





修菩提道次第初修法門  
大乘菩提心法

等合刊

佛陀教育基金會 印贈

一切佛經，及闡揚佛法諸書，無不令人趨吉避凶，改過遷善。明三世之因果，識本具之佛性。出生死之苦海，生極樂之蓮邦。讀者必須生感恩心，作難遭想。淨手潔案，主敬存誠。如面佛天，如臨師保。則無邊利益，自可親得。若肆無忌憚，任意褻瀆。及固執管見，妄生毀謗，則罪過彌天，苦報無盡。奉勸世人，當遠罪求益，離苦得樂也。

# 目 錄

一、修「菩提道次第」初修法門·····	一
二、大乘菩提心法·····	四〇
三、顯密修持訓語二十八門·····	六八
四、西藏佛教與中國佛教·····	八六



# 修「菩提道次第」初修法門

慧 幢

## 一

敬禮而且皈依與十方佛、菩薩沒有分別的最勝師長足下的淨蓮！

敬禮爲大梵、帝釋等三界領袖所敬仰，而得到一切妙善的師長本尊！

對於想求正法、至心地修法的人們，謹以悲心宣說修正法的規矩，並以經、論和師長的教授莊嚴；智者所悅意的教授，應當一心恭敬而聽！

## 二

三世諸佛爲體的喇嘛仁波切（註一）說：

當此獲得寶貴暇滿人身的時候，必須做取心要的事情。這必須觀察：我自己的思想和畜生的思想有什麼差別？畜生是想不饑不寒享受快樂，假若我自己除此也沒有別的，那就和畜生沒有差別了。故取心要是極重要的啊！

關於「取心要」，首先需要不貪着現世的享樂。「秘密總續」說：「由希求他世，多

修習淨信，智者可入壇，不求現世界；若貪着現世，不得他世利，若求他世益，現世界亦大。」

傳說唯一本尊最勝師父覺噶（註二）臨終時，瑜珈者卡次確問道：「覺噶去世了，我修行嗎？」答：「那是壞事，丟開吧！」「那麼，講說嗎？」答覆還是這樣說。「那麼，一面講說一面修行嗎？」答話仍然這樣。最後問：「那麼，幹什麼呢？」答：「且第諾統！」（註三）他把這話放在心裏，就在惹真寺的柏樹林裏住着，跟野獸沒有差別，不和任何人晤面，就這樣度過一生。

又有一個比丘在繞塔，敦巴仁波切說：「覺噶瓦！繞塔固然是可喜的，若修一種法，比這更可喜。」他以爲是喜歡禮拜，就去拜佛，但敦巴還是那麼說。如是，他去唸經和修定，敦巴也還是那樣說。他請問：「那麼，做什麼好呢？」連答三次：「且第諾統！」

敦巴仁波切對於這世間的一切享受都是棄捨了的。有一次，因爲街上請吃飯，他教功德自在說：「今天你到那裏去吧！我因爲想作一個棄捨世間享受的樣子，所以去不成。」他說着穿一件破舊的衣服，披一件大氅，褪出兩膊，把兩袖搭在左右肩上。有時走進柏樹林裏，有時拿了一根籐杖支着下頷，口唸：「世間智者利與衰，苦樂毀譽及稱譏。世間八法非我境，一切當作平等觀。」有時又唸：「我今求解脫，不須利敬縛。」他這樣走來走去地唸，有時全唸，有時唸一點，有時唸一半。在他，並不需要那樣做，這是爲的教導後

人。瑾哦瓦也常常唸這個頌文，而等觀八法。

因此，對於現世快樂時就歡喜，痛苦時就不悅等一切觀念事情，應像去毒一樣地斷除。其理由是：因為善、不善業全是心的作用，單身、語業是無記性；那個時候，希求現世的快樂、稱譽和利敬，不喜歡痛苦、毀譽和無利敬；故一切事情全是由貪、瞋、痴發動起來作的，所以業大部份都是不善的。由於不善業所發動的務農、經商、放利息、打架吵嘴、降伏仇怨、保護親人和聞、思、修等任何一切事情，都將純粹地成爲生死的和惡趣的因了。

因此，「集法句經」也說：「意爲法前導，意速意爲主：如由極毒意，造作身語業，彼能令得苦，如輪斷頭例。又如以淨信，發爲身語業，彼能令得樂，如蔭相隨例。」

由三毒惡意所作令生苦果的例子，如那兩個乞丐中，有一個因爲忿恨地說：「這些僧人的頸子應該用輪子輾斷！」不到許久，他睡在路邊上，被車輪輾斷了頭。另一個因爲對於僧衆有清淨的信心，他說：「應該拿天的甘露來供養他們！」因而引生了大福，就是：他上午睡在樹蔭下，其蔭下午還沒有移動，得到大商主王的灌頂。

還有，一般想來，殺生大都是罪惡的；但是大悲商主（註四）殺了人，因爲是由大悲心發動的，非但不成爲罪，反而成了積聚資糧的殊勝方法。此等經教中說的很多，而從世間來看也是顯而易見的，如以輕蔑態度施人飲食，不但得不到歡喜，反而會令人家不高興；

若以淨信或悲心等行布施，就能使別人感到最大的歡喜。

既然現見這一切都是心的差別，就不應該對於現世的快樂發生貪著；萬一發生了，也應努力地斷除。這是一件極其重要的事。

阿底峽也說：「比方草木，若根是毒的，枝和葉也是毒；若根是藥，枝葉也成爲藥。這樣，在貪、瞋、痴的根本上作什麼事也是不善的。」

格西敦巴請問阿底峽：「由於希求現世的快樂和利養恭敬等，而造作諸業，有什麼果報？」答：「果報也只有那樣。」「後世有什麼？」「有地獄、餓鬼和畜生！」

格西敦巴瓦說：「用八法的思想造作一切，如得到四種可愛的果報，現世只有那果報，後世全沒有利益；如果得到四種不可愛的，那就在現世也沒有好處。」

龍樹菩薩也說：「貪、瞋、愚痴三，生業爲不善；無貪，無瞋、痴，所生業爲善。」經裏面說：「心能導世間，心不能見心；善業或罪業，皆由心集起。」

「入行論」說：「虎、獅、象及熊、蛇同諸仇怨；地獄守護者，如敵諸羅叉，若能縛自心，此一切皆縛；若能調伏心，此等皆調伏。若不知心秘，爲諸法中主，欣得樂除苦，無義仍流轉。除此防心禁，諸禁戒何爲！」

既是這樣，無論做什麼事，先應考察發起的心，是最緊要的。

由希望現世的快、樂、名譽三者出發而作耕種，乃至修行的事，都叫現世的補特伽

羅，跟畜生沒有差別。

由希求後世人、天等出發而修法或作世間事的，叫做下士，他所造的一切業，也純粹是生死流轉的原因。

自己想解脫生死，由於厭離和恐怖一切生死中事而修行佛法，純粹是善業，是解脫生死的因，他叫做中士。

不但爲了自己解脫，也爲了解脫一切有情而所作的一切，皆是成佛的因，他叫做大士或上士。

可見上、中、下三士，也唯是依着心建立的。

因此，在心上面應該有所取捨，而且最初最初，必須斷除現世的一切樂欲，這是一切佛法的開端。若不能拋棄現世的樂欲，則連佛教徒的名字也不會產生。如前所述，由貪現世的樂欲所做的事，大都是行之非法而不是如法。譬如馬沒有獅子的相，不能叫作獅子。故棄捨現世的樂欲乃是佛法的開端，是佛教的首要，是佛法的根本，是預備的第一步。

正理自在說：「佛法修持一無成，汝愚自矜爲佛徒；修法首須捨世樂，當觀自身有或無！」喇嘛耶貢巴說：「現在，要收縮貪戀故鄉的後繩，背棄親屬，對於錢財當依靠知足以對治；這是捨事的第一建議。」

因此，若欲知道以前修未修佛法，現在能不能修佛法，當觀對於家鄉、親屬、飲食、

財物等現世的盛事心捨了沒有捨？瑪巴囉札瓦說：「孩子！如果未能捨此世樂，而把它與佛法混合起來，那就喪失了正法！兒思生死苦，我縱化百舌，經過俱胝劫，講說生死性，亦不能窮盡，故不應失壞，我所說正法。」傳說這是賜給傑尊彌拉回家鄉去的臨別贈言。

傑尊彌拉也說：「子若至心修正法，若從心底生淨信，若能不顧現世樂，若更真實隨我行，當知親屬乃魔使，勿執諦實斷牽纏；財食正是魔守卒，親密極壞勿愛著；五欲魔境是魔繩，決定繫縛捨貪戀；童朋誠爲魔王女，決定誑惑應善防；故鄉亦是魔王獄，極難解脫應速逃。總當棄捨一切死，現時放下最有益，人聞我說即修行，彼誠具有法善根。」達波那傑說：「世間一切樂欲現象像惡人似地不能長久；幻身像借物似地迅即壞滅；財物虛幻的誘騙是痛苦之因；故鄉的魔獄是能繫縛者。誰要是耽著這些，就要流轉生死！生死的核心是我執，應當根除。」

### 三

博采瓦仁波切說了關於棄捨世樂的九個故事：「死握、拴揪、牽畏水、牛鞞、伊難、生皮裹、張弓、箭遠及百說。」

「人臨終的拳裏，如果握住像針線般的東西，死後就無法解脫。同樣地，把現世的快樂抓得很緊，無法離開它，佛法就修不成功。」

「被拴在橛子上的小牛，牠見了母親，急欲跑去，最初還能隨着一弓長的繩子走動，後來被繩子拖住打轉轉，等到繩子整個地在橛子上纏起來以後，牠除了把下巴攔在橛子上，再不能使牠的身子轉動了。同樣地，最初固然想跑去修一點佛法，但是，因為沒有拔掉貪著現世間吃的、穿的等等的橛子，所以後來只落得一個無法轉動。」有一個叫做哈歇的格什，因為他是由於攪亂羣衆而死的，所以格西敦巴就說：「我的哈歇如果死在三年之前，就是死一個三藏的法師，可是他晚死了三年。」這是說，他的橛子就是寺院。若能拔掉大、小、中三種橛子，佛法就沒有不成功的。野牛若能闖破牛毛線織成的網，則蜘蛛的網，更不能障礙了。

「驅牛、馬等渡河，初莫猶豫，如果不然的話，牠們一害怕水，牽起來就不肯走，你往那邊拉，牠還往這邊奔咧！小牛不願意喝水，雖然把牠的嘴按下水去，但牠挨到一點就會搖擺起來。同樣地，如果不嚴厲地一下子斷了現世的貪著而修佛法，那末，後來就不能斷貪著，你往那邊勸，牠還往這邊辯咧！而他前所學的，也將變得完全沒有。」

「牛的鞅繩如果太緊了就會裂傷牠，馱子也就不穩。同樣地，因為不放鬆世樂，自、他都繫於痛苦，如果知道，而且能夠鬆弛世樂，一定有所成就；但人們聽來總不適合。」

「所謂『伊難』，即關於音調等的引發，最初那個『伊』字很難引發，如果起頭能夠引得悠揚響亮，那末，後來就很容易了。同樣地，對於修法的人來說，在最初，心棄捨現

世樂欲是困難的，這只要放下一次，以後的也就容易；那最親愛的也就是五欲。如果以為不是這樣，儘可以反駁，咱們都是西康人，內伙子不用客氣。」一般修行人如能棄捨世樂，佛法修不成，絕無是處；然而這是很困難的。對於這，敦巴雖然傾注全力地、誠懇地宣示，但咱們總覺得此法庸劣，而別求一種「高上」的，最後，只落得一無所成。

「又：一個人用生皮裹起來，他起初似乎鬆鬆地，但由於皮子乾枯，就將無法活動地發生緊逼的痛苦，若用一把利刀豁然劃開，他才頓生快樂。同樣地，像『集法句經』所說：『聖說寶、莊嚴、子女所有貪，較諸鐵、木、草，所作縛非緊。聖說五欲縛，似鬆而難脫。』只要對於現世的五欲有了貪著以後，起初像似鬆鬆地，但是，到了緊要關頭，就簡直不能擺脫地連自己的戒律也可能拋棄了。因此，關於割斷現世的貪著，必須用一把鋒利智刃而有厚重信削的刀。總之，那五欲裏面，衣服飲食兩種是最厲害的，其中衣服佔四分之一或五分之一，唯這飲食的貪著最難割斷。」

「打仗的時候，因為有盔不便張弓而脫鞋子是無用的，必須脫盔才行。」

「傳說：目標擺在面前，而把箭射到遠處去；賊子逃到樹林去了，而進到草原去尋覓；鬼在東，而送於西。這樣全是白費。法未修成是因為沒有棄捨世樂所致，是因為好高騖遠所致。」現見這是頂正確的。現在大多數義學者、頭陀行者或普通修行的人都愛討論什麼是風入中脈的障礙，這種人只知探求很高很高的東西；其能夠研究這樣達到扼要的

人，比白天的星宿還要稀少！我有這樣的想法：地上菩薩的斷證暫時我修不到，與其求彼，若能求我自己必不可少的東西，則更高興了！我覺得，像他們這類的人，實在跟這個譬喻相同：現在自己是一個因饑餓而瀕臨死亡的人，到了樂於施捨的富翁家裏，不取目前必不可少的飲食，而拿那些希望將來有利益的金、銀之類的東西。

「所謂『百說』，就是指西康人們，講起話來，動則百句，雖然揮舞千塵，而事情只是一個，歸納所說的話，一句就可以了。同樣地，無論作聞、思、修三者哪一種，他的佛法沒有生起，完全是由貪著現世的快樂所致。」

士夫們！他這些話很可使我們了解：現在濁世想修佛法的人們，無論說怎樣博達聖言、多習經典，但是，如果一下總合起來，那就是說：「對於我，目前應該修和應該斷的，沒有別的，就是需要努力令心棄捨現世的享受。」士夫們！這一着真是需要的，別的東西也沒有用啊！

#### 四

還有貝母雞、門檻和狐與猿的故事。

所謂貝母雞，傳說是這樣：在峽原的河這邊，黃鼠狼咬着貝母雞的頸子，貝母雞驚飛到河那邊，黃鼠狼說：「雖然捉到一隻肥如犛牛的貝母雞，但跟家鄉祖宗離遠了！」同樣

地，因為現在的近視而專門享受五欲，就畢竟遠離了善趣和解脫等。

所謂門檻，即：人們只知探詢從這裏去印度百個由旬以外的危險處，而不提防門檻的危險，因而往往跌在那裏死了。同樣地，因為只知探求地上菩薩的斷、證功德，沒有提防就著世樂的危險，遂墮落其中而受三惡趣的痛苦。因此，飯匙（註五）捏得薄固然好，但應該留心匙的根根。

所謂狐和猿，就是：狐善於躲藏，連一塊小石頭的背後，也能隱伏；猿善於爬樹，就是茅草，也能攀緣；猢猻猴善於掩蓋，僅在一個馬尾似的岩穴中，也能潛匿。同樣地，這現世的近視也很會躲藏、會攀緣、會掩蓋，一個人哪怕他具備學問、戒德、菩提心三者，或聞、思、修三者，或自己以為所應捨的都捨了，但是，仍可能成爲一個現世的近視者。

## 五

還有：月亮、畜勝、不俱有。

傳說：在燦地方的山谷裏，一個人死了兒子，說是被月亮損害的，於是他說：「我要報月亮的仇。」十四晚上，月亮出現在大地的山頂上，他心想月亮就在那裏；十五晚上，他帶着弓箭剛奔到山頂，哪知月亮跑到那邊去了。於是他說：「喂！一定是這些放牛娃給了月亮的信。」同樣地，我們雖然天天在修佛法，但我們的聞、思、修等任何所作，仍與

佛法毫不相干漸漸地遠去了。因此，霞惹瓦說：「對於現世起常執的人，縱然有一百種功德，也還是在向一個過失的底下鑽，到後來，是什麼利益也不會有的。由此，貪戀現世的快樂而不顧將來利益的人，與畜生無異，縱使抉擇佛地以內的事，也沒有用。」博孕瓦說：「人們只顧現世的吃喝問題，而不顧將來的問題，在他們，死的恐怖比饑餓的恐怖簡直小到沒有。」

如果認為會享受現世一切，就是精明強幹，則畜生還有比我們超過的。傳說野鼠能在窩上造天窗，蛇進來了，牠就跑到那個天窗去，回頭咬着蛇的腰部以至於殺死。還有，哲的札矯地方，烏鴉報貓頭鷹的仇；嘉那個地方的犛牛，禿頭的和有角的作鬥爭；喜雀追烏鴉而請援兵等都是。至於保護親屬和子女等呢？畜生也比較善巧；現見牠們在一個月，父子就能一般大。看吧！老鼠、燕子、蜜蜂等，都很會儲蓄，也很有技巧。因此，如果唯現世的利益是圖而不能發現別的，那麼，所謂「士夫」或「人」的名義就完全失掉了。

現世享樂不捨而又能修行佛法，二者是不能俱有的；絕不可能把一張羊皮割去一塊作別的質料而同時又做成水袋。薩本達說：「用很大的方便使現世的享樂不失，同時又希望畢竟安樂的解脫，這種愚痴的貪求，簡直頑笨到極點！因而應該努力放下現世來修行菩提。」法王子也說：「仁波切！往昔修積百福所成的這個暇滿所依的身子，將來是很難得到的；因此，應該用作渡出廣大苦海的船，不要把它無意義地糟蹋了。」法王塞巴說：

「要把佛法和現世的『欲心所』弄成平等無二，誰也做不到，那些希望做到的人，無疑是在自己欺誑自己；誰碰見了我，除此所說，也再沒有別的；因此，各宜隨處勤修身語之善。」這是法王塞巴在關房門上貼的告示。「寶積經」裏也說：「一切法如緣，唯隨欲所轉，何人發何願，如彼果得成。」「入行論」也說：「佛說『勝解』是，一切善品根。」佛除了說自己把心樁釘在哪裏，就能得到與所希望、所理解和所思願相同的果報以外，從未說因為偶然修一點下劣的事，就能成就殊勝法。現見三種士夫、三乘等等一切，也唯是欲和發心的差別。所以，如果我們把心樁釘在現在的五欲上面，而在那上面去欲求、理解，爲它操心，而在那上面去怎樣好就怎樣作，那末，僅僅將來的利益還不會實現，何況菩提呢！這樣，將來墮地獄之類，也是因有過去的業和臨終時心中熱騰騰的猛利的貪欲，才頓然去到地獄的火中的。現見一切雜染事情，都是由猛利的欲望多多地積業而成功的。因此，不棄捨這現世的五欲是完全沒有辦法的。

文殊菩薩對宗喀巴說得好：「如果不首先發出離心厭患整個生死，則聞、思、修等任何所作，一切不外生死和惡趣的因；故生起次第、圓滿次第等雖然高深，但必須暫時擱下來，未生出離心，絕不放棄任何努力使它生起。」措普那札瓦說：「如果不知道生命像水泡一樣，不至心地念無常，雖能修很多善品，也是現世的工具；如果不知道名利虛幻，不拋棄偉大感，別人縱然認爲頂好，也是現時八法的奴隸；如果不能毅然拋棄現世的享受，

無論努力作怎樣地善事，將來也只能空拳赤身地去，咳！那時將何以往後世呢？如果了解生死的過患，沒有捨棄五欲，則無論吹得怎樣厲害，也是現時譎誑虛偽之流。」阿底峽也說：「我的貢巴仁卿喇嘛說是要修行，但如果修的時候這樣想：因為修行，可以招來很多匹布和整包整包的茶等等，那末，怎麼修也是罪行；如果修的時候這樣想：我要出離生死海的邊際，要播下大菩提的種子。那末，僅僅這一想的福報，虛空也就容納不下了。」

法王子說：「仁卿祝！爲了現世的親朋和仇怨而發起貪和瞋，而積集財產和招聚眷屬，但是，眷屬和財產是不能隨行的，只有業、果和苦痛要自己獨自去感受。大梵、帝釋、轉輪聖王等雖然得到世間的樂果，但並不堅固，而且沒有死後不墮惡趣的把握；因此，你應該努力厭患生死啊！」這是他對自己的教誡，我們大家也必須了解它。

甲瓦·漾滾巴說：「總而言之，士夫們！人們只喜歡高深的法門，不滿意低下的法門；什麼空呀空呀、無呀無呀、高呀高呀，非常喜歡，而不樂意與補特伽羅修證的程度相稱的法門。法是大圓滿沒有用，必須補特伽羅到了大圓滿的程度。這類人，說法值馬價而有餘，其人則值狗價而不足。單是法說得到家，而自己並不修行，這就和把戲的歌唱、鸚鵡的唸誦沒有差別。我們所需要的是：對於法門，了解一個、了解兩個，就要拿來修行，知道一個、知道兩個，就要結合到自己的相續（身心——譯者註）。我們所不需要的是：法沒有在自己的相續上出現；心與法像糝巴粉和水不相合一樣；在法和補特伽羅的中間存

在了很大的空隙，連人也可以穿過；佛法像肺煮在鍋裏漂來漂去地在嘴巴上面浮着：因為這是完全不能得到法的利益的。有很多人非常彆扭，桀傲不馴地毫不聽話，到那個時候，他們是絕不能達到佛法的要求的。我呢！是把『且第諾統』作為修行的中心的啊！」

甲塞仁波切說：「關於佛法解脫道上的障礙，再沒有比專門作「現世圓滿」的這個壞觀念大了；因此，應該徹底地斷掉它。聞、思、修三者，無論修哪一種，如果滲雜了這個壞觀念，就如百味飲食滲雜一些嘔吐的髒東西似地，無疑會把好的變成壞的。師、徒、朋友、親屬們相互諍鬥，而且不以一切罪惡、痛苦、惡名為可恥，反花很大的辛苦去追求享受，完全是被這個壞觀念驅策得沒有主宰；爲了摧毀別人的盛事而盡身心努力地諍鬥，結果弄得自、他、現、後兩俱失敗，就是因爲他的心裏鑽入了這個惡念魔；雖然手執聖教明炬，但仍在利養、恭敬、眷屬等事情上面諍鬥而走向罪惡的懸崖，只是因爲他的眼睛被這個惡念翳障住了；多財雖能布施，但仍舊是爲了追求名譽和眷屬等，使很大的布施只感得微劣的果報，這仍是被這個惡念霜所摧殘；雖然努力地持戒，但仍被名聞、利養等繩索細綁起來而不走解脫的道路，那能繫縛於生死牢獄裏面的枷鎖，也決定是操縱在這個惡念手裏；雖然長久地修定，但仍由貪瞋自讚毀他而諍鬥，越修奢摩他，心越不寂靜，也是由有這個惡念溝渠的源頭所致；雖然大家都知道病、魔、賊、仇人等等是佛法的障礙，但如果自心是有堪能的，那末，這一切都將成爲助伴，而這個惡念呢？才是決定障礙佛法的。現

世的圓滿是很難成就的，即使成就了，自己也沒有自由享受的決定，而決定要來的，却是我自己的死亡。死的時候，財產、眷屬等是毫無所用的，而且因為要和它們離開，反而加倍地痛苦。我們必須如此地深思熟慮，用最大的方便斷除對於現世的貪欲。」

## 六

「且第諾統」這個法門真是個深而又深的法門。所謂「深」，是指心難測度，慧難通達，是拔除痛苦、成就安樂的方法，其重要性在別的法門裏沒有，這才叫做深；且第諾統這一法門呢？正是難測度難通達的。

在印度，無論在唯識宗以下的那一個實事師面前，如果你說一切無實、自性空，他一定這樣想：「啊呀！這般的胡說，真是瘋狂了。」同樣地，一切貪著現世的受持十部聖教的格什、爲千百個衆生禮拜的上師，能唸誦四部續典作百個灌頂的開壇師、以閉關和坐靜度時而修本尊和風脈的瑜伽師、大手印和能寂大圓滿的修持者，這些人，說來雖然像雷一般地響亮，但是，他們並沒有了解 and 通達這個法門。如果說必須捨掉現世的一切享受和快樂，他們心裏一定不能容忍，一定這樣想：「啊呀！這簡直是打胡亂說！」他們對此法門畏懼、恐怖和驚駭。如果發現別人棄捨現世的享受，他們還要說：「這種人真是愚痴，父母親戚等任何人的話都不聽，而甘願窮困潦倒地漂泊，只能把他算做傻瓜和不可栽培的

人。我們以為，聞、思、修等一切，任何作什麼，不能在現世受苦，而要在人羣中算一個很快樂的人，要成為人的模範，物質要富裕，不希望於人、不伸手、不乞求；奶茶、清茶、肉、酥油和糕點要多多堆積，可資享受。這樣才是佛教徒和智者。」這說明他們想成為一個被人稱揚和非常快樂的人，自己這樣努力，也這樣教別人，他們以為，能夠這樣，才是男子漢大丈夫，才是大智慧人。大德們尚且如此，其餘出家人的心不能接受這個甚深法門，就不必說了。

現在，一般人對於脈、風或空性等法門感到興趣，雖然三五成羣地專門談它，對於它的修持努力的也很多，但是，對於「且第諾統」的法門感到興趣的人，實在太少，如果對他們講說應該放下眼前的親屬、田地、房屋和財物等現世享受的法，那麼，他們將如驢頭挨了棍子一般，心裏昏昏地、鼻子酸溜溜地簡直不高興聽，簡直不樂意修。現見如此，這並不是妄談，如果有願意修的，不妨請來試試，咱們都是內伙子，不必客氣！

衆生依怙說得好：「現在一般法師、律師、禪師，也不過是想有現世的法師、律師之名，閉關修行的人在門楣上寫些字，表示修行人不會客，也無非是想有現世的禪師之名；行布施，也只是希望得到現世的樂善好施的美名。這譬如把糶巴粉拋到水裏，毫不相干。甚至作一點點供養，也希望別人看見。任憑作什麼事，都有這個無所不想的觀念來參加，任何善行，都是在追逐名呀！名呀！「名」像個騎士，它牽着我們的一切。因此，士夫

們！我們必須用槍戮穿攀緣現世的觀念，如果不戮穿它，那麼，一切習教、持律、說法和參禪，都不能關閉三惡趣的門，都不能迴避三惡趣的苦；而這樣的法師、律師和禪師有什麼用處呢？如果失掉了總義，就是畢生住叢林，老來還放不下世樂，一個勁貪著寺廟和廟產，造一些爭奪擾衆的罪惡，但終於只能把寺廟或廟產作爲遺產丟下，獨自去到無間地獄的火中；這完全是由於大家不思惟無常所致。總之，如果死無常沒有在自己的相續上生起來，就是「集密」大法，也未爲深；自身生起死無常時，哪怕三句皈依，也是很深的。士夫們！一般人老是追求高深的法門，結果墮落懸崖，真是可憐！死無常的念頭沒有生起時，縱有很深的教授，也只會成爲內外顛倒。」

從前祖師們說：「且第諾統」這一法門，需要四依止、三金剛和出、入、得三事。

初四：一、心極法依止；二、法極窮依止；三、窮極死依止；四、死極空窟依止。

三金剛：一、事前無牽累金剛；二、事後無愧悔金剛；三、智慧與自己併行金剛。

後三：一、出於人羣；二、入於狗伍；三、得到聖位。

這一切，若能了解經中所說世尊是怎樣地出家、怎樣地修六年苦行、弟子們是怎樣地出家等等情況，就會明白上述這些話的重要，就會明白「且第諾統」是最深深的、中心的法門。

剛才說的四依止等十法，它們的名字叫做「十秘財」。只要能把它們放在心上，那麼，就能除世間的錯亂，能竭貪欲的大海，能摧八法的高山，能傾煩惱的堡壘，能壞惡業

的船筏，能達對治法門的康莊大道；因此，它們實在是最殊勝的秘財。下面還要廣說，請好好地理解它！

## 七

由此看來，「且第諾統」這個法門，我們的心很難測透它的底，一般人很不容易通達，是秘密的地方，這就是所謂甚深、秘密、無上的法門了。

還有，既然獲得利益安樂的方法，在別處沒有而唯這個法門有，那麼，還是這個法門深，比別的法門殊勝卓越；這個法門能使我們並不多費力氣地成辦現世快樂、後世快樂和三種菩提，乃至一切。

有人以為：修「且第諾統」不是要拋盡現世的快樂嗎？怎樣能成辦現世的快樂呢？這個話是實在的。諺云：「平常的樂事不願意享受，大的樂事又沒有份，若能分享高級的樂事就使人墮落懸崖」。又這樣傳說：「存心求幸福安樂，反而沒有快樂；不存心進求，一任自然，反而有快樂。」難道不是說修行人不希望感應，感應也不棄修行人嗎？難道不是說佛陀所以有偉大名聲，其根本也在於能滿五欲嗎？

章巴甲惹說：「快樂睡在修行人的門前，饕餮之徒是不會發現的；『且第諾統』睡在對治者的門前，貪瞋之輩是不會感覺的；心意安泰在為斬草除根的人看門，患得患失者不

會知道；富翁在爲知足的人看門，貪戀五欲者不會接近。」朶瑾·尙敦伯說：「追求現世的快樂是痛苦的，如果能把現世的快樂交給風，就能生畢竟的快樂。」霞柏港巴也說：「我說：『如果真正信任我，我就使你們快樂。』弟子們說：『那麼，我就信任你吧！』」我說：『但是，我也沒有別的方法，沒有別的教授，只有教你們且第諾統！』」漾霞·播港巴說：「貪求現世的五欲，是我們現在和將來一切痛苦的因，所以必須拋棄現世五欲的經營；現世五欲經營大的時候，心裏就不會快樂，結果還不知『伊於胡底』。在那種情形下面，只有罪、苦、惡名三者同時來了。因此，必須遮止這多種多類的欲念；遮止各種五欲的觀念，就是快樂的開始。因此，要使現在、將來都得快樂，就必須表示心裏面什麼也不貪和什麼也不積聚。但是，不求利養，利養反好；不要名譽，名譽反大；不圖稱讚，稱讚反廣；不想眷屬，眷屬反多。如真心修法就需要守窮，而且要能窮到死的最後；誰能生起這種觀念，天、鬼、人三者是絕不能使他困窘的。耽著五欲、追求五欲的人，是在自討下賤、自作痛苦，別人譏嫌，自己也苦惱，將來還要墮惡趣。」

杰確巴說：「能授『現世五欲』於風，才能叫做『厭離行者』。一個人什麼也不需要時，他的名稱一定遍揚於大地；能爲佛法犧牲生命時，他的名譽一定會由風來傳播。」

龍樹阿闍黎也說：「搔疥癢固然舒服，但沒有疥更舒服。這樣，有世間五欲固然快樂，但沒有五欲更快樂。佛法是勝妙的道理。佛法能令世間快樂，能令世間歡喜，此世他

世都不欺誑。行爲合於佛法，當國王也快樂，並能出生像廣大頂髻一般的名稱遍揚十方，就是阿闍黎們也要給你敬禮；你當國王能依照佛法行事而不是爲名，那就有很好的結果，除此別求是不會有利益的。」這是一段教授國王的話，意思是，你如果能依照佛法拋棄現世的五欲，那麼，現世的利養、恭敬、聲譽和名稱等，隨你所欲，一切皆成；這樣，你攝持王位，對於自他一切才能有益；除此，如果你另外把心樁釘在五欲上面去，那麼，你哪怕掌握國政，也沒有利益。

聖天阿闍黎在「中觀四百論」裏也說：「誰若不能洞見這世間而爲他人說法，那就是愚痴；假使人們跟着他走，就會極長時間地被他欺騙。」這是說：能好好地修佛法，就在現世，也會比別人快樂。若連這一點都不知道，那就是個呆子或愚夫，他是會自他俱害的。因此，好好地修佛法，就能夠掌握快樂的關鍵。此事極爲重要。

寂天阿闍黎在「集學論」的開頭說：「由獲不散殊勝法，未得諸樂定能得，已得諸樂永不失，並得菩薩無盡樂，無等圓滿諸佛位。」

薄伽梵也說：「若欲求諸樂，當盡捨五欲，若盡捨五欲，即得最勝樂；若隨五欲轉，永無滿足時，智遮五欲時，即能得滿足；五欲不能滿，智遮能滿足，具智滿足人，不隨三有轉。」

聖者無著也說：「享受佛法的智慧生活的快樂，簡直不能和享受吃喝、女人、歌舞等

五欲的快樂相提並論。」這話怎樣講呢？因為吃喝等等享受的快樂是：一、不是充溢全身的；二、要靠外緣，不能隨欲即得；三、不遍三界；四、不能引聖財；五、受用有盡；六、易遭仇怨等破壞；七、不能帶往後世；八、無論怎樣享受，也不會滿足；九、能引現、後一切痛苦；一〇、像搔癢的快樂似的，僅僅是以暫時息苦而名為「樂」；一一、能引貪等煩惱；一二、能導致殺生等罪行。享受佛法所生的快樂是最殊勝的：一、充溢全身；二、從心所欲；三、三界都有；四、能獲聖財；五、受用不盡地增長；六、仇怨等不能毀滅；七、現在和將來都可帶走；八、能畢竟滿足；九、不引現在和將來的苦；一〇、不是假名安立為樂；一一、能摧毀煩惱；一二、能摧毀惡行。

格西奔恭甲聽說將有齋主來拜會，就把佛供作得好好的；但他即時檢查自己的意樂，發現自己這樣做是為的齋主的情面，為的希望齋主讚嘆莊嚴，他即撒上一把灰，說：「比丘不應該作假啊！」帕當巴聽見這件事，他說：「在西藏，供養三寶的，奔恭甲的那把灰才是頂好的。」有人在甲拉康寺供酪，奔恭甲聽到行堂師給前排僧侶酪的聲音，心中想：看這情形，到後面來我們會得不到了。但是，他跟即提起正念來，說：「就想到你的嘴！」並且把他的木碗扣起來。「快盛酪呀！」行堂師叫他。說：「壞念頭剛才喝過了！」不肯受酪。他的資具本來很少，但是，他罄其所有地獻給甲拉康寺而去討口修行。

傳說：有一個時期，在寰宇那個地方的上部發生了戰亂，出了很多盜賊，人們都紛紛

地收藏東西：可是奔恭甲聽說了，他除了一個破水瓶和一件袈裟以外，別無一物，他把那件袈裟搭在臂上，把那個水瓶提在手裏說：「我的收拾就是這樣，除此，還有什麼可作呢？」博朵瓦聽到這個故事，稱讚說：「奔恭甲的收拾才對哩！」同時帶一件普魯給奔恭甲，對大眾說：「他要死了，需要裹屍，我們不死，所以不需要！」是的，修行人必須像他這樣，如果預先要準備許多糶巴、茶和酥油，佛法是不會修成的。傳說咱迦瓦也說：「我們也應該盡量學一學奔恭甲的那種收拾啊。」

奔恭甲自己說：「我作白衣的時候，雖然帶着像刺也似的弓箭，佩着兩三把刀，但仍然感到仇人多，不夠防禦；因為我一個人能敵四十人，街上的人們就給我安個綽號叫做『嚇四十』。我雖然白天上山行劫，夜來村裏行盜，但肚子仍然不飽。現在呢？我丟掉了防身武器，仇人反倒一個也沒有；我連吐口水在石頭上的事情都不作，但肚子也能飽；不管發生什麼饑荒，誰個富有，我都可以去大伙吃；在從前，我的嘴得不到飲食，現在是飲食找不到我的嘴，吃不完，喝不盡，『佛法真實』這個念頭接二連三地湧現着。」

「迦濕彌羅國的釋迦吉祥來西藏的時候，藏中格西們都備馬到哦日去請求印證，我想，他們一生多聞，尚且要去，我未曾多聞，更需要去了。但是，咳！多聞的目的是什麼呢？還不是為的減輕煩惱嗎？而我的煩惱已經在減輕了，他們多聞而未減輕煩惱，這是由於只在口上說一說所致；很明顯，現在我自己這樣就可以了，難道我現在還想當一個格西

嗎？難道我還想做個大修行人、做個首領、做個上座嗎？」

傳說他在跟煩惱鬥爭時，如果生起五欲的心，就用右手拉着左手說：「你呀！奔恭甲！」並用很多惡言詞呵斥，自己制罰自己，如果煩惱減少了，他就說：「比丘！楚丞甲瓦！」並且扯着右手，一個勁地高興。

我們試想一想看，他是強盜土匪出身，竟能拋棄現世五欲而如此努力地得到那種快樂，難道還不值得加以注意嗎？

博朶瓦也說：「只要認真修佛法，就在現世，也可以跟別人不同；我當白衣時，挖了三次金礦，可一錢金子也沒得到，如今每天都有很多兩金子湧來！在角瓦隆巴地方，再沒有比康壠巴的快、樂和名譽三者大的了，在隴薛地方，再沒有比瑾哦瓦快樂的了；這都是從如法修行得來的成就。」又說：「瑾哦瓦在最初求學的時候，沒有糶巴，僅僅吃一點活麻，裙子沒有東西補，就使硝皮來補它，故有『瑾哦果嚮景』之稱；然而，現在瑾哦瓦却能這樣想了：所有南瞻部洲的人，我都能養活他們。」

這樣，像彌拏、扎波、郭倉巴等人，最初當白衣時，都是苦得不成話，後來入了佛門，因為能拋棄現世五欲，就比一般黔首的人還要快樂得多。

這樣，如果想一下過去師長們的傳記，就沒有一個不是那樣的。

我們更應當拿他們來想一想：我也是一個男子漢大丈夫，如果能拋棄現世五欲而沒有

快樂，根本是不會的，不能棄捨現世五欲而有快樂，也是根本不會的。既是這樣，我為什麼事情不拋棄現世五欲呢？現世一切五欲像糝糞的石頭似地亟應去掉！

濠濱巴說：「應當斷現世的五欲，讓衣食缺乏一些，讓身命沒有牽累，多多思惟傳承師長們的傳記，發起披甲精進和忍苦耐勞的心，長時間地住在山上去修行；這樣，佛法自然會從內心底下生起。」

喇嘛耶貢巴說：「與其閱讀很多一般人的貌似言論，不如拿諸佛菩薩的傳記作基礎，看他們從始至終是怎樣地修行；如果這樣做，那才真是最好、最誠實的啊！」

博朶瓦說：「如果不了解這個法門，自己就會像東施效顰一樣地在很短的時間裏，表現許許多多不同樣子的惡行。」又說：「如果能了解這個法門，自己就會不作一切惡行，就自然知道回頭來修功德。」

有人向格西叮巴瓦請教授時，他說：「我沒有什麼教授，不過因為我是一個很能幹的師父的徒弟，所以尚能教你得到一點好處。」

杰確巴也說：「心裏沒有負擔的快樂是無比的，不作無意義的事情的順利是無比的，心無所求地坦然而住的利益更是無比的。」

薩本達說：「一切自由得快樂，一切隨他就痛苦。快樂第一為發心，財中最勝為布施，最上名稱為不誑。具慧欲圖現世樂，修行佛法亦得成；應觀正士與盜匪，所有圓滿諸

差別。」

相尊耶瓦說：「要凍死就讓它凍死，要餓死也讓它餓死。如果存着這種觀念去埋頭苦幹地修法，既不一定凍死，也不一定餓死。」

相啦郎·多傑罔取也說：「頭幾天住在山洞裏挨餓，漸漸地會有牧童開始給乾糧，最後，街上的人聽說了，也會送供養來的。」

「治罰犯戒經」說：「舍利弗！我的聖教不會因過失而鬥諍，我的弟子們不會爲衣食而辛苦。因此，舍利弗！大家儘可以精進地修佛地的功德，用不着貪求世間的財利。舍利弗！看吧！我說對於瑜珈行的比丘們，有成千俱胝的天衆在想用一切安樂去努力地、精進地供養。舍利弗！這樣的供養和承事，人間是作不到的。」又說：「舍利弗！那些隨如來出家和精進修法的比丘瑜珈行者，由於少欲的諸天、少欲的人和少欲的一切有情的布施，他們的鉢和衣是絕不會沒有的。」

「悲華經」說：「往昔薄伽梵發心時說：『在我的教法裏，只要能夠受持四指袈裟，若不如願得到飲食，則我欺誑佛陀，誓不成佛！』」又說：『假使一切在家的士夫們僅在拇指上耕田，我的出家弟子們也不會被生活所困。』」

瑾哦仁波切也說：「即使我們被衣食的生活所迫，但因為能夠深心耐窮，就仍然是信士們的供養處。因此，最主要的享受是無貪，我們用不着積聚什麼東西。別人無論怎樣譏

嫌我們，只要自己心不作假，終於是會使大夥發生好感的。因此，名稱的最可靠的基礎是威儀沒有過失，所以用不着故作嬌態。」

格西卡熱巴說：「現世的衣食，無論怎樣作也夠，只是求不到死後的菩提果；明天死，還是後天死，我自己不知道，因此，應當迅速地求菩提才是。雖然不事稼穡，也未積累資具，但是，修行人凍死的或餓死的，以前見得有、聽得有嗎？以後也是永遠不會看見和聽見的。」

博朵瓦說：「雪哪怕下到九天九夜，而百靈鳥仍然能夠毫不困難地找到容身之處。同樣地，地方無論怎樣不安寧，佛法無論怎樣地損滅，但如果真正修行佛法，是可以得到僻靜的地方、居住的地方和成就佛法的地方的。」

章巴甲惹說：「棄捨現世五欲不貪着眼前的享受，就是最好的布施；無論作什麼都為有情，就是最好的饒益眾生；對任何境界都能知足，就是最好的富翁；到任何地方都能適可，就是最好的家鄉；在任何處所都能睡覺，就是最好的寢室；修證有了厭離朋友的心，就是最好的朋友；修行能堅持到底，就是最好的男子漢；自己能得自在，就是最好的勢力；心不隨貪瞋的勢力，就是最好的悲心；不起『非理作意』，就是最好的持戒；心具修證，就是最好的空行攝持。」

甲塞仁波切說：「最勝的饑罪是能棄捨現世五欲。」

傳說滾幫札甲的弟子格西卡熱巴是一個功德和福報都很大的人，他生了癩，用什麼方法也無效驗，有一個晚上，他想：有這個病，無論如何也要被逐出人羣去，現在我應當作一個真正的逐放者，把所有財產都拿來作善事，跑到那巖末山的山坳裏去住，吃的，向過路人乞討，這樣專唸「嘛呢」。就在那晚上，他夢見自己被水漂著，由一個白色人從水中救出來擺在巖末山的山坳裏，身上滴了很多水；他醒來時，果然臥具都濕透了，癩病也因此完全得到消除。

「且第諾統」，的確是使我們的修證未生者得生，和已生者不退失地增長的唯一無二的方法。

祝青蔚波說：「未生向上心，如月被日蔭；此由執實境，諸仁應斷貪。」

章巴甲惹說：「修正已生起，然而沒有主人來管它。好像富翁被風飄、獅子逐狗伴、寶珠墮泥中一樣。因此，我們非常需要厭離世間五欲的這個主人。」

如果能夠遮止現世的一切貪著，修其他一切佛法都將毫不困難地一轉趣就可以了；如果沒有遮止貪心，任何修證雖然似乎生起在，但它一定很快地失去，這種情形，我們見的聞的太多了，同時，還有理論成立。

衆生依怙說：「未割五欲皮，信定等上德，雖然似生起，一刻即消失，若有厭離心，功德必堅固，一切佛法，定於相續上，生起與堅住，並不斷增長，生所有道心，易如從

空取，譬如播種然，如已播此種，其他諸道心，皆極易引生。」有些人倒是真心修法，他們有信心，有厭離心，心量也大，住也住得下去，觀想也有把握。但正當此時，因為沒有生起很好的禪定，便灰心地想：我雖然這樣修持，但還不能成功，於是完全放棄不修。這就恰如章巴甲惹所說「修證已生起，然而沒有主人來管它，像獅子逐狗伴一樣。」如果沒有生起像前面說的那種且第諾統的心。一切樂善絕無發生之處，如果生起能使隨心隨意地得到一切樂善的厭離心，諸佛菩薩都要善為稱讚。這個心很難在衆生們的相續上生起，如果能稍稍生起一點，就應該自己歡喜慶幸。不張開腿來使勁站住的人，是自己不知道自己薄福。

博采瓦說：「有人說，雖然沒有牙齒，但也要用牙齦來啃。我們的心如果不肯趣向法，但不管怎樣也要修法，道心就會生起來，佛法也就會生起來。在現世裏，最低限度要修『願心』以下的佛法，願心以上的一時修不到，也要播一點『願將來能修』的種子；如果用這樣修行的方法常播『願種』，就將獲得如得『大印』般的巨大利益。」這是說，應從厭離現世五欲或修無常來配合發菩提心以下的修行，而那發心以上的奢摩他和毘鉢舍那等雖然沒有生起，然而可以播下種子，如果能夠播下願力的種子，那就是死了，也沒有關係，也能像得「大印地位」般地獲得巨大的利益。

又說：「福報大小的差別，並不是因為財產的多寡，而是自己相續上面『不顛倒智』

生起和沒有生起這兩件事情來區別的。」這是說，我們不以富於現世的圓滿爲有福，而是以生起厭離心等的不顛倒智爲有福。

甲塞仁波切說：「內心相續上如果有佛法，那就是究竟的積聚資糧；如果能憶念哪天死沒有決定，就是究竟的聰明人；如果能止惡修善，就是究竟的誠直；如果能愛戴一切衆生，就是究竟的高尚；如果能知足、有智慧就是究竟的富貴；如果在任何上面也不貪著，就是究竟的快樂。」能夠這樣思維，就能遮止對於現世一切五欲的貪著，由於這個厭離現世五欲的心的發展，就能對於整個生死發生厭離，到那時，就可以叫做掌握了解脫道的方針了。如果沒有這個厭離心，無論有什麼，也不能掌握到解脫道的方針；必須有厭離心，才算是入了佛教徒的團體。

## 八

假使有這樣的想法：棄捨現世五欲的功德和不棄捨的過失既如上述，那麼，棄捨的辦法是怎樣呢？關於這個問題，章巴甲惹說得有：「關於棄捨現世五欲，需要這些條件：一、跟平常人的心理不一致地獨特；二、遠離家鄉；三、專門對五欲修灰心意冷；四、降低自己的地位，而且不顧任何人的情面；五、經常監視『遮止對治』的修習；六、不要計執人言人語，應該以『說了就是了』的觀念泰然置之；七、任何東西，哪怕被飛吹光了，

也不發生痛苦；八、讓這一世窮苦，像乞丐般的以至於死；九、經常地唸誦『無所需求』的猛咒；一〇、自己的鼻繩要自己牽住；一一、修行像祥雲圍繞般容易。」又說：「誰想棄捨現世五欲，他就：一、必須使身心勤勞，並有一種像闢開石頭一樣的最大的決斷；二、必須表面上什麼都可以，而骨子裏像老牛的頸子似地極難扭轉；三、必須像鹿子害怕射擊牠的傷處似地怖畏喧雜；四、必須像逃犯跳崖似地毫無籌劃；五、必須像寡婦養孤兒似地刻苦。」

總之，關於棄捨五欲的欲，無著菩薩說有兩種：「一、事欲，二、煩惱欲。」（佛教大藏經第三十五冊瑜珈師地論第十九卷佛教書局版本第一七八頁）諸出家人，於此二者皆當遠離。事欲就是：家鄉、田地、房屋、父母等親屬和財、穀等一切攝受事；必須遠離這一切事欲而出家，才合於經中所說「從家到非家名為出家」的真義。

這樣，既然這棄捨世間五欲的條律是全部在世尊的教法中，是出家人所應該作到的，那麼，自己只要能夠看一看前人怎樣作就知道了。但是現在的有情，智慧低劣，如果不分別來講，是不會懂得的，因此，我們必須像前面章巴甲惹所說的那樣來詳細解說。

## 九

關於棄捨現世五欲，有十九個學處。

第一、遠離家鄉，這是頭等重要的。

在家鄉，有發生貪心的對象——親戚、田地、房屋和財物等，有發生瞋心的對象——仇怨等，因而就只能成天隨貪心瞋心的力量而不會修成佛法。自己即使不起貪瞋，但它們會來惹你貪瞋的。親戚找你給他們的現世生產幫忙，假使你不作，他們就會因不滿而造罪；仇人唯念舊惡地由三門（身語意——譯者）來作損害。這樣，在人在己，都會引生罪惡和痛苦。但是，如果能夠遠離家鄉，就不會有這樣的過患了。

博朵瓦說：「遠離生長地，遠離諸親屬，及諸煩雜事，如理作意者，解脫即非遙。」又說：「遠離生長地方，跟親屬斷絕關係，棄捨一切沒有加持分別的實物，這三者是惹真寺的規約，後來的人們對此很覺困難。」

「勸發增上意樂經」裏也說：「哪裏有戲論或諍吵，最好跑到百個由旬以外去；哪裏有煩惱，雖須與頃，也不應住。一切想得利益、想得功德的出家人，不要用瞋心作諍鬥吧！你們既然沒有田地，不做莊稼活，也不經商，何必爲點什麼財物而起這許多諍鬥呢！你們沒有妻室，沒有子女，沒有家庭、親眷、僕婢，更沒有權利，何必諍鬥呢！」

章巴甲惹也說：「煩惱從家鄉生，不遠離家鄉的是沒有心臟的人；修持要作對治，不依靠對治的是沒有心臟的人；一個人有沒有佛法是由違緣來區別的，不願意有違緣的是沒有心臟的人。我們必須做到：遠離家鄉以後，縱然聽說家鄉被風帶走了，也不追悔；捨，

盡捨於師長，哪怕挨餓挨到死，也不追悔；渴，渴死在水中，哪怕依止師長的時間最短，也不追悔。能背棄家鄉，對治的因緣就因此和合；能見世間的樂果爲鬼魅，信心的因緣就因此和合。能棄世間五欲，布施的因緣就因此和合。歸攏來說：若不遠離家鄉，貪瞋就會相續不斷，所以應當遠離家鄉；若不拋棄世間的俗務，善業加行就不會生起，所以應當拋棄俗務；若不把一切財物付之於風，親屬的牽纏就不能斷，所以應當把財物交給風。」

甲塞仁波切說：「家鄉的害處是大的，它使我們：激如沸水地貪愛親屬，熾如烈火地瞋恨仇類，痴如冥夜地忘乎取捨；因此要遠離家鄉。」

傑·惹達瓦說：「隨便住在什麼地方，如果這個地方能使我們增長顯耀感，能使我們的身心被利養恭敬的繩索所縛，能使我們因妬忌別人而發生苦惱，那麼，哪怕是一刹那的時間，我們也不能住在那個地方。」

甲塞仁波切說：「出家人把自己的親屬的恭敬承事拋棄了，如果又貪圖外人的恭敬承事，那就失掉且第諾統的意義；如果拋棄了家鄉、親友和財產，又被好名心所縛，那就等於割斷鐵鍊，又被麻繩拴住。」

這是說，雖然不是家鄉，如果能增長自他的煩惱，那就不管什麼地方，也應該離開，我們應該住處無定。

博采瓦說：「應該以討口來度過一輩子，必須修習少欲，使心不憂惱，不能老在一個

環境住着，不能固定一個地方，應該像太陽月亮似地到處遊行；朋友、施主等處非久留之地，不要像牛一樣把頸子上的肉交給誰來扼住。」又說：「坐無臀痕，行無足跡，鞋鼻子一打轉，出家人的『財產』就必須自己完全帶走；如果說我現在要走了，這些東西和這些拿來寄存，這個和這個需要用牛來馱，這是絕不成功的。如果一個地方與佛法最相違背，因為住在那裏不能適宜而資長罪惡，那就必須離開；如果把佛法弄掉了，地方雖然沒有失，那是毫無益處的。『月燈經』說：『隨處常無我所執，隨處畢竟不執我，猶如麒麟住世間，比丘似風虛空行。』『念住經』說：『日午而乞食，不爲來日積，果腹即知足，如是者比丘。』既是這樣，如果對佛法有損害，就必須立刻地走開。」

克尊·永魯祝說：「一個地方住久了，就是產生貪瞋的因；熟人朋友多了就能增長期比之見；東西積多了，身語就斷善行；在沒有熟人的地方漂流不合理嗎？應該把這種頂知己的話向自己心裏邊去問一問。」又說：「但是，常常地東跑西跑是追悔之因，能在一個地方穩穩當當地住下來，才可以增行善行。」又說：「頻頻地搬遷是危害善行的霜雹。」這說明：或行或止，怎樣都可以，完全要以善行增長不增長作爲標準。

博朵瓦說：「什麼是隨順處，什麼時朋友呢？由菩提心引生三增上學，什麼地方能令增長，那就是隨順處，什麼人能幫助增長，那就是朋友；同此相反的，就不是隨順處和朋友。又說：「如像開一些『柴兵』來同火作戰，對於火是毫無損害的，任何痛苦和損害，

只要對於佛法沒有損害而且還有幫助，就不必離開那個地方。」

## 十

### 第二、遠離親屬。

不管是在什麼地方，與親屬斷絕關係是非常重要的。

章巴甲惹說：「若於人事往還修厭患，就是斷絕親屬關係的表現；若於人事往還圖周旋，就是陷在貪瞋的泥沼中的表現；若知世間一切欲事都是錯亂的，就是厭離的表現；若執一切為諦實，就是善行溜脫的表現。」

必須指出：斷絕親屬關係是需要的。但同時需要不放棄一切有情而修悲心；我們是需要斷絕身、財的庸俗關係，而不是需要斷絕給有情作利益的崇高事業的關係，如果不這樣作，那佛法是絕對修不成功的。

最初要離開親屬去出家的時候，如果能啓白父母等等而得到他們的允許，那是很好的，但如果他們畢竟免不了恐怖、絕望和暴躁等等，那麼，不管怎樣，自己也不能退失勇氣；從世尊起直到現在，一切修佛法的人，不管親屬們是怎樣地流着眼淚，都是毅然棄走的，這好像存在很大的因緣一樣。」

甲塞仁波切說：「親屬們的熱愛是迫切地鼓勵你進求現世的五欲圓滿；他們愚痴地追

求現世五欲，希望別人也追求，結果是爲貪求五欲的利益而歸於損害；我們必須爲求解脫而且第諾統的辦法努力修甚深的道，爲利益他們而與他們遠離，去到寂靜處珍惜地、精進地進行。」

正理自在說：「五欲似仇敵的中堅，親屬如繫縛的繩索，希望偉大像魔鬼入體；顯耀感不要太大了，迦瑪巴！」

杰確巴說：「在家鄉上面容易動貪瞋，有厭離心的男子漢應該急急跑出來；在親屬上面容易生憂惱，想修佛法的男子漢應該淡薄情面；在財物上面容易生得失，有厭患心的男子漢應該索然棄捨；在甘美飲食的上面容易起貪欲，有決斷的男子漢應該淡然舉行。對這沒有知足、永不滿意的親屬，肯去將護，就會漸漸地多起來，多起來好嗎？不好，越多越有憂惱，所以，最好能斬斷親屬的關係。這是心腹話，應該握在心裏。」

巴熱瓦說：「在親屬間，儘管親屬關係是相等的，但是，對於富有的就花言巧語、奴顏婢膝奉承，對於貧窮的就視爲窮鬼而加以鄙薄；在五濁惡世，人們只知趨炎赴勢，要求一個正直的親屬是很難的。」

## 十一

### 第三、拋棄眷屬。

如像遠離親屬一樣，對於眷屬和弟子等貪著也應斷除。

「入行論」說：「若貪諸有情，畢竟障真理，亦壞厭離心，最後起憂惱；專心對眷屬，無益度此生，刹那纔親愛，須臾又成仇；益語令人忿，難令凡夫悅，愚憎可喜處，自亦無利益；彼等不受語，忿故諸惡趣，我若依賴他，終唯歸失敗；總歸一言盡；彼既無益我，我亦無益彼，故應離凡愚。」

「集法句經」說：「和那些像仇人一樣的愚夫同行共住是很痛苦的，最好是不聞、不見、不依賴那些愚夫。」

法王子說：「過去諸佛沒有調伏得了，大力的菩薩也調伏不了的這些有情，你若加以呵責，他便憎恨，若加以稱讚，他便驕傲，若比他高，他便妬嫉，若與他等，他便起角逐計較心，若比他低劣，他便起我慢粗惡心；雖說順法語，他也起貪瞋。像這樣的凡愚衆生，目前我實在調伏不了，且來調伏我自己的心吧！雖然經上說佛法最主要的就是「利他」，但那是說，我們必須知道所化的根力、種性、習氣、資糧和過去、未來的實際，而且還要不貪瞋自己，才能調伏所化；如果還在追求自己的名、利、快樂和稱譽，又沒有神通而去利他者，將等於無翼之鳥而想在空中去翱翔一樣，成爲利他不成、自利也失壞的原因。雖然經上說講法、聽法是受持聖教，但那是說，作爲一個格什，自己必須有出離心和戒律清淨作爲基礎，然後才能對心性硬直，爲求法益和具足智慧的弟子宣說三藏；如果爲

貪求現世的名利而攝受眷屬，對那沒有信心，不求法益的人說法又不講究修持，正是發生貪瞋的原因，這種講說和聽聞實爲生死流轉的繩索。」

章巴甲惹說：「若想快樂，就得獨居，因爲獨居沒有這些擔慮；吃得再多，也不須跟誰分，再少，也不須將護誰，所以快樂。凍也好，餓也好，因爲只有一個人，所以都是快樂的。」這個意見太真實了，現見一般出家人把苦、樂置於財寶和物質之上。事實上，一個出家人需要借債的並不多，而人多了不需與借債的也是少有。

格西卡熱巴說：「貴莫貴於信敬的眷屬，苦莫苦於壞人的首領；不要把持高官祿位，而應以低劣的位置自處啊！」又說：「心距離得很遠，你教訓他，他心裏不舒服，自私自重，增長有漏這樣的眷屬和佣人，最好沒有；我這個人的弟子是智慧和精進，它們對於成辦我所需要的一切利益，毫無厭倦。」

巴熱瓦說：「有財有勢時，這些黑頭人就聽任差使，不能作損作益時，雖用恩來將護，他們也要背地毀詆，五濁惡世要想得到眷屬的好處是很難的；自己一個人的飲食，誰也會作，兩手是最難分離的弟子，詭詐的媚態，我不需要，自己一個人行動是最舒坦的了；苦行的飲食無窮無盡，自己一個人的生活隨處都可以看到；自己一個人的衣服怎麼也可以暖和，內在猛利火的暖氣又深又大；自己一個人的住處怎樣都好，沒有主人的茅篷，住起頂舒適。」

## 十二

第四、不說相似法。

似是而非地講說、聽聞和教唸經等利他行爲，必須完全斷除。

衆生依怙說：「就我們這一般老修行來說，穿一件破舊補綴的大袍，提一串念佛珠，關房裏鳥的痕跡也很清楚，修行到這步田地，去爲決定沒有好處的少年出家衆說法，雖然這樣作，但格西·巴傑卿波是不贊成的，我也只是感覺到他們也許是瘋了吧！」

章巴甲惹說：「希望沒有下種的秋實，那是餓死鬼；希望未到時機的利他，那是徒勞。」

博采瓦說：「首先成熟自相續，初發業者應當作，利他爲首佛未許；心除利他無別想，身語切勿現前作。」

錯羅也說：「如果不知道自己究竟的路線（成佛），任何地方推作堪布，實際上只是一個沒有工資的僕人，這個枯燥的空名是多可憐啊！」

傑諾達巴說：「不管什麼時候，只要還沒有得到不爲『八法』外緣所動的堅固心，除了專門地調伏自己的相續，不能去作因爲利他而結果既未利他又失自利的事。」

（註一）黃教祖師宗喀巴，青海人。

(註二) 阿底峽尊者，印度人。

(註三) 意思是「心丟開現世的五欲」。

(註四) 印度習慣上對於「菩薩」的尊稱。

(註五) 吃糍巴時，將就糍巴捏成的用以舀油的匙子。

# 大乘菩提心法

無著賢論師造  
修 慧語譯

## 敬禮大悲心

清淨三學修覺心，宏揚聖教徧十方；  
住持正法頂莊嚴，敬禮無等上師足。  
三世佛子共行道，出生利樂大寶藏；  
由善弟子數勸請，謹依師語而開顯。

衆生如果想要證得無上正等覺，應在發出菩提心之後，繼續勵力修學世俗和勝義二種菩提心。就如聖龍樹菩薩所說的：

「我與此世人，欲證無上覺，  
依根菩提心，堅固如山王，  
大悲徧十方，不依二邊智，  
修此之教授。」

西藏大依怙師阿底峽尊者，曾經得到三位上師所傳的修菩提心法：

第一位是法鎧論師。法鎧論師教他修大悲心，爲一切衆生作種種布施，乃至頭目髓腦，亦在所不惜。如是常於受者生慈悲心，不着於物，不見施人、受人。就在布施當中，證得無上般若妙慧。

第二位是慈瑜伽論師。慈瑜伽論師教他能實取衆生之苦，由自己代受。（有一天，當論師在講經時，看見旁邊有人在打狗；論師忽然由座上跌下來，大聲呼痛。在場的人都不太相信，大師乃掀開衣服，紅色杖痕顯然，正是狗被打擊的地方，那隻狗却安好無恙。這乃是修菩提心成就，代衆生受苦的實例。）

第三位是金洲大師。此大乘菩提心法，就是金洲大師所傳下來的。

### 菩提心法之弘傳

大乘菩提心法，的確非常殊勝。凡是以此教授修菩提心的人，都能很快生起微妙的覺受，並能發出堅固的菩提心。因此在西藏，不論是那一宗那一派，修菩提心法大都屬於這個傳承。

金洲大師把這一修菩提心法傳給阿底峽尊者，然後再由阿底峽尊者傳承至法喀巴大師。這期間都是以秘密傳授方式進行的，因此受益的僅是少數幾個門人而已。後來法喀巴大師發現弟子們修此菩提心法，利益甚大，所以決定把這秘密法門公開傳授。於是法喀巴

大師把這教授略加整理，前後分成七科。以後就稱這一菩提心法爲「七義修菩提心論」。

此七義論卽：

- 一、明所依加行法。
  - 二、正修菩提心。
  - 三、取惡緣爲菩提道。
  - 四、明攝爲一世修持。
  - 五、心修成之量。
  - 六、修心三昧耶。
  - 七、修心學處。
- 茲依其次序，分別闡述如下：

### 一、明所依加行法分三

七義論云：「先學諸加行。」密教修行次第，通常都分成加行、正修、後得三個階段。加行舊譯爲方便，它的目的在作正修的準備，以便加速其圓滿成就。

此中所修的加行法有三：

#### 1. 修暇滿難得

我們應思惟：人身如寶筏，若無此人身，將何以修學佛法？何以成就利生事業？又其他五道衆生，如地獄、餓鬼、畜生，苦難自在，不曾間斷；天人、阿修羅，雖壽較長，或有享受，但不能受戒學法。比較之下，人身誠屬可貴。但人身並非幸運而得，乃是從無始到今生，俱有因緣，若非種下善因，絕對無法成就。且人身極易造業，尤其在這五濁惡世，能修善法者，日漸減少。所以今生一失，下世不能再得到，實在沒有把握。因此，今生不應再空過，當修一切淨法。

### 2. 修死歿無常

我們應思惟：南瞻部洲，人壽不定，死緣多而易遭。吾人何日死？何處死？何法死？都不能決定。人命異常脆弱，有如廣場中的燈，任何一方吹來的風，都會熄滅。當知死神一定會來，死神一來，是無法以咒力，或任何法子可逼退的。今天雖還活着，却不能保證明日不死。人命只在呼吸間，而光陰有如逝水，日出瞬沒，去時苦多。因此，從今日起，當勵力修學正法。

### 3. 修生死過患

六道輪迴，並非像風吹萍葉一樣，是聚是散，全憑偶然；而是由善惡業所牽引的。所以佛經上說：「從善惡業，感樂苦果。」又說：「縱經百千劫，所作業不失；因緣會遇時，果報還自受。」因此，應斷一切惡，隨力修善。

## 二、正修菩提心分二

### (一)修勝義菩提心

#### 1. 修加行

先修皈依發心，啓白上師、本尊祈求加持，隨誦七支供養。(七支者，即(1)禮敬諸佛；(2)廣修供養；(3)懺悔業障；(4)隨喜功德；(5)請轉法輪；(6)請佛住世；(7)普皆迴向。)然後端身正坐，數出入息二十一遍，勿令錯誤增減。如此，身已安詳，心無錯亂，就可正修勝義菩提心了。

#### 2. 修正行

(1)七義論云：「思諸法如夢。」是說我們六根所執取的境界，不論是有情世間，還是器世間，都是夢幻不實的。我們之所以有種種分別，乃是由於內心迷亂顛倒所顯現。倘若離開這迷亂的內心，則無一法可得。由於無一法可得，就能破除妄計諸法實有之增益執，了知一切法都無自性。

(2)七義論云：「觀心性無生。」倘若我們已斷除了對外界的增益執，了知外界全是夢幻不實的。然而我們這迷亂的內心是實有的嗎？當知心性亦無實體，有如虛空法界，無任何顏色及形狀，亦無生、住、滅三相；不住於身內，也不住於身外。性全非實，一切分別

執着都應棄捨，應安住於無分別中。

(3) 如果這時你心中還想：身心都是空性的。當知這是對治分別，這仍然是妄念。七義論云：「對治亦自解。」是說修學者應了知對治法本身就是無自性，因此，仍然不可執着對治法。連對治法都不執着了，這才能安住於無分別中。

(4) 爲了說明安住法爾的體性，所以七義論又云：「道體住賴耶。」阿賴耶是諸法的根本識，前七識是阿賴耶中的種子生的，所以叫做七轉識。若離這七轉識一切的起滅，則能了知性無所有，心亦不執着，如理證知無分別智的境界。

### 3. 修結行

七義論云：「中間修幻化。」是說出定後，仍然要隨着修定之串習力，在行、住、坐、臥等四威儀中，了知所現自、他、情、器都無自性，一切如幻，無有實體。

### (二) 修世俗菩提心

#### 1. 修根本

七義論云：「雜修二取捨。」取者，是取衆生之煩惱魔害等苦報，由我代受；捨者，是將我三世所集之善功德，全惠施給衆生，令其增長安樂妙善。換句話說，就是把貪着自利和不顧他人的心，對換過來，自他易地而居，愛他勝自。這個修法很重要。寂天阿闍黎說：

「若求速救護，自及他人等，  
應修自他換，是卽密妙行。」

又說：

「盡世間安樂，從願他樂生；  
盡世間煩惱，由欲我樂生。  
愚人作自利，能仁爲利他，  
依此二分別，何須復多說？  
若不能真換，自樂與他苦，  
非但不成佛，亦無世間樂。」

又說：

「如是滅自苦，及息他苦故，  
應捨我施他，應護他如自。」

所以說，執愛我，是一切衰損之門；執愛他，是一切圓滿之處。

修此世俗菩提心之次第，應先依根本母而修。首先觀想在自己面前，有一明顯之母親相。然後如是殷重思惟：不但今時，卽無始以來，她曾作過我無數世的母親。她作我母親時，都以慈眼觀我，以悲心攝持我，爲我救護一切損害，成辦一切利樂。特別是今世，從

我初住母胎時，即時常攝持。出生後，胎毛未乾，就急着抱我，賜給我溫暖，以乳酪餵哺，以口飼食，以手擦不淨物。又於饑時與食，渴時與飲，寒時與以衣服，貧時與以財物。這些資具，都是母親費盡千辛萬苦，甚至冒着罪苦惡名所得來的。母親如是守護着我，直到遭遇佛法，修習正道。母恩之大，昊天罔極！母親因數利於我，以致在流轉輪迴中受苦，實在令人悲愍。

我今亦應報諸利益，除諸煩惱。當以如何除諸煩惱呢？如是思惟已，乃知母親是被苦、集所害，苦是直接害人，集是間接損人，我應取受這兩種苦報。因此，觀想母親之一切苦集業報，化作黑氣，全流入我心中；苦集業報流入我心目之後，見到母親是如此輕安，我內心有着無比的喜悅。又當以如何報諸利益呢？如是思惟已，乃知是善功德能利益母親。因此，觀想我的一切善功德，全無吝惜的施給母親。這些善功德流入母親心中之後，看到母親立即現前安樂，具足一切修法順緣，當前即身成佛，我內心立刻充滿着猛利喜樂。

其次，對父親也應如此修持，乃至對於一切衆生，都應如此修持。因爲一切衆生，無始以來都曾作過我的父母，爲我成辦過無數利益，遣除過無數煩惱，其恩德極大。然而這些過去世的父母，現在正被生死衆苦所逼。我應如何令他們脫離痛苦呢？當知須猛利修持悲心，觀想他們所有的煩惱痛苦，全流入我身中；對我三世所集善根資財，統統布施給他

們，令其增長安樂妙善。觀想到這裏，見到他們是如此輕安，具足一切修法順緣，當前即身成佛，我內心立即充滿猛利歡喜法樂。

爲了便利引生自他交換之心，七義論又云：「彼二乘風息。」觀想出息時，我一切善樂，隨風施給衆生；入息時，衆生一切罪苦，都流入我身。

## 2. 修後得

(1) 七義論云：「三境毒善根。」是說如果在樂境、苦境、不苦不樂境裏，有了貪、瞋、痴三毒時，應立即思惟：有許許多多的衆生，像我一樣依於三境發生三毒，以致造業受苦。他們將不堪其猛利苦，因此願他們一切三毒，都流入我身中，他們全具足了無貪、無瞋、無痴三種善根，受無量福報。

(2) 七義論云：「諸威儀誦持。」爲了數數引發正念，應發出猛利意樂，恒常讀誦：願衆生一切罪苦，都成熟於我身；願我一切樂善，都成熟於衆生。

(3) 七義論云：「取次從自起。」爲了令自己能取他人之業苦，所以應當作如是思惟：如果現在我能攝取自己當來所生的一切罪苦，如此也能攝取他人身上的種種罪苦。

## 三、取惡緣爲菩提道分二

七義論云：「罪滿情器時，惡緣變覺道。」如果惡果充滿整個器世間，如日月失度，

災變迭起；時節改變，寒暑不恆；天地亢陽，陂池竭固；盜賊、兵戈災競起。或有情暴惡，鬥爭堅固，魔說橫行，不事父母，不信因果，廣造惡業等。修學者應立即轉此惡緣爲菩提道。

此中有意樂和加行兩種。意樂又可分爲世俗菩提心轉惡緣爲菩提道，和勝義菩提心轉惡緣爲菩提道兩種。

### (一)意樂

1. 以世俗菩提心轉惡緣爲菩提道

(1)七義論云：「報應皆歸一。」是說凡是我所生的一切衆苦，都是由於過去不知我執爲怨敵，有情爲恩人所感，這不能責怪別人。入行論云：

「所有諸世間，損害怖畏苦，

皆從我執生，我何用此鬼？」

這是說從無始以來，在無我中，執着有一個我，爲了貪愛這個我，於是造了種種惱害他人的罪業，以致在生死輪迴中，感受種種的苦報。入行論又云：

「意汝欲自利，雖經無數劫，

以此大疲勞，汝唯成就苦。」

如是衆苦都是我執所生，所以當觀我執猶如怨敵。由於這個我執，以致從無始生死到

現在，生起種種痛苦。又如「嫉妒高者，輕毀低者，等者爭勝」之種種鬥爭心，都是由我執所生；令我沉淪於生死苦海不得解脫，乃至令我遭人、非人之侵害的，也是由我執所造。入行論云：

「此於生死中，百返損害我，

今令諸怨恨，摧汝自利心。」

倘若我執生起時，當觀我都非有，何故執我？如是能在我執生起時，現前斷除。又爲了使我愛執永不復生，所以應勇猛精進，勵力剔除。入行論云：

「汝曾傷害我，昔時彼已過，

今見汝何逃，應摧汝驕慢。」

因此，凡遇有損害，都應了知這是我執的過患，一定要勵力調伏我執。就如霞婆瓦所說的：「於此短壽期中，願當勵力調伏此鬼。」

又一個人的心行，如果都是尋求自利的，那就是俗人；如果都是利他的，那就是行者。所以應當以善知識本的行持來修取捨。善知識本說：「今除於心門，持一對治短矛，相待而擊，無餘可修；彼急我亦急，彼緩我亦緩。」如果能觀我執猶如怨敵，而現前斷除者，霞婆瓦說這是「送祟法」。

(2)七義論云：「修一切大恩。」是說我們不但要觀我執猶如怨敵，更要修一切衆生都

是我們的大恩人。因爲一切衆生，都是無始來的父母，往恩甚重。即使是現在，也因緣於衆生乃得發心，爲利衆生乃得開始修行，所以要成佛仍須要衆生。如入行論云：

「有情與諸佛，同能辦佛法；

如恭敬諸佛，何不敬有情？」

這是說，衆生要成佛，佛與衆生的恩量是相等的。所以應對衆生修猛利悲心，取衆生一切苦，由我代受；將我一切善功德，施給衆生。

特別是在有人、非人來損惱時，應作如是思惟：他之所以來損惱我，都是由於無始以來作我慈母時，爲了替我成辦利益，全無顧慮到自己的罪苦和惡名，以致遭到生死苦海之種種苦；又由於迷亂力，導致對過去的親眷全不相識，所以才來損惱我。另一方面，是由於我自己惡業的牽引，令他現在造害我的惡業，日後也將因此惡業而受種種苦報。他這樣長時的受苦，都因我而起，實在令人悲愍。此外，更應思惟：過去我對他只有作損害，今當替他遣除衆苦，辦諸饒益，勤修取捨。

如果見到人或畜生時，應現前爲他盡力饒益。倘若不能現前饒益，也應發猛利心，願他離苦得樂，速當成佛。如是至心思惟，並加持誦。又應發願：凡我今後所做的善事，都要饒益於他。

倘若鬼神來作損惱，應如是思惟：從無始以來，我一直是吃他的肉，喝他的血；我

今將作酬報，把我頭目髓腦，全部布施給他。於是觀想剖開自己的身體，放在作損惱者的面前，並這樣的對他說：「茲將我頭目髓腦布施給你，隨你意樂，任你飲食。」接着又觀想：損惱我的鬼神，因吃我的肉，而息滅了饑渴，身心充滿了無漏妙善，成就二大菩提心。以後對所有的食肉鬼神，都應如是布施自身，使他們全能得到飽滿，並具足善樂。

總而言之，一切過患都是我執所生，所以應觀我執猶如怨敵，盡力去對治它；一切利樂都因衆生而有，所以應觀衆生爲親眷，盡力去饒益它。朗日塘巴說：「我隨展幾許深法，一切過失都是自造，一切功德皆是有情所有。以此關要，除利勝施他，衰敗自取外，別無所解。」

## 2. 以勝義菩提心轉惡緣爲菩提道

七義論云：「亂境觀四身，空護最爲上。」我們應當明白，凡是依止煩惱以及內外情、器所生的衆苦，都是自己內心錯亂所顯現，並無少許真實。在世俗中如是顯現的，如在夢境裏，見到火燒水漂等事而生的種種苦惱，全是由於在諸法無實中妄見真實的過患。在勝義中，這一切法都無所有。倘若觀察煩惱和苦的自性，因而了知：一切法無所生，這是無生法身；因爲是無所生，所以也就無所滅，這是無滅報身；由於是無生無滅，中間也是同樣無所住，這是無住化身；又這些自體都不可分離，這是自性身。這種把妄境觀成四身，是明白一切法都是四身的教授。

又應思惟：這些來損害我的人，能勸我進修二菩提心，他們的恩德很大。因我遠離了對治法，已發生煩惱却一無所知，他們這樣的來警告我，一定是上師、本尊或佛、菩薩所化現。如果患了像癩痢一樣的病，而生猛利苦時，應如是思惟：倘若我不患此苦，一定會墮入現法範圍，乃至忘失正念；如今能因此而提起正念，一定是上師、三寶所化現的事業。總而言之，親近師長無非是爲了引生菩提心，如今依止此損害和衆苦，也能令我生起菩提心。所以說，依止惡緣也能達成夙願。

## (二) 加行

### 1. 轉惡緣爲菩提道

七義論云：「四行勝方便。」四行卽是：

①積聚資糧加行：當我們一有了苦，便馬上想擺脫掉，這卽表示我們不願受苦，願得安樂。既然想得到安樂，就應勤加積聚資糧。修習此法時，應先供養上師三寶，承事僧衆，佈施鬼神，由身、口、意清淨三業，盡力勤修福德資糧；然後修皈依發心，於上師、三寶處供曼陀羅，並至心祈禱：「惟願上師、三寶慈悲加持，倘若弟子病者善，請加持令病；倘若癒者善，請加持令癒；倘若死者善，請加持令死。」如是至心祈求，以斷除希望和怖畏這二種妄心。

②淨障加行：既然不想受苦，就得趕快斷除惡因，消滅業障。此法可由四力悔除：①

破壞力：至心懺悔先前所造罪業。②制止力：發誓從今以後，縱使喪命也不再造罪。③依止力：皈依上師、三寶，發菩提心。④對治力：修習空性正見，持殊勝陀羅尼（如百字明咒等）。

(3) 供魔加行：供魔施食後，至心表白云：「你來作我修菩提心之助伴，此恩最大。今後願衆生一切罪苦，都成熟於我身。」若不能如此做，則應施食，修慈悲心，告訴他說：「我將爲你作現前和究竟的一切利益，請你不要阻礙我修法。」

(4) 供養護法加行：以食供養護法神後，至心祈求護法神息滅修法違緣，成辦諸順緣。

2. 取客緣爲菩提道

七義論云：「隨現遇而修。」倘若遭到重病、魔害、怨敵等，而生猛利苦時，應憶念在這世界中，感生如是苦的，還有無量數的衆生。他們蒙受此猛利苦，實在可愍。所以，願他們一切衆苦，全流入我身中。又應思惟這些能損害我的，都可作爲修菩提心之助伴，有如師長激發我發菩提心一樣，他們的恩德都很大。見到他人受苦時，應相續取他的煩惱衆苦，全流入我身中。如果我和他人同時有猛利苦時，應至心祈願他人的一切煩惱，全攝入我身中。

像這樣，能轉惡緣爲菩提道的一切方便，其目的全在消除希望與怖畏二心。如朗日塘巴說的：「究竟雖皆能至離希、怖之道，然於現時分爲親怨而修者，如正曲樹。」

#### 四、明攝爲一世修持分二

(一)七義論云：「總攝教授心，應修習五力。」五力者，是指牽引力、修習力、白種子力、破壞力、願力。(1)牽引力：是說從現在開始，一直到今年、今生、乃至成佛，願常不離二菩提心，數數引發其心。(2)修習力：是說要數數修習這二菩提心。(3)白種子力：是說爲了生長菩提心，應盡力去積集資糧。(4)破壞力：是說在生起我執分別時，應立即思惟：從無始以來，由於這個我愛執，而遭受到無量大苦；就在今世，也因此而受苦造罪，雖想修習正法却不能如願。這都是我愛執的過患，所以應當捨棄我執分別。(5)願力：是說在行善事之後，應當發願：願從今生到成佛，生生世世永不離修習世俗、勝義二菩提心；願隨遇一切惡緣，都轉爲菩提道。在供養上師、三寶、護法，以及施食之後，也應如是發願，並祈求加持，令所願都能圓滿成就。這五種力，就好像密宗裏，攝持一切法爲吽字的法門。

那麼，在臨命終時，這五種力又將如何修持呢？七義論云：「大乘死教授，五力重威儀。」這是說明修持這個法門的衆生，在臨命終時，應如是次第修習五力：

- (1)修白法種子：將一切資具供養於上師、三寶大福田處，使內心全無耽着。
- (2)修願力：在上師、三寶前供養七支，並猛利發願說：「祈求上師、三寶慈悲加持，

令我於中有時，以及在後世一切生中，能修習二菩提心，並能值遇開示此修菩提心法的上師。」

(3) 修破壞力：當作如是思惟：過去因我執而遭受無量苦；往後如不捨棄我執，仍然得不到安樂；現在也是因愛執此身而感受痛苦。倘若詳細觀察，就能了知吾人身心如幻，沒有實體，全無可執着之處，所以應勵力斷除我執。

(4) 修牽引力：應當頻頻生起欲樂，祈願在中有時，也能繼續不斷的修習此二菩提心。

(5) 修修習力：應當時時記住前面所修二菩提心的道理。

威儀者，是說在臨命終前，應當右脅向下，左手托頰，以小指端塞住右鼻孔，從左鼻孔出氣。然後先修慈悲心，順着出入息修二取捨；再思惟一切生死、涅槃、起滅等種種法，都無有真實，這些全是內心錯亂所顯現。而這內心亦無真實，有如虛空法界，所以也不應執着。應如是修習菩提心，於安詳中死去。臨終之教授，雖然有很多法門，但沒有比這個法門更殊勝的了。

## 五、心修成之量

(一) 七義論云：「諸法攝一要。」這是說明，三藏十二部裏的一切大、小乘法，其目的均在調伏我執。如果不能調伏我執，則所修的法，就毫無意義可言了。反之，如果所修的

法，都能對治我執，這就表示身中已生起修心之行相。修學之得不得法，其差別就在這裏。所以有人說這是「稱行者之秤」。

(二)七義論云：「二證取上首。」是說倘若有人稱讚我說：「這位法師真是位賢善行者呀！舉凡種種威儀，無不生法。」雖然他人不譏嫌我，也是證量的一種，但不能以此作爲主要之證量。因世間常人，不知我內心修爲，他們只要見到莊嚴的外表，就很高興了。所以，要以能做到自心無愧，才是修持之主要證量。我們應當時時刻刻以正直心善加觀察，如果自己認爲確能問心無愧，這就是修心之行相，亦即表示能生起對治力。所以，修學者應如是勵力勤求自心無愧。

(三)七義論云：「恒當依歡喜。」由於能善修菩提心力，往後隨遇任何惡緣，都可取此作爲修心之助伴。生此菩提心力，即是修心之量。此外，更應輾轉向上，取其他一切惡緣，依然能引生增上歡喜。修學者應如是修學。

(四)七義論云：「散能住即成。」是說善騎馬的人，由於騎術好，心雖散亂，但仍不致墜馬。同樣的，由於善修菩提心，在遭到突然的損害惡緣時，雖未加觀察，依然能不生瞋恚；並且能將此惡緣，漸漸地轉爲菩提道，這就是修心之量。爲了能早日達到這個境界，應猛利的去修學。

以上所修成的心量，都是在相續中生起的修心行相，並未證得自性菩提心。所以不應

有了此修心行相，就不再繼續修學。相反的，更應加緊用功，如是才能圓滿成就。

## 六、明修心三昧耶

(一)七義論云：「恆學三總義等。」三總義，是指修心不違戒、不現怪誕、不墮黨類。效列述如下：

(1)修心不違戒：修學者不可認為自己是修大乘菩提心的，就可忽視微細學處。應當具足修菩提心意樂，從別解脫戒到金剛乘三昧耶戒，凡所受過的戒，都應守護不犯。

(2)不現怪誕：不可爲了讓他人知道我巳斷愛執，而現斬伐神樹、伴惡癩等種種神通。以上諸怪行，全應斷除。

(3)不墮黨類：如只能忍人惱而不能忍鬼神之侵害，或只敬長上而輕視卑下，或慈憫親屬而瞋恚仇敵。像這種種邪分別，都應斷除。當以平等心徧修一切。

(二)七義論云：「轉欲住本位。」是說修學者要生起自他交換之意樂，一切言語、舉止，都應與同修和合而住。也就是說，外頭虛名要小，修持要精進，自己雖然已有了成就，仍未被他人所發覺。

(三)七義論云：「不應說殘支。」如果他人身體有殘疾，或有佛法過失，譬如犯戒等。凡是不雅的話，都不應說。

(四)七義論云：「全莫思他過。」對於一切衆生，特別是修道的法侶，如果發現他有過失，應了知這全是我內心不淨所顯現，並非他人有如是過失。修學者應如是勵力遮止此尋伺心。

(五)七義論云：「先淨重煩惱。」意思是說修學者應先審察自身以何種煩惱最重，然後集中全力對治它、調伏它。

(六)七義論云：「斷一切果求。」如果修心的動機，是爲了個人的名聞利養，或是求後世的人天果報，乃至求個人獨自的解脫。此等自利心，均與菩提心背道而馳，所以都要避免。

(七)七義論云：「棄捨毒食。」如果在一切善行中，摻雜着常見、我見，就如同在美食中摻毒藥一樣，所以應立即捨棄我執。

(八)七義論云：「莫學直報。」是說不要牢記他人過去對自己的違害，而含恨不捨。應立即遠離此等過患。

(九)七義論云：「莫發惡言。」不要爲了報復他人對你的惡意攻擊，或無意的中傷，而加以惡言謾罵，或企圖傷他的心。倘若他人遭到不幸，不可說這是報應，或說一些令人心痛的話。

(十)七義論云：「勿候險阻。」是說不應懷恨他人對自己的違害，而伺候時機向他報

復。

(卅七義論云：「莫刺心處。」是說不要揭發他人的隱私，或暴露他人的過失，或誦非人等心咒，以致令他人心中生猛利害。

(卅七義論云：「輦載莫移牛。」自己的過失，應坦然承受，不可耍詐，想把過失栽到他人身上。這種只顧自己私利，不管他人死活的惡念，必須趕快遠離。

(卅七義論云：「不爭先得。」對於公物，不能有侵佔的意念，更不能千方百計的想把它弄到手。這種貪念，應及早斷除。

(卅七義論云：「不作經懺。」是說不可以爲了贏得自我的利益，而暫時屈就他人；或是爲了治魔、治病而修菩提心。這種自利心就好像作經懺一樣，所以應立即斷除。或許有人認爲修心就是爲了治鬼魔，假若是這樣的話，那與送鬼又有何分別？所謂佛法，是以能對治煩惱，調伏我執爲要件的。倘若不能對治煩惱，甚至還增長我執的，這都不能算是佛法。

(卅七義論云：「天莫成魔。」有些人喜歡供奉神祇，如果供奉不得法，反而會害了自己，所以說：「天變成魔。」如果因修心反增傲慢，像這樣不善於修心，本是佛法也將成非佛法了。修心原是爲了調伏我執，如今反成了我慢，使自心更粗鄙、更醜陋，這乃是修持未達扼要之故。就如同鬼害東門，送俑到西門一樣。所以說，下藥要對症，修佛法要斷

我執，對待任何人都要像是他的僕人一樣。

(六)七義論云：「樂因莫求苦。」如果親友去世，想到的却是他的書籍和財產將歸於我；施主生病或往生，想到的是如何來積聚生計和菩提資糧；同修圓寂了，想到的是他的利養將歸於我；敵人怨家去世了，就如同去了眼中釘一樣，想到今後將斷除怨害，不禁生起猛利意樂。如是爲了追求自己的安樂，而欲令他人受苦的惡念，都應斷除。

## 七、明修心學處

下面所說的都是些如何使修心不退轉，和能輾轉增長的方便法門。

(一)七義論云：「諸瑜伽修一。」是說衣食等一切瑜伽，都是爲利益他人而作的。

(二)七義論云：「諸倒覆修一。」如果因修心而染疾，或遭魔害，或遭他人瞋恨，或自增煩惱，乃至不想再繼續修心。這時應思惟：此世間有很多衆生，像我一樣也有這種苦報，實在非常可憐。他們將不堪受其苦，所以願他們的苦報都流入我身，由我來承受；我所集的一切善功德，全部施給他們，令他們都具足了修心順緣。

(三)七義論云：「初後作二事。」每天早晨起來，應如是發願：「今日中，一切身、口、意當不離二菩提心。」作是願已，白天以正知正念如是攝持。夜間就寢時，要反省今日所作所爲。如果發現了有違背菩提心之行爲，應立即痛加懺悔，決定今後不再造罪，並

祈求上師、三寶慈悲加持，令其清淨。若確實沒有違犯，應發猛利喜樂，並誓願日後均能如是修持。

(四)七義論云：「二境皆應忍。」如果在眷屬和資財都圓滿具足時，應如是思惟：這些有爲法，皆如夢幻泡影，亦如鏡花水月，全無真實，不可生憍慢心，當以此福報廣造利他事業。如果事業衰敗，身上了無一文時，也應思惟：這仍然是如夢如幻，無有真實，當取其衰敗相做爲逆增上緣，毫無怯弱心。

(五)七義論云：「二事捨命護。」所謂二事者，是指總法三昧耶和別修心三昧耶。倘若沒有這二種三昧耶，不論是今世或是後世，均不能得到安樂。所以應捨命守護。

(六)七義論云：「當學三種難。」是說當煩惱初生時，很難發覺它，發覺後又很難制止它，或雖暫時制止了，却很難斷除它。所以在煩惱初生時，應立即觀照得明明白白；然後集中一切法善加對治，並設法斷除它；爲了使煩惱永不再生起，應當數數猛利地修學。

(七)七義論云：「取三主要因。」修法之主要因緣有三：(1)遭遇良師；(2)自己能如理修學；(3)具足修法所須順緣。倘若自己具足了這三種主要因緣，應當發猛利喜樂，並祈願一切衆生，都能具足這三種主要因緣。倘若自己缺乏這三種主要因緣，應當思惟此世界中，不知有多少衆生，像我一樣缺乏這三種主要因緣，以致得不到真實佛法，他們實在可憐。我願他們缺乏此三種因緣之一切過失，全成熟在我身上，願他們都能具足此三種因緣之圓

滿果報，並能至心修學佛法。

(八)七義論云：「修三無失壞。」是說大乘一切功德，都是從恭敬師長中得到的，所以不應退失此恭敬信仰心；又菩提心是大乘法之中心，所以修心應勇進不退；戒爲無上菩提本，所以於大、小乘微細學處，都應守護不退。

(九)七義論云：「成就三無離。」是說吾人身、口、意三業，不可須臾離開善法。

(十)七義論云：「於境無黨修，徧、徹底善習。」是說對於有情世間或器世間的種種境界，應無分別地修學；並能隨內心所顯現的境界，普徧地修學；對於一切佛法，不應只在口頭說說而已，必須徹底地修學。

(十一)七義論云：「於怨敵恒修。」對於任何敵對有情；或共住在一處，我從未惱過他，而他却來作損害的有情；或由夙習惡緣，我所極不喜歡的情。在這些難生悲心之處，更應盡力去修習慈悲心。尤其在上師、父母面前，必須斷除違害惱怒之心行。

(十二)七義論云：「不依賴餘緣。」是說修學佛法，決不依賴衣食無缺、無人非人作損惱、身體強健等順緣具足。倘若順緣不具足，也應由二菩提心門，取此不具足爲逆增上緣。

(十三)七義論云：「今當修主要。」從無始以來，我雖得過無量人身，却全無成就，白白的虛擲了。如今不當再蹉跎光陰，修法之枝末，應於此生修法之主要義。然而當如何擇其

主要呢？即應：

- 一、在現前一切事務中，以修正法爲主要。
  - 二、在修持和說法二事中，以修持爲主要。
  - 三、在各種修持法門中，以修菩提心爲主要。
  - 四、在由教理門修持中，以依上師教授，專精修習爲主要。
  - 五、在諸威儀修持中，以坐榻專修爲主要。
  - 六、在遠離對境修持中，以修對治法爲主要。
- 修學者應如是抉擇，奮力修學。

(因)七義論云：「不應顛倒。」顛倒有六種：

- 一、不能忍受修法之苦，却能忍受降服怨敵，守護眷屬等諸艱苦，這是忍顛倒。
  - 二、不想修清淨正法，却迷戀世間財位，這是欲顛倒。
  - 三、不由聞、思、修三門領納佛法甘露法味，却耽着於世間樂味，這是味着顛倒。
  - 四、於作惡者不修悲愍，反而於苦行者修悲愍，這是悲愍顛倒。
  - 五、對依靠我的人不令其修正法，却教他作增長世間財位之方便，這是教心顛倒。
  - 六、於出世之樂善不修歡喜，見怨敵有苦而生歡喜，這是隨喜顛倒。
- 修學者應遠離此六種顛倒，勵力修習六無顛倒。

(五)七義論云：「不應間輟。」由於正法未獲得正解，所以應遠離時修時輟，當專心意恒常修學。

(六)七義論云：「應堅決修。」是說修學者應斷絕一切攀緣，於修心法門上，專一精進修持。

(七)七義論云：「觀擇令脫。」先觀察自身以何種煩惱最重？然後集中一切對治法，勇勵斷除。過一段時間，再接觸能生煩惱的地方，試試看煩惱會不會再生。如果又生起煩惱，應再用對治法斷除。如是繼續修持，直到煩惱完全不生為止。

(八)七義論云：「不應自恃。」如果自己認為對別人有過恩惠，或認為自己能長時勇猛修持，非常難得；乃至認為自己有智慧、有品德，如是等慢，都應斷除。因為修愛他勝自，是絕無可傲慢之處。惹鎮寺訓說：「莫望於人，應祈於神（佛、菩薩）。」此話實有至理。

(九)七義論云：「不應暴戾。」如果別人在大眾場合中污辱我、謾罵我，這時絕對不可以動怒，更不可以有殘忍的報復行為。如今我輩等修學佛法，因未達修法扼要，以致全不能調伏我執。甚至還有人認為「忍耐比不上新生的肉能保護自己，適當的暴戾勝過那過份的讓步」。這話不足為信。因為修習一切佛法，須能對治我執，否則即成過患。

(十)七義論云：「不輕喜怒。」是說不要因為芝麻小事，而輕易現出喜怒哀相，以致侵犯

了朋友。

〔七義論云：「莫著聲譽。」是說爲他人成辦諸利益，或自己修習正法，都不應希求道謝和聲譽。

如是當竭盡全生，由根本、後得二門，善修二種菩提心法，直至獲得圓滿成就。

### 結語

七義論云：「將此五濁世，轉爲菩提道，教授甘露藏，從金洲傳來。」是說在這規濁、見濁、煩惱濁、衆生濁、命濁等五濁惡世中，安樂緣少，人非人等損惱受苦緣多。惡緣交雜，即應以此作爲修心之助伴。所以說，惡緣愈多，愈能增長善行，就像轉毒藥爲甘露一樣。這也是金洲大師的教授，勝過其他教授的地方。若能確實明白修心的道理，如理修持，則能生安樂城，這是所謂的修心相。因爲由此可出生自他、世出世間一切安樂之故。假使能集中一切心力，令心法合一，如此勵力善修其心，不出多久，自他義利都可得到圓滿成就。

七義論云：「由醒夙習業，多勝解爲因，能輕苦譏毀，請調執教授，今死亦無悔。」這是法喀巴瑜伽士，因由善修二菩提心法，而生起愛他勝自之心，永斷自利繫縛，獲得大力之心語。

由具名稱法王恩，善獲耳傳大寶藏；  
因信衆勸開顯力，願衆皆修菩提心。

# 十一、顯密修持訓語二十八門

趙洪鑄譯

## 一、悔恨十因

行者尋求，解脫大道，正徧佛智，應先觀察，悔恨十因。既已賦得，福力所感，自在無礙，難得人身；如任蹉跎，空過一生，報盡之時，悔恨何及？

既已賦得，福力所感，清淨自在，報得人身；生前所爲，未合梵行，報盡之時，終必悔恨。末法人壽，修短無定，終朝追逐，塵世利名，報盡之時，悔恨已遲。心本無生，性同法身，人世幻海，勿爲所吞，如被吸引，必成悔恨。神聖上師，導行正道，未能證覺，先與分離，一旦報盡，悔恨莫及。信願猶筏，渡登彼岸，恣行欲樂，正信必失，舟筏如毀，悔恨何及？勝妙佛法，傳自聖德，毅然鬻賣，視若貨物，正途阻塞，悔恨奚益？塵世衆生，咸我父母，厭惡離棄，若不相識，正道必阻，悔恨不及。青春之時，正好修持，身語意善，世俗漠視，時機消失，悔恨莫及。

## 二、十事必須

度己之能，欲有所爲，循道精進，實爲必須。切實奉行，法師訓示，篤信精勤，實在必須。學入慎勿，誤投上師，本身功過，尤須自知。欲求心與，上師相應，須具勝慧，信無動搖。欲求滌治，身語意業，遇事必須，內心警惕。周詳審察，至極謙和，必具宏願，期求成就。決定無疑，勇猛堅固，如願脫離，輪迴束縛，急須遣除，貪愛宿習。如求人世，出世功德，生具正信，兼有正行，以此迴向，普利衆生。急須勤修，精進不懈，於念於行，慈愛悲憫，心應永繫，利樂有情。聞道勝解，智慧生起，應悟萬象，一法所印，勿再妄誕，色法爲眞。

## 三、十事應爲

如值法師，賦有聖力，徧具智慧，應求依止。閉關隱修，地宜愉適，清寂幽靜，感應自易。當擇友侶，信仰修習，一如己身，堪以托心。饕餮惡業，應知戒免，時食適體，便應知足。各宗大德，說法微妙，悉應研習，心毋偏倚。醫方觀星，占算兆相，利濟人生，修習何害？節制飲食，持戒精嚴，調伏身體，行之勿疑。虔誠修持，覺性增長。授徒應擇，信堅心順，渴求智慧，似有宿根。行坐食臥，

各具威儀，心應作意，保持勿失。

#### 四、十事避離

上師心向，世俗名利，避勿依止。友伴法侶，阻害參悟，避勿相與。禪房雜居，擾及心性，避離爲宜。飲食資生，取之有道，勿行詐盜。事如擾心，又阻覺性，棄而勿爲。舉止輕忽，啓人卑視，急早遮止。無益行動，避免爲宜。隱己之過，揚人之惡，避而勿爲。飲食衣服，不合於體，應知捨棄。愛因貪起，急因遮止。

#### 五、十事勿避

念念造像，無非真心，流露之相，不應避之。心行起滅，顯係實相，跳盪表徵，不應避之。情欲泯智，人復藉之，回憶聖智，脫離情欲，是以情欲，不應避之。  
(飽經人生，方知情欲，幻妄非眞。)

以財佈施，如溉福田，智慧增上，不應避之。疾病貧困，猶如上師，啓迪信心，不應避之。人遇仇敵，或值災禍，心易向道，不應避之。凡有所獲，不求而至，必爲天賜，不應避之。事之審辨，貴用理智，譬諸益友，不應避之。身心善業，盡力所能，虔誠修持，不必避之。自惟力微，于人少助，助入之心，仍不應避。

## 六、十事應知

應知一切，目睹色塵，如幻不實。心離真心，無有自性，應知無常。心有所思，應知生自，等無間緣。身語色法，亦屬四大，應知非常。應知苦惱，宿業所感，其何能免？愁苦之餘，心必向道，應知愁苦，無異上師。塵世利名，應知無常，貪著不捨，必阻覺性。人有災禍，向道心生，應知災禍，亦爲上師。應知塵世，無有一物，有其自心。應知世間，一切色塵，待緣而生。

## 七、十事應習

學佛貴在，如實了知，實踐佛道；勿學羣生，侈談佛法，毫不修習。離鄉遠居，應依正智；如實修習，出離貪著。

（戒戀故鄉也——按密法：人於命盡之時，如仍貪戀塵世，卽難超脫投生佛土。）  
既擇上師，速棄我慢，信奉教法，修習勿疑。聞法禪參，心靈啓明，速證實相，勿謂已悟，心靈妙明；萬勿怠忽，益加修習，念持勿失。洞澈性地，靜住正念，塵世榮華，棄之何惜？如實悟澈，決棄人寰。身語意三，勿任放縱，應持三願，甘守貧困，保持潔行，信心不退。心既決定，成就大事，應捨自利，普惠羣生。

既已進修，眞言密乘，應修三重，大曼陀羅，身語意三，勿令染污。

（三重曼陀羅，爲供養本續中所修身、語、意業主尊。亦卽印度靈熱瑜伽法所謂流布身、語、意之靈力——之論壇。）

少年之時，亟早皈依，淹通法理，淨行上師，勤學教法，如實修習。世俗凡夫，不能宣談，性空妙諦，勿與往還。

## 八、十事精勤

初入沙門，應于教法，聽聞勿怠，精勤靜慮。心有所悟，應卽靜參，安住其境，精勤勿懈。所居幽寂，精勤禪坐，以俟心念，密法調伏。心念起落，不能控制，力事調伏，精勤勿懈。禪坐之際，偶覺沉掉，應卽作意，努力勿懈。精勤禪定，以證三昧，冥寂平衡，如如之境。既證如是，三昧耶地，精勤執持，任意出入。危難瀕臨，精勤忍辱，身語意三，毫不爲動。貪著愛戀，意志復弱，精勤力除，勿使流露。仁愛悲憫，力薄難起，努力心向，圓覺大道。

## 九、十事奮發

反躬自省：幸已賦得，自在無礙，難得人身，何不奮發，依止三寶？反躬思惟，

死生無常，應知奮發，終身篤信。自惟所爲，必自食果，悔莫能贖，應知奮發，力避不正，勿染邪惡。思惟輪迴，流轉之苦，應知奮發，求謀解脫。思惟衆生，備嘗痛苦，應知奮發，證覺滅苦。思惟凡心，顛倒幻妄，應知奮發，聞思五道。思惟妄覺，根除不易，應知奮發，靜參不息。思惟末法，人欲橫流，應知奮發，立求對治。思惟末法，災苦無量，應知奮發，精勤求道。思惟人生，蹉跎無益，應知奮發，勤習正法。

## 十、十事違失

信心薄弱，智力堅強，徒托空言，寧非違失？信心堅強，智力薄弱，失之知淺，自是其是。心雖奮發，未經開示，悟入迷途，其何能免？聞思未充，修習禪坐，迷墮幻境，終成違失。未能徹底，了悟正法，未得謂得，自慢之失。心不利他，大悲不生，超脫自度，違失莫大。若不了悟，心非色法，逐流迷海，終悔違失。若不捨棄，名利奢望，爲所支配，自陷違失。凡俗輕信，羣集讚揚，沾沾自喜，反成違失。時序嘉會，異術炫俗，誇矜法力，違失何疑。

## 十一、相似十悟

願望之切，誤爲信心。愛戀之心，誤爲慈憫。心流止息，誤爲禪寂。偶觸色塵，誤爲十相。瞥見實相，誤爲圓證。侈談信佛，略不修習，凡俗不察，誤爲篤信。瑜伽行者，雖脫俗習，未能掃除，六欲七情，世俗不察，誤尊爲師。利己之行，誤爲普濟。好使詐僞，誤爲機智。眩世欺俗，誤爲賢哲。

## 十二、十事無誤

佛門比丘，摒絕一切，棄家投荒，寧能謂誤。敬事法師，不爲違誤。聞思修道，不爲違誤。老高行謙，不得謂誤。識遠願堅，非爲違誤。智卓不誇，不成爲誤。博學勤思，自無違誤。法理深湛，智通幽玄，遠離我慢，終無違誤。一生隱修，寧爲違誤。憑藉智巧，施惠于人，不尙自利，寧能謂誤。

## 十三、十三悲果

賦得人身，不重聖道，寶山空回，失策堪悲。身入佛門，猶戀紅塵，飛蛾撲火，失策堪悲。身依賢德，無學如故，渴死湖濱，失策堪悲。淹通戒律，障重未除，病不服藥，失策堪悲。空言佛法，不自修持，如鳥善禱，失策堪悲。贖物佈施，如火燃水，水不能熱，失策堪悲。殺生獻神，如以己肉，奉養親母，失策堪悲。

忍辱爲己，不顧人益，猶貓噬鼠，失策堪悲。廣種福田，僅爲利名，捨寶取石，失策堪悲。多聞不思，譬之醫師，自患痼疾，失策堪悲。精諳戒律，不知禪參，寶莊無鑰，失策堪悲。法師未深，妄自擾人，如盲導盲，失策堪悲。方入初禪，意謂四禪，誤銅爲金，失策堪悲。

#### 十四、十五玷缺

閉關靜慮，俗念縈繞，如是修道，顯懈玷缺。主持蘭若，惟爲己利，不念僧衆，顯有玷缺。繩人以戒，不自守持，如是修道，顯有玷缺。心旣向道，猶復執著，愛憎妄念，顯有玷缺。捨棄人世，身入佛門，心貪功德，顯有玷缺。瞥見實相，心不堅信，以待證覺，顯有玷缺。將登正途，不能舉步，如是行道，顯有玷缺。一心修道，猶不滅除，不當行爲，顯有玷缺。修士明知，禪院之中，衣食資生，供養無缺，猶豫不入，顯有玷缺。修道之人，驅邪治病，故顯神道，顯有玷缺。修道之人，如以聖法，易收財物，顯有玷缺。具願修道，巧于自譽，意在貶人，顯有玷缺。修道之人，高談法理，自無高行，顯有玷缺。法侶同處，不能靜居，凡俗之間，不自檢束，如是行道，顯有玷缺。修道之人，於勞於逸，心生差別，顯有玷缺。

## 十五、十二事不可少

不可少者：能知之智，用以悟道，適合需要。不可少者：厭世之心，初入佛門，即應奮發。不可少者：大德上師，堪能引趣，解脫正道。不可少者：精勤修法，兼具堅忍，不受邪誘。不可少者：修善補過，精進不懈，身潔意淨，語無不善，三願具足。不可少者：玄妙法理，博大精深，攝智無量。不可少者：修習禪定，堪能心住，觀照不釋。不可少者：裨居勤修，身語意善，助入正道。不可少者：上師妙法，不僅了解，應以實習。不可少者：上師開示，勝妙密諦，藉以避免，走入歧途，不染邪惡，不墮陷阱，不值危難。不可少者：命終報盡，信心不退，心惟寧靜。不可少者：如實精習，殊妙密法，澈悟心靈，身語意業，轉凡成聖。

## 十六、君子十徵

不倨不嫉，君子之徵。知足寡欲，君子之徵。遠離欺偽，君子之徵。篤信因果，慎修其身，如保其目，君子之徵。守約重諾，君子之徵。善惟友情，一視同仁，心無偏倚，君子之徵。於人惡行，心常慈憫，不生嗔怒，君子之徵。功屬諸人，敗則自任，處世若此，君子之徵。言行超俗，君子之徵。潔行虔信，守願不貳，

兼無矜誇，君子之徵。

## 十七、十事無益

人類色身，如幻無常，重視不捨，實無裨益。赤手空拳，離絕人世，命盡之後，軀殼亦棄，重勞心力，艱苦備嘗，企返人間，實無裨益。子嗣雖衆，不諳佛法，報盡之時，不能相助；生前舐犢，遺留財寶，不耕福田，實無裨益。命盡獨行，捨棄親友，不於生前，開示妙法，助入正道，徒知施惠，取悅於人，抑又何益？子嗣自身，死亦不免，所遺財物，終必不保，遺產雖豐，毫無裨益。軀殼脫去，家亦捐棄，馳求名利，有何裨益？善願不守，終入輪迴，受苦難出，況在空門，不修淨行，究有何益？聞思不修，臨終之時，神力相助，亦無裨益。心不謙和，復乏虔信，覺性不長，依止上師，爲時雖久，亦無裨益。一切現象，變幻不定，塵世生活，非常不實；乃猶追逐，世間利名，不求聖智，實無裨益。

## 十八、十事苦惱自招

入主家政，支持乏術，譬食毒草，苦惱自招。一生作惡，不奉佛法，如躍懸崖，苦惱自招。一生作偽，如於飲食，自置毒物，苦惱自招。主持禪院，心無定力，

老弱畜牧，苦惱自招。志在自利，不計羣益，盲人迷路，苦惱自招。才力不勝，驟荷艱鉅，體弱負重，苦惱自招。驕矜違戒，不遵師訓，太阿倒持，苦惱自招。出入市塵，不修禪定，譬如麋鹿，疾馳平原，不守山林，苦惱自招。不求聖智，心注利名，鷹折其翼，苦惱自招。世人供養，上師三寶，妄自取用，恬不知恥，孩童吞炭，苦惱自招。

### 十九、十事自益

脫去塵羈，虔修聖法，自受饒益。離俗出家，皈依聖師，自受饒益。捨棄濁行，虔奉聖道，聞思修三，自受饒益。離羣獨修，自受饒益。遠離奢逸，堅忍顛沛，自受饒益。心于少分，便爾知足，不貪世財，自受饒益。現世欲樂，變遷無常，心毋貪戀，應求悟證，涅槃常樂，自受饒益。意常堅決，不乘人危，自受饒益。可睹色法，變化不實，應知捨棄，乘時悟解，實相真諦，自受饒益。身語意業，毋任不淨，用之于正，入世出世，功德兼具，自受饒益。

### 二十、十事最勝

鈍根之人，信受因果，最爲勝妙。法界流出，見不可見，一切色法，中根之人，

悟證性空，最爲勝妙。能知所知，能知之識，三者不離，利根之人，徹底悟證，最爲勝妙。鈍根之人，禪定一物，心不猶豫，最爲勝妙。色心二法，不一不異，中根之人，修習禪定，心注不釋，最爲勝妙。利根人士，禪定觀照，心住常寂，妄念不起，能所俱遣，最爲勝妙。鈍根之人，日常生活，切合因果，最爲勝妙。一切客塵，視其夢景，或同幻化，中根人士，如是修持，最爲勝妙。利根人士，獨盡俗慮，不貪業果，最爲勝妙。三根人士，漸次消除，欲障我見，修持功候，顯有進步，最爲勝妙。

## 二十一、十事迷誤堪悲

欣慕盲從，炫奇自高，邪說外道；不求依止，依佛實教，宣法上師，如是修行，迷誤堪悲。心猶執著，虛妄世法，不求聖德，開示妙法，如是修行，迷誤堪悲。多端籌謀，永住三有，不悟人生，晞同朝露，如是修行，迷誤堪悲。自未見道，爲衆說法，不知禪坐，靜參實相，如是修行，迷誤堪悲。廣積財寶，慳吝不捨，不肯佈施，不供三寶，如是修行，迷誤堪悲。三業放佚，略無羞愧，不知守願，重修身心，如是修行，迷誤堪悲。一生歲月，不知參悟，馳念世欲，煩惱轉盛，如是修行，迷誤堪悲。躬自不正，而欲正人，如是修行，迷誤堪悲。念念競得，

濁世威權，不知修長，內在災力，如是修行，迷誤堪悲。環境適于，增進靈慧，慵懶漠視，不知策發，如是修行，迷誤堪悲。

### 二十二、十事需要

衆生不覺，流轉生死，學佛之初，欲期解脫，應瀟厭惡，輪迴之苦，譬之麋鹿，逃避園囿。入道之初，切需精進，捨命不惜，如農勤耘，命盡前夕，躬耕不輟。初求菩提，心應喜悅，如欣事成，溥利羣生。學佛應戒，虛擲光景，如救箭傷，時機莫失。母失獨子，悲念難釋，學佛貴能，一念澄寂。學佛應戒，逐物意移，猶如羊羣，爲敵刼失，牧人心知，亡羊難追。（心無羊念也）

學佛先須，渴求正法，譬如饑者，切望佳餚。學佛應恃，一己智力，譬如力士，發見妙寶，自信勇武，足以保持。學佛應悟，心色不二，如人妄語，知爲不實。了了見心，惟一歸宿，如諸倦鳥，飛自遠方，見桅自信，可以棲止。

### 二十三、十事無須

如己悟證，心性唯空，聞道修道，不再需要。（宗鏡錄云：只爲衆生不了唯心，妄生外鏡，以不實故，所以諸佛出世，若有一法是實，則諸佛終不出世，所說方便教門，

不爲知者說，但爲未知者破執除疑以形言教，若執喪疑消，則無道可得，無言可說。）

如已證得，自性清淨，贖滅罪根，不再需要。（觀普賢菩薩行法經云：如是法相不生不滅，何者是罪，何者是福，我心自空，罪福無主。又金光明經疏云：所觀之罪，非復是罪，罪卽實相；所觀之福，福卽非福，福卽實相；純是實相，是名大懺悔也。）

心已安住，湛寂之境，贖滅罪根，亦不需要。（見前註）如已證得，無垢實相，思道修道，不再需要。（蓋已臻勝果矣）如已悟證，心念如幻，捨念樂住，不再需要。

（捨念樂住者第三禪也）欲障瀰重，證爲不實，尋求對治，不再需要。森羅萬象，證爲幻化，取捨妄情，自不需要。苦難與樂，唯爲盡性，妄求多福，有何需要。悟證本識，性本無生，遷移本識，自無必要。凡有所爲，莫非利他，心切自利，不再需要。

## 二十四、十事更勝

一生賦得，自在無礙，福感人身，勝彼業感，無量無邊，他輪迴身。一位聖德，勝彼無量，不奉佛法，背覺合塵。密義一句，勝彼無量，顯了教法。禪關瞥見，利那聖智，勝彼聞思，勝解無量。最極少分，利他功德，勝彼無量，利己功德。利那可證，三昧耶地，心念湛寂，勝彼無量，三昧耶地，心念未泯。利那所證，

涅槃之樂，勝彼任何，色欲之樂。少分善業，不圖利己，勝彼無量，利己事業。捨棄一切，世俗所尚，勝彼佈施，廣大財寶（一切二字普攝：家庭、宗族、友侶、財產、名譽、壽命、健康等等）。一生修道，勝彼追逐，塵世利名，無量數劫。

### 二十五、十事無別

人於梵行，誠篤修持，入世出世，了無差別。人如證得，超世正智，禪坐與否，了無差別。人於塵欲，不起貪著，苦行與否，了無差別。心證實相，寂居山巔，行脚十方，了無差別。鑒徹本原，於世欲樂，貪不貪著，了無差別。具足大悲，靜處獨參，施惠人羣，了無差別。尊敬上師，信心不搖，依止與否，了無差別。聞法之後，頓生勝解，身世否泰，了無差別。絕世修真，其於世法，隨俗與否，了無差別。既證勝慧，神通變化，能與不能，了無差別。

### 二十六、聖法十德

十善業道、六波羅蜜、實相圓覺、微妙法理、苦等四諦、禪定四地、無色四界、密法生西、即生成就、種種教法、隨緣應機、宏佈人間、莫非聖法、希有功德。

人世覺者、係出天演、或出梵門、四大天王、欲界六天、十七色天、無色四天，如是人天，出自輪迴，不復沉淪，莫非聖法，希有功德。塵世成就，或爲預流，或爲一來，或爲不還，或阿羅漢，或一切知，足證聖法，希有功德。證得菩提，轉生世界，壞劫之前，度盡衆生，足證聖法，希有功德。大乘菩薩，宏大悲願，智燈廣照，威力加持，世界有情，咸獲超脫，足證聖法，希有功德。生前悲行，縱極微小，死臨中有，亦足自拔，足證聖法，希有功德。素有惡行，忽爾悔悟，出家成聖，爲世宗仰，足證聖法，希有功德。惡業熾盛，命盡之後，受苦無盡，如是等人，悔悟向道，亦證涅槃，足證聖法，希有功德。一念起信，一心修禪，緇衣加身，爲世尊敬，足證聖法，希有功德。絕俗修真，出家靜參，得人依止，恭敬恭養，足證聖法，希有功德。

## 二十七、十事喻說

根本實相，不落言詮，所謂實相，引喻以況。既無所行，亦無能行，所謂行道，引喻以況。既無所見，亦無能見，所謂見性，引喻以況。心信淨相，能所俱遣，所謂信相，引喻以況。欣證本心，能所俱遣，所謂本心，引喻以況。守願不貳，既無所守，亦無能守，引喻以況。二重功德，（二重者，入世出世也）既無所積，

亦無能積，引喻以況。既無所作，亦無能作，業報二障，（二障煩惱與所知也）引喻以況。既無所棄，亦無能棄，所謂塵世，引喻以況。既無所受，亦無能受，造因受果，引喻以況。

## 二十八、妙悟十樂

有情之心，不離真心，如是妙悟，是爲大樂。根本實相，超絕言說，如是妙悟，是爲大樂。實相超念，不可比量，輪迴差別，無有自性，如是妙悟，是爲大樂。法爾真心，於念不動，如是妙悟，是爲大樂。法身境界，心色不二，不落言詮，不可思議，如是妙悟，是爲大樂。報身之像，悲心反映，超絕生死，無有變易，如是妙悟，是爲大樂。應身之像，菩薩轉生，心色於彼，不起差別，如是妙悟，是爲大樂。法輪常轉，劣我論滅，如是妙悟，是爲大樂。菩薩悲願，無量無邊，圓滿具足，無有少分，如是妙悟，是爲大樂。諸佛實踐，解脫大道，常住不變，隨緣可臻，如是妙悟，是爲大樂。

## 結 述

上來所攝，清淨梵語，出自聖德，偉大上師，或度母等，諸菩薩說；人間上師，

燃燈智尊，佛祖佛子，北地雪嶺，傳燈不絕；復次迦當，宗系上師；復次本宗，瑜伽之王，密拉熱巴，紹承佛父，慕爾巴尊，譽滿天竺；那落巴尊，梅屈利巴，智光普照，明同日月；復次各宗，傳鉢上師。

### 書後廻向

本書爲淹通迦當及大手印西宗教法之妙德禪喇嘛所手錄，藏人咸信，岡波巴大師纂集  
本書傳諸世人，曾具宏願如左：

願諸未來，學佛修行，追憶老衲，恨未面見，策發修習，學佛勝法，法寶貫珠，解脫妙道。復次進修，其他經論，悉皆成益，功同親授。願藉本書，宏闡聖德。願藉本書，廣植信根，圓滿吉祥。

（編者按：本文由藏德喀齊達瓦桑杜喇嘛譯英，美國伊文思溫慈博士編注，趙洪鑄居士譯漢。）

## 西藏佛教與中國佛教

法 尊

### 一、引言

佛陀是以一念眞智親證如所有性及盡所有性二種境的人，又是盡斷二障雙圓二智的人，又是成滿一切願力，成熟一切所化有情，莊嚴清淨佛土的人，換句話說：佛陀是滅盡一切過失，圓滿一切功德的覺者。因爲佛陀是現證一切法，明鑒一切機的緣故，其教化衆生則絕無死板的一定的死例規式，或有放光的，或有瞪視的，或有現通的，或有說法的，如是等類，不一而足。又因爲佛陀是已嚴淨土已熟有情的人了，那末，生在佛土，值佛出世，入佛法會的人，無論其機宜大小，都是經歷多劫已成熟之有情了。這種有情，更是隨時觀見佛陀之行住語默覺睡散定等一切威儀，皆能開悟證果無待煩言的了。

話是這樣說，然而在此不可限量的無邊法界之中，衆生的種姓是有種種差別，其根行勝解，亦各有種種不同。即由此種姓根行勝解不同的緣故，佛陀也不能不隨順種種機宜，現出種種身，示出種種行，立出種種教，說出種種法。尤其是釋迦如來，對此無邊世界海中的娑婆世界，無量時劫海中的五濁惡世，無盡有情海中的薄福有情，更不能不現種種身行立種種法教了。佛在世的有情，無論其福德厚薄，智慧深淺，根機利鈍，行爲善惡，既一遇佛會受佛教授的時候，定能醒覺各各無始久遠來所植之善根種子，而發希求解脫或成佛的現行心——除提婆達多等之示現，亦非約五性而言——由此心而起行故，便能獲得增上生或決定勝之妙果也。這種勝利是值佛會的有情們所獨有獨享不共的權利，與我們末法有情毫不相干，從經律中看他們的享受，徒增我們無限的羨慕心、渴仰心、悔恨心、慚愧心而已。那麼，佛陀就是完全棄捨了我們嗎？佛陀完全無利益我們的方便嗎？我們完全不能沾佛的恩澤而得相當的勝利嗎？這些問題的回答，當然曰：不然，不然！佛是不棄捨一切有情，佛有利益我們的方便，我們也可以得佛的恩澤之利益。由佛成就大悲與願力故不捨有情，由佛能隨機設教故有利益我們的方便，又由我們學習佛法，思維法義，信解正理，發趣善行之故，是決定能得利益的。惟我們末法薄福有情，與已意般涅槃之佛陀，能生起上來所說之關係的，那就全賴乎佛滅度後結集正法與傳述正法的大德，而在非印度的異類民族之受益佛法者，則尤賴乎翻譯傳釋建設續持的大德了。

中國是接受印度佛教的國家，接受了之後，就建設了中國佛教，千餘年來，國民受佛敎利益是如何之大，那是不必說的。中國邊陲的西藏民族，當然亦不能例外，故西藏佛教之經過程次和他的建立，今略介紹國內佛教同人，並以之促進佛教之建設，這就是我寫這篇文章的意思了。

## 二、西藏佛教舊派之略史

當我中國隋朝以前，西藏的歷史，是有神話而不可詳考的。若就傳說而言，謂佛教未流入西藏之前，是已有漾絨國傳進的一神教，名曰「嘯薄」，教法多係咒詛鬼神之術，並無若何之深理。其後受了佛教影響的關係，他們採仿佛經之教義，也就新編了不少的經論，宛同中國的道士一樣，竊取佛經法華而造靈寶經等是很多很多的。次至唐太宗貞觀十五年（西元六四一年）的時候，文成公主及尼帕爾公主，下嫁西藏松贊崗薄王之後，由二位公主信仰佛法的因緣，西藏的王臣庶民，也觸發了希求佛法的動機。傳說西藏的文字也就創造於這個時候，並且略有翻譯佛經的事實，但因信仰先有之神教派者勢力強大，故未能大興正法。次於唐睿宗的時候，又有金城公主下嫁——公主之名未能詳考——誕一太子名赤松得真，夙植善根，特乘大願而來。自太子時，便深信正法，志欲弘揚，惟因當朝有勢臣佐，信邪闢正的關係，雖懷大志，未敢暢言。既得王位，主宰全權，乃巧設方便，滅

除奸黨，數數遣人至印度，迎請靜命菩薩與蓮華生大師等百餘法匠，建桑耶寺翻譯講述，未經數年，三藏俱備，此可見帝王勢力弘法之一斑也。若有經像，而無僧伽，正法縱盛弘於當時，亦必遷滅於後世——現在尼帕爾即因無僧伽的緣故，徒有寺廟而無正法——國王有鑒於此，故請靜命菩薩，度有福智之七人出家受具，這是西藏人出家爲僧伽的開始。次有藏王名遲惹巴瑾者，將前王所譯之經論，編證其部數頁數標題目等，大加整理，對於出家之僧伽，信仰尤重，與以寺廟產業，施以庶人給事，令其安樂行道，師範人天。西藏先期的佛教，當以此爲最盛的時期。其王信敬既隆，臣庶必起反感之心，奸賊相聚，謀弑其主，扶王弟名朗達瑪者就位，凶暴不仁，大滅正法，折廟焚經，殺逐僧伽。時當唐武宗會昌元年與內地佛教僧衆同遭厄運，可謂奇遇。其王未久遂亦被刺，國亂法亡，庶民淪苦。久經苦亂之後，又起思治之心，故先曾略遇正法之人士，今值庶民樂法之約求，遂有偽造經論之事發生，後來新派的人批評舊派的經書不可信仰者，就是這個因緣——舊派即俗說之紅教，新派即薩迦派、迦舉派、迦當派、格登派等——在朗達瑪王滅法以前所宏之佛教，西藏原名舊派，漢人多稱紅教，在滅法以後重輝之佛教，西藏原名新派，漢人多稱黃教，似稍失真義。更有以宗喀巴大師派爲黃教，餘派盡爲紅教白教者，以服色而立名，那更是盲人摸象的談說了。

### 三、西藏佛教中興迦當派之略史

西藏佛教經朗達瑪王的摧殘，前後二藏遂無僧人之足跡。迄王被刺，政治又大起爭奪之變化，其幼子避亂於後藏朶哦日地方，遂據之爲王。連傳數代，皆信正法，惟因前法久滅，兼之邪說橫流，雖數迎印度諸法匠來藏弘法，然終無若大之成效。至趙宋時代，有王名智光者，聞阿底峽尊者之德望，便知非彼來藏加以整理，佛法難以中興，因此遂不惜身命資財，殷勤派人迎請。及至其姪善提光居王位時，方將尊者迎接到藏，因受王請，造菩提道炬論，抉擇顯密的宗要，辨別邪正之界牆。自是西藏之佛教大爲一振。其論之大義，謂法乘之大小，是由各人之機宜而成，譬如小乘志願的人行施，其施仍是小乘法之施，其戒忍進定慧，及四無量等，莫不皆然。若有大乘志願的人，雖將一握食而施蟻給鴿，皆是上乘之施，此施卽爲成佛的資糧，其戒忍等更不待說。然人之根機大小，是由修習而成，非是無始傳來，便有固定不可改之種姓而致的。又說此種修習，是有次第的，不可超越的，不可居奇的。假若躐等妄求，必不能生高上的功德。什麼道理呢？機法不宜故。亦復失去低下之功德，什麼緣故呢？自未肯修習故。所以彼論的開端，便明三士之行相及次第。又說，若未厭離現法，定不希求後法利益。若專追求現世的衣食住和名利恭敬，尙不能入學佛人之數列，況云求出世法呢？若不能真實厭患三有，定不能發生出離三有之

決心。若無真實出離之決心，專務於三界中來生的安樂的，這種人尚不能名爲趨向出世之人，怎能說他是菩薩呢？又若不能真實犧牲自己的一切安樂，而勤饒益一切有情，這種人定不能發大菩提心。若不發大菩提心，定非菩薩。若非菩薩，雖修何種善法，皆不是成佛的資糧，也不是菩薩的正行。故對上士發心之法門，廣爲開示抉擇。又發心以後，若不隨學菩薩正行，或僅學習他種邪行者，定不能成滿菩提資糧，定無現證菩提之理。因爲積集資糧的正行，是以利衆生爲要務的。欲想利生的大士，必須先知衆生的根行。若無通力，觀機說法，縱灰身焚心而利他，究屬利耶害耶？俱無決定之判斷。宛同闇裏射箭，難期中的。故於開示發心之後，次則詳明修行之軌，並修止觀之法。又明顯教雖可成佛，然終未若密法之速利。惟有多種密法，絕非普通人士之所能行，亦非不具福德因緣者之所能學。倘非其機而修其法，猶如兔隨獅躍，徒自取其死罷了。審細抉擇初機學習密法之利弊，打死初機人偷便宜和取巧居奇的心理，是這部名著最勝的特點。又闡明如來之一切言教，皆爲饒益有情而說，由有情之機宜差殊不同，故如來之言教，淺深有異，然總結而論，皆是從最低之有情，漸次引導而令成佛之道也。故一切佛語，皆是可修及必須修之教授，並無一法是我應捨、是不應修，故此派之名，謂之迦當。「迦」譯佛語，「當」譯教授，「迦當」卽佛語教授也。在宋元兩朝之間，西藏中興之佛法，要以此派爲最盛的教派了。

#### 四、西藏佛教中興薩迦派之略史

這一派的初祖，傳爲印度那蘭陀寺護法菩薩，謂此菩薩外弘唯識，內修歡喜金剛之二種次第，得密部所說相應相的時候，便借飲酒之譏，離寺隱山，專一修造，卽身而現證無上菩提。次將彼部之教授，傳與尼帕爾龐亭兄弟，由彼傳授西藏之綽摩大譯師。譯師在後藏雖廣傳數位高足，但教授之結精，咸授於薩迦派初祖慶喜藏。此師亦生於宋時，較阿底峽尊者到藏稍晚。此下三傳而至慶喜幢大師，卽元世祖奉請來華弘法之薩迦四祖。此師在華數載，卽示滅度。元帝便拜其姪慧幢大師爲國師，是爲薩迦第五祖也——中國書中多名發思巴大師——這派所宏者，顯密皆俱，密法雖總宏一切，而於歡喜金剛法爲特傳，顯教則俱舍、戒律、因明、唯識、中觀皆極完備。尤以第四祖慶喜幢大師廣造衆論，破斥舊派之僞弊，及當時之盲修邪說等最爲有力，如來正法賴彼住持。乃至宗喀巴大師未出世以前，要以此派爲西藏佛教之中流砥柱。此派修行之次第，重在先顯後密，尤以別解脫戒律而爲基礎，大致與菩提道次第所說者相仿。惟因後代學者，多起偷巧的心理，棄捨祖教，邁顯專密，呵戒爲小，其流弊現相，又與舊派相去不遠了。

#### 五、西藏佛教中興迦舉派之略史

此派亦起自宋朝，有名嘛巴譯師者，幼性剛強，懿志超拔，先從綽摩譯師略問法要，練習梵文，自覺在藏學習，終不若親臨聖地，參訪明師爲快，故約一二同志，結伴前往。先在尼帕爾租住，略習熱帶地方之氣候生活，再進天竺，徧參耆德。特從止迦摩羅希囉寺之上座，拏嚙巴大師總學諸部法要，別習無上密部歡喜金剛之法。再由師長介紹，依智足大師學習無上瑜伽父部集密大法。又從姑姑日巴大師，學習母部，大幻網法。更依拏嚙及彌勒二師，深練修習之經驗次第。次回藏地，廣弘密法，唯對於顯教，未爲闡揚。稍弘之後，又往印度，正當阿底峽尊者來藏，傳說他們相遇於途中。此師所傳雖有四大弟子，各擅專長，然其最圓滿領受師長之法味者，要算西藏有名卽身成佛之彌拉日巴大師也。彌拉大師俗爲後藏哦日生人，幼失父恃，產業盡被其堂叔及堂姑之所侵奪。漂零孤苦，實難言喻。由母教其往前藏學習誅暴及降雹之方法，一次曾誅二十餘人，雹打秋穀，令籽粒無穫。後自深畏業果，憶念無常，乃投依嘛巴大師之門下，志求了脫生死，速成正覺之佛法。師觀弟子，原屬大機，令受九番大苦，淨治罪業，次乃盡傳歡喜金剛、集密金剛，及勝樂金剛等教授，令其入山深修，隱十餘年，證大悉地。其教授弟子，多以歌唱而演法義，聞法之後，卽重實行。所化弟子，難以量計。西藏佛教，乃至末法，猶能重於依師及實行者，卽多因此派影響之力。唯因重師所教，其輕視經教之弊，亦依之而生，又因專修密法之故，亦蔑視戒律而不守持。後時薩迦四祖及宗喀巴大師之所破斥者，亦多指此派的

末流和舊派而立言。

## 六、復興西藏佛教格登派之略史

西藏佛教自唐至元，凡數百年，其興廢變遷之浪，起沒非一。諸講論者，多無切實之行持，其修行者，又多盲無聞慧。學顯教者則專驚大乘無羈之行，樂密法者，尤以躐等爲能事。戒律禁行，棄如糠粃，僧伽羯摩，那是全無見聞的了。爾時有宗喀巴大師者應運而出，多聞實行慎重戒律，依據阿底峽尊者之教授，若顯若密，皆建立修行一定之程序，堵絕學者偷便宜之心理。西藏佛教由是又爲之一振，遂形成今日威聲赫赫之黃教派了。

其建立顯教之行者，謂總一切經論，其所爲獲得之目的，要之不出二事：一、令衆生離過，二、令衆生生德。其過可分三類：一、諸非福業，能令墮諸惡趣；二、有漏衆善，皆不順涅槃；三、自私之心理，能障菩薩大心。離彼三過，便能不墮惡趣，不受流轉，不滯小乘。令所生之德，可爲二類：一、未出世者，即增上生法；二、出世間者，即決定勝法。後又分二：一、唯自一人解脫生死；二、令一切有情證大菩薩。令衆生離惡趣生善趣者，即修十善、五戒等人天乘善法而足，故非佛說法之真實目的，其目的在令有情永出生死及成佛耳。爲成辦此故，略有三種法要：謂出離心、菩提心、真空見。若無出離心者，定不能出生死輪轉，自不願出故。若無菩提心者，定不能成佛，永不能入菩薩數故。若無

真空見者，決定不能斷除二障現證二空，以無真實義以之真對治故。又若無出離心者，定不能發大菩提心，以自未厭三界流轉，決定不想度脫他故。又若不知苦者，定不能發真出離心，以未知苦，定不厭患，不厭患者，定不捨離故。又能知三界之微細行苦者，定須先知三惡趣之粗重苦苦。能畏三惡趣之苦者，定須先知人死亦可墮落其中。能畏墮落者，必須先知人壽無常及死期無定，能愛時光，恐死沒者，必須能知人身利益及難得也。能修正法證得樂果者，應先知我輩，下至減一過失，生一德，皆賴善知識誨導之力，卽就世間庸常工作，若無前賢之教導，尙難成辦，況云從未見聞之出世法乎。故一切功德之根本，最初卽應依善知識，其他進修人身利大難得，壽量無常及三惡趣苦等。由此能令發生粗分畏苦之心。由畏苦故便思能解脫能救護之方便，然此方便絕非神權或人等之可能，要須自己之防惡修善，方能脫離也。然此防惡修善之法，由誰能說之，及誰能行之耶？厥惟如來自證自說，及唯佛徒乃依佛行，故此三寶，乃真能救護衆生之歸依處耳。次觀三界同一火宅，其苦之源，爲煩惱及業，卽由斯二諦，便令衆生常迴轉於大苦輪中永無休期也。唯有滅除苦集，乃爲安樂，其能滅除者，唯有三學，依此實行，便能解脫生死，永斷苦種也。再進觀一切有情，其心念相續，從無前際，惑業所漂，人生遊遍，所經之胎卵二生，定蒙父母之慈悲惠育，乃得生全，故一切有情，皆是自己之多生父母，而且恩德深厚焉。爲欲酬報父母恩故，必須爲其除苦與樂，欲想成辦如此偉大之誓願責任故，除成佛而莫由達。

故依慈悲之根本，便能發生爲利有情之大菩提心，依此心故廣修諸行，圓滿福智二種資糧，由此乃能現正等覺也。

即以此次第故，總括大小乘一切經論之詮，罄無所餘。譬如戒律廣明苾芻之開遮持犯等相，即是出離三界之方便所攝。俱舍之廣明生死還滅，總別因果等，即是中士道之總相所攝。大般若經、中觀論及現觀莊嚴論等，即是廣明菩薩之總行及正見。其餘之宣說諸佛菩薩功德事業等經論，即是明皈依三寶及發菩提心之境。故總三藏之一切大小乘經典，悉皆歸入此大菩提道次第之中，亦即明一切經論，皆是成佛之真正教授，更不容無知淺識之後學速次躐等妄行取捨執一而謗百也。

其建立密法之次第者，謂凡學密法者，必先完成菩提心以前如上所說之功德，若無此德，則無入密之基礎也。次須依止具足德相之大阿闍黎，受圓滿灌頂，未得大灌頂尙不得聞密法之教義，況云起修耶？次於灌頂時所受之三昧耶及別解脫律儀，須嚴謹守護，若不持戒尙不能得人天善趣，況云成佛耶？已能嚴謹持淨戒者，次須精研密法之真實義，不爾則徒修假相之儀軌，終無現證真實之希望。通達實義之後，猶須勇猛恒常，勤修生起次第之法，以未成本尊相應之勝三摩地，縱然妄修息脈空點及光明等定，終久是不得生起的。如已善修生起次第者，次當進修圓淨次第，若無幻身及光明定等，以證佛果之色法二身，唯修本尊行相之三摩地，仍無所成故。其密部之經論儀軌，唯詮此義而無餘，故一切密

法，皆有決定之法則及次第，凡無定則及超越等次之傳述，皆非清淨之密法，亦可知矣！宗喀巴大師雖對於顯密二教，俱與以有次第有條理之整頓，然佛法能久住至今而不晦者，尤以其重視戒律，及學行相應，爲最有力者也。

## 七、總談西藏佛教興衰之原因

總觀上述之略史，可見除國王等人力弘揚或摧殘之外，其興衰之變化，略見有三種原因：一、重不重戒律，二、樂不樂如教實行，三、能不能依次而行。凡某一派之興也，其初必以嚴持戒律而爲基礎，其次須依師教授，身體力行而求實證，再次更須不求速躐等勇猛恒常一步一步的切實作去，乃能發生實益。由實益故，乃能將佛法開示、建立、住持久遠也。任何某一教派之衰也，皆因輕蔑戒律爲小乘，或因徒有講說而不實修持，或因不循正軌而偷巧取近，漸令法無全法，道無完道，或摘頭，或切尾，傳一咒，持一名，用此殘字而替大法，以致三藏靈文，全同廢紙，戒定慧學，都成虛言，由是而令法幢摧，慧炬滅。如是摧滅，是在先建之不美耶？抑因後學心理之所致耶？我輩欲建立佛教，欲住持佛教，欲弘護佛教者，皆願審思而採擇焉。餘如寺廟規模，僧數多寡，服裝紅黃，經費窘裕，對於佛教之興衰，吾覺猶在其次。其政教合一與否，余覺其更爲次之。

## 八、漢地佛教各宗過去之略史

西藏佛教略如上述，今更反觀吾內地佛法爲何如也。昔在漢魏之際，是爲吾國佛法初入之時期，對於任何宗派，皆無可述言，卽對於佛教總體，亦僅略譯幾部小乘經典，講講修修，並未見何爲建不建立。故晉朝道安法師等，尙憂戒律未來，惟恐聖教難以久住。次至姚秦羅什，乃廣譯大乘經論，與覺明三藏翻譯十誦，爾時始有戒律爲佛法之基礎，成實三論之宗派，亦由彼時而始立。唯其成實與三論，仍僅講闡法相及破立之理論，至於學三論及成實者，應當如何依三論及成實而修行，乃至現在，曾未見有誰問之及誰釋之。此是余見聞之狹小耶，抑中國佛法實如是耶？尙望三論諸師，有以教我。次至陳朝眞諦法師始譯俱舍與唯識之典籍，至唐代玄奘法師又重譯廣弘，其俱舍與唯識諸論，雖詳談資糧等五道之次第，然在漢人，皆自許爲大乘根器，對於俱舍之法，當然是學而不修，卽對於唯識，亦僅仿取天臺，或華嚴宗所立觀法之名，而談修唯識觀。至於從凡入聖乃至無學道之次第，究當如何修習，更是余所未學未聞者也。天臺宗法華，賢首崇華嚴，談乎理也，惟恐自宗之不圓不頓，絃其行也，惟恐自宗之不越不包。故天臺立境，則必曰一法三諦，明心則必曰一心三觀，言行則曰圓教之十法成乘。更絃十法界中，各具十界，乃至百界而立千如，更加依正五蘊，轉爲三千，而云一念三千，三千一念，圓融無礙之旨，可謂極矣！

其判教也，則以阿含般若爲藏通二教，此固非我大乘根性之所須，卽不共二乘獨被菩薩之大乘教法及行位，亦望圓教之項背而不及，誰是狹心之士，甘在此別教而雌伏耶？故使吾國學子，人人皆生好高騫遠之狂心者，此宗不能無責也。賢首大師之華嚴，較之天臺而尤晚，故所唱之高調，當然亦更玄之百倍。此宗學者，談理則必十玄六相，判教則必圓明具德，境觀必須事事無礙，周遍含融，如是方滿私衷之欲望。若有教之以小始行位及觀行，必急睜怒眼而怪之曰：汝欺我耶！汝豈知我非圓教之機乎？其教外別傳之禪宗，捷妙穩固之淨土，對於吾國之機，雖不能云無益，然障礙經論之講授，戒律之研學也未見其小也。兼以年代延長，教規渙散，異教橫侵，朝庭摧滅，聖教厄運，不知凡幾。及至晚清，各宗要籍之名，且將無聞，況乎依教起行而不躡等哉？故諸久習經教之士，若能一旦回頭，感覺說食數寶，終無充饑富饒之實力，必是決然將先學之經論，束之高閣，或棄之紙籮，而後閉關念佛，或瞑目參心，與夫愚婦啞羊之學佛，全無半點你遲我速之方便，此又佛法之不善耶？抑學子無師承之咎耶？惟願有志弘持如來正法之士，放捨夜郎自大之狂慢，審思吾國佛法衰弱之原因，爲幸多矣！

## 九、今後建立中國佛教之意見

吾國已往之佛教，善與不善，皆成昨夢之陳跡，盛者不能復追，衰者亦無法可政，惟

當借用爲前車之鑒，或依效之規也。現代世界國家之環境，歷生變更，窘迫萬狀，其對於佛教之產業，摧殘提充，各盡其極，致令僧人無所依托，正法全乏保障，一方面由僧伽之不振，他方面亦由國家政治之無軌道也。故今後建立佛教者，須有多方面之顧慮：一、要望今後之國家社會積極者，必須提倡保護，督促整理，消極者亦須依照法律條例，世道公理，不得無理之侵掠橫奪，若如此方有國家社會爲依止也。二、要望今後各佛會各叢林之佛教信徒，切實認清，現在佛教，非新加整頓，完善建立，絕不足以復興或苟存，抵抗現代惡劣潮流之衝撞，大家俱起覺悟整頓之心，倘欲待傾而後扶，誠恐噬臍之不及也。三、在諸有志整理佛教之大士，必須了解，僅閉門念佛，或瞑目息心，或登高狂呼，全無建立整頓佛教之可能性。然全捨而不念佛、不參禪、不講教，終日囂囂，愁食癡睡者，更是滅亡正法，唯一無二之敗類也。如來正法，總有二種：一者教正法，二者證正法。教正法須有師師相傳，受持講說，開示安立，方能住世。非謂家有大藏之經論，便可誇示於人也。證正法者，尤須依師受戒，如律嚴持。更依戒住戒，勤求多聞，如聞起思，依思而修，學行兼顧，既無說食數寶之譏，又免盲修瞎鍊之謬。絕非一人閉戶，專修一事，三藏靈文，捐同廢紙者之所能任也。言依教而行者，謂雖了知一切佛語，皆是我輩末代衆生所應修之法，從淺至深，由簡入奧，先求人天之基礎，再修出世之正軌，後爲度盡一切有情而求成佛。要以善行，乃能脫離惡趣，必須空慧，方有能斬除煩惱、永超三界，要仗菩提之心、

菩薩之行，乃能趣入大乘，圓滿佛果也。是乃如來之心血，佛法之正見，無論那宗學子，皆當信受。然俱棄小而驚大，捨別而求圓，謗教而悟禪，非顯而愛密者，絕不能知是法，解斯理，成此見，依此而行也。四、對於佛徒之數量，住持信衆之分別組織。五、對於寺院產業之管理及支配等，當依太虛大師整理僧伽制度似爲完善，惟因所計劃之規模過大，誠恐一時難以實現，吾輩學者當隨力隨分擇而行之。其籌備進行一切，更爲有志建立今後佛教者之所應注意也。

## 十、結 論

余此文對於中國原有之佛教，略舉其短處而言者，非故意輕詆先覺熱心建立之教法，亦非謂將二千年之中國佛教，於國於人，悉無所益。惟想今後來建立中國佛教之智者，能自知短缺，有以改善精益求精，務必達到最極圓滿之鵠的，是予之厚望也。

民國二十四年十一月六日寫在南京佛學會



普為出資及讀誦受持  
輾轉流通者回向偈曰

願以此功德

消除宿現業

增長諸福慧

圓成勝善根

所有刀兵劫

及與饑饉等

悉皆盡滅除

人各習禮讓

讀誦受持人

輾轉流通者

現眷咸安樂

先亡獲超昇

風雨常調順

人民悉康寧

法界諸含識

同證無上道

佛曆二五六年／西元二〇一九年十月

恭印：一〇〇〇本

流水號：17122  
書號：CH190-11

## 修菩提道次第初修法門、大乘菩提心法等 合刊

發行人：簡豐文

出版者：財團法人佛陀教育基金會

地址：100 台北市杭州南路一段五十五號十一樓

網 址：www.budaedu.org

E-mail：budaedu@budaedu.org

電 話：(02) 2395 1119

傳 真：(02) 2391 1345

劃撥戶名：財團法人佛陀教育基金會

郵局劃撥帳號：〇七六九九七九

銀行名稱：台灣銀行城中分行（請於電匯或轉帳後告知本會用途）

銀行帳號：〇四五〇〇四五九七五〇三（銀行代號：004）

本會經書免費結緣之請取方式如下：

- (一) 親臨本會二樓講堂。
  - (二) 利用傳真：02-23965959
  - (三) 撥打電話：(02) 23951198 分機：11、12
  - (四) 網 址：<http://www.budaedu.org/books/>。
  - (五) 寫信指定：本會法寶流通股。
- 為提高服務效率，請您嚴謹考量，慎選所需經書；儘量少用電話，多利用文字方式請取，並請詳寫經書名稱、冊數及收件人姓名、地址、電話、郵遞區號，以減少本會之處理時間；若大量申請，請註明用途，且避免姓名、地址等文字上書寫之錯誤。

◎本會經書，歡迎翻印（請勿增刪），贈送流通，功德無量。

◎本會交通——

※捷運：善導寺站5號出口，至杭州南路右轉，過兩個紅綠燈。

※公車站牌：審計部站→212 / 299 / 232 / 205 / 276 / 605 / 257 / 262

台北商業技術學院→253 / 297 / 237 仁愛路二段→253 / 297 開南商工→208

仁愛路、杭州南路(紹興街)口→630 / 270 / 263 / 245 / 621 / 651 / 37 / 261

行政院新聞局出版事業登記證局版臺業字第 三 八 六 九 號







