

前 言

本書冊是爲了方便所有求知者閱讀，以及習慣藉由書本作研討者而編印。正文內容直接取自光碟裡的字幕，語詞未做任何增減以及修飾；此乃爲了保持所有傳授內文與字幕的一致性，因此未修改成書面語。所以，少部分句子如果覺得有不順暢之處，請讀者想像講話時會有的情景，或是直接觀看光碟，就能了解其中的意思。

「如意寶影音流通佛學會」繼第一套出版品《蓮花湖》之後所推出的第二套光碟與書籍爲《道次第攝義》。

《道次第攝義》簡介：

《道次第攝義》的作者是宗喀巴大師。西元 1402 年，大師四十六歲時，因應眾多大善知識的敦請，於惹真寺著作了一部含攝三藏十二部經藏之心要的《菩提道次第廣論》；以「三士道」循序漸進、脈絡分明地闡述修學大乘佛法的次第以及要義。

之後，因爲《菩提道次第廣論》卷數龐大，一般信眾難以受持；所以大師爲了攝受眾生，讓更多徒眾有機會學習，便選取《廣論》中的修學要點，於西元 1415 年另造一部《菩提道次第略論》。

另外，誠如大師自己所說：「總攝菩提道次第之修學安立而作之此備忘錄…」大師於著作《略論》之後，爲了方便徒眾記憶持誦，而將整部《道次第》總攝爲只有四十五頌的這部《道次第攝義》。

此部著作既然是道次第的總攝，所以內容必然涵蓋道次第的精華。從一凡夫俗子如何依止善知識，依止後的修學次第，由下而上、井然有序地以下士道、中士道、上士道三種次第講說各個修學方式。

《攝義》藉由簡潔精要的偈頌方式敘述，讓所有學習者很迅速、容易就能掌握整個道次第的架構以及大綱。對於已研讀過《道次第》廣、略論者來說，經由持誦憶念這些偈頌，可以方便行者觀想與修持。

具備四大殊勝、三大特色之優越性的道次第，對於一般剛開始修學佛法者、正在研習諸廣大法義者、以及諸欲觀修實踐者，都非常方便、適合、且具有大效用。所以，想追求今後世二安樂的現代人，對於具備這些不可思議特色的道次第，就不能不學習。

傳授地點：

達賴喇嘛尊者於二〇〇七年八月七～八日接受拉達克·勞臘佛教團體的邀請而蒞臨勞臘村莊，對當地諸多的出家眾、在家居士、以及與會的外國人，廣略適中地開示佛理、以及講授道次第。

位於印度北邊喜瑪拉雅山脈之中，素有小西藏之稱的拉達克，雖是屬於印度·喀什米爾的一部分，但是不論在人文、語言、習俗、宗教等各方面都異於印度本土，也不同于喀什米爾。

拉達克最早的居民是雅利安人。九世紀～十五世紀由西藏統治時，因為大量的藏人湧入，所以逐漸變成藏族的傳統居住地區。雖然在二十世紀中期被劃為印度領土，但是居民仍以藏族為多數，使用著與西藏相同的文字，保有與西藏相似的風俗民情，是個歷來信奉藏傳佛教的純樸區域。

敬邀所有具緣者一起進入拉達克樸實的勞臘地區，與純真和善的與會者，共同聆聽尊者融合智慧與經驗以善巧方便所宣講的妙法——《道次第攝義》。

道次第攝義

宗喀巴大師 造頌
達賴喇嘛尊者 傳授
滇津顯摩 中譯

第一天

前言

今天要對勞邁地區的僧俗民眾以及從各地來的法友大家報告的是：今天於此，因為勞邁（人民）你們非常虔誠的信心以及希望，所作的再次邀請，現在（我）已平安地抵達；今天獲得與你們大家見面的機會，我也覺得非常高興。同樣的，昨天來的路上，還有以這個地方來說，你們所做的一切準備都非常好，所以要對大家說聲謝謝。

上師來這裡的目的是要來講聽佛法，而我平時都是這樣子在做。所謂上師的加持，除了應該各別從自己心續上產生加持之外；於內在心續一點也沒改變之下，並沒有所謂從外在而來的加持。所以我平常不論去任何地方傳授佛法時，都是以講解調伏心續的方法為主。

因此，今天在這裡我們要結的這個法緣是解說佛法；將未調伏的心續調伏，未平靜的令平靜，是這樣地要來作講說；平常都是以這個為主。所以，今天在這裡要簡要來解說《道次第攝義》。

略說歸依發心

首先，平常有先念誦「歸依發心」三次的傳統。為什麼呢？

一般是，講授以及聽聞佛法者，全部都是要趣向佛陀的教法；特別是，要產生趣入無上大圓滿菩提的因，則要依靠動機。雖然是一種甚深教法，如果與佛法不具相同的動機，那麼法是否成為法就是個疑問了；同樣的，大乘法是否成為大乘法就是個疑問了；所以必須要具備好的動機。

從講說佛法者來說，應該沒有追求今生世間八法¹的各式各樣分別心的動機；而是以完全利益的心思，從這方面來講授佛法。

從聽聞者來說，同樣的，應當以清淨的思緒來聽聞佛法。所以，說法與聽法二者從共通方面念誦「歸依發心」三次。

「歸依發心」的這一偈頌，前二句是說明歸依，後二句是說明發心。

所以，如果為歸依所攝持，那麼法就成為法；法就成為佛陀的教法。如果為菩提心的心念所攝持，那就成為大乘法；成為無上圓滿菩提的因。所以，歸依與發心二者因為具有需要清楚憶持的關鍵，因此念誦此偈頌時，必須憶念歸依以及發心。我們在場者，全部差不多都會念誦「歸依發心」。

這偈頌的簡要意思：所謂「諸佛正法眾中尊」是說明所歸依的對境。另外，月稱尊者有說：

佛陀正法及僧伽 諸求解脫之歸依

一般歸依庇護處有很多，例如：我們在這裡被太陽曬得很熱的時候撐起陽傘，陽傘就成為遮蔽熱烘烘太陽的庇護。我們肚子餓的時候吃個糰粑團，或是你們的大餅；有些大餅很好吃呀！當你們吃個大餅之後就可以消除饑餓的痛苦，所以直接消除饑餓的痛苦除了是糰粑、大餅之外，

¹世間八法：又稱八風；由於稍有的利害，而令內心立即產生喜怒變化的八事：獲得、不得、美名、惡名、稱讚、譏毀、安樂、痛苦。

正在餓時說「歸依上師……」肚子並不會飽呀！對嗎？真正的庇護，對於饑渴以及炎熱的直接痛苦等，必須依賴能解除的庇護處呀！

同樣的，在現今這世界有許多宗教，各個教派都各自有庇護處。在眾多的庇護次第當中，所謂佛、法、僧在說明什麼呢？說明解脫的歸依處，希求解脫者的歸依處。好，就這樣；這在下面還會出現。

因此，所謂「諸佛正法眾中尊」是辨識歸依境，那應當如何趨向歸依境呢？

就是「直至菩提我歸依」。我趨入歸依；歸依的時期並不是只有這一生還沒死的時候，也不是爲了獲得僅斷除煩惱的解脫而歸依，而是未獲得世尊本身所現證的無上菩提果位爲止，皆趨向歸依；爲了這樣而趨向歸依，所以就形成了大乘不共的歸依。

「諸佛正法眾中尊，直至菩提我歸依。」而所謂「我以施等諸資糧」，是指我……

例如：以講授者而言，一般，布施分爲財施、無畏施以及法施等等之中，現在是屬於法施，藉由我這個法施爲代表的所有善根；以你們來說，聽聞佛法的這些聽聞的善根，以這些爲代表的所有善根，就是所謂：「我以施等諸資糧」。

「爲利眾生願成佛」，這善根並不是以今生的安樂爲目標，不是只以來世獲得增上生爲目的，也不是只爲了證得解脫；如同「爲利眾生願成佛」所說，是爲了證獲佛陀果位，以證獲佛陀果位爲目標而成辦這些善根，祈願這些善根全都成爲遍智的因。

所謂證獲佛陀果位，並不是只爲了自己究竟斷德與證德。所謂「爲利眾生」是指主要隨惑業他力而轉移的眾生，從一種生命輪迴到另一種生命的有情；以此爲主，希望將所有眾生安置在無上菩提境地的想法，所以是爲了安置而說：「成爲我證獲佛果之因」。

這在說明發心。自己所積聚的這些善根並不是爲了自我個人的利益，而是以爲了無量無邊所有眾生證獲佛果作爲目標，所以這是說明發心。

知道了嗎？這個道理應當在心中現起，然後我們一起念誦「歸依發心」三次。

現在太陽很大呀，所以有傘的撐傘，有帽子的戴帽子，是說你們的帽子高高的，所以好像沒什麼用，不能遮太陽，風吹來的話則要抓住，好像沒什麼用。所以有帽子的戴帽子，沒帽子的就用布把頭包起來，知道嗎？要不然在太陽底下曬太久，你們漂亮的臉蛋會變黑喔！是說你們本來就是黑黑的呀！呵呵呵呵！知道嗎？就這樣，在下面的還好一點。僧眾可以將披衣摺一摺放在頭上。

「諸佛正法眾中尊，直至菩提我歸依，我以施等諸資糧，爲利眾生願成佛。」「諸佛正法眾中尊，直至菩提我歸依，我以法施諸資糧，爲利眾生願成佛。」（二次）

概 說

天與非天人繫那羅之主宰 帝釋天等凡於道法修持衆
佛陀教法係爲寂靜安樂因 將宣說故欲聞正法請至此
故於廣大功德深邃珍寶藏 成辦勝大利益藉由勝信敬
絲毫無有其他勝於此所聞 善伏根門之馬而聽能仁語

本師口出甘露所成天龍士夫衆等吉祥源
請於心續牢記因爲此乃一切有情耳甘露
清除所有煩惱疾病故當清淨思維波義理
因諸理由故於佛語應當以首項持善諦聽

天龍夜叉鳩槃荼 乃至人與非人等

所有一切衆生語 悉以諸音而說法

波以悲心攝 爲斷一切見

是故宣正法 頂禮薄伽梵

我們自他三方不論是誰都不喜歡痛苦，而希求安樂；全部都是一樣的，不僅是我們人類，就是連牲畜鳥禽蟲類等眾生，全部都是不希望痛苦，而希求安樂。這不需以理論證成，從經驗上就能得知，是我們天生就具備的。

而且心生「我」的想法，我們大家自然而然都會產生。對於所謂「我」是什麼，雖然需要從根本作探求，但是在不作觀察之下，所謂「我」就出現在我們心中。因為這樣子的「我」與我們的身體融合，所以當依賴這個身體而產生許多苦樂的感受時，與身受有關的苦樂所標顯出的不喜歡痛苦以及希求安樂，自然而然就會產生。

（就因）天生就不喜歡痛苦以及希求安樂，僅以這個理由而說具有消除痛苦，成辦安樂的權利。

除了以不喜歡痛苦，希求安樂爲理由，而令我們將痛苦排除以及將安樂完成之外，其他特別從所謂「自己對自己具大恩寵」等等這樣的理由，而說擁有排除痛苦以及成辦安樂的權利；或是從所謂「自己對他人有大恩惠」等等這些方面，而說具有排除痛苦與成辦安樂的權利；並不是這樣呀！只是從自己不喜歡痛苦以及希求安樂這方面，而具有排除痛苦的權利以及擁有成辦安樂的權利。

由於如此，我們在這世界上成爲有情識的眾生，已經有好幾百萬年，百萬、千萬、億，差不多已經十億年了；這是一般對世界的說明。在這段期間，大中小三類有情全部都爲消除痛苦以及達成安樂而在作努力。

那我們現今已進入廿一世紀，即使是現在，世界上也還有大約六十億人口，而這些全部都在為消除痛苦以及達成安樂而作努力呀！

在這世界上關於消除痛苦以及達成安樂方面，如果以整體來說，主要大概是以食衣的艱難所代表的痛苦；反正就是經濟條件不足的痛苦，那是現前很大的痛苦呀！所以在這世界所有地方為了經濟繁榮、物質進步，全部都在做努力呀！

剛開始，在這世界上人類慢慢慢慢形成之後，方才為了各自的生存方式，而利用像是石器做成矛狀、石刀等等捕獵動物的那些器具；（然後）漸漸地製造農業的器具等。這全都是為了消除饑渴的痛苦為目標，而有種植農作物以及捕獵等等事務產生。

就連現在，世界上所有國家為了讓經濟進步，而制定五年計畫、十年計畫，像這樣，世界上全都這麼在做呀！同樣的，以勞臘以及拉達克的列城為例，以前我第一次來的時候以及現在的狀況，是有很大改變，經濟是有很大進步；而這些所針對的目標主要是為了消除依賴身受而有的痛苦，以這個為主要目的。怎麼說呢？

這些外在的經濟進步是為了消除身體饑渴的苦痛；同樣的，主要是針對住宅、服飾、飲食的成辦等等，這目的是什麼呢？主要就是要消除由於身受而有的痛苦。

現今這世界上，在經濟非常進步的國家中，不用擔心衣食問題，不必擔憂居住的問題，同樣的，健康醫療的問題也不需要擔心；在所謂人壽保險上，大概也不用擔心有什麼人生困境。同樣的，社會所給予的特殊照顧，像是對老年人應給的老人津貼，對無業遊民特別的照料。像這些，在先進的國家中差不多都不需要去擔心。

但是，在這世界上經濟非常進步的地區，不快樂的人還是很多呀！為什麼呢？主要是由於心靈而產生很多種類型的痛苦。所以，這個由於

心靈而產生的多種痛苦，外在的先進文明——只具有消除身受所產生的痛苦以及得到舒適的能力；除此之外，藉由經濟進步並不能消除內心的艱困，而獲得心靈的安樂呀！

爲什麼呢？因爲它們不相同。憑藉身受（所產生）的苦樂，是一種；（還有）主要從心念虛妄分別，胡思亂想所產生的苦樂，是另一種。這兩種並不一樣呀！次第不相同呀！

例如：大富翁雖然具足很多順緣，但是卻經常不快樂，有這一種情形呀！不快樂的這種心苦，以富人自己豐厚的經濟條件並不能排除呀！

像剛才說過的，如果是身受以及饑渴的劇烈痛苦，心緒雖然平和，只有這樣卻沒什麼效用呀！要消除身體疾病的痛苦，必須完成與其相應的有利條件呀！疾病產生時就應當要醫治，饑渴產生時，就應該成辦排除饑渴痛苦的食物飲料之順緣。

這兩種並不一樣，各個有各自的類別。一種主要是因爲身受而有的苦樂，要以物質條件排除；另一種主要是從心念分別所產生的苦樂。

由於如此，那有沒有滅除（心苦）的方法呢？一定是有方法的。在我們的經驗當中，例如：一大早如果心緒紊亂，心情非常不愉快的話，從（不同的）思考方式上，（可以）讓早上的心情不愉悅在下午時減少一些。這依據的是什麼呢？因爲心緒紊亂而造成內心不高興的這個痛苦，只能從心念上，以作思維的角度而來消除（心苦）。

早上心情的不愉快，並不會因爲吃了午餐之後而消失；不會因爲喝了很多酒而消失，如果是喝醉沒知覺了，除了有輕微的效用之外，酒醒了之後還是會想起那個痛苦呀！知道嗎？

總之，這種心情的不愉快，以外在有力的條件將不快樂的心……（例如）到醫師那邊，問道：我心情不愉快、很煩，怎麼辦？醫師大概也很難回答。除了說你好好休息之外，其他也沒辦法呀！藏醫的話就會開「風

疾」的藥——三五沉香等等令服用之外，再來就很難知道什麼了。而且這也只是暫時之外，要能永遠有用是很難的。

心情不快樂有一種是因為四大不調和而引起的心情鬱悶；對這種，以服用藥物是有效用的。（如果）是由於內心思維方式所產生的痛苦，那就是服用藥物也無法消除。

總之，因為心緒紊亂而造成的不愉快，在這世界上有很多呀！在你們勞心民眾當中搞不好就有。

以前非常擔心衣食的時代已經過去了，現在雖然沒有衣食的憂慮，但是大概還是會有說「不快樂」的，應該是會有的。獲居高位，然後領到高薪，名聲也不錯，但是當在自己家裡時卻是長吁短嘆，大概有像這樣子的，會有吧！

所以，會有那種與心靈相關所產生的苦樂。由於如此，我們主要從分別心思所出現的許多痛苦，有種是因心緒紊亂而產生。

大概在以前，在這世界上或許因為身體感受而有的痛苦比較嚴重，所以就光在這上面動腦筋。以這世界上的一些地區為例，譬如在非洲境內生活條件非常惡劣；雖然有進步，但人民絕大多數還是很困苦，有饑餓而死的。對這種嚴重的情況，要消除的就是衣食的痛苦，因為要消除衣食的艱苦，而有爭執的產生。

從觀待的角度來說，這應該算是小問題。為了自己衣食的需求而想辦法搶奪，家家戶戶彼此搶劫，地方互相搶奪，有這樣子的呀！

然後逐漸地，在經濟繁榮進步的地區當中也有爭執發生呀！從分別心上，認為我這種習俗比較好，我這種體系比較好，他們那種思想作風比較惡劣。在這之上而會有衝突發生呀！這是從觀念上而有的爭執。

其中偶而也會攙雜宗教信仰（的問題），以往昔的歷史為例，有以宗教信仰為理由而產生爭鬥。這主要並不是依據身受而有的苦樂問題；

主要是從分別心上認為我的觀點與教派比較好，他的觀點與教派比較差，這樣子而發生衝突。

所以，如果這兩者一比較，大概由於分別心而起的爭執比較嚴重。

因為有身受的痛苦，所以會想：「如果我得到一點物資」，「如果我獲得一些土地」，然後有爭執；這並不是非常過分，爭鬥之後稍微有所得的話，那還可以。

而從見解教派作思維，由這方面有衝突時，比起病痛，這較嚴重呀！很麻煩呀！因此，由於分別心而造成心情不愉快的這種愁苦，不僅令自己產生痛苦，由於這個原因，在世界上也會製造許多紛爭。例如：最近大家都在說的恐怖主義，主要是由分別心而產生的呀！

所以在這世界上，如果人心不調伏，很明顯地，紛爭就會源源不絕地出現。由於如此，不要只是針對外在的物質文明進步。稍微往內在想一想，往內心省察，令不適宜處變成合宜如法；是到了應該努力讓內心逐漸變得平和一點的時候了！

藉由這個理由，在世界的另一邊，反正就是我們以前所謂大海另一邊的國家當中；例如：歐洲以及美國等等那些國家之中，經濟非常進步，絕對沒有因為經濟有困難而需要信教，但是卻還是有很多人關注宗教呀！應該可以說是宗教吧！

總之，近來注意到內在心靈方面的人越來越多呀！不僅如此，從科學家那邊對心靈所給予的關注也是越來越多。因此，在這廿一世紀當中，積聚了許多令外在物質進步的經驗，並在這之上做了很多的努力而產生很大的成績。

逐漸地在這之上（覺得）只有外在物質進步並不足夠。雖然在語詞上不這麼說，但我從字詞用語如是作區分而說時，只是用外在物質進步，對於由於內在心靈所生的痛苦是無法消除的。

唯有物質進步的過失，或是說只有物質進步所具有的能耐，除了只具備消滅由於身受的痛苦之外；超越此，對於主要是由心靈所生的痛苦，並不具滅除的能力。（這）逐漸地顯現以及被察覺呀！由於如此，內在心靈的提昇，是今日在這世界所興起的新關注。

在這世界上，有一段時間重視宗教者變少了。第十九世紀，主要是在第二十世紀初的時候，注重宗教的人減少了。這是以整個宗教來說，關心者變少了；因為抱著「如果物質能進步就好了」的想法。

到了第二十世紀末的時候，像剛才說的，發現只有物質進步並不行，還需要內在心靈的提昇，以及內心思緒需要平和，產生了這種新的關注。基於如此，現今非常強烈反對戰爭呀！在這世界上產生很驚人的強大力量呀！非常大力反對戰爭以及反對製造武器。

在這樣的情況之下，有說科學家們致力於宗教信仰。是這樣說的嗎？並不是這樣子喔！是科學家們對於心靈的提昇產生注意，並非對宗教信仰。

因此，對內在心靈能夠平和方面，主要大約在三、四千年以前就有所謂宗教信仰。剛開始的宗教信仰是非常簡單的。

在我們覺得寒冷的時候，溫暖的陽光可以驅寒；同樣的，在晚上黑暗的時刻，當恐懼害怕野獸來襲時，如果有消除黑暗的光亮，那就會比較安心一些。能夠這樣由於是陽光所造成，所以就信奉太陽；認為太陽很重要。

然後慢慢地，發現生火的方式；剛開始大概是瞬間的火，慢慢地知道了用燧木取火等生火方法之後，逐漸地就認為火很重要。會有呀！對於暫時的痛苦，在心中想出解除的一種庇護，然後慢慢地大概就變成有點相信了。有這樣子形成宗教信仰的呀！

像這樣，有許多宗教是主張有創世主的。在印度差不多已經有三千

多年了吧！像是說梵天安排的，梵天創立的，梵天與大自在天等創造的觀念；以印度為例，這樣子的觀念與信仰大概已經有三千年左右。那很好呀！喔！這到後面再說。

然後大約在二千六百年前，佛陀世尊，同時還有耆那教的祖師**勝者大雄**，出現這兩位主張：世界沒有創世主，所有一切都是因緣所產生。而在印度形成另一種教法傳承。

現今第廿一世紀在這世界中有許多宗教，這些宗教對於人類全部都具效用；因為各自有自己信賴以及託付之處。當人生遭遇到困境的時候，由於對於各個信奉的庇護處具備信心，所以因為這一世發生的艱困而心情不愉快的情形，就能稍微減少一些。

先供茶。

不可思議佛功德	不可思議法功德
不可思議僧功德	不可思議若讚頌
果報亦不可思議	獻上供養於淨土

這是茶還是什麼？是茶嗎？酥油茶嗎？有茶的顏色，有些像是紅色，我還以為是果汁，是茶吧！茶好喝嗎？茶好喝嗎？味道怎樣？哈哈哈哈！你們的茶先不要喝，有大餅喔！拿到大餅之後，大餅再和茶一起吃。把我的份拿來，喂！拿來！

佛法的不共特色

所以，在這世界上的許多宗教當中，總攝為：一是承認有創世主，一是不主張有創世主，共有這兩類。現在我們所要結法緣的教派是不主張有創世主的教法。

佛教是一種，以及耆那教，兩種。然後在「有神數論派」以及「無

神數論派」二者當中，大概是「無神數論派」；大概就是這三種（教派），形成不主張有創世主的宗教傳統。而我們佛教就是不承許有創世主的宗教。

在不主張有創世主的宗教傳統之中又分爲：承許與不承許有「常、一、自主的我」二類。佛法宣說的是緣起的安立，所謂「觀待而生」，所以應該不會承許有創世主。

而耆那教，耆那教說不說緣起呀？仁波切！耆那教不說緣起吧！不主張有創世主，也主張業，因果；宣說業因果時，是否承許緣起呢？啊？沒說緣起吧？緣起的名相必定會有，是嗎？有沒有承許緣起的道理？是不主張有創世主，還有業以及果，好像沒有因果緣起，沒有創世主呀！耆那教……無神數論派以及耆那教是沒有創世主，那若問：「世界如何形成？」則答：「由因而成。」那不是緣起嗎？所以，似乎是間接承認緣起。

但是，緣起這個名相除了佛法之外，其他並沒有。因爲緣起，所以沒有創世主；我想或許這就是一種特色。沒有創世主，沒有作者——創世主，沒有受用者——常、一、自主的我；而主張唯是依賴五蘊而假立的我之時，那是不是就達到緣起的領悟！所以，佛教……

總之，在不承許有創世主之三種宗教當中，若問：佛教不共之處是什麼呢？不但沒有創世主，同時對於創世主所創造的受用世界苦樂者——常、一、自主，或是別於蘊的我，像這樣子的我，佛教也不承許。

在不承許有創世主之三種宗教當中，其他兩種主張有常一自主的我，主張有別於蘊的我；佛教不承許有別於蘊的我，所以，**佛教當中所謂的緣起道理，就成為佛法的不共特色。**

由於如此，現在我們在這裡要講說聽聞的這個教法，就是由緣起道理所形成的法理；其中的道理是什麼呢？

我們的苦樂全部都是依照各自的因與緣而產生的，因此，我們應當探求所要消滅痛苦的苦因，而去滅除。剛剛一直在講的，我們一般……

動物牠們知不知道？動物應該稍微能知道吧！對於暫時的恐懼，稍微知道是由於什麼原因而有躲避的方法；或許知道吧！

總之，人類因為具有智慧，所以對產生痛苦的因作探求之後；例如：我們的農田需要水，由於農田需要水就尋找水源；然後想辦法從水源處引水過來。這是為什麼呢？因為農田要有好的農作物，其因必須依賴水與肥料；所以就要積蓄肥料，從水源處引水呀！總之，爲了將暫時性身受的苦痛排除，便要找出這苦痛的因，然後想辦法將因滅除掉。

例如：醫師作治療時，乃知道這是身體疾病的徵兆，是身體裡面四大不調的緣故，所以有這種結果。對於要消滅疾病苦果，是由於身體四大不調的緣故，所以，應該將疼痛是從何產生四大不調的原因消除。

總之，要滅除身受所生的苦，也是必須尋找出其原因，然後想辦法從遮止其因上而免除結果的發生呀！像這樣子，由內在心靈所產生的痛苦，必須從內心來將痛苦消滅。佛法所謂的緣起……

對於心靈產生的分別心所生的痛苦，是由於什麼原因？什麼緣故？對這些作探求之後，然後依據對治方法想辦法解除；由這方面而平息精神的痛苦。

不僅如此，由於身受而有的苦樂，如果往上追溯，那麼，假如任何結果都是有苦樂的給予者的話，則其因並不只是由於天生的大種而產生；是隨著受用苦樂的具有情識者所持動機的改變，而完成新的因與緣，大概是依照這樣而產生。

無情識的物質之類，不知是不是全都會有因與緣、業果。

總之，以我們人類爲代表的具有情識者，令產生苦樂受的因緣，是蘊也好；同樣的，是外在的器世間也好；直接產生苦樂的關係處，變成

是依據受用苦樂的有情身軀而產生。所以佛法……或許耆那教也有說，在外道也有很多講業因果的。

因此，在這之上要有安樂果，就必須積聚善因；而苦果，則是由於惡因而產生。由於如此，爲了不生苦果，就應斷捨罪惡；要生樂果，就須成辦善因。任何有爲法要區分善與惡的名言。

我們希求安樂並且不喜歡痛苦，由於這種天生要樂不要苦的性質，依據這個理由，痛苦——令畏懼者；所謂痛苦會造成畏懼呀！令人懼怕呀！令不喜愛呀！令衰敗呀！令損惱呀！由於如此，（痛苦的）這種剎那因就稱爲「罪惡」。

那麼，安樂果則是悅意、吉祥、妙善。由於如此，成辦這種的因就稱爲「良善」，造作美好且吉祥者，所以命名爲「良善」。

所謂善與惡並不是指外在。所謂善惡是指：凡是我們的業引出樂果，就叫做善；凡是我們的業引來苦果，便叫做惡。這樣的業是從身語意三門所產生。

再者，因爲是具有情識者的行爲；而具有情識者要有這種行爲，必須以心念動機爲前行上，主要再從身語表現出來。此外，與心念動機無關的身語行爲除了可能是一般的之外，能引生利害的身語行爲大概都與動機有關。

如是，以二種層次而宣說之後，產生這種苦樂的因，是業；當將業說成因時，就是心不調伏——由所謂的煩惱所造成。假立「煩惱」這個名稱是因爲所謂「煩惱」……

一般是對於令痛苦、錐心、衰損者，稱爲「煩惱」。就是當結果成熟時…… 反正就是出現那種心境的時候，令有那種心境的補特伽羅心緒產生不愉快、心不平靜；同樣的，令心不柔和、苦惱，造成這樣子的思緒之類就稱爲「煩惱」。知道了嗎？喔！首先就是這樣，稱爲「煩惱」。

滅除痛苦的方法

所以，世尊…… 一般，在印度的教派當中也有，在印度教派中大概全都說業果。

業果的「業」，由於心不調伏……產生痛苦的業，是由於心不調伏所造成。的確是這樣子呀！我們無論是誰，就連動物，沒有人會爲了痛苦而去完成任何事呀！就因爲不喜歡痛苦，所以全都是令痛苦不要發生，此外會造成痛苦的事務，誰都不會去做。但是，卻會產生很多造成痛苦的事務呀！

爲什麼呢？由於以前造作的因，當它的因緣具足的時候，就會產生痛苦的果。佛法說：全都不喜歡痛苦；但我們卻去積聚與完成造成痛苦的業，而這種業的起心動念根本是由於無知、無明所造成。這種說法極具關鍵。所以，在佛教經典當中說必須要滅除無明；無明分爲許多層次。

例如：當我們需要煮茶時……或是你們的大餅，有的很酸、有的很好吃；是什麼造成的呢？是要知道怎麼做呀！做大餅的時候，酵母太多的話就變酸，沒有這麼多的話就不會發酵；火太大的話會變硬，對這些全部都要去了解。知道了以後才能做出可口鬆脆的大餅，然後沾著酥油茶時，因爲有奶油就非常非常好吃。如果不知道它的量度，大餅做是做了，做好之後卻沒人吃而丟掉。哈哈哈哈哈！

所以，所謂無知無明，不論是任何事，因爲不知的無明會遭惹許多麻煩呀！無明有很多呀！不知道怎麼煮茶，所以茶就沒什麼味道。同樣的，大餅的做法知道得不完全的無明，所以大餅就不鬆軟。

因此，在我們這個世界上之所以會說：「給予教育很重要，學問知識很重要。」就是因爲無明會帶來許多痛苦，由於如此，首先從身受所

生的苦樂也是依賴因緣而產生；所以，從滅除這種不解的迷惑上，將身受所生的痛苦減少，舒適增加，是這世界上想辦法在做的呀！

這其中的要義，佛陀世尊指出是苦諦、集諦、滅諦、道諦，真的是十分具關鍵性。**依據因與緣會產生苦樂，是緣起的本性。**由於如此，因為不希望痛苦，所以必須了解其因——集。然後有一個重點是：痛苦是不是能消除。就是這個，非常非常重要。

所謂痛苦，如果是自然而然產生的話，那對痛苦就連想都不要去想比較好呀！一想到痛苦徒增憂心罷了，乾脆快樂悠閒地活著比較好呀！而現在需要思考是不是有消滅痛苦的方法；思維是否有滅苦的方法，是指有無滅除苦果的方法，就是指思考對於造成果的因有沒有改變的方法。

像前面說過的：因，是心不平和不；其中又是無明所造作。**所謂無明，是一種顛倒錯亂的心思。**在無明很多層次當中，有唯因無知而產生的；而那種會引來利害，真的具危險的無明，是顛倒的無明。總而言之，就是佛法中為什麼要說無我的理由；說明從“我見無明”會引生痛苦。

所以，凡是顛倒的心念會倒轉實際事物的狀況；而**只要是顛倒心，無論何時都一定有對治的方法。**為什麼呢？

因為是倒轉實際事物的狀況而執持的顛倒心，因此以此心並不會符合真實狀態的改變。真實狀態無論是如何，就是存在呀！所以，不論何時，都可以有了知真實狀態的時候呀！因此，凡是顛倒心識，必定會有與其不同看法，相反、對治的非顛倒心識；所以，顛倒心——無明，並不穩定呀！

如果我們的心是以所謂的無明作為本性，那不論任何時刻都應現前顯示出我執；但卻也不是這樣呀！心識顯現的時候並未顯現出我執呀！當遇上外緣的時候才會現前生起；同樣的，其他煩惱也一樣。

例如：脾氣很暴躁的人，並不是從一生下來就一直在發脾氣呀！那個脾氣不好的人偶爾也會有愉快、露出微笑的時候呀！所以，瞋恚的怒氣與那人的心，並不是任何時候都不分開的呀！是偶爾才有的呀！由於外緣，有時會發生，有時不會。如同顛倒心有遮止法一樣，瞋怒心的遮止法是慈愛心呀！這是我們大家全都有的經驗。

有時候對自己的親朋好友也好，或許慈悲與關愛會有偏私；但是一般如果看到弱小的蟲類，雖不是什麼親屬，卻也會從內心發出「哎呀！該如何是好」類似這樣作用的想法。

例如：看見驢子受罰羸弱的身軀時，會心生「該怎麼辦呢」的想法呀！像這樣的心念，是想要安樂的慈愛心呀！同樣的，看到受痛苦迫害時，會生起「哎呀！要遠離這種痛苦」的心呀！會產生希望遠離痛苦的心念呀！

所以，這種心思與有無佛法並無關，我們大家都會有的。瞋恚與忿怒心的對立是慈悲心，因為存在我們心續中，所以我們的心性並不全是具煩惱的心呀！

由於如此，佛陀說：「應現證寂滅。」痛苦的因——煩惱，最終就是一種顛倒心；（煩惱）並未變成心的本性，未變成清明心的本性，所以有具力的對立。因為未成為心的本性，所以說能夠滅除；因此佛說：「應現證寂滅。」

不想要的痛苦——任何因果以對治力斷除之後，永遠消失、永遠遠離痛苦，就稱為「寂滅」。而寂滅有許多層次，所以說「應現證寂滅」、「應觀修道」。由於如此，清除心續上染污的對治應當生起；未生令生，已生則令輾轉增長，就是所謂「應觀修道」。

這是對佛法的介紹。

正行——道次第攝義

由於如此，我們對於像是「道次第」作思維，令心續逐漸慢慢地調柔的話，是可以做到，並且是需要去做的。

例如：如同我們講說「需要等四法」²一樣，《道次第攝義》這部論典具備所詮，不僅具備所詮，其所詮乃包含甚深廣大的內容。

又，雖然所詮甚深廣大，但如果沒什麼利益的話，就沒意義。然而並不是，是具「需要」；就暫時來說，能令心情快樂。那在我們社會中像是記恨、或是妒嫉，必定會減少許多；這是「需要」。

依據這個，則是所謂「極需」，就是依次逐步地能將令我們心續不愉快的製造者全部消除；能有滅除那種（顛倒）心的方法，最徹底究竟是：要證得“斷盡一切過失、具備所有功德”的圓滿佛果。因為了知此道，所以是需要中的需要，最徹底究竟無上的「極需」——能夠證獲究竟徹底（的果位）。

我們對這些要作了解，然後以此為理由而來講說《道次第攝義》。知道了嗎？聽懂了嗎？就是這樣，這是介紹的部分。你們有經書的人拿書起來。喔！非常好！喔！好！

《道次第攝義》。這書中有標出科判，非常好！就照著念下來。

「傳承來源以及於道次第產生信念之法」，是說明：所謂「法源清淨」極為重要。為什麼呢？因為所修持的這個法必須是從教主世尊所傳遞下來的來源清淨的法，所以是傳承的來源。然後因為要修持道法……

例如：如果我們需要滅除身體疾病的痛苦，在一開始病得很嚴重的時候，應該像是服用減少病痛的藥物，先作緊急的治療，然後依次再將

² 藏文論典於著作開頭習慣先敘述：一、著作之所詮；二、需要；三、極需；四、彼此間之關聯。是為「需要等四法」。

病源根除；不僅是將眼前的疾病來源滅除，即使是未來也要設法讓此疾病不再發生，是需要依照次序去做的呀！在嚴重的時刻是應立即去消除的呀！然後嚴重的情形稍微緩和一點時，才需要做第二步呀！如同這個例子，在第二步清除病源之後，於未來爲了不再生病，則像是讓身體恢復，是第三步需要做的呀！

像這樣，我們心中的過患是因爲心不調伏而造成的失誤。聖天菩薩說：

首先遮非福 其次遮除我

後遮一切見 凡知爲智者³

以這樣子來說明次第；所以，這裡是說明「於道次第產生信念之法」，其中第一是「禮讚教主能仁王」。

千萬圓滿妙善所成身 滿足無量衆生願望語
如實觀見一切所知意 以首頂禮釋迦牟尼佛【一】

是禮讚本師能仁王，「千萬圓滿妙善所成身……」第一偈頌是說明佛陀世尊的身功德、語功德、意功德，對具有這三種功德的佛陀世尊頂禮。

說明身功德時：「千萬圓滿妙善所成身」，指出以「因」而生，這極具關鍵呀！世尊並不是恆常自成的士夫，佛陀世尊也是與我們一樣，從一平凡眾生逐次地修學佛法；修持煩惱習氣等對治法之後，最後證得正

³ 出自《四百論》第八品第十五偈。說明具智者有次第引導弟子的次第是：首先，宣說善惡因果，以此遮止造作非福惡業。其次，以五相正理檢視「我」，以此遮除粗品的我執。最後，藉由宣說補特伽羅無我引導出諸法無諦實，以此遮遣一切邊執見。

等覺佛果。所以說明：具四身本體的佛果是依據因與緣而證得。

然後是「滿足無量眾生願望語」。

前面發心說的「爲利眾生願成佛」，所謂「爲利眾生」指爲了利益眾生而發心，然後現證菩提。所以，應當如何利益眾生呢？給予加持是沒利益的；除了有少許的利益之外，加持主要是在於徒衆對於佛陀的教誡作修持，然後才能受到加持。

所謂「加持」是指施加榮盛、持取改變。因此，必須將心念改變，有了轉變之後，才會受到加持。而要能如此，就需了解從指示取捨處方面而改變心；對於知道要改變的那個作修持，付予實踐使能改變。從能改變上，應由內在逐漸地將心中的過患清除，所以說「滿足無量眾生願望語」，就是宣說符合眾生根機、思維、希求的教法，是爲語功德。

而要能如此，則是「如實觀見一切所知意」。如同「以實具彼能仁宣說種種一切相」⁴，說明意功德。

所謂「一切所知」指無遺留短缺的所知，主要雖指全部一切所知，但總攝要義爲：以「唯是顯現」所假立的盡所有法，具有各式各樣本性；而這些各式各樣本性的許多法，全部最終的主張除了是唯名假立之外，並非從自己本身而存在，這是諸法的究竟道理以及究竟真實狀態。

由於如此，故說「如所有」。即是同時具備了知這種「如所有」與「盡所有」一切法的智慧功德；「如實觀見一切所知意」。然後說：以頭恭敬禮拜誕生於釋迦族的兩足尊。

再來是「讚揚承擔廣大行與甚深見之彌勒與文殊」。

所謂：「廣大行」指布施、持戒、忍辱、精進，如是還有慈悲、菩提心、出離心；將顛倒的四分別心遮止的非顛倒四見，總之，主要是講

⁴ 出自《現觀莊嚴論》第一品第一偈第三句。

無我見。所謂「顛倒」指的或許是粗品無我，總之，常、樂、淨、我四種的對治，就是所謂的無常、苦、空、無我，像這些類屬大概就是廣大道次第；屬於廣大方面，廣大行。

而所謂「甚深見」，指諸法的真實狀態除了唯名假立以外，並不是從自己本身而存在，不是從自體而成立。諸法的真實狀態——法性，極為深奧，與觀修此有相關的修持，即是所謂甚深道次第。

廣大行的布施、持戒、忍辱，像是修行的樣貌。如果說到「非顛倒見」時……總之，所謂「見解」是對一道理作抉擇後，審察其道理的意義，然後做確定，所以稱為「見解」。

再者，見此，指對境；以此見，指能見的心、有境，兩種意思都可以。

如是，承擔廣大行與甚深見之彌勒與文殊二者……

佛陀在宣說大乘法之時，周圍徒眾有人所依身的阿羅漢——大迦葉尊者等等，另外還有不是人所依身，而是天人，或是以天人的形象示現的八大菩薩。所以，在世尊涅槃後四百年，龍樹菩薩蒞臨；九百年後，無著菩薩蒞臨。這兩位，四百年以及九百年所連繫的關係，除了從彌勒與文殊接續關係之外，雖還有其他的人所依身，但為眾人所周知的並沒有呀！這主要是在講大乘法的情形。

是說佛教的七代付法藏師就是這樣傳承三藏的傳遞次序，其中有經藏；至於論藏主要大概是指大小乘共通的論藏，大乘不共的論藏或許是在某時變得不太普遍吧！

總之，龍樹以及無著所接續的關係就是彌勒以及文殊，所以讚揚彌勒與文殊二怙主。是如何讚揚呢？

無比本師波之勝佛子 負荷能仁所有事業擔

善遊無數淨土以化現 頂禮彌勒帖主與文殊【二】

然後是「讚頌開創甚深見之龍樹菩薩以及開創廣大行之無著菩薩」。

於極難以揣度之佛母 如實解說密意世莊嚴

龍樹無著菩薩於三界 名聞遐邇之足吾頂禮【三】

「於極難以揣度之佛母」，一般來說，龍樹與無著將世尊的教誡——三藏，從持取、守護、發揚三方面來廣泛弘揚佛法。其中，這裡所要說的不共功績是什麼呢？從講說聽聞般若波羅蜜多佛母之甚深義方面，而成為持取、守護、發揚的主要人物，故說：於極難以揣度之佛母——般若波羅蜜多。

之所以要說「佛母」，並不是指給予奶水的母親；這裡「母」的意思是指「能生的母」；如同平常念誦的禮讚：「頂禮聲聞菩薩眾及佛陀之聖母」⁵。總之，就是令佛子四聖成辦者——偉大佛母。

簡言之，即是詳細揀擇事物的殊勝智慧，主要就是將證悟無我的智慧說為「佛母」。因為是令佛子四聖成辦，是能生者，所以說為「佛母」。總之，就是令佛子四聖的願望實現，所以說為「佛母」。

這裡所謂「難以揣度」的意思是指：般若波羅蜜多佛母的義理非常廣大深奧；乍看之下，感覺好像什麼都沒有。

例如：我們念誦的《心經》說：無色、聲、香、味、觸，無眼、耳、鼻、舌、身、意；所說的僅僅是無呀！

因此，如果未善加了解這「無」的意思，那認為是指“什麼都沒有”的人就會說成：「沒有輪迴、也沒有涅槃、更沒有四諦。」這樣說的話，

⁵ 出自《現觀莊嚴論》第一品第一偈第四句。

是很奇怪呀！真確的意思，「照見五蘊皆空」所要說明的是自性空呀！

總之，龍樹與無著對於《般若經》的顯義——「照見五蘊皆空」的自性空詳細解說之後，指出所謂自性空就是緣起，從緣起性空方面作解釋，而有龍樹菩薩所著作的《中觀根本慧論》等，那些著述將般若波羅蜜多佛母的顯義——空性次第，大肆闡揚。

像這樣在《般若經》當中……例如《心經》中所謂的「善男子善女人」，「善」指的是：修持這樣道法或空性的種姓覺醒者。種姓要覺醒必須具有能喚醒的種姓，所以就說「自性住佛性」；與此配合而講說廣大行道次第。

而令種姓覺醒以及將種姓上的染污淨除的方法，需要依次地修心；因此就有所謂隱義——現觀的次第，此由無著菩薩依據至尊彌勒怙主的口訣而加以闡揚。所以就是以「極難以揣度」來讚頌龍樹與無著菩薩。

然後是「爲顯法源清淨，故宣作者殊勝。」「讚頌所有經續道次第之祖——菩提道燈與菩提道次第之作者至尊阿底峽」。

自二軌轍開派之大師 善傳深觀見及廣大行

匯集完備無誤之關鍵 頂禮持教言藏燃燈智【四】

至尊阿底峽·燃燈智尊者於第七、八世紀之間將佛法弘揚到西藏。

而那爛陀大學的大賢哲、學者的頂飾，簡言之，即是殊勝安立中觀與因明的大學者——寂護論師親臨西藏，來到西藏佛教的根據地——桑耶。由「師君三尊」——君主赤松德贊法王；以及威德自在、結合三姓之主宰、具悲的蓮花生大師；還有講聞經教，首先推展戒律的律儀傳承，建立很大佛教功績的寂護論師蒞臨西藏；就是所謂「師君三尊會集」。然後佛教依次地逐漸發展。

直到朗達瑪時代開始，西藏變成零星小國，佛教變得相當衰敗。大

約在一千年前，首先邀請阿底峽尊者是在西藏變成零散的時代。阿里法王承佛重擔邀請阿底峽尊者，而從阿里地區蒞臨；當時仁欽桑波大譯師是承繼佛教重擔的主要人物，記載他共建造了一百零八座寺院。所以，佛教從阿里地區開始重新恢復。

然後，因應阿里法王的敦請，阿底峽尊者在阿里時著作了《菩提道燈論》；即是所謂「爲菩提光賢徒所敦請」。阿里法王叔姪二人——智慧光國王以及菩提光二人，智慧光遭遇到非時之死緣，而由菩提光費盡心力迎請阿底峽尊者入藏；關於阿底峽尊者的部分就是這樣。

「自二軌轍開派之大師，善傳深觀見及廣大行，匯集完備無誤之關鍵，頂禮持教言藏燃燈智。」

然後是，「禮讚宗喀巴大師真實之上師——虛空寶幢」。

嗯！這個字少一個鉤，音沒發準，哈哈哈哈哈！少了一個鉤。虛空寶幢的「幢」拼音拼錯了，要加一個鉤。虛空寶幢與法護吉祥等以及其餘此法之諸上師。

觀見廣大無邊經教眼 善緣前注解脫勝路徑
因悲所驅善巧方便行 顯明諸善知識吾敬禮【五】

這甚深廣大道「匯集完備無誤之關鍵」，這樣的執持佛教傳統的傳承先人是如何行持的呢？

如同「觀見無邊經教眼」的《菩提道燈論》，雖然短短的，但如果作解釋，則總攝大小乘與密續全部的義理而解說；所以說是匯集關鍵，像這樣的論典便如同「觀見無邊經教」之眼。

而「善緣前往解脫勝路徑」，指甚深與廣大道無不齊備，並且具備龍樹菩薩的口訣。例如：如果單單研讀無著菩薩的論典，於廣大行方面雖無缺失，但在甚深見方面主要是以唯識派的主張而作立論，所以就必

須以龍樹菩薩的那些論著作添補。

阿底峽尊者將甚深廣大二者攙雜，總攝教法的要點而著論；所以說是善緣者前往解脫的殊勝路徑。像這樣對總攝圓滿教法心要的《菩提道燈論》，解釋再解釋，並且做講說聽聞，全心關注教法與眾生的利益，且唯依據利濟心而從事佛教事業。

「因悲所驅」，所以符合徒眾的根機與希求；以善巧方便作指導，所以恭敬頂禮將這樣教法作闡明的諸善知識。

爲了於教授生恭敬，故宣示教法殊勝。

世間所有聖賢之頂飾 聲譽幢幡洋溢於衆生
依次隨順龍樹及無著 所善傳遞菩提道次第【六】
滿足衆生全部之希求 故此教誡如同如意寶
如衆水流匯聚善經教 是故亦如具德佳言海【七】

像這樣的論典，具有什麼特色呢？「滿足眾生全部之希求」。

這如同龍樹菩薩在《中觀寶鬘論》中所說：所要成辦的有暫時的增上生以及究竟的決定勝二種。要成辦增上生，簡言之就是要修學斷捨十惡律儀，依據如是的十善法——不害業而成辦。「總之法……」記不太清楚。

所要成就的是增上生以及決定勝二者，能成就的方法是：不害與證悟無我之智，二種。由於如此，指出眾生的希求爲暫時與究竟的希求——增上生與決定勝二者。

而決定勝有：唯獨解脫，以及遍智果位。總而言之，以超越煩惱敵……或是說只是超越煩惱障所成的四魔的解脫；以及不僅如此，還超越所知障的微細四魔，總之，就是遠離所知障的究竟決定勝——遍智佛果。

對於如是暫時與究竟的希求，圓滿無缺宣說其無遺漏、容易成辦的方法，所以說「滿足眾生全部之希求」。這其中的原因是：「故此教誡如同如意寶，如眾水流匯聚善經教。」

總攝所有要義，鋪陳開來則遍及一切經教；所以說「是故亦如具德佳言海」。具有像這樣特色的經教，其特有的特性是：

無違通達所有諸教法 全部經教皆成眾教誡
順利獲得佛陀之密意 重大罪行險境亦防護【八】

世尊的教誡是順應徒眾的根器與希求，依據徒眾的意願而宣說，那些類屬都是順應一補特伽羅心續的次第而說；所以全部都應當修持之外，並沒有什麼要捨除。由於可以了知並沒有要捨除的，所以「無違通達所有諸教法」。

「全部經教皆成眾教誡」。將佛陀的教誡分成：爲了修行而宣說的一種修行關鍵論典、以及講說的論典，共二種。這種錯誤觀念，依據此論典便能清除。總之，從圓滿了知佛陀教法的關鍵而能成爲教誡，（即是）「全部經教皆成眾教誡」。

宗喀巴大師在《菩提道次第廣論》指出：從斷除執著有「講說法」以及「修行法」兩種邪分別上，說“全部經教皆能成爲眾教誡”。由於如此，佛陀之密意，簡言之即是對於出離心、菩提心、空正見三種所代表的甚深廣大道次第之關鍵能順利獲得。依據這個，一般惡行，特別是謗法的罪行，全部都能遮除。

然後是「具智者應聞思修此三士道次第」。

是故印藏賢能之士夫 對於眾多善緣所依止
殊勝教誡三士道次第 豈有心不傾慕之賢哲【九】

然後是「如何說聞具二勝之法」。「一時誦聞道次第乃具無誤講聞之功德」。

集聚所有經教之要義 宣說聽聞此理縱一時
講聞正法廣大功德聚 必定匯集故應思波義⁶【+】

然後是正行。於講說道次第，如何引領教誡親弟子之次第；道之根本——依止善知識之次第。

是故今後所有善資糧 善加調和緣起之根基
即由意樂加行以精進 如法依止指路善知識【+-】
見故縱臨命危亦不捨 如理修證供養令歡喜
瑜伽吾人如是作修持 求解脫者汝亦如是行【+-】

以此說明道之根本——依止善知識的情形。

在我們就學時，是不是有好學問，必須依賴老師；如果有位好老師，那就會出現好學生。造就好學生的老師所要具備的主要條件：大概是學問才識以及關愛的特性，需要這兩點。

（亦即）從具備智慧上，無論教授什麼課程，對於課程的內容，能以融會貫通作教導的學問才識。（以及）雖然有學問才識，但如果沒有造就好學生的關愛心；那還是不行，沒有助益。由於如此，對於學生們必須要有珍愛的心，並且關心他們的人生前途；必須這樣。

所以，這樣子具備學問才識以及關愛特性的師長，總之，就是「調

⁶說明經續論的要義——《菩提道燈論》以及其注釋，在一座間如何次序不亂而修持的方法。所以在宣講聽聞一菩提道次第論述的內容時，便是將八萬四千法蘊全部義理都作了解釋；所以事實上就好像是講說聽聞八萬四千法蘊。（參閱尊者所傳授的《道次第之前行開示》頁三五；大千出版社）

伏寂靜惑止息，德勝精進富經教」⁷等所說；像這樣具備十種善知識功德的善知識，應當跟隨學習而修道。

就像一般的學問必須依賴老師一樣，對於要講說的甚深廣大道次第，要有好的修持，指導的上師不僅需要具備有學有證二者的精湛學識，還要有關愛心。

像這樣，從具備學識以及愛心上，上師自己還需要具有經驗；沒有經驗，便不知如何教導，必須從經驗上而知道怎麼教。因此，主要可將勤奮的優點以及善良的優點這些類，視為是經驗。

總之，如同宗喀巴大師所說：「自己未調伏，就沒有調伏他人之處；想調伏他人的上師，首先必須調伏自己的心續。」調伏心續的方式亦必須是隨順整個佛教的調心方式，只是稱為修行功德的一種證悟功德 並不夠，必須是隨順整個佛教的調心方式。所以，應以三聖學來作調伏。

如同所說般，要具備三學的功德；同時，還必須具有學識與愛心，以及懂得教學等等才能。如果有這樣子具足標準的上師怙主，那將說明的那些道的證悟便能順利地生起。

因此，對於上師，從思維方面，如同匯集所有佛陀功業之本體。從行為方面，從事恭敬侍奉等依止。說明依止善知識的重要性。這樣子的善知識是如何引路的呢？

下士道

⁷ 出自紹聖彌勒怙主之《經莊嚴論》：「調伏寂靜惑止息，德勝精進富經教，證空善說悲離憂，依止如是善知識。」

意為：所依止的善知識應具備：調伏、寂靜、除惑、才識功德高深、精進、經教豐富、證悟空性、善於言說、深厚悲心、捨離憂勞等十種功德。

首先，成辦增上生之法可以說是「不害、或是斷捨損害」。損害是指什麼呢？因煩惱而產生的過患乃是損害的本質，由於如此，第一次第是成辦增上生的法；斷除損害本質的十不善，修學十善，而成辦增上生果，是為下士道法，這就是下士道共通法。

初始，要有斷除十不善的清淨律儀，需要相信業果；而要詳細領悟業果，則需要通達緣起。所謂因果的緣起……

要理解因果緣起，應知此除了是佛陀的教誡外，其他教派並沒有；由於如此，就必須趣入皈依呀！需要皈依，皈依學處就有說到業因果，斷捨十不善；這就是所謂「首先遮非福」。

而修持要能正確，要從心裡生起追求，就應思維暇滿具義難得。像這樣的暇滿善所依是不能久活，必定會死，死期不定，死時除法之外其餘皆無助益。從思維這些，而於內心深處生起希望修學“斷十不善律儀”。這是說明下士道的道次第要義。

再來是，「下士道與共通道次第之修心情形」，「依止後如何修心之次第」。這次序好像弄錯了⁸。

「為取暇滿所依要義而促請——思維暇滿大利難得與無閒」

暇滿此身勝於如意寶 僅此一次如是能獲得
難得易失猶如虛空電 思維此理世間諸俗事【十三】

猶如簸揚糠粃證知後 日以繼夜要義應持取
瑜伽吾人如是作修持 求解脫者汝亦如是行【十四】

生起追求來世之心以及指示來世樂之法：憶念死亡與趣入佛教之善門——皈依，以及觀修業果。

⁸ 尊者傳授時所使用的法本，科判編排有些錯誤；後已改正。正確科判請參閱「附錄——本頌&科判」。

死後不生惡趣無把握 解除此懼必定是三寶
是故極為堅穩趨歸依 波之學處切莫有違失【十五】
復次善惡業果善思維 如理修持取捨為憑依
瑜伽吾人如是作修持 求解脫者汝亦如是行⁹【十六】

然後是，成辦增上生——殊勝所依；於成辦勝道需修持具格所依，以及以四力淨除罪惡。

於未獲得具格所依前 成辦殊勝之道無能至
故修波之無所不具因 三門罪惡污垢所沾染【十七】
尤以淨治業障為關鍵 恆時依止四力甚為要
瑜伽吾人如是作修持 求解脫者汝亦如是行【十八】

不就是這樣嘛！總之，今日我們所獲得的這個人身，我們大家都知道，一般與其他動物相較之下，我們人類具有別於其他的智慧，是眾所周知。而所謂佛法，是需要運用思維才有所行動之外，並不是只說說歸依；唯以信仰，並不能成為佛法全部的修持。

主張有創世主的教派，對於自己的創世主非常信奉，只要有一心一意的信任大概就足夠了。而佛法，如同「自為己怙主」所說，因為必須自己作思維而改變心續，所以如果沒有詳細揀擇事物的智慧，就與佛法的修持背道而馳。

由於如此，我們親眼可見，除了我們這個人身具有詳細揀擇事物的智慧之外，其他並沒有呀！這是可以看見的。

然而具有這樣的人身，擁有詳細揀擇事物的智慧，但是對於自己的處境，如果沒有人指示這詳細揀擇事物的智慧，那也是很難呀！

⁹以上二偈頌之解釋，可參閱尊者所傳授的《道次第之前行開示》頁 44～47（大千出版社）

所以就有「閒暇」、「圓滿」，將內外緣全備齊上，使詳細揀擇事物的智慧能輾轉增長；不令詳細揀擇事物的智慧墮入罪惡之中，要令詳細揀擇事物的智慧從事偉大善行，並發展而成辦自他二利。有這樣的暇滿所依身，是為殊勝所依；從認識這些道理上而持取要義。

至於持取要義，就要修學斷除十不善律儀，斷除十不善的所遮——十不善。如同：

三種身過失	四類語過患
以及意三過	應斷十不善

所說，產生十不善的原因之一是「常執」。

認為我會活很久，而為了這一生而交雜在衣食聲譽中，造惡、或者是在許多事情當中認為雖然不應該，但是因為緊急、重要，而做出殺生、偷盜，還有邪淫、妄語、兩舌、惡口、綺語等這些類屬，以及貪瞋癡，都是由於認為這一世能久住的常執所驅使的呀！

這就是主要的顛倒分別，在這之上而令衰敗；特別是，此生不能久活與念死的觀修無常，乃極重要。

然後是思維惡趣，以苦苦的不悅意果為對境而觀修，是為思維惡趣苦。依據這個而生起畏懼，所以，類似法寶——斷捨十不善的十善，形成類似的法寶；於此從產生信心上，修學斷捨十不善律儀，是為獲得增上生的方式。

依據這種因，獲得的是什麼果呢？就是來生必定能獲得善妙所依，這是暫時的目的。成辦方式，以此得增上生的本質，說為八種異熟功德。就是這樣，今天到此為止。

文殊師利勇猛智	普賢慧行亦凜然
我今迴向諸善根	隨波一切常修學

三世諸佛所稱歎	如是最勝諸大願
我今迴向諸善根	為得普賢殊勝行
本師蒞臨世間界	教法顯明如日光
持法徒眾極和諧	教法久住願吉祥
總之帖主觀自在	於佛以及佛子前
守護雪域之弘誓	願今善果速成就
以現空性深緣起	三寶悲力諦語力
業果無欺真實力	諦願無礙速成就
須彌四洲日月所莊嚴	妙香遍塗華散之大地
觀如佛土我樂敬供養	願諸有情共享此淨土
如是指引善道之善士	如理修持友伴皆長住
內部外在違緣障礙等	完全平息祈請賜加持
生生世世不離勝上師	時時享有殊勝之教法
並於地道功德圓滿後	願速證獲金剛持果位

圓滿！

第 二 天

前 言

如同昨天所說，在這世界上，大約從三千年前依次地出現不同的宗教信仰；即使是到現在，在這世界上還是有很多不同的宗教信仰。其中，一種是有見解宗論，還有……

在門巴族地區的洛巴族群有信仰與供奉日月的習俗呀！不知道以其為代表的一些信教者有沒有特別的見解宗論？大概沒有吧！在小地區當中，祭拜神祇之類差不多是屬於沒有見解宗論的宗教；而在外道，以數論派為主的外道論典，以及佛教教法，還有基督教、猶太教、伊斯蘭教，像這些類都是有見解宗論的宗教。

在有見解宗論的宗教當中，如同昨天所說，分為承許與不承許有創世主。在如此眾多的宗派之中，有從見解宗論的部分作一區分；如果從各自的見解宗論所成義理的學處——修持作區分來看，在見解宗論方面，承許有創世主的見解宗論、以及不承許有創世主的見解宗論。二者有很大的差別，是怎樣大的差別呢？

從主張有創世主的那些人看來，不承許有創世主者差不多都不是教徒，而是沒有信念、沒有信仰的人。如果從不承許有創世主的見解宗論來說，主張有創世主的那些見解宗論乃是虛構的邪見。有很大的差別呀！

雖是如此，但卻不是大關鍵；那什麼是大關鍵呢？宣說了那些所成義理——見解宗論之後，若問：對人們如何作教誡？人們需要做什麼修持？有見解宗論的那些教派全都講慈愛，以及與慈愛相關的忍辱、知足，以及所謂自我約束的律儀；對於這些，全部都一樣呀！

由於如此，具有利益人們的能力變成都相同。見解宗論的不同，是從見解宗論本身來說而有不同，但是需要或目的卻一樣。

（那邊）全部都說：我們的苦樂全皆依賴創世主，我們必須跟隨創世主而修學；所以，如同我們對創世主的信任、關愛以及恭敬那樣，對於創世主所創造的以人爲主的所有動物，都需要給予關愛與慈悲。

而這邊則說沒有創世主，是從因與果而產生苦樂。所以，自己造善，自己就會產生善果；自己作惡，自己就會有惡果。總之，如果傷損他人，自己會生痛苦；如果利濟他人，自己會生快樂。說的是業因果；其目的是：對他人應關愛，不應傷損加害於他人。

都一樣呀！所以，不同的見解宗論，他們的需要與目的好像都一樣呀！

需要不同的見解宗論，是因為人有各式各樣的根機與希求。有些人對於「有創世的上帝，是祂創造了我們，應依照祂的教誡來修行」的說法，心中覺得合意且產生大利益。

有些人則對於「苦樂是憑藉各自的三門行止而產生；如果自己的三門行止良善，就生善果，自己的三門行止不良善而去傷損他人的話，自己就會產生痛苦」的這種論點與方法，覺得合意稱心，因此而能產生幹勁。所以針對不同的根器與希求，需要不同的見解宗論大概就很明顯了。

我在世界各地都是這樣子在說，所相信也是這樣，所以…… 先這麼說好了！

例如：以佛教自己內部為例，講到見解部分，會有不一致之處。特別是唯識派與中觀派二者之間，見解乃有所差別，彼此互相產生許多辯論。但是二者對於修學愛他勝己的菩提心，以及修持成就遍智佛果的六度，卻是相同；例如由唯識派所成的修持密續金剛乘者也會有大持明者。所以，是會有不同的見解，有很大差別。

像剛才說的，從唯識派的角度分析中觀派，從見解方面來說，中觀派乃成了斷見。如果從中觀派的角度看唯識派，那唯識派的見解大概墮入常見與斷見二者之中，覺得是墮入虛構以及歪曲二者中。因此，有很大的差別呀！因為有差別，所以也產生許多爭論呀！差不多持續好幾個世代吧！

這非常棒，宣說彼等的本師是同一位。唯識見或者是能取所取二空，都是佛陀的教誡；同樣的，一切法諦實空，也是佛陀的教誡。所以，同一本師宣說了像這樣有矛盾的兩種不同見解，是因應徒眾各式各樣根機與希求，而形成必須講說不同的見解。

由於如此，今日在這世界上大約有六十億人口，其中會有各式各樣不同的根器與希求；所以，就會有、也需要有適合自己各個的見解宗論呀！

因此，我們從一種宗教轉變成另外一種宗教並不好。就信奉自己各個祖先原有的宗教，信仰的是各自的宗教，而對所有宗教都存恭敬的話，那很好呀！英文中的「信仰」以及「尊重」是有區分的呀！就是這樣。

這樣做很好，要不然彼此互相想傳播自己的宗教，努力想改變（他人的）宗教的話，那很辛苦。如果想辦法將那邊轉移過來，也想辦法將這邊拉過來的話，一陣子後就變成是爭執以及衝突的來源；這並不好呀！

我在歐洲四處各地都這樣說，像是基督教徒有傳教士；以蒙古地區

爲例，基督教徒在傳教呀！今日在西藏內部，有基督教徒在傳教呀！我認爲這並不好。而在西方國家有我們藏傳佛教的道場，像這樣做傳教的工作，我認爲並不好。

西方人有西方人各個的宗教傳統，中東地區大部分是回教徒，對於回族有回教。在東方，以印度爲例大多數是印度教徒，還有佛教徒。另外亞洲地區，很多地方從祖先開始就是信奉佛教；特別是我們西藏以及蒙古，還有西藏邊境喜瑪拉雅山族群，從西邊的拉達克到東邊的門巴族，從祖先開始就是佛教徒，信仰佛教。所以信奉自己各自從祖先就有的宗教，然後作修持的話，比較合宜，比較適當。

因此，把信仰與尊重區分開來；信仰各個的宗教，尊重其他的宗教。在我們皈依學處說：「不言其他而趨皈依」，很好呀！信仰，是對各自的宗教；尊敬，則是對所有宗教，那很好。會顧及其他宗教者也是信奉自己的宗教，尊重世界所有的宗教；很好呀！

在歷史當中，以前有許多除了只有自己的宗教之外，並不顧慮其他宗教者；由於如此而在這世界上引起紛爭，而這些紛爭的影響力，直到今日還稍微存在呀！所以這除了是麻煩的起因之外，想要將全世界變成同一種宗教，在以前沒辦法，現在也無法改變呀！因此，就信奉自己各個的宗教，是最好的了。

（供茶偈）

生生世世吾等及眷屬

永遠不離佛法僧三寶

恆常不斷供養於三寶

祈願獲得三寶之加持

佛教的分類

所以，我們信仰佛教是從祖先時就有了；因此將祖先的宗教照顧好的話，才恰當，也有利益。特別是在最近，這世界上，人們以聰明智慧而從事許多觀察分析。總之，因為作審察的風尚變得盛行，由於如此對佛法也產生研究探討。

所謂佛法，不僅只是有見解宗論。

我平常都將佛法區分成三類：一類是佛教的科學，就是我們佛法術語中所謂事物的狀態。其次是佛教的見解宗論，佛教的見解宗論並不是藉由「是上天的指示，是世尊的教誡」而來說見解宗論；世尊所說的見解宗論絕對是四諦，宣說二諦以及四諦。¹⁰

四諦當中，首先是講苦諦呀！講解我們具有經驗的真實情形呀！集諦也是講解真實情況呀！宣說了苦諦與集諦的安立之後，就說明事物的狀態呀！在事物狀態之中雖然目前沒有所謂的滅諦，但是要斷盡諸過失，以及想辦法而能斷除過失呀！這是粗品的滅諦。

因為將過失的根本說成是內心上的過患，所以如果先探求內心上的過患的話，過患會變小；從我們經驗上是可以知道呀！那內心微細的過患能斷除，在佛法的事物狀態中稱為「法性」，成為事物狀態所具有。

佛教的科學

所謂「緣起性空」的緣起，是事物狀態，是真實情況；這並不是佛法以分別尋思而虛構的樣式，是真實狀況呀！

近來科學家對緣起也極為信服呀！我有一位確實很有名望、很夠格的科學家朋友，他時常在說緣起、緣起。那我就問他：「科學當中有所

¹⁰ 第三類是佛法的修持。內文中並未特別標顯出來，只隨順佛教的見解宗論之後而略微講說。（參見下段“佛教的見解宗論&修持”）

謂緣起的觀念嗎？」他答：「沒有，緣起觀念在科學當中是擠進來的，勉強而擠進來的。」緣起這觀念在科學當中是擠進去的，往上擠之後，現今在科學當中，緣起這觀念已取得一席之地。呵呵呵！很妙呀！

不講來生，不說解脫；當講到現在我們現有的內外一切事物的安立，是觀待而有，是由依賴而產生，因為真實狀況就是這樣，所以才讓科學家接受。不僅是接受，而且說：當剖析真實狀況時，藉由所謂「以依賴而假立」的觀點，對於了解真實狀況非常有幫助。

所以，佛法所謂「觀待而生」的情形，就是在講真實情況以及事物的狀態；依據事物的狀態才有滅諦的安立，以及道諦的安立。因此所謂四諦，基本上講的就是事物的狀態，這乃成為佛教的科學。

佛教的科學分為外在的無情識物質以及內在意識，共兩種。

在今日第廿一世紀的科學當中，對於外在有形體——無情識物質的安立，西方科學家們程度高得令人詫異。那些知識並不是看看書本就產生那些知識，是以審核以及不斷地試驗而產生那些知識；還有利用各式各樣儀器，從這樣，對於這世界如何形成，形成後已過了幾年，雖然不能知道得很精細，但卻大略能說明呀！

由於如此，在我們的《俱舍論》描述世界形成的情形是：一般有空劫、成劫、住劫、壞劫。這些與真實情況相符；但是如果仔細研究，有些類好像很奇怪呀！假如需要講到「初劫長時」，那就非常麻煩；需要說明中間十八增減劫、初劫長時、轉長時期的話，是很困難的。對於世親尊者《俱舍論》中有關這些詞句，我除了說「真佩服！」然後擱置外，實在無法完全相信！呵呵！這平常我就有在說的呀！

所以，外在那些有形體的物質，今日世界科學家經由審察了解而成為事實；作試驗者做了實驗，並不是個人的觀點，而是全部、百人、千、萬、十萬，即使是上億人看來，都能維持相同的現象。這無可辯駁呀！

這是應該要承認的呀！

如同宗喀巴大師在《辨了不了義善說論藏》結尾部分說：「如果承許與理路相違的宗論，論者就不是正量士夫。」

所以，如果要與現實狡辯，那就更不能成為正量士夫。因此所謂現前可見，真的是非常重要呀！我們以比量作為理由，徹底的比量是訴諸經驗呀！如同「比量由經驗」所說，最後需要訴諸經驗而成立理由；所以，所謂現前，真的是非常重要呀！

外在形色物質的那些安立，科學家做的很驚人；而對內在心識的那些安立，科學家的程度則很低。

一般來說，印度聖地古時候所講解的那些內在心識的安立非常深奧。從其中而有佛法，從其中而有藏傳佛教；因為與無上密續相關，所以有剖析心識粗細的安立，以及宣說風心的安立。那些都是非常深奧的，很微細、非常地細密。由於如此，今日因為事物物質狀態的確立……

對外在無情物的安立所作的那些確立，科學家們是應該教導我們諸佛教徒；而內在心識的那些安立，科學家們從佛教中的理論或知識作學習、研究，由於佛法的指引而覺得很有利益呀！

因此，科學家們很重視（佛法）呀！其他宗教可能就比較難（引起注意）；以佛教為例 巴利文傳承以及梵文傳承二者當中，巴利文傳承大概比較難，梵文傳承（所引起的注意）力最大。所以，佛法的第一種類屬就是佛教科學。

佛教的見解宗論&修持

第二種類屬，由於根——事物狀態是如此，因此就有所謂「可能有這種變化，可以有這種變化」；產生了佛教的見解宗論。

總之，所謂「涅槃」，在心識相續之上而成立前後世；這在其他宗教雖然也有說，但是最最主要，要修成解脫。

事物狀態——所謂煩惱是驟然性的，具有對治力；心的自性是清淨的。根據事物狀態，而有佛教的見解宗論——講說解脫的安立。主張其次第爲五道，以大乘而言就出現所謂十地呀！由於如此，依序逐漸地作改變。

譬如：以世界器世間爲例，在百千萬的百萬年當中，是這樣子在改變的呀！昨天來時在車上與接待人員談到：坐車從高山下來的時候，看看左右兩旁未破裂落下的岩石，全都光禿禿的、很光滑呀！以前這周遭不是湖，就是……

反正因爲有非常大的水流，所以造成那些石頭變得圓滑呀！看那些石頭圓弧且光滑呀！是經過百萬年才變成這樣，並不是隨便就會這樣子的呀！知道嗎？所以，在以前或許是有大量的積雪，後來因爲雪融化了，而讓左右山的岩石變得很平滑。因此，器世間的變化也是要經過百萬、千萬、上億年而產生改變的呀！這是真實情況呀！

而我們內在心識的改變，如果盡力慢慢作改變的話，是有可能的。佛陀世尊在波羅蜜多乘說：要積聚三大阿僧祇劫的資糧。像這一類屬，說的就是這個：慢慢作改變。

我們所謂：「閉關三年零三月就能成佛」，是神話喔！很難去相信！呵呵呵！閉關三年零三月之前是凡夫，出關之後還是凡夫的，多得是呀！因此，所謂閉關三年零三月，是有點虛構了。除了一兩位特殊補特伽羅有可能之外，否則是很難的。

倒不如抱持著：四十阿僧祇劫、三十阿僧祇劫、最少三阿僧祇劫。而能在心中產生「啊！有希望呀！」

直至有虛空 乃至有衆生

吾住至波時 願除有情苦

這樣下定決心。

故憂勞全除 駕菩提心馬

從樂趣更樂 具智豈怠惰

像這樣策勵心志而作，心中自然會產生力量呀！是嘛！

所以，所謂內心的改變，就是這樣達成變化；作改變、作更改，依靠努力達到改變。徹底究竟，便是斷盡所有過失，具足一切功德，產生這種果位的安立。

所以，在我們佛教經典當中所謂：根——事物狀態，道——行走次第，果——現證情形。佛法是基於有「根源」的事物下，而有說「道」以及「果」的安立。並不是以先說有所謂上天，然後才有後面的情況。

佛法是以事物狀態——現在我們親眼可見，以及真實中我們所具有的經驗，從這之上而說：「因為如此，所以可以是這樣；如果努力的話，就會有這樣子的改變；依據此而產生這樣的結果。」

世尊首先宣說四諦，真的是了不起！先是：此為苦聖諦，此為集聖諦。說明四諦的本質，事物的狀態。

然後：應知苦，應斷集，應……在講授四諦本質的時候，並沒有說到取捨的進退標準呀！在第二層次，講解行為時，才提及取捨的進退標準呀！所謂應知苦、應斷集、應證滅、應修道，宣說取捨的進退標準呀！藉由這樣取捨的進退標準，會獲得什麼成果呢？

就是：應知苦，卻無所知；應斷集，卻無所斷。重覆四諦以及結果，以這些實際情況說明佛教理路體系；依據這些作取捨進退，而說可以獲得改變。對這些取捨進退如果作修持，結果就是獲得永遠斷捨痛苦的永恆安樂。這種說法很好呀！不是很偉大嗎？

所以，我們修學佛法者，從祖先時就信奉佛教者，對佛法了解是

非常重要的。將佛法中從理路抉擇成的道理所展現的那些經典或書卷放在佛龕，而自己一點也不了解……

還好的是：禮拜、繞行、持咒，非常好，具有大利益；但是，從佛法的根本法則來說，這並不足夠呀！以你們拉達克爲例，只是說：「禮拜！禮拜！」並不夠，知道嗎？我也對華人說，很多華人經常說：「阿彌陀佛！阿彌陀佛！」但是只有說阿彌陀佛並不夠呀！

整體上，以喜瑪拉雅族群、還有我們西藏人爲例，念誦皈依時說「皈依上師、皈依佛、皈依法、皈依僧」，認爲只要藉由這樣便能獲得救護；而自己卻一點也不作改變，這是錯誤的呀！

如果（這樣）三寶就能救護，那就不需要說「無數佛陀蒞臨所未伏」¹¹。是因爲我們自己不修行，所以無數佛陀蒞臨還未能馴伏；否則如果只是以佛陀的加持就能調伏我們，就不需要說「無數佛陀蒞臨所未伏」。由於如此，我們應當要修持；這非常重要！

而我們修行，不是固執地死修；而是從善加了解佛法原理上而作修持，那才會變成是具有智慧的教法呀！這很重要。這樣對宗喀巴大師所說的，才能有所感覺呀！

如理見善說	隨汝而行者
衰損皆遠離	因斷衆過故 ¹²
反於汝教者	長時行艱辛

¹¹ 出自《上師薈供》，完整偈頌為：「無數佛陀蒞臨所未伏，難馴粗暴濁世之眾生，如實教導善逝之妙道，於具悲心怙主誠祈請。」意為：從以前到現在雖有無量無數的佛陀蒞臨，但是還未被調伏的我們這些難馴惡劣粗暴的五濁惡世眾生，對於如實教導證獲如來善逝妙道的具大悲心上師怙主，誠摯祈請給予引導攝受。

¹² 出自《緣起讚》。意為：世尊您乃如理觀見實質道理而善加宣說，凡是追隨您而行持的徒眾，一切衰損都會遠離，因為將所有過患都斷除的緣故。

隨後如召過	堅守我見故 ¹³
喔唷智應知	此二之差別
爾時心深處	於汝焉不敬 ¹⁴

真的是有某種感受，這語詞確實具道理。所以，應該存記在我們心中。因此，對佛法要好好學習。有段時間，你們拉達克地區很重視佛法，所以注意佛法的學習；並不知是否留心出家，但是重視佛法卻很明顯，你們非常留意。很隨喜！進一步要做的是學習，這非常重要。

下士道（覆講）

然後，在成辦增上生的方式上，我們全部都祈願且希求來生能獲得善趣呀！所謂「祈求保佑來世獲善趣」，是依據佛力而會有一些之外，藉由佛力，有一些是有可能的；除此之外，其他則很難。

由於如此，從自己本身對於來世獲得增上生的良善身所依的因聚，應該在這一世完全成辦。那是什麼呢？斷除十不善的律儀。知道了嗎？

以世間事而言，殺生、偷盜、邪淫、妄語、兩舌等等這些，一般以世間的角度來說，這類屬都是不道德的呀！擾亂地區的平和呀！就家庭內部（而言）也有損傷呀！所以，以來世為目標，在此生捨棄十不善，修學十善律儀的話，一般以在社會當中為例，便會是個正直者、模範處、可依賴、值得相信的人，會變成這樣呀！

殺生、偷盜、邪淫、妄語、兩舌、惡口、綺語、貪、瞋；癡雖有許

¹³ 而那些抱持與您的教法相反者，縱然長時艱苦辛勞地實行，之後跟隨而來的結果卻如同召喚過失，因為堅持固守我執見解的緣故。

¹⁴ 所以呀！具智慧者應當知曉這二種抉擇的差別，當如此了知的時候，於內心深處對於佛陀您，怎麼會產生不恭敬？

多種類，一般在佛法這階段，如果認為沒有業、因果、以及沒有前後生，有這種邪見的話，會紊亂因果呀！從內心深處認為：行善得善果，造惡得惡果。如果從內心深處有這種信念，那就不會做出損害別人的事呀！

總之，假如修持斷捨十不善的律儀，於此生，在社會中擁有幸福。以自己個人來說，不論任何時候都無畏縮，自己對自己具有信心；自己如果正直，誠心誠意，自己對自己內心無所隱蔽，所以就會產生「我公平正直地做，誠心誠意地做」的定準與膽識呀！

如果說謊、狡滑、欺詐，雖然在當時能瞞騙他人，但在自己心中卻隱藏著：「喔！我騙了人，不知他何時會知道？」無法產生心力呀！會驚惶不安呀！

所以，斷捨十不善的律儀，不僅成就來世的增上生，也是成辦這世圓滿增上生的基礎，這非常重要。現今在這世界雖是人類的社會，卻有各式各樣的騷亂，令自己不高興、別人不歡樂，就是由於殺生、偷盜、邪淫、妄語、兩舌、惡口、綺語、貪、瞋、癡所造成的呀！

所以，我們說的斷捨十不善的律儀，是成辦未來增上生以及眼前圓滿增上生的根基。如同昨天所說：下士道的精要就是要修持斷捨十不善的律儀。

因此，大概是幾蜜給威驚孤的說法吧！幾蜜林巴遍智的弟子幾蜜給威驚孤的說法，應該是他說的。「人身珍寶以及人身禍害」，這字詞對心思很有助益。我們獲得人身，應當令成為人身珍寶，不應變成人身禍害。

將人類的智慧運用在良善方面，就成為人身珍寶；成為成辦遍智的殊勝所依，是究竟自他二利的所依。將人類的智慧用在瞞騙、欺侮、狡詐、挑撥，如果人生是這樣過的話，那就變成人身禍害，引領禍患者，變成是禍害的根源。

因此，現在我們獲得人身，是要成為人身珍寶，或是人身禍害，就

看自己了。真的是這樣呀！所以，就從我們開始做起，我們大家都應成爲人身珍寶，不要變成人身禍害，知道嗎？

這就是總結下士道的道次第。

中士道

再來是中士道。

中士道是：於「中士道共通道次第之修心方式」，「追求解脫心念之生起方式」。「苦諦——思維輪迴過患，以及集諦——思維進入輪迴次第」。

若不致力思維苦過患	如實追求解脫即不生
集之輪迴次第若不思	不知斷絕生死根本法【十九】
故依出離厭棄輪迴心	了知因何繫縛極緊要
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【二十】

這說明中士道的修心。講到「中士道」，層次又比較高了。剛才說的，所要成辦的是增上生呀！

那在這裡，增上生是不是究竟所要證獲的呢？不是的；那是應當要成就，是有需要的。爲什麼呢？因爲要成辦解脫以及遍智果位，是要依據智慧而成辦解脫以及遍智果位；所以如果沒有具備智慧的所依身，就不行、就沒辦法，因此必定需要成就此所依身。

然而，若問：「只是這樣就成爲究竟所證嗎？」不是的。原因是什麼呢？

這樣子的增上生所依身是隨著煩惱而轉移，隨著惑業轉移，與近取蘊不分離地存在著；所以具有痛苦的本性。（這）並不是指痛苦感受的痛苦，但因爲是苦痛的依附，引發痛苦的根源，所以是造作痛苦者，故

說具有痛苦的本性。因此「若不致力思維苦過患，如實追求解脫即不生」。

譬如：以獲得人身為例，是獲得了增上生的圓滿；譬如以八暇十圓滿的所依身為例，已是得到增上生的圓滿，已成為增上生的殊勝所依身。但是，投生時首先卻有出生的痛苦，然後在人生過程當中有病苦以及老苦，最後則是死苦。在活著的時候會突然發生不想要的痛苦，雖尋求想要的事物卻有求不得的痛苦；會產生像這樣子的許多痛苦呀！

對這些最好的解釋是：且看在這世界上，有上億人口；看看他們全部都是希求安樂不喜歡痛苦，在希求安樂不喜歡痛苦之上，便想辦法消除痛苦獲得安樂，僅以此而過一生。但是，對於生老病死的那些衰損卻無法完全根除呀！由於如此，就會叫苦連天；所謂「痛苦唯是蘊」，真是正確，全是不順利。

相同的，我們圓滿增上生的同伴——天人，像是梵天、六欲界天，還有色界、無色界那些天人，這些類屬是難以馬上揣測得知。

但是在他們的心中，有一類主要是致力於滿足外在妙欲的獲得。還有一類——另外一種心思是認為：獲得外在妙欲的滿足並無要義；而將心往內清淨安住，以生起專心一致無分別的靜慮；有留意並重視這樣子的類屬呀！一般以我們人類為例，有些人常常…… 有些人喜歡經常在外面遊蕩；而有些人不在外面走動，卻喜歡安靜地待在屋裡。

那層次是稍微高了一點，追求外在色聲香味觸的妙欲，由於外在妙欲而滿足內在希求，有以這樣子為主要者。又有，厭倦外在妙欲，將心內攝，心中不分別、坦蕩蕩，以生起平和。

現今在這世界上常在說「禪坐」呀！雖然不知道是不是深奧的禪定，但是閉上眼睛，不作思維的時候，很舒服呀！能夠獲得休息呀！在我們現前可見的是這樣子呀！

例如：像是印度的修行仙人，此世的衣食名聲…… 是說不知道有沒有捨棄名聲，哈！一般，衣食二者是絕對捨棄的。費盡千辛萬苦多年在喜瑪拉雅山脈禪修，有像這樣的人呀！

所以，在因的階段，心隨散動而轉移，是一類；以及不隨散動而轉移，將散漫收攝而專心一致的另外一類。因此，就會有兩種不同結果呀！

有所謂的「欲界」；還有以內在禪定為主要並且全力以赴，由這樣而不共的結果成熟時，就有所謂「色界」以及上界，大概可以是這樣吧！總之，就是欲界、色界、無色界。

哎呀！我為什麼要談到這些？

喔！所以像是我們增上生的同伴，有一類是色界以及較之優越的無色界，因為那些沒有粗略的身所依，所以沒有像這樣子的痛苦；雖沒有，但他們根本上仍然是被惑業所繫縛呀！這樣子思維的話，所謂：

猶如難忍牢獄此輪迴 視如樂園之心當捨除¹⁵

真是正確！如果好好想一想的話，會發現：啊！就自己本身來說是具煩惱、三毒。

或者如同「輪迴六根本煩惱」所說，輪迴六根本煩惱總攝成三毒；而其根本是愚癡，愚癡當中最惡劣的是實執愚癡。對這實執愚癡作思維時，如同《三主要道》當中所說…… 嗯！什麼？記不起來……「無明黑暗所籠罩」，思維這字句，會生起些許畏懼呀！

首先是薩迦耶見，然後是以此為基礎所成的法我執；無論作何思維、從何觀看，全部從外表上都顯現出真實存在。如果於外境用力觀緣，對其稍微生起頑強心，就會產生實執的心念，生起法我執呀！由於如此，

¹⁵ 出自《上師薈供》。完整偈頌為：「猶如難忍牢獄此輪迴，視如樂園之心當捨除；持取三學殊勝之寶藏，證獲解脫幢幡祈加持。」

行住坐臥，就連作夢的時候，無論任何時刻，這樣的法我執隨時都會產生呀！所以說「無明黑暗所籠罩」¹⁶。

因此，實執愚癡真的是非常惡劣呀！非常嚴重呀！所以是煩惱三毒。其中又以愚癡，愚癡中又以最微細的顛倒識——實執愚癡，因為隨其轉移，所以永遠不能自主。

取了個「煩惱，煩惱」的惡名，對煩惱雖然一直講述它的過患，但是在我們心續中卻經常與所謂煩惱、實執愚癡形影不離呀！所以表現在外，愛惜自我的我愛執就同時存在呀！

所謂「世間眾衰損，根本為無明」是一種，以及「愛惜自我是眾衰損源」第二種。對這兩種作思維的話，則能發覺：直至不從“愛惜自我的愛執”以及“執為有我的我執”這二者脫離為止，並不可能產生安樂。所以這就是所謂苦諦的過患。

「若不致力思維苦過患」，像這樣的煩惱，真正的仇敵……以人類為例，一般在社會當中，對於剝削者可以利用反抗而令消除、作革新，很好呀！

像這樣，真正令我們受損害者是存在心續當中，那就是變成所謂的實執、實執愚癡；所以我們如果反抗而能將其消滅，那就是解脫，就是真正的除去束縛。

「若不致力思維苦過患，如實追求解脫即不生；集之輪迴次第若不

¹⁶完整偈頌為：「四大瀑流時沖攜，難解業縛緊捆綁，落入我執鐵網中，無明黑暗所籠罩。」意為：輪迴中的眾生生生世世不斷遭受生、老、病、死四大瀑流的衝擊牽制，在這樣的湍流之中又被難解的業力繩索所緊縛捆綁，而自身又落入由人我、法我執著所構成的鐵網中，再加上四周是一片被無明所籠罩的黑暗，不但自己不見前途後路，他人亦無法看見危難而施予幫助。另可參閱尊者所傳授的《道次第修心之實踐》頁三五～四〇（大千出版社）。

思，不知斷絕生死根本法。」說明應思維苦諦以及對「集」應當探求，所以「了知因何繫縛極緊要」。

探求輪迴的因，了知輪迴因的具力對治乃是證悟無我空性；當了知時，主要就應當對無我見作努力。

像這樣現起證悟無我的觀念之後，爲了生起體驗，就要成辦專心一致的禪定；而成辦這種禪定的基礎是修習戒學。首先，以如是殊勝戒學爲根基；然後，以禪定爲輔助而產生證悟無我的智慧——詳細揀擇事物的殊勝智慧。

如果這樣修持的話，那心續中的實執愚癡，從相違於所持看法上進行直接所損能損，而慢慢逐漸地實執就會越來越減弱。所以在這個階段，我們守持戒律以及修持禪定；由於是針對要產生證悟無我的智慧以追求解脫，比起僅是解脫還殊勝……

反正，爲了要現起證悟無我的智慧，首先，將斷除我執的離繫安立爲解脫，能成辦這樣的解脫是證悟無我的智慧；針對這個而修持禪定，所以就變成所謂「聖定學」。而其根本是戒律，所以也成爲所謂的「聖戒學」。

一般來說，外道也有戒學，外道也有定學。在我們西藏人當中若要找個成就禪定者，大概很少呀！在外道中或許有呀！如果我們需要領取禪定的口訣，大概要從外道那邊修學。呵呵呵呵！我認識的外道徒，有些大概禪定工夫不錯，但是卻未成爲殊勝禪定，爲什麼呢？因爲執著有我的我執呀！執著所謂的「我」，（所以就）很難呀！

所以，修持三學而成就解脫，就是中士道的行道方式。以斷捨十不善的律儀作爲基礎的守持圓滿近事五戒，以及捨離家室的出家眾在心續中所擁有的出家戒，這都是成就解脫的根基。知道了嗎？

依次地，從淡泊物欲上實際作修行的話，應能成辦靜慮三摩地。成

辦三摩地的方式，經部方面有說，在續部方面也有提及。特別是在無上密續階段說明三摩地的證成方式，大概是（屬於）最好的；與本尊瑜伽相連結來成辦三摩地的話，大概是最好的。就是從這方面而成辦三摩地。

以這樣的三摩地爲助伴，然後從現在起聽聞到詳細揀擇事物的智慧——緣起性空（的道理）；從聽聞上，稍微生起聞所得的智慧。我們大概都有聞所得的智慧。在這之上自己作審察，再三思維後，就會生起思所得的智慧。於此以專注的三摩地爲助伴，能生起證知的特殊修所得的智慧。就是這樣成辦。

再者，如果能與本尊瑜伽相連結來成辦的話，就非常好。就是這樣；這是一般共通的說法，這屬於中士道的行道方式。

上士道

再來是上士道。「於上士道次第之修心方式」，「修持菩提心之次第」，「發心之功德」以及「如何發心之方式」。

妙乘道之樑柱爲發心	偉大行持基礎與所依
於二資糧猶如點金劑	匯集無量善聚福德藏【廿一】
如是了知佛子諸勇士	持取殊勝寶心爲主修
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行 ¹⁷ 【廿二】

以這些說明發心。

中士道的所證是解脫，斷除煩惱的解脫。斷除煩惱的解脫，是不是

¹⁷ 此二偈頌之解說可另外參閱尊者所傳授的《道次第之前行開示》頁六五～六九（大千出版社）

究竟所得呢？

不是的。從自利而言雖已斷除煩惱障，但並未斷除所知障。同樣的，從成辦利他來說，一般，佛法是具慈悲根源，成為利濟他人的來源；但是現在，只是證得斷除煩惱的阿羅漢果位，對於利他……從自身方面來看，僅是以了知斷惑的方式而得到斷惑的離繫；除此之外，尚未獲得斷除所知障的能力。

同樣的，從成辦利他來說，眾生有各式各樣根器以及希求，要能因應各式各樣根器以及希求而指示取捨要義，僅以斷除煩惱並不能夠；除了引領至阿羅漢或解脫的這種微少利他之外，其他並不行。因此，從自他二利來作思考的話，只是斷捨煩惱的阿羅漢果位，並不值得滿足；如果是具智慧者，不會僅以此而滿足。

因此，我們運用人類智慧在這之上好好思維的話，是具有從事究竟自他二利的機會；對於這樣子的機會要把握住，以成辦究竟自他二利。

所以，現在於中士道階段說的解脫果位，僅是這樣並非究竟所得；不應僅以此而滿足，應當再往上修學。是什麼呢？應該以追求遍智而修學齊備成辦遍智的方法；怎麼做呢？

就像剛才所說的，三學處當中的慧學——證悟空性的智慧；證悟空性的智慧能作為煩惱的對治呀！那證悟空性的智慧於所知障的對治要如何生起呢？

智慧本身並無法令其更深奧，對治煩惱與愚癡的證悟無我智慧就是這樣。但是，證悟無我的智慧需要依靠廣大的福德資糧作為助伴；所以，三學處所說的殊勝慧學——證悟緣起性空之智，要成為所知障的對治方法是：需要廣大的福德資糧作為助伴。

那應當如何造作廣大的福德資糧呢？

一般，福德或是善行……可分為：隨順福德的善業、隨順解脫的善

業，同樣的還有成爲遍智佛果的善因，這三種。

前面說的下士道，從希望獲得增上生方面，而有斷除十不善的律儀呀！如果那是爲了獲得增上生而守持，就是隨順福德（的善業）；於往後的結果，從獲得增上生的所依身開始，就成熟了福德果報，也完盡了福德力。

而在中士道階段說的是以證獲解脫爲目的，因爲是以斷除十不善的律儀爲根基的戒律以及禪定作修學，所以是隨順解脫的善業。那在證獲解脫之當下就成熟善果，（同時）善業力也完盡。

如果任何善行是爲了如虛空般眾生而修持，那直至虛空未盡、還有眾生存在爲止，彼善業的能量便不會衰損。有很大的差別呀！

同一善行，例如念誦六字大明咒雖然一樣，如果以期望來生獲得人身而念誦一圈六字大明咒的話，其善根便於來生獲得人身之後而完盡。

以期望證獲斷除煩惱的阿羅漢果位，而念誦一圈六字大明咒的話，於證得阿羅漢之時，念誦一圈六字大明咒的善業力便完盡。

爲了無量無邊所有眾生而期望證獲遍智果位，以此念誦一圈六字大明咒的話，於虛空未盡爲止善根都存在。爲什麼呢？

因爲念誦六字大明咒時的動機是：我爲了讓無量無邊所有眾生未得度令得度、未解脫令解脫、未蘇息令蘇息。從這方面而作思維，所以直至眾生存在爲止，此善業力都存住呀！知道嗎？所以力量非常大呀！從心念想法上而有很大的差別呀！

例如說：我們同樣都是人，但是以印度的大執政者、或是政府官員爲例，因爲是代表百萬多人民，所以此人的地位就變得很重要呀！還有以這地方的縣長爲例，也稍微變得重要呀！爲什麼呢？因爲代表這地區的人民呀！知道嗎？同樣是人呀！一樣有臉、有鼻子、眼睛，沒什麼不一樣呀！但是，因爲代表許多民眾這個理由，而較具效用呀！

像這樣，我們同樣在修行善業，為自己著想而行善，是小善；為了他人著想來行善，才是大善呀！由於如此，就有所謂「意樂發心」；要讓善業增廣，而說「意樂發心」。

什麼是「發心」呢？

只爲自己一個人而考慮，是微小思緒。不是爲了自我，而是爲了無量無邊所有眾生，（他們）與我一樣都是不喜歡痛苦、希求安樂；當生起利益彼等全部的心念時，思緒就變得比較廣大。所以，增廣心念，就是所謂的「發心」；「發」並非指以因出生果，而是增廣的意思。知道了嗎？

所以「妙乘道之樑柱爲發心」說的發心就是指這個，發心做什麼呢？

爲了所有眾生而追求遍智之心念。因爲是針對無量眾生而修持善行，數目是無量無邊的有情；以及當說「願將所有眾生都安置到遍智佛地」時，所針對的是爲了眾生而求證菩提。而在各種菩提當中，大菩提——斷盡一切過失、圓滿具備所有功德，這個所要證得的果也是無量無邊，此果位直至虛空未完盡爲止都會存住，而成爲無量無邊。

同樣的，由於利益心是無量無邊，所以從心力來說是無量無邊；從智慧來說也是無量無邊。以這樣子的心念作後盾而證悟空性的智慧，便能成爲所知障的對治。

所以，這階段要修持的這個發心，是證獲遍智果位的因。一種根源是證悟空性的智慧，剛才在中士道階段說的空性；與其之差別是：以無量無邊的福德爲助伴作爲後盾而觀修「完全淨妙」的空性時，就能夠作爲所知障的對治。

「所知障」是什麼呢？

是實執愚癡所存留的習氣；由於如此而產生各式各樣二顯錯亂的染污，或者是產生執取二諦本質相異的染污，其根源即是由實執所形成。

所以，以那個能直接對治實執者，加上布施等助伴的這種廣大發心；因為於多劫之中觀修，所以能夠作為所知障的對治。

應從了知這樣子的情形上，而理解修持菩提心的重要性。修心時會說到「具二欲樂」，指的是什麼呢？

一種是追求菩提的欲樂，一種是追求利他的欲樂。以追求利他的欲樂作為因，而追求菩提的欲樂作為助伴；具備這樣子的二欲樂心念，就稱為「發心」。

所謂追求菩提，就是上面在中士道階段說明的解脫；簡言之，就是解說法寶。上面在宣說四諦時，對滅諦的解釋，如是而應對所謂「菩提」有所認識。所以大菩提……

如果觀見斷除一種所斷的離繫功德是有可能的話，那就會了知：斷除全部所斷的離繫功德是有可能。而這需要認識這樣子的菩提。

所謂「菩提」這字詞，「菩」指清除淨治所有（應斷）過患，「提」指通達理解（所有應證功德）。總言之，「菩」說的是斷德，「提」說的是證德；斷證究竟之境地就稱為「菩提」。那並不只是自己所行之道，而是斷盡一切所斷，圓滿與通達所有功德的菩提，便是大菩提。這是追求菩提的欲樂，為一種。

由此看來，說到「菩提」需要從證悟空性的智慧作思維呀！需要從理解緣起性空上而談論菩提呀！

總而言之，就是在佛地所說的利他——色身，以及自利——法身當中，主要應以自利法身而作思維。如果證獲如自利法身，那利他色身不費力氣便能任運成就；這是所謂追求菩提，即是所謂「以智慧觀緣菩提，以悲心觀緣眾生」中的「以智慧觀緣菩提」。

然後，若要能夠追求利他，就必須修持珍愛疼惜的心。

成為自己此生主要仇敵的傷損自己者……一般來說，對於像是各

個所氣憤的對象、忿恨記仇的對象、不喜歡的对象爲主的那些所有眾生，應該修持珍愛且疼惜以生起悅意對境。如何修持這個呢？

從某個角度來說，此世呈現爲仇敵的這位有情，在其他世代沒有未曾不是自己親友者；所以從曾是自己親友上作思維，在這之上而修心。亦即從「知母、念恩」等之上來修心。

另外，有從「自他平等相換」來修心。就是思維：在此世以仇敵爲主的所有眾生，乃是自己積聚福德的最佳對境，也是成辦增上生的對境，以及成就決定勝的對境，更是證成遍智果位的對境。如同《入菩薩行論》中所說：

衆生以及佛對境	同能成就佛教法
如同恭敬佛陀般	不敬衆生是何理

宣說眾生對境以及佛陀對境。

所以，剛才所說下士道階段要成辦的增上生，也是需要從斷除十不善而成辦增上生呀！要斷除十不善，十不善所依據作守護的根基是依據眾生這個對象而有的呀！自己針對自己，不會有任何十不善呀！要針對他人才會有十不善呀！

同樣的，在中士道分際所說的戒學，因爲是連同傷損源作斷除的戒律，所以自己針對自己，沒有任何傷損源可斷除，要針對他人才會有傷損源可斷除呀！

由於如此，成就決定勝也是需要依賴眾生對境來完成呀！而要證成遍智果位，如果沒有愛他勝己的菩提心就不能證獲遍智佛果；證獲遍智佛果需要菩提心。

同樣的，菩提心的根源——慈愛與悲愍，全部都需要針對可憐、無依、無靠、無救護的眾生而生起慈愛，以及生起悲愍呀！生起希望將彼等安置於遍智境地的追求利他之心，以及生起爲了如此，自己必須追求

遍智之心。由於如此，要證獲遍智更是需要依靠眾生對境來完成。

在這之上從了知而作思維：**越是珍愛他人，自己越能獲得幸福；越是只想到自己，痛苦與衰敗越多。**如同宗喀巴大師所說：

心續思利他 附帶成自利

菩提心真的實在是很善巧方便，非常殊勝呀！

在這裡，你們當中有一些是回教徒呀！從你們的立場來說，必定也可以想一想。當講解空性見時，回教徒不可以聽。平常我都對外國人這麼說：慈愛與悲愍等之類是所有教派所共通的，同樣是所有教派的教誡。

所以對基督教徒我都是這麼說；有些基督教徒很喜歡我，就說我是基督徒呀！與我很熟呀！所以這樣說。

（我）對基督教徒他們說：「慈愛、悲愍、忍辱、知足等，我們都是一樣，在修行方式上都一樣；雖然見解有點不同。而說到緣起性空時，就把你們的耳朵摀起來；這個就不用聽，沒你們的事。」

所以你們回教徒也一樣，當講到慈愛時，我們都是共通的；說到空性見時，你們的耳朵就得塞住；可以用鬍鬚把耳朵塞住。哈哈哈哈！知道了嗎？

你們歸依阿拉真主的人，在讚頌阿拉時，是從悲愍本體、愛心本體、智慧本體而讚頌呀！是這樣子悲智本體的創世主創造了我們，因此，所有眾生都是創世主所創造的。從這方面來想的話，就變成是同一真主的孩子那樣呀！是可以這樣子來想呀！在這之上，如同愛惜自我那樣，而對真主所創造的一切，觀修愛心；從這樣作思維的話，那我們是相同的。就是這樣。

所以，好好憶念慈愛以及悲心。從這方面，以你們承認有世間創世主的人來說：針對與我同樣是創世主心中所創造的世間所有眾生，以觀

修慈愛悲愍，而生起希望利濟全部的心。

而佛教徒，希望將如虛空無量無邊的眾生安置於遍智佛果；以及爲能如此，而生起自己應證獲遍智的心念。

這是正行——修持菩提心。然後是六波羅蜜多的修持；特別是，另有一二偈頌是止觀的修持。所以接著是六波羅蜜多的修持；不解釋，直接作口傳。

發心後行止之修持。

修持布施：

滿足有情願望如意寶	斷除慳結利器爲布施
生出無畏膽識佛子行	美譽遍傳十方之根本【廿三】
知而全捨身物及善業	是爲賢達依止之妙道
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【廿四】

修持持戒：

戒爲罪行染污淨除水	驅散煩惱憂苦之月光
如須彌山顯赫有情中	衆生皆敬非以力威嚇【廿五】
如是了知於正受取戒	諸聖賢哲如眼而守持
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【廿六】

修持忍辱：

諸具力之勝嚴爲忍辱	調伏煩惱苦行之上品
如同瞋恚龍敵金翅鳥	惡口武器堅硬之鎧甲【廿七】
了知故於勝忍之披甲	藉由各式方法以串習
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【廿八】

修持精進：

披掛無礙堅穩精進甲	教證功德增如上弦月
-----------	-----------

所有舉止行持皆具義	如意成就任何所作事【廿九】
如是了知是故諸佛子	致力除憤偉大之精進
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【三十】

（修持禪定：）

靜慮猶如掌控心之主	安住不動如同須彌山
出定趣入一切善所緣	引發身心堪能之大樂【三一】
如是了知瑜伽大師衆	恆依禪定滅除懈怠敵
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【三二】

（修持般若：）

般若乃見甚深空性眼	生死輪迴連根拔除道
一切經教所讚功德藏	許為滅除癡暗最上燈【三三】
如此了知是故求解脫	智者以多勤奮生此道
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【三四】

精進修持止觀雙運殊勝之情形：

唯獨專心一致之靜慮	不見輪迴根本能斷除
遠離奢摩他道之般若	幾許伺察煩惱無能遮【三五】

說明理由：

窮究真實義理之般若	駕馭不動奢摩他之馬
離邊中觀理路之利器	壞損所有執邊之意向【三六】
如理審察寬宏之般若	增廣證悟空性之智慧
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行 ¹⁸ 【三七】

¹⁸ 以上三偈頌之解釋，可參閱尊者所傳授的《道次第之前行開示》頁 72~76（大千出版社）

專心串習必成三摩地	如理審察分別之觀察
不動堅穩安住於實性	亦能產生禪定觀見後【三八】
驚嘆波等精進成辦者	雙運毘婆舍那奢摩他
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行 ¹⁹ 【三九】

方便智慧雙修之具緣者修持之情況：

禪定猶如虛空之法性	後得如同幻化之空性
串習二者智悲以雙運	讚為行向彼岸佛子行【四十】
如是證知故於片面道	不覺滿足為諸善緣規
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行【四一】

然後是「經續共通道後必定需趣入密續之情形」：

如是因果大乘殊勝道	二者所需共道如實生
依賴帖主練達之舵手	趣入寬廣密續之大海【四二】
依止完備圓滿之口訣	應令所獲暇滿具要義
瑜伽吾人如是作修持	求解脫者汝亦如是行 ²⁰ 【四三】

「結論——祈願吾等全部不離清淨善道」：

為令己之心續作串習	亦為利益其他善緣故
佛陀歡喜完善圓滿道	易解言語宣說所得善【四四】
祈願所有一切諸衆生	亦皆不離清淨之善道
瑜伽吾人如是作祈願	求解脫者汝亦如是求【四五】

¹⁹ 以上二偈頌之解釋，可參閱尊者所傳授的《道次第之前行開示》頁 100～101（大千出版社）

²⁰ 以上二偈頌之解釋，可參閱尊者所傳授的《道次第之前行開示》頁 110～118（大千出版社）

總攝菩提道次第之修學安立而作之此備忘錄，爲多聞比丘乞化士洛桑察巴尊者，書於軸大山.甘丹.尊勝林。

以上是《道次第攝義》的簡要口傳已經圓滿；以上結的法緣已圓滿結束。

（吉祥贊）

具備圓滿如同黃金山	斷三染污三界之帖主
眼如蓮瓣綻放之佛陀	係爲世間第一之妙善
波所善示殊勝不動搖	天人供養共許於三界
令諸士夫寂靜之正法	係爲世間第二之妙善
聖僧具法廣具聽聞德	人及天神非天供養境
衆尊知羞具恥盛德源	係爲世間第三之妙善
身披袈裟具三學	僧衆遍滿於此處
時常講修至有邊	廣弘佛法願吉祥
梵天護法之加持	存住善神之吉祥
祈願妙善如意成	長壽無疾具安樂

附錄——本頌 & 科判

道 次 第 攝 義

一、傳承來源以及於道次第產生信念之法

(一)、禮讚教主能仁王

千萬圓滿妙善所成身
滿足無量衆生願望語
如實觀見一切所知意
以首頂禮釋迦牟尼佛 【第一偈】

(二)、讚揚承擔廣大行與甚深見之彌勒與文殊

無比本師波之勝佛子
負荷能仁所有事業擔
善遊無數淨土以化現
頂禮彌勒帖主與文殊 【第二偈】

(三)、讚頌開創甚深見之龍樹菩薩以及開創廣大行之無著菩薩

於極難以揣度之佛母

如實解說密意世莊嚴
龍樹無著菩薩於三界
名聞遐邇之足吾頂禮 【第三偈】

二、為顯法源清淨，故宣作者殊勝

(一)、讚頌所有經續道次第之祖

——菩提道燈與菩提道次第之作者至尊阿底峽

自二軌轍開派之大師
善傳深觀見及廣大行
匯集完備無誤之關鍵
頂禮持教言藏燃燈智 【第四偈】

(二)、禮讚宗喀巴大師真實之上師

——虛空寶幢與法護吉祥等以及其餘此法之諸上師

觀見廣大無邊經教眼
善緣前注解脫勝路徑
因悲所驅善巧方便行
顯明諸善知識吾敬禮 【第五偈】

(三)、道次第自佛陀傳至龍樹無著菩薩，故法源清淨

世間所有聖賢之頂飾
聲譽幢幡洋溢於衆生
依次隨順龍樹及無著
所善傳遞菩提道次第 【第六偈】

滿足衆生全部之希求

故此教誡如同如意寶
如衆水流匯聚善經教
是故亦如具德佳言海 【第七偈】

三、為於教授生敬，故宣其法殊勝

(一)、此教授較其他具備四殊勝三特色

無違通達所有諸教法
全部經教皆成衆教誡
順利獲得佛陀之密意
重大罪汙險境亦防護 【第八偈】

(二)、具智者應聞思修此三士道次第

是故印藏賢能之士夫
對於衆多善緣所依止
殊勝教誡三士道次第
豈有心不傾慕之賢哲 【第九偈】

四、如何說聞具二勝之法

——一時誦聞道次第乃具無誤說聞之功德

集聚所有經教之要義
宣說聽聞此理縱一時
講聞正法廣大功德聚
必定匯集故應思波義 【第十偈】

五、如何引領教誡親弟子之次第

——道之根本：依止善知識之次第

是故今後所有善資糧
善加調和緣起之根基
即由意樂加行以精進
如法依止指路善知識 【第十一偈】

見故縱臨命危亦不捨
如理修證供養令歡喜
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第十二偈】

六、依止後如何修心之次第

——為取暇滿所依要義而促請

——辨識暇滿與思維大利難得

暇滿此身勝於如意寶
僅此一次如是能獲得
難得易失猶如虛空電
思維此理世間諸俗事 【第十三偈】

猶如簸揚糠粃證知後
日以繼夜要義應持取
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第十四偈】

【下士道共通之修心法】

七、生起追求來世之心以及指示來世樂之法

——憶念死亡與趣入佛教之善門——皈依以及觀修業果

死後不生惡趣無把握
解除此懼必定是三寶
是故極為堅穩趨歸依
波之學處切莫有違失 【第十五偈】

復次善惡業果善思維
如理修持取捨為憑依
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第十六偈】

八、於成辦勝道需修持具格所依以及以四力淨除罪惡

於未獲得具格所依前
成辦殊勝之道無能至
故修波之無所不具因
三門罪惡污垢所沾染 【第十七偈】

尤以淨治業障為關鍵
恆時依止四力甚為要
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第十八偈】

【中士道共通道次第之修心方式】

九、追求解脫心念之生起方式

苦諦——思維輪迴過患；集諦——思維進入輪迴次第

若不致力思維苦過患
如實追求解脫即不生
集諦輪迴次第若不思
不知斷絕生死根本法 【第十九偈】

故依出離厭棄輪迴心
了知因何繫縛極繫要
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第二十偈】

【上士道次第之修心方式】

十、修持菩提心之次第

——發心之功德以及如何發心之方式

妙乘道之樑柱為發心
偉大行持基礎與所依
於二資糧猶如點金劑
匯集無量善聚福德藏 【第廿一偈】

如是了知佛子諸勇士
持取殊勝寶心為主修
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第廿二偈】

十一、發心後行止之修持

（一）、布施修持法

滿足有情願望如意寶
斷除慳結利器為布施
生出無畏膽識佛子行
美譽遍傳十方之根本 【第廿三偈】

知而全捨身物及善業
是為賢達依止之妙道
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第廿四偈】

(二)、持戒修持法

戒為罪行染污淨除水
驅散煩惱憂苦之月光
如須彌山顯赫有情中
衆生皆敬非以力威嚇 【第廿五偈】

如是了知於正受取戒
諸聖賢哲如眼而守持
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第廿六偈】

(三)、忍辱修持法

諸具力之勝嚴為忍辱
調伏煩惱苦行之上品
如同瞋恚龍敵金翅鳥
惡口武器堅硬之鎧甲 【第廿七偈】

了知故於勝忍之披甲
藉由各式方法以串習
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者沒亦如是行 【第廿八偈】

(四)、精進修持法

披掛無阻堅穩精進甲
教證功德增如上弦月
所有舉止行持皆具義
如意成就任何所作事 【第廿九偈】

如是了知是故諸佛子
致力除惰偉大之精進
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者沒亦如是行 【第三十偈】

(五)、禪定修持法

靜慮猶如掌控心之主
安住不動如同須彌山
捨放趣入一切善所緣
引發身心堪能之大樂 【第三一偈】

如是了知瑜伽大師衆
恆依禪定滅除懈怠敵
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者沒亦如是行 【第三二偈】

(六)、般若修持法

般若乃見甚深空性眼
生死輪迴連根拔除道
一切經教所讚功德藏
許為滅除癡暗最上燈 【第三三偈】

如此了知是故求解脫
智者以多勤奮生此道
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第三四偈】

十二、精進修持止觀雙運之殊勝情形

唯獨專心一致之靜慮
不見輪迴根本能斷除
遠離奢摩他道之般若
幾許伺察煩惱無能遮 【第三五偈】

窮究真實義理之般若
駕馭不動奢摩他之馬
離邊中觀理路之利器
壞損所有執邊之意向 【第三六偈】

如理審察寬宏之般若
增廣證悟空性之智慧
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第三七偈】

專心串習必成三摩地
如理審察分別之觀察
不動堅穩安住於實性
亦能產生禪定觀見後 【第三八偈】

驚嘆波等精進成辦者
雙運毘婆舍那奢摩他
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第三九偈】

十三、方便智慧雙修乃為具善緣者之風尚

禪定猶如虛空之法性
後得如同幻化之空性
串習二者智悲以雙運
讚為行向彼岸佛子行 【第四十偈】

如是證知故於片面道
不覺滿足為諸善緣規
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第四一偈】

十四、修持經續共通道後必然需要趣入密續之情形

如是因果大乘殊勝道
二者所需共道如實生
依賴怙主練達之舵手
趣入寬廣密續之大海 【第四二偈】

依止完備圓滿之口訣
應令所獲暇滿具要義
瑜伽吾人如是作修持
求解脫者汝亦如是行 【第四三偈】

十五、結論——祈願吾等全部不離清淨善道

為令己之心續作串習
亦為利益其他善緣故
佛陀歡喜完善圓滿道
易解言語宣說所得善 【第四四偈】

祈願所有一切諸衆生
亦皆不離清淨之善道
瑜伽吾人如是作祈願
求解脫者汝亦如是求 【第四五偈】

總攝菩提道次第之修學安立而作之此備忘錄，為多聞比丘乞化士洛桑
察巴尊者，書於軸大山.甘丹.尊勝林。