

至尊霞瑪班智達道次第

——《菩提樂道》引導所緣修法詳示·普照妙善光明之晷日

霞瑪班智達·更登丹增嘉措¹ 著

緣宗 法雲 譯

供讚及立誓造論等

量等三時所知空	勝慧光明赫奕日
教證蓮苑弘海際	至心稽首禮恩師 ²
善慧耳傳蜜度脫	蜂群喉鼓教理音
利他廣大無限量	亦念大悲遊戲海 ³
無邊善聚海中央	誕生德增圓妙色
甘露滴鬘巧舒放	敬禮能仁善說月
我禮佛子威力巔	文殊彌勒悲智色

¹霞瑪班智達·更登丹增嘉措，第四世霞瑪仁波切，1852年生於安多，八歲於拉莫德慶寺出家，並且開始聞思顯密教法。1870年，時十九歲，先後赴熱貢、拉蔔楞寺，師從洛桑隆柔嘉措大師、喜饒嘉措大師，聽受眾多灌頂、傳承、引導，次年依喜饒嘉措大師受具足戒，賜名“更登丹增嘉措”，並前後三次聽受《菩提樂道》引導。二十九歲至五十歲閉關。1903年，建立支紮寺，創辦法相學院。法王圖丹嘉措曾依之為師。1912年圓寂，時六十一歲。代表著作：《霞瑪道次第》、《廣論毗鉢舍那難釋》、《現觀筆記》、《了義不了義除暗論》、《修心八頌筆記善緣頂摩尼寶》等七大函。

²此頌是作者對其恩師阿克·喜饒嘉措（1803—1875）的禮敬，作者本論傳承來自這位大師，被譽為“噶丹耳傳教授寶庫之主”，西元十九世紀拉卜楞寺大德，讚頌中隱含有大師名諱“慧海”二字。

³此頌是禮敬二世阿饒仁波切，諱稱“洛桑隆柔嘉措”，是作者極為重要的傳法恩師，乃青海興海縣賽宗寺寺主。

明深廣道最勝燈	龍樹無著傳承師
雪域聖教澄甘流	淨化渾濁惡分別
開全圓道離錯謬	頂戴勝德燃燈智
空前善說璀璨光	映蔽千萬論師星
善慧杲日稱譽處	敬禮總集三怙主
非以片面并滿足	修顯密藏海精華
駕臨永樂不死地	我禮智成諸祖師
諸佛智蘊歌舞色	接引各類善緣眾
導趣解脫大寶洲	無等恩親住我心
順利渡越苦浪湧	驚濤生死摩羯域
趣遍智宮法非法	再再思辨智者業
故攝佛經釋論義	為一道次諸扼要
傳承師量覺受味	清晰合宜述而喜

道之根本親近善知識理等法類

此處解說三世一切諸佛共履唯一大道；總攝八萬四千法蘊所有密意扼要，作為具緣者所修之法；任於上中下根何類化機，必成大利益之教授——菩提道次第引導，分二：

甲一、道之根本，親近善知識之理。

甲二、既親近已，如何修心之次第。

初者，分二：乙一、正座上如何行；乙二、座間如何行之理。

初者，分三：丙一、加行；丙二、正行；丙三、結行應如何行。

初者，加行法分六：丁一、灑掃住處，佈設身語意所依
丁二、佈局端嚴地陳設無諂供品 丁三、以如理威儀安住安樂
座已，修習皈依發心 丁四、清楚觀想資糧田 丁五、攝盡積淨
諸扼要一七支供養 丁六、供曼達祈請所願事

總的說來，任作聞思修何事，調整動機皆極為重要；特別是在修持道次第引導時，應理解成：一切加行、正行、結行，皆須由具備全圓道要清淨動機攝持，不可或缺。

正如此處與後面有著重復明觀動機所緣的實踐作法。因此，首先如是思惟：

我從獲得人身，到人所共知的壽限不滿五十，現在已經過了大半輩子，但在此前，唯散亂於吃穿、利養、恭敬、名譽等現世俗務，汲汲營營，除此之外，未曾成辦一種有益後世的真正妙法。故若在此際死去，便令所得暇滿無義虛耗！所幸在猶存活期間，今能於菩提道次第薰染些賢善習氣，實為三寶悲心之恩！今後亦由內外違緣紛亂畢至，而致死無定期，不但死墮惡趣時痛苦無以忍受，即使得一善趣身，然若不具正法緣而虛度人生，則除未來的漫長苦際外，不見有特殊的意義。因此，我無論如何必須解脫一切輪迴痛苦。

如自己的境遇般，諸慈母有情亦正在長期遭受著猛烈痛苦的迫害。若漠然地置之不理，實在無恥至極。故為了利益一切有情，我應當證得佛位。是故，修持道次第引導。此住所，即是供奉諸身語意所依之佛堂、迎請資糧田聖眾之宮殿。為承事三寶，故須嚴淨內外，務令賞心悅目！如是作念以明觀動機。

口中誦著“掃塵、除垢”及“普願大地皆清淨……”等文，依傳統作法，灑掃住所。此時，觀想住所平坦如掌，廣闊無垠，眾寶為性，遍佈天界繁花，金銀珍珠，寶沙鋪地，湖泊星羅點飾，各種水鳥盤旋飛翔，寶樹成行，周匝圍繞，其中央

有七寶所成無量宮，觀無厭足……，如是等等，勝解為淨土的圓滿情器世界。心中發願：惟願依如是灑掃，淨除自他心續中的二障及習氣；惟願成就未來果位時報、化二身的殊勝剎土。

新佈設身語意所依，或先已佈設者，擦拭令淨。觀想：一切皈依境與諸所依無二無別而安住。並作是念：由如是而行，自心續已薰染成就佛身語意之習氣！

丁二、佈局端嚴地陳設無諂供品

口誦著供養雲陀羅尼咒，依所見常規，陳設供品已，勝解供品具有能力令諸皈依境心續上生起無漏大樂。

觀想於十方諸佛座前，從實設供中，變化出四水、五受用、音樂、五妙欲、輪王七寶、八瑞相、八瑞物等供養雲聚，遍滿虛空，令諸佛歡喜。並發願：願依此力，令一切有情心續上生起無窮無盡的現前、究竟喜樂！

丁三、以如理威儀安住安樂座已，修習皈依發心

於標準的座墊上，如毗盧八法般，身體以隨順禪定的威儀而坐，善加觀察自心續：若希求現世利養恭敬等，貪瞋癡三毒分別心現行，則動機不正。從雙鼻孔呼氣的同時，觀想惡分別心所代表的一切罪障習氣，化為黑煙狀呼出後，消融於虛空界。

右鼻孔吸氣時，緣前方資糧田，觀想上師諸佛菩薩一切悲智力三德，以白光相，融入自心間，從而令殊勝善心現行。左鼻孔呼氣時，觀法如前。如是右吸左呼三次，左吸右呼三次，二者同時吸呼三次，以九節風淨習。若以此猶未能令心平靜，則依教授，緣氣息的流動，數出入息二十一次，定令心續歸於平靜。

若心無記，或住善性，則如前觀想諸皈依境之功德，以光明相融入自心，加持心續，並作念：“善心已然增長”。

正修階段的諸所緣體性、次第及數量決定，以先前聞思所定解的粗概輪廓，作為緣念的意境，發猛厲願：我除此法理之外，永不馳散餘處，由正知正念攝持，將護修習！

我從無始迄今，將總的輪迴，特別無際惡趣當作永久之鄉，除受無量痛苦，未曾修過如此妙法。今由上師三寶之恩與自業願二者清淨結合之力，幸得暇滿人身，值佛聖教，復得正士善知識攝受，開導深廣教授，並且能自由地修行，此時若不罄盡士夫全力而精勤佔據一處要塞^{最低限度，後世獲得人天_{之人}之身，證得不退}，則復須領受輪迴及惡趣難忍之苦！

此復，只要未截斷惑業所感的生死續流，不管投生六道任何處，仍未超越苦性。如自己如何受痛苦逼惱般，一切有情眾生亦恆時受痛苦煎熬。彼等復皆是深恩老母，曾以無量恩情再再呵護自己。因此，我為利益一切有情，無論如何都應證得佛位！為此而修習菩提道次第引導。

在如是殊勝動機的心態中，清楚觀想皈依境：

觀自眉際正前方虛空處，八大獅子擎舉高廣寶座中央，稍小獅座雜色蓮花日月輪墊上，體為自己根本恩師，相為釋迦牟尼佛，身色如純金，頂髻高顯，一面二臂，右手鎮地，左手等持，其上托鉢，甘露盈滿，端嚴身披赤褐三法衣，相好莊嚴，澄淨光體，於身所發光蘊中間，雙足金剛跏趺而住。

其心間放光，量等上師數，照後上方，光端獅座蓮花日月墊上，有金剛持佛，周邊圍繞安住著諦洛巴、那若巴、仲比巴等修行加持派師承；文殊、鄔瑪巴⁴、至尊宗喀巴等加持近傳派師承；密集、勝樂、大威德及十六明點傳承諸師。

4 謂中觀師，與宗大師互為師徒。

光照右方，光端獅座蓮月墊上，有至尊彌勒，周邊圍繞安住著無著昆仲⁵等廣行派傳承諸師。

光照左方，光端獅座蓮月墊上，有至尊文殊，周邊圍繞安住著龍樹師徒等甚深見派傳承諸師。

光照前方，光端獅座蓮花日月墊上，有根本恩師，周邊圍繞安住著親得法緣諸位上師。彼等諸間隙處，安住著所有灌頂、引導、教傳⁶等各種法脈的一切傳承上師，無不具足。

大寶座端，能仁前方有大威德，右方密集，左方勝樂，後方時輪，各尊空隙之處，其餘一切無上部本尊眾，排列環繞而住。

於其週邊，依次圍繞著金剛界、普明等瑜伽續，毗盧遮那現證等行續，立三誓言等事續諸本尊，賢劫千佛等十方諸佛，八大隨侍佛子等菩薩，十二緣覺等獨覺，十六上座等聲聞，“堪札嘎巴拉”^{顯塊}及極忿母⁷等勇士空行，怙主、法王、多聞子⁸等護法諸智慧尊眾。四方安住著四大天王及其眷屬。

諸尊各自面前的精美幾案上，有各自心續法寶，呈現為經函相，光明為體，正在自然宣暢深廣法音。主尊及諸眷屬悉皆面朝自己，熙怡歡喜而住。如是勝解。

或有說亦可觀想，三派⁹等根本傳承諸師皆安住於能仁周邊的大寶座上，其週邊復皆如前安置本尊等。

緣念以父母為主的一切六道有情坐在自己周邊，然後清楚觀想皈依之因：

5 無著、世親兄弟二人。

6 即經教傳承，藏音：“隆”。

7 勝樂密續中所說的勇士勇女。

8 怙主：六臂怙主瑪哈嘎那；法王：閻魔法王；毗沙門護法。

9 指廣行、甚深見、修行加持三派。

我與一切慈母有情，從無始至今，遭受著總輪迴、尤其三惡趣的種種痛苦，若不待修道，僅以受苦即能到達彼岸，那該早已到達，然卻不能把握一個“從此以往，不須再生輪迴”的期限，痛苦的深邃及邊際，現仍難以測度！因此，在此次獲得難得義大的殊勝人身之時，若不於現在證得斷除一切生死苦的最勝解脫——上師佛位，必再遭受總輪迴、尤其三惡趣的相應痛苦。

安住前方的資糧田聖眾，有著救拔彼等痛苦的能力，因為此等諸尊最初為利益諸有情而發心，中間歷經無量難行，最後現證圓滿正覺。佛身飾以明圓相好¹⁰。語具足六十支韻音。意同時現前遍知如所有、盡所有一切種所知，並且隨大悲自在，無限悲憫諸眾生，如是等等，具備一切應皈依的功德。往昔自己不信三寶，不持為救護處，因而遠離救拔之法。若非如此，就自方面，只要不錯緣起，三寶豈有欺誑？

因此，我與一切慈母有情，從今時起，直至未證菩提之間，除諸尊外，別無指望處，故隨發生任何善惡苦樂，三寶悉知悉見！如是以猛厲深信淒切之情，儘量多地念誦：“皈依上師！”同時，觀想從根本、傳承諸師身分中，流注五色光明甘露，灌入自他一切有情身心之中，淨化無始以來所集總的罪障，特別是欺凌師身、違背師語、惱亂師意等依師所造的一切罪障。身頓成澄淨光明之體，福德壽命及一切教證功德，悉皆增廣。自從皈依投諸上師庇護下，乃至一切生世，隨攝不捨，以深廣法語甘露，資養慧命，此般緣起已然契合！如是作念思惟。

同樣，在未忘前說所緣行相的狀態中，修皈依佛法僧時，依次從諸佛本尊，諸法經函，諸菩薩、聲聞、緣覺、空行、護法身中，流注五色光明甘露，淨化依佛所造毀壞如來像等、依法所造謗法業等、依僧所造破和合僧等的一切罪障，彼彼之加

10 佛身相好有“明顯”、“圓滿”的特法，與轉輪王等有異。

持進入自他身心，自他皆已皈投彼彼之庇護下！如是作念勝解。

若欲稍廣而修，復當如此思惟：

猶如有些愚人在即將傾覆於洶湧海浪中的船筏上，卻無所顧忌地高歌嬉戲般。我們在生死大海中，惡趣狂浪即將吞沒這艘暇滿大船，亦是全不考慮，將毫無意義的現世嬉戲，誤當作究竟有益的感受。若細加思惟，輪迴中實無安樂之處，不管怎樣的安樂模式，亦除顛倒地以苦為樂之外，無有不被猛利痛苦逼惱之時。捨棄此身後，投生何處，必將隨業而行。就業而言，像今生雖遇正法而知取捨，卻仍造作種種罪惡，僅成辦極少善業。以此推來，往昔無暇之生，持續流轉之時，無疑積集了無量罪墮。因此，由於罪業之力，必生惡趣。生彼之後，寒熱等苦，豈能忍耐？

安住前方的諸皈依境乃有能力拔濟彼等怖畏者，因為 1、此諸聖眾自己已解脫了一切怖畏；2、並且善巧於救度他人怖畏的方法；3、大悲普運，無有遠近親疏；4、普利一切有恩無恩。由於具有如此堪為皈依的四種特法，故自己若能一心仰仗皈依，必無欺誑！我願直至未證菩提之間，皆皈投三寶庇護之下，故乞救拔輪迴及惡趣怖畏！祈請諸尊聖眾慈鑒！如是作念，如前而作皈依。

皈依修法，獲其要領，極為重要，故若能依次修習此二種所緣類，決定轉變心續，甚善甚善！

若喜略時，亦可通過任一種皈依因的觀法，口誦“皈依上師本尊三寶”，觀想一切資糧田聖眾同時降甘露淨化。

次誦“諸佛正法眾中尊，直至菩提永皈依”前兩句時，觀修：諸慈母有情於六道處，慘遭難忍之苦逼惱，甚可哀憫！啟請三寶做救拔此諸有情總別痛苦的救護者！並且勝解：一切資糧田聖眾降甘露淨治，自他一切有情皆皈投彼等庇護之下！

誦後兩句¹¹時，觀修：此諸慈母有情，從無始以來，被惑業所擺佈，匱乏安樂，眾苦逼惱，願依我布施、持戒、修習所生盡所有善根之力，為遍虛空一切有情的義利，若證得佛果，何其善哉！惟願證得！我當證得！是故，以三士道次第淨修心續，毫無怯弱地修學六度、四攝等一切佛子大行！

如是作念，由猛厲修習願行發心，上師能仁王內心愉悅，分一相似身，融於自身。自己頓成能仁王之身，並持佛慢：
“我即上師能仁王也！”

觀想從自所顯能仁王身中放光，普照一切情器世間，淨化器世間不淨，一切器世間皆成如極樂世界的淨土；淨化情世間諸有情的苦集習氣，皆成能仁王之身！如是勝解，以果轉道用之理修習發心。

修習四無量心者：觀諸慈母有情於生死險處，無間歇地感受痛苦，究其根源，係貪瞋二者。由無明引發貪瞋，造集諸業，因此受苦。故若一切有情，遠離親疏貪瞋，住平等捨，豈不善哉！惟願安住！我令安住！祈請上師天加持能如是而行！

一切有情，具足所有增上生善趣圓滿的現前樂，解脫及一切智位的究竟樂，以及一切安樂之因——皈依十善、出離三學、發心六度，豈不善哉！惟願具足！我令具足！祈請上師天加持能如是而行！

一切有情，遠離所有惡趣、粗細分苦諦所攝之苦，以及一切苦因——十不善所代表的粗細惑業集諦，豈不善哉！惟願遠離！我令遠離！祈請上師天加持能如是而行！

一切有情，若不離無苦無漏之樂，豈不善哉！惟願不離！我令不離！祈請上師天加持能如是而行！

¹¹我以所行施等善，為利眾生願成佛。

每種無量，亦應皆具四特點，以甘露降淨的所緣觀法，淨除阻礙生起四無量證德的障礙後，自他一切有情皆已住於四無量心。如是勝解。

殊勝發心者：此諸慈母有情，雖求安樂，卻根本不行定成樂因的善業。雖厭痛苦，卻孜孜不倦地趣入各種惡行苦因。故於任何時，皆無安樂的時機，而遭受著劇烈痛苦的逼迫。我若現世不獲得救拔諸有情的能力，如何堪忍諸慈母恩親於無量大劫中遭受痛苦煎熬？因此，為利一切慈母有情，無論如何，我當速速證得正等正覺寶位！是故，當由甚深速道上師天瑜伽之門，趣入修習菩提道次第引導！

多番思惟已，觀資糧田諸尊，由周邊向內，依次收攝，融入能仁王。能仁王亦變成光團，融入自己眉間，加持心續！

丁四、清楚觀想資糧田

觀自眉際正前方虛空處，……正在自然宣暢深廣法音。彼等週邊，隨應各各化機的因緣，荒漠化水、曠野化林、渡河化舟橋、饑渴化飲食、孤寡化親友、病惱化良藥、誤入歧途化示道者、貧窮化如意寶……如是等等，應緣赴感，隨機化現，不可思議，如大王使，往來出入，密集無間。特別正以十二大行及二十七種事業等門，安置諸眾生於成熟、解脫之道。

觀所有主尊及眷屬頂端標以白色“嗡”字，體性為大圓鏡智與毗盧遮那佛；喉間標以紅色“阿”字，體性為妙觀察智與阿彌陀佛；心間標以藍色“吽”字，體性為法界體性智與不動佛；臍間標以黃色“娑”字，體性為平等性智與寶生佛；密處標以綠色“哈”字，體性為成所作智與不空成就佛，皆放五彩光明。

觀上師能仁王心間“吽”字放光，普照十方，從自性處¹²，迎請與所觀修相同之智慧尊，分別融入誓言尊。如是觀想。

若樂廣法，勝解一切資糧田諸尊心間“吽”字放光，合為一束，復變多束，從自性處，迎請無邊資糧田，一一相融，成一完整資糧田，復又變多，每一本尊天，皆有一完整資糧田融入，是故所有諸尊皆成為普攝救護處的體性。

若欲作沐浴法，清晰觀想：前方草坪，妙花嚴飾，遍佈諸方，種種寶樹，周匝圍繞，中央浴宮，眾寶所成，三層金頂，四方四門，一一門前，四方浴池，金沙佈地，每邊各具三層臺階，其內充滿馥鬱芬芳香水。浴宮之中設有與資糧田諸尊相同數量的獅子座。念誦“浴宮妙香馥……”等，觀想資糧田諸尊之衣裳及飾品等，分別掛於各各寶樹枝頭，並放置於浴宮之內所設諸座上。勝解自他一切有情以寶瓶盛諸浴池香水而行沐浴，從而淨除眾生面前所顯現的一切垢染，心續上生起殊勝空樂之智。並且有條不紊地依次念誦各偈頌詞。亦當誦“以諸無等……”等文作拭身；以“三千界中……”等文供芬芳塗香水；以“輕薄柔軟……”等文，以及“佛具相好……”等文，觀想供養諸化身三法衣、供諸報身天衣披肩下裙及寶飾、供諸忿怒尊虎皮裙骨飾等。由誦“悲憫我及……”等文，觀想資糧田諸尊各返原座安住，浴宮無所緣成空。無暇時不作沐浴亦可。

丁五、攝盡積淨諸扼要一七支供養

1、禮敬：

如若自己獨處時真正頂禮，首先誦三遍“變千禮咒”，次誦“一切諸佛……”、“遍視無央……”、“大悲為體……”、“所有十方世界中……，贊佛甚深功德海”等文，多少適量地如理作禮。

¹²自性界，法身佛剎。

隨自心力，觀想自身變化百千萬億等數，敬禮安住資糧田的十方三世一切諸佛菩薩，以及盡虛空際世間界盡所有身、語、意所依，並以韻音唱頌三密功德。

憶念諸皈依境從最初發心求證殊勝菩提起，於有學道，積集資糧之理，現今具足不可思議身、語、意及其根本業功德之理等，從而生起喜悅淨信；“若執此諸尊作為救護，永無欺誑”之勝解信；“依此等善力，若我不待久遠，亦能現證此諸功德，豈不善哉”之現求信。由專注修此諸信而作意禮。勝解周圍諸有情亦如是三門禮敬。

《集學論》引《說一切有部教典》說，當禮敬佛髮、指甲塔時，隨身所覆，地下過八萬四千由旬，直至金輪地基間，盡其所有塵沙數，應受千倍爾許沙數轉輪王位的福報……。思惟如是諸勝利功德而修歡喜。

若慧力強，則勝解於一微塵之上，皆任運圓滿成就盡所有塵數諸佛菩薩及其佛刹。如此這般遍佈一切虛空界，於彼諸尊之前，自身變化爾許數，三門禮敬。

2、供養：

誦“以諸最勝……”等文及供養雲陀羅尼咒，先前實設諸供，另有《普賢行願品》所說七供：鮮花、音樂、塗香、傘蓋、燈明、熏香、衣裳。眾所周知的二水、受用品、音樂、五妙欲、輪王七寶等供品，以意變化，遍滿虛空。

如《入行論》所說，寶山、鮮花、林苑、樹木、淨水、稼穡、蓮湖、日月光明等，十方世界無主攝持，盡其所有必需物品，由意攝取，供養皈依境諸尊。勝解諸尊欣然接受供養，心續上生起殊勝無漏大樂。

觀想自成普賢，安住千瓣蓮花中心，千片花瓣之上，有自變化千尊普賢。彼等一切雙手合掌，內各含一顆摩尼寶珠。從此等中發出不可思議供養雲聚，遍滿無量佛刹。並且勝解諸佛享受無漏大樂，心滿意足！此為諸初業行者供獻普賢供之法。

若樂廣者，亦可如經中所說“諸世間福樂……”等文，思惟總別各種供養的勝利。

如“三寶諦實力……”等文，願依諸佛菩薩加持力、法界清淨諦實力，較自心觀想更為超勝，變成猶如普賢菩薩所化的供養雲！若如此作念甚善！

3、懺悔：

我從無始以來累世所集無量罪墮，猶如大王國庫般，僅待殺生等某一單項而言，亦似乎無始以來，唯積集此業，數量無邊無際。此生亦是在三律儀等的承許方面，何其廣大，然而其中一戒的淨持，心中都無所憶持。若此等諸罪未淨期間即死去，斷氣無間，所去之處，唯有地獄。此皆是從自己體驗上所得的定解。若昨日死去，現已正在烈火呼呼燃燒的地獄鐵屋之中備受燒烤，痛哭哀嚎之聲，響徹天地，卻已束手無策。然今幸猶未死，實為三寶悲憫！

因此，從無始生死以來，乃至今日，由三毒發動，從身語意三門所積十不善等自性罪，以及違越三律儀各自制界的罪墮；盡其所有善趣、解脫之障，以及輪迴及惡趣之因；所有一切成為諸佛妙智之境者¹³，以虔誠猛厲追悔之心，於無欺救護處諸尊之前，發露懺悔，祈請加持彼等罪墮淨化無餘！今後縱遇命難，亦終究不作那般罪行！願由諸佛菩薩大悲諦實之力，今後能截斷諸罪墮續流！願依如此懺悔之力，諸慈母有情罪障及其習氣皆得以淨化，罄盡無餘！

如是作念，若確實完備四力，則甚是善哉！

時或依業果章節所說，細加憶念各種罪墮的異熟果、造作等流果、領受等流果、增上果，於惡趣、善趣身上受報的情況。我也許在下月抑或明年之前，死緣臨身，那般不能堪忍的

¹³我所有罪墮，皆為諸佛遍智所知。

痛苦，豈有把握不去感受？到那時候，雖苦求解救彼諸怖畏之法，然不可得。故在現今了知諸罪對治法一一四力修法的此時，定須淨化罪墮！如是思惟，如前懺悔。

念誦《普賢行願品》偈頌，其餘諸支，亦復如是。若有意樂，此處亦可念誦《墮懺》¹⁴等。

若於座上念誦過多，則似乎無閒暇修習後面的諸所緣行相。故《集學論》所說的對治現行力，大多是在座間行持。

4、隨喜：

思惟有些初業行者，雖正為三毒緊縛，心卻厭棄現世，懷著希求後世之意樂，趣入人天善趣的無謬方便一一皈依及如理取捨業果等，具有如此善緣，極為可貴！

諸聲聞獨覺，由出離意樂策發心續，而勤於解脫道，斷盡無始以來串習的煩惱繫縛，從此以後，不受後有，究竟遮遣依“生”所起“老病死”等一切苦。從世尊、慈尊、文殊、龍樹、無著，乃至親依、傳承諸師為代表的諸佛菩薩，對一切有情，不分親疏，一向慈愛，大悲自在，即便於夢中亦不貪圖凡庸自利，如施捨頭目腦髓、肢節血肉等不可思議難行，唯為了利他而修持，從而現證無上菩提甘露勝位。復於十方剎土，化身無量，成熟、解脫諸有情，實為至極稀有之處！如此難行之行持，姑且不說諸位親自實踐者，即便僅聽聞少許傳記而心生隨喜者，亦有著何其善妙的緣份！如是作念思惟。

現今各地亦有眾多僧侶正在聞思諸大教典，有些則於寂靜處，結合心續修持所聞之義。憶念如是等情形，思惟：如今雖至濁時，他們卻仍在薰染聞思修的殊勝習氣，故於當來生世，定能感招非常勝妙的造作等流果。並且作意甚至包括一些在家

¹⁴即三十五佛懺，又名《大乘聖三聚經》。

人零星頂禮、供養、念誦等在內的善行。如經所說，緣佛善根，雖然微弱，卻無窮盡。故此等福緣非淺！

理應如是修習歡喜，因為我們承許自己是大乘者，曾立誓安置一切有情於無餘安樂，現在若不需我的努力，有情他自己即能成辦善業，自心不勝歡喜，更何待言？

思惟自己亦由上師之恩，於最初無謬入門——佛教出家；亦稍獲得辨析教理的門徑；所聞之義，未令向外尋求，而是於全圓道培植習氣，真是善妙的緣份啊！若現在仍能於餘生集中精力，一心專修這般善行，豈不善哉！如是心無驕矜地生起隨喜。

經云，若對與自己心量相似的其他有情所修善根，做一次隨喜，則出生與彼相同的福德。故少劬勞而能聚集廣大資糧之理，以及隨喜己善而使善法輾轉增長之理，若亦思惟如是等勝利，則甚善！

5、請轉法輪：

若無如炫耀人前的應遮止事，則當切實地在曼達盤上，於其中央及方隅，按八輻輪的樣式放置九供堆。以意勝解自己變為大梵天，手捧千輻金輪而作祈請：“皈依境諸尊，汝等既恒常垂念利益有情，調伏方式，雖有多種，然成辦他利最勝方便，即是開演正法。故為諸眾生能出生無餘利樂，隨應化機根性，祈請大轉深廣法輪！”由祈請故，諸尊欣然接收，剎那間於無量剎土，降澍隨應化機心量的正法甘霖，從而使有情未攝受為眷屬者攝為眷屬，已攝者使之成熟，已成熟者令其解脫，已解脫者達究竟道。如是作念思惟。

6、請不入涅槃：

在曼達盤上，於其中央及四方，放置五供堆，勝解為十字杵標誌的獅子寶座，以此所表自他身體、受用、三世所積善資糧，為令諸尊蓮足久住而作供養，並作祈請：“諸尊從最初發心，乃至最後成佛之間，一切大行，皆純是為了有情義利，故

為了調伏各自化機，而示現的所有化身，乃至彼諸化機未圓滿當前、久遠的願望之間，祈請永不收攝，盡剎塵劫，蓮足堅固，永久住世！”勝解由如是至誠祈請，諸尊欣然應允。

若有意樂，亦當憶念請轉法輪及請不入涅槃的勝利。

7、迴向：

前六支所表自他三世已積集、當積集的盡所有一切善根，為令不被邪見、瞋恚等所破壞，並且不令成為不順菩提的名聞利養、恭敬承侍等劣果之因，故當奉獻出來，作為成辦資糧田諸尊本懷的助緣。資糧田諸尊的本懷即是於多劫之中意願安置一切有情於佛位。依此，惟願量等虛空的一切有情獲得現前、究竟的無盡喜樂！為此，惟願我能現證無上菩提！

勝解：由如是迴向圓滿菩提，皈依境諸尊已作加持，使其終不失壞，唯成無上菩提之因。

若有意樂，當從如“白芥子解境”之理，思惟迴向能使善根增長且令永無窮盡之理。

丁六、供曼達祈請所願事

必須親耳聆聽無誤的口傳，並從合格的引導文，來熟知曼達的質地、尺度、形狀、牛淨物及妙香的塗法、供堆之物、數量、如何放置等細節。

“二十三堆”雖源自密續，並有眾多智者成就師依其實踐，但此處則依著名的“三十七堆”法而行。

首先，雙手握米並持著曼達盤，以右手前臂擦拭時，觀想淨除所供剎土中的所有污泥、碎石、荊棘等諸不淨過失，大地成為珍寶體性，平坦如掌。

像我們這般的諸位初業行人，雖無心力在曼達盤的位置上安置四洲世界，但在放置每一供堆時，清楚地觀想須彌山、四洲等行相，仍極為重要。

“喻班扎布彌……”等時，如文所述：下為金輪地基；須彌山、四洲周匝圍繞著“鐵圍山”，中央有四種珍寶¹⁵為體的須彌山王，高十六萬由旬，其中八萬由旬，沒於水下；山頂為三十三天總居處及“善見城”，中央有“殊勝殿”，周圍有“圓生樹”、“善法堂”等眾多殊勝的豐饒受用。第四階為四大天王諸天居處，“七金山”內層的“持輓山”，其海拔為須彌山海拔的一半，其餘週邊金山依次降低減半，如升子¹⁶疊放，此諸間隙有七遊戲海，財寶廣博富饒的諸龍王居住其中，彼等週邊則為大海。

東勝身洲，形如半月，所有大地、天空皆是白色，人們心續調柔、形貌美好。

南瞻部洲，三角藍色，莊嚴以眾多“成就聖地”¹⁷。

西牛貨洲，圓形紅色，具足無量財物。

北俱盧洲，四方黃色，人們相貌美好，受用等同天人。

各大洲皆有二小洲。四洲各有自己的主要財富：眾寶山、如意樹、滿欲牛群、自然稻田，如是清晰觀想。

各方隅安置有輪王七寶、大藏寶瓶，以及嬉女等八天女，彼等非僅一位，而是遍滿各方隅的大地、虛擬空間；東西安置日、月；南北安置寶傘、勝幢。勝解彼剎土如淨土般情器功德圓滿！

最後放置一供堆時，觀想自他諸有情一切身體、受用、三世善聚現為普賢供雲的行相，遍佈所有大地、空間，供諸皈依境，作為祈請順利成辦三種大事的供物。觀想諸尊欣然納受，於諸剎土，隨機示現化身教化眾生。

¹⁵分別為金、銀、吠琉璃、珊瑚。

¹⁶西藏一種衡量體積的四方形器皿，約盛一斤又二、三兩青稞。

¹⁷以金剛座為主的眾多能修成悉地的聖地。

最初，善加清晰觀想一完整須彌四洲，若熟練後，觀十、百、千等越來越多的完整須彌四洲，於一一資糧田聖尊前，供養一剎土，如是修習所緣。

瞭解三千及三無央海系¹⁸的演算法後，如是供養，亦作為願境。

若有慧力，亦當憶念如口傳所說輪王七寶等的含義，以及具足六度修持之理等勝利。若喜略修時，亦可供“七堆¹⁹”。

然後誦：

吉祥根本大寶師 請住我頂蓮月上

由大恩門垂攝受 願賜身語意悉地

最後一句念誦兩遍，誦初遍時，能仁前方的根本上師，現為平素觀見時的行相²⁰，從中分出一相同身，歡喜地住於自頂獅座蓮月墊上，與自己面朝同一方向，雙手合掌，向資糧田乞求大情面曰：“惟願諸尊悲憫垂顧吾兒！請加持生起菩提道次第殊勝證德！”自己亦如是祈請，下面修法也與此相同。誦第二遍時，觀想頂端上師分出一相同身，融入自己，加持心續，令堪為生起殊勝道證功德之器。

俱胝妙善所生身 成滿眾生希願語

如實觀見所知意 啟白釋迦獅子尊

誦初遍時，從全體上師及能仁王身中，降甘露流，淨化能阻礙生起深廣道證功德的障礙。誦第二遍時，觀想能仁王分出一相同身，融入自身，令心續中生起深廣諸道功德！

¹⁸大乘不共的世界體系，一個三千大千世界的4個10億次方為一個三無央海系。

¹⁹香塗地基妙花敷，須彌四洲日月巖，觀為佛土以奉獻，眾生咸受清淨剎！

²⁰我等所見呈凡夫形象的主要上師。

慈尊無著及世親 解脫勝調名稱軍

獅賢二善士金洲 啟白廣行傳承師

最後一句，念誦兩遍時，勝解廣大行派傳承諸師，身降甘露流，淨除廣行道的障礙；廣大行派傳承諸師分出一相同身，融入自身，令堪為生起廣行道證功德之器！其下以此類推。

文殊龍樹破有無 月稱大明杜鵑師

善護佛意聖師徒 啟白深見傳承師

大悲善逝金剛持 勝觀諦洛那若巴

勝仲畢巴阿底峽 啟白修行加持師

應當分清此處甘露降淨的觀法。

七寶噶當諸師承²¹ 第二佛陀父子等

如實開顯淨妙道 啟白親依傳承師

此處，三派等一切親依、傳承諸師同作甘露降淨。

“祈請加持速疾息滅從不恭敬善知識起，乃至執著二種我相之間的一切顛倒心念！”如是誦三次，猛厲祈請。勝解所有資糧田聖眾身中降甘露流，淨除一切道之違逆品。

“祈請加持順利生起從視善知識為真佛起，乃至雙蓮之間的一切道證功德！”如前祈請，觀想資糧田聖眾各分一相同身，融入自身，心續上生起一切全圓道證功德。

“祈請加持息滅一切內、外緣的違緣障礙！”依如上祈請故，從全體護法，特別是怙主、法王、多聞子等身中放出忿怒眾，口中發出朗朗歡喜語：“善男子！汝之一切障礙，由我排

21 噶當派歷代祖師主修的釋尊、觀音、度母、不動明王四本尊；經、論、律三藏，合稱“拉曲登丹”俗稱“噶當七寶”。

除；一切順緣，由我成辦！”以諸利器、火焰聚，盡除一切外、內、秘密障礙。諸忿怒化身融入自身，已戰勝一切違逆品！如是作念，生起豪邁無畏的信念。

若打算僅著重修六加行法，暫不修習正行所緣行相時，則在《功德本頌》上，略攝串修道次第，則彼座具足全圓道的修持，故定須修《祈請加持聚頌》²²。

若還要修習諸正行所緣類法，無空閒作眾多念誦時，則如前略作祈請亦可。此語從上師大金剛持前親聞，故此處遵從後者而作。

《啟勝道門》²³時的甘露降淨等所緣觀法，詳明於《廣筆記》²⁴等中，此處恐繁不書。

收攝資糧田：

上師能仁王心間“吽”字放光，照觸周圍所有無央寂靜、忿怒諸尊，彼等化為光體，諸護法融入勇士空行；彼等融入聲聞；彼等融入獨覺；如是依次融入菩薩、諸佛、事續本尊眾、行續、瑜伽續、無上部本尊眾；彼等融入自方的諸上師；彼等亦是廣行傳承諸師融入慈尊、深見傳承諸師融入文殊、修行加持傳承諸師融入金剛持、親得法緣諸師融入根本上師。

於主眷五尊，觀想令略發明顯，慈尊文殊二尊融入能仁左右肩；根本上師融入能仁心間；金剛持從能仁頂髻處下降至心間，以智慧薩埵的姿態而安住；諸獅子座亦融入能仁獅子座。自己生起自豪之心：“我即現前親見能仁金剛持的有緣人！”

22 即前面說的《功德本頌》，宗大師所造的道次第求加持頌。

²³宗大師所著的《道次師承祈請頌·啟勝道門》。

²⁴阿克喜饒嘉措大師講述的《樂道筆記》。

能仁復融入毘頂端的根本恩師，悉皆轉變，勝解於獅座蓮花日月墊上，能仁金剛持為“三重薩埵”²⁵之體。

誦“三門以大恭敬禮……”等文，略供七支；以“香塗地基……”供曼達。此復非僅僅念誦詞句，務必使所緣行相明顯於心中，此於一切階段皆極重要！

安禱祈請者：

依《樂道》所說“四身體性……”等文，以及“遍攝皈處……”等文；或略攝為：

上師本尊三寶等，遍攝無餘皈處體；

除尊無他寄望處，祈請加持我心續！

如是多番念誦，同時至誠懇切地作安禱祈請：“無始以來，由於自心隨逐煩惱，今生雖極難生起道證功德，但若祈請上師，則將順利成就勝共一切悉地！此語出自佛經，豈有欺誑？是故，從現在起，直至未證菩提之間，唯寄望於遍攝三寶為體性的根本上師，除您以外，終不尋求其餘救怙。祈請悲鉤攝受，加持不待劬勞生起一切深廣道證功德！”

因有將“親近善知識勝利”及“不親近過患”攝於加行中的傳統，故當如是觀修：

我與一切慈母有情，沉淪生死，遭受種種長久劇苦，皆是未以意樂、加行二者如理親近善知識所致。我等無始以來，大多漂泊於三惡趣，偶爾來一次善趣時，又生於無暇處，或佛不出世，或是邊地，不能值遇善知識；或萬一幸得暇滿，值遇勝妙怙主，卻由於親近軌理未達扼要，導致於彼世受盡病魔迫害，死後復須於無邊劫，在惡趣處，領受不可思議之苦。由如

²⁵釋迦牟尼佛是誓言薩埵，或稱三昧耶薩埵，佛心間金剛持是智慧薩埵，金剛持心間“吽”字是三摩地薩埵。

是原故，儘管曾出現那麼多的過去佛，但在彼期間，卻未抓住解脫道端，依然被遺留下來。

若如理親近善知識，任作聞、思、修等何種如法事，皆能入道；後世亦被具相善知識攝受，並由於造作等流，親近軌理亦會越發完美；由修持教授之義，不待久遠，便能證得佛位，如是等現前、究竟的不可思議勝利，無疑都會發生。

因此，祈請上師天加持我與一切慈母有情能從意樂、加行二門如理親近善知識！

由祈請故，觀頂端上師天身分中降下光明五彩甘露流，注入自他一切有情身心之中，淨除總的罪障、尤其是能障礙如理親近善知識的一切罪障、病魔，得以淨化，身成澄明光體！自他心續生起福壽、教證一切功德，尤其是能以意樂、加行二者如理親近善知識之殊勝證德！後觀想文
依此省略

丙二、正行，分二：丁一、意樂親近之理；丁二、加行親近之理。

初者，分二：戊一、修根本信；戊二、隨念深恩而起敬重。

初者，分二：己一、修上師為佛之法 己二、破除觀過之理

初者：觀想從上師能仁王心間，變化出親得法緣的所有上師，下至從彼聽聞一四句偈者，無所缺少，安住面前虛空。

緣此思惟：我之此諸善知識實為真佛，如《二觀察續》²⁶說：“於後當來時，我現上師相。”《帳續》說：“金剛薩埵者，現為上師相，饒益有情故，住於凡庸身。”另外還說：

“末後五百歲，我現上師身，應知彼即我，爾時當生敬。”勝者金剛持說，未來會出現所謂“末後五百歲”，即教法衰頹、

²⁶即喜金剛續。

五濁熾盛之時。彼時，諸化機福緣極劣，即便為其示現殊勝化身相，亦無法觀見，然不必灰心絕望，為應爾時諸眾生機緣，而以庸常身相饒益他人。故於彼時，為汝等所現的任何善知識形像，當知彼即是我金剛持！應起恭敬！

如其所說，我之此諸善知識，亦唯除了示現庸常身相外，純係金剛持為攝受我等無緣親見佛者，而示現出的善知識形像。一位平常人形像的上師，不能示現一切大行，故需現種種身相：化現啟蒙阿闍黎，教學拼讀、拆讀等；化現親教師、阿闍黎，令離俗出家，傳授前後期律儀；化現金剛阿闍黎，傳授各種續部灌頂；化現正士善知識，詳細講授諸大經論，賜予道次引導，令修持全圓教法。譬如，聖觀自在為調服雪域眾生，首先繁衍人類；化現國王，制定在家道德規範十六條；以譯師、班智達的形像，翻譯正法，如是等等諸多化身，廣宏大寶佛教。二者情形完全相符。

另有世尊示現阿闍黎身的根據：正等正覺臨般涅槃，居南方“極高山”，對眾多眷屬說法時，“見者有益”菩薩心中稍一動念：“佛般涅槃後，再無為我等說法者！”世尊自己說：“喂！見者有益！後時當出世，我現親教身，我住軌範相。”

菩薩復有疑惑：“佛已解脫生老病死四瀑流，而善知識猶未解脫，是否有以彼身饒益眾生的情形？”為解此疑，佛復廣說：“喂！見者有益！為熟諸有情，我當多示現，生老病死相……。”

如經所說，世尊為饒益有情，示現善知識形像。若非如此，則我們應不被佛所攝受，但是出家、值遇正法等，顯然是已被攝受之象徵。佛金口親說示現平庸相，故單憑現平庸相，豈能成為非佛的證明？

愚頑如我者，有何福緣親見佛一切不可思議秘密功德？但就共通所現情形，也有眾多殊勝功德：多聞、專修、淨戒、淡泊物欲等。

從饒益我等諸化機的方式，可以推斷：上師無疑是世尊為調伏我而故意化現的。因此，祈請上師天加持我與一切慈母有情，視此諸善知識為真實能仁金剛持！

由祈請故，觀頂端上師天身分中降下光明五彩甘露流，注入自他一切有情身心之中，淨除總的罪障、尤其是能障礙視師為佛的一切罪障，得以淨化！自他心續生起福壽總功德、尤其是視善知識為真實能仁金剛持的堅固信心！

己二、破除觀過之理

若念：“那麼！佛盡一切過、具一切德，然而我的這些善知識，卻有著脾氣暴躁、過分貪戀財物、少慧寡聞等由三毒發起的眾多過失，故非真佛。”

彼唯是呈現於自所現錯亂心前的心過而已。經典中說，往昔善星、提婆達多等，雖親見佛世尊，但亦因所現不淨的原故，見為過失之堆，一無是處，從而積集極重罪孽。對於彼等，佛雖未示現有過失，然由他們自心被錯亂所染，反而見有過失。如是類推，我的此諸善知識，因為刻意化現為平庸身相，故而顯現過失相，自不待言。

另外有說，位登三地的無著菩薩見至尊彌勒為母狗；梅者巴見瑜伽自在夏窪日巴做著殺豬等不如法事；那若巴見諦洛巴在燒烤活魚；沙彌柴吾瓦見金剛亥母為麻風病婦女；佛智見妙音親為一位耕地的老漢，現為不僧不俗之相。如是等等，諸已達高位成就者亦有顛倒現象。況我乃三毒未減、具諸束縛之人，必定顯現種種自心錯亂的現象。以此為基，由於暫時錯亂因緣，亦會出現無邊顛倒現象，如患膽疾時，見白海螺，則現為不符事實的黃色；錯亂根識前，雪山現為青色；乘船航行，樹木似在移動……。由於心續被無始以來隨逐不捨的煩惱所染，勢必存在上師雖無過失，卻看似有過的情況。因此，我所見到的這些過失，並非事實上存在而顯現，而如眼翳患者所現的毛髮，本不存在，卻現似有。

若推度我們惑業障極其嚴重的程度，還能從顯現為人的上師處，聽聞妙法，亦已經是大奇跡了！若見為如犬、驢的樣子，又該如何！據說，諸佛大悲不忍，蒞臨到一些被痛苦逼迫的地獄有情近處，然彼由惡業障蔽，不見相好金身，反而看成是猙獰可怖的獄卒，更生痛苦。以此為例，由於業障的強大勢力，亦定會有見上師為驢子的情形。

是故，上師呈現為賢劣相，並非依事物本來情況而如實顯現，而是根據弟子淨化或未淨化自心續之障、積集或未積集福德的緣故，而令上師呈現出賢劣不等之相。例如，現在對我們顯現為平凡人的這位師長，若我們證得大乘資糧道法流三摩地，則見其為殊勝化身；若證得初地，則見其為報身行相。

另外，所現上師的過失，若如所現而成立，則必須承許自己一切任何的顯現皆不錯亂！因為不能說：雖於其他事抑或有錯亂，但對上師功過方面，絕不會錯亂。對於一切任何的顯現，並非不錯亂：他人假裝利益我們而行欺騙，我們卻把他當成親近之人；或有人指責我們而作教誨，我們卻妄認為係氣量狹隘之言……，如是等所有的現象，並不一定符合事實；眼親見色法，卻亦現為諦實成就；陽焰妄現為河流……，由如是等發生的無邊錯亂亦能了知。

佛雖親現聖容，我們亦不能見，除了示現與自己機緣相當的有過形象外，別無攝受的方法。是故，佛示現為平常人的形像，恩德已極深重！只要能利益有情，諸佛亦化現為魔、殘障者等，更不用說示現平常人相的善知識。如是亦如《父子相會經》說：“帝釋梵天相，抑或以魔形，利益諸有情，世間人不知，亦作婦女態，及生旁生處，離貪示貪行，無畏似怖畏，無癡現愚癡，非癲瘋癲狀，非殘若有殘，以種種變化，調伏諸眾生。”

因此，我的此諸上師，只是在凡胎肉眼前，才顯現為庸俗相，其實是真佛化現！

是故，祈請上師天加持，令我與一切慈母有情心續中，剎那亦不生起於善知識觀過之心，順利生起見師所作所為皆是功德的大信心！

由祈請故，觀頂端……，淨除觀過惡心及其習氣……，自他心續上生起見師所作所為皆是功德的大信心！

戊二、隨念深恩而起敬重

緣念安住前方的諸師，思惟：此諸善知識對我恩德深重。此暇滿人身寶亦非無因而至，乃依戒等因而生。若無軌範師、親教師，則不知如何守護戒律。依往昔善知識所教斷十不善戒守護法，自己依教善加守護，由此恩典，現在才得到人身；雖得人身，年幼之時，除啼哭、吮乳之外，其他一概不知。若不識一字，談何思惟經論之義？對不知讀誦者，啟蒙師教導

“嘎、喀²⁷”及拼讀、拆讀等；雖識字若未出家，為養妻兒，必須身不由己地造作殺生等罪行，及由農牧業等諸多俗務，令散漫不堪，無緣修法；由親教師之恩，得入法門，現前悠閒安樂，即便不分晝夜，持續專注於聞思修，亦無不可！

若不聽聞，姑且不說思辨佛經難點，即便粗略的取捨處，亦不知道。而我能在諸善知識座前，多番聽受經典講授、經驗引導，才稍覓得思辨取捨的門徑。所聞之義，若不結合心續，而是向外觀察，則除了臨終無比懊悔以外，不得妙果！然而由於上師之恩，我有了內心趣向修持的樣子。雖然自矜在修行，卻如將一微細持心，誤以為最勝的修習正見，由此所欺，徒勞無義。即便如此，我能對於遠離一切錯謬分、具全圓聖教扼要的甚深道薰染習氣，實是上師金剛持之恩！

從無等能仁王起，乃至龍樹、無著、阿底峽、仲敦巴、宗喀巴師徒等，有那麼多的善巧成就師應化世間，然皆未能受教足下；現今十方剎土亦有量等恒河沙數的諸佛安住，但自己卻

²⁷指藏語字母，“嘎、喀”係開頭二字。

無朝見、聽法的機緣。就在此時，上師悲憫教誡含攝一切佛經心要精華的菩提道次第教授。自己若能修持，不管希求現前增上生，還是究竟的解脫、一切智，毫無疑問，均能成辦。故此諸平常人形像的善知識，比三世一切諸佛的恩澤都深重。如噶當古德云：“報身是不需要導師時的善友。現今羸弱可憐之時，恩德最重者即是示現為凡夫相的此諸上師！”

諸位上師不僅傳授教法，下至教導飲食、衣著、行走坐臥的規矩，以此為例，如賢父教子般，去除一切違緣，成辦所有順緣，驕時貶抑、怯時讚揚，漸次安置於全圓聖教的修持。

當初在俗時，蠢如毛驢。比起那時，現在可計入明白取捨之數。如是將毛驢趕入人的行列者，即是上師，恩德之深，實在難以酬報！

經中有說，往昔世尊於有學道時，為一偈正法，身燃千燈、身插千釘、剝皮為紙、刺血當墨、析骨作筆，捨身求法。阿底峽、仲敦巴、那若巴、瑪爾巴與密勒日巴等，大多數古德為法皆歷經無邊難行苦行。然我不必經受任何苦難，如父財傳子般，諸善知識歡喜授予灌頂、引導、經教的傳承，法乳之恩，不可思議！

總之，仔細觀察那些曾經自詡比我們厲害的自己俗家諸兄弟，以及同齡朋友們的處境，大多不外乎在罪、苦、惡言三事中虛度人生，沒有修一絲善法的機緣。我則於佛門披剃出家，身著三法衣，語說佛經義，心修全圓道，能以仙人的行為，與世無爭，逍遙住於寂靜山林，此皆係上師之恩。若加思量，便不難明白。

世間之上，救護輕微災害，或施予衣食等瑣碎物資，尚且感恩不盡，況且賜予能除一切粗細生死痛苦、能施無上究竟安樂的教授精華，如此大恩，以一切身、命、受用，歷劫供養，亦何能報恩德於萬一？

因此，祈請加持我與一切慈母有情心續，順利生起，隨念此諸善知識深恩之大恭敬心！

由祈請故，觀頂端上師天……，淨除不敬重善知識的惡意及其習氣……，自他心續上生起隨念上師深恩之大恭敬！

丁二、加行親近之理

總的說來，供獻財物、恭敬承事，是座間所行；依教奉行，則通一切正座與座間的善行，然而在所緣引導時，則如下思惟：

我盡其所有財物，毫不吝惜地供養此諸真佛善知識；若能親自身語承事，則當歡歡喜喜地實踐；特別是在三種律儀清淨的基礎上，以觀察、止住雙運法，修持全圓道體要義，以依教奉行的供養，令師歡喜！祈請上師天加持能如是而行！

由祈請故，觀頂端上師天……，障礙加行親近……，隨說何語，皆能依教奉行之殊勝證德……！

丙三、結行應如何行

觀想安住面前的親得法緣諸位師長，融入頂端上師能仁，緣彼誦三遍或七遍：“敬禮、供養、皈依上師釋迦牟尼佛！”以猛厲勝解、恭敬祈請故，頂端上師天融入自身，自己頓成能仁王身！從自所顯能仁王身中放光，照觸周圍一切有情，安置彼等一切於能仁王果位！自他一切所顯能仁王心間月輪之上，標以白色“阿”字，黃色“吽”字，周邊圍繞“嗡牟尼牟尼瑪哈牟尼耶娑哈”，緣彼盡力持誦。

念誦：“願我由此善，速成上師佛，不餘一眾生，安置於彼位！”以及念“以此善所表”等²⁸時，迴向：

²⁸以此善所表，自他三世善，所有此一切，惟成菩提因；生生世世中，剎那亦不熟，不順大菩提，名聞利敬因！

惟願依此座修習全圓道所緣行相，所代表三世已集、當集一切善根，匯歸一處之力，為利一切等空有情，當願證得佛位！

惟願現前當來一切生世，不生無暇之處，皆得具足暇滿妙身！

惟願具相善知識攝受不捨，並能以意樂、加行如理親近！

惟願於佛聖教出家，並能如護眼珠般，清淨持守所受戒律！

惟願對無量顯密經論，孜孜不倦、無有厭足地聞思，達到究竟！

惟願所聞諸義，為調伏自心故，於歸納為全圓道體的清淨修持，具有一心專修的緣份！

惟願所作任何法事，不生內外障礙，一切順緣，如意成就！

總之，惟願成就三世諸佛菩薩所發大願！

稀有諸佛佛子大加持，緣起無欺如實真諦理，

我之清淨增上意樂力，願此清淨願處任運成。

非僅空口文詞，而是以猛厲欲樂，迴向暫時、究竟諸希願處，而誦此“諦力偈”。

從結尾向前，以逆推的方式，仔細觀察是否按照最初的意願而修，是則歡喜，否則猛厲追悔，立誓：“今後不復如此^{散漫}而行”。

乙二、座間如何行之理

不應放縱自心，而當再再憶念正行所緣行相，閱讀宣說親近善知識之理的經論；從多方面勵力積資淨障；防護所受戒

律；應具正知正念，令三門不放逸；飲食知量；未睡眠時，精勤修習瑜伽，及眠息時，應如何行；精進沐浴及飲食瑜伽等，了知其中詳情後，再付諸實踐，非常重要！故應從《道次廣論》、《略論》等中了知。

暇滿難得等法類

甲二、既親近已，如何修心之次第，分二：乙一、於有暇身勸取心要；乙二、如何取心要之理。

初者，分二：丙一、座上；丙二、座間。

丙一，分三：丁一、加行；丁二、正行；丁三、結行。

初者，安禱祈請以上的內容如前從六加行到安禱祈請，然後：我與一切慈母有情沉溺輪迴，長時感受種種劇苦，此皆由未生起暇滿義大、難得的殊勝證德所致。往昔漂泊生死之時，偶爾有可能僥倖獲得暇滿之身，然於彼時，由於未憶念暇身難得之理，根本未勸勉自己修法，唯由罪行虛度人生，導致復墮惡趣，遭受猛烈痛苦的長時逼迫；而今卻依然故我，煩惱未有絲毫減弱，又奮力地積集惡業。若在思惟暇滿義大、難得的情況後，一再勸勵受取心要，則定會一心精勤修行，成辦究竟希願！即終極目標，成就佛果！因此，祈請上師天加持我與一切慈母有情心續，生起暇滿義大、難得的殊勝證德！

由祈請故，觀頂端上師天身分中降下光明五彩甘露流，注入自他一切有情身心之中，淨除總的罪障、尤其是能障礙生起暇滿義大、難得殊勝證德的一切罪障、病魔，得以淨化，身成澄明光體！自他心續生起福壽、教證一切功德，尤其是暇滿義大、難得的殊勝證德！

丁二、正行，分三：戊一、認識暇滿 戊二、思惟義大 戊三、思惟難得。

初者，在頂端觀修上師天的境界中，如是思惟：

我今假如已投生三惡趣，或如長壽天，其中地獄有情及多數餓鬼，時常被難忍之苦所逼迫，從而無正法緣份。我們的那些黑牛，即便一句法語也不能學習，如我們有目共睹般，諸畜生極其愚癡，不堪為法器。長壽天中，有一些多劫遮止起心動念，不堪役使趣向善品，另一些則長時散亂於妙欲，心不入法。因此，要修正法，必須遠離彼等，得一人身。這次則僥倖獲得人身。若僅得人身，抑或投生為邊地野蠻人，即便得到人身，耳朵亦是聞不到法音，故欲修正法，必須生於中土。我們此地^{藏地}雖不具足四眾眷屬，但教證教法昌盛，方興未艾，如同中央核心，故亦具足。雖生中土，若生為愚啞盲聾之輩，今生瑣事尚且不知，何能成辦究竟希願？

修法必須不愚不啞，具足眼耳等根。這些我都已具足！但具諸根，外道亦有，然彼因邪見染污心續，故致誹謗三寶、業果等。雖具諸根，反成造集重大罪惡之緣。修法必須非邪見、業未倒者。我未曾妄說“佛法僧不真實”，故非邪見者；未造五無間業，故亦具足業未倒。

僅業未倒，大多在家人士亦有，但因不信處，導致無機緣聞思佛經、清淨受持守護學處等，散亂於繁雜俗務，毫無法業可言。修法必須對佛陀教證二法有信心。我幸亦具有。

不僅如此，修法不能缺少起碼的隨順“他圓滿”。如果佛不出世，我們就連“有後世耶”的疑念也不會有，自然無法修法，而世尊於金剛座示現成佛大行。據說在某些剎土，佛雖出世，但不說法，僅以佛身利益眾生後，即般涅槃。若如所說的這樣，我們亦不能修法，然幸有世尊轉深廣法輪。有些佛由於願力，上午成佛，下午入涅槃，教法亦不久住。若是如此，無所饒益，幸而釋迦牟尼佛教法住世五千年，至今猶未結束。還有一二位以修持全圓道要作為核心的大德住世，堪為自己效仿的模範，故亦有法住隨轉者。

雖具足彼等，但條件不完備，亦無修法之方便，而衣食臥具等修行順緣無不完備，故亦具有“為他具悲憫”。

總之，未生所發八願“願不生”之地，已生所發十願“願生”之地，如是自己獲得具足暇滿十八法的人身，終償宿願；亦從上師處聽聞眾多道次引導，自忖聞思之慧，猶足欣慰；況且不堪修法之緣——病、老、死等猶未到來的此際，若不能竭盡全力地勵力建樹究竟安樂，較獲得無價如意寶卻不加利用而丟棄，虧損更為慘重！故從今時起，乃至未死之間，無論如何，也要盡力薰染全圓道習氣！祈請上師天加持能如是而行！

如是以至極淒切之情，激勵上師的悲心而修習。若樂廣者，亦可修甘露降淨法。

戊二、思惟義大

在頂端觀修著上師天的境界中，如是觀修：

此暇滿身極其義大，就現前階段而言，成辦殊勝增上生人天身之因——守戒，出生廣大財富之因——施捨，圓滿眷屬之因——修忍等，依之皆能順利成辦；若希求具有七種上界功德，或具有四輪，或如具有八種異熟功德的身體，其全部的因資糧，亦能付諸實踐；不僅如此，若欲往生如兜率天、極樂世界的淨土，也能依此身成辦往生諸因。其復若住於具有如前後期別別解脫戒的身體後，發起為利一切有情欲證圓覺的動機，依三寶等殊勝田，不管多麼大力的善根，都能成辦，故其他眾生之身，極難如人身所積福德這般廣大！

另外，上界異生常時陶醉於三摩地，不會對輪迴生起厭離之意，故其身無新證聖道。除了往昔漸次經歷人中受生，有著濃厚修道習氣的少數欲界天之外，說多數欲界天亦是無暇處。因此，對新修解脫道而言，人身最勝。人中也有北俱盧洲人不堪為戒律所依，其他二洲人愚昧無知增盛，故南瞻部洲人尤為殊勝。依於此身，若不誤取捨，以修習解脫道作為心要，進展極其神速。《弟子書》說，如同依人身新生大乘道的棟樑——大寶菩提心的勢力，其他之身不會產生。故於修習大乘道，此身定是稀有殊勝。特別是這般具有胎生六界之身，被讚為依無上

咒道濁世短暫一生即能成佛的最勝身，故說亦是極樂世界諸菩薩的願境。

當獲得如是能順利成辦現前、究竟一切義利的妙身時，若不竭力受取心要，就如窮人雖抵寶洲卻全不顧及遍地的奇珍異寶，唯沉溺於歌舞伎樂等，悠哉悠哉度日，待盤纏用盡，只有靠舉債維持生計，最後淒苦地空手還家。暇滿人身，如同寶洲，雖僥倖抵達，卻只經營今生的名聞利養等，唯散亂於無義世務，未稍成辦如摩尼寶般的永利之善，而往昔所積善業之果，在此生享受殆盡，又從種種門廣造罪惡，如重債般，復須返回過去永久的惡趣老家。還有什麼較此更為嚴重的自欺嗎？往昔投生三惡趣等無暇處，數不勝數，曠劫流連漂泊，如今偶一逃脫，獲得賢妙暇身，復具有明辨善惡的智慧，在這樣的情況下，若仍把永久之計棄於風中，還故意跳入悲慘的惡趣險處，定是無心行屍走肉的明證！

因此，不可再無義浪費僅剩的片刻殘生，當隨己能力努力地受取心要！祈請上師天加持能如是而行！

觀想依祈請之力……，生起通達暇滿義大的殊勝定解……，自他心續上生起了殊勝……！

戊三、思惟難得，分二：己一、因方面難得之理；

己二、果方面難得之理

初者，在頂端觀修著上師天的境界中，如是觀修：

此所得之暇滿，不僅義大，而且亦極難獲得。如今多數人執持不善品，努力積集深重罪孽，而行善之士，極其罕見。從此世死歿時，除一二人外，大多墮生惡趣，對此無庸置疑！我等凡夫俗子雖有心學法卻茫然無知，而於妄語等不善，不須教學，就會自然而然地無師自通，由此亦能容易明白積集墮生惡趣之業的人們何其眾多！

自己往昔亦積集了無量罪惡，復在此之上，在今生又因過去習慣勢力，不管造何不善，皆具大力，善行又是那樣虛偽造作。決定淨化往昔所集罪墮，以及防護當來的福緣，又極微薄。是故死後必會隨即投生惡趣。如瞋恨菩薩，一一剎那罪業，亦必曆劫住於無間地獄，何況無始生世以來，所積罪業，猶未感果，復未以對治法摧毀，自心續中，有無量無邊，由彼之力，須多劫住於惡趣，何須多言？

若生惡趣，不知行善，卻任運持續地造罪，故於多劫，亦不聞善趣之名。噶當諸先覺說，比較從八無暇處成辦暇滿，依暇滿身成就佛果更為容易！

總的說來，僅得善趣，亦須行持一件與戒律相關的淨善，特別是欲得具足暇滿的人身，不是隨便什麼因都可以，而是以淨戒為基，施等為助伴，配合以無垢淨願等，必須這般眾多善根。能行持如是因的人士，看看自他任何人，都顯得那麼罕見！

其理由者，所言“淨戒”，是說持續依止正知正念，覺照三門，絲毫亦不違越所許制戒，萬一染犯微細罪業時，應當立即以還淨法淨化，不與罪墮相伴一晝夜！現今即便數萬的僧俗大眾之中，是否有一兩位能以如是方式守護制戒者，尚在模稜兩可之間。自己也是沒有哪種戒律未曾受過，但細細思惟他勝、殘、墮等各篇學處，卻不見有定能令內心安適的一條：

“此條清淨！”若連咒乘、菩薩的戒條數目都一無所知，遑論守護界限？

自詡造集施等少許善業的人們，也不過是為了掃除今生的逆緣，或效仿他人，或成了希求名聞的排場，而由希求後世的意樂發起者，似乎絕無僅有！

所言“無垢淨願”，也是說未被今生的貪著所染。然而，我們除了自然流露出對於今生榮華富貴的羨慕外，難得有非造作的意願，以希求後世當來的大義。如是從無始到現在，積集惡趣罪因，而定成為增上生因的淨善則一無所有，在此狀況

下，卻想著“後世得到人身”，無異春天田地裏未播下一粒青稞，唯撒下毒種，卻盤算著秋季收穫青稞！顯然是極其愚蠢的明證！就如行路至三岔口的人，不管往左右哪一邊，只是一步之差，以後想再尋另一條路，終難再得。若現在以四力淨化昔罪，竭盡己能積集廣大福德，當來由其異熟，持續不斷地獲得人天之身，並且由造作等流，修法不止，道之證悟愈來愈高，雖求惡趣之生亦不可得。這次獲得暇滿的意義——一件清淨善行都沒有做，只是為了今世瑣碎的妙欲而多門積集罪業，後世投生惡趣險處之時，且不說解脫，即便增上生之名亦不得聞。因此，如是上升下降的分界，畢竟苦樂的選擇，在自己可以做決斷的此時，千萬不可錯誤選擇，無論如何都要開啟究竟安樂的源頭！

祈請上師天加持能如是而行。如是祈請著上師而修！

己二、果方面難得之理：

夏季一堆小小馬糞之上，蟻蟲之數，何其眾多。一方人口的數量似乎也沒有那麼多。這是我們有目共睹的。由此容易明白，在此世界，畜生比人類多。畜生總的住處是大海，其中多如酒糟般，無量無邊。經說餓鬼比起畜生，寒熱地獄比起餓鬼，超出極多！

即便就人趣而言，光明劫比黑暗劫少。因為經說此劫之後，經過六十無佛黑暗劫，有“大美稱”劫，有萬佛出世；其後，經八萬黑暗劫，有如星劫，有萬佛出世；其後，經三百黑暗劫，有功德莊嚴劫，有八萬四千佛出世。由此所說，即能了知故。

光明劫復有成住壞空四劫。每一劫有二十中劫。其中成壞空三劫，及住劫人壽增長時，無佛應化。百歲以下，也不會有佛出世。故比起無教法住世的時間，教法住世的時間極為短暫！本師釋迦教法隱沒之後，至彌勒佛出世期間，說有人間的四十五億年。由此所說，也能了知。

教法住世期間，佛住世亦不過數十年而已。觀待無佛法的邊地，正法興盛之境極其稀少。印度、克什等諸大地域，後來全部充滿著蠻橫的未開化之人。現在僅除了藏地、蒙古，全不見講修之規存在。教法興盛之境，也有多種不同宗教。例如我們多麥這裏，屬蠻族部落者，數不勝數。由此能知。

就受持內道佛法而言，比起未入佛門的在家人，出家者亦是少之又少。比如約十口的一家人中，入佛門者^{出家人}，也就約一人而已。這種現象，大家有目共睹。

現今，由於五濁尤為熾盛，出家眾亦多只是緊緊抓住今世俗務不放，成百上千的僧人之中，心趣向正法者，寥若晨星。故不管從哪方面思惟，此暇滿都極為稀有！

即便獲得這般妙身，卻全不顧慮後世當來，唯勤於今世趨樂避苦的方便，則於今生後世二者，變得與畜生毫無差別！例如，一條褐黃老狗，只要還未死去，對於扔塊食物者，就會擺尾乞憐；對於棍棒擊打者，自會呲牙咧嘴，除此之外，全不會考慮後世將會怎樣。同樣，自己也是在未死期間，貪著世間利等四法，瞋恨衰等四法，從而積集惡業，全不念及後世，故雖活著，等同犬類！褐黃老狗未造善業，死後還是只會感受惡趣之苦。同樣，自己也未造下一件淨善，卻積集下非常多的遮罪、性罪，導致死已無間，當往惡趣，故而死亡等同犬類。

因此，值遇外緣善知識，獲得內緣暇滿之身，並了知取捨的差異，其核心目的，卻於一年之久，少許善行，心中都無所憶持，而須墮生惡趣，虧損極大。若在去年、上月的某一時間死去，投生無暇處，已是束手無策，然而幸未死去，現在還有法可修，福緣極其賢善。是故，從今之後，在短暫的餘生光陰裏，無論如何都要背棄一切無義俗務，修持全圓道以度時光！祈請上師天加持能如是而行！

觀想依祈請之力……，生起通達暇滿難得的殊勝定解……，自他心續上生起了殊勝定解……！

丁三、結行同前。

丙二、座間閱讀開示暇滿法類的佛經釋論等如前。

共下士道次第

乙二、如何取心要之理，分三：丙一、於共下士道次修心；丙二、於共中士道次修心；丙三、於上士道次修心。

初者，分二：丁一、發起希求後世之心；丁二、依止後世安樂之方便。

丁一，分二：戊一、思惟不能久住此世，隨念死亡；

戊二、思惟後世如何，二趣苦樂。

初者，此處當著重修習下面諸法類所緣行相時，說除了正行時不共修法之外，加行、正行、結行三時以及座間如何行持，一切皆類推而配合。此等易知，故此以下，不再重復書寫料判！在加行的安禱祈請之後，如是思惟：

我與一切慈母有情，生於輪迴，感受長久猛烈種種痛苦，皆由未思死歿無常所致。我們於諸前世之中，多唯流轉於無暇之處，得不到修法的時機。偶爾一次獲得堪能修法的所依身，亦被“現仍不死”的常執所欺，除了念念唯是今生的俗務之外，不生審察後世以往義利之心。假使精進於某一正法影像，也僅為了諸如希求智者名稱而辯論幾部論典；或為了息滅魔鬼惱害而念誦某一猛利咒語；或希欲攝受徒眾而積累所得灌頂、隨許的數量；或如希冀“大修行者”的名稱，泥封門穴……，由於僅僅專門為了今生，造何善業，勢力微弱。為盡天年，百般做生存的準備，對於今生的幸福、名聞利養，生起強烈的貪戀；而對於從中作梗者，心生瞋恨，或生起昧於彼等過患的愚癡；當稍微成辦些許榮華富貴時，又起慢心；於等己者，嫉妒燒心，如是等猛厲煩惱，層出不窮。由彼等發起，竭盡己能地努力積集不善等嚴重罪墮，死已無間，必會漂泊無邊惡趣，此

情再再發生。今生內外順緣聚集，卻未絲毫修法，亦是由常執所導致。故心執不死品，顯然是一切衰損的唯一門。

若生起真正念死之心，見到將速遠離一切身財親友，則如猛獸於眼前之草視而不見般，深心厭棄今生的安樂、幸福及名聞三者，不再著手任何的現世俗務，為了後世，盡力成辦皈依、戒律、施捨等任何廣大福德，並以四力淨化往昔所造一切惡業，由此當來，暇滿數次，定不會錯亂，而從安樂前往安樂之地。心執死品，即是一切圓滿之門。佛子博朵瓦大士說，若不念死，任何聞思修，皆成今世營生，轉不成法，若真念死，任何作為，皆成為法。所言亦是慮及此義。

因此，祈請上師天加持我及一切慈母有情心續上生起真正的憶念死歿無常之心！……尤其對於生起念死之證悟，作障礙之……。觀想自他心續上生起念死的殊勝證德！

正行，分三：己一、思惟決定死；己二、思惟死期不定
己三、思惟死時除法之外，餘皆無益。

己一，分三：庚一、思惟死主定來，但不能以緣遮退

庚二、思惟壽數無可添，無間衰減者

庚三、思惟生時亦無閒暇修學正法，

決定死亡者

初者，在頂端觀修著上師天的境界中，如是觀修：

我偶一獲得難得義大的暇滿身，此亦不能久住，定當壞滅，因為不管受生怎樣的身體，最終都超越不了死亡。過去時，超過海塵數的諸佛漸次出世，成熟解脫有情之後，皆示現涅槃。此理清楚地散見於諸經中。我等本師世尊亦為了策勵諸執常者趣向正法，而臨近涅槃時，聖者舍利子與八萬阿羅漢，目犍連與七萬阿羅漢，九生主母與五百阿羅漢尼一起先佛入滅。世尊前往拘尸那城娑羅雙樹間，度化梵志“極賢”證得阿羅漢。他不忍見佛涅槃，即刻先佛入滅。羅睺羅不堪觀見大師

涅槃，運用神變，飛越眾多世界，到達許多佛前時，彼諸佛至極殷重勸勉，羅睺羅才再回到大師前，得大師賜予最後遺教。

阿難悲言：“若大世間燈隱沒，我當於迦毗羅、王舍城等處說‘^{大師}已逝去’，還是說什麼？”哀傷悲歎，昏迷過去，蘇醒後，佛陀連同未來眾多授記，付囑教法。然後，世尊脫去上衣，告曰：“諸比丘！現當瞻視！如來難得觀視！諸行無常。此乃如來最後之言。”言訖示現涅槃。爾時，八千萬大自在阿羅漢入滅。故第一次結集佛經時，說阿羅漢還不足五百位。同樣七大付法藏師、六莊嚴二勝等，盡所有應化聖境的班智達、成就者、國王大臣，此藏地亦有祖孫三法王、堪布阿闍黎二者、阿底峽尊者與仲敦巴父子、瑪^爾米^拉達^波_巴^索_{南仁青}三尊、薩迦五祖、至尊一切智父子等，眾多譯師、班智達、善巧成就者出現世間。如諸佛教史中所說，若不觀察，似乎現在還存在著，但若加以細察，除了談論他們曾經發生的言語外，誰亦沒有真正地猶住世間。

總之，在此世間，未嘗有一古人，可被我們耳聞目睹，出生之後能長壽不死。證得金剛身的諸佛，及斷除生死的諸大阿羅漢，尚且示現涅槃，我此般皮膚所覆血肉之軀將會壞滅，復何待言！是故，我若無不必怖畏死亡的任何定解，心中卻連即便“或死”的疑念，都不會現起，毫無疑問，此確定是常執魔的欺誑！

不論到達何境，都會被死亡所侵。死亡決定會來。比如琉璃王率軍侵犯迦毗羅城，屠死釋迦族人時，世尊把釋迦族的幾位幼童藏於須彌山中，或藏於日月無量宮等處，然當後來查看時，悉皆死去，無一倖存。

過去、現在、當來的任何時候，悉皆為死所摧，無稍差別。先前已過去者，如已說般。現在而言，一位上師的法會中，聚有一千多人。從現在算起，過六、七十年之後，再不會有其中任何的一個人存活於世，只有零星的骸骨散落在寒林

中；後人僅說著一位位名人的名字，偶爾談論他們曾經的事蹟，從某個時候起，即便他們的名字，都會無人談論。

以此為例，今日以後，乃至百年間，現在瞻部洲上一切的男女老幼，都將死亡，無一遺留。未來的人們也是這樣。豈容我獨自一人有不死永存的時機？

死亡降臨時，若能以緣遮遣，容有不死，然以任何緣皆不能遮遣。此理如經所說，快跑不能逃脫，如五通仙人，能以神變自在地飛行空中，但死亡降臨己身時，亦不能逃遁到不死之地；勢力不能遮遣，獅子能令其他一切獸類驚恐不安，利爪能撕裂大象頭顱，然當死亡來時，必須威勢衰竭而棄命；財寶與巧說等不能遮遣，如轉輪王雖擁有無量的雄力、財寶、謀臣，但當天命盡時，亦是束手無策，必須捨棄王位而走；咒藥不能遮遣者，時間一到，縱使耆婆施藥、金剛手守護，皆不能遮遣死亡。

因此，生之最後，皆為死所收攝，此乃法性。是故，誰亦不能從中超越。若曾做一清淨善行，死亡來時，雖不須恐懼，然我往昔且不說永久之計，即便定成為善趣之因的一種淨善，心中都無所憶持。故若此刻死去，除了惡趣之外，定無它途。因此，當某一時刻，氣息流動斷絕後，身成為屍體，識隨它業而去，遊蕩在淒慘可怖的險途時，定能帶來利益之法，無論如何，都應修習！祈請上師天加持能如是而行！

如是至心祈請而修。

庚二、思惟壽數無增添，無間衰減者

我壽多半已消逝，後來餘壽有多少？不得而知，然現在若能活到七、八十歲，就被立為已盡天年。暫且就此能活到最長際而言，其間壽命的消耗極為迅速。一晝夜的長度有二萬一千六百次呼吸。自己應想到如呼吸一次，就減少成二萬一千五百九十九次。隨著一次次的呼吸，壽數也是變得越來越短。因此，沒有壽命不窮盡的時候。如是，隨著一天天的過去，當滿

三十天時，一月就盡了；隨著一月月的過去，當到十二個月時，一年就沒了。隨著一年又一年地流逝，約圓滿五六個年輪，壽命也就窮盡，到達死亡的最後時刻。

壽命的長短，僅是宿業所引般，除此之外，根本不會有臨時增添的情況，故不會超越必死的命運。如同無源的漏池，很快就會乾涸。在護親滅仇以及積集食物財寶上，耽擱的時間越長，造作者自身也就越來越接近死亡。新建房舍時，建設的過程越長，在此期間，房主也是無稍歇息地奔向後世之地，故無太多享受悠閒而居彼房的時光。若未如是了知，猶自詡為成辦大利益，顯然是極其愚癡之相。如是，隨做吃喝、行走坐臥等任何事，此一切時，壽命無時無刻不在縮減而行。故說從入母胎起，剎那都不停留，似乎快馬加鞭地徑直奔向來世。若細思考，確實如此。對於病老者使引至死主地的間隙，假名“活著”而已。在活著的時候，不應認為“不會前往後世，可以永世長存”，而妄自歡喜。猶如當劊子手押著幾位犯人前往刑場時，隨著一步步的移動，也就越來越接近死亡，故於未至刑場的短暫間隙，不應心生竊喜！如是亦如蓮花手格桑嘉措說：“生已命無剎那自在住，快馬奔向死主閻羅前，悲哉！‘生者’亦已踏死道，狀若罪犯無奈赴刑場。”

另外，有人由於貪食湍急大河懸崖峭壁上的果實，腳踩一叢草，手抓一叢草，正懸在半空，探手摘果實時，恰有黑白二鼠輪換著一根根咬斷草叢，眼看就要被大水沖走，卻對此險境，全然不顧。故若草叢變稀，不堪重負，墜落深谷，當生極大痛苦。在草叢未盡之前，若不懈努力，能夠到達安全地帶，卻不竭力從中逃脫，而將自己拋入深淵，還有誰較其更為愚癡？如同此喻，我們依靠壽命的草叢，住於輪迴的懸崖上，晝夜黑白二鼠正啃食著壽命草叢。對此險境，卻漠然置之，忘情享用著似乎很香甜的五欲果實，放逸散亂，一旦壽命草叢斷盡，即刻墮落三惡趣深淵，被痛苦洪流捲走。若在壽命未盡之前，竭盡己能地修道，依次持續歷經上界人天妙身，足能到達一切智城。自己是否明明了知此理，卻故意跳入地獄深淵？是

時候該反省自己了。現在若以死時不必恐懼的姿態，裝模作樣地悠閒度日，而當臨終墮生惡趣的凶兆發生時，失聲哀嚎，禍損更甚，故在死亡未到之際，無論如何皆當修一淨法！

祈請上師天加持能如是而行！如是祈請上師而修！

若樂廣修者，如所謂四季變遷，從約十日起，乃至一切山川顏色變換；日月星宿的東升西落；樹木等陰影自西向東的緩緩移動等，皆可取為比喻而思惟。

庚三、思惟生時亦無閒暇修學正法，決定死亡者

縱令能達到濁世壽命的最長際，但也不應推延，而妄覺“還有時間修法”，因為過去年幼時，除了沉溺於兒童的遊戲之外，全不會有修法的想法，如是經過十五年之久。從此之後，為了成辦衣食、守護親友眷屬，奔命於經懺、買賣、乞討、顧忌富人情面、行住種種等無義繁瑣之事；有時，被病魔、怨敵所惱害，雖非心甘情願，然須領受；間或獲得菲薄財物，就喜不自勝，猶盤算著更加發達，唯處於如是等無義散亂的茫然狀態中，大半的壽命已消逝；餘生時光，也被睡眠占去半數，仍如先例；眾多自他皆無益之事，亦必須無奈地實施；當被老苦所壓時，身心勢力衰竭，修法力量微弱等，若細思惟，則易知能用於修法的時間，不過片刻而已！

比如，新年初一，說“要舉辦宴席”，歡天喜地，忙忙碌碌，無暇修法，就度過了一天；初二、三等，亦復如是；開始神變祈願法會時，在喧囂熱鬧、紛紛擾擾的狀態中，不知不覺，正月就結束了；如是度過其他月份，毫無修法的時機，慢慢地經過一年、二年，歲月蹉跎，一生就虛度完盡。若未成就有益於死亡之法，而必須前往後世時，定有極大虧損。

例如在我們裝模作樣地閉關修善行時，全部夜晚被昏睡佔據，白天早茶、午茶、午飯、晚茶時，烹煮飲食，悠閒地享用；或信口雌黃、廢話連篇；或忙於眼前事務等，虛度日子；正座階段，也僅是積累咒數，心卻神遊天下，在潛意識非理分

別的狀態中，蔓延開來。這種現象，自己現前成立。清淨修法，唯是少際。而出關後，放任自流之時，無暇修法，更何待言？多數人雖想著“完成這件或那件大事後，必須修法”，然而若未放棄今世的貪著，世間之事，反而越做越多，根本沒有完成的時候。從事眾多工作，也是為了今世的快樂、幸福、名稱三者等，然彼等圓滿成功，除了宿業所引的那麼多外，單靠辛勤斷難成辦。假設某一善果已到成熟之時，稍微能成辦些許榮華富貴，而在臨死之際，除徒增憂惱外，毫無裨益。猶如黃粱一夢，享盡安樂，待到夢醒時分，唯成憶念之境。死亡定至，不容置疑，故應強力斬斷貪戀今世的一切散亂，無論如何，皆當修習正法！

祈請上師天加持能如是而行！

觀想依祈請之力，頂端……，生起通達決定死亡的殊勝定解……，自他心續上生起了殊勝定解……！

己二、思惟死無定期分三：庚一、思惟南瞻部洲人壽不決定；庚二、思惟死緣極多、活緣稀少；庚三、思惟身極脆弱，死期不定者。

初者，若念：“青春消逝後，當到達最老際時，當然必定死亡，但現在年少無病，順緣悉備，又無怨敵傷害，故暫時定不會死！”僅此之中，無任何決定，由於諸有情，積業情形不同之故，有的死於母胎；有的剛一出生即死去；有的剛會爬行即夭折；另有些能跑時死亡；或少年之際；或青壯年而死去等，如我們有目共睹般，能夠順利到達壽際而死者，顯得絕無僅有。上午有些豆蔻年華、青春傲人的少年，打扮入時，下午卻徒然死去，屍體被送往寒林；年邁父母含悲送別子孫的現象，也是那麼多。我們都親眼所見。是故，僅因年輕，豈能成為不死的理由？很多身體無病、體魄健壯的人，卻在有些久病臥床、羸弱近死的病人之前，先行死去；許多順緣具足的富翁，卻死於餓得踉蹌而行的老乞丐之前；在被怨魔惱害的人未死之前，有些無所傷害、優遊自得的人，卻隨突如其來的死緣而

去，如是等等，我們時常見到或聽到。是故，以無病等為理由，而認定“不會死”，豈合道理？

如所說南瞻部洲人劫初之時，壽數亦曾能達無量年；如今壽量僅八十許；未來十歲已是長壽之際，並且會發生壽量增減的十八折²⁹等。壽的總量也是種種長短變化，毫無決定。尤其大善知識普瓊瓦於念珠上數著已亡故的國王夫婦，修習無常。我們當依此行傳，作意自己親見眾多貴賤人士的死亡，無少決定的情形，而作是思：

過去，多位具恩根本上師，智嚴賢三德匯集，從講辯著之門大弘佛法，猶如麗日中天，為了勸勵諸執常者，忽示涅槃，至今僅留下名號而已；許多漢藏蒙的官吏，以深重罪行統轄著一方，正籌備著長住百年大計，勤苦於伏敵護親，死主一至，也被引向後世。享盡富貴的俗人、事業廣大的上師化身，廣為傳揚，成為普通人羨慕的對境，亦是壯志未酬，遺憾離世，財物資產，成為他人囊中之物，不可計數。深恩的父母，以及兄弟親友，不忍分離者，雖百般牽掛著自己，亦已踏上黃泉路，現在都不知道流落到六道何處。寺院之中，很多同齡的道友，以及較已年輕者，未盡天年，便猝然去世，也是那樣多！當見聞憶念那般情形，當思：“我亦定不會超越這般有法，故應收斂今生的貪著，速當趣入修法！”當朋友去世時，遑論我們以他人為喻結合自身，卻還幸災樂禍地說出“這個罪孽深重的人終於死了”，認為死亡似乎只是他一人應遭受的，從內心深處生起貪婪之心：“他的財物資具，能否占為己有？”以此易知，我們根本不配“修行人”之名。

另外，自己幼年時，見到大的遊牧部落動輒有數萬頭馬牛羊，而現在一頭也沒留下，全都死了。自家養的牲畜、騾馬、貓狗等，過去曾死了多少，真是不可計數。平常我們身上穿

²⁹在住劫的二十小劫中，壽量從八萬四千歲減至十歲，復從十歲增至八萬四千歲，這樣增減變化共有十八次之多。

著、墊子鋪著死去的狐皮羊皮，啖食著牛羊等肉，喝著其血、油湯之時，除了口感香濃、身感溫熱之外，一切心思全不會想起：“這些皮肉過去曾是其他有情極其執愛不捨的，現在卻與其毫不相干，慘變成這般光景。自己的身體亦超越不了這般法性！”這種狀況皆是以前心未趣向無常所致。

密咒瑜伽師們常時受持著顛鼓、顛鬘、顛碗、脛骨號筒等，最低限度也要有這樣的思想：“曾把這些執為我所的彼等人，與我們除了僅僅時間前後的差別外，一旦捨棄身體隨業而去，並無少許別！”《入行論》說：“何時赴寒林，觸景生此情：他骨及吾體，悉皆壞滅法。”顯然亦是慮及此義。當自己居住他鄉約六七年時，再返回老家的村莊或寺院時，到處充滿著陌生人，也就只有幾位熟悉的面孔而已，這就是開示無常的明眼阿闍黎。若細加審察時，如一處寒林中的屍骸，很多是從往昔陸續去世後，只是遺留下少許的枯骨；有些則是死後已被火化等；有些雖已死去，腐屍卻仍停放在家中；有些臨近死亡；另有些則是罹患絕症。我們時常耳聞目睹這些情形，卻連“自己是否會死”的疑心都沒有，捫心自問，此中有何把握？若心朝向死無定期之理思惟，即可由現量成立，故不必由事勢比量或聖言量證成。

如人常言：“昨天他無任何疾病，我們還一起這般地吃喝玩樂。他自己還說要到漢地經商、要擴修房子等的話，昨晚卻突然去世！”這般言語，多有耳聞，現前成立。實際上，且不要說來年下月，即便今晚確定不死的把握，我都沒有。如以前去世的人，在有著“還不會死”的愉悅心態時，死亡突然降臨般，同樣，我亦會在心情安詳舒暢的某一時刻，突然須由大力士抬扛而出。彼時何時到來，亦一無所知，故不知道明年與後世二者何者先來。不僅如此，明天與後世二者，也不能斷定何者為先，故當於今日，盡所有財物，用於塑造佛像、供養三寶的順緣；以四力對治法，懺悔一切遮罪、性罪；修心於圓滿道的所緣行相；竭盡己能地勵力持誦經典、陀羅尼咒等；多番發

願成就現前、究竟大利，再無較此等更好的做法。如是思惟並付諸實踐。

如是憶念死期不定，當下勸勵善行，若持續下來，每天以“似乎今晚會死”之行持，度過一生，則說是依暇滿受取心要，故祈請上師天加持我亦能如是而行……。如是祈請而修。

庚二、思惟死緣極多、活緣稀少者

我們處於種種內外死緣的彙聚叢中，在此世間，有些有情或被仇敵以毒器殺害；或受王法迫害，死於監獄；或被盜匪劫財害命；或因巫術者的惡毒明咒之力成熟等，是人為導致的死緣。有人突然中風，走著走著而死去；或因厲鬼侵害，心思狂亂不安而死；或罹患龍病，遠離人群，孤獨而死等，像我們時常見到的那樣，如由於上中下三方魔類的惱害而喪身失命，係非人作為死緣。有的被狗咬而死，或黑牛抵撞；或受馬騾踢打；或被虎狼熊豹等野獸吞食，是畜生作為死緣。其他或厚土壓埋、水溺火燒，或受風僵硬等，是外大種作為死緣；大多自身四大種之間，相互不合，如火界增盛時發熱病，水界增盛時，癆病不化，由於四大不平衡，增減變化，而導致疾病叢生，奪去性命等，如是內外死緣，不可思議，把那麼多的富貴、貧賤、平凡之人引向後世，這些現象，我們有目共睹。自己過去也曾患病瀕死，或征戰疆場挨刀中槍等，雖與眾多死緣會合，然由於業力未盡，還僥倖地未捨棄生命，猶活在世上，但從今之後無任何把握：“今晚死亡就不會降臨到自己身上，不會前往前程渺茫的險路！”

自他所有人都有著長生不死、萬壽無疆的心願，然極難達成所望，因為現在是五濁熾盛之時，罕得積集長壽住世的大力之業；食物等諸藥功效微劣，治療疾病、滋養身體四大的能量微弱；作為依靠的資糧積集，弱不堪言，罪行卻是深重無比，故使修習長壽的持誦等亦是勢力微弱，難以延長壽算故。

我們盤算著享盡天年，尋求衣食財物、房舍座騎、馱牛僕從等，除了認為“它們是長久生活的條件”之外，全不會疑慮

它們會變成死緣。然而，由於食物不化而導致發病死亡，盜賊為了華服財寶而害人性命，房屋失火或倒塌令人喪命，馬碰牛撞，僕從欺騙等而變成死緣者，不可數計，如我們時常耳聞目睹的那般。不可產生錯覺：“因為這些條件，活緣眾多，還不會死！”與我同類的大多數僧俗，擔憂年邁時會發生貧賤之苦，似乎除了積蓄財物、委屈徇情之外，全不擔憂後世受苦。

然而，由於死期不定，能否活到年老，猶值得懷疑，而死亡決定會來，不容置疑；而且年老之時，即便受苦，不過數年之久，時間短促，若不修法，後後生世苦際，誰亦無法揣度。不考慮永久的苦樂，卻苦心思想猶如冬日般這麼短暫的生命維護方法，實是極其愚癡之正因。如是亦如善知識博朵瓦說：

“似乎今世的年邁只是發生在我們身上，而只有仇敵才會有後世之苦！”

庚三、思惟身極脆弱，死期不定者

當被火水風三劫摧壞時，顯得無比堅固的十六萬由旬高的須彌山王、四大洲等，尚且被破壞得不留一絲灰塵，遑論如水泡般極其脆弱的身體，絕無亙古常住的把握。即便僅如紮刺的微小傷害，亦不堪忍受而死亡的情況，我們也見得很多！若不幸遭遇中風等惡緣，想著燃火，手裏正拿著柴禾時就突然死去；或想著喝茶，倒水入碗，還沒喝之前就死去的情況是那麼多，故我無現在絕不會前往後世的絲毫把握。處在種種惡緣叢中的壽命，猶如狂風中的燭火，何時熄滅，一無所知。故於下月的這個時候，不知道誰還在世。說“他已死七天”、“已過一月”這般話的某一時間，不待多久，定會到來。因此，若慮及永久的苦樂，不僅此時該修法，而且已經遲了！

當罹患絕症之時，雖生起強烈的追悔之心：“我若修得一法，甘願死去！卻絲毫未修，實感沮喪。我若痊癒，無論如何，務必修習一法！”然於彼時，已遭遇不堪修法之緣，故已是窮途末路、回天乏術。

因此，不可悠閒度日，從今為始，專一地修習圓滿道要！祈請上師天加持能如是而行。

由祈請故，觀頂端……於生起通達死無定期的殊勝定解……自他心續上生起了殊勝定解！

己三、思惟死時除正法之外餘皆無益。分三：

庚一、當某時患上絕症，身體消瘦，皮膚乾枯，嚥不下一口飲食，病苦劇痛無法忍受，不管進行多少的治療、經懺法事，皆無濟於事，雖知將死卻無計可施，翻滾於屎尿泥中，眼睛灰暗無光，只見呼呼出氣，當要走向死主跟前時，不管有著多少不忍分離的親友，無一人可引領而去；縱是教化數萬僧眾的堪布、阿闍黎，亦無自由帶走一僧；縱是統轄幾十萬戶人家的長官，也領不走一位僕人；擁有充斥瞻部洲的財寶資產，亦無權攜走一微塵；甚至錦衣玉食百般愛護的這副身體，都必須棄之而走，其他身外之物，更何待言？親朋好友們除了陪著一起造罪、吃喝玩樂等外，而為了他們所造罪業的異熟，根本不會陪著感受。

庚二、財物富饒，也只是在今世今生起積集、守護、失壞痛苦之因，並且除了在臨終之際，成為生起貪戀不捨之因外，去世之時，能成為行善超薦的資金者絕無僅有。而且大多數往往於屍骨猶未寒時，後人就為了爭奪遺產，鬧得不可開交，心裏哪裡想著修集超度亡者的善根等。

庚三、就連俱生的身體，死後不久，便被親友背著或抬著放在外面火化，骨灰被撒到各處；或丟入水中，被那裏的生靈啃食，只留得骨骼散落在河床窪地；或埋於地洞，膿血被蟲類吸吮；或被拋至山谷原野，禿鷲、野獸肆無忌憚地啖食殆盡，只剩下餘留的零星骨頭散落在荒野，……，自己定會變成其中任何一種情況。

現在大部分人不考慮死時神識何去何從，而憂心忡忡於無一屍主^{負責後事之人}，皆因沒去考慮“一旦神識離體，自屍與犬屍，與我

關係的有無，二者全無差別”的過失所致；當神識於地獄中受苦時，不管如何守護人間的遺體，都無裨益。此出自大德法語，極為正確！

因此，為了衣食、守護親友、積蓄財物等，不管多麼辛苦，都唯是生起無義或非義之因。死歿之時，定能利益者，只有正法而已。故從今為始，當斷然捨棄一切無休止的俗務，唯由修習正法以度時光！祈請上師天加持能如是而行！

由如是祈請故，觀頂上……於生起通達死時除法之外餘皆無益的殊勝定解……自他心續上生起了殊勝定解！

如《教誡國王經》所說，當受用富足的錦衣玉食等時，心生驕慢得意，其對治法——無常修法者：

在享受甜美的飲食時，當思：“我現在雖享用著美饌佳餚，但當某時死亡降臨，不能受用少許飲食，而必須在饑餓煎熬中死去的時刻終會到來！”當穿戴著華麗的衣服時，當思：“現在雖穿著價值昂貴的新衣，但當快面對死亡時，必須穿著種種污穢沾染的破襖而死的時刻終會到來！”當與情投意合的朋友相處時，當思：“現在我正與情深誼長的朋友融洽相處，而當死時，被種種怖畏、痛苦逼惱，必須獨自前往何去何從一無所知境地的時刻終會到來！”當坐於精美的褥墊時，當思：“現在我舒適地坐在柔軟的褥墊上，不修善行，而當死後屍體被送往寒林時，須棄置於膿血、碎骨、腐爛內臟叢中的時刻終會到來！”當沐浴、清潔時，當思：“現在我正清洗，而當死亡降臨時，身體自然地發出惡臭，並且沾滿著種種不淨穢物，必須在這種狀態下死去的時刻終會到來！”當騎著馬騾等優良的座騎時，當思：“現在我的座騎膘肥健跑，在他人眼前，風光無限，但在死時，馱著或抬著此身，攜往寒林的時刻終會到來！”據說這些雖是行為放逸之時，但若這般思惟，則易於遮遣非理作意。以此為例，財物受用富裕之時，當憶念未來時，即便芝麻粒般的財物，亦無權帶去，必須赤身空手前往後世的情形；名聞遐邇之時，思惟某一時候，“由這般恐怖死緣導致

死亡”的臭名將會流布一切方所的情形。如是等等，類推而思。

無上密咒典籍雖說一切顯現的任何境，皆觀為空樂的遊戲，但這般修持，對於初業行者而言，猶如龍宮的摩尼寶，是非常隱蔽之事。故於享用衣食等時，若能以隨念無常的瑜伽，稍微壓伏貪戀之心，則極其值得稱讚。

如是思惟無常，於初中後三時，是勸勵內心趣向正法的不可或缺之方便，故應時常思惟，務令產生內心變動的覺受！根本不可錯認為“修習無常，僅是修持的前行，不宜為正行”，而遠遠拋開。因為耶巴向尊與京俄瓦二位說：“上午未修一座無常，中午就成為今世人；中午未修，晚上就成為今世人。當成為今世人時，做什麼都成不了法。”

當修習這般引導所緣時，也必須與生起圓滿道解悟並專一修持的道友相伴，不可與唯追求今世利養等四法的像法者，或如大言“不必觀待漸次進趣地道”的所謂“開悟者”共住；法本也除了研讀開示無常之經及釋論之外，不可隨意閱讀文化名著、王朝歷史等書。為令心續生起道證，應積集資糧、淨化罪障、祈請上師三寶，甚至如噶當古德們說，下至挪動坐墊而思，務必令於心續上生起。其他法類亦同。

戊二、思惟後世二趣苦樂如何

在加行安禱祈請之後：修苦的勝利，如《道次第》所說，以及相對的未修過患，在略略思惟之後，如是觀修：

當某時死緣降臨，遷向後世之時，心識也並不會就此斷絕，定須執取善趣或惡趣的任一趣苦蘊。因為我們沒有隨意受人天生有的自由，必須隨黑白業如何牽引而受生。我們從無始以來，積集無量罪墮，在此之上，今生又依往昔串習之力，造何不善，皆由意樂、加行、無對治、事等因素，都是那麼嚴重。佯裝做些零星善事，除了僅是影像之外，難得有件純正的善業。故死之後，立墮惡趣，別無選擇。欲修持不生彼處的方

便，首先詳加思惟三惡趣之苦，產生令心變動的覺受，不可缺失。此中分三：

己一、思惟地獄之苦；己二、思惟畜生之苦；己三、思惟餓鬼之苦。

己一，分四：庚一、大有情地獄；庚二、近邊地獄；
庚三、寒冷地獄；庚四、獨一地獄

初者，此南瞻部洲無熱惱海向下三萬二千由旬處，有等活地獄；然後向下每隔四千由旬，依次層疊有另外七地獄。

思惟八熱地獄之中

(一)等活地獄者：自己突患不治之症，不管如何醫治及做祈福經懺，皆無濟於事，病體日趨衰竭，臨近命終之時，由於業力，身體感到非常寒冷，生起希求溫暖的強烈愛取，緊接著氣息斷絕，當下便成辦等活中有身，頭朝下倒栽而墮落，並伴隨著無量無邊的恐懼。投生地獄的第一剎那，由宿世通明白

“以前雖曾獲得賢妙人身，卻由顛倒行持取捨之力，導致現在必須感受這般痛苦”，從而生起難以忍受的憂惱。第二剎那以後，再無閒暇那樣憶念。諸位等活有情，相互之間，乍見之下，就想為仇敵，生起強烈忿怒，叫喊著“殺啊！打啊！刺啊！”手裏出現各種業力所感的劍矛等兵器，相互刺殺，砍裂刺穿身體，感受不可思議之苦。身體被剝成百千塊後，方失去知覺，撲倒在地。當一陣陰風吹過，當散落的身體碎塊重新聚到一起時，天空中發出“汝等復活”的聲音，與此同時，身體復活，再次如先前一樣地戰鬥，無休止地感受這種痛苦。經說人間一晝夜之中，這樣成百次地昏倒與復活。《念住經》說，諸地獄處，一切山川虛空大地，皆是熊熊烈火，如一絲羊毛落入火堆般，於其中飽受焚燒之苦，及種種病痛逼惱之苦。噶當口傳中說，普通草木之火、荊刺之火、檀木之火、紫梗樹火、炭火、劫末火、等活地獄火，後者是前者熱度的七倍。經說觀待地獄之火，人間之火反而如冷雪般清涼。

經說地獄有情由於業力而投生後，立即形成等似山嶽般的龐大身軀，身量龐大，苦更慘烈；皮肉等細嫩如蓮瓣，不堪忍受任何違緣。若想到能燒的火力那麼強烈，所燒之身又承受不了細小違緣，似乎地獄有情沒辦法存活片刻，然而業的幻化不可思議，姑且不說死亡，除了等活地獄，黑繩地獄以下，就連昏倒都沒有。反觀現在自己皮膚上僅濺了點火星，或放置艾灸，都難以忍受，當那種痛苦真正降臨己身時，何堪忍受？以四大天王的整個壽量作為一晝夜，如是五百年，說是等活地獄的壽量。故其一晝夜是人間九百萬年。壽量則是人間一億六千二百億年。此諸地獄有情的壽量是更令生起恐懼之處。最短壽量的等活有情一晝夜的長度就有人間九百萬年。不要說全部年限，若想到僅於人間十萬年的時間裏，必須在地獄火海中受焚燒的慘狀，定當令心驚膽戰。當我們在受重病煎熬時，僅一夜晚，也感覺到那麼漫長。此由現前成立。故當自身現前感受那樣特別熾烈的地獄之火時，人間一晝夜都難以度過，更何況百萬、千萬年等？因此，在住於暇滿之身的此時，再無任何其它更重大的意義，超過成辦遮止地獄生門的方便！故無論如何當妥善處理！祈請上師天加持能如是而行！如是祈請著上師天而修！

對於已積集的無量引生等活地獄之業，未修懺護故，死後立即定生彼處的情形，以及其苦無法忍受之理，有說若細加思惟，生起真正的恐懼之情，則修習下面諸法的力量愈加強大，故當首先著力加強修習此法。

修習自己定生地獄，或已生地獄，二者哪種令心變動大，可由反觀自心顯現情況而了知。

(二)剛投生黑繩地獄時，由宿世通……，與前相同。第二剎那，被乍見之下就能令毛骨悚然的牛頭“阿瓦”、蛇頭“毒巴”、豬頭“亞下”等猙獰可怖的閻魔獄卒捉住，或仰或俯地推倒在熱鐵地上，從頂端至密處、腳心等身體眾多部分，劃上四條、或八條、或十六條等的黑線，如木匠鋸樹般，然後用火焰熾烈的鐵鋸鋸截，從而感受無量痛苦。當已鋸裂開一切骨肉

內臟後，又自行粘合而復原，立即再被鋸割。雖常時感受那般痛苦，卻未死去，皆說明宿業勢力的不可思議。

《施設論》說，如所劃線，或用熱鐵小斧削，或用大斧劈，或從頭到腳之間用熾燃鐵絲全部纏裹收縮，如用手擠壓食團般，壓榨出一切血肉內臟皮膚……，感受如是等痛苦。

三十三天的壽量是黑繩地獄一晝夜，即人間三千六百萬年。這些全部作為一晝夜，共一千年，是此獄壽量，即人間一兆二億九千二百億年³⁰。

(三)眾合地獄者，其他同前，諸屠夫投生彼處時，東方出現綿羊頭鐵山，心生恐懼逃往西方，而西方也同樣出現羊頭鐵山。這時，諸獄卒把諸同業有情聚集到一處，趕入兩山之間後，兩山立即相互撞擊，摧碎一切骨肉，從一切門噴湧血流、黃水。當兩山分開時，身體恢復如初，又再次被夾擊，如是之苦，無量無邊，乃至業未盡之期，都須領受。如是，在過去所殺山羊、豬、犏牛、犛牛、鹿、黃羊、老虎、大象等何種動物頭形的兩山之間被撞擊，感受痛苦情形，類推而知。

又復閻魔卒如前聚集地獄有情，或用龐大鐵機器如甘蔗般壓榨；或堆積於大燒鐵槽中，然後用噴火的鐵錘擊打，或似往昔所殺的動物，身形龐大，以堅硬鐵蹄踐踏其上，如牲畜踩踏禾穗般，摧毀無餘；或置於鐵磨之間研磨；或大鐵山從空中突砸其上，頓時壓扁那些同業地獄有情，如是等等，一切苦類，不可盡述。

夜摩天的全部壽量是眾合地獄的一晝夜，是人間一萬四千四百萬年。這些全部作為一晝夜，如是兩千年，是此獄有情壽量，合人間一大鉢羅庾多三大那庾多六那庾多八大阿庾多年。

³⁰一鉢羅庾多二大那庾多九那庾多二大阿庾多年。

我們想想若不小心被石頭夾到手指，或如手足骨折都不堪忍受，當那般眾合地獄之苦真的降臨己身時，根本無法安忍，故定應該尋求能救彼怖畏的依怙處！如是思惟。

(四)號叫地獄的有情，為苦所迫，尋找住處，見一鐵屋，進入之後，房屋立即變成全無門孔等的一塊整鐵，從四方上下噴出熾然火焰焚燒時，因為再無逃生的希望，感受著不可思議的身心之苦，時常發出淒慘的哀嚎聲。有時現起“門或許開了”的感覺，打算外逃時，卻被可怖的門衛關上了大門，更感灰心絕望之苦。有時門開，得以僥倖逃到外面，卻遭到猛禽野獸等的百般傷害，無法逃遁，只得重返鐵屋時，復如前般被燒烤，感受無量痛苦。漢人把一隻水禽放入鐵鍋，並蓋上一帶孔鍋蓋，下面燃火，活活蒸燒之時，水禽忍不住痛苦，發出種種哀鳴，並為了救護熱觸，把身上的羽毛都拔光，置於腳下等。某時希望外出，禽喙伸出鍋蓋之孔，張開嘴時，被灌入滾燙的油料而殺死。看看這種情形，除了能否捨命的這點差別之外，顯然與號叫地獄之苦相似。

自己沒有什麼要成辦的特別目的，卻對今世無任何怨仇的一隻可憐畜生，敢於施加那種猛烈、長時的苦業，若非那只被殺者的宿業之力，又是其他什麼呢？若已耳聞目睹人間的畜生尚且感受著那般粗猛的罪惡異熟，況由宿積惡業之力，於地獄熾燃鐵屋之中長久地被燒烤，感受如是痛苦者有無量無邊，也就無庸置疑。

兜率天壽量是此地獄一晝夜，合人間五萬七千六百萬年。這些全部作為一晝夜，如是四千年，是號叫地獄壽量，合人間八大鉢羅庾多二鉢羅庾多九大那庾多四那庾多四大阿庾多年。

(五)投生大號叫地獄者，在雙層無門鐵屋中被燒烤，火的烈度更勝前者。由於感到“縱使僥倖從鐵屋裏層逃脫，也逃不脫外層”，灰心絕望之苦更加強烈。

《施設論》說，若鑽入森林中央的雙層鐵屋，隨即從四方火焰瀰漫，焚燒大地、森林、鐵舍及諸有情，似乎除了熊熊烈

火，其他都是一無所見，從一片火海之中，發出淒厲悲慘的哭嚎聲。

化樂天的全部壽量是大號叫地獄有情的一晝夜，合人間二阿庾多三億四百萬年。這些全部作為一晝夜，如是八千年是此地獄壽量，合人間六矜羯羅六大鉢羅庾多三鉢羅庾多五大那庾多五那庾多二大阿庾多年。

(六)投生燒熱地獄的諸位有情，被可怖的獄卒捉住，扔入面積廣達眾多由旬的大鐵鍋中，裏面充滿沸騰灰水，如稻米般地燒煮；或豎立熾燃噴火的鐵串，插於尖端，從臀部直穿頭頂，一切內臟起火燒焦，暗紅之煙伴著火舌，從口眼等根門呼呼竄出；或被閻魔卒放置到鐵地熾熱鐵砧上，用噴火的鐵錘從上面旋繞著打下，直至成為扁平狀，如是等等，苦相差別，無量無邊。這些地獄有情也是剛從鐵串尖端取下，或剛舉起鐵錘，身體當即復原，又再次遭受摧殘，感受如是之苦，一言難盡，如前所說，類推而知。

他化自在天的壽量是燒熱地獄的一晝夜，合人間九阿庾多二億一千六百萬年。這些整個作為一晝夜，一萬六千年是此地獄壽量，合人間五大矜羯羅三矜羯羅八鉢羅庾多四大那庾多一那庾多六大阿庾多年。

(七)投生極熱地獄的諸有情，被閻魔卒倒提著丟進灰水充滿的大鑊燒煮，熱度更勝前者。彼時，上下左右地到處翻滾不停，某一時刻，皮肉糜爛融化，只剩下零散的骨骼，被撈出後，放在燒鐵地上，依照從頭到足間骨頭的次序擺好，由於業力，當生成血肉皮等時，再次如前一樣感受燒煮之苦。

問：那麼，只剩下骨骼時，彼有情是否已死？若承許彼是死去地獄有情的骨骼，則違於所說“化生死者不會有屍體”，故而唯剩骸骨時，也無疑仍正在感受著無量痛苦，並沒真正死去。散架的骨骼，甚至灑落地上的血滴，神識猶在不捨，依然感受著痛苦之理，唯是業力不可思議的自性。故當深信聖言量，專注於不令那般痛苦降臨己身的方便，至關重要！

或插於噴火三尖鐵鼎的尖端，貫穿整個身體而燒烤，或被火焰熾烈的鐵皮包裹全身而燒烤等，經說感受著這般痛苦，壽量能達約半中劫。

(八)無間地獄之苦者：身量有四或五由旬，剎那即可生成，從四方四隅及上下共十方起火，火勢兇猛熾烈，火焰有眾多由旬，匯成一片火海。身體內部也自燃起火，共十一處火，常時燃燒著一切骨肉筋髓，如燈芯般，火與身體，無有分別地燃燒，感受不可思議之苦。經說除了由淒慘的叫聲才知是有情，否則，不能從火蘊中分開。

或有時被閻魔卒置於燒鐵簸箕之中，地獄有情與熾燃鐵火炭混在一起，上下顛簸。或命上登下降熾燃大鐵山而令受苦。或拔舌出口，如伸展牛皮，在熾鐵地上展開後，周圍釘上成百的鐵橛。或令仰臥，餵入熾燃鐵丸，或灌入滾沸烱銅，炙燒一切口喉臟腑。如是等苦的強度及種類極多，超出心境。修習之時，若思惟火燒及前後發生的其他諸苦，顯然容易顯現。壽達一中劫，在這樣長的時間裏，連靜息痛苦的剎那時刻都沒有，恒常無間地受到煎熬，故稱“無間”。

經說八熱地獄的上下層地獄，有上上層所有的痛苦，在此之上，還會發生上層所無的無邊痛苦種類。並且常言說下下層火的熱度更為熾烈。《念住經》說，在無間地獄跟前，燒熱等其他地獄有情猶如他化自在天。如京俄瓦說，極熱地獄以上三界所有痛苦合為一處，猶不及無間之苦更為慘烈。其中苦毒猛烈、持久的差別，除了地獄有情親身感受之外，以狹劣之慧不能如實揣度。

經說地獄之身雖常時燃火，但不會有普通柴薪燃盡後熄滅的時候；血及黃水等雖恒常地燃燒沸騰，但在業未盡之期不會乾涸；若無間地獄一點火星落此南瞻部洲，剎那間即能焚燒大地上的一切事物，有著如此強大的火力。

依此所說，地獄之身雖常時燃燒，卻不會死去，顯然是諸輪迴者無與倫比的痛心之處！

經說上中下三品不善之中，由上品輕重的差別，而生於八大地獄、近邊地獄等。若就出家人而言，《開示輕重墮罪經》說，輕視惡作，投生等活；輕視別懺，投生黑繩；輕視單墮，投生眾合；輕視捨墮，投生號叫；輕視僧殘，投生大號叫及燒熱；輕視根本墮，投生極熱及無間地獄。

我對於不善品，由於從無始以來串習得過於嫻熟，故不須求學、勤勉，就自然而然地趣向罪法，特別於堪布、阿闍黎前承許的一切戒律守界，如拋給狗的石頭般，被遠遠地丟開，每天都在積集著無量罪墮，由自體驗成立。故毋庸置疑，死後當即會漂泊諸大地獄。因此，我們在此倏爾無閑猶如冬日的短暫生命光陰裏，擔憂著發生病痛災殃等，從而努力於作為遮止方便的念誦及經懺祈福，除此之外，“後世是否會墮入地獄之處而受苦”的念頭，從未在心中顯現過，此與順世外道的思想方式全無差別。從今以後，若定要考慮一下永久的苦樂，則當細加思惟此諸地獄之苦定會降臨己身的情況，理應常時精進於淨化罪墮——令投生彼諸處之因，並且祈請稀世三寶作為救護怖畏的依怙處。

祈請上師天加持能如是而行！……，如前而修。

庚二、近邊地獄

彼等八地獄處的四面牆上有四門。門外各有四餘地獄，共十六處。彼一切的週邊又有鐵圍牆圍繞。

其中有二：辛一、令投生大地獄之業的殘餘，於此獄中成熟；辛二、僅感受令投生近邊地獄之業的異熟。

初者，大地獄本處諸苦，順應業力所引，在長久地受報之後，感覺到“東方之門或許已開”，諸地獄有情希望逃脫而奔向外門，守衛立即關上門，把他們一個個疊放起來，上壓下燒，反復受苦。某一時，僥倖奪門外逃，必須穿越方圓眾多由旬、沒及膝許的糖煨坑。彼時，下足之際，血肉皮膚，悉皆燒盡，唯留骨頭，舉足之時，皮等復生，長久感受那種痛苦；其

鄰近處有穢糞泥，臭如腐屍。當穿越時，翻倒其中，身體全部陷入。其中有利嘴蟲，穿皮入肉，斷筋破骨，徑直挖髓而食，感受如是痛苦。與此相鄰，見有悅意草原，遂奔跑過去，卻有“利刃道”，刀刃上仰，充斥大地，下足之時，刺截皮肉，舉足之時，復生如故，長久感受如是痛苦。越過此後，見有悅意的翠綠樹林，想去乘涼休息，剛一到達，就變成“劍葉林”，一切枝條樹葉，皆成利劍，狂風吹落，段段肢解身體。長有鐵獠牙的惡犬從兩脅、腿肉處塊塊撕下吞食。當身體復原時，見其近處有些綠樹，遂驚慌地逃往那裏，則有“設末梨林”大樹，長滿豎立的鋒利鐵刺。幻覺見樹端有美女召喚，向上攀爬時，諸刺朝下，刺穿身體。當到頂端時，空空如也，又見在樹下相喚，遂向下爬，諸刺朝上，由是刺穿、破開身體。又有“鐵喙”烏鴉，啄漏腦漿而飲用，或探啄眼球而啖食，感受如是等苦。此等合為一種“利器類”地獄。

越過那些之後，有“無極河”，沸騰灰水，彌滿其中。閻魔卒驅逐著彼諸有情奔逃，當落入水中時，不令外出，上下煎煮，一切皮肉盡銷，變成連軟骨都沒有的白骨，被諸守衛濾出攤在鐵地上，當皮肉等復原時，隨著與獄卒的問答，餵以熾燃鐵丸，或灌以烱銅鐵水，感受如是等苦。

然後，返回逃跑時，又漸次穿過無極河、“設末梨林”乃至糖煨坑，又再次回逃，由是感受無量痛苦。其他三方，亦以此類推。

辛二、僅感受令投生近邊地獄之業的異熟者，此不須感受大地獄本處之苦，故除了於近邊地獄處化生之外，受苦情形，與前相同。

如佛子博朵瓦說，曾經有種想法認為此諸地獄有情由於受那樣一兩次苦，心生恐懼，或許以後不再去做。然而，現今看看這些參加部落鬥爭的人們，想來地獄的確真實。

人們明知戰爭會導致痛苦，還樂此不疲。以此為喻，諸地獄有情，由業催動，無法安住，不由自主地甘受攀降“設末

梨”樹等種種痛苦之理，以及自己亦積集定受那般痛苦的無量定業之理，應當細加思惟，務令生起怖畏之心！

庚三、寒冷地獄

八熱地獄正北方，過一萬由旬，有層疊而處的八寒冷地獄。諸具有引生寒冷地獄之業者，臨命終時，身上現起炎熱的感覺，強烈的愛取現前：“若變清涼，何其善哉！”當即死去，成辦寒炮中有，當投生彼處時，無絲毫光亮，籠罩在濃濃黑暗之中，在大雪山或廣闊的冰原之上，無任何遮蔽寒冷的房舍、衣靴、火光及太陽等，赤身裸體，恒常淹沒在狂風暴雪的夾擊之中。全部身體遍滿寒炮，故稱為“寒炮”。

較彼更烈的寒風從四方襲來，寒炮破裂，時常滴濺著膿血黃水，被各種蟲類啖食，直至髓間，故稱為“炮裂”。

上二者雖稍微能活動身體，而“額嘶吒”被較前更強的寒苦所害，身體無法大幅度地晃動，只是蜷縮、顫抖著，由寒戰叩齒的方式而如是命名。

“郝郝婆”、“虎虎婆”二者，遭受著較前更甚的嚴寒所逼惱，大部分身體結成冰團，叫苦之聲，略顯清晰，或含糊不清，而如是命名。下三獄者，大風之烈，難以比擬，恒常無間地刮來，豈能身動言語等？因為身體內外全部凍結成純粹的堅冰自性。身體滴濺下來的膿血也立即結成冰，冰地與身體二者凍結在一起，無法分開。若是他人，斷不會存活下來，然而由於惡業勢力強大，不要說死去，甚至一切皮肉骨骼膿血變成了堅冰，神識猶不捨離，仍感受不可思議之苦。身體顏色變成青瘀、紅赤、大紅，就像冬季朔風吹裂冰塊般，依次裂成約五六塊、十數塊、百來塊，故立名“裂如青蓮”、“裂如紅蓮”、“裂如大紅蓮”。

壽量者，依《本地分》說，等活地獄壽量的一點五倍，是寒炮者的壽量；黑繩地獄壽量的一點五倍，是炮裂者的壽量，如是等等，下面諸獄亦以此類推。因為說寒冷地獄有情比炎熱

地獄有情的壽量長半倍。依《俱舍論》說，摩羯陀國的八十斛大筐高高盛滿胡麻，每經百年取一胡麻，如是全部取盡的時間，是寒炮有情的壽量，其他壽量以二十倍遞增。故炮裂有情的壽量是二十胡麻筐；“額嘶吒”有情的壽量是四百胡麻筐；“郝郝婆”八千胡麻筐；“虎虎婆”十六萬胡麻筐；“裂如青蓮”三百二十萬胡麻筐；“裂如紅蓮”六千四百萬胡麻筐；“裂如大紅蓮”十二點八億胡麻筐，壽命能達到這麼多胡麻窮盡的時間。

其中壽數最短者是寒炮有情的壽量，也是非常可怖。二十升作為一斛，八十胡麻斛就是一千六百升。一升有六合。一合有三點五掬。一升有二十一掬。每掬約有一萬五千粒胡麻，此由現前成立。如是粗略計算，取盡一掬胡麻的時間，也定要經過人間一百五十萬年。

現在我們在冬季北風肆虐時，若赤身在冰窟窿裏呆上一頓茶的時間，將會口不能言，瀕臨死亡，或下雪時，赤腳走上一會，也無法忍受，揣度如是狀態，當那般寒獄之苦成熟到自己身心之上，雖然剎那間都不堪承受，但毫無不忍受的自由，必須在百千萬億年的長劫裏活著受苦，不能死去。這是多麼令人恐懼的境地。想想寒炮有情的整個壽量，以及下面諸獄的壽量，定有著令心懼裂的程度。

投生彼等之因，總的是因為上品十種不善所致，而善知識內蘇瓦口傳中說，偷盜供三寶之燈、奪出家衣、強劫他人房舍衣靴，令死於嚴寒等，是生寒獄之因；火燒寺殿、活活燒死眾多有情等是生熱獄之因。此說顯然聯繫著經典依據。

因此，我對於無始至今日所積集的無量投生地獄之業，根本不可毫不顧慮、心態優雅地安住，應當常時勵力懺護、激發三寶之悲！

祈請上師天加持能如是而行！……，如前而修。

庚四、獨一地獄

具壽“華丹”前往靈鷲山拜見聖者目犍連時，看到半空中有約樓房高的大身體熊熊燃燒，火光滔天，發出淒慘的聲音。據說這是一位屠夫所投生的。再走過去，有筋脈聯結的骨架，體積如山，被成群結隊的鳥獸撕扯而食，發出淒厲之聲。據說是屠夫的弟子所生。再行不遠處，有舉丸約山體者，身體如被釘上木樁般，稍一動彈時，就會痛苦不堪。據說是閹割牲畜者的投生。如是說具壽“華丹”見到三處獨一地獄。

聖者“僧護”遊歷海邊，看到眾多地獄，形狀或如柱，或如牆，如棍棒，如樹葉，如花朵，如果實，如繩，如掃帚，如盆，如臼，如大瓦罐等資具。據說是用鼻涕塗抹污穢經堂，以及把僧眾資具送給他人等種種業的異熟。

牛宿生“俱胝耳”在山海邊迷失了道路，隨處漂泊之時，見一豪宅內有一群女人白天享受著天人般的生活，但剛一黃昏，房屋就燃起大火，在裏面被焚燒，發出各種淒厲的聲音。據說是依迦旃延尊者教導，承許白天斷除邪淫的幾位妓女的投生；還看到另外一處，有些男人夜晚享受著天界欲樂，天剛一亮，房屋起火，而被焚燒。據說是承許夜晚斷除殺生的幾位屠夫的投生。如是等等，《因緣經》宣說了多種獨一地獄的情形。

經說長者“吉祥生”出家之後，抓著目犍連尊者的法衣一角，到達一處海島時，見到一位執事者的投生，他曾盜取僧財送與俗人。身體是一棵大樹的樣子，根部樹冠、枝節葉瓣間，一切處都被許多蟲蟻啃食，慘叫哭喊之聲，不絕於耳。還見到一位獵人的投生，形狀似人，被眾多野獸圍繞著，持續不斷地向獵人射出箭鏃噴火的利箭，遭受焚燒之苦。如是等等，“吉祥生”見到幾處。

《百業經》說，“康丹”河畔有一有情，身體遍佈膿瘡蟲蟻，若到平原，就遭到虎豹等眾多猛獸的圍攻撕食；若到水中，則被那裏的眾多鯨魚獵食；若爬到岸邊，又受到空中禿鷲

等的傷害；若來到山澗，復遭到業力所感閻魔卒的刺殺，無比悲慘可憐。世尊加持其憶起宿世，並開示說是其往昔當國王時，弑殺眾多阿羅漢的異熟報應。

如是等等，諸經典中宣說獨一地獄之苦，極其眾多。故應從彼等經典中詳細了知！

經說獨一地獄或處在寒熱地獄處的附近，或住空中，或大海邊，或山谷、曠野等處，故處所不定；有獨自受苦，也有眾多聚集而住。

若自己除了感到遙遠的地方有很多這樣的受苦者之外，其他一無所想，則心續的變動不會強烈。自己心續之中，往昔生世所積令生地獄之業猶未感果，復未以對治摧壞者，就像富豪的倉庫般，不知窮盡，在此之上，還每天都在增加。是故，我現在雖是身披三衣的比丘，下個月說不定已處在地獄鐵鍋之中。活著與受地獄苦之間，只有斷氣那麼短的瞬間。故我已是一隻腳留在人間，另一隻腳已踏入地獄之火，還會有神情安祥、悠然而住的道理嗎？若你確定還是一位知言達義之人，從今往後，就應頓然徹底放下其他一切雜務，不分晝夜，唯精進於永遮投生地獄的方便！祈請上師天加持能如是而行！……，如是祈請而修。

己二、思惟畜生之苦，分二：庚一、根本住處

庚二、散居者

初者，謂大海之中，有摩羯魚、螺貝、魚蝦、龜鱉等，身體的顏色、形態、大小不定，品類繁多，無奇不有，如酒糟堆積般。其中龐大動物整個吞噬眾多小的。小動物則徑直鑽透龐大動物的身體。感受如是等等痛苦。例如，“瑪噶”、“粘莫”、“那札”等多數摩羯魚，身體等同大山脈，睡眠極沉，一覺長度也已歷經人間百年之久。睡醒之後，感到饑餓時，遂張開大嘴，海水與各種生物混合在一起，如湍急江河流經峽谷般，呼嘯而下。某時稍閉緊牙齒後，“哈”的一聲，水噴射出

去，無數鮮活的生靈被吞食進肚裏。或在摩羯魚昏睡時，眾多微小生物徑直刺穿身體一至百俱盧舍之間而啖食。醒來之後，摩羯魚不堪忍受其痛，便靠在海中岩石山面上磨擦，把數不勝數的生物研成粉末，鮮血染紅了約一由旬的海面。或有些摩羯魚忍受不了眾多生物的啃咬，遊到岸邊，則被許多閻魔卒手舉利斧劈砍鱗骨，如是等等，據說也有以畜生之形感受地獄之苦者。當從經典中詳細了知。

經說棲居洲間黑暗處者，由於日月之光都無法照臨，故它們盡其一生都必須住在自他誰都看不見的無邊黑暗中；當彼此來到一方的嘴邊時，才一口口吃掉對方的身體，感受如是之苦。

庚二、散居者，遊行人間的畜生，此諸雖有無邊痛苦，

有五種主要痛苦：辛一、相互獵殺之苦；辛二、愚癡之苦；辛三、寒熱之苦；辛四、饑渴之苦；辛五、役使利用之苦

初者：住於大海者，如剛才所說。虎獅熊羆豺狼等猛獸，相互間大力者殺死力弱者；或獵殺各類可憐的野獸，生命常常受到攻擊。鶴殺鳥雀；鳥雀吃蟲；蜘蛛蠍蟻等獵食其他蟲類。以此為例，弱肉強食，相互獵殺之苦，大多如我們親眼所見那樣。

辛二、愚癡之苦：此諸畜生極其愚昧，即便對於前後生、苦樂業果之理、輪迴涅槃功過等的走向，都不能了知，故說解脫的障礙之中，邪見者之下，較其他惡趣者，唯畜生嚴重。不僅如此，對於被牽往屠場及被牽往利益之地二者的差別，都不能了知。如犏牛、犛牛等見到屠夫提刀來到跟前，仍不知是來殺害自己。對於今生的利害差異，亦極其愚昧。最聰明的當屬猴子，它尚不知解開拴著自己的繩結，其他的更何待言？

辛三、寒熱之苦：海洋中的生靈，在夏季日光毒射時，會感受鹽水沸騰熾熱之苦；冬季沒有陽光、寒風肆虐時，又會在

冰層之中感受寒冷之苦。散居者亦倍受日曬、嚴寒的煎熬，不堪死去，或瀕臨死亡者，何其眾多！

辛四、饑渴之苦：據說外海等處，有似精肉的大身生靈，僅凸現出口眼等的樣子，無手無足，不能向它處挪動，一生都得不到一口食物，受盡饑餓之苦的煎熬。

狼等猛獸時常想著“能否獲得獵物”，四處不停尋覓，然而總不能如願，大多時候，必須處於饑腸轆轆的狀態。尤其是城鎮街道間流浪的餓狗，饑渴交迫，形狀消瘦，皮包骨頭，常時尋找食物，卻一口美食都得不到，幸運地偶爾得到些不淨之物，就歡喜無量，以此充饑維生。若溜到別人家裏，隨著一聲斷喝：“賊狗來了！”接著是石塊、棍棒夾擊襲來，由是發出淒厲的哀嚎聲！凡是碰到的人，其中多數會砸來石頭。一切境界都變為仇敵，這種情況，已是親眼所見。若知在自身上思惟，僅此亦開發大智慧！

辛五、役使利用之苦，散居者有之。馬騾驢犏牛黃牛等，被驅使著耕田、拉車、背負沉重馱子，在馱子之上還要騎行等，苦役繁多。

看看有些可憐的驢子，也能了知。吃的只有糠粃，背上全部是瘡傷，裸露的新肌滴著膿血黃水，在此之上，還背負著不堪的沉重馱子，沒有歇息的自由，被棍棒緊緊驅趕著，必須快步穿行在上下坡路及險途之間。彼時，僅“請讓稍微休息！此瘡刺痛，實在難忍”的話語，都是有口難言，只要還未捨棄生命，就必須感受痛苦。以親眼所見即能明瞭。

“利用”者：為得珍珠，殺死蚌貝；為取象黃、長牙，而殺死大象；以及為了鹿茸、虎豹水獺等皮、麝香，為食黃羊野騾及牛羊的血肉，而獵殺它們，如是等等，自身反而成了丟棄自命之緣。殺戮方式，也是或煙熏洞穴，或引水淹溺，或槍刺，或棄入深淵，或網罟捕捉，或捆綁四肢，施以窒息、割喉等種種殘忍的殺法，大多如我們親眼看到的那樣。

棲息曠野處的野獸僅以水草維生，根本不會傷害到他物，然而但凡碰到獵人與猛獸等，都會常來加害，故而乍見他物，就必須倉惶而逃。而且它們時常住在空曠的原野上，沒有任何的房舍、圍欄等，加害者可隨心所欲地從任何方向入侵，因此，夜晚也不會有一覺安穩的睡眠。唯在惶恐不安的狀態中度過一生，最終時節一到，任如何逃脫，亦難逃厄運，伴著難忍的痛苦，丟棄極其珍愛的性命，身體成為其他的食物。

牛羊牲畜等被人占為己有。它們繁育多的，被販賣為錢財；剪下背毛，織成衣墊；擠出奶汁，長期飲用，就像具恩的父母，但在它們衰老時，卻沒有自然老死的自由，或被主人自己用顫抖的雙手割頸而殺死，或交付屠夫令殺死。有些邪見者說“是祭祀護法”，綁上山羊、綿羊等四肢，放置於層層乾柴環繞堆積的熊熊烈火之中，活活燒烤，長時間不死，發出陣陣哀叫；有些為了供鬼，殘忍取出活著畜生的鮮紅心臟；或如有些愚蠢無能之輩活剝下羊羔等的皮後，令其上下行走，以此嬉笑取樂。以此等為例，施加盡其心中能想起的所有殘忍手段，進而殺害之苦。另外，由於種種疾病的折磨、火燒水溺，或陷於厚土之下，或暴雪大雨，導致死亡等不可思議之苦，皆當感受。

海中諸龍雖有快樂，但多數頭上降著熱沙之雨；並有著大鵬金翅鳥的傷害；黑白二類，各執天與非天一方，時起鬥爭；相互間怒而施毒；黑品者必須時常躲在黑暗之中等，痛苦極多。《念住經》說，畜生內部有三十四俱胝不同種類。每一類都有著種種痛苦差別，其中細情，難以盡述。

壽量者：如《阿含經》說，歡喜、近喜等八大龍王之壽達一中劫。極長者約中劫，短者也就一日或片刻而已。

投生畜生之因，謂屬於下品十不善部分、積集不敬法及法師等愚癡之業、以犬牛鴉蛇等畜生名咒罵諸出家人等，應詳細地從經典中了知！

大多數畜生之苦皆是如我們親眼所見般，雖理應令我們生起少許的定解，然在我們看到痛苦逼惱的各類畜生時，只是懷著看熱鬧的想法，根本不會想到“若自己生成那樣，該當如何？”這足以證明我們的內心猶未趣向由業力不知投生何處之理。

如善知識霞熱瓦說，我們與屋外諸犬上下相換毫不費力。今生快樂的時光瞬間消失後，假如生為城鎮街道邊的狗崽，就要時常遭受著寒熱擊打饑渴等痛苦的煎熬，只是懷著能否尋得一些下劣食物的希望，上下跑躡，除此之外，哪裡知道其他取捨的差異？比如，欲前往印度金剛座，必須眼睛盯著腳下，如果只是昂頭眺望遠方，或就在門檻處滾落死去，哪裡都去不成！欲前往佛地，僅裝模作樣地探究見地的安住界限及生圓次第的扼要，心卻未趣向勵力於解脫惡趣怖畏的方便，則死已墮生惡趣時，且不說佛果，人天之身尚極難得！

是故，我們初業行者不可或缺之法，唯是此遮止墮生惡趣的方便，精進此理，萬不可鬆懈！

己三、思惟餓鬼之苦：

餓鬼根本處，謂從廣嚴城向下經過五百由旬，有餓鬼城“劫毗羅。眾餓鬼之主謂閻魔法王，由不善能引業與善能滿業所導致，感受著如天界的安樂。經說其眷屬中，餓鬼種類極多，遭受著種種痛苦差別。詳細地須從經典中了知。散居者，有遊行人間的妖怪、鬼王、女妖、獨腳鬼、死鬼等。

彼等之苦，略攝起來，主要有六苦：饑、渴、寒、熱、疲勞、恐懼。

令感受饑渴苦之緣，三類餓鬼有著稍微不同的差別，初於飲食有外障者：到處遊蕩著尋找飲食，想到泉湖等邊喝水而近前時，又被手持槍劍等種種兵器的守衛阻止，無法喝到；有些遠遠見到悅意的清澈河流，想去喝水，懷著無比歡喜急切的心情來到跟前時，卻變成腐臭膿血與糞便等各種不淨混雜的湯

汁；或感到“雖變成那樣，但焦渴難耐，還是要喝”，剛有此想法，不淨湯汁也全部消失，只剩下乾涸的河床，如是倍受灰心絕望之苦；或有些看到枝頭掛滿香甜佳果的綠樹，想著要吃而急至跟前，綠樹卻變成枯椿；有些從遠處見到悅意美食，但當想吃而趕到近處時，卻是骯髒的不淨堆，乍嗅其氣味，亦令人作嘔等，顯然是不可思議的宿業幻化。

於飲食有內障者：由惡業之力，口如針眼、頸似針細、身比山嶽，手足像茅草，如是等等，純是各種不宜聚集，導致不得飲食之苦；即便尋得零星食物，卻進不了口中；稍微塞進嘴裏，又卡在喉間；僥倖過了細喉，吞進肚子，也根本無法填飽肚子；四肢不堪支撐身體等痛苦，極其眾多！有些喝水時，幾滴水進入嘴裏，在到喉嚨的過程中，就被口毒烘乾，揮發殆盡。有些口中時常噴火，食物剛吃到口中，立即燒焦，感受不得受用之苦。雍增仁波切耶喜堅贊^智說，現在夜晚見到所謂的“鬼火”，也是這類餓鬼。有些脖子長有巨型癭瘤，阻擋了食道，連芝麻許的食物都咽不到肚裏，飽受饑渴煎熬等。雖無他人從中作梗，即便獲得飲食，但是由於身體自己的過失，不能受用，故在未除饑渴之上，更增痛苦！

飲食本身有障者：有名“火焰鬘者”在進食喝水時，飲食自燃起火，焚燒一切腸胃，故在未除饑渴之上，更生無量痛苦。有名“食穢者”，不管嘴裏吃到任何飲食，立即就會變成便溺等不淨蘊，倍受痛苦。或如有些受饑渴煎熬，又得不到其他食物，只好瘋狂地撕下自身的筋脈填進嘴裏，由此因緣，發生難以忍受的刺痛。經說如是除了變成可厭不淨，或食已反成傷害之因外，不能受用潔淨佳美飲食。

彼一切餓鬼亦因饑渴交迫，一切血肉皮膚枯槁，身體黝黑如燒焦的樹椿，亂髮覆面，嘴唇極乾，舌常舔舐，容顏悉變，漫無目的地到處流浪。

寒熱之苦者：多數餓鬼在夏季炎熱高溫時，月光及暴風雪也變成熱觸，更加助增炎熱之苦；當冬季寒風逼惱時，火的烈

度及日光亦變成清涼所觸，令寒冷之苦愈加強烈，如是等等，皆是宿世惡業的神變，不可想像。

疲勞之苦者：多數餓鬼在人間無量年的時間裏，由於根本嘗受不到飲食，一切血肉乾枯，身體諸分無絲毫滋潤，就如枯槁樹樁般，皮包骸骨，脈筋相聯，恰似所造的泥像骨柱，上下走時，稍一活動，如拉車般，諸骨相互摩擦，“吱吱”直響，並從骨節處濺出點點耀眼火星。在被如是痛苦折磨的狀態中，不管如何尋找飲食，都難以得到，然又因饑渴之力，不堪就此不找而歇息，故而恒常不停地尋尋覓覓，由此之力，感受無量疲勞之苦。

恐懼之苦者：權勢低劣者畏懼其他大力餓鬼的傷害，不敢近前；有些瑜伽士，具有威能，以咒物三昧力，擊其要害，致起大恐懼；有些遭受著業所感之人手持兵器的威懾，導致惶恐不安的情形，如前所說。

除了少數大神變餓鬼，一切聚集或散居的餓鬼皆相應有著真正或隨順的饑、渴、寒、熱、疲勞與恐懼六苦。

壽量者：《本地分》、《俱舍論》說，人間一月作為一晝夜，能到餓鬼年的五百歲，合為人間一萬五千年。《念住經》說，人間十年為一晝夜，如是五百年是餓鬼壽量，合人間一百八十萬年。多數人與散居畜生若不吃不喝，經過七天或十來天，不會再存活於世，然而諸餓鬼在多少萬年間根本享用不到飲食，身體內外一切皆如枯樹般僵硬，卻未死去，足以證明惡業力量特別地強大！

另外，《念住經》說，腹內起火後，焚燒臟腑及咽喉；或諸肢節起火後被燒焦，再生後又復被燒；或兩山夾擊後，把一切皮骨擠成扁平狀；或吞食鐵丸等，感受類似地獄之苦，亦極眾多！

投生餓鬼之因，總的是行持中品十不善分、上品殘餘分，特別是由於煩惱慳貪之力，於諸施處，不作施捨；或以餓鬼之名，謾罵諸大德，由如是等令投生惡處者眾多。

經說過去王舍城，曲瑪傑的母親，由於慳貪成性，於諸乞者，根本不會布施，並且在見到比丘時，還咒罵說“像個餓鬼”，由此死後，投生為羸弱可憐的餓鬼。後來，曲瑪傑證得阿羅漢後，在恒河岸邊，住在茅蓬時，看見一位形貌可怖的女餓鬼，曲瑪傑問：“你是誰？”答道：“我是汝慈母，生子女一人；墮於餓鬼中，飲食皆遠離。自我死時起，已滿廿五載，稀湯亦未見，豈得見食物？”遵從母親所言，曲瑪傑利用自家的財產，向佛及眾僧供養午齋時，女餓鬼也來到彼處，佛為其宣說布施的殊勝功德。她死後生為大神變餓鬼。曲瑪傑說：“現在你有威力，請施捨吧！”答道：“不能！”在殷重勸勉下，她才拿出一匹布供僧。一位比丘買來掛在晾衣繩上。當晚，餓鬼就把它偷回去。曲瑪傑再取過來供僧，這樣偷了三次。最後為了供養四方僧，縫補在座墊上才沒法偷走。

據說有位商主出家後卻仍貪著財物，積蓄許多資具，慳貪所覆，也不願分享給諸位同梵行者，後生為披著法衣的餓鬼。

盜取僧財，生為餓鬼者：往昔迦葉佛時，有位執事私用僧物，並在臨終時贈諸親友，後生為海邊大身餓鬼，猶如精肉，處在大地上，就有眾多生靈爭相啃食，偶爾飄在空中，身體卻自燃等，生起類似地獄的痛苦。

有位比丘尼盜用僧物，當僧眾諫止時，又惡語相加，死後生為海邊的可憐餓鬼，口鼻諸處遍滿蟲蟻，又遭惡犬常時啃食。

佛智阿闍黎前往金剛座做供養的途中，遇一女鬼，領著眾多小孩，請求阿闍黎說：“聖者若去金剛座，賤身的丈夫到各處尋找食物，我生有五百小孩，很多年未嘗任何食物，瀕臨死亡，請捎話說：‘帶來些吃的！’”阿闍黎問：“不知他長什麼樣子？”女鬼答道：“他與眾不同的特徵是：較其他餓鬼勢

弱，眼斜又瞎，左手殘疾。”阿闍黎到了金剛座，在餓鬼群裏，果然看到這樣一位餓鬼，就轉告了他妻子的口信，該餓鬼說道：“我在這裏雖住了十二年，卻除了持戒比丘所吐的一口痰外，其他一無所獲！”只見他手裏緊緊攥著一塊乾痰。阿闍黎問：“你是否記得往昔造了什麼業才生到這裏？”答道：“我前生做僧眾的典座，偷了一點僧眾的絹綢給俗家妻子，導致我們兩人都投生為餓鬼。”

則達熱前往金剛座，也看到與此類似的餓鬼情形等，如是典故極多。

障礙他人布施，令生餓鬼：二勝住幽靜處時，看到一個非常可憐的細頸女餓鬼，就連食物的氣味都不能享用，口中發出五種聲音，以此因緣請問世尊，世尊宣說了往昔因緣，並說咒印而施水。過去這樣的故事也很多。

以沾染不淨的食物供於殊勝境，亦會生彼處。如說過去有位獨覺化齋時，一婦女施予下面灌了惡水的米飯，由此五百世生為餓鬼。

另外，嫉妒發起，惡語謾罵；奪取他人財食，令饑餓而死；不如理施予僕從食物；迴向上師三寶後，減少或不供，或轉變供養；令僧眾的新供飲食敗壞等，能生餓鬼之因極多，當從經典中詳細了知！

我們值遇善知識，稍事聽聞，理應減少新積罪業，然細加觀察時，已然積集了許多令生惡趣之業，現仍難截其續流，縱觀這種現象，想來自心續中定有過去生所積無量順後受業。是故，一旦由愛數數滋潤能引生餓鬼之業，並且患上厭食症後，在臨終之際，由護士等勸進飲食之緣，生起“若眼不見飲食，何其快哉”之心，當即死去。掛著“上師”、“博士”等美譽的所依身，在寒林中被禽犬啄啃，神識已於餓鬼處執取了一副醜陋之身，在幾十萬年裏，如前所說，感受不可思議之苦，仍不能死去。若值彼時，我當如何？現在幾天斷糧之苦，尚不能

忍受，況且在那麼長的時間裏，就連一口飯、一口水都不得享用，如是饑渴降臨己身時，如何堪忍？

如博朵瓦對一位名叫“江查多次”，特別貪著“嘉拉康”³¹的人說：“你不要過分貪著‘嘉拉康’！由貪著的異熟，將令生餓鬼，壽量圓滿之後，即便投生為‘塔陶’這裏的人，那時，曾建有‘嘉拉康’的地方都會無處尋跡。”如果我們裝模作樣地成辦著護持寺院等的一些大事，附帶著卻已陷入罪惡的泥淖，必令漂泊三途，還有什麼較此更為嚴重的自欺呢？一旦投生惡趣已，再無慧力觀察善惡的取捨，因為不知成辦脫苦的方法，即便不堪忍受，也須飲泣面對。

因此，在內外條件聚集的此時，定須尋找能救度彼怖畏的皈依處，如下文所說，“值得皈依的唯是三寶……”定當修習皈依的所緣行相，令心續變動！

此處修習惡趣之苦，是為了成辦皈依之因。故若能在每一種寒熱地獄等所緣法類之後，都配合著修習皈依的所緣行相，則是極善！

《念住經》非常詳細地宣說了等活等八大熱地獄，每獄又分十六獄，共一百二十八獄處；每處有著怎樣的痛苦差別、投生彼等的因緣分類，以及三十六類餓鬼等惡趣之苦。

對於經中所說，應再三閱讀，當修習引導所緣時，在此處所書內容的基礎上，再增加些相應的內容而修。總的說來，對於新學慧力不堪能者，雖可另外宣說簡略的引導所緣，然而彼等從最初串習那些法後，當智慧漸漸增長時，盡其所有經論中開示的惡趣苦，皆可攝為此時的引導所緣支分而修。若其他法類亦如是修持，則一切佛經皆現為教授。僅僅勵力於小篇引導文的字句，極難發揮作用。如是亦如《菩提道次第廣論》中說：“廣如《念住經》說，定須觀閱，數數觀閱，於所觀閱，

³¹潘布地區後弘期四大佛殿之一，建於1012年。

應當思惟。” “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。”

丁二、依止後世安樂之方便，分二：

戊一、淨修皈依——趣入聖教最勝之門；

戊二、一切善樂根本，^{於業果}生起深忍之信。

戊一，分三：己一、識別皈依之因；己二、如何皈依之理；己三、皈依後學習次第。

初者，總的說來，諸世間人畏懼病魔等的傷害而皈依三寶，或就直接所示道次第而言，也有上中下三士各自不同的皈依之因。

此處則與共下士道修心的階段聯繫：比如，悠閒地住在自己家裏時，不會動念尋找護送者，同樣，唯追求今世的榮華，除此之外，全不考慮黑業果，連“自己或墮入惡趣”的疑心都無之人，不會生起至誠之心：“祈求稀世三寶作為救護後世怖畏的親友”。若自己背井離鄉，漂泊遠方時，並且聽到深仇大恨的怨敵守候在某個必經的要道，自己就會惶恐不安，自然生起尋求大力救護者之心。

如是，在往昔所積無量罪惡之上，今世又積集眾多嚴重的罪墮，此由經驗證成。故死之後，定會立即投生惡趣，而且生彼之後，痛苦不堪忍受。通過思惟此理，若生起一種非造作的恐懼之心，則自然發生“尋求從彼救護的皈依處”之欲。迫於敵害者，當遇到一位定能護送的官員時，若確信“此能救護”，則毫不猶豫懸念於彼，哀告：“我的苦樂，您全知曉！”從而乞求救護怖畏。同樣，詳加思惟三寶功德，若有深忍之信：“確定能救護有寂一切怖畏！”執三寶為究竟皈依，則能生起非造作的皈依，祈請三寶為救度怖畏的親友。

是故，自己畏懼惡趣之苦，並且深信三寶具有從中救護的能力，二者是此處不可缺少的皈依之因。

己二、如何皈依之理

在加行祈請之後，如學處時所說皈依功德，以及不皈依的過患，廣略適中地修習。思惟惡趣之苦與皈依法類二者，應結合起來修，故修苦功德、皈依功德等，若一系列地思惟亦可。欲使皈依達到扼要，猶賴於細加修習二因，故當如是思惟：我們從無始以來至現在，不管受生多少，都因時常串習煩惱品之力，由彼發起，任運專注地積集惡業；而由善知識之恩，僅得這次在表面樣子上，心朝向對治品，故而所行諸善，勢力微弱，所造任何不善都勢力強大、具足支分，並且數量極多。假如墮入地獄，其中的處所、身量、痛苦差別、壽量，不管從哪方面思惟，都不堪忍受其苦。如是思惟，如前所說而修，務必令生起恐懼之心。

若已投生惡趣，諸佛菩薩雖悲心垂視不捨，然由自己的惡業覆蔽，仍無法施以救拔，儘是不可思議的痛苦與恐怖景象，除此之外，根本不會呈現有救護的跡象。彼時，無人教導取苦為道而皈依三寶之理，即便有人教導，亦不了知，除了發出哀嚎之聲，實在無計可施，必須無奈忍受痛苦。因此，在自己手握所有利害苦樂選擇權的此時，必須獲得令心安穩的把握，然由於自己無任何能力，就需要依靠稀世三寶，佔據險要地勢^{最低限度得人}。彼復依賴細加思惟三寶功德，從中獲得定解。

天增上之身、
不復墮入惡趣

此中分三：庚一、識別皈依境；庚二、思惟功德；

庚三、歸納諸特法而修習之理。

初者，如善知識博朵瓦大士打比喻說，從強大怖畏中救護低賤弱勢者的至尊，必須如權傾天下的大國王，若像取水僕女，則不堪託付。除三寶之外，其他所傳稱的救護處，誰亦不能救護輪迴與惡趣怖畏。其中理由者，謂普通人雖執世間鬼神為救護，然諸非人之智既不知明後天發生怎樣的苦樂，而且當

他們自身死亡降臨時，其能力亦不能稍微延長氣息，況且又無悲心，歡喜時雖似乎做些利益，但當忿怒時，會進行奪命等種種傷害。他們自己尚屬於餓鬼、畜生之列，未解脫惡趣之苦，豈能救護他人出離惡趣？諸外道眾雖執著大自在天、遍入天、日月等為救護，然而彼等諸天不由自主，受制於邪見等，三毒無稍減少，就功德而言，一切外道天的功德全部聚在一起，亦不及一位預流聖者功德的百、千分之一，此乃經中所說。他們自身住於惡趣之因，並且尚未解脫生死束縛，如何能救護他人出離惡趣之怖？因此，從輪迴、惡趣怖畏中救拔我們的無欺救護處，唯是三寶——諸過永盡、淨德悉圓，斷證究竟為體的佛世尊；從相應見斷、修斷解脫的清淨諦自性法寶；心續上具有此種滅道的聖補特伽羅。

當解說此等宜為救護處的理由：

僅聞其名，亦極稀有，何況依為救護，善根之深厚，更何待言？總的說來，為去除某一種如人或非人的傷害怖畏，而皈依某一位佛菩薩聲聞，亦無不可。多康有人被老虎叼走時，由於他皈依大悲觀音，老虎即刻把他放在地上，環視片刻便呼嘯而去。當夜又伺機加害航行大海的眾多商人時，由皈依富樓那尊者，從而擺脫怖畏，以如是等典故亦能了知。然而，為成就解脫、一切智果位，救護處定須三寶齊全。比如，身患重病，治療期間，只有藥物、醫生、護士三者中的任一者，都是不行的，必須具足三者。同樣，為息二障重疾，證得永樂之位，必須具足三寶：宣說去除雜染病方便之佛陀、正方便之法、修習方便之助伴僧。

如《攝抉擇分》宣說六種差別時，甚是清楚。皈依者隨念三寶內部相互間的諸種體性功德，以如是等意樂、加行二者於三寶，各有不同的行事之理；並且依此，三寶事業趣入之理亦有差別。故而，只要希求解脫，依止齊全的三寶極為重要。是故，從今為始，一切生世，無論如何都誓願執三寶作為頂上莊嚴，不稍鬆懈！祈請上師勝天加持能如是而行。

如是祈請而修，下諸階段悉同。

庚二、思惟功德：

依佛子博朵瓦大士說，由思量聲聞、菩薩功德而修佛功德。從小功德漸次思惟，易生定解。

故其中分三：辛一、聲緣功德；辛二、菩薩功德；

辛三、佛功德。

初者，若如實通達生死三苦性相，心生厭離，為利一己，對希求解脫之心，產生非造作的覺受，即說是“進入聲聞資糧道”。據說從此之後，一切生世，皆能獲得十種圓滿美飾的妙身；於捨俗出家，並且殷重修行，不待功用而生起強烈的希欲；由具足六支的淨戒故，微細罪墮亦不令沾染；由串習緣對治品的正念之力，多不放任六根馳散於令生貪瞋等的六境；即使偶爾根境會合，將生煩惱時，亦不甘接受，而依對治法加以遮止；為增長斷除二邊的梵行，飲食知量而行；白晝、夜晚前後分修習瑜伽階段，以及其他行走坐臥一切威儀，以正知攝持三門行為，遮止非理，任何作為，皆有意義；從具相善知識處，善加聽聞正法三藏詞義，並以四種正理數數思惟所聞之義；斷除內外障礙，盡所有物，施予勝劣福田；具足從信敬大師等乃至善妙間的沙門莊嚴，增長如是十三種菩提資糧。隨念不淨、出入息的三摩地，四念處、四正斷、四神足，由修習如是前三組清淨品之力，壓伏常樂我淨之執及貪瞋等煩惱，故於任何三有榮華，不生希冀，專注清淨品；為成自他利益，於變化等亦能隨心所欲；五種神通，亦相應具有。如其所說，下中上品聲聞資糧道階段，已具有極其廣大的斷證功德。

加行道時，不僅一切資糧道的功德種類較前更為超勝，而且在煖、頂、忍、世第一法的各各階段，漸次獲得緣四諦真如的殊勝修所生慧，故於無常、苦、空、無我等行相義總，出生殊勝光明，倍復增長；嚴厲懾服諸顛倒趣入者；獲得五根、五力，有如是等不可思議功德。

若從世第一法升遷到見道，由現見四諦十六行相所攝真如之力，能連根拔除三界見斷煩惱一百一十二種、惡見發起的身語之業、惡趣蘊處界等一切見所斷的種子。如經讚歎說：“見法、得法、了法、證法此四者依次與法忍、法智、類忍、類智同義；於自己證聖道，越度猶豫；於其他所得殊勝，斷“或不實”的三心二意，故越度懷疑；自己善巧修道，故不依仗他；獲得智信，故於大師教，他不能引；立足四諦，於他人質問及其答復開示，心無怯弱，故於諸法，獲得無畏。”因為證得八種聖者特法，故成僧寶。

然後，為摧毀俱生煩惱的種子，現證真如之後，由長期串習，若生起上上品修斷煩惱障的正對治，即安立為證得修道。就漸斷所斷者而言，如是從上品漸次斷除欲地所攝九品修斷煩惱，乃至漸次斷除有頂九品煩惱之間，依次生起八十一品修斷煩惱的正對治，若證得以最後金剛喻定引生的解脫道，即現證永樂不死之位。

諸頓斷者同時斷三界九地九種上上品修斷煩惱，如是說從九種上中品乃至九種下下品間，一旦斷除，即同時斷。

所稱“四果”，也是斷盡見斷三結，就此分而立預流果；斷除六品以下的修斷欲界煩惱，立一來果；盡斷欲惑，立不來果；斷盡上界修斷煩惱，就此分而立為阿羅漢果。

心續上具有彼彼果，說為“果”；為證彼等果，正躬自精進，說為“向”。

在見修階段，依次獲得七覺支、八正道；也具有將要談及的相應功德類。

諸阿羅漢擁有不可思議功德：以不動有法、俱解脫阿羅漢為例，由無諍無惑三摩地，遮止自己作為他人煩惱的所緣緣；以願智如實觀見三世所攝諸隱蔽法，而能授記；以八解脫、八勝處、十遍處之力，隨欲變化妙惡大小種種色、收放地水等周遍一切世間、來去虛空等，如是能自在示現不可言詮、不可思議神變莊嚴；由具有六神通，現前了知無邊世界一切粗細聲色；如實觀見往世宿緣深厚的化機現在何處，即以神變到達彼處，

一變成多，多變成一，或顯現或隱沒，身體徑直穿過牆壁及山嶽；鑽地遁行、凌波漫步；空中做四威儀；伸手捫摸日月等，以眾多離奇神變，善加引發諸化機的欲求心，應其根機及勝解，開示全圓、無誤的解脫法，令成熟、解脫。以四無礙解之力，於所說諸法之名、自共相、不同方言、實有假有等體性行相的分類，無有滯礙，斷諸有情之疑，令心滿意足；由修四無量，除有情苦、成辦其樂，任做多少事亦不厭倦，有如是等上下對法中所說共聲聞、共凡夫的諸多功德類。另外，就證得盡智、無生智³²菩提的功德而言，如諸經中廣為宣說：“滅煩惱阿羅漢，以對治法盡除諸漏已盡，以三學成辦解脫等，諸應作已作，杜多功德等，諸該所作已辦，斷除蘊擔、煩惱擔、誓願擔、精進擔捨諸重擔，於世尊後，獲得證涅槃、斷煩惱的自利逮得已利，以聖道盡除瞋等九結盡諸有結，……。”故阿羅漢所擁有的一切功德，豈是我輩所能思量、言詮之境？

從過去的典故亦能了知：二勝前往觀看地獄趣時，聖者舍利子以勝解三摩地變化出大水，充滿一切熱地獄處，暫時息滅諸地獄有情之苦；在建造祇園精舍時，聖者舍利子施大神變折服諸外道明咒成就者以及詭計多端者，為說正法，漸次度化，直至令證得阿羅漢果。歡喜、近喜龍王的眷屬於波斯匿王頭上，降下種種利器之雨，聖者目犍連加持成花雨懸在空中而救護怖畏；大師涅槃後，南方一成就神變的外道與聖者阿難二者比賽法力時，對方變化出四寶山及園林等。聖者則變化出許多暴怒的大象以及金剛劍雨，摧毀無餘；同時現出五百身體莊嚴，皆發光下雨，於虛空中，行四威儀等，做出種種離奇神變，令在場大眾生起極大信心，並為宣說正法，七日之內，諸外道為首的八萬眾見諦證果；聖者“日中”以種種神變調伏克什境的龍眾。它們立誓供獻一跏趺所覆之地。聖者變化一跏趺覆蓋克什九境的一切地方，並授記此克什境是隨順毗鉢舍那之

³²《俱舍》中說：“智於四聖諦，知我已知等，不應更知等，如次盡無生。”《聲聞地》說是了知煩惱因窮盡之智，以及了知由於因盡，後不生苦之智。《集論》亦多與此相順。

處，宣說了必須布施之理。聖者為彼境大眾開示正法，證得相應四果者逾數十萬。

大師授記為無相佛的聖者近隱，在舞者勇士經堂，為諸眷屬開示妙法時，魔王波旬在城中降下各種所需物資之雨，並以眾多天界舞者的相貌唱著美妙動聽的歌音。當所有眷屬都去觀賞奇景時，聖者為諸位舞者各掛上一副花鬘，加持波旬及其眷屬的身體即刻變得極其醜陋，衰老不堪，頭或頸上垂持著腐爛的人屍或狗屍，乍見之下，令人作嘔。在數番回答後，魔隱身不現。彼時，聖者為四方雲集的人們，於七日之內，開示妙法，見諦者達一百八十萬。有一岩窟，長寬高分別是十八、十二、六肘。若有一位依聖者近隱的教授，證得阿羅漢者，即丟入一支四指長木條，某時岩窟被那種木條塞滿，沒有空隙。以此為例，據說聖者近隱利益眾生事業等同如來。如是等等，如我們這樣的劣慧者去思惟，實在無法區分與佛功德的差別。諸阿羅漢成就二利的行傳，難以度量。

如諸經中，極其詳盡地宣說薄伽梵與聲聞獨覺的功德勝劣，雖屬事實，然而觀待如我般鑽入惑業網罟者，諸阿羅漢決定應是究竟的救護處，因為已盡斷無始以來串習的煩惱種，已解脫生死相續的輪迴怖畏；洞悉解脫三有怖畏的全圓、無誤方便；不墮貪瞋品，悲心遍及一切有情，不分遠近親疏；能成辦他利，彼復觀見尚仰賴自己，從而不待是否曾利益自己，普利一切，完備如是等一切功德故。

因此，現在大部分自認為聰慧者，如因偏執大乘，說“諸聲聞獨覺是劣乘者”而加以輕蔑。而在此時，我卻由於善知識的恩德，能思及聖眾的少分功德，確有賢善福緣，故願從今以後，乃至一切生世，執取此諸阿羅漢作為我永久的救護！如是觀修。

此處因恐文繁，略述聲聞功德如上，若欲廣解，應詳細研習《聲聞地》、上下對法等諸大論，便可了然於心。

普稱為麟喻獨覺、大小部行獨覺者，乃至一生間隔，唯進修資糧道，或生起加行道忍位以下，或隨類相應地證得初果、二果，雖有如是差別，不管三者中的哪一類，皆生起非造作之心：“希欲不待師教而證得所求菩提！”從此之後，於百大劫中，令應化世間之佛歡喜，積集無邊資糧；親近善士；聽聞正法；如理作意等，以成熟心續；善巧於所善巧事——蘊、處、界、緣起、處非處、四諦如是六法；最後有於無佛出世之土，生為三洲丈夫身，出家圓戒，以如觀見寒林骨骸之緣，深思：“此骨從何而生？”通達緣起流轉、還滅之義，修習三十七菩提分法，進趣餘道，斷盡諸惑，現證甘露位。他們不管住於村落城鎮何處，皆是嚴守身行、都攝諸根、安住正念，而往村落等乞食；攝受化機時，由於往昔福願之力，乍見身形，即令其心續上生起通達十善、無我等增上生、決定勝之道；為遮止嫌恨，以多種神變，令對方心生樂欲，植勝善根，由如是等門利益他人。《菩薩地》說，聲聞、緣覺二者總道自性相同，故諸共同功德，如前已說。若依龍樹阿闍黎的無謬意趣，承許聲緣諸聖者悉是現見離邊真如的中觀大瑜伽師，故已無倒洞悉二諦；並且依此而發生的功德，亦當思惟，若通達此等扼要，則過去與後來某些傳稱為智者的人，把入聲聞道與說聲聞宗二者混為一談，進而誹謗恰似金山般的阿羅漢，這般嚴重罪墮之門，當自行關閉！

有些經說，聲緣無悲心，只是少分利益眾生。這也是觀待菩薩荷擔利他重擔的悲心，顯得低劣；觀待諸佛及大菩薩的利他事業，顯得利生微小之義，而不可誤解為它義。因為《海慧請問經》說，不忍一切有情為苦所迫之悲心，等同見到獨子墜入不淨坑的母親心量，聲緣亦有；諸阿羅漢如何行持利生的情形，以前所說為例，正量經教中廣為記載，其中之義，如言承許，不能引為他解故。

辛二、菩薩功德：

飽受痛苦折磨、匱乏安樂，此般等虛空有情的一切義利，願由我來承擔。有論說若由如是慈悲心作為動機，生起希求無

上菩提的真實意樂，即稱為“佛子大士”，人天一切世間皆應敬禮；發心無間，當下即能淨化無量罪墮、攝集廣大資糧等，獲得無邊功德；特別是受行心之後，縱使昏睡、醉酒等散亂放逸，然量等虛空般的福德，依舊恒常源源不斷地生起。

歷經三無數大劫，直至成佛，始修道時，三十七菩提分、四無量、八解脫等二十一類無漏智，若廣分則為一百四十四種功德所攝全圓現觀種類，以聞思抉擇它們的所緣行相後而修，善加發生覺受之量限，有說例如希望一切有情遠離痛苦的悲心，自然而然地發起，猶如患病獨子的母親心境，於其他有情，亦復如是。

經說上品資糧道時，於根本禪定，成就堅固神通，由此前往十方國土，長久承事無量諸佛；並由法流三摩地之力，從彼等聽聞無邊深廣教授，修持其義，證德如上弦之月，輾轉增長。諸共聲聞功德者，以前文所說，即能了知。

當證得緣諸法諦實空真如的止觀雙運加行道時，煖頂忍世第一法四者，每種分上中下三品。在這些各自階段，諸粗分二現漸趨微細，故於空性義總，以漸漸出生殊勝光明之力，壓伏三十六種貪執能取、所取為諦實的分別心；由醒覺之時，方便智慧的修持堅固之力，即便夢中，亦觀諸法無自性猶如夢境；絕不會生起下劣作意；由見佛、不離佛善根成熟之力，夢中亦見如來於百千眷屬圍繞之中，開演妙法，示現神變；發心為諸有情說法；醒覺、睡夢二者期間，隨念於自佛土斷除惡趣；獲得頂加行的諸相，謂成就諦實語等，能息滅城鎮火災、藥叉對於眾多士夫的傷害；利根菩薩加行道階段，諸獲得不退轉相者，擁有不可言詮的稀有功德，恐繁不錄！

《寶雲經》中說，安住於此地的菩薩，雖還屬於異生類，但卻真正超越一切凡夫之行；所具光輪，照亮十方無邊世界；一一剎那，以神變能穿越無數剎土；勇於荷擔法門無遮供施之施捨；順眾生心，圓滿一切意樂；從惡趣等，救護無邊有情；供養無量諸佛、堪能受持法門；遊戲三摩地、陀羅尼、解脫、

神通等無量功德，譬如轉輪王雖未得天色，卻已超越人色般，此菩薩亦然，雖未得勝義菩薩地，卻已超越一切世間、聲聞及獨覺地。

慮及此等內涵，善知識牛融巴說，若我談及一位加行位菩薩的清淨功德，你都分不清與佛功德的差別。

若證得現見真如的聖道，當獲得無量功德：經說初地一剎那間，能出入百種三摩地；能見百佛聖顏，聽聞妙法；能知彼諸佛加持；能普遍震動百種世界；能往百佛剎；能照明百世界；能以神變成熟百位有情；身壽能住世百劫；能以清淨智觀照過去未來各百劫；為調化機，能開啟百種法門；能示現百身；能於一一身有百位菩薩眷屬圍繞，獲得如是十二類百功德。如是，二地得彼等十二類千功德；三地得十二類十萬功德；四地得十二類百俱胝；五地得十二類千俱胝；六地得十二類百千俱胝；七地得十二類百千那由他俱胝。彼地以上的功德，已不能用俱胝等數來計算，而說以盡剎塵數來計算：八地獲得等同盡十萬三千世界極微塵數的功德；九地獲得盡百萬無數三千世界極微塵數的功德；十地獲得等同盡不可說不可說佛剎極微塵數的功德。

初地通達法界遍行義，乃至第十地通達法性為業自在所依義之間，於各地後得位，漸次獲得於真如引生定解的殊勝情形；十地中每一地修習十波羅蜜多雖相同，然初地獲得布施波羅蜜多修持增上，二地獲得持戒波羅蜜多修持增上……，各地都有增上獲得波羅蜜多功德。如大乘見道無間道能同時斷除一百一十二種三界遍計煩惱障、一百零八種遍計所知障的種子；修道所攝初地乃至十地之間，從上品開始，漸次斷除十六種修斷煩惱、一百零八種修斷所知障的種子，摧毀所斷不順品的功德，輾轉增上。

慮及利他勢力強大，初地菩薩受生統治南瞻部洲的鐵輪王，二地菩薩受生統治四大洲的金輪王，乃至十地菩薩受生淨

居天王。大體上多分受生為人王、天王，只要成就利他，亦示現鳥獸等，應以何身得度者即現何身，如《本生傳》中所說。

另外，登地之時，根本斷除隨惑業自在的生老病死等一切輪迴之苦；並由證得“諸法皆樂三摩地”，縱聚集毒刀火等多麼劇烈的苦惱緣，皆除了樂受，永不發生逼惱；雖未斷盡煩惱，然如被咒、藥所解之毒，永不會發生隨煩惱自在的受生，以及惱害自他等罪過；遠離五種怖畏：無生活資具之怖、無稱頌之怖、死怖、惡趣之怖，以及輪迴中怯懦之怖。

登歡喜地時，多劫之中，以廣大的增上意樂，圓滿承事眾多百千那由他俱胝佛，住持正法；以四攝事成熟無邊有情；善業普皆迴向無上菩提，以如是三因所淨諸善根，極為清淨，如同純金再經烈火的淬煉。

諸上地者，清淨特法，輾轉增上；各地遍淨、徵相差別等功德，不可思議，不可言詮，豈能細說？

下品菩薩資糧道時，獲得第一乃至第三組菩提分法，並且相應地具有部分五眼六通；上品資糧道獲得八解脫等眾多功德，故而為令有情信樂或救護痛苦等，能震動三千世界；光明遍照；收攝山嶽等，約微塵許，或令微塵長大，約須彌山；或城鎮等納入自身；或於虛空之中，做四種威儀等，能隨心所欲地示現種種稀有變化。

較彼等加行道、見道位更為超勝，並且登大地之時，能變化傘蓋幡幢旗鬘等，眾多供品種類遍滿虛空、大地，供養諸佛；化現盡所有富貴、貧賤、平凡的有情身形，最大限度地利益有情，令趣入隨應各自信解之乘門；亦變化衣食臥具房舍等外在必需種種資具，饒益有情；菩薩右手掌心或眉間，放出令人愉悅之光，勸勉諸有情，令於三寶獲得堅固信；以見則善妙之光勸勉，令發心大菩提；以慧炬之光勸勉，令通達無自性；以具施之光，令諸慳吝者，樂善好施；以普無熱惱之光，令諸壞戒者，嚴守淨戒等。經中直接開示四十五種光明，以此為例，經說一一毛孔放射恒河沙數光明。變化無量諸佛，海會菩

薩眷屬圍繞，一跏趺即能遍佈量等三千界的蓮花，成熟、解脫無邊有情等。經說菩薩一切功德，縱使諸佛多劫宣說，亦無窮盡。故而，顯然像我們這樣的心境，不能容納，然而，若僅是勝解諸菩薩安住於資糧田，卻不尋伺有著怎樣的功德，則根本不會發生了知彼等之功德，而乞求為救護怖畏之依怙。故應依諸大論之義，廣為淨修，或最低限度，僅此粗略內容，亦當數數思惟，極為重要！

若樂廣者，大地階段，依於禪定，對於捨身受身，如所願幾許而住世，獲得自在的身淨；對於變化先前所無的色等，或轉變已有者，獲得嫻熟自在的受用淨；一一剎那，亦自在而入無數三摩地的心淨；於無量陀羅尼門，獲得自在的智淨——如是獲得四種普淨。

八地菩薩於十種自在、無分別智，獲得自在等。九地菩薩獲得四無礙解，十地菩薩獲得大光明灌頂等。如是依它處所出，細加思惟。

這般菩薩功德雖不可限量，然說若觀待如來功德，二者懸殊，喻如大海與牛跡水。雖則如是，若祈請此諸菩薩為救護處，有眾多不欺誑理由：諸菩薩洞悉趣往一切智的全圓道類，產生無功用覺受，了知一切度脫怖畏方便之理；若了知方便，卻無悲憫，則可能會輕棄。《現觀莊嚴論》本釋說，菩薩淨修發心，輾轉增長，以此為基，道之進展神速。若揣度此言，姑且不說大悲之力，輾轉增長，即由悲憫攝受，必定無疑！悲憫若無能力，亦難救護。依在無邊大劫之中串修的福德力、神通解脫勝處等三昧力、宏大願力等，隨所希願，即能成就自他圓滿二利，具有如是殊勝威神力，故能救脫怖畏。因此，乃至未渡到輪迴大海彼岸期間，猛厲持久的不可思議之苦，必須無奈地感受，祈請救度此等怖畏的依怙、至親之境，唯是此諸佛菩薩。從今乃至一切生世，唯願慈悲之鉤永不棄捨！如是盡力地激勵悲心！

另外，世尊往昔於學道位，生為商主“大精進”，一次當航至海中船體破碎時，為了救護五位下屬商人，以利劍自殺，令諸商人拽著他的身體得以脫險；當生為帝釋“妙目”時，南瞻部洲的人們受著種種疾疫的折磨，遂如願受生為“古熱”城附近的動物“善順”。空中諸天宣唱若誰吃了動物“善順”之肉，當會脫離病苦。不管從四面八方雲集的病人們吃了多少它的肉，其肉受到加持，都無窮盡，從而治癒疾病。最後現帝釋形，皆安置於善法！當生為猴王，國王的軍隊向猴群射來如雨點般的亂箭時，猴王從樹頂跳到對面的山崖邊，用結實的繩子把自己的腳綁在山崖上，再跳回到一棵“那雅卓達”樹的枝端，並緊緊抓住不放，以身體作為橋，令群猴從身橋上得以逃生，而自己卻捨棄了生命。曾為王子“救度一切”時，由於向其他東印王所派的婆羅門，施捨了一頭象王，而被驅逐出家鄉。王子在路途之中，把車乘甚至子女王妃，都毫無怯弱地捨給乞討者。曾為“大心力”時，捨身飼虎，以解饑餓。生為商主“妙度”時，依戒除殺生的諦實，救護諸商人得免陷入茫茫大海之怖。如是等等，當對如來往昔諸生世中，為學六度，如何行持難行的傳記，隨自智慧，善加思惟其中的部分內容。三世其他佛子亦皆是依這般學道之理而成就菩提。此諸菩薩不雜絲毫私欲，唯成辦他利，故當究竟成就二利，實在至極稀有！若如是數數修習，則自會有隨念佛因功德、隨念菩薩僧功德二者。此乃博朵瓦大士所說。帝釋、非天羅睺、丹布熱^毘_毘之妻韻音女等世間者的功德，尚且極為稀有，菩薩功德，更何待言？如是思惟。

《藍色手冊釋》中說，對於菩薩之德，亦應由思量勝解行菩薩的功德，以了知登地者的功德；並復應由下下功德，以了知諸上者功德。此言是大竅訣。故竭盡慧力，如是思惟，顯得極其重要！若樂廣者，如諸教法史書中所說，聖境大乘最初的五百阿闍黎及龍樹、無著父子等；藏地祖孫三法王³³、堪布阿闍

³³吐蕃王松贊干布、赤松德贊及赤祖德贊。

黎³⁴、大上師貢巴熱薩、覺仲父子³⁵、三兄弟³⁶、朗霞³⁷、至尊父子等盡所有的菩薩應化而來，亦當思量他們的豐功偉業、馨德懿行，盡力地增長信心！

由於憂慮內容過多，導致劣慧者生起懈怠，故而只是略示，未敢廣開。若欲詳知菩薩功德，唯當從《大方廣》等經、二莊嚴論、《菩薩地》、《本生傳》、《集學論》、《入行論》等大論中尋求。

辛三、佛之功德，分類雖然眾多，從身語意事業四門作思惟：壬一、身功德；壬二、語功德；壬三、意功德；

壬四、事業功德

初者：身體功德妙相、隨好者：手掌足底處有金輪，圓滿具足千輻、軸心、輪輞，猶如印章浮刻圖案，極為鮮明；雙足底肌肉豐滿無稍凹陷，能均勻地立於地面，等似龜腹；手足諸指從第一指節開始，指間無有間隙疏落，指環等飾物亦能配戴之網縵相連，猶如鵝王，如是等為三十二大丈夫相。手足指甲如赤銅色般紅潤、光澤等八十隨好普皆嚴飾之妙身，成為一切眾生眼中甘露，乍一瞻視，即能深植殊勝解脫之種，其中情形，依經所說即能了知。如經典說，由見如來身、聞如來語，皆當具有涅槃之緣份；甚至足下蟲蟻亦能具有七晝夜的勝樂，死已生天。

諸轉輪王及登地菩薩，亦僅有隨順相好，但佛之相好，不順品得以徹底清淨，端嚴、明顯之特法圓滿，因而更加超勝彼等。就因而言，《寶鬘論》中說，十倍於一切聲聞、世間人的福德，才感得佛一毛孔；百倍於成就一切毛孔的福德，才感得

³⁴堪布靜命論師、阿闍黎蓮花生大師。

³⁵阿底峽尊者、仲敦巴。

³⁶噶當派博朵瓦、京俄瓦、普瓊瓦。

³⁷朗日塘巴、霞熱瓦。

佛一隨好，如是等輾轉倍增，無有邊際。如此所說，僅是於所化眾心中，有所瞭解其量而已。實際情況者，則是於三大阿僧祇劫，串修與智慧雙運的福德資糧，其主要功績，即是成就諸種相好。故眾多智者認為，不能限定其量說“僅有此等因”。迎送師長等是手足輪相之因；正受律儀，誓願堅固，立為足底平整之因，如是等等，說諸相各有其因，義謂那些因是彼彼相的主因，故無相違。

若如是，佛之功德，不管從哪一部分來思惟，都唯如虛空般，無有邊際。姑且不說其因乃三無數劫的廣大資糧情形，《人生信力手印經》說，相好各自的體性亦是遍觀一切種相的智慧自性之色，故每種妙相、隨好都現見一切所知。在無邊十方剎土，或示現誕生，或在其他剎土示現成就菩提，或大轉法輪，或學修菩薩行，或示現涅槃，如是等難以數計，如幻術般同時示現種種身莊嚴，以應機而作調伏的事業，成熟解脫諸有情。《入中論》說，如是一毛孔中，即能清楚顯現三世一切佛身、國土莊嚴及一切有學道大行。

律經說，婆羅門“旺沃”為了一睹世尊身量，攀到高山之巔定睛看時，世尊身量反而越來越高，還是只能仰視。《不可思議秘密經》說，有菩薩“謝強”從東方佛剎“札德”來到此土，為觀佛身量，變化自身高達八萬四千由旬時，佛身量卻變成數十萬由旬，無法見到，遂施神變，向上方穿越百俱胝恒河沙佛土，到達安住“具蓮”國土的蓮花吉祥王藏佛前，亦不能觀見頂髻端，返回來後，心悅誠服，讚頌如來！如是所說，佛身秘密不可思議功德，慧劣如我者豈能如實思惟、窺其堂奧？妙相隨好的認識，稍顯容易，而且隨念佛陀亦很必要，故若詳加列舉甚善，然恐文繁，故而不書，應從《現觀莊嚴論》本釋等中了知。

王二、語功德者：隨應諸化機根機，令各自心續上，善根未生者生，已生者增長廣大，故佛語調柔或堪能；乍經耳聞即令聽者心意安樂，故佛語柔軟；開示二諦、緣起等妙義，故語悅意；宣說天及聖者語句，字句美妙，故契合心意，如是等六

十四支韻音語諸功德，僅於一小段語言，亦圓滿具足；尤其即便如來只說一語，亦圓具一切聲，聚為眷屬的天龍人畜等，順應眾生各自之語，隨類得解。當開示如無常的一義時，眷屬中的各各化機，隨自信解，而悟入苦、無我等義，而不會解成他義，令一切根機心滿意足。由於具有如是功德，故《諦者品》說，世界盡所有有情同時請問完全不同的問題，亦能以一種音聲回答一切疑問。

《不可思議秘密經》說，妙相隨好，甚至毛孔在內的一切身分，皆於無分別中，隨應不可數計的化機根機，發妙法音；世尊安住靈鷲山時，聖者目犍連為了觀見佛語的傳播距離，施展神變，向此土西方穿越一個四洲世界，然仍清楚聽聞，復依佛及自己的神變之力，向西方穿越盡九十九恒河沙佛土，到達“光明王佛”的國土“光明幢”，仍如佛前聽聞得那麼清晰。如其所說，如來語諸秘密功德，唯是不可思議、不可言詮。

總之，如以神變，雖能起信，然去除生老所有苦疾、得到現前究竟安樂的最勝方便，即是語事業，故應該由衷地發起信心！

了知六十支韻音語的諸差別，極為重要，故應閱讀如《般若二萬頌光明論》、《正理疏》的大論，或最低限度也應看第七世法王所著《讚雲釋》。

壬三、意功德，分二：癸一、智功德者；癸二、悲功德者

初者，二十一類無漏智³⁸各自的體性、作用，是極稀有之處，尤其佛不共功德類中，知處與非處之智、知業與異熟之智、知靜慮解脫之智、知根勝劣之智、知種種勝解之智、知十

³⁸二十一類無漏智：1、三十七菩提分；2、四梵住；3、八解脫；4、九次第等至；5、十遍處；6、八勝處；7、無煩惱三摩地；8、知願處智；9、六神通；10、四無礙解；11、四清淨；12、十自在；13、十力；14、四無畏；15、三無護；16、三念住；17、念無失性；18、永斷習氣；19、大悲；20、十八不共法；21、一切種智。

八界分類等之智、知趣往一切有寂道之智、知憶念宿世之智、知生死之智、知漏盡之智，如是十力諸功德³⁹。概而言之，在次序階段，如《菩薩地》所說，世尊如實了知因果建立：隨順因發生苦樂果等，不從不順因生；亦了知無邊有情的根性勝劣、種種勝解、隨眠如何；亦了知彼諸有情遭受著惑業以及怎樣的痛苦種類所煎熬，並了知救度怖畏之時機；復了知救護的方便，能成辦增上生的止惡行善，以及靜慮等持等，成就決定勝三乘菩提的圓滿道，特別是捨離常斷二邊的中觀道及支分；亦無有滯礙地了知依彼方便所成就的勝劣乘二種涅槃，故有大力戰勝欺誑方便之魔、欺誑救護之魔等一切不順品，如是功德，誰亦不能比擬！

另外，無如法責難者的四種無畏者：自利方面，明言獲得現前了知一切法的證圓滿無所畏、明言獲得無餘障盡的斷圓滿無所畏；他利方面，說貪等解脫之障礙法無所畏、說基智等為解脫道無所畏。⁴⁰

究竟智所攝三念住：說法之時，於諸眷屬恭敬聽聞者、不敬者、二者混雜而住者，盡斷貪、瞋、愛恨交織之情。

³⁹如來之十力也。一、知覺處非處智力，處者道理之義，知物之道理非道理之智力也。二、知三世業報智力，知一切眾生三世因果業報之智力也。三、知諸禪解脫三昧智力，知諸禪定及八解脫三三昧之智力也。四、知諸根勝劣智力，知眾生根性之勝劣與得果大小之智力。五、知種種解智力，知一切眾生種種知解之智力也。六、知種種界智力，於世間眾生種種境界不同而如實普知之智力也。七、知一切至所道智力，如五戒十善之行至人間天上八正道之無漏法至涅槃等，各知其行因所至也。八、知天眼無礙智力，以天眼見眾生生死及善惡業緣無障礙之智力也。九、知宿命無漏智力，知眾生宿命又知無漏涅槃之智力也。十、知永斷習氣智力，於一切妄惑餘氣，永斷不生能如實知之智力也。出智度論二十五，俱舍論二十九。出自丁福保《佛學大辭典》。

⁴⁰一、一切智無所畏，佛於大眾中明言我為一切智人而無畏心也。二、漏盡無所畏，佛於大眾中明言我斷盡一切煩惱而無畏心也。三、說障道無所畏，佛於大眾中說惑業等諸障法而無畏心也。四、說盡苦道無所畏，佛於大眾中說戒定慧等諸盡苦之正道而無畏心也。見智度論二十五、法界次第下之下。出自丁福保《佛學大辭典》。

三不護者：不會擔憂他人了知三門之過，而刻意隱藏已過不令人知。

身語事業趣入利他，一切時安住正念，無忘失法性。正滅盡煩惱、所知障習氣。晝夜六時恒不間斷地觀照一切士夫：“誰已成熟，誰未成熟？誰為增上生器，誰為決定勝器？”從而常懷垂念成辦其利益之大悲心。

小乘阿羅漢會發生的六過中，雲遊乞食時，如大象犬蛇等施加傷害，或於曠野靜地，如遇盜賊、猛虎等的怖畏，佛無身行失宜的錯亂；無如是嘈雜語失：如於曠野靜地，迷失道路，而高聲呼叫，或如由習氣之故，失聲大笑；無如是失念：由忘念而導致事務遺漏，或如貽誤時機；或入定或出定，一切時中，心無不等持於空性之義；無如是異想：執輪迴不順品自體成就，及執涅槃寂靜自體成就；無如是等捨：不各各觀察教化有情之時等，輕棄其利益，如是為行所攝六種不共法。

於慈心、悲心、利益有情等，恒常不斷地發生樂欲；為一有情，亦發精進，歡喜前赴超過恒河沙數佛土之處；正念常時不忘一切有情心行及調伏彼的方便等；平等安住諸法實相三摩地；智慧了知而宣說相宜的八萬四千法蘊，作為所化機煩惱行的對治法；盡斷一切障的諸解脫不失壞，如是為證所攝六種不共法。

放光、四威儀等身事業；隨應有情信解，而說法的語事業；具有大慈大悲的意事業，妙智前行，隨行妙智，如是為事業所攝三種不共法。無滯無礙地現前了知過去、未來、現在發生的一切所知，如是妙智所攝三種不共法。如是為佛十八不共法⁴¹。

⁴¹是限於佛之十八種功德法也。限於佛而不共同於其他二乘菩薩，故云不共法：一、身無失，佛自無量劫以來，常用戒定慧智慧慈悲，以修其身，此功德滿足之故，一切煩惱皆盡，是名身無失。二、口無失，佛具無量之智慧辯才，所說

現前觀見蘊處界所攝一切法的一切種智等無上稀有殊勝功德，無有邊際，佛悉具有。

若就劣慧者易解而言，《授記死歿經》說，有位名叫釋迦喜生的人去世後，陰魂又現形說：“給我些衣鞋！”親友們依言照辦。佛陀說，這樣不能利益亡者，只是藥叉“欲劫財”、乾達婆“能遍”變化成死者的樣子而來。但大家都不相信，為令他們生信，佛命釋迦族每家各帶一個米袋來，內放各家的名片。釋迦族人遵命拿來堆在一處，體積龐大約一頭大象的負重。佛陀逐一說出，無一差池，方信佛為一切智。

不僅如此，經說把瞻部洲一切的草木森林焚燒成灰燼，並倒入大海裏，經過長久地攪拌，對於此等微塵，佛陀亦具有毫不混雜而能分辨出來的妙智，指出：“此塵是某地某樹的根

之法隨眾之機宜而使皆得證悟，是名口無失。三、念無失，佛修諸甚深之禪定，心不散亂，於諸法之中心無所著，得第一義之安穩，故名念無失。四、無異想，佛於一切眾生平等普度，心無簡擇，是名無異想。五、無不定心，佛之行住坐臥常不離甚深之勝定，是名無不定心。六、無不知已捨，佛於一切諸法皆悉照知而方捨。無有了知一法而不捨者，是名無不知已捨。七、欲無滅，佛具眾善常欲度諸眾生，心無厭足，是名欲無滅。八、精進無滅，佛之身心，精進滿足，常度一切眾生，無有休息，是名精進無滅。九、念無滅，佛三世諸佛之法，一切智慧，相應滿足，無有退轉，是名念無滅。十、慧無滅，佛具一切智慧，無量無際不可盡，故名慧無滅。十一、解脫無滅，佛遠離一切執著，具二種解脫，一者有為解脫，謂無漏智慧相應之解脫也，二者無為解脫，謂一切煩惱淨盡而無餘也。是名解脫無滅。十二、解脫知見無滅，佛於一切解脫中，知見明瞭，分別無礙，是名解脫知見無滅。十三、一切身業隨智慧行，佛現諸勝相調伏眾生，稱於智而演說一切諸法，各使解脫證入，是名一切身業隨智慧行。十四、一切口業隨智慧行，佛以微妙清淨之語隨智而轉，化導利益一切眾生，是名一切口業隨智慧行。十五、一切意業隨智慧行，佛以清淨之意業隨智而轉入於眾生心，為說法而除滅其無明癡惑之膜，是名一切意業隨智慧行。十六、智慧知過去世無礙，佛以智慧照知過去世所有一切，若者眾生法，若者非眾生法，悉能遍知而無礙，是名智慧知過去世無礙。十七、智慧知未來世無礙，佛以智慧照知未來世所有一切，若者眾生法，若者非眾生法，悉能遍知而無礙，是名智慧知未來世無礙。十八、智慧知現在世無礙，佛以智慧照知現在世所有一切，若者眾生法，若者非眾生法，悉能遍知而無礙，是名智慧知現在世無礙。出智度論廿六。出自丁福保《佛學大辭典》。

塵”、“此塵是其他某地某樹的樹尖塵。”亦當從如是所說之門而思惟。

諸登地菩薩只能以根本位、後得位輪換的方式證悟二諦，而不能同時把二諦作為現前境。成佛之後，無滯無礙地同時現前了知如所有、盡所有一切行相；現前觀見，希求解脫者必需的取捨實相，以及輪迴流轉還滅方便，而且已達到究竟，顯然是安立為一切智的主要能立因。

癸二、悲功德者：阿闍黎勇士說，諸有情被惑業所束縛，全無不淪落輪迴的自在；世尊則被希欲解脫眾生惑縛的悲心捆綁著心續，而必須無自在地住於輪迴險處。故較頂禮佛陀本身，最初更宜頂禮大悲心——明知三有之過，卻仍令無自在地住此輪迴險處者。在三無數大劫的時間裏，由於串習大悲達到究竟的原故，諸佛於苦惱有情，不生殊勝悲心者，無有是處，而且被寒熱饑渴等百千苦類折磨的有情，等若虛空，時常而有，故緣彼等的大悲心，亦恒常無間地發生，因為佛無時不知可憐有情的悲慘情形，並且知己亦無時不生悲憫故。

因此，如有些人看到可憐有情時，生起欲其離苦之心，但若彼成了不現在前的隱蔽事，悲憫之情自會消失得無影無蹤。如來悲心較之極其超勝之理，則易了知。大多士夫希求的唯是安樂，然卻極其愚昧於成辦彼的方便，故由猛烈的貪瞋發起，造作殺盜等種種罪惡，自詡為成就一番事業，卻即將跳入地獄大銅鍋中。於如有情，常時生起較前更為強烈的悲心。

壬四、事業功德，分二：癸一、任運成就者

癸二、事業恒不間斷者

初者：一切地面轉成吠琉璃自性，瑩潔光亮，表面呈現出帝釋及眷屬的影像。影像雖無分別之念，然由看到影像，人們發願獲得那般圓滿，並造集福業，從而升天。同樣，相好莊嚴的世尊色身，示現著四種威儀及種種神變，雖無勵力功用的分

別心，然諸有緣眾生依見佛身，發心菩提，並修習六度等，當獲得永樂之位，即是身事業任運成就之理。

在尊勝華宮之上，有諸天福德所感天鼓“持法力”，它於無分別狀態中，自然發出四法印妙音，勸勵諸天行善。如是，佛亦無“當說此法”的分別心，然能隨應化機信解，而宣說無邊法門，即是語事業任運成就之理。

猶如夏季濃雲密佈，無需功用，而普降甘霖，滋潤田中稼禾。諸佛大悲雲，無起心動念的分別心，而普降正法雨，滋潤眾生善稼禾，成就其增上生、決定勝，即是意事業任運成就之理。

另外，還以梵天、日、摩尼寶、回音、虛空、大地為喻，如是九喻宣說佛事業無勵力任運成就，應從《寶性論》中了知！世間凡夫若無三門的勵力功用，就完全不會做事。雖說從八地菩薩起，息滅了說法等的粗分動機功用，自然而然地出生他利，然彼時猶未斷盡發起身語業的微細分別心，趣入任運成就他利的微細違緣，說是所知障品，謂能造集十二支內“無漏業”身語業的微細動機分別心。何時斷除它，則會不待勵力，任運成就他利。眾多大論中數數宣說“任運成就他利時無分別”，顯然是指此義。諸佛事業，不僅不待今生疲苦的身語勤奮，而且即便微細的動機功用亦不觀待，故當化機方面成為法器時，事業當即趣入，不逾分秒，猶如無塵垢的鏡面呈現影像般。佛地雖無動機分別心，卻現前了知身語意一切事業，如是情形，如已說般，故怎宜有這種“若無分別念，或許不會了知”的疑惑？

癸二、事業恒不間斷者：以決定出生究竟佛位之因——菩薩十地，當依次進修故；福智二資是生住增長十地諸殊勝功德之因故。由於從如是圓滿因發生的原故，佛事業恒不間斷。證得它們究竟之果——無上菩提勝位，具足無邊無中、廣大功德故，事業亦恒不間斷。證得菩提後，觀見一切有情皆具如來藏，為了普遍攝受故；普遍攝受的理由，謂必須摧毀障蔽如來

藏的煩惱習氣客塵故；滅障之緣，謂以大悲心於一切時中垂念不捨，而開示大道故，佛事業恒不間斷。

剛才所說菩薩十地、福智二資、大菩提、有情界、煩惱垢、大悲心，六種本義，依次等同大海、日、虛空、庫藏、雲、風之理，當閱讀《寶性論》！

總之，三無數大劫積集資糧，尤其於十地，輾轉增上地修習二資；立誓、發願救度一切有情，從如是等無邊圓滿因中出生。大菩提功德廣大無邊，乃至虛空際，永不間斷。所度有情無有盡際，並觀見彼一切心界自性清淨，知能度化。大悲常時垂顧有情義利，隨應調伏的事業，無有邊際，恒不間斷。因此，易知輪迴未空之間，佛事業恒不間斷。

若善加明瞭佛事業任運成就、恒不間斷的此等扼要，也就不必有這般疑慮：“涅槃後的諸佛或許難以救度他人怖畏？”

“事業或許稍有延誤？”就自己方面，一心虔信而求皈依處，當下無疑即能趣入救護事業。故能定解，唯內緣起聚集重要之理，及救護他人的威力已達究竟。

事業分二：作者自己具有、所作對境具有。初者，即是佛自心續所攝身語意諸大行；後者謂所化心續所攝下至一念善心之善，及其樂果所代表的現前究竟一切圓滿。

此處僅略列出，若欲詳細了知佛陀功德，應當閱讀《寶雲經》、《陀羅尼王請問經》、《賢劫經》、《秘密不可思議經》等佛經，以及《寶性論》、《現觀莊嚴論》本釋、《寶鬘論》、《菩薩地》、《攝抉擇分》、《正理釋論》、《能仁密意莊嚴論》、《百五十頌》、《無邊功德贊》等浩如煙海的論著，從中了知！

《道次第》中，雖然另外專門提到隨念法僧功德，然於此處，由思惟聲緣菩薩諸佛功德而成立之理，亦易了知。

庚三、諸特法匯合一處而修習之理，分二：辛一、正式修法；辛二、其他諸特法攝歸何處之理。

初者，從頂端上師能仁心間放出一切皈依境，無不具足，安住面前虛空的資糧田，如前善加觀想清楚。詳細修習惡趣時所示的任何一種所緣法類，在驚恐畏懼心情未消失的狀態中，如已說佛身語意事業的功德，廣為修習，或細加思惟諸悲智事業，最後如是觀修：

自己未脫怖畏，則無能救他。諸佛不僅斷盡惡趣、輪迴十二支，而且亦斷盡所知障品所攝諸支，故已解脫一切怖畏。由彼之力，安住菩提藏時，波旬魔軍雖放出種種利器之雨，佛陀皆把它們轉成供養物等，挫敗魔軍；調伏野地夜叉，以及“古薩拉”城附近千名羅剎等殘暴的非人；示大神變折服六師外道等；在王舍城，神變降伏綠鬃獅子、大象“護寶”等；長者“華威”設計欲弑殺世尊，挖一火坑，世尊加持轉成花海，飽食摻毒的食物亦無損傷。如是等如經中所說，斷除內外一切怖畏的典故，極其眾多。

若不善巧調伏化機的方便，則難以救護他人，而世尊亦極善巧順應調伏的方便。其中情形，謂一一剎那，盡世界所有的一切化機，應以何身而作調伏，即示現彼身，順應各自的信解而說法等，令獲得當前、久遠的利樂，其理如前已說。

就過去的典故而言，亦有長者“吉祥生”年已百歲，欲捨俗出家，由於善根極劣，聖者舍利子等多位阿羅漢不聽出家，然而佛把他交於目犍連，以眾多善巧方便漸次安置於解脫；堂弟難陀貪戀女色，空耗時日，世尊強令出家，並顯現天界、地獄處等，令修教授，證得阿羅漢；小路根性極鈍，婆羅門師教學“蘇底”，很長時間也學不會。世尊令他擦拭僧眾之鞋，淨化垢障，漸證俱解脫阿羅漢；指鬘受惡師欺惑，七晝夜之內，殺了九百九十九人，罪孽深重，然佛為其開示教授，令起修行，證得涅槃。如是等等，經中所說典故無量無邊。如今也是

不管勝劣怎樣的根性，誰加以修持，無不利益的這般菩提道次第教授，住於世間，亦應見為佛善巧方便的大事業。

若無不計親疏的大悲普運，即便諸苦惱者乞求救護，亦不施救。如現在凡俗之人，得到稍微高些的地位，也只會欺凌、蔑視那些弱勢可憐人，連一句好話都不想說。看看這種世態亦能了知。世尊堪應人天一切世間供養，卻更加悲憫低賤者的情形，唯應是令生勝信之處。長者“具思辨”之子“善來”從一生下來，就發生種種傷害不幸，漸漸人財悉盡，不管到何處，都是不吉祥，導致親友都厭棄他。與他一起討飯的乞丐們都找不到食物，也不要他加入丐群。凡遇見他的人都毆打他，極其可憐。大師賜與鉢中剩飯，令淨化惡業，漸置於阿羅漢果。有位長者生下一個極其醜陋的兒子，稍長成人，就被父母趕出家門，流浪在城鎮的街頭巷尾，時有無知孩童們拳腳相加等。即便在林苑之中，凡見到他的人都驚呼“有鬼啊”，而圍毆不止。因此，他白天只能隱匿起來，到了晚上，才敢在參加盛筵的人們散盡之後，尋找一點丟棄的殘羹冷炙，苟延生命。有一天，佛陀化現為較他還更醜陋的樣子，教他逃跑的方式等，說順心之語，並令其飽餐飲食，最後現出真身為其說法，令漸次證得預流果、阿羅漢果等。有位患病比丘臥床不起，躺於屎尿之中。佛服侍病人等，大悲殷殷，常時垂念苦惱者的典故之多，說之不盡。

若非如是不以財物為喜而以修行令喜，則觀待往昔是否曾饒益財物者，不堪作為一切的救護，然而佛陀由盡斷煩惱習氣，根本不會視怨親而有遠近之別，或僅在意其財物。提婆達多於佛陀造下許多悖逆行為，後以攀比心，吃下三十二兩藥酥，並喝下稀糞，導致消化不良，劇痛得翻滾在地。世尊從靈鷲山岩洞中舒手摩其頭頂，並說“願由慈心平等對待羅睺羅與提婆達多二者的諦實力……”，令其解除病苦。由如是等亦能了知。

因此，當思：“諸佛實是希求解脫者的無上皈依處！”菩薩的慈悲力功德，以及聲緣具有堪皈依的四因之理，如已說般而修。

我們即將一腳踏入三惡趣懸崖，極堪怖畏，卻有著具有如是功德的諸佛佛子作為我們的怙主，福緣極其賢善。然而，就自己方面，緣起若未安排好，亦難有救護的方便，故虔心歸投三寶，執為救護至極重要！是故，從今為始，乃至菩提之間，除了祈求面前安住的皈依境——您們作為救護一切怖畏的依怙之外，不再尋求三寶之外的其他任何皈依處。故而，或苦或樂，或高或低，三寶自知！如是猛厲祈請！並且儘量多地念誦“皈依上師本尊三寶”，同時，修習甘露降淨之法，如前類推！

對於諸佛菩薩聲緣諸功德，當輪換著詳修其中一法時，應知它法略攝之理。每一類所緣法類之後，定當保持內心的轉變：“祈請作為救護怖畏的依怙！”

若信解略法，亦可如是思惟：過去，在自己的親朋好友謝世時，若我也死去，投生為山羊、綿羊之類的畜生，現在已落入屠夫之手，不管受盡多少磨難，亦只有無奈忍受，除此之外，豈知依彼怖畏而皈依稀世三寶？幸而在未死之際，今天能依止這樣無欺的皈依處，福緣何其賢善！

此諸皈依境的妙智，現前觀見盡所有所救物件苦惱有情、從何處救護的痛苦差別，以及能施救護的一切方便。故若一心皈命，至誠祈請，彼等無不知曉！

哀憫大悲常時垂念饒益苦及苦因所惱一切有情，如母慈愛獨子，故亦不會明知而捨棄。

威力事業者，並非只是精勤救一有情，卻剩餘其他有情，而是若必須同時救護一切有情，事業在任運成就方面，其威力亦不減弱。故亦不必有此疑慮：“不能毫不逾時地救護諸有緣者置於成熟解脫吧？”因此，從此生之後，乃至一切生世，唯

乞寄望三寶，祈請救護自他一切有情當前的十不善、惡趣之苦，以及究竟生生死死連綿不斷的怖畏！如是勸發悲心甚善！

辛二、其他諸特法攝歸何處之理：

如是詳思三寶功德的範圍裏，已含攝了知三寶內部各自的差別，其理易知。承許與不言有餘二者修法，在略攝階段已有。

依知修行差別，如何實踐之理者，在《攝抉擇分》所出第一組四種學處時清楚明瞭；承許與不言有餘的實踐亦當於應遮學處、共同學處時談及。

己三、皈依後所學次第，分二：庚一、《攝抉擇分》所出；庚二、教授所出。

初有二組四種學處，初組者，欲依佛為皈依導師，與此相順，諸初業者應如理依止開示所修之道的善知識；發願現證正皈依的涅槃法，與此相順，聽聞所修之法經典等；作意能遮煩惱的所緣；欲依止已步入解脫道的僧眾，與此相順，學習與希求所修解脫者同一行持。

第二組四種學處者：守護諸根遮遣令生煩惱之境；隨力受持佛制學處；悲心不害有情；晝夜各各時段精進供養三寶。想來前初三種屬於皈依法的學處，最後一種屬於共同學處。

庚二、教授所出，分二：辛一、各別學處；辛二、共同學處。辛一分二：壬一、應遮之學處有三；壬二、應修之學處有三

壬一、應遮之學處有三：(一)皈依佛境，尚不可執世間天大自在、遍入天等亦為究竟皈依，何況屬於餓鬼部的諸地方鬼神，不可尋求他們作為救護處，自不待言；(二)皈依法境，隨順不害自性之法，斷除傷害有情的意樂、加行，並且不可信賴外道典籍等邪法；(三)皈依僧境，捨棄與諸不信誹謗三寶的外道等親密共處。

壬二、應修之學處有三：(一)對佛陀身像，不管質地、工藝優劣，皆當斷除嘲諷、棄置塵險處等輕毀，應當恭敬如佛；(二)於四句偈以上之法，亦應斷除跨越、放置赤地等不敬，應當敬如法寶；(三)於僅有出家相以上者，絕不可凌辱、謾罵、捶打等，應當敬如聖僧。

辛二、六種共同學處者：

壬一、隨念三寶功德及內部相互差別而數數皈依；

壬二、知一切善聚乃三寶之恩，為報恩故，常時精進供養，亦獻新鮮飲食；

壬三、以悲心亦隨力安置其他諸有情於皈依；

壬四、不管見到怎樣重大的事情或目的，皆當供養三寶、承事僧眾等，成辦善知識仲敦巴所說五種方便中的任一種，捨棄其他苯教禳解靈器等世間方便；

壬五、思惟皈依勝利，晝三次夜三次皈依三寶；

壬六、命難或玩笑故，亦不捨棄而守護三寶。

第五學處時，說“思惟皈依勝利”中的勝利，教授說有八種：

1、入內道佛弟子列：若心續上未生起清淨皈依——至心執三寶為導師等，不管表面怎樣地聞思諸大藏典，或修習知見、生圓次第等，造多少善行，皆不入“住持佛教者”之數。只要生起真實無偽的皈依心，自此之後，在彼攝持下，一切任何的講修，皆成教證二法。因此，佛教入門唯是皈依，離第二門。以彼原故，天喇嘛叔侄歷盡千辛萬苦迎請來阿底峽尊者時，諸藏人雖希望宣說某種甚深密咒法，而尊者隨順化機的心量，只是單一地宣說皈依、業果法類，名號亦被喚作“皈依上師”、“業果上師”。由此盛讚超勝其他善巧成就師的傳記。

2、成為一切戒律的依處：在皈依之因階段，產生希求息滅惡趣輪迴苦涅槃的意樂，並從彼中生起戒律。八種別別解脫戒，最初生起哪一種的依處，定須皈依。後來安住，亦賴不捨皈依。譬如，若無田地，也就不會發生什麼播種、發芽之事。彼等戒律的基礎就像田地般那麼重要。

3、往昔所集諸業障得以減輕、滅盡：三十三天的一位天子發生五死相，見到七日後死去，而投生為豬，不由自主地發生種種哀嚎。帝釋勸他皈依三寶。由皈依之力，得生兜率天。帝釋觀察那位天子終生何處，一無所見，於是啟白世尊。世尊告曰已生兜率天界，並說三偈：“若有皈依佛，彼不往惡趣……。”⁴² 像這樣由皈依無餘淨盡罪障的史記有很多。削弱或減輕業障的典故，亦當解說。

4、積廣大福：由三寶功德不可思議之力，虔信三寶的福蘊亦不可稱量。經說，祈請三寶為救護依靠的勝利若有形色，虛空之器，亦不能容。諸經典說，以信諸佛佛子之心，塑造身語意三依、頂禮供養旋繞的勝利，廣大無邊。其中一切所說，亦應理解成此法教授。善知識京俄瓦在俗時，曾兩次前往北方金礦，一次一無所獲，另一次得到兩錢半金。後來，他在熱振寺修道次第，弘法利生事業廣大，曾布施七千兩黃金等。現法即受現行福德果報的傳記亦很多。

5、不墮惡趣者：說印度某地的僧上座犯了初他勝戒，生起猛厲懺悔，唯修習皈依，在此狀態中命終，當即投生地獄，許多閻魔使者手持獨叉戟等各種兵器，發出“打呀”、“殺呀”的巨聲。他極其恐懼，一心皈依三寶。諸使者揮動兵器齊砍過來殺死了他。他只感受了片刻的地獄之苦，而後生於三十三天。

⁴²若有皈依佛，彼不往惡趣，捨棄人身已，彼當得天身。若有皈依法，彼不往惡趣，捨棄人身已，彼當得天身。若有皈依僧，彼不往惡趣，捨棄人身已，彼當得天身。

有說潘地人“公佈”兜售一部《般若經十萬頌》，後生悔懺罪，讀誦《“邦貢”手印》，皈依彼諸本尊聖眾。一次他身患重症，臨近命終時，他的顯現境界發生變化，有二閻魔卒牽著他進入許多黑洞，到達一切山川瀰漫著火焰的地獄處。他向上看到人間景象，歷歷在目，生起難以忍受的憂苦。當閻魔卒阿牛、豬頭者怒視自己時，生起強大恐懼，感覺“身體或已成灰塵”。閻魔四卒惡狠狠地說：“你販賣《十萬頌》，在此燒煮！”當被抬到充滿烱銅的大鐵鍋沿時，他至心皈依“邦貢”聖天，感到“諸天或已到空中”，當即又有了呼吸，復活過來。如是等等，縱然積集定生地獄大力業者，由皈依之力亦得以解脫怖畏，而且即便生惡趣之後，若皈依三寶，亦從中速脫之理，如《淨化惡趣續》中所說。

6、人與非人不能障礙：航行大海的許多商人，乘著滿載珍寶、“勝地”旃檀的大船而歸。諸財神忿怒地刮起逆風，船失控地航行經過眾多不同顏色的海域，最後行將沉入洶湧波濤時，有位內道居士祈請度母，船方得以返航，順利地到達瞻部洲。如是等等，有著救護十六種怖畏的故事。有位風索成就的外道瑜伽士，揮打風索，制服了所有的鄉人，卻根本不能擊到一名有皈依的幼童。如是等依止三寶或其中一位佛菩薩，從而遮遣內外傷害的史記無量無邊。

即便僅是無心言說，勝利亦大。據說有位惦記著想偷比丘布料的賊人在橋下模仿著念誦皈依，導致許多非人不敢過橋。由此所說，亦可了知。

7、一切所願悉能成辦：由皈依三寶，積集廣大福德，並由福德力，一切希望皆能如意成就。故在成辦如法事務之初，供養、皈依三寶，至誠祈請，無疑會順利完成！諸古德根本不會施展非法的詭計，而是由供養三寶等門，任運成就一切願望。亦當隨念如是傳記！

8、速疾成佛：若時常串習皈依已，臨命終時，自會隨念三寶，後世定能獲得殊勝暇身。彼時，亦由過去的造作等流，皈依三寶並精進修道，不待久遠，當成佛道。

由意樂之差別，其他善業轉成善趣、解脫之因。若由發心攝持，亦轉成大菩提之因。緣於佛陀所生的善根，即便懷著唯今世的意樂而做，抑或顛倒迴向，亦唯變成一切智之因。如《妙法蓮花經》說：“若人散亂心，乃至以一華，供養於畫像，漸見無數佛。或有人禮拜，或復但合掌，乃至舉一手，或復小低頭，以此供養像，漸見無量佛。自成無上道，廣度無數眾，入無餘涅槃，如薪盡火滅。若人散亂心，入於塔廟中，一稱南無佛，皆已成佛道。”如《悲華經》說，一農夫於肥沃田地裏播下豐滿的種子後，或時澆灌，或時乾燥等，善加守護。若在其他某一時，彼農夫走到田邊，說：“哎！種子啊！你不要變成種子！種子啊！你不要生，不要長！我不要結果！”然其言不能讓那些種子變成非種。同樣，以稱歎三有、貪愛三有之心，供養諸佛後，即便發願說：“願此善根令我永不得涅槃！”然彼不入涅槃者，無有是處，無此時機。即使不希望那些於佛前所植的善根，亦終證涅槃果！

若細加思惟那般現前、究竟的功德勝利，也就不再垂涎其他多麼深而又深之法，唯以皈依作為修持的中心。

皈依之後，學其學處亦極重要。比如，因為有些殘暴仇敵的侵害，有人乞求大王作為救怙主時，雖可救護仇敵的傷害，但若不遵守王法，他也會受到懲罰般。僅由皈依三寶，即可淨化無量罪墮，無疑能救護其苦果，但若未依佛戒而遵守一切皈依學處所攝業果取捨，三寶亦不得救護方便！

現在，把皈依等僅執為共同的前行法，競相高攀最高乘；於個別假名為護法的惡鬼，妄計它們的加持力較三寶還要速疾，這種亂象何其眾多！故在有危險捨棄皈依的此時，任遇何緣，亦從心決定依仗三寶之門，決不游離於此法之外，至極重要！故從今以後，縱有命難，亦不失壞皈依諸學處，守護不

犯！祈請上師殊勝天加持能如是而行！如是勸發悲心！並數數發願：一切生世，不離三寶，能如理守護諸學處！若詳細列出皈依學處時的法語，恐過於繁多，不再廣說，應從道次第中了知。

戊二、一切善樂根本，^{於業果}生起深忍之信

深信業果，如理取捨是一切三乘決定勝、人天增上生不可或缺之基。如是佛陀數數讚歎的勝利，及其違品過患，在加行階段，隨力而修，除此之外，餘皆同前。

正行，分三：己一、總思業果；己二、別思業果

己三、思已進退之理。

己一分二：庚一、總思惟之理正文；庚二、分開思惟。

庚一分四：辛一、業決定之理 辛二、業增長者

辛三、未造不遇之業者 辛四、所造之業不失壞者

初者，譬如，若種下葡萄、甘蔗等甘甜的種子，果實亦唯甘甜可口，決不會有辛辣等味；但若播下蕁撥、蒂丁等苦辣之種，則唯有苦辣之味，根本不會發生甘甜美味。同樣，從所造善因中，唯出生安樂異熟果，決不會發生痛苦；造不善因，唯出生痛苦異熟果，畢竟不會發生安樂。

若想：“那麼！殺羊之後，由吃肉而感受快樂，是怎樣的呢？”這種快樂，雖是異熟因——往昔所積善業所生之果，然由於從殺羊之緣而生起，故許為不善的士用果，亦無相違。由頂禮之緣，導致身體不適，亦應以彼理而了知。

因此，善業之力，投生善趣，不善之力，墮入惡趣，及依彼等之身感受種種苦樂差別，悉皆從錯綜複雜的善不善業中發生，不曾有絲毫差池！就像世上，地裏播下稻米、蕎麥種子，不會生錯果實般。

辛二、業增長者

外因果雖有增長，然內因果增長更甚。世尊行化納雅卓達城時，有位從迦毗羅城嫁到此處的新婦，懷著虔誠，供獻齋飯，世尊為之授記，當來成就“獨覺善願”。她的丈夫是婆羅門，心生不屑，來到大師前，質問：“豈非唯圖一時飲食，而說妄語？”在城的東方，有棵納雅卓達參天大樹，枝葉蔭蔽之處，可容納五百車，互不碰觸，而其種子卻僅有白芥子的四分之一。世尊以此為喻，說：“我現前觀見，微細內因，出生廣大果！”令婆羅門生起信心。由此典故可知內因果增長更甚之理。我們應詳細地依世尊言教而思惟。

從微小善因出生廣大樂果者：往昔毗婆尸^{勝觀}佛涅槃後，其諸聲聞弟子猶住世期間，一對貧窮夫婦以強烈的信心，用嶄新的瓶子盛滿淨水，放入一枚金幣，以鏡封口，供養僧眾，由此感得一切生世形貌美好、金色顯耀。丈夫後生為舍衛城大富長者之子，喚名“金天”。當時家中湧現一井，衣食等一切所需，如意出生。後當長者子準備與“耶札巴”的姑娘“金光”成婚時，從世尊聽法，漸次得果，終證阿羅漢。另如在毗婆尸佛涅槃後的像法時，有位比丘從城中托鉢乞食，供給幾位修杜多⁴³行的沙門道友，由此在後來的一切生世，獲得人天受用，不知窮盡，最後投生為“古薩拉”的長者“丹協拉”，一切希求，隨念出生。後從世尊出家，證得阿羅漢。

從微小不善中出生極大苦果之理者：亦如迦葉佛時，有位比丘禪師，經行之處，有束“艾拉”樹枝叢，不小心被枝葉擦傷頭皮，怒言：“世尊制出這般有害之戒！”氣憤地折斷枝葉，由此墮落為“艾拉枝龍”，頭頂長著“艾拉”樹枝叢。當

⁴³杜多，梵語，又譯為“頭陀”，有十二種苦行，皆為斷絕對於衣服、飲食、處所、臥具的貪著。十二杜多功德者，謂常乞食，一坐食，一受食，此三對治飲食貪；住阿蘭若，樹下坐，露地坐，塚間坐，此四對治處所貪；常三衣，毳毛衣，糞掃衣，此三對治衣服貪；常端正，隨宜坐，此二對治臥具貪。

風吹樹搖時，就從樹根部滴濺許多膿血。據說直到彌勒佛出世期間，仍墮其中。

有位頭陀比丘準備修習禪定，由於眾多比丘在大聲讀誦經典，導致不能安心修禪，怒言：“這些迦葉比丘就像青蛙一樣，晝夜吵鬧不停！”由此五百世生為青蛙。如是典故，無暇詳書，諸經中廣為宣說，應從中尋求定解！

此等亦說，對於教法，稍稍做些微不足道的利益，由此之力，皆悉已證果或將要證果！

由輕視一條微小的惡作^{突吉羅}，導致墮入復活地獄；由輕視對^{提舍尼，亦為向彼悔}等罪，而墮生其餘炎熱地獄等之理，如前已說。

辛三、未造不遇之業者

如地裏未播下種子，就不會發芽般。若未積集引生善趣、惡趣之業，則根本不會投生彼等之處。

就能滿之果而言，亦是如此。“頂髻王”率其部眾弑殺父王“具法”，並用土堆活埋聖者“噶達雅那”，所造業果，現法成熟。在天降土雨，埋沒“札卓巴”^{洛惹噶城}各地時，由於只有大臣“赫汝噶”、“布汝嘎”二人未造彼業，他倆通過毗臨自家的河流，乘著滿載珍寶的船隻，得以逃脫，倖免於難。憂陀夷王的王妃“紺色女”，及五百宮女，雖已現證不還等果，但由於往昔成為“梵施王”的五百妃子時，火燒獨覺棲息的茅蓬，由此異熟，婆羅門“麻底”放火焚燒王妃的宮殿時，“紺色女”騰身上空，說：“姊妹們！我等所造之業，他人誰會來替受？”說完毅然跳入熊熊烈火。五百人全部被焚遇難。有位僕女“格確”，昔為那些妃子的侍從，雖被命令放火，但未服從，由此得以從污水溝中逃走，未受火燒。業果不失壞、不遇未造之業，如是等典故，不可數計。

辛四、所造之業不失壞者

外在的穀種歷經多年，容有因為陳腐而不能發芽，但內在業種，除非由對治法破壞，縱經百劫，功能亦不會衰退，因緣聚合，成熟時節一到，定會感果，無庸置疑。比如，雄鷹翱翔高空時，不清楚影子何在，但當緩緩落到地面時，影子自會跟隨來到身邊。如是不管造下任何的善惡，當下似乎一無所知，但當到了果熟之際，苦樂之報，昭然若揭。

當從往昔典故中了知：罪大惡極的琉璃王率兵侵犯迦毗羅城時，目犍連啟請說：“我願把琉璃王及其軍隊遠拋到輪圍山之外……。”佛說：“你雖能那樣，但釋迦族人之業不會失壞！”當琉璃王的軍隊準備大肆殺戮釋迦族時，他的舅父釋迦芒欽請求說：“待我浸入水中，未出之間，不許殺害任何人！”琉璃王給其情面。釋迦芒欽就鑽入沉沒湖面的樹枝之下，獻出生命，稍微拖延些時間。在此短暫的空隙裏，昔未造業者奔逃四方而去。而諸造業者，昏頭轉向，出了東城門，卻又進入南門；出了南門，卻轉身進入西門等，又聚集在一起。當琉璃王知道釋迦芒欽已死，頓時下令屠殺釋迦族，共計七萬七千人。

世尊授記琉璃王及其大臣七日內被火焚燒而墮落地獄。王臣們住在園林之中，惶恐不安，七日之間未敢生火，到了第七日，似乎一切平安無事，一場劫難就要躲過的時候，有位妃子把火晶放在枕頭上，正在梳妝打扮、佩戴飾品時，日光映射在火晶上，引燃枕芯絮瓢，火勢漫延開來，一發不可收拾，宮殿等頓時陷入大火之中。琉璃王及臣僚想要逃生，卻被非人堵住了園門，哀號呼救之聲，響成一片，後皆化為灰燼，墮入無間地獄。如是故事，不可勝數。即便現在，不管高貴、低賤之人，都有著眾多不可避免的惡緣紛至遝來，仔細想來，唯是惡果不失壞的本色！

自己所造善惡業的苦樂果，除了自己領受外，不能分配給他人。因此，經說，造而積集之業，不熟於土，不熟於石，唯熟於所持之蘊。

以前，對於業果未得定解，不管見到怎樣的苦樂盛衰，也不會有任何的啟示。若了知思惟自他的狀態，理當會生起些許信心。同樣父母的孩子中，美醜智愚，事業成敗，子嗣有無等等，千差萬別；即便分得相同的財產受用，終變成或貧或富或中產等。我們親眼所見的這些現象，很容易知道皆是不遇未造昔善、造已不失壞的原故。同樣，有人苦於病痛、仇怨的逼迫，有些則過著幸福優渥的生活……，思及此等不同際遇，必須了知惡業不失壞、未造不遇的道理。

因此，不管發生任何的快樂、痛苦，了知皆是宿業所感之果後，無論自己遭遇怎樣的因緣境界，不復遵照如今算命卜卦者的教敕，寄望禳解法術能夠帶來利益；也不會擔心著魔鬼的惱害等，無意義地過分驚慌失措、寢食難安，而當由內心依賴三寶、定解業果之門，勵力地止惡行善！如是而修。

庚二、分開思惟

總的說來，趣入善不善之門，定為身語意三門。與三門相繫屬的諸種粗略善不善，歸納為十業道。五無間中的殺父、殺母、殺阿羅漢三種是殺生根本罪。惡心出佛身血，是殺生加行。離間和合僧的無間業，屬妄語所攝。近無間業中，欲心顛倒，污阿羅漢尼是邪淫。殺見道菩薩、殺有學僧是殺生。奪僧資財，屬不與而取。以此為例，多數極嚴重的不善業，相應地皆攝入或加行或正行的十種黑業道中。斷除彼等的諸種粗略善業，亦皆攝為十種。是故，佛數數讚歎，取捨十種業道是一切善樂根本！

因此，抉擇業果，分二：辛一、黑業道；辛二、白業道。

辛一分三：壬一、正明黑業道；壬二、輕重之別；

壬三、明示彼等之果。

初者，殺生之中，如為了謀取財寶物品，據為己有，而殺害主人；或受雇他人，貪取不義之財；或為了肉脂毛皮，而殺生等，是從貪心所生。瞋心殺害異己的怨敵；或如有些人，秉性暴惡，隨意殺害弱小可憐的生命，是從瞋心所生。外道邪論之中，說祭祀牲畜出生福德；野獸家畜等乃食用之物，殺亦無罪；或據諸自詡為大成就者鼓吹殺敵是密咒三昧耶，執為真實而殺生等，是從愚癡所生。不僅如此，而且有些愚信者，妄計為了上師飲食、僧眾齋飯，屠殺牛羊，會出生利益功德。我們應當認識到，這也是由邪見引發的大不善業。至關重要！

若先有思想：“無論誰來，都要殺害！”也就無所謂“想”錯或不錯，然若想到“只殺一敵”，而誤殺他人；或不想殺，但如不知不覺地踩死蟲蟻，不成殺生業道。只要有了想殺的思想，自己親殺或委託他人，二種情況都成業道。自己表面上似乎顧忌著罪惡，卻暗地裏教唆他人去殺，罪過尤大！

雖然諸位出家人理應減少殺生，但有些“大上師”在度化眾生時，趕著大量的羊群，帶著幾位俗人作為隨從，大模大樣地走在路上。細觀這種亂象，罪行極大！或故意促使他人供茶、宴請等而大快朵頤，這種殺生即成為造而積集之業。有的把大批可憐的牛羊家畜賣給屠夫；或為了用羔皮換取茶葉，必須讓人屠殺成千上萬的羊羔。如是等等，不管對方殺死多少生靈，販賣者亦同樣造下殺生相等數量的重罪。普通僧人為了肉類而委託俗人殺羊亦司空見慣。因此，不可僅以自己未親手殺生為理由，而錯誤地認為：“無殺生之罪吧？”通過僧兵、惡咒等，何時發生他勝罪，亦或有所不知，然我們自己關鍵在於不可只是警覺他人的過錯，而當由動機及種種方便，令諸殺生者的形象呈現於內心，再再立誓並祈請：“不管他人怎麼樣，我暫時力量微弱，不能阻止他們非理的行為，顯得束手無策。但我無論如何不可墮入那般的行列！”依照戒律所制定不可飲用有蟲之水、殺畜、掘地等的遮罪，要看自己對於下至微小的生命，能否得到方法斷除傷害？乃至欲殺羊等的起心動念，能夠認識後，亦當以於自己計過的方式，思惟：“世尊垂念有

情，猶如愛子，珍視有情，勝過己命百千倍，故若為了幾口肉，不惜令有情生起難以忍受的解肢節之苦，汝猶自許為學佛者，實為應羞慚之處！”

偷盜：見到悅意的對方財物而來盜取，是貪心所生；為了傷害怨敵，強奪其資財，是瞋心所生；如有些外道說，一切情器世間皆受控於梵天，而諸婆羅門是梵天之子，故婆羅門取他人財物亦無罪過。若信以為真而取他財，是愚癡所生。

“想”同前說。

“等起”，欲令財物離開主人。自己親取，或若教他奪取，當他生起得心之時，教唆者亦生起業道。因此，有些官員、大上師化身，為了護國安邦，發大軍征戰之際，兵卒屠殺敵人，掠奪資財，兵卒有幾許殺戮、掠奪，與此相等，殺生與偷盜的罪惡之雨，傾盆而下，亦降在那些官員、大上師化身的頭上。然能知為罪過者，卻寥若晨星。對於借貸、託管之物，耍陰謀詭計，據為己有；經商之時，謊言滿天或缺斤少兩等，以謀取暴利；如法台、糾察師，誣陷安分守己的僧人違反清規，並恐嚇說：“若你負擔這麼多的銀兩，也就罷了！否則，此寺之中，就無你立足之地！”然後強取銀兩；有些貪官強加屬民以苛捐雜稅，橫徵暴斂，或冤枉好人，誣其違法，收取罰款等，耍盡伎倆，巧取豪奪的現象，極其眾多。像我們自身，發生無端地掠奪或暗地裏偷竊，距離雖稍微遠些，但對於巧施詭計，尋釁伺機斂取，就必須時常注意！

邪淫之“事”者，就在家人而言，除了己妻、予價的賣色者之外，其他的自他男女、黃門、畜生等，為非所行；除胎門外，口、肛門、手足等，為非支；安放身語意所依的殿堂等，為非處所；守齋戒等，為非時，共四種。出家人而言，一切不淨行皆成邪淫，故稍不同。

“煩惱”者，從貪心所生，容易了知。懷恨掠奪敵妻而行，是瞋心所生。外道典籍說，如牛般於一切是非所行事而行不淨，是上界之因；妄說二根交合之樂是解脫道；現今亦有眾

多狡詐之人，說近女色是甚深圓滿次第的近因，是大乘法。若誤以為真而行不淨等，是從愚癡所生。

許“想”必須不錯亂。也有說錯不錯皆同犯。

生起根本業道，必須由樂欲非梵行，加行由自己實施，而令他做，不生根本業道。然而，若因所謂諸密咒所化機不待守護戒律，而令眾多出家眾行邪行，則是最強的無間地獄之因。自根與自他任何的肢分接觸，生起觸受，即成究竟。

妄語之“事”者，所說內容，遠離聖者八語，所說對境，是人類，知語言，能解義。

“煩惱”者，為救護自己與親友，或為得利養恭敬而說，是從貪心所生。感到“此有益敵人之事，不可直說”，或欲欺騙傷害敵人而說，是瞋心所生。有大仙說在五種關鍵時刻，雖說妄語，但無罪墮。對此邪說，信以為真而說等，是從愚癡所生。

從見等八種情況，想轉為其他情況，如明明見到，卻想說“未見”。以如是宣說的動機，或發於語言，或示以身態造假，對方了解，即生根本業道。

亡者遺言，說要向一位菩薩供養份迴向金。由於不知誰是菩薩，故當施主供於自己時說：“供養尊前！祈請護佑！”如若默然而取，亦成大妄語，故須謹慎！在護親滅仇、經商求財等的階段，易說妄語。特別是在較善巧、尊嚴之士，偽君子更為流行的惡時，見神見鬼的謊話連篇，努力地欺騙他人，何其繁多！故而，對於所有遇見的追隨者，亦難保不會發生說上人法的大妄語。所言“四他勝”，亦是說一位比丘造下初四種業道中的條目。為了遮止彼等，對於律藏中開示的盡所有學處，我們應當竭盡己能地付諸實踐！妄語等四種語過，由令他造，亦有說發生業道。

離間之“事”者，所離間的二位之上有情，合或不合；所說事物，或真或假皆同。

“煩惱”者，當自己至愛的親友與他人情投意合時，擔心會疏遠自己，挑撥彼二者的關係，是貪心所生；為挑撥仇敵與其親友的關係，而說離間語，是瞋心所生；執離間為正法，由邪見而離間，是愚癡所生。

對於和合的有情等，並有著確是那般的想法，欲做挑撥，或不和好，當二人同時在場時，當面說：“你二人背地裏相互攻擊，相互做各種傷害，而今天卻似乎非常親密，真是奇怪！”或暗地裏如對一方說：“你雖尊重他，他卻詆毀你！”對方解義，業道即圓滿。

“惡語”者，瞋恚而說，容易了知。擔心自己的眷屬被他人領走，而對其說惡語，是貪心所生；妄執惡語無罪而說，愚癡所生。所說的對境——令生起惱害心的有情等“事”，並有著確是彼の“想”法，欲說粗惡語，如說“僕女之子”，是從種族之過；說“瞎子”、“聾子”、“癩子”等，從身體之過；如說“破戒者”、“小偷”，是從戒律等過。

現前說，或夾雜著玩笑，說出譏諷他過的語言，對方解義，發生業道。對於談其過失之境，未當面說，而是在其他人前說，不生惡語業道，僅是綺語。通過虛假方式說惡語，成二種業道共同事。離間亦同。

初三種語過雖是綺語，然除彼等之外，其他綺語者，染心唱歌，談論妓女，為得利敬，說柔軟語等，乃從貪心所生；懷恨背地傳播他人種種過失等，乃從瞋心所生；執迷於讀誦外道典籍，能生福德，而念誦不已等是愚癡所生。

“事”或“所說的事物”，任何無義的內容。

對於所說內容，懷著確為彼內容的想法，希欲信口開河，有無聽者都可以，口中發出的所有無義之語，皆立為綺語。

所說之“事”，說有七種“事”：一、揭發過惡、諍鬥戰亂論；二、讀誦外道典籍或如《黑白花濟龍經》苯教經，稱名“和合解脫”的交媾方式及惡咒文字，或如和尚(摩訶衍)的持

心教授；三、效仿可憐人的哀叫聲；四、嬉戲、娛樂論；五、王臣故土、軍陣盜賊論；六、效仿醉酒、瘋癲之語；七、諂媚奉承、旁敲側擊等邪命語。因此，演說世界概論及格薩爾故事等；或念誦雖是內典卻顛倒解說佛意趣的諸論；懷著唯希求今生的生計，念誦息增懷伏咒等，則成綺語；《正理疏》中說，希求利養而說法，亦是綺語。由此推出，如今像我這般的狹隘之人，為了斂取利養恭敬而弘揚灌頂等法，會變成什麼？值得懷疑！是故，反觀動機與所說法的體性，至關重要。此綺語難以識別，復易發生，是令人生虛度的最惡劣之法，故當盡力遮止！

貪欲心等，思及：“此曾傷害我！”生起如是等九種惱害心的任何一種後，想到：“願其所有財物盡歸我有！”是從瞋恨所生貪心；在希求利養名聞等四法之心後，隨即生起想要傷害作障者，是從貪欲生起惱害心；對於“貪瞋二者是道”的邪說，在生起認為“的確真實”之心後發生，是從愚癡所生。其他易知。

若依《本地分》的意趣，對於他人的財物等，剛剛生起欲占為己有之心，是動機階段；普遍尋思他財的特點，由非理作意之力，欲占為己有之心，愈加強烈，是加行階段；當勢力更為強烈，想到“願財物等歸我所有！”或決心當為我所有，是究竟階段。若如是識別，想來抑或合理！對於惱害心等，亦如是配合。

《攝抉擇分》說，貪欲心等意三圓滿，必須各具有五法。其中有些法現前生起，有些以統攝的方式具有，似乎也可以。

惱害心之事、意樂、加行、究竟，亦能以前所說之理而了知。

我等無正知正念對治法，思想渙散放逸，貪欲心、惱害心的業道層出不窮，尤其思緒萬千，妄想：“我之福壽富貴等，增長廣大，何其快哉！”“他人了知我多聞、禪定，美名遍揚大地之上，何其快哉！”“上師、高官、神怪等，一切強弱中

庸之輩皆於我恭敬有加，甘拜下風！何其快哉！” “一切所需，如意成就，他人誰亦不能超勝於我，何其快哉！” “此諸惡敵，萬般不如意，財富瞬間衰敗，何其快哉！” ……。分別之心層出不窮，從未停息，我們自己就能清楚感受到，故須特別謹慎！因此，“息” “增” “懷”的諸種動機，多易錯誤成貪欲心，“猛厲誅”業的動機，多誤成惱害心，故如我這般的凡俗之輩，在業聚上，暈頭轉向，造下自我禍損之業。

邪見，從同類愚癡發生，容易了知；由想到“執彼見的國王等將做承事”，從而為了得其承事，執無因果等見，是從貪心所生；“我的仇敵執有布施等見，與其同流合污，非我所為。”從而執無彼等之見，是從瞋心所生。

“事”或毀謗之境，謂存在之事物，如所毀謗，“想”為真實，“欲”加毀謗，遂依相似之理，執“無因果等”——“加行”，當更加強烈時，決定為無，如是執取，立為“究竟”。

一切邪見，悉皆是指執著無業果、四諦、三寶等。唯於此等，立為業道“邪見”，說是因為內心乍生此邪見，即有作用，令斬斷善根、肆無忌憚地造諸罪惡。產生邪見的距離，似乎雖稍遠些，但濁世有情，福德微劣，諸多大地方，皆遍佈野人邪教。思及此情，讓人頓感沮喪異常，故當數數發願：一切生世，永不值遇那般邪見者！

以前，除了唯尋思他人的過失，內心從未想到自己的行為是否符合正法？如普遍俗稱的“未曾殺生、未曾驅馬，故無罪惡”，由此發生誤導，雖感到“我無大罪”，但如所說，細細思量我及同緣者大多自然而然地趣向罪惡的情形，三門行為之中，趣向善業者，寥若晨星，大多悉成不善業，對此情形，則能不費力地引生定解。

以前，未如實了知善惡分類，自詡為行善者，反而造下罪惡，而且何時造罪，不能識別者，亦極其眾多。若未依罪惡的對治法而死去，必然如前所說，雖難忍受，也要無奈感受三惡

趣苦毒。因此，我們不可拖延懈怠，無論如何，務必竭盡己能，依止圓滿對治法！如是思惟而修。

壬二、輕重之別，分二：

癸一、十業道之輕重；癸二、附帶略示大力業門。

初者，《攝抉擇分》、《本地分》、《親友書》中，所說輕重差別的意趣，歸納一處，有六：子一、常時造而重者 子二、由行而重者 子三、加行而重者 子四、無對治而重者 子五、由事境而重者 子六、由體性而重者

出者，時常發生的諸罪，雖非由猛厲三毒發起，又非無對治、依殊勝田等，然亦有大力。我們的綺語、貪欲心、惱害心等恒常地發生著，若匯集一處，顯然成為罪惡之庫。不僅如此，而且其中的每一種罪過，比起僅造一次的罪過，亦變得更加嚴重！

同樣，我們必須了知：屠戶、盜賊等所造下的殺生、偷竊等罪更重；在善品上，如時常頂禮者的每一禮，比起僅一次頂禮者，亦是非常重。

子二、由行而重者

由強烈煩惱所起的諸罪，雖不是常造、無對治等，然亦成大力。現今由於處在煩惱熾盛的濁時，我們多是猛烈、長久地發生貪瞋癡三毒。故而說積集何種不善業，多數變得極其嚴重！對殺生、偷盜等諸罪，自己極其歡喜地親造或令他造，或喜見他造，或長期數數思惟、蓄謀已久之心而造，亦成重罪。

《攝抉擇分》雖於加行而重階段宣說此等，然依卓隆瓦《教法次第》，配合到意樂而重，想來亦不相違！

由強烈無三毒所發起的諸種善業，亦具有大力。故而當知：在做少許頂禮、供養、念誦時，在賢善動機攝持下，歡歡喜喜地行持，進展速疾的道理！

子三、加行而重者

以殺生為例，燒死活物、活著剝皮等，用殘酷、持久的折磨方式，慢慢殺害，雖不是常造等其他重罪，亦成極重之業。恐嚇令造非理之事後，再加以殺害；殘忍地殺害可憐哀嚎著的生靈；自己殺生，並令他人殺生，復百般讚歎頌揚等，說亦極重！同樣，通過侮辱、欺凌財物主人，而加以奪取，立為嚴重的不與取等等它業道，亦如是類推。布施、供養等，加行若達到扼要，亦成大力！

子四、無對治而重者

既無任何一種的四力——罪業對治法，又無諸如時時守護齋戒的戒律、布施、頂禮等一件善事，如此之人造任何罪業，一切悉成大勢力。

表面上做些少許善行者，雖不發生此種無對治之重，然而“迴向”等一件善事亦不做的人，亦是極多！

全不造罪者做下的所有善業，力量也是變得極大，而初業人卻很難這樣！

子五、由事境而重者

對於父母、上師、有學、菩薩、聲緣阿羅漢等，殺害或奪財等，所積諸罪，是依於恩田與功德田，而成極其嚴重之業。

若揣度無間業及近無間業等的異熟，亦能了知。另外，人類賢於畜生，故殺人或人相^{胎兒}更為嚴重；畜生之中，殺體型龐大的動物，較殺蟲蟻等微小生靈，受苦更為強烈，故較嚴重！殺害貧賤苦惱者，或奪取資財，對身心的傷害尤顯惡劣，故亦較重。污比丘尼等、妄語離間和合僧、離間師徒或父母與孩子等，說如是等亦是嚴重。以此為例，餘亦當知！

必須以前理了知：在善品上，依父母、三寶等造下的福德，亦是特別強大之理！我等時常與大和尚、阿闍黎、僧眾等

相伴，與三寶所依毗鄰而居者，也很容易發生以彼等為境的罪孽，故須極其謹慎！

過去，桑耶發生鬥爭之事，有著“幸未生於桑耶寺邊”的傳說，在此期間，博朵瓦大士說：“只有北方‘然河’上部是幸運的，既由聽聞三寶之聲，播下解脫種子，復由於無三寶所依，不會積集依彼而造的罪業。除此之外，悉皆相同。”此言顯然也考慮到那些義理。

子六、由體性而重者

指十種業道內部相互的輕重。粗惡語較純粹的綺語更重，乃至邪淫較妄語重、殺生較偷盜重。身語七種，前前重於後後。意三業道，後後重於前前。

三種身業輕重者，說是因為較侵奪婦女，損失財物資具，更為痛苦；較此失財，丟失性命，痛苦更大。其他亦如是類推。復說七種身語之中，最重者是殺生；十不善中，最重者是邪見。

以此為例，亦能了知十善中的力量強弱之別。

因此，如慣常殺生、從未行善者，懷著猛烈的瞋心，令父母、有學等生起難忍的苦楚而殺害，是究竟的最重罪惡。如一位行善者，偶爾懷著微弱煩惱，對於普通田，說出綺語，則是力量弱小之業。

以此等為例，從具足五或四種重的特法，乃至具有一種特法，其間輕重差別，亦當詳細通達！

如是了知己，我們應時常以正知正念，識別自己三門行為，是怎樣的善、不善、無記？勵力不沾染惡不善法，假若沾染，是否有望變成勢力微弱、造而未積之業？

為了是否有望造何善業，皆成具有大力、具備造而積集之業，而勵力不捨，乃是關鍵所在。故於此理，下至發願，亦當竭盡己力，定要薰染習氣！如是思惟而修！

癸二、附帶略示大力業門，有四大力門：子一、由福田門而大力者；子二、從所依之門而大力者；子三、從事物之門而大力者；子四、從意樂之門而大力者

初者，說三寶、上師、等似上師者、父母等，是極險峻之田。其中，佛又是諸聲聞緣覺菩薩的大福田。即便於佛，稍做小善，而其義利、異熟絕不會變小。如《大般涅槃經》中說，一月之內，布施一切有情衣食等，不及剎那隨念佛所生福德的十六分之一。《稀有法數》中說，以豪華宮殿供獻預流乃至獨覺的四方比丘，盡形壽間，承事一切安樂資具，然比起建造約庵摩羅果大小的佛舍利塔與塑造高僅寸許的身像，猶不及此福德一分。《悲華經》說，緣念佛陀，僅向空中撒一朵花，其果亦是究竟涅槃。

依法而大力之理者

復如《秘密不可思議經》說：“若持一偈一佛之法，即已遍持三世諸佛菩提。菩提從法出生，故供以法，非以財物……。”其中廣說受持正法的勝利。由宣說謗法的過患，亦能例知！

比丘戒律嚴淨、四或五聖種以上之僧，是大福田。慮及此義，佛子博朵瓦說：“供佛與法，除得供養福德，不得受用之福；而供僧眾，卻可得供養與受用二種福德，故唯僧是殊勝田。”《念住經》中說，盜佛法之物，後復奉還，即得清淨。然盜僧物，乃至未受，不得清淨。若盜食物，當墮有情大那落迦。若非食物，當生無間近邊極黑暗處。

僧眾之中，菩薩是殊勝田者，如《能入發生信力契印經》說：“設如有人由忿恚故，禁閉十方一切有情於黑暗獄。若另有人忿恚，背菩薩住，云：‘不瞻視此暴惡者’。後者較前生罪極無數量。”《能入定不定契印經》說：“若剎十方有情眼目，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。”由如是等所說，亦能了知。

像我們這樣的人，難以了知他人心續之量，故而極易發生說菩薩過等罪，因此，不管我們看到補特伽羅怎樣的善惡行徑，皆應竭盡己能地修習淨相，進而倍加恭敬，至關重要！

問：“那麼！為遮止謗法之罪，是否必須對一切法修習淨相呢？”

《世間施設》、《念住經》中說，講說“非法為法”，及講說“法為非法”，二者皆成謗法。故而對於何法，皆當如燒剪磨之金，善加觀察後，方持之為量，豈可裝著對遇見的一切法皆修淨相，而導致謗法呢？因此，對補特伽羅，說必須修淨相，對法，則說要審察，實是大教授！

子二、從所依之門而大力者

說由不知罪業的過患，既無懺悔前愆、防護後過之心，又不善巧修習罪業對治法的諸愚人，造何罪業皆極嚴重；反之，由隨念過患，發起懺悔、防護之心，不覆藏己罪，復知從種種門修習其對治法——善法，如是智者所依所生之罪，大多變輕。如《寶續》經說：“三千所有一切有情，皆大菩薩，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。”由此所說，能知出家身造善勢力強大，以此二者意樂——菩提心、福田相同，其中一方的供物，超過極多，然而後者功德利益卻極大故。

其中，如有近事戒者，超勝於普通俗人；出家眾又較彼勝；出家眾之中，比丘身較沙彌超勝，故後後所依身造善，力量極大。《明示三戒經》說，較普通俗人肆無忌憚地造不善業，墮落地獄之苦，出家人犯一突吉羅^{惡作}，墮生地獄之苦更強。此即是所依門大力之理。敦巴仁波切說：“在依正法所起罪惡之前，十種不善反成微不足道之惡。”其中理由，亦在於此。

如是，我等承許多種戒律者，造何善惡，勢力悉皆特別強大，是故，我等不可變成罪惡的奴隸，理應為了成辦後世，無論如何都要有位護送者。

子三、從事物之門而大力者

法布施與修行供養，更超勝於財物的布施、供養；戒律勝於布施，安忍勝於戒律，以此為例，施等六法的勝劣，以及已說十業道體性的輕重等，我們必須從中了知。

子四、從意樂之門而大力者

由強烈、持久的信心、無三毒之心發起者，勢力強大；由希求解脫的出離意樂攝持下，力量更為強大；菩提心攝持下的善根，超勝一切者，以《寶蓋經》說，較三千界一切有情，各建佛塔，量等須彌。於此諸塔，復經微塵沙數劫，承事供養。若諸菩薩，不離一切智心，空中僅散一花，其福極多故。

若是由強烈、持久的煩惱造作，特別是瞋恨菩薩、執無因果的邪見、增上慢輕侮上師等，惡行勢力亦極強大者，以能摧毀無量善根、引發無邊難忍異熟故。

此等是從田、意樂兩方面變成大力，故而如我之人，遇微小之緣，就要發瞋者，很難決定不會遇見殊勝境，並且對於像熟練部分書本的語句或做些少許念誦，都易生起驕矜之心，故應時常反觀自心，盡己所能地降低傲慢的渠頭⁴⁴！善知識普瓊瓦語錄中說：“由利養承事而驕矜；由多聞而驕矜；由戒律、杜多功德等而驕矜；由親友、布施眾多周濟物之因而驕矜者，乃速往地獄四法。”

由此想來，世間人所求的一切事，很有危險成為自我禍害之緣，故當極為小心！

⁴⁴如引水的溝渠，連接水源的渠口一定要低才能引水。

若能很好地領悟彼諸大力福德，即便如修習一遍道次引導略法，也由殊勝的動機一一不貪三有榮華與發心所攝持，即是由意樂之門而力大；加行階段，殷重地皈依三寶，供七支、曼達拉，並祈請等，即是由田門而力大；住於比丘所依身而修，即是由所依之門而力大；修行供養，稀有殊勝，即是事物之門而力大，如是具足四種殊勝。對於加行、正行、結行的每一所緣次第，也都相應地真正或引生具有四種大力福德之理，生起大定解，就會對此正士修持核心、三世諸佛所履康莊大道，發生不會退轉的堅固信心！

壬三、明示彼等之果，分三：癸一、異熟果；

癸二、等流果；癸三、增上果

初者，由於時常造作，或大多時造作，或偶一造作，並依上中下品三毒煩惱等，再由前說輕重諸差別，加以判分，業道中的每一種各有上中下三品。《本地分》說，其中十種上品殺生等，每一種皆能令生地獄；中品餓鬼；下品令生畜生。《十地經》所說下中二品之果，與此换位。此說雖與前說字面上似乎相違，然而由能引中品不善業所引的餓鬼、畜生類，能滿不善業所生之苦，極其強烈；由下品不善之力，所投生的彼二道者，主要感受善業的能滿果安樂，是故，餓鬼、畜生二道，皆有中下品不善力而受生的兩類。若配合此義，想來意趣相同。三惡趣處所、痛苦、壽量等，如前所列，詳細修習。

癸二、等流果，分二：子一、領受等流果；子二、造作等流果

初者，眾合地獄中，被鐵山如羊面夾擊等，是殺生的等流果；地獄中的熱鐵大地、劍葉林等，餓鬼之處，諸如被銅鍋煎熬、烈日燒烤，不可否認是不善增上果，故而多數的不善等流果、增上果，於惡趣之中，雖非不存在，然《道次第》直接開示者，是指不善業引生惡趣異熟的能力窮盡後，投生善趣時，也要領受宿世餘業的情況。

因此，從惡趣再生為人，說殺生等十業道，依次亦令壽量短促、多諸疾病；資財匱乏、與他共財；眷屬不可信、妻不貞良；多遭誹謗、受他欺誑；親友乖離、眷屬鄙惡；聞違意聲、語成鬥端；語不堪受、無定解辯才；貪欲重大、不知喜足；不求利益、遭他損害；見解惡鄙、諂誑為性。《本地分》說，三種意不善令貪瞋癡三毒更為粗猛。《寶鬘論》中說：“貪欲摧所求，瞋恚多恐怖，邪見生惡見執。”現今世界，不善的等流果極其繁多，有的嬰孩，剛一下生，或僅會爬時，就不幸夭折；有人自幼就疾病纏身，乃至衰老間被各種疾病魔折磨等，皆是殺生之果。有些財物極為匱乏，即便有著微不足道的生活資具，也被怨敵奪走，飽受饑餓而死等，即是偷盜之果。夫婦之間，無一堪信賴者，悉皆同床異夢，或如妻子被他人霸佔，即便怒氣衝天亦無計可施，即是邪淫之果。不管到哪裡，總是被無辜誣陷等，誣讎歪曲之人眾多，或被自己信任之人用假話欺騙等，即是妄語之果。六親不和，乖違遠離，或眷屬厭惡成辦所託之事，秉性惡劣等，即是離間之果。例如有些僕人一生雖不情願，卻必須無奈接受達官貴人的呵斥，或嚴厲主人的惡語謾罵，或所談論內容，成為刺激他人之心的鬥爭語，即是粗惡語之果。雖說實話，別人也不會執其為量，或如任何需求，亦不了知，在無義之事上，卻心思敏捷，成為無定辯才，即是綺語之果等。

若能明白自他所有之上，一切從未間斷地發生種種厭惡的惡緣，皆是宿世罪果，即能通達：作為遮遣障礙方法的經懺，唯止惡行善最重要！

子二、造作等流果：

不論任何事情，若串習過多，自然就會特想去做，此乃法爾如是。故由殺生等力，墮生惡趣後，即便後來再得人身，也會自然而然地歡喜造殺生等不善業，唯成辦愈趣下流之因，再次引墮惡趣。若能了知業果扼要，較異熟果，更應怖畏此果。有些小孩不用別人教導，看到任何一隻蟲蟻蠅鼠等，皆自然地全力殺死而後快；有些從小就熟練地偷取鄰家的剩食等；有些

天生就喜歡說假話等。很容易明白皆是前世串習的習氣甦醒！此等雖得到由善業所引之果的身體，但由現在的行為就能推測出，宿世造著什麼樣的不善。思及此義，《噶當語錄》中說：“過去何為觀今身，趣何後世問自心。”

癸三、增上果：

殺生所感，外在器世間所有飲食藥物等，功效微劣，難以消化，反生疾病，導致大多有情，未盡壽量，便即夭亡。不與取者，或旱或澇，果實稀疏等。欲邪行者，謂多泥淖，污穢不淨，心不愉悅等。虛妄語者，謂農業行船，事業邊際，終不發達等。離間語者，謂地方坑窪不平、高低難行等。粗惡語者，地方多諸株杌，荊棘叢生，碎石瓦礫遍地等。諸綺語者，謂諸果樹不順季節，時不結實，非時結實等。貪欲心者，謂一切盛事，隨著年月日時，漸趣衰敗等。瞋恚心者，謂多疫癘戰亂等。諸邪見者，謂最勝珍寶資源悉皆隱沒等。外在世間的那些衰相，說是彼處有情共同不善業的增上果。

我們這個地方，當發生乾旱、疾病、戰亂等天災人禍時，卜卦者就預測說：“由於是亡者鬼怪加害，應當施行如詛燒的猛厲法術，有著怎樣重要的情形等，一切禍福，只是暫時因素引生。”一切貴賤人士亦悉皆信以為真。此即是定解業果的大障礙。大善巧成就者阿旺香巴語自在說：“雖說藏地佛教興盛，遍地開花，然當發生極其不幸的病苦，到了關鍵時刻，能說‘這些不幸是自業所生’者極為罕少。很多人都會說成‘鬼怪惱害’，從而怒火中燒，施行遮遣法，然由於昧於業果，反而只會變得更加嚴重。若問佛陀，那些不幸之事從何發生？佛只會說‘你在某時造下此業，而發生此不幸之事’。除了因緣外，根本不會推諉到其他上面。”誠哉斯言！

辛二、白業道，分二：壬一、白業，壬二、果

初者，以斷殺生為例，一普通家庭來了位貴賓，必須殺羊待客時，他心想：“羸弱的牲畜，不知任何取捨，無依無怙，它們多麼可憐！此與我二者，身形雖然殊異，但在愛惜自己的

生命上卻是一樣。豈可僅僅為了情面，而積集引發慘痛異熟的惡業？”如是以無瞋、欲斷罪惡為動機，精進斷除傷害，誓願斷除殺生，即業道圓滿。

同樣，若碰到必須做劫盜之事時，想到：“此財是積集、守護、失壞苦等的禍根，不可為此而造下作為惡趣之因的惡業！”

如是以無貪等為動機，勤斷彼業，誓願斷除，安立為斷不與取業道等。其他亦如是類推。

如果具有八類別別解脫戒中的任何一種，遇見不得不殺生之緣時，如說“我一位比丘不可造那種業”，由如是等身語的姿態，即能推測出具有戒律。在其他時候，雖不能如是了知，然從最初承許之後，未發生捨因之間，行走坐臥一切威儀，會源源不斷地出生等同幾許所斷數量的福德。若能善加明白此中扼要，就會生起極大歡喜心，隨己所能，承許、守護隨一戒律。

從七種物品所生福中，供養四方僧眾經堂、建築佛殿等，其他能攝集無盡福德善根之門，猶有多種。

壬二、果分三種：(一)異熟果(二)等流果(三)增上果

異熟果者，十業道中，下品令生為人；中品欲天；上品令生於上二界天。等流果及增上果者：由斷殺生之業，生而為人時，長壽無病；飲食藥等，功效強大，不生疾病等，與前所說相違，如是也應配合斷偷盜等其他白業道。

若對於如是黑白業的因果，生起真正的信心，即奠定了一切法的基礎或根本。只要未深信業果之處，則對於大小乘、顯密、四續部所攝的任何一法，根本不會獲得定解。生起這般深信，就要勵力於其因——積資淨障、發願、祈請上師等因資糧，並持續不斷地修習引導所緣！此處所舉，權作鎖鑰，世尊經典之中，廣為開示業果建立，長期地研讀嫻熟，極為重要！

我們在毫不觀察的時候，雖感到“深信三寶業果”，但若細加觀察，且不說深信業果真實，即便心存“或許真實吧”的疑念，也是那麼難。其理由者，佛子博朵瓦說：“‘衛吉甲’人與‘朵隆’人之間，有著殺害人命、劫取牲畜的深仇大恨，雙方勢不兩立。由此，前往‘樸拉’的路上，行人絕跡。在萬不得已的關鍵時刻，也是夜裏悄悄通行。雙方相互戒備，雖然也存在無敵人伏擊的時候，但是擔心萬一碰上，則有斷頭之懼，也就不敢前行。同樣，若想到：‘不善出生痛苦，或許真實？’，也就想到：‘萬一真實不虛，禍殃之慘，無以復加！’畏懼惡趣，從而會斷除罪惡！‘甲吉達熱塘’由於乾旱無水，莊稼收成不好，雖擔心連種子都收不回來，但想到萬一年景豐收，何其歡欣！從而能即便舉債也要播撒種子。如是，若有疑念：‘善業出生安樂，或許真實？’也會盡己所能地修法。我們除了純粹顛倒識外，就連絲毫的疑心都沒有，故而不曾止惡行善，而是全力成辦今生的護親滅仇，不擇手段地積蓄資財等！”此言是何其地真實不虛！

因此，就如比起優良之酸菜，更應注意酸酵母的優良般。對於初業行者而言，較修空見、高深咒道的探尋，還不如唯深信因果，更為重要。有人說：“若得正見，罪惡不害！”此言亦顯露出正見解悟未達扼要之相。如善知識仲敦巴說：“若反復觀修‘真理者，手也空、火也空、二皆空’，口裏也念念有詞，但當手伸入火中，彼二者乃是所燒、能燒的關係，除了被燒傷外，別無選擇。同樣，業因果二者，唯真理空也是無所裨益。若未遮罪因，除投生惡趣果外，亦別無選擇。因此，只要在造罪期間，就不會不被傷害。雖感到‘已悟正見’，然仍處於未悟人群中。當到了手伸進火裏也不受傷的地步，罪業不會傷害，那時，造罪之義，也就變得蕩然無存。”

此處恐文過繁，僅作略示而已。業果分類，詳細地當從《律藏》、《念住經》、《賢愚經》、《百業經》、《百譬喻經》等諸大經論中了知！

己二、別思業果：

由畏懼惡趣之苦，從而僅希求增上生而言，在十業道上，如理取捨足矣，但要次第經由賢善人身，希求證得遍智者，為了自他利益，必須成辦能夠積集廣大資糧的殊勝所依身。

此中分二：庚一、異熟功德、作用；庚二、異熟之因。

初者，共有八種：

1、如宿業所引，壽運長久，故為自他二利，能長久積集廣大善業。

2、形色殊妙，乍見即令所化歡喜順服，聽從言教。

3、出身高貴，為了勸他向善，如所教誡，他人不敢違越而成辦。

4、財物豐裕、眷屬朋翼廣大，以布施攝受有情為眷屬，而令成熟。

5、言語威嚴，由愛語等攝化、成熟有情。

6、具足功德，成諸大眾供養處，他人一切事，樂於助伴，他人為報恩故，速聽教誡。

7、丈夫性者，一切功德之器，不懼大眾，與多人共行，或住靜地，無作障者。

8、自性少害，無病健康，今生從成辦任何事之緣中，獲得大歡喜的身心勢力，故於自他何利，不起厭倦，並且歡喜勇悍、堅固，由此身心堪能，速發神通。

庚二、異熟之因：

1、斷除短壽諸因，謂害他命、喜敵亡故等；成辦長壽諸因：謂以悲憫心於諸有情，饑者施食，挽救臨被殺者之命等。

2、斷諸違緣，謂說他身體缺陷，障礙建造三寶所依等；殷重修諸形體美妙之因：謂修安忍，塑如來像，建造塔廟，供養三寶，施他燈明、新衣、飾品等。

3、生於低賤種族之因，謂我慢，故當戒除驕慢，倍加恭敬種族、年庚、功德三方面的耆宿，以及上師、三寶。

4、斷除慳貪、偷盜、離間等違緣；惠施乞者衣食等物；於父母等恩田，病人貧窮、長途跋涉者等苦惱_悲田，法師、菩薩、上師等德田，施予所需資具。

5、斷除妄語等四種語不善；說真實語、調解仇家的方便語。

6、發願於後來一切生世中自心續出生種種功德，恭敬供養三寶、父母、聲聞獨覺及諸上師。

7、斷除生為女身之因：於殊勝境，以侮辱方式，稱呼婦女之名；鬪割牲畜等。樂大丈夫功德；不喜女身，深見過患；令樂女身者回心轉意；令將失男根者脫免於難；稱頌諸大菩薩名號：“妙智上光頂，如是大願慧，根寂妙音前，我今敬頂禮”，學修轉為男身諸因。

8、斷諸多病之因：毆打他人、喜怨仇病、煙熏三寶所依等；成辦無病之因：施貧窮者飲食、侍疾、配製藥材等；《寶鬘論》中說，施五精華——蔗糖、熔酥、蜂蜜、芝麻油、鹽。

於諸恐懼者，施以無畏，當成大力；殷重學修《如來秘密經》所說能令獲得金剛手威力的十種因：（1）、當正法與身命二者，只能選擇其一時，寧捨身命，不捨正法；（2）、敬諸有情，不滋長我慢；（3）、安忍羸弱有情所做的一切傷害，不生瞋恚；（4）、施諸有情上味美食；（5）、於諸恐懼有情，施以無畏；（6）、喜諸患病者徹底痊癒；（7）、於貧窮有情，惠施受用財物；（8）、用石粉塗飾如來寶塔；（9）、發言宣說，令諸有情普皆歡喜；（10）、被重擔逼惱的貧窮有情，樂於代負其擔。

如果長壽、形妙等諸功德，反而變成積罪之緣，為禍更烈，特別是種族、權勢的圓滿等，很有危險變成極大罪行之因。因此《地藏經》中說，發願在未證忍位之間，不處主尊之位。因此，由清淨願力，把握方向，至關重要！故當數數發願：“願我依如理修習異熟諸因之力，獲得具足八種功德的殊勝妙身！願長壽住世等諸功德悉不變成罪惡之緣，唯成自他心續之上成就廣大福智二資之因！”

如諸噶當古德說：“譬如農民去年辛勤耕耘農作，今年才會享受到豐收的喜悅。今年自然也會努力耕耘，以待明年的好收成。我們由於前生積集點滴福德，這次獲得暇滿，有著修法的福份。現在更當勵力積福，以期後來之世，幸福圓滿，具有行持正法之緣，故當通過三門，盡己所能，積集福德！”如其所說，至心發願：願隨己能力、根性，勵力成辦盡所有一切廣大福德；願能次第經由賢善增上身，趣往一切種智之城！

己三、思已進退之理：

對於上述的業果扼要，獲得定解，極為艱難，故而不要妄想僅由修習幾次所緣引導，就能令於內心上生起定解，而當如江河流淌般，長期地修習如前所列的所緣行相，晝夜無間，詳細審觀三門行為轉為正法或非法，盡己之能，勵力全不令罪行沾染。

有些古德在反觀自心時，先收集許多黑白石子，當起不善念頭時，即放置一枚黑石子，起善念時，即放一枚白石子。最初，完全是黑石子堆。後來漸漸地黑石子越來越少，而白石子愈來愈多，最後完全變成白色的。我們當如其所說的實踐方法而學修！其中，毫不混淆地識別善惡無記法，以及守護正知正念之理，極其重要！

如果由於放逸、煩惱熾盛等增上而發生罪過，就須勵力於還淨方法。墮之還淨法，當如三種戒律中各自所說法而做。罪之還淨法，則是通過四力：

1、拔除力：無始以來，乃至現在，所積盡所有無量不善業，各自會發生怎樣的異熟、等流、增上果，如前所說，詳細思惟，生起較中毒還要更加強烈的追悔心。非僅空言，而是至心對罪惡生起追悔心，其他諸力也就能切中要處，故說此力極為重要！

2、對治現行力：《集學論》中直接開示六種：讀誦《般若經》等經典；勝解本來清淨之空；念誦如來(名號)百字明等殊勝陀羅尼；塑造佛像；供養佛及佛塔；稱念諸佛佛子名號。其他猶有眾多。也有說決定成為罪惡對治法的一切善皆是對治現行。無等恩德大寶上師說：“作為三門罪惡的對治法，身體精進地頂禮、供養、繞塔、印像、做泥像等；口中精進地讀誦經典、念陀羅尼咒、稱名號等；內心精進地修習皈依、慈悲、發心、正見等，即是圓滿的對治現行。”在精進那些身語善行的時候，也由清淨動機所攝持；並發願：“願由此力，淨化自他一切有情心續的罪墮習氣，無少殘餘！

” 3、遮止罪惡之力：如被毒患長期折磨之人深心厭惡毒食般，發起防護之心：“由強烈追悔往昔所造罪惡，從今以後，縱至命難，亦不造作這般罪行！”不僅如是唯生起防護心，在實踐上，也要全不造作諸易斷之罪，對於極易違犯者，最低限度，也應精進地盡己之能，在數月或數天之間斷除。而且激勵諸聖悲心：“祈請資糧田諸聖眾加持能永斷此諸罪墮！”並數數發願：“願我能速斷此諸罪！”

4、依止力：由思惟必須感受諸種難忍罪果，心生恐懼怖畏，並由深信三寶有救苦之德能，而求皈依；思及自心多為罪墮沾染之情，推己及人，從而對於善根微劣、罪孽之庫的有情，發大慈悲；並且修習為利彼等，希願證得圓滿菩提的發心。

在懺悔階段，略微列出其他三力的所緣行相修法，以此作為基礎，再相應地加上對治現行力，或讀誦《般若心經》等經

典，並依其義，參修正見，或稱三十五佛名號等，如是修持法，容易明白，故不再書。

如《菩薩懺墮》中示有全部四力，在誦《菩薩懺墮》時，若能善加修習四力所緣行相，在實踐時，只修《菩薩懺墮》一法，亦無不可。但不可僅以所說“《懺墮》具足四力”為理由，就錯誤地認為：“不必思惟什麼，只念經文或許就可以”。

雖說總的有眾多淨罪之門，但圓滿對治法，定需四力懺護。故《八千頌大疏》中說，若能勵力於圓滿四力對治法，即便最嚴重的具足造且積集的罪惡，亦能淨化。由於精進於四力懺護，無餘淨化罪惡的典故也很多。眾所周知，佛在世時的堂弟難陀、指鬘尊者等。後來，在聖境某地也有位精通三藏的班智達“達磨桑哈”，犯了第一種他勝罪後，生起強烈的追悔心，在寂靜地長期精進於四力懺護，出現眾多罪墮清淨之相。其後回程之中，準備上船渡河之際，有位以前的比丘道友不滿地說：“你是犯戒者，我不能與你共渡一船！”雖解釋說“已淨罪墮”，但對方不相信時，“達磨桑哈”說出真實語：“若我罪未淨，當沉水底！若無餘淨化，則不沉沒！”遂步入河中，凌波而行，如在地面，絲毫不沉而到達對岸！在藏地也有位後藏僧人“華吉旺秀”犯了他勝，懷著強烈的追悔心，通過十法行精進地懺悔，從而出現許多罪淨的徵兆，並獲得殊勝證悟，盡其一生，不願接受他人的恭敬承事，唯專注修習善行。如有位老上座說：“對於華吉旺秀，雖發生些許流言蜚語，但又算得了什麼呢？只不過勸善而已。”有很多這般歷代古德的傳記。若想到“造罪無妨，懺悔即可”，從而肆無忌憚地胡作非為，亦是根本不可以。此如不可因為手足受傷後可以治癒，就故意砸傷肢節。

總之，如今從大德善知識的恩德中，明白四力修持法，並在實踐因緣聚合的此時，當時常勵力於四力懺護，以期在臨命終時，獲得無憂悔的把握！祈請上師勝天加持能如是而行！如是激勵悲心而修。

共中士道次第

丙二、於共中士道次第修心，分二：

丁一、生起希求解脫之心；丁二、抉擇趣往解脫的道體。

初者，由思惟苦諦過患，容易生起希求解脫之心及大悲心等。在加行階段，適當地修習如是等勝利及相對的過患後，如是思惟：如前所說，由勵力止惡行善，雖定得善趣之位，但若未證得根斷痛苦的解脫，即便怎樣的人天富貴安樂，終超不出行苦自性。除了僅是自心顛倒，把行苦一向錯認為安樂之外，輪迴中全無真正安樂。不僅如此，即便獲得幾許的三有圓滿，下場終究極其惡劣。譬如有位囚犯，一月後定將被處死，其間每天還受著火漆滴身、棍棒加身等的酷刑楚毒。這時雖由某人情面等，免除了嚴刑拷打，然而即將被殺的痛苦卻每天迫近，無絲毫愉悅之心。同樣，任由獲得如何的人天善趣身，一旦往昔善業牽引力窮盡，又會墮入惡趣，必須無奈飽受長久、慘烈的痛苦。

因此，為生起希求解脫之心，思惟輪迴之苦，分二：

戊一、思惟輪迴總苦；戊二、思惟別苦。

初者，分六：己一、不定過患；己二、不知滿足過患

己三、數數捨身過患；己四、數數結生過患

己五、數數高下過患；己六、無伴過患者

初者，我們漂泊生死，如前世的父母兄弟等親人，在後來的生世之中，會變成施害的仇敵；或如諸仇敵變成至親，親仇不定；如是，父變成子，或子變成父等。另外，如今生享盡人天大富貴者，在他生，或變成可憐的餓鬼、畜生；或諸惡趣投生人天善趣，二趣不定；或如大富變赤貧，或一貧如洗變腰纏萬貫，苦樂不定。

《辨業經》中說，聖者目犍連遊行至“瑪噶達熱”化齋時，看見一家庭，家長抱著兒子在吃魚肉食品，並不時把魚刺丟給蹲在面前的一隻黑母犬。尊者於是觀察他們是怎樣的前世？並教誡從他鄉來居住在那裏的一位智者：此家長所吃的魚前世是他本人的父親。家後有一池塘，其父捉了許多條魚，時常殺來吃。命終之際，即投生魚中，被其子成千上萬次地捕來吃掉，但還會反復地投生其中。母犬前世是他的母親。由於慳貪成性，未曾施人一物，不守戒律，貪戀家庭，命終後投生為母犬，後猶會再再投生。懷中小兒前世與此人妻子通姦，某夜，此家長施計殺了他。由於貪著其婦，而生其胎中。

有位阿羅漢觀見一家門前的大路上，有只哀叫著的牛被牽向屠場，說到：“這只牛以前是富商時，建造神壇，每年都以牛做祭祀，臨終時還叮囑兒子：‘要常做祭祀！’死後反復投生為自己家中的牛，在祭祀時被殺。這已是第六次了！”

據說舍衛國有位貧窮家長，由於貪戀其家，死後投生為家中小象鞍瘡裏的蟲子。剛生下來，即被烏鴉叨食，如是還要反復數數投生。如是等古代的典故不可計數。

不僅生死遷流如是變化萬端，而且即便在今世，上半生下半生、乃至前後年月，親仇也是變化不定。今天和睦的親友，或許只是因為說話方式欠妥，遂妄加猜忌，明天就變成了首敵，不共戴天。這種現象是那麼地多，皆有目共睹。同胞兄弟也會相互不和，拼死相爭。甚至能看到子弑殺父母者，其他親友，更何待言？

如是，過去有故事說，攝政王桑傑嘉措被弑殺後，其妻被迫混跡於乞丐群中，悲慘地乞討為生。現在也有王公大臣在權勢衰敗後，且不說國政，就連一日的口糧都沒有，倉惶流亡他鄉。有的富人，前一天財畜還非常眾多，夜晚被仇敵掠劫，第二天就淪落為四處流浪的乞丐。這樣真實的故事也有很多。因此，苦樂也不定。

若如是詳細思惟輪迴之法無任何保信之處，就能容易遮止由妄判親仇而滋生貪瞋，或少許眷屬財物會集時而生驕慢等。

己二、不知滿足過患

我們過去世生而為人時，所喝的乳汁，但此一種，如果不腐而匯集起來，說比大海還要多。以此為例，往昔，如轉輪王、帝釋天王、梵天王的位置，人天的富貴圓滿，沒有一種未曾享受過，但內心從沒有滿足之感，依然趣入痛苦之因，還留守為生死大海底的錨石。例如，昔有國王名曰“我乳”，成為統治四大洲之王，其後漸漸率領軍隊飛騰上方虛空，到達四天王天、三十三天，坐上帝釋天恭敬陳獻的半座。從此，三十六位天王之中，“我乳”與帝釋共同享用著天界國政。最後，心生惡念：“如今與帝釋共坐，有何意義？不如殺了帝釋，我獨自為王。”乍生起惡心無間，即從虛空墜落到南瞻部洲以前的舊宮殿前，半死不活，下場悲慘淒涼。這是古代的事例。

現在也有許許多多由於不知厭足五欲而自遭禍殃的案例，大家有目共睹。至尊貢卻丹白卓美，曾引一故事，說是漢地有位叫“庫達辛”⁴⁵的人，權勢近乎等同皇帝，卻仍覬覦天下，後來慘遭滅門之禍。至尊由此而說：“我們有一竹筐茶葉的人，看有十筐者，會說：‘若得如此，我願足矣！’但是當獲得十筐，再看有百筐者，還會說出那種話來。如是等，若機緣巧合，一切皆與‘庫達辛’的思想無異。”此言相當真實！

享樂而不知滿足，是最惡劣的三有罪過。因為若是為了心滿意足而追求安樂，但是不管獲得、享受多少的妙欲，不僅不滿足，反而使愛欲饑渴愈加強烈，希望成辦較前更多的妙欲，遂趣入廣大的罪行。由此必須感受難忍、長久的痛苦，而那些安樂難及其一分。

⁴⁵乾隆時和坤。

如是，由思惟往昔感受無量痛苦的情形，亦無比可怖：如《除憂惱經》中說，墮地獄後所飲滾沸的烱銅鐵水，匯集起來，多過大海水；生為豬狗所食不淨，不腐爛而積壘一處，高過須彌山王；積集由於親友離別而悲泣的淚水，大海為容器猶嫌狹小；相互鬥爭所斬頭顱，堆積一處，超出梵天世間；成螻蟻時所食糞土，積集起來也能填滿大海。雖無絲毫意義，仍要受那麼多苦，如果現今依然不精進於解脫道，而是令煩惱更加熾盛，必定要享用較前更多的地獄烱銅鐵水等。如《喻法》中說：“無痊癒時之病人，無釋放期之囚徒，無達終點之旅客。”凡常之病，不管患病時間多長，或數年，或更拖延長些，亦不過四十年、五十年，到死也就結束了。囚犯等也是這樣。然而我們從無始以來，被煩惱疾病所折磨，復投入輪迴牢獄，全無痊癒、釋放之期，其他病人、囚犯豈能與其相提並論？因此，理應唯精進於從此不可逃越輪迴牢獄中解脫的方法！

己三、數數捨身過患

如佛所說，不管自他是誰，在此三千大千世界，往昔未曾受生、未曾死亡之地，就連針尖許都沒有。若積集起生為蛇、蛙等的惡趣身，無量無邊，自不必言。雖說生而為人，最為稀有難得，而得人身後死去的骸骨，若也堆積一處，說其約有須彌山大小；匯集的血液，約有大海之量。

因此，對於如今所得的卑劣人身，有何值得驕傲的呢？即便獲得更超勝的欲界、色界天身，尚定須捨棄，故而不可保信！

己四、數數結生過患

如在前二科判，也詳為開示不見生命起始盡頭的理由，過去，曾生於人胎，或畜生等他趣胎，或於其他生處結生，每一種都數不勝數、無量無邊。是故，生此輪迴的始點，根本沒有，以佛說從今生向前世逆推，盡大地塵數，亦不能到達輪迴的始點。由此言亦可知。如是從無始以來，受生幾許，必然定

要同時感受著無量痛苦，今後若還不能以修習解脫道為心要，結生受苦，也就杳然無盡期。細細想來，實該心驚膽顫才是！

《親友書》說不見母之邊際。《四百論》本頌、注釋中成立此言成為厭患之因的道理。其義者，貢唐仁波切嘉言中說：“自己的母親積集下她成為其父母女兒之業，以此為例，也配合母親的母親等；自己的父親積集下他成為其父母兒子之業，以此為例，也配合父親的父親等；諸多前世的父母，亦如是配合。自己與父母等所積諸業相互交織，變成束縛輪迴之緣，求出無期，或許可從這一點修習厭患之心？當作觀察！”

有智者說：“自己的身體是由父母不淨所成；若再追尋其近取因，父母無窮無盡。故若見此身是等同三千塵數不淨所聚之丸，當生厭離！”此語意味深遠。

己五、數數高下過患

總的說來，既會從低處升到高處，也會從高處墮至低處。因此，獲得人天自在者，大多數定然會墮落低處。我們從無始以來，曾生為人中翹楚，或轉輪王，或諸侯王，或宰官大臣等，而死後投生三惡趣，或低賤如麻瘋病人、乞丐般，其次數亦無量無邊。有時生為欲界多聞子天王，擁有隨欲惠施他人財寶悉地的能力，然當後來成為餓鬼時，卻連一滴水都找不到。日月天子能以日月輪光照亮全部四洲，後生於洲間黑暗地帶，哪怕伸縮自手都看不見。從三十三天的帝釋，乃至他化自在天主之間，擁有無量的富貴榮華，不必說凡俗之輩，即便眾多天王都難以覲見天顏，但死後墮入惡趣，亦不可計數。不僅如此，雖生於十二處色界天、四無色界天，已壓伏下地的煩惱，無絲毫痛苦，歷經一劫或許多大劫，無動搖地住於三摩地，但當往昔能引業力殆盡時，還復墮入惡趣，倍受痛苦煎熬，亦數不勝數。總之，如世尊所說：“積集皆銷散，崇高必墮落，合會終別離，有命咸歸死。”一切圓滿，最後都是以衰敗作為結局，是總的輪迴法性。因此，即便獲得多少的三有榮華，除了現階段變成自心錯亂之緣外，臨終之際，皆如百年享樂美夢乍

醒時分，只是留存於記憶深處，必須無奈地漂泊艱難險境！是故，不可信賴任何的輪迴富貴安樂！

己六、無伴過患者

生時獨自而生，死時亦孑然而死，除此之外，不會與親友等同生共死。親朋好友等只會令增長貪瞋、障礙修法。然當感受為彼等所積罪業異熟時，他們不會攤派少分，而自己必須獨自受報。如是無論有多少六親眷屬等，但當前往中有險途、惡業異熟臨頭之際，都必須自己一人忍受，故而當知輪迴之法無不欺誑、唯一堪能信賴者只有涅槃，應以修習解脫道為心要！如是觀修。

戊二、思惟別苦，分三：

己一、惡趣之苦；己二、善趣之苦；己三、結義。

初者，三惡趣之苦，如前所說，或廣或略地修習。

己二、思惟善趣之苦，分三：庚一、人苦；庚二、思惟非天之苦；庚三、思惟天苦

初者分七，辛一、思惟生苦；辛二、思惟老苦；

辛三、思惟病苦；辛四、思惟死苦；辛五、思惟怨憎會苦；

辛六、思惟愛別離苦；辛七、思惟求不得苦

初者，《攝抉擇分》、《道次第》雖把八苦歸入總的輪迴之苦，但若依《樂道》，八苦中的最後一苦，歸入結義，前七苦歸入人苦。由於人類容易發生前七苦，若與其配合而修，轉心強烈，由此理由，說是人苦。此處亦歸入人苦之中而解說。

初者，一般而言，如劫初之人化生，頂生王從暖濕而生，“房宿女”的三十二子乃是卵生，如是從其他三生處出生的人，雖非不可能，但多數是胎生。

初入胎時，大福德者感到前往無量宮或林苑，或登上高高的樓閣；少福者則感覺苦於風雨，逃入密林或牆跟，呈現這般景象，與此同時，神識入母胎。剛一結生時，神識非常暗昧，如昏迷般，雖有八月早產或十月才出生的狀態，但說大多經過九月或三十八週就會出生。故必須住胎經過那樣長的時間。

初七天時，於母胎之中，如在熱銅鍋中燒煮一般，身根與神識一起感受著難忍的痛苦，此為羯羅藍位；其後，隨著每七天的過去，“普攝”等不同之風依次觸動，成“頰部陀”、“閉尸”、“健南”位，四界的堅、濕等輾轉增長之時，更增多一份苦受。第五週“鉢羅奢怯”位，是五支分相狀已凸現出來的時候，說會發生如被五力士拉伸平整，又被一力士有棍棒擗攤的痛苦。其後諸週內，發育成脊柱、關節、指節、趾節等，當九孔浮現時，也會發生更多的痛苦。母胎空間狹小、黑暗籠罩、種種不淨充滿、氣味惡臭、濕潤胞衣纏裹，有著依如是等所生無法忍受之苦。另外，說母飲食過熱時，就會有如在沸水中受煮的感覺；當過冷時，則如赤體被拋棄於冰塊中；飲食過量時，如岩石擠壓；食太少時，會發生如懸掛空中的痛苦。當母跑跳或跌倒時，則如翻滾於山坡；行交合時，發生如鞭抽打之苦。如是胎於一切支分肢節發育完全時，自三十六週起，於胎宮生起厭惡之想。最後一週時，由“下視風”令首尾倒置而生。爾時，說所受痛苦，如從鐵制絲孔中拉出一般；當輕放在軟褥上時，也如被拋入荊棘叢中。亦有些忍受不住這般痛苦，或死於胎中，或剛生產下來即死去，即便順利降生者，也被強烈痛苦折磨得幾近死亡，只是由於業力，才未能夭折。現在如果必須在屎尿等各種不淨物充斥的洞穴中待上一晝夜，何堪忍受？推及此情，即能了知：在九月多的時間裏，待在母胎中所受之苦，實在無法忍受！古德們說，嬰兒剛一落地，總是啼哭不止，也是由於不忍痛苦而發出的哀啼。

若詳細書寫胎中之苦，又恐文字過多，故應從《難陀入胎經》、《雜阿含經》中了知。自從生產後，身體也就成為八萬四千蟲類的巢穴、四百零四病的依處、八萬魔類加害之處、老

病死等下面所說一切痛苦的基地，對於舒適、憂惱、中庸三者，分別生起貪瞋癡三毒後，成為積集種種業的所依。故而，在由惑業之力受生續流未斷之間，無論生於何處，亦永不會有真正安樂的時機。如是觀修。

辛二、思惟老苦

昔年少之時，身體雖是這般挺拔俊美、膚色紅潤、烏髮皓齒、皮膚細嫩，但當後來衰老重擔壓身之際，韶華已失，腰身佝僂，行必策杖；面容等身體失去光澤，橫生皺紋，色如樹皮般青黑、灰暗；牙齒脫落；發如霜降，或禿頂無發；皮厚起皺，佈滿皺紋；頭及手足等，不能自持，顫抖不止等，如是謂妙色衰頹。

下坐時，由於腿關節老化，不能慢慢坐下，如沙袋斷繩，轟然下墜；起立時，雙手若不撐地相助，就不能站起；言語時，吐詞不清，訥訥不明；行走時，不能快速挪步，步行緩慢；身上陽氣、力量微弱，衣薄則冷、厚不堪負；稍微活動，就上氣不接下氣，哮喘不止等，謂力量衰頹。

眼雖欲觀色，亦模糊不清；耳不聞說法等聲；鼻不嗅香；比如，雖吃美味飲食，亦感覺不到香甜，舌品嚐不到真正味道；如雖坐在柔軟座墊上，亦感覺粗糙，身感覺不到真正所觸；一切取捨、舉措，轉眼即忘，念力減弱等，謂諸根衰頹。

除了少量飲食，若隨意食用，則難消化；歌舞美音、酒色欲樂等妙欲，雖滿心喜歡，亦是心有餘而力不足；壽命大多已逝去，心不由地生起恐懼：“死時該當如何？”如是等難忍老苦，大多數皆是我們現前有目共睹。

現在若有位年青人突然眼瞎，大家都會說：“還不如死了好！”由此想來，如前所說，起坐維艱、眼花耳聾等一切老苦同時降臨，如何忍受？迦瑪瓦說：“老漸漸至，故稍可忍，若一時頓至，實無能忍之方便。”

辛三、思惟病苦

即便一位年青體壯之人，一旦患上重病，就會瘦骨嶙峋，體力盡失，直到臥病不起，甚至身體的稍微活動，都是那樣艱難；連別人的問候，亦不能立即作答；由於疾病，更易動怒，他人的一切行為都不稱心，心續比以前更為暴躁，如是謂身心自性變化。由於四大不調，陰陽失衡，身感刺痛，心被憂惱煎熬。短暫的時間，也會有極長的感覺，晝夜等更覺漫漫，度日如年，更何待言？由於受魔蟲惑，或實在忍受不了惡疾劇疼，走投無路，而決然自盡等，更增憂悲苦惱。

由於顧慮可口的飲食危及病情，被大夫禁止，沒有隨意享用的自由；行為舉止，也不能隨心所欲；必須勉強地服用令人作嘔的毒性藥丸等物，以及最差的飲食。如火灸、針灸，特別是用剛從爐膛火炭中取出來的紅彤彤銅質針刀治療，冒出團團焦煙，必須進行如是等粗暴的手術治療。當藥物、經懺皆不濟事，確診為不治之症，從而生起極大憂惱等，有著不可思議的病苦。

另外，當患上嚴重的傳染病，一切人皆懷忌諱而遠離，自己只能孤獨地死去，跟前無一人圍繞。或有眼疾導致眼瞎，遍覓嚮導不得，只得以棍棒探路，蹣跚摸索而行。或有腿腳殘疾，一生都須艱難地匍匐前行；或有罹患麻瘋病，從人群中驅逐出來，又被親友拋棄。不管到哪裡，都不讓邁進大門，身上遍佈膿瘡，手腳等漸漸脫落，乃至自己親見自己的屍骸等，悲慘可憐的情景，無量無邊。由於疾病種類繁多，其苦細情，一言難盡。

即便現在一位無病健康之人，只要在成辦此般身體之後，就已超越不了四百零四病煎熬的有法。身體四大，如同四類不同動物共聚一處般，時刻就會發生消長；上中下三方魔類，虎視眈眈，伺機加害，就要患上嚴重疾病，故對於暫時的無病健康，不可保信！如是觀修。

辛四、思惟死苦

由於被強烈病痛所折磨，消瘦至極，只剩下皮包骨頭；晝不進飲食，夜不能安寐；占卜、巫師、醫生見已不治而捨棄；親人們也已絕望，不再心存能活下的希望；自己也憶念起平生虛度，歲月蹉跎，未曾修法以面對死亡，深深地追悔不已；必須捨棄一切身體、財物、親眷，只留下赤身空拳，捐出所有作為厚禮。由於真切地了知，雖無比憂傷，也是一籌莫展！

特別是多數罪孽深重者，會發生無法忍受的解支節之苦，或產生種種幻覺：墜落深邃可怖的懸崖、似閻魔的眾多猙獰醜陋者係以繩索，強牽而去等，驚恐之狀，不一而足。他人看到的情景，也是表現出手足亂舞、便溺失禁、呼喊著“拉我拉我”、哀嚎等眾多淒慘可憐的行為，如我們有目共睹的那樣。此是就患病或長或短導致死亡而言。總的說來，或因中風、胃痛而猝死，或因麻瘋病等歷經長期折磨方得死去，有這般種種狀態；毒器火水等，死緣眾多，臨死之苦，難以盡述，然以理推來，應當了知！

我們僅聽到卜卦者所說“你會死”的聲音，都驚慌失措，更何況死亡現前降臨己身，無法忍受，更何待言？在《教授國王經》中“陛下！如是，死主利戈貫穿，遠離驕慢”等文時，詳為宣說，若依之思惟甚善。前文隨念死時，已略說的內容，也可與此文統一編排而修！

辛五、思惟怨憎會苦

遇上盜匪般的仇敵時，就會遭受極大的災殃，一切食物財寶被偷竊或掠奪一空，或發生命難等；毆打捆綁、呼以犬名等，極盡凌辱之能事；或如刺以利器，瞬間死亡；或役為僕從，頤指氣使，盡其一生，指使做各種苦業；或被迫造下眾多罪行，殃及今生來世。如是，由於王法懲罰，被剝奪所有的身命財物；或被病魔惱害；或荒年饑饉，飽受磨難；水火險境之怖等。總之，遭遇世間八法之中最厭惡的四種，其中之苦，應當各各細細思惟！

就入佛門者而言，當生起強烈的煩惱；被嚴重罪墮所染；值遇它們的外緣——不善知識、罪惡友、不順境等，一切修道障礙的發生，皆是怨憎會。故依彼等之苦，非常廣大！

辛六、思惟愛別離苦

愛子夭亡，父母由於傷心過度，或失念發瘋；或終日以淚洗面，眼睛哭瞎。幼失怙恃的孤兒，食不裹腹，衣不蔽體，流浪他鄉。有些人的生計被其他強權所奪，內心焦慮萬分，憂鬱氣惱。家道中落，富轉貧賤；或王公重臣，大權旁落者，憂苦更甚他人。眼失明、耳失聰等，遠離世間八法中最貪求的四種，其中悲苦，無量無邊。

若就入佛門者而言，信戒等對治品衰頹，復遠離能增長彼等之緣——善知識、善友、隨順境等，現前久遠，其苦皆不可思議。

辛七、思惟求不得苦

農業耕作，卻被霜雹乾旱等摧毀，不要說大豐收，連種子的成本都收不回；養育馬牛羊等，卻被匪盜野獸瘟疫所損耗，血本無歸，談何利潤？經商卻由於仇敵水火等變故，貨物消耗殆盡，無營利可言，還須舉債度日；以各種手藝尋求，卻永不能得到等。

另外，為了謀生，從事各種職業，其中辛苦，難以盡說：務農者不顧寒熱饑渴，必須時常辛勤地耕耘、施肥、播種、澆水、除草等繁瑣的作業，手腳處處佈滿皸裂之痕。牧民們頂著冬季寒風、冒著夏日暴雨，為了養活牲畜，必須游走於山川平地之間，白天防備土匪，夜裏還要巡視，警覺盜賊、豺狼等的偷襲，片刻不得安息，疲憊不堪地度過每一天。商人游走東西南北四方，動輒行程有數月之遙，期間飽受風吹日曬、沐風櫛雨、大雪襲身之苦；山路高低漫漫，險要關隘重重，輾轉遷徙，疲苦不堪；牛馬等死亡或丟失，貨物耗損或滯銷等，其中辛苦，一言難盡！

如是，窮人衣食匱乏，富人們不知厭足，用盡各種手段尋找財物時，不僅苦重，而且通力尋求，終無所得時，心灰意冷之苦；得到之後，守護之時，必須與強敵拼死鬥爭等，不惜生命之苦亦是眾多；守護不成，被水火王仇賊等破壞之苦無有數量！

總的說來，有多少財物，也就會有多少痛苦。若有少量傢俱，也定有那樣多守護與失壞之苦。如果有極多的財物親眷，彼等的增長、守護、失壞，以及滅仇護親之苦，也就非常深重。如世間諺語說：“權勢終極，苦海冒出。”確是實情啊！

若完全不具備財物受用，晝無食裹腹，夜無被蓋體，債務累累，無力償還等，也有著較前更深重的苦難。若權勢極大，就想與其他有權勢者競爭，從而發生鬥爭等大苦。若太過孱弱，所有人都會妄加欺凌，指使做各種惡劣的工作，雖不情願，也必須忍氣吞聲地接受，較前更慘。是故，無論怎樣富貴、貧賤、平凡的人，不被前所說身心之苦相應折磨者，極為罕少。此理如第七世法王道歌中說：“且觀貴賤僧俗男女眾，服飾姿態驕氣大小異，苦隨人生一世悉平等，同類親友遭遇令傷悲！”

如讚歎人身是超越有海的舟筏般，除非能依此身修習解脫道，是無比的稀有難得之外，總的說來，它卻是無量痛苦的淵藪。故而，不可信賴少許的富貴安樂，無論如何，都應當了生脫死，解脫輪迴苦海。如是觀修。

庚二、思惟非天之苦

非天大的住處有四城：“具光”、“月鬘”、“妙處”、“不動”。在須彌山地基的八萬四千由旬處，上下排列著。彼諸處大王“羅睺”、“項鬘”等，雖坐擁富貴圓滿，卻生性嫉妒強烈，不忍天人榮華，從而率四種軍隊，沖出水面，依次征戰“帝釋五守衛”——居住遊戲海的諸善品龍王、持盆夜叉、持鬘夜叉、常醉夜叉、四大天王，交戰之時，多被彼等擊退。

假若未能擊潰，四大天王就會把戰況上奏帝釋天王。帝釋天王率領三十二位親王，騎乘著大象王“伊羅婆那”化出的種種座騎，在粗惡苑沐浴，當勝解戰事之時，四種軍隊即已排列齊整。在須彌山南方交鋒時，諸天降下種種利器之雨。戰場上的大象王“伊羅婆那”及象眷屬，甩鼻抽打，斬斷、撕開諸非天之神，揚如沙塵。非天必須感受如是等不可思議之苦。彼時，兵器、屍骨殘骸墜入大海，血染海水，悉成紅色。據說，非天的第二居處“月鬘”有“普見湖”，會如實地呈現出戰爭勝敗的影像。死亡非天的親屬在未班師之前，即已沉浸在極大的悲痛中，傷心欲絕。

另外，《念住經》中說，如今盡人皆知的“日食”、“月食”，也是天與非天交戰之時，由於日光耀眼，不能仰視，“羅睺”一手遮之，或由於愛著，手觸月輪導致；所說“天崩”、“山嘯”，也是“羅睺”忿怒發出的吼叫聲。傳說，“沙塵雨”是從空中降下許多塵土，也就是天界大象“護地子”用鼻風吹散“阿修羅綺畫王”的高山後，所降下的塵埃。

如是不僅從貪欲之因所生的身心之苦，極其劇烈，而且此諸阿修羅雖有智慧，然由於具有異熟障，而說依彼身無新見諦者。

庚三、思惟天苦，分二：辛一、欲天有死歿下墮之苦者

辛二、上界之苦者

初者，六欲天雖擁有稀有殊勝的安樂，但是當某時福業引力窮盡，接近死亡時有五死相：天身當初圓滿的威光衰減，色澤變得醜陋；如精神病人般，不安於座，憂鬱煩躁；先前吹一陣清新之風，即會收攝起陳舊之花，獻上鮮花，但後來不再有這般事，花鬘枯萎凋零；新衣變舊時，先前還可換裝；但後來再無換衣者，衣服上沾滿污垢；所有的腋窩、毛孔都會出汗。還有五近死相：衣飾中發出刺耳的聲音；身光較前變得更加微弱；沐浴水滴沾附身上；內心貪著一境；始有眨眼動作。當發生任何一種死相時，即親知當永離天界一切的圓滿受用，而且

臨死之際，也了知當生何處，如若墮生地獄，即已了知自己必須現前感受那些無量痛苦，內心自會發生無法忍受的痛苦。經說，死相呈現時天神之苦，比起有情地獄之苦，超出十六倍之多。這也應理解成內心的憂苦。

死相呈現的時間，說有天神各自的七晝夜，極為漫長。因為四大天王等六欲界天的七晝夜長短，依次有人間的三百五十年、七百年、一千四百年、二千八百年、五千六百年、一萬一千二百年。

如《弟子書》中說，生命如水泡般動搖不定的人類，沒有天神死相所攝時的那般痛苦。人類雖有著眾多近似三惡趣的痛苦，卻無如前者的痛苦。其中理由者，南瞻部洲人如何長壽，亦不過八十、九十來歲，即便盡其一生都在受苦，但在天神的七晝夜前，亦是瞬間而已，故易了知！

天子發生死相時，天女亦不願待在跟前，而是改與其他天子共用妙欲。天子見到此情此景，生起強烈的貪瞋嫉妒，煎熬內心，憂苦更甚。天女發生死相時，天子離棄，也與前說一樣。臨死天子哀求昔日的玩伴：“來我跟前！”“接觸我！”“以後，我再見不到你！你也再見不到我！”這時，慚愧心大些的天子會遠遠地把帶花的樹枝放在他胸前，並發願說：“願你從此處死歿後，投生善行人世間瞻部洲！願於彼處以信犁耕耘福德之田！”然後就離去了。而其他天眾連看一眼都不願！據說其狀況猶如翻滾於熱沙地上的蟲子，天子經常現出淒涼悲慘的神情，口中發出各種悲聲：“嗚呼眾車園，嗚呼緩流湖，嗚呼！可憐神識天，墮地發哀音……。”

“三時者”，謂最初剛一出生時，天神現前了知三處：生於何處、從何處而來受生、因造何業而生。但自此以後，由於散亂於妙欲，放逸無度，極難新積善業，故若無宿業餘留，死歿之後，必定墮生三惡趣中的任一處，感受無法忍受的痛苦！

他化自在天等上方諸欲天，在處所、身體、受用圓滿方面，更超勝下方諸天，故能了知彼等死相現起的痛苦也就更加強烈！

驚悚之苦者，大福德諸天具有稀有殊勝的富貴、威光、力量。受用低劣的薄福天子看到那般功德，說其會發生無量的沮喪、驚悚之苦。

斫裂殺害驅逐之苦者，諸天與阿修羅戰鬥之時，敵軍拋出各種兵器，節節斬斷四肢，撕裂身體，殺害性命，其苦眾多，必須無奈領受！若斬斷頭顱，則會死去。斬斷其餘四肢，飲食甘露即能復原如初，得以生存。另外，大力天神會毆打、殺害、驅逐弱勢者，無端施加強搶天女等的種種傷害。是故，天界之苦，亦是極多。據說三十三天以下有驚悚、斫裂等苦。

不管天子是怎樣的強弱，比起人來，都是福樂圓滿，壽命極長，然而如兒童忘情流連於玩耍般，由於放逸無度地享用妙欲，對於很長時間，也只是極短的感覺，因此，在不知不覺中，壽命已盡，死相現前。

阿裏巴說：“以前，雖經說‘有頂以下皆趣向地獄懸崖邊’，但還是感到‘天界有樂’，還會有種期盼。後來，閱讀了幾次《念住經》，方知天界安樂是一大騙局，不令修習正法。任如何受用，亦無片刻享樂的時光，死後反而墮生地獄。因此，寧願選擇做一位老乞丐，修習皈依，計數念誦著‘嘛呢’六字大明咒。”誠哉斯言！

辛二、上界之苦者：

色界、無色界諸天雖無前說欲界之苦，但只是壓伏了下地煩惱現行，並未永斷惑種，對於死歿及住世，未得自在。在自己心目中，雖是以不復再起定的方式，等持而住於三摩地，但當某時三摩地牽引力窮盡之時，便從自地死去，遷識為下地中有，墮落下方欲界。其苦說有無量無邊。

據說，若以奢摩他之想而修習，還不會生邪見，但若以出離之想而修習，所生靜慮、無色之果，誤認為解脫；於其因——等持靜慮、無色三摩地，誤認為解脫道。由於欲證前者，修習其因——等持靜慮、無色三摩地，某時，生起其異熟、等流、增上隨類所攝之果，證得靜慮、無色時，會生起增上慢：“已證解脫！”自此以後，歷經一劫或多劫的時間裏，沉醉三摩地，如沉睡般而住。臨死之際，欲心現前，了知將要受生，致生邪見，毀謗解脫。由此之力，墮生地獄。

色界天壽量，必須以中劫或大劫來計算。特別是四無色天，說有二萬乃至八萬大劫的壽量。在這麼久遠的時間，無苦苦而住，雖可作為稀有之境，但是生、住、增長煩惱的種子，卻堅固地存在著，由此之力，一旦遇緣，即會生起現行煩惱，墮落下處，終究不可信賴；若誤認為解脫道與解脫，就會處於非常危險的境地。

因此，在此輪迴之中，不僅三惡趣中苦火熾燃，即便獲得善趣人天之位，也除了唯是三苦相應的自性之外，永遠都沒有純粹安樂的時機。慮及此義，噶當古德們說：“獲得有頂，也似乎處在無間地獄的銅鍋邊。”第七世法王說：“稱名‘三界輪迴’鐵火宅，任至十方何處為苦燒，心中刺痛然是自現狀，漂泊此般惡處令傷悲。”

思惟天與地獄苦等時，只是心中現起這種感受“此處有這樣的情況”，是遠遠不夠的，必須在自己身心上思惟。而且只要未斬斷投生三有的續流，前所說六道苦中，以後依然無任何一種苦不須無數次地感受。此一切苦悉皆是我應得的永久份額。因此，無論如何，都要實踐一種方法，渡脫不見彼岸的苦海！如是觀修。

己三、結義

如《俱舍釋》說，如“禾秸火”般，從近取諸煩惱中發生，“近取蘊”，是果立因名；或如“果樹”般，從蘊中發生近取煩惱，“近取蘊”，即是因立果名。從前世蘊中發生愛取

等，再從彼等之中發生此世之蘊，此蘊又生愛取等，再出生後世之蘊，以此等為例，無始到現在，以後還必須隨惑業自在，不間缺地受取苦蘊，此即是“輪迴”。

有漏的苦樂捨三受、彼等相應的心王心所、增上緣諸根、所緣緣三境，這一切皆有生苦的能力或種子，故立為行苦。慮及此義，世尊說有漏皆苦，並說：“輪迴針尖端，安樂永非有。”

如是一切輪迴處所、身、受用，皆是行苦，但是不可誤解“輪迴處所”的字面意思，而認為輪迴事——人天處、地獄處等如某個地區。若真是這樣，應當僅以神變即能超越輪迴。

因此，輪迴之中，已漂泊或將會漂泊之義，也是說，由於束縛三有的惑業二者增上，已束縛或將要束縛於六道隨一所依含攝的近取蘊。

所說“解脫輪迴”，從何處解脫的“輪迴”，應理解成，若未生起能束縛的對治法，依然定會受取苦蘊。所謂“解脫”，也是說由生起對治法之力，遮止後來再成辦苦蘊。認識輪迴、解脫，在前後修習所緣引導的眾多階段非常必要，故應憶念其義！

前所說輪迴總別諸苦，悉皆依於六道隨一的近取蘊而發生。近取蘊是其他一切痛苦的發源地。因此，只要成辦近取蘊，自此以後，就超越不了純一苦性，因為既作為今世老病死等的所依，又引發後世以往無量痛苦，而且聯繫苦苦、壞苦二者種子，令生起二者，並成為隨前惑業自在的行苦自性。

近取蘊與依彼的病老死等苦，二者如火與熱般，不可乖離而住。慮及此義，博朵瓦說：“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。”

由如是依前所列輪迴諸苦而思惟，也不應僅以生起“若永斷那般苦流，何其快哉”的感受為足，猶當從種種門長期詳細觀修！竭盡己力地令生起對於往昔漂泊輪迴的真實厭倦、出離之心，以及對於依然要漂泊的恐懼之心，非僅空言。據說，心續中已生起的心量，謂如急切希望逃離火借風勢的熾燃火宅，或如犯人欲脫離牢獄般的同樣心態，若生起非造作的欲脫輪迴之心，便能映蔽追求三有圓滿的欲樂，即是達量生起。若生起這般心態後，還應令輾轉增長。

若進入火焰熾燃的火宅，以及黑暗籠罩、蜘蛛蛇蠍等充斥的牢獄，絕不會有剎那喜歡的念頭，而是想到：“何時方有從此逃脫的時機？”唯百般尋求越獄方法。一旦有了逃脫機會，就會捨棄衣服等一切重物，獨自盡力逃脫。此是舉出比喻。若善為理解輪迴過患，彼等還不足以作為輪迴之喻，因為火宅與牢獄，不管過患如何嚴重，但都不過是今世身命的障礙，而只要未解脫輪迴，就必須身火不分地經劫住於無間地獄，還要無有邊際地領受。因此，雖不能說出表達輪迴一切苦的比喻，但是為了令了知生起真正厭倦三有的心態，才舉出彼等比喻。

另外，諸古德法語中，舉出眾多比喻，如曠野、羅剎女島、冰海之鳥、見邊之鳥、女魔子等。與彼諸喻配合之理，應從它處了知。

欲出離輪迴之心若是流於空言，則說任何勝劣乘之道，亦僅是追文逐句的理解而已。待了知不管欲進修顯密何法，此意樂都是不可或缺的道基後，把它作為修持的核心至關重要。

丁二、抉擇趣往解脫的道體，分二：

戊一、為明瞭斬斷輪迴根本之理，思惟集諦流轉次第；
戊二、正式抉擇解脫道自性。

初者，分三：己一、煩惱生起之理；己二、彼積業之理；己三、死歿與結生之理。

初者，成辦輪迴苦蘊之因，必須惑業二者，但其中煩惱又是業的根本，因為引生三有之業的發起者，是無明等煩惱；滋潤彼業者，亦是愛取煩惱，是故新積業以及後令具有力量，一切皆賴於煩惱。

因此，欲斷輪迴苦者，了知其體性不能如拔刺般斷除，依靠苦因根本煩惱的對治法至關重要。彼復賴於認識煩惱。

此中分四：庚一、正明煩惱；庚二、如何生起之次第；庚三、煩惱之因；庚四、煩惱過患。

初者，煩惱總的性相，謂若生起某法，即由散亂，或顛倒，或掉舉、昏昧、放逸、無所顧忌，令心續極不寂靜。

彼等令不寂靜之理者，亦如《王子書》中說，應理解成：心續乍生起某種煩惱，即令內心散亂於妙欲；或令顛倒執著常樂我淨等；或令掉舉，流散於可愛境；或令昏昧，內心不清明；或令放逸，不護心於有漏諸法，放任自流；或於諸不善法，不以自或他為原由而有所顧忌。

令不寂靜之義，概而言之，謂心續上乍生起某種煩惱，即不令心趣入正道；不由自主地結合顛倒境，使心不堪能。如《集論達釋》中說：“心續極不寂靜，是苦諦，令心不靜之上首，厥為煩惱。”“令不寂靜”，似應理解成煩惱能令心束縛於三有之義。

煩惱各自的性相，分十：

1、貪欲：屬於三界的內境——五取蘊或四名蘊，外境——悅意的處所、受用，緣此等而貪戀不捨。如油浸布，難以分離般，此亦是於自所緣境，貪著增長，即便多麼費力也難以離開彼所緣境，故說是貪戀不捨。

見到有漏的悅意事物，心生希求。應認識到這就是貪欲。故而，現在所說“深信上師、教法”，多數有可能與此混淆不分。

此貪心障礙於輪迴生起出離心，引生瞋心、嫉妒等其他煩惱，新造集善不善業，並且滋潤先所積業，令有大力，故是輪迴主因。

2、瞋恚：與自己不和的有情，如內在刺痛的自相續苦，利器、荊棘等諸苦處，緣此等境，起惱害之心，或思加害。此瞋在今生令身心不得安樂，後世於惡趣之中生起無量痛苦，並且能摧毀往昔所積善業，故說無似此之罪惡。

3、我慢：依近因薩迦耶見增上緣，復緣外面的如權勢富貴，內在的種族、形色、知識廣博等，執著超勝他人，心自滿或高昂的行相。常言，若隨我慢自在，則不敬上師、有德者；自相續功德再不會上升；障礙生起道的證悟；後世或生惡趣，或生為傭僕、愚傻等低賤之人。

4、無明：對於四諦、業果、三寶的性相，以自力令心不明了的染污無知。當專心考慮“四諦等怎樣”時，懵懵懂懂，一無所知，立此為無明的事相，容易明白。諸大阿闍黎異口同聲地認為，無明罪重難斷，是其他一切煩惱的究竟根本，但在識別情形上，多有不同。

5、疑：緣四諦等三者，猶豫二邊：“有耶無耶？是耶非耶？”有說由懷疑業果、三寶，障礙上界增上生；懷疑四諦行相，障礙解脫。其義謂，若懷疑業果、三寶、四諦，依此而不令趣入增上生、解脫的方便——對於彼等如理取捨及依為救護等一切善品，。

6、薩迦耶見：緣近取蘊，執著“我、我所”的自在我、我所見染污慧。執持行相的細節及分類二十種等，應從它處了知。此見乃一切惡見的所依，也有承許它是其他所有煩惱的所依。

7、邊見：謂緣薩迦耶見所執之我，執著是不變的常見，或是一旦死後不再結生的斷見，如是染污慧。此與斷除常斷邊的中觀道相違。彼道障礙出離輪迴。

8、見取見：薩迦耶見、邊見、邪見三者中的任一種，以及發生彼等的依處——見者之蘊，緣此等，執為最勝的染污慧。執著蘊最勝之理者，應如是理解：如若貪著彼等惡見是正見，則心續上具有惡見之蘊也具有正見，以此為理由，而執著為“最勝補特伽羅”。此見令蒙昧、耽著、增長諸惡見。

9、戒禁取見：謂斷除他部宗壞戒的戒律，如受持淨瓶、梵繩、全皮的服飾，如單腿獨立望日的行為，身語定要學牛、鹿動作的禁行，彼等所依處——蘊，緣此等而妄執為能淨化罪惡、解脫煩惱、出離輪迴之見，如是染污慧。不管如何勤苦於惡見繫屬的惡戒禁取，也不會成辦決定勝的願望，如榨沙取油般，不過徒勞無果而已。

10、邪見：毀謗說：“無前後世、業果、三寶等”，以及執著大自在天、主等是眾生之因，如是染污慧。持毀謗的邪見能斬斷善根，不令趣入善法，而令肆無忌憚地造不善業。執著一切情器世間皆大自在天所造。此等執著的作用也多數與彼相似。

有些引導文說，先令現前生起煩惱，再加以識別。想來：“此或許是為了令少慧者容易現起？”

二十種隨煩惱的性相等，應從《集論》本釋及《大乘五蘊論》中了知。

庚二、如何生起的次第

聖者無著兄弟認為，如黑暗稍微降臨盤繞的花繩上，繩子本體變得不清楚時，會生起執其為蛇的心。如是從僅僅障蔽蒙昧五蘊真實的無明中，生起錯執五蘊為我的薩迦耶見；再從此見生起其他諸煩惱。

具德法稱及月稱論師等認為，薩迦耶見即是一切煩惱的根本——無明。例如，他人在大眾中誣陷我們偷盜時，自己倍感委屈：“我無絲毫罪過，卻無辜被此人說這般話！”“我！

我！”這時執著我自在有的情形極為清晰，時常執著在心目中似乎有個珍愛憐惜的獨立存在之我，此即是俱生薩迦耶見。

此見劃分界限，判別“自派、他方”，從而貪著自派的身體、受用等；瞋恨對已施害或懷疑將會施害的他方。如是，生起執著自己功德他人無法匹敵的驕慢；對於自心所取事，耽著：“如我所取，合情合理”，執著我或常或斷的邊見、見取見、執著與其相屬的惡行最為殊勝；執無業果等的邪見；“彼等有耶無耶、是耶非耶”的疑心等。

故若探究其他一切煩惱的根本，尋根溯源，即是薩迦耶見。以此原故，說貪欲等其他煩惱的對治法，只是壓伏其中的一部分而已，不會成為所有煩惱的對治，而愚癡的對治法能摧毀一切煩惱。

庚三、煩惱之因：

1、所依：謂煩惱的種子或隨眠。若未斷彼，遇緣時，定會生起現行煩惱。如同青稞種子，遇上水肥暖濕聚合的田地，自會發芽般。

2、所緣：謂隨順生起煩惱之境現前，如貪心之境女人等，瞋心之境仇敵。只要初業行者毗鄰令生煩惱之境而住，就定會由非理作意而生起煩惱。顧慮到這種情況，諸古德說依止對治法者應樂斷惡境。另於修心文中，說斷除家鄉、親人、僕從、迎合、資具積蓄、錦衣、相似利他等，即是遠離令生起煩惱之境。了知後付諸實踐，極為重要。

3、猥雜：謂隨學惡友。現在也有些喜好煙酒者說：“我們是最上乘，諸勝者皆是轉妙欲、賭博、煩惱為道用，故不必觀待守護那般狹隘的戒律！”如果有人信以為真，並隨學他們，將徹底地自毀前程。這種現象，有目共睹。如有故事說，昔潘域甲地區有僧，為兄弟二人，一人飲酒，一人不飲。飲酒者朝拜熱振寺，後返鄉時，不再飲酒；不飲酒者朝拜拉薩，後反而

無酒不歡。心未得堅固者，容易遇緣即變，故應捨棄惡友，得一善友後，至死不離，至關重要。

4、言教：謂從惡知識聽聞邪法。本地雖不盛行把煩惱說成正法的外典，但有與其相順之方便道引導，以及不斷惑而成佛的所謂甚深教授，聽聞之後，後半生變成尋歡作樂、醉生夢死者，我們見到的也很多。如一只癩蛤蟆敗壞了一窩青蛙般，一個惡知識亦能禍害所有遇見他的人，故必須特別謹慎！

5、串習：例如不管何事，串習特別熟，就會自然而然趣入。無始以來，漂泊生死之時，由於在煩惱品上串習極其嫻熟，故由習氣之力易生煩惱。

6、作意：如於貪著境，增益眾多可愛優點，從如是非理作意中生起貪心；如於仇敵，作意前後傷害的不可愛相而生起瞋心；由作意眾多外典中所說的相似理由，而生諸惡見。

其中煩惱的主因有三：未斷隨眠、境現在前、非理作意的分別心。彼諸煩惱因中，如未斷隨眠，雖難以即刻生起對治，但應盡力地防範能令生起貪瞋等煩惱之境、惡友、邪法等，並且善加觀察自己的心續，通過這些方式，剛要生起非理作意的分別心，即能識別，竭盡己能地由憶念對治品之力加以遮遣。

庚四、煩惱過患

《經莊嚴論》宣說了煩惱傷害自他，今生後世皆令生起痛苦等過患。《入行論》則說，即便一切天龍八部皆生仇隙，然不能引入無間地獄，而煩惱卻能在剎那間拋進地獄處，傷害慘重；煩惱敵從無始到不見後際的曠劫裏隨逐不捨，其他仇敵都不能像這樣長遠，故為害之期久遠；若迎合遷就其他普通仇敵，還有可能反過來利益自己，但是不管如何地順承煩惱，都會變本加厲地施加更大傷害；若普通仇敵來到附近，都會心生恐懼，而長期施加一切傷害的煩惱敵長期盤踞在內心深處，卻不生恐懼，此極不合理！

總之，在此輪迴之中，盡所有一切罪苦，皆由煩惱生起；一切上界與解脫的障礙，也是由煩惱製造，故而所有的罪過皆納入煩惱過患。因此，煩惱之罪，不同於開示一種不善的過患，而是極其廣大，難以盡述。如諸古德法語說：“了知諸煩惱因後，暫時能斷者，盡力遮止；並由了知性相、分類之門，心緒上乍一生起，即能識別；且在明瞭過患後，視如寇仇，在明白能壓伏它的對治法後而修習，拔除煩惱。”我們應當依教學修。善知識奔貢甲在心續中有煩惱念頭活動時，就會用右手拉住左手，並呵斥說：“來了像你這樣的！看看你的思想行為！你是否不喜歡比丘‘次成甲瓦’，而喜歡‘奔貢甲’？”說著蒙上皮衣，並告訴全部施主，不讓施給一口食物。當起善念時，即拉著右手，連聲讚歎說：“比丘‘次成甲瓦’！”令內心生起歡喜。若能效仿噶當祖師行傳，極其善哉！

己二、彼集業之理，分二：庚一、正明所集之業；

庚二、如何集業之理。

初者，被認為是業的“思”，如磁鐵雖無“動搖鐵”的動機，但是稍一接近就能動搖鐵般，此“思”只要是某心的眷屬，就能動搖、役使心趣向功過等境，應理解成是這樣一種特別的心所。

總的說來，所謂“業”，是對於“所作事、能作、業”三者裏的“所作事”，立以“業”名，如世間也有說“做事業”，把“所作事”立為“業”的名言。由無三毒發起而做善事，會說成“積善業”；由猛烈三毒造作惡事，會說成“積不善業”，由此也能了知。

從善不善業發生悅意不悅意之果，也等同有王法的地方，稱揚讚頌做善事者，而懲罰做壞事之人。

一切有部認為，身語之業是趣入殺生事的有表色、無表色。經部、唯識、自續諸師認為，業分有思業、思已業的差

別。以殺生業為例，因位動機之思，是思業；時動機之思，是思已業。顯然是指正做各種事時的思心所。

業分類雖有多種，然此處開示所積之業，謂非福業或不善業、異生心續所有欲界地所攝福業，以及上界地所攝不動業。

庚二、如何集業之理

謂薩迦耶見執著我、我所，從而希望百般愛憐之境——我得到快樂，不願痛苦。故其方法，若是主要追求未死之前今生的享樂，就會造集非福業；若是厭倦今生榮華，而主要追求後世欲樂，便是積集福業；若復厭離享受妙欲之樂，主要希求三摩地所生禪悅，由此積集投生第三禪天以下的不動業；如果禪悅樂受也令內心厭離，而希求捨受，則是積集投生第四禪天乃至有頂天之間的不動業。由如是欣上厭下而造業，會投生上界之理，則說也就能證成：由厭倦一切三有圓滿、希求解脫的出離意樂所發起，修習善法，則將漸遠輪迴，漸近解脫。

問：“若能引福業等亦是所斷，不是必須不斷歷經增上妙身而修解脫嗎？”對於凡常集諦及果，修習厭倦，雖然正確，但另有成辦增上生的其他方法，故無過失。彼復是說，出離意樂發起的施戒等思諸善業，既是隨順集諦，亦是真正解脫之因；其果人天身也是由破壞集諦的對治品生起，非真正苦諦。故要成辦由非造作出離心所攝切實有益的善業，應當盡力下至發願以薰染習氣。

己三、死歿與結生之理，分三：庚一、死亡如何發生之理；庚二、死後成辦中有方式；庚三、其後於生有受生之理。

初者，宿業所引壽數窮盡，大限已至；或壽未盡，但已無福報資具；或如未離恐懼，由如是等任何死緣，令死亡現前，並將成熟引生後世身的業勢能。

彼復是說，心續之中有眾多現法受能引善業、不善業。其中最重者將會得到愛取的滋潤，有部認為現法受的異熟，只會在今生發生，不會發生於他世，而上部宗承許有現法受的引業若無那種業，順生受的能引善不善諸業中最重者，將得到愛取的滋

潤，這樣依次成熟重業。如果輕重相等，則善心與不善心二者之中，何者串習大，彼心即現行，變得更加強烈。彼心令與己相順的能引業具有勢能。若串習亦同，則於眾多能引業中，先造者獲得滋潤而成熟。應詳細了知“諸業於生死，隨重近串習”等義。

具有善心者：在臨終之際，由自己憶念或他人提醒之緣，信敬上師三寶，並期願後世得到具有善法之身、值遇聖教，依如是等現行之力，令能引善業具有勢能，後世定會成辦增上妙身。其徵兆謂如從黑暗走向光明般，充滿極大喜悅感；或如夢境般呈現出種種悅意色；解支節之苦非常輕微；有些信士臨終時感覺來到百花競芳的林苑，或湧現出天身、上師身前來接引等，以此推測也能了知。

具不善心者：瀕臨死亡時，貪執財物資具等，或瞋恨仇敵，由生起這般猛烈煩惱，則令能引不善業具有勢能，不久投生惡趣的徵兆，謂如從光明踏入黑暗，心生憂淒；或如夢境般呈現眾多可厭色；由於強烈解支節之苦煎熬，表現出各種悲慘可憐的形態。現在也有些罪孽深重的人臨死時，看到被自己屠殺的牛羊等列隊而來，發著悲嚎前來抵打，或被閻魔鬼卒捉去投入沸騰大銅鍋的景象等，完全如論典中所說而發生。在難以忍受病痛折磨時，強令觀想三寶等，則可能弄巧成拙，但可不說任何不稱其心之事，而順其根性，若令祈請三寶，或在耳畔宣稱如來殊勝名號、陀羅尼咒，意義極其重大！

具無記心者：是說臨終之際不現行任何的善不善心。

故能滋潤此業之“愛”，都同樣發生在臨終之前。一切皆在粗想臨滅之時，由於長久串習之力，貪戀著我，感到“我將不存在”，對於身體，生起喜歡，對此稱名“取”，是成辦中有之因。當外息斷絕，細想活動之時，悉成無記，一切皆同。即便今生造集眾多善業者，但在臨命終時，性情大變，敵視一切現象，由強烈貪瞋滋潤不善業的不幸狀態也是有的。因為在前生積集了眾多有力的能引善不善業，在臨死時，由於其中一種大力善業與愛取聚合，另一方不善果報暫時成熟的時機被破

壞，但又未由對治法令其衰微，依然存在，如果它重於今生所積的諸善業，就會不合時宜地成熟其果。

同樣，也有今生罪惡深重，但在臨終之際善心現行，則是宿世所積眾多大力能引善業之中，有一種善業重於今生的諸不善業，由此成熟所致。

若微細死心之前善心現行，雖說定生善趣，但也有在中有所發生變化的情況，故似難決定。

罪孽之人將生惡趣者，首先從上身攝暖，其後從下身收攝。行善積德之人，先從下身攝暖，再從上身收攝。

庚二、死後成辦中有的方式

於死有圓滿或死亡的同時，成辦中有。據說，中有也具足一切根；呈現當來投生之趣的身形；具有業力所感的神變，故能無滯礙地穿越山岩等任何物體；天中有之間、人中有內部，如是同類者彼此可見，或修所生離過天眼能看到。《俱舍》說，成辦地獄中有後，不會再轉為天等中有。然《集論》中說，中有階段，容有轉為其他中有。

人死之後，為其清淨地行善能利益到中有。如博朵瓦法語說：“種族血緣關係、財物關係、法緣關係，依三者中任一種關係，為超薦亡者，造諸善根迴向，皆有利益。”其中初者，如為了超度亡故先輩，子侄行善積德；第二，如共有財產者，一人謝世後，另一人成辦善業。善知識敦巴對熱振的諸居士說：“你們把財物都混合起來！若一人去世，別人行善迴向，會有利益。否則，只是成為造者各自的善業。”顯然也是考慮到這層意義；第三，如阿闍黎為超度去世的弟子而造作善業。因此，以亡者自己的財物成辦清淨善根利益極大，不待多言！

現今有些地區，人死之後，藉口供養上師等而殺戮眾多牛羊，做出行善的熱鬧排場，就像對於水能漂走之物，卻係上墜石拋入大海般，即便亡者有得到上界的緣份，也說是反被不幸地拋進惡趣，故應極其慎重！

經說，尋香“能遍”、藥叉“欲言”、諸“趣入臨終心”尋香，為覓食物，變化出亡者一模一樣的形象，說出憑證及經歷，欺騙諸位親屬。至尊米拉有位笨波弟子死時，笨波們做儀式時，在壇城跟前，所有的人都看到那位先前死去的笨波坐著喝酒。至尊派遣寂光前去降伏，那位“笨波”說：“我是勾取笨波魂魄者——食傭魔。”言畢逃到遠處，化為一隻狼，然後銷聲匿跡。這樣的典故，極其眾多。故而，現在如有的以亡者的形象活生生地現前再來；或鬼迷心竅，說出很多證據，多數是“非人”變化為亡者而進行的欺詐。人死之後，雖也有生為鬼者，但依前說理由，認為鬼神附體者所說的全部內容真實不虛，或感到“有著前世的身形”，顯然是嚴重的錯誤。

據說惡趣中有的情景，呈現如黑糝色，或漆黑夜，目向下視，倒懸而行。人天中有，呈現如白衣色，或明月夜，向上或直行。顏色者，如《入胎經》說：“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。”若生無色者，於何處沒，即於其處成無色四名蘊，說除此之外，別無中有。

壽量者，說若得投生之緣，或當下或如經一晝夜即受生，故無決定。若未得生緣，每過七日則易其身，乃至七七以內而住，於此期間，定得生緣，故而安住不會超過七七。因此，我們應明白，說較彼更長時間安住的諸論亦有其意趣。

庚三、其後於生有，受生之理

若是胎生或卵生，彼見到父母交媾而生貪心。若生為女，則瞋母喜父；若生為男，則瞋父喜母。由欲交合，而漸近前，後不見父母其他任何支分，唯見男女二根，依此緣而生瞋，中有遂滅，投生精血之中。《本地分》說，顛倒見父母精血。

具非律儀者屠夫等的中有，觀見生處有羊等，而奔跑過去。暖濕生者，希求香氣；化生者，希求住處；生熱地獄者，希求溫暖；生寒地獄者，希求清涼。其他多數於生處見到同類有情而生貪心。如是等說由貪瞋之力，中有滅而生於生有。

如是善加了知煩惱發起造業，再由業出生情器一切世間的情形，也就能遮遣執著輪迴無因生、不順因生的諸種邪分別，並且對於如何依止三有根本對治法之理，不會發生錯誤。因此，善加思惟如前所書輪迴流轉次第，理當精進修習拔除苦根之道，不容置否！

戊二、正式抉擇解脫道自性，分二：己一、依何等身滅除輪迴；己二、修何等道而滅除。

初者，如博朵瓦大士說：“我們從無始以來，漂泊輪迴，無法掌握漂泊的期限就是這麼多。過去諸佛與我等年歲相當，他成佛已歷經多劫，等同世界極微塵數，而我們依然未超越生死，也未做好準備，仍淪落在不利的處境。過去那樣地漂泊，從未自動停息，現在依然不會自動停息。因此，我們需要遮止它，遮止時機就是獲得暇滿的此時。”由於無暇之處不能遮止輪迴，故必須在得到暇滿的時候遮止，如前已說明此理。其中家庭又是生起貪瞋嫉妒等一切煩惱的根源；是增長鬥爭戰亂等罪行之門；農活畜牧商賈利息等繁瑣家事令散亂不堪，故修法障礙眾多。出家人則與其相反，故對於修習解脫之所依，讚歎以出家最勝。不僅如此，眾多具量大乘論典皆說，由波羅蜜多及密咒乘門成佛，出家身也是最超勝的，故當對教法根本別別解脫戒生大恭敬！

己二、修何等道而滅除

要斷生死之苦，必須遮止其因——業及煩惱二者；彼二者之中，摧毀煩惱又最重要，故當修習無謬、全圓的煩惱對治法！

對治法亦定為三學珍寶者，以增上戒學斬斷護親滅仇等一切外散亂，令心不散亂；定學斬斷沉掉等內散亂，令心平等而住；慧學根除我執等一切煩惱，令心解脫故。次第亦如經說，依戒生定，由定發慧。在嚴淨毗尼時，對於取捨，由如理依止正知正念之力，就會輕易地成就勝三摩地，故《聲聞地》等諸多大論，說清淨戒律是不可缺少的奢摩他資糧。現今所謂“破

戒者心續上有清淨正見修習”的邪說，由果不誤因之理即能遮止。因此，欲斷煩惱，必須以圓滿對治法一一增上三學作為修持核心！若引導進入尋常中士道，應詳細開示進修解脫道之理，但此處若生起了真實出離意樂，則是為了引入大乘道。故而不再詳細敘述三學的引導之理，後二學修法，當閱讀止觀章！詳細的學戒之理，也應從律藏中了知。

因而此處略加宣說：守戒勝利者，諸經典說，淨戒是所有善法根本；一切法幢；如治癒罪疾良藥；險惡三有路糧；摧毀煩惱敵的鎧甲、兵器；三乘一切功德的基礎；諸佛佛子悉皆歡喜讚歎；善品諸天稱頌；美名遍揚十方等無邊勝利。

《律經》中說：“持律者所在之處，吾見其遍佈光明；持律者所在之處，吾無復憂慮；持律者所在之處，吾見其充盈非空。”其義也是說，守戒者所在之處，能生起去除愚暗的法光明等；世尊唯恒時垂念利他，若能持戒，則心生寬慰：“此人已能自立”；開示取捨分類者，莫如戒律，故彼處如佛猶在。特別如世尊所記，將會出現就連比丘都不堪守護居士五戒的惡時，現今除了個別最好的寺院還有把非梵行說成破戒的名稱，大部分地區，對於四根本，即便他勝的疑慮也沒有，把一襲法衣作為戒律的替代品而受持著，近乎執持形象。《三摩地王經》說，此時若晝夜守護一條戒，所得之福，亦遠超出歷經俱胝恒沙數劫，懷清淨心以諸飲食、傘幡、明燈等無量資具，供養俱胝那由他佛所得之福。對此，有些古德稱名“時門力大”。

不守戒過患者：律藏中說，失壞戒律者的心續上不會新生任何功德；死後須流轉無邊惡趣等。如《文殊根本續》說，壞別別解脫戒者，不會得到上中下三品任何成就；若因此連上界都成辦不了，遑論解脫可證。

如何學戒之理者：若不遮止發生罪墮四門，則無法擁有不染罪墮的淨戒，故為遮止彼諸門。

(1) 應了知諸學處，作為無知的對治法。現在研習四部阿含律者雖然稀少，但應當對於攝義《根本律經》、《律經廣釋》、《海疏》、《寶鬘》等論，相互比較參考，在智者前獲得詳細的指導，從而了知諸守護界限，至少也必須通過如持律師紮巴堅贊所著的《毗奈耶廣學處》，認識諸墮。

(2) 放逸對治法，恒常依止正念正知、慚愧等，於飲食、行住等一切威儀，保持覺照。若不了知學處，自然無處生起正念取捨、明察善惡的正知，而若在了知守護界限後，復依照善知識智者的教授，時常學修不忘取捨的正念；反觀三門行為從而識別善惡趣向的正知；如想到“我一位比丘豈容那般作為”，以自己為理由而有所忌諱的知慚；顧忌“他若了知定會呵斥”的有愧；怖畏罪行異熟而小心謹慎等，就一定會有清淨戒律。

(3) 不敬對治法者，謂當恭敬大師、大師所制戒，以及諸位共學的同梵行。由於五濁橫流之力，把毗奈耶作為劣乘之法，卻好高騖遠，不切實際爭攀最高乘的人雖然眾多，然而在《時輪根本續》中，說有沙彌金剛持等的處所，卻供養恭敬白衣金剛持，是貶低三寶地位。故而若是密咒師，應想到理應恭敬別別解脫戒，隨念前文所示三寶功德；憶念歷代正士的行懿，如國王“赤熱巴建”在自己的發端繫上綢緞，鋪開作為僧眾之路等，極盡恭敬之情；佛說縱曆百千萬劫亦難以聽聞別解脫戒等，僅佛名號，亦極罕聞，當對此引生定解，生勝恭敬！

(4) 煩惱熾盛對治法者，反觀自心續，何種煩惱粗重，即應依彼對治法。

貪欲的對治法，謂修習含攝三十六種不淨物的內不淨；屍骸腐爛情況的青相、膿相、蟲啖相等外不淨；以及貪戀五欲的眾多過患。不淨觀修法，定應閱讀《俱舍》、《集學論》、《聲聞地》、《般若二萬頌光明論》中所說內容。

瞋心對治法，如下文所說，修習慈心。

昧於流轉生死及趣往解脫之理的愚癡對治法，謂修習雜染品、清淨品的流轉、還滅十二緣起。

我慢對治法者，如前已說，思惟老病死、愛別離苦等、必須無奈納受種種業為已有的情形。

疑心的對治法，對於四諦、三寶、業果，如各自法類中所說，勵力修習。

如為治病，需服用綜合性或各種專門藥物般，煩惱各自的對治法，亦如剛才所說；煩惱總的對治法，說是必須修習通達無自性的正見。

然而，僅僅了知諸種對治法之名，是遠遠不夠的，就像自己不持任何刀劍，也未曾看過制敵術的人，當敵人來侵時，只是說出各種利器搏擊的大話般。暫且不說心續上已生起諸種對治法，若連對治法所緣行相修法的文字印象都未曾顯現，卻說“若生起煩惱，當依對治法”，自然成為眾人嘲笑之境。是故，最低限度也應了知各自對治法的所緣行相，數數串習嫻熟，生起煩惱無間，定當竭盡己能地憶念哪怕一種造作的對治法！內蘇瓦說：“現今，唯與內在煩惱鬥爭最重要，若不與煩惱鬥，戒律不會清淨；這時，也就不會有壓伏、根斷煩惱的定學、慧學，故須永久漂泊生死。”欲守護清淨戒律，應以正知正念警惕偵察，當自心續上準備生起某一煩惱時，勵力竭盡己能地以對治法加以遮止。假若以對治法未能遮止，也應為了靜息它的勢能，說由祈請上師本尊、念誦猛厲咒語，甚至移動座位、強擰著脖子，勵力於遮止煩惱的方法。我們當如是而行。

所有的心意未顯現依止煩惱對治法的方便，而令心放任自流，隨生煩惱，皆甘願接受，令其增盛。如是而行者，暫且不要說正見修持，即便淨戒的希望也沒有，那就請安坐於俗人的首席。而現在卻把似乎有神通、證相的狡詐之人，看得比戒淨律師還要殊勝，確是到達濁世邊際之相。

對那般奇異，不足為憑。以前，阿底峽尊者棲居“耶瓦”時，有一魔附體者，傳稱為“達域神通者”來到尊者跟前。庫敦請求尊者加以調伏，並在他自己的左右兩頰放入白脂石、豆子。當尋問尊者前後身等時，對方都能流暢地對答如流。這時，尊者施法驅逐了非人。庫敦立即又問：“那麼！我的兩頰有什麼呢？”卻無言以對，窘迫地汗如雨下，從而得以調伏。也曾有一牧人，受到“魯噶甲”加持後，可以飛騰虛空，顯示神通，講經說法。當他剛來到寶賢大譯師附近時，即墮到地上，變回牧人的服飾等。對於對治法低劣的修行者而言，惡鬼變化成本尊天施加障礙也就很多。故說，煩惱沒變微弱的情況下，親見天顏、顯現神通大多是鬼神附體的徵相。食用“阿瓦”草的羊能在路過的石頭上留下腳印；手塗食石青蛙的血，能在石頭上按下手印；虎豹等能持明點達一晝夜之久等，了知這些情況，也能知道揭穿現今大多證相的虛假面目。

考慮到這些現象，吉祥阿蘭若師（貢巴瓦）對內蘇瓦說：“智燃！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。”還說，修行的悉地，也是指煩惱漸漸減輕。善知識敦巴身體稍感不適時，大瑜伽士以神變從桑浦來到熱振，並無礙地穿過善知識敦巴的臥室牆壁，前來問疾，敦巴呵責說：“你是否把應羞愧之處執為功德呢？”

敦巴師徒聚在寺院上方一起探討法義時，侍者告訴今天斷糧的情況。貢巴瓦說：“我就吃從‘部’山嘴上運來的東西。”不一會，果然有位施主馱著一馬背的麵粉、酥油、糕點、餅子、優酪乳等到來，承事供養。敦巴說了祝福語，令施主走後，訓示貢巴瓦說：“所有大修行者都隱藏少許的功德，以後不許那樣說。”這也是教誡不可無意義地示現神通等，並且為了防止未來發生有損教法根本別解脫戒的惡劣影響。

有人說：“我是密咒瑜伽師，不必寄望於別解脫戒！”此不合理者，如《妙臂請問續》說：“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。”此說未受別

解脫戒的在家持咒師，也是除了一些單純的遮戒之外，都應依別解脫戒而守護，何況具有別解脫戒的咒師。若是無上密咒師，由輕視別解脫戒惡作以上的遮戒而故作違犯，當成違背善逝語的根本墮，故應特別謹慎！

因此，如霞惹瓦大士說：“總有禍福皆依於法，其中若依毗奈耶說，雖攀求所謂的甚深教授，但對照法時，還要從基本的戒律重新學起。此處則不如是，而是最初以戒律為基礎，次第學道，故無須改易，不染罪墮，不必羞愧故內心清淨，不管怎樣從教理門觀察戒律，皆生信心堪忍觀察，若犯戒，他雖不覺，亦難心生歡喜，往堪布阿闍黎等前，心生怯弱，若嚴淨毗尼，則與彼相反心意安泰，若戒清淨，威武不屈，貴賤諸人，皆心悅誠服，恭敬頂戴；並且一邊際善妙。”若珍愛守護所承許的制戒，如守眼目，現前究竟悉皆賢善，此乃法性。故任何時候皆不令罪墮沾染，萬一稍微沾染，也應勵力於墮罪還淨的方便，無論如何都應堅固地奠定道的根基！

上士道次第

丙三、於上士道次第修心，分三：丁一、顯示大乘入門唯是發心；丁二、如何發生此心道理；丁三、既發心已學行道理。

初者，由如前所說而修，如實徹見一切輪迴過患後，若為了從中解脫，學修三種寶學，雖可證得聲聞、獨覺解脫位，但也只是片面的斷證功德而已，僅成就少許的自他二利，終須應諸佛勸勵，趣入大乘。故諸具慧者在生起真實的出離心後，理應捨棄進修小乘的欲樂而趣入大乘道！大乘分有因波羅蜜多乘與果金剛乘二種。無論趣入何道，入門都唯是菩提心，因為說若心續上生起發心，彼補特伽羅即成為大乘者；若捨棄彼心，即退出大乘，故是否大乘者，是以心續上具不具有發心而安立故。

若想：“豈非說密咒入門是灌頂嗎？”如是說者，其義是指由灌頂令成熟對於有相無相瑜伽、生圓二次的修習。否則，只要得到灌頂，心續上皆應生起發心，或者應承許有人進入咒道，卻未入大乘道。因此，依善巧成就者佛智所許，當心續上生起真實無偽的發心“誓願為利一切有情，願以密咒乘道速疾

成佛”時，安立為趣入咒道，感覺此或符合至尊一切智的意趣。

《辨析苗芽》、《咒次第》等論中，說大乘顯密二宗無發心不同的差別。其義是說，二種發心無大小乘的差別，然並非全無差異，因為《咒次第》說：“無上瑜伽的正化機是大乘中的大乘人，具有超常的種性力，大悲更是極大地撼動著內心，故有著強烈的欲樂，希望極其快速地成佛！”此中開示了無上密咒的悲心與發心差別，由此亦能了知其他續部化機悲心等的差別。然而，此理除了以續密的智慧觀察至尊諸論，從而有所通達之外，並非當即輕下結論之處。

如是不僅菩提心是新入大乘道之門，而且入門之後，也應作為修持的核心而長養，並以此為基，進諸上道。若未由此心攝持，不管表面上多麼精進地修習本尊、氣脈明點瑜伽、正見等，就連大乘法的气味都沒有，故欲攀升大乘人座列者，理應從種種門精進於今生起真實無偽菩提心的方便！

丁二、如何發生此心道理，分二：戊一、修心次第；

戊二、儀軌受法。

初者，分二：己一、從七因果教授之門修心；

己二、從自他等換之門修心。

初者，正座體性的加行、正行、結行三者，以及其他的座間修持，悉同前說。

在加行階段安禱祈請後，祈請：“祈請上師天加持，我及一切慈母有情心續上生起遠離親疏貪瞋的捨心、知母念恩報恩慈悲菩提心的殊勝證悟！”

由祈請故……，尤其對於生起遠離親疏貪瞋的捨心等證悟，作障礙……，自他心續上生起遠離親疏貪瞋的捨心等殊勝證悟！如是思惟。

正行，分三：庚一、修習希求利他之心；庚二、修習希求菩提之心；庚三、所修之果——發心的修法。

初者，分二：辛一、成辦基礎；辛二、正發希求利他之心。

初者，分二：壬一、於諸有情修平等心；壬二、修一切成悅意相

初者，有說若首先緣一位未曾做任何利害的中庸者，易生平等捨心，其關鍵在於不會執彼中庸者有任何的親疏關係。然而，緣彼中庸者，想到“此人於我未曾做任何利害，故無貪瞋意義”之心，卻是希求利他的最惡劣不順品。我們不可把這種心態錯認為平等捨心。因此，緣一位中庸者，如是觀修：

“此人在無始的生世中，曾為親人，百般利益，也曾為仇人，施加傷害，兩種都曾同樣無量次地做過；而在今世，同樣未曾做過任何的利害，故不要落於二邊：或執其為親近而饒益，或執為疏遠而傷害，無論如何，令心平等！”

然後，緣一位至親，此人現在雖稍微成辦利益，但應當憶念過去為仇敵時所做的無量傷害情形，由此之門令心平等。

其後，緣一位仇敵，思惟此人現在雖表現得於我處處為敵，但過去曾以難酬之恩再再呵護情形，令心平等。

若於彼等有了平等心，於一切有情，修習平等捨心。如有所說，顯然是殊勝教授。故當依如是次第而修。

對總的有情修習之理者：在我們的心目中，對於親仇，有著遠近的差別，皆由於執其為永遠的利益及傷害所導致。故當如前不定時所說而思惟：現在呈現為親人的這些人，往昔與己為敵時，被其斬殺的頭顱，若不腐朽，堆積起來，高度超過梵世界；現在執為仇人的這些人為母親時，所飲其乳匯集一處，多過四海之水；在未來世，還會不時地變成親仇中庸，是故，豈可因為今生少許的利害，就牢記心中而分判親疏呢？如我們自己就連夢中都欣樂厭苦般，一切有情亦悉厭惡痛苦，享樂無

有滿足，故不應親近一些人而生貪著、疏遠另一些人而生瞋恚，無論如何，不可黨同伐異，當於一切有情，令心平等！此貪瞋不僅無始以來令久受苦，而且即便希求利他的基礎——平等捨心，亦不令生起，故是趣往解脫、一切智的最大道障，因此，應永遠不任其擺佈。如是思惟。

若念：“憶念親人利益情形而執愛不捨，符合下文的悅意相修法，不必遮止吧？”一般人執愛親人，皆是貪心，定須遮止。修習知母、念恩等，是為了生起於一切有情無稍差別、完全不雜貪染心的悅意慈，分清其中差異，極為重要！

壬二、修一切成悅意相，分三：癸一、修習知母

癸二、念恩；癸三、報恩

初者，如今天回憶：“昨天做了這樣的事！”現在也能回憶童年時的各種情景，由此理由，即能成立此心識是前面諸心識的續流。同樣，極易明白，幼童或諸嬰兒不待他人教導，就會奮力地吸吮乳汁，即是由於往昔串習的習氣使然。由此能成立，剛剛生下時的心識，也是從前世心識中發生。以此類推，能成立在前世前世的心識之前，還有前心識，從而證成心識的上際，無有窮盡。如是我生無始，生生相續，沒有一處某一地域或方所，未曾無量次地投生。沒有某一有情種性身，未曾無邊受取過。亦無某一有情未曾數不勝數地做過我的母親。每一有情悉皆以人身做過我的母親，絕無例外，而且數不勝數，若還未斬斷投生輪迴的續流，都將會無數次地再再做我母親。如是思惟。

心續上極難生起知母，故若不管怎樣修都不能生起時，就要勵力於積資淨障。或如休假時，在無人僻靜處，手捂雙頰，哭喊“我之老母”。

換位^{思考}儀軌中，說從反面提出：“一切有情做過你的母親是不真實的；今生前世都無母親。”應想到：“今生有母親，現量已成立，並且不能承許所有前世純是化生等其他三生，故在

受胎生身時，應有母親！”那麼，十萬次受胎生時，也當有十萬位母親，以此為例，受生無始，故有“一切有情曾不可計數地做過我母親，定是真實”的想法。

癸二、念恩

首先，在面前清楚觀想今生母親的相貌，緣念彼後，思惟：這位母親不僅唯在今生，而且從無始以來，曾不計其數地做過我的母親。在任何做母親的時候，從最初十月懷胎，擔心損傷胎兒，不能繫緊腰帶；自己雖苦於饑渴，也不敢享用危及胎兒的飲食；行住等一切威儀，毫不顧及自己的安樂，唯圖有利胎兒的方法，從而施予暇滿人身，即是最初大恩。

畜生之中，也有當他人用石頭砸來時，由於擔心擊中腹中幼仔，而用臀部擋住。有智慧的人類惓惓愛子之情，更何待言。在剛產下來時，猶如赤裸的肉蟲，手足脖頸不能自持，不能承受任何逆緣，各種取捨，茫然無知，身上沾滿種種不淨，令人作嘔，但母親卻像窮人覓得寶藏一般，無比歡喜、慈愛地進行恰到好處的洗浴與擦拭，輕放在柔軟的褥墊上，蓋上衣物，啼哭時十指捧玩；擔心冷著，晝夜貼身取暖；笑臉相迎，喜目以視，喚著各種昵稱；不時地哺以甘乳；雖然可以用手擦鼻涕，但總擔心手糙劃疼，而用嘴吸走；雖然可以用手給與食物，又擔心不慎碰疼，而用舌餵；雖可用小木棍刮去糞便，復擔心劃傷，而用手擦拭；夜晚休息時，擔心孩子窒息而亡，或不慎被壓身死，整晚懸念，不得一宿安眠；即便睡夢之中，心想的都是孩子，不曾暫忘。剛能走路時，手把著教會一步一步地蹣跚學路；一句一句地慢慢教會咿呀學喊“阿爸”“阿媽”等；時刻擔心著火燒水溺，或滾落陡坡險地，不離左右地悉心照顧；用食指等試探著飲食的冷熱，擔心過熱燙傷嘴，而吹氣使涼等。待稍長大，忖度自己的條件，盡善盡美地縫製衣帽鞋襪等；分析教導一切利害的差別；甚至腰帶的繫法，都諄諄教誨；在同齡孩子間，擔心體形發育不良，或擔心相貌醜陋，如是等苦，牽腸掛肚，滿是母親無邊的慈愛，愛如眼目、疼似心肝，悉心呵護，即是中間大恩。

不顧一切罪苦惡名，歷盡艱辛掙來的一切財產，時常懷著“孩子或許將來繼承”的希望，當孩子成人，操持家計時，自己平時捨不得吃、捨不得穿、捨不得用的所有衣食受用、房宅牲畜，毫不保留地給予孩子，由衷地生大歡喜，似乎實現了多年的夙願。若孩子出家，當時機成熟，送到大德善知識跟前，令人佛門，準備衣食住處臥具等順緣，從而奠定今生後世一切善聚的根本，即是最後大恩。

總之，若兒子生病或夭亡等不幸發生，比起自己發生那樣的痛苦還更加憂傷；若兒子心想事成、幸福圓滿，比起自己得到還更歡喜無量。若兒子遠走他鄉時，亦如三摩地所緣般，念念不忘地想到：“我兒現在可好？”時常唯懷著利益之心：

“若我兒健康長壽、心想事成，他人誰亦不能相提並論，多麼好啊！”舔犢之情，無以復加。幼年失去母親的孤兒，或吞食沙土而死，或墮入溝壑險處，或被牲畜踩踏，或水溺火燒等緣，定死無疑，然而母親卻從那些無量傷害中救護出來。如諸古德說：“每一天都要救拔量約百次的性命！”饒益方式者，也是施予甘美可口的飲食，給穿上光彩亮麗的衣裝，盡善盡美地佩戴飾品，授與盡所有珍貴財物。若有轉輪王位可供施予，也除了還感覺“小了”之外，根本不會有“太大”的想法，以如是深情成辦無量利樂！而且那些資具，也極罕有是唾手可得的，而是不顧任何罪苦謾罵，費盡艱辛地尋找來給與。貧窮的父母們，為了養育幼兒，顏面施人、腿肉餵狗，受盡屈辱，甚至從他人處借貸、乞討，舉債度日，覓得衣食，養育孩子。

特別以今生的母親為例，當思惟“如肉蟲般的嬰兒，加入暇滿具足的人位，恩德不可思議”，乃至眼淚橫流、身毛顫動等未發生之間而修。

如是不僅依人身，曾無數次地做過母親，而且即使投生如牛羊的牲畜，在做母親時，也是悲心舔舐，哺以乳汁，為護幼犢而捨棄生命亦極眾多。在成為鳥類的母親時，餵以食物，展翅遮護，為了幼雛，輕棄性命者，無有有限量。以此等為例，亦

思惟在其他眾生身上，成為母親時，以無量哀憫之情饒益的情形，則更為完美！

有說對於今生母親，生起非造作的念恩之心後，然後依次緣父親等其他親友、中庸者、仇敵而修，定要產生覺受；最後緣一切有情而修。

若欲一系列地修習此與自他等換二法，如下所說，則當修習成辦增上生的身體、受用，以及圓滿六度所攝的二資等，皆觀待有情的恩德之理。

癸三、報恩

雖了知如是恩情深重，卻無欲報恩之心，則是極應呵責之處，品性卑鄙下流。世上若不道謝他人菲薄衣食的幫助，尚計為沒良心而加以辱罵：“給他，還不如餵狗好，狗還會對施食者捲起尾巴搖搖呢！”我們大乘人，自性有慚有愧，理應報恩，何須多言！我們與佛世尊二者，同受此諸有情恩養。能仁由多門難行以酬深恩，現已成功德寶藏。然而我不僅無欲報恩之心，還不遺餘力地傷害一切有情，由此原故，現仍沉溺生死苦海。衡量此二者的差別，亦能了知。因此，應隨順知羞識愧的高尚行為，定須知恩報恩！

譬如，自己的大恩老母，若有眼睛，亦能走路，卻是雙目失明；雖無眼睛，若有導盲者，亦可依之而行，但是卻無導盲者；雖無引路人，若不癡狂，也可摸索而行，但是卻被邪魔迷惑；雖然癡狂，若步履穩健，亦無大礙，但卻踉踉蹌蹌；又若行在平坦之地，也不會突遭不幸，但卻徘徊在懸崖邊沿，為人子者看到此情此景，實不應無動於衷，悠然自得地安住。如是，無始以來，恩養自己的這些老母有情，既失去觀見增上生、決定勝的慧目，復無善知識的引導，更被煩惱魔擾動著心意，對自心識，不得自在，癡狂迷惑，一一剎那皆受制於惡行，蹣跚而行，浪跡在輪迴，尤其是可怖惡趣的懸崖邊。如果明知此般情景，卻仍漠然置之，實無羞慚之心。故我無論如何亦應挑起報答此諸老母有情深恩的重擔！

若只是報以少許有漏之樂，不僅利益微小，而且極有可能成為重大傷害之因。此諸老母有情，若希求自己圓滿，盡其聰明才智，努力爭取，並無哪種輪迴富樂不可得到，然而彼等一切皆是欺誑。此皆是因為不識究竟利害，不知成辦利益、去除傷害的方便所致。我則稍知雜染過失、清淨功德，不似愚人暈頭轉向，被眼前之事所欺騙，應實行定能永久得益的報恩！如是思惟。

辛二、正發希求利他之心，分三：壬一、修習慈心

壬二、修習悲心； 壬三、修習增上意樂

初者，說首先緣易生起的母親等親友，然後緣中庸、仇敵，依次修習，最後緣一切有情修習。當如是而行。

緣總有情修法者，思惟：

報答諸慈母有情深恩的方式雖有多門，但歸納起來有二：離苦、得樂。

此諸慈母有情極其匱乏真正的安樂。因為旁生、多數餓鬼、地獄有情面前所顯現的一切景象，除了變成純粹生起慘烈痛苦的因緣外，無絲毫快樂的時機；而且諸善趣亦根本不存在無漏之樂，現在他們自詡為安樂的事情一旦壞滅，悉唯是感受痛苦的壞苦，或作為痛苦所依的遍行苦；能成辦樂因之人，都極罕見，專注解脫道者，自不必說；即便成辦一件定為增上生因的善事者，亦只有為數極少的人，由此等情況亦能了知。

因此，此諸一切慈母有情具足安樂及安樂因，何其善哉！願具足安樂及安樂因！當令具足安樂及安樂因！如是思惟。

當詳細修習時，依中下士階段所說善惡二趣樂善匱乏情形，在細修最後，當思：“此諸慈母有情永不生於無暇之處，獲得七種上界功德莊嚴的暇滿妙身，何其善哉！不染邪命，衣食住處臥具等一切生活資具豐裕充足，並值遇同心同願的善友，何其善哉！具相大乘善知識攝受不捨，聞思三藏，不知厭

足，直至究竟，何其善哉！三門畢竟不染罪垢，自由修法，於三寶所，生不動信，修習施戒等一切善法，何其善哉！學修三學，不離慈悲菩提心，進修六度所攝二資達到究竟，證得無上正等正覺，何其善哉！”

並思惟：“願依自他積集盡所有善根之力，令一切有情心續上出生當前、久遠的種種樂善！”“無論如何，我當令諸有情具足一切安樂及安樂之因資糧！”

如下文所說，觀修於諸惡趣者，施與暇滿之身；饑者食物；渴者飲品；苦於疾病者，施與醫藥；貧窮者財物，如是等等，施諸有情一切現前、究竟的圓滿樂善，一切希望，如意成就！

修慈心的勝利，說得慈法八德：今生人天大眾慈憫，自然歸順；如世尊亦是以慈力降伏魔軍，人與非人惱害不能侵擾，成最勝防護；身心洋溢眾多喜樂；毒刀不能為害；一切願望，無勵任運成就；後世當生梵天世間。

復有說因於一洲有情修習慈心，當生為鐵輪王，乃至於三千世界有情修慈心，當生梵天王；因於等遍虛空有情，修習慈心，當證得清淨無住涅槃。

還說廣大施捨亦不及此一分；從俱胝乃至頻波羅數國土，充斥無量供物，恒常供養諸佛，猶不及此福德廣大，……有如是等無邊勝利。

壬二、修習悲心

分開各自所緣境而修的次第，如慈心時所說。

緣總有情，簡略修法者：

雖如是應令諸慈母有情具有當前、久遠的安樂，但如有人一切肢節被火燒烤著時，無論給與多麼甘美的飲食，亦無心享用般，諸惡趣有情若未遠離長久慘烈無量痛苦的煎熬，怎會有

安樂的時機？諸善趣有情亦隨貪瞋癡等煩惱自在，盡所有三門所作所為，皆超不出惡趣之因，純是惡不善業。

若墮入三惡趣之時，痛苦不可思議，猶如地獄，想來亦能了知。一切身分猛火熾燃，劇烈之苦，剎那亦不能忍受。雖不堪忍，但若往昔惡業未盡，甚至連死亡的自由都沒有，必須歷經眾多大劫而住，發出淒慘刺耳的哀嚎。若把深恩慈母拋棄到地獄火海中，我怎會愉悅安詳而坐呢？

因此，此諸有情若遠離一切苦及苦因，何其善哉！願遠離一切苦及苦因！當令遠離一切苦及苦因！如是修習。

詳細修習時，說若首先緣如現在眼見的待宰羊羔而修，則容易現起。故作意其行相：此羊由往昔惡業之力，極其羸弱可憐，對他人的傷害，不能報復；雖無絲毫罪過，但凡碰到人及野獸，多數伺機殺害；不知任何取捨，時常籠罩在驚懼中，惶恐不可終日；當臨死亡時，不管如何奮力掙脫，亦難逃逸，被屠夫強拖著拉入屠場，只恨無翼可飛，無處可逃，無地可藏，亦無前來救護的怙主救星；自己的腿力，難以抗拒，四肢被繩索緊綁，絲毫動彈不得；屠夫從上面用重重的身體按著；嘴唇被繩子緊纏，以阻止氣息的流動，不僅所受之苦難以限量，甚至連發哀叫的自由都沒有。有的用利刃割斷喉管等，不同殺法眾多，當身體骨肉筋脈的一切要害一時頓斷之際，定當感受無法忍受的痛苦。屠夫雖見其眼神及臉面，亦不管露出怎樣令人恐懼的淒慘表情，都殘忍地剝奪其身命。它的神識孤苦地漂向後世，而身體卻變成他人的食物。此羊是多麼地可憐！若此老母能遠離一切痛苦，何其善哉！如是觀修。

然後，如前所說，對地獄有情如何感受寒熱等苦情形，細加思惟後，念“若遠離那般痛苦，何其善哉”等。

如是，諸旁生感受相互食啖、愚啞、勞役等苦；餓鬼饑渴、疲憊、恐懼等苦；人類生老病死、怨憎會等苦；阿修羅嫉妒、鬥爭等苦；欲天驚慄、驅逐、割裂、殺戮等苦；上二界死

歿、下墮苦等，如是依次詳細修習，而後思惟：“若遠離彼等痛苦，何其善哉！惟願遠離！當令遠離！”

緣諸成辦苦因的人們，修習之法復當如下：

現在有些達官貴人，權傾朝野，富甲一方，雖可以全方位地利益他人，也有足夠的能力成辦善法，卻沒有這麼做，而是無意義地維護今生的親人，降伏怨敵，或為了些許薄名，發動戰爭等，盡造下深重的罪孽，殃及自他，積集下死後當即如放箭般定往地獄之業，徹底毀壞自己的前程，不僅一無所知，還自詡實現了究竟的心願。這些人較惡趣者，更值得哀憫。僅見到這樣的人，都應生起悲心，卻沒有生起，說是自己猶未放下貪著今生榮華的明證。

另外，思惟：似乎福樂豐裕的如今多數僧俗，雖生於聖教興盛之境，但是全部的心思根本沒想到重要的正法，而是使盡伎倆地侵奪僧財、惱害眾多有情等，唯造下定生無間地獄之因，令如冬日般短暫的生命倏忽而過者，非常地值得悲憫！這些人茫然不知，現在嬉笑中造下的罪果，當來卻要淚流滿面地飲泣領受，還自認為男子漢大丈夫，多麼可憐！除了由於生死流轉，已不認識此等改頭換面的容顏外，實如前所說，皆曾以無量恩德呵護過我，若此等有情遠離一切痛苦，何其善哉！如是思惟等。

以此為例，如前所說，諸有情由三毒發動，積種種業，三界之中，如何感受不同痛苦的情形，細加思惟後，希望有情遠離彼等痛苦。

住於五道位的聲聞緣覺，乃至第十地菩薩以下的人道者，亦相應具有粗細苦集所斷的情形，廣為思惟後，觀修：“此諸慈母有情若離一切粗細苦集，何其善哉！願依我所積福力，令離一切苦集！我當令離彼一切！”

《集學論》說，當全心全意，思惟《金光明經》所出開示修習慈悲的偈頌。故若念誦此文及《入行論·迴向品》，至心發願諸有情息滅痛苦、出生圓滿安樂，極其完美！

修習悲心的勝利者：

《攝正法經》說：“若受持、通達一法，一切佛法即在掌心。”所說“一法”，即是指大悲心。如轉輪王的輪寶到達何處，一切軍隊隨之而至等，以如是多種比喻讚歎大悲。以慈心勝利類推，亦能了知。生起悲心之量者，如《修次初篇》說：“如可愛幼子，不幸染病，母親生起幾許悲心，希望兒子遠離痛苦。若這般心量，於一切有情，無有差別地任運生起，即是具足大悲心性相。”以此為例，母親生起幾許期願，希望兒子具足無病健康之樂，當此心量於一切有情，無有差別地生起，應知即是生起大慈之量。有位老婆婆問博多瓦大士：“所說修慈心之義是怎樣的？”答說：“就像你疼愛、看重兒子妥雷紮那樣，看重一切有情！”這是生起非造作悅意慈之量。

若不知生起如是非造作慈悲心之量，對於口頭禪“若有情離苦，何其善哉”，錯誤地感到已生起大悲，則發心亦變得僅成影像，故不管大肆渲染多麼深密的大話，然而諸大乘特法亦唯等同兔角之紋。因此，乃至未發生具量的覺受之間，皆當盡士夫所有能力，堅持長期修習，極其重要！

壬三、修習增上意樂

非僅如是發願“願有情離苦得樂”，亦非僅語言上“成辦有情義利”的誓言，而是至心修習：“成辦諸慈母有情一切安樂及安樂因，以及去除一切痛苦及痛苦因，他人誰亦不觀待，自己當獨自承擔！”報恩及慈悲心時，雖也略有“我饒益有情”的思想，但與此有大差別。如諸古德所許，前者如商品未成交時所說的“予取”之語，後者如同已決定成交。

庚二、修習希求菩提之心

問：“那麼！你是否有圓滿一切有情義利的能力呢？”現在即便一位有情的義利，亦不能圓滿成辦，遑論其他？不僅如此，聲緣阿羅漢除了零星有情義利之外，亦不能成辦圓滿利他。資糧道、加行道、登地菩薩雖利他極其廣大，然比起佛陀，不過片面零星的利他而已。因為《寶性論》說，如來與最後際菩薩利他事業差別之大，如同大地與塵埃或大海與牛跡水的懸殊；《秘密不可思議經》說，世尊從到菩提藏乃至現證法身期間，所做的利生事業，就連有些菩薩從發心菩提乃至未成一生補處菩薩之間，亦不能成辦！

因此，未圓滿自利卻成辦圓滿利他，無有是處。二利究竟者，唯佛而已，故欲成辦有情離苦得樂的一切義利，如前所說，擁有身語意事業一切功德種類、窮盡一切過失種類的圓滿佛位，定無不證之方便！如是觀修。

庚三、所修之果——發心的修法

為令一切慈母有情離一切苦、具一切樂，無論如何，我當速速證得清淨圓滿大寶佛位！祈請上師天加持能如是而行！

依如是祈請，頂端上師天身中分化出相似的第二尊，融入自己，自己瞬間清楚變成釋迦牟尼佛。從自己清楚所現釋迦佛的境界中，身、受用及善根轉成五彩光明甘露行相，稍一照觸炎熱地獄之處，即掃盡炎熱之苦，變成一片清涼；照臨寒冷地獄處，當即溫暖怡人，酷寒之苦，蕩然無存；照臨餓鬼處，去除饑渴之苦；照臨旁生處，蕩盡愚啞等，光明普照，等遍虛空，乍一接觸，即能去除彼彼眾生之苦，淨盡六道各自的痛苦罪障習氣，皆成能仁王之身，一切器世間亦轉成淨土。如是勝解。

結行與座間等如前。

己二、從自他等換之門修心：

清楚觀想自己週邊一切有情，如是思惟：

在我們的心續上，由於往昔串習之力，執愛自我、輕棄他人之心，雖自然而地生起，但如是執著是不合理的，因為自己與一切有情既同樣希望快樂，又同樣厭惡痛苦故。

若說：“自他有著同樣的希求，雖是事實，但除了親朋好友外，其他一切皆與己毫無關係，故不值得執愛！”理應執愛有情的原因眾多：無始以來，漂泊輪迴之時，此諸有情曾無數次做過我的母親，從種種方式，百般利益，救護傷害，恩情無量之理，如前文已說；即便在今生，幼時父母親友呵護有加。長大之後，穿衣鋪墊，亦是有情把有情的毛皮紡織或揉制等加工而成；即使所吃的一頓飯，也需要有情千辛萬苦地播種等，方得生起，或是有情的肉乳酥油奶渣等；所居處所，也是有情辛勤編織的牛毛帳篷或砌造的房屋。

總之，我們未種植巴掌大的田地，未貿易一方的布匹，卻能在深山老林，順緣匯集，左右逢源地實踐善行，即是有情的恩典。若輾轉詳細思惟，一切善聚唯依於有情的恩德，因為若說所得暇滿人身是從斷除害他及其根本的戒律中出生；衣食等受用是施捨之果；眾皆悅意的形色端嚴是修忍之果；萬事如意，順遂成功，從精進利他中出生，而如是的施戒忍進，是依施境、斷除傷害之境等有情方得成辦。

能成就圓滿佛果的大乘道根本——慈悲發心，依於等遍虛空的有情而生起；圓滿六度萬行所攝二資，亦待有情；成佛之後，乃至虛空際，事業恒無間斷，亦觀待所利益之境——有情，故大乘道果功德之中，無一件不依有情而發生。是故，如於田地種下飽滿的種子，秋季得以大豐收，世人自會無比愛惜這片田地。如是若於有情田，播下施等種子，成熟現前究竟一切利樂稼穡，就能證成值得極其珍愛有情。

不執愛他人的過患亦極廣大。由劃分愛著自我、不愛著他人二方，從而生起對愛著方的貪心，以及對不愛著方的瞋心、嫉妒等一切煩惱，再由彼等發起，積集形形色色之業，雖不情

願，亦須領受一切輪迴之苦，特別是僅聞其名亦令生怖畏的三惡趣諸苦，亦來自於我愛執之力所積的惡業。總之，在此世間，盡所有一切的傷害、怖畏、痛苦，皆歸入我愛執過患中。本師釋迦佛與我們也不是從最初就保持著優劣的差別，而是從無始以來，毫無差別地漂泊輪迴，有時自己是轉輪王，而他還是最低等的僕從；有時自己享受著天界榮華之際，他還在墮入地獄受苦；有時與此相反，感受著高低苦樂的際遇，難以限量。但在某一間隙，他生為地獄中拉車力士時，由執愛他人之心，自己甘願接受同伴拉不動的火焰車，從而罪障淨盡，往生上界。從此之後，開始了永久幸福之旅，如今二利究竟，成為所有眾生的無上救護處。

我們從古至今，隨我愛執擺佈，期望自己獨自獲得世界上盡所有一切的榮華富貴，令他人背負一切的虧損，雖竭盡己能地做著成辦自利的樣子，反而使幸福快樂愈加遙不可及，痛苦綿延不絕，遭遇這般可悲的慘狀。若反觀能仁王與我們勝劣的差別，也能明白執愛他人與不執愛他人的功德、過患。

從業果的分類中，亦能了知：說由漠視有情，殺生、偷盜財物、姦淫人妻，妄語、離間、粗惡語，導致墮入惡趣；雖生善趣，依次導致夭亡、受用貧乏、家室被人所奪、受騙於信任之人、親友乖離、必須無奈聽從權貴者的刺耳惡言。由利他之心，救護臨死之命、施捨、斷邪淫、說真實語、調解矛盾、說柔軟語，則令投生善趣。善趣之中，依次亦是健康長壽；財物豐裕，應有盡有；情意深長眷屬圍繞；言詞威嚴，眾皆奉為圭臬；親情穩固；他人稱頌等。不僅如此，想想如今世間百態，亦易了知。如不給僕從酬薪的老爺達不成自己的目的；不為主公做事的下屬，衣食亦無著落；慈心體恤民眾的長官，忠心事主的僕從，皆能達成所願，並且成為眾人心悅誠服之處，我們有目共睹。

問：“對於其他有情，不會生起感到是‘我’的心，能否如自己一樣於彼生起執愛呢？”於他愛執，若亦長期持久地串習，必能生起者，比如，由串習我執之力，對於他物父母精血

滴，就能生起“我”的執愛之心；以前聞名喪膽的寇仇，後來關係和睦，混熟之後，倒成了不忍分離的親友，執愛難捨。

若說：“雖可發起如是之心，不過是單純的善心而已，而不能切實地利益對方，不過徒費心力罷了！”我們往昔未開發饒益心門，誰亦未曾利益到。不然，若能行持饒益之心，當前、久遠定會出生廣大利他。因為若心續上生起非造作的愛他勝己之心，人及非人一見，即會恭敬膜拜、隨言聽從，此乃緣起法性。故僅略示取捨，亦會出生無量利益。當意樂、加行之力，漸趨強大，終有一時，一一身光亦能安立無邊有情於利樂榮華。

另外，諸佛最初發心行持無量難行，證得終極果位後，大轉法輪等，唯為了利益有情，故說若傷害有情，即成傷害諸佛；利益有情，即是最勝供養佛。由此理由，亦應當執愛有情。若如是，故說執愛有情田，播下福德之種，即奠定了出生現前、久遠一切善聚的基業；漠視有情而造作邪行，則引生一切禍殃。故須從今之後，剎那亦不生起棄他的意樂，執愛有情，勝過己命！因此，不可把成辦利他，僅作為發願之境，而應對於無諸安樂、眾苦煎熬的慈母有情，把他們一切的罪苦取為己受，自己的一切樂善施予他人。無論如何，我當令一切有情遠離痛苦、具足圓滿安樂！祈請上師天加持能如是而行！

由如是祈請，頂端上師能仁王心間放射光明，召引來週邊有情一切的罪苦惑業習氣，成熟在自己心內我愛執上，調治淨盡，諸有情皆遠離苦集，罄盡無餘！如是觀修。

然後，上師心間之光，把自己的身體、受用、三世善聚轉變成有求必應的如意身、如意受用、如意善聚，施予週邊一切有情，如金劑點鐵成金般，彼等剎那間發生轉變，獲得暇滿人身，作為能受用的所依；獲得一切所需資具——百味美食、成千上萬的錦衣華服、五百層高樓大廈等，作為所受用之境；值遇圓滿忠臣義僕，作為共同受用的眷屬，彼一切皆成大乘法的順緣；謁見大乘善知識，作為聽法之境；以及聞思之境顯密經

典等，如是諸外緣齊集。內緣信等七聖財、增上三學、慈悲菩提心，在心續上生起；六度所攝二資達到究竟，證得圓滿菩提。如是勝解。

詳細修習時，三惡趣、人天、中有、聲緣、菩薩，分開緣念，粗細苦集，取為己受之理，以及身體受用善根，亦分開各各施予五趣眾生、中有、有學、上師佛的施捨之理。間或初從父母親人，然後中庸、仇敵、南瞻部洲、四洲、小千世界乃至一切有情之間，依次修習之理等，應從諸具量的修心七義引導文中了知！

取時著重於悲心的所緣行相、捨時著重於慈心的所緣行相，故不可丟失關鍵內容，至為重要！若漸次修習慈悲二者，產生覺受，則可乘來去氣息，連貫地修習取捨。

“為等虛空際此諸有情離苦得樂，當速疾證得大寶圓滿佛位！”由如是立誓，並祈請頂端上師，上師身中分化出相似的第二尊，融入自己，自成能仁王，身中放光，情器世間得以淨化轉變，如前所緣而修。

有時，觀想放射出等同盡有情數的能仁王，光明甘露流，淨盡有情罪障，安置於佛地。

釋迦佛生為地獄中拉車力士時，緣自夥伴發起愛他勝己之心的情形，如前已說。生為婆羅門海塵時，於寶藏佛前發起大心。生為陶工之子光明時，於大釋迦牟尼佛前發心情形等，如眾所週知般。生為商主“親友女”時，準備出去尋寶，因母親阻擋，憤然腳踢母親的頭部，乘船入海，到一海島，在四座城中驕奢淫逸，長期享受著喜樂。最後，在城南方，他看到一間鐵房中一人的頭上旋繞著鐵輪時，方才如夢初醒：“我是否因為腳踢母頭之業而牽引到此處？”就在這時，空中發出大聲：“放了捆著的！捆上放著的！”話音剛落，鐵輪就旋繞在自己頭上，感受著難忍的劇苦，由彼緣而發願：“如自己所積一切惡業異熟，我當忍受！願其他有情不生此處！”生起此念無間，鐵輪即升至上方虛空，他也往生到兜率天。生為蓮花王

時，臣民發生大瘟疫，許許多多的人，受著痛苦的折磨，為利益百姓，隨願投生為“柔赫達”魚，以阻擋洪流，並令百姓吃上魚肉，使疫病痊癒，安置於善法之上。生為大龜時，大海中有船隻傾覆，五百商人瀕臨死亡的關鍵時刻，大龜背負著他們遊至海岸，疲憊至極而昏睡過去，又被八萬隻蟲蟻吸食血液，由於擔心再潛入水中，或者翻滾，會導致蟲蟻死亡，而故意捨棄生命。作慈力王時，用白血滿足了五夜叉。如是等等，《佛本生傳》中說，凡夫俗子汲汲營求的一切喜樂，他都棄若唾塵；對於乍聞即生怖畏的諸多難行，皆如鵝入蓮苑般歡喜趣入，如是盡所有的稀有行傳，皆唯是愛他勝己菩提心的超勝之法。

無等阿底峽尊者雖有眾多上師，唯獨對金洲大師，當稱其名諱時，每每淚如泉湧、雙手合十，祭日供養從未間斷等。當人疑問：“無人匹敵的理由是什麼？”尊者感歎地說：“上師雖無賢劣差別，但我能有堪稱功德的少許賢善心，皆是金洲大師的恩德！”

一次尊者手疼時，就放在仲敦巴懷裏說：“你有賢善之心，請加持一下！”而且代替“身體安康否”，也是以“發善心了嗎”作為問候。尊者教導眾弟子時，也是說“當發善心”。

尊者對善知識敦巴說：“當來若有人說：‘我福德微薄，未能值遇至尊大師^{阿底峽尊者}！’從而憂傷不已，汝當說：‘挖掘出尊者教授的核心，即此修菩提心！應當學修此法！’”如是等等言教，唯對此菩提心，珍重有加！

佛子博朵瓦大士在過去許多生世，串習愛他勝己的增上心，由此之力，還很年幼的時候，就跑到走在大路上的旅客旁，發願說：“祝願所有的旅客您們家鄉五穀豐登！當來事業有成！”還曾說到：“自己念念所想的，除了‘對方獲勝多麼好！對方快樂多麼好’之外，從未有過‘自己若獲勝等就好’的私心。”自然就湧現出菩提心。後來，遵奉善知識仲敦巴的

教授，唯以菩提心作為觀修的核心，從而攝化二千名志同道合的弟子，令“噶當教法”名聞遐邇，大弘於南瞻部洲。大士臨示寂時，亦合掌祈願：“願成無救護有情的救護，無怙的怙主，如是住所、洲島、親友，無依靠者的靠山！”然後安詳示寂！

有三昆仲、康隆巴的弟子來朝見善知識仲敦巴，仲敦巴詢問他們各自的近況時，回答說到博朵瓦給成百上千的僧眾講經說法；普瓊瓦用自他眾多資具塑造三依；貢巴瓦打座專修的情況。仲敦巴聽完後都讚許說：“稀有難得！這也一樣！”當答道：“康隆巴坐在螞蟻穴邊，只是裹著頭哭泣！”仲敦巴摘下帽子，胸間雙手合掌，淚流滿面，讚歎說：“極為稀有難得。他是在修法。還有許多他的功德可宣揚，若現在說，他會不悅。”

朗日塘巴說：“不管翻閱怎樣甚深的典籍，皆言一切過失是自己的、一切功德是至尊有情的，由此要點，除了明白‘勝利施與他人、禍損自己取受’之外，沒有明白其他內容。”

如是等等，本法的歷代傳承上師異口同聲，唯稱頌愛他勝己菩提心，並以此作為修持的核心，皆是現證功德猶如濤濤海潮的證悟者。

有說：“於此道次第，薰染點習氣後，理應快速趣入密咒。”若是由強烈悲心催動心意，觀見利他圓滿者唯佛而已，從而願快速成佛，極為稀有難得。然而如現在很多人的思想，是感到：“漸次修道太過艱辛，若入速道或許容易？”當有這樣的想法時，即是於任何顯密道，悉未解其中扼要的表現，以若未於諸道次第，經由修心，令心續上生起非造作菩提心，則不堪為修習密咒道的法器故；以《金剛手灌頂續》說：“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，當令人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。”《金剛頂續》說：“歷經百千劫，設若發精進，四類人於

世間，雖修不成就。未發菩提心，心中懷疑惑，不依教奉行，無信不成就。”如是若未生起非造作的菩提心，則不堪為密咒法器；而於三士道，漸次發生無功用的覺受，生起非造作的愛他勝己之心，亦唯依賴於長期精進專一地修道。慮及此義，善知識仲敦巴對博朵瓦說：“尊者！你此生不要趣入密咒道！此道如同乘騎烈馬，不知道會摔倒在這裡！”博朵瓦大士年青時曾想著：“聽聞一種大乘密咒法，到康地後專修！”但據說到了善知識仲敦巴前，求得此法後，由粗略定解，既斷了趣入密法的念想，又斷了去康地的念想。

諸佛菩薩在無數劫的時間裏，縝密地觀察：“前往一切種智之道是怎樣的？”這時，觀見無任何法能超勝菩提心。如《入行論》中說：“多劫佛深思，見此最饒益。”至尊一切智也說：“乃至多劫，以稀有智，最極深細觀察諸道，諸佛菩薩唯見此是速能成佛勝方便故。”因此，我們應收斂起攀求其他深法的喜好，理當於此大寶菩提心，竭盡己力地薰染習氣！

戊二、儀軌受持發心之法，分二：

己一、未得令得；己二、已得守護不壞之理。

初者，《道次第》說，詳細宣說以儀軌受持具有立誓的願心之理及其學處等後，行心受持儀軌及其學處等，說到另詳見於《菩提正道戒品釋》。如其中所說，了知並付諸實踐，至關重要！

此處依《樂道》所說，同時受持願行之理者：

灑掃住房、擺設身語意三依、廣獻供品等加行諸法，從依止善知識之理，乃至發心間正行所緣行相，在融合心續地修習後，在頂端修習著上師天的境界中，如是思惟：為利一切慈母有情，當速疾證得清淨圓滿佛果！是故，從今為始，乃至菩提藏間，永不捨棄菩提心，並且在受持佛子戒後，如理修學諸偉大行！

如是思惟後，勝解自己隨上師能仁王念誦：“諸佛菩薩眾，懇祈垂念我：如昔諸善逝，先發菩提心，復次循序住，菩薩諸學處，我今為利生，發起菩提心，復於諸學處，次第勤修學！”如是念誦三遍結束時，作是勝解：“已得發心及菩薩戒！”

此後念誦：“今生我具果，善獲此人身，今日生佛族，是為諸佛子！自今我當為，宜乎佛族業，無過最勝種，不令有染污！”如是令發歡喜。

己二、已得守護不壞之理，願行學處二者之中：分二

庚一、願心學處；庚二、行心學處

初者分二：辛一、修學今生不退發心之因；辛二、修學餘生不離發心之因。

初者，分四：

壬一、如博朵瓦說：“略攝菩提心勝利，一切大乘因道果佛地功德，皆賴於菩提心。故若有菩提心，即有彼一切，若無菩提心，則無彼一切。”思惟功德勝利，當從它處詳細了知。

壬二、為了任遇何緣，皆不捨棄並且增長菩提心，晝夜各三次受持。

壬三、由於某些有情顛倒行之緣，當遮遣生起如“永不利此有情”的噁心。

壬四、精進積集供養三寶等福慧資糧一增長發心之因。

辛二、修學餘生不離發心之因，分兩組四法：

初者，斷除四黑法：虛言欺騙上師、親教師、阿闍黎；他人行善，令起憂悔；瞋心毀罵大乘菩薩；非增上心，而行諂誑。

第二組四法，依四白法：斷除故意妄語；於有情所，無諂誑心，正直而住；於諸菩薩，起大師想，如實讚歎^{是說不知何處有菩薩，故於一切有情，}修習淨相；於自所成熟的有情，令受持圓滿菩提。如理修學如是等不離發心諸因。

庚二、行心學處：清淨守護菩薩戒，永不沾染十八根本墮、四十六惡作罪垢。勵力發誓：“如是願行學處，寧捨身命，乃至菩提藏，清淨守護！”設若沾染罪墮之垢，當如論典所說，精進於還淨方便！

例如我們在灌頂時，表面上已受菩薩戒的人，雖同時受願行並不相違，但總的說來，以儀軌僅生起願心，不管能不能修學發心學處，都可以受持，然若不能修學願心學處，則不可受具有立誓的願心。除非對於一切菩薩學處，各各觀察後，發生欲學之心，否則，不能守護學處，則一切情況下不可由儀軌傳授行心。我們了知這些情況至關重要！隨順自己能力，漸次受持願心、行心，顯然最好！

丁三、既發心已學行道理

加行時祈請以上內容，類同發心階段。正行分二：

戊一、學六度熟自佛法；戊二、學四攝熟他心續。

初者，分六：己一、布施；己二、持戒；己三、安忍；己四、精進；己五、靜慮；己六、智慧。

初者，善的捨思，及其發起身語正在布施時之思，是布施的體性。自己的一切身體受用善根，無吝惜地至誠施捨，乃至果報亦捨於他，如是之心串習圓滿，即成布施波羅蜜多。

分類有三：

1、法施，不顧財物，以增上心，向諸具器者，無倒開示正法；如理教誨工巧等世間無罪事業邊際^{各類技術}；令受學處。

2、無畏施，從王賊等人間怖畏，獅虎鯨等非人怖畏，水火等大種怖畏，救護有情。

3、財施，遠離不可施的所遮後，施境有十：親友、怨敵、中庸者、勝於己、劣於己、與己等、有德、有過、樂者、苦者。對此十種施田，不染見取見、傲慢等低劣動機，總的意樂，謂緣所為事，作是念：“當依此故，圓滿布施波羅蜜多！”緣所施物，作是念：“當初已施一切財物，如取寄存之物！”緣行施田，作是念：“此等境是令圓滿布施波羅蜜多的善知識。”應當具有如是三種總意樂差別。並以隨一應時的別意樂發起，斷除拖延、為難令苦等非理行為，面容慈祥，和藹含笑，言語真誠等，加行如理如法。所施之物，現前逼惱，究竟傷害，或現前快樂，但究竟惱害者，不可施捨。由施彼物，現前安樂，究竟利益，或現不安樂，但究竟利益，如是飲食衣墊、房舍田地、馬牛錦鍛、五穀珍寶等身體、受用，或直接布施，或往靜地，勝解以清淨意樂化現出所施的無量種種所需資具，施諸有情。當學習這種巧慧布施。

內物可不可捨之理者，就時方面不應捨，如在由難行不生厭倦的大悲心力未廣大之前，不可捨身；就所為方面不應捨，例如不可為了微不足道的目的，而捨身，或為了令造罪行而來乞身，也不可施捨自己；就乞求者方面不應捨，如不可對魔眾天及其蠱惑者，布施身體。與此等相反的情況，則可施身。

外物就時方面不應捨者，如於出家人，施午後食；就施境方面不應捨者，如於嚴淨毗尼者，施殘羹冷炙，或於藥叉等，施予子僕等，或於求過端的外道，施捨經典；就施物方面不應捨者，如布施自己父母、不信解施捨的兒子妻室等，或出家菩薩捨三法衣；就所為方面不應捨者，如為傷害自他來乞，施予毒、刀等，或教學惡咒。與此等相反，就時間、施境、物、所為方面都合適，則可施諸外物。

往昔未串習布施、財物匱乏的衰敗、貪著上妙施物、不見圓覺功德，是布施的四種障礙。其對治法，依次為觀察不布施

的造作等流而施；思惟流轉輪迴時，無義地感受饑餓等多苦，理應安忍由於利他而致的今世之苦，而後施捨；了知由於計苦為樂，妄生貪戀，而生痛苦，然後布施；觀諸行、受用皆壞滅法，學習隨何布施，悉皆迴向大菩提。

總之，詳加思惟執持過患、施捨功德，以菩提心為動機，勝解自己的身體、受用、三世善根，無吝惜地施予一切有情！或於靜地，清淨讀誦《攝頌》等經典，勝解向一切有情說法。

如救護可憐的蟲蟻脫離水火等怖，或施乞丐、犬鳥等少許食物，如是力所能及之事，現在即可做。大地菩薩的諸布施實踐，亦應作為願境而修習。

做任何布施時，若都具有六度，力量更強。防止為利一己而求解脫的作意是名持戒；信解、安忍一切種智，並安忍他人糶罵等；為令布施輾轉增長，發大歡喜之精進；不雜小乘，一心一意，迴向此善於圓滿菩提，是名靜慮；通達能施、所施、受者，皆諦實空，猶如幻化，是名般若。由此等攝持而修持布施。

己二、持戒

從損害他及其根本，令意厭倦，此能斷思，即是戒律。串習圓滿，即成持戒波羅蜜多。

分類有三：

1、律儀戒，具有菩薩戒，若是出家眾，則是五眾別解脫戒中的任一種；若是如優波塞、優波夷的在家眾，則是二眾別解脫戒中的一種。若如天界有情，不堪為別解脫戒之身，但住菩薩戒者，則是與別解脫戒相順的斷除自性罪身語七業或十不善的思心所。

2、攝善法戒，受菩薩戒之後，身語意三所積諸善：住戒而後生起聞思修慧；由恭敬承事如上師、父母、病人般殊勝田，積集資糧；讚頌有德者，言語隨喜他善；對方傷害，觀為宿業

所感，修習忍辱；三門諸善迴向圓滿菩提，並為成就無量功德，廣發大願；供養三寶；住不放逸，精進六度善品；正知正念，從煩惱品中，守護根門，飲食知量，初後夜分，不眠而修習瑜伽；依善知識，了知諸罪過患，於諸佛佛子前，懺悔防護等。總之，盡所有六度所攝善法，於自心續上，未生者令生起，已生者不令退失，並令輾轉增長。

3、饒益有情戒，如其所應，成辦有情今生、來世無罪義利：饒益求助伴者，做諸孤旅的路伴、開示無罪的農業技術等，施藥於病人，做盲人的嚮導等；饒益昧於方便者，如應有情機而開示相應正法，遮止惡行、苦集；饒益有恩者，如為報答諸有恩者，成辦其現前、久遠的利益；救濟苦於怖畏者，如救護猛獸、鯨鯊、國王、盜賊等的怖畏；開解憂惱，如於喪失雙親等親友者，或失去財物而悲痛欲絕之人，開示無常以解憂惱；饒益匱乏資具者，如施予飲食給彼等生活貧困者，施乘騎給疲苦奔波者，施衣飾等給衣不蔽體者；饒益求依止者，於諸眷屬，施予衣食臥具等，或開示八教授、五教誡之法；饒益求隨心轉者，隨順有情意樂，若某身語行為令有情生起憂苦，由此因緣，不能安置於止惡行善，則應斷除那種行為，若能安置，則應趣入等；饒益正行者，如稱揚讚歎具有信戒聞等功德者；饒益邪行者，以上中下三品的呵責、治罰上中下作惡者；饒益應現神通調伏之有情，如為調伏罪行者，化現寒熱地獄，以作救護，遮遣罪行等。如是十一事饒益有情。

三戒圓滿之因，及如守護之理等，應詳細地從《戒品本釋》中了知！

總之，守戒功德、不守過患，通過長期思惟，生起強烈的欲守戒之心，並以發心為動機，不沾染任何的三戒不順品，勵力珍愛守護菩薩戒，如護眼目。以斷十不善為主，對於所承許的戒律，由衷地修習欲學之心。大地的戒律修持，亦應作為發願之境！

修習具有六波羅蜜多時，自住戒律，復安置他人於戒律，即是戒律之布施。餘者同前。

己三、安忍波羅蜜多

耐他怨害，苦不能侵，心安然而住，及勝解正法，極其安住之思，是安忍體性。遮止瞋他、怯弱、不信解，此心串習圓滿，即成安忍波羅蜜多。

分類有三：

1、耐怨害忍：是對方怨敵傷害取為道用的方式，如有些受魔蠱惑者，雖做出恩將仇報的忘恩負義之事，但想到“此人身不由己”時，也就怒氣全消般，由於未斷隨眠、境界近前、非理作意諸因緣聚合，從而發起瞋恚。因為瞋恚催動作傷害者，令無自在，所以他並無不加害的自由，故不應瞋；隨煩惱自在，都能做出自殺的極端行為，傷害他人，更何待言？故不應瞋；傷害他人，若是不智愚夫的本性，則等同不應瞋恨火燒熱的本性，若是暫時性，則等同不應因為濃煙蔽空之過而瞋恨天空；他人毆打時，若瞋直接加害者，也應瞋刀棍，若瞋間接施害者，而加害之人，是由瞋恚唆使，就應瞋恨彼心中瞋恚，不管就直接、間接哪方面，都不應瞋；若瞋激勵加害者的根本因，則是由宿世害他之業的激勵，故應瞋彼業，而不應瞋加害者；若瞋加害者，是因為不能忍苦，則不忍細苦與頑固地令生起惡趣之因——瞋恨，二者相違，故不應瞋；怨敵所刺利器與自己的身體，二者同樣是生苦之因，故若不瞋自身，亦不應瞋另一方；唯謀自利的聲聞眾，尚不發瞋，況且已許成辦一切有情利樂，追求利他的諸佛子，更根本不應瞋恨他人；稱譽於今生來世皆無利益，有著令心散亂無義之事，破壞厭倦之心，嫉妒有德者等眾多過失，故加害者破壞稱譽等，其實是防護自己不墮惡趣，斬斷貪著之束縛，故應歡喜；譏毀等對自己的身心，都不會造成傷害，雖阻礙獲得利養，但也不應為了瞬間就要捨棄的菲薄利養，而積集許多生世隨逐的瞋恨之罪；誓願安立一切有情於佛地後，對於有些冤家獲得菲薄的利養恭敬，不

應心生熱惱；僅由噁心“願加害者衰損”，傷害不了對方，不過徒自消耗而已，縱令得逞，亦是令自他皆遭禍殃，思惟如是過患而遮止。如是等等，依靠正理，以妙觀察慧抉擇瞋恨的思惟方式不合理，而後修習安忍！

2、安受苦忍：由宿業及臨時因緣導致發生的痛苦，取為道用之理者，若發生了痛苦，還可以挽救，則不必憂惱，若已無法改變，憂惱亦無益處，故妄自憂惱，無任何意義作用；由苦之緣，令生起欲出離輪迴之心，而且遭苦折磨時，可去除自命不凡的驕慢；感受痛苦，從不善業生，若不欲苦果，就應遮止惡業因，如是了知後，則會忌憚罪業；受苦煎熬時，觀見若欲無苦之樂，必須成辦其因——善業，自然會歡喜行持善業；結合自己感受，推己及人，對於苦惱折磨的諸有情，會油然而生起悲心等，苦有眾多功德，若知取為道用，苦反成希願之處；往昔流轉生死之時，為了少許毫無意義的五欲享樂，造集眾多惡業，從而感受地獄燒煮等無量苦，卻未成辦任何的自他利益，而為正法，行持難行之時，只是發生少許痛苦，卻是為了成辦自他利樂，故極應安忍；外道眾由堅信相似道，忍受跳三尖叉、烤五火等苦行，世間人為了農業、爭戰等事，忍耐許多難行，況且為了成辦一切有情義利，何故不忍難行之苦？如是思惟。如將處斬之人，代之以斬斷手指，即能脫免，自會生大歡喜般，若以這般人間微不足道的難行之苦，即能根本遮遣無邊輪迴之苦，極為善哉！如是思惟，值得生起無量歡喜。如是等等，依如理觀察之慧，從小苦開始，漸次增強，坦然接受痛苦。

甘願所受之苦，共有八種：增長梵行之處——法衣、齋飯等，所得下劣或稀少等，由此導致之苦；依衰毀等九種世法⁴⁶所生之苦；以行住威儀，晝夜從諸障中淨修其心，此階段所生之苦；供奉三寶、上師，受持諸法等七攝法，於此劬勞，所生眾

⁴⁶衰、毀、譏、苦、壞法壞、盡法盡、老法老、病法病、死法死。

苦；依剃除鬚髮、裁染壞色衣等七乞活法，所生之苦；精進善品時，身心疲勞之苦；依十一種饒益有情事所生之苦；出家眾衣鉢業等，在家眾無罪農商等，依當前事所生之苦。

3、思擇法忍：略有八種：淨信境者，謂三寶功德；現證境者，謂二種無我真實；希樂境者，謂諸佛菩薩廣大神力；取境者，謂諸妙行及^{可愛}果；捨境者，謂諸惡行及^{非可愛}果；所修境者，謂應得義——大菩提，及能得彼之方便——一切菩薩所學道；聞思境者，謂十二分教等正法。對於八種境中的任一境，以教理如理引發定解，並於此義，修習堅固信解：“唯應如此，絕非他義！”

總之，長時修習安忍功德，以及瞋恚殊勝境能摧毀百千劫所積善根等不忍過患後，在惡緣匯集之時，竭力經由安忍之門，取為道用，於諸殊勝境，盡力修習信解，大地安忍諸修持，亦應作為願境！

修習具有六波羅蜜多時，安立他人於安忍，是忍辱之布施，除此之外，餘皆同前！

己四、精進波羅蜜多

攝集善法，及利有情，其心歡喜勇悍，是精進體性。其串習達到圓滿，即成精進波羅蜜多。

分類有三：

1、披甲精進，若為去除一位有情痛苦，以時長等同一千大劫的一晝夜，集為百千俱胝倍數三無數劫，唯住於有情地獄中，必須以如是難行方能成佛。我亦歡喜勇悍，尚為正等正覺，不捨精進，況時間較彼短暫，而且其苦又極微弱，更何待言？如是思惟，名披甲精進。

2、攝善法精進，謂為正成就六種波羅蜜多故，歡喜勇悍修習彼等。

3、饒益有情精進，謂於十一事，如其所應而行，發起精進。

精進違緣不順品有三：

1、感覺“猶有空閒”的推延懈怠，其對治法者，如前所說，修習三法：此生不能長久住世，速當死歿；命終之後，墮入惡趣；以後極難再得妙身。

2、貪著惡劣之事，其對治法者，應當思惟，無意義的閒言碎語，及嬉笑等諸散亂，是失壞此生善行、後世生起痛苦之因，由貪著此等，卻捨棄能於今生後世令生起無邊歡喜的正法，極不合理！

3、若心生怯弱：“像我這樣的人怎能證得永盡一切過失、圓滿一切功德的佛果！”其對治法者，應當思惟：世尊說蚊虻等猶能證得菩提。況我生而為人，明知取捨，若不捨精進，如何不能成佛？三世諸佛亦非先已成佛次修諸道。而是初如我般，由修道而使果位日漸升進。

若心生“難以施捨手足等，故我不能”的怯弱，其對治法者，流轉生死之時，在無數俱胝劫中，亦曾感受斫裂、燒烤、劈砍等不可思、不可說大苦，然完全未能達成目的。而為求菩提難行之苦，較其前苦，極其微弱，卻有著成辦二利的極大意義。故理應安忍！施捨肢節，並不是在初業階段，而是從布施蔬菜等，從細小漸次串習，當某時不再貪著自身，大悲心力強盛之時，若有大利，方可布施。故於正捨之時，無任何困難，因而不應恐懼。

若心生“為成佛果，必須於輪迴之中數數受生，故不忍其苦”的怯弱，其對治法者，應作是思：菩薩已斷諸惡，身無苦楚，並且通達諸法悉無自性，心無憂惱，故而雖處生死，亦無厭患義。

又若有“必須積集無邊資糧，此極難作，故我不能”的怯弱心，其對治法者，應作是思：若為利益無邊有情，求證諸佛

無邊功德，而為發起，緣於住無量劫，念“當修集無邊資糧”，而受律儀，則不管昏睡或放逸，皆能常時積集福德，量等虛空，故會輕易圓滿一切資糧。

依精進順緣，有四力：

1、發勝解力：思惟總黑白業果，特思惟菩薩行的勝利，及違越諸行的過患，從而勝解大乘。

2、發堅固力：業慢者，謂念：全不寄望他人作為修道助伴，唯自獨修。功能慢者，謂念：凡俗之輩尚不能成辦自利，況能利他？而我則能成辦二利。煩惱慢者，謂念：我當戰勝一切煩惱，終不使煩惱勝我。由此三慢之門，憶念半途捨棄誓言的過患，善觀己力，隨作何事，一切誓願，悉達究竟，不令退轉！

3、發歡喜力：如諸世間人，於能否出生安樂果，尚存猶豫，猶勵力趣入，何況行持此業，決定出生安樂之果。如鋒刃之蜜，享受五欲，暫時雖略有安樂可享，然出生現後極慘重痛苦，於此尚無飽足，況諸資糧，能施予無罪現前久遠無邊安樂，何應飽足？如是思惟，初入大行時，歡喜而入，既趣入已，亦無厭足，發歡喜力。

4、暫止息力：發勤精進，身心疲勞，必須暫且休息。休息無間，仍發精進。如是學修佛子行時，身心輕利，歡喜自在，如風捲樹棉，乃至未徹底達到如是期間而修習。

總之，數數思惟發起精進的功德，以及不精進的過患後，以發心作為動機，於一切善品，竭力發起精進，大地的發起精進方式，亦應作為願境！

修習具有六波羅蜜多時，自住於精進，復安立他人於精進，是精進之布施，餘皆同前！

己五、靜慮波羅蜜多

於隨一善所緣，心不散亂，專一而住，是靜慮體性。其串習圓滿，即是靜慮波羅蜜多。

靜慮就體性分二：謂世間、出世間。

就品有三：寂止、勝觀、止觀雙運。

就作用分三：1、身心現法樂住靜慮，謂住定即能引生身心輕安的各種靜慮；2、引發功德靜慮，謂諸靜慮能引神通、解脫、遍處及勝處等共諸聲聞功德；3、饒益有情靜慮，謂靜慮能成辦十一種饒益有情事。

所有三摩地的總綱止觀二者中，在此處修習寂止，勝觀則須於般若度時修習。

首先修習寂止。經說三乘一切功德，皆是真正止觀或隨順止觀——安住修、觀察修之果。修習無常、業果、輪迴過患、慈悲菩提心，通達真如之慧等，一切觀察修，若在成就寂止後，皆不散亂他處而趣入自己的所緣，一切所做善行皆具大力等勝利；以及未得止之前，隨修何法，力皆微弱等過患；勝觀之前，必須不可缺失地修習寂止。

思惟如是道理之後，

（一）應住在具有五德特法的隨順處：1、易得衣食等；2、處所賢善，謂無人非人等加害；3、土地賢善，謂非引生疾病之地；4、友伴賢善，謂戒見相同的良友；5、具善妙相，謂晝無多人、夜靜聲寂。

（二）少欲，不貪戀眾多或上妙衣服等事。

（三）知足，隨得粗弊法衣等，常能知足。

（四）斷諸雜務，當斷除貿易、眾多僧俗交往過密、施藥、星算等事。

（五）清淨尸羅，守護別解脫戒及菩薩戒，不令沾染罪墮。

(六) 斷除貪欲等諸惡尋思，修習五欲及輪迴過患等。

住於寂止六種資糧的修行者經過長期修習共中下士道及菩提心的所緣行相，身體以毗盧八法威儀而安住。

首先若不樂修定，而是隨懈怠自在，喜其不順品，則不令趣入三摩地，或雖趣入，亦不能持久，故最初依懈怠對治法，極為重要。此中應善加修習三摩地功德，謂若成就寂止，身心喜樂增長，現法樂住；由輕安之力，心於善所緣，可隨欲役使；於顛倒境，息滅散亂，止惡行善，皆有強力；能成就神通、神變等德；由生起通達空性之勝觀，能斷生死根本等。由修定德，盡力引生心嚮往之的堅固信；由信引生希求三摩地之欲；以及生起強烈持久的精進，發大歡喜勇悍，修三摩地。

專注所緣之境，世尊說有四種三摩地所緣：週遍所緣、淨行所緣、善巧所緣、淨惑所緣。不同補特伽羅主要緣何種所緣境，差異雖有眾多，然此處依《現在諸佛現住三摩地經》及《三摩地王經》的意趣，緣佛像攝持心，即是隨念佛，故有大福德；若佛身相明顯堅固，可作禮拜供養發願等積集資糧之田、淨障之田，故此所緣最為殊勝；臨命終時，不退失隨念佛；若修咒道於本尊瑜伽尤為殊勝，有如是等眾多義利，故以佛身作為所緣境。佛身不是僅由心新生，而是本來自性安住，只是清楚顯現出來，對於生起信心，特別殊勝，並且符合共乘時機，極為善哉！

先對一尊或畫或塑的精美佛像，反復觀看，記取其相，令現於心境，而後串習；或依上師講解，令現心中，務令現為真佛形相。先次第數次明觀頭手足及餘身體部分，其後作意身之總體時，心中若能現起半分粗略肢分佛身大體輪廓，即得所緣境，應當知足。併發強力心願：“在此期間，根本不起沉掉。倘若發生，即刻了知而斷除！”

心專注所緣時，遮止忘失所緣境的過失，極為重要。其對治法者，先前心中所現熟悉的佛像粗略肢分，觀想住於臍部前方正對的虛空處，產生決定佛像的執持力，此是明分；一座之

間，憶念所緣而不忘失，絲毫亦不散亂餘處，此是堅固住分，當以具此二分的正念，隨力執持。

心專注所緣之後，若不識別沉掉，是大過失。遮止此過的對治法者，謂已生沉掉，或將要生起，以明瞭的正知警覺守望。有境的澄淨分與所緣的執持，雖未失去，然若執持的力度低下，則是發生細沉。彼時，為遮止不作行對治法的過失，沉的對治法者，為斷沉過，作行之思策勵其心，收緊心的執持而修。雖有澄淨分，所緣的執持不清楚，粗沉一再來時，應暫停不往下修，而應思惟三寶、菩提心勝利，以及獲得暇滿、義大等功德，稱揚其心，或作意光明相，或修風心與虛空和合的教授^{二十一遍。當從《速道》中了知}，待除去粗沉，再如前而修。若發生如將要呈現悅意境相的細掉，當下遮止，繫於所緣。若隨可愛境相而轉，不靜相的強力粗掉發生，難以遮止，應暫停修，修習令心厭離之事——無常、惡趣苦等向內攝心之因，或修強力斷掉舉的諸教授，待除去掉舉，如前而修。又若生起沉沒之因，謂昏沉、睡眠，及能生昏睡之法心黑暗相發生，威儀應經行，或六隨念，或其餘清淨所緣，策舉其心，或以水洗面等加以遮止。了知沉掉共同及各自諸因，勵力斷除！如是微細沉掉亦加以斷除而修習，挫去沉掉鋒芒，當不再有時沉時掉的不平等，而趣入時，猶警覺沉掉的發生，這種作行就成了過失，遮止它的對治法，即是修捨，放鬆功用。

此諸內容，依《辨中邊論》意趣，五過失中，懈怠的對治法，謂信、欲、勤、安四法；忘念的對治法是正念；沉掉的對治法是正知；不作行的對治法是思；作行的對治法，是安詳而住之捨，如是八行修法。

若了知彼等復分為九住心、由六力成就九住心的道理，及攝為四種作意之理，說易成就無過三摩地。

首先聽聞力，唯隨順從他聽聞，心安住所緣境的教授，初住心從一切外在所緣境攝心，令心向內專注所緣，稱為“內住心”。彼時，心多不能住於所緣，分別念如懸崖瀑布，似乎層

出不窮，一個接著一個，會有認識分別念的感受：“是否因為修持導致分別念變得更多？”說是因為以前未曾心向內返觀，故不認識，此時由於依正知正念，如觀看大路行人般。

然後，漸次修習，第二思惟力，成第二住心，由數數思惟將護修習初繫所緣的續流，從而能令持續下去，故稱“續住”。彼時，如峽谷流水，時而分別念息滅，時而突然生起，有種分別念頭休息的感受。此二住心，沉掉多而定分少，心專注所緣，必須勵力成辦，故是四種作意中的“勵力運轉”階段。

然後，第三力憶念力依次成辦第三住心，謂從所緣向外散時，即刻了知，復於前所緣，修補而住，稱為“安住”；第四住心從最初生憶念力，從所緣境，不令散亂，再再收攝自性廣大之心，變得微細，輾轉增上而住，稱為“近住”。

然後，第四力正知力成辦第五住心，謂由正知了知流散於尋思及隨煩惱相的過患，令不流散於彼等，並思惟三摩地功德，發起歡喜，稱為“調伏”。由正知力成辦第六住心，謂由正知了知散亂過患，於三摩地，遮止不喜，稱為“寂靜”。

然後，第五力精進力成辦第七住心，雖生微細貪心、流散、昏沉等，亦立即起功用斷除，不甘忍受，稱為“最極寂靜”。從第三住心至第七住心之間的五住心，雖多分住定，但亦時有沉掉障礙，故是“有間缺運轉作意”階段。

然後，由精進力成辦第八住心，若持續依正知正念，沉掉等不順品不能障礙，持續生起三摩地，稱為“專注一趣。”此階段若常時起功用，沉掉不能作障，能長久保持正座，故是“無間缺運轉作意”階段。

然後，漸次修習，第六力串習力成辦第九住心，不再需要依正知正念的功用，任運趣入所緣，稱為“平等住”。此時，猶如念誦論典等，極為嫻熟時，最初發起念誦的動機後開始念誦，中間階段心雖散亂，念誦亦是不斷，不再費力。同樣，最

初若由專注的正念一次令心平等住於所緣，其後，不需念知，任運地維持三摩地長久持續不斷，故是“無勵力運轉作意”。《解深密經》說，如是不必勵力，心隨意進入三摩地境界的第九住心，是隨順奢摩他。

先有微細輕安，漸次增長，頂上產生沉甸感的徵兆，此生無間，即能息滅不堪隨欲役使善法的粗重，遂生起心輕安性。依心輕安之力，能令身堪能之風遍行一切身分，身粗重性，皆得遠離。當生起極悅意所觸體性的身輕安時，身生大樂感，依此，心亦產生殊勝喜樂感。其後，心中歡喜蕩漾，當漸漸減弱，獲得隨順心堅固住於所緣三摩地的輕安，與此同時，成就初禪近分定所攝的奢摩他。

現在多數大禪師就連這般三摩地修法的名言，都不曾流傳，何況其義。總之，隨順慈氏論典、《瑜伽師地論》、《中觀修次》等諸大論的意趣，了知其中的無過三摩地修法，精進地竭力成就真正的奢摩他！修成之後，由發心攝持之門，時時修習心一境性的三摩地，亦以諸種上上禪定作為願境！

修習具有六波羅蜜多時，安置他人於靜慮，即是靜慮之施。其餘同前。

己六、般若波羅蜜多

般若^{智慧}者，謂於所觀事，能揀擇法。彼串習圓滿，即是般若波羅蜜多。

分類有三：通達勝義慧，謂由義總之門證悟，或由現前證悟無我真如；通達世俗慧，謂善巧五明之慧；通達饒益有情慧，謂通達能引有情現生、後世無罪義利。

欲修習彼等上首一一殊勝毗鉢舍那，當依止無倒了知經典扼要的智者；尋求多聞勝聖龍樹父子本論注釋的道理；並以如

理審思聞義的智慧，生起通達真如之見，說是緣如所有毗鉢舍那不可或缺的因資糧。

希求解脫、一切智位的人士，理應依大德教授，尋求符合大論意趣的無我真如，因為一切有寂衰敗的根本是實執無明習氣，而要根除它，只有通達與其執持方式直接相違的無我之慧，除此之外，不可得故。因此，從智者善知識處，聽聞毗鉢舍那教授；猛厲懇切地祈請無二無別的上師本尊；勵力積資淨障，如是等正見因資糧，決定把握住扼要後，抉擇真實性，有二無我。

庚一、抉擇補特伽羅無我，而後修習之理，有四種扼要。

辛一、識別所破，極其重要：若僅識別粗分所破，而不識別細分，雖遮遣粗分，仍有所破餘留，故於實執，無絲毫損傷，墮入增益邊。所破太過，所有顯現的六識之境皆作為所破，毀謗名言安立，墮入損減邊，過失極大。

因此，當觀察“俱生我執執著我自性成立之理怎樣”時，比如走在狹窄的險路，擔憂“我或許墮落懸崖”時，顯現身體為我；當擔憂“罪業或令我投生地獄”時，復顯現心為我。如是由各種因緣，顯現情況雖有眾多，然從無始以來，持續而有的俱生我執之我的顯現情況如何者，即是僅於身心聚合之上，非唯由名言分別安立，而顯現我為獨立存在。比如，他人讚歎自己種種功德時，作為詮說功德對境之我，似乎呼之欲出；而當在大眾場合，受到吸煙、喝酒、偷盜等的誣陷詆毀時，倍感委屈：“清白之我卻受到此惡人這般詆毀！”作為被陷害對境之我，似乎獨立而有。據說若像這樣呈現出來，就容易識別！

那般苦樂分別念頭，令清晰生起，大部分心住於彼現行心，同時用一部分心細加觀察彼如何執著。故無謬地識別俱生我執的執著情形，是第一扼要決定所破義總。

辛二、斷定若我自性成立，必須與自假立處之蘊，體性或一或異，而無除此兩種之外的第三方式。

總的說來，一與多，是互絕相違的直接相違。如柱瓶，未遮止是一，則無法成立為異；未成立為異，則無法遮止是一。如瓶子，未遮止是異，則無法成立為一；未成立為一，則無法遮止是異。故無“是二”與“非二”的第三聚。依此正理，斷定：若自性成立，皆是自性成立一或自性成立異，即是第二扼要決定週遍。

辛三、若我與蘊二者是自性成立的體性一，則成全無區別之一，以體性一若是勝義成立，彼二者顯現於任何心前，都必須不顯現為異故。其中理由者，謂本是體性一，卻現為反體異，本來情況與顯現情況不順，是世俗虛妄之理。故而，諦實成立，則與其相違故；以顯現諦實成立之心前，必須如實顯現本來情況故。以正理推出：若我蘊二者是自性一，則一成為我蘊的實相，故全不能作區分。

如是則有諸過：承許我自性成立，是為了成立捨前蘊、取後蘊的作者，若我蘊成一，應不可是那般作者；一補特伽羅亦有多蘊。同樣，我亦有多種；我只是一，諸蘊亦成一；猶如蘊有生滅，我亦有生滅。名言之中承許我有生滅，雖無過失，然若許補特伽羅自性成立的生滅，則成立每一剎那皆自在獨立，故不應有後者觀待前者的聯繫。若如是，不可承許前後生同一相續，故憶念宿世應不合理；業應失壞；應值遇未造之業，發生如是等過失。如是通過眾多正理之門觀察，通達我蘊二者非自性成立一，即是第三扼要決定離一。

辛四、若我蘊二者是自性成立之異，必須是堪忍正理觀察之異。如是則成為從體性、質地等一切門，皆成為相異無繫屬的它法，因為反體是異，但體性不異，立為虛妄故。如是若是無繫屬之異，蘊病老死等，不會導致我病等，故我應無蘊相生滅等；如馬牛羊三者，馬牛走後，還有羊可見般，一一抽去五蘊後，應有我可被指認等過失發生。故斷定我蘊非自性成立之異，即是第四扼要決定離自性異。

此亦是若我蘊是自性異，則異成為我蘊二者的實相，而引出“彼二者立為一體性全不合理”的過失。了知此正理推斷，結合一切中觀正理，極其重要！

如是通達自性成立之一異皆不成立，即是通達因之心，從彼通達無自性之理者：例如丟失的黃牛只有兩條山谷可走，在這樣的地方尋找黃牛，當在兩山谷的上中下三部，都見不到牛時，就會清晰地生起“心中想找的牛不在此”的念頭。同樣，先識別所破顯現情況，記於心中，並以離一異作觀察時，當通達離自性異已，當下變得空靈，感到：“心中所記的所破不存在”，即是獲得中觀見。據說，彼時，往昔串習多的利根人發大歡喜，如貧得寶；鈍根人生起恐懼，如驟然失去珍寶。文殊怙主上師宗喀巴大師駐錫色拉寺法崗講授正見引導時，至尊慧獅子通達正見，恐懼地伸手觸摸衣領。宗喀巴大師知悉後面露微笑，說：“那塘瓦把世俗放在了衣領上。”如是典故眾多。

庚二、抉擇法無我後修習之理，分三：1、色法；2、心法；3、不相應行法。

初者，以身體為例，於此血肉之軀的肢體聚合之上，非唯分別安立，而確有獨立的身體，不可否認地呈現出來，即是所破的顯現理。若那樣的身體自性成立，必須與此肢體聚合體，是自性成立一或異。若成立為一，則肢體聚合體是假立處、身體是假立法，應不合理；如有肢體般，身亦成五，或身體只是一，諸肢亦應成一。若是自性成立之異，去除頭等一一肢分後，必須可指出“此身”，但卻不如是存在，故斷定：“身體全無自性成立！”

2、以此類推，心僅是於前後剎那分上而假立。

3、不相應行，如一年，僅是於十二月聚合之上而假立。

無為法如虛空，僅是於東南西北的眾多虛空分之上而假立。因為若非如此，而是於自組成部分之上，自體成立，則與

部分為一為異？若是一，有分應成多，或諸成分應成一；又或分與有分，應成無繫屬的它法等，如前已成。故自性成立，塵許亦無，一心修習如是空靈無遮的定解，即是根本如虛空修法。

此處恐文繁多，僅列舉離一異正理，其他的正理王緣起、七相、金剛屑因、有無生滅、四邊生滅等無邊正理聚，當從聖者父子論著、至尊一切智嘉言中了知！

如幻之相顯現理者：說如眼見幻化牛馬，以及意識決定無所現牛馬，依此二者，定解彼是虛妄現象。同樣，名言識不可否認地顯現補特伽羅等法，以及理智決定自體成立空，依此二者，通達彼諸法虛妄如幻。因此，執相的所緣處塵許亦無，修習這般如虛空的空性，若達到扼要，起定之時，一切所現境界，皆呈現出唯分別假立的虛妄幻化。

為易現起所緣行相，在比喻之上思惟：如面部影像，雖所現眼耳等空，然依臉面與鏡子方得生起，不可否認，兩方合為一事；同樣，補特伽羅及蘊等，亦是自性成立空，然依往昔惑業等而生起，並不相違！

如是由決定無自性之力，對於唯依緣假立的因果作用建立，引生更大的定解；由決定唯名假立的緣起，對於自體空，更強地引生定解，即說為“空現為緣起義、緣起現為空義”，則是如實通達世尊的無上意趣！

因此，必須明白，修習正見越多，行持也就越發微細，更加精進於業果取捨，是正見解悟達到扼要的無誤正因。現今自認為見地高深而妄自尊大的一些人，行為放逸，肆無忌憚地殃及自他，亦是墮入邪見的真果因。如是復如月稱論師說：“彼器隨生諸功德，常能正受住淨戒，勤行布施修悲心……。”有些人毀謗至尊密勒日巴說：“你是斷見者！”尊者回答說：“我是否斷見，請看我的行為！”

如是空性與緣起，不相違，而且成為相互引生定解的助伴，此如地下的寶藏，極難證悟。故往昔雪域中的智者與成就者誰亦未能如實地表達，只有文殊法王從無垢教理之路，極其清楚地詮釋，賜與所有希求解脫的善緣之士，作為頂端的摩尼寶。故若於此理，獲得堅固定解，就成為諸佛佛子盛讚之境。如聖者龍樹說：“知此諸法空，復謹依業果，稀奇中稀奇，殊勝最殊勝。”

在修成專一等住諸法自性空真如的奢摩他後，平等地串習觀察與安住，若得到由觀察自力引生的殊勝輕安，即立為具相毗鉢舍那。

總之，數數思惟修習智慧、毗鉢舍那的勝利，以及不修習的過患，盡力在發心的攝持下，修習諸種資糧，於智者善知識前尋求多聞等；現在能實踐之法，如簡略的正見觀察，應當竭盡士夫之力而精進不懈；大地的諸般若波羅蜜多，亦當作為願境！

修習具有六波羅蜜多時，自住智慧，復安置他人於智慧，即是智慧之施。餘者同前。

戊二、學四攝熟他心續

為令他心生歡喜，從而攝為眷屬故，施捨財物。

為令彼等入道，隨順世間情理，和顏悅色地問候等，或開示信等正法。復當學修諸難行：如對於想前來殺害自己的怨敵，以悲憫心說饒益語；於鈍根者，開示法語，心無厭煩；於暴惡的罪孽深重者，無瞋惱心，說饒益語等。於心續未熟者，說施等語；於已熟者，開示正妙法；為令放逸者安住不放逸行，勸諫教誨；為斷疑故，講說正法，閒談討論。如是等愛語。

為今生利，開示招集、守護、增長財物的方便；為後世利，勸導出家；為今後二利，令受持世間出世間離欲。又應修習難以行持的利行：於往昔未積善根者、現有廣大圓滿財位

者、諸已串習外道見者，安置於善法等；又令劣慧、中慧、勝慧者，受持隨應各自勝解的教義。

安置對方修習的善法，若自己不修習，則難以依言而付諸實踐，故自己應與彼同等或更加用功地修習。此謂同事。

如是經由三世已來、正來、當來諸菩薩共履的正道——六度四攝之門，普皆成熟、解脫自他心續！祈請上師天加持能如是而行！如是激發悲心。結行、座間等如前。

若詳細書寫六度四攝時的所緣行相修法，恐文過多，故僅略述，而其詳細情形者，應長期研習浩如煙海的論著，如諸經典、慈氏之論、正理聚、《瑜伽師地論》、《本生傳》、《集學論》、《入行論》、《菩提道次第廣論》等，從中了知！

若如是以共同道淨化心續之後，完全不能忍受有情為苦所煎熬，無比急切地為救度彼等脫離痛苦，而欲證得佛果，則定當趣入金剛乘，以彼道較它法更為稀有，並且能令速疾圓滿二資故。在具相金剛阿闍黎前，以清淨續部所說的灌頂成熟心續。對灌頂時承許的誓言及戒律，珍愛守護，猶如眼目，以此為基，不滿足於片面之法，而當修習圓滿道體甚深二次瑜伽！

如是八萬四千法蘊的一切要義，匯為一種道次第的所緣引導法，每天修習，畢生不斷，於各各道產生內心變動的覺受，即是依暇身受取心要，並且是於自他心續上，弘揚大寶佛教的無上方便！

結頌後跋等

頌曰：

佛語乳海酥酪解脫妙道顯明目

施眾利樂甘露教證蓮苑旺盛親

普摧三地愚暗百千善說光明基

空前論典驕陽觀慧黎明所引生

順多眾生根性十二大行達巔峰
發掘八萬四千法蘊要義心要髓
攝為希求解脫所修無謬圓滿道
諸佛共履勝乘除此覓餘不可得

具量經論精華而非臆造虛妄法
諸大車師主張而非愚夫胡亂語
智成大德覺受而非紛擾錯亂象
無上菩提正道而非險惡懸崖地

是故無上善說清涼甘美湖池畔
挖掘相似鹽井無義辛勞遠捨棄
為息惑業渴惱品嘗教授甘露味
如理修行匯為心要應趣永樂宮

空前善說語妙音 正直諸智喜陶醉
如意寶充三千界 無吝供奉喜難擬
哎瑪！圓滿道名號 縱無數劫亦難得
如理修習內外緣 聚會吉時非夢耶

脫離惡趣慘牢獄 解脫妙道獲得時
不顧利養羅剎笑 止觀寶馬速逃逸
背棄微利三有榮 欲決定成究竟願
無謬佛經及釋論 歸納要義請信依
較佛聖境諸大士 猶為殊勝教授者
有界百劫難覓得 經論外尋竅訣愚
然諸大士漸凌滅 五濁黑暗彌漫時
善樂寶源聖教海 眾多魔眷勤攪動
五欲迷醉大象群 乍揮八法劍器輪
悲歎眾生利樂命 佛教蓮苑俱粉碎
僧人多求世富貴 疲於奔命俗家事
口頭講修亦微弱 眼見末法極沮喪
嗚呼今知三藏稀 稍知亦成眾欺境
權貴多持非法品 奪教眾樂心難安
住心無分別芭蕉 雖有誤為了義藏
希從妙道如意樹 獲得摩尼空花伴
是故教證炬依處 講修純酥為續添
志脫三門不放逸 一心精進修聞義
世尊庫藏教證寶 付囑聖者上座眾
弘揚聖教盡時際 事業海浪不逾時

圓滿覺道所緣引導皎月群星燦
清晰閃爍追求解脫化機意虛空
正直具慧智者心中得施歡喜受
不熟悉者令得親緣此論殊勝法

無量光化燃燈善慧法王父子論
作為基本一如竅訣審察而造此
愚心所致過謬聖眾面前至心懺
盡其少分善說甘露斟供諸佛前

勵此善行月淨分 流露^{悅意}清涼光所表
自他三門^{潔白}甘露河 匯集一處威神力
除有寂貧教證寶 敬供九生頂莊嚴
利樂甘霖無盡降 如意滿足眾希願
見修行理紋右旋 格魯妙宗大法螺
高亢嘹亮善說音 根拔三地衰疫病
非如螢火徒自憐 百千講修銳光芒
普照聖教四大洲 大德正士遍諸方
俱抵醉慢敵象頭 教理利爪堪擊抓
巧說無數獅奮躍 威護正法雪山谷
不隨空言揚糠皮 無人林下伏魔軍

不動高豎修行幢 大德普斷士輩出
本淨自心琉璃界 專注聞思修擦拭
內外違緣不能害 合順諸法悉聚集
願我漸曆暇滿身 具相善士喜攝受
善說甘露鮮美味 圓滿觀慧身氣力
無礙現觀所知法 功德大海不見際
大悲庫尊雙足蓮 菩提之間供頂髻
佛陀教證正法藏 如佛意趣堪受持
願我亦成諸佛父 獲得修佛意趣力
此論開啟^{百俱}明慧目 觀視染淨取捨法
趣往妙善城良緣 聖教法炬永光耀

乃至無邊虛空界及有情住期間
收放百千俱胝隨機幻化妙歌舞
根拔眾生難忍苦毒施勝寂靜樂
增上意樂自性不變隨逐純金行
超越無邊剎土塵數十方諸佛前
測度無量普賢行海彼岸不厭足
為令不死甘露慰藉漂泊三有眾
斷證功德不見邊際一切智地證
總願善說鼓音驚醒眾生放逸夢

名義相符善巧成就充斥講修寺
瞻部廣袤大地樂善光明永無盡
諸佛佛子一切希願無礙吉祥成

《菩提樂道引導所緣修法詳示·普照妙善光明之昊日》者，在隨順藏傳、衛傳⁴⁷的眾多廣略引導文中，對於各各法類的所緣行相修法，能清楚圓滿、簡單易行地列出者，稍顯罕見，遂有了撰寫這種論的想法，再加上眾多勤戒斷行者的殷切勸請，於地牛年書寫了部分法類後，因忙於瑣事而耽擱下來。近來，大寺院塔爾寺恰甘呼圖特仁波切勝化身智慧自在阿旺隆多雲登嘉措、我的大阿闍黎——於無邊三藏具有慧眼，不仗他人的桑傑曲紮吉祥賢，二位大德前後數數殷重勸勉。另有隆務退位阿闍黎法眼廣大赤甘化身嘉樣圖丹嘉措、貢龍堪欽多瓦勝化身洛桑卻吉旺秀、噶讓古化身洛桑成列嘉措、熱嘉普斷士阿旺丹達、青海夏仲阿旺朋措、南仲離事者香巴曲培、念龍居山者洛桑丹增、阿熱香巴嘉措等，在眾多受持修幢的大德異口同聲、再再勸請下，依止頂戴具德上師正士具有無緣大悲、圓滿教法宗主、恩德無等如日月般的至尊喜饒嘉措吉祥賢父子，以及諸佛悲心體性觀音大士化身、永久唯一救護處、金剛持洛桑隆柔嘉措吉祥賢等眾多如法行持的總持正士足塵，從此深恩中受持以道次引導類為主的無邊顯密甚深法，於至尊一切智之宗，獲得堅固不變的信敬，平庸多聞禪師影像者更登丹增嘉措僧持教海懷著利益自他之望，以至尊上師正士親傳甘露及廣略道次為基礎，復補充眾多前後噶當道次引導的優點，於壬寅年（西元 1902 年）正月上弦吉日，在具八支功德的黃河緩流岸畔“格樂曲宗”圓滿寫成。書記者由卡崗居山者成列奧塞、瑪德斯舍事者華嘉措二位輪番擔任。復願以此勝德任運成就三世諸佛佛子一切希願！

⁴⁷分別指後藏所傳《樂道》、《速道》，以及拉薩（衛地）所傳《淬煉精金》、《文殊口授》。

壬辰年（2012）夏，賽倉仁波切於隆務寺傳授本論。與此同時，在五臺山鐵瓦寺智同法師勸請下，開始翻譯此論，前後歷經兩年，由緣宗、法雲合譯而成。在翻譯期間，得到隆務寺格西洛桑曲紮及查理寺隆日法師的悉心指點，並有多位信士勸勉，得以順利完成。在校對過程中，復得到弘道法師、梁志明、鄔世光、王子明諸位居士的悉心校潤及寶貴建議，特致衷心謝意！願此善根迴向大德善知識長久住世！正法興盛！眾生安樂！吉祥圓滿！甲午年（2014）秋於般若精舍。

2014/11 繁體校字

2014/11/21