方，以及過去、現在、未來三世所有諸佛菩薩，以最虔誠的心，清淨的身、語、意三門來做禮敬，不隨外境或煩惱而轉。智軍阿闍黎的釋論中說：「如果只頂禮一尊佛，所得的福德資糧尚且無量廣大，更何況是禮敬十方三世無量的諸佛，所得福德資糧必定更加無量無邊。」

三門別禮中身禮敬者，「普賢行願」等一頌。謂以方時所攝一切諸佛，以意攀緣，如現前境。變化自身等諸佛剎，極微塵數，而申敬禮。此復是於諸境所有普賢妙行，發淨信力，由此信力，發起禮敬。「一身頂禮其福尚大，況以爾許身業禮敬，其福尤大。」智軍阿闍黎所釋也。

以身、語、意三門，行分別禮敬當中，關於身禮敬，在《普賢菩薩行願品》中有：「普賢行願威神力，普現一切如來前，一身復現剎塵身，一一遍禮剎塵佛。」的偈頌。提到要以意念去觀想十方三世一切諸佛就在我們面前，然後我們也化成無量微塵數的身體到每一尊佛前恭敬頂禮。此觀想境乃是藉由普賢菩薩的妙行所產生的清淨信心，以此清淨信心對每一尊佛發起禮敬。「能以一身頂禮一佛，福報已經很大，何況以無量身來頂禮無量諸佛，這福德就更大了。」這是智軍阿闍黎所做的解釋。

意敬禮者，「於一塵中」等一頌。謂於一一微塵之上，皆有一切塵數諸佛安住菩薩圍繞會中，應發勝解，隨念諸佛所有功德。

有關意禮敬，在《普賢菩薩行願品》中有：「於一塵中塵數佛，各處菩薩眾會中，無盡法界塵亦然，深信諸佛皆充滿。」的偈頌。此說每一粒微塵都有一切諸佛安住、一切菩薩眷屬圍繞，應以此隨念諸佛功德，發起信解。

語敬禮者，「各以一切」等一頌。謂於諸佛功德勝譽，不可窮盡，化一一身，有無量首，化一一首，有無量舌，以微妙音而稱讚之。

有關語禮敬，在《普賢菩薩行願品》中有：「各以一切音聲海，普出無盡妙言辭，盡於未來一切劫，讚佛甚深功德海。」的偈頌。這是說為了要稱頌諸佛無量的功德和勝譽，我們化現出無數個身，每一身化現出無數個頭，每一頭又化現出無數個舌，每一舌發出無量妙音來讚揚諸佛的功德。

P43L1~P44L1 此中音者~而發隨喜

此中音者，即是讚辭，其支分者，謂因即是舌根，（此與漢文稍有出入）海者是繁多辭。

此處「音」字，是讚揚辭。其「支」為因，指舌根的意思（這裡和漢譯本稍有出入）；「海」，形容眾多。

供養支中，有上供者，「以諸最勝」等兩頌。最勝華者，謂人天等處，所有眾多希有散華，鬘謂配貫種種妙華。此二種中，皆有一切或實或假。伎樂者，謂諸樂具，若弦若吹，若打若擊。塗香者，謂妙香泥。勝傘蓋者，謂諸傘中諸勝妙者。燈燭者，謂香油等氣香，光明及摩尼寶有光明者。燒香者，謂配眾香，或唯一種所燒燃香。勝衣服者，謂一切衣中最勝妙者。最勝香者，謂妙香水供為飲水，以氤馥香遍三千界所熏水等。末香者，謂妙香末可撒可燒，或積為堆，或畫壇場，支配顏色形量高廣等妙高峰。聚者加於前文一切之後，有眾多義及莊飾義並種種義。

七支供養的第二支：供養支，分為「有上供」與「無上供」兩種。關於「有上供」，在《普賢菩薩行願品》中有兩個偈頌：

- (1) 「以諸最勝妙華鬘，伎樂塗香及傘蓋，如是最勝莊嚴具，我以供養諸如來。」
- (2) 「最勝衣服最勝香，末香燒香與燈燭，一一皆如妙高聚，我悉供養諸如來」

偈頌中最勝華者，是指人間、天上等處，所有各種珍貴稀有的花朵。

鬘，是指用種種上妙花朵串成的花環。這兩種花朵或花環，有的是用真實的花來供養，也可以用觀想各種勝妙的花來供養。

伎樂者，是指用各種樂器，無論是以管弦吹奏，或是用打擊樂器所發出的音樂來供養。塗香者，是以香料調配的上妙香泥。勝傘蓋者，是供在佛前或頂上方的寶蓋，是所有傘蓋中最勝妙的。

燈燭者，是由香油等點燃，而發出的光明；或是摩尼寶珠等能發光的，都可以拿來供養。燒香者，是由多種香調配而成，或者純粹只用一種香，用來點燃供養。

勝衣服者，是一切衣服中最殊勝上妙的。

最勝香者，是以具有上妙香氣的水，作為飲水，其香氣能遍薰三千大千世界。

末香者，是上妙香粉末，可施撒也可燃燒，或供堆積成壇場；或配上各種顏色當成顏料用來繪製成壇城，形量高廣就如同須彌山一般。「聚」字，可加在前文每一類的供養物之後，有「眾多」及「莊飾」的意義，並且也有「種種」的意義。

無上供者，「我以廣大」等一頌。言有上者，謂世間供。此中乃是諸菩薩等，神力所變微妙供具。頌後二句，於前一切不具足此二句義者悉應加之，是說敬禮及諸供養所有等起及其境界。（此與漢文稍有出入）

關於「無上供」，在《普賢菩薩行願品》中有：「我以廣大勝解心，深信一切三世佛；悉以普賢行願力，普遍供養諸如來。」這一偈頌。前面的「有上供」是指世間一般的供養，這裡的「無上供」是指諸多菩薩們以神通力所變現出來的微妙供物。偈頌中的最後兩句，在前面所有偈頌中，不具足這兩句意義的，都應該加上，這是說明修「禮敬支」和「供養支」時，我們應具有和普賢菩薩行願力相應的等起心及其所緣的境界。（此與漢文稍有出入）

悔罪支者，「我昔所作」等一頌。依三毒因，身等三事，其罪自性謂我所作，此復具有親自所作，及教他作，或於他作而發隨喜。

悔罪支者：就是「我昔所造諸惡業，皆由無始貪瞋癡，從身語意之所生，一切我今皆懺悔。」這一偈頌。提到我過去所造的種種惡業，都是由於無始以來，貪、瞋、癡三毒熾盛的緣故，才會造下身語意三門惡業。這些罪業的自性是指「我所作」，這當中又包括了自己作、教別人作，或是見別人作我去隨喜的所有惡業。

P44L1～P45L1 總攝一切～三事之中

總攝一切說「諸惡業」，應念此等所有過患，悔先防後，至心懺除，則昔已作，斷其增長，諸未來者，堵其相續。

這裡所說的「諸惡業」，實際上含攝了一切的惡業在內，應該多思惟這些惡業所有的過患，一方面深深懺悔先前所作，另一方面切實防護將來不再造作，唯有至心的懺除往昔所作的惡業，才會阻斷其增長，未來也才能防止其繼續造作。

隨喜支者，「十方一切」等一頌。隨念此五補特伽羅所有善利修習歡喜，猶如貧者獲得寶藏。

七支供養的第四支隨喜支，在《普賢菩薩行願品》中有：就是「十方一切諸眾生，二乘有學及無學，一切如來與菩薩，所有功德皆隨喜。」的偈頌。

這個偈頌的意思是隨時憶念十方一切眾生，聲聞乘、緣覺乘的有學及無學，一切如來及菩薩，並對這五類眾生所有的善行義利修隨喜心。要隨喜到什麼程度呢？就像窮人意外得到寶藏，那樣的歡喜高興。

勸請轉法輪支者，「十方所有」等一頌。謂於十方剎土之中，現證菩提，獲得無著無障礙智，未經久時，變爾許身，勸請說法。智軍阿闍黎作「現證菩提」而為解釋。

七支供養的第五支勸請轉法輪支，就是「十方所有世間燈，最初成就菩提者，我今一切皆勸請，轉於無上妙法輪。」這一偈頌。

這個偈頌是說，在十方剎土中，只要有現證菩提，獲得無執著、無障礙佛智的聖者，在他剛剛證果的時間內，我願立刻化現成同等數量身，到佛面前，請求說法，為眾生轉妙法輪。此處是以智軍阿闍黎的「現證菩提」來解釋這一偈頌。

請住世支者，「諸佛若欲」等一頌。謂於十方剎土之中，諸欲示現般涅槃者，為令發起一切眾生究竟利益，現前安樂，故變無量身，勸住佛剎微塵數劫，不般涅槃。

七支供養的第六支請住世支，在《普賢菩薩行願品》中有：「諸佛若欲示涅槃，我悉至誠而勸請，唯願久住剎塵劫，利樂一切諸眾生。」的偈頌。

這是在說十方剎土當中，只要有一佛準備示現般涅槃，為了一切眾生究竟的利益，和現前的安樂，我都願立刻化現成無量身，到佛面前，請求長久住世，如微塵數那麼多劫的時間，不要趣入般涅槃。

迴向支者，「所有禮讚」等一頌。以上六支善，表舉所有一切善根，悉與一切有情共同，以猛利欲樂迴向令成大菩提因，

永無罄盡。如是了解此諸文義，意不餘散，具如文中所說而行，則能攝持無量德聚。

七支供養的最後一支迴向支，有偈頌：「所有禮讚供養佛，請佛住世轉法輪，隨喜懺悔諸善根，迴向眾生及佛道。」

此說迴向時，是將前面「禮敬、供養、懺悔、隨喜、請轉法輪、請佛住世」這六支所做的一切善根，以猛利的意樂迴向給一切有情眾生，希望眾生早日成就無上菩提，且此大菩提因，永遠增長無盡。徹底了解以上七支供養所說的內涵後，要專心一意完全照著這個內涵如法修行，這樣就能夠攝持無量無邊的功德。

此中禮敬，供養，勸請，請住，隨喜五者，是為順緣積聚資糧。悔者是除違緣淨治罪障。隨喜支中一分，於自造善，修歡喜者，亦是增長自所作善。

七支供養當中，禮敬、供養、請轉法輪、請佛住世、隨喜這五支，屬於能積聚資糧的修道順緣。懺悔支，屬於能淨除罪障的去除違緣。隨喜支中可以隨喜別人，也可隨喜自己。若是隨喜屬於自己作的善事，也會增長自己的善根。

其迴向者，是使積集淨治長養諸善，雖極微少，令增廣多。又使現前諸已感果將罄盡者，終無窮盡，總之攝於積集，淨治，增長無盡三事之中。

迴向支，是使我們積集資糧和淨除罪障所生的微少功德能增廣增多。迴向，又能使眼前感果將盡的善業，變得永無窮盡。總而言之，七支供養總攝了積集資糧、淨治罪障、和增長一切功德乃至無窮無盡這三件事的功能。(以上是六加行當中的第五項，接下來是第六項)：

P45L2~P46L1 次令所緣~應恆修習

次令所緣明了顯現，供曼陀羅，應以猛利欲樂，多返祈禱，謂「維願加持，從不恭敬善知識起，乃至執著二種我相，所有一切顛倒分別，速當滅除。從敬知識，乃至通達無我真實，

所有一切無顛倒心，速當發起。及其內外一切障緣，悉當寂滅。」

加行六法的最後一項是供養曼陀羅(壇城)。先觀想資糧田(也就是皈依的境)清楚的顯現在我們面前，然後把最好的東西拿來獻供壇城(就是諸佛的住處)，而且應以猛利的希求心，多番祈禱，說：「希望諸佛菩薩加持我，淨除修行的違緣，從不恭敬善知識的罪業開始，乃至到最後因人我執、法我執而引起的一切顛倒分別，所有的罪障，都能快速的滅除。也希望諸佛菩薩加持我，增長修行的順緣，從親近、恭敬善知識的善業開始，乃至於能通達人無我、法無我的真實義，所有一切無顛倒心都能夠快速發起。以及祈求諸佛菩薩加持我，使內、外一切的障礙因緣(內心當中的煩惱和外在不利的因素等)，都能消除。」

己二、正行

正行分二，一、總共修法，二、此處修法。 今初

庚一、總共修法

所言修者。謂其數數於善所緣，令心安住，將護修習所緣行相。蓋從無始，自為心所自在，心則不為自所自在。心復隨向煩惱等障，而為發起一切罪惡。此修即是，為令其心，隨自自在，堪如所欲，住善所緣。此復若隨，任遇所緣，即便修者，則於所欲如是次第，修習爾許善所緣境，定不隨轉。反於如欲善所緣境堪任安住，成大障礙。

所謂修行，就是將原本不安定的心一次又一次的安住在善所緣境上，並且不斷地練習，就叫做修。因為從無始以來，我們一直被自己的心識所操控，完全做不了主；而我們的心識又一天到晚跟著種種煩惱障礙所轉，以致造了種種的惡業，使我們輪迴生死苦海之中。修行就是要讓我們的心，能夠如自己所希望的，安住在善行、善念之上。

其次，修的時候，若碰到什麼覺得相應的就修什麼，那麼對善知識所告訴我們修行的次第，與修行的內涵，包含一切善法，我們一定

修不起來。不但修不起來，由於碰到什麼就修什麼的惡習，對於想要安住在應修行的善法上，反而會形成極大的障礙。

若從最初令成惡習，則終生善行，悉成過失。故於所修諸所緣境，數量次第，先須決定。次應發起猛利誓願，謂如所定，不令修餘。即應具足憶念正知，而正修習，如所決定，令無增減。

若是一開始修行，就養成這種任意所緣就去修的壞習慣，那麼即使修行了一輩子所有的善行，也將成為過失。所以，我們對所要修行的種種法門，包括它的數量、先後順序，都須事先確定。其次，還要發起勇猛的誓願，說我一定要依照先前所決定的內容、數量和次第去修行，絕對不為外面的境緣影響而改變去修其它的法門。正修的時候，應該具足正念、正知來修習如前面所決定的各項法類，既不增加也不減少。

庚二、此處修法

此處修法者。先應思惟依止勝利速成佛等，及不親近所有過患，謂能引發現法後世諸大苦等。次應多起防護之心。謂不容蓄，分別尊長過失之心。隨自所知，應當思惟，戒定智慧聞等諸德。乃至自心未起清淨行相信時，應恆修習。

此處特別以觀修依止善知識這個法類來說明。首先應該反覆思惟依止善知識的殊勝利益，譬如能快速成佛等，以及不親近善知識的所有過患，也就是能引發現世和後世的種種大苦等。其次，應該多生起防護之心，避免去觀察師長的過失。然後盡自己所了解的，去思惟師長的戒、定、慧、多聞等所有功德，應該如此不停的修習，直到能夠對自己的師長生起清淨的信心之前，都要恆常勵力的修習。

P46L1～P47L1 次應思惟～應如何行

次應思惟如前經說，於自己作當作諸恩，乃至未發誠敬而修。

再其次，就像前面經文所說，應該時時憶念師長對自己已經做的、現在做的、以及將來要做的所有恩德，直到自己對師長能夠真實生起至誠、恭敬的心為止。

已三、完結

後時如何行者。應將所集眾多福善，以猛利欲由普賢行願，及七十願等，迴向現時畢竟諸可願處。如是應於晨起，午前，午後，初夜，四次修習。此復初修，若時長久，易隨掉沈自在而轉。此若串習，極難醫改，故應時短，次數增多。如云，「有欲修心，即便截止，則於後次心欲趣入。若不爾者，見座位時，即覺發嘔。」若待稍固，時漸延長，於一切中，應離太急太緩加行過失。由此能令障礙減少，疲倦昏沈等亦當消滅。

至於正修完了以後要如何做。應該把修行所積集的所有福德善根，用很強盛猛利的意樂，依照《普賢行願》(十大願王)以及《七十願》等儀軌，迴向到現世也就是眼前增上生和將來究竟決定勝的利益之上，這些利益才是我們真正所應該希求的。一般正修，應該在早晨起來、上午、下午和晚上剛入夜等四個時段修習。(在印度，將一天的時間，分為晝夜六時。白天三時，是晨起、午前、午後；夜間三時，是初夜、中夜、後夜，每一時是四個鐘頭。)此外，如果是初學者，剛開始起修時，修的時間不宜太長，如果時間過長，心很容易在不知不覺當中跟著「掉」、「沈」而轉。(「掉」是跟貪相應的這種心攀緣相，想東想西的心向上揚，「沈」是等到你想累了以後心就向下昏沈，乃至於到後來睡著了。)如果串習久了，一旦養成這種「掉」、「沈」的習慣，就很難改正過來。所以剛開始修的時候，時間應該短，次數應該多。

就如同經論上所說的：「當修習有了初步的相應，會覺得修得好歡喜，就有持續想修的心，這個時候就應該暫停下來，如此意猶未盡的心裡才會一直想要再去修。如果不這樣的話，等到熱度過了或心不相應才下座，那麼下次上座，心裡會生反感，一見到修習的座位，甚至會覺得不舒服。」如此需待修的功夫慢慢純熟穩固了，心能安住所緣不為外境所轉時，再漸漸延長修的時間。還有在修行的過程當中，應該遠離急躁或散慢的過失。若能這樣如法的修習，就能夠使得障礙減少，而且疲倦、掉舉、昏沉等現象也會消除。

戊二、未修中間應如何

未修中間如何行者。總之雖有禮拜旋繞及讀誦等，多可行事，然今此中正主要者，謂於正修時勵力修己，未修之間，若於所修行相所緣，不依念知，任其逸散，則所生德，極其微渺。故於中間應閱顯說此法經論，數數憶持。應由多門修集資糧生德順緣，亦由多門淨治所有違緣罪障。一切之根本，應如所知，勵力守護所受律儀。故亦有於所緣行相淨修其心，及律儀戒，積集資糧三法之上，名為三合而引導者。

正修完下了座，到要修下一座之前，這中間應該要如何做。總的來說，雖然有禮拜、繞佛和誦讀經論等很多事情可做，但這裡最主要講的是指在正修的時候，雖然非常精進的修習，然而在未修中間，如果對正修時所緣的行相，沒有繼續依正念、正知力來攝持，而任由自心放逸、散亂，那麼之前修習所產生的功德是非常微少的。所以在正修以外的時間，應該閱讀和正修相關的經論，當然這個包括善知識的教授，自己作的筆記等等，並且要反覆地去思惟、觀察和行持。

同時應該從各種法門，修習積集資糧和產生功德的善緣，也應該從各種法門，修習淨除所有的修法違緣和罪障。事實上，一切修行的根本就是我們所受的戒，應該依照我們所知道的，努力守護律儀。所以也有這樣的說法，專注於我們所緣的行相淨修其心、守護戒律、以及積集資糧這三種方法，統稱為「三合」，來引導修行。

復應學習四種資糧，是易引發奢摩他道，毘鉢舍那道之正因，所謂密護根門，正知而行，飲食知量，精勤修習惛寤瑜伽，於眠息時應如何行。

除此之外，我們應該學習，最易引發定(止)和慧(觀)正因的四種資糧。哪四種資糧？第一是密護根門，第二正知而行，第三飲食知量，第四是修習惛寤瑜伽，也就是在睡覺的時候應如何修。

P47L2~P48L1 初中有五~謂飲食等。

初中有五。一以何防護者，謂遍護正念及於正念起常委行。其中初者，謂於防護根門諸法，數數修習令不忘失。

第一種資糧是密護根門，由五方面來做說明：

一、用什麼來防護自己的根門？要以正念來防護。以正念防護，又分為兩點：(一)是「遍護正念」，指一切時處要牢記防護根門的方法，時時串習，令自己不忘失正念。(二)是「於正念起常委行」，指對於正念的內涵，起經常不斷且殷重的修行。

二者謂於正念，常恆委重而修習之。二何所防護者，謂六種根。

二、防護什麼？護我們的六根(眼、耳、鼻、舌、身、意)。

三從何防護者，謂從可愛及非可愛六種境界。

三、從哪裡防護？從六根接觸色、聲、香、味、觸、法這六種境界後，對於順心的覺得可愛，不順心的覺得不愛，所以要從這六種境界去防護六根。

四如何防護，其中有二，守護根者，謂根境合，起六識後，意識便於六可愛境六非愛境，發生貪瞋，應當勵力，從彼諸境護令不生。即以六根而防護者，若於何境，由瞻視等，能起煩惱，即於此境，不縱諸根而正止息。其守護根者，是於六境，不取行相，不取隨好。若由忘念煩惱熾盛，起罪惡心，亦由防護而能止息。

四、如何防護？可分為二項，(一)守護根。當六根緣到六境時，六識就跟著生起來，緊接著意識就會對六種可愛境界生貪，於六種非可愛境界生瞋。所以在這當下，應當努力不要讓根對境界生起貪、瞋相應的煩惱。(二)從六根面對的境去防護。譬如說對這個境界我們看見或聽見了，因此會引發我們貪、瞋，那就擋住它，盡量少接觸這個境界，不放縱自己的根，而且要用正念止息煩惱。守護根，就是在根對境時，對於這個六境不取行相，不取隨好(後面解釋)。若是因為一時忘失正念或因煩惱熾盛，而起了罪惡心，也能由於平常努力守護六根而得到止息。

取行相者，謂於非應觀視色等，正為境界，或現在前，即便作意彼等行相，現前往觀。取隨好者，謂於六識起後，能引

貪瞋癡三之境，意識執持，或其境界，雖未現前，由從他聞，分別彼等。

所謂「取行相」者，就是在不應該看的境界現起時，內心覺得這東西很好，然後就去看。所謂「取隨好」者，就是一旦接受了六境的行相後，六識升起而引發貪、瞋、癡，然後起了種種執著；或是這些境界並沒有現前，只是聽別人說起，意識也會生起貪、瞋、癡的分別念頭。

五防護為何者，謂從雜染守護其意，令住善性，或無記性。此中所住無覆無記者，謂威儀等時，非是持心住善緣時。

五、防護什麼呢？就是要防護我們的心不受雜染，使它能安住在善性，或是在不是善也不是惡的無記性當中。這裡所說使心安住在無記性當中，指的是無覆無記性。所謂無覆無記，如行、住、坐、臥威儀動作本身，是沒有善惡分別的，亦即在行、住、坐、臥時沒有把心安住在善法和惡法上，所以是無覆無記的。（若是心有染汙就是有覆無記）

正知而行者有二，何為所行事，於彼行正知。初中有二，謂五行動業及五受用業。其中初五之身事業者，謂若往赴所餘聚落餘寺院等，若從彼還。眼事業者，一若略睹，謂無意為先，見種種境。二若詳瞻，謂動意為先，而有所見。一切支節業者，謂諸支節，若屈若伸。衣鉢業者，謂若受用及其受持三衣及鉢。乞食業者，謂飲食等。

第二種資糧，是正知而行，可分成兩部分：「何為所行事」及「於彼行正知」。一、何為所行事，是指隨時覺察正在做的事，而且正確地知道什麼是該做的及不該做的。二、於彼行正知，是對於所該做的事情，要保持著正念正知去做。

一、何為所行事，又分為五行動業及五受用業。

(一)五行動業，有：

1. 身事業：指到寺院以外的地方，如到其他聚落或寺院等，往返過程中所做的一切行動。

2. 眼事業：眼睛看東西有兩種方式，一種是略睹，即隨意看一下，不經意間所看到種種的境。另一種是詳瞻，即先認真的想過要看什麼，然後再詳細的去看。
3. 一切支節業：指身體、四肢能做種種動作，如彎曲，伸展等。
4. 衣鉢業：指出家人平常的受用及受持三衣及鉢等威儀。
5. 乞食業：指托鉢求飲食等這些事。

P48L1～P49L2 寺內五種～安住正知

寺內五種受用業中，身事業者，若行謂往經行處，或往同法者所，或為法故行經於道。若住謂住行處，同法親教，軌範尊重，似尊等前。若坐謂於床等上結跏趺坐。語事業者，謂若請受，曾所未受，十二分教，分別了解。諸已受者，或自誦讀，或為他說，或為引發正精進故，與他議論所有言說。意事業者，謂諸默然，若於中夜而正眠臥，若赴靜處，思所聞義。若以九心修三摩地，若正勤修毘鉢舍那，或於熱季極疲倦時，於非時中起睡眠欲，略為消遣。晝夜二業者，謂於永日及初後夜，不應睡眠。此亦顯示身語二業，言睡眠者，顯示唯是夜間之業及是意業。

(二) 五受用業，指在寺院內的言行舉止，有：

1. 身事業：分行、住、坐三方面。行—包括去經行處、法友處、或為法而行等威儀。住—與法友、親教師、軌範師，上師或相等於上師的善知識等共住或面對時的行儀。坐—指在床上盤腿打坐等。
2. 語事業：對於不了解的經論道理去請教師長，包括所有一切經典上的內涵，分別去了解。已經接受教導、了解的內涵，不論是自己讀誦，或者為他人解說，或為了能更精進修習而與他人共同議論等，這種種言說都屬於語事業。
3. 意事業：就是在平常不做身語二業而處於靜默的時候，心中所想的種種事。如中夜就寢前；或在閒靜處思惟法義時；或以九心修「止」時；或正精勤修「觀」時；甚至在炎熱或疲倦等不應睡的時候想睡覺，這時心裡可略為放鬆。

4、5 是晝夜二業：白天和初夜、後夜，這些不應該睡覺的時間，應了知身、語二業該做些什麼事情。睡覺只能在中夜，也就是晚上十點鐘到凌晨兩點鐘，這時只有意業，雖然沒從事什麼活動，但心裏還是要知道睡眠時應如何修行。

於此十事正知行者，謂隨發起若行動業，或受用業，即於此業先應住念，不放逸行。由彼二種所攝持故，應以何相而正觀察，如何方便而正觀察，即以是相，如是方便觀察正知。

二、於彼行正知。

針對上面所說的十件事，應當要具正知而行，也就是做任何行動業或受用業之前，應該把心先安住在正念上面，然後策勵自己不放逸而行。由於在具正念、不放逸(精進)這二者的攝持下，對所行之事，應先思惟以何種行相及方法去作觀察，然後就依照這種行相及方法去觀察，清楚了知所做的一切。

此中復有四種行相，初謂於其身事業等十種依處，應以何相如何觀察，即於是處以是行相，如是觀察，譬如於其往返事業，如律所說，往返行儀，正了知己，即於其時正知現前，行如是事。二謂於其何種方所，應以何相如何觀察，即於是方，以是行相如是觀察，譬如行時，應先了知沽酒等處，五非應行，除此所餘是可行處，於彼彼時，安住正知。三謂於其何等時分，應以何相如何觀察，即於是時，以如是相如是觀察，譬如午前可赴聚落，午後不可，既了知己，即如是行，爾時亦應安住正知。

正知而行可由四種行相去觀察。

(一) 對於身事業等十種內容，應該以什麼行相、方法作觀察，就如是觀察。譬如對於出家人進出寺院之行為作觀察，就應依照戒律對進出寺院的種種行儀先了知之後，然後在進出之際，要心住正念正知而去做。

(二) 對於所要去的地方，應該以什麼行相、方法來作觀察，就如是觀察。譬如，在行之前，應該先知道賣酒等五個場所，是出家眾不

應該去的地方，除此之外，其餘是可以去的地方，所以出去的時候，對於要前去的場所，心都安住於正知正見中。

(三) 對於做這些事情的時間，應該以什麼行相、方法來作觀察，就如是觀察。譬如，出家眾在中午之前可以到村莊內托鉢，中午以後就不可以，既然知道這個規定，就應該依照知道的去做，而且要安住在正念正知當中。

P49L2~P49L13 四於所有～猶如嘔吐

四於所有此諸事業，應以何相如何觀察，即應於其爾所事業，以如是相，如是觀察，譬如宣說行時應當極善防護而入他家，所有此等行走學處，悉當憶念。總之所有若晝若夜一切現行，悉應憶念，了知其中，應不應行，於進止時，一切皆應安住正知，謂我現前正行如是，若進若止。若如是行，則現法中不為罪染，沒後亦不墮諸惡趣，諸道證德未獲得者，即住能得正因資糧。

(四) 對於所有做的事情，應該以什麼行相、方法來作觀察，就如是觀察。譬如，出家眾在進入他人家中時，應當善巧防護自己的心念、行儀，所以在做這件事情的時候，就應當極力地憶念正知。

總之，不論白天、還是晚上，對於自己一切的行持，都應清楚地了知，那些是該做、或是不該做，在言行舉止、應對進退中，一切都要安住在正念正知，知道我現在正在做什麼，該繼續、還是該停止等等。如能這樣正知而行，今生不會被罪業所染污，死後也不會墮入惡道；對還沒有證道、功德尚未圓滿的修行人來說，秉持正知而行，就是獲得正因証道功德的正因資糧。

此與密護根門二者，如聖無著引經解釋而正錄取。若能勵力修此二事，則能增長一切善行，非餘能等。特能清淨尸羅及能速引止觀所攝無分別心勝三摩地，故應勤學。

正知而行與密護根門這兩種資糧，是根據聖者無著菩薩引經典所解釋的。假如能夠努力的修習這二件事，就能增長所有的善行，這不是其它的修行能夠做到的。而且這樣做，特別能夠持戒清淨，並能

快速引發止、觀所攝持的「無分別勝三摩地」的成就，因此要精勤的修學。

飲食知量者，謂具四法。非太減少，若太減少飢虛羸劣，無勢修善，故所食量，應令未到次日食時無飢損惱。非太多食，若食太多，令身沈重，如負重擔，息難出入，增長昏睡，無所堪任，故於斷惑全無勢力。相宜而食消化而食者，依飲食起，諸舊苦受，悉當斷除，諸新苦受皆不生長。非染污心中量食者，謂不起眾罪安樂而住。又於飲食愛著對治者，謂依修習飲食過患。

第三種資糧是飲食知量。飲食知量具有四個要點，分述如下：

一、飲食的量不應太少，太少的話，身體容易虛弱、疲憊，以致無力修行，因此正確的食量，應該是到次日進食前，這中間不會因為飢餓而起煩惱為準，這樣才不會影響修行。

二、飲食之量也不應太多。飲食太多的話，身體容易變得沉重，好像身負重擔，造成呼吸不順，容易昏睡，無法修行，也因此對斷煩惱是完全使不上力的。

三、吃相宜的食物，而且容易消化的食物。如果依照這樣的飲食方式，舊的宿疾苦受都會消除，新的病苦也不會產生。

四、不帶煩惱、汙染心而食，適量而食，這樣就能不起種種過失，安樂而住。

另外，對於飲食貪著的人，可以藉著思惟飲食的種種過患來對治貪著。

過患有三，由受用因所生過患者，謂應思惟任何精妙色香味食，為齒所嚼，為涎所濕，猶如嘔吐。

有三種飲食過患要細細思惟，(一)因受用而產生的過患：任何精妙的山珍海味，經過牙齒咀嚼，混雜著唾液，最後就像嘔吐物一樣。

由食消化所生過患者，謂思所食至中夜分或後夜分，消化之後，生血肉等，諸餘一類變成大小便穢不淨，住身下分。此復日日應須除遣，及由依食生多疾病。

(二) 因消化而產生的過患：我們吃下的食物，到了中夜或後夜消化之後，一部份變成身體血肉，其餘的變成大小便等穢物，囤積在身體下半部，我們每天都要排除這些不淨物。此外也可能因飲食不當而多生疾病。

由求飲食所起過患，此有五種，由為成辦所生過患者，謂為成辦食及食因，遭寒熱苦，多施劬勞，若不成辦憂憾而苦，設若成辦，亦恐劫奪及損失故，發起猛利精勤守護，而受諸苦。

(三) 為獲取飲食而產生的過患，又分為五種：

第一、成辦過患：為了獲取食物，必須忍受寒冷炎熱及心力交瘁的痛苦；如果無所獲，更是憂悲苦惱；得到了，又擔心被偷、被搶而遭到損失，因此鎮日牽絆、辛勤守護，致受許多苦惱。

親友失壞者，謂由此故，雖父子等互相鬥爭。不知滿足者，由於飲食愛增長故，諸國王等互相陣戰，領受非一眾多苦。無自在過失者，諸食他食者，為其主故，與他鬥競，受眾多苦。從惡行生者，謂為飲食，飲食因故，三業造罪，臨命終時，憶念其罪，追悔而死，沒後復當墮諸惡趣。

第二、親友失壞過患：為了食物的關係，即使親如父子也會反目、爭鬥。第三、不知滿足過患：由於飲食而增長的貪愛，甚至引發國與國之間的戰爭，使生靈也遭受許多大苦。第四、不自在過患：為了僱主或施主，必須和別人競相爭鬥，因而受種種痛苦。第五、惡行所生過患：因為貪著飲食，身、口、意造作了很多惡業。臨終才追悔罪惡，擔心死後會墮入惡趣。

雖乃如是，然亦略有少許勝利，謂由飲食安住其身。若唯為此故，依止飲食，不應道理。故應善思而後受用，謂由身住，我當善修清淨梵行。

雖然飲食有這麼多過患，但它也是有些許好處的。它的好處是可以維繫生命，但我們如果僅為了活命而吃，這樣還不夠。應該更進一步思惟，受用飲食是為了還需要這個身體來修學清淨的善法。

施者施主亦為希求殊勝果故，榨皮血肉而行惠施，亦當成辦彼等所願，令得大果。又應憶念《集學論》說，應當思念饒益施主，及身中蟲，現以財攝，於當來世，當以法攝。又應思惟當辦一切有情義利，而受飲食。

這些為我們承辦飲食的施主，也會希望得到殊勝果報，他們省吃儉用布施自己的血汗，我應該要滿他們的願，使他們獲得最大果利。我們應憶念《集學論》中所說，受用飲食後當饒益施主及身中蟲（佛觀察我們體內有八萬四千隻蟲）；思惟現在我是以飲食布施身中蟲，將來希望能以正法攝受它們。又應思惟，我為了成就一切有情的利益，而受用飲食。

《親友書》亦云，「應知飲食如醫藥，無貪瞋癡而近習，非為憍故非慢故，非壯唯為住其身。」

《親友書》也說，「應知受用飲食即如服藥一般，不要攙和著貪瞋癡等煩惱，也不是為了自己的驕慢心或身體強壯的理由，而是為了維繫生命，可以修行，以利益眾生。」

精勤修習忪寤瑜伽，於眠息時如何行者。《親友書》云，「種性之主於永晝，夜間亦過初後分，眠時亦莫空無果，具足正念於中眠。」

第四種資糧，是精勤地修習「忪寤瑜伽」（不睡眠瑜伽），也就是在睡眠時應如何修。《親友書》說：「種性之主（大王）啊！在白天、初夜、及後夜都不應該睡覺，應勤加修善，即使在中夜睡覺時也莫虛度，應該在睡前秉持善念，在正念中安睡。」

P51L1～P52L1 此顯永日～斷除不受

此顯永日，及其夜間初後二分，若正修時，若其中間，如所應行。故行坐時，應從五蓋，淨修其心，令不唐捐，如前已說。

這是告訴我們，在白天、以及晚上的初夜、後夜，無論是正修的時候，或是在未修中間，都要如理如法地行持。不管行或坐，應該遠離五種會覆蓋心性的煩惱障礙（貪欲、瞋恚、昏沉、掉舉、疑），淨修自心，不讓時間白白浪費掉，照前面所說的去做。

此與護根、正知三中，皆具修時修後二法，此中所說，是修後者。眠睡現行是修後事，故此莫令空無果。

修習「惛寤瑜伽」和「密護根門」、「正知而行」三者，都有所謂正修及未修兩個時段，這裡所說「惛寤瑜伽」屬於未修時段。然而即使在未修時段的睡眠當中，也應隨著正念而眠，不要白白度過，空無善果。

如何眠者，謂於永日及夜三分，於初分中，修諸善行，過初分已至中分時，應當眠息，諸為睡眠所養大種，由須睡眠而增長故。若能如是長養其身，於諸善品修二精進，極有堪能，極為利益。

如何睡覺休息？白天及夜晚的初夜、後夜，不論是正修時或未修中間，都要好好修行，而在過了初夜到中夜時分，就應該好好睡覺，藉著休息使體內的地、水、火、風四大種得以調養增長。若能依此養護身體，對我們身心能精進修習一切善法，會有極大的幫助和利益。

臨睡息時，應出房外，洗足入內，右脅而臥，重疊左足於右足上，猶如獅子而正睡眠。如獅子臥者，猶如一切旁生之中，獅力最大，心高而穩，摧伏於他。如是修習惛寤瑜伽，亦應由其大勢力等，伏他而住，故如獅臥。

要睡覺時，應該先到房外，把腳洗乾淨再入內，身體向右側臥，頭枕著右手，左腳疊放在右腳上，就像獅子臥的姿勢而睡。如獅子的

臥姿，是因獅子是所有動物中力氣最大的，它的心永遠保持警覺沉穩，隨時能摧伏其他猛獸。因此修習怵寤瑜伽時採獅子臥姿，也會具有降伏煩惱敵人的大勢力及大無畏。

餓鬼諸天，及受欲人，所有臥狀，則不能爾。彼等一切悉具懈怠，精進微劣，少伏他故。

除了修行人能如獅子臥之外，其他像餓鬼、天人、以及欲望很重的眾生，都無法像獅子臥的睡姿；他們的睡相帶著懈怠，精進不足，所以也無法降伏煩惱。

又有異門，猶如獅子右脅臥者，法爾令身，能不緩散。雖睡沈已，亦不忘念。睡不濃厚，無諸惡夢。若不如是而睡眠者，違前四種，一切過失，悉當生起。

還有一種說法是：如果能像獅子般右脅而臥，此法能令內心不鬆散、沈睡卻不失正念、睡眠不流於濃厚、遠離惡夢四個優點。其他睡姿，就沒有以上說的四種好處，反而有很多過失，都會生起來。

以何意樂睡眠有四，光明想者，謂應善取光明之相，以其光心而睡眠之，由是睡時心無黑暗。念者謂聞思修諸善法義所成正念，乃至未入熟睡之際，應令隨逐。由此能令已睡沉時等同未睡，於彼諸法心多隨轉，總之睡時亦能修諸善行。

睡眠時，心要保持何種意樂呢？應有四種想：

第一、光明想。心裡緣念光明之相，使心充滿光明而睡，如此，睡時心無黑暗。

第二、正念。在沒有熟睡以前，還是要串習白天聞思修的善法義理，延續正念的力量，讓心安住在正念當中，這樣的話，即使睡著了，乃至於睡得很沉，也等同未睡一樣，因為心還繫念在這些善法當中。總之，清醒時心隨著善法而轉，睡眠時也能繼續修學善行。

正知者：謂由如是依止念時，隨起煩惱即能了知，斷除不受。

第三、正知。靠著正念的力量，即使睡眠當中，若有煩惱生起來了，也能由正知立刻察覺，而將它斷除。

P52L1~P52L13 起想有三~乃得起故

起想有三，初者謂一切種，其心不應為睡所蔽，應以精進所攝之心，驚懾而眠。猶如傷鹿，由此睡眠，不甚沉重，不越起時，而能醒覺。

第四、起想。以這種想而睡眠，又可以分三：

(一) 不論什麼情況，我們的心都不會被睡眠所障蔽，而是提高警覺，以精進心攝持而眠；就像受傷的鹿，時時保持警醒，既不會睡得太沈，也不會逾時，隨時都能醒覺過來。

二者謂作是念，我今應修，佛所開許惛寤瑜伽，為修此故，應大勵力，引發欲樂。由是能依佛所開許獅子臥式眠無增減。三者謂應作是思，如我今日勤修惛寤及諸善法，明日亦應如是勤修，由是，於善欲樂相續，雖妄念中亦能精勤修上品。

(二) 應作如是思惟：「我現在所修的惛寤瑜伽，是佛所開示、教導的不睡眠瑜伽。」我要以此心念努力引發修習意樂，並遵照佛陀所開許的獅子臥姿來修，不任意增減睡眠。

(三) 應思惟：「我今天勤修惛寤瑜伽及種種善法，明天也要同樣的努力勤修」，由於日日夜夜善念相續，即使偶爾散亂及妄念，仍能保持善品增上的功德。

此食睡行，若能無罪，具義而行，現見能遮眾多無義虛耗壽數故。如聖者無著引經，如所抉擇，而為解說。如是唯除正修時中所有不共修法之外，加行、正行、完結，中間諸應行者，從此乃至毘鉢舍那所修一切所緣行相，皆如是行。已釋中間所應行說。

如果我們吃飯、睡覺、行住坐臥，都能夠依照前面的說法，如理修習而沒有違犯的話，我們眼前就能夠遮止很多無意義且白白虛耗生命的事情。以上的解說，和無著菩薩引經論中所說的完全相同。

學習本論，從親近善知識到毘鉢舍那，正修時除了修的主題不同，屬於不共修法之外，其餘在加行、正行、完結，以及座間，都應該按照前面所說的法理去行持，這些是屬於共通的修法。有關「未修中間應如何行」，現在已經全部解釋完畢了。

丁二、破除此中邪妄分別

第二破除於此修軌邪執分別者。心未趣向聖言及釋諸大教典，現教授者，作如是言，正修道時，不應於境數數觀察，唯應止修，若以觀慧數觀擇者，是聞思時故。又諸分別，是有相執，於正等覺，為障礙故。此乃未達修行扼要，極大亂說。

「總略宣說修持軌理」的第二部分，是解說「破除此中邪妄分別」，就是破除對修行時一些錯誤的邪執和邪分別。心未與佛法以及釋論等大教典相應的人，或者是不了解「一切經論現為教授」的那些人，他們主張：真正修行的時候，心不要動，不應該對境去思惟觀察，應該止修(專注於修定)，因為觀察修是在聽聞、思惟時所要做的事。有人又進一步說：數數的思惟觀察，這是分別，分別作意是一種有相的執著；而修學佛法就是要去掉這種分別執著，因為這是成佛的一個大障礙。這樣的論調是對修行的精要完全不了解的一種錯誤說法。

《莊嚴經論》云，「此依先聞，如理作意，起修正作意，真義境智生。」此說從其思所成慧，如理作意，所聞諸義，修所成慧，真義現觀，乃得起故。

《莊嚴經論》說，「佛法的修習次第，是先聽聞義理，由聞所成慧如理思擇，產生思所成慧，再從思所成慧所確定之法義，數數修習，由此能生現證真實義的修所成慧。」這段話說明，思所成慧是從如理作意的聞所成慧而來，修所成慧是從如理作意的思所成慧而來，最後才能證得空性智慧。

故所應修者，須先從他聞，由他力故而發定解，次乃自以聖教正理，如理思惟所聞諸義，由自力故而得決定。如是若由聞思決定，遠離疑惑，數數串習，是名為修。故以數數觀察而修，及不觀察住止而修，二俱須要。

所以，應該修的內容，必須先從善知識處聽聞，藉由他人的力量，在真正聽懂後產生粗略瞭解。其次，將聽聞到的內容依據聖教正理去印證與思惟抉擇，以自己的力量獲得定解。像這樣經由聽聞、思惟而生起定解，不但認識正確，而且堅定不移，沒有一點疑惑；然後反覆地串習這個已決定的法義，就叫做修。因此在整個修學佛法的過程中，不斷觀察思惟而修的觀修，以及不觀察思惟、安住在所緣境上而修的止修，這兩種修行方式都是需要的。

以於聞思所決擇義，現見俱有不觀止住，及以觀慧思擇修故。是故若許一切修習皆止修者，如持一麥說一切穀，皆唯是此，等同無異。

由此可知，對於聽聞、思惟後所抉擇的法義，應同時具有「不觀止住」的止修，和以「觀慧思擇修」的觀修兩種串習方式。假定以為一切的修行都只是止修，而不要觀修的話，就好像拿一粒麥子，卻說一切的穀類都是麥子一樣，是同樣的錯誤。

復如聞所成慧，以聞為先，思所成慧，以思為先，如是修所成慧，亦應以修為先，以其修慧從修成故。若如是者，則修所成慧前行之修，即是修習思所成慧所決定義，故說修慧從思慧生。

其次，聞所生慧，要先有聽聞；同樣的，思所生慧，要先有思；修所成慧之前，也要先有修，因為修行之後，才能生起智慧。若是這樣，修所成慧之前所修的內容，就是依思所生慧所決定的法義而修習的，所以說修所成慧是從思所成慧所產生的。

以是若有幾許多聞，亦有爾多從此成慧，此慧幾多其思亦多，思惟多故從思成慧，亦當不尠。如思慧多，則多修行，

修行多故，則有眾多滅除過失，引德道理。故諸經論，皆說於修，聞思最要。

因此，聽聞得愈多，從聽聞得到的聞所成慧就愈多；聞所成慧如果多，其思惟也愈見豐富；思惟得多，思所生慧就不會少。如此，思所成慧愈多，修行也愈多；修行多，修所成慧也就多。根據這個修行的智慧，才能除掉我們無始以來的許多過失，增長我們成佛的種種功德資糧。因此，所有的經論都說真正的修行，以聽聞和思惟，為最重要。

若謂聞思所決擇者，非為修故，唯是廣闢諸外知解，若正修時，另修一種無關餘事。如示跑處另向餘跑，則前所說悉無係屬，亦是善破諸聖言中，諸總建立三慧次第生起之理，則其亂說「趣無錯道，不須多聞」亦成善說。

如果說，聞和思所抉擇的內容，並不是所要修的內容，而是為了廣博多聞增加見解；在正式修行時，還要另外修一些和先前聞思內容不相干的東西。這種說法等於在說，聽聞、思惟跟修行沒有關係；就好比有人叫我們往東方跑，但是我們卻跑向西方一樣，二者毫無相關。前面這種說法，完全破壞了聖教所建立聞思修三種智慧次第成就的道理。這種錯誤反而讓「在修行時，根本不需要多聞、多思」的亂說，變成為善說了。這是非常荒謬的一件事。

未達此等扼要之相，即是多習經典續部，與一從來未習教者，於正修時，二人所修，全無多寡。又彼行者，是執聞法及觀擇等以為過失，諸惡軌派令成堅固。

如果對這個道理沒有正確的瞭解，而認為聞思對修行沒有幫助，真正去修行的時候，是不需要聞思的，這豈不等於一個學了很多顯、密教法的人，和一個完全沒有學過的人一起修行，二人修出來的結果，是完全一樣，沒有高低之分。甚且，有這種錯誤見解的人還執持「在修行時，聽聞與觀察思惟法義都是過失」，如果這種謬論被言之成理的當成別人遵循的軌則，成為惡軌派，那實在是件很危險的事情。

是故串習聞思二慧所決定義，雖非修成，然許是修，有何相違？若相違者，則諸異生未得初禪未到定時，應全無修。

因此所謂修行，就是串習聞、思二慧所決定的內涵，雖然還不等於修所成慧，卻是修行中重要的環節，二者並沒有任何的相違。如果硬要說相違，那麼凡夫在沒有得到初禪、未得定之前，應該完全沒有修行才對。

P54L1～P55L1 以欲地中～而思擇故

以欲地中，除說已得入大地時，由彼因緣，可生修所成慧之外，餘於欲地無修所成，《對法論》中數宣說故。

因為在欲界當中，除了已經登地的菩薩，以他自身的因緣，可以生起修所成慧外，其他在欲界當中的凡夫根本不能成就修所成慧，這個道理在《對法論》當中曾多次提及。

故言修者，應當了知，如《波羅蜜多釋論》《明顯文句》中云：「所言修者，謂令其意，成彼體分，或成彼事。」譬如說云修信修悲，是須令意生為彼彼。以是諸大譯師，有譯修道，有譯串習。如《現觀莊嚴論》云：「見習諸道中。」蓋修習二，同一義故。

所謂修，應該了解，在《波羅蜜多釋論》《明顯文句》中所說：「修，就是讓自己的意念轉為所修的法或體性。」譬如說修信心或悲心時，必須讓我們的心念轉為和信心或悲心相同的體性。這也是印度許多大譯師把「修行」翻譯成「修道」，或翻譯成「串習」的道理。如《現觀莊嚴論》裡面有說到，「見習諸道中。」這裡的習(串習)和修就是同一個意思。

又如至尊慈氏云：「決擇分見道，及於修道中，數思惟稱量，觀察修習道。」此說大乘聖者修道，尚有數數思惟，稱量觀察。思擇此語，則知若說將護與修二事相違，是可笑處。

又如至尊彌勒菩薩說：「即使已見道的菩薩，在修道的時候，仍須不斷地以思惟、比對、觀察來修習正法。」這句話說明，連大乘登地的聖者在修道的時候，尚須要反覆思惟、理解、比對與觀察義理，我輩凡夫卻把思惟、觀察而守護其法義和修行，當成是相違的事情，不是很可笑嗎？

如是如說修習淨信，修四無量，修菩提心，修無常苦，皆是數數思擇將護，說名為修，極多無邊。《入行論》及《集學論》云：「為自意修我造此。」是二論中所說一切道之次第，皆說為修。

不只如此，我們修淨信心、四無量心（慈悲喜捨）、菩提心、無常、苦諦等等，都需要不斷的觀察思擇而守護法義，這個過程都稱為修行，所以說修行的內容是無量無邊的。如《入行論》和《集學論》說：「為了自修的緣故，我(寂天菩薩)造這部論。」可見，這兩部論所提到跟一切道次第相關的內容，都稱之為修。

《集學論》云：「以如是故，身受用福，如其所應，當恆修習，捨護淨長。」此說身及受用善根等三，於一一中，皆作捨護淨長四事，說此一切皆名為修。故言修者，不應執其範圍太小。

《集學論》說：「因此，對於身體、受用、福德，我們應該恆常修習其所相對應的捨、護、淨、長四法。」這段話的意思是說，我們對身體、受用及善根，要分別修習布施、防護、淨化、增長這四件事，而與此有關的一切行持，都叫做修行。所以修的範圍是非常廣泛的，不應該把它執著在很狹隘的範圍內。

又說一切分別是相執故，障礙成佛，棄捨一切觀察之修，此為最下邪妄分別，乃是支那和尚堪布之規。破除此執，於止觀時，茲當廣說。

另外一種邪見，說一切分別都是有相執著，會障礙成佛，所以必須捨棄觀察修。這種說法是最下劣的邪執妄語，這是前弘時期中國一位堪布和尚提出的論點。後來這個錯誤見解被蓮花戒論師所破除。關於這一部分，本論在後面講到止、觀時，會有詳細說明。

又此邪執障礙敬重諸大教典，以彼諸教所有義理，現見多須以觀察慧而思擇故。

執持一切觀察會障礙成佛的謬論，對敬重教典是一個絕大的損害。因為聖教中所有的義理，都必須靠觀察慧來思擇決定。

諸思擇者，亦見修時無所須故。又此即是聖教隱沒極大因緣，以見諸大經論非是教授，心不重故。

然而許多重視聞思的修行者，也認為實修時並不須要思惟觀察。如果大家都認為這些經論並不是最重要的教授，就不會把它當成修行指導，也不會去恭敬、尊重經典，而這正是今日聖教會隱沒的最大原因。

如是修道有思擇修，及不思擇止修二種。然如何者思擇修耶，及如何者止住修耶，謹當解釋。

所以，真正的修行有兩種：一種是需要思惟觀察的思擇修(觀修)；一種是安住於一境而修的不思擇修(止修)。那麼哪些是需要思擇修？哪些應該止住修呢？以下說明。

如於知識修習淨信。及修暇滿，義大難得。死沒無常。業果。生死過患，及菩提心。須思擇修。謂於此等，須能令心猛利，恆常變改其意。此若無者，則不能滅此之違品，不敬等故。起如是心，唯須依賴數數觀察思擇修故。

一、思擇修：如我們修習對善知識的淨信心、暇滿義大、念死無常、業果法則、輪迴過患、以及菩提心等道理，都必須靠思擇修。因為只有經過思惟抉擇之後的法義，才能使信心增強，變得非常猛利恆常，才有可能轉變心意。如果沒有思擇修，就無法去除修行的種種障礙，譬如不恭敬等。要能生起猛烈、恆常與法相應的心念，唯有依賴修行時不斷的思惟觀察。

如於貪境，若多增益可愛之相，則能生起猛利之貪，及於怨敵，若多思惟不悅意相，則能生起猛利瞋恚，是故修習此諸道者，境相明顯不明皆可，然須心力猛利恆常，故應觀修。

就好比對著貪境，如果內心不斷思惟、強化它可愛的一面，就會引發強烈的貪欲；對於怨敵，若持續思惟他令人厭惡之處，就會對之生起強烈的瞋恨。修行也是如此，當修習親近善知識等各個法門的道理時，不論境相明不明顯都沒有關係，最重要的是必須心力強

猛、又恆常的觀修，才可能讓所思惟的義理在心裡逐漸形成堅固的定解，而這樣的修，就叫做思擇修或觀察修。

若心不能住一所緣，於一所緣，為令如欲，堪能住故，修止等時，若數觀察，住心不生。故於爾時則須止修。於止觀時此當廣說。

二、止住修：當我們的心無法安住在一個所緣境上，心念奔馳散亂，在一個境上無法隨心所欲的安住下來；就像在修定的時候，如果我們還不斷的起心觀察，那麼心自然無法安住。所以這時候就必須止住修。這部份到後面的止觀篇，會有詳細的說明。

又有未解此理者，說凡智者唯應觀修，凡孤薩黎唯應止修。此說亦非，以此一一皆須二故。雖諸智者，亦須修習奢摩他等。諸孤薩黎，於善知識，亦須修習猛信等故。

還有不了解此道理的人，說：凡是智者(指在聞思階段的人)，只要觀察修就好了，而孤薩黎(修行者)已經對修行得到了決定勝解，一心一意要苦行，所以只需要止修。這種說法也是錯誤的。因為不管是智者還是孤薩黎，都需要觀修和止修。對於偏重智慧的人，同樣要修「定學」，這是需要止修的；而孤薩黎在修行時，也需要對善知識修習猛利淨信心等，所以還是要有觀察修的。

又此二種修行道理，於諸經藏及續藏中，俱說多種，須由觀察而修習者。若無觀修或是微少，則不能生無垢淨慧，道勝命根。

觀察修和止修這兩種修行道理，在顯教和密教的許多經典中都有多處的說明。凡是必須由觀察慧而修習的，如果不去觀修或少量觀修，就無法產生無垢淨慧，而無垢淨慧卻是我們修道最殊勝的根本。

P56L1～P57L1 慧縱略生～堪能成辦

慧縱略生，亦不增長，故於修道全無進步。道所修證最究竟者，如敬母阿闍黎云，「慧中如遍智。」謂能無雜簡擇一切如所有性，盡所有性，即是慧故。

不僅如此，即使那些已經生起些許智慧的人，若不繼續修觀，智慧也不會再增長，而智慧不增長，對修道來說，是完全無法進步的。修道最究竟的智慧，應如敬母阿闍黎所說：「最高的智慧當屬遍智」。唯有佛陀的遍智，才是能無雜染、正確簡擇一切的智慧，也就是如所有性(空性)與盡所有性(緣起)。

是故於道幾許修習，反有爾許重大忘念，念力鈍劣，簡擇取捨意漸遲鈍，當知即是走入錯道正因之相。

由於前面錯誤的知見，如果照著錯誤的方法去修，結果是修得愈久，反而忘念愈重，念力會愈鈍弱，分辨善惡的取捨能力，也愈來愈遲鈍，修錯道的徵兆一一現起，這時候應該很明白自己是修錯了道。

又於三寶等功德差別，若能多知，依此之信亦多增長。若多了知生死過患，故生眾多厭患出離。若由多門，能見解脫所有勝利，故亦於此猛利希求。若多了解大菩提心，及六度等希有諸行，則於此等諸不退信，欲樂精進，漸能增廣。如是一切皆依觀慧，觀察經義修習而起，故諸智者應於此理，引起定解，他不能轉。

又若對三寶個別種種殊勝的功德思惟愈多、了解愈多，信心就會愈強；對生死過患體悟愈深，厭離心就愈增長；若能由各種角度去看解脫的勝利，就會對解脫生出愈猛利的希求心；若對大菩提心及六度萬行等菩薩學處了解愈透徹，信心也會源源不絕，好樂精進而不退轉。這一切都要靠觀察慧思擇修才能生起。所以真正有智慧的修行人，應該要生起如是的定解，不會任意地隨他人而轉。

諸於修理見解極狹者，作如是言，若以觀慧，極多思擇而修習者，則能障礙，專注一緣勝三摩地，故不能成堅固等持。此當宣說。

有一些對修行理論持比較狹隘見解的修行人，這樣的主張：若是以觀察、分別、數數思擇而修，會障礙我們修定的心，無法專注緣在一個殊勝的定境上，因此不能獲得堅固的禪定。這其中的道理，應當說明清楚。

若謂其心於一所緣，如其所欲，堪能安住，此三摩地，先未成辦現新修時，若數觀擇眾多所緣，定則不生。乃至其定未成以來，於引定修，唯應止修，亦是我許。若謂引發如是定前，觀修眾多即許是此定障礙者，是全未解大車釋論宣說引發三摩地軌。

在修定時，如果是為了讓我們的心能夠隨自己的心意，安住在一個所緣境上，在還沒有獲得三摩地(定)之前，若不斷觀察思擇許多不同的所緣境，定力當然無法生起。這時為了引發禪定，應該止修，一心專注就可以了，這也是我所承許的。但是，在成辦三摩地(定)之前，如果把引發禪定的基礎—反覆的思惟、觀察，當成修定的障礙而捨棄的話，就根本錯了，那實在是不了解祖師先賢們在論典中所說引發三摩地(定)的道理。

謂如點慧鍛師，將諸金銀數數火燒，數數水洗，淨除所有一切垢穢，成極柔軟堪能隨順。次作耳環等諸莊嚴具，如欲而轉堪能成辦。

就好比精明的煉金師，會把金、銀礦沙拿來不斷地火燒，一再地水洗，等淨除了所有雜質，且質地變柔軟之後，才能隨自己的心意，做成所要的耳環等任何莊嚴美妙的飾品。

P57L1～P58L2 如是先於～多宣說故

如是先於煩惱隨惑及諸惡行，如在修習諸黑業果，生死患等時中所說，應以觀慧數數修習彼等過患，令心熱惱，或起厭離，以是作意如火燒金，令意背棄諸黑惡品，淨此諸垢。如在修習知識功德，暇滿義大，三寶功德，白淨業果及菩提心諸勝利等時中所說，以觀察慧數數修習此等功德，令心潤澤，或令淨信。以此作意，如水洗金，令意趣向諸白淨品，愛樂歡喜，以白善法澤潤其心。

同樣的道理，當我們想要對治根本煩惱、隨煩惱，以及種種惡行的時候，就必須藉著觀察慧思惟惡業果報及輪迴過患的道理，直到產生了恐懼、熱惱，或生起了真實的厭離心為止。這個過程就像用火燒金，先讓我們的心念遠離惡行黑法，去除污垢。然後修習親近善

知識、暇滿人身義大難得、三寶功德、善業果報及菩提心等勝利時，藉著觀察慧不停地思惟各項功德，使身心相續受到善法滋潤，增長淨信。這個過程就像用水洗煉金，讓我們的心生起愛樂歡喜，趨向善法，用善法潤澤其心。

如是成已，隨所欲修若止若觀，於彼屬意無大劬勞，即能成辦。如是觀修，即是成辦無分別定勝方便故。

前面的基礎都做好了，我們才能隨心所欲地趣入修行，這時不管要修止也好、修觀也好，不必花費太大力氣就能夠成就禪定、智慧。所以，觀察修不但不會成為修止的障礙，反而是獲得修止的無分別定的最殊勝的方法。

如是亦如聖無著云，「譬如點慧鍛師或彼弟子，若時為欲淨除金銀一切垢穢，於時時中火燒水洗，柔軟隨順，現前堪能成辦彼彼妙莊嚴具。點慧鍛師若彼弟子，隨所了知，順彼工巧以諸工具，隨所欲樂妙莊嚴相，皆能成辦。如是諸瑜伽師，若時令心，由不趣向貪等垢穢，而生厭離，即能不趣染污憂惱。若時令心，由於善品，愛樂趣向，即生歡喜。次瑜伽師，為令其心於奢摩他品，或毘鉢舍那品，加行修習，即於彼彼極能隨順，極能安住，無動無轉，如為成辦所思義故，皆能成辦。」

如無著菩薩所說：「譬如一個有智慧的煉金師，或他的弟子，若想淨除金銀內的一切雜質，必須重覆火燒、水洗這些步驟，才能得到柔軟質純的金銀，這時想要做成任何莊嚴器具，都能辦到。精明煉金師的徒弟，若跟從師傅的教導，再加上善巧的技術和完備的工具，也一樣能隨心打造種種美妙的飾品。

同理，修行者如果想讓心不受到貪等煩惱的侵擾，必須先厭離煩惱，才能不被憂惱所染污。若是想讓心趣向善品，必須先愛樂善法，才能歡喜行善。當這些基礎都穩固了，修行者才能把心安住在修止、修觀上，勤加修習。等到能極為相應於止觀的內涵，心已自然安住，不隨煩惱、外境而轉動，這時所有想要成辦的功德，也都能成辦了。」

又能令心堅固安住，一所緣境勝三摩地，所有違緣要有二種，謂沈及掉。是中若有猛利無間，見三寶等功德之心，則其沈沒極易斷除。以彼對治，即是由見功德門中策舉其心。定量諸師，多宣說故。

通常心無法堅固安住，得到殊勝三摩地(定)的境界，主要是有兩種障礙，一是昏沈、一是掉舉。如果能強烈又持續的憶念三寶的功德，就很容易斷除心沈沒的現象；所以要對治昏沈，可以由功德門觀見三寶功德以策勵自心。這是昏沈的對治品，也是許多具量論師們提出的見解。

P58L2~P58L13 若有無間~已廣釋訖

若有無間猛利能見無常苦等過患之心，則其掉舉極易斷除。以掉舉者，是貪分攝散亂之心。能對治彼，諸經論中，讚厭離故。

其次，如果能猛利而不間斷的思惟無常、苦等過患，對內心的收攝很有幫助，就很容易斷除掉舉的現象。掉舉，是貪煩惱所攝的散亂心，一般對治掉舉最好的辦法，就是多修厭離三界的心，這也是為什麼經論當中常常讚嘆厭離心的緣故。

是故從於知識修信，乃至淨修行心以來，若有幾許眾多熏修，即有爾許速易成辦，智者所喜妙三摩地。又非但止修，即諸觀修，亦須遠離掉沈二過，將護修習。

所以，本論一開始，從對善知識修習信心，一直到發菩提心、願心、行心等的修行，這中間所有的內容、過程，有更多的思擇修，就能更快速地成就智者所歡喜的勝妙禪定境界。此外，不只是止修時，必須除去昏沈和掉舉的現象，連觀修時，也要遠離昏沈、掉舉這兩種過失，如此小心的防護、修習。

此教授中諸大善巧先覺尊長，隨授何等應時所緣，為令於其所緣法類，起定解故，由師教授，引諸經論，應時之義，更以先覺語錄，莊嚴環繞其心，圓滿講說。又如說云，「若善說者為善聽者宣講演說，如法會中所變心力，暗中獨思難得生

起。」善哉，誠然。故不應謂此是修時方略策勵。以此所說「聞思之時，修行時者。」即是計執說眾多法與正修持，二時相違之邪分別故。

傳授道次第非常善巧的祖師先輩們，都是應著修學者不同的機緣，講授其所相應的法類內容，主要為使弟子對所聽聞學習的佛法，能生起堅固定解的緣故。他們在教導義理時，會旁徵博引很多相應的經論作說明，也會引述祖師大德們的語錄，環繞在同一個主題，讓經義深植弟子心中，也使講說更為圓滿。又說：「真正善說的說法師，為真正善聽的弟子開示法要時，就像在法會中，當下讓聽聞者生起隨法而改變心性的力量，這是弟子私下獨自思惟時難以做到的。」是的，的確如此。所以，不應該分別這是修的時候要做的，那是聞思的時候要做的，好像彼此不相干一樣；如果執著以為所有講說、聽聞的法類內容與正修行時的修行內涵，兩者是相違的，那確實是一種邪分別了。

然能了解，一切講說皆為修持者，實屬少際。故能略攝所應修事，亦可別書。

然而能真正理解一切經論講說都是為了修行的人，畢竟是少數。所以此處也只能簡略地解說修行和聞思絕對不能分開的道理，如果要更詳細的說明，也可以另寫成一本書了。

能不能現一切至言皆教授者，唯是於此修習道理，獲與未獲決定知解，隨逐而成。況於法藏諸未學者，縱於經咒廣大教典諸久習者，至修道時，現見多成自所學習經論對方。此亦雖應廣為決擇，然恐文繁故不多說。破於修理諸邪分別，已廣釋訖。

至於能不能把一切聖言現為教授，關鍵在於個人對教授內容了解的程度能不能生起定解。獲得定解的人，會照著次第一步步去做；如果對法義不甚了解的人，會隨遇而修，還自覺得意。對於沒學佛法的人這個道理固然不用說，但縱使是許多讀過顯、密等廣大教典，而且在經論中長久修習、探索的修行人，一到實際修行的時候，卻仍舊會修自己平常所相應的那一套，而把經論擱在一邊，自己站在與經論完全相反的那一方。針對這種錯誤，本該要再詳細地多講一

些，但恐文字會太繁多，所以就不再多說。總之，破除所修與聞思別無關係的邪執，就廣為解釋到這裡。

P59L1～P59L13 今應顯示～故名無暇

今應顯示，如前所說，如理依止善知識之弟子，尊重應當如何引導之次第。

這裡所顯示的，修學次第中，第一個道之根本在親近善知識，前面已經說完了。接下來講述，對能如理依止善知識的弟子，師長應如何引導其正確修習之次第。

乙二、既親近已如何修心次第

第二依已如何修心之次第分二，一、於有暇身勸取心要，二、如何攝取心要之理。

丙一、於有暇身勸取心要

初中分三，一、正明暇滿，二、思其義大，三、思惟難得。

丁一、正明暇滿

初中分二，一、閒暇，二、圓滿。 今初

戊一、閒暇

如《攝功德寶》云，「由戒斷諸畜趣體，及八無暇常得暇。」謂離八無暇即是其暇，八無暇者如親友書云，「執邪倒見，生傍生，餓鬼，地獄，無佛教，及生邊地憊戾車，性為駘啞，長壽夭。於隨一中受生已，名為八無暇過患，離此諸過得閒暇，故當策勵斷生死。」

何謂閒暇？《攝功德寶》說：「由於宿生持戒的功德，才能夠斷除來生墮入三惡道及遠離八種無暇，而能恆常得閒暇修學佛法。」這是說，能遠離八種沒有閒暇的地方，就是有閒暇來修行。所謂八種沒有閒暇修行的地方，如《親友書》中所說：「(一)執邪倒見(二)

生畜生道（三）餓鬼道（四）地獄道（五）無佛教（六）生邊地憊戾車（七）性為騃啞（八）長壽天。

在這八種果報當中的任何一處受生，就稱為八無暇過患，必須離開這八無暇過患，才有閒暇來修學佛法，所以我們應當在得到閒暇之身時，努力修行，以跳出生死輪迴。」

此復若無四眾遊行，是謂^一邊地。愚啞缺耳，斷支節等名^二根不具。妄執無有前世後世、業果、三寶，是^三邪見者。無佛出世名^四無佛教。四中初二及最後者，不能了解應取應捨，第三不能信解正法。

其次，如果沒有比丘、比丘尼、沙彌、沙彌尼四眾遊行的地方，稱作「邊地」。愚癡、啞巴、耳聾、四肢殘缺等，稱為「根不具」。妄自執著說沒有前世、後世，不信業果、三寶，這些是「邪見」。沒有佛出世，叫「無佛教」。前面四者當中，第一、第二及最後，這三種情況下，由於沒有機會聽聞佛法或沒能力聽懂佛法的內涵，因此都無法了解什麼該取、什麼該捨；至於第三，由於不信業果等道理，所以沒有辦法對佛的正法產生信解。

三惡趣者，極難發生修法之心，設少生起，亦因苦逼不能修行。

三惡道的眾生，很難生起想要修法的心，即使偶而生起這樣的心念，也因一直處於苦受的逼迫當中而不能修行。

長壽天者，《親友書釋》中說是無想及無色天，《八無暇論》中，亦說常為欲事散亂諸欲界天。無想天者，《對法》中說，於第四靜慮廣果天中，處於一分，如聚落外阿蘭若處。除初生時及臨沒時，餘心心所，現行皆滅，住多大劫。

長壽天，《親友書釋論》中說，是指無想天及無色天，《八無暇論》中也說，還包括了常為五欲之樂而散亂其心的欲界天。無想天，在《對法》中說，就是在色界第四禪廣果天的一處，那裡就像我們人道中的一個遠離聚落的阿蘭若處(寂靜處)。那裡的天人，除了初生時及臨終時有想心所，其餘時間，不再有任何的心和心所的現行，安住

在定當中，而且壽命非常長，經過無數大劫的時間一動也不動，沒有想心所，不能思惟，所以無法修行。

無色聖人非是無暇，故是生彼諸異生類，以無善根修解脫道，故是無暇。恆散欲天，亦復如是，故說彼等亦名無暇。如《親友書釋》云，「此八處中，以無閒暇，修作善品，故名無暇。」

無色界的聖人不在無暇的範圍內，因為他已經證了聖果了；這裡是指生在無色界中沒有獲得聖果的凡夫，因其無善根可修解脫道，所以是無暇。此外，恆常處於散亂的欲界天眾生也很難生起道心，因為沈醉在五欲之樂當中，一樣不能修行，所以也叫無暇。

如《親友書釋論》中說；「生在這八處當中，因為沒有閒暇來修行，造作善業，所以名為無暇。」

P60L1~P60L13 第二圓滿~樂亦如是

戊二、圓滿

第二圓滿。分二，五自圓滿者，如云，「人，生中，根具，業未倒，信處。」言生中者，謂能生於四眾弟子所遊之地。諸根具者，謂非駘啞，支節眼耳皆悉圓具。業未倒者，謂未自作或教他作無間之罪。信依處者，謂信毘奈耶，是世出世一切白法所生之處。毘奈耶者此通三藏。此五屬於自身所攝，是修法緣，故名自滿。

第一講「八無暇」，第二講「十圓滿」。「十圓滿」分二：五自圓滿和五他圓滿。

(一)五自圓滿，如經典所說：「人，生中，根具，業未倒，信處。」所謂生中者，是指能生在有四眾弟子遊行、宣揚佛法的地方。諸根具者，是指非愚癡、啞吧，其四肢、眼、耳皆健全。業未倒者，就是自己沒有造作，也沒有教他人去造作五無間罪這些最嚴重的罪業(五無間罪，是殺父、殺母、殺阿羅漢、出佛身血、破和合僧等五項重罪，這些罪業會障礙修法)。信依處者，是說相信世間、出世間一切善法都由經、律、論三藏，乃至整個佛法而來，對此有淨信心。

以上這五樣是屬於自身修學佛法必須要條件，所以稱之為「自圓滿」。

五他圓滿者，如云，「佛降，說正法，教住，隨教轉，有他具悲愍。」言佛降世或出世者，謂經三大阿僧祇劫積集資糧，坐菩提座現正等覺。

(二)五他圓滿，如經典說「佛降，說正法，教住，隨教轉，有他具悲愍。」所謂有佛降生或出世，是說一個佛的出世，要經過三大阿僧祇劫這麼長時間的修行，圓滿的積集了福德、智慧二資糧，才能夠坐上金剛寶座示現成佛，所以是非常難能可貴的。

說正法者，謂若佛陀或彼聲聞宣說正法。教法住世者，謂從成佛乃至未示入般涅槃，勝義正法，可現修證未壞滅故。

說正法，是指佛或佛的聲聞弟子宣說正法，為眾生轉法輪。教法住世，就是佛從成佛到進入涅槃之前，此是正法期間，佛親自傳授教證二法；由於能現證勝義法，正法沒有失壞。

法住隨轉者，謂即如是證正法者，了知有力能證如是正法眾生，即如所證，隨轉隨順教授教誡。他悲愍者，謂有施者，及諸施主與衣服等。此五屬於他身所有，是修法緣，故名他滿。

法住隨轉，就是能夠獲得現證佛法的聖者，了解眾生也有現證正法的能力，於是依照自己所證得的，將這個法教授給弟子，並且不斷策勵弟子，使他們也能隨教法轉而得證。他悲憫者，是指有施主布施供養修行人衣食等資生的用具。這五樣是屬於外在、而且由他人所提供的，是修行的外緣，所以稱為「他圓滿」。

《聲聞地》中所說前四他圓滿者，現在不具。然說正法，法教安住，隨住法轉，尚有隨順堪為具足。

根據《瑜伽師地論·聲聞地》上面說，五他圓滿的前四個，是指佛陀住世時才有的圓滿，嚴格說來，現在並不具備。因為佛已經涅槃了，所以，「說正法」、「教法住世」、「隨教轉」，這些都沒有了。然而實際上，雖然沒有佛親自說法，但是仍有佛的經教流傳於世，

更不乏有修有證的善知識能夠宣說佛的正法，讓弟子們可以依止隨轉，所以，「說正法」、「教法住世」、「法住隨轉」三項因緣雖不圓滿，但仍算具足隨順。

丁二、思其義大

第二思惟暇滿利大者。為欲引發畢竟樂故，若未清淨修習正法，僅為命存以來引樂除苦而劬勞者，旁生亦有，故雖生善趣，等同旁生。《弟子書》云，「猶如象兒為貪著，深阱邊生數口草，欲得無成墮險阨，願現世樂亦如是。」

第二思惟暇滿人身的意義重大。為了要得到究竟安樂的緣故，如果我們不能善用暇滿人身來修學清淨正法，而僅僅是為了追求眼前的離苦得樂而忙碌的話，那麼畜牲也有這種生存的本能，因此雖然生在善趣，卻和畜生沒什麼差別。《弟子書》中說：「就如同小象因為貪食深井邊的幾口嫩草，結果不但沒有吃到，反而墮入險坑當中。同樣的道理，我們現在得到了暇滿人身，如果不好好修行，只是貪圖現世有限的快樂，結果卻是墮落三惡道，這不是太可惜了嗎？」

P61L1~P62L1 總之修行~心有何物

總之修行如是正法，特若修行大乘道者，任隨一身不為完具，須得如前所說之身。如《弟子書》云，「善逝道依將成導眾生，廣大心力人所獲得者，此道非天龍得非非天，妙翅持明似人腹行得。」

總之，真正要想修行正法的話，特別是修學大乘道的行者，並非受生任何一種身體皆能完具修法的條件，必須具備前面所說的暇滿人身的條件，才能修行。如《弟子書》中所說：「佛道是能夠引導一切眾生究竟離苦得樂之道，一定要能發大菩提心的人道眾生才能修行，這個大乘道不是天、龍、阿修羅、金翅鳥、持明、緊那羅、腹行等眾生能做得到的。」

《入胎經》亦云，「雖生人中，亦具如是無邊眾苦，然是勝處，經俱胝劫亦難獲得。諸天臨沒時，諸餘天云，願汝生於安樂趣中，其樂趣者即是人趣。」諸天亦於此身為願處故。

《入胎經》中也說：「投生於人道，雖然也有無邊的眾苦，但卻是六道中最殊勝的；而且這個人身，縱使經過俱胝劫這麼長的時間也很難獲得。諸天的天人在臨死前，其他天人還特別會對他祝願，希望他投生到安樂處；他們說的安樂處，就是指人道。」由此可知，連天人都把人道當做他往生的希願處。

又有欲天，昔人世時，由其修道習氣深厚，堪為新證見諦之身，然上界身，則定無新得聖道者。如前所說，欲天亦多成無暇處，故於最初修道之身，人為第一。

也有欲界天的天人，在過去世生為人的時候，由於修道的習氣濃厚，之後雖生到欲天，他可以繼續的修行而能證道。除了欲界天之外，再上面的色界、無色界，則一定不可能有新證得道的天人。就像前面所說的，欲界天也大多屬於無暇修行的地方，因此，對於最初修道的這個身來說，人身是第一的。

此復俱盧洲人，不堪為諸律儀所依，故讚三洲之身，其中尤以瞻部洲身，為所稱歎。是故應當作是思惟，我今獲得如是妙身，何故令其空無果利。我若令此空無利者，更有何事較此自欺，較此愚蒙，而為重大。

人道又分四洲（東勝神洲、南瞻部洲、西牛貨洲、北俱盧洲），對北俱盧洲的人來說，因其不堪受戒，以致無法修習佛法；因此經典中多讚嘆除北俱盧洲以外的其他三洲，尤其又以南瞻部洲所獲得的暇滿人身是最殊勝的。所以，應當這樣來思惟：我好不容易得到這個勝妙的人身，怎麼能不好好利用，而讓它虛度、空無果利？如果白白荒廢這一生，還有什麼比這更自欺、更愚癡的事呢？

曾數馳奔諸惡趣等無暇險處，一次得脫，此若空耗仍還彼處者，我似無心，如被明咒之所蒙蔽，由此等門應數數修。如聖勇云，「得何能下種，度生死彼岸，妙菩提勝種，勝於如意珠，功德流諸人，誰令此無果。」

無始以來我們曾數數輪轉於三惡道等無暇之處，這一世好不容易得以逃脫，如果得到人身卻又白白地空耗浪費，不好好修行反而造罪，結果仍舊回到三惡道的話，我們的心沒有思惟，就像是被咒語

所蒙蔽了一樣。所以我們應該依著上面種種內容，數數地思惟修習暇滿的意義重大。

如聖勇祖師(馬鳴菩薩)所說：「還有什麼比得到暇滿人身，更能幫助我們種下一個能度脫生死彼岸的妙菩提勝種？這個菩提種子的殊勝功德，遠超過世間一切的如意寶珠。有智慧的人，誰會讓這暇滿人身白白空過而毫無結果呢？」

《入行論》亦云，「得如是暇已，我若不修善，無餘欺過此，亦無過此愚。若我解是義，愚故仍退屈，至臨命終時，當起大憂惱。若難忍獄火，常燒我身者，粗猛惡作火，定當燒我心。難得利益地，由何偶獲得，若我如有知，仍被引入獄，如受咒所蒙，我於此無心，何蒙我未知，我心有何物。」

《入行論》也說：「已經得到這樣難得的暇滿人身，我如果還不好好的修習善業的話，再沒有比這個更自欺，更愚癡的了！如果已經了知暇滿人身的意義重大，卻由於愚癡仍然退怯不前，等到臨終時，因未積極修善，將起極大憂惱。如果害怕死後墮地獄，難忍地獄猛火來燒身，那麼生前就不應該造種種惡，死前還要受憂悔惡火燒心之煎熬？如此難得的暇滿人身，非偶然輕易可得，本可善加利用而獲大利益，如果我對此已有正確認知，卻依然故我的放逸、造惡，最終還是被引到地獄裡去的話，那我是怎麼一回事呢？就像被咒語所蒙昧，成了一個無心的人，到底我心是被什麼東西蒙蔽了，令我不知醒悟？我心中究竟有何物障礙？」

P62L1~P63L1 敦巴亦謂～如爪上塵

敦巴亦謂懂哦瓦云，「憶念已得暇滿人身乎。」懂哦亦於每次修時，必誦一遍《入中論》頌中，「若時自在轉順住，設不於此自任持，墮險成他自在轉，後以何事從彼出。」而為心要，應如是學。

敦巴尊者也曾問弟子懂哦瓦：「有沒有經常憶念已得暇滿的人身？」懂哦瓦在每次修法時，必定先念誦一遍《入中論》的偈頌：「我們現在得到暇滿人身，能夠自主修法，應該隨順正法好好修行；如果不善加把握機會，等到墮入惡道險坑，樣樣無法自主，到那時候，要靠什麼脫離惡趣深淵？」懂哦瓦以此為修行的心要，值得我們做學。

如其觀待畢竟義大，如是觀待現時亦然。謂增上生中，自身受用眷屬圓滿之因，布施持戒及忍辱等，若以此身易能成辦，此諸道理亦應思惟。

對於成佛這個畢竟的目標而言，擁有暇滿的人身，意義非常重大；就是退一步看，對於現前的利樂成辦，這個暇滿人身，意義也是同樣重大。我們現前的利益即是獲得增上生，包括自己的身體、受用、眷屬等各方面都能得到圓滿，而這些是從布施、持戒及忍辱等功德而來的，這種種果報的因，如果能藉此暇滿人身來修的話，就容易成辦。這些道理我們應該好好去思惟。

如是觀待若增上生，若決定勝，義大之身，若不晝夜殷勤勵力此二之因，而令失壞，如至寶洲空手而返，後世亦當匱乏安樂，莫得暇身。

所以從獲得增上生與決定勝(究竟成佛)的角度來思惟觀察，都必需有這難得的暇滿人身來成辦，可見人身多麼意義重大。如果不能晝夜勤修增上生與決定勝的因，而讓人身失壞的話，就像到了寶洲卻空手而回，後世也會缺乏安樂，更不用奢望再獲得寶貴的暇身。

若不得此，眾苦續生，更有何事較此欺誑，應勤思惟。如聖勇云，「若眾善富人，由無量劫得，愚故於此身，未略集福藏，彼等趣他世，難忍憂惱室，如商至寶洲，空手返自家，無十善業道，後亦不能得，不得人唯苦，如何能受樂，他欺無過此，無過此大愚。」

一旦得不到暇滿人身，苦便相續不斷，還有什麼事比這更欺誑？我們應該對此人身的利義重大，好好精勤的思惟。如聖勇祖師(馬鳴菩薩)所說：「就像很多善富人家，是經過無量劫修善淨之業、累積許多福德才得到的寶貴人身。如果今世因愚昧無知，沒有為後世積集一點福報的話，將來墮惡趣受大苦時，那時的憂惱，是很難忍受的。如同求寶的商主歷經千辛萬苦到了寶洲，結果卻什麼都沒有得到，空手而回。如果今世不積聚十善業的話，註定以後無法再得暇身，不得人身，就只有受苦，又怎能得安樂的果報呢？得到人身卻不修行，再沒有比這個更自欺、更愚蠢的了！」

如是思後，當發極大取心要欲。如《入行論》云，「與此工價已，令今作我利，於此無恩利，不應與一切。」又云，「由依人身筏，當度大苦流，此筏後難得，愚莫時中眠。」又如博朵瓦《喻法》中云，「蟲禮騎野馬，藏魚梅烏食。」應如是思，發起攝取心要欲樂。

這樣思惟以後，應當對獲取修行精要發起強烈的好樂心。如《入行論》所說：「既然已經付了工人(指自己的身體)應有的工資，就應該讓他好好為自己做些有利的事，如果不能利益於自己，是不應該繼續白白給他工錢的。」又說：「我們要藉由這個像船筏般的人身，度過生死苦海不再輪迴，這人身寶筏如此難得，千萬不要在愚癡無明的大夢中昏睡，白白浪費掉。」又如博朵瓦祖師在《喻法》中，舉了很多例子：「寶貴人身難得，比長年住在地底的蟲子探頭出來禮佛還難；比癩子騎野馬還難。它的珍貴難得，就像後藏人吃魚，吃撐了卻硬是掐住脖子捨不得吐出來；也像藏人小孩子捨不得吃糌粑，藏在背後卻被狗吃掉，而嚎啕大哭一樣，那種不捨、珍惜的心理。」以上種種的比喻，我們應好好思惟，深刻了解人身的價值後，決定發起一定要殷勤努力修習正法的心。

丁三、思惟難得

第三思惟極難得者。如是暇身如《事教》中說，「從惡趣死復生彼者，如大地土，從彼死沒生善趣者，如爪上塵。」

第三、思惟暇滿人身非常難得。如《事教》中說：「從惡趣中死後再轉生到惡趣的有情，有如大地土一樣的多；可是從惡趣死後能生到善趣的，卻如指上塵一樣的少。」

P63L1~P64L1 從二善趣~而度時期

從二善趣死生惡趣者，如大地土，從彼沒已生善趣者，如爪上塵。」故從善趣惡趣二俱難得。

同樣的，從人、天二善趣死了以後，投生到惡趣的，像大地土那樣多，而從善趣死後能繼續生到善趣的，像指上塵那樣少。」所以無論從善趣或惡趣死後，要再投生到善趣，都是非常困難的。

若作是念，彼由何故如是難得，如《四百頌》云，「諸人多受行，非殊勝善品，是故諸異生，多定往惡趣。」謂善趣人等，亦多受行十不善等，非勝妙品，由是亦多往惡趣故。

我們會想，為什麼獲得暇滿人身是如此難得呢？如《四百頌》所說：「由於人在造業時，所造作的多是惡業，所以凡夫一定是投生到惡趣的比較多。」就連善趣中的人，也還是多做十不善業等等，既是造作惡業，因此大多數人死後都生到惡趣。

又如於菩薩所，起瞋恚心，一一剎那，尚須經劫住阿鼻獄。況內相續現有往昔多生所造眾多惡業，果未出生，對治未壞，豈能不經多劫住惡趣耶。

又比如我們對一位發心的菩薩生起瞋恚心，即使只是生起幾剎那的時間，都讓我們得經過同等剎那的劫數在阿鼻地獄受苦。何況我們過去多生所造的眾多惡業，還未感果，也還沒有對治滅除掉，如此，哪有不長時間住惡趣的道理呢？

如是若能決定淨治往昔所造惡趣之因，防護新造，則諸善趣雖非希貴，然能爾者，實極稀少。若未如是修則定往惡趣。既入惡趣則不能修善，相續為惡，故經多劫，雖善趣名亦不得聞，故極難得。

如果下定決心要把往昔所造墮落惡趣的因都淨除、對治掉，而且能防護自己不再造新的惡業，那麼投生善趣就不是一件稀奇和困難的事情，可是真正能這樣做到的人，實際上又非常的少。如果不能這樣下決心修持的話，還是會繼續造作惡業，那就一定墮落惡趣。一旦進入惡趣，就沒辦法修善，永遠在造惡業，如此經過很長時間，甚至連善趣的名稱都聽不到了，所以暇滿人身是極難得的。

《入行論》云，「我以如是行，且不得人身，人身若不得，唯惡全無善。若時能善行，然我不作善，惡趣苦蒙蔽，爾時我何為。未能作諸善，然已作眾惡，經百俱胝劫，不聞善趣名。是故薄伽梵，說人極難得，如龜項趣入，海漂軛木孔。雖剎那作罪，尚住無間劫，況無始生死，作惡豈善趣。」

《入行論》中說：「像我這樣不能如理修行的人，將來人身都難得，得不到人身的話，就只有造惡，全然沒有行善的機會。若趁現在能修善行，我卻不努力，一旦墮落惡趣，為諸苦所逼惱時，又如何能修行呢？今生若不能行一切善，而往昔又已造了種種惡，這樣經無量劫以後，恐怕連善趣的名稱都聽不到了。」

所以佛陀說人身極為難得，這個「難得」就像百年才能從海底浮上水面一次的盲龜，就在浮出海面的剎那間，盲龜的頭頸正好伸入在海上漂流的輓木孔裡，可說機率渺茫。我們在短短剎那間所造的惡業，尚且感得在惡趣遭受無間劫的果報，何況我們無始生死以來，所造的惡業那麼多，又怎能有機會生到善趣呢？」

若作是念，由受惡趣苦盡昔惡業已，仍可生樂趣，故非難脫也。即受彼苦之時，時時為惡，從惡趣沒後，仍須轉惡趣，故難脫離。如云，「非唯受彼已，即便能脫離，謂正受彼時，復起諸餘惡。」

也許我們會想，等到惡趣的苦受盡，以往的惡業全都感果完了，業盡了以後，仍然可以生到樂趣，所以並非永遠難脫惡趣。但在受業報感苦果的時候，因為痛苦太過猛烈，我們仍時時不斷的造了惡業，所以從惡趣死後，仍會轉生到惡趣，故說極難脫離。就如經中所說，「不是說受完業報，就一定能脫離惡趣，因為在受報的同時，我們又輾轉造下了更多惡業。」

如是思惟難得之後，應作是念，而發欲樂攝取心要。謂若使此身為惡行者，是徒耗費，應修正法而度時期。

如此思惟暇滿難得之後，要生起這樣的想法，應該對修習善法發起好樂之心，告訴自己，如果繼續讓這個難得的暇滿人身造惡，簡直是浪費生命，應該時時修習正法才是道理。

P64L1～P64L13 如親友書～至下當說

如《親友書》云，「從旁生出得人身，較龜處海遇輓木孔隙尤難，故大王應行正法令有果。若以眾寶飾金器，而用除棄吐穢等，若生人中作惡業，此極愚蒙過於彼。」

如《親友書》說，「能從畜生道中出離而得到人身，比盲龜將頭頸伸進海裡的輓木孔還要難上千萬倍。所以，大王啊！難得的暇滿人身應當用來修行正法，獲得果利。如果讓暇滿人身白白空過，就像把鑲滿珠寶的金器，卻拿來裝垃圾或嘔吐之穢物，豈不可惜？如今好不容易得此難得的人身，我們卻用來造惡業的話，再沒有比這個更愚癡的了。」

《弟子書》中亦云，「得極難得人身已，應勤修證所思義。」此又如大瑜伽師謂懂哦云，「應略休息。」答云，「實當如是，然此暇滿，實為難得。」

《弟子書》中也說：「已經得到這個難得的人身，就應該要勤加修證所有佛法的義理。」又如大瑜伽師尊者對弟子懂哦瓦說：「應該稍作休息。」懂哦瓦回答：「是應該休息一下，不過暇滿人身難得，我實在無法讓自己懈怠下來啊！」

又如博朵瓦云，「如昔盆宇有一雕房，名瑪卡喀，甚為壯麗，次為敵人所劫，經久失壞。有一老人因此房故，心極痛惜，後有一次聞說其房為主所得，自不能走，憑持一矛逶迤而至，如彼喜曰，今得瑪卡喀，寧非夢歟。今得暇滿，亦應獲得如是歡喜，而修正法。」乃至未得如是心時，應勤修學。

又如博朵瓦祖師所講的一個故事：「過去在盆宇的地方，有一座精美壯麗的城堡，叫做瑪卡喀，後來被敵人占據，經過多年就漸漸頹壞了，有位老人為此心裡感到十分痛惜。後來有一次聽說城堡又重歸於主人，老人因年邁已經不能行走，卻仍硬撐著一根拐杖拖著殘弱的身軀，不惜艱難的來到城堡前。看到城堡被修復，老人喜不自禁的說：『這真的是瑪卡喀嗎？我是不是在作夢啊！』如今我們能得暇滿人身，也應該有像這樣失而復得的歡喜心，而且應當用來勤修正法。」如果還沒有生起這樣的歡喜心和珍惜心，應該好好思惟修習暇滿難得的道理。

如是若於暇身，能發一具相取心要之欲樂，須思四法。其中須修行者，謂一切有情，皆唯愛樂而不愛苦，然引樂除苦亦唯依賴於正法故。能修行者，謂外緣知識，內緣暇滿，悉具

足故。此復必須現世修者，現世不修，次多生中，暇滿之身極難得故。須於現在而修行者，謂何日死，無決定故。

若要對暇滿人身真實生起具相的修行心念，必須思惟以下四法。第一:必須要修行。一切有情都想要安樂、不想受痛苦，而離苦得樂唯有依賴正法才能辦到，所以必須要修行。第二:必須能修行。由於外緣有善知識的引導，內緣是暇滿人身，如此內外緣都具足了，所以絕對有能力修行。

第三:必須現世修。如果今生不修，來世不知何時能再得到暇滿人身，所以必須現世修。第四:必須現在修。因為我們並不知道，也無法決定什麼時候會死，所以必須現在馬上修。

其中第三，能破推延於後生中修法懈怠。第四能破雖於現法定須修行，然於前諸年月日，不起修行，而念後後修行，亦可不趣懈怠。

其中第三點，必須現世修，能夠破除推延到後世再修的懈怠心。

第四點，必須現在修，能夠破除不馬上修的懈怠心。雖然知道現世就要修，我們卻常常推拖等有空再修，把修行的時機不斷往後推遲，心想日後再修也可以。如此日復一日、年復一年，永遠也找不到時間修行。

總攝此二為應速修，作三亦可。是則念死亦與此係屬，然恐文繁至下當說。

所以一定要發起馬上修的心念。此處也可將第三、第四點合併為「應即速修」，所以四法也可併為三法。另外，也可以配合念死無常一起修，但因念死的文字內容繁多，所以到後面再說。

P65L1~P65L7 如是若由~故應勵力

如是若由種種門中正思惟者，變心力大，故應思惟如前所說。若不能者則應攝為，如何是為暇滿體性，現竟門中利大道理，因果門中難得道理。

若是能反覆的思惟上述種種道理，我們的心續中才可能隨著正思惟而產生強大的轉變力量。所以應該多多思惟前面所提到的修學內容。假如做不到，則可先將思惟的內容簡略歸納為三項：一、思惟什麼是「暇滿的體性」？也就是暇滿的特質是什麼？二、從現時與究竟來思惟暇滿義大的道理；三、從因果關係來思惟暇滿難得的道理。

隨所相宜從前說中，取而修習。其中因門難獲得者，謂僅總得生於善趣，亦須戒等修一淨善，特若獲得暇滿具足，則須淨戒而為根本，施等助伴，無垢淨願為結合等眾多善根。

然後依這三方面擷取跟自己相應、相宜的內容去觀察修習，則易掌握。譬如從因果關係的因門來思惟暇滿難得，可分總體和個別來思惟。總體來說，觀察不只是暇滿的因難得，就連單單投生善趣的因都非常難得，至少需要持戒清淨一項善因，否則不能得此人身。以別項來說，想要獲得暇滿俱足的人身，除了必須持戒清淨這個根本因之外；還要修行布施等(六度)善行作為助伴；再加上清淨無垢的大願力；必須結合眾多的善根才能成辦。

現見修積如是因者，極為希少，比此而思善趣身果，若總若別，皆屬難得。由果門中難獲得者，觀非同類諸惡趣眾，僅得善趣，亦屬邊際，觀待同類諸善趣眾，殊勝暇身極屬希少。如格喜鐸巴云，「殷重修此，餘一切法由此引生。」故應勵力。

但是現在能積累這些善因的人，可說非常的少，所以不論是從總體、或是個別來思惟觀察，能得到暇滿人身的果報確實是極為稀少，非常難得。從果門方面來看，觀察非同類的惡趣眾生，它們能獲得善趣身的比例，幾乎接近零；再觀察同樣身處善趣的眾生，暇滿和不暇滿的比例也是天差地別，能得到殊勝暇滿人身的，實屬稀少。如鐸巴格西所說：「要殷重修習暇滿的道理，其他一切善法都源自於此。」所以應當好好努力。

丙二、如何攝取心要之理

第二如何取心要之理分二，一、於道總建立發決定解，二、正於彼道取心要之理。

丁一、於道總建立發決定解

初中分二，一、三士道中總攝一切至言之理，二、顯示由三士門如次引導之因相。今初

戊一、三士道中總攝一切至言之理

P66L3~P67L1 佛初發心~上士法類

佛初發心，中集資糧，最後現證圓滿正覺，一切皆是為利有情，故所說法一切亦唯為利有情。如是所成有情利義，略有二種，謂現前增上生及畢竟決定勝。

佛修行的過程分為三個步驟：從最初發心，中間集聚資糧，到最後證得圓滿正覺果位，完全都是為了利益一切有情，祂所開示的一切教法也唯是為了利益一切有情。成辦有情利益大致可以分二：暫時的利益(現前增上生)及究竟的利益(畢竟決定勝)。

其中依於成辦現前增上生事，盡其所說，一切皆悉攝入下士，或共下士所有法類。殊勝下士者，是於現世不以為重，希求後世善趣圓滿，以集能往善趣因故。《道炬論》云，「若以諸方便，唯於生死樂，希求自利義，知彼為下士。」

為成辦現前增上生，其全部修習內容，通通包含在下士或共下士道法類中；這又可分為普通下士和殊勝下士。普通下士追求的是現世安樂；殊勝下士，就不只是追求現世利益，而是希求後世能得到善趣圓滿(人天果報)。為了積集往善趣的因，他們會努力行善去惡，這種為後世而修的下士，我們稱之為殊勝下士。《道炬論》中說：「若以種種方便，僅是在生死洪流當中尋求自己安樂利益的人，那就是下士。」

決定勝中，略有二種，謂證解脫僅出生死及一切種智位。其中若依諸聲聞乘及獨覺乘，盡其所說一切皆悉攝入中士，或共中士所有法類。

究竟利益就是決定勝，這也可以分為兩種：一種是只求自己度脫生死，就像二乘；還有一種是能成就一切種智而得佛果位。這兩類

中，前者只求自利解脫，像聲聞乘和獨覺乘所修習的解脫之道等法義內容，就屬於中士或共中士道的法類。

中士夫者，謂發厭患一切諸有，為求自利，欲得度出三有解脫，以趣解脫方便之道三種學故。《道炬論》云，「背棄諸有樂，遮惡業為性，若唯求自靜，說名中士夫。」

所謂中士夫，是指不尋求暫時利益，而尋求永恆安樂的修行者。他們對於三界一切諸有(欲有、色有、無色有)，生起很強的厭離心，一心一意希求自己解脫。為求自利而想要脫離三有，於是找到了修習解脫的方便道，也就是戒定慧三學。

《道炬論》中說：「想要出離三界，放棄三有的種種快樂，在行持上致力遮止惡業一輪迴流轉的因，至心追求自己寂靜的快樂而努力修的人，就是中士夫。」

如覺窩所造《攝行炬論》云，「尊長佛說依，密咒度彼岸，能辦菩提故，此當書彼義。」謂修種智方便有二，謂密咒大乘及波羅蜜多大乘。此二攝入上士法類。

如阿底峽尊者(「覺窩」是西藏人對阿底峽尊者的尊稱)在所造的《攝行炬論》中說：「佛陀說修習密乘和顯乘都能渡過生死苦海，成就無上菩提，所以我寫下這些內容。」這是說追求一切種智，成辦的方法有二，一是修密咒乘(密教)，一是修波羅蜜多乘(顯教)，這兩乘的法義都屬於上士道的內容。

P67L1~P68L1 上士夫者～是勝出離行

上士夫者，謂由大悲自在而轉，為盡有情一切苦故，希得成佛學習六度及二次第等故。《道炬論》云，「由達自身苦，若欲正盡除，他一切苦者，是為勝士夫。」此士所修菩提方便，謂波羅蜜多及咒，下當廣說。

所謂上士夫，就是由大悲心驅轉，為了盡除一切有情的痛苦而發願成佛，於是修習菩薩的六度萬行，以及生起次第、圓滿次第等學處。《道炬論》中說：「由於了知自身輪迴的苦而欲離苦，更以悲心也想去除其他一切眾生痛苦的人，稱為上士夫(上士夫也叫勝士

夫)。」至於上士夫所修菩提道的方法和內容，即顯教大乘和密咒大乘，這在後面上士道的部分，會再詳細說明。

三士之名，《攝決擇》曰，「復有三士，謂有成就正受非律儀非非律儀所攝淨戒律儀。亦有成就正受聲聞相應淨戒律儀。亦有成就正受菩薩淨戒律儀。其中初者為下，第二為中，第三為勝。」與此義同，復說多種上中下士建立道理。

關於三士的名稱，在《瑜伽師地論·攝抉擇分》中說：「有三種士夫(依其所持守的戒律來做分類)。第一種是受持在家戒的行者，他們主要修習斷除十惡業、行十善道，但缺乏出離心，此稱為下士；第二種是受持聲聞戒的行者，他們以出離心所攝持的別解脫戒修習自利解脫，此稱為中士；第三種是正受大乘菩薩戒的行者，他們以菩提心所攝持的菩薩戒來修習圓滿自他二利，此為上士。」

同樣的內涵，除此以外，還有其他多種建立上中下三士的分類方式和道理，但是內容大致都依照這個。

如《道炬》所說，世親阿闍黎於《俱舍釋》中，亦說三士之相。下士夫中，雖有二類，謂樂現法及樂後世。此是第二，復須趣入增上生無謬方便。

《道炬論》中更引了世親菩薩在《俱舍論釋》裡說明三士的行相。談到下士，又可分為二種，即所謂希求現世安樂與希求後世安樂二種。本論所說的共下士，是屬於後者，亦即希求後世增上的下士，因此也必須是能夠無錯誤的行持增上生道的人。

戊二、顯示由三士門如次引導之因相

第二顯示由三士門如次引導之因相分二，一、顯示何為由三士道引導之義，二、如是次第引導之因相。今初

己一、顯示何為由三士道引導之義

如是雖說三士，然於上士道次第中，亦能攝納餘二士道無所缺少，故彼二種是大乘道或分或支。

本論雖說是分為三士，然而這三士並不是互不相關、彼此獨立的修行方法。在上士道修行次第中，實際上已含攝容納了其餘二士道的內容，並沒有任何缺少。也就是說，下士道和中士道其實是上士道的支分（一部分內容）。

馬鳴阿闍黎所造，《修世俗菩提心論》云，「無害與諦實，與取及梵行，捨一切所執，此是善趣行。遍觀生死苦，斷故修諦道，斷除二種罪，此是寂靜行。亦應取此等，是出離道支。由達諸法空，生悲眾生流，無邊巧便行，是勝出離行。」

馬鳴菩薩在《修世俗菩提心論》中說：「斷除一切殺生、妄語、偷盜、和邪淫，以及棄捨一切所執(酒戒等)，這就是菩薩於共下士道所修的善趣行。然而周遍觀察之後，善趣仍是在生死輪迴當中，還是苦不堪言；為了盡除諸苦，必須修學真實無誤的「道諦」，斷除性罪與遮罪，才能證得寂靜涅槃，這就是共中士道所修的寂靜行。」

修上士道時，要先修取共下士道的善趣行和共中士道的寂靜行，都做到了，便算完備出離道的支分。更進一步，通達空性義理，加上悲愍有情流轉生死而發起的菩提心，以及廣行六度四攝等善巧方便的菩薩行，這才是菩薩於上士道所修的、最殊勝的大乘出離行。」

P68L1~P69L1 是故此中～勵力令發

是故此中非導令趣，唯以三有之樂，為所欲得下士夫道，及為自利唯脫生死，為所欲得中士夫道。是將少許共彼二道，作上士道引導前行，為修上士道之支分。

因此，本論講下士道，目的並不是要引導弟子成為只追求三有之樂的下士夫；講中士道，也不是要引導弟子成為只追求自利解脫的中士夫；而是要引導弟子進入上士道，行大乘之行。所以把共下、共中二道的基礎內容，作為引導趣入上士道的前行，也可以說是修學上士道的支分。

是故若發如前所說取心要欲，取心要之法，如《中觀心論》云，「誰不將無堅，如蕉沫之身，由行利他緣，修須彌堅實。上士具悲故，將剎那老死，病根本之身，為他安樂本。具正法炬時，斷八無暇暇，應以上士行，令其有果利。」

因此，如果想要生起前面所說的攝取心要的想法，這個取心要之法，就如同《中觀心論》所說：「誰會不好好利用這個像芭蕉一般外實內空、像泡沫一樣虛幻即滅的身體，藉著行六度的利他行，修成須彌山一樣的堅實利益？上士夫就是因為具有大悲心，發願救度一切眾生，願意利用這個剎那都在老病死壞的色身，轉成為能利益一切眾生安樂的根本。趁著正法尚存，趕緊斷除種種不暇滿的因（八無暇），修行最殊勝的上士道，令能成就無上菩提的果報利益。」

謂應念云，我身無實，如蕉如沫，眾病巢穴，老等眾苦所出生處，應以上士所有現行度諸晝夜，令其不空而趣大乘。

我們應該經常思惟：我的色身並非實有，就如同芭蕉、泡沫般不堅實，它也是眾病的巢穴，老死等眾苦的根本生處，所以我們不應該執著這個身體，而是儘可能利用它；應該發心，要以上士的修行度過日日夜夜，這樣才不至於讓這個人身白白的空過，而能趣入大乘之道。

若爾理應先從上士引導，云何令修共下中耶。謂修此二所共之道，即上士道發起前行，此中道理後當宣說。

對此，有人會問，如果是為了引導弟子成為上士夫，為什麼不直接修上士道，還要先修共下士道和共中士道呢？回答：修共下和共中士二道的法義內容，其實就是引導到上士道的前行基礎。這個三士修行次第的道理，後面還會詳加解釋。

己二、如是次第引導之因相

第二如是次第引導之因相分二，一、正明因相，二、所為義。今初

庚一、正明因相

轉趣大乘能入之門者，謂即發心於勝菩提。若於相續中生起此心，如《入行論》云，「若發大心剎那頃，繫生死獄諸苦惱，應說是諸善逝子。」謂即獲得佛子之名，或菩薩名，其身即入大乘之數。若退此心，亦從大乘還退出故。是故諸欲入大乘者，須以眾多方便勵力令發。

什麼叫做入大乘門呢？如果在自己的身心相續上，真實的生起殊勝的菩提心，那就是真正進入了大乘之門。如同《入行論》中說：「無論是誰，只要他發了菩提心，雖然發心的這一剎那他還繫縛在六道輪迴，受著種種的苦惱，但是因為發了這個心，此時就成為佛子了。」也就是說，發了菩提心後立即獲得「佛子」或「菩薩」的稱號，也同時進入大乘修行者的行列。同理，如果退失菩提心，也立刻從大乘門退出，不再是佛子或菩薩了。因此，對想要進入大乘門的修行人來說，應該以各種方法策勵自己發菩提心。

P69L1～P70L1 然發此心～令趣餘途

然發此心須先修習發心勝利，令於勝利由於至心勇悍增廣。及須皈依七支願行。是能開示菩薩道次最勝教典，《集學處論》及《入行論》中所說。

在生起菩提心之前，須先了解發心的殊勝利益，讓內心對發菩提心的利益增長勇悍、歡喜；然後須修習皈依與七支願行（也就是十大願王），淨罪集資，以成辦發心之方便。這些內容，是在開示菩薩道次第最殊勝的教典—《集學處論》和《入行論》中所說的。

如是所說勝利略有二種，謂諸現前及畢竟勝利。初中復二，謂不墮惡趣及生善趣。若發此心能淨宿造眾多惡趣之因，能斷當來相續積集。諸善趣因，先已作者，由此攝故，增長廣大，諸新作者，亦由此心為等起故，無窮盡際。

為了能夠策發眾生起菩提心，在此說明菩提心的兩種殊勝利益：即現前增上生利益和究竟決定勝利益。現前增上生利益，包括不墮惡趣及後世往生善趣。如果發了菩提心，不但能淨除宿世所造種種墮惡趣的因，還能截斷未來身心相續繼續造惡業的因緣，免於墮入惡道；以前所作種種往生善趣的因緣，也會因為有菩提心的攝持而增長廣大；未來將造的善業，也因念念的等起心皆有菩提心攝持，因此而無窮無盡的增長。

畢竟利義者，謂諸解脫及一切種智，亦依此心易於成辦。若於現時畢竟勝利，先無真實欲得樂故，雖作是言，此諸勝利從發心生，故應勵力發起此心。亦唯空言。觀自相續，極明易了。

菩提心的究竟利益，則包括解脫輪迴及成就一切種智(得佛果)，這二者都要靠菩提心才能容易成辦。如果對菩提心的現前利益與究竟利益並沒有生起真實欲得的希求心，那麼再怎麼勸說別人生起菩提心，也只是嘴巴上說說：「啊！這些勝利都是從發菩提心而產生的，所以應該好好來發菩提心。」那也只是空話而已。我們回過頭來觀察一下自己的內心，問問自己，就非常清楚了。

若於增上生及決定勝，二種勝利發欲得者，故須先修共中下士所有意樂。如是若於二種勝利，發欲得已，趣修具有勝利之心者，則須發起此心根本大慈大悲。

如果對現前增上生和究竟決定勝這兩種殊勝的利益，發起真實想要得到的心，就必須先學習共中、共下士道的所有意樂。當已經具備這兩種殊勝利益的欲得之心，才能準備趣入由殊勝菩提心所攝的大乘之道，這時必須先去學習發菩提心的根本——大慈大悲。

此復若思，自於生死安樂匱乏，眾苦逼惱，流轉道理，身毛全無，若動若轉，則於其他有情流轉生死之時，樂乏苦逼，定無不忍。

為了成辦大慈悲心，要先從自身去思惟苦。當思惟自己在生死輪迴當中沒有絲毫安樂、只有眾苦逼迫，卻須永遠流轉生死之沉痛；此時若連自己都沒有產生驚恐不安、毛髮豎立的感受，那麼對同樣乏樂、受苦，在不斷輪迴中受煎熬的其他有情，又怎麼會引發不忍的悲愍之心？

《入行論》云，「於諸有情先，如是思自利。夢中尚未夢，何能生利他。」故於下士之時，思惟自於諸惡趣中，受苦道理。及於中士之時，思惟善趣，無寂靜樂，唯苦道理。次於親屬諸有情所，比度自心，而善修習，即是發生慈悲之因。菩提之心從此發生。故修共同中下心者，即是生起真菩提心所有方便，非是引導令趣餘途。

《入行論》說：「在要利益其他有情之前，如果自己都沒有體會生死輪迴的痛苦，甚至連做夢都沒有夢到的話，怎麼可能真正生起利他的心呢？」所以這裡說明道的次第，就是在修共下士道時，先思惟自身在惡趣受苦的道理；在修共中士道時，思惟連人天善趣也沒有真

正的寂靜安樂可言，只有純然的痛苦。接著將心比心，對曾經是自己親眷的有情眾生，都以自己希求離苦得樂，希望出離三有輪迴的心，來比度眾生的心，而善加修學開展自己的慈心和悲心，然後真正的發起菩提心。由此應了知，修習共中、共下士所有的意樂發心，都是要引發真實菩提心的前方便，絕對不是為了引導修行者停留在下士、或中士的階段。

P70L1~P71L1 如是又於～是為戒學

如是又於彼二時中，思惟皈依及業果等，多門勵力，集福淨罪，如其所應，即菩提心之前行，修治相續之方便，七支行願及皈依等。故應了知此等即是發心方便。此中下中法類，即是發無上菩提心支分之道理，尊重亦當善為曉諭，弟子於此應獲定解。

在修習共中、共下士二道時，思惟皈依和業果等道理，尤其重要。我們應以各種方法策勵自心集福淨罪，譬如修行七支行願和皈依等，當知這些內涵都是修發菩提心的前行，也是調伏、淨治我們身心相續的方便。

有關共下、共中士道的所有法類內容，就是發無上菩提心的支分之道理，師長們在教導修行時，一定要善巧曉諭弟子，使弟子對此道理獲得決定信解。

每次修時當念此義，修菩提心發生支分，極應愛重。若不爾者，則此諸道與上士道別別無關。乃至未至實上士道，於菩提心未得定解，而成此心發生障礙，或於此間失大利義，故於此事應殷重修。

每次修習時，應反覆憶念共中、共下士法類就是上士道的支分，是修習發菩提心的前行，而引發對中、下士道的關注和重視。如果不是這樣，就會把下二道和上士道看成全然無關的法類，甚至在還沒有真實修上士道、對菩提心的利益也還沒有真實的了解之前，就有了錯誤的知見，反而造成日後發菩提心的障礙，更由此退失了廣大利益。所以不管是修共中、共下士道的哪一個法類，都不能忘失掉菩提心，對此，我們應當殷重的修習。

如是修習中下之道及善修習，如上士時所說道已，於相續中，隨力令生真菩提心。次為此心極堅固故，應以不共皈依為先而受願軌。由願儀軌正受持已，於諸學處應勵力學。次應多修欲學之心，謂欲學習六度四攝菩薩行等。若由至心起欲學已，定受行心清淨律儀。

如果能照上面所說的來正確修習共中、共下士道的話，到了修上士道的法類時，於身心相續當中，都能隨自己心力生起真實的菩提心。又為了使這個菩提心堅固，應先以大乘不共的皈依來受願心儀軌。受了願心儀軌之後，對種種菩薩願心學處的內容，就應努力修學了。之後，還應不斷策發自己想要學習六度、四攝等菩薩學處，而且真實生起了要學菩薩行的心念，這時就要受持行心儀軌，也就是受清淨的菩薩戒。

次應捨命莫令根本罪犯染著。餘中下纏及諸惡作，亦應勵力莫令有染，設若有犯，亦應由於如所宣說，出犯門中，善為淨治。

受了菩薩戒以後，就應不惜捨命的護戒，絕對不可以犯根本罪。其他罪行較為輕微的煩惱與惡作，也都要努力防護，不去觸犯。如果不小心犯了戒，應立即依照各個還出儀軌，如法懺罪，以回復戒律清淨。

次應總學六到彼岸，特為令心於善所緣，堪能隨欲而安住故，應善學習止體靜慮。《道炬論》說，為發通故，修奢摩他者，僅是一例，覺窩於餘處亦說為發毘鉢舍那，故為生觀亦應修止。

接下來，在總體方面，要精勤的學習六度波羅蜜（布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧等），特別是要好好地修習止觀了。學習禪定—令心能隨念安住在善所緣境，又稱修止、修靜慮或修奢摩他。《道炬論》裡面說，「為引發神通而修學奢摩他」，這只是修止的理由之一；更重要的是阿底峽尊者在其他論典裡所說，學修奢摩他是為了啟發毗鉢舍那（空性智慧），由定而生慧，所以為了修觀也應修止。

次為斷執二我縛故，以見決定無我空義。次應將護無謬修法，成辦慧體毘鉢舍那。如《道炬釋》說，除修止觀，學習律儀學處以下，是為戒學。

修止獲得身心輕安之後，為了斷除人我執、法我執這二種執著的繫縛，須進一步在見解上修證空性義理，修習無錯謬法，以通達無我空性的正見，最終成就以毗鉢舍那為體性的智慧。如《道炬論釋》中所說，除了修止和修觀，學習律儀以下的法類，都是戒學的範圍。

P71L1～P71LL1 奢摩他者～是道本故

奢摩他者，是三摩地，或為心學。毗鉢舍那，是為慧學。復次奢摩他下是方便分，福德資糧，依世俗諦所有之道，廣大道次。發起三種殊勝慧者，是般若分，智慧資糧，依勝義諦甚深道次。應於此等次第決定，數量決定，智慧方便，僅以一分不成菩提，發大定解。

奢摩他也稱為「三摩地」，是定學，又稱心學；毘鉢舍那，是慧學。整個的道次內容都包括在戒定慧三學裡頭。此外，也可以依照道體區分，奢摩他(定學)以下是方便分，是福德資糧，是屬於世俗諦所攝的廣大道次。發起聞慧、思慧、修慧等三種殊勝智慧，是般若分，是智慧資糧，是屬於勝義諦所攝的甚深道次。

修行者應該了解甚深、廣大二道的次第決定與數量決定的道理，如果僅以智慧分或方便分其中一分來修，是無法成就無上菩提的，必須二者兼具，修行者對此道理應該發起廣大定解。

由如是理，欲過諸佛功德大海，佛子鵝王是由雙展，廣大方便，圓滿無缺，世俗諦翅，善達二種，無我真實勝義諦翅，乃能超過。非是僅取道中一分，如折翅鳥所能飛越。如《入中論》云，「真俗白廣翅圓滿，鵝王列眾生鵝前，承善風力而超過，諸佛德海第一岸。」

了解這些道理後可知，想要以諸佛的功德超越生死苦海，身為佛子(菩薩)的鵝王需展開雙翼，一邊是廣大方便、圓滿無缺的世俗諦翅膀，一邊是通達二種無我真實義的勝義諦翅膀，依此雙翼的力量才能度越。若只取甚深(智慧)、廣大(方便)二道中的一分來修，就會像

折翅的鳥，是沒有辦法飛越生死苦海的。如《入中論》所說：「就像鵝王展開雙翼，具備了清淨無垢的真實勝義諦，和廣大無遺的世俗諦，這兩個圓滿的翅膀(真俗二諦的兩種資糧)，菩薩如鵝王在鵝群前引導一般，帶領眾生乘著善業(願心與行心功德)之風，飛越生死苦海，到達成佛的彼岸。」

如是以諸共道淨相續已，決定應須趣入密咒。以若入密速能圓滿二資糧故。設若過此非所能堪，或由種性功能羸劣，不樂趣者，則應唯將此道次第，漸次增廣。

修行者以下、中、上三種共道淨治內心之後，就應該開始學習密乘了。因為學習密乘能使修行者快速的圓滿福德與智慧二種資糧。如果覺得自己的能力還不足，或者自己的習性太差，對學密乘還未生起好樂之心，那就應該好好地將本論(顯乘)的內涵，依照道次第，步步加深、加廣，把基礎打穩了，以待來日因緣具足再入密乘的學習。

若入密咒者，則依知識法勝出前者，依咒所說應當隨行，以總一切乘，特密咒中，珍重宣說故。次以根源清淨續部，所出灌頂成熟身心。爾時所得一切三昧耶及律儀，應寧捨命如理護持。

如果進入密乘學習，首先要了解密乘依止善知識的軌理要比顯乘的更為嚴謹，所以皈依之後，一切應該照著密教所說的規矩去做。以一切乘來說，特別是密乘，它的依師是非常殊勝、重要的，所以這裡也特別鄭重的加以宣說。其次，應依照上師的教導，接受本源清淨的密續灌頂；接受灌頂的目的是為了成熟身心，成為具器的弟子。灌頂時所受的金剛三昧耶戒及各種律儀，都應當如理遵守、捨命護持。

特若受其根本罪染，雖可重受，然相續已壞，功德難生，故應勵力，莫令根本罪犯染著。又應勵防諸支罪染，設受染者，亦應悔除，防止令淨，以三昧耶及諸律儀，是道本故。

如果違犯了根本戒，雖然可以重受，但是身心相續已經損壞，要再生功德就非常困難，所以一定要努力守護，不讓自己染犯到根本戒。不止如此，即使其他支分較次要的罪行也要小心防護不犯，若

有沾染，也應立刻懺悔淨除，避免再犯，保持戒律清淨，因為三昧耶戒及其他律儀都是修道的根本。

P72L1～P73L1 次於續部～及其解脫

次於續部，若是下部有相瑜伽，若是上部生次瑜伽，隨其一種善導修學。此堅固已，若是下部無相瑜伽，或是上部滿次瑜伽，隨於其一應善修學。

有了這些基礎，才可以隨個人因緣來修學。如果一開始接觸的是下部(事部、行部、瑜伽部)的有相瑜伽，就好好隨著上師的引導，努力去修，待有相瑜伽堅固之後，再進一步修習下部的無相瑜伽。如果一開始相應的是上部(無上瑜伽部)，那就先好好地學修生起次第瑜伽，待所學堅固之後，再修上部的圓滿次第瑜伽。

《道炬論》說，如是建立道之正體，故道次第亦如是導，大覺窩師，於餘論中亦嘗宣說。

《道炬論》中針對教法圓滿傳承、整個道種建立、及修行次第，做了重要的說明，本論乃依照《道炬論》為藍本，所以本論也照著這樣圓滿無缺的道次，步步來引導修行。大覺窩師（阿底峽尊者）在其他的論典當中也曾如此宣說。

《攝修大乘道方便論》云，「欲得不思議，勝無上菩提，賴修菩提故，樂修為心要。已得極難得，圓滿暇滿身，後極難獲故，勤修令不空。」又云，「如犯從牢獄，若有能逃時，與餘事非等，速從彼處逃。此大生死海，若有能度時，與餘事非等，應當出有宅。」

《攝修大乘道方便論》中說，「想要證得不可思議的殊勝無上菩提，唯有如法去修行，而修行的重點就是策發菩提心。既然已經獲得這個難得的暇滿人身，來生也很難再得到，所以應該把握住機會精勤修行，不讓此生空過。」又說：「就像囚犯被關在死牢裡，一旦有逃跑的機會，其他任何事情都會立刻放下，一定拼命快速逃離。同樣的，我們現今正沉淪於生死苦海中，若有度脫的機會，怎麼可能再去忙無關緊要的小事？此刻再沒有比逃出三有火宅更重要的事了。」

又云，「皈依增上戒，及住願根本，應受菩薩律，漸隨力如理，修行六度等，菩薩一切行。」又云，「方便慧心要，修止觀瑜伽。」

又說：「以大乘皈依、增上戒律、及發菩提願心為基礎，接著受持行儀軌，也就是受菩薩戒；等到自己的心力逐漸增強穩固，再如理修學六度等菩薩學處，廣行菩薩一切行。」又說：「修行者真正要學的，一個是福德方便分，另一個是勝義智慧分；而修學的方便，就是修止觀相應。」

《定資糧品》亦云，「先固悲力生，正等菩提心，不著有報樂，背棄諸攝持。圓滿信等財，敬師等於佛，具師教律儀，善勤於修習。瓶密諸灌頂，由尊重恩得，行者身語心，清淨成就器。由圓滿定支，所生資糧故，速當得成就，是住密咒規。」

《定資糧品》中也說：「先堅固自己的大悲心，再發起真實菩提心。不耽著於輪迴中三有的快樂果報，遠離現前所有貪著難捨的東西。積聚及圓滿信、戒、聞、捨、慚、愧、慧等七聖財，恭敬上師等同佛。依師謹守戒律，並勤加修習正法。然後在上師處接受種種「瓶」、「密」等灌頂，修學能清淨身語意三門的密法，成為具器的弟子，而這一切都是由上師的恩賜得來。最後修習生起次第與圓滿次第，累積福德與智慧資糧，使能迅速獲得圓滿成就，這就是修密乘的法要和軌則。」

庚二、所為義

第二所為義者。若中下士諸法品類，悉是上士前加行者，作為上士道次足矣，何須別立共中下士道次名耶。別分三士而引導者，有二大義，一為摧伏增上我慢，謂尚未起共同中下士夫之心，即便自許我是大士。

第二、建立三士道次第引導的原因及目的。

若說中、下士道的各種法類，都是修上士道的前行準備，那麼只要建立上士道一個次第就足夠了，何必再分別設立共中、共下士道的次第呢？

分別以三士道來引導，具有兩大意義：一是為了催伏增上我慢。就是自己還沒有生起共中、共下士夫的意樂，就自我承許是大乘行者了。那就是對整個道次第不清楚，才會導致增上我慢。

二為廣義上中下心，廣饒益之理者，謂上二士夫，亦須希求得增上生及其解脫。

二是為了能廣泛饒益上、中、下三士的眾生。這是指不管修學者的根器為何，都能因此而獲益。因為上士夫與中士夫也必須要修習希求增上生的下世法類和希求解脫道的中士法類。

P73L1~P74L1 故於所導~堅固定解

故於所導上中二類補特伽羅，教令修習此二意樂，無有過失，起功能故。若是下品補特伽羅，雖令修上，既不能發上品意樂，又棄下品俱無成故。

所以本論雖然引導上、中二類的眾生，也都教他們修習共中、共下士的意樂，這樣的次第引導不但沒有任何過失，反而有助其在共中、共下士二道中獲得穩定基礎的功效。

如果只有一個上士道次，對下根器的眾生來說，因為入道之初無法生起上品意樂，又沒有可供學習的下士法類，結果上、下品都不能成就，這樣豈不可惜。

復次為具上善根者，開示共道，令其修習，此諸功德，或先已生，若先未生，速當生起。若生下下，可導上上，故於自道非為迂緩。須以次第引導心者，《陀羅尼自在王請問經》中，以點慧寶師漸磨摩尼法喻合說，恐文太繁，故不多錄。

另外，對具有上根器的修學者來說，為他們開示共中、共下士道的內容，讓他修習；這些共道的功德，如果先已生起，可以繼續增長；如果還未生起，也一定能很快生起。所以，從「下下」的基礎開始修，可以引導修行者一直走向「上上」的境界，並不會因為從最下面起修，而迂迴延緩了證道的時間。

這種以道次第引導修學者的做法，在《陀羅尼自在王請問經》中，有舉聰慧的寶師，以漸次磨去泥垢、洗去雜質，最後才能使無價的摩尼寶珠發光，來作比喻。但恐文辭太繁，這裡不另摘錄。

龍猛依怙亦云，「先增上生法，決定勝後起，以得增上生，漸得決定勝。」此說增上生道及決定勝道，次第引導。

龍樹菩薩說：「先開示能成辦增上生的共下士道法類，再進一步教導如何趣入決定勝(從共中到上士道)。因為得到了增上生的人天果位，才能漸次修證決定勝的佛果。」這說明了增上生道和決定勝道，必須依著次第引導的道理。

聖者無著亦云，「又諸菩薩為令漸次集善品故，於諸有情，先審觀察。知劣慧者，為說淺法，隨轉粗近教授教誡。知中慧者，為說中法，隨轉處中教授教誡。知廣慧者，為說深法，隨轉幽微教授教誡。是名菩薩於諸有情次第利行。」

無著菩薩也說：「菩薩為了引導眾生逐步修習善法，首先會審慎觀察眾生的根性。如果智慧低劣，就開示淺顯道理，為他講授和他相應的下士道法義；根器中等的，就開示中等道理，為他宣說中士道的教授；上等的利根者，就開示甚深道理，為他說明上士道深細的法要。這就是菩薩利益有情的次第教導方式。」

聖天亦於《攝行炬論》，成立先須修習到彼岸乘意樂，次趣密咒漸次道理。攝此義云，「諸初業有情，轉趣於勝義，正等覺說此，方便如梯級。」

聖天菩薩也在《攝行炬論》中，建立了必須先學顯教的大乘發心，才能漸次趣入密乘的道理。總攝其內涵為：「從一個初修(顯教)的有情，逐步輾轉增上到修學無上勝義(密教)，到最後成佛。佛陀說的方便法，就是循序漸進，其所引導之次第，就像拾級而上的階梯一樣。」

《四百論》中，亦說道次極為決定，「先遮止非福，中間破除我，後斷一切見，若知為善巧。」此說道有決定次第。

《四百論》中也說，修道的次第非常重要。「先遮止一切惡行的非福業(共下士道)；其次是破除我執，以超脫生死輪迴(共中士道)；最後

斷除一切見(上士道)，懂得這個次第，才稱得上是善巧的修行人。」這也是說，菩提道是有其一定的次第。

敬母善巧阿闍黎亦云，「如淨衣染色，先以施等語，善法動其心，次令修諸法。」

馬鳴菩薩(敬母善巧阿闍黎)也說：「教化眾生，就像先要把布衣潔淨之後，才能進行染色一樣。攝受的次第也是先以布施等善法打動他的心，再漸次引導他步步深入，然後才能教他開始修學佛法。」

月稱大阿闍黎，亦引此教為所根據，成立道之次第決定。現見於道引導次第，諸修行者，極應珍貴，故於此理，應當獲得堅固定解。

月稱菩薩也根據這個教授說明了修道次第的法要。凡是修行人，能接觸到有關道次第的完整內容，都應該感到格外珍貴，要好好的思惟、了解，對整個道次第的道理應當獲得堅固的定解。

乙二、既親近已如何修心次第

丙二、如何攝取心要之理

丁二、正於彼道取心要之理

第二正取心要分三，一、於共下士道次修心，二、於共中士道次修心，三、於上士夫道次修心。

戊一、於共下士道次修心

初中分三，一、正修下士意樂，二、發此意樂之量，三、除遣此中邪執。

己一、正修下士意樂

初中分二，一、發生悉求後世之心，二、依止後世安樂方便。

庚一、發生悉求後世之心

初中分二，一、思惟此世不能久住憶念必死，二、思惟後世當生何趣二趣苦樂。

辛一、思惟此世不能久住憶念必死

初中分四，一、未修念死所有過患，二、修習勝利，三、當發何等念死之心，四、修念死理。 今初

壬一、未修念死所有過患

P74L6~P75L1 如是於其~如理修行

如是於其有暇身時，取心藏中有四顛倒，於諸無常執為常倒，即是第一損害之門。其中有二，謂粗及細，於其粗劣死無常中，分別不死是損害門。

雖然獲得了有暇身，卻因為執著於「常樂我淨」四種錯誤顛倒，而障礙了我們的修行。其中，把「無常」視為「常」的顛倒執著是第一損害之門。常顛倒中又可分為粗相的常執和細相的常執。粗相的常執（死無常）指的是，雖然每個人都知道最後一定會死，但自己在意識裡面卻經常處於不會死的顛倒想，對今生懷著千年萬年的長遠打算。以修行來說，對於「死無常」所起的顛倒想，是損害我們最嚴重的障礙了。

此復僅念今後邊際，定當有死，雖皆共有，然日日中，乃至臨終皆起是念，今日不死，今亦不死，其心終執不死方面。若不作意此執對治，被如是心之所蓋覆，便起久住現法之心。

雖然人人都知道將來某一天一定會死，但總認為不是今天，日復一日帶著這種想法過日子，甚至到臨終的時候，心裡面還是想著「今天應該不會死吧！」，這就是我們平常始終執著不會死的實際心理狀態。如果我們始終把心執著在今天不會死的想法，當然不會產生要去修習對治這個錯誤執著的念頭。這種被無明覆蓋的心，久而久之，便會把活在這個世間視為當然，而忘記了隨時會死這件事情。

於此時中，謂須如是如是眾事，數數思惟，唯於現法，除苦引樂，所有方便，不生觀察後世、解脫、一切智等大義之心，故不令起趣法之意。設有時趣聞思修等，然亦唯為現法利故，令所修善勢力微弱。復與惡行罪犯相屬而轉，故未糝雜惡趣因者，極為希貴。

一旦生起了久住現世的心，慢慢的，我們就越來越貪著今世，我們會為了種種世俗的事情而忙碌，心裡所想的，也都是如何追尋眼前或今生的快樂，不會去想後世，更把解脫、成佛等大事拋諸腦後，以致無法生起趣入正法的意樂。就算偶爾想到要認真的聞、思和修學佛法，也是為了貪求今世的利益而修，這使得修善的力量變得非常微弱；再加上身口意時時隨著惡行在轉，而惡行又與罪業夾纏連在一起，所以才會說得到人身很難，而能不摻雜惡趣因的純淨修法，那更是少之又少，非常的難得、珍貴。

設能緣慮後世而修，然不能遮後時漸修延緩懈怠，遂以睡眠昏沈雜言飲食等事，散耗時日，故不能發廣大精勤，如理修行。

好不容易想到要為後世的安樂而修，卻仍不能遮擋拖延、懈怠的心，總認為來日方長，以後有時間可以慢慢修，所以過不了多久，又恢復到以前老樣子，每天還是忙著睡眠、昏沈、雜言、飲食這些事情，依然虛耗度日、浪費生命，而終究不能發起廣大精進的心，讓自己在善法上面如理的修行。

P75L2~P76L2 如是由希~無明我慢

如是由希身命久住所欺誑故，遂於利養恭敬等上，起猛利貪。於此障礙，或疑作礙，起猛利瞋。於彼過患蒙昧愚癡。由利等故，引起猛利我慢嫉等諸大煩惱及隨煩惱如瀑流轉。

由於被「常」的顛倒所蒙蔽、欺騙，以為可以恆常久住在世間，所以我們對今生的利益，如名聞、利養、恭敬等生起了猛利的貪心。如果有妨礙我貪的，或是懷疑別人有可能會障礙到我時，都會引發猛利的瞋心。我們對這種種的害處卻蒙昧愚癡、無法真實了解，每天都在顛倒當中。又因為貪執利養恭敬等，很容易引發猛利的慢心、嫉妒心等根本煩惱與隨煩惱，我們的心整天被煩惱攪動著，就像瀑布流水般沒有片刻安寧。

復由此故，於日日中漸令增長，諸有勝勢，能引惡趣猛利大苦，身語意攝十種惡行，無間隨近，謗正法等諸不善業。又令漸棄能治彼等，善妙宣說甘露正法，斷增上生及決定勝所有命根。遭死壞已，為諸惡業引導，令赴苦痛粗猛，炎燒非愛諸惡趣處，何有過此暴惡之門。

又因這樣的緣故，於是貪欲等煩惱日漸增長，形成一股強大的力量，驅使身語意三門造作十惡業、五無間罪、近五無間罪、毀謗正法等不善業，將我們引墮惡趣，並遭受猛利大苦的惡果。加上這種常執顛倒，會使人逐漸棄離能對治貪欲等煩惱惡行的正法妙藥，截斷能獲得增上生及決定勝的所有善緣。善緣命根一旦遭到摧壞，到臨終時，就會被這些惡業牽引，而趣向充滿痛苦、粗暴、猛烈、燃

燒、不悅的惡道。想一想，哪有比「常執」這個損害門更糟糕、更惡劣的？

《四百論》亦云，「若有三世主，自死無教者，彼若安然睡，豈有暴於此。」《入行論》亦云，「須棄一切走，我未如是知，為親非親故，作種種罪惡。」

《四百論》中也說：「在生死輪迴當中，唯一主宰我們生死的是業力，當業緣成熟時，死主不請自來。我們如果因為無知，竟然在無明的大夢中安睡，實在沒有比這個更愚昧的了。」《入行論》中也說：「一旦無常到來的時候，所有的東西都得捨棄，但是我們並不真實了解，因此一直忙著世間的事情，為了親友、怨敵等，時時還增長了貪、瞋、癡等三毒煩惱，而造作種種惡業。」

壬二、修習勝利

第二、修習之勝利者。謂若真起隨念死心，譬如決斷今明定死，則於正法稍知之士，由見親屬及財物等不可共往，多能任運遮彼貪愛，由施等門樂取堅實。

第二、修習念死的殊勝利益。如果真正發起隨時會死的心，譬如確定「今天或是明天就會死」，那麼只要對正法稍微有點了解的人就會明白，親屬和財物這所有的一切，死的時候都帶不走，因此大多能自然而然地遮止對親屬和財物等的貪愛，而會樂於透過布施等善行去累積堅實的果報利益。

如是若見為求利敬及名稱等世間法故，一切劬勞皆如扇揚諸空穀壳，全無心實，是欺誑處，便能遮止諸罪惡行。

如果「念死」之心，平常就能生起的話，當看到人們為了世間名聞、利養、恭敬等虛妄不實的東西終日奔波、費心追求，就會認識這一切無知的行為像是對著空心的穀殼揮扇一般，毫無意義。空心的穀殼隨風就會飄散，世間的利益也一樣是迅即虛無離散。當我們認清為世間法付出的一切辛苦都沒有意義，都是被今世的常執給欺騙了，眼前的種種罪業惡行，我們就不會再去做了，而且會想要如法去修行。

由其恆常殷重精進，修集皈依及淨戒等諸微妙業，遂於無堅身等諸事取勝堅實。由是自能昇勝妙位，亦能於此導諸眾生，更有何事義大於此。

了解死的時候，「萬般帶不走，唯有業隨身」的道理後，我們就會恆常、殷重的精進修習皈依和淨戒等微妙的善淨之業，因為這樣才能以不堅實的身體，去修取、累積每一筆堅實的功德果利。如此，不僅自己能漸漸升上勝妙的果位，也能以這個道理去引導眾生獲得最大利益。這樣自利利他，還有什麼比這更有意義的事情？

是故經以多喻讚美，《大般涅槃經》云：「一切耕種之中，秋實第一；一切跡中，象跡第一；一切想中，無常死想是為第一，由是諸想能除三界一切貪欲、無明、我慢。」

所以經論中常以種種的比喻來讚美「念死」，如《大般涅槃經》中說，「一切耕種之中，以秋收的果實最豐碩；一切的足跡當中，以象的足跡最紮實安穩；一切的思惟觀想當中，以『無常死想』最有意義，因為它能幫我們去除三界一切的貪愛、無明、及我慢。」

P76L2~P77L1 如是又以~而應恐怖

如是又以是能頓摧一切煩惱惡行大椎，是能轉趣頓辦一切勝妙大門，如是等喻而為讚美。

又說，「念死」就像能瞬間摧壞一切煩惱惡行的大鐵椎，讓我們能在當下成辦種種勝妙善業的無上法門。所以經典引以上種種喻來讚揚「念死無常」。

《集法句》中亦云，「應達此身如瓦器，如是知法等陽燄，魔花刃劍於此折，能趣死王無見位。」又云，「如見衰老及病苦，並見心離而死亡，勇士能斷如牢家，世庸豈能遠離欲。」

《集法句經》中也說，「念死，讓我們了達身體就像瓦器一樣易碎，無法久住；念死，讓我們了知諸法就像陽燄一般，虛幻不實；正因為我們能時時念死無常，所以即便遇到會迫使或誘發貪欲等的魔花利劍，我們也能夠認識到這一切本來虛假，不起執著、不造惡業，到時候連死主也找不到我們了。」又說：「看到身體日漸衰老及遭受

病苦折磨；看到心識終將脫離身體，趨向死亡；我們應該像勇士一樣，奮起斬斷所有的煩惱與貪欲，跳出三界的牢獄。若還是像世俗的凡夫一樣貪著世間，不知死亡隨時將至，又怎麼可能遠離一切的欲望呢？」

總之能修士夫義時，唯是得此殊勝暇身期中，我等多是久住惡趣，設有少時暫來善趣，亦多生於無暇之處，其中難獲修法之時。縱得一次堪修之身，然未如理修正法者，是由遇此且不死心，故心執取不死方面，是為一切衰損之門。

總之，想要修習三士夫的菩提道，只有在得到殊勝的暇滿人身期間才有可能。往昔我們多半都是在惡趣打轉，即使有時候會生到善趣，然而多數時仍生在無暇之處，而很難獲得修學佛法的機緣。縱然偶爾得到一次能修法之暇身，卻未能如理去修持正法，最主要的障礙，就是我們對「不死」的常執，結果又輕易地讓暇滿人身空空度過。所以，心若攀緣執著在「不死」的念頭上，那麼一切的衰損都會由此而來。

其能治此憶念死者，即是一切圓滿之門。故不應執，此是無餘深法可修習者之所修持，及不應執，雖是應修然是最初僅應略修，非是堪為恆所修持。應於初中後三須此之理，由其至心發起定解而正修習。

能夠對治「常執不死」念頭的唯一作法，就是以「念死無常」來策發自己精進，所以說念死是獲得一切圓滿之根本。我們千萬不要以為，是因為沒有其他更高深的法門可以修了，才來修習「念死」；也不要認為「念死」只是初學者要修，而且只需簡略的修一下就可以了，並不需要恆長的修習。這些都是錯誤的觀念。實際上，在修行的初、中、後期都必須修習「念死無常」的道理，不論修到哪個階段，都要至心對「念死」生起定解，而且恆常、殷重的修習它。

壬三、當發何等念死之心

第三當發何等念死心者。若由堅著，諸親屬等增上力故，恐與彼離起怖畏者，乃是於道全未修習畏死之理，此中非是令發彼心。

「思惟此世不能久住憶念必死」的第三部分是當發何等念死之心，是說明什麼才是正確的念死之心。

修念死時，如果仍然對親屬、財產、權力等眼前所有的好東西有深深的貪著，生起唯恐與他們分離的怖畏心理，因而對死亡非常害怕，這樣的「念死」，是完全誤解了佛法修習念死的內涵。正確的「念死」，並不是要我們生起畏懼死亡的心。

若爾者何，謂由惑業增上所受一切之身，皆定不能超出於死。故於彼事雖生怖懼，暫無能遮。為後當來世間義故，未能滅除諸惡趣因，未能成辦增上生因，決定勝因，即便沒亡而應恐怖。

那麼，什麼才是正確的念死之心呢？凡是由煩惱和業，輾轉增上而感得的有漏之身，都絕對無法超脫死亡，最終一定會死。即使我們對死亡心生恐懼，但也無法遮擋住死亡。因此，我們所要發的念死之心，是要針對後世的義利來思惟才對。我們真正應該感到害怕的是，到臨終前還沒來得及為後世鋪好路—未能滅除墮惡趣的因、沒有累積足夠成辦增上生與決定勝的因就死去。

P77L1~P78L1 若於此事~法決定行

若於此事思惟怖畏，則於此等有可修作，能令臨終無所怖畏。若未成辦如是諸義，總之不能脫離生死，特當墮落諸惡趣故，深生畏懼，臨終悔惱。

由於死前尚未去除惡業，累積善業，死後就會墮入惡趣、落入輪迴；依著這種深切的怖畏之心，我們才會積極的斷惡修善，如此，到臨終的時候，才能無所畏懼。如果未能成辦這些義利（滅諸惡趣因、成辦增上生因與決定勝因），就不能超脫生死輪迴，一定墮入三惡道。那麼，臨終時定會對死亡、墮惡趣生起大怖畏，並深深悔恨懊惱。

《本生論》云，「雖勵不能住，何事不可醫，能作諸怖畏，其中有何益。如是若觀世法性，諸人作罪當憂悔，又未善作諸妙業，恐於後法起諸苦，臨終畏懼而蒙昧。若何能令我意悔，我未憶作如是事，復善修作白淨業，安住正法誰畏死。」

《本生論》中說：「即使耗盡了所有努力，還是不能永住世間不死，死這種病哪有什麼藥可以醫治？而一味的害怕死亡又有什麼用呢？如果我們觀察世事，就當了知一切法性皆是因果。看看世人，若生前造作罪業，死時必起憂悔；而若生前不行善，死後恐怕也會墮落惡趣，引發大苦。與其到臨死時才來後悔憂惱、害怕無奈，豈不是很愚蠢？如果我們在生時不造惡，又能淨護善根、安住正法，臨終時自然沒有什麼好憂悔的，那麼死亡又有什麼好畏懼的呢？」

《四百論》中亦云，「思念我必死，若誰有決定，此棄怖畏故，豈畏於死主。」故若數數思惟無常，念身受用定當速離，則能遮遣，希望不離彼等愛著。由離此等所引憂惱增上力故，怖畏死沒皆不得生。

《四百論》中也說：「反覆思惟無常，如果對『我一定會死』產生定解，就應該能遠離對親友財產分離、死後墮惡趣的種種怖畏，又怎麼會害怕死主的到來呢？」所以如果能不斷思惟無常的道理，確知我們的身體、受用等等遲早都會速疾離開而壞滅，由此斷除我們對世間的一切貪愛與難捨，就不會因為害怕失去而產生痛苦憂惱，進而也不再對死亡產生畏懼。

壬四、修念死理

第四如何修念死者。謂應由於三種根本、九種因相、三種決斷門中修習。此中有三，一、思決定死，二、思惟死無定期，三、思惟死時除法而外，餘皆無益。

癸一、思決定死

初中分三。思惟死主決定當來，此復無緣能令卻退者。謂任受生何等之身，定皆有死，《無常集》云，「若佛若獨覺，若諸佛聲聞，尚須捨此身，何況諸庸夫。」任住何境，其死定至者，即彼中云，「住於何處死不入，如是方所定非有，空中非有海中無，亦非可住諸山間。」前後時中諸有情類，終為死摧等無差別，即如彼云，「盡其已生及當生，悉捨此身而他往，智者達此悉滅壞，當住正法決定行。」

如何修習念死的法門當中，分為三個根本，九種因相，三種決斷門來修習。

第一個根本—「思決定死」，分三種因相來思惟。

第一種因相是，思惟死一定會來，沒有任何因緣能讓死主退卻。

無論受什麼樣的身，到最後都一定會死。《無常集》中說：「即使是佛、獨覺、聲聞等聖者都要示現捨身，何況凡夫？」不管住在什麼地方，死主一定都能到達。如《無常集》中所說：「住在那裏能不死呢？世上根本找不到一個沒有死的地方，空中沒有、海裡沒有、群山之間也沒有。」從過去、現在到未來的一切時中，所有的有情最後都一定會死，沒有例外。就如《無常集》中所說：「所有過去、現在已經生的，將來當生的，最後都必須捨掉這個身體，隨業力趨往來生。真正有智慧的人，了知這個身體終究是要壞滅的，所以能捨下對世間的貪著，安住在正法上努力修行。」

P78L1~P79L1 於其死主~完畢所織

於其死主逃不能脫，非以咒等而能退止，如《教授勝光大王經》云，「譬如若有四大山王，堅硬隱固成就堅實，不壞不裂無諸隕損，至極堅強純一實密。觸天磨地從四方來，研磨一切草木本幹及諸枝葉，並研一切有情有命諸有生者，非是速走易得逃脫，或以力退，或以財退，或以諸物及咒藥等易於退卻。

當死主來時，任何有情都無法逃脫，也不是以施咒等法術能阻退它的。如《教授勝光大王經》中所說：「譬如有四大山王，上接著天，下觸到地，非常堅硬結實，毫無破裂壞損，內外都無比堅實嚴密；它們從四面八方觸天磨地逼近而來，所到之處，一切草木、樹幹、枝葉，都被研磨粉碎；一切有情眾生，也被壓死碾碎；這時，儘管跑得再快，也逃不掉；儘管力量強大，也擋不住；再多的財富、物資、以及咒藥、法術等，都無法使四大山王退卻。

大王，如是此四極大怖畏來時，亦非於此速走能逃，或以力退，或以財退，或以諸物及咒藥等易於退卻。何等為四，謂老病死衰。大王，老壞強壯，病壞無疾，衰壞一切圓滿豐

饒，死壞命根。從此等中，非是速走易得逃脫，或以力退，或以財退，或以諸物及咒藥等易於靜息。」迦摩巴云，「現須畏死，臨終則須無所恐懼。我等反此，現在無畏，至臨終時，用爪抓胸。」

大王！同樣當世間四大怖畏來的時候，也是無法靠快速脫逃，或以任何力量、財富、物資、咒藥等能讓它們退卻的。這四大怖畏是什麼呢？就是老、病、死、衰。大王！老會摧壞強壯，病能毀壞健康，衰會壞損一切圓滿豐饒，死則能壞滅命根。當老、病、死、衰來到的時候，是無法靠快速就能逃脫，或以任何力量、財富、物資、咒藥等能讓它們止息。」迦摩巴祖師曾說：「現在活著的時候就應該畏懼死亡，好好修行，這樣死時才能無所畏懼。我們卻剛好顛倒，平常不怕、蠻不在乎，到臨終時才捶胸頓足、擔心受怕。」

思惟壽無可添，無間有減者。如《入胎經》云，「若於現在善能守護，長至百年或暫存活。」極久邊際僅有爾許，縱能至彼，然其中間壽盡極速。謂月盡其年，日盡其月，其日亦為晝夜盡銷，此等復為上午等時而漸銷盡，故其壽命總量短少。此復現見多已先盡，所餘壽量，雖剎那許亦無可添，然其損減，則遍晝夜無間有故。

「思決定死」的第二種因相是，思惟壽命不但無可增添，而且會無間斷地減少。如《入胎經》中所說：「如果現在開始善加保養身體，最多也只能活一百歲，已經算很長壽了。」但是也僅有少數人能活到一百歲。就算能活到一百歲，這中間的壽量也是很快就會銷耗殆盡。十二個月過完，就是一年；三十天過完，就是一個月；一晝夜耗盡，就是一天；十二小時耗盡，就是一個白日；時間每分每秒的過去，我們的壽命其實是很短暫的。算算現在已經過完大半輩子，所剩的日子不多了；想要增壽，卻連一剎那都不可能增添，倒是它的損減，卻是從早到晚一刻也不停，從不間斷。

《入行論》云，「晝夜無暫停，此壽恆損減，亦無餘可添，我何能不死。」此復應從眾多喻門，而正思惟。謂如織布，雖織一次僅去一縷，然能速疾完畢所織。

《入行論》中說：「時間晝夜不停留，壽命總是一天天的有減無增，這樣，我怎麼可能不死？」這個道理可以經由種種的譬喻，來正思惟。譬如織布，雖然一次只織一縷線，卻能迅速織完一匹布。

P79L1~P80L1 為宰殺故~不應歡樂

為宰殺故，如牽所殺羊等步步移時，漸近於死。又如江河猛急奔流，或如險岩垂注瀑布，如是壽量，亦當速盡。

譬如待宰的羊，在被牽往屠宰場的路上，每一步都是趨向死亡。又如湍急的江河，向前奔流不返；也像險崖上傾注而下的瀑布，迅速宣洩，我們的壽命也是如此迅速的消逝殆盡。

又如牧童持杖驅逐，令諸畜類，無自主力而赴其所，其老病等，亦令無自在引至死前。此諸道裡，應由多門而勤修習。如集法句云，「譬如舒經織，隨所入緯線，速窮緯邊際，諸人命亦爾。如諸定被殺，隨其步步行，速至殺者前，諸人命亦爾。猶如瀑流水，流去無能返，如是人壽去，亦定不回還。艱勞及短促，此復有諸苦，唯速疾壞滅，如以杖畫水。如牧執杖驅，諸畜還其處，如是以老病，催人死前。」

又如被牧童執杖驅趕的牲畜，只能乖乖無自主地回到欄圈；當我們面對老病時，同樣是毫無自主的被引至死主面前。這些道理，應該經由多方面來精勤修習。如《集法句經》中所說：「譬如織布，先織經線，再織緯線。緯線隨著經線的長度，一縷縷的織入，像這樣，也很快就織完這匹布了。人的壽命也是如此，日日無間斷地減少，很快就終此一生。譬如被牽往屠宰場的牲畜，隨著牠的腳步，很快就到屠夫的面前。壽命也是如此，一步一步，很快就來到死主面前。再譬如瀑布流水，一去不復返；我們的生命也是這樣，流逝的歲月，不會再回頭。生命何其短促，充滿著艱辛勞苦，並且迅速壞滅，就像執杖畫水，水過無痕；又像牧童驅趕牲畜，終歸來處；我們也是被老、病催趕，回到死主的面前。」

如傳說大覺嚧行至水岸，謂「水淅淅流，此於修無常極為便利。」說已而修。《大遊戲經》亦以多喻宣說，「三有無常如秋雲，眾生生死等觀戲，眾生壽行如空電，猶崖瀑布速疾行。」又如說云，「若有略能向內思者，一切外物，無一不為

顯示無常。」故於眾事皆應例思，若數數思能引定解，若略思惟，便言不生，實無利益。

傳記中敘述阿底峽尊者走到水岸邊時，說道：「看著水淅淅的流，剎那剎那的生滅，正適合用來觀修無常。」說完，尊者立即修習念死。《大遊戲經》中也引述各種譬喻來宣說無常的道理：「三界的無常，如同秋天的雲彩，瞬息萬變；眾生的輪迴，就像戲中的角色，轉換不定；有情的壽量，有如空中的閃電，快速消逝；生命猶如懸崖上的瀑流，奔洩不止。」又說：「這些道理只要稍稍能向內自省一下，就當了解我們所處環境中的一切外物都是有為法，沒有一樣不是在顯示無常之相。」所以，我們應該好好思惟這些例子，若能數數思惟，相信一定能對「念死無常」的道理，引生出決定的信解。如果只是馬馬虎虎地約略思惟一下，就說生不起死無常的定解，這樣對自己一點好處也沒有。

如迦摩巴云：「說思已未生，汝何時思，晝日散逸，夜則昏睡，莫說妄語。」非但壽邊為死所壞，而趣他世，即於中間行住臥三，隨作何事，全無不減壽量之時。

就如迦摩巴祖師斥責他的弟子：「說什麼已經思惟，但就是生不起定解，你什麼時候認真地思惟過？白天時散亂放逸，晚上又昏沉好睡，不要說妄語了！」生命並非只在臨終那一刻，才遭死主摧壞，然後投生轉世；而是只要活著的時候，壽命就隨著每天的行、住、臥三件事，以及其他所有事項的作為中，不間斷地在減損。

首從入胎，即無剎那而能安住，唯是趣向他世而行，故於中間生存之際，悉被老病使者所牽，唯為死故導令前行。故不應計於存活際，不趣後世安住歡喜，譬如從諸高峰墮時，未至地前空墜之際，不應歡樂。

從入胎開始，時間就沒有一剎那停止過，不斷推著我們向下一世前進。在這一世命存中間，我們也都被老、病等苦所牽累，一步步引導我們走向死亡。所以，我們不應該在命存的時候，全然不為後世作打算，只安住在現世的安樂裡。就好比從高峰上摔下來，眼看就要粉身碎骨，在還沒有著地之前，又有什麼值得高興的呢？

此亦如《四百頌釋》引經說云：「人中勇識如初夜，安住世間胎胞中，彼從此後日日中，全無暫息趣死前。」《破四倒論》亦云：「如從險峰墮地壤，豈於此空受安樂，從生為死常奔馳，有情於中豈得樂。」此等是顯決定速死。

這也像《四百頌釋》引經論說：「大王(人中的勇者)！人從剛剛結胎的那一剎那開始，壽命就沒有一刻休息，從此日夜不停地邁向死亡。」《破四倒論》中也說：「譬如從險峻的高峰上墜落，即將喪命，哪有人在未著地前，還能享受片刻安樂？我們在生死當中也是一樣，既然知道每天都在迅速地趨近死亡，而在一息尚存之際，哪有什麼真正的安樂可言？」以上說明人一定會死，而且死亡很快就會來的道理。

思於生時亦無閒暇修行妙法，決定死者。謂縱能至如前所說，爾許長邊，然亦不應執為有暇。謂無義中先已耗去眾多壽量，於所餘存，亦由睡眠分半度遷，又因散亂徒銷非一，少壯遷謝至衰耄時，身心力退，雖欲行法，然亦無有勤修之力，故能修法時實為少許。

「思決定死」的第三種因相是，思惟活著的時候，不一定有時間修習妙法，死亡就已經到來。

縱然能像前面所說的活到百歲，也不要認為時間還很充裕，等以後再修。因為我們一直忙著世間一些無意義的事情，這就已經耗掉大部分壽命，剩下的時間，又大半在睡眠中度過；加上因懶惰、散亂而空過時日，從年輕力壯，一轉眼就到了老邁枯朽、身心衰退的老年期。這時候就算還想要修行，也已力不從心，所以說真正能夠修行的時間實在少之又少。

《入胎經》云，「此中半數為睡覆蓋，十年頑稚，念年衰老，愁嘆苦憂及諸患惱亦能斷滅，從身所生多百疾病，其類非一亦能斷滅。」《破四倒論》亦云，「此諸人壽極久僅百歲，此復初頑後老徒銷耗，睡病等摧令無可修時，住樂人中眾生壽

餘幾。」伽喀巴亦云，「六十年中，除去身腹睡眠疾病，餘能修法，尚無五載。」

《入胎經》中說：「人的一生當中，有一半的時間在睡眠。一到十歲是孩童時期，年幼無知，一般不會想到要修行。到了老年，差不多有二十年是年邁體衰，又已經無力修行。中間的少壯時期，因不停的忙碌，大部分時間是在心理憂愁，以及種種患惱當中度過；再加上身體可能遭受種種疾病纏身、病苦煎熬，隨時還會送命，因此能修行的時間也就幾乎耗光了。」

《破四倒論》中也說：「人的壽命最長也僅為百歲，年輕時幼稚，老年時無力，只是徒然銷耗掉歲月而已；其餘的時間，也因為睡眠、病痛等因素而無法修行。所以真正能在安樂自在中修行的時間，實際上沒幾年。」伽喀巴祖師也說：「以西藏人平均年齡六十歲計算，除掉飲食、睡眠、生病的時間，真正能夠修法的日子，頂多不到五年。」

如是現法一切圓滿，於臨死時唯成念境，如醒覺後，念一夢中所受安樂。若死怨敵定當到來，無能遮止，何故愛著現法欺誑。如是思已，多起誓願，決斷必須修行正法。

就算此生一切圓滿，到臨死前，也終將成為幻境一場，就像在夢中，醒來發現以前所經歷的種種歡樂景象已變成回憶。既然知道死主這個怨敵一定會來，而且沒有辦法阻擋它，那為什麼不早一點覺醒呢？為什麼還要貪著世間的一切，繼續被世法所欺誑呢？如果我們能這樣思惟，就會隨時發起誓願，下定決心修行正法。

如《本生論》所說而思，「嗟呼世間惑，匪堅不可喜，此姑姆達會，亦當成念境。眾生住於如是性，眾生無畏極希有，死主自斷一切道，全無怖懼歡樂行。」

應該照《本生論》中所說的來思惟：「唉！世間的一切真是迷惑、顛倒啊！它們既不真實，也不值得喜樂，就好像歡喜地去參加一場盛大的姑姆達會(百蓮花會)，最後也徒留夢幻般的回憶啊！然而眾生卻安住在這種無明的自性當中，居然對死亡一點也不怖畏，真是太奇怪了。當死主來到時，它會截斷掉一切生路，無論往哪裡去，都難

逃一死，而眾生對這件事竟然全無畏懼，還是貪戀著世間虛妄的歡樂，這是多麼顛倒！

P81L1～P81LL1 現有老病～必死之心

現有老病死作害，大勢怨敵無能遮，定赴他世苦惱處，誰有心知思愛此。」《迦尼迦書》中亦云，「無悲愍死主，無義殺士夫，現前來殺害，智誰放逸行。故此極勇暴，猛箭無錯謬，乃至未射放，當勤修自利。」

面對當前大勢力的怨敵—老、病、死的步步逼害，我們既無法阻擋，又無處可逃。想到死後一定會墮入三惡道這種苦惱之處，誰還會有心思貪愛姑姆達盛會呢？」

透過以上的思惟，就會生起第一個決斷—必須修行正法。

《迦尼迦書》中也說：「死主是沒有任何悲憫心的，而且它殺害眾生，是不講情面、也無需理由的。眼看死主隨時能取走我們的性命，凡是有智慧的人，誰還會放逸度日呢？所以，我們一定要趁著這支粗暴有力、而且方向絕對不會錯的「死亡之箭」，還沒有射發出來之前，在自己還有自主能力時，趕快努力的修學能圓滿自利的正法吧！」

癸二、思惟死無定期

第二思惟死無定期者。謂今日已後，百年以前，其死已定。然此中間，何日而來，亦無定期，即如今日，謂死不死，俱不決定。然心應執死亡方面，須發今日定死之心。

如何修習念死的法門中，第二個根本—「思惟死無定期」。亦即思惟一定會死，然而什麼時候死，卻不一定。從今天開始往後算，到一百歲以前，一定會死。但是在這個中間時段，死期什麼時候到來，我們無法確定，就連今天會不會死，都無法決定。儘管如此，我們仍然應該把心安住在「會死」的念頭上，發起「我今日必死」的心念。

以念今日決定不死，或多分不死，其心則執不死方面，便專籌備久住現法，不能籌備後世之事。於此中間為死所執，須帶憂悔而沒亡故。

假如一直想著「今天不會死」，或「大概不會死」的心念，就表示我們的心執持在「不會死」的想法，於是便轉而專注於籌劃如何久住世間的事情。這麼一來，自然會忘記要為後世做打算。萬一在這中間，死亡突然降臨，由於尚未做好心理準備，內心必定滿懷憂惱悔恨而亡。

若日日中籌備死事，則多成辦他世義利。縱不即死，造作此事亦為善哉。若即死者，則此尤其是所必須。譬如自有能作猛利損害大敵，從此時期至彼時期，知其必至，然未了知何日到來，須日日中作其防慎。

反之，若隨時想著今天會死，日日籌備著將死之事，為後世作準備，則多半能成辦後世利益。因為即便沒有死，但一直在為後世而準備，每天造作善業也是積集善法資糧；萬一不幸真的死了，更顯出及早準備死亡之事是絕對需要的。就譬如自己有個非常厲害的仇家，知道他一定會來傷害自己，只是不知道哪一天來，於是在仇家還沒有現身以前，我們必須隨時做好謹慎的防範，不能有絲毫鬆懈。

若日日中，能起是念，今日必死，下至能念多分是死，則能修作，所當趣赴後世義利，不更籌備住現世間。若未生起如此意樂，於現世間見能久住，便籌備此，而不修作後世義利。譬如若念久住一處，則計設備住彼所須，若念不住當他往者，則當備作所趣之事。故日日中，定須發起必死之心。

如果每天都能生起「今日必死」的念頭，或者至少能經常憶念「今天多半會死」，就能為後世的利益，多修習一些善業，而不會只顧著今生而忙碌。假如不能生起「念死」的想法，自然而然地，就會以為能久住世間，而忙著籌劃世間的種種事，就不會為後世的利益作任何準備。這個情況就好比，如果我們決定要在一個地方長住下去，就會去好好設計、裝潢房子，安置所需的一切設備。如果知道不會久留，且隨時會遷往他處，則會把心思放在下一個住所所需的種種準

備。我們「念死」的心也是一樣，若隨時能為後世的利益作準備，就不會花太多時間在世間法上面。所以，每天都應該要發起念死之心。

P82L1~P83L1 此中分三~能使增長

此中分三。思贍部洲壽無定者。總之俱盧壽量決定，諸餘處者，各各於自能住壽量雖無決定，然亦多數能得定限。贍部洲壽極無定準，劫初壽數，經無量年，今後須以滿十歲為壽長際，即於現在老幼中年，於何時死，皆無定故。

第二個根本—「思惟死無定期」當中，分三種因相來思惟。

第一種因相是，思惟南贍部洲人的壽量是不定的。在四洲裡面，北俱盧洲人的壽量是確定的，其他三洲的人的壽量都不確定。雖說不確定，但除南贍部洲之外，東(勝神洲)、西(牛賀洲)兩洲的眾生，也多半能活到歲數的極限。只有南贍部洲人的壽量沒有什麼定準，很難知道大概可以活幾歲。南贍部洲的人在劫初(這個世界成形之初)時，壽命最長，可到八萬四千歲，到劫末時只剩十歲。不要說劫初、劫末，就看現在，隨時有人會死掉，是老的時候、幼童、還是中年時死亡，都不一定的。

如是亦如《俱舍論》云，「此中壽無定，末十初無量。」《集法句》云，「上日見多人，下日有不見，下日多見者，上日有不見。」又云，「若眾多男女，強壯亦歿亡，何能保此人，尚幼能定活。一類胎中死，如有產地，又有始能爬，亦有能行走。有老有幼稚，亦有中年人，漸次當趣沒，猶如墮熟果。」

這個說法，也如《俱舍論》中所說：「南贍部洲人的壽命不定，劫初時壽命無量，到劫末時壽命最長為十歲。」《集法句經》中提到：「有些人在上午還看到，下午就死了；或者下午還看到的人，隔天早上就死了。」又說：「很多男女，即使身強體健，也不一定能安享天年而死，有誰能保證年幼就一定能存活？有的人在母胎就死了，有的人在出生時、或是剛會爬，剛會走的時候就死掉；死者，有老、有少、也有中年人，只要時候到了就會死去，就像果實成熟後，就一定會落地一樣。」

應當作意所見所聞，若諸尊重或友伴等，壽未究竟，忽由內外死緣，未滿心願而死。念我亦定是如是法，應數思惟，應令發生必死之心。

我們平常應當多去想想有關死亡的所見所聞，如尊長、親屬、或朋友等，在壽命尚未抵達終點時，卻因為內、外死緣和合，竟然在心願未完成之前就過世了。想想自己也可能隨時會死，所以更應該數數思惟死亡無常，一定要發起念死之心。

思惟死緣極多，活緣少者。謂於此命有多違害。謂諸有心及諸無心，若諸魔屬、人非人等眾多違害及旁生類損此身命，亦有多種。彼等如何違害之理，如是內中所有諸病，及外大種違損之理，皆應詳思。

「思惟死無定期」的第二種因相是，思惟死緣極多，活緣極少。也就是說，危害性命的原因有很多，包括有情和無情的種種傷害。有情所造成的死緣，譬如魔、人、非人等，以及毒蛇猛獸等畜生，都會損害我們的身體和生命。而危害我們的方式也有很多種，不管是引發我們內在四大不調的種種疾病，還是外在的四大種(構成色法之地、水、火、風)，它們隨時隨地都有可能傷害我們的道理，我們都應該好好思惟。

復次自身由四大種成，彼等亦復互相違害，諸大種界若不平等，有所增減能發諸病，而奪命根，此諸違害，是與自體，俱生而有，故於身命無可安保。

此外，我們的身體也是由地、水、火、風四大種所組成，這四大的自性就是互不相容的。如果體內四大力量因互有增減而不平衡的話(四大不調)，人就會生病，甚至喪命。而這四大種，卻是我們與生俱有的，是構成我們身體的元素，不可能把它丟棄。所以說，我們的生命是沒什麼安樂可言的。

如是亦如《大涅槃經》云，「言死想者，謂此命根，恆有眾多怨敵圍繞，剎那剎那漸令衰退，全無一事能使增長。」

上述道理也如《大涅槃經》中所說：「所謂的死想，就是經常思惟，我們的性命恆常被眾多怨敵(指死緣)包圍，剎那剎那都面臨衰亡的威脅，完全沒有任何辦法能使壽命增長。」

P83L1~P84L1 《寶鬘論》亦~而修正法

《寶鬘論》亦云，「安住死緣中，如燈處風內。」《親友書》亦云，「若其壽命多損害，較風激泡尤無常，出息入息能從睡，有暇醒覺最希奇。」《四百論》亦云，「無能諸大種，生起說名身，於諸違云樂，一切非應理。」

《寶鬘論》中也說：「我們的生命，處在眾多死緣當中，就好像油燈處在強風當中，隨時有熄滅的可能。」

《親友書》中也說：「生命遭受到眾多死緣的傷害，比風吹激起的水泡還更脆弱、更無常；而人在睡眠時，只靠著持續不斷的一呼一吸，還能一覺睡醒過來，那是最稀有難得的事了。」

《四百論》也說：「由四大種和合而成的身體，我們其實無能作主。只因為這四大暫時勢均力敵，沒有相互違害，就稱做身體健康，我們就視為安樂，這實在一點道理都沒有。」

現是五濁極濃厚時，修集能感長壽久住大勢妙業，極其稀寡。飲食等藥，勢力微劣，故皆少有能治病力。諸所受用安然消後，能長身中諸大種分勢用虧減，故難消化，縱能消已亦無大益。資糧寡集，惡行尤重。念誦等事，勢力微劣，故延壽等，極屬難事。又諸活緣，亦無不能為死緣者。為不死故，求諸飲食房舍伴等，此復由其受用飲食，太多太少及不相宜，房舍倒塌，親友欺侮，是等門中而成死緣。故實不見有諸活緣，非死緣者。

現在是五濁惡世非常濃厚之時，眾生福報下劣，能夠修集重大妙業善因，感得長壽而久住世間的機會已經很少了。如果生了病，又因飲食與藥品的效果越來越差，更削弱了治病的力量。如飲食等受用物，原本於順利消化之後，可以供給體內養分，長養四大，如今也因長養四大功能消滅而難以消化。即使能夠消化，對身體的滋養也已經沒有很大利益。

我們平常甚少積集資糧，惡行又多又重。雖然偶爾也有誦念經咒等修行之事，惟因力量微弱，因此想要消災延壽等，實在是困難至極。另外，各種活緣，沒有一種東西例外，都可能變成死緣。譬如，原本為了活命而求取的飲食、房舍、與友伴等，卻因為飲食過量、不足或不適宜，而導致生病、死亡；或者居住的房舍倒塌、還有親友反目等等，因而轉變成致命的死緣。所以，在這世間，實在找不到有任何活緣，不會變成死緣的。

復次存活即是趣向於死沒故。活緣雖多，然無可憑。《寶鬘論》云，「死緣極眾多，活緣唯少許，此等亦成死，故當常修法。」

再說，活著實際上就是一步步趨向死亡。儘管活緣看起來很多，但是卻沒有一個可以依靠的。《寶鬘論》中說：「死緣極多，活緣極少，而活緣又會變成死緣，所以我們更應該要常常修習念死、修習善法。」

思惟其身極微弱，故死無定期者。身如水沫，至極微劣，無須大損，即如名曰芒刺所傷，且能壞命。故由一切死緣違害，是極易事。《親友書》云，「七日燃燒諸有身，大地須彌及大海，尚無灰塵得餘留，況諸至極微弱人。」如是思後，不見死主何時決定壞其身命，莫謂有暇，應多立誓，決從現在而修正法。

思惟「死無定期」的第三種因相是，思惟我們的身體非常微弱，隨時可能死亡，所以是死無定期。身體就像水泡，非常脆弱，不須什麼重大的傷害，即使被芒刺所傷，都有可能喪命。由於一切死緣都可能危害到我們的性命，所以死亡是極容易的事。

《親友書》中說：「在劫末的時候，同時出現七個太陽，所有宇宙大地都燒成灰燼，大海燒乾，堅固如須彌山尚且全部燒光，連微塵都沒有留下，何況是我們這麼微弱的人身？」如此思惟身、命的危脆後，產生第二個決斷：我們雖不能預知死主何時會來，也不要以為還有很多時間，應該立刻發起誓願，決定當下就開始修行正法。

如《迦尼迦書》云，「死主悉無親，忽爾而降臨，莫想明後行，應速修正法。此明後作此，是說非賢人，汝當何日無，其明日定有。」瑜伽自在吉祥勝逝友慶喜亦云，「國主所借身，無病衰樂住，爾時取堅實，病死衰無畏，病老衰等時，雖念有何益。」三根本中極重要者，厥由思惟死無定期，能變其心，故應勵修。

如《迦尼迦書》中說：「死主閻羅王是不講情面的，他隨時都可能突然出現，千萬不要想拖到明天、後天再來修，應該現在就開始修正法。那些說明天、後天再修的人，絕非賢者。你怎麼知道自己哪天會死？又怎麼知道一定有明天？」

大瑜伽師吉祥勝逝友慶喜也說：「國王！我們的身體是向四大種借來的，要趁著沒有病、衰、老的安樂時期，把握時機好好修行，獲取真正堅實的佛法心要，這樣等病、死、衰來到的時候，才能夠無所畏懼。否則，當病、老、衰等到來時，再來感嘆想修行，又有什麼用呢！」

在修念死的三個根本當中，以思惟「死無定期」為最重要，因為一想到自己隨時會死，就害怕了；害怕了，就會努力修行，而將拖延懈怠的心態轉變過來，所以應當勵力修習念死。

癸三、思惟死時除法而外餘皆無益

第三思惟死時除法而外，餘皆無益之三者。如是若見須往他世，爾時親友極大憐愛而相圍繞，然無一人是可隨去。盡其所有悅意寶聚，然無塵許可得持往。俱生骨肉尚須棄捨，況諸餘法。

第三個根本，是思惟死的時候，除了佛法以外，其餘的都沒有辦法幫助我們。分三種因相來思惟：第一種因相，思惟親友無益。眼看即將捨世，前往來生，雖然親友們萬般不捨圍繞在自己身邊，又有什麼用？沒有人可以跟著我去。第二種因相，思惟財富無益。生前坐擁無數財物寶聚，死的時候，連灰塵般少許的東西也帶不走。第

三種因相，思惟身體無益。死的時候，連自己一直珍愛、與生俱來的身體也得棄捨，何況其他的身外之物。

是故現法一切圓滿，皆棄捨我。我亦決定棄捨彼等而赴他世。復應思惟，今日或死。又應思惟，爾時唯法是依是怙，是示究竟所有道理。

從思惟這三種因相，產生第三個決斷：縱然現世一切圓滿，然而最終還是將棄捨我，而我也得捨棄它們獨自到後世。因此，應該思惟「今日將死」之外，也必須思惟，死的時候什麼都帶不走，只有佛法是我們唯一的依靠，這個才是究竟的真理。

《迦尼迦書》云，「能生諸異熟，先業棄汝已，與新業相係，死主引去時，當知除善惡，餘眾生皆返，無一隨汝去，故應修妙行。」吉祥勝逝友亦云，「天王任何富，死赴他世時，如敵劫於野，獨無子無妃，無衣無知友，無國無王位，雖有無量軍，無見無所聞，下至無一人，顧戀而隨往，總爾時尚無，名諱況餘事。」

《迦尼迦書》中說：「我們由過去的業感得這一世的身體，當此業力窮盡的時候，這個身體也必須捨棄掉；而這一世新造的業會接續引生我們到下一世去。所以，當死主來的時候，我們應當知道，除了自己所造作的善、惡業外，其他的親人、資財和自身，沒有一樣帶得走，所以生前就應該速修妙行啊！」

吉祥勝逝友也說：「國王！即使您擁有世間一切的榮華富貴，但在死的時候，就像獨自在曠野遭到敵人洗劫一空一樣，身邊沒有兒女、妃子陪伴，沒有衣食、也沒有朋友，更沒有皇宮、王位的庇護。儘管生前手握無量大軍，死的時候，卻看不到、聽不到有任何一個人會為了顧戀您而隨同前往，只有孤伶伶的一個人走。那個時候，不要說身外之物、親友家眷，就連自己的身體、名聲都沒有辦法。

如是思惟有暇義大而實難得。及雖難得，然極易壞，念其死亡。若不勤修後世以往畢竟安樂，僅於命存引樂除苦者，則諸旁生有大勢力，尤過於人，故須超勝彼等之行。若不爾者，雖得善趣，仍同未得。

依照前面所說的內容，思惟暇滿人身的義利非常重大，難得卻又容易失壞，想到隨時可能會死，如果不趁現在為後世的究竟安樂而勤奮修行，只知道活著的時候追尋眼前的快樂，那麼畜生在這方面的能力比人強得多了。要超越畜生道，就必須善用暇滿人身努力修行。否則，雖然得到善趣人身，卻等同沒有獲得一樣，白白浪費了。

P85L1~P86L1 如《入行論》云~牽引而生

如《入行論》云，「畜亦不難辦，為是小利故，業逼者壞此，難得妙暇滿。」以是此心縱覺難生，然是道基，故應勵力。

如《入行論》中說：「畜生也知道為獲取一些小小利益以延續生命，如果我們也只是為眼前的小利益而忙碌一生的話，那就跟畜生沒有太大的差別。倘若因此而造惡業失去人身，未來想再得到殊妙暇身就更難了。」因此，縱然覺得念死的心很難生起，然而這是修道的基礎，所以應該不斷地努力。

博朵瓦云，「除我光榮者，即是修習無常。由已了知，定當除去親屬資具等，現世一切光榮，獨自無伴而往他世，除法而外皆無所為，不住現法始得生起。乃至心中未能生此，是乃遮阻一切法道。」

博朵瓦祖師說：「能破除『我』及我對世間光彩榮耀等事的貪著，最好的方法就是修習念死無常。由於已經徹底了解，眼前所有的親友、資具等世間一切光榮，總有一天一定要捨掉，死的時候只能孤獨一人前往他世；那時除了佛法以外，其餘的都派不上用場。如此不貪圖現世的心才能生起。若是心中無法生起念死無常的心念，就會阻礙一切修行。」

鐸巴亦云，「若能兼修積集資糧，淨治罪障，啟禱本尊及諸尊長，並發刻勤殷重思惟，雖覺百年亦不能生，然諸無常不安住故，略覺艱難即得生起。」於迦瑪巴請求另易所緣境時，重述前法。請其後者，則云後者全未能至。

祖師鐸巴也說：「如果能兼修積集資糧、淨治罪障，祈請本尊及上師加持，並常常殷重思惟種種法義，雖然修一百年也不容易生起多少

定解；然而有為法的本質就是無常、不安住，因此縱然覺得念死無常心也不容易生起，但若先修無常這個概念，稍微用點力，各種法類的修習定解就生起來了。」迦瑪巴的弟子想換一個法門來修，迦瑪巴就把念死無常的內容再重述一遍。弟子再請求換修後面其他的大法，他就回答說，沒有前面念死無常的基礎，後面的法是完全修不起來的。

如是自心若能堪任，應如前說而正修習。若不堪者，則隨其所稱，取三根本九種因相，觀現法中所有諸事，猶如臨殺飾以莊嚴，應當乃至意未厭離，數數修習。若經論中何處有說，親近知識暇滿無常諸法品類，皆應了知，是彼彼時所有行持，取而修習，乃能速得諸佛密意。餘處亦當如是了知。

如果自己的心力夠、做得到的話，就應該照著前面所說的內容，如理的去修習；如果自己的心力還不足、一下子做不到，那就依照三種根本及九種因相的道理，觀察我們眼前的所有事情，會發現我們忙的那些世間安樂享受，就如同死囚已被拉赴刑場、死到臨頭了，還忙著要把自己裝飾得好看一點，實在是毫無道理啊！所以，在厭離生死的心尚未真實生起來之前，應當不斷地思惟修習念死。

在其他的經論當中，凡是有講說親近善知識、暇滿人身難得、以及念死無常等法類的內容時，我們都應該明瞭其中所闡述的道理。這些法類在修行的前中後期都必須恆常去行持，我們若能如理修習，當能快速悟入佛法的密意。在修習其他法類的時候，也應當如此。

辛二、思惟後世當生何趣二趣苦樂

第二思惟後世當生何趣，二趣苦樂者。如是決定速死沒故，於現法中無暇久居，然死而後亦非斷無，仍須受生。此復唯除二趣之外無餘生處，謂生善趣或是惡趣。於彼中生，非自在，以是諸業他自在故，如黑白業牽引而生。

「發生希求後世之心」的第二部分，是思惟後世將會投生到哪裡？善趣或惡趣？以及此二趣的苦樂差別。透過前面念死無常的道理，了解死亡將會快速地來臨，我們在現世無法久住。然而死後也並非完全斷滅了，而是仍須繼續受生，而且受生的地方除了善趣或惡趣之外，沒有其他的地方可去。至於會投生善趣或惡趣？就不是自己做

得了主的，而是由業決定，也就是由自己所造的黑白之業牽引至惡趣或善趣去受生。

P86L1~P87L1 如是我若~無量眾苦

如是我若生惡趣者，當為何等，故應思惟諸惡趣苦。如龍猛依怙云，「日日恆應念，極寒熱地獄，亦應念飢渴，憔悴諸餓鬼，應觀念極多，愚苦諸旁生，斷彼因行善。瞻部洲人身，難得今得時，勵斷惡趣因。」此中所修生死總苦，惡趣別苦，至極切要。謂若自思墮苦海理，意生厭離，能息傲慢。

於是心中生念：「將來我若投生到惡趣當中，該怎麼辦？」所以應該先思惟三惡趣苦。如龍樹菩薩所說：「應該經常思惟極寒、極熱的地獄道，飢渴、憔悴的餓鬼道，並應觀察周邊許多愚癡痛苦的各類畜生。藉由思惟三惡趣苦，對墮落惡道生起怖畏的心，而開始勵行斷惡修善。南瞻部洲的人身，非常難得，如今既已獲得，就應該把握這暇滿的人身，勵力斷除墮惡趣的因。」

在整個佛法的修行當中，思惟修習流轉生死的總苦，和三惡趣個別的苦，非常重要。由於思惟生死總苦，想到自己還在三界的苦海中輪迴，根本只有苦、沒有樂，因而能真正生起厭離三界的心，想從輪迴中解脫。一旦生起厭離心，自然能除去一切傲慢。

由見苦是不善果故，於諸惡罪極生羞恥。不樂眾苦故，而樂安樂，由見安樂是善果故，於修善法深生歡喜。由量自心而悲愍他。由厭生死希求解脫，由畏眾苦，發起猛利真皈依等，故是能攝眾多修要大嘜陀南。如是亦如《入行論》云，「無苦無出離，故心汝堅忍。」又云，「復次苦功德，厭離除憍傲，悲愍生死者，羞惡樂善行。」又云，「我由畏怖故，將自奉普賢。」此諸苦德，入行論中雖依自身已有之苦增上而說，然其當受眾苦亦爾。

認知到痛苦是惡業所感得的苦果，因而對造作惡罪生起深切的羞恥心。由於不想要痛苦，希望能得安樂，並瞭解到安樂是善業所感得的樂果，因此對修行善法生起強烈的歡喜心。並以自身感受類推，而對他人心中生悲愍。由厭離輪迴而希求解脫；因怖畏眾苦而發起猛

利真實皈依的心等等。所以，思惟生死輪迴的總苦和三惡趣的別苦，是攝集一切修行要義的總綱。

如同《入行論》中所說：「不思惟苦諦，就不會想要出離，所以你的心須堅忍耐得住修行啊！」又說：「苦有策發厭離心、去除憍慢、悲愍眾生、羞恥作惡、好樂修善等五項功德。」又說：「由於害怕受苦，唯有依靠三寶，我願至心皈依普賢菩薩，效法祂的十大願行。」

有關思惟苦諦的功德，在《入行論》中，雖然是就自身現世所受諸苦而說的，但是由此推想，將來要受的苦，大概也是這樣的。

以是因緣，思惡趣苦。其中分三，一、思惟地獄所有眾苦，二、旁生所有眾苦，三、餓鬼所有眾苦。

壬一、思惟地獄所有眾苦

初中分四，一、大有情地獄，二、近邊地獄，三、寒冷地獄，四、獨一地獄。今初

癸一、大有情地獄

謂從此過三萬二千踰繕那，下有等活地獄。從此漸隔四千四千踰繕那下，而有餘七。如是八中，初等活者。謂彼有情，多共聚集，業增上故，種種苦具次第而起，互相殘害，悶絕躄地。次虛空中，發如是聲，汝諸有情可還等活。次復歎起，如前殘害，由是當受無量眾苦。

一、大有情地獄（八熱地獄）

大有情地獄，即八熱地獄。從佛陀的金剛座向下三萬二千由旬（踰繕那）的地方，有等活地獄。從等活地獄再往下每隔四千由旬，依次有其他七座大地獄，層層而下，分別是黑繩地獄、眾合地獄、號叫地獄、大號叫地獄、燒熱地獄、極熱地獄、無間地獄。

1. 等活地獄：八熱地獄中，第一個是等活地獄。等活地獄中，眾多有共業的有情聚在一起，因業力的緣故，他們身邊自然會出現各種能傷害他們的刀、槍等苦具；眾生相見如仇，隨手抓取苦具互相砍

殺，一直到被殺的一方氣絕倒地為止。然後虛空中發出聲音：「你們可以活過來了。」這些死掉的眾生又忽然爬起，如前一般以苦具互相砍殺，如是萬死萬生，反覆不止，受盡無量痛苦。

P87L1～P88L1 二黑繩者～餘如燒熱

二黑繩者。其中所生諸有情類，謂多當受如是眾苦，諸守獄卒，以黑繩拼，或為四方，或為八方，或為種種非一紋畫，如其所拼，如是以刀，或斫或割。三眾合者，謂彼有情，或時輾轉而共集會，爾時獄卒驅逐令入，如二羴頭鐵山之間，從此無間兩山合迫，爾時從其一切門中，血流涌注。如是如諸羊馬象獅及如虎頭，合迫亦爾。又集會時，驅逐令入極大鐵槽，壓迫全身，如壓甘蔗。又集會時，有大鐵山從上而墮，於鐵地基若斫若剖，若擣若裂。如是等時，血流涌注。

2. 黑繩地獄：黑繩地獄的有情，受的是身體被切割的痛苦。獄卒拿黑繩在有情身上劃線，或劃為四格，或劃為八格，或種種不同的圖紋，然後按所畫的線和圖以刀斧砍劈或切割。由於業力的緣故，上面切開時，下面隨即粘合，下面切開時，上面又隨即粘合，眾生將反覆受到斬、鋸、切、割之苦。

3. 眾合地獄：眾合地獄的有情，因為造同樣的業而聚集在一起。當獄卒把他們驅趕、逼入狀如羊頭的兩座鐵山中間，兩山隨即靠近合攏，直到密合沒有間隙。眾生被擠壓其中，血從七孔如噴泉般的湧出。其他還有如羊頭、馬頭、象頭、獅頭、以及虎頭的鐵山，壓迫眾生的情形也是如此。又有在聚集時，眾生被獄卒趕入一個很大的鐵槽內，然後被壓碾全身，就像榨甘蔗一般，只見鮮血汨汨流注；也有在聚集時，忽有大鐵山從上面墜下來，眾生被壓倒在堅硬如鐵的地基上，然後被砍劈、剖開、搗碎、或撕裂，頓時之間，血流成河。

四號叫者。謂彼有情，尋求宅舍，即便趣入大鐵室中，始纔入已，火便熾起，由是燃燒。五大號叫者，多與前同，其差別者，謂其鐵室層匝有二。

4. 號叫地獄：這裏的眾生被獄卒們追趕，為了尋找棲身之所，而躲進大鐵屋裡，才一進去，大火就燃燒起來，眾生在鐵屋裡受烈火燒烤，悲慘的喊叫聲此起彼落。

5. 大號叫地獄：這裏跟前面的號叫地獄大致相同，差別在這座大鐵屋有內外兩層；外層的苦受完後，眾生又陷入另一層火更大、更炙熱的燒灼中，於是喊叫聲更為淒厲。

六燒熱者。謂彼有情為諸獄卒，置於眾多踰繕那量，極熱燒然，大鐵金敖中，輾轉燒燂，猶如炙魚。熾然鐵帶，從下貫入，徹頂而出，從口二眼，二鼻二耳，一切毛孔，猛燄熾生。又置熾然大鐵地上，或仰或覆，以極熾然炎熱鐵椎，或打或築。

6. 燒熱地獄：此處的眾生被獄卒們丟進好幾由旬大、且燒得極熱的鐵鍋中，然後像煎魚一樣，兩面翻轉的燒烤；又被獄卒用燒紅的鐵叉子，從身體的下方刺進去，然後從頭頂貫穿出來，以致全身上下從嘴巴、雙眼、兩鼻孔、兩耳，以及一切毛孔，都噴出猛烈的火燄。再來，又被置於熾熱的大鐵板上，仰著或趴著，用燒燙的鐵椎搥打或搗碎，直到皮焦肉爛，慘不忍睹。

七極熱者。謂以三尖大熱鐵帶，從下貫入，左右二鋒，徹左右膊，中從頂出，由是因緣從口等門，猛燄熾生。又以熾然炎熱鐵鑊遍裹其身。又復倒擲，熾然涌沸彌滿灰水大鐵鑊中，其湯涌沸，上下漂轉。若時銷爛皮肉血脈，唯餘骨骨肖，爾時漉出，置鐵地上。待其皮肉血脈生已，還擲鑊中，餘如燒熱。

7. 極熱地獄：極熱地獄所受的苦，是被三叉的大熱鐵帶從下面往上插入身中，鋒利的鐵尖從左右兩肩及頭頂貫穿而出，所以每個孔竅都噴出猛火。又被熾燃的鐵片包裹住全身，再被頭下腳上倒置在盛滿沸騰熱水的大鐵鍋裡，身體隨著滾燙的熱水上下漂浮，直到皮肉血脈盡爛，只剩下骨骸為止。然後骨頭被撈出放在鐵地上，等它皮肉血脈重新長出來，再被丟進鐵鍋中，重覆受燒煮之苦。

八無間者，謂自東方多百非一踰繕那地，猛火熾然，即從其中騰燄而來，由此漸壞，彼諸有情，皮肉筋骨，直徹其髓，遍身一切猛燄熾然，燒如脂燭，所餘三方，悉皆如是。四方火來，於彼合雜，所受苦痛，無有間隙，唯因號哭叫苦聲音，知是有情。

8. 無間地獄：東方數百由旬的地方，遍布熊熊大火，火焰從中騰躍而來，所到之處眾生的皮肉、筋骨、到骨髓，全身上下，剎那間都陷入烈焰之中，就像蠟燭遇火燒融一樣。其餘南、西、北三方，都是一樣的情況。猛火從四面八方聚合過來，置身大火中的眾生，已經看不到他們的身形，其所受苦痛，沒有剎那的間斷，只因聽見淒慘的哭叫聲，才曉得原來火裡面有眾生。

又於盛滿熾然鐵炭大鐵箕中，而為搯簸。又命登下熱鐵地上，諸大鐵山。又從口中拔出其舌，以百鐵釘，釘而張之，令無皺襞，如張牛皮。又置鐵地令其仰臥，以大鐵鉗，鉗口令開，熾然鐵丸，置其口中。又以烱銅而灌其口，燒口及喉，徹諸腑臟，從下流出。所餘諸苦，如極燒熱。

還有其他各種不同的苦報，譬如眾生會被丟進裝滿熾熱鐵炭的大鐵箕內翻動煎炒；或被強制在熱鐵地及各熱鐵山之間來回爬行；或者從口中被拔出舌頭，用百個鐵釘，張開釘牢，像張牛皮一樣使它毫無皺褶；以及被置於鐵地上仰臥，用大鐵鉗，鉗開嘴巴，把燒紅的鐵丸丟進他的口中；又以滾燙的銅水灌進他的嘴裡，銅水將他的嘴巴、喉嚨，一直到整個臟腑，都燒得焦爛，再從下體流出。其他還有數不清的無量劇苦，和極熱地獄非常相似。

此但略說粗顯苦具，非餘種種眾多苦具而不可得，如是所住住處之量及諸苦等，是如《本地分》中所說錄出。

以上只是概說八熱地獄粗顯的苦狀，其他還有很多真正恐怖的苦受，無法細說。上面所說有關大有情地獄的所在位置、面積及受苦情形，是從《本地分》中節錄出來的。

此諸大苦，要經幾時而領受者，如《親友書》云，「如是諸苦極粗暴，雖受經百俱胝年，乃至不善未盡出，爾時與命終不離。」謂其乃至能受業力未盡以來，爾時定須受彼諸苦。此復人間五十歲，是四天王眾天一日一夜，以此三十為一月，十二月為一歲，此五百歲是四天王眾天壽量。總此一切為一日一夜，三十日夜為一月，此十二月為一歲，此五百歲，是為等活地獄壽量。如是人間百歲，二百，四百，八百，千六百歲，如其次第是三十三，乃至他化自在諸天，一日一夜。其壽量者，謂各自天千歲，二千，四千，八千，萬六千歲。如此次第，是從黑繩，乃至燒熱一日一夜。以各自歲，從千乃至一萬六千。

這大有情地獄的苦，要經過多少時間才能受完呢？如《親友書》中說：「此地獄之苦極其猛烈難忍，但即使經過百俱胝年，只要惡業報未盡，是不會離開大有情地獄的。」也就是說，在業力沒有報盡之前，這地獄中的種種苦是一定要受的。又人間的五十年，等於欲界四天王眾天的一日夜，以此三十天為一個月，十二個月為一年，四天王天的壽量是五百歲(約等於人間九百萬歲)。以四天王的壽量(五百歲)當成一天來計算，三十天為一個月，十二個月為一年，如此五百歲就是等活地獄的壽量(約相當於人間的一萬六千二百億年)。以此類推，人間的一百歲、二百歲、四百歲、八百歲、一千六百歲，依次是從三十三天(忉利天)到他化自在天的一日夜，由此推算諸天的壽命各為一千歲(忉利天)、二千歲、四千歲、八千歲、一萬六千歲(他化自在天)。以忉利天的壽命為一千歲(四天王眾天的一倍)，這是黑繩地獄的一天而已；而和諸天壽命相對應的，依次是黑繩地獄到燒熱地獄的一個日夜。由此可知從黑繩地獄、眾合地獄、號叫地獄、大號叫地獄、到燒熱地獄，各自的壽量分別從千歲至一萬六千歲。

P89L1~P90L1 《俱舍論》云~故合為一

《俱舍論》云，「人中五十歲，是欲界諸天，下者一日夜，上者俱倍增。」又云，「等活等六次，日夜與欲天，壽等故彼壽，數與欲天同，極熱半無間中劫。」本地分中亦同是義。

《俱舍論》中說：「人間的五十歲，是欲界天最下層四天王眾天的一日夜；往上層欲界天各天的壽量，則以倍數遞增。」又說：「等活到

燒熱六個地獄的一天，依次分別和六個欲天的壽量相等。由此可推算出等活等六個地獄的壽量也與六欲天各天的壽量相等。極熱地獄的壽量為三萬二千歲，等於半個中劫；無間地獄的壽量為六萬四千歲，等於是一個中劫。」《瑜伽師地論·本地分》中也是同樣的說法。

癸二、近邊地獄

近邊者。謂彼八種大那落迦，一一各有四牆四門，其外皆有鐵城圍繞，其城亦復各有四門，一一門外，有餘四，四有情地獄。

二、近邊地獄

近邊地獄是在上述八種大有情地獄（八熱地獄）旁邊的地獄。八個熱地獄，每一個外面有四面牆、四扇門，門外有鐵城圍繞，每一鐵城又各有四扇門，每扇門外又各有四座地獄，所以每個熱地獄的旁邊有十六個近邊地獄，共計一百二十八座近邊地獄。近邊地獄受苦的情況分四：1、塘煨坑；2、屍糞泥（或稱穢糞泥，其臭如屍）；3、利刀道等；4、無極大河。

謂煨坑。屍糞臭泥，或穢糞泥，惡臭如屍。利刀道等。無極大河。其中初者，謂有塘煨，沒齊膝許，彼諸有情，為求舍宅，遊行至此，下足之時，皮肉及血，並皆銷爛，舉足之時，皮等還生。

1. 塘煨地獄：塘煨地獄之內是滾燙的熱灰，踩下去約到膝蓋的深度。當八熱地獄的有情受罪將盡時，忽見獄門大開，這些有情為尋找棲身之所而到此，可是一踏進這裡，雙腳立即陷入熱灰，深及膝蓋，頓時皮肉、血脈盡皆潰爛，就像被熱灰煨熟一般；抬起腳時，皮肉等又回復完好如初。如是反覆受苦，直到業盡為止。

第二者，謂即與此無間相鄰有穢糞坑，臭如死屍，彼諸有情，為求舍宅，遊行至此，顛陷其中，首足俱沒。其糞泥內，多有諸蟲，名曰利^此束穿皮入肉，斷筋破骨，取髓而食。

2. 屍糞泥（或稱穢糞坑）地獄：屍糞泥地獄是和塘煨地獄相連在一起的穢糞大坑，其臭如腐屍。當八熱地獄的有情受罪將盡時，他們為

尋找棲身之所而到此，可是一踏進這裡，全身就陷落屍糞臭泥中，頭腳都被淹沒了。屍糞坑內還有很多叫做「利嘴」的蟲，能穿破有情的皮肉，再深入啃噬其筋骨，吸取骨髓食用。

第三者，謂與此泥無間相鄰，有多利刀，仰刃為路，彼諸有情，為求舍宅，遊行至此。下足之時，皮肉筋血，悉皆刺截，舉足之時，復生如故。

3. 利刀地獄：與穢糞坑地獄相鄰的利刀地獄，一路上佈滿著刃口向上的利刀。當八熱地獄的有情受罪將盡時，他們為尋棲身之所而到此，可是一踏進這裡，雙腳就被利刀刺穿，皮肉筋血全被割傷截斷；抬起腳時，雙腳又回復完好，如是反覆遭受割刺之苦。

與此無間，有劍葉林，彼諸有情，為求舍宅，遊行至此。遂趣其陰，纔坐其下，眾多葉劍，從樹而落，斫截其身，一切支節。是諸有情，便即躡地，來諸螿狗，搯製脊骨，而噉食之。

劍葉林：緊鄰利刀地獄之旁有劍葉林，當有情為找尋棲身之所而到此，見有一片樹林，想要在樹蔭下稍作休息。才一坐下，樹葉就變成鋒利的刀劍，紛紛從樹上落下，把有情的身體包括一切肢節都砍截成片。這些有情在痛苦倒地後，又被跑來的野狗啃噬背脊。

從此無間，有鐵設拉末梨林，彼諸有情，為求舍宅，遊行至此，遂登其上，當登之時，諸刺向下，欲下之時，復迴向上，由是貫刺一切支節。次有大鳥名曰鐵^此束，上彼頭頂，或上其膊，探啄眼睛而噉食之。是等同是刀劍苦害，故合為一。

鐵刺林：與前面劍葉林相連的還有鐵刺林。當那些有情為了躲避猛犬追趕，並為尋找棲身之所來到此處，見到樹林就急忙攀爬上樹。就在往上爬時，這些樹枝都變成了鐵刺，刺鋒向下刺穿有情全身，當痛得想爬下來時，鐵刺又轉而朝上，同樣的貫穿整個身體、刺穿每個肢節。另外，還有一種叫做「鐵嘴」的大鳥，會迅速飛降到有情的頭上、或胳膊上，伺機啄食他們的眼睛。

以上所說的利刀、劍葉林及鐵刺林地獄，都是受刀劍的苦害，所以將其合為一獄，總稱為利刀道，歸在近邊地獄中。

第四者，設拉末梨，無間相鄰，有廣大河，名曰無極，沸熱灰水，彌滿其中。彼諸有情，為求舍宅，墮中煎煮，上下漂沒，如以豆等置大鑊中，以水彌滿，猛火煎煮。

4. 無極大河地獄：緊靠著鐵刺林地獄為鄰，有一很深廣的大河，叫做「無極」，河裡面充滿著沸熱的灰水。那些有情為尋找棲身之所而到此處，卻立刻墮入無極大河當中，受到沸騰熱水的燒煮；他們在滾水中上下翻滾、漂流，就像把豆子放入大鍋中，將水盛滿，用猛火燒煮一樣。

其河兩岸有諸獄卒，手執杖索，及以大網行列而住，遮不令出。或以索羈，或以網漉，仰置熾然大鐵地上，問何所欲，彼若答曰，「我等今者竟無覺知，然甚飢渴。」便以極熱燒燃鐵丸置其口中，及以烱銅而灌其口。

在河的兩岸有眾多獄卒，手持著棍杖、鐵索，並張著大網排列在岸邊看守，以防止眾生逃脫上岸。獄卒們會再用鐵鉤或網子，把有情從河中撈起來，仰放在熾熱的大鐵地上，問他們想要甚麼？如果回答說：「我現在除了非常飢渴之外，已經沒有任何感覺了。」獄卒便馬上拿起燒熱的鐵丸、烱銅水灌入有情的口中。

此等皆如《本地分》說，其中復說近邊，獨一，二中壽量，無有決定。然其能感如是苦業，乃至未盡，爾時即當於如是處，恆受諸苦。

以上所說近邊地獄的苦受，和《本地分》中所說的相同。其中又說到近邊與獨一這兩種地獄的眾生，其壽量是沒有一定的，全看他造的惡業有多長。只要業力還沒有盡，就必須處在地獄中，恆常受著各種苦，不得離開。

癸三、寒冷地獄

八寒地獄者。謂從八大有情地獄，橫去一萬踰繕那外，是有彼處。即從此下三萬二千踰繕那處有寒皸獄，次下各隔二千二千踰繕那處，有餘七焉。

三、八寒地獄

從八熱地獄橫向一萬由旬的地方，有八寒地獄；向下三萬二千由旬處，是第一個寒皸地獄，由此每往下二千由旬，就有一個寒地獄。其餘七個寒地獄分別是瘡卷皸、口歇嘶詰、郝郝凡、虎虎凡、裂如青蓮、裂如紅蓮、裂如大紅蓮地獄等。

其中皸者，謂遭廣大寒觸所觸，一切身分悉皆卷縮，猶如瘡皸。皸裂之中，所有差別，謂瘡卷皸，如泡潰爛。

1. 寒皸地獄：這裏的眾生恆遭嚴峻的寒風吹襲，全身一切肢節都捲縮起來，好像瘡皸一樣。
2. 瘡卷皸地獄：此處是依寒皸破裂的情況而有所差別。這裡的眾生，生在冰中，身體已凍得捲成皺褶，全身長滿凍瘡膿皸，膿皸破裂潰爛。

歇嘶詰，郝郝凡，虎虎凡者，是以叫苦聲音差別，而立其名。

第三、四、五寒地獄，是以叫苦聲音的差別來定它的名稱。

3. 歇嘶詰，是牙齒打顫碰擊的聲音，這個地獄的眾生，身已成冰，不能動彈，只能任由齒牙撞擊，發出聲響。
4. 郝郝凡，是由嘴唇顫抖所發出來的聲音。
5. 虎虎凡，唇舌皆已不能動彈，是喉嚨震動氣體所發出的聲音。

裂如青蓮者，謂遭廣大寒觸所觸，其色青瘀裂五或六。裂如紅蓮所有差別，謂過青已，變為紅赤，皮膚分裂，或十或多。裂如大紅蓮所有差別，謂其皮膚，變極紅赤，分裂百數，或更繁多。如是次第，處所量齊，及諸苦等，皆是依於《本地》分說。

第六、七、八寒地獄，是依受寒皮膚的顏色和凍裂的程度來命名。

6. 裂如青蓮地獄：是因為遭受嚴寒的侵襲，使得皮膚凍成青瘀色，身體皸裂成五瓣或六瓣，形狀像青蓮花，所以稱裂如青蓮地獄。

7. 裂如紅蓮地獄：是指皮膚顏色，已由青瘀轉為赤紅，身體凍裂成十瓣或更多，所以稱裂如紅蓮地獄。

8. 裂如大紅蓮地獄：這時的身體已變得異常的赤紅，就像大紅蓮一樣，而且凍裂成百瓣，或者更多，其中的痛苦更加劇烈。

以上所說八寒地獄苦受的情形，以及愈向下層地獄，其受苦程度及受苦時間都依次倍增等內容，皆依照《本地分》中所說。

P91L1~P92L1 《本生論》云~悉皆有故

《本生論》云，「斷無見者於後世，當住寒風黑暗中，由此能銷諸骨節，誰欲自利而趣彼。」此說住於黑暗之中。《弟子書》中亦云，「無比嚴寒侵骨力，遍身慄戰而縮屈，百炮起裂生諸蟲，嚼抓脂髓水淋漓，寒迫齒戰毛髮豎，眼耳喉等悉寒逼，身心中間極蒙蔽，住寒地獄苦最極。」

《本生論》中說：「凡是持斷滅見、不信因果的眾生，死後就會投生到寒冷的黑暗地獄當中，在這裡寒風會銷蝕所有的骨節，身體痛到無法承受。試問，誰還會為了此生短暫的小利而到那種地方去呢？」這裡所說八寒地獄的眾生，是住在日月不照的黑暗中。

《弟子書》中也說：「在此處，無比嚴寒的風雪侵蝕著眾生的骨髓，全身因顫慄而捲縮，上百個瘡炮破裂、流膿、傷口長蟲，蟲子以利嘴啃嚼其身肉骨髓，血水滴個不停。寒冷使得牙齒顫抖、毛髮豎立，眼睛、耳朵、喉嚨等器官都受寒害而失去知覺，身心也因寒冷蒙蔽而愚鈍昏闇，因此住在寒冰地獄是極其痛苦的。」

受如是苦經幾時者，謂乃至未盡如是惡業。此又如《本地分》云，「生寒地獄有情壽量，當知望於諸大有情地獄有情，次第相望各近其半。」

在八寒地獄受苦的時間要多久才能結束呢？只要惡業未盡，就不會停止。此又如《本地分》中所說：「生在八寒地獄眾生的壽量，相較於八熱地獄來說，依照各別相對的順序，前者壽量各為後者壽量的一半。」

《俱舍釋》中引經說云，「諸比丘，譬如此間摩羯陀國，納八十斛胡麻大篤，以諸胡麻高盛充滿。次若有人經越百歲，取一胡麻。諸比丘，由是漸次容八十斛胡麻大篤速當永盡。然我不說生寒炮中諸有情壽而能永盡。諸比丘，如二十炮，如是乃為一炮裂量。廣說乃至，又諸比丘，如其二十裂如紅蓮，如是裂如大紅蓮量，其一亦爾。」謂乃至爾許壽量受苦。

《俱舍論釋》中引經說：「諸位比丘！譬如摩羯陀國，有能容納八十斛（五斗是一斛）芝麻的大容器，在裡面裝滿芝麻。如果每隔一百年，有人從容器取出一粒芝麻，諸位比丘！以這個速度也很快就會拿光這八十斛的芝麻。然而相較之下，寒炮地獄眾生的壽量，卻更長遠無盡。諸位比丘！若以寒炮地獄為基準，將寒炮地獄的壽量乘上二十倍，就是大炮地獄（瘡卷皴）的壽量，以此往下類推。諸位比丘！同樣將裂如紅蓮地獄的壽量乘上二十倍，就是裂如大紅蓮地獄的壽量了。」此說明八寒地獄受苦的時間極其久長。

癸四、獨一地獄

獨一地獄者。謂於寒熱地獄近邊，《本地分》說人間亦有。《事阿笈摩》亦說住於近大海岸，猶如《僧護因緣》中說。《俱舍釋》亦云，「如是十六有情地獄，是由一切有情共業增上而成。獨一地獄，或由眾多或二或一別業而成。此等形相差別非一。處所無定，若河若山，若曠野處，若所餘處，若於地下，悉皆有故。」

四、獨一地獄。獨一地獄又稱為獨孤地獄，靠近八寒八熱地獄旁邊。《本地分》中說，人間也有獨一地獄。《事阿笈摩經》中也說，獨一地獄的眾生住在靠近大海的岸邊，這和《僧護因緣經》中所說的一樣。《俱舍論》的釋論中也提到，「八熱、八寒這十六個地獄，是由一切有情共業力量的緣故而形成的。獨一地獄，則是由一位、兩位、或多位眾生的別業所造成。所以獨一地獄呈現的景相有很多種，此處眾生的行相也差別不一。他們所住的處所沒有固定，有的在河邊，有的在深山，有的在曠野，或者其他地方，甚至是地下，都有獨一地獄的存在。」

如是能感於彼等中受生之因，如下當說，極近易為，於日日中亦集多種。先已集者現有無量，是故不應安穩而住，應思此等深生畏怖，與彼中間，唯除隔絕悠悠之息而無餘故。如是亦如《入行論》云，「已作地獄業，何故安穩住。」

會在地獄中受生的原因，說明如下。其主要業因，是來自於身語意三門的種種惡行，而這些惡行因極易造作，幾乎在每天的衣食住行當中，只要稍不注意，就會種下可觀的地獄種子。事實上，我們在過去已累積了無量的地獄業因，因此我們不該還是這樣安穩的過日子，應該好好思惟地獄中種種的苦，以生起怖畏的心。否則，我們和地獄的距離，不過是一息之隔而已。

就像《入行論》中所說，「既然在過去已經造作了這麼多的地獄業，怎麼還能如此安穩的度日？」

《親友書》亦云，「諸作惡者唯出息，未斷之時而間隔，聞諸地獄無量苦，如金剛性無所畏。見畫地獄及聽聞，憶念讀誦造形相，尚能引發諸恐怖，況諸正受猛異熟。」

《親友書》中也說：「那些造惡者，和地獄只隔著一口氣沒斷的距離而已，只要呼吸一中斷，立刻就墮入地獄中受苦。聽到地獄所受的無量苦之後，怎麼還能如金剛一般，沒有絲毫的怖畏呢？不論任何人，只要看到地獄的畫像、聽到地獄受苦的情況、或想到、讀到有關地獄種種形相的描述，尚且會心生恐懼，何況那些正要感受猛烈異熟果報的眾生，應該更能引發怖畏的心吧！」

生死苦中，諸惡趣苦，極難忍受，其中復以地獄諸苦極難堪忍。於一日中，以三百矛，無間猛刺，所有痛苦，於地獄中，微苦少分，亦莫能比。諸地獄中，又以無間苦為至極。《親友書》云，「如於一切安樂中，永盡諸愛為樂主，如是一切眾苦中，無間獄苦極粗猛。此間日以三百矛，極猛貫刺所生苦，比於地獄輕微苦，非喻非能及少分。」

在生死輪迴的痛苦當中，以墮三惡趣的苦最難忍受，而三惡趣的痛苦當中，又以地獄的苦最為難忍。如果每天拿三百支矛不斷猛刺自

己身體，這樣的痛苦和地獄之苦比起來，根本微不足道；而所有地獄當中，又以無間地獄的苦最為慘烈、恐怖。

《親友書》中說：「一切安樂之中，以永遠斷盡一切貪愛為最究竟；而一切眾苦當中，以無間地獄的苦受為最猛暴。人間若是一天當中，以三百支矛猛烈穿刺身體所生的苦，比起無間地獄最輕微的苦，還少幾分。」

能感如是眾苦之因，唯是自內三門惡行。如是知己，應盡士夫力用策勵，輕微惡行，莫令染著。即前書云，「此諸不善果種子，即身語意諸惡行，汝應盡力而策勵，縱其塵許莫令侵。」

感得地獄眾苦的業因，是由於自己的身語意三門造作了種種惡行。現在既已明瞭業因，就應以士夫之力自我策勉，即使最輕微的惡行，也不要造作。如《親友書》中所說：「會投生到地獄惡果的種子，就是放任身語意三門造惡所致，你應該要努力防護根門，警惕自己，即使像微塵般的惡業，也絕對不要去做才對。」

壬二、旁生所有眾苦

思惟旁生苦者。謂旁生中諸羸劣者，為諸強力之所殺害。又為人天資生之具，自無自在，為他驅馳，遭其傷殺撻打損惱。《本地分》說，與諸人天共同依止，無別處所。《俱舍釋》云，「旁生謂諸水陸空行。其處根本是謂大海，餘者皆從大海散出。」

思惟旁生所有眾苦。整個畜生道，就是弱肉強食的世界，比較弱小的畜生會受到力強大者的殺害。而畜生又往往被人道、天道作為資生的工具，無法自主，只能供他人驅使，任其打、殺、傷害。《本地分》中說：畜生道與人、天的眾生共同居住，沒有特別的處所。《俱舍論釋》中說：「旁生，是指各種水裡游的、陸地上走的、以及空中飛的畜生，它們以大海為主要居所，其餘由大海中遷出散居各地。」

P93L1~P93LL1 《親友書》亦云~短則無定。

《親友書》亦云，「傍生趣中遭殺害，繫縛打等種種苦，諸離寂滅淨善者，互相吞噉極暴惡。有因真珠及毛骨，由肉皮故而死亡，無自在故由他驅，足手鞭鉤及棒打。」其中初頌顯示

總苦，其第二頌顯示別苦。言打等中，等攝驅馳及穿鼻等，此是依於由人非人作殺害等。互吞噉者，是約傍生眾同分中，所為損害。

《親友書》中也說：「畜生道眾生經常有遭受殺害、綑綁、鞭打等痛苦，又遠離能夠證得涅槃的清淨善法，只有不斷暴惡傷害或互相吞食。有些因為自身的真珠、毛、骨、皮、肉等而被殺死，完全無法自主的供他人驅役，遭到以足、手、鞭撻、鉤牽及棒打等種種方式的傷害。」以上的偈頌中，前四句說明畜生道的總苦，後四句顯示畜生道的別苦。

總苦中所提到，畜生遭受撻打等各種痛苦，尚包括被驅趕、穿鼻等人與非人所為的虐殺。互相吞噉，是指畜生彼此攻擊傷害。

寂滅淨善者，謂能證得涅槃善法。遠離此者，顯極愚蒙，不堪道器。從足踢使，至以棒打，而為驅使，五事如次，謂馬、水牛、驢、象、牛等。此等是如《親友書釋》中所說。其餘尚有生於黑暗及以水中，老死於彼，負重疲勞，耕耘剪毛，強逼驅使。又以非一，殺害方便，苦惱而殺。又受飢渴，寒暑逼惱。又由獵士，多方惱害。應於此等，常懸畏懼，思惟眾多苦惱道理，厭患出離。

總苦中所說的「寂滅淨善」，是指能夠證得涅槃果位的善法。「遠離寂滅淨善」即顯示畜生道眾生極度愚癡，無法成為道器。別苦當中所說，畜生道遭受種種驅使，從被腳踢、到棒打等，依次說明馬、水牛、驢、象、牛等五種畜生受奴役的情形。以上畜生道諸苦的內容是依《親友書釋》中所說。還有一些畜生終生住在不見天日的暗處或深水，並老死其中；或者被迫馱負重物、耕作、剪毛、勞役等；並為遭受多種殘殺方式之殺害所苦；此外，又受饑渴、寒熱逼惱；還有獵人追捕等多方迫害；總之，畜生道眾生有各式各樣的苦受。我們應該藉著思惟旁生的苦，心中常懸恐懼；由思惟眾苦所逼的道理，生起強大的厭惡心及出離心。

其壽量者，《俱舍論》云，「旁生長經劫。」謂壽長者，能達劫量，短則無定。

畜生道的壽量，在《俱舍論》中說：「最長可達一劫的時間。」最短則不一定，有的朝生暮死。

壬三、餓鬼所有眾苦

P94L1~P95L1 思惟餓鬼~口中燒燃食。

思惟餓鬼苦者。謂諸習近上品慳者，生餓鬼中。彼復常與餓渴相應，皮及血肉悉皆枯槁，猶如火炭，散髮覆面，口極乾焦，舌常舐略。

思惟餓鬼所有眾苦。經常串習上品慳吝的眾生，死後就會投生在餓鬼道中。他們大部分時間都處於饑渴狀態，皮膚和血肉全都枯槁得像火炭一樣，披頭散髮，口唇焦裂，頻頻以舌頭舔嘴，也無法稍解飢渴之苦。

此中有三，於諸飲食有外障者，謂彼若趣泉海池沼，即於其處，為餘有情持劍槍矛，遮其泉等不令趣近，及見其水變為膿血，自不樂飲。

此處說明其飲食的障礙，可分為三種：第一種是飲食的外障。由於業力的緣故，餓鬼道的眾生只要接近泉、海、池、沼等處，就有鬼卒拿著刀劍、槍、矛擋在岸邊，不准他們靠近水源；要不然就是當他們靠近時，水立刻變成了膿血，所以也沒辦法喝。

於諸飲食有內障者，謂有其口細如針孔，口或如炬，或有頸癭，或腹廣大，縱得飲食無他障礙，然自不能若食若飲。

第二種是飲食的內障。由於業力的緣故，有的眾生喉細如針孔，滴水難進；有的口中會噴出烈火，飲食入口，立刻燒焦；有的頸部長瘤，阻礙吞嚥；有的肚子特別大，永遠填不飽，時時處於饑渴當中。這些眾生縱然能無障礙的獲得飲食，也因為自己根身的障礙，卻無法受用。

於諸飲食自有障者，謂有餓鬼名猛餒鬻，所有一切若飲若食，悉皆燃燒。有名食穢，食糞飲溺，及有唯能飲食不淨，生熟臭穢，有損可厭。或有唯能割食自肉，不能受用淨妙飲食。

第三種是飲食的自障，也就是對飲食本身有所障礙。有一種餓鬼叫做「猛燄鬘」，所有飲食一入口，就燃燒起來，化為焦炭；又有一種餓鬼叫做「食穢」，只能吃到糞便、尿液，要不然就是吃一些生或熟的，非常臭穢、可厭的不淨物。還有的餓鬼，只能吃自己身上割下來的肉，而不能受用淨妙的飲食。

是等處所，如《俱舍釋》云，「諸餓鬼王名為琰魔，諸鬼本處琰魔王國，於此瞻部洲下過五百踰繕那而有，從此輾轉散居餘處。」

有關餓鬼的住處。如《俱舍論釋》中說：「這些餓鬼的鬼王名叫琰魔，與餓鬼眾生住在琰魔王國，位於南瞻部洲下方距離五百由旬的地方，由那個地方再輾轉散居到各處。」

《親友書》亦云，「於餓鬼中須依近，欲乏所生相續苦，無治飢渴寒熱勞，怖畏所生極暴苦。或有口細如針孔，腹等山量為飢逼，下劣捐棄不淨物，尚不具足尋求力。有存皮骨裸形體，如枯枝葉多羅樹，有於夜分口熾然，受用口中燒燃食。」

《親友書》中也說：「總的來說，餓鬼一靠近飲食，馬上會有求不得的痛苦，既沒有辦法解飢止渴、祛寒避熱，而且為飲食須到處奔波辛勞、又怕鬼卒持劍傷害，整日須受提心吊膽等各種痛苦。各別來說，有些餓鬼口細如針，有的是肚量巨大如山，以致於經常遭受饑苦逼惱，就連一點下劣、被丟棄的不淨食物也找不到。有些餓鬼只剩下皮包骨的身體，就像枝葉全枯萎的多羅樹那樣；有些餓鬼每到夜晚，嘴巴就會熾燃，食物一放進嘴裏都變成猛火。」

P95L1～P96L1 有下種類～壽量萬歲。

有下種類諸不淨，膿糞血等亦無得，面互相衝有受用，頸癭成熟所生膿。諸餓鬼中於春季，月炎冬季日亦寒，令樹無果諸餓鬼，略視江河亦當乾。」

有的餓鬼專吃些不淨物，卻連膿、糞、血等穢物也還是吃不到；結果為了爭食，有的餓鬼會相互鬥毆，甚至擠破對方脖子上的腫瘤，再爭相取食流出來的臭膿。

有些餓鬼，連春天的月光照在身上，都感覺炎熱難當；到冬季，雖然頂著太陽，卻寒冷得無法忍耐。有的餓鬼，遠見有園林果樹，一旦跑過去，總是枯枝萎葉、無花無果；明明看到江河甘泉，再多看一眼，江河水都會乾涸。」

其中初頌顯示總苦，所餘諸頌顯示別苦。勞為食故，遍處馳求。畏謂由見執劍杵索諸士夫故，而起畏怖。下劣捐棄，謂隨意棄。

以上偈頌中的初頌，說明餓鬼道的總苦，其餘的偈頌，則是顯示餓鬼道的別苦。總苦中的「勞」字，是指餓鬼道的眾生為了尋求飲食，必須到處奔馳的勞苦。「畏」，是指看到手持刀劍、棍棒、繩索等的鬼卒，而生起畏懼心。別苦中的「下劣捐棄」，是指隨意丟棄的一些下劣物。

夜分者，謂至夜間其口燒燃。口中燒燃者，謂隨所食皆燒其口。受用謂食。眼如惡毒之所燃燒，甘涼泉河，悉當枯竭。又於一類顯似猛燄，火炭充滿。又於一類顯為膿河，種種穢蟲彌滿流注，是《釋》中說。

「夜分」，是說一到晚上，有些餓鬼的口中就開始燃燒起來。「口中燒燃」，是指所吃的食物，一到嘴巴就燃燒掉了，無法受用食物。「受用」，是指飲食的享用。餓鬼道眾生的眼睛，像燃燒的惡毒火燄，任何甘涼的清泉，只要看上一眼，都會立刻枯竭。還有一類餓鬼，就像猛烈的火焰，所到之處都化為火炭。又有一類餓鬼，遠望是清澈的江河，一旦靠近時，就化為膿血，裡面還充滿著各種污穢的蟲子。以上是《親友書釋》中所說的內容。

《弟子書》亦云，「猛渴遙見無垢河，欲飲馳趣彼即變，雜髮青污及爛膿，臭泥血糞充滿水。風揚浪灑山清涼，檀樹青蔭末拉耶，彼趣猛燄遍燒林，無量株杌亂雜倒。若奔畏浪高翻滾，泡沫充溢大水藏，彼於此見熱沙霧，紅風猛亂大曠野。此住其中望雲雨，雲降鐵箭具炭烟，流飛熾炎金剛石，金色電閃降於身。熱逼雪紛亦炎熱，寒迫雖火亦令寒，猛業成熟所愚蒙，於此種種皆顛倒。針口無量由旬腹，苦者雖飲大海水，未至寬廣咽喉內，口毒滴水悉乾銷。」

《弟子書》中也說：「極度口渴的餓鬼，遠遠看見清淨的河水，匆忙趕赴水邊，卻見河水變得臭穢不堪，遍滿各種雜草、毛髮、青苔、污泥、爛膿、糞血……等不淨物。當遠遠看到涼風吹拂，浪灑青山，檀樹青翠，樹蔭遮炎，好一處清涼妙地（末拉耶）；等餓鬼一靠近，卻見樹林頓起猛火，遍地燃燒，草木盡燬，只剩枯枝焦木，一片雜亂不堪啊！

面對奔騰翻滾的巨浪，捲起層層浪花，泡沫布滿的水面；餓鬼道眾生看到的，卻是強風捲起滾滾熱沙，像沙漠地的紅風沙塵暴，狂掃整片大曠野。這些受到熱沙狂風襲擊的餓鬼，仰望天空祈求雨降，可是降下來的卻變成一支支夾帶著炭烟的熾熱鐵箭，以及如流星般飛下的灼熱金剛石，就像金色閃電自天際直擊在餓鬼身上。

還有一種狀況是，當餓鬼道的眾生受熱苦所逼時，即使大雪紛飛，仍然感到酷熱；反之，為寒苦所逼時，即使火焰烤著，仍然感到酷寒。這就是往昔的惡猛業成熟，才會感得如此愚蒙，所見所受都是顛倒的果報。餓鬼之喉如針尖般細，腹部卻巨大無比，欲飲大海水，卻苦於滴水難進，因為水還沒有到喉嚨，早已被口中毒火燒乾，滴水不剩。」

其壽量者。《本地分》及《俱舍論》說，鬼以人間一月為一日，乘此自年能至五百。《親友書》云，「常無間習受眾苦，由其惡行堅業索，繫縛一類有情壽，五千及萬終不死。」其《釋》說為一類餓鬼壽量五千，或有一類壽量萬歲。

關於餓鬼道的壽量，有不同的說法。《本地分》和《俱舍論》中說，人間的一個月為餓鬼道的一天，依這樣計算，餓鬼壽命可長達五百歲。

《親友書》中說：「餓鬼道的眾生，恆常不間斷的遭受各種苦果，由於被過去所造惡行的業力牢牢繫縛住，有一類餓鬼的壽命可長達五千歲，甚至萬年都不死。」《親友書釋》中說，有一類餓鬼的壽量是五千歲，有的可以活一萬歲。

P96L1~P97L1 《本地分》說~目犍連子。

《本地分》說，三惡趣中身量無定，由其不善增上力故，大小非一。若思如是惡趣眾苦，應作是念，現在探手煇煇之中住

一晝夜，或於嚴冬極寒冰窟，裸而無衣，住爾許時，或數日中不用飲食，或蚊虻等，啣咬其身，尚且難忍，何況寒熱諸那落迦，餓鬼旁生互相吞噉，是等眾苦，我何能忍。

《本地分》中說，在三惡道的眾生，其體形大小不一，是受了惡業的影響而有大有小。我們應該如何思惟惡趣的痛苦？可以試想：把手放進火坑的熱灰裡一天；或者在嚴冬時，到寒冷的冰窟裡，裸身待上些時間；或者是幾天不進飲食；又或者是讓蚊蟲來叮咬身體；像這樣產生的熱、寒、饑餓、蟲咬的小苦，我們尚且無法忍受，何況是寒地獄、熱地獄等大苦，乃至餓鬼、旁生道中，有情互相殺害、吞食等眾苦，我又怎麼能忍受呢？

度現在心，乃至未能轉變心意，起大怖畏，應勤修習。若雖知解，或未修習，或少修習，悉皆無益。

衡量此刻的心，思惟三惡道的苦，只要我們對三惡道的苦思惟之後不能轉變心意，生起大怖畏心，都應該要持續勤加修習正法。如果明知這些道理，卻不去修習，或只是偶爾才修習一下，那是一點用都沒有的。

如《事阿笈摩》說，慶喜妹家二甥出家，教其讀誦，彼讀數日，懈怠不讀，付與目犍連子，仍如前行。慶喜囑曰，「應令此二意發厭離。」

如《事阿笈摩》所說，阿難尊者（慶喜是梵文阿難的音譯）妹妹家有兩個外甥已經出家，阿難尊者負責教他們讀誦佛經。才讀幾天，兩外甥就開始偷懶，不好好學了。阿難尊者便將外甥托付給神通第一的目犍連，結果他二人依舊我行我素。阿難尊者告訴目犍連說：「應當設法令二子發起厭離心。」

目犍連子引至晝日所經處所，化為有情大那落迦，彼等聞其斫截等聲，遂往觀視，觀見斫截所有眾苦，又見彼處有二大鑊，涌沸騰然。問云，「此中全無入者耶。」報云，「阿難陀有二甥，既出家已，懈怠廢時，死後當生此中。」彼二慌恐，作如是念，「設若知者，現或置入。」次返目犍連子處，詳白所見。

於是目犍連尊者將二子引到白天須經過的處所，並以神通力將那裡化現為一座大有情地獄。二子路過時，聽到裡面傳來砍劈、斬截的聲音，好奇地跑進去看。結果見到地獄眾生遭受種種砍截的景象以及所生的眾苦；旁邊還有兩個大油鍋，油已經燒得沸騰滾燙，二子便問：「為什麼鍋裡空空呢？」獄卒回答：「聽說阿難尊者有兩個外甥，已經出家卻不好好修行，只知道放逸懈怠、空度時日，死後就會在這二個鐵鍋受燒煮的果報。」兩人一聽驚恐萬分，心中想著：「假如獄卒發現他們就是尊者的外甥，說不定現在就會把他們丟進鍋裡。」於是趕忙回去，將所見的情形詳細告訴目犍連尊者。

目犍連子告云，「二求寂，若此過患，若餘過患，悉是由其懈怠所生，當發精進。」彼二遂發精進，若未食前，憶念地獄，則不飲食，若於食後而憶念者，即便嘔吐。

目犍連尊者於是告誡他們：「兩位沙彌（求寂）！不只是這種墮地獄的過患，其它一切的過患，也都是由於懈怠才發生的，所以一定要好好地精進修行。」從此這兩人就開始發憤精進，努力修行。如果在吃飯前，有想到地獄的種種恐怖景象，就難受、厭惡得吃喝不下；如果是飯後想起來的話，便馬上要嘔吐。

又引至餘晝經行處，於餘一處，化為諸天。彼由聞其琵琶等聲，遂往觀視，見有天宮，天女充滿而無天子，問其無有天子因緣，答云，「阿難陀有二甥，既出家已，發勤精進，彼二死後，當生此中。」彼二歡喜，還白目犍連子。

又有一天，目犍連尊者在另外一個他們白天經行的地方，以神通力化現出天界的景象。二人聽到琵琶等樂聲，便前往觀看。結果看到天宮中有很多天女，卻沒有天子。二人便問：為什麼這裡沒有天子？天女回答：「阿難尊者的二個外甥，已經出家而且發了精進心，因為修行善業的果報，所以死後將會投生來當天子。」他們二人聽了非常歡喜，又趕回去稟告目犍連尊者所見的經過。

P97L1～P98L1 教曰～爾時我何為。」

教曰：「二求寂，若此勝利，若餘勝利，悉從勤發精進而生，應發精進。」次發精進受聖教時，見如前引，《真實相應經》中宣說，從諸善趣而生惡趣。問云，「聖者，我等若從人天之

中，死後復生三惡趣耶。」告云，「二賢首，乃至未能斷諸煩惱，爾時於其五趣生死，如轆轤理，應須輪轉。」彼二厭離，作是白云，「今後不行諸煩惱行，惟願為說如是正法。」目犍連子為說法已，證阿羅漢。

目犍連教導他們說：「兩位沙彌！不只是這等殊勝利益，其它一切功德也都是來自精進，應該要勇猛精進修行才對。」之後他們便更加勤發精進受行聖教了。一日看到《真實相應經》中提到，許多原本在善趣的眾生，後來卻又投生到惡趣。二人於是請問目犍連尊者：「尊者，我們從天道死後，還會投生到三惡道嗎？」尊者回答：「二位賢者！只要還沒有斷盡煩惱之前，都會在五趣中不斷輪迴，就像井上汲水的轆轤般上上下下不停地輪轉。」這時他們才真正的生起厭離三界的心，便稟告尊者：「今後再也不因煩惱而造業了，請尊者為我們開示如何獲得解脫的正法。」目犍連尊者見法器成熟，便為二人說法，最後二人都證得了阿羅漢。

是故能滅懈怠，能發精進，勤修正道，策發其意，令希解脫及證解脫。其根本因者，謂讚修苦。縱有大師現住世間，於此教授，更無過上而可宣說。即於此中，發生下中士夫意樂，次第極顯。淨修心量，亦是乃至未起如是意樂以來，應須恆常勵力修習。

由前面這個公案可以了知，想要滅除懈怠，發起精進，勤修正法，策發道心，令心希求解脫，以及證得解脫，其根本之因，就在思惟修習三惡趣的苦。即使佛陀現在安住世間，也會開示相同的教授，因為沒有比修苦更殊勝的要訣了。也唯有把握住修苦這個根本因，才能真正生起修習共下士及共中士的意樂，這個次第是顯而易見的。思惟三惡趣苦可以淨化自己的內心，然而此修心之量要達到什麼樣的程度呢？就要看出離心是否真實生起而定。如果還沒有如實的生起，就必須要恆常努力的修苦，直到策發起大厭離心為止。

內鄔蘇巴亦云，「應觀能生彼中之因，先作未作，現作未作，為念不念當來應作。若先已作，或現正作，或念後時而當作者，則當生彼。若生彼中，爾時我當何所作耶，我能忍乎。作是念已，作意思惟，必須令其腦漿炎熱，起坐惛慌，無寧方便，隨力令發畏怖之心。」此是切要。

祖師內鄔嚟巴也說：「應當先觀察會墮落三惡道的因是那些？然後反省自己，哪些以前作過？哪些沒作過？哪些正在作？哪些將來會想要作？如果以前已經造了惡業，或現在正在造作，或者有將來還要造作的想法，那麼來生一定會到三惡趣去。假定真的轉生三惡趣，那時我該怎麼辦呢？我能忍受那樣恐怖的大苦嗎？這樣反問自心以後，接著要認真思惟三惡趣的種種恐怖，一直要思惟到腦門發脹，身心熱惱，倉皇害怕到坐立難安，總之，要儘量用各種方法讓自己能發起怖畏墮惡趣的心。」思惟三惡趣苦非常非常重要。

現得善身，若如是思，能淨先作，未來減少。先所作善，由猛欲樂，發願令轉增長繁多。

我們現在已經得到暇滿的人身，如果能趁得到暇身而如此去思惟惡趣苦的話，以前所造的惡業就會因真心懺悔而漸漸淨除，將來也會減少或是不敢再造惡業。而以前所作的善業，也會由於現在好樂猛利心的發願迴向，得以不斷增長廣大。

諸當新作堪能趣入，則日日中能使暇身具足義利。若於現在不思彼等，墮惡趣時，雖求從彼畏怖之中，救護依處，然不能得。爾時於其應不應作，無慧力故，不能取捨。

如果就自己能作的部分積極地趣入斷惡修善的話，就能每天讓這個暇滿人身獲得重大的果利。如果現在不去思惟三惡趣苦，不能斷惡趣的因，等到墮入惡道時，縱然想從三惡道的怖畏中尋求一個真正可以救護自己的皈依之處，也是無法獲得。因為一旦墮入惡趣，失去了分辨善惡的智慧，什麼是該做、不該做？就沒有能力辨別和取捨了。

如《入行論》云，「若時能行善，然我未作善，惡趣苦蒙蔽，爾時我何為。」

如《入行論》中所說：「如果在得到暇身，有能力造作善業的時候，而我卻沒有行善；等到墮入惡趣，心智被痛苦所蒙蔽，那時除了受苦，我又能做什麼呢？」

P98L1~P98LL1 又云，「誰從～勤修二因。」

又云，「誰從此大畏，能善救護我，睜其恐懼眼，四方覓皈依。見四方無依，次乃遍迷悶，彼處非有依，爾時我何為。故自今皈依，諸佛眾生怙，勤救眾生事，大力除諸畏。」此僅粗分，廣如《念住經》說。定須觀閱，數數觀閱，於所觀閱，應當思惟。

又說：「有誰能夠從恐怖的惡趣中把我救拔出來？我睜著驚恐的雙眼環顧四周，想要找一位能依止的怙主，卻遍尋不著。心中充滿迷惘、鬱結不安，原來在那裡根本找不到救護依靠，這時我又該怎麼辦？如今，我已經找到了真實的皈依處，只有佛陀才是眾生的依怙，只有佛陀不停的在救度眾生，只有佛陀才具足大力，能為眾生去除一切怖畏。」

以上僅概略說明三惡趣苦，詳細深入的闡述可參閱《念住經》。我們一定要對如何思惟三惡趣苦的內涵，好好的認識、研讀，而且要經常仔細地研讀、觀察，並且對所觀閱、了解的內容，應該作反覆的思惟、修習。

庚二、依止後世安樂方便

第二習近後世安樂方便分二，一、趣入聖教最勝之門淨修皈依，二、一切善樂所有根本發深忍信。

辛一、趣入聖教最勝之門淨修皈依

初中分四，一、由依何事為皈依因，二、由依彼故所皈之境，三、由何道理而正皈依，四、既皈依已所學次第。今初

壬一、由依何事為皈依因

因雖多種，然於此中是如前說，於現法中速死不住，死歿之後，於所生處亦無自在，是為諸業他自在轉。

皈依的原因雖然很多，然而此處是依前面所說，我們在現世無法久住，死亡將會快速來臨；而死後將投生何處，自己也沒有辦法作得了主，只能隨著業力在六道中流轉。

其業亦如《入行論》云，「如黑暗依陰雲中，剎那電閃極明顯，如是佛力百道中，世間福慧略發起。由是其善唯羸劣，恆作重罪極強猛。」諸白淨業勢力微劣，諸黑惡業至極強力，故墮惡趣，由思此理，起大畏怖，次令發生求依之心。

業力，如《入行論》中所說：「我們所造的惡業，就像烏雲密佈的夜空，暗黑厚重；而善業卻如偶然間一道閃電劃過天際，剎那間明亮耀眼。千百次的輪迴，好不容易有一次機會可以藉著佛力加持，在眾生的相續中生起一點點福慧。但善業的力量畢竟太微弱了，我們總是經常造作強猛的重罪。」清淨善業力量這麼弱，種種惡業的力量這麼強，所以將來終歸不自主地墮落惡趣。想到這裡，由於對三惡道的種種痛苦生起大怖畏心，於是強烈生起想要尋求救怙與皈依的心。

猶如陳那菩薩云，「安住無邊底，生死大海中，貪等極暴惡，大鯨嚼其身，今當皈依誰。」總為二事。由惡趣等自生怖畏。深信三寶，有從彼中救護堪能。

如陳那菩薩所說：「眾生沉溺在無邊際的生死苦海中，貪等惡業力量暴惡強盛，就像鯨魚張著大口追食著眾生，我還能依靠誰呢？」總之，皈依的理由可涵括為二：第一、害怕墮入惡趣受苦；第二、深信只有三寶能夠把自己從生死當中救護出來。

故若此二唯有虛言，則其皈依亦同於彼，若此二因，堅固猛利，則其皈依亦能變意，故應勵力勤修二因。

假如對這兩個皈依的理由不了解，沒有深刻體會，那「皈依」二字也不過是無意義的空話而已。如果能確實體會皈依的二個因相，並發起真正堅固猛利的信心，那麼這個皈依才能使我們轉變心意，產生一心皈投依靠三寶的決心。所以我們應該要勵力勤修這皈依二因啊！

壬二、由依彼故所皈之境

第二由依彼故所皈之境分二，一、正明其境，二、應皈依此之因相。 今初

癸一、正明其境

P99L1~P100L1 如《百五十頌》云~故應皈依此。

如《百五十頌》云，「若誰一切過，畢竟皆永無，若是一切種，一切德依處。設是有心者，即應皈依此，讚此恭敬此，應住其聖教。」謂若有一，能辨是依非依慧者，理應皈依，無欺皈依處佛薄伽梵。由此亦表法及僧寶。如《皈依七十頌》云，「佛法及僧伽，是求脫者依。」

如《一百五十頌》中所說：「誰具備了斷除一切過失，圓滿一切功德的德相，誰就是眾生依止的對象。真正有智慧的人，都應該要皈依這樣的對象，並會讚歎、恭敬、依止祂，安住在祂所引導的教授、方法當中。」所以，能夠正確分辨是非善惡的智者，就應該懂得去皈依真實無欺的佛（薄伽梵是印度話，就是佛、世尊的意思），以及代表佛的法寶和僧寶。就如《皈依七十頌》中所說的：「唯有佛、法、僧三寶，才是求解脫者的真實皈依處。」

癸二、應皈依此之因相

應皈依之因相分四，初者，謂自即是極調善性，已能證得無畏位故，若未得此，則如倒者依於倒者，不能從其一切畏中救護他故。第二者，謂於一切種，度所化機，善方便故，此若無者，縱往皈依，亦不能辦所求事故。第三者，謂具大悲故，此若無者，雖趣皈依，不救護故。第四者，謂以一切財而興供養，未將為喜，要以正行而修供養，乃生喜故，此若無者，則定顧視先有恩惠，不與一切作皈依處故。

佛成為應皈依處，理由有四：

第一，因為佛自心相續已經獲得完全調伏，並已證得一切無畏的成就。假如祂本身都還未調伏，而我們去依靠祂，那就像一個快要跌倒的人，去依靠另一個跌倒在地的人，是不可能得到助益的。所以如果佛陀自己沒有脫離怖畏的話，是不可能從一切怖畏中救護其他眾生的。

第二，佛具一切智智：對一切不同根性的眾生，佛陀在度化他們的時候，具足了應時應機、善巧方便；如果不是這樣，即使去皈依祂，祂也不可能成辦救度事業。

第三，佛具大悲心：祂日思夜想的，就是無分別的、普度一切有情眾生。否則，即使去皈依祂，也不一定得到救護。

第四，佛具大平等心：如果以一切最殊勝的財物來供養佛，佛不會因此而歡喜，而是須以正行修供養，祂才會真正的生起歡喜心。如果我們皈依的對象，不具備這個條件，而是顧念著眾生以往對祂有無供養的恩惠才決定救度與否的話，那就不會成為所有眾生的皈依處了。

總之自正解脫一切怖畏，善巧於畏度他方便，普於一切無其親疏，大悲遍轉，普利一切有恩無恩，是應皈依處。此亦唯佛方有，非自在天等，故佛即是所皈依處。由如是故，佛所說法，佛弟子眾皆可皈依。由是若於《攝分》所說此諸理上，能引定解，專心依仰，必無不救，故應至心發起定解。

總之，我們應該皈依的對象，就是自己真正解脫了，已經遠離一切怖畏；又具足善巧度化眾生的方便，能夠引導眾生也遠離一切怖畏；另外，對一切眾生沒有親疏的差別對待，同樣以大悲心來救護；而且能夠普遍利益一切有恩無恩的眾生，做到怨親平等。只有佛才能完全符合這四個條件，連神通廣大的大自在天等神祇也做不到，所以也只有佛陀才是究竟的皈依處。不只佛，包括佛說的法，及佛的弟子眾（也就是僧），都是我們皈依的對象。

以上引用《瑜伽師地論·攝抉擇分》中所講的皈依內容。如果我們能反覆思惟，生起定解，並且一心皈依仰望，我們一定能得到三寶救護的。因此，最重要的就是至心發起對三寶的堅固信解。

由能救自二種因中，外支或因，無所缺少，大師已成，然是內支，未能實心持為皈依，而苦惱故。是故應知，雖未請求，由大悲引，而作助伴，復無懈怠，無比勝妙真皈依處，現前安住為自作怙，故應皈依。

能夠獲得救護必須依賴兩個因緣：外緣和內緣。外緣，是指能救度我們的佛陀，這個因從來沒有缺少過，因為十方三世一切諸佛，都已經成佛，隨時可以來救護我們。現在是內緣還欠缺，也就是眾生的內心中並沒有真正一心一意地皈依，才會依舊被苦惱逼迫。如果自己內緣具足，縱使沒有請求三寶的救護，因為三寶大悲無量，也絕對會一直在我們身邊從不懈怠厭倦。有三寶這麼勝妙的皈依處，真真實實安住在我們面前可作為依怙，我們應該真心誠意的皈依祂。

P100L1~P101L1 《讚應讚》云~而生悟解。

《讚應讚》云，「自宣我是汝，無怙者助伴，由大悲抱持，一切諸眾生。大師具大悲，有愍願哀愍，勤此無懈怠，有誰與尊等。汝是諸有情，依怙總勝親，不求尊為依，故眾生沉溺。若正受何法，下者亦獲利，能利他諸法，除尊非餘知。一切外支力，尊已正成辦，由內力未全，愚夫而受苦。」

《讚應讚》中說：「佛曾親自說過，我是無怙眾生的助伴，懷著大悲心誓願為一切眾生拔苦與樂。佛陀具有無量悲心、廣大悲願，祂哀愍眾生、勤苦不倦，還有誰比佛陀更尊勝？佛陀啊！您是一切有情的總依怙主，是一切有情的最勝親眷，因為眾生盲目無知，不知道要皈依您，以至於在生死苦海中沉溺。如果能受取、學習您的正法，即使是根性下劣的眾生也能獲得大利，何況是利根眾生，一定能成就自他兩利。這麼殊勝善巧的利他妙法，只有遍知的世尊才能完全了知，外道怎麼可能瞭解？所以，能夠獲得解脫的外因，世尊都已經成辦，內因就得靠自己努力了。可惜愚痴的眾生遲遲不能圓滿內因，才會一直留在輪迴中受苦。」

壬三、由何道理而正皈依

第三由何道理而皈依者。攝抉擇中略說四事，一、知功德，二、知差別，三、自誓受，四、不言有餘而正皈依。

癸一、知功德

初知功德而皈依者，須能憶念皈依處功德，其中有三，一、佛功德，二、法功德，三、僧功德。今初分四

子一、佛功德

身功德者。謂正思念諸佛相好，此亦應如《喻讚》所說而憶念之。如云，「相莊嚴尊身，殊妙眼甘露，如無雲秋空，以星聚莊嚴。能仁具金色，法衣端嚴覆，等同金山頂，為霞雲縛纏。尊怙無嚴飾，面輪極光滿，離雲滿月輪，亦莫能及此。尊口妙蓮花，與蓮日開放，蜂見疑蓮華，當如懸索轉。尊面具金色，潔白齒端嚴，如淨秋月光，照入金山隙。應供尊右手，為輪相殊飾，由以手安慰，生死所怖人。能仁遊行時，雙足如妙蓮，印畫此地上，蓮華何能嚴。」

身功德

關於佛身的功德，即是正確的思念諸佛具有三十二相、八十種好等等莊嚴，並思惟《喻讚》中所說的內容，來憶念佛身的功德。

如《喻讚》中所說：「佛陀身相莊嚴、尊貴殊妙，甘露般清澈的眼睛，彷彿無雲的秋空，鑲嵌著清亮奧妙的星辰。

佛陀法相金色輝耀，身披端嚴法衣，就像金色峰頂上霞雲裊繞。

佛陀面容光潤圓滿，雖然沒有綴以種種嚴飾，卻連滿月的皎潔光華也相形失色。

佛陀尊口宣說妙音，像日光照耀下蓮花綻放，連蜜蜂都分辨不出真偽，紛紛旋舞在側。

佛陀臉色金光燦爛，牙齒潔白端整，如秋天皓月從金山的縫隙間散發出光華。

佛陀以輪相自顯的右手撫慰眾生，去除一切眾生的生死怖畏。

佛陀遊化世間時，妙如蓮花般的足印就是大地最吉祥的繪飾，使三界蓮花都相形見絀。」

語功德者。謂隨世界，所有有情，同於一時，各各申一異類請問，能由剎那心相應慧，悉皆攝持，以一言音答一切問，彼等亦能各隨自音，而生悟解。

語功德

佛語的功德，是說佛陀在說法時，世間一切有情，於同一時間，各以相異的問題請示，佛陀能在同一剎那間以智慧相應，攝受所有眾生，以一音聲同時回答一切提問；而所有眾生也都能各隨自己聽到的語音，完全地領悟了解。

P101L1~P102L1 應思惟此~恆無間斷。

應思惟此希有道理，如《諦者品》云，「若諸有情於一時，發多定語而請問，一剎那心遍證知，由一音酬各各問。由是應知勝導師，宣說梵音於世間，此能善轉正法輪，盡諸人天苦邊際。」

應當思惟佛語功德極為稀有的道理，如《寶積經·諦者品》中所說：「即使三千大千世界所有眾生，在同一時間向佛陀提出各種問題，佛陀也能在一剎那間遍知，而由一音聲就能回答各別所問，頓除眾生所有疑惑。由此應知，佛陀是三界最殊勝的導師，以梵音於世間宣說正法，善巧轉動法輪，使人天眾生，盡除一切眾苦。」

又如《百五十頌》云，「觀尊面可愛，從彼聞此等，極和美言音，如月注甘露。尊語能靜息，貪塵如雨雲，拔除瞋毒蛇，等同妙翅鳥。摧壞極無知，翳障如日光，由摧我慢山，故亦等金剛。見義故無欺，無過故隨順，善綴故易解，尊語具善說。且初聞尊語，能奪聞者意，次若正思惟，亦除諸貪癡。慶

慰諸匱乏，亦放逸者皈，令樂者厭離，尊語相稱轉。能生智者喜，能增中者慧，能摧下者翳，此語利眾生。」應如是念。

又如《一百五十頌》所說：「應該觀察世尊和美悅耳的音聲，從祂慈祥和善的容顏宣流出來，有如月宮降下甘露妙藥。世尊真實懇切的音聲，能止息眾生貪愛，就像雲雨滌除大地欲塵。世尊鏗鏘有力的音聲，能拔除眾生瞋恚，如同金翅鳥搏攫瞋害毒蛇。世尊洞澈事理的音聲，能摧壞眾生顛倒愚癡，如同日光衝破雲翳障礙。世尊通達諸法法性的音聲，能降伏眾生我慢，有如金剛杵擊碎驕慢高山。

世尊所說的法義，完全是諦實語，沒有任何欺誑；世尊隨順著眾生的根機，宣說不同的法，沒有任何過失；世尊說法善於引導，眾生容易了悟。所以，佛語的功德，就是世尊開示最究竟圓滿的法要，善巧引導眾生，適當地應機開解。

初聞世尊法語，有如石破天驚，當下就能調伏聽者心意，若再善加思惟修習，當能滅除貪等煩惱毒害。

世尊甘露法語能令匱乏貧苦的眾生，獲得滿足安慰；能讓放逸懶散的眾生，回歸收攝身心；能令貪愛輪迴的眾生，生起厭離之心；所以，佛語的功德，就是契合眾生的根機和意樂，自然而然地讓眾生內心獲得改變。

世尊說法，能使上等根性的智者生起歡喜心；能使中等根性的眾生，增長他們的智慧；對於下等根性的眾生，也能除去他們的無明愚癡。所以，佛語的功德，就是能普遍利益一切的眾生。」應當這樣來憶念佛語的功德。

意功德分二。智功德者，謂於如所有性，盡所有性，一切所知，如觀掌中菴摩洛迦，智無礙轉，能仁智遍一切所知。除佛餘者，所知寬廣，智量狹小，悉不能遍。如《讚應讚》云，「唯尊智能遍，一切所知事，除尊餘一切，唯所知寬廣。」又云，「世尊墮時法，一切種生本，如掌中酸果，是尊意行境。諸法動非動，若一若種種，如風行於空，尊意無所礙。」應如是念。

佛的意功德，分為智功德和悲功德。智功德，是說佛的智慧是遍知一切的。不論是勝義諦的如所有性（根本智；其特質即是空性）、或

是世俗諦的盡所有性（後得智；指一切緣起之相），佛都完全通達，就像看自己手掌中的菴摩洛果，一樣的內外透徹、清清楚楚，沒有任何障礙。所以佛的智慧是遍及一切，無所不知的。除了佛以外，其他聖者的智慧，有的寬廣，也有的智量狹小，惟都不能像佛一樣的周遍一切。

如《讚應讚》中所說：「只有世尊的智慧能遍知一切事物，其他的菩薩、緣覺、聲聞等等，其所知的雖然寬廣，但還不圓滿。」又說，「世尊對於一切世間之相，一切眾生的種性根本，就像看掌中的菴摩洛果般的清楚了然，這是世尊智慧才能到達的境界。不論是有情或無情，一法或多法，所有法類的共相或別相，世尊的智慧都能完全的徹知通達，如同風行於空中，來去無礙。」應當這樣來憶念佛的智功德。

悲功德者，如諸有情為煩惱縛，無所自在，能仁亦為大悲繫縛無所自在。是故若見諸苦眾生，常起大悲恆無間斷。

佛的悲功德。如同有情受煩惱繫縛不得自在，世尊則為大悲心所繫縛也不得自在。世尊看到眾生仍在苦海中流轉，總是生起大悲心，而且是恆常、沒有間斷過。

P102L1~P102LL1 如《百五十頌》~現為教授。

如《百五十頌》云，「此一切眾生，惑縛無差別，尊為解眾生，煩惱長悲縛。為應先禮尊，為先禮大悲，尊知生死過，令如此久住。」《諦者品》亦云，「若見癡黑暗，常覆眾生心，陷入生死獄，勝仙發悲心。」

如《一百五十頌》中說：「一切眾生都被煩惱繫縛不能自在，而世尊是為了解救眾生的煩惱，才恆常地被大悲心所繫縛而不能自在。所以在禮敬世尊之前，應該先禮敬世尊的大悲心才對。雖然世尊深知輪迴生死的過患，卻因為大悲心，而自願久住輪迴，濟度一切眾生。」

又云，「若見欲蔽意，大愛常耽境，墮愛貪大海，勝者發大悲。見煩惱眾生，多病憂逼惱，為除眾苦故，十力生大悲。」

能仁常起悲，終無不起時，住眾生意樂，故佛無過失。」應隨憶念。

《諦者品》也說：「世尊看到眾生被愚癡黑暗所覆蓋，遮住了原本清淨的自性，以致於陷在生死三界的牢獄當中；為了讓眾生能解脫生死的牢獄，所以世尊發起了無盡的悲心。」又說：「看見眾生被欲望所蒙蔽，貪執外境而不斷的追求，沈溺在貪愛的大海當中，總是被煩惱所苦，於是世尊發起了強烈的悲心。又見到眾生被煩惱迷惑，被病苦逼惱，為了拔除眾生的痛苦，於是世尊生起了恆常、無間斷的十力大悲心。世尊因繫念眾生，所以隨時隨地的受悲心驅轉，只要眾生的煩惱無有窮盡，世尊的悲心會永遠住在這個世間救渡我們。所以世尊好像跟我們眾生一樣在世間當中，實際上世尊是以悲心完全觀照眾生，因為悲心而不住涅槃，佛沒有任何過失。」應當這樣來憶念佛的悲功德。

業功德者。謂身語意業，由其任運無間二相，而正饒益一切有情。此復由於所化之別，堪引化者，能仁無不令其所化會遇圓滿，遠離衰損，定作一切所應作事。

業功德

佛的業功德，即佛陀的身語意三業，是由自然任運和相續不斷二種行相，來行饒益一切眾生的事業。由於所要教化眾生的因緣不同，能夠化度者，佛陀都會毫無遺漏的一一化導，令他們圓滿一切功德成就，遠離一切惡作衰損，佛陀一定要成辦一切饒益眾生的事業。

如《百五十頌》云，「尊說摧煩惱，顯示魔詭動，說生死苦性，亦示無畏所。思利大悲者，凡能利有情，此事尊未行，豈有此餘事。」《讚應讚》云，「尊未度眾生，何有是衰損，未令世間會，豈有此盛事。」應憶念之。

如《一百五十頌》所說：「世尊宣說摧伏煩惱的法門，揭露心魔迷惑眾生的技倆，闡述生死輪迴的苦性本質，開示遠離怖畏的正道。世尊繫念眾生的悲心從未停止，任何能利益眾生的事，而世尊還沒有成辦，這是不可能的。」《讚應讚》中說：「若說世尊還有應度而未度的眾生，有什麼比這更衰損的事？如果世尊沒有安住世間，又豈

會有這麼圓滿的事？因為佛所做的，除了利益一切眾生外，沒別的了。」我們應當這樣憶念佛的業功德。

此是略說念佛道理，若由種種門中憶念，亦由多門能發淨信。若能數數憶念思惟，則勢猛利常恆相續。餘二寶德，亦復如是。

以上是概略地說明思惟佛功德的內容。修習的時候，若是能透過不同的角度，由多方面來憶念佛陀身語意業的功德，那麼淨信心就會愈增長啟發。只要能數數憶念思惟佛陀功德，就一定能更猛利恆常於相續間生起淨信心。對於其餘法寶、僧寶的功德，也應該以同樣的方法來憶念、思惟，也一樣能由多方面發起清淨的信心。

由如是修，若善了解，則諸經論多是開示三皈功德，此等皆能現為教授。

唯有如此思惟修習，才能夠真正善巧了解「所有經論都是宣說皈依三寶功德，都是指導修行要訣」的道理。

P103L1~P104L1 念觀察修～極為諦實。

念觀察修皆是分別，於修行時而棄捨者，是遮此等集聚資糧，淨治罪障非一門徑，故於暇身，攝取無量堅實心藏，應當了知為大障礙。此等若作常時修持，心隨修轉，故於初時修心稍難，後時於彼能任運轉。又若能念，願我當得，如所隨念，如是佛者，是發菩提心，一切晝夜恆得見佛，於臨終時任生何苦，然隨念佛終不退失。

有些人認為觀察修是一種分別心，在正式修行的時候是不要思惟觀察的。有這種見解的人，等同自斷積聚資糧、淨除罪障的眾妙法門。我們既已獲得暇滿人身，也準備要好好修行、攝取佛法最真實的心要，就應該了解這個錯誤觀念會變成一個最大的修行障礙。

如果能夠反覆思惟觀察三寶的功德，並恆常如理修持的話，心會隨所修而轉，能修多少，心就轉多少，雖然剛開始的時候比較困難，但若經過不斷串習，日後就能任運而轉。又若能夠經常憶念三寶，希望自己能像所皈依的佛一樣，而能真正發起菩提心的話，等到心

清淨、業清淨之後，我們於晝夜都能見到佛。即使到臨終時，不管生起怎麼樣的苦，但是念念都有佛，永遠都不會退失。

《三摩地王經》云，「教汝應悟解，如人多觀察，由住彼觀察，心能如是趣。如是念能仁，佛身無量智，常能修隨念，心趣注於此。此行住坐時，欣樂善士智，欲我成無上，勝世願菩提。」又云，「清淨身語意，常讚佛勝德，如是修心續，晝夜見世依。若時病不安，受其至死苦，不退失念佛，苦受莫能奪。」

《三摩地王經》中說：「如果我們想對某事物生起真實的認識，平常就要多多觀察思惟。由於不斷地觀察思惟，心就會很自然的趨向所觀察的事理。同樣的道理，如果我們經常隨念佛，恆常修習憶念佛的無量功德和智慧，心自然就跟著相應了，而且在行、住、坐時，都能心住其中，歡喜好樂佛陀的智慧，希望自己將來也能修成無上正等菩提，這就是真正發起超勝的世俗菩提心。」

又說：「以清淨的身語意三業，恆常繫念、讚歎佛陀尊勝的功德，並時時隨順修持佛陀的智慧，如此晝夜心續都是跟世尊相應的，都能親見佛陀。即使身遭病苦或不安，甚至是臨終的死苦，都不會退失念佛的意志，總之，任何的苦受都無法擊倒自己。」

博朵瓦云，「若數數思，漸能深信，漸淨相續，能得加持。由於此上獲得定解，故能由其誠心皈依，若於所學能正習學，則一切事悉成佛法。吾等對於諸佛妙智，尚不計為準洽占卜。」此復說云，「譬如有一準利卜士說云，我知汝於今年無諸災患，則心安泰。彼若說云，今歲有災，應行此事，彼事莫為，則勵力為。若未能辦，心則不安，起是念云，彼作是說，我未能辦。」

博朵瓦祖師說：「若能經常不斷的思惟，就能慢慢地增加信心，逐漸清淨相續後，就能在身心上得到佛陀的加持。如果對以上所說的道理，產生了決定的信解，就能真正的至心皈依。如果對於所學都能如法正確的修習，那就是正習學，表示學對了，如此當能成就一切佛法。可嘆眾生對於佛陀的妙智不能了悟，對於佛陀的信心可能還不及一個算命師的占卜。」

又說：「譬如有一位很靈驗的算命師說：『你今年沒有任何災難、諸事吉祥』，這個人一定整年心意安泰。如果算命師說：『你今年災禍連連，這些事該做，那些事千萬不能做』，這個人一定會小心謹慎的遵照辦理，一旦犯忌，則會忐忑不安，老是惦記著，算命師都這麼說了，自己卻沒有依卦行事，擔心會招致損害。」

若佛制云，此此應斷，此此應行。豈置心耶，若未能辦豈憂慮耶。反作是言，諸教法中，雖如彼說，然由現在，若時若處，不能實行，須如是行。輕棄佛語，唯住自知。」若不觀察，隨心愛樂，唯亂於言。若非爾者，內返其意，詳細觀察，極為諦實。

同樣的，佛陀也制定了一些戒律，說這些不可以做，那些應該要做，但是我們會把戒律放在心上嗎？如果違背了戒律，我們會忐忑不安嗎？還是，反而自我安慰說：『雖然戒律是這樣訂的，但時代不同了，因為現今時、地的差異，很多內容已經不適用了。應該要如此如此修正……等等』，於是輕率、任意地把佛陀教誡棄置一旁，而照自己的意思去做。」如果我們對佛法的內容不好好去思惟觀察，只是一味隨自己高興，那我們說自己皈依學佛，也只是隨口說說而已。若欲避免前述情形，應該經常向內反觀自心，認真地檢視觀察，這才是最真實不虛的道理。

P104L1~P105L1 故當數數~共住信解。

故當數數思佛功德，勵力引發至心定解。此若生者，則於佛所從生之法及修法眾，亦能發起如是定解，是則皈依至於扼要。此若無者，即能轉變心意皈依，且無生處，況諸餘道。

所以，我們應當數數思惟佛寶的功德，隨力勤修，直到由衷引發決定的信解為止。如果對佛陀能生起真正的信心，則對佛所依賴修行的法寶及依教奉行的僧寶，也都能產生同等的信心，這就是修學皈依法門的真正心要。如果沒有這些基礎的話，我們連學佛的第一步就是轉變心意、至心皈依三寶都無法建立的話，更別談其他的修行了。

子二、法功德

法功德者。謂由敬佛而為因緣，應作是念，佛具無邊功德者，是由證修滅道二諦，除過引德，以為自性，教證二法，而得生起。如《正攝法經》云：「諸佛世尊，所有無邊無際功德，從法生起，受行法分，法所化現，法為其主，從法出生，正法行境，依於正法，法所成辦。」

法功德，是由恭敬佛的因緣而來。因為尊敬佛陀，憶念佛陀具有的無邊功德，都是由於修道與證滅二諦，而能淨除一切過失，圓滿一切功德而自性成佛，所以佛之所以成佛，都是由教證二法乃能生起。（「教」，是指經、律、論等聞思的內容；「證」，是指修證的內容。）如《正攝法經》中說：「十方三世一切諸佛，祂們所有無邊的功德，都是從法生起的。從開始聽聞、思惟正法所化現的一切內容，進一步依照教正法的開示修習戒定慧三學，最後證得所有法的內容，亦即以證正法而成辦修行事業。由此可見，法是根本，一切功德從法生出。最初須如實地行持教正法，中期則由教正法而生起證正法，最後依證正法而得圓滿成辦一切功德。」

子三、僧功德

僧功德中。正謂諸聖補特伽羅，此亦由念正法功德，由其如理修行門中，而為憶念。《正攝法經》云，「於諸僧伽，應如是念，謂說正法，受行正法，思惟正法，是正法田，受持正法，依止於法，供養於法，作法事業，法為行境，法行圓滿，自性正直，自性清淨，法性哀愍，成就悲愍，常以遠離為所行境，恆趣向法，常白淨行。」

僧功德

這裡說的僧寶，是指已獲得見道位、或是已經開悟的「聖僧」而言。因為聖僧是由時時憶念正法的功德而生，是對於佛所說的一切法教，如理修行而證得這個聖位，我們從僧寶如理修行這一點來憶念他的功德。《正攝法經》中說：「對於僧伽所具有的功德，應當這樣來憶念。僧伽是以言語宣說正法、身體勵行正法、意念思惟正法；亦即僧伽是以正法作為身語意三業的準則，而能成為證正法的功德

田。他不但受持正法、依止正法、供養正法，還善行護持種種佛法事業，成為正法的實踐者。僧伽所行一切都如法，也都能圓滿一切善業；而且自性正直、清淨，具有大悲；他不但成就了悲愍心，還具有遠離世俗的出離心，他的身心恆時趨向白淨善法，常行清淨的梵行。」

癸二、知差別

由知差別而皈依者。如《攝分》說，由知三寶內互差別而正皈依。此中分六，相差別者，現正等菩提是佛寶相。即彼證果，是法寶相。由他教授，而正修行是僧寶相。

(二) 知差別

由了知三寶的各別特質而行皈依，如《攝抉擇分》中說，先瞭解三寶之間的相互差異，再如理皈依，這可分為六種差別來說明。

第一、相差別：這是以三寶的本體行相來說。現証無上正等正覺的人，這是佛寶相；佛所證得的果，是法寶相；從他聽聞，如理修行佛陀教法的人，是僧寶相。

業差別者，如其次第，善轉教業，斷煩惱苦所緣為業，勇猛增長業。

第二、業差別；這是以三寶的作用而言。按照次第來說，佛陀成就以後轉法輪，為弟子開示一切教法，這是佛寶的作用；法能斷除一切煩惱、止息一切痛苦，這是法寶的作用；僧寶以身作則，精進修行，勇猛增長善業，證明正法可修可證，這就是僧寶的作用。

信解差別者，如其次第，應樹親近承事信解，應樹希求證得信解，應樹和合同一法性共住信解。

第三、信解差別：依照前面的次第來說，對於佛寶，我們應先建立親近、承事、供養的信解；對於法寶，應建立唯有真實修學、才能證得所希求內容的信解；對於僧寶的信解，是要對佛寶與法寶，產生了信解之後，大家就能和合的同修共住在一起，建立所謂的「和合僧團」。

修行差別者，如其次第，應修供養承事正行，應修瑜伽方便正行，應修共受財法正行。

第四、修行差別：如前面的次第，在行持的時候，應該先對佛寶修供養、承事等正行；對於法寶，應該修習和法相應的正行；對於僧寶，應該修共同受用資財與正法的正行，以資養我們的色身與慧命。

隨念差別者，謂應別念三寶功德，如云，「謂是世尊等。」

第五、隨念差別：就是對三寶的種種功德，一一來做隨念。比如說：「佛是一切功德的資糧田，是堪為皈依供養者……等等。」

生福差別者，謂依補特伽羅及法增上，生最勝福，佛及僧二是依初義。此復依一補特伽羅，及依眾多補特伽羅生長福德，以於僧伽定有四故。

第六、生福差別：這是說依著補特伽羅(眾生)或是依著法，都能產生殊勝的福報。佛寶和僧寶是依補特伽羅為資糧田而生起福報；法寶是以法為資糧田來增長功德。至於所依補特伽羅，佛只有一位，僧伽則有多位。若就僧寶來講，只要有四位以上的僧伽，即是一個僧團。

癸三、自誓受

由自誓受而皈依者。謂由誓受依佛為師，依般涅槃為正修法，皈依僧伽為修助伴，由如是門而正皈依，如《毘奈耶廣釋》中說。

(三)自誓受

要如何皈依呢？應以自己發誓願接受的方式來行皈依。這是說，在了解三寶的功德和差別後，因自身強烈的除苦欲望而發下誓願：以佛為修行的導師，以能證得涅槃的法為修習的正法，以僧伽為修行的助伴，這樣來誓受皈依三寶，這就是真正的皈依。以上內容如《毘奈耶廣釋》中所說。

癸四、不言有餘而正皈依

由不言餘而皈依者。謂由了知內外大師及其教法，諸學法者，所有勝劣，唯於三寶執為皈依處，不執與此相違師等，是所應皈依。

(四)正皈依

皈依三寶後，再也沒有其他的皈依對象。這是說藉由徹底認識內外道的大師及其所說教法，以及學法者之間所有勝劣的差異後，抉擇三寶為唯一最真實究竟的皈依處，而永不皈依和三寶相違的外道。

此二所有差別之中，師差別者。謂佛圓滿無邊功德，所餘大師與此相違。《殊勝讚》云，「我捨諸餘師，我皈依世尊，此何故為尊，無過具功德。」又云，「於餘外道教，如如善思惟，如是如是，我，心信於依怙。如是非遍智，宗過壞其心，心壞者不見，無過大師尊。」

在佛法和外道的差別之中，先從(1)大師的差別來看。佛陀斷盡所有過失，圓滿一切功德，證得究竟解脫；其餘外道的大師都不具備這些優點，此差異極大。

《殊勝讚》中說：「為什麼我會捨棄外道師父而唯獨皈依世尊？因為只有世尊已經斷除所有過失，具足一切功德，這是其他的老師無法相比的。」《殊勝讚》又說：「對其他外道所教的道理，經過仔細思惟研究，愈深入了解之後，我對佛陀愈有信心，確知可以依靠的就只有佛。因為外道的教法不具備一切智智，不能如佛一般的遍知一切，其宗義本身就含有過失，因此，若隨學外道法，則自心必受染污而失壞。心若失壞，怎能看得見真實無過的世尊呢？」

教差別者。謂佛聖教，由安穩道得安樂果，息生死流，淨諸煩惱，終不欺罔樂解脫者，唯一善妙，清淨罪惡，外道教法與此相違。如《殊勝讚》云，「何故由尊教，安樂得安樂，故於說法獅，尊教此眾生。」

再從(2)教法的差別來看。佛陀傳下來的聖教，是從真正的解脫安穩道，來獲得究竟的安樂果，能夠息滅生死流轉，淨除一切煩惱，這

是絕對沒有錯誤和欺罔的。對想要究竟解脫的修行人來說，唯有修學善妙的佛法，才能淨除罪惡，獲致涅槃。其餘外道的教法既無此功德，也與此相違，這就是內外道教法的差別。就像《殊勝讚》中所說：「只有世尊的教法，能令眾生由安樂道獲得安樂果，所以世人尊稱佛陀說法為『獅子吼』，因為眾生所有的邪見、煩惱都被摧破、調伏了。」

P106L1~P106LL1 《讚應讚》亦云～供養三寶。

《讚應讚》亦云，「謂應趣應遮，清淨及雜染，此是雄尊語，與餘言差別。此純顯真如，彼唯欺罔法，尊語與餘言，除此須何殊。此專一妙善，彼唯障礙法，尊語與餘言，除此有何別。由彼染極染，由此能清淨，此即依怙語，與餘言差別。」僧伽差別由此能知。

《讚應讚》中也說：「只有佛陀教法能令人趣入清淨，遮止雜染；外道的教法屬於雜染輪迴，這就是世尊的法教和其他外道的根本差別。世尊教言能開顯我們的真如本性；外道卻無法顯示真實道，都是欺罔不實的邪語。光憑這點，佛法和外道法就已經是截然不同了，哪裡還需要其他的差別來做選擇。世尊開示教導眾生累積善業的妙善方法，是令人趣向解脫之正因；外道法講的是障礙善業的虛妄雜染邪見，所說皆非解脫正因，這也是世尊教言和其他外道的分別之處。佛法能清淨一切的煩惱雜染；而外道法卻是令眾生煩惱，使心更加染污；所以，在比較內外道教法的差異之後，我們確認唯一真正能依怙的就是世尊。」

(3) 追隨者的差別。以上說明內外道在大師與教法上有優劣之差別，由此也可以推知，隨內外道教法的修行者(僧伽)自然也有優劣之分。

壬四、既皈依已所學次第

第四既皈依已，所學次第分二，一、攝分中出，二、教授中出。今初

癸一、攝分中出

初中有二四聚。初四聚中，親近善士者，謂如前說，善知識者，乃是一切功德依處，觀見是已而正親近，由皈依佛即是皈依示道大師，隨順此之正行，即是親近示道師故。

皈依後的學處有二，《攝分》與教授。

《攝抉擇分》中的皈依學處內容，可分兩大總綱來闡釋，每個總綱再可分為四聚(子目)來說明。

第一個四聚，就是親近善知識、聽聞正法、如理思惟、法隨法行。此即為皈依之後，依次第修學佛法的第一步。以下說明：

親近善知識：前文說過，善知識是一切功德的根本，看到具有德相的善知識，應該把握機會親近承事。因此皈依佛，就是皈依開示圓滿正道，與佛相應的善知識，親近善知識如法修行，就是皈依佛的隨順行。

聽聞正法，及如理作意者。隨其所應，謂當聽聞若佛所說，若佛弟子所說，法教諸契經等。及若作意何種所緣，能息煩惱，即應作意。由皈依法，於教證法應當現證，此即是彼隨順行故。

(二)與(三) 聽聞正法與如理作意：依止善知識後，必須聽聞正法，並如理思惟，就像親自從佛陀、或者佛弟子那裡聽聞到法教及經論一樣，然後選擇和自己根性相應的法去如理如量的思惟、修習，去止息自己的煩惱。由皈依法的緣故，對於聽聞的教法應當現證，亦即須依照所聽聞正法的內容如理思惟、並隨順著去修行，然後才能與法相應。這就是皈依法的隨順行。

法隨法行者，謂應隨順般涅槃法，而修正行。由皈依僧，於趣涅槃補特伽羅應執為伴。其隨順行，謂應與諸趣解脫者，共同學故。

(四) 法隨法行：親近善士、聽聞正法、如理思惟之後，應該隨順般涅槃之教法，如理修行。

由皈依僧的緣故，應該把想要證得涅槃的眾生都視為自己的法友助伴。因此，與一群趣向解脫道的同行共同學習解脫之道，這就是皈依僧的隨順行。

第二四聚中，諸根不掉者，謂根於境放散之後，意亦隨逐，於境掉動，深見過患，令意厭捨。受學學處者，謂隨力受學佛制學處。悲愍有情者，謂佛聖教，由悲差別，故皈依此，於諸有情，亦應悲愍，斷除損害。應時時間，於三寶所勤修供養者，謂應日日供養三寶。

第二個四聚是：

- (一) 守護五根不令散亂：若放任五根隨境散亂，意識也會跟著散亂，然後對境產生貪、瞋、癡等煩惱，並造作種種惡業。應當深切認識根門散亂的重大過患，使心生厭離。
- (二) 受學學處：應該隨分隨力的修學佛陀所制訂的學處。
- (三) 悲愍有情：佛陀聖教和外道真正的差別在於佛陀具足了悲心、悲願。所以我們皈依了三寶之後，應該學習佛的大悲心，對一切有情都心懷悲愍，不傷害損惱眾生。
- (四) 於三寶恆修供養：皈依三寶之後，應當每天，乃至於一切時，對三寶勤修供養，因為三寶就是最殊勝的福田。

癸二、教授中出

第二教授中出分二，一、別學，二、共學。

子一、別學

初中分二，一、遮止應學，二、修行應學。 今初

丑一、遮止應學

P107L2~P108L1 如《涅槃經》～名曰善和。

如《涅槃經》云，「若皈依三寶，是謂正近事，終不應皈依，諸餘天神等。皈依正法者，應離殺害心。皈依於僧伽，不共外道住。」此說有三，謂不皈依餘天，於諸有情捨離損害，與諸外道不應共住。

第二、教授中出，分二：一、別學，二、共學。

一、別學方面，再分為遮止應學與修行應學兩個部分。

(一) 遮止應學

如《涅槃經》中說：「至誠皈依三寶之後，成為親近承事三寶的居士，就是『正近事』。所以皈依佛後，永不應再皈依其他天神等；皈依法後，應遠離對有情的殺害心；皈依僧後，不應該與其他外道共住。」

這裡說到皈依三寶後，應該遮止的三件事：就是不再皈依其他天神；對於一切有情捨離損害；以及不與外道共住。

其中初者謂於世間，若大自在遍入天等，尚不執為畢竟皈依處，況諸鬼趣山神龍等。此是不可不信三寶，皈依彼等。若於彼等，請其助伴，現前如法，所作事業，則無不可。如求施主為活命伴，依諸醫師為治病伴。

- 1、皈依佛後，就不再皈依其他神祇；即使是色界的大自在天或遍入天等神通廣大的天神，都還在輪迴當中，尚且不能成為佛弟子究竟的皈依對象，更何況是世間的鬼趣、山神、龍等？所

以，我們不可以不信三寶，而去皈依這些對象。如果只是暫時所需，祈請這些天、龍、神祇幫忙、或作為助伴，只要是如法如理的成辦一些事業，這是被允許的。就如同為了自己存活而仰賴施主供養，為了治療疾病而倚靠醫師診療。如果以這種方式向天人祈求協助，並不違背皈依學處。

第二謂於人及畜等，若打若縛，若禁穿鼻，實不能負強令負等，意樂加行，損害有情，悉應遠離。

- 2、皈依法後，應遮止對有情的損害：皈依法後，對人或畜生等，不能鞭打、捆縛、囚禁、穿鼻、或不堪負重卻強迫其負重等。一切損害有情的心念和行為，都應當遠離。

第三謂與不信三寶，為可歸宿，而毀謗者，不應共住。

- 3、皈依僧後，不能和不信三寶、甚至毀謗三寶的人共住，以免動搖信心，影響道業。這點對初學者很重要。

以上說明皈依三寶後，應該遮止的事。

丑二、修行應學

三種修行應學者。謂於佛像，若塑若畫，隨好隨醜，不應譏毀，置塵險處，及押當等，不敬輕毀，皆當斷除，應當執為是可敬田，猶如大師。《親友書》云，「隨工巧拙木造等，智者應供善逝像。」《分辨阿笈摩》說，劫毘羅摩納婆，由於學無學僧眾，說十八種異類惡語。謂云，「汝等象頭，豈能了知是法非法。」等，感有十八異類頭形摩羯陀魚。自迦葉大師時，乃至釋迦法王住旁生中。《雜事》中說，拘留孫大師般涅槃後，端妙大王令建大塔，有一工人，曾經二次作是譏云，「今令樹其如是大塔，不知何日乃得完竣。」後善成已，深生憂悔，將其工價造一金鈴，掛於塔上，其後感生容顏醜惡，身形矮小，聲音和美，名曰善和。

(二) 修行應學

接下來說明，皈依三寶後，三種應當修行的學處；分別從應學恭敬佛像、恭敬經書、恭敬僧伽三方面說明。

1. 應學恭敬佛像。

就是對於一切佛像，不論是塑像或畫像，不管其形像是美觀或不美觀，都不應該譏評、詆毀；也不應該將佛像放置在有塵土或危險的地方；更不能拿佛像來作抵押、典當等；一切不恭敬、不尊重的舉止行為都應該斷除。應把佛像視為尊敬的福田，如同佛陀親臨一樣。

《親友書》中說：「對於一切佛像，不論工匠的手藝精巧或拙劣，不論材質是泥塑或木雕等，凡是有智慧的修行人，都應該很恭敬的供奉佛像。」

《分辨阿笈摩經》中說：有一個名叫劫毘羅摩納婆的外道，由於對有學、無學的僧眾，用了十八種不同的惡語咒罵他們，譬如說：「你們這些象頭，哪裡懂得什麼是正法？什麼是非法？」等等，因為這個緣故，死後墮入畜生道中，長成有十八種異類頭形的大摩羯陀魚，從迦葉佛時，一直到釋迦牟尼佛這麼長的劫數，都生在畜生道當中。

《雜事經》中說：拘留孫佛入涅槃後，端妙大王下令建造大塔來憶念祂。當時有一工人曾經兩次以譏諷的語氣說，「要建造這麼大的塔，真不曉得要建到幾時才能完工？」後來大塔建造完成後，看到如此莊嚴巍峨的佛塔，這個工人不禁深感懊悔，於是把全部所得工資打造了一個金鈴，掛在塔頂上。因為譏毀佛塔，他的後世感得相貌醜惡、身材矮小的果報；由於供養金鈴，後世感得聲音清亮和美，他就是後來名叫善和的比丘。

P108L1~P109L1 故於佛像～教正次第。

故於佛像不應說言，此如此類，於他所造諸佛像等，若因善妙，若量廣大，不應譏毀及遮止等。大瑜伽師奉曼殊像於覺窩前，請觀視云，「此善醜何似，若善妙者，可將絨巴迦格瓦所供之四錢金授與購取。」覺窩答云，「至尊妙音之身，無所不善，師工中等。」說已置頂，於一切像，悉如是行。

所以我們對佛像不應該說三道四。對於他人所造的佛像、佛塔等，不應當任意譏毀或評論它的好壞、美醜、形狀、大小等；也不應當勸阻他人造像建塔等。

有一次，大瑜伽師把一尊欲供奉的文殊菩薩像拿到阿底峽尊者面前，請尊者鑒示。他請問尊者：「這尊菩薩像如何？如果善妙的話，我就用絨巴迦格瓦所供養的四錢黃金買下這尊佛像。」阿底峽尊者回答：「至尊文殊菩薩的身像，沒有不善妙的，只是這位造像師傅的手藝平平。」說完，尊者將這佛像放在自己的頭頂上做頂禮。對於所有佛像，我們應該效法尊者行誼，都要恭敬頂禮。

雖於正法四句以上，應離不敬。又應斷除一切不敬，謂抵押經卷，買為貨物，置禿土地，灰塵險處，鞋襪並持，及跨越等。應起恭敬，等如法寶。傳說懂哦瓦善知識，凡見有持經典來者，合掌起立，後不能起，殷勤合掌。又說覺窩至哦日時，有一咒師不從聞法，大依怙尊見一記錄，以齒污穢沾其經書，深生不忍，說云，「可愍，不可不可。」咒師生信，遂從聞法。

2. 應學恭敬經書。

同理，對於正法，儘管只是四句偈的經文，也要遠離不恭敬。此外，應斷除一切不恭敬的行為，譬如把經卷拿去做抵押、當作貨物來交易、隨便放在地上、放在滿是灰塵或有毀損之虞的地方、與鞋襪拿在一起、以及跨越經書等。我們對於經卷法寶應該恭敬，視如珍寶。

據說懂哦瓦大師只要看到來者手上拿著經書，都會馬上起身合掌，表示尊敬法寶；老了以後，雖然行動不便無法起身，仍會恭敬地在位子上合掌。

又據說阿底峽尊者在哦日（西藏地名）傳法時，有一位咒師態度驕慢，從來不去聽尊者說法。一次尊者看到有個文書在作筆記時，以沾著口水、齒垢的手翻閱經典，內心深感不忍，憐愍的說：「不可以！不可以！」那位咒師聽說這件事後，因此對尊者生起無比的信心，以後成為尊者的弟子。

霞惹瓦亦云，「我等於法任何玩耍，無所不作，然不敬法及法師者，是壞慧因。現在愚蒙，如此已足，莫更作集愚癡之因，若愚過此，更有何能。」

3. 應學恭敬僧伽。

祖師霞惹瓦也說：「我們對於法寶常會帶著嬉鬧態度，做出輕慢不敬的舉動；要知道對法及說法師不恭敬，等於種下毀壞智慧因的種子。我們現在就已經夠愚昧了，千萬別再造作蠢事，積累愚痴的業因，如果以後繼續作這種輕忽、不恭敬的惡業，變得比現在更愚笨，那麼還能有什麼作為呢？」

若於僧伽，或出家眾，持沙門相及於其相不罵不毀，又一切種不應分黨，視如怨敵，云汝等我等，應當敬重，猶如僧寶。《勸發增上意樂會》云，「希樂功德住林藪，不應觀察他過失，不應起心作是念，我是超勝我第一。此憍是諸放逸本，永不應輕劣比丘，一劫不能得解脫，此是此教正次第。」

對一切僧伽、出家眾、現出家相者、以及對修道者之行相，無論如何都不應辱罵與輕毀；一切時處都不應該說：你們那邊、我們這邊，而有宗派分別的想法；也不應將他宗的僧眾視為怨敵一般，應當等同僧寶一樣，心生恭敬。

《勸發增上意樂經》中說：「想要追求修證功德，才會離家而住在寂靜處，如此就不要觀察他人過失，不要起心動念總是認為自己高人一等。憍慢是放逸的根本，千萬不要看輕能力差的比丘；輕視的後果，就是縱使努力修行一劫，也無法獲得解脫。這就是聖教的次第。」（本來依照教法的次第，只要如實去修，即使根性低劣者也會慢慢成就，但若犯下輕視比丘的惡業則無法成就了。）

P109L1~P110L1 敦巴仁波卿～極為切要。

敦巴仁波卿與大瑜伽師，見碎黃布在行路中，皆不輕越，抖置淨處，如是行持，應隨修學。自能如何恭敬三寶，則諸眾生亦能如是恭敬自故，如《三摩地王經》云，「作集如何業，當得如是果。」

種敦巴尊者與大瑜伽師在路上看到碎黃布，(一般袈裟都用黃布做成，黃色是袈裟的顏色，故碎黃布代表著沙門相。)都不會輕慢地跨越過去，而是把碎黃布撿起來抖掉灰塵，再放到乾淨的地方。這樣恭敬的行持，值得我們學習。

由如是因感得如是果。我們如何恭敬三寶，將來就會感得眾生也一樣的恭敬自己。像《三摩地王經》中說：「造什麼業，得什麼果。」

子二、共學

共學分六，初者隨念三寶功德差別，數數皈依者。謂數思惟如前所說，內外差別，及三寶中，互相差別，並其功德。

下面說明共通的學處，分成六項：

(一) 隨時憶念三寶功德之差別，而數數皈依：依照前面所說，應經常思惟內、外道的差別，三寶相互間的差別、及其各自的功德。

第二隨念大恩恆勤供養，嚼噉之先亦當供養者。如《三摩地王經》云，「由佛福德獲飲食，愚夫不知報佛恩。」此是以獲飲食為喻，隨自所有一切樂善，悉應了知是三寶恩，由報恩德意樂供養。此中復二，謂供養事及供養意樂。

(二) 隨時憶念三寶恩德而勤修供養，在每次飲食之前，當先行供養：如《三摩地王經》中說：「今生得以受用飲食，都是來自於佛的恩德，愚癡凡夫卻不知要報答佛恩。」這裡是以獲得飲食為譬喻。我們應當了知自身所有的一切善樂，都是三寶的恩賜，因此應以報佛恩德的意樂而勤修供養。此事又分兩方面來說，一是供養事相本身，也就是我們的行為；二是供養時的意樂。

初中有十，供養身者，謂親供養真佛色身。供養塔者，謂供為佛所建塔等。現前供養者，謂前二事，現自根前而設供養。不現前供養者，謂佛佛塔非現在前，普為一切佛佛塔故而設供養。又若於佛般涅槃後為供佛故，造像及塔，若一數等，亦非現供。若共此二隨一之時，作如是念而供養者，謂此一法性，即是一切法性，是故現前供養此二，亦即供養其餘三世一切諸佛，及供十方無邊佛塔。此是俱供現不現前。

供養的事相可分十種：前三種，現前供養、不現前供養、俱現前不現前的供養。供養的對象有二：供養身和供養塔。供養身，是指佛陀住世時，親自供養佛陀色身。供養塔，是指佛陀涅槃後，對著佛塔、佛寺做現前供養。

- 1、 現前供養：即親自在前面兩種供養對象—佛及佛塔之前供養。
- 2、 不現前供養：是指並非親自在佛及佛塔前供養，而是藉由觀想的方式，普遍緣著十方三世一切諸佛與佛塔而行供養。又如佛涅槃後，為了供養佛而建造一座或多座佛像及塔寺來做供養，這就是非現前供養。
- 3、 俱現前不現前的供養：既是現前供養，也是非現前供養的供養。是指供養的時候，我們以意念「一即一切，一切即一」的法性去做觀想供養，所以眼前供養的佛和塔寺，就等於供養三世一切諸佛，及十方無量無邊的佛塔一般。這種供養含攝了現前供養與不現前供養，稱為俱現前不現前的供養。

論說初者獲廣大福，第二較前獲大大福，第三較前獲最大福。故於一佛，或佛像等，修供養時，應憶法性無所差別，先當遣意供養一切，極為切要。

論典中說：第一種現前供養可獲得廣大的福報；第二種不現前供養又比第一種獲得的福報更大；而第三種俱現前不現前供養的福報，比前二種可獲得的福報都更超勝，是最大福報。對一尊佛或佛像修供養時，應當憶念其法性無差別的道理。在法性相同當中，供養一尊佛等於供養一切佛；因此供養之前，應先作意觀想遍及法界諸佛及佛塔，這是極重要的。

P110L1~P111L1 自作供養～當勤修學。

自作供養者，謂非由於懈怠懶惰放逸增上，而令他作，唯自手作。

- 4、 自作供養：施設供養時，不能因為懈怠、懶惰和放逸，而教他人去供，必須自己親力親為。

教他供養者，謂念自己略有少物，然諸有情貧苦薄福，無力供養，若教此供，當獲安樂，由悲愍心，唯教他供。

- 5、 教他供養：想到自己還有少許資財可作供養，其他有情卻生活貧困、福德不足、又無力供養；基於悲愍心，為了讓眾生獲得安樂因，於是教他們如何供養，並給他們物資，讓他們去作供養。

又亦勸他共供養者，謂自他俱共同供養。此三福果，大小如前。

- 6、 勸他共同供養：不只自己作供養，也教他人和自己一起作供養，這就是自他俱共同供養。自作供養、教他供養、及自他俱共同供養，這三種福報的大小，如前所說。第一種自作供養福報大，第二種教他供養的福報更大，第三種自他俱共同供養的福報最大。

財敬供養者，謂供種種衣服飲食臥具坐具病緣醫藥，供身什物，薰香末香塗香華鬘伎樂及諸燈燭，敬問禮拜，奉迎合掌，唱種種讚，五支遍禮，右旋圍繞，又供田等無盡奉施，又供摩尼耳環臂釧，諸莊嚴具，下至供養諸小鳴鈴，散諸珍奇，纏寶縷線，供養諸佛，或佛塔廟。

- 7、 財敬供養：是指恭敬的外財供養。供養各種衣服、飲食、臥具、坐具、醫藥等養護身體所需品；供養薰香、末香、塗香、花鬘、音樂、燈燭等莊嚴佛身所需物；以及問訊禮拜、合掌迎請、唱頌讚偈、五體投地禮敬、右旋繞佛等行儀；還有供養田地等資財、或供養摩尼寶珠、耳環、手環、臂釧等莊嚴飾具；甚至供養一些小鈴噹、奇珍異寶、金絲銀縷等供品來禮敬、供養諸佛及塔廟。

廣大供養者，謂以如是利養恭敬常時供養。此復有七，謂所供物，眾多微妙，現非現前，自作教他，至心歡喜，猛利勝解，而為供養，復將此善迴向無上正等菩提。

- 8、 廣大供養：就是恆常以恭敬心行供養之事，而此供養應具足七種行相，最後並將善根迴向法界眾生共同獲得無上菩提，這叫做殊勝廣大供養。七種行相指所供物眾多、微妙、現前、非現前、自作教他、至心歡喜、猛利勝解。

非染污供養者，謂不由輕蔑放逸懈怠而教他供，自手供養，殷重供養，不散漫心而設供養，不以貪等雜染供養，不於信佛國王等所為得利敬而為供養，以隨順物而設供養。隨順物者，謂諸淨物，遠離不淨，雌黃所塗，酥所灌洗，局囑羅薰，遏迦花等及諸所餘非清淨物。

- 9、非染污供養：不因為馬虎不用心、放逸、懈怠等理由，自己不供養，卻教他人做，應該要親手去供養；並以殷重、不散漫的心去供養；不因為貪等煩惱而作供養；更不因屈於王威、或覬覦得利才作供養；能以隨順物來作供養；以上都稱為非染污供養。隨順物，是指清潔乾淨的供物，如不塗雌黃、不用酥油灌洗、不薰黑香、不用有毒刺的艾花、以及其他種種不淨物皆不要供。

又若如是財物供養，自無所集無從他求，應於一切世界之中，所有如來諸供養具，以歡喜俱及於廣大勝解俱心，周遍思惟，一切隨喜少用功力，而修無量廣大供養，攝集菩提廣大資糧，恆常於此以真善心，起歡喜心，當勤修學。

以上所說的財物供養，若因為自己貧窮、匱乏，不要勉強外求，就觀想十方一切如來法會當中，有無量無邊的天人、聖眾，在供養諸佛菩薩；我們只要帶著歡喜心、廣大勝解心去普緣這一切，並隨喜、讚歎他們的供養和功德，就等於花費少許力氣，修習了無量廣大供養，也積集了廣大的菩提資糧。所以我們應該恆常以真誠、善心、歡喜心去隨喜他人行善。

P111L1~P112L1 又如《寶雲經》～至極堪惜。

又如《寶雲經》及《建立三三昧耶經》所說，無主攝持諸華果樹及珍寶等，亦當供養。

又如《寶雲經》及《建立三三昧耶經》中所說的「無主供養」，一切無主攝持之物，比如野花、果實、及珍寶等等，也可以當作供養物。

正行供養者，謂於下至搆牛乳頃，精勤修習四無量心，四種法集，隨念三寶，波羅蜜多，及能勝解甚深空性，無分別

住，於淨尸羅，起防護心，於菩提分，六度四攝，精勤修學。若能由此十種供養供養三寶，應知是名圓滿供養。

10、正行供養：依教修行就是正行供養，是十種供養裡面最殊勝的供養。無論何時都應當憶念著正法，即使只有擠牛奶這麼短的時間，也要把握機會勤修四無量心(慈、悲、喜、捨)、四法印(諸行無常、諸法無我、有漏皆苦、涅槃寂靜)、隨念三寶功德、修持六波羅蜜多、了悟甚深的空性義理、安住無分別念；淨修尸羅、防護根門；修習三十七菩提分、六度四攝等學處。

若能以上述十種供養來供養三寶，就稱為圓滿供養。

由如是等，興供養時，有六意樂，能於三寶隨一之所，少分思惟，而生無量廣大果利。一者無上大功德田，二者無上有大恩德，三者一切有情中尊，四者猶如鄔曇妙華極難值遇，五者三千大千世界獨一出現，六者一切世出世間圓滿根本，作是思惟而設供養。此等是如《菩薩地》說而正摘錄。恆常時中，於如是等隨應而行，若遇佳節及大時會，當隨力能修妙供養。

以上所說是供養的加行；下面要說明供養的意樂。

供養的意樂，分為六項。供養時，若能於佛、法、僧三寶之中擇一來略略思惟，就能夠感生無量無邊廣大的果利，何況是憶念三寶全部。因為第一，三寶是無上的功德田，一切功德從三寶而來。第二，三寶對眾生具有無比恩德。第三，三寶是一切有情中最尊貴的。第四，就像千年一出的鄔曇花，三寶是無比的珍貴難遇。第五，整個三界之內，佛法僧三寶是獨一無二的。第六，三寶是一切世間、出世間圓滿的根本；應該用這樣的意念施設供養。

以上是供養的六種意樂，內容摘錄自《菩薩地》。我們應該隨分隨力地恆常作供養，遇到重大節慶和特別的時日，更要好好地廣修上妙的供養。

復次恆須受飲食故，爾時若能首先供養無間缺者，少用功力，而能圓滿眾多資糧，故隨受用淨水以上，應以先首至心供養。此復非以糕之瘵處，菜葉黃處，是須擇其妙者而供。

日常生活中，由於我們每天都會進食，若能養成進食前先作供養的習慣，這樣只需花少許力氣，就能累積圓滿廣大的資糧。自己受用的任何東西，哪怕只是一杯清水，都應該先行以至誠心供養三寶。還有，供養時應注意不要拿已經腐壞、或者不新鮮的物品作供養。譬如發霉的糕點、發黃的菜蔬等；應該要選擇最好、精妙的食物來供養。

又供茶時，現一切人，如洒揚塵，唯彈少許，不成供養，是霞惹瓦語錄中出。譬如有一極肥沃田，至下種時而不下種，任其荒蕪，如是廢止，實生不忍。如是能生若現若後一切善樂，最勝福田。於其四季一切時中，常恆無間，堪種一切善樂種子，復應於此如經說云，「當以信犁，耕耘福田。」若未能作，至極堪惜。

現在有些人在供茶時，像是灑水壓灰塵似的，只是用手指沾一點茶水象徵性的在空中彈一下當作供養，霞惹瓦祖師的語錄中有說，這樣不成敬意，不是真正的供養。譬如有一塊非常肥沃的田地，到了播種的時節，卻不播種，任由它荒蕪，最後變成廢田，這樣的浪費實在讓人心生不忍！現在我們眼前就有三寶這一塊能夠生出今生、後世以及究竟一切善樂的最殊勝福田。一年四季的任何時間裡，我們應該恆常不間斷地種下一切善樂的種子，這樣就能累積廣大福報。更應該如經中所說：「以信心的犁，來耕耘這個福田。」假定連這點都做不到，豈不可惜。

P112L1~P113L1 故如《讚應讚》～造次亂言。

故如《讚應讚》云，「如尊之福田，三世間非有，施處尊第一，是淨令座淨。猶如虛空界，橫豎無邊際，於尊為利害，異熟無盡際。」於最勝田，尚不見如庸俗之田，此是我等無賢善相，故一切時，當勤精進供養三寶。

如《讚應讚》中所說：「像世尊這樣尊勝的福田，在過去、現在、未來三世間都絕對找不到，能供養世尊是最殊勝、第一的；由於世尊就是最清淨的福田，祂能使在座弟子也得以清淨。佛陀的功德事業如同虛空界般沒有邊際，眾生若是在三寶的福田當中，種下一點善的、或惡的種子，其感得的異熟果報也同樣是沒有窮盡的。」三寶是最殊勝的資糧田，可嘆凡夫卻視之不如世間普通的田地，這是因為

我們沒有福報、賢善不足的緣故。所以，我們應該在一切時，都精勤地供養三寶。

若如是行，由於勝田種善根力，於諸道次，慧力增長。故於聽聞不能持文，思惟不能解義，修習相續不生，慧力至極微劣之時，依福田力，是要教授。

如果能這樣精勤地供養三寶，在最殊勝的資糧田種下善根，當善根增長後，對於一切修道的次第和內容，很快的就能趨入，慧力也能不斷增長。因此，對於聽聞佛法之後，卻不能憶持；思惟義理之後，卻不能融會了解；修習正法之時，卻不能生起證量；這都是因為智慧太差的緣故。這種情況之下，更要依止三寶的福田力，努力勤修供養，這是最重要的教授。

如是亦如吉祥敬母云，「作詩大善根，我慧依尊故，如夏季江河，雖小極增長。」又如說云，「供養亦復不賴其物，是在自信。」若有信心，用曼陀羅及諸淨水，並無主攝諸供具等，皆可供養，無餘財物，應如是行。

就像馬鳴菩薩所說：「我會具有作詩論著的大善根，就是因為依止三寶而獲得智慧之故；如同夏季的江河，一開始水量雖小，等到山上的積雪融化下來，水量就會迅速暴漲起來。」又說：「供養圓滿與否，最主要的不在供物，而在淨信心。」如果具足信心，縱無財物，也可以用曼陀羅和一些淨水、甚至無主物，都可以拿來供養，同樣的可以積聚福德資糧。因此，在缺乏財物可作供養的情況下，應該這麼做。

如現實有而不能捨，作是念云，「我無福德極貧窮，諸餘供財我悉無。」等同博朵瓦云，「於一穢螺盃中，略擲少許香草，念云，『梅檀冰片妙香水。』是諸生盲欺明眼者。」

如果實際上有能力，卻因為慳吝捨不得，還故意說：「我因為福德不夠、又極為貧窮，所以完全沒有多餘的財物可作供養。」那就錯了。這就如博朵瓦祖師說的：「在一個骯髒的杯子裡裝一點水，隨意丟進一些香草，還煞有其事的說：『這是梅檀冰片妙香水。』簡直是瞎子欺騙明眼人的行徑。」這個萬萬不可以。

又如樸穹瓦云，「我於最初供養香草，其氣辛辣。次有四合長香供養，其氣甘美。現在供養，若沉水香、嚙嚙迦等，其氣香馥。」若於微供輕而弗供，則永生中終是唯爾。若縱微少，發起殷重，漸得上妙，應如此師行持修學。傳說此師每配一次，須用二十二兩金之香。

應該像樸穹瓦尊者一樣無諂供養：「剛開始的時候，我只能供得起香草，它的氣味比較辛辣；後來慢慢積了點財富，便改用氣味比較甘美的四合長香作供養。現在有能力了，可以用氣味香馥濃郁的沉水香和懷香來供養。」假如因為供物微劣而不作供養的話，那麼這輩子固然如此窮耗下去，卻也白白浪費了宿生的善根，下一世就更沒有機會了。反之，就算供品微不足道，只要供的時候是以至誠殷重心去作供養，因為福田力的緣故，未來會逐漸感得上妙供物可作供養。所以我們應該好好效學樸穹瓦尊者的行誼。傳說後來樸穹瓦尊者每配製一次供養用的最上等的香，需花費二十二兩金子。

若諸已得資具自在大菩薩眾，尚化其身為多俱胝，於一一身，復各化現百千等手，往一切剎，經無量劫，供養諸佛。諸由少許相似功德，便生喜足，云我不於此上希菩提者，是於正法極少知解，造次亂言。

如果連已經獲得資具自在的大地菩薩們，尚且要化現為百千萬億身相，每一身又化現有百千隻手，以無量劫的時間前往一切剎土供養諸佛；我們不過做了一點點的相似功德，便沾沾自喜說，「我不必在供養上希求菩提，我只要靠自己努力修習就可以了。」其實這種人對正法根本不了解，才會胡言亂語啊！

P113L1~P114L1 以是應如~而得解脫。

以是應如《寶雲經》中所說而行。如云，「應當聽聞諸契經中，所有如是廣大供養，廣大承事，由其最勝真實善心，增上意樂，迴向諸佛及諸菩薩。」

所以，應依照《寶雲經》所說的去行持。如經中說：「應當多聽聞經論中有關如何修習廣大供養、廣大承事的內容，策發自己最殊勝真實的善心，並以增上意樂如理如法去行持，最後再把供養的功德迴向無上菩提、及一切諸佛、菩薩。」

第三隨念悲愍，亦應安立於諸眾生於是道理者。謂由悲愍，隨能安立諸餘有情令受皈依。

「共同學處」的第三項。

(三) 以隨念大悲心的緣故，應該也使一切眾生都得到皈依。自己皈依以後，由修學悲愍心，時刻心繫眾生，並隨力引導眾生也皈依，希望他們也獲得究竟的離苦得樂。

第四隨作何事，有何所須，皆當供養啟白三寶，棄捨世間諸餘方便者。謂隨作為何種所作，隨見何等緊要重事，應依三寶及興隨順三寶供養，於一切種，不應依止不順三寶邪道等儀，一切時中應當至心皈依憑三寶。

(四) 皈依以後，不管做什麼事情，有什麼需要，都應該要先供養、啟白三寶，而不再用世間其它的種種方法。這是說不論做什麼事情，不論遇到何等緊要的大事，都應依止三寶並作隨順三寶的供養。在任何情況下，都不依止與三寶相違的邪道等儀式。於一切時，所有作為都應至心皈依憑仗三寶，依三寶的教誡來行事。

第五由知勝利，晝三夜三，勤修皈依分二，一攝分所出勝利，二教授所出勝利。

(五) 了解皈依的殊勝利益後，不管是白天(晝三時)、晚上(夜三時)，任何情況下都應勤修皈依。

有關皈依三寶的殊勝利益，可分為兩種傳承來闡釋，一個是由《攝分》所出(相宗)，一個是由教授所出(性宗)。

初中有二四聚。初四聚中，一獲廣大福者，如《無死鼓音陀羅尼》云，「佛世尊難思，正法亦難思，聖僧不思議，諸信不思議，異熟亦難思。」《攝波羅蜜多論》亦云，「皈依福有色，三界器猶狹，如大海水藏，非握能測量。」

1、首先說明由《攝分》所出的皈依勝利。

在《攝抉擇分》中有提到皈依三寶的勝利，可分為兩個四聚(子目)來說明。

第一個四聚，就是獲廣大福、獲大歡喜、獲三摩地、獲大清淨。

獲廣大福。如《無死鼓音陀羅尼經》中說：「佛陀功德不可思議，正法功德不可思議，聖僧功德不可思議，如果相信三寶的信心同樣不可思議，那麼所感得的果報也是不可思議的。」

《攝波羅蜜多論》中也說：「如果皈依三寶的福德有形色、可以衡量的話，以三千大千世界作為容器，都無法容納得下。就如同大海水藏，是無法用手握來測量的。」

二獲大歡喜者，如《念集》中云，「若諸日夜中，能隨念諸佛，正皈依佛者，此是人所得。」於餘二寶亦如是說。我今獲得依止如是三寶歸宿，是為善得，作意思惟，增長歡喜。三獲三摩地，四獲大清淨者，謂由等持及以慧學而得解脫。

(2) 獲大歡喜。如《念集經》中說：「能在日夜當中，經常隨念佛寶功德，如法皈依佛陀，這只有暇滿的人身可以做到。」其他的法寶和僧寶，也是同樣的道理。若能作意思惟「我現在不但獲得了暇滿人身，又有機會能依止三寶，實在是善妙難得。」想到這個殊勝的利益，就會不斷增長心中的歡喜。

(3) 獲三摩地。由皈依而獲廣大福，這就是我們的資糧，當我們修戒定慧時，就會很容易趨入，也容易獲得定慧以上的成就。

(4) 獲大清淨。皈依三寶之後，努力修習三學，由定學、慧學以上的成就，而獲得解脫，得到大清淨。

P114L2~P115L1 第二四聚~有者罄盡。

第二四聚中，一具大守護者，至下當說。二於一切種邪勝解障，皆得輕微或永滅盡者，謂由信解皈依惡師惡法惡友增上力故，造諸惡業，皆得輕微，當得清淨。

由《攝分》所出的勝利中，第二個四聚，是

(1) 具大守護。由於皈依三寶，可得三寶的加持，無論人與非人都無法造成傷害，而獲得大守護。關於這點，到後面會進一步說明。

(2) 因皈依三寶，過去所有因邪知邪見所造的惡障，都能變得輕微，或者永遠消滅。過去由於信解錯誤，依止惡師、行諸惡法、結交惡友，這所有的惡業，都能因為皈依三寶後，得正知見，如法懺悔，於是前面所造惡業，會漸漸變得輕微，最後得到清淨。

三得墮入正行正至善士數中。四為其大師同梵行者，及於聖教淨信諸天愛念歡喜者，謂得趣入善士數中，為大師等之所喜樂。諸天如何歡喜者，謂彼歡喜唱如是言，我等由其成就皈依，從彼處沒來生此間。是諸人等，今既成就多住皈依，亦當來我眾同分中。

(3) 正式進入善士的行列。皈依三寶之後，所行一切都是令諸佛歡喜的善行，逐漸轉變為正行正至的善士，此即為皈依三寶的作用。

(4) 得到諸佛菩薩、僧眾同行與對聖教有淨信心的諸天愛念歡喜。因為成為善士，所行都是善行，所以為佛菩薩等愛樂歡喜。至於諸天為什麼歡喜？他們會唱說：「過去我們就是由皈依而得到成就，從人道轉生到天道來。現在你們皈依三寶，如法修持，將來也同樣能得到成就，生到天界，成為我們的友伴。」

教授所出勝利分八。一得入內道佛弟子者，總有多種建立內外差別道理，然共稱許覺窩與寂靜論師，以有皈依而為判別，謂得皈依，乃至未捨。是故最初入佛弟子者，須由至心於三寶所受為大師等，此若無者，任作何善，皆不能入佛弟子數。

2. 由阿底峽尊者的教授中所示的皈依勝利，可分為八項。

(1) 成為內道佛弟子。內道和外道的區別，雖然有種種說法，然而眾人共同承許，以阿底峽尊者和寂靜論師所說的為準，也就是以有無皈依作為判別的依據。因此，從獲得皈依，一直到未曾捨棄三寶前，都稱為佛弟子。也就是在最初皈依的時候，必須是由內心至誠的接受三寶，以佛為我們皈依的大師，法是我們證得果位的正法，僧是我們皈依的助伴，這樣才能真正得到皈依。如果心中沒有這樣的認知和承諾，那麼修任何的功德、善行，都不能算是佛教徒，不能趣入佛弟子行列。

二成一切律儀所依處者，《俱舍釋》云，「受皈依者，是受一切律儀之門。」《皈依七十論》亦云，「近事皈依三寶，此是八律本。」此中意趣，謂由皈依而能堅固涅槃意樂，從此意樂律儀發生。

(2) 成為一切律儀的根本。《俱舍論釋》中說：「受持皈依，等於是得到一切律儀的根本。」《皈依七十論》中也說：「在家居士因為皈依了三寶，可說是已具足受持八種律儀的根本。」這其中的涵義，是說先要皈依三寶，成為佛弟子才能得到戒體；由於持戒，才能生出定、慧，而達最後解脫；換句話說，有了皈依，可以堅固出離心，而以此涅槃意樂為等起，才會持守各種戒律。

三先集業障輕微減盡者，《集學論》中，顯示皈依能淨罪時，說云，「此中應以生豬因緣，而為譬喻。」謂有天子當生豬中，由皈依故，即未生彼，是由皈依能淨當生惡趣因故。「若有皈依佛，彼不往惡趣，捨棄人身已，彼當得天身。」於法及僧亦如是說。故先集罪，有者輕微，有者罄盡。

(3) 往昔所集的業障轉輕、或減盡。《集學論》中提到皈依能淨治罪障時說：「此處應當以生豬因緣的故事，作為譬喻。」以前有一位三十天的天子，在自身出現五衰相時，知道福報已盡，即將死亡，並因宿世惡業將墮生為豬，因此悲痛不已，經由帝釋天勸說皈依了佛陀，結果死後反而投生到更高的兜率天。這說明了皈依三寶能清淨當生惡趣的業因。《集學論》中說：「凡能皈依佛，就不會墮惡趣，而且這一世人身死歿後，將能得天身。」至於皈依法及皈依僧，也具有同等功德。所以皈依三寶，可以將前世所積累的惡業轉變，有的變輕，有的完全淨除。

P115L2~P116L1 四積廣大福~所說此等。

四積廣大福者，如前所說。五不墮惡趣，由前應知。

(4) 積集廣大福德。如前所說，皈依的福報若有形色，三界都無法容納。

(5) 不墮惡趣。由前所說應知，皈依會轉變惡業，甚至讓惡業完全消失。既然沒有惡業，就不會再墮惡趣。

六人與非人不能為難者，如經云，「諸遭怖畏人，多皈依山林，及皈依諸園園，皈依所供樹木。其皈依非尊勝，其皈依非第一，雖依其依處，不能脫眾苦。若時有皈依，佛法及僧伽，由知苦苦集，正超越諸苦。八支聖道樂，當趣般涅槃，以智慧觀見，諸四聖諦理。此皈依為尊勝，此皈依是第一，由皈依此皈依處，能解脫眾苦。」此中應以成就風索外道等緣，而為譬喻。

(6) 人與非人不能阻礙。如經中所說：「有些眾生，在遭遇怖畏時，就跑去皈依山川、園林、或樹木等神祇。他們皈依的對象都不殊勝尊貴、不是第一，因此雖然有皈依處，也不能脫離眾苦。唯有皈依佛、法、僧三寶，才是究竟的依處。由於了知一切苦及苦因，而能超越痛苦；由修習八正道（即正見、正思惟、正語、正業、正命、正精進、正定、正念），而趣入般涅槃，得解脫之樂，這就是以智慧觀見四聖諦理，真實找到正皈依處。皈依三寶，才是最殊勝、最尊貴、真正第一的皈依處；也只有這個皈依處，才能真正解脫眾苦。」

這個道理，應當以風索外道的因緣故事，做為譬喻，讓大家了解。有一位外道，學會一種能致人於死的風索法術。當地的人都被他的法術懾伏，只有一位牧童不為所動。外道非常生氣，就對牧童施風索法，牧童卻毫髮未傷，外道便懷疑是不是自己的繩法失靈，於是找了隻狗來測試，結果狗當場死亡。外道就質問牧童：「你是用什麼法術抵擋我的？」牧童回答：「我什麼法術也不會，只是皈依了三寶而已。」後來外道拋棄了過去所學的邪法，正式皈依三寶。這就是皈依三寶以後，能得到大守護。

七隨一切想悉當成辦者，隨行何等如法所作，若先供養皈依三寶，祈禱成辦，則易成就。

(7) 一切願望，容易實現。做任何事情以前，如果能先供養三寶，皈依三寶，殷重地祈請三寶加持，事情就比較容易成辦。

八速能成佛者，如《師子請問經》云，「由信斷無暇。」謂由獲得殊勝閒暇，遇皈依處，學殊勝道，由此不久當得成佛。如是憶念諸勝利故，於日日中，晝三夜三，勤修皈依。

(8) 速能成佛。如《師子請問經》中所說：「淨信三寶，可以斷除八種無暇。」這是說既然獲得寶貴的暇滿人身，並值遇三寶皈依處，又

能精進修學殊勝要道，相信不久就能成就佛果。應該經常這樣思惟三寶功德勝利，以策發我們每日裡不管白天、夜晚，都勤加修習皈依。

第六下至戲笑乃至命緣，應當守護不捨三寶者。身命受用，定當捨離，若為此故，棄捨三寶，則一切生輾轉受苦，故任至何事，不捨皈依。作是念已，數起誓願，雖為戲笑亦不應說捨皈依語。諸先覺等說一學處謂隨往何方，於彼如來應學皈依，未見根據。

阿底峽尊者所示教授中，皈依後「共同學處」的第六項。

(六) 始終守護不捨三寶：無論是平常開開輕謔的玩笑，或甚至嚴重到有性命之危，都應該要守護三寶，絕不捨棄皈依。要知道，我們的身體、性命、受用，遲早是要捨棄的；現在若為了守護生命或財產而捨棄三寶，那麼往後的生生世世註定會在輪迴中輾轉受苦。所以在任何情況下，都不可以棄捨皈依。有了這樣的認知後，要從心裡數數發起誓願：即使是開玩笑，也絕對不說出棄捨皈依之類的話。

有些先賢們說，無論我們要去哪一方向，就應該要皈依那裡的佛。譬如要到東方去，就要對東方的佛做禮拜皈依；要去西方，就要對西方的佛做禮拜皈依。因為十方都有如來安住，所以要如此這般的禮拜皈依。這種說法沒有經典依據。

如是六種共同學處，是如《道炬釋論》中說。各別學處初三種者，契經中說。後三種者，出於《皈依六支論》中。如彼說云，「應於形像頌，及諸碎黃布，信解為大師，親口說諸法，不謗應頂戴，淨未淨諸人，應觀為善士。」《攝決擇》中所說此等。

以上六種共同學處的內容，是出於《道炬釋論》中所說。至於各別學處中前三項「遮止應學」的部分，是按《經藏》而說；後三項「修行應學」部分，則出自《皈依六支論》。如論中所說：「對代表佛的佛像、代表法的偈頌、代表僧的法衣及碎黃布，都應該信解為大師親臨、對大師親口說的法，不可以譏謗，要恭敬頂禮。對於僧伽，不論是已達清淨的賢聖僧、或尚未清淨的凡夫僧，都應視為善士。」在《攝決擇分》中，也同樣說這個道理。

迦摩跋云，「此諸學處，內鄔蘇跋，想亦宣說，我二同從阿蘭若師所聞。」此語出於此師所傳壘跋嘑道次第中。

祖師迦摩跋曾說：「這些各別學處、共同學處的內容，我想內鄔蘇跋也是這樣宣講的，因為我們兩人是一同從阿蘭若師那邊得到這個教法。」阿蘭若師是阿底峽尊者在藏地最主要的弟子之一，換句話說，這是從最完整的傳承中，有成就的祖師傳下來的。這段話出自於祖師迦摩跋傳給壘跋嘑的道次第書中有提到。

若有違犯此諸學處，當成虧損及棄捨之理者。有說違犯六種成捨，謂初三種各別學處及恆修皈依，為命不捨，供養三寶。有說由其九種成捨，謂加違後三種各別學處。其餘僅是虧損之因。

皈依以後，若是違犯了皈依學處的內容，將成為虧損或棄捨三寶的道理：在於分辨哪些情況算是對三寶有所虧損？哪些情況又算是棄捨三寶？

有人說，如果違犯以下六種學處，就算是棄捨三寶。六種學處，包括前面別學部分的三種遮止應學(即不歸餘天、不損有情、不與外道共住)，以及共學部分的恆修皈依，為命不捨，與供養三寶這三項。也有人說，要違犯九種內容，才算是棄捨三寶。九種內容，除了前項所說的六種學處之外，再加上違犯後面三種修行應學的各別學處(即恭敬佛、恭敬法、恭敬僧)。除此之外，違犯其他學處的內容，只算虧損三寶的因，不算棄捨。

然作是思，若與為命亦不棄捨有違犯者，實捨皈依。如是雖未棄捨三寶，然俱愛執三寶異品大師等三，亦違不言有餘大師，心未誠皈，故亦成捨。若未犯此，僅違學處，非是捨因。

然而我(宗大師)認為，如果違背了「為命亦不棄捨」這個學處，實際上就已經棄捨皈依了。另外，雖然內心並沒有棄捨三寶，但同時又貪愛與三寶相違的外道大師、教法、徒眾三者，像這樣不把三寶當做唯一真實的皈依處，也等於違背了「不言有餘」的學處。事實上，

由於內心並沒有至誠的皈依，所以也構成棄捨。如果沒有違犯這兩條，其餘學處的違犯，就只是對三寶有所虧損，而不算棄捨三寶。

是故皈依，是於佛教，能入大門。若有皈依，非唯虛言，則是依止最殊勝力，內外障緣不能違害。功德差別，易生難退，倍轉增長。故如前說，由於怖畏及由憶念功德等門，受持皈依，勵力不違皈依學處，是極扼要。

所以皈依是進入佛教的大門，如果能夠真實、至誠懇切的皈依，而不只是嘴巴上的空話，那就等於是依止了最殊勝的力量。這種力量能使一切內、外障緣都沒辦法危害我們；能使我們種種不同的功德，容易生起，卻不易退失，因此我們的功德也能漸次倍轉增長。

所以如同前面所說，我們由於懼怕死後會墮入惡趣、以及憶念三寶的功德，相信三寶能救護我們，所以才受持皈依。現在既然皈依了三寶，就應該對三寶具有真實的信心，努力照著應該學的去學，不違犯皈依學處，這才是最重要的。

設作是念，如是念死及思死後當生惡趣，而起怖畏，能從其中救拔皈處，是為三寶。若皈三寶不違學處，然其皈處，如何救拔。

假如有人這樣想：只要一想到死亡以及死後將轉生惡趣，對輪迴就會產生怖畏心；而今，要想免除恐懼、獲得救拔，唯有仰仗三寶之力。如果皈依三寶，又不違犯應學學處，那三寶是如何救護我們的呢？

如《集法句》云：「能斷有箭道，我教示爾等，如來是大師，爾等應須行。」佛是皈依大師，僧是皈依正行助伴，故正皈依是為法寶。若能得此，解脫畏故。

如《集法句經》中所說，「能徹底斷除三有毒箭的教法，我已經告訴你們了；如來是開示教法的大師，僧伽是修習教法的友伴，你們應該要努力去依法修行。」佛是我們皈依的導師，僧是皈依的正行助伴，而我們正皈依的是法。若能真實皈依三寶，在內心當中生起滅、道二諦的功德，才能真正從惡趣的怖畏中得到解脫。

最下法寶，亦是由其初修業時，遠一分過，修一分德，斷證二事，倍轉勝進而為安立，非離此外，忽從他來。

如何得到最究竟的法寶？法寶真正的從心中生起，也是經由最初的修習聽聞、理解、思惟觀察，從一點一點斷除過失，一分一分修證功德而來；法寶就是在不停地斷證中，倍倍輾轉增進而得到的，絕對不是離開修法，而從其他地方突然產生的。

故於此時，是須善巧善不善業及果差別，如理取捨而修正行，是為修法。若不久思二業及果，如理取捨，則不能遮諸惡趣因，縱畏惡趣，然亦不能脫此畏故。是故救拔果位惡趣，須於因時，糾治其意隨不善轉，此復依賴於諸業果得深忍信。

因此，如果不想要墮惡趣的痛苦，就必須先知道如何正確地斷惡修善，必須能善巧地分辨善、惡業，以及二者果報的差別。能夠如理的分辨及取捨善、惡業，如法地斷惡修善，這樣就是修行正法。反過來說，若不能經常思惟善、惡二業及其果報的差別，就不知如何正確的取捨，以遮除一切墮惡趣的業因。如此，縱使害怕墮惡趣，也不能從墮惡趣的恐懼中脫離出來。所以，想要不得惡趣的果報，必須在因地上遮止惡趣的因，也就是必須對治心念隨著惡業而轉。如何做到這一點？就必須依賴內心對業果道理的認識，並產生決定的信解，亦即對業果發起深忍信。

辛二、一切善樂所有根本發深忍信

第二引發一切善樂根本深忍信中分三，一、思總業果 二、思別業果 三、思已正行進止之理。

壬一、思總業果

初中分二，一、正明思總之理，二、分別思惟。今初

癸一、正明思總之理

P117L8~P118L1 初中有四~白法根本。

初中有四。業決定理者。謂諸異生及諸聖者，隨有適悅行相樂受，下至生於有情地獄，由起涼風，所發樂受，一切皆是從先造集善業所起。從不善業發生安樂，無有是處。所有逼迫行相苦受，下至羅漢相續之苦，一切皆是從先造集不善而起。從諸善業發生諸苦，無有是處。

業有四個特質，第一、業決定一切善惡苦樂。善有善報、惡有惡報，業是確定的（業決定之理）；第二、業會增長廣大；第三、沒有造的業不會碰到（業未造不遇）；第四、已造之業一定不會失壞（業已造不失）。說明如下：

業決定一切。眾生一切苦、樂，都是善、惡業所感。

此說所有凡夫、聖者，無論在人間或是天上所感得的任何舒適悅意的快樂感受；乃至於投生到最痛苦的有情地獄，因偶爾涼風吹起而帶來的一點點樂受；這一切都是先前所集的善業所引發的緣故。若說從不善業而能感生安樂，這是不可能的。同樣的，一切逼迫身心的苦受，即使連已證得阿羅漢果位，在還沒有進入無餘涅槃之前，也仍會由心續產生苦受，而所有這些痛苦也都是由先前所造集的不善業所引發的緣故。若說從善業而會產生任何一種苦受，這是絕對不可能的。

《寶鬘論》云，「諸苦從不善，如是諸惡趣，從善諸善趣，一切生安樂。」故諸苦樂非無因生，亦非自性，自在天等不順因生，是為從總善不善業生總苦樂。

《寶鬘論》中說：「造惡業，往生惡趣，得到痛苦的果報；造善業，則往生善趣，得到安樂的果報。」我們現在的快樂和痛苦，絕對不是無因而生，也不是自性所致，更不是自在天或其他不順因造成的；而是從過去我們所作過的善業或不善業，生出一切的苦、樂。由善因生樂果，由惡因生苦果，這種因果法則是決定的。

諸苦安樂種種差別，亦從二業種種差別，無少紊亂，各別而起。若於業果，或決定相，或無欺罔，獲定解者，是為一切內佛弟子所有正見，讚為一切白法根本。

苦受和樂受的種種差別，也是從善、惡二業種種的差別所導致，任何一點點業報，彼此間都絕不會紊亂、不會偏差，是各自的因感得各自的果。如果能夠對業果法則，以及如是因、如是果的決定性與真實性，產生確定不移的定解，這是做為一個佛弟子最重要的業果正見。這個業果正見也被讚為一切善法的根本。

P118L2~P118LL1 業增長廣~當生龍中。

業增長廣大者。謂雖從其微少善業，亦能感發極大樂果，雖從微少諸不善業，亦能感發極大苦果，故如內身因果增長，諸外因果無能等者。此亦如《集法句》云，「雖造微少惡，他世大怖畏，當作大苦惱，猶如入腹毒。雖造微少福，他世引大樂，亦作諸大義，如諸穀豐熟。」

第二、業會增長廣大。雖然是微小的善業，也會感發廣大的樂果；同理，微小的惡業，也可能感發絕大的苦果。所以，業從內身因果(身語意造作)開始增長的程度，絕非外在因果的變化所能及。就如《集法句經》中說：「雖然造下的是微小的惡業，卻已經種下來世能夠墮入惡趣的大怖畏，以及將引生的大苦惱；就像只吃了一點點的毒，後來卻因此而喪命。相同的道理，雖然只造了極小的善業，卻已經種下來世能夠引生善趣的妙因，得享大樂的果報；這其中的義利，正如同種下小小的種子，將來卻有五穀豐收的喜悅。」

從輕微業起廣大果，此復當由說宿因緣發定解者，如《阿笈摩》說，牧人喜歡，及彼手杖所穿田蛙，五百水鵝，五百魚龜，五百餓鬼，五百田夫及五百牛，所有因緣。並《賢愚經》說金天，金寶，牛護因緣，當從《阿笈摩》及《賢愚經》、《百業經》等，求發定解。

從輕微的業，能生起廣大果的種種內容，我們可以參考許多經典中記載的宿世因緣故事，去了解業如何增長廣大的道理。

例如《阿笈摩經》中記載：名叫喜歡的牧人拄著手杖聽佛說法，手杖正好戳在身旁青蛙背上的公案；釋迦牟尼佛渡恆河時，對五百隻鵝、五百條魚和五百隻烏龜講法的故事；世尊度化五百個餓鬼、五百個農夫、和五百頭牛的所有因緣。還有《賢愚經》中也記載：金天、寶天、牛護等比丘，以微少布施得大福報的因果故事。

要深入了解因果，應該廣閱《阿笈摩經》、《賢愚經》、以及《百業經》裡面的典故，由此引發「業增長廣大」的定解。

復次尸羅，軌則，淨命，正見四中，後未虧損，前三未能圓滿清淨，少虧損者，說生龍中。

其次，尸羅、軌則、淨命、正見這四項中，如果前三者並不圓滿，有少數的虧損，但因為正見把持得住，沒有虧損，死後就不會墮地獄，而會投生到龍當中。(註：尸羅、軌則、淨命、正見四項，是持戒時要圓滿具足的四個條件。「尸羅」是整體的戒法。細別來說就是「軌則」，是我們行、住、坐、臥，每一個地方的儀則；「淨命」是為了活命種種的行為，這要做得圓滿不大容易；「正見」，即正知見，是整個佛法的中心，也是戒律的中心。)

《海龍王請問經》云，「世尊，我於劫初，住大海內，時有拘留孫如來出現世間，爾時大海之中，諸龍，龍子，龍女悉皆減少，我亦減少眷屬。世尊現大海中，諸龍，龍子，龍女，悉皆如是無有限量，不能得知數量邊際。世尊，有何因緣而乃如此。世尊告曰，龍王，若於善說法毘奈耶而出家已，未能清淨圓滿尸羅，虧損軌則，虧損淨命，虧損尸羅，

未能圓滿。然見正直，此等不生有情地獄，死沒已後，當生龍中。」

《海龍王請問經·授決品》中記載，「龍王請問世尊說：『世尊！我從劫初就在大海，當時正值第一尊佛拘留孫如來住世，海中龍族、龍子龍女的數量一直減少，我的眷屬也愈來愈少。現在，卻多到無法計算。請問世尊，這是什麼原因？』世尊回答：『龍王啊！那些依著佛的教法出家，出家以後卻持戒不清淨，軌則、淨命、尸羅都有所缺損，不能圓滿的修行者，因為還稟持著正見，這些眾生死後不會墮入地獄，而會投生到龍族，成為你的眷屬』。」

P118LL1~P120L1 此復說於～能如欲行。

此復說於拘留孫大師教法之中，在家出家有九十八俱胝。金仙大師教法之中，有六十四俱胝。迦葉大師教法之中，有八十俱胝。吾等大師教法之中，有九十九俱胝。由其虧損軌則，淨命，尸羅增上，於龍趣中已生當生。吾等大師，般涅槃後，諸行惡行，毀犯尸羅，四眾弟子，亦生龍中。然亦宣說，彼等加行，雖不清淨，由於聖教尚未退失深忍意樂，增上力故，從龍死歿，當生人天。除諸趣入於大乘者，一切悉當於此賢劫諸佛教中，而般涅槃。

其次，在賢劫第一尊佛拘留孫如來時期，在家或出家的修行者有九十八俱胝數這麼多；第二尊佛金仙如來時期，修學佛法者有六十四俱胝之數；第三尊佛迦葉如來時期，學佛者有八十俱胝；到現在第四尊佛本師釋迦如來時期，學佛者有九十九俱胝之數；這些佛的弟子，都由於行持不圓滿，軌則、淨命、尸羅有所虧損，但所幸正知見還在，就因為正見的力量，他們心裡還是恭敬、慚愧，一心想要修學佛法；由於這個力量，那些人有的已經投生龍族，有的即將成為龍族。在釋迦牟尼佛涅槃之後，所有行惡、毀犯尸羅的四眾弟子，都會轉生龍族當中。雖然這些人加行不清淨，但總算沒有退失正念，內心對聖教仍然保持著強烈深忍的信心，因此在龍身業報結束之後，可以再投生到人道或天道。然後在賢劫千佛相繼出世期間，除了大乘行者為了救度眾生不入涅槃以外，其餘弟子都能證得阿羅漢果位，脫離輪迴。

是故微細黑白諸業，如影隨形，皆能發生廣大苦樂。當生堅固決定解已，雖微善業應勵力修，微少惡罪，應勵力斷。

所以，不論多麼微小的惡業或善業，都會如影隨形，能在將來感生極大的苦果或樂果。對於這個業果的道理，我們應當生起堅固決定的信解；哪怕是再小的善業，都要積極努力去修集；哪怕是再小的惡業，都要努力去斷除。

如《集法句》云，「如鳥在虛空，其影隨俱行，作妙行惡行，隨彼眾生轉。如諸少路糧，入路苦惱行，如是無善業，有情往惡趣。如多有路糧，入路安樂行，如是作善業，有情往善趣。」

如《集法句經》中說，「如鳥飛在空中，影子必隨其而行。同樣的，我們所做的善行或惡行，也是隨著我們生死而流轉的。就像要出外遠行，如果缺少路糧，一路上便苦惱而行。這個情況就好比沒有善業，只有墮惡趣一途。反之，若是路糧充足，一路上便能安樂而行，如同積聚善業，一定往生善趣。」

又云，「雖有極少惡，勿輕念無損，如集諸水滴，漸當滿大器。」又云，「莫思作輕惡，不隨自後來，如落諸水滴，能充滿大器。如是集少惡，愚夫當極滿，莫思作少善，不隨自後來。如落諸水滴，能充滿大瓶，由略集諸善，堅勇極充滿。」

《集法句經》又說，「雖然只是很小的惡行，千萬不要輕忽，以為無關緊要，不會有所損害；正如同累積一滴一滴的小水滴，漸漸也能充滿整個大容器。」又說，「不要認為只是做一點小惡，將來也許不會受報；要知道滴落的水滴，漸漸也能充滿整個容器。如此積聚一個一個的小惡業，也能積少成多，在愚夫無明的心續中，惡業仍將很快地充滿，以致終釀大害、遭受大苦。同樣的，不要認為小小的善業，不會帶來好的果報；要知道水滴雖小，也能充滿整個大瓶；即使是少許善業，也能積少成多，也能生出極堅固、極圓滿的樂果來。」

《本生論》亦云，「由修善不善諸業，諸人即成慣習性，如是雖不特策勵，他世現行猶如夢。若未修施尸羅等，隨具種色

少壯德，極大勢力多富財，後世悉不獲安樂。種等雖卑不著惡，具足施戒等功德，如夏江河能滿海，後世安樂定增廣。應善定解善非善，諸業他世生苦樂，斷惡勵力修善業，無信豈能如欲行。」

《本生論》中也說，「由於經常修持善業、或造作不善業，久了自然會薰習成習慣，變成將來的種性(等流心識)，到來世他生的時候，往往不需要特別使力策發，也會自然展現，就像做夢一樣。如同今生若不修集布施、持戒等善行資糧，即使眼前具備了出身高貴、容貌姣好、年輕體壯、才華洋溢、地位權勢、大財富等等，後世卻完全無法獲得安樂果報。反過來說，如果這一世的出身、相貌、財富、地位等都很下劣，但是不做壞事，而且具足布施、持戒、忍辱等種種功德，那麼從這一世開始，就能像夏天的江河水，剛開始好像乾乾的，可是慢慢地水越來越多，到後來，乃至於把大海都充滿了，後世的安樂一定能漸漸增廣。所以，我們應該善巧了解造了善業，他世必生樂果，造惡業他世必生苦果的道理，然後努力地斷惡修善。如果對整個業果法則沒有正確的認識、沒有堅定的信心，又怎麼能生起善法欲呢？又怎麼能得到想要的樂果呢？」

P120L2~P121L2 所未造業~全無彼雜。

所未造業不會遇者。謂若未集能感苦樂正因之業，則定不受業苦樂果。諸能受用大師所集，無數資糧所有妙果，雖不必集彼一切因，然亦定須集其一分。

第三、沒有造的業，一定不會遭受果報。這是說如果沒有造作能感苦、樂的業因，一定不會感得苦、樂的果報。佛在因地是經過無量劫的努力、累積無邊的資糧，才能得到成佛的妙果；我們現在能受用到佛的種種功德，一定有其宿世的善因，雖然過去不一定造過遇見全部的因，但一定有造過一部分得遇見的因。

已造之業不失壞者。謂諸已作善不善業，定能出生愛非愛果。如《超勝讚》云，「梵志說善惡，能換如取捨，尊說作不失，未作無所遇。」《三摩地王經》亦云，「此復作已非不觸，餘所作者亦無受。」《毘奈耶阿笈摩》亦云，「假使經百劫，諸業無死亡，若得緣會時，有情自受果。」

第四、已經造的善惡業，絕對不會失壞。也就是說，過去已經造作的善業、惡業，將來一定會感得快樂、痛苦的果報。如《超勝讚》中所說：「印度教的婆羅門說，眾生所作的善業、惡業，是可以交換、可以取捨的。實際上不然，世尊告訴我們，已造的善、惡業都不會失壞，未造的業也絕不會遇到。」《三摩地王經》中也說：「自己已造的業，果報不會不降臨；別人造的業，也不會由自己來承受。」《毘奈耶阿笈摩經》也說：「即使經過百劫這麼長的時間，曾經造下的業一定不會自動壞損或消失，一旦因緣成熟，有情仍舊是要自受果報的。」

癸二、分別思惟

第二分別思惟分二，一、顯十業道而為上首，二、抉擇業果。今初

子一、顯十業道而為上首

如是了知苦樂因果，各各決定及業增大，未作不會，作已無失。彼當先於何等業果所有道理發起定解而取捨耶，總能轉趣妙行惡行三門決定，三門一切善不善行，雖十業道不能盡攝。然諸粗顯，善不善法罪惡根本諸極大者，世尊攝其扼要而說十黑業道。若斷此等，則諸極大義利扼要亦攝為十，見此故說十白業道。

現在已經了解業的四個特質：一切苦樂皆有它的因果關係，皆由各別的業所決定；業會增長廣大；未造的業不會遇到；已造的業不會失壞。我們應該對哪些業果內容先發起決定的信解，以作為取捨的準則呢？總括來說，我們一切的善行或惡行，總離不開身、口、意三門的造作。十業道雖然無法圓滿含攝三門所有業行的內容，但最粗顯、重大、根本的業，就是這十種。因此，世尊攝其要義而宣說了「十黑業道」。如果能斷除這十種黑業道，其所引生的重大利益也可以扼要地攝集為十項；由於見此重大義利，於是世尊說「十白業道」。

《俱舍論》云，「攝其中粗顯，善不善如應，說為十業道。」《辨阿笈摩》亦云，「應護諸言善護意，身不應作諸不善，

如是善淨三業道，當得大仙所說道。」由善了知十黑業道及諸果已，於其等起亦當防護，使其三門全無彼雜。

《俱舍論》中說：「將善業與不善業中最粗顯而扼要的部分歸納起來，就是這十業道。」《辨阿笈摩經》也說：「應當好好守護口業，善加防護種種意業，更要避免造作身業的惡行。如果能夠斷惡修善，清淨身口意三業，才能成就世尊所說的無上菩提。」

我們對這十黑業道的內容以及它所感得的果報，能夠精確又善巧地了解以後，平常就要從起心動念的細微處努力去防護，使身口意三門不受任何煩惱、習氣的雜染。

P121L2~P121LL1 習近十種～惡趣異名。

習近十種善業道者，即是成辦一切三乘及其士夫二種義利所有根本，不容缺少，故佛由其眾多門中數數稱讚。《海龍王請問經》云，「諸善法者，是諸人天眾生圓滿根本依處，聲聞獨覺菩提根本依處，無上正等菩提根本依處。何等名為根本依處，謂十善業。」

十善業道，是一切善行的根本，一切成就所不可缺少。時時串習十善業道的人，聖者能成就三乘的果位（聲聞乘、緣覺乘、菩薩乘），即使是凡夫也能獲得二種義利（增上生及決定勝）。所以佛陀在經典當中，常以各種不同的方式，稱讚十善業道的殊勝利益。如《海龍王請問經》中說：「善法，是人道和天道眾生圓滿的根本依處；是獲得聲聞、緣覺、菩薩果位的根本依處；更是成就無上正等菩提的根本依處。這根本依處的名稱是什麼？就是十善業。」

又云，「龍王，譬如一切聚落，都城，市埠，方邑，國土，王宮，一切草木，藥物，樹林，一切事業邊際，一切種子集聚，生一切穀，若耕若耘，及諸大種，皆依地住，地是彼等所依處所。龍王，如是此諸十善業道，是生人天，得學無學諸沙門果，獨覺菩提，及諸菩薩一切妙行，一切佛法所依止處。」是故《十地經》中，稱讚遠離十不善戒所有義理。

又說：「龍王！譬如一切的聚落、城市、港灣、都邑、國土、王宮；一切草木、藥物、樹林；包括一切事業收成，從種子播種、耕耘、

到生出穀物，都是依附著大地而安住，大地是一切萬物的所依之處。龍王！同樣的，十善業道也是如此，它是生人道、天道，得聲聞有學、無學、緣覺菩提各種果位的依處；是菩薩一切妙行、一切佛法的依處。」所以《十地經》中，稱讚遠離十惡業、清淨持戒的所有義理。

《入中論》中亦總攝云，「若諸異生諸語生，若諸自力證菩提，及諸勝子決定勝，增上生因戒非餘。」

《入中論》中也總攝說：「所有凡夫(異生)、聲聞(語生)、獨覺(自力證得菩提)、菩薩(勝子)，能獲得增上生及決定勝，都是因為依止這十善業道(戒的根本)的緣故，除了清淨持戒以外，沒有其他的原因了。」

如是不能於一尸羅，數修防護而善守護，反自說云，我是大乘者，極應呵責。《地藏經》云，「由如是等十善業道而能成佛，若有乃至命存以來，下至不護一善業道，然作是言，我是大乘，我求無上正等菩提。此數取趣至極詭詐，說大妄語，是於一切佛世尊前欺罔世間，說斷滅語。此由愚蒙，而至命終，顛倒墮落。」顛倒墮落者，於一切中，應知即是惡趣異名。

如果對於十善業道中的任何一條戒律，都無法數數修習、善加守護，卻自詡是大乘行者，這種人極應受到呵責。《地藏經》中說：「好好守護十善業道，便能成就佛果。假如在一生當中，連一條戒律都守不住，還大言不慚說：『我是大乘行者，我追求的是無上正等菩提。』這樣的凡夫，性情虛偽狡詐，口出大妄語，如同在一切諸佛之前欺騙世人、說斷滅語。這樣的人其實是因為愚蒙所致，直至命終時，將顛倒墮落。」

所謂顛倒墮落，在一切時處，我們應該知道就是惡趣的別名。

子二、抉擇業果

抉擇業果分三，一、顯示黑業果，二、白業果，三、業餘差別。

丑一、顯示黑業果

初中分三，一、正顯示黑業道，二、輕重差別，三、此等之果。今初

寅一、正顯示黑業道

P122L3~P123L1 云何殺生～行者如前。

云何殺生。攝分於此說為，事，想，欲樂，煩惱，究竟五相。然將中三攝入意樂，更加加行攝為四相，謂事，意樂，加行，究竟，易於解釋，意趣無違。

依據《瑜伽師地論·攝抉擇分》中說，任何一個業都具足五相：事、想、欲樂、煩惱、究竟。如果把其中的想、欲樂、煩惱三者，歸類為意樂，再加上一個「加行」，就變成為四相—事、意樂、加行、究竟，這樣更容易解釋，而且所表達的內涵和本意並無相違之處。

其中殺生事者，謂具命有情。此復若是殺者自殺，有加行罪，無究竟罪。瑜伽師地論於此意趣，說他有情。意樂分三，想有四種，謂如於有情事作有情想及非情想，於非有情作非情想及有情想，初及第三是不錯想，二四錯誤。

以下說明十惡業道。

第一個惡業是殺生。什麼叫作殺生？

一、事：就是對象。殺生的對象是具有生命的有情。如果是自殺，因為沒有被殺的對象，所以算是有殺生的加行罪，但沒有究竟罪。《瑜伽師地論》針對此一情況特別指出，自殺沒有辦法究竟殺業，因此把殺生的對象界定為自己以外的其他有情。

二、意樂：可以分為想、煩惱、等起三者。其中

1. 想：又分為四種狀況，

(1)於有情作有情想；(2)於有情作非有情想；(3)於非有情作非有情想；(4)於非有情作有情想。四種想中，(1)和(3)是不錯想；(2)和(4)是錯誤想。

此中等起若有差別，譬如念云，唯殺天授，若起加行誤殺祠受，無根本罪，故於此中須無錯想。若其等起於總事轉，念加行時，任有誰來悉當殺害，是則不須無錯誤想。如是道理，於餘九中，如其所應，皆當了知。

殺生時，隨著自己心中等時而起的想法，會有很大差別；譬如本來想殺天授，卻誤殺了祠授，因為是錯想，這種誤殺就沒有根本罪，所以在行動時必須無錯想。如果殺生時起的念頭，是緣著大眾—總體對象在轉，也就是心裡想著：不管誰來都殺，這時就沒有錯想的問題，而犯了殺生根本罪。這個道理，也適用在其他九種黑業。

煩惱者，謂三毒隨一。等起者，謂樂殺害。加行中能加行者，謂若自作或教他作，二中誰作，等無差別。加行體者，謂用器械，或用諸毒，或用明咒，隨以一種起加行等。究竟者，謂即由其加行因緣，彼爾時死，或餘時死。此復如俱舍云，「前等死無本，已生餘身故。」此中亦爾。

1. 煩惱：殺生時，在意樂上只要和貪、瞋、痴三毒中任何一種煩惱相應，都算具足殺生意樂。
2. 等起：有想去殺害的念頭。

三、加行：

1. 能加行者：不論殺者是自己動手或教唆他人，都同樣犯殺生根本罪。
2. 加行體：在造作殺業時，無論是使用刀杖、兵器、毒藥、或咒術等任何方式將對方殺害，都屬於加行罪。

四、究竟：指完成殺生這件事。由於加行的緣故，不管被殺的對象當場喪命，或事後死亡，只要他死了，那麼這個殺業就達到究竟

了。《俱舍論》中提到：「如果殺者比被殺者先死，或二者一起死亡，就不算犯根本罪，因為殺者已經投生到下一世了。」此處說法也同前說一致。

不與取。事者，謂隨一種他所攝物。意樂分三，想與煩惱俱如前說。等起者，謂雖未許令離彼欲。加行中能加行者如前。

第二個惡業是偷盜，也叫不與取。就是未經同意，而把他人的東西佔為己有。

一、事：指任何一種他人物品。

二、意樂：一樣分為想、煩惱、等起三者。

1. 想，和 2. 煩惱，如同前面所說，須沒有錯誤想、而且是和三毒煩惱之一相應。
3. 等起，是指未經許可的情況下，動念想讓物品離開原主人。譬如別人的東西，我把它拿過來變成我的，甚至藏起來離開原來的位罝，這時偷盜業就成立了。

三、加行：

1. 能加行者：同前面所說，不管親自作或教唆他人，二者同樣犯偷盜罪。

P123L1~P123L5 加行體者~即生本罪。

加行體者，謂若力劫，若闇竊盜，任何悉同。此復若於債及寄存，以諸矯詐欺惑方便，不與而取，或為自義，或為他義，或為令他耗損等故，所作悉同成不與取。

2. 加行體：偷盜的方式，無論是硬搶或是偷偷拿，都一樣是不與取。如果欠了債務，或是別人暫時寄存己處的東西，以種種詐欺的手段吞沒，或霸佔不還，這也是盜。在動機上，不論是為了自利，為了別人，或是為了讓他人造成損失，就屬於偷盜惡業。

究竟者，攝分中說，「移離本處。」於此義中，雖多異說，然從物處，移於餘處，唯是一例，猶如田等無處可移，然亦皆須安立究竟，是故應以發起得心。此復若是教劫教盜，彼生即可，譬如遣使往殺他人，自雖不知，然他何時死，其教殺者，即生本罪。

四、究竟：指完成偷盜這件事。在《攝決擇分》中說：「使物品離開原位，就是完成不與取。」有關這個「究竟」的定義雖然有種種不同的說法，把東西移往他處只是一種講法，像田地等無法移動的東西，也可以成立「究竟」的條件，依本論的觀點，一旦心中生起「我已經得到了」的心念，就算是盜業造作究竟。同樣的，如果教唆他人搶劫或偷盜，只要生起「我得到了」的心念，就算是究竟。就好像派人前往殺人，雖然不知道殺手何時行動，也不知道結果，但只要被殺者一死，此教唆者的殺生根本罪便立即完成了。

P124L2~P125L1 加行體者～經於五返。

欲邪行。事者，略有四種：謂所不應行、非支、非處、及以非時。此中初者，謂行不應行所有婦女及一切男、非男非女。此之初者，攝分中云，若於母等、母等所護，如經廣說名不應行。如馬鳴阿闍黎說此義云：「言非應行者，他攝具法幢，種護至王護，他已娶娼妓，諸親及繫屬，此是不應行。」他所攝者，謂他妻妾。具法幢者，謂出家女。種姓護者，謂未適嫁，父母等親，或大公姑，或守門者。或雖無此，自己守護。若王若敕而守護者，謂於其人制治罰律。於他已給價金娼妓，說為邪行，顯自給價，非欲邪行。大依怙尊，亦作是說。男者俱通自他。

第三個惡業是邪淫，就是男女行淫之事。

一、事：大略分四種情況，包括不應做的對象、部位、地點及時間。

1. 不應做的對象：男人除了自己的妻子、女人除了自己的丈夫，和其他婦女、男子、或非男非女都算邪淫。《攝決擇分》中說：「尚未結婚，仍受父母或監護人等保護的女子，在經典中也被

列入不應邪淫的對象。」如馬鳴菩薩對「非應行」有更慎重的說明：「不應行的對象，包括他攝、具法幢、種護、王護、他人已娶的娼妓、以及一切親戚眷屬，都是不應行的對象。」這裡說的他攝，是指他人的妻妾。具法幢，指有受戒或出家女子。種姓護，指受父母等親眷，或公婆，或主人保護的未婚女子。其實沒有他人保護的未婚女子，也屬於此類。王護，指受王家所保護，包括宮廷中的宮女，或受國王敕令看護，如受刑罰治罪而被監禁者。他人已娶的娼妓，指強佔他人已給價金的娼妓，即犯邪淫罪；如果自己付錢，屬於合法的行為，就不算邪淫。以上規範通用於男女雙方。阿底峽尊者也持相同看法。

非支分者，謂除產門所有餘分。馬鳴阿闍黎云：「云何名非支，口，便道，嬰童，腿逼，及手動。」大依怙云：「言非支者，謂口，穢道及童男女前後孔戶，並其自手。」此說亦同。

2. 不應做的部位：除了產門以外，其餘部位都是不應做的部位。馬鳴菩薩說：「那些地方稱為非支？包括口、便道、孩童的身體、腿部、手淫。」阿底峽尊者說：「所謂非支，指口、便道、童男女的前後部位，及自己的手。」這個說法和前面一樣。

非處所者，謂諸尊重所集會處，若塔廟處，若大眾前，若於其境有妨害處，謂地高下及堅硬等。馬鳴阿闍黎云：「此中處境者，在法塔像等，菩薩居處等，親教及軌範，並在父母前，非境不應行。」大依怙師亦如是說。

3. 不應做的地點：指尊長們集會的地方，包括佛塔、寺廟、大眾面前；或者有所妨害之處，例如高低不平之地、堅硬處等。馬鳴菩薩說：「在佛經、佛塔、佛像前，菩薩居所，親教師、軌範師的住處，以及父母面前，都是不應行的地點。」阿底峽尊者持相同看法。

非其時者，謂穢下降，胎滿孕婦，若飲兒乳，若受齋戒，若有疾病，匪宜習故，若過量行。量謂極至經於五返。

4. 不應做的時間：女子有月事、即將生產、哺乳、及齋戒，或患有疾病等，都不應該做；量方面，不宜過度為之，最多不超過五次。

P125L1~P125LL1 馬鳴阿闍黎～亦皆同此。

馬鳴阿闍黎云：「此中非時者，穢下及孕婦，有兒非欲解，及其苦憂等，住八支非時。」大依怙尊亦復同此，稍差別者，謂晝日時，亦名非時。非支等三，雖於自妻，尚成邪行，況於他所。

馬鳴菩薩說：「非時，包括月事、懷孕、哺乳、心裡憂煩、及受八關齋戒等期間。」阿底峽尊者的看法也大致相同，唯一差別處，就是將白天也列為非時。

以上不應做的部位、地點及時間，即使對象是自己的妻子也不行，更何況其他人。

意樂分三。想者，攝分中說，「於彼彼想，是須無誤。」毘奈耶中，「於不淨行他勝處時，說想若錯不錯皆同。」俱舍釋說，「作自妻想而趣他妻，不成業道，若於他妻作餘妻想而趣行者，有二家計，謂成不成。」

二、意樂：分想、煩惱、等起三者。

1. 想：《攝決擇分》中說：「於彼作彼想，必須沒有錯想。」《毘奈耶經》中說：「於邪行之他勝罪，無論有沒有錯想，都算邪淫。」《俱舍論釋》中說：「把別人的妻子誤認為自己的妻子，不算邪淫；如果把他人妻子，當成其餘人的妻子想，這有兩種說法，一種認為想必須無誤，若有錯想，則不成邪行；但有一派認為，無論有沒有錯想，都成邪行。」

煩惱者，三毒隨一。等起者，謂樂欲行諸不淨行。加行者，攝分中說，「教他邪行，教者亦生欲邪行罪。」俱舍釋說，「如此則無根本業道。」前或意說非根本罪，然須觀察。究竟者，謂兩兩交會。

2. 煩惱：和貪、瞋、癡，三毒之中任一個煩惱相應，而去行淫。

3. 等起：指有行淫的欲望，喜歡作不淨行的心理狀態。

三、加行：《攝決擇分》中說：「教他人邪淫，教唆者同樣犯邪行罪。」可是《俱舍論釋》中說：「教唆者雖有罪，但不算邪淫根本罪，因為是教他人做，就不會有兩兩交會。」因此，依《攝決擇分》中所說，教唆者會犯邪行根本罪；照《俱舍論釋》所說，則不算根本罪，這個尚須去觀察教唆者的意樂狀態。

四、究竟：指完成邪行這件事。兩根交會，感受欲樂，即成究竟。

妄語。事者，謂見聞覺知四，及此相違四。能解之境，謂他領義。意樂分三。想者，謂於所見變想不見，及於未見變想見等。煩惱者，謂三毒。等起者，謂覆藏想，樂說之欲。加行者，謂或言說或默忍受或現身相。此復所求或為自利或為利他，隨為何故說悉同犯。

第四個惡業是妄語。

一、事：指妄語的對象，有見、聞、覺、知四者及不見、不聞、不覺、不知四者，共八種情況。見、聞、覺、知四者，是相對於眼耳鼻舌身意六根來說的。眼見色（見），耳聞聲（聞），鼻舌身三根屬感覺（覺），意能了知一切（知）。若是看見了說沒看見，聽見了說沒聽見，明明有感覺卻說沒感覺，知道了說不知道；以及和這四種情況相反，沒看見說看見，沒聽見說聽見，沒感覺說有感覺，不知道說知道；以上八種情況，任何一種情況只要說出口，讓他人領會你的意思，就是打妄語。

二、意樂：分想、煩惱、等起三者。

1. 想：把見到的想成沒見到，把沒見到的想成見到。同理推論聞、覺、知三項。
2. 煩惱：和任何一項三毒煩惱相應而動念妄語。
3. 等起：想要隱瞞事實，或說謊誤導他人的念頭。

三、加行：不論是說出口或默認，以動作表達或暗示，都屬於加行；無論是為了自己的利益或為了他人利益而說妄語，都構成妄語罪。

此中說於妄語，離間及粗惡語，雖教他說其三亦成。《俱舍本釋》於語四業，皆說教他亦成業道。《毘奈耶》中「說起此等究竟犯時，要須自說。」究竟者，謂他領解。《俱舍釋》說若他未解，僅成綺語。離間粗語，亦皆同此。

此外，包括妄語、離間語和粗惡語，這三者不管是自己說，或是教別人說，都算是造口業。《俱舍論釋》還加上綺語，共四種語業，但凡教別人說，教唆者本身也構成罪業。《毘奈耶經》則說：「究竟違犯這四種語業，必須是自己說，才算根本罪，教別人說不算。」

四、究竟：指完成妄語這件事。只要對方理解妄語的內容，就算罪業究竟。《俱舍論釋》則說：如果對方聽不懂，就不構成妄語，僅僅算是綺語。其餘離間語和粗惡語，也要視對方是否理解而定。

P126L1~P126LL1 離間語～順於前家。

離間語。事者，謂諸有情，或和不和。意樂分三，想及煩惱如前。等起者，和順有情樂乖離欲，不和有情樂不合欲。加行者，隨以實語若非實語，隨說所說，若美不美，隨其所求，為自為他而有陳說。究竟者，《攝分》中云：「究竟者，謂所破領解。」謂他了解所說離言。

第五個惡業是離間語。

一、事：指離間語的對象，無論對方原本是和睦或不和睦。

二、意樂：分想、煩惱、等起三者。

1. 想，和 2. 煩惱，跟前面妄語的一樣。

3. 等起：就是想要破壞、分離他人；希望原本和順的有情變得不和；本來不和的有情，關係更加惡化；如果懷著這種心，就是跟煩惱相應的等起。

三、加行：無論所說的是真話，或是說假話，或者隨便說說；無論表達的言辭美或不美；無論動機是為了自己，還是為了他人而說，都屬於離間語。

四、究竟：指完成離間這件事。《攝抉擇分》中說：「只要被挑撥的對象，聽懂了你所說的話，就算是究竟。」也就是不管後來有沒有離間成功，只要對方了解你所說的內容，你就算犯了離間語。

粗惡語。事者，謂諸有情能引恚惱。意樂中想，煩惱如前。等起者，謂樂粗言欲。加行者，謂以若實若非實語，或依種過，或依身過，或依業過，或依戒過，或依現行所有過失，說非愛語。究竟者，《攝分》中說：「究竟者，謂呵罵彼。」《俱舍釋》說，須所說境，解所說義。

第六個惡業是粗惡語。

一、事：能引發有情恚惱的話。

二、意樂：指說粗惡語時的心態，分想、煩惱、等起三者說明。

1. 想，和 2. 煩惱，如前面妄語和離間語所說的一樣。

3. 等起：就是有意無意想要罵粗話，例如夾雜穢語的口頭禪。

三、加行：說不中聽的話，無論所說是否屬實，凡針對他人出生高低、或身體缺陷，或過去業報，或犯戒過失，或現前一切過錯行為，而說粗惡語，都算是造了惡口業。

四、究竟：指完成粗惡語這件事。《攝抉擇分》中說：「只要是呵責斥罵對方，就算完成了粗惡語。」《俱舍論釋》中說，還要被罵的對象瞭解你所罵的內容，粗惡語才算究竟。

綺語。事者，謂能引發無利之義。意樂中三，想者，雖僅說為於彼彼想，然於此中，是即於其所欲說義，彼想而說，此中不須能解境故。煩惱者，謂三毒隨一。等起者，謂樂宣說無屬亂語。加行者，謂發勤勇宣說綺語。究竟者，謂纔說綺語。此復七事相應，謂若宣說鬥訟競諍。若於外論或梵志咒，以愛樂心受持諷頌。若苦逼語如傷嘆等。若戲笑遊樂受

欲等語。若樂處眾宣說王論、臣論、國論、盜賊論等。若說醉語及顛狂語。若邪命語。語無係屬，無法相應，非義相應者，謂前後語無所連續。若說雜染，若歌笑等，若觀舞時而發言詞。前三語過，是否綺語，雖有二家，然此所說，順於前家。

第七個惡業是綺語。

一、事：指講說沒有意義、義利的話。

二、意樂：指說綺語時的心態，分為想、煩惱、等起三者。

1. 想：只要自己想要說無意義的話，不管對方有沒有聽到，或者對方是否理解所說的內容，只要說了就算。
2. 煩惱：心中和任何一項三毒煩惱相應，而動念想說綺語。
3. 等起：對隨口說些無關痛癢、雜亂的話，心中歡喜樂意，並勤作。

三、加行：喜歡說無意義的話，還一直講個不停，就是綺語的行為。

四、究竟：只要一說完綺語（自言自語也算），就是完成究竟。

另外有七種事也列為綺語：

- (1) 鬥訟競爭語。為自己或旁人之事說些爭論、訴訟或競爭相關的話。
- (2) 說些與佛法不相應之事。以愛樂心受持讀誦外道或婆羅門的典籍、咒語。
- (3) 遭受各種身心痛苦時所說的傷心感嘆之語；或於嬉戲遊樂時說出受用、愛欲等的言語。
- (4) 樂於聚眾議論領袖、官員、國家、治安等公眾事情。

(5) 酒後說的胡言亂語及顛倒癡狂的話。

(6) 談論他人毫無根據的事，如邪命語。所說的話，既不合理法、也詞不達意、前後不連貫等。

(7) 宣說雜染之事。如觀賞歌舞或嬉戲時所講的話。

前面所說的妄語、離間語、粗惡語，是否屬於綺語？這有兩種(俱舍、毘奈耶)說法，有說是，有說不是。本論是認同前者所說，主張四種語業都屬綺語。

P127L1~P128L1 貪欲~隨法分別故。

貪欲。事者，謂屬他財產。意樂分三，想者，謂於彼事作彼事想。煩惱者，謂三毒隨一。等起者，謂欲令屬我。加行者，謂於所思義，正發進趣。究竟者，說：「於彼事，定期屬己。」謂念其財等願成我有。

第八個惡業是貪欲。

一、事：貪的內容是屬於他人的財產。

二、意樂：分為想、煩惱、等起三者。

1. 想：想貪的東西，知道隸屬於別人。

2. 煩惱：因任何一項三毒煩惱而動念。

3. 等起：想把他人的財產據為己有的企圖。

三、加行：內心當中反覆想著怎麼去得到它。

四、究竟：對他人財物，生起「我一定要得到它」的心裡，一旦起了決心要將他人財物收歸己有，即究竟完成了貪欲業。

此中貪心圓滿，須具五相，一有耽著心，謂於自財所。二有貪婪心，謂樂積財物。三有饕餮心，謂於屬他資財等事，計為華好深生愛味。四有謀略心，謂作是念，凡彼所有何當屬

我。五有覆蔽心，謂由貪欲不覺羞恥，不知過患及與出離。若此五心，隨缺一種，貪欲心相即非圓滿。

如果又具足下列五種心相，是為貪欲心圓滿：

- (1) 耽著心，對自己已擁有的財物耽著難捨。
- (2) 貪婪心，喜歡積聚財物，已經有了，還希望擁有更多。
- (3) 饕餮心，覬覦他人財物，覺得別人的東西比較好，內心對之貪愛、放不下。
- (4) 謀略心，設想如何付諸行動，才能把別人的東西佔為己有。
- (5) 覆蔽心，被貪欲煩惱蒙蔽而不覺得羞恥，不知貪欲的過患，也不願出離。

具足上述五心，就算貪心圓滿；五心當中任缺一種，就不算圓滿具足十惡業中的貪欲心，只是一般的貪欲。

《瑜伽師地論》中，於十不善，俱說加行。又非圓滿貪欲之理者，謂作是念：云何當能令其家主，成我僕使，如我所欲。又於其妻子等及飲食等，諸資身具，亦如是思。又作是念：云何當能令他知我，少欲遠離，勇猛精進，具足多聞，成施性等。又作是念：云何當能令諸國王及諸商主，四眾弟子，供事於我，得衣食等。又作是念，起如是欲：云何令我當生天上，天妙五欲以為遊戲，當生猛利，遍入世界，乃至願生他化自在。又於父母妻子僕，等同梵行者，所有資具，發欲得者，亦是貪欲。

《瑜伽師地論》中，針對十不善業，都說了加行罪；即便如貪欲是意業，但因反覆去想而增長貪心，這就是造作，也算加行罪。下面舉出幾種例子，雖然並不算貪欲圓滿，但基本上都還是貪欲心。譬如，心裡想著：希望別家主人成為自己的奴僕，受自己使喚；別人的妻子、飲食、用具等，希望能納為自己的資產所有；又如希望別人知道，自己有少欲知足、遠離塵囂、勇猛精進、具足多聞、性好施捨等美德，以便獲得更多名聞利養；希望得到國王、商主、四眾弟子的恭敬承事，以便獲得更多衣食等供養；希望將來轉生天界，

成為大自在天、他化自在天、遍入天等，享受五欲妙樂；又如希望同修梵行者的父母、妻子、僕人等所有資具，都能歸己所用；這些想法都是貪欲心使然。

瞋恚心中。事想煩惱，如粗惡語。等起者，樂打等欲，云何令其遭殺遭縛，若由他緣，或自任運耗失財產。加行者，即於所思而起加行。究竟者，謂於打等，期心決定或已斷決。此亦有五，全則圓滿，缺則非圓。

第九個惡業是瞋恚。

一、事：瞋恚的對象和粗惡語相同，是能引發恚惱的有情。

二、意樂：分為想、煩惱、等起三者。

1. 想，和 2. 煩惱，亦同粗惡語者，「想」是想要傷害他人；「煩惱」是三毒隨一。
3. 等起：內心有想要打罵、傷害他人的欲望；或者希望他人被殺害、被繫縛，或因其他因緣而遭到災難或損失財物等不幸。

三、加行：是反覆思惟要如何來傷害對方。

四、究竟：對打罵、報復、傷害等方式，內心做出決定，或者已經確定要傷害對方，一旦心意已決，即究竟完成了瞋恚業。

瞋恚心也有五種心相，若五種心相都具足了，就是瞋心圓滿，如果有所欠缺，瞋心就不圓滿。

P128L1~P129L1 謂具五心～極重者故。

謂具五心，一有憎惡心，謂於能損害相，隨法分別故。二有不堪耐心，謂於不饒益不堪忍故。三有怨恨心，謂於不饒益數數非理思惟隨念故。四有謀略心，謂作是念何當捶撻，何當殺害。五有覆蔽心，謂於瞋恚不覺羞恥。不知過患，及與出離。

這五心是：

- (1) 憎惡心，就是對別人傷害自己的事情念念不忘。
- (2) 不堪耐心，對於自己所受到的傷害不能原諒，也無法忍受。
- (3) 怨恨心，反覆思惟他人對自己的傷害，非理作意後不斷增長內心怨恨。
- (4) 謀略心，就是開始動腦筋，想辦法要如何去傷害對方；或者一種樂見對方受到傷害的心理。
- (5) 覆蔽心，對自己的瞋恚心不覺得羞恥，不知道瞋恚的過患，也不願出離。

僅成損害心者，謂作是念彼於我所，已作正作，諸無義事，故我於彼當作無義。盡其所有幾許思惟，爾許一切皆損害心。如是願他現法喪失親屬資財及善法等，及願後法往惡趣中，亦是損心。

如果不具足瞋恚心圓滿的五相，就僅僅成為損害心。例如，想到對方曾經作過、或者正作了一些傷害自己的事，所以決定以牙還牙；類似的念頭不論深淺如何，都算損害心。另外，像希望他人這一世將喪失親眷、財物、以及接觸善法的機會，或者來生會墮入惡趣受苦的想法，都是損害心。

邪見。事者，謂實有義。意樂分三，想者，謂於所謗義，作諦實想。煩惱者，謂三毒隨一。等起者，謂樂誹謗欲。加行者，即於所思策發加行，此復有四，謂謗因、果、作用、有事。

第十個惡業是邪見。

一、事：對真實、有意義的事，去否定它。在十惡業中的邪見，特別指斷見，如否定業果、三寶、前後世等。

二、意樂：分為想、煩惱、等起三者。

1. 想：指對於所誹謗的事，執為真實不虛。

2. 煩惱：因任何一項三毒而動念。
3. 等起：心裡有喜愛誹謗的欲念。

三、加行：就是把誹謗的欲念化作實際的行動。誹謗的內容又可分為四種：誹謗因、誹謗果、誹謗作用、及誹謗有事。

誹謗因者，謂云無有妙惡行等。誹謗果者，謂云無有彼二異熟。誹謗作用分三，誹謗殖種，持種作用者，謂云無有若父若母。誹謗往來作用者，謂云無有前世後世。誹謗受生作用者，謂云無有化生有情。謗實有事者，謂云無有阿羅漢等。究竟者，謂誹謗決定。

誹謗因，就是認為不存在善行、惡行等；對善、惡業的業因誹謗為無。

誹謗果，就是認為不存在善行或惡行的異熟果；對善、惡業的果報誹謗為無。業因既然不存在，又怎麼會有果呢？

誹謗作用，分三：

(1) 誹謗殖種、持種作用：亦即認為胎兒並非由自己的識種加上父精母血和合而成。

(2) 誹謗往來作用：就是否認有前世後世，沒有因果關連或前後相續這種事。

(3) 誹謗受生作用：認為化生有情根本不存在。

誹謗實有事，就是否認真實存在的事，譬如否認有阿羅漢等。

四、究竟：對誹謗的內容，在內心生起決定的執著，就是邪見究竟。

此亦由於五相圓滿，謂具五心，一有愚昧心，謂不如實了所知故。二有暴酷心，謂樂作惡故。三有越流行心，謂於諸法不如正理善觀察故。四有失壞心，謂謗無布施愛養祠祀妙行等故。五有覆蔽心，謂由邪見不覺羞恥，不知過患及與出離故。此五若缺，則不圓滿。

十惡業中的邪見，也是由具足五相而圓滿，五相就是所謂的五心：

- (1)愚昧心。由於無知，不能如實了解事實真相、因果道理。
- (2)暴酷心。指生性暴戾、喜歡造惡，還覺得自己是對的。
- (3)越流行心。心中充滿邪知，無法如理觀察諸法的現象，漸漸形成堅固邪解。
- (4)失壞心。缺乏正知正見，否定布施、供養、祭祀、善行等功德。
- (5)覆蔽心。對懷有邪見不覺得羞恥，不知邪見的過患，也不願出離。

以上五心，若欠缺任何一心，邪見就不算圓滿。

雖其邪見復有所餘，然唯說此名邪見者，由此能斷一切善根，隨順諸惡，隨意所行，是為一切邪見之中極重者故。

雖然邪見還包括了其他的內容，然而這裡特別舉出屬於斷滅見的四個內容（誹謗因、誹謗果、誹謗作用、及誹謗有事），是因為它能斷人一切善根，誘使人恣意造作惡業，致使一切惡行都跟著來，是所有邪見當中破壞力最大、最嚴重的。

P129L1~P130L1 其中殺生~而行殺害。

其中殺生粗語瞋心，由三毒起，由瞋究竟。不與而取邪行貪欲，由三毒起，唯貪究竟。妄言離間及諸綺語發起，究竟，俱由三毒。邪見由其三毒發起，唯癡究竟。此等之中，思唯是業而非業道，身語所有七支是業亦是業道，思行處故。貪欲等三，業道非業。

十惡業當中，殺生、粗惡語、瞋恚心三項，雖然是由貪瞋癡三毒隨一而引起，惟最後都是由瞋心而圓滿。偷盜、邪淫、貪欲三項，由三毒隨一而發起，最後則由貪心而圓滿。妄語、離間語、綺語三者，是由三毒發起，最後也是由三毒而圓滿。邪見，是由三毒引起，最後是由愚痴而究竟。

在十惡業道當中，「思」，是心想要造作身語等惡業，這是思心所的作用，這個是業，而不是業道。「身」、「語」，它自行能造作，也可以先由思心所策發，然後造作出不善的行為，所以身語是思的實踐，或者說「作用的場所」。因此，若造作身語七業，就是屬於業，卻也是業道。「貪欲、瞋恚、邪見三者」，其本身是與思心所相應的煩惱，必須進一步由行動引發造業，這就屬於業道，而不是業。

寅二、輕重差別

第二顯示輕重分二，一、十業道輕重，二、兼略顯示具力業門。

卯一、十業道輕重

初中有五，例如殺生，由意樂故重者，謂猛利三毒所作。由加行故重者，謂或已殺生，或正或當，具歡喜心具踴躍心，或有自作或復勸他，於彼所作稱揚讚歎，見同行者意便欣慶。由其長時思量積蓄怨恨心已，方有所作，無間所作，殷重所作，或於一時頓殺多生。或令發起猛利痛苦而行殺害。或令怖畏，作不應作而後殺害。若於孤苦貧窮哀感悲泣等者而行殺害。

十業道的輕重差別，可由五方面—意樂、加行、無治、邪執、和事(對象)來判定。

下面以殺業為例，來說明業的輕重差別；其他九種黑業可依此類推。

一、由意樂故重：若殺生時的心理狀態非常強猛、熾盛，是由猛利的三毒煩惱所造下的殺業，則煩惱越盛，惡業越重。

二、由加行故重：對於已經殺了，或正在殺，或者將來準備殺的行為，懷著歡喜心和踴躍心，會使惡業變重。不論自己動手、或勸他人殺，對所作的殺業口中稱揚讚歎，或者見到造殺業的同行，心裏便歡喜興奮，都會加重殺業。另外，由長時間不斷思惟累積的怨恨所造作的殺業，而且是多次的、一再的行殺、殷重的造作，都屬於嚴重殺業。或者同一時間中殺害眾多生命；或讓對方遭受劇烈的痛

苦後，再行殺害；或先使對方心中生起極端恐懼，無所依靠，像這樣先對受害者做種種不該做的事之後，才進行殺害；又或者無視於對方的孤苦貧窮、悲傷無助、與哀泣乞求等等，仍對其加以殺害。以上都是由於殘暴、恐怖、惡劣的加行，而導致殺業變得嚴重。

由無治故重者，謂不能日日，乃至極少時持一學處，或亦不能，半月，八日，十四，十五，受持齋戒。於時時間，惠施修福，問訊禮拜，迎送合掌和敬業等。又亦不能，於時時間，獲得增上慚愧惡作。又不能證世間離欲，或法現觀。

三、由無治(沒有對治)故重：平時不修善法，既不能每天持續，甚至不能花極少的時間來受持一個學處，而相續不斷地造惡；也不能在每半個月或每月的初八、十四、十五等齋戒日受持齋戒。在每天的任何時間裡，沒做布施修福、也沒有在身口上做一些問訊、禮拜、迎送、合掌、恭敬等善業。不能對自己的犯戒行為，隨時隨地生起猛利增上慚愧之心，懺悔自己所作的惡行。或者不能修證世間的厭離心，也無法證得出世間教法的清淨知解，以斷除煩惱。可以說由於完全不懂淨罪集資、對治惡業，致使惡業加重。

由邪執故重者，謂由依於作邪祠祀，所有邪見，執為正法，而行殺戮。又作是心，畜等乃是世主所化為資具故，雖殺無罪。諸如是等，依止邪見而行殺害。

四、由邪執故重：由於錯誤知見而造作殺生等邪行來祭祀，還執著自己的邪見為正法，而肆意殺業。例如認為畜牲等是造物主化現來給人使用的，所以殺害牠們並沒有罪。其它像這樣由於依止邪見而造作的殺業都屬重業。

P130L1~P131L1 由事故重~貪求利敬。

由事故重者，謂若殺害大身旁生，人或人相，父母兄弟，尊長委信，有學菩薩，羅漢獨覺，及知如來不能殺害，而以惡心出其身血。違此五因，為輕殺生。餘九除事，如其殺生，輕重應知。

五、由事(對象)故重：因殺害的對象不同而判定其之業重。殺害的對象如果是體型較大的旁生，業就比較重；殺害人、或已具人形之

胎兒就更重。在人際關係中，若殺害父母、兄弟、尊長、出家眾、有學菩薩、阿羅漢、獨覺菩提，或者已知其為佛陀不能殺害，卻仍懷著惡心出其身血，這些罪業就是非常嚴重的。

除掉以上五種情況，其他的殺業較輕。

其他九種黑業的輕重業差別，判斷條件都可以比照殺生之例來判輕重。

由其事故重不與取者，謂若劫盜眾多，上妙及委信者。劫盜孤貧，出家之眾及此法眾。若入聚落而行劫盜，若劫有學，羅漢，獨覺，僧伽，佛塔，所有財物。

以下再就「由事(對象)故重」這一項為例，分別說明其餘九黑業的輕重差別情形。

由於事的緣故，使得偷盜罪業變嚴重，有如下情況：大量搶劫或偷盜貴重之物；或所盜財物，屬於信任自己的人所有。劫盜的對象是孤苦貧窮者、出家的修行人、特別是內道的修行人。或者進入村落搶劫、偷盜時，尤其搶劫有學聖人、阿羅漢、獨覺、僧眾、佛塔的財物，則罪業深重。

由其事故重邪行者，謂行不應行中，若母，母親，委信他妻，或比丘尼，或正學女，或勤策女。非支行中謂於面門。非時行中謂受齋戒，或胎圓滿，或有重病。非處行中謂塔近邊，若僧伽藍。

由於事的緣故，使得邪淫業變嚴重者，有如下情況：所謂行不應行中，即行淫的對象，若是母輩之人、自己母親、信任自己的人妻，或出家具戒的比丘尼、正學女、沙彌尼，則屬重業。非支行中，即不應行淫的部位是面門，以口行淫為重業。非時行中，即行淫的時間是對方受持齋戒、懷胎、或身患重病期間，則為重業。非處行中，即行淫的地點在佛塔附近、或在寺廟中，則為重業。

由其事故重妄語者，謂為誑惑多取他財而說妄語，若於父母乃至於佛，若於善賢，若於知友而說妄語，若能起重殺生等三而說妄語。為破僧故而說妄語，於一切中，此為最重。

由於事的緣故，導致妄語業變嚴重者，有如下情況：為了貪圖他人財物，多行詐騙而說妄語，對象包括父母、尊長、菩薩、乃至於佛陀；或對善良、有德之賢士，或對知心朋友說妄語；以及對能引發後果嚴重的殺、盜、淫業而說的妄語；或為破壞僧團和合而說妄語。一切妄語之中，以破和合僧而說的妄語最為嚴重。

由其事故重離間語者，謂破壞他長時親愛，及善知識父母男女，若能破僧，若能引發身三重業，所有離間語。

由於事的緣故，導致離間語業變嚴重者，有如下情況：破壞他人長期以來的友好關係；或是破壞他人在善知識、尊長、父母、男女方面的關係；或者能破和合僧所說的離間語；以及能引發身體殺、盜、淫重業的離間語，都是離間語業中最嚴重的。

由其事故重粗惡語者，謂於父母等及餘尊長，說粗惡語，若以非真非實妄語說粗惡語，現前毀罵，訶責於他。

由於事的緣故，導致粗惡語業變嚴重者，有如下情況：對父母、尊長等恩德田當面頂撞、說粗惡語；或以不真實的妄語，當面批評、毀罵、指責、喝斥。這些是粗惡語中嚴重者。

由其事故重綺語者，妄語等三，所有綺語，輕重如前。若諸依於鬥訟諍競所有綺語，若以染心，於外典籍，而讀誦等。若於父母親屬尊重，調弄輕笑，現作語言，不近道理。

由於事的緣故，導致綺語業變嚴重者，有如下情況：廣義來說，妄語、離間語、粗惡語都屬於綺語，而所有的綺語，皆依前面所說的標準判定其輕重。其他情況，譬如在訴訟、競爭時故意說的綺語；或以染著心，讀誦外道典籍等；又如在父母、親屬、尊長、善知識前輕浮賣弄，隨意說些不合理、無意義的話。這些都是嚴重的綺語罪業。

由其事故重貪欲者，謂若貪欲僧伽、佛塔所有財寶，及於己德起增上慢，乃於王等及諸聰叡同梵行所起增上欲，貪求利敬。

由於事的緣故，使得貪慾業變嚴重者，有如下情況：對僧伽、佛塔等三寶處所的財物生起佔有慾；對自己的功德生起增上慢；乃至於在國王等權貴政要前，或是在聰叡的智者、同參的道友處，生起增上貪欲，貪求名聞、利養、恭敬；這些都屬於重的貪業。

P131L1~P132L1 由事故重~極黑暗處。

由其事故重瞋恚者，謂於父母親屬尊長，無過貧苦諸可哀愍，諸誠心悔所作過者，起損害心。

由於事的緣故，使得瞋恚業變嚴重者，有如下情況：對父母、親屬、尊長、無過失的人、以及貧窮疾苦、可哀愍的對象起瞋恚心；或者對誠心前來悔過的人，仍然懷惡地生起損害心；這些屬於重的瞋業。

由其事故重邪見者，謂能轉趣謗一切事，較餘邪見此為最重。又謂世間無阿羅漢，正至正行，此見亦爾。與上相違是輕應知。

由於事的緣故，使得邪見業變嚴重者，有如下情況：由於邪見而誹謗一切真實因果、緣起法則，這是邪見當中最嚴重的。或者認為世間沒有阿羅漢、沒有正至正行的聖者，這也屬於嚴重的邪見。

如果與上面所說的狀況相違的，就屬於較輕的惡業。

《本地分》中說有六相，成極尤重。加行故者，謂由猛利三毒，或由猛利無彼三毒，發起諸業。串習故者，謂於長夜親近修習，若多修習善惡二業。

《本地分》中也提及十業道的輕重差別，並說明無論是善業或惡業，以具備六種因相：加行、串習、自性、事、所治一類、所治損害，將會加重業報。

一、加行故重：凡由猛利三毒煩惱所引發的一切惡業；或由強猛的無貪無瞋無癡所發起的一切善業，都屬於重的業。

二、串習故重：由於日夜持續修習，以及長時間的不斷串習，不論對善業、或惡業的累積，都會導致業力強大。

自性故者，謂屬身語七支，前前重於後後；屬意三支，後後重於前前。事故者，謂於佛法僧諸尊重所，為損為益。所治一類故者，謂乃至壽存，一向受行諸不善業，未曾一次受行善法。所治損害故者，謂永斷除諸不善品，令諸善業離欲清淨。

三、自性故重：業的本性就有輕重之分。身語七業中，是前前支重於後後支，即殺業比偷盜為重、偷盜業比邪淫為重，邪淫業比妄語為重……以此類推；以意業三支來說，則是後後支重於前前支，即邪見惡業較瞋恚業為重，瞋恚業較貪欲業為重。

四、事(對象)故重：對佛法僧三寶及所有師長等功德田，所做的損害或利益，都是重業。

五、所治一類故重：這是指對於惡業，沒有修對治的緣故。在一生當中，一向造作各種惡業，不曾有過一次行持善業；因造惡不斷，累積惡業而成為重罪。

六、所治損害故重：修善能對治惡業，若能徹底斷除一切惡行，修習離欲清淨善法，則善業的力量就能增強變大。

《親友書》中亦云，「無間，貪著，無對治，從德，尊事所起業，是五重大善不善，其中應勤修善行。」其三寶等為具德事，其父母等為有恩事，開二成五。

《親友書》中也說：「造業當中，以不間斷、貪著、沒有對治、造業對象是功德田、及恩德田等這五項，會促使善、惡業的業報變重變大，所以我們在清楚了知之後，應該努力斷惡修善。」其中，三寶是具有功德的福田，父母和上師(法身父母)是具有恩德的福田，對功德田和恩德田，無論作善作惡，所作的業都是重業。這裏是把對象開立為「德」、「尊」二種，總共有五個項目列為重業。

卯二、兼略顯示具力業門

第二兼略開示具力業門分四。由福田門故力大者。謂於三寶，尊重，似尊，父母等所，於此雖無猛利意樂，略作損益，能得大福及大罪故。

十業道輕重的第二部分，是就具有重大力量的業門，分別說明其果報嚴重的原因。具力業門分四：

第一、福田門。由福田門導致業力重大。由於三寶、上師、尊長、父母等處，是我們的福田，因此無論對他們造善或造惡，即使沒有猛利的意樂，只是稍做利益或損害，就會獲致巨大的福業或罪業。

此復猶如《念住經》云，「從佛法僧，雖取少許亦成重大。若不與取佛法僧物，仍以彼等同類奉還。盜佛法者，即得清淨，盜僧伽者，乃至未受不得清淨，福田重故。若盜食物，當墮有情大那落迦，若非食物，則當生於諸獄間隙，無間近邊極黑暗處。」

就如《念住經》中所說：「從佛法僧三寶處，雖只盜取少許物品，也會構成重大罪業。如果盜取三寶之物，事後以同樣的東西奉還，有兩種不同情況。盜取佛、法之物，奉還時罪業就算清淨了；但是盜取僧伽之物，如果對方不接受歸還，罪業就不得清淨，這是因為福田門力大的緣故。若盜取僧伽的食物，會墮入大有情地獄；如果盜的不是食物，也會轉生在地獄和地獄的間隙之中，也就是無間地獄旁的近邊地獄等極黑暗的處所。」

P132L1~P132LL1 《日藏經》中～極無數量。

《日藏經》中特說犯戒，受用僧物少許，或葉或華或果，當生有情大那落迦。設經長夜而得脫離，復當生於曠野尸林，無手乏足諸旁生類，及無手足盲餓鬼中，經歷多年恆受苦等極大過患。

《日藏經》中特別提到，出家後若以犯戒身受用少許僧伽財物，即使只是葉、花、果等，也會墮入大有情地獄。經過長劫時間，即便從地獄中受完罪出來後，又會投生到荒無人煙的曠野或尸陀林，變成無手缺腳的旁生類，或者無手無腳又眼盲的餓鬼，歷經多年不斷受苦等等，有諸如此類的極大過患。

又說已施僧眾比丘，雖諸華等，自不應用，不應轉與諸居家者，諸居家者，不應受用，罪亦極重。

《日藏經》中又說，已經供養給僧伽的東西，即使只是如鮮花等微量物品，自己不應該受用，也不應該轉送給在家眾受用。收到餽贈的在家眾不應該受用僧物，受用僧物的罪過也極為嚴重。

即前經云，「寧以諸利劍，割斷自支體，已施僧伽物，不與在家者。寧食熱鐵丸，火燄即熾猛，不應於僧中，受用僧伽業。寧取食猛火，量等須迷盧，不以居家身，受用僧財物。寧破一切體，貫諸大弗上，不以居家身，受用僧財物。寧入諸舍宅，火炭遍充滿，不以居家身，夜宿僧房舍。」

如《日藏經》中所說：「寧願以利劍割斷自己的四肢，也不要已供養給僧伽的物品轉送給在家人享用。寧願吞食燒熱的鐵丸，讓猛火熾燒自身，也不在僧團裡受用僧伽物。寧願取食量如須彌山這麼多的猛火，也不願以在家身，受用僧伽的財物。寧願被尖銳的大鐵叉刺得穿腸破肚，也不要以在家身，受用僧伽的財物。寧願進入充滿火炭的宅舍被遍體燒燃，也不願以在家身，夜宿僧伽的房舍。」

又僧伽中，若諸菩薩補特伽羅，是極大力善不善田。《能入發生信力契印經》說：「設如有一由忿恚故，禁閉十方一切有情於黑暗獄。若有忿恚背菩薩住，云不瞻視此暴惡者，較前生罪極無數量。又較劫奪南瞻部洲，一切有情一切財物，若有輕毀隨一菩薩，亦如前說。又較焚毀殍伽沙數諸佛塔廟，若於勝解大乘菩薩，起損害心，發生瞋恚，說諸惡稱，亦如前說。」

又僧伽當中，如果有已經發菩提心的大乘菩薩，是更強大的福田。《能入發生信力契印經》中說：「假設有人以瞋恚心，囚禁十方一切有情於黑暗牢獄；和有人因為忿恚，背對著菩薩說：『我不要看到這個討厭的人。』相比較，後者一瞋恚一位菩薩所造的惡業，遠遠超過前者，而且超過無量倍。」

又如劫奪南瞻部洲一切眾生的所有財物，和輕毀任何一位菩薩的惡業相比，也如前面說的情形一樣，後罪遠遠大於前罪。

又如焚毀多如恆河沙數的佛塔寺廟所生罪業，和對一位勝解大乘教法的菩薩生瞋恚心，然後損害他，說他壞話等相比較，也如同前面說的情形一樣，後罪遠遠大於前罪。」

《能入定不定契印經》說：「若剝十方有情眼目，由慈心故令眼還生，及將前說一切有情，放出牢獄，悉皆安立轉輪王樂或梵天樂。如次若於諸能勝解大乘菩薩，淨信瞻視及由淨信樂欲瞻視，稱揚讚歎，較前生福極無數量。」

《能入定不定契印經》中說：「若有人把十方一切有情的眼睛剝出；而另有善人以慈心將之復原，並且將前面所說被囚禁的一切有情放出牢獄，將他們全部安立在轉輪王或梵天王安樂之中的這種功德；和仰望一位勝解大乘教法的菩薩，對他發起淨信心、愛樂心、及稱揚讚歎。兩相比較，後者的福報遠比前面善行的福報大無量倍。」

P132LL1~P134L1 《極善寂靜決定神變經》～進趣優勝。

《極善寂靜決定神變經》中亦說：「較諸殺害南瞻部洲一切有情，或盡劫奪一切財產，若於菩薩所修善行，下至搏食施諸旁生，而作障難，能生無量罪。」故於是處，極應防慎。

《極善寂靜決定神變經》中也說：「殺害南瞻部洲一切有情，或劫奪一切有情的財物；和障礙一位菩薩修善行相比較，即使這位菩薩只是要施給畜生一點食物，而你卻障礙他，後者所生的罪業是無量無邊的，遠遠大於前罪。」因此對於菩薩這個福田，我們要更加謹慎防護。

由所依門故力大者。謂如鐵丸小亦沈水，即彼成器雖大上浮，說智不智所作罪惡，而有輕重。

第二、所依門。

以造業者本身的身份，是居士、還是出家人，以及由於他的智慧或愚昧而導致業力有輕重之分。譬如，一顆鐵丸子體積雖小，丟到水裡會立刻沉沒；如果將它做成容器，體積雖大，卻能上浮。以此比喻智者和愚者所造的罪業會有輕重的差別。

此因相者，《涅槃經》說，諸愚癡者，如蠅粘涕不能脫離，雖於小罪不能脫離。由無悔心不能善行。由覆藏過，雖先有善為惡染污。故應現受異熟之因，變為極重那落迦因。又如少

水投鹽一掬，則難飲用，或如欠他一文金錢，不能還償，漸被逼縛受諸苦惱。

這個原因，在《涅槃經》中說，沒有智慧的愚者造作罪業，就像蒼蠅粘到鼻涕便無法脫離，即使是對微小的罪業也脫離不了。因為愚者對過去已造下的惡業沒有懺悔心，日後又不能行持善業，由於覆藏自己的過失，雖然先前也積有一些善業，卻會被這個覆藏之惡所染汙，以致罪業與日俱增，積久成重。由於這個因緣，導致本來只是在現世中應獲得輕微果報的因，卻轉變成後世墮入地獄極重果報的因。這種情形，就好比在少量的水中投入一把鹽，水就會變得難以入口。也可以比喻為原本欠他人一文錢，因無法償還，結果利上滾利，最後累積成大債，而被債主逼得走投無路，飽受種種苦惱。

又說五相，雖是當感現輕異熟，能令熟於那落迦中，謂重愚癡，善根微薄，惡業尤重，不起追悔，先無善行。

經中又說，由於五種原因會使得輕業轉成重業，讓原本只是在今生受輕微的異熟果報，轉變為來生墮入地獄的重大果報。這五種原因就是：愚癡深重、善根薄弱、惡業重大、造罪後不起追悔之心、先前沒有善行。

故說輕微是指智者，能悔前失，防護後過，不藏諸惡，勤修善法，諸惡對治，若不修此妄矜為智，由輕蔑門，知而故行，是為尤重。

所以，這裡說的罪業輕微，是指智者在犯下罪行之後，能對之前所造的錯誤心生追悔；進而能防護未來不再違犯；智者能坦誠發露、不刻意覆藏自己的過失；並精勤修習善法；勵力對治惡業。若不能修這五種內容，還妄自以為自己是智者，這是輕蔑業果和經義，明知故犯，將使惡業轉為更深更重。

《寶蘊經》亦說：「三千所有一切有情，皆入大乘，具輪王位，各以燈燭器等大海，炷如須彌，供養佛塔，其福不及出家菩薩，於小燈燭塗以油脂，持供塔前，所得福德百分之一。」此中意樂，謂菩提心及其福田俱無差別，然所供物，殊異極大，是所依力極為明顯。

《寶蘊經》中也說：「如果三千大千世界所有的有情都趣入大乘，而且具有轉輪王的地位，他們各自以量如大海般的燈燭器、如須彌山高的燈炷，一起來供養佛塔，這個福德還不及一位大乘出家菩薩，手持一盞塗著薄脂的小油燈供養佛塔，前者所得福德比不上後者的百分之一。」

這個內涵說明，前面二者在供養時的意樂相同，都是發菩提心的菩薩；福田相同，都是供養佛塔；所供之物有極大差別，前者供養了無量無數的大燈燭等，後者只供了一盞小油燈，為什麼福德反而懸殊有別？這就是因為所依身不同，前者是在家身，後者是出家身，以出家身為所依，其業力之輕重差別非常明顯。（出家人是三世諸佛的清淨幢相，有很大的功德）

由是道理，則無律儀與有律儀，同是有中，具一具二具三之身，修行道時，顯然後較於前前，進趣優勝。

由以上的道理，我們了解所依身如果是不具戒體和具足戒體相比，其造業力量差別很大；甚至所依身受持幾種戒律，受持愈多愈殊勝；還有具足不同戒體，造業的力量也不同。如果所依身「具一」，即具有別解脫戒一種律儀（包括在家居士五戒、沙彌戒或比丘戒）；或「具二」，即具有別解脫戒，和菩薩戒兩種律儀；「具三」，是具有別解脫戒、菩薩戒、和密乘戒三種律儀；在修道的進程上，顯然後較於前前來得優勝。

P134L1～P135L1 如諸在家～地獄經爾劫。

如諸在家修施等時，受持齋戒律儀而修，與無律儀所修善根，勢力大小，亦極明顯。

又譬如在家眾修布施等六度學處時，有受持齋戒律儀，和沒有受持齋戒律儀，他們所修的善根差別也很大，這就是具戒者所依力大的緣故。

《制罰犯戒經》說，較諸世人，具十不善，經百歲中，恆無間缺所集眾惡。若有比丘毀犯尸羅，仙幢覆身，經一日夜，受用信施，不善極多，亦是由其所依門中，罪惡力大。

反之，具有戒體者，若犯罪行，其罪業也較普通人重很多。《制罰犯戒經》中說，比如世間人在百年中不斷造作十不善業，所累積的罪惡，與一個戒律不清淨的比丘，身穿袈裟，卻受用信眾供養一日夜的罪業相比，後者的罪業遠比前者來得嚴重，這也是由於所依門力大的緣故。

《分辨阿笈摩》亦云：「寧吞熱鐵丸，猛燄極可畏，不以犯戒身，受用國人食。」通說犯戒及緩學處。敦巴仁波卿云：「較依法所起罪惡，十種不善，是極少惡。」現見實爾。

《分辨阿笈摩經》中也說：「寧願吞食燒紅的熱鐵丸，忍受可怕的熾火烈焰，也不要以犯戒身，受用信眾供養之物。」此處說的犯戒身，包括違犯戒律與消極的怠忽學習戒律。敦巴尊者說：「與出家人持戒後所造的惡業相比，在家人所犯的十惡業，算是極輕微的。」現在看這個意義確實是如此。

由事物門故力大者。施有情中正法布施，供養佛中正行供養，較諸財施財物供養，最為超勝，此是一例，餘皆應知。

第三、事物門。

由事物門而導致業力重大，此指上供下施的一切事物中，由所施事物的差別而有業力輕重的差別。譬如，以布施來講，正法布施為最殊勝的布施；供養三寶，以依教奉行的正行供養比其他一切的財施更殊勝，是最好的供養。這只是一個例子，其餘的差別可以類推。

由意樂門故力大者。《寶蘊經》說，較三千界一切有情，各建佛塔，量等須彌。於此諸塔，復經微塵沙數之劫，以一切種可供養事，承事供養。若諸菩薩不離一切智心，僅散一華，其福極多。如是由其攀緣所得，若有勝劣，及緣自他利益事等意樂差別。

第四、意樂門。

造業者以什麼樣的意樂來造業，會決定所造業力的大小。《寶蘊經》中說，譬如，三千大千世界一切有情，為了求自身利益，各自建造量同須彌山的佛塔，又在這些塔前，經無量劫的時間，以一切最殊

勝物品作承事供養。另有一位不捨離菩提心的菩薩，只是在塔前供養一朵花；二者相較，後者所得的福德，比前者多很多，原因就是他們的意樂有差別：以二者在追求所得果位上，會因緣著現世、解脫、還是究竟佛果等，而有勝劣的差別；還有追求的目標，是為自利，還是利他，所緣動機不同，也會造成果報差別。

此復由其強盛微弱，恆促等門，應當了知。又於惡行，若煩惱心，猛利恆長，其力則大，其中復以瞋力為大。《入行論》云，「千劫所集施，供養善逝等，此一切善行，一恚能摧壞。」

此外，我們應該了知，由於造業時的心力有強弱、或時間有長短，也會影響業力的差別。若是在造惡中，內心生起強猛的煩惱，而且是長時間的造惡，其惡業力就很強大；其中又以瞋恚心的力量最大。《入行論》中說：「以千劫時間修布施、供養佛等所累積的一切善行，只要一念瞋心，就能毀之殆盡。」

此復若瞋同梵行者，及瞋菩薩較前尤重。《三摩地王經》云，「若互相瞋恚，非戒聞能救，非定非蘭若，施供佛能救。」《入行論》中亦云，「如此勝子施主所，設若有發暴惡心，能仁說如惡心數，當住地獄經爾劫。」

另外，若起瞋恚心的對象，是學法的同行，尤其是菩薩，則其業力會比前面所說的惡業更重大。《三摩地王經》中說：「如果同修之間互相瞋恚，所造的惡趣異熟果報不是靠持戒、多聞；禪定、住寂靜處；以及廣修布施、供佛等善行可以補救的。」《入行論》中也說：「對一位已經發了菩提心的菩薩，若是生起暴惡心，世尊說起心有多少剎那，就會在地獄長住多少劫。」

寅三、此等之果

P135L2~P136L1 第三其果~及全無果。

第三其果分三。

十業道的果報，分為異熟果、等流果和增上果三種。

異熟果者。謂十業道，一一皆依事及三毒上中下品，有三三等。

第一、異熟果。

在十惡業道當中，每一種惡業的果報都可以依照造業對象、及造業時貪瞋癡心力的強弱，而各自區分為上品(最重之業)、中品(中級之業)和下品(較輕之業)，會分別感得地獄、餓鬼、畜牲三種異熟果報。

《本地分》說，此中上品殺生等十，一一能感生那落迦，中十一一感生餓鬼，下十一一能感旁生，《十地經》說，中下二果與此相違。

《本地分》中提到，十種惡業中，不論是從殺生一直到邪見，只要它的業力是屬於重的上品類，就是感生地獄道；中品類會感生餓鬼道；下品則感生畜生道。但在《十地經》當中，將中、下品惡業的異熟果顛倒過來，也就是說，中品惡業會感生畜生道；下品惡業則感生餓鬼道。此與前說略有不同。

等流果者。謂出惡趣，次生人中，如其次第，壽量短促，資財匱乏，妻不貞良，多遭誹謗，親友乖離，聞違意聲，言不威肅，貪瞋癡三，上品猛利。

第二、等流果。

以十惡業墮入惡趣，即使(異熟)果報窮盡後轉生為人，然而業的力量還在，會繼續感得等流果報。等流果又分為造作等流果、領受等流果。

依十惡業的順序，先說殺生業：以前造了殺業，令人壽命減短，所以今世自己也會承受壽命短促的果報，這就是領受等流果；偷盜業會感得資財匱乏的領受等流果；邪淫會感得妻不貞良；妄語業會感得多遭誹謗；離間語業會感得親友乖離；粗惡語則會感得常受惡聲和忤逆；綺語業則感得言不威重；而由三毒造惡，會感得增上猛利的貪欲、瞋恚、和愚癡。

《諦者品》及《十地經》中，於其一一說二二果，謂「設生人中，壽量短促多諸疾病，資財匱乏與他共財。眷屬不調或非

可信，妻有匹偶。多遭誹謗受他欺誑。眷屬不和，眷屬鄙惡。聞違意聲，語成鬥端。語不尊嚴，或非堪受無定辯才。貪欲重大不知喜足，尋求無利或不求利。損害於他，或遭他害。見解鄙惡，諂誑為性。」

《諦者品》與《十地經》中，說得更詳細具體。對十惡業中的每一種黑業，都說了兩種領受等流果：「如果投生人道，殺生業會感得壽命短促、多患疾病；偷盜業會感得資財匱乏、對財物沒有自主權，被迫與他人共有；邪淫的領受等流果是眷屬不和睦或不值得信任、妻子外遇；妄語的等流果是常遭誹謗、受人歧視欺騙；離間語則感得親友乖離、彼此嫌惡；粗惡語的等流果是常聽到忤逆惡罵、說話容易引發事端；綺語會感得言無威信、說話無人理睬，沒有辯才以至於不易說服別人；貪欲的等流果是貪念強猛、不知喜足、就算是沒有利益的事照樣有貪求欲；瞋恚將感得經常作意損害他人、或遭人損害；邪見會感得見解粗鄙顛倒、性好諂曲欺誑。」

諸先尊長說縱生人中，愛樂殺生等事，是造作等流果。前所說者，是領受等流果。

所有祖師大德都說，縱使這一世轉生為人，由於串習力的緣故，惡業的等流習氣會延續至今，例如過去喜好造作殺生的惡業，這一世不待學習，還是會喜好造作相同殺業，這是過去所留下來的習氣使然，稱為造作等流果。前面《十地經》等提到的例子，則是領受等流果。

諸主上果或增上果者，謂由殺生，能感外器世間所有飲食及藥果等皆少光澤，勢力，異熟及與威德，並皆微劣，難於消變，生長疾病。由此因緣，無量有情，未盡壽量，而便中天。

第三、主上果或增上果。增上果一般偏屬於共業，也就是由造作者的業報慢慢成熟在外器世間的環境上。

譬如，殺生業所感得的增上果，是指將來所投生的環境，無論飲食、醫藥、果實等都少光澤，其功能、特性與效果都很差，且難以消化，食用後還容易生病。由此緣故，無數的有情壽量未盡，就中途夭折。

不與取者，謂眾果尠少，果不滋長，果多變壞，果不貞實，多無雨澤，雨多淋澇，果多乾枯及全無果。

偷盜業的增上果，是會感得所處環境的衰敗；例如會感得作物收成減少，或不成熟，或多病蟲害，或結實不良。不是遭逢乾旱，就是鬧水災，果實乾枯稀少，甚至完全不結果。

P136L1～P136LL6 欲邪行者～非皈依所。

欲邪行者，謂多便穢，泥糞不淨，臭惡迫迮，不可愛樂。

邪淫者感得的增上果，是感生的環境骯髒污穢；多泥糞便穢，污染不淨，臭惡恆生，狹窄逼迫等讓人厭惡的地方。

虛妄語者，謂農作行船，事業邊際，不甚滋息，不相諧偶，多相欺惑，饒諸怖畏，恐懼因緣。

妄語的增上果，是指所感生的環境，不論從事農務、行船、甚至各種行業都無法獲利、興盛；工作夥伴不和合，互相欺騙，整天提心吊膽，最終的結果都令人挫折、失望、恐懼。

離間語者，謂其地處丘坑間隔險阻難行，饒諸怖畏恐懼因緣。

離間語的增上果，是感得所處的環境，多屬山丘坑坎，高低崎嶇，處處險阻難行，讓人害怕、恐懼之地。

粗惡語者，謂其地所多諸株杌，刺石礫瓦，枯槁無潤，無有池沼，河流泉湧，乾地鹵田，丘陵坑險，饒諸怖畏恐懼因緣。

粗惡語的增上果，是會感生在樹木枯槁、充滿荊棘、瓦礫土石，一片荒蕪的環境；沒有池沼的潤澤，沒有泉湧的河流，鹽份過高的山谷丘陵，致使土地貧瘠無法耕作，地勢不便且險阻，到處充滿令人怖畏、恐懼的因緣。

諸綺語者，謂諸果樹不結果實，非時結實，時不結實，未熟似熟，根不堅牢，勢不久停，園林池沼，可樂極少，饒諸怖畏，恐懼因緣。

綺語的增上果，是會感生在果樹不結果，或非時結果；所結果實外熟內澀，無法食用；樹根不牢，不能長久存活；缺少綠意園林，也無清涼池泉的一個讓人喜樂少，恐懼多的地方。

貪欲心者，謂一切盛事，經歷一一年時月日，漸漸衰微唯減無增。

貪欲業所感得的增上果，是擁有的一切圓滿盛事，隨著時間，年年、月月、日日，慢慢都走向衰微，只有減損，沒有增盛。

瞋恚心者，謂多疫癘，災橫擾惱，怨敵驚怖，獅子虎等，蟒蛇蝮蠍，蚰蜒百足，毒暴藥叉諸惡賊等。

瞋恚業的增上果，是感得投生到瘟疫、瘴癘流行，災害、橫禍頻擾的地方；那些地方多戰爭、怨敵；多獅虎等猛獸、蟒蛇、蠍子、蜈蚣等毒虫出沒；乃至於出現毒暴的夜叉、非人、及惡賊侵害等惡相。

諸邪見者，謂器世間，所有第一勝妙生源悉皆隱沒，諸不淨物乍似清淨，諸苦惱物乍似安樂，非安居所，非救護所，非皈依所。

邪見的增上果，是其感得的世界，所有最殊勝、最好的、可以用來資養眾生生命的東西漸漸隱沒消失；種種不淨物，乍看起來像是清淨的；令人引發苦惱的東西，乍看起來卻以為是安樂的；這樣的環境，絕非遠離輪迴的安居處，也不是能得到救護之所，更不是身心能皈依的地方。

丑二、白業果

思惟白業果分二，一、白業，二、果。今初

寅一、白業

《本地分》說，於殺生不與取欲邪行，起過患欲解起勝善心，若於彼起靜息方便，及於彼靜息究竟中，所有身業。語四意三，亦皆如是。其差別者，謂云語業及云意業，事及意樂，

加行究竟，如應配合。例如遠離殺生業道事者，謂他有情。意樂者，謂見過患，起遠離欲。加行者，謂起諸行靜息殺害。究竟者，謂正靜息圓滿身業，以此道理，餘亦應知。

《本地分》中說，只有在瞭解了殺生、不與取、邪淫等黑業的過患以後，才能生起殊勝善心(善法欲)，對這些黑業發起刻意的遮止、及究竟的斷除；並在這個過程中對於所有身業，就是不殺生、不偷盜、不邪淫的白業，確實去實踐。其餘的語四善業、意三善業也都是如此。差別在語業和意業中，如前所說，每一種業道都分為事、意樂、加行、究竟這四部分，現在解釋白業道時，也是拿這四相一一來配合說明。例如，遠離殺生的白業道中，事者，是指其他有情。意樂，是瞭解殺業的過患後，生起想要遠離殺業的念頭。加行，是刻意設法防護，以止息殺業。究竟，是指經由修行，依善法而根本斷除了殺生行為，(亦圓滿了如是身業)令修善之身做到圓滿。同樣的道理，不偷盜、不邪淫等其餘九種白業道，也可以依此原則類推而了知。

寅二、果

P137L1~P137LL1 果中有三~則有眾多。

果中有三，異熟者，謂由軟中上品善業，感生人中，欲界天中，上二界天。諸等流果，及增上果，違於不善，如理應知。

白業的果報也分異熟果、等流果及增上果三者。異熟果，對應於下、中、上品的善業，而分別感生人道、欲界天、以及上二界天(即色界、無色界天)。白業道的等流果及增上果，和前面所說黑業道的果報相反，應當如理了知。

《十地經》說，以此十種，怖畏生死，離諸悲心，由隨順他言教修習，辦聲聞果。又諸無悲，不依止他，欲自覺悟，善修緣起，辦獨勝果。

《十地經》中說：如果依由十善業道的基礎，並了解世間真相惟是苦性，一心想脫離生死輪迴，雖然還缺乏大悲心，也能因聽聞諸佛菩薩的教言，修習無我的道理，最終獲得聲聞乘果位。同樣的，依由十善業道的基礎，對生死產生怖畏而求出離，一樣不具悲心，但不

同的是，這一類修行者並非依止佛陀的言教悟道，而是靠自己善修緣起道理而覺悟，最終可以成辦獨覺果位。

若心廣大，具足悲心，善權方便，廣發宏願，終不棄捨一切有情，於極廣大諸佛智慧，緣慮修習，成辦菩薩一切諸地波羅蜜多。由善修習此一切種，則能成辦一切佛法。如是二聚十種業道，及彼諸果，凡餘教典，未明說者，一切皆是如《本地分》，《攝決擇分》意趣而說。

以行持十善業道為基礎，如果心量廣大，具足悲心，善用一切善巧方便，而且廣發大願，心始終不棄捨任何一個有情，並緣著諸佛的廣大智慧而努力修習，這樣就能照著菩薩道一地一地修上去。由於善修六度與一切菩薩行，最終能成就最圓滿的佛果。

由此可知，十善業道是三乘共道的基礎，若是善於修習十善業道的一切內涵，就能成辦一切的佛法。

以上黑、白各十種業道，還有十種業道所引發的果報，如果沒有清楚說明是根據哪一本教典的，都是依照《瑜伽師地論》中《本地分》和《攝決擇分》之意趣而說的。

丑三、業餘差別

第三顯示業餘差別中，引滿差別者。引樂趣業是諸善法，引惡趣業是諸不善。諸能滿者，則無決定。於樂趣中，亦有斷支，關節殘根，顏貌醜陋，短壽多疾，匱乏財等是不善作。於諸旁生及餓鬼中，亦有富樂極圓滿者，是善所作。

有關抉擇業果的第三部分，是講述業的其餘差別，先說明引業與滿業的差別。

引業，是牽引下一世去那裡投生的業；若在因地當中造了善法，就牽引到樂趣，造了不善的惡法，就引到三惡趣去。滿業則沒有一定。滿業，是指被牽引到某一趣之後，能完整領受到苦樂果報的業。當感生善趣之後，雖然引業是善業，譬如投生為人，但也可能有四肢殘缺、容貌醜陋、短壽多病或貧窮愚昧等不善業所感的不如意事，也就是說引業雖然是善的，滿業卻是不善。反之，雖生在旁

生、餓鬼道中，卻有富樂、圓滿受用的果報，這就是它們的引業不善，而滿業是善的。

由如是故，共成四句。謂於能引善所引中，有由能滿善所圓滿及由不善圓滿二類，於諸能引不善引中，有由能滿不善圓滿及由善法圓滿二類。《集論》云：「應知善不善業，是能牽引及能圓滿，於善惡趣受生之業，能牽引者謂能引異熟，能圓滿者謂既生已，能令領納愛與非愛。」

由此可知，引業、滿業之間可分成四種情況，就是在引業善中，分滿業善及滿業不善二種；另外，在引業不善中，也分滿業善及滿業不善二種。

《集論》中說：「應該知道善業和不善業，是能牽引、能圓滿下一世在善趣或惡趣中所受的業：能牽引的業，是指能引生在善、惡趣中成熟的異熟果報；能圓滿的業，是指既已受生之後，一生當中所領受的可愛或不可愛的受用果報。這是引業與滿業的差別。」

《俱舍論》云：「由一引一生，能滿則眾多。」謂由一業能引一生，非能引多，亦非眾多共引一生。諸能滿中，則有眾多。

《俱舍論》中說：「一個引業決定一次受生；受生以後，在一生中圓滿領受果報的滿業，卻有很多。」也就是說，一個引業只能引一生，不能引多生，也不能由眾多引業來共引一生；而滿業當中，一生有多業能圓滿。

P137LL1～P139L1 《集論》則說～他逼令作。

《集論》則說，頗有諸業，唯由一業牽引一生。又有諸業，唯有一業牽引多生，頗有諸業，由眾多業牽引一生。亦有諸業，由眾多業牽引多生，釋中說云：「有由一剎那業，唯能長養一世異熟種子。及由彼業而能長養多世異熟種子，有由多剎那業，唯能數數長養一世種子。及由眾多互相觀待，而能數數長養輾轉多生種子。」

《集論》則有不同說法：有些業，是一個業只牽引一生(一引一)；有些業，是由一業牽引多生(一引多)；或由很多個引業牽引一生(多引一)；或由眾多業牽引多生(多引多)。

《集論釋》中也說：「有的剎那業，只能長養一世的異熟種子；有的剎那業，可以長養多世的異熟種子；有時很多剎那業，只能數數長養一世的異熟種子；有時則需要眾多業互相積聚之後，數數長養、輾轉潤發多世的異熟種子。」

定不定受業者，如《本地分》云，「順定受業者，謂故思已，若作若增長業。順不定受業者，謂故思已，作而不增長業。」

其次，說明定受業、不定受業的差別。造業後，是不是一定要受報？這要看是否有造，和造業以後，有沒有令它繼續增長，來決定是一定受報，還是不一定受報。

如《本地分》中說：「所謂的順定受業，是指經過思惟以後，不但造作了，還讓它繼續增長，這是一定會受報的業。順不定受業，是指思惟以後，雖然造作了，但能避免繼續增長它，而由於造業時業力不強，所以這個業不一定會感果。」

作與增長所有差別者，即前論云，「云何作業，謂若思業或思惟已身語所起。」又云，「增長業者，除十種業，謂一夢所作，二無知所作，三無故思所作，四不利不數所作，五狂亂所作，六失念所作，七非樂欲所作，八自性無記，九悔所損害，十對治所損。除此十種業所餘諸業。不增長業者，謂即所說十種。」

有關造作和增長的差別又是什麼？在前論《本地分》中也有說明：「什麼叫造業？就是思業(意業)，或在思惟後，付諸於身語行動的思已業。」又說：「所謂增長業，就是除了十種不增長業以外，其餘的諸業；十種不增長業是：一、夢中所作。二、無知而作。三、沒有預先思惟計劃所作。四、造作的意樂不強烈，也不經常作。五、在狂亂失去理智之下所作。六、因忘念不留意而作。七、為他人所逼，並非自願而歡喜去作。八、事情本身屬於無記(非善非惡)。九、造業後，起慚愧心，懺悔所作。十、懺悔後，誓不再造，起防護心對治，防止作惡。以上十種為不增長業，此外的諸業就是增長業了。」

《攝決擇分》亦說四句：一作殺生而非增長，謂無識別所作，夢中所作，非故思作，自無樂欲他逼令作，若有暫作，續即發起猛利追悔及厭患心，懇責厭離，正受律儀，令彼薄弱，未與異熟，便起世間所有離欲，損彼種子及起出世永斷之道，害彼種子。

《攝決擇分》中也提到四種情況。以殺生為例來說明：

第一、作而非增長。是指在無意識分別之下所作；夢境中殺生；事先沒有思惟計劃而作；受他人逼迫，自己並沒有殺生樂欲而作；假若偶爾犯了以上的幾種情況，卻能立即發起猛利的追悔和厭患心，懇切地責備自己，厭離這個過患，並正受戒律，讓造惡力量漸趨薄弱，在異熟果尚未成熟前，趕緊修出離心，遠離世間貪欲等煩惱，以損壞煩惱的種子，再進一步修習出世聖道，永斷惡業種子。

二增長而非作者，為害生故，於長夜中，數隨尋伺，然未殺生。

第二、增長而非作。是指為了損害他人，長期在意樂上思量、串習如何去殺，但始終沒有真正去做殺生的行為。這種情況雖然沒有身口造作，但因意業是長期猛利的尋伺、積怨，所以意的罪業很重。

三作而增長者，謂除前二句一切殺生。

第三、作而增長。是指排除前面二種（作而非增長、增長而非作）情況以外的一切殺生；是具備事前思惟、事中正行、事後並不追悔、也沒有對治三個條件，所以這一類惡業是一定要受報的。

四非作非增長者，謂除前三。

第四、非作非增長。是指排除前面三種情況以外的殺業。譬如心中忽動殺念，但很快就止息念頭，並沒有實際造作；這是非作非增長。

從不與取乃至綺語，隨其所應如殺應知。

以上四種情況，雖然是以殺生為例來說的，然而從偷盜乃至綺語等六種身、語業，都和殺生業相同，具有這四種可能。我們應該如前所說來理解作與增長的關係。

於意三中，無第二句，於初句中，亦無不思而作，他逼令作。

至於貪、瞋、邪見三種意業之中，並沒有第二種「增長而非作」的情形，因為意業本身就是反覆去想，當反覆想時，就已經在做了。在第一種「作而非增長」當中，意業也沒有「不思而作」、「他逼令作」的情形。

P139L2~P139LL4 決定受中～形量端嚴。

決定受中，依受果時分三。其中現法受者，謂即彼果現法成熟。《本地分》說此復有八，若由增上顧戀意樂，顧戀其身，財物諸有，造作不善，於現法受。若由增上不願意樂，不顧彼等，作諸善法。

確定是「定受業」後，依照果報成熟的時間，又可分為現法受、順生受、順後受三種。

第一、現法受：就是造業以後，它的果報在現世就會成熟，現世就會受報的意思。《本地分》中說，現法受有八種情況，其中善業、惡業各別有四種。一、內心當中有強烈的貪等煩惱，對於自己的身體、財物等等放不下，因而造作種種不善業，那麼一定會現法受。反之，若以很強烈的無貪無瞋無痴的意樂，處處不顧自己，而為利益他人造作種種善業，這也會是現法受。

如是若於諸有情所，增上損惱增上慈悲。又於三寶尊重等所增上憎害，及於此所，增上淨信，勝解意樂。又於父母諸尊重等恩造之所，由增上品，酷暴背恩，所有意樂，所作不善，於現法受。若由增上報恩意樂所作善法，於現法受。

二、對於有情眾生，起強烈損害心或者慈悲心，致使惡業或善業增長廣大，一定是現法受。

三、對於三寶、師長等功德田，起猛利的損惱、傷害，一定會感得現世的惡報。反之，對他們以猛利的淨信、勝解意樂而行供養等等，現世也一定感得善報。

四、對於父母、尊長等恩德田，如果忘恩負義，甚至對他們增上暴惡背恩，這種情況所造的惡業一定現法受。反之，對他們知恩圖報，並由增上意樂所作的種種善法，這也是現法受。

順生受者，謂於二世當受其果。順後受者，謂於三世以後成熟。

第二、順生受：是指所造之業，因業力沒這麼強大，今生沒辦法感果，要到下一世才果報成熟。

第三、順後受：如果業的力量更弱的話，今生所造的業，會在第三世以後才感果報；也就是今生作善作惡，可能到第三世、第四世、或者十世、百世、乃至無量世以後才成熟感果，這稱為順後受。

於相續中，現有眾多善不善業成熟理者，謂諸重業即先成熟，輕重若等，於臨終時何者現前，彼即先熟。若此亦等，則何增上多串習者。若此復等，則先所作，彼即先熟。如《俱舍釋》所引頌云，「諸業於生死，隨重近串習，隨先作其中，即前前成熟。」

我們人人身心相續中，都有無量無邊的善和惡的業種子，至於哪些會先成熟？依照業感果的次第如下：重業一定先感果。如果眾業的輕重相等，要看在臨終時哪一個業先現起，先現起的業就先感果。假如輕重相等，臨終前也沒有特別事情現前，或者種種業同時現前，那就會隨順平常的習慣，以無始以來串習深的先感果。假定各業的串習力也相同，就會按照造業的先後順序來決定，以先造的先成熟。

如《俱舍論釋》所引的頌詞中說，「生死流轉中，我們所造諸業的感果順序，是依照業因成熟的道理而決定的：也就是隨業重、臨終最接近、經常串習、先造作四種順序，前者比後者先成熟。」

庚二依止後世安樂方便

辛二、一切善樂所有根本發深忍信

壬二、思別業果

第二思惟別者。謂由遠離十種不善，雖定能獲善妙所依，然若成一圓具德相，能修種智，勝所依者，修道進程，非餘能比，故應成辦如此所依。此中分三，一、異熟功德，二、異熟果報，三、異熟因緣。

癸一、異熟功德

初中分八。一壽量圓滿者，謂宿能引牽引長壽，如其所引，長壽久住。

先說異熟功德分八：

第一、壽量圓滿。由於過去生的引業感得長壽果報，今生獲得長壽久住；因此能有更長的時間去行善、斷惡，利益自他，可以造作更多的福德善業。

二形色圓滿者，謂由形色顯色善故，顏容殊妙，根無闕故，眾所樂見，橫豎稱故，形量端嚴。

第二、形色圓滿。五官端正、膚色豐潤，而且容貌莊嚴、五根具足，眾人見了都心生歡喜。又體態勻稱、舉止端莊，很得人緣；這就是菩薩形色圓滿。

三族姓圓滿者，謂生世間，恭敬稱揚，諸高貴種。四自在圓滿者，謂大財位，有親友等廣大朋翼，具大僚屬。

第三、族姓圓滿。出生在世間所恭敬、讚揚的高貴家族中。

第四、自在圓滿。財力雄厚，富貴自在，又有眾多親友、隨從、部屬等歡喜擁戴。

五信言圓滿者，謂諸有情信奉言教，由其身語於他無欺，堪為信委，於其一切諍訟斷證，堪為量故。

第五、信言圓滿。由於言出必行，身語無欺，因此言教容易獲得眾人的信任；又能公平裁決一切諍訟糾紛，使人心服口服。

六大勢名稱者，有大名稱，有大美譽，謂於惠施，具足勇健精進等德，由此因緣，為諸大眾所供養處。

第六、大勢名稱圓滿。名稱遍揚，具有廣行布施周濟貧困，勇悍精進修持善法的美德，而成為眾人供養、恭敬的福田。

七丈夫性者，謂成就男根。

第七、具丈夫性。是指具丈夫種性，生為男身。

八大力具足者，謂由宿業力，為性少病，或全無病，於現法緣，起大勇悍。

第八、大力具足。由於宿世的善業力，今生身體健康，很少生病或從不生病；又因身強體壯，無論值遇現法何等因緣，都能無畏障難，發起大勇悍心，使之順利成辦。

此復第一謂住樂趣，第二謂身，生為第三，財位僚屬為四，第五謂為世間量則，第六謂彼所有名稱，七謂一切功德之器，第八謂於諸所應作勢力具足。

簡而言之，這八種德相：第一，是在善趣中久住，特別指人身。第二，身心健全。第三，出身高貴。第四，有財位、僚屬。第五，言教堪為世間量則。第六，美名流傳於四海。第七，生男兒身，具有成就一切功德之器。第八，對應做之事具足大力。若能圓具以上八種德相的異熟功德，我們就能快速地成辦成佛之因，在修法的道路上走得更順利。

癸二、異熟果報

異熟果報分八。初者依自他利，能於長時，積集增長，無量善根。

具足以上八種異熟功德，又能帶來什麼樣的異熟果報（作用）呢？此處說異熟果報分八：

第一、壽量圓滿的果報：由於壽量圓滿，只要善加利用，就能長時間去修習善法、累積善業、增長無量善根，成就自他二利的事業。

第二者謂諸大眾暫見歡喜，咸共皈依，凡所發言，無不聽用。

第二、形色圓滿的果報：由於形色圓滿，大眾見了容易心生歡喜，想要靠近；更容易轉而皈依投景仰其人、聽從其言。

第三者謂所勸教，無違敬用。第四者謂以布施攝諸有情，令其成熟。

第三、族姓圓滿的果報：由於出生在高貴的種姓中，容易受人景仰、尊重，因此以善法勸教大眾，大眾也易於順從並恭敬接納。

第四、自在圓滿的果報：由於財物充裕，眷屬眾多，就能以財施、法施、無畏施來攝受大眾，成熟有情根器。

第五者謂以愛語利行同事，攝諸有情，速令成熟。

第五、信言圓滿的果報：由於信言具足，言教具威信力的緣故，能以「四攝法」中的愛語、利行、同事，來攝受眾生，引導眾生的相續能夠早日成熟。

第六者謂由營助一切事業，施布恩德，為報恩故，速受勸教。

第六、大勢名稱圓滿的果報：由於大勢名稱具足，有能力幫助他人成辦各種事業；又因廣布恩德，使受恩者能感恩報恩，而願意立即聽從勸教。

第七者謂為一切勝功德器，欲樂勤勇，堪為一切事業之器，智慧廣博，堪為思擇所知之器。又於大眾都無所畏。又與一切有情同行，言論受用，或住屏處皆無嫌礙。

第七、具丈夫性的果報：由於具丈夫性，而能成就所有殊勝功德；並以欲樂精勤，而能成辦一切事業；因智慧廣博，而能善知世間、出世間法，無礙而轉；又能在大眾之中無所畏懼，而且行動方便，和一切有情共同集會、言論、受用飲食或者住在偏遠之處，都不致於引起譏嫌，也沒有什麼阻礙。

第八者謂於自他利，皆無厭倦，勇猛堅固，能得慧力，速發神通。

第八、大力具足的果報：由於大力具足，故能勇往直前。對自他二利之事都能心無厭倦、勇猛堅定，要想生起任何證量，都能在很短時間內引發出來，並能藉此定慧之力快速成辦各種神通。

癸三、異熟因緣

P141L1~P142L1 異熟因分八~而為宣說。

異熟因分八，初者謂於有情，不加傷害，及正依止不害意樂。又云，「善放將殺生，如是利其命，遮止害眾生，則當得長壽。承事諸病人，善施諸醫藥，不以碗杖等，害眾生無病。」

這八種異熟的功德與果報，是由何因緣而來的呢？異熟因分八：

第一、感得壽量圓滿的因，是對於一切有情，不加傷害，連意樂上也遠離傷害的念頭。如說：「對即將被殺害的有情救護放生，如此利益眾生的性命，並保護眾生免於受到傷害，就能感得長壽的果報。經常照顧服侍病人，布施所需醫藥，不拿石塊木杖等物去欺擾眾生，就能感得無病的果報。」

第二者謂能惠施燈等光明，鮮淨衣物。又云，「由依止無瞋，施莊嚴妙色，說無嫉妒果，當感妙同分。」

第二、感得形色圓滿的因，是由能供養燈燭光明，及潔淨衣物等獲得。又說：「以無瞋心布施、以清淨道場供養莊嚴的諸佛菩薩，能感得形色圓滿的果報；又以無嫉妒的善因，將來能感得受人愛戴的同分妙果。」

第三者謂摧伏慢心，於尊長等，勤禮拜等，於他恭敬，猶如僕使。

第三、感得族姓圓滿的因，來自摧伏驕慢。恭敬承事禮拜上師及父母等尊長，對待他人就像奴僕事主般，常懷恭敬心，就能感得族姓圓滿的果報。

第四者謂於乞求衣食等物，悉皆施惠，設未來乞亦行利益。又於苦惱及功德田，乏資具所，應往供施。

第四、感得自在圓滿的因，是行廣大供施。對前來乞求衣食等物的眾生不慳吝，有求必應；即使沒有上門求乞，也要想辦法對他饒益。又，對身心苦惱眾生以及三寶、父母、尊長等功德田處，或缺乏資具的地方，能親自前往關心問候，供養、布施，就能感得自在圓滿的果報。

第五者謂修遠離語四不善。

第五、感得信言圓滿的因，就是要不斷串習斷除妄語、離間、粗惡、綺語等四種惡行，將來能感得信言圓滿的果報。

第六者謂發宏願，於自身中攝持當來種種功德，供養三寶，供養父母，聲聞獨覺，親教軌範，及諸尊長。

第六、感得大勢名稱圓滿的因，是發願和供養。發大菩提願並於未來成辦種種功德；盡心的供養三寶、父母、聲聞、獨覺、親教師、軌範師及所有尊長。

第七者謂樂丈夫所有功德，厭婦女身，深見過患。樂女身者，遮止欲樂，將失男根，令得脫免。

第七、感得丈夫性具足的因，是好樂丈夫身所具有的種種功德，又深見婦女身的過患，而厭離女身；對於還樂婦女身者，能遮止他貪著女身的念頭；並救護即將失去男根的有情，令他免於脫離男身。

第八者謂他不能作，自當代作，若共能辦，則當伴助，惠施飲食。

第八、感得大力具足的因，是以身供事和惠施飲食。不但自己經常行善惠施，也幫忙沒辦法親自行善的眾生，代替他們去做；如果能夠和他們共同成辦惠施，就從旁輔助，不驕矜居功；這是未來身心能具足大力的原因。

如是八因，若具三緣，能感最勝諸異熟果。於其三緣，心清淨中待自有二，謂修彼因所有眾善，將用迴向無上菩提不希異熟。由純厚意，修行諸因勢力猛利。

以上八種異熟因，如果能夠配合三緣同時攝修的話，將來就能感得最殊勝的異熟果。這三緣是：心清淨、加行清淨、田清淨。

心清淨。從觀待自己可以分為二個部分來看。

- (一) 迴向無上菩提：將修習八因的所有善業，都迴向無上菩提，而不希求其他任何果報。
- (二) 由純厚意修因：就是修行任何一種善因時，都應提起純厚意樂、非常猛利的去修行。

待他有二，謂見同法者，上中下座，遠離嫉妒，比較輕毀，勤修隨喜。設若不能如此而行，亦應日日，多次觀擇所應行事。

觀待他人的部分也有二項。(一) 對程度比自己高的同修不嫉妒；對程度與自己相當的同修不較勁；對程度比自己低的同修不輕毀；對所有同修的善行功德勤修隨喜。(二) 假如還沒有辦法做到如上所說，至少要每天、乃至於時時刻刻的觀照自心，思擇自己所應做的修行。

加行清淨中，觀待自者，謂於長時無間殷重，觀待他者，謂未受行讚美令受。已受行者，讚美令喜，恆無間作不棄捨作。

第二、加行清淨。觀待自己方面，要長時間、不間斷、認真精進的修行。觀待他人方面，對於尚未受持善法的眾生，以讚美善行功德，令他們能信受奉行；對於已受持善法的眾生，也以讚歎鼓勵令他歡喜，讓他們對自己所受行的善法能夠不間斷、不棄捨。

田清淨者，謂由彼二意樂加行，能與眾多微妙果故，等同妙田。此等是如《菩薩地》說，以釋補滿而為宣說。

第三、田清淨。由發心清淨和加行清淨，自然能感生眾多殊勝的果報，猶如在肥沃的良田裏耕作一樣，果實自然豐盛美妙。此處以具足意樂和加行清淨，總稱為田清淨。

以上異熟功德、果報及其因緣，是依據《菩薩地》所說，再以《菩薩地註釋》做補充，使本論更為圓滿。

壬三、思已正行進止之理

第三思已禁止道理中分二，一、總示，二、特以四例淨修道理。今初

癸一、總示

P142L3~P143L2 如《入行論》～全無解脫。

如《入行論》云，「苦從不善生，如何定脫此，我晝夜恆時，理應思惟此。」又云，「能仁說勝解，一切善品本，又此之根本，恆修異熟果。」謂既了知黑白業果，非唯了知即便止住，應數修習，以此是為極不現事，極難獲得決定解故。

如《入行論》中所說：「苦果是從惡業所生，要如何才能從痛苦中解脫出來？這是我們晝夜都應該思惟的道理。」又說：「勝解世尊所說的業果道理，是一切善法的根本，而這個根本，是從恆常地修習異熟果的道理來的。」既然清楚的知道了黑白業果的道理，不能只是懂得了就停在那裡，應該反覆思惟、勤加修習，因為業果是極隱晦法，並不是我們以肉眼可以現見到的，這也是業果很難獲得決定信解的原因。

此復如《三摩地王經》云，「設月星處皆墮落，具山聚落地壞散，虛空界可變餘相，然尊不說非諦語。」於如來語，應修深忍，若未於此獲得真實決定信解，任於何法，悉不能得，勝者所愛，決定信解。

又如《三摩地王經》中所說：「縱使天上的月亮、星星都墜落下來，山河大地完全崩壞離散，整個虛空界中所有景象都可能變得面目全非，然而世尊也絕不會說非諦實語。」我們對佛陀的教言，要修深忍信。如果對佛陀說的業果道理，不能獲得真實定解，那麼修學任何法，都不可能有任何成就，也不可能得到諸佛所歡喜的決定信解。

如有一類，說於空性，已獲決定，然於業果無決定信，不慎重者，是乃顛倒了解空性。解空性者，謂即見為緣起之義，是於業果發生定解為助伴故。

如果有一種人，他對於業果道理還沒有生起信解，卻自稱已經完全了達空性，像這種輕忽業果、不謹慎行持的人，可以斷言他對空性的了解是顛倒錯誤的。因為真正已達空性正見的人，知道空性即是緣起，正因為一切法無自性，所以一切法都是因緣而起。因此，了達空性應是對於業果產生定解的最大助緣，它二者是相輔相成的。

即彼經云，「一切諸法如水月，等於幻泡陽燄電，雖諸死已往他世，有情意生不可得。然作諸業終不失，如其黑白成熟果，如此理趣門賢妙，微細難見佛行境。」是故應於緣起二業，及諸因果發生定解，一切晝夜觀察三門，斷截惡趣。若不先善因果差別，縱少知法，然將三門放逸轉者，唯是開啟諸惡趣門。

如前經《三摩地王經》中所說：「一切諸法如水中月影，像夢幻、泡影、陽燄、閃電一樣，似有非真、迅速遷滅。眾生死後雖然往生他世，然而實際中卻找不到任何一個有自性的有情。雖然『我』非實有，但所作的業果作用卻不會失壞，由黑、白業所引生苦、樂的異熟果並無絲毫錯亂，此中理趣是非常微細深妙的，我們眾生的確很難理解，只有佛陀的真實行境才能清楚明白。」因此，我們應該對黑白二業，以及各種因果緣起法則善加修習，產生定解，並日夜觀察自己的身口意三門，由此截斷通往惡趣之因。如果我們不先對業果

差別有正確的認識，即使稍稍懂得一點法義，就隨著自己的慢心放任三門隨境而轉，如此無異是開啟三惡趣之門。

《海問經》云，「龍王，諸菩薩由一種法，能斷生諸險惡惡趣，顛倒墮落。一法云何？謂於諸善法觀察思擇，作如是念，我今若何度諸晝夜。」若能如是觀相續者，諸先覺云，此因果時，校對正法，全不符順，於此乃是我等錯誤，全無解脫。

《海龍王請問經》中記載：「佛告訴龍王：菩薩只要能把握住一種法，就能夠截斷轉生惡趣之路，免於顛倒墮落。這『一法』是什麼呢？就是觀察思擇一切善法，心中時時想著，我該如何度過每一天的分分秒秒？」若能如此觀察自己的身心相續，就會照見平日三門與因果相違的過失。前輩大師們說過：透過業果正見來觀察自心，若能覺察到自心與正法完全不相應，就能認識到原來自己過去所思所行是錯的，而憑這種相續，將來完全沒有解脫的希望。

P143L2~P144L2 校對業果~非入山中。

校對業果，是觀順否，若以法校自相續時，全無符順，而能至心了知如是，是為智者。《集法句》云，「若愚自知愚，是名為智者。」

若校法時，與法乖反，猶如負屍，自妄希為法者，智者，淨者，極頂，是為下愚。《集法句》云，「若愚思為智，說彼為愚癡。」故其極下，亦莫思為於法已解。

對照業果，是為了觀察自心與正法是否符順，如果發現自心相續完全不符順正法時，還能夠真正看到自己的錯誤，這是智者。《集法句》中說：「如果愚者卻有自知之明，那這個人實際是一個有智慧的人。」

相反的，若是以正法校對自心時，明明與法相違，自己的身心猶如行屍走肉一般，卻妄言自己對法有希求心，是有智慧、清淨、至高的修行人，這才是最愚蠢的人。《集法句經》中說：「如果愚痴的人自認為是智者，那就是真正愚痴的人了。」所以，自己再差再差，也不要自認為對法已經完全了解。

又博朵瓦則引此《本生論》文觀察相續，如云，「虛空與地中隔遠，大海彼此岸亦遠，東西二山中尤遠，凡與正法遠於彼。」此說我等凡庸與法，二者中間，如彼諸喻，極相隔遠。此頌是月菩薩從持善說婆羅門前，供千兩金，所受之法。朵壘巴亦云，「若有觀慧而正觀察，如於險坡放擲線團，與法漸遠。」

博朵瓦大師在談到如何觀察自己的身心時，曾引《本生論》中的偈頌，說：「虛空與大地間相隔遙遠，大海的此岸到彼岸也相隔遙遠，東西二山之間相隔更遠，而凡夫心與正法的距離，則遠遠甚於以上譬喻。」這段話顯示，我等凡夫與正法之間，正如以上諸多譬喻，相隔是極端的遙遠。這個偈頌是月菩薩供養了千兩黃金，從一位持善說婆羅門那裡所得到的法教。祖師朵壘巴也說：「當具有觀察慧的智者，以法真實觀照自心時，就能覺察到自心和正法相距越來越遠，如同在險坡上擲放的線球，將會越滾越遠一般。」

如是思已，遮止惡行之理者。如《諦者品》云，「大王汝莫為殺生，一切眾生極愛命，由是欲護長壽命，意中永莫思殺生。」謂十不善及如前說，諸餘罪惡，發起意樂，亦莫現行。應修應習，應多修習，靜息之心。若未如是遮止惡行，雖非所欲，然須受苦，任赴何處，不能脫故。是故現前似少安樂，然果熟時，雖非所欲，淚流覆面，而須忍受，如是之業是非應作。若受果時能感受用無罪喜樂，如是之業是所應行。

以法為鏡對照自心後，應該如何遮止惡行呢？就像《諦者品》中說：「大王！切莫再殺生了。一切眾生都極愛惜生命，所以希望長壽的人們，在意識中應永遠莫起殺生的念頭。」這是說，對十不善業及前述的種種罪惡，連意樂也不要讓它生起。應該要多多修習靜息罪惡之心，從意念上根本斷除。如果不這樣遮止惡行，將來必定會感得苦果，到時候即使不願意受苦也得受，即使想要逃，但無論前往何處、投生哪一道，都逃不出業力的枷鎖。所以，如果有一種業在造作的當下，似乎得到一點快樂，但在果報成熟時，縱使百般不願意，也只能痛哭流涕忍受報應，像這樣的業，不要做啊！相反的，如果受報時，能夠讓自己感得無罪的喜樂，這樣的業正是我們在地中所要努力去做的。

《集法句》云，「若汝怖畏苦，汝不愛樂苦，於現或不現，莫作諸惡業。設已作惡業，或當作亦然，汝雖急起逃，然不能脫苦。任其居處，無業不能至，非空非海內，亦非入山中。」

《集法句經》中說：「假如你害怕苦受，不愛苦果，那麼不管眼前或將來，任何時候，都不要再行惡業。若是已經造作了惡業，或將來可能做的，都一定會有果報啊！就算你急於逃離，也無法逃脫得掉，因為任憑你住在何處，無論空中、海裡、或是山中，沒有業報不能到達的地方。」

P144L2~P145L2 又云~況不定業。

又云，「諸少慧愚稚，於自如怨敵，現行諸惡業，能感辛楚果。作何能逼惱，淚覆面泣哭，別別受異熟，莫作此業善。作何無逼惱，歡喜意欣悅，別別受異熟，作此業善哉。自欲安樂故，掉舉作惡業，此惡業異熟，當哭泣領受。」

又說：「那些少慧、愚癡又幼稚的眾生，往往是自己傷害自己。因為他們不知道煩惱是自己的最大怨敵，所以眼前造下種種惡業，將來只能感得種種苦果。若是不想領受苦果，那麼對那些在各別受報時，會讓自己身心逼惱、淚流滿面的惡業，千萬不要再做。相反的，對那些在將來各別受報時，會讓身心歡喜、欣悅的善業，應該要多做才好。否則，本來想追求安樂，卻因為貪求一時的安逸、掉舉，而造作種種惡業，等到這些惡業成熟時，也只能傷心哭泣的領受苦果了。」

又云，「惡業雖現前，非定如刀割，然眾生惡業，於他世現起。由其諸惡業，各受辛異熟，是故諸眾生，於他世了知。如從鐵起銹，銹起食其鐵，如是未觀作，自業感惡趣。」

又說：「當惡業現前時，雖然不一定像刀割般，讓人立刻感受到痛苦，但眾生惡業不一定在此生受報，等它到後世感果時，由於它不斷增長廣大，絕對會現起非常強烈的異熟苦果；然而眾生卻往往要到了他世，各別領受了種種苦果後，才知道果報的嚴厲。就像鐵生銹，起初並不明顯，但逐漸擴散侵蝕，最後鐵會完全毀壞掉。對這個道理，我們如果沒有好好如理地思惟觀察，而任意去造作惡業，暫時似無苦受，但將來業力成熟，自然會墮入惡趣。」

康壘巴謂樸窮瓦云，「善知識說唯有業果是極緊要，現今講說聽聞修習，皆非貴重，我念唯此極難修持。」樸窮瓦亦云，「實爾。」

兩位祖師，康壘巴對樸窮瓦說：「善知識種敦巴尊者曾說過，唯有業果法則最為緊要，然而現今人們對業果的講說、聽聞或修習都不是那麼希罕重視；但我認為就是這個業果道理最難修持。」樸窮瓦贊同：「的確是如此。」

又敦巴云，「覺窩瓦心莫寬大，此緣起微細。」樸窮瓦云，「我至老時，依附《賢愚》。」霞惹瓦云，「隨有何過，佛不報怨，是方所惡，宅舍所感，皆說是由作如此業，於此中生。」

尊者種敦巴說過：「大德！你的心切莫寬縱粗放，因為業果的緣起是非常深細的。」樸窮瓦祖師說：「我一直到老時，都要依附著《賢愚因緣經》而修持。」霞惹瓦祖師也說：「不論碰到什麼狀況，佛從不責難抱怨。無論任何地方出了差錯，或是宅舍.....出了問題，佛都是說：這是之前造作過如是業，所以才會感生如是的果報。」

癸二、特以四力淨修道理

第二特以四力淨修道理者。如是勵力，雖欲令其惡行不染，然由放逸，煩惱熾盛等增上力故，設有所犯，亦定不可不思放置，須勵力修大悲大師所說，還出方便。

第二，特別以四力懺悔說明淨除惡業的修持方法。

雖然努力遮止被惡業污染，但是我們還是會因為放逸、煩惱熾盛等原因而造作惡業。萬一犯了，絕對不能放置不管，一定要照著大慈大悲的佛陀教導我們懺悔的方法努力修持，讓自己從罪業中還淨。

此復墮罪還出之理，應如三種律儀別說。諸惡還出者，應由四力。《開示四法經》云，「慈氏若諸菩薩摩訶薩，成就四法，則能映覆諸惡已作增長。何等為四？謂能破壞現行，對治現行，遮止罪惡，及依止力。」作已增長業者，是順定受，若能映此，況不定業。

如果受了戒而違犯墮罪，想要懺罪以恢復清淨，就要按照佛陀所制定的三種律儀各別的懺罪儀軌去懺除還淨。若想要淨化過去所造的一切諸惡，應由四力懺悔來淨罪。《開示四法經》中，佛對彌勒菩薩說：「彌勒菩薩！如果諸大菩薩的修行能做到四種方便，就能遮止一切罪障，並防止它繼續增長。哪四種方便呢？就是破壞現行(破壞現行力、或稱追悔力)、對治現行(對治現行力)、遮止罪惡(防護力)、以及依止力。」透過這四力懺悔，連已作又增長的順定受業都能夠被懺除乾淨，何況是其他的不定業呢？所以我們應該精進地透過四力懺悔來清淨往昔所造作的種種惡業。

P145L2~P146L1 此中初力~及正法障。

此中初力者，謂於往昔無始所作諸不善業，多起追悔。欲生此者，須多修習感異熟等三果道理。修持之時，應由《勝金光明懺》及《三十五佛懺》二種悔除。

這四力當中的第一力，破壞現行力，也就是對無始以來所造的種種不善業，多起追悔。要生起這種追悔心，須反覆思惟、修習能感得苦的異熟、等流、增上三果相關的道理。修持的時候，則應按照《勝金光明懺》和《三十五佛懺》二種儀軌來懺除罪業。

第二力中分六，依止甚深經者，謂受持讀誦般若波羅蜜多等契經文句。勝解空性者，謂趣入無我光明法性，深極忍可本來清淨。依念誦者，謂如儀軌念誦百字咒等，諸殊勝陀羅尼。

第二力，對治現行力。也就是在生起追悔之後，進一步透過各種方式來淨化所造的惡業，此分為六點：

一、依止甚深經論來對治：就是受持、讀誦《般若波羅蜜多經》等經文來懺悔罪業。

二、依勝解空性來對治：就是透過思惟空性道理，趣入人無我、法無我的光明法性，深信心之自性本來光明清淨。

三、依念誦來對治：即是按照儀軌念誦《百字明咒》等殊勝陀羅尼，來對治罪業。

《妙臂請問經》云，「如春林火猛燄熾，無勵遍燒諸草木，戒風吹燃念誦火，大精進燄燒諸惡。猶如日光炙雪山，不耐赫熾而消溶，若以戒日念誦光，炙照惡雪亦當盡。如黑暗中燃燈光，能遣黑闇罄無餘，千生增長諸惡闇，以念誦燈能速除。」此復乃至見淨罪相，應當念誦。

《妙臂請問經》中，描述以念誦密咒滅罪時說：「就像春天的森林大火，一發不可收拾，輕易便能燒盡一切草木；同樣，依靠戒風吹燃起的念誦之火，以大精進的烈焰，便能燒盡所有惡業。就像陽光照射著雪山，積雪經不起烈日的強照很快就會消融；同樣，以戒為日依循念誦散發出的普照光芒，大雪般的罪惡也會被除盡。就像在黑暗中燃起明燈能完全驅除黑暗；同樣，眾生千劫所集的惡業黑暗，以念誦之明燈也能迅速懺淨。」又，不論念誦何種滅罪的密咒，在見到淨罪相之前，都要一直精勤地念誦。

相者，《準提陀羅尼》說：「若於夢中夢吐惡食，飲酪乳等，及吐酪等，見出日月，遊行虛空，見火熾然，及諸水牛，制伏黑人，見比丘僧比丘尼僧，見出乳樹象及牛王山獅子座及微妙宮，聽聞說法。」

所謂淨罪之相，在《準提陀羅尼》中說：「譬如，在睡夢中夢到口吐惡食、飲乳喝酪且口吐酪乳等；夢見日月升起、遊行虛空；夢見大火燃燒、制伏水牛、惡人；夢見出家眾；夢見出乳大樹、大象、牛王、登山坐獅子座；夢見身處妙宮、聽聞妙法等等，皆為淨罪之相。」

依形象者，謂於佛所獲得信心，造立形像。依供養者，謂於佛所及佛塔廟，供養種種微妙供養。依名號者，謂聽聞受持諸佛名號，諸大佛子所有名號。此等唯是《集學論》中已宣說者，餘尚眾多。

四、依形象來對治：就是對佛生起淨信心，以造立佛像、繪製佛像等來消罪。

五、依供養來對治：對佛像、佛塔及寺廟等做種種微妙殊勝的供養。

六、依名號來對治：以聽聞與受持諸佛及菩薩聖號，來懺除業障。

以上六種對治的方法，是《集學論》中所宣說的，其餘還有很多對治罪業的方法。

第三力者，謂正靜息十種不善。《日藏經》說，由此能摧所作一切自作，教他，見作隨喜，殺生等門，三門業障，諸煩惱障及正法障。

第三力，遮止罪惡力，也叫防護力，就是發願日後不再造作惡行之心，真正靜息十不善業。《日藏經》中說，遮止罪惡力能摧毀往昔一切自作、教他作、見作隨喜之殺生等十不善業的罪業，以及所有身口意三門的業障、一切煩惱障、正法障等。

P146L2~P147L1《毘奈耶廣釋》~亦復同爾。

《毘奈耶廣釋》中說，「若無誠意防護之心，所行悔罪，唯有空言。」《阿笈摩》中是故於此密意問云，「後防護否。」故防護心後不更作，至為切要。能生此心，復賴初力。

《毘奈耶廣釋》中說：「如果防護心不具足誠意，那麼所作的懺悔，也只是空話罷了。」《阿笈摩經》針對防護力也提出密意之詢問：「爾後能否真實生起防護力？」可見防護將來決不再作惡業的心，最為重要。如何生起這個防護心，還須依賴第一力---追悔力(破壞現行力)的力量；只要內心愈追悔，防護力就會愈強。

第四力者，謂修皈依及菩提心。此中總之，勝者為初發業，雖說種種淨惡之門，然具四力，即是圓滿一切對治。

第四力，依止力：就是修皈依和菩提心，以此作為四力修持的根本。

總之，世尊為初學者宣說了種種淨罪的法門，而最圓滿的對治方法，即為四力具足。

惡淨之理者。謂諸能感於惡趣中極大苦因，或令變為感微苦因，或生惡趣，然不領受諸惡趣苦，或於現身稍受頭痛，即得清淨。如是諸應長時受者，或為短期，或全不受。

透過四力對治去清除罪障，要達到怎樣的情況才叫惡淨？

透由四力懺悔，原本應該在惡趣中承受極大的苦報，現在變成只有輕微的苦受；或者雖墮入惡道，卻沒有受到惡道的痛苦逼迫；或者在今世僅僅受到一點頭痛，就能清淨罪業。總之，原本應該長時間受報的，現在變成短期受報，甚至完全不受報，這就是惡淨之理。

此復是由淨修之人力之大小，四力對治，圓不圓滿，勢猛不猛，及時相續恆促等門，故無定準。

藉著四力懺悔能淨除多少罪障？或是能完全清淨？完全要看懺悔者心力的強弱，以及修持四力對治，清不清淨，圓不圓滿，力道猛不猛，歷時長短，持不持續等因素而定，所以懺罪效果是沒有定準的。一般來說，對治有多少力量，就有淨除多少惡業的力量，半斤對八兩，一絲一毫都不差。

諸契經中及《毘奈耶》皆說，「諸業縱百劫不亡。」意謂未修四力對治，若如所說而以四力對治淨修，雖順定受，亦說能淨。

許多經典和《毘奈耶》中都說：「縱然經過千百劫，業也不會失壞。」這是指不修四力對治的結果而言；若是依照前面所說，如法淨修四力對治，即使是順定受的業也能懺除清淨。

《八千頌大疏》中云，「謂若凡是近對治品，可損減法，彼由成就有力對治，能畢竟盡如金穢等。正法障等一切皆是如所說法，由此正理，則妄執心，所作墮處可無餘盡。諸經說云，「諸業雖百劫」等者，應知是說，若不修習能對治品。若不爾者，則違正理及違多經。說順定受，應知亦是如此所說。說不定者，雖不修習能對治品，然亦應知不定感果。」

《八千頌大疏》中說：「凡是修近對治品(四力對治)，雖然沒有把業種子徹底損壞(註：「正對治」為通達空性，是徹底把種子損壞)，但可損減種子的勢力，使種子不會感得現行，這是由於淨修有力的對治而得到的結果；就如鍊金時，只要火力具足，就能盡除黃金中的雜質穢垢一樣。所以一切正法障礙等粗重的罪，都能藉著修對治品而完全除盡。同樣的道理，由妄執心(人我執、法我執)所造的墮

罪，以四力對治也能懺除清淨。經論中所說，「縱經千百劫，所作業不亡」，應知是指沒有修習對治的情況；如果不這樣解釋，就有違正理和經典了。另外，順定受業經過四力對治之後，同樣也會懺除清淨，而不感果。若為不定受業，雖不修對治品，也應知道本來就不一定感果。」

如是由悔及防護等，傷損能感異熟功能者，雖遇餘緣，亦定不能感發異熟。如是由生邪見瞋恚，摧壞善根，亦復同爾。

由此可知，罪業能經由懺悔過去和防護未來等四力，將它感招異熟果的功能損壞掉。由於罪業的種子已遭破壞，所以雖然遇到其餘外緣，也不會感果。同樣的道理，善根種子若被邪見、瞋恚心所摧毀，到時候善根即使遇到善緣，也不能結善果。所以對惡業我們要盡量懺除，善業要盡量防護而增長它。

P147L1~P148L1 《分別熾然論》～能令永盡。

《分別熾然論》云，「若時善法，由生邪見，瞋恚虧損。或諸不善，若由厭訶，防護悔除，是等對治，傷損其力。彼等雖得眾緣會合，然由傷損若善不善種子功能，豈能有果從彼感發。由無緣合，時亦遷謝，豈非從其根本拔除。」

《分別熾然論》中說：「善業善法，若是以邪見、瞋恚，而虧損其善根的種子；或是惡業惡法，如果經由厭患、訶責，然後以防護、悔除等方式來對治，而傷損其惡業的種子；這兩者將來即使眾緣和合，也因為善、不善種子的功能已經傷損，又豈能由此感發出善、惡果？所以當種子一旦喪失發芽能力，外緣就碰不上，感果的時機也過去了，就不會再感果了。這個效果不是等於從根本上拔除業因嗎？」

如經說云，『受持正法，雖其所有順定受惡，亦當變為於現法受。』又如說云，『復次諸往惡趣業，此唯能感頭痛許。』設作是云，『若尚有果，唯頭痛者，豈是從其根本拔耶？』諸惡業果，無餘圓滿，謂當感受那落迦苦，若尚不受那落迦中諸輕微苦，豈非即從根本拔除。於此略起頭痛等故，豈是本來原無果報。」

正如經上面說，『修持正法，可以使來生所有要順定受的惡業，轉變為現法受。』又說，『原本應該要墮入惡趣的業，因為透過四力懺悔把業淨除了，只感得小小頭疼就過去了。』或許有人會說：『如果還要受頭痛的果報，怎能說是從根本拔除了呢？』要知道，業果「無餘圓滿」的道理，是所造種種惡業本該承受多少果報，應該都要圓滿承受無所缺少。如果原本是要感受地獄大苦的業，而結果不用到地獄去，連地獄中輕微小苦都不用受，這不是等於從根本拔除了嗎？於今僅在人道中略起一點頭痛等，表示仍有果報，因為畢竟造了業，這和沒造業是不一樣的。」

雖未獲得真能對治壞煩惱種，然由違緣令傷損故，縱遇眾緣亦不感果，內外因果，多是如是。故雖勤修眾多善法，若不防護瞋恚心等壞善之因，則如前說。故須勵力防護瞋等，精勤修習不善還出。

雖然不算真正以對治力摧壞煩惱的種子，但是由於它使能感果的種子傷損了，才能遇到眾多外緣也不感果。不管內因果、外因果大多是如此。因此，雖然勤修眾多善法，但如果不能防護邪見、瞋恚心等毀壞善根的因，那麼按前面所說，善根果報將會從根本上被毀壞掉，是不會感善果的。所以我們必須盡力保護善業種子，以免被瞋心等惡因破壞；同時必須精勤修習四力對治，以使惡業能夠還出清淨。

若能盡淨有力之業，云何經說唯除先業所有異熟。謂感盲等異熟之時，現在對治難以淨除。若在因位，尚未感果，則易遮止。密意於此，故如上說，無有過失。

如果四力懺悔能完全淨除一切罪業，為什麼經上又說，「先前造業已感果的除外」呢？回答：如果惡業已經感果，譬如像眼盲等業報一旦成熟，這時再去對治，也不能改變眼盲現狀。若在因位階段，尚未感果之前，就容易由懺悔對治而遮止。經上所說的密意就在這裡，因此，上面的說法並沒有矛盾、過失。

《分別熾然論》云，「設作是云，若諸惡罪至極永盡，云何說除先業異熟耶。意謂已受生盲，一目缺足，顛跛及啞聾等，自性因果，故作是說。何以故，以諸業果，若已轉成異熟位

體，非有功能，令其遍盡。若因位思，正造作者，獲得所餘思差別力，能令永盡。

《分別熾然論》中說：「既然連所有罪大惡極的重業，最後都能透由四力對治懺除清淨，為什麼又說須排除先業異熟的情況呢？先業異熟的意思，是指先前所造業之異熟已經究竟，而感果受生成為眼盲、獨眼、肢體殘缺、聾啞等等，這是自身的因果本來應該受此業報，所以這樣說。

為什麼這樣就不能清淨呢？因為這些業果的自性已經由因位轉成異熟位的體性，即使以四力對治，也已無法產生功能，將惡業除盡。假定它還在因位，尚未感果的階段，或者是正在起意、正在造作；由於經過對治，或是依附著正法，當下生起和造惡時完全相反的思惟，正好是能對治惡業的，那就有機會徹底地將它淨除乾淨。

P148L1~P149L1 猶如開示~須經十劫。

猶如開示指鬘，未生怨，娑嚩迦，殺父及無憂等。設作是云，未生怨王及殺母等，若已生起所餘善思，何故其業未得永盡，生無間耶。是為令於所有業果，發信解故，現示感生諸無間等，非是未能，無餘永盡所有諸業。如擊綵球，隨擊而躍，生彼即脫，雖那洛迦火燄等事，亦未能觸。由是則成，最極拔除諸惡根本，亦非諸業全無果報。」

例如經典中記載，殺九百九十九人的指鬘、弑父的阿闍世王、弑母的娑嚩迦、暴怒的阿育王等公案，都是靠著佛陀開示的教法來對治，最終罪淨仍能證道的故事。如果有人問，未生怨王(即弑父的阿闍世王)，以及弑母的娑嚩迦等造作惡業後，若依著佛陀教法後來生起善念，並積極懺悔，為什麼他們的惡業沒有獲得永盡，還是墮入無間地獄呢？

回答：他們臨終仍示現感生無間地獄，並非懺悔無力懺盡所有惡業，而是為了讓後來的修行者相信業果不虛的道理，並產生定解。更何況他們投生地獄的情況就像綵球擊地，一下去觸地，馬上就彈回來了。阿闍世王等雖然受生地獄，但瞬間就脫離了，根本連地獄火燄也未觸及。這種示現是讓我們了解，透過四力懺悔對治，是拔除惡業根本的最殊勝法門，而不是在否定因果作用。」

補特伽羅差別一類，不決定者。《三摩地王經》說，「勇授大王，殺華月嚴，遂起追悔，為建塔廟，經九十五俱胝千歲，廣興供養，一日三時，悔除罪惡，善護尸羅，然壽沒後，生無間中，經六十二阿庾他俱胝劫，受盲目等無邊眾苦。」雖則如是，然其悔罪非為唐捐。若不悔除，須受極重恆常大苦，尤過彼故。

受報的輕重，和造業的對象有很大的關係，其中的差別，並沒有一定的標準。

如《三摩地王經》中說：「勇授大王殺害華月嚴菩薩，雖然事後追悔，而大舉興建塔廟，在長達九十五俱胝千年的漫長時間，廣修供養。每日三時懺悔罪業，守護戒律，但死後還是墮到無間地獄，經過六十二阿庾他俱胝劫的時間，遭受眼盲等無邊的眾苦。」雖是如此，並不表示他的悔罪沒有功效；如果沒有懺悔，他會受更大、更重、更久的苦果。

又由悔護清淨無餘，然從最初無罪染之清淨，及由悔除清淨之二，有大差殊。猶如《菩薩地》中所說，犯根本罪，雖可重受菩薩律儀，而能還出，然於此生，決定不能獲得初地。

另外，藉由懺悔、防護等力，雖然能使惡業悔除清淨，但是這和從一開始就不被罪業染污的清淨，兩者有很大的差別。就如《菩薩地》中所說，一旦犯了菩薩根本戒，雖然可藉由懺悔與重受菩薩戒儀軌，讓罪業還出清淨，但在這一世已確定不能證得初地菩薩果位。

《攝研磨經》亦云，「世尊，設若有一，由近惡友增上力故，造作如此誹謗正法，世尊爾時如何能脫此罪。作是請已，世尊告妙吉祥童子云，曼殊室利，設七年中，一日三時於罪悔罪，後乃清淨，其後至少須經十劫，始能得忍。」此說諸惡雖已清淨，然得忍位，任如何速，須經十劫。

《攝研磨經》中，文殊菩薩請問世尊：「世尊，如果有人因親近惡友，而造了誹謗正法的惡業。世尊，這個人要到何時、如何才能脫免此罪業？這樣請問之後，世尊告訴文殊菩薩說：曼殊室利！此人

若能持續七年，每天三時認真地懺悔，確實可以清淨罪業；但之後至少須經過十劫的時間，才能證得初地菩薩(忍位)。」

P149L1~P150L1 是故無餘～極扼要義。

是故無餘清淨之義，謂是能感非悅意果，無餘永淨，起道證等，極為遙遠，故應勵力，令初無犯。

這裡說明了，雖然罪業已經藉由懺悔清淨，但是要獲得忍位，無論多麼努力，最快也須再多花十劫時間。所以「無餘清淨」的意思，是從淨罪方面來看，指透過懺悔可以讓原本會感得不悅意果報的罪業完全淨除；但是從功德方面來看，要生起道證等功德，會變得遙遙無期。換句話說，我們必須在一開始就謹慎防護，持戒清淨。

是故聖者，於微小罪，雖為命故，不故知轉。若懺悔淨，與初無犯二無差別，是則無須如是行故，即如世間，亦可現見傷手足等，雖可治療，然終不如初未傷損。

所以，聖者面對微小的罪業，寧願捨棄性命，也不明知故犯。如果「懺悔後淨除」和「最初無犯」並沒有差別的話，聖者於小惡就無需如此戰兢惕勵了。這個道理也顯見於一般世間，例如手腳等傷筋斷骨了，雖然可以治癒，但無論如何也無法恢復到最初沒有受傷前的狀態。

如是勵力，如《集法論》云，「若作諸惡未修福，誤失正法得非法，具惡業人死怖畏，如於大海散朽船。若已修福未作惡，行諸善士妙法軌，此則終無死亡怖，如乘固船登彼岸。」莫依前作，應如後行。

了解上述所說的業果道理後，就應該勵力地防惡修善。如《集法論》中說：「若是造作種種惡業，又未修善積福，肯定會錯失正法而得非法；這種具足惡業的人，死的時候一定充滿怖畏，就像在大海中乘著一艘殘破腐朽的船，隨時會有沉沒，落入惡趣的危險。反過來，如果一生中勤修福德而未造惡，所行皆是善知識教的妙法正軌，那麼依此善業力，到臨死時也一定毫無畏懼，就像乘著堅固的大船，會安穩登上解脫的彼岸。」因此修行人千萬別學前者，應要做學後者。

此復若說眾多應理言辭而放逸轉，義利微劣。若有僅知微少法義，然隨所知正行取捨，義利殊大。

此外，如果說起法理來頭頭是道，但實際行為放逸、與法不相應，如此學法的義利就很微小；假定知道的法義雖少，但卻能隨順所知的正行而如理取捨，這樣所得的義利反而很大。

《集法句》云，「若人宣多如理語，放逸而不如是行，譬如牧人數他畜，彼非能得沙門分。設雖少說如理語，然能正行法隨法，及能遠離貪瞋癡，此等能得沙門分。比丘樂防慎，深畏諸放逸，自導出惡趣，如象出淤泥。比丘樂防慎，深畏諸放逸，能抖一切惡，如風吹樹葉。」

如《集法句經》中說：「如果有人說道時口若懸河，本身行持卻放逸無度，不能如理而行。這就像牧人替主人放牧，數來算去都是他人的牲畜，自己得不到任何沙門果位的利益。相反的，雖然很少宣說如理法語，但能真正法隨法行，能遠離三毒煩惱，這種人絕對能得到出家的利益。真正的出家人，會欣樂謹慎地防護三門，對各種放逸、懈怠的行為深懷恐懼。初修時因惡習力強盛，必須非常注意防護，因此，想要自己脫離惡趣，須如大象脫困於泥沼般的努力；久而久之，串習力加強，慢慢能自在而轉，就會像秋風吹落枯葉般，可以自然遠離惡事侵擾。」

如是《親友書》亦云，「若希善趣諸解脫，願多修習於正見，若人邪見雖妙行，一切皆具苦異熟。」此於緣起二業因果，正觀見者，乃是能成一切諸乘，及辦一切士夫義利，必不容少根本依處。故應多閱前文所說，及《念住經》、《賢愚因緣》、《百業》、《百喻》、及《毘奈耶》，《阿笈摩》中，諸多因緣，並諸餘典，令起猛利恆常定解，應當持為極扼要義。

《親友書》中也說：「如果想要得到善趣，乃至於得到解脫，就必須多多修習業果正見；如果心懷邪見、不信業果，即使想行善妙行，卻因善根力被邪見摧壞，終究只能得到種種苦果異熟。」唯有正確了解善惡因果(業感緣起)的道理，才能成就三乘一切功德，以及成辦所有下、中、上士夫的義利，因為業果法則乃三乘道和三種士夫不可缺少的根本依處。所以，應該經常研閱前面所說的內容，多讀《正

法念住經》、《賢愚因緣經》、《百業經》、《百喻經》、《毘奈耶經》和《阿笈摩》中所說的種種因緣故事，並參閱其他解釋業果的經典，勤加思惟，對因果道理發起猛利、恆常的定解，並將此當做最重要的義理來修行。

P150L2~P150LL1 第二生此~道之根本。

己二、發此意樂之量

第二生此意樂之量者。謂先有無偽，希求現世，其求後世，唯虛言辭。即換其位，令成希求後世為主，現在為副，則為生起。然須令堅固，故此生已，仍須勵力善為修習。

「共下士道修行的次第」中，第二部分是「生此意樂之量」。

生起下士意樂之量，先要「無偽」。就是以往一心一意希求現世，所謂希求後世只是口頭說說而已。而現在修了下士法類之後，把觀念中的主要與次要位置調轉過來，變成以希求後世為主，現世為副，這就是下士意樂已經生起了。生起之後，為了使它堅固，仍然需要努力善加修習。

己三、除遣此中邪執

第三除遣於此邪分別者。謂有一類，以佛經說，悉應背棄生死所有一切圓滿，為錯誤事。作是念云，身受用等諸圓滿事，增上生者，皆是生死，發求此心不應道理。然所求中略有二類，謂於現位，須應希求，及是究竟所應希求。生死之中身等圓滿，希解脫者，於現法中，亦須希求，以由展轉漸受此身，後邊乃得決定勝故。非凡所有身及受用，眷屬圓滿，增上生事，一切皆是生死所攝。以其身等圓滿究竟，即佛色身，圓滿佛土，佛眷屬故。

「共下士道修行的次第」中，第三部分是「除遣於此邪分別者」，就是將一些錯誤的見解排除掉。

譬如有一類人，以佛經上說「應當厭離輪迴盛事」，就認為應背棄像身、受用等生死輪迴中的一切圓滿事，希求這些東西是錯誤的。他

們這樣想：身、受用等世間的圓滿，屬於增上生的內容，而增上生還是在生死輪迴當中，所以仍然發心追求世間的圓滿，實在沒有道理。這是錯誤的見解。因為修學者所追求的目標有二種，現世的利益及究竟的利益。雖然獲得身體、受用等世間圓滿，只算現世圓滿，但是對追求究竟解脫的人來說，現世圓滿的暇身也還是需要的；因為有了暇滿人身作為修行的工具，才能生生展轉增上，最後達到決定勝的果位。所以，並不是所有身、受用、眷屬等一切世間圓滿的增上生事，就一定盡為生死輪迴所攝。因為以身的圓滿，到究竟時，就是佛的色身；受用的圓滿，到究竟時，就是佛的淨土；而眷屬的圓滿究竟，就是佛的眷屬。

故《莊嚴經論》於此密意說云，「增上生謂受用身，圓滿眷屬勤圓滿。」此說由前四度，成辦增上生。又多教典，說由此等成色身故。是故修種智者，經極長時，修諸極多，諸極殊勝，戒施忍等，亦是希求彼等妙果，最極殊勝身等勝生。

針對此一密意，《莊嚴經論》中說：「殊勝增上生的體性，就是受用、身體、眷屬、及事業四者圓滿。」並說這四項分別由六度中的前四度——布施、持戒、忍辱、精進成辦，而總體就是成辦增上生。很多經典都有說，由布施等福德資糧可以成就佛的色身。所以想要成就佛道的人，經過極長時間、修習極多、極為殊勝的布施、持戒、忍辱、精進等功德善因，就是為了希求最殊勝的增上生，也就是最為殊勝的暇滿人身。當增上生達到究竟圓滿後，就是究竟的決定勝。

成辦究竟決定勝者，謂如《入行論》云，「由依人身舟，度脫大苦海。」是須依止，以人所表善趣之身，度諸有海，趣妙種智。此復須經多生，故能辦此身勝因尸羅，是道之根本。

因此，想要獲得究竟決定勝，如《入行論》中所說，「唯有靠著暇滿人身這艘寶船，才能渡過生死大苦海。」也就是必須依止以「人」所代表的善趣身，才能度過三有苦海，到達成佛的彼岸，趣證一切種智。尤其修道須要歷經多生多世，才能究竟成佛。因此，能成辦善趣妙身的殊勝因——持戒，就成為能圓成菩提道的根本。

若善趣身而不圓滿一切德相，僅能成就一少分德，雖修諸道進程微少。故定須一最圓滿者，此中護求寂等未圓學處，猶非滿足，故須勵力，護比丘等圓滿學處。

如果光有善趣身，卻不具足前述八種異熟功德等圓滿德相，這樣只能成就少許功德，而且修道的進步很少很少。因此，修行必須要具足最圓滿的所依身。以出家人來講，要成就解脫乃至於佛果，不應僅以守護沙彌戒(求寂)為滿足，應該以努力受持比丘戒等為圓滿學處(還要菩薩戒、密乘戒)。

有作是說，護持尸羅，若是為辦諸善趣者，則近事等亦能獲得，何須艱難，義利微少，諸比丘等。又餘眾云，若別解脫所有要義，是為獲得阿羅漢故。然比丘者，未滿二十，則不堪受。近住之身，亦有能得阿羅漢者，應讚其身。難行少義，比丘何為。

有人說，如果謹持戒律只是為了獲得人天善趣的果報，那麼持守五戒、八關齋戒等居士戒，就可以得到，何必非得出家，守護這麼難持、義利又不多的比丘戒呢？又有人說，受持別解脫戒的主要意義，是為了要獲得阿羅漢果。但是比丘戒未年滿二十歲不能受，而在家居士持守八關齋戒，也有證得阿羅漢果的，那應該讚嘆居士身才對；為什麼反而鼓勵難行，又少義利的比丘身呢？

應當知此是全未知聖教扼要，極大亂言。應以下下律儀為依，受上上者，委重護持圓滿學處。已說於共下士道次，淨修心訖。

回答：我們應該明白，這些都是不了解聖教要義的胡言亂語。出家，具有無比殊勝的功德，除了因為戒行代表的是十方一切諸佛的清淨幢相之外，前面講述「具力業門」時，也引用經論說明，由所依門差別能顯見其力量與功德；況且比丘戒也非僅以得解脫為限，其還在於能進一步究竟成佛。因此，持戒應以下下律儀為根本，在下下律儀的基礎上，受學上上律儀，殷重修習圓滿的學處，如此才能圓滿受持一切的戒律；亦即應先學居士戒，進而沙彌戒、比丘戒、菩薩戒，如此輾轉增上，到達最後戒學的圓滿。

有關共下士道修心次第的內容，已全部講說完畢。

深信業果(完)

P152L1~P153L1 如是隨念～貪餒極殄息。

敬禮勝尊具大悲者足。

如是隨念當死及思死後墮惡趣之道理，能令其心厭捨現世，於後善趣發生希求。次由共同皈依及由定解黑白業果，勵力斷惡修善，則能獲得善趣妙位。然非以此便生喜足，是令發起共下士之意樂及發共中士之意樂，厭捨生死一切事已，依此因緣而發大菩提心引入上士，故於此中，須修中士之意樂。

透由思惟死亡無常、三惡趣苦的道理，能引導我們厭捨現世，而轉為希求後世善趣；然後由皈依三寶，對業果法則產生深信，經過努力地斷惡修善，可以確定未來能獲得人天善妙的果位。但我們不能以此為滿足，應該要依次發起共下士及共中士的意樂，厭捨生死輪迴中的一切事之後，以自己解脫出發，並誓願救度一切眾生，這樣才能真正生起大菩提心，進入上士道。所以在此，我們須先修習中士道的意樂。

所謂雖得人天勝位，然仍未能出於行苦，若即於此執為樂性，實為顛倒。故於真實全無安樂，其後定當墮諸惡趣邊際惡故，譬如有一無間定當墮於懸險，現於險崖暫為休息。《入行論》云，「數數來善趣，數受諸安樂，死後墮惡趣，常受極大苦。」《弟子書》中亦云，「諸常轉入生死輪，而於暫憩思為樂，彼定無主漸百返，漂流等非等諸趣。」故於善趣亦當厭患，猶如惡趣。

雖然我們獲得了人天妙位，但是還沒有脫離行苦，還是在生死輪迴當中，如果我們不了解，而將它執為真正的快樂，那實在是顛倒。正確來說，人天只算是暫時的安樂趣，並非真實恆久不變，因為等到福報窮盡，一定會再墮入惡道受苦。這就好比即將墜落懸崖的人，眼前只是在崖邊暫時棲身歇息，終非究竟安樂之處。《入行論》中說：「雖然多次投生善趣，享受種種快樂，但死後也常常墮入惡

趣，遭受劇苦。」《弟子書》中也說：「眾生恆常在生死當中流轉，有時在善趣，有時在惡趣。好不容易到善趣，卻將輪迴中短暫的痛苦止息當成真實的安樂，最後必將身不由己的隨業漂流，一次又一次地在善、惡趣中流轉，無窮無盡。」這說明不論善趣或惡趣，都是在生死輪迴中，都不是真正究竟的安樂。所以即使身處善趣，也要激發起厭離心，猶如在惡趣中一般。

《四百論》云，「諸智畏善趣，等同奈洛迦，不畏三有者，此中遍皆無。」《攝功德寶》中亦云，「諸具貪生死意恆流轉。」《弟子書》中亦云，「如如於諸趣中起樂想，如是如是癡闇極重厚，如如於諸趣中起苦想，如是如是癡闇極微薄。如如修習淨相極增長，如是如是貪欲極熾然。如如修習不淨極增長，如是如是貪欲極殄息。」

《四百論》中說：「真正的智者，看待善趣等同地獄一樣痛苦，令人怖畏。如果說生死輪迴裡有個安樂處，能讓智者歡喜，恐怕找不到。」《攝功德寶》中也說：「凡是對生死有所貪著，必定無法脫離輪迴。」《弟子書》中也說：「如果看不清楚真相，把輪迴善趣當成是快樂，那是增長自己的無明癡闇。如果能看清楚真相，把輪迴善趣也視為痛苦，那是自己的愚癡黑闇比較微薄。如果經常串習生死輪迴中悅意清淨的一面，耽著短暫快樂，實際上它是增長貪欲。反過來，經常串習生死輪迴中不悅意清淨的一面，畏懼輪迴過患，則貪欲的火焰能逐漸息滅。」

P153L2~P153LL1 此說從無始～出此三有。」

此說從無始來，執著三有盛事為樂，增益串習諸淨妙相。能治此者，若修苦性及不淨相彼等便息，若不修習便增癡貪，轉諸有輪，故修諸有過患為要。

這說明眾生從無始以來，以執著三有的盛事為快樂，不斷在心中串習、強化境界清淨悅意之相。要對治這些妄執，必須真正了解輪迴本質，只有純然的痛苦和不淨；唯有認清真相，修習苦性及不淨相才能止息妄念，若不修習而放任愚癡及貪愛勢力增長，將永無機會脫離輪迴。所以修習生死輪迴的過患，至為重要。

戊二、於共中士道次修心

中士道次修心分四，一、正修意樂，二、彼生起之量，三、除遣於此邪執分別，四、抉擇能趣解脫道性。

己一、正修意樂

初中分二，一、明求解脫之心，二、發此之方便。 今初

庚一、明求解脫之心

言解脫者，謂脫諸縛。此復業及煩惱，謂於生死是能繫縛，即由此二增上力故。若依界判，欲界等三。以趣分別，謂天趣等或五或六。依生處門，謂胎等四，即於其中結蘊相續，是繫縛之體性。故從此脫，即名解脫，欲求得此，即是希求解脫之心。

所謂解脫，就是脫離束縛。業和煩惱是把眾生緊緊纏縛在生死輪迴中的兩股力量。由於這兩股力量不斷的輾轉增長，使眾生無自主地一直在三界，或說六道，或說四生當中輪轉不已。以「界」分別，為三界；即欲界、色界、無色界。以「趣」而分，為天道等五趣或六趣眾生。（六趣中阿修羅與天道歸為一類的話，就是五趣眾生。）若按「生處」分，則有胎生、卵生、濕生、化生四種。生死輪迴就是藉由業和煩惱的力量，無間斷的結生五蘊之體，並將前後的生死續流緊緊連結，成為難以掙脫的束縛，這就是繫縛的體性。所以逃離繫縛，從生死輪迴裡透脫出來，稱之為解脫；真實生起想要解脫出來的心，即稱為希求解脫之心。

又此解脫，非為惑業諸行生已息滅，以諸生法，於第二時定不安住，不待修習能治等緣，則不須勵力，一切解脫便成過失，故若未生對治，當於未來結生相續。由其發起對治力故，結生相續即便止息。

解脫，並不是指由業和煩惱(惑)所造的行蘊生而息滅，因為一切依於因緣而生的法並不會恆常安住，而是每一剎那都在生滅；也就是說，第一剎那生起的事物，在第二剎那時就息滅了，不需要修習對

治，也不需要努力，所以也沒有解脫可言。解脫，是指如果不努力對治惑業，雖然先前惑業感果就到此為止，可是感果當下，這兩股力量又會輾轉結生，形成後有；因此，唯有強力發起對治力，才能終止業和煩惱的結生相續，而唯有這個結生相續停止了以後，繫縛也就沒有了，而此時即是解脫了。

庚二、發此之方便

第二發此之方便者。譬如欲得止息渴苦，由於渴逼，見非愛相。如是欲得，諸取蘊苦寂滅解脫，亦由觀見，取蘊苦性所有過患。

第二、引發求解脫心的方法。譬如想要止息乾渴之苦，必須要先感受到乾渴難受之苦，而後能生起欲解渴之心。同樣的道理，如果想要解脫生死，必須先認識惑、業所產生的取蘊之苦，透過觀察取蘊苦的所有過患，而後才會真正想要獲得解脫，才會去尋求解脫的方法。所以成辦解脫的先決條件就是認識五取蘊之苦性。

故若未修三有過患，於彼發起欲捨之心，則於苦滅不起欲得。《四百論》云，「誰於此無厭，彼豈敬寂靜，如貪著自家，難出此三有。」

如果不修習三有的過患，就不會生起出離心，也就根本不會想要從生死輪迴的痛苦當中解脫。《四百論》中說：「如果對生死輪迴不起厭離，又豈能以歡喜心希求寂靜涅槃？就像貪著自家親眷恩愛、世間盛事，自然難以出離三有。」

P154L1~P155L1 集諦為因～最後宣說。

希求解脫方便分二，一、由於苦集門中思惟，二、由於十二緣起思惟。

辛一、由於苦集門中思惟

初中分二，一、思惟苦諦生死過患，二、思惟集諦流轉次第。

壬一、思惟苦諦生死過患

初中分二，一、顯示四諦先說苦諦之意趣，二、正修苦諦。 今初

癸一、顯示四諦先說苦諦之意趣

集諦為因，苦諦是彼之果，故集是先，果應是後。何故世尊不順彼義之次第而作是說：諸比丘此是苦聖諦，此是集聖諦耶。大師於此違因果次第而宣說者，以有至大修持扼要，故無過失。

集諦是輪迴的因，苦諦是輪迴的果。從因果的角度而言，應當先說集諦、再說苦諦，為什麼世尊不順著這個因果次第，反而說：「比丘們！這是苦聖諦，這是集聖諦」呢？佛陀之所以不按照先因後果的順序，而先說果(苦諦)，後說因(集諦)，是因為這其中蘊含著修持的大要訣，所以並沒有過失。

此復云何，謂諸所化，若於生死自先未發無倒希求解脫之心，根本斷絕，彼於解脫云何能導。以諸所化無明闇覆，於諸苦性生死圓滿，執為安樂，顛倒所誑。如《四百論》云，「此大苦海中，悉無諸邊岸，愚人沉此中，云何不生畏。」

這個道理怎麼講呢？因為所教化的眾生，如果對生死的本質並不了解，貪著難捨，從來沒想過要解脫，解脫輪迴的根本也就完全斷絕了。那如何能引導他們趣向解脫之法？由於眾生被無明癡暗所覆蔽，看不清楚輪迴的真相，對於生死中本質為苦性的一切圓滿，倒執為樂，還不停地追求，被顛倒妄想所欺騙、迷惑。就如《四百論》中所說：「生死苦海，渺無邊際，愚者沈溺其中，竟然不知怖畏！」

先須為說此實是苦，非有安樂，說多苦相令起厭離，是故於初先說苦諦。此後自見墮於苦海，則於苦海欲求脫離，便見其苦必須滅除。此復了知，未止其因苦終不滅，便念其因復為何等，由此始能了知集諦，是故集諦於苦後說。

由於眾生被暫時的安樂假相所蒙蔽，因此須先為他們說明，輪迴的本質是純然的苦性而沒有安樂，並多方面的引導說明苦相，讓眾生發起厭離心，想到要解脫，因此佛陀先說苦諦。依著苦諦而真正認識苦以後，眾生才恍然大悟原來自己正身陷苦海之中，這時自然會想要從中脫離，會意識到必須滅除輪迴之苦；並知道，若不從止息苦因著手，痛苦終究不會無故息滅。於是就會去追究痛苦之因來自哪裡，而後趨入集諦的學習。因此，集諦應在苦諦之後宣說。

次知生死眾苦，皆由有漏業生，其業復由煩惱發起，煩惱根本是為我執，便知集諦。若見我執亦能止滅，誓願現證滅苦之滅，故於集後宣說滅諦。

進一步了解，世間一切苦都來自漏業，有漏業則來自煩惱，而煩惱的根本是我執，這樣由果尋因，便能認識集諦。如果了解苦因集諦的根本是我執，若無我執，則煩惱不生，若無煩惱，則業不造作，業不造作則無苦。如果痛苦是可以解決的，我執是有辦法滅除的，我們就會發下誓願，一定要現證能滅苦的滅諦，所以世尊在集諦之後宣說了滅諦。

若爾開示苦諦之後，即於解脫發生希求，苦諦之後應說滅諦。答云，無過。爾時雖有欲解脫心，欣得寂滅眾苦之滅，然猶未明眾苦之因，未見其因定能遮止，故於解脫，不能定執為所應得，定當證滅。如是若執定當證滅，定當解脫，便念何為趣解脫道，趣向道諦，是故道諦最後宣說。

也許有人會問，佛陀宣說了苦諦之後，眾生已對解脫產生希求心，為什麼佛陀不在苦諦之後直接開示滅諦呢？回答：這樣做沒有過失。因為眾生雖然已由苦諦生起了欲求解脫心，對能息滅眾苦的滅諦生起了歡喜心，但此時尚未認識眾苦之因，也不知道這個苦因不能被斷除，所以對斷苦因而現證滅諦的解脫，也無從肯定一定能証得。唯有當修行者深信滅諦可證，確定解脫可得時，才會思索如何獲得解脫，這樣就自然地趣向道諦了，所以道諦最後宣說。

P155L1~P156L1 如是亦如~應時義體。

如是亦如《相續本母》云，「如病應知斷病因，當得樂住應依藥，苦因彼滅如是道，應知應斷應證修。」

就如《相續本母論》中所說：「病人先要知道自己有病，才會去找醫生治療；想要脫離病苦，須先找到病因，斷除了病因就可以得到安樂；為了得到遠離病苦的安樂，就需要醫藥；這是一定的次第。佛說四聖諦猶如醫病的次第，知道苦諦如同知病，斷除集諦如同斷除病因，所以說知苦斷集。然後如同想要得到遠離病苦的安樂，所以佛說了證滅；如同治病需依於藥，所以佛說了修道。」這幾句話把四諦安立的理由說得非常清楚。

如是四諦，大小乘中皆數宣說，是為善逝總攝生死流轉，生死還滅諸扼要處。故修解脫極為切要，亦是修行大嚙柁南，故須如是次第引導學者。

苦集滅道四諦，在所有大小乘的教典中都曾多次宣說，它是佛陀總攝生死流轉與生死還滅的扼要法門，對於修習解脫而言，四諦法至為重要，它同時也是修行的總綱，因此必須以這樣的次第，如法引導弟子修學。

若未真實思惟苦諦，厭捨生死，則求解脫亦惟虛言，隨其所作悉成集諦。若未思集，善知惑業生死根本，猶如射箭未見鵠的，是即斷截正道扼要，遂於非脫三有之道妄執為是，勞而無果。若未能知應斷之苦集，則亦不明靜苦之解脫，故欲求解脫，亦唯增上慢耳。

如果對苦諦沒有正確的認識，或者雖然認識了，沒有如理思惟生起相應的量，那我們的心還是會耽著在世間的一切安樂，不會去厭離生死，嘴巴上說要追求解脫，不過是空話而已，於是一切所作終將淪為輪迴的因(集諦)。

如果不去思惟集諦，不了解煩惱和業是輪迴的根本，就如同射箭卻不見目標，不過是無的放矢，這是截斷了修行正道的扼要，忙了個半天自以為在修解脫三有之道，其實完全不相應，必將徒勞而無果。

如果對應斷的苦諦、集諦，認識不足的話，也就不能了解寂滅息苦的解脫之道。這種情況之下，所謂的修行求解脫，最多也只是增上慢而已。

癸二、正修苦諦

第二正修苦分二，一、思惟生死總苦，二、思惟別苦。

子一、思惟生死總苦

初中分三，一、思惟八苦，二、思惟六苦，三、思惟三苦。 今初

丑一、思惟八苦

如《親友書》云，「仁和應厭於生死，欲乏死病及老等，無量眾苦出生處。」應如是修。此中修習厭生死者，謂思惟彼是眾苦根源。苦者，謂已顯說欲乏等四，等字攝四，共為八種。此八種苦，是薄伽梵於多經中，明苦諦時數所宣說。

如《親友書》所說：「大王！應當要對生死的真相生起厭惡之心，因為它是求不得苦、死苦、病苦、老苦等無量眾苦的出生之處。」應該這樣修持苦諦。其中，修習厭離生死，是指思惟生死輪迴是眾苦的根源。所謂苦，除了已提到的求不得、死、病、老四種苦，「等」字中還包含的另外四種苦—生苦、怨憎會苦、愛別離苦、五取蘊苦，總共是八種。這八苦，是佛陀在眾多經典中說明苦諦時，多次宣說到的內容。

修共中士一切所緣法類，如共下時所說共法，此亦應取。諸不共之修事，若有慧力，如下所寫皆當善修。若慧劣弱，可暫捨置所引教文，惟當修習應時義體。

修共中士道法義時，對於共下士道時所說的共法，也應取來一併修習；而在共中士道所要修的不共部分，如果慧力足夠，就依照本論所示，修學共中士道所有法類。假定慧力還不行，則可暫時擱置本論所引用的經教內容，而去修習和自己條件相應、合宜的法類，先把基礎打好。這就是所謂的「應時義體」。

此等雖是思擇而修，然除應修諸所緣外，餘善不善無記等上，悉不應散。當於所緣遮心掉等，亦莫令隨昏睡沉沒增上而轉，當令其識極為明淨，漸次修習。

對於這些所緣法類，雖然是以思擇修的方式修習，但並不因為是思擇修，就可以隨意散亂，而是除了應當修習的法類之外，任何其餘的善、不善、無記等法，都不應該去攀緣，以免內心散亂。當於應修的所緣境上，遮止內心掉舉散亂後，也要注意避免隨著昏沉、睡眠增上而沉沒，應當讓自己的意識保持非常清淨明覺，依著科目漸次修習。

《入行論》云，「雖長夜修行，念誦苦行等，若心散亂修，佛說無義利。」此說一切散亂善行，其果微少。又《修信大乘經》云，「善男子由此異門，說諸菩薩，隨其所有信解大乘，大乘出生，當知一切，皆是由其不散亂心，正思法義之所出生。」此中不散亂心者，謂除善所緣，不向餘散，法及義者謂文及義。

《入行論》中說：「雖然日以繼夜修習、唸誦、苦行等等，如果帶著散亂心而修，世尊說這樣得不到利益。」以散亂心所作的一切善行，能獲得的果利非常少。又如《修信大乘經》中所說：「善男子！世尊藉由這些不同的門徑，宣說菩薩們不論有何種信解大乘以及由大乘出生的功德，要知道，一切功德都是由不散亂心，正思惟法義所致。」這裡所說的不散亂心，就是指除了專注在善所緣之外，不向其他所緣散亂。又法、義二字，是指大乘經典中的文句和內涵。

正思惟者，謂以觀慧觀察思擇，由此顯示隨修一切功德之法，皆須此二。故說引發三乘一切功德，皆須二事，一除善所緣心不餘散，專一而住真奢摩他或其隨順。二善觀察善所緣境，如所有性盡所有性，毘鉢舍那或其隨順。

正思惟，是指以觀察慧數數思擇法義。由這段經文顯示，不論修習何種功德之法，都必須具備這兩個條件：心不散亂(止)和觀察思擇(觀)。所以說，要成辦三乘的一切功德，皆需此二條件：(一)除了一心專注於善所緣，心不緣其餘散亂處之真實奢摩他(定)，或奢摩他的

隨順(定之隨順)。(二) 善巧觀察善所緣境，辨別如所有性(性空)和盡所有性(緣起)之真實毘鉢舍那(慧)，或者毘鉢舍那的隨順(慧之隨順)。

如是亦如《解深密經》云，「慈氏，若諸聲聞，或諸菩薩，或諸如來，所有世間及出世間一切善法，當知皆是此奢摩他、毘鉢舍那所得之果。」此中若無真實止觀及隨順二，則三乘一切功德，非定皆是止觀之果。

這也如《解深密經》當中，佛對彌勒菩薩所說：「慈氏！不論聲聞、緣覺、菩薩或如來諸佛，所有世間及出世間的一切善法，應知完全都是由奢摩他、毘鉢舍那所成就的果。」由此可見，若無真實止觀及止觀隨順，那麼三乘的一切功德，亦即止觀的果，必不能得。

如是八苦之中，初思惟生苦分五。眾苦所隨故生為苦者，謂諸有情那洛迦中，及諸一向唯苦餓鬼，並諸胎生卵生，如是四類，於初生時，便有無量猛利苦受，隨逐而生。粗重所隨故生為苦者，謂三界一切諸行，為煩惱品粗重所隨，無堪能性，不自在轉。

接下來說八苦的內涵。

八苦：是生、老、病、死、怨憎會、愛別離、求不得、及五蘊熾盛等。八苦中第一個是生苦，生苦又可以分五：(一) 眾苦所隨故生為苦。(二) 粗重所隨故生為苦。(三) 眾苦所依故生為苦。(四) 煩惱所依故生為苦。(五) 不隨所欲離別法性故生苦。

(一) 眾苦所隨故生為苦。此指地獄眾生、一向唯有苦的餓鬼，和胎生、卵生這四類，在最初受生時，便為無量猛苦逼迫而生，故生即受苦。

(二) 粗重所隨故生為苦。是指三界一切諸行都在行苦當中，眾生一出生即為煩惱種子所隨，有不能自主的痛苦。由於無始以來，一切有情都受惑、業所控制，身心粗重，只能隨著煩惱習氣轉，不得自在。

三界有情諸行生起，皆為煩惱品類粗重隨逐。總之由有生住增長，煩惱種子隨逐流轉，故無堪能安住善事，亦不如欲自在而轉。

總之，眾生生時，便伴隨著煩惱生、住、增長的種子，無自主地為煩惱種子隨逐流轉；所以心不能安住在善法上，也不能隨心所欲，自在而轉。

眾苦所依故生為苦者，謂於三界既受生已，由此因緣，便能增長老病死等，無邊眾苦。煩惱所依故生為苦者，謂於生死既受生已，便於貪境瞋境癡境發生三毒，由此能令身心苦惱不靜，不安樂住，謂諸煩惱，由種種門逼惱身心。不隨所欲離別法性故生苦者，謂一切生最後邊際咸不出死，此非所愛，此復能令唯受眾苦。

(三) 眾苦所依故生為苦。出生即為眾苦之所依處，所以生即是苦。既在三界受生，有生這個因緣，就有老、病、死等相隨，眾苦接踵而至。

(四) 煩惱所依故生為苦。出生即為煩惱之所依處，所以生即是苦。既受生於輪迴中，便會因外境引發三毒，如在樂境生貪，苦境生瞋，不苦不樂境生癡，三毒隨類而生，令身心無片刻安樂；因為煩惱會以各種境相逼惱身心，所以只有苦，沒有樂。

(五) 不隨所欲離別法性故生苦。指出生後，即不由自主走向死亡的痛苦。有生就有死，生命的最終邊際就是死亡，不管喜不喜歡、願不願意，也只能承受這些苦。

故應思惟如是生時，眾苦俱生，粗重俱生，生復能引衰老病等煩惱死亡，此亦能令受苦道理。

從上述的五個角度，我們應當思惟生的時候，痛苦與之俱生；活的時候，煩惱與之俱生；然後再被衰、病、老等折磨至死，這就是生苦。

特住胎時受何苦者。如《弟子書》云，「極猛臭穢極逼切，最狹黑闇遍蔽覆，住胎猶入那洛迦，身屈備受極重苦。」此諸文義，如《入胎經》云，「無量不淨，周遍充滿，多千蟲類之所依處，具足最極臭穢二門，具足非一骨鑠穴孔，復有便利清腦腦膜髓等不淨，生藏之下熟藏之上，面向脊骨背對腹皮，於月月中，出諸血相以之資養，母食食時，以二齒鬣細嚼吞下，其所吞食，下以口穢津涎浸爛，上為腦膜之所纏裹，猶如變吐。所有食味，從母腹中入自臍孔，而為資長，漸成羯羅藍，頸部陀，閉尸健南，手足微動，體相漸現。手足面等胎衣纏裹，猶如糞穢，生臭變臭猛暴黑闇，不淨坑中上下遊轉，以諸苦酸粗鹹辣淡，猶如火炭。

人是胎生，這裡特別說住胎時所受的苦。

如《弟子書》中說：「住胎時，就像身入地獄一樣，處於極度惡臭與穢濁的逼迫中，擠在狹小、黑暗的空間內，身體彎曲，備受極其深重的痛苦。」這些文義在《入胎經》中也有描述：「住胎時，母親腹中周遭遍是數不清的穢物，有千蟲鑽動，旁邊是臭惡難忍的尿道與便道口，有許多骨鎖的穴孔，還有便尿、腦膜、骨髓等不淨物。上下被五臟六腑壓迫著，胎兒面向母親脊骨，背對肚皮，以母親的血滋養著身體。

母親吃東西時，經過兩排牙齒咬碎、細細咀嚼，嚥下的食物混著唾液，看起來就像嘔吐物一樣。食物經過消化後轉變成營養，由母親臍帶輸送，使胎兒歷經不同階段發育，在第一周之後形成凝脂般的『羯羅藍』位，第二周形成乳酪般的『頸部陀』位，第三周形成柔軟肉胞的『閉尸』位，第四周形成血肉逐漸堅實的『健南』位。第五周之後由肉團慢慢長出手腳四肢，可以微動，體相漸趨顯現。胎兒的手、腳、臉等全身裹在胎衣裡，如置身臭穢、黑暗的不淨坑內，與穢泥一起上下浮轉。母親所吃的各種苦、酸、粗、鹹、辣、淡等食物，經過臍帶送進胎兒體內，成為如火炭般，令人燒灼痛苦的食味接觸。

食味所觸，猶如蒼蠅，以不淨汁而為資養。如墜不淨，臭穢熾然，淤泥之中命根非堅。

但胎兒又像蒼蠅般依靠啜飲這些不淨的汁液以資養生命。胎兒的處境，不但身體如沉溺在一個臭穢、熾熱不堪的泥沼中，命根也很微弱，一點不堅實。

又母身內所有火力，煎炙遍炙極遍煎炙，燒熱遍熱極遍燒熱，燒燃遍燃極遍燒燃，受諸猛利粗惡難忍，非所悅意極大苦受。如如其母轉動，遍動極遍轉動，如是如是如被五縛，亦如投擲燂煨坑中，受諸猛利粗惡難忍，非所悅意，難以為喻，極大苦受。」

母親體內散發出的熱氣，一陣強過一陣，使胎兒像受著各種不同程度的煎炙、燒熱與燒燃；而備受熱、全面受熱、全面極熱的痛苦，苦受是猛利、粗惡的難以忍受。當母親行住坐臥，作輕微、較大或劇烈動作時，胎兒就像被五花大綁似的，也跟著天旋地轉起來；有時又像被扔進燂煨坑中，承受種種猛烈且難以忍受的苦，實在難以言喻。」

如其母，若受飲食太多太少及食太膩太乾太冷太熱，鹹淡苦酸及太甘辛，若行欲行，若太急走，若跳若倒，若住火前，或蹲居坐，亦說於胎起大痛苦。生藏上壓熟藏下刺，如被五縛插之尖標。

當母親受用飲食，無論吃得太多、太少、太油、太乾；還是太冷、太熱、太鹹、太淡；或者是太苦、太酸、太甜、太辣，胎兒都能感受到刺激；還有母親動身、行走、急走、跑跳、躺臥、或站立火前、或蹲坐等等，種種情況都使胎兒感受很大的痛苦。有時上面的器官往下壓，下面的器官又往上頂，胎兒像被五花大綁插在尖標上一樣。

從胎產時及產出時，所有眾苦，亦如《弟子書》云，「此漸如硬壓油具，壓迫其次方得生，然未爾時即捨命，唯是受苦業

力強。住不淨中顛倒身，濕爛裹胎極臭穢，猛逼切痛如潰瘡，猶如變吐宿念捨。」

至於生產時和出生後受苦的情形，如《弟子書》中說：「胎兒柔軟嬌嫩的身體，要經過狹窄的產道出生，就像被榨油機硬生生壓擠出來一樣，必須承受強大壓迫的痛苦；有的胎兒在生產過程中便夭折了，有的胎兒因受苦業力強大而能存活。胎兒在不淨的子宮裡翻轉，最後頭下腳上，和著濕漉臭穢的胎衣、羊水等物一同產下。在出產道時，那種猛烈、逼迫的切身之痛，有如惡瘡潰爛一般；胎兒想儘快脫離母胎，就像要儘快嘔吐出來一樣。因為痛苦太過強烈，而使以往的記憶完全喪失。」

此諸文義，如《入胎經》云，「次彼漸生一切肢節，從其糞廁腐爛滴墜，不淨暴惡生臭變臭，黑闇可怖，糞尿熏粘，臭氣垢穢，血水常流，瘡門之中，由其先業異熟生風，吹足向上令頭向下，兩手縮屈被二骨輪，逼迫逼迫周遍逼迫，由諸粗猛難忍非悅，最大苦受令其身分悉皆青瘀，猶如初瘡，難可觸著，身一切根悉皆楚痛，極穢胎垢遍粘其身，由乾渴故，令其唇喉及以心臟悉皆枯燥，住此迫迮難忍苦處。此由因緣增上，宿業異熟生風吹促至極艱辛，始得產出。生已無間，被外風觸如割塗灰，手衣觸時如利劍割，當受粗猛難忍非悅極大苦受。」

以上所說的文義，在《入胎經》中也說：「經過四週後，胎兒逐漸長出頭部、四肢，最後從產道出來。產道裡面像惡臭的糞廁一樣，滴下各種像腐爛的不淨物，裡面漆黑恐怖，還沾滿了糞尿，常常也攙雜著血水。等到業果成熟，業風吹來，胎兒轉成頭下腳上，兩手縮屈，從母親的骨盤狹縫擠出，受到猛烈粗暴、難以忍受的苦楚，全身瘀青，就像剛剛長成的膿瘡，輕輕一碰便刺痛難耐，身根充滿著痛苦。穢穢的胎衣包覆著胎兒全身，因體內缺水，胎兒的嘴唇、喉嚨，及心臟都非常乾燥。生產時，胎兒就是處在如此迫迮的環境。以上就是胎兒出生時所受的苦。這一切都由種種宿世的業力、果報等增上緣，胎兒才能被這般艱辛地產出。胎兒生出後，全身接觸到外在器世間，即使微風吹來，也像皮肉被割破，再塗上泥灰般的疼痛；被抱的時候，皮膚受到手或衣服的碰觸刺激，也如被利劍切割一般，嬰兒時時會感受到粗暴、難忍、不悅意的極大痛苦。」

又說如牛剝皮，被蟲所食，及如癩人遍身潰爛，加諸鞭撻極受楚切。又產已無間，取懷抱等及寒熱觸，亦當受諸粗猛難忍，非悅意苦。八苦之中，特於此初及於最後，須慙重修。故如前說，當以觀慧數數觀察，而善修習。

這種出生的痛苦，有被形容為：像牛被剝皮後全身血淋淋，還要遭受萬蟲啃食一般；以及像癩瘋病人，全身都已經潰爛，還要受到鞭打虐待一般，感受極其逼切的痛苦。出生後，嬰兒又立即被不停的抱來抱去，身體也跟著被寒熱觸及，都會感受到粗猛、難忍、不悅意的苦受。

八苦當中，以第一個生苦和最後的五蘊苦為最重要，必須殷重修習。如前所說，我們應該以觀察慧反覆不斷地思擇、觀察，而善為修習。

思惟老苦分五。盛色衰退者，謂腰曲如弓，頭白如艾，額如砧板，皺紋充滿，由如是等，衰其容貌令成非愛。氣力衰退者，謂於坐時，如袋斷索，起如拔樹，語言遲鈍，行步緩慢等。諸根衰退者，謂眼等不能明見色等，重忘念等，減念力等。受用境界衰退者，謂受飲食等，極難消化，又無堪能受諸欲塵。壽量衰退苦者，謂壽多減盡，速趣於死，應當數數思惟此等。

八苦中第二個是老苦。思惟老苦，分五：

(一) 盛色衰退。人老之後，年輕時的容光盡失，腰背彎曲成了弓，鬚髮花白，額如砧板，皺紋滿面等，種種老態樣貌，成非所愛。

(二) 氣力衰退。坐下時像斷了繩的重袋，起身如同拔舉樹根；說話時口齒不清、反應遲鈍，走路、行動都變得遲緩艱難，一切變得不如意等。

(三) 諸根衰退。老眼昏花、看不清楚，記憶衰退、心多忘念，表達能力也變差了，根識功能逐漸遲鈍、喪失。

(四) 受用境界衰退。器官功能也隨著年紀而逐漸衰退，如受用飲食已難以消化，其餘種種妙欲也已無能受用。

(五) 壽量衰退。一生大半的壽命已經用盡，一步步接近死亡；風燭殘年，內心常感危懼。

應反覆思惟以上老苦之相。

廣大遊戲經中亦云，「由老令老壞少壯，猶如大樹被雷擊，由老令耄朽屋畏，能仁快說老出離。諸男女衆由老枯，如猛風摧娑羅林，老奪精進及勇勢，譬如士夫陷淤泥。老令妙色成醜陋，老奪威德奪勢力，老奪安樂作毀訾，老奪光澤而令死。」懂哦瓦云，「死苦雖重，而時短促，此老最重。」迦瑪瓦云，「老漸漸至，故稍可忍，若一時頓至，實無能忍之方便。」

《廣大遊戲經》中也說：「老能毀壞少壯之身軀，就像粗壯的樹幹受到雷擊而應聲倒地；年老心境，如住朽屋，憂懼隨時會有崩塌的危險。世尊，請快告訴我們出離老苦的妙法吧！年輕貌美的男女，被老磨到龍鍾枯槁，就像狂風掃過娑羅林，一片狼藉；身強力壯的勇士，被老奪去精進勇健，像置身泥沼，進退不得。老，使容顏盡失，把妙色變為醜陋；老，奪走威德與勢力，使人變得怯弱無能；老，使身心衰敗，對安樂無能為力；老，讓生命光彩退色，最終走向死亡。」

懂哦瓦祖師說：「死苦雖然劇烈，但歷時較短；相較之下，被老苦折磨的時間較長，故老苦比死苦更嚴重。」迦瑪瓦大師說：「還好老是慢慢來到的，所以稍可忍受，假如它是倏忽來臨，那真的讓人情何以堪啊！」

P160L1~P160LL1 思惟病苦~聚遭猛火。」

思惟病苦分五。身性變壞者，謂身肉銷瘦，皮膚乾枯等。增長憂苦多住憂苦者，謂身中水等諸界，分不平均增減錯亂，身生逼惱，心起憂痛而度晝夜。不能受用悅意境界者，謂若有云，諸可意境於病有損，雖欲享受而不自在，如是諸威儀道，亦多不能隨欲。諸非可意境受用，雖非所欲須強受用

者，謂諸非悅飲食藥等，須強飲用。如是火灸及刀割等諸粗苦事，皆須習近。速離命根者，謂見病難治，便生痛苦，當於此等審細思惟。

八苦中第三個是病苦。思惟病苦，分五：

身性變壞的痛苦。久病纏身，以致身瘦力弱、皮膚乾枯等。

憂苦增長的痛苦。謂體內四大一旦錯亂失調，疾病立至。身受苦逼，心遂憂惱，以致晝夜長時盡在憂苦中。

於可意境，不能受用的痛苦。若對病情有所損害，那麼連平常喜歡的東西，也不得隨意自在享用；包括行住坐臥各種威儀，也多不能隨心所欲了。

非可意境，須強忍受的痛苦。為了治病，種種不喜歡的飲食、藥物等，必須勉強服用；甚至以針灸、開刀等粗猛、不舒服的方式治療，也須被迫接受，橫增其苦。

速離命根的痛苦。若眼見醫藥無效，病不可治，知道死期不遠，心理產生極大恐懼和痛苦。

以上五種病苦，應該仔細思惟。

《廣大遊戲經》云，「多百種病及病苦，如人逐鹿逼眾生，當觀老病壞眾生，惟願速說苦出離。譬如冬季大風雪，草木林藥奪光榮，如是病奪眾生榮，衰損諸根及色力。令盡財穀及大藏，病常輕蔑諸眾生，作諸損惱瞋諸愛，周遍炎熱如空日。」

《廣大遊戲經》中說：「各式各樣的病及病苦，就像獵人追逐著鹿群般的逼擾著眾生，我們應當觀察了知老、病是如何損害著眾生。惟有祈求世尊快快告訴我們，出離苦的妙法吧！譬如冬天大風雪吹過，花草樹木頓失光澤；疾病就是像這樣摧殘我們，眾生的身體、容顏、氣力、及根識，都因此衰損了。即使耗盡家財、糧穀與所有寶藏，也抵擋不了百病的恣意侵擾；它們無視於眾生的好惡與存在；就像當空之烈日在散發熱浪時，完全不講情面。」

思惟死苦分五。謂捨離圓滿可愛財位，捨離圓滿可愛親族，捨離圓滿可愛朋翼，捨離圓滿可愛身體，死時當受猛利憂苦，乃至意未厭此諸苦，當數思惟。前四為苦之理者，謂見當離此四圓滿而發憂苦。

八苦中第四個是死苦。思惟死苦，分五方面：死亡來臨時，縱使千般不捨，最終仍得（一）捨離圓滿可愛財富；（二）捨離圓滿可愛親眷；（三）捨離圓滿可愛友伴；（四）捨離圓滿可愛身體；及（五）命終時備受種種猛利憂苦。以上五種死苦的內容，應於未產生厭患之前，多多思惟，令心相應。

前面四者之所以導致憂苦，是看到死時當捨離上述所說的四圓滿，因此而發憂苦。

《廣大遊戲經》亦云，「若死若沒死沒時，永離親愛諸眾生，不還非可重會遇，如樹落葉同逝水。死令王者無自在，死劫猶如水漂木，獨去無伴無二人，自業具果無自在。死擒多百諸含靈，如海鯨吞諸眾生，猶龍金翅象遇獅，同草木聚遭猛火。」

《廣大遊戲經》中也說：「將死或已死亡時，必然要和親愛的人永遠別離，從此再也無法相聚，就像落葉飄零，不再復生；又似江水流逝，不再返回。連地位最高的國王在死亡面前也須俯首，不得自在；就像漂木在湍流中只得隨波逐流。死的時候孑然獨行，沒有人能隨侍，唯一相伴的只有業風，然後隨業飄流六道，一點自主能力都沒有。三界中哪裡有可以免除死苦的安樂處？海裡有巨鯨吞食魚蝦、空中有金翅鳥噉食龍族、陸地上有獅子襲擊大象，連非情草木都會遭受野火焚燒。一切含靈蠢動、情與非情，都被死苦逼迫著啊！」

P161L1~P162L1 思惟怨憎~而為宣釋。

思惟怨憎會苦分五。謂如遇怨敵，便生憂苦。畏其制罰。怖畏惡名，遭非讚頌。畏苦惱死，違正法故，畏懼死後，墮諸惡趣。當思此等。

八苦中第五個是怨憎會苦。思惟怨憎會苦，分五方面：(一)如果遇到怨敵，心中便生起憂苦。(二)害怕遭到怨敵的制罰或報復，整日提心吊膽、惴惴不安的苦。(三)害怕遭受惡名誣陷，或被毀謗的苦。(四)害怕受怨敵傷害、強者欺凌等，在苦惱逼迫中喪命。(五)違背正法，害怕死後墮入惡趣。

以上怨憎會的痛苦，應以智慧，善為思惟。

思惟愛別離苦分五。謂若捨離最愛親等，由此令心發生憂感。語生愁歎。身生擾惱。念彼功德，思戀因緣令意熱惱。應受用等有所缺乏。當思此等。

八苦中第六個是愛別離苦。思惟愛別離苦，分五種苦相。由必須捨離所想要的、最親愛的，而造成的五種痛苦：(一)心生憂感；(二)語生愁嘆；(三)身生擾惱；(四)憶念所愛的功德，由思戀的緣故而心生熱惱；(五)本來應該享受到的東西，由於因緣不具足，而導致缺乏。

應當結合自身經驗來思惟這五種苦相。

思惟所欲求不得苦分五。如愛別離。求不得者，謂務農業秋實不成，及營商賈未獲利等，由於所欲勵力追求而未得故，灰心憂苦。

八苦中第七個是求不得苦。思惟所欲求不得苦，也有五種。就和愛別離的痛苦一樣，都是想要的（和貪相應）卻得不到，便因此心生憂感、語生怨嘆、身生擾惱，因為念彼功德、思戀因緣而心生熱惱，由受用等有所缺乏而生憂苦。比如：務農卻收成不好；經商卻未獲利潤等。雖然努力追求卻還是不能得到，於是心灰意冷、憂愁苦惱，這種都屬於求不得苦。

思惟宣說五種取蘊總為苦義分五。謂是當成眾苦之器，及依已成眾苦之器，是苦苦器，是壞苦器，是行苦器。於此諸苦當數思惟。其中初者，謂依受此取蘊，能引來生以後眾苦。第二謂依已成之蘊，為老病等之所依止。第三第四，謂彼二苦粗重隨逐能生彼二。第五謂初成取蘊，即便生為行苦自

性，以一切行為宿惑業他自在轉，是行苦故。於三苦時此當詳說。

八苦中第八個是五取蘊苦。五蘊為色、受、想、行、識，合起來也就是我們這個身體、生命。蘊是聚合的意思。

思惟五取蘊的苦，也有五種：即(一)當成眾苦之器、(二)已成眾苦所依之器、(三)是苦苦器、(四)是壞苦器、(五)是行苦器。我們應數數思惟這五種苦。

(一)當成眾苦之器，是指因受生而得到的這個取蘊身，是產生眾苦的器皿，將引發來生的眾苦。(二)已成眾苦所依之器，是指現在蘊體已成，而它正是老、病等一切苦的所依處。(三)苦苦器和(四)壞苦器，是指它們皆依蘊體而有；因取蘊身為煩惱種子隨逐的影響，而會產生苦苦和壞苦。(五)行苦器。是指一旦完成取蘊，立刻產生行苦的自性。行苦的意思，就是蘊體的一切行為都受往昔的煩惱和業所支配而運轉，不得自在，所以是行苦。

苦苦、壞苦和行苦，在後面講三苦時還會詳細說明。

若於生死取蘊自性，未能發起真實厭離，則其真實求解脫心，無發生處。於諸有情流轉生死，亦無方便能起大悲，故隨轉趣大小何乘，然此意樂極為切要。

如果我們不了解生死輪迴中取蘊的本質是行苦性，就不能夠對這個五取蘊產生絕大的厭離心，也絕不可能真正地生起希求解脫的心；那麼對同樣在生死輪迴中受苦的其他眾生，自然沒有想要拯濟的悲心。所以不管就自利或利他，不論是趣入大乘或小乘，認識苦諦及追求解脫的意樂，是非常重要的。

發生此者，亦隨當從無垢聖語，如量解釋，先正尋求清淨了解。次須長時觀擇修習，引發其心猛利變動。故薄伽梵令知苦諦生死過患，宣說八苦，所有密意，如聖無著極善決擇而為宣釋。

想要發起厭離與希求解脫的心，應該依從無垢經論，首先尋求正確的了解；其次必須長期不斷地觀察修，引發自心猛利的變動，直到轉變根深蒂固的錯誤觀念為止。世尊為了讓眾生了解生死輪迴的過

患，特別開示了八苦(苦諦的特質)，而它所有的密意，宗大師是按照無著菩薩在《瑜伽師地論》中所作的極其圓滿的抉擇，而作了宣說和解釋。

P162L1~P163L1 如博朵瓦~令心厭離。

如博朵瓦云，「於六趣中，隨生何趣，其後發生病痛死等，眾苦惱者，是病者病，是死者死，非彼不應，忽爾而起。是生死相，或生死性。住生死時，必不能越。我等於此，若起厭離，須斷其生，此須斷因。」當於前說，生老病死等已生眾苦，如是思惟。

如博朵瓦祖師所說：「不論投生在六道中的哪一道，一定都免不了會有病痛、死亡等眾多苦惱。看到有情生病的生病、死掉的死掉，要知道這些痛苦都不是無因生、都不是突然憑空降臨的，而是生死輪迴的本質，它的性就是『生死性』，相就是『生死相』，眾生只要在輪迴當中，就註定要遭受眾苦，無法超越。我們應當從這段話去體會生死的本性是苦，如果因此對生死生起了厭離，就必須要斷除輪迴，也就是必須徹底截斷受生的因，這樣才能得到究竟安樂。」

對於上述生老病死等已經產生的眾多苦惱，應當按照這樣來思惟。

丑二、思惟六苦

第二思惟六苦者。《親友書釋》宣說七苦，其最後者是別過患，故於此中當思六種。

第二，「思惟六苦」。《親友書釋》中說有七苦，最後一苦是別過患，就是六道中各道個別的過患。此處是以總相來說，所以只談前六苦。

其中無定過患者，謂於生死流轉之時，父母等親，於他生中轉為怨敵，諸怨敵等轉成親屬，如是父轉為子，子轉為父。母轉為妻，妻轉為母等。唯是次第輾轉流轉，是故全無可憑信處。《親友書》云，「父轉為子母為妻，怨仇眾生轉為親，及其返此而死歿，故於生死全無定。」即現法中亦復輾轉，互為親怨。如《妙臂經》云，「有時怨敵轉為親，親愛如是亦為

怨，如是一類為中庸，即諸中庸復為怨。如是亦復為親愛，具慧了知終莫貪，於親當止愛分別，於心善法安樂住。」如是修習，破於親怨分別黨類而起貪瞋，觀生死法，任何全無安心之處，應起厭離。

六苦是，第一無定過患；第二無飽足過患；第三數數捨身過患；第四數數結生過患；第五數數高下過患；第六無伴過患。

第一、無定過患。是說在輪迴中隨著生死流轉，今世的父母於他世變成了怨敵；今世的怨敵於他世變成了親友。有時候父轉為子，子轉為父，母轉為妻，妻轉為母等等，如此輾轉流轉，沒有一定的親友，也沒有一定的怨敵。所以，生死中根本找不到可以依靠、信任之處。《親友書》中說：「生死流轉當中，父親變為兒子，母親變為妻子，怨仇變為親眷，等到這一生結束，來生會轉變成什麼關係，完全不確定。」不要說來生才會改變關係，即使在現實生活中，也可以看到親轉仇、仇轉親，人與人之間反覆無常的事情。如《妙臂請問經》中說：「有時候怨敵轉為親友，好友之間也會反目，甚至變成陌路人，還有非親非怨的中庸關係，有時也會轉為怨敵、或轉為親愛的人。所以智者應該遠離親怨等分別黨類而生起的貪、瞋，而將心安住在善法上。」我們應該好好去思惟所謂的無定過患，斷除分別親怨而起的貪瞋，觀修生死當中，沒有永恆不變的關係，沒有真實安樂的地方，從而對輪迴產生厭離。

無飽足過患者。如云，「一一曾飲諸乳汁，過於四海於今後，隨異生性流轉者，尚須多飲過於彼。」謂當思惟一一有情，飲母乳酪昔飲幾許，今後若不學解脫道，當飲幾何。此是略喻，更當思惟生死之中，盛事苦事，無所未經，令心厭離。

第二、無飽足過患。是說眾生的欲望貪念，永遠沒有滿足的時候。也就是不論擁有的再多，也無法感到滿足，永遠會想要更多。《親友書》中說：「我們在過去無數次受生，喝過的母乳比四大海水還多。如果現在不好好修，將來依舊受生漂流，所要喝的母乳遠比以往的總和還多。」想想過去受生的次數，是數也數不盡，喝過的母乳不曉得有多少，如果還不能醒思，不好好修學解脫道的話，到底還須喝幾多？雖然這只是個比喻，最主要的目的，還是希望透過這樣的思惟，能夠了解在生死當中，不管是盛事、苦事，我們沒有不經歷過的，而令心真實地發起厭離。

若謂受樂令意滿足，然三有樂，任受幾多，非但無飽，後後轉復增長貪愛，由此長夜馳騁生死，經無量劫，受諸至極難忍大苦，然其安樂不及一分。如《親友書》云，「如諸癩人為蟲癢，為安樂故雖近火，然不能息應了知，貪著諸欲亦如是。」

如果以為享受世間安樂可以令人心滿意足，那就錯了。我們對於三有中的安樂，無論享受過多少，不僅從來沒有感覺到滿足，反而會越來越增長貪愛，以致使我們繼續流轉於生死當中，經無量劫，受無量苦，而我們在輪迴中所得的安樂，遠不及在輪迴中所受苦難的百千萬分之一。如《親友書》中所說：「就像癩瘋病人，身上奇癢難耐，為了止癢，寧願用火來燒烤身體，結果身體都灼傷了，皮膚還是癢，而且癢的比原來更甚；貪等欲望也是如此，不但不會停止，反而會增上，永遠沒有飽足的時候。」

《攝波羅蜜多論》云，「獲得此安樂，猶如一日享，多累仍不足，重疾莫過此。」《弟子書》亦云，「豈有百返未經趣，豈有昔未多受樂，未得吉祥如白拂，豈有是事反增貪。豈有昔未多經苦，眾生無欲能飽滿，無有情腹未曾臥，然何生死不離貪。」應如是思。

《攝波羅蜜多論》中說：「我們所獲得的世間安樂，就像每日享用，再多的積累，也仍然不會感到滿足，還有什麼比這種永不飽足的病更嚴重的？」《弟子書》也說：「我們在過去無盡的生死中，六道中的任何一道，哪有還未曾轉生過百千萬次的呢？從無始以來，哪有什麼安樂未曾享受過？縱如白拂一樣的吉祥圓滿，哪有未曾獲得過？結果反而是貪欲不斷增長，最終墮入惡趣吃盡苦頭。從無始以來，哪有什麼痛苦未曾領教過？多少次追逐貪欲、不知滿足的下場是什麼？在無盡的輪迴中，哪還有未曾做過自己母親的有情？但是在經歷了那麼多的生死之後，為什麼眾生仍然離不開貪欲？」應該好好去思惟。

又如《除憂經》說而思極能厭離，如云，「數於地獄中，所飲諸烱銅，雖大海中水，非有爾許量。生諸犬豕中，所食諸不

淨，其量極超過，須彌山王量。又於生死中，由離諸親友，所泣諸淚滴，非海能為器。由互相鬥諍，積所截頭首，如是高聳量，出過梵世間。為蟲極飢虛，所噉諸土糞，於大乳海中，充滿極高盛。」

又應思惟《除憂經》所說的內容，策發起強烈的厭離心，經中說：「過去無數次在地獄中，所喝過的烱銅鐵汁，比海水還要多；投生畜生道為豬犬時，吃下的穢食，量比須彌山還高；在人道中，為了親友分離所流下的淚水，即使以大海為容器也裝不完；在阿修羅道，因戰鬥被砍下的首級，從地面堆到梵天也不夠放。又投生為蟲蛆時，因飢餓而啖食的糞土，足足可以填滿無數個大海。」

如是又如《華嚴經》云，「汝應憶念為諸欲，徒耗諸身前邊際，今求菩提具禁戒，由禁於此摧諸欲。汝應憶念為諸欲，徒耗諸身前邊際，未能承事恆沙佛，未從佛聞如是語。」謂盡所得三有盛事，悉皆欺誑，領受無量無義大苦。如前唐捐無量色身，皆當憶念，若後仍不策勵勤修，更當如是，思惟此理，令起厭離。

又如《華嚴經》中說：「應當憶念往事！過去無數生為了種種貪欲而虛耗度日，白白遭受許多痛苦；現在應當一心尋求菩提，透過止惡行善的禁戒來摧滅種種貪欲。應當憶念往事！過去無數生為了種種貪欲而虛耗度日，明明值遇過無量無邊諸佛出世，卻因貪著五欲而未曾承事供養、也未能在諸佛跟前聽聞法語，白白浪費暇滿人身。」說明三界盛事都完全是欺誑不實、沒有意義的，為了追求短暫快樂，因此遭受無量眾苦。

往昔既已虛度了無數寶貴人身，現在應該痛下反省，若再執迷不悟、再不策勵勤修，那麼將來註定要繼續受苦。思惟這些道理之後，應真正發起猛利的厭離。

懂哦瓦云，「覺嚙敦巴從無始來，曾受何身，然皆未修大乘正法，猶如今日，故須策勵。」又如桑樸瓦云，「此生死中須多仰覆，此於心中實覺不安。」乃至未能起心如此，須勤思惟，縱起亦當恆常修習。

懂哦瓦祖師說：「種敦巴尊者經常教誡我們：無始以來，不管過去受過什麼身，從來沒有像今生這樣，還有機會修習到大乘佛法，一定要把握這千載難逢的機會啊！」又如桑樸瓦祖師說：「在生死輪迴當中，一會兒上升到善趣，一會兒下墮到惡趣，一想到在上下輪轉的痛苦，心中委實無法安定踏實啊！」如果尚未生起厭離輪迴的心，就應該精勤地思惟，即便已經生起出離心，也應該繼續不斷地修習。

P164L3~P164LL1 數數捨身～苦極難忍。

數數捨身過患者。如云，「一一身體諸骨聚，超過幾多須彌峰。」謂一一有情受身之骨，若不爛壞，多於須彌。

第三、數數捨身過患。如《親友書》中說：「無始流轉，若把每次死掉的屍骨堆積起來，比好幾座須彌山還高。」說明眾生在輪迴中一再捨身、受生，不知始終，而每個有情捨下來的身骨，如果不腐爛的話，數量早已超過須彌山。

數數結生過患者。如云，「雖將地丸如柏子，數母邊際未能盡。」昔諸先覺解釋此義，謂一有情為母之量，此非正義。即此《釋》中引經文云，「諸比丘，譬如有人，從此大地執取諸丸，量如柏子，作是數云，『此是我母，此是我母之母。』而下其丸。諸比丘，此大地泥速可窮盡，然諸人母輾轉非爾。」是顯自母及彼母等母輾轉次第，此論亦說母邊際故。

第四、數數結生過患。如《親友書》所說：「將大地所有泥土搓成柏子大小的土丸，一顆一顆來數的話，可以數得完；但是如果數過去使我們受生母親的數量，卻是數不盡的。」以前有先覺們把這句話解釋為：一位有情累世以來母親的數量，但這種解釋並非正義。依《親友書釋》引經文說：「諸位比丘！譬如有人取大地土製成像柏子般的小丸子，然後每數一顆土丸，都說『這是我的母親』放下土丸後，再取另一顆，又說『這是我母親的母親』，這樣一直數下去，諸位比丘！即使這些土丸子都數完了，但是母親的母親的母親...如此輾轉地數下去，是數不完的。」說明自己是母親所生，母親復由母親所生……如是依次輾轉往前追溯，也無法溯及最初的邊際。

此成厭患因之理者，如《四百論》云，「若時雖一果，初因非可見，見一亦增多，爾時何不畏。」其釋亦云，「此顯由諸難

可度量稠林相續，令極難行生死大野，常應厭患，隨順於此，當如理修。」如此當知。

這個道理之所以成為厭離輪迴的因，理由就像《四百論》所說的：「想要追溯一個果的最初因，恐怕找不到，因為每個因的背後都有數不清的『因的因』。它開始是『一』，但它的因會成幾何倍數的增長，乃至無量；想想數數結生的過患，怎麼不令人對輪迴感到害怕？」《四百論釋》中也說：「這一頌是顯示，從有情無始以來難以計算的無明相續，導致其依舊奔走在這個極其難行的生死曠野中，沒完沒了。對此生死總體的苦相，我們應當常常感到厭患，隨順於此出離心，應該如理修習。」這是我們要趕快努力的。

數數高下過患者。如云，「既成百施世應供，業增上故復墮地，既滿轉輪聖王已，復於生死為奴婢。天趣天女乳腰柔，長受安樂妙觸已，後墮地獄鐵輪中，當受粗磨割裂觸。長時安住須彌頂，安足陷下受安樂，後遊燄煨屍泥中，當念眾苦極難忍。

第五、數數高下過患。是指輪迴中的一切圓滿，最後都以墮落告終的苦相。如《親友書》中說：「即使修成了如帝釋梵王的天界果位，長期受用世間最好的供養，也難免因惡業又再墮落。即使身為人道當中最高的轉輪聖王，也會因福報享盡，又在生死中墮為奴婢。明明前一世還在天界當中，享受天女們種種柔美、安樂的妙觸；死後卻墮入鐵輪地獄，遭受被壓磨、割截、燒裂的身觸之苦。也有前一世還住在須彌山頂，腳踩天宮柔輦大地，如棉花般自然陷下，感受輕柔舒適的妙樂；後世卻墮入燄煨坑、屍糞泥中，雙腳深陷在滾燙的熱灰中，或是惡臭的屍泥中，受盡被燒灼或利嘴蟲啃食皮肉、骨髓之苦。

P164LL1～P165LL1 天女隨逐～無始而轉。

天女隨逐受歡喜，遊戲端妙歡喜園，後當住止劍葉林，獲割耳鼻刖手足。天女殊妙如金蓮，共同游泳徐流池，後墮地獄當趣入，難忍灰水無極河。雖得天界大欲樂，及諸梵天離欲樂，後墮無間為火薪，忍受眾苦無間絕。得為日月自身光，照耀一切諸世間，後往極黑陰闇處，自手伸舒亦莫觀。」

前世還有天女圍繞身邊，在天宮妙園中歡喜嬉戲；後世卻墮入近邊地獄的劍葉林中，整個身體、頭臉、四肢都被割得遍體鱗傷。前世還和殊妙如金蓮的天女們，在天池的功德水中共浴；後世卻墮入近邊地獄的無極河中，忍受著沸騰鹼灰水腐蝕著身體。即使在欲界天享受妙欲之樂，或到色界天享受離欲之樂，但是福報享盡後，仍會墮到無間地獄，成為烈火焚燒的薪柴，剎那不間斷地忍受猛烈眾苦。雖然在欲界天有日、月光的照耀，色界天的天人自身也會發光；可是一旦福盡，墮入地獄、或者沒有光明的地方，即進入伸手不見五指的極黑暗處。」

磨等三鐵輪者，如其次第，謂於眾合，黑繩，燒熱三中而有。天女隨逐者，謂為天女之所依附。天界欲樂者，謂忉利以上欲天所有。日月光者，是如世間共許而說，未分能依及所依處，若分別說，乃是彼二宮殿之光。

前面所說粗磨、割裂和身觸等三種鐵輪，依次指的是眾合地獄、黑繩地獄及燒熱地獄中所受的苦。天女隨逐，是指身邊有許多天女圍繞、簇擁。天界欲樂，是指享受忉利天以上的欲界天之樂。此處所說的日月光芒，是指世間共同承許的日、月光而說，不另外指它能照（日、月）、所照（日、月所照的宮殿）的內容，如果要分別來說的話，就是指被日、月照耀的宮殿所散發出來的光明。

此等為喻，當思一切從高墮下所有道理，厭患三有，以其三有一切盛事，最後邊際，衰所攝故。此如《調伏阿笈摩》云，「積集皆銷散，崇高必墮落，合會終別離，有命咸歸死。」

以上所說的這些譬喻，應當特別思惟從高處而下墮的道理，以此引發厭患三有；因為三有的一切圓滿盛事，最終結局都是墜下、壞滅。正如《調伏阿笈摩經》中所說：「積聚的，終有消散的時候；居高的，終有墮落的時候；相聚的，終有分離的時候；活著的，終有死亡的時候。」

無伴過患者。如云，「若能了知如是過，願取三福燈光明，獨自當趣雖日月，難破無邊黑闇中。」了知過者，謂當了知如前所說，須如是死，願取福光。三種福者，謂三門善事，或施所生等三種善事。無邊黑闇者，謂無明黑闇。

第六、無伴過患。如《親友書》中說：「若能了解前面所說的生死過患，寧願快些從身口意三門努力去修三福業，以照亮未來的投生路。因為當獨自一人走向死亡，雖有日月之光，也不能破除輪迴中無量無邊的無明黑暗啊！」了知過患，是指要知道前面所說的種種過患，知道一定會死，知道什麼都帶不走，而願攝取三福光明。三種福，是指身口意三門行善，或由布施、持戒、修行三門累積善業。無邊黑暗，乃指內心的無明。由於不知道法的真相，所以是黑暗。

無伴而趣者，如《入行論》云，「獨生此一身，俱生諸骨肉，壞時尚各散，何況餘親友。生時獨自生，死時還獨死，他不取苦分，何須作障親。」

無伴而趣往後世，即如《入行論》中所說：「生時，只有一具光溜溜的身體；死時，連這個臭皮囊也須捨棄，何況身外的親友伴侶。最終我們必須面對的是，生惟一人來，死惟一人去。再多的至親好友，在死亡來臨的那一刻，誰也不能分擔自己的一分苦；既然如此，何需貪戀親友徒自障礙解脫呢？」

如是六苦總攝為三。謂於生死中，無保信處。受彼安樂，終無飽期。無始而轉。

以上所說的六苦，也可以統攝為三類，說明輪迴具有(一)生死之中無保信處。(二)受用生死中的快樂，終究沒有飽足之時。(三)從無始而流轉的特性。

P165LL1~P167L1 初中有四~意趣而說。

初中有四，一於所得身不可保信者，謂身數數捨。二作諸前益不可保信者，謂無決定。三於得盛事不可保信者，謂高下變易。四於諸共住不可保信者，謂無伴而往。第三者謂數數結生，輾轉受生不見邊際，如是總攝亦當思惟。

(一)生死之中無保信處。是說生死流轉中，沒有什麼真正值得我們信賴的。此中又分為四點：

1. 身體不可保信。謂生死流轉中，身體會有數數捨身的過患；所以身體並無保障，不可信賴。

2. 所作損益不可保信。無始以來父子妻女親怨，變易無常，有無定的過患；所以先前所作的損益，不可保信。

3. 盛事不可保信。崇高必墮落，在輪迴中有數數高下的過患；所以不論親友、名譽、財位、樂觸等圓滿盛事，皆不足保信。

4. 共住不可保信。死時親眷分離，孑然獨往。思惟死時無有伴侶的過患；所以共住、共處，皆不可保信。

(二) 受用生死中的快樂，終究沒有飽足之時。是說眾生不管受用多少安樂，都永遠不會感到滿足；此即輪迴中的不飽足過患。

(三) 無始而轉。是說眾生從無始以來由惑業輾轉受生，沒有邊際；受生的次數，沒有盡頭；此即輪迴中數數結生的過患。

以上把六苦統攝為三種的義理，我們也應當多去思惟；唯有了知輪迴是苦，才會生起想要解脫的心。

丑三、思惟三苦

第三修三苦者。謂譬如極熱或瘡或癰，若於其上灑以冷水，似為安樂，於生死中所有樂受，若壞滅時，還起眾苦，故名壞苦。此復非唯其受，即此相應，餘心心所及為所緣諸有漏境，皆是壞苦。

第三部分，「思惟三苦」之理。三苦，即壞苦、苦苦、行苦。

第一、壞苦。譬如身上的熱瘡或熱癰產生逼切痛苦時，如果在上面灑些冷水，就會得到短暫的清涼，好像是一種快樂，其實這只是讓痛苦暫時舒緩而已，並不是真正的快樂。生死輪迴中的所有樂受都是如此，一旦樂受消退或壞滅時，還會生起眾多痛苦，這就是壞苦的本質。而且，不僅是樂受本身，包括與樂受相應的心、心所，以及所緣的諸有漏境等，都是壞苦。

又如熱癰逼切，觸熱水等變異觸時，起極楚痛。如是當知苦受，隨纔生起，便能觸惱或身或心，故名苦苦，譬如腎痛。此復如前，非唯其受。

第二、苦苦。又如身上的熱瘡或熱癰產生逼切痛苦時，如果再去碰觸熱水，則苦上加苦，會產生較原來更為劇烈的痛楚。由此可知，

苦受才一生起，當下就能觸惱身心，這就是苦苦的本質。比如腎結石痛。

和前面的壞苦一樣，不僅是苦受本身，還包括與苦受相應的心、心所，以及所緣的諸有漏境，都是苦苦。

又如熱癰，俱未觸會二觸之時，有漏捨受，為諸粗重之所隨逐，故名行苦。此亦如前，非唯其受，此由先業煩惱自在而轉，故名為苦，及為能發後煩惱種，所隨逐故，名為遍行粗重所隨。如是若起樂受，貪欲增長。若起苦受，瞋恚增長。苦樂俱非隨粗重身，則於無常執為常等，愚癡增長。

第三、行苦。又如在熱癰上並沒有受冷水、熱水的碰觸刺激，沒有樂受也沒有苦受，是不苦不樂的有漏捨受時（有漏是指有煩惱）；雖然沒有苦樂，卻有煩惱隨逐，而它本身就是一種痛苦，這種苦稱為行苦。

和前面兩者一樣，不只是捨受本身，還包括與捨受相應的心、心所，以及所緣的諸有漏境，都是行苦。

我們是由往昔的業與煩惱，輾轉引生為今世的蘊體，這不是自己所能作主的，所以稱為苦蘊；而我們由此蘊身又會招引後來更多「業和煩惱」的種子隨行，這也是將來許多痛苦的所依，所以稱為「遍行粗重所隨」。遍行，就是指任何一切時、一切處、一切地；也就是任何情況之下，行苦都會一直跟著我們的身心，好像影子隨著身體一樣。於是，如果樂受出現，我們會增長貪欲；苦受出現，則會增長瞋恚；如果不苦不樂的捨受出現，則因煩惱種子隨逐的習氣，將會產生執無常為常等四顛倒，必然增長愚癡。

其中貪欲能感當來於五趣中生等眾苦。瞋於現法起憂感等，於後法中感惡趣苦。癡於前二所感二苦隨逐不捨。故於樂受，應觀為苦滅除貪欲。

進一步來說，貪欲是能感得未來在五趣中數數結生的因，而結生後又註定受眾苦的折磨。瞋恚是能感得現前就心生憂感不悅，來生更墮入惡趣受苦。愚癡則是於貪、瞋二毒所感生的壞苦和苦苦沒辦法

擺脫（隨逐不捨），故而生行苦。因此，對於樂受，我們應當認識它並非真樂，實際上是苦，以此滅除貪欲。

於諸苦受，應作是思，此蘊即是眾苦因緣，苦從此生，猶如毒箭，滅除瞋恚。於諸捨受，應觀無常銷滅為性，滅除愚癡。不於三受為三毒因，此如《瑜伽師地》及《攝決擇》意趣而說。

對於苦受，應該思惟由業和煩惱而產生的取蘊，這個蘊身本是眾苦的器皿、眾苦的因緣；苦從它生，就像毒箭自然會使人中毒一樣，以此滅除瞋恚。對於不苦不樂的捨受，應當觀察諸行無常、諸法無我，以此滅除愚癡。千萬不要讓三種感受成為三毒的因。以上是依照《瑜伽師地論·攝決擇分》的意趣而宣說的。

P167L1~P167LL2 如負重擔～非可轉樂。」

如負重擔，隨其重擔當負幾久，便有爾許不樂，取蘊重擔亦爾，乃至執持爾時受苦，以此蘊中有苦煩惱粗重安住，故為行苦。既有此已，雖於現在苦受未生，然其無間由種種門能起眾苦，故此行苦，遍一切苦及是所餘二苦根本，故應於此多修厭離。

譬如身負重擔，只要這個重擔還沒有放下，痛苦就一直存在。由業和煩惱產生的五取蘊也是如此，只要一直執持著取蘊，行苦就不會消失。取蘊的本質就是行苦性，因為煩惱種子安住在蘊體，伺機即產生行苦。既然取蘊已成，即使眼前苦受尚未顯現，但是蘊身（包括內、外身）會不停地由各個不同的境，遇種種緣，而引發苦性。所以，行苦遍及一切苦，是壞苦和苦苦的根本。我們應當好好思惟行苦過患，愈了解行苦，愈能引發厭離心。

又能增貪現前樂受，多是於苦，漸息滅位妄起樂覺，全無不待除苦所顯自性之樂。譬如太走為苦，略為住息遂生樂覺。現見此是先生大苦，漸息滅時樂漸次起，故非性樂。苦太久坐，仍復如前，生眾苦故。若是性樂之因者，應如苦因，隨其習近，其苦漸增，如是習近行住坐臥，飲食日陰等，亦應隨其幾久習近，便有爾許安樂漸起，現見太久唯生苦故。

凡是能增長貪欲的現前樂受，其實多是因先前的痛苦漸漸減輕，而被誤認為是快樂，世間根本沒有不是苦受減輕而本質就是快樂的事。例如走太久的疲累，如果能坐下來，就會生起舒服的樂受。這是因為之前走太久的苦受漸漸消失，苦獲得舒緩而產生的樂受，但並非本質是快樂的；如果一直坐著不起來，坐久了，也會如前面走太久一樣，生起苦受。這就是壞苦的特徵。壞苦如果是真正的樂因，具有真實的樂性，那就不應該變質，應該和苦因一樣，愈接近、愈持久就愈痛苦；然而壞苦會變質，可見它真實的性質是苦性，是我們妄執它為樂。又如，平常的行住坐臥、飲食、日曬、納涼等等，一開始都會覺得很舒服，但時間久了就會覺得苦，而非越來越快樂。這就說明其實我們所享用的不是真正的樂，而是苦因，所以愈受用，痛苦就愈增長。

如是亦如《入胎經》云，「難陀，行住坐臥諸威儀中，應當了知別別是苦。諸靜慮師，應觀彼彼威儀自性，若行度日，不住不坐不臥，彼則於行，唯別受苦。別別領受猛性，粗性，難可忍性，非悅意性。非於其行，起安樂想。」餘三威儀亦是如是說。「難陀，然由彼彼威儀之苦，暫間斷故，遂於餘餘新生衆苦，妄起樂想。難陀，生唯苦生，滅唯苦滅，生唯行生，滅唯行滅。」《四百論》亦云，「如安樂增長，現見反成苦，如是苦增長，然非可轉樂。」

如《入胎經》中所說：「難陀！要知道行住坐臥這類行儀，也沒有一個例外，別別都是苦。諸位修行人，應當個別觀察這些行儀的本質。例如整天行走，不停，不坐，不躺下，那麼走路這件事就會帶來巨大痛苦，而且還能分別領略到它強烈、粗暴、無可忍耐、不悅意等的苦性。此時或日後，自然都不會對行走起安樂想。」其餘住、坐、臥三種行儀，也是一樣的。佛陀接著又說：「難陀！因為某個行儀的苦受暫得間斷，而將新產生的苦受妄執為樂，不知道那也是苦，不過程度剛開始較輕而已。難陀！世間苦性，生就是苦生，滅就是苦滅；生是在一切妄想與行苦中生，滅也要從一切妄想與行苦當中去滅，所以我們要走還滅之路，不要選擇輪迴之路。」

《四百論》也說：「世間任何的安樂，其實都是有漏的樂受，如果用久了，就會生起苦受；而世間的有漏苦受，再增長也還是苦受，不會轉變為安樂。」

子二、思惟別苦

丑一、三惡趣苦

第二思惟別苦有六，三惡趣苦已如前說。

前面已經說完輪迴中的總苦，接下來要說「思惟別苦」，也就是講六道中個別道眾生的痛苦。共下士道已經講過三惡趣苦，現在談人道、阿修羅道及天道的苦。

丑二、人苦

人苦者，謂飢渴寒熱，不可意觸，追求勞苦，復有生老病死等七，如前當知。又如《資糧論》云，「惡趣苦無餘，人中亦現有，苦逼等地獄，貧如琰魔世。此中旁生苦，強力於羸弱，制罰及損害，相續如暴流。有因貧乏起，餘從不足生，追求難忍苦，一切謀略殺。」《四百論》云，「勝者為意苦，庸流從身生，二苦日日中，能壞此世間。」

人道的痛苦。人間的痛苦有因饑渴、寒熱等產生不悅意感受的痛苦，有為了謀生必須辛勞追求的痛苦，還有前面提到過的生、老、病、死等七種苦。又如《資糧論》中所說：「所有惡趣痛苦其實在入道中就有，而且一點也不少。當身心受痛苦逼迫時感覺如置身地獄；當貧窮匱乏時有如置身鬼道；受欺凌時感覺不如畜生，加上弱肉強食、壓迫、傷害等各種痛苦，有如瀑流水般從未間歇。這些苦有的來自於貧乏，有的來自於不知足，不停地追求不只須勞心勞力，有著種種謀略算計，還可能招來殺身之禍。」《四百論》中也說：「優者勞其心，庸者苦其身，心苦與身苦，這兩種苦無時無刻地在摧壞、宰制世間的眾生啊！」

丑三、非天苦

非天苦者。如《親友書》云，「諸非天中意苦重，由其性瞋天德故，此等由其趣性障，具慧不能見聖諦。」此由不忍，嫉天富樂，令意熱惱，由此因緣，與天鬥諍，受割裂等傷身眾

苦。此等雖具智慧，然由異熟障故，於彼身中不堪見諦。《念住經》說此為旁生，《瑜伽師地論》說為天趣。

非天的痛苦。非天，就是梵語音譯的阿修羅。非天的苦，如《親友書》中所說：「非天的苦，以心苦為主，因為他們生性好瞋、時常嫉妒天道。他們雖然有智慧，卻因為這些與生俱來的自性障礙，無法得到見道位。」阿修羅不忍天界的富樂，嫉妒熱惱，因而不時會跟天人發生爭鬥，備受多種肢體割截之苦。他們雖具有思辨的智慧，卻因本身異熟障(生來就不能聞法修持)的緣故，終其一生也無法現證空性，不能證得聖諦。

《念住經》說阿修羅是畜生道，《瑜伽師地論》則將其歸為天道。

丑四、天苦

思惟天苦分二，一、欲天三苦。二、上二界粗重苦。今初

寅一、欲天三苦

初死墮苦中有二，死殞苦者，如云，「諸天趣樂雖極大，然其死苦大於彼，如是思已諸智者，莫愛有盡天趣樂。」謂較昔受天欲生樂，將臨殞時，五死相現，所起痛苦，極重於彼。五死相者，即如彼云，「身色變為不可愛，不樂本座，華鬘萎，衣服垢染，身出汗，是於先時所不出。天趣報死五死相，起於住天界諸天，等同地上諸人中，傳報當死諸死相。」墮下處苦者，如云，「從天世間死殞已，設若全無少餘善，彼無自在往旁生，餓鬼地獄隨一處。」

天道的痛苦。天道的苦，分為欲界天之苦和上二界天之苦。

欲界天人有三種苦：死墮苦、悚慄苦、和斫裂殺害等苦。

死墮苦：又分為二，一是死殞苦，二是墮下處苦。

死殞苦。如《親友書》中說：「欲界天的天人，生時雖能享受極大富樂，死時卻會遭遇極大苦楚，且此苦還遠大於生時的樂受。所以智者不應貪愛有盡的天道之樂啊！」說明天人在天道享樂慣了，到臨死

前五衰相現起時，內心的煎熬痛苦尤其深切難忍，遠遠超過昔日所受快樂。何謂五衰相？《親友書》中解釋：「天人身上的光環逐漸退去、坐臥難安、身上佩戴的花開始凋萎、衣服開始沾染污垢、身體出汗變臭，這些都是之前未曾有的。天人出現五衰相後一定會死，而其他天人就會傳報此消息、紛紛走避；就像世間人病危時，消息迅速在鄉里傳開一般。」

2. 墮下處苦。如《親友書》中說：「由於在天道時，福報大多耗盡，假如生時又沒有時間修善，那麼死後一定會隨業力墮落到地獄、惡鬼、畜生三趣之一。」

P168LL1～P169LL2 悚慄苦者～以何為因。

悚慄苦者，謂由有成就廣大福聚及上妙五欲天子生時，諸薄福天子，見已惶怖，由此因緣受大憂苦。斫裂殺害苦者，謂天與非天鬥諍之時，受斷支節，破裂其身及殺害苦，若斷其頭，即便殞歿，傷身斷節，續還如故。驅擯者，謂諸具足強力諸天，纔一發憤，諸劣天子，便被驅擯出其自宮。

(一) 悚慄苦：當具有廣大福聚、得享勝妙欲樂的天子出生時，福薄的天子自然感到威脅倍至、驚惶不安，因此擔心將受欺凌而憂懼不已。

(二) 斫裂殺害等苦：包括受斫裂殺害苦、驅擯苦和散亂苦。

1. 斫裂殺害苦。是天人和阿修羅交戰時，身體四肢有被砍傷、斷裂、及被殺害的痛苦。天人的頭顱若被斬斷，便立即喪命；若身體其他部位受傷，還可以復原如初。

2. 驅擯苦。是指福薄力弱的天人，如果遇到強大勢力的天人發威發怒，很可能就會被驅逐出他們自己的宮殿，落得無家可歸。

又如《資糧論》云，「所有受欲天，彼亦無樂心，遭欲貪熾然，內火而燒煮。若諸心散亂，彼豈有安樂，非於無散心，剎那能自在。散逸擾亂性，終不能寂滅，等同有薪火，遍受大風吹。」又云，「如病愈未久，食所不宜食。」

3. 散亂苦。如《資糧論》中所說：「看似享受五欲妙樂的天人，其實從未真正享受快樂。因為以享受欲樂為緣，他們的心一直處在不滿足的狀態，貪欲之火猛烈燃燒，沒有片刻安寧。像這樣散亂煩惱的心，怎麼可能獲得安樂？其相續不寂靜，根本連剎那的自在都不可得。這種散亂擾動的體性，使得欲界天人終究無法成就寂滅。就像乾柴上的火焰，若碰到風勢助長，火焰只會燒得更旺。」又說：「猶如大病初癒未久，就吃了不宜的食物，致使舊病再起。」結果原本由於修善而生到天上，但因天上的大欲樂，增長了貪瞋癡，終究再次墮落。

寅二、上二界粗重苦

色及無色上界諸天，雖無此諸苦，然煩惱隨逐，有諸障礙，於死於住悉無自在，故彼亦由粗重為苦。

色界和無色界天的天人，雖然已經沒有欲界天的痛苦，但其煩惱種子未斷，只是暫時不起現行，最終還是會受業和煩惱的操控產生行苦。因為還沒有斷除煩惱的根本，所以仍將繼續輪迴，既逃不過死亡，又無自主的受生，所以也依舊因煩惱而苦。

又如《資糧論》云，「色無色諸天，超越於苦苦，以定樂為性，住劫不傾動。然非畢竟脫，從彼仍當墮，似已得超越，惡趣苦暴流。雖勵不久住，等同空飛鳥，如童力射箭，墮落為邊際。如久然諸燈，剎那剎那壞，諸行變壞苦，仍當極侵惱。」

又如《資糧論》中所說：「色界與無色界諸天，雖然已經超越了苦苦，以禪定喜樂為體性，可以多劫住在定境中不動搖；但這種有漏定還不是究竟的解脫，在定力盡時，煩惱即起，仍然難免要墮落。由於禪定的時間很長，讓上二界天人看似已經超脫輪迴，不再進入惡趣暴流。實際上，他們雖然努力修習禪定，但不管入定多久，長達多少劫，終不可能長久安住。就像鳥在空中飛，不管飛多久，一旦力盡終歸要降落；或如小童射箭，不管箭射多遠，終歸會落地。又如看似一直燃燒的油燈，實際是剎那剎那地壞滅，而最終趨於止熄。同樣的，看似住劫不動的上界天人，實際上分分秒秒被行苦所逼，仍活在極為憂惱的苦中，無力遮止生死遷流。」

如是思惟五趣六趣，總別諸苦，厭患生死意欲出離，便當觀察其因，念云如是生死以何為因。

如此思惟輪迴中五道六趣的總苦和別苦，深入瞭解苦諦的過患之後，對生死輪迴應該真正感到厭惡，想求解脫；這時就必須要觀察輪迴的原因，思惟到底為何會在生死當中不斷受生。下一章將闡述集諦的道理。

P170L2~P171L1 成辦生死～是耶非耶。

壬二、思惟集諦流轉次第

第二，由集諦門思惟流轉生死次第分三。一、煩惱發生之理，二、彼集業之理，三、死沒及結生之理。今初，

癸一、煩惱發生之理

成辦生死之因，雖俱須惑業，然以煩惱而為上首。若無煩惱，雖有宿業超諸量數，然如種子，若無潤澤及其土等，定不發芽。如是諸業缺俱有緣，亦定不能發苦芽故。又若有煩惱，縱無宿業，無間新集，取後有故。如是亦如《釋量論》云，「超度諸有愛，非餘業能引，滅盡俱有故。」又云，「若有愛，仍當出生故。」是故開示煩惱對治極為重要。此復賴於先知煩惱，故於煩惱，應當善巧。

形成生死輪迴的因，雖然必須具備煩惱和業兩個條件，但二者之中，又以煩惱為主要。假如沒有煩惱，雖然具有不可計數的宿業，但業不會感果，就像「種子」如果沒有水的潤澤以及土壤、陽光等助緣，絕對不會發芽。同樣的，諸業如果缺少俱有緣(煩惱)，也一定無法長出苦芽。又如果具有煩惱，縱然沒有宿業，也可以由煩惱立即造集新業，又會產生後有，業感果就出現了。就如《釋量論》所說：「如果能夠斷盡三有(欲有、色有、無色有)當中的愛取(煩惱)，那麼相續中所餘的宿業不會再引生後有，因為已滅盡了俱有緣。」又說：「如果相續中還有愛取(煩惱)，則仍會出生能引後有的業，輪迴也就相續了。」因此，宣說如何對治煩惱，極其重要。要想對治煩惱

就必須要先認識煩惱，所以對煩惱的行相、生起次第、成因和過患等，應該善巧、充分的了解。

此中分四，一. 正明煩惱，二. 如何生起之次第，三. 煩惱之因，四. 煩惱過患。 今初

子一、正明煩惱

煩惱總相者。如《集論》云，「若有法生，即便生起極不靜相。由彼生故令心相續，極不靜起，是煩惱相。」謂若何生，令心相續，極不寂靜。

煩惱的行相，分總、別兩種，先來認識煩惱的總相。如《集論》中所說：「一切法(萬事萬物)生起時，當下就現起不寂靜之相，而且它的產生，會令我們身心相續不斷地現起極不寂靜，這就是煩惱之相。」這是說明任何境界現起時，就會令我們身心相續相應的產生極不寂靜的現象。

各別相中有十煩惱。貪者，謂緣內外可意淨境，隨逐耽著，如油著布難以洗除。此亦耽戀自所緣境，與彼所緣難以分離。

煩惱的各個別相中，有十種煩惱。十種煩惱又可以分為：五種思惑(五鈍使)—貪、瞋、慢、無明(癡)、疑；和五種見惑(五利使)—壞聚見、邊執見、見取見、戒禁取見、邪見。以下一一解釋。

一、貪。貪，就是心緣著內在或外在的悅意境，隨起貪著，就像油沾在布上難以滌除一樣。如此耽著貪戀某個所緣境後，內心與所緣境難以分離的狀態。

瞋者，謂緣諸有情及苦，苦具，謂刀杖荊刺等，發恚惱心，發粗猛心，於彼諸境思作無義。

二、瞋。瞋，就是排斥所緣境；對所緣的有情、苦受、以及造成苦受的器具，比如：刀、杖、荊、刺等，生起恚惱心與粗猛心，想要對這些不悅意的所緣境做一些無理損害的事。

慢者，謂依止薩迦耶見，緣內外之高下好惡，令心高舉，高相隨轉。

三、慢。慢的所依是薩迦耶見，由於內心經常緣在自己與他人的高、下、好、惡差別，產生一種自心高舉，外露傲慢的行相；這就是我慢。

無明者，謂於四諦，業果，三寶自性，心不明了，染污無知。

四、無明。所謂無明，是指對四諦(苦、集、滅、道)、業果及三寶的真實行相，心裡不明了，導致煩惱不淨、愚痴無知，而造作了種種流轉生死的因。

疑者，謂緣諦等三法，念其有耶無耶，是耶非耶。

五、疑。疑，就是緣著四諦、業果和三寶自性等三法時，心裡會猶豫到底有或沒有、對或不對，無法確定。

P171L1~P171LL1 壞聚見者~一切過失。

壞聚見者，謂緣取蘊，計我我所，染慧為性，我我所見。其中壞是無常，聚是眾多，為欲顯此所見之事，唯是無常，非一之法，全無常一補特伽羅，故為立名曰壞聚見。

六、壞聚見。壞聚見，也就是薩迦耶見，就是把所緣的五取蘊當成是我和我所，並倒執其為「自性有」的我見與我所見，這叫做壞聚見；它的體相是一種染汙慧。壞聚見的「壞」字，是指無常；「聚」是指眾多因緣集聚的意思，說明非一。為了顯示所緣、所見到的其實只是無常、非一的現象，完全沒有常、一的補特伽羅，所以立名為「壞聚見」。

邊執見者，謂緣薩迦耶見我執之我，計為常恆，或見斷滅，無從此沒，結生當來，染慧為性。

七、邊執見。邊執見有二種：把薩迦耶見所執著的「我」，當作是恆常不變的，這是常見；或者認為「我」是斷滅的，認為從這一世死亡

後，沒有來世結生這回事，這是斷見。這兩種見都是以染汙慧為體性。總之，執著「我」是常、是斷，都是落在一邊，故稱為邊執見。

見取者，謂緣薩迦耶見，邊見，邪見，三中隨一，及彼所依見者之蘊，執為最勝，染慧為性。

八、見取見。就是把薩迦耶見、邊執見、邪見三者之中任何一種錯誤見解，以及此見所依的五蘊之體，執取為最優、最勝。同樣的，見取見也是以染汙慧為體性。

戒禁取者，謂緣壞戒，可捨之戒，及諸行狀軌則，身語定轉，所有邪禁及緣彼等所依之蘊，見為能淨罪惡，能解煩惱，能出生死，染慧為性。

九、戒禁取見。就是把錯誤、應捨的戒行，以及種種邪門的身語行為、姿勢服飾、修行儀軌等等，當作必須如是行持的規定，認為行持這些戒律、軌則，以及具有這種非理戒禁所依的五蘊體，可以清淨罪惡、解脫煩惱、出離生死。這種戒禁取見也是以染汙慧為體性。

邪見者，謂謗無前世後世及業果等，或計自在及勝性等為眾生因，染慧為性。此十煩惱，是如《集論》，《瑜伽師地》，《釋五蘊論》，所出而說。

十、邪見。邪見，可分為損減見和增益見二種，前者是執有為無的見解，就是像誹謗沒有前後世、業果等等；後者是執無為有的見解，認為大自在天及自性等是造物主、眾生的因。這種邪見一樣是以染汙慧為體性。

以上十種煩惱，是依據《集論》、《瑜伽師地論》、《釋五蘊論》來做解釋。

子二、如何生起之次第

第二如何生起次第者。如許薩迦耶見與無明異者，譬如盤繩，略降黑闇，於繩實體不能明了，於彼遂起執蛇之覺。如是障蔽明見蘊體，由無明闇誤蘊為我，從此發生諸餘煩惱。

第二，煩惱是如何產生的呢？首先說明煩惱生起的根本，這又有承許「薩迦耶見」和「無明」不同及相同的兩個觀點。

承許薩迦耶見和無明二者相異的一派，認為煩惱生起的次第，是先有無明，才會產生薩迦耶見。比如在暗處見到盤繩，誤認為蛇；是因黑暗看不清楚，於是對盤繩生起是蛇的錯覺。同樣的道理，凡夫由於被無明所覆，不了解五蘊的真實體性，才會生起薩迦耶見，把五蘊體妄執為有自性的我，由此產生其餘貪瞋等煩惱。這一派認為，「無明」是生死的根本。

如許彼二為一，即薩迦耶見為煩惱根本。此復由其薩迦耶見，執為我已，遂即分判自他差別。如是分已，貪著自黨，瞋恚他品，緣我高舉，執我常斷，於我見等及彼相屬所有惡行，執為第一。如是便於開示無我之大師，及師所說業果，四諦，三寶等法，邪見謂無，或復生疑，為有為無，是耶非耶，如《釋量》云，「有我知有他，執瞋自他分，與此等係屬，生一切過失。」

另一派承許，薩迦耶見和無明是一體的，認為薩迦耶見就是無明，所以，薩迦耶見即是煩惱的根本。由於薩迦耶見執著五蘊是實有的我，既然有我，就自然生起自他的分別心。由分別心就區分黨派，產生愛自瞋他、黨同伐異的想法和作為；因為有我，遂生我慢，執著常斷二見；也因為有我，對我見等惡見以及與之相關的種種惡行就會跟隨而來。又由於執我為殊勝與第一，因此對開示無我真理的佛陀，乃至於佛陀所說的業果、四諦、三寶等聖法，生起完全否定，或者懷疑是有、是無、是對、是錯的一切邪見。如《釋量論》中說：「執著有我之後，就有和「我」對立的「他」，於是貪執自黨，瞋恚他黨，以及和這些貪瞋等相關的所有過失，都因此而生起。」可見因執我而生的「薩迦耶見」，是一切煩惱與生死的根本。

P172L1~P172L1 第三能生~所說思惟。

子三、煩惱之因

第三能生煩惱之因分六。所依者，謂煩惱之隨眠。所緣者，謂順生煩惱境界現前。狎雜者，謂隨學惡友非善士夫。言教

者，謂聽聞邪法。串習者，謂增長煩惱昔串習力。作意者，謂妄增益愛非愛相，及於無常妄執常等非理作意。

第三，煩惱生起的原因，有六：(一)所依、(二)所緣、(三)猥雜、(四)言教、(五)串習、(六)作意。

(一) 所依：就是煩惱隨眠，即潛伏在識田中的煩惱種子，也就是等流，一旦遇到相應所緣，就會生起現行。

(二) 所緣：即是相應的境界。當隨順煩惱的境界現前，就能引發相應的煩惱。

(三) 猥雜：此處指隨學惡友、不善之人，能漸次令心惱亂，增長煩惱。

(四) 言教：就是聽聞邪法，而受其影響，往往引生煩惱。

(五) 串習：當煩惱現行時，如果不斷的隨著煩惱而轉，以此串習之力，能讓未來的煩惱增上而產生。

(六) 作意：在煩惱發生時，沒有如理作意對治，而以非理作意去增長可愛相或不可愛相，以及對無常妄執為常等顛倒，這些都是「非理作意」而產生的煩惱。

子四、煩惱過患

第四過患者。謂煩惱纔生，先能令心雜染，倒取所緣，堅固隨眠，同類煩惱，令不間斷。於自於他於俱損害，於現於後於俱生罪，領受苦憂感生等苦。遠離涅槃，退失善法，衰損受用，赴大眾中，怯懼無樂及無無畏，一切方所惡名流布，大師護法聖者呵責，臨終憂悔，死墮惡趣，不能獲得自己義利。

第四，煩惱的過患。

煩惱才一生起，心境立刻雜染不安，對所緣境相顛倒執取，不但使煩惱種子更形堅固，還輾轉引發同類的煩惱，令同類煩惱相續不斷。煩惱一生起，對自己、他人，以及自他雙方都會造成損害；而

且因煩惱所衍生的罪業將禍延今世、來生，讓今世與來生都需為罪業而領受身心憂苦以及引發來生等種種惡業果報。煩惱使我們遠離究竟涅槃、善法退失、一切受用減損；在大眾的場合中，內心膽怯、恐慌、沒有安樂，不能無所畏懼；所到之處皆惡名傳遍，受到佛陀、護法和聖者們呵責；到臨終時，憶起自己一生所造的惡業，內心無限悔恨，死後更會墮入惡趣中，再也不能獲得自己任何殊勝的義利了。

《莊嚴經論》云，「煩惱壞自壞他壞淨戒，退損失利護法大師呵，鬥諍惡名他世生難處，失得未得意獲大憂苦。」

《莊嚴經論》中說：「煩惱會毀壞自己、毀壞他人，也毀壞一切淨戒；煩惱還會導致功德退損、失去真實義利，並遭到諸天護法和大師們的呵責；煩惱造成與同行的鬥諍、一切處所惡名遠播，不但今生要受眾苦，來世還會投生到沒有佛法的無暇之處；過去已有的功德，會因煩惱而退失、毀壞，未有的功德則無法生起；總之，將永遠處在難以擺脫的大憂苦之中。」

《入行論》亦云，「瞋愛等怨敵，全無手足等，非勇智如何，彼令我如僕，安住我心中，歡樂反損我，於此忍不憤，忍非處應呵。一切天非天，設與我作敵，彼不能令入，無間大火中。此大力惑敵，若遇須彌峰，且不留灰塵，能剎那擲我。如我煩惱敵，長時無始終，餘敵皆不能，至如是久遠。若隨順承事，悉為作利樂，若親諸煩惱，返作苦損惱。」此說過患，皆當了知。

《入行論》中也說：「瞋恚、貪愛等怨敵，既無手足肢體，亦非英勇智慧，卻讓我死心塌地做它的奴僕，讓它安住在我的心中，我處處逢迎使它歡樂，它卻不斷傷害我。對這樣的大怨敵，我竟然百般地容忍而不憤怒，這種不該忍卻忍的錯誤，是極應受到呵責的啊！即使所有的天與非天，一起與我為敵，最多是讓我失去一世的生命，卻無法把我送入無間地獄的大火中。只有這個勢強力大的煩惱敵，卻能在剎那間將我擲入地獄的烈火中。即使須彌山王遇此烈火，也會被焚燒殆盡，連些許灰塵都不會留下啊！這個煩惱敵從無始以來就不曾放過我，其他怨敵都不能如此長久地損害我。如果能順從其他外敵、巴結承事他，說不定他們還會放我一馬，給我點好處；但

煩惱敵可不會如此，對它越親近、越好，它反而越會處處損惱我啊！」以上所說種種煩惱過患，應當要一一反覆地思惟、瞭解。

又如阿蘭若師云，「斷除煩惱，須知煩惱過患，體相，對治，生因。由知過患，觀為過失，計為怨敵，若不知過患，則不知為怨敵，故如《莊嚴經論》及《入行論》所說思惟。」

又如阿蘭若祖師所說：「若要斷除煩惱，必須先了解煩惱的過患、體相、對治方法，以及能生煩惱的因。由了知煩惱的過患，視其為過失，就能把煩惱當作怨敵。相反地，若不知煩惱之過患，就不會知道煩惱是真正的大怨敵。因此，應按照《莊嚴經論》及《入行論》所說的詳加思惟。」

P173L1~P173LL1 又云，「業熟不動故。」

又云，「知煩惱相者，亦須聽對法，下至當聽五蘊差別論，了知根本及隨煩惱。於心相續，若貪瞋等，隨一起時便能認識，此即是彼，他今生起，與煩惱鬥。」須如是知。

又說：「要想認識煩惱之體相，就必須透過聽聞經論的內涵，最起碼也要聽聞《五蘊差別論》，來認識根本煩惱及隨煩惱。如此心相續中貪、瞋等煩惱，只要隨一生起時，就能馬上認得它們。知道煩惱敵已經來了，就能立刻提起精神與它戰鬥。」必須這樣地去思惟了解。

癸二、彼集業之理

第二彼集業之理分二，一、 正明所集之業，二、 如何集業之理。

子一、正明所集之業

初中分二，一、 思業，二、 思已業。今初。

丑一、思業

如《集論》云，「云何為思，謂令心造作意業，於善不善及無記中，役策心為業。」謂令自相應心，於境轉動之心所意業。

煩惱所集的業，可以分為思業和思已業。

一、思業。(思業，即思心所；乃心本身造作的力量，是心的業，也稱為意業。)如《集論》中所說：「什麼是思？思是一種心的力量，能驅使心去造作種種意業，在善、不善、無記當中以役使心為業。」也就是說，驅使與思相應的心（心王），在攀緣的諸境中，隨境轉動，產生作用（心所），所造善、不善、及無記等意業。

丑二、思已業

第二者謂彼思發起身語之業，《俱舍論》云，「業謂思彼起，思即是意業，彼起身語業。」於身語業分為二種，有表，無表。婆沙師許唯是有色，世親論師破之，許為與身語表俱轉之思，故二種業俱說為思。

二、思已業。所謂思已業，即在思之後，進一步付諸於身、語所造之業。由於此身、語業是在思之後發起的，所以稱為思已業。《俱舍論》中說：「業，是『思』和『思所發起』；思是意業，彼思所起是指身業和語業。」

身語業又可分為有表與無表二種。各個部派對有表、無表有不同的見解，有人說這是色法，也有人說是心法。小乘有部的論師(婆沙師)認為，不管是有表、無表都屬於色法。(有表業是可以表示出來，外在可見的業，如身業以形色為體，語業以聲音為體；無表業以法所攝為體，是一種不可見的潛在力量。)而世親論師(大乘唯識)反駁這個觀點，認為不管身、語業有沒有表現出來，它真正能產生業，一定是與同時的心理狀態相應，因此，世親論師承許身、語業的體性都是思，不論有表、無表都是心法。

總業有三，謂善，不善，無記，此說初二。善業有二，謂有漏，無漏，此明有漏。其中復二，謂聖人相續中有，及異生相續中有，此說後者。

總的來說，業可以分為善業、不善業、無記業三種，此處是說前二種。因為善、不善業是能繼續造集生死流轉的業，而無記沒這個能力，所以此處不談它。善業，又分有漏、無漏，由於無漏業不會感得生死，所以這裡說的是有漏善業。有漏善業又可分為二種：一種是聖人相續中具有の有漏善業、一種是凡夫相續中具有の有漏善業。聖人還是會造有漏業，但是他感的生死是主動的，是為了救眾

生，他並沒有苦，跟凡夫不一樣，所以這裡也不提，這裡要說明的是凡夫的有漏業。

總之，集諦所攝的業有二種，即不善業與凡夫相續中的有漏善業。

其不善業者，謂非福業。福業者，謂欲界所攝善業。不動業者，謂色，無色地所攝有漏善業。如是亦如《俱舍論》云，「福欲界善業，不動從上起。」

不善業是指非福業。福業是指欲界人天所攝的善業。不動業是指欲界以上的色界和無色界所攝的有漏善業。如此也如《俱舍論》所說的：「福業是欲界所攝的善業，不動業是上二界所攝的善業。」

何故名為不動業耶，謂如欲界中，應於天身成熟之業，有於人畜餓鬼之身，而得成熟，果是可動。如是上界，應於此地成熟之業，除此地外不於餘處，故名不動。《俱舍論》云，「由於彼地中，業熟不動故。」

為何叫做不動業呢？比如在欲界當中造的業，本來下一生應該感得天身，但若有特別的因緣，可能最後會感得人身，乃至墮落畜生、餓鬼，這個果是可能變動的。然而，如果是造了感生色界、無色界的業，除了本地之外，不會在其他地方成熟果報，這個果是不會變動的，所以稱為不動業。《俱舍論》中說：「會感得在色界、無色界成熟的業，它成熟的時候，業果是不會變動的。」因此，動業是指感得欲界業的異熟可能更動；不動業是指感得上界業的異熟不動。

P174L1~P175L1 第二集業之理者～是集諦攝。」

子二、如何集業之理

第二集業之理者。總諸聖者，於諸善業發生增長。預流一來，亦有造集不善業者，然諸聖者，定不積集善趣惡趣引生死業。《中觀論》云，「生死本為行，故智者不造，故愚為造者，非智見性故。」

輪迴生死之業是怎麼集起來的呢？總的而言，聖者積集的是善業(造作且增長)。預流果與一來果聖者也會造集不善業，然而聖者必定不會積集招感善趣和惡趣的生死引業。《中觀論》說：「輪迴的根本是行(業)(十二有支之第二支：行)，現見空性的聖者不會再造生死業；而凡夫因缺乏聖者的智慧，見不到真實的狀態(真如本性)，所以會造生死業。」

世親論師亦云，「見諦無能引。」是故乃至自隨補特伽羅我執而轉，爾時容造能引之業。現證無我真實義已，雖於生死由業煩惱增上受生，然不新造能引之業。

世親論師也說：「見到了無我真實義的聖者就不可能再引生死。」因此，只要自己還隨著補特伽羅我執而轉，就會造下能引生死的業。一旦現證了無我真實義(證空性)之後，由於無始以來的習氣還在，受到先前所造業和煩惱增上力量的牽引，雖然仍會在生死當中受生，但已經肯定不會再造新的能引業了。

預流一來，亦能不忍斷除我執，譬諸強力制伏羸劣，《瑜伽師地論》作此說故。是故造集能引生死業者，謂住大乘加行道上品，世第一法以下，一切異生。

實際上，預流果與一來果的聖者也有力量能制服習氣而斷除我執，可以不流轉生死，就像大力士制伏體力弱小的人一樣。預流、一來見了道以後，在正觀空性的時候，他就安住在這上頭，這個力量很大的；可是平常出了定，在生活當中，無始以來的習氣還在，所以在這個狀態當中，他還是會流轉生死，但是他若認真提起來的話，是可以制伏那個習氣的。《瑜伽師地論》如是宣說。由此可知，會造集能引生死業的人，是住大乘加行道上品—世第一法以下的一切凡夫。(世第一法再上去就是見道位，見道就是證空性，見道以上就不會再造引業了。)

如是若由染汙無明薩迦耶見，他自在轉，三門作行殺等不善，集非福業。若行捨施守護戒等欲界善法，是集福業。若修靜慮無色地攝奢摩他等，是為積集諸不動業。

那麼，凡夫集些什麼業？如果隨著染汙無明薩迦耶見而轉，身口意所造作的是如殺生等的不善業，那麼積集的就是能感惡趣的「非福

業」；如果是行布施、持戒等欲界的善法，那是積集能感得欲界善趣的「福業」；如果修習色界四靜慮和無色界所攝的奢摩他等，則是積集能感得上二界的「不動業」。凡夫平常所造集的引生死之業不外乎這三種。

若爾於三有中一切盛事，見為過患，希求解脫欲樂，發起修眾善業，又於無我義如理觀察慧相應思諸善淨業，是否集諦生死因耶。

照上面這樣說，如果能對三有（欲有、色有、無色有；指生死輪迴）中的一切盛事，見為過患，而生起一心一意唯求解脫的心，以此求解脫心而造集種種善業；又或者是經由如理觀察無我義的智慧所相應的思而造集的種種善淨之業；請問這二種善業是不是也屬於能引生死之因的集諦所攝呢？

總資糧道，加行道者，雖集庸常能引之業，然由如斯意樂所起，及於無我觀慧相應諸善淨業，是後有愛能對治品，與生死本我執相，相違而轉，故非尋常真能引之集諦。然能隨順引後有集，故立為集攝。

回答：總體而言，大乘資糧道和加行道的修行者（尚未證空性的凡夫），一方面雖然仍會造集庸常的能引生死的業，但另一方面，他們透過相續中強烈的出離心和無我觀察慧，也會造集相應的善淨之業；由於出離心是能損害後有愛的正對治品，而無我觀察慧又正與輪迴的根本——我執的相狀相違，所以這二者並不是尋常真能引生死的集諦，然而有隨順集諦的作用，還是會引發後有，所以仍舊安立為集諦所攝。

如是亦如《攝抉擇分》云，「問：若世間諸法，厭患後有，能背後有，引出世道，彼等何故集諦所攝？答：雖彼自性，厭背後有，然能隨順後有身語意妙行，是故當知是集諦攝。」

也如《攝抉擇分》中所說：「問：資糧道、加行道中的世間諸法，既然是對治生死輪迴，與集諦有相違的作用，而且導向出世間道，為什麼還是集諦所攝呢？回答：雖然那些善法的自性是出於厭患後有，不會導向生死輪迴；但是身語意三門之妙行善業還是屬於有漏業，還是會引生後有，可以說是隨順集諦，因此仍舊歸集諦所攝。」

此說善思生死過患，厭離生死意樂所起，引出世道諸善淨法，為隨順集。故當勵力，引此意樂及無我慧。

這是說，當我們如理思惟生死過患之後，應對生死當中一切的盛事生起厭離心，然後以此厭離心引發我們修習，漸漸地走向出世間道的種種善淨法。這些善淨之法，雖然是隨順集諦，也確實仍在輪迴生死當中，但也是能使我們漸次透脫出來的因。所以勵力引發出離心和證得無我慧，才是我們真正要努力的。

由是因緣，若未由多異門，觀察修習生死過患，於生死盛事破除貪愛，獲得對治。又未如理以正觀慧觀無我義，又離修習二菩提心。餘諸善行，唯除少數依福田力，悉是庸常集攝，轉生死輪。

由此可知，如果沒有從不同的角度來觀察、修習生死的過患，對輪迴中的種種盛事破除貪愛，獲得對治；又沒有以真實觀察的智慧來如理觀察無我義；而且又遠離修習「世俗菩提心」和「勝義菩提心」；那麼其他的任何善行，除了少數能依賴殊勝福田的力量之外，全部為庸常集諦所攝，都不能成為解脫的因，其結果只能在生死輪迴中。

又增長業分為二類，一為樂受義故增長，二為捨受義故增長。初中復二，一為受用色聲等欲塵，所生諸樂。二於外樂，厭捨貪著，為定生樂受，而增長業。

增長業因欲求不同，可以分為二種：一種是為「樂受」而積集的業；另一種是為「捨受」而積集的業。「為樂受而積集的業」又分為兩種：一種是為了追求受用外在色、聲等欲塵所生的各種欲樂而造集的業；另一種是厭捨外樂、為求禪定所生樂受而造集的業。

初復有二，一正緣未死以前現法樂故，造非福業。二正緣來世諸欲樂故，增長福業。正緣定生樂受者，謂集能生第三靜慮，下至初禪諸不動業。若於諸欲捨離貪著，復由樂受令意厭患，為捨受故而作者，謂集能生第四靜慮，乃至有頂諸

不動業。此是世親論師意趣。由此正理，若普厭棄一切諸有，為解脫故三門行善，則能漸遠生死，漸近涅槃。

前者「為受用欲塵樂受而積集的業」，又分為兩種：一種是為了現世安樂而造的業，多屬「非福業」；另一種是為了後世安樂而造的業，多屬「福業」。

後者「為求禪定所生樂受而積集的業」，就是積集能生色界初禪天、二禪天、三禪天的「不動業」。再進一步，如果對欲界的妙樂已經捨離貪著，又對色界初禪、二禪、三禪所產生的禪定樂，也心生厭患，不再有任何貪著之心，而唯一為求「捨受樂」而造作諸業，如此則是積集能生色界四禪天、乃至無色界有頂天的「不動業」。這是世親論師所說的。

由上述的道理可知，如果能普遍厭捨一切諸有，為了解脫生死輪迴而三門行善，則能漸漸遠離生死，趨近涅槃。

癸三、死歿與結生之理

第三死歿及結生之理分五：一、死緣，二、死心，三、從何攝煖，四、死後成辦中有之理，五、次於生有受生道理。今初

子一、死緣

壽盡死者，謂如宿業所引壽量，一切罄盡而死，是為時死。
福盡死者，謂如無資具死。

第一、死緣。依《瑜伽師地論》所說，死的因緣可以分為三種，就是壽盡而死、福盡而死、未捨不平等而死。

(一) 壽盡而死，即以宿世業力所引的壽量，全部用盡而死亡，這也稱為時死，即時至而死。

(二) 福盡而死，是指有些人雖然還有剩餘的壽命，但今生的福報已經消盡，因而導致死亡；例如缺乏獲得衣食、藥物等資生之具的福報而死。

未捨不平等死者，謂如經說，壽未窮盡，有九死因緣，謂食無度量，食所不宜，不消復食，生而不吐，熟而持之，不近醫藥，不知於己若損若益，非時非量，行非梵行。

(三) 未捨不平等死，它既非壽盡死，也非福盡死，而是一種犯險而死。依照經論中所說，有九種因緣致使壽量未盡而死。這九種死緣是：(1) 飲食無度。指飲食過多或過少，不能適量。(2) 吃到不適宜的飲食。(3) 飲食尚未消化卻還繼續進食。(4) 引起身體不適的食物尚未消化，卻又吐不出來。(5) 消化後的食物殘渣仍然留在體內，無法順利排出。(6) 有病卻不接受醫藥治療。(7) 在飲食、起居等方面，不知道哪些對自己有害？哪些有利？即生活中不懂得取捨。(8) 在非時行淫事。(9) 行淫過量。

子二、死心

第二，死心分三。善心死者，謂由自憶，或他令憶，乃至粗想現行以來，信等善法現行於心。

第二、死心。即臨死時的心念，可以分為二種，粗分的死心（粗想）和細分的死心（細想）。粗分的死心當中，又分：善心死、不善心死、無記心死三種。

(一) 善心死。所謂善心死，就是臨終時，自己憶念先前所修習的善法，或者經由他人的幫助使自己憶念，以這種因緣，在粗想現行階段，緣念平日所修皈依、信心、持戒等善行，很快樂、很安寧，這叫善心死。

又行善不善補特伽羅將命終時，或自憶念，或他令憶，昔於何法多所串習彼便力強，由此令心於彼流注，餘皆忘失。若於二事平等串習，先憶何法便不退捨，不起餘心。

另外，行善或不善的有情在臨終時，不論自己憶念先前所串習的善或不善，或者由他人的因緣令自己憶念；須視生前對哪一種法串習得多，這時憶念那一種法的力道就比較強。臨終時，就比較容易讓心專注在生前串習力強的法上，忘記其他事情。如果對善法、惡法

的串習力差不多的話，就看先想起哪一法，心緣著這個法不退捨，就不再生起其他心念。

又作善者如從闇處趣向光明，臨命終時，猶如夢中，見有種種可意之色，非不可愛，安祥而逝。臨死其身無重苦受。造妙業者，解肢節苦，亦極輕微。

最後，平生行善的人，就好像從黑暗處走向光明一樣。臨終時恍如置身夢境，會看見種種歡喜悅意的景象，而不會出現不可愛的亂相，如此安祥地離世。死的時候，身體也沒有遭受重大的苦受。經常行善妙業的人，當神識脫離肉體時的解肢節苦，也極其輕微。

不善心死者，謂由自憶或他令憶，乃至粗想現行以來，追念貪等現行不善，臨死其身受重苦受。

(二) 不善心死。在臨終時，無論由自己想起，或者因他人之故而使自己想起生前串習的惡法，一直到死心在粗想位現行時，心中仍追念著貪等不善，會使身心處於嚴重的痛苦中而死。

造不善業當死之時，現受先造不善業果，所有前相，謂如夢中多怪色相，於彼顯現，如從光明趣向闇處。諸造上品不善業者，由見彼等不可愛相，身毛豎手足紛亂，遂失便穢，捫摸虛空，翻睛咀沫，此等相現。若造中品不善，彼諸相中有現不現，設有不俱。作惡業者，解肢節苦，最極尤重。又解肢節，除天，那落迦，所餘生處，一切皆有。

生前造惡多端的人在臨終時，會感受到惡業果報現前的種種幻相，就像夢中出現一些怪異的景象而產生畏懼，如從光明走入黑暗。犯了極大惡行的人，會由業力看到各種猛厲恐怖的幻境，因痛苦驚嚇到出現汗毛豎立、手腳亂舞、大小便失禁、手抓虛空、雙眼翻白、口吐白沫等惡相。如果是造作中等惡業，上述所說的惡相，有些會出現，有些不會出現，也有些部分出現。解肢節苦，是臨終四大分解時所生的苦，除了天道和地獄的有情之外，其他人、鬼、旁生等眾生都要承受解肢節苦；其中以造惡者，解肢節苦最為慘重。

又一切人臨命終時，乃至未到昏昧想位，長夜所習我愛現行，復由我愛增上力故，謂我當無，便愛自身，此即能成中

有之因。此中預流及一來者，雖其我愛亦復現行，然慧觀察制而不著，譬如強力制伏羸劣，諸不還者我愛不行。

所有凡夫臨終時，在現起善、惡念的粗想位已過，還沒有進入細想位時，長夜以來所串習的「我愛」會猛然現起；而且由於「我愛」的力量，心中會生起「我將消失」的恐懼感，這時會不由自主地貪愛、執取自身，而這一念的「愛取」，便成辦了中陰身。（這正符合十二緣起中所說，生命流轉最主要的原因，就在「愛」、「取」而「有」的）。至於已證得初果（預流）和二果（一來）的聖者，雖然還有「我愛」，但因為已經見道，能以「無我」的空性智慧，制伏「我愛」習氣而不耽著，就像力大者制伏弱小者一樣。對已證得三果（不還）的聖者來說，「我愛」已經不會現行。這就是為什麼稱三果羅漢為「不還」，就是不再來欲界受生的意思。

P177L3~P178L2 無記心死者~容有轉改。

無記心死者，謂行善不善者或未行者，自未能念此二種事，無他令憶。此臨終時俱離苦樂。善心死者，是於有粗想時，若細想行時，善心即捨，住無記心。彼於爾時，於曾習善亦不能憶，他亦不能令其憶念，不善亦爾。故細想行時，一切死心，皆是無記。《俱舍釋》說，「善不善心行相明了，不能隨順當斷死心。」

（三）無記心死。就是不管一個人生前是行善還是不善，或者都沒有做，在臨終時，自己沒有想到善事惡事，也沒有他人的助念或干擾，心念處於一種既非善、也非惡的無記狀態，所以也沒有特別的苦或樂的感受。

所謂善心死，僅僅是指在粗想位時；如果已經進入細想位，善心也會消失，而安住在無記心中。一旦進入了無記心，即使生前曾經串習過的善法也不能再憶起，別人也不能使他再憶起。以不善心死的狀況，也是如此。因此，在細想現行時，一切死心統統會轉為無記的狀態。《俱舍論釋》中也說：「善心和不善心的行相都很明顯，而最後死心的狀態卻極其細微，二者行相並不相同；因此當進入最後死心（斷氣）時，善和不善的心相都不再現起了，這時候死心是無記的。」

(由於死心包括粗想位時的善、不善、無記三種狀況；以及細想位時的無記心。因此決定到下一生，關鍵就在粗想的時候，因為一進入到細想的階段，就純屬無記，已無轉業作用了，一定會到該去的地方。)

子三、從何攝煖

第三，從何攝煖者。造不善者，識於所依從上分捨，上分先冷乃至心處。造善業者，自下分捨，下分先冷，二者俱從心處識捨。識最初託精血之中，即為肉心，最後捨處即最初託。如是先從上身攝煖至心，或從下分收煖至心。次雖未說，從下或上，亦攝至心，然當類知。

第三，從何處攝煖？這是說死的時候，身心將分離，體溫逐漸喪失，煖會慢慢收攝，到最後「識」會離身而出。那麼，從哪裡離開身體呢？

造惡業的人，後世會到惡趣，神識是從上半身先捨，體溫也從頭頂先冷，從上往下漸漸降至心的部位。造善業的人正好相反，神識是從下半身先捨，體溫從腳底開始冷，從下往上最後冷到心間。所以，不論是從上收煖或從下收煖，這二種情況最後都是收攝到心，「識」就從心的部位捨離身體。這個識，在最初入胎的時候，是結合父母的精血依托在心的部位，形成肉團心；臨終時，識與身體分離，最後識捨身之處，也就是最初識托生之處。

前面有提到，造惡業者是從上半身開始往下收煖，造善業者是從下半身開始往上收煖，二者都是收攝到心間的位置；經論中雖然並沒有明說，之後身體的另一部分攝煖的情形，但是這應該可以推知，即：造惡業者最後從腳底逐漸收煖至心；造善業者最後從頭部逐漸收煖至心，而煖和識最後就從心離開。

子四、死後成辦中有之理

第四，死後成辦中有之理者。如前所說識從何捨，即於彼處，無間而成，死與中有，如秤低昂。依二種因，謂我愛已生故，無始樂著戲論已熏習故。善不善業已熏習故。

第四，人死後如何形成中有（中陰身）？換句話說，從這一生到下一生去，是怎麼相續下去的？

如前所說，神識從心間離開身體的那一剎那，就立刻在該處形成中有，這中間的時間是沒有間隙的。死和中有就像秤的兩頭，一邊向下，另一邊同時就向上。

中有形成的因緣有二，一是「惑」，或稱為無明。由於對五蘊身，誤認為是一個「我」，而產生「我愛」的貪執。無始以來，不斷熏習「我執」戲論的貪著。二是因為惑的關係，而造了種種的「業」。然後隨著善業或惡業的熏習，而投生到善趣或惡趣。這就是使我們生死一直相續不斷最主要的兩個原因。

又此中有，眼等諸根悉皆完具，當生何趣即彼身形，乃至未受生有以來，眼無障礙，猶如天眼。身無障礙，如具神通。

另外，中有的蘊體六根完備，將要受生到哪一趣，就會顯現哪一趣的身形。在下一生還沒有結生之前，中有具有業神通力，眼睛像天眼一樣，沒有一點障礙，身體也所向無礙，什麼地方都去得了。（但中有的神通跟佛菩薩的神通不一樣，他這個神通是隨業力而現的。）

《俱舍》亦云，「為當本有形，此謂死以前，生剎那以後，同類淨眼見，具業神通力，根全無障礙，不轉為尋香。」此說中有是同類見，及修所得離過天眼能見。成辦何趣中有，次定不可轉趣餘生，《集論》中說容有轉改。

《俱舍論》中也說：「中有所顯現的身形，是下一生本有的模樣。所謂本有是指受生第一剎那之後，一直到死亡之前的生命階段。中有身只有同類中有和已修得清淨天眼通者可以看見，具業神通力，五根似乎完全不受障礙。一旦形成了某趣的中有身之後，就不可能再轉變到其他道。」這是說只有即將投生到同一趣的中有，可以看到彼此；另外就是已經證得離垢天眼通的一些行者，才能夠看到中陰。中陰身在哪一趣形成，就一定投生在那一趣，無法再轉成其他趣的中有。但是《集論》有另外一種說法，認為中陰身在沒有投生之前，仍有可能轉變的。

本有者，《俱舍論》中總說四有，死已未生是為中有，當正受生初一剎那是為生有，從此第二剎那乃至死有最後剎那以前，是為本有，臨終最後剎那是為死有，此望將來受生之死有，是其本有。有誤解此說為前生身形，又有見說是後形故，說三日半為前生形，次三日半為後生形。此說全無清淨依據，唯增益執，《瑜伽論》說識不住故，於前世身不起欲樂。故有說云，見前世身而生憂苦，亦屬增益。

關於「本有」的解釋，在《俱舍論》中總說了「四有」—中有、生有、本有、死有。

一、中有：死亡之後，乃至尚未受生之間，是有中。

二、生有：在受生的第一剎那，就是生有。

三、本有：從受生後的第二剎那起，一直到死有最後剎那之前，都屬於本有。

四、死有：在臨終的最後剎那，叫死有。

有關中有的身相，是依其下一世將投生到哪一趣，就是哪一趣的模樣。但也有人對《俱舍論》一頌中提到的「本有形」，誤解為中有是依照其前世本有的身形出現。又有人採折衷的說法，認為中有的七天壽命中，前三天半是前生的身形，後三天半是來生的身形，這種說法完全沒有根據，只是論者自己的增益執著。《瑜伽師地論》中說「識不住」，就是指神識已經離開身體，一旦進入中有身以後，不會再對前世的身體產生愛欲。由此可知，所謂「在中有看到前世的身體會生起憂惱」的說法，也是毫無根據的增益執。

造不善者所得中有，如黑羶光或陰闇夜。作善中有，如白衣光或晴明夜，見已同類中有，及見自等所當生處。

中有的特徵：

所見景象：造惡者的中有，所看到的大多是黑暗，一如黑毛氈，或是暗夜的景象；造善者的中有，所看到的是光明景象，像是白光，或是晴朗的明月之夜。

能見之境：同類的中陰身，彼此可以看到對方，也能夠見到自己即將投生的處所。

《入胎經》云，「地獄中有如燒杌木，旁生中有其色如煙，餓鬼中有色相如水，人天中有形如金色，色界中有其色鮮白。」此是顯色差別。

顏色差別：《入胎經》中說：「地獄道的中有，色如焦木；畜生道的中有，其色如煙；餓鬼道的中有，其色如水；人道及欲界天的中有，色如黃金；色界天的中有，其色鮮白。」以上是說六道諸趣中陰身色相的差別。

從無色沒生下二界則有中有，若從下二生無色者則無中有。於何處沒，即於其處成無色蘊，堪為根據諸教典中除此而外，未說餘無中有之例，故說上下無間，皆無中有。亦不應理。

有無中陰身的差別：由於無色界的眾生本來就沒有色蘊，所以也就沒有中陰身。因此，從無色界死後，投生到欲界或色界，會有中陰身產生；若從下二界投生到無色界，就沒有中陰身，而是在其命終之處，直接形成無色蘊，直接受生在無色界。在堪為根據的諸教典當中，除了受生無色界之外，並沒有提到其他沒有中陰身的例子，因此，所謂「上下無間，都沒有中有」的說法，是不合理的。

經中又說天之中有頭便向上，人之中有橫行而去，諸作惡業所有中有，目向下視倒擲而行，意似通說三惡趣者。《俱舍論》說，人鬼畜三，各如自行。

行走方式：經中又說，轉生天道的中有，頭朝上，往上而行；轉生人道的中有，往前直行；所有造惡業者的中有，雙眼下視、倒立而行；這裡說的造惡業者，似乎是通說一切三惡趣的中有。《俱舍論》

有另外一種說法，說人、鬼、畜生的中有，各自行走的樣子還是如人、鬼、畜生。

壽量者，若未得生緣，極七日止。若得生緣，則無決定。若仍未得則易其身，乃至七七以內而住，於此期內定得生緣，故於此後更無安住。堪依教典，悉未說有較彼更久，故說過此更能久住，不應道理。

中有壽量：中有蘊體的壽命，最長只有七天。如果中陰身在七天之內，能夠得到投生的因緣，就可以馬上投生。如果七天之內，沒有遇到受生的因緣，中陰身就要更換一個新的蘊體，共有七次更換蘊體的機會。所以，最多這個中陰身能安住七七四十九天。一般來說，中陰身停留的時間，不會超過七個七天的，在四十九天內肯定會得到生緣，所以七七之後不再安住中有之中。依據教典，完全沒有提過中陰身有比四十九天更久的例子。所以，有人說中陰身能住更久的說法，是不合理的。

P179L2~P179LL1 如天中有~宮殿等處。

如天中有七日死已，或仍生為彼天中有，或轉成辦人等中有，謂由餘業轉變勢用，能轉中有諸種子故，餘亦如是。

另外，在命終後，中陰身是可能轉變為其他中陰的。例如，即將投生於天道的中陰，經過七天還沒有受生，有可能仍然生為天道的中陰，也有可能轉生為人道等的中陰，這是因為還有其他餘業的勢力，改變中陰種子的緣故；其他道的情況也可以依此類推。

(譬如，人的中陰身，能夠以其善業力，而轉變為天的中陰身；同樣的，天道的中陰身也能夠以他的惡業力，轉變為地獄道的中陰身；其他類推。)

子五、次於生有受生道理

第五次於生有結生之理者。若是胎生，則彼中有於當生處，見有自己同類有情，為欲看彼及戲笑等，遂願往趣當生之處。

第五、在中陰之後如何再次結生的道理。

結生有胎、卵、濕、化四種型態。如果是胎生，中有會在將要投生之處看到自己同類有情，因業力的緣故看見了會很歡喜，想要靠過去一起嬉戲等，以這樣的欲心，就往那地方投生了。

次於父母精血，起顛倒見。爾時父母未行邪行，猶如幻變，見行邪行，便起貪愛。此復若當為女，欲令母離，貪與父會，若當生男，便欲父離，貪與母會。《瑜伽師地》是說非實見其父母，誤於精血見行邪行。

結生的時候，中有會對父母的精血生起顛倒見。當時父母並不一定有行房，但在中有卻會出現父母行房的幻相而產生貪愛。如果中有即將投生為女胎，就會希望母親離開，貪與父親會合；如果即將投生為男胎，會想讓父親離開，貪與母親會合。《瑜伽師地論》說，中有並不是真實看到父母親，而是誤將父精母血看成父母行房的景象。

生此欲已，如如漸近，如是如是漸漸不見男女餘分，唯見男女二根之相，於此發憤中有即沒，而生其中。

生起愛欲之後，中有會不由自主地慢慢靠近父母，漸漸甚麼都看不見，最終只看到男女二根，由此藉著強烈執取的力量進入父母精血中，中有隨即消失而結生其中。

此復父母貪愛俱極，最後決定各出一滴濃厚精血，二滴和合住母胎中，猶如熟乳凝結之時，與此同時中有俱滅。與滅同時，即由阿賴耶識力故，有餘微細諸根大種和合而生，及餘有根同分精血和合搏生。爾時識住，即名結生。諸有不許阿賴耶者，許為意識結生相續。

其次，父母在強烈的貪愛下，分別排出一滴濃厚的精血，於母胎當中混合一起，它的外形就像熟乳冷卻後在表面凝結的那一層薄膜；在精血和合的同時，中有就消失了。消失的同時，透由阿賴耶識(自己識心)的力量，進入父精母血的和合體，並把來世能生身體五根的種子，也一併帶入和合體裡面，這些微細諸根的種子與同分的精血一和合，四大就由這裡產生，生命從這個時候開始。這時識安住在

精血當中，就叫結生。在各個派部中，對結生相續真正起作用的識，有一派認為是阿賴耶識，不承許阿賴耶識的，認為是透由第六意識入胎結生。

若薄福者，當生下賤種，彼於死時及入胎時聞紛亂聲，及自妄見入諸蘆荻稠林等中。造善業者，當生尊貴族，聞有寂靜美妙音聲，及自妄見昇於高閣宮殿等處。

福報不足的中有，就會生到比較低劣的種性，在死亡及入胎時會聽到紛亂吵雜的聲音，或妄見自己處於蘆荻或密林裡面。造善業者會投生到尊貴的種族，入胎時所顯現的境界可意美好，周邊非常安寧、能聽到美妙的聲音，而且會妄見自己處在高廣閣樓或宮殿裡。

P179LL1～P180LL2 又住胎者～《本地分》說。

又住胎者，凡經七日，有三十八，胎中圓滿一切肢節。次經四日，當即降生。如《入胎經》云，「此經九月或過九月，是極圓滿，住八月者雖亦圓滿，非極圓滿。若經六月，或住七月，非為圓滿，或復缺肢。」此等廣說，如《入胎經》，應當了知。

中有滅了，變成生有，生有以後就住胎，過程以七日為一計算，一般住胎三十八週（266 天），在逐漸圓滿一切肢節之後，再過四天（即一般所說懷孕 270 天）就會降生。如《入胎經》說：「住胎九個月，或超過九個月一點，最為圓滿；住胎八個月降生，雖然也是圓滿，但不是最圓滿；住胎六個月或七個月是不夠的，胎兒尚未長好，如果早產，甚至可能出現肢體殘缺的情況。」以上詳細的解說可參閱《入胎經》來了知。

若於生處不欲趣赴，則必不往，若不往者定不應生。故作感那洛迦業及增長已，謂屠羊宰雞，或販豬等，諸非律儀中有，猶如夢中，於當生處見有羊等。由先所習憙樂馳趣。次由瞋恚生處之色，中有遂滅生有續起。如是於餘似那洛迦癩鬼等中，受生亦爾。

如果中有不願前去受生之處，就必定不會去。如果不去，就一定不會在該處受生。如果生前所造墮地獄的業已經成熟，比如屠夫先前

所造殺羊、宰雞、販豬等這一類違反律儀的事，在中有的階段，到受生時，猶如夢中一般，在將要受生的地方會看見生前熟悉的牛羊，以及正在屠殺生畜等之情景。由於過去的習性和業力使然，他會歡喜地、或是習慣性地想要過去，等到一過去卻發現是地獄，這時瞋恚心大起，此一瞬間，中有消滅，生有無間生起（投生在地獄中）。除地獄之外，在和地獄相似的餓鬼等生處中，結生的情形也是如此。

若生旁生，餓鬼，人間，欲天，色天，便於生處，見己同類，可意有情。次由於彼起欣欲故，便往其所，瞋當生處，中有遂滅，生有續起，此乃《瑜伽師地論》說。若非宰雞及販豬等，不律儀者，生那洛迦，理同後說。《俱舍論》云，「餘求香宅舍。」謂濕生欲香，化生求舍，而受生也。

如果是投生到畜生、餓鬼、人道，乃至欲界天、色界天等處（無色界沒有中有），中有會在受生處見到自己同類合意的有情，隨後興起想要在一起的欲望而前往，但在到達之後，因業力顯現的景象消失，心中頓生瞋念。最後因為瞋心而結束中有，進入來生。以上是依照《瑜伽師地論》而宣說的。如果不是造作宰雞、販豬等惡業，其他違背律儀而感生到地獄的轉生方式，與此相同。以上提到的是胎生的部分。

《俱舍論》中說：「餘求香宅舍。」餘是指除掉胎生、卵生的其他二種受生方式，其中將受生為濕生的中有，是因為貪求香氣而投生；將受生為化生的中有，是因貪著住處而受生。

復如釋說，若是當生熱那洛迦，希求煖熱，生寒地獄，希求清涼，中有遂往。諸卵生者，《俱舍論》說亦同胎生，死沒及結生之理，無特外者，皆如《本地分》說。

又如《俱舍論釋》中所說，如果即將受生熱地獄，中有會感覺寒冷，而希求暖熱之處，於是前往熱地獄。相反的，如果即將受生寒冰地獄，中有會感覺酷熱，而希求清涼之地，於是前往寒冰地獄。一念求暖、求涼，就結生了。《俱舍論》說，卵生的受生方式和胎生相同。

上述死歿和結生的道理，除了幾個特殊之處，幾乎都是按照《瑜伽師地論·本地分》而宣說的。

P181L2~P182L1 十二緣起～是果位識。

辛二、由於十二緣起思惟

第二由十二緣起門中思惟分四：一、支分差別，二、支分略攝，三、幾世圓滿，四、此等攝義。

壬一、支分差別

十二緣起支中，初無明者，如《俱舍》云，「無明如非親實等。」此亦如說怨敵虛誑，非唯遮無親友諦實，及異親實，是說親友實語相違所對治品。如是無明亦非僅遮能對之明及明所餘，是明相違所對治品。

十二緣起，就是十二有支，依次為無明、行、識、名色、六處、觸、受、愛、取、有、生、老死，十二支皆互為因果。認識十二因緣，就能明了有情生死不斷流轉的緣起；了知生死緣於無明，觀察到輪迴純然是苦、是無我之後，將更能引發求解脫之心。以下一一說明十二支。

第一支，是「無明」。

如《俱舍論》所說：「無明好比『非親友』、『非諦實』等等。」這是說，無明就是「怨敵」、「虛誑」；它不是只遮除「親友」、「諦實」，或是和「親友」、「諦實」不同者，而是指和「親友」、「諦實」完全相反的違逆品。同樣地，無明不是只遮除「明」，或者明以外的東西，也不是「沒有明」；而是與明相違的所對治品。因此，此處先定義了無明是明的違品。

此中能治明者，謂正明了補特伽羅無我之義，此相違者，謂補特伽羅我執薩迦耶見。此乃法稱論師所許。無著論師兄弟，則許倒執實義，蒙昧實義二中後者，總謂邪解，未解二心之中，為未解心，然此相違能治上首，則同許為覺無我慧。

此處所說，能對治「無明」的「明」，是指正確的了解「補特伽羅無我」（一切眾生本來「無我」）的真實義理；而和此相違的「無明」，就是指「補特伽羅我執」，也稱為「薩迦耶見」（壞聚見）。以上主張「無明」的體性即是「薩迦耶見」，這是法稱論師所承許的。

無著與世親論師兩兄弟的觀點不同，他們認為錯誤的認識有兩種：對真實義理的倒執邪解，與對真實義理的蒙昧無知，無明是指後者。所以他們認為無明不是薩迦耶見。

總之，無論是錯誤執著或不了解真實的義理，都是邪解。然而，不論是持那一種見解，上述二派都承許，對治「無明」唯一最重要的法門，就是通達無我的智慧。

又此愚蒙，《集論》中說略分二種，謂業果愚及真實義愚，初能招集墮惡趣行，後能招集往樂趣行。

在《集論》中，把無明愚蒙略分為二種：業果愚和真實義愚。業果愚，就是對造業感果的因果道理愚蒙無知（否定業果），因此在盲目中造作了種種墮惡趣的業。真實義愚，是不了解空性，不明了無我的真實義，因此雖然能造集往生善趣的善業，但終究不能趣向解脫。

行即是業，此有非福業能引惡趣及能引善趣業。後復有二，謂能引欲界善趣之福業及能引上界善趣之不動業。

第二支，是「行」。

行，就是業，以造作為義。業又分：能引生惡趣的非福業和引生到善趣的善業二種。後者，又有兩類：能引生欲界善趣（人、天）的福業和引生上二界善趣（色、無色界）的不動業。

識者，經說六識身，然此中主要，如許阿賴耶者，則為阿賴耶，如不許者，則為意識。此復若愚，從不善業起苦苦果，造作增長諸不善業，此業習氣所熏，現法之識者，是因位識。由依此識，未來世中於惡趣處結生之識者，是果位識。

第三支，是「識」。

雖然經中說到「六識身」(眼、耳、鼻、舌、身、意六識)，但此處的「識」，若依照承許第八阿賴耶識的大乘唯識宗而言，主要指的就是阿賴耶識；若以小乘和不承許阿賴耶識者來說，主要指第六意識。

(「識」可分二：因位識和果位識。因位識是造業當下的那個意識；果位識是感果時候的意識。)

進一步來說，如果對「造作惡業會得苦苦果報」這一業果法則愚蒙不知(業果愚)，而由此造作、增長了諸惡業；這個業在造作當下，會於造業者的心識當中投下一種潛在的影響力(業習氣)，將來是可以引發生死流轉的，這個就是因位識；而在因位識中無以計數的業種子，在將來發展成熟、遇到因緣策發之後，能於未來世在惡趣結生，這個結生的識，叫果位識。

P182L1~P183L1 如是由於~有三種愛。

如是由於無我真實義愚增上力故，未如實知善趣真苦，妄執為樂，即便造集福不動業，爾時之識是因位識。由依於此遂於欲界上界善趣結生之識，是果位識。

同樣地，造善業的眾生雖然會感得善趣，但由於不了解「無我」真實義(真實義愚)，不能了知善趣實為苦性，才會妄執為樂，所以即便造集了許多福業或不動業，這些由業習氣所薰的種子，含藏在第八識(或第六識)，此即為因位識；等到這個因位識成熟，轉而在欲界、或上二界善趣中結生的識，就是果位識。

名色中名者，謂受想行識非色四蘊。色者若生無色，唯有色種而無實色，除此餘位羯羅藍等色，如應當知。

第四支，是「名色」。

名色是指五蘊，其中「名」是指受、想、行、識四種非色法的蘊，也就是心和心所；「色」是指色蘊。以「色」來說，如果受生在無色界，就只有色種子而沒有實際的色蘊；除此之外在其餘的色界、欲界都是有色蘊的，例如胎生在第一階段的羯羅藍位(受精卵)就形成色蘊。

六處者，若是胎生，由其最初識入精血，為羯羅藍，與名俱增，成眼等四處，身與意處，於羯羅藍位而有。若是化生，結生之時，諸根頓起，無此漸次。卵生濕生唯除住胎，餘者悉同。是《本地分》所說。由是因緣，成就名色得身自體，成就六處成身差別，是為成就能受用者，五有色處者，於無色中無。

第五支，是「六處」。

六處，即是眼耳鼻舌身意六根。如果是胎生，最初在識進入精血，結生的一剎那，成為羯羅藍(受精卵)，之後由於業力的推動，諸根將隨著名(受想行識)而繼續地增長，逐漸形成眼、耳、鼻、舌四處；身、意二處早在羯羅藍位就有了。如果是化生，在結生的那一剎那就具有六根，而不會有漸次長成的過程。至於卵生和濕生，除了住胎以外，其他的過程都一樣。以上是《瑜伽師地論·本地分》上面講的。由於結生的因緣，當名色一形成，就完成了新蘊身的本體；而六處一形成，則是完成了蘊身的支分(差別)，使得這個身體成為能受用者。至於無色界並沒有色蘊的實體，所以只有意根，沒有其他五根。

觸者，謂由根、境、識三種和合，取諸可意、非可意、中庸三境，說「六處緣」者，亦表境識。

第六支，是「觸」。

觸，就是「六根」去接觸到「境界」而生起「六識」，因此，「根、境、識」三者和合就會生起觸。境界有三種：可意、不可意、或中庸三者。雖然說「由六處為緣而生觸」，但這只是一種省略的說法，其實也包含了六境和六識。

受者，謂觸取三境順生三受，謂苦樂捨。

第七支，是「受」。

所謂受，是指當「觸」取到了「可意、非可意、中庸」三種境之後，會產生苦、樂、捨三種受。也就是說，在境界現前時，以六根、六識取境為因緣，受便隨即產生；而且取可意境會生樂受，取不可意境會生苦受，取中庸境就生起不苦不樂的捨受，毫不紊亂。

愛者，謂於樂受起不離愛，於諸苦惱起乖離愛。說「由受緣生愛」者，是從無明和合觸緣，所生之受而能生愛，若無無明，雖有諸受愛終不生。由是因緣，觸是境界受用，受是生受用或異熟受用，若此二圓滿，即為受用圓滿。其中三界有三種愛。

第八支，是「愛」。

愛，是一種樂著、貪著。有了受之後，心緣於樂受會自然發起不離愛，亦即對於樂受想擁有、不想失去的一種貪著；反過來，心緣於苦惱時也自然發起乖離愛，亦即對苦受想要排斥、欲求脫離、避免。「由受緣生愛」是說，只有在與無明和合(相應)時，由觸緣所生的受才會產生愛；如果沒有無明和合進來，即使有種種受，也終究不生起愛。由於如此，「觸」是根境識和合之後，對境界的一種反應，因此是境界受用；「受」是由觸所引生的苦、樂、捨三種受，然後與三毒相應，即能感生未來生死流轉之果，所以是生受用或異熟受用。如果，圓滿了觸與受這二支，就是所謂的受用圓滿。

在欲界、色界、無色界，分別有欲愛、色愛、有愛。(有愛，是指在無色界還是能引發後有。)

P183L2~P184L1 取者，~二重因果。

取者，於四種境起四欲貪。謂欲著於色聲等欲塵，及除薩迦耶見諸餘惡見，惡見係屬惡戒、惡禁及薩迦耶見，是為欲取、見取、戒禁取、我語取。

第九支，是「取」。

當貪「愛」的力量不斷增強，進而發展成一心求取的欲望，就是「取」支；取的體性，即是對四種境起四種欲求貪著。(一)愛欲耽著在色聲等五欲外塵上，是為「欲取」。(二)愛欲耽著在除薩迦耶見之外的其餘惡見上(如邊見、邪見)，是「見取」。(三)愛欲耽著在和惡見相屬的惡戒、惡禁上，是「戒禁取」。(四)愛欲耽著在薩迦耶見上，則是「我語取」。

有者，謂昔行於識，熏業習氣，次由愛取之所潤發，引生後有有大勢力，是於因上，假立果名。

第十支，是「有」。

「有」，是說過去造業時在因位識所熏染的業習氣，或者說一種習慣，經過愛支、取支的數數潤發，產生引生後有的強大勢力。雖然眼前它還沒有感果，但為了顯示這個業因的力量將來一定會感生後有，所以在因位上假立一個果的名稱，稱作「有」。

生者，謂識於四生最初結生。

第十一支，是「生」。

「生」，是指識在胎、卵、濕、化四生中最初結生的第一剎那，也就是四有中的生有。以胎生為例，中陰身見到父母行房而生起愛、取之後，隨著「有」的勢力趣入精血結生的剎那，叫做「生」。

老死中老者，謂諸蘊成熟轉變餘相，死謂棄捨同分諸蘊。

第十二支，是「老死」。

有了生之後，就必定會有老死。老死中的「老」，是指受生之後，五取蘊剎那剎那地成熟，並轉為衰老的過程。「死」，是指生命走到盡頭，最終是同分諸蘊的分離、息滅與棄捨。因此，死是老的終點。

壬二、支分略攝

第二支分略攝者。如《集論》云，「云何支分略攝。謂能引支，所引支，能生支，所生支。能引支者謂無明行識，所引支者謂名色六處觸受，能生支者謂愛取有，所生支者謂生老死。」

十二支緣起，可從不同的角度來作歸類和說明。

以下即是將十二支略攝為四支而作解釋。

根據《集論》所說，「十二支可略攝為四支，即能引支、所引支、能生支、所生支；『引』是引發，『生』是生起。能引支，指無明、行、識三支（實際上此處的識只占半支；所以能引支是無明、行、因位

識，二支半)。所引支，指名色、六處、觸、受四支（實際上是含果位識半支、名色、六處、觸、受，共四支半）。能生支，指愛、取、有三支。所生支，指生、老死二支。」

若爾引生兩重因果，為顯有情一重受生因果耶抑顯兩重耶。若如初者，則已生起果位之識，乃至於受，後生愛等不應道理。若如第二，則後重因果中缺無明行及因位識，前因果中缺愛取有。

於是有人問：把十二支緣起，歸攝在「引」和「生」兩重因果中（指能引到所引為一重因果；能生到所生為另一重因果），是為了顯示有情一重受生因果？抑或顯示兩重受生因果呢？如果為了顯示一重受生因果，就是只有「能引」到「所引」，那麼把能引支的無明和行當成因，引生出果位的識、名色、六入、觸、受等所引支，到此就夠了；但後面又再次說生起愛、取、有、生、老死等支，可見一重受生因果的輪轉次第沒有道理。如果是為了顯示兩重受生因果，那麼在第二重的因果中，就缺了無明、行、和因位識；而第一重的因果中，又缺少愛、取、有；這又如何成立受生？

答，無過。謂能引因所引之法，即能生因之所生起，所引已生，即於此立生老死故。

回答：這樣的講法，沒有錯。因為以能引因（無明、行、因位識）所引的法，就是由能生因（愛、取、有）所生起的法。也就是說，果位識、名色、六入、觸、受等必須圓滿了愛、取、有，才得以生起，而且當所引的法生起的剎那，便立即對它安立了生、老死。

若爾何為說兩重因果耶。答，為顯引果苦諦，與生果苦諦相各異故。前者於所引位唯有種子，自體未成是未來苦，後者已生苦位現法即苦。又為說明果之受生有二種因：謂能引因及此所引生起之因，故說二重因果。

又問：既然如此，就應該把無明、行、因位識和愛、取、有放在一起，把果位識、名色、六入、觸、受和生、老死放在一起，何必要安立兩重因果呢？

回答：安立兩重因果，有兩個理由：（一）在果上安立所引和所生二支，是為了說明引果苦諦和生果苦諦在體相上的差別。所謂引果苦諦是在所引位，這時候還只有種子（種子位），苦的自體尚未成熟，是在未來會感得苦果（未來苦）。而生果苦諦則是已經在生苦的果位，苦的自體已經成熟，現在就是苦（現法苦）。（二）在因上分為能引和能生二支，是為了說明果的受生有兩種因，也就是能引種子的因，和能滋潤種子令生果報的因。總之，為了顯示果與因的二種差別，所以安立了「引」和「生」的二重因果。

P184L1~P185L1 如《本地分》～七者是苦。

如《本地分》云，「問，識等至受及生老死，若是雜相，何故說為二種相耶。答，為顯苦相異故，及顯引生二差別故。」

如同《本地分》所說：「假如『所引支』的果位識、名色、六入、觸、受和『所生支』的生、老死，這兩組都是苦相，也是互相含攝彼此的混雜之相，為何還要區分為兩種相呢？」

回答：從果上說，為了顯示引果苦諦和生果苦諦的行相有所差別；其次，從因上說，為了顯示引和生的兩種作用有所差別故。」

又云，「問，：諸支中幾苦諦攝現法為苦。答，二謂生及老死。問，幾苦諦攝當來為苦。答，識乃至受諸種子性。」是故能生之愛與發愛之受，二者非是一重緣起，發愛之受，乃是餘重緣起果位。

《本地分》中又說：「問：十二支中有幾支是屬於苦諦，並且現法是苦？」

回答：生與老死二支，是現法為苦的苦諦。

又問：有幾支是屬於將來為苦的苦諦？」

回答：從果位識到受這四支半的種子性，是將來為苦的苦諦。」

所以，能生後有的愛支與能引發愛的受支，這二支並非同一重緣起。由於愛支是一重緣起的因位，而引發愛的受支是另一重緣起的果位，因此二者不屬於同一重緣起。

四相當知能引所引。一何為所引，謂果位識乃至其受，共四支半。二以何而引，謂依無明之行。三如何而引，謂於因位識中薰業習氣之理。四所引之義，謂若遇愛等能生，堪能轉成如是諸果。

針對「能引支」和「所引支」的內涵，可以藉由四個角度(四相)，來加以了解。四個角度(四相)：即「何為所引」、「以何而引」、「如何而引」、「所引之義」。

何為所引？亦即有哪幾支是所引？

答：從果位識半支，加上名色、六處、觸、受四支，共四支半在所引位。(識分為因位識和果位識，各占半支，前者屬於能引支，後者屬於所引支。)

能引因是以何法而引出所引？

答：依著「無明」所生的「行」支(所造的業)而引。

如何而引？

答：引種子的方式，是由「行」支在因位識中透過薰業的習氣而引起作用。

所引的意義為何？

答：「能引支」在因位識中所薰的業習氣，具有感果的功能，如果遇上愛、取、有這三個「能生支」，就能轉成生、果位識、名色、六入、觸、受、老死等諸果。

亦即在臨終時，「愛」「取」支會依業種子習氣的重、近、串習、先的次序，去滋潤排最前面的業種子，使其成熟感果，產生相續的來生，出生相應的「所引」苦果(果位識、名色、六入、觸、受)，領受眾苦。

三相當知能生所生，一以何而生，謂以愛緣取。二何為所生，謂生老死。三如何而生，謂由行於識，所薰業習潤此堪

能令有大力之理。《緣起經釋》中，以生一支為所生支，老死則為彼等過患。

其次，亦可藉由三種相狀來認識「能生支」和「所生支」的內涵。

三種相狀是「以何而生」、「何為所生」、「如何而生」；也就是能生的原因？所生的內容？以及生的方式。

(一)「能生支」是以何法而生後有的呢？

答：以「愛」為緣而「取」，當愛支的力量發展成更強烈的貪執不捨，就轉為「取」支，成辦後有。「取」支是能生後有的關鍵。

(二)「能生支」所生的是什麼？

答：「生」和「老死」二支果。

如何從「能生」到「所生」，生的過程為何？

答：生的方式是由「行」在因位識中所薰的業習氣種子，受到「愛」、「取」的數數滋潤，在勢力增長到堪能引發後有時，便引生後「有」。

另外，若按《緣起經釋》的說法，「所生支」只有「生」這一支，「老死」則安立為「生」支所帶來的過患。

由是由愚業果無明起不善行，於識熏建惡業習氣，令其堪成三惡趣中果時之識乃至於受。次以愛取數數潤發，令彼業習漸有勢力，於當來世惡趣之中感生老死。

因此，由業果愚的無明而造作了惡業，當即在因位識中薰建惡業習氣，種下來生在惡趣結生果位識、名色、六入、觸、受等諸果的種子。苦因已種，此後以「愛」「取」數數潤發種子，使這一業習氣逐漸增長到具足勢力，則必定在來世的惡趣中感得生與老死。

又由愚無我真實義無明，起欲界攝戒等福行，及上界攝奢摩他等諸不動行，於識熏習妙業習氣，令其堪成欲界善趣及上界天果位之識乃至其受。次以愛取數數潤發，令其業習漸有勢力，於當來世諸善趣中，生起生等。

同樣地，由真實義愚的無明而造作有漏善業，積集了欲界所攝的持戒等福業，或上界所攝的奢摩他等不動業，當即在因位識中薰建妙業習氣，種下來生在欲界或上界善趣結生果位識、名色、六入、觸、受等諸果的種子。此後，以「愛」「取」數數滋潤善種子，使識中的妙業習氣逐漸增長到具足勢力，則必定在來世的欲界善趣或上二界中感得生與老死。

如是十二有支，復於煩惱業苦三道，悉皆攝盡。如龍猛菩薩云，「初八九煩惱，二及十為業，餘七者是苦。」

十二緣起的十二有支可以在煩惱(惑)、業、苦三道中盡攝無餘。如龍樹菩薩所說：「第一支無明、第八支愛、第九支取，這三支屬於煩惱(惑)。第二支行、第十支有，這二支是業。其他七支，包括識、名色、六入、觸、受、生、老死等，屬於苦。」

P185L1~P186L1 《稻稈經》說~善趣惡趣。

《稻稈經》說十二有支攝為四因，謂無明種者，於業田中下識種子，潤以愛水，遂於母胎生名色芽。

《稻稈經》中則說，十二緣起的十二有支可以歸攝為感果四因，即以農人、田地、種子和水，來比喻無明，行，因位識，和愛取；並將母胎中生名色比喻為芽。合起來：農人「無明」在「業田」中播下「因位識」種子，之後以「愛水」潤發，遂在母胎中出生「名色」之苗芽。

壬三、幾世圓滿

第三幾世圓滿者。能引所引支之中間，容有無量劫所間隔，或於二世即能生起無餘世隔。其能生支與所生支二無間隔。速者二生即能圓滿。

第三、幾世圓滿

問：十二因緣，從無明到老死這十二支的生死流轉，需要經歷幾世才能圓滿？

答：快則二生就能圓滿，慢則三生圓滿。

從能引支(無明、行、識)，和所引支(名色、六處、觸、受) 這重因果來看，兩者之間，長則可能間隔了無量劫，短則可能今世造的業，由今世的愛、取去滋潤，下一世馬上感果，中間沒有其他世間隔。又如果從能生支(愛、取、有)和所生支(生、老死)這重因果來看，則兩者之間沒有間隔；換句話說，只要具足了能生的愛、取、有三支，就必定生起果報。因此，快則兩世就能圓滿一輪緣起。

如於現法新造天中順生受業，即於現法滿二支半，謂無明行及因位識，臨終以前圓滿愛取及有三支，於當來世圓滿所引四支及半，並圓所生二支分故。

舉例來說，在今世新造了於天道領受果報的善業，也就是今世圓滿了無明、行、因位識(能引支)這二支半，又在今世中，以愛、取數數滋潤，到臨終前圓滿了愛、取、有(能生支)三支，亦即今世成辦了五支半，則第二世必定生在天道，圓滿所引支的四支半，及所生支的二支。因此，一輪緣起最快能在兩世中圓滿。

遲久亦定不過三生，謂其能生及二所生並三能引各須一生，諸所引支於所生支攝故。能引能生中間，縱為多世間隔，然是其餘緣起之世，非此緣起之世故。此未別算中有之壽。

又，一輪緣起的完成最多不會超過三世，也就是能生、所生、能引，各須一世來完成，而所引支已含在所生支中，不另作計算。在能引和能生中間，雖然可能會間隔許多世，可是這中間間隔的生死是因其他的緣起而生，並不屬於這一輪緣起。因此，同一輪緣起最遲是經歷三世就能圓滿。還有，此處並沒有特別計算中有的壽量。

如是已生諸果支時，然而全無實作業者，及受果者，補特伽羅之我。

事實上，十二支無論在因位、果位、或是從造因到感果的過程中，並沒有一個實有的造業者「我」、也沒有實有的受果者「我」，根本沒有「我」這個東西在，自始至終只是十二支由前前產生後後輾轉連環的緣起之法。

如前所說從唯法因支，起唯法果支，由不了知生死道理，於彼愚蒙妄執有我，求我安樂，故造三門善不善業仍復流轉。

十二緣起所講的生死流轉，基本上就是如是因感如是果的道理，它是輾轉不斷地從唯法的因支產生唯法的果支，它的運作就是在生死當中不斷地從前面的因支感得後面的果支而已，從頭到尾並沒有一個實有的「我」從此處轉到彼處。由於我們對生死輪迴的道理不了解，而愚昧地妄執其中有我，更因為有這個我，而尋求我的安樂；由此就隨著我執而轉，造集了身、口、意的善、不善業，這也就是繼續流轉生死的原因。

故從三惑起二支業及從彼業出生七苦，復從七苦而起煩惱，又從煩惱如前而轉，故三有輪流轉不息。龍猛菩薩云，「從三出生二，從二而生七，從七復生三，數轉三有輪。」

因此，從無明、愛、取這三支「惑」（煩惱），生起行、有這二支「業」，又由行、有這二支「業」，產生從識至老死的七支「苦」。在圓滿了一輪緣起之後，又從苦起煩惱，由煩惱造業，從業生苦。由此，周而復始，輾轉不斷地轉三有輪。龍樹菩薩說：「從三煩惱中出生二業，從二業中出生七苦，又從七苦中出生三煩惱，如此數數不間斷地輪轉於三有之中。」

若正思惟由如是理，漂流生死，即是最勝厭離方便。從無量劫造集能引善不善業，異熟未出，對治未壞，今以愛取而為滋養，由此增上，則當漂流善趣惡趣。

十二緣起說明整個生死流轉、循環無窮的相續關係，如果我們能如理思惟十二緣起的內涵，就是引發厭離心的最勝方便。無量劫以來，我們造集了無數能引生死的善、不善業，在因位識中所薰的業習氣也無量無邊。如果不趁著這些種子尚未出生異熟果，快快依法對治、加以摧壞，終有一天會因為愛、取的滋養，使種子發芽形成後有，那麼後世就必定不斷漂流在善、惡趣的輪迴中了。

P186L1~P187L1 諸阿羅漢～請為教誨。

諸阿羅漢昔異生時，雖造無數能引之業，然無煩惱解脫生死，若於是理獲決定解，則於煩惱執為怨敵，於滅煩惱能發精進。此中樸窮瓦大善知識，專於十二緣起有支淨修其心，思惟緣起流轉還滅，著道次第。

阿羅漢往昔還在凡夫位時，雖然也造了無數的能引業，但因他斷除了煩惱這一個能生因，所以能獲得解脫。如果我們對這一道理獲得定解，就會將煩惱執為怨敵，進一步能對滅煩惱發起精進。祖師樸窮瓦於修行時，專門以思惟十二緣起來修心，藉著思惟觀察因緣的流轉與還滅，而寫成了道次第。

（十二緣起的每一支本身都是後者之因，前者之果，有前前支就必有後後支，因此只要有第一支無明，其他後支都會有，這就叫作流轉次第；若要除果，就得斷因，要滅老死的根本，必須滅除生，要滅生的話，必須消滅有，……一支一支往前推，必須要有斬斷無明的還滅次第，應以此順逆十二緣起的角度思惟修習道次第。）

此復是說，思惟惡趣十二有支流轉還滅為下士類。次進思惟二善趣中十二有支流轉還滅為中士類。如是比度自心，推想曾經為母有情，亦皆由其十二支門漂流生死發生慈悲，為利彼故，願當成佛，學習佛道為大士類。

這也是說，從十二有支流轉惡趣的角度，當思惟要如何逆著從惡趣中還滅，此即是下士所應修的法類。進而從欲求脫離生死的角度，當思惟如何由十二有支流轉於人、天二種善趣，以及如何從二種善趣中還滅的道理，則是中士所應修的法類。更進一步，將自己想要解脫輪迴苦的心，推及到一切如母有情，他們也同樣因十二有支門而流轉在生死苦海，而引發出慈悲心；為拔濟如母有情出離苦海，當發願成就佛道，再依此願心修習大乘佛法、行菩提道，即是上士所修的法類。

壬四、此等攝義

第四此等攝義者。如前所說，由業惑集增上力故，生起苦蘊生死道理，及特由其十二有支轉三有輪。於斯道理善了知己，正修習者，能壞一切衰損根本極重愚闇，除遣妄執內外諸行從無因生，及邪因生一切邪見，增盛佛語寶藏珍財，如實了知生死體相，便能發起猛利厭離，於解脫道策發其意。是能醒覺諸先修者，能得聖位微妙習氣最勝方便。

第四、歸納十二緣起的義理。

如前所說，應思惟觀察由業和煩惱的力量產生苦蘊、流轉生死的道理，以及特別思惟由十二有支驅動輪轉三有無止的道理；如果對上述的道理，能夠很清楚、很正確地認識，並能安住在正見中認真修習，則能破除我們無始以來不解無我義的愚蒙無知，而此愚暗正是出生三有一切衰損的根源；只有如實地了知緣起道理，才能除遣我們向來妄執內外諸法是從無因生、或從邪因生等的一切錯誤見解。進而了知十二因緣是最珍貴的佛語寶藏，唯有真實掌握輪迴的體性，才能激發起最強烈的厭離心，對解脫之道產生最勇猛的好樂心與精進心。這正是祖師大德能夠成就聖果之微妙習氣的最勝方便。

如是亦如《妙臂請問經》云，「於愚癡者，以緣起道。」《稻稈經》說，「善見緣起，則能遮除緣前後際，及緣現在一切惡見。」龍猛菩薩云，「此緣起甚深，是佛語藏寶。」

如是也如同《妙臂請問經》中所說：「對生死流轉無知的眾生宣說十二緣起，才能根本對治愚癡。」《稻稈經》中也說：「善巧了達十二緣起，便能遮除緣於過去、未來、及現在的一切惡見。」龍樹菩薩說：「十二緣起是甚深法，是佛語寶藏中的瑰寶。」

《毘奈耶》教中說第一雙（即舍利弗與目犍連）所有現行，謂時時中遊觀五趣，遊觀之後還瞻部洲，為諸四眾宣說彼等所有眾苦。諸有共住近住弟子，不樂梵行，即便引彼付第一雙，請為教誨。

《毘奈耶經》中，說到當年世尊的二位上首弟子，智慧第一的舍利弗尊者，與神通第一的目犍連尊者，經常以神通遊觀五趣。遊觀之後便返回南瞻部洲，以其所見為四眾弟子宣說輪迴諸苦。出家僧眾與在家弟子中，若有不愛修行、懈怠拖延者，就會被帶到二位尊者面前，請其教誨。

P187L1~P188L1 二人受已~而善修習。

二人受已教誨彼等，得教授已，愛樂梵行便能證得殊勝上德。大師見此問阿難陀，啟白其事，佛曰，一切時處，不能

徧有如第一雙，應於門房畫生死輪，分為五分，周圍當畫十二緣起流轉還滅，其次乃興畫生死輪。

二位尊者接受之後，便為他們講述輪迴之苦。這些弟子獲得教授之後，認識了苦諦，就自然愛樂梵行，能修行而證得殊勝成就。世尊知道此事後，就問阿難尊者，阿難尊者如實向佛稟告，佛陀便指示：不可能一切時處都有如二位尊者這般的親自教導，因此應當在寺院門屋的外牆上畫生死輪轉圖，可分為五個部分，在生死輪的外圍應當畫十二緣起流轉還滅圖。此後才興起畫生死輪的傳統，這就是西藏有些寺院的外牆上至今仍可看到輪迴圖的由來。

又為仙道大王寄佛像時，於下繪寫十二緣起流轉還滅而為寄之。大王受已，至天曉時，結跏趺坐，端正其身，住對面念，善觀緣起二種道理而證聖果。

另外，經典上記載，佛世之時，印度南方有一位仙道大王送禮給北方大王。當時北方的影勝王給他回贈禮物，送了一幅佛像，在佛像下方畫有十二緣起流轉還滅圖。仙道大王得度的因緣已到，他收到佛像後，於像前端正身心，結跏趺坐，對著緣起圖思惟法義，善觀十二緣起如何流轉、如何還滅的二種道理，在天剛破曉時，就證得了聖果。

己二、彼生起之量

第二生此意樂之量者。如是由於苦集二諦及其十二緣起支門，詳細了知生死體相，欲捨生死，欲彼寂滅及欲證得。雖纔生此，亦是出離意樂，然唯爾許猶非止足，如《六十正理論釋》云，「處於無常熾然大火三地之中，如入火宅決欲超出。」又云，「如囚欲脫獄」等。如前所引，謂如誤入熾然火宅及墮牢獄，不樂彼處，能生幾許欲脫之心，即當發生如彼心量，次後更須令漸增長。

「於共中士道次修心」的第二部分，是「彼生起之量」

第二，生起中士意樂(希求解脫之心)的量。

發心之方便，從苦集二諦和十二緣起這兩個法門進入，按照義理觀察五取蘊，而詳細了解生死輪迴的體相，則自然生起想要脫離輪迴，息滅一切痛苦及證得寂滅果位的意樂。這樣的念頭雖然只有生起一點點，也算是出離意樂。然而僅有此量尚不足夠，應該達到像《六十正理論釋》中所說的量。釋中說：「處在無常猛火恆時燒燃的三有當中，要像不小心誤入火宅，拼命急著逃出那樣。」又說：「要像被關在牢獄中的死刑犯，剎那剎那，急求逃離。」相同地，對三界輪迴要產生這種出離心，即如前文所說，要能自然而然地生起急欲逃離火宅、牢獄那樣的心情，根本不願意多耽片刻；此時內心能生起多強的求解脫心，就是此處所要求的出離心之量。

進一步，即使生起了真實出離心，也不能得少為足，應該善為修習，使它繼續不斷地增長。

又此意樂如霞惹瓦說，若僅口面漂浮少許，如酸酒上所擲粉麵，則於集諦生死之因，見不可欲亦僅爾許。若如是者，則於滅除苦集之滅，求解脫心亦復同爾，故欲正修解脫道心，亦唯虛言。見他有情漂流生死，所受眾苦不忍之悲，亦無從起，亦不能生有大勢力策發心意無上真菩提心，故云大乘，亦唯隨言知名而已。故當取此中士法類，以為教授之中心而善修習。

又像霞惹瓦尊者說的：有些人只會在口頭上講講，就像撒在酸酒上的一點麵粉，全部浮在表面上毫無實際效用。由此，這些人對造成輪迴苦因的集諦，能生起多大厭捨，恐怕也不過爾爾。如果對造集苦的苦因，沒有發起誓欲滅除之心，那麼對能夠去除苦集的滅諦，會生起多大希求解脫之心，恐怕也沒有真實力量。由此，這些人即使表明要修習解脫正道，也只會是口頭上的空話罷了！再者，他們即使看到眾生在輪迴中受苦，恐怕也無以發起不忍的悲心；自然也不能生起為拔濟眾生於生死而誓欲成佛的真實菩提心。因此，說這個大乘好，也只是跟著大乘這個名詞講講而已，並沒有真實的內涵。

所以，身為大乘行者，當取此中士法類，作為教授之中心而善加修習。

己三、除遣於此邪執分別

第三除遣此中邪分別者。若作是云，若於生死修習厭患，令心出離，則如聲聞墮寂滅邊，於生死中不樂安住，故修厭患，於小乘中可名為妙，然諸菩薩不應修此。

「於共中士道次修心」的第三部分，是「除遣於此邪執分別」

第三，修習中士道法類時，須當破除一些錯誤的執著分別。

有一些人會說：如果對生死輪迴勤修厭患，而令心出離，那麼就會像聲聞、獨覺墮入不樂住世的寂滅邊。因此，「修習厭患」對小乘行者可說善妙，能出生死，趣向解脫；但是大乘菩薩不應該修此，因為菩薩理應安住在生死中利益眾生。

《不可思議秘密經》云，「諸菩薩者，為欲成熟攝受有情，於生死中見大勝利，非於涅槃見如是利。」又云，「若諸菩薩，於生死行境生怖畏者，墮非行境。」又云，「薄伽梵，聲聞怖畏生死行境，菩薩返應周遍攝受無量生死。」此是倒執經義成大錯謬。

《不可思議秘密經》說：「大乘菩薩為了要成熟有情、攝受有情，觀見唯在輪迴中才能成辦救度眾生的大利益事。如果證了涅槃，脫離生死，反而沒辦法幫助眾生，也就沒有所謂的殊勝利益了。」又說：「如果菩薩對生死輪迴產生怖畏心，這不是菩薩應有的行徑。」又說：「世尊！聲聞、獨覺行者可以怖畏生死境界，但菩薩不應如此，反而應該不辭勞苦，在輪迴中周遍地、無有遺漏地救度無量眾生。」雖然這些人引經據典，但實際上是顛倒執取了經典之義理，而產生極大錯謬。

經說不應厭離生死，此義非顯由於惑業增上力故，漂流三有生老病死，是等諸苦不應厭離。是顯菩薩為利眾生，乃至生死最後邊際，擐披誓甲學菩薩行，雖總眾生一切大苦，一一剎那降自身心，然不由此厭離怖畏，於廣行勤發精進，於生死中不應厭離。

經中所說「菩薩不應厭離生死」的意思，並非說對於由惑業力所制，而漂流三有、飽受生老病死等苦，不應厭離；而是顯示菩薩的悲願自在，為了利益眾生，寧可在生死苦海中，而不厭離。從發心開始，一直到成佛前最後邊際，菩薩披著精進鎧甲，努力圓滿一切菩薩行。

（最後邊際，是指菩薩修道分五道十地，從資糧道、加行道、見道、修道到無學道成佛，其中修道有十地，十地之後的等覺菩薩就是成佛前最後身菩薩，他一直為了利益眾生而精勤努力，為了這個誓願而不厭離生死輪迴。）這期間儘管所有眾生受的苦，一一剎那都加在自己身上，也終不以此苦而心生怖畏厭離，繼續對廣大的菩薩行勤發精進，要在生死輪迴中救度眾生，這才是菩薩不厭離生死的原因，也才是經論上真正的意趣。

如是月稱論師亦云，「眾生眾苦無餘盡至，盡生死邊，剎那剎那種種異相損害身心，然不因此而起恐怖。眾生眾苦一時頓至，盡生死際發大勇進，剎那剎那悉能生起，一切眾生一切種智無量無邊珍寶資糧，知此因已，應當更受百千諸有。」為證此故，引彼諸經。

如月稱菩薩也說：「從現在起一直到生死界的最後邊際，即使一切眾生的所有痛苦剎那剎那都降在自己身上，以種種不同的苦相來損害自己身心，菩薩也不會因此而感到畏懼。即使一切眾生的所有痛苦同一時間都落到自己身上，菩薩也甘願承受，乃至盡生死邊際之間，發起勇猛精進的大願，希望能代眾生受無量苦。菩薩能如是發心，故一一剎那都能生起為利益眾生成就一切種智，而獲得無量無邊的珍貴資糧。當了知菩薩由勇猛利他反而能速疾圓滿資糧，以及成辦眾生得大義利的道理後，再苦他都願意去做，安忍受生於百千三有中。」為了證明此義，宗大師引述了諸多經論來證成。

又於三有見為勝利之理者，即彼經說菩薩精勤義利有情，如於此事所發精進，如其心而獲安樂。

菩薩在三有中看到殊勝利益的道理，即前述《不可思議秘密經》所說：菩薩看到真正努力去利益有情，有很特別的好處，所以對利他之事發起精進，內心也因此獲得安樂。

故不厭患三有之義，是於生死，義利有情不應厭患，當於此事而發歡喜。若由煩惱及業增上漂流生死，眾苦逼迫尚不能辦自己義利況云利他，此乃一切衰損之門，較小乘人極應厭患極應滅除。若由大悲願等增上，於三有中攝取生者，則應歡喜。此二不同。若未如是分別，如前宣說，則此說者，若有菩薩律儀，《菩薩地》說犯一惡作，是染違犯，恐繁不錄。

因此「不厭患三有」的本義，是指菩薩不厭患在生死中利益有情，反而應當對此歡喜承受。如果由煩惱和業的牽引而不斷漂流生死，飽受無量眾苦逼迫，如此連自利都顧不了，又怎麼能奢望利益眾生？因為由惑業而受生是一切衰損的根本，菩薩對此應較小乘行者更加萬萬倍的厭離、而欲滅除之。然而，若由大悲願力驅使，發願在三界中攝受眾生的菩薩，就不應厭患三有，而是想到能在生死中利益眾生，心中生起無限的歡喜。

以上二種情況是截然不同的。如果對「不厭離」的內涵弄不清楚，不能善加分辨是願力化生，還是業力受生，就說「菩薩不應厭離生死」的話，那是犯了前面所說的邪分別。萬一說這話的人是曾受菩薩戒者，按照《菩薩地》所說，是犯了惡作，屬於染污罪。由於律儀的細節很多，此處恐其繁雜，不予多述。

故見三有一切過失，雖極厭離，然由大悲牽引意故，不斷三有者，是為希有。若見三有盛事，如妙天宮，愛未減少，借利他名而云我等不捨生死，智者豈能將以為喜。

菩薩雖深知輪迴一切過患，極端厭惡三有，然而受到大悲心的牽引，因為不捨眾生，仍然不斷在三有中受無量生死，這才是真正的稀有難得。相反的，有些人在見到三有盛事時，有如置身微妙天宮一般的歡喜，貪愛的心一點都沒有減少，卻假借利他的名義說：「我們不應捨離生死。」智者又豈會歡喜這種行徑？

《中觀心論》亦云，「見過故非有，悲不住涅槃，利他具禁行，而安住三有。」又《菩薩地》說百一十苦，是於一切有情，發大悲之因。由見如是無邊眾苦，心生恆常猛利不忍，而云於生死不稍厭患，極為相違。

《中觀心論》中也說：「菩薩明見三有一切過患，所以住於生死卻非愛取之「有」；受到大悲心趨轉，為求成辦利他，遲遲不願進入涅槃。這種為利益眾生、護守戒律的菩薩，是以大悲願力而安住在三有中。」又《菩薩地》說，看到眾生受無邊眾苦而總攝為一百一十種苦的逼迫損惱，即是菩薩大悲的由來。正因為見到三有眾生的無邊眾苦，菩薩由強烈的悲心而處於恆常、猛利的不忍當中。如果說菩薩對生死沒有一點厭患，這就完全曲解了菩薩的本意啊！

若於生死心善出離，次見有情皆自親屬，為利他故入三有海，此道次第亦是《菩薩觀行四百論》之意趣。

所以修心的次第應該是，先對生死過患引發出離心，而且自身已經善巧的能夠出離；其次，是見到有情都是自己往昔的親屬，現今正漂流在生死中受苦；為了救拔他們，明明知道是苦，卻以悲願主動入於三有海中。這個次第也和《菩薩觀行四百論》的意趣相符。

月稱論師於彼釋中亦詳明之，如云，「由其宣說生死過患，令意怖畏求解脫者，為令決定趣大乘故，世尊告曰，諸比丘有情類中，不易可得少數有情，經於長夜流轉生死，不為汝等若父若母兒女親族，隨一處所。」

月稱菩薩在《四百論廣釋》中也有詳細說明，釋中說：「由佛陀宣說了生死極大過患，使有情生起怖畏輪迴、希求解脫之心。又為了引導眾生趣入大乘，世尊便說：諸位比丘！經過了長夜生死流轉，在無邊的有情當中，幾乎找不到一位不曾做過自己父母、兒女、或親眷的人啊！」

了知世尊如斯言教，菩薩為以大乘道筏，度脫無始流轉生死，為父母等諸親眷屬，無依無怙諸眾生故，安忍躍入。

了知世尊這番言教的意涵之後，菩薩行者紛紛發願以大乘道(菩提心)為船筏，要度脫無始以來流轉生死、曾為自己父母親眷，而今正沉淪苦海無依無怙的一切眾生；所以安忍著種種眾苦，躍入生死海中。

無上密咒亦須此理，如聖天《攝行炬論》云，「以此次第，應當趣入極無戲論行。其次第者，謂修行者最初當念，無始生

死所有大苦求涅槃樂，遍捨一切猥雜，下至王位自在，亦當修苦想。」

不僅大乘顯教，無上密乘更為注重修苦想和厭離心。如聖天菩薩在《攝行炬論》中所說：「應當以這個次第為基礎，趣入修習無戲論的密宗正行。這個次第就是，修行者先要思惟無始生死的所有大苦，以求出離三界，證涅槃樂；然後真實發起希求解脫之心，遍捨一切世間雜染，乃至於面對如王位般的權勢誘惑，也應修作苦想。」

P190L3~P190LL1 第四決擇～非唯空言。

己四、決擇能趣解脫道性

第四決擇能趣解脫道性者。如室利勝逝友云，「沈溺三有流，苦海無邊底，喜掉無厭畏，何物在我心。貧難求護壞，離及病老衰，入恆熾然火，覺樂寧非狂。」又云，「噫，世具眼盲，雖現前常見，後仍不略思，汝心豈金剛。」當自策勵，修習生死所有過患。

「於共中士道次修心」的第四個部分，為「決擇能趣解脫道性」，此說明能趣入解脫正道之理。

如印度班智達室利勝逝友說：「沈溺在漫無邊際的三有苦海中，竟然能對眾苦毫不在意，反而歡喜、放逸、無厭、無懼，是什麼東西蒙蔽了我的內心？隨時隨地受到貧窮匱乏、求不得、辛勤守護、壞滅離散、以及老病衰敗等痛苦煎熬，就像耽溺在一個烈火恆燒的火宅中，竟然還感覺是安樂，不願出離，這不是很顛倒欺狂嗎？」又說：「噫！舉世都是睜眼的瞎子？眾苦無時無刻出現在眼前，卻視若無睹，之後也仍舊不會好好思惟有漏過患，難道眾生的心像金剛般地無動於衷？」應當善自鞭策，勵力修習生死的所有過患。

如《七童女因緣論》云，「見住世動搖，如水中月影，觀欲如瞋蛇，盤身舉頭影。見此諸眾生，苦火遍燒然，大王我等樂，出離往尸林。」依正世間，剎那不住滅壞無常，猶如水月為風所動。諸欲塵者利小害大，等同毒蛇身所現影。又見五

趣，熾然三苦大火燒惱，由見是故厭捨三有，生如北方孩童之心，欣樂欲得出離解脫。

如《七童女因緣論》中所說：「看到情器世間都是無常虛幻，有如水月中月影為風鼓盪，剎那不住。又看到世間種種欲塵，有如瞋怒毒蛇正現出盤身舉頭的身影。見到三有眾生恆時受輪迴苦火燃燒，大王啊！我等寧願離開皇宮，往赴尸陀林去修習解脫道。」無論我們正報的身體也好，依報所處的世間也好，都是剎那不住、壞滅無常的，就像水中月影被風吹動，波動不已。享用世間五欲妙塵，眼前看似得到少許小利，但實際上損害極大，這些五欲之貪就像毒蛇所現的身影一樣，我等隨時有被吞噬的危險。又看到五趣恆時被三苦(苦苦、壞苦、行苦)大火焚燒，沒有一處清涼。由於察見了三有的真相，是毫無自在地隨惑業流轉的行苦，因此唯有深深地厭捨三有，生起如北方孩童般的心，欣樂的唯求出離解脫，別無其他。

北方孩童者，傳說北方炒麵稀貴，於日日中唯食蔓菁，孩童飢餓欲食炒麵，向母索之，母無炒麵給以生蔓菁，云我不要此，次給以乾蔓菁亦云不要，次給以新煮者又云不要，更給以熟冷者亦云此亦不要，心不喜曰，此都是蔓菁云。如是我等，見聞憶念世間安樂，一切皆應作是念云，此是世間，此亦世間，此皆是苦，非可治療，發嘔吐心。如是思惟，昔從無始漂流生死，厭患出離及思今後仍當漂流，令實發生畏懼之心非唯空言。

「北方孩童」之喻，是說藏北地方海拔高、氣候寒，不能生長青稞，糌粑要靠外地馱運而來，因此當地的炒麵(即糌粑)稀少而昂貴，一般家庭買不起，只有天天吃蔓菁這類低劣食物。有個孩童餓了，想吃炒麵，向母親索要。母親沒有炒麵，只好給他生蔓菁，孩童不要，繼續向母親吵鬧；母親改給乾蔓菁，孩童還是不要。於是母親又給他新煮好的蔓菁，孩童又不要；母親再給煮熟冷卻之後的蔓菁，孩童仍然不要，而且，不高興地說：「都是蔓菁，不是炒麵。我不要！」現在的我們也應當如此啊！不管看到、聽到、或憶念到世間的安樂時，應該要想：這是世間安樂，那也是世間安樂，卻通通都是苦，沒有一個例外，而且這些苦都是無藥可治的三有之苦！要像這樣發起嘔吐之心。同時應進一步思惟，從無始以來，我們就隨著惑業力漂流生死，如果對這個只有苦沒有樂的輪迴不能生起畏懼和

厭離之心，那麼我們註定今後仍將長劫在輪迴中受種種無量的大苦。因此，我們須於輪迴之苦產生真實的畏懼心，絕對不能說說而已。

P191L1~P191L4 如《親友書》～無謬之道。

如《親友書》云，「生死如是故當知，生於天人及地獄，鬼旁生處皆非妙，生是非一苦害器。」生生死中乃是一切損害根本，故當斷除。此復要待滅除二因，謂煩惱，業。此二之中，若無煩惱，縱有多業亦不受生。若有煩惱，縱無宿業率爾能集。故應摧壞煩惱，壞煩惱者，賴修圓滿無謬之道。

如《親友書》中所說：「我們應當了知生死的本質就是如此，無論受生在天上、人間，或者地獄、餓鬼、旁生諸趣，沒有一處是安穩而不受苦的。『生』，本來就是一個盛裝諸苦與損害的容器啊！」所以，受生於輪迴中是出生一切損害的根源，應該極力的斷除它。

那麼如何斷除受生於輪迴呢？斷輪迴不能光靠出離心，必須要滅除輪迴二因一煩惱和業。在此二因之中，如果沒有煩惱，縱然有極多宿業，也不會受生；相反的，如果煩惱不斷，縱然毫無舊業，也會立刻造集新業、引發受生。所以，斷除生死的關鍵在如何摧壞煩惱；而要摧壞煩惱，則有賴於修習正確、圓滿的解脫正道。

庚一、以何等身滅除生死

此中分二：一、以何等身滅除生死，二、修何等道而為滅除。今初

如《親友書》云，「執邪倒見，及旁生，餓鬼，地獄，無佛教，及生邊地蔑戾車，性為騃啞，長壽夭。隨於一中受生已，名為八無暇過失，離此諸過得閒暇，故當勵力斷生死。」是須於現得暇滿時斷除生死，生無暇中無斷時故，如前已說。大瑜伽師云，「現是從畜分出之時。」博朵瓦云，「昔流爾久未能自還，今亦不能自然還滅，故須斷除。斷除時者，亦是現得暇滿之時。」

如《親友書》中所說：「凡是執著顛倒邪見，受生於旁生、餓鬼、地獄任一惡趣，處在無佛出世的黑暗時代，生於邊地，生性癡啞等五根不具，生於長壽天；只要受生在上述任何一處，就稱為八無暇過失。現今我們遠離了這八種過失而能獲得暇滿人身，因此，應該勵力斷除生死。」這是說，必須趁現在得到暇滿人身時認真修行，以斷除生死輪迴，因為來世一旦身處八無暇，就沒有機會解脫了。此道理於前面下士道講述暇滿時已經說過。祖師大瑜伽師說：「現今獲得人身，正是和畜生分出差別的時候，應該做些有別於旁生的事才對。」博朵瓦祖師也說：「過去在輪迴中流轉了如此長久，也沒有能跳出輪迴，今生也不可能自然還滅，所以必須靠修行來滅除生死；而滅除輪迴最好的時機，就是現在已獲得暇滿人身的時候啊！」

此復居家於修正法，有多留難及有眾多罪惡過失，出家違此，斷生死身出家為勝，是故智者應欣出家。若數思惟，在家過患出家功德，先已出家令意堅固，未出家者安立醒覺妙善習氣。

又，獲得暇身之後，在家雖然也能修習正法，但阻礙甚多，而且容易造罪、有過失。出家反而沒有這些問題，因此想要斷除生死，以出家身來修道是最為殊勝的，所以智者應該欣樂出家。

如果數數思惟在家過患與出家功德，已經出家的人能令信心更加堅固，沒有出家的人，也能在心中安立歡喜出家的妙善習氣。

此中道理當略宣說，其居家者，富則守護劬勞為苦，貧則追求眾苦艱辛，於無安樂愚執為樂，應當了知是惡業果。《本生論》云，「於同牢獄家，永莫思為樂，或富或貧乏，居家為大病。一因守煩惱，二追求艱辛，或富或貧乏，悉皆無安樂，於此愚歡喜，即惡果成熟。」

有關在家過患與出家功德的道理，以下當略作宣說。

居家之人，富者有守護財富的辛苦勞累，貧者有謀求溫飽的眾苦艱辛；不管有錢、沒錢，都無法獲得真正安樂，可惜眾生卻愚癡地將財富執為安樂之源，應知這種愚癡也是惡業成熟的示現。《本生論》說：「居家就像身處牢獄，永遠不要認為有真實的安樂。不論富有或貧乏，居家都是大病。富者有守財的煩惱，貧者有求財的艱辛，事

實上兩者都無安樂。因為愚痴而對如此居家生活心生歡喜，實在是過去惡業成熟的果報。」

P192L1~P193L1 是故執持~如幻化等。

是故執持眾多資具，求無喜足非出家事，若不爾者居家無別。又居家者與法相違，故居家中難修正法。即前論云，「若作居家業，不能不妄語，於他作罪者，不能不治罰。行法失家業，顧家法豈成，法業極寂靜，家事猛暴成，故有違法過，自愛誰住家。」又云，「憍慢癡蛇窟，壞寂靜喜樂，家多猛苦依，如窟誰能住。」應數思惟，如是等類在家過患，發願出家。

因此，貪得無厭地追求、執持於豐厚的資具，這不是出家人應有的作為，否則出家和在家有什麼區別？再者，居家很容易做出與法相違的事，所以很難好好修習正法。這也就是《本生論》所說：「如果居家操持家業，有時不得打妄語；對他人犯錯，有時也不能不予處罰。真要修行佛道，則家業難成；真要護持家業，則修法難成。修學佛法重在消除煩惱，講的是清明寂靜；家業營生重在謀求利益，行事往往粗暴猛烈。既然家業與道業容易產生衝突，想要獲得究竟利益的人，誰會貪戀在家？」又說：「家就像充斥著憍慢、愚癡等煩惱的蛇窟，只會破壞寂靜喜樂；家也是眾苦的依處，誰又敢安住在蛇窟裡？」應當數數思惟諸如此類的在家過患，發願出家。

復應願以粗劣衣鉢乞活知足，於遠離處淨自煩惱，為他供處，如《七童女因緣論》云，「願剃除髮已，守持糞掃衣，樂住阿蘭若，何時能如是。目視輓木許，手執瓦鉢器，何時無譏毀，於家家行乞。何時能不貪，利養及恭敬，淨煩惱刺泥，為村供施處。」

其次，應當發願僅依粗劣的衣物、鉢具，以乞食活命，知足少欲；且應住在遠離聚落的阿蘭若，好好修習梵行，專心淨除煩惱，不日成為他人所樂供養之處。就像《七童女因緣論》中所說：「何時我得能剃除鬚髮，身穿糞掃衣，歡歡喜喜地住在寂靜處修行？何時我得能不動於色，只看前方一輓木長的距離，手持瓦鉢，不怕譏毀地挨

家行乞？何時我得能不貪圖名聞利養和恭敬，淨除這些如刺、如泥般的煩惱，而成為村民供施之處？」

又應希願，用草為座，臥無覆處，霜露溼衣，以粗飲食而能知足，及於樹下柔軟草上，以法喜樂存活寢臥。「何時從草起，著衣霜溼重，以粗惡飲食，於身無貪著。何時我能臥，樹下柔軟草，如諸鸚鵡綠，受現法喜樂。」房上降雪，博多瓦云，「昨晚似於《七童女因緣》所說，心很歡喜，除欲如是修學而無所餘。」

又應當發願，以草為座，露天而臥，任由清晨的霜露沾濕衣裳；以粗陋的飲食維生，仍能知足；坐在樹下柔軟的草地上，仍能依著聖法歡喜地行住坐臥。「何時我得能從草地上起來，穿著讓霜露沾濕的衣服，吃著粗劣的飲食維持生命，對自身絲毫沒有貪著？何時我得能靜臥在綠蔭樹下柔軟如茵的草地上，享受現法的喜樂？」

某天晚上降雪，屋頂上積了厚厚一層，博多瓦祖師說：「昨晚有點像《七童女因緣論》中所說的情境，我的內心充滿喜樂，除了想這般清淨地修法之外，我別無所求。」

又應希願，住藥草地流水邊岸，思惟水浪起滅無常，與自身命二者相同，以妙觀慧滅除我執，三有根本能生一切惡見之因。背棄三有所有歡樂，數數思惟依正世間如幻化等。

又應當發願，能住在河邊的藥草地上，看著浪花起滅，思惟生命無常；以妙觀察慧滅除三有根本、及能生一切惡見之因的我執，捨棄三有一切歡樂，數數思惟我們所依止的情器世間，其實就如幻化、夢、陽焰一般虛幻。

P193L1~P194L1 「何時住～皆得究竟。」

「何時住水岸，藥草滿地中，數觀浪起滅，同諸命世間。破薩迦耶見，一切惡見母，何時我不樂，三有諸受用。何時我通達，動不動世間，等同夢陽燄，幻雲尋香城。」此等一切皆是希願，作出家身，作此諸事。伽喀巴云，「若能以大仙行，住苦行山間，始為文父真養子。」霞惹瓦亦云，「於諸在家事

忙匆時，應披妙衣往赴其所，令彼念云出家安樂，則種未來出家習氣。」

「何時我能安住在長滿藥草的河岸邊，數數觀察水浪起滅，體會世間生命的無常？何時我能破除一切惡見之母的薩迦耶見，不再耽著於三有中的種種受用？何時我能了悟情(動)世間與器(不動)世間的一切，如同夢境、陽焰、幻雲、海市蜃樓一般虛幻無實？」以上種種，都是希願出家，以及出家後所想要做的種種修行。伽喀巴大師說：「如果能效法世尊安住在山間苦行，才算是真正的世尊弟子。」霞惹瓦祖師也說：「於在家人工作忙碌時，應該穿上法衣去到他那裡，讓他生起欣羨『出家好安樂』的念頭，讓他種下未來出家的習氣種子。」

《勇猛長者請問經》亦云，「我於何時能得出離苦處家庭，如是而行，何時能得，作僧羯摩，長淨羯摩，解制羯摩，住和敬業，彼當如是愛出家心。」此說在家菩薩應如是願。此之主要為慕近圓，《莊嚴經論》云，「當知出家品，具無量功德，由是勝勤戒，在家之菩薩。」如是非但修行解脫，脫離生死歎出家身，即由波羅蜜多及密咒乘修學種智，亦歎出家身最第一。出家律儀，即三律儀中別解脫律儀，故當敬重聖教根本別解脫戒。

《勇猛長者請問經》也說：「何時我能出離眾多苦惱的家庭，而如理修行？何時我能安住在作僧羯摩、長淨羯摩、及解制羯摩等善淨之業當中？能安住於彼此和合恭敬(六和敬：見和同解、戒和同修、身和同住、口和無諍、意和同悅、利和同均)的僧團當中？我們應當具有如是愛樂出家的心。」此段經文是在策勵在家菩薩應該發願出家，希求將來能受取圓滿的比丘戒。

《莊嚴經論》說：「應當了知出家身具有不可思議的無量功德，此功德遠遠勝過精勤持戒的在家菩薩。」

要知道，以出家身修習解脫、出離輪迴是最殊勝的，不僅如此，經論中也一再讚歎，透由修持顯、密教法而成辦一切種智的所依身中，以出家身為第一。出家人所持守的是三種律儀中的「別解脫律儀」，正是聖教住世的根本，所以應當對之特別恭敬啊！

庚二、修何等道而為滅除

第二修何等道而為滅除者。如《親友書》云，「或頭或衣忽然火，尚應棄捨滅火行，而當勵求無後有，因無餘事勝於此。應以戒慧靜慮證，寂調無垢涅槃位，不老不死無窮盡，離地水火風日月。」應學寶貴三學之道。

第二、修持何等道而能滅除生死。

如《親友書》中所說：「縱然頭上或衣服突然著火，也應當棄捨滅火的行動，而專心修道，因為再沒有比去除後有更迫切、緊要的事了。應以修持戒定慧三學，證得寂滅、無垢的涅槃果位，如此才能成辦永離輪迴，到達無老死，無地水火風日月的解脫彼岸。」因此，應當修學寶貴的三學之道。

其中三學，數定有三。初觀待調心次第數決定者，謂散亂心者令不散亂，是須戒學。心未定者為令得定，謂三摩地或名心學。心未解脫為令解脫，是謂慧學。由此三學，諸瑜伽師一切所作，皆得究竟。

一、戒、定、慧三學，其數目決定，以下由觀待調心次第、觀待證果、以及觀待斷惑三方面，說明三學數目決定之理。

(一) 觀待調心次第而三學數目決定。

心思散亂者，惟有靠戒學，能令心不散亂。其次，心不安定者，惟有靠定學，亦稱「三摩地學」或「心學」，能令心得安定。復以心尚未解脫於無明者，而惟有靠慧學，能令心獲得解脫。修行者只要依循著戒定慧三學而修，終其一切修法都能獲得究竟圓滿。

P194L1~P194LL1 觀待得果~今不繁述。

觀待得果數決定者，謂不毀戒果，是為欲界二種善趣。毀犯之果是諸惡趣。心學之果，謂得上界二種善趣。慧學之果即是解脫。

(二)觀待所證之果而數目決定。

持戒的果報，可得欲界人、天二種善趣；毀戒的結果，則是墮入三惡趣。定學的果報，可得色界、無色界二種善趣。至於慧學的果報，即是解脫。

總其所生，謂增上生及決定勝，初有上下二界善趣，故能生法亦有二種，此二即是《本地分》說。又諸先覺，待所斷惑亦許三種，謂破壞煩惱，伏其現行，盡斷種子，故有三學。

總其三學所生的妙果，不外增上生和決定勝二者。增上生又包括欲界和上界二種善趣，而能生此二趣之因乃分別由戒學與定學所攝。決定勝，包括聲聞緣覺的解脫，和佛陀的一切種智，此能生之道則由慧學所攝。

以上觀待調心次第和觀待證果而三學數目決定的道理，是按照《本地分》的觀點而說的。

(三)觀待斷惑次第而數目決定。

歷代祖師先覺們從斷除煩惱的觀點，也承許為三種：(1)依「戒」破壞煩惱（粗分）。(2)依「定」降伏煩惱現行（細分）。(3)依「慧」斷盡煩惱種子。從所斷煩惱來看，也必須修習三學。

由此，戒定慧三學數量確定，無庸增或減。

次第決定者，《本地分》中引《梵問經》顯此義云，「初善住根本，次樂心寂靜，後聖見惡見，相應不相應。」此中尸羅是為根本，餘二學處從此生故。次依尸羅能得第二心樂靜定。心得定者見如實故，能得第三成就聖見，遠離惡見。

二、三學不只數量確定，次第也是決定的—先戒、次定、次慧。

《本地分》中引《梵問經》顯示這個道理：「最初依止戒學，使心安住於善法中；次依定學，使心獲得安樂寂靜；後依慧學，遠離惡見，才能和聖見相應。」三學中，又以戒學為根本，定慧二學是從戒學而產生的。有了戒學作基礎，才能得到安樂寂靜的定心。心得定

後，才能見到諸法實相，而成就慧學，現證無我正見，遠離人我二執惡見。

三學自性者，如《梵問經》云，「應圓滿六支，四樂住成就，於四各四行，智慧常清淨。」此中戒學，圓滿六支，具淨尸羅，守護別解脫律儀，此二顯示解脫出離尸羅清淨。軌則，所行，俱圓滿者，此二顯示無所譏毀尸羅清淨。於諸小罪見大怖畏者，顯無穿缺尸羅清淨。受學學處者，顯無顛倒尸羅清淨。

三、戒定慧三學各別的性质。

如《梵問經》所說：「應該圓滿六支戒學，獲得四種樂住(定學)成就，最後通達四諦十六種行相，得清淨圓滿智慧。」

(一)戒學的圓滿六支為：(1)安住淨戒(2)守護別解脫律儀(指比丘戒)，由(1)、(2)二支獲得解脫出離的根本。(3)軌則圓滿(4)所行圓滿，由(3)、(4)二支圓滿，則戒律清淨，不會被人譏毀。(5)於小罪見大怖畏，這支是防止戒律的缺損。(6)受學所有戒律的學處，這支能真正依止正知見，而能清淨無顛倒持戒。這六支具足，持戒定能圓滿。

四心住者，謂四靜慮，此於現法安樂住故，名樂成就，是為心學。四謂四諦，各四行者，謂苦中無常，苦，空，無我，集中因，集，生，緣，滅中滅，靜，妙，離，道中道，如，行，出，達此十六有十六相，是為慧學。

(二)定學就是心學，四心住即是四靜慮或四禪定。透過定學的四禪定，於現世中能獲得身心安樂，稱為「樂成就」。

(三)慧學指通達四諦十六種行相。「於四」的「四」是指苦、集、滅、道四聖諦，「各四行」即每一諦都各有四種行相，分別是苦諦有無常、苦、空、無我四相；集諦有因、集、生、緣四相；滅諦有滅、靜、妙、離四相；道諦有道、如、行，出四相。通達四諦十六種行相，斷除一切顛倒執著，即是慧學。

若導尋常中士道者，此應廣釋於三學中引導之理，然非如是，故修正觀心慧二學，於上士時茲當廣釋，今不繁述。

如果一般只宣講中士道的話，就會針對三學內容做詳細的解說，然而本論主要在引導修學者進入上士道，所以定學和慧學將會在上士道奢摩他和毘鉢舍那中廣釋，在此就不多做解釋了，這裡只略說學戒道理。

P195L1~P195LL1 當略宣說~當獲純苦。

當略宣說學戒之理。此中最初當數思惟尸羅勝利，令其至心增長歡喜。如《大涅槃經》云，「戒是一切善法之梯。戒是根本，猶如地是樹等根本。戒是一切善法前導，如大商主是為一切商人前導。戒是一切法幢，如帝釋幢。戒畢竟斷一切罪惡及惡趣道。戒如藥樹治療一切罪惡病故。戒是險惡三有道糧。戒是甲劍能摧煩惱諸怨敵故。戒是明咒能除煩惱諸毒蛇故。戒是橋梁度罪河故。」

此處簡略宣說學戒的道理。學戒之初，須先數數思惟持戒的勝利，至心生起並且不斷增長對持戒的歡喜心，然後受持。如《大涅槃經》所說：「戒是趣入一切善法的階梯；戒是一切善法的根本，就像大地是一切樹木花草的所依一樣；戒是一切善法的前導，如同大商主是所有商人的前導一般；戒是一切善法的勝幢，猶如帝釋天的法幢摧破魔軍，徹底斷除一切惡因惡果。戒是治療一切罪惡大病的藥樹、戒是透脫三有險道的資糧、以及摧伏煩惱怨敵的利劍；戒是驅除煩惱毒蛇的明咒、也是度越罪惡大河的橋樑。」

龍猛菩薩亦云，「戒是一切德依處，如動不動依於地。」《妙臂請問經》云，「一切稼穡依於地，無諸災患而生長，如是依戒勝白法，悲水灌澆而生長。」應如思惟。

龍猛菩薩也說：「戒是一切功德的根本依處，就像情世間與器世間都依止於大地一般。」《妙臂請問經》中說：「如同一切莊稼依附大地，沒有災害而得生長。同樣的，一切殊勝善法皆依戒而生，再以大悲水澆灌，才能長出圓滿的菩提果。」應該這樣反覆地思惟。

若受不護過患極重，如《比丘珍愛經》云，「或有戒為樂，或有戒為苦，具戒則安樂，毀戒則成苦。」此說受學通於勝利過患二品，是故亦應善思過患，敬重學處。

但如果受戒之後不好好守護，則其過患亦非常嚴重。如《比丘珍愛經》中說：「有的人因戒而安樂，有的人因戒而痛苦，這其中的差別，在持戒的人得安樂，毀戒的人就受苦。」這是說，受戒成安樂還是成痛苦，取決於是否守護學處。因此，在思惟持戒功德之後，也應該仔細思惟不護戒的過患，尊重戒律學處。

如何修學之理者。四犯因中，無知對治者，謂當聽聞，了知學處。

戒怎麼修持？首先從四種犯戒的原因，亦即（一）無知、（二）放逸、（三）不敬、和（四）煩惱熾盛來說明。這四個犯因若能成功對治了，認真地守護不犯，就能夠把戒持得很清淨。以下略說四犯因的對治：

（一）無知的對治。無知是對戒學的內容不了解，因而犯戒。因此無知的對治，要多聽聞、了知戒律學處。

放逸對治者，謂於取捨所緣行相，不忘憶念及以正知，率爾率爾觀察三門，了知轉趣若善若惡，依自或法增上力故，羞恥作惡是為知慚，恐他譏毀羞恥為愧，及由怖畏惡行異熟，懷恐懼等，當如是學。

（二）放逸的對治。放逸是隨著忘念、不正知，而放任身口意三門，因而犯戒。因此放逸的對治，是要在取捨所緣時，以正知、正念，隨時觀察自己三門行相是趣向善？還是趣向惡？如果起了惡念，應依自力或依法的力量及時遏止。依自力，是指自心對於作惡感覺羞恥—知慚，或者怕遭他人譏毀而生羞恥—知愧；依法，則是由怖畏惡行的異熟果報而心懷恐懼等。應按如上修學，以對治放逸。

不敬對治者，謂於大師，師所制立，同梵行所，應修恭敬。

（三）不敬的對治。對於所學的戒律，不能照著行持，是因為心中沒有強盛的敬信心所致。因此不敬的對治，是對大師佛陀、佛所制的戒法、以及同梵行道友，應當修習殷重的恭敬。

煩惱熾盛對治者，應觀自心，何煩惱盛，勵修對治。

(四)煩惱熾盛的對治。由於心總是隨著煩惱轉，而煩惱強盛時，是無法持戒的。因此煩惱熾盛的對治，是應當先觀察自心哪一種煩惱強盛，就針對那一個去勤修對治。

若不如是策勵修學，思違越此，許其罪輕微，於諸佛制放縱而轉，當獲純苦。

若不依照上述對治方法勵力守護，反而想：只是違越一點，罪過應該很輕微，心中不以為意；由此對佛制定的學處，放縱而行，則未來只有純苦的果報而已。

P195LL1～P197L2 如《分別阿笈摩》～前俱抵倍。

如《分別阿笈摩》云，「若於大師大悲教，起輕微心少違犯，由是而獲苦增上，折籬失壞菴沒林。現或有於王重禁，違越而未受治罰，非理若違能仁教，如醫鉢龍墮旁生。」故應勵力，莫為罪染。

如《分別阿笈摩經》所說：「假使對佛陀大悲救度眾生的教法掉以輕心，覺得可以稍作違犯沒有關係，那將來一定因此而獲至大苦！就像籬笆一壞，籬笆裡的菴沒果林就會失壞了。世間或許有人違犯了王法，卻能僥倖逃過，不受治罰；但如果非理違犯佛制的戒律，那一定逃不過因果法則，會如醫鉢龍墮為旁生那般，墮入惡趣。」所以應該勵力守護學處，即使是微小的罪業也不要染犯。

假設已染，莫不思慮而便棄捨，當如佛說還出罪犯，勵力悔除。《梵問經》云，「於彼學尋求，及勤修彼行，終不應棄捨，命難亦無虧，常住正行中，隨毘奈耶轉。」《成就真實尸羅經》云，「諸比丘寧可離命而死，非可毀壞尸羅。何以故，離命而死，唯令此生壽量窮盡。毀壞尸羅，乃至百俱胝生，常離種姓，永失安樂，當受墮落。」此具因說，故當捨命而善守護。

若已染犯罪業，切莫什麼也不想，或者覺得莫可奈何就置之不理，應當按佛所說的懺淨法，努力懺悔還淨。《梵問經》中說：「應該依循佛所制定的學處，精勤地照著修行；始終不應棄捨戒律，縱使遇

到性命危險時，也不虧損戒體。應當依照律典恆常安住在戒行中。」
《成就真實尸羅經》中說：「諸位比丘！寧願為了守戒而捨命，也不可為了保命而壞戒。為什麼呢？因為捨命而死，不過此生的壽命結束；然而毀壞戒律，將會在數不盡的受生中都無法獲得學佛種性，甚至墮入惡趣，永遠不得安樂。」這不是方便說法，而是依照確定的根據而說的，所以理應捨命而護淨戒。

若不能爾，則應審思，我剃鬚髮披壞色衣，空無所義。如《三摩地王經》云，「於佛聖教出家已，仍極現行諸惡業，於財穀起堅實想，貪諸乘具及象車。諸不殷重持學處，此等何故而薙頭。」

如果還做不到捨命護戒，就應當仔細思量：我剃除了鬚髮，換上袈裟，如果連戒都不好好守護，那出家又有什麼意義？就如《三摩地王經》所說：「已經在佛的聖教中出家，卻仍肆意造作惡業，心中緣的還是穀物、錢財這些毫無意義的東西，貪著那些表面光彩的象、車等乘具。如果不能殷重地持守學處，當初又何必出家？」

若欲逃出有為生死，趣解脫城，壞戒足者，非僅不能實行，反當流轉生死，眾苦逼惱。並及譬喻如《三摩地王經》云，「若人為諸盜賊逼，欲活命故而逃避，如其人足不能行，仍為賊執而摧壞。如是愚人毀淨戒，而欲脫離諸有為，由戒壞故不能逃，為老病死所摧壞。」

想要逃出輪迴牢獄，往趣解脫之城，卻因失去戒律雙腳，不但無法達成目的，反而造下繼續流轉生死的惡業，受眾苦逼惱，永不得解脫。上述道理併同比喻，如《三摩地王經》中所說：「就像被盜賊追殺，唯有逃跑才能活命，可是這個人雙腳殘廢不能行走，最後一定仍被盜賊抓住而逃不了。同理，愚人毀壞淨戒，還妄想脫離三有，然而毀壞淨戒猶如斷壞雙足，因而無法逃脫，只好等著被老病死無情地折磨。」

故此經又云，「為著居家服，我所說學處，爾時諸比丘，亦無此學處。」為近事說五種學處圓滿守護，比丘亦無。若於此時精修學處，其果猶大故應勵策。即此經云，「若經俱胝恆沙劫，淨心以諸妙飲食，傘蓋幢幡及燈鬘，承事百億俱胝佛。」

若於正法極失壞，善逝聖教將滅時，晝夜能行一學處，其福勝前俱胝倍。」

因此《三摩地王經》又說：「我(佛)為在家眾講居士五戒，那是最根本的律儀，然而到末法時候，連比丘們也都不具足了。」這是說，時至末法，對居士要求的五戒學處，比丘們也不能圓滿守護。如今正是佛所授記的末法時代，如果能於此時精勤修持戒學，果報尤其巨大，所以我們應當好好地努力啊！即如《三摩地王經》所說：「如果有人經歷俱胝恆河沙劫的時間，以清淨心與種種上妙的飲食、傘蓋、幢幡、燈燭、花蔓等恭敬承事無量諸佛，這麼大的供養功德，但比起在正法極衰、聖教將滅之際，還能於晝夜中執持一戒，後者的福德遠遠勝過前者千百億倍。」

P197L3~P198L1 又若念云~諸咒豈能成。

又若念云，毀犯可悔，無後不犯防護之心，放逸轉者，說可還出，如食毒藥。如《彌勒獅子吼經》云，「慈氏，末世末劫後五百歲，有諸在家出家菩薩，出現於世。彼作是云，悔除惡業能無餘盡，造作眾罪造已當悔，增上毀犯而不防護，我說彼等是作死業。云何為死，謂如人食毒，此亦同彼，命終之後，顛倒墮落。」又云，「慈氏，於此聖法毘奈耶說為毒者，謂諸違越所制學處，故說汝等莫自食毒。」

有人會想：「犯戒不要緊，反正能懺悔。」像這樣沒有今後不再犯的防護心，放逸而轉，還說反正可以靠懺悔還出，這種人無異是自食毒藥。如《彌勒獅子吼經》中所說：「彌勒菩薩！末法時期後五百年，會有很多在家、出家的修行人出現在世間，他們竟然說：『只要懺悔就能將惡業完全淨除，那麼不管造多少罪，事後馬上懺悔就行了。』像這樣繼續犯戒而不防護，我說他們是在造死業。為什麼說是死業呢？就像吃毒必死無疑，毀戒造罪也是一樣，死後必定墮入惡趣。」又說：「彌勒菩薩！在律典裡所說的『毒』，就是指那些違犯佛制學處，還自認為無所謂的人。所以才說你們切莫自食毒藥。」

若具別解脫律儀，應以如是道理守護，密咒亦然。如《妙臂請問經》云，「佛我所說別解脫，淨戒調伏盡無餘，在家咒師除形相，軌則諸餘盡當學。」此說雖諸在家咒師，除出家相，羯

摩軌則少分遮罪，尚如調伏所出而行，況出家咒師，又能成就密咒根本亦是尸羅。《妙臂請問經》云，「咒本初為戒，次精進忍辱，信佛菩提心，密咒無懈怠。如王具七寶，無厭調眾生，如是咒成就，七支能調罪。」

凡是具有別解脫戒的行者，理應依照上述道理守護戒律，而對修學密乘的行者來說，更不例外。如《妙臂請問經》中所說：「佛陀制定的別解脫戒是為調伏所有佛子的一切惡業，修持密法的在家人，除了出家形相、少數專為出家眾設的儀軌之外，其餘的學處也都要修學。」此說明修學密乘的在家人，除了少數出家衣相、羯摩做的儀軌，以及少許遮罪之軌則外，其餘都須依戒經來行持，何況是出家的密咒師，更應該嚴謹地持守學處。因為成就密乘的根本亦來自於戒。《妙臂請問經》中說：「修密的第一根本是戒律，其次是精進、忍辱、信心、菩提心、密咒、無懈怠。這七種聖財就好比轉輪王的七寶，能無厭足地調伏眾生，統領天下。同樣的，密咒師具足了七聖財，才能調伏一切罪障而有所成就。」（輪王七寶：輪寶、象寶、馬寶、珠寶、女寶、居士寶、主兵臣寶。）

《曼殊室利根本續》云，「念誦若毀戒，此無勝成就，中悉地亦無，又無下成就。能仁未曾說，毀戒咒能成，非趣涅槃城，境域及方所。於此愚惡人，何有咒能成，此毀戒有情，何能生善趣。且不得天趣，又無勝安樂，何況佛所說，諸咒豈能成。」

《曼殊室利根本續》中說：「雖然精勤持咒修行，卻毀壞淨戒，如此不可能得到殊勝成就（成佛），也得不到中等成就（證空性），甚至連下等成就也無法達到。佛從來沒有說過，毀戒的人還能成就密咒，更不要說進入涅槃、獲得解脫這等境界了。對這些毀戒造惡的愚人來說，怎麼可能有密法的成就？毀戒的有情，又如何能轉生善趣？人天善趣尚不可得，又沒有殊勝安樂，更何況是佛所說的密法，豈能成就？」

康壘巴亦云，「若年饑荒，一切事情皆至糧麥，如是一切皆繞於戒，當勤學此。又戒清淨，不思業果必不得成，故思業果是真教授。」

祖師康壘巴也說：「碰到饑荒之年，沒有比糧食更重要的事了。同樣的，如果想成就一切佛法，沒有比戒學更重要的了，所以應當精勤地學戒。此外，想要持戒清淨，不思惟、了解業果道理，必無所成。因此，思惟業果才是最真實的教授。」

霞惹瓦亦云，「總有禍福皆依於法，其中若依《毘奈耶》說，無須改易內心清淨，堪忍觀察，心意安泰，邊際善妙。」

祖師霞惹瓦也說：「總之，一切禍福都是依法而生。其中若以戒法來說，不必在外境或事項上去改變，只要安忍於心，審慎觀察自己持戒清淨與否，依法行持。能夠這樣，不但眼前身心安樂；來生也因清淨持戒而生於善趣；最後達到妙善的究竟佛果位。」

善知識敦巴云，「有一類人依律毀咒，依咒輕律，除我尊長教授，無餘能使調伏為咒助伴，及令密咒為調伏伴。」

善知識種敦巴說：「有一種人學戒，就依律毀謗密法；另一種人學密，就依咒輕視戒律，總是讚自毀他。唯有我老師阿底峽尊者的圓滿教授，能毫無遺漏地使戒律成為學密的助伴，也同時讓密咒成為學戒的助伴。律咒互為助伴，相輔相成。」

覺窩亦云，「我印度中，凡有大事或忽然事，集諸受持三藏法師，問三藏中不曾遮耶。既決擇已，於此安住。我毘迦瑪拉希拉諸師，則於其上，更須問云，菩薩行中不曾遮耶，不違彼耶。安欲根本隨持律轉。」

阿底峽尊者也說：「我在印度時，每遇到重大或突發事件，都會召集受持三藏的法師商議，問：『此事在三藏中是否遮止？有沒有和三藏相違？』抉擇之後，就照著去作(即未遮止者可行，遮止者不行)。我在毘迦瑪拉希拉寺的上師們，更於三藏衡量的基礎上加問：『於菩薩

戒中有遮否？有沒有違背菩薩行？」這樣做無非是從根本上，乃至任何一個地方，一定照著戒律去行。」

如是戒淨，又如內鄔蘇巴云，「現在於內與煩惱鬥，唯此為要，不鬥煩惱戒不能淨。若爾不生伏斷煩惱，定學慧學，當須畢竟漂流生死。」又如前說認識煩惱，思彼過患離彼勝利，以念正知而為防慎。煩惱稍出，即應用矛數數擊刺。此復自心隨何煩惱生已無間，視如怨敵與之鬥戰。若不爾者，初起忍受非理作意，令其資養成無可敵，唯隨彼行。

要想持戒清淨，我們應該怎麼做？

如祖師內鄔蘇巴所說：「現在要向內與煩惱戰鬥，這是唯一要緊的事了。如果不對抗煩惱，持戒就不能清淨。持戒不清淨，無法生出制伏煩惱的定學與斷除煩惱的慧學功德，如此註定要在輪迴中繼續漂流。」應該照著前文所說，認識自己內心的煩惱，思惟煩惱過患和遠離它的勝利，以正念、正知而謹慎防護。只要煩惱稍一現起，立即用矛數數擊刺、擊退它。盯緊起心動念，當自心生起任一煩惱時，即刻察覺，並視其為怨敵，與之戰鬥。如果不這麼做，在煩惱剛生起時，容忍它非理作意，等到它資養壯大、成為難以匹敵，就太晚了，最後就只能隨彼而行了。

如是勵力縱未能遮，亦當速斷莫令相續。應如畫水莫如畫石，如《親友書》云，「當了知自心，如畫水土石，煩惱初為上，樂法應如後。」若於法品，與上相違。

如是勵力鬥煩惱，縱使不能隨即遮止，也要速疾截斷，不讓它繼續下去。煩惱一起，立刻對治，要像竹桿在水上劃過一樣，水過無痕，煩惱終不得成；不要像在石頭上刻字那樣，讓煩惱根深柢固、經久不壞。如《親友書》中說：「要知道自心仿如畫師，能畫水、畫土、和畫石。煩惱初現時，應如畫水，不稍留心中；欣樂善法則應如畫石一般，深刻不滅。」如果運用在善法的修學上，應知須和對待煩惱的心態完全相反才對（修善法如畫石）。

《入行論》亦云，「我應記恨此，與此共戰爭，如是相煩惱，除能壞煩惱。我寧被燒殺，或被斷我頭，然於煩惱敵，終不應屈敬。」

《入行論》也說：「為了斷除煩惱敵，我應當記恨煩惱，與之戰鬥。像這種煩惱行相，一旦覺察應立即與之戰鬥，將其破壞，除此之外更無餘事。我寧可被燒、被殺、或被砍頭，也不應向煩惱敵屈服。」

P199L1~P200L1 善知識~此現後安樂。」

善知識樸窮瓦亦云，「我雖忽被煩惱壓伏，後我從下而為切齒。」博朵瓦聞之曰，「若能如是，當下即退。」

善知識樸窮瓦也說：「雖然我被煩惱暫時壓伏，但絕不氣餒，還是會咬緊牙關繼續奮戰。」祖師博朵瓦聽到後說：「若真能這樣做，當下就能阻退煩惱了。」

世庸怨敵，一次擯逐遂居他方，待得力時仍來報怨，煩惱不同。煩惱於身，若能一次拔出根本，無往他方亦無報復。然由我等，不能精勤破壞煩惱之所致耳。《入行論》云，「擯庸敵出國，攝受住他方，養力仍返報，煩惱敵不爾。煩惱為惑慧眼斷，遣離我意能何往，豈能住餘返報我，唯我志弱無精進。」女絨巴云，「煩惱起時不應懈怠，當下應以對治遮除。若不能遮，應即起立設曼陀羅及諸供具，供養祈禱尊長本尊，次緣煩惱，忿怒念誦，即能折伏。」

世間怨敵，一旦被驅逐就會移居他方，等力量充足時再來報復。煩惱敵則不同。如果能一次從根本上拔除，它不會前往他處，也不會伺機報復。然而我們至今仍被煩惱所擺佈，就是因為沒有精勤地對付煩惱所致。《入行論》說：「普通敵人被擊敗趕走之後，還會找地方躲起來養精蓄銳，養足力量再回來報仇。可是煩惱敵不是這樣。煩惱一經慧眼（慧眼是聲聞緣覺的眼，能看破假相、識得真空）的分辨、破除後，立時從我心中遣離，它能去哪裡？它豈能留在他處，日後再回來報復我呢？一切都只是因為我意志薄弱，總是不肯精進對治，才會被煩惱壓伏。」善知識女絨巴說：「煩惱現起，不要懈怠，應該當下對治、遮除。如果一時對付不了，應立即設置壇城、準備供具，至心向上師本尊祈禱。然後緣著當時的煩惱，勇悍唸誦心咒，就可以折伏煩惱。」

朗日塘巴亦云，「彼又云移動住處，勁舉項頸，亦能折伏，可見彼與煩惱鬥爭。」此復應如阿蘭若師云，「晝夜唯應觀察自心，豈有餘事。」依此而行乃能生起。又傳說大覺噶一日隨見幾次，爾時定問「生善心否。」

善知識朗日塘巴也說：「女絨巴還有提到：不要待在原地，站起來走動走動，猛利提振精神，再繼續與煩惱戰鬥。可見他全部精神放在努力鬥煩惱上。」還有，應該像阿蘭若祖師所說：「日夜唯應觀察自心，除此之外，哪有其他重要事情？」若能依照這樣行持，對治煩惱之心就可以生起來了。據說不管同一天見到阿底峽尊者幾次，尊者每次都會問：「生起善心了嗎？」這是因為善心可以對治煩惱啊！

此諸煩惱如何斷者。謂癡罪重極難遠離，為餘一切煩惱所依。彼之對治，多修緣起，善巧生死流轉還滅。若能修此，則五見等一切惡見悉不得生。

如何斷除根本煩惱及隨煩惱呢？

愚癡是一種很嚴重、卻難以遠離的罪業，它也是其餘一切煩惱的根本。對治愚癡，應多多修習緣起之法，善巧地了解生死流轉及還滅的道理。若能依此修習，則五見（壞聚見、邊執見、見取見、戒禁取見、邪見）等一切惡見，都無從生起。

瞋與現後二世大苦，斷諸善根是大怨敵。如《入行論》云，「無罪能如瞋。」故一切種莫令生起，勵修忍辱，若不生瞋，則於現法，亦極安樂。如《入行》云，「若能勵摧瞋，此現後安樂。」

瞋恚會引發今生及後世的種種痛苦，毀壞我們多劫積累的善根，是真正的大怨敵。如《入行論》所說：「再沒有比瞋恚更嚴重的罪了。」因此，任何情況下都不要讓瞋恚心生起，應該勵修忍辱。若能不起瞋心，現世就能獲得安樂。如《入行論》所說：「若能勵力摧滅瞋恚，今生和來世都將得到安樂。」

貪愛能令先造一切善不善業，漸增勢力能生生死。又欲界者，從受用境，觸緣生受，味著生愛，應多修習內外不淨及貪欲塵所有過患，而正遮除。

貪愛能令先前所造作的一切善、不善業增長勢力，由此牽引而繼續在生死中流轉。欲界眾生，從受用境界上的觸緣生起受支，再由耽著感受而生起貪愛。對治的方法，應多修習內外的不淨觀，以及貪愛欲塵的所有過患，由此遮除。

世親大阿闍黎云，「鹿象蛾魚蠅，五類被五害，一害況恒常，近五何不害。」又易生難離，謂愛四事，利譽稱樂及於此等四相違品，意不歡喜。當修對治。此復總修生死過患，特修念死，即能退除。

世親大阿闍黎曾以比喻說明貪著五欲的後果。他說：「鹿、象、蛾、魚、蠅，這五種生物，分別代表我們會受到聲、香、色、觸、味五欲塵的吸引，而不斷在生死中輪迴受苦。貪著五欲中的任何一塵，尚且蒙受其害，更何況恆常親近五欲塵的眾生，豈能不遭傷害？」尤其，讓眾生易生貪著、難以捨離的是執著於世間八風，其中貪圖「利養、名譽、稱讚、快樂」四者，而對其相違的「衰敗、毀謗、譏諷、痛苦」四者，則心生不喜，極欲避之。因此，應當思惟這四種不離愛與乖離愛的過患，勤修對治；而且，總的應修習生死過患，特別修習念死無常，以去除世間八法的影響。

慢於現法最能障礙當生之道，及是當來奴賤等因，故應斷除。斷除道理，如《親友書》云，「當數思惟老病死，親愛別離及諸業，終不能越自受果，由對治門莫憍慢。」若於四諦三寶業果獲得定解，則不復生疑惑隨眠。

慢心最能障礙在現法中依照道諦學習步步增上，又是感得未來卑賤種性的主因，所以必須斷除我慢。對治的方法，如《親友書》中說：「應當經常思惟老、病、死、愛別離等世間八苦，以及造成苦果的業因，沒有人可以逃離自作自受的果報，由此對治憍慢。」

疑惑是指對佛法真理、善惡業力等生有猶豫，不能決定；其過患為障礙一切善行。因此，若能依法修習，對四諦、三寶、業果等法義內涵有了正確知見及信心，並獲得定解，就不會再生起疑惑隨眠的種子。

又睡眠，昏沉，掉舉，懈怠，放逸，無慚，無愧，忘念，不正知等，諸隨煩惱最易生起，障修善品，當知過患修習對治，率爾率爾令漸微劣。其過患者，如《親友書》云，「掉悔瞋恚及昏沉，睡眠貪欲並疑惑，應知如是五種蓋，劫善法財諸盜賊。」

睡眠、昏沉、掉舉、懈怠、放逸、無慚、無愧、忘念、不正知等二十種隨煩惱，其特點是：最容易生起，又會障礙修習善法。因此，應當認識其各別的過患，勤修對治，念念皆不放鬆地使它的力量漸趨微弱。隨煩惱的過患，如《親友書》中說：「掉悔、瞋恚、昏沉及睡眠、貪欲、疑惑等五種煩惱，應知是劫奪善法財的盜賊。」

《勸發增上意樂經》云，「若樂睡眠與昏沉，痰癰風病及膽疾，其人身中多增長，令彼諸界極擾亂。若樂睡眠與昏沉，集飲食垢腹不清，身重容顏不和美，所發言語不清晰。」又云，「若樂睡眠與昏沉，其人愚癡失法欲，凡稚退失一切德，退失白法趣黑闇。」《念住經》云，「諸煩惱所依，獨一謂懈怠，誰有一懈怠，彼便無諸法。」

《勸發增上意樂經》中說：「喜歡睡眠、昏沉的人，體內多痰，容易引發風病和膽疾，導致四大不調；如果喜歡睡眠與昏沉，體內將多積食物垢穢，容易導致腸胃不清，使得身體沉重，面無光澤，說話時口齒也不清晰。」又說：「喜歡睡眠、昏沉的人，愚癡性重，容易退失修法欲樂，凡庸無知致使一切功德很難生起，加上遠離善法，只有日漸趨向無明黑暗。」

《念住經》中說：「一切煩惱的所依，無非是由懈怠而來；一有懈怠，正法便無法積累。」

《集法句》云，「若行於放逸，即壞凡夫心，如商護財貨，智當不放逸。」《本生論》云，「捨慚為天王，意違於正法，寧瓦鉢蔽衣，觀敵家盛事。」《親友書》云，「大王應知念身住，善逝說為唯一過，故當勵力勤守念，失念則壞一切法。」《入行論》云，「雖諸具多聞，正信樂精進，由無正知過，而令有犯染。」不能如是斷諸煩惱及隨煩惱，然當不順煩惱，不執彼品，視如怨敵，是為現在必不容少，故應勵力攝對治品，破除煩惱，清淨自內所受尸羅。

《集法句經》中說：「行為放逸，會失壞自心。智者應當像商人善於護守財貨一般，謹慎而不放逸。」《本生論》中說：「要我捨棄慚愧心，違背正法，換得天王的享樂，那我寧願手持瓦鉢、身著破衣，到怨家門前去乞討，看著怨敵享受富樂，也不願意造此等罪。」

《親友書》中說：「大王！我們應該時時將身心安住在正念之上，佛說我們唯一的過失就是忘失正念。因此應當勵力守護正念，若失正念，就會失壞一切善法。」

《入行論》中說：「雖然具足多聞、正信、及精進等功德，但若缺乏正知來防護正念，則仍將因失念而心生煩惱，而易染犯罪行。」

如果還不能依照這些方法斷除煩惱和隨煩惱，至少不要隨著煩惱起舞，任由它增長、串習。應該不執著於貪等煩惱，而將它視為怨敵，這是現階段必不可少的。因此一定要努力修習各種對治品，破除煩惱，以維持自心戒律的清淨。

大覺窩弟子吉祥阿蘭若師謂內鄔蘇巴云，「智然，後有人問，汝弟子眾以何而為教授中心，則定答為已發神通或見本尊。然實應說於業因果漸漸決定，於所受戒清淨護持。」故修之成就，當知亦是無明等惑，漸趣輕微。

阿底峽尊者的弟子阿蘭若師，對他的弟子內鄔蘇巴說：「智然！以後有人問起：『你們這群弟子，以何為教授中心？』他們肯定回答是引發神通或親見本尊。其實應當說：『最重要的教授是對業果道理漸具

信解，對所受戒律也漸能清淨護持。』」所謂修行的成就，應知是無明等煩惱越來越輕才對。

能感現後二世純大罪苦，謂與他鬥爭。然於爾時一切眾苦，捨命強忍，其傷疤等返自顯示，謂此即彼時所傷。若斷煩惱發精進時，忍耐苦行，極為應理。

能夠招感今生和來世重大痛苦的業因，就是與人爭鬥。在戰場上爭鬥時，即使身體遭受莫大痛苦，也會拼命強忍；回來後，還會把身上傷疤拿出來炫耀：「這是在那次戰鬥時受傷的。」所以，如果在斷煩惱而須發起精進時，忍耐一時的小苦，應該是很合理的。

《入行論》云，「無義被敵所毀傷，若尚愛為身莊嚴，為大義故正精進，小苦於我豈為損。」若能如是戰勝煩惱，乃名勇士。戰餘怨敵如割死屍，雖不殺害自亦當死。《入行論》云，「輕蔑一切苦，摧伏瞋等敵，勝此名勇士，餘者如斬尸。」故又如論云，「住煩惱聚中，千般能安住，如野干圍獅，煩惱不能侵。」道所治品，莫令侵害而當勝彼。已說共中士道次第。

《入行論》說：「為了世間沒有意義的打鬥而為敵所傷，尚且自豪地把傷疤視為身體的榮耀；現在為了希求解脫和成佛的大義利而發起真實的精進，受點小苦，怎麼能算傷害？」若能這般刻苦而戰勝煩惱，才稱得上是勇士。戰勝世間其他怨敵，如同斬殺死屍一般，因為即使不加殺害，他也早晚會死，終究不過是一具屍體。《入行論》中說：「在鬥煩惱的過程中，若能輕忽任何痛苦，則必能摧伏瞋恚等敵人；能戰勝煩惱，才是真勇士。世間殺敵就如同斬屍一般，毫無意義。」又如《入行論》中所說：「即使身處煩惱群敵的環伺當中，仍能處之泰然；就像獅子被狐狸包圍，也毫無懼色一般。如此，煩惱又豈能侵害於我？」以上是說，要勇敢對治煩惱，不要怕受到它的侵害，而應當戰勝它。

以上共中士道修心次第，已全部宣說完畢。

P203L1～P204L1 敬禮至尊～樂諸世間。」

敬禮至尊成就大悲諸善士足。

如是恆長修習生死種種過患，見一切有如同火坑，欲證解脫息滅惑苦，由此希求策逼其意，學三學道，能得解脫脫離生死。又此解脫無所退失，非如善趣，然所斷過及所證德僅是一分，故於自利且非圓滿，由此利他亦唯少分，後佛勸發當趣大乘。故具慧者，理從最初即入大乘。如《攝波羅蜜多論》云，「無力引發世間利，畢竟棄捨此二乘，一味利他為性者，應趣佛乘由悲說。」又云，「知樂非樂等如夢，見癡過逼諸眾生，捨棄利他殊勝業，此於自利何精勤。」

正式進入上士道前，首先禮敬已經成就大悲心的殊勝士夫。

如之前依多門中長時修習生死的種種過患，則見三有猶如火坑，無一處可以安住；為欲證得能息滅一切煩惱、痛苦的解脫道，求得涅槃，即以迫切希求解脫之心，策勵自己精進修學戒定慧三學，從而能成辦徹底的斷除輪迴、獲得究竟解脫。這種解脫功德雖然已不會退失，不像有漏善趣，一旦福報窮盡還會退墮，然而即便證了阿羅漢，他所斷的過失和所證的功德都只是一部分；如此，連自利尚非圓滿，由此要利他，也只是少分而已。最終仍須經佛陀放光勸說，策發這些阿羅漢能進一步發菩提心，以進入大乘道行列。因此，真正具慧的行者，理應從一開始就選擇趨入大乘。如《攝波羅蜜多論》所說：「聲聞、緣覺既然無能力成辦一切有情的利益，就應徹底捨棄修習二乘之心；如果行者一心想利他，就該直接趣入以大悲心為體性的大乘道。」又說：「大乘菩薩以智慧觀見輪迴的苦樂猶如夢一般虛幻，了無自性，又看到眾生因無明愚癡之過而受到眾苦逼惱，因此油然生起大悲心，怎麼可能捨棄利他的殊勝事業，反而精勤於追求自利呢？」

如是見諸眾生墮三有海與我相同，盲閉慧眼不辨取捨，履步踳蹶不能離險，諸有成就佛種性者，不悲愍他，不勤利他不應正理。即前論云，「盲閉慧目步踳蹶，欲利世間有佛種，何人不起悲愍心，誰不精勤除其愚。」

如是，看到眾生和自己一樣，也漂墮在三有苦海中，如盲人般沒有慧眼，不知善惡取捨，舉步蹣跚地趨向險道。見此光景，具有大乘種性的菩薩，不悲愍眾生、不積極利他，怎麼說也不合理。如《攝波羅蜜多論》所說：「看到眾生盲無慧目，步履踳蹶地走向險處，發願要利益眾生的大乘菩薩們，誰還能不起悲心？不努力幫助眾生去除愚癡？」

當知此中，士夫安樂，士夫威德，士夫勝力，謂能擔荷利他重擔，唯緣自利共旁生故。故諸大士本性，謂專一趣注行他利樂，《弟子書》云，「易得少草畜亦食，渴逼獲水亦歡飲，士夫此為勤利他，此聖威樂士夫力。日勢乘馬照世遊，地不擇擔負世間，大士無私性亦然，一味利樂諸世間。」

應知，此處所說上士內心希望作的、上士的功德威力、上士的殊勝能力，都是指他能肩負利益眾生的重擔，如果只緣自利，和旁生又有什麼區別？所以，大士夫的本性，即專注於成辦他人的利益、安樂。《弟子書》中說：「無需辛苦地有一點草可以吃，有一點水可以喝，就感到滿足快樂，這是旁生的本性；然而大乘士夫卻不同於此，而是日夜精勤於利他，因此，大士夫能感得第一等的威德、安樂、和力量。如同太陽無私地遍照世界，驅除黑暗；大地平等地承載萬物，無所揀擇；大士夫無私的本性亦是如此，只有一味地利樂世間有情。」

P204L1~P205L1 如是見諸~而為進退。

如是見諸眾生眾苦逼惱，為利他故而發急忙，是名士夫亦名聰叡，即前書云，「見世無明煙雲覆，眾生迷墮苦火中，如救頭然意勤忙，是名士夫亦聰叡。」

看到眾生被眾苦逼惱，而發起急切救拔眾生的心，日夜奔忙、不辭勞苦，這種人才稱得上是大士夫、也叫智者。如《弟子書》中所形容：「見到眾生被無明黑雲遮蔽慧眼，見到眾生被煩惱迷亂墮入火

坑，大乘行者就像自己頭上著火，急急忙忙趕去救度，這種毫不為己而精勤利他者，堪稱為大士夫、大智者。」

是故能生自他一切利樂本源，能除一切衰惱妙藥，一切智士所行大路，見聞念觸，悉能長益一切眾生，由行利他兼成自利，無所缺少具足廣大善權方便。有此大乘可趣入者，當思希哉。我今所得誠為善得，當盡所有士夫能力，趣此大乘。此如《攝波羅蜜多論》云，「淨慧引發最勝乘，能仁遍智從此出，此是一切世間眼，具足照了如日光。」由種種門觀大乘德，牽引其意起大恭敬，而當趣入。

所以，大乘是出生自他一切利樂的本源、是消除一切煩惱衰損的妙藥、一切智者均從這條大道走向菩提；大乘行者的見、聞、念、觸，都能長養、饒益一切眾生，並在行利他的同時，也能一併成辦自利，無有所缺，具足了廣大的善巧方便。有如此殊勝的大乘法門可以趣入修學，應當思惟：實屬稀有難得。今天，我慶幸自己有此善根因緣，得以聽聞這個妙法，我當竭盡所能趣入大乘。正如《攝波羅蜜多論》中所說：「以清淨的智慧，能引發最殊勝的大乘之道，這是佛陀一切智智的出生處，是一切世間眾生的眼目，如同日光可以破除一切無明、黑暗、愚痴。」我們應由各種角度思惟觀察大乘的功德，以此引發修習意樂和恭敬心，並真正趣入大乘。

戊三、於上士道次修心

由是因緣於大士道次第修心分三，一、顯示入大乘門唯是發心，二、如何發生此心道理，三、既發心已學行道理。今初

己一、顯示入大乘門唯是發心

如是若須趣入大乘，能入之門又復云何。此中佛說二種大乘，謂波羅蜜多大乘與密咒大乘，除此更無所餘大乘。於此二乘隨趣何門，然能入門唯菩提心。

若要趣入大乘，首先應該知道什麼是能進入大乘之門？關於這點佛陀宣說了二種大乘，即波羅蜜多大乘（顯教）和密咒大乘（密教），

此外再沒有其他大乘了。對這二種大乘，不論趣向哪一種，其入門唯一途徑都是發「菩提心」。

若於相續，何時生此未生餘德，亦得安立為大乘人。何時離此，縱有通達空性等德，然亦墮在聲聞等地，退失大乘。大乘教典多所宣說，即以正理亦善成立。故於最初入大乘數，亦以唯發此心安立，後出大乘亦以唯離此心安立。故大乘者，隨逐有無此心而為進退。

在一位行者的心續中，何時能生起菩提心（此指世俗菩提心），即使沒有其他的功德，也能稱他為大乘行者；相反的，何時捨離了菩提心，即使他具有通達空性等功德，也只是聲聞緣覺乘，而不算大乘行者。對此，許多大乘教典多有宣說，而且透過正理也善能成立。所以，最初進入大乘，唯一是以發起菩提心而安立，後來退出大乘，也唯一是以退失菩提心而判定。因此，是不是大乘行者，完全是隨著有無菩提心而成進退。

P205L1~P206L1 如《入行論》~故當勤學。

如《入行論》云，「發菩提心剎那後，諸囚繫縛生死獄，然應稱為善逝子。」又云，「今日生佛族，今為諸佛子。」此說發心無間，即為佛子。

如《入行論》中說：「當發起菩提心的剎那，即使是仍被繫縛在生死輪迴中的凡夫，也應該被稱為佛陀之子」。《入行論》中又說：「今天發菩提心，今天就進入佛的家族，成為一切諸佛的真正佛子。」這是說發心之後，立即成為佛子。

《聖彌勒解脫經》云，「善男子，譬如破碎金剛寶石，然能映蔽一切勝妙金莊嚴具，亦不棄捨金剛寶名，亦能遣除一切貧窮。善男子，如是發起一切智心金剛寶石，縱離修習，然能映蔽聲聞獨覺一切功德金莊嚴具，亦不棄捨菩薩之名，能除一切生死貧窮。」此說雖未學習勝行，然有此心便名菩薩。

《聖彌勒解脫經》說：「善男子！譬如金剛寶石，縱使它破碎了，卻仍勝過其他一切勝妙的金飾，既不失其原來金剛寶石之名，它昂貴的價值也一樣能去除世間一切貧窮。善男子！同樣的，如果發起了

成佛利他的菩提心，就像金剛寶石一樣珍貴，即使尚未修學殊勝的學處，也仍然超越聲聞、獨覺一切如黃金般的功德，不僅具有菩薩之名，也能遮除一切世間的貧乏。」此說明，縱使未修習六度等殊勝菩薩行，但只要具有菩提心，便可稱為菩薩。

龍猛菩薩云，「自與此世間，欲證無上覺，其本菩提心，堅固如山王。」

龍樹菩薩說：「若想解決自己和世間一切有情的苦，需證得無上正等正覺，其之根本在於發堅固如須彌山的菩提心。」

《金剛手灌頂續》云，「諸大菩薩，此極廣大，此最甚深，難可測量，秘密之中最為秘密，陀羅尼咒大曼陀羅，不應開示諸惡有情。金剛手，汝說此為最極稀有，昔未聞此，此當對何有情宣說。金剛手答曰，曼殊室利，若有正行修菩提心，若時此等成就菩提心。曼殊室利，爾時此諸菩薩行菩薩行，行密咒行，當令入此大智灌頂陀羅尼咒大曼陀羅。若菩提心未圓滿者，此不當入，亦不使彼見曼陀羅，亦不於彼顯示印咒。」故法雖是大乘之法，不為滿足，最要是彼補特伽羅入大乘數。

《金剛手灌頂續》中說：「諸位大菩薩！這是非常廣大、甚深、難測、秘密、極密的陀羅尼咒大曼陀羅，不應該為惡劣的有情公開教授。文殊菩薩問：『金剛手菩薩！您說這最稀有、前所未聞的密法，應該對哪種有情宣講？』金剛手菩薩回答：『文殊菩薩！唯有已經進入菩提心正行而且獲得成就的人，才能聽聞。文殊菩薩！這些能行菩薩行和密咒行的菩薩行者，應該讓他們進入此大智灌頂的陀羅尼咒大曼陀羅。如果菩提心尚未圓滿者，就不應該進入密乘，不應該讓他觀看壇城，也不應向他顯示手印和咒語。』

由此可知，法雖然是大乘之法，但僅以「法是大乘法」尚不足以安立「人是大乘人」，最重要的是，這位修行者必須真正發起大菩提心，真正進入大乘的行列。

又大乘人依菩提心，假若此心僅有解了，大乘亦爾。若有此心德相圓滿，則其大乘亦成真淨，故當勤學。

大乘人是依著菩提心而安立的，如果對菩提心僅止於文字上的了解或口頭上宣講，那麼對大乘道的認識也不過限於文字相，依文解義而已。若能在心裡與菩提心相應，並達到真實圓滿的量，這大乘便真實且清淨了。所以，既然要走大乘之道，便要努力勤修菩提心。

P206L1~P207L1 如《華嚴經》～空性之義。

如《華嚴經》云，「善男子，菩提心者，猶如一切佛法種子。」當獲定解，故更釋之。此如水糞及暖土等，與稻種合為稻芽因，與麥豆等種子相合為彼芽因，故是共因。如麥種子任會何緣，終不堪為稻等芽因，故是麥芽不共之因。由此所攝水糞等事，亦皆變成麥芽之因。如是無上菩提之心，佛芽因中猶如種子，是不共因。解空之慧，如水糞等是三菩提共同之因。故《寶性論》云，「信解大乘為種子，慧是能生佛法母。」謂菩提心如父之種，證無我慧如同慈母。如父是藏人，決定不生漢胡等子，父是子姓決定之因。母是藏人生種種子，故是共因。

如《華嚴經》上說：「善男子！菩提心種是一切佛法的根本。」這句話意義重大，為獲得堅固的信解，所以下面更詳細來解說。

譬如，以水、肥料、土壤與陽光等，與稻種和合，即為長出稻芽的因；若與麥子、豆子等種子和合，則成為長出麥芽、豆芽的因。所以，水、肥料、土壤與陽光等，是稻、麥、豆發芽的共同因。麥種子不論遇到什麼外緣，一定不可能長成稻芽或豆芽來，所以麥種子是長出麥芽的不共因。有了麥種子，再加上其他相關的水、肥料等則是長出麥芽的共同之因。同樣的道理，在成就佛芽的眾多因素中，唯有無上菩提心，就像種子一般是成佛的不共因；而了悟空性的智慧，就如同水、肥料等順緣般，是成就三種菩提(聲聞菩提、獨覺菩提、無上菩提)的共同因。所以《寶性論》中說：「信解大乘並發起菩提心是大乘的種子，空性智慧是圓滿佛法的母親。」這是說，菩提心如同決定種性的父親，通達空性慧則猶如母親。譬如：父親是藏人，一定不會生出漢人、胡人等的孩子，因為父親是決定孩子種姓的不共因；母親是藏人，所生的孩子因父親的緣故，不一定是藏人，所以母親是共因。

龍猛菩薩云，「諸佛辟支佛，諸聲聞定依，解脫道唯汝，決定更無餘。」此讚般若波羅蜜多，聲聞獨覺亦須依此，故說般若波羅蜜多為母，是大小乘二子之母。故證空慧，不能判別大乘小乘，以菩提心及廣行而分判之。《寶鬘論》云，「諸聲聞乘中，未說菩薩願，大行及回向，何能成菩薩。」此說不由見分，當以行分。

龍猛菩薩說：「無論是佛、緣覺、聲聞等乘，不管是三乘中哪一乘，最後都要依「般若波羅蜜多(空性智慧)」才能解脫，除此之外別無他法。」此處是讚嘆般若波羅蜜多，不僅大乘道需要它，聲聞、緣覺也以之為根本。所以說，般若波羅蜜多，如同大小二乘共同的母親；因此，單靠證得空性慧不能分判大乘、小乘，唯有以菩提心和依菩提心所行的廣行，才能夠辨別大乘、小乘。《寶鬘論》說：「在聲聞乘中，並不說菩薩的誓願、廣行及迴向，怎麼可能成為菩薩？」可見判分大乘、小乘，不是由見解，而是以願行來辨別。

如是證空性慧，尚非大乘不共之道，況諸餘道。故若不以菩提心為教授中心而正修習，僅於起首略憶文句，而於餘道微細一分多般重修，顯然於法知見太淺。

倘若連證得空性智慧，尚不能成為大乘的不共之道，何況其他法門呢？因此，如果不把菩提心當成教授中心而認真地修習，僅僅於一開始修法時，跟著儀軌略略憶念一下文句，而將主力多放在般重修習其他支分上，卻以為這樣就是大乘，那顯然是對法的認識太過膚淺之故。

總如生子俱須父母，道支圓滿亦須方便智慧二品。特須方便上首發菩提心，智慧上首通達空性。設修一分而未全修，若唯希求解脫生死，於奢摩他須莫誤為毘鉢舍那，善修無我空性之義。

總之，就像孩子出生，同時需要父與母；道體要能圓滿，也必須雙具方便與智慧二品。方便品最重要的就是發菩提心，智慧品則以證得空性為最主要。倘若僅修其一而沒有完整地修習，就好比唯獨希求自我解脫的小乘，若將奢摩他(定)，誤作毗鉢舍那(慧)而修，是不可能證得空性智慧的。

然若自許是大乘者，是則必須修菩提心，如慈尊云，「智不住三有，悲不住寂滅。」以慧遮止墮生死邊，以悲遮止墮寂滅邊，慧不能遮墮寂滅故，不墮有邊小乘有故，菩薩道者，正所斷除墮寂邊故。

如果自許是大乘行者，就一定要修菩提心。如彌勒菩薩所說：「有智慧的行者，不會再為三有所困；具大悲的行者，則不願安住寂滅邊，而是勵行一切利他事業。」這是說，要想遮止墮於生死輪迴中，應以智慧為方便；而要想遣除墮於寂滅中，應以菩提心為方便，智慧是無法遮除墮入寂滅邊的。斷除生死輪迴的智慧，小乘也有；然而有智無悲，很容易就進入沈空滯寂的狀態。因此，身為菩薩道之大乘行者，更要證得寂滅而不墮寂滅，而是住在三有世間來利益一切有情。

解佛密意堪為定量諸佛子等，若有如此寶貴之心，於內生起執為希有，歎生如此希有妙道，若內心生愚夫所愛微分功德，則不執為如是希奇。

真正能如理如量了達諸佛密意的菩薩們，若見有人內心生起如此寶貴的菩提心，則會認為稀有，讚歎此人生起了如此稀有的妙道；如果只是生起一般愚夫所愛執的八風、神通等微分成就，菩薩不會以為稀奇。

《入行論》云，「餘自利不起，利益有情心，此希勝心寶，先無今得生。」又云，「豈有等此善，何有此知識，豈有如此福。」又云，「誰發勝心寶，即禮彼士身。」又云，「從搖正法乳，出此妙醍醐。」此說是出佛語心藏勝教授故。

《入行論》說：「其他那些只求自利的人，是生不起這樣廣利有情的心的。真正利他的菩提心才是稀有、殊勝的珍寶。若過去沒有的菩提心，現在竟然生起了，應該歡喜啊！」又說：「天底下沒有任何一樣東西可以跟菩提心相比的。要得到菩提心一定要依止善知識，沒有善知識的引導，是絕無可能得到如此不可思議的功德的。」又說：「誰能發起勝妙的菩提心寶，誰就是我們禮敬的對象。」又說：「不

停地思惟修習正法，才能提煉出醍醐般的菩提心精華。」這說明了菩提心就是最殊勝的核心教授、佛語精髓。

是故吉祥阿底峽尊者持中觀見，金洲大師持唯識中實相之見，然菩提心依金洲得，故為師中恩最重者。若有了解聖教扼要，觀此傳記，於道扼要有大了解。

舉例來說，阿底峽尊者持中觀見，他的老師金洲大師是持唯識裡的實相之見。以見衡量，儘管中觀見比唯識見還要高，但因為尊者的「菩提心」與道次第教授來自金洲大師，因此特別尊崇金洲大師為恩德最大的上師。若對聖教的扼要有所了解，看過尊者這段傳記，應能對修道的關鍵得到深刻的體會。

若勤修此生真實心，雖施烏鴉少許飲食，由此攝持亦能墮入菩薩行數。若無此心，縱將珍寶充三千界而為布施，亦不能入菩薩之行。如是淨戒乃至智慧，修諸本尊脈息明點等，皆不能入菩薩之行。

如果經由勤修而能生起真實的菩提心，那麼即使只是給烏鴉少許的食物，但由於菩提心的攝持，這個行為就能稱為菩薩行。反過來，如果沒有這種發心，即使將三千大千世界所有珍寶拿來佈施供養，也不能算是菩薩。不只是布施，其餘持戒等五度，以及密乘中修持本尊、氣脈、明點等所有修行都一樣，若無菩提心攝持，都不算菩薩行。

猶如世說刈草磨鎌，若此寶心未至扼要，任經幾久勵修善行，無甚進趣，如以鈍鎌刈諸草木。若令此心至於扼要，亦如磨鎌雖暫不割使其鋒利，其後刈草雖少時間，能刈甚多。一一剎那亦能速疾淨治罪障，積集資糧，雖微少善能令增廣，諸將盡者能無盡故。

就像世人割草，須先把鎌刀磨利，才能事半功倍。修菩提心，如果沒有修到如理如量正確的內涵，那麼即使多劫中努力修持善行，進展也有限；就好比拿鈍的鎌刀割草一樣，怎麼割也割不下。如果一開始便能把握住勤修菩提心，待達到一定心量，那時修道的進程將極為快速。就像割草這件事，先不必忙著去割草，應先努力磨刀，把刀磨至鋒利了再去割，很快就能割下很多了。同樣地，發起菩提

心之後，再修餘行，則每一剎那都能快速地淨除罪障、積聚資糧，而且即便是小善也能增長廣大，連即將窮盡的善根也因此能增長無盡。

P208L1～P208LL1 《入行論》云～發欲證心。

《入行論》云，「大力極重惡，非大菩提心，餘善何能映。」又云，「此如劫火一剎那，定能燒毀諸罪惡。」又云，「若思為除療，諸有情頭痛，具此利益心，其福且無量。況欲除一一，有情無量苦，欲為一一所，成無量功德。」又云，「餘善如芭蕉，生果即當盡，菩提心樹果，恆無盡增長。」

《入行論》說：「只有圓滿的大菩提心，才能淨除往昔所造的重大惡業，除此之外其他善業都無法遮蔽重罪。」又說：「菩提心如同劫末大火，一下子可以燒毀所有罪惡。」又說：「僅是在心裡作念，願以自己的頭痛代替眾生的頭痛，這顆利他的心就已經種下無量福報；何況是發了菩提心，誓願要淨除所有眾生的一切痛苦，如此的發心，必將成就無量無邊的功德。」又說：「其餘普通的善行，就像芭蕉一樣，一次生果之後便立即枯萎、窮盡；而以菩提心攝持的善，好比如意樹，永遠不枯萎，而且還能恆時增長、沒有窮盡。」

己二、如何發生此心道理

第二如何發生此心道理分四，一、由依何因如何生起，二、修菩提心次第，三、發起之量，四、儀軌受法。

庚一、由依何因如何生起

初中有三，初從四緣發心道理者。若見諸佛及諸菩薩難思神力，或從可信聞如是事，依此發心，謂念所住所修菩提有大威力。雖無如是若見若聞，而由聽聞依於無上菩提法藏，信解佛智而發其心。

菩提心要如何策發它生起？

下面將從四緣發心、四因發心和四力發心來分別說明。

一、四緣發心。先說發心的緣由有四：

(一) 親自看到諸佛菩薩不可思議的大威神力，或是從可信賴者那兒聽到這種神變力的事蹟，心想：無上菩提具有大威德力，能令修習者成就如此神通威力，進而產生隨喜並發起菩提心。

(二) 雖然沒有親見或聽人述說，但從聽聞大乘法藏，對於佛陀智慧產生信解，進而發起菩提心。

雖未聞法，由見菩薩正法將滅，便作是念而發其心。謂念如是正法久住，能滅無量有情大苦，我為令此菩薩正法久安住故，定當發心。雖未觀見正法欲滅，然見惡世上品愚癡，無慚無愧嫉妬慳等，便作是念，於此世中，雖於聲聞獨覺菩提能發心者，尚屬難得，況於無上菩提發心。我且發心餘當隨學，見難發心而發其心，共為四種。

(三) 雖然沒有如前所說聽聞無上正法，但由於見到菩薩正法即將隱沒，心中思惟到：正法若能長久住世，便能滅除無量有情的生死大苦。我應該為大乘正法的長久住世，一定要發菩提心。

(四) 雖未觀見正法即將隱沒，然而見到五濁惡世的眾生被極度的愚痴、無慚、無愧、嫉妒、慳吝等煩惱纏縛，心中便思惟：在這個末法時代，若能發起聲聞、緣覺的出離心已屬難得，何況是要發無上菩提之心。接著思惟，我應當策發自己生起難得的菩提心，其他應學的學處再隨分隨力的去學，越是困難越要發心。以上就是四種發心的緣起。

發心之理，論說於大菩提發心，故是發心欲證菩提。

發甚麼樣的心呢？經論當中都是說「於大菩提發心」，由此可見，所謂「發菩提心」是指發心希求證得菩提。

由何緣者，初由見聞希有神變生希有想，念我當得如是菩提。第二謂從說法師所，聞佛功德先生淨信，次於此德發欲證心。

由何因緣發心？再簡短收攝如下：

由第一緣發心：從見聞諸佛菩薩希有的威神力，以此為緣，生起欲得之想而發心：我將來也要獲得同等的成就。

由第二緣發心：從說法師那裡聽聞到佛陀功德，先是生起了清淨信解，然後對於佛的功德發起欲證之心。

P208LL1～P210L1 第三謂由～與利他故。

第三謂由不忍大乘聖教遷滅，於佛妙智發欲得心。此中由見聖教不滅則能滅除有情大苦，亦緣除苦而發其心，然其發心主要因緣，是由不忍聖教寢滅，若不爾者，則與下說依悲發心有重複過。第四由見此心大利極為希貴，正由此緣之所激動，便於佛所發欲得心。

由第三緣發心：由於不忍大乘聖教衰微，發起要證得佛陀妙智的誓願。因為唯有聖教不滅，正法久住，才能滅除無量有情的大苦。所以這當中也有緣於為有情除苦而發心，不過，此處發心的主要因緣，應是「不忍聖教將滅」。否則，會與下面所說的依大悲而發心，有重複的過失。

由第四緣發心：由於見到菩提心具大利益、大功德，極為稀有珍貴，由此因緣而發起希求證得佛果的心。

又此發心，由於菩提發欲得心而為建立，非就所為而為安立。若不於佛功德修信，則於佛位不希證得。不能滅除於辦自利執唯寂滅為足之心。

以上所說的四緣發心，都是基於對菩提生起欲得之心而安立的，並不是已經利益一切眾生、証得佛果而安立。如果不先對佛的功德修持信心，對於佛果位就不會有希求證得之心，如此便無法避免「只求自利，以成辦寂滅為滿足」的執著（也就是不能遮止落入二乘為足之心）。

若由修習慈悲門中，見於利他須大菩提，欲得佛者，此能遮遣於利他中執唯寂滅為足之心，不能遮前滿足執故，又無餘法能遮彼故。又於自利執唯寂滅為足之心，非不須遮，以於

小乘唯脫生死，唯有一分斷證功德，其自利義不圓滿故。又此雖脫三有衰損，然未解脫寂滅衰故，又經宣說圓滿自利是佛法身故。故於佛德淨修信已則能觀見，況云利他，即辦自利。若不得佛亦必不可，是為不退小乘最大因緣。

若是藉由修習慈悲，見到利他事業須要大菩提心，從而發起要成佛的欲求心，這樣雖然可以避免在行利他時，執著那種以寂滅為滿足的心，卻無法遮除前面所說的「只求自利」的執著，而且也沒有其他辦法可以遮止希求寂滅為足的心。

這裡不是說「以自利的理由而產生執寂滅為足的心」不須要斷除，而是說小乘雖可解脫輪迴，但因為只有部分斷證功德，所獲自利並不圓滿。換句話說，雖然小乘阿羅漢已經解脫了三有的衰損，可是尚未能避免寂滅（沉寂滯空）的衰損，所以經典指出，「唯有佛陀的法身才算是自利圓滿」。因此，對佛功德修持淨信心之後，才能真正看見：欲求圓滿自利，必須成佛。何況要圓滿利他的事業，如果不得佛果，是無法圓滿自利利他的。真正懂得這層道理，才能避免退失大乘，墮入小乘。

又前所說初二發心，曾未見說慈悲所引，諸餘經論亦多僅說見佛色身法身功德，引起欲得成佛之心名曰發心。又說誓願安立一切有情成佛亦名發心。故此二中，雖一一分亦應預入發心之數。

發心的四種因緣中，前兩種因緣所說的發心，並沒有涉及是因為慈悲所引起的，而在其他經論中也多說，只要是緣見佛陀色身及法身的功德而引發出欲求成佛的心，就稱之為發心。經論中又說，誓願將一切有情都安立於佛位，也叫做發心。所以，無論是緣「佛陀功德」或是緣「為利有情」而欲成佛的這兩種發心，即使只是這兩者中的一分，也應算是發菩提心。

圓滿一切德相發心者，僅見利他必須成佛，引起欲得成佛之心猶非滿足，即於自利，亦見成佛必不可少而引欲得。又此亦非棄捨利他，亦須為求利益他故，《現觀莊嚴論》云，「發心為利他，欲正等菩提。」此說雙求菩提與利他故。

然而想要圓滿一切德相的發心，如果只是觀見利他功德必須成佛，而生起欲得佛果之心，這還不夠，應當是：在自利方面也必須看到成佛才能圓滿自利的事實，由此發起欲得佛果之心。這個意思並不是鼓勵大家要棄捨利他，而是為了圓滿利他更要努力達到成佛的目標。《現觀莊嚴論》中說：「發心為了利他，欲求無上正等菩提。」為了自利成就佛果，也為了利他，所以發心要具足這兩者因緣，才叫做發菩提心的圓滿德相。

P210L2~P211L1 二從四因～是為七種。

二從四因發心者。謂種姓圓滿，善友攝受，悲愍有情，而不厭患生死難行，依此四因而發其心。

二、四因發心

又發心有四因：

- (一)大乘種性圓滿：即指有足夠的善根，菩薩的種性具足。
- (二)善友攝受：指得蒙諸佛菩薩、善知識的慈悲攝受，與同行善友互相扶持。
- (三)悲愍有情：指對眾生常起悲愍。
- (四)不厭患生死難行：指不怕多次受生度眾的苦行，難行能行，心無怯弱、畏懼。

應依以上這四個因來策發菩提心。

三從四力發心者。謂由自功力欲大菩提，是名自力。由他功力希大菩提，是名他力。昔習大乘，今暫得聞諸佛菩薩稱揚讚美而能發心，是名因力。於現法中親近善士，聽聞正法、諦思惟等長修善法，名加行力。依此四力而發其心。

三、四力發心

發心有四力：

- (一)若由自身用功的力量發起希求大菩提的心，稱為自力發心。

(二)若由他人之力而發起求證佛果的心，稱為他力發心。

(三)若因宿世曾修習大乘的善因，今生一聽到諸佛菩薩的功德，即能心生讚歎而速發大菩提心，稱為因力發心。

(四)於現世中親近善知識、聽聞正法、諦聽思惟等，長期修習各種善法，由此加行而發起大菩提心，稱為加行力發心。

應依以上這四種力而發起大菩提心，即從四力發心。

《菩薩地》說依上總別八種因緣，若由自力或由因力，而發心者是名堅固。又由依止此諸因緣，或由他力或加行力，而發心者名不堅固。如是善知總諸聖教及大乘教，將近隱滅，較諸濁世最為惡濁，現於此世應當了知至誠發心極為希少。當依善士聽大乘藏，諦思惟等，勤修加行。非唯他勸，非隨他轉，非為仿效其規式等，當由自力至誠發心樹立根本，以其菩薩一切諸行皆依此故。

《菩薩地》中說：依循上述總別的八種因緣(即四因加四緣)，再加上四力中，由自力或因力而發起的菩提心，稱為堅固發心；若由他力或加行力而發起的菩提心，則是不堅固發心。我們應當要正確地了解，現在是五濁惡世中最惡劣的時代，整個聖教，特別是大乘教法將近隱沒，這個時候能夠至誠發菩提心的人確實極為稀少。所以，我們應該依止大乘善知識，聽聞大乘法要，諦察思惟等勤加修行；而不只是因他人勸說、隨聲附和而發心，也不是仿效某種規矩或形式，而是靠自己內心的力量，至誠懇切地發起真實菩提心，樹立起大乘道的根本，因為菩薩的一切行持，都靠著菩提心來實踐。

庚二、修菩提心次第

第二修菩提心次第者，從大覺窩所傳來者現分二種。一、修七種因果教授，二、依寂天佛子著述所出而修。今初

辛一、七種因果教授

七因果者，謂正等覺菩提心生，此心又從增上意樂，意樂從悲，大悲從慈，慈從報恩，報恩從念恩，憶念恩者從知母生，是為七種。

修學菩提心的次第，從阿底峽尊者傳下來的教授有兩大傳承：一是金洲大師傳給阿底峽尊者的七重因果教授，一是寂天菩薩《入行論》中所傳授的自他相換的修法。

所謂「七因果」，通常說是六因一果，加起來一共七個。首先提到「正等覺」，此即為圓滿的佛果。要成辦正等覺佛果，須先策發起菩提心，而要想發起菩提心，要先生起增上意樂；要想生起增上意樂，須先生起大悲；而大悲是從大慈生起；大慈從報恩生；報恩從念恩生；念恩推到第一步，從知母生起；這七重關係（知母、念恩、報恩、大慈、大悲、增上意樂、菩提心）環環相扣，稱為七重因果。

P211L2~P212L1 初中有三~集聚資糧。」

壬一、於其漸次令發定解

此中分二，一、於其漸次令發定解，二、如次正修。初中分二，一、開示大乘道之根本即是大悲，二、諸餘因果是此因果道理。

癸一、開示大乘道之根本即是大悲

初中有三。初重要者，若由大悲發動心意，為欲拔除一切有情出生死故起決定誓，若悲下劣不能如是。故荷盡度眾生重擔，賴此悲故，不荷此擔便不能入大乘數故。

七因果教授分二：一、說明七因果之次第令發決定定解。二、依次正修。初中分二。一、說明大乘道的根本即是大悲心。二、七因果中其他因果是引發大悲的因或是大悲生起後產生的果。

一、大悲是大乘道的根本，在修習的初中後期都很重要

初重要

若由大悲的力量策動自心，為能救拔一切有情出離輪迴而發起決定誓願；如果悲心微弱，則不能發如是願。因此，荷負救度一切眾生之擔，完全要靠大悲心；如果不能擔起這個重擔，那不算大乘人。所以，大悲心於初發心，最為重要。

悲初重要，如《無盡慧經》云，「大德舍利弗，又諸菩薩大悲無盡，所以者何，是前導故。大德舍利弗，如息出入是人命根之所前導，如是諸菩薩所有大悲，亦是成辦大乘前導。」《伽耶經》云，「曼殊室利，諸菩薩行，云何發起，何為依處。曼殊室利告曰，天子，諸菩薩行，大悲發起，有情為依。」若不修學至極廣大二種資糧，終不能滿如是誓願，觀見是已轉趣難行廣大資糧，故為轉入諸行所依。

《無盡慧經》中說：「大德舍利弗！為什麼菩薩的大悲沒有窮盡？因為大悲是佛子行的前導之故。大德舍利弗！猶如呼吸是人命根的前導，同樣地，菩薩的大悲也是成辦大乘的前導。」《伽耶經》中，天子請問文殊師利菩薩：「菩薩行要如何發起？什麼是菩薩行的依處？」文殊菩薩回答：「天子！菩薩行乃由大悲發起，以有情為依處而增長無盡（一直緣著苦惱有情）。」如果不修學「至極廣大」的福、智二資糧，終究不能圓滿度盡眾生的菩薩誓願。看到了這點，菩薩願意轉而投入難行的菩薩行，以成辦無量無邊的功德。所以大悲心在初發心至極重要，因大悲心正是行廣大菩薩行的所依。

中重要者。如是一次發如是心趣入正行，然因有情數量眾多行為惡暴，學處難行，多無邊際經劫無量，見已怯畏退墮小乘，非唯一次發起大悲，應恆修習漸令增長。於自苦樂全不顧慮，於利他事毫無厭捨，故易圓滿一切資糧。

中重要

縱能一次發起如是的大悲心，趣入菩薩正行（大菩提心相應的行為叫菩薩行），但見到有情數量無可計數，行為粗暴惡劣，學處又極為難行，內容數量無有邊際，尚須歷時無量時間，於是心生怯弱，而退墮到小乘中。因此，不是僅僅一次發起大悲心，就能肩負起救度眾生的重擔，而是中間須恆常修習，數數發心，使大悲逐漸增長。由於悲心堅固，才能在行菩薩道中，對自己的苦樂完全不顧慮，對一切利他事業毫無厭捨，因此才容易圓滿一切菩提資糧。

如《修次初篇》云，「如是菩薩大悲所動，全不自顧，極欲希求利益他故，而能趣入至極難行，長夜疲勞集聚資糧。」

如《修次初篇》中說：「由於菩薩被大悲心所推動，完全不顧自己，一心只想利益他人，故能趣入至極難行的菩薩行中，安忍長夜的身心勞苦，精勤累積資糧。」

P212L1~P212LL1 如《聖發生信力經》～為勝教授。

如《聖發生信力經》說，「其大悲者，為欲成熟一切有情，全無苦生是所不受，全無樂生是所不捨。」若趣如是極大難行，不久即能圓滿資糧，決定當得一切智位，是故一切佛法根本唯是大悲。」

就像《聖發生信力經》上所說：「菩薩由於大悲，為了成熟一切有情，沒有一種苦不能接受，沒有一種樂不能捨棄。」如果真能趣入這樣難行的菩薩行，不需要很長時間，即能圓滿資糧，速得一切智智的佛位。所以說，一切佛法的根本唯是大悲心。」

後重要者。諸佛獲得果位之時，不如小乘而住寂滅，盡虛空住義利眾生，亦是由於大悲威力，此若無者同聲聞故。如《修次第中篇》云，「由大悲心所攝持故，諸佛世尊雖得圓滿一切自利，盡有情界究竟邊際而善安住。」又云，「佛薄伽梵無住大涅槃，因即大悲。」

後重要

大悲心不止於初、中期重要，於後期也非常重要。諸佛成就果位之後，不會像小乘安住在寂滅中，而是發願在虛空未盡之前，恆時不斷地利益眾生，這就是因為大悲心的緣故。若無大悲，佛就和聲聞小乘沒什麼差別了。就如《修次中篇》所說：「由於大悲心的攝持，諸佛雖已圓滿一切自利，卻仍然安住於有情界中恆常不斷地濟度眾生。」又說：「佛證得無住大涅槃，盡未來際利樂一切有情，即由大悲之故。」

譬如稼禾初以種子，中以雨澤，後以成熟而為最要。佛之稼禾，初中後三，悲為最要。吉祥月稱云，「以許悲為佛勝苗，初如種子增如水，長時受用如成熟，是故我先讚大悲。」

譬如莊稼，初期要有種子播下，中期要有雨水潤澤，後期要能果實成熟，這樣才會有好的收成，稱為三階段重要。同樣的道理，要想成就圓滿的佛果，無論初、中、後期哪個階段，都應以修持大悲為最重要。月稱論師在所造《入中論》的起始讚頌文中，首先禮讚大悲心。月稱論師說：「對於希求殊勝佛果的大乘行者來說，修持大悲的重要性，初期猶如種子、中期猶如雨水、以及後期果實成熟，成為眾生受用不盡，任何階段大悲不可或缺。由於大悲在修學大乘道的期間，不論是初、中、後期任何階段中都十分重要，故我先禮讚大悲心。」

由見此義，《正攝法經》云，「世尊，菩薩不須學習多法。世尊，菩薩若能善受善達一法，一切佛法皆在其手。一法云何，所謂大悲。世尊，由大悲故，一切佛法皆能自來菩薩手中。世尊，譬如轉輪聖王輪寶所至，一切軍眾皆至其處。世尊，如是菩薩大悲所至，一切佛法咸至其所。世尊，譬如命根若在，餘根亦在。世尊，如是大悲若在，菩提餘法亦當生起。」

由於觀見大悲心在成就佛果的初中後三階段中最為重要，《正攝法經》中便說：「世尊！菩薩不需要學習太多法門。世尊！菩薩只要好好受持一法、通達一法，那麼一切佛法就盡在其中了。這一法是什麼呢？就是大悲。世尊！由於大悲，菩薩自然能獲得一切佛法。大悲心就像轉輪聖王的輪寶，輪寶走到哪裡，軍隊就護持到哪裡。世

尊！大悲心所到之處，一切佛法也都聚集在該處了。世尊！好比命根在，其他諸根就在。同樣地，大悲若在，其餘菩提分法也都會生起。」

若於如是勝道扼要無邊教理之所成立，獲得定解，於菩薩心根本大悲所有法類，何故不執為勝教授。

如果能對這些以無邊教理所成立的勝道宗要獲得定解，那麼對菩提心根本的這個大悲心相關的法類，怎麼能不作為我們修學的中心呢？

P212LL1～P213LL1 故如響那～因果無定。

故如響那窮敦巴說，「於覺窩所雖請教授，終唯教云，捨世間心，修菩提心。」善知識敦巴譏笑告曰，「此是掘出覺窩所有教授中心。」知法扼要，獲決定解，唯此最難。故應數數集聚淨治，閱《華嚴》等諸大經論，求堅定解。如吉祥敬母云，「尊心寶即是，正等菩提種，唯尊知堅實，餘凡莫能曉。」

過去如響那窮敦巴就說：「每次向阿底峽尊者請求教授佛法之精要？尊者總是教誡：『捨離世間心，修習菩提心』。」善知識種敦巴笑著說：「挖到寶了！這正是尊者所有教授的心要所在啊！」要真正了知佛法的扼要，並對其產生定解，這絕對是最困難、也是最重要的事。如果暫時還無法生起菩提心，就應當數數積集資糧、淨治罪障，並多閱讀《華嚴經》等諸大經論，以求堅定的勝解。正如馬鳴菩薩所說：「世尊的中心教授即是菩提心，這就是正等覺菩提的種子，但只有佛才通達它的精要，其餘凡夫是無法知曉的。」

癸二、諸餘因果是此因果之理

第二諸餘因果是此因果之理。初從知母乃至於慈，為因之理者。總欲離苦，數數思惟其有情苦即能生起。然令此心易生猛利及堅固者，則彼有情先須悅意愛惜之相。如親有苦不能安忍，怨敵有苦心生歡喜，親怨中庸若有痛苦多生捨置。

二、說明諸餘因果是此因果之道理（以知母、念恩、報恩、慈心作為悲心之因；而增上意樂、菩提心為悲心之果的道理）。

首先，為什麼知母、念恩、報恩、悅意慈，是大悲心的因？總說起來，如果僅是希望他人離苦的善心，那麼不斷思惟有情所受之苦，就能生起。但是若要讓這種心容易生起、並且猛利、堅固，就必須要先對有情觀為悅意、可愛之相並加以珍惜。譬如，一般人看到親友受苦，就無法安忍；看到怨敵受苦，反而心生歡喜；看到非親非怨的中庸者受苦，則根本視若無睹，多生棄捨。

其中初者，因有可愛，此復隨其幾許親愛，便生爾許不忍其苦，中下品愛下品不忍，若極親愛，雖於微苦亦能生起廣大不忍。見敵有苦，非但不生欲拔之心，反願更大願不離苦，是不悅意相之所致。此亦由其不悅大小，於苦歡喜而成大小。親怨中庸所有痛苦，既無不忍亦無歡喜，是由俱無悅非悅意相之所致。

先說第一種情形，我們無法忍受親友受苦，原因是有可愛相作祟的緣故，而且隨著親愛程度的多寡，會產生不同程度的不忍。若是中、下的親愛，就生起小不忍；若是極度的親愛，那麼即使對方只受到些微痛苦，我們也會生起極度的不忍。第二種情形，看到怨敵受苦，我們非但不會有幫他除苦的心，反而希望他痛苦加重、最好不要離苦，這是由於不悅意相所導致的結果；而且不悅意程度的大小，會對怨敵所受之苦，生起大小不同的歡喜心。第三種情形，看到非親非怨一般人受苦，我們既無不忍，也無歡喜，這是因為對他沒有攙入悅意、或不悅意的情緒，所以不痛不癢、沒有感覺。

如是應知，修諸有情為親屬者，是為令起悅意之相。親之究竟是為慈母，故修知母，憶念母恩，及報恩三，是為引發悅意可愛。愛執有情猶如一子，此悅意慈是前三果。由此即能引發悲心。欲與樂慈及拔苦悲，因果無定。

由此可知，觀修一切有情為自己的親友，目的是為了對他們能生起悅意之相。與我們最親的人莫過於慈母，因此，修習知母、念恩、報恩這三者，將能對有情引發起悅意、珍愛之心，繼而視一切有情如獨子般愛護，這「悅意慈」就是前三者(知母、念恩及報恩)的果。有了悅意慈，就能引發悲心。

想要給眾生安樂的慈心(與樂慈)和想要拔除眾生痛苦的悲心(拔苦悲)，二者之間，沒有孰為因孰為果的必然關係，換言之，可以由慈

生悲，也可以由悲生慈；但大悲卻一定是由悅意慈心而生，多一分悅意慈，就多一分大悲心。

P213LL1～P215L1 故知母等～一切種智。

故知母等三種所緣，即是與樂慈及拔苦悲二者根本，故於此中當勤修學。又發心因，修諸有情皆為親者，是月稱論師及大德月，蓮花戒論師等之所宣說。

由此可知，知母、念恩、報恩三者，既是與樂慈與拔苦悲的因，也是慈心與悲心的根本，所以，對這三者應當勤加修學。「把一切有情當作親眷，即是發菩提心的因」，在月稱論師所著的《四百論釋》、大德月論師的《弟子書》、以及蓮花戒論師的《修次中篇》中都有宣說。

增上意樂及以發心為果之理者。由其如是漸修其心，悲心若起，便能引發為利有情，希得成佛，即此便足，何故於此添增上心。欲令有情得樂離苦，慈悲無量聲聞獨覺亦皆有之，若自荷負一切有情與樂拔苦，則除大乘決定非有，故須發此心力強勝增上意樂。是故僅念一切有情云何得樂云何離苦，非為滿足，須自至誠荷此重擔，故當分辨此等差別。

三、由大悲引發增上意樂和發菩提心的道理（此處說明：為何增上意樂和發菩提心是大悲的果。）

首先，如此漸次修習知母、念恩、報恩、悅意慈，如果生起了悲心，便能發起為利有情願能成佛的意樂，這樣已經夠了，何需在修悲之後，多加一個增上意樂呢？回答：因為希望有情能夠得樂、離苦的慈無量與悲無量，小乘的聲聞、獨覺也有；但若要親自擔負一切有情與樂拔苦的重擔，則除了大乘行者外再無他人。因此必須先發起這種強猛增上意樂的悲心，才可能生起菩提心。所以，僅僅思惟如何讓一切有情離苦得樂還不夠，必須真正發自內心，至誠懇切地挑起重擔。我們應當要好好分辨這二者的差別。

《海慧問經》云，「海慧，如有商主或有長者，唯有一子，可悅可愛可惜可意，見無違逆，然此童子因其幼稚而作舞娛，墮不淨坑。次其童子若母若親，見彼童子墮不淨坑，見已雖

發號哭憂嘆，然終不能入不淨坑拔出其子。次童子父來至其所，彼見一子墮不淨坑，見已急急舉止慌措，欲出其子心甚愛顧，全無嘔吐，跳不淨坑取出其子。」

《海慧請問經》中說：「海慧！譬如有一位商主或長者，只有一個獨子，乖巧聽話人見人愛。但孩子年幼，玩耍時竟不小心跌進了糞坑。孩子的母親、其他親眷見狀，只能在一旁哭號著急，沒有辦法救他出來。等到孩子的父親到來，一見孩子掉進糞坑，雖然內心也是焦急、慌張，但心中只想著要救孩子，全然不顧臭穢、嘔吐，立刻跳入糞坑，救出孩子。」

此說三界為不淨坑，獨愛一子謂諸有情，若母若親者謂聲聞獨覺，見諸有情墮生死中，憂感嘆嗟然不能出。商主長者謂諸菩薩，法譬合說。又說獨一愛子落不淨坑，如母之悲，聲聞獨覺亦皆共有，故依悲愍，當發荷負度眾生擔增上意樂。

在這個譬喻中，污穢之糞坑比喻的是三界；獨一愛子比喻一切有情；母親與其他親屬比喻聲聞、獨覺，見到有情墮在生死苦海中，雖然內心憂傷哀嘆，卻無法將他們救出；商主或長者，比喻菩薩，唯菩薩能負荷起拯溺的重擔。以上是將法義對應著譬喻來宣說「增上意樂」的意義。進一步來說，喻中的母親看到獨一愛子落入糞坑而生起的悲愍心，聲聞、獨覺也都有，但是光有悲心還不夠，必須由悲心策發起荷擔眾生的增上意樂，做出實際的行動。

如是若發度有情心，然我現時不能圓滿利一有情。又非止此，即使證得二羅漢位亦僅利益少數有情，利亦唯能引發解脫，不能立於一切種智。

雖然發起了普度一切有情的心，但想到自己現在能力不足，連一個有情都沒有辦法救度；不但如此，即使證得聲聞、獨覺的果位，也只能利益到少數的有情，讓他們解脫出輪迴，而無法將他們安立於一切種智的佛果位。

P215L1~P215LL1 故當思惟~修平等心。

故當思惟無邊有情，誰能圓滿此諸有情現前究竟一切利義，則知唯佛方有此能，故能引發為利有情欲得成佛。

因此，我們要思惟，在這三有中的無邊有情，誰能圓滿他們現前、究竟的一切利義呢？如此思惟過後，便知：只有佛具備這樣的能力。由此認知，才會發起「為利眾生誓願成佛」的菩提心。

壬二、如次正修

第二如次正修分三，一、修習希求利他之心，二、修習希求菩提之心，三、明所修果即為發心。

癸一、修習希求利他之心

初中分二，一、引發生起此心所依，二、正發此心。

子一、引發生起此心所依

初中分二，一、於諸有情令心平等，二、修此一切成悅意相。今初

丑一、於諸有情令心平等

如前下中士中，所說諸前行等所有次第，於此亦應取來修習。又若此中不從最初遮止分黨，令心平等，於諸有情一類起貪，一類起瞋，所生慈悲皆有黨類，緣無黨類則不能生，故當修捨。

正修七重因果

第一、修習希求利他之心

一、引發利他心的所依

（一）修平等捨

在修學七因果教授之前，應該要先修平等捨，也就是透由修學平等捨，來遮止對親、怨所生的貪與瞋。

前面依次第學上來的共下、共中士道法類內容，即是修習上士道的前行，現在修學菩提心時，也要繼續取來修習。如果一開始沒有遮止分

黨、分派，修平等心，而對某一類有情生起貪執，對另一類生起瞋恚，那麼所產生的慈悲都是有分別的，如此則無法產生緣一切有情（無黨類）的平等慈悲，所以應當先修「平等捨心」。

又捨有三，行捨受捨及無量捨，此是最後。此復有二，謂修有情無貪瞋等煩惱之相，及於有情自離貪瞋令心平等，此是後者。修此漸次為易生故。先以中庸無利無害為所緣事，次除貪瞋令心平等。若能於此心平等已，次緣親友修平等心。若於親友心未平等，或由貪瞋分別黨類，或貪輕重令不平等。此亦平已，次於怨敵修平等心，此若未平，專見違逆而起瞋恚。若此亦平，次當遍緣一切有情，修平等心。

「捨」有三種：行捨、受捨及無量捨，此處是指無量捨。修無量捨的方式有二，一是把有情觀成沒有貪瞋等煩惱相（因自己無煩惱，所以修諸有情為清淨相）；另一種是，修習自心對有情不因親怨分別而起貪瞋，令心安住於平等捨中。此處是指後者，要藉由修習第二種無量捨達到令心平等。

為了使平等心容易生起，觀修次第應先從沒有利害關係的中庸者為所緣境，然後讓自心保持在一種沒有貪、瞋，平等的狀態。如果對中庸者能修持好平等心，接下來就緣親友修。如果對親友心不能平等，或者是由於自身的好惡而對他們分門別類，或者是因貪執的輕重而使心有所偏斜，這些狀況都須要修習令心平等。等修習到對親友可以一視同仁之後，就可以對怨敵修平等心。如果對怨敵缺乏平等心，就只會看到對方不合己意的部分而起瞋心。等到對怨敵也能安住於平等心時，就可以普緣一切有情修平等心了。

P216L1~P217L1 若爾於彼～若等尊重。」

若爾於彼由修何事能斷貪瞋，謂修二事。就有情者，謂念一切欣樂厭苦，皆悉同故，緣於一類執為親近而興饒益，於他一類計為疏遠，或作損惱或不饒益，不應道理。就自己者，當作是思，從無始來於生死中，未經百返為我親屬，雖一有情亦不可得，於誰應貪，於誰當瞋，此是《修次中篇》所說。

修平等捨時，要如何斷除緣親怨所產生的貪、瞋呢？有兩種方法：

1. 從有情的角度思惟：一切有情都和我一樣，想要安樂，不願受苦；既然大家的想法一致，而我卻只對一類執為親近而作饒益，對另一類計為疏遠而作傷害或不予幫助，這根本就沒有道理。
2. 從自己的角度思惟：無始以來在生死輪迴當中，沒有一位有情不曾多次做過我的親屬，我應該貪愛誰？又應該瞋恨誰呢？這是《修次中篇》中所說的。

又於親屬起貪愛時，如《月上童女請問經》云，「我昔曾殺汝一切，我昔亦被汝殺害，一切互相為怨殺，汝等如何起貪心。」及如前說無定過時，一切親怨速疾變改所有道理，當善思惟，由此俱遣貪瞋二心。此取怨親差別事修，故不須遣親怨之心，是滅由執怨親為因，所起貪瞋分黨之心。

如果對親屬生起貪愛時，應如《月上童女請問經》上所說的思惟：「過去我曾殺害你，你也曾殺害我，大家互為怨敵、彼此殺害，你們怎麼還會生貪執心呢？」應如前面修六苦時所說「無定過患」，好好思惟一切親怨迅速轉變的道理，由此遮除貪瞋二心。這裡只是拿親怨的差別來作比對，以修習平等捨心，並不是要遮止親怨關係的本身，而是應透過思惟，遠離因親怨分別所產生的貪瞋分黨心理，這才是我們要斷除的。

丑二、修此一切成悅意相

引發一切成悅意相者。《修次中篇》云，「慈水潤澤內心相續，如濕潤田，次下悲種易於增廣。故心相續以慈薰習，次應修悲。」所說慈者，謂於諸有情，見如愛子悅意之相。又此所說由修等捨，息滅貪瞋不平惡澀，如調善田。次以見為悅意慈水而潤澤已，下以悲種，則大悲心速疾當生，應當了知極為切要。

(二) 修悅意相

修習平等捨之後，為了引發對一切有情真正的愛護，要進一步修習不論看到哪個有情都很歡喜珍愛的悅意慈心。

《修次中篇》說：「以慈愛之水滋潤內心相續，就像以水潤澤田地一樣，接著播下大悲種子，就容易增長廣大。所以，應先以慈心薰習心之相續，然後再修悲心。」這裡所說的慈心，指觀待一切有情如愛子般的悅意相。而且此處所說，是由修平等捨，從息滅貪瞋不平等心開始，就像耕種前，先整地、去除粗礫雜草一樣，再以見有情為悅意相的慈水來澆灌心田，然後再種下大悲的種子，如此大悲心即能迅速發起。當知如是觀修是極為切要的。

此中有三，初修母者。生死無始，故自受生亦無始際，若生若死輾轉傳來，於生死中未受此身，未生此處決定非有，亦無未作母等親者。

要對一切有情生起悅意慈心，須先修知母、念恩、報恩三者。

1. 知母

先修知母。思惟從無始以來，輪迴受生無量無邊，自己已無間地輾轉生死無數次，可以說沒有不曾受過的身，沒有不曾投生過的地方，因此也找不著一個沒有做過自己母親等具恩的有情。

如《本地分》引經說云，「我觀大地，難得汝等長夜於此未曾經受無量生死。我觀有情，不易可得長夜流轉未為汝等若父若母兄弟姊妹軌範親教，若餘尊重，若等尊重。」

如《瑜伽師地論·本地分》中引經說：「遍觀大地，很難找到一個人不曾在這塊土地上受過無量生死；遍觀有情，很難找到一個人未曾在輪迴中做過自己的父母、兄弟、姊妹、軌範師、親教師、其餘上師、尊長，或恩同師長者。」

P217L1~P218L1 此復非僅~漸廣修習。

此復非僅昔曾為母，於未來世亦當為母，無有邊際。如是思惟，於為自母，應求堅固決定了解。此解若生，次念恩等亦易發生。此若未生，則念恩等無所依故。

而且，不僅過去世曾做過自己的母親，未來世還將無數次做自己的母親，無量無邊。這樣思惟後，要對「所有有情都曾是我母親」這件事，求取堅固不移的定解。如果對「如母有情」生起了定解，那接著

要修的念恩、報恩就容易生起。如果做為根本的知母修不好，那後面的念恩、報恩心便無從生起。

二修念恩者。修習一切有情是母之後，若先緣於現世母修速疾易生。如博朵瓦所許而修，先想前面母相明顯，次多思惟非唯現在，即從無始生死以來，此為我母過諸數量。如是此母為母之時，一切損害悉皆救護，一切利樂悉皆成辦。

2. 念恩

其次，修念恩。在修習「所有有情都曾是我母親」之後，若先緣今生的母親，思惟她對我的種種慈愛、恩德而修習，念恩的心會很快生起。依博朵瓦祖師所承許的方法來修持，即先觀想面前出現今生母親清楚的相貌，然後多次思惟：她不僅是我今生的母親，從無始生死以來，她早已無數次當過我的母親；而且，母親在多世做我母親的時候，都全力保護我不受傷害，為我成辦一切利樂。

特於今世先於胎藏恆久保持，次產生已黃毛疏豎，附以暖體十指捧玩，哺以乳酪授以口食，口拭涕穢手擦屎尿，種種方便，心無厭煩而善資養。又飢渴時與以飲食，寒時給衣，乏時給財，皆是自己未肯用者。又此資具皆非易得，是負罪苦及諸惡名，受盡艱辛求來授與。又若其子有病等苦，較其子死寧肯自死，較其子病寧肯自病，較其子苦寧肯自苦，出於自心實願易代，用盡加行除苦方便，總盡自己所知所能，但有利樂無不興辦，凡有損苦無不遣除，於此道理應專思惟。

特別是在今生，母親自從懷了我，就開始小心翼翼地保護我，好讓我在母胎中平安長大。出生後，母親怕我冷，把黃毛稀疏的我抱在懷裡，用自己的體溫給我溫暖。母親養育我，從親自哺乳、以口餵食，甚至不怕骯髒，直接用口拭去我的鼻涕，又把尿把屎，含辛茹苦，毫無厭煩地照顧撫養我。饑渴時，母親給我飲食；寒冷時，給我衣服；匱乏時，給我資財；一切美好事物，母親自己卻一點也捨不得用。這些受用的東西都不是輕易得來的，往往是母親背負著罪業及種種惡名，歷經千辛萬苦地掙來給孩子。當孩子受痛苦折磨，母親寧可替孩子生病受苦；若孩子有個三長兩短，母親恨不得自己替孩子死；對孩子的一切痛苦，母親都心甘情願代受，想盡辦法讓

孩子遠離痛苦。總之，母親用盡了自己的所知所能，只要有利樂，無不為孩子成辦；凡是有損苦，無不為孩子擋除。對以上這個道理，我們應專心、深入地去好好思惟。

如是修已，若念恩心非唯虛言真實生者，次於父等諸餘親友，亦當知母如上修習。次於中人知母而修，若能於此生如親心，則於怨敵亦應知母而正修習。若於怨敵起同母心，次於十方一切有情，知母為先，漸廣修習。

透過如此觀修母恩後，若念恩之心能真實生起，接著就可以緣父親等其他親友作如是觀修，就像前面所說憶念母親恩惠一樣地修，使感恩之心能強烈生起。再下來，是緣著跟我們毫不相干的中庸者觀修，若對中庸者也能生起如念母恩般的心，就可以轉緣怨敵為對象去修習。若能對怨敵也生起了如念母恩的心，就可以緣十方任何一個有情去修習知母、念恩了。換句話說，質對了，再慢慢推廣修習，把量擴大。

P218L2~P219L1 三修報恩者～智者極讚此。」

三修報恩者。如是唯除轉生死故，不能相識而實是我有恩之母，彼等受苦無所依怙，捨而不慮自脫生死，薄無慚愧何甚於此。如《弟子書》云，「諸親趣入生死海，現如沉沒大水中，易生不識而棄捨，自脫無愧何過此故。」故若棄捨如有恩，於下等人且不應理，況與我法豈能隨順。如是思已，取報恩擔。

3.報恩

修悅意相的第三步，是修報恩。

由於在輪迴當中生死不斷交替，而彼此不能相識之外，實際上眾生都是宿世對我有恩的慈母；現在他們正沉溺在苦海中無依無靠，我若捨棄他們不顧，只求自己解脫的話，則沒有比這個更無慚無愧的事了。就如《弟子書》中所說：「我們累世的親眷都深陷在生死苦海，猶如沉沒在大水當中，如果以生死變異而不相識，就棄捨他們，只求自己解脫，哪有比這更無恥的行為？」像這樣拋棄對自己有恩的至親，連世間下等人都無法接受，更何況我們自認是佛弟子，如此作

為又豈能隨順於我們所修的大乘宗法？透過這樣的思惟，當提起心力，負起「報恩」的重擔。

即前書云，「嬰兒始產全無能，飲誰慈力授乳酪，依慈多勞此諸母，雖最下等誰樂捨。」又云，「由得誰腹而安住，由誰悲慎而取此，此母煩惱苦無依，最下眾生孰樂捨。」

如《弟子書》中說：「嬰兒剛出生時，完全沒有任何生存能力，是誰以滿滿的慈愛哺育我？是誰費盡艱辛地將我撫養成人？如此恩慈、多勞且偉大的母親，即使是最下等的人亦不忍捨，何況是發了菩提心的大乘人？」又說：「是誰讓我在她的肚子裡安住？在我呱呱墜地時，是誰充滿慈悲、小心謹慎地抱我入懷？如今，母親正受著煩惱、痛苦的迫害，在生死大海中孤單無依，倘若忘恩負義拋下他們，即使世間道理都難容，又豈是修行大乘的人所該做的事呢？」

《無邊功德讚》云，「有情無明盲，意樂衰損慧，為父子承事，慈悲饒益我。棄此獨解脫，非是我之法，故汝發願度，無怙諸眾生。」

《無邊功德讚》中也說：「隨業流轉的有情被無明所蒙蔽，猶如盲人般不見光明，智慧衰損。昔日他們也曾做過我的父親或孩子，曾經承事我或以慈悲心饒益我。現在我卻拋棄他們只求獨自解脫，這實在不是大乘菩薩的行徑，所以，應當發弘誓願救度這一切無依無靠的具恩有情。」

若爾如何報其恩耶，生死富樂母自能得，然彼一切無不欺誑，故我往昔於由煩惱魔力所傷，如於重傷注硝鹽等，於性苦上更令發生種種大苦。慈心饒益，應將彼等，安立解脫涅槃之樂而報其恩。

既然如此，那要如何報恩呢？輪迴中的世間安樂，雖然母親自己也能得到，但這些都是有漏之樂，轉瞬即逝，無一不是欺誑。所以，我若還是以世間安樂來報答他們的話，就像在母親由往昔煩惱魔所造成的傷口上撒鹽，讓他們在本質是行苦的生命上，苦上加苦。惟有真實慈悲的幫助、引導他們走向解脫，報以永遠無盡的涅槃之樂，這才是真正的報恩。

《中觀心論》云，「又由煩惱魔，傷害已成瘡，我如注灰水，反令苦病苦。若有於餘生，慈敬及恩益，欲報其恩惠，除涅槃何有。」

《中觀心論》中說：「由於煩惱魔的傷害，眾生就如身上長著大毒瘡，而我若只給予眾生世間安樂，就像在毒瘡上又加注灰水，反而加深其病苦。真正要報答眾生於往昔多生時對我的慈愛及恩德，沒有比讓他們獲得究竟解脫的涅槃之樂更好的了！」

不報恩擔，重於大海及須彌擔，若能報恩，即是智者稱讚之處。如《龍王鼓音頌》云，「大海及須彌，地等非我擔，若不知報恩，即是我重擔。若人心不掉，報恩及知恩，令恩不失壞，智者極讚此。」

不知報恩所背負的擔子，比大海和須彌山還要沉重；若能知恩、報恩，即是智者所歡喜稱讚的行為。如《龍王鼓音頌》中所說：「大海、須彌山、大地等，都不是我的重擔，不知報恩，才是我的重擔。如果人心還沒有散亂失壞，就該知恩、報恩，不忘眾生恩情，智者對此無比讚歎。」

P219L1~P219LL1 總之自母～沉晝夜住。」

總之自母未住正念，心狂目盲復無引導，步步踳蹶趣向可怖險崖而行，其母若不祈望其子，復望於誰。若子不應從其險怖救度其母，又應誰救，故應從此而救度之。

總之，眼看母親因無正知正念而心識狂亂，無慧目盲，加上無明眼人引導，她正跌跌撞撞地走向可怕的險崖；此時，母親若不指望自己的孩子，又能指望誰來幫助她呢？如果孩子不出手相救母親脫離險境，還有誰會來救度呢？所以，身為子女應該要負起救護母親的責任。

如是若見為母眾生，由煩惱魔擾亂其心，自心無主而成狂亂。又離慧眼觀增上生，決定勝道。又無真實善友引導，一剎那造作惡行，如步踳蹶。總於生死，別於惡趣奔馳懸險，母當望子，子應濟母。如是思已，拔出生死而報其恩。

同樣地，看到曾為母親的眾生被煩惱魔擾亂，心性癡狂，無法自主；而且沒有正知見的慧眼，無法得見與了解增上生、決定勝的聖道；又缺乏真實善知識的引導，剎那剎那都在造作惡行，就像步步蹣跚地走入險境一樣。總的來說，眾生還是趣向生死，脫離不出輪迴；特別是正快速地奔投險道，趣向惡趣。母親唯有寄望孩子來救護，孩子也應責無旁貸的救護母親。以此思惟後，必須想辦法將母親從生死中救拔出來，以報其深恩。

《集學論》云，「煩惱狂癡盲，於多懸險路，步步而蹣跚，自他恆憂事，眾生苦皆同。」此說如是觀已，不應於他尋求過失，見一功德應覺希有，然此亦合苦惱之理。

《集學論》中說：「為煩惱覆蓋的眾生，心痴目盲地在險道邊顛簸馳走；而自己和眾生的處境相同，都要時時面對種種憂愁苦惱，這正是眾生本具的行苦性。」這個偈頌的本意，是教人不要尋察他人的過失，因為眾生被煩惱驅使不得自在；進一步說，自他是處在同樣悲慘的境地中，理應同病相憐；所以，應看眾生的優點，就算只有少許功德，也要覺得稀有。此偈頌所說之情形，也符合眾生為無明所苦的道理。

子二、正發此心

丑一、修慈

第二正發此心分三。初修慈中慈所緣者，謂不具足安樂有情。行相者，謂念云何令遇安樂，惟願令其獲得安樂，我應令其遇諸安樂。

二、正發希求利他之心

正式發起希求利他之心，修法有三：(一)修習慈心(二)修習悲心(三)修習增上意樂。

(一) 修習慈心

修慈心時所緣對象，包括一切缺乏安樂的有情。修慈時，心理該怎麼安立？可分三個層次思惟：(1)怎麼樣讓他得到安樂？(2)真心希望他能獲得安樂；(3)應當由我來為他成辦安樂。

勝利者，《三摩地王經》云，「徧於無邊俱胝刹，盡其無量眾供養，以此常供諸勝士，不及慈心一數分。」此說較以廣大財物，於究竟田常時供養，其福尤大。

修慈心的殊勝利益。《三摩地王經》中說：「普遍且毫無遺漏地在無量俱胝的刹土，以無量的上妙供養物，恆常供養一切諸佛，所獲功德還不及修慈心的一分。」這是說，相較以廣大供物對究竟福田恆時作供養，修慈心的福德更大。

《曼殊室利莊嚴佛土經》云，「於東北方有大自在王佛，世界曰千莊嚴，其中有情皆具安樂，如諸苾芻入滅定樂。設於彼土修淨梵行，經過百千俱胝年歲，若於此土最下乃至於彈指頃，緣一切有情發生慈心，其所生福較前尤多，況晝夜住。」

《曼殊室利莊嚴佛土經》中說：「於東北方有大自在王佛，佛國名為千莊嚴世界，佛土眾生常居安樂，就像比丘入寂滅禪定般的身心安樂。假設在此佛土，以百千俱胝年的時間修持清淨梵行；相較於投生在穢土，乃至於僅一彈指的短暫時間裡，緣念一切有情而發起慈心，後者的福德遠遠超過前者，更何況其日夜都安住於修慈心的功德中？」

P219LL1～P220LL1 《寶鬘論》云～清淨生故。

《寶鬘論》云，「每日三時施，三百罐飲食，然不及須臾，修慈福一分。天人皆慈愛，彼等恆守護，喜樂多安樂，毒刀不能害。無勞事得成，當生梵世間，設未能解脫，得慈法八德。」若有慈心，天人慈愛自然集會，佛以慈力戰敗魔軍，故守護中為最勝等，故雖難生然須勵力。《集學論》說，當一切心思惟《金光明》中，開示修習慈悲偈文，下至語中讀誦而修。其文為「以此金光勝鼓音，於三千世界中，惡趣諸苦閻羅苦，匱乏苦苦願息滅」等。

《寶鬘論》中也說：「每日在早、中、晚的三個時段，不間斷地以三百罐飲食布施，其福德還比不上在片刻時間裡，對一切有情修慈心所累積的福德於一分。修慈具有八種功德，即：(1)天人慈愛，(2)天人恆常守護，(3)內心喜樂，(4)身體安樂，(5)毒不能傷，(6)刀

杖不害，(7)無勞事成，(8)當生梵天。透過常時修學慈心，最終也可以得到解脫，但在尚未獲得解脫之前，修習慈心就能獲得上述的『慈法八德』。」

如果具有慈心，天人自然聚集身邊、慈愛守護，就像佛陀也是以慈力擊敗魔軍，所以慈心是一切守護中最殊勝的守護。慈心雖然難以生起，仍然要努力策發它。《集學論》中說，應當用心思惟《金光明經》中所開示修習慈悲的偈文，最起碼也要多讀誦幾次，緣想這段文義：「願金光勝鼓所生的殊勝妙音，遍至三千大千世界中，凡聞此鼓音的有情，無論是受惡趣苦、閻羅苦，或人道中求不得苦的眾生，其苦皆能息滅。」

修慈次第先於親修，次於中庸，次於怨修，其次徧於一切有情如次修習。修習道理，如於有情數數思惟苦苦道理，便生悲愍，如是亦當於諸有情，數數思惟缺乏有漏無漏諸樂，樂缺乏理，若修習此，欲與樂心任運而起，又當作意種種妙樂，施諸有情。

修學慈心的次第：應當先緣親人而修、其次對中庸者修、再次是對怨敵而修，最後才遍緣一切有情，依次第修習慈心。修習的方法：先數數思惟有情為苦所苦的道理，由此引發願拔其苦的悲心。然後再數數思惟有情普遍缺乏有漏、無漏的快樂，反覆思惟他們欠缺快樂的道理之後，願施與他們安樂的慈心便會任運而生。進一步，再以觀想的方式，作意將種種妙樂轉施有情，希望他們獲得快樂。以上即為修慈心之方便。

丑二、修悲

二修悲中悲所緣者，由其三苦如其所應，苦惱有情。行相者，謂念云何令離此苦，願其捨離，我當令離。

(二) 修習悲心

修悲時，悲心的所緣是包括所有被苦苦、壞苦、行苦任何一者所逼惱的眾生。悲心現起的行相也有三種層次：(1)怎麼樣想辦法使他離苦；(2)希望他能遠離種種苦；(3)我願意承擔他遠離種種痛苦的責任。

修習漸次先於親友，次於中者，次於怨修。若於怨處如同親友，心平等轉，漸於十方一切有情而修習之。如是於其等捨慈悲別分其境。次第修者，是蓮花戒論師隨順《阿毘達磨經》說，此極扼要。若不別分，初緣總修似生起時，各各思惟，皆悉未生。若於各各皆生前說變意感覺，漸次增多，後緣總修，隨緣總別，清淨生故。

修悲的次第（與修慈相同），是先緣親友修、次緣中庸者修、再緣怨敵而修；如果修到對怨敵也能視同親友一般，生起平等心，則最後遍緣十方一切有情而修悲心。

所以，修平等捨、慈心、悲心時，都須要各別依序分為三種對境來修，這個次第是蓮花戒論師依循《阿毘達磨經》所提出來的修持方法，是非常重要的修習次第。

如果沒有先這樣一一分別來修，而是一開始就緣一切有情而修，那麼雖然好像生起了量，但只要思惟個別有情的話，會發現實際上一無所生。所以這點非常重要。

反過來，如果對個別有情都已經能生起如前所說心意轉變的覺受，有了這個質，然後漸次增多、趨穩，最後再緣總相而修。這樣將來不論碰到什麼情況，任緣總、別，都能生起清淨心。

P220LL1～P222L1 修習道理～如是大慈。

修習道理，當思為母此諸有情墮生死中，如何領受總別諸苦，具如前說。此復若修前中士道已生起者，比自心修易於生起。若於自上思惟此等，則成引發出離心因，若於他上而思惟者，則成引發悲心之因。然未先於自上思惟，則不能生令至扼要。此乃略說，廣則應如《菩薩地》說，悲心所緣百一十苦，有彊心力應當修學。

修習悲心的方法。正修時，應思惟一切如母有情正墮在生死苦海中，承受著輪迴總苦（八苦、六苦、三苦）、以及六道的別苦。苦之行相，前已說訖。

假定修中士道時，就已經生起想要離苦的出離心，比照自心，現在要修為一切有情拔苦的悲心就容易生起。對於痛苦的解脫，如果只緣著自身上思惟，容易生起出離心的因；若緣他人身上思惟，當能成為引發悲心的因。可是，若自己都沒有體會到苦，卻想從他人身上引發起悲心，是做不到的。

以上簡單說明修習的綱要，詳細內容可以參閱《菩薩地》，學習觀修一百一十種苦所引發悲心的道理，心力強的人應該儘量去做。

此說較諸聲聞現證究竟苦諦，以厭患心所見諸苦，菩薩修悲思苦眾多，若無量門思惟無樂苦惱道理，慈悲亦多。若恆思惟則能發生猛利堅固，故少教授便覺飽足，棄修諸大教典所說，力極微弱。

聲聞乘是以自己出離為目標，由厭患輪迴所能現證的究竟苦諦，相較於菩薩以悲心體念眾生受苦，當然菩薩對苦的體會更加深廣。若以無量法門觀察「輪迴之苦」的道理，了解得愈深入，慈心和悲心的力道也愈強烈。若能經常思惟眾生受苦，慈悲心自然猛利堅固。千萬不要學了一點皮毛就覺得滿足，隨便捨棄大論典的內涵，這樣會使修習力也變得極為微弱。

此如前說趣大乘門是發心理，及以大悲為根本理，善別此等，以觀察智思擇修習，後生證悟。若其知解未善分別，唯專策勤略生感觸，全無所至，修餘事時皆如是知。

前面說過發菩提心是趣入大乘的根本，而大悲心又是菩提心的根本。我們應先善巧思惟分別這些法義，了解怎麼修，並以觀察智數思惟抉擇，這樣才能慢慢生起證量。如果對所要修學的義理未能善巧分別，只是依著情緒所產生某些覺受，就覺得很歡喜，那並不是真正的修學，也根本沒有好處。(真正的大乘佛法，連影子都還沒碰到，卻把我們最寶貴的暇滿人身浪費掉了，非常可惜!) 不管修什麼法，修行道理都一樣，我們一定要懂得。

其悲生量者。《修次初篇》云，「若時猶如可意愛子身不安樂，如是亦於一切有情，欲淨其苦，此悲行相任運而轉，性相應轉。爾時即是悲心圓滿，得大悲名。」此說心中最愛幼兒若有痛苦，其母能生幾許悲痛，即以此許而為心量，若於一切有

情悲任運轉，說為圓滿大悲體相。由此生起大慈之量，亦當了知。

修悲心的量要到什麼程度？《修次初篇》說：「修悲心的量要到看一切有情就像自己最悅意的愛子，當他身不安樂，父母親會一心一意想要為他去除痛苦；這種欲令離苦的悲心，不需思慮，就任運生起，與本性相應而轉。這種時時刻刻想為一切有情根除其苦的悲心，即是悲心圓滿，這又稱為大悲心。」此說明最心愛幼兒若有痛苦，母親心中生起多少悲痛，就有多少悲心的量。如果對一切有情，都能任運生起悲心，就是圓滿大悲心的體相。同樣地，悲，是去除他的痛苦；慈，是給他快樂。生起大慈的量，以大悲生起之例，也當同理了知。

又彼論插敘云，「由修如是大悲力故，立誓拔濟一切有情，願求無上正等菩提，以為自性菩提之心，不須策勵而得生起。」此說能生願心之因，須前所說如是大慈。

《修次初篇》又說：「由於修大悲的力量，誓願救度一切眾生，希望成就無上佛果。這種已和自性相應的菩提心，不須特別策發，就能自然生起。」此說明大悲心是生出「菩提願心」的因，而要生起大悲心，須以前面所說的大慈作為基礎。

P222L1~P222LL1 由此當知~應當了知。

由此當知大菩提心發生之量，此非已至高上聖道所有發心，初發業者所有發心說為如是。《攝大乘論》亦云，「清淨增上力，堅固心昇進，名菩薩初修，無數三大劫。」三無數劫起首菩薩，亦須發起如是之心。

由此可知，大菩提心發起的量，並非針對聖位菩薩而言，而是初發意的菩薩就要這樣修的。《攝大乘論》也說：「徹底圓滿、清淨的增上心力(增上意樂)不斷努力堅固以後，還要昇進，這就是初業菩薩要修三大阿僧祇劫剛開始的時候，所要修的菩提心之量。」初業菩薩經無數劫修行，最初也必須以任運發起菩提心作為根本而修。

故全未知此之方境，僅作是念，為欲利益一切有情，願當成佛，為此義故我行此善。發此意樂便大誤會，未得謂得，堅

固所有增上之慢。不以菩提心為教授中心而善修習，追求餘事勵力欲想超邁多級，了知大乘扼要觀之，實可笑處。多經宣說諸勝佛子，於多劫中尚須執為修持中心而正修學，況諸唯能了知名者。又此非說不修餘道，是說須將修菩提心，而為教授中心修習。

倘若全然不知上述的內涵，連邊都沒有沾到，只是聽見了一點名相，然後說：「為了利益一切有情，我發願要成佛。」就以為自己是發大菩提心在行善了，這種情況是大誤會，把沒有得到視為已經得到，結果只是堅固了自己的增上慢心。

有很多人不要把菩提心當作教授中心，也不對之善巧修習，總是妄想追求其他更高深的法門，以為這樣可以很快地成就，這種「超邁多級」不實在的心態，讓真正了解大乘精髓的人看起來，真是很可笑。許多大乘經典都提到，連證量極高的菩薩於多劫中，都還要以菩提心作為修持的根本而去正修學，何況我們這種只曉得菩提心之名的人，又怎能不努力修學呢？當然，這也並非說我們不要學習菩提心以外的其他法門，而是必須將菩提心視為大乘的教授中心來修習，這才是真正的關鍵。

總未能生前說領感，若善了知大乘學處，堅信大乘，亦可先為發心正受律儀，次乃修習菩提之心。如《入行論》，先受律儀及菩提心，次於彼學六度之中修靜慮時，乃廣宣說修菩提心。然為成就此法器故，於先亦須修眾多心，謂思惟勝利，七支皈依，修治身心，了知學處，發心欲護。

總之，雖然還沒有對前面所說的道理生起如理如量的領悟、感受，但如果對大乘的內涵精要能善了知，而且堅固淨信心，這時候也可以先為發心而正受菩薩戒，進一步再修菩提心。就如《入行論》中所說，先受願心儀軌及菩薩戒，再修菩提心，接著學習六度，等到修靜慮度時，才詳細宣說行菩提心的內容。為了期勉自己早日成為具器弟子，必須先好好修習前面所說過的眾多法門，譬如思惟發心勝利、七支供養、皈依三寶、修治身心、了知學處、發心欲護等等，我們一定要照著次第來修學。

故進道中，修空性解須漸增進，尚有名在。然此相等大菩提心，亦須善修上上轉勝，令道昇進名亦弗存。此於一切佛子唯一真道，《波羅蜜多教授論》中，宣說二十二種發心，從諸論師解釋此等進道之理，應當了知。

在進道當中，修持空性正見(智慧資糧)並非一蹴可成，必須漸次學上來，這一點修持的道理大家都還有所認知。修學大乘佛法上首的大菩提心也一樣，也是要漸次修習、輾轉增上，令道升進，最後才能生起真實的證量；可惜現在這樣重要的修習內涵，連聽都沒有聽到了。

修持菩提心，才是修學菩薩道的佛子唯一正確圓滿的道路，《波羅蜜多教授論》，也就是《現觀莊嚴論》中有說，發菩提心又分成二十二個層次，許多論師、祖師菩薩們，對於如何依次進道都有解說，這些都是我們正修的時候應該去了解的。

P223L1~P223LL1 第三修增~《智印三摩地經》所說。

丑三、修增上意樂

第三修增上意樂者。如是修習慈悲之後，應作是思，噫，此諸有情，可愛悅意如是乏樂，眾苦逼惱，云何能令得諸安樂，解脫眾苦。便能荷負度此重擔，下至語言亦當修心。

(三) 修習增上意樂

修慈、修悲之後，應進一步思惟：「唉！這些可意的有情，竟如此缺乏快樂，被眾苦逼惱，怎麼樣才能使他們獲得安樂(予樂)、解脫眾苦(拔苦)呢？」由於慈悲心的策勵、增上，便將他們離苦得樂的重擔，決定由自己肩負起來；這種增上力量，由起心動念乃至於平常言談之間，也要一直繼續策發修持，俾讓此心堅固。

前報恩時雖亦略生，然此說者，僅生慈悲與樂離苦，猶非滿足，是為顯示須有慈悲，能引是心，我為有情成辦利樂。

願一切如母有情離苦得樂之心，在前面修習報恩時，雖然也能略為生起，然而，這裏所說的增上意樂，是為顯示僅有「願眾生離苦得樂」

的慈心和悲心是不夠的，必須引發比此更為增上、強烈的力量；亦即須展現出：在慈悲之引導下「我應成辦眾生究竟利樂」的決定心。

(也就是有了慈悲，要還報如母有情的恩，進一步能夠引發這種增上意樂)

又此非唯於正修時，即修完後，一切威儀皆能憶念，相續修習增長尤大。《修次中篇》云，「此即大悲，或住定中，或於一切威儀之中，於一切時一切有情，皆當修習。」

修習慈心、悲心、增上意樂，非僅在座上正修，應於座間的一切行、住、坐、臥中，都能相續修習，才能讓慈悲心綿綿增長。《修次中篇》中說：「此大悲心，或安住於上座修定當中，或在座間一切威儀的所有時間裡，須以一切眾生為所緣，恆常相續而修。」

悲是一例，隨修何等所緣行相，一切皆同。如大德月大論師云，「心樹自從無始時，煩惱苦汁所潤滋，不能改為甘美味，一滴德水有何益。」謂如極苦噉樹，以一二滴糖汁澆灌不能令甜。如是無始煩惱苦味，薰心相續，少少修習慈悲等德，悉無所成，是故應須相續修習。

修悲心僅是一例，其實修習一切法均應如此。如大德月論師說：「無始以來，眾生不斷用煩惱苦汁澆灌心樹，現在只靠一滴德水有什麼用，不可能使苦汁轉為甘美。」譬如巨大極苦的噉樹，僅僅澆注一、二滴的糖水，是不能改變樹汁的苦味的。無始劫來，我們內心即經常受「煩惱苦味」薰染，故亦非僅僅修習一、二次的慈悲增上心，即能有所轉變。所以，我們必須恆常在一切威儀中薰修善法。

癸二、修習希求菩提之心

第二修習希求菩提之心者。由如前說次第所致，便見利他定須菩提，起欲得心，然僅有此猶非滿足。如皈依中說，由思惟身語意三事業功德，先應盡力增長淨信。論說信為欲依，次於彼德發起誠心證得之欲，則於自利亦定了知，一切種智必不可少。

第二、正修希求菩提心

如依前面所說的次第修習，便知道想要利他必須證得菩提，雖然如此也能生起欲得菩提之心，可是僅有這點還不夠，須如之前「皈依」中所說，從思惟佛陀身語意及事業功德，先隨己力增長淨信心。經論中說「信為欲依」，必須於佛陀功德生起信解，而由衷生起想要證菩提的善法欲，並了解這樣做不只是為了利他，縱於自利，也一定要證得一切種智才行。

能為引生發心之因，雖有多種，然悲為勝，自力所發極為殊勝，此是《修次初篇》引《智印三摩地經》所說。

雖然能引發菩提心的方法有很多種，但是都不如由大悲心所引生的菩提心來得堅強有力，尤其以自力發心最為殊勝。以上內容是《修次初篇》引用《智印三摩地經》中所說。

P224L1~P224LL1 第三顯所~茲不廣說。

癸三、明所修果即為發心

第三顯所修果即為發心者。總相如前所引《現觀莊嚴》教義。其差別者，隨順華嚴經義，《入行論》云，「應知如欲往，正往之差別，如是智應知，此二別如次。」此說分為願行二種。

第三、說明所修之果即是發心

修習七因果之果，即是發菩提心。發菩提心，分總相和別相。菩提心的總相，如前所引《現觀莊嚴論》中所說：「發心為利他，欲正等菩提。」意思是說，為了發心利他，我要證得菩提，像這樣以利他作為基礎，進而追求圓滿自利，這種雙求利他和自證菩提，就是圓滿的發心。至於發菩提心的別相，《入行論》依《華嚴經》經義說：「有智慧的行者應該知道，欲行和正行的差別及其次第。」這裡所說的欲行和正行，指的就是願菩提心和行菩提心。

異說雖多，然作是念，為利有情，願當成佛或應成佛，作是願已於施等行隨學未學，乃至何時未受律儀，是名願心。受律儀已當知此心，是名行心。《修次初篇》云，「為利一切諸

有情故願當成佛，初起希求是名願心。受律儀後修諸資糧，是名行心。」此中雖有多種徵難，茲不廣說。

有關願心和行心的差別，說法雖多，但只要內心如理如量地生起「為利有情願成佛或當成佛」的念頭，就算還沒有修習布施等學處，也還沒有正式去受菩薩戒，都能稱為願菩提心；在正受菩薩戒之後，這樣的發心，就是行菩提心，開始行菩薩道了。《修次初篇》中說：「為利一切有情願當成佛，最初發起的希求心，稱為願心；受菩薩戒之後，修學一切菩提資糧，稱為行心。」其中雖有多種不同願、行二心的解釋，在此就不詳細說了。

P225L3~P225LL1 思惟自他～亦能生起。

辛二、寂天教授

第二依寂天教典而修分三，一、思惟自他能換勝利及不換的過患，二、若能修習彼心定能發生，三、修習自他相換法之次第。今初

壬一、思惟自他能換勝利及不換過患

思惟自他能換勝利及不換過患者。《入行論》云，「若有欲速疾，救護自及他，彼應自他換，密勝應受行。」又云，「盡世所有樂，悉從利他生，盡世所有苦，皆從自利起。此何須繁說，凡愚作自利，能仁行利他，觀此二差別。若不能真換，自樂及他苦，非僅不成佛，生死亦無樂。」謂當思惟，唯自愛執，乃是一切衰損之門，愛執他者，則是一切圓滿之本。

寂天菩薩的自他相換教授

一、思惟修習自他相換的勝利，及不修的過患

《入行論》中說：「如果想要快速地救護自己和他人離苦得樂，就應該修學『自他相換』這個殊勝密法。」又說：「世間所有的安樂，都是由利他而產生；世間所有的痛苦，都是從自利而生起。這個道理又何須多費唇舌？凡夫每天忙著自利，佛陀卻一心一意以利他，看

看這兩者的差別吧！若不能真正以自樂交換成他樂，並將他苦視為自苦，不但成佛無望，即使身處輪迴也沒有安樂可言。」

所以，應當思惟：只想著愛執自我，是一切衰損之門；愛執他人，才是一切圓滿之本。

壬二、若能修習彼心定能發生

若修自他換易意樂，定能發起。如先怨敵聞名便怖，後若和順相結為友，設無彼時亦能令生最大憂惱，一切悉是隨心而轉。故若能修，觀自如他，觀他如自亦能生起。即此論云，「困難不應退，皆由修力成，先聞名生畏，後無彼不樂。」又云，「自身置為餘，如是無艱難。」

二、只要數數串習，絕對能生起自他相換的意樂

例如過去一聽到仇家的名字，心中便產生憎畏。後來二人和好結為摯友，倘若一日不見，反而牽腸掛肚。由此可見，一切都是隨「心」串習的緣故。因此，把自己當成他人、把他人當成自己，如此數數去串習自他相換的意樂，就能成辦。《入行論》說：「不要一開始就認為自他換很困難，也不要一碰到困難就想退卻，其實修習任何法門，都是由不斷反覆地串習而有所成就的。就像剛開始聽到怨敵的名字就心驚膽顫，變成好朋友後即難分難捨。」又說：「只要不斷串習觀自為他，觀他為自，久而久之就不覺得困難了。」

若作是念，他身非我身，云何於彼能生如自之心耶。即此身體亦是父母精血所成，是他體分，然由往昔串習力故而起我執。若於他身修習愛執，宛如自體亦能生起。

如果有人問：別人的身體又不是我的身體，怎麼可能把他身當成我身？還要愛他如愛己？可以這樣回答：我的身體也是由父精母血所成，實際上並不是我的，是父母身體的支分而已，可是由於往昔串習的力量，我們一直把這個身體取為自己所有，而且對這個身體產生我執。如果現在開始串習愛執他人的身體，慢慢也可以做到視他如己一般。

即彼論云，「如汝於他人，一滴精血聚，虛妄執為我，如是應修餘。」如是善思勝利過患，則能至心愛樂修習，又見修習便能生起。

如《入行論》中所說：「自己和別人一樣，都是父精母血的聚合體，只是由於虛妄執著而視之為『我』；若能善加思惟自他平等，我們同樣地可以把他身當作自身一樣地愛執來修習。」如果能夠好好思惟修習自他相換的勝利，及不修的過患，便能由衷歡喜地愛樂修習，再透由不斷串習，最後一定能生起自他相換的心。

壬三、修習自他相換法之次第

彼修自他換易之理，次第云何。言自他換，或說以自為他以他為自者，非是於他強念為我，於他眼等念為我所而修其心。乃是改換愛著自己，棄捨他人二心地位。應當發心愛他如自，棄自如他。故說改換自樂他苦，應知亦是於我愛執視如怨敵，滅除愛重我之安樂。於他愛執見為功德，滅除棄捨他人痛苦，於除他苦般重修習，總當不顧自樂而除他苦。

三、修習自他相換的次第

所謂「自他相換」，或者說「以自為他、以他為自」的意思，並非強迫自己接受他就是我，或把他人的眼耳鼻舌身，想成是我的眼耳鼻舌身等，並不是如此修習的；而是修改自己心中「愛自勝他」的想法，把愛執自己和棄捨他人這兩種心的地位，轉變為對他生起如愛己之心、對自己生起如棄他之心。

我們應知，轉換自樂、他苦的目的，也是為了將「我愛執」當作怨敵，而把愛重自己安樂、自私自利的心態除去；將「愛他執」視為功德，而把「棄捨他人痛苦」的心態遮止，再於「除他苦」作般重修習。總之，應當以「不顧自身安樂，一心只想為他人除苦」而努力。

此中分二，一、除其障礙，二、正明修法。今初

以下分二點來討論：(一)除其障礙；(二)正修之理。

癸一、除其障礙

修習此心有二障礙。一謂執自樂他苦所依自他二身，猶如青黃各各類別。次於依此所生苦樂，亦便念云，此是我者應修應除，此是他者輕而棄捨。

(一) 去除修習的障礙

修習自他相換時，有兩種障礙：

1. 第一種障礙：認為自己的快樂和他人的痛苦，是由自、他兩個不同的身體所產生，而他是他，我是我，分別是兩個無關的獨立個體，就像一個是青色、一個是黃色，彼此毫無係屬。
2. 第二種障礙：對於自他所產生的苦受或樂受，很容易想成：「這是我的，應該修或應該斷；這是他的，跟我一點關係都沒有，可以捨棄，不必理會。」

能治此者，謂觀自他非有自性各各類別，唯互觀待，於自亦能起如他心，於他亦能起自覺故，如彼山此山。譬如彼山雖就此岸起彼山心，若至彼山則定發起此山之覺。故不同青色，任待於誰唯起青覺，不起餘色之覺。如《集學論》云，「修自他平等，堅固菩提心，自他唯觀待，妄如此彼岸。彼岸自非彼，觀誰而成此，自且不成自，觀誰而成他。」此說唯由觀所待處而假安立，全無自性。

對治第一種障礙：須先了解，所謂自他，並非由其自性而別別不同，是因相互觀待而產生的，這樣才能對自己修同他心，對他人也能修同己心。就像此山、彼山，二者是因相互觀待而產生的妄覺。當在此山而望向對岸，則稱對岸為彼山。但到了對岸，則對先前的彼山，又視為此山了。這樣的「此山」、「彼山」，皆無自性，只要位置交換，就會改變稱謂。這個道理顯然不同於顏色，因為青色，無論觀待於誰，都知道是青色，決不會生起其他顏色的感覺。

如《集學論》中說：「修習自他平等，才能堅固菩提心，自他不過是相互觀待而安立，我們卻妄執為彼此。就像『彼岸』並非有『彼岸』的自性，而是觀待『此岸』所成。同樣地，自己也非自性所成，而是觀待他人所致。既然『我』也不具自性，那又該觀待誰來稱『他』呢？」這裡是說明，自他唯由觀者所處的位置而假名安立，自他本身並沒有自性。

P226LL1～P228L1 二謂又念～惠施有情。

二謂又念他之痛苦，無害於我，為除彼故不須勵力。除此礙者，謂若如是，則恐老時受諸苦惱，不應少年積集財物，以老時苦無害少故。如是其手亦不應除足之痛苦，以是他故。老年幼年，前生後生，僅是一例，即前日後日，上午下午等皆如是知。

第二種障礙：認為他人的痛苦是他人所有，不會影響我，也不會傷害到我，因此不須努力為他人去除痛苦。

要對治這個障礙，應該思惟：如果「他人之苦無損於我，不須努力為其除苦」的前提成立的話，則我們不應該擔憂年老時會受種種痛苦，須趁年輕就努力預先積蓄財物；因為「老年之苦並不會損及年輕」是同樣的道理。再如，腳受傷了，也不應該用手為腳去除痛苦，因為腳是腳，手是手，以腳之苦並不會損及手。老年與幼年，前生與後世都只是略為舉例；即如，昨天和今天、今天和明天，上午和下午…等，皆是同樣的道理。

若謂老幼是一相續，其手足等是一身聚，故與自他不相同者。相續與身聚，是於多剎那多支分而假施設，無獨立性，自我他我亦皆於假聚相續而安立，故言自他皆觀待立全無自性。然由無始串習愛執增上力故，自所生苦便不忍受，若能於他修習愛執，則於他苦亦能發生不忍之心。

如果有人反駁：老年和幼年，是同一個人在時間上的相續；手和腳，是屬於同一個身體的支分；不能和「自與他」相提並論。

回答：所謂的相續和身聚，也是由許多剎那、許多支分而假名施設，本身都沒有獨立的自性；自我和他我也是如此，也是依不同蘊

體集聚而假施設，並由相互觀待來假名安立，完全沒有真實的自性。我們之所以視「自」、「他」為分開、獨立的本體，不過是無始以來強力串習「我愛執」的緣故，以致於自己受到一點微苦都無法安忍的地步。假若現在開始修習「愛他執」，透由串習力的作用，力道漸次增強，將來對他人之苦，必能生起不忍的慈悲心。

癸二、正明修法

如是除自他換諸障礙已，正修習者。謂由於自貪著力故，起我愛執，由此執故無始生死乃至現在，發生種種不可愛樂。欲修自利作自圓滿，行非方便經無數劫，自他二利悉無所成。非但無成，且唯受其眾苦逼惱。若自利心移於利他，則早定成佛，圓滿自他一切利益。由未如是，故經長時勞而無益。今乃了知第一怨敵即我愛執，應後依止念及正知，堅固決定勵力滅除。其未生者當令不生，其已生者令不相續。

(二) 正明修法

去掉掉自他換的障礙後，就可以進入正式修習。正修自他相換，在先認識我愛執的過患。

這個「我」明明是虛假的東西，眾生卻因為貪愛自我之力，而生起我愛執，以致從無始以來到現在，一直在生死中造作種種惡業，也飽受種種痛苦。原本只想圓滿自利，卻因為所作所為皆非正確善巧，所以雖歷經無數劫，自利利他兩頭落空，非但一無所成，反為眾苦逼惱。當初若將自利心轉向利他，應該早已成佛，圓滿自他一切義利了！由於缺乏智慧，放任我愛執作祟，才會久經長劫，勞而無益，虛度時日而已。現在終於了解，我愛執才是自己的第一大怨敵。從今爾後，當依止正念正知，堅固信念，徹底滅除我愛執。如果我愛執尚未生起，就不要讓它生起；如果我愛執已生，就不要讓它相續下去。

《入行論》云，「此於生死中，百返損害我，意汝欲自利，雖經眾多劫，以此大疲勞，汝唯引生苦」。又云，「若汝從往昔，能作如是業，除佛圓滿樂，定無如斯時。」如是不執自

言，不護自品，當數修心，將自身財及諸善根，悉無顧慮惠施有情。

《入行論》中說：「在生死輪迴中，我愛執這個怨敵已不知損害過我多少回了。由於它只緣自己的利益，所以雖然經過無量劫，費盡心力追求自利的結果，無非是精疲力盡和無邊痛苦。」又說：「如果能早一點覺醒，把自利轉為做利他的善業，今天就應該已經圓滿佛果了，而不是像現在這樣有種種痛苦。」如此思惟後，我們不應再隨著我愛執而行，不應再守護自身種種利益，應轉為修習愛他執，數數修心，把自己的內身、外財以及所有善根，毫無保留地全部惠施給一切有情。

P228L2~P229L1 又施彼已~何不敬有情。」

又施彼已即應利彼，不應於彼而行邪行，故於身等應當滅除自利之心。如云，「意汝定應知，自為他自在，除利諸有情，汝今莫想餘。他自在眼等，不應作自利，眼等於利他，不應作邪行。」若見身等棄捨利他攀緣自利，或身語意而反於他作損害緣，應作是念而正遮止。

既然已經決定把自己的一切都布施出去，就應該全心全意利益他人，沒有任何其他的目的(有所求)；必須抱著布施自己身體、受用及善根的心，徹底滅除一切自利之心。如《入行論》中說：「心啊！你要知道，我已經把你、把自己的身體通通布施出去了，你現在只能隨他人自在，除了利益他人，不要再費心去想其他了。不只是心，我的眼睛、還有身體所有支分也一樣，必須為他人自在，要全心利益他人，不能再只求自利，更不能有其他的目的、想法而傷害他人了。」一旦發現自己的身語意又開始棄捨利他，攀緣自利，甚至傷害他人時，要立刻提起正念加以遮止。

此於往昔，亦曾令受無邊眾苦，現今若於相似利益而生錯誤，隨彼轉者當生大苦。如云，「汝昔傷害我，已往可不諫，我見汝何逃，應摧汝憍慢。今汝應棄捨，思我有自利，我於餘賣汝，莫厭應盡力。放逸不將汝，惠施諸有情，汝則定將我，授與諸獄卒。如是汝長時，捨我令久苦，今念諸怨恨，摧汝自利心。」

無始以來，就是因為我愛執，才造下種種惡業，受盡無邊痛苦，這都是由於對真正的利益不認識，如果現在還是看到一點點相似的利益，又想重蹈覆轍趨於自利，那將來只有隨著我愛執繼續受無量大苦。就像《入行論》所說：「愛執自我的心啊！你已經傷害我太多次了，過去的就算了，我可以不追究；從今起，只要讓我再看到你，看你能往哪裡逃？我一定要除去你的驕慢。現在你再也不要想著自利，因為我已經把你賣給他人了，爾後你要努力利益他人，不要覺得厭煩。如果我還是像過去一樣地縱容你，不把你惠施給一切有情的話，到頭來又會被你出賣給地獄使者。你已多次恩將仇報，把我送入惡趣受苦，一想到這些恩怨，不禁怒從中來，所以一定要摧毀你這個自私自利的心。」

如是數思愛他勝利，當由至心發生勇悍，棄他之心未生不生，其已生者令不相續，於他令發可愛可樂可意之相。

如此數數思惟愛他執的勝利，由衷發起勇悍精進；如果捨棄他人之心尚未生起，就不要讓它生起；如果已經生起，務必要截斷相續。時時緣念眾生可愛、悅意的一面，增長利他心。

如昔於自愛樂執著，今於他所應令發起愛執之心，如云，「應執餘如我。」能發如是愛執有情，其因謂當念彼恩德，或見於自所作饒益。此復猶如見諸沃田善植種子，能結眾多上妙果實便極珍愛。如是若於有情福田植施等種，亦能出現時究竟一切利樂。若獲定解，亦起愛執，故於是等應當思惟。

猶如往昔貪愛自己，現在應以同理心去愛惜他人，如《入行論》中說：「應該把他人當成自己。」能發起這種愛執有情的心，是因為想到一切如母有情在過去的無量世中，都曾有恩於我，而且未來也會繼續饒益我。就像見到肥沃的良田，只要好好地種下種子，就能結出種種上妙果實，因此應該珍愛這些田地。同樣地，如果好好地利用有情這個福田，種下布施等善根種子，必能得到增上生和決定勝的所有好處。必須具有這些定解，也對他人生起愛執之心。因此，對這個道理應該好好地思惟。

《入行論》云，「有情與諸佛，同能生佛法，如其敬信佛，何不敬有情。」

《入行論》中說：「有情和諸佛同樣能令我們長養佛法，既然我們敬信諸佛，為什麼不能敬愛有情？」

P229L1~P230L1 此如《令諸有情歡喜頌》～藏人能知。」

此如《令諸有情歡喜頌》說，若殺有情則能引其墮三惡趣，若救其殺能引善趣復得長壽。若於有情不與而取及施資財，發瞋恚心及修慈悲，亦能引生善趣惡趣。特緣有情乃得發心，為利有情始修諸行，是故成佛亦須有情，要依有情施等乃滿，當審思惟。

又如《令諸有情歡喜頌》中所說：殺害有情會墮入三惡道，而拯救命危的有情則投生善趣，還能得到長壽的果報。同樣地，對有情發瞋心或偷盜等惡行，會引生惡趣；而行布施資財或修慈悲等善業，則會引生善趣，特別是緣念有情才能發起菩提心，進而為利益眾生而修諸善行。由此可知，修學成佛的因緣，也必須要靠有情的存在；依著眾生，才能圓滿布施等六波羅蜜多。應當如是審慎思惟。

《釋菩提心論》云，「世間善惡趣，其愛非愛果，皆由於有情，作利損而生，若無上佛位，且依有情得。人天諸資財，梵釋及猛利，護世所受用，於此三趣中，無非利有情，所引此何奇。地獄鬼畜中，有情之所受，苦事非一種，從損有情起。飢渴互打擊，及侵害等苦，難遮無窮盡，皆損有情果。」

《釋菩提心論》中說：「世間有善趣、惡趣，有樂果、苦果，都是源於利益或損害有情的結果；即使出世間的無上佛果位，也是因為利益無量的有情才能獲得。在人、天道享受富樂盛事，甚至獲得大梵天、帝釋天及龍天護法等的一切資財受用，無非是利益有情、投生三善趣的果報，這有什麼好奇怪？相對地，在三惡道中遭受種種巨大的痛苦，也是因為損害有情所致；譬如餓鬼道眾生因飢渴而相互攻擊、畜生道互相噉食、地獄燒煮砍殺等無窮無盡的痛苦，全都是傷害有情的苦果。」

諸聲聞等果報下劣，是由未能廣行利他，諸佛獲得究竟果位，是由廣利有情而生，應思此理，不應剎那貪著自利。即前論云，「於有情離貪，如毒應棄捨，諸聲聞離貪，豈非下菩提，由不棄有情，佛證大菩提。若知生如是，利非利諸果，則於剎那頃，豈有貪自利。」

聲聞等小乘之果報下劣（聲聞等雖然已經獲得了解脫，可是卻沒有辦法圓滿功德，與佛陀之果報相比，當屬下劣），是因為不能廣行利他；而諸佛之果報究竟圓滿，乃由於廣利一切有情之故；要思惟觀察這其中的差別，不要聽任我愛執而有剎那貪著自利的心。如《釋菩提心論》中說：「修行人如果對利益有情這件事放下不管了，那就是像自食毒藥，必須把這個念頭拋開。聲聞就是只管自己，不貪著利他，所以只能證得下菩提；佛陀在因地不捨眾生，所以能證得無上大菩提果。我們若真實了解愛執他人和愛執自己的果報如此懸殊，那自然連一剎那的自利心也不會生起吧！」

是則專住利他及菩提果，亦見是從菩提心苗之所出生，此心根本見為大悲。故諸佛子愛樂修習，若多修習令其堅固，則能任運趣極難行諸廣行。

由此看來，想要一心一意利他和成就佛果，都必須先發起菩提心苗，而菩提心的根本是大悲心，所以，發了心的佛子們都懂得好樂修習大悲心。若能恆常地修學大悲心，令它堅固，自然能任運趣向極其難行的廣大菩薩行。

即前論云，「悲堅為根本，菩提心苗生，專利他覺果，諸佛子應修。若修令堅固，諸怖他苦者，能捨靜慮樂，而趣入無間，此奇此應讚，此為勝士法。」今於此義，亦應用諸先賢言論而發定解。如覺窩云，「不知修慈悲之菩薩，唯藏人能知。」

如前論所說：「堅固的大悲心，是生起菩提心的根本，專注於利他事業，才能證得大覺世尊圓滿的佛果，這就是菩薩應修的學處。菩薩的悲心若能修習堅固，生起怖畏他人受苦的心，就會寧願捨棄涅槃寂靜之樂，趣入極其可怖的無間地獄拯濟眾生。應該禮讚這麼稀奇難得的行為，這就是殊勝上士法最了不起的地方啊！」

這裡也可以援引先賢們的言教來幫助生起定解，例如，阿底峽尊者去到西藏，有人問尊者：「修菩提心很麻煩，有沒有一個方便的法門哪？」阿底峽尊者於是說：「不知道哪一尊菩薩是不修慈悲的，大概只有你們西藏人才知道吧！」

P230L2~P230LL1 若爾當如~應當了知。

若爾當如何修，「須從最初次第學習。」朗日塘巴云，「霞婆瓦與我，有十八種人方便，一種馬方便。人方便者，謂發大菩提心，隨作何事，悉學利益有情。馬方便者，謂菩提心未生者令不生，已生者令不住，不使增長者為我愛執，故特於彼盡力違害，正對有情盡力利益。」

那麼，應當如何修習菩提心呢？（大眾請尊者開示）阿底峽尊者回答：「必須從最初的道次第開始，依次修學。」祖師朗日塘巴（和霞婆瓦同為博朵瓦祖師的弟子）說：「霞婆瓦和我有十八種人方便（來生要得人身的十八種方法，十八種泛指量多），一種馬方便（來生墮為畜生極為簡單的一種方法，降伏怨敵只有一個方法）。所謂人方便，就是發大菩提心，不論做任何事，都要學習利益一切有情。馬方便，即指我愛執方便；也就是讓菩提心未生不生，已生不住，無法增長。所以，應當從盡力損害我愛執方面修起，要全心全意地利益一切有情。」

大瑜伽師謂善知識敦巴云，「我有風息平等轉等，如此如此三摩地。」答云，「汝修縱能耳邊擊鼓不可破壞，若無慈悲及菩提心，猶當生於晝夜應悔之地。」此中意趣似說，當成能生無暇無色等處，異生之因。

祖師大瑜伽師告訴善知識種敦巴說：「我現在學定，已經修到能氣入中脈，平等運轉的三摩地境界」。種敦巴尊者回答：「縱使修成在耳邊擊鼓也不動搖的三摩地，如果缺乏慈悲和菩提心，將來還是會投生到日夜懊悔的地方呀！」這句話的意思是指，即使獲得無色界三摩地，還是在六道之中，若沒有修習慈悲與菩提心，仍會種下生於無暇處的因，出定後墮入惡趣，反而讓自己後悔不及。

（此乃不以慈悲和大菩提心為中心修學的緣故，雖然修得了定，生在非想非非想處天，八萬大劫有如一彈指，處於定中卻誤認為涅槃，結

果禪定散去後生起很大的瞋心，其後還得墮到畜生道當中去。對修行人而言，是難以到達究竟解脫的一條歧路。）

康壘巴云，「我等於覺窩有情顛倒行事，有情於我等亦當如是行。」立與未立大乘根本，入與未入大乘之分，一切皆是相值於此，故一切時應觀於此令心生起。

祖師康壘巴說：「如果我們捨棄有情、或對有情造作各種錯誤的顛倒事，要知道，有情也會對我們這麼做。」大乘的根本就在菩提心，我們是否安立了大乘根本？是否進入了大乘行列？都要觀待於菩提心。所以在任何時候，要反省觀察自心，一定要想辦法把菩提心啟發出來。

若生者善，若未生者莫如是住，應常親近開示此法大善知識，常與如是修心伴侶共同居住，觀閱顯示此法經論，勤修此因積集資糧，淨此障礙。

如果菩提心已經生起，當然最好，如果還未生起，也不要停在這裡，應該修學以下三件事：

一、應常常親近能開示菩提心教授的大善知識，經常和修習菩提心的法侶共住。

二、多方研閱與菩提心相關的經論。

三、好好勤修發菩提心的因，積集資糧，淨除障礙。

自能如是淨修其心，則定能下圓滿種子，誠非小事，理應歡喜。如大覺窩云，「欲趣大乘門，覺心如日月，除暗息熱惱，勵劫亦令生。」

若能如此清淨修心，一定會種下圓滿的菩提種子，這是何等了不起的大事，理應歡歡喜喜地去修。如阿底峽尊者所說：「想要進入大乘門，就是修菩提心。菩提心就像日、月能去除黑暗、熱惱，即使得歷經累劫的時間來勤修，也一定要生起這個殊勝的菩提心啊！」

庚三、發起之量

第三此心發起之量。如前已說，應當了知。

第三、菩提心生起的量。

菩提心生起的量，要到達什麼程度？如前面所說，應該很清楚了。

(至於自他相換的生起之量，如前所說，只要遇到因緣，不需要經過思考就能夠任運產生愛他勝自之心，代表真正生起了自他相換。)

P231L1~P231LL3 第四儀軌~轉變意者。

庚四、儀軌受法

第四儀軌正受者。如大覺嚆云，「欲修令此生，應勵恆修習，慈等四梵住，應除貪及嫉，以儀軌正發。」若修心已，於其發心獲得定解，當行受此之儀軌。

第四、正式受菩提心的儀軌(此處指受願心儀軌)

如阿底峽尊者所說：「想要讓菩提心生起，應當恆常努力地修習慈、悲、喜、捨四無量心，去除世間的貪愛、嫉妒等煩惱，然後正式受持發心的儀軌。」如果照前面所說的方式來修學菩提心，對發心道理已經產生定解，這時就可以按照儀軌正受律儀戒。

此中分三：一、未得令得；二、已得守護不壞；三、設壞還出之方便。初中分三：一、所受之境；二、能受之依；三、如何受之軌則。今初

辛一、未得令得

壬一、所受之境

正受菩提心的儀軌，內容分三：第一、未得令得，指過去未受儀軌者令受；第二、是已受者，令守護不壞；第三、若失壞時，如何懺除乾淨、恢復清淨戒體的方法。

覺窩於《尊長事次第》中僅云「具相阿闍黎。」更未明說。諸先覺說，「具足願心住其學處，猶非完足，須具行心律儀。」此與勝敵論師說，「當往具菩薩律儀善知識所，」極相符順。《十法經》中由他令受而發心者，說有聲聞，是說由彼勸令厭離而受發心，非說聲聞為作儀軌。

第一、未得令得

又分為：一、從何處受；二、能受律儀的對象；三、如何受持儀軌。

一、從何處受：菩提心的儀軌，要到那裡去受呢？

阿底峽尊者在《尊長事次第》中只簡單說，要去「具相的阿闍黎」那裡受，後面沒有詳細解說。其他祖師們有說：「為我們傳授願心儀軌的上師，如果只有願心、安住在願心學處還不夠，必須同時具備行心的律儀(受菩薩戒)，才是具相的阿闍黎。」這個說法，和勝敵論師所說：「要受願心儀軌，應當前往具有菩薩律儀的善知識那裡去受。」是完全相符。《十法經》中說，受他人勸導而受持願心儀軌，這個他人也包括聲聞乘者；但要注意，這裡只是說，是經由聲聞人來勸導、令厭離而發心，並不是說由聲聞乘者來做願心儀軌的授戒師。

壬二、能受之依

能受之依者。總如勝敵論師說，「若善男子或善女人，具足圓滿身及意樂。」謂天龍等其身意樂堪發願心者，一切皆可為此之依。然此中者如《道炬釋論》說，「厭離生死，憶念死沒，具慧大悲。」謂於前說諸道次第已修心者，是於菩提心略為生起轉變意者。

二、能受律儀的對象：總如勝敵論師所說：「凡具足圓滿身相和圓滿意樂的善男子善女人，都可以接受願心儀軌。」不但是世間人，天、龍也可以受，只要身、心都堪能發願心者，都可以成為受願心儀軌的對象。然而此處所說最殊勝的能受之身，當如《道炬釋論》所說：「厭離生死輪迴，憶念死亡無常，具有智慧和慈悲心者。」這也說

明，尤其是已按照前面的道次第修心，以及對菩提心已略生起覺受而變轉心意的體會者，更應該受持發心儀軌。

壬三、如何受之軌則

如何受之儀軌分三：一、加行儀軌，二、正行儀軌，三、完結儀軌。

癸一、加行儀軌

初加行軌分三：一、受勝皈依，二、積集資糧，三、淨修意樂。

子一、受勝皈依

初中分三：一、莊嚴安處所安布塔像陳設供物，二、勸請皈依，三、說皈依學處。今初

P232L2~P233L1 遠離罪惡～當許不生。

丑一、莊嚴處所，安布塔像，陳設供物

遠離罪惡眾生之處，善治地基令其平潔，以牛五物塗灑其地，以栴檀等上妙香水而善澆灑，散妙香花。設三寶像謂鑄塑等，諸典籍等，諸菩薩像，安置床座或妙棹臺。懸挂幡蓋及香花等，諸供養具盡其所有。又當預備伎樂飲食諸莊嚴具。用花嚴飾大善知識所居之座。諸先覺等，又於先時供養僧伽，施食鬼趣集聚資糧。若無供具應如《賢劫經》說，其碎布等皆成供養，有者則應無諸諂曲殷重求覓廣興供養，令諸同伴心難容納。傳說西藏諸知識在莽宇境及桑耶等處，於覺窩前請發心時，覺窩教曰：「供養太惡不生。」所供像中，須善開光大師之像，必不可少，經典亦須《攝頌》以上諸《般若經》。

三、如何受持儀軌：可分為加行儀軌、正行儀軌、完結儀軌三方面來解說。

(一) 加行儀軌又分為：(1) 正受殊勝的皈依；(2) 積集資糧；(3) 淨修意樂。

(1) 正受殊勝的皈依：包括莊嚴處所、安布塔像、陳設供物；勸請皈依及開示學處。

莊嚴處所：於寂靜處，像寺院、阿蘭若等地方，整理灑掃潔淨，用大白牛的五淨物塗灑在地面上(印度古習)，再用栴檀等上妙香水澆灑，最後擺設各種上妙的香花。

安布塔像：供奉三寶聖像，如鑄造、雕塑或繪製的佛像；以及經典、法本，與菩薩像等，安置在善妙的法座或高臺上。

陳設供物：盡其所能的準備供養物，如懸掛幡蓋、香花、伎樂、飲食及各種莊嚴器具；用花蔓裝飾或鋪設在大善知識所居法座上。過去先賢們還會事先供養僧伽、施食鬼趣等，以集聚資糧。

若是無力供養，也可以依照《賢劫經》所說的用心觀想供養，哪怕是碎布都可供養。如果有能力供養，就應該以正直無諂心、殷重地尋求並作陳設供養，使同伴們心生驚嘆，生起歡喜心。傳說西藏人在莽宇和桑耶二地區，請求阿底峽尊者傳授發心時，尊者就說過：「供養如果太下劣，不容易生起菩提心。」又說所供佛像中，已開光過的佛像必不可少；經典也至少需《攝頌》以上如《般若經》的大乘經典。

次如《尊長事次第》說迎請聖眾，誦念三遍《供養雲陀羅尼》，應讚誦之。其次弟子沐浴著鮮淨衣，合掌而聽，尊長開示福田海會所有功德，令其至心發生淨信，教彼自想，住於一一佛菩薩前，徐徐念誦七支供養。先覺多云，「龍猛寂天所傳來者俱修七支，慈氏無著所傳來者唯修禮拜供養二支。若修悔罪必須追悔，令意不喜，菩提心者具足踴躍歡喜方生。」不應道理。大覺嚙師於《發心及律儀儀軌》說，「禮敬供養等，」以等字攝略。《尊長事次第》中，於發心前明說七支，又其因相，若果如是，則龍猛及寂天派中，亦當許不生。

迎請聖眾：其後，依照《尊長事次第》所說，先迎請聖眾，念誦三遍《供養雲陀羅尼》來讚誦。弟子應沐浴，穿上潔淨衣服，合

掌聆聽尊長開示福田海會的所有功德，至誠生起淨信心；然後授戒師應教導弟子觀想於每一尊佛菩薩面前，都有自身恭敬而住，緩緩地念誦《普賢行願品》七支供養文。

有些先覺們這樣說：「依照龍樹、寂天菩薩所傳的儀軌，要修七支供養；而依照彌勒、無著菩薩的所傳，不需要修七支供養，只要修禮拜和供養二支。不需要修七支的理由，是因為修懺悔支時須要追悔，會使心產生不悅意狀態；而這和受願心儀軌、要引發菩提心生起，需具足歡喜踴躍的心境相違。」這種講法實在沒有道理。阿底峽尊者於《發心及律儀儀軌》說到：「禮敬、供養等」，這個「等」字，就含攝了其他五支。《尊長事次第》中，也在發心前明指是七支供養。還有，如果修懺悔支會使得心意不喜，以致影響菩提心生起的話，那麼，龍樹和寂天菩薩也應該會承許不必修七支的。（宗大師特於此處，破斥這種不需要修七支供養的說法）

P233L2~P233LL2 第二者，~亦應為說。

丑二、勸請皈依

第二者，次說於師須住佛想，故應作佛勝解，禮敬供養，右膝著地，恭敬合掌，為菩提心而正請白：「如昔如來應正等覺及入大地諸大菩薩，初於無上正等菩提而發其心。如是我名某甲亦請阿闍黎耶，今於無上正等菩提而發其心。」乃至三說。次應為授殊勝皈依，謂佛為世尊，法是大乘滅道二諦，僧為不退聖位菩薩，以為其境。時從今起乃至未證大菩提藏，為救一切諸有情故，皈依佛為師，正皈於法，皈依僧為伴，具此總意樂。特如《道炬論》說：「以不退轉心，」當發猛利欲樂，令如是心一切時中而不退轉。

勸請皈依

其次，對上師應起清淨信心，將上師視為佛陀親臨般恭敬頂禮供養，右膝著地，雙手合掌，為能策發起菩提心，而作祈請、啟白：「如過去諸佛及住大地的諸菩薩，最初於無上正等菩提如何發心，我某某某（自己名字），今亦如是，祈請上師令我能於無上正等菩提而發其心。」這樣念誦三遍後，接著以佛法僧三寶為對境，領受大乘

殊勝三皈依，皈依的佛即是世尊薄伽梵，皈依的法是大乘的滅道二諦，皈依的僧是大乘見道位以上的不退轉聖位菩薩。

皈依的時間，是從今直至證得菩提之前，為能救護一切有情，都以皈依佛為導師、皈依法為正行、皈依僧為修行助伴，以此為總意樂的內涵；特別則應如《道炬論》所說：「以不退轉的菩提心」修皈依，也就是說，應當發起猛利欲樂，讓這個皈依的菩提願心，在任何情況下都不會退轉。

威儀如前而受皈依：「阿闍黎耶存念，我名某甲，從今時始乃至證得大菩提藏，皈依諸佛薄伽梵兩足中尊。阿闍黎耶存念，我名某甲，從今時始乃至證得大菩提藏，皈依寂靜離欲諸法眾法中尊。阿闍黎耶存念，我名某甲，從今時始乃至證得大菩提藏，皈依不退菩薩聖僧諸眾中尊。」如是三說。皈依一一寶前，各一存念，及皈法文句與餘不同，皆如覺窩所造儀軌。

接著，如前所說一樣的威儀（右膝著地，恭敬合掌）而正受皈依。唸誦下文三遍：「上師請聽我啟白，我某某某（自己名字），從今直至證得大菩提藏前，皈依佛薄伽梵一兩足中尊。上師請聽我啟白，我某某某（自己名字），從今直至證得大菩提藏前，皈依寂滅離欲正法一眾法中尊。上師請聽我啟白，我某某某（自己名字），從今直至證得大菩提藏前，皈依不退轉之菩薩聖僧一諸眾中尊。」在三寶前面一一祈請、啟白、皈依，並誦念各個皈依的文句。這個皈依法的文句，雖與他處者不同，然而這是依照阿底峽尊者所造儀軌而說的。

丑三、說皈依學處

皈依學處者。前下士時所說學處，今於此中阿闍黎耶亦應為說。

皈依學處：皈依後，上師應該為弟子依次解說各個學處，其內容應包含前面下士道時所說的學處。

P233LL1～P235L2 積集資糧者～最為明顯。

子二、積集資糧

積集資糧者。《發心儀軌》中，於此亦說修禮供等，《釋論》中說修七支供，憶念諸佛及諸菩薩，若昔若現諸善知識，應如是行。供諸尊長者，前供養時亦應了知。七支者《普賢行願》，《入行論》文，隨一即可。

(2)積集資糧。加行儀軌的第二部分，是積集資糧。

在《發心儀軌》中，也說到修禮敬、供養等；《釋論》中也說應該要修七支供養，憶念諸佛與諸菩薩，憶念過去和現在的諸善知識。前面已經講過供養上師與尊長的道理，此時應已產生定解。唸誦七支供養文，不論採取《普賢行願品》或《入行論》中的偈頌都可以。

子三、修淨意樂

修淨心者。《道炬論》說慈心為先，觀苦有情而發其心。謂令慈悲所緣行相，皆悉明顯俱如前說。

(3)淨修意樂。加行儀軌的第三部分，是淨修意樂。

《道炬論》中說：先要生起慈心，然後觀照為苦逼惱的有情而發起菩提心。依前面七因果教授所說，要讓慈悲心的所緣行相，在內心中明顯呈現出來，就像前面的內容所示。

癸二、正行儀軌

正行儀軌者。謂於阿闍黎前，右膝著地或是蹲踞，恭敬合掌而發其心。如《道炬論》云，「無退轉誓願，應發菩提心。」《儀軌》中說，「乃至菩提藏。」故非僅念為利他故願當成佛而為發心，是緣所發心乃至未證菩提誓不棄捨，當依儀軌發此意樂。

(二) 正行儀軌

弟子應在上師面前，右膝著地（印度式）或作蹲踞（藏式），恭敬合掌而作發心。

此一發心，如《道炬論》所說：「以堅定不退轉的誓願發起菩提心。」《發心儀軌》中說：「一直到證得菩提為止。」因此，發心不僅是「為求利他，願當成佛」，而是緣於所發之心，「誓願在未證得菩提之前，永不棄捨」，以堅定的信念受持儀軌。

若於願心學處不能學者，則不應發如是之心。若用儀軌僅發是念，為利一切有情我當成佛者，則於發心學處，能不能學皆可授之，願心容有如是二類。若用儀軌受其行心，若於學處全不能學，則一切種決定不可。故有說云龍猛與無著所傳律儀儀軌，於眾多人有可授不可授之差別者，是大蒙昧。復有一類造初發業行法論，說受行心儀軌令數數受，然全不知諸總學處及根本罪，未嘗宣說所學差別，是令受行最大無義。

如果於願心學處，不能學習與遵守的話，就不應該輕受如是具誓的發心儀軌。但如果只是照著儀軌，心裡生起「為利一切有情我當成佛」之念，卻未具誓願，那麼對願心學處能或不能學習都沒關係，都可以受願心儀軌。這表示願心可以分為二種：普通的願心、具誓的願心。

但受行行心儀軌就不同了，如果對菩薩學處不能修學的話，在任何情況下一定不能受行心儀軌。所以有人說，「龍樹和無著菩薩在所傳的行心儀軌中，於眾人可有可授、不可授的差別。」這完全是無知、不了解的說法。

還有一種人，對初機者多所鼓勵，說可以多次去受行心儀軌，但卻從來不講菩薩學處的內容，也不曾講說犯根本罪和犯支分罪的差別及後果，這樣受菩薩戒就完全沒有意義了。

《教授勝光王經》說，「若不能學施等學處，亦應唯令發菩提心，能生多福。」依據此意，《修次初篇》云，「若一切種，

不能修學諸波羅蜜多，彼亦能得廣大果故，方便攝受亦當令發大菩提心。」此說若於施等學處不能修學，容可發心，不可受戒，最為明顯。

《教授勝光王經》中說：「如果還不能學習布施、持戒…等學處的人，也可以先教他發菩提心，因為僅僅是發心，也能成就無比的福德。」依據這個道理，《修次初篇》中也說：「如果任何情況下，都沒辦法如實修學六波羅蜜多，那麼光是堅定發心，還是可以累積廣大的資糧，所以應該以方便攝受，使他能發起大菩提心。」這句話的意思是，如果不能修學布施等學處的人，可以依儀軌方便發願心，但不能受菩薩戒，這裡說的非常清楚明白。

P235L3～P235LL3 受心儀軌者～諸應學處。

受心儀軌者。「惟願現住十方一切諸佛菩薩於我存念，阿闍黎耶存念，我名某甲，若於今生，若於餘生，所有施性戒性修性善根，自作教他見作隨喜，以此善根如昔如來應正等覺及住大地諸大菩薩，於其無上正等菩提而發其心。如是我名某甲，從今為始乃至菩提，亦於無上正等菩提而發其心，有情未度而當度之，未解脫者而令解脫，諸未安者而安慰之，未涅槃者令般涅槃。」如是三說。

在受持發心儀軌方面：

願心儀軌的內容：「惟願現在十方一切諸佛菩薩護念我！上師護念我！我某某某，於今生及餘生，一切布施、持戒、修行的所有善根，無論自作、教他、見作隨喜所生的所有善根，如過去如來、應正等覺及住大地諸大菩薩，於其無上正等菩提如何發心；我某某某，從今起乃至證得菩提前，亦於無上正等菩提而為發心。有情未度者當令得度，未解脫者當令解脫，未安樂者當令安樂，未涅槃者令入涅槃。」如此重複念誦三遍。

（文中的「存念」，是依這個對境受發心儀軌；「若於餘生」，是指過去生而言；「所有施性戒性修性善根」，是能受發心的資糧；「有情未度而當度之」，指八地以上菩薩，雖然煩惱障已斷，但微細的所知障還未斷，所以發心使他能得二障淨盡菩提而得度之；「未解脫者而令解脫」，是指已斷惡趣，還未斷生死的有情，令斷生死；「諸未

安者而安慰之」，指還未出惡趣的有情，令出惡趣；「未涅槃者令般涅槃」，這裡的涅槃，指的是無住涅槃。凡夫住生死、小乘住涅槃，只有佛不住生死也不住涅槃，稱為無住涅槃。所以，還未得無住涅槃的有情，令得無住涅槃。）

皈依儀軌，及此二種，雖未明說須隨師念，然實須之。

前面的皈依儀軌，和現在的發心儀軌，雖然都沒有明說必須跟隨著上師而念誦，然而實際上就是應該這麼做的。

此是有師之軌，若未獲得阿闍黎者應如何受，覺窩所造《發心軌》云，「若無如是阿闍黎耶，自發菩提心之儀軌者，自當心想釋迦牟尼如來及其十方一切如來，修習禮供諸儀軌等，捨其請白及阿闍黎語，皈依等次第悉如上說。」如此而受。

上述是有上師的軌則作法，如果沒有上師帶領，應如何行？可以依照阿底峽尊者所造之《發心儀軌》中說的：「如果沒有具相上師，自己受發菩提心的儀軌時，應當自行觀想、迎請釋迦牟尼佛、及十方一切諸佛在自己的面前，然後修禮敬、供養等儀軌，中間省略向上師祈請、啟白的語句，但其他皈依等次第應如前說。」這是自受律儀的方法。

癸三、完結儀軌

完結儀軌者。阿闍黎耶應為弟子，宣說願心諸應學處。

(三) 完結儀軌

正行結束後，上師應該為弟子開示願心學處。

辛二、已得守護不壞

第二、得已守護不令失壞者，謂當知學處，故應宣說。此中分二：一、修學現法不退發心之因，二、修學餘生不離發心之因。

壬一、修學現法不退發心之因

初中分四：一、為於發心增歡喜故，應當修學憶念勝利，二、正令增長所發心故，應當修學六次發心，三、為利有情而發其心，應學其心不捨有情，四、修學積集福智資糧。今初

癸一、為於發心增歡喜故，應當修學憶念勝利

P236L3~P237L1 若閱經藏~心無勞損。

若閱經藏或從師聞，思菩提心所有勝利，《華嚴經》中廣宣說故，應當多閱。如前所引，說如一切佛法種子。又說總攝菩薩一切行願故，猶如總示。謂若廣說支分無邊，於總示中能攝一切，故謂總示。又如喞柁南，攝集一切菩薩道法所有扼要，說為喞柁南。

第二、已得守護不壞

一、修學於今生中不退發心的因

(一) 為於發心增長歡喜，應當修學憶念發心勝利

無論是研閱經藏或從師聽聞，了解菩提心之勝利，引發歡喜心；此於《華嚴經·發心品》中說得非常詳細，應當廣為參閱、思惟。

如前所引說，「菩提心有如一切佛法的種子」；又說，「菩提心總攝一切菩薩的行願」，這是總說的講法，就像綱領一樣；如果要細說它的內涵雖有無量無邊，但只要掌握好能概括所有支分的綱領，猶如總說已能總攝一切要義，所以也稱之為總示。菩提心又好比喞柁南，具有合集、總綱的意思，它含攝了一切菩薩道中扼要之總集，故稱為喞柁南。

《菩薩地》中所說勝利，是願心勝利。彼最初發堅固心有二勝利，一謂成就尊重福田，二能攝受無惱害福。

在《菩薩地》中所說的勝利，是指願心的勝利；初發心堅固的菩薩，有二種發心的勝利：一是成為眾生所敬重的福田；二是成就無惱害的福報。以下說明：

第一者如云，「天人世間皆應敬禮。」謂發心無間，即成一切有情所供養處。又如說云，「發心無間，由種性門，亦能映蔽諸阿羅漢。」謂成尊上。又說，「雖作小福，亦能出生無邊大果，故為福田，一切世間悉應依止，猶如大地。」謂如一切眾生父母。

1. 成為眾生所敬重的福田：

(1)如說：「一旦發心，一切世間人天都應該禮敬他。」此謂發心的剎那，即有堪受一切有情供養的功德，成為供養處。

(2)又如說：「發心當下，馬上進入大乘種性，能夠超勝阿羅漢。」成為無上尊。

(3)又說：「發心之後，雖只造作微小福業，也能生出無量大果，故稱為福田。

(4)立刻成為世間所依止的福田，猶如萬物仰賴大地而生一樣。」這是說發了心的菩薩，如同眾生所依仰之父母，一切皆以父母為主（喻一切成佛的因緣，皆以菩提心為主）。

第二者，如說得倍輪王護所守護，若寢若狂或放逸時，諸惡藥叉宅神非人不能燒害。若餘眾生為欲息滅疾疫災橫所用無驗咒句明句，若至此手尚令有驗，何況驗者。由此顯示息災等業，發心堅固則易成辦。諸共成就，若有此心亦得速成。

2. 成就無惱害的福報：

(1)能得到二倍於轉輪聖王之護法的保護，即使在睡眠、失心瘋或放逸時，也不會遭到惡藥叉、宅神或非人的傷害。

(2)那些能夠息滅疾病、瘟疫、災難、橫禍等的密咒（諸佛菩薩所傳）、明咒（藥叉非人所加持），即使在其他有情手中沒有效驗，可是到了菩薩手中卻很靈驗，何況本來就靈驗的咒語，就更不必說了。由此顯示，倘若發心堅固，則易成辦息災等業，即便對各種需要共同成辦的事情，也因為有此願心，而能快速成就。

隨所居處，於中所有恐怖鬥諍，飢饉過失非人損惱，未起不起設起尋滅，轉受餘生少病無病，不為長時重病所觸，常為眾生宣說正法，身無極倦念無忘失心無勞損。

(3)不論居住何處，一切恐怖爭鬥、飢饉災禍、非人損惱等事，未發生者即不會發生；如果發生，也會很快消滅。

(4)來生自然少災、無病；即使略有病痛，也不會受到長時嚴重的折磨。

(5)經常為眾生宣說正法，卻能身無疲倦、念無忘失、心無勞損。

P237L2~P237LL1 菩薩安住～能利世間。」

菩薩安住種性之時，由其自性粗重微薄，既發心已，身心粗重轉復薄弱。由其成就堪忍柔和，能忍他惱不惱於他，見他相惱深生悲惱，忿嫉諂覆等多不現行，設暫現起亦無疆力，不能久住速能遠離。難生惡趣，設有生時速得解脫，即於惡趣受小苦受，即由此緣深厭生死，於彼有情起大悲心。

(6)菩薩安住在大乘種性，煩惱本來就很輕微，發菩提心之後，身心之煩惱更轉薄弱。由於成就了忍辱、身心調柔、故能忍受他人惱害，而不損惱他人。

(7)見他有情相互惱害，而心生悲愍。至於忿恚、嫉妒、諂誑、覆藏等負面情緒大多不起現行，即使暫時出現，力道也不強，而且迅速就能夠消退、遠離。

(8)未來不易感生惡趣，縱生惡趣，也能速得脫離，在惡趣僅受微苦。由此受生惡趣的因緣，對生死輪迴深深感到厭離，並對惡趣之有情生起大悲心。

菩提心福若有色形，雖太虛空亦難容受，以諸財寶供養諸佛，尚不能及此福一分。《勇授問經》云，「菩提心福德，假設若有色，遍滿虛空界，福尤過於彼。若人以諸寶，遍滿恆沙數，諸佛剎土中，供養世間依。若有敬合掌，心敬禮菩提，此供最殊勝，此福無邊際。」

發菩提心所獲福德，如果有形色的話，縱使太虛空也無法容納得下；以種種珍財異寶供養諸佛所得的福報雖然很大，卻遠遠不及發心的一分。《勇授請問經》中說：「菩提心的福德如果有形色可以看見、可以衡量的話，就算以整個虛空界來裝也裝納不下。如果有人用多如恆河沙數的種種珍寶，於諸佛的剎土中去供養諸佛，還不如一位初發心的菩薩，以菩提心合掌、至誠禮敬諸佛，後者才是獲得無邊福報的最殊勝供養。」

傳說覺嚧繞金剛座時，心作是念，「當修何事而能速證正等菩提。」時諸小像起立請問諸大像曰，「欲速成佛當修何法。」答曰，「當學菩提心。」又見寺上虛空之中，有一少女問一老婦，亦如前答。由聞是已，於菩提心，心極決定。

傳說阿底峽尊者有一次繞金剛座而行，心裡生起一念，「應該修什麼法，才能夠快速成佛？」那時候，金剛座周圍的小佛像都紛紛起立向大尊佛像請問：「希望迅速成佛，應當修學什麼法門？」大佛像們回答：「應當修菩提心。」又有一次，尊者看到寺院上方虛空之中，有二位空行母，年輕的空行母問年長的空行母說：「怎樣才能速證菩提？」年長的空行母同樣回答：「修菩提心」。尊者聽到後，對於菩提心生起好樂，內心極為堅定。

由是能攝大乘教授一切扼要，一切成就大寶庫藏，超出二乘大乘法，策發菩薩行廣大行，最勝依止，應知即是菩提之心。於修此心當漸增長勇悍歡喜，如渴聞水，乃至多劫以希有智，最極深細觀察諸道，諸佛菩薩唯見此是速能成佛勝方便故。如《入行論》云，「能仁多劫善觀察，唯見此能利世間。」

要知道，能總攝一切大乘教授的綱要、成為一切成就之大寶庫、超越於二乘的大乘不共法、以及策發菩薩廣大行的最勝依止處，都是

菩提心。是故，修學菩提心當須漸漸增長勇悍歡喜之意樂，要像口渴時，忽然聽到「水」這個字，心中充滿強烈渴望。諸佛菩薩在多劫的時間中，以稀有智慧極深細地觀察諸道，發現唯有菩提心是速成佛道的方便法門。如《入行論》中說：「佛陀多劫以來，一直深思觀察該如何利益眾生？後來觀見唯有以菩提心快速成佛，才能真正利益世間所有萬事萬物。」

P238L2~P239L1如是以佛~每次三返。

癸二、正令增長所發心故，應當修學六次發心

正令增長所發心故，修學六次發心分二：一、不捨所發心願，二、學令增長。今初

子一、不捨所發心願

如是以佛菩薩知識為證，立彼等前立大誓願，未度有情令度脫等。次見有情數類繁多行為暴惡，或見長久須經多劫勵力修行，或見二種資糧無邊難行皆須修學，為怯弱緣，若更捨置發心重擔，較別解脫他勝之罪，尤為重大。

(二) 為令所發菩提心增長故，應當修學六次發心

修學六次發心，又分為1. 不捨已發之願心、2. 修學令願心增長，說明如下：

1. 不捨已發之願心

在受願心儀軌時，既祈請諸佛菩薩、善知識為證，在他們面前立下「有情未度應令度」等誓願。之後卻看到有情數量眾多、行為暴惡、不聽教誨、難以度盡；或者看到須於久劫勤修，而成佛之日遙遙無期；或者看到為累積福智二資糧，須修學無邊的難行苦行，種種情況令人心生怯弱。如果因而退失了先前的發心，捨棄菩提心之擔，這個罪比犯了別解脫戒的根本罪還要嚴重。

如《攝頌》云，「雖經億劫修十善，欲得獨勝及羅漢，爾時戒過戒失壞，發心重過他勝罪。」此說菩薩毀犯尸羅，以能防護

二乘作意，即是菩薩最勝尸羅，故若失此即是破戒。若未捨此，縱於五欲無忌受用，猶非破壞菩薩不共防護心故。即前經云，「菩薩受用五欲塵，皈依佛法及聖僧，作意遍智願成佛，智者應知住戒度。」

如《攝抉擇分》中說：「雖然經過億劫的時間修習十善，為獲得獨覺或阿羅漢的二乘果位而持戒，爾後卻因違犯律儀或完全失了戒體，這是非常嚴重的事；但若和發心後又棄捨發心的罪相比，後者捨心之罪遠遠重於他勝罪。」這說明，菩薩就算毀犯尸羅，但只要把菩薩的願心保護好，不動念退求二乘，這就是菩薩最根本的戒律；相反的，如果把救一切眾生的願心捨掉，那就破戒了。倘若不捨菩提心，即使無忌地受用五欲，也不算毀壞菩薩不共的防護心戒。如《攝頌》中說：「皈依三寶、發願成就一切種智、度一切眾生，雖然同時受用世間的五欲，這位菩薩還是安住在持戒波羅蜜中的。」

若棄如是所受之心，則須長夜馳騁惡趣。《入行論》云，「於少惡劣物，由意思布施，若人後不施，說為餓鬼因。若於無上樂，至心請喚已，欺一切眾生，豈能生善趣。」

發菩提心後，若又棄捨，則將長夜流轉於惡趣當中。《入行論》中說：「如果有人已經決定要布施，卻連微少下劣的物品都捨不得，最後也沒有去布施，這是未來墮入餓鬼的因。如果有人先前已發了無上菩提心，又至心迎請諸佛菩薩、上師作證受戒，然而最後卻又怯弱而違背誓言，那豈不是等於欺誑一切眾生？這樣怎麼可能生於善趣呢？」

是故此論又云，「如盲於糞聚，獲得妙珍寶，如是今偶爾，我發菩提心。」謂當思念我得此者極為希有，於一切種不應棄捨，更當特緣此心，多立誓願剎那不捨。

《入行論》又喻：「就像盲人忽然在糞堆中拾得妙珍寶，此事何等歡喜、幸運；凡夫如我，今生竟能發起殊勝的菩提心，猶如盲人尋獲至寶般的珍貴而難得。」因此當常常思惟憶念：我能得此菩提心寶是多麼地珍貴、稀有，應當一切時處絕不捨離；更當常緣此心，多立誓願，剎那不捨菩提心。

子二、學令增長

第二者，如是不捨尚非滿足，須晝三次及夜三次勵令增長。此復如前所說儀軌，若能廣作即如是行。若不能者，則應明想福田，供諸供養修慈悲等六返攝受。其儀軌者，謂「諸佛正法眾中尊，乃至菩提我皈依，以我所修布施等，為利眾生願成佛。」每次三返。

2. 令所發願心增長

光是發不捨之誓願還不夠，必須每日白天三次、晚上三次勤修發心，期使菩提心增長穩固。進行的方式和前面所說三皈依的儀軌作法一樣。如果能照著儀軌受持，就照儀軌；如果不能，則應觀想資糧田而作供養，並修習慈心與悲心等所緣，每天重覆六次。每次念誦簡易儀軌，即皈依發心偈「諸佛正法眾中尊，直至菩提永皈依，我以所修施等善，為利眾生願成佛。」每次三遍。

P239L2~P240L3 學心不捨～欺蒙師長。

癸三、為利有情而發其心，應學其心不捨有情

學心不捨有情者。《道炬論》及《發心儀軌》中說學處時，雖未說及，《道炬釋》云，「如是攝受不捨有情，於菩提心所緣及其勝利，發心軌則，共同增長及不忘故，應當守護。」爾時數之與根本文，意無乖違，故於此事，亦應修學。心棄捨之量者，依彼造作非理等事而為因緣，便生是念，從今終不作此義利。

(三) 修學於任何事皆不捨有情

《道炬論》、《發心儀軌》在講菩提心學處時，雖然沒有提到不捨有情，但在《道炬論釋》中有說：「為了攝受、利益有情而不捨有情，必須了解菩提心的所緣及勝利，對於發心的方法、如何增長以及不忘失，都是我們應該守護增長的。」前面所說晝三夜三、每日六次受持，與《道炬論》根本文的意趣並無乖違，故知不捨有情也是我們的學處。

何謂「棄捨」有情？又棄捨有情的量為何？任何一個有情，如果由於他造罪或者做了不合理之事等，我們便生起念頭：「唉！我再也不想利益他了！」當內心有這種想法，就是捨棄有情。

癸四、修學積集福智資糧

修學積集二種資糧者。從以儀軌受願心已，當日日中供三寶等勤積資糧，是能增上菩提心因。此除先覺傳說而外，雖未見有清淨根據，然有大利。

（四）修學積集福德、智慧資糧

若由儀軌受持願心之後，應每日供養三寶等，勤修積集資糧、增長菩提心的正因。修習此一學處，除了祖師們這樣說以外，雖然在經論上並無明文，但這樣做，實際上對自己的修學是有很大助益的。

壬二、修學餘生不離發心之因

第二修學餘生不離發心之因分二：一、斷除能失四種黑法；二、受行不失四種白法。今初

癸一、斷除能失四種黑法

《大寶積經迦葉問品》說成就四法，於餘生中忘失發心，或不現行。又成就四法乃至未證菩提中間不忘菩提之心，或能現行，此即願心學處。

二、修學於來生中不遠離菩提心之因

前面說到晝三次、夜三次勵令增長發心的思惟，是於今生不退失菩提心之理。以下要講來生中亦不捨離發心之因，分二：（一）學習斷除能壞菩提心的四種黑法；（二）學習受持不失菩提心的四種白法。

《大寶積經·迦葉問品》中說，造作四種黑法，來生會忘失掉菩提心，或者菩提心不起現行；而若成就四種白法，能在證得究竟果位以前，生生世世不會忘失菩提心，易起現行；所以說，這就是願心學處。

四黑法中，欺誑親教及阿闍黎尊重福田者。當以二事了知，一境二師易知，言尊重者謂欲為饒益，言福田者謂非師數，然具功德，此是《迦葉問品釋論》所說。二即於此境由作何事而成黑法，謂於此等隨一之境，故知欺誑則成黑法。欺誑道理者，釋論解云，「謂彼諸境以悲愍心舉發所犯，以虛妄語而蒙迷之。」總之凡以欺誑之心，作蒙蔽師長等方便，一切皆是。

然諂誑非妄者，如下當說，此須虛妄，以《集學論》說斷除黑法即是白法。能治此者，即四白法中第一法故。若於尊重啟白餘事，而於屏處另議餘事，說善知識已正聽許，亦是弟子欺蒙師長。

(一) 學習斷除四種黑法：

第一黑法：凡欺誑親教師、阿闍黎、尊長及福田者。下面分別從「對境」和「行為」兩方面來說明：

1. 對境。「境」，即指所欺誑的對象；境之中，親教師及阿闍黎此二師容易了解；尊重，指的是能饒益自己的善知識；福田，雖不屬於前二類師長，卻是具有功德者，例如父母等對自己有恩的人；以上出自《迦葉問品釋論》。
2. 行為。指對這些對象做了什麼事，而構成黑法？此指對他們之中任何一個對象，如果心裡明明知道，卻故意欺誑，即成黑法。《迦葉問品釋論》解釋欺誑的定義，說「親教師等因悲愍心而舉發弟子的過錯，弟子明知有錯卻以虛妄語欺騙師長」。總之，凡是以欺騙不實的心態，作出蒙蔽師長等的行為都是欺誑。然而虛妄欺誑又和「非妄之諂誑」有所不同，後面會說。這裡第一黑法是說以虛妄不實之語欺騙而蒙蔽之。因為《集學論》說，斷除黑法就是白法。所以能對治「第一黑法」的就是四白法中的「第一白法」。還有一種情形，在師長面前啟白的是一件事，可是私底下又說成另外一回事，並謊稱師長已如實知道並承許了，這也是弟子欺蒙師長的黑法。

於他無悔令生追悔。其中亦二，境者，謂他補特伽羅修諸善事，不具追悔。於境作何事者，謂以令起憂悔意樂，於非悔處令生憂悔。釋論中說，同梵行者正住學處，以諂誑心令於學處而生蒙昧。此上二法能不能欺，生不生悔皆同犯罪，釋論亦同，然釋論中於第二罪作已蒙昧。

第二黑法：令人於非悔處(指善行)生起追悔。這也從對境、行為兩方面來說明：

1. 對境。行此黑法的對象，是行善之後並無追悔之他人。
2. 行為。指讓他人對原本所造善事生起憂悔的意樂；例如故意做一些事或者透過言語，讓他心生懷疑、懊悔。《釋論》中說：「對安住於戒律學處的同修，卻以諂誑心使他對所修戒律糊裡糊塗、不能決定。」

以上所說的兩種黑法，不論他方受欺與否、生悔與否，都是罪行，都成黑業。《釋論》中也持同樣說法。而《釋論》在第二黑法的罪行中提到「作已蒙昧」，意指令他方受到蒙昧，已改變了原來想法才算犯行。

說正趣大乘諸有情之惡名等。境者，有說已由儀軌正受發心而具足者，有說先曾發心現雖不具為境亦同，此與經違不應道理。其《釋論》中僅說菩薩餘未明說，然餘處多說具菩薩律學所學處者，謂正趣大乘似當具足發心。

第三黑法：對趣入大乘之有情，說詆毀的壞話等。

1. 對境。此處所指大乘有情，有人認為必須是經由儀軌正受發心的人才算；也有人認為只要宿生已經發了心的，這一生雖然尚未發心者也算；本論認為，後者說法並無根據，和經論相違。在《釋論》中只說到菩薩，並沒有特別解釋，但在其他多處都說得很清楚，大乘行者一定是具足菩薩戒、正在學菩薩行的人。故此處說「正趣大乘」，應是指具足發心者，才算是所對之對象。

於此作何事者，謂說惡名等。由瞋恚心發起而說，與《釋論》同。對於何境而宣說者，《釋論》說云：「如彼菩薩欲求法者，信解大乘或欲修學，為遮彼故對彼而說。」然了義者即可。其惡稱者如云本性暴惡，未明過類。惡名者如云行非梵行，分別而說。惡譽者如云以如是如是行相，行非梵行廣分別說。惡讚者通於前三之後，是《釋論》解。此於我等最易現行，過失深重前已略說。

2. 行為。此處是指以瞋心而對大乘的有情說誹謗等的壞話，這和《釋論》的說法相同。為了什麼而說呢？《釋論》中說：「如果對欲求大乘法，不論是信解大乘、還是想修學大乘的菩薩行者，為了阻撓他們求法意願，故意說些誹謗的話。」只要對方了解所說的內容，就算有犯。誹謗的方式與內容，包括惡稱、惡名、惡譽、惡讚。所謂惡稱，是籠統說這個人的本性粗暴惡劣，但並未明說是哪類過失。惡名，是指說對方做了不淨行，亦即清楚說明惡行的種類。惡譽，是比前者更詳細地分別宣說對方做了不淨行，並指出某些行相、細節。惡讚，即在前三點之後，又說了呵斥之語。以上是《釋論》所說。此種黑法最容易犯，而且過失極為深重，這在前文中已大略宣說過。

P241L1~P241LL2 又如菩薩~令不顯露。

又如菩薩起毀訾心，則此菩薩須經爾劫恆住地獄。《寂靜決定神變經》說，唯除毀謗諸菩薩外，餘業不能令諸菩薩墮於惡趣。《攝頌》亦云：「若未得記諸菩薩，忿心誶毀得記者，盡其惡心剎那數，盡爾許劫更擐甲。」謂隨生如是忿心之數，即須經爾許劫更修其道，則與菩提極為遙遠。故於一切種當滅忿心，設有現起，無間勵力悔除防護。即前經云：「應念此心非善妙，悔前防後莫愛樂，彼當學習諸佛法。」

另外，若菩薩誹謗菩薩，則不管造謗者起了多少剎那的惡心，就必須多少劫住在地獄裡。《寂靜決定神變經》中說：「誹謗其他菩薩，是唯一能令菩薩墮入惡趣的罪行。」《攝頌》也說：「尚未得授記的菩薩，卻以瞋心誶毀已得授記的菩薩，隨其瞋心所起的剎那數，就須多少劫數重新披甲精進修行，懺除罪惡。」說明瞋心出現多少剎那數，就要經過這麼長的劫數再從頭修行，如此離證得菩提，勢將極

其遙遠。故於一切時處應滅除忿恚，一旦瞋心生起，應馬上勵力懺除、謹慎防護。《攝頌》有說：「應當思惟瞋恚並非善法，故當懺悔已生者，防範未生者。切莫愛樂此不善心，應該好好修習佛法。」

若有瞋恚則其慈悲先有薄弱，若先無者雖久修習亦難新生，是斷菩提心之根本。若能滅除違緣瞋恚，如前正修則漸漸增長以至無量。《釋量論》云，「若無違品害心成彼本性。」又云，「由前等流種，漸次增長故，此諸悲心等，若修何能住。」

如果瞋恚心生起，表示慈悲已先薄弱；如果本來就沒有慈悲，因為瞋心的關係，再怎麼長久修習，慈悲也很難生起。所以，瞋恚心可說是斷絕菩提心的根本惡心。唯有滅除慈悲心的違緣—瞋恚，依照前面所說的方法正修，慈悲心才會漸漸增長，乃至於增長到無量。《釋量論》中說：「如果沒有瞋恚等違逆品來障礙，必定可以修成慈悲本性。」又說：「由於先前的瞋心等流種子，會逐漸薰習、增長的緣故，若不誠心懺悔斷除，即使修習這些慈心、悲心，菩提心將如何生起呢？」。

於他人所現行諂誑，非增上心。境者，謂他隨一有情。於此作何事者，謂行諂誑。增上心者《釋論》說為自性意樂。諂誑者謂於秤斗行矯詐等。又如勝智生，實欲遣人往惹瑪，而云遣往朵壘，後彼自願往惹瑪。《集論》中說，此二俱因貪著利養增上而起，貪癡一分。誑謂詐現不實功德，諂謂矯隱真實過惡，言矯隱者謂於自過矯設方便令不顯露。

第四黑法：由非增上心而對他人行諂誑。下面分別從對境、行為兩方面來說明：

1. 對境：指任何一位有情。
2. 行為：就是行諂誑之事。「增上心」，《釋論》說是自性意樂（心裡這樣想，也這樣作之正直心）。「諂誑」，是指偷斤減兩等矯詐行為。例如勝智生這個人，他本來想請人去惹瑪，卻故意說要到比較遠的朵壘，等到那個人面有難色，他才說到惹瑪就好了，後來那個人就會自願去惹瑪。像這樣拐彎抹角以矯詐方式利用他人，即屬於諂誑的一種。《集論》中說，諂和誑都是以不正直的心，因為貪著利養而起的，由貪分和癡分所攝。誑，是沒有功

德，卻詐現為有真實功德；諂，是矯隱真實的過失和罪惡。什麼是矯隱呢？對自己的過錯，刻意地覆蓋、隱瞞，使它不顯露出來，就是矯隱。

P241LL1~P243L1 四白法中~明顯宣說。

癸二、受行不失四種白法

四白法中初白法中，境者，謂凡諸有情。事者，謂於彼所以命因緣下至戲笑，斷除故知而說妄語。若能如是，則於親教及軌範等殊勝境前，不以虛妄而行欺惑。

(二) 學習受持四種白法：

遮止前面所說的四種黑法，或者說把四種黑法顛倒過來，就是所謂的四種白法。以下分別說明修學受持不壞菩提心之四種白法。

第一白法：不妄語欺騙

1. 對境：一切有情。
2. 行為：不論遇到性命攸關或是嬉戲玩笑，都不會故知而說妄語。如果能做到這點，則對親教師、軌範師等殊勝對象，自然不會以虛妄言語來行欺騙。此能對治第一個黑法。

第二白法，境者，謂一切有情。事者，謂於彼所不行諂誑住增上心，謂心正直住。此能對治第四黑法。

第二白法：住正直心

1. 對境：一切有情。
2. 行為：對一切有情不行諂誑，安住於增上心，也就是以正直心而安住。此是第四黑法的對治。

第三白法，境者，謂一切菩薩。事者謂起大師想，於四方所，宣揚菩薩真實功德。我等雖作相似微善，然無增相，盡相極多，謂由瞋恚毀訾破壞菩薩、伴友，而致窮盡。故能斷此及破壞菩薩者，則《集學論》說，依補特伽羅所生諸過悉不得生。然於何處有菩薩住，非所能知，當如《迦葉問經》所

說，於一切有情起大師想，修清淨相。讚揚功德，謂有聽者時至，非說不往四方宣說便成過咎。此能對治第三黑法。

第三白法：於菩薩作佛想

1. 對境：一切菩薩。
2. 行為：對發心菩薩起佛想，隨於四處宣揚菩薩的真實功德。

我們雖然也有做些微小善業，然而功德沒有增長，反而處處損減。其主要原因就是無意中犯有瞋恚、誹謗、破壞菩薩及同行善友的過失，導致福報日漸窮盡。因此，若能斷除瞋恚菩薩等過失，就能像《集學論》中所說：「依補特伽羅所生的種種過失，全都不會發生。」但若僅僅對菩薩有情不瞋不謗，還是不夠的，因為我們不知道誰是菩薩、誰不是菩薩；所以，須當如《迦葉請問經》所說：於「一切有情」都起佛想，觀功念恩，修眾生的清淨相，讚揚眾生的功德。至於四方讚揚的意思，是指當有聽眾的時候，應該要適機稱揚菩薩的真實功德，而不是說不去四方宣揚，便會成為過失。若能行此白法，則可對治第三黑法。

第四白法，境者，謂自所成熟之有情。事者，謂不樂小乘令其受取正等菩提，此就自己須令所化受行大乘。若彼所化不能發生大乘意樂，則無過咎非所能故，由此能斷第二黑法。若由至心欲安立他於究竟樂，定不為令他憂惱故，而行令他憂惱加行。

第四白法：安住眾生於大乘

1. 對境：指自己想要度化之成熟有情。
2. 行為：令其不耽著於小乘，而能發起證得無上菩提之心；這是就自己欲令所化之機受行大乘而言。如果對方終不能生起大乘意樂，自己也不會有過失，因為這是對方的因緣不具足，此非己力所能成辦之事。這個白法係對治第二黑法。因為我們是以至心想幫助他人，想要安置有情於究竟安樂，一定不會做令他憂惱、追悔的行為。能如此，則必不失菩提心。

《師子請問經》云，「由何一切生，不失菩提心，夢中尚不捨，何況於醒時！」答曰，「於村或城市，或隨住境中，令正

趣菩提，此心則不捨。」又《曼殊室利莊嚴國土經》說，「若具四法不捨大願，謂摧伏我慢，斷嫉，除慳，見他富樂心生歡喜。」《寶雲經》說，「若於一切威儀路中修菩提心，隨作何善以菩提心而為前導，於餘生中亦不捨離如此心寶，如如若人多觀察。」等明顯宣說。

《師子請問經》中說：「有什麼方法可以生生世世不捨菩提心，乃至於睡夢中、夢醒時，都不忘失菩提心？」佛陀回答：「無論在村落、城鎮或任何有情居住的地方，如果都能令有情趣向菩提，以此發心當不會捨離菩提心。」此外，《曼殊室利莊嚴國土經》中說：「如果能修習具足摧伏我慢、斷除嫉妒、去除慳吝、隨喜他人富樂這四法，則能不捨願心。」《寶雲經》也說：「若於一切行住坐臥當中，始終修持菩提心，以及隨作任何善業時，都以菩提心為前導，那麼來生一定不會捨離此菩提心寶，我們應如實觀察思惟菩提心的功德。」很多經典都有宣說來生不退轉菩提心的因，應廣為參閱。

辛三、設壞還出之方便

P243L2~P244L1 第三犯已~故此不說。

第三犯已還出道理者。多作是說，犯四黑法及心捨有情之五，或加念云我不能成佛。棄捨發心共為六種。若越一時則捨願心，若一時內而起追悔，僅是衰損因。若犯六次發心及學二資糧，亦唯衰損之因。若已失者應以儀軌重受願心，若唯衰損因者則不須重受，悔除即可。

第三、犯已還淨法：透由儀軌受持發心後，若違反願心學處，應如何還淨的方法。

很多人認為，如果犯了「四種黑法」、「棄捨有情」、再加上心想「我不能成佛」這六種過失，就是棄捨發心。若超過一個時辰（印度為四小時）沒有追悔，就算棄捨願心；如果一個時辰之內追悔了，只算是虧損之因。另外，沒做到每天六次大乘皈依發心，以及不修學福、智二資糧，也算虧損因。如果棄捨願心，必須透過儀軌重受願心；如果只是虧損，則不須重受，懺悔就可以了。

以上是錯誤的見解，下面分說。

其中若念，我不能成佛，故捨發心者，即彼無間棄捨，無待一時，故一切種畢竟非理。

前說六種「棄捨發心」的情況中，「我不能成佛」這一種，宗大師認為只要一動念「我沒有辦法成佛」，當下就已經構成捨心罪了，不需要等到一個時辰；因此，關於其他情況要等一個時辰才算棄捨發心的說法，根本不合理，也都沒有根據。

四黑法者，非是現法失發心因，是於他生令所發心不現起因，故於現法而正遮止。《道炬論》云：「此為餘生憶念故，如說學處應盡護。」言如說者，謂如《迦葉問品》所說也，即此經意亦是如此。

再說「犯四黑法，即屬棄捨發心」不合理。因為造作四黑法，並不是今生退失發心的因，而是來生菩提心不起現行的因，所以為了來生，我們現在就要斷除黑法。阿底峽尊者在《道炬論》中說：「為了讓生生世世都能現起菩提心，雖然四種白法並沒有在菩薩學處中，但我們仍應依經論所說，將其視為學處般盡力修習、守護。」這裡說的經論是指《迦葉請問經》，就是在經中佛也是這麼講的。

四白法時顯然說云：「迦葉，若諸菩薩成就四法，一切生中生已無間，菩提之心即能現起，乃至菩提中無忘失。」四黑法時，雖無現後明文，故亦當知是約後世。然於現法若行黑法，則所發心勢力微弱。

《迦葉請問經》中提及四種白法時，佛陀很清楚地說：「迦葉！如果菩薩能成就四種白法，則生生世世都能立即生起菩提心，乃至未證得菩提以前，都永不會忘失。」經文中雖然沒有明說四種黑法會影響今生還是來世，但由此推論應該是指來世無法現起菩提心。不僅如此，造作四黑法也會減弱今生發心的力度。

若非爾者，則具菩提心律儀者，為戲笑故略說妄語，於有情所略起詔誑，瞋恚菩薩略說惡名，於他善根略令生悔，自無追悔，過一時竟，皆當棄捨菩薩律儀。以由此等棄捨願心，若捨願心即捨律儀，《菩薩地》中及《集學論》俱宣說故。若許爾者，亦應立彼為根本罪，然任何中悉無立者，不應理

故。又算時者，當是依於《鄔波離請問經》，然彼全非經義，我於《戒品釋》中，已廣決擇，故此不說。

如果不是這樣解釋，那麼受菩薩戒的行者不經意地開個玩笑、說些妄語、對有情略起諂誑心、或因瞋恚而說了菩薩壞話、或令他人對自己所具善根略生起悔意等，自己卻並無追悔，而後經過一個時辰，所行的四黑法便通通轉為棄捨願心、棄捨菩薩律儀的重罪。因為按照《菩薩地》和《集學論》的說法，棄捨願心就等同棄捨了菩薩戒的根本，此無異失壞了律儀。如果上說「犯四黑法即屬棄捨願心」成立的話，經典就應該會把四種黑法列為戒律的根本罪。事實上沒有經論採取這種講法，由此可知，前論對四黑法的觀點是不合理的。

而且，這些人提到「經過一個時辰」，這種計算時間的講法，應當是依《鄔波離請問經》中所說，然而經中的原義亦非如此，宗喀巴大師在《戒品釋》中已經詳細說明如何取捨，此處就不再多說。

P244L1~P245L1 心捨有情者~故不應理。

心捨有情者，若緣總有情，謂我不能作此許有情之事，心棄捨者即捨願心，極為明顯。若緣別有情，謂我終不作此義利，若起是心，如壞一分即壞整聚，便壞為利一切有情所發之心。若不爾者，則棄二三四等多有情已，為餘有情而發心者，亦當能發圓滿菩提之心。

至於前論中「心捨有情」這一點，可以從緣總相和緣別相來說明。如果是緣有情的總相，覺得「一切有情這麼多，我無法成辦他們的利益。」一旦有此想法，當下就是棄捨有情。如果內心棄捨有情，就是棄捨願心，這點很容易理解。如果緣的是個別的有情，覺得「我絕對沒辦法利益某人」，當這個念頭生起，就是棄捨「為利一切有情」的願心，因為破壞一分發心，等於破壞由一分一分發心聚合而成「為利一切有情」的總體誓願。如果不是這樣，而認為棄捨一個有情無所謂，那麼等於在說，棄捨二、三、四……甚至多個有情也無所謂，乃至於再緣其他有情發心，也還能算是發圓滿菩提心的話，那這種說法就太離譜了。所以，只要棄捨一個有情，就算捨心。

如是於此發心學處，《道炬釋論》別說，因陀羅補底，龍猛、無著、勇識、寂天、大德月、靜命等派各有差別。有者許為盡初發心及行諸行所有學處。又有許為經說一切皆應守護。復有許為盡資糧道所有學處。餘者有謂不許如此如此定相。有餘更許於其皈依學處之上，應護八法謂不忘心法及忘失心法。說此諸軌，皆是經說，應隨自師所傳受持。說云：「我師所說。」許彼一切皆是經義。

關於「願心學處」，也有多種說法。《道炬釋論》中說，因為陀羅補底王（鄔丈那之王，在定中得佛密集金剛教授）、龍猛、無著、馬鳴、寂天、大德月、靜命菩薩等傳承不同，故所說各有差別。有的主張，願心學處應該包括願心及行心的所有學處；也有的說，學處應是經典所說的一切學處，並應善加守護；又有的認為，應包含資糧道所有學處；還有的主張，不應該逐條規定學處；也有的建議，願心學處應包含皈依學處加上八法，即四白法與四黑法。這些不同派別祖德們的主張都各有經論依據，所以各派行者應遵照自己上師所傳的教法來受持學處，然後說「這是我師父的傳授」，這樣做也符合經論精神。

總此《釋論》，從善知識敦巴所傳諸大知識，皆不說是覺窩自造。拏錯所傳，則說是覺窩造是拏錯之秘法。然諸先覺傳說覺窩，於補讓時做一略釋，次在桑耶譯師請其更為增釋，覺窩教令廣之即可。是以覺窩所作略解，更引眾談說之事而為增補，故亦略有數處謬誤，然於正義亦多善說。

有關《道炬釋論》這部論著，承襲種敦巴尊者的一派大善知識，都不認為是阿底峽尊者親造而傳下來的版本。而承襲拏錯譯師的一派，則承許所傳的版本是阿底峽尊者親造、而且是傳給拏錯的秘法。依據先覺們傳說，尊者最初在補讓這個地方作了一個綱要性的《略釋》，後來在桑耶時，拏錯譯師曾請求尊者再增為廣釋，尊者告訴譯師，可以依照綱要而自行斟酌即可。由此推論，《略釋》是阿底峽尊者所作，但《略釋》中，有由其他弟子增補者，則並非完全出自尊者之意；所以才會在《略釋》引各家說法的增補部分中出現幾處謬誤。除此之外，《略釋》中所說大多為對正理善巧精妙的闡述。

諸無謬者，我於餘處及道次中亦多引述。此說學處多不可信。若以發心是為行心，其學處者則於皈依學處之上，僅加取捨白黑八法，定非完足故不應理。

就無爭議的部分，宗大師在其他論著和本論中亦已多次引述。至於《道炬釋論》中有關「學處」之說，宗大師認為「多不可信」。理由是：如果釋論中說的發心指的是行心，那麼行心學處在皈依學處之上，只增加四白四黑八法為其內容，就行心律儀而言，顯然過於簡略，所以不合道理。

P245L1~P246L1 故若單取~不得菩提。」

故若單取願心者，則其學處不須俱學經說一切，及入行以後所有學處。若非爾者，則與律儀學處，無差別故。除前所說二學處外諸餘學處，是如《道炬論》及《發心儀軌》所說。須學《七法經》者，說是欲求速發通者所應修學，故非發心特別學處，此中不錄。

又如果發心單指為發願心，那麼就不須要具備經中所說的一切學處，以及發了行心以後的所有學處，否則願心學處就和菩薩戒學處沒有差別了。所以發心學處，除前面說的願心學處和行心學處二者外，其他學處應依照《道炬論》和《發心儀軌》所說。至於學習《七法經》，是想要速發神通者所要修學的，這不是發心的特別學處，所以這裡不談。

如是自宗除捨願心，心捨有情犯餘學處，乃至未具菩薩律儀，無依菩薩之罪犯。僅違所受中類善性學處，故是惡行應以四力而悔除之。從得菩薩律儀之後，即犯違越律儀學處，如論所說還出罪法，依行即可，故即攝入行心學處，非為別有。然六次發心，是為願心不共學處。

因此，宗大師認為，除了違犯「棄捨願心」及「棄捨有情」二者必須重受儀軌之外，在未受菩薩戒前，違犯其他的學處，雖然不算犯菩薩根本罪，但是和中類善法學處相違，故屬惡行，應由四力懺悔而作懺除。如果受了菩薩戒之後，犯了其他的學處，就算違犯菩薩根本罪，這時必須照《菩薩戒論》中的還淨方法來做懺除才可以，此處

總攝在行心學處，在別處是沒有的。而晝夜六次發心，則屬於願心的不共學處。

己三、既發心已學行道理

第三、既發心已於諸勝行修學道理。分三：一、發心已後須學學處之因相；二、顯示學習智慧方便一分不能成佛；三、正釋學習學處之次第。今初

庚一、發心已後須學學處之因相

如是發願心已，若不修學施等學處，雖如前引《慈氏解脫經》說有大勝利，然不修學菩薩學處定不成佛，故於勝行應當修學。《伽耶經》云，「菩提是以正行而為堅實，諸大菩薩之所能得，非以邪行而為堅實諸人所有。」《三摩地王經》亦云，「故以正行而為堅實，何以故，童子若以正行而為堅實，無上正等菩提非難得故。」言正行者謂成佛方便。即是學習菩薩學處故。

第三、發心之後，須修學殊勝菩薩行的道理

一、發心之後，必須修習學處的原因

發了願心之後，若不進一步修學佈施等學處，雖有如前所引《慈氏解脫經》中所說的極大殊勝利益，但若不以實際修學菩薩學處作為心要，則一定不能成佛，故應修學殊勝的菩薩行。《伽耶經》中說：「無上菩提果，唯菩薩以如理如法的正行慢慢堅固、增長、而至圓滿，才能得到；不是以邪行為堅實的凡夫所能獲得的。」《三摩地王經》中也說：「當以佈施等正行作為心要。為什麼呢？發了心的菩薩若以正行為心要，無上正等菩提就非遙不可及。」這是佛對童子光所說。此處所說的正行，是指成佛的方法，也就是學習各種菩薩學處。

《修次初篇》亦云，「如是發心菩薩，自未調伏不能伏他，如是知己自於施等極善修學，若無正行不得菩提。」

《修次初篇》也說：「發心菩薩若不先調伏自己，不可能調伏他人。了解了這個道理，菩薩自然會努力地修學佈施等學處，因為不修菩薩行，不可能成就菩提果。」

P246L1~P246L4 《釋量論》云~無錯為要。

《釋量論》云，「具悲為摧苦，當修諸方便，彼方便生因，不現彼難宣。」謂於他所，若有大悲須除他苦。又除彼苦，但有善心願其離苦猶非滿足，故應轉趣除苦方便。又若自不先趣方便，不能度他，故欲利他當先自調。又於自調，經說「正行而為堅實。」其正行者，說「受律儀已，學其學處。」故以正行為堅實者，於所行處無錯為要。

《釋量論》中說：「具足悲心的菩薩，應當修學息滅眾苦的各種方法，才能真正利益他人；而要正確修學除苦方便，必須先如理行持以調伏自己。如果自己對應學的各種學處，尚未能一一了解及現證，又怎麼能對他人宣說、引導？」

如果具足大悲心，必會想要滅除眾生痛苦，但光有希望眾生離苦的善心還不夠，必須身體勵行各種除苦方便。若不親修真實離苦、成佛方便，又如何度化有情？所以，在利他之前，要先調伏自己。而所謂調伏，即《三摩地王經》所說：「以正行為堅實。」「正行」，就是受菩薩戒後，遵守菩薩的學處，也就是勵行六度萬行，而關鍵在自己必須先習得無錯誤之利他方便。

P247L1~P248L1 第二者~得象求跡。」

庚二、顯示學習智慧方便一分不能成佛

第二者，如是欲求成佛猶非滿足，應須進趣成佛方便。又此方便須無錯謬，於錯謬道，任何勵力終不生果，如欲搆乳而扯牛角。若雖不錯然不圓滿，縱多勵力亦不生果。猶如種子及水土等，隨缺一緣亦不生芽。故如《修次中篇》云，「若於錯因殷重修習，雖極長時終不能獲所欲得果，譬如從角而搆牛乳。若不修行一切因者，亦不生果，如種子等隨缺一緣，亦不發生芽等果故。故欲得果，當依無錯一切因緣。」

二、僅修智慧或方便二者之一不能成佛（必須兩者兼具）

只有想成佛的願望是不夠的，還必須進一步趣入成佛方便。這個方便，就是正確的道；如果走錯路，那麼不管多努力，最終也不可能

得到菩提果，就如同抓牛角是擠不出牛奶來一樣。又或者沒有修錯，然而因緣不具足，縱然多所努力，也無法生果；就像種子沒有足夠的水、土等任一因緣，就不會發芽一樣。如《修次中篇》所說：「修習錯誤的道，任憑多麼認真、花費多少時間，也無法獲得想要的佛果，猶如妄想從牛角裡擠出牛奶來。如果煞費苦心，卻修習不圓滿的道，那麼即使長久努力，也不能證得所求果位，就像種子缺少水、土任一因緣的配合，就無法發芽一樣。所以想要證得佛果，必須依止無錯謬、能圓滿一切的道。」

若爾何為圓滿無錯因緣耶。如《毘盧遮那現證菩提經》云，「秘密主，一切種智者，從大悲根本生，從菩提心因生，以諸方便而至究竟。」其中大悲如前已說。菩提心者謂世俗勝義二菩提心。方便者謂施等圓滿，是蓮花戒大師所說。

什麼是無錯謬、能圓滿一切的道呢？如《毘盧遮那現證菩提經》說：「金剛手菩薩！一切種智的根本是大悲心；以大悲心所策發的菩提心為因種，透過各種方便來圓滿，才能達到究竟。」此處所說大悲心，已於前述。菩提心則有世俗菩提心和勝義菩提心二種（簡言之，「為利有情願成佛」的心，就是世俗菩提心；勝義菩提心則是在世俗菩提心的攝持下，修習方便後，能現證空性，獲得勝義諦之心。）方便，是指佈施、持戒、忍辱、精進、靜慮、般若等六度。這是蓮花戒大師所說。

支那堪布等，於如此道顛倒分別。有作是云，「凡是分別，況惡分別，即善分別亦能繫縛生死，其所得果不出生死。金索繩索皆是繫縛，黑白二雲俱障虛空，黑白狗咬皆生痛苦，是故唯有無分別住是成佛道。其施戒等為未能修如是了義愚夫而說，若已獲得如是了義，更修彼行，如王為農，得象求跡。」

（為了成辦圓滿、無錯謬的成佛之因，本論於此先行破除支那和尚等的錯誤觀念。）

支那和尚等所提出的顛倒邪見，主張：「只要是分別，不要說是惡分別，即使是善分別，都是一種執著，而執著正是繫縛有情於生死當中的關鍵，使人無法脫離輪迴。就像無論是金索或繩索，都能用來捆綁；不管是黑雲或白雲，都會遮蔽虛空；無論是被黑狗或白狗咬

到都會痛。所以，唯有安住於無分別，沒有任何執著，才是成佛的唯一方法。佛說的布施、持戒等修持，是對那些不懂了義、下劣根器的愚夫說的。如果已經證得了無分別智，還去修習布施、持戒等方便，就好比國王紆尊降貴去做農夫；已經得到大象，還在找大象足跡一樣。」

P248L1~P248LL1 和尚於此~所成辦故。

和尚於此引八十種讚歎無分別經根據成立。此說一切方便之品，皆非真實成佛之道。毀謗世俗，破佛教之心藏。破觀察慧思擇無我真義故，故亦遠離勝義道理。任何勝進終唯攝於奢摩他品。於此住心執為勝道，是倒見中最下品者。

支那和尚甚至引了八十種讚歎「無分別」的經文作為依據，來證成自己的看法。他們主張，通達了義之後，一切的方便資糧（布施、持戒等六度萬行）都不是真實的成佛之道。

宗喀巴大師認為，這種邪說是大誹謗，不僅破壞了世俗諦的一切方便法門，損毀佛陀聖教心要，也等同破除了以觀察慧去思擇無我空性的真義，完全遠離了勝義諦。（因大乘道最主要的精髓就是福智二翼雙運，不僅要修學勝義諦的智慧資糧，也要修學世俗諦的福德資糧，由菩提心攝持空正見、空正見攝持菩提心，以此修進才能獲得佛果）。

如果一心只安住在無分別上，那麼修行進程最多也只是「定」的境界而已。支那和尚他們只承認，安住「無分別」才是唯一勝道，他們執「定」為「慧」，那是最大的錯誤，是所有顛倒見中最差的一種。

蓮花戒大菩薩以淨教理已善破除，宏揚如來所愛善道。然由聖教將近隱沒，能以了義無垢教理，判決正道圓滿扼要，諸善士夫亦盡滅亡。又諸有情多是薄福，雖於正法略有信仰，然其慧力最極羸劣，故現仍有輕毀行品持戒等事，於修道時棄捨此等，宛如和尚所教而修。又有一類除不毀謗方便而外，見解道理許和尚說而為善哉。又有餘者棄捨觀慧，全不思惟，意許和尚修法為善。此等之道，全未接近修空方所。縱許修空，然若說云，「已得無倒空性之義，無謬修習，有修證者，唯當修空，不當更修世俗行品。」或說，「行品不須執

為中心，多門修習。」亦與一切聖教相違，唯是違越正理之道。

蓮花戒大師雖然以清淨教理善巧破除了支那和尚等的邪見，並廣宏如來所歡喜的善道，然而到後來，以聖教漸衰、正法慢慢隱沒，能夠通達無垢的了義教理、正確決斷圓滿要道的善知識，也慢慢都示現了圓寂相。加上眾生福薄，雖然對正法仍略具信心，但慧力非常微弱，所以至今仍見有人輕易誹謗，說布施、持戒等行品不需要去修持，並於修道時，仍只安住支那和尚所說的無分別而修。另外一些人，雖然不誹謗布施、持戒等方便法，可是見解上卻與支那和尚相同，而且還讚歎支那和尚等所說。又有一些人，乾脆捨棄觀察慧，完全不做思惟，承許支那和尚無所思的修法是對的。以上所說這三種人的修法，都不是正確的修空性方式，連邊都沾不上。縱然承許他們是在修空，但若妄稱「已經證得無顛倒空性正見的修行者，他們正確的修證方法，就是只要修空，不必再修其他的世俗行品」；又或者說「雖然要修方便品，但不需執其為修法的中心，不需要去作多門修習」等等，這些說法與聖教意趣完全相違，根本違背了佛教的正理。

以諸大乘人所應成辦，是為無住大般涅槃。其能不住生死者，是由覺悟真實義慧，依勝義道次甚深之道，智慧資糧智慧支分之所成辦故。不住寂靜般涅槃者，是由了悟盡所有慧，俗諦道次廣大之道，福德資糧方便支分之所成辦故。

為什麼上述他人的說法與法義相違呢？因為大乘行者所要成辦的事業是「無住涅槃」。(無住涅槃的意思是，透過智慧不住於生死，透過方便不住於寂靜。)之所以能不住於生死，是因為以通達真實義的空性智慧，斷除無明，依照勝義諦的甚深道次，由修智慧分而圓滿了智慧資糧；之所以能不住寂靜涅槃，是由於了悟盡所有性的世間智慧，起大悲心，依著世俗諦的廣大道次，由修習方便分而圓滿了福德資糧的緣故。

P248LL1~P250L1 如《秘密不可思議經》~空性為王像。」

如《秘密不可思議經》云，「智慧資糧者，謂能斷除一切煩惱。福德資糧者，謂能長養一切有情。世尊，以是因緣，菩薩摩訶薩當勤修習福智資糧。」聖《虛空庫經》云，「由慧智故而能遍捨一切煩惱。由方便智故而能不捨一切有情。」聖《解深

密經》云，「我終不說一向棄背利益眾生事者，一向棄背發起諸行所作者，能得無上正等菩提。」

如《秘密不可思議經》中說：「智慧資糧，能斷除一切煩惱；福德資糧，能長養一切有情。世尊！就是這個道理，所以菩薩要勤修福德與智慧二資糧。」

《虛空庫經》說：「由於智慧(空正見)，才能遍捨一切煩惱；由於方便(菩提心)，才能不捨一切有情。」佛在《解深密經》中說：「我從來不會說，經常背棄眾生利益的人，經常違背菩提心願而發起一切廣大行的人，還能成就無上正等菩提。」

《無垢稱經》云，「何為菩薩繫縛解脫？若無方便攝取三有是為菩薩繫縛，若以方便趣向三有是為解脫。若無智慧攝取三有是為菩薩繫縛，若以智慧趣向三有是為解脫。方便未攝慧為繫縛，方便所攝慧為解脫。慧所未攝方便為縛，慧攝方便是為解脫。」如是廣說。

《無垢稱經》中說：「何謂菩薩繫縛？何謂菩薩解脫？若不具備方便分、不能趣向三有攝持眾生，即是菩薩繫縛；反之，若以方便分進入輪迴中攝持眾生，就是菩薩解脫。如果不具備智慧分、不能攝取三有的話，即是菩薩繫縛；反之，若以智慧分而趣向三有，是為菩薩解脫。簡言之，無方便(菩提心)所攝的智慧，就是繫縛(即繫縛於解脫而沉空滯寂)；有方便所攝的智慧，即是解脫。無空性慧所攝之方便，就是繫縛(繫縛於生死邊而煩惱不斷)；有空性慧攝持的方便，即是解脫。」經上面有詳細解說方便與智慧當融而為一的道理。

是故欲得佛果，於修道時須依方便智慧二分，離則不成。《伽耶經》云，「諸菩薩道略有二種，何等為二？謂方便智慧。」《祥勝初品》云，「般若波羅蜜多者是母，善巧方便者是父。」《迦葉請問經》云，「迦葉，譬如大臣，所保國王則能成辦一切所作，如是菩薩所有智慧，若由方便之所攝持，能作一切諸佛事業。」故當修習完具施等一切方便，具一切種最勝空性。僅以單空，於大乘道全無進趣。

所以，菩薩想要證得佛果，於修道時必須兼備方便分與智慧分，缺一不可。《伽耶經》說：「修學菩薩道的方法略有二種，哪二種？即方便與智慧。」《祥勝初品》說：「以般若波羅蜜多智慧為母親，以善巧方便為父親。」佛在《迦葉請問經》中說：「迦葉！譬如國王得到眾多大臣的擁戴，就能成辦國家之事；菩薩的智慧也要靠方便來攝持，才能成辦一切諸佛事業。」此譬喻中，國王是智慧，大臣是方便。所以，圓滿的修習，必須兼具布施等一切學處的方便及最殊勝之空性智慧；如果單單只有空性智慧，在大乘道上是完全無法有進展的。

《寶頂經》云，「應披慈甲住大悲處，引發具一切種最勝空性而修靜慮。何等名為具一切種最勝空性耶？謂不離布施，不離持戒，不離忍辱，不離精進，不離靜慮，不離智慧，不離方便。」如經廣說。上《續論》中釋此義云，「此諸能畫者，謂施戒忍等，具一切種勝，空性為王像。」

《寶頂經》中說：「菩薩應該披著慈悲鎧甲住在大悲處，為引發具一切種的最勝空性而修習靜慮。什麼叫具一切種最勝空性？就是不離布施、不離持戒、不離忍辱、不離精進、不離靜慮、不離智慧、不離方便的空性。」經上說得很清楚。《寶頂經續》在解釋上述的內涵時，舉喻說明：「譬如布施、持戒、忍辱等每個學處，分別代表一個畫師，最勝空性代表最後畫出的國王肖像。」

P250L1~P250LL1 謂如有一～了義之時。

謂如有一善能畫首，不善畫餘，有知畫手不知餘等，集多畫師畫一王像，若缺一師亦不圓滿。國王像者譬如空性，諸畫師者譬如施等。施等方便若有缺少，則同缺頭殘手等像。

由於某位畫師擅長畫頭，但其他部位畫得不好；另一位畫師擅長畫手，不會畫其他部位等等。每人各有所長，把這些畫師集在一塊就能畫出一幅最好的國王肖像，缺少任何一位畫師都不能圓滿。此例中，國王肖像喻為一切種最勝空性，畫師們分別代表布施等各個方便。缺少任何一位畫師，最後只能得到缺頭缺手不完整的畫像。」這說明，菩薩應具足布施等一切方便，而修一切種最勝之空性；又空性最圓滿的內涵，也須經過每一部分——即六度萬行，才能呈現。

又若執謂唯應修空餘不應修，世尊親為敵者而善破斥。謂若果爾，則菩薩時多劫行施，護尸羅等，悉成壞慧未解了義。

然而，有一些人執著認為只要修空就好了，其他都不用修學，他們主張空當中已具有一切。佛陀已親自破斥這種錯誤見解。如果這種說法是正確的話，那麼菩薩在因地當中，多生多劫的行布施、持戒律、捨頭目腦髓等勤修六度萬行，難道是菩薩的智慧不夠、知見不足？不懂得了義？

《攝研經》云，「彌勒，若諸菩薩為欲成辦正等菩提，修行六種波羅蜜多。然諸愚人作如是說，菩薩唯應修學般若波羅蜜多，何須諸餘波羅蜜多。此是思惟，破壞諸餘波羅蜜多。無能勝，此作何思。前為迦希王時，為救鴿故自肉施鷹，豈慧壞耶。彌勒白言，不也世尊。世尊告曰，彌勒，我昔修行菩薩行時，修集六種波羅蜜多相應善根，是諸善根有損我耶。彌勒白言，不也世尊。世尊告曰，無能勝，汝亦曾於六十劫中正修布施波羅蜜多，六十劫中正修尸羅波羅蜜多，六十劫中正修忍辱波羅蜜多，六十劫中正修精進波羅蜜多，六十劫中正修靜慮波羅蜜多，六十劫中正修般若波羅蜜多。彼諸愚人作如是說，唯以一法而證菩提，謂以空法。此等未能清淨諸行。」故若說云，有空解者不須勵力修方便分，是謗大師昔本生事，為是未解了義之時。

《攝研經》中，佛陀對彌勒菩薩說：「彌勒！菩薩為了成辦正等菩提，辛勤修習六種波羅蜜多。但那些愚人卻說，只要專修般若波羅蜜多就夠了，不必修其他方便分。這種說法等於誹謗其餘五度。彌勒！對這件事你有何看法？過去世我生為迦希王時，為了拯救被老鷹追逐的鴿子，不惜把身上的肉布施給老鷹，這樣做，難道是我的智慧有問題嗎？」彌勒菩薩回答：「世尊！不是這樣的。」世尊又說：「彌勒！過去我在因地時勤修菩薩行，修集六種波羅蜜多相應善根，難道這些善根會對我造成傷害嗎？」彌勒菩薩回答：「世尊！不是這樣的。」世尊又說：「彌勒！你也曾經於六十劫中正修布施波羅蜜多，六十劫中正修尸羅波羅蜜多，六十劫中正修忍辱波羅蜜多，六十劫中正修精進波羅蜜多，六十劫中正修靜慮波羅蜜多，六十劫中正修般若波羅蜜多。那些愚人卻說只要修一門空性，就可以證得菩提，他們不僅修行不清淨，見解亦不清淨。」如果有人說，證得了

空性以後，其他方便品就都不需要修了，認為佛陀因地所修行布施等一切，是還未通達了義之前的行為，這個說法是誹謗世尊在因地當中的種種修行，既謗佛又謗法啊！

P250LL1～P252L3 設作是念～當如是修。」

設作是念，由種種門修施等行，是未獲得堅固空解，若有空解即此便足，是大邪見。此若是實，則已獲得無分別智，證勝義諦大地菩薩，及諸特於無分別智獲得自在八地菩薩不須修行，然此非理。

如果這樣想：「透由種種方便修學布施等菩薩行，是因為對空性尚未獲得正確堅固的信解；如果通達了空性，那就夠了，這些方便品就不需要去修了。」這種看法簡直是大邪見。假如這個看法是正確的話，那麼已經獲得無分別智、現證空性的大地菩薩們，特別是已獲得無分別智自在的八地菩薩，就根本不必再修了。那為什麼他們還在努力修？可見，事實並非如此，這些說法完全是錯誤的。

《十地經》說，「於十地中雖各各地，於施等行別別增上，然於餘行非不修行。」故一一地中說皆修六度或修十度，此等經義，無能勝尊龍猛無著，皆如是釋，定不可作餘義解故。

《十地經》中說：「在菩薩十地當中，雖然每一地都有各自特別增上的學處（如初地是布施特勝；二地是持戒特勝……），但不代表其他學處可以不用修。」這是說明，菩薩於每一地中都要廣修六度或十度。經典中的這個內涵，無論是彌勒菩薩、龍樹菩薩、無著菩薩，都是這樣解說的，我們絕不可擅作揣度，以免造成邪解。

特八地位滅盡一切煩惱，安住寂滅一切戲論勝義之時，諸佛於彼作是勸云，「唯此空解不能成佛，聲聞獨覺，亦皆得此無分別故。當觀我身及智土等，此無量德，我之力等汝亦非有，故當精進。又當思惟，未能靜寂諸有情類種種煩惱之所逼惱，亦復不應棄捨此忍。」尚須修學菩薩諸行。得少三昧便生喜足，棄捨餘德，誠為智者所輕笑處。

特別是八地菩薩，他們已經斷盡一切煩惱、安住於息滅一切戲論之勝義時，諸佛都還要勸他們起定，說：「只有空性正見還不能成佛，

一切聲聞、獨覺也都能證得此一無分別法性。應當要觀察諸佛佛身、佛智、佛土等無量功德，思惟佛十力、四無所畏等無量莊嚴，在還沒有證得這些佛功德之前，必須續發精進去修持。同時，也仍當思惟那些受種種煩惱侵擾、還未獲得寂靜的有情眾生尚在輪迴受苦，所以也不能棄捨已證得的勝義法忍。」想想看，連佛陀猶策勵八地菩薩起定，為利益眾生應續修菩薩行，那麼一般凡夫更須努力修行，自不待言！我們不過稍得一點點三昧相應，就沾沾自喜以為滿足，輕易便棄捨其他學處，這種行徑正是智者所取笑之處啊！

如《十地經》云，「佛子，若有菩薩安住菩薩此不動地，諸佛世尊於此安住法門之流，發宿願力，為令善修如來智慧。作是教言，善男子善哉善哉，當隨證悟一切佛法，此雖亦是勝義法忍，然汝尚無我之十力及無畏等圓滿佛法。為遍求此圓滿佛法故，當發精進，亦不應捨此法忍門。善男子，汝雖得此靜寂解脫，當思此諸異生凡夫未能靜寂，起種種惑種種煩惱。又善男子，當念宿願，饒益有情，不可思議智慧之門。又善男子，此乃諸法法性。隨諸如來出不出世，然此法界恆常安住，謂一切法空性，一切法不可得性。非以此故差別如來，一切聲聞獨覺亦皆得此無分別法性。又善男子，當觀我身無有限量，無量智慧，無量佛土，無量成辦智，無量光明輪，無量清淨音聲，汝亦當如是修。」

如《十地經》說：「佛子，諦聽！當八地菩薩安住在不動地時，諸佛世尊還要進入這個空性等持的根本定中，勸請八地菩薩憶念宿世誓願，善修如來智慧。諸佛世尊猶對這些大菩薩開示：『善男子，善哉！善哉！應當繼續追隨圓滿證悟的佛陀，進一步證悟一切佛法。雖然你們已成就勝義法忍，但是還沒有具足如來十力及四無所畏等圓滿功德。為了遍求圓滿的佛法，不用捨棄勝義法忍，應當在你們已證得的基礎之上繼續精進。善男子！雖然你們已獲得寂靜解脫，但仍要憶念尚未解脫的凡夫，他們正身受著種種煩惱的損害，沉溺在苦海中不得出離。善男子！應當憶念你們的宿世本願，饒益有情，一定要證得佛陀不可思議的智慧法門。善男子！這也是你們八地菩薩所證得一切法的法性，事實上不論如來出世與否，法界恆常安住。所謂一切法本來性空，本來不可得。若單單由通達空性慧這一點，並沒有辦法區別三乘，因為一切聲聞、獨覺同樣能證得這種無分別法性。（此差別在於同時須以智慧攝持的方便，廣行六度萬

行。)善男子！應當要好好觀察諸佛的無量身功德、無量智慧、無量佛土、無量智成就、無量光明輪、無量清淨音聲。你們也應該要這樣修行！」

P252L3~P253L1 《十地經》～實無相違。

《十地經》又說，「譬如大船入大海已，順風所吹一日進程，未入海前勵力牽行，縱經百年亦不能進。如是已至八地，不待策勵，須臾進趣一切智道。若未得入此地之前，縱經億劫勵力修道，亦不能辦。」故若唱言有速疾道，不須修學菩薩行者，是自誑自。

《十地經》又說：「就像已進入海洋的大船，順著風向可以日進千里；然而在未入大海之前，必須在岸邊靠人力去拉縴前進，即使努力了百年，進展也很有限。同樣的道理，已經進入八地的菩薩，無需費力策勵作意，他任運無功用行，須臾間就能趣入一切種智。但是在未證得八地以前，即使長劫努力修道，也難以成辦。」由此可知，那些妄稱成道有捷徑，卻不修學菩薩萬行的人，根本是自己騙自己。

設謂非說不須施等，然即於此無所思中完具施等，不著所施能施施物具無緣施，如是餘度亦悉具足。經中亦說一一度中攝六六故。若僅由此便為完足，則諸外道心一境性奢摩他中，亦當具足一切波羅密多，於住定時亦無如是執著故。

如果有人說：不是不需要布施等，而是行布施時，如果內心「無所思」，也就是對所施、能施與施物，都不執著、不分別、不思惟，達到所謂的三輪體空，此即完備了「無緣施」，如此，其餘的持戒等諸度也都自然具足了。所以，無需別修其他的學處也沒有關係。而且經中也說「每一度裡面都含攝、具足六度」。

如果只是這樣，就能夠遍具六度，那很多外道也能一心專注在奢摩他(定)當中，他心裡也沒有想、也不分別，豈不是應該早已圓滿一切波羅密多了？實際上這是不正確的。

特如前說聲聞獨覺，於諸法性無分別時，應成大乘，具足一切菩薩行故。若因經說，一一度中攝六六度，便以為足，若

爾供獻曼陀羅中「具牛糞水即是施」等文，亦說具六，唯應修此。

特別是如前面所說的，聲聞、獨覺也有對諸法性生起無分別的智慧，當他們以無分別智而安住在法性當中時，也沒有分別，那他們應該是大乘？他們應該已經具足一切菩薩行了？實際上當然不是，所以這個說法錯了。又，如果因經上說每一度當中都含攝有六度的修持，因此便認為圓滿布施波羅蜜多就足夠了，不需要再緣修其他的方便品，如果這樣的說法正確，那麼在供曼陀羅時，只要念誦：「塗牛糞水即是施」，是否就等於已經修完了六度？因為只要修習供曼陀羅這一座法，就含攝了六度？那是不是從早到晚只修供曼陀羅，其他的事都不用做，就可以成佛呢？

故見攝行，方便攝慧者，譬如慈母喪失愛子，憂惱所逼，與諸餘人言說等時，任起何心，憂惱勢力雖未暫捨，然非一切心皆是憂心。如是解空性慧，若勢猛利，則於布施，禮拜，旋繞，念誦等時，緣此諸心雖非空解，然與空解勢力俱轉，實無相違。

所以我們應當了解，須以智慧來攝持方便，這就是「以見攝行」；同樣也須用方便來攝持智慧，一定是兩樣都要具足的。譬如慈母喪失愛子，為憂所苦，無論在跟他人言談或做其他任何事時，雖然並非一切心念都是憂苦之心，可是那個憂惱的強猛勢力一直都在。同樣地，如果菩薩通達空性的智慧勢力非常強猛，當他布施、禮拜、繞塔、或念誦時，雖然緣這些事情的心本身不是解空性的心，然而那個解空性的心力一直跟著他，這就是智慧攝持方便的情況。

P253L1~P254L1 如初修時~為有相故。

如初修時若菩提心猛勢為先，入空定時，其菩提心雖非現有，此力攝持亦無相違，故於如此名無緣施。若全無捨心則不能施，如是於餘亦當了知。方便智慧不離之理，當知亦爾。

又如果菩薩在剛開始修時，先修菩提心，當菩提心修到非常猛利時，即使證得空性現前，當下菩提心雖未現起，但有菩提心力的攝持，這也不相違；而且重要的是，此時因有強大菩提心力的攝持，

所以不會墮在空當中，這就是整個大乘的關鍵所在，這點非常重要。所以，所謂的無緣施，並不是指對能施、所施、施物絕不作意，而是指行布施時為之前修空的力量所攝；這種帶著空性智慧所做的布施，才叫做無緣施。布施是一種捨心，假定完全沒有捨心的話，不可能成就布施度，其餘五度也是如此。由此可知，方便跟智慧二不相離，且相互攝持的道理，這就叫做悲智雙運。

又經宣說福資糧果，為生死中身及受用長壽等事，亦莫誤解。若離智慧善權方便雖則如是，若由此攝持，亦是解脫一切智因。如《寶鬘論》云，「大王總色身，從福資糧生」教證無邊。又汝有時說一切惡行一切煩惱惡趣之因，皆能變為成佛之因，有時又說施戒等善增上生因，是生死因非菩提因，應當令心正住而說。

又經中說：輪迴中的身、受用及長壽等事，皆為福德資糧（亦即布施等等）的果，這句話同樣也不要誤解了。如果遠離智慧、方便，雖然行善所累積的資糧，在輪迴中是我們獲得暇滿身、受用、長壽等的因；但若善行能由智慧、方便來攝持，才是真正成辦解脫及一切遍智的因。就像《寶鬘論》中說：「大王！要想成就佛陀圓滿的色身功德，須在因地中累積福德資糧。」但這個福德資糧一定要由智慧攝持。這一點在經典的教、證當中，處處都說明這個道理。

又有些人曾提出這樣的看法：「只要修持無所作意，一切惡行、煩惱雖是惡趣之因，也能轉變為成佛之因。」有時卻又說：「布施、持戒等善行是增上生的因，也是生死因，但並非成就菩提的因。」這些說法，前後就有矛盾，所以還是等他們把心安住於正法時再說吧！

又如經說，「著施等六，是為魔業。」《三蘊經》說，「墮所緣故而行布施，由戒勝取守護戒等，如是一切皆悉懺悔。」《梵問經》云，「盡其所有一切觀擇，皆是分別，無分別者，即是菩提。」於此等義亦莫誤解。

支那和尚等引用了三段經文，來證成無分別、不作意才是成佛之道的論點。他們引用的第一段經文是：「如果耽著於布施等六度，就是魔業。」第二段經文是《三蘊經》中所說：「若以耽著心、分別心而行布施；或因執取戒取見，而行持戒，像這樣墮在所緣是錯的，都應懺悔。」第三段經文是《梵問經》中所說：「一切的觀察修都是分

別，無分別才是正規的菩提之道。」以上這些說法都是沒有真正了解經文的內涵，以致出現倒解經義的情形。下面分別解說。

初經義者，謂於二我顛倒執著，所起施等未清淨故，說為魔業，非說施等皆是魔業。若不爾者，六度俱說，靜慮般若亦當許為是諸魔業。

第一段經文的內涵是說，帶著人我、法我二種顛倒執著而做的布施等善行，因為不清淨，所以說是魔業，並非說布施等皆是魔業。經義是教我們去掉顛倒執著，而不是叫我們不要去行布施等。如果六度都是魔業，而六度中也包含靜慮和般若，那麼修定、修空豈非也落入魔業？當然不是的。

第二經義亦於顛倒執著所起未清淨者，作如是說，非說不應修習施等。若不爾者，說墮所緣而行布施，則不須說墮所緣故，理應總云行施當悔，然未作如是說故。《修次下編》如是回答，理最切要。若倒解此，則一切行品皆為補特伽羅或法我相執，許為有相故。

針對第二段的經義是說，由顛倒執著而行的布施等善業，因為心不清淨，所以要懺悔。這樣說是要我們「行布施，但不要執著布施」，並不是說不應修持布施等方便品。如果說布施就要懺悔，經上就不須說「墮所緣故」這四個字，理應直接說「布施當懺悔」就好了，顯然經典沒有這個意思。《修次下編》如此回答極為切要。如果倒解經義，將一切行品、方便分，皆視為人法二執，並執其為有相，如此，就變成誹謗一切世俗品了。

P254L2～P254LL1又若捨心～茲當廣說。

又若捨心念捨此物，及防護心防此惡行，如是等類諸善分別，一切皆是執著三輪法我執者，則諸已得法無我見，於一切種理應斷除，如瞋慢等不應習近。

又如果把行布施的捨心、以及持戒止惡的防護心，乃至於如理的一切善分別，都認為是執著於三輪的法我執，而不應該去思惟分別的話，那麼那些已經證得法無我的菩薩們，應該於一切時處都不再行布施、持戒等行，並視其如同瞋、慢等心一樣而作斷除才對。（因為

就邪宗來講，一切分別，即使是善分別，也屬於法我執，而法我執就應該斷除。結果，實際上是不是如此？不是！得到這些無分別智的菩薩們，對於貪、瞋等是絕對不行，但對於布施等善品，都在那兒精勤修行。足見，這是支那和尚他們對經文的誤解。）

又諸分別念此為此，一切皆是分別三輪法我執者，則思知識所有功德，及思暇滿、死沒無常、諸惡趣苦、淨修皈依、從如此業起如是果、大慈大悲及菩提心、修學行心所有學處，一切皆思此者為此，此從此生，此中有此功德過患而引定解。如於此等增長定解，當是漸增諸法我執，又法無我增長定解，此道定解漸趨微劣。行見二品違如寒熱，故於二品全無發生猛利恆常定解之處。

他們還說，思惟「此者為此」的一切分別，也都屬於三輪的法我執，所以應該捨棄，不去思惟、分別。這麼說來，思惟善知識的功德、暇滿義大、念死無常、三惡趣苦、淨修皈依、業果道理、以及修大慈、大悲、菩提心，乃至於行菩提心之學處等一切修學，都是需要反覆思惟，都要靠分別「此者為此」、「從此生彼」、「此中有此勝利或過患」，才能產生定解的；如果上述善法相應的勝解增長時，法我執也漸漸增長了；反之，法無我勝解增長時，上述善法相應勝解反而漸趨微劣。如果以這樣的角度來認知的話，見與行二者豈非就像冷與熱一樣地相互排斥、相互損害？亦即若「見」（智慧）增長，則「行」（方便）必減退；而「行」增長，則「見」必減退，這實在是嚴重的錯誤觀念，如此，對見、行二品將永無發生猛利恆常定解之處。

故如果位安立法身為所應得，及立色身為所應得，二無相違。於如是道時二我相執所緣之事，雖微塵許戲論永離，引發定解，及於此從此生，此中有此功德過失，引發定解，二須無違。

是故，在欲求的果位上，同時安立可以獲得法身及色身，二者並無相違。（見，是智慧，是得法身的因；行，則是方便，是得色身的因。因地當中，如見、行配合圓滿，在果位上面即呈現法身及色身。）而在修道時，凡對引發二我相執的所緣事，一方面須定解它無微塵許之實有自性，另一方面對「此從此生」、「此中有此功德過失」等亦生起定解，此二者必須互不相違；因為性空才現緣起，緣起

本是性空。所以智慧、方便這二者絕無任何相違，反而還相互依賴。

此復依賴因位正見，決擇二諦之理，故以教理決擇生死涅槃一切諸法，於自本性無少自性立勝義量，與因果法各各決定無少紊亂，安立因果名言之量，此二互相，況為能損所損，實互為伴。

此亦有賴因位當中的正知見，抉擇真俗二諦的智慧。所謂真諦就是勝義諦，在勝義中既無生死也無涅槃；要找一切法的真實自性，連微塵許也找不到，以此安立勝義量(真諦)。正因為自性不可得，一切法都是由因緣而現起的。所以在因果法則之下，一切法彼此間各各決定，從因感果沒有一點紊亂，故安立為「因果名言量(俗諦)」。真俗二諦是一體二面，因為性空，所以緣起；因為緣起，必定是性空。緣起、性空互為助伴，怎麼會互相損害呢？

獲此定解，其後乃為證二諦義，始得墮入獲得諸佛密意數中。此理於毘鉢舍那時，茲當廣說。

對於這個道理有了定解，然後進一步去現證真俗二諦，修證的結果就是得到圓滿的法、報身，圓滿的佛果。這樣的作法，才是真正獲得諸佛的密義。這個部分在後面講毘鉢舍那時，會再詳細地說。

P255L1~P256L1 第三經義～不善惡友。

第三經義，其經文時正是觀擇生等之時，故說施等真實無生。言分別者，顯其唯是分別假立，非說施等不應習近而應棄捨。是故乃至未成佛前，於此諸行無不學時，故須學習六度等行。

第三段《梵問經》的經文是說，正當觀察一切法性的生、滅……等(指《中論》上所說的「八不」：不生、不滅、不一、不異、不斷、不常、不來、不去)達到覺悟之時，了知布施等六度於實性中並無生滅，亦即就勝義諦來說，布施等一切行都是無自性生；而所謂分別，只是世間假名安立的名言。經文的意思，不是說施等六度不用修習而應棄捨，而是說修布施等時，不要去執著；應當了達空性而修菩提

行。因此，一直到成佛前，能夠修學就要盡量修學，六度萬行都要去勤修。

此復現在當由至心勵力修行，諸能修者策勵而修，暫未能者當為願境，於能修習此等之因，集聚資糧，淨治業障，廣發大願，是則不久當能修行。若不如是行，執自不知及不能行，謂於此等不須學者，自害害他，亦是隱滅聖教因緣，故不應爾。

經過這些說明，應該了解現在就要至心勵力去修，有能力的人要策勉自己精進，能力不足的人應該把「行菩薩道」當作發願內容，願自己能夠早日修習。現在要先累積能修的因，也就是集聚資糧、淨治業障，廣發大願，相信不久之後就能如願修行。如果不這樣做，而把不知道、做不到當成藉口，還妄稱六度等不必學，這是耽誤自己、傷害他人，也是聖教隱沒之因，千萬不要犯這麼嚴重的惡行。

《集經論》云，「觀察無為厭有為善，是為魔業。知菩提道而不尋求波羅蜜多道，是為魔業。」又云，「若諸菩薩離善方便，不應勤修甚深法性。」

《集經論》中說：「想要了達涅槃的空性義理，卻不喜修持世間有為善的方便分，這是魔業。了知菩提法，卻不去實踐波羅蜜多道，也是魔業。」又說：「菩薩行者若遠離行善的方便分，就不應該勤修甚深空性的智慧分。」意指菩薩若棄方便，因缺悲等而修法性，即走上二乘的岔路去了。

《不可思議秘密經》云，「善男子，如火從因燃，無因則滅。如是從所緣境心乃熾然，若無所緣心當息滅。此諸善巧方便菩薩般若波羅蜜多遍清淨故，亦能了知息滅所緣，於諸善根不滅所緣，於諸煩惱不生所緣，安立波羅蜜多所緣，亦善觀察空性所緣，於一切有情以大悲心亦觀所緣。」

又，支那和尚等謬解無緣，他們把統統不分別就當作無緣；然而在《不可思議秘密經》中說：「善男子！譬如烈火從因而燃，無因即滅；心也如此，心火亦從所緣而熾燃，若無所緣，心火即滅。這些具足善巧方便的菩薩們，由於已證得圓滿清淨的般若波羅蜜多，對於所緣何者當息，何者不當息，如實了知。譬如於諸善根即不滅所

緣；於諸煩惱即不生所緣；善安立波羅蜜多所緣；又能善巧觀察空性之所緣，而於一切有情亦能以大悲心觀為所緣。」

此中別說無緣有緣，當善分別。如是煩惱及執相縛當須緩放，學處之索則當緊束，當壞二罪，不當滅壞諸善所作。學處繫縛與執相縛，二事非一，護律緩放與我執縛緩放，二亦不同。

修學者應當要善分別此中各別所說無緣、有緣的道理。對於什麼應該緊束，什麼應該緩放，也應善巧了解並予區分。譬如對煩惱和我執的繫縛應該緩放；而對戒律及學處則應緊束。應當遮止性遮二罪（惡行）；而不應毀壞諸善法行。因為學處之縛與我執之縛，二者完全不同；同樣地，放緩戒律與放緩我執，意思也完全不一樣。所以，必須善加思擇，我執之縛，應放緩；戒律，不能放緩。

一切種智由多因成，僅一一因非為完足。獲妙暇身，本當從其種種門中而取堅實。若說一石驚飛百鳥，修道一分不修餘者，當知是遮二資糧門不善惡友。

要知道，成就一切遍智，要靠很多因緣，若只有一部分的因絕對不夠。今生既已獲得了善妙的身暇，就應該好好修習各種法門以達堅實的境地。如果有人說一石能驚飛百鳥，修道一分就可以不再修其他學處，這種人就是障礙我們累積福慧資糧的惡友啊！

P256L2~P256LL1 又大小乘～種性堪能。

又大小乘，亦是修時學不學習無邊資糧，曰少分乘及曰小乘，二是異名，少分義者是一分故。現在劣果飲食等事，尚須眾多因緣成辦，而於士夫第一勝利，欲修成佛，反計一分而為完足，極不應理。果隨因行，是諸緣起法性爾故。

又大、小乘之差別，在於發心不同，故修習亦不同。大乘是修習無邊的學處、累積無量的資糧；小乘亦名少分乘，少分指一分，小乘是少分的學習，當然只能得到少分的果位。（要圓滿一切功德，就不能只以少分乘來圓滿，必須福德、智慧二資糧都具足才能圓滿。）一般世間的雜事，都還需要很多的因緣才能成辦其短暫利益，更何況是修行者所希求的最究竟目標—成佛，反而妄想透過少分的因緣

就能圓滿佛果，這完全沒有道理。果是跟隨著因而來的，這就是緣起法性，本來就是如此。

《悲華》於此密意說云，「少分成少分，一切成一切。」《如來出現經》云，「若諸如來出現於世，非一因緣，何以故，最勝子，諸如來者要以十億無量正因，乃能成辦。何等為十，謂以無量福智資糧圓滿正因。」乃至廣說。《無垢稱經》亦云，「諸有伴，如來身者從百福生，從一切善法生，從無量善道生。」如是廣說。

於此意涵，《悲華經》也說：「少分因只能成就少分果，一切因才能成就一切果。」《如來出現經》說：「諸佛出現於世，不是單靠一個因緣成辦的，為什麼？菩薩們！成佛要具足十億個無量正因，才能成辦諸佛一切圓滿。何謂十？即具足無量福德、無量智慧等一切圓滿正因。」經上面說得很清楚。《無垢稱經》也說：「諸位同修！如來的報身是從一切圓滿福德而生，從一切善法生，從修習一切無量的善道而來。」經上都這麼說。

龍猛菩薩亦云，「若佛色身因，如世間無量，爾時法身因，如何而可量。」如是方便智慧，以六波羅蜜多總攝修學者，如前所說是諸密咒與波羅蜜多二所共同。

龍猛菩薩也說：「圓滿佛陀色身的因，尚且需要無量的世間法來成就；而圓滿佛陀法身的因，則根本無法衡量。」可見需要修學的大乘法門是如此浩瀚無邊，所以才要用六度總攝為方便分與智慧分，而此六度萬行也是顯乘與密乘都要修學的共道。

諸大咒典釋諸宮殿及中諸尊，盡其所有，一切皆是內心德時，數數說為六波羅蜜多，三十七菩提分，十六空等圓滿波羅蜜多道故。

譬如密乘大咒典解釋壇城時，講到有無量宮殿、無量莊嚴聖眾等等，這就是內心德相圓滿波羅蜜多道的顯現；而這些波羅蜜多道就是六度、三十七菩提分、十六空等等。

故除少數補特伽羅差別，以諸欲塵為正道等，與波羅蜜多所說略有取捨，當知諸餘唯是共學。若以上說而為種子，善思

惟已非一分道，於全分道未獲定解，則不能知大乘總道。故具慧者，當於此發堅固定解，由多門中漸增大乘種性堪能。

密乘中除了少數特別殊勝的補特伽羅能以五欲為道，和顯乘的次第教法略有差別外，其他都屬於顯、密共通的學處。應善巧思惟上面所說這些不共的因，絕不是一分道所能成辦；如果對修學完整的道體未獲定解，將絕對無法通達圓滿的大乘總道。有智慧的行者應該對修學大乘道要有正確的認識，堅定發心，實踐菩薩行，並由多方面累積增長福德與智慧，增長大乘菩提心種。

P257L1~P258L1 律咒二中~所化行故。

庚三、正釋學習學處之次第

第三解釋學習學處次第分二，一、於總大乘學習道理，二、特於金剛乘學習道理。

辛一、於總大乘學習道理

初中分三，一、淨修欲學菩薩學處，二、修已受取佛子律儀，三、受已如何學習道理。今初

三、解釋學習學處的次第

菩薩學處是顯乘與密乘都要修學的共道，此處先說顯乘的部分；顯乘於「學習菩薩學處」又可分三方面來解說：淨修欲學菩薩學處之心、修已受持菩薩律儀、受已如何學習菩薩律儀。

壬一、淨修欲學菩薩學處

律咒二中，若先未受各各律儀，不可聽聞所有學處。此不同彼，此諸學處先當善知，淨修相續，次樂受者，乃可授與諸律儀故。

(一) 淨修想學菩薩學處之心：一般來說在未受別解脫戒或密宗灌頂之前，不允許聽聞戒律內容或持誦密咒；菩薩戒則不同。在未受菩

薩戒之前，就應該先了解其內涵，淨修身心，其後考量自己能歡喜持守，這時才授予菩薩戒。

如《菩薩地》云，「欲受菩薩淨戒律儀，先應為說菩薩法藏摩怛履迦，其中所說菩薩學處及犯處相。若慧觀察自思擇已至心愛樂，非為他勸非為勝他，當知是名堅固菩薩，堪受菩薩淨戒律儀，如受戒法，彼亦應受，亦應授彼。」

如《菩薩地》中說：「對想受菩薩戒的人，應該先為他講解與菩薩有關的法藏(摩怛履迦)，如論藏《菩薩地》及經藏《華嚴經》，讓他了解學處及違犯之相。先由善知識開示，再以智慧觀察思擇自己是否歡喜愛樂，如果受戒非因他人勸說或抱持超勝他人的心態，則可知為一位堅固菩薩，堪能受持菩薩淨戒律儀。確定之後，授戒師和受戒者分別按照律儀進行。」

故先了知諸所學處，為作意境。若於學處至心愛樂，修欲學已，次受律儀則極堅固，是善方便。此及下文二處宣說，文恐太繁，當於後釋。

所以，應先了知學處，如理作意思惟觀察，若能由衷生起欲學心，再去受持律儀，這個戒就會非常堅固，這也是一種善巧方便。為了避免重覆宣說，後面再一起解釋。

壬二、修已受取佛子律儀

第二者，初當如何正受道理，受已無間於根本罪及惡作罪防護道理，設有毀犯還出道理，戒品釋中已廣決擇。未受律儀定須先閱，如彼當知。

(二)修已受持菩薩律儀：先說明如何受戒、受戒之後應如何立即防護根本墮及惡作罪、以及犯戒後如何還出清淨的道理；以上內容於《菩薩戒品釋》中都有詳細解說。故於未受戒之前，定須研閱，從中了知。

壬三、受已如何學習道理

第三分三，一、何所學處，二、其中能攝諸學道理，三、於此如何學習次第。今初。

(三) 受已如何學習菩薩律儀：受戒後應如何學習學處，可分三點來說。即說明學處內涵、總攝理由、學習次第。

癸一、何所學處

若廣差別雖無邊際，隨類略攝，於六度中盡攝菩薩諸應學事，故六度者攝菩薩道一切扼要大嘜柁南，四攝亦即攝於其中。攝施易知，愛語者是依六度教誡所化，利行者是安立他於所教義，同事者是自亦同所化行故。

1. 說明菩薩學處

真要詳細解釋學處，根本說不完，然以種類略攝，可於「六度」中總攝菩薩一切學處，所以，六度是統攝菩薩道中一切要義之原則綱要。四攝也可以含納在六度中。四攝法當中第一個是布施，這個容易理解；愛語，是依照六度教誡眾生；利行，是引導眾生進入教義內涵；同事，是與眾生同修善法。

P258L1~P259L1 又二資糧~唯佛地有。

又二資糧及三學等，亦攝菩薩一切正道。然如六度所引解了，諸餘能攝則不能爾，故以六度為能攝事最為第一。

當然福智二資糧、及戒定慧三學等也可以統攝一切菩薩所要學的內涵，只是以六度來詮釋所有菩薩學處是真正能夠包攬無遺、最為圓滿的，因為菩薩的一切善行都可以為六度所攝。

癸二、其中能攝諸學道理

第二分二，一、正義數量決定，二、兼說次第決定。今初

六度能總攝學處的理由：分為數量決定和次第決定。

子一、正義數量決定

佛薄伽梵略說六度總嘔陀南，最勝紹尊如佛密意而為開解，解釋如是重要因相，令發定智，即此數量決定道理。若於此理獲勝定解，則執六度修持為勝教授，故當得定解。其中分六，

(1) 數量決定：此處所說數量，是指布施、持戒、忍辱、精進、靜慮、般若等六度。佛陀曾把修行略說為六度總綱，後來由最能紹繼佛意的彌勒菩薩，著作《現觀莊嚴論》解釋佛陀如此說的原因、要義，開顯甚深意趣，令修行者對圓滿的內涵有所了解、引發定智，這就是數量決定的道理。若於此等道理能獲得殊勝定解，則於修習六度，自當認為是最殊勝的教授。下面分為六個項目說明。

觀待增上生數決定者。謂圓滿菩提廣大行者，必須轉經無量生世。此復進道若無圓滿德相之身，如現在身略有少相，縱勤修行實難增進，故須身德一切圓滿。又須具足所受用財，能受用身，同受用伴，凡所作業悉能成辦，四種圓滿。

① 觀待增上生之數量決定

要能圓滿廣大的菩薩行，必須經無量生之相續；在多生多世的修學當中，如果沒有圓滿身相作為所依身，像現在的凡夫身只有少許德相，縱然勤修，亦難增進，故須圓滿一切身德。此外，還要具足四種圓滿：所受用之財(布施為因)、能受用之身(持戒為因)、同受用之伴(忍辱為因)，以及能成辦之事業(精進為因)。

又此盛事亦多變為煩惱之緣，故須不隨煩惱力轉。此猶非足，尚須對於諸取捨處，能善分辨無倒進止。若不爾者，猶如竹蕉結子便枯，驪孕自死，即彼盛事而為害故。

但此四圓滿會轉生為煩惱之機緣亦多，故第五尚要有不隨煩惱轉的定力。這樣還不夠，又須第六具備對善惡取捨的智慧，該做的就進，不該做的就止。否則就像竹子開花、芭蕉結完果後便枯，驪子懷孕就死一樣，享盡盛事反而害了自己。

若有智慧，知是往昔妙業之果，更勤修因令漸增長。若無智慧，受盡先果而不增新，後苦起首。

有智慧的人知道宿世善業才能感發今生妙果，因此會更努力修集善因、增長善果。沒有智慧的人，只顧當下享受，不知要累積新的善因，等到昔日之果享用盡了，後面就要受無量無邊的苦了。

故於餘生感六盛事，非為無因，不平等因，其隨順因定為六度。故於現法，當修當習當多修習六到彼岸，以殊勝因能感如是殊勝果故。此是現前增上生果，身圓滿等究竟增上生者，唯佛地有。

所以來生想要獲得上述六種圓滿盛事，絕非無因生，或不平等因之所生，而是隨順因生。這個隨順因，如其次第，定為六度。因此，我們今生就要努力修習六度，以此殊勝因感得來世的殊勝果，這也是就現前增上生而言；如果能生生增上，等到這個增上生到達最究竟圓滿的時候，就是決定勝，就成佛了。

P259L1~P260L1 如《莊嚴經論》～六度決定。

如《莊嚴經論》云，「受用身眷作，圓滿增上生，恆不隨惑轉，諸事無顛倒。」

如《莊嚴經論》中說：「受用、身相、眷屬、及事業圓滿，這些都是增上生的所依，而要達到究竟的決定勝，須以定、慧引導，一切時處，恆常無間，一直努力增上，到最後圓滿就是佛。」因此，不論現前增上生，乃至究竟決定勝，都需要修學六度是確定的。

以如是身學菩薩行，菩薩唯有二所作事，謂正引發自利利他。是故觀待引發二利數決定者。其修利他，先須以財而作饒益。此若損惱有情而施亦無所濟，善遮損他及所依事，利他極大，故須尸羅。

② 觀待於成辦二利之數量決定

以上述所說圓滿之身來學菩薩行，菩薩所作唯有二事：成辦自他二利。以成辦利他而言，應先以財施或法施的方式來饒益他人；然而

布施時，若態度或其他方面損惱了對方，這個布施沒有功德。所以，要善巧遮除能損害他人的十種黑業，這樣才是真正利他；而遮止黑業，有賴於守護尸羅清淨。

若不能忍他作怨害，報一報二，戒難清淨，故戒究竟須耐怨害忍。由不報復，能免眾多他所造罪，他若信樂堪令行善，故是最大利他。

又如果不能忍受他人怨害，選擇以牙還牙，則戒行無法清淨，因此需要能夠忍辱。去除報復心，不僅能免他人多所造罪，他若信樂，還可以進一步教他行善，這才是最大的利他。

自利者，謂以慧力得解脫樂，若心散亂不能得此，故須靜慮令心住定，堪能如欲安住所緣。有懈怠者不能生此，故須晝夜發勤精進無有勞倦。

自利方面，主要指以智慧得到解脫之樂而言。要想得到解脫，一定要具足智慧；但若心散亂，必定得不到智慧。這時需靜慮的工夫令心住定，才能隨心所欲地安住在善所緣上。然而懈怠者無法修得靜慮，故需一切晝夜發起精進，沒有疲厭。

此即彼等一切根本，故修二利六度決定。如云，「勤行利有情，修捨不害忍，住脫及根本，一切自利行。」

精進是其餘五度的根本，修行主要就是靠精進。因此，要能圓滿自他二利的話，就是修習六度。如說：「為了利益有情，菩薩應精勤修習六度：修捨是布施；不害是持戒；忍是忍辱；前三度是利他行。安住是止，也就是定；解脫由觀，也就是慧，後二度是自利行。實際上修學六度就包含了自利利他的一切菩薩行。」

此中利他非一切種，言住脫者心住所緣，是靜慮行跡，解脫生死是慧行跡，若辨此二則於寂止，不致誤為毘鉢舍那。如是自許甚深持心，亦僅是此靜慮一分，故於六度圓滿之體，當求定解。

此處僅談及前三度屬利他，而後二度是自利，精進則通自他二利。說到「住脫」，「住」是指令心安住於善所緣，此為靜慮(止)之成效；

「脫」是解脫生死，則為智慧(觀)之成效。若能別別分辨此二者，就不會把奢摩他誤為毘鉢舍那了。有些自認為可以入定持心的行者，要注意是否僅修持了靜慮的一分，因為雖修禪定，還不是真正能解脫的慧。所以，我們應該進一步認識六度圓滿的體性，對之產生定解，這樣才不會走岔。

觀待引發圓滿一切利他數決定者。先以財捨除其匱乏，次於有情不為損惱，且忍怨害，於助他事發起精進而無厭離，依於靜慮以神通等引攝其意，若成法器次依智慧善說斷疑，令解脫故六度決定。

③觀待圓滿成辦一切利他之數量決定

如果純粹以利他的角度來看，六度也是決定的。首先對有情布施財物，除其匱乏；其次不損惱任何有情；非僅如此，而且能忍他人所作怨害。幫助別人時，當發起精進，毫不厭倦；進一步，以靜慮引發神通等令他人起善法欲樂；若對方堪為法器，再以智慧為他說法斷疑，引領他人解脫。所以，一切利他事業皆由六度成辦。

P260L1~P261L1 如云，~有力堪忍。

如云，「不貪及不害，耐怨事無厭，引攝善說故，利他即自利。」此二頌說修自他利，不可不依六度，若於引發自他利理，獲得定解，則能殷重修習六度。

如說：「不貪就是施，不害就是戒，耐怨事就是忍，無厭就是精進，引攝善說就是定慧，這樣地圓滿利他，也就圓滿了自利。」

以上二個偈頌講到修習自他二利，都必須要六度。對此道理若能具備真實定解，自然會全部精神認真地去修習六度。

觀待能攝一切大乘數決定者。謂已得財位無所貪著，及於未得不希求故，於諸財位能不顧戀，有此則能守護學處，受戒敬戒。依情非情所生眾苦，能堪忍故不起厭患。修善所作勇悍無厭，修奢摩他無分別瑜伽，及毗鉢舍那無分別瑜伽。以此六事攝盡一切能趣大乘，此由六度次第引發，無須更多。

④觀待能攝一切大乘之數量決定

(以大乘道所應學的內容來說，六度也能完整包涵，一無遺漏。)於已得之財位不貪著，未得之財亦不希求，對所有資財毫不眷戀，這樣才能守護學處、受持戒律，不會隨意違犯。對有情與非情所帶來的眾苦，皆能忍受而不起厭患，才能勇悍精進修行善法。最後修習無分別定、無分別慧(即止、觀無分別瑜伽)。這六件事含攝了一切能趣入大乘的宗要，大乘道亦由此六度依次而成辦。就是這六度，不能少，也不需多。

如云，「不樂著受用，極敬二無厭，無分別瑜伽，諸大乘唯此。」由是因緣，欲入大乘棄捨六度，實為相違。

如說：「不耽著受用即是布施；敬重戒律即能持戒；不厭患眾生則能忍辱；不厭患善行就是精進；修習止、觀無分別瑜伽，即是靜慮與智慧，這些就是大乘道的內容了。」因此，若真想要進入大乘，卻不修六度，這實在沒有道理。(「不樂著受用」就是不貪，布施；「極敬」就是戒；「二無厭」是指忍辱和精進。「無分別瑜伽」就是止與觀。)

依一切種道或方便數決定者。謂於已得境界受用，無貪欲道或方便者，謂行惠施，由修能捨離彼貪故。諸未得境為得彼故功用散亂，防護方便謂持淨戒，由能安住比丘律儀，一切事業邊際散亂悉不生故。

⑤依一切種道或方便之數量決定

(大乘菩薩要廣學一切道，依此觀點辨明：六度為成辦之方便。)

不貪著已得境界受用的方便道是「布施」，因為布施就是修捨心，能遠離貪愛。防護為貪求未得境界受用所生之散亂，其方便即為「持戒」，因為戒律清淨，就能安住於比丘律儀，於世間事一切散亂都不生起。

不捨有情方便謂能堪忍，不厭怨害一切苦故。增善方便謂發精進，由發精進善增長故。淨障方便謂後二度，靜慮伏惑，

般若能淨所知障故。故六度決定。如云，「不貪諸境道，餘防為得散，不捨有情增，餘二能淨障。」

不捨有情之方便為「忍辱」，因為能不厭患他害所生的一切苦。能增長善業之方便是「精進」，因為發起精進的力量，使善業得以增長。淨治罪障之方便道為後二度，「靜慮」能調伏煩惱，「般若」能淨除所知障。由此可知，成辦一切道的方便，由六度決定。如說：「不貪已得境界受用是布施；防止貪求未得境界受用所生之散亂是持戒；不捨有情為忍辱；增長善業為精進；淨除一切罪障是靜慮與智慧」。

又不隨已生欲塵散亂自在轉者，謂無貪施。若先未生預遮滅者，則須尸羅，防護無義非義散亂。惡行有情數多易遇，由此因緣退捨利他，能對治者，謂當修習有力堪忍。

此外，希望不隨逐已生的欲塵散亂，而能自在動轉，菩薩行者應修學無貪之施度。想要在欲塵散亂尚未生起之前，就預先遮除，則須修學戒度，以防範無意義或不如法的事情。面對造惡有情數量眾多且容易值遇，恐將生起棄捨利他之心；菩薩唯有修學忍度，才能不捨有情。

P261L1~P262L1 淨善眾多~教授所致。

淨善眾多長時修作，令增長者，要由思惟此勝利等，發起恆常猛利勇進。暫伏煩惱，須修靜慮。滅煩惱種及所知障，謂須般若。此於六度，能與最大決定知解。

想要增長眾多善法、累積善業的行者，須靠長時間的修習；應由思惟善業之勝利、惡業之過患，來策發自己的善法欲、勤精進。要壓伏煩惱，使煩惱不現起，須靠靜慮的工夫；徹底滅除煩惱種子及所知障，須靠修學智慧。以上說明六度是引生最大決定知見的道理。

觀待三學數決定者。戒學自性即是戒度，此要有施不顧資財，乃能正受，是戒資糧。既正受已，由他罵不報罵等忍耐守護，忍是眷屬。

⑥ 觀待三學之數量決定

戒學之自性就是戒度；此若先有布施，對一切資財沒有貪著顧戀，乃能圓滿的持戒，所以稱布施為戒學的資糧。受戒之後，由堪忍他罵而不報復，乃能守護戒律，所以稱忍辱是戒學的眷屬。

靜慮心學，般若慧學。精進遍通三學所攝，故六度決定。如云，「依三學增上，佛正說六度，初學攝前三，後二攝後二，一通三分攝。」

有了戒，進一步學定，定就是靜慮，是心學；般若是慧學；而由精進通攝整個戒、定、慧三學；由此說明六度決定的道理。如說：「修學佛法可以從戒、定、慧三學慢慢增上，世尊正說而開之為六度；戒學攝布施、持戒、忍辱前三者，定學攝靜慮、慧學攝般若；而戒、定、慧三學都透由精進來成辦。」

如是當以何等勝身，圓滿何等自他二利，安住何乘。由具幾種方便之相，修行何學，能滿能攝如是身、利、大乘、方便及諸學者，當知即是六波羅蜜。總攝菩薩一切修要大唵陀南，乃至未得廣大定解應當思惟。

經過前面的解說，行者自應思惟，當以何種圓滿之身，圓滿何等自、他義利？應安住何乘？由具幾種方便之相，修行哪些學處？才能圓滿的含攝如此身、利、大乘、方便及諸學？應知這些答案都是六度。六度是菩薩一切修持要義的大總集，如果對如是數量決定尚未生起廣大定解前，應該好好思惟。

又初不令超出生死，其因有二，謂貪資財及著家室。能治此者謂施及戒。設暫出離，不能究竟而復退墮，其因有二，謂由有情邪行眾苦，長修善品而生厭離。能治此者謂忍及進。

又，菩薩行者一開始無法脫離輪迴的原因有二：一貪資財，二著家室；這要靠布施和持戒來對治。透過對治，假設暫時能得出離，但未達究竟又退墮輪迴，這也有二個因：就是面對眾生邪行會產生眾苦，以及對長修善行感到厭煩不耐，這要靠忍辱和精進來對治。

以耐眾苦及他怨害，經無量時猶如一日。善知修習勇悍之法，若多修練發起忍進，則能對治退墮之因極為扼要。

能夠忍受眾苦及他人怨害的話，即使經過無量劫，也會如同一天的時間，很快就過去了。此外，又能懂得自我鞭策修行勇悍之善法，引發忍辱與精進的力量，這就是對治退墮輪迴的重要關鍵。

非但修此菩薩諸行，即現在時修諸善行，於少艱辛忍力薄弱，於所修道無大勇悍。以是因緣初入雖多，然於中間能不退者，實不多見，皆由未修忍辱精進教授所致。

不要說修這樣難行的菩薩廣大行，即便眼前要修一點善法，如果忍辱力量不夠，稍微碰到一點辛苦就耐不住了，完全缺乏勇悍與好樂心；因此入道的人很多，之後還能維持不退轉的人實在不多見。原因就是對忍辱、精進沒有認真修習的緣故。

P262L1~P262LL3 又於中間～如是次第。」

又於中間雖未退轉，然有二種失壞之因，謂心散亂不住善緣，及壞惡慧。對治此者，謂靜慮、般若，佛說散心修念誦等無大義故。若於內明法藏之義無簡擇慧，雖於粗顯取捨之處，亦起錯誤顛倒行故。此依斷除所對治品能治增上數量決定。

即使中間沒有退轉，還要面臨二種失壞的原因：心放逸散亂而不能專注於修行，以及邪知邪解；這些要靠靜慮和智慧來對治。佛陀說以散亂心修持念誦等等，沒有多大義利。如果對佛法經藏之內涵缺乏簡擇的智慧，連粗淺的道理也不知取捨，自然容易犯下顛倒錯誤。以上說明觀待所斷品及能治品的數量決定，也是依六度就行了。

依能成辦一切佛法根本扼要數決定者。謂初四度是定資糧。以此四種能成不散靜慮度故，依此因緣若修妙觀，則能通達真實義故。

觀待能成辦一切佛法根本扼要的數量決定，是指須修習前四度(布施、持戒、忍辱、精進)為定資糧，因為這四種資糧可以成就不散亂

的靜慮度，然後再進一步修習妙觀察智，則能通達真實義理，徹底滅除煩惱障和所知障。

隨順成熟有情增上數決定者，與前所說第三義同。此是聖者無著所許，如獅賢論師所立而說。對於六度引發定解，最為切要。

觀待隨順成熟有情的數量決定，和前面所說六項目當中的第三點—「圓滿一切利他」的意思相同。這是經過無著菩薩承許，依照獅子賢論師所立數量決定的解釋。總之，這六度亦能圓滿的包含所有其他法門的論點；因此，對於六度引發定解，是行者最為切要之事了。

子二、兼說次第決定

第二，兼說次第決定分三。生起次第者，若能布施，於諸資財不顧不貪，則能受戒；若具尸羅善防惡行，則於怨害而能堪忍；若有忍耐不厭難行，退緣微少，能發精進；若能晝夜發勤精進，能發正定，心於善緣堪能安住；若心定者，乃能如實通達真實。

前面已詳細說明學處的主要內容、數量決定，此處附帶說明次第決定。

(2) 兼說次第決定：分三

① 生起次第：若能對資財、受用不貪著、不顧戀而行布施，便能受戒。若能守護淨戒、善防惡行，便能安忍外來的傷害。若有不厭難行之忍，則逆緣少而精進多。若於晝夜精進勤修，則能引生正定，安住善緣而心不散亂。若心安定，則能如實通達真實勝義。

勝劣次第者，前前微劣，後後殊勝。

② 勝劣次第：六度中，以勝劣之次第來說，前者較微劣，後者較殊勝；換句話說，前前為下品，後後為上品。

粗細次第者，前較後者易轉易作，故相粗顯；後較前者難轉難作，各較自前，故為微細。

③粗細次第：較於後者，前者較易趣入、修持，故為粗淺；反過來說，較於前者，後者較難趣入、修持，故為深細。

《莊嚴經論》云，「依前而生後，安住勝劣故，粗顯微細故，說如是次第。」

大乘《莊嚴經論》說，「六波羅蜜多由前度引生後度，依此次第而有微劣、殊勝；粗淺、深細等行相差別。」

癸三、於此如何學習次第

第三學此次第分二：一、初於總行學習道理；二、特於後二波羅蜜多學習道理。

子一、初於總行學習道理

初中分二：一、學習六度熟自佛法；二、學習四攝熟他有情。

丑一、學修六度熟自佛法

初中分六：一、學習布施；二、持戒；三、忍辱；四、精進；五、靜慮；六、般若道理。

寅一、學習布施

初中分四：一、布施度性，二、轉趣發起布施方便，三、布施差別，四、此等略義。今初

P263L2~P263LL1《菩薩地》云~而往惡趣

卯一、布施度性

《菩薩地》云，「云何施自性，謂諸菩薩不顧自身一切資具，所有無貪俱生之思，及此所發能捨施物身語二業。」謂善捨思，及此發起身語諸業。

第一、布施度性（定義）

布施的定義，如《菩薩地》說：「何謂布施？菩薩能夠不顧自身的資財受用，由一種無貪的思及思心所，以及由這種思業所發起能捨的身業和語業。」也就是說，布施的自性就是善法欲所引發能施捨的心（意業）以及由這種捨心所發起的身、語之布施行為。

圓滿布施波羅蜜多，不待於他捨所施物，捐除眾生所有貧窮。若不爾者，現有眾多貧乏眾生，過去諸佛所行布施，當非究竟。是故身語非為主要，唯心為主。謂自所有身財善根，一切慳執皆悉破除，至心施他。又非惟此，即諸捨報亦施有情，由修此心到極圓滿，即滿布施波羅蜜多故。

圓滿的布施波羅蜜多，並非觀待菩薩行者是否能藉著對他人行布施，而成功幫助了一切眾生遠離貧窮，不是從這個上面來衡量的。否則，現在仍有許多貧苦眾生，豈非表示過去諸佛所行的布施並未達到究竟圓滿？所以很顯然地，圓滿布施的條件不是以身語業為主，而是以心（意業）為主。換句話說，是把自己所有的身、財和善根，一切易成慳吝、執著的對象都須徹底破除，至心施給他人，沒有一點點捨不得的意樂。不僅如此，連布施所得的果報也都回施有情，這樣的修持捨心，直到最究竟，才是圓滿的布施波羅蜜多。

如《入行論》云，「若除眾生貧，是施到彼岸，現有貧眾生，昔佛如何度？一切有及果，心與諸眾生，說名為施度，以是施即心。」故修布施波羅蜜多，現無財物可施於他，當由多門引發捨心，漸令增長。

如《入行論》所說：「如果要除盡了眾生的貧窮，才叫圓滿布施度的話，那麼以現時尚多貧苦眾生，如何能說過去諸佛圓滿了布施度呢？經典中有說，將一切自身所有及善果，至心樂意地布施眾生，使捨心達到究竟圓滿，就叫作圓滿布施度。所以，布施最重要的就是捨心。」修習布施波羅蜜多，雖然眼前沒有足夠財物可以施捨給他人，也要透過各種方便引發捨心、增長捨心。

卯二、轉趣發起布施方便

第二者唯盡破除身財慳吝，猶非布施波羅蜜多。慳是貪分，小乘羅漢并其種子無餘斷故，故非唯除慳執施障，須由至心發心施他一切所有。此須修習攝持過患，惠施勝利，故當宣說。

第二、趣入布施的方便

如果光是斷除對身財的慳吝心，這還不是布施波羅蜜多。慳吝，屬於貪煩惱所攝，小乘的阿羅漢不但貪欲不起現行，連貪的種子也可以完全斷除，因此並非單單斷除障礙布施的慳吝就足夠，還須以菩提心攝持，由衷生起將一切身財受用至誠布施他人之意樂，才叫作圓滿布施波羅蜜多。

為了修學圓滿的捨心，必須反覆地思惟慳吝的過患，及布施的勝利，以下說明。

《月燈經》云，「此腐爛色身，命亦動無主，如夢如幻化。愚夫由貪此，造極重惡業，而隨罪惡轉，不智被死乘，當往那洛迦。」此說身不潔淨，命常動搖如懸岩水，身命俱是隨業自在，無我主宰，觀其虛妄猶如夢幻滅除貪著。貪若未除則隨貪轉，造大惡行，而往惡趣。

《月燈經》中說：「色身很快壞滅，生命亦如夢幻般變化無常，身命二者皆無法自在。愚者卻貪愛我之身命，造作極大惡業，而只得隨著惡業流轉。加上沒有智慧，不知如何去除貪愛罪障，將來一定被死主送往有情地獄，受絕大的苦。」說明身體垢穢不淨，迅速壞滅；生命無常，如懸岩瀑水奔流而逝，身與命都完全隨業力而轉，並無自主之我。應該觀察生命如夢幻般虛妄，藉此滅除貪著。如果不滅除貪欲，就會隨貪著增上，而展轉造作惡行，墮往惡趣。

P263LL1～P264LL1 《修無邊門陀羅尼經》～欲利亦復然。」

《修無邊門陀羅尼經》云，「諸有情鬥諍，根本為攝持，故於境斷愛，斷愛得總持。」《集學論》云，「如是我身心，一一

剎那滅，若以無常身，垢穢常流注，得常淨菩提，豈非獲無價。」

《修無邊門陀羅尼經》說：「眾生之所以壽命短促(布施為長壽因)，是因為互相爭鬥，而爭鬥的根本原因在於對一切的貪著不捨。如果對境時，能斷除貪著其中利益，才能避免鬥爭。故須如法修習，斷除與無明相應的貪愛，未來可以總持一切法。」《集學論》中說：「我的身與心，剎那剎那在壞滅，如果將這個無常又充滿罪垢的身體拿來修學佛法、行善，一旦證得恆常清淨的菩提果報，豈不等於獲得無價之寶？」

《本生論》云，「無我易壞無堅身，眾苦無恩恆不淨，此身若能饒利他，不生歡喜非聰叡。」雖勤守護無堅實身，然定須捨，若恩施他能辦眾多自他義利，未能如是淨修其心，當自思擇我誠愚癡，故當發心施他身等。

《本生論》說：「這個沒有自性、容易毀壞、不堅實、充滿眾苦、且不潔淨的身體，好不容易有機會利用它來饒益他有情，如果還不知道歡歡喜喜地利益自他，又怎能算是個有智慧的人呢？」

雖然一天到晚勤加守護這個不堅實的身體，但到頭來還不是必須捨棄。如果思惟把自身一切都布施給眾生，便能成辦自他二利的道業，豈不令人振奮。假若現在還未能淨治內心，實在應該好好反省，自己真是愚癡，一定要發心把自己所有的一切都布施出去。

《入行論》云，「捨一切涅槃，我心修滅度，一切終頓捨，施諸有為勝。」

《入行論》說：「捨掉一切給有情眾生，換取修得寂靜涅槃，我應該趕快來修習滅度。生命無常，終究要捨棄一切，還不如好好把握布施的機會，將三有的一切施給眾生，才是真正殊勝的事情。」

《攝波羅蜜多論》云，「資財無常現可見，若能任運起大悲，當知布施極順理，猶如他物寄自舍。若施由此無恐怖，置於自家生怖畏，無足共他恆須護。若施無此諸過失，由施能生他世樂，不施現法亦生苦，人間諸財如流星，定無不捨諸財物。諸未施財無常滅，由施反成有財庫，饒利有情所惠施，

諸財無堅亦有實。若能惠施智者讚，此諸愚夫樂集財，攝持終無不離散，由施恆感諸盛事。由捨不起染污執，慳非聖道生煩惱，若施即是道中尊，聖呵餘者為惡道。」

《攝波羅蜜多論》說：「資財無常的道理顯而易見，如果能任運生起悲心利益眾生，就該知道布施是很合理的事。就像別人把東西暫時寄存在自己這裡，現在因著布施正好還給他，哪有什麼捨不得？布施還能避免許多過患，財物放在家裡會擔驚受怕、永不滿足、貪得無厭、害怕與人共享、還需花費力氣守護，如果布施出去就沒有這些過患了；而且今生布施，他世還能得到大果報，實在很划算。若不布施，雖然眼前可暫得享受，但現世還是會產生種種煩惱痛苦。人間資財像流星般無定，沒有一樣東西能夠保得穩、留得住的；那些沒有布施出去的財物，最終也會隨著無常而失滅。反過來，布施出去以後，反而變成來生受用無盡的法財庫藏。所以，為了饒益有情而布施，不堅實的財物反倒轉為堅實的果報了。若行布施，必能獲得智者的讚譽；只有愚者會熱衷於追求財富、死守不放，哪裡懂得有漏財終歸離散、唯布施能感得圓滿盛事果報的道理。布施能免除煩惱之染污，而慳貪只會引發煩惱，這不是聖者應走的正道。布施，是修行中的尊勝之道；而執著不捨的行徑才是受聖者所呵斥，也是輪轉於惡道的因。」

隨修大小一切善根，至心迴向成辦有情，現前究竟廣大利樂而行布施，則由依於一一有情得爾許福，速當圓滿福德資糧。如《寶鬘論》云，「如所說福德，假說有色相，盡殄伽沙數，世界難容納。此是世尊說，正因亦現成，有情界無量，欲利亦復然。」

經常將隨修的全部善根至心迴向，發願要成辦眾生現前及究竟利樂，以這個廣大願心而行布施，則行施者能依著每位有情得到的利益而獲致相應的福報，迅速圓滿福德資糧。如《寶鬘論》說：「如果布施的福德有質色可以衡量的話，即使將恆河沙數的世界當成容器也裝不下。世尊說因為有情之數無量，而想要利益一切有情的心也變成無量，所以，布施是可以成就一切自利利他的正因資糧。」

又能障礙捨心增長，增長慳貪能令捨心未生不生，已生退失，所有眷屬及諸資財，先已有者不應攝持，若他施與亦不應受。

持守財物只會障礙捨心，增長慳貪，使捨心未生不生、已生退失；所以對自己所擁有的眷屬或資財，不應貪執、緊抓不放；甚至別人送來的也不應接受。

《攝波羅蜜多論》云，「由何增長慳吝過，或能不令捨心增，虛誑攝持為障礙，菩薩應當盡斷除。若諸能障惠施心，及障真正菩提道，如是財寶或王位，皆非菩薩所應取。」

《攝波羅蜜多論》中說：「什麼會增長慳吝的過失？什麼會障礙捨心的增長？答案都是虛誑貪執財富，慳吝不捨；所以身為菩薩一定要徹底斷除這種行徑。凡是會障礙布施心和菩提正道的事，菩薩行者都不能做，即使面臨如財寶、王位般的誘惑也一樣。」

如是行時，若由慳心貪著資具，應念能仁捨一切有而證菩提，我亦誓願隨佛學習。我將身財一切善根，於有情所先已惠施，若我今者仍貪資財而受用者，如同諸象為日所逼，入水洗沐至乾岸已，於地滾倒，見土沾身仍下水洗，次復如前，如是思已當修無貪。

在修行布施的過程中，萬一由慳心而貪著資具，捨不得布施怎麼辦？應該好好思惟佛陀捨棄一切、證得菩提果位的功德，期勉自己信守誓願，追隨聖者腳步。應該想：我已經把身體、財物、一切善根都施給眾生了，如果現在還貪愛資財受用，那不是顛倒嗎？就像大象被烈日逼入水池，洗沐後回到岸上，眼看身體就要乾了，卻又滾倒地上，等身體沾滿塵土又再下去洗，如此反覆不已。修行也是一樣，不要一再沾染貪愛欲塵，終究脫不出輪迴。所以，必須修習無貪。

即前論云，「應念諸佛殊勝行，當自立誓思隨學，為除貪著攝持故，以善分別觀察心。我身已施諸眾生，施身果法我亦捨。我若反貪諸外物，如象洗垢非我理。」如是多思能捨勝

利，若能引發廣大歡喜，及多思惟攝持過患，若能引發極大怖畏，則能任運生起惠施心。

如《攝波羅蜜多論》說：「應該憶念諸佛之所以成佛的原因，就是有一種殊勝的功德和行持，所以發誓要跟他學，把所有為貪著而攝持的種種財物等統統捨掉。要以善分別慧觀察自心相續，想想自己早已捨棄身財受用，連施身的果報也一併捨給眾生，如果現在又貪著這些身外物，那就像大象反覆洗垢一樣沒道理。」經常思惟布施勝利，引發廣大的歡喜心；又經常思惟攝持的過患，引發強烈的怖畏心，這樣自然能夠任運生起惠施心。

如是修習慈悲之心，及善思惟諸佛菩薩傳記等後，亦當引發能捨之心。發起道理者，如《入行論》云，「身及諸受用，三世一切善，為利諸有情，故當無惜施。」謂身受用善根三法，為所緣境，思惟惠施一切有情。如是若於一切所有破我所愛，數數修習施他之心，是名菩薩。

修習慈悲心及閱讀、思惟聖者傳記，也可以引發能捨之心。發起捨心的方法，如《入行論》說，「為了利益有情，應當把身體、受用以及三世所集的一切善根，毫無吝惜地布施給眾生。」這是說，應以身體、受用、善根三者為所緣境，在意樂上先思惟把它們布施給一切眾生；若能對自己擁有的一切無所貪著，破除我愛執，數數修習布施心，這就是菩薩。

如《攝波羅蜜多論》云，「此等一切是汝物，於此我無我所慢，數數觀察此希有，隨行正遍覺功德，誰有此德名菩薩，難思勝士佛所說。」

如《攝波羅蜜多論》中說，「這些一切都是眾生的，不是我的，以這種想法去除『我所有』的驕慢心，經常思惟觀察布施等善品之珍貴稀有，效學佛陀殊勝功德，努力修行，誰有這個德行，誰就有資格被尊為菩薩，這是佛世尊所說的。」

現在力弱勝解未熟，意樂將身已施有情，不當真實施彼肉等，然於身命，若不淨修能捨意樂，由未修故後亦不能惠施身命，《集學論》中作如是說，故從現在當修意樂。

初學者布施力還很薄弱，勝解力亦尚未成熟，暫時可用觀修的方式，練習把身體布施給一切眾生的意樂；若因緣尚未具足，不應該真實地布施自己的身體。然而，若不先修習捨棄身、命的意樂，因未加串習，無從堅固捨心，那麼將來也絕對做不到惠施身、命。因此，《集學論》說，應該從現在就開始修「捨」的意樂。

《集學論》說，如是至心於有情所，已捨衣食及房舍等，若受用時當作是念，為利他故受用此等。若忘此心，愛著自利而受用者，是染違犯。若無愛著，或忘安住緣利一切有情之想，或貪利益餘一有情，非染違犯。於已施他，作他物想，為自受用成不與取，若價滿足，犯別解脫他勝處罪。

《集學論》說，依此方式，若內心已經把衣食、房舍等由衷布施給一切有情，之後自己再去受用這些資財時，應該要想：「為了利他，所以我必須受用這些」。如果忘失利他之心，而是因貪愛自利而受用的話，這不單單是與煩惱相應，還犯了惡作罪，這是染違犯。另一種情況，自己並無貪著之心，只是忘記要緣念利益一切有情，或者只想利益某一、二個有情，那麼雖然違犯菩薩學處，卻並非由煩惱引起，所以是非染違犯。對於已經布施出去的物品，要當作已屬於他人所有來思惟，如果還以自物取來受用，等於犯了「不與取」罪；倘若該物品達到某個價值，還要加上違犯別解脫戒的根本罪。

此中有說，以是迴施一切有情，待一有情價不能滿，故無他勝。有餘師說，於一一有情，皆施全物，前說非理。餘者又云，雖已施他他未攝受，故無他勝。其密意者，謂於人趣至心迴施，他亦了知執我有時，作他物想為自利取，若價滿足可成他勝，故說是為他部之義，亦不應理。

「他勝處罪」就是根本罪。在此有不同的說法。有些人說，因為迴施的對境是所有一切眾生，而觀待一個有情之所得，絕對不及原來的價值，所以不會犯他勝罪。也有人說，迴施對於每一個有情來說，

都是獲得全部的施物，因此前面的說法不合理。又有人認為，雖然已經迴施，但有情從未真實受取，所以即便受用也沒有他勝罪。以上說法皆各執一詞，但依本論宗大師認為，違犯他勝的真正意思，是指至心迴施給人道眾生之物，如果對方已了知，並已經當成是他的東西，自己亦承許是他人之物，後來出於自利而擅自取用，如果取用物之價值達到相當程度，就符合他勝罪。所以前面的說法容或出於他部派之主張，亦應知是不合理的。

若謂受用他有情物作利他事，由作是念而受用者悉無違犯。《集學論》云，「以有主財護有主身，若由是念受用無罪，僕使恆時為主作業，非自有財以為存活。」設作是念，此諸資具已施有情，他未聽許用當有罪。無如是過。即前論云，「譬如有僕善勤主事，主因病等其心狂亂，雖未聽許受用無罪。」

如果受用他有情之財物時，起心動念是為了利益一切有情，就不違犯他勝罪了。《集學論》說，「受用有主之財，護念有主之身，若具此意樂，則受用無罪；就像僕役是為主人做事，不是為了自己，因此用主人的財物過活沒有過失。」有些人認為，既然這些資財已經施給有情，沒有獲得他人同意而受用，應當有罪。這種情況其實並不一定。如《集學論》說，「譬如一個能幹的僕人，善於打點主人事業；主人因病心亂無法做出正確決定，雖然沒有經過主人同意，但僕人是為了主人的事業而受用，沒有過失。」(以上都是在講意念布施)

現於有情一切不施，以心惠施實為欺誑，故如此修全無堅實。莫生不信。即前論云，「若有一類於如是行，諸菩薩前未見實施而不信解，不應道理。當知捨心最希有故，於此道理，有起疑惑，不應道理。」

如果有實物，卻對有情完全不施，而辯說在心中布施就可以了，這根本就是欺誑。若以這種方式修捨，非但不能破除慳吝，也完全沒有意義。但亦不要對意念布施失去修習信心，如《集學論》說，「菩薩修捨心時，其他人因沒有看到實際的布施行為，就不相信他，這樣沒有道理。要了解捨心的稀有、珍貴和殊勝，對這個道理還有懷疑，那才是不合道理。」

卯三、布施差別

第三布施差別有三：一、總一切依當如何行，二、觀待別依所有差別，三、布施自性所有差別。今初

第三、布施差別

布施差別可分成三部分來說明：一、總說：應該如何布施？二、觀待各別(出家人、在家人)所依的差別；三、布施本身的差別。

辰一、總一切依當如何行

初中具六殊勝。依殊勝者，依菩提心，由此發起而行布施。物殊勝者，總諸施物無餘行施，若於別物而行施時，亦應不忘總施意樂。所為殊勝者，為令一切有情現前安樂究竟利義而正惠施。善巧方便殊勝者，經說無分別智之所攝持，初發業者，當以通達法無性慧之所攝持。迴向殊勝者，迴向施善於大菩提。清淨殊勝者，《攝大乘論》說，滅煩惱障及所知障。

一、總說應該如何布施

首先布施時，心理上應該具足六種殊勝的意樂來做布施。這六種殊勝是：

(一)所依殊勝，依菩提心的意樂而行布施。

(二)施物殊勝，是指菩薩將自己所有的一切包括身、命、財、善根等，全部無悋惜地施與他人的意樂；即使只作個別施物布施時，也不忘記緣布施一切的總意而施。

(三)所為殊勝，布施的目的是為圓滿一切眾生現前安樂及究竟利義。

(四)善巧方便殊勝，經典說應以無分別智攝持而行布施，雖然初發業的菩薩還不能現證無分別智，仍應以一切法無自性之智慧（聞思相應之慧）而去布施。

(五)迴向殊勝，布施完之後，以所施善迴向於無上菩提。

(六)清淨殊勝，如《攝大乘論》所說，行布施能把煩惱障與所知障徹底淨除，所以是清淨的。若能具此六種殊勝，即能成就布施度。

具足六種波羅蜜多者，如行法施防止聲聞獨覺作意，是名持戒。於種智法信行堪忍，忍恕他罵。為令法施倍復增長，發起欲樂是名精進。心專一趣不雜小乘，迴向此善於大菩提，是名靜慮。了知能施所施受者悉如幻化，是名般若。具足六種力最強大，此是《八千頌廣釋》所說。

又修學布施度時，若能具足六度而修，其力尤大。例如大乘行者行法施時，不忘戒學，防止聲聞、獨覺二乘的作意，這是具持戒的布施；於無上菩提一切種智，能夠信、行、堪忍，安忍他罵，這是具忍辱的布施；為了令法施倍倍增長之故，發起好樂學習，這是具精進的布施；一心專注，不夾雜二乘欲樂，將所造善迴向正等菩提，這是具靜慮的布施；了知能施、所施、受者三輪體空，皆如幻化，行為上儘管去行施，心情上則是了無執著，勝解智慧所攝持的方便，方便所攝持的智慧；這就是含攝著般若的布施。應當具足六度而修，「具足六種，力最強大」，這是《八千頌廣釋》所說的。

辰二、觀待別依所有差別

第二者，總之經說在家菩薩應修財施，出家菩薩應行法施。《菩薩別解脫經》云，「舍利子，若有在家菩薩，以七珍寶充滿殑伽沙數諸佛國土，供養如來應正等覺，舍利子，若有出家菩薩，開示宣說一四句頌，此所生福極多於彼。舍利子，如來未許出家菩薩修諸財施。」

二、觀待別依所有差別(說明不同的身分應修不同的布施)

經典說，在家菩薩應修財施，出家菩薩應行法施。《菩薩別解脫經》中說：「舍利子！如果在家菩薩用七寶裝滿整個恆河沙數的諸佛國

土，以這麼龐大的財施供養諸佛如來，還不如出家菩薩僅僅為眾生開示一個四句偈法布施的福多。舍利子！世尊從未承許出家菩薩修財施。」

P268L1~P269L1 《集學論》說～三種意樂。

《集學論》說，此中密意障礙聞等，謂遮出家特集財寶而行布施，若無妨害自善所作，由宿福力多所獲得，當行財施。霞惹瓦云，「我不為汝說施功德，我是宣說攝持過患。」是於出家辛勤追求，集積財寶而行布施，令其淨戒多生瘡尤不喜之語。

《集學論》說明此中意趣，是指出家人若為了行財施而刻意地去累積很多資財，以致障礙了聞思修道，這是須被遮止的。如果這位出家人宿世的福德深厚，資財自然圓滿，在不妨害自身行善的情況下，當然可以財施。霞惹瓦祖師曾對弟子們說：「我不為你們講說捨施的功德，我只說執持的過患。」此話乃是不喜出家法師為了布施而去汲汲營求、聚集財貨，因為很容易壞了原本清淨的戒律。

辰三、布施自性所有差別

巳一、法施

施性差別有三，法施者，謂無顛倒開示正法，如理教誨工巧等明，世間無罪事業邊際，令受學處。

三、布施從它的自性來分，可分為：法施、無畏施、財施三者。

(一)法施，就是以清淨意樂為他人無顛倒、無錯謬地宣說正法。菩薩不但要了知正法，還要廣通五明，能如理教導工巧明、醫方明等世間無罪事業，令他人受持學處，這是法施。

巳二、無畏施

無畏施者，謂從王賊等人間怖畏，獅虎鯨等非人怖畏，水及火等大種怖畏救護有情。

(二)無畏施，就是救護他人免於恐懼與危難。例如從王賊等人之怖畏，或獅虎鯨等非人之怖畏、或水火等自然災害的大種怖畏中救護有情。

巳三、財施

財施分二：一、實捨財施；二、唯意樂施。

(三)財施。財施可分為實捨財施、唯意樂施兩方面來說明。

午一、實捨財施

初中分三：一、捨財道理；二、若不能捨當如何行；三、習近對治布施障礙。

首先，實捨財施可分三項：1.財施的正確方法。2.如果不能捨的時候，該怎麼辦？3.應如何對治布施的障礙。

未一、捨財道理

初中分四：一、惠施何田；二、何心惠施；三、如何行施；四、施何等物。今初

財施的正確方法又可分為四點，分別說明。(1)布施對象；(2)布施意樂；(3)如何行施；(4)施何等物。

申一、惠施何田

略有十種，一諸親友於自有恩。二諸怨敵謂作損害。三中庸者俱無恩怨。四有德者謂具戒等。五有過者謂戒犯等，六劣於己。七與自等。八是勝於自。九者富樂。十者貧苦。

(1)財施對象：可概分為十種：①對自己有恩的親友；②損害自己的怨敵；③無恩無怨的中庸者；④具戒等有德者；⑤犯戒等有過者；⑥能力比自己差的人；⑦能力與自己相當的人；⑧能力比自己強的人；⑨富樂的人；⑩貧苦的人。

申二、何心惠施

意樂分二。初當具足何等意樂者，緣所為事謂作是念，當依此故圓滿無上菩提資糧，圓滿布施波羅蜜多。緣所施物，謂於自物作他物解，所施之物如取寄存，當念菩薩一切所有，於有情所先已施故。緣行施田，為善知識。謂於來乞未乞諸田，應念此等滿我布施波羅蜜多，當具如是三種意樂。

(2) 財施的意樂，可分為應該具有的意樂與應該斷除的心態兩方面來看。

①財施時，應該要具足的意樂，有三：

A. 緣所為事。行布施時，心裡應該想：「為了圓滿無上菩提資糧，我必須修學圓滿布施波羅蜜多」，以這樣的意樂而行施。

B. 緣所施物。是指把自己的資財當成眾生所有，不是自己施給眾生，而是眾生取回原本寄放在自己這裡的東西。因為菩薩早就將一切都布施給有情了。

C. 緣行施田。是指應觀想所布施的對象，包含一切來乞求與未乞求者，都能圓滿我的布施度，都是對我有恩的善知識、資糧田。以上是布施時應具備的三種意樂。

P269L1~P270L1《攝波羅蜜多論》~故障戒等。」

《攝波羅蜜多論》云，「乞者現前諸佛子，為增菩提資糧故，當於自物住他想，於他應起知識想。」施一一物，念為如是如是而施，緣所為事意樂廣說，如《妙手問經》及《攝波羅蜜多論》，應行了知。

《攝波羅蜜多論》說：「乞者出現在面前，是為了讓修學的菩薩可以增長成佛資糧的緣故。既然已將自己財物視為他人所有，看到乞者前來應該充滿歡喜，把他當成珍貴的善知識。」不管布施任何東西都要有這樣的心態。有關緣念布施的目的、事情及意樂，在《妙臂請問經》及《攝波羅蜜多論》裡面都有詳細的解說，應多閱讀經論，了解其中內涵。

如前所說緣田意樂，於一切境皆應起故，是總意樂。別意樂者，於諸怨害以慈意樂、於諸有苦以悲意樂、於諸有德以喜意樂、於諸有恩以諸意樂而行惠施。

前面說要緣念一切布施對象為資糧田、善知識，且任何情況下都應該如此，這是總體意樂。另外針對不同的對境，有不同的意樂，稱為各別意樂。譬如對冤敵應以慈心布施；對貧苦者應以悲心布施；對有德者以歡喜心布施；對有恩者，則視情況以慈心、悲心、歡喜心與平等心等各種意樂而行布施。

又於諸田當住捨心，行善施果，亦當迴施乞等有情，特於苦田當住悲愍。如月稱云：「施謂離慳貪，於諸器非器，平等心等施，此施施者淨，悲施及施果，二俱施來求，此施無慳吝，善士所稱讚。」

不論面對哪一種布施田都要修捨心，並將行善的功德果報也迴施他們，特別應悲愍苦田眾生。月稱菩薩說：「布施就是遠離慳貪，不管面對有德的具器眾生或者犯過的非器眾生，皆以平等心布施，如此，這個布施本身與施者都是清淨的。因悲愍而布施，並將果報迴施來者，此是善士所稱讚的無慳布施。」

《無量功德讚》云：「若見諸貧劣，眾生有求心，無悲希果報，尋餘有德器，意壞雖行施，等同諸乞丐，故尊由大悲，布施諸乞者。」

《無量功德讚》中說：「看到貧困下劣的眾生來求乞，有些人因缺乏悲心不想布施，卻只想供養給有德具器的殊勝田，藉此獲得更大果報。由於布施的意樂不清淨，雖然布施殊勝田，自己就像乞丐一樣。只有佛世尊能以大悲心，對所有來乞眾生平等布施。」

次當斷除何等意樂中，無惡見取意樂者，謂念布施全無果報，及念殺害而行惠施以為正法，或計瑞相吉祥而施，或念唯由布施圓滿，便證世間出世離欲，莫如是施。

② 財施時，應該要斷除的意樂，有十種：

A. 無惡見取意樂：有些人認為布施沒有果報、或者以為殺生而行布施才是正法、或認為要等種種吉兆出現才布施、或者認為只要圓滿布施，就可以證得世間、出世間的厭離心等等，以上都是不正確的惡見，應予斷除。

當無高舉意樂者，謂不毀求者，不為勝他。亦不施已而起憍慢，謂我能施餘則不爾。

B. 無高舉意樂：是指應以謙下之心行布施。不可輕毀辱罵來求者，或基於好勝心、為了超勝他人而布施。也不應帶著憍慢心布施，認為自己做得到，別人做不到。

《清淨業障經》說，「若諸異生行布施時，於諸慳吝便生不信，他發憤恚而墮地獄，故於布施而為障礙。」又說：「守護戒時毀訾犯戒，令多有情起不信心，他由不信而墮惡趣，住忍等時毀訾安住，此等逆品故障戒等。」

C. 無瞋恚意樂：《清淨業障經》說：「自己行善布施，卻瞧不起小氣的人，因此使他人對正法不生信心、乃至引發瞋恚而墮地獄；此種意樂不正的過失會在將來自己布施時出現障礙。」又說：「持戒也是這樣。若自己持守戒律，卻指責犯戒的人，這也會使其他有情對三寶生起不信之心而墮落惡趣；或自己修忍時，卻對別人不能安住忍辱產生訾毀心，這些逆品都會障礙持戒清淨。」

P270L1~P271L2 故當如~此等加行。

故當如《無量功德讚》說而行。如云：「汝聞慧大時，未嘗自讚歎，餘少德眾生，亦曾高恭敬，自住功德時，取自微惡行。」

D. 無自讚毀他意樂：應當依照《無量功德讚》所說的去做。如說：「如果自己能多聞具慧，就一定不會自讚毀他，即使面對德行低劣的眾生，也心懷恭敬；安住體察自身功德時，亦能記取自己的微小過失。」

當無依止意樂者，謂不望名稱而行惠施。

E. 無依止意樂：是指並非為了獲得好名聲而行布施。

當無怯弱意樂者，謂施前歡喜，施時心淨，施後無悔。聞諸菩薩廣大施時，莫自輕蔑恐怖退弱，增長勇悍。

F. 無怯弱意樂：是說布施前歡喜踴躍，布施時內心清淨，布施後心不後悔。聽到菩薩廣行施，不會退縮恐懼、自慚形穢，反而應更加勇悍好樂。

當無背棄意樂者，謂於親怨及諸中庸不隨朋黨，悲心而施。

G. 無背棄意樂：面對親眷、怨敵、中庸者一視同仁。沒有朋黨之分，一律以悲心平等布施。

當無望報意樂者，謂非望他報恩而施，觀諸眾生缺乏安樂，愛火所燒，無除苦力本性苦故。

H. 無望報意樂：是指並非為了寄望他人報恩而布施，而是看到眾生缺乏安樂，被貪愛之火焚燒、又沒有能力去除煩惱，恒常流轉在本性是苦的輪迴中，對此真正發起要利益眾生的心。

當無希望異熟意樂者，謂不希望後世異熟身財圓滿，觀一切行悉無堅實，無上菩提有勝利故。非破現前希此諸果，是破唯以三界身財為所欲得。

I. 無希望異熟意樂：布施時，並非為了來生圓滿的身、財、異熟果報，而是為了無上菩提的究竟利益，因為了解一切有漏之樂都是不實在的道理。這也不是說不希求現前增上生的果報，而是要破除只想求三界身財有漏之樂的心態。

復次當無邪命意樂，謂念行施為國王等知其能施，而起敬事，不應慮貧而不行施。

J. 無邪命意樂：布施時，應該遠離想要讓國王或上位者知道自己行施，藉此獲得樂善好施的美名，以便得到恭敬承事。這種欺世盜名的布施心念，叫做具邪命意樂。另外，不要怕布施後會變窮，因而不敢放手去做。

又於乞者無欺誑心，不喜忿恚，心行散亂。乞者來作種種邪行應無厭患。雖見乞者欺詐等過，無宣布心。從別別施生別別果，深忍而施不為他動。

除了前面所說，還應避免對乞者有欺誑心、不喜心、忿恚心和散亂心。即使乞者曾經做過種種邪命不法的事情，也不要對他心生厭患而不布施；即使看到乞者犯下欺詐等過失，也不要四處宣揚。要知道，以別別不同的心態去布施，就會感得別別不同的果報。菩薩行者對此應深生勝解，內心深忍不為外境所動，努力修學布施波羅蜜多。

申三、如何行施

如何行施分二。不以何等加行而施者，謂不速與稽留乃與，令起煩惱然後乃與；令行非法或違世間道理之業而後施與；先誓與此後減少給，或給下劣；數恩而與；一時能與而為漸次少少相給。

(3) 如何行施？

布施時的行為，又可分何者不該做？何者應該做？二項來討論。

① 布施時不應該做的加行，也就是要斷除的行為：包括不及時、猶豫、故意拖延，而後才給；或者令他人起煩惱後，才布施；或者令他人做非法、違反世俗道德的事，而後才施；或者先前已經承諾，而後卻給的量少、或質差的東西；或者一直數說所施物的好處、強調自己的恩惠而施予；或者明明有能力一次布施，卻故意分批慢慢給。

自為國王奪他妻子而為惠施；逼取父母奴輩等財而與餘者；由能損害他人方便而行惠施；自懶惰住教他行施；於來求者呵責嗤笑，旁言輕弄粗言恐嚇而後給與；違越佛制學處而施；不能如有資財而施，長時積集然後頓施。是為應斷，故當捨離此等加行。

又或者身為國王或有權勢者，奪取他人妻兒、財物去布施；或者強取父母、奴婢等親眷的財物去布施；或者想方設法損害了他人，而去行布施；或者自己懶惰不做，教別人去布施；或者對來求者先辱

責恥笑、顧左右而言他、輕言嘲弄、粗言恐嚇，然後才施予；或者布施有違戒律（不如理如法的妄求財物而布施）；或者不隨有隨施，希望將來累積更多財富時再頓施。以上都是應該斷除的布施行為。

P271L2~P272L1 又諸菩薩～進得上品。

又諸菩薩見積集施其施有罪，見隨得施其施無罪。謂若積集然後頓施，福並無多，及於集時退卻眾多求資具者，令生嫌恨，後施諸餘未求者故。

還有，如果菩薩行者積聚財物而後行施，這樣的布施有過失（犯菩薩戒），如果隨得隨施則無違犯。因為積集後再一次頓施，福德資糧並不會因此而增多，但為了積存資財，卻會讓許多急需的人得不到幫助，生起嫌恨心，而不再來求助，最後布施到的反而是其他沒有來求的人。

《菩薩地》中所說此等極為重要，謂見集時生長慳等眾多煩惱，護等劬勞障多善行，多於中間發生損失，不能畢竟惠施事故。

《菩薩地》當中強調這一點極為重要，因為在積集資財時會增長自己慳貪等眾多煩惱，之後守護這些財物也會增加辛勞，且障礙很多行善的時機；何況中間可能發生變故而虧損，最後能布施的量，反而比當初說等錢財累積多一點再捐助時的還少，與究竟圓滿布施不相應。

當以何等加行而行捨者，謂舒顏平視，含笑先言，隨對何田，皆應恭敬。親手應時，於他無損，耐難行苦而行惠施。

② 布施時，應該要做的加行

在身體威儀方面，要和顏悅色（不要皺著眉、顰蹙）、眼睛平視（避免有睥睨看輕的態度）、面帶微笑、主動先開口了解來乞者的需求。無論來者是誰都以恭敬對待，親自惠予，應時交付，不損惱對方，忍耐布施的難行苦行。

此等果者，如《諦者品》云：「由恭敬施感親友等而為敬重，由舒手施感得承事，由應時施感一切事應時成辦。」又云：

「不損他施感得堅固資財，由忍苦施感知心眷屬。」《俱舍論》說：「舒手惠施得廣大財。」堅固資財者，如《俱舍釋》說：「他於資財不能障難，火等無毀。」

布施的果報，如《諦者品》所說：「由恭敬施，能感得親友敬重；由和言悅色親手布施，能感得受人承事。由應時施，能感得一切事業及時成辦。」又說：「不損惱他人的布施，能感得資財堅固(非五家所共)；忍耐難行苦行的布施，能感得知心眷屬。」《俱舍論》說：「親自和悅布施，能感得廣大堅固資財。」所謂堅固資財，如《俱舍論釋》上說：「是指他人無法障礙、也不受天災等損壞的財富。」

又助他施加行者，謂若自有可施財物，見有慳吝，曾未少施，應往其家，歡喜安慰如是告言，我家現有廣大資財，我為圓滿布施波羅蜜多，希欲乞者，若有求者與汝會過，莫令空返，可取我財惠施彼等，或是將彼引到我所，我行惠施當生隨喜。彼財無減即便歡喜，能如是行，如是令彼漸種能除慳垢種子，由漸修習自施少財，依下無貪進得中品，依中無貪進得上品。

那要怎樣幫助他人行布施呢？當自己有能力布施時，看到別人個性吝嗇、從來沒有或很少布施，可以到他家勸說，以善巧的說法讓他歡喜：「我家境富裕、有很多財物，為了圓滿布施波羅蜜多，歡迎更多乞者前來。若是有人向你乞求，千萬不要讓他空手而回，可取我家資財惠施於他，或者指引他到我家取財，希望你能隨喜我的布施。」如此，這個人的財物並無實際減損，又可以做善事，應該比較容易歡喜做到。這樣一來，慢慢引導吝嗇的人去除慳悋種子，開始修習能少量布施，從下品無貪，漸進到上品無貪，再由上品無貪進到上品無貪。這就是菩薩的善巧布施。

P272L1~P272L5 如是若自~圓滿惠施。

如是若自親教軌範、弟子、助伴，是慳貪性不能惠施，或雖非慳然無資財，與彼資財令於三寶樹修布施，自己不作。由此因緣自所生福彌更弘多，令餘一類調伏煩惱，圓滿一類善法樂欲，攝受有情成熟有情。

如果是自己的親教師、軌範師、弟子友伴，因性格慳貪不布施；或者不是因為小氣，而是沒有資財可以布施，這時可將自己的財物給他們，讓他們對三寶去修布施累積福報，這樣做的福報比親自去布施還要更大。如此可令貧苦者(受者)調伏煩惱，又可以圓滿布施者(慳吝者或無資財者)惠施善法的意樂，攝受有情、成熟有情，這是自他兼利的巧慧施。

如是若自現無資財，應以工巧事業之處集財惠施。或於他所宣正法語，令諸貧者及慳吝者悉樂惠施。或諸求者教往俱信富饒之家，躬詣其所隨力隨能助其惠施。又於施物擇勝妙施，及將所備可施財物圓滿惠施。

如果自己也缺資財，應該以擅長的技藝去謀生，賺取布施的資財；或者宣說正法(法施)，使貧窮慳吝的眾生都了解樂善好施的功德；或者帶領有求者到俱信富饒的施主家，幫助乞者獲取所需，也助成了施主的布施。布施時，要挑選好的東西，備妥物品，以便乞者前來，這就是圓滿的布施。

P273L3~P274L1 謂由施此物~大利因應捨。」

申四、施何等物

第四施何等物分二：一、略示應捨不應捨物；二、廣釋。
今初

酉一、略示應捨不應捨物

謂由施此物，能令現前離惡趣因，引生樂受究竟利益，能令斷惡或立善處。又於現前雖無安樂，然於究竟能生義利，是則菩薩當施於他。若由施此，現生逼惱後亦無義，或雖現樂於後有害，不應施他。

(4) 施何等物？可分二方面來說明：

① 略說什麼東西應該施給？什麼東西不該布施？

施物的原則：菩薩應該布施的物品，是能使對方現前脫離惡趣的因，而且引生究竟安樂的利益、斷除惡業而投生善趣；或者眼前暫無安樂，卻有究竟的利益，這些物品應該布施給他。

菩薩不應該布施的物品，是能引發眼前痛苦逼惱，對將來也沒有好處；或者眼前雖然有一點好處，卻損害來生的安樂，這類物品不應該布施。

酉二、廣釋

第二分二：一、廣釋內物可捨不捨；二、廣釋外物可捨不捨。今初

戌一、廣釋內物可捨不捨

若知不捨內物道理，與此相違知是應捨，故當先說不捨道理。

② 廣說如何運用這個原則。

A. 廣說內物可捨及不可捨之理

內物是指身體，如手、足等；外物是指身外的財物。如果了解不應捨身體的道理，那反過來就是應該捨的情況，所以先說不應捨身的道理。

此中分三，初就時門不應捨者，菩薩身等雖已至心先施有情，然乃至未廣大悲意樂，不厭乞求肉等難行，縱有求者亦不應捨。《集學論》云，「由何能令精進厭患，謂由少力而持重物，或由長夜而發精進，或由勝解尚未成熟而行難行。」如施肉等，此雖將身已施有情，然於非時，唯應遮止不令現行。若不爾者，能使菩薩厭諸有情，由此失壞菩提心種，故即失壞極大果聚。

下面分三點討論。

a. 內物不可捨的道理

就時間門不應捨：意指時機不對不應行布施。

雖然菩薩已發願要把一切施給眾生，且不厭患捨棄身肉等難行苦行，但在悲心尚未廣大堅固前，即使有人來求身肉、性命，也不應布施給他。《集學論》說：「什麼事情會使菩薩的精進萌生退意？就是自不量力。就像以小力提重物，或者長時間精進，或者尚未獲得勝解卻勉強去做難行苦行。」例如捨身這一類的事，雖然之前菩薩行者已經串習捨身意樂，但若時機尚未成熟，還是要遮止輕易捨身。否則會造成菩薩厭惡有情，甚至失壞菩提心種，毀壞將來可能累積的極大果報。

是故《聖虛空庫經》云，「非時欲行，是名魔業。」《入行論》云，「悲心未清淨，不應捨其身，若能成現後，大利因應捨。」

所以《聖虛空庫經》說：「時機未到卻勉強去做而失壞道業，就是魔業。」《入行論》也說：「在悲心尚未清淨之前，不可輕易捨身；除非悲心與智慧圓滿，施捨身體毫無憂悔，又能成辦今生及來世重大利益時，才能捨身。」

P274L1~P275L1 就所為門～惠施妙食。

就所為門不應捨者，若為小事不應捨身。即前論云，「能行正法身，為小不應損，如是能速滿，諸有情意樂。」若就自己已離慳等布施障礙，而就他分若不捨身，能辦眾多有情利義大事之時，有求肢等亦不應施。若為令作殺生等事，俱害自他諸惡行故來乞求者，則自不應暫施於他。

就所為門不應捨：不要為了小事隨便捨身。《入行論》說：「身體可以用來修行正法，不要為了微小利益而損壞它，好好保護身體，才能用它來快速成辦利益眾生的心願。」就菩薩自身而言，雖已去除慳貪等布施障礙，但就他人來說，若這時候不捨身反而能利益更多有情，因此即使是來求手足等肢體，也不應該給予。如果對方是為了造作殺生、害自害他的惡行而來乞求，就更不能把自己身體立即施給他們。

就求者門不應捨者，若魔眾天，或由彼天所使有情，懷惱亂心來求肢等，不應捨與，勿令於彼有損害故。若諸瘋狂心亂有情來乞求者，亦不應與，此等非是實心來求，唯於眾多浮妄言故。非但不施此等無罪，施則成犯。

就求者門不應捨：如果邪魔懷著擾亂損惱之心，不管親自或派遣有情前來乞施，也不應該捨身，因為他們只會傷害有情，於自於他俱成損害。如果是喪失心智的有情前來乞求，也不應給，因為他們顛倒狂亂，不是真心求施，只是胡言亂語。以上不布施非但無罪，施了，反而有罪。

除此等時來求身者，則應施與。此復有二，謂割身支等畢竟施與，及為辦他如法事故，為作僕等暫施自在。

除了上述三種不應捨身的情況，其他的就是菩薩應該要捨身的。又，捨身可分二種情況，一種是對方需要自己的身體或身體一部分，於是割截自己的肢體而行布施；一種是奉獻勞役，供人差遣，為了成辦他人如法事業，暫時把自己的自在布施給他人。

戌二、廣釋外物可捨不捨

第二廣釋外物捨不捨理分二：一、不捨外物道理；二、惠施外物道理。今初

亥一、不捨外物道理

初中有五，一就時門不應捨者。如於出家及諸近住，施午後食。二就施境門不應捨者。於持戒者，施殘飲食，或與便穢涕唾變吐膿血所雜所染飲食。於諸不食蔥蒜肉者，不飲酒者，縱欲飲食，然具律儀不當授彼，施與蒜等及所雜染。雖復先以正言曉喻，令其於施生歡喜心，然於怨家藥叉羅叉兇暴所覆，不知報恩，諸忘恩惠來乞求者，與子僕等，病人來求非宜飲食，或雖相宜，然不知量而與飲食。若已飽滿性極饞嗜，來求妙食惠施妙食。

B. 廣說外物可捨及不可捨之理

a. 外物不可捨的道理

就時間門不應捨：例如對出家眾或持齋戒的居士，不應午後還布施餐食。

就施境門(布施對象)不應捨：對持戒的人，不應該給予剩飯殘羹、或受到染污過的骯髒飲食。對不吃葱蒜肉、不喝酒的人，就算對方想吃，卻戒律在身不能吃，都不應該布施這類可能混雜到這些東西的食物，以避免其犯戒。還有一種情況，雖然事前已如法說明布施功德，讓子僕等家人對被布施出去感到歡喜，但是遇到怨家、藥叉、羅剎等性格兇暴或忘恩負義者，前來乞求要人等，這種情況不應把他們布施出去，以免造成傷害。還有，病人想吃對健康有害、不相宜的飲食；或雖然相宜，但沒有節制；或者嗜吃成性者由貪心作祟來求上妙飲食，都不應給。

P275L1~P275LL1 若諸外道~施則無故。

若諸外道為求過端及非求知經典之義，以財貨想而來乞求，捨彼經典。《菩薩地》中略說如是。廣如《菩薩地·攝決擇分》應當了知。

另外，如果外道來求經典，但目的是要挑剔尋錯，而非為瞭解經義，或者因經書值錢，視它為財貨而來求乞，這種情況也不應給。這在《菩薩地·本地分》中有概略說明。要詳細了解，應研讀《菩薩地·攝決擇分》。

如云，「若是已寫完善經典，有嬰兒慧眾生來乞，若施與之當知有罪，若為施彼轉向餘求亦是有罪。若我令他持諸深法及觀彼能如實信解，唯以是思而惠施者，是為無罪。

在〈攝決擇分〉中說，「持有已經謄寫好的經典，遇到劣慧眾生來求，若給予他反而是有罪的；如果自己沒有，而向別人求來轉施給他，同樣有罪。若是覺得自己能令求者照著經典深入法義，或觀察此人因緣成熟可以如實信解，這時布施經典無罪。

若令諸具正信有情，書寫相似正法典籍，或外道論，或先已寫現在手中而施信者，或從他乞而施與者，是名有罪。手中

現有已寫似典，菩薩應令改拭彼典書佛聖教，自亦應知彼無堅實亦應為他說其非善。

教唆正信有情謄寫相似正法典籍或外道論典，或將手中現有非法典籍、或從他處取得非法論典，而布施給內道，都屬有罪。菩薩行者應該校正非法典籍，改寫為正確的聖教。自己知道它是錯誤不實的，也應該讓別人知道。

若諸紙葉猶未書寫，有來乞者，爾時菩薩應問彼言，汝今以此欲何所為，若云轉賣以充食用，菩薩若是將此紙葉預書正法，則不應施。若有財者應施價值，若無價值，二俱不施亦無有罪。

如果有人索求本打算謄寫經典用的空白紙葉，要先詢問目的，假若對方是要轉賣換取食物，就不要施。如果有錢，可把與紙葉等價的金額送給他。如果沒有錢，不施也沒有罪。

若非預為寫正法者，即應施與，令彼隨意受用安樂。如是若乞欲書最極下劣典籍，不施無罪。如欲書寫極惡典籍，如是欲書中典亦爾，若欲書寫最勝經典，不施求者，當知有罪。」

如果這些紙葉並不是為了書寫正法，就應該布施給他，隨他的意，讓他得到受用之樂。如果求者拿到紙葉是要書寫最極下等惡劣的書，不應該施；不但書寫罪惡下劣典籍之用不可施與，即使書寫中等的也不行。反過來，如果是為了要書寫殊勝的經典，則不施就有罪了。

三就自身門不應捨者。若自了知，於經卷等其義未辨，又於經卷亦無慳垢而將經卷惠施求者。此不應施之理者，謂行如是法施，為成三種隨一所須，若不施者，尚有後二殊勝所須，施則無故。

就自身門不應捨：是就布施者自身而言，何種情況下不應布施。

有人來求乞經書，如果自己曉得對此經書內涵尚未了解，而且對此經書並沒有慳貪不捨的心，此時卻把經書布施出去，這樣也不應

該。因為這種法施只能成辦三種利益中的一種，眼前若不布施還可能有後面二項殊勝利益，現在送給了對方，這二種殊勝利益就沒有了。

P275LL1~P277L1 初一所須~亦無有罪。

初一所須已辦訖故，謂我自心都無慳垢，故慳煩惱不須更除。若不施者，見增眾多妙智資糧，施則無之。若不施者，便能修集妙智資糧，利益安樂一切有情，即為愛念此一有情及餘一切，若施唯是愛此一故。《菩薩地》中所須輕重如是宣說。《入行論》亦云，「為小勿捨大。」故不施此非僅無罪。

法布施的利益有三：去除慳心、累積智慧資糧、廣大饒益眾生。像上面這個情況，第一項由於自己心裡已無慳貪煩惱，不必再費力去去除。其次，如果經書不送人，留著自己研讀，可以增長自己眾多善妙智慧資糧，經書布施出去，就無法得到這個好處了。第三項廣大饒益眾生。如果經書不送人，自己便能修集智慧資糧，利益安樂更多有情，包括愛念此一求者及其他一切有情；如果送給對方，就只是利益到這一個有情而已。兩相比較後，就知道不應該捨了。《菩薩地》中說，布施也要有輕重緩急之分別。《入行論》也說：「勿因小利，捨棄大利。」上面的例子，不施不僅無罪，反有大利。

不施方法者，不應直言此不施汝，要當施設方便善巧，曉喻遣發。方便善巧者，謂諸菩薩先於所有一切資具，以淨意樂迴向十方諸佛菩薩。譬如比丘於法衣等為作淨故，捨與親教軌範師等而守持之。由如是捨，雖復貯蓄眾多資具，亦名安住聖種菩薩，增無量福。

雖然不施，還需要有個善巧的方法。

如果確定不能布施，不要直截了當拒絕，應善巧方便地向對方說明。這個方便善巧，就是菩薩行者早先便將自己所有資具，以清淨意樂迴向給十方諸佛菩薩。例如比丘獲得法衣等物件時，先要做一個作淨法，就是先發清淨捨心，由意念布施給親教師及軌範師等殊勝福田，藉著作淨儀軌與迴向，最後才自己受用，這是代尊長來持受而行如法之事。像這樣的捨法，雖然實際上還是擁有法衣和資具，卻因串習捨心而能做到不貪著，仍然稱得上是安住正法的聖種菩薩，可以增長無量福德資糧。

此於如是一切資具，如佛菩薩所寄護持。見乞者來，若施與彼此諸資具，稱正理者應作是念，諸佛菩薩無有少物不施有情，思已而施。若不稱理，即當念先作淨施法。由已捨故，告言賢首，此是他物不許施汝，軟言曉喻。

以此類推，行者應將自身一切資財當作是諸佛菩薩暫時寄存在自己這裡的，自己只是妥善護持。遇到有人來乞，如果這個布施合乎正理，就應該想：諸佛菩薩的目的就是利益一切眾生，沒有不捨的東西，這些本來就是自己代佛菩薩看管的，然後布施出去。如果這個布施不合正理，就應該想：這個東西已經作過淨施法，已經布施給別人了，然後委婉告訴對方：「這是別人的東西，我不能送給你。」

或以紙價二倍三倍施與遣發。令他了知菩薩於此非貪愛故不施於我，定於此經不自在故，不能施我。如是行者是巧慧施。

假如對方來求的是書寫正法的紙具等等，可以不要給他，而比照這個紙具的兩倍或三倍的價金送給他。讓他了解，菩薩行者不是貪愛不捨，的確是對此經紙等作不了主。這種作法是修行者的善巧慧施。

四就施物門不應捨者。若自父母，有蟲飲食，妻子奴等未正曉喻，雖正曉喻若不信解。若自妻子形容軟弱，族姓之人。雖說此等不施為奴，然亦即是物之重者，故墮物數。

就施物門不應捨：有些東西是不應該捨的，譬如父母不能送出去，他們並非施物；有蟲的不淨飲食不能送人；若未事先將布施功德告知妻、子、奴僕了解，或者雖已告之但當事人不願意、也信不過，這種情況不應該硬將他們布施出去。如果妻或子，個性嬌弱，或者身體有病，更不能送出去給別人；還有出身高貴的族姓之人，這些都不能送給別人為奴僕。這一類就是所謂的物之重者，因為一點點弄得不好的話，會產生絕大的反效果，有違原先布施的目的，所以要避免。

《菩薩地·攝決擇分》說，若是三衣及餘長物佛所聽許，無慳意樂於修善品極所須者，雖不施與亦無有罪。

《菩薩地·攝決擇分》中說，出家人擁有的三衣以及佛所開許積蓄的物品，自己對它並沒有放不下的慳貪心，且這些都是修行人修學善品的必需品，可以不布施。

P277L1~P278L1 如云，～應施求者。

如云，「出家菩薩除三衣外，所餘長物佛所聽許，身所受用順安樂住，若故思擇施來求者當知無罪。若顧善品非墮欲貪，雖不施與亦唯無罪。」《菩薩別解脫經》云，「舍利子，若諸菩薩重來求者，捨與三衣，此非修習少欲。」故出家菩薩施自三衣，即是有犯。

如說，「出家菩薩持有三衣以外，佛所聽許的其他長物，是維持暇身、安住學法當中所必須要的外在受用。如果有人來求，應先仔細思擇，覺得還是可以送的，拿去送人，這沒有過失；如果自己受用這些東西不是出於貪欲享受，而是為了修學善品，這樣不施也沒有罪。」《菩薩別解脫經》中說：「舍利子！如果菩薩行者過於重視來求者，連自身必須要的三衣都捨出去，這不算是修習少欲。」所以，出家人隨意布施三衣，反而有墮罪的過失。以上是就施物來說，不應該捨的狀況。

五就所為門不應捨者。若有來乞毒火刀酒，或為自害或為害他即便施與。若有來乞戲樂等具，能令增長墮惡趣因，是應呵止，反施彼物。若有來求或來學習罽羅罽羅為害有情，教施彼等。

就所為門不應捨：這是就乞者索取這些物品是做何用途的角度來說。如果有人來求毒藥、火、刀、酒等，不管用來傷害自己或他人，這都不可以給他。還有一種來求像戲樂等器具，這是沒有義利的事，只會增長將來墮惡趣的因，應該呵斥並制止求者，不可以布施。如果有人來求或者來學捕捉鳥獸等傷害有情的技術或器具，有器具也不能送給他，有技術也不能傳授他。

由此顯示，凡害眾生身命資財，皆不應學彼等教授。若為殺害或陸或水所住眾生，來乞水陸即施此等，若為損害此國人民或為害他，來求王位而行惠施，若有怨家來求仇隙，施彼讎敵。

由此也說明，凡是能傷害眾生生命及資財的，皆不應學也不可以教。還有，為了傷害陸地或水中動物，如果有人來求房屋田地或借道，這都是不應該給的。或者為了損害某一國的國王、百姓，有人來要求王位，當然不能給。或者有冤家為了報仇而故意來求索，也不可以把自己施捨出去。

亥二、惠施外物道理

第二應施外物之道理者。若即此身非是大師所遮之時，於彼補特伽羅捨所施物，非不稱理，於彼相宜即應施與。又若自身與前相違，於諸經卷有慳吝心，雖未已辨經典之義，應施來求樂勝智者。此復若有二書即應施與，若無二者應與書價，價亦無者應作是念，我行此施，縱於現法而成癡瘖，不忍慳貪，如是思已定當惠施。

b. 外物應施之道理

就時間門應捨：就自己的身體來說，如果自身條件允許，也不是佛陀所遮止的情況，這時有人來求，去布施是合理的。

就施境門應捨：如果施捨的物品對於來乞者沒有不如理，也適合來求者的需要，就應當施給。

就自身門應捨：若布施者自身的狀況與前面所說相反，例如對經典還有慳吝不捨的心，或者雖然於經典內涵尚未了解，但智慧較高的求施者前來，為了成就他人，也破除自己慳貪，應該布施經典。

或者手上有兩本經書，就應該立刻布施一本，如果沒有兩本時，也可以施與經書等值的價金給他。如果當時也沒有價金可給，應當思惟：若將經典布施出去，就算無法累積智慧而終成愚痴，但也不願容忍自己慳貪的習氣，為了增長捨心，還是把它布施出去。

若所施物除前所說，又自作王時，終不抑奪餘妻子等，令離其主而轉惠施，唯持村等可施求者，如是不為墮惡趣因。

就施物門應捨：如果排除前述所說的情況，就是應該布施的物品。身為國王，不能強奪他人妻、兒、奴僕等，迫令他們離開主人而轉

施來者；但如果是分封土地城村給臣下或有功的人，只要送給他後，他不會因此做壞事而墮落，這種情況下可以施給出去。

諸戲樂具及罽羅等，不損於他眾生所居水陸之處，不傷眾生無蟲飲食應施求者。

就所為門應捨：雖然是戲樂器具，但不會變成對方墮惡趣的因；雖然求取罽羅等工具及技術，但不會損傷其他眾生；雖然求取土地，但不會傷害所居住的水陸生物；不會傷害眾生的無蟲飲食等，都應布施給來求者。

P278L1~P279L1 若有來求～故應勤修。」

若有來求毒火刀酒，為自饒益或饒益他，即當施與。

同理，來求毒火刀酒等物不是為了傷害損人，而是為了利益自己或他人，就應該布施。

若如是行財施之時，來二求者，一貧一富應如何施。先作是念，設二求者來至我所，若堪於二充足滿願，即當俱施滿願充足。若不堪者，則當圓滿貧者所願。由其先作如是念故，若不能滿二所欲時，即當滿足貧者所願，應以軟語曉喻富者，告曰賢首，我此資具於此貧者先已捨訖，切莫思為特不施汝。受菩薩律初發業者，如是學施極為緊要，故特錄出，凡無別義者，皆如《菩薩地》意趣而釋。

在行財施的時候，如果二人同時來求，一個較貧，一個較富，此時應該如何布施呢？首先要安立自己的布施意樂，心裡要想：如果能力許可，可以滿足二人願望，就一起布施，讓他們滿願。如果資財不足，應該先滿足貧者。

因為之前已經有了這樣的心念，所以當二者不能同時滿足時，先滿貧者所願，但仍應委婉地告知富者，「賢者！我這資具已先答應施與這位貧者了，並不是不願意送給你。」初發業菩薩按照這些重點道理學習布施，是極為重要的，因此特別摘錄經典內容，說明如上。除了特別有說明出處的部分，其他皆是依據《菩薩地》的意趣來作闡釋。

未二、若不能捨當如何行

第二不能捨時當如何行者。若有求者正來求時，為慳覆者，應作是思，此可施物定當離我，此亦棄我我亦捨此，故應捨此令意喜悅，攝取堅實以為命終。若捨此者，則臨終時不貪財物，無所憂悔發生喜樂。

2. 如果不能捨的時候，該怎麼辦？若有求者來乞，卻因自己的慳貪而難捨，這時該怎麼辦？應該靜下心來思惟：這個東西將來終究會離開我，我也終會捨棄它，現在布施出去的話，可以累積資糧福報，內心應該感到歡喜，如此可換得堅實的法財直到命終。現在就捨出去，到臨終的時候，也不會因為放不下財物而憂惱，既然將來能無所憂悔，不是應該高興嗎？

如是思已仍不能捨，如《勇利經》說，「應以三事曉喻求者，謂我現今施力微弱善根未熟，於大乘中是初發業，隨不捨心自在而轉，住於取見我所執，唯願善士忍許，不生憂惱。如何能滿汝及一切有情意樂，我當如是漸次而為。」

如果這樣思惟以後還是不能捨，可以仿照《勇利經》所說，「應以三件事委婉告知求者：我現在的布施力薄弱、善根尚未成熟，對大乘道才初發心，受到慳心驅動及惡取見的影響，仍然住於強盛的我執、我所執，無法捨棄資財受用。尚請大德寬恕，不要憂惱。我會努力學習布施學處，希望將來捨心自在，能圓滿你和一切有情的意樂。」

此是斷餘不信過失，非無慳過，《集學論》說，菩薩慳恪是應呵責，然如是行似能避免，「由慳不施財法他勝。」

這樣的做法雖說是為了去除來乞者不信任的心理，但還是有慳恪之過失。《集學論》中說，菩薩慳恪是應該受到呵責的，不過前面的做法至少可以遮除「由慳恪而不行財施和法施的根本罪」。

《攝波羅蜜多論》亦云，「若有求者現在前，力極微故不能施，必令求者不退弱，應以軟語慰其意。以後若再來前乞，必定不應令失悔，當除慳吝諸過失，為斷愛故應勤修。」

《攝波羅蜜多論》也說：「乞者已經來到面前，卻因自己捨心不足而無法布施時，應該溫言軟語安慰對方，至少不要讓他退失信心，希望來日不再讓他失望，期勉自己勤修學處，努力斷除慳悋及貪愛等過失。」

P279L2~P280L1 第三習近~如商利應呵。」

未三、習近對治布施障礙

第三習近對治布施障。障者如《攝決擇分》略說四種，謂未串習，匱乏，耽著，未見大果。其中初者，謂雖現有可施財物，然於求者不樂惠施，能治此者應速了知如此過患，是我於施先未串習，今若不施，則於後世亦不樂施，強思擇已而行惠施，不隨未習過失而轉。

3. 修學對治布施的障礙

如何對治布施的障礙？在《攝決擇分》中，略說障礙有四：未串習、匱乏、耽著、未見大果。

(1)對治未串習：由於並無布施的習慣，以致眼前雖有布施的財力，然而卻不樂意施給來求者。對治的方法是立即思惟不布施的過患。應該要想：過去就是因為缺乏串習，所以不懂得要布施；如果現在繼續隨順過去沒有布施的習慣，那麼來世一定還是做不到樂善好施。透過這種思惟觀察，勉強自己，提起勇悍心去做，絕不隨順過去沒有串習捨心的過失。

第二者，由其財物極尠闕故不生捨心，能治此者應作是念，我於生死流轉之時，或由宿業或繫屬他，於他人所未能饒益，令我具受眾多難忍飢渴等苦。設由利他，於現法中發生眾苦乃至殞歿，此施於我猶為善哉，非空發遣諸來求者，縱無彼財尚有菜葉可以活命，如是思已，忍匱乏苦而行惠施。

(2)對治匱乏：由於自己財力匱乏而生不起捨心。對治的方法是思惟因為匱乏而不布施的過患。應該要想：我在無始生死當中流轉，就是因為宿生惡業或作人傭工無法作主，過去不知道要饒益他人，以致自己也多次遭受難忍的飢渴痛苦。假設現在能去利他，即使眼前

可能受到種種苦，乃至於喪命，但這個布施對我來說還是好的，所以絕對不能打發來求者，讓他空手而返。即便把財物送掉，也還有菜葉可以活命，透過這種思惟和練習，就能慢慢忍受匱乏的痛苦而行布施。

第三者貪可施物極為悅意最上勝妙，於來求者不能生起捨與之心，能治此者應速了達耽著過失，我今於苦倒執樂想，由此能生當來眾苦，如是知己斷除耽著，即將此物而行惠施。

(3)對治耽著：由於貪著、珍愛自己擁有的資財，導致對來求者不能生起施捨之心。對治的方法是立即思惟耽著難捨的過患。應該要想：輪迴的一切，皆無真實的安樂。我現在卻把貪愛財物這些苦因，倒執為樂想，真是愚癡啊！如果隨著這種錯誤妄想，將來一定會感發種種痛苦。透過這種思惟，徹底斷除耽著之心，就能把財物布施出去了。

第四者未見行施能生正等菩提勝利，觀見廣大資財勝利而發施心，能治此者當速見其過，總應觀察一切諸行，皆念念滅，特觀資財速滅速離，一切所施皆當迴向廣大菩提。若唯顧視財等異熟，則唯能得廣大財位，不得解脫。如諸商賈為與價故，一切資財悉無吝惜捨與於他，此唯得利非能得福。《四百頌》曰：「云於此行施，能生大果利，為報而行施，如商利應呵。」

(4)對治未見大果：由於不知道布施能引生正等菩提的究竟利益，只為求能獲廣大資財而發布施之心。對治的方法是立即思惟未見此殊勝大果利的過失。應該要全面觀察：諸行無常、念念生滅，尤其財富更是須臾幻滅、離散、不可依恃，只有將布施果報迴向無上菩提大果，才能讓善果增長無盡。如果只看到財富等異熟果報，那這個布施，雖然也能獲得廣大財位，卻無法出離輪迴。就像商人為了求最後的利潤，也懂得要先行大方贈送，然而商人最後只能得到獲利，而得不到福報啊！《四百頌》說：「透過布施波羅蜜多，將來一定能成辦無上的菩提大果；如果布施不是為了無上菩提，只是為了將來獲得財富，這種布施就像商人逐利一樣，是應該受到呵斥的。」

午二、唯意樂施

第二唯意樂布施者。內居閑靜由淨意樂淳厚淨信，分別化現種種廣大無量財寶，勝解惠施一切有情，以少功用生無量福，亦名菩薩巧慧布施，是《菩薩地》說。

財施的第二部分：唯意樂施，是指在意念當中行布施。

在幽靜的地方擯除雜念，以清淨的意樂、以及對三寶淳厚的淨信心，觀想虛空中化現廣大無量珍寶，以此上供諸佛菩薩，下施有情眾生，希望一切眾生離苦得樂。這種布施只花費少許力氣，卻能成就無量福德的意樂布施，稱為菩薩的巧慧布施，此是《菩薩地》上面說的。

《妙手問經》雖說此是無資財者所應修學，非有財者不應修習。無資財時巧慧布施，是為乃至未證增上清淨意樂初極喜地，若證此地，則諸資財定無匱乏。

《妙臂請問經》說，雖然這是沒有資財的人所修學的一種布施，但不代表有資財的人不應修習這種意樂布施。無資財的巧慧布施，是指還沒有證得初地（又叫增上清淨意樂初歡喜地）菩薩之前的一種布施善巧；證得初地菩薩以後，就沒有資財匱乏的問題了。

如《菩薩地》云，「如是菩薩現無財寶，巧慧方便而行布施，此說乃至未證增上清淨意樂。若諸菩薩已證增上清淨意樂，如已獲得超諸惡趣，如是生生必當獲得無盡財寶。」

如《菩薩地》說：「菩薩行者在未登地之前，若因缺乏財物，可以做巧慧方便布施；待證得了初地菩薩以後，自然能超越輪迴惡趣，生生世世得獲無盡的財寶。」

卯四、此等略義

第四此等略義者。正受菩薩律儀已，學習大地布施道理，發願修學。如前所說布施之理，當先了知現在進修開遮之處而

勤學習，特於慳吝身財善根而修對治，勵力增廣能捨之心，能如是修應自慶喜，心若未能如是薰修應生憂惱。

第四、此等略義

發了願心，正受菩薩戒之後，要以大地菩薩所修的布施度為願境，好好修學，努力達到地上菩薩的境界。依照前面所說布施的道理，應先了解正確行持的開遮之處，然後勤加修習。特別是要經常串習對治慳吝身體、資財、善根的方法，努力增廣能捨之心。能做到上述的布施，應該隨喜自己；若不能照著修持，應生憂惱。

若如是者，則如《妙手請問經》說，於當來世，少用功力能滿布施波羅蜜多。若此一切皆悉捨置，即於現法亦當恆為重過所染，於當來世心不趣入，極難趣入諸菩薩行。

就像《妙臂請問經》所說：如果現在從小地方做起，慢慢養成布施的習慣，來生只要花費少許力氣，就能圓滿布施波羅蜜多。如果現在擱置妙法不去修習，不但今生會經常染犯重大過失，來世將更難修，心境將更難相應，那麼後世也勢將無法趣入菩薩行了。

又如《攝波羅蜜多論》云，「布施根本菩提心，勿棄如此能施欲，世間具此能施欲，佛說此為施中尊。」此說應當憶念修習菩提心，為諸行所依，願證菩提即是一切能捨根本，是為一切能捨之尊，故於此心應勵力學，此即總攝《妙手問經》勝扼要義。

又如《攝波羅蜜多論》說：「布施波羅蜜多的根本是菩提心，千萬不要輕易棄捨能布施的好樂之心；佛陀說世間最尊貴的布施，就是具足菩提心的布施了。」總之，我們應該憶念修習菩提心是一切善行之所依，願證菩提即是一切能捨的根本，也是所有布施中最殊勝、珍貴的；因此必須勵力修學，以上是《妙臂請問經》中所說的殊勝要義。

寅二、持戒度

第二尸羅波羅蜜多分五：一、尸羅自性，二、趣入修習尸羅方便，三、尸羅差別，四、修尸羅時應如何行，五、此等攝義。今初

卯一、尸羅自性

從損害他及其根本，令意厭捨，此能斷心即是尸羅。由修此心增進圓滿，即是尸羅波羅蜜多。非由安立，諸外有情悉離損惱，為滿尸羅波羅蜜多。

第一、尸羅自性（定義）

尸羅為印度文，華譯為清涼或戒。什麼叫作戒？斷除傷害或損惱一切有情的行為，並從內心根本棄捨這種想要損惱眾生的念頭，這種能斷之心就是「戒」。修持這種能斷心，慢慢增上，達到圓滿境界，稱為持戒波羅蜜多。所以持戒波羅蜜多的圓滿，是就內心的修持來說，並非觀待外境一切有情是否都遠離了損害而為衡量。

若不爾者，現諸有情未離損惱，過去諸佛尸羅波羅蜜多應未圓滿，亦不能導此諸有情，往離損害諸方所故。

否則，現在六道還有許多眾生未離損惱，豈不表示過去諸佛所修持的持戒波羅蜜多未達圓滿究竟，以致無法引導一切有情眾生避免損害？不是這個意思。

是故其外一切有情與諸損害隨離不離，自相續上有離損他能斷之心，修此即是受行尸羅。《入行論》云，「魚等有何處，驅彼令不殺，由得能斷心，說為尸羅度。」

所以，不管有情是否確實遠離了損害，只要自己從內心相續上真正斷除想傷害他人的惡心，而修習這個能斷之心，就是受持持戒波羅蜜多。《入行論》說：「要把那些畜生帶到哪裡，才能讓它們避免遭受殺

害？唯有從不斷串習這個斷惡心，至於圓滿，才能稱為持戒波羅蜜多。」

戒雖有三，此約律儀尸羅增上，說為斷心，此復若具等起增上，斷十不善是十能斷，若就自性增上，斷七不善是七能斷，身語業性。

戒有三種，律儀戒、攝善法戒及饒益有情戒，此處主要說的是律儀戒，又名別解脫戒，是三種戒的根本。戒就是能斷的心，若以包含動機而言，戒就是斷除十種不善業，是十能斷（亦即包括身三、口四、意三）；若以自性來說，戒是斷除身口七種不善，是七能斷。

《入中論疏》云，「此由不忍諸煩惱故，不生惡故，又由心中息憂悔火，清涼性故，是安樂因，為諸善士所習近故，名為尸羅。此以七種能斷為相，無貪無瞋正見三法為其等起，故具等起尸羅增上說十業道。」

《入中論疏》說：「持戒，就是不接受自己的煩惱作意，不起傷害眾生的惡心，息滅十惡業能生的憂悔之火，獲得清涼自在；是故，持戒即是安樂的因，是善士的依處。以斷除身口七不善為清淨行相，以無貪、無瞋、正見（就是癡的反面）為其等起（意業），持守這種具足行相與等起的戒律，就是尸羅增上十業道，也是戒的根本。」

P282L1～P283L1 第二趣入～勝出餘人。

卯二、趣入修習尸羅方便

第二趣入修習尸羅方便者。如是發心受學諸行，此即誓辦一切有情，令具正覺尸羅妙莊，應修其義。

第二、趣入修習戒律的方法

既已發心受持菩薩學處，誓願利益一切有情都能具足諸佛最殊勝的戒律莊嚴，當須謹守誓言，好好修習最圓滿的正覺尸羅。

此復自須先生清淨戒力，以自未能清淨尸羅及有虧損當墮惡趣，況云利他，即自利義莫能辦故。故勤利他，當愛尸羅不應緩慢，必須力勵守護防範。

在此之前自己要先認真持守戒律清淨，如果做不到或者戒律有所虧損，一旦墮入惡趣，不要說利他，連自利的機會都沒有。想要努力利益他人，就該毫不鬆懈愛護戒律，小心守護努力防範。

《攝波羅蜜多論》云，「若具正覺戒莊嚴，勤修一切眾生利，先當善淨自尸羅，發起清淨尸羅力。」又云，「毀戒無能辦自力，豈有勢力而利他，故勤善修利他者，於此緩慢非應理。」

《攝波羅蜜多論》中說：「想要具備圓滿正覺的戒莊嚴，並依此勤修利益一切眾生，應當先善淨自己的戒律，發起清淨持戒的力量。」又說：「毀壞戒律，尚且無法利益自己，哪有力量成辦他人之利？所以想要勤修利他的行者，若對持戒之事懈怠馬虎，這是絕對沒道理的！」

如是能令尸羅清淨，依賴於諸進止之處，如制行持。又此隨逐猛利堅固欲守護心，故當久修，未護過失善護勝利，而令發起欲護之心。

要想持戒清淨，必須仰賴佛所制定的戒法以「如制行持」，亦即依照律典，該做的，就「進」，不該做的，即「止」。又，能否如戒進止？要看對於守戒欲樂是否有猛利、堅固之心；而要堅定此一護戒心，必須從長久修習思惟不守戒過患，及護戒勝利，來策發自己持戒清淨的信心。

初者如前論云，「當見猛利大怖畏，可斷雖小亦應斷。」謂由過患深生怖畏，雖於小罪勵力斷除。尸羅障品其粗顯者，謂十不善所有過患，如前已說當思惟之。

不護戒的過失，如《攝波羅蜜多論》說：「應該觀察不護戒的果報極為嚴重，對此生起絕大的怖畏，即使是微小的過失也要斷除，絕不能稍事鬆懈。」平常要多思惟犯戒的禍害，而產生絕大的怖畏，因此連小罪也不敢染犯，務求完全清淨斷除。在所有障礙持戒的逆品中，最粗重而明顯的就是十不善業，這在下士道已經詳細宣說，應當反覆思惟其過患。

其勝利者前亦略說，吉祥勇猛所說者，即前論云，「可愛天物及人財，妙樂妙味天盛事，由戒因生有何奇，當觀佛法皆此生。」又由依此，能令相續輾轉勝進，與諸菩薩大悲性者共同學處，永斷一切惡行種子，得淨妙智。

護戒的勝利，在前面也已大略說過。如馬鳴菩薩在《攝波羅蜜多論》中說：「天界五欲妙樂、人間富貴榮華，種種盛事無非來自守戒的功德，這有什麼好奇怪？當進一步思惟，整個佛法的功德都來自於守戒、護戒，若沒有戒，什麼都談不到。」

由於守戒，不僅能令身心調伏、在善業上輾轉增上，並與具有大悲種性的菩薩一起修學共通的學處，漸漸永斷一切惡行種子，獲得最微妙的淨智。

餘莊嚴具太老太少，若著戴者成譏笑處，非為端嚴。尸羅莊飾，老幼中年任誰具足皆生歡喜，故為第一莊嚴之具。

一般裝飾品如果讓年齡太老、或太小的人佩戴，不適合的話，看起來既不莊嚴，還可能招人譏笑。但是把戒律當成莊嚴的飾品，則不論老、幼、中年哪一種人佩戴起來，可以說人見人愛、歡喜讚歎；因此，戒律才有第一莊嚴具的美名。

諸餘香者，能薰順風非薰逆風是有方限，戒名稱香薰一切方。能除炎熱檀等塗香有違出家，能除煩惱炎熱塗香，於出家者隨順無違。雖同具足出家之相，具戒財者勝出餘人。

一般薰香，只能順著風散發香氣，逆風的話就聞不到；而戒，之所以能稱為戒香，正因為它能遍薰一切方所之故。一般去除熱惱之旃檀等香泥，出家人不可以塗抹；但是能解除煩惱熱的戒香，出家人塗抹再多也不會違背戒律。同樣是出家身，雖然外表和行儀相同，但唯具足戒財者，比別的出家眾要超勝得多。

即前論云，「尸羅能得殊勝道，與諸悲性平等修，清淨勝智以為性，離過第一莊嚴具。遍薰三界悅意香，塗香不違出家眾，行相雖同若具戒，此於人中最超勝。」

如《攝波羅蜜多論》說：「守戒能得殊勝道(大乘道)，然後跟大悲種性菩薩共同修學，智慧加上清淨的戒律，才能遠離一切過失，是真正第一微妙的莊嚴飾具。戒香遍薰三界，塗在出家人身上是不違背的。同樣是出了家，如果能夠嚴守戒律，那無疑是出家人中最超勝的。」

又雖未說虛讚邪語，未以勤勇功力積集，所須資財任運而得，不以暴業而令怖畏，然諸眾生悉皆禮敬，非為親屬，先未利彼，初本無識，然諸眾生自然慈愛，足跡之塵亦為天人恭敬頂戴，得者持去供為福田，此諸勝利悉由戒生。

持戒清淨的人，不用說虛偽讚美的假話，也不必費力追求財富，自然成辦所需資財；無須暴力恫嚇使人生畏，眾生自然恭敬禮拜；雖然沒有親屬關係，以前也未曾饒益他們，連不相識的眾生也都對他慈愛欽慕；連他踏過的塵土，都能獲得天人頂戴，將之奉為供養的福田。以上種種勝利都是由於持戒清淨的緣故。

即前論云，「未曾出言未力集，能攝所須諸資具，無怖世人悉敬禮，無功未集得自在。非可說為諸親族，未作利益及除害，先無相識諸眾生，皆禮持戒勝士夫。」

如《攝波羅蜜多論》說：「無須阿諛奉承，也無須辛勞積集，自然能攝所需之種種資具。無須暴力威嚇，世人皆自然禮敬。無須費力累積，便得財勢自在。不要說親友、宗族，或者曾經利益過他們的受恩者，連未曾謀面的人，都會尊敬禮讚這位持戒的勝士夫。」

足履吉祥諸塵土，頂戴接受諸天人，稽首禮拜得持供，故具尸羅為勝種。」如是智者善為思惟，功德過失應善守護。

凡持戒勝士足跡踏過的塵土，也會變成吉祥供養的福田，受天人頂戴禮拜。所以清淨戒律是最殊勝的根本啊！」真正的智者應該好好思惟守戒的功德及不守戒的過患，小心防護。

即如此論云，「菩薩應護諸尸羅，莫耽自樂而破壞。」又云，「得自在故恆受樂，智讚護戒妙莊嚴，圓滿具足諸學處，極圓無慢依尸羅。」

如《攝波羅蜜多論》說：「菩薩行者要善於守護學處，不要耽著自樂而毀壞尸羅。」又說：「因守戒而得恆常自在快樂，智者稱讚戒律清淨，如同佩戴最珍貴的美妙莊嚴飾品；能圓滿所有學處，又不高舉慢心，就是靠依止戒律的力量。」

又護尸羅非唯為自怖畏惡趣，及唯希望人天盛事，當為安立一切有情於妙尸羅。

守護戒律，不是只為了自己怖畏墮落惡趣，也不只是欲求人天盛事的果報，而是為了安立一切有情也修習戒律，將來都能解脫到彼岸。

即前論云，「若欲安立無邊世，一切有情於淨戒，為利世故修尸羅，說為尸羅到彼岸。非畏惡趣希王位，及願善趣諸圓滿，唯願善護淨尸羅，為利世間而護戒。」

如《攝波羅蜜多論》所說：「為了饒益無量眾生，引導他們安住於淨戒，所以我以身作則、勤修戒律，這才是真正的『尸羅到彼岸』，也就是持戒波羅蜜多。誓願善護戒律清淨，不是怕墮入惡趣，也不是貪圖今生權勢享受，更不是希求來世善趣圓滿受用，唯一原因是為了利益眾生、利益世間，這就是上士的意樂。」

P284L2~P285L1 即前論云~莫令現起。

卯三、尸羅差別

第三戒差別分三：一、律儀戒，二、攝善法戒，三、饒益有情戒。今初

辰一、律儀戒

《菩薩地》說，即是七眾別解脫戒，故若具足別解脫律儀而住菩薩律儀者，或在家品或出家品，所有真實別解脫律儀，及諸共同能斷律儀是律儀戒。

第三、戒之差別

戒有三種，律儀戒、攝善法戒、饒益有情戒。

一、律儀戒

《菩薩地》說，菩薩的律儀戒，即是七眾弟子的別解脫戒（七眾，包括比丘、比丘尼、沙彌、沙彌尼、式叉摩那女，以及在家男女二眾）。此中意趣是指，如果同時具足別解脫律儀及菩薩律儀，不管在家眾或出家眾，其所持守真實別解脫律儀，及其共同之能斷律儀，就是律儀戒。

若非堪為別解脫律儀之身而具菩薩律儀者，謂共別解脫斷除性罪及諸遮罪，隨其所應能斷律儀，是律儀戒。

如果是不堪受別解脫律儀的眾生(如天、龍、非人等)，卻有受持菩薩律儀，那麼他還須遵守和別解脫戒共通的能斷律儀，也就是應該斷除性罪及遮罪。亦即，性罪固然不可以犯，遮罪本身，共同的那一部分，也是應該斷除；這個範圍才是菩薩戒中的律儀戒。

辰二、攝善法戒

攝善法者，謂緣自相續六度等善，未生令生，已生不失令倍增長。

二、攝善法戒

菩薩萬行，皆能圓滿含攝於六度當中，所以在自相續上面精勤修學六度等善行，讓未生的善心生起，已生的善心不退失，還要繼續增長，這就是攝善法戒。

辰三、饒益有情戒

饒益有情者，謂緣十一種利有情事，如其所應引發彼等現法後法無罪利義。此等廣如《戒品釋》中我已決擇，定應於彼數數參閱。

三、饒益有情戒

《菩薩地》說，饒益有情戒，是指由持戒門中如理成辦十一種利益有情的事，這些事情可以引發有情今生及後世無罪之義利。相關內容可詳見宗大師在《菩薩戒品釋》中所說，須當數數參閱。

故別解脫所制諸戒，是諸出家菩薩律儀學處一分，非離菩薩學處別有。三聚戒中律儀戒者，謂於真實別解脫戒或此共戒而正進止，此於菩薩亦為初要，故當學彼。

在真實別解脫所制定的戒律，就是出家菩薩須持守的內容，不是離開菩薩學處而另有一個單獨的戒律。三聚戒中的律儀戒，是指真實別解脫戒或與此共通的開遮部分，作為如法進、止的準繩，這也是修學菩薩道的初要、基礎部分，一定要認真學習。

《攝抉擇·菩薩地》云，「此三種戒，由律儀戒之所攝持令其和合，若能於此精進守護，亦能精進守護餘二，若有於此不能守護，亦於餘二不能守護。是故若有毀律儀戒，名毀菩薩一切律儀。」

在《瑜伽師地論》《攝抉擇分·菩薩地》中說：「這三種戒，是由律儀戒所攝，亦即以律儀戒為根本，和合其他二種戒一起攝持。若能精進守護律儀戒，則亦能守護其餘二戒；若不能守護根本戒，別的不必談了。所以若毀壞律儀戒，等於毀壞了菩薩一切律儀。」

是故若執別解脫律是聲聞律，棄捨此律開遮等制，說另學餘菩薩學處，是未了知菩薩戒學所有扼要，以曾多次說律儀戒，是後二戒所依根本及依處故。

由此可知，如果將別解脫戒執為小乘聲聞戒，任意棄捨戒律開遮，而妄以大乘菩薩另有學處，那是根本不了解菩薩戒學真正之扼要。經論中多次宣說，律儀戒是後二戒的根基及所依處。

律儀戒中最主要者謂斷性罪，攝諸性罪過患重者，大小乘中皆說斷除十種不善，故於彼等善護三業，雖等起心莫令現起。

律儀戒最主要功用在斷除性罪，而十不善業為性罪中最粗重者，所以大、小二乘都注重要斷除十不善、好好守護三門，連一剎那的惡念頭也不要讓它生起。

P285L1~P285LL3 《攝波羅蜜多論》～精勤而行。

《攝波羅蜜多論》云，「不應失此十業道，是生善趣解脫路，住此思惟利眾生，意樂殊勝定有果。應當善護身語意，總之佛說為尸羅，此為攝盡尸羅本，故於此等應善修。」

《攝波羅蜜多論》說：「不要失壞十善業，這是能生到人天善趣，乃至於獲得解脫的要道；應當安住於戒律，思惟如何利益眾生？能有殊勝利他的意樂，必會有圓滿的果報；應當善巧守護身語意，佛所說尸羅，其意即是要善護三業。因此，當以十善戒為一切戒律之根本，必須勤加修習。」

月稱論師於尸羅波羅蜜時，亦說是斷十種不善，《十地》等經多如是說，故先於此如前所說修靜息心，則諸餘戒亦易成辦。

月稱論師在《入中論》談到持戒波羅蜜多時，也說要斷十不善業，《十地經》也這麼說，祖師、菩薩和經論上都是這麼說，所以我們應先依前面下士道所說修靜息心，並對十黑業修習能斷心（戒真正講的就是能斷之心），有了基礎後，再漸次開展到其他戒律之修持，就容易成辦了。

卯四、修尸羅時應如何行

第四如何修此等者。謂應具足六種殊勝，及具六種波羅蜜多而正修習。具六波羅蜜多修時，自住尸羅，亦能將他安住尸羅是尸羅施，餘如前說。

第四、如何修習持戒

修學持戒，和前面修學布施一樣，應具足六種殊勝（依殊勝、物殊勝、所為殊勝、善巧方便殊勝、迴向殊勝、清淨殊勝）及含攝六種波羅蜜多而修行。具足六波羅蜜多而修戒者，是指自身能安住戒律，守護尸

羅清淨，同時也要攝受他人安住戒律，守護尸羅清淨，這就是施人以戒，是尸羅之施度；其餘五度應可比照類推。

卯五、此等攝義

第五此等攝義者。諸行所依謂菩提心，不應失壞漸令增長者，是為趣入戒等諸行所有根本，亦是第一遮止損害一切有情。大地以上所持尸羅為所願境，於初發業諸進止處，當從現在至心修學。

第五、此等攝義

菩提心是一切修行之所依，因此修習持戒，不可忘失菩提心，還要想辦法增長菩提心，這才是趣入尸羅以及六度的根本，也是遮止損害一切有情的最勝方便。行者應該以地上菩薩為所願境，學習他們如何圓滿持戒波羅蜜多。將初發業者要修的開、遮、進、止，從現在開始，當成自己努力的目標，至心修學。

特當了知十不善等性遮諸罪，日日多起防護之心，又於自受律儀諸根本罪，尤應勵力數起防護。若如是行於當來世，由其造作等流果力，能以少勞少苦圓滿諸菩薩學處。若今棄捨彼等，則恆常為極重墮罪之所染污，且於多生將不堪學菩薩學處。故當從今精勤而行。

特別是了解了十不善業的性罪及遮罪內容後，要時時刻刻生起防護之心，尤其對自己所受戒律的根本墮罪，更應該要數數防護。懂得善加護持戒律，透過所累積的等流果報，來世自然能以少勞少苦而圓滿菩薩學處。如果今生任意捨戒，不但會長時受到極重墮罪的污染，且將影響未來多生都不能修學菩薩學處，所以今生就要精勤地守護戒律清淨。

寅三、忍辱度

忍波羅蜜多分五：一、忍之自性；二、趣入修忍之方便；三、忍之差別；四、修忍時如何行；五、此等攝義。 今初

P286L1~P286LL1 耐他怨害～莊嚴之具。

卯一、忍之自性

耐他怨害，安受自身所生眾苦，及善安住法思勝解。此等違品亦有三種，初謂瞋恚，次謂瞋恚及怯弱心，三謂不解無其樂欲。

第一、忍之自性（定義）

什麼叫作忍辱？忍辱有三種：耐怨害忍、安受苦忍、思擇法忍。

耐怨害忍，就是無論心理上或生理上在遭受他人種種傷害時，能夠忍耐下來，不讓心隨著瞋恨而轉。安受苦忍，是指對自身所產生的痛苦，能夠安然忍受。思擇法忍，是指如法思惟法義得到勝解之後，善巧安住在善法上，忍可於心。

針對這三種忍的違品也有三項：耐怨害忍的相違品是瞋恚，當我們受到他人傷害時，我們會生瞋恚，它會障礙耐怨害忍。安受苦忍的違品，不只是瞋恚，還有怯弱心，即看到痛苦會產生畏縮和退怯，這就是安受苦忍的障礙。思擇法忍的違品，是指因不了解法義，對正法生不起好樂歡喜心，這是思擇法忍的障礙。

圓滿忍辱波羅蜜多者，唯由自心滅除忿等修習圓滿，非為觀待一切有情悉離暴惡，非能辦故，調伏自心即能成辦所為事故。

要圓滿忍辱波羅蜜多，必須專就自心瞋恚、怨忿、怯弱、不解等違品修習，至其徹底滅盡，就是忍辱圓滿；因此，不必觀待一切有情是否皆已遠離暴惡，因為要使一切眾生調柔心性是不可能的。所以，只要能夠調伏自心，徹底盡除瞋恚的現行和種子習氣，那麼忍辱波羅蜜多就成辦了。

《入行論》云，「惡有情如空，非能盡降伏，唯摧此忿心，如破一切敵。以皮覆此地，豈有爾許皮，唯以鞋底皮，如覆一切地。如是諸外物，我不能盡遮，應遮我自心，何須遮諸餘。」

如《入行論》所說：「暴惡的有情如虛空般無量無邊，如何能夠悉數調伏？因此唯有摧破自己內心的瞋恚，那就等於破了一切敵人一樣。譬如為了保護雙足，想要用皮革完全覆蓋在充滿沙石荊棘的土地上，但哪有那麼多皮革？所以只需用一小片皮革做成鞋子，穿在腳上，就等於可以覆蓋整個大地一般。同樣的，我不可能盡除所有能傷害我的外在怨敵，但是我可以向內調伏自心；當心中不再懷有怨懟，就沒有外在怨敵，哪裡還需要費盡心思抵擋外來傷害。」

卯二、趣入修忍之方便

第二趣入修忍之方便者，雖有多門，且當宣說修忍勝利不忍過患。其中勝利如《菩薩地》云，「謂諸菩薩，先於其忍見諸勝利，謂能堪忍補特伽羅，於當來世無多怨敵無多乖離，有多喜樂，臨終無悔，於身壞後當生善趣天世界中。見勝利已自能堪忍，勸他行忍，讚忍功德，見能行忍補特伽羅慰意慶喜。」

第二、趣入修忍的方法

修習忍辱的方法雖有很多，然而最先應把握住的是多方思惟修忍之勝利，以及不忍之過患。

修忍之勝利，如《菩薩地》說：「菩薩在修忍辱之前，會先觀察修忍的種種功德，譬如能夠堪忍的眾生，來世很少怨敵，很少和親友乖離，心常喜樂，臨終時無悔，命終以後，往生善趣天界。由於了解修忍的勝利，因此不但自己修忍，也勸他人行忍，還經常讚歎忍辱的功德，看見別人能夠行忍而歡喜慶慰。」

《攝波羅蜜多論》云，「若有棄捨利他意，佛說忍為勝方便，世間圓滿諸善事，由忍救護忿過失。是具力者妙莊嚴，是難行者最勝力，能息害心野火雨，現後眾害由忍除。諸勝丈夫

堪忍鎧，惡人粗語箭難透，反成讚歎微妙華，名稱花鬘極悅意。」又云，「忍為巧處成色身，功德端嚴相好飾。」

《攝波羅蜜多論》說：「若菩薩行者因為見有情暴惡而對利他事業生起棄捨的念頭時，佛說忍辱是最殊勝善巧的對治方法。因為世間圓滿的善事(增上生與決定勝)，都是靠忍辱來成就，唯有忍能把我們從忿恚的過失中救護出來。忍辱，是成就大雄大力者(佛)的殊勝莊嚴，是難行苦行者最穩靠的力量。忍辱是熄滅瞋火的甘霖妙雨，能去除今生、來世一切禍害。大丈夫只要身披忍辱鎧甲，便能抵擋惡人的粗語利箭而不被傷害，反得大眾讚歎其忍辱之美名，乃至於成就莊嚴佛身報土之花。」又說：「忍辱是巧妙的工匠，能成就佛陀圓滿色身，造就佛陀三十二相、八十隨行好的莊嚴身相。」

謂有情邪行不退利他，從能摧壞眾多善根忿恚怨敵而為救護，下劣為害亦能堪忍，是極悅意莊嚴之具。

忍辱，讓菩薩行者在面對暴惡眾生的邪行時，仍然不退失利他心；能從摧壞眾多善根的瞋恚怨敵手中，救護眾生；能忍受眾生下劣惡作的傷害，反成美妙的莊嚴飾品。

P286LL1~P288L1 諸難行者~轉輪王位。」

諸難行者破煩惱逼惱最勝之力，能滅害心大火之水，諸暴惡人以邪行箭不能透鎧，微妙色身具金色相，奪諸眾生眼觀意思，是能造此點慧巧師，以如此等眾多勝利而為讚歎。

被煩惱逼迫的行者，靠著忍辱的力量摧伏煩惱；受瞋火煎熬的眾生，靠著忍辱的甘霖熄滅瞋火。暴劣惡徒的邪行之箭，也無法穿透忍辱鎧甲。佛陀身相金色微妙、莊嚴燦爛，使人目不暫捨，就是靠著忍辱這點慧的巧師，方能造就出種種上妙的功德而令人讚歎不已。

《入行論》云，「若勵摧忿勃，此現後安樂。」若能恆常修習堪忍不失歡喜，故於現法一切時中常得安樂。於當來世破諸惡趣生妙善趣，畢竟能與決定勝樂，故於現後悉皆安樂。此等勝利皆由忍生，於此因果關係乃至未得堅固猛利定解之時，當勤修學。

《入行論》說：「若能勵力摧伏即將現起的瞋心，今生與來世都會獲得安樂果報。」恆常不斷地修習忍辱，一切時處在法上都能不失歡喜心，不但今生恆處安樂，來生更能免墮惡趣而感生善趣，甚至獲得究竟勝利的果樂，所以說現後皆安樂，這些殊勝利益都來自於忍辱的工夫。如果對忍辱與現後安樂之間的因果關係還沒有得到堅固猛利定解的話，應該要好好去修學。」

瞋恚過患中，不現見之過患者，《入行論》云，「千劫所集施，供養善逝等，此一切善行，一恚能摧壞。」此是如其聖勇所說錄於《入行》，《曼殊室利遊戲經》說，摧壞百劫所積眾善。《入中論》亦說，「由起剎那忿恚意樂，能摧百劫修習施戒波羅蜜多所集諸善。」

若不能忍，放任瞋恚現起，當造成種種惡業過患。瞋恚過患，分為無法現見與即可現見二種。

(一) 無法現見的過患

如《入行論》說：「用了千劫時間，所累積布施、供養諸佛等一切善行，只要一念瞋心就能破壞所有善業功德。」這是依馬鳴菩薩所說而記錄在《入行論》中的。《曼殊室利遊戲經》則說：「瞋恚能摧壞百劫所累積的眾善。」《入中論》也說：「光是一剎那的瞋心，就足以摧毀百劫修習布施、持戒波羅蜜多等所積之善根。」

須瞋何境者，或說菩薩或說總境，前者與《入中論》所說符合，如云，「由瞋諸佛子，百劫施戒善，剎那能摧壞。」生恚之身者，《入中論釋》說，「菩薩生瞋且壞善根，況非菩薩而瞋菩薩。」境為菩薩隨知不知，見可瞋相隨實不實，悉如前說能壞善根。

瞋恨的對象是誰，才会有如此嚴重的後果呢？有些人說，所瞋的對象必須是菩薩；也有些人認為，瞋任何人都算。前者跟《入中論》所說的相符。如說：「對菩薩起瞋心，會使百劫所修布施、持戒等善根，在剎那間摧毀殆盡。」至於生起瞋心的後果是如何呢？《入中論釋》說：「若菩薩瞋菩薩，尚且會摧壞善根，何況非菩薩的凡夫去瞋菩薩？過失一定更嚴重。」總之，不論是否知道所瞋對象是位菩薩，

也不論所見的可瞋之相是否真實，都如前面所說，只要對菩薩生起瞋恚心，都會摧壞善根。

總其能壞善根，非是定須瞋恚菩薩，《集學論》云，「聖說一切有教中亦云，諸比丘，見此比丘以一切支禮髮爪塔，發淨心否。如是，大德。諸比丘，隨此覆地下過八萬四千踰繕那乃至金輪，盡其中間所有沙數，則此比丘應受千倍爾許轉輪王位。」

總的來說，不必定須瞋恚菩薩，才能損壞我們的善根。如《集學論》引述戒經《聖說一切有教》的律典中也說，「佛陀問：『諸位比丘！你們看見眼前的這位比丘以五體投地，禮拜佛的髮爪塔，他有沒有發清淨心？』比丘們回答：『是的，世尊。』佛陀又說：『由於他發心清淨，隨他禮拜所覆之地，向下八萬四千由旬，一直到金輪地基，盡其中間所有沙數，以一粒沙代表一世，這位比丘將可受用千倍沙數的轉輪王位之福報。』

P288L1~P289L1 乃至~施戒善根。

乃至「具壽邬波離來世尊所，恭敬合掌安住一面，白世尊言，世尊說此比丘善根如是廣大，世尊，如此善根何能微薄銷滅永盡。邬波離，若於同梵行所而為瘡患，為瘡患已我則不見有如是福，邬波離，此大善根由彼微薄銷滅永盡。邬波離，故於枯樹且不應起損害之心，況於有識之身。」

接著，邬波離尊者來到世尊面前，恭敬合掌請問：『世尊！您剛才說這位比丘的善根如此廣大，有沒有可能因為什麼緣故，而讓如此廣大的福報變得微薄，甚至永遠消退、滅失掉呢？』佛陀回答：『邬波離！如果這位比丘對同修起了瞋心，光這一點過失，我就看不到前面說的福報了。邬波離！再大的善根都會因瞋心而變微薄、消滅、乃至竭盡。因此之故，即便對一棵枯樹尚且不應生起損害心，何況是對有意識的有情？』

壞善根義，有諸智者作如是說，摧壞先善速疾感果之功能，令果久遠，先當出生瞋等之果，非後遇緣不自生果，以世間道皆不能斷所斷之種，定不能斷煩惱種故。

至於壞善根的意思，依過去有些智者的解釋，說是摧壞原先善根迅速感果的能力，使得善果成熟的時間延後，而讓瞋恚等惡果先成熟。這並非說將來遇到他緣，之前的善根種子就不會生出善果；因為以普通世間法皆不能斷除一切有漏的種子，至少在見道位以前是不能斷煩惱種子的。（他宗以此說明，瞋心只能壞善根感果功能，不能斷其種子，以後遇緣，仍然可以生果。）

然此理不定，如諸異生，以四對治力，淨治不善所獲清淨，雖非斷種，然後遇緣其異熟果定不生故。又已感異熟善不善業，雖非斷種，然後遇緣亦定不生異熟果故。又加行道得頂忍時，未斷邪見及惡趣因不善種子，然遇緣時，亦定不起邪見及惡趣故。

對此，宗大師認為，前說推遲感果功能，固然不錯，唯種子遇緣再生的講法，並不一定。例如凡夫以四力對治，淨除先前所造惡業後獲得清淨，雖不能斷除惡種子，但是種子生果的能力已遭破壞，以後遇緣，也定不生異熟果報。還有，已經感生異熟果報的善、惡業，雖然沒有斷除種子，但將來縱遇他緣，也一定不會生異熟果報。又如果已修至加行道的頂位、忍位時，雖未斷除邪見及惡趣因的不善種子，然而即使遇到任何外緣，也一定不會再生邪見及墮惡趣。

又如前引「諸業於生死隨重。」隨先熟一善不善業，暫遮餘業成熟之位，僅以此義不能立為壞善不善，亦未說故。又異熟暫遠，不能立為壞善根義。若不爾者，應說一切有力不善業，皆壞善根故。故於此中清辯論師如前所說，以四種力淨治不善，及由邪見損害之心摧壞善根，俱如敗種，雖遇助緣而不發芽，後雖遇緣亦不能生果。

前面講過，造業感果的次第，是隨重、近、串習、先的順序而感果。當某個善或不善的業報先成熟時，雖然能暫時遮止其餘業報的成熟時機，但僅從這一點，說暫不感果就是壞善根的話，是不合理的，經典上也沒有這種說法。又延緩異熟暫不感果，並不等於壞善根的意思。否則，豈不是一切有力的惡業都會摧壞善根？然而事實並非如此。所以清辯論師特別有說：如以四力對治淨除不善以後，這個惡業就不會再感果了；反過來，如果自心已被邪見損害，壞了善根，那麼有善業也不能再感果。此二情況說明，善、惡業的種子

雖然都沒有斷除，可是種子生果的能力卻被破壞了，形同敗壞的種子，即使將來匯聚其他助緣，種子也不會發芽。同樣的道理，我們種的善根如果被摧壞了，以後就算遇緣，也不能生果，這才是斷善根真實的意思。

又如前說，雖以四力淨所造罪而得清淨，而與發生上道遲緩無相違義。故有一類，雖壞布施護戒之果圓滿身財，然不能壞修習能捨及能斷心作用等流，後仍易起施戒善根。

如前所說，雖然藉由四力懺悔可以淨除罪業而得清淨（不會感生這個惡果報），但卻會遲緩將來證道的時間，這跟前說的道理並不相違。所以有一類人，雖然因為瞋心而摧壞布施、持戒之功德，致無法感得圓滿身財受用的果報，但是卻不能壞盡其修習能捨、能斷的等流習氣；到了下一世，布施、持戒的善根還是很容易生起來的。

P289L1~P290L2 又有一類~應當修習。

又有一類，雖壞施戒作用等流同類相續，然未能壞發生圓滿身資財等。又有一類如前所說，若不瞋恚授記菩薩，一劫所能圓滿道證，由起瞋心自相續中已有之道，雖不棄捨，然一劫中進道遲緩。

也有一類人，則雖然因為瞋心而破壞布施、持戒等同類造作等流之持續生起，然而卻不能壞其異熟果報，將來還是可以感得圓滿身財受用。還有一類人則如前說，他不是對一位授記的菩薩起瞋心，而是對非授記菩薩起了瞋心，本來以一劫即能圓滿所證之道，卻由於瞋恚，即使沒有棄捨其身心相續中已有之道，但在一劫中修道的進展會變得非常緩慢。

總之如淨不善，非須盡淨一切作用，故壞善根亦非壞盡一切作用，此極重要。唯應依止佛陀聖教，及依教之正理而善思擇，故當善閱經教而善思擇。如是能引極非可愛粗猛異熟，及能滅除餘業所引最極可愛無量異熟，是為非現見之過患。

總而言之，以四力淨除惡業後，並不是盡淨惡業種子的一切作用；相同地，若邪見、瞋心壞了善根，也不是壞盡一切善業的作用，這個概念至為重要。我們唯有依止佛陀聖教，並依教之正理而善加思

惟觀察，才能稍解各宗各派論述的意趣所在。所以一定要善閱經典，把握住經教的真義而善巧如理的抉擇。

由此可知，如果不能忍而發瞋心，不僅容易感得極粗猛、不悅意的異熟惡果，而且會滅除於他世出生無量悅意的異熟善果，這都屬於不能忍的非現見過患。

現法過患者，意不調柔，心不靜寂。又諸喜樂，先有失壞後不可得，睡不安眠，心失堅固平等而住。若瞋恚重，雖先恩養忘恩反殺，諸親眷屬厭患棄捨，雖以施攝亦不安住等。

(二)現世可見之過患

現世即可看到的瞋恚過患：瞋心一起，心中立刻無法寂靜、調柔；失壞原有的喜樂，且於其後不可復得；心浮氣燥、睡不安穩，內心想要保持平等正住，但做不到。一個瞋心重的人，縱對昔日他人的恩養之情，也會忘恩負義，反過來甚且將其殺害；所有親眷都會厭惡並斷絕而去，就算以布施想拉攏他們，也不能將其留駐等。

《入行論》云，「若持瞋箭心，意不受寂靜，喜樂不可得，無眠不堅住。有以財供事，恩給而依止，彼反於瞋恚，恩主行殺害。由瞋親友厭，施攝亦不依，總之有瞋恚，全無安樂住。」

如《入行論》說：「如果心裡持著瞋恚之箭，不但無法感受寂靜平和、毫無喜樂、而且行住坐臥皆不得安穩。有施主來供養財貨，本來是件有恩給的好事，卻由於心生瞋忿，反將恩主殺害。因忿恚親友而導致眾叛親離，即使誘之以利，也沒有人願意與他共處。總之，心有瞋恚，就絕無安樂可言。」

《本生論》亦云，「忿火能壞妙容色，雖飾莊嚴亦無美，縱臥安樂諸臥具，忿箭刺心而受苦。忘失成辦自利益，由忿燒惱趣惡途，失壞名稱及義利，猶如黑月失吉祥。雖諸親友極愛樂，忿墮非理險惡處，心於利害失觀慧，多作乖違心愚迷。由忿串習諸惡業，百年受苦於惡趣，如極損他來復讎，怨敵何有過於此。此忿為內怨，我如是知己，士夫誰能忍，令此張勢力。」此等過患皆從忿起乃至未得決定了解應當修習。

《本生論》也說：「忿怒之火會摧壞殊妙容顏，露出猙獰惡相，雖以妙飾裝扮，也好看不起來；縱然高臥安樂具，卻因忿恨之箭刺在心頭而痛苦不安。原想成辦自己利益，卻因瞋心怒火燒燃而統統忘失掉了，以致墮入惡趣；遍失威望與名利，就像黑月退失吉祥的光華。雖然親友愛護有加，卻因忿怒而常墮入非理之險處，失去辨別善惡的智慧；總是做出乖違道理的蠢事，以致於愚痴迷妄、自害害人。由於瞋恚之習氣嚴重，經常造作惡業，以致於百返惡趣，長時受苦；如果是曾經極度傷害他人而被尋仇，這樣產生的極大仇敵對我們所做最嚴重的傷害，有什麼能超越它呢？就是瞋恚心，這個心裡的内賊。我既了知此一事實，作為一個修行人，怎還能容忍它如此囂張？」思惟這些過患皆由瞋恚所引起，如果對此尚未得到定解，應當要趕緊修習。

P290L2~P291L1 如《入行論》~故瞋恚耶。

如《入行論》云，「無如瞋之惡，無如忍難行，故應種種理，殷重修堪忍。」由見勝利過患為先，應以多門勤修堪忍。初句之理由，如《入中論釋》云，「如大海水，非以秤量能定其量，其異熟限亦不能定。故能如是引非愛果，及能害善，除不忍外，更無餘惡最為強盛。」

如《入行論》說：「沒有比瞋恚更罪惡的敵人，沒有比忍辱更難行的學處，因此須依持種種正理，殷重地修習安忍。」由於瞭解了忍辱之功德和瞋恚之過患，應該立刻透過各種方便勤修安忍。這裡第一句話，說「無如瞋之惡」的理由，在《入中論釋》中有說：「譬如大海裡的水，無法以秤來測知其水量；瞋恚的異熟果報也同樣是難以估計啊！所以像瞋心這樣既能引生不悅意的異熟惡果，同時又能摧壞善根，除了瞋恚（不忍）之外，再沒有比它更厲害的惡力了。」

若僅生最大非愛異熟而不壞善根，則非如此最大惡故。然能雙具引大異熟及壞善根所有惡行，除瞋而外餘尚眾多，謂誹謗因果所有邪見，及謗正法，並於菩薩尊長等所起大輕蔑，生我慢等，如《集學論》應當了知。

如果只是引生不悅意的異熟果報（即墮惡趣），而沒有壞善根的話，還不算最大惡力，必須同時具備能引生粗重異熟，又兼具摧壞善根的力量才算。除了瞋恚之外，還有其他很多惡行也是，例如誹謗三

寶、因果等邪見、誹謗正法、輕蔑菩薩及尊長等殊勝福田、以及我慢等行為，都會帶來嚴重過失，這些內容應從《集學論》中去一一理解。

卯三、忍之差別

第三忍差別分三，^一耐怨害忍；^二安受苦忍；^三思擇法忍。

辰一、耐怨害忍

初耐怨害忍分二，^一破除不忍怨所作害；^二破除不喜怨家富盛喜其衰敗。初中分二，

巳一、破除不忍怨所作害

^一破除不忍障樂作苦；^二破除不忍障利等三作毀等三。初中分二，

午一、破除不忍障樂作苦

^一顯示理不應瞋；^二顯示理應悲愍。初中分三，

未一、顯示理不應瞋

^一觀察境；^二有境；^三所依瞋非應理。今初

第三、忍之差別

忍之差別，將分耐怨害忍、安受苦忍、思擇法忍三科來作說明。

一、耐怨害忍

(一) 破除不忍怨家所作的損害

1. 破除不忍障樂作苦

(1) 顯示理不應瞋：應先了解為什麼不應該瞋恚？理由為何？可從下面三個角度解說：即觀察境、觀察有境、觀察所依。

申一、觀察境

初中有四。一觀察有無自在不應瞋者。應當觀察，於能怨害應瞋之因相為何。如是觀已，覺彼於自欲作損害意樂為先，次起方便遮我安樂，或於身心作非愛苦。為彼於我能有自在不作損害，強作損害而瞋恚耶，抑無自在由他所使而作損害故瞋恚耶。

① 觀察境：從觀察境(包括人事物等對象、情境)，發現不應該瞋恚的道理

A. 觀察來傷害我的對象，是在有自在的情況下，還是無自在的情況下，來傷害我。然後發現不管他有無自在，我都不應該瞋他。

首先應觀察他為什麼傷害我、而我對他生瞋的原因？觀察後發現，對方要傷害我，先要有損害我的念頭(意樂)，然後才會想辦法(起身口行為)來遮止我得到安樂，或者讓我身心受苦。仔細思惟：我瞋怨他是因為他可以不傷害我，卻傷害了我(他能自主的情況下)，所以我瞋他？還是他本身無法自主，是受了其他因素驅使，才對我作出損害，所以我瞋怨他呢？

P291L1~P292L1 若如初者~滅除瞋恚。

若如初者瞋不應理，他於損害無自在故。謂由宿習煩惱種子境界現前，非理作意，因緣和合起損害心，縱不故思，此諸因緣亦能生故。若彼因緣有所缺少，則故思令生，亦定不生故。

如果是前者，我瞋他沒有道理。因為實際上他對傷害我並無法自主，也就是說，他之所以能造成傷害，是由於宿世習氣、煩惱種子與境界現前、非理作意這些因緣和合，引發了他的損害心。雖然他本來並無意傷害我，但很多因緣聚合的結果，的確造成了傷害；相反的，如果因緣不具足，即使他想要刻意去生起傷害我的念頭，也生不起來。

如是由諸因緣起損害欲，由此復起損害加行，由此加行生他苦故，此補特伽羅無少主宰。以他亦隨煩惱自在，如煩惱奴

而隨轉故。若他自己全無自在，為餘所使作損害者，極不應瞋。

像這樣由種種因緣聚合而產生瞋心想要損害他人的念頭，再進一步生起損害加行，最後就造成了傷害的痛苦。想想這個補特伽羅根本沒有自主能力，他其實是被煩惱所操控，就像煩惱的奴隸，跟著煩惱轉。如果他自己全然不能自主，只是受了其他因緣驅使而作出損害我的行為，這種情況之下，我沒有理由瞋恚他。

譬如有人，為魔所使隨魔自在，於來解救饒益自者，反作損害行捶打等。彼必念云，此為魔使，自無主宰故如是行，不少嗔此，仍勤勵力令離魔惱。如是菩薩見諸怨家作損害時，應如是思，此為煩惱魔使無主，故如是行，不少瞋此補特伽羅，須更發心為欲令其離煩惱故，我應勤修諸菩薩行。

就像有人受魔鬼驅使，聽命於魔，對前來解救、援助自己的人，反而欲作毆打等的傷害行為。然而這個解救者會想，對方是被魔鬼控制而喪失心智，根本不知道自己在做什麼，對他不但生氣，反而更努力營救他。同樣的，菩薩行者被怨家傷害時，應該要想，這個人是被煩惱魔控制，才會做出非理行為。菩薩行者不但不會瞋怨這個有情，反而更加發心希望讓他速離煩惱，而更努力勤修諸菩薩行。

如《四百論》云，「雖忿由魔使，醫師不瞋怪，能仁見煩惱，非具惑眾生。」月稱論師亦云，「此非有情過，此是煩惱咎，智者善觀已，不瞋諸有情。」《入行論》中雖說多理，然唯於此易生定解，對治瞋恚最為有力。《菩薩地》說修唯法想，堪忍怨害與此義同，故於此上乃至定解當勤修習。

如《四百論》中說，「這個被魔控制、心神錯亂的人，反過來打罵、傷害醫生，但醫師不會因此而生氣、怪罪他；佛陀看到眾生被煩惱繫縛，知道是煩惱的過失，不是那些具惑眾生的錯啊！」月稱論師也說，「這不是有情的錯，是煩惱的過失，智者應該善巧觀察，就不會錯怪、瞋恚有情。」《入行論》說了許多破除瞋心的道理，而此處所說的，是最容易引生定解，也是對治瞋恚最有力的方便。《菩薩地》說應該修習因緣所生法，若能了知諸法因緣生的道理，便能夠忍受

怨害，事實上這兩本論所說的意趣相同。對於以上道理，應該勤加修習以獲得定解。

若諸有情能有主宰皆應無苦，以此諸苦非所願故，有自在故。又諸有情若為猛利煩惱激動，尚於最極愛惜自身而作損害，或跳懸岩，或以棘刺及刀劍等，而自傷害，或斷食等，況於他人能不損哉，應如是思滅除瞋恚。

再換個角度思惟，如果有情都能自主的話，那世界上應該都沒有痛苦了，因為沒有人願意受苦，如果眾生都能自在，哪裡會讓自己受苦呢？不要說會傷害他人，當有情受到猛烈煩惱的刺激時，甚至對自己最愛惜的身體，都會做出損害的行為；例如跳崖、或者用棘刺、刀劍…等自殘、或者絕食等等。對自己尚且如此，何況是對別人？應該以此思惟來滅除瞋恚心。

P292L1~P293L1 《入行論》云～應當了知。

《入行論》云，「一切皆他使，他主自無主，知爾不應瞋，一切如化事。」又云，「故見怨或親，為作非理時，謂此因緣生，思已當樂住。若由自喜成，皆不願苦故，則一切有情，皆應無有苦。」又云，「若時隨惑轉，自愛尚自殺，爾時於他身，何能不為損。」

《入行論》說，「一切有為法都是因緣聚合而生，沒有絲毫獨立自主的能力。明白這個道理以後，就不會再瞋恨這一切如幻如化的人與事了。」又說：「當怨敵或親友非理傷害我時，要思惟這些怨害都是從往昔的業緣所產生，由此安然承受，無怨無尤。如果自己能做主、做自己喜歡的事，而這世間又沒有人願意痛苦，那麼一切有情應該都沒有痛苦才對！然而，事實正好相反，可見眾生根本就做不了主。」又說：「受強盛煩惱的驅使時，愛惜生命的人尚且會採取激烈的自殺行為；何況是面對令人氣惱的其他眾生，又怎麼可能不做出種種損害的行為呢？」

第二觀是客現及是自性皆不應瞋者。損他之過不出二事，謂是否有情之自性，若是自性瞋不應理，如不應瞋火燒熱性。若是客現亦不應瞋，如虛空中有煙等現，不以煙過而瞋虛空，應如是思滅除瞋恚。

B. 觀察傷害來自於客現？抑或自性？然後發現不管是哪一種，我都不應該生瞋。

通常傷害人不出二個原因：自性（本性就是如此）或客現（外來的因素使他這樣做）。如果是他的本性如此，就沒有理由生氣；就像被火燙傷，我們不會瞋恚本具燒熱自性的火。如果是外來的因素使然，也沒有理由生氣；就如虛空被濃煙遮蔽，我們也不會因暫時外來的濃煙而瞋恚虛空。應如此思惟而滅除瞋恚。

《入行論》云，「若於他惱害，是愚夫自性，瞋彼則非理，如瞋燒性火。若過是客來，有情性仁賢，若爾瞋非理，如瞋煙蔽空。」

《入行論》說：「如果說愚夫的本性就是會傷害人，而我們去瞋恚愚夫，豈非像對自性會燒燙人的火生氣一樣不合理？反過來說，如果傷害的過失是外來因素造成，有情的本性善良，那我們瞋恚有情，豈非像瞋恚遮蔽虛空的濃煙一樣不合理？」

第三觀其直間由何作損皆不應瞋者。若瞋直接發生損害能作受害者，應如瞋恚補特伽羅瞋刀杖等。若瞋間接令生損害能作受害者，如刀杖等為人所使，其人復為瞋恚所使而作損害，應憎其瞋。如云，「杖等親為害，若瞋能使者，此亦為瞋使，定應憎其瞋。」故不瞋杖，亦不應憎能使之者，若瞋能使，理則亦應瞋其瞋恚。不如是執，即是自心趣非理道，故應定解一切道理悉皆平等，令意不瞋補特伽羅，如不瞋杖，此未分別杖與能患有無怨心者，由前所說破自在理應當了知。

C. 觀察傷害來自於直接或間接的因緣？然後發現不管是哪一種，我都不應該生瞋。

假設有人拿刀杖來傷害我，如果要瞋怨直接造成傷害的加害者，就應該怪刀杖，因為刀杖才是直接造成傷害的因；如果要瞋怨間接造成傷害的加害者，那麼刀杖受制於人，而人受制於煩惱，最後應該怪這個人的瞋心、煩惱。如《入行論》說：「直接被刀杖傷害，就應該怪刀杖；如果要怪使用刀杖的人，想想這個人也是被煩惱控制，做不了主，所以真正要怪罪的是這個人內心的瞋恚才對。」既然我們不會瞋刀杖，也就不應瞋恨使用刀杖的人；假若要瞋恨這個使用刀

杖的人，照理應該瞋恨的是這個人的內心煩惱。如果不能這樣思惟理解，表示自己走在非理之路，不能平等看待事物。我們透過思惟，對一切道理都能平等的產生定解時，就不會瞋恚這個人，正如我們不會瞋恚刀杖一樣。此處並未分別刀杖與使用刀杖者有沒有怨心，因為前面講破自在的道理時已經講過了。

P293L1~P294L1 第四觀能~何有過於此。」

第四觀能發動作害之因不應瞋者。受由怨害所生苦時，若是無因不平等因則不生苦，要由隨順眾因乃生。此因是宿不善業故，由自業力發動能害令無自主，故自所招不應憎他，作是念已應怪自致，於一切種破除瞋恚。如那落迦所有獄卒，是由自己惡業所起為自作害。

D. 觀察能發動傷害的原因，然後發現也不應該生瞋。

由傷害造成的痛苦，如果是無因、不平等因，那絕對不會產生苦受，一定是有隨順的種種因緣才會有苦受。這個隨順因從哪裡來？來自於自己宿世惡業的異熟果報。因為自己的業力引發，招致他人傷害，整件事受業力主宰；既是自業所招惹，就不應瞋恨他人。真要怪，恐怕要怪自己，這樣思惟之後，找不到一點點可瞋恚的理由，瞋恚就破除掉了。例如地獄裡的眾生被獄卒傷害，那是由自己的惡業感得獄卒來傷害，是罪有應得。

如云，「我昔於有情，曾作如是害，故害有情者，我理受此損。」又云，「愚夫不願苦，愛著眾苦因，由自罪自害，豈應憎於他。譬如諸獄卒，及諸劍葉林，由自業所起，為當憎於誰。由我業發動，於我作損害，此作地獄因，豈非我害他。」霞婆瓦云：「若云非我所致，實是顯自全無法氣。」

如《入行論》說：「在過去生中，我曾經傷害有情，造成今天被有情所害，只能說是自作自受。」又說：「凡夫都不願受苦，卻偏偏忙著造作苦因，既是自己造業害自己，怎能瞋怪別人？就像地獄裡出現的獄卒和劍葉林等刑具，都是自己業力所感，又能怪誰？由於自己的宿世惡業，促成他人來傷害，他人因此而造了下地獄的因，追究起來還是我害了他。」

霞婆瓦祖師說：「如果我們還一味地說：『這不是我造成的！跟我無關。』那實在是跟法不相應，連一點佛法的味道都沒有了。」

申二、有境

觀察有境不應瞋者。若於怨害發生瞋恚，是因於苦不能忍者誠為相違，以不能忍現在微苦，極力引生惡趣無量大苦因故，故應自念我極愚癡而自羞恥，勵防莫瞋。如云，「於現在微苦，我且不能忍，何不破瞋恚，地獄眾苦因。」

② 觀察有境。從受害的自己(有這個境的人)來觀察，發現也不應該瞋恚的道理。

如果是因無法忍受他人對自己傷害的一點點苦受，而生起瞋恚，這也是自相矛盾；因為如果現在連一點點小苦都忍不住，隨便發起瞋心，將來又怎麼能忍受由此瞋心而引生到惡趣的無量大苦呢？所以如理了解以後，應該會想：「我，何其愚癡啊！」對此應感到羞愧，努力防範不再起瞋恚。如《入行論》說：「若對眼前的輕微小苦，尚且不能忍耐，未來惡趣的大苦，將如之何？為什麼不努力斷除瞋恚，破解將來遭受地獄大苦的因？」

其怨所生苦，是我宿世惡業之果，由受此故盡宿惡業，若能堪忍不造新惡，增長多福。他似不顧自法退衰，為淨我罪而行怨害，故於怨害應視其恩。如《本生論》云，「若有不思自法衰，為淨我惡而行損，我若於此不堪忍，忘恩何有過於此。」

與其怨恨他人傷害，還不如想清楚這是自己宿世惡業感得的果報，如今承受了，就把前業清淨了。如果我們能對怨家的傷害修習忍辱，不但避免自己造集新的惡業，還能增長多福；而且這些怨家似乎不顧自身善根衰退，跑來傷害我，是為我消業、淨化我罪。如此思惟後，我不但不該怨恨他，還應該感恩他才對。如《本生論》說：「若有人不顧自法衰損，為了淨除我的惡業來行傷害損惱，可說是對我有恩；我若不能忍耐還要瞋怨對方，再沒有比這個更忘恩負義的了。」

《入中論》云，「許為盡昔造，諸不善業果，害他忿招苦，如反下其種。」如為醫重病當忍針灸等方便，為滅大苦而忍小苦，最為應理。

《入中論》也說：「既然承許今之所受，都是過去惡業留下來的果報，而現在受些小苦就能盡除往昔之過，我若還不識好歹、不能修忍而傷害他人，反而繼續種下來世感生大苦的因，此不啻是害他又害己。」例如為了醫治重病，病患尚且須忍耐針灸等療法之苦；為除大苦而忍小苦，這樣極為合理。

申三、所依瞋非應理

觀察所依不應瞋者。一觀能害因及有過無過，如云：「他器與我身，二者皆苦因，由器與身出，為應於誰瞋，如人形大瘡，痛苦不耐觸，愛盲我執此，損此而瞋誰。」又云：「有由愚行害，有因愚而瞋，其中誰無過，誰是有過者。」

③ 觀察所依，發現不應該瞋的道理。

A. 觀察能害我生苦的原因，以及誰有過失、誰無過失？然後發現不管從哪一個角度去觀察，都找不到生瞋的理由。

如《入行論》說：「他用器具傷害我的身體，所以我對他生瞋，這也不合理。對方所使用的器具和我的身體，都是能引發痛苦的因緣，應該要怪這二者中的哪一個？由無始惑業所感得的身體，就像一個人形大瘡，脆弱不堪，不能忍受任何痛苦；我卻盲目愛執身體，現在它遭到傷害，要怪誰？」又說：「有的人因為愚癡而行傷害，有的人因為愚癡而發瞋恚，這當中誰沒有過錯？既然都有過錯，那麼誰該特別受到瞋怪呢？」

二觀自所受者，若諸聲聞唯行自利，不忍而瞋且不應理。何況我從初發心時，誓為利樂一切有情，修利他行，攝受一切有情。修利他行攝受一切諸有情者，如是思惟發堪忍心。

B. 觀察自己所受持的律儀。

若說只求自利的聲聞不能安忍而生瞋恚，尚且是不合理之事，更何況我在初發心的時候，已經發了誓願為利益一切有情，要修菩薩行，要攝受一切眾生。一個要修學菩薩行、攝受一切有情的人，更不應該生瞋才對。要好好思惟忍辱的道理，直至生起堪忍心。

博朵瓦云：「佛聖教者謂不作惡，略有怨害不修堪忍，即便罵為，此從根本破壞聖教，由此即是自捨律儀。聖教根本由此破壞，雖總聖教非我等有，自失律儀是滅自者。」又云：「如翻鞍牛縛尾而跳鞍反擊腿，若緩鞦落始得安樂，若於怨害而不緩息，為其對敵反漸不安。」

博朵瓦祖師說：「佛陀聖教的根本就是不作惡業，現在不過稍微受到怨敵損害而不修堪忍，乃至於胡亂咒罵，此即是從根本破壞聖教，如此也形同自毀所受律儀。聖教的根本也由此而破壞，雖說整個聖教並不是為我所有，然而不能堪忍，等於自捨律儀，卻是自我毀滅啊！」又說：「就像翻落的牛鞍纏住了牛尾，這時候如果牛使勁亂跳的話，反而會被鞍打到腿上；此時應該和緩地把纏住牛尾的鞦繩鬆解下來，如此才是安穩的作法。同樣的，如果對怨敵不能夠緩緩地平息他，而還處心積慮與他對敵，這樣反而讓自己深陷於煩惱不安中。」

以上是「顯示理不應瞋」的部分，分別從境、有境、所依三者來觀察，應該知道瞋恚他方是不合理的。

未二、顯示理應悲愍

第二理應悲愍者。謂當至心作是思惟，一切有情無始生死，無未為我作父母等親屬友善，又是無常命速分離，常為三苦之所苦惱，為煩惱魔之所狂魅，滅壞自己現後利義，我當哀愍，何可瞋恚及報怨害。

(2) 顯示理應悲愍：說明不僅不應該生瞋，而且應該悲愍的理由。

應該至心思惟：眾生是無始劫來的父母、親眷、友伴，他們也在輪迴當中受盡無常迅速、生命短促的折磨；受盡三苦的逼惱；受到煩

惱魔主宰而心智狂亂、不知取捨，經常造作自我損害的行為，以致壞滅了自己眼前和未來的利益。對於這種情況，我應當哀愍他們，怎麼可以再對他們瞋恚和報怨害呢？

P295L3~P295LL1 《入中論》云~瞋不生故。

午二、破除不忍障利等三作毀等三

破除不忍障利等三作毀等三分二：一、破除不忍障譽等三；二、破除不忍作毀等三。

未一、破除不忍障譽等三

初中分三：一、思惟譽等無功德之理；二、思惟有過失之理；三、故於破此應當歡喜。 今初

申一、思惟譽等無功德之理

若他讚我稱我稱譽，全無現法延壽無病等，及無後世獲福德等二種利益。故彼失壞若不喜者則無屋用，沙屋傾塌愚童涕哭，與我今者等無有異，應自呵責而不貪著。

2. 破除不忍障利等三、作毀等三

以下從破除不忍障譽等三、破除不忍作毀等三，分別說明：

(1) 破除不能忍受他人障礙我得到稱讚、名譽、利敬等而生瞋恚時，應有的思惟

① 思惟稱讚、名譽、利敬等沒有功德的道理

他人的讚美和稱譽，既不會讓我們今生延壽、除病，也不會讓後世獲得福德等二種利益，可以說沒有一點好處。如果因失去讚譽而耿耿於懷的話，那就像孩童去海邊用沙堆砌的沙屋，當毫無實際功用的沙屋倒塌時，愚昧的孩童會因此哭泣；而我現在悶悶不樂的心境豈非和那個愚童沒有什麼差別啊！因此，應當呵責自己，不該貪圖這些毫無意義的讚譽。

如云，「讚稱及承事，非福非長壽，非力非無病，非令身安樂，我若識自利，彼利自者何。」又云，「若沙屋傾塌，兒童極痛哭，如是失讚譽，我心如愚童。」

如《入行論》說：「受人稱讚與奉承，既不能轉變成福德、長壽、增長力氣和健康無病的因，也不能使我身心安樂；我若還懂得一點明辨利害得失，就該知道這些虛名和讚美對自己一點用也沒有。」又說：「孩童看到沙堆起來的遊戲屋倒塌而傷心哭泣，我若因失去虛幻的讚美而憂傷，豈不是和愚童一樣幼稚無知？」

申二、思惟有過失之理

第二讚譽等者，於諸非義令心散亂，壞滅厭離，令嫉有德，退失善事，如是思已則於彼等令心厭離。如云，「讚等令我散，彼壞厭離心，嫉妬諸有德，破壞圓滿事。」

② 思惟稱讚、名譽、利敬的過患

讚譽等，非但對我沒什麼利益，反而會令心散亂在無意義的事情上，破壞出離心、嫉妒其他有德者，因而退失種種善事。如此思惟讚譽等的過患之後，對它們的厭離心就生起來了。如《入行論》說：「讚美和稱譽會使人散亂，損壞對三界的出離心，嫉妒有德者，甚至能破壞一切圓滿福慧資糧的法行。」

申三、故於破此應當歡喜

第三如是令我退失譽稱及利敬者，是於惡趣救護於我，斬除貪縛遮趣苦門，如佛加被。如是思已，應由至心滅瞋生喜。如云，「故若有現前，壞我譽等者，彼豈非於我，救護墮惡趣。我為求解脫，無須利敬縛，若有解我縛，我何反瞋彼。我欲趣眾苦，如佛所加被，閉門而不放，我何反瞋彼。」

③ 對破除不忍障譽等應當感到歡喜

像這樣使我退失稱譽和利養，反而是把我從惡趣當中救護出來。為什麼？因為斬斷了我對名利的貪著與繫縛，遮止我趣入痛苦之門，

等同於獲得佛陀的加持。如此思惟之後，應當至心滅除瞋恚心，而且對退失讚譽感到歡喜。如《入行論》說，「如果現在有人中傷我、毀謗我，破壞我的名譽，那麼他豈不是正在努力地救護我，阻擋我墮入惡趣？我想追求解脫，原本不需要世俗名利、恭敬的束縛，現在有人來幫我解除名利的羈絆，我為什麼反來瞋恨他？如果我貪著利敬，遲早得墮入大苦，現在他來助我去除貪念，就像佛陀來加被，把惡趣之門關上，不讓我墮落受苦，我為什麼反而來怪罪他？」

未二、破除不忍作毀等三

第二破除不忍作毀等三者。心非有體非他能害，若直害身間損於心，毀等於身亦不能損，既於身心二俱無損故應歡喜，如是思已斷除憂悵，憂悵若滅，瞋不生故。

(2) 破除不能忍受他人毀謗、粗語、惡名等而生瞋恚時，應有的思惟

① 思惟毀謗等無法傷害

心不是色法，沒有實體形相，不可能被他人傷害到；若說是透過身體，間接導致心靈受創，但是身體受到傷害，不代表心也會受到傷害，何況毀謗也不會真正傷到身體。既然身、心都沒有受到傷害，就不必對毀謗等生起憂惱；如此思惟之後，應該能滅除憂惱；既然沒有憂惱，瞋恚心也就生不起來了。

P295LL1~P296LL1 亦如論云~喜無退故。

亦如論云，「意非有形故，誰亦不能壞，由耽著於身，故身為苦損。毀訾及粗語，並其惡名稱，於身若無害，心汝何故瞋。」

就像《入行論》中說，「心念是沒有形、色的東西，既然它沒有形色，誰也不能去傷害它。如果我們耽著於這個身體，那麼傷了這個身體，倒是會產生痛苦的。但現在不是這樣，別人以輕視、毀謗、粗語、或惡名來相向，對身體(或者身體的任何部位)是不會造成傷害的，既然身體沒有受傷，心啊！你又何須生瞋？」

霞惹瓦云，「若於康壘巴、內鄔蘇巴、照巴三人，任說何語與向土石，全無差別，故得安樂，後時諸人耳根薄弱，故無安樂。」若對馨敦說某作是言，答曰，「暗中訶罵國王，汝犯離間應當懺悔。」有謂慧金剛瑜伽師云，「人說我等為伏後者。」答云，「人不於人作言說事，又於何事。」次云，「速斷離間。」

祖師霞惹瓦說：「如康壘巴、內鄔蘇巴、照巴師兄弟三人，不管別人說他們甚麼，罵也好、讚也好，他們三個人就像土石一樣，動都不動，所以他們經常能安樂自在。後來的人耳根薄弱，只聽到一點點風吹草動，心裡就被它所轉，因此得不到安樂。」譬如有人向噶當派的馨敦大師告狀，說旁人在背後怎麼怎麼說他，馨敦大師則回答：「人們在暗地裡連國王都敢訶罵，何況是我？而你來告訴我這些，就是犯了離間語，應當去懺悔。」曾有人跟慧金剛瑜伽師說，「別人批評我們也會在背後打小報告。」慧金剛瑜伽師回答說：「世間人就是這樣，難免會說長道短，不然他們要做什麼？」接著瑜伽師會告誡來者，「趕快去懺悔，盡速斷除離間語。」

若作是念，由毀訾等則餘補特伽羅於我不喜故不歡喜，若餘不喜我，於我有損可為實爾，然此於自全無所損，故應斷除不歡喜心。如云，「餘不喜於我，此於現後世，俱不損於我，何故我不樂。」

或者有人認為：由於某人毀謗等，而導致自己受人排擠，所以應該生氣。假定別人因誤信讒言而對我不喜，因此對我造成損害，那生氣還有理由；可是實際上，根本沒有任何的損害，所以實在不必為此事而生瞋心。如說：「他人喜不喜歡我，對我的今生或後世有什麼損害？既然沒有損害，我又何必為此悶悶不樂？」

若作是念，雖他不喜無損於我，然由依此，即能障礙從他人所獲得利養，故於毀訾毀謗傳惡名者而發憎憤。所得利養須置現世，瞋他之惡隨逐而行，故無利養速疾死沒，與以邪命長時存活，前者為勝。

或者又想：他不喜歡我，雖然沒有損害到我，卻因為他的誹謗，以後會障礙我從別人那邊得到恭敬利養，所以對那些毀謗、毀謗及散播謠言的人應該有理由瞋恨。但這樣想也不對。利養恭敬最多只能今生受用，然而瞋恚的惡業卻會隨著業力輾轉到來世。因此，就算自己失去利養而窮困喪命，較之於眼前得到利養，卻是發了瞋心、以邪命而活，即使能活得久一點，但二者相較起來，前者遠遠來得超勝。

設獲利養長時存活，然於死亡終無免脫終須有死，至臨終時，先經百年受用安樂，與唯一年受用安樂，二者相等，唯為念境，爾時苦樂無差別故。

因為就算獲得利養、也活得較為長久，但最後仍免不了一死，那麼生前受用安樂一百年或者受用安樂只有一年，又有什麼差別？結果是一樣的，都只剩下回憶而已。在憶念當中，一百年跟一天、乃至一剎那是沒有差別、也沒有苦樂之分的。

譬如夢中受樂百年與唯須臾領受安樂，二睡醒時，樂與不樂全無差別。如是思惟，若於利敬能破貪著，則於毀謗揚惡名等不生憂悒，以不求於他顯我殊勝，雖不顯揚喜無退故。

就像在夢裡享受百年安樂，與享受片刻安樂，在夢醒之後，二者完全沒有樂與不樂的差別一樣。依此思惟，如能破除貪著利養恭敬，則對他人毀謗、破壞名譽等，就不會憂悒了。既然不貪圖他人稱揚自己的德行，所以不管別人對自己的評價如何，自心只管安住在法上求增長，則法喜心就不會退。

P296LL1～P297LL1 亦如論云～受獄卒煎。」

亦如論云，「能障利養故，若我不喜此，我利置此世，諸惡則堅住。我寧今死歿，不邪命長活，我縱能久住，終是死苦性。夢受百年樂，若至於醒時，與受須臾樂，若至於醒時。醒已此二者，其樂皆不還，壽長短二者，臨終唯如是。設多得利養，長時受安樂，亦如被盜劫，裸體空手行。」

如《入行論》說：「毀謗會障礙我得到利養，我因而對謗者發起瞋心。但利養只能用在今生，瞋惡卻會遺毒萬世。我寧可現在缺乏利養而

死，也不願以增長邪命而長活。因為縱使活到百歲，終究難逃死苦。就像夢裡不管享盡百年快樂，或僅只受用片刻歡餉，等到夢醒，驀然回首，誰也追不回夢中的快樂景象。我們的壽命或短或長，一如夢裡樂事，到了臨終時分，大家都一樣，只能空留回憶。所以，現在即使我能得到豐厚利養，長久安享富貴榮華，等到最後走的時候，仍然像遭遇盜匪洗劫，還是空手赤身獨自隨業漂流而去。」

巳二、破除不喜怨家富盛喜其衰敗

第二破除不喜怨敵富樂，喜其衰損者。本為利樂諸有情故發菩提心，今於有情自獲安樂反起瞋恚。又云惟願一切有情皆當成佛，今見彼等略有下劣利養恭敬，反生憂惱極為相違。故應於他幾大富樂，斷除嫉妬至心歡喜。若不爾者，則菩提心利樂有情唯假名故。

(二) 破除不喜怨家富盛安樂與見其衰敗而感到歡喜的心態

1. 破除不喜怨家富樂

原本為了利益有情而發菩提心，現在看到有情自己能得到安樂，反而起了瞋心煩惱，這不是很矛盾嗎？原本祈願一切有情都能成佛，獲得究竟的離苦得樂，現在見到有情得到一點世俗的利養恭敬，反而憂感難安，這不是和自己最初的發心完全違背了嗎？既然有情可以自己富樂，應該感到歡喜，去除嫉妒心，否則信誓旦旦要以菩提心利益眾生，豈非只是空話？

如云，「為樂諸有情，而發菩提心，有情自獲樂，何故反瞋彼。云令諸有情，成佛三界供，見下劣利敬，何故起憂惱。若汝所應養，當由汝供給，親友得自活，不喜豈反瞋。不願眾生樂，豈願得菩提，故若憎他富，豈有菩提心。若他從施獲，或利在施家，此俱非汝有，施不施何關。」

如《入行論》說：「曾經為了利樂眾生而發菩提心，現在看到眾生有能力自求安樂，為何反生瞋怨呢？曾經說要幫助眾生成佛，獲得三界廣大供養，現在看到眾生享用點微不足道的利養恭敬，為何反生憂惱呢？本來發了心要擔起供養他們的責任，現在他們能自力更

生，為什麼不高興？反而嫉妒他們快樂，還說要幫助眾生都成佛？如果對眾生富樂都會起瞋恚不耐，這哪裡有菩提心？不管眾生是從布施得到好處，或者是其他因素下得到的，這些東西本非自己所有，他人施或不施都與自己不相干，為什麼要嫉妒？」

怨家衰敗而生歡喜，及暴惡心願其失敗，僅由此心於怨無損，唯令自苦。設能損他，然亦俱害，思此過患，當一切種而正滅除。如云，「設怨有不喜，汝有何可樂，僅由汝希願，豈為損他因。縱由汝願成，他苦汝何喜，若謂滿我心，損失豈過此。彼煩惱漁夫，利鉤之所執，我於地獄鑊，定受獄卒煎。」

2. 破除希望怨家衰敗的心態

看到怨家衰敗而竊喜，甚至惡劣到希望他一敗塗地；這種瞋怨心實際上是無法傷害怨家，只會讓自己受苦而已。就算真能傷害他，也一定是兩敗俱傷。應該真正去思惟瞋恨心的過患，正視其嚴重後果，當會使盡各種辦法來斷除瞋心。如《入行論》說：「看到怨家不幸，有什麼好高興的？希望別人倒楣，難道就可以傷損到他？即使達成目的，看到別人受苦，又有什麼可樂的呢？若說這樣才能消除心頭之恨，恐怕自己的損失還要更大。要知道，瞋恚煩惱就像漁夫的利鉤，被它鉤上了，地獄油鍋肯定就等在那裡，將來必受到烹煎之苦。」

P297LL1～P298LL1 如是若於～應當遠離。

如是若於障礙我樂及我親眷為作非樂，並於怨家所有盛事，一向視為不可樂相，由此生憂，憂增發瞋。若能破其一向不喜，則止其憂，由憂息故，瞋則不生。故應以前所顯正理，於此破其一向不喜，由眾多門滅除瞋恚，以其過失最重大故。能滅教授亦即上說佛子正理，要與煩惱而興駁難，向內摧壞第一仇敵瞋恚之理。

如果說怨家會障礙我和親眷獲得安樂，或對我和親眷造成傷害，我因此而起瞋心，並對怨家所有的盛事，統統不能忍受，而且由不歡喜致生憂惱，由憂惱而發瞋恚；那麼，這時首先應破除對怨家不喜的心態，如此則能止息自心之憂忿；如果憂惱心沒有了，瞋心才會

平息。所以應該思惟這些道理，破除一向的不喜心，想辦法由各種方便去斷除瞋恚，因為瞋恚的過失最為嚴重。能滅除瞋恚的正理即如前說，菩薩行者必須立誓迎戰煩惱敵，向內摧伏瞋恚心這個第一大仇家。

是故若能以觀察慧善為思擇，以多正理而正破除，則能遮止多類瞋恚。由眾多門發生堪忍。能得堅固微妙習氣，以是由其無垢正理，於正教義獲定解故。有捨觀慧思擇修者，即捨此等菩薩一切廣大妙行，當知即是自他暇身受取心要無上障礙，猶如毒蛇應當遠離。

所以，懂得以觀察慧好好思惟抉擇，修習眾多對治法門，就能遮止各種微細難察的瞋恚，憑藉著如法正理引發堪忍心，獲得堅固微妙的善法習氣；這就是透過無垢正理，以智慧觀察法義，最終對正教意涵獲致定解的道理。如果捨棄觀察慧思擇修，等於捨棄了菩薩一切廣大妙行，應知這就是自他暇滿人身獲得無上心要的最大障礙，菩薩行者應該速速遠離如毒蛇一般的障礙，否則後果可畏。

P299L2~P300L2 如《入行論》～若嬌苦反增。」

辰二、安受苦忍

第二引發安受苦忍分三。一、必須安受苦之理；二、引發此之方便；三、處門廣釋。 今初

巳一、必須安受苦之理

如《入行論》云，「樂因唯少許，苦因極繁多。」我等恆有眾苦隨逐，故以苦為道不可不知，若不爾者，如《集學論》說，或生瞋恚或於修道而生怯弱，即能障礙修善行故。此復有苦是由他起。亦有諸苦，無論於道若修不修由宿業起。又有一類如下所說，由修善行始得發起，若不修善則不發生。

二、安受苦忍

(一) 必須安忍「苦」的理由

如《入行論》說：「在輪迴中，快樂的因少之又少，痛苦的因卻比比皆是。」眾生總是一直隨著痛苦而流轉，所以首先應知道如何面對痛苦，將痛苦轉為道用，以苦作為修行的順緣；否則，就會像《集學論》所說，因為苦而起瞋心，或者因為苦而對修道產生怯弱心，就會形成修習善法的障礙；其次，有些苦是因他而起，也有些苦是因宿業而起，不管修不修道，都躲不掉業力成熟的痛苦。此外，還有一種苦來自於修習善法，如果不修行，則不會發生。

如是若由宿業及現前緣增上力故決定起者，此等暫時無能遮止，起已必須安然忍受。若不能忍則反於此原有苦上，由自分別更生心苦極難堪忍。若能安忍雖根本苦未能即退，然不緣此更生內心憂慮等苦。若於此上更持餘苦助道方便，則苦極微而能堪忍，是故引發安受苦忍極為切要。

如果宿生業力加上因緣聚合而產生的痛苦，這本來就是無法避免的，一旦生起後就必須安然忍受。如果不能忍，反而會在原有的痛苦上，由於非理分別而產生「心」的苦，使苦受程度更加轉劇到難以忍受。如果能安忍，雖然無法立刻減退根本苦受，至少不會再引生新的憂慮，增加身心痛苦。更進一步，如果能把痛苦反過來作為助道的方便，幫助自己修行，即可使痛苦能轉變得輕微可以忍受。所以應該反覆思惟必須安忍苦的道理，這對菩薩行者是非常重要的。

已二、引發此之方便

第二引發方便分二。一、有苦生時破除專一執為不喜；二、顯示其苦理應忍受。 今初

午一、有苦生時破除專一執為不喜

若已生苦有可治者，是則其意無須不喜，若不可治縱不歡喜亦無利益，非但無益且有過患。若太嬌愛，雖於微苦亦極難忍，若不嬌愛，其苦雖大亦能忍故。如云，「若有可治者，有

何可不喜，若已無可治，不喜有何益。」又云，「寒熱及風雨，病縛捶打等，我不應太嬌，若嬌苦反增。」

(二) 修習「安受苦忍」的方法

1. 當苦生起時，破除一味地厭惡苦受的心態

當苦生起時，如果這個苦可以對治、消除掉，那又何須不歡喜？如果已無法改變，縱使不高興也無濟於事，不但沒有意義，還會有其他過患。個性若太嬌弱，雖僅是微苦，也會變得無法忍受；若能堅強、不嬌慣，則苦雖大也能安忍。如《入行論》說：「如果還有機會補救，有什麼好生氣呢？如果已經於事無補，憂惱又有何益？」又說：「要禁得起寒熱、風雨、疾病纏縛、捶打傷害等小小痛苦，不要養成嬌弱的個性，否則只會更增痛苦。」

P300L2~P301L1 功德有五~無義大苦。

午二、顯示其苦理應忍受

第二顯示其苦理應忍受分三。一、思惟苦之功德；二、思惟能忍眾苦難行之功德；三、從微漸修無難之理。 今初

未一、思惟苦之功德

功德有五，謂若無苦，則於苦事不希出離，故有驅意解脫功德。由苦逼迫壞諸高慢，故有除遣傲慢功德。若受猛利大苦受時，則知其苦從不善生，不愛其果，須止其因，故有羞恥作惡功德。由苦逼惱希求安樂，若求安樂須修善因，故有歡喜修善功德。由比我心度餘有情，知皆是苦，於諸漂流生死海者，能發悲愍。以上諸德及此所例諸餘功德，自應先知數數修心，謂此諸苦是所願處。如云，「無苦無出離，故心應堅忍。又云，「又苦諸功德，謂以厭除慢，悲愍生死者，羞惡而喜善。」

2. 應該安忍這些苦的理由

為什麼對「苦」應該忍受？下面從三個角度來解析：思惟苦的功德、思惟能忍眾苦難行的功德、以及思惟從微漸修無難的道理。

(1) 思惟苦的功德

苦具有五種功德：①因為有苦，才会有想要出離的心；若無痛苦，則於輪迴不欲出離，所以它有策發心意趣向解脫的作用。②因為有苦的逼迫，則能摧伏心高氣傲，所以它有去除傲慢的作用。③遭受強猛痛苦，才會體會惡因生苦果的道理。要想避免遭受苦果，唯須遮止造作苦因，所以它有令人羞恥造惡的作用。④經歷過痛苦折磨，才会有希求安樂的欲望；了解欲求安樂，則須修集善因。所以它有令人歡喜修善的作用。⑤以自身苦受的經驗比度其他有情，了解世間有漏都是痛苦，因而對同樣身處生死苦海的眾生，就能生起悲愍心了。

我們應該對以上所說的五種功德，以及由此等功德可以類推出的其他功德，先思惟了解，如果能正面看待痛苦，時時串習調伏自心，並把苦受當成發願的對境來策勵自己；如同《入行論》說：「沒有苦，就沒有出離心，因此要堅忍。」又說：「苦有許多功德，如策發厭離心、去除驕慢、悲愍有情、羞恥作惡、歡喜行善等。」

未二、思惟能忍眾苦難行之功德

第二思惟能忍眾苦難行之德分二。一、思解脫等諸大勝利；二、思能遮止無量大苦所有勝利。今初

申一、思解脫等諸大勝利

我昔流轉生死之時，為求微劣無義欲故，雖知有苦尚能輕蔑非一大苦，作感當來無量苦因，忍受非一無義大苦。

(2) 思惟能忍眾苦難行的功德

①思惟忍小苦能獲得解脫等大利益

過去在無數生死中流轉時，僅為滿足微劣又無意義的欲望，明明曉得追求欲望會種下苦果，還輕蔑地認為種種大苦不算什麼，結果造了感生輪迴的無量苦因，必須忍受無量毫無意義的大苦。

P301L1~P301LL1 況我今者~漸能增廣。

況我今者，為求引發自他無量利益安樂，尚應故知忍受過前百千俱胝倍數大苦，而修善行，況輕於彼，應數思惟令心堅固，《入行論》云：「為欲曾千返，受燒等地獄，然於自他利，我悉未能辦。現無爾許苦，能成諸大利，為除眾生苦，於苦唯應喜。」

比對現在，為求引發自他無量利益安樂，即使須忍受超過之前百千俱胝倍的大苦，也應該欣然接受；更何況實際修善行的苦比輪迴大苦輕太多，所以應數數思惟這二者的差異與功過，以此令心堅固。

《入行論》說：「為了追求世間欲望，曾千百次進出燒煮等大地獄，儘管承受無量劇苦，卻也從未真正利益過自他。現在只須忍耐修道的一點小苦，就能成辦種種殊勝大利，為了去除眾生痛苦，我們應對修行之苦欣然承受啊！」

思惟往昔於自他利俱無所成，尚能忍受爾許難行，今為引發極大利義，於諸微苦何故不忍。故雖有苦，然有此利，我實善得，如是思惟令心高起。

想想看，過去對利益自他毫無所成，卻忍受了很多難行之苦；現在只要忍耐些微痛苦，就能成辦自他極大義利，何樂不為？眼前雖有些修行的苦受，卻能引發如此大利，實在太值得了。這樣一想，就能令心高昂歡喜起來。

又由惡友之所誑惑，尚能趣向無義惡途，忍諸苦行，謂跳三尖矛及灸五火等。又為世間微劣事故，能強忍受務農徇利戰競等事，非一大苦，如是思已當於苦行而發無畏。

又過去受惡友欺誑，曾造作許多無意義的惡業，例如跳三尖矛、受五火灸身等等，忍受了種種無益苦行，結果還把自己送進惡道去；又曾為貪愛世間一點點的微劣好處，而須強忍務農、逐利、戰事、

競爭等眾多憂勞，以及後世必感得的無邊大苦。若能照著上述之次第一步步用心思惟、分辨之後，應該對修行當中所發生的種種困難，就一點不害怕了。

申二、思能遮止無量大苦所有勝利

思能遮止無量大苦所有勝利者，如有一人是應殺犯，若截手指能免殺罪發大歡喜，如是若由人間小苦，總能脫離無邊生死，別能永斷那洛迦等惡趣眾苦，極為善哉。若能善思現前久遠二苦差別，則於難行能生心力全無所畏。如云，「若截殺人手，能脫豈非善，若以人間苦，離獄豈非善。」

② 思惟忍小苦能消除無量大苦的殊勝利益

譬如有個死刑犯，現在只要斷根手指就能免其死罪，必定會喜不自勝。同樣的，若在世間受點修道的小苦，就能脫離無邊生死大苦，特別是能永斷墮地獄等惡趣之苦，那真是再好不過。應該善巧地思惟眼前與長遠苦受的差別，那麼面對現前的難行苦行，就能生起大無畏心了。《入行論》說：「本來要被殺的死刑犯，現在只要削掉他一隻手代替死刑，對他來說豈不是佔便宜的好事？同樣的，我們現在只要受一點人間的修行小苦，就能徹底解決輪迴的大苦，對我們而言，那豈不是一件佔盡便宜的天大好事？」

未三、從微漸修無難之理

從微漸修無所難者。如云，「若習不易成，此事定非有，故修忍小苦，大苦亦能忍。」若被忍甲受苦意樂，雜諸小苦漸次修習，則忍苦力漸能增廣。

(3) 思惟從小處漸次修習，就不會感到困難

如《入行論》說：「久久練習卻不成功，這種事情絕對沒有；所以先從忍受小苦修起，只要習慣了，到後來大苦也能忍得下。」修習忍辱，如果能披起安忍苦的意樂鎧甲，從摻雜小苦而漸次修習，則安忍痛苦之力就會慢慢增強。

《集學論》亦云，「此中若修小苦為先，則於大苦及極大苦而能串習。譬如一切有情由串習力，於諸苦上妄起樂想。如是若於一切苦上，安住樂想而漸串習，則亦能住安樂之想。」

《集學論》也說：「先修忍受小苦，久而久之就能忍受大苦與極大苦。就像顛倒中的有情，無始以來即不斷串習執苦為樂，不自覺地忍受著輪迴眾苦；如果像這樣把一切苦受都當成安樂，慢慢串習，久了也就能真正安住在樂想，而習以為常地忍受修行之苦。」

又生此想，復如《猛利請問經》云，「應當捨離，如樹棉心。」《華嚴》亦云，「童女，汝為摧伏一切煩惱故，應當發起難行之心。」謂須心力最極堅穩，非心微薄之所能成。

當痛苦出現時，要生起像《猛利請問經》所說的：「應當捨棄像樹棉一般軟弱無力的心性。」《華嚴經》也說：「童女！為了摧伏一切煩惱，應當發起難行之忍辱心。」這說明串習忍辱必須要有極堅穩的心力，心力薄弱不可能成辦。

故若先發堅強志力，則諸大苦亦成助伴，譬如勇士入陣戰時見自出血，以此反能助其勇志。若先未聞如是之法，雖聞云我不能行此自輕蔑者，則苦雖微亦能成彼退道之緣，譬如怯夫，雖見他血亦自驚倒。

倘若能先啟發堅強的心志，那麼所有大苦漸漸都會成為修行的助伴；就像勇士在戰場上看到自己流血，不但不怯弱，反而更加勇猛。另有一種狀態，過去未曾聽聞過某種教法，現在一聽到要去行持，就會推托、自輕，認為自己做不到，這種人儘管痛苦極其輕微，也會成為他退道的因緣；就像懦夫光是看到別人流血，就雙腿發軟。

如云，「有若見自血，反增其堅勇，有雖見他血，亦驚慌悶絕，此由心堅固，怯弱之所致。」

如說：「譬如有些人看到自己流血，反而更增堅強勇悍；也有些人只看到他人流血，就驚慌害怕、甚至癱軟倒地。這完全就是心性堅固與怯弱的差別所致。」

巳三、處門廣釋

處門廣釋者。若須安忍所生苦者，為當忍受由何生苦。此分八處，依止處者，所謂衣服飲食坐具臥具病緣醫藥供身什物，是能增長梵行之依，此等諸物若得粗劣，他不恭敬，稽留乃與，不應憂鬱，當忍由此所生眾苦。

(三) 廣釋修忍之項目

既已知道為何要安忍，接著說明修忍的內容，亦即詳說修行要忍受哪些苦？下面舉出八個會產生痛苦的根本處，均當對之修學安忍。

1. 依止處：指身命所依處之資財受用所生諸苦。如衣服、飲食、坐具、臥具、醫藥等日用資身物品，也是增長梵行必須受用的所依物。如果得到的所依物粗劣、微少，或者碰到施主態度不恭敬、或者故意留難的情形，不要憂惱，應該忍耐由此所產生的眾苦。

世法處者，衰毀譏苦，壞法壞，盡法盡，老法老，病法病，死法死，如是九種是為世法，依此一切或依一分所生眾苦，應善思擇而忍受之。

2. 世法處：指世間軌則自然產生的痛苦。即衰、毀、譏、苦、壞、盡、老、病、死等九種世間法，不論它們一起或個別出現所引生的苦受，應當好好思擇而安忍之。

威儀處者，行住坐臥是四威儀，第一第三晝夜恆時，從諸障法淨修其心，由此生苦悉當忍受，終不非時脅著床座草敷葉敷。

3. 威儀處：指維持威儀所生諸苦。行、住、坐、臥四種威儀，其中第一、第三的行跟坐，必須不分晝夜，從各種習性障礙中淨修其心，由此所生的眾苦，全都應該安忍；除中夜之外，不能非時躺靠床榻或坐在草墊上休息。

攝法處者，供事三寶，供事尊長諮受諸法，既諮受已為他廣說，大音讚誦，獨處空閒無倒思惟，修習瑜伽作意所攝若止若觀，為七攝法，於此劬勞所生眾苦悉當忍受。

4.攝法處：指學法所生諸苦，又可分為以下七種情況：

(1)供養承事三寶；(2)恭敬供事尊長阿闍黎；(3)請求師長教授及領受正法；(4)受習學處，為人廣說；(5)大聲讀誦經典；(6)空閒獨自靜修時，心不顛倒、思惟法意；(7)根據義理，如理作意與正法相應，專心修止修觀。以上需辛勤成辦的七種攝法處所生之苦，皆為修行時所應安忍者。

P303L2~P304L1 乞活處者~或應如是。

乞活處者，剃鬚髮等誓受毀形，受持裁染壞色之衣，從其一切世間遊涉兢攝住故別行餘法。捨務農等從他所得而存濟故，依他存活，不應受用集所獲故，盡壽從他求衣服等，斷穢行故，盡壽遮止人間諸欲。捨離歌舞笑戲等故，及離與諸親友同齡歡娛等故，盡壽遮止人間嬉戲，為七乞活，由依此等所生眾苦應當忍受。

5.乞活處：指生活方式所引生的眾苦，也有七種情況：

(1)捨離世間身相外貌，剃除鬚髮、受持毀形等；(2)穿著裁染的壞色衣；(3)捨棄世間一切行住等俗務，而安住於修習正法；(4)捨棄世間生財事業，如務農、經商等，過著托鉢乞食、依他續命的生活；(5)斷除自行積集資財、受用，盡壽從他人處求取衣物、飲食等；(6)斷除貪等不淨行，盡壽遮止追求世間快樂的欲望；(7)盡壽捨離人間嬉戲、歌舞等歡愉，並遠離與親眷、友伴等享樂的機會。由這種少欲知足的七乞生活中所生之眾苦，都應當忍耐。

勤劬處者，勤修善品，劬勞因緣所生眾苦悉當忍受。

6.勤劬處：指精勤修行所生諸苦。由於勤修善品，即使身心疲憊，遇到種種不如意的情況，仍須咬緊牙關堅持下去，應當忍耐由此產生的眾苦。

利有情處者，謂十一事，從此生苦皆應忍受。

7.利益有情處：指為利有情所生諸苦。例如菩薩有救護怖畏、宣說法要…等十一件饒益有情之事，而由此所生的眾苦，都應當忍耐。

現所作處者，謂出家者，便有營為衣鉢等業，諸在家者，則有無罪營農經商仕王等業，從此生苦悉當忍受。

8.現所作處：指成辦事業所生諸苦。出家人有營辦法衣、鉢皿等類的事情；在家人也有各種無罪性的士、農、工、商等維生工作；而由從事這些事業所生的眾苦，都應該忍耐。

如是八處所生眾苦，隨何苦起，皆應別別精進不廢正趣菩提，已正趣入不令成其退轉障礙，令意全無不喜而轉。

以上八種生苦處，皆須數數修習安受苦忍。在修行時，不論生起哪一種苦，都應個別、如法地努力修持，不要因此而廢棄了正趣菩提；如果已經趣入的，就繼續向上，千萬不要讓上述的種種因緣成為修行之障礙，乃至於退轉；必須先安立好忍辱的意樂，然後持續精進地串習，無論遭遇任何苦受，自己相續中連一點點不喜心都生不起來。

辰三、思擇法忍

第三引發思勝解忍中勝解之境，略有八種。

三、思擇法忍

「思勝解忍」，是指對於某一法，依理依教，經過不斷地思惟抉擇後，得到決定解，生起不隨他轉之大信心，此即是法思勝解忍；一般要有了這個「思勝解忍」的基礎，才能真正安住於修行，得到與法相應的快樂。下面說明勝解的對境，略有八種：

一淨信境者謂三寶功德，二現證境者謂無我真實，三希樂境者謂諸佛菩薩廣大神力，此復有三，謂神通力，六波羅蜜多力及俱生力。

(一)淨信境：指淨信三寶功德。

(二)現證境：指了解、淨信以後，進一步如法行持，親自驗證二種無我的真實義。

(三)希樂境：希求之樂境，指諸佛菩薩的廣大威神力，這又包括神通力、六波羅蜜多力及俱生力三種。(俱生力是說由於宿生如理修持，到下一生時生而具足；實際要到八地菩薩以後，這些神力都是與生俱來的。)

四五取捨境者，謂諸妙行諸惡行因及此所招愛非愛果，此分為二。

(四)善取捨境：指應取的善因妙行，以及由此妙行的因而感得的樂果。

(五)惡取捨境：指應捨應斷的惡行惡業，以及由此惡業的因而感得的苦果。

六七所修境者，謂大菩提是應得義及菩薩學一切諸道，是得彼所有方便，此亦分二。

(六)(七)所修境：分指修持的目標與方法，第(六)指的是修行目標，即大菩提果；第(七)指能圓滿這個目標的方法，即菩薩一切學處是證道之方便。

八聞思隨行境者，謂所知境，卓壘巴師說為無常等，然《力種性品》說十二分教等正法，為第八種或應如是。

(八)聞思隨行境：即指所知境，祖師卓壘巴師說從下士道無常等法類開始，一直到最後成就，整個道次第的內容即是聞思隨行境；但有另外一種說法，《瑜伽師地論·力種性品》說十二分經教等一切正法，都屬於聞思所行境。此處宗大師並沒有明確說第八種境是哪一個，唯許十二分經教等，說「或者應該如此」。

勝解之理者，謂如實知此諸境已，無所違逆數數思惟。

修學者對於上述內容，皆應如理修習勝解。所謂勝解，就是確實了知它真實的內涵，與正法相應不違，是經過數數思惟觀察，而得的決定知解。

安受眾苦及思擇法俱分八類者，如《菩薩地》所說而錄，特於思法此說極廣。

以上「安受苦忍」和「思擇法忍」之修習理趣，都分成八種類別來解說（八種依處、八種對境），這是依據《菩薩地》所說而擇錄的，其中特別對如何引生法思勝解有詳細之說明。

卯四、修忍時如何行

修此等時如何行者。謂隨修一能堪忍時，皆令具足六種殊勝，具足六種波羅蜜多，唯除令他安立於忍，是忍施外餘如前說。

第四、如何修忍？該怎麼做？

修學任何一種忍時，都要結合六種殊勝（所依殊勝、物殊勝、所為殊勝、善巧方便殊勝、迴向殊勝、清淨殊勝）與六種波羅蜜多而修。譬如具足布施的忍辱，就是自己修忍，同時也以菩提心攝受他人安住於忍中，此即是「安忍施」；其餘五度，應知皆與前文「布施、持戒」所說相同。

卯五、此等攝義

第五此等攝義者。謂應隨念發菩提心，為行依止而修行者，是欲安立一切有情於漏盡忍所有根本，故須令此漸次增廣，大地諸忍作所願境而勤修習。

第五、此等攝義（總結）

在一切時處做任何事情，都應隨念發菩提心這個根本，把菩提心當作行者修習的依止處。為了安立一切有情都能得到「漏盡忍」，也就是「無生法忍」的殊勝大利，必須依菩提心為根本去漸次增廣修習忍辱，並以地上菩薩修忍的境界作為所願境，努力精勤修學。

諸初發業所應學忍善了知己，如理修學。如於所說有所違越，應當精勤而令還出，若修此時捨而不修，恆為非一大罪所染，於餘生中亦極難修，最為殊勝諸菩薩行。

對於初發業菩薩所應修忍的內容，必須善巧、正確地了解，然後如理去實踐。如果有不如法或者違越學處的行持，應立刻努力懺悔還淨。若於修學之際輕忽這些墮罪，便會一直陷在眾多大罪的染污中，以至來生要想修習最殊勝的菩薩行，恐怕也難有機會。

若能視為勝道扼要，諸能行者現前修行，未能行者亦能於上淨修意樂，則如《妙手問經》所說，以少功力及微小苦，而能圓滿忍辱波羅蜜多。

如果能把修學忍辱當作成就菩提道之扼要，現在有能力修行的部分應該馬上去修；暫時做不到的部分，也要先長養修習的意樂，發願將來一定要做到，這樣才能像《妙臂請問經》所說，花費少許力氣，歷經微小痛苦，就能圓滿忍辱波羅蜜多。

寅四、精進度

學習精進波羅蜜多分五：一、精進自性；二、趣入修習精進方便；三、精進差別；四、正修行時應如何修；五、此等攝義。今初

P305L1~P306L2 緣善所緣~士夫義利。

卯一、精進自性

緣善所緣勇悍為相，《入行論》云，「進謂勇於善。」《菩薩地》說為攝善法及利有情，其心勇悍無有顛倒，及此所起三門動業。

第一、精進自性（定義、本質）

所謂「精進」，是指把心專注在善所緣上，於修行正法與對治煩惱具有勇猛強悍的決心。《入行論》說：「精進，就是以歡喜、勇悍之心修行善法。」《瑜伽師地論·菩薩地》說，為了攝持善淨之法、饒益有情，對於行善心生歡喜，並勇悍、無顛倒地發起身語意三業。

卯二、趣入修習精進方便

第二趣入修習精進方便者。謂應多思精進勝利不進過患，此若串習精進起故。其勝利者，《勸發增上意樂會》云，「能除諸苦及冥暗，是能永斷惡趣本，諸佛所讚聖精進，此是恆常應依止。此世所有諸工巧，及出世間諸巧業，若發精進非難得，智者誰厭精進力。若有趣佛菩提者，彼見昏睡諸過失，常發精進而安住，我為策彼而說此。」

第二、趣入修習精進的方法

想要在身心中生起精進力，應經常思惟、串習精進之勝利以及懈怠之過患，才能讓自己起心動念都自然而然地策發精進。精進之勝利，《勸發增上意樂會》說：「能夠去除一切苦惱及愚癡無知，能夠永斷一切惡趣根本，就是靠諸佛所稱讚的精進力，故應恆常依止精進、修習善法。不論世間工巧技藝，或出世間修行要竅，只要具足

強烈精進心，沒有學不會的技術，也沒有修不成的要道，智者怎麼會厭捨精進呢？趣向菩提聖道的行者，看見昏睡、懈怠的種種過失，一定會恆常地發起精進，安住在正法上面如理地修行。為了策勵那些想如法修行的人，特於此說明精進的功德。」

《莊嚴經論》亦云，「資糧善中進第一，謂依此故彼後得，精進現得勝樂住，及世出世諸成就。精進能得三有財，精進能得善清淨，精進度越薩迦耶，精進得佛妙菩提。」又云，「具進受用無能勝，具進煩惱不能勝，具進厭患不能勝，具進少得不能勝。」

《莊嚴經論》也說：「在所有資糧善品中，精進被稱為殊勝第一；因為依止精進，之後的其他功德也能跟著得到，包括禪定的勝樂、各種世間及出世間的種種成就。精進，能成辦三有財富，遮止十不善業，獲得善業清淨，圓滿下士道行業；能度越薩迦耶見，脫離輪迴痛苦，圓滿中士道行業；能盡斷二障，證得妙菩提果位，圓滿上士道行業。」又說：「只要具備精進力，就不會被世間的受用所耽著欺騙；不會被無明煩惱所障蔽；也不會受厭怠之心而退怯；更不會有得少而喜足的自滿。」

《菩薩地》亦云，「唯有精進是能修證菩薩善法最勝之因，餘則不爾，故諸如來稱讚精進，能證無上正等菩提。」《攝波羅蜜多論》亦云，「若具無厭大精進，不得不證皆非有。」又云，「非人皆喜饒利彼，能得一切三摩地，晝夜諸時不空度，功德資糧無劣少，獲得諸義過人法，如青蓮華極增長。」

《菩薩地》也說：「唯有精進，才是修證菩薩善法的最勝妙因，其餘善品都比不上，因此諸佛都盛讚精進能證得無上正等菩提。」《攝波羅蜜多論》也說：「如果任何時處皆能心無厭足、勇悍精進的勤修善法，卻說無法成就、證得，這是絕無可能的事。」又說：「精進的人，不僅能生功德，連非也會對他歡喜護持；他能由此得到一切三摩地，安住在善法上，晝夜六時不空過，使得功德一直增長，資糧不會下劣、缺少；他能由此獲得聖賢之法所生的種種義利，就像種子很小的青蓮花，卻能快速增長，並結出繁茂之花葉果實一樣。」

過患者，《海慧請問經》云，「有懈怠者，菩提遙遠最極遙遠，諸懈怠者無有布施乃至無慧，諸懈怠者無利他行。」《念住經》亦云，「誰有諸煩惱，獨本謂懈怠，若有一懈怠，此無一切法。」若無精進隨懈怠轉，一切白法悉當虧損，退失一切現時畢竟士夫義利。

至於不精進之過患，《海慧請問經》說：「懈怠之人，距離成就菩提會愈來愈遠，可謂遙遙無期；懈怠之人，從布施到智慧六度，空廢無成；懈怠之人，連自利都談不上，更不可能作出利他事業。」《念住經》也說：「須知眾多煩惱，根本原因就是懈怠；任何人一旦有了懈怠，等於退失一切善法。」如果不精進，且經常與懈怠為伍，那麼一切善法自然虧損耗盡，不要說會退失真正勝士夫所求的究竟果位，連眼前共下士的增上生利益都得不到。

P306L3~P306LL1 《菩薩地》說~擐甲精進。

卯三、精進差別

精進差別分二：一、正明差別；二、發生精進之方便。初中有三：一、擐甲精進；二、攝善法精進；三、饒益有情精進。今初

辰一、正明差別

巳一、擐甲精進

《菩薩地》說，「謂諸菩薩於發精進加行之前，其心勇悍，先應如是擐意樂甲。若為除一有情苦故，以千大劫等一晝夜，集為百千俱胝倍數三無數劫，唯住有情那落迦中乃能成佛，我亦勇悍為正等覺非不進趣，發精進已終不懈廢，況時較短其苦極微，如是名為擐甲精進。若有菩薩於此精進，少發勝解少生淨信亦名堅固，尚能長養為求無上大菩提故，發起無量精進之因，何況成就如是精進。於求菩提饒益有情，無有少分難行事業，可生怯劣難作之心。」若能修習如是意樂，定能醒覺大乘種性所有堪能，故應修習。

第三、精進之差別（內涵）

精進之差別，將分正明差別、發生精進之方便二科來作說明。

1. 正明差別

精進有三種：擐甲精進、攝善法精進、饒益有情精進。

（一）擐甲精進

《菩薩地》說，「菩薩發起精進之前，以歡喜、勇悍之心力，先披起意樂之鎧甲。此謂菩薩縱使為去除一位有情之痛苦，以一千大劫為一晝夜，必須經歷百千俱胝倍的三大阿僧祇劫一直住在有情地獄中，方能成佛，菩薩依然心生歡喜、勇悍精進地趣向菩提正道，不得圓滿佛果，絕不退轉懈怠。須經歷如此長時大苦，菩薩尚且不退怯，何況眼前為時很短、程度極微的小苦，哪有做不到的？這種意樂發心就叫擐甲精進。菩薩行者對所說的精進之理，若能稍微發起一點勝解心與淨信心，亦可稱之為堅固；如此就能長養希求無上菩提果之意樂，當能成就日後發起無量大精進之妙因。想想看，只是發起意樂就有如是殊勝，何況是付諸行動，真正成就擐甲精進。菩薩為了饒益有情、求證佛果，一點不畏懼難行苦行，絕不會有怕難退怯之心。」若能依此修習精進意樂，建立正確心志，一定可以把大乘的種性，從無明覆蓋當中醒覺、策勵起來，這就是我們眼前應該要努力修習的。

《攝波羅蜜多論》云，「設等生死前後際，成為極長大晝夜，集此為年成長劫，以盡大海水滴量。發一最勝菩提心，須以此相漸集餘，一一資糧悲無厭，無諸懈廢修菩提。自心莫思流轉苦，而擐無量穩固甲，住戒悲性諸勇識，是為最初所應取。」此亦是說擐甲精進。

《攝波羅蜜多論》說：「假設把無始生死以來到現在，這麼長的時間當作一晝夜，由此累積三百六十晝夜為一年，再累積無數年為一長劫，猶如大海中有無量的水滴量；以這樣的量發起最殊勝菩提心，復將發菩提心的功德當作一分資糧，再逐漸累積無數功德資糧。在如此久遠的時間劫裡，菩薩滿懷無量悲心，對修習菩提道沒有絲毫疲厭、懈怠，更不畏懼自己須長時忍受輪迴之苦，依然披著堅固的精進鎧甲，懷著大悲持戒的勇悍心，無畏地前進。這就是初發業菩

薩所應有的意樂。」換句話說，在正式加行之前，菩薩當先把心裡的意樂建設起來，這也就是所謂的擐甲精進。

P306LL1~P308L1 又如《無盡慧經》~彼非此說。

又如《無盡慧經》所說，「設從無始生死以來，現在以前為一晝夜，三十晝夜而為一月，於十二月計為一年，經十萬年始發一次菩提之心見一次佛，如是等一殑伽沙數，始能知一有情心行。以如是理，須知一切有情心行，亦無怯弱而擐誓甲，為無盡甲。」是為無上擐甲精進。

又如《無盡慧經》所說：「假設把無始劫到現在當成一天，三十天為一個月，十二個月為一年，經過十萬年的時間才發一次菩提心，見一次佛，然後要累積如恆河沙數這麼長的時間，才能了解一個有情的想法和作為。即便如此，菩薩依然願意經歷更長遠的劫數，身披無上精進鎧甲，以勇猛無畏之心去了解一切有情的心行，中途絕無怯弱反悔，發起這種心力叫做無盡鎧甲精進。」也就是無上擐甲精進。

總之若能引發少分如此意樂，速能圓滿無邊資糧，淨無量障而成最勝不退轉因，如於長劫能生喜樂，如是亦能速當成佛。若於無邊妙行及於極長時等，全無勇悍，唯樂短時速當成佛，反於成佛極為遙遠，以能障礙諸菩薩眾發最殊勝大志力故。

總之，若能引發少許這樣的意樂，便能快速圓滿無邊資糧，淨除無量罪障，成就最勝不退轉因。如果能在長劫的時間裡，對這種精進心生喜樂，必然會速疾成佛。反之，縱以極長遠的時間做了無邊的微妙善行，卻完全沒有歡喜、勇悍之精進心，一心只想趕快成佛，結果成佛反而會變得極為遙遠，因為這種想法會障礙菩薩生起殊勝心志力的緣故。

巳二、攝善法精進

為何義故，如是擐甲發勤精進，其中有二，攝善法精進者，謂為正引發六種波羅蜜多故，修彼加行。

(二) 攝善法精進

發起擐甲精進的心力，主要目的有二：一是策發攝善法精進；為了策勵自己於六度真實修習，菩薩以引發精進意樂為先導，然後致力於修習六度加行。

巳三、饒益有情精進

饒益有情精進者，謂於十一事，如其所應而發精進。

(三) 饒益有情精進

進一步為策發饒益有情精進；菩薩為實踐十一種饒益有情之事，而精進不懈。

辰二、發生精進之方便

第二發生精進之方便者。如前所說，二種資糧一切白法，由依此故生住增長，故修精進極為重要。此亦唯見寂天菩薩論說，易解便修最圓滿故，當說此宗。

二、發起精進的方法

前面講過福德智慧資糧、一切善法，都要靠精進而產生、安住、增長、圓滿，所以修精進最為重要。發起精進的方法，只有在寂天菩薩《入行論精進品》中，說得最容易了解，最方便修持，解釋最為圓滿，所以下面就來說明白宗的這一個教規。

此中分四：一、捨離障礙精進違緣；二、修積順緣護助資糧；三、依上二緣發勤精進；四、由此身心堪能之理。初中分二：一、明所治品；二、修斷彼方便。今初

巳一、捨離障礙精進違緣

午一、明所治品

不入道者略有二類，一雖見能修而不趣入，二怯弱不入，謂我豈能如是修習。雖尚有餘能不能修未嘗思擇而不趣者，然此是說求解脫者，彼非此說。

正修精進之方法，可分四個步驟：(一)捨離障礙精進的違緣；(二)修積助長資糧的順緣；(三)依此二緣策發精進；(四)由此達到身心堪能之目的。以下分別說明：

(一) 捨離障礙精進的違緣

1. 明所治品 (須先了解精進的違緣，知曉所需對治者為何)

通常有二種人不能入道修行，第一種是明知道大乘之功德，自己也能修行，卻隨著懈怠而不去修；另一種是心性怯弱不敢去修，認為「我是沒辦法修的了。」除了這二種，還有另外一種情況，是對大乘之功德或對自己要不要修，從來就沒有想過而沒有趣入的人。由於此處是針對求解脫者而言，所以根本沒想到要修行的那些人，不在我們討論範圍內。

P308L1~P308LL1 初中有二~破除怯弱。

初中有二，一推延懈怠，謂念後時有暇能修。二雖非如是，然於庸常諸下劣事，貪著覆蔽。如《入行論》云，「說其所治品，懈怠，耽惡事，自輕而退屈。」能生懈怠之因者，謂諸懶惰味著微樂，愛睡眠樂，不厭生死。如云，「懶惰受樂味，愛習近睡眠，不厭生死苦，當生諸懈怠。」有釋前二句文，謂明如何生起之相。

第一種人又有二種心態：一是推延懈怠，總是想著以後有空再修；次者雖非如此，然而因耽著享樂及無意義的下劣事，被貪心所障蔽而不修行。如《入行論》說：「精進所要對治的有：推延懈怠、耽著下劣惡事、以及自輕而退卻。這些都是不能上進之因。」產生懈怠的原因，就是懶惰、貪著眼前小樂、愛著睡眠之樂，以及對輪迴不感到厭離。如《入行論》所說：「懶惰、享受世間樂受、愛著貪睡之習；由於不厭患輪迴之苦，所以會產生種種懈怠。」前二句，是說明懈怠如何生起的行相。

午二、修斷彼之方便

修斷彼方便分三，初破除推延懈怠者，略有三種，謂已得之身速當壞滅，命終之後墮諸惡趣，如此人身極難再得。由修此三能除執為有暇懈怠，引發恆覺無暇之心。此三於前下士之時，已廣宣說。

2. 修習斷除精進違緣的方法

如何斷除精進的障礙？應從對治三種懈怠的過失做起。

(1) 破除推延懈怠

有三種方法：一、思惟死亡無常，生命速當壞滅；二、思惟死後墮諸惡趣；三、思惟暇滿人身極難再得。透過這三種方法的修習，去除妄執「以後還有時間」的懈怠心，引發「已經沒有時間」的警覺心，而一心一意趕快修行。這個道理在前面道前基礎、共下士道時已經講過。

二破除貪著惡劣事業者，應觀正法，是能出生現後無邊喜樂之因，無義狂談掉等散亂，是能失壞現前大利，引發當來無義眾苦無依之處，修習對治而正滅除。如云，「棄妙善正法，無邊歡喜因，汝何故反喜，苦因散掉等。」

(2) 破除貪著下劣惡事之懈怠

應當觀察只有正法才能出生今生及後世無量樂因，而無意義的閒談、掉舉等散亂，不僅失壞今生大利，還為來生引發毫無意義的無邊大苦。以此思惟、修習對治，徹底去除對下劣惡事的貪著。如《入

行論》說：「為什麼把能引發無邊喜樂的善妙正法丟棄一旁，反而沉迷於能產生無邊痛苦的散亂、掉舉呢？」

三破除退屈或自輕者，如是破除推延耽惡事已，雖於正法能起勇悍，然非以此便為喜足，應於大乘精勤修學，故應除遣於彼怯弱，謂念如我何能修證。此中分三，於所應得破除退屈，於能得方便破除退屈，於所安住修道處所破除怯弱。

(3) 破除退屈或自輕之懈怠

破除推延和耽著惡事的懈怠後，雖然對修習正法能發起一點勇悍心，但不能就此而滿足，必須更精進地勤修大乘學處，去除了怯弱心，遣除「我一定沒辦法修證大乘法」的自輕心理。破除退卻自輕，又可分三點來討論：即破除所應得佛果的怯弱心、破除能得各種修成佛果方便的怯弱心、破除應安住於修道處所而行種種難行苦行的怯弱心。

P309L1~P310L1 所得佛者~而生怯弱。

所得佛者。謂是永盡一切過失，畢竟圓滿一切功德，我修一德斷一過失且極艱難，故我豈能獲如是果。若實發起如此退怯，已捨發心過患極重，設未實起，亦應從初滅不令起。

① 破除所應得(佛果)的怯弱

我們往往會害怕佛果難得。因為要成就佛果，必須盡斷一切過失、圓滿一切功德，而想到自己只修一分功德，斷一分過失都如此困難，將來怎麼可能有機會證得佛果呢？因此產生退怯。一旦生起「我無法成佛」的退怯心，就等於退失了原來的發心，這種過失就非常嚴重。因此，如果這種怯弱心還沒有生起，那麼一開始就要小心防護，別讓它生起。

破除道理者，應作是念策舉其心，佛薄伽梵定量士夫，是諦語者是實語者，不虛妄語不顛倒語，彼尚記說蚊虻等類能證菩提，何況我今生在人中身報賢善，有智慧力觀擇取捨。故我若能精進不廢，何故不能證得菩提。如云，「不應自退怯，謂不證菩提，如來諦語者，作此諦實說。所有蚊虻蜂，如是

諸蟲蛆，彼發精進力，證無上菩提。況我生人中，能知利非利，不捨菩提行，何不證菩提。」

對所求佛果心生怯弱，應如何對治呢？應該依著以下的思惟，自我提策，破除怯弱心。第一個思惟：佛薄伽梵是定量士夫、諦語者、實語者，從來不說虛妄、顛倒的話，祂都曾授記蚊虻等類小蟲皆能得證菩提，何況我今世生在人道中，具有善根、智慧、觀擇取捨的能力。若我能發起精進、不懈怠，哪有不能證得菩提的？如《入行論》說，「不應自我退怯，擔心無法證得佛果。如來是諦語者，曾說過『不論蚊虻、蜜蜂、昆蟲、蛆類，若能發起精進，一樣能證得菩提。』更何況我生在人道，具有抉擇是非的智慧，只要不捨菩提道，精進修持善法，哪有不證得菩提的道理？」

又於往昔過去諸佛及現在佛並未來佛，此等亦非先已成佛次修諸道，初唯如我，由漸昇進而得成佛及當成佛，由如是思破除怯弱。《寶雲經》云，「菩薩應念所有如來應正等覺，謂諸已現等覺，今現等覺，當現等覺，此等皆以如是方便，如是修道，如是精進，已現等覺，今現等覺，當現等覺。」乃至說云，「此諸如來亦非皆是成如來已而現等覺，故我亦當於其無上正等菩提而現等覺，我亦應發共同一切有情精進，普緣一切有情精進，如是如是策勵尋求。」

第二個思惟：過去諸佛、現在諸佛、未來諸佛，也並非是先成佛再修諸道，他們一開始也跟我一樣平凡，是從依道修持，漸昇漸進，而慢慢成佛或即將成佛的。以這種思惟破除自心怯弱。《寶雲經》說：「菩薩應當思惟，不論已現等覺、今現等覺、當現等覺的如來們，都是依止同樣的方便、同樣的修道次第、同樣的精進，而於過去成佛、現在成佛，未來成佛。」乃至說：「諸佛並不是先成佛以後再去修的，他們也是從凡夫位慢慢進步，漸次增上，而於最後得到佛果位。所以，我也要以無上正等菩提為目標，發願與一切有情共同努力，普緣一切有情精進，如此來策勵自己精勤修學。」

《無邊功德讚》云，「雖諸已得善逝位，亦曾墮諸極下處，佛墮險時不自輕，不應自輕壯亦怯。」

第三個思惟：如《無邊功德讚》說，「這些已經獲得佛果位的諸佛們，也曾經投生到比我們還低劣的地方，例如三惡趣等；但他們在墮落的時候從不看輕自己。所以，我也不應該氣餒，否則就算很有力量的強者也會退失信心。」

生此怯弱是由善知諸佛功德無有邊際，果隨因行，故修道時，須無量門引發功德，及無量門滅除過失。次觀自身而生怯弱。

至於產生怯弱心的原因，是由於瞭解了諸佛功德沒有邊際，而依照果隨因行的法則，他們必定是修習無量方便，才能累積無量功德，並以無量方便來滅除一切過失。回過頭來看看自己，連斷一分過、集一分德都沒有，於是心生退怯。

P310L1~P310LL1 若謂諸佛～全無難行。

若謂諸佛無量功德於修行時，僅由專懇修學一分微少功德即能成就，於道生此顛倒了解，則於現在全無所怯。然此非是賢善之相，是於修道之理未獲定解，或雖少有散渙了解，然皆未曾親切修持，總覺容易障覆所致。若至實行雖略顯示道之首尾粗概次第滿分之體，生恐懼云，若須如是誰復能修而捨棄故。

另外有些人一開始對諸佛無量的圓滿功德不了解，認為在修行時只要專心修學一種法門、修積微少功德就能成就，這是對於整個圓滿道體的內涵、次第沒有正確了解，以致反而信心滿滿、全不怯弱。然而，這種因顛倒見而毫無畏怯的現象，並不見得是好事，那說明了對於修道的內涵未獲定解，或雖有少許粗淺的認識，可是缺乏親身實修的經驗，以為修持很容易，由此而產生覆蔽的障礙。一旦這些人進入實際修行，乃至於粗略地認識到圓滿道體的內容、修道的先後次第，就會開始心生恐懼了，繼而想到：「若真要這樣修的話，誰能做得到呢？」那時候他們就會完全棄捨了。

霞惹瓦亦云，「未曾實行諸菩薩行，如看射箭總覺甚易全無怯弱，現在之法無完善者，故不致到怯弱自輕之地，若善圓滿恐必多起怯懼自輕。」此言極實。

祖師震惹瓦也說：「沒有親修菩薩行的人，就像在一旁看人射箭，覺得好像很容易，沒有一點怯弱；現在對修行的體會也是如此，就是因為對修法沒有完整善巧的認識，所以不知道自輕害怕；一旦了解整個圓滿法要，恐怕都會感到畏怯自輕了。」這句話講得非常實在。

以上是針對所應得的佛果而說的，主要強調須如理、如量地精勤修學。

於能得方便破除怯退者。謂念成佛須捨手足等，我不能爾，如此之苦應須堪忍。即不修行自任運住，流轉生死，亦曾多受斫裂刺燒此等大苦，不可說數，然亦未能承辦自利。為求菩提難行之苦，較其前苦尚無一分，然能成辦自他大利。

② 破除能得方便的怯弱

我們往往對成佛須修種種方便會感到害怕。因為一想到成佛必須要捨頭目手足等，這種難行苦行的事，自己肯定做不到，於是便退怯了；但即便如此，這種苦還是要忍耐，為什麼？首先應該思惟：如果不修，必然會隨著生死輪迴流轉，無始劫來我們已經數不清多少次在地獄裡反覆遭受斫、裂、刺、燒等大苦，而結果也未能利益到自己，可說是白白受苦。現在為了追求菩提而修難行苦行，這個痛苦的程度，相較於反覆生死輪迴的痛苦，連千萬分之一都得不到，而且也不是永無止盡的痛苦，最後還能成辦自他大利，那為什麼不能忍受呢？

如云，「若謂捨手等，是我所怖畏，是未察輕重，愚故自恐怖。無量俱胝劫，曾多受割截，刺燒及解裂，然未證菩提。我今修菩提，此苦有分齊，為除腹內病，如受割身苦。諸醫以小苦，能治令病癒，故為除眾苦，小苦應堪忍」

如《入行論》說：「若說必須布施自己的手足頭目等，這是我做不到的，因而產生怖畏的話，那是因為不了解真實情況，自己嚇自己的愚痴行徑。從無量劫以來，我曾在地獄受過多少次的割截、刺燒和解裂等無盡痛苦，結果對求證菩提一點助益也沒有。於今我好好修習菩薩行，眼前這些修行之苦，和地獄苦比較起來，那是很有限的，就像罹患盲腸炎必須忍受開刀小苦。若受點小苦就能治癒病

痛，那麼現在為了去除輪迴無邊眾苦，這個修行上的小苦應該要能堪忍。」

又捨身者，初怖畏時非可即捨，先於布施漸次學習，至於自身全無貪著，大悲心力開發之時，若有大利方可施捨，故正捨時全無難行。

第二應該思惟：要布施身命，並非在自己還沒有能力時就要割捨，而是從布施價值不高、身外物開始慢慢學習，一直到布施的心量愈來愈大，對自己身體已無絲毫的貪著，那時在大悲心的策發之下，才能為無比殊勝的大利益捨身；這時候捨身已經是很自然、不困難的事了。

P310LL1～P312L1 如云～非難圓滿。

如云，「如此治療法，勝醫且不用，以柔和儀軌，治無量大病。導師先令行，惠施蔬菜等，習此故而後，自肉漸能施。若時於自身，覺如諸菜葉，爾時捨肉等，於此有何難。」

如說：「像割手、足、身體那種猛烈而沒有次第的治療方法，高明的醫師是不會用的；佛陀大醫王即是用柔和漸進的方法，治療眾生的無量頑疾。佛陀導師先是教導眾生布施蔬菜等微不足道的物品，養成布施習慣後，再慢慢漸進到布施身肉。當菩薩真正趣入空性，觀待自身如同菜葉，那時對菩薩來說捨身體就像捨菜葉一樣，沒有任何困難。」

是故有說波羅蜜乘，須捨身命故生逼惱是難作道。今此教典善為破除，謂於發生難行想時不須即捨，如與菜等極易捨時，方可捨故。

如果有人說，害怕修學大乘道必須捨棄身命，認為大乘道非常難行，那麼前面根據教典所說的道理，應該已善巧破除謬見了。至於何時才能布施自身？只要在內心對於布施身命仍舊會生起一絲「難行」之念頭時，就應該不捨，直到視自身如菜葉般棄之無妨時，才算時機成熟，才可以真正捨身。

於所安住修道處所破除怯弱者。謂念成佛須於生死受無量生，爾時生死眾苦逼惱，故我不能修如是行。

③破除安住修道處所的怯弱

我們往往對修道須長時處於輪迴中而感到害怕。一想到要成佛，須經無量劫生死，而生死中又反覆地承受無邊苦惱，因此自認無法修如是行，而生退怯。

應如是思，菩薩由其已斷諸惡以因遮故，必不能生苦受之果，堅固通達，生死如幻悉無自性，故心無苦，若其身心安樂增盛，雖處生死無厭患義。如云，「斷惡故無苦，善巧故無憂，謂由邪分別，罪惡害身心。福令身安樂，智故心亦安，利他處生死，悲者何所厭。」又云，「故遍除疲厭，騎菩提心馬，從樂而趣樂，有智誰退屈。」

此時應該思惟：菩薩已經遮止苦因，盡斷諸惡，即使長處輪迴也不會遭遇苦果；加上菩薩洞悉諸法無自性、生死如幻的道理，故於內心亦無痛苦。若其身心無苦無憂，安樂自在；那麼縱處生死輪迴當中，也不會恐懼厭患。如《入行論》說：「菩薩已經斷除一切惡業種子，不會再感苦果；菩薩已經善巧通達二諦，不會再有憂惱。反之，眾生是因無始無明、執苦為樂，由邪分別而造作種種惡業，逼惱身心，才會在輪迴中受盡痛苦。若能恆常修積福德資糧，可以令身安樂；具足智慧資糧，心意自然無憂。當知菩薩發心，為饒益一切有情，雖長劫處於生死當中，具大悲的菩薩又怎麼會厭患？」又說：「菩薩不辭勞苦往返生死救度眾生，騎著菩提心馬，從身心安樂的大乘道，奔向菩提之樂，智者又哪裡會退屈呢？」

如是雖延無量時劫不應怯弱，唯時長久非厭因故。謂苦極重，雖時短促亦生厭離，無苦安樂，時雖久遠無所厭故。《寶鬘論》云，「重苦雖時短，難忍況久遠，無苦而安樂，無邊時何害。此中身無苦，意苦從何有，唯悲世間苦，由此而久住。故謂佛久遠，智者無退屈，為盡過集德，恆勤修資糧。」

像這樣快樂增上的情況，生死雖長如無量劫，也不應怯弱；要知道，時間的長短並非厭患之主因，眾生真正害怕的是痛苦啊！如果痛苦極重，哪怕時間很短，也會想要快快出離。反之，若無痛苦，

惟有安樂，那麼時間再長，也無所厭患。《寶鬘論》也說：「假如這個苦很重的話，哪怕很短的時間，也是難以忍受，何況久遠！反過來，如果是快樂之事，那麼時間長又有什麼關係？既然菩薩已遠離身苦，意苦從哪來的呢？菩薩是因為悲愍眾生，由悲心發願而久住輪迴。所以說證道時間雖然久遠，智者也不應退怯，而是必須恆常精進，以盡斷過失，積聚功德，勤修福智資糧。」

又念成佛必須圓滿無邊資糧，此極難作故我不能，亦莫怯退。若為利益無邊有情，求證諸佛無邊功德而為發起，住無量劫，欣樂修集無邊資糧而受律儀，則於一切，若睡未睡心散不散，乃至有此律儀之時，福恆增長量等虛空，故無邊資糧非難圓滿。

如果又想到，成佛必須圓滿無邊資糧，自己一定做不到；但即便如此，還是不能退怯。應該思惟：經論上都有說，若為利益無邊有情、求證無邊功德，須先發起菩提願心，願意住在世間無量劫，歡喜修集無邊資糧，再行受持菩薩律儀；若能發此大願，則於一切時處，不管行持也好、睡眠也好，專注也好、散亂也好，只要菩薩戒的戒體不失，功德資糧都在迅速增長、且量同虛空。在這種情況下，圓滿無邊資糧並不如想像中的困難。

P312L1~P313L1 即前論云~不應喜足。」

即前論云，「如一切諸方，地水火風空，無邊如是說，有情亦無邊。菩薩普悲愍，此無邊有情，欲度諸苦厄，安立於佛位。如是堅住者，從正受戒已，隨其眠不眠，及放逸而住。如有情無邊，恆集無邊福，無邊福非難，證無邊德佛。若住無量時，為無量有情，求無量菩提，而修無量善。菩提雖無量，以此四無量，資糧非久遠，如何不得證。」

即如《寶鬘論》所說：「譬如盡法界、虛空界的任何一處，『地水火風空』無所不遍，有情的數量也一樣無量無邊；而菩薩的悲心是廣被一切眾生，想要濟度眾生超脫痛苦，引導眾生達到圓滿果位。凡是堅守願心、正受菩薩律儀的大乘修行者，之後無論是醒著或睡著、精進或放逸，福德資糧都一直在增長。這種情況之下，本來是要救度無邊有情，結果卻是無邊的有情幫助修行者積集無邊的福德資糧。由此可知無邊福德與無邊功德，並非難以圓滿、難以獲得。雖

然菩提功德沒有邊際，但是如以無量時間，緣無量有情，求無量菩提，修無量善法，以此四無量相續作用，要圓滿資糧並非久遠的事，哪有不能證得菩提的道理？」

是故若由最極猛利大慈大悲，及菩提心衝動其意，為利有情，願於短時速成佛者，極為希有。然若未近此之方隅，僅由見於極長時劫，須正修學無邊諸行及多難行，便作是念誰能如是，故妄說云求速近道，此於願心間接損害，正損行心，令大乘種漸趣劣弱，故於成佛反極遙遠。以與龍猛無著決擇如來密意，最極增長菩提心力所有道理極相違故。

所以，如果能以最極猛利的大慈大悲、大菩提心來策發意樂，為了利益有情，希望短時間內迅速成佛，這樣的發心極為稀有難得。可惜許多人連大慈大悲、大菩提心的邊都還沾不上，只看到成佛需要長劫時間修證無邊學處、實踐難行苦行，便認為「誰能這樣做？」還妄稱一定有其他更快速、方便的修行捷徑。這種人不但間接損害願心、直接損害行心，更削弱自己的大乘種性，使成就佛果變得遙遙無期。這種追求速成方便道的言行，完全背離了以龍樹菩薩及無著菩薩所抉擇如來密意的根本，亦違背了所有增長菩提心力的教理。

如是若僅怯弱而住，全無所益，反漸怯劣，故應善知諸能修證菩提方便，策舉其心，則辦諸利如在掌內。如《本生論》云，「怯弱無益悅匱乏，是故不應徒憂惱，若依能辦利聰叡，雖極難事亦易脫。故莫恐怖莫憂惱，如其方便辦所作，智者威堅而策舉，辦一切利如在掌。」

總之，單單看見事情就害怕、退怯，不但無法幫助自己取得任何利益，反而養成愈來愈怯弱的心性。應該要善巧了解修證菩提的方便，自我提策，那麼所要成辦的各種利益自然垂手可得。如《本生論》說：「畏縮怯弱不但於事無益，反而離自己所要的安樂越來越遠、也越缺乏，所以不應徒具憂惱。只要依止正確的引導，為成辦自他利益之目標，再難的事也能夠做到，再大的困苦也能透脫出來。不用擔心害怕與憂惱，如果正確揀擇修習方便的教法，然後堅決努力去做，就能做到。真正的智者，一定先有正確的認識，然後策發自心堅固猛利，最後所要成辦的義利自能輕易掌握。」

聖者無著數數說為，「當具二事，一雖善了知於廣大法學習道理，應無怯弱，二於下劣功德不應喜足。」

聖無著菩薩常說：「修行必須具備二件事：一、雖然善巧了達廣大學處的修學道理，但心絕不怯弱。二、對自己有一點點下劣功德絕不沾沾自喜，以為滿足。」

P313L1~P314L2 然現在人～棄實奇哉。」

然現在人，若生少分相似功德，或生少分真實功德，便覺已進極大道位，計唯修此便為滿足。若為智者知道扼要，依於教理善為開曉，謂此雖是一分功德，然唯以此全無所至。果能了解意必怯退，是故能於一分功德不執為足，要求上勝，及知須學無邊學處而無怯弱，極為稀少。

現在有些人，只要生起一點點相似功德，或者少分真實功德，就自認境界超凡、感覺能修成這樣已很滿足。通達教法扼要的智者看到這種情況，一定會依著教理，善巧的告訴這些修行人：「雖然這也是一分功德，然而光靠這一分功德，是無法得到什麼好結果的。」假如他們能接受智者教誨，真實了解原來這麼難行，勢必會心生退怯吧！所以說，能夠不以一分功德執為喜足，繼續追求無上佛道，並且了知須修學無邊學處而不退怯的人，真的很少見了。

巳二、修積順緣護助資糧

第二積集順緣護助資糧分四，一、發勝解力；二、發堅固力；三、發歡喜力；四、暫止息力。 今初

午一、發勝解力

諸論中說，欲為進依，此中勝解即是欲樂。須發此者，如云，「我從昔至今，於法離勝解，感如此困乏，故誰棄法解，佛說一切善，根本為勝解。」

(二)積集順緣護助資糧

破除會障礙我們精進的違緣之後，接下來，應該修積集精進的順緣四力。四力分別是：勝解力、堅固力、歡喜力、以及暫止息力。以下依次說明：

1. 發勝解力

許多經論都說到「欲為進依」，此是指精進的根由在欲樂。這個「欲」是善法欲，亦即對正法之勝解；所以說，勝解正法即是精進的順緣。我們必須策發起善法欲，有了善法欲自然會勤精進。如說：「過去我對佛法缺乏勝解，任意造作惡事，才會感得現在種種窮困匱乏的果報。現在了解了正理，誰會捨棄對法的勝解？佛說，勝解是一切善法的根本啊！」

勝解如何而起者，如云，「又此之根本，恆修異熟果。」此說修習從黑白業，生愛非愛諸果道理。諸論又說信為欲依，以從二種深忍之信，能引取捨二種欲故。此是思惟諸總業果，及特思惟諸菩薩行所有勝利，及越諸行所有過患諸因果等。如是勝解大乘入大乘門，即是誓除自他一切過失，誓引自他一一功德。

勝解是如何產生的？如《入行論》說：「恆常觀修業果，才会有勝解心。」從修學業果，了解造黑業一定感惡果，白業一定感善果的道理，自然慢慢會生起勝解力。又論上面說「信為欲依」；由於對黑業感得惡果，白業感得善果這二種業感法則生起深忍之信（即淨信），才能對該如何「取善」和「捨惡」產生欲樂（勝解），而這時修行正法才有可能。總之，我們應多多思惟總體業果法則，尤其要了解修學菩薩行的殊勝利益與違越菩薩行的種種過失及因果，然後才能策發出淨信心，有了淨信心，善法欲才生得起來。唯有勝解大乘，才能趣入大乘，誓願去除自他一切過失，引生自他一切功德。

然一一過及其習氣究竟清淨，一一功德畢竟圓滿，必須經歷多劫修習，不見我有淨除過失引發功德一分精進，我實徒耗有暇之身，如是思惟自行策發。

懂得了上面的道理，要究竟清淨一切過失及其習氣，畢竟圓滿一切功德及資糧，必須經過累劫勤修。而現在我們連淨除一分過失、引發一分功德的精進都沒有，那豈不是把寶貴的有暇身白白浪費掉了！如此思惟之後，就會努力地策勵自己。

如云，「我應除自他，無量諸過失，然盡一一過，須經諸劫海。未見我有此，斷過精進分，墮無量苦處，我心何不裂。我應勤引發，自他眾功德，然修一一德，須歷經劫海。我終未能起，修此德一分，我將難得身，空棄實奇哉。」

如《入行論》說：「初發心時曾立下誓願，要努力去除自他無量過失；然而要斷除任何一個過失，都須經歷多劫時間。看看時間過了這麼久，自己也沒有斷除什麼過失的精進心，將來勢必會墮入惡趣中受無量苦，想到這裡心如撕裂般痛苦。初發心時曾立下誓願，要精勤修證自他無量功德，然而要成就任何一個功德，都須經歷長劫時間。看看時間過了這麼久，自己也沒有修成什麼功德，將來恐難再得暇身，想到又白白浪費掉一生，真是太莫名其妙了！」

P314L3~P314LL1 堅固力者~我應修此。」

午二、發堅固力

堅固力者。謂於何事發起精進，即於彼事究竟不退。此初不應率爾而行，當善觀察，見其能辦次乃進趣，若不能者則莫趣入，與其既行中間廢捨，莫若最初不趣為勝。其因相者，以於中間棄捨誓願，若成串習，由此等流，則餘生中亦棄所受學處等故。於現法中增長眾惡，於餘生中增長苦果。又因先思作此事故，未修餘善，退捨先作其果下劣，即此一事亦未究竟，故其所作終無圓滿。

2. 發堅固力

堅固力是指對所要做的事發起精進，一直做下去，不達目的絕不停止。如何做到堅固力呢？一開始時不能草率決定，要仔細觀察確實可行，才按部就班去做。假定覺得能力還不足，就先不要去進行。與其做了以後中間退捨，還不如一開始就不做。為什麼？因為半途捨棄誓願，養成習慣後，會形成一種等流習氣，將來不管學做什

麼，都很容易中斷學處。如此半途廢捨的習氣一旦養成，不但今生增長惡業，來生更增長苦果。再說，若因先前已經決定要做某件事或修某個善法，所以其他事情或善行都沒有做，結果現在退捨初願，不僅因半途而廢將招致低劣果報，又荒廢了其他事情，最後兩頭皆失，所做終無圓滿。

總之誓作何事，其事未成亦障餘事。由其等流，令其誓願所受律儀，亦不堅固。如云，「先應觀加行，應作不應作，未作為第一，作後不應退。餘生亦成習，當增諸惡苦，障餘及果劣，此亦未能辦。」

總之，不論發願做什麼事，如果不能貫徹始終的話，影響所及，也會形成其他事情的障礙。養成這種等流習氣，即使將來誓願受戒，戒體也不會堅固。如《入行論》說：「做任何一件事之前，應先觀察此事該不該做、能不能做，在沒有做之前最好想清楚，已經做了就不要退。否則兩頭落空，而且這種習性會生生世世的輾轉增上，產生種種惡苦；加上違背先前誓願將招致惡果，又障礙其他善法機會，最後只能得到下劣果報，一事無成。」

是故願令誓願究竟，應修三慢，如云，「於業惑功能，三事應我慢。」其業慢者，謂自修道全不賴他為作助伴，唯應自修。如云，「謂我應自為，此即事業慢。」《親友書》亦云，「解脫唯依於自修，非他於此能助伴。」此是念其我當自修，不希望他，與慢相似，假名為慢。

所以，要想令誓願堅固，就應修習三種我慢力，如《入行論》說：「我們對業、煩惱和功能這三件事，應該生『慢』。」什麼叫作慢？慢的行相就是「我」，本是自尊之意，此處乃假名為慢。

(1) 業慢。

業指事業；業慢是說具足靠自己修道的信心，認為「我一定可以做到」。此指修道一點不依賴他人，只有靠自己努力修，這叫事業慢。如說：「修道之事，別人沒辦法幫我，我應該自力完成，此即事業慢。」《親友書》也說：「解脫之道完全在於自修，不是寄望他人幫忙。」這是強調要有「靠自己、不求人」的信心；這種行相在某個部分與慢心相似，因此假名為慢。

功能慢者，謂諸眾生隨煩惱轉，尚不能辦自己利義，況能利他，念我能引自他利義而勤修行。如云，「此世隨惑轉，無能引自利，眾生非如我，故我應修此。」

(2) 功能慢

功能，指去做這件事就有功德；功能慢是說看到眾生為煩惱所纏縛，自利尚且不能，更談不上利他；而相信自己有能力擔負起自他二利的責任，決定要努力勤修。如說：「眾生都隨著煩惱在轉，連自己都利益不了；既然那些人無法像我能成辦自他利義，我應該要好好修行。」

P315L1~P316L2 又此諸人~淨修其心。

又此諸人於下劣業且勤不捨，我今此業能引妙果何故不為，作是思已而正修習。如云，「餘尚勤劣業，我如何閑住。」

此外，眾生汲汲於營求，捨不得放棄世間種種下劣小利，而我曾誓願救度眾生，如今若能精進修學菩薩行可以引發無邊勝妙大果，那何樂不為？以此勝解力策勉自己，努力去修。如說：「世人為了毫不相干的俗務尚且精勤努力，我怎麼可以在此閒散而不再努力前進？」

然修此二，非輕蔑他而自憍慢，謂應觀為可悲愍相，無慢雜糅。如云，「非以慢修此，自無慢為勝。」由念我能餘則不能，與慢相似假名為慢。

修習以上二種慢，並不是要輕視別人、自我驕傲，而是看到眾生值得悲愍，內心完全沒有參雜一點我慢的想法。如說：「絕對不能帶著真正的慢心去修事業慢與功能慢，必須實際上心裡沒有慢，這才是殊勝處。」這種由悲心引發，覺得「我能、他不能」的自信心，在行相上某個部分與慢心相似，因此假名為慢。

煩惱慢者，謂一切種輕毀煩惱，我當勝此，終不使此有勝於我，為欲摧伏諸所治品，令心勇悍令心堅穩。如云，「我當勝一切，不使誰勝我，諸佛獅子兒，應住此我慢。」

(3) 煩惱慢

煩惱慢，是指對煩惱要生起高慢心來，亦即抱著「輕視」煩惱的心態，確定自己能戰勝一切煩惱，絕不被煩惱所打敗。為了摧伏煩惱，應該修學各種對治品，令心勇悍、堅固。如《入行論》中說：「我要戰勝煩惱魔，絕不被煩惱魔勝過我。身為諸佛的愛子，是獅子之兒，我也要具備諸佛摧伏魔軍一般的信心，消滅自心煩惱魔。」

若不如是而退弱者，障品雖小亦能為害。如云，「若遇死毒蛇，鳥亦如鵬鳥，若我太軟弱，小罪亦為損，怯劣棄功用，豈能脫匱乏。」

如果內心無法生起精進的力量，而是一味地軟弱、害怕，那麼即使是小小的障礙，也會損害到自己。如說：「當烏鴉碰到死蛇，會像大鵬鳥一樣勇敢地進行攻擊；同樣，若對抗煩惱的信心太脆弱，那麼就連最輕微的煩惱罪行都會侵害我。如果因為內心怯弱而放棄了精進修學菩薩行的學處，將來怎麼可能脫離福德的匱乏？」

霞惹瓦云，「棄法之樂，較往昔樂全無過上，於現法中若棄正法，應思當來所受諸苦無有邊際。若自不能勤加功用，煩惱亦必不覺悲愍，對治不說汝不能修，我自圓滿，諸佛菩薩亦不能救。」

祖師霞惹瓦說：「捨棄正法不修行所能獲得的暫時之樂，並不會增加原本擁有的樂受。應當思惟今生若捨離正法，來生註定要受無盡的苦報。如果自己不努力去精進對治，煩惱魔也不會因此而憐愍我、放過我；這個煩惱對治法也不會說『你不能修，那我自行圓滿好了』，連諸佛菩薩也救不了我。」

若能生起如前我慢，障品雖大不能為障，是故應須發起慢心。如云，「若起慢功用，障大亦難勝，故心應堅固，摧伏諸罪惡。」若不爾者，修行之人為罪所勝，猶願戰勝三界煩惱，實為智者所恥之處。如云，「我為罪所勝，勝三界可笑。」此由輕毀諸煩惱故，欲為摧伏，故假名為煩惱我慢。諸作釋者雖有異說，然覺此說與論相符。

如果能夠生起前面所說的三種慢心，那麼再大的障品也無法障礙我們，因此，必定要發起這種慢心。如《入行論》說：「在精進力上倘若能發起這種慢心的作用，就算是重大障礙也阻擋不了我；只有意志堅定，才能摧伏一切罪惡。」否則修行人輕易就被罪業打敗了，還發願要戰勝三界煩惱怨敵，豈不是為智者所恥笑？如說：「若被諸罪擊敗，還奢言要戰勝三界煩惱，實乃可笑。」輕蔑煩惱是為了摧伏煩惱，跟前面說過的「慢」有相似處，因此假名為「煩惱我慢」。論師們對這句話雖有不同的解釋，然而宗大師認為此說乃符合《入行論》之原意。

如是應斷希望於他，當撮誓甲願我自作，此復覺其非餘所能，唯我始能自負其任。如是見已，正修之時令心堅固，唯應向外摧伏煩惱，不令煩惱向內摧伏，更思中途棄捨誓願所有過失。善思擇已，隨所作事，一切誓願悉願究竟，乃至未獲堅穩以來淨修其心。

由此可知，修學精進所需要的堅固力，先應斬斷依賴心，獨自披起精進鎧甲（事業慢），思惟別人沒有能力，只有我能扛起責任（功能慢）。引發信心與責任心之後，等到正修時須不斷策勵自己、令心堅固，努力向外摧伏煩惱，絕不受制於煩惱（煩惱慢）；進一步思惟中途捨棄誓願的種種過失，避免半途而廢。應當善巧思惟這些道理，不管修習任何善法，發了願就要有始有終，如果信心還不夠堅固，應該先要努力修學這三種慢心。

P316L3～P316LL1 又此諸人～應趣其業。」

午三、發歡喜力

發歡喜力者。如是由其猛利欲樂勝解之力，精進未生能令生起。又令已生不退之因，謂由成就堅固之力或我慢力。最初入時歡喜而入，已趣入時，於其事業不欲斷絕無飽意樂者，即歡喜力，故應引發。

3. 發歡喜力

修行，依著前面所說的次第，先由勝解力引發猛利欲樂，再由猛利欲樂策發出精進力量，使精進力未生者能立即生起；進一步成就堅

固力或我慢力，使得已生起之精進不退失。在修的過程中，從一開始就帶著歡喜心趣入，趣入以後，繼續保持歡喜向上的心態，進而使修行事業不會中斷，乃至於有不疲厭、不飽足、一直想繼續做下去的意樂，這就是所要引發的歡喜力。

應發何等無飽之理，如云，「此於所作業，如欲遊戲樂，應著其事業，喜此業無飽。」謂應勵力發起喜心，如同小兒遊戲之業，無飽足心。又如樂果無所飽滿，其因之業亦應無飽，如諸俗人於安樂果能不能得，尚有猶豫且策勵轉，況行此業決定能生安樂之果。如云，「成樂否無定，尚為樂作業，若業定感樂，不修云何樂。」

要引發何等不飽足的歡喜心呢？如《入行論》中說：「要像小孩沉迷於玩耍一樣，菩薩行者也要歡歡喜喜修行利他事業，永遠不感覺疲厭。」修行，就是要勵力發起歡喜心，像小孩玩遊戲，永遠玩不膩一樣。如果人們永遠不嫌快樂太多，那麼對於能成就快樂的因，也應該要不知足。譬如人們熱衷世間名利，連成功與否都還沒有把握，尚且日以繼夜拼命努力，何況菩薩所行之利生事業是百分之百會帶來圓滿的樂果，那為什麼不全力以赴？

如說：「世人於所做之事能不能成功還不一定，尚且很樂意地去勇猛追求；而我們對於確定會得到重大果利的菩薩事業，卻知而不修，又怎麼可能得到樂果？」

又以此理亦不應飽足，如云，「諸欲如刀蜜，尚且無飽足，況福感樂果，寂靜何故飽。」如鋒刀蜜雖亦略有甜味可嘗，但若舐之必能割舌，可愛欲塵雖與現前少分安樂，然生現後極大痛苦，其受用者尚無飽足。況諸資糧能與無罪現前久遠無邊安樂，何應飽足。

這個道理是說，不但要得到快樂，而且不應該得到了就覺得夠了！如說：「世間有漏快樂就像刀上的蜜，利小而害大，世人尚且不知飽足；菩薩事業能滅除輪迴之苦，感得寂靜之樂，利大而無害，為什麼反而容易飽足？」世人追求的可愛欲塵，就像舔利刀上的蜜，雖然眼前享受了一點甜味，卻有後面的割舌之苦（正如貪圖欲塵，會帶來今生後世無量眾苦），然而世人卻還貪得無厭；而我們修學菩薩道，不僅能積集資糧、消除罪障，還能獲得現前與後世無邊的安

樂，像這樣只有好處、沒有一點過患的情形，我們怎麼就會覺得夠了呢？

如是思已，應當發生無飽意樂，故為圓滿所修善業，乃至未生如日中時，日熾諸象趣向可意蓮池之心，應善修習。如云，「為圓滿業故，如日中熾象，遇池而入池，亦應趣其業。」

這樣思惟以後，我們不但要生起歡喜心，而且對這個歡喜要有「無飽足意樂」。為了圓滿所修的善業，如果還沒有生起強烈歡喜心，就要像烈日下象群一心趣向蓮花池消暑那樣，努力激發起這種意樂。如說：「為了求得圓滿佛果，心要像烈日下大象看到清涼的蓮花池，想要立即躍入池中那種急切的心情；菩薩行者對修學到可以清涼安樂的教法，也應該歡喜雀躍、一心趣入。」

P317L1~P317LL1 暫止息力~等同未進。」

午四、暫止息力

暫止息力者。發勤精進身心疲勞須暫止息，若不爾者則極厭離，能障後時發精進故。休息無間仍發精進，前事究竟不應以此便為喜足，應於上勝更發精進。

4. 暫止息力

暫止息力，就是當精進修學到一個段落之後，若身心感到疲倦，要懂得暫時休息；如果勉強硬撐，到後來會疲倦不堪，心裡厭煩，反而會障礙後續精進的動力。待休息過後，再繼續發起精進，直到事情究竟圓滿，仍然不能因此就欣喜滿足，應該更上層樓、再發精進。

如云，「若時力衰乏，為後故暫捨，為趣後後故，善竟即應捨。」此後所說極為重要，若以前德而為喜足，則能障礙修證眾多勝功德故。此又顯示發精進規，謂應俱斷，太為熾然，功用過猛及太散緩，當恆相續如瀑流水。

如《入行論》中說：「當身心極度疲憊，為了後續長遠的道業，應該暫時停下來休息。同樣的，圓滿一項善業後就該放下，準備趣入另一項善業，要繼續向上更發精進。」後面說的這部分極為重要，若沉醉或滿足於過去的小小成就，反而障礙將來修證眾多殊勝功德。這裡特別提出為學精進之方便，應該維持中道，避免太過勇猛或太過鬆緩，要像瀑流水，恆常不斷才對。

吉祥敬母云，「修殊勝德時，尊曾無急緩，故尊諸勝德，前後無差別。」博朵瓦亦云，「如席摩主巴之逐盜者無益，應如絳巴之逐盜者，初先預備，次乃至未及盜處而追，如是緩追，又須耐久。譬若全不停息，速猛而進，走至極乏，坐不能起，等同未進。」

馬鳴菩薩說：「世尊在因位修證殊勝功德時，也是不急不緩、始終如一，所以世尊成就的功德沒有前後差別。」祖師博朵瓦也說：「不要像席摩主巴地區的捕快在捉拿盜賊時全無所獲；應該要像絳巴地區捕快在追逐強盜時，事先準備周全，然後才開始慢慢追捕，不必猛追，但須耐久。如果都沒有休息，一味急速猛追，等到體力耗盡，就癱在那裡動不了了，結果強盜逃掉，等於是白追了。」

P318L1~P318LL1 如是了知~眾罪侵害。

如是了知精進三種違緣，修習對治。其未生修持，能令生起之順緣，謂勝解力。若已生者能令不退之因，謂堅固力。修彼業時不欲斷絕者，謂歡喜力。更以息捨力勤發精進。若於此理已得善巧，則於精進當發欣樂之力，茲當宣釋。

在了解能障礙精進的三種違緣之後，就該好好修學各別相應的對治法去降伏它們。當精進力尚未生起時，應該先由勝解力引發精進的順緣；已生起精進力後，須靠堅固力維持它不退失；然後由歡喜力攝持，繼續向上修學不退轉；最後由暫止息力策勵精進持久，直到究竟圓滿。如果對這個道理已能得其善巧方便，那麼對精進當如何發起欣樂，下面會繼續說明。

巳三、依止二緣發勤精進

第三發勤精進斷所斷時，如云，「如與慣戰敵，鬥劍於陣前，當避煩惱劍，返擊煩惱敵。」如慣戰智者與諸怨敵鬥劍等時，不應專謀害他，當善二事，謂須善避他來擊刺，及返害他。行者亦爾，與煩惱鬥時，一須善防避煩惱來傷自心，二須依止對治更進害他。若不爾者，雖以對治滅除一分煩惱作用，然餘煩惱，則又劫奪一分善法，或令心中起一大罪，損利平均，則諸善行極難生故。

(三) 依此二緣發起精進

當發起精進力斷除所斷品時，如《入行論》所說：「行者要像一個久經沙場的鬥士，在陣前與慣戰的煩惱敵短兵相接，除了避開被煩惱敵傷害，還要伺機反擊。」一位能征善戰的智者與敵軍對陣時，不能一味地專想傷敵，而是要善巧的做到兩件事：要善於避開敵人的進襲；然後伺機把敵人打倒。修行者與煩惱敵的戰鬥也一樣，先要妥善地防備、保護自己不受傷，還要依止對治法加以還擊、徹底戰勝它。否則，雖然以對治法去除了二分煩惱，然而其他的煩惱又生起來，把原有的善法功德又傷害掉，甚至使我們心中生起更大罪惡，結果一得一失、兩相抵銷，最後什麼都沒有，連善行都不易再生起。

喻如欲修法者，覺以先知為要，唯於了解執為堅實極力尋求，此以多聞雖能除遣無知之愚，若不防慎諸餘煩惱，即於爾時染多惡行，致令身心極不調順。又如念云，調伏身心要於多聞，若專重其修不防愚敵，不聞不學正法，即自所受律儀進止之處，亦極愚蒙，則亦恆為眾罪侵害。

譬如在修法前，知道要先聽聞正法、引生定解，因此只是極力把修行重心放在聞法和理解法義上，卻不懂得要小心防護念頭。雖然多聞能對治無知、愚癡，然而卻沒有用正念、正知防護煩惱的侵害，結果隨著煩惱而轉，很容易染犯更多惡行，致使身心極不調順。還有一種情況是，有人認為調伏身心比多聞重要，而只專注於修習，卻不懂得要防止愚痴；由於不聞、不學正法，以致於受了戒，卻連

自己所受律儀的持犯開遮等等都不了解，這樣很容易被眾罪所侵害。

P318LL1~P319LL1 又如臨陣~應當了知。

又如臨陣手劍失落，恐被他殺，無間拾取。如是與煩惱鬥時，若失明記取捨進止所緣行相憶念之劍，恐墮惡趣，亦須無間依止正念。如云，「臨陣劍失落，畏怖速拾取，如是落念劍，畏地獄速取。」龍猛菩薩亦說此念極為重要，如云，「大王佛善說，念身為共道，故應勤守念，失念壞諸法。」

就像打仗時，與人搏鬥，如果手中利劍掉落，為了避免被殺，應該馬上撿起劍來。跟煩惱敵戰鬥也一樣，如果丟失了善於取捨之正念寶劍，為了免於墮入惡趣，亦須迅速將正念提起。

如說：「臨陣失劍，就要立刻撿起寶劍，以免被殺；修習善法，一旦忘失對抗煩惱的正念之劍，也要立刻提起正念，以免墮入地獄。」龍樹菩薩也說正念非常重要，如《親友書》說：「大王！如來曾經善為解說過，三乘的共道就是正念，所以我們應該勤護正念，免得忘失正念而壞失一切善法。」

又所念境先以慧別，次乃念取，以念無擇境力故。慧須分別何法者，謂總諸經中所說一切應進止之處，尤以自所受律儀中應取應捨。若能於彼住念正知，其所修法乃能圓滿，若唯於住心所緣修念正知，全無所益。

什麼叫做正念？就是所緣念的境一定是先以智慧來辨別抉擇，然後安住在這個經過正知辨別抉擇的念頭上面，這個念叫正念。因為念的本身並沒有思擇是非取捨的能力。那麼智慧又是辨別抉擇什麼呢？總的來說，所有經論開示的一切應取應捨之處，尤其是自己受持的律儀，應善巧了知什麼該做、什麼不該做。時時秉持正知與正念，精勤於教法之應取應捨，這才是圓滿的修行。如果沒有正知正念的覺察，只是把心念專注在一種所緣上面，那沒有什麼用處。（因為至多不過得定而已）

又如陣中，先必勵力令劍不失，設有所失無間急取，是因實畏所殺，非僅空言故。諸修道者，先恐失落明記取捨所有正

念，設有所失無間能修者，亦因心中實畏忘失念時，為罪染著墮惡趣果，非虛言故。

如何精勤地以正知正念對治煩惱？譬如與敵對陣的例子，老將必先護住自己的兵器，萬一有所閃失，一定立刻設法拾取，因為在戰場上失去武器，只有被敵方所殺，這是很真實的情況，不是空話。修道也是一樣，行者亦唯恐把知取捨的正念正知忘掉，一旦忘掉，須當下警覺復將正念正知提起，以避免失念時煩惱趁虛而入，又不自覺地染犯罪惡而墮落惡趣，這不是虛假之言。

能生此心，尤以修習業果為要，吾等若未知此為甚深教授，則為斷絕道中精髓，聰叡所愛功德之本。若爾何須於微小罪見大怖畏，無間滅除不令相續耶。答譬如毒箭略傷於身，以此不久毒遍全身，故當速割。

能提起正知正念，必定要了解修習業果道理之重要性，如果不懂得把業果當成甚深教授，等於阻絕了修學聖道精髓的機會，斷除智者所喜愛之功德根本。

既然要把握住根本，為什麼又把微小罪都視為大怖畏般的嚴重，而且隨時生起就要立刻滅除，絕不讓它相續呢？回答：就像被毒箭射傷，箭毒不久就會傳遍全身而危害到生命，所以須迅速割除。

如是惡行略傷心時，若捨不顧速遍全心，實非微小速能廣大，故於最初須滅令不生，設已生起無間應斷。

相同的道理，如果小小惡行卻置之不理，很快就會被煩惱毒攻入心脈。所以千萬不要輕忽小罪速成大害的道理，要在一開始就滅除煩惱，令其不生；假如已經生起，也要立即察覺，並迅速斷除。

如云，「如毒依於血，速能遍全身，如是罪得便，亦能遍全心。」若爾欲勝煩惱障者，云何依止念正知耶。如云，「如執滿鉢油，執劍住其後，溢則畏其殺，禁者如是勵。」謂應如是策勵廣如迦旃延那因緣，應當了知。

如《入行論》說：「就像箭毒隨著血液流動，迅速就會遍佈全身；當煩惱罪惡隨著正念忘失，也會立即覆蓋住整個心念。」那麼，如果想

要戰勝煩惱敵，應該如何依止正念正知呢？回答：如經典上的一個公案：「令一死囚手捧滿滿一鉢油，被持刀士兵挾持著穿越過鬧市，告知倘若油溢，立刻就會被殺。這個囚犯一定是全神貫注，不敢稍有閃失。菩薩行者也是一樣，守護戒律就如捧油，時時安住正念正知，毫不放鬆。」以上是援引迦旃延那尊者的一個公案，提示佛弟子當以此策勵自己，謹慎專注地護持正念。

P320L1~P320LL1 如是策勵~一切資糧。

如是策勵之時，總諸惡行，特見睡等懈怠之因現在前者，應不忍受迎面遏止。如云，「如蛇入懷中，故應急起立，如是睡懈生，皆應速遏止。」非但斷除，應於犯罪心生不喜，謂我往昔如是轉故，乃至現在漂流生死。尤以正受菩薩律儀，而反安住學處障品極可訶責。及願今後於如是罪定不令生，防護當來，於彼二心應多修習。

經過上面這樣的努力，對於和煩惱相應的種種惡行，特別是貪睡等懈怠因一旦現起，絕不能忍受，應當立即遏止。如《入行論》說：「要像毒蛇爬入懷中，馬上跳起來把牠抖掉；同樣地，當我們一察覺昏眠等懈怠因現起的時候，也要毫不猶豫地立刻消除它們。」不但要斷除惡行，應該連犯罪的念頭都不能生起。想想自己一直在輪迴裡流轉，遲至今日仍無法獲得解脫；現在好不容易受持了菩薩律儀，竟然還繼續安住在菩薩學處的違品中，實在應受嚴厲的訶責。但願從今以後這種罪業一定不再犯，如此防護未來，對於不喜惡作之心及懺悔防護之心應多多串修。

如云，「一一罪生時，應當自訶責，必不令更生，恆思如是行。」應勵修學能相續生有力正念最深之因，謂與善師善友共住及應依止多聞等因。如云，「於此等時中，謂當串習念，此因能遇師，或行應理事。」總須多聞善辨菩薩學處取捨，次於所知法義，一切威儀，恆依正念發勤精進，故於所精進處要無錯誤。

如說：「每當任何一個惡念生起時，就要趕緊訶斥、遏止它，警惕自己絕不讓它再生起，應恆常如此思惟與實踐。」更應策勵自己修學能不斷增加正念的因，其中最主要的就是與善師善友共住，以及依止

多聞等。如說：「於一切時中，應努力串習正念，以此作為能值遇大乘師長，或如理行事的因。」總之，必須多聞、正確辨別各個菩薩學處的取捨之要，其次對於所知的法義以及一切威儀，皆當恆常秉持正念發起精進，當然前提是對所要精進的內涵(善法)一定不能有所錯誤。

巳四、由此身心堪能之理

第四身心由此堪能之理。謂自在之力，如《不放逸品》說，「必須善學菩薩學處，及受已不學過患極重，當視煩惱猶如仇敵，於諸難行莫覺為擔，應發心力視為莊嚴。」於未修業前先修此等，破除身心於諸善事無堪能性一切怯弱，學菩薩行令成輕利。

(四) 由此能讓身心堪能

希望由滅違緣及依順緣，達到身心堪能之目的，亦即所謂自在之力；如《不放逸品》說：「必須善學菩薩學處，了解受戒而不修學的嚴重過失；應視煩惱如仇敵般努力對治，將菩薩難行學處當成未來報身及淨土的真正莊嚴，不覺得它是沉重負擔，以此而努力發心。」在尚未正修之前，要先了解修學菩薩行有如此殊勝利益，不學有這等的過患，破除對善事不堪能的障礙，避免身心怯弱，然後學菩薩行便能輕而易舉，進而獲得身心輕利。

如云，「定於修業前，令一切有力，憶不放逸論，令自成輕利。」

如《入行論》說：「為了在修業前有充分的準備，令內心產生力量，一定要先憶持《不放逸品》的教誡，經過這樣反覆有力的修習，待身心感到輕安利樂，就很容易去行善，最後連殊勝的利益也都跟著來了。」

如是勵力能發何等精進耶，謂如樹棉，去來飄動隨風而轉，自內身心於善勇悍，隨勇悍轉，此後精進能善成辦。由生精進乃能成辦一切資糧。

透過以上努力，能發起什麼樣的精進呢？回答：內心緣於善之勇悍相，猶如樹棉一樣，去來隨風自在，輕輕一提，毫不費力就能勇悍而行，如此精進可以善巧成辦；而有了精進，就能順利成辦一切資糧了。

P321L1~P321LL3 如云~精進波羅蜜多。

如云，「如樹棉去來，隨風飄動轉，如是勇悍轉，由是事皆成。」又諸難行唯應策勵不應棄捨，如吉祥敬母云，「不修難行業，不獲難得位，故佛不自顧，令精進增長。」

如《入行論》說：「如樹棉花絮隨風轉動，輕柔自成；而身心緣善所緣，隨勇悍心轉動，則此精進得獲一切成就。」

雖然學處難行，還是要自我策勵堅持到底，絕不任意棄捨。如馬鳴菩薩所說：「不精進修持難行之業，不可能證得難得之果位。所以佛陀在因地時，不顧自身捨施無盡、利益無盡，只為增長精進，日夜無倦。」

卯四、正修行時應如何修

第四正修此時應如何行。隨發何精進，皆當具足六種殊勝及六波羅蜜多。精進施者，謂自住精進而安立他，餘如前說。

第四、正修精進時應如何行？

在發起精進修持任何善行的時候，都應具足六種殊勝及六種波羅蜜多而修，如此則精進力會格外強大。所謂「精進施」，就是自己歡喜修持精進，同時也以菩提心引導他人安住於精進。其餘五度就如之前所說。

卯五、此等攝義

第五此等攝義。應當隨念，發菩提心為諸行依而勤修習，則於精進為欲安立諸有情故，策發修學漸令增長。次於大地所發精進修為願境，於初發業所行精進隨力勤學，尤應斷除精進不共所治諸怯弱等。

第五、此等攝義（總結）

總結來說，應當隨時憶念菩提心作為諸行之所依，並且勤加修習。為了安立一切有情成就佛果，所以我行精進；為令一切有情皆行精進，所以我要更努力策發、修學，使得精進心漸次增長。其次，應以大地菩薩之精進行作為我們的願境，努力達到大地菩薩的境界。修的時候，初發業者對於所要精進的內容，應隨自己的能力盡量修學，特別要斷除會障礙精進的各種怯弱。

又於所得菩提及為一切有情與樂拔苦，經極長時，集無邊資糧行無量難行，先當勇悍擐精進誓甲。《妙手問經》說，「若略發此廣大意樂，即已積集廣大資糧。」故當勤學。

又對所欲求的菩提果位，以及利益一切有情與樂拔苦，皆須歷經極長時間、累積無邊資糧、修行無量難行苦行，所以須先披起勇悍精進的鎧甲。如《妙臂請問經》說：「僅僅是略微發起精進的廣大意樂，就已經累積了廣大資糧。」所以要勤懇努力地修學啊！

若不學者，不能增長種性堪能，恆為眾多惡行染著，於餘生中亦極難學諸菩薩行。如是知己，雖尚未能如實修學，然心亦應趣向彼品，隨力隨能發勤精進，如《妙手問經》說，則於餘生少以功力無諸苦難，速能圓滿精進波羅蜜多。

假定不學，不僅無法增長大乘種性的能力，而且經常會被眾多惡行所染著，那麼來生要想修學最殊勝的菩薩行，恐怕再難有機會。如果已經了解這個道理，雖然行為上還不能如實做到，也一定要先從心裡趣向精進，然後隨分隨力勤發精進，步步上升，這樣才能像《妙臂請問經》所說，來生以少許力氣、無需受太大苦難，就能很快地圓滿精進波羅蜜多。

寅五、靜慮度

學習靜慮波羅蜜多分五：一、靜慮自性；二、修彼方便；三、靜慮差別；四、正修彼時應如何行；五、此等攝義。今初

卯一、靜慮自性

住所緣境心不散亂，善心一境性。如《菩薩地》云，「謂諸菩薩於菩薩藏聞思為先，所有妙善世出世間心一境性，心正安住或奢摩他品，或毘鉢舍那品，或雙運道俱通二品，當知即是菩薩靜慮自性。」《入行論》云，「既發精進已，意當住等持。」

第一、靜慮自性（定義、本質）

靜慮，就是心安住在任一善所緣境，保持不散亂、專一的境界。如《瑜伽師地論·菩薩地》說：「菩薩行者應以聞思菩薩藏（經典）為前行基礎，然後就世間與出世間所有善法能隨一修持心一境性，不顛倒散亂，安住在奢摩他的止品，或毘鉢舍那的觀品，或安住在止觀雙運的二品，這就是菩薩靜慮的自性。」《入行論》說：「策發精進之後，應當繼續修習靜慮。」

卯二、修彼方便

第二修彼方便。謂當思惟，修習靜慮所有勝利及不修過患，奢摩他時茲當廣說。

第二、趣入修習之方便

在身心中生起想要趣入修習靜慮之方法，一樣是從思惟修學靜慮之勝利，與不修之過患開始，此將於後面學習奢摩他時再詳細解說。

卯三、靜慮差別

第三靜慮差別。如前所引就自性分二，謂世出世。就品有三，就作業分，謂身心現法樂住靜慮，引發功德靜慮，饒益有情靜慮。初謂住定即能引生身心輕安所有靜慮。二謂諸靜慮能引神通解脫遍處及勝處等，共諸聲聞所有功德。三謂有靜慮能引十一種饒益有情事。

第三、靜慮之差別

靜慮之差別，如前所引《菩薩地》之說明，從靜慮的自性來說，可分為世間的靜慮與出世間的靜慮。以其品類而言，可分為止品、觀品、及止觀雙運品三種。以其作用而言，可分為身心現法樂住靜慮、引發功德靜慮及饒益有情靜慮三種。一、身心現法樂住靜慮，是指透由修學靜慮，今生便能證得身心輕安三摩地；二、引發功德靜慮，是指由修習靜慮能成辦五神通、八解脫、十遍處及八勝處等眾多功德，而這部分是共聲聞乘（共大小乘）的；三、饒益有情靜慮，是指透由修學靜慮，進而成辦十一種饒益有情之事業。

卯四、正修彼時應如何行

第四正修彼時應如何行。隨修何善三摩地，皆當具足六種殊勝，六波羅蜜多。自住靜慮亦安立他，是靜慮施，餘如前說。

第四、正修靜慮時該怎麼做？

修學任何一種善三摩地時，都應具足六種殊勝與六種波羅蜜多而修。譬如具足布施的靜慮，就是自己安住於靜慮，同時亦以菩提心引導他人安住於靜慮，此即是「靜慮施」；其餘五度可以類推，如前所說。

卯五、此等攝義

第五此等攝義。隨念發心為諸行依而正修習，則於無漏靜慮，為欲安立一切有情，策勵修學。此堅固增長已，以地上諸靜慮作所願境。雖未能生圓滿靜慮，亦應時時精進不捨，隨力學習心一境性諸三摩地。

第五、此等攝義（總結）

總的來說，修學者應當隨時憶念發菩提心才是修諸善行之所依；此處即指所有定的修學都要以菩提心作為根本，而勤加串習。為了安立一切有情進入無漏靜慮（出世間靜慮）的境界，當隨分隨力地發起菩提心勵力修學靜慮，乃至能堅固、增長之後，要以大地菩薩所行之種種靜慮，作為所願境而去努力。雖然現世還未能生起圓滿的靜慮，也要鍥而不捨、時時精進，依照自己的能力，儘量學習心一境性各種三摩地。

P322LL1～P324L1 若不爾者～更為希有。

若不爾者，恆違學處罪所染著，於餘生中亦極難學菩薩等持所有學處。若能學者，即於現法亦少散亂心，所修善行勢力強盛，當來亦如《妙手問經》說，身心喜樂靜慮波羅蜜多極易圓滿。於奢摩他時當廣解釋，故此不說。

如果不這樣做的話，眼前就墮在罪染當中，來世也難有機會再修菩薩的等持學處。如果能夠精勤修學的話，不但現在的心就少散亂，而且修善的力量會越來越強盛，來生也能像《妙臂請問經》所說，具足身心喜樂輕安，自然很容易圓滿靜慮波羅蜜多。有關詳細的內容，在後面別學奢摩他的時候再詳細說明，這裡暫且不提。

寅六、般若度

學習般若波羅蜜多分五：一、慧之自性；二、生慧方便；三、慧之差別；四、正修慧時應如何行；五、此等攝義。今初

卯一、慧之自性

慧謂於所觀事能揀擇法，此處是說通達五明處等慧。如《菩薩地》云，「謂能悟入一切所知，及已悟入一切所知揀擇諸法，普緣一切五明處轉，一內明，二因明，三醫方明，四聲明，五工巧明，當知即是菩薩慧之自性。」能悟入慧者是未得地前慧，已悟入者是得地慧。

第一、智慧之自性（定義、本質）

所謂智慧，就是對於一切事物，能觀察辨別其如理非理，作出善巧的揀擇，即為智慧體性；此處是說菩薩須要精通的五明學處等世間智慧。如《菩薩地》說：「善巧理解、揀擇『能悟入慧』及『已悟入慧』，並通達世間五明學處：1. 內明，2. 因明，3. 醫方明，4. 聲明，5. 工巧明；即稱為菩薩智慧的自性。」能悟入慧，是指尚未證得初地以前凡夫的智慧（此階段屬聞思相應之慧，尚未真正見到一切法之實相）；已悟入慧，是指已證得初地後聖者的智慧（指已得實際之修證，徹底見到一切法的實相，包括真俗二諦）。

卯二、生慧方便

第二生慧方便。謂當思惟生慧功德及未生之過失，其有無通達如實無我性慧之功德過失，毘鉢舍那時茲當廣說，今當略說所餘德失。先說功德。

第二、生起智慧的方法

如何能夠生起智慧呢？如同前五度一樣，應當先思惟生起智慧之功德以及未生之過患。有關具備通達無我空性智慧的殊勝功德，以及不具備的過失，在後面宣講毘鉢舍那時會詳細說明。現在先簡略說明智慧的其他功德與過患，下面先說功德。

此中慧是現後一切功德根本者，如龍猛菩薩云，「慧為見不見，一切功德本，為辦此二故，應當攝受慧。明是求法義，及大解脫本，故應先敬持，大般若佛母。」

一、具足智慧之功德：

智慧，是現世乃至後世所有一切功德的根本。如龍猛菩薩說：「智慧是現見與不見功德等一切功德的根本。為了成辦現前與後世此二種利益，應該在智慧上好好的努力攝取受持，乃至生生致力於追求與學習般若；因為般若智慧，是獲得人天果報與究竟解脫的根本，所以求解脫者應該先恭敬受持大般若佛母（佛果就是從般若出生的）。」

慧如施等五度之眼者，如《攝頌》云，「若時為慧所攝持，爾時獲眼得此名，如畫事畢若無眼，未畫眼來不得值。」於餘功德皆須慧者，譬如妙金所作莊嚴雖已殊妙，若更嵌飾帝青等寶，尤為可意。如是從施乃至靜慮，五種金莊嚴具，若以揀擇理非理慧鈿寶嵌飾，更為希有。

智慧有如布施等五度的眼睛。如《般若攝頌》說：「如果有智慧的攝持，其餘五度就如同得到了眼睛，而能圓滿六波羅蜜多之名；好比一幅人像畫，如果沒有畫上眼睛，這張畫不算完成；一旦畫上眼睛，這幅畫應有的價值就顯出來了。」其餘五度的功德都需要智慧的攝持，就像上好黃金打造的莊嚴飾品雖然殊妙無比，如果再鑲嵌帝青等寶石，一定更加光彩奪目。同樣的，從布施到靜慮這五種功德，就像上好的黃金飾品，若再具備能夠揀擇正理的智慧做為嚴飾，那就更顯稀有珍貴。

P324L1~P324LL1 由此能令～慧臣之力。

由此能令施等五法成清淨故。猶如意識，能於眼等五根之境，分別德失而為進止。如吉祥勇云，「此施等福德，若有妙慧力，如諸金莊嚴，嵌寶尤光顯。慧於彼彼義，增廣功德力，如根於自境，由意顯其力。」如是信等根中以慧為主，若有慧主，則善了知施信等德，慳等過失。次乃善巧盡諸煩惱，增

長功德所有方便。如云，「信等根中慧為主，如餘根中須意識，有此為主知德失，亦能善巧斷煩惱。」

智慧，能令布施等五度成就清淨無漏的圓滿功德，而成為解脫之因，就好像意識在透過眼、耳、鼻、舌、身五根認識對境，而能清楚地分辨功德過失，懂得如理進退取捨一樣。如馬鳴菩薩在《攝波羅蜜多論》所說：「布施等五度的功德，若有殊妙的慧力攝持，就像種種莊嚴的金飾鑲嵌上寶石後，更加璀璨耀眼。智慧對於布施等五度的意義在於能除其過失，增廣其功德；就像五根接觸到五境，要靠意識才能顯示作用一樣，有智慧才能顯現出其餘五度的力量。」同樣的情形，在信、進、念、定、慧五根、五力當中，也是以智慧為主。由於有智慧之攝持，才能善知布施、淨信等功德（等字指六度的前五度及五根的前四根），以及慳貪、不信等過失；若再進一步如理行持，才能善巧淨化煩惱與增長功德之種種修行方便。如說：「信等五根以智慧為主，就像眼耳鼻舌身等五身根須得仰賴意識觀察對境一樣；唯有具備能抉擇功過得失的智慧，才能善巧地斷除一切煩惱。」

又諸菩薩將自身肉施諸求者，如從藥樹而取，無慢怯等分別變異，亦因智慧現證真實。又由慧故，能觀生死涅槃所有衰損，為利他故，修學尸羅能令戒淨。由慧通達忍與不忍功德過失，令心調伏則邪行眾苦，無能奪轉。由慧善知為應精進事，即勤修彼道極昇進。又住真實靜慮所有最勝喜樂，亦是由慧依止正理之所引發，故淨施等五法以慧為依。

又菩薩能善巧地行持布施等五度亦有賴智慧。譬如菩薩將自身肉布施給乞者，如同從藥樹上截枝取藥，完全不會被我慢及怯弱等分別心所動，此皆由於菩薩具現證無我空性慧之緣故。又由智慧攝持之故，菩薩能觀見凡夫墮三有與小乘入寂滅之所有衰損，為了利益有情而守護戒律，特別能持戒清淨。又菩薩由智慧攝持，能了達忍辱之功德與不忍之過失，調伏自心，安受苦忍，而不受眾生邪行及眾苦之侵擾，令忍堅固。又菩薩由智慧攝持而善知應精進之事，積極修習學處，使得修道進展迅速。又菩薩能安住在真實義之靜慮，而得最勝之喜樂（定），也是由依止正理之智慧而成辦。總之，想要有清淨圓滿的五度，皆須以智慧為所依。

如云，「菩薩開慧眼，雖施自身肉，如從藥樹取，無別無高下。」又云，「慧見三有獄，勝解度世間，持戒非自利，何況為三有。」又云，「慧者有忍德，怨敵莫能害，如調伏象王，堪多業差別，唯勤墮苦邊，有慧成大利。」又云，「諸已趣歧途，集過重罪染，惡人豈能成，靜慮妙喜樂。」

如《攝波羅蜜多論》說：「當菩薩開啟智慧眼後，即使將自己身肉布施出去，就像從藥樹上取藥一樣毫無痛苦，既無我愛執及我所愛執的分別，也無唯我能施的高慢與我不能的怯弱。」又說：「菩薩以智慧眼，觀見眾生困在三有牢獄中，遭受眾苦逼惱，因此誓願普救眾生脫離苦海；菩薩持戒清淨不是為了自己解脫，當然更不是為了貪圖三有盛事。」又說：「具慧菩薩能通達忍辱之功德，避免煩惱敵之種種傷害；就像已經調伏的大象王，堪能負載重物、成辦種種事業。精進若無智慧之引導，因為不知入道之正確方法，雖一味忍受勤苦，最終仍將墮入無邊眾苦之中；而具有智慧攝持的精進，才能成就大利。」又說：「修定卻不累積智慧功德，終將誤入歧途，造作種種罪過，這種身心充滿罪惡、遭受無明覆蓋的人，怎麼可能成就禪定妙樂？」

又二功德似有相違，由是慧故能令無違。譬如菩薩作轉輪王，王四大洲，然能不隨欲塵遷轉，是由具足慧臣之力。

有時看似相違的二種功德，由於透過智慧攝持，則不見其相違。譬如菩薩做了轉輪聖王，統領四大洲，雖然享有五欲福報，卻能不隨欲塵所轉，這就是智慧的力量。

P325L1~P326L2 如是雖生~從慧力生。」

如是雖生猛利慈心，見諸有情極可悅意，然無少分貪欲和雜染。

又如見一切有情如獨子般悅意喜樂，菩薩雖具足猛利慈心，卻沒有絲毫的貪著與雜染。

見有情苦，雖生恆常猛利難忍大悲，然無懈怠憂惱蔽覆不樂善行。又雖具足歡喜無量，心於所緣全無散動。又雖具足大平等捨，然於眾生所有義利剎那不捨，此皆由慧成，以慧力故，滅除此等力均之障。

又如見一切有情痛苦，菩薩雖恆生難忍之大悲心，卻不會被憂惱所覆蔽而懈廢了善法善行；又雖具有歡喜無量，卻能專住一趣，於其所緣心無放逸散亂；又雖具有大平等捨，然於有情義利卻連剎那也不棄捨。以上這些功德皆由智慧所成辦，只有智慧能分辨、滅除種種與四無量心同等力之種種障礙。

如云，「菩薩具王位，根境如天物，性不變非理，是慧臣德力。慈心純利他，然無貪薰染，悲不忍他苦，不憂懈低劣。雖喜無散動，捨不棄利他，諸德所治品，由慧滅故妙。」

如說：「菩薩雖享有轉輪聖王之上妙受用，卻仍維持聖者本性，不受欲塵擾動，就是有賴智慧大臣的功德力；菩薩具有單純利他的慈心，不會被貪著所垢染；菩薩具有不忍他苦之悲心，卻不會因憂惱而懈怠退縮；菩薩常懷喜心，卻不會心意散亂；菩薩捨心平等，卻剎那都不捨棄利他。菩薩於慈悲喜捨之功德生起時，完全不會被各自的違品所障礙，就是靠智慧滅除種種違品，令它們產生善妙之功效。」

又如《讚應讚》云，「不棄捨法性，亦隨順世俗。」謂諸相縛所執之事，雖微塵許亦不可得，於此法性獲大定解而不棄捨，然與世俗內外因緣各別生果，所獲定解無違隨順。又諸餘人認為極相違事，然具慧者皆能隨順令無所違。

又如《讚應讚》說：「唯有具慧，才能圓融二諦，既不捨棄諸法無自性的真實義理（勝義諦），亦能隨順世間因緣生滅的世俗義理（世俗諦）。」也就是說，以世俗觀點執一切境相為實有的事物，就勝義觀點而言，連些許微塵都不可得；由於菩薩對此已獲得大定解，所以雖其心境常時安住於勝義空性，然而對於世俗一切「如是因生如是果」的緣起法，亦由內心深處能獲定解，二者常相隨順，毫無違逆。因此，一般人認為是矛盾相違的事，唯具慧者卻能轉矛盾成相順無違。

如前論云，「若開若遮止，佛語或有定，或是不決定，然皆不相違。」謂大小乘及經咒中，見有眾多開遮不同，若以一人雙修二事，尋求無邊經論密意時，諸愚無慧雖覺相違，然諸智者實見無違，亦是慧之所作。

又如前論中說：「在諸乘及顯、密之戒律中，佛陀有時開許可以做，有時說不能做，有時說不一定；如果以智慧攝持，則會知道一切法其實皆不相違。」此說明大、小乘法，或顯或密，在戒律上有許多不同開、遮的地方。如果一個人同時修習二法，一個法說可以做某事，一個法說不可以做，在尋求無量經典解釋佛陀意趣的時候，無慧力的愚者會感到矛盾而無所適從，然而智者卻能透過慧力，通達一切聖教無違之道理；而這也是靠智慧才能成辦。

如是無慧覺為相違，及有慧者見不相違事雖有無邊，然二諦建立及經論中互相開遮眾多不同，以慧分辨意趣無違，即是智慧無上功德。

雖然愚者認為矛盾的事，而智者卻能了解其實質內涵並不相違，類似的例子多不勝數，特別是在二諦的建立，以及經論之間互相開遮不同之處，都要透過智慧來辨析，才能了達經論的究竟意趣其實是相融而無違的，這就是智慧無上的功德。

一切功德皆從慧生者，如云，「世間圓滿從慧生，如母育子有何奇，善逝十力超勝力，一切無等最勝事，及餘一切功德聚，皆依如是慧因生。世間藝術及勝藏，所有如眼諸經典，救護覺慧及咒等，種種建立法差別。眾多異門解脫門，彼彼利益世間相，大力佛子所顯示，此等皆從慧力生。」

總之，一切功德都是從智慧出生。如《攝波羅蜜多論》說：「世間一切圓滿盛事皆源於智慧，就像有了慈母的養育，孩子得以安樂成長，這有什麼奇怪？諸佛也是靠著智慧因，成就最究竟圓滿的佛十力等無上威神力，一切無與倫比的殊勝事業，以及一切世、出世間的功德資糧。世間六十四種工巧技藝、法寶、財寶等殊勝寶藏，所有作為眾生眼目的經典，都是依慧而出生。這些救護眾生的妙法、明咒等，雖有顯密等等差別，卻都是依著眾生不同的根性，而建立種種不同的法門施設，無一不是為了眾生能得到解脫這個共同的利

益。所有利益世間的種種方便，都是諸佛菩薩大力所顯現、成就的，這些也都是由智慧因，才能生起如此的功德和力量。」

P326L3~P327L1 無慧過患~為癡因。」

無慧過患中，施等無慧如無眼目。《攝頌》云，「俱眊度他無導盲，路且無知豈入城，五度無慧如無眼，無導非能證菩提。」是故施等不能清淨，亦復不能獲得正見。如云，「無慧求果報，施體不能淨，利他為勝施，餘唯為增財。」

二、不具智慧的過患：

如果沒有智慧，布施等五度就像失去雙眼一樣。《般若攝頌》說：「一個什麼都看不到的瞎子，要走很遠很遠的路，又沒有人引導，怎麼可能進得了解脫城？五度若沒有智慧眼之攝持，就如盲人失去引導，不可能證得無上菩提果。」如果行者本身不具智慧，那麼布施等五度無法清淨，更不可能獲得正見。如《攝波羅蜜多論》說：「沒有智慧的攝持，布施時希求果報，其施體就不清淨，因此只會成為繼續輪迴的因，無法成就解脫果。菩薩以智慧攝持布施，將善果利益迴施眾生，這才是圓滿殊勝的清淨布施。一般為求自利而布施，只能累積世間財富，並無大果。」

又云，「無破闇慧光，不能成淨戒，多由無慧故，尸羅成濁染。」又云，「慧倒心混亂，不信住忍德，不樂觀善惡，如無德王名。」又云，「智者所稱讚，無餘最細深，欲未障直道，無慧不能往。」又云，「心不勤修慧，其見不能淨。」王名稱者，謂如無德之王，名稱一揚後仍退失。

又說：「如果沒有破除無明黑暗的智慧光，不可能守護清淨戒律；因為無慧，不能明辨應遮應行，經常被煩惱污染，故持戒多所違犯。」又說：「如果無慧，則心顛倒散亂，不信解瞋恚過失與忍辱功德，更不能辨別善惡取捨之理；本無功德而自以為功德，就像無德之王，徒具虛名而已。」又說：「為一切智者所稱頌，無與倫比、最為深細奧妙的菩提大道，想要毫無障礙的直接趣入，如果沒有智慧是絕對無法進入的。」又說：「不勤修智慧的心，是不可能獲得清淨之見地的。」前面提到「王」之稱謂，是指無慧猶如無德之國王，縱能聞名一時，也很快就消散了。

乃至未發大慧光明，愚癡黑闇終不可滅，慧發即滅。故於發慧應隨力能精勤修習。如云，「由發大慧光明力，猶如出現大日光，眾生身中黑闇覆，悉皆除遣唯餘名。」又云，「故應盡自一切力，於如是慧勤修習。」

在大智慧光明尚未生起之前，終究無法滅除愚痴黑暗，只有開啟智慧才能破除無明，所以我們應精勤修習、全力成辦。如《攝波羅蜜多論》說：「如理地聞思修，啟發了相應的大智慧光明，猶如日光照耀，將眾生相續中所有黑暗，一無餘遺地破除後，在世俗的名言諦上雖仍示現煩惱相，其實內心已得完全清淨。」又說：「看看智慧的殊勝功德，所以更應盡己一切力量，勤修如是智慧。」

愚癡之因，謂近惡友，懈怠懶惰極重睡眠，不樂觀擇，不解方廣，未知謂知，起增上慢，上品邪見，或生怯弱，念我不能，不樂親近諸有智者。如云，「懈怠懶惰近惡友，隨睡眠轉不觀擇，不信能仁最勝智，邪慢所覆而輕問。心劣自耽以為因。不信親近有智士，並其邪妄分別毒，及諸邪見為癡因。」

智慧所正對治的是愚痴，造成愚痴的原因又是什麼呢？即是親近惡友、懈怠懶惰、貪愛睡眠、不喜觀察、不喜思擇、不信解大乘經典、不懂裝懂而增上我慢、邪見嚴重、心性怯弱而自輕能力不足、以及不親近善知識等。如《攝波羅蜜多論》說，「懈怠、懶惰、近惡友、愛睡眠、不觀修、不信佛陀最勝智慧、強烈邪見、我慢覆蔽、輕視求教提問、心性低劣且自我耽著、不信且不親近善知識、以及心中充滿邪分別、妄念及種種邪見等，這些都是愚痴之因。」

P327L1~P327LL1 故又云~云何能修。」

故又云，「恭敬承事可親師，為引慧故求多聞。」謂應親近智者，隨自力能而求多聞，若不爾者，聞所成慧思所成慧皆不得生，是則不知修何法故。若有多聞，由思所聞法義，能生思慧，從此能生廣大修慧。如吉祥勇云，「寡聞生盲不知修，彼無多聞何所思，故應精勤求多聞，因此思脩生廣慧。」

所以《攝波羅蜜多論》又說：「為斷除愚痴之因，應該恭敬承事可以親近的師長；為了引發智慧，必須尋求多聞。」也就是說，應當多親近智者，盡自己的力量勤求多聞。如果不這樣做的話，聞所成慧、思所成慧都無法生起，而沒有聞思做為修的基礎，當然修的時候就不知道要修些什麼了。如果具足多聞，才能由聽聞而生聞所成慧；由反覆思惟觀察所聽到的法義而能生思所成慧，如此才有可修的內容，進而由修的緣故，生起廣大的修所成慧。如馬鳴菩薩說：「寡聞者就像盲人不知修行之道，因為聽得太少，哪有東西可以思惟？所以應該努力勤求多聞，豐富思惟內容，使聞思修三慧能增長廣大而生起源源不絕的智慧。」

慈尊亦云，「三輪諸分別，是名所知障，慳等諸分別，是為煩惱障。除慧無餘因，能斷此二障，聞為勝慧本，故聞為第一。」

彌勒菩薩也說：「執持三輪實有的各種自他分別屬於所知障，慳吝等根本煩惱及隨煩惱則屬於煩惱障，唯有證得空性智慧，才能根本斷除所知障和煩惱障，除此之外沒有其他法類可以斷此二障，而多聞正是增長此殊勝智慧的根本因，所以修習智慧首重多聞。」

《集學論》云，「應忍求多聞，次當住林藪，精勤修等引。」自釋中云，「不能忍者，則由厭患，不能堪耐，退失聞等。無多聞者，則不能知靜慮方便，淨惑方便，故應無厭而求多聞。」《那羅延問經》云，「善男子，若具多聞能生智慧，若有智慧能滅煩惱，若無煩惱魔不得便。」是故聖道最勝命根謂擇法慧。慧無上因，謂於無垢經論勤求多聞，以諸教理善為成立。

《集學論》說：「凡欲學法者，皆應安忍求法之辛苦，必先努力尋求多聞，然後住到無人的林藪專心思惟所聽聞到的法義，由思慧得到決定之後，再一心勤修禪定。」《集學論釋》中說：「不能忍耐諸苦的人，因心中對眾苦厭惡，自然就退失了多聞的功德。不求多聞者，不會知道修禪定之方便，也就得不到淨除煩惱的智慧，所以我們應該不知厭足地希求多聞。」《那羅延問經》說：「善男子！若具多聞則能增長智慧，若具智慧則能滅除煩惱，若無煩惱，就不會被煩惱魔等趁機傷害、障礙修行。」聖道最殊勝的根本，就在於有沒有思惟、善擇諸法的智慧；而能增長智慧最重要的因，就在於是否能

廣泛聽聞清淨無垢的經論，然後透過教理善擇修行要道，繼而證成經論之理；所以說，智慧是成就聖道的無上正因。

然諸欲修法者，尚不能知聞為必須者，是由於修時不能定解，必須觀慧思擇而修，反顛倒解，不須多聞過失所致，故自愛者，應棄此過猶如惡毒。

有些想要修行的人，卻不清楚多聞的重要性，不了解修的內容是必須以所聞銘記於心，再由觀察慧思擇而修的道理；由於他們不能對此聞思修次第生起定解，反而還起顛倒邪見，以為聞思和修別別無關，這就是寡聞的過失；所以真正自愛的人，應該對這類過失要棄之如惡毒。

大瑜伽師云，「覺窩瓦，欲成佛一切種智者，不於牛負量經函辨其所作，而將掌許若講若藏，皆無所成。」樸窮瓦開啟經卷安置枕前曰，「我等是學者故，縱未能看，應於此等而發願心，若不知法云何能修。」

祖師大瑜伽師說：「大德們！想要成就一切種智(成佛)的人，卻不去廣聞或研閱如牛車般大量的經函以明辦法理，而只是在如掌許般一點點的典籍上講說，乃至於只是把典籍收藏起來，這樣就妄想能有成就，到頭來絕對是一無所成。」祖師樸窮瓦打開經卷安放在枕前說：「我還正在修學，縱使現在不能一下子讀那麼多經典，也要發心累積多聞的因，祈求日後能了解其間義理；否則，若不識教法，將如何能修？」

P328L1~P329L1 懂哦之弟子~別求多聞。

懂哦之弟子送博朵瓦時，三云，「汝等快樂。」次云，「能得依止我如天覆地之知識，不須於他更起口水，無須細看酣暢淋漓之本釋，事業微少，不勞思業果內心安泰，以多咒法成多事業令心飽滿。」

懂哦瓦的弟子為博朵瓦祖師送行時，博朵瓦再三地說：「但願你們和教法能真正地相應，得到法樂。」接著又說：「如果你們像我一樣，能依止這麼一位博學多聞、得到全部圓滿師承、如天覆地般的大善知識(敦巴尊者)，就不必再羨慕別人，或者再去翻閱密密麻麻寫滿

註記的解釋本。依止師長，弘法事業方便易得，不用費很多心思功夫；依止師長，也才能正確思惟業果等道理（不會只是累積善根福報），內心自然安樂；依止傳承師長，才能圓滿修成生圓次第和本尊事業儀軌，令心飽滿。」

霞惹瓦云，「乃至未成佛求學無完，至成佛時始得完畢。」迦摩瓦云，「若謂修法何須求知，是自失壞，我寡聞者易生此失，易說修行不須求知。然修法者，實定須知，縱於此短壽未能圓滿，須不失暇身，相續多聞。若謂修者不須，說者乃須，說說法師易生此罪，以修者尤須故。」

霞惹瓦祖師說：「在沒有成佛以前，都必須從善知識處聽聞學習，直到獲得圓滿一切種智的智慧，才算達到究竟。」迦摩瓦祖師說：「如果有人認為所要的是修法，何必去依師多聞？這種想法是把自己的前途給送掉，尤其寡聞的我們容易犯這種過失，認為只須努力實修就好了，不必仰賴善知識學習。實際上修學者一定要知道，依師多聞多學所得之慧是能成辦修業的因，即使這輩子壽命有限不能圓滿求知，也須保住有暇身的善因緣，祈求來世可以在不斷相續中圓滿多聞。也有人說，修法者不用多聞，講法的人才要多聞，因為說法師學問不廣博，會有可能因講錯而造下罪業。然而實際上並非如此，說法師雖無多聞，也僅是犯不能如實而說之罪，而修學者若不多聞卻是不知道該如何修、如何行，結果必誤入歧途，或無進境，相較之下，恐怕修學者所受影響更大，所以真正要修法的人尤須多聞。」

如是修者慧及慧因多聞，不容或少，應獲廣大定解，然此定解於未知修時，必須觀察修者極難生起，雖自許為受持三藏之法師，亦多認為修之前導，或僅為佐證，非實教授。

要想成辦智慧及能生智慧的因，多聞是絕不可少的。對此道理，我們應該迅速引發定解。但是這個定解，對那些不知道要反覆觀察修行的行者來說，是很難生起來的。不只他們，連很多自許是受持三藏的法師，也認為多聞只是修行的前導，或只是佐證（證明這個修行是有來源、有根據的），並非實修時真正的教授。

由此因緣，說欲速成佛則須勤修，欲利聖教則須多聞，內自修與利聖教別執為二，此是矛盾最大狂言，以聖教中，除教證法別無聖教。前者是令了知修行之軌。後者是令知己予以實行，故修行能無錯謬者，即是最勝住持聖教。

基於這種錯誤的見解，他們主張「想要快速成佛，就要勤修；若欲利益聖教，才要多聞以廣弘佛法」，把向內自修與利益聖教別別執為二件不相干的事。這種說法，宗大師認為是「完全矛盾、最大錯誤的狂言」，因為聖教的內涵就是教正法和證正法，沒有第三個法。教正法是讓行者知道修行之軌則，而證正法是讓行者依所知義理如教修行。所以，修行若能一點都不錯謬的話，就是最殊勝的住持聖教了。

又能無錯住持修證之聖教，必依無錯了解教法故。故先知多法者，修時即應修彼法義，不可忘失。若先未知亦勿怯退，當隨慧力而求多聞。

又如何能無錯謬的住持、修證佛陀之聖教呢？此乃必須依賴先前對教法正確地理解，也就是多聞。換句話說，行者須先以教正法確定要修的內容，正修時，即反覆思惟、觀察教正法所詮之法義，不可忘失；然後照著所了解的去實踐，這樣才能生起正確無錯謬的證正法。如果一開始不知道要修些什麼，也不要心生怯退，應當依照自己的慧力先廣求多聞。

復非聽聞此法，別修他法，即所修處而求聞思，故又不應唯修一分，定應依止，初業菩薩所修圓滿道之次第。若慧劣弱即令修彼，若慧廣大或初雖微劣，由修習故增廣之時，將此道次漸為增廣，能與一切清淨經論相屬而修，亦非定須別求多聞。

聽聞的目的就是要照著去修，絕對不是聽聞這個法，修的時候卻是去修另一個法；也就是說，行者所修持的內容一定就是前面所聽聞、思惟的法義，而且不應該只修一分而已，必須要依止初業菩薩所應修的圓滿道之次第教授才對。如果智慧不足，可以先依本論的道次第而修；假定智慧比較廣大，或者初期慧力尚未開展，只要透過不斷修習，待慧力日趨增廣，就可以將所修之道次第內容也漸漸

地增廣。如果照著這樣的次第修學，自然能與一切清淨經論的法義配合而修，這種情況之下，也可以不必另求多聞。

P329L1~P330L2 故凡圓滿~無罪義利。

故凡圓滿無錯教授，略亦能攝一切經咒大小諸乘道之宗要。若廣開解亦能遍入一切教法，未獲如斯教授之時，於少分修易生喜足，然於聖教全體修行宗要，難獲定解。

凡是圓滿、無錯謬的教授內容，雖然只是一個簡略的綱要，也能含攝一切顯密、大小諸乘的宗要；只要進一步廣為開解此一綱要，就能相應地趣入一切教法。如果尚未得到正確圓滿的教授，容易只得到了少分而沾沾自喜，這樣恐怕對聖教總體的修行宗要，難有正確定解，也難以開啟廣大殊妙的智慧。

故應親近良師，淨持尸羅，數聞教授。每日四次修習所緣，至誠祈禱師長本尊。又由多門積集資糧淨除業障。若能勤修此圓滿因，其慧倍復殊勝增長，乃能生起澈底定解。

如何開啟智慧呢？應當透過親近善知識、自己修持清淨戒律、反覆聽聞如理無垢的教授、每日四次依所緣教授而修，並且至誠地向上師、本尊祈求，同時透過多門行善、累積資糧、淨除罪障。若能勤修這些能圓滿智慧的因，將來必定可以倍增慧力，這樣才能對法義生起徹底的定解。

如先覺云，「先所聞法令心總現，數數思惟稱量觀察，若忘其法專學持心，則無助伴。」故上修者是上法師，中品修者是中法師，凡所修法即知彼法。若由是思定解堅固，則諸惡友唱說，善惡一切思惟，皆是分別悉應棄捨者，自知法中無如是語，良師不許，便能不隨彼轉。

如同先賢所說，「修的時候，要把先前所聽聞到的法理在心中清楚地現起來，然後反覆不斷地思惟、理解、觀察，這個才是修；如果把先前聞思的法義都忘失掉了，而只是專注於持心修定，這樣對修慧毫無助益。」所以，了知必先聞思而後增慧的道理，然後圓滿地修習道次第內容的上等修學者，一定是上品的法師；而中等修學者，則為中品的法師，我們應該了解凡所修法一定就是所知之法。如果經

由如此思惟，對修習次第生起堅固定解，那麼縱使惡友再怎麼鼓吹：「一切善惡的思惟都是分別，應該完全棄捨思惟分別」的論調時，自己也會知道在經論中並沒有這樣的說法，善知識也不會如此承許，這樣就不會妄從他人了。

若無此解有信無慧，見哭則哭，見笑則笑，隨他所說覺為真實，猶如流水隨引而轉。

如果對這個道理沒有正確的認識，有信心而無智慧，別人說不對，我也跟著認為不對；別人說對，我也承許；不管別人說什麼都覺得有理。那麼這個人就會像流水一樣，引到哪裡就隨流到哪裡，這就是沒有智慧的過患啊！

卯三、慧之差別

第三慧之差別分三：一、通達勝義慧；二、通達世俗慧；三、通達饒益有情慧。今初

辰一、通達勝義慧

謂由總相覺悟，或由現量覺悟無我實性。

第三、智慧之差別

智慧，以觀待菩薩學處的角度來說，可以分為三種：通達勝義慧、通達世俗慧、通達饒益有情慧。

一、通達勝義的智慧：是指透過義共相的比量或者現量證得的方式，通達了悟或者直接親證一切法無我真實性的義理（即指經由比量證悟空性或現量證悟空性的智慧）。

辰二、通達世俗慧

第二通達世俗慧，謂善巧五明處慧。如《莊嚴經論》云，「若不勤學五明處，聖亦難證一切智，故為調伏及攝他，並自悟故而勤學。」謂為調伏未信聖教者故，應求聲明及因明處。為

欲饒益已信者故，應求工巧及醫方明。為自悟故應求內明，此是別義。又此一切皆為成佛故求，是為通義。

二、通達世俗的智慧：簡言之，即是精通五明之世間慧。如《莊嚴經論》說：「大乘菩薩如果不勤修五明智慧（即聲明、因明、工巧明、醫方明及內明等），很難證得佛陀一切種智。為了調伏眾生、攝受眾生，以及自我證悟，必須勤修世俗智慧。」此說明為了調伏外道眾生，菩薩行者必須通達聲明（語言、文字、音韻、說話的善巧等）和因明（邏輯、理則，譬如找出問題、簡別原因、分析優劣及解決方法等）；為了饒益內道眾生，必須通達工巧明（其他種種技術）和醫方明（醫學、藥學乃至咒術等治病強身之法）；為了通達勝義、自我證悟，故須學習內明（宗教、哲學與修持的知識等）。以上是因應各別之目的而言，但總體來說，都是為了成佛這個共通目的而修學世間智慧。

P330L1~P330LL1 第三通達~大嚩柁南。

辰三、通達饒益有情慧

第三通達饒益有情慧，通達能引有情現法後法無罪義利。

三、通達饒益有情的智慧：為饒益有情，菩薩行者須通達能夠引導眾生今生、來世皆遠離惡業，又能培植福德義利的事情。

卯四、正修慧時應如何行

第四正修慧時應如何行。發三慧時，應令具足六種殊勝，及具六種波羅蜜多，自住慧已，立他於慧是為慧施，餘如前說。

第四、正修慧時應該怎麼做？

修學般若、或三慧（即通達勝義慧、通達世俗慧、通達饒益有情慧）之任何一種智慧時，都要結合六種殊勝（所依殊勝、物殊勝、所為殊勝、善巧方便殊勝、迴向殊勝、清淨殊勝）與六波羅蜜多而修。譬如具足布施的般若，就是自己安住於智慧，同時也引導眾生進入智慧行列，此即是「智慧施」；其餘五度，如同之前所說。

卯五、此等攝義

第五此等攝義。雖有現證空性之慧，若無大菩提心，仍非菩薩之行，故應增長大菩提心為行所依，地上慧度修所願境，其能圓滿無上妙智資糧所有方便，謂發三慧，現應勵力而求多聞。若不爾者，違越學處罪所染著，諸餘生中亦不樂多聞。不能學習菩薩學處。若於現法勤修開發智慧方便，能遮現法不學之罪，如《妙手問經》所說，餘生亦能速疾圓滿般若波羅蜜多。

第五、此等攝義（總結）

總結來說，如果沒有大菩提心，即使具備現證空性的智慧，仍然不算是菩薩。所以我們必須以增長大菩提心為修行所依，以此為基礎，也幫助一切眾生獲得智慧；其次要以地上菩薩修慧的境界作為所願境，努力修學空性慧與大菩提心，令二者相輔增長。為了能圓滿佛陀之無上妙智，須發起聞思修三慧等各種方便來累積資糧，而眼前就應該從努力多聞開始。

不這樣做的話，等於時時違犯學處而不自知，如此長期為罪業染污，來生繼續寡聞，就更沒有機會修學菩薩學處了。如果現在就勤修開發智慧的方便，不僅眼前可以遮止不學的罪業，來生也能像《妙臂請問經》中所說，速疾圓滿般若波羅蜜多。

如是經咒二道棟梁，六度之中，修習靜慮之次第，尚似略存，修餘五度之次第，皆已隱沒，故於修行攝要及引發定解之方便，略為宣說。諸大經論所說，修習緣如所有及盡所有般若自性毘鉢舍那之次第，及修習靜慮自性，奢摩他之次第，後當廣釋。

六度可說是顯密二道之核心精要，其中有關修學禪定（靜慮）的次第，前人似乎還留存下來一點教法，其餘五度的修習次第都已隱沒不見，因此宗大師特別把六度之修行綱要及引發定解的方法，作如上概略地宣說。至於許多大經大論都談到修習如所有性（空性）與盡所有性（緣起）的觀品次第，以及修習靜慮自性的止品次第，在後面奢摩他與毘鉢舍那專章中都會詳細說明。

凡菩薩成佛，皆依六度而得成佛。《菩薩地》中，於六度一一之後，皆珍重宣說，故應了知，此是過去未來現在諸菩薩眾共行之道，此六即是一切白法大海，故是修行宗要無上大嚧柁南。

凡菩薩成佛都須依此六度修持，在《菩薩地》中每講完一度，都會特別珍重叮嚀六度的重要性。要知道六度是過去、現在、未來一切菩薩的共同行處，是一切清淨善法的大海，是統攝修行宗要的無上綱領。

P330LL1～P332L1 如《菩薩地》～四攝事應知。」

如《菩薩地》云，「如是六種波羅蜜多，菩薩為證無上正等菩提果故，精勤修集，是大白法溟，名大白法海，是一切有情一切種類圓滿之因，名為涌施大寶泉池。又即如是所集無量福智資糧，更無餘果可共相稱，唯除無上正等菩提。」

如《菩薩地》說：「六波羅蜜多是菩薩證得無上正等菩提所必須精勤修集的內容，故稱作大白法溟、或稱為大白法海。六波羅蜜多是一切有情、一切希願所要圓滿的因，故亦名為涌施大寶泉池。此外，六波羅蜜多能聚集無量福德與智慧資糧，出生無上正等菩提的殊勝大果，再也沒有其他果實堪與它相提並論。

丑二、學習四攝熟他有情

第二四攝成熟他相續分五：一、四攝自性；二、立四之理由；三、四攝之作業；四、攝受眷屬須依四攝；五、略為解說。今初

寅一、四攝自性

布施如前六度時說，愛語者謂於所化機開示諸度。利行者如所教義令所化機如實起行，或令正受。同事者謂教他所修自亦應修與他同學。如《莊嚴經論》云，「施同示勸學，自亦隨順轉，是為愛樂語，利行及同事。」

菩薩學處包括六度與四攝；學修六度，主要為成熟自己；學修四攝，則純為成熟有情。有關成熟有情相續之四攝法，下面分為五個部分來說明。

第一、四攝之自性（定義、本質）

四攝分別是：布施、愛語、利行、同事。

「布施」：如前於六度時所說。

「愛語」：對所要教化的眾生，宣說六度的道理。

「利行」：不僅幫助所化眾生了解法義，還要想辦法讓他們也願意如實修習、實踐法義。

「同事」：教導他人所修學的事情，自己也跟著一起共學。

如《莊嚴經論》說：「布施，同前面布施度所說。愛語，即勸人學法。利行，是令人依法修行。同事，就是指導他人，自己也要身體力行，隨順共修。」

寅二、立四之理由

第二立四之理由。何故定為四攝耶，答謂攝受眷屬令修善行，須先使歡喜，此必先須施以資財饒益其身。既歡喜已，

令修道時，先須令知云何應修，此由愛語宣說正法，除其無知斷其疑惑，令其無倒受持法義。既了知己，由其利行令修善行。若自不修而為他說應取應捨，彼不信受反作是難，且不自修何為教他，汝今尚須為他所教，若自實行他便信受，謂教我等所修之善，彼自亦修，若修此善定能利益安樂我等，先未修者能新修行，已修行者堅固不退，故須同事。如云，「能利他方便，令取令修行，如是令隨轉，四攝事應知。」

第二、安立四攝的原因

為什麼定為四攝？回答：為了攝受眷屬、徒眾修習善法，必須先讓他們獲益、歡喜，因此布施供給資財，饒益其身。如果對方生起歡喜，就引導他修道。修行時，先告知修行內容，並教他們怎麼樣去修，此時以愛語來宣說正法，除其無知、斷其疑惑，讓他們正確地受持法義。了解法義後，再以利行協助他們進行實修。這個時候若自己不修，光是對著別人說這個應取、那個應捨，別人不一定相信，反而詰問，「你自己都不修，為什麼叫我修？我修好了還要教你嗎？」所以不只要教他人修行，自己更應該要以身作則，這樣他人才會信受，認為「他教我們修善法，自己也身體力行，可見修學善法一定能獲得安樂的好處！」如此一來，先前沒有修學佛法的人，能信受修習；已修行者，能堅固不退；這就是需要同事攝受的原因。

如說：「經由布施，先使他生歡喜；經由愛語，能令他取法要；經由利行，能令他修正法；經由同事，能令他一起修而不退轉；所以這四件事被稱為能成熟他有情的四攝法。」

P332L2~P333L1 第三四攝～一切門愛語。

寅三、四攝之作業

第三四攝之作業。以此四攝於所化機何所作耶，謂由布施故，令成聞法之器，以於法師生歡喜故。由愛語故，能令信解所說之法，以於法義令正了解斷疑惑故。由利行故，如教修行。由同事故，已修不退長時修行。如云，「由初為法器，第二令勝解，由三使修行，第四成淨修。」

第三、四攝之作用

四攝法對於所要教化的眾生能產生什麼作用？

布施，為使所化眾生成為聞法之器。透過布施，先讓徒眾對說法師產生歡喜心，進而引發他們想要學法的興趣。愛語，為使所化眾生於所說法生起勝解。透過愛語，將正法之內容善巧地宣說，讓對方正確理解法義，斷除疑惑。利行，為使所化眾生遵循正理，如教修行（透過利行，讓對方於已生起勝解之法義能進一步去修持）。同事，為使所化眾生心意堅固，長久修習而不退轉（透過同事，讓自己成為對方效學之榜樣，讓他們於所受持之正法能恆修不捨）。如說：「初由布施令成法器，次以愛語令生勝解，三由利行令起修行，四以同事令成淨修。」

寅四、攝受眷屬須依四攝

第四攝受眷屬須依四攝。佛說此為成辦一切眾生義利賢善方便，故攝徒眾應須依此。如云，「諸攝眷屬者，當善依此理，能辦一切義，讚為妙方便。」

第四、攝受眷屬，須依此四攝法

為了攝受眷屬，定須善巧地的依止四攝法。佛說四攝法是成辦一切眾生義利之妙方便，所以想要攝受他人者，乃至想要為聖教付出一己心力者，就應該依照四攝法的次第來利益眾生。如說：「想要成熟眷屬、徒眾者，必須善巧地依止四攝法；佛陀在經典中常稱讚四攝法，是成辦一切義利的上妙方便。」

寅五、略為解說

第五略為解說。愛語有二，一隨世儀軌語，謂遠離鬻蹙，舒顏平視，含笑為先，慰問諸界為調適等，隨世儀軌慰悅有情。二隨正法教語，謂為利益安樂有情，依能引發信戒聞捨慧等功德，宣說正法。

第五、略為解說四攝之內涵

一、各別說明

(一) 布施，在前面布施度時已說，此處略過。

(二) 愛語，略有二種，一種是隨順世間法的愛語，一種是隨順正法的愛語。

1. 隨順世間法的愛語：凡欲使對方生喜，先要隨順世俗儀軌，如遠離顰眉蹙額，和顏悅色，面帶微笑，乃至親切關心對方身體是否安康，事業是否順利等，隨著世俗應對去寬慰、悅可他人。

2. 隨順殊勝正法的愛語：為了利益眾生安樂，啟發他的信、戒、聞、捨、慚、愧、慧等七聖財功德，而對他宣說正法。

又於能殺害怨敵之家，無穢濁心說利益語。於極鈍根心無疑慮，誓受疲勞，為說法語，令攝善法。於其諂詐欺二師等，行邪惡行諸有情所，無恚惱心說利益語，於此難行愛語，亦當修學。

以愛語宣說正法時，如果面對會傷害自己的仇家，要心中沒有穢濁，仍然盡自己所能提供可以利益對方的妙法；若面對根性魯鈍的眾生，要心中沒有疑慮，仍然忍耐重覆勸說的疲勞，無厭倦地講說修持善行的法語，令他信解正法；當面對會諂詐、欺誑親教師與軌範師的邪行眾生，要心中沒有恚惱，仍能告知對他有益的法語，令他能去惡修善。以上屬於「難行愛語」，但仍須修學。

又於相續未熟，欲斷諸蓋向善趣者，為說先時所應作法，謂施及戒。又於已離蓋，相續成熟心調善者，為說增進四聖諦法。又在家出家多放逸者，為令安住不放逸行，無倒諫誨。又疑惑者為斷疑故，為說正法論議決擇，是為一切門愛語。

此外，對身心尚未成熟的眾生，為了儘快幫助他們淨罪集資、斷除五蓋，趣向善道，應先宣說布施、持戒的道理，以建立其基礎。如果對已經遠離蓋障、相續成熟，心性調伏的眾生，則進一步講說四聖諦的道理。對於常常放逸的修行人，不管是在家眾或是出家眾，應給予正確的勸誡、教誨，使他們安住於正法不懈怠。對於心存疑

慮的眾生，則開示正法論議抉擇的道理，使他們斷除疑惑、受持法義，繼而對佛法產生淨信，了解業感緣起的真實義理。以上這種以愛語宣說法要，統稱為「一切門愛語」。

P333L2~P334L1 利行略有～為四攝事。」

利行略有二種，一未成熟者能令成熟，二已成熟者能令解脫。又分三種，一於現法利，勸導利行，謂勸令如法招集守護增長財位。二於後法利勸導利行，謂正勸導棄捨財位，清淨出家乞求自活，由此定獲後法安樂，不必獲得現法安樂。三於現法後法利勸導利行，謂正勸導在家出家，趣向世間出世離欲，由此現法能令獲得身心輕安，於後法中或生淨天或般涅槃。

(三) 利行，略有二種：一是對未成熟的有情，使他先成熟；二是對已成熟的有情，使他修證解脫。或又可分成三種：

1. 對現法來說，為讓有情能得到現世利益，因此勸導他們要如法求取資財；如法累積並守護、增長財富。
2. 重視後法利。以追求後世安樂利益，勸導他有情如法修行，捨棄眼前的財富，過著清淨出家乞食生活，以累積後世安樂的因，不貪圖今生的短暫快樂。
3. 為追求今生與後世二者之利益，勸導他有情不論在家或出家，都要受持世間及出世間的離欲教法，引導他們趣向出離；如此，不僅現世利可得身心輕安，來生亦可獲得解脫，或是小乘生到淨居天，大乘的話生到兜率陀天，乃至在人天當中輾轉增上，直至圓滿成就無上菩提。

又應修行難行利行，一於往昔未種善根者，難令行善。二現有廣大圓滿財位者，難行利行，由其安住大放逸處故。三諸已串習外道見者，難行利行，由憎聖教，愚癡邪執不解理故。

另外，對以下三種人，應修「難行利行」。第一種，對宿業沒有種下善根的眾生，一般很難勸導他們行善。第二種，對今生享有廣大財富、位高權重的眾生，由於他們安於享樂、生活舒適放逸，很難勸導他們修行。第三種，對外道見解已串習深厚的眾生，很難勸導他

們修行；因為他們排斥聖教、或者愚癡邪執，不了解也不願意認識正法。雖然這三種人都是難行利行之人，但還是應該要利益他們，這叫「難行的利行」。

又應修行漸次利行，謂於劣慧者，先令修行粗淺教授。若成中慧，轉中教授。成廣大慧為說深法，隨轉幽微教授教誡。

此外，還要懂得「漸次利行」，譬如面對智慧低劣、條件不足的眾生，就先講粗淺的教授內容；如果眾生身心漸漸成熟、智慧增長，再講中等的教授內容；等到他們有了深廣的智慧，就可以轉進深遠微細的教授教誡。

同事者，謂於何義勸他安住，即於此義自當安住若等若增。如是隨作何事，先應緣於有情義利，定不應離利他意樂，然其加行則先自調伏。如《無邊功德讚》云，「有未自調伏，雖說正理教，違自語而行，不能調伏他。尊知此義故，心念諸眾生，自未調伏時，暫勤自調伏。」

(四) 同事，是指為了引導他人安住於修法，對彼所說的教誡、行止，自己也要照著做，或者跟他一樣，或者比他做得更好。無論做什麼事，都應該先緣念眾生的義利，一定不能忘失利益他人的意樂；成熟別人之前，要先調伏自己。如《無邊功德讚》說：「自己的心性還沒調伏，就急著替人解說正理教法，結果自己的言行不一，當然無法調伏他人。佛陀通達同事攝持的義理，在因地修行時，雖然心繫眾生，但若自己尚未調伏好，會暫緩調伏別人，先把自己做好再說。」

又四攝事可攝為二，謂以財攝及以法攝。財施為初，餘三屬法，法為所緣正行清淨之法，如云，「由財及以法，謂所緣法等，由此二攝門，說為四攝事。」

二、分類：四攝法又可總分為二類，財攝與法攝。

布施中的財施，屬於財攝；其他愛語、利行、同事三者屬於法攝。法攝的「法」，是指作為所緣的正行清淨之法。如說：「以財物及正法攝受他人，法包含所緣的一切正行清淨之法。財攝、法攝這二門，即涵蓋了全部的四攝事。」

P334L1~P334LL1 又此即是～極為切要。

又此即是三世一切菩薩利他方便，故是共道。如云，「已攝及當攝，現攝悉皆同，是故此即是，成熟有情道。」

四攝法即是三世一切菩薩利益眾生的方法，屬於共道。如說：「過去、未來、現在，菩薩為成熟所化有情之種種義利，皆以四攝法為方便，是故四攝法即是成熟有情之大道。」

又菩薩行總有無邊，然大嘜陀南即是六度四攝，以諸菩薩唯二所作，一自內成熟成佛資糧，二為成熟他有情相續，六度四攝即能成辦此二事故。

菩薩學處法門無邊，但總其圓滿綱要，不外六度和四攝。因為菩薩真正要做的事只有二件，一是調伏自相續，即成熟自己的成佛資糧（自利）；二是利益眾生，成熟他有情之相續（利他）；而六度四攝就是成辦這二件事業的綱領。

如《菩薩地》云，「由諸波羅蜜多能自成熟一切佛法，由諸攝事能成熟他一切有情，當知略說菩薩一切善法作業。」故於此中略說彼二，若欲廣知，應於《菩薩地》中尋求。

如《菩薩地》說：「由六波羅蜜多成熟自己一切佛法，由四攝成熟其他一切有情。六度四攝就是菩薩所有善法事業的總綱，修行菩薩道的行者對此應有正確認識，因此作一綱要的說明。」此處乃簡略說明六度與四攝之內涵，如欲廣知，可詳見《菩薩地》。

又此根本後得時，應如何行者，如尊者云，「六波羅蜜等，菩薩廣大行，由本後瑜伽，堅修資糧道。」謂初業菩薩受菩薩戒，住資糧道，根本後得皆不出六度，故六度中有是根本定時所修，有者是於後得時修。

（以下是總學菩薩行的結語）

菩薩萬行，總為六度四攝。那麼六度與四攝在根本定（定中、座上）及後得位（出定、下座後）時，應如何修呢？阿底峽尊者說：「六度等即是菩薩道的廣大行，在根本定及後得位的時候都要能夠相應、

堅固地繼續去修持，以累積成佛資糧。」此說明初業菩薩受了菩薩戒後，即應安住在資糧道中，不論根本定或後得位的時候都要廣修六度；而六度裡面，有些是在定中修，有些則於出定時修。

謂靜慮自性奢摩他，及慧度自性毗鉢舍那一分，是於根本定時所修。前三波羅蜜多及靜慮般若一分，是後得時修，精進俱通根本後得。

以靜慮為體性的奢摩他、及以慧度為體性的毗鉢舍那，主要都在定中修；前面布施、持戒、忍辱三度以及一部分的靜慮、般若，則是在出定時修；精進則是在入定、出定時都要修的。

忍中一分定思深法於定時修，如尊者云，「起根本定時，遍觀一切法，修幻等八喻，能淨後分別，應正學方便，於根本定時，應恆常修習，止觀分平等。」

忍辱當中思擇法忍的部分，是有關思惟甚深法義，所以是在定當中修（其餘耐怨害忍、安受苦忍是在出定後修的）。就如阿底峽尊者所說：「菩薩行者從根本定出定後，應遍觀一切法而修，譬如觀修幻等八喻（如幻、如化、如陽燄、如尋香城等），因見一切法皆如八喻，了知一切法皆非實有之性，而是如幻如夢、緣起性空的；如此一來，能夠淨化後有諸分別，所以這時應以修學六度方便行為主。至於在根本定當中，則應恆常修習最為殊勝的止觀雙運，即所謂止中有觀，觀中有止。」

若由未習如是希有難行諸行，聞時憂惱，應念菩薩於最初時亦不能行，然由先知所作願境漸次修習，久習之後，不待功用能任運轉，故其串習極為切要。

像菩薩六度等如此稀有、難行之行，對於想修卻未曾修心的人來說，恐怕光是聽聞到深廣難行的學處就覺得憂惱、害怕了。唯此時應該思惟：菩薩在最初時也一樣做不到，而是透過先了解所要修的學處之內容，然後把這些學處當成發願的目標漸次去修習，經過長久不斷的串習之後，最後便能不假功用、任運做到了，由此也可見串習多麼重要！

若見現前不能實行，即便棄捨全不修心，是極稽留清淨之道。如《無邊功德讚》云，「若由聞何法，令世間生怖，尊亦於此法，久未能實行。然尊習其行，時至任運轉，是故諸功德，不修難增長。」

初行者如果一開始覺得沒辦法趣入，就完全棄捨了發願及修心的串習，這是根本延滯進入清淨妙道。如《無邊功德讚》說：「如果因為聽聞到正法，就讓人擔心、害怕自己做不到，而停在那裡的話，那麼就永遠沒有辦法修了。應該思惟佛陀在因地時，也花了很長的時間修持菩薩行，然而佛陀能精進地長時串習，最後串習久了，就能夠任運自然，毫無困難。所有功德都一樣，不串習永遠不會熟練，不熟練永遠不會增長。」

故受菩薩律儀者，定無方便不學諸行，未如儀軌受行心者，亦當勵力修欲學心。若於諸行勇樂修學，次受律儀極為堅固，故應勤學。上士道次第中，已說淨修願心，及學菩薩總行道之次第。

由此可知，凡是受了菩薩戒的行者，絕無一種方便是可以不修菩薩行而能夠成就的。至於尚未受行心律儀的行者，也應努力策發欲學心。如果對廣大菩薩行能先策勵起勇悍好樂的修學心，再去受律儀的話，那麼行持就會很紮實、很堅固。總之，菩薩於六度萬行，皆應勤修。

以上已將上士道次第中，包括淨修願心和總學菩薩行之道次第，都一一宣說完畢了。

【完】